

„Verlust ist nichts anders als Verwandlung.“

(Mark Aurel, vgl. Buch Seite 39)

Liebe Lesenden!

Fast alle Bereiche des menschlichen Lebens werden von Unsicherheiten tangiert. Sicher ist nur, dass nichts sicher ist. **Anja Förster** beschreibt in ihrem Buch „**7 Superkräfte – Gestalten, Leben und Sein in einer chaotischen Welt**“ mit welchen wichtigen Eigenschaften es gelingt, Veränderungen anzunehmen und sie für die eigene positive Weiterentwicklung zu nutzen. Um in dieser Welt voller Umbrüche und tiefgreifender Disruptionen erfolgreich zu navigieren, werden wir 7 Superkräfte benötigen. Hautnah wird der stetige Wandel im Negativen, sobald er uns selbst betrifft, etwa mit einer Kündigung, einer Krankheit - oder einer Trennung. Dann kommt nur bedingt Freude auf. Eine solche Trennung hat Anja Förster schmerzhaft erlebt. Sie nimmt uns mit auf eine tiefgründige und bedeutungsvolle Reise. Das Ende ihrer langjährigen Ehe- und Arbeitsgemeinschaft zwang sie, heilsame Kräfte in sich zu entdecken und zu entwickeln. Sie möchte mit ihrem Buch dazu ermutigen, die "Schleudergänge" des Lebens als das zu sehen, was sie sind: Eine Einladung, unsere innewohnenden Potentiale zu erkennen und zu entfesseln. Das ist leider etwas, was wir weder in der Schule, Ausbildung noch im Studium gelernt haben. Für die individuelle Bewältigung der neuen Situation braucht es einen stimmigen, eigenen Weg. Umso wichtiger, dass wir uns selbst auf den Weg machen, unsere inneren Kompetenzen zu stärken. Die 7 inneren Kräfte beschreibt sie klar, klug, authentisch und praktisch einsetzbar. Sie bietet nicht nur theoretisches Wissen und wunderbare Zitate, sondern auch praktische Übungen und Anleitungen, um die vorgestellten Superkräfte in unserem eigenen Leben anzuwenden. Sie führt uns Schritt für Schritt durch verschiedene Übungen, die uns dabei helfen, unsere Superkräfte zu aktivieren und im Alltag umzusetzen. Ein inspirierendes Buch, das große Lebenskunst vermittelt. Dieses Buch könnte nicht zu einer besseren Zeit kommen. Es ist die Anleitung für jeden Menschen, der Teil der Lösung sein und sich persönlich weiterentwickeln möchte. Es fordert uns auf, unsere eigenen Superkräfte zu aktivieren, seine Grenzen zu überwinden, authentisch zu leben und gemeinsam Erfolge zu feiern.

Dieses Buch ist eine inspirierende Lektüre für alle, die ihr volles Potenzial entfalten möchten. Durch die vorgestellten Superkräfte erhalten wir wertvolles Wissen und praktische Werkzeuge, um unser Leben nach unseren eigenen Vorstellungen zu gestalten.

Mit herzlichen Grüßen,

Monika Hesse-Haake