

INHALT

VORWORT	5
EINLEITUNG: <i>Einfach leichter leben!</i>	6
KAPITEL 1: <i>Warum weniger zu besitzen guttut – dein Start in ein minimalistisches Leben</i>	13
KAPITEL 2: <i>Weniger Anziehsachen – besserer Stil</i>	33
KAPITEL 3: <i>Minimalistisch wohnen – mehr Platz zum Glückhchsein</i>	55
KAPITEL 4: <i>Minimalismus mit Familie</i>	85
KAPITEL 5: <i>Minimalismus im Haushalt</i>	109
KAPITEL 6: <i>Minimalistisch arbeiten</i>	123
KAPITEL 7: <i>Minimal digital</i>	149
NACHWORT	161
DANK	162
REGISTER	164