

Gelegenheidsrokers..

Beste (ex-)roker,

Ja, eerlijk waar..er zijn veels te veel gelegenheidsrokers in zowel Nederland als België, echt veels te veel! Een hele tijd terug schreef ik kort een artikel over gelegenheidsrokers, maar snel na het publiceren daarvan kreeg ik een 'boze' email van een..

GELEGENHEIDROOKSTER!

Ah, wat kunnen sommigen zich hard aangevallen voelen. Als je niet met me eens bent, lees verder niet mijn artikelen – bespaar jezelf alle tijd en moeite (en natuurlijk mij ook). Vandaag ga ik dus wat dieper in op de gelegenheidsrokers, volg je me even?

Goed..

Ik heb medelijden met gelegenheidsrokers, ik meen het. Heel de week zien ze "af" van een sigaret en pas in het weekend "mogen" ze weer gaan roken. Dit is misschien wel het domste wat je kunt doen (als jij ook een gelegenheidsrokers bent, lees dan vooral verder..).

Waarom is dat het domste wat je ooit kunt doen?

Doordat je een hele week bijvoorbeeld afziet van een sigaret, worden ze in jouw ogen dag in dag uit steeds waardevoller. Zodra je in het weekend op een feestje dan bijvoorbeeld een sigaret opsteekt, dan smaken ze echt lekker..

Maar niet heus ☺ Zo'n gevoel heb je, maar een sigaret verandert niet. Die sigaretten smaken juist doordat je een hele week bent gaan afzien en hebt lopen wachten tot het weekend bijvoorbeeld om te "mogen" roken.

Dit is ook een van de redenen waarom gelegenheidsrokers nog zwaarder verslaafd zijn dan de zwaarste rokers! Ja, je leest het goed..

Van mij moet je juist meer gaan roken wil je op mijn manier gaan stoppen met roken, punt uit. Stap voor stap ga ik ervoor zorgen dat jij steeds meer en meer pijn gaat ondervinden, zo werk ik eenmaal en de resultaten van mijn cliënten bewijzen dat het inderdaad werkt!

Mocht jij nu een gelegenheidsroker zijn, dan wil ik je kort van advies voorzien:

Neem nu een beslissing; wil je stoppen met roken of wil je door blijven roken? Als je door wilt blijven roken, een gouden advies aan je: rook iedere dag gewoon! Je vindt een sigaret toch lekker of gezellig, doe het dan gewoon iedere dag. Doe jezelf dus een plezier en ga dan iedere dag roken in plaats van te wachten op de "weekenden".

Mocht je echt willen stoppen met roken, dan is het belangrijk dat je vanaf nu gaat beseffen dat wat je tot nu toe hebt gedaan ZEERZEKER het verkeerde was (lees: gelegheidsroker zijn).

Volg mijn instructies nauwkeurig op en onderneem ook echt actie!

Als laatst..

Ken jij nog gelegheidsrokers in jouw omgeving?

Of ben je zelf een gelegheidsrokers? Laat het me weten! Graag hoor ik natuurlijk ook jouw mening hierover..

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen