STAI PENSANDO DI SMETTERE DI FUMARE?

QUESTO È IL PRIMO PASSO NELLA GIUSTA DIREZIONE!

Non importa da quanto tempo fumi, o quanto fumi. Ogni momento è buono per cambiare la tua vita. **Basta solo un pó di forza di volontà e Nicorix, per sentirsi liberi.** Sconfiggere il vizio non solo ti darà una sensazione di libertà, ma anche concreti benefici!

Il fumo da tanto tempo non và piú di moda, la riduzione dei fumatori confermano le statistiche. **Ognuna di queste persone ha una propria storia nella quale ha avuto successo.** Alcuni volevano migliorare la salute, certi volevano avere più soldi nel portafoglio, e gli altri migliorare il proprio aspetto. Adesso anche tu puoi unirti a questo gruppo – gruppo di persone, che hanno realizzato i propri sogni e hanno raggiunto lo scopo!

→ Guarda di più ←
→ Guarda di più ←
→ Guarda di più ←

"Ho smesso di fumare da 3 anni, 4 mesi, 12 giorni e 27 minuti, ma non ci penso affatto". Frasi, citazioni e aforismi sul fumo, i fumatori e le sigarette.
C'è, nei gesti lenti, degni, misurati del fumatore di sigari una cerimonia che permette di ritrovare un ritmo dimenticato e di ristabilire una comunicazione con se stesso.
(Zino Davidoff)

Frasi e messaggi per smettere di fumare

Smettere di fumare non è facile per un fumatore, è un vizio malsano che uccide,lentamente.Frasi e slogan motivazionali per aiutare chi fuma a smettere
La nicotina vale più della tua vita?

