



честный  
способ

# 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

**«Как бросить курить?» —  
один из самых  
популярных запросов  
в поисковиках**



Карты Маркет Новости Переводчик Картинки Видео Музыка ещё

КАК БРОСИТЬ КУРИТЬ?



Найти

# Карта курящих стран 2020



Россия входит в число самых курящий стран мира

**1,3 млрд.**

Сегодня в мире курит 1,3 миллиарда человек \*

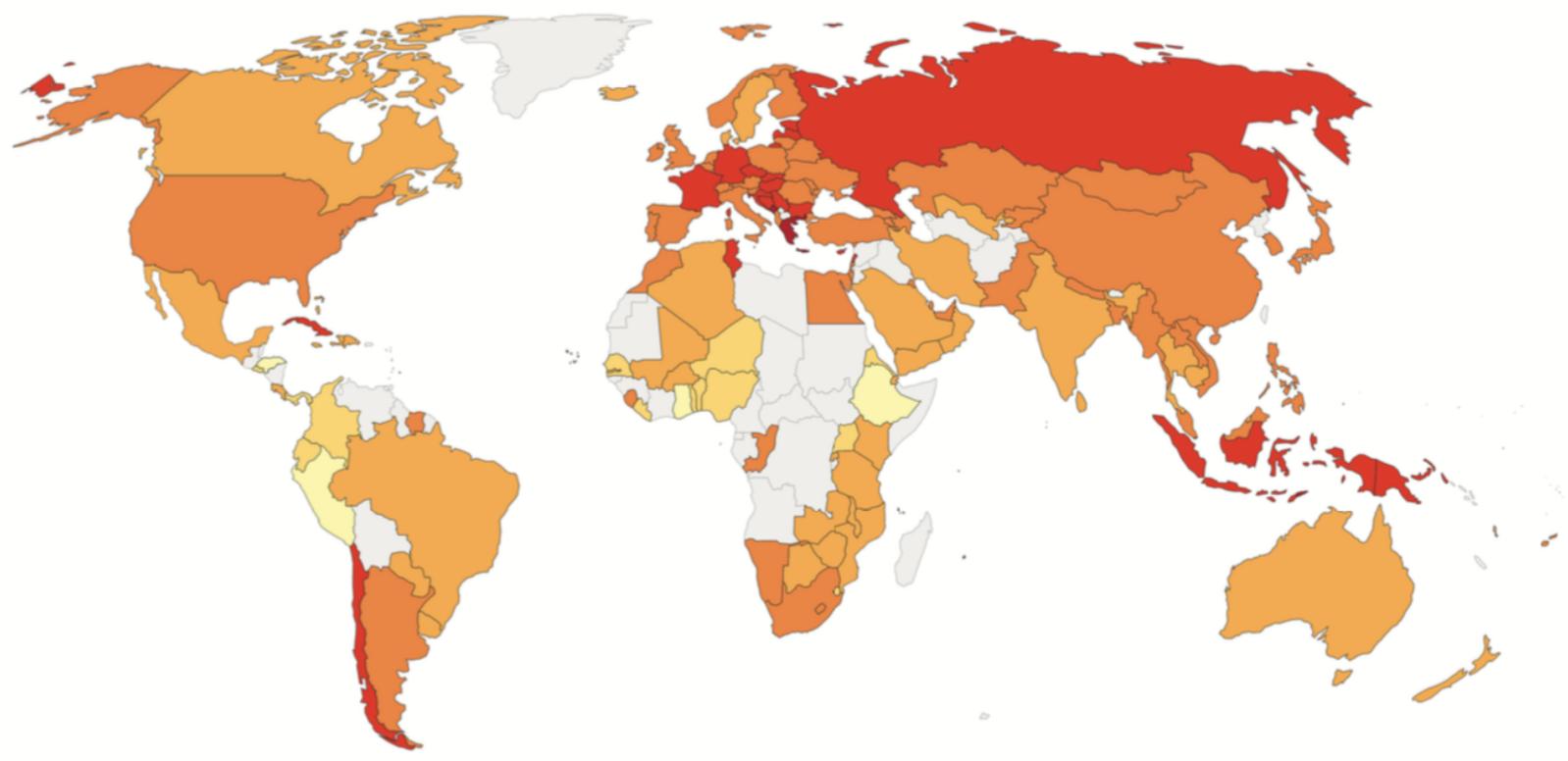
**8 млн.**

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)





