

Bücher von Barbara Simonsohn bekommen Sie in jeder Buchhandlung und im Internet:



„Papaya – heilen mit der Wunderfrucht“ Windpferd-Verlag, 214 S., 12,90 €

Was die Naturvölker der Tropen und Subtropen seit Jahrhunderten wissen, vermittelt Barbara Simonsohn in ihrem spannend geschriebenen Gesundheits-Handbuch: warum die enzymreiche Papaya so wichtig ist zur Erhaltung der Gesundheit und sogar für einen wachen Geist und für gute Stimmung.



„Die sagenhafte Heilkraft der Ananas“, Windpferd-Verlag, 188 S., 12,90 €

Wie man gesund und fit mit „der Königin der Früchte“ werden und bleiben kann, beschreibt Barbara Simonsohn in ihrem Gesundheits-Ratgeber. Diese phantastische Tropen-Frucht reinigt Blut, Zellen und Darm, verjüngt die Haut und sorgt für gute Laune und bessere Konzentration.



„Gerstengrassaft, Verjüngungselixier und naturgesunder Power-Drink“, Windpferd-Verlag, 157 S., 9,90 €

Schon die Essener wussten um die Kraft von Getreidegräsern wie Weizen- und Gerstengrassaft, und Ann Wigmore machte sie im Westen populär. Gerstengras, auf der Fensterbank zu ziehen, versorgt uns mit all den Vitalstoffen, die nicht mehr ausreichend in der Nahrung zu finden sind und die wir für strahlende Gesundheit so dringend brauchen.



„Stevia – sündhaft süß und urgesund“, Windpferd-Verlag, 190 S., 9,95 €

Wir Menschen sind durch Fruchtwasser und Muttermilch auf „süß“ programmiert. Endlich gibt es ein gesundes Süßmittel: Stevia, eine paraguayische Süßpflanze, die man als Kübelpflanze auch im Garten halten kann. Das frische Steviablatt ist 15 mal so süß wie Zucker, ohne Kalorien und auch noch gesund!



„Die Heilkraft der Afa-Alge“, Goldmann-Verlag, 320 S., 8,50 € Vitalstoffdefizite auch in Bioobst und –Gemüse bedrohen unsere Gesundheit. Die wildwachsende Afa-Alge aus einem intakten Biotop in Oregon ist das Lebensmittel mit der größten Nährstoffdichte. Sie enthält z.B. 3 mal so viel Vitamin B12 wie Rinderleber und mehr Eisen und Chlorophyll als jede andere Pflanze! Ein Supernahrungsmittel für Körper, Seele und Geist.



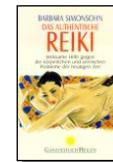
„Hyperaktivität – Warum Ritalin keine Lösung ist“, Goldmann-Verlag, 288 S., 8,50 €

Viele hyperaktive Kinder werden mit Ritalin behandelt, einem problematischen Arzneimittel, dass den Kindern bleibende Gesundheitsschäden zufügen kann. Dieser informative Ratgeber hilft, die Lebensqualität hyperaktiver Kinder und deren Familien auf organische Weise zu verbessern.



„Die Fünf „Tibeter“ mit Kindern“, Integral-Verlag, 133 S., 11,90 €

„Die Fünf „Tibeter““ sind ein System von Yogaübungen, die unser Drüsen stimulieren, die Wirbelsäule kräftigen und unsere Energiezentren entwickeln. Barbara Simonsohn beschreibt die Übungen so einfach und anschaulich, dass sie sich jeder selbst beibringen kann, einschließlich Ausgleichsübungen. 12 Minuten am Tag, und man fühlt sich wie neugeboren!



„Das authentische Reiki“, Goldmann-Verlag, 409 S., 12,95 €

In diesem Buch wird das authentische Reiki, eine uralte Methode zur Aktivierung universaler Energie und Aktivierung der Selbstheilungskräfte in uns und anderen, beschrieben.



