

Het zou niet onwaar zijn om te zeggen dat een van de grotere problemen van het ABDL-leven voor velen is om te proberen een zekere EVENWICHT te vinden in hoe de behoeften en verlangens van baby- en luiers passen in de echte volwassen wereld. Het zeer reële probleem van de beruchte Binge / Purge-cyclus is een functie van dit moeilijk te vinden interne evenwicht.

Een van de dingen die we in eerste instantie misschien willen doen om dit dilemma op te lossen, is het vinden van een 'remedie' voor de ABDL-schijf zelf, maar helaas is dit een dwaze boodschap omdat het gewoon niet werkt. In feite eindigt dit goedbedoelde idee in de Binge and Purge-cyclus door iets te proberen dat niet werkt en niet kan werken en extra gevoelens van falen en walging achterlaat.

'Binge and Purge' - beter te omschrijven als 'Purge and Binge' - is in veel gedragsgebieden niet ongebruikelijk. Vooral fetisjisten worden vaak geplaagd door dit probleem waarin ze hun fetisj verwennen en zich daarna teleurgesteld, weezinwekkend of andere soortgelijke negatieve emoties voelen en dan alles wat daarmee samenhangt, zuiveren. Later moeten ze gewoon hun fetisj-items opnieuw kopen en meestal binge-buy omdat hun diepgewortelde behoefte zich onvermijdelijk opnieuw aandient.

Dus hoe gaan we om met dit wild swingende gedrag?

Er zijn twee aspecten / antwoorden op deze vraag: één, het praktische aspect en twee, het interne aspect.

Het praktische aspect

Na een tijdje beginnen we praktische manieren te leren omgaan met de eetbui en de zuiverings cyclus. De onmiddellijke 'purge'-drive zorgt ervoor dat we alles willen weggooien, zoals luiers, babykleding of speelgoed, zelfs ADBL digitale media en andere gerelateerde items. De meeste ABDL's kunnen zich de kosten herinneren die ze hebben gemaakt om honderden en zelfs duizenden Euro's aan goederen weg te gooien, om ze later opnieuw te moeten kopen.

De meest voor de hand liggende praktische stap is om helemaal NIET te zuiveren. De drive en de behoefte om te spoelen kan echter erg krachtig zijn en daarom is er een minder dramatische, minder extreme vorm van zuivering nodig, maar een die nog steeds aan die krachtige vraag voldoet. De beste manier is om alle 'beledigende' ABDL-items eenvoudig op te bergen op een niet erg toegankelijke plaats zoals een schuur, een dak holte, een opslagruimte of zelfs met andere begripvolle vrienden of familie. Op deze manier wordt de vraag om te 'zuiveren' grotendeels fysiek afgehandeld, maar wanneer de behoefte weer opkomt - en dat zal - en onbeheersbaar is, zijn deze items nog steeds beschikbaar, zelfs als het enige moeite kost om ze terug te halen en ook zonder de buitensporige kosten. De sleutel is echter om de ABDL-items op een locatie te plaatsen, wat betekent dat ze niet gemakkelijk kunnen worden opgehaald. Als je een tijdelijk of vluchtig verlangen hebt om luiers te dragen of op een andere manier te genieten, kan de fysieke moeilijkheid om dat te doen de natuurlijke barrière zijn die je wenst. Om effectief te 'zuiveren', moeten deze items zich op enige fysieke afstand bevinden en een aantal effectieve barrières hebben om gemakkelijk terug te vinden.

Het praktische aspect van Binge and Purge lost niets anders op dan het minimaliseren van de dure 'binge'-kant van de zaak. Het maakt echter deel uit van het vinden van een oplossing voor dit anders gekke heen-en-weer-aspect van het ADBL-leven.

Het interne aspect Het is

niet verrassend dat de echte manier om de binge / purge-cyclus te beëindigen of aan te passen, is om te gaan met de emoties die er in de eerste plaats voor zorgen. Dus, wat drijft het?

