

Z obsahu

Rozhovor s Marcelou Chadžijskou
a Miroslavem Hadašem 6
Mgr. Věra Keilová

**TÉMA: MLÉKO A JEHO ALTERNATIVY
PRO ZDRAVÍ**

Co bychom měli vědět o mléku 10
MUDr. Vladimíra Strnadelová,
Jan Zerzán

Rostlinné alternativy mléka 12
Charlotte Matysková

Zázračné kolostrum 13
Stanislava Nováková, DiS.

**Mléčné produkty pro krásu
a zdraví** 14
Květa Čermáková

Zakysané mléčné výrobky 15
Mgr. Věra Kailová

Píseň mého srdce 16
Ing. Jiří Mazánek

Kvetoucí hloží 18
Václav Větvíčka

Desatero ze zevního pohledu 20
Jiří Vacek

Magická zahrada 24
Ing. Věra Šimonová

Tajemství pyramid 28
Mgr. Věra Keilová

**Léčebné obrazce: pročištění
potravin a prostředí** 29
Jan Hnilica

Had a zdraví v roce 2019 30
Eva Joachimová

Shiatsu – umění dotyku 32
František Bartoš

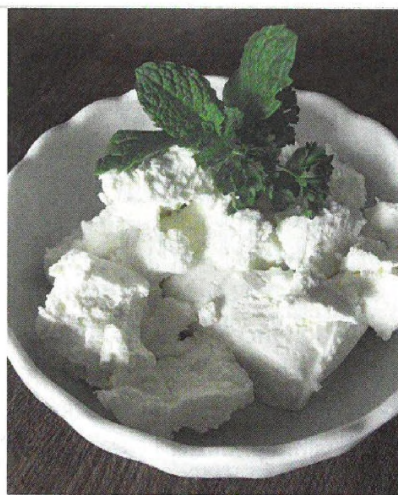
Procházka jarní loukou 34
Václav Větvíčka

Našlapování kolem strachu 36
Mgr. Jarmila Skopalová

DMSO – zázračná látka z přírody 38
Helena Cmurová

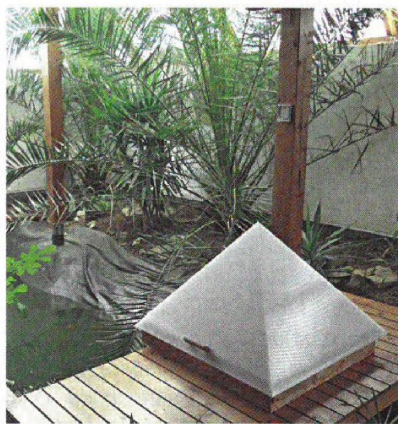
Co byste měli vědět o rakovině (4) 40
MUDr. Ludmila Eleková

**Výklad tarotových karet
na květen 2019** 42
Judita Katona Peschlová



**Téma: Mléko a jeho alternativy
pro zdraví** 10

Mléko je první potravinou, se kterou se ve svém životě setkáme. Jeho složení vždy odpovídá potřebám toho živočišného druhu, pro který je určeno. Mateřské mléko je svým složením konstruováno tak, aby rozvíjelo mozkovou schopnost dítěte a podpořilo rozvoj těla. Také se dočtete o možnostech, jak mléko nahradit rostlinnými alternativami, a nechybí ani kosmetické rady.

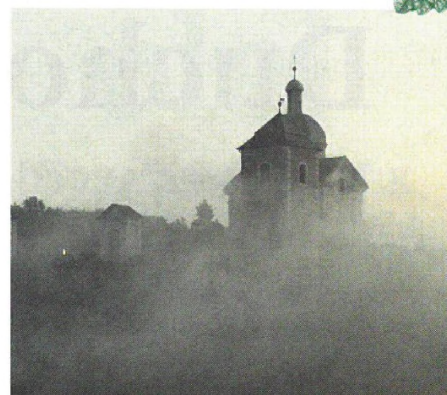


Tajemství pyramid 28

Pokud jsou pyramidy správně postavené a orientované, jde o energetické rezonátory, v nichž se setkává zemská energie s energií vesmíru. Tak vzniká nová forma energie, tzv. mikroenergie. Nejvyšší pyramida v ČR dosahuje výšky 15 m a v rozhovoru s jejím konstruktérem ing. Karlem Pálkou se dozvíte, kdy nám její energie může být prospěšná.

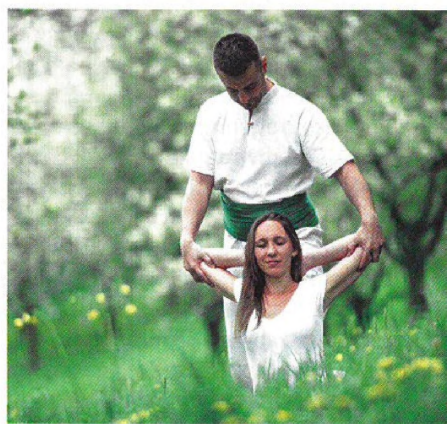
Co byste měli vědět o rakovině: mikrobiom 40

Biliony mikrobů, které žijí na povrchu a uvnitř našeho těla, tvoří samostatný orgán s mnoha funkcemi, kterému se říká mikrobiota. Stav mikrobioty má zásadní vliv na vznik, rozvoj i šíření rakoviny, a také na účinnost léčby. O mikrobiotu je proto třeba pečovat a vyhýbat se všemu, co ji poškozuje.



Desatero božích přikázání 20

Desatero je shrnutí základních etických, duchovních požadavků a předpokladů pro ty, kteří hledají Boha. Kdo chce Desatero pochopit a plnit, musí však rozumět vnitřnímu, duchovnímu smyslu celé bible. Desatero je návodem k duchovnímu životu, nicméně nejvyšším spirituálním ideálem, na němž se shodují všechny duchovní autority, je trojí přikázání lásky – tj. lásky k Bohu, k sobě a k druhým. Podrobně to v článku vysvětluje mystik Jiří Vacek.



Shiatsu – umění dotyku 32

Shiatsu navazuje na tradiční čínskou medicínu, v překladu tento pojem znamená umění dotyku. Prostřednictvím dotyku lze zjistit, kde v těle vznikla nerovnováha v toku životní síly, a tlakem na určitých místech je možné dát člověku impulzy k nastartování samoléčebných procesů. Prostřednictvím energie ošetřuje terapeut souběžně tělo i mysl.