

eDampfen

Jürgen Volk

kurz & praktisch



eDampfen kurz & praktisch

Jürgen Volk



Jürgen Volk

eDampfen kurz & praktisch

**... weil E-Zigarette dampfen besser
ist!**

Gewidmet allen Leserinnen und Lesern.

BookRix GmbH & Co. KG
80331 München

Vorwort

Ich schreibe diese Zeilen für all jene Menschen, die gerne rauchen. Für alle Menschen, die gerne rauchen und die nicht glauben, dadurch dem absolut Bösen verfallen zu sein. Die den Genuss schätzen, das Wohlbefinden, das durch die Befriedigung der Sucht ausgelöst wird; die sich zwar bewusst sind, dass sie ihrer Gesundheit schaden, diesem Umstand aber ihr je eigenes *Trotzdem!* entgegensetzen. Ein *Trotzdem!*, das sich jeweils persönlich begründet und das in Worte zu fassen man sich besser hütet, im Angesicht der Auffassung, die landläufig bei Nichtrauchern herrscht. *Wieso gehst Du eigentlich Laufen, wenn Du rauchst?*, wurde ich einmal von einem geschockten Nachbarn gefragt. Ich war von der Frage nicht weniger geschockt als er vom Umstand, dass ich rauche und etwas für meine Gesundheit tue. Was soll man dem noch entgegenen? *Rock 'n' Roll!?* Oder doch besser schweigen?

Ich schreibe diese Zeilen also für jene, die gerne rauchen und es sich von all den Asketen, den *Guten und Gerechten*, den Sauertöpfen da draußen nicht vermiesen lassen möchten. Allen diesen Rauchern habe ich zu sagen: Vergesst den Frust, vergesst den Trotz! Es gibt etwas Besseres!

All den Rauchern mit konstant schlechtem Gewissen sei dieser Text natürlich auch von Herzen gewidmet. Doch an sie muss nicht appelliert werden, denn sie suchen ja verzweifelt einen Weg, um vom Rauchen wegzukommen. Hier ist er nun!

Mit der E-Zigarette öffnen sich gleich zwei Abzweigungen, die vom Tabakkonsum wegführen. Einmal der Weg zu einer genussvollen und gesünderen Form, seine Sucht (dieser Punkt muss nicht diskutiert werden) zu befriedigen. Zum Anderen aber auch - bei Bedarf - der Weg

stufenweise ganz von der Sucht loszukommen und die E-Zigarette als Übergang, nicht nur zu einem rauchfreien, sondern auch zu einem nikotinfreien Leben anzusehen. Ich möchte an dieser Stelle keinen der beiden Wege favorisieren, werde vielmehr später darauf zurückkommen. Vorher soll aber das folgen, worum es in diesem Text wirklich geht: eine Einführung ins eDampfen – kurz und praktisch – die hilft, das richtige Einstiegsgerät zu wählen, vorhersehbare Fehler zu vermeiden und die das Wissen vermittelt, was beim Übergang genau beachtet werden muss, damit man nicht an der Technik selbst, an Missverständnissen oder Überinformation scheitert. Deshalb sei an dieser Stelle und in aller Deutlichkeit gesagt, dass dieser Text ausschließlich für Interessenten und Neueinsteiger gedacht ist, um sie auf den ersten Schritten zu begleiten. Wer den Unterschied zwischen Clearomizer und Cartomizer kennt, wer weiß, was ein Spinner, eine Selbstwicklung oder das Pinoy-Dampfen ist und wie dies alles funktioniert, wird von den folgenden Kapiteln enttäuscht sein. Leser, die den sicheren Umgang mit Fachbegriffen suchen und eine erste Orientierung benötigen, werden dagegen auf ihre Kosten kommen. Weiter wird hier auch kein Geheimwissen zugänglich gemacht oder gänzlich Neuartiges publiziert. Aber wer sich eine langwierige Internetrecherche und so manch unangenehmen Rückschlag ersparen möchte, ist eingeladen, die folgenden Kapitel zu lesen.

Bevor es los geht, eine Anmerkung für alle LeserInnen ohne Webbrowser auf dem Lesegerät:
Alle im Text angeführten Verlinkungen finden sich noch einmal zum Notieren in dem Kapitel *Im Buch verwendete Weblinks* sowie auf www.facebook.com/eDampfenkurzundpraktisch zum bequemen Anklicken.