

Atmen Sie mal wieder richtig durch

Zu den machtvollsten Instrumenten der Heilung, Selbstentfaltung und innerer Entwicklung zählen die Schulung und Kontrolle des Atems und der Gedanken. Der in Brünn 1886 geborene Arzt Dr. Lothar Gottlieb Tirala war einer der ersten, welcher die geschulte Atmung als Heilmittel einsetzte. Seine zahlreichen Buchveröffentlichungen geben noch heute Zeugnis ab über die jahrzehntelangen Erfahrungen und Erfolge an und mit seinen Patienten.

Seine ersten Erfahrungen machte Dr. Tirala bei der Heilung der Blutdruck-Krankheiten durch Atemübungen. Wie er in der 7. Auflage (1935) seines gleichnamigen Buches ausführte war er selbst über die rasch einsetzende Besserung bei seinen Patienten verblüfft.

Ganz besonders weist er darauf hin, daß es vor allem notwendig ist, auf eine gründliche Entleerung des Darmes zu achten, denn gasgeblähte Darmschlingen drängen oftmals das Zwerchfell so nach oben, daß es an seiner Bewegung nach unten gehindert würde, was ein richtiges Holatmen überhaupt nicht möglich machte. Zur Entleerung des Darmes setzte Dr. Tirala, dem 1933 aufgrund seiner damaligen Zeit bahnbrechende Heilerfolge zu Ehren der Professor-Titel verliehen wurde, Traubensaftkuren ein.

Gerade jetzt im Herbst wäre dies eine günstige Gelegenheit mit dem Heilatmen zu beginnen und eine notwendige Darmentleerung durchzuführen.

Jeden Montag abend finden in unseren Räumlichkeiten in der Christophallee 21 während der kalten Jahreszeit diese Atemübungen statt. Sie sind alle recht herzlich dazu eingeladen.

Unsere verehrte Hildegard Willems, welche dieser Tage ihren 88. Geburtstag feiern konnte und die Atemgruppe über vier Jahrzehnte leitete, ist ein Vorzeigebeispiel, daß die Atemübungen wahre Heilkraft besitzen.

Prof. Tirala hatte auch bei folgenden Krankheiten Erfolg: Herzerweiterung, Herzmuskelschwäche, Wassereinlagerung (Ödeme), Nierenerkrankungen, Lebervergrößerungen, Zuckerkrankheit (Diabetes), Augenerkrankungen, Rheuma u.a. m.

Übrigens: das Lehrbuch ist heute wieder erhältlich. Fragen Sie bei Ihrem nächsten Besuch in der BÜCHERZENTRALE danach... und denken Sie daran: auch im Zeitalter der Sparmaßnahmen im Gesundheitswesen ist die Heilatmung kostenlos! Tragen auch Sie dazu bei Ihren Körper fit zu erhalten.

Herzlichst Ihr
Peter Emmrich