

Ein Begleiter für die Höhen und Tiefen des Lebens

Dieses Buch ist ein wunderbarer Lebensbegleiter "für alle Fälle" - für Höhen wie für Tiefen. Weise, klug und einfühlsam - ohne dabei an Offenheit und Ehrlichkeit einzubüßen - nimmt Erika Greifeneder auf die verschiedensten Lebensthemen Bezug, die uns alle betreffen, weil sie genauso zum Leben gehören wie die Luft zum Atmen und darum gar nicht "wegzudenken" sind, auch wenn viele Menschen dazu tendieren, "wegzuschauen" - sei es aus Betriebsamkeit oder aus Furcht vor dem Schmerz, der infolgedessen zutage treten könnte.

Da geht es beispielsweise - um nur einige Kernthemen zu nennen - um Charakter(bildung) und in diesem Zusammenhang insbesondere um Herzensbildung, um Authentizität, um Autorität, um Balance, um Demut, um Disziplin, um das Ego, um Narzissmus, um Einsamkeit, um Emotionen, um Erwartungen und Enttäuschungen, um Fügung und Schicksal, um Wunder und Zufall, um das Gewissen, um Glück, um Harmonie, um Enthaltsamkeit, um Humor, um Intuition, um das Karma, um Moral, um die kulturelle Vielfalt, um Vorurteile, um Patriotismus, um Toleranz, um Religion, um Schuld und Vergebung, um Schmerz, um Selbstfindung und Selbstwertgefühl, um Selbstbetrug und Selbstzerstörung, um Sexismus, um Social Media, um Demokratie, um Dekadenz u.v.m.

Und natürlich dürfen auch die ganz großen Themen nicht fehlen, wie Liebe, Begehren und Partnerschaft, Bindung, Ehe, Familie und Elternschaft, Erziehung und Kommunikation, Erfolg(ssstreben), Stress, Burn-out und Entspannung und nicht zuletzt persönliche Wandlung, Sinn und Philosophie.

Die Autorin präsentiert ihre Themen in alphabetischer Reihenfolge; wem es gefällt, der kann sich auch ganz nach eigenem Gutdünken und Belieben aussuchen, welches Thema er sich (zuerst) zu Gemüte führen möchte - dies tut der Kohärenz keinerlei Abbruch, der Leser kann jederzeit überall "einsteigen". Ebenso hervorragend eignet sich dieser "vitalisierende" Band zur mehrmaligen Lektüre, ist er doch ein kostbarer Schatz und ein immerwährender Energiespender - "reflektiert in Richtung Frieden" -, der seinesgleichen sucht!

Alexandra Eryigit-Klos 02.06.2020

Quelle: www.literaturmarkt.info