

Ik moet dit toch nog wel aan jou duidelijk maken...

Beste roker,

In dit artikel ga ik jou toch nog even iets duidelijk maken, want anders ben ik bang dat je de verkeerde richting op gaat. Maar, voordat ik hieraan begin, moeten mij nog enkele zaken van het hart.

Ik ben alweer druk bezig met diverse hoogst interessante zaken die ik je binnenkort geheel gratis zal toesturen. Deze zaken zijn doorslaggevend wanneer je, na het stoppen met roken, nog steeds een ex-roker wilt blijven.

Het valt mij namelijk op dat veel rokers die stoppen met roken, telkens op bepaalde punten vastlopen waardoor ze helaas weer aan dat smerige en allesdoordringende roken beginnen. Jij weet ondertussen ook wel hoe erg het is om weer te beginnen met roken, terwijl je dit eigenlijk niet wilt, en ook heel goed beseft dat de volgende stoppoging alleen maar steeds zwaarder voor je zal zijn. Toch laat je jezelf weer verlokken! En word je weer die zielige nietsontziende drugsverslaafde...

Waarom? Vraag dat jezelf eens open en eerlijk af.

Diep van binnen wil je er echt wel definitief vanaf, maar iets houdt je nog tegen; je kunt (wilt) daarom geen weerstand meer bieden aan de behoefte (in jouw hoofd) om weer te gaan roken. Dus ben je tijdelijk weer even zwak, en val je nog dieper in die valkuil waar je juist zo vol trots was uitgekropen. Het nicotinemonster (lichamelijk verslaafd = 1%) en de rokershersenspoeling (geestelijk (mentaal) verslaafd = 99%) heeft je weer in haar greep! Jij bent opnieuw stuurloos geworden...

Je bent hiermee niet minder medelijwekkend dan die vrouw die steeds door haar man geslagen wordt, en dit blijft toestaan!

Je bent hiermee niet minder meelijwekkend dan die vrouw die voortdurend door haar man geslagen wordt, en dit blijft toestaan! Omdat ze geen andere oplossing heeft. Puur door haar gebrek aan zelfvertrouwen en zelfliefde. Ja, liefde voor jezelf, want je moet in eerste plaats van jezelf houden om je te beschermen voor al het kwaad van de wereld! Anders mis je veel en maak je ontzettend veel kapot. Erger nog, die vrouw staat ook toe dat haar kinderen mishandeld worden en DIE kiezen daar niet zelf voor.

Vraag je ook eens af: Zou je nog roken, wanneer er een gevangenisstraf op stond...? Om maar een voorbeeld te noemen, en jou misschien hierdoor weer net even hard genoeg wakker te schudden.

Misschien heb je dit helemaal niet nodig omdat jij jouw goede richting al doelgericht aan het volgen bent. Heel goed, ga zo door! Jij komt er wel.

Maar als je de weg even kwijt bent geraakt, dan hoef je je geen zorgen te maken. Binnenkort word je hierbij gratis ondersteund en als je nog die eerste stap moet zetten om een vrije, gelukkige niet-roker te worden, dan zal het niet lang meer duren voordat je die mentale verslaving op een gemakkelijke manier hebt overwonnen.

Blijf dus doorgaan met het lezen en bekijken van al mijn gepubliceerde artikelen, rapporten en video's. Dit leert je om op de goede weg te blijven! Want uiteindelijk moet je het toch ZELF doen. Er ZELF voor kiezen. Niemand kan je daarbij helpen!

Oké, weer genoeg hierover... je weet nu precies wat er nog allemaal gaat komen, waar je jezelf nog op kunt gaan focussen. Want een focus, een doel in zicht hebben, is heel belangrijk, om die finish te gaan behalen.

Vaak krijg ik nog wel eens tegenstrijdige reacties van rokers die denken dat je zonder wilskracht te gebruiken echt niet kunt stoppen met roken. Vooral nadat ze gelezen hebben dat ik de wilskrachtmethode afraad (waarom de wilskrachtmethode niet dé manier is om succesvol te stoppen met roken, kun je teruglezen in één van mijn rapporten en nieuwsbrieven).

ZONDER wilskracht kan je toch gewoon niet stoppen met roken, Aytac!



Natuurlijk is wilskracht inderdaad heel belangrijk wanneer je iets wilt gaan ondernemen, en dat ook blijvend wilt volhouden, maar de wilskrachtmethode is daarbij juist weer helemaal NIET belangrijk. En juist het slechtste dat je kunt doen. Want hierdoor verleg je jouw probleem en bereik je nooit jouw doel op een definitieve manier. De meeste rokers halen deze twee zaken door elkaar en ik zal de verschillen tussen deze twee nog even heel goed aan je duidelijk maken.

Wanneer je wilt gaan stoppen met roken, heb je al reeds wilskracht gebruikt. Ja, je leest het goed! Je hebt namelijk wilskracht gebruikt om tegen jezelf te zeggen "Eindelijk.. ik ga dit NU doen... en ik ga er een succes van maken!". Ook wanneer je bijvoorbeeld naar je werk gaat, gebruik je (meestal onbewust) wilskracht. Je moet je er toe aan zetten om iets te gaan doen, dat gaat niet vanzelf. Dat is wilskracht, het gaan doen.