„Reiki für Fortgeschrittene“, Goldmann-Verlag, ca. 489 S., 8,95 €

Ein Anwennderbuch für Reiki-Praktiker, die auf ihrem Grundlagenwissen weiter aufbauen wollen. „Reiki für Fortgeschrittene“ vertieft das Grundlagenwissen des ersten Bandes: über die „Höheren Grade“ existiert wenig Literatur, daher wird dieses zweite Buch vom Fachpublikum begrüßt werden. Chakren-Meditationen verleihen diesem Buch zusätzliche Attraktivität.



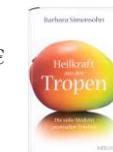
„Reiki – Die Sieben Grade“, Nietsch-Verlag, ca. 240 S., 14,90 €

Das Buch gibt einen Überblick über alle sieben Grade, vor allem aber über die höheren Grade IV bis VII und eröffnet dem Leser die wunderbaren Möglichkeiten der höheren Grade für seine spirituelle Entwicklung und die Transformation der Energie auf diesem Planeten und enthält viele Übungen, Meditationen und Erfahrungsberichte von Menschen, die bereits an Seminaren des authentischen Reiki teilgenommen haben.



„Reiki“, Heyne Verlag, 224 S., 8,95 €

Das Reiki-Praxisbuch für Einsteiger mit einer Einführung in die Möglichkeiten des I. und II. und der weiteren Grade. Einfache Übungen helfen, Stress und andere Probleme im Alltag erfolgreich zu bewältigen. Anhand vieler Fallbeispiele wird die heilende Kraft des Reiki auf Körper, Seele und Geist deutlich.



„Heilkraft aus den Tropen“, Integral-Verlag, Hardcover, 350 S., 17,95 €

Dieses Buch beschreibt die Gesundheitsvorteile von mehr als 40 Tropenfrüchten. Das Besondere: Tropenfrüchte stärken nicht nur Immunsystem und Herz, sondern auch das Gehirn. Daher helfen sie bei Depressionen, Gedächtnisschwäche und sogar Demenz. Medizin kann so lecker sein!



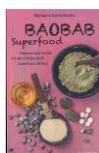
„Moringa, der essbare Wunderbaum“, Moringa Oleifera, die nährstoffreichste Pflanze der Welt, 133 S., 14,95 €

Verbessere Deine Gesundheit und Lebensqualität. Umfangreichen Recherchen bilden die Grundlagen für dieses Moringa Buch. Zu bestellen bei Barbara Simonsohn, Holbeinstr. 26, 22607 Hamburg.



„Chia Power“, Windpferd-Verlag, 278 S., 14,95 €

Die Vitalstoffbombe Chia galt schon bei den Azteken als wahres Wundermittel. Besonders zur Stärkung des Immunsystems, zur Vorbeugung von Krankheiten und zum gesunden, dauerhaften Abnehmen eignet sich der Powersamen hervorragend. Hier finden Sie 111 schmackhafte Rezepte.



„Baobab – Superfood, Gesund und schön mit den Nährstoff-Juwel aus Afrika“, Windpferd-Verlag, 216 S., 14,95 €

Baobab, die Frucht des afrikanischen Affenbrotbaumes. Als Superfood ist es sonnenverwöhnt, ursprünglich und stellt ein Füllhorn an Nährstoffen dar. Kein Wunder, kommt dieses Nährstoff-Juwel doch aus Afrika. Der Affenbrotbaum, an dem die Baobab-Früchte wachsen, galt seit jeher schon als heilig und wurde von unseren Vorfahren als Zauberbaum verehrt. Wissenschaftlich belegt ist Baobab ein Allheilmittel, ein Adaptogen und optimiert damit in Stresssituationen unsere körperlichen und seelischen Funktionen.



„Super Food HANF – Eiweisswunder und Heilmittel“, Schirner Verlag, 136 S., 12,95 €

Essentielle Aminosäuren und Omega-3-Fettsäuren, Mineralien, Vitamine, Antioxidantien...All das enthalten Hanfsamen und –öl in besonders hohen Konzentrationen und im optimalen Verhältnis für den menschlichen Körper. Dieses und viele schmackhafte Rezepte finden Sie in diesem Buch.