



Dr. Peter Michel,
Bestsellerautor & Verleger
**Meine persönliche
Empfehlung**

Liebe PranaHaus-Kundinnen und -kunden,

ich wage einmal eine kühne Prophezeiung: Dieses Buch wird in den Yoga-Kreisen eine Revolution auslösen und in der Medizin eine neue Tür öffnen, um allen Menschen mit Problemen der Luftwege Hilfe und Heilung zu schenken!

Es kommt selten vor, dass ich Bücher, die mir zur Rezension vorliegen, wirklich Zeile für Zeile mit wachsender Spannung lese. Dies ist so ein seltenes Exemplar! Jeder, der sich mit Yoga befasst, wird unweigerlich eines Tages auf die damit verbundenen Atemübungen (Pranayama) stoßen. Dr. Skuban ist einer jener Fachleute für Pranayama und hat ein Buch darüber geschrieben, das ein weltweiter Erfolg wurde und viel Anerkennung fand. Sein neues Werk über die revolutionären Atem-Techniken des ukrainischen Arztes Dr. Konstantin Buteyko stellt eine wunderbare Ergänzung dazu dar – und geht gleichzeitig noch einen Schritt weiter.

Die zahlreichen Forschungen zu Buteykos Atem-Methode lassen erkennen – und Skubans eigene Erfahrungen bestätigen es – dass manche Yoga-Atemübungen eher kontraproduktiv sind. Diese Defizite zu beheben und neue Tore zum heilenden Atem zu öffnen, leistet dieses Werk.

Eines jener Bücher, dass auf dem Gebiet der Atemforschung Geschichte schreiben wird!

Ihr
Dr. Peter Michel

