

Lilian N. Güntsche

Achtsamkeit in digitalen Zeiten

Ein persönlicher Wegweiser
für mehr Ruhe in
der Beschleunigung

 Springer

Ein Must-Read um
anzukommen ohne
auszusteigen!

springer-gabler.de

Part of Springer Nature

Lernen Sie die Super-Power Achtsamkeit!

Lilian N. Güntsche

Achtsamkeit in digitalen Zeiten
Ein persönlicher Wegweiser für mehr
Ruhe in der Beschleunigung

2016. XXVI, 321 S. Brosch.

€ (D) 19,99 | € (A) 20,55 | *sFr 17,00

ISBN 978-3-658-11089-5

Website zum Buch: thedignifiedself.com/de/das-buch

A32991

