



Martin Erdmann

EINFACH, LIEBENSWERT, VOLLSTÄNDIG

Mit der Lebenskünstler-Formel die Lebensmitte meistern

Ein gelungenes Leben lässt sich nicht planen, aber vielleicht verstehen - aus dem, was war, und dem, was sich zeigen will.

Martin Erdmann lädt mit seiner Lebenskünstler-Formel dazu ein, das eigene Leben neu zu betrachten: einfach, liebenswert, vollständig. Mit vielschichtigem Blick und feiner Sprache ermutigt er dazu, die Bruchstücke des eigenen Daseins zu ordnen, Verbindungen herzustellen und die Lebensmitte mit all ihren Spannungsfeldern auch als schöpferische Phase zu begreifen. Dieses Buch richtet sich an diejenigen, die vom Außen ins Innen wandern, von der Betriebsamkeit zur Wesentlichkeit, von der Suche zur Resonanz.

Eine Einladung zur Selbstbegegnung für Personen in der Lebensmitte.

Mit einem Geleitwort von Abraham Fischer, dem Grafikzyklus „Lebensfaden“ von Astrid Lange und 24 Übungen zur Selbstreflektion.

ISBN: 978-3-88777-076-1 | 180 Seiten | 19 x 13 cm | 23,90 EUR (DE)



PR-Kontakt
Bubble Your Hub
Rike Lange
(Public Relations)

Imprint von
edition progris
Heidekampweg 17
12437 Berlin

+49 172 9405957
rike@bubbleyourhub.de



Martin Erdmann, geboren 1970 in Lippstadt, lebt als Persönlichkeits- und Kreativberater, freier Autor und Kulturschaffender in Berlin. Nach Stationen im Kloster, an der Universität und in der Wirtschaft widmet er sich heute der Frage, was Leben gelingen lässt. Er begleitet Menschen im privaten und beruflichen Kontext mit Klarheit, Fantasie und einem feinen Gespür für Sprache und Stille. Nicht belehrend, sondern philosophisch-künstlerisch. Nicht laut, sondern auf das Wesentliche ausgerichtet.

Über die **Verlagsauslieferung Runge** wie auch die Sortimente **Libri, Umbreit und Zeitfracht** erhältlich.

Hinterlegen Sie bei uns gerne einen **Partnerrabatt in Höhe von 45 %** unter bestellung@bubbleyourhub.de. Alternativ bei einmaliger Bestellung gilt: portofrei, ab 5 Stück 40 % Rabatt / ab 10 Stück 45 % Rabatt.

