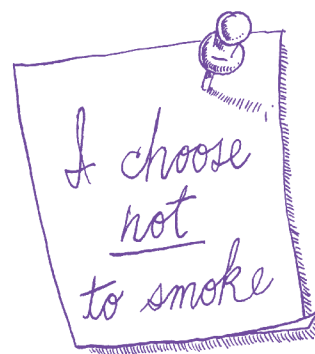
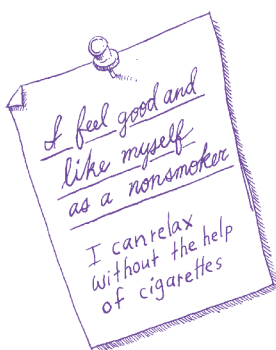
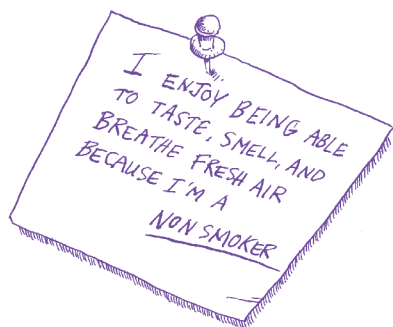


积极思维

重复对自己朗诵下列句子,来帮助你在戒烟时给自己一个鼓励:

- 我不再需要吸烟了。
- 因为我不吸烟,我的孩子更健康了。
- 作为一个非吸烟者,我喜欢穿着无烟味的衣服。
- 我喜欢不再为香烟浪费金钱。
- 我享受坐在清新、无烟味的汽车里。
- 作为一个非吸烟者,我为我的孩子们树立了一个好榜样。
- 我现在掌控自如,不再受烟控制了。



- 我现在是一个非吸烟者了,很享受住在一个无烟味,清新洁净的家。
- 作为一个非吸烟者,我成为理想中的我。
- 随着吸入的每一口洁净的空气,我的身体变得越来越健壮。
- 作为一个非吸烟者,我的形象变得有吸引力多了。
- 作为一个非吸烟者,我感到身体和精神健康多了。
- 作为一个非吸烟者,我变得更活跃,越来越健康。
- 我已经是一个非吸烟者,精力充沛的感觉真是太棒了!

致电 ASQ《华语戒烟专线》
获取免费戒烟帮助!
1-800-838-8917