



DALYKINĖ LITERATŪRA



20
22



xxx



KATALOGAS

LIUVOS AUDIOSENSORINĖS BIBLIOTEKOS
METINIS LEIDINIŲ PRIEINAMAIŠ FORMATAIS

**Lietuvos audiosensorinės bibliotekos
metinis leidinių prieinamais formatais**

K A T A L O G A S

— **2022** —

DALYKINĖ LITERATŪRA

Vilnius, 2023

UDK 017.09(474.5)
Li-227

ISSN 2669-2856
© LIETUVOS AUDIOSENSORINĖ BIBLIOTEKA, Vilnius 2023

TURINYS

SUTRUMPINIMAI **5**

BENDRASIS SKYRIUS **6**

Civilizacija. Kultūra. Progresas **7**

Vadyba. Lyderystė **7**

Spauda. Knygos **8**

Bibliografijos **9**

Chronologija. Kalendoriai **9**

Žurnalistika **10**

FILOSOFIJA. PSICHOLOGIJA **11**

Filosofijos istorija **12**

Filosofijos esmė ir jos vaidmuo **12**

Moralės filosofija. Etika. Praktinė filosofija **13**

Dvasinio gyvenimo metafizika **14**

Šeimos psichologija **14**

Populiarioji psichologija **16**

RELIGIJA. TEOLOGIJA **21**

SOCIALINIAI MOKSLAI **25**

Sociologija **26**

Finansai. Bankai. Pinigai ir pinigų cirkuliacija **27**

Užimtumas. Darbas **27**

Teisė. Teisės mokslai **28**

Valstybės administracinis valdymas. Karo menas.

Karo mokslai **29**

Karinis darbas su civiliais **30**

MATEMATIKA. GAMTOS MOKSLAI 32

Meteorologija **33**

Zoologija **33**

TAIKOMIEJI MOKSLAI.

MEDICINA. TECHNOLOGIJA 34

Medicina **35**

Bendroji terapija **36**

Gimnastika ir kūno kultūra **37**

Veterinarija **38**

MENAS. REKREACIJA. SPORTAS 39

Urbanistika **40**

Performanso menininkės **40**

KALBA. KALBOTYRA. GROŽINĖ LITERATŪRA 41

Esė **42**

Memuarai. Dienoraščiai **44**

GEOGRAFIJA. BIOGRAFIJOS. ISTORIJA 45

Kelionės **46**

Biografijos **47**

Visuotinė istorija **51**

Lietuvos istorija **52**

ASMENVARDŽIŲ RODYKLĖ 55

ANTRAŠČIŲ RODYKLĖ 57

FORMATŲ RODYKLĖ 59

SUTRUMPINIMAI

MP3

Įskaitytos knygos garso įrašas.

PDF

Elektroninis formatas, dažniausiai naudojamas iliustruotoms knygoms.

BRF

Skaitmeninis dokumentas, paruoštas kokybiškai spaudai Brailio raštu arba patogiam skaitymui Brailio eilute. Atspausdinti šio formato leidinius Brailio raštu galime pagal individualų užsakymą. Spaudinys užsakovui išsiunčiamas paštu, jo grąžinti nereikia.

EPUB

EPUB (tekstas)

Skaitmeninis leidinys, kurio pagrindinis privalumas – prie ekrano dydžio prisitaikantis tekstas, taip pat galimybė keisti šriftą, jo dydį ir kontrastą. EPUB puikiai dera su ekrano skaitymo programine įranga.

EPUB (tekstas su garso įrašu)

Visi EPUB formato privalumai, lydimi diktoriaus įgarsinto teksto, kurį galima sekti ekrane – diktoriaus skaitoma pastraipa paryškinama realiuoju laiku.

BRAILIS

Iškiliąja spauda spausdintas Brailio rašto leidinys, dažniausiai – knyga.

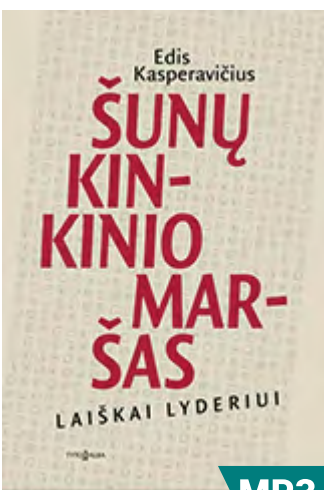
**BENDRASIS
SKYRIUS**



1. Dilytė, Dalia Heladės šviesa

Diktorius Virgilijus Kubilius
Formatas MP3
Trukmė 6 val. 28 min.
Orig. išl. Vilnius, Lietus, 1994
ISBN 9986-431-16-6

Mokslo ir mokslo populiarinimo knyga, pasakojanti apie klasikinės Graikijos kultūrą: teatrą, sportą, vaizduojamąjį meną, buitį, religines apeigas. Skaitytojai susipažins su žymiausiomis V a. pr. Kr. asmenybėmis, sužinos apie to meto įvykius. Knygoje yra keli nuolatiniai veikėjai. Knygos gale pateikiama senovės graikų kalbos abecėlė, skaitymo pratimų, tikrinių vardu žodynėlis.



2. Kasperavičius, Edis Šunų kinkinio maršas Laiškai lyderiui

Diktorė Rūta Rainienė
Formatas MP3
Trukmė 8 val. 58 min.
Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021
ISBN 978-609-466-597-4

Užuot pateikęs sprendimus bei receptus, autorius kelia klausimus ir, remdamasis savo lyderystės psichologijos žiniomis, turtinga vadybos praktika, kitų tyrėjų įžvalgomis, rašytojų ir netgi roko klasikų mintimis, kartu su skaitytoju ieško atsakymų – versle, sporte, muzikoje ir tiesiog gyvenime. Knyga skirta visiems, besidomintiems vadyba, siekiantiems karjeros, pasiekusiems jos aukštumas ir nebijantiems apsižvalgyti.



3. Kovač, Miha Skaityti kaip matyti

Diktorius Petras Kuneika

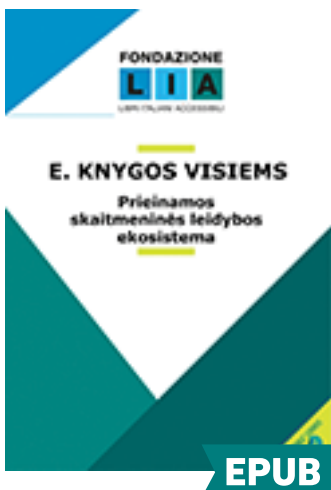
Formatas MP3

Trukmė 2 val. 22 min.

Orig. išl. Vilnius, Vilniaus universiteto leidykla, 2021

ISBN 978-609-07-0653-4

Ar skaitmeniniais laikais popierinių knygų skaitymas dar turi prasmės? Šioje Liublianos (Slovėnija) universiteto profesoriaus knygoje rasite dešimt priežasčių, pagrindžiančių skaitymo svarbą ir įrodančių, kad skaitymas turi daug teigiamų „šalutinių poveikių“, vedančių į sėkmę ir laimę.



4. Skaitmeninės knygos visiems

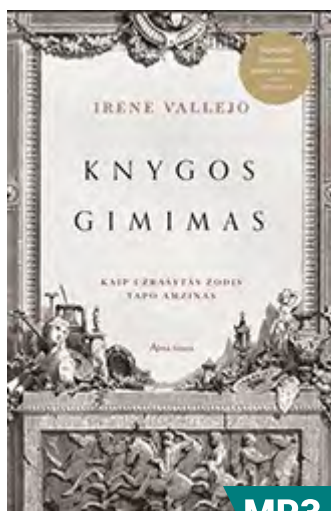
Prieinamos skaitmeninės leidybos ekosistema
(įtraukios leidybos gairės)

Formatas EPUB (tekstas)

Apimtis 1 EPUB dokumentas

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos aklyjų biblioteka, 2022

Šis dokumentas – tai lanksčiai pritaikomas vadovas, apžvelgiantis įvairius aspektus, susijusius su visais knygos vertės grandinės dalyviais: turinio kūrėjais, kaupėjais ir skaitmeniniais platintojais, internetiniais knygynais bei platformomis, skaitymo sprendimų kūrėjais ir organizacijomis, tvarkančiomis knygas spaudos kataloguose.



5. Vallejo, Irene Knygos gimimas

Kaip užrašytas žodis tapo amžinas

Diktorė Jūratė Karazijaitė

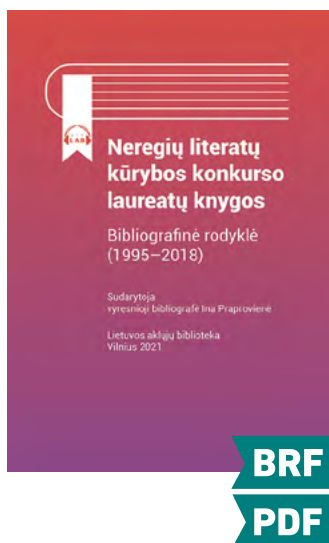
Formatas MP3

Trukmė 20 val. 1 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4809-9

Tai pasakojimas apie knygų gamybą, skirtingus jų tipus, kuriuos išbandėme per beveik trisdešimt amžių, – knygas iš dūmų, akmens, molio, viksvuolių, šilko, odos, medžio, o drauge ir apie naujausias – iš plastiko ir šviesos.



6. Neregių literatūros kūrybos konkurso laureatų knygos Bibliografinė rodyklė (1995–2018)

Sudarytoja Ina Praproviene

Formatas BRF

Apimtis 1 BRF dokumentas

Formatas PDF

Apimtis 17 p.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos aklųjų biblioteka, 2022

1995 m. Lietuvos aklųjų biblioteka (toliau – LAB) pradėjo organizuoti Neregių literatūros kūrybos konkursus. Iki 2022 metų konkursas organizuotas 19 kartų, kai kurie literatai yra laimėję konkursą ne po vieną kartą.

Konkursą laimėjusios knygos leidybą, pristatymą visuomenei bei kitas jos populiarinimo veiklas organizuoja LAB. Šios knygos saugomos LAB fonde.

Chronologija. Kalendoriai



7. Kalendorius 2023. Negalios judėjimui, įvairovei ir lygybei svarbios datos. Neregių bendruomenei svarbios sukaktys

Sudarytojos Audronė Gendvilienė, Klementina Gečaitė

Formatas BRF

Apimtis 1 BRF dokumentas

Formatas PDF

Apimtis 24 p.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos aklųjų biblioteka, 2022

ISSN 1648-231X

Šiame leidinyje pateikta informacija apie negalios judėjimui, įvairovei ir lygybei svarbias datas, neregių bendruomenei svarbias sukaktis, taip pat – regos negalią turinčius lietuvius, žinomus šalyje ar / ir užsienyje, pelniusius šalies ir tarptautinius įvertinimus.



8. Pečiulis, Žyginas Kaip bendrauti su žiniasklaida

Principai, patarimai, pavyzdžiai

Diktorė Dovilė Zuozaitė-Veteikienė

Formatas MP3

Trukmė 5 val. 32 min.

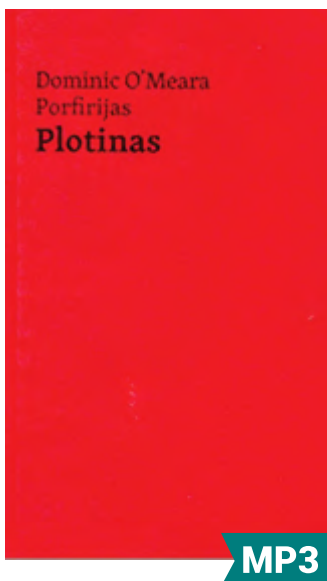
Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2014

ISBN 978-609-466-021-4

Prof. Žyginas Pečiulis tvirtina, kad sėkmingas dialogas būna tada, kai pasirengusios abi komunikuojančios pusės, kurių bendras tikslas – informuoti visuomenę. Gal ir nepavyks susidraugauti su žurnalistu, tačiau privalome tapti komunikacijos partneriais. Knyga skiriama tiems, kam tenka bendrauti su žiniasklaida – duoti interviu, dalyvauti radijo ar televizijos laidose. Ji taip pat pravers studijuojantiems viešąją komunikaciją ir visiems, kurie nori geriau perprasti žiniasklaidą ir žurnalistiką, gebėti suvokti jos turinį.

**FILOSOFIJA.
PSICHOLOGIJA**

Filosofijos istorija



9. O'Meara, Dominic Plotinas

Įvadas į Eneadas

Diktorius Audrius Čaikauskas

Formatas MP3

Trukmė 6 val. 11 min.

Orig. išl. Vilnius, Žara, 2020

ISBN 978-9986-34-354-7

D. O'Meara Plotino mintis analizuoja filosofiškai įžvalgiai ir filologiškai bei istoriškai tiksliai, žingsnis po žingsnio vesdamas skaitytoją Plotino mąstymo keliais. Šis įvadas – puiki galimybė atrasti Plotino filosofiją arba atnaujinti pažintį su ja.

Filosofijos esmė ir jos vaidmuo



10. Gros, Frédéric Filosofija pėsčiomis

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 6 val. 48 min.

Orig. išl. Vilnius, Hubris, 2022

ISBN 978-609-8280-18-0

Knygos autorius trumpose esė sodriais potėpiais tapo kiekvieno iš mūsų kasdienę vaikščiojimo patirtį, praturtina ją kitų ir savo paties įžvalgomis, paverčia vaikščiojimą ne tik kūno, bet ir dvasios malonumu. Sužinome, kad Rousseau turėjo eiti, kad mąstyti, Nietzsche ėjo, kad rašyti, o Kantas vaikščiodavo, kad prasiblaškytų nuo kontempliacijos. Ši knyga – tai pasakojimas apie žmonių ir jų minčių istoriją pasitelkiant vieną juos jungiantį elementą: aistrą eiti (ir mąstyti!) savomis kojomis.



11. Kołakowski, Leszek Mini paskaitos apie maksi dalykus

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 56 min.

Orig. išl. Vilnius, Mokslo ir enciklopedijų leidybos centras, 2020

ISBN 978-5-420-01832-3

Gvildenami visiems rūpimi žmogaus prigimties ir gyvenimo klausimai. Pernelyg neįveldamas skaitytojo į „aukštas materijas“, autorius elegantiškai pažeria taiklių, susimąstyti, o kai kada ir polemizuoti maginančių minčių apie kasdienius dalykus, tokius kaip valdžia, šlovė, kelionės, skolos, seksas, sąžinė ar net nuobodulys. Savo samprotavimus apie kolektyvinę atsakomybę, smurtą, pavydą, Dievą, teisingumą autorius dėsto trumpai, logiškai, tačiau nenuslysta vien paviršiumi, atveria netikėtas, esmingas gelmes.



12. Sacks, Jonathan Moralė

Bendrasis gėris permainų laikais

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

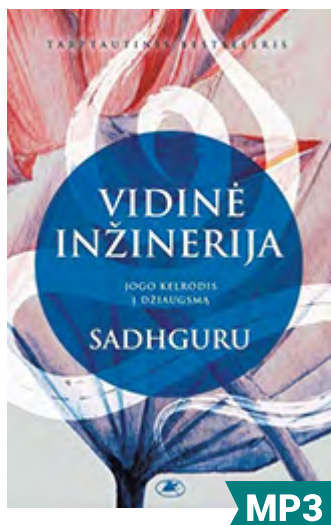
Trukmė 12 val. 45 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021

ISBN 978-609-466-586-8

Įkvepanti pasaulio vizija, priminsianti gyvenimą keičiančias paradoksalias tiesas, kad esame tvirti, jeigu prižiūrime silpnuosius, turtingi, jeigu rūpinamės vargšais, ir stiprūs, jeigu globojame pažeidžiamuosius. Tai – motyvuojantis žvilgsnis į pasaulį, kuriame visi galime rasti savo vietą ir žiūrėti į ateitį drąsiai.

Dvasinio gyvenimo metafizika



13. Sadhguru Vidinė inžinerija

Jogo kelrodis į džiaugsmą

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 8 val. 14 min.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla, 2021

ISBN 978-609-480-236-6

Vienas iš 50-ties įtakingiausių žmonių Indijoje, savo įžvalgiomis, aistringomis, įtaigiomis ir šmaikščiomis kalbomis pelnęs iškilus mąstytojo ir kalbėtojo reputaciją, išminčius ir mokytojas Sadhguru Vakarų skaitytojams siūlo patikimą kelią į gerovę. Knygoje rasite galingus klasikinės jogos mokslo instrumentus, kurie kiekvienam padės keisti savo gyvenimą, jo suvokimą ir tapti savo džiaugsmo architektu.

Šeimos psichologija



14. Blandė, Asta; Gudeliėnė, Eglė Paauglystė: šeimos santykių išbandymas

Diktorė Monika Baranauskaitė

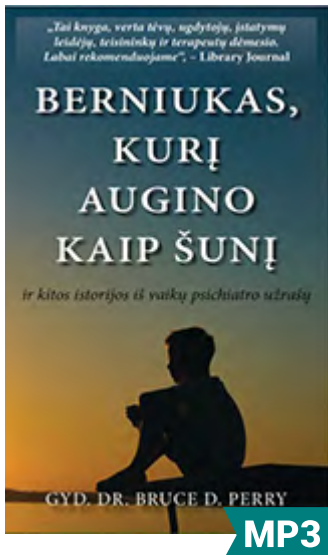
Formatas MP3

Trukmė 3 val. 29 min.

Orig. išl. Kaunas, Šviesa, 2019

ISBN 978-5-430-06737-3

Knygą rekomenduojame skaityti tiek tėvams, auginantiems paauglius (nuo 9 iki 19 metų), tiek paaugliams, kuriems šiuo laikotarpiu kyla nemažai klausimų. Ši knyga ne tik apie artimesnę pažintį su paauglyste, bet ir apie šeimos tarpusavio ryšį, labiausiai sustiprinanti ir tėvus, ir bręstantį žmogų.



15. Perry, Bruce D. Berniukas, kurį augino kaip šunį ir kitos istorijos iš vaikų psichiatro užrašų

Diktorė Vilija Česnavičienė

Formatas MP3

Trukmė 17 val. 3 min.

Orig. išl. Vilnius, Liūtai ne avys, 2022

ISBN 978-609-8254-87-7

Autorius padeda vaikams, susidūrusiems su neįsivaizduojamu siaubu: išgyvenusiems genocidą, patyrusiems smurtą artimoje aplinkoje, pagrobtiems paaugliams, su vienu ar apskritai be tėvų gyvenantiems. Pasakojamos istorijos apie patirtas traumas ir transformaciją liudija apie drąsą, žmoniškumą ir viltį. Meistriškai derindamas nepamirštamą vaikų istorijas su paties siūlomomis atjauta grįstomis, įžvalgiomis gydymo strategijomis, autorius paaiškina, kas nutinka vaikų smegenims susidūrus su didžiuliu stresu, ir atskleidžia netikėtus būdus, kurių galima imtis norint palengvinti šį skausmą ir padėti jiems užaugti sveikais žmonėmis.



16. Richardson, Jodi Nerimastingos mamos

Kaip mamoms nerimastavimą paversti stiprybe

Diktorė Rūta Rainienė

Formatas MP3

Trukmė 10 val. 23 min.

Orig. išl. Vilnius, Vaga, 2021

ISBN 978-609-00-7506-7

Nors autorės gyvenimą irgi lydi nerimas, tapusi gerovės specialiste, ji siekia supažindinti mamas su susitaikymo ir įsipareigojimo terapija, pozityviąja psichologija ir mokslo pasiekimais; ir įkvėpti mamas, kad joms pavyktų: atpažinti ir perprasti savo nerimastavimą; mokytis naujų įgūdžių ir puoselėti gyvenimo būdo įpročius; ryžtingai siekti asmeninių ir profesinių tikslų bei ambicijų išsipildymo; išauginti emociškai intelektualius vaikus.



17. Sondaitė, Jolanta Myliu ir mamą, ir tėtį

Knyga tėvams, išgyvenantiems skyrybas

Diktorė Monika Baranauskaitė

Formatas MP3

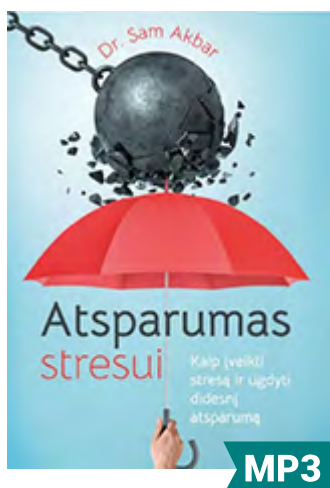
Trukmė 3 val. 10 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2019

ISBN 978-609-01-3728-4

Skyrybos – krizinė patirtis ir suaugusiųjų, ir mažųjų gyvenime. Jautriai ir paprastai parašyta knyga yra lengvai skaitoma ir bus naudinga visiems, kurie išgyvena skyrybas ar nori palaikyti jas patiriančius žmones. Aiškiai ir nuosekliai pateikiama itin aktuali informacija padeda geriau suprasti vaiko savijautos dinamiką vykstant skyrybų procesui, emocinių vaiko poreikių patenkinimo ir bendratėvystės svarbą.

Populiarioji psichologija



18. Akbar, Sam Atsparumas stresui

Diktorius Rokas Simanavičius

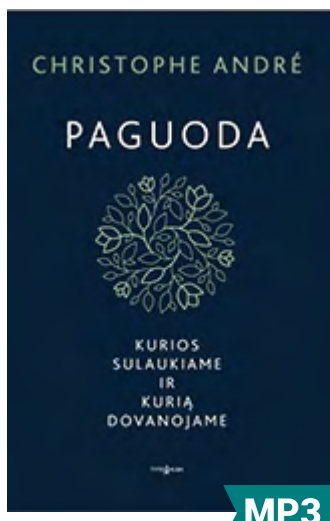
Formatas MP3

Trukmė 3 val. 59 min.

Orig. išl. Vilnius, Briedis, 2022

ISBN 978-609-494-006-4

Knygos autorė tvirtina, kad galima išmokti susidoroti su stresu, susitvarkyti mintis ir sutelkti dėmesį į tai, kas iš tiesų svarbu. Šioje knygoje sužinosite, kaip veikia mūsų smegenys, kaip jos valdo emocijas ir sudėtingus minčių procesus, gausite patarimų, kaip save užjausti ir naujai pažvelgti į pasaulį.



19. André, Christophe Paguoda

Diktorė Rūta Rainienė

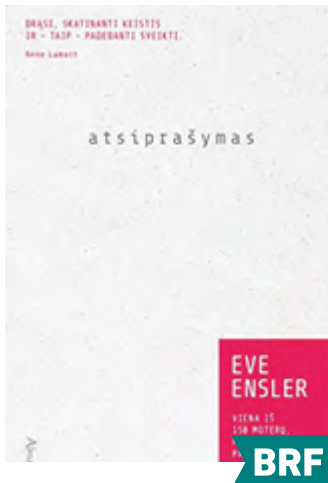
Formatas MP3

Trukmė 6 val. 44 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2022

ISBN 978-609-466-709-1

Aptardamas, kaip paguodą suvokia įvairūs rašytojai, filosofai ir psichologai, dalindamasis asmeniniais pokalbiais su pacientais, kolegomis ir artimaisiais, autorius pristato daugiasluoksnį guodimo meną ir įrankius, padėsiančius jį įvaldyti.



20. Ensler, Eve Atsiprašymas

Formatas BRF
Apimtis 1 BRF dokumentas
Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021
ISBN 978-609-01-4511-1

Nepaisant paliktų žaizdų, galima vėl stotis ant kojų ir imti sveikti. Tai giliai sukrečianti knyga, kiekvieną iš mūsų skatinanti išdrąsėti, kalbėti tiesiai ir stengtis atleisti.



21. Goodall, Jane ir Abrams, Douglas su Hudson, Gail Vilties knyga

Diktorė Aistė Diržiūtė
Formatas MP3
Trukmė 8 val.
Orig. išl. Vilnius, Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla, 2022
ISBN 978-609-480-317-8

Gamtininkė Jane Goodall ir rašytojas Douglasas Abramsas tyrinėja vieną iš labiausiai vertinamų ir mažiausiai suprantamų žmogaus prigimties elementų – viltį – bei įvardija keturias jos priežastis: nuostabų žmogaus intelektą, gamtos atsparumą, jaunimo galią ir nepalaužiamą žmogaus dvasią. Knygoje pasakojamos jaudinančios ir įkvepiančios istorijos iš J. Goodall gyvenimo. Aptardama patirtis, kurios formavo jos įsitikinimus, J. Goodall atskleidžia, kaip tapo vilties pasiuntine.



22. Krasnova, Natalija 1000 ir 1 diena be sekso Baltoji knyga

Diktorė Nijolė Lipeikaitė
Formatas MP3
Trukmė 7 val. 7 min.
Orig. išl. Vilnius, Liūtai ne avys, 2021
ISBN 978-609-8254-55-6

Ši knyga – apie jus. Apie kasdien mane apipilančias klausimais, į kuriuos atsakau kiekvienai asmeniškai, – mergaites, merginas, moteris, močiutes (ir net apie vyrus!). Šioje knygoje tūno visi jūsų moteriški ir žmogiški bauguliai: vientvės baimė, senatvės baimė, mirties baimė, baimė, kad niekada nebūsite gera mama ir kad niekada neišmokssite taisyklingai nubrėžti akių apvado linijos...



23. Krasnova, Natalija 1000 ir 1 naktis be sekso

Juodoji knyga

Diktorė Nijolė Lipeikaitė

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 13 min.

Orig. išl. Vilnius, Liūtai ne avys, 2021

ISBN 978-609-8254-77-8

Ši knyga – toli gražu ne (tik) apie seksą, bet apie moteris, vyrus, jų paslaptis ir kiekvieną be išimties naktimis slapta kankinančius klausimus.



24. Kubelka, Susanna Pagaliau per keturiasdešimt

Pasaulis priklauso savimi pasitikinčiai moteriai

Diktorė Nijolė Lipeikaitė

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 30 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2003

ISBN 9955-08-360-3

Su humoru ir autoironija, remdamasi kelių kartų moterų patirtimi ir asmeninėmis įžvalgomis, autorė paneigia įsišaknijusią nuomonę, kad laimingas ir visavertis gyvenimas priklauso tik jauniems.



25. Mielas liūdesys Albertalli, Becky; Alsaid, Adi ir kiti

Jaunimo rašytojai ir paaugliai apie tamsiąją meilės pusę

Diktorė Vilija Česnavičienė

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 5 min.

Orig. išl. Vilnius, Gelmės. 2022

ISBN 978-609-00-7504-3

Knyga – skirta jaunimui, jau patyrusiam pirmuosius skaudžius meilės išgyvenimus. Populiarūs jaunimo rašytojai Heather Demetrios, Adi Alsaid, Amy Ewing, Gayle Forman, Jasmine Warga ir kiti, susivienijo tam, kad padėtų viso pasaulio paaugliams susivokti savo jausmuose ir išgyventi pirmosios meilės sukeltą skausmą. Knyga ne tik atskleidžia tamsiąją meilės pusę, bet ir parodo, jog liūdesys – tai tiesiog natūrali šio proceso dalis. O sudaužyta širdis paruošia derlingą dirvą kitai meilei.



26. Morris, Heather Vilties istorijos

Diktorė Jūratė Karazijaitė

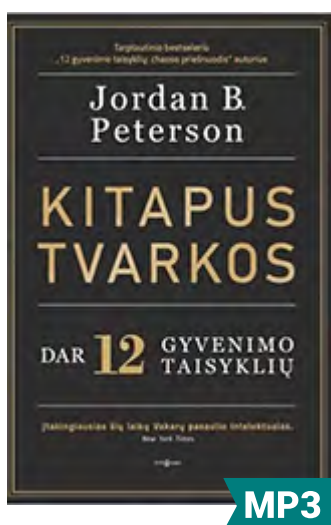
Formatas MP3

Trukmė 8 val.

Orig. išl. Vilnius, „Baltų lankų“ leidyba, 2022

ISBN 978-609-479-659-3

Įkvepiantis gyvenimo vadovas, kuriame autorė pasakoja ne tik apie žmones, kuriuos jai nusišypsojo laimė sutikti, ir nepaprastas jų istorijas, bet ir apie guodžiantį klausymosi meną, kurio galime išmokti kiekvienas.



27. Peterson, Jordan B. Kitapus tvarkos

Dar 12 gyvenimo taisyklių

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 13 val. 48 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021

ISBN 978-609-466-560-8

„12 gyvenimo taisyklių“ padėjo suvaldyti chaosą ir įvesti tvarką daugelio žmonių gyvenimuose. Drąsiame tęsinyje autorius pateikia dar vieną gelbėjimo rinkinį ir primena, kad nors chaosas baugina savo nežinomybe, bet gyvendami tvarkingai sustyguotą gyvenimą prarandame kūrybiškumą ir žinių troškimą. Jis siūlo ieškoti pusiausvyros tarp chaoso ir tvarkos, o supratę, kas tarp jų slypi, rasime ir savo gyvenimo kelią.



28. Šneiderytė, Aušra Po tamsos ateina... lapė

Diktorė Aistė Diržiūtė

Formatas MP3

Trukmė 4 val. 31 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2022

ISBN 978-609-466-670-4

Knygos puslapiuose atsispindi politiniai įvykiai, visuomenę skaldantys skauduliai, kiekvienam pažįstama buitį. Kad ir apie ką kalbėtų – apie tarakonus virtuvėje, pandemijos pasekmes ar moterų teises, – autorė nepraranda humoro ir vos keliais žodžiais geba susprogdinti emocinę bombą: jos tekstai verčia kilti nuo sofos ir ką nors keisti. Nutraukti destruktivius santykius. Imtis naujos veiklos. Pakelti akis į žvaigždes. Matyti žmones greta. Įsiklausyti. Leisti būti sau ir kitiems. Gyventi „lapiu“.



29. Zakaraitė, Eglė Kodėl geroms mergaitėms patinka blogi berniukai?

O gal meilėje nėra gerų ar blogų žmonių, yra tavo arba ne?

Diktorė Nijolė Lipeikaitė

Formatas MP3

Trukmė 3 val. 13 min.

Orig. išl. Pagėgiai, Saviugda, 2021

ISBN 978-609-96260-0-0

Smalsu, kaip formuojasi asmenybė, kas lemia įsitikinimus, pasirinkimus, kas daro įtaką žmogaus gerovei? Galbūt nesi patenkintas gyvenimo kokybe, galbūt svajoji pakeisti savo lemtį... „Aš noriu tau duoti laisvę rinktis, kaip modeliuoti savo gyvenimą, – sako knygos autorė. – Supratęs savo dabartį ir priėmęs savo praeitį bei viską geriau apmąstęs, tu gali kurti savo ateitį tokią, kokią nori. Svarbiausia – suprasti savo veiksmus, išmokti priimti, su meile padėkoti ir paleisti.“

**RELIGIJA.
TEOLOGIJA**



30. Bowler, Kate **Niekas nenutinka be priežasties**

Ir kiti melai, kurie man patiko

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

Trukmė 4 val. 32 min.

Orig. išl. Vilnius, Liūtai ne avys, 2022

ISBN 978-609-493-004-1

Kai autorei diagnozuojamas ketvirtos stadijos storosios žarnos vėžys, savo pačios mirtingumo suvokimas priverčia ją suprasti, kad ne viską gyvenime gali kontroliuoti ryžtu. Krikščioniškame auklėjime, persmelktame „galiu tai padaryti“ dvasia, slypi mintis, kad jei pasiduodi ligai, esi nevykėlis. Palaipsniui atsisakydama šios nuostatos, autorė atranda, kad gyvenimas yra sunkus, bet nuostabus.



31. Dardanella Tosi, Lore **100 maldų nemokantiems melstis**

Diktorė Audra Worcester

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 50 min.

Orig. išl. Vilnius, Katalikų pasaulio leidiniai, 2005

ISBN 9955-619-54-6

Maldas galima rašyti trimis būdais: remiantis tradiciniais kanonais, pasitelkiant vaizduotę bei širdį arba tiesiog meldžiantis. Autorė vadovavosi trečiuoju kriterijumi, mažiausiai populiariu bei pačiu sunkiausiu, tačiau suteikiančiu skaitytojui daugiausia dvasinio peno. Maldos, sudėtos į šią knygą, gimė iš vidaus. Jos parašytos lengva plunksna ir yra visiškai spontaniškos.



32. Laurentin, René Demonas – mitas ar tikrovė?

Kristaus ir Bažnyčios mokymas bei patirtis

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

Trukmė 14 val. 22 min.

Orig. išl. Vilnius, Aidai, 2008

ISBN 978-9955-656-62-3

Tad ar egzistuoja velniai? Anot vyraujančios kultūros, ne. Tai tik mūsų psichologijos produktas. Mados besivaikantys teologai ir netgi kai kurie egzorcistai tokiam požiūriui pritaria. Esą demono veikimas bei jo buvimas yra abejotini. Beje, toks tikėjimas yra neva žalingas – tai alibi, slopinantis atsakomybės jausmą, o apsėdimas, sakoma, tėra isteriška mizanscena, sužadinama paties egzorcizmo. Pats laikas likviduoti šias atgyvenusios senoviškos vaizduotės liekanas.



33. Lyris, Benas Ramybės teologija

Diktorius Virgilijus Kubilius

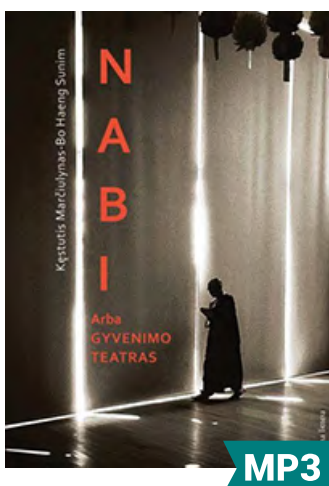
Formatas MP3

Trukmė 5 val. 12 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4823-5

Knygoje rašoma apie vidinį asmens augimą ir ramybę šiame kelyje, apie tai, kaip priimti save, kaip įveikti baimes ir išsilaisvinti. Knygoje rasite minčių apie netobulumą, atsakomybę, sąžinę, susitikimą su kitu asmeniu, ji padės atrasti darną su pasauliu ir pasiūlys kryptį, kaip ieškoti prasmės.



34. Marčiulynas, Kęstutis Nabi, arba Gyvenimo teatras

Diktorius Audrius Meška

Formatas MP3

Trukmė 3 val. 42 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4431-2

Kęstutis Marčiulynas-Bo Haeng Sunim – aktorius, režisierius, pasirinkęs vienuolystės kelią ir pasukęs dzeno link. Ši knyga – tai susitikimas su jos autoriumi, primenantis, kad ribos tarp išmintingos pranašystės ir efemeriško drugelio sparno virptelėjimo tiesiog nėra.



35. Ricard, Matthieu Meditacijos menas

Diktorius Audrius Meška
Formatas EPUB (tekstas su garso įrašu)
Apimtis 1 EPUB dokumentas
Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2011
ISBN 978-9955-38-985-9

Sakoma, kad meditacija net išmintingiausiems yra viso gyvenimo kelias, tačiau atlikdami ją kasdien, galime imti kitaip suvokti save ir mus supantį pasaulį. Remdamasis savo vienuoliška patirtimi, atidžiu šventųjų tekstų skaitymu ir giliu budistų mokytojų pažinimu, autorius atskleidžia, kokią didelę naudą kiekvienam iš mūsų gali atnešti meditacija, grįsta nesavanaudiška meile ir atjauta.



36. Toliatas, Algirdas Tikra tik viltis

Diktorė Jūratė Karazijaitė
Formatas MP3
Trukmė 7 val. 6 min.
Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021
ISBN 978-609-466-604-9

Septintoji kunigo knyga, kurioje jis jaukinasi esė žanrą ir nagrinėja amžinas ir kasdienes žmogaus gerumo ir padarumo, patikimumo, atjautos ir meilės artimui temas. Jis nepateikia atsakymų, tik apnuogina mintį ir skatina klausti.

SOCIALINIAI MOKSLAI



37. Jonutytė, Jurga; Šmitienė, Giedrė Gyvatės kojos

Negalios samprata gyvenimo pasakojimuose

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 11 val. 15 min.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvių literatūros ir tautosakos institutas, 2021

ISBN 978-609-425-313-3

Kalbama apie negalios sampratą, priklausančią nuo konkrečioje kultūroje vyraujančių normalumo ir normatyvumo sąvokų, nuo požiūrio į žmogų, į jo kūną ir aplinką. Pagrindinę knygos medžiagą sudaro gyvenimo pasakojimai, užrašyti iš žmonių, turinčių fizinę ir sensorinę negalią. Tyrinėdamos šiuos pasakojimus, autorės siekia negaliai sugrąžinti vienos iš daugelio gyvenamojo kūno patirčių statusą ir atitolinti ją nuo žmonių rūšiavimo praktikų. Žmogaus kūno negalia kaip niekas kitas išryškina tai, kad gyvenimas kaskart vis kitaip susiklosto, turi daugybę sluoksnių bei prasmų.



38. Štuikienė, Dovilė Kaip tu?

10 drąsių istorijų

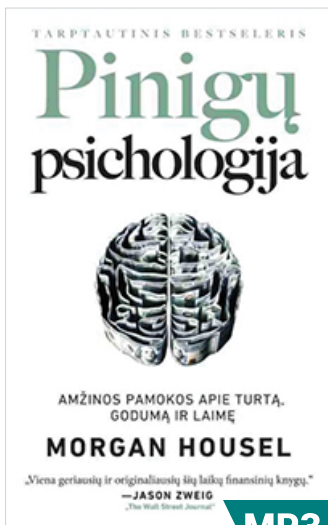
Formatas BRF

Apimtis 1 BRF dokumentas

Orig. išl. Vilnius, BALTO leidybos namai, 2022

ISBN 978-609-487-261-7

Palaidoti vaiką, ištekėti už vyro, turinčio negalią, užstrigti aplinkoje, kur dugnas čia pat, keliskart atsidurti ant mirties slenksčio ir įveikti ligas... 10 stiprių moterų sugebėjo išbristi iš kančios, liūdesio, nusivylimo. Vėl spinduliuoti džiaugsmą, su begaliniu troškimu vėl laikytis gyvenimo – iš pradžių kaip plono siūlo, paskui kaip tvirto lino. 10 drąsių moterų, neslepiančių nei pavardės, nei veido, atvirai pasakoja apie savo kelią iš tamsos į šviesą. Ir jų istorijos gali būti geriausi vaistai dar besikapanojantiems prieblandoje, išgyvenantiems netektis ir sunkumus. Juk kas gali įkvėpti labiau nei istorija žmogaus, kuriam buvo šimtą kartų blogiau – ir kuris netapo aplinkybių auka.



39. Housel, Morgan Pinigų psichologija

Amžinos pamokos apie turta, godumą ir laimę

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

Trukmė 6 val. 30 min.

Orig. išl. Vilnius, Kita perspektyva, 2021

ISBN 978-609-95168-3-7

Kaip mums sekasi tvarkytis su pinigais, nebūtinai priklauso nuo turimų žinių. Tai labiau susiję su mūsų elgesiu. Gyvenime žmonės finansinius sprendimus priima ne naudodamiesi skaičiuoklėmis. Kiekvienoje asmeninėje istorijoje unikali pasaulėžiūra, ego, išdidumas, rinkodara ir įvairūs motyvai susiplaka į viena. Pateikiama 19 trumpų istorijų, nagrinėjančių dažnai keistą žmonių santykį su pinigais, kurios moko suprasti vieną svarbiausių dalykų gyvenime.

Užimtumas. Darbas



40. Bruder, Jessica Klajoklių žemė

Diktorė Aistė Diržiūtė

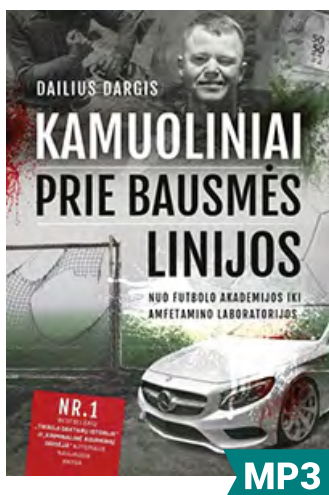
Formatas MP3

Trukmė 9 val.

Orig. išl. Vilnius, Kitos knygos, 2022

ISBN 978-609-427-523-4

Įprastą būstą išmainiusi į namelį ant ratų, autobusiuką ar automobilį, naujoji klajoklių gentis juda per Jungtines Amerikos Valstijas – nuo Meksikos iki Kanados, iš rytų į vakarus ir atgalios. Šis pasakojimas apie naują subkultūrą – žmones, kurie dar visai neseniai gyveno įprastai, buvo vidurinės klasės dalis. Vieni neatsitiesė po 2008 metų ekonominės krizės, kiti, tiesiog nebeišgyvendami iš uždarbio, nusprendė atsikratyti nebepakeliamų sąskaitų ir būsto paskolų, kad išsaugotų laisvę.



41. Dargis, Dainius Kamuoliniai prie baismės linijos

Nuo futbolo akademijos iki amfetamino laboratorijos

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

Trukmė 12 val. 40 min.

Orig. išl. Vilnius, Šviesos takas, 2021

ISBN 978-609-8276-02-2

Kriminalinė dokumentika apie tuos, kurie buvo užsimoję Kaune nužudyti savo pagrindinius priešininkus Agurkinius ir taip tapti viešpataujančiais miesto bei visos šalies bosais. Kamuoliniai – viena agresyviausių automobilių vagių gaujų, veikusių ne tik Europoje, bet ir Rusijoje kartu su legendomis apipinta Maskvos Solncevo grupuote.



42. Lamb, Christina Mūsų kūnai – jų karo laukas

Diktorė Monika Baranauskaitė

Formatas MP3

Trukmė 15 val. 52 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4487-9

Knygoje autorė suteikia balsą konfliktų zonose gyvenančioms moterims, parodydama, kaip šiandienos kare armija ir teroristai naudoja prievartą kaip ginklą, siekdami pažeminti, išnaudoti ir vykdyti etninius valymus. Ch. Lamb atskleidžia neįtikėtinas didvyriškumo ir pasipriešinimo istorijas nuo Pietryčių Azijos iki Ruandos, kur buvo išprievartauta maždaug ketvirtis milijono moterų, ir šių dienų jazidų moterų bei vaikų, kurie prieš Islamo valstybei paimant juos į vergiją tapo masinių savo šeimų žudynių liudininkais.



43. Sadeckas, Alvydas Iš kriminalisto gyvenimo

Apie kriminalistų kovą su nusikaltėliais ir apie politikos verpetus

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

Trukmė 12 val. 46 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4709-2

Alvydo Sadecko pokalbis su žurnalistu Valdu Bartasevičiumi apie organizuotą nusikalstamumą, jo priežastis ir šaknis, plėtrą atkūrus mūsų valstybės nepriklausomybę, kriminalistų kovą su nuožmiomis nusikaltėlių gaujomis, jų veiklos metodus, specifinį gyvenimo būdą. Pasakojama ir apie politinių intrigų žalą šalies teisėsaugai, prieštarinę, neretai asmeniniais išskaičiavimais grindžiamą politikos pasaulį.

Valstybės administracinis valdymas. Karo menas. Karo mokslai



44. McRaven, William H. Kaip pasiklosi, taip išsimiegosi

Maži dalykai, kurie gali pakeisti tavo gyvenimą... ir galbūt pasaulį

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 59 min.

Orig. išl. Vilnius, Liūtai ne avys, 2021

ISBN 978-609-8254-69-3

Knyga kupina įtaigių asmeninių JAV nacionalinio saugumo užkulisių istorijų. McRavenas knygą skyrė pamokoms apie tai, kaip įveikti nesėkmes, duoti atkirtį skriaudėjams ir suteikti viltį kitiems.



45. Daugirdas, Albertas Išgyvenimo atmintinė

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 59 min.

Orig. išl. Vilnius, LR Krašto apsaugos ministerija, 2020

ISBN 978-609-412-191-3

Leidiny suteiks žinių ir įgūdžių, kaip ekstremalioje situacijoje taikos ar bet kokios krizės metu efektyviai panaudoti standartines, žmogaus pagamintas priemones, kurias galima įsigyti, pasiruošti iš anksto arba tiesiog rasti savo aplinkoje. Išmokus tai padaryti, vėliau galima mokytis panaudoti gamtos teikiamas galimybes.



46. Ką turime žinoti apie pasirengimą ekstremaliosioms situacijoms ir karo metui

Atsakingasis redaktorius dr. Karolis Aleksa

Diktorė Regina Jokubauskaitė

Formatas MP3

Trukmė 2 val. 52 min.

Orig. išl. Vilnius, LR Krašto apsaugos ministerija, 2014

ISBN 978-609-412-071-8

Šio leidinio tikslas – kad visi Lietuvos piliečiai turėtų bendrą supratimą apie valstybės veiksmus reaguojant į ekstremaliąsias situacijas, pavojus ir grėsmes taikos ir karo metu (siekiant apsaugoti piliečius), be to, ypač svarbu, kad jie žinotų, ką, norint apsisaugoti nuo nelaimių, reikia daryti jiems patiems ir kaip prireikus prisidėti prie šalies gynybos.



47. Ką turime žinoti apie pasirengimą ekstremaliosioms situacijoms ir karo metui

Rimti patarimai linksmi

Diktorė Regina Jokubauskaitė

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 5 min.

Orig. išl. Vilnius, Krašto apsaugos ministerija, 2020

ISBN 978-609-412-202-6

Sutrumpinta ir smagiai parašyta leidinio „Ką turime žinoti apie pasirengimą ekstremaliosioms situacijoms ir karo metui“ versija, kur pateikiami tik praktiniai patarimai ir su jais susijusi informacija. Čia rasite apie 30 išsamiai aprašytų patarimų, kaip elgtis įvairių nelaimių ar karo atveju.



48. Ką turime žinoti apie pasipriešinimą

Aktyvių veiksmų gairės

Atsakingasis redaktorius dr. Karolis Aleksa

Diktorė Gustė Pupkevičienė

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 32 min.

Orig. išl. Vilnius, LR Krašto apsaugos ministerija, 2018

ISBN 978-609-412-104-3

Pabrėžiama itin svarbi tema – aktyvus piliečių, atsidūrusių agresoriaus okupuotoje teritorijoje, pasipriešinimas.



49. Pilietinio pasipriešinimo abėcėlė

Patarimai, kaip kovoti be ginklų

Diktorius Algimantas Butvilas

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 39 min.

Orig. išl. Vilnius, LR Krašto apsaugos ministerija, 2020

ISBN 978-609-412-208-8

Lietuvos Respublikos krašto apsaugos ministerijos išleistas leidinys supažindins su pilietinio (neginkluoto) pasipriešinimo tikslais, strategijomis, taktika, „ginklais“ bei jų „šaudmenimis“. Teorinėje dalyje gausu pavyzdžių, o pagrindinę turinio dalį sudaro patarimai.



50. Savukynas, Ričardas Kaip nugalėti propagandą

Trumpa mąstymo klaidų apžvalga

Diktorius Rokas Simanavičius

Formatas MP3

Trukmė 1 val. 30 min.

Orig. išl. Vilnius, LR Krašto apsaugos ministerija, 2020

ISBN 978-609-412-200-2

Leidinyje paaikškinama, kaip veikia mūsų smegenys, kokias mąstymo klaidas darome ir kaip jomis gali pasinaudoti kiti. Analizuojamos 12 pagrindinių mąstymo klaidų, pateikiami pavyzdžiai ir klaidų taisymo būdai.

MATEMATIKA. GAMTOS MOKSLAI

Meteorologija



51. Galvonaite, Audrone Paskui orus jų klystkeliais

Paprastai – apie klimatą, vėją, debesis ir meteorologinius reiškinius

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

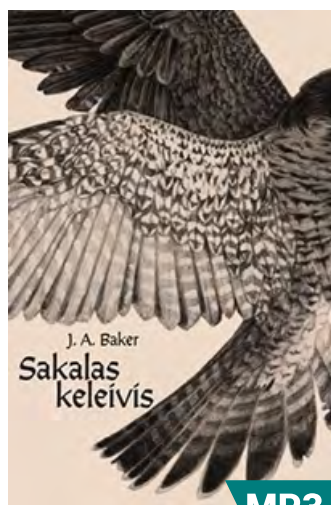
Trukmė 6 val. 1 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4514-2

Autorė paprastai, aiškiai ir su daugybe pavyzdžių pasakoja apie meteorologiją, orus ir klimatą, bendrąją atmosferos cirkuliaciją, debesis, vėjus, šqualus, viesulus, uraganus, pavojingus meteorologinius reiškinius, orų kaprizus ir siurprizus, orų ir klimato įtaką žmonių sveikatai.

Zoologija



52. Baker, J.A. Sakalas keleivis

Diktorius Rokas Simanavičius

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 49 min.

Orig. išl. Vilnius, Hubris, 2021

ISBN 978-609-8280-14-2

Ši intensyvi ir tuo pačiu metu poetiška knyga – apie visa apimančią obsesiją, meditatyvų pasišventimą tyrinėjamam objektui ir mėginimą peržengti ribą tarp žmogaus ir gyvūno. Joje nėra saldžių, romantizuotų gamtos aprašymų – čia alsuoja vien tik atviras ir žiaurus plėšriųjų paukščių pasaulis, į kurį bando įsilieti stebintysis. Bet ar tai įmanoma?

**TAIKOMIEJI
MOKSLAI.
MEDICINA.
TECHNOLOGIJA**



53. Cho, Catherine Pragaras

Atsiminimai apie motinystę ir pamišimą

Diktorė Regina Jokubauskaitė

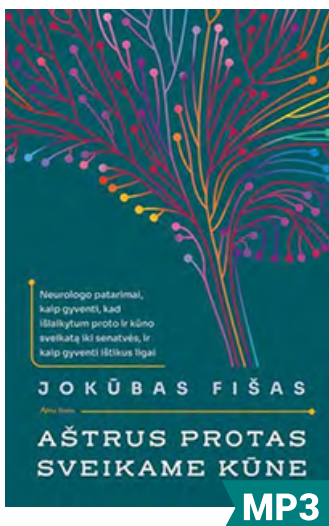
Formatas MP3

Trukmė 6 val. 55 min.

Orig. išl. Vilnius, Briedis, 2021

ISBN 978-9955-26-903-8

Tai jaudinantys nuo naujagimio sūnaus ir vyro atskirtos jaunos motinos prisiminimai, kai po patirto sukrečiančio pogimdyminės psichozės priepuolio prieš savo valią buvo paguldyta į psichiatrijos ligoninę Naujajame Džersyje.



54. Fišas, Jokūbas Aštrus protas sveikame kūne

Diktorius Kasparas Strička

Formatas MP3

Trukmė 5 val. 44 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2022

ISBN 978-609-01-5136-5

Neurologo patarimai, kaip gyventi, kad išlaikytum proto ir kūno sveikatą iki senatvės, ir kaip gyventi ištikus ligai. Knyga kupina vilties ir tikėjimo žmogaus smegenų galimybėmis – per ilgametę medicinos praktiką autorius pamatė tokių išgijimo atvejų, kuriais pats vargiai galėjo patikėti.



55. Kėvalas, Rimantas Ką mes padarėme savo vaikams

Diktorė Rūta Rainienė

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 6 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021

ISBN 978-609-466-615-5

Autorius išsamiai aptaria COVID-19 pandemijos ir dėl jos paskelbto karantino įtaką vaikų kasdienybei ir įpročiams, gilinasi į psichinės ir fizinės vaikų sveikatos pokyčius pasaulinės suirutės metu. Nagrinėdamas realias klininkines situacijas, R. Kėvalas siekia įvertinti ilgalaikes karantino ir nuotolinio ugdymo pasekmes, veikiančias ateinančių kartų gyvenimą.



56. Dargužytė-Černiauskė, Žydrė Rašymo terapija

Nuo žodžio iki jausmo

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

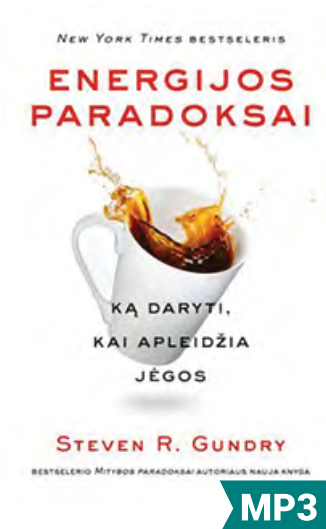
Trukmė 3 val. 53 min.

Orig. išl. Vilnius, Didakta, 2020

ISBN 978-609-442-143-3

Šios knygos skaitytojas taps ir rašytoju, jei pasiryš nerti ne tik į drąsiai atskleistas asmeniškias, jautrias autorės istorijas, bet ir į savo jausmų bei minčių gelmes. Knygoje pateikta ir teorinė medžiaga, aprašytos terapinių sesijų galimybės, leisiančios išbandyti gijimo rašant būdą.

MP3



57. Gundry, Steven R.; Greeven, Amely Energijos paradokslai

Diktorė Rūta Rainienė

Formatas MP3

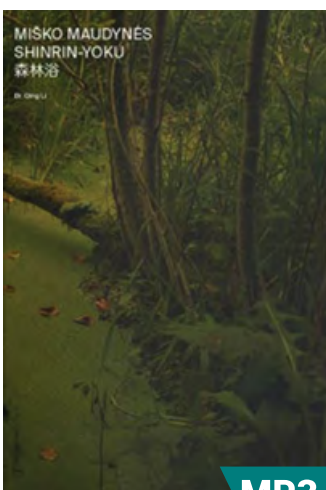
Trukmė 10 val. 26 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2022

ISBN 978-609-01-5245-4

Autoriaus nuomone, su nuolatiniu nuovargiu kovojantys žmonės beveik visada turi kai ką bendra: žarnyne prasidėjusį ir išplitusį uždegimą. Knygoje autorius pateikia naujus įrodymus apie mikrobiomos vaidmenį gaminant arba, atvirkščiai, sunaudojant energiją ir siūlo priemones, padedančias užgesinti uždegimą.

MP3



58. Li, Qing Miško maudynių menas ir mokslas

Diktorė Regina Jokubauskaitė

Formatas MP3

Trukmė 3 val. 39 min.

Orig. išl. Vilnius, Dvi tylos, 2020

ISBN 978-609-8232-11-0

Šiuolaikinį žmogų, pavargusį nuo miesto, aplinkos užterštumo ir triukšmo sąmoningai ilsėtis miške moko „miško maudynių“ principai. Knyga apima ne tik teorinius metodus, bet pateikia praktinių patarimų, kurie padės kokybiškai atstatyti jėgas gamtoje.

MP3

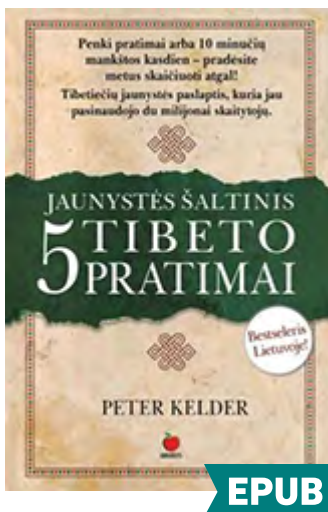


59. Girskis, Jonas Viskas apie stuburo gydymą

Praktinis iliustruotas vadovas, kaip padėti sau

Diktorius Rokas Simanavičius
Formatas EPUB (tekstas su garso įrašu)
Apimtis 1 EPUB dokumentas
Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2017
ISBN 978-609-01-2715-5

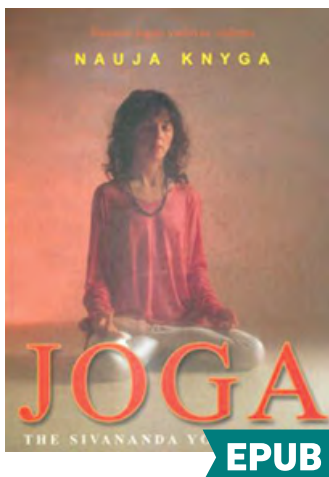
Autorius teigia, kad gydytojo priedermė – ne tik gydyti, bet ir šviesti bei išmokyti pacientą patį sveikti. Šioje praktinėje knygoje lengvai ir suprantamai aiškinama, kaip veikia kūno „važiuoklė“, kokią pagalbą nugaros skausmus kenčiančiam žmogui siūlo šiuolaikiniai gydytojai ir įvairios sveikatinimo doktrinos, kokia jų nauda ir žala. Taip pat pateikiama net 100 efektyvių tikslingų gydomųjų judesių, kuriuos galite atlikti namie.



60. Kelder, Peter Jaunystės šaltinis 5 Tibeto pratimai

Diktorė Jūratė Karazijaitė
Formatas EPUB (tekstas su garso įrašu)
Apimtis 1 EPUB dokumentas
Orig. išl. Kaunas, Obuolys, 2011
ISBN 978-609-403-529-6

Tai – praktiniai nurodymai, kaip atlikti visus penkis pratimus, primenančius jogos pozas. Jiems kasdien užtenka keliolikos minučių, o praktikuojantys džiaugiasi išaugusia energija, tirpstančiu svoriu, geresne atmintimi, atsigavusiais plaukais, dingusiais skausmais ir tiesiog grįžusia jaunyste.



61. Lidell, Lucy Joga. Nauja knyga Išsamus jogos vadovas visiems

Diktorė Gustė Pupkevičienė
Formatas EPUB (tekstas su garso įrašu)
Apimtis 1 EPUB dokumentas
Orig. išl. Vilnius, Homo faber, 2004
ISBN 9986-835-16-X

Leidiny, pripažintas klasikine ir geriausia knyga apie jogą, aprėpia visus jogos aspektus bei pratimus, pritaikytus ir vyresnio amžiaus žmonėms, nėščiosioms bei vaikams. Knyga įkvėps ir naujokus, ir pažengusius mokinius



62. 501 pilateso pratimas Mankštos anatomija

Puikūs pratimai, padėsiantys pasiekti savo tikslų ir geriau susipažinti su nuostabi kūno sandara

Diktorė Monika Baranauskaitė
Formatas EPUB (tekstas su garso įrašu)
Apimtis 1 EPUB dokumentas
Orig. išl. Vilnius, Naujoji Rosma, 2020
ISBN 978-9955-06-388-9

Pilateso mankšta pagerina bendrą savijautą, laikyseną, pusiausvyrą ir koordinaciją. Prie kiekvieno pratimo pateikiami jį iliustruojantys paveikslėliai ir aiškūs, tikslūs nurodymai. Gausu patarimų, kaip taisyklingai atlikti pratimus, kad jūsų mankšta būtų saugi ir naudinga.

Veterinarija



63. Berns, Gregory Kaip šunys mus myli Neuromokslininkas atskleidžia šuns smegenų paslaptis

Diktorė Nijolė Lipeikaitė
Formatas MP3
Trukmė 8 val. 9 min.
Orig. išl. Vilnius, Liūtai ne avys, 2020
ISBN 978-609-8254-26-6

Knygoje pateikiamos stulbinančios įžvalgos, kaip šunys atspindi žmonių emocijas, kaip jie mus myli, kodėl šunų ir žmonių draugystė tokia ypatinga.

**MENAS.
REKREACIJA.
SPORTAS**



64. Jacobs, Jane Didžiųjų Amerikos miestų mirtis ir gyvenimas

Diktorius Audrius Čaikauskas

Formatas MP3

Trukmė 16 val. 51 min.

Orig. išl. Vilnius, Lapas, 2020

ISBN 978-609-8198-30-0

Pirmą kartą 1961 m. pasirodžiusi knyga sujungia užsistovėjusią miesto architektų bendruomenę. Net ir šiandien knyga išlieka aktuali visame pasaulyje. Miestų plėtra vyksta sparčiau nei bet kada. Tik bendradarbiaujant su bendruomenėmis įmanoma sukurti gyvą ir tinkamai funkcionuojančią urbanistinę erdvę. Autorė, sugebėjusi pakeisti miestų plėtros politiką, pristato svarbiausius gyvybingo miesto dėmenis.

Performanso menininkės



65. Fischer, Jeannette Psichoanalitikė kalbasi su Marina Abramović, menininkė kalbasi su Jeannette Fischer

Diktorė Gustė Pupkevičienė

Formatas MP3

Trukmė 2 val. 52 min.

Orig. išl. Vilnius, Kitos knygos, 2021

ISBN 978-609-427-505-0

Taikydama psichoanalizę Jeannette Fischer bando atrasti gelmines menininkės ir jos kūrybos jungtis. Psichoanalitikė, užčiuopusi sąmoningus ir nesąmoningus elementus, svarsto apie skausmą ir smurtą. Gilūs pokalbiai, sutelkti į asmens ir kūrybos psichoanalizę, praplečia žinias ne tik apie garsią menininkę ir jos kūrybą, bet ir apie performanso meną bei žmogaus psichikos galimybes.

**KALBA.
KALBOTYRA.
GROŽINĖ
LITERATŪRA**



66. Černiauskaitė, Laura Sintija Džiaugsmynas

Esė

Diktorė Gustė Pupkevičienė

Formatas MP3

Trukmė 5 val. 1 min.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla, 2022

ISBN 978-609-480-314-7

Knygoje – 22 grynojo įkvėpimo tekstai, esukai (nuo žodžio esu, būnu), parašyti 2014–2021 metais. Juose dalijusi savo kasdienybę, per jos smulkmenas apmąstydamą egzistencinius dalykus.



67. Degėsys, Liutauras Viskas buvo ne taip

Esė

Diktorius Rokas Simanavičius

Formatas MP3

Trukmė 4 val. 12 min.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla, 2022

ISBN 978-609-480-331-4

Šioje knygoje – gausybė paradoksalių, ironiškų filosofinių įžvalgų apie įvairias visuomenės gyvenimo realybes: politiką, religiją, mokslą, meną, švietimą. Tekstai nuolat primena, koks svarbus yra kalbėjimas, rašymas, skaitymas – artėjant prie išorinės ir vidinės tikrovės supratimo.



68. Jauniškis, Vaidotas Patirti peizažą

Esė

Diktorius Algimantas Butvilas

Formatas MP3

Trukmė 10 val. 55 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021

ISBN 978-609-466-554-7

Knygoje sudėti tekstai apima daugiau nei 10 metų laikotarpį, fiksuoja kaitą, kurią patiria miestas, kultūra, mados, meno reiškiniai ir kūrėjai, visuomenė ir jos pažiūros. Subjektyvūs atsiminimai gali priminti senovinius žemėlapius ar graviūras, kurių pirmame plane buvo piešiami žmonės, išėję už miesto vartų.



69. Ruseckaitė, Aldona Per žarijas

Esė

Diktorė Rūta Rainienė

Formatas MP3

Trukmė 8 val. 27 min.

Orig. išl. Kaunas, Kauko laiptai, 2021

ISBN 978-609-8301-02-1

Nedidelės apimties tekstuose, kai kur primenančiuose mažas noveles, talpiai, struktūriškai nuosekliai autorė neria pasakojimo tinklą. Ironija ir groteskas, lyrika ir autentiški susitikimai su lietuvių rašytojais, žūtbūtinis užsispyrimas, minant valdininkų slenksčius ir važiuojant biurokratijos mašina, įtraukia skaitantį kaip deginanti akistata.



70. Tokarczuk, Olga Jautrusis pasakotojas

Esė

Diktorė Violeta Mickevičiūtė

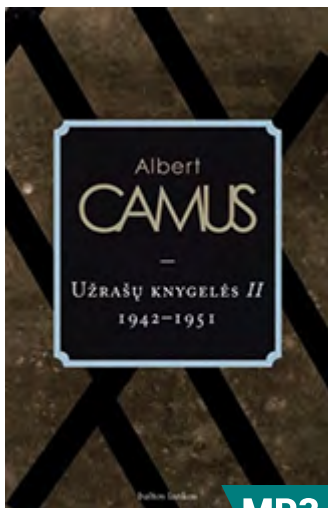
Formatas MP3

Trukmė 8 val. 5 min.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos rašytojų sąjungos leidykla, 2021

ISBN 978-609-480-284-3

Eseistikos rinkinys ir pirmoji autorės knyga, pasirodžiusi po to, kai ji buvo apdovanota Nobelio literatūros premija. Taip pat – unikalus rašytojos kvietimas į savo kūrybos užkulius, refleksijos apie šiuolaikinį pasaulį. Skaitytojui čia atveriamas rašytojos kuriamų trumpesniųjų žanrų tekstų, romanų ir paskirų veikėjų genezės laboratorija, jis supažindinamas su varginančiu, tačiau patraukliu kūrybiniu procesu.



71. Camus, Albert Užrašų knygelės

2 dalis

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 34 min.

Orig. išl. Vilnius, Regnum fondas, 1997

ISBN 9986-494-20-6

„Užrašų knygelės“ antroje dalyje spausdinami 1942–1951 metų užrašai. Užrašuose atsiskleidžia to meto istorija, įaudrinto pasaulio konvulsijos: ideologinis švarinimas, Šaltasis karas, politiniai procesai. Kaip elgtis absurdo pasaulyje? Maištas ar revoliucija? Įsitraukimas į literatūrą – liudijimas ar pramoga?



72. Rimkuvienė, Virginija Jis vadina mane mama

Tikra istorija

Diktorė Vilija Česnavičienė

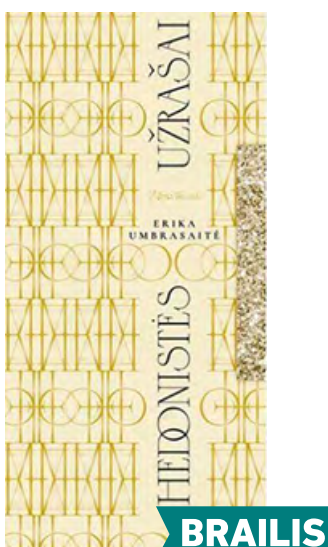
Formatas MP3

Trukmė 7 val.5 min.

Orig. išl. Vilnius, BALTO leidybos namai, 2022

ISBN 978-609-487-244-0

Tikra, šokiruojamai atvira, jautri ir skausminga istorija apie vaiko globą. Virginijos šeima Artūrą globoti pradėjo, kai jam buvo penkeri. Ši globa nebuvo nuolatinė – Artūras dažnai viešėjo globėjų namuose, leido su jais savaitgalius ir atostogas, bet pastovia jo gyvenamąją vietą taip ir liko vaikų globos namai.



73. Umbrasaitė, Erika Hedonistės užrašai

Tavo ir mano mintys

Formatas Brailio raštas

Apimtis 2 kn.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2022

ISBN 978-609-01-4977-5

Dienoraštis-pokalbis, patvirtinantis, kad laimė slypi kasdienybės smulkmenose, o procesas yra svarbesnis nei pasiektas rezultatas, todėl neverta gyventi tausojant jausmus. Humoras, išmintis, keli lašai liūdesio ir gera dozė optimizmo – kokteilis, kurio gali tikėtis skanaudamas kūrinį.

**GEOGRAFIJA.
BIOGRAFIJOS.
ISTORIJA**



74. Bareckas, Karolis Viena žiema šiaurėje su šunimis

Formatas BRF

Apimtis 1 BFR dokumentas

Orig. išl. Vilnius, BALTO leidybos namai, 2022

ISBN 978-609-487-252-5

Knygoje pateikiamas autentiškas pasakojimas apie darbą su rogių šunimis ir jų vežiojamais turistais, gyvenimo Šiaurėje ypatumus, nepamirštamus nuotykius ir kaip „kačių žmogus“ virto „šunų žmogumi“.



75. Matelis, Bronislovas Išgyvenimo dienoraštis

Diktorius Rokas Simanavičius

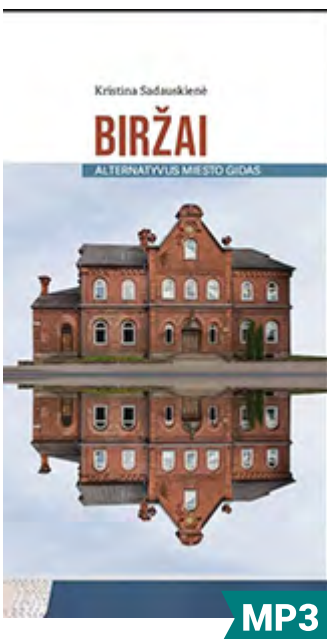
Formatas MP3

Trukmė 6 val. 16 min.

Orig. išl. Klaipėda, Vilko takas, 2020

ISBN 978-9955-9647-8-0

Sukaupta patirtis kalnuose bei profesinėje veikloje autoriui leido giliau ir tikroviškiau pažvelgti į alpinistų ir keliautojų kasdienybę, atskleisti, ką jie išgyvena ir kaip keičiasi jų elgesys, kaip įveikia stresą, patekę į sudėtingas situacijas. Knygoje – keturios istorijos apie Lietuvos keliautojų ir alpinistų patirtus išgyvenimus Tatruose, Pamyre, Tian Šanyje ir Altajuje.



76. Sadauskaitė, Kristina Biržai

Alternatyvus miesto gidas

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 7 val. 50 min.

Orig. išl. Vilnius, Baltas taškas, 2021

ISBN 978-609-96259-1-1

Autorė fiksuoja šiandienio miesto paveikslą, supažindina su nekilnojamoju kultūros paveldu, svarbiausiais pastatais ir objektais. Skaitytojams siūlomi miesto tyrinėjimo maršrutai, o tekstuose prabyla daug įvairių sričių ekspertų – nuo istorikų iki gamtininkų, mokslininkų, gidų. Gidas skirtas plačiajai visuomenei, visiems keliaujantiems į Biržus ir net vietos gyventojams.

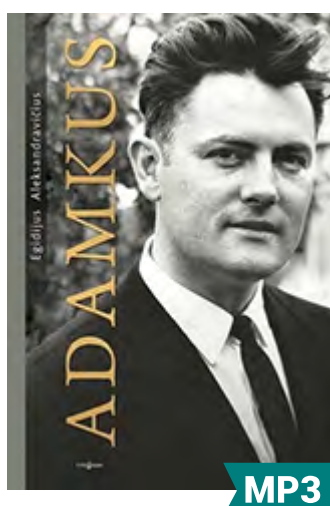


77. Zykas, Aurelijus **Septyni saulės veidai** Pirmoji pažintis su Japonija

Diktorius Rokas Simanavičius
Formatas MP3
Trukmė 8 val. 15 min.
Orig. išl. Vilnius, Aukso pieva, 2021
ISBN 978-609-8105-57-5

Septyniuose skyriuose pristatomos skirtingos šalies vietos, geriausiai atspindinčios senosios ir moderniosios Japonijos dermę. Autorius daug dėmesio skyrė istorijai, geografijai, žmonių buičiai, vertybėms ir tradicijoms. Ką valgyti, ką pamatyti ir kaip elgtis vienoje ar kitoje situacijoje? Atsakymų knygoje tikrai daug!

Biografijos



78. Aleksandravičius, Egidijus **Adamkus**

Diktorius Rimantas Pranckūnas
Formatas MP3
Trukmė 19 val. 15 min.
Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021
ISBN 978-609-466-607-0

Knyga – ilgų bendravimo metų su Prezidentu ir jo veiklos tyrinėjimų Lietuvoje bei JAV rezultatas. Jo Ekscelencijos Prezidento Valdo Adamkaus bibliografija plati ir įvairi, kai kurios Prezidento knygos sulaukė didelio visuomenės dėmesio, tačiau išsamios V. Adamkaus biografijos neturėjome. Prof. E. Aleksandravičius pasakoja ne tik neįtikėtinai įdomią V. Adamkaus gyvenimo istoriją, bet ir atveria pokarinės lietuvių diasporos veikimą.



79. Baškienė, Rasa Moters istorijos verpetuose

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

Trukmė 5 val. 59 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2022

ISBN 978-609-01-4937-9

Žurnalistė Rasa Baškienė pasakoja apie ypatingų moterų, gyvenusių XIV–XXI a., likimus. Valdovės, menininkės, mokslininkės, mistikės, herojės, lėmusios miesto ir pasaulio istoriją.



80. Dima, Regimantas Žavingasis šunsnukis

Lietuviškoji J. Pilsudskio biografija

Diktorius Virgilijus Kubilius

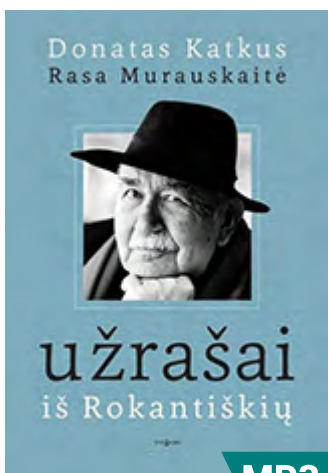
Formatas MP3

Trukmė 5 val. 51 min.

Orig. išl. Vilnius, Briedis, 2022

ISBN 978-9955-26-995-3

Žvelgiant objektyviai, J. Pilsudskis labiausiai nusipelnė Europai bolševikinio raudonojo maro sustabdymu 1920 m., kai Budiono raiteliai, traukdami revoliucines dainas, jojo į Berlyną kelti pasaulinės revoliucijos. Šiuo metu mėginant sustabdyti Rusijos imperializmą, J. Pilsudskio idėjos kaip niekad aktualios. Taip, šis žmogus jau prieš šimtą metų žinojo ir darė tai, ką dabar su dideliu vargu sužino Vakarai ir daro Ukraina.



81. Katkus, Donatas Užrašai iš Rokantiškių

Atsiminimai

Diktorius Virgilijus Kubilius

Formatas MP3

Trukmė 13 val. 4 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021

ISBN 978-609-466-550-9

Įspūdžių, nutikimų, prisiminimų, nuotrupų, fragmentų, kurie buvo ir yra svarbūs Donatui Katkui, rinkinys. Knyga rekomenduojama visiems, kurie domisi muzikos ir kultūriniu pasauliu, žymių žmonių gyvenimu, Lietuvos istorija bei kūrėjų padėtimi įvairiais jos etapais. Tai atvira, autentiška ir jaudinanti retrospektyva.



82. Laužikaitė, Irma Nelly Paltinienė. Tu ateik į pasimatymą Biografija

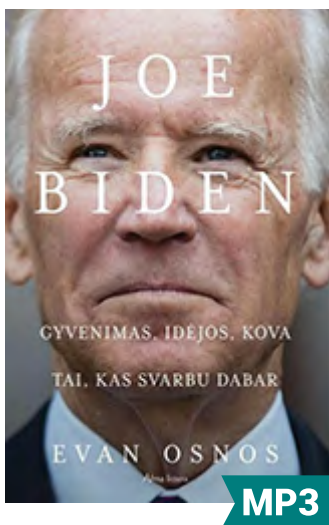
Formatas BRF

Apimtis 1 BRF dokumentas

Orig. išl. BALTO leidybos namai, 2021

ISBN 978-609-487-170-2

Pasiryžusi patikėti savo gyvenimo istoriją knygai, viena ryškiausių lietuviškos estrados žvaigždžių kalbėjo lyg per išpažintį. Prisimindama, ką tiek metų nutylėjo, ir juokėsi, ir braukė ašaras. Pasakojo apie mažytės Nelly kovą dėl išlikimo karo mėsmaalėje. Apie tai, kaip pati dar vaikas tapo mama. Apie beribę aistrą scenai ir jai atiduotus šešiasdešimt ketverius metus. Apie tai, kodėl per koncertą persirengdavo penkis ar šešis kartus. Apie vyrą, kurį nutarė padaryti laimingą. Apie skausmingą sprendimą išvykti gyventi į Vokietiją. Apie bisą po biso, glėbius gėlių ir gandus, ko gero, nenutilsiančius, kol gyvi jos gerbėjai.



83. Osnos, Evan Joe Biden

Gyvenimas, idėjos, kova ir tai, kas svarbu dabar

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

Trukmė 5 val. 8 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4720-7

Knygoje atskleista ilga ir turininga J. Bideno politinė karjera Senate, laikotarpis, kai jis buvo B. Obamos viceprezidentas, itin sudėtingas laikotarpis po 2016 m., kai buvo nukonkuruotas Hillary Clinton, taip pat apsisprendimas mesti iššūkį Donaldui Trumpui, senatorės Kamalos Harris, kaip svarbiausios politinės bendražygės, pasirinkimas ir pirmieji iššūkiai aukščiausiose pareigose.



84. Rubackytė, Mūza Gimusi po fortepijonu

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

Trukmė 10 val. 40 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2022

ISBN 978-609-466-676-6

Knyga suteikia unikalią galimybę išgirsti menininkės gyvenimo istoriją iš jos pačios lūpų. Garsi pianistė pasakoja apie savo vaikystę, gyvenimą su mama ir teta, dviem garsiomis mokytojomis, apie sudėtingą santykį su tėvu. Apie tetos pastebėtą muzikinį talentą ir apie pirmąjį koncertą – vos septynerių Mūza koncertavo su orkestru Nacionalinės filharmonijos Didžiojoje salėje. Paskui – išbandymų kupinas gyvenimas Maskvoje, tarptautiniai konkursai, koncertai, daugybė situacijų, kai susitikdavo sovietinis ir Vakarų pasauliai, būtinybė priimti ne vieną sprendimą Lietuvai kovojant už Nepriklausomybę ir iššūkių ją atgavus, galiausiai – gyvenimas tarp Prancūzijos ir Lietuvos.



85. Turner, Tina; Davis, Deborah; Wchmann, Dominik Mano meilės istorija

Diktorė Regina Jokubauskaitė

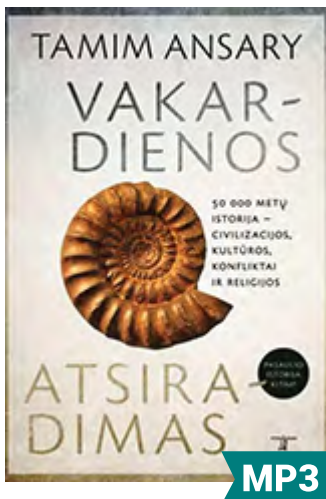
Formatas MP3

Trukmė 7 val. 33 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2021

ISBN 978-609-01-4717-7

Tina Turner – rokenrolo karalienė ir gyvoji legenda – atskleidžia tiesą apie savo svaiginamą karjerą ir sudėtingą asmeninį gyvenimą. Šioje autobiografinėje knygoje Tina atvirai dėsto savo asmeninio gyvenimo istoriją – nuo Tenesio valstijos Natbušo miestelyje praleistos vaikystės, pasiektos šlovės dirbant su Ike'u Turneriu ir tamsių akimirų gyvenant su juo iki nepaprastos vėliau lydėjusios sėkmės ir laimės asmeniniame gyvenime.



86. Ansary, Tamin Vakardienos atradimas

50 000 metų istorija – civilizacijos, kultūros, konfliktai ir religijos

Diktorė Violeta Mickevičiūtė

Formatas MP3

Trukmė 17 val. 29 min.

Orig. išl. Vilnius, Tyto alba, 2021

ISBN 978-609-466-529-5

Tekstas yra įžvalgus civilizacijos vadovas, parodantis, kaip mes esame susieti nuo pat istorijos pradžios, kas mes esame ir kuo tapome. Mūsų pasaulis yra visuma be išreikšto centro. Todėl autorius kelia esminį klausimą: ar šiandien galime bendradarbiauti ir visoje planetoje kurti geresnę žmonijos ateitį?



87. Churchill, Winston S. Mano jaunystė, 1874–1904

Diktorius Audrius Meška

Formatas MP3

Trukmė 18 val. 12 min.

Orig. išl. Vilnius, Briedis, 2019

ISBN 978-9955-26-687-7

Knygoje pats Vinstonas Čerčilis pasakoja apie pirmuosius trisdešimt savo gyvenimo metų. Knyga ne tik atskleidžia, kaip formavosi didi asmenybė, tačiau ir vaizduoja laikmetį, kurį pats V. Čerčilis vadina „dingusiu amžiumi“. V. Čerčilis tampa to dingusio amžiaus balsu ir pasakoja apie kovas pragariškuose, beprasmiuose kolonijiniuose karuose Indijoje, Egipte, Pietų Afrikoje. Autobiografijoje aprėpiamas laikotarpis nuo 1874 iki maždaug 1904 metų.



88. Wilson, Ben

Metropolis

Miesto istorija – nuo senovės iki šiandien

Diktorė Gustė Pupkevičienė

Formatas MP3

Trukmė 21 val. 59 min.

Orig. išl. Vilnius, Kitos knygos, 2021

ISBN 978-609-427-490-9

Plačiajai visuomenei skirtas leidinys, kuriame bestselerių rašytojas, istorikas Ben Wilson kviečia į kelionę po daugiau nei dvidešimt pasaulio miestų. Ekskursija prasideda nuo Uruko, kuris gyvavo prieš septynis tūkstančius metų. Keliaujame chronologine tvarka, o autorius kiekvienam miestui skiria po temą. Kosmopolitizmas ir politika Atėnuose, kūno malonumai Babilone, maudymosi kultūra Romoje, gatvės maistas ir imigracija Bagdade... Apsilankysite Liubeke, Londone, Mančesteryje, Čikagoje, Paryžiuje, Niujorke, Varšuvoje, Los Andžele ir kituose pasaulio miestuose.

Lietuvos istorija



89. Černiauskas, Norbertas

1940. Paskutinė Lietuvos vasara

Diktorius Virgilijus Kubilius

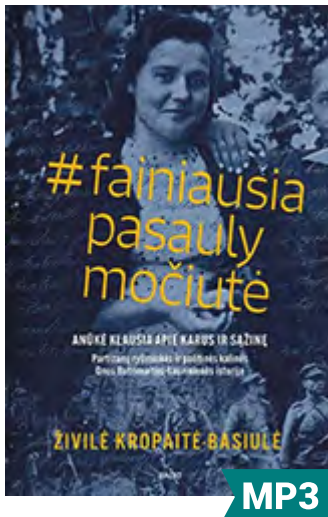
Formatas MP3

Trukmė 6 val. 20 min.

Orig. išl. Vilnius, Aukso žuvis, 2021

ISBN 978-609-8120-65-3

Ši istoriko knyga – tai penkiolikos dienų mozaika, sudėliota iš paprastų žmonių kasdienybės ir patirčių. 1940-ųjų vasara – riba, kurią peržengusi mūsų šalis niekada nebebuvo tokia kaip anksčiau. 1940-ųjų vasara buvo paskutinė nepriklausomos valstybės vasara. Kalbėdami apie tą laikmetį istorikai dažniausiai analizuoja istorinius procesus, nagrinėja svarbiausius sprendimus ar gilinasi į geopolitinius žaidimus. Ši knyga – apie žmones.



90. Kropaitė-Basiulė, Živilė #fainiausia pasauly močiutė

Anūkė klausia apie karus ir sąžinę
Partizanų ryšininkės ir politinės kalinės Onos Butrimaitės-
Laurinienės istorija

Diktorė Jūratė Karazijaitė

Formatas MP3

Trukmė 12 val. 36 min.

Orig. išl. Vilnius, BALTO leidybos namai, 2022

ISBN 978-609-487-256-3

Živilė Kropaitė-Basiulė savo Močiutės – partizanų ryšininkės, politinės kalinės ir tremtinės Onos Butrimaitės-Laurinienės – istoriją pasakoja iš nepriklausomoje Lietuvoje išaugusio žmogaus perspektyvos. Daugybė Živilės sekėjų socialiniuose tinkluose nekantriai laukia įrašų, kuriuose kalbėdama su anūke Močiutė demonstruoja pavydėtiną išmintį ir humoro jausmą.



91. Pasakojimai apie Vilnių ir vilniečius 4-oji knyga

Sudarytoja Zita Medišauskienė

Diktorius Rimantas Pranckūnas

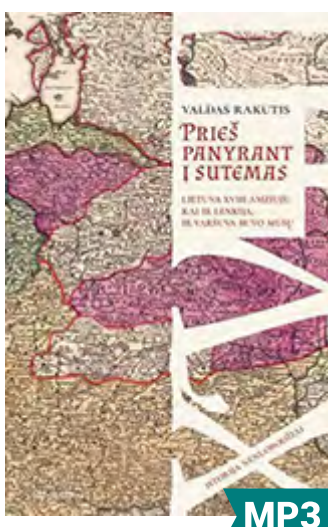
Formatas MP3

Trukmė 6 val. 20 min.

Orig. išl. Vilnius, Lietuvos istorijos institutas, 2022

ISBN 978-609-8314-07-6

Ketvirtoji serijos knyga pagal aprėpiamas temas marga kaip genys, bet visos jos apie XIX–XX a. vilniečių gyvenimą. Šįkart knygos autorių akiratin pateko Vilniaus priemiesčiai.



92. Rakutis, Valdas Prieš panyrant į sutemas

Lietuva XVIII amžiuje: kai ir Lenkija, ir Varšuva buvo mūsų

Diktorius Rimantas Pranckūnas

Formatas MP3

Trukmė 5 val. 49 min.

Orig. išl. Vilnius, Alma littera, 2022

ISBN 978-609-01-5178-5

Lyg šnekučiuotumėtės vakarodami namuose – autorius pasakoja apie XVIII amžiaus Lietuvos ir Lenkijos valstybę, Abiejų Tautų Respubliką, bei jos visuomenę. Ne tik dalijasi įžvalgomis apie to meto įvykius bei jų pasekmes, bet ir veda paraleles su šiandiena.

A

Abrams, D. **21**
Akbar, S. **18**
Albertali, B. **25**
Aleksa, K., atsakingas red. **46, 48**
Aleksandravičius, E. **78**
Alsaid, A. **25**
André, C. **19**
Ansary, T. **86**

B

Baker, J.A. **52**
Baranauskaitė, M., diktorė **14, 16, 41, 62**
Bareckas, K. **74**
Baškienė, R. **79**
Berns, G. **63**
Blandė, A. **14**
Bruder, J. **40**
Bowler, K. **30**
Butvilas, A., diktorius **49, 68**

C

Camus, A. **71**
Cho, C. **53**
Churchill, W. S. **87**

Č

Čaikauskas, A., diktorius **9, 64**
Černiauskas, N. **89**
Černiauskaitė, L. S. **66**
Česnavičienė, V., diktorė **15, 25, 72**

D

Dardanello Tosi, L. **31**
Dargužytė-Černiauskė, Ž. **56**
Dargis, D. **41**
Daugirdas, A. **45**
Davis, D. **85**
Degėsys, L. **67**
Dilytė D. **1**
Dima, R. **80**
Diržiūtė, A., diktorė **21, 28, 40**

E

Ensler, E. **20**

F

Fischer, J. **65**
Fišas, J. **54**

G

Galvonaitė, A. **51**
Gečaitė, K., sudarytoja **7**
Gendvilienė, A., sudarytoja **7**
Girskis, J. **59**
Goodall, J. **21**
Greeven, A. **57**
Gros, F. **10**
Gudelienė, E. **14**
Gundry, S. **57**

H

Hudson, G. **21**

J

Jacobs, J. **64**
Jauniškis, V. **68**
Jokubauskaitė, R., diktorė **46, 47, 53, 58, 85**
Jonutytė, J. **37**

K

Karazijaitė, J., diktorė **5, 26, 30, 32, 36, 51, 56, 60, 79, 84, 90**
Kasperavičius E. **2**
Katkus, D. **81**
Kelder, P. **60**
Kėvalas, R. **55**
Kovač M. **3**
Kotakowski, L. **11**
Krasnova, N. **22, 23**
Kropaitė-Basiulė, Ž. **90**
Kubilius, V., diktorius **1, 10, 11, 13, 27, 33, 37, 45, 71, 76, 80, 81, 89**
Kuneika, P., diktorius, **3**

L

Lamb, C. **42**
Laurentin, R. **32**
Laužikaitė, I. **82**
Li, Q. **58**
Lidell, L. **61**
Lipeikaitė, N., diktore **22, 23, 29, 63**
Lyris, B. **33**

M

Marčiulynas, K. **34**
Matelis, B. **75**
McRaven, W. **44**
Medišauskienė, Z. **91**
Meška, A., diktoriaus **34, 35, 87**
Mickevičiūtė, V., diktore **70, 86**
Morris, H. **26**

O

O'Meara, D. **9**
Osnos, E. **83**

P

Pečiulis, Ž. **8**
Perry, B. **15**
Peterson, J. **27**
Pranckūnas, R., diktoriaus **12, 41, 43, 44, 78, 83, 91**
Praprovienė, I., sudarytoja **6**
Pupkevičienė G., diktore **48, 65, 66, 88**

R

Rainienė, R., diktore **2, 16, 19, 55, 57, 69**
Rakutis, V. **92**
Ricard, M. **35**
Richardson, J. **16**
Rimkuvienė, V. **72**
Rubackytė, M. **84**
Ruseckaitė, A. **69**

S

Sacks, J. **12**
Sadauskaitė, K. **76**
Sadeckas, A. **43**
Sadhguru **13**
Savukynas, R. **50**

Simanavičius, R., diktoriaus **18, 50, 52, 59, 67, 75, 77**

Sondaitė, J. **16**
Strička, K., diktoriaus **54**

Š

Šmitienė, G. **37**
Šneiderytė, A. **28**
Štuikienė, D. **38**

T

Tokarczuk, O. **70**
Toliatas, A. **36**
Turner, T. **85**

V

Vallejo, I. **5**
Wchmann, D. **85**
Wilson, B. **88**
Worcester, A., diktore **31**

U

Umbrasaitė, E. **73**

Z

Zakaraitė, E. **29**
Zykas, A. **77**
Zuožaitė-Veteikienė, D., diktore **8**

100 maldų nemokantiems melstis **31**
1000 ir 1 diena be sekso **22, 23**
1940. Paskutinė Lietuvos vasara **89**
501 pilateso pratimas **62**

A

Adamkus **78**
Aštrus protas sveikame kūne **54**
Atsiprašymas **20**
Atsparumas stresui **18**

B

Berniukas, kurį augino kaip šunį ir kitos
istorijos iš vaikų psichiatro
užrašų **15**
Biržai **76**

D

Demonas – mitas ar tikrovė? **32**
Didžiųjų Amerikos miestų mirtis ir
gyvenimas **64**
Džiaugsmynas **66**

E

Energijos paradoksai **57**

F

#fainiausia pasauly močiutė **90**
Filosofija pėsčiomis **10**

G

Gimusi po fortepionu **84**
Gyvatės kojos **37**

H

Hedonistės užrašai **73**
Heladės šviesa **1**

I

Išgyvenimo atmintinė **45**
Išgyvenimo dienoraštis **75**
Iš kriminalisto gyvenimo **43**

J

Jaunystės šaltinis **60**
Jautrusis pasakotojas **70**
Jis vadina mane mama **72**
Joe Biden **83**
Joga. Nauja knyga **61**

K

Ką mes padarėme savo vaikams **55**
Ką turime žinoti apie pasipriešinimą **48**
Ką turime žinoti apie pasirengimą
ekstremaliosioms situacijoms ir
karo metui **46**
Ką turime žinoti apie pasirengimą
ekstremaliosioms situacijoms
ir karo metui: rimti patarimai
linksmi **47**
Kaip bendrauti su žiniasklaida **8**
Kaip pasiklosi, taip išsimiegosi **44**
Kaip šunys mus myli **63**
Kaip tu? **38**
Kalendorius 2023 **7**
Kamuoliniai prie bausmės linijos **41**
Kitapus tvarkos **27**
Klajoklių žemė **40**
Knygos gimimas **5**
Kodėl geroms mergaitėms patinka
blogi berniukai? **29**

M

Mano jaunystė, 1874–1904 **87**
Mano meilės istorija **85**
Meditacijos menas **35**
Metropolis **88**
Mielas liūdesy **25**
Mini paskaitos apie maksi dalykus **11**
Myliu ir mamą, ir tėtį **17**

Miško maudynių menas ir mokslas **58**
Moralė **12**
Moterys istorijos verpetuose **79**
Mūsų kūnai – jų karo laukas **42**

N

Nabi, arba Gyvenimo teatras **34**
Nelly Paltinienė. Tu ateik į pasimatymą
82
Neregių literatų kūrybos konkurso
laureatų knygos **6**
Nerimastingos mamos **16**
Niekas nenutinka be priežasties **30**

P

Paauglystė: šeimos santykių
išbandymas **14**
Pagaliau per keturiasdešimt **24**
Paguoda **19**
Pasakojimai apie Vilnių ir vilniečius 4-oji
knyga **91**
Paskui orus jų klystkeliais **51**
Patirti peizažą **68**
Per žarijas **69**
Prieš panyrant į sutemas **92**
Pilietinio pasipriešinimo abėcėlė **49**
Pinigų psichologija **39**
Plotinas **9**
Po tamsos ateina lapė **28**
Pragaras **53**
Psichoanalitikė kalbasi su Marina
Abramović, menininkė kalbasi su
Jeannette Fischer **65**

R

Ramybės teologija **33**
Rašymo terapija **56**

S

Sakalas keleivis **52**
Septyni saulės veidai **77**
Skaityti kaip matyti **3**
Skaitmeninės knygos visiems **4**

Š

Šunų kinkinio maršas **2**

T

Tikra tik viltis **36**

U

Užrašai iš Rokantiškių **80**
Užrašų knygelės: 2 dalis **71**

V

Vakardienos atradimas **86**
Vidinė inžinerija **13**
Vilties istorijos **26**
Vilties knyga **21**
Viskas apie stuburo gydymą **59**
Viskas buvo ne taip **67**

Ž

Žavingasis šunsnukis **80**

FORMATŲ RODYKLĖ

Nurodomas leidinio eilės numeris

BRF

6, 7, 20, 38, 74, 82

EPUB (tekstas)

4

EPUB (tekstas su garso įrašu)

35, 59, 60, 61, 62

MP3

1, 2, 3, 5, 8–19, 21–34, 36–37,
39–58, 63–73, 75–81, 83–92

PDF

6, 7

Brailis

73

**Lietuvos audiosensorinės bibliotekos
metinis leidinių prieinamais formatais**

K A T A L O G A S

— **2022** —

DALYKINĖ LITERATŪRA

Sudarė Ina Praprovienė
Redagavo Ramunė Balčikonienė ir Klementina Gečaitė
Maketavo Dalia Raicevičiūtė

Išleido Lietuvos audiosensorinė biblioteka,
Skroblų g. 10, Vilnius LT-03142
www.labiblioteka.lt

ELVIS – virtuali biblioteka, skirta negalintiems skaityti įprastai.
Čia tavęs laukia tūkstančiai leidinių prieinamais formatais:

- įgarsinta grožinė literatūra vaikams ir suaugusiems;
- įgarsinta mokiniams rekomenduojama literatūra;
- įgarsinti žurnalai;
- daugiafunkciai DAISY ir EPUB leidiniai studijoms ir savišvietai;
- skaitmeniniai Brailio leidiniai;
- filmai ir spektakliai su garsiniu vaizdavimu;
- garso spektakliai ir tinklalaidės.

Teisę naudotis virtualia biblioteka ELVIS turi žmonės, negalintys skaityti įprastai:

- vaikai ar suaugusieji, turintys skaitymo sutrikimą (disleksiją);
- vaikai, turintys mokymosi ar raidos sutrikimų;
- žmonės, kuriems rega nusilpo dėl amžiaus, ligos ar negalios;
- žmonės, kurie dėl fizinės negalios ar ligos negali laikyti knygos, perversti puslapių, sėdėti.



ELVIS
Pasigarsink knygą

**Abejoti, ar ELVIS skirtas tau?
Paskambink ar parašyk mums!**

Tel. 8 667 80 541

El. p. info@elvislab.lt

Svetainė <https://elvislab.lt>