In de wereld van fantasie en onwerkelijkheid zijn we allemaal in staat om te doen wat we willen, wanneer we willen, zonder angst, afwijzing of veroordeling. Die wereld bestaat echter niet en we weten allemaal dat ABDL allesbehalve een goed begrepen of populair gedrag is. In feite is het precies het tegenovergestelde. De algemene gemeenschap behandelt ABDL met diep wantrouwen en vaak met regelrechte afkeer. Dus we zijn natuurlijk op onze hoede om mensen hiervan op de hoogte te stellen, en terecht. En laten we eerlijk zijn ... soms delen we een deel van de afkeer van de samenleving met sommige aspecten van ABDL. Dit geldt zeker niet voor iedereen of altijd. We leven echter niet in een bubbel en maatschappelijke druk en commentaren beïnvloeden ons. Ook is ABDL zelf nogal vreemd en raar als je er objectief naar kijkt en hoewel dat niet betekent dat het een slechte zaak is, kan het ons vatbaar maken om er soms negatief over na te denken.

En we vragen ons af waarom we soms willen zuiveren of van alles af willen!

De wens om te zuiveren wordt veroorzaakt door een krachtig incident. Meestal is het voor ABDL's het teleurstellende orgasme tijdens solo masturbatie. Dit is (uiteraard) een zeer krachtige ervaring die achteraf vaak tot negatieve emoties kan leiden. Andere incidenten kunnen zaken zijn als op heterdaad betrappt worden door anderen of een andere dramatische gebeurtenis. Omdat de trigger plotseling en krachtig is, is de respons ook vaak dramatisch en krachtig. Een volledige zuivering van ABDL-items is een veel voorkomende reactie hierop. Wat voor sommigen gebeurt, is dat het verlangen naar en de behoefte aan luiers en ABDL-activiteiten zullen verhullen en maskeren wat we er *echt* over denken. Als we luiers willen dragen, is dat het enige waar we om geven. We willen ze en daarom dragen we ze en maken ze nat. Ze wekken ons op en daarom masturberen we vaak. Maar na een orgasme is het verlangen naar luiers bijna, zo niet helemaal, verdwenen. We blijven alleen achter met onze negatieve gevoelens en dus voelen we walging en teleurstelling en soms zuiveren we.

In de loop van de tijd leren we deze teleurstelling te verwachten en een aantal van de negatieve emoties beter te beheersen, zodat we de zuiverings reactie gemakkelijker kunnen vermijden. We genieten van een luiertijd, eindigend met masturbatie tot een orgasme en onze ervaring leert ons om 'onze zenuwen vast te houden' tijdens de teleurstelling en zelftwijfel. Dit is een goede zaak, maar het betekent nog steeds dat we eenvoudigweg de drang om te zuiveren in plaats van te beheersen. En zoals velen van ons al weten, worden we soms toch gezuiverd, hoe goed we er ook op voorbereid zijn.

De 'drang om te zuiveren' wordt niet noodzakelijkerwijs gedreven door een logische en rationele beoordeling. Het is een reactie op wat we hebben gedaan dat misschien onlogisch en irrationeel is, maar diep persoonlijk. We kunnen ons walgen van wat we hebben gedaan. We hebben het gevoel dat we onszelf en anderen in de steek hebben gelaten. We kunnen het gevoel hebben dat we misschien minder zijn dan andere mensen. We denken misschien dat ABDL een 'afwijkend' gedrag is en we zouden willen dat we het konden stoppen. Sommige of al het bovenstaande zullen zijn waar we allemaal mee te maken hebben of ooit hebben meegemaakt. Deze emotionele achtbaan maakt allemaal deel uit van ABDL, vooral voor jongere mensen en het kan soms behoorlijk schadelijk zijn.

Crossdressers doen hetzelfde, net als andere fetisjisten. Het is gedeeltelijk omdat we kijken naar wie we zouden willen dat we waren, wat we denken dat andere mensen zijn en dan zien we onszelf in natte luiers en wanhoop over hoe we op deze manier zijn gekomen. We weten dat bijna iedereen walgt van wat we hebben gedaan ... en we zijn het gedeeltelijk met hen eens.

In wezen reageren we op ons eigen zelfbeeld en hoe we naar onszelf kijken en hoe we denken dat andere mensen naar ons zouden kijken als ze het wisten. En dus reageren we slecht.

We kunnen de uiterlijke expressie van Binge / Purge beheersen door niet echt te zuiveren, maar innerlijk kunnen dezelfde aandrijvingen nog steeds in werking zijn, waardoor we ons slecht voelen.