In mijn artikelen, nieuwsbrieven en/of rapporten heb je gelezen dat je met behulp van de wilskrachtmethode NIET succesvol kunt stoppen met roken. De wilskracht die je vaak onbewust gebruikt (wanneer je bijvoorbeeld tegen jezelf zegt "Ik ga dit NU doen!"), is een andere wilskracht dan waar ik in mijn teksten over schrijf.

Ik praat namelijk over de fout (wilskrachtmethode) die de meeste rokers maken door de sigaretten als straf te laten liggen, weg te stoppen en tegen zichzelf voortdurend te blijven zeggen dat ze gestopt zijn met roken en niet meer mogen roken.

Zie het zo...: zeg tegen een kind dat hij/zij niet meer buiten mag spelen met zijn vriendje X (waar hij dus veel om geeft), dan zal het kind dit niet zonder protest accepteren en zal hij zich in de meeste gevallen heel ongelukkig voelen. Zijn vriendje wordt dan voor hem juist nog waardevoller waardoor hij nog meer de behoefte krijgt om zijn vriendje te willen zien. Tot in het extreme toe! Stel je de huil- en woedebuien maar vast voor. Het onrechtvaardigheidsgevoel. Herken je dit gevoel?

Dit gaat bij volwassenen die iets ontzegt worden ook zo! Als je iemand vertelt dat hij iets niet meer mag, dan wordt dat ding voor hem/haar juist waardevoller. Denk maar aan de relatie met diegene waar jij verliefd op bent maar die jouw ouders verbieden omdat.... (Jij zult er alles aan doen om daar tegenin te gaan).

En als ik nu tegen jou zeg dat je NOOIT meer mag roken, (terwijl jouw hele wereld daar om draait...) dan zul je dat misschien een paar dagen of hooguit enkele weken volhouden, en zul je niet lang daarna weer verder roken. Want daar vind jij dan wel een manier op...

Dagelijks stoppen er duizenden rokers op deze manier, zowel in Nederland als in België. En dat is dus FOUT. Je stopt, omdat je ZELF WIL stoppen en niet, omdat het NIET MEER MAG. Goed, dat willen stoppen vereist uiteraard ook wilskracht, maar van de goede soort en dat bezitten de meeste rokers al, maar het vergt heel wat wilskracht van de slechte soort, om te roken op plekken waar iedereen jou wegkijkt... Een gelijksoortige wilskracht is het wegnemen van de sigaretten.

Je doet dit omdat het niet mag, maar je WILT het nog wel. Dat zorgt ervoor dat de wilskrachtmethode altijd faalt. Iets wat je namelijk niet meer wilt, daar verlang je ook niet meer naar... en dat is het doel van mijn methode!

Volg je me nog?

Oké, ik denk dat het nu wel duidelijk is geworden wat het verschil is tussen:

1. de normale wilskracht die iedere roker (nodig) heeft om te stoppen
2. de wilskrachtmethode waarbij je jouw sigaretten tot verboden gebied verklaard, en ieder contact ermee uit de weg gaat.

Diezelfde (foute) denkwijze is de reden dat je jezelf juist aan het roken houdt. De eerste manier is gebaseerd op kennis en gezond nadenken, de tweede is vaak gebaseerd op koppigheid en onwetendheid. En het ook niet willen aannemen van de kennis waardoor je misschien zou gaan stoppen...

Dat is ook de reden dat (niet nadenkende) zwangere vrouwen blijven roken. Zij zien de gevaren niet en willen die ook niet zien, zij ontkennen alles heel hard. "Mijn zus/moeder/tante Pollewop rookte ook en kreeg normaal gezonde kinderen..."

Maar wat is normaal? Vraag ze dat eens? Had geen van die kinderen onverklaarbare ziektes, astma, slechte longen/conditie? Kortom, weten zij wel wat de schade was, of "dat lag niet aan het roken" natuurlijk!

Maar een eenmaal beschadigd lichaam/kind is dat voor levenslang... Is je dat het risico van roken echt waard? Voor jezelf, maar ook voor anderen in jouw omgeving? Wanneer je hier nog ja op kunt antwoorden, dan heb je veel ergere problemen dan het roken... en kan ik je echt niet helpen! Dan wens ik je veel succes!

Als je gewoon jouw gezond verstand gebruikt, samen met mijn nieuwsbrieven, rapporten, artikelen en video's dan leer jij stap voor stap hoe je WEL succesvol kunt stoppen met roken. Blijf telkens ook nadenken over het feit WAAROM je niet meer wil roken, dan wil je vanzelf ook NOOIT meer roken... en dan kost het ook geen eeuwigdurende wilskracht om van die sigaretten af te blijven!

Rokers die niet begrijpen waarvoor ze stoppen en zichzelf niet regelmatig durven afvragen of ze wel ECHT willen stoppen, die gebruiken de wilskrachtmethode om van de sigaretten af te blijven en je begrijpt nu inmiddels wel dat dit dus niet de goede manier is, om definitief gestopt te blijven. Daarom raad ik het dus af!

Luister je naar mijn tips en adviezen dan stop je definitief. Vandaag nog!

Als laatste wil ik je nog iets vragen: laat mij weten, door onderaan een reactie op dit artikel te schrijven, weten wat je van dit artikel hebt geleerd en wat jouw grootste struikelblok is om definitief te stoppen met roken.

Het duurt niet lang meer voor ik met nog meer interessante zaken en hulpmiddelen kom en ik garandeer je dat jij met bewondering naar deze dingen gaat zitten kijken... Nog even geduld dus!

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!