

## **Wil je zeer snel een emotioneel hoogtepunt bereiken?**

Beste (ex-)roker,

Al een geruime tijd lees je iedere keer maar weer van me dat je allereerst een emotioneel hoogtepunt moet bereiken, dat dat de eerste daadwerkelijke stap is.

Op zo'n emotioneel hoogtepunt ondervind je bijzonder veel pijn wanneer je door blijft roken en veel plezier wanneer je niet meer hoeft te roken. Maar, de vraag die ik altijd krijg is hoe je zeer snel zo'n emotioneel hoogtepunt dan kunt bereiken?

### **Goed.. daar gaan we dan!**

Ten eerste verschilt het van roker tot roker, de een bereikt sneller zo'n punt dan de ander. Tevens bereikt de een het op een andere manier dan de ander, dat is nu eenmaal zo.

Maar, in dit artikel zal ik je kort iets vertellen over hoe je zelf zeer snel een emotioneel hoogtepunt kunt bereiken. Ik beloof je, dat wanneer je eenmaal zo'n punt hebt bereikt, je NIET meer de behoefte zal hebben om te gaan roken. Je mag nog wel roken hoor (die mindset moet je blijven behouden), maar je zal daar simpelweg niet de behoefte aan hebben.

### **Heb je ooit een begrafenis van een bekende meegemaakt?**

Ja, de kans is groot dat je in het verleden of kort geleden al een begrafenis van een bekende van je hebt meegemaakt. Ik wil je vragen om weer terug te gaan naar die momenten..

Hoe voelde jij je toen? Voelde je je eenzaam, slecht, woedend.. kortom: hoe voelde jij je daarbij? Heb je toen een sigaret opgestoken? Eerlijk zijn!

Waarschijnlijk is jouw antwoord hierop natuurlijk een NEE.. een sigaret opsteken bij een begrafenis, hoe onbeschoft ben je dan niet, toch?!

### ***Hoe zou het zijn wanneer jouw kinderen dat bij jou zouden meemaken?***

Je moet het zo zien.. al jouw vrienden, bekenden, familieleden, enzovoorts zijn daar op de begrafenis voor JOU! Niet voor iemand anders, nee.. voor jou!

Hoe zou jij je dan voelen? Eerlijk zijn! Hoe zouden jouw kinderen zich voelen op JOUW begrafenis? Wat zou jouw partner doen? Wat zouden jouw beste vrienden en vriendinnen doen? Wat zouden jouw (klein)kinderen gaan doen?

*En wil je weten wat de reden is dat je overleden bent?*

### **Longkanker!**

En zeg nu niet meteen dat het je niet zal overkomen, op die manier dachten veel rokers die momenteel begraven zijn. Zeg nou zelf.. je wilt toch niet overlijden aan longkanker?

*Je wilt jouw (klein) kinderen toch niet achterlaten? Jouw partner, jouw vrienden, jouw vriendinnen en familieleden?!*

### **Om dit artikel niet lang te maken, wil ik je een laatste advies geven:**

Ga deze week even een bezoekje brengen bij een kerkhof dicht bij jou in de buurt. Misschien is een goede kennis of familielid van je begraven, het maakt niet uit.

Het gaat erom dat je naar hem of haar toe gaat (lees: kerkhof) met een paar sloffen sigaretten. Op zo'n punt ben je hoogstwaarschijnlijk emotioneel en PROBEER dan even op dat moment LEKKER te gaan roken!

### **Ja, je leest het goed.. ga lekker roken, afgesproken?**

Kijk jezelf vervolgens schuldig aan en vraag je jezelf af WAAROM je dit nog blijft doen. Je bent al op zo'n emotioneel hoogtepunt en juist dan is het belangrijk dat je jouw ALLERLAATSTE sigaret oprookt.

Doe je het of doe je het niet?

Ik hoor graag van je hoe het is gegaan!

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen

P.S. Dit is slechts een van de manieren om zeer snel een emotioneel hoogtepunt te bereiken. In de komende tijd zal ik nog meer technieken met je delen om zo'n punt te bereiken.

Doe jezelf en mij een plezier en ga op z'n minst aan de slag met de dingen die ik je vertel.. afgesproken?

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!