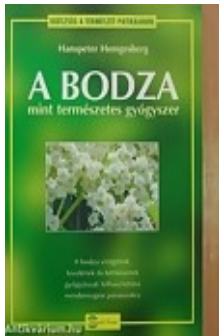


Könyvajánló a tizedik túrához

Hemgesberg, Hanspeter: A bodza mint természetes gyógyszer. Budapest, Mérték K., 2004.



A bodza sok mindenre nyújt gyógyírt. Egyike a legrégebbi és legsokoldalúbban felhasználható gyógynövényeinknek. Gyakorlatilag minden részét - a virágoktól, termésektől kezdve a levelein és a kérgén át egészen a gyökeréig - használhatjuk különféle megbetegedések és mindennapos panaszokra. A bodza hatékony gyógynövény - vértisztító, izzasztó és hashajtó hatású - véd hurut és reuma ellen - segít vízkór, isiász és keringési panaszok esetén - serkenti a veseműködést (méregtelenít) - magas vitamintartalmának köszönhetően megelőzhetünk sok betegséget. A bodza ízletes csemege. A bodzát a konyhában is sokféleképpen felhasználhatjuk, a bodzavirágot kisüthetjük palacsintatésztában, a bodzabogyókból készíthetünk bort, likőrt vagy lekvárt.

(Forrás a könyvborító)

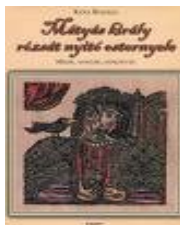
Természetbarátok zsebkönyve. Szalay Könyvkiadó, 2009.



Kezdő és gyakorló, idősebb és csemetekorú természetjárók egyaránt haszonnal forgathatják a jelen kézikönyvet, amely több ezer, Európában honos állat- és növényfajt mutat be, jelentősen megkönnyítve ezzel azonosításukat, felismerésüket. A természetfigyeléssel kapcsolatos legfontosabb gyakorlati tippeket (kellékek, ideális időpont, segédanyagok stb.) követően szemezgethetünk a rövid, lényegre törő ismertetőik között: a vadvirágok és fák leírásai után a madarak és rovarok tömör jellemzése található, amelyből informálódhatunk külső jegyeik, természetes életterük és egyéb sajátosságaik felől.

(Forrás Kello könyvismertető)

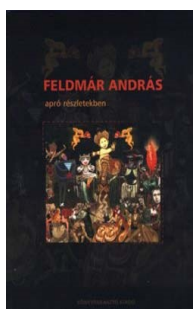
Kóka Rozália. Mátyás király rózsát nyitó ostornyele. Mesék, mondák, anekdoták. Budapest, Timp Kiadó, 2003.



Mátyás és a török kor olvasókönyve. Kaposvár. Holló és Társa,

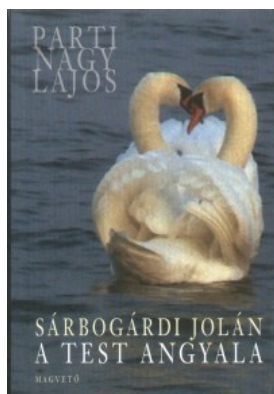
E két mondagyűjteményt azért ajánlom, mert Solymárhoz kötődő mondák is olvasható a lapjaikon. A többi történet is élvezetes olvasmány kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

Feldmár András: Apró részletekben. Könyvfakasztó Kiadó, 2004.



A cikkeimnek az Apró részletekben összefoglaló címet adtam, mert így mindig emlékeztetni fog William Blake-nek ezekre a soraira: 'Aki jót akar tenni valaki mással, apró részletekben kell tennie. Az általános jóságra a gazemberek, az álszentek, a hízlegők hivatkoznak.' Blake ezt majdnem kétszáz évvel ezelőtt írta. Történt azóta előrelépés a mentális egészség területén? Nem hiszem. A technikai tudás fojtogató tömege halmozódott fel: annyi, hogy azt már senki sem képes felfogni vagy alkalmazni. Ha úgy igyekszünk megjavítani az embereket, mintha meghibásodott gépek lennének, azzal csak fokozzuk szenvedésüket, mert a természettudományos megközelítés tárgyiasít és elidegenít. Az elidegenedés, az elkülönülés maga a betegség, ugyanabból még több nem fog segíteni. A pszichoterápiával való gyógyítás legfontosabb tényezője az igazság, az értelem, a részletekre való odafigyelés, nem pedig a magyarázgatás, az elméletek és általánosítások gyártása." (Feldmár András) (Részlet a könyvből)

Ajánlom azoknak, akik komolyabb nyári olvasmányt keresnek.



Parti Nagy Lajos: Sárbogárdi Jolán: A test angyala. Budapest, Magvető, 2007.

"Sárbogárdi Jolán beírta magát a magyar irodalomtörténetbe. Igaz, némi segítségre is szüksége volt ehhez, s ezt a segítséget nem akárkitől kapta. Parti Nagy Lajos hajlandó volt őt meghallgatni, instrukciókkal ellátni, sőt írói pályáját egyengetni. Kettejük közös erőfeszítéseiből fergeteges "habszódia" született.

Mint tudjuk, a mondandó végső formába öntése végül az író felelőssége, így hát ne csodálkozzunk azon, hogy Sárbogárdi Jolán szövege itt-ott hagy némi kívánnivalót maga után a mondatszerkesztést, a stiliztikát és a helyesírást illetően. A romantikus alkatú írónőt ugyanis úgy elragadta Margittay Edina és Balajthy Dénes fiatal tévérendező szerelme, hogy "olykor" minden szabályt felrúgva kizárólag a szerelmi szálak szövögetésére fordított figyelmet. Az eredmény nem is maradt el. És hogy hol járt a kiadói szerkesztők és korrektorok esze, miközben a könyvön dolgoztak? Elmélázhattak volna a nyelv korlátlan lehetőségein és az emberi szív rejtelmén, ha nem kellett volna percenként a hasukat fogniuk a röhögéstől. Így fordulhatott elő, hogy ebben a könyvben minden, de minden úgy maradt, ahogyan az író akarta."

(Forrás Libri könyvismertetője)

Ajánlom azoknak, akik könnyebb nyári olvasmányt keresnek.

Készítette: Ádám Éva