



13 СТАТЕЙ

ВОЗДЕРЖАНИЕ

Алексей Белов

СОДЕРЖИТ
НЕЦЕНЗУРНУЮ
БРАНЬ

18+

Алексей Константинович Белов

13 статей. Воздержание

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66217608

SelfPub; 2023

Аннотация

Разбор феномена полового воздержания с психологической точки зрения. Физиология разобрана в других моих книгах. В этой – чисто психологические причины возникновения и методы увеличения личной силы. Также нет мракобесия сторонников полного отказа от сексуальной жизни и отрицания женщин. Упор делается на мотивацию, психотерапевтические методы, жёсткую любовь к себе, типологии, гормоны и методы социальной иерархии в группе. Рассматривается вопрос положения мужчины в обществе и способы превращения мальчика в половозрелого, ответственного самца-покорителя новых горизонтов.

Содержание

90% проблем мужчин из-за члена или что заставляет тебя постоянно теребить свои половые органы.	4
Что меняется в организме мужчины, когда он на воздержании хотя бы 1 месяц.	10
Рецепт успеха для маленьких мальчиков.	13
Милый, плюшевый пусечка: как перестать быть чувствительным.	18
Конец ознакомительного фрагмента.	23

Алексей Белов

13 статей. Воздержание

90% проблем мужчин из-за члена или что заставляет тебя постоянно тербить свои половые органы.

Сильный мужчина не нужен системе!.

Если бы это было не так, то в период полового созревания с 16-ти до 20-ти лет пацаны не сидели бы на пятой точке в классе по 8 часов, не сдавали бы ЕГЭ и не получали бы по факту окончания школы ещё 5 лет строгого режима в университете или каждодневные порции брома в еду в течение года в армии.

We are fucked!

Психологи избегают этой темы, объясняя мужские проблемы совершенно другими причинами. Потому что многие специалисты сами мастурбируют на порно, имеют неорганизованную половую жизнь и отсутствие постоянного партнёра.

ра.

Как такому человеку доверять самое ценное? Как, объясните мне!? Как вы это делаете? У них же на лице все написано и понятно!

Эта проблема избегается на всех уровнях!

Феерическое невежество идёт также от сторонников Nofap программ, где прыщавые мальчики ратуют за отказ от половой жизни. А потом обращаются ко мне с вопросом: «Я тут воздерживаюсь, и у меня импотенция образовалась». Так таки да: с дуру можно и хер сломать!

Приоритетность – вот нужное слово.

Запомни, есть то, на что надо концентрироваться, в первую очередь. И есть то, о чем не надо думать вовсе.

Список приоритетов:

1. Дело жизни, цель, к которой стремишься – большие мечты, которые хочешь достичь.

2. План достижения мечты, и не просто красивое слово «план», а четкое расписание, что делаешь на неделе – каж-

дый час.

3. Тестовая неделя жизни по недельному плану с учётом цели.

4. Анализ плана и добавление необходимых фрагментов.

5. Устранение утечек энергии, в том числе мастурбации или чрезмерного секса.

Пятый пункт! Пятый, но не первый!!!

Как же ты уже достал со своим саморазвитием! Поставь цель, напиши план, работай до упаду, анализируй процесс, устраняй утечки энергии – вот формула успеха.

Тебя таким сделали, и надо понять правила системы, чтобы наиболее выгодно под неё адаптироваться. Внизу найди психологические и материальные триггеры, после которых хочется слить энергию столь мастурбацией.

Триггеры или что нужно исключить:

1. Отсутствие своего дела в жизни
2. Приобретённое чувство вины
3. Жизнь с родителями

4. Психотравма
5. Неумение общаться с женщинами
6. Отсутствие спорта
7. Преобладание творчества в жизни
8. Наркомания
9. Пристрастие к алкоголю
10. Информационный мусор вокруг
11. Тяжёлая еда
12. Неправильный гормональный закреп
13. Повышенный кортизол
14. Чтение не той литературы
15. Забитый кишечник
16. Низкочастотная музыка
17. Недоведение до предела в сексе
18. Физические травмы тела
19. Проявления психотипа
20. Отсутствие соц контактов
21. Избыточность в отказе от мастурбации
22. Незнание показателей гормонов
23. Увлечение тестостероновыми бадами
24. Неправильная работа с холодом
25. Не знаком с бадами
26. Сущности
27. Не ставишь в план "не делать это"
28. Вообще нет плана на след день
29. Не введена статистика изменений

- 30. Нет дневника ощущений
- 31. Нет перепрошивки по утрам
- 32. Много секса со своей женщиной
- 33. Высокий пролактин, гормон саморефлексии

33 показателя, чтобы избегать. Сохрани, отслеживай и меняй состояние.

Проставь для себя плюсики, что есть, и исключай один за одним. Но, главное, это понимать, зачем жить в данный момент.

Больше о том «как это внедрять делать» узнать можно у меня в персональной работе.

Адаптируй инструменты под себя!

Ты даже не представляешь сколько энергии ты теряешь на мастурбацию. И тут даже вопрос не в энергии, которую никак не посчитаешь, а больше в фокусе внимания: куда он направлен, там и результаты. Так что хочешь кривой половой орган размером с небоскрёб, велком, никто слова не скажет.

Если же хочешь чего-то большего, без энергетических откатов, то концентрируйся на главных вещах в жизни.

Чтобы определить, какие вещи главные, ответь на вопрос: «Что не даёт спать по ночам, кроме поллюций и мокрых мечт о Маруське»? Бизнес, семья, дети, спортивные достижения?

P.S. И да, ты можешь рассказывать про эту книгу – она содержит такие ключи к жизни, которые сложны для внедрения, но намного превосходят все эти модные приблуды с сыроедением, психотерапией и прочими крутыми, но не базовыми штуками.

Что меняется в организме мужчины, когда он на воздержании хотя бы 1 месяц.

Жёсткий он становится.

Это ощущается женщинами. Особенно чувственными. Хлёсткая подача информации бьёт, как плетью. Женщина, не привыкшая к напору, начинает обижаться.

Агрессия появляется.

Как атрибут мужественности, появляется нездоровая агрессивность. Да, возрастает тревожность. Тестостерон тут ни при чём. Просто бомбит по-любому поводу. Да, всё начинает раздражать.

Разрывает от недовольства.

При сексе в кровь впрыскиваются успокаивающие гормоны типа «всё заебись, био программа выполнена, mission complete, гоу кайфовать по-новой». В отсутствии оного, злость на себя возрастает.

Управлять собой сложно.

Хочется себя винить во всех смертных грехах. Признаки депрессии и никчемности жизни. Иногда доходит до мыслей о самоубийстве. Жизнь кажется бессмысленной.

Начинается период сублимации.

В любом случае, происходит выброс энергии в смежные русла. Нет секса и мастурбации, мужчина начинает ходить на спорт, конкурировать за власть и делать деньги.

Он становится неадекватом.

Это видно, как ему, так и окружающим. Посылает в жопу нормальность. Сил на вылезание из жопы прибавляется. Любая разгрузка срывом возвращает в исходное состояние спокойствия.

Когда использовать?

При вынужденном воздержании жди приятных бонусов в повышенной концентрации и бОльшей энергии. Главное, не ссы этого состояния агрессии и ненависти к себе. Добавляется порицание со стороны престарелых родителей опять же

из-за разности в гормональном фоне.

На этой волне можно слететь кукухой.

Очень просто на ниве воздержания поехать головой. Не знаешь, как управлять сексуальной энергией, точно попадёшь в психушку. Знаешь – будешь использовать во благо.

Главное, чтобы все были в курсе.

Осознанность в обществе растёт. Это радует. Люди изучают типологии. Интересуются воздержанием. Гормонами. Ищут реализацию. Ходят на спорт. Меньше дерутся на улицах и больше в залах. Вывод: все в конечном итоге придут и к этому опасному инструменту.

Не скоро, но придут.

Рецепт успеха для маленьких мальчиков.

Любовь не работает – это чувство, которое больше вредит, чем несёт пользу. Страх работает – это то самое, что из раза в раз доказывает свою жизнеспособность.

Тонкие материи, инициации, энергии, – это всё красивые сказки. Никогда не работала и работать не будет ваша любовь.

Бог говорит с людьми, посредством любви, через других людей, и таких единицы. А всем остальным это чудо любви не открылось, и не может в принципе открыться на тех уровнях, в которых они находятся.

Если просто, то любовь – это чувство абсолютной наполненности, доверенности и открытости миру. Твоё тело летает, мозг свеж, хочется всего и сразу, а эмоции только из позитивного спектра.

Хочешь ощутить любовь, делай следующее: сходи в сауну, окупись в холодную воду, получи массаж, плавай, бегай,

растянись.

Главное, – открыть всё тело, а не какой-то отдельный участок, чтобы прогнать кровоток по телу, разогнать лимфу, промять мышцы и убрать зажимы.

Пока не сделаешь выше-описанные простые вещи, и не думай о любви – тебя ведёт страх. И это не плохо. Страх – всеобщий уравниватель.

Вспомни случаи, когда начинаешь работать лучше, что неминуемо приносит результат в сто раз круче:

Сессия и страшно вылететь из универа.

Некрасивое тело и страшно его показать.

Нищета и страшно так жить.

Выступление и страшно опозориться.

Соревнования и страшно проиграть.

Проект и страшно не успеть.

Дети и страшно за их жизнь.

Женщина и страшно подойти.

Иностранный язык и страшно заговорить.

Бизнес и страшно не заработать.

Еда и страшно не поесть.

Жильё и страшно потерять безопасность.

В любом из примеров выше именно страх играет определяющую роль. Без него, когда гладят по головке, вообще ничего не вертится – расслабляешься, и забиваешь на текущую задачу.

Со страхом работаешь усерднее!

А в момент «любви к себе» жалеешь себя, щадишь, недо-рабатываешь. И каждый раз «ты-через-5-лет» будешь смотреть на себя прошлого в тот момент и думать:

«А ЧТО БЫ БЫЛО ЕСЛИ БЫ Я ЗАТАЩИЛ В ТОТ МО-МЕНТ, преодолев себя и сделав бы не на 100%, а на 500?»

Подумай над этим. Сколько упущенных возможностей уже было? 10? 30? 47?

Представь, если бы я стоял с указкой из дерева и бил бы тебя ей по спине каждый раз, когда ты пищишь, что что-то там не можешь: «У меня выходной, день рождения, новый год, рано вставать, не могу, устал, не могу больше работать».

У тебя бы вся спина была в шрамах.

Хватит уже любить себя, мальчик, повзрослей, мир не такой ванильный, каким его нарисовали в фильмах, никто не

спешит на помощь, совместная жизнь после романтических киношных фильмов совсем другая, о твоём здоровье не позаботится доктор Хаус, ты не будешь звездой Голливуда, пояс чемпиона UFC не для тебя.

А все почему? ПОТОМУ ЧТО ТЫ ОЧЕНЬ ЛЮБИШЬ СЕБЯ и готов прислуживать всем, но не себе.

Уверенность в себе и высокая самооценка приходят только с достойными результатами, которые на любви к себе не вытянешь. Любовь, как и сила воли, ресурс исчерпаемый.

Поэтому, первое, пойді поклонись маме, что дала любовь, вырастила в тебе внутреннюю половозрелую женщину. И, второе, запри эту женщину в чулан, чтобы выпускать погулять только с избранным, внутренним мужчиной твоей преданной женщины.

А до этого момента man up, повзрослей!!!!

Что это значит:

Ты – это твоё дело и то, как ты его делаешь определяет тебя, как мужчину.

Зарабатывай деньги себе во благо, становись богатым.

Неси людям благо, создавай рабочие места, образовывай, делись.

Бери на себя ответственность за происходящее в твоей жизни.

Держи эмоции под контролем, ты ж не хочешь из-за них наломать дров.

Работай, работай, работай, все остальное не достойно внимания.

Ставь цели больше и планку выше, так как от этого зависит масштаб твоих проблем.

Если бы ты только мог дать себе поджопник за каждый раз самосаботажа, задняя точка бы уже никогда не была прежней, а ты бы стал совсем другим человеком.

Безстрашным...

А не этим вечно-ноющим, эмоциональным, женским куском волос...

Милый, плюшевый пусечка: как перестать быть чувствительным.

- Если считаешь, что женщина-доминант – это нормально.
- Если считаешь, что мужчина должен быть чувствительным.
- Если считаешь, что природа не права, что разделила человечество на два пола.

ТО НЕ ЧИТАЙ ДАЛЬШЕ!

—

Итак, тебя называют:

- милый
- плюшевый
- пусечка
- зайчик

Значит, у тебя нет яиц. Точка. Если с тобой так нянчатся, то:

1. Тебе пытаются сказать (уже даже не тонко намекнуть), что пора бы уже повзрослеть, стать мужественнее, и научиться давать женщинам то, что они иногда оооочень сильно просят (жёсткости и крепкого словца, конечно же).

2. У тебя существенно повысилась чувствительность, и ты больше напоминаешь девочку, нежели половозрелого мужчину.

В первом варианте

Если женщина видит, что ты не можешь дать соответствующую её поведению обратку, то она говорит: «Как ты собираешься противостоять суровому миру жёстких мужчин вокруг, если ты даже меня, слабую и беззащитную, не можешь грамотно поставить на место, чтобы я захотела тебе борщи варить, предано смотреть в глаза и всячески вилять хвостом, предлагая мир-дружбу-жевачку?»

Поэтому тебя и учат быть сильнее.

Во втором случае, тебе необходимо знать протокол, что делать в случае, когда ты решил пострадать больше обычного.

Он будет ниже, не выключайся.

ВАЖНО: всё было бы так просто, но только всё не так просто.

Женщины любят провоцировать мужчин только по одной причине: они заточены на выживание на долгую перспективу.

У мужчин другая миссия: сегодня сходил на охоту, добыл мамонта, притащил – молодец. Но так как охота может завершиться смертью, мужчины живут одним днём. Большинство. Есть еда на столе сегодня – уже хорошо.

И когда женщина воспитывает мужчину, то она инстинктивно хочет сделать его сильнее.

Она постоянно даёт ему повод выказать мужественность, проявиться, как мудрый творец, сильный глава семьи и уважаемый член общества.

Для вас, вот таких вот непонимающих мужчин, рекомендую к просмотру фильм «Укрощение строптивой». Старый, но ооочень сильный, начало которого нужно перетерпеть,

чтобы потом вдумчиво посмотреть за происходящим.

Ок, с этим разобрались.

- женщина хочет люлей
- если не можешь их дать, начни мочь
- если жалеешь себя, тебя начнут «учить» женщины во-круг, а потом и мир
- если перманентно в этом состоянии, то тебе, друг мой, не повезло

Если бывают спады (после самоудовлетворения, например), то советую составить протокол по выходу из таких состояний, дабы не думать зря, а делать шаги, чтобы снова стать машиной, решать дела, закрывать хвосты и занимать заслуженное место в социальной иерархии.

Твой девиз:

«ЧТО-ТО Я СТАЛ ОЧЕНЬ ЧУВСТВИТЕЛЬНЫМ ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ. НАДО С ЭТИМ КОНЧАТЬ».

Мой протокол (репост себе):

1. Побриться налысо
2. Потягать железо

3. Поговорить с собой
4. Написать весь стресс на бумагу
5. БАДы для тестостерона
6. Режим дня хотя бы 3 дня подряд
7. Запланировать дела по проектам
8. Почитать биографии великих мужей («Золотая шпага»)

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.