

Александр Лузгин

экспресс-книга

# ВОЛШЕБНАЯ ТАБЛЕТКА ДЛЯ МУЖЧИН

+146% к решительности, энергии,  
мотивации и целеустремленности

То, о чем отцы не рассказывают своим сыновьям.

Основано на научных исследованиях.

Без эзотерики, визуализаций, медитаций и т.п.

**ВНУТРИ ПОДАРОК  
НА 2700 РУБЛЕЙ**

Александр Лузгин

**Волшебная таблетка для  
мужчин. Экспресс-книга**

«Издательские решения»

**Лузгин А.**

Волшебная таблетка для мужчин. Экспресс-книга / А. Лузгин —  
«Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-835213-3

Эта книга про сексуальную природу мужчины. Об этом не рассказывают отцы и молчат учителя, об этом не принято говорить в обществе. Но в этом кроется половина мужских проблем: с мотивацией, успешностью, активностью и в отношениях. Рекомендуется к прочтению тем, кто развивается и стремится к большему. Без этих знаний невозможно на полную раскрыть свой потенциал. Про формат: экспресс-книга экономит время. В ней 50% информации обязательная, а вторые 50% — по желанию, для углубленного изучения темы.

ISBN 978-5-44-835213-3

© Лузгин А.  
© Издательские решения

## Содержание

Предисловие автора	6
Как читать эту экспресс-книгу	7
Почему эта книга вам поможет?	8
2 базовые движущие силы в природе	11
Конец ознакомительного фрагмента.	12

# **Волшебная таблетка для мужчин**

## **Экспресс-книга**

**Александр Лузгин**

*+146% к энергии, мотивации, решительности, уверенности  
и целеустремленности*

*Основано на научных исследованиях.*

*Без эзотерики, визуализаций, медитаций и т. п.*

© Александр Лузгин, 2016

ISBN 978-5-4483-5213-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

## Предисловие автора

Автор этой книги потратил более 15 лет своей жизни и более 1 500 000 рублей на различные тренинги личностного роста, духовное развитие, всевозможные психологические практики и консультации различных специалистов.

Все это для того, чтобы решить свои проблемы с мотивацией, успешностью, активностью, энергией, разобраться с проблемами в отношениях, да и вообще чтобы жить радостнее и счастливее.

Проблема в том, что за все эти 15 лет никто не мог рассказать автору простых и понятных, научно обоснованных вещей, которые бы решили как минимум половину проблем во всех сферах жизни. Эту информацию приходилось искать самостоятельно в англоязычных исследованиях в начале 2010-х годов. И благодаря этим знаниям и родилась данная книга.

**P.S.** Ранее, представленная в этой книге информация предоставлялась слушателям в формате мастер-класса, который продавался за несколько тысяч рублей (в среднем за 2—3 тысячи). Ниже вы можете ознакомиться с несколькими отзывами мужчин, которые прошли этот мастер-класс.

Саша, в очередной раз тебе большое спасибо! Мужики, это стоящий каст. Мы часто не понимаем куда исчезает наша мужская энергия. И часто не помним, была ли она вообще... А ведь она вела наших предков вперед. Помогала им достигать их крутых и более чем реальных целей и результатов. И естественно она может помогать каждому из нас, мужики. Секрет прост и в некоторых случаях очевиден, но так знаком каждому... В общем, приходите на мужской каст и да прибудет с вами мужская сила!

**Вячеслав**

Спасибо за вебинар! Даже для человека искушенного в таких вопросах, коим себя считаю, слушал много неочевидных тонкостей. Материал особо будет полезен для мужчин, вступающих в большую жизнь или тех, кто не успел вступить, хотя уже пора бы. Всё четко структурировано, подано целостно и творчески.

**Сергей**

Очень хороший тренинг, совсем неожиданное открытие. Почему именно это и почему именно так. Все разложено по полочкам и очень классное подведение к самому основному, когда ты это узнаешь, то все сразу структурируется в голове, сразу обращаешь на это внимание, видишь, что действительно все так и есть. Спасибо за тренинг, я сделаю это:)

**Антон**

**P.P.S.** Все отзывы можно посмотреть здесь: [https://vk.com/topic-40000528\\_32225150](https://vk.com/topic-40000528_32225150) – автор надеется, что эти отзывы еще сильнее замотивируют вас на то, чтобы дочитать эту небольшую книгу до конца.

## Как читать эту экспресс-книгу

1) В этой книге одна тема вытекает из другой, поэтому её **ВАЖНО ЧИТАТЬ ПО ПОРЯДКУ**. Если вы начнете читать её с середины или с конца, то скорее всего упустите логическую связь, и полностью взять тему вам будет сложно.

2) Формат «экспресс-книга» создан для экономии времени читателя. Книга поделена на 2 части:

- обязательную;
- необязательную.

Для полного освоения материала и понимания темы достаточно прочитать обязательную часть. Это около 50% всей книги. В обязательной части будет только самое необходимое.

Если же вам захочется подробнее разобраться в некоторых темах, изучить теорию и ознакомиться с интересными фактами, то вы сможете изучить необязательную часть после соответствующей главы.

Мне самому бывает тяжело прочитать хорошую умную книгу целиком, поэтому я сделал такой формат. В наш век информационного перегруза, надеюсь, это поможет вам не тратить лишнего времени и не забивать себе голову лишней информацией.

*С уважением к читателю,  
Александр Лузгин*

## Почему эта книга вам поможет?

В настоящее время на рынке существует множество подходов к мотивации, достижению целей, повышению личной эффективности, решению проблем: начиная от тайм-менеджмента и самодисциплины и заканчивая околэзотерическими подходами про «денежный энергетический магнит» и «исполнение желаний с помощью силы мысли». Чаще всего они основаны на эффекте плацебо.

Такие подходы не очень хорошо работают, хотя и довольно не плохо продаются. А все потому, что они паразитируют на инфантильном желании людей найти «волшебную таблетку», которая каким-то магическим образом изменит все в жизни в лучшую сторону.

В этой книге вы узнаете о некотором подобии «волшебной таблетки», о кое-чем, что помогает решить сразу очень много проблем в жизни. И это действительно работает, потому что основано на научных данных и многократно подтверждено экспериментами.

И да, это связано с сексом и с мужской физиологией. И именно поэтому оно работает у всех мужчин и не зависит от верований, религиозных убеждений, цвета кожи и др. Оно работает всегда и у всех мужчин, просто потому что биологическая природа мужчины так устроена.

### **НЕОБЯЗАТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ**

*В этой необязательной части вы узнаете, что такое плацебо, как оно работает. Противоположность плацебо – ноцебо. А также познакомитесь с интересным когнитивным искажением, из-за которого все люди хотят быть правыми.*

### **Эффект плацебо**

«Плацебо (лат. placebo, букв. – понравлюсь) – вещество без лечебных свойств, используемое в качестве лекарственного средства, лечебный эффект которого связан с верой самого пациента в действенность препарата. Иногда капсулу или таблетку с плацебо называют пустышкой».

*Википедия*

Эффектом плацебо называют улучшение состояния человека из-за того, что он верит в эффективность некоторого воздействия, в действительности нейтрального. Таким воздействием может быть, например, выполнение некоторых практик или упражнений, выполнение обрядов, заговоров и прием препаратов, прямой эффект от которых не наблюдается. Сила плацебо-эффекта зависит от внушаемости человека и внешних обстоятельств «лечения», например: более серьезный вид таблеток, белый халат «доктора» или излишняя самоуверенность ведущего практику – все это может увеличить силу воздействия.

Также к факторам, усиливающим эффект плацебо, можно отнести стоимость «лечебного воздействия» – чем выше она, тем сильнее эффект. Это

происходит потому, что пациенту не хочется считать, что он выкинул деньги на ветер.

