

Z Fúrie - Milovanou ženou

Jen žena, co miluje sebe, je schopna vytvořit láskyplný domov.



Věřím, že Vám tento eBook a následně kniha pomůže na Vaší cestě životem.

Z Fúrie – Milovanou ženou

*Mám opravdu velkou radost, že právě Ty čteš
Z Fúrie – Milovanou ženou.*

*Během posledních pár let jsem na cestě životem
byla zavedena na rozcestí sebepoznání a osobního
rozvoje. Zjistila jsem, jak mohu ovlivnit sama sebe,
ale také lidi v mém okolí.*

*Přijde mi, že nejjednodušší a nejpřirozenější cesta
k učení je sdílení vlastního příběhu.*

*Touto cestou Tě mohu inspirovat ke zdravým
změnám.*



Neměla jsem ambice být spisovatelkou knih, autorkou eBooků a článků na internetu. Já jako dyslektik a autorka, to je nemožné. Přepadaly mě pocity, to přece nejde, to je blbé, to je k ničemu...
...náhle se z nich vyklubalo „proč ne“, co můžu ztratit?
Navíc touha napsat svůj příběh a ukázat ho, byť jediné osobě mě pronásleduje už velmi dlouho.

Je mi necelých 30 let a s mým mužem jsem toho prožila víc než jiní za celý život ☺ . Jistě na tyto historky přijde řeč ve stejnojmenné knize.

Neznám Tě krásko, a nevím v jaké fázi svého života či v jakém Momentálním rozpoložení čteš tyto řádky. Možná Tě budu inspirovat k akci, možná pocítíš vděčnost za svůj život, jaký vedeš nebo se dostaneš k hluboké kritice a touze radikálně něco změnit.

*Zázraky se začínou dít tehdy,
až když začneš věnovat více
energie svým snům než strachu.*

Možná Tě budu bavit, možná Tě budu štvát.

Všechny ty varianty jsou správně, a ať tak či onak, budu ráda za Tvou zpětnou vazbu na <https://www.facebook.com/zfuriemilovanouzenou/>.

A teď si jdi uvařit svůj oblíbený čaj, kávu, nebo si nalij sklenku dobrého vína, pohodlně se usad' a hurá do čtení... 😊

Věřím, že jakýkoliv lidský příběh má velkou sílu. Proto mám obrovskou touhu, při psaní těchto řádků inspirovat právě Tebe. A k čemu? ...

To já nevím, ale Ty na to přijdeš.

Děkuji Ti, že jsi tu a záleží Ti na sobě. Není to náhoda, že čteš zrovna tyto řádky.


Ve své knize sdílím, co jsem sama prožila a to velmi autenticky a otevřeně. Pokud je něco, kde máš pocit „Jééé, to bych chtěla taky“, pak mi věř, že už jen tímto pozitivním pocitem to do svého života přitahuješ.

Je důležité připustit fakt, že myslet na sebe není sobecké. Žena, co pochopí, že aby mohla dávat energii ostatním a pečovat o ně, musí nejdříve dát energii a péči sama sobě. Proto se NIKDY neodbývejte a dopřejte si denně čas na SEBE.

To učiní ženu neporazitelnou.

Kdo jsem já, Nad'a Alex Müllerová, a co Ti mohu předat?

Jsem matka báječného syna, žena skvělého muže, kreativní expertka pro uvolnění těla i mysli, podnikatelka v oblasti wellness a porušování integrity lidské kůže.

Mojí vášní se stala inspirace a podpora pro ženy jako jsi Ty. Pro ženy, které chtějí i sebemenší změnu, ale neví jak začít. Neví, ani jak se vlastně podívat sama na sebe a necítit se nejistá, ale milovaná  .

Jsem autorkou mnoha článků, které inspirovaly už více než 1000 žen.

Inspirouji je, aby žily a nenechaly život jen tak utéct, aby zbytečně nečekaly na zázrak, ale šly tomu zázraku naproti.

Sama nechci, aby nám protekly dny mezi prst jako zrnka písku a zbyly po nich jen vzpomínky na denní rutinu.

Proto musela přijít myšlenka „AHA“ - ty šedivé dny, které se staly nic neříkající minulostí musím proměnit v život. A „VUALA“- stala se z toho dobrodružná cesta, která mě naučila mnoho. A nechat si to pro sebe by byl hřích.

Proto jsem se zaměřila více na problematiku partnerství, vztahů a sebelásky. Ruku na srdce, každá z nás nebyla někdy pěkná fúrie, hysterka a co horšího neměly jsme rády samy sebe.

Jdu s kůží na trh, prostřednictvím svého příběhu Ti předám něco ze sebe. Ať už Tě to inspiruje nebo rozhořčí nebo pobaví či naštve. Možná se v některých pasážích najdeš nebo budeš chtít také něco takového zažít a já Ti poradím jak.

*Vím, že stejně jako já,
tak i Ty si ve svém
životě můžeš přát a
plnit cokoli na co
pomyslíš. Upřímně Ti
přeju, aby Tě mé
příběhy podpořily ke
krásným a báječným
změnám.*

Jak mě vůbec napadlo takovéto tvoření?

Byla jsem na dně, neváhám si říct i troska. Život sesypaný, vztahy nijaké, spousta alkoholu.

Na veřejnosti vždy s úsměvem, hustá, super, cool a boží. Což byla jen maska. Ve skutečnosti nevyrovnaná alkoholička na práškách. Nicotný život a přetvářka se staly takovou zátěží, až mi má duše i tělo řeklo **DOST**. Takhle už to dál nejde.

Období bez mého muže bylo temnější, než jsem si dokázala a chtěla připustit. Stále mi něco chybělo, něco co jsem hledala u jiných mužů, na večírcích a v alkoholu. Syna jsem nechávala u babičky a dědečka, aby se na mě nemusel koukat. Vždyť co to bylo za vzor?

Podvědomě i vědomě jsem věděla, že musím najít sama sebe, ale věřte, že na dně lahve od whisky nebo vína to nebylo. Ani v náruči jiného muže to nebylo úplně 100% ono.

Zpětně si přemítám veškeré situace, vztahy, vzpomínky, zážitky a s otevřenou myslí se nad nimi pozastavuji a analyzuji.

Co mi to dalo, co mi to vzalo, co mě to mělo naučit, před čím mě to mělo varovat a najednou je z toho dlouhá cesta sebepoznání a osobního rozvoje.

Hlavou se mi honilo spoustu témat a příběhů. Tolik, že by to bylo na další 3 knihy. Téma, jak být milovanou ženou, za kterou se muž těší domů, mi přišlo velmi rozmanité, protože se v tom odráží vlastně úplně vše ☺.

- **To co bylo, nás poučilo**
- **To co je, nás stmeluje**
- **To co bude, nám dává naději**

Život jako horská dráha

Vztahy jsou jako horská dráha, nahoru, dolů a někdy potřebují čas i prostor. Příklad Ti ukážu na našem vztahu s mým báječným mužem. Spousta lidí se mě ptá, jak je možné, že po tom všem, co jsme si provedli při našem odloučení, jsme znovu spolu, šťastní a napořád. K tomu se váže dost dlouhý příběh. Už mě napadlo, že z toho může být další kniha 😊. Ale na co bychom se hrabali v tom, co bylo... důležité je přece to, co je teď.

No dobře tak kousek:

Byli jsme mladí a nevybouření. Já teda hodně nevybouřená. No, co si budeme povídat. Mít vztah od 14 let...to si člověk moc nestihne zařadit. A hlavně jsem nevěděla čeho si vážit, jak řešit problémy a hádky. Co hůř, byla jsem tak šílená stíhačka, chorobně žárlivá fúrie a to vedlo k našemu odloučení. Ublížili jsme si. Strašně moc to bolelo. Téměř 3 roky

Museli jsme se odloučit, abychom se mohli spojit moudřejší, silnější a mít hlubší pouto.

odloučení a nenávisti. I nenávist je velmi silný cit, a mezi láskou a nenávistí je někdy velmi tenká hranice. Nebyli jsme schopni se pozdravit a promluvit si už vůbec. Komunikaci nám zajistil kamarád, který byl naneštěstí ve vězení. Měl jen nás dva, a když začal potřebovat laskavosti od nás z venku, museli jsme komunikovat. Najednou to šlo. Bez hádek a urážek. Následovala kávačka, potom drink, z drinku byl víkend, z víkendu týden.....



To by bylo ve zkratce, celou story si
budeš moci přečíst v mé knize.
Přece chápeš, že nemůžu vše prozradit hned.
To by nebyla přece jen ochutnávka 😊.



Pohodlí nebo štěstí?

Zdá se to jako otřepaná fráze „vystoupit ze své zóny komfortu“ já jsem si to pojmenovala po svém „ pohodlí nebo štěstí“.

Udělat něco pro své štěstí, ještě nikomu neublížilo. Ba naopak. Když se zamyslím nad lidmi,co znám a jsou úspěšní, tak jsou to lidé, co vždy vyčnívali z davu. Nechtěli být jeho součástí.

Takže zvednout zadky, přestat se bát a šup něco dělat.

Nemůžeš chtít změnu k lepšímu, když zůstane vše při starém.

Krásky, změny se neudělají samy.

Lidé často touží po věcech, které přesahují jejich dosavadní život.

Život rád tato přání plní, ale člověk je zaskočen tím, že nové věci nemůžou přijít bez toho, aby se udála nějaká změna.

My lidé nemáme rádi změny.

Mé životní lekce a uvědomění si, ve kterých se můžeš vidět nebo teprve najít, nezačali na Bali, v Indonésii nebo v Indii. Necestovala jsem po světě, abych našla klid a harmonii. Ne, neboj. Jsem úplně obyčejná smrtelnice, co jezdí na Mácháč a do Chorvatska. Pokud jsem cestovala po Evropě, bylo to pracovní s mým mužem. Jsem živým důkazem toho, že to jde i při každodenním shonu obyčejné ženy. Nemusíš stejně jako já, strávit měsíce v šaolinském klášteře, protože upřímně, ne každá z nás má tu možnost nebo chuť.


Je důležité se poučit z chyb, ať už jsou sebevětší. Ano, je lehčí se učit z chyb co udělali druzí, ruku na srdce...sice by to nebolelo tolik, ale ten efekt by nebyl takový. Osobně si musím sama nabít hubičku a většinou tím nejhorším způsobem. Moje mamka říká, že vždy jedu do extrému a v pubertě to teprve bylo dílo. Divím se, že žiju. ☺

Co by měli mé příběhy sdělit?

- *Šance*
- *Naděje*
- *Vytrvalost*
- *Bojovnost*
- *Pokora*
- *Láska*
- *Sebeláska*
- *Úcta*
- *Sebeúcta*
- *Chtít víc pro své milované!*

Být na místě rodičů, tak mě „zabiju“, za ty hrozné věci. Průšvih za průšvihem. Puberta byla velmi cenná lekce. Dost bolestivá, nejen pro mě. Bohužel. Poučení asi jinak u extrémních jedinců nepřijde.....

Jak je vidět pubertu i další nástrahy jsem přežila. Vyšla jsem z toho jako vítěz. Kolik nástrah a jak se povedlo vše přežít, Ti moc ráda řeknu v knize.

Děkuji, že jsi dočetla až do konce. Věřím, že jsi našla něco, co bys chtěla aplikovat ve svém životě. Věřím, že chceš vědět, jak to celé bylo, jak na to. Budu velmi ráda, pokud Ti skrze mé další články a knihu budu moct být i nadále lektorkou, člověkem, který Tě motivuje, inspiruje a ukazuje nové směry. Jak žít radostně a s pocitem naplnění. Měj se krásně 

Co jsem pro ostatní?

- Sebevědomá
- Cílevědomá
- Hrdinka
- Laskavá
- Nafrněná
- Panovačná
- Egoistická
- Inspirativní

Takto mě možná vidí jiní, někdy je to dobré, někdy ne.

Ale dokud budu se sebou spokojená, ostatní si mohou myslet, co chtějí 😊.

A co dál? Příběh má samozřejmě pokračování...

Příběh o tom, jak jsem se stala z fúrie, milovanou ženou najdeš celý ve stejnojmenné knize, ze které sis právě malý kousek přečetla.

Mou velkou touhou je motivovat Tě v mé knize k tomu, abys žila svůj život jako příběh, který o sobě budeš chtít vyprávět.

Knihu nám nadělím jako dárek k narozeninám, které mám v březnu.

Březen 2019 bude magický. Do té doby Tě zvu, ke sledování FB.

<https://www.facebook.com/zfuriemilovanouzenou/>

S láskou a úctou Nad'a 