



Mein Quadro

Mein persönliches Notizbuch

DE



www.meinquadro.de

Kerstin Hack (Hrsg.): Mein Quadro – Mein persönliches Notizbuch

Quadro Nr. 4

© 2008 Down to Earth · Laubacher Str. 16 II · 14197 Berlin

Gestaltung: www.michaelzimmermann.com

Fotos: photocase.com - lobolobolobo (1), franzernst (5), pinky (6), complize (8), chhmz (10), Gerti G. (12), mrembo (14), Juttaschnecke (16), JockScott (18), rokit_de (20), tomhope (22), silje (24), zettberlin (26), emma75 (28), kallejipp (30), judigrafie (32), k-sus (34), sani05 (36), s11 (38)

Druck: flyeralarm GmbH, Printed in Germany

ISBN 978-3-935992-59-6

Die Zitate stammen aus der Zitate-Sammlung »Gut gesagt. 5000 Zitate und Aphorismen auf CD-ROM«, Down to Earth Verlag.

Bezug

Im Buchhandel oder beim Verlag:

Down to Earth bei Chrismedia

Robert-Bosch-Str. 10

35460 Staufenberg

Tel: 06406 - 8346 0

Fax: 06406 - 8346 125

bestellung@chrismedia24.de

Mehr von Kerstin Hack und weitere Quadros gibt es unter

www.down-to-earth.de und www.meinquadro.de



Impulse...

■ Wenn wir schreiben, halten wir etwas fest: Gedanken, Gefühle, Erfahrungen, Erlebnisse, Erkenntnisse. Was uns sonst leicht verloren geht, bleibt so für uns und vielleicht auch für andere erhalten.

Dies ist dein Quadro. Du kannst es mit dem füllen, was du festhalten möchtest und es nutzen als dein

- Tagebuch
- Kindertagebuch
- Inspirationsbuch
- Entdeckerbuch
- Andachtsbuch
- Adressbuch
- Beziehungsbuch
- Reisebuch
- Monatsbuch
- Malbuch
- Gästebuch
- Kochbuch
- Fotobuch
- Zitatebuch
- Traumbuch
- Notizbuch
- Impulsbuch
- ...

Wir haben Fotos, Zitate und vier Impulsthemen ausgewählt, die dir die eine oder andere Idee geben und dich inspirieren und anregen können.

Während des Schreibens habe ich mir etwas erzählt, das ich vorher nicht wusste.

—Gail Goodwin

Mein Quadro ist vor allem dein Buch, das du auf deine Art und Weise gestalten kannst. Das handliche Format ermöglicht dir, es überall mit hinzunehmen...

»Wir schreiben meistens für die Person, die wir in Zukunft einmal sein werden«, erklärte Autorin Alexandra Johnson. Das stimmt. Irgendwann in der Zukunft wirst du dieses Quadro vielleicht einmal hervorholen und wiederentdecken: »Das habe ich erlebt – das hat mich bewegt, geprägt und verändert.«

Ich wünsche ich dir viel Freude beim Schreiben, Gestalten, Entdecken, Gedanken festhalten und Leben.

