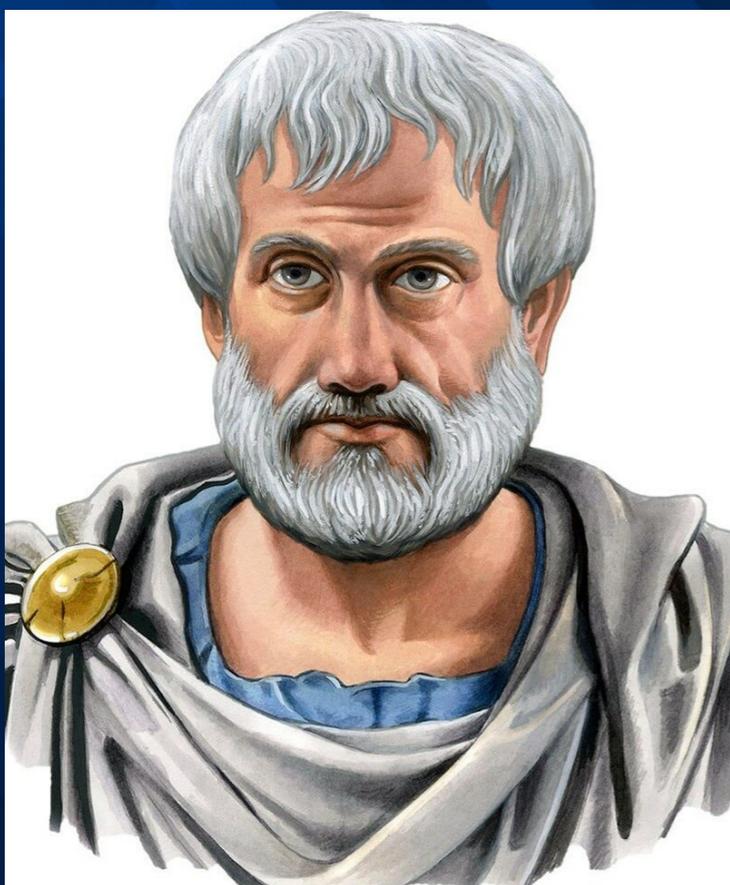




ЧЕСТНЫЙ РАЗГОВОР о курении

Андрей Сенчуков
г. Москва

Что есть Счастье?



Счастье по Аристотелю заключается в раскрытии потенциала, заложенного внутри человека.

Счастье – привычка поступать правильно, руководствуясь добродетелями: благодеянием, совестью и самодисциплиной.

Это внутреннее стремление к моральному и нравственному эталону.

(Источник: «Никомахова этика», Аристотель)

Карта курящих стран 2020



Россия входит в число самых курящих стран мира

1,3 млрд.

