

Kulturális ajánló

Masszázs – a gyógyító kéz bölcsessége

Kiadó: Holló És Társa Kiadó

Ára: 1790 Ft

A célirányos masszázsfogások jót tesznek a testnek és a léleknek: csillapítják a fájdalmat, és oldják a feszültséget. Egyszerű és pontos leírások, amelyek még a gyakorlatlan kéz számára is lehetővé teszik, hogy hatásosan és jólesően megmasszírozza önmagát vagy partnerét. Megtudhatjuk, hogyan enyhíthetők kíméletes és természetes módon a leggyakoribb panaszok, a fejfájás, a hátfájás, a gyomor- és bélbántalmak, a végtagok elnehezülése. Rövid betekintés a masszázs jelenleg elterjedt módszereibe, az akupresszúrától egészen a tui-na masszázsig. Speciálisan összeállított masszázskézelésekkel javíthatjuk erőnlétünket, megszabadulhatunk a stressztől, feltölthetünk energiával és megszépülhetünk.

Egymásra hangolva – az öt szeretetnyelv a házasságban

Ára: 1500 Ft

Harmat Kiadói Alapítvány

Gary Chapman második magyarul is olvasható könyve a kommunikációpszichológia eredményeire alapozva fontos felfedezést tesz: a szeretetközlés többféle csatornán át történhet, de mindeki csak azt az adást képes fogni, amelyre neveltetése, környezete és személyes hajlamai hatására ráhangolódott. Sok házaspár szenved amiatt, hogy a szerelmi lángolás alábbhagyása után a férj vagy a feleség nem érzi társa szeretetét. A megoldás egyszerű: fel kell is-



mernünk és meg kell tanulnunk társunk „szeretetlenlétét”.

A fényképész utókor

Bolti ár: 2690 Ft

Magvető Könyvkiadó Kft.

Holtak és utódok, családok és barátságok, eszmék és szerelmek két nemzedéke. Závada regénye Buchbinder fényképész 1942-es életképével veszi kezdetét, és az elmúlt század ötven évét íveli át. A Jadviga párnája és a Milota után a trilógia harmadik darabja csoportkép egy történelmi korról, amely a szerző „műtermében” személyes fikcióvá, párhuzamos élet-történetekké bomlik ki és fonódik össze. Hitek és tévhitek, köz- és magánbűnök, kis és nagy hazugságok, érzékek és érzelmek iskolája ez a könyv. Úgy húz magába, mint valamely lassú örvény, s ha mélyéről végül fölenged, láthatóbbá válik ez a közös, nehéz dolog – hívjuk nemzeti múltnak –, tót, zsidó és magyar magyaroké, mindannyiunké, akik a történetet mint narrátorok, névtelen ismerosök magunknak elbeszéljük. A fényképész utókor mi vagyunk.

Az E-számokról őszintén – élelmiszereink árnyoldalai

Kiadó: PILIS-VET BT.

Ára: 1690 Ft

A földi teremtmények világában minden mindennel összefügg. E meghatározottságok felismerése és mindannyiunk javára fordítása a fejlődésünk biztosítéka. Korántsem mindegy, milyen szellemi és testi táplálékot veszünk magunkhoz, hogy gyarapodhasunk. Nagyobb óvatosságra – eddig úgy látszott – az előbbieket esetében van szükség. Az ókori bölcs szerint, ha véletlenül rothadt káposztát vettünk a piacon, azt még mindig visszavihetjük az árushoz, s ha ad

magára, ki is fogja cserélni. A szellemi javakkal azonban másként áll a helyzet. Ha tudatunkba fogadtunk hamis eszméket, azokat nem ilyen egyszerű „kicserélni”. Romboló hatásuk már elkezdődött bennünk. Korunk azonban rácsafolni látszik arra, hogy a szellemi táplálékok a veszedelmesebbek. Nem mintha ezen a területen bármifajta kívánatos változás zajlott volna le, azonban arról van szó, hogy az élelmiszerek körében szaporodtak el a – bibliai kifejezéssel élve – „hazug étkek”. Az eszmék kaméleon-kavalkádjánál majd-hogynem veszélyesebbé váltak a testi táplálékok. Ma életveszélyt rejteget, ha bevásárolni indulunk – előzetes tájékozódás nélkül.

Tóth Gábor könyve ebben a tájékozódásban segít. Módszeresen végigköveti a modern élelmiszeripar útját, és szakszerűen szemlélteti azokat a változásokat, amelyeket szinte mindannyian érzünk, de szólni róluk csak így vagyunk képesek: „Már nem olyan a kenyér, mint harminc-negyven éve, sem az alma íze, sem a befőtt, lekvár...” A könyv elolvasása után bizonyosan többet tudunk az E-számmal jelzett anyagokról, óvatosabban bánunk az ínnyünket megbabonázó aromákkal, állományjavítókkal, de a szemünknek szép színezékekkel is.

Verdi: Falstaff

1987 Hossz: 130 perc. Kép: 4:3, színes

Hang: olasz sztereó Felirat: angol, francia, spanyol, japán

Kiadó: Warner Music

Giuseppe Verdi nyolcvan éves korában alkotta meg egyik legnagyobb művét, a Falstaffot. Zeneileg minden igényt kielégítő ínycfalatról van szó, nagyszerű librettóval, amelyet a zeneszerző barátja, Arrigo Boito írt, természetesen William Shakespeare művei alapján.

A muzsika nem sokban emlékeztet Verdi korábbi darabjaira, talán csak az Othelloval mutat némi rokonságot. Nem annyira a szélesen kibontott dallamok, mint inkább az izgalmas zenei témákból felépített, átkomponált felvonások jellemzik. A DVD-n látható előadást 1987-ben rögzítették a brüsszeli operaház művészeinek közreműködésével. A felvétel a

gyengécske kép- és hangminősége miatt a hifistáknak nem sok örömet okoz majd, ám az operakedvelők számára annál több érdekességgel szolgál. A rendezés konvencionális, a karmesteri munka nem igazán emlékezetes, sőt egy-két kivételtől (például a magyar Budai Livia Mrs. Quickly szerepében) eltekintve az énekesi teljesítmények sem kiemelkedőek, ám a címszerepet éneklő, belga származású José van Dam alakítása minden bizonnyal magával ragadja majd a nézőt-hallgatót. Az énekes színészi adottságok tekintetében felveheti a versenyt bármely prózai színésszel, énektechnikája elsőrangú, szerepformálása szinte tökéletes. Ahol kell, mókázik, ám cseppet sem meglepő, hogy Falstaffja sokkal inkább esendő, tragikus hős, mintsem közönséges léhűtő. Énekes és szerep nagy egymásra találásának lehetnek tanúi mindazok, akik a Warner Falstaffja mellett teszik le a voksukat.

Opera Hits

1998. Hossz: 83 perc. Kép: 4:3, színes Hang: sztereó

Felirat: angol, portugál, spanyol, japán

Kiadó: Warner Music

Bizonyára nyomós oka van arra a Warner cégnek, hogy egyre-másra jelenteti meg a nagy sikerű opera-DVD-inek részleteiből összeállított válogatáslemezeket. Sokan nem rajonganak az ilyesfajta válogatásokért – és meg is lehet érteni őket, hiszen az efféle anyagok összeállítói voltaképpen erőszakot követnek el a művészileg egységes előadásokon -, ám az elvitathatatlan, hogy a műfaj népszerűsítése érdekében égető szükség van rájuk.

Jelen DVD kiválóan szolgálhatja ezt a célt, hiszen számos nagy sztárt vonultat fel, igazi világnagyságot, akiknek egy-egy rövid részlet is elég ahhoz, hogy megmutassák képességeiket, míg másoknak egy egész életmű kevés lenne hozzá. A lemez legnagyobb részletei az olasz repertoárhoz kötődnek, mindenekelőtt Nicola Martinucci elsőprő erejű románca az Aidából, Marton Éva hatalmas intenzitással énekelt Tosca-imája, vagy José Carreras remekül felépített áriája az Andrea Chenier című Giordano-operából.