

# Autorenlesung

## mit Jonathan Mittermair

### „Der Adler Aaron“



Am 13. März 2018 besuchte uns 2 Stunden lang der Mentaltrainer und Kinderbuchautor Jonathan Mittermair in der Volksschule, wo er uns das Buch

„Der Adler Aaron – und das geheimnisvolle Erfolgs-Tagebuch“ vorstellte.

„Der Adler Aaron“ ist ein einzigartiges Kinderbuch, denn es ist zugleich ein Mental-Trainingsbuch und somit wie ein persönlicher Mentalcoach für Kinder als auch für Erwachsene.

Mit klarer, einfacher Sprache und wunderschönen, traumhaften Zeichnungen vermittelt dieses Buch spielerisch und leicht verständlich die mentale Technik des Erfolgstagebuch-Schreibens. Jedes Wort ist bewusst gewählt, um eine höchstmögliche positive Wirkung auf das Unterbewusstsein der Leser auszuüben und das Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen aufzubauen. Es sind Affirmationen enthalten, die beim Leser positive Glaubenssätze verstärken und neue positive Glaubenssätze entstehen lassen. Mit dem abschließenden Arbeitsblatt „Mein Erfolgstagebuch-.Blatt“ werden die Leser aufgefordert, jetzt sofort 3 Erfolge aufzuschreiben und somit das persönliche Erfolgstagebuch zu beginnen. Dadurch wird der Grundstein für die Entwicklung einer neuen positiven Gewohnheit gelegt.

Dieses Kinderbuch zeigt dir einen bewährten Weg zu einem erfolgreichen, glücklichen und selbstbestimmten Leben in Freiheit – einen Weg, den jeder Mensch einfach gehen kann. Die ermutigende Botschaft ist: Glaube an dich! Du schaffst es!

Inhalt:

Die wundervolle Geschichte handelt vom kleinen Adler Aaron, der bei den Hühnern aufwächst. Deshalb denkt und glaubt er, dass er ein Huhn sei. Eines Tages begegnet ihm der weise Adler Magnus, der zu seinem Mentor wird. Magnus hilft Aaron, sich selbst und seine Bestimmung zu entdecken und seinen großen Traum „Fliegen zu können“ zu verwirklichen.

Magnus schenkt Aaron ein geheimnisvolles Erfolgstagebuch, mit dem er Schritt für Schritt sein Selbstbewusstsein aufbaut – indem er täglich mindestens drei persönliche Erfolge aufschreibt und sich diese länger in Erinnerung behält.

Aaron nimmt diese Hilfe dankend an. Er ist lernbereit und wendet das neue Wissen sofort in der Praxis an. Durch aktives Handeln und Tun wächst er über sich hinaus. Aaron folgt der Stimme seines Herzens, überwindet seine Ängste und Zweifel, verlässt seine Komfortzone und macht sich vertrauensvoll auf seinen Weg.

Aaron will ein mutiger und großer Adler werden – der beste Adler, der er sein kann. Magnus lehrt ihn die Eigenschaften, die alle erfolgreichen Adler besitzen. Auf seinem Weg hat Aaron auch Rückschläge und eine große Krise zu überwinden. Beinahe scheitert er. Doch er glaubt felsenfest an sich und seinem großen Traum „Fliegen zu können“. Aus dieser Prüfung geht Aaron gestärkt hervor und erreicht schließlich sein Ziel.

Im Laufe der Handlung entwickelt sich Aaron vom kleinen Adler zum jugendlichen und dann erwachsenen Adler. Er wächst körperlich und geistig, physisch und psychisch, außen und innen. Er entwickelt seinen Talente und Stärken, seine Persönlichkeit und seinen Charakter.

Besonders gut hat uns das kindgerechte Vermitteln des Themas auf spielerische Weise gefallen und der stetige Wechsel von Ruhe- und Bewegungsphasen (Lesung, Workshop und Mentalübungen). Dadurch, dass alle Sinne angesprochen wurden, konnte eine angenehme Atmosphäre geschaffen werden, in der sich die Kinder noch besser in die Geschichte hineinversetzen konnten (z. B.: der angenehme Zitronengeruch im Raum, die verschiedenen Stofftiere zum Anfassen, die musikalische Untermalung, die Star-Box und die Präsentation. Das Erfolgstagebuch, womit die Kinder das Gehörte vertiefen und umsetzen können, ist eine tolle Aufmerksamkeit, welche die Kinder bestärkt, sich weiterhin mit dem Thema zu beschäftigen. Es war schön zu beobachten, wie die SchülerInnen in diesen zwei Stunden „gewachsen“ sind und Inspirationen zur Entdeckung der eigenen großen Träume, Visionen und Ziele bekommen haben.

Die SchülerInnen und Lehrerinnen waren von der Lesung restlos begeistert und alle waren sich einig: Es war die beste Lesung, die wir bisher erlebt haben. Wir möchten uns noch einmal recht herzlich für die positive Energie, die du mit deiner Adler Aaron Mental-Lesung bei uns und in unseren Herzen verströmt hast, bedanken.

