

Pressemitteilung



»Dieses Buch handelt vom Glück, beherzt zu leben. Es handelt von der Kunst, mutig zu sein – eine Kunst, die den Mut zur Verletzbarkeit in sich einschließt. Und es handelt von der Angst, die uns vor Leichtsinn und Tollkühnheit warnt und uns schützt, uns aber auch am Leben hindern kann.«
Melanie Wolfers

Das Mutmacherbuch der SPIEGEL-Bestseller-Autorin. Erscheint am 1.10.2018 bei bene!

Von der Kunst, mutig zu sein

Warum scheuen wir uns, Entscheidungen zu treffen? Woher kommt es, dass wir so zögerlich oder gar ängstlich sind? Dass wir uns schwertun, etwas zu wagen? In ihrem neuen Ratgeber geht die SPIEGEL-Bestseller-Autorin Melanie Wolfers diesen Fragen auf den Grund und zeigt, wie wir mutig leben können – ohne, dass uns unsere Angst lähmt.

Da hegt man schon lange einen Traum und traut sich dann doch nicht, loszugehen. Man dürstet nach Nähe, zeigt dies aber nicht, weil man befürchtet, erneut enttäuscht zu werden. Man leidet unter einem Alltag, der einem die Luft abschnürt – und bleibt doch lieber im vertrauten Unglück hocken, als sich auf unbekanntes Gelände vorzuwagen. *»Die Angst, etwas falsch zu machen oder sich Schrammen zu holen, hindert uns, das Leben mit beiden Händen zu greifen und Neues auszuprobieren«,* bringt es Melanie Wolfers auf den Punkt und ergänzt: *»Natürlich ist ein Schiff geschützter, wenn es im Hafen bleibt. Aber dafür werden Schiffe nicht gebaut!«*

In ihrer langjährigen Beratungspraxis sind der Theologin und Seelsorgerin viele Menschen begegnet, deren Lebensgefühl sich so beschreiben lässt: *»Ich habe es eigentlich satt, immer nur vorsichtig, quasi unter Vorbehalt zu leben. Ängstlich, einen Fehler zu machen. Mich lieber anzupassen, statt anzuecken. Ich will mutig und angstfrei leben! Aus ganzem Herzen.«* Diesem Lebensgefühl spürt Melanie Wolfers in ihrem Ratgeber empathisch nach und vermittelt Klarheit und Orientierung für das eigene Leben.

Dabei schreibt Melanie Wolfers keineswegs aus einer erhabenen Position heraus: *»Auch ich kenne Situationen, in denen ich vor einer wichtigen Entscheidung zurückscheue. In denen ich zu viel auf fremde Ratschläge und zu wenig aufs eigene Herz höre«,* sagt die Autorin. *»Ich kenne aber auch das Glück, das darin liegt, unerschrocken zu leben.«* Deshalb ermutigt sie dazu: *»Trau dich, es ist dein Leben!«*

Die Autorin



(c) Manuela Holzer-Horny, www.picts.at

Melanie Wolfers

Dr. theol., Mag. phil., studierte Theologie und Philosophie in Freiburg und München und arbeitete anschließend als Hochschul-seelsorgerin in München. 2004 trat sie in den Orden der Salvatorianerinnen in Österreich ein. Seitdem lebt sie in Wien und engagiert sich vielfältig in der Beratungs- und Bildungsarbeit. Melanie Wolfers schöpft aus ihrer langjährigen Erfahrung als Seelsorgerin, ist Bestsellerautorin und gefragte Referentin. www.melaniewolfers.de

Lesungstermine zum neuen Buch

Deutschland

- 01.10.2018 – **Düsseldorf**, Liebfrauenkirche
- 02.10.2018 – **Bergheim**, Anton-Heinen-Haus
- 03.10.2018 – **Bonn**, Kammerspiele Bad Godesberg
- 04.10.2018 – **Remscheid-Lennep**, Kulturzentrum Klosterkirche
- 06.10.2018 – **Solms**, Klostersgut Altenberg
- 06.11.2018 – **Cloppenburg**, Akademie Stapelfeld
- 07.11.2018 – **Lingen**, Ludwig-Windthorst-Haus
- 08.11.2018 – **Osnabrück**, Forum am Dom

Österreich

- 08.10.2018 – **Wien**, Thalia Mitte
- 22.11.2018 – **Salzburg**, Saal der Salzburger Nachrichten

Nähere Informationen und weitere Termine unter: www.melaniewolfers.de