

Van te voren bepaal je het al...

Beste lezer,

Een van de grootste fouten die ik veel rokers, die diep van binnen dolgraag willen stoppen, zie maken, is dat ze vanaf het begin al tegen iedereen zeggen dat het ze waarschijnlijk niet gaat lukken om te stoppen, of dat het bijzonder moeilijk zal zijn om dit na het stoppen ook vol te kunnen houden.

Het leek me dus handig om er in dit artikel wat meer over te vertellen en er een beetje dieper op in te gaan, zodat JIJ die fout niet zult maken...

Als je voor jezelf doelen stelt in het leven, dan is het superbelangrijk dat je al vanaf het begin erin gelooft dat je het kunt, anders kun je het verder wel vergeten. En er beter maar niet aan beginnen. Waarom dan, Aytac?

Wanneer we vanaf het begin al zeggen dat het behalen van een doel ons niet zal lukken, of dat we "het gaan proberen" dan geven we die twijfel onbewust door aan ons onderbewustzijn en als gevolg daarvan zullen we onszelf ONBEWUST toch laten falen.

Ons onderbewustzijn is vanaf het begin onze 'beste' vijand..

Zodra je dus begint met het stoppen van de gedachtegang 'het zal me misschien niet lukken' of 'het zal moeilijk zijn om vol te houden', kun je het beter alles op je buik schrijven, want dan zal het je ook echt niet lukken. Dat is zeker!

Ons onderbewustzijn is namelijk vanaf het begin onze 'beste' vijand, want hij kent jou het beste, dus zolang je hem niet op de juiste manier stuurt, zal hij altijd TEGEN je inwerken. Hij kan jook ouw beste vriend worden... maar op welke manier(en)?

Pas in ieder geval deze stappen daadwerkelijk toe en je zult zien dat het stoppen met roken gegarandeerd vele malen gemakkelijker gaat dan de meeste mensen in jouw omgeving tegen je zeggen:

Stap 1: Je kan het inderdaad! Je hoeft het alleen maar waar te maken en te bewijzen aan jezelf! Als alle andere rokers definitief van het roken verlost kunnen worden, waarom zou jij het dan niet kunnen? Mankeer jij iets dan? Blijf iedere dag tegen jezelf zeggen dat ook JIJ voorgoed kunt stoppen met roken, afgesproken?

Stap 2: Doe stap 1 ook vooral wanneer je wakker wordt en voordat je gaat slapen. Ons onderbewustzijn neemt namelijk op die momenten onze wensen en/of gedachtes sneller over dan op andere momenten.

Laat me weten hoe het met je gaat en of je wat hebt gehad aan deze bovenstaande twee stappen.

Fijne dag nog!

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen

<http://www.StopNuMetRoken.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!