

Affirmeer jij al?

Beste (ex-)roker,

Ik ga ervan uit dat je al bent begonnen met affirmeren.. is dat het geval? Zo ja, dan ben je goed bezig! Ben je nog niet gestart met affirmeren, dan raad ik je met klem aan om vandaag nog te beginnen met affirmeren.

Ook in dit artikel zal ik een paar krachtige affirmaties met je delen. Mijn tip aan je: probeer ook bij het affirmeren te genieten van al het moois wat het leven ons te bieden heeft.

De nieuwste affirmaties die je kunt gebruiken:

- Ik ben de baas..
- Ik ben sterker dan de sigaret..
- Ik kan me uitstekend concentreren..
- Ik ben ontspannen en oplettend en ik ervaar deze dag als een genot..
- Ik ben tevreden met mijn gedachten en gevoelens..
- Geen enkele persoon, plaats of ding heeft enige macht over mij, want ik ben de enige denker in mijn gedachtewereld..
- Ik laat het gevoel gejaagd te zijn los en laat dingen gewoon gebeuren..
- Alles waarmee ik in aanraking kom, is een succes..
- Het leven is prachtig zonder te roken..

Een paar tips om het maximale uit de bovenstaande affirmaties te halen:

Tip 1: Zorg ervoor dat je de affirmaties minstens 3 tot 4 keer achter elkaar door herhaalt, je moet ze als het ware in jouw onderbewustzijn onthouden en dit kun je het beste doen door herhaling..

Tip 2: Doe het, als je dat beter vindt, in 2 delen. Op deze manier voorkom je dat je een paar affirmaties vergeet bij het affirmeren.

Mijn allerlaatste en misschien ook wel mijn allerbelangrijkste tip..

Je kunt deze affirmaties ook gewoon beluisteren op mijn [Stoppen Met Roken Audio](#) pagina. Daar vind je tevens andere, krachtige affirmaties. Wat je kunt doen is het volgende:

Speel de audio af, sluit jouw beide ogen en herhaal hetgeen ik allemaal zeg hardop. Vergeet niet dat herhaling het allerbelangrijkste is. Ik raad je dan ook aan om iedere dag minstens 1 keer naar de affirmaties te luisteren en te gaan affirmeren.

Succes ermee!

Heb je de 34 pagina's tellende Stoppen Met Roken
gids al geheel GRATIS aangevraagd?
Ga naar <http://www.StopNuMetRoken.com> en vraag het nu aan!