Сегодня в мире курит 1,3 миллиарда человек *

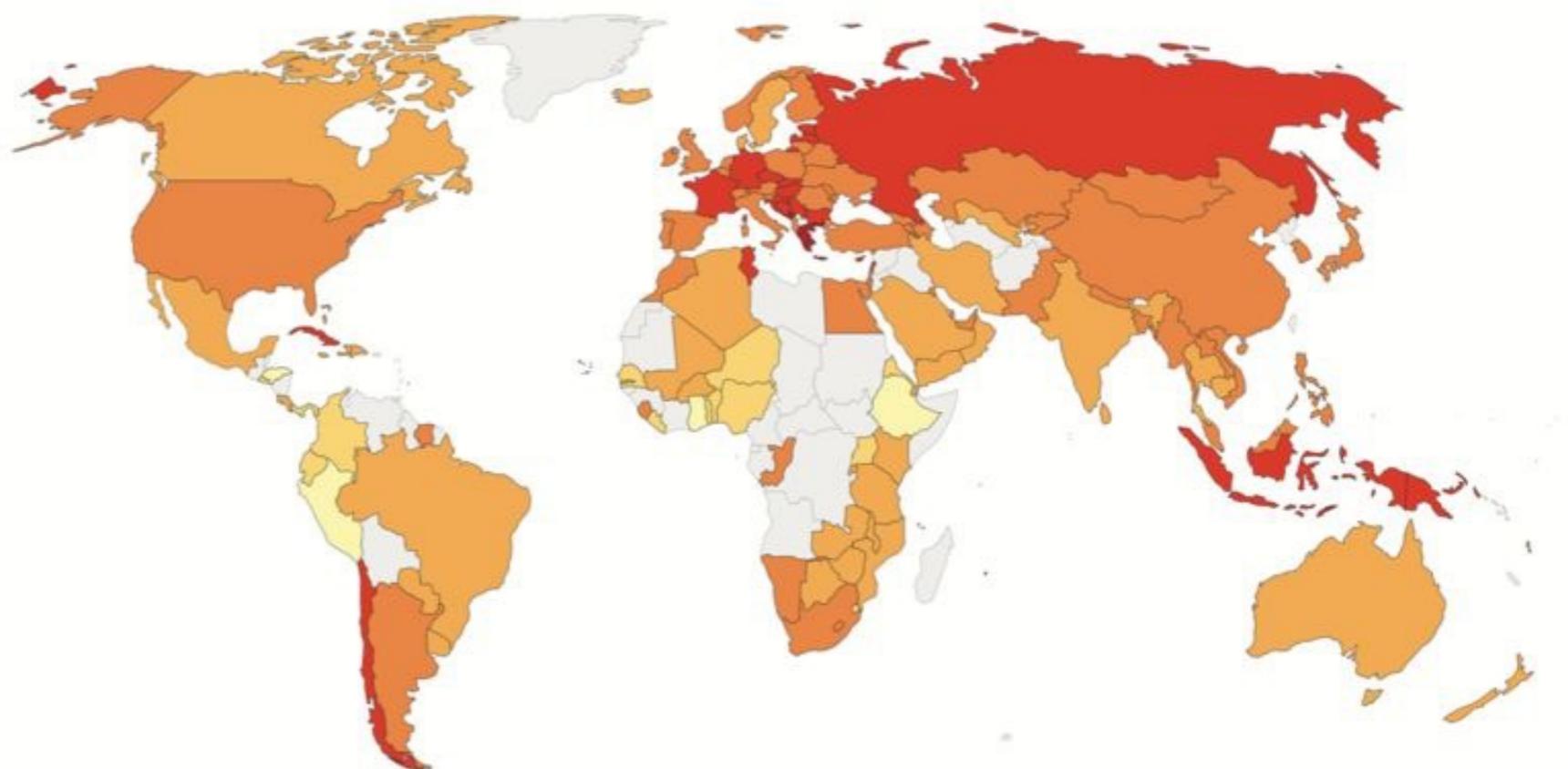
8 млн.

Смертей ежегодно связывается с потреблением табака *

1,2 млн.

1,2 миллиона смертей было связано с воздействием вторичного табачного дыма *

* - Табак. Всемирная организация здравоохранения (27 мая 2020)



Рынком владеют 3 корпорации



Mevius, Camel, Sobranie, Glamour,
LD, Winston, Русский Стиль,
Пётр I, Тройка, Wings, Беломорканал,
Saint George



PHILIP MORRIS
INTERNATIONAL

Marlboro, L&M, Bond Street,
Philipp Morris, Parliament, Red & White,
Next, Оптима, Союз-Апполон



BRITISH AMERICAN
TOBACCO

Dunhill, Kent, Rothmans,
Lucky Strike, Pall Mall, Vogue, Ява Золотая,
Ява, Viceroy Alliance, Золотое Руно, Прима
Capitan Black

«Честный Способ»



EDWARD BERNAYS
(1891-1995)

Акция «**Факелы свободы**» — кампания по развитию табачного рынка в США в исполнении американского пиарщика Эдварда Бернейса.

В результате проведения данной кампании возникли масштабные сдвиги в культуре американского общества.

На сегодняшний день при виде женщины с сигаретой не возникает удивление, однако ещё в начале XX века это было немыслимо.



Доля сигарет, приобретённых женщинами США:

1923 г. - 5%

1929 г. - 12% (акция «Факел свободы»
состоялась в Нью-Йорке 1 апреля 1929 г.)

