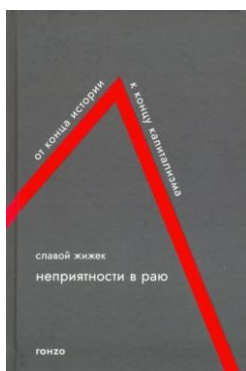




Санд И. С любовью к себе. Как избавиться от чувства вины и обрести гармонию

Случалось ли вам мучиться от угрызений совести, переживать из-за опоздания на встречу или забытого обязательства? Подобные эмоции часто управляют нашим поведением. Мы живем не в вакууме, а заботимся о других людях, ориентируемся на них, делимся мыслями и вещами, оберегая при этом собственные границы и стараясь сохранить внутреннюю гармонию. В своей новой книге психотерапевт, автор международных бестселлеров Илсе Санд дает практические рекомендации для желающих избавиться от иррационального чувства вины и научиться ценить себя. Книга будет полезна тем, кто хочет откорректировать жизненные правила и прекратить изнурительную борьбу с самим собой, чтобы обрести внутреннюю свободу, душевное равновесие и получать больше удовольствия от жизни.



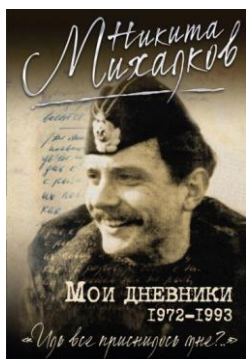
Жижек С. Неприятности в Раю. От конца истории к концу капитализма

16 +

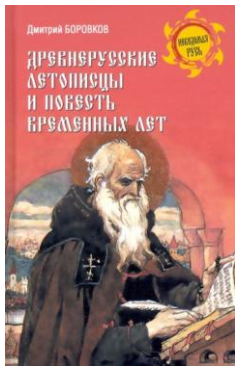
Славой Жижек, один из самых известных и неортодоксальных (признаваемый также одним из самых опасных) философов современности, в своей книге "Неприятности в раю" констатирует: капитализм находится в глубоком кризисе. Отталкиваясь от идеи Ф. Фукуямы о западной либеральной демократии как конечной и наилучшей форме социального порядка и диагностируя сотрясающие мировой капиталистический рай "неприятности" через призму "коммунистической гипотезы". Автор ведет свои рассуждения в активном диалоге между философией и массовой культурой, совмещая марксизм и кей-поп, Бэт мена и Тэтчер и т. д., и заставляет повествование перескакивать с долговой экономики на борьбу за контроль над киберпространством, с тупиковых ситуаций "арабской весны" на тщетность антиевроцентризма, с давления идеологического Сверх-Я на неоднозначную роль насилия в революционной борьбе. Результатом становится резкая критическая картина нынешнего состояния мира и грядущего нового порядка.

Михалков Н. Мои дневники и записные книжки. 1972-1993

16 +



«Это мои записные книжки, которые я начал вести во время службы в армии, а точнее, на Тихоокеанском флоте. Сорок лет катались они со мной по городам и весям, я почти никому их не показывал, продолжая записывать "для памяти" то, что мне казалось интересным, и относился к ним как к рабочему инструменту. Что же касается моих флотских дневников, вообще не понимаю, почему я в свое время их не уничтожил. Конечно, они не содержали секретных сведений. Но тот, кто жил в советское время, может представить, куда бы укатились мои мечты о режиссуре, попадись это записки на глаза какому-нибудь дяденьке со Старой площади или тетеньке из парткома "Мосфильма". Потому и прятал я дневники все эти годы. Но прошло время. И с такой скоростью, таким калейдоскопическим вихрем изменился ландшафт внешней и внутренней нашей жизни, что мне показалось - эти записки, сделанные то карандашом, то авторучкой, то в одном конце страны, то в другом, становятся определенным документом осознания времени, истории, человека».



Боровков Д. Древнерусские летописцы и Повесть временных лет

12 +

Как появилась Повесть временных лет? Как выглядел и что включал в себя первоначальный список русской летописи? Где и как он был написан, и как его изучали ученые-историки? Постепенно, шаг за шагом, вместе с автором читателю предстоит попытаться разобраться с этими непростыми вопросами.

