

Ja zu sich sagen

Buch Persönlichkeitscoach Silvia Fink-Eisinger aus Oberstdorf schreibt Ratgeber über Selbstfindung

Sonthofen/Ofterschwang Endlich selbstbewusst. Lerne, Dich selbst zu lieben. Glücksmomente ... Alles Titel von aktuellen Büchern, die dem Leser helfen sollen, sich weiterzuentwickeln. Auch Persönlichkeitscoach Silvia Fink-Eisinger, die in Sonthofen einen Friseursalon leitet und Vorher-Nachher-Shows organisiert, hat nun einen neuen Persönlichkeitsratgeber herausgebracht: „Ent-Wickel Dich – finde den goldenen Faden Deines Lebens“ heißt ihr 180-Seiten-Werk. Darin geht es um „Selbsterkenntnis und darum, sich bewusst zu werden, dass man ein Unikat ist“, schreibt die 52-Jährige als Fazit des Buches.

Die Schrift ist nicht Schwarz auf Weiß, sondern Grün auf Weiß. „Grün ist die Farbe des Lebens“, sagt die Oberstdorferin, die kurz vor der Fertigstellung des Buches ihre 18-jährige Tochter Tamina bei einem tragischen Reitunfall verlor. Fink-Eisinger sagt: „Die Trauer werde ich immer in mir tragen, aber ich will es nicht zulassen, dass mich das Leid zermalmt.“ Sie habe in den vergangenen Wochen einen „tiefen Glauben“ entwickelt.

„Das größte Gut und die einzige Wahrheit ist die innere Stimme“, sagt die Oberstdorferin, die mit ihrem Ratgeber anderen Mut machen will. Mut, zu sich selbst zu finden, zu agieren und nicht zu erstarren.



Silvia Fink-Eisinger.

Foto: Eisinger

„Es ist so wichtig, sich selbst zu finden“, sagt die Tochter eines Apfelbauern, die in Baden-Württemberg aufwuchs.

In 16 Kapiteln übers „Selbst“ von Selbsterfahrung bis Selbsterkenntnis gibt Fink-Eisinger eigene Lebenserfahrungen weiter. Wie sie den „Stuibenrun“ meisterte, sich selbstständig machte, Erfahrungen in den USA sammelte und auch eine Miss-Wahl für sich entschied. Solche „Schlüsselmomente“ seien es gewesen, die sie weiter brachten. Fink-Eisinger wählt eine persönli-

che Sprache. Sie ist mit dem Leser auf Augenhöhe, spricht ihn mit dem vertrauten Du an. Jedes Kapitel hat ein Vorwort, gibt Anregungen, gut zu sich zu sein. Die Autorin beschreibt in den Haupttexten ihr Empfinden in unserer Gesellschaft. Beispiel: „Wir sind solch ein trauriges Völklein geworden“ – immer mehr Menschen nehmen heute Antidepressiva ein. Die profane Formel für ein kraft- und liebevolles Leben lautet schlicht: „Ein Mensch braucht einen Menschen.“ Und der Anfang einer gesunden und stabilen Beziehung sei die Selbstliebe. Fink-Eisinger motiviert, das Leben positiv zu sehen, Chancen zu nutzen und auch mal herzlich zu lachen. „Entwickel Dich – liebe dich – lebe Dich! Das ist der einzige Sinn im Leben“, schreibt die Persönlichkeitstrainerin. Authentizität sei wichtig im Leben. Herzenswärme und Sympathie seien der Dolmetscher jeglicher Kommunikation. (sir)

Ent-Wickel Dich

ist das vierte Buch von Silvia Fink-Eisinger. Es ist im Buchhandel erhältlich für 19,40 Euro, ISBN-Nummer 978-3-00-057-322-4

