



FLAMINGO
LESS BITTER – MORE GLITTER





Warum der Flamingo mein stiller Begleiter ist ...und warum er für echtes Fühlen und authentisches Sein steht

Gerne möchte ich dir in diesen Zeilen erklären, warum der Flamingo für mich so wichtig ist. Er verkörpert die Essenz meiner Arbeit: **Embrace the Inbetween – Umarme das Zwischendrin.** Doch warum ist es so entscheidend, diese Zwischenräume zuzulassen und ohne sofortiges Handeln auszuhalten? Weil es darum geht, zu deinem natürlichen, authentischen Ausdruck zurückzufinden.

Denn reaktives Verhalten ist weder echt noch ursprünglich. Es ist die Schnellstrasse deiner alten Erinnerungen und Verletzungen. Du reagierst immer wieder gleich – und die gleichen Situationen wiederholen sich in einer Dauerschleife, ohne dass sich wirklich etwas verändert.

Warum viele in dieser Schleife festhängen, hat vor allem mit einer tiefen Angst vor Verlust und Ablehnung zu tun. Die meisten von uns haben nie gelernt, bei ihren echten Empfindungen zu bleiben. Denn früher hätte genau das unser Überleben gefährdet.

Be a Flamingo in a Flock of Pigeons.

– unknown

Dass du das damals vermeiden musstest, ist völlig nachvollziehbar. Aber heute ist es nicht mehr notwendig. Heute hindert es dich nur daran, dich selbst zu fühlen und dich so zu zeigen, wie du wirklich bist. In meiner Arbeit geht es genau darum: dir den Raum zu geben, dich wieder zu spüren – und dich aus deinem Innersten heraus auszudrücken. Ohne Angst vor Ablehnung oder Ausschluss.

Denn in unserer Gesellschaft scheint immer irgendwo die Gefahr zu lauern, etwas oder jemanden zu verlieren – den Job, den Partner, die Familie, Freundschaften. Diese unsichtbare Abhängigkeit macht dich klein, hält dich zurück – und lässt dich innerlich nicht aufblühen.

Unbewusst wartest du vielleicht darauf, dass andere dir Sicherheit geben. Aber solange du sie nicht in dir selbst trägst, ziehst du Menschen an, die dir genau das Gegenteil spiegeln – und damit deine alten Muster (Verlustangst und die Angst vor Ablehnung) bestätigen.



Das meint konkret in der Kürze: Je weniger reaktiv du reagieren und handeln musst, desto mehr kommt dein echtes Sein zum Vorschein – aus deinem Herzen. Das berührt. Und oft löst es im Gegenüber den Fluchtinstinkt aus – weil viele es nicht gewohnt sind, sich selbst so tief zu begegnen. Wenn du aber bei dir bleiben kannst – auch in solchen Momenten – löst sich die Angst vor Ablehnung mehr und mehr. Und je weniger du aus Verlustangst heraus handelst, desto authentischer, magischer, natürlicher und schöner wirkst du.



Anmeldung & Kontakt so kannst du mich erreichen

Kennenlerngespräch

Wenn wir uns noch nicht kennen, möchte ich dich sehr gerne zu einem Kennenlerngespräch einladen. Ich biete verschiedene Möglichkeiten an, deine Themen zu bearbeiten und unterstütze dich dabei das Richtige für dich zu finden. Du benötigst Unterstützung? Ich bin da.

Die eigene Präsenz ist ein unterschätzter und oft unbekannter potential Raum. In dem du dich transformieren und entfalten kannst, in dem du einfach bist. Es ist nicht in dem Umfang in Worte zu fassen, wie es eigentlich für dich geschieht. Deshalb lege ich es dir ans Herz, falls meine Zeilen etwas in dir zum Klingen gebracht haben, öffne dein Herz und betrete diesen Raum.



Hier kannst du mich erreichen

Kontakt • mail@nadjabaumgartner.ch



Von Herz zu Herz
deine Nadja

Nadja

It's important to remember
that we all have Magic inside us.

– JK Rowling

