




Karin Myria Pickl

# 101 Energiedinger

Schreibe deine persönlichen Energietipps

A silhouette of a person with their arms raised in a gesture of triumph or joy, set against a dramatic sunset sky with golden and orange clouds. The person is positioned in the lower center of the frame, with their arms extending towards the top corners. The background shows a horizon line with some distant structures and trees.

Wenn es einen Glauben gibt,  
der Berge versetzen kann,  
so ist es der Glaube  
an die eigene Kraft.

*Marie von Ebner-Eschenbach*



# 101 Energiedinger

Ein persönliches  
Energie-Buch  
zum Erinnern und Auftanken

Von:

---

Start am:

---

# Inhalt

Einleitung

Seiten 5/6

**Meine 101 Energiedinger**

Seiten 9 bis 22

Die blauen Seiten

Seiten 7, 13, 19, 25

Weitere Energiedinger

Seiten 26 bis 29

Impressum

Seite 30

# Einleitung

## 101 persönliche Energietipps

Schreibe dir in diesem Büchlein die derzeit 101 wichtigsten Dinge in deinem Leben auf, die dir Energie geben. Ob es besondere Dinge sind oder kleine Alltäglichkeiten – ganz egal. Es zählt all das, was DIR ganz persönlich Energie gibt, deine Akkus auflädt und deine Lebenskraft stärkt. Damit du jeden Morgen energiegeladen aufstehst und Berge versetzen könntest.

Na, fällt dir schon was ein? :-)

Wichtig ist, dass du deine Tipps authentisch und möglichst positiv formulierst – ohne „nicht“ oder „kein“.

Du kannst in deine „101 Energiedinger“ auch etwas hineinzeichnen oder einkleben. Dafür sind die blauen Seiten freigehalten.

Oder lasse jemanden, der dir viel bedeutet, etwas hineinschreiben. Oder oder ... Lasse dich von deiner Intuition führen und von deiner Kreativität inspirieren ...

## Erinnerungshelfer und Kraftspender

Deine „101 Energiedinger“ sind ganz persönliche Erinnerungshelfer für den Alltag, in dem wir so leicht vergessen, was uns wirklich Energie gibt und unsere Lebenskraft auf eine gesunde Weise stärkt.

Sie erinnern dich aber auch in Zeiten, in denen du kraftlos und leer bist, an die Dinge, die dir schnell und optimal auf dich abgestimmt wieder Energie geben und deine Akkus rasch wieder aufladen.

Es sind deine persönlichen Kraftspender!

### **Energiebooster für dich**

Allein das Büchlein in die Hand zu nehmen, kann dir Energie geben und deine Schwingung erhöhen. Du kannst das Büchlein immer wieder mal durchlesen, auch stetig verändern und ergänzen, unter dein Kopfkissen legen, in Zeiten der Kraftlosigkeit mit dir tragen ...

Mache damit, was dir gut tut!

Viel Freude und – vor allem – ganz viel Power mit deinen „101 Energiedingern“! :-)

Alles Liebe  
Karin Myria

– Energie gibt, was wir lieben. – (kmp)

# Meine 101 Energiedinger

- 1• \_\_\_\_\_
- 2• \_\_\_\_\_
- 3• \_\_\_\_\_
- 4• \_\_\_\_\_
- 5• \_\_\_\_\_
- 6• \_\_\_\_\_
- 7• \_\_\_\_\_



8•



9•



10•



11•



12•



13•



14•



15• \_\_\_\_\_

16• \_\_\_\_\_

17• \_\_\_\_\_

18• \_\_\_\_\_

19• \_\_\_\_\_

20• \_\_\_\_\_

21• \_\_\_\_\_



22•



23•



24•



25•



26•



27•



28•



29•



30•



31•



32•



33•



34•



35•



*– Dein Energielevel ist deine Entscheidung. (kmp) –*

36•



37•



38•



39•



40•



41•



42•



43•



44•



45•



46•



47•



48•



49•



50•



51•



52•



53•



54•



55•



56•





57•



58•



59•



60•



61•



62•



63•



64•



65•



66•



67•



68•



69•



70•



*– Energie fließt, wenn wir unserem Herzen folgen. – (kmp)*

71 • \_\_\_\_\_

72 • \_\_\_\_\_

73 • \_\_\_\_\_

74 • \_\_\_\_\_

75 • \_\_\_\_\_

76 • \_\_\_\_\_

77 • \_\_\_\_\_



78•



79•



80•



81•



82•



83•



84•



85•



86•



87•



88•



89•



90•



91•



92•



93•



94•



95•



96•



97•



98•



99•



100•



101•





– Alle Kraft, die wir fortgeben, kommt erfahren  
und verwandelt wieder über uns. – (Rainer Maria Rilke)

## Weitere persönliche Energiedinger ...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# Impressum

**Karin Myria Pickl**

Diplom-Pädagogin | Coach | Autorin | Fachjournalistin | Dozentin

Hans-Schmidmayer-Str. 52  
D-85435 Erding

info@kmp-media.de  
www.kmp-media.de  
www.kmp-praxis.de

Bilder: pixabay  
© 2016

