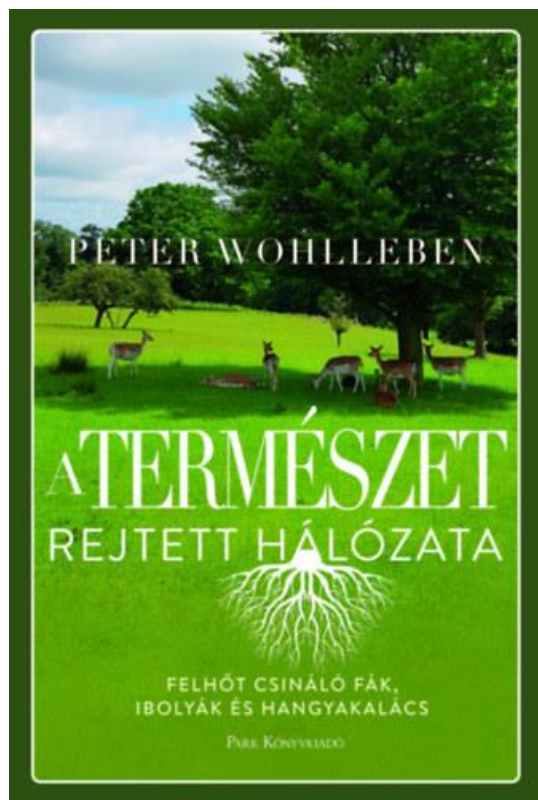


## Márai-program Szakkönyvek

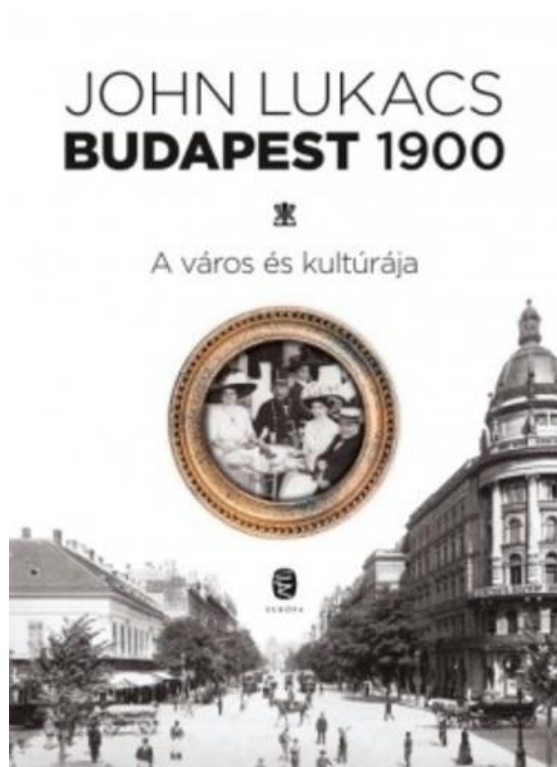


Peter Wohlleben

### A természet rejtett hálózata

*Felhőt csináló fák, nefelejcskek és hangyakalács*

A természet számtalan meglepetést rejt: a lombos fák befolyásolják a Föld forgását, a darvak akadályozzák a spanyolországi sonkatermelést, a tűlevelű erdők pedig esőt csinálnak. Peter Wohlleben, A fák titkos élete című sikerkönyv szerzője legújabb kötetében – a tőle megszokott eleven mesélőkedvvel – megannyi érdekes és különös példán keresztül mutatja be, milyen bámulatos kölcsönhatás és összjáték zajlik a növények és az állatok között. Hogyan épül fel a természet hatalmas óraműve, melyben minden „fogaskereknek” megvan a maga helye és szerepe? És mi történik, ha ez a finoman kiegyensúlyozott rendszer megbillen? Mi a jobb: ha az ember „segíti” a természetet, hogy helyreálljon ez az egyensúly, vagy ellenkezőleg, ha békén hagyja?



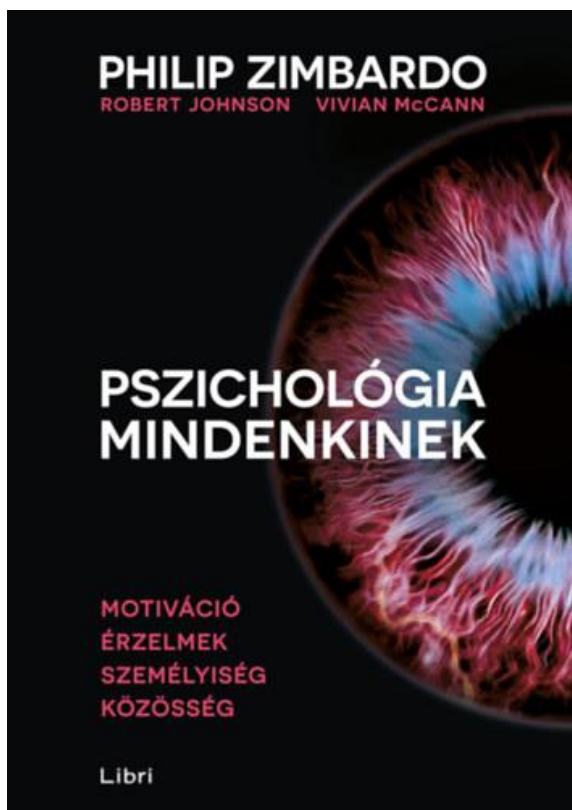
John Lukacs

### Budapest, 1900

*A város és kultúrája*

John Lukacs, az Egyesült Államokban élt kiváló magyar történészprofesszor ezzel a könyvével elsősorban a külföldiek érdeklődését akarta felébreszteni szülővárosa, Budapest iránt, de olyan nagyszerű várostörténetet írt, amely a magyar olvasóknak is maradandó élményt nyújt.

„A város és kultúrája” – jelzi a könyv alcíme, hogy ez a Budapest-portré a fizikai értelemben vett leírás mellett a várost benépesítő sok, különféle rendű és rangú ember életét is bemutatja. Mégpedig a századfordulón, 1900-ban, amikor Budapest fejlődésének csúcspontjára és fordulópontjára jutott. Nemzedék, amely az irodalomban, képzőművészetben, zenében hirtelen az európai élre ugrott.



[Robert Johnson](#) · [Vivian McCann](#) · [Philip Zimbardo](#)

## **Pszichológia mindenkinek**

*Motiváció – Érzelmek – Személyiség – Közösség*

A Stanford Egyetem professzora, Philip Zimbardo és munkatársai tudományosan, ugyanakkor nagyon szórakoztatóan ismertetnek meg mindazzal, amit a pszichológiáról tudni kell. A szerzők felhasználják a legfrissebb kutatási eredményeket, és esettanulmányokkal, a kritikus gondolkodást fejlesztő feladatokkal segítik, hogy az elsajátított tudást a mindennapi életben is alkalmazhassuk. A Pszichológia mindenkinek nem véletlenül szerepel a világ főiskoláin, egyetemein a kötelező olvasmányok listáján.

## Romsics Ignác

### **A Nagy Háború és az 1918–1919-es magyarországi forradalmak**

2018-2019 a magyar emlékezetkultúrában többszörösen kerek évforduló. Száz évvel ezelőtt, 1918 őszén fejeződött be az első világháború, amely addig nem tapasztalt mértékű anyagi és emberi veszteségekkel járt. Az ellenségeskedés megszűnésével párhuzamosan felbomlott az Osztrák-Magyar Monarchia, és idegen hadseregek kezdték megszállni a történelmi Magyarország részben nemzetiségek által lakott peremterületeit. Eközben két forradalom söpört végig az országon: először, 1918 októberétől a Károlyi Mihály vezette demokratikus jellegű, majd 1919 márciusától a Kun Béla nevével fémjelzett szovjet típusú. Mindkettő elbukott, és 1919 őszétől a konzervatív-nemzeti beállítottságú Horthy-rendszer kezdett kialakulni. Nagy sikerű életműsorozatának harmadik kötetében Romsics Ignác a 20. századi magyar történelem eme sorsdöntő eseményeivel foglalkozik – a tőle megszokott tárgyilagossággal és kiegyensúlyozottsággal.







### Orbán Zoltán

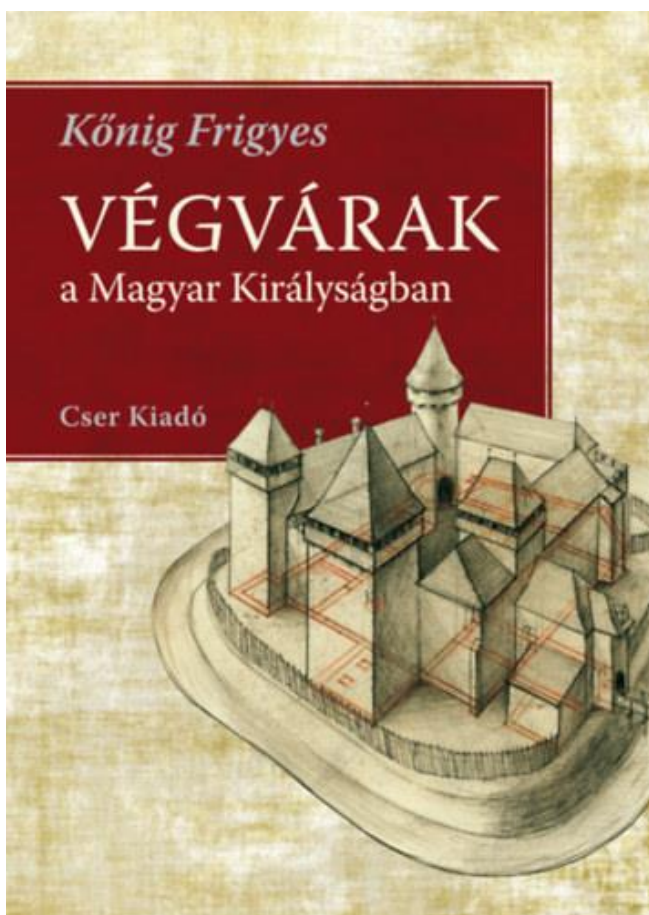
#### **Madárbarátok nagykönyve**

A Madárbarátok nagykönyve elsősorban a madarakat kedvelő embereknek, gyerekeknek szól, de sokkal többet nyújt az eddig megjelent madárvédelemmel foglalkozó könyvekénél.

A szerző, aki gyakorló ornitológusként jól ismeri a madárbarátokat foglalkoztató kérdéseket, feladatokat, gyakorlatban kipróbált megoldásokat kínál szinte minden felmerülő témára.

A könyv azonban nem csak a klasszikus madárvédelemmel foglalkozik, hanem megoldásokat javasol az emberek és állatok együttéléséből adódó konfliktusokra is. Tárgyalja más állatfajok védelmét is, tanácsokat ad a sérült madarak, elárvult madárfiókák ápolására, hasznos segítséget nyújt a természetfotózás iránt érdeklődőknek, a környezeti neveléssel foglalkozó pedagógusoknak és az ökoturizmusban munkálkodó szakembereknek is.

A kötetet a szerző nagyszerű fotói teszik színessé, és a könyv végén még egy kis madárhatározót is találunk, ahol kiváló madárfestmények könnyítik meg a környezetünkben élő leggyakoribb madárfajok felismerését.

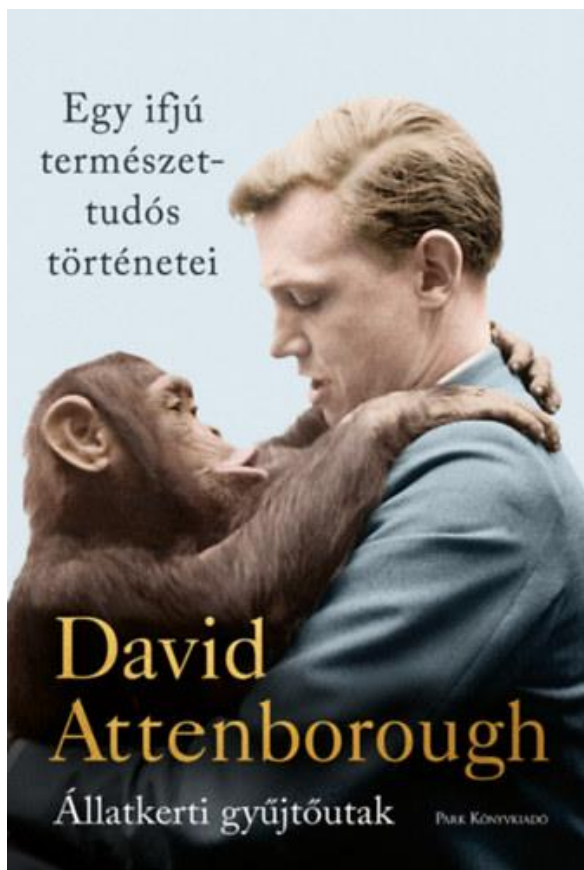


### Kőnig Frigyes

#### **Végvárak a Magyar Királyságban**

A török háborúk elmúltával a végvárak katonai szerepe megszűnt, lerombolták vagy pusztulni hagyták őket, némelyik maradványát beépítették, így, átépítve maradtak az utókorra. Giulio Turco felmérései nagyon gazdag, színes képet rajzolnak 16. századi történelmünk katonai építészetének állapotáról, értékes forrás a kutatók és az érdeklődők számára.

Giulio Turco személyéről nem sokat tudunk. Dr. Pálffy Géza történész kutatásaiból szerezhetünk némi tudomást arról, hogy 1568-ban több bányavidéki erődítmény alaprajzát készítette el a Haditanács számára. Ekkor már II. Miksa császár szolgálatában álló várépítész, úgynevezett „rendes építőmester” volt. A várfelmérések mellett tervek készítésével is foglalkoznia kellett a Dráva és a Duna közti végeken.



### David Attenborough

#### **Egy ifjú természettudós története**

##### *Állatkerti gyűjtőutak*

Sir David Attenborough (1926) angol természettudós és dokumentumfilmes. Immár hét évtizede van a pályán. Természettudományokat tanult Cambridge-ben, majd rövid kiadói kitérő után a BBC-nél helyezkedett el. Zoo Quest című, legendássá vált televíziós sorozatában átfogó szemlélettel és sokféle értelmezéssel mutatta be nézőinek a Föld élővilágát. Legutóbbi alkotása, a Planet Earth II minden idők legnézettebb természettudományos dokumentumfilm-sorozata. Az Egy ifjú természettudós története első kiadása magyarul Titokzatos állatok nyomában címmel 1993-ban jelent meg. A némileg átdolgozott jelenlegi kiadás teljesen új fordítás, a szerző új előszavával és frissített képanyaggal. A szerzőre oly jellemző szellemességgel és bájjal megírt történetek nemcsak az emlékezetes kalandokról szólnak, hanem arról az emberről is, aki rajongó szeretetet ébresztett bennünk a természet iránt, és lelkesedése azóta is töretlen.

