

Ihr neues Magazin für Achtsamkeit



moment by moment beleuchtet das gesamte Themenspektrum der Achtsamkeit. Konzipiert und geschrieben von Praktizierenden für Praktizierende will es Anfängern, Übenden und Lehrenden als Wegweiser und Inspirationsquelle dienen. Fundierte, lebensnahe und tiefgehende Texte, persönliche Erfahrungsberichte, Interviews mit faszinierenden Persönlichkeiten und leicht nachvollziehbare Übungsanleitungen geben wertvolle Impulse für eine lebendige Praxis. Die praktische Umsetzung von Achtsamkeit im Alltag ist das Herzstück des Magazins.

moment by moment erscheint 6 x pro Jahr in einer Auflage von 10.000 Exemplaren und ist in allen Bahnhofs- und Flughafen-Kiosken in Deutschland, Österreich und der Schweiz erhältlich.

Alle Infos & eine Leseprobe der ersten Ausgabe finden Sie unter
www.moment-by-moment.de