

# Chcieć mniej. Minimalizm w praktyce - Katarzyna Kędzierska [PDF]

Katarzyna Kędzierska



Czy wiesz, że na ciuch z wyprzedaży albo kolejny błyszczak pracujesz nawet kilka godzin? Czy naprawdę potrzebujesz całej armii szamponów, zapachowych świec i nieużywanych kubków? Gromadzenie rzeczy, kupowanie „w nagrodę za ciężki dzień” wcale nie uszczęśliwia i nie czyni nas lepszymi. I na dodatek odbiera przyjemność wyboru tego, co naprawdę istotne. Przekonaj się, że MNIEJ znaczy WIĘCEJ! Podejmij wyzwanie minimalizmu! Odkryj zaskakująco prosty i konkretny plan pozbycia się przytłaczającego nadmiaru. Zaczynaj od drobnych zmian. Od małych bastionów chaosu: szafki z przyprawami, szuflady z biżuterią... Spróbuj spędzić 21 dni bez czegoś, co wydawało się niezbędne – to wystarczy, by wyrobić w sobie nawyk. Segreguj, wystawiaj, porządkuj! MNIEJ przedmiotów to WIĘCEJ wolności. MNIEJ rzeczy to WIĘCEJ spokoju i radości z tego, co już masz. MNIEJ toksycznych relacji to WIĘCEJ czasu dla siebie i najbliższych.

Pobierz pdf