

18+

Николай Блоцкий



# ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

# **Николай Блоцкий**

## **Здоровый образ жизни**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=40150578](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=40150578)*

*ISBN 9785449610195*

### **Аннотация**

НЕЗАКОННОЕ ПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ СРЕДСТВ, ПСИХОТРОПНЫХ ВЕЩЕСТВ, ИХ АНАЛОГОВ ПРИЧИНЯЕТ ВРЕД ЗДОРОВЬЮ, ИХ НЕЗАКОННЫЙ ОБОРОТ ЗАПРЕЩЕН И ВЛЕЧЕТ УСТАНОВЛЕННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬСТВОМ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ. 10 лет жизни погруженных испытанием собственного тела, его функционирование, восстановление гормонов и профилактику различных хронических заболеваний.

# Содержание

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Глава 1                           | 5  |
| Глава 2                           | 21 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 31 |

# **Здоровый образ жизни**

**Николай Блоцкий**

© Николай Блоцкий, 2019

ISBN 978-5-4496-1019-5

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

# Глава 1

## *Начало*

Начало которое поведает историю жизни, где я искал себя, а нашел нечто способно помочь не только мне, но и тому кто этого пожелает.

Раньше будучи еще совсем юным, как и все жил стандартной жизнью, учился в школе, ходил на дополнительные занятия, затем меня ждал колледж какой-нибудь, но я все никак не мог решить кем же хочу стать.

Школа мне уже очень сильно надоела, и когда меня спрашивали кем мне хочется быть, я отвечал не знаю лишь бы уже уйти из школы в девятом классе.

Покинув школу, поступаю в колледж, это был колледж лучший из всех что можно было найти в городе, не без помощи родителей, меня приняли в это так сказать высшее учебное заведение и настало время обучения. Первый день, я, как и все собрался, оделся и пошел грызть гранит науки, по приходу в этот самый колледж я понимаю что это не предел моих мечтаний ну и вообще представления о самой учебе жутко огорчило.

Насмотревшись разных фильмов, мне казалось это не плохая затея, сравнительно с тем что происходило в шко-

ле, где я впервые столкнулся со своей первой зависимостью.

О нет, наверно подумали алкоголь или сигареты, обычно так бывает у подростков, но было это не связано, с употреблением чего-либо. Зависимость эта была от азартных игровых автоматов, от которых не мог отказаться находясь в школе, все кто меня тогда сопровождал и окружал были нужны как допуск до игровых автоматов и общение с этим окружением меня жутко раздражало.

Мне хотелось уже кое-что побыстрее изменить что бы отойти от этого пагубного занятия, да и денег было все меньше и меньше.

Как вы уже могли догадаться в школе я со своими одноклассниками не общался, мне было совсем не понять их озабоченность друг другом. Строить отношения казалось надо лишь когда ты готов к тем самым отношениям, готов ради человека буквально на все, готов разделить свою жизнь с этим человеком, а вся эта подростковая интрижка мне была совсем неинтересной, к тому же у меня были деньги и не мало как для школьника.

Будучи подростком увлекался так же онлайн играми, было интересно играть с живыми людьми которые сидят в виртуальном мире, каждый занят улучшением своего собственного персонажа. Там, как и в жизни были друзья, намного старше, люди с которыми сутки на пролет просиживал

за компьютером были самыми близкими друзьями тех времен, у некоторых дети были и женатые пары сидящие за одной и той же игрой, но когда мы были в игре мы были одной командой, собранной и готовой порвать всех и все.

Немного поиграв я проникся сутью игры, в которой нужны были как можно дороже вещи. Чем дороже тем ты и твой персонаж лучше, а значить сможешь указывать всем на их место, но была одна проблема вещи эти так же стояли не мало денег, да тех самых реальных денег за которые покупают хлеб. Но откуда школьнику у которого за плечами 7 неполных классов учитывая все прогуланные мною уроки взять деньги, а я ведь собирался получить самое лучшее в этом живом мире людей сидящих за своими компьютерами следуя одной цели. Эти люди собирались в кланы и альянсы которые были готовы на все ради благополучия всех своих товарищей и мне очень хотелось быть частью этих людей.

Так получилось что я каким то чудесным образом будучи мальчиком сходявшим за хлебом в магазин оставил себе монетку в 50 копеек, затем сыграв на чудо светящемся ящике выиграл нечто под названием Джек пот. Продавщица сказала, поздравляю, нажми выплата, послушав эту добрую тетю нажав на кнопку выплата из ящика посыпалась целая куча монет того же номинала в 50 копеек. Их было очень много, они сыпались и сыпались. Было столько, что добрая про-

давщица предложила пакет, сложить все монеты, собрав все в пакет, она любезно предложила пересчитать и обменять их на бумажные деньги. Но я будучи уже тогда недоверчивым к чужим порокам с радостью убежал домой где радостно и очень долго пересчитывал все монетки которых собралась целая тысяча.

Это были первые большие деньги, вскоре стал чаще кидать монетку в светящийся чудо ящик, но увы он принял пассивную форму и больше не хотел радовать как прежде. Как то раз играя в этом самом магазине ко мне подошел парень старше меня и с такой серьезностью заявляет, на этом автомате можно выиграть больше денег, показав что чудо ящик можно еще и умножать. Тут я проникся в самую суть автомата и понял, для того что бы выиграть еще больше Джек потов мне надо не просто кидать монетку, а и при выигрыше какой-то незначительной суммы удваивать ее до тех пор пока не получишь тот же Джек пот только уже потратив на него чуть больше усилий чем просто закинуть монету.

Втянувшись в эту хитрую игру начал снимать не один Джек пот за неделю, место которое впервые познакомило меня с деньгами было стареньким затасканным алкашами магазинчиком где я со своими уже новыми товарищами задротил два заезженных автомата в надежде снять Джек поты и уйти со спокойной душой до завтрашнего дня, пока он сно-

ва не будет заполнен монетками. Так продолжалось не мало времени пока одна из продавщиц с неизвестных мне побуждений, начала запрещать играть на автоматах. Мотивируя это тем что еще школьник и недозволенно играть в эту игру, но как же столько времени проиграв здесь почувствовав самый вкус денег должен просто взять и уйти, ну уж нет мне нужны были эти деньги хотя бы для того что бы я мог каждый день кушать свою любимую еду и сладости.

Недолго думая, зову своего нового приятеля научившего играть на автомате в роли моего сопровождающего, обещая ему что хорошо ему заплачу в случае выигрыша, а если проиграю то мы оба уйдем низ чем. Парень не думая соглашается и мы направились в магазин. Увидев реакцию продавщицы, как в сопровождении взрослого парня она затихла, я понял что смогу бывать в местах где нельзя было находиться школьникам, но еще тогда я не знал как это пригодится так как дорога была открыта, а автомат стоял в магазине находящемся в паре шагах от моего дома.

Так день за днем продолжалось пока те самые аппараты посчитав невыгодными не увезли из нашего магазина. Это была проблема, которую пришлось решать будучи школьником. Понимал как сложно будет пройти в учреждения с той же тематикой и что для этого понадобится недавно приобретенный товарищ с которым мы вскоре впервые побывали в игровом заведении, находящемся кстати недалеко

от моей школы.

Когда только лишь начали осваивать новый вид игры, на более современных автоматах, мы понимали они настроенные под то что бы приносить денег больше нежели отдавать, как это было с копеечными которые стояли у нас во дворе.

Освоив игру на этих автоматах понял что фортуны не лишен и мне действительно удавалось выигрывать, но теперь это уже были совсем новые деньги, куда больше чем смог выигрывать на автоматах у себя во дворе. Снимая кругленькую сумму щедро делился с товарищем который был со мной в качестве паспорта, кассирше следящей за автоматами и выплатами оставлял хорошие чаевые дабы не оставлять никого в обиде оставляя себе всегда чуть больше половины.

Будучи школьником и играя в онлайн игры пока еще ради развлечения и времяпровождения у меня была первая в моей жизни зависимость игры на автоматах, которые как я уже писал, находились в паре шагов от моей школы, и когда мне было скучно на уроках я уходил в заведение азарта находящееся рядом в надежде выиграть сегодня немного денег.

Но однажды все изменилось и нам перестал приносить удовольствие маленький игровой зал. Мы начали искать по целому городу игровые автоматы которые только можно было найти, а их на то время было очень большое количество. Вооружившись своими товарищами в качестве живых

паспортов, я познакомился с новыми ребятами которым уже было за двадцать и у них не было денег, а так хотелось приключений.

Необделанный выбором, каждый день начал брать кого-то из старших ребят со мной в город искать тех самых приключений в виде игровых заведений с автоматами, рулеткой и картами. Каждый из них, будучи не один раз на такого рода развлечениях знал, в случае выигрыша получит от меня денег, а сколько зависело от того как сильно они помогли. Эти ребята получая от 20% из моих выигранных денег рвали и метали лишь бы угодить мне, а я что обычный школьник казалось бы без каких либо проблем почувствовав этот вкус денег не мог остановиться и с каждым днем все реже и реже посещал школу.

Но это далеко не то что меня тревожило в тот период жизни. С первыми выигрышами начал наживать своих первых врагов, видя как школьник выиграл деньги в игровом клубе, другие ребята не брезговали намекнуть на то что я им якобы должен лишь потому что мелкий и у меня нет никаких прав. Но однажды увидев, как парень находящийся со мной в роли паспорта, начал отстаивать мои права и пригрозил разбить все лицо тому кто хотел на мне поживиться. Тут я осознал что должен выбирать ребят которые превосходят других в своем физическом развитии.

Так у меня появилась первоклассная охрана из взрослых

парней, преданных и готовых помочь школьнику в трудные моменты жизни. Уже тогда понимал как сильно влияют деньги на людей, особенно на тех у кого их не было. Будучи школьником понял что все в жизни продается и покупается, но для этого нужны деньги и чем их больше тем лучше.

Так продолжался целый год моей уже сознательной жизни, именно в это время, пришло осознание как устроен мир и формирование первых устойчивых взглядов на жизнь. Но я еще был так молод и в голове у меня были одни только развлечения и игры, никакой учебе не могло быть и речи, у меня попросту не было времени на то что бы ходить туда, мне нужны были только бумажные купюры за которые бы смог покупать себе любимую еду, сладости ну и конечно же вкладывать деньги в свою любимую игру.

Точнее говоря деньги вкладывал не в саму игру, а в персонажа играющим в онлайн игре, где все люди управляли своими персонажами, прокачивали их и совершенствовали в тех или иных навыках. Затем для более комфортной и легкой игры на персонажа можно было одевать вещи у которых свои параметры, игрок надевает эту вещь и получал бонусы к своим начальным силовым показателям. Люди играя в эту игру каждый день старались усовершенствовать своих персонажей путем прохождения различных там заданий, за которые они получали определенное вознаграждение. Увлека-

ясь этой игрой понимал, для того что бы мне стать лучше других нужно вложить немножко денег, что бы сегодня быть сильнее чем они. Тем самым получать лучшие предложения из возможных в тот самый момент, а учитывая мой опыт на игровых автоматах я прекрасно понимал где мне брать деньги для того чтобы одевать своего персонажа и усовершенствовать его до максимального уровня.

