

2019:
“Er mist iets.
Ik heb een heerlijk leven, mooi en fijn thuis, fantastische partner, eigen zaak,
lieve ouders, een hond en veel vrijheid.
Maar het knaagt.
Ik leef niet mijn volle potentieel.”

Zo voelde het.

En toen kwam ik in aanraking met Michael Pilarczyk, met zijn programma's, boeken, podcasts en de Meditation Moments app.

Ik leerde ontzettend veel, over hoe je je mind zelf kunt beheersen en met een stappenplan je mooiste en grootste dromen kunt waarmaken.

En het klopt, ik heb daarna zelf al heel wat bereikt met wat ik had gelezen en geleerd uit de programma's. Maar Michael benadrukt ook vaak het belang van leermeesters en coaches.

Ik had het tot dan toe alleen gedaan, buiten erover praten met Euson (mijn man) en wilde ook graag een coach om op zijn minst mee te praten, te sparren, over alle lessen. Maar ook omdat ik nog steeds voelde dat er meer in zat en het er niet uitkwam. Dus op zoek naar een goede coach!

Ik leerde Remco kennen in 2022 via een doorverwijzing van Michael.

En ik had toen niet kunnen bedenken,
dat Remco zo'n grote en belangrijke impact op mijn leven zou hebben.

Remco beschikt over een enorme hoeveelheid ervaring, doordat hij al meer dan 10 jaar nauw betrokken is bij de liveprogramma's van Michael Pilarczyk waar hij als coach deelnemers begeleidt en ondersteunt.

Mijn ervaring met Remco is dat hij heel goed luistert. Hij doorzag mij als persoon en waar mijn blokkades zaten en hielp vervolgens met het oplossen van die blokkades.

Met de **1-op-1 coaching** sessies heb ik veel over mijzelf heb geleerd. De echte Anouk weer ontdekt, die door de vele conditioneringen en de “sleur” van het leven goed verstopt zat.

En het afgelopen jaar ben ik op een **1-op-1 retreat** geweest in Spanje. De kers op de taart.

De retreat was zo'n enorm mooie ervaring die ik van mijn leven niet meer zal vergeten.
De beste investering die ik in mijzelf had kunnen geven.

5 dagen lang zijn we de diepte ingegaan.

Zonder afleiding volledige focus op mij en hoe ik mijn mooiste leven wil leven.

Het resultaat?

Ik heb mijn pad gevonden. Zowel zakelijk als privé. Ik geniet van mijn reis, ik weet waar ik sta en waar ik naartoe wil. En ik heb de focus, het doorzettingsvermogen én het vertrouwen die nodig zijn om je mooiste leven te leven.

Het feit dat ik mijn innerlijke zelf weer heb gevonden is wel het mooiste geschenk, maar ik weet ook dat men gek is op concrete aspecten.

Dus ik zal een paar feitelijke en meetbare voorbeelden geven van doelen die ik (met dank aan Remco) behaald heb:

- Van maat 44 naar maat 40 in 3 maanden (lees, ik ben energiek, voel me lekkerder in mijn vel en houdt de gezonde levensstijl vol);
- Ik heb mijn creatieve “hobby” om weten te zetten naar een inkomstenbron
- Ik heb de droomvakantie met Eus gehad (na ruim 10 jaar)
- Ik start met de opleiding Transformatie Coach in mei.
- Weten dat je bent nooit te oud bent om te leren en je dromen achterna te gaan. (Ik ben pas 45 jaar)
- Zonder mijn financiële vrijheid te verliezen, heb ik afscheid genomen van een lucratieve opdrachtgever die te veel energie kostte;

Note: ik heb hier heel beknopt verteld over mijn ervaringen. Ik zou een boekwerk kunnen schrijven over alle lessen die ik heb geleerd en doorbraken die ik met Remco heb gehad. Dat boekwerk gaat er komen, maar tot die tijd ben ik altijd bereikbaar voor vragen: anouk.brandwijk@gmail.com .

LINKS:

[Retreat 1-op-1](#)

[Coaching](#)

[GroepRetreat](#)