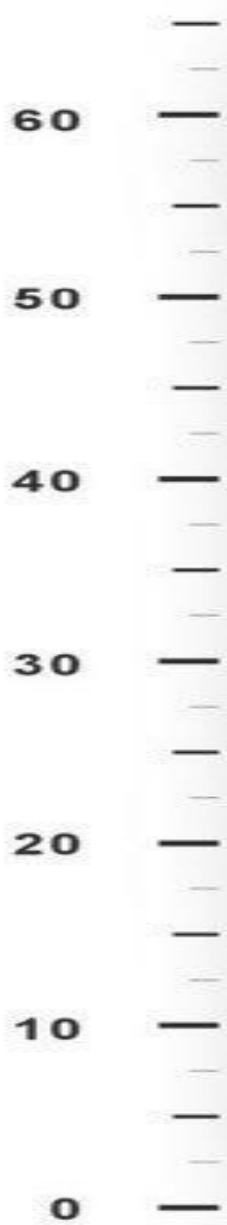


КУРЕНИЕ
КАК
СОЦИАЛЬНОЕ
ЗЛО В НАШЕ
ВРЕМЯ

Косарев Денис, группа 251В
г. Петрозаводск
2018



- Сигарета сокращает жизнь на **20 минут.**
- Пачка сигарет – на **6 часов.**
- Курение в течение **5 лет – 1 год жизни.**

how long can you live?



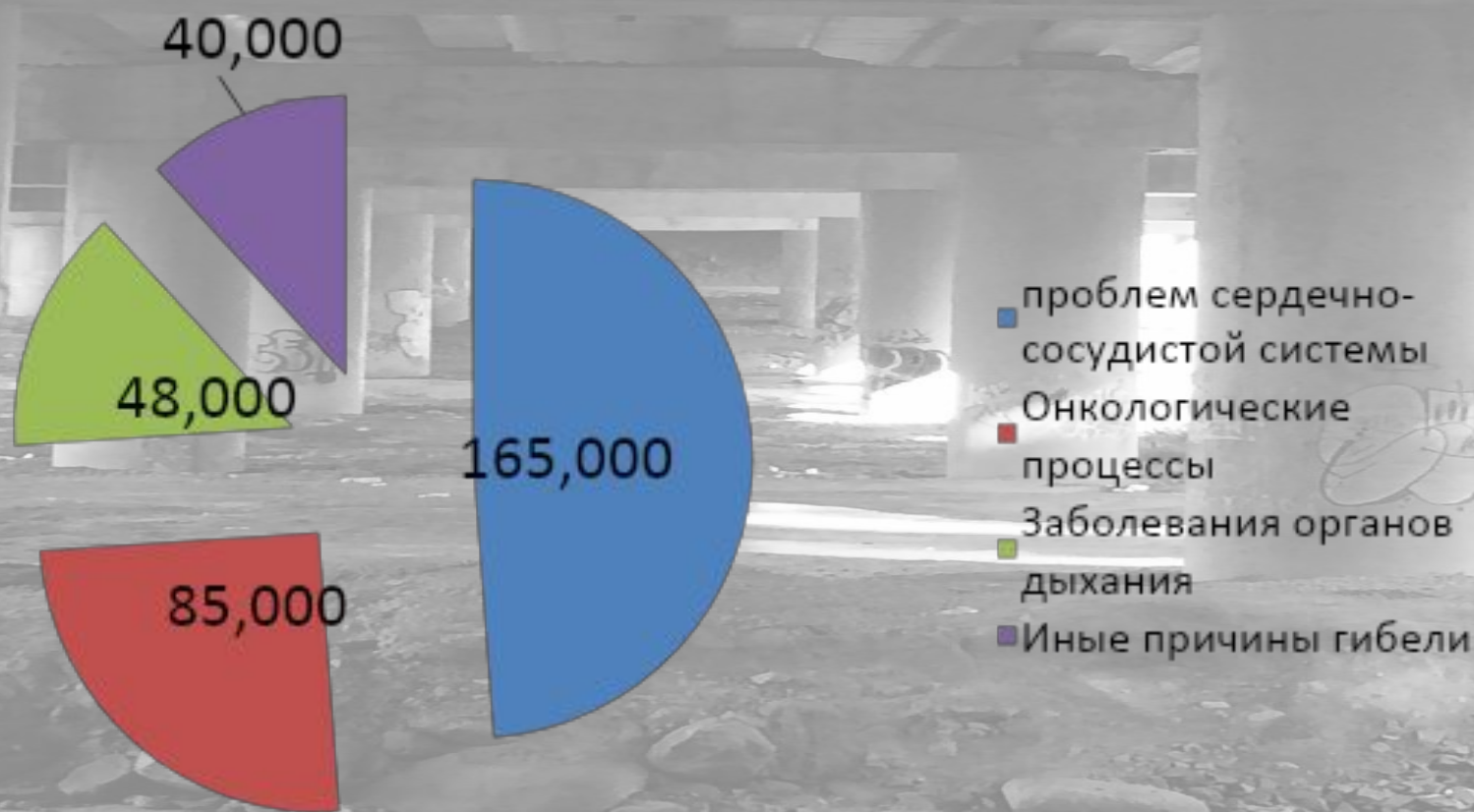
Россия находится в пятерке стран - фаворитов по числу смертей от курения.