# 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



# Рынком владеет 3 корпорации:

Они владеют большинством брендов, а их штаб-квартиры находятся в США, Японии и Великобритании

## 15 000 000 000 \$

Годовая прибыль табачных корпораций в России



PHILIP MORRIS  
INTERNATIONAL

Marlboro  
L&M  
Bond Street  
Philip Morris  
Parliament  
Red & White  
Next  
Оптима  
Союз-Аполлон



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



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

# Цитата:



**"Необходимо низвести славян до языка  
жестов! Никакой гигиены!  
Только водка и табак!"**

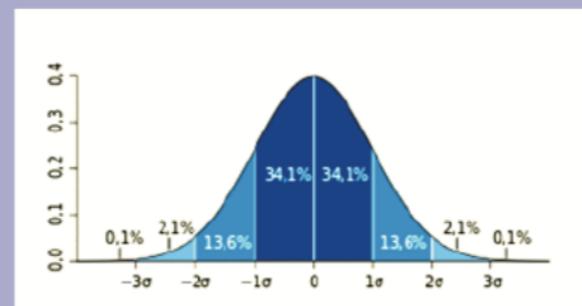
Адольф Гитлер

# Виды управления



## Структурный

Управление осуществляется  
в формально приказном порядке



## БЕЗструктурный

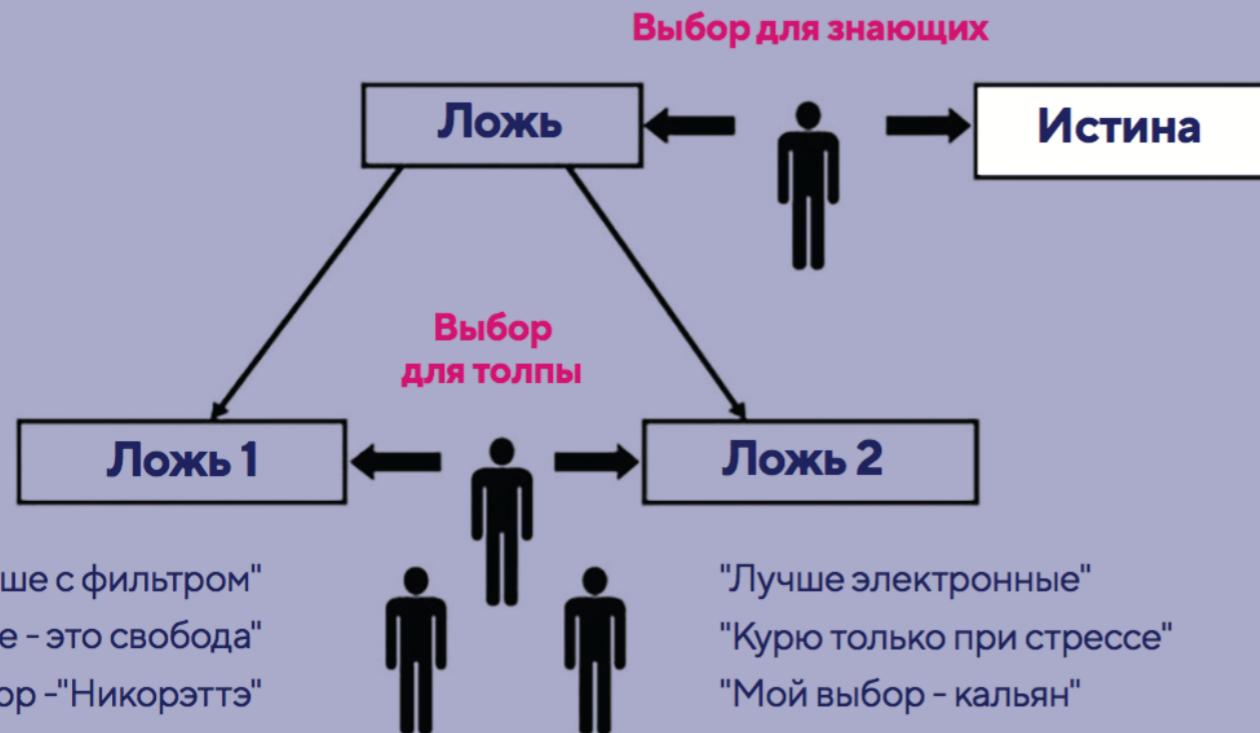
Управление осуществляется  
на основе теории вероятностей.  
Опирается на статистику  
нормального распределения.