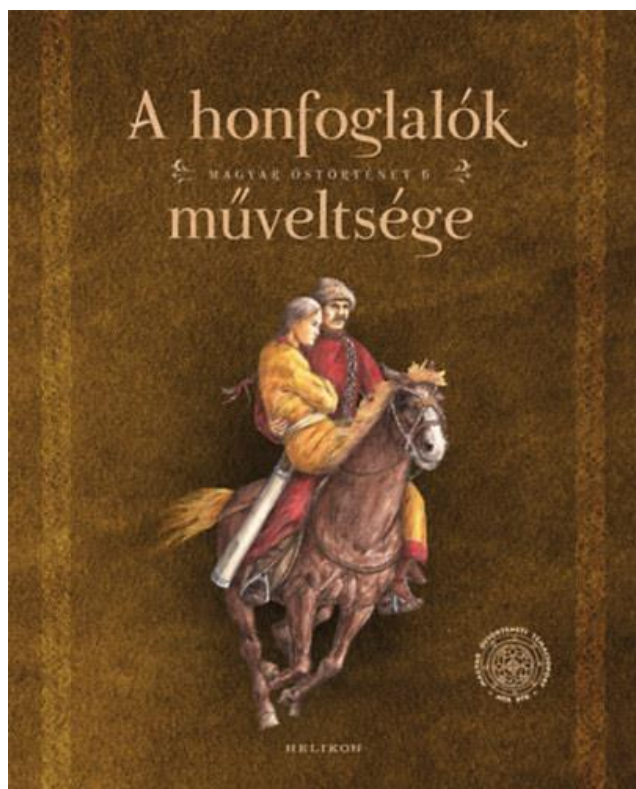
### Sudár Balázs

#### **A honfoglalók műveltsége**

A kötetben a honfoglalás kori magyarság műveltségének, szellemi kultúrájának nyomait igyekszünk számba venni. Minthogy egykorvolt elődeinktől nem maradtak fenn írások, valójában nem tudjuk, miről és mit gondoltak, hogyan látták a körülöttük lévő világot, miben hittek, mitől féltek, mit és miért találtak szépségnek. A kutató – és vele az érdeklődő olvasó – éppen azzal szembesül, hogy elődeink gondolkodásáról, világlátásáról mennyire csekély tudással rendelkezünk.

Ám minél kevesebbet tudunk – márpedig a szellemi kultúráról valójában nagyon keveset tudunk –, annál többet kell hozzátennünk saját kútfőből: így kerülünk egyre messzebb a hajdanvolt valóságától. A művészet eszközeivel nagyon sokféle megjelenítése születhet – és született is – e kornak, de bármilyen szemet gyönyörködtetőek vagy izgalmasak is ezek az elképzelések, többnyire mégis csak elképzelések.

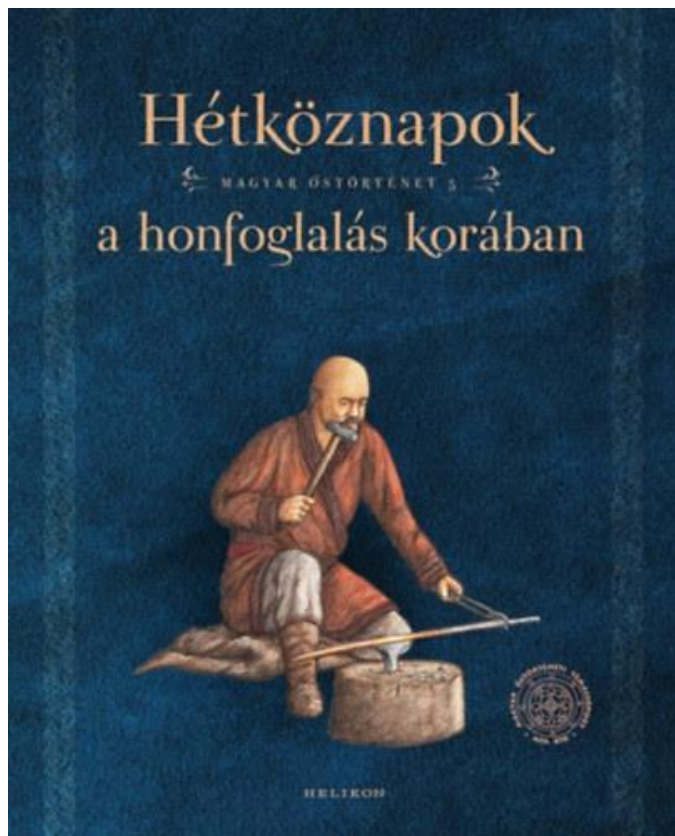
Kutatóink segítenek, hogy a morzsákat mégis egy kicsit jobban megérthessük. Kötetünkben éppen ilyen kalandozásra indulunk.





[Petkes Zsolt](#) (szerk.) • [Sudár Balázs](#) (szerk.)

## Hétköznapiak a honfoglalás korában



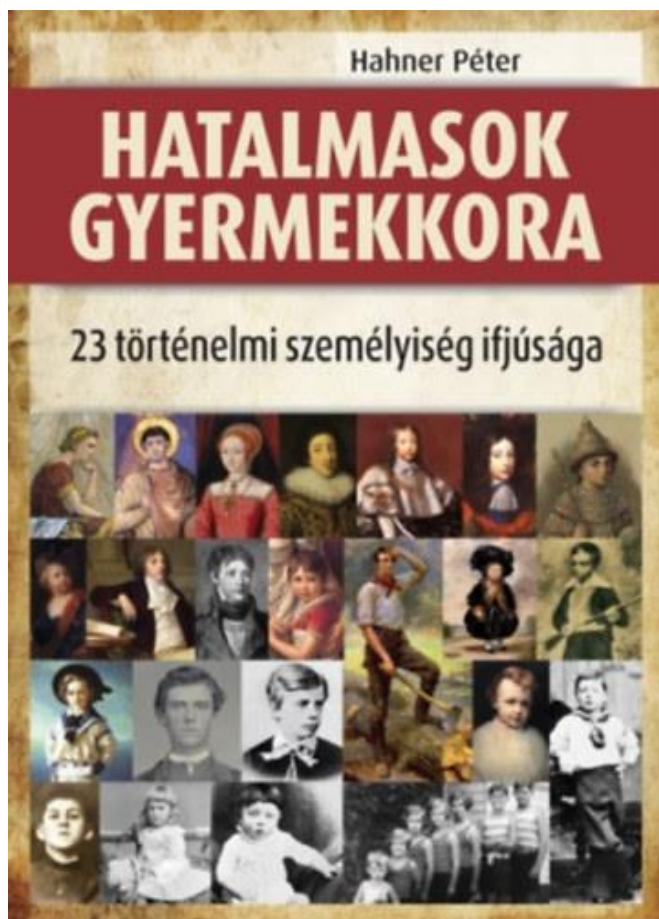
Sorozatunk ötödik kötete a honfoglalók hétköznapijaiba és anyagi kultúrájába vezeti be az olvasót. Mit tudunk elődeink gazdálkodásáról, az állattartásról és a növénytermesztésről? Mit ehettek a honfoglalók? Milyenek voltak lovaik, és hogy viszonyultak hozzájuk? Milyen körülmények között éltek, milyen lehetett a lakóhelyük, milyen mesterségeket űzhettek, és hogyan?

A kötet szerzői különböző tudományterületek (elsősorban a régészet, a történettudomány és a néprajz) kutatásaira támaszkodva, valamint más korszakokból vett párhuzamok segítségével próbálják közel hozni a 21. századi európai emberhez ezt a nehezen megfogható, tárgyi emlékekben szűkölködő kort. A friss kutatási eredmények ismertetése árnyalja eddigi tudásunkat a korszakról, és megrögzült tévhiteket, anakronisztikus megközelítéseket is eloszlat.

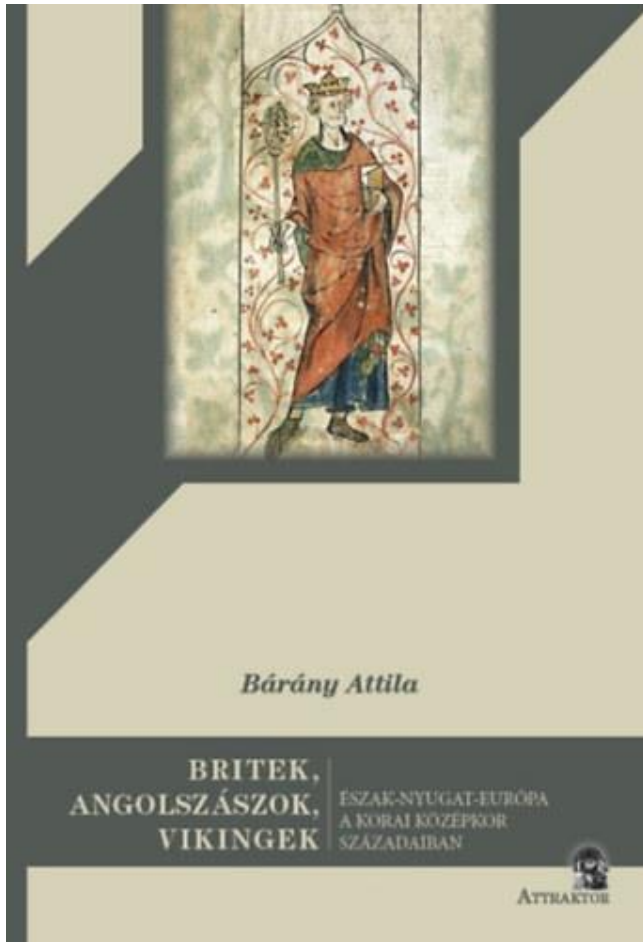
## [Hahner Péter](#)

### Hatalmasok gyermekkora

#### *23 történelmi személyiség ifjúsága*



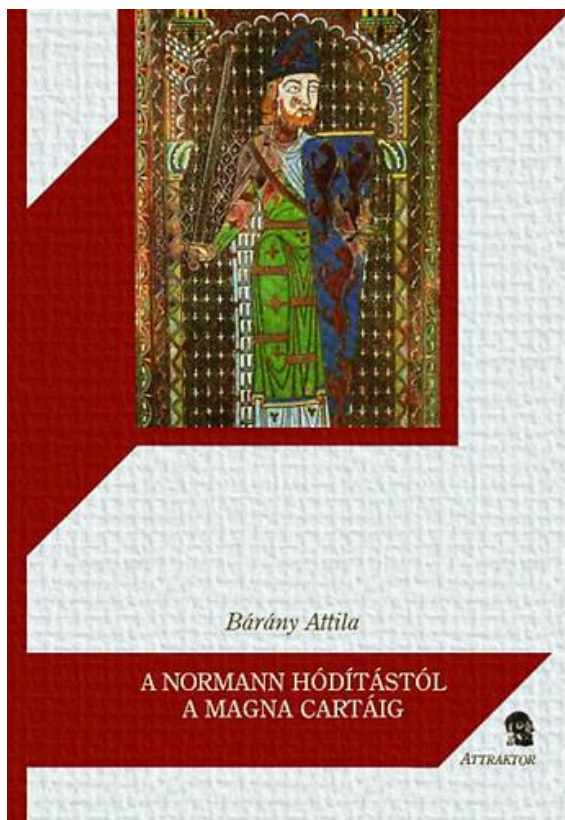
Nehéz elképzelni, hogy a történelem híres alakjai egykor ugyanolyan gyerekek voltak, mint bárki. Nem fogadtak szót, rugdalóztak a pad alatt, csúfolódtak, verekedtek. Sokukról feljegyezték, mit tanult, milyen játékokkal játszott, mely gyerekbetegségeken esett át. Hánykor kelt iskoláskorában Napóleon, és hány babája volt Viktória királynőnek? Milyen ruhában ment iskolába Lincoln az első tanítási napon, és mivel rikkant meg kisöccsét Lenin? Mit csinált Hitler a bizonyítványával, miután három tárgyból megbukott? Hány öltéssel varrták össze Kennedy biciklizés közben szerzett sebeit? Kinek az osztályát jutalmazta a tanár whiskyvel vagy bagóval? Kit itattak másnaposság ellen tejben és csokoládében felvert tojással, és kit tartóztattak le egyetlen éjszaka alatt négyszer? Lehet, hogy a nagy emberek eleve „nagyak” születtek, és gyermekkorukban is kiemelkedő képességekkel bírtak? Vagy neveltetésük, környezetük tette őket nagygyá? Miből lesz a cserebogár? Többek között erre a kérdésre keresi a választ ez a kötet.



## Bárány Attila

### **Britek, angolszászok, vikingek**

A Brit szigetek és Skandinávia koraközépkori történetéről szóló összefoglaló mű új kiadása. Politika- és gazdaságtörténet, kultúrhistoria és eszmetörténet csakúgy helyet kap a kötetben, mint a legújabb régészeti és nyelvészeti kutatások ismertetése. Az olvasó tájékozódását a korabeli uralkodó dinasztiák leszármazási táblái, térképek és bőséges magyar, illetve nemzetközi szakirodalom segíti.



## Bárány Attila

### **A normann hódítástól a Magna Cartáig**

*Anglia a Normannok és Plantagenetek korában  
(1066-1216)*

„Mindig azzal találja magát szembe a kutató, hogy a Plantagenetek kapcsán csupán a történeti legendáriumot hallhatja mindenfelől, a valós tények uralkodói politikájukat illetően elsikkadnak. E kötet ezen is szeretne változtatni a mai történetírói nézetek bemutatásával, hogy ne csak a viktoriánus történetírás hagyományos kliséi alapján nyerjünk képet a középkori Angliáról.”



## Barna István

### **Kardiovaszkuláris prevenció**

#### *A szív-és érrendszeri betegségek megelőzése*

A kardiovaszkuláris prevenció, azaz a szív-érrendszeri betegségek kialakulásának megelőzése nem orvosi feladat! Az orvos segítséget nyújthat, ám minden embernek tisztában kell lenni azzal, hogy megőrizheti egészségét, ha helyes életmódot folytat.

E könyv szerzője belgyógyász. Orvosként több évtizede segít tanácsaival emberek ezreinek, és gyógyítja a már kialakult betegségeiket. Számos szakmai és ismeretterjesztő könyv szerzőjeként, előadóként, egyetemi oktatóként is vallja, hogy az ismeretek átadásával a megfelelő kommunikációval hatékonyabb az együttműködés orvos és beteg között.

E könyv átfogó ismeretanyag segít azoknak, akik személyes felelősségük tudatában vannak és megfelelő életvitellel – helyes táplálkozás és mozgás, stresszkezelés, káros szenvedélyek felszámolása – szeretnék a szív-érrendszeri betegségek kialakulásának kockázatát csökkenteni.

Jobb előbb, mint később elkezdni az egészségtudatos életet, de sosem késő!

## Polcz Alaine

### **Főzzünk örömmel!**

#### *Egészségesen, gyorsan, olcsón*

A szakácskönyvek reneszánszát éljük, de a legkülönbébb igényeket szem előtt tartó művek - vegetáriánusoknak, a hagyományos magyar konyha híveinek stb - mellett van e kiadványnak egy standard vonulata (például Horváth Ilona szakácskönyve), és ott mindent megtalál a kezdő, de a gyakorlott háziasszony is. Jó esélye van Polcz könyvének arra, hogy bekerüljön az alapszakácskönyvek sorába. A praktikusság vezérli a szerzőt, amikor megismertet a legkülönbébb, gyorsan és olcsón előállítható ízletes ételek elkészítésével - a különféle csorbáktól az erdélyi káposztáig, a sajt és a túró házi készítésétől az ínycsiklandozó süteményekig. Csevegve, szórakoztatva tanít, szellemesen szól a háziasszonyokra váró örömről és nehézségekről. Bár a hagyományos (és az erdélyi) konyha híve, készségesen hangot ad az új, vegetáriánus étkezési kezdeményezéseknek (szója, saláták stb), s van biztató szava a fogyókúrák mókuskerekében vergődő nőtársai számára is. Különösen érzékletes képet rajzol sok néprajzi vonatkozású adat tükrében a régi erdélyi táplálkozási szokásokról, ünnepekről. Kezdő és haladó háziasszonyoknak egyaránt élvezetes a könyv.

