



*Herz-Arbeit  
Claudia Köfer*

*Willkommen & Welcome!*

**Herz-Arbeit – Frei Leben**  
**[www.herz-arbeit.ch](http://www.herz-arbeit.ch)**

**Mein Buch**

*Strahle mehr!*

**Heile dich selbst**

Dieses Buch sagt – gib niemals auf – steh auf und geh –  
deinen Lebensweg

Die Zeit ist reif, die Zeit ist da – jetzt!

Packe deinen Moment und lebe frei, liebe dich selbst – radikal frei.

Warte nicht, habe Mut und heile dich selbst.

Manchmal scheint es, wir seien allein – doch wir sind nie allein – wir sind  
alle eins.

24 Texte von Claudia Köfer & 12 Bilder von Katharina Stocklin

**Bestellung an [ck@herz-arbeit.ch](mailto:ck@herz-arbeit.ch)**

Verlag Herz-Arbeit ISBN 978-3-033-05361-8

Buchpreis CHF 10 & Versandkosten – herzlichen Dank!

**Frei Leben**

© Herz-Arbeit GmbH Claudia Köfer Dipl. NHP Via da Fex 82 CH-7514 Fex  
+41 79 580 01 63 [ck@herz-arbeit.ch](mailto:ck@herz-arbeit.ch) [www.herz-arbeit.ch](http://www.herz-arbeit.ch)