

- **IL ÉTAIT UNE FOIS UN FUMEUR DÉROUÉ ET PERPLEXE... 3**
- **NOS TROIS CERVEAUX... 5**
 - ... fonctionnent grâce à des cellules... 7
 - ... qui se connectent les unes aux autres... 8
 - ... pour former les circuits qui sont les supports de nos comportements 9
- **LA CIGARETTE MIME LES BESOINS FONDAMENTAUX DU FUMEUR PROGRAMMÉS DANS SON CERVEAU PRIMITIF... 10**
 - ... pour lui procurer du plaisir... 11
 - ... l'obliger à fumer régulièrement... 12
 - ... et le transformer en automate programmé pour fumer 14
- **BIEN QUE SON CERVEAU RAISONNABLE LUI DISE DE NE PLUS FUMER ! 16**
 - ... en lui conseillant de se libérer de la nicotine 16
 - ... en lui faisant comprendre qu'un automate l'oblige à fumer 17
 - ... en lui apprenant à s'en débarrasser 18
- **EN FIN DE COMPTE, LAISSER PARLER « SON CŒUR » ET DONNER LA PAROLE A SON CERVEAU AFFECTIF! 19**