1935 г. - 18,1%

1965 г. - 33,3%

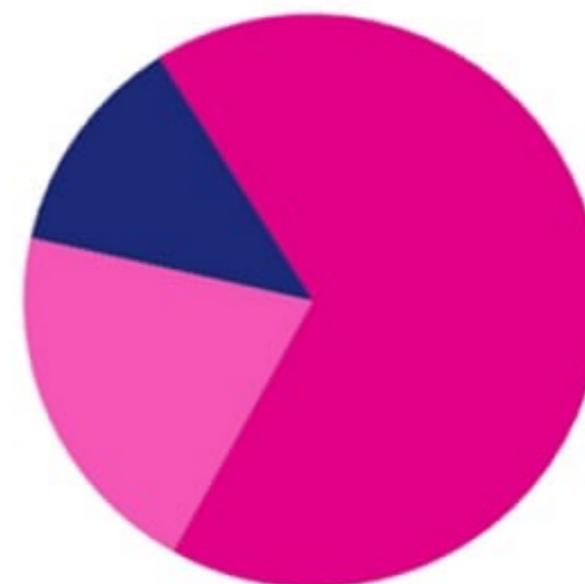


Опрос ВЦИОМ проводился среди взрослого населения от 18 лет.

Таких в России 115 млн.

33% курящих - это 38 млн. ■+■

62% желающих бросить - около 25 млн. ■



Многим ли удается освободиться от зависимости?

Как показывает статистика,
из 100% людей, попытавшихся
бросить курить, избавляются
от табачной зависимости лишь 11%

