

OBSAH

Bioterapie Sféra (Vladimír Ďurina)	8
Ženy a péče o tělo v homeopatii (M. Valášková)	9
Kde pramení nemoc (Tulku Lama Lobsang)	10
Mudry – jóga prstů	10
Čínský recept na zdravý a dlouhý život	10
Čínský horoskop – znamení Opice	11
Onkologický průvodce MUDr. Zdeňka Dienstbiera	12
Poradna doktora Pelnáře	12
Co je nového	13
Poradna andělské terapie	14
Konstelační poradna Jana Bílého	15
Spinal touch (Zuzana Tarabusová)	16
Autoimunitní choroby II.: Když selže imunitní systém (MUDr. František Výmola, PhD)	18–19
Nepřítelé vitamínů	19
Základy italské kuchyně	23
Základy makrobiotické kuchyně (Ota a Petra Reissovi)	24
Jeho Svatost dalajláma – Etiketa pro nové milénium	26
Rozhovor s Tulku Lamou Lobsangem o tibetské medicíně	26–27
Poradna MUDr. Kirjuchina	27
Tvořivý deník pro děti	29
Regena servis	30
Cvičení na bolavá záda	33
Feng šuej dnes a tady	34
Afirmace	34
Malá škola numerologie	35
Najděte se v mandale	35
Tajemné účinky drahých kamenů (Barbora Klášterecká)	36
Nabídka z knihovny Praha	37
Jóga – cvičení mysli i těla (Julie Poupětová)	38
Osho o józe a řízeném dýchání I.	38
Vypěstujte si vlastní lék (Mgr. J. Našinec)	40

ČASOPIS PRO ZDRAVÍ
A ALTERNATIVNÍ LÉČENÍ
XVII. ročník • číslo 8

2007

REGENA

srpen

Téma: Alternativní metody tělesné terapie

2–7

Práce s tělem není jen „obyčejná masáž“. Vždyť je to vlastně cokoli, co našemu tělu způsobujeme. Navykli jsme si však vnímat



toto slovní spojení spíše v tom pozitivním smyslu – pracovat s tělem tedy znamená vracet mu zdraví, rovnováhu, energii. Dotek, ať již jemný, nebo pořádně znatelný, různá cvičení, polohování... ..to vše je práce s tělem. A přes tělo s duší, protože jedno k druhému neoddělitelně patří. A někdy je snazší hledat cestu k vlastnímu vědomí a podvědomí právě přes tělo.

Rozřešení traumatu člověku vrací životní sílu

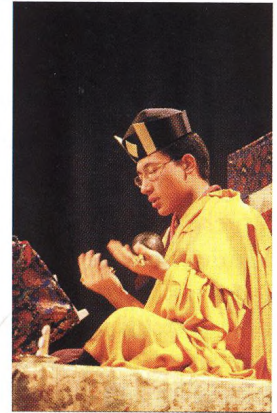
17, 25

„Rozřešení traumatu“ je zkrácený název pro práci, která velmi přirozenou jemnou cestou člověku pomáhá rozřešit posttraumatické stresové situace uvízlé v těle. Proč? Protože trauma, které v nás nevyřešeno zůstane, nám nedovoluje plně prožívat život – potichu, ale zato vytrvale nám ubírá energii i radost ze života. Proto je třeba ošetření, které jednou provždy dovolí tělu vypořádat se s následky toho, co se stalo, ať již to bylo cokoli.

Nekorunovaný král tibetského buddhismu v Praze

22–21

V polovině června k nám zavítal 17. Karmapa, nejvyšší představitel Karma Kagjü, jedné ze čtyř největších škol tibetského buddhismu. V pražské T-Mobile Areně měl přednášku, která byla poprvé v historii určena široké veřejnosti. Proto tam nemohla chybět ani Regena.



Lékárnička v grapefruitovém jadérku

22

Hořké kapky pro vnitřní i vnější užití – to není žádný z alkoholických všeléků tak oblíbených v Čechách i na Moravě – to je extrakt z maličkého semínka, který lehce likviduje bakterie i viry.

