

*ешьте и худейте!*

Татьяна Черма

**ЧТО БЫ  
ТАКОГО  
СЪЕСТЬ,  
ЧТОБЫ  
ПОХУДЕТЬ**



КРАСОТА • ЗДОРОВЬЕ • МОЛОДОСТЬ



ВЕКТОР



.	5
.	30
—	
!	39
.	45
.	52
,	60
.	68
.	71
.	73
.	74
,	
.	96
.	123
,	
,	131
.	140
PostScriptum	155

， ，

！ ， -

， ，

，

·

...

！ — ， -

， ， -

· ， -

， 《 》. ， -

— 《 》， 《 -

》. ， 《 》 ，

《 》... ，

！ ， -

...

， ，

， ， -

· ， -

， ·

， ，

？.. -

：

-

！

· ！ — ， ，

！



5-10

,  
 ,  
 . -  
 . -  
 ,  
 .  
 , -  
 . -  
 ! , -  
 . -  
 : , -  
 ;  
 ( -  
 );  
 ;  
 - ;  
 - ;  
 - ;  
 - ;  
 - .  
 ! -  
 -  
 . -  
 ( -  
 !!!) -  
 .  
 - :  
 !!!  
 , -  
 , -  
 ( !)  
 .  
 , -  
 .







! ,

,

:

—

—

»,

—

—

—

,

—

—

...

,

—

,

—

—

( ) ,

— :

,

,

—

,

—

— — .

,

—

—

« »

...

,

?

,

—

—

—

:

,

—

—

« »

—

—

,

—

?

« », -

(

!), —

:

.

...

,

,

.

10

,

?

,

,

?

- /

.

-

-

:

21:00.

!

—

,

,

.

« - »

,

,

,

,

!

!

,

99%

,

,

,

, ( !).  
 ! ! -  
 ? ,  
 ! ?  
 ... ?  
 .  
 , ?  
 « » ,  
 -  
 . ,  
 « » . -  
 -  
 , -  
 ...  
 « » —  
 ,  
 , -  
 -  
 : « , ».  
 — — !  
 — — !  
 . - /  
 !!! - -  
 !  
 ,  
 « » — - !  
 ,  
 « », .  
 : , -  
 . -  
 — .

«        »  
», —

?!  
,

«        ».

!

...

(

?

12

?

!

«

».

17-18

«        »





... , ( -  
 , , -  
 ), -  
 . : , -  
 , , -  
 . ? -  
 , , -  
 , . -  
 ... , -  
 « » . — -  
 . , , — -  
 , , -  
 , . -  
 , , -  
 . « » -  
 , -  
 . : , -  
 , , -  
 , ? -  
 ! ? -  
 , ?! -  
 , « » -  
 — : , -  
 , . -  
 , -  
 . ,

,  
 : —  
 . , , —  
 — !  
 , , ,  
 , , ,  
 . . . —  
 . . . —  
 , , —  
 . —  
 , , —  
 ! , ; , —  
 ! ! ! —  
 « » !  
 ! ,  
 ! !  
 — —  
 . , —  
 , 16- —  
 , ,  
 , « » !  
 ! ! —  
 ( ) - —  
 , , ,  
 , , ...  
 ! ,  
 ( , ! ) ,  
 - ...



, ' -  
 ! -  
 , ' -  
 ! , -  
 , ' -  
 — , ' -  
 , : -  
 ! -  
 , ' -  
 , — ?! -  
 ! -  
 . -  
 , 3-5 -  
 . , ... « » -  
 . , ' -  
 , — -  
 , - -  
 ... -  
 , ' -  
 ? , -  
 ?! , ? -  
 — -  
 . -  
 ! -  
 7 , ' « » 12 —  
 , ! -  
 . -  
 ( — - - ) -  
 , ) -  
 . , -

,  
 -  
 , , , - .  
 «  
 -  
 »,  
 ,  
 -  
 ,  
 ,  
 ...  
 , « »  
 .  
 , , , ... ,  
 : , !  
 !  
 ! !  
 ! !  
 : ! !  
 , —  
 . ,  
 .  
 ,  
 ,  
 « »,  
 ... ,  
 ... ?  
 - ?!!  
 ! !  
 - :  
 !!! .  
 ,  
 , ,  
 , —  
 : -

· « — ,  
 »!  
 · 7 -  
 · , -  
 · . -  
 , , ? , -  
 , , . , 3  
 - , -  
 : , , -  
 · -  
 , — : · -  
 · , -  
 , , -  
 , , · -  
 · , ?! -  
 — · -  
 · , ! -  
 - , , , -

,  
 ,  
 ,  
 . ?  
 —  
 ,  
 .  
 -  
 .  
 ,  
 -  
 « , » — -  
 - , -  
 . ? .  
 ,  
 ,  
 -  
 , ?  
 , ! ,  
 .  
 , ,  
 - ! -  
 , ! ,  
 ?!  
 - ,  
 .  
 , -  
 -  
 , , ,  
 , !  
 -  
 ?! , ...  
 , ,  
 -  
 , ?!  
 .

- ? , -

— , -

! , -

! -

? -

— , -

— ; : « , —

... »

... — !

— . .

— . -

! ,

« » - . , , ,

— , , -

? . -

— , . -

— ... , ,

— — - !

— . -

— — , — , -

— , — .

,  
 ,  
 , «  
 »  
 ,  
 ,  
 , 5-30% ( )  
 ! — « »? ,  
 ?  
 ?  
 ?  
 ?!  
 , ( )  
 ,  
 ! ...  
 — « »  
 ?  
 ? ! !  
 ( — ! )  
 « ».  
 ! ! — ,  
 ,  
 ( ) ,

: -  
 , ,  
 . , ... -  
 , -  
 - — !  
 , ,  
 ! -  
 , -  
 . -  
 , -  
 , -  
 ... -  
 , -  
 Homo sapiens -  
 . ? -  
 , : !  
 , -  
 , ?! -  
 - !  
 ,  
 «  
 » — .  
 , , , -  
 , -  
 . -  
 ,  
 ? -  
 , -  
 ? -  
 , -  
 , -





? , ? 1 : 9!  
 !  
 -  
 , - !  
 ,  
 —  
 ! , -  
 : « ?  
 , ,  
 ?» — ! , -  
 ,  
 : ,  
 , ! , ! , . -  
 , ! , -  
 « :  
 . » . , , -  
 ! , -  
 , -  
 , ! , -  
 , ... -  
 , , - , -  
 , - -  
 ? , !  
 —  
 , ,  
 : -  
 , .

,  
 , « — »,  
 - — ,  
 !  
 ! !  
 : . —  
 . ? , - -  
 , , — -  
 , ? , ,  
 , !  
 , , , - -  
 ? , , ,  
 ! !  
 !  
 - -  
 :  
 — ...  
 — : , - -  
 , , , - -  
 , , ,  
 — ? — ...  
 — , , ...  
 « - ?» — .  
 , ,  
 , , - -  
 ! ,

? —  
 , —  
 , , , , , —  
 , , , , , —  
 » ! « —  
 : , —  
 - , , , , , .  
 , - , , , , , —  
 , , , , , , , , , , , —  
 , - : « ? —  
 !» , ! —  
 , —  
 ...  
 — .  
 , , , , , , , , , , , .  
 .  
 , , ? —  
 , , , , , , , , , , , .  
 ! ! ! , , —

, — -  
 . ? « -  
 » , , ? .  
 , , -  
 , , -  
 , — -  
 , . -  
 , , « » -  
 — , -  
 . , -  
 , . -  
 , , -  
 — , -  
 ? ? ? , -  
 , ( !)  
 . , -  
 ? , -  
 — , -  
 « » 2001-2002  
 - ... -  
 , , ! -  
 , -  
 , . -  
 , ? , -  
 , . -  
 , , -  
 , ...

,  
-  
,  
-  
-  
-  
.  
-  
.  
,  
-  
.  
!  
.



, -  
 . -  
 « ».  
 ( « », ).  
 , -  
 : , .  
 , -  
 . « »  
 « -  
 » — ( , ) , -  
 , -  
 .  
 : .  
 , -  
 , -  
 « » .  
 , -  
 , , -  
 . , -  
 ? , -  
 , -  
 « » -  
 . -  
 , , -  
 , -  
 , -  
 « » .  
 , , .

.  
 ,  
 ( ,  
 , .  
 , .  
 , —  
 , .  
 .  
 — ,  
 — ,  
 . , ?  
 . ( , ,  
 ! ) , ,  
 , , ?  
 , .  
 , ,  
 . « » , ?  
 , ? ! -  
 : , !  
 — !  
 . :



, ?! , — -  
 . , , -  
 . , , -  
 - ( , , ). -  
 , -  
 . , , -  
 - , -  
 — . ! -  
 , ! ! -  
 ! ! ! ! -  
 , ! , -  
 ?! -  
 — . , -  
 — . -  
 « , , , ...»! -  
 - ! ( ) ?  
 , ( ) !  
 :  
 « — ( , ). -  
 !» -  
 , , , -  
 , -  
 , -

,  
 : « ? - !»  
 , -  
 , . ,  
 , — !  
 !  
 ! , . , -  
 — , -  
 . , , □  
 , , , □  
 , , , -  
 ! ! ! , -  
 ! -  
 ! □  
 ,  
 ,  
 . - ! ,  
 , , □  
 , ( , -  
 ) ... □  
 : , ! □  
 , □  
 . , , □  
 , , □  
 ( , . .), -  
 ! ? □  
 ! , ! □  
 — ! , -  
 ! ,  
 ,  
 ,  
 ...





. , , -  
 , . -  
 « , ».  
 . —  
 , « »  
 ... , , -  
 .  
 « - »  
 , 40 -  
 . ?!  
 , ! «  
 » !  
 - , ,  
 , . ?!  
 - , .  
 , ! -  
 , , -  
 . -  
 : « !» , -  
 , !  
 , ! ,  
 ! ,  
 , ?  
 — . -  
 , □  
 . □  
 , □  
 . □

,  
 . ( , , - - -  
 ) . « » □  
 , , □  
 , . □  
 , « □  
 » □  
 . , !  
 , .  
 - , ? !  
 . — ! ,  
 , — - , □  
 , , □  
 , . □  
 , ! □  
 , . □

-

!

,

,

—

!

:

...

,

,

,

-

,

.

?

,

-

!

,

,

,

,

:

┌

.

,

)

(

!

.

,

,

,

.

,

,

-





( ' ?)

,

.

-

,

.

,

-

-

,

-

.

-

-

,

,

-

...

-

(

,

)

-

!

-

!

,

,

,

...

...

,

—

!

«

»

—

-

.

-

,

-

.

-

-

,

.

-

,

,

,

,

-

...

-

,

,

-

,

-

,

-

: «

,

».

,

,

,

,  
 . : , -  
 , , ! , . -  
 ! , , -  
 , , , -  
 ! -  
 , , -  
 ! -  
 ! , -  
 ! , -  
 « -  
 », , -  
 ... , -  
 8 ! , -  
 ? -  
 , , -  
 , -  
 ( - ) . -  
 . -  
 , -  
 , -  
 ! -  
 , -  
 ? , , -  
 . -  
 , -  
 ? -  
 , -  
 , -  
 ! -

, , -  
 , , , , -  
 . , , -  
 , , -  
 ( , -  
 ) . -  
 , - -  
 , , -  
 , , -  
 . , -  
 , , -  
 « , ... -  
 ? -  
 , ?! -  
 , , -  
 - , -  
 , , -  
 . ( !)  
 ( , ,  
 ) ,  
 1-1,5 -  
 . -  
 ( !!!) -  
 ( -  
 ! ) -  
 . -  
 , . « -  
 »! ! — ,

,  
 , - ... ,  
 : , , ...  
 18 -  
 . ,  
 ( -  
 ) , -  
 . , , -  
 , , , -  
 , ! -  
 , -  
 6-8 -  
 ! , . !  
 - -  
 : -  
 . , ! ,  
 ! ! ,  
 , , ,  
 , , ,  
 , , -  
 , , -  
 , , -  
 , — ,  
 ! ! — 7



« » — 99%

— « »

».

!

« », «

!),

« - »:

« ».

!

XIX

!

!

6 7

. . . ! — .  
 , —  
 , « » — !  
 , : « — —  
 ?!» !  
 , « » ,  
 , ! ,  
 « » . , ...  
 , , ! ,  
 , — . , —  
 ! , — —  
 ... ! ?  
 , — !  
 , , , — ,  
 , , , ... ,  
 , —  
 . : —  
 , , —  
 , , —  
 . , !  
 ! , « » !  
 . , « » !

,  
 —  
 !  
 , , ,  
 , ,  
 , — ,  
 , ,  
 .  
 — .  
 .  
 .  
 , « »  
 . , ,  
 ...  
 — !  
 !  
 , — ,  
 — ,  
 « » , —  
 .  
 — .  
 , ,  
 — ,  
 , ...  
 !  
 ,  
 ; , , — .  
 , ,  
 . ? ?  
 ! , !  
 — ? , ,  
 , ? !  
 ! — , —



, - , -  
 -  
 , .  
 !  
 , ( — !). ?  
 , 0,5-1 ,  
 , , , . .  
 -  
 . ...  
 , ! !  
 . , -  
 , — . -  
 , , — -  
 . : — — -  
 , — -  
 . — , -  
 ( , ) , -  
 4 -  
 . , - -  
 . ...  
 , — -  
 , — -  
 . , -  
 « » , , -  
 , .  
 , , , -  
 , « » .  
 , , , -

,  
 . :  
 .  
 —  
 , , .  
 , — , -  
 — , -  
 5 . ,  
 , ,  
 .  
 , -  
 — -  
 6 « » , 5-  
 . 2 .  
 , -  
 . -  
 , —  
 !  
 , -  
 . « », -  
 , — -  
 « »  
 , .  
 , , ( ),  
 . !  
 — .  
 . ? ? :  
 ,  
 .  
 , , !!!  
 , !



...

...

!

<<

>>

—

.

,

,

-

.

—

,

,

,

.

-

,

,

.

┌

-

,

,

-

.

,

┌

.

┌

,

,

,

!

,

!

┌

!

┌

! , , -  
 , , -  
 ! - ! — -  
 ! - , , -  
 ! -  
 , - ...

« » — -  
 ! , , -  
 ! , , -  
 , , .  
 , , ...

? , -  
 , , :  
 « , , !» , -  
 . , , , ! ,  
 , , , , , , ...  
 , - ? -

! , ( -  
 ) ( -  
 . , -  
 : « , , , -  
 , , ? -

» . , ,



, —  
 ! !  
 ! !  
 ! — !  
 ? ! — ! —  
 ! ! , ,  
 ! ! , ( —  
 ), . —  
 , —  
 — , ! , —  
 — ! ! !»  
 ...  
 , ,  
 , : ,  
 . !  
 , , ,  
 , .  
 — ! —  
 , ! —  
 « — ».  
 , —  
 . ,  
 ...  
 , ,  
 — ,  
 . .  
 : « , ! ,

!» —

, , -

!

!

. ,

!

,

!

, ?) —

—

-

...

,

,

!

,

—

•

.

.(

!)

,

•

(

)

,

(

,

.

,

,

...

•

,

,

,

-

,

.

•

,

,

,

,

•

.

.

