

ELKE DAG VAKANTIE



# Elke Dag Vakantie

Want het leven is te kort om  
af te tellen naar het weekend

Eva Daeleman & Stijn Heymans

—HORIZON—



‘De kunst van het leven is thuis te zijn  
alsof men op vakantie is.’

Godfried Bomans

Dit is een boek voor dromers en doeners.  
Voor angsthazen en durvers.  
Voor genieters en moeters.  
Voor mensen en aliens.  
Voor thuisblijvers en grenzenverleggers.  
Voor zij die willen groeien.  
Voor spaarders en big spenders.  
Voor grote en kleine verdieners.  
Zij die willen kiezen.  
Zij die willen springen.  
Voor zij die willen leven.  
Met elke vezel in hun lijf.  
Een boek voor wie alles uit dit leven wil halen.  
En ver daarbuiten.

Dit boek gaat niet over het leven van je beste leven.  
Wel over het leven dat je het meest vervult, inspireert  
en dat diepe gelukzalige gevoel in je buik activeert.  
Geluk is van tijdelijke aard. Gelukzaligheid zit  
altijd in je. Soms moet je gewoon het laagje stof  
wegblazen en de mogelijkheden weer voelen.

En voor onze kleine inspirator, avonturier en zonneshijn.  
Voor Moon

# Inhoud

Voorwoord	9
Proloog: Zit er leven in jouw leven?	13
<b>Deel 1: Stap uit de ratrace</b>	<b>21</b>
1 Hoezeer zijn we voorgeprogrammeerd?	23
2 Wat doe je met je tijd?	36
3 Hoe weet je wat je wilt?	44
4 Verantwoordelijkheid nemen	56
5 Je hebt de keuze	63
6 <i>Are you having fun?</i>	71
<b>Deel 2: Leer jezelf beter kennen</b>	<b>79</b>
1 Kun je jezelf zijn?	81
2 Wat zijn je behoeften, fysiek, mentaal, spiritueel & emotioneel?	92
3 Pieken en dalen: wat als het (eens) niet goed gaat?	107
4 Vriendschap en omgeving	123
5 Je fysieke realiteit is de weerspiegeling van je innerlijke wereld	138
6 Authentiek zijn: wat is dat?	149
7 Groots dromen en de kracht van visualisatie	160

8	Welk verhaal geloof je?	170
9	Eerst zien, dan geloven; maar als je het voelt, dan bestaat het toch ook?	181
10	Creëer een mening	191
<b>Deel 3: Waar begin je met dat droomleven?</b>		197
1	Het nulpunt	199
2	Veel geld, is dat de oplossing?	201
3	Zorgen voor vandaag	209
4	Elke Dag Vakantie met kinderen, hoe dan?	220
5	Financieel plan: zwart op wit	226
<b>Deel 4: Actie en manifesteren</b>		231
1	Actie versus overgave	233
2	Laat het vuur in je ontbranden	246
3	Hoe spreek je over en tegen jezelf?	255
4	Jouw unieke stroom	262
5	Herdefinieer succes	274
6	Word wie je wilt zijn	279
7	Luisteren naar het leven	287
8	Gelijkgestemden zijn goud waard	293
9	Manifesteren kun je leren	301
Dankwoord		310
Bronnen		312
Over de auteurs		314



# Voorwoord

Ken je dat gevoel? Je staat in de keuken, de oven is aan het voorverwarmen en je gooit wat ingrediënten bij elkaar. Je schuift een gevuld cakeblik de oven in en 40 minuten later haal je dampend gebak uit die oven. Je proeft en je beseft: dit is de beste cake die ik ooit gemaakt heb. Je wilt hem met iedereen delen. Alleen kun je je het specifieke recept niet meer herinneren, want je gooide maar wat bij elkaar en je wist dat het goed was. En dus raad je iedereen aan om hetzelfde te doen: voelen, kiezen, bij elkaar gooien en het in de oven schuiven. Dat – dát is Elke Dag Vakantie.

In 2018 schoven we een bakblik in de oven, niet wetende dat die dampende cake ons jaren later nog gesprekstof zou opleveren. Laat staan een nieuw leven.

In dit boek vertellen we wat dat precies is, een Elke Dag Vakantie-leven. Spoiler: het is niet alleen maar cocktails sippen op een exotisch strand, het is niet alleen reizen, het is niet alleen maar genieten en de pootjes in de lucht steken. Elke Dag Vakantie gaat over leven met elke cel in je lijf. En daar komen uitdagingen bij kijken, moeilijke keuzes en zweetdruppels. Maar zoals met elke berg die je ooit beklimt: hoe intens de tocht ook is, je mag erop vertrouwen dat je op de top een

mooi uitzicht krijgt. En is dat toch niet wat je hoopte, dan kies je gewoon een andere berg.

**Eva:** 'Tijdens onze eerste vakantie samen in september 2018 lag ik een week ziek op bed. Dat was geen verrassing, want ik had me de maand ervoor kapot gewerkt. Deadline na deadline gehaald, tot een pittige keelontsteking me bij mijn nekvel had. Op dag zes van rust, Netflix en antibiotica maakte Stijn me 's ochtends wakker. Hij had een belangrijk inzicht gekregen.'

**Stijn:** 'Nog voor we elkaar kenden, droomde ieder van ons van wonen aan de zee. Strand, het geruis van de golven, en de wind die de negatieve gedachten uit je hoofd blaast. We zagen het groots. Maar moest het wel zo groots zijn? Terwijl Eva nog naast me lag te slapen, besepte ik dat België ook een kustlijn heeft. Het hoefde niet per se Bali, Costa Rica of de Spaanse costa te zijn. We spraken de taal niet en het project leek te groots om aan te vatten.'

**Eva:** 'We kenden elkaar toen iets langer dan twee maanden. Dus om dan met z'n tweetjes naar de andere kant van de wereld te verkassen, was een te groot risico.'

**Stijn:** 'En dus werd de Belgische kust onze eerste gemeenschappelijke thuishaven. We lachten om URL's als [www.zandinjebed.be](http://www.zandinjebed.be), [www.wavesforbreakfast.com](http://www.wavesforbreakfast.com) en toen kwam Eva met [www.elkedagvakantie.be](http://www.elkedagvakantie.be). Bij wijze van grap kocht ik de URL; 12,50 euro prima gespendeerd, want de rest is geschiedenis.'

We schreven over de stappen van de verhuizing, over de overgang van werken op een vaste plek naar locatieonafhankelijk werken, over het leren van de West-Vlaamse taal en gewoontes in een blog. Die blog werd al gauw een podcast toen Stijn besloot om een microfoon te bestellen: voor 22.00 uur besteld, morgen in huis. We legden een dekentje op de keukentafel voor beter geluid, sloten de microfoon aan op de laptop en begonnen te babbelen. We smeten onze probeersels online en al snel steeg het aantal luisteraars boven de duizend. De Elke Dag Vakantie-podcast was een feit. We deelden verhalen over onze zoektocht, de bochten van het leven en onze grootste inzichten als mens, als coaches en als koppel. Mensen vonden het leuk en we doen het vandaag de dag nog steeds. Thema's als minimalisme, relatietherapie, kwetsbaarheid, mentale veerkracht, grote tegenslagen: we delen het allemaal. Omdat we het belangrijk vinden dat mensen weten dat succes niet afhankelijk is van het perfecte plaatje, zelfs een gelukkig leven niet. Het gaat over de kleine keuzes van elke dag. Regent het, maar wil je graag dat de zon schijnt? *It's only one thought away.*

In dit boek nemen we je mee richting jouw Elke Dag Vakantie-leven. Dat hoeft er niet uit te zien zoals dat van ons. Liefst niet eigenlijk; we nodigen je graag uit om er je eigen invulling aan te geven, je eigen draai. Zodat het een leven wordt dat bij jou past, bij jou hoort. Zodat je een leven leeft waarvoor je 's ochtends graag uit je bed klautert, of dat nu een boxspring, een twijfelaar, een hoogslaper of een camperbed is.