Zelfbeeld bij volwassen baby's en luierliefhebbers

Dus, is een oplossing om de binge / purge-cyclus over ons eigen zelfbeeld te beëindigen?

Dat hoort er natuurlijk bij, maar het is meer dan dat.

Onze samenleving legt ons normen en gedragsmodellen op, zelfs als dit onredelijk, onhaalbaar en zelfs diep hypocriet kan zijn. Maar we voelen allemaal de druk om ons in een of andere mate te conformeren.

Ons wordt verteld op te groeien. ABDL is daarmee in strijd.

Ons wordt verteld om de leiding te nemen en te leiden. ABDL is daar ook totaal mee in conflict.

Ons wordt verteld dat we ons allerbest zijn en dat we de perfecte man of vrouw zijn die we kunnen zijn. Het dragen van luiers, het opzuigen van een fopspeen en het natmaken van het bed is niet helemaal in lijn met die doelen.

Met die doelen is niets mis. Het probleem is wanneer we denken dat die doelen in tegenstelling zijn tot het dragen van luiers of het zijn van een volwassen baby. ZIJ ZIJN NIET!

Hoewel geheimhouding en discretie nog steeds dingen zijn waar we voor moeten zorgen, is ABDL niet in strijd met succes, geluk of het beste worden dat we kunnen zijn.

Onze ergste vijand is onze acceptatie van onszelf. We stellen onszelf in de problemen door normen te stellen die we niet kunnen bereiken. En het grootste probleem voor ons is dat ABDL een integraal en onverwijderbaar onderdeel van ons is. We moeten deze kant van ons tot op zekere hoogte uitdrukken en we hebben niet echt een keuze. Voor degenen met vrij sterke ABDL-wensen en -behoeften, dit *zal* uitkomen of we dat willen of niet. De echte oplossing voor de Binge / Purge-cyclus is dus een van verantwoord beheer.

We doen dat door onszelf voor te houden dat het oké is om luiers te dragen. Het is oké om je als een baby te voelen en te gedragen. De voorwaarde hiervoor is echter dat het moet worden beheerd en gecontroleerd en niet mag worden achtergelaten om wild en ongecontroleerd te worden uitgevoerd. Als we niet bereid zijn om er grenzen aan te geven, zullen de verlangens en behoeften ons beheersen en ons terug leiden naar de eetbui / zuiverings cyclus. In de praktijk betekent dit dat we onszelf regelmatig een vooraf geplande luiertijd kunnen bezorgen, zodat we veilig, gemakkelijk en comfortabel kunnen 'genieten', wetende dat het goed is om dat te doen.

Dit klinkt eenvoudig, maar voor velen is het niet zo. Het kan even duren voordat we begrijpen dat het prima is om een luier te dragen en nat te maken of om je als baby te verkleden. Als

we ervoor zorgen dat we het verlangen beheersen en niet andersom, voelen we ons er, zodra de luiertijd voorbij is (dwz een orgasme voor velen), beter dan wanneer we gewoon reageren op het luiervelangen zelf en er geen controle over opleggen .

ABDL kan vrij eenvoudig en tam zijn of het kan ook behoorlijk extreem zijn en ik ben niet van plan daar verder op in te gaan. Een manier om de negatieve emoties na de ervaring te beperken, is door de randen niet te ver te duwen. Blijf binnen uw comfortzones en dwaal niet te ver af.

De echte aanwijzing om de emotionele achtbaan te vermijden, is om ons in de eerste plaats goed te voelen over onszelf en dat is niet zo eenvoudig als we zouden willen. Het kost tijd om te begrijpen dat ABDL soms problematisch kan zijn en zeker iets om privé te houden, maar het is helemaal geen slechte zaak.

ABDL is ongebruikelijk. Het is ongebruikelijk, vreemd en soms raar. Maar dat is oké. Iedereen heeft zijn gekheid en eigenaardigheden. ABDL is net iets ongebruikelijker dan de meeste.

Dus, kortom, wees jezelf, vind jezelf leuk en speel slim. Accepteer dat je uniek en gezond bent. Het dragen van luiers is een tamelijk tam gedrag in vergelijking met zoveel andere dingen die gaande zijn.

Geniet van je luiers en probeer de vallen te vermijden die leiden tot ...

Binge and Purge!

Michael Bent

AB Discovery 2018

www.abdiscovery.com.au