

In 3 stappen naar vrijheid



Freek Verhaak

**IN 3 STAPPEN NAAR  
VRIJHEID**

*Leven met de lasten van een student,  
het inkomen van een bankier en  
de vrijheid van een surfer*

Verhaak Uitgevers

Verhaak Uitgevers

Redactie: Guido van de Wiel, Wheel Productions

Vormgeving omslag: Leendert Masselink

Illustraties: Leendert Masselink

Fotografie auteur: Han Furnée

ISBN 9789083044200

NUR 450

Meer info over Freek Verhaak:

[www.freekverhaak.nl](http://www.freekverhaak.nl)

© 2020 – Freek Verhaak

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16h t/m 16m Auteurswet jo. Besluit van 27 november 2002, Stb. 575, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoeding te voldoen aan de Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp, [www.reprorecht.nl](http://www.reprorecht.nl)).

All rights reserved. No part of this book may be reproduced, stored in a database or retrieval system, or published, in any form or in any way, electronically, mechanically, by print, photo print, microfilm or any other means without prior written permission from the publisher.

Auteur en uitgever zijn zich volledig bewust van hun taak een zo betrouwbaar mogelijke uitgave te verzorgen. Niettemin kunnen zij geen aansprakelijkheid aanvaardenvoor onjuistheden die eventueel in deze uitgave voorkomen.

# Inhoudsopgave

Introductie 7

**Deel I – Het beste van 3 werelden 13**

Hoofdstuk 1. Wat kun je verwachten? 15

Hoofdstuk 2. Hoe kom je erop? 25

**Deel II – De 3 stappen naar vrijheid 35**

Hoofdstuk 3. De eerste stap – De student 37

Hoofdstuk 4. De tweede stap – De bankier 51

Hoofdstuk 5. De derde stap – De surfer 71

**Deel III – Jouw 3 stappen naar vrijheid 89**

Hoofdstuk 6. Jouw stappenplan 91

Hoofdstuk 7. Tips voor onderweg 115

Hoofdstuk 8. Ook de route is leuk 129

Tot slot 131



## Introductie

5 januari. Ik sta in Bangkok en mijn medereisgenoten lopen direct na landing van het vliegtuig naar de eerste de beste shop om een lokale simkaart te kopen. Ik loop bewust deze shops voorbij. Mijn sabbatical van een jaar is begonnen en ik besluit bewust om mijn telefoon alleen te gebruiken als ik wifi heb. Ik blijf het heerlijk te vinden om uren en soms dagen alleen mijn e-reader te hebben en niet gestoord te worden door WhatsApp of social media.

Het gevolg van deze digitale detox? Ja, ik ben regelmatig verdwaald, *story of my life*, omdat ik Google Maps niet kon checken en ik vergeten was de lokale kaart te downloaden op mijn telefoon. Maar zolang je niet verdwaalt in uitgestrekte regenwouden, bergmassieven of woestijnduinen, heeft verdwalen ook zijn voordelen, zo heb ik gemerkt. Ik heb ongetwijfeld dat ene unieke tentje gemist dat op TripAdvisor met vijf sterren werd aangeprezen, maar ik ben op veel meer momenten op een unieke plek uitgekomen waar ik anders nooit terecht zou zijn gekomen. Zoals die keer dat ik op weg naar een tempel in Mandalay, in Myanmar, totaal de verkeerde kant op was gelopen. En een man mij aanbood om mee te rijden op zijn scooter, maar niet voordat ik met hem en zijn familie had gegeten. Wat voor het verdwalen op reis geldt, geldt misschien wel voor het hele leven. Dat het gebeurt op de plekken waar niet iedereen heen gaat. Op de plekken die niet beschreven zijn. Waar dat dan precies is, dat weet je niet van tevoren, en dat zal ook voor iedereen een andere plek zijn.