# Product placement





# СМИ - главный инструмент влияния на умы людей



# Способы бросить курить



Сила воли



Кодирование гипнозом



Хирургия



Никотинзаменители

# Почему это не работает?



# Табачная зависимость — это вирусная программа



Эта "программа" — совокупность ложных стереотипов, которые внедрены в нашу психику через культуру (Кино, СМИ, мультфильмы, песни, книги, шоу, интернет, моду и т.д.)



# Три типа людей по отношению к курению



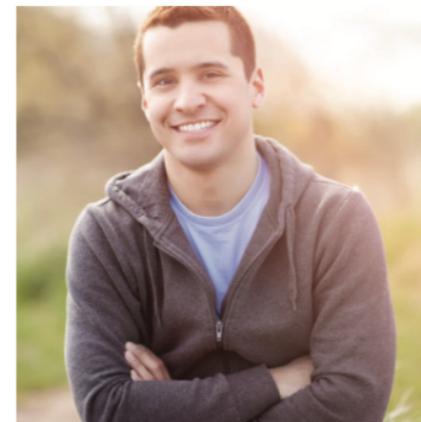
## Курильщик

Запограммирован  
на курение и **курит**



## Воздержанник

Запограммирован  
на курение, **но не курит**



## Свободный человек

**Не** запограммирован  
на курение и не курит

## Три стадии зависимости:

- "Хочу – курю, хочу – не курю"
- "Хочу курить и курю"
- "Уже не могу не курить"



# На чем основана наша методика?

# 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.



## 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).

# Цитата:



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

Козьма Прутков

# Достаточно общая теория управления

Курс достаточно общая теория  
управления читается студентам  
факультета прикладной математики –  
процессов управления  
Санкт-Петербургского  
государственного университета,  
начиная с 1997 г., по инициативе  
член-корреспондента Академии  
наук СССР Владимира Ивановича  
Зубова (1930 – 2000).



# Метод Шичко



Согласно предложенной Шичко системе, от табачной и алкогольной зависимости можно избавиться с помощью слова



Геннадий Андреевич Шичко

(1922 - 1986)

Кандидат биологических  
наук, физиолог

# Программа марафона



**Осознание**  
1 неделя

---

Задача этого этапа - увидеть проблему со стороны. Во время первого этапа участники марафона курят, при этом изучают материалы курса и выполняют домашние задания.

