## МЕТОД ЧАРТХЭМА

В начале 1970-х годов писатель и специалист по вопросам секса Роберт Чартхэм разработал собственный метод увеличения размеров мужского полового члена, который сразу же подвергся суровой критике и был повсюду принят в штыки. Доктор Чартхэм со своими помощниками исследовал каждый известный в этом направлении метод, каким бы смешным он ни казался с первого взгляда. Их внимание привлекали разнообразные механические приспособления, устройства для орального секса, целебные травы, кремы, настойки, аппараты для растягивания и т. д. В результате была составлена обширная программа развития мужского члена, включающая все методы, с помощью которых был достигнут хоть какой-то эффект.

С точки зрения медицины метод Чартхэма строится на неопровержимом факте, что если мускул в теле человека постоянно, "на полную катушку", использовать, то он в конечном итоге проявит тенденцию к увеличению. Проведенные на островах Кука исследования показали, что тамошним женщинам удалось достичь непомерно большого размера клитора с помощью повседневных упражнений. Еще в 1902 году доктора Уайт и Мартин в своем медицинском учебнике отмечали, что необычайно развитые половые органы и члены громадного размера очень часто встречаются среди слабоумных и прочих подверженных врожденным изъянам людей, постоянно занимающихся онанизмом. Это же положение подтверждают исследователи в Туланском университете в Новом Орлеане, которые обратили внимание на то, что у самцов крыс, лишенных возможности проявлять половую активность, были атрофированы половые органы. Это, судя по всему, лишний раз доказывает, что намеренные, постоянно повторяемые манипуляции с членом, проводимые в течение определенного отрезка времени, способствуют увеличению размеров половых органов. Этот принцип применяется и при бодибилдинге, когда благодаря постоянно повторяемым упражнениям с более или менее значительным весом мускулы человека достигают гипертрофированной формы. Причем мускулы увеличиваются не только в объеме, растет их сила и выносливость. Поэтому мы не видим никаких причин, почему мужской половой член неспособен к увеличению своих размеров (хотя сам пенис состоит не из мышц, а из мягких мышечных и волокнисто-мышечных тканей).

С 1975 года, когда была впервые объявлена эта программа, такой курс прошли тысячи мужчин в Европе, а недавно и в Америке. Я приобрел этот курс в 1985 году и исправно исполнял все приведенные в нем рекомендации в течение 8 месяцев. Длина моего пениса в начале эксперимента равнялась 16 см, в окружности -- 14 см. В конце эксперимента размеры его стали другими: длина -- 19 см, диаметр -- 16 см, то есть теперь я попадаю в высшую, пятнадцатипроцентную категорию по шкале размеров члена.

В первоначальных инструкциях указывалось, что метод Чартхэма требует ста дней. Мне кажется, это сильное заблуждение. Из сотен моих читателей, которые проходили этот курс увеличения размеров пениса под моим наблюдением, устойчивого увеличения приходится добиваться гораздо дольше (от полугода и даже более), хотя большинство мужчин замечают временное увеличение почти сразу. Нетерпение, вызванное медленным получением желаемых результатов, является основной причиной отказа многих пациентов от эксперимента. Большинство из них хочет увидеть прирост словно по волшебству, через каких-то пять-шесть недель. Прошу прощения, ребята, таких чудес не бывает. Не все так скоро делается.

Для тех, кто заинтересовался этим методом, разработана специальная программа. В ней имеется пять разделов:

* Различные упражнения.
* Горячие компрессы.
* Процедуры, связанные с усилением ощущений.
* Массаж члена.
* Вакуумная фелляция.

В представленные ниже инструкции не включены некоторые этапы развития, которые автор считает несущественными для процесса увеличения размеров члена. Чтобы максимально упростить курс, его разработчик свел все фазы развития к трем, а не к пяти. Физические упражнения нужно выполнять ежедневно, если, конечно, этому не препятствует болезнь или травма. Успех каждого последующего дня зависит от настойчивости в выполнении упражнений в предыдущие дни.

|  |
| --- |
| Перед участием в битве воин народности майори (Австралия) проползает между широко расставленными ногами вождя, считая, что свисающий член того наделит его дополнительной силой. |

Когда доктор Чартхэм завершил разработку своей программы, он провел полномасштабное медицинское исследование в одной частной клинике в Кенте (Англия), чтобы убедиться в эффективности и практичности своего метода. Врачи в этой клинике набрали добровольцев, которые выразили интерес к увеличению размеров своего полового органа. Лица с хроническими заболеваниями, а также те, кто не получил разрешения от своей жены, наравне с теми, кто уже принимал участие в подобных экспериментах прежде, были исключены из состава участников. В конце концов была создана группа из 64 человек. Они были разделены на две подгруппы: принимающие участие в эксперименте и контрольная группа. Размеры половых органов (длина и диаметр члена) участников ежедневно на протяжении трех месяцев измерялись одним и тем же техническим специалистом. Из 32 человек в группе 30 прошли полностью весь курс. Из них 28 продемонстрировали постоянное и поддающееся проверке увеличение. Вот как выглядит окончательная статистика:

* У 87,5% участников зафиксировано увеличение размеров;
* среднее удлинение -- 2,9 см;
* среднее утолщение -- 2,5 см;
* наименьшее удлинение -- 2,5 см;
* наибольшее удлинение -- 4 см;
* наименьшее утолщение ~ 2,2 см;
* наибольшее утолщение -- 3 см.

|  |
| --- |
| Недавно проведенное среди проституток исследование показало, что оральный секс является наиболее распространенным видом полового акта как у мужчин, так и у женщин. |

Результаты экспериментов были отправлены в ведущие английские медицинские издания: "Британский журнал половой медицины", "Ланцет", "Британский медицинский журнал". Доктор медицинских наук Дик Ричардсон, автор книги "Пенис", называет метод Чартхэма "самым лучшим методом увеличения размеров мужского члена, с которым ему когда-либо приходилось знакомиться".

В ходе этого исследования выявилось несколько интересных моментов. В начале эксперимента 100% добровольцев (даже с длинными членами) выразили желание еще больше удлинить его. Когда им задали вопрос, чего им хотелось бы больше; удлинить член или сделать его толще, 28 из 32 склонились к удлинению. Только у 16 жены остановили свой выбор на утолщении. К концу эксперимента желания тех и других были исполнены.

Теперь, когда вы узнали о полученных результатах, вы можете воскликнуть: "Тоже мне, большие дела, что такое удлинение на 2,5 см! Его и не заметишь!". Не спешите с выводами. Если сравнить средних размеров пенис -- длиной 15 см и в обхвате 15 см с полученными 18 сантиметрами в длину и 18 см в обхвате, то нельзя не заметить поразительного различия. Чтобы продемонстрировать вам, что такое разница всего в 2,5 см, в конце книги я представляю вам "парад членов", который начинается с фотографии члена средней длины - 15 см, за ним следуют по нарастающей -- 18 см, 20 см, 22 см. Завершает этот показ громадный "жеребячий"член длиной 25 см. Присмотритесь к ним повнимательнее, и вы наверняка поймете, что такое разница всего в 2,5 см.

## ОПИСАНИЕ МЕТОДА ЧАРТХЭМА

- Горячие компрессы.

Цель такой процедуры -- усилить кровообращение в члене, достичь которого можно путем наложения на член горячих компрессов. Налейте в раковину горячей воды, опустите в нее две чистых тряпочки. Отжав одну, оберните ею пенис и яички. Когда она начнет остывать, снимите ее и бросьте в раковину, возьмите оттуда вторую, выжмите ее и повторите процедуру. Она длится 5--10 минут. В конце процедуры ваш член покраснеет, станет более мясистым и слегка разбухнет. Значит, вы достигли желаемого результата. Обсохните и приготовьтесь к следующему этапу.

Вы можете задать недоуменный вопрос: так ли необходима вся эта суета с горячими компрессами, с этими намокшими тряпками? В исследованиях, опубликованных в 1987 году Калифорнийским университетом (университетом Беркли), ученые пришли к выводу, что тепло усиливает прилив крови к тканям в три-четыре раза, к тому же замечено, что пропорционально усиливается и доступ кислорода к ним. Усиление кровообращения необходимо для расширения "corpore cavernosa"(пещеристых тел), способствующих эрекции.

- Массаж полового органа

|  |
| --- |
| В Соединенных Штатах -- самый высокий процент беременности среди несовершеннолетних по сравнению с другими развитыми странами. По иронии судьбы, самый низкий уровень отмечен в Нидерландах, в стране, где сексуальные отношения у всех на виду, где легализована проституция и разрешены всевозможные сексуальные отклонения. |

На этом этапе программы вы непременно заметите, что мы обращаем внимание не только на пенис, но и на яички. Яички -- это чувствительная пара желез, производящих сперму. К тому же они еще вырабатывают мужской гормон-тестостерон. Массаж этих органов усиливает кровообращение и таким образом стимулирует рост этих гормонов.

А) Большим и указательным пальцами сделайте несколько "щипков"по всей области мошонки. Не следует щипать сами яички, только мешочек. Захватив пальцами какую-то точку, потяните кожу на себя как можно дальше, покуда не испытаете болезненных ощущений. Сохраняйте ее в растянутом, напряженном состоянии. При счете "пять"отпустите мошонку, она благодаря своей эластичности вернется в прежнее состояние. Перенесите пальцы к другой точке. Повторите такое упражнение раз 10, постоянно переходя к другим участкам мошонки. Время процедуры -- 2--3 минуты.

Б) Обхватите левой ладонью яички. Подушечками пальцев правой руки начинайте нежно, но твердо массировать яички и мошонку в течение тридцати секунд. Поменяйте руки и теперь продолжайте массаж с помощью пальцев левой руки. Будьте осторожны, не надавливайте сильно, -- массаж должен вызывать у вас только приятные ощущения. Время процедуры -- 1 минута.

В) Теперь одновременно приступайте к массажу правого яичка правой рукой, а левого -- левой. Легкое вытягивание, выкручивание и растирание стимулируют приток крови и способствуют увеличению количества основных мужских гормонов. Время процедуры -- 1 минута.

Г) Обильно смажьте ствол члена своим излюбленным смазочным средством (крем, лосьон, вазелин, масло). Соедините большой палец с указательным пальцем и обхватите этим "кольцом"ствол вашего члена у самого основания. Крепко его сожмите, и вы почувствуете под пальцами, как там забьется кровь. Из-за того, что она попала в ловушку и не может вернуться назад, ваш член начнет распухать. Разожмите пальцы. Потом повторите это упражнение, сжимая в кольцо двумя пальцами различные части ствола. Каждую часть нужно сжимать не дольше 3--5 секунд и переходить к следующей. Эти сжатия увеличивают поток крови к пещеристым телам. Со временем эти пространства увеличиваются и могут принимать больший объем крови, удерживая его в себе. Давление на ствол члена не должно вызывать у вас неприятных ощущений. Время процедуры -- 1--2 минуты.

Д) Если вашему члену потребуется дополнительная смазка, добавьте смазочного средства. Заключите в "кольцо"большим и средним пальцами основание ствола вашего члена. Потом обхватите его ладонью. Надавив посильнее на ствол, проведите зажатым кулаком по члену до его головки. Вообразите, что вы "доите"себя. Как только правая рука достигнет головки, начинайте снизу тоже движение левой рукой. Попеременно меняйте доящие руки. Каждый такой "качок"должен длиться 3--4 секунды. Если вы будете верно выполнять это упражнение, то увидите, как с усиливающимся давлением ваш член разбухает все больше, так как все больше крови проникает в пещеристые тела. Это -- одно из наиболее важных упражнений всей программы. Начинайте с двадцати "доении", к концу второй недели увеличивайте их число до 100--150. Время процедуры -- 5--10 минут.

Примечание для читателей. В идеале член во время этих упражнений должен находиться в полувозбужденном состоянии. Твердый, достигший



Аппликация тепла -- первая фаза разработанного Чартхэмом метода, для чего либо производится наложение горячих компрессов, либо используется воздействие на пенис теплой струи воздуха (можно несколько минут постоять в ванной на коленях перед краном) состояния полной эрекции член не будет реагировать на такие упражнения. Здесь вам необходима только частичная эрекция. Если ваш член затвердеет, то вы либо продолжайте мастурбацию до семяизвержения, либо отнимите руку и ждите, когда пройдет желание эякуляции. Потом можно упражнение возобновить.

**Список использованной литературы:**

1. Основы сексологии (HUMAN SEXUALITY). **Уильям Г. Мастерc**, **Вирджиния Э. Джонсон, Роберт К. Колодни.**  Пер. с англ. — М.: Мир, 1998. — х + 692 с., ил. ISBN 5-03-003223-1