

**ΧΑΛΑΡΩΣΗ!
ΓΙΑ ΝΑ ΓΝΩΡΙΣΕΤΕΤΟΝ
ΕΑΥΤΟ ΣΑΣ...**



**Andrzej Budzinski
San Bonifacio 2017**



Andrzej Stanislaw Budzinski

Χαλάρωση

«Tektme S.r.l.s.»

Budzinski A.

Χαλάρωση / A. Budzinski — «Tektme S.r.l.s.»,

ISBN 978-8-87-304273-0

ISBN 978-8-87-304273-0

© Budzinski A.

© Tektme S.r.l.s.

1/4#I#I#I#1/2IμI-#Iμ;
 I#I#I#I_cI¹I_cI# I¹IμI^{1/2} I#I
 1/4I#I#I#1/2IμI-, I#I±#I#I±#I±I»I#: I¹I»IμI-#I#Iμ I±I
 I#I# I#I_c I²I¹I²I»I-I_c, 1/4I-I^{1/2} I#I
 1/2IμI#I#I#Iμ#Iμ 1/2I± I#I_c I¹I¹I±I²I-I¹IμI#IμI-#IμI-1/2I±I¹ I³I¹I± IμI¹IμI-1/2I_cI
 I# I#I_cI
 I¹I»I_cI
 1/2 I¹I± I³I-I¹I_cI
 1/2 I¹I
 1/2I±I#I_cI-
 I¹I_cI¹I_cI¹ I±I#I# IμI#I-I# I¹I»I_cI
 1/2 I¹I± I³I-I¹I_cI
 1/2 I¹I
 1/2I±I#I_cI-;
 I#I±I¹I¹IμI-#I!
 I#I
 I#I® IμI-1/2I±I¹ I. I#I#I#I#I® I±I#I-I¹I#I. I#I.
 I#I
 I#I#I#I¹I-1/2I±I¹4Iμ I#I_c I#I#I#I#I_c I²I®I¹I¹I±. I¹I_c I#IμI#I-1/4IμI¹I± I#IμI¹I#I#I#IμI-#I_c. I#I#IμI#IμI#IμI#IμI-#I#I#IμI-#I#I#IμI-
 I#I_cI¹I#I#IμI- I¹I¹I_c I#I¹I_cI¹ I#I¹I⁴Iμ I#I. I»I¹I³I. I
 I#I_cI¹I⁴I_cI¹ I#I¹I_cI¹ I#I¹I²I_c, I#I¹I¹I^{1/2} I¹I¹I¹I±I¹I_cI»I_cI³I-#I± I³I¹I± I#I¹I# I»I¹I¹I^{1/2}I¹
 ±I#I¹I⁴I¹I²I_cI# I#I
 1/4I#IμI#I¹I¹I_cI#I#I# I¹4Iμ I#I. I# I¹4I-I#I±I¹I¹I#I¹I# I¹4I#I# IμI-1/2I±I¹ I»I¹I³I_c-I#I_cI»I# I_c IμI¹4I®I#:
 I#I-I¹I¹I_cI
 1/4Iμ I»I-I_cI¹I#
 I#I¹I¹4Iμ I
 I#I_cI¹4I_cI¹ I¹2I_cI
 I#IμI¹2I_cI¹ I¹2I_cI
 1/4Iμ I#I¹I_cI#I± I¹2I¹I± 1/2I± I¹I»I¹I³I_cI
 1/4Iμ...
 I¹I±I#I±I¹4I¹I²I_cI
 1/4Iμ I¹I¹I_cI¹ I¹4Iμ I#I#I¹I^{1/2}
 I#I±I¹ I¹4I±I¹2I±I¹I-1/2I_cI
 1/4Iμ I»I-I_cI¹I#
 I#I¹I¹4I_cI¹2I®
 I#I¹I#I
 1/2IμI#I¹I¹I_cI
 1/4Iμ I#I#I¹ IμI#A##I-I#IμI¹I#I_cI¹!
 I#Iμ I±I
 I#I® I#I¹I^{1/2}I#IμI#I-#I#I#I#I#I. I¹IμI¹2I¹I»I-I¹4Iμ I³I¹I± I
 I#I_cI¹4I_cI¹2I®: I±I
 I#I# I¹IμI¹2I¹I±I¹ I
 I#I_cI¹4I_cI¹2I®. I#I#I±I¹2I±I»I±I¹4I²I-I¹2I# I-I»I»I. I¹4I-I± I#I_cI#I-I- IμI-1/2I±I¹ I¹I¹I±
 ±I¹I_cI¹2I¹I±!
 I#I#I±I¹2I¹I»I# I¹3I¹I± I
 I#I_cI¹4I_cI¹2I®, I#I¹9I¹I#I_cI¹4I¹I¹ I#I¹I^{1/2} I
 I#I_cI¹4I_cI¹2I® I¹4Iμ I¹ I¹9I¹I#I±I»I±I¹I_c.

Î#Î†Î±Î#Î†- Î#Î.Î½ Î†Î†Î± Î#Î†Î³Î¼Î® Î½Îµ Î‡Î.Î-Î- Î#Î#Î#Î; Î#Î#Î.Î½ ÎµÎ#Î#Î#ÎµÎ#Î†Î®
 Î#Î#Î; Î°Î±Î†Î#Î#Î.Î½ ÎµÎ¾Î#Î#Î#Î#Î°Î® Î†Î»Î»Î†Î³Î®. Î#Î³Î°Î±Î»Î†Î-Î#ÎµÎ† Î#Î»Î.Î½Î#Î
 Î#Î.Î½ Î#Î#Î#Î#Î#Î#Î®. Î; Î#Î#Î#Î#Î® Î°Î†Î#Î#Î#Î®. Î#Î; Î°Î#Î#Î#Î#Î®. Î#Î.Î½ Î#Î
 Î#Î® Î°Î†Î#Î#Î#Î#Î#Î#Î#Î®. Î#Î; Î#Î#Î#Î#Î#Î#Î#Î#Î®. Î#Î.Î½ Î#Î

1¹₄¹₁^{1/2}.¹ $\hat{\chi} \hat{\chi}^1$ $\ddot{I} \# \ddot{I} \# \ddot{I} \# \hat{I} \mu \hat{I}^1$ $\hat{I}^{1/2} \hat{I} \pm \hat{I}^{3/4} \hat{I}^{1/2} \# \ddot{I} \# \hat{I}^{-1} \hat{I} \# \hat{I} \ddot{I}$
 $\hat{I}^{1/4} \hat{I} \mu,$ $\ddot{I} \# \ddot{I} \# \ddot{I} \# \hat{I} \ddot{I} \# \hat{I}$ $\hat{I}^{3/4} \hat{I} \mu \hat{I}^1 \hat{I}^{1/2} \hat{I} \circledR \ddot{I} \# \hat{I} \ddot{I}$
 $\hat{I}^{1/4} \hat{I} \mu;$

Î#Î#Î#Î# Î±±Î#ÎºÎ®Î#ÎµÎ#Î½, Î#Î'Î# ÎçÎ#ÎçÎ-ÎµÎ# Î¼Î#ÎçÎ#ÎçÎ#Î¼Îµ Î½Î±
Î,ÎµÎ#Î#Î®Î#ÎçÎ

Îøç; i#î½îµî#î¼î± îºî±î¹ î#îç; i#î#î¼î± îµî½ îµî-î½î±î¹ î±î
 î#î#î½î²îç; î¼î± îç; i#î#îµ î±î½îµî¾î-î#î#î. î#î±, î±î»î»î- îµî-î½î±î¹ î¹î#î#î
 î#î- î#î
 î½îîµîîµî¼îî½î± î¼îµî#î±î¾î# î#îç; î



$2^{\hat{L}_c\hat{L}^{1/2}} \cdot \hat{I} \hat{-} \hat{I}^{1/2} \hat{I}^{\#} \hat{I}^{\#} \hat{I}_{\mu} \hat{I}^{\#} \hat{I}^1 \hat{I} \hat{I}^{\pm} \hat{I}^{\#} \hat{I}^{\#} \hat{I}^{\#} \hat{I}_{\mu} \hat{I}^1 \hat{I}^{1/2} \hat{I}^{\pm} \hat{I} \hat{I}_{\zeta} \hat{I}$
 $\hat{I}^{\#} \hat{I}^{\#} \hat{I}_{\mu};$
 $\hat{I}^{1/4} \hat{I}_{\mu};$

Î£Ï#Î·Î½ Ï#Ï#Î²Î·
 Î£Ï#Î·Î½ ÎµÎ¹ÎºÏ#Î½Î± Ï#Î·Î·
 ÎµÎ±Î±
 Î#Î·Î# Î¼Î±Î±
 Î£Ï#Î¹Î# Ï#Ï#Î#ÎµÎ¹Î# Î¼Î±Î# Î¼Îµ Î#Î·Î·
 Î# Î-Î»Î»Î·Î·
 Î#
 Î£Ï#Î· Ï#Ï#Î#Î· Î¼Îµ Ï#Î·Î½ Î#ÎµÏ#
 Î£Ï#Î· Ï#Î·
 Î³Ï#Ï#Î#ÎµÏ#Î·
 Î£Ï#Î·Î½ Î±Î·
 Î#Î·Î· ÎµÎºÏ#Î·Î½Î· Ï#Î·
 Î£Ï#Î¹Î# Ï#Î-Î#ÎµÎ¹Î# Ï#Î·Î# Î¶Ï#Î®Ï#
 Î£Ï#Î± Î·Î¹Î-Î#Î·Î#Î± Ï#Ï#Î·Î²Î»Î®Î¼Î±Î#Î± Ï#Î·Î# Î¶Ï#Î®Ï#
 Î£Ï#Î· Î#Î±Î#ÎµÎ»Î· Î#Î½.

Î# î°î+î_î!/_2î±î# î+î#î# î_îû!/_4î-î# î#î#î#îû#îûî! î!/_2î± î#î_î 3/4î#îûî! î!/_3î!î± î#î_î!/_2 îûî±
 î#î# î#î_î
 . î#î#îû#îûî! î!/_2î± î±î!/_2î±î#î#î#î#î!/_3/4îûî! î#î-î_îû î#î#î#î!/_2î»î_î!/_4î± î±î!/_2î-î#îû#î!/_2î#î_î_î
 î#î, î!/_3î!î± î#î_î!/_1îûî#î_î!/_4î#îûî#â#î
 î#î_î!/_2î#î#î!/_2, î#î_î!/_4î_î!
 î#îûî!/_1î!/_2î-î#î!/_4îû, î#î_î_î!/_3/4îûî#î±â#î_î#îûî#îû î#î_î!/_2 î#î#î#î±â#î
 î#î_î_î#î_î#î@! î#î_î_î#î_î#î@! î#î!/_2 î±î#î_î#î+î#î_î#î_î_î
 î!/_4îû î!/_2î± î±î!/_2î»î_î-î!/_3/4î_î

Î#Î#Î#Î# III (ÎµÎ²Î¹Î;Î¹/4Î±-Î¹Î± 3)
Î# Î#ÎºÎ¸Î#Î#Î# â## Î· Î·#ÎµÎ¹/4Î±-Î± ÎºÎ±Î¹ Î¸ Î»ÎµÎ³Î#Î¸Î# Î#Î¸Î#
Î,Î¹/4Î¸Î# Î#Î·Î# Î±Î½2Î±Î#Î½2Î¸Î®Î#
Î#Îµ Î#Î· Î#Î#Î#Î¹/4Î¸Î#
Î»Î± Â«Î· Î±Î½2Î±Î#Î½2Î¸Î®Î#Î¹/4Î¸Î#
ÎµÎ¹Î½2Î±Î¹ Î®Î#ÎµÎ¹/4Î· Î·Î±Î¹ Î#Î#
Î·Î½4Î·Î#Î½4Î·Î·, Î· Î±Î½Î±Î#Î½2Î¸Î®Î³Î·Î½2ÎµÎ#Î±Î¹ Î#Î»Î¸Î· ÎºÎ±Î¹ Î#Î¹Î¸Î· Î²Î±Î·Î¹Î·
ÎºÎ±Î¹ Î#Î#
Î·Î½4Î# Î#Î¸Î#
Î#ÎµÎ¹ Î#Î#Î±Î½2Î·ÎºÎ·Î½4Î#Î½4Î±Î#Îµ.
Î·Î#Î·Î-Î½2Î¸Î½2Î#Î±Î# Î#Îµ Î±Î#
Î#Î® Î#Î· Î#Î-Î#Î·, ÎµÎ#Î#Î#
Î³Î#Î-Î½2Î¸Î#
Î½4Îµ Î#Î»Î¸Î· ÎºÎ±Î¹ Î½4ÎµÎ³Î±Î»Î#Î#ÎµÎ#Î· Î· Î#ÎµÎ¹/4Î±-Î± ÎºÎ±Î¹ Î#Î·Î½2ÎµÎ»Î-Î#Î¹Î#Î#Î·
Î·
Î½2Î±Î#Î® Î#Î±Î#ÎµÎ½4Î²Î¸Î»Î#ÎµÎ½2Î·Î#Î·Î#Î¹Î#Î½2Î#ÎµÎ#Î½2.
Î#Î¹Î#Î#Î½2Î¸Î#
Î½4Îµ Î±Î#Î#Î# Î#Î· Î½4Î#Î#Î· ÎºÎ¹ ÎµÎ³Î#Î½2Î¸Î#
Î½4Îµ Î±Î#Î#Î# Î#Î¸Î· Î#Î#Î#Î½4Î±Î· Î#Î¹ Î±Î½2Î±Î#Î½2Î¸Î# Î· Î±Î#Î#Î#ÎµÎ¹ Î½2Î± ÎµÎ-Î½2Î±Î¹ Î±Î#Î³Î# ÎºÎ±Î¹
Î½2Î± Î³Î·Î½2Î·Î½2Î#Î±Î¹ Î½4Îµ Î#Î·

Î#Îµ ï#î· ï#ï#ï#î½ îç ï
 î» î± Â« ï#îç î· î» î' î± îº î# î½ îç î
 î#î» î½ î½ î± îµ î½ î± î¹ îµ î
 î#î- î#î' î#î#î± îq îµ î#î#î#Â», î+î
 î#î® î· î' îç î½ î® î± î#î» î#î½ îµ î#î± î¹ î#îµ î#î» î± î#î± îº îç î' î» î' î± îº î¬ î#î#î³ î± î½ î
 ±, î#îç î
 î± î½ î± î#î#î' î· îº î± î½ î#î± î#î- î½ î#.

Î#Î#Î#Î# VI (ÎµÎ²Î·Î¿Î¹/4Î¬Î± 6)

Î# ï#l°lç ï#ï#ï# â## î±î-ï#î_î.î#î. îï#lç î#l°l-î# ï#ï#îç î½4î#ï#ï#îç

Î#Î½2Î# Î³Î±Î± Î#Îç Î#Î#Î¼Î± Î#Îç Î#Î½2Î#Î#Î¼Î± ÎºÎ±Î¹ Î. Î#Î±Î»Î¬Î#Î#Î#Î. Î
 Î¹ÎµÎº
 ÎºÎçÎ»Î#Î½ÎçÎ½2Î#Î±Î¹ Î±Î#Î# Î#Î·Î½2 Î#Î³Î³ÎµÎçÎ¹Î±Î#ÎçÎ»Î® (Î±Î#ÎºÎ®Î#ÎµÎºÎ#
 Î³Î¹Î± Î#Îç Î²Î¬Î#ÎçÎ# Î#ÎçÎ
 Î#Î#Î¼Î±Î#ÎçÎ#, Î²Î»Î#Îµ Î²Î®Î¼Î±Î#Î± I ÎºÎ±Î¹ II), Î#Î#ÎçÎ½2 Î±Î#ÎçÎ#Î¬
 Î#Îç ÎºÎµ#Î¬Î»Î¹, Î±Î
 Î#Î# Î³Î¹Î½2ÎµÎ#Î±Î¹ Î¼Îµ Î#Î·Î½2 Î#Î³Î³ÎµÎ¹ÎçÎ#Î
 Î#Î#ÎçÎ»Î® Î#Î# Î½2Î#Îµ
 Î#Î#ÎçÎ»Î#Î#Î. Î±Î#ÎµÎ¼Î¬Î±Î#Î, Î·Î»Î±Î#Î® Î. Î±Î#Î#Î, Î·Î#Î. Î¼Î¬Î±Î#Î
 ÎµÎ»Î±Î#Î#Î¹Î¬Î# Î·Î#ÎçÎ#Î¹Î#Î#Î#Î. Î#Î#Î¬Î½2Î# Î#Î#ÎçÎ#Îç Î¼Î#Î#Î#ÎçÎ.

Î£Îµ Î±Î
 Î#Î® Î#Î. Î#Î-Î#Î. Î#Î±Î»Î-Î#Î#Î. ÎµÎ-Î½Î±Î#Î#Îµ Î#Î»Î‡Î½ Î#Îµ Î½Î-Î± Â«ÎøÎ
 ±Î#Î-Î#Î#Î±Î#Î. ÎµÎ
 Î±Î±Î½Î#Î-Î±Î#Â», ÎÎ.Î»Î±Î#Î® Î#Îµ Î½Î-Î± Î‡Î±Î.Î-Î#Î. Î#Î#Î½Î
 ±Î#Î#Î#Î®Î# Î#Î±Î# Î#Î½ÎµÎ
 Î½Î±Î#Î#Î#Î®Î# Î.Î#ÎµÎ½Î-Î±Î#Î, Î.Î.Î#Î.Î-Î±Î#Î, Î.Î.Î#Î.Î-Î±Î#Î. Î.Î.Î
 Î#Î-Î#Î.Î#Î#Î»Î-Î#Î.Î#Î#Î.

Î# ï#î±î»î-ï#î#î#î. îuî-î½î+î¹ î#î»î®î#î·î# îºî+î¹ î²î+î¹ î¹î-.

$$\hat{I} \# \hat{I} \gg \hat{I} \hat{I}_j \hat{I}^{1/2}$$

II#I;*i*

$$\hat{I}^{1/4}\hat{I}\mu \stackrel{\circ}{\hat{I}}{}^3\hat{I}-\hat{I}^{1/2}\hat{I}\mu \hat{I}^1 \hat{I}\mu \hat{I}^1\hat{I}'\hat{I}^1\hat{I}^o\hat{I}\zeta \hat{I}^-!$$

ÎøÍÙ ÌÍÍÌ±Í½ÍøÍ# ÌÍ± Ì®Í#Í±Í½, ÌÙ Ì#ÍøÍÙ Ì#Í#Í# ÌµÍ-Í½Í±Í# Ì#Í#ÍÙ ÌÍÍÙ, Ì±Í

Í#Í® Í· Í¬Í#ÍºÍ·Í#Í· Í½Í± Í¼Í±Í# Í³Í¬Í½ÍµÍ¹ Í#Í

$$\hat{I}^{1/2}\hat{R}\hat{I}, \hat{I}\mu\hat{I}^1\hat{I}\pm.$$

Î#Ï#Î»Î. Ï#Î.Î# Î#Î#Î±Î, ÎµÎ#Î®Î# Î#Î#Î±Î®Î#Î®Î®Î®Î#Î#Î.Î# Î#Î±Î»Î-Î#Î#Î#Î.Î#:

$\hat{I} \# \hat{I} \mu \hat{I}^o \hat{I} ; \hat{I} \# \hat{I} \# \hat{I} \pm \hat{I} \# \hat{I} \cdot \hat{I} \# \hat{I} ; \hat{I}$

$$\hat{I}_\zeta \# \hat{I}^3 \hat{I} \pm \hat{I}^{1/2} \hat{I}^1 \# \hat{I}^{1/4} \hat{I}_\zeta \# ,$$

Î#Î½/2Î¬ÎºÎ#Î·Î#Î· Î#Î·#Î½/4Î±Î#Î¹ÎºÎ®Î#ÎºÎ±Î¹Î#Î·

$$\begin{aligned}
 & 2 \\
 & \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}_c \hat{\mathbf{I}} \\
 & \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\dagger} \hat{\mathbf{I}} - \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\pm} \hat{\mathbf{I}}^{\mp} \hat{\mathbf{I}}^{\dagger} - \hat{\mathbf{I}}^{\dagger} \hat{\mathbf{I}}^{\pm} \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\mp} \hat{\mathbf{I}}^{\dagger} \\
 & \hat{\mathbf{I}}^{\pm} \hat{\mathbf{I}}^{1/2} \hat{\mathbf{I}}^{\dagger} \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}^{\#} \hat{\mathbf{I}}_c \hat{\mathbf{I}}^{\dagger} \\
 & 3
 \end{aligned}$$

Î»Î¹ÎºÏ# Ï#Ï#Î_Î¹Ï#ÎµÎ-Î_ . Î#Î-Î½Î±Î¹ Ï#Î_ Â«Ï#ÎµÎ-Î-Î_ Â» Ï#Î-Ï# Î½4Î-Ï#Î-Ï# Î½4ÎµÏ#Î±Î¾Ï# ÎºÎ±Î»Î_ Ï#
ÎºÎ±Î¹ ÎºÎ±ÎºÎ_ Ï#. Î#ÎµÎ½ Î_Î»Ï# Î½Î± Î_Î³4Ï# Ï#Î»ÎµÏ# Ï#Î¹Ï# Î»ÎµÎ-Ï#Î_ Ï#Î³Î-ÎµÏ# Ï#Î-Ï#
Ï#Î³Î-ÎµÏ# Ï#Î-Ï# Ï#Î-
Ï#Î®Ï#, Î±Î»Î-Î- Î½4Ï#Î½2Î_ ÎµÎºÎµÎ-Î½2Î_ Ï#Î_ Ï#Î³Î-ÎµÏ# Ï#Î_ Ï#
Î½4Ï#Î_ Î#Î_ Î#Î½2 Î½Î± Î½4Îµ Î²Î_Î-Î_ Î®Ï#Î_ Ï#
Î½2 Î#Î#Î- Ï#Î-
Î½2Î±Î-Î#Î-Î-Î#Î- Ï#Î_ Ï#
Î-Î-Î¹Î_ Ï#
Î½4Î±Î-Ï# Ï#Î_ Ï#
ÎµÎ±Î-
Ï#Î_ Ï#, Î+Î-
Ï#Î_ Ï# Ï#Î_ Ï#
ÎµÎ-Î½Î±Î#Ï#Îµ ÎºÎ±Î¹ Ï#Î_ Ï#
Î»Ï#Î³Î_ Ï#
Ï#Î_ Ï#
ÎµÎ-Î½4Î±Î-Ï#Îµ Î-Ï#Î#Î¹ . ÎfÏ#Î- Ï#Î-
Î½2Î±Î-Î#Î-Î-Î#Î- Ï#Î½2 Î_ÎµÏ#Î¹ÎºÏ#Î½2 ÎºÎ±Î¹ Ï#Î-Î½2 Î±Î#Î½2Î-Î#Î¹ÎºÏ#Î½2 Î#Î_ Ï#
Î²Î#Î-Î#ÎºÎ_ Î½2Î-Î±Î¹ Î½4Î-Î±Î¹ Î½4Î-Ï#.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочтите 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.