Вот так я начал вкладывать деньги в игру где мне было интересно проводить свое время, еще тогда не понимал самого значения клан и что это вообще такое, как и в жизни был сам по себе и лишь в редких случаях обращался к людям за помощью. У меня были взрослые приятели, которых спонсировали мои игры, было интересно, казалось они крутые парни и с ними мне безопасно. Школьные друзья были озабочены самоудовлетворением и подергиванием девчонок за косички, временами мне бывало скучно и я посещал компьютерные клубы. Где познакомился с живым человеком увлекающимся той же онлайн игрой, он предложив помощь, научить играть меня, на что я любезно согласившись продолжил с ним дальнейшее общение. Этот человек стал моим первым в жизни другом с которым мне было интересно за очень долгое время. Будучи младше меня, но имея больше опыта, он начал обучать меня всем тонкостям, пока я и сам не стал разбираться на том же уровне. Узнав, что собою представляют кланы и альянсы, начал искать для себя

подходящий, дабы участвовать во всех крупных мероприятиях и получать еще больше радости и удовольствия от игры в виртуальном мире. Имея весьма не дешевые вещи улучшающие мою статистику, начал подавать заявки на вступление в кланы где были ребята с вещами не хуже моих. Везде нужно было заполнять графу возраст и увидев школьника ни кто из ребят не хотел брать меня к себе в клан, но эта история не про то как я создавал свой собственный клан набрав туда кучу людей и завоевал виртуальный мир игры в которую мы играли.

Однажды мне позвонили и сказали что готовы принять к себе в клан, но только на испытательный срок, так как они не понимали что за человек и подойду ли для них. Вот так начал играть в игру, вскоре заменившей мне реальный мир на виртуальный, где у меня уже были друзья, знакомые и даже девушка с которой было интересно общаться. Постепенно начал переходить из игры на автоматах в игру требующей твоего постоянного присутствия дома за компьютером и когда окончательно пришло время расставлять приоритеты, насытившись пороками людей, выбрал мир где общение с людьми было хоть и виртуальным, но зато таким настоящим, без каких то скрытых тайных помыслов и желаний, людей у которых была единая цель, команда поддерживающая друг друга ради общего благополучия. Проникнувшись во всю эту атмосферу раз за разом разочаровывался в той

жизни где люди окружающие меня ждут от тебя только выгоды.

Будучи школьником, был интересным для них только потому что давал деньги, а когда перестал, окончательно понял что эти люди мне не друзья и даже не приятели. Начав требовать денег даже когда ненужна была помощь, затем вовсе перестав поддерживать такого рода знакомства, вдруг стали забывать про то что целый год жили за мой счет, будучи еще старше и еще более голодными на легкие деньги начали доставлять мне жизненный дискомфорт и в 9 классе мне было жизненно важно покинуть школу что бы окончательно разорвать связь с этими людьми.

Избавившись от пагубного окружения людей путем вступления в колледж, появилась возможность больше времени уделять игре виртуального мира, особо не думая об окружающей среде. Вскоре после, был принят закон, о закрытии игровых автоматов, целый год их действительно невозможно было найти, за это время мне удалось избавиться от зависимости вызванной азартными играми и меня больше не тянуло в заведения такого рода даже после их возвращения на улицы города.

Но в то же время у меня возникла новая проблема и этой проблемой были деньги которые еще совсем недавно дава-

лись мне так легко и в нужном мне количестве, вскоре осознаю что больше не могу без них и ощущаю новую зависимость.

Первый год в колледже было довольно-таки некомфортно, приходилось учиться, следить за посещаемостью и выполнять эти дурацкие задания иначе все родителей в школу, очень не хотелось их роз страивать по всяким пустякам. Связанных с моей посещаемостью и успеваемостью, но в силу своих старых привычек мою мать все же вызывали к классному руководителю и не один раз. Ей все время приходилось выслушивать за плохие оценки. А я привыкая к новым условиям жизни без денег, которые еще совсем недавно тратил на лево и право, покупая различных людей и их дружбу, начал получать некий дискомфорт, что приходится просить денег у матери чтоб меня не исключили с этого колледжа. В котором все учителя покупались и продавались кому как угодно. А некоторые даже намерено создавали условия обучения таким образом, что бы максимально увеличить количество учеников которые заплатят им за оценку. Это был первый обучающий семестр вынуждающий посещать лекции предметов, которые были не интересны. Слушать учителей вовсе не заинтересованных что бы передать какие-то знания ученикам, людей которые спят и видят как бы получить хоть какую-то прибавку к своей зарплате, но я всегда понимал что это не сами люди, а условия заставляют их поступать таким образом.

Вскоре стало понятным что так просто играть в любимую игру не получится, где виртуальная реальность была куда более интересна из совсем другими людьми, другими ценностями, мне пришлось снова расставлять приоритеты учеба в колледже либо игра играя в которую я получал положительные эмоции. Вот в этот самый момент стало ясно, что бы нормально играть в любимую игру, нужно самостоятельно решать вопросы касательно посещаемости и оценок в колледже. Что бы не огорчать больше свою мать, которая и так все время работала для того что бы у меня было все как у нормальных детей.

Решение продать некоторые вещи в игре которые были куплены за деньги вырученные с игровых автоматов сделало свое дело подарив новые возможности, попробовал продать первую вещь из виртуального мира у меня получилось и тогда я задумался. Что если смогу продавать вещи из игры за те самые денежки за которые люди покупают еду, то смог бы решить свои проблемы в реальном мире и больше не следить за успеваемостью и посещением в колледже. К счастью для меня в этой игре мне удавалось различными способами находить все больше возможностей получения ценных вещей, в дальнейшем проданных и переведенных в реальные деньги, за которые с лёгкостью удавалось решить свою не посещаемость и неуспеваемость в колледже.

Так начинался второй курс обучения, расслабившись начал получать удовольствие от колледжа, у меня снова был источник денежного дохода и я уже хорошо понимал что посещаемость для меня будет не столь важная забота о которой мне пришлось бы волноваться, впрочем, как и успеваемость последующие годы обучения.

Учился реальности жизни, учителя люди которым нужно было кушать, одеваться, кормить свою семью и много разных забот окружающих людей, так научился взрослым дядям и тетям предлагать деньги в обмен на мою успеваемость. Когда у меня возникали какие-либо проблемы с учебой четко знал что нужно заплатить и кому, деньги брали все, учителя, классные руководители, заучи, директор и даже его заместитель не брезговал получить свою материальную награду и помочь с оценкой. Решая одним телефонным звонком каждый мог решить успеваемость друг у друга, конечно же поделив между собой прибыль за такого рода услугу. Решить вопрос с успеваемостью либо посещаемостью у своего коллеги сделало свое дело, каждый из них отзывался лишь положительными словами друг о друге. Надо же как поразительно они сошлись, все дружно стали любезничать друг о дружке тем самым построив систему где каждый из них мог стать участником сделки и обе стороны получали ту или иную выгоду, где не просто все работает через одно лицо либо его подчиненного, а каждый может стать участником сделки и получить свою долю.

Проучившись четыре года уже понимал все тонкости этого заведения и людей работающих в нем. Проникнувшись в их систему корпоративной этики начал получать предложения от учеников младше меня помочь им с успеваемостью. Конечно же не раз являлся частью этой системы помогая своим товарищам младшим называя имена тех людей каким обратится, в крайних случаях договариваясь вместо них. Для меня было дико за этим наблюдать, но был рад что все именно так устроено, так не приходилось тратить время на то что было совсем неинтересным. В колледже был тихим парнем приходящим обычно по утрам на первые пары дабы за весь год хоть пару раз увидеть всех учителей чтоб было легче с ними договориться когда в конце мне нужна будет оценка.

Так проходя гранит науки и играя в свою любимую игру, ставшей источником свободы выбора и денег за которые мог позволить себе жить той жизнью что пожелал, я понемногу начал увлекаться железным спортом тогда еще не подозревая к чему это меня приведет за несколько последующих лет моей жизни.

Впервые посетив тренажёру, показалось что это то самое место где я смогу научиться быть сильным, подтянутым. Конечно же глядя на всех этих парней в зале приходя туда потренироваться понимал что бы стать, таким как они нужно не мало сил потратить на это. Учитывая что прошлый опыт в спортивных секциях был не сильно прогрессирующим, на-

чиная с карате где меня хватило ровно на 2 нашивки на поясе, затем борьба греко-римская где немного задержавшись получил свои первые мало проработанные навыки вольной борьбы. Пришел в тренажёрный зал сразу заметил много ребят за теми же упражнениями что и я собирался делать для построения своего тогда еще худощавого тела.