Elke week één boek lezen, dat was mijn voornemen tijdens mijn sabbatical van één jaar, en dat is gelukt. Dat ging relatief makkelijk omdat ik een groot deel van mijn sabbatical op reis was. Ik heb die boeken gelezen in een hangmat in Australië, onder een bamboe dak in Indonesië, zittend aan de oever van de Mekong in Laos en tussen de tempels in Myanmar. Van de biografie van Elon Musk tot *Ego Is the Enemy* van Ryan Holiday, van *De essentie van het boeddhisme* tot de biografie van Warren Buffett, van *The 4-Hour Work Week* van Timothy Ferriss tot *De kunst van goed leven* van Rolf Dobelli. Daarnaast ook *Sapiens* en *Homo Deus* van Yuval Noah Harari, *Find Your Why* van Simon Sinek en *Originals* van Adam Grant. Het complete overzicht van deze boeken vind je achter in dit boek.

Ik heb genoten van het lezen van deze boeken en ik heb er ook veel van geleerd. Maar een van de belangrijkste inzichten van het lezen van 52 boeken in één jaar, is dat ik zag dat er niet één waarheid is. Wat voor de een werkt, werkt niet voor de ander. We doen vaak stoer en beweren dingen stellig, maar de kern is dat we het zelf vaak ook niet weten: uiteindelijk rommelen we allemaal maar wat aan. Je probeert te vinden wat voor jou werkt. Ik heb boeken gelezen van mensen het liefst om vijf uur 's ochtends opstaan omdat ze dan het productiefst zijn, en boeken waarin wordt gezegd dat je juist moet uitslapen om echt productief te zijn. Van beide levensstijlen zijn legio succesvolle voorbeelden te bedenken. Tim Cook van Apple is iemand die vroeg opstaat, en van Jeff Bezos van Amazon is bekend dat hij niet houdt van vroege meetings.

Er zijn in alle boeken wel enkele rode draden te bekennen. Dat geldt niet gelukkig maakt, dat je vooral moet doen wat jij leuk vindt, dat tijd je kostbaarste bezit is en dat je je niet zoveel moet aantrekken van wat anderen denken. Je zult niet van je stoel vallen van verbazing als je dat leest. Daar hoeft je geen 52 boeken voor te lezen. Toch zijn er weinig mensen die al die rode draden in één leven weten te weven.



Ik dacht: als ik al die inzichten nu eens gecombineerd ga toepassen in mijn leven, dan heb ik het beste van alles. En dat is gelukt. Ik heb een goed inkomen maar leef niet voor het geld, ik doe wat ik heel erg leuk vind en ik heb veel tijd en vrijheid. Sinds ik mijn leven zo heb ingericht zie ik dat ik mensen er mee inspireer. Ze gaan nadenken over hun eigen leven en vragen hoe ik het heb gedaan. Ik vind het leuk om over mijn ontdekkingen te vertellen en om mijn verhalen erover op te schrijven. Zo besloot ik ook dit boek te schrijven.

Ik heb het geschreven aan de hand van de student, de bankier en de surfer. Zij staan allemaal symbool voor bepaalde aspecten van het leven waar we wel eens van dromen. De student voor de lage lasten en een leven zonder zware verantwoordelijkheden. De bankier voor een goed inkomen. En de surfer voor tijd en vrijheid. Geen van drieën heeft het allemaal. Dat is wellicht herkenbaar. Misschien heb je bijvoorbeeld een goed inkomen, maar niet de vrijheid die je zou willen, of andersom.

Dit boek beschrijft de 3 stappen naar een leven waarin je het beste van de student, de bankier en de surfer kunt combineren in één leven. Jouw leven. Elke stap in het boek bestaat uit inspiratie, voorbeelden en een concreet actieplan voor de uitvoering. Dat betekent dat jij de eerste stappen naar vrijheid al hebt gezet voordat het boek uit is.

Veel plezier met jouw stappen naar vrijheid!