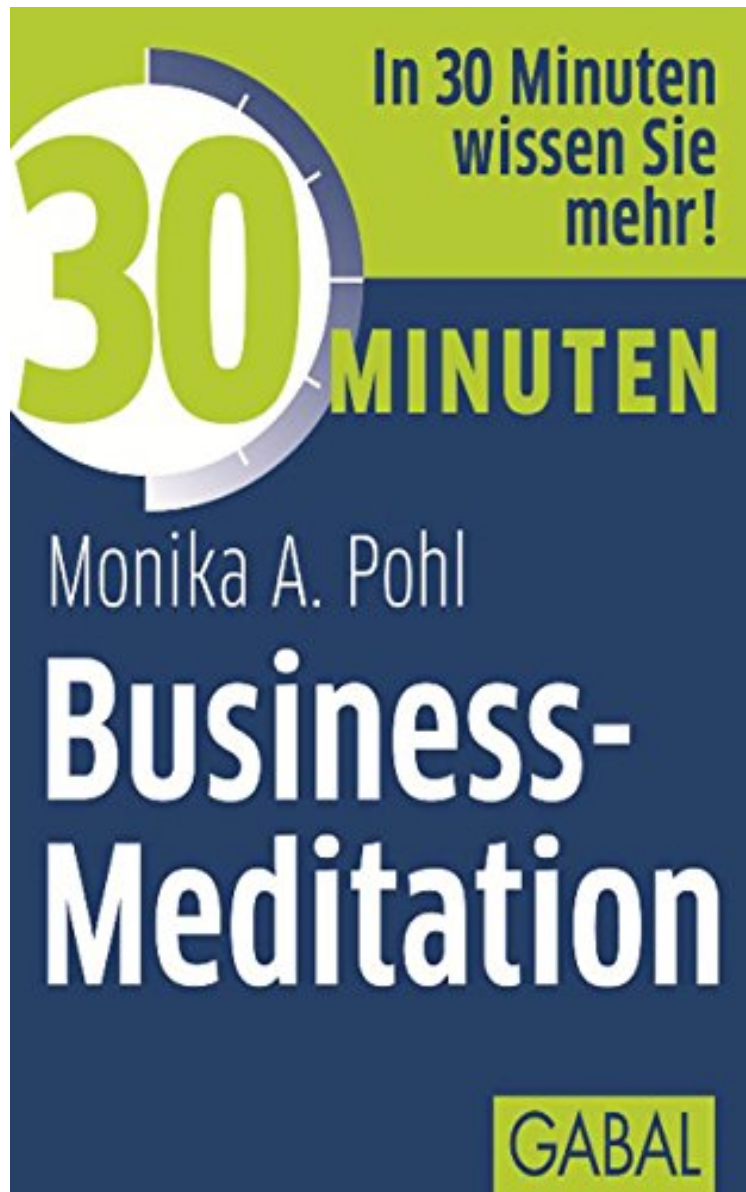


[Download pdf] 30 Minuten Business-Meditation (German Edition)

30 Minuten Business-Meditation (German Edition)

Monika A. Pohl

*audiobook / *ebooks / Download PDF / ePub / DOC*



[Download](#)

[Read Online](#)

#3698371 in eBooks 2013-02-25 2013-02-25 File Name: B00B7PDYDC | File size: 46.Mb

Monika A. Pohl : 30 Minuten Business-Meditation (German Edition) before purchasing it in order to gauge whether or not it would be worth my time, and all praised 30 Minuten Business-Meditation (German Edition):

Wenn im Berufsalltag der Termindruck steigt und ein Meeting das nauml;chste jagt, sehnen wir uns oft schon nach dem nauml;chsten Urlaub. Doch auch Arbeitszeit ist Lebenszeit. Es lohnt sich also, den Dauerstress ab und an zu

unterbrechen und den Geist zur Ruhe zu bringen. In diesem Ratgeber bekommen Sie eine Einführung in die Praxis der Meditation und erfahren, wie sich Kurzmeditationen in den Alltag integrieren lassen. Mithilfe der zahlreichen Übungen können Sie das Wissen sofort umsetzen. So tanken Sie Energie und Kraft für anstehende Aufgaben.