# Глава 2

## *Тренажерный зал*

В качалке познакомился с множеством ребят по интересам, глядя на них тоже хотелось быть чем то значимым в их мире белков и углеводов, первое время посещая тренажерный зал было трудно и непривычно, но дух соперничества с каждым разом становился все больше и больше и мне с каждым походом в спорт зал хотелось стать больше. Больше всех тех ребят что окружали меня и тренировались уже не один год, так начал усердно изучать тему железного спорта пропуская через себя всю информацию которую только можно было найти в то время в интернете. Множество профессиональных атлетов давали советы на разных форумах для новичков, где делились различной информацией и прогрессом ну и конечно мой первый тренер которого слушал как своего наставника в железном спорте, будучи уже на пенсии он являлся арендатором того самого олдскульного зала где мы и начали заниматься железными играми. Сам он в молодости был культуристом и уж очень сильно любил лесть по поводу своих фотографий двадцати летней давности, давая ему повод для гордости мне удалось создать благоприятную атмосферу для того что бы черпать недостающую информацию касательно спорта, так началась моя очередная

зависимость, фанатизм и преданность новой идеи построению тела как у железного Арнольда.

Как и все в зале, усердно трудился над построением своего тела, времени уже было побольше. Наконец таки отучился и мог полностью посвятить себя любимому делу, занимаясь в зале понимал что должен делать все возможное для прогресса, тогда хотелось быть не хуже ребят что тренировались уже по пару лет и выглядели соответственно. О нет это не про тех ребят что приходят в зал весной и начинают усердно качать руки и пресс пока лето не наступило, я говорю про ребят которые посвящали себя железному спорту все свое время, деньги и энергию для того что бы построить огромную мускулатуру.

Так стал заложником правильного питания и все свое время посвятил изучению вопроса правильного питания и набора мышечной массы. Когда прошли первые пол года в тренажерном зале все мои товарищи начавшие вместе со мной были поражены вирусом лень и перестали тренироваться, но меня это нисколько не волновало у меня уже начал появляться первый прогресс который в последствии и стал моим спутником на ближайшие годы.

Спустя год тренировок люди которые начинали заниматься со мной, спрашивали совет на что, просто отвечал мясо,

творог, каша это был основной набор тех продуктов что нужно было употреблять регулярно каждый день без каких либо пропусков и оправданий, просто запихивая в себя всю эту норму бжу вы стремительно набираете массу, за год стал весить порядка пятнадцати килограмм больше. Начиная мой вес был около пятидесяти пяти килограммов и это при росте в метр восемьдесят. Худощавое тело было первым комплексом с которым пришлось столкнуться, начав исправлять, работая над своим телом понимал что готов на все ради его исправления, так спустя время появились мысли про то что можно же сделать еще что-то для ускорения прогресса.

Всего пару наводящих вопросов у товарищей по спортзалу и узнаю про существование анаболических стероидов, которые ой как хорошо работают в связке со спортивным питанием и если с последним не возникало никаких вопросов то анаболические стероиды для меня были нечто новое то о чем поскорей захотелось узнать. Пролистав достаточное количество информации по поводу анаболических стероидов начал понимать что это та самая штука благодаря которой все эти парни становятся такими огромными и сильными, но была одна проблема эти препараты находились под запретом и найти их было крайне сложно, но что не сделаешь ради своей тогда еще казалось такой прекрасной мечты.