Deine

Kerstin Hack

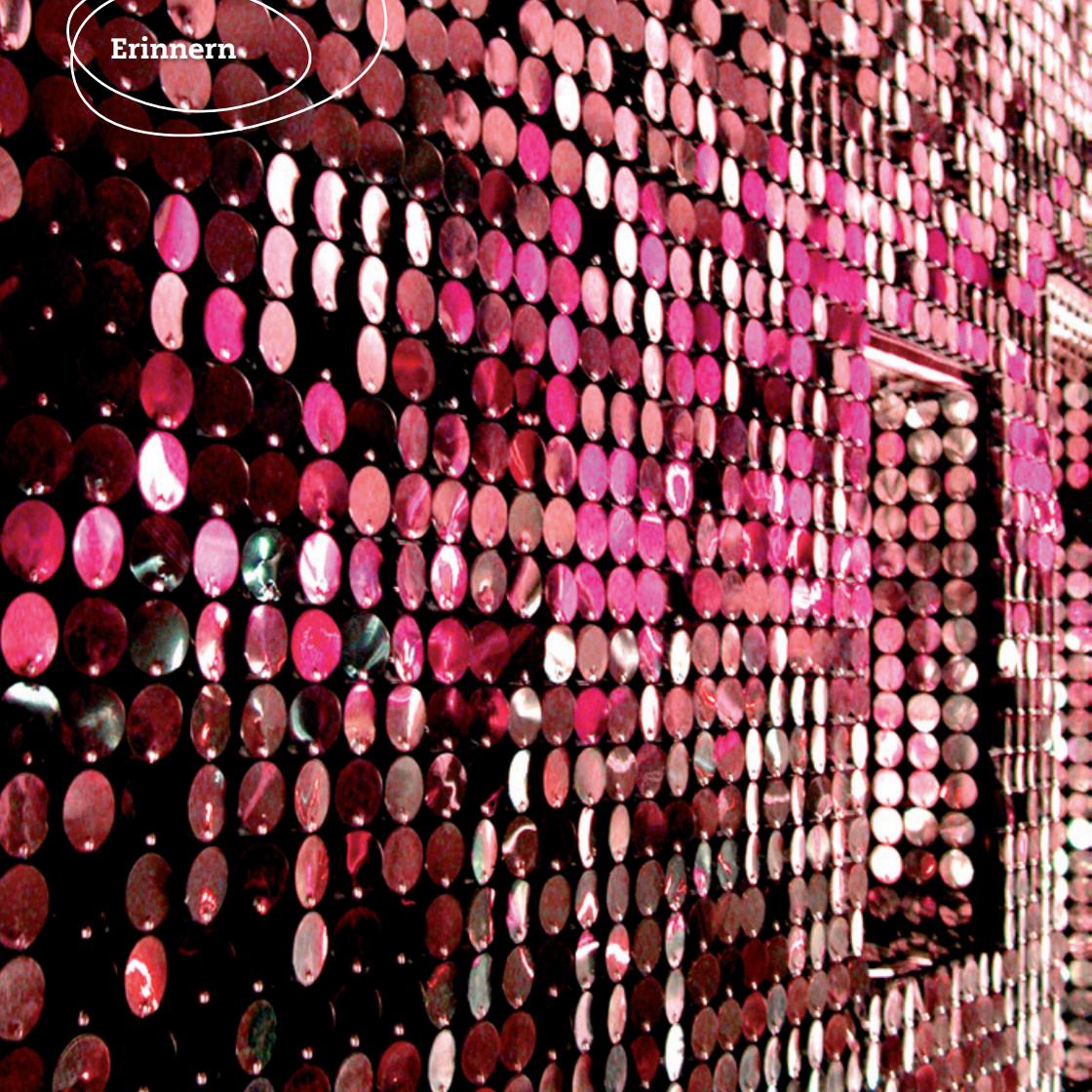
—Kerstin Hack





Schreiben ist die Art, wie das
gefrorene Meer von innen aufbricht.
—Franz Kafka

Erinnern





Wer sich erinnert, lebt zweimal.
—Franca Magnani



A large, empty grid of small dots, intended for handwriting practice. The grid consists of 20 columns and 20 rows of dots, forming a square shape.



Der Stift ist mächtiger als das Schwert.
—Edward Bulwer-Lytton



Wenn man dir liniertes Papier gibt,
schreibe quer über die Zeilen.

—Juan Ramón Jiménez



Einander zu schreiben ist der Versuch,
ein Sternenfunkeln aus Worten in das Herz
eines anderen Menschen zu senden.

—Jochen Marris

Anteil geben

■ Mit wem möchtest du ein paar deiner Gedanken und Erlebnisse teilen?

A large area of dotted lines for writing, spanning most of the page width and height.



Kerstin Hack
Spring
Hinein ins volle Leben,
160 Seiten

Das Buch von Kerstin Hack lädt zu einem lebenswerten Leben ein. Es zeigt lebensnah und praktisch, wie man Haltungen und Denkmuster, die Lebensfreude verhindern, entdecken und entsorgen kann, damit das Leben wieder leichter und froher wird.

..... 12,80 €



Rosemarie Stresemann
Sanfte Kraft
Den Lebensstil der Demut lernen, 40 Seiten

Menschen, die Demut lernen, erfahren innere Freiheit und kommen zur Ruhe. Entdecke in diesem Quadro-Monatsbegleiter, was Demut ausmacht und wie sie dein Leben befreien und verändern kann. Ideal für alle, die inneren Frieden und neue Lebenskraft finden möchten.

..... 4,00 €



Kerstin Hack
Swing
Dein Leben in Balance,
144 Seiten

Wie kann man die Woche so gestalten, dass man alle Arbeit schafft und noch genug Raum für Kreativität, Beziehungen, Ruhe und pures Leben bleibt? Dieses Buch gibt inspirierende Antworten und viele praktische Impulse für dynamisches und ausgewogenes Leben.

..... 12,80 €



Kerstin Hack
Online with God
Trainingskurs Gebet, 40 Seiten

Mit dem »Vaterunser« beten lernen. Frisch und inspirierend. Ideal für alle, die (neu) beten lernen wollen. Günstige Neuauflage des beliebten Kurses im neuen Quadro-Format. Ideal für alle, die sich mit Beten schwer tun oder ganz neu beten lernen möchten.

..... 4,00 €

Mein Quadro

Hoffnung ist verwurzelt in Erinnerung. —Henry Cloud

Das Leben eilt meist schnell vorbei. Häufig können wir uns eine Woche später schon nicht mehr erinnern, was wir zur gleichen Zeit vor sieben Tagen getan haben.

»Mein Quadro« lädt dich in einer flüchtigen Zeit ein, Gedanken, Ideen, Erlebnisse, Zitate, Träume, Tipps, Ideen und vieles mehr festzuhalten. Du kannst es auf Reisen mitnehmen oder für deine tägliche Inspirationszeit oder stillen Stunden nutzen. Du kannst es für dich selbst schreiben oder gemeinsam mit einem lieben Menschen.

Das handliche Format bietet dir die Möglichkeit, dein Quadro mitzunehmen, wenn du unterwegs bist – auf Reisen oder auf dem Weg zu deinem Lieblingscafé oder zum bevorzugten Aussichtspunkt um überall festzuhalten, was dir wertvoll ist.

DE



ISBN 978-3-935992-59-6



9 783935 992596