

Buch baut Seele auf

Der Linzer Autor **Jonathan Mittermair** stellte ein ungewöhnliches Buch vor. "Der Adler Aaron" ist nämlich ein Kinderbuch für Erwachsene und gleichzeitig auch ein Mental-Trainingsbuch. Damit kann man lernen, sein Selbstbewusstsein aufzubauen und mit Hilfe der



Technik des Erfolgs-Tagebuch-Schreibens zu stärken. Mit klarer Sprache und traumhaften Zeichnungen vermittelt das Buch diese mentale Technik spielerisch. Sie ist unaufdringlich in die Handlung eingebettet und zieht sich wie ein roter Faden durch die Geschichte. Jedes Wort ist dabei bewusst gewählt, um eine höchstmögliche positive Wirkung auf das Unterbewusstsein auszuüben und das Selbstvertrauen zu stärken. Positive Glaubenssätze sollen gefördert werden oder neu entstehen können. Das Buch ist erhältlich im Webshop www.adleraaron.com sowie bei Amazon und im Buchhandel.

Seite 50