



Dr. Marlies Koel
Expertin für Wendepunkte
Mentorin • Heilpraktikerin • Speakerin
Autorin • Biologin

**Es gibt einen Moment, in dem du spürst:
So kann es nicht weitergehen.**

Nicht, weil du versagt hast, sondern weil du so viel mehr bist als das, was du bisher gelebt hast. Ich begleite dich zurück zu dem Menschen, der du warst, bevor du wurdest, was andere von dir brauchten. **In deiner Freiheit. In deiner Wahrheit. In deinem Sein. FreiDuSelbst.**

Seit über dreißig Jahren begleite ich Menschen an den Wendepunkten ihres Lebens, dort, wo das Alte nicht mehr trägt und das Neue noch keinen Namen hat.

Als promovierte Biologin, Mentorin, Heilpraktikerin, Speakerin und Autorin verbinde ich wissenschaftliche Klarheit mit ganzheitlichen Bewusstseinsprozessen: **Wissenschaft trifft Seele.** Mein Credo: **Ich bin. Ich entscheide. Ich handle.**

Kostenloser FreiDuSelbst-Test

Melde dich für meinen **Newsletter** an und erhalte sofort den **kostenlosen FreiDuSelbst-Test**: Sieben Fragen, die dich überraschen werden plus ein kostenloses 30-minütiges Auswertungsgespräch, in dem wir deine Antworten persönlich besprechen. Mein monatlicher Newsletter informiert dich nicht nur, sondern gibt dir auch wertvolle Impulse. www.drmarlieskoel.com/newsletter.html



Dr. Marlies Koel
Expertin für Wendepunkte

Mentorin • Heilpraktikerin • Speakerin • Autorin • Biologin

Fangkampe 6 • 49401 Damme
Mobil: +49 160-968 946 25
mail@drmarlieskoel.com
www.drmarlieskoel.com



Dr. Marlies Koel

Hol dir deinen Lebens- berechtigungsschein!

Mit
körperbasierten
Übungen und
der **Y-Methode**



Freiheit für dich:
Alte Muster entschlüsseln
und ganz **du selbst sein.**



Lebe ich wirklich, werde ich gelebt oder überlebe ich nur?

Du funktionierst, du lieferst, du hältst alles am Laufen und manchmal, ganz leise, fragt dich etwas in dir: Ist das wirklich mein Leben?

Diese Frage ist kein Fehler, sie ist eine Einladung.

Als Kind erleben wir Situationen mit einer Intensität, die wir als Erwachsene oft vergessen haben. Ein Blick, ein Satz, sich ausgeschlossen oder bloßgestellt fühlen. Das Empfinden, nicht dazugehören, nicht in Ordnung zu sein. Für ein Kind kann sich das anfühlen, als würde die Welt auseinanderbrechen.

Um damit leben zu können, triffst du als Kind unbewusst eine Entscheidung: So muss ich sein, damit ich sicher bin, dazugehöre und geliebt werde. Diese Entscheidung war damals klug, denn diese hat dein Überleben gesichert, um ein Teil des Ganzen zu bleiben.

**„Deine Überlebensstrategie war nicht falsch.
Sie war die intelligenteste Antwort auf die Welt, die du damals kanntest.“**

Dein Überlebensweg gehört zu deinem Leben.

Du darfst deinem Sein bewusst neue Wege hinzufügen: Mehr Leben - mehr Freiheit - mehr von dir selbst.

Dr. Marlies Koel zeigt dir in diesem Buch, wie du diese Überlebensstrategie erkennst, würdigst und ihr bewusst neue Wege hinzufügst.

Mit den von ihr entwickelten Methoden gehst du deinen Weg nicht nur mit dem Kopf, sondern mit deinem Körper, deinem Erleben und deinem ganzen Sein, Schritt für Schritt, tief verankernd und nachhaltig.

Emma (70), Maya (53) und Ronny (42) sind ihren Weg gegangen. Ihre Prozesse stehen Wort für Wort in diesem Buch. In mindestens einer ihrer Geschichten oder in Teilen davon, wirst du dich wiedererkennen.

„Verstehen öffnet die Tür. Das Erleben geht hindurch.“

Was dich in diesem Buch erwartet

Acht Übungen zum Mitmachen, körperlich erlebbare Prozesse. Du gehst deinen Weg nicht nur mit dem Kopf, sondern mit deinem Körper, deinem Erleben und deinem ganzen Sein. Schritt für Schritt, tief verankernd und nachhaltig.

Was du für die Übungen brauchst: zwei Seile, drei Stühle, Papier und Stift.

Was du gewinnst: Die Verbindung zu dir selbst, **du gewinnst dich.**

Für wen ist dieses Buch?

Für alle, die den Satz kennen: „Ich habe immer funktioniert, aber gelebt habe ich nicht wirklich.“

Für Menschen an einem Wendepunkt.

Denn jeder Mensch kennt Momente, in denen das Alte nicht mehr trägt und das Neue noch keinen Namen hat.

Wendepunkte gehören zum Leben wie zum Beispiel Verluste, Krisen, Burnout.

Sie treffen Unternehmer genauso wie Führungskräfte, Selbstständige, Angestellte, Mütter, Väter oder Menschen im Ruhestand.

Für alle, die spüren: **So geht es nicht mehr weiter!**

Dieses Buch richtet sich außerdem an Coaches, Therapeuten und Berater, die ihre Arbeit um körperbasierte Prozesse erweitern und eine Denkschule kennenlernen möchten, die nicht auf Optimierung, sondern auf dem bewussten Hinzufügen neuer Wege aufbaut.

„Den Lebensberechtigungsschein stellt dir niemand aus. Du holst ihn dir.“

Wenn dich dieser Gedanke aus meinem Buch berührt, kannst du dir dein Exemplar jetzt sichern.

Im Buchhandel, sowie bei Thalia und bei Amazon.
ISBN 978-3-9828243-7-6



Thalia.de



Amazon.de

