

&lt;&lt;

».

Dr. Phil Maffetone

1970- , ,  
( ) .

□

□  
□

!

.....	4
.....	5
.....	6
.....	7
.....	8
.....	9
1.	
.....	14
.....	14
-	-
( ).....	14
-	-
.....	18
.....	20
( ).....	20
.....	20
.....	22
.....	22
.....	22
.....	22
.....	26
.....	26
.....	30
,.....	31
,.....	31
.....	31
,.....	34
.....	36
2.	
.....	38
: ?.....	41
.....	44
.....	49
.....	52
.....	54

3.	
.....	58
.....	59
.....	63
.....	66
.....	67
.....	68
.....	69
4.	
.....	72
.....	72
.....	76
.....	77
.....	79
.....	82
.....	86
5.	
-	
:	-
.....	88
:	
.....	92
.....	93
-	
.....	97
.....	99
6.	
.....	102
.....	111
.....	117
7.	
.....	121
.....	122
.....	124

	.....	126	
	.....	126	
	.....	127	
	.....	127	
	.....	127	
	.....	127	
36,	.....	127	
38	.....	129	
39	.....	129	
40	.....	129	
41	.....	130	
42	.....	130	
43	.....	130	
	.....	130	
«	»	.....	132
		.....	132
		.....	133
		.....	134
		.....	134
		.....	136
		.....	138
		.....	141
8.		.....	146
		.....	153