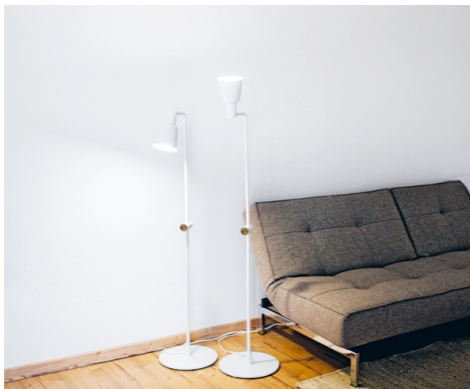




Den Kleiderschrank zu entrümpeln, ist für viele der Einstieg in die Welt des Minimalismus.

Tipps ab [hier](#).



Minimalistisch, clean und aufgeräumt – so wohnen Minimalisten wie [Jenny Mustard](#).

## Einfach leben

Kommen Sie mit auf die Reise, bei der Sie den minimalistischen Lebensstil kennenlernen können – mit all seinen Facetten. Es geht hier nicht um eine dogmatische Schritt-für-Schritt-Anleitung – denn so funktioniert Minimalismus nicht. In diesem Buch geht es um Inspiration,

um Menschen und ihre Geschichten, um Ideen, Produkte und Konzepte, die in den vier Kapiteln Wohnen, Mode, Körper und Lifestyle vorgestellt werden. Im Kapitel Wohnen können wir zum Beispiel einen Blick durch das Schlüsselloch werfen und sehen, wie verschiedene Minimalisten leben: von Joachim Klöckner, der insgesamt nur noch 50 Dinge besitzt und in einer Hängematte schläft, über Jenny und David Mustard, die nach Jahren des Vagabunden-Lebens aus dem Koffer nun erstmals überhaupt wieder sesshaft werden, bis hin zu Constantin Peyfuss, der auf acht Quadratmetern in einem Wohnwagen am Wasser lebt. Im Kapitel Mode geht es unter anderem um die Frage, wie viele Kleidungsstücke wir eigentlich wirklich brauchen und wie es gelingt, eine Garderobe, die nur noch aus Lieblingsteilen besteht, aufzubauen. Es geht um moderne nachhaltige,

grüne Modelabels wie JAN 'N JUNE, die mit minimalistischen, cleanen Schnitten begeistern, und um das Sharing-Modell der Kleiderei, bei der Kleider wie Bücher ausgeliehen werden können. Im Kapitel Körper verrät uns beispielsweise die Make-up-Artistin Stella von Senger, warum sie auf Naturkosmetik schwört und welche Produkte am besten funktionieren. Dazu gibt es viele tolle DIY-Ideen für Peelings, Deo und Zahnpulver, die ganz einfach mit wenigen Zutaten – und auch locker mit zwei linken Händen – herzustellen sind. Um wenige frische, saisonale Zutaten geht es auch bei dem Besuch zwischen den Beeten im verwunschenen Schrebergarten von Lina Grün und ihrer Familie in Berlin und den köstlichen One-Pot-Rezepten. Im Kapitel Lifestyle bekommen wir unter anderem einen Einblick in den Zero-Waste-Alltag von Shia und Hanno Su, die zusammen nur ein Glas mit

Abfall im Jahr produzieren, erfahren im Interview, was die beiden ehemaligen Stadtkinder Anna und Marcus von ihrem neuen Leben auf dem Land gelernt haben, und bekommen eine Vorstellung davon, wie das autarke Leben in einem Tiny House aussieht.



Clean Mind – auch unser Geist kann