┌  
-

┌  
┌

( ┌

┌  
,

┌  
┌  
┌

┌

,

┌

┌  
┌

┌



.  
 ,  
 —  
 !  
 ,  
 ,  
 ...  
 :  
 ! !  
 , ...  
 ,  
 ,  
 !  
 ! , —  
 , ,  
 , ...  
 , ,  
 !  
 ,  
 .  
 !  
 ,  
 !  
 ,  
 « »  
 ,  
 ,  
 ?  
 .  
 ,



?

?

?!

-

, ...

*P. S.*

,

-

,

.

—

.

,

8 ( ).

, :

,

?

?

,

?

?

,

,

!

-

,

,

«

»

,

,

,

?!

!

,

,

,  
 , , ,  
 , , ,  
 .  
 ,  
 ,  
 , , -  
 , -  
 , -  
 , , -  
 , ,  
 ! ,  
 ! , -  
 , -  
 , -  
 ? ?  
 ! -  
 ! -  
 ! , -  
 , -  
 , -  
 . , ,  
 ,  
 « » ,  
 !  
 ,  
 .  
 ,  
 ,  
 , «  
 » ,  
 .  
 —  
 ,  
 . ,  
 «  
 - » ,  
 ! ,

! ! ! ! !  
 ... ! ! ! ! !  
 , ! ! ! ! !  
 ... ! ! ! ! !  
 , , , , , ?  
 , , , , , !  
 ? ! ! ! !  
 , , , , , ...  
 ! ! ! ! !  
 • ( ! ! ! ! !  
 • ( ! ! ! ! !  
 • , — ... ( ! ! ! ! !  
 - !); —  
 • - ( !); -  
 • ( !); -  
 , , , , ,  
 , - ! ! ! ! !

,  
 ,  
 .  
 —  
 !  
 ,  
 ,  
 —  
 .  
 ...  
 —  
 ,  
 ,  
 ,  
 .  
 ,  
 ,  
 16  
 ,  
 ,  
 !  
 : « -  
 ! , ?»  
 ,  
 !  
 :  
 ! , !  
 —  
 !  
 ?! ?!  
 !  
 ,  
 ,  
 ,  
 !  
 ,  
 ...  
 ,  
 ,  
 ,  
 !  
 ,  
 ...

,  
 ! ,  
 ?  
 . , ?  
 , ?  
 ? ! !  
 ! ! ... ,  
 ! ,  
 , :  
 , , ,  
 . ,  
 ...  
 , - .  
 .  
 - ?!  
 - - ...  
 - , , ,  
 ! , , ,  
 , , ,  
 ,  
 ?!  
 « ...» , , ,  
 ...»  
 !!!  
 , , ,  
 :« , ?  
 - ?» -  
 : « ...»



, ( -  
 , ), -  
 : « -  
 ». , -  
 , ! -  
 !  
 , Homo Sapi-  
 ens, —  
 : « -  
 ? ! , !!!» -  
 ! , -  
 ! , -  
 , ! -  
 ( -  
 !), , -  
 . -  
 ... , -  
 ! -  
 , , -  
 ! -  
 - , — ! -  
 , , . , -  
 , . -  
 — , , -  
 - . « -  
 » — ! -  
 , , -  
 — ! -  
 ! -

,  
 , 3 .  
 , , ...  
 ... , !  
 ? ... ,  
 ! ,  
 ) , ( ,  
 , , ,  
 : « !  
 , , , ,  
 . : «  
 ... »  
 ! — !  
 ! —  
 :  
 ,  
 — ... ?  
 — !  
 — ! : « ,  
 ? ! » —  
 , , ,  
 ...  
 ! ,

,  
 ! , , -  
 , , -  
 , , -  
 ,  
 : , ! -  
 , -  
 , -  
 , , .  
 , , -  
 « , -  
 »! , , -  
 -« » ... ?  
 !  
 ! ,  
 !!! ,  
 ! !  
 - , ! , -  
 ! - ! , -  
 , ...  
 . -  
 . -  
 , -  
 . :  
 — ?  
 — , — , — -  
 , , ,  
 ...  
 ,  
 ,  
 !!!  
 !!!  
 !!!



?! - ,  
 ,  
 . -  
 « » ? ! «  
 » ?  
 « » ?  
 ... !  
 , ! -  
 , , . -  
 , - ,  
 , ,  
 , -  
 ...  
 , — — —  
 , — —  
 ? ! - - !!! — ! ,  
 ? ? !  
 . ,  
 , ? — —  
 ! ,  
 . , «  
 »,  
 .  
 , — —  
 . 35, - ,  
 , ...



, , . ? -  
 , , ? -  
 : , . -  
 . — ; -  
 — . . -  
 , « -  
 » , -  
 , ... : -  
 ? -  
 , , « » -  
 . ! -  
 — ! , , -  
 , , . -  
 , , , ... -  
 , , . -  
 , , -  
 , 1994. -  
 ! , -  
 , ! -  
 , , -  
 , , -  
 . , -  
 ! -  
 . -  
 , -  
 , -

,  
 , :  
 , !  
 , ? ? ,  
 ... ? ? ,  
 , ?  
 !  
 ! ,  
 !  
 , !  
 , 42- —  
 « , »!  
 , - ,  
 . ! -  
 , ,  
 , — « !  
 , ».  
 ...  
 , 35  
 !  
 , ?!  
 !  
 « », : ,  
 ? , , ?  
 !  
 !  
 - , ,  
 , ,  
 .



- ... -  
 — , ! -  
 ! , ! -  
 , . , -  
 , , -  
 — ! -  
 , — ! -  
 ! -  
 ! ! -  
 , , -  
 , , -  
 — . -  
 , ! -  
 , ? , -  
 — , -  
 , ? , -  
 , ? , -  
 ( , ? )! -  
 ? — , -  
 , , -

, , ,  
 , ...  
 8 17.00 -  
 - 6,  
 ,  
 30-40 ,  
 17.00 — ...  
 , ,  
 ? ,  
 - ,  
 , , ...  
 , ... 23  
 ! 7  
 , , —  
 ! 40-60-  
 , 8 ?! ???  
 - , !  
 , !  
 , .  
 , ?!  
 .  
 , !  
 , ,

· ..

, (?! - , ㄱ  
« » ! ㄱ  
!), ㄱ  
- , ㄱ  
· ㄱ  
! — , ㄱ  
! , ㄱ  
— , ㄱ  
« » , - ㄱ  
· ! ㄱ  
( ! , - ㄱ  
! ㄱ  
· — ! ㄱ  
! , ㄱ  
· ( ㄱ  
! ) ㄱ  
· ! , ㄱ  
· ㄱ  
· ㄱ  
- ㄱ



— , . — —

... , , , —

( ) , — —

· — ! —

? — —

! —

— ! —

), : ( , —

), ); ( —

), ); —

) « », —

) ; —

· , ? —

! ! —

· « » . —

— ? —

3-4 , . —

, . —

,  
 ...  
 ?  
 , — , ,  
 . :  
 !  
 , , ,  
 — ,  
 !  
 !!!  
 , -  
 -  
 .  
 .  
 , -  
 , : , , -  
 . -  
 , —  
 . , -  
 - , -  
 - ,  
 ( , ) , —  
 , . . .  
 , ? , , -  
 — . -  
 , . 60:40 , 70:30% . -  
 , — . , -  
 .  
 : — . ! -  
 « » .



. , , , .  
 « ...  
 ? , 300 , -  
 , , , ,  
 . , ( ,  
 . .), .  
 - . -  
 . , -  
 . , — , .  
 ,  
 , ! , !  
 , ! ,  
 !  
 , ,  
 , ,  
 , 5-10, ,  
 « ».  
 .  
 ?! - ! ! ,  
 ,  
 , - !  
 ?  
 ! , !



,  
 , -  
 ,  
 ,  
 . —  
 .  
 !  
 -  
 ?!  
 ,  
 ???  
 ( , )  
 ?  
 10 « »  
 ,  
 ,  
 .  
 ,  
 ! ?  
 !  
 ,  
 !  
 ,  
 ?  
 ,  
 . « »!  
 ,  
 « »!  
 —  
 ,  
 .  
 ?  
 ,



. — , « » . — ,  
 ,  
 . ,  
 ! —  $1/3-1/2$   
 ,  
 :  
 , !  
 .  
 , ,  
 , — ...  
 , , ?  
 , !  
 , ,  
 , — .  
 , ,  
 , !  
 . , ,  
 , ...  
 , —  
 , « » ,  
 .  
 .

,

,

┌

.

,

┌

,

« ».

,

-

...

,

— -

.

,

,

-

-

5-10

-

-

.

,

,

:

,

,

· ∴;

/

;

;

.

.

,

-

,

,

-

,

-

.

,

,

«

»

,

-

,

.

,

(

-

-

!)

!

,

-

! — !

, ...

, , ,

!

, , «

».

, —

, .

( , ) ,

, !

« » — ,

, —

, .

— .

— ( 90°

),

, — . — .

!

« ».

,

. . , ,

,

,

┌

.

,

┌

-

.

┌

,

,

┌

,

,

,

┌

,

,

┌

.

!

,

┌

,

.

-

┌

.

,

,

┌

90-100°

.

,

.

,

,

.

,

-

.

,

.

,

...

,

-

.

-

-

.

—

,

.

,

.

,

-

,

!

, , . -  
 , , , ,  
 , , , ,  
 ( — ),  
 . ? ?  
 — , -  
 ! , , -  
 . , , -  
 ! , , -  
 , ... -  
 , . -  
 — «  
 » -  
 . ( , )!  
 « » ,  
 , -  
 , . -  
 , : , -  
 , ! , -  
 , , -  
 ! , -  
 , ( , ) , -  
 ! -  
 .





. - , , .  
 , , - ,  
 , ... , ,  
 ! 5 , , ,  
 !  
 .  
 ...  
 ,  
 . - - -  
 , — —  
 . — , !  
 , , -  
 .  
 , — -  
 .  
 « » . ,  
 .  
 , , -  
 . . -  
 . , -  
 ...  
 : - -



— ?

· , , ,

! , , ,

« , » ,

· ! , , « ».

?!

—

· ,

· , ,

! , — ?

· , — ! ,

· , , ! ... ,

! , — .

· ,

! —

· , !

· , !





,  
 —  
 !  
 : ,  
 !  
 .  
 , , , ,  
 .  
 , !  
 ,  
 , ,  
 .  
 .  
 .  
 , ,  
 , ,  
 , . !  
 .  
 ,  
 ! ,  
 - ,  
 ( , !)  
 ,  
 « » , — !  
 , ...  
 , - ...  
 - , -  
 . - —  
 ...

!

-

.

,

-

!

,

!

,

? « , !» !  
 , « » . , ... - !  
 ! — , , !  
 — « »? , -  
 . , , , -  
 , , , , ?  
 - ! « , -  
 ?» — . — ! -  
 ! — « -  
 » « -  
 »! »  
 , , !  
 , , -  
 , !



• ; — ; :  
 • ; ;  
 • , ) -  
 • ( , ) -  
 ; ; ;  
 • ; ; ;  
 • ; ; ; ;  
 • ; ; ; ; ;  
 — , , ! ! ? -  
 , ! ! ! ? , -  
 . ? , - -  
 ! ! , - -  
 ! , - -  
 , , , , , -  
 ? ? , , , -  
 ? ? ! ! -  
 ? ? ! ! -  
 !! -  
 , !

,  
 ! , ? ?  
 , ?  
 : -  
 , -  
 . , .  
 — .  
 6-8- 10-  
 ! :  
 , , -  
 ... — . -  
 . « —  
 ». ,  
 . !  
 , -  
 ! -  
 ! , -  
 ! ?!  
 ( . ) — .  
 !  
 « ! »! « » -  
 : -  
 !!!  
 ! ? ! -  
 : « ?  
 . ! 99%



,  
 « », . — !  
 , , ㄱ  
 -  
 , . ㄱ  
 , ,  
 ! ...  
 !  
 , , , ㄱ  
 -  
 ㄱ  
 ! , , , .  
 ㄱ  
 . « » ㄱ  
 -  
 , ...  
 , , -  
 !  
 , , . .  
 « » « ».  
 « - -  
 ,  
 »! ! !  
 - ...  
 ! !  
 — !  
 , -  
 :  
 ? !!!  
 !!!  
 - ,  
 .  
 . , .  
 — , ㄱ  
 , .  
 -  
 , « »! , :

- ? - ' ?! , !  
 , ,  
 , - ! -  
 ? .  
 . — , — . ,  
 , . . ... ,  
 ! — « » ,  
 ! ! , -  
 , , -  
 ! . , -  
 — . : « , -  
 ...» : « —  
 ) ...» ? :  
 , ; ) -  
 . -  
 ! ! -  
 , - !  
 ? ? , !» -  
 . -  
 , , - , -  
 . « , ? !  
 !  
 — , .  
 , , .

,  
 ! ?!  
 , , !  
 : , , —  
 , , —  
 , —  
 !  
 « »?  
 ! , :  
 !  
 « »  
 :  
 , — !  
 . — ,  
 ( ( !)  
 ( ), 5-6 )  
 ( , ).  
 .  
 , —  
 , :  
 - ,  
 ,  
 ... , ,  
 .  
 ,  
 ,  
 .  
 .  
 , ... .  
 , — « »,



,

,  
-

· , , □  
,

, .

( , . ).

,

-  
-

,

...

!

,

:

-

!

,

?

,

,

,

-

,

,

,

·

!

,

-

·

·

,

?

!

-

,

-

,

·

-

,

·

—

-

,

;

,

-

·

·

,

,

,

-

,

·

-

,

,

,

,

,

!

?

?

!

,

,

,

,



- , ? ? . -  
 — ? ? -  
 : « -  
 ». , -  
 ? -  
 , . — -  
 , . , -  
 . ? -  
 , , -  
 ? , . -  
 , , -  
 , , -  
 , -  
 ? ? , -  
 « » . -  
 , , -  
 — -  
 , -  
 , -  
 « » « -  
 ... ». -  
 , -  
 , -  
 — , -  
 ! -

,  
 , ( ?)  
 .  
 , « »  
 . ,  
 . « »,  
 , —  
 . —  
 , —  
 ,  
 .  
 , « ? »  
 , ? !  
 ,  
 . , ?  
 . , ,  
 ! , . <  
 , ,  
 . ,  
 , —  
 , — !  
 ,

- « » -  
 , . -  
 , -  
 . -  
 , -  
 . -  
 — . -  
 . -  
 . , -  
 , , -  
 , -  
 , -  
 . -  
 . !  
 — « » .  
 , , -  
 ! -  
 , -  
 , ?!  
 , -  
 . « » ( -  
 . ! ) « » ! -  
 ! -  
 ! , , -  
 ? ! ? ! ? -  
 ? ? ! -  
 ! -  
 !  
 ...  
 , -  
 !

.  
 ,  
 ( , )  
 (...). ( , )  
 ,  
 ,  
 —  
 + + — .  
 . : +  
 ! —  
 ( ) .  
 ( ) .  
 , , ( !)  
 , . , ,  
 , .  
 !  
 « — » « »!  
 — !  
 , , !  
 , — ,  
 !  
 3-4 ! ,  
 ! ! ,  
 , ,  
 ...  
 ? , , ,  
 — —  
 . , ,  
 ... , !





— . , ! - ,  
 ( , -  
 ). - , -  
 , -  
 —  
 . ,  
 , ,  
 , ,  
 , ,  
 , ,  
 ! , -  
 : « ... »?  
 !  
 ( , -  
 ) . -  
 .  
 , ,  
 , ,  
 , , , -  
 .  
 — , — -  
 , , -  
 — ... , -  
 , ! —  
 . -





. ,  
 « » — ? —  
 -  
 . -  
 , . -  
 , , -  
 . -  
 , -  
 4 ! .  
 ! 5 , -  
 -  
 7 , « -  
 » -  
 : -  
 Homo Sapiens —  
 !  
 , , !  
 : -  
 — ! -  
 , -  
 , -  
 . -  
 ! — .  
 . -  
 , -  
 :



« — ».

« »...

14

! !  
! !  
! !  
! !

« » « », ? ?  
! !  
! !



! , . -

: — , ,

— : -

, , — -

. — -

; , -

35-40 , -

— , ,

... , -

, , -

. ! ,

— ! ,

«1»! , -

, , -

— , -

« » ( , ?!) ,

. , -

! , -

, —

! , -



.  
 . ( ,  
 ), , .  
 . : , !!!  
 ? -  
 , — ! -  
 — , ,  
 , ( -  
 ) . « » -  
 , NaCl! -  
 — ? -  
 ! , — ! -  
 , , -  
 ! ? , -  
 ! , , -  
 , -  
 ! -  
 ? ? -  
 « -  
 »? , ,  
 . ? , ,  
 ! . ,  
 , ... -  
 , !!! -  
 , -  
 : , , . -  
 , , , -  
 .

,  
 ( , , ,  
 . .).  
 , , -  
 . -  
 . !  
 - . -  
 . . . -  
 ...  
 ( ,  
 !)  
 ...  
 , ...  
 . !!!  
 . , -  
 . : -  
 ! ,  
 , ,  
 .  
 ! ,  
 ... -  
 , -  
 , -  
 , . -  
 , ...  
 - ! ,  
 : -  
 . , , ...  
 . -  
 , , -  
 , . -  
 - , « »  
 ...



, — , !  
 , ... , !!! ,  
 , , , , — !  
 ?!  
 . — X, — ,  
 — 2... , -  
 ? , ?! ,  
 ?!  
 , , - , -  
 -  
 ! - ,  
 ( ) , -  
 , !  
 , -  
 , ( -  
 ) ( — !). , -  
 , ,  
 . « » -  
 , !  
 - — ,  
 , -  
 . -  
 , ... -  
 — .  
 , ...

,  
 — — — — —  
 ... ! ???  
 « »?! ?  
 , , - ? , -  
 ? ? ,  
 ? , ?  
 , ? , -  
 ? , ...  
 ! !  
 , -  
 ! -  
 , -  
 «  
 » ! ! ! ,  
 - ! ! !  
 ! ! !





... , ' ? -  
? — !!!

— ! -  
, ! -  
— -  
!

, ! ' ? .  
? , ! ? -

, « » . !

: -  
, - !

— ! , ! -  
— ! , -

, -  
« » . ? : -

, -  
? : , -  
! , -

,  
...

,  
 —  
 ,  
 « »...  
 ,  
 : ( !)  
 - ,  
 ,  
 ,  
 ,  
 ,  
 — !  
 , : « ,  
 , !»  
 « »  
 : « ,  
 »; : « ,  
 , ...»  
 «  
 ».  
 : « ,  
 ,  
 ...» : «  
 ,  
 ...»  
 ,  
 ,  
 — .  
 , ...  
 ,  
 -

. : ( -  
 !), , - ( -  
 : « , ( -  
 !» : « , !  
 , , ,  
 ?!»).  
 - , -  
 , , , -  
 , , . -  
 . -  
 ...  
 ! —  
 , ,  
 ...  
 ! , « » — -  
 , ( -  
 !), , -  
 , , , ,  
 , , , ,  
 ?  
 : « , ...» « -  
 ...»  
 , -  
 , , -  
 . -  
 ...  
 !





. — . , -  
 , ... ( , ):  
 « ! »! ( ):  
 , ), - , -  
 , , « -  
 »! ? ! -  
 ( , — ! )  
 ! ! -  
 , - !  
 !  
 !!! !!!  
 , — « ??? »  
 « ??? ».  
 . .  
 : « , — -  
 , — . ».  
 — ?!  
 , .  
 , -  
 , -  
 , -  
 , -  
 —



,

,

,

!

,

,

,

-

-

,

?

-

,

,

,

-

,

.

,

,

,

,

-

.

-

,

-

.

,

.

,

.

,

,

.

,

,

!



.  
 .  
 - :  
 ,  
 « ».  
 -  
 .  
 • - , , ,  
 ,  
 ,  
 « » — ,  
 • - , :  
 ,  
 .  
 ,  
 ,  
 ,  
 !  
 ,  
 —  
 « »  
 ,  
 .  
 . «  
 ».  
 , ,  
 .  
 ,





!!!)

!

!

!

<<

-

>>

<<

>>

<<

>>

...



! — -

: , ...

,

- , -

...

,

: « —

».

« -

» « ».

.

,

?

,

? !

?

! — ( ,

!!!)

,

!!!

! — , !!!

« , »!

- , -

.

:

, , !

5-10

,  
 : ,  
 ! ! -  
 -  
 , - ,  
 . -  
 , ,  
 : « !» . -  
 , .  
 « -  
 » , -  
 -  
 .  
 , ,  
 , ,  
 ! ! -  
 , -  
 , , , ,  
 , -  
 .  
 , , .  
 , , , ,  
 ? -  
 ? ! ,  
 , « », -  
 , ,  
 ,  
 . -

， ， ，  
·  
， ， -  
， ， -  
， ， -  
...  
—  
， ， ·  
， ， ! ! ，  
， ， !  
· - -  
， - ! -  
， ， -  
...  
—  
· ， -  
...









,  
 — , , -  
 ,  
 , , , -  
 , , . -  
 ,  
 , -  
 ...  
 , —  
 ,  
 , -  
 , . -  
 , . -  
 , , -  
 ! , -  
 , , -  
 . — ! , -  
 ! ! —  
 ,  
 , -  
 ...  
 — ,  
 . ,  
 « » -  
 , -  
 , « » . -  
 , ,  
 ,



· , ... ,

- · , -

· , ( , -  
) ,

« » — .

· , -  
, , , -  
,

— , — ,

- , .

,

, , ,

, ,

!

« » , -

· — «  
, ».

,

·

, !

« » —

·

, ,  
« » ,  
( !)

· —

· -  
-

,  
 «                      ».  
 ,  
 !  
 ,  
 ,  
 ,  
 !  
 —                      !  
 (                      !)  
 .  
 ! ,                      «                      »,  
 !  
 !  
 !  
 ?  
 !  
 !  
 (                      ),  
 ...  
 ...

,  
 ,  
 . ,  
 » , «  
 ! — ,  
 !  
 ,  
 !  
 , —  
 .  
 ,  
 . ,  
 ...  
 !  
 , :  
 , !  
 !!! -  
 , ,  
 - ... ,  
 - , ! ,  
 — !  
 !!! , -  
 , !

Image — , .  
 Imagine — , .  
 Make — , , , -  
 .  
 Imagemaker — , « »  
 « » .

,  
 - ( !).  
 , — ,  
 ,

,  
 ,  
 .  
 ... ( ) — ...  
 , ,  
 .  
 . ,  
 -  
 , ( , ), ,  
 -  
 :  
 .  
 -  
 ;  
 ; , ,  
 ! ...  
 , .  
 ? , 60,  
 , ,  
 .  
 - , ,  
 . — « », «  
 » —  
 , ?

« : »! . -  
 , — ! -  
 ? ... , , -  
 , , -  
 . -  
 . -  
 , , ! -  
 , , , -  
 , , ?! -  
 . , , , -  
 , , , -  
 , « »? -  
 , , -  
 . ? ! , -  
 ? -  
 - , , ( , . -  
 ! ) ? -  
 »! ! « , , -  
 . , , , -  
 , , , , -

,  
 , , ... -  
 , , .  
 , , .  
 , , .  
 , , — .  
 , ! , -  
 ? , , -  
 ? , -  
 , ? -  
 : ( -  
 !), , , -  
 ( ) , , -  
 , ( , , -  
 ) , , -  
 , , , -  
 , . — , -  
 , , ; -  
 , ; -  
 , , -  
 , ... ? , , -  
 , ! , -  
 ! , , -  
 , , , -  
 . , , -  
 1:1. -  
 , -  
 . , -

, , -  
 , -  
 « » , -  
 .  
 . .  
 :  
 . -  
 . , -  
 . —  
 . , — .  
 , -  
 . . -  
 , , -  
 , -  
 .  
 , -  
 — , , ...  
 ! . ! ,  
 ! ,  
 , -  
 ... ,  
 , — ! ,  
 - . -  
 — ,  
 , ! , -  
 , — , -  
 . ? .  
 ! « »? « , -  
 »?

,

98%

’  
?

!

-

!

,

,

.

,

.

-

,

«

»

-

.

«

»

.

(

48

).

—

...

,

-

,

!

.

,

,

,

.

.

.

.

.

.

.

,

.

.

—

.

.

,

,

,

.

,

-

.

-

.

-

.

,

.

,

,

,

...

,

,

.









« »

« »

.: (812) 328-15-62, (812) 323-88-74  
: 199053, ., / 20  
E-mail: [dom@vektorlit.ru](mailto:dom@vektorlit.ru)

!

« »

.: (812) 235-70-87, 235-61-37, 235-40-22;  
e-mail: [eui@nprospect.sp.ru](mailto:eui@nprospect.sp.ru)

,

..

..

..

24.11.06.

$84 \times 108^{1/32}$ .

5

..

4000

.

57.27

—

-005-93, 2 — 953000

./

: (812) 235-70-87, 235-61-37, 235-67-96.

« -

».

, .

, 45 .



—  
: (812) 715-36-66

« »

!

.

!

!

!

- : -
- 2% ( : -
- 8%); : 10% , 15% -
- 10 ;
- .

**(812)715-36-66**

,

.

:

« « »  
 7811126328, 781101001,  
 1027806056530,  
 / 40702810700520000184,  
 044030829, / 30101810800000000829  
 « » . -

**(812) 715-36-66**

11.00 17:00 ( ).

