



Angelika Kail

Auf Samtpfoten zum Lebensglück

Leben wie eine Katze



Leben wie eine Katze, selbstbestimmt und frei – wer möchte das nicht? Katzen sind geheimnisvoll, sanft, wild, genießerisch, unberechenbar und leben instinktiv nach den Kriterien der modernen Glücksforschung: Sie weilen im Hier und Jetzt und widmen sich dem Augenblick, erfreuen sich an den einfachen Dingen im Leben, machen, was sie wollen, gehen achtsam mit sich selbst um und verstehen es, sich zu entspannen. Katzen fordern selbstverständlich ein, was sie möchten, genießen ihr Leben und sind einfach sie selbst: selbstbestimmt und frei.

Wenn wir uns Verhaltensweisen der Katze aneignen, können wir unserem Lebensglück entscheidend auf die Sprünge helfen. Der Idee, die Katze als Lehrmeister zu betrachten, liegt ein alter Gedanke zugrunde. In einigen Kulturen ist es seit Jahrtausenden üblich, Tiere als Lehrer und Helfer zu kontaktieren, um sich deren besondere Fähigkeiten und Verhaltensweisen zunutze zu machen.

Katzen können uns als Vorbild für ein glückliches und zufriedenes Leben dienen. Sie leben uns vor, wie man scheinbar unvereinbare Charakterzüge in sich vereint – Freiheit und Unabhängigkeit mit Verbundenheit und Nähe oder starker Wille und Zielorientiertheit mit Hingabe und Genussfähigkeit. Die Katze lebt alles, was sie ist, gibt sich bedingungslos dem Leben hin und lässt uns erahnen, wie auch wir richtig glücklich sein können!

Mag. Angelika Kail ist selbstständige Trainerin, Lebensberaterin und Katzenliebhaberin. Sie ist in eigener Praxis in Wien sowie für Bildungsinstitute und Unternehmen österreichweit tätig. Schwerpunkte Ihrer Tätigkeit liegen in der Klärung wesentlicher Lebensfragen wie Selbstfindung, Sinn, Beruf, Beziehung und Bewusstseinsbildung. Das auf Basis der Buchinhalte entwickelte Seminar „Die Katzenstrategie“ begeistert viele Teilnehmer/innen. www.angelika-kail.at

Von Angelika Kail sind im Goldegg Verlag bereits erschienen: „Zwischen Beziehungswunsch und Wunschbeziehung. Eine Anleitung für Singles“, „Mein Idealberuf: Anleitung zur beruflichen Selbstverwirklichung“

Auf Samtpfoten zum Lebensglück Leben wie eine Katze

Angelika Kail

Erschienen im März 2011 im Goldegg Verlag

Hardcover, 206 Seiten

ISBN: 978-3-902729-29-3

Preis: 19,⁸⁰ € [A]; 19,³⁰ € [D]

Goldegg Verlag GmbH
Mommengasse 4/2 • A-1040 Wien
Tel. +43 (0) 1 5054376-0 • Fax -20
office@goldegg-verlag.at
www.goldegg-verlag.at

