

ANGÉLIQUE DAVIS UIT VINKEVEEN VERWONDERT ZICH REGELMATIG. OVER KLEINE, DAGELIJKSE DINGEN, ZOALS EEN GLINSTERING OVER ZEE OF EEN VOLLE MAAN. “DE MAGIE IS ER ALTIJD. DE KUNST IS ALLEEN OM HET DAADWERKELIJK TE ZIÉN”, ZEGT ANGÉLIQUE. HAAR MISSIE: DE SPRANKELING TERUGBRENGEN BIJ MENSEN, OP WELK LEVENSGEBIED DAN OOK.

IK WORD 123 JAAR

Een, twee, drie en GO!

“Door mijn vele opleidingen in onder meer de natuurgeneeskunde, lifecoaching en gezondheidspsychologie waren mijn werkzaamheden in mijn eigen coa-

nog niet goed genoeg. Terwijl ik nu weet: het is nóóit klaar. Het is goed om een visie en doelstellingen te hebben, maar tegelijkertijd is het handig om in fases te

mezelf daar simpelweg de tijd niet voor. Ik word gewoon heel blij van mijn werk. Al snap ik natuurlijk wel dat ik niet jarenlang zo door moet gaan. Het is de truc om balans te blijven houden. Preventief heb ik daarom laatst voor het eerst sinds tijden weer een sportschool van binnen gezien, een rondje gegolft en creëer ik weer wat meer ‘me-time’. Ook kan ik erg genieten van een meidenavondje met mijn dochters: allemaal lekkere hapjes, drankjes en films.”

Een van de adventures die Angélique aanbiedt gaat over vitaliteit. Dit speelt ook in haar eigen leven een belangrijke rol. “Ik roep altijd: ik word 123 jaar. Een, twee, drie en GO! Daarom trakteer ik mijn lichaam dagelijks op gezonde voeding en zorg ik voor een mentaal/emotionele balans. Ook las ik met regelmaat een minidetox in: twee dagen extra aandacht voor mijn vitaliteit met sap en soep.”

Mijn grootste kracht is het losgooien van resultaten en genieten van het proces ”

chingspraktijk heel breed. Na een sessie gingen mensen vaak geïnspireerd en gemotiveerd naar huis, maar doordat de volgende afspraak pas een week of twee weken later was gebeurde er in die tussentijd weinig voor hen. Dat vond ik zonde. Daarom vroeg ik me af: hoe kun je op een leerzame, leuke manier dagelijkse aandacht voor persoonlijke ontwikkeling creëren? Zo ontstond het idee om een programma aan te bieden via e-mail, ondersteund door inspirerende sms'jes, filmpjes en post. Waarbij het gehele traject ook persoonlijk wordt begeleid door een coach. Dit is Magic Adventures geworden.”

Het grootste en mooiste avontuur in haar eigen leven is de opvoeding van haar twee dochters. Dit doet ze, sinds haar scheiding in 2005, alleen. “Mijn meiden zijn enorme motivators. Toen ik laatst weinig inspiratie had voor de nieuwsbrief zei de oudste heel diepzinnig: ‘Mama, je moet schrijven over dat alles voorbij gaat, dat niets blijvend is. Net zoals de vakanties.’ Geweldig, toch? Met dat onderwerpen ik dus meteen aan de slag gegaan.”

Naast mijn veelzijdigheid is mijn grootste kracht het losgooien van resultaten. Al heb ik dat wel echt moeten leren. Het online zetten van mijn site stelde ik bijvoorbeeld keer op keer uit. Ik vond het steeds

denken, te genieten van het proces en je daarbij te laten verrassen. Dan ontstaan de mooiste elementen.”

Balans

Opeens schalt er een lage stem uit de computer van Angélique: ‘It’s eleven hours...’ Dat is mijn wekker, legt ze uit. “Ik ga vaak zó in mijn werk op, dat ik de tijd vergeet. Maar ik moet op tijd op school zijn om de kinderen te halen. Vandaar. Tijd voor mezelf schiet er vaak bij in. Golfen doe ik graag, maar vaak gun ik



Wie: **Angélique Davis**
Wat: **Magic Adventures**
Waar: **Vinkeveen**