Эффект плацебо основан на внушении. Плацебо-внушение не требует каких-либо специальных навыков, необходимо просто убедить пациента, что он получит полезное воздействие, а пациенту нужно просто поверить. Вера и твердая убежденность пациента оказывает позитивное влияние на его организм или психику.

Физиологически это может быть связано с тем, что в результате внушения мозг пациента может начать вырабатывать эндорфины, которые могут частично улучшать состояние пациента.

В фармакологии, когда больным дают таблетки-пустышки, эффект плацебо в среднем составляет 5—10%.

Еще сильнее эффект плацебо может проявляться в психологии. Это объясняется тем, что мозг человека посредством самовнушения легче может исправить свою собственную работу, чем работу внутренних органов.

По различным оценкам эффективность «психологического плацебо» может составлять от 30% до 60%.

Именно это и является причиной того, что огромное количество шарлатанов, гадалок, псевдонаучных сектантов, психо-тренеров личностного роста и духовных гуру паразитируют на простых гражданах, впаривая им техники и практики, эффективность которых не выше плацебо.

Но даже, если они и срабатывают из-за того, что люди в них верят, то эффект от них чаще всего не постоянный и всё очень быстро возвращается на круги своя.

Про плацебо слышали многие, но существует также противоположный ему – «эффект ноцебо». Он возник как антитеза эффекту плацебо и обозначает негативное воздействие нейтрального лекарства. Эффект ноцебо встречается реже: лишь 1—5% пациентов ощущает различные формы дискомфорта после приема «пустышки» – аллергия, расстройство желудка, головная боль и др.

### **Склонность к правоте**

Еще одним важным фактором, из-за которого на рынке так много плохо работающих техник и направлений, является когнитивное искажение, называемое «склонность к подтверждению своей точки зрения». Ему подвержены практически все люди, даже самые продвинутые ученые, просто потому, что так устроен человек.

И означает оно то, что нам очень хочется и нам очень приятно быть правыми. Если мы твердо убеждены или хотя бы склонны верить в какую-то

идею, то мы склонны доверять скорее тем фактам, которые подтверждают эту идею. Из всего многообразия явлений в окружающем мире мы будем обращать особое внимание именно на те, которые подтвердят нашу точку зрения. И будем ненамеренно, часто даже неосознанно, стараться игнорировать те факты, которые противоречат нашим верованиям и убеждениям.

Это явление еще сильнее усугубляется интернетом с его интеллектуальными поисковыми системами. Поисковые машины, такие Google или Яндекс, знают что вы искали ранее. И когда вы ищете что-то, они будут учитывать ваши предыдущие поиски и покажут вам сайты в соответствии с вашими предыдущими поисковыми запросами. Они стараются делать вашу жизнь удобнее.

Но из-за этого ваши шансы увидеть материалы похожие на те, которые вы видели ранее, сильно увеличиваются. И это еще и еще раз утвердит обычного человека в его правоте. Он будет постоянно, изо дня в день убеждаться в том, что он прав, а другие точки зрения просто не будут попадаться ему на глаза.

И часто авторы этих тренингов и проповедники учений и древних практик не являются мошенниками, а просто сами верят в то, что их взгляд на жизнь самый правильный и постоянно находят этому подтверждение. Ведь у клиентов все работает благодаря эффекту плацебо. Когнитивные искажения так работают.

Так что если вы уже пытались применять какие-то психологические, медитативные и иные практики и техники, но у вас особо не получилось, не расстраивайтесь – это не ваша вина.

Здесь же у нас будет другой подход – научный, который работает, независимо от вашей веры и убеждений.

## **2 базовые движущие силы в природе**

В отличие от подходов, часто не работающих или работающих на уровне плацебо, в данной книге мы будем опираться на ДВЕ БАЗОВЫЕ ПРИРОДНЫЕ, БИОЛОГИЧЕСКИЕ СИЛЫ. Уж они-то работают совершенно точно, причем не важно знаем мы о них или нет.

## **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.