

PRESSETEXT

Buch-Neuerscheinung: Angelika Kail „Auf Samtpfoten zum Lebensglück – Leben wie eine Katze“, erschienen im März 2011 im Goldegg Verlag

Glücksforschung: Was können wir von Katzen lernen?

Ein neues Buch stellt die Katze als Lehrmeisterin in den Mittelpunkt



Leben wie eine Katze – das wünschen sich viele von uns. Katzen lassen sich nicht einsperren, machen, was sie wollen, sind selbstbestimmt und frei. Sie genießen den Moment, erfreuen sich an Kleinigkeiten und gehen achtsam mit sich selbst um. Meist wirken Katzen zufrieden und entspannt, und ihre Zuneigung zeigen sie uns ganz selbstverständlich ...

Der Ernst des Lebens hat das Sagen

Mit den Augen einer Katze betrachtet sind wir Menschen vermutlich seltsame Geschöpfe: Wir stürzen uns in Aktivitäten, hetzen durch den Alltag, kümmern uns um andere und zu wenig um uns selbst und verstehen es dadurch, von uns abzulenken. Wir nehmen uns zu wenig Zeit und Ruhe, unser Dasein zu genießen und uns mit den wichtigen, persönlichen Lebensfragen zu befassen. „Wir erfüllen unsere Verpflichtungen und entsprechen Erwartungen, während unsere Träume und Visionen in der Abstellkammer unseres Lebens verschwinden“, berichtet Mag. **Angelika Kail**, Trainerin, Lebensberaterin und Autorin von „Auf Samtpfoten zum Lebensglück – Leben wie eine Katze“

(erschieden im März 2011 im Goldegg Verlag) aus eigener Erfahrung. Die Katzenliebhaberin beschloss, sich ihre Katzen zum Vorbild zu nehmen, um aus dem unbefriedigenden Lebensrad auszusteigen.

Katzen leben uns vor, wie wir sein wollen

Irgendwann tauchen nahezu bei jeden von uns entscheidende Fragen auf: Wer bin ich und wie bin ich? Was ist meine Lebensaufgabe? Und wie werde ich glücklich? Katzen können nicht nur lebhaft und liebevolle Mitbewohnerinnen, sondern auch hervorragende Lehrmeisterinnen sein. Ihr sanftes und zugleich unberechenbares Wesen lebt uns vor, dass auch wir vermeintlich unvereinbare Charakterzüge in uns vereinen können. Unser Drang nach Freiheit und Unabhängigkeit ist mit Verbundenheit und Nähe, und Zielorientiertheit und ein starker Wille sind mit Genussfähigkeit und Hingabe durchaus auf einen Nenner zu bringen. Der Idee, die Katze als Lehrmeisterin zu betrachten, liegt ein alter Gedanke zugrunde. In einigen Kulturen ist es seit Jahrtausenden üblich, Tiere zu kontaktieren, um sich deren besondere Fähigkeiten zunutze zu machen. Die Autorin Angelika Kail ist überzeugt: „Wenn wir uns Verhaltenweisen von Katzen aneignen, können wir unserem Lebensglück auf die Sprünge helfen. In meinem Buch entschlüssle ich diese Besonderheiten und erzähle dazu ein paar herrliche Katzengeschichten, die mir, meiner Familie und Freunden passiert sind.“

Die Autorin steht für Interviews zur Verfügung.

Auf Samtpfoten zum Lebensglück – Leben wie eine Katze

Angelika Kail

ISBN 978-3-902729-29-3

Hardcover, 203 Seiten

19,80 EUR [A]; 19,30 EUR [D]; 25,25 CHF UVP

erschienen im März 2011 im Goldegg Verlag

Presserückfragen, Rezensionsexemplare, Interviewanfragen

Mag. Maria Schlager

Tel. +43 1 505 43 76-46 Fax -20 Mobil +43 699 1440 4445

maria.schlager@goldegg-verlag.at www.goldegg-verlag.at

Goldegg Verlag GmbH, Mommsengasse 4, A-1040 Wien

