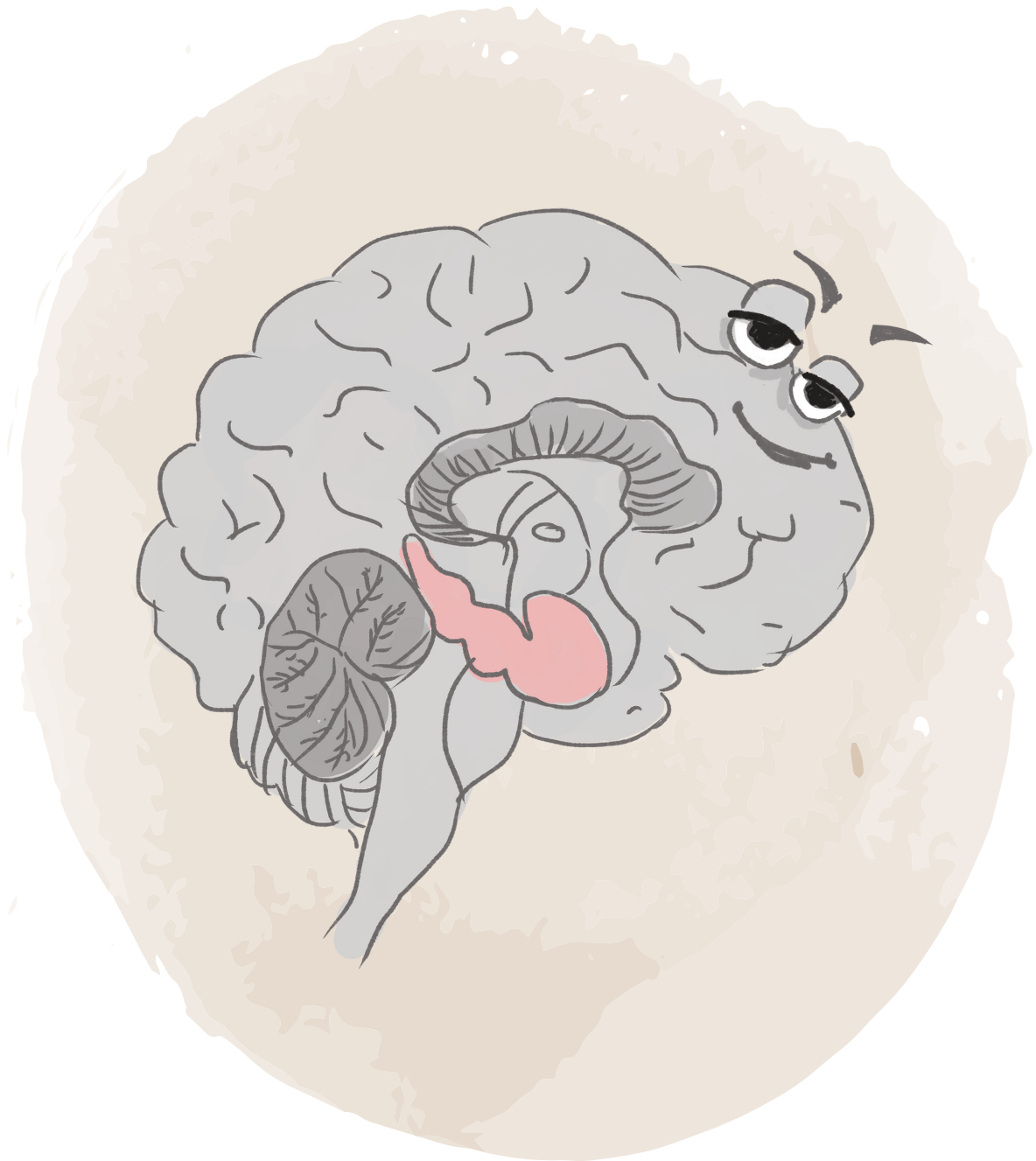


Im Hier und Jetzt

Achtsamkeitstagebuch



Tagebucheintrag

Datum:

Mein achtsamer Moment:



Für das bin ich dankbar:



Das möchte ich besser machen:



Auf das freue ich mich:



Tagebucheintrag

Mein achtsamer Moment:



Tagebucheintrag



Für das bin ich dankbar:

Tagebucheintrag



Das möchte ich besser machen:

Tagebucheintrag

Auf das freue ich mich:

