

Аллен Карр — Lurkmore

Эта статья должна быть до- или даже полностью переписана.



Перед вами — очередная **безблагодатная** статья. Сия халтура **нам не нравится**, и только вера в светлое будущее удерживает её на этом свете.

Указана следующая причина: **статья более чем наполовину состоит из чьей-то имхоты, стиль.**

На **странице обсуждения** могут быть подробности.



БЛДЖАД!

Эта статья полна любви и обожания. Возможно, стоит добавить немного **критики?**



Ален доволен своим профитом

«Бросил курить, только чтобы не читать эту нудятину до конца. »

— Анонимус

Аллен Карр — эпичный **автор серии книг** по преодолению никотиновой, алкогольной и (**OMG!**) пищевой зависимости. Алсо, написал книгу, как не бояться летать на самолетах. Умер в возрасте 72 лет, ЧСХ, от рака лёгких.

Краткая справка

В 1983 году **высококвалифицированный бухгалтер** Аллен Карр бросил курить. Казалось бы, зачем писать об этом статью? **Цимес** заключается в том, что он бросил, освоив **хитрую психологическую магию**, основанную на простой наебке. Окрыленный успехом, он быстренько накопал книжку, призванную, ни много, ни мало, избавить человечество от никотиновой зависимости путем его усыпления донельзя долго разворачивающимися софизмами.

Наебка основана на том, что в книге вам внушается формула: «бросить курить легко» (**на самом деле** — «бросить курить легко» нужно только для того, чтобы при бросании не применялась воля: при волевом запрете подсознание начинает по всякому выкручиваться, ибо нехуй, и человек со слабой волей сорвется). Всё! За эту нехитрую мысль ты заплатишь денег и потратишь несколько часов жизни на прочтение текста с желтой дурно пахнущей бумаги. Метод Аллена Карра заключается не в запрете, а в **разъяснении** что и как, в частности, что курение на самом деле не избавляет от стресса и не помогает расслабиться и т. д., повторяемая очень много раз в разных формулировках и, иногда, в неявной форме. Чтобы не нагонять тоску на читателя, Аллен разбавляет свою мантру воспоминаниями из жизни и неожиданными **поворотами сюжета**.

Достаточно внимательно читать книгу, чтобы к концу ее прочтения понять, что минусы курения не просто перевешивают плюсы, а что преимуществ вообще нет. Трудно судить о числе излеченных с ее помощью, но по обще-сформировавшемуся мнению тысяч прочитавших составляет не менее 50%, что для книги подобного жанра является редким успехом.

Осознав свой уникальный дар переливать из пустого в порожнее, сабж написал >9000 точно таких же книг, которые, впрочем, называются немного по-другому, что свидетельствует о его незаурядной креативности.

В этой стране книга появилась почти одновременно в бумажной и электронной форме, причем была переведена [настолько хуёво](#), что это отметил даже [Артемий Лебедев](#), которому она, по его уверениям, всё же помогла.

О книгах

«Легкий способ бросить курить»

Первая и самая удачная книга. Большинство людей, внезапно обнаруживших Аллена, знакомятся с его [хитрой методикой](#) именно по ней. Доставляет визуализация никотиновой зависимости в виде маленького и большого «чудовищ». Кроме того, книга разрешает курить до самой последней страницы и даже рекомендует выкурить последнюю сигарету после ее прочтения. Эффект книги настолько мощный, что делать это в большинстве случаев приходится через силу.



Гипножаба из бумаги. Надпись внизу Easyway кагбы намекает.

«Легкий способ бросить пить»

В оригинале книга называется Easy way to **control** alcohol, но в течение всей книги объясняется, что единственный способ контролировать алкоголь, это не употреблять его совсем. Таким образом название является значимой частью метода, но наши маркетологи, конечно лучше автора знают, как должна называться книга. По сути, является применением «Легкого способа», как его называет Карр, к алкогольной зависимости. Потрясает за пределами хуёвым переводом, отчего эффект ее не столь ярок. Химическая зависимость значительно слабее психологической, и если человек осознает, что бухло ему не нужно и удалил из своего мозга алкогольную программу, то нафиг эту вашу химиотерапию с зашиванием. Конечно, книга Карра про алкоголь сама по себе с учётом российского менталитета не так эффективна, как про табак, но в сочетании с лекциями [Жданова](#), рассчитанными как раз на российский менталитет, очень эффективна.

«Легкий способ сбросить вес»

Тот же метод Карр применяет к еде. В ней развенчиваются мифы, связанные с питанием. Книга эта наиболее сложная, ибо согласиться с предложенным автором опровержением мифов и матчасти стоит незаурядной [смелости](#). Только [необычный](#) человек после прочтения примет на вооружение метод автора. Остальные выскажут подобное нижеследующему имхо.

Самая весёлая книга автора. Однако, есть маленькая такая пискля, портящая всю жизнерадостную перспективу. Книга просто кишит еретическими верованиями разных [унтерменшей](#). Чтение книги поначалу доставляет, но ближе к первой четверти у непросвещенного читателя закрадываются подозрения о том, что скоро его будут заманивать в вегетарианство. И подозрения сначала перерастают в уверенность, а потом в баттхерт.

Можно разделить всю эту повесть на четыре части:

Часть первая: Про то, как мы едим

- Факты 60%
- Лулзы 5%
- Примеры 30%
- Гипножаба 5%

Часть вторая: Про то, что мы едим

- Факты 25%
- Лулзы 5%
- Примеры 25%
- Гипножаба 5%
- Пассивное вегетарианоложество 40%

Часть третья: Про то, что нужно есть

- Факты 5%
- Гипножаба 25%
- Пассивное вегетарианоложество 10%
- Активное вегетарианоложество 20%
- Сыромоедение во все поля 40%

Часть четвертая: ПРОФИТ?

- Желание читать дальше тонет в унынии.

Чтобы убедить читателя, что человек от природы не плотояден, в 22-ой главе «Мясо» Аллен говорит, что человеку не свойственно вгрызаться в горло скачущему на лугу от радости ягнёнку, глотая его кровь. Кроме того, ему кажется несправедливым то, что человек выращивает животных, которые доверяют ему, а затем предаёт это доверие, убивая их и съедая. О полном вегетарианстве Аллен, все же, речь не ведёт. Конечная цель — не менее 70% овощей и фруктов, причем на завтрак — только фрукты. Короче, несмотря на кажущееся еретическое содержание книги, методика все равно действует, и прочитать её все равно стоит.

«Легкий способ бросить жить»

Успешно опробовал на себе. Увы, издать не успел.

Мнения читателей

Казалось бы, не хочешь бросать курить & бухать — не надо. Никто насильно не заставляет читать книгу, раздвигая веки спичками. Более того в самих книгах нет никаких ужасов или оскорблений зависимых. Однако всё равно, заставляет страдающих генерить различные забавные тексты в стиле «Жизнь одна, вьеби говна». Например:

Все книги, даже «винрарная» первая являются длительным переставлением одних и тех же утверждений, развенчивающих мифы.

В первой напрочь отменяются физиологические эффекты никотина, например выброс адреналина и глюкозы при приеме никотина, что однозначно идентифицирует книгу как предназначенную для широкого круга читателей. Вывод — узкому кругу читателей отказываться от наслаждения курением нецелесообразно. Хотя узкому кругу читателей должно хватать своих мозгов, чтобы не курить.

Если ты, Анонимус, по природе скептик, читать книженцию вообще не рекомендуется. А тем более не рекомендуется смотреть фильм по ней (С приторно улыбающимся ведущим — англичанином). Тебя не будут оставлять смутные сомнения, что хитрые джедаи пытаются промыть тебе мозги.

