

Vom Raucher zum Genussmenschen!

Hans Hammerer

Als ehemaliger Raucher und Begleiter unzähliger Menschen in ein erfüllendes Gefühl des frei sein von Laster und erhaben sein, in der eigenen Haut und des Wohlbefindens. So einfach kann sich das Loslassen des Rauchens sein, wenn dieses Grundprinzip auf der eigenen Entdeckungsreise befolgt wird. Aber es ist sehr einfach, diesen Berg von Frust abzubauen und dabei die eigene Willenskraft zu stärken. Das ist die Einfachheit des Nichtrauchens auf einer logischen und einfachsten Denk- und Handlungsweise.

Dazu können uns Gesetze bestimmt nicht weiter helfen, sondern fördern genau so den Frust, wie alle jene, welche ganzjährig sich um das Abnehmen bemühen.

Der MENSCH – als „Wunderwerk der Schöpfung“ - ist so etwas Einzigartiges und Besonderes, wie man es sich nicht vielfältiger vorstellen kann. Mit diesem sensiblen Einfühlungsvermögen konnten wir unzählige Nichtraucher erleben ohne, dass wir ein Nichtraucherprogramm angeboten hätten.

Wir wissen ja alle um die Sucht bzw. die Gewohnheit des Rauchens, und dass es sich vielfach nur um ein Eindämmen der eigenen Gefühlswelt handelt, wenn man mit sich selbst und der Umwelt nicht in Balance lebt. Alleine schon die Gesichtszüge und die grobporige Haut zeigen dies gnadenlos im Spiegel.

Dazu einige Denkweisen, welche keinesfalls der Vollständigkeit bedürfen, jedoch eine für den angehenden Genussmenschen eine neue und mitunter einzigartige Perspektive eröffnet.

Wer nämlich nicht imstande ist, dem Hilfesuchenden Menschen eine neue – für ihn wertvolle - Perspektive anzubieten, welches vor allem für den Betroffenen nachvollziehbar ist, dass nur er selbst imstande sein wird, sein Laster zu besiegen, braucht auch kaum ein anderes Programm anzugehen.

Wer jedoch das Laster „Rauchen“ wirklich und ernsthaft aufgeben will, sollte sich weniger mit Nichtraucher-Programmen beschäftigen, sondern darf sich in erster Linie mit Wohlfühlen und sich selbst und seiner angeborenen Schönheit und Einzigartigkeit bewusst machen.

Wer die Begeisterung dafür aufbringt und lernt mit sich selbst ehrfurchtsvoller umzugehen und sich auf die eigene Entdeckungsreise der Gefühle und der eigenen Stärken, Talenten und Fähigkeiten respektvoll begibt, bei dem wird das Rauchen über Nacht zur größten Nebensache der Welt werden!!! Denken wir doch dankbar an die angeborenen Sinnesorgane durch fühlen, riechen, sehen,..., welche wir wie ein Geschenk nutzen dürfen und oftmals derart rücksichtslos damit umgehen, ja sogar mit dem unmöglichen Rauchgeschmack vollständig eindämmen und uns dieser Freude entziehen.

Aber auch sich der eigenen persönlichen Bedürfnissen beginnt sich zu begeben, wird den schnellsten Erfolg erleben und die persönlichen Erfolgserlebnisse werden als Belohnung ständig parat sein.

Das Phänomenale an dieser Methode ist, dass jeder angehende Genussmensch diese Technik selbst auf seine persönlichen Bedürfnisse ausrichten kann und ihn daher als Belohnung weder jetzt und auch in Folge was kostet!!!

Dazu kommen die eigenen Stärken, Talente und Fähigkeiten in Kombination unter Einbezug der Naturgesetze. Begünstigt wird dabei das entziehen des eine zeitlang anhaltenden süchtigen Geschmackes. Dies ist einfach, denn wer weiß schon, dass naturbelassene, silofreie Milch, welche nicht im Kühlschrank, sondern in Zimmertemperatur abends im Mund „eingespeichelt“ wird, den höchsten Reinigungseffekt bietet und zur Neutralisierung des Tabakgeruches kommt. Ein Versuch lohnt sich!

Am Abend das Einspeicheln des Mundes mit Naturbelassener Milch in Zimmertemperatur (niemals aus dem Kühlschrank!) dient zur besten Neutralisierung des Tabakgeruches.

Denken wir aber auch an die hilflosen Kleinkinder, welche durch eine stete verbrauchte Raumluft derart gequält werden, dass die heranwachsende Haut sich mit allen möglichen Reizungen bis hin zu Atembeschwerden zeigen. Mehr darüber kann der Haus- bzw. der Facharzt unterstreichen. Eine Hebamme schrieb: „Früher hatten wir bei Geburten das Fruchtwasser verwendet, um unsere Haut zu pflegen, heute ist das Fruchtwasser von rauchenden Müttern „übelriechend“; dazu erübrigt sich jede weitere Erklärung!!!“

Somit wäre das Geheimnis gelüftet und ich wünsche viel Erfolg beim wiederentdecken der eigenen Sinnesorgane und auf ein g'sundes und vitales Leben in Genuss und Fülle.

Der Beweis liegt in ihren Gesichtszügen und in der Freude am Leben in einer Welt voller Chancen.

In herzlicher Verbundenheit stehe ich für weitere Fragen gerne zur Verfügung.

Ihr Hans Hammerer

"G'sund & Vital" ... ihr Wohlfühlpartner
Komm.-Rat Prof. Hans Hammerer
A-6850 Dornbirn, Paracelsus-Weg 9
MT: 0043 (0)664/3371262
Mail: hans.hammerer@gsund.com
Net: www.gsund.com

PS: Kennen Sie übrigens schon die neue Homepage www.gsund.com ? Damit wir auch weiterhin in Kontakt bleiben.