WOCHE

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
Morgenmeditation	○	○	○	○	○	○	○
3 mal dankbar	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
Abendmeditation	○	○	○	○	○	○	○
3 mal gelobt	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○

WOCHE

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
Morgenmeditation	○	○	○	○	○	○	○
3 mal dankbar	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
Abendmeditation	○	○	○	○	○	○	○
3 mal gelobt	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○
	○	○	○	○	○	○	○