

ДОБРЫЙ  
НАЧИН

СКОРАЯ ПОМОЩЬ  
ВДАЛИ ОТ ДОМА

БОЛИНЕТ В ПУТЕШЕСТВИИ



Издательство АСТ  
Москва

*Материалы, изложенные в данной книге, не являются медицинской рекомендацией. Авторский метод самопомощи не заменяет профессиональной диагностики и лечения. При возникновении болей, ухудшении состояния или сомнениях в причинах симптомов следует обращаться к врачу. Применение изложенной информации требует осознанного и ответственного подхода.*

## ОТ АВТОРА

Моей супруге Марине почти год назад на День рождения подарили умный робот-пылесос последней модели, но мы все никак не могли его подключить и начать использовать, как будто руки не доходили.

Однажды я пошутил на эту тему в разговоре со своим тестем Николаем Михайловичем, который был у нас в гостях. Он тут же вызвался подключить пылесос за пять минут — мол, у него самого такое чудо техники уже давно работает.

Мы открыли коробку, достали пылесос, и я предложил прочитать ИНСТРУКЦИЮ, но тесть весело отмахнулся: «Сначала соберем, а если что-то не получится — тогда уж посмотрим».

Стоит ли говорить, друзья, что через пару часов мы внимательно четырьмя глазами читали ИНСТРУКЦИЮ, и только после этого наш пылесос бодро закрутил щетками и покатился по полу.

Уверен, многие из вас узнали в этой истории себя или своих близких. Признаюсь, я и сам не раз поступал точно так же.