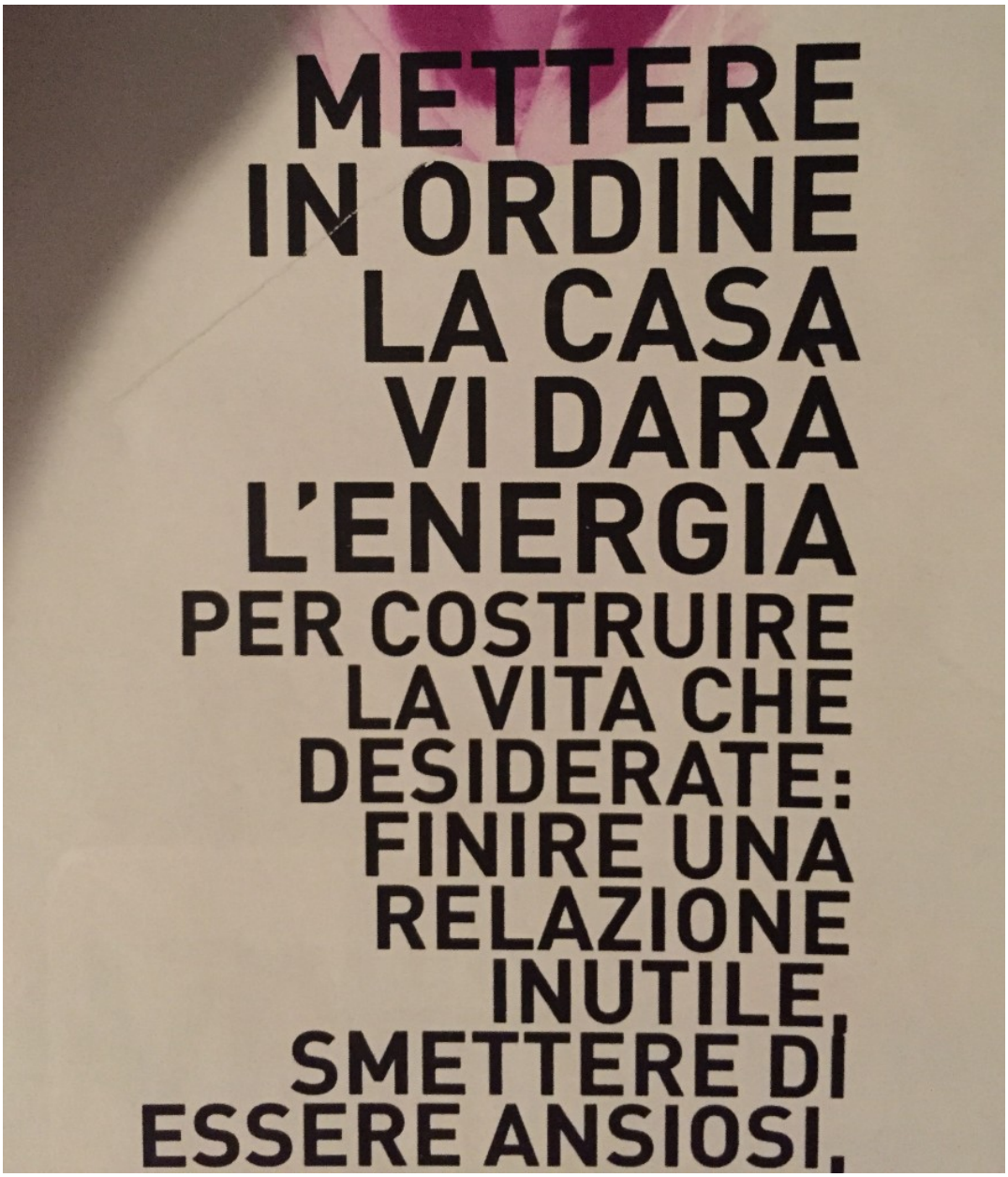
Post navigation

In questo post troverai un esempio di sequenza EFT per smettere di fumare. Prova, picchietta e datti un obiettivo per uscire dal tunnel del fumo.

1. Il desiderio è calato. Bene! Procedi con altri giri ripetendo la sequenza precedente fino a quando sarai a zero. Non acconentarti di essere a 1 o a 2.
2. Il desiderio è stabile. Ok, bisogna iniziare la caccia alla resistenza. "Anche se ho una resistenza a lasciar andare la voglia di fumare, io mi amo e mi accetto completamente, profondamente e globalmente". E ripeti il resto della sequenza usando questa frase. Osserva quali immagini, sensazioni, emozioni si presentano alla tua mente. La chiave potrebbe essere proprio lì.
3. Il desiderio è aumentato. E forse hai già ceduto all'impulso, spero di no! Mentre ti stavi trattando ti è venuto in mente un episodio, anche del passato, che trovi sia significativo rispetto all'esordio di questa tua dipendenza?

Ecco come ho smesso di fumare e perché

Cè un termine che si usa per definire gli "attacchi" di astinenza. E' quel momento in cui fumeresti anche le gambe della scrivania Come ho smesso di fumare
Non mi sopportavo più. Non mi sentivo a mio agio più da nessuna parte con la sigaretta in mano. Nemmeno da sola sul terrazzo. Non sopportavo la puzza, terribile. Ogni sigaretta era una lotta: mi raccoglievo i capelli per fumarla, poi lavavo le mani, i denti, mi spruzzavo il profumo e mangiavo una cicca. Così ogni volta.



Frasi e messaggi per smettere di fumare

Smettere di fumare non è facile per un fumatore, è un vizio malsano che uccide,lentamente.Frasi e slogan motivazionali per aiutare chi fuma a smettere
Come ti sentiresti se qualcuno ti tappasse bocca e naso?Ogni volta che fumi i polmoni soffrono, smetti di fumare per te, per il tuo corpo e per tutti coloro che ti vogliono bene.

Frasi sul fumare

Frasi sul fumare: citazioni e aforismi sul fumare dall'archivio di Frasi Celebri .it

> "Non conto le sigarette che fumo ogni giorno, altrimenti mi innervosirei e fumerei di più."
> Zdenek Zeman

Frasi sul fumo e aforismi divertenti (e non) su chi ama fumare

Citazioni, aneddoti, aforismi e frasi sul fumo, le sigarette e i fumatori incalliti, che fanno sorridere e riflettere. Ecco una raccolta delle frasi più famose sul fumo.
– James: "*Da quando ti senti tesa?*"

Aforisma di Woody Allen

La pagina mostra la citazione di un aforisma di Woody Allen; codice 2340; sono inoltre presenti brevi informazioni biografiche dell'autore
Già! Piena condivisione della bellissima e reale frase ma, viviamo in un mondo capoverso". Grazie per la gentilezza. Enzo Gelsomino. Leggi di più

Ho Smesso Di Fumare Frasi

Frasi di Woody Allen - Ho smesso di fumare. Vivr□ una settimana di pi□ e in quella settimana piover□ a dirotto.

> Ho smesso di fumare. Vivr□ una settimana di pi□ e in quella settimana piover□ a dirotto.

5 ANNI SENZA FUMARE, COME QUESTA SCELTA MI HA CAMBIATO LA VITA

5 ANNI SENZA FUMARE, COME QUESTA SCELTA MI HA CAMBIATO LA VITA I fumatori sono i migliori consumatori al mondo: fedeli, puntuali, indifferenti alle conseguenze. Lo so perché per 15 anni sono
Il 3 giugno 2013 ho smesso di fumare. Dopo 15 anni di onoratissima carriera – *a ritmi di un pacchetto al giorno, per 365 giorni all'anno e per un costo totale di 20.000 euro più o meno* – **ho detto addio alle sigarette**. Era un lunedì mattina, ero in cucina con il mio compagno, lui stava per andare al lavoro e come al solito eseguimmo il caro vecchio rituale: caffè, sigaretta… bagno. Solo che quella sigaretta per me fu l'ultima.