Нет, конечно, курение вред, бла-бла и всё прочее. Но если ты трезво смотришь на вещи, ты понимаешь, что жизнь — унылое дерьмо, 95% населения — идиоты, в стране кризис, твоя тья тебя бросила, любимый котэ помер, зарплату ни хера не платят, живёшь ты в унылом Замкадье, всех нас в недалёком светлом будущем завоюют кетайцы, сраная Рашка катится в сраное говно, я всё равно умру молодым, так как скоро об землю что-то там пизданётся или её затопит КЕМ и т. д., нужно подчеркнуть. Придя к таким выводам, ты начинаешь думать: "Ну хоть сигареты как-то скрашивают весь этот БП. И никакие хитрые британцы не отучат меня от этой последней радости в жизни. «Понимаю что плюсов никаких, одни минусы, но курил, курю, и курить буду...»

и ах да, как это жалко...

«Просветлённые» же, увидев нечто подобное немедленно кидаются бороться с несправедливостью, пытаясь насадить другим недалеким людям то, что насадили им:

Не стоит ждать от книг сабжа чудес. Главным фактором того, сработает методика или нет, является твое, Анонимус, желание бросить. То, что сила воли для действия методики совсем не нужна, — абсолютная правда, главное избавиться от шизофрении и объективно смотреть на вещи, тогда, предлагаемая инфа отлично усвоится. Суть всех книг Карра сводится к четкому и поэтапному логическому обоснованию отказа от привычки, которую ты уже считаешь для себя вредной. И книги, пусть временами несколько утрируя, это обоснование дают. Вследствие этого обоснования у читателя должна выработаться мотивация для отказа от сигарет\алкоголя. Но для действия методики это самое обоснование надо запомнить, принять, и ему в дальнейшем следовать.

Что в итоге

Каждая книга начинается с текста со смыслом: «в своих руках, дорогой читатель, ты держишь второе издание книги, которое мы решили переиздать, дополнив и улучшив, после того, как получили десятки/сотни тысяч благодарных писем в адрес автора». Далее идёт 5-15 примеров текстов этих самых благодарных бросивших курить/пить/дрочить и т. д. Попытки найти предыдущие издания успехом не увенчаются, так как каждое «второе» издание на самом деле является первым. Данный маркетинговый приём охомячивания с тех пор стал применяться и другими авторами.

Ссылки

- Легкий способ бросить курить
- Книги маэстро
- Онлайн книги Аллен Карра
- Док. фильм «Лёгкий способ бросить курить»
- Обмазывание троллепастой



Графоман

Dsa69 Аверченко Айн Рэнд Акунин Александр Никонов Александр Солженицын
 Аллен Карр Арбатова Аркадий Давидович Асов Багиров Белобров-Попов
 Беркем аль Атоми Болашенко Бомарше Борис Соколов Бригадир Бродский Рей Брэдбери
 Михаил Булгаков Бушков Вадим Чернобров Вася Ложкин Веллер Владимир Высоцкий
 Владимир Сорокин Вольтер Галковский Гарри Гаррисон Глуховский Лавкрафт
 Голубицкий Григорий Горин Гриценко Гришковец Даниил Хармс Денис Черевичник
 Дивов Дидро Дмитрий Горчев Довлатов Донцова Достоевский Евгений Понасенков
 Евгений Шестаков Еськов Жан-Жак Руссо Женя Духовникова Иван Охлобыстин
 Игорь Губерман Илья Кормильцев Илья Масодов Илья Эренбург Истархов Карел Чапек
 Карлос Кастанеда Кафка Кен Кизи Стивен Кинг Клайв Баркер Климов Кобра киллер
 Константин Крылов Ольга Корженёва Коэльо Крапивинский мальчик Купцов Лавей
 Латынина Леонид Каганов Лесь Подервянский Ежи Лец Ли Вонг Ян Линор Горалик
 Льюис Кэрролл Макс Фрай Максим Калашников Маркиз де Сад Махмуд Отар-Мухтаров
 Маяковский Минаев Михаил Жванецкий Набоков Начинаящий писатель Невзоров
 Юрий Никитин Нострадамус Олдос Хаксли Олег Т. Омар Хайям Пейсатель Пелевин
 Переслегин Пернилла Стальфельт Ник Перумов Петр Мамонов Петрарка Эдгар Аллан По
 Протопопов Проханов



Британия

1984 Amazing Horse Aphex Twin Badger Bayeux Tapestry Brexit Code Geass Current 93
 Cyriak Harris Deep Purple Depeche Mode Happycat Joy Division Keep calm Led Zeppelin
 Lexx Monkey Dust Ozzy Osbourne Pink Floyd Queen Radiohead The Beatles
 The Beatles/Abbey Road Top Gear Weebl Who are you to fucking lecture me? Yellow Submarine
 Yes minister Авария в Уиндскейле Австралия Аллен Карр Англичанка гадит
 Англо-бурская война Арктические конвои Бармаглот Бенни Хилл Британские учёные
 Бэнкси Винни-Пух Гамлет Гарри Поттер Дабстеп Джеймс Бонд Джек-потрошитель
 Джек-прыгун Джеральд Даррелл Дживс и Вустер Доктор Кто Драм-энд-бэйс Зимбабве
 Канада Клайв Баркер Крестовые походы Кристофер Нолан Крымская война Лара Крофт
 Лондон Льюис Кэрролл Маззи Мистер Бин Монти Пайтон Мэттью Тейлор
 Мятёж на «Баунти» Наш ответ Чемберлену Ногомеч Овцы съели людей Олдос Хаксли Панк
 Пост-панк Рейв Ричард Докинз Рафаэль Сабатини Сейбер Сид Вишес Скинхед
 Спектрум Стивен Хокинг США Телема Телепузики Терри Пратчетт Титаник
 Футбольный хулиган Чёрное зеркало Чарли и шоколадная фабрика
 Шерлок Холмс и доктор Ватсон Шон Бин Ягуар



Едем на колесах под грибами!

Вещества 228 3,62 Bb Breaking Bad Bredor Cyriak Harris Don Hertzfeldt Filthy Frank
 Kunteynir Sound drugs Superjail Winged Doom Yellow Submarine А че пагни, ляпапам!
 Абсент Абсентис Алкоголик Алкогольные напитки Аллен Карр Андрей Скляров
 Антимульг Баклофен Балтика Барыга Беломор Белочка Бихай Благовония Борщевик
 Бром Михаил Булгаков Бутират Вадим Михайлов Вангеры Векторная религия Вилфред
 Винт Владимир Агапов Владимир Сорокин Владислав Галкин Вонни Галоперидол
 Гамма-бутиролактон Генномодифицированная вода Героин Глутамат натрия Глюк

Госнаркокартель Грибные Эльфы Грибы ГрОб Дельфин Джим Моррисон
Дигидрогена монооксид Дима Билан Дмитрий Гайдук Дмитрий Энтео ДОБ Донской табак
Ежи и Петруччо Зацените, чуваки, как на улице-то пиздато! Звёздочка И немедленно выпил
Ибражы Йад Казантип Кактус Кандибобер Карлос Кастанеда Кен Кизи Клаббер
Клей «Момент» Кокаин Кокаинум Конопля Конопля/Способы потребления Король и Шут
Кофе КПЛО Курительные смеси Легалайз Ленин — гриб! Лигрыл Ломай меня полностью
ЛСД Матрица существует Мистер Вигглз Михаил Котов Музыкальная личность Мулька
Мускатный орех Наркоман Наркоман Павлик Насвай Нейролог Ноотропы Нострадамус
Ночной клуб Объебос

[w:Аллен Карр en:w:Allen Carr](#)