

Waarom Je Tot Nu Toe Niet Heb Kunnen Stoppen En Hoe Je NU WEL Gemakkelijk Een Vrije, Gelukkige Niet-Roker Kunt Worden..

Beste Roker,

Rokers zijn zich bewust van de schade die zij zich aanbrengen door te roken. Iedere dag worden we letterlijk gebombardeerd met alle schadelijke dingen die we ons gezondheid aandoen. Maar dat zijn dingen...

...waar rokers zoals JIJ niks aan hebben!

Als al die berichten met "je gezondheid verslechtert door te roken" enig positief effect op je zouden hebben, waarom rook je nu dan nog steeds door? Dan zouden toch minstens 20% van alle rokers succesvol kunnen stoppen met roken?

Helaas is de realiteit anders. De gezondheidswaarschuwingen dienen enkel rokers van het motief te voorzien om te stoppen met roken. Ze kunnen je heel misschien motiveren, maar meer niet! Het verzorgt:

- 1) én geen middelen
- 2) én geen gelegenheid om te stoppen

Anders gezegd komt het hierop neer:

Wanneer je me vertelt dat je honger hebt en ik vertel je dat ik best begrijp hoe je je voelt en je niet van verdere informatie voorzie, zeg nu zelf:

"Ben je daarmee geholpen?!"

Ik denk het niet. Ik weet het zelfs 100% zeker. En datzelfde geldt ook voor rokers: hen vertellen dat zij hun gezondheid niet goed doen, vertelt hen helemaal niet HOE ze moeten stoppen. Jaja, we weten wel dat we niet iets goeds doen door te roken, maar vertel me dan eens HOE ik moet stoppen.. daar hebben we dan wat aan!

En dat is ook wat alle dokters doen: vertellen dat je moet stoppen en NIET aangeven HOE je moet stoppen, want tenslotte is het laatste toch het belangrijkste van hetgeen we willen weten. Dat we moeten stoppen weten we allemaal al wel!

Het puffen van sigaretten is slechts een methode om nicotine naar het lichaam te bezorgen waar het je zenuwstelsel aantast. Een roker hunkert - nadat de eerste nicotine in zijn bloed is - naar een volgende reactie waarbij nicotine in zijn bloed gaat. Vandaar dat ook veel rokers niet 1, maar meteen 2 of meer sigaretten achterelkaar door puffen.

Nicotine, die rokers bij het roken inhaleren, is een schadeloze substantie. Het echte probleem met het roken is dat er naast nicotine andere troepen in sigarettenrook zitten die werkelijk schadelijk zijn voor je gezondheid.

Er zitten o.a.: teer, arsenicum, koolstofmonoxide, benzeen, verschillende koolwaterstoffen, polonium, cadmium, ammoniak, en een hele lijst met meer dan 4000 andere chemische stoffen die voor een roker schadelijk zijn. Dit is nou het

echte probleem van nicotineverslaving – het leveringssysteem (het levert duizenden andere schadelijke stoffen...)

Later besloten de Farmaceutische bedrijven en de dokters om de handen ineen te slaan en nicotine op een andere manier dan je gewend bent in het lichaam toe te voeren, zoals met nicotine pleisters, plakkers, inhalers, kauwgoms enz. Dit noemen we NVM (Nicotine Vervangende Middelen).

Maar dan vragen we ons af: Waarom verhelpen dokters heroïne of cocaïne verslaving dan niet puur natuurlijk i.p.v. telkens door de hoeveelheid te verminderen?

Hetzelfde geldt voor het roken, want als we goed kijken heeft het verminderen in realiteit slechte succescijfers. Kijk maar even op het Internet rond, dan merk je vanzelf of hetgeen ik je nu vertel klopt.

Maar ook dan vragen we onszelf het volgende af:
Waarom is het aanvaardbaar of zelfs noodzakelijk om de verslaving te handhaven als een deel van de therapie?

De waarheid is dat Nicotine Vervangende Middelen of kortweg NVM helemaal niet doeltreffend werken. Op kortere termijn is het misschien wel een doeltreffend middel om rokers zover te krijgen te stoppen (terwijl hun motivatie HOOG moet zijn), maar als we naar de langdurige werking kijken, is het ondoeltreffend.

Studies hebben al aangetoond (en zijn geschrokken) van het geval dat de meeste rokers, die NVM gebruiken, na 4 weken al meteen zitten te hunkeren naar een sigaret. Rond de 90% van de mensen die voorgoed van het roken verlost zijn, hebben dit bereikt met de eenvoudigste methode voor iedereen: Cold Turkey.

Maar Aytac, waardoor komt dit?

Oké, laat me dit even nader verklaren. Er zijn 2 soorten Cold-Turkeyers:

- 1) Er zijn Cold-Turkeyers die roken en graag willen stoppen
- 2) & er zijn Cold-Turkeyers die met roken gaan stoppen

Het is belangrijk dat je het verschil tussen de 2 bovenstaande zinnen goed begrijpt. Begrijp het verschil tussen “willen” en “gaan doen”. Het is allemaal in het beslissingsproces en er zijn veel beslissingen die gemaakt – en echt verricht moeten worden.

Te veel rokers geloven in de stopcampagnes van de Farmaceutische Industrie en hopen, door deze producten te kopen, succesvol te stoppen. 99% van hen faalt meteen, omdat zij een poging uitproberen die vanaf het begin al waarschijnlijk gaat mislukken. En dan komt ook nog eens dat iedereen, die ze tegen zijn gekomen, hen vertelt hoe moeilijk stoppen welniet is!

Nochtans, indien een roker de juiste beslissing maakt, deze goed begrijpt en zijn ogen opent over de waarheden rondom roken en hun rookgedrag, dan is het

mogelijk voor hen om te stoppen. Het is zelfs HEEL GEMAKKELIJK. Daar geef ik je een garantie op! Kennis is macht en begrijpen wat roken echt is en hoe het op jou werkt - dat is de sleutel tot voorgoed verlost zijn van de sigaretten!

Er zijn zeker rokers die jarenlang zonder enige hulp gestopt zijn, maar praktisch hunkeren ze soms nog steeds naar een sigaret. Het is hun wilskracht die ervoor heeft gezorgd dat ze hun laatste sigaret hebben gerookt en daarna nog een jaar lang (of langer) hebben volgehouden om geen sigaret op te steken.

Zij zijn daar ook trots op, maar denk eens bij het volgende na:

Een jaar lang leef je zonder een sigaret te puffen en na een jaar steek je er opeens ééntje op! Vind je dat niet zonde van al die wilskracht die je een jaar lang of langer hebt gebruikt om GEEN sigaret op te steken?!

Een positieve geestelijke houding om te stoppen, gecombineerd met een goed begrip waarom je echt rookt, zal iedere roker helpen om te stoppen. Alle rokers hebben de motivatie om te stoppen: ze moeten enkel weten wat ze moeten doen om die sigaretten niet op te steken!

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!