

219 名前：亜鉛の人 P vz9fYZ7wHIL [sage] 投稿日：
2009/08/28(金) 13:35:04.20 ID:rkdIZ7kY0

ハンドル名】 亜鉛の人
パートナーガイド】 いないorz
【練習期間】 3年
【離脱頻度】 二週に1回
【離脱方法】 朝起きたら亜鉛サプリを飲む
【集中時間】 とくになし
【滞在期間】 5分～20分(目が覚めると短く感じるのはなんでだ?)
【禁則事項】 亜鉛サプリ飲み忘れ注意。あと、離脱頻度が増すが、悪夢を見る頻度も増す。まじこわい
【主な挑戦の時間帯】 朝5時に起きて1時間ベットでぼーっとしてまた寝るタイプの二度寝
【離脱前後の状態】 離脱前：寝起きは流石に眠い 離脱後：耳鳴りが耳に残ってるので、それ思い出して興奮してる
【精神面】 やっぱりw k t kしてしまうwww
【肉体面】 なんだか調子が良い。ただ、悪夢を見たその日一日はかなりだるい
【双子】 なし
【備考】
亜鉛を朝に飲むと、かなり離脱頻度が増す。毎日欠かさずとっていたら三日連続離脱したこともあった。
しかも亜鉛サプリを切らして飲まなかったときは、全くといっていいほど離脱できなくなった。

飲まないだけでこんなに差があってワロタ
亜鉛は鬱にも効果があるので離脱以外でもおすすめしますよ (^・ ・ ^)