

Pfff, wat is het toch warm!

Beste lezer,

Het is nu 40 graden hier in Mersin, een plekje dichtbij Alanya (Turkije), en ik heb eindelijk een rustige plek met een internetverbinding gevonden om je nog een e-mailtje vanuit Turkije toe te sturen.

In ieder geval wil ik je kort een paar zaken meegeven, lees even verder..

-----> NIEUWE MP3 BESCHIKBAAR <-----

Ik weet niet zeker of je het al gezien hebt, maar vorige week heb ik een nieuwe MP3 op deze pagina geplaatst: <http://www.StopNuMetRoken.com/mp3/> (net voordat ik op vakantie ging)

Helemaal onderaan de pagina zie je de nieuwste audio bestand en wat je moet doen is het volgende..

Je pakt 1 of 2 sigaretten bij de hand en speelt vervolgens de MP3 af. Je gaat heel geconcentreerd en bewust deze (twee) sigaretten opsteken en zegt vervolgens de dingen na wat ik in de audio hardop zeg. Het liefst sluit je ook nog jouw beide ogen.

Doe deze oefening minstens 1 keer per dag, waarom?

Op deze manier train je jouw onderbewustzijn om jouw beste vriend te worden, want vanaf het begin is jouw onderbewustzijn te allen tijde jouw grootste vijand en zal je het na het stoppen bijzonder moeilijk krijgen.

Met deze MP3 zet je de eerste stap op weg om van jouw grootste 'vijand' jouw 'beste' vriend te maken. Dit is de pagina waar de MP3 op staat: <http://www.StopNuMetRoken.com/mp3/>

-----> NIEUWE ARTIKELEN <-----

Zelfs tijdens mijn vakantie wordt er wekelijks op mijn blog nieuwe artikelen geplaatst om je bij het stoppen met roken te ondersteunen.

Deze artikelen heb ik, voordat ik op vakantie ging, voor je geschreven en ik raad je dan ook aan om wekelijks deze nieuwe artikelen aandachtig door te lezen, spreken we dat met je af?

Goed dan! Hier kun je mijn blog vinden: <http://www.StopNuMetRoken.com/blog/>

Ik wens je nog een fijne dag toe! Mocht je al gestopt zijn met roken, proficiat!

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen

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!