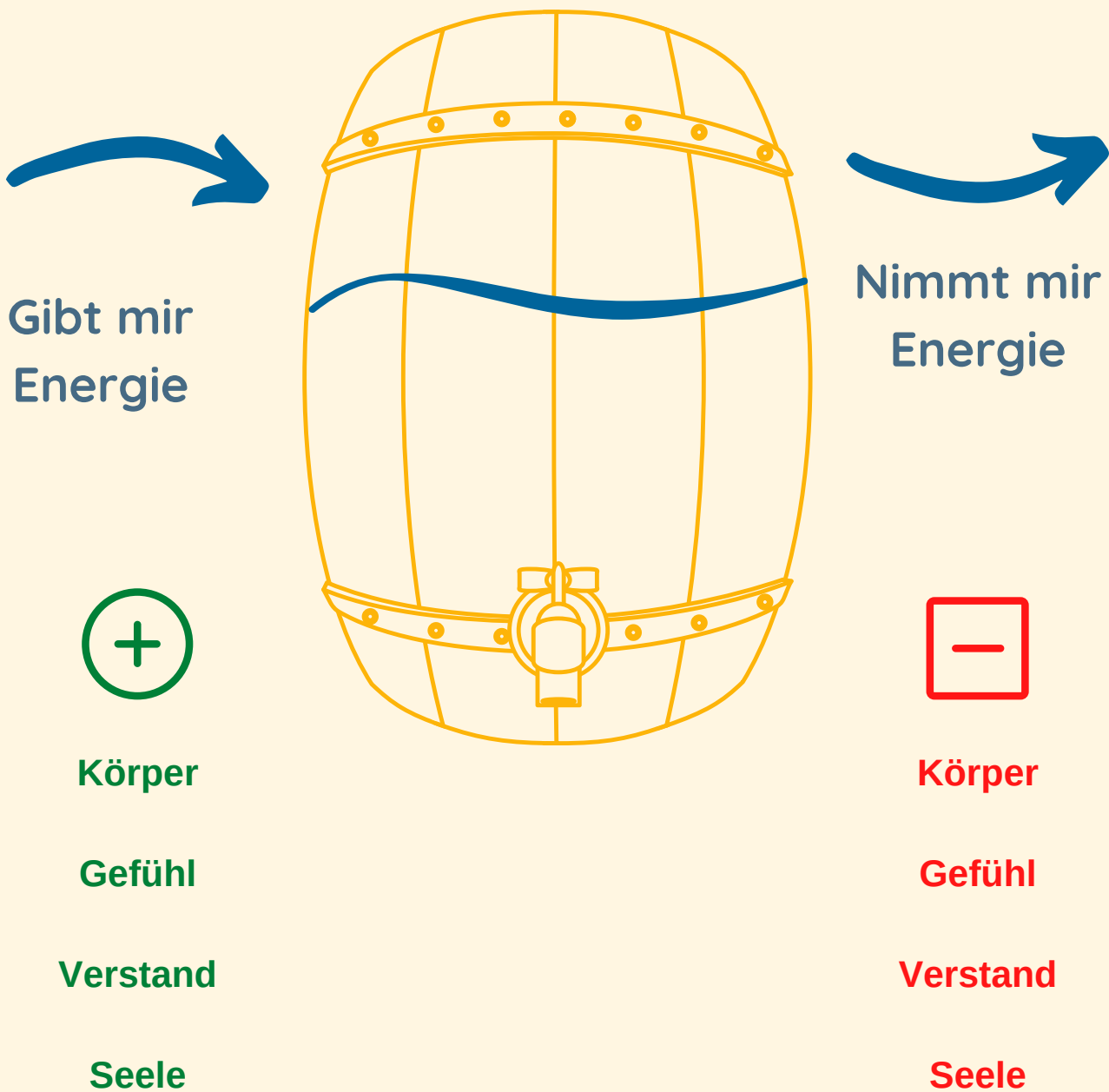


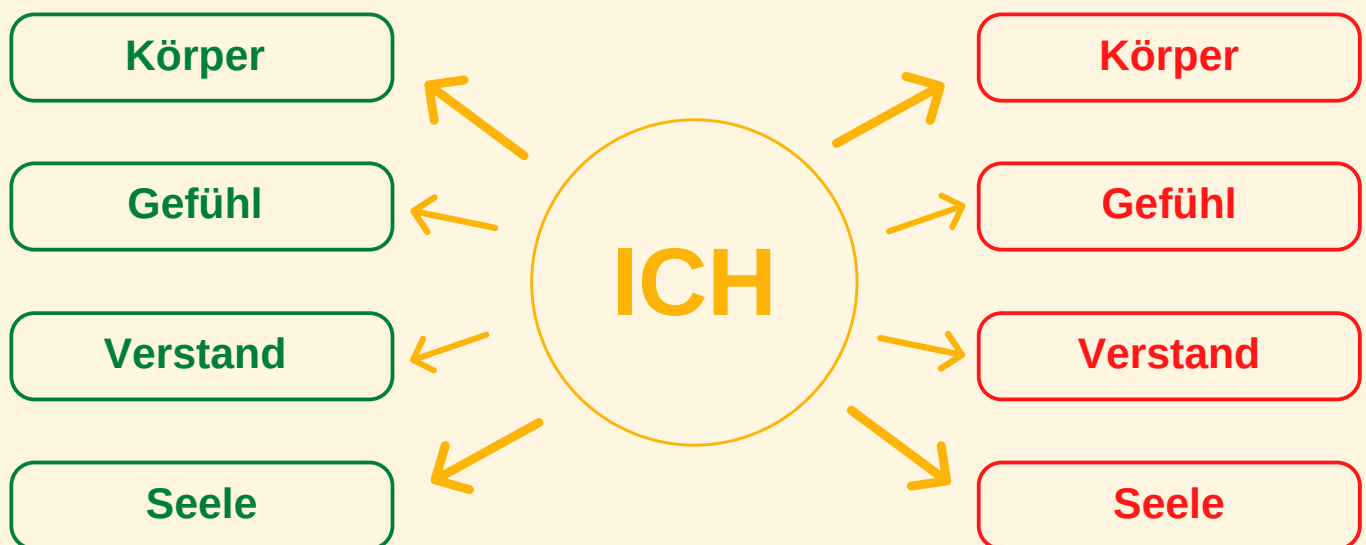
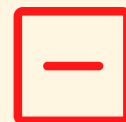
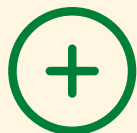
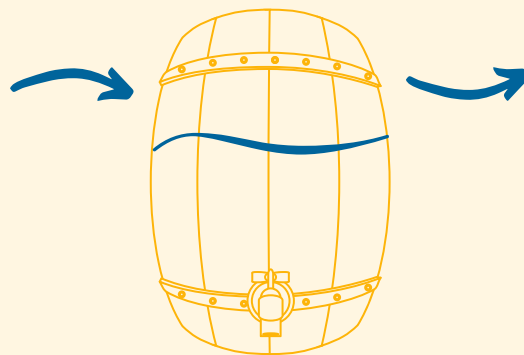
MEIN ENERGIEFASS

Was füllt, was leert mein Energiefass?



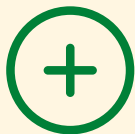
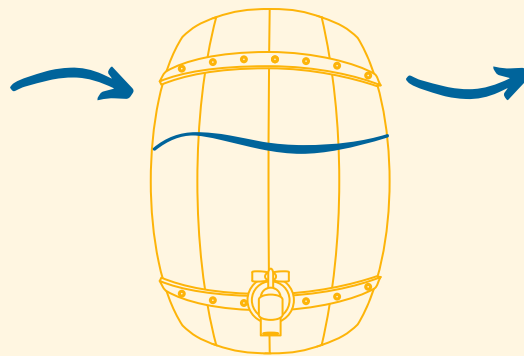
MEIN ENERGIEFASS

Was füllt, was leert mein Energiefass?



MEIN ENERGIEFASS

Was füllt, was leert mein Energiefass?



Beispiele



Körper:
ausgiebiges Spazieren
gehen, Yoga, Judo, ...

Gefühl:
Freunde treffen, in der Natur
sein, ...

Verstand:
ein gutes Buch lesen,
Austausch mit
Gleichgesinnten, ...

Seele:
ausreichend Schlaf, im
Garten arbeiten

Körper:
lange am Schreibtisch sitzen,
keine Erholungszeiten, ...

Gefühl:
Streit, die Arbeit nicht zu
schaffen, ...

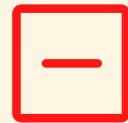
Verstand:
Computerspiele, Ärger, ...

Seele:
Gedankenkarussell, zu
wenig Schlaf, ...



MEIN ENERGIEFASS

Was füllt, was leert mein Energiefass?



Körper:

Gefühl:

Verstand:

Seele:

Körper:

Gefühl:

Verstand:

Seele:

