

Presseinformation

Constanze Kleis

Das Leben ist zu kurz für Mimimi

Warum es befreiend ist, Verantwortung zu übernehmen

Umfang: 192 Seiten

Format: 13,5 x 21 cm, Klappenbroschur

Preis: 16,99 € (D) / 17,50 € (A) / 23,90 SFr

ISBN: 978-3-8338-7530-4

Erscheinungsdatum: Dezember 2020



 Auch als
eBook
erhältlich.

Ziemlich gut genug und herrlich unvollkommen...

Constanze Kleis humorvoller Gegenentwurf zum Perfektionismus- und Coaching-Wahnsinn stellt die eigene Intuition wieder in den Mittelpunkt

Können wir heute eigentlich nichts mehr einfach allein? Wie man sich verliebt, sich trennt, richtig schläft, Sex hat oder spazieren geht – für alles brauchen wir Hilfe von außen. „Schluss mit der ewigen Selbstoptimierung!“, sagt Constanze Kleis und damit NEIN zum allgegenwärtigen Coaching-Overkill, der uns zu blutigen Lebens-Laien degradiert. Aufmunternd und erfrischend unterhaltsam vertritt die Journalistin und Bestseller-Autorin in ihrem Buch **Das Leben ist zu kurz für Mimimi** eine wichtige Botschaft: Vertraue auf dich selbst! Freue dich über die Ecken und Kanten, denn sie sind es, die dich und das Leben erst spannend machen!

Mittlerweile gibt es kaum noch einen Lebensbereich, in dem wir uns nicht lieber von Beratern unter die Arme greifen lassen. Sie zeigen uns, was Glück ist und wie man es erreicht. Ein Ziel, das wir aber nie erreichen werden. Denn es macht uns nur unsicherer und ängstlich, wenn man uns ständig unser Leben souffliert. So kam das große Mimimi in die Welt. Eine Pandemie von Ohnmacht und Hilflosigkeit.

Nein, das ist nicht schön und muss sich dringend ändern. In ihrem neuen Buch zeigt uns Constanze Kleis den Notausgang aus dem tiefen Jammertal. Sie erklärt, warum wir so anfällig dafür sind, uns von anderen erzählen zu lassen, wie wir besser leben sollten. Wieso heute alles immer gleich Krise oder Krankheit ist und therapiewürdig – selbst ganz normale Daseins-Begleiterscheinungen wie Herzschmerz, Melancholie, Trauer, Unsicherheit, stieselige Männer und ja, auch die Speckrollen um die Leibesmitte. Und sie erinnert daran, was wir alles einmal ganz alleine konnten: Nämlich unser Leben selbst wieder auf ‚Rundlauf‘ stellen. Ihr Buch ist eine Ermunterung zur eigenwilligen Liebe, zur selbstgemachten Romantik, zum Schlafen für Anfänger und Sex für Dilettanten, zum Traurigsein für Selbstbewusste, zur Macke für Souveräne, mit anderen Worten zum beherzten Durchwursteln.

Constanze Kleis ist Buchautorin und Journalistin, unter anderem für die Frankfurter Allgemeine Sonntagszeitung, Freundin, myself und Donna. Als Schriftstellerin veröffentlichte sie zusammen mit Susanne Fröhlich mehrere Bestseller, darunter „Langenscheidt Deutsch-Mann/Mann Deutsch“, „Kann weg!“ und „Diese schrecklich schönen Jahre“.