



30 Tage Meditation

Zeitpunkt: _____ Uhr _____ Dauer: _____ min



Tag 1	Tag 16
Tag 2	Tag 17
Tag 3	Tag 18
Tag 4	Tag 19
Tag 5	Tag 20
Tag 6	Tag 21
Tag 7	Tag 22
Tag 8	Tag 23
Tag 9	Tag 24
Tag 10	Tag 25
Tag 11	Tag 26
Tag 12	Tag 27
Tag 13	Tag 28
Tag 14	Tag 29
Tag 15	Tag 30

Meine Belohnung, weil ich es geschafft habe, 30 Tage nacheinander zu meditieren: