

OBSAH

Úvodník (<i>Robert Němec</i>)	2
Žlutá barva je sluníčková	
Jaká jsi květina? (<i>Anna Vejvodová</i>)	3
Feng-shui v ložnici (<i>Ivana Nádvořníková</i>)	
Skleněná řeka (<i>Anna Vejvodová</i>)	4
Mohendžáro a čakry (<i>MUDr. M. Sičová</i>)	6–7
Pasti na cestě (<i>Kateřina Marie Posoldová</i>)	8
Nové knihy z Pragmy (<i>Anna Vejvodová</i>)	9
Inspirace z Východu	10
Nádorová prevence v praxi (<i>Prof. MUDr. Zdeněk Dienstbier, CSc.</i>)	11
Poradna MUDr. Pelnáře	11
Harmonie cestování (<i>PhDr. L. Plášková</i>)	12–13
Aktuality	14
Rituály	15
Dračí moudrost šamanů (<i>Jiří Sehnal</i>)	16
Podzim bez deprese (<i>Petra Vavřenová</i>)	17
Irisdiagnostika (<i>Ladislava a Josef Štěpánkovi</i>)	18
Anatomie těla v pohybu (<i>A. Vejvodová</i>)	20–21
Dáte si konopí? (<i>Michal Ruman</i>)	22–23
Bylinář Roman Kindl radí (<i>Petra Vavřenová</i>)	23
Homeopatie (<i>MUDr. Pavel Běleš</i>)	24
Chraňte si kosti	25
Když podzim kýchně... (<i>A. Vejvodová</i>)	26
Povoláním jasnovidce (<i>Petra Vavřenová</i>)	28
Váhy (<i>Kateřina Marie Posoldová</i>)	31
Návod na využití mozku (<i>I. Nádvořníková</i>)	32
Kde tryská energie (<i>Jiří Škaloud</i>)	33
Indiánská kuchařka (<i>Jana Schucková</i>)	34
Eurojóga (<i>Miroslav Bohata</i>)	36
Human design (<i>Jakub Srátezský</i>)	37
Zelená lékárna (<i>Jaroslav Našinec</i>)	40

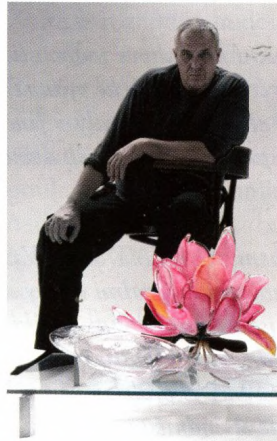
ČASOPIS PRO ZDRAVÍ
A ALTERNATIVNÍ LÉČENÍ
XIX. ročník • číslo 10

2009

REGENA říjen

Feng shui v ložnici

4–5



Zařízení ložnice je třeba pečlivě promýšlet, aby se v ní dobře spalo, milovalo a odpočívalo. Dejte pozor na elektrický smog! Do ložnice vůbec nepatří přemíra drátů a moderních dorozumivacích prostředků.

Anatomie těla v pohybu

20–21

Skvělá kniha pro tanečníky, herce a řečníky, i pro terapeuty, kteří se snaží léčit lidská těla. Atraktivně připravené přednášky nejsou vůbec nudné, laika překvapí pramálo tušené souvislosti. Knihu doplňuje mnoho obrázků, které využívají digitální model anatomické struktury lidského těla.



Když rozbolí klouby

24

Podzimní měsíce jsou obdobím, ve kterých s příchodem proměnlivého počasí, nepříjemného větru a lezavého deště nastupují nejen nachlazení a různé virózy, ale také se ozývají klouby. K dispozici jsou různé prostředky z lékárny, vydatně pomáhá rehabilitace. Nejdůležitější však je prevence.



Indiánská kuchařka

34–5



Léčení s pomocí indiánského kmene Hopi není příliš náročné. Pomůže ovšem při problémech se sluchem, zažíváním, vyléčí bolavá záda. Ani nemusíte do lékárny, protože si vystačíte s bylinkami.