



Institut für Körper, Geist und Seele Dr. phil. Angelika Keil



Die AK-Strategie®: Wie Sie mit Ihren Gedanken und Emotionen Ihre kühnsten Träume übertreffen.

Autorin: Angelika Keil

Möchten Sie noch mehr Gesundheit, Zufriedenheit, Harmonie, Erfolg und Lebenslust? Möchten Sie endlich wissen, wie Sie auf leichte und freudvolle Weise Ihr Leben (noch mehr) verbessern können? Möchten Sie wissen, wie Sie Ihre kühnsten Träume noch übertreffen können?

In diesem Buch zeigt Ihnen Angelika Keil, wie es geht. Hier handelt es sich nicht einfach um ein weiteres Buch des „positiven Denkens“. Angelika Keil hat jahrtausende alte Weisheiten wieder ausgegraben und in einer Weise kombiniert, die zu beinahe unglaublichen Resultaten führen können, wie ihre Beratungspraxis zeigt. Den meisten Büchern des Genres „Positives Denken“ fehlt nämlich ein entscheidender Faktor. Diesen enthüllt die Autorin in diesem Buch.

Angelika Keil stellt die von ihr entwickelte, ebenso einfache wie geniale AK-Strategie® vor. Mit dieser Strategie kann jedes Problem in jeglichem Lebensbereich gelöst werden. Seien es Konflikte, Krankheiten, Krisen oder kleinere und grössere Katastrophen. Angelika Keil stellt die These auf: Es gibt immer eine Lösung.



Institut für Körper, Geist und Seele Dr. phil. Angelika Keil

Sie geht sogar noch einen Schritt weiter und konstatiert: „Mit der AK-Strategie® können Sie Ihre kühnsten Träume noch übertreffen.“

Dass dies keine leeren Versprechungen sind, zeigen die vielen Erfolgsgeschichten ihrer KlientInnen, die sie in ihrer über acht jährigen Beratungspraxis mitverfolgen durfte.

Einfühlsam und Schritt für Schritt führt Angelika Keil Sie durch den Lösungsprozess. Viele Beispiele aus ihrer reichhaltigen Beratungsarbeit veranschaulichen ihre Vorgehensweise, so dass sie für jedermann und -frau leicht verständlich ist.

Die AK-Strategie® besteht aus nur wenigen, aber sehr effizienten Schritten. Diese ergänzt Frau Keil mit ganz speziellen, in Europa noch wenig bekannten, aber höchst effektiven Methoden der Veränderungsarbeit. Sie nennt diese Methoden „Beschleuniger“. Denn sie wirken viel schneller als konventionelle Methoden. Das liegt daran, dass sie ganzheitlich arbeiten, d.h. den Menschen mit all seinen bewussten und unbewussten Aspekten auf das gewünschte Ziel hin ausrichten.

Das Buch ist nicht nur ein Lese- und Theoriebuch, sondern vor allem auch ein Praxis- und Arbeitsbuch. Mit vielen Übungen kann der/die Leser/in in Schritt-für-Schritt-Anleitungen experimentieren, eigene Erfahrungen machen und Veränderungen in Gang setzen.

Auffallend ist die liebevolle, unaufdringliche Art, mit der die Autorin sich an ihre Leser/innen wendet. Man spürt, dass sie es wirklich ernst meint, wenn sie schreibt, dass sie nur Angebote macht und jeden bittet, sich nur herauszupicken, was ihm oder ihr persönlich nützlich scheint.

Das Buch ist sowohl für Neueinsteiger in das Thema des positiven Denkens und der Veränderungsarbeit als auch für Fortgeschrittene und professionelle Coaches geeignet. Es ist Grundlage der Seminare „Zertifizierter AK-Strategie® Coach“, die Angelika Keil anbietet. Diese Seminare dienen sowohl der Selbsterfahrung als auch der Ausbildung in der AK-Strategie®.

372 Seiten, 23,90 €
ISBN 978-3-7322-3172-0