По данным РОССТАТ за 2009 год



СПОСОБЫ БРОСИТЬ КУРИТЬ

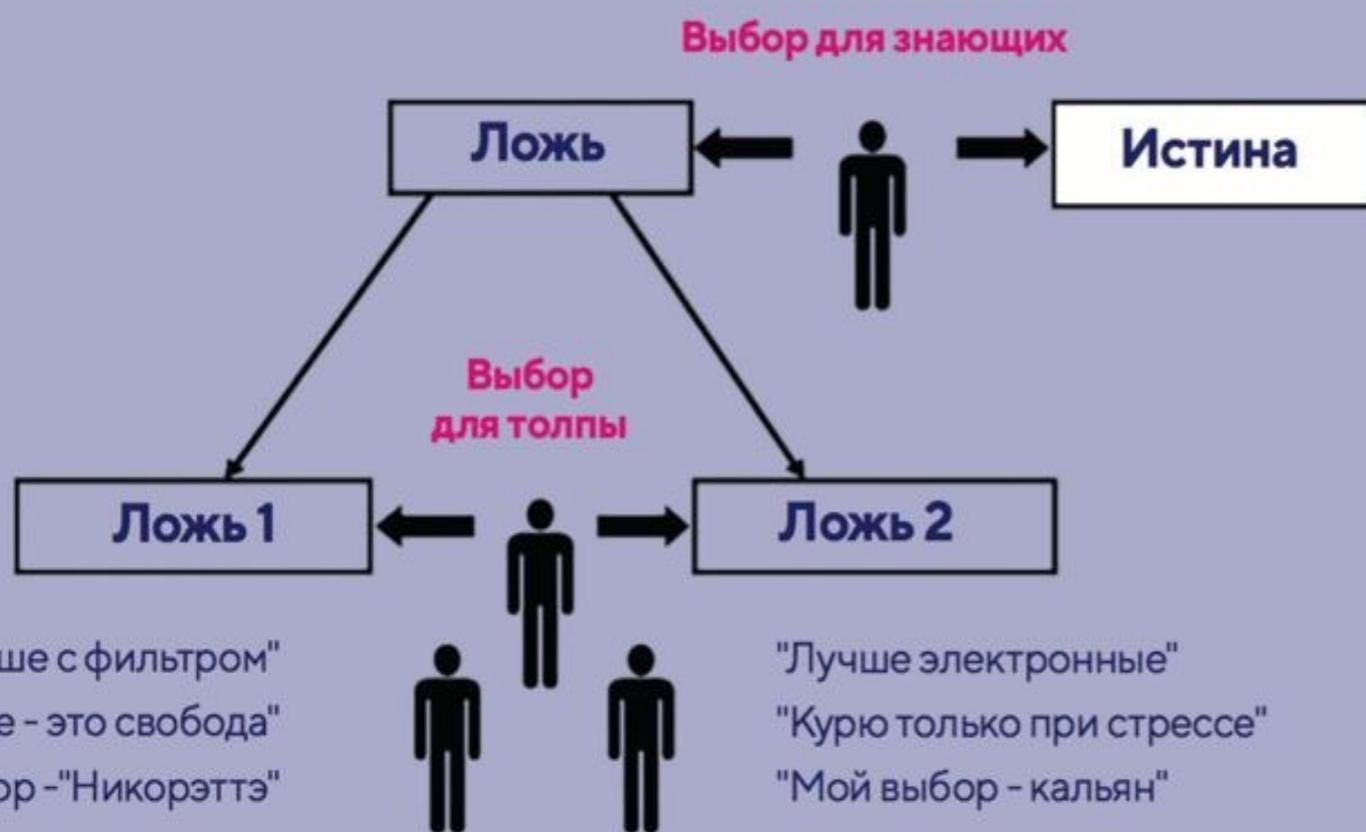


И за них выбор сделали те, кто реально управляет глобальными процессами



Чтобы сохранить власть над льдами, была организована мощная кампания по популяризации электронных средств доставки ядов в организм

СМИ - главный инструмент влияния на умы людей

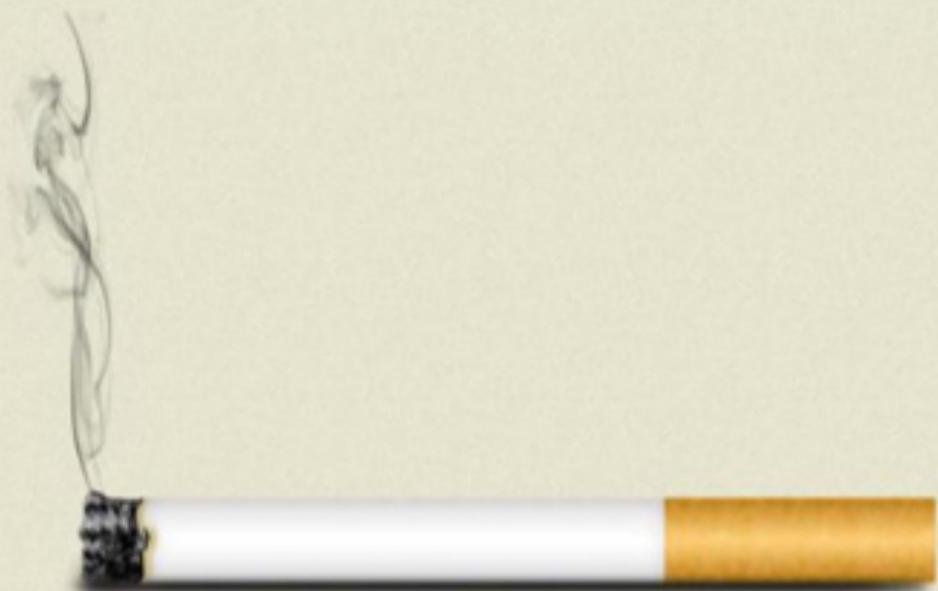


Сигарета - изделие для доставления ядов внутрь организма / средство контроля над людьми.

Мировоззрение – это совокупность образных представлений человека о мире. Его жизненные взгляды, установки, стереотипы, нравственные стандарты. Это то, как человек видит мир.