Eva: 'Laat dit boek een gids zijn, een arm om je schouder of een erkennend klopje. Een knuffel wanneer je het nodig hebt, een gelijkgestemde die voor je juicht, een liefdevolle schop onder je kont als het nodig is.'

We zijn benieuwd om een glimp op te vangen van hoe jij het allemaal toepast en wat jij van jezelf maakt. Want een boek

—————  
'Ik wil niet meer leven zoals het hoort, ik wil leven zoals het kan. Het mooiste leven leiden dat ik leiden kan.'

————— Tamar Valkenier ———

zomaar klakkeloos overnemen, dat werkt niet. Lees het – op een plek waar jij je goed voelt – laat het zakken, praat erover, schrijf en duid aan – streep door en verbeter. Maak van dit boek jouw verhaal. En als je ons ergens ziet

passeren met onze camper of de benenwagen: zwaai maar – wij zwaaien altijd terug.

## Zit er leven in jouw leven?

Het spijt ons dat we dit boek met een harde realistische noot starten: het leven duurt niet eeuwig. Dit leven tenminste niet. Jij gaat dood. Op een dag. Wij ook. Iedereen om je heen. En of je dit boek nu openslaat op een Italiaans keienstrand, in de trein naar het werk of in de wachtkamer van de tandarts: je wordt hoe dan ook aangetrokken door het idee dat je leven je elke dag het gevoel van vakantie kan en mag geven. En voor dat leven is een wekker zelfs overbodig: je lijf en leden spannen samen om de dag te laten starten en dus word je vanzelf tijdig wakker. Dat leven is meer dan de moeite waard, er mag energie stromen en jij mag er trots op zijn. Weet dat dit een leven is dat kan afwijken van de norm, dat het gekke blikken kan uitlokken bij anderen en heel wat vraagtekens. Wij beloven je in dit boek een solide basis om zelf op onderzoek te gaan naar hoe jij jouw Elke Dag Vakantie-leven vorm kunt geven. Dus stellen we je voor we écht van start gaan nog even de vraag: als je nu van een afstandje naar dat leven van je kijkt, zit je dan zelf aan het stuur? Of heeft er iemand voor jou de richting bepaald en ben je al die tijd vergeten dat je ook de passagiersdeur kunt opengooien, de sleutel in het contact kunt steken en zélf aan dat stuur kunt gaan zitten? Rijbewijs overbodig, zin hebben is

genoeg. Zit er leven in jouw leven? Of lijkt het meer op een patroon, een zwak afkooksel van wat een leven kan zijn, gemiste kansen aan elkaar geregen? Waarbij je aftelt naar de weekends, je jaarlijkse vakantie in fluorescerend geel in je digitale agenda markeert en maanden nadenkt over je out-of-office-melding.

Dat hoeft niet rampzalig te zijn. Het feit dat je dit boek pakt, toont dat je diep vanbinnen weet dat het wel wat meer mag zijn. Ging je jaren geleden voor 'zekerheid': een zeker inkomen, een zekere veiligheid, een zekere toekomst? Maar vergat je tussendoor dat er steeds nieuwe keuzes kunnen worden gemaakt, zoals 'vernieuwing', 'vervulling', 'avontuur', 'verbinding', 'plezier' of welke dan ook, zaken die jouw emotionele behoeften vervullen? Die zorgen voor een inspirerend leven? Ja, maar je hebt toch een dak boven je hoofd nodig? Dat klopt, dat dak is belangrijk, liefst ook verwarming en water om je te wassen en eten in je buik. Je ziet hier de behoeftepiramide van Maslow. Hij wilde het begrip 'welzijn' ontleden en beschrijven.



In dit boek hebben wij het over de drie bovenste treden: sociale behoefte, erkenning en zelfontplooiing. Daar kun je pas