Начав искать стало понятно что такого рода препараты можно достать лишь у тренеров и то не у всех, но мне не хо-

телось обращаться по такому вопросу к своему тренеру, тогда еще не подозревая что все пойдет так далеко как только можно. Казалось бы покупаешь эти самые запрещённые препараты у людей с другого города, любезно согласных продать что захочешь, лишь бы ты заплатил им. когда нашелся такой человек у меня появилась возможность опробовать что-то из этой категории товара. Поначалу меня смущало лишь то что продавец так или иначе разбирающийся в них постоянно повторял, нужно брать в уколах, так эффект лучше, мол там гормоны которые нужно, а таблетки это так баловство для малышей. Попробовав свои первые таблетки из разряда анаболических стероидов мне сразу стало понятным что если эффект от уколов будет действительно лучше то я смогу посоревноваться в силе с ребятами из пауэрлифтинга, те ребята что из виду все такие пузатые, но мощные как медведи. Захотелось изменить что-то в своих тренировках не просто приходя выполнять набор упражнений, хотелось попробовать себя в каких то соревновательных упражнениях где все эти пауэрлифтеры собираются и соревнуются друг с другом. Первое время мне было очень непривычно, но вооружившись большим количеством информации по поводу их спорта начал тренировки по их правилам.

Изначально все заключалось в еще большем количестве еды с добавками спортивного питания и конечно анаболических стероидов которые уже совсем в скором времени нуж-

но было вколоть себе в тело. Последующие годы тренировок посвящались исключительно пауэрлифтингу и полному подражанию всем правилам питания, режима и тренировок.

Изучив технику выполнения упражнений нужных для соревнований, начал прибавлять килограммы на штангу еще не подозревая что это будет моей следующей зависимостью от анаболических стероидов, попробовал которые было件нятно что нельзя соревноваться с теми кто использует запрещенные препараты. Чтоб вы понимали это такие себе укольчики синтетических гормонов, которые в последствии вытесняют ваши собственные и тело будет полностью во власти синтетических гормонов. Которые и будут отвечать за ваше состояние, сначала попробовал таблеточную форму этих самых анаболических стероидов не почувствовал никакого дискомфорта мне казалось это как лекарства из аптеки помогающие больным на дистрофию. Но прием таблеток на протяжении одного двух месяцев каждый день мог сильно навредить печени, а их действие в скором времени бы становилось незначительным для моих увлечений пауэрлифтингом, решившись полностью на то что готов пойти на этот шаг ради служения своей цели.

Стремительно начинаю изучать информацию по поводу анаболических стероидов их инструкцию, влияние на сам организм в целом, когда пришли первые инерционные препараты, уже четко понимал что нужно делать когда и как их ставить, сколько и для чего. Понятное дело на все это

ушло немало времени, но оно того стояло, так смог избежать ошибок которые допускали другие люди и уже с их опытом и советами воткнул в себя первую инъекцию чудо препарата. Выбирая между кто сможет сделать мне инъекцию анаболическим стероидом являющимся запрещенным препаратом остановился на себе. Первый мой опыт по втыканию иглки себе в пятую точку мог быть и лучше, но я понимал что если самому не научиться этого делать будешь вечно зависящим от человека который сможет сделать для тебя такого рода услугу.

Начав экспериментировать с инерционными анаболическими препаратами казалось что это какая-то магическая субстанция способна сделать с тебя сверх человека. Что конечно и происходит она действительно это может, когда вы их начали применять и тренироваться как того требует вся инструкция спорта. Вы понимаете, такого запаса мотивации у вас еще не было, если изначально хотелось только изменить свое худощавое тело, то теперь четко понимал, хочу быть лучше всех тех людей что тренировались у меня в зале. Больше не хотелось приходить и пробовать, нужно было побеждать это же соревновательный спорт. Докопавшись до истины всего профессионального железного спорта, начал активную тренировочную программу которой следовал на протяжении трех лет. За это время каждые пол года прибавляя порядка пяти килограмм мой вес приблизился к ста килограмм

и мне уже совсем не казалось что у меня худощавое тело.