как видит сигарету курильщик



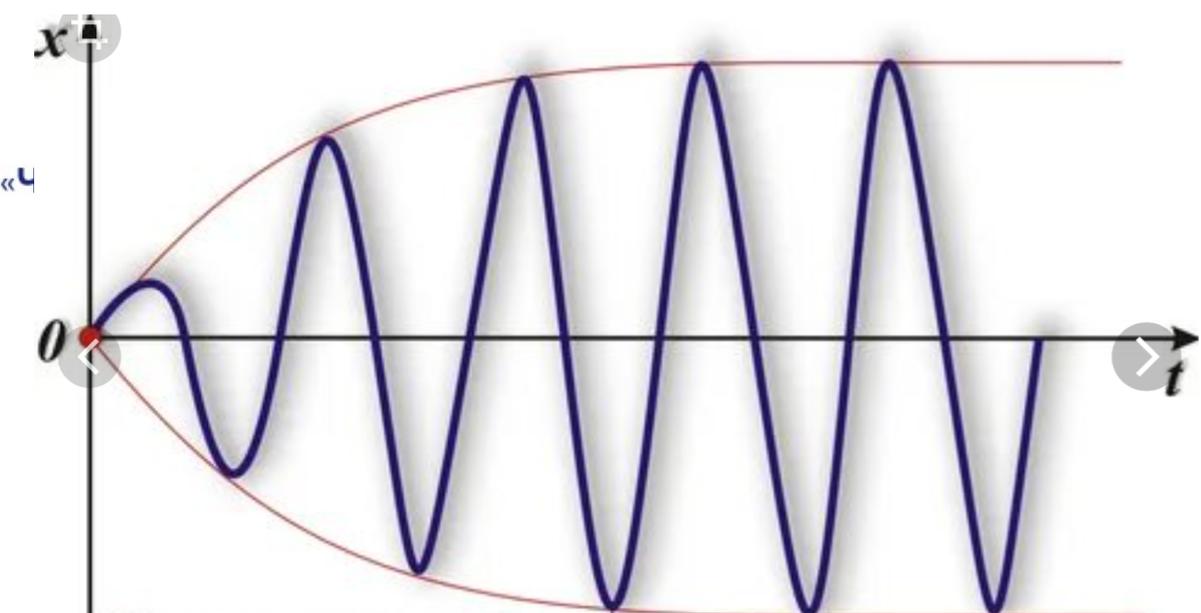
Средство успокоения, снятия стресса и тд.

как видит сигарету нормальный человек



*Изделие для доставления ядов внутрь организма.
Средство контроля над людьми.*

Курение – это вирусная программа



**Никотиновая зависимость
=
высокочастотный процесс**

ТРИ ТИПА ЛЮДЕЙ

1. Курильщик

2. Воздержанник

3. Свободный человек

ТРИ СТАДИИ ЗАВИСИМОСТИ

1. Хочу - курю, хочу - не курю
2. Хочу курить и курю
3. Не могу не курить

Мой лабиринт в цифрах:



25 лет

Стаж курения впечатляющий

1 350 000 ₺

Я заплатил табачным компаниям

375 суток

Чистое время, потраченной мной на самоотравление:

15 суток в год 375 суток за 25 лет



Мой подарок
табачному маркетологу



14-дневный онлайн-марафон по выходу из табачного лабиринта

Для участия напишите в WhatsApp или Telegram
по номеру: **+7 925 507 55 09**

В основе методики марафона:



Повышение осознанности и концентрации внимания

Многовековые восточные практики, которые помогают участникам марафона сосредоточиться на действительно важном и искоренить в своём уме ложные стереотипы.



Личный опыт создателей и участников марафона

Этот марафон - не теория, а практика, испытанная авторами и участниками предыдущих потоков. Мы собрали самые эффективные методики, чтобы помочь зависимым.



Антон Антошин



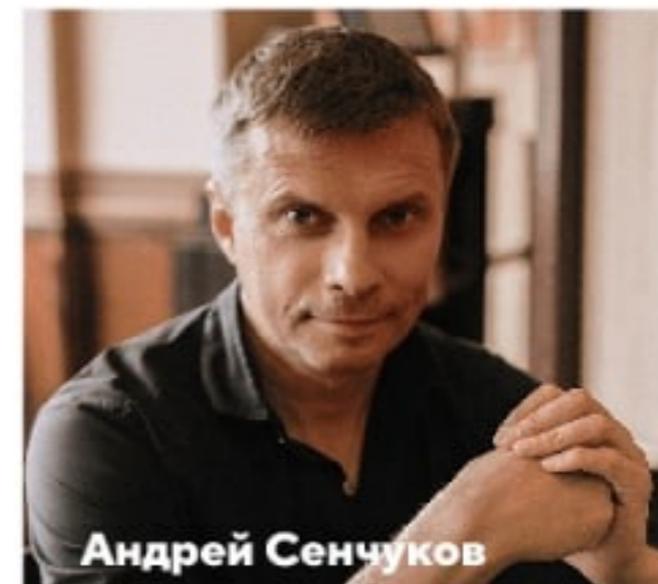
ДОТУ

Достаточно Общая Теория Управления. Методология (удочка), с помощью которой вы научитесь решать многие жизненные проблемы. С помощью ДОТУ вы сможете увидеть табачный лабиринт сверху и легко покинете его.



