



Wygraj książkę z Wydawnictwa Literackiego!

2018-01-09

Brooke McAlary i jej slow home - to nasza propozycja literacka na ten tydzień. Książka australijskiej gwiazdy internetu podpowie, jak zwolnić i nadać codziennym sprawom odpowiednią rangę. Sięgnijcie po „Prostotę“!

Zabiegani, zmęczeni, przepracowani, zestresowani i stale podpięci do sieci. Tacy jesteśmy, ale czy musimy? Czy nasze życie musi być podporządkowane słowom: „szybciej” i „więcej”? NIE! Powiedz to głośno, powoli i wyraźnie. Zatrzymaj się i weź głęboki oddech. Przemyśl swoje codzienne czynności, nadaj im odpowiednią wagę, a przekonasz się, jak pozytywna może być siła rytuałów w powszednim życiu.

Dzięki tej książce zmienisz rytm i organizację swoich dni, odkryjesz urok slow life, docenisz wartość minimalizmu. I jeszcze jedno: nie obawiaj się, że chodzi tu o skomplikowane zarządzanie czasem. Wręcz przeciwnie, to proste pomysły pozwolą żyć pełniej i lepiej!

Cześć, mam na imię Brooke. Jestem dźwigającą się z wypalenia życiowego trzydziestoparolatką z cudowną rodziną, psem, stadkiem kur i wciąż ewoluującym ogrodem w Górach Błękitnych w pobliżu Sydney. Jestem pisarką, niepoprawną śmieszką i orędowniczką tego, co w życiu najlepsze — spędzania czasu na świeżym powietrzu, sjest, podróży i zapomnianej sztuki nicnierobienia. Jestem także kimś, kto po mrocznym okresie zamętu i problemów ze zdrowiem postanowił uprościć życie swoje i swojej rodziny.

Krok po kroku. Kawalek po kawałku. Dzień po dniu.

I w dużej mierze osiągnęłam sukces.

Odgraciłam nasz dom, pozbywając się tysięcy zbędnych przedmiotów, i zorganizowałam go tak, że funkcjonuje w sposób, który nam odpowiada. Czuję się fizycznie lżejsza, jestem bardziej zadowolona i doświadczam nagłych, niespodziewanych przyłyków szczęścia. Zdarza mi się tańczyć podczas zmiatania, bywa, że śpiewam, prowadząc samochód, i naprawdę cieszy mnie zabawa z dziećmi. Jestem dziś innym człowiekiem, moja rodzina jest inna — a wszystko dlatego, że wzięliśmy sobie do serca ideę życia prościej.

Mam nadzieję, że się do mnie przyłączycie.

KONKURS

Mamy dla Was kilka egzemplarzy książki **„Prostota. Siła codziennych rytuałów” Brooke McAlary** wydanej przez Wydawnictwo Literackie. Macie ochotę ją przeczytać? **Napiszcie nam, jakie codzienne czynności lubicie celebrować!** Odpowiedzi podsyłajcie na adres: konkurs.mk@um.krakow.pl **do piątku, 12 stycznia do godz. 12.** W tytule maila wpiszcie: WYDAWNICTWO LITERACKIE, a w jego treści adres, na który ma zostać przesłana książka. Wybierzemy najciekawsze odpowiedzi. Zwycięzców o nagrodzie poinformujemy indywidualnie.