

*Самая
результативная
формула*

Как бросить курить

18+

Курение вредит
вашему здоровью

Фридон Корона



ФРИДОН КОРОНА

Самая результативная формула «Как бросить курить»

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=55894226

SelfPub; 2020

Аннотация

Фридон Карона родился в Грузии в 1965 году. Рос обычным ребёнком. Как и у всех будущих курильщиков, настал день когда закурил. Повзрослев и осознав всю глупость, начал искать пути избавления от пагубной привычки. неоднократные попытки, результатов не давали . Прошли года и десятилетия над разработкой собственной формулы. К счастью настойчивость и усердный труд принесли свои плоды. Автор самой результативной формулы решил облегчить участь курильщиков. Администрация сайта ЛитРес не несет ответственности за представленную информацию. Могут иметься медицинские противопоказания, необходима консультация специалиста.

“И БУДЕТ ВАМ СЧАСТЬЯ БЕЗ СИГАРЕТ”

Я расскажу вам, чего стоило мне бросить курить. Это было для меня равносильно взрыву атомной бомбы, я думал, что планета Земля перестанет вращаться... Что дневной свет померкнет. А получилось всё легко и просто. Как-то раз, когда читал заглавия новостей, попалась мне медицинская статья! О том, что случится с организмом, если не бросить курить, и там до 10 пунктов, которые мы все знаем: сердце, давление, дыхательные органы.

Всё началось в один прекрасный день, когда я появился на свет, в 1965 году. За что благодарю Господа Бога! И всё закончилось в июне 2018-го. По памяти – курил с 4-5-го класса, во дворах было много озорных ребят. Был такой Жорик, который предложил подобрать окурки и в строящийся дом зайти покурить – и пошло-поехало. Начал расширяться круг курильщиков и уличной жизни, для меня было престижно иметь свои сигареты. Я имел возможность взять 20 копеек дома и бегал на железнодорожную станцию Бзыбь. Покупал сигареты «Даиси». Потом пристрастились к сигаретам «Рица», «Колхети» и «Космосу» сухумскому. «Космос» стоил 60 копеек. Продавали из-под полы за 1 рубль. Помню, мы с друзьями скидывались на сигареты «Космос», и за 99 копеек нам отказались продать. Это было нечто. Из посёлка спускалась целая орава детворы на станцию, и электричкой Сухуми – Сочи добирались до станции Павильон, это в Га-

грах. Спускались на пляж и сигареты приоблодали всегда. Обратно на электричке, в тамбуре покурить было круто. В 15-16 лет с охотничьими ружьями ходили в поход на гору Мамзишха, около 2000 метров над уровнем моря, эта гора нависает над городом Гагры. И опять сигареты на первом месте. Ребята, я это пишу для того, чтобы вам легче было понять, насколько тесные и дружеские отношения были у меня с сигаретами на протяжении всего времени, пока я курил. «Дружеские» я понял, когда бросил курить, или, правильнее, попрощался с другом навсегда. Три дня мучился произнести слово «бросаю», мучился, потому что ещё недостаточно подготовил свой «таймер» к отвращению. И, поверьте моему огромному опыту, мы все ошибаемся, называя курение привычкой. Это не привычка, это самый-самый близкий друг. Я вместе с вами не понимал фразы «курение вредит вашему здоровью», «курение убивает» (они подразумевают то, что мы сами покупаем свою смерть). Когда я попрощался с другом, я понял, что нам не дают верную установку и взамен предлагают – правильнее, впаривают всякие жвачки и пластыри. Были моменты в моей жизни, когда я бросал курить на 3, 6, 10 месяцев. Как и все, я тоже воспринимал, курение как вредную привычку. Иногда я читал статьи, и ничего утешительного там не находил. Никотиновая зависимость – это ошибочное мнение. И «вредная привычка» – всё это бред. Я заменил эти термины простыми, понятными словами.

Дорогие дамы и господа, хочу вас заверить, что в моей

формуле, как бросить курить, ничего трудного или трудно-выполнимого нет. Будьте уверены, что у вас всё получится. Поэтому просьба – прочитать мои рекомендации, чем больше, тем лучше... Например, вместо меня, тебя или вас по утрам зубы чистить или кофе пить никто не будет. Поэтому прошу проявить настойчивость. Учтите это обязательно. Настойчиво вам рекомендую найти в инете статью, что произойдёт с организмом, если не бросить курить. Прочитать 2, 3, 4, 5 раз в течение недели. Осмыслить нужно каждую фразу: какой вред мы наносим себе, а потом жалуемся, что здоровье угробили. Пока ещё не поздно, надо подумать, как продлить свою жизнь, насладится рассветом, увидеть солнце и радость детей. Зачем мы, сознательные взрослые люди, работаем, чтобы травить и убивать себя? Сами топаем в палатку за своей смертью. Согласитесь, абсурд и полный беспредел в отношении к своему здоровью. Включите мозги, очнитесь, люди, ваше стремление бросить курить – это проявить мощное, атакующее отвращение к сигаретам, до тошноты. Вы (я уже не в счёт) ходите в табачную лавку каждый день и покупаете свою смерть, да-да, вы покупаете свою смерть. И травите себя, и издеваетесь над своим организмом. Обогащаете монополистов за счёт своего здоровья, а иногда даже и в долг берёте свою смерть. Правильнее будет на эти деньги купить себе что-нибудь полезное. Пусть будут даже семечки или конфеты, чем эта отравка, согласитесь! Призадумайтесь и поразмышляйте над этим. А в процессе подготовки себя

хотя бы в течение одного дня проявите к сигаретам мощное отвращение, имитируя его до тошноты, вспоминая 8-10 раз. Это даст вам возможность заблокировать «таймер». Я для себя это обозначил именно так. Никакой не никотин и даже не вредная привычка: для правильного понимания – «таймер» включается, чтобы закурить сигарету и убить 2 минуты, всего лишь несчастные 2 минуты. Оказывается, взрослому человеку так страшны эти 2 минуты. Согласитесь, это бред. «Таймер», как и будильник, напоминает нам: надо закурить при беспокойствах, надо убить 2 минуты. «Таймер»

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.