

OBSAH

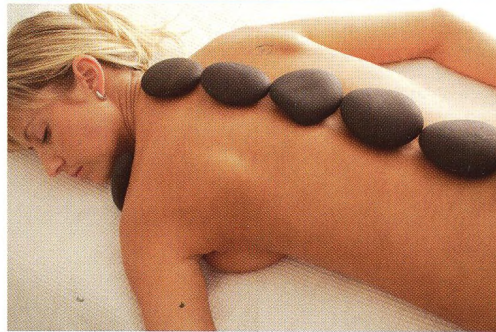
Relaxace je umění (MUDr. František Výmola, Ph. D.)	2
Zázraky pod Alpami (Karolina Křížová)	3
Wellness: Nebe na Zemi (Miluše Vrtilková)	4–5
Jak léčí chlupatí léčitelé (Kateřina Drmllová)	6–7
Emoce rozloží klouby (Vladimír Ďurina)	8
Nádorová prevence v praxi (Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, DrSc.)	9
Poradna doktora Pelnáře	9
Inspirace z Východu	10
Čas je tvůj život, nepromarni ho	11
Novinky v medicíně (Anna Vejvodová)	12
Italská kuchyně není jen pizza	13
Poradna andělské terapie (Judita Peschlová)	14–15
Rodinné konstelace a vztahy (Jan Bílý)	15
Žijte nyní, stárňte později	17
Bolí vašeho školáka hlava? (Miluše Vrtilková)	18
Esence zvířat (Pavel a Těňa Kaiserovi)	19
Seznamte se s vílami (Anna Vejvodová)	20–21
Aby byl domov plný zdravého vzduchu (Jarmila Teplíková)	22–23
Umění šetřit – „úsporná těla“ (Ota a Petra Reissovi)	24
Relaxace v homeopatii (Marie Valášková)	25
Český Matrix IX. (MUDr. Josef Hrušovský)	26
Naslouchání XII. (Břetislav Nový)	26
Studium naší mysli (Ing. Jana Krčmářová)	27
Znamení Vah (Boris Jaroš)	29
Umění relaxace (Boris Tichanovský)	31–32
Meditace pro všední den (Olga Kalinová)	32
Nové souvislosti v léčení II. (Ing. Hana Bláhová)	34–35
Nahlédněte pod pokličku	36
Novinky z Prahy	37
Jóga pro harmonizaci čakr (Julie Poupětová)	38
Feng-šuej	38
Zelená lékárna (Jaroslav Našinec)	40

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

2008

REGENA říjen

Wellnes: Nebe na Zemi 4–5



Vyberte si relaxaci na míru – takovou, která potěší vaše tělo i duši. Ajurvéda, léčivá lázeň z piva nebo čokolády, masáž horkými kameny, nordic walking aj.

Seznamte se s vílami 20–21

Podívejte se na svět očima dítěte a uvidíte neviděné. Víly lidem připomínají, že svět je plný radosti, štěstí a kouzel, milují čokoládu. Věřte vílám, jejich moc trvale sílí. Na semináři Charlese Virtue poznáte své anděly.



Nové souvislosti v léčení II. 34–35

Někteří paraziti ohrožují zdraví lidí a přitom není snadné je objevit. Zbavíte se jich deto-



xikací a dodržováním přísných hygienických zásad.

Nahlédněte pod pokličku 36

Kuchařka zoufalých manželek z populárního amerického seriálu je skvělou inspirací nejen u sporáku. Vychutnejte si na 125 skvělých a delikátních receptů!