Метод Шичко

Безотказная и простая система Геннадия Андреевича Шичко (1922-1986г), кандидата биологических наук. От табачной и алкогольной зависимости можно избавиться с помощью слова (социального программирования).



Андрей Сенчуков

С точки зрения пчелы, она просто живёт своей жизнью. И только пасечник знает, что на самом деле она собирает для него мёд. Но пчела никогда не поймёт это, потому что пасечник выходит за пределы её масштабов мышления.

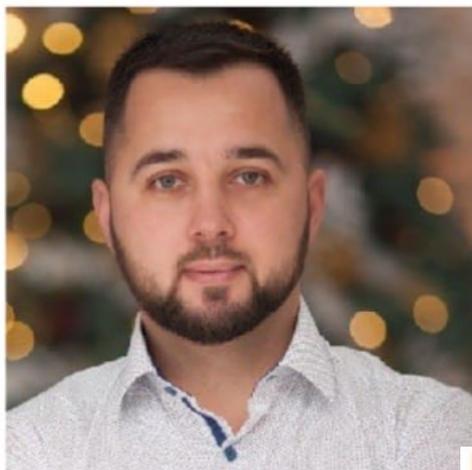


*Многие вещи нам непонятны
не потому, что наши понятия слабы;
но потому, что эти вещи
не входят в круг наших понятий.*

Козьма Прутков



Честный способ работает!



Роман Перевозник

Это потрясающий опыт

осознания и очищения! После такой интенсивной работы и такого потрясающего результата появилось желание избавиться и от другого вредного хлама в своей жизни (которого при внимательном рассмотрении можно найти очень немало)! Одна только фраза «Работаем терпеливо и настойчиво!» стоит очень много!



Александр Романченко

Большая благодарность за призыв

к осознанности, поддержку, атмосферу на марафоне, хочется пожелать Вам процветания, тем самым Вы разбудите, разморозите больше людей всем участникам удачи, поздравляю нас что мы здесь.



Ксения Кушербаева

Спасибо вам, это было круто!

Это вызов системе! Это преодоление и испытание! Это путь к себе другой, настоящей, той первичной целостной, без засунутых стереотипов. И, правда, не просто курить бросаешь, а меняешься вся. Это круто и это то, что мне нужно было как раз в это время. Андрей, у вас крутой продукт, у вас крутая миссия, и спасибо вам за все!

Поделюсь первым наблюдением, если это конечно, уместно здесь. После дыхательного упражнения, вышел на балкон, потравиться.

Пытался проанализировать ощущения, понял, что их просто нет, никаких.

Постараюсь травиться осознанно сегодня, не на автомате, может что-то начну чувствовать))

Я тоже курю вроде как всегда, но отношение меняется - я будто прощаюсь навсегда с надоевшим бывшим другом, который стал слишком требовательным и эгоистичным)

Точнее, выяснилось, что это не друг вообще, а так, - приятель.

Последствия, связанные с бытовыми/рутинными моментами, перестали быть страхами. Приходит понимание их беспочвенности.

Сегодня уже никакого удовольствия, сплошная неприятная лже обязанность!
Противно.

Образ себя, без сигарет -
пока ещё не чёткий. Но
силуэт уже есть! У меня все
получится!

Никогда не стоит
сомневаться, что ты делаешь
всё правильно! Но надо
отметить, где правильно -
перестать себя травить.

Вчера и сегодня заметил такие изменения. Чаще, как обычно, травлюсь на автомате, но иногда в перекур наблюдаю как бы со стороны ощущение вкуса и запаха дыма, как дым дерёт горло, как привычно подавляется спазм дыхательных путей при затяжке, как спазмируются сосуды мозга и накрывает всё тело.

Кстати, делаю упражнение на дыхание, чтобы успокоиться или перед принятием решения, очень помогает!

Я считаю, основное воздействие ядовитого дыма на нас - это затуманивание рассуждения, отрыв от интуиции, так как наше биополе загрязнено.

