

Petra Neumayer

Natürlich rauchfrei! ... mit Homöopathie, Klopf-Akupressur, Quantenmedizin und Co.

Leseprobe

[Natürlich rauchfrei! ... mit Homöopathie, Klopf-Akupressur, Quantenmedizin und Co.](#)
von [Petra Neumayer](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b8330>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2
D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Fax +49 7626 9749 709
Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



INHALT

| | |
|-----------------------------|----|
| Vorwort von Anne Gesthuysen | 9 |
| Einführung der Autorin | 13 |

TEIL I:

| | |
|--|-----------|
| Die Wahrheit über Rauchen und Nichtraucher | 17 |
| Lektion 1: Ich rauche gerne! | 19 |
| Lektion 2: Frieden schließen mit dem blauen Dunst! | 21 |
| Lektion 3: Raucher sind keine Menschen zweiter Klasse! | 24 |
| Lektion 4: Die Lüge vom fröhlichen Nichtraucher! | 29 |
| Lektion 5: Die Lüge vom schlanken Nichtraucher! | 31 |
| Lektion 6: Die Lüge, dass Rauchenaufhören ganz einfach ist! | 33 |
| Lektion 7: Die Irrfahrten des Odysseus - Heimkehren zu sich selbst | 35 |
| Lektion 8: Erkenne dich selbst-welcher Rauchertyp sind Sie eigentlich? | 39 |
| Lektion 9: Ihr persönlicher „Rauchfrei-Plan“ | 47 |

TEIL II:

| | |
|--|-----------|
| Hilfreiche Methoden zur Raucherentwöhnung | 53 |
| Wer hilft, hat Recht! | 55 |
| Die Schlusspunkt-Methode | 57 |
| Qualmen bis zum Erbrechen | 58 |
| Nikotinpflaster und -kaugummi | 59 |
| Aus dem Chemielabor: Anti-Raucher-Pillen | 62 |

| | |
|--|----|
| Rauchfrei durch Kräutergigaretten | 64 |
| Ohrakupunktur: Mit Nadeln gegen die Sucht | 66 |
| Unterstützung durch Homöopathie | 68 |
| Erleichterung durch Schüssler-Salze | 70 |
| Mit Bachblüten gegen den blauen Dunst | 76 |
| Geheimtipp: Noni-Saft! | 80 |
| Neue Homöopathie - Medizin zum Aufmalen | 83 |
| Klopfen Sie sich frei! | 88 |
| Rauchfrei durch Quantenheilung | 91 |
| Schnelle Hilfe aus dem Netz! | 95 |
| Rauchen als Symptom: Hilfe durch Familienstellen | 96 |

TEIL III:

| | |
|---|------------|
| Nichtraucher bleiben: Praktische Tipps & Tricks! | 101 |
| Forever Nichtraucher? | 103 |
| Mit den neuen Emotionen umgehen: | |
| Seien Sie kreativ! | 104 |
| Superwichtig: Das Gift muss raus! | 107 |
| Den Säure-Basen-Haushalt ausgleichen! | 109 |
| Glückshormone: Natürlich glücklich! | 117 |
| Neue Rituale schaffen! | 119 |
| Welche Diät ist eigentlich die richtige? | 121 |
| Sport hilft! | 124 |
| Weg mit dem Stress! | 126 |
| Das Notfall-Kapitel: „Erste Hilfe“ in schwachen Momenten! | 129 |

| | |
|-----------------------------------|-----|
| Ihr persönlicher Rauchfrei-Plan | 135 |
| Zur Autorin | 138 |
| Literaturtipps | 139 |
| Weitere Bücher von Petra Neumayer | 141 |
| Hilfreiche Internetlinks | 142 |



Petra Neumayer

[Natürlich rauchfrei! ... mit Homöopathie, Klopf-Akupressur, Quantenmedizin und Co.](#)

Nützliche Tipps für jeden Rauchertyp

142 Seiten, kart.
erschienen 2010



Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de