



Foto © Alexandra Goll



Foto © Franke's / Shutterstock.com

Raus ins Leben

»Trau dich, es ist dein Leben« – so lautet der Titel des neuen Ratgebers von SPIEGEL-Bestsellerautorin Melanie Wolfers. Im Interview gibt die gefragte Referentin und Seel-sorgerin einen kleinen Einblick in ihr Buch, in dem sie zu mehr Mut aufruft. Und sie verdeutlicht, warum es auch eine Entscheidung ist, sich nicht zu entscheiden.

Liebe Frau Wolfers, bitte beschreiben Sie Ihr neues Buch in drei Sätzen ...

Mein Buch »Trau dich, es ist dein Leben« handelt vom Glück, das darin liegt, 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 warnt und schützt, die uns aber auch am wahren Leben hindern kann.

Warum interessieren sich aus Ihrer Sicht so viele Menschen für die Kunst, mutig zu sein?

Viele sind es überdrüssig, dass Angst ihr Leben einschränkt. Weit verbreitet ist etwa die Angst der ewig Unentschlossenen: Die Fülle an Möglichkeiten und die Furcht, sich durch eine falsche Entscheidung Zukunftschancen zu verbauen, bremst sie aus. Andere wagen es nicht,

auf die Träume ihres Herzens zu hören und manövrieren sich auf diese Weise in ein angepasstes, seichtes Leben. Und genau das haben viele Menschen satt! Sie wollen beherzt in die Zukunft schauen. Und sie spüren: Worauf es ankommt, ist der Mut, sich halb-sicher und mit ganzem Herzen dem Strom des Lebens zu überlassen.

Wieso ist es Ihnen persönlich wichtig, Ihre Leserinnen und Leser zu beherztem Leben zu ermutigen?

Der Wunsch, beherzt zu leben, spielt für mich eine große Rolle. Denn Mut öffnet uns die Tür zum Leben! Natürlich ist ein Schiff geschützter, wenn es im Hafen bleibt. Aber dafür werden Schiffe nicht gebaut.

Ähnlich gilt: Natürlich fühlt es sich sicherer an, wenn wir unter dem Radarschirm fliegen. Doch nur, wenn wir auf der Bildfläche unseres Lebens mutig auftauchen und uns zu uns selbst bekennen, werden wir Liebe und Freundschaft erfahren. Werden wir Neues ausprobieren und ein Leben führen, das zu uns passt. Und nur dann werden wir der Welt das geben können, was allein wir zu geben vermögen.

»Worauf es ankommt, ist der Mut, sich halb-sicher und mit ganzem Herzen dem Strom des Lebens zu überlassen.«

Melanie Wolfers

Klarheit und Orientierung für das eigene Leben

Spirituelle Wege zu einer starken Persönlichkeit

Das Mutmacher-Buch der SPIEGEL-Bestsellerautorin

Warum scheuen wir uns, Entscheidungen zu treffen?

Melanie Wolfers beschreibt das Lebensgefühl vieler Menschen, die ihr in ihrer langjährigen Beratungspraxis begegnet sind, in etwa so: *»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 leben! Aus ganzem Herzen.«*

In ihrem neuen Buch geht die SPIEGEL-Bestsellerautorin diesem Lebensgefühl auf den Grund.

Woher kommt es, dass wir so zögerlich sind? Dass wir uns schwertun, etwas zu wagen?

Die Angst, etwas falsch zu machen oder sich Schrammen zu holen, hindert uns, das Leben mit beiden Händen zu greifen und Neues auszuprobieren. Dabei hat der, der nichts riskiert, auf jeden Fall am Ende die größeren Probleme. Deshalb ermutigt Melanie Wolfers dazu: *»Trau dich, es ist dein Leben!«*



Foto: © Alexandra Grill

Melanie Wolfers, Dr. theol., Mag. Phil., studierte Theologie und Philosophie in Freiburg und München und arbeitete anschließend als Hochschulseelsorgerin 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.melaniemolfers.de



Melanie Wolfers

Trau dich, es ist dein Leben

Die Kunst, mutig zu sein

Hardcover mit handschmeichlerischem Schutzumschlag · 13,5 x 21,0 cm · ca. 224 Seiten
WG 1.481 · ISBN 978-3-96340-022-3

€ [D] 17,- Euro · € [A] 17,50

ET 1. Oktober 2018



9 783963 400223