

24x sich selbst zulassen

von Kira Beer



Ausgabe	ISBN	Preis	Seiten	Erscheint
Taschenbuch	9783949617577	11,00 €	50	05.09.2025
Warengruppe	Hardcover · Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung, Persönliche Entwicklung			

Über das Buch

Die Zwanziger – eine Zeit voller Fragen, Unsicherheiten und Neuanfänge. Kira Beer nimmt uns in „24x sich selbst zulassen“ mit auf eine persönliche Reise durch diese bewegte Lebensphase. Inspiriert von Liedern, die tiefer berühren, schreibt sie offen und ehrlich über die Herausforderungen, sich selbst zu akzeptieren, geliebt zu fühlen und den eigenen Weg zu finden. Diese 24 Momentaufnahmen sind Trostspender und Mutmacher für alle, die sich mitten im Ringen um sich selbst befinden – ganz egal, in welchem Alter. Begleitet von einer Auswahl bewegender Songs, werden Gefühle der Überforderung, Sehnsucht nach Echtheit und der Wunsch nach Frieden und Ankommen spürbar. Die Texte sind flexibel einsetzbar: Als tägliche Begleiter in schwierigen Phasen, als Inspiration für persönliche Reflexionen oder einfach zwischendurch – sie laden ein, ehrlich mit sich selbst zu sein und die eigene Verletzlichkeit anzunehmen. Mit QR-Codes zu allen gängigen Streaming-Plattformen (inklusive YouTube).

Über die Autor:innen

Katholische Theologin, Seelsorgerin und Influencerin

Pressekontakt & Rezensionsexemplare

Lisa Felbinger · ruach.jetzt GmbH · Arnoldstraße 26 · 54295 Trier

E-Mail: lisa@ruach.jetzt · Telefon: +491796125689

Rezensionsexemplare (Print oder digital) senden wir Ihnen auf Anfrage gern zu.