

Wil je dit a.u.b. niet vergeten?

Deze nieuwsbrief is verzonden op woensdag 10 maart 2010:

Beste lezer,

Een van de grootste fouten die de meeste gestopte rokers maken..

... is dat ze de vieze sigaretten van vroeger compleet vergeten!

De sigaretten die totaal niet smaakten, die je eigenlijk helemaal niet wilde opsteken.. maar wat je (dankzij jouw rookverslaving en het nicotinemonstertje) wel op moest roken.

Diep van binnen wilde je het niet, maar aan de andere kant had je er bijzonder veel trek in. Je kon er simpelweg niet zonder, anders zou je je direct slecht gaan voelen.

MIJN OPDRACHT AAN JOU:

Denk minstens een paar keer in de week terug aan de sigaretten die je in het verleden hebt opgestoken. Waren ze ECHT allemaal lekker?

Of stak je ze simpelweg op, omdat het domweg gewoon MOEST?

Wilde jij die sigaretten nou ECHT of was het nicotinemonstertje destijds de BAAS?

En nu..?

Wie is NU de baas?

Jij of de sigaret?

Geef daar eens antwoord op.

NATUURLIJK JIJ!

Jij bent de baas. Je bent veel sterker dan de sigaret. Punt uit.

Jij kunt nu zelf beslissingen gaan nemen zonder constant rekening te moeten houden met de sigaretten. Het is JOUW eigen leven, je kunt dus vanaf nu (omdat je gestopt bent) zelf beslissingen gaan nemen.

Juist wanneer je gestopt bent met roken, is het bijzonder belangrijk dat je vaak genoeg terugdenkt aan de vieze sigaretten die je in het verleden opstak.

Denk terug aan die momenten. Aan de momenten waarbij jij je simpelweg

duizelig voelde nadat je zo'n sigaret opstak. Neem er de tijd voor, denk rustig terug aan jouw rookverleden.

Dus.. wil je me even beloven dat je voortaan niet meer zal vergeten om regelmatig terug te denken aan de vieze sigaretten die je destijds opstak?

Ik reken erop! ;-)

Groeten,

Aytac Delen

<http://www.Ex-Roker.com>

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!