



**Neues Buch von SPIEGEL-
Bestseller-Autorin**

Goldegg Verlag
Wien | Berlin

Melanie Pignitter zählt längst zu den erfolgreichsten Mentaltrainerinnen im deutschsprachigen Raum. Mit ihren Social-Media-Posts sowie ihrem Podcast und Blog „Honigperlen“ erreicht sie mehr als eine Million Menschen pro Monat. Nach drei weiteren erfolgreichen Ratgebern kommt nun die von ihrer Community lange erwartete Neuauflage ihres ersten Buches.

Ein Feuerwerk an Lebensfreude!

In der erweiterten Neuauflage „Als ich lernte, mich selbst zu lieben, war mein Leben eine runde Sache“ ihres 2018 erschienenen Buches schenkt sie ihren Leser:innen einfache Anregungen und Tools, mit denen sie ein Feuerwerk an neuer Lebensfreude entfachen können.

„Wenn du dich mit deinem Leben versöhnen und ihm einen tieferen Sinn geben, deine Talente endlich leben und glücklich bis in die Zehenspitzen sein willst, ist dieses Buch genau das Richtige für dich! Es inspiriert dich dazu, dich selbst zu lieben – von Kopf bis Fuß und allem dazwischen!“, so Melanie Pignitter.

Sag JA zu dir selbst!

„Denn du bist nicht klein. Du bist nicht schwach. Du bist gut, so wie du bist. Du kannst die Schöpferin all deiner Träume, deine beste Freundin und deine große Liebe sein, wenn du JA zu dir selbst sagst“, ermutigt die Autorin ihre Leser:innen.

Die diplomierte Mentaltrainerin, Selbstliebe-Mentorin und höchst erfolgreiche Bloggerin hilft ihren Leser:innen, zum Kern ihrer Selbstliebe zurückzukehren. Sie lädt auf eine spannende Reise zum Selbst ein und hilft, das Leben positiv zu verändern.

Wie alles begann ...

Nach schwerer Krankheit und 600 Tagen Dauerschmerz beschloss die SPIEGEL-Bestseller-Autorin, mit dem Jammern aufzuhören und ihr Glück und ihre Träume zurückzuerobern. Das gelang ihr auf höchst imposante Weise, denn mit ihrem ersten Buch erreichte sie Tausende Leser:innen. Auch durch ihren Blog und ihre Social-Media-Kanäle inspiriert sie täglich Tausende Menschen, Schmerz loszulassen und sich selbst zu lieben.

Die Mentaltrainerin entwickelte in den letzten Jahren ihre Ansätze, Tools und Techniken weiter. Nun kehrt sie zu ihrem ersten Buch zurück, um den Inhalt auf den neuesten Stand zu bringen. „Als ich lernte, mich selbst zu lieben, war mein Leben eine runde Sache“ eignet sich vor allem für Leser:innen, die sich zum ersten Mal mit den Themen Selbstfürsorge, Achtsamkeit und Mindset befassen.

„Sag JA zu dir selbst, lass dich auf die Reise ein – und erobere deine Träume und dein Glück zurück!“

MELANIE PIGNITTER



Melanie Pignitter

Als ich lernte, mich selbst zu lieben,

war mein Leben eine runde Sache

Mehr Selbstakzeptanz und Selbstliebe

ISBN: 978-3-99060-296-6

Preis: 20,00 €, 258 Seiten

Erscheinungsdatum: 05.09.2022

Leseprobe

Rückfragehinweis & Rezensionsexemplare

Veronika Holzer

Goldegg Verlag

PR | Werbung | CSR

T +43 1 505 43 76-73

veronika.holzer@goldegg-verlag.com

Vereinbaren Sie jetzt einen Interviewtermin für Ihr Medium!

Zur Autorin

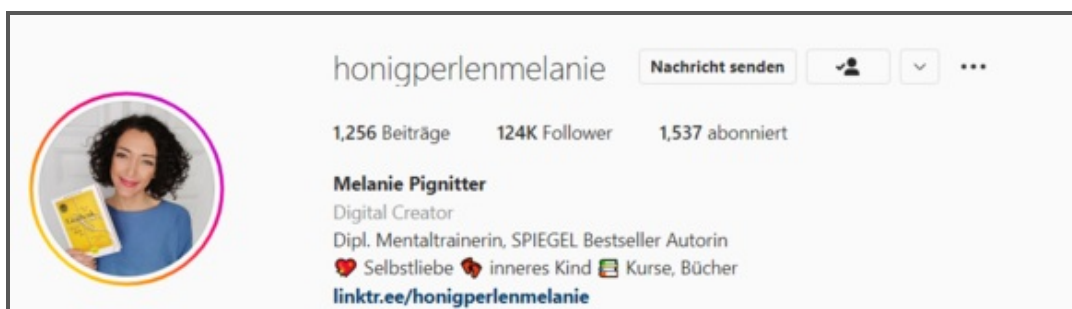
Melanie Pignitter ist diplomierte Mentaltrainerin, Selbstliebe-Mentorin, Bloggerin, Podcasterin und Autorin. Sie zählt längst zu den erfolgreichsten Mentaltrainerinnen im deutschsprachigen Raum. Mit ihren Social-Media-Posts sowie ihrem Podcast und Blog „Honigperlen“ erreicht sie mehr als eine Million Menschen pro Monat. Die gebürtige Steirerin lebt in Wien.



Vor ihrem Werdegang zur Sinnfluencerin war Melanie als Businesstrainerin in Österreich unterwegs. Eine schwere Krankheit führte schließlich dazu, dass sie die Kraft ihrer eigenen Gedanken entdeckte und sich selbst neu erfand. Seit 2016 bietet sie Mentaltraining, Workshops, Online-Lehrgänge und Speakings an.

2018 erschien ihr erstes Buch „Als ich lernte, meinen Hintern zu lieben, war mein Leben eine runde Sache“ beim Goldegg Verlag, im Jahr darauf folgte zum Thema Krisen und Resilienz ihr Amazon-Bestseller „Honigperlen – warum dein Leben süßer ist, als du denkst“ (GU Verlag). Anfang 2021 wurde „Federleicht“ veröffentlicht – ein Ratgeber, der uns dabei hilft loszulassen, was uns nicht mehr guttut. Zuletzt erschien Anfang 2022 der SPIEGEL-Bestseller „Es ist ein Geschenk, dass es dich gibt“ (GU

Instagram



Pinterest



Melanie Pignitter

@melaniepignitter

🌐 honigperlen.at · Impressum · Tipps und Anleitungen zu den Themen: Selbstliebe, Persönlichkeitsentwicklung, Psychologie, Mentaltraining...**Mehr**

55,2 Tsd. Follower · 316 folge ich

5,6 Mio. monatliche Aufrufe

Blog

The screenshot shows the homepage of the Honigperlen website. At the top, the logo 'Honigperlen' is displayed in a cursive font. Below the logo is a navigation menu with the following items: BLOG, BÜCHER, ANGEBOT, ÜBER MICH & CO, PRESSE, and PODCAST. A search icon is also present. The main content area features a large photograph of Melanie Pignitter against a brick wall background. Overlaid on the bottom left of the photo is the text: 'Schön, dass du da bist! Ich bin Melanie und möchte dich mit Impulsen für ein erfülltes Leben unterstützen'. Below this text is a button that says 'Mehr über mich'.

Spotify Podcast

The screenshot shows the Spotify page for the 'Honigperlen' podcast. The header includes the podcast title 'Honigperlen für mehr Selbstliebe' and the host information 'Melanie Pignitter Selbstliebe Trainerin, Autorin, Dipl. Mentaltrainerin'. Below the header, there are two sections: 'Alle Folgen' (All Episodes) and 'Informationen' (Information). The 'Alle Folgen' section lists two episodes: '124. Die häufigste Lüge: Es geht mir gut' (8. Aug. - 8 Mio., 49 Sek.) and '123. Überanpassung: Das falsche Selbst' (1. Aug. - 12 Mio., 58 Sek.). The 'Informationen' section contains a description of the podcast and a 'Sich anmelden' (Sign up) button.

Der Goldegg Verlag mit Sitz in Wien und Berlin ist ein unabhängiger Sachbuchverlag. Unter dem Leitgedanken „Bewusst leben – bewusst lesen“ verlegt er Bücher zu aktuellen Themen rund um Gesellschaft und Politik, Karriere und Wirtschaft, Gesundheit und Leben, Sinn und Spiritualität sowie Unterhaltung.

Anspruch des Goldegg Verlags ist es, Trends aufzuspüren und aufzugreifen, worüber gerade gesprochen wird. Er bietet dem Buchhandel Titel an, die Themen aus einem neuen Blickwinkel betrachten, Denkanstöße geben und das Bewusstsein erhöhen.

Der Goldegg Verlag wurde 2002 als Einzelunternehmen in der Goldeggasse im 4. Bezirk in Wien gegründet. Zur Goldegg-Gruppe zählen der [Goldegg Verlag](#), die [Goldegg Training Buch-, Medien- und Verlagsakademie](#) sowie die Corporate-Publishing-Unit [Goldegg Consulting](#).



Goldegg Verlag GmbH
Presse und PR
Mommsengasse 4 | A-1040 Wien
www.goldegg-verlag.com