Экспериментируя с анаболическими стероидами у меня возникли затруднения в плане финансов, игра еще вчера являющейся моим основным источником дохода, приносящим тебе денежную силу, за которую ты покупаешь всю независимость мира, оказалась закрыта. Осознав что игровая платформа где был мой основной источник финансов закрыта и больше не существует, пришлось так же осознать что для того что бы поддерживать свои увлечения и продолжать двигаться в направлении большого спорта нужен стабильный доход, что бы можно было тренироваться без особых затруднений в плане питания, добавок спортивного питания и анаболических препаратов цена за которые завышена в разы их реальной стоимости.

Так начинаю работать на своей первой работе по размещению рекламных объявлений на улицах города, это была компания предоставляющая аренду своих рекламных щитов и стендов для размещения рекламного объявления, работа была не трудная в основном первое время мне лишь приходилось помогать своим товарищам по найму которые уже проработав определённое количество времени должны были ввести меня во всю суть этой работы для ее дальнейшего выполнения самостоятельно.

Через пол года работы на эту компанию мотивация в же-

лезном спорте начала падать и с каждым днем все меньше хотелось добиваться звания мастера спорта. Но в силу своей привычки не мог отказаться от использования всех составляющих железного спорта, в самом начале это казалось невыполнимо трудной задачей совмещать работу и спорт в котором хочешь преуспеть. Кушать восемь раз в день и совмещать шесть рабочих дней в неделю с режимом который требовалось соблюдать всю неделю без каких то пропусков или послаблений, это казалось невыполнимо трудной задачей.

Но втянувшись в работу и разделив свои приоритеты важности на каждом перекуре у меня был прием еды и добавок нужных для поддержания той формы что формировалась на протяжении трех лет ну и конечно же дальнейшего прогресса в силовых показателях. Набрав за девятью килограмм, меня вовсе перестал беспокоить вес и нужно было больше концентрироваться на силовых показателях. Которые в последствии и привели в одну клинику, где ты можешь лечь в такую колбу, а она покажет тебе все твоё здоровье изнутри. Выяснив что приседания с большим весом могут плохо сказаться на моем позвоночнике и то что этот спорт весьма небезопасный моему телосложению мною было принято решение завершить подготовку до соревнований.

Не скажу, что это было для меня каким то сложным решением. Отказавшись от приседаний, больше не смог бы вы-

ступать в троеборье, где атлеты соревнуются в своих показателях по трем разным упражнениям у кого больше сумма тот и победил, но еще на последнем вздохе мотивации к железному спорту направил свою концентрацию на подготовку где соревнуются в одном упражнении жиме лежа, но всего лишь через год все же навредил себе таким казалось на первый взгляд безобидным увлечением, надорвав себе грудную мышцу, после чего моя тренировочная практика в режиме пауэрлифтинга была закончена.

Проработав почти год на своей первой работе и приубавив оборотов в железном спорте начав тренироваться в восстанавливающем и поддерживающем режиме, начал замечать что появилось немного лишнего времени которое в кратчайшие сроки нашло себе применение.

На этом самом месте в моей жизни появилась развилка ну знаете это дорога которая была прямой и казалось бы понятной до чего идущей. Она предложила два варианта дальнейшего продолжения проживания и так нескучной жизни, ну думаю чего уж там, а почему бы и не попробовать казалось бы столь безобидный комочек зеленой травки. Особенно если окружает группа товарищей, недавно вошедшая в жизнь, кричащая в один голос да ты чего не сцы, сто раз так делали, будет клева тебе понравится, понимаешь что наверно все таки стоит попробовать. Вот в тот самый момент когда пробуешь маленький зеленый комочек травы приходит по-

нимание, с тобой явно что-то происходит и определить что именно у тебя не получается потому как все твои чувства становятся обостренными и сконцентрированными. У тебя больше не возникает желания думать о чем то там давно забытом или еще не наступившем мгновении, переносишься в мир, в котором чувствуешь себя спокойно и без тревожно, когда все ваши мысли становятся легкими и легко уходящими, и в тот самый момент вы еще не понимаете, но на той самой дороге с развилкой вы уже свернули в сторону вернуться откуда будет непосильным трудом.

# 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.