



Kurztext

Werner Tiki Küstenmacher

Entrümpeln

Mein Übungsbuch für mehr Zufriedenheit und innere Ordnung

80 Seiten

Format: 15,5 x 23,5 cm, Nicht definiert

9,99 € (D) / 10,30 € (A) / 14,50 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-5523-8



Sich von äußerem und innerem Ballast trennen, Chaos beseitigen und Klarheit in das eigene Leben bringen - ein befreiendes Gefühl! Bestsellerautor Werner Tiki Küstenmacher zeigt effektive Methoden, mit denen man das Gerümpel des Alltags entsorgen und sich von Seelenmüll freimachen kann. Zahlreiche Übungen und Checklisten helfen herauszufinden, wer oder was im eigenen Leben wirklich wichtig ist, und motivieren dazu, Unordnung und falsche Sentimentalitäten hinter sich zu lassen - für mehr Freiheit und Leichtigkeit im Leben.

GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 12, 81675 München

Internet: www.gu.de, www.graefe-und-unzer.de

Text und Abbildung können Sie honorarfrei zur Bewerbung der Titel in Ihrem Shop verwenden.