

## Presseinformation

Werner Tiki Küstenmacher

### **Rette dich selbst!**

**7 magische Verwandlungen,  
mit denen du den Kopf oben behältst**

Umfang: 192 Seiten

Format: 13,3 x 18,8 cm

Preis: 17,99€ (DE) / 18,90€ (AT) / 25,90SFr (CH)

ISBN: 978-3-8338-7800-8

Erscheinungsdatum: Februar 2022

 Auch als  
eBook  
erhältlich.



### **Sieben geniale Anleitungen für Perspektivwechsel, die unser Leben verändern können**

Ein Selbstrettungsbuch können wir immer brauchen in dieser unruhigen Welt. In **Rette dich selbst!** geht es darum, den Kopf oben zu behalten, wenn uns das Leben nach unten zieht. Bestsellerautor Werner Tiki Küstenmacher versteht es meisterhaft, Lebenspraktisches unterhaltsam und bilderreich zu verpacken, seine Zeichnungen, die in Vorträgen oft live entstehen, sind dabei sein Markenzeichen. In diesem Buch präsentiert er uns sieben kleine innere Verwandlungen, die unsere Resilienz stärken, etwa wie wir unsere Anspruchshaltung in Dankbarkeit verwandeln, Ängste in Hinweisgeber oder Grübeln in Nachdenken. Es sind nur kleine Verschiebungen, was unseren Blick auf die Welt betrifft – aber diese Änderungen sind in ihren Auswirkungen magisch.

**Werner Tiki Küstenmacher** ist evangelischer Pfarrer, Journalist und Illustrator. Er wurde insbesondere durch den mit Lothar J. Seiwert verfassten Erfolgsratgeber „simplify your life“ bekannt. Die simplify-Bücher wurden in über 40 Sprachen übersetzt und weltweit über 4 Millionen Mal verkauft. Der Autor lebt in Gröbenzell bei München.