Хочу поделиться своим страхом сделать домашнее задание по видео.

Страх в том, что а вдруг это будет действительно последняя моя сигарета !!!

Я очень хочу избавиться от этой зависимости, я приняла такое решение, дойти до конца. Но в глубине души сидит страх, который меня тормозит, тянет время.....

Внутри меня идёт какая-то борьба . Как правильно научиться жить без никотина...



У каждого по своему происходит контакт со страхом. Лично меня страх накрыл в момент сна - сильный страх (была жутковатая картина, как вспомню).

И представляете, этот лютый страх прошёл мимо меня, буквально в тот же день. И просто взял и ушёл 🙌

Каждому, необходимо просто взять и прочувствовать свой страх по-своему.

Вы увидите, как за короткое время избавитесь от абсолютно ненужного вам страха!

Главное не накручивать себя. Старайтесь быть спокойными, он уйдёт !)

Посмотрев на себя "со стороны",
возник образ биоробота, который
запрограммирован на отравление
себя табачным дымом. Но я не
хочу видеть себя в нём!

Больше всего хочу восполнить
недостаток энергии на жизнь,
которую у меня забирает
ежедневное курение в
большом количестве.

Я взглянула на этого "верного друга"
другими глазами и поняла, что это
был лицемерный приятель,
примазавшийся ко мне и сосущий
мою энергию, как настоящий вампир.

Быть добровольной жертвой вампира
не самая лучшая роль в жизни.

А я чувствую, что программа марафона изменит не только проблему зависимости, но и попутно многие жизненные неурядицы, придаст более правильное (если это уместно будет сказать) отношение к миру ..ну по крайней мере Я ТАК ДУМАЮ 🤔🤔

У меня сегодня появилась ясная картинка, как мы, курильщики, барахтаемся по жизни в глубокой грязной колее, нас много, и те, кто захотел из неё выкарабкаться, имеют два способа, которые дополняют друг друга, - это дружеская рука помощи извне и взаимная поддержка внутри колее. Выбрался сам, помоги другому))

Наша жизнь до сигарет - это правильный велосипед, мы умели жить без сигарет с рождения. Но потом, на протяжении многих лет зачем-то учили себя и свой организм ездить на неправильном велосипеде, и научили!

Теперь нам надо переучить свой мозг, организм, ездить на правильном велосипеде, т.е. бросить курить, и я надеюсь, что мой мозг также быстро и не очень трудно, вспомнит, как ездить на правильном велосипеде, т.е. как жить без сигарет, как это было заложено изначально 🙏

Сегодня курил меньше обычного. И не курил с утра до завтрака.

В связи с этим чувствовал себя отлично, с большим количеством энергии от упражнения на внимание.

Я хочу освободиться от этих предрассудков и страхов и полностью понять и осознать, что свобода - это мой осознанный и верный выбор.

Чувствую, как ум не хочет думать о сигарете. Он уводит меня глубоко в мои мысли, создаёт диалоги, ситуации, обдумывает их. Момент зажигания сигареты происходит как во сне. Где я себе не принадлежу.

Наконец-то я стану хозяйкой своей жизни, а не эта мерзкая палочка.



Осознание – ключ к свободе.
И каждый из вас в своём темпе так
или иначе придёт к осознанию.
Это будет уникальный опыт!
Вы ни с чем его не спутаете.

Просто двигайтесь по пути.

Не позволяйте уму опять соскочить в автоматизмы.

Заставляйте его работать.

Работа для него сейчас - это быть во внимании, быть в
вопросе.

Продолжайте трудиться. Работайте терпеливо и
настойчиво. Вы все обязательно достигнете своей цели!

The background is a dark, textured surface, possibly a book cover or a piece of paper with a rough edge. It features several silhouettes: two human profiles facing each other at the top, and a central figure standing on a tall, narrow pedestal in the lower half. The overall tone is somber and contemplative.

Всё влияет на всё. В этой вселенной,
когда изменяется одна вещь,
меняется всё. Отсюда и великая сила
человека менять мир, изменяя себя.

Шри Нисаргадатта Махарадж



14-дневный онлайн-марафон по выходу из табачного лабиринта

Для участия напишите в WhatsApp или Telegram
по номеру: **+7 925 507 55 09**