

ANDERSSEIN macht glücklich.

Ich, Nadie Ahmeti aus Zürich (CH), kämpfte mein Leben lang dagegen an, anders zu sein als mein Umfeld. Dabei fühlte ich mich immer falsch und nicht zugehörig. Nun habe ich mein erstes Buch veröffentlicht, in welchem ich Menschen Mut machen will, ihre Andersartigkeit lieben zu lernen und ihre wahre Definition von Erfüllung zu leben.



VON NADIE AHMETI

Mobbing und Leistungsdruck

Angefangen hatte es bereits in der Schulzeit: Mobbing wegen meines kulturellen Hintergrunds, meiner Körpergröße, meines lauten Lachens und wegen meiner sensiblen Art. Dadurch, dass ich sehr feinfühlig bin, war ich schon immer eher zurückhaltender, was nie wirklich akzeptiert wurde. In all meinen Jobs hatte ich nach kurzer Zeit keine Lust mehr und suchte im Jahrestakt etwas Neues, bis ich mich eines Tages selbständig machte mit meiner Sportwagen-Leidenschaft zusammen mit meinem Lebenspartner, während sich die meisten den Traum einer Familie erfüllten. Egal was ich tat, es war immer das Gegenteil, was mein Umfeld machte. Deshalb fühlte ich mich oft ausgeschlossen und versuchte, mich immer wieder an meine Mitmenschen anzupassen – der Harmonie zuliebe. Doch genau das schaffte noch mehr Distanz zu ihnen.

Burn-out als Augenöffner

Ich verfiel in einen Leistungsdruck, dem ich irgendwann nicht mehr standhalten konnte. Es kam, wie es kommen musste: Burn-out und körperliche Beschwerden! Mein Körper war so unter Strom und zwang mich zur Ruhe. Es brachte mir vor Augen, dass ich die ganze Zeit versucht hatte, jemand zu sein, der ich gar nicht bin, aus Angst vor Ablehnung. Eine Reise nach innen begann. Ich lernte den gesunden Umgang mit meinen Emotionen und wie ich Frieden schließen konnte mit meinen Ängsten. Die pure Selbstakzeptanz! Meine Beziehungen vertieften sich schlagartig und ich kreierte mir immer mehr ein Leben, das mich von Herzen erfüllt. Im Jahr 2016 begann ich mein Wissen in Form von Coachings und Kursen weiterzugeben und Menschen mit meiner feinfühligem Gabe zu unterstützen, sich voller Vertrauen selbst zu verwirklichen.

Nun habe ich mein eigenes Buch, das „Shine Konzept“, veröffentlicht mit der kompletten Anleitung, vielen tiefgreifenden Reflexionsfragen und Übungen dazu.

Vom Kopf ins Herz

Im Leben kann es immer wieder Situationen geben, die sich auf einmal eng und schwer anfühlen. Plötzlich blitzt ein sanfter Impuls hoch und sagt: „Mach das ...!“ Das Herz hüpfet und einige Sekunden später schaltet sich der Kopf ein, der alles klein redet. Es geht so schnell, weiter im Alltag zu funktionieren, obwohl das Herz in eine andere Richtung möchte. Ich glaube daran, dass viele Menschen verlernt haben, auf die Intuition zu hören. Dabei würde genau dort die Kraft wohnen, die uns dabei helfen könnte, zu erkennen, was richtig für uns ist und was für Schritte zu gehen sind, die uns ohne Leistungsdruck zu unseren Wünschen führen können.

NADIE AHMETI

Neben ihrer Sportwagenvermietung begleitet die Autorin Nadie Ahmeti als Life & Business Mentorin seit 2016 Menschen in ein sinnerfülltes, selbstbestimmtes Leben. Sie hilft ihnen, ihre Ängste zu überwinden, ihre Andersartigkeit lieben zu lernen und ihr einzigartiges Herzensbusiness aufzubauen, das ihnen Freude bereitet.



„SHINE KONZEPT

– Wie du den Mut findest, deinen inneren Kompass zu aktivieren und den Weg zu gehen, der für dich bestimmt ist“

Tredition Verlag

Erhältlich in allen deutschsprachigen Buchhandlungen

ISBN: 978-3-347-69626-6

www.shineyourself.ch/shine-konzept