

Hallo allerseits

DIE WICHTIGKEIT DES ATEM (video in english)

Mit der weltweiten Verbreitung von Covid-19 / Coronavirus sind wir in eine sehr angespannte und ängstliche Zeit angekommen. Der derzeitige Stressabbau ist nicht nur für dein emotionales und mentales Wohlbefinden, sondern auch für das Immunsystem von entscheidender Bedeutung.

Bruce Frantzis - [Taoist Meditation](#) - veröffentlicht ausgewählte Meditationskurse als Service für die breitere Gemeinschaft. Sei gespannt auf weitere kostenlose taoistische Meditationssitzungen, denn in naher Zukunft folgen noch weitere.

Thank you so much Bruce!