

## OBSAH

Bioterapie Sféra ( <i>Vladimír Ďurina</i> )	8
Měsíc biopotravin	9
Čínská medicína Ing. Krameriové	9
Mudry – jóga prstů	10
Čínský recept na zdravý a dlouhý život	10
Čínský horoskop – znamení Psa	11
Onkologický průvodce MUDr. Zdeňka Dienstbiera	12
Poradna doktora Pelnáře	12
Jak dostat kandidu zpět pod kontrolu	13
Poradna andělské terapie ( <i>Judita Peschlová</i> )	14
Konstelační poradna Jana Bílého	15
Rozhovor s indiánskou šamankou Alicíí Hamm	22–23
Základy makrobiotické kuchyně ( <i>Ota a Petra Reissovi</i> )	24
Poradna MUDr. Kirjuchina	25
Jeho Svatost dalajláma – Etika pro nové milénium	26
Naslouchání/I. ( <i>Břetislav Nový</i> )	26
Průvodce alternativní medicínou MUDr. Anrew Weila	28
Tvořivý deník pro děti	29
Regena servis	30
Feng šuej dnes a tady	34
Malá škola numerologie	35
Najděte se v mandale	35
Tajemné účinky drahých kamenů ( <i>Barbora Kláštercká</i> )	36
Nabídka z knihovny Pragma	37
Jóga – cvičení mysli i těla ( <i>Julie Poupětová</i> )	38
Osho a otázka k józe I.	38
Vypěstujte si vlastní lék ( <i>Mgr. J. Našínek</i> )	40

ČASOPIS PRO ZDRAVÍ  
A ALTERNATIVNÍ LÉČENÍ  
XVII. ročník • číslo 10

2007

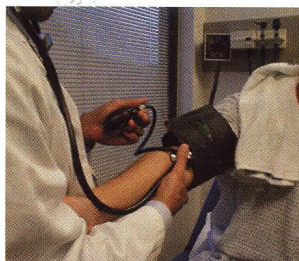
# REGENA

říjen

## Téma: prevence a civilizační nemoci

2–7

Vlastně jde o velmi široké téma, tak rozsáhlé, že by dokázalo naplnit každé číslo našeho časopisu. Proto, prosím,



neberte vybrané materiály jako souhrn celé problematiky, nýbrž jen jako její lehké natuknutí. Vždyť k prevenci nemocí, jež si způsobujeme svou západní „civilizací“ se vracíme měsíc co měsíc.

## Enzymy jako naděje v léčbě vaginálních mykóz

13

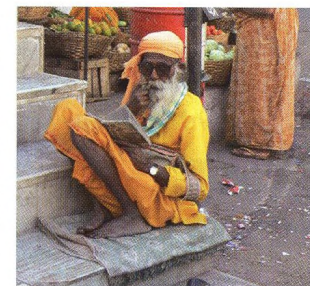
Nepříjemnost, kterou zná velmi mnoho žen lépe, než by chtěly – to je zánět pochvy. Je to také jeden z nejčastějších důvodů návštěv ordinací gynekologů. Sedací koupel v prudce alergizujícím heřmánku rozhodně nepomáhá! Tak co zkusit třeba enzymy? Přečtěte si výsledky jednoho pokusu v sedmi ordinacích.

## Indický kaleidoskop doktora Popova

18–19, 27

Jak to vypadá, když se někdo, kdo ví téměř vše o indickém jitroceli a mnoha a mnoha dalších bylinách, vypraví do země, o níž neví téměř nic? Vydejte se na cestu nepřilíš známými kouty Indie s dvěma okouzlený-

mi a mnohdy velmi překvapenými bratry. Fotografie i jejich komentář vám alespoň trochu nahradí osobní prožitky.



## Buddha Karty poznání 20–21

Meditace s balíčkem karet? Ne, opravdu nejde o článek zaměřený na karbaníky, vždyť každá z karet nese obraz jedné Buddhovi sochy a jeden z jeho výroků, jednu sůtru. Výklady v příložené knize pak pocházejí z pera mistra Osha.

