

Z OBSAHU VYBÍRÁME



4–5

JIŘÍ SUCHÝ – KLAUN SI POVÍDÁ S BOHEM

Známe ho jako jemného komika a zpěváka se slamákem a hůlkou. Ale pan Jiří Suchý je „UU“. Univerzální umělec. Divadelník, komik, textař, básník, herec, výtvarník, skladatel, spisovatel. . . Jsme rádi, že si v čase, kdy právě uvedl na scénu nový kousek, semaforicky předělanou operetu Mam'zelle Nitouche, udělal pro Regenu čas na rozhovor.

JÁTRA – JAK JE VYČISTIT

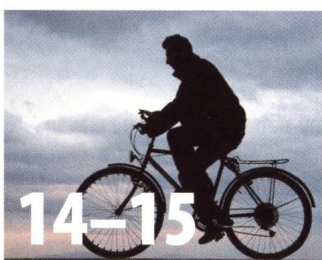
Játra jsou největší žlázou lidského těla, u dospělého jedince váží zhruba 1,5 kg. Přeměňují živiny přijaté potravou a omezují působení škodlivých látek na jiné tkáně v těle. Únavu a píchání v pravém boku jsme mnozí zažili. Může jít jen o efekt vyčerpání, např. po dlouhém běhu. Ale co když se hlásí onemocnění jater? Je třeba si játra hlídat. A čistit. V článku se dozvíte, jak. Můžete vyzkoušet doporučenou detoxikační kúru.



8–9

POHYB JE ŽIVOT

Na vaše četné žádosti a podněty otevíráme nový seriál o pohybovém ústrojí. Začínáme onemocněním, které trápí velmi početnou skupinu obyvatelstva, artrózou. Postupně se budeme podrobně věnovat všem částem pohybového aparátu.



14–15

PEKAŘI NEPEČOU JEN HOUSKY

Hanka Zemanová je autorkou kompletního průvodce světem biopotravin. BioAbecedář psala skoro čtyři roky, protože všechny informace pečlivě prověřovala a sama sestavovala a zkoušela recepty z biopotravin. Její manžel Jan Zeman podniká už od osmnácti let. Odešel z místa daňového poradce a vede rodinnou biopekárnu. V ní jsme manžele Zemanovi také navštívili.



16–18

SVÍČKAŘI Z HÁJENKY A ŽIVOT BEZ HRANIC

V období adventu zapalujeme svíčky. Většinou ty běžné, koupené v obchodech. Jak se ale vyrábějí svíčky terapeutické a co způsobují svíčky s osobním poselstvím? O jemných energiích, vyšším vedení a životě bez hranic jsme si povídali s manželi Bílkovými, kteří právě takové svíčky vyrábějí.



24–25

Modrofialovou psu od borůvek známe všichni. Málokdo ale ví, že borůvková šťáva pomáhá třeba na kašel. Na co můžeme drobnou bobulku užívat jakožto léčivku, je lepší borůvkový čaj nebo sušené plody? Jak správně sušit plody i listy, to vše si přečtete v článku našeho dědka kořenáře.

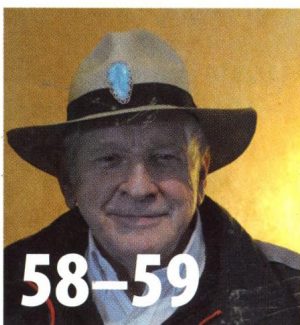
BORŮVKA JE ČERNÉ ZLATO



50–51

INFORMAČNÍ BULLETIN MMS VYLÉČENÉ AUTISTICKÉ DĚTI

Děti trpící autismem jsou prakticky celoživotně odkázány na pomoc druhých. Zdá se, že i tady by mohl zasáhnout účinný léčivý prostředek MMS. Uvádíme našim čtenářům aktuální příklad, který se odehrává v Mexiku.



58–59