



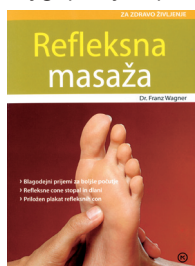
branje



Franz Wagner Refleksna masaža Mladinska knjiga Založba

Masaža refleksnih con izhaja iz prepričanja, da življenjska energija teče po telesu po določenih poteh in da je prek teh energijskih poti oziroma povezav mogoče vplivati na določene dele telesa in delovanje organov. Vzajemni učinki refleksne masaže so zelo globoki; izboljšuje prekrvavitev in spodbuja delovanje organov, poleg tega pa deluje dobrodejno tudi na duha in um. Prinaša sprostitev, uravnoteženost in boljše počutje ter s tem pospešuje procese zdravljenja. Zakaj je tako, še danes ne vemo, saj nobena izmed razlag nima podpore v uradni znanosti. Masaža refleksnih con pomeni previdno ravnanje z življenjsko energijo. Izkušnje kažejo, da njo lahko na preprost in učinkovit način z aktiviranjem lastnih moči vsakdo odpravi neuravnoteženost ali zapore v telesu. Knjiga bo bralca seznanila s teoretičnimi in praktičnimi osnovami masaže refleksnih točk ter ga spodbudila, da preizkusi delovanje blage metode, ki v enaki meri deluje na telo in duha. Knjiga ponuja kopico praktičnih

nasvetov in razumljivih navodil, priložen pa je tudi plakat vseh pomembnih con na dlaneh in stopalih. (mž)



Maginja Blinkita Čarovnija vitkosti To je to!

V času obsedenosti s težo, odvisnosti od hrane in precej nezdravega odnosa do hrane je nova knjiga, ki nas pelje v svet harmonije telesa, duše, uma in duha prava osvežitev. Avtoričin pogled na debelost, ki sama preмага svojo debelost na zelo ustvarjalen in kot temu radi danes rečemo alternativen način, predstavlja novost na trgu magičnih diet in formul za hitro hujšanje. Bralcu odpre svojo dušo in ga popelje v svet vzroka, ki vodi v simptomatiko debelosti. Rešitve, ki jih ponudi, niso vezane samo na fizično raven, ampak temeljito posežejo na vse sfere naše biti. Maginja Blinkita poleg osebne izpovedi pripravi še natančen načrt 9 tednov za ozdravitev duše in posledično topljenje maščobe ter zaščite, ki si jo mnogi izberejo, ker se počutijo v prebivanju tako zelo negotovi. Vsak teden se začne z modrostjo tedna, razlago točno določene čakre, ki jo v tem tednu prebujamo, mislijo dneva, s posebnim sadežem, ki bo na poti čiščenja ta teden naš zaveznik, z rastlino tedna, s totemsko živaljo, ki nam bo nakazala smer razvoja, posebnim vilinskim simbolom, knjigo tedna ter z barvo in s kristalom tedna. Ravno primerna kombinacija omenjenih entitet določi pravo moč in mistiko vsebini,

ki počasi skozi proces branja in ozaveščanja bralcu pomaga pri transformaciji. Knjiga, ki poseže globoko in deluje na vzrok. (tak)



Jože Felc Živeti življenje Celjska Mohorjeva družba

Primarij Jože Felc je bil za marsikoga enfant terrible slovenske psihiatrije, čuteči sogovornik, poslednje upanje in zaupnik na družbeni rob potisnjenih nesrečnikov z duševno motnjo, med katerimi je živel in deloval kot zdravnik in predstojnik bolnišnice na »griču« v Idriji. V svetovnem merilu je bil eden redkih pisateljev, ki sploh ne morejo sami pisati, a kljub temu je pisal knjige (16) in strokovne študije. Bil je trdoživi upornik proti brezdušni medicini, ki se ji zdi, da opravi svoje poslanstvo že z diagnostiko, predvsem pa človek pretresljivih življenjskih preizkušenj. Dosegel je nemogoče ter se telesno povsem ohromljen prisilil živeti v nemogočem in z nemogočim. Prodorno je vodil in usmerjal medicinske kolege, neutrudno zdravil duše ranjenih, se pogovarjal tudi z eminentnimi sogovorniki in nenehno literarno ustvarjal. Ob vstopu v 70. leto svojega bogatega življenja je začel s Celjsko Mohorjevo družbo in z idrijsko psihiatrično bolnišnico pripravljati knjigo, v kateri je zbral svoje številne intervjuje, dnevniške zapiske in izbrane odlomke iz njemu priljubljenih treh lastnih literarnih del. Temu je priložil še album izbranih fotografij, ki z obrazi dopolnjujejo misli pogovorov. Zaokrožata jih zapisa z osebno noto dveh izmed njegovih številnih prijateljev, sodelavcev in sopotnikov. (mž)



Steve Jenkins Žive barve Modrijan

Rdeče žabe, modri pajki, rumene kače, zelene ptice, vijoličasti polži, rožnati pasavci – živali so lahko prav osupljivo barvite. Kakor vsa živa bitja tudi te živali skušajo preživeti v svetu, ki je včasih poln težav in nevarnosti. Izrazito barvita koža, luske ali perje živalim na različne načine pomagajo, da ostanejo žive. Samec kapičastega tjulnja izrablja rdečo barvo za to, da zaznamuje svoje ozemlje in da privablja samice; čim večja in čim bolj rdeča je njegova vreča, kadar se napihne, tem bolj privlačen je za nasprotni spol in tem bolj glasno sporoča svojim rivalom, naj se raje odstranijo. Zaradi svojega izstopanja ima rdeča barva sicer velikokrat namen opozarjati nase; malezijsko višnjevo rdeča striga s svojo živo rdečo barvo, tako kot veliko drugih strupenih živali, svoje plenilce opozarja, da je nevarna in neužitna. Po drugi strani pa so nekatere manj žive barve namenjene kamuflaži. Ker sta barvi narave, sta zelena in rjava odlični za skrivanje. Živi list je poleg zelene barve prevzel tudi obliko lista, tako da ga je med drevjem težko ločiti od dela rastline. Knjiga nazorno prikazuje, kakšne barve premore živalski svet in kako jih domiselno uporablja. Na zadnjih straneh knjige so dodatne informacije o predstavljenih živalih – kako velike so, kje živijo, kaj jedo. (mž)