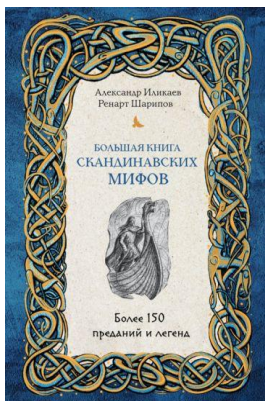


Понаровская И. Честно говоря

12 +

Ирина Понаровская - украшение российской эстрады, икона стиля, красивая и умная, с тонким восприятием мира и жизненной мудростью. После долгого молчания она вышла победительницей. Чтобы удивить своей прекрасной формой и делиться накопленным опытом. Ее книга - это откровенные беседы о главном. О ее судьбе и отношениях с мужчинами, детьми и коллегами. О том, как она видит современный мир, и как относится к его переменам. О том, как можно по-настоящему любить и отпускать обиды. О том, как можно пережить боль, сохранив свое достоинство. Мало кто может быть такой сильной и смелой, чтобы откровенно рассказать о самом сокровенном. Эта книга не только для многочисленных поклонников известной певицы. Она для всех, кто хочет научиться жить в гармонии с собой и миром, оставаясь собой.

Иликаев А., Шарипов Р. Большая книга скандинавских мифов. Более



150 преданий и легенд

Книга, где в наиболее полной и последовательной форме собраны северные легенды и предания на русском языке. Здесь вы найдете более 150 мифов, героических преданий и избранных саг, действие многих из которых разворачивается на землях нынешней России. Эта книга познакомит читателей с персонажами германо-скандинавского Олимпа: мудрым отцом богов Одинем, рыжебородым силачом Тором, ведущим вечную борьбу с жестокими великанами, красавицей Фрейей, обладательницей чудесного ожерелья Брисингамен. Читатели также узнают о происхождении мира из бездны Гиннунгагап, хитрых проделках коварного бога Локи, предсказанном норнами Рагнароке - конце мира и его новом возрождении, о герое сказания о Нибелунгах Сигурде, победившем дракона Фафнира, вожде Беовульфе, сразившимся с чудовищным Гренделем, искусном кузнеце Вёлунде, о великом короле викингов Рагнаре Лодбroke и других легендарных героях скандинавских саг и знаменитых походах викингов.



Максим Малявин в психиатрии около двух десятков лет. В последние годы известен в Рунете; вместе с женой Оксаной, тоже психиатром, ведет в Живом Журнале "Блог добрых психиатров". «Если верить довольно расхожей сентенции, то в психиатрии кто первый надел халат и занял место по нужную сторону рабочего стола - тот и доктор. По слухам, желательно еще иметь кое-какое представление о мат.части: кого заслуженно, а не со зла, назвать дебилом, кого - параноиком. С халатом проще - можно запасть заранее в магазине спецодежды. Что же касается матчасти - я дам вам... тот объем информации, который должен иметь любой начинающий психиатр. Причем изложу его так, чтобы было понятно даже тому, кто с роду отношение к медицине имел в лучшем случае в качестве пациента. Что же до полноты сведений - знайте: прочитав эту книгу, уже многие студенты успешно сдали экзамен по психиатрии. Останется лишь научиться быстро надевать халат.»

**Легостаев В. Как Горбачев "прорвался во власть" 16 +**

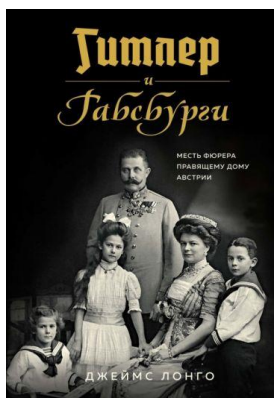
Автор этой книги В.М. Легостаев входил в ЦК КПСС, а в годы горбачевской "перестройки" был Первым помощником члена Политбюро ЦК КПСС Е.К. Лигачева. В своей книге, основанной на документах ЦК и личных дневниковых записях, Легостаев показывает, как развивались события в роковые для СССР 1980-е годы, какие процессы шли в это время в партии и стране, кто стоял за ними.

Автор подробно описывает также деятельность М.С. Горбачева, начиная от смерти Л.И. Брежнева и заканчивая развалом СССР. В записках Легостаева приводятся многочисленные факты, которые открывают секреты проникновения Горбачева на место лидера самой влиятельной в мире политической партии, открывается тайна всей его фантастической карьеры. Главный вопрос, на который отвечает автор - "как Горбачев прорвался во власть, учитывая, что он создавал впечатление довольно бесхребетного человека".

**Белл А. Думай как великие. Говорим с мыслителями о самом важном 12 +**

Чтобы расширить свой кругозор и понять окружающий мир, важно знать идеи, которые лежат в его основе. Но мало кто сможет найти достаточно времени, чтобы читать философские трактаты. Эта книга - увлекательный рассказ о главных идеях, которые сформировали наш мир. Платон, Будда, Лао-цзы, Декарт и множество других мыслителей в живых и понятных диалогах расскажут о своей философии.

Внутри - 25 коротких, но ярких и запоминающихся рассказов и исторических зарисовок. Книга станет отличным знакомством с главными философскими течениями мира.



Лонго Д. Гитлер и Габсбурги. Месть фюрера правящему дому Австрии

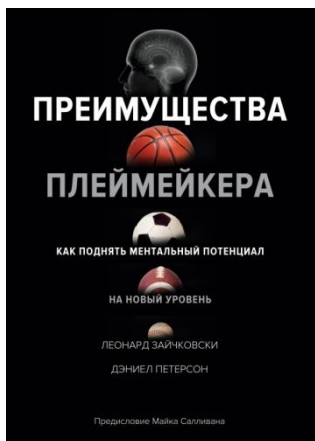
16 +

В молодости Адольф Гитлер пять лет прожил в Вене. Именно там и тогда окончательно сформировалось ненавистное отношение к правящей императорской семье Габсбургов, стремление мстить исчезнувшей империи, убитому эрцгерцогу и его наследникам. Это стало одной из главных причин Второй мировой войны и холокоста.

С вершин власти Гитлер обрушил всю свою ненависть к Габсбургам и их пестрой империи на сыновей Франца-Фердинанда, открыто выступавших против нацистской партии и ее расистской идеологии. Когда в 1938 году Германия захватила Австрию, именно Максимилиан и Эрнст стали первыми австрийцами, арестованными гестапо. Отправленные в концлагерь Дахау в Германии, братья в считанные часы попали из дворца в застенки. Женщины семьи, в том числе и единственная дочь эрцгерцога, принцесса София Гогенберг, вступили в противостояние с Гитлером. Их стойкость и храбрость в условиях предательств, измен, мучений и голода помогли семье выжить и в годы войны, и в непростое мирное время.

В поисках ответа на вопрос, почему Гитлер был так твердо намерен искоренить семью убитого эрцгерцога, автор книги Джеймс М. Лонго целых десять лет проводил исследования и беседовал с потомками правящего дома Габсбургов, и в итоге детально изложил историю бесстрашной борьбы семьи Франца-Фердинанда против фюрера.

Зайчковски Л., Петерсон Д. Преимущества плеймейкера. Как поднять ментальный потенциал на новый уровень



Это то, что ищут все тренеры, о чем мечтают родители, что обожают болельщики — и чего страстно хотят спортсмены. Этот таинственный элемент — святой Грааль профессионального и любительского спорта — то, что делает обычного игрока плеймейкером, то есть конструктором игры, определяющим ход противостояния. Плеймейкер обладает не просто незаурядным интеллектом, но и удивительным сочетанием интуиции, способности мгновенно анализировать ситуацию и быстро принимать решения в обстоятельствах стресса и цейтнота. Именно эти неуловимые качества поднимают игру плеймейкера на новый уровень,

позволяя ему отдавать передачи, на которые не способен никто другой, предвосхищать малейшие действия противника, избегать дорогостоящих ошибок и в конечном счете удерживать всю команду вместе.

В этой новаторской книге успешный консультант по повышению спортивных результатов вместе с авторитетнейшим профессором, пионером психологии спорта, объединили последние исследования когнитивной нейробиологии с практическим опытом тренеров лучших мировых команд по футболу, хоккею, бейсболу, гольфу и другим видам спорта. Зайчковски и Петерсон последовательно и наглядно объясняют, как благодаря современным технологиям и новейшим научным данным можно натренировать вожака «шестое чувство», а не просто надеяться, что когда-нибудь оно волшебным образом появится у вас или у ваших учеников. Это незаменимая книга для спортсменов любого возраста, независимо от степени профессионализма и вида спорта, а также для их тренеров, учителей и родителей. Она, безусловно, будет полезна и тем, кто не избегает спортивных вызовов и не чурается конкуренции высочайшего уровня в жизни и бизнесе.