

Sorry, je hebt toch echt ongelijk...

Beste roker,

Ik hoop dat alles nog naar wens met je gaat en mocht je ondertussen gestopt zijn, proficiat! Ook dan is het juist goed om deze nieuwsbrieven te blijven lezen, omdat ik in de komende tijd nog veel waardevolle informatie geef, waar je veel aan zult hebben wanneer je eenmaal gestopt bent,

Dankzij alle reacties die ik van jullie allemaal ontvang, word ik steeds gemotiveerder en krijg ik steeds meer zin om nog meer rokers voorgoed van het roken af te helpen. Hierdoor ben ik begin deze week al aan iets leuks begonnen waar ik je binnenkort meer over kan vertellen (ook dit krijg je natuurlijk gratis van me!).

Als het goed is, heb je de oefening al uitgevoerd die ik je in mijn vorige artikel liet doen. Mocht dit niet het geval zijn, [klik dan hier om terug te gaan en het alsnog te doen](#). Want anders kunnen wij helaas niet naar de volgende stap gaan om jou te helpen met stoppen met roken en gestopt te blijven.

Een groot gedeelte van rokers zullen zich hieronder wel herkennen, maar ik zal je straks laten zien waar deze rokers exact de mist in gaan (je bent dus niet de enige). Oké, waar heb ik het nu over? Wanneer je als roker een kroeg binnenstapt of naar een café gaat, dan zie je meestal alleen maar de ROKENDE mensen om je heen en als je af en toe nog van die “zielige” niet-rokers ziet, dan denk je van “Wat een domme gast toch!, die mist heel wat...”.

Herken je dit? Waarschijnlijk wel.. en ik moet je zeggen dat je hierin dus ongelijk hebt, omdat jij verkeerd denkt en alleen maar ziet (en hoort) wat je wilt zien (en horen... Want meestal zijn er VEEL MEER niet-rokers dan rokers in dat café, maar door jouw conditionering (jouw beïnvloede manier van denken) ziet een roker alleen maar rokers om zich heen en ontdekt hij misschien “per ongeluk” een niet-roker.

Wat een zelfbedrog eigenlijk! Want als je de feiten erbij haalt en beseft dat slechts 28% van de mensen rookt, waar zitten al die niet-rokers dan? Vast niet in jouw caré toch! Nee, die zitten lekker thuis want die hebben toch geen leven meer...

Waarom zouden ze dan nog uitgaan...?

En jij begeeft je in de gezellige groep, de rokers. Dat wil je graag denken tenminste, want je wilt uiteraard niet echt goed om je heen kijken. Want stel je toch voor dat je boze blikken treft of dat iemand op je af zou komen en vraagt of je alsjeblieft die gore rookverslaving niet in zijn gezicht wil blazen... Nee, daar denk je maar liever niet aan.



Nee, jij geniet lekker van je sigaretje, denk je. En naar die politieagent in je hoofd heb je al jaren niet meer geluisterd dus waarom zou je dat nu dan wel gaan doen? JIJ weet zelf wel wat het beste voor je is (dat geloof je echt).

Kijk, normaal merkte ik een bepaald model auto, in mijn geval de Ford Focus helemaal niet op, maar sinds ik die auto bezit, lijkt het net als of heel Nederland mij heeft nageaapt. Ongelooflijk! Overal zie ik MIJN auto rijden! Maar... ook dit komt door de conditionering.

Vóóordat ik zo'n Ford Focus bezat, reden er gewoon evenveel verschillende auto's rond. Alleen doordat ik nu zelf ook een Ford Focus bezit, en ontzettend fan ben van mijn eigen auto, en hierdoor mezelf dus stevig geconditioneerd heb (want nooit wil ik nog een ander merk, en het liefste praat ik er constant over en raad ik het anderen ook aan...), merk ik nu ineens al die andere Ford Focus auto's ook op.

Mijn focus is dus verlegd, en daardoor DENK ik dat iedereen in dezelfde auto rijdt. Dat is het enige verschil. Een verschuiving van visie en denken. Zo is dat ook met rokers. Het "ons kent ons" gevoel krijg je ervan. En dat versterk je dan weer in je mening. "Oh jij ook? Ja, geweldig hè!"

Ten eerste wil ik dat je beseft en onthoudt dat er om je heen niks is veranderd, alleen bij JOU – diep van binnen – in jouw onderbewustzijn verandert een heleboel. That's it. **Feit is gewoon dat een groot gedeelte van de mensen in een restaurant of in een café NIET roken – alleen merk je dat niet bewust als roker.**

Omdat dat je niet interesseert. Ook interesseert het je niet dat jouw sigaretje de hele tent doorgaat en andere mensen ziek en boos kan maken. Ook dat hoort erbij. Maar daar gaan wij verandering in brengen, let maar op! En dan kun jij trots zijn op jezelf!

Zie je wat ik hiermee duidelijk probeer te maken?

En... heb je nu opeens de behoefte om te gaan roken?!

Nu gaan we denken aan de periode vóóordat je begon met roken. Probeer dat beeld in gedachten te krijgen... en? Rook je nu terwijl je daaraan denkt? Heb je de behoefte om te gaan roken?

Wat voel je daarbij? En wat voelde je toen je nog niet rookte? Was jij tevreden? Hoe was jouw leven ingedeeld zonder die sigaretten? SCHRIJF echt ALLES maar dan ook ALLES op.

Wees daarbij heel eerlijk, want het gaat tenslotte om jouw eigen gezondheid. Schrijf jouw reactie op deze vragen hieronder op, zodat duizenden andere rokers dit ook kunnen lezen. Zodat ook zij zullen leren om anders te gaan denken en doen.

Omdat ik voortaan mijn artikelen niet te lang wil maken (de leesbaarheid van mijn artikelen wil ik op deze manier verhogen en daarmee voorkomen dat ik jullie aandacht kwijtraak), sluit ik dit artikel hierbij af. Er valt nog zoveel te lezen en te schrijven!

Tot een volgend artikel!

Vriendelijke groeten,

Aytac Delen

<http://www.StopNuMetRoken.com>

P.S. Ik wil iedereen bedanken voor zijn reacties! Deze bekijk ik allemaal persoonlijk en met behulp van deze artikelen, nieuwsbrieven, video's, enz. probeer ik jou stap voor stap (op de goede manier) te begeleiden om die mentale knop om te draaien.

Over een tijdje zul je bij jezelf denken: "Wow, ik heb niet meer de behoefte om te roken! Hoe kan dat nou...!". Geloof me, dit heb ik in de afgelopen 2 jaar duizenden keren mogen meemaken en ik ben ervan overtuigd dat jij binnenkort – zolang je mijn adviezen blijft opvolgen en blijft lezen wat ik schrijf – jouw eigen succesverhaal naar mij zal toesturen!

**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!**