

Werner Tiki Küstenmacher, Lothar Seiwert, Dagmar von Cramm,
Marion Küstenmacher
Best of Simplify

Noch einfacher geht's nicht

2011, geb., ca. 280 Seiten

D 10,00 € / A 10,00 / CH 14,90 Fr.*

ISBN 978-3-593-39540-1

Erscheinungstermin/Sperrfrist: 4. Oktober 2011

Mit *simplify your life* begann vor zehn Jahren der Siegeszug der simplify-Methode. Dieser Jubiläumsband vereint die besten simplify-Tipps und -Tricks zu den Themen Leben, Liebe, Zeit und Gesundheit in einer einmaligen Sonderausgabe.

Vor zehn Jahren erschien die Erstausgabe von *simplify your life*. Das Buch wurde ein Weltbestseller, das mittlerweile in über 30 Ländern erschienen ist. „Simplify“ traf einen Nerv der Zeit und ist heute immer noch ein aktueller Megatrend. Die Sehnsucht der Menschen nach Einfachheit hält an, denn die Welt ist in den letzten Jahren noch komplizierter geworden. Die globale Wirtschaft ist in heftige Krisen geraten, ökologische und soziale Gefahren lauern überall und die moderne Arbeitswelt verlangt den Menschen immer mehr ab.

Inmitten von Verflechtungen, Verschwörungstheorien, Ungerechtigkeiten und Stress-situationen lautet die simplify-Botschaft: „Konzentrieren Sie sich auf das, was Ihrem menschlichen Maß entspricht. Die Kompliziertheiten des Lebens müssen Sie nicht hinnehmen. Sie können etwas dagegen tun. Jetzt gleich – in kleinen, sofort umsetzbaren und menschenfreundlichen Schritten. Sie dürfen leben statt gelebt zu werden.“ Wie das funktioniert, zeigt der simplify-Jubiläumsband auf besonders einfache Weise.

Das Buch versammelt das Beste und Wichtigste der simplify-Experten aus ihrem jeweiligen Fachgebiet. Werner Tiki Küstenmacher, Lothar Seiwert, Dagmar von Cramm und Marion Küstenmacher zeigen mit der bewährten simplify-Methode, wie man:

- seine Umgebung und seinen Alltag vereinfacht, von der Wohnung bis zu den Finanzen
- zu einem entspannten Zeitmanagement findet und mit Hektik, Stress und Termin-druck gelassener umgeht
- mit wenig Aufwand seiner Gesundheit etwas Gutes tut, indem man Fitness und Ernährung vereinfacht,
- eine unkomplizierte Partnerschaft verwirklicht und seine Beziehung stabilisiert
- sich selbst vereinfacht, indem man den Kern seiner Persönlichkeit entdeckt

Diese Sonderausgabe ist ein vereinfachtes Vereinfachungsbuch mit vielen Tipps und Tricks für ein glücklicheres Leben.

Die Autoren

Werner Tiki Küstenmacher, evangelischer Pfarrer (seit 2006 im Ehrenamt), ist freiberuflicher Autor, Karikaturist, Redner und TV-Moderator. Prof. Dr. Lothar Seiwert gilt als Europas führender Denker und Redner zu Fragen des Zeit- und Lebensmanagements. Dagmar von Cramm ist eine der bekanntesten Food-Journalistinnen Deutschlands. Marion Küstenmacher arbeitet seit 15 Jahren als Trainerin für Persönlichkeits-entwicklung.

Kontakt: Heike Kronenberg, 069-976516-25, kronenberg@campus.de