

Я уверен, что лучшие книги те, которые помогают человеку самосовершенствоваться

ХАСАЙ АЛИЕВ

КЛЮЧ К СЕБЕ



Врач-психиатр Х. М. Алиев создал уникальный метод управляемой саморегуляции, получивший одобрение Министерством Здравоохранения СССР. С помощью саморегуляции можно самостоятельно снять головную боль, напряжение, полноценно отдохнуть за чрезвычайно короткое время, ускоренно приобрести профессиональные навыки вождения автомобиля, скорочтения, печатания на машинке... «Ключ к себе» открывает огромные возможности. В чем суть метода, как им пользоваться на благо себе и окружающим, какие перспективы он открывает, как научиться управлять своим организмом, - рассказывается в этой книге.