

Z obsahu

Rozhovor s Marjánkou Vrabcovou
Kukui 6
Mgr. Zuzana Paulusová

TÉMA: RODINA A SOUŽITÍ GENERACÍ

Rodina jako sociální děloha 10
Mgr. Věra Keilová

Vícegenerační soužití
– dar našim dětem 13
Mgr. Martina Vrbická

Neberte dětem babičky 15
Milena Králová

Jak se vyhnout panice
z mezigeneračních vztahů 19
Mgr. Jan Vávra

Generační karma 21
Mgr. Marie Hlávková Plochová, Ph.D.

Samaritánství jako
potenciální zločin 22
Mgr. Jarmila Skopalová

Píseň mého srdce 26
Ing. Jiří Mazánek

Prozpíváme se k radosti 28
Mgr. Stanislava Marešová

Anýzová ouška 30
Václav Větvíčka

Léčebné obrazce:
podpora tolerance 32
Jan Hnilica

O lásce spřízněné, karmické
a kosmické 34
Anael

Co byste měli vědět o rakovině (1) 36
MUDr. Ludmila Eleková

Jak na chronickou únavu 38
Vida Sýtalk

Do ČR přijede mistr sundo Jin Mok 42
RNDr. Karel Pátek, CSc.

Být či nebýt? 44
Jana Kristy Blahá

Astrokukátko 46
Ing. Zdeněk Bohuslav

Tygr a zdraví v roce 2019 47
Eva Joachimová

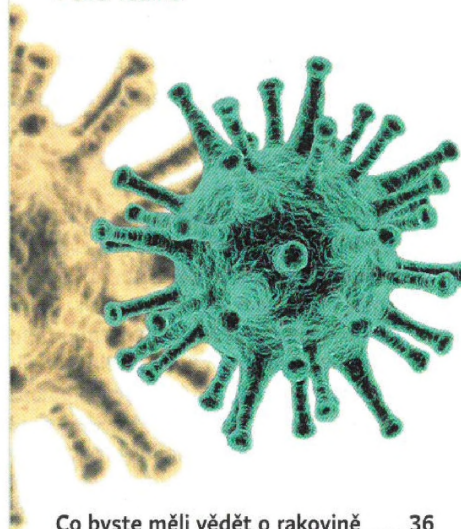


Rodina a soužití generací 10

Dříve se říkalo, že rodina je základ státu. V každém případě to je základ naší vlastní integrity, jenže k té je třeba se dopracovat i tehdy, když rodina v některé ze svých ochranných sociálních funkcí selhává. Pak často přichází ke slovu osobnostní rozvoj, v němž jde o to, jak tuto důležitou životní výzvu zvládnout co nejlépe. V článcích našich autorů se nejvíce zaměříme na mezigenerační vztahy v širší rodině.

Prozpíváme se k radosti 28

Hlasový projev úzce souvisí s psychikou a také funguje jako nástroj péče o sebe sama. Má schopnost propojovat tělo s myslí, duši a s představami. Když přidáme i příběh, který se s emocemi propojí, všechny složky se vyladí a léčí. „Lidé odjakživa zpívali, když cítili radost, smutek, opuštěnost, naději či sílu, protože jim to pomáhalo. Muzika v nás dělá pořádek,“ tvrdí v článku muzikoložka a hlasová terapeutka Zuzana Vlčinská.



Co byste měli vědět o rakovině 36

Článek je prvním dílem nového seriálu, v němž se jeho autorka MUDr. Ludmila Eleková bude zabývat různými faktory vzniku a zvládnutí tohoto vážného onemocnění. Tyto informace nám mohou pomoci zůstat zdravými a těm, kