



Meilė, džiazas ir velnias. Barbora Radvilaitė

Juozas Grušas

Tragikomedija „Meilė, džiazas ir velnias“ (1967) – labai aktualus kūrinys. Netikėtos džiazinės improvizacijos kuria daugiasluoksnę maišto muziką. Išryškinamas skirtingų kartų konfliktas, vertybių kontrastai. Pagrindiniai veikėjai – Andrius, Julius ir Lukas, panašaus likimo jaunuoliai, savojo gyvenimo kelio ir perspektyvų nerandantys bastūnai. Kūrinyje vaizduojama visa gyvenamosios epochos dvasia – alkoholiu ir cigaretėmis nuodijamų selindžeriškų svajonių era. Trijų dalių drama „Barbora Radvilaitė“ – didysis istorinis kūrinys apie pasiaukojimą, valdžią, slapta įsiplieskusią meilę. Ji nušviečia Lietuvos Didžiosios Kunigaikštystės istoriją, leidžia pajusti ją gyvą ir žmogišką. Dramoje autorius nesiekia restauruoti senųjų paveikslų, bet per istorinius mitus ir vaizduotę imasi kurti žmogiškus personažus. Čia ryškus moteriškojo prado trapumas ir galia, valdžia ir pasiaukojimas.



Turtingiausias žmogus

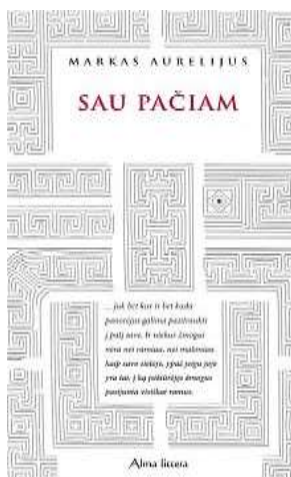
Rafael Vidac

Ar kada troškote visko? Ir ar tam reikia krūvos pinigų? Atsiverskite pirmuosius šio romano puslapius ir leiskitės į tikrųjų turtų paiešką kartu su gyvenimu nepatenkintu veikėju Nikolu ir Danieliumi, „milijardieriumi be turto“. Nikolas ir Danielius – mokinys ir mokytojas – leidžiasi aplink pasaulį. Nikolas mokosi, keičiasi ir tobulėja, išbando savo galimybes ir vieną po kitos įveikia keistas Danieliaus užduotis. Tačiau ar tai padės jam suvokti esmę, kas yra tikrasis turtas? **Greitas Rafaelio Vidaco romano tempas, staigūs siužeto vingiai ir išminties perlai prikaustys nuo pat pirmųjų eilučių iki pabaigos. Knyga suteiks daugiau išminties, privers stabtelėti ir pastebėti detales, gyventi šia akimirka ir neabejotinai padės tapti turtingiausiu pasaulio žmogumi.**



Pakelti dangų. Vanessa Diffenbaugh

Keturiolika metų Letė Espinosa pragyveno San Fransiske, apleistame rajone prie vandenyno. Ji dirbo, kad išmaitintų šeimą, o mama augino jos vaikus – penkiolikmetį Aleną ir šešiametę Luną. Letė visada save laikė nevykėle ir mintis, kad ji dviejų vaikų mama, nepažįstanti savo sūnaus ir dukros, jau seniai ją graužė. Bet vieną dieną Letės tėvai netikėtai išvyksta į gimtuosius namus Meksikoje ir palieka ją vieną. Jai pirmą kartą gyvenime tenka prisiimti motinos pareigas. Letė priversta tapti tikra mama, nors nemano, kad jai tai pavyks. Ji nuoširdžiai stengiasi sukurti vaikams visavertį gyvenimą ir yra pasiruošusi rizikuoti viskuo dėl žmonių, kuriuos myli. „Pakelti dangų“ – tai pasakojimas apie savarankiškumą, motinystę, atsakomybę, toleranciją ir ryžtą. **Pakelti dangų** – tai pakeisti savo gyvenimą. O gyvenimą keičia svajonės, drąsa, viskam jėgų teikianti draugystė ir meilė.



Sau pačiam. Markas Aurelijus

Romos imperatoriaus Marko Aurelijaus (121 - 180 m. po Kr.) filosofiniai užrašai, kurie buvo rasti po jo mirties ir paskelbti atskira knyga, pavadinta "Sau pačiam". Juose autorius kalba apie žmogaus padėtį pasaulyje, bando išsiaiškinti žmogaus ir pasaulio vienovės galimybę. Markas Aurelijus - imperatorius ir filosofas, mąstantis, ieškantis ir bandantis suprasti žmogus. Pažinti save. Nebijoti savęs klausti. Nebijoti sau pasakyti tiesos. Tai niekad ir niekam nebuvo lengva. Bet ar kada buvo lengva gyventi? "Mūsų gyvenimas - tai kova ir klaidžiojimas svetimame krašte", - sako Markas Aurelijus. Tam, kas nori pažinti save, kad nebijotų gyventi, jis gali būti geras mokytojas.



Už stiklo durų. Karolina Germanavičiūtė

Tai romanas apie mus, moteris: geidžiamas, nuodėmingas, įskaudintas ir įkvepiančias.

Laimė, ištikimybė ir gražūs santuokos metai – kiekvieno siekiamybė, tačiau likimas knygos herojams yra paruošęs kitokį planą. Jauna mergina Lilė išsipainioja į meilės trikampį. Ji stengiasi, neriasi iš kailio, norėdama įrodyti Ignui, kad palikęs savo žmoną Liną jis nieko nepraras. Priešingai – laimės. Tačiau Ignas nepataisomas egoistas. Jis nevengia trumpalaikių romanų ir vienkartinį nuotykių. Geriausia Linos draugė Rasa irgi buvo tapusi Igno vieno aistringą vakarą užgaida. Rasa šią nuodėmę slepia, bet tai ne vienintelis ją slegiantis dalykas. Jos ir Mindaugo santuoka iš pažiūros atrodo tobula, tačiau viduje ją drasko priekaištai, smurtas ir nepagarba. Ji nebenori apsimitinėti laiminga žmona.

„Meilė ir draugystė – tai lyg tiksinti bomba. Nežinai, kada ji sprogs. Bet jei sprogs – sugriaus viską, kuo kadaise tikėjai. Įsileidęs žmogų į širdį, suteiki jam galimybę sugniuždyti tave iš vidaus. Sužeisti tikrąjį tave.“



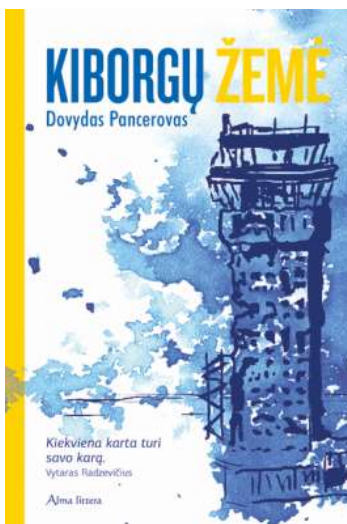
Begalybės fragmentai

Tomas Taškauskas, Tomas Norkaitis

kartais verta
labai labai ilgai nerasti,
kad pagaliau rastum būtent tai,
ko iš tikro ieškojai

Šie žodžiai – tai gyvenimo akimirkos. Šios akimirkos – tai fragmentai begalybėje. Tikime, kad šiuose tekstuose atrasi tai, ko ilgiesi ar ieškai. Tai, kuo kvėpuoji ir ką jauti.

Tomas Norkaitis, Tomas Taškauskas



Kiborgų žemė

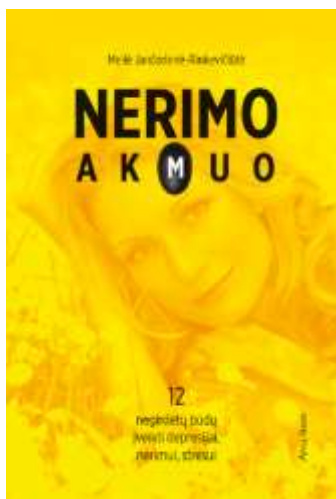
Dovydas Pancerovas

Bestselerių tapusioje knygoje „Kiborgų žemė“ lietuvių žurnalistas Dovydas Pancerovas (g. 1987 m.) pasakoja apie tai, kaip atostogaudamas gimtajame mieste sulaukia netikėto pasiūlymo skristi į revoliucijos krečiamą Ukrainą. Jaunam reporteriui atrodo, kad tai bus pašėlęs nuotykis, todėl jis nedvejodamas sutinka.

Jau kitą dieną Dovydas atsiduria tarp revoliucijos barikadų ir svylančių padangų, patenka į tikrą smurto ir neapykantos uraganą. Dovydui trūksta šiltų drabužių, jis neturi šalmo ir šarvinės liemenės, jo kuprinėje guli tik džinsai, nešiojamasis kompiuteris ir buteliukas vyriškų kvėpalų.

Revoliucija sukrečia jauną reporterį. Adrenalino troškimas ir sunkūs išgyvenimai vėl šaukia jį keliauti į karo siaubiamą Ukrainą.

Knygoje „Kiborgų žemė“ žurnalistas Dovydas Pancerovas itin atvirai pasakoja apie savo keliones į karo zoną, apie ten užklupusius pavojus, išgyvenimus ir sunkų sugrįžimą namo. Autorius sako, kad ši istorija yra ne tik apie įvykius Ukrainoje: „Tai pasakojimas apie jauną vyrą, trokštantį savo akimis pamatyti tikrą karą. Buvau naivus ir nepasiruošęs tokiam išbandymui, todėl mano istorija ir ironiška, ir dramatiška. Ją rašiau tarsi trilerį, kad kiekvienas skaitytojas galėtų pasijusti taip, lyg pats keliautų su manimi į frontą ir galėtų pažvelgti į karo snukį.“



Nerimo akmuo. 12 negirdėtų būdų depresijai, nerimui, stresui įveikti

Meilė Jančorienė

Ši knyga – unikalus eksperimentas, žurnalistinis tyrimas. Jo esmė – realios moters, sirgusios sunkia depresija ir pasiryžusios išgyti, istorija. Bet ne tik.

Kokia depresijos kilmė? Kokie jos simptomai? Ar įmanoma šią ligą įveikti? Šie klausimai rūpi žurnalistei, knygos sumanytojai Meilei Jančorienei, pakvietusiai ligos kamuojamą Mariją susitikti su šiuo metu Lietuvoje dirbančiais skirtingų gydymo krypčių specialistais. Visi jie – ir tradicinių, ir netradicinių metodų atstovai – gyvai, remdamiesi Marijos atveju, komentuoja gydymo ir gijimo eigą. Pokalbiai dėliojami tarsi detektyvas, kurio intriga – Marijos savęs pažinimo kelias. Ar pavyks Marijai rasti sau tinkamą depresijos gydymo būdą? Ar atsiras specialistas, pagaliau padėsiantis jai nusimesti nuo krūtinės nerimo akmenį?

Sužinosite, kaip depresiją gydo: psichoterapija, psichoanalizė, MA-URI terapija,

joga, ajurveda, akupunktūra, raganų burtai ir netgi susitikimas su vilkais...



Kaip užauginti žmogų. Mintys iš vaikų psichologo smėlio dėžės

Aušra Kuriene

Japonai leidžia viską, o prancūzai – nieko. Kokia auklėjimo teorija keroja Jūsų gyvenime?

35 metus konsultuojanti psichologė psichoterapeutė Aušra Kuriene knygoje kalba apie lietuvių patirtį, pritaikomą auginant mūsų vaikus.

Žemėlapis, kad nepasiklystumėt, o nuklydę rastumėt kelią.

Ar tenkinti visus dvimečio „noriu“? Leisti ar neleisti į darželį?

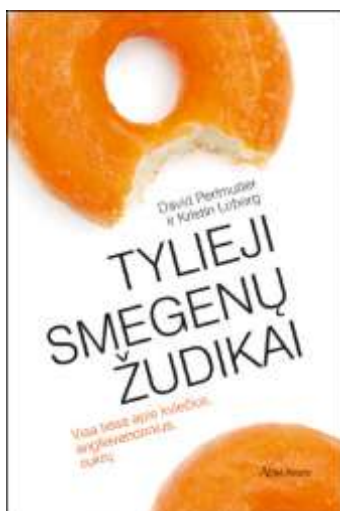
Ar mažajam viskas gerai, jei jis dėvi *betmeno* kostiumą ir nenori mokytis skaičiuoti?

Ar leisti vaikui bijoti? Ar išgyvens jis mokykloje?

Kūdikio laukimas ir rožinės svajonių pilys – Tėvo vaidmuo – Mažieji skundikai – Naujas didelis pasaulis mokykla – Pirmoji meilė – Santykio kūrimo magija – Netekties, emigracijos, skyrybų vaikai ir kt.

Mes, tėvai, nesame techninis vaikų aptarnavimo personalas, mes auginame žmogų, kuriam reikia ne tik maisto ir būsto, bet ir žmogiško santykio – meilės, dėmesio, užuojautos, bendravimo. Tik nuolatinis ryšys, kai apsieičiame žodžiais, veiksmais ir jausmais, gimdo jautrumą, o šioje terpėje auga žmogus.

Išmoksite užauginti žmogų, o ne sukurti nepriekaištingai funkcionuojantį aparatą.



Tylieji smegenų žudikai. Visa tiesa apie kviečius, angliavandenius, cukrų

David Perlmutter, Kristin Loberg

Sukrečianti tiesa apie kviečių, cukraus ir kitų angliavandenių poveikį smegenims.

4 savaitių mitybos programa, leisianti pasiekti optimalią sveikatą.

Garsus JAV neurologas Davidas Perlmutteris, remdamasis tyrimų duomenimis, atskleidžia skaudžią tiesą: **angliavandeniai gali sugriauti mūsų smegenis**. Netgi „sveikieji“ angliavandeniai, pavyzdžiui, neskaldyti grūdai, gali sukelti demenciją, epilepsiją, nerimą, lėtinius galvos skausmus, depresiją, lytinio potraukio sumažėjimą ir daugelį kitų ligų.

Ši knyga įrodo, kad smegenų likimą nulemia ne mūsų genai, o maistas, kurį valgome. Smegenų funkcijų sutrikimus gali sukelti uždegimas, nulemtas angliavandenių, ypač tų, kurių sudėtyje yra glitimo ir cukraus. Dr. Perlmutteris

paiškina, kas nutinka, kai smegenis pasiekia kasdien valgomos duonos ir vaisių sudedamosios dalys, kaip statinai (vaistai, vartojami cholesterolio kiekiui kraujyje sumažinti) gali sunaikinti atmintį ir kodėl maistas, kuriame yra daug „gerųjų“ riebalų, skatina naujų smegenų ląstelių augimą.

Lengvai pritaikoma metodika, skanių valgių receptai ir savaitiniai tikslai – tai, ko reikia, kad gerai veiktų smegenys.