**Очищение**  
2 неделя

---

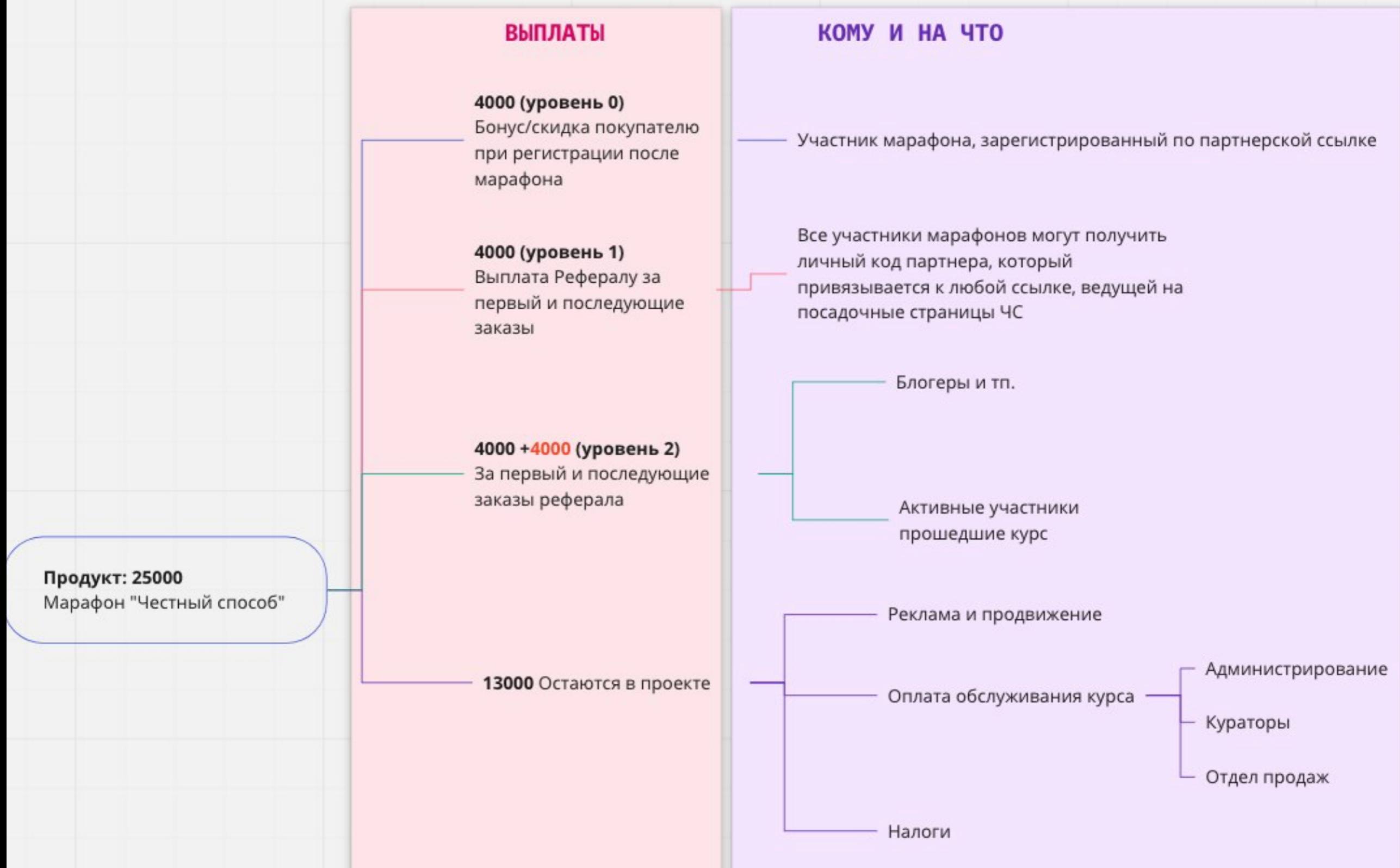
На этом этапе происходит очищение тела и ума, ведётся работа с желаниями, вырабатывается твердая решимость. Со второго этапа участники марафона не курят.

**Освобождение**  
3 неделя

---

Ключевой этап нашей программы, на котором происходит формирование нового мировоззрения, свободного от табачной зависимости человека. Тот самый выход из лабиринта.

# Схема партнерской программы курса ЧС



**Регистрация на марафон  
(через 3-дневный бесплатный интенсив)  
по ссылке:**

**<https://honest-way.getcourse.ru>**