SMOKING MIGHT KILLS

Мы занимаем «почетное» 4-е место,
уступая США, Индии и Китаю. Следом
за нами идет Индонезия.

УМИРАЕТ В ГОД ТОЛЬКО В РОССИИ 338 000 человек



Учитывая катастрофичность ситуации, тратятся огромные средства на пропаганду «здорового образа жизни».

Если отбросить всю метафорическую упаковку, в которую заворачивают идеи пропаганды здорового образа жизни, то, буквально, такое влияние направлено на:

- Актуализацию деструктивного страха человека перед смертью.
- На актуализацию деструктивного страха человека быть отвергнутым обществом – страх одиночества.

Это манипулятивное, а поэтому низко эффективное по глубине воздействия на человека влияние.

Такое влияние:

- невротизирует личность;
- вызывает соматические и психические заболевания.

Само же курение табака трансформировалось в массовую социально поощряемую культуру курения кальяна и парогенератора.

Широко распространилась булимия, как ненормальное усиления аппетита вследствие невротической компенсации отказа от табакокурения.

Но правда в том, что курение не вредит

здоровью. **КУРЕНИЕ**

УБИВАТ буквально,

КУРЕНИЕ

СМЕРТЕЛЬНО

ОПАСНО! Слово «вред»

не отражает сущности

смертельной опасности

курения.

КЛУБНИЧ

obuk.ru

«Успешность» человека объективно никак не зависит от того, курит он или нет.

Поэтому многие, рационально принимая доводы о вреде курения и «успешности», в глубине души им не верят и реализуют свою потребность в курении напрямую или сурогатно

Курильщику сформирован крайне негативный образ.

Стереотип курильщика сегодня – это человек «второго сорта», это изгой общества, это безвольный неудачник.

Формирование описанного образа способствует тому, что **курильщик стремится соответствовать стереотипу «успешного» человека.**

Данное стремление приводит к тому, что **курильщик перманентно находится в процессе «Я брошу курить...».**

Однако после принятия решения бросить курить курильщик сталкивается с всевозможными самыми изощренными иллюзиями легкого способа бросить курить. Это:

и разнообразная литература,
и таблетки,
и жевательные резинки,
и пластыри,
и аэрозоли,
и тренинги,
и гипноз.

Какая у всего этого природа? Верно – циничная, палеотивная и манипулятивная.

Потому что **все эти способы эффективно с помощью «волшебной таблетки» убирают СИМПТОМ**, а не причины, вызывающие в человеке острую потребность в курении.

Между тем, **в ответе на вопрос: в чем причина возникающей потребности в курении, скрыт и простой способ удовлетворения этой потребности без сигарет и невротической ломки экс-курильщика.**

Очень часто курильщик объясняет причины курения наличием в его жизни:

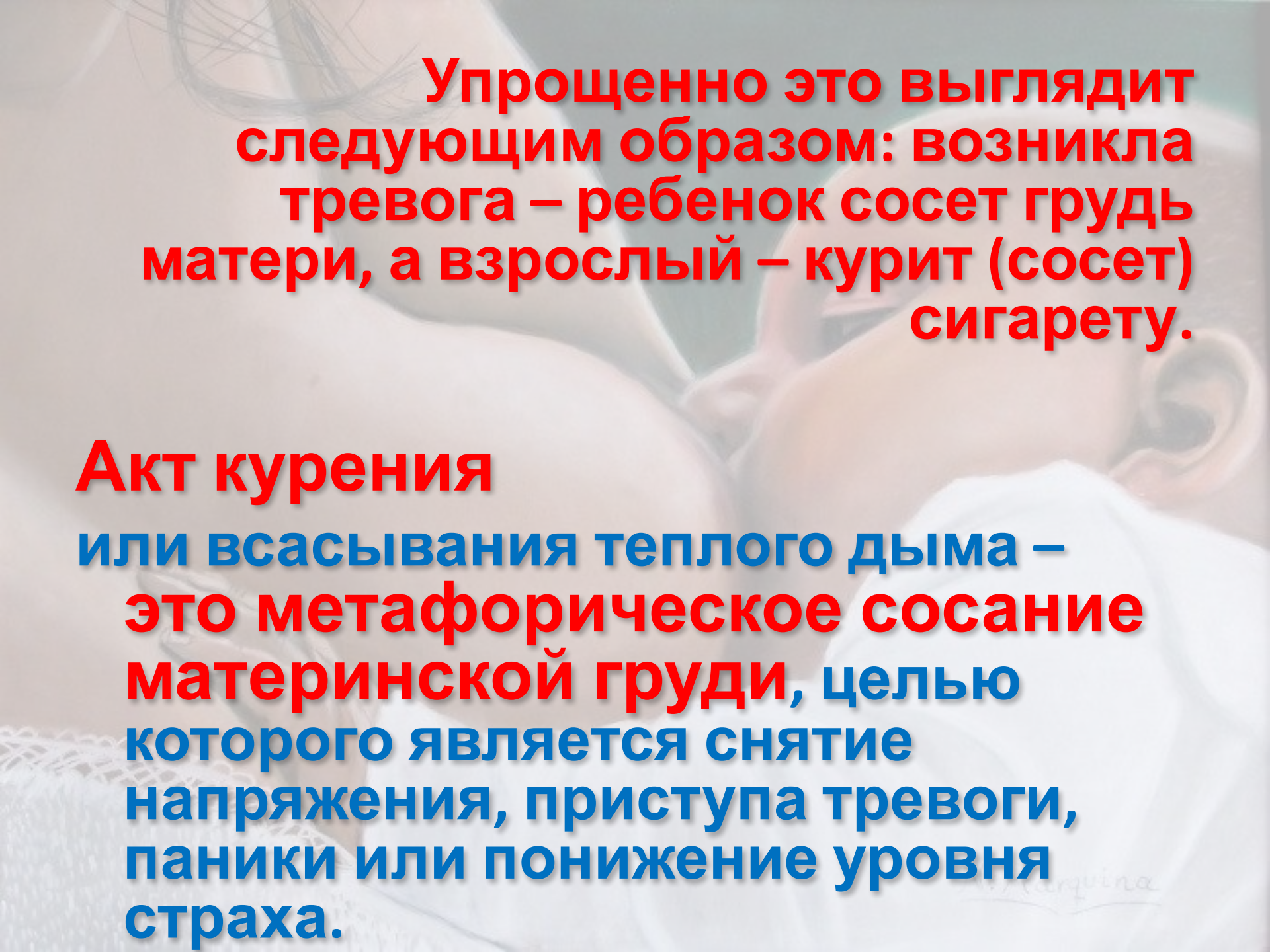
острого стресса,
тяжелой депрессии,
трудной работы,
наличием чувства голода
алкогольного опьянения,
временным бездельем
сложившейся приятной привычкой.

Откроем Вам секрет: это не причины курения.

Истинная причина курения – это неосознаваемое человеком желание понизить уровень тревоги и страха инфантильным способом.

Данный патологический алгоритм формируется у ребенка до 3 лет, как механизм психосоматической адаптации к тревоге, страху и опасности.

Он выражается в сосании ребенком, испытывающим тревогу и страх, соска молочной железы (материнской груди) в период естественного вскармливания. Это снижает у ребенка психосоматическое напряжение, убирает приступ тревоги, паники или понижает уровень страха.



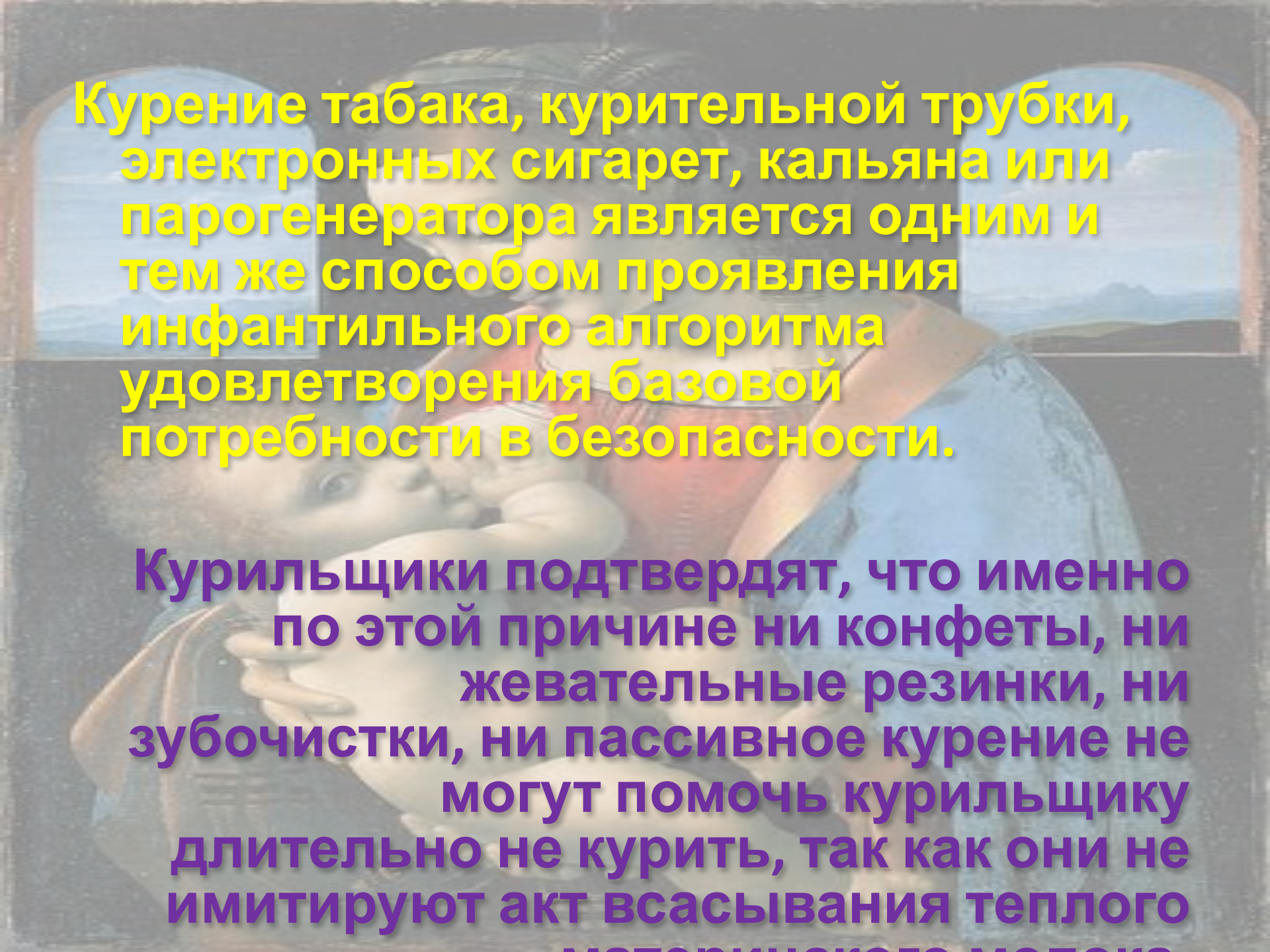
Упрощенно это выглядит следующим образом: возникла тревога – ребенок сосет грудь матери, а взрослый – курит (сосет) сигарету.

Акт курения

или всасывания теплого дыма – это метафорическое сосание материнской груди, целью которого является снятие напряжения, приступа тревоги, паники или понижение уровня страха.

С физиологической точки зрения, втягивание теплого дыма почти полностью соответствует акту всасывания ребенком теплого материнского молока из соска молочной железы.

Таким образом, курение, как акт всасывания теплого дыма, буквально, есть точное метафорическое воспроизведение акта всасывания теплого грудного молока матери.



Курение табака, курительной трубки, электронных сигарет, кальяна или парогенератора является одним и тем же способом проявления инфантильного алгоритма удовлетворения базовой потребности в безопасности.

Курильщики подтвердят, что именно по этой причине ни конфеты, ни жевательные резинки, ни зубочистки, ни пассивное курение не могут помочь курильщику длительно не курить, так как они не имитируют акт всасывания теплого материнского молока.

Таким образом:

Во-первых, в подавляющем большинстве случаев **отказ от курения не является свободным волевым актом,** а спровоцирован манипулятивно страхом смерти и одиночества.

Во-вторых, истинная причина курения – это неосознаваемое курильщиком **желание понизить уровень тревоги и страха инфантильным способом.**

В-третьих, при курении табака человек лишь копирует и метафорично воспроизводит акт всасывания **грудного теплого молока матери,** тем самым создает лишь иллюзию **снижения уровня тревоги и страха.**

Теперь Вы знаете истинные причины курения – тревожного сосания «мамкиной титки», в

связи с чем, мы предлагаем Вам

новый, простой, очень

эффективный и

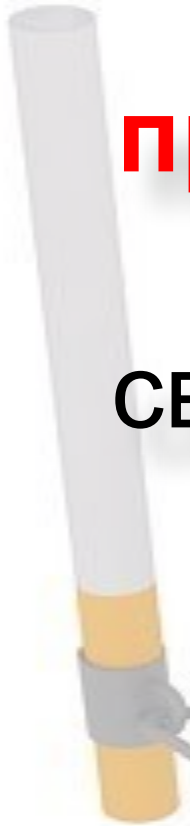
гарантированный авторский

метод бросить курить и

одновременно безопасно

понизить уровень тревоги и

страха.



Описание метода:

Как только Вы почувствуете или поймете, что хотите курить – сделайте следующее:

1. Мысленно или вслух произнесите фразу: «Я бросил(а) курить.»

2. Сделайте глубокий вдох с небольшим усилием так, как будто всасываете густой молочный коктейль через толстую трубочку. Потом – глубокий естественный выдох. Повторите цикл дыхания три

Если после упражнения острое желание покурить Вас не оставило – «не протаскивайте» свое решение бросить курить через волю – покурите, даже если вы не курили уже несколько дней. Это сохранит Вас от невротических реакций и панических атак.

Главным достижением описанного метода является отсутствие директивного запрета на курение. Другими словами, не запрещайте себе курить, а совершайте три описанных цикла дыхания перед каждым желанием покурить.

**В течение первых
нескольких дней Вы
обнаружите, что курите
меньше, реже и скорее по
привычке, чем по желанию.**

**Пройдет совсем немного
времени и полный отказ от
курения станет для Вас
естественным и
удивительно легким**

Описанная авторская методика не является манипулятивной «волшебной таблеткой» и поэтому действует постепенно, мягко, на протяжении нескольких месяцев, без ломки и без запрета на курение.

A young child is sitting on a path covered with fallen autumn leaves. The child is wearing a bright orange puffer jacket and a yellow hat with a pom-pom. The child is smiling and looking towards the camera. The background is a soft-focus view of the leaf-covered ground.

**Желаем Вам
осознанности,
смелости и успеха
на выбранном пути!**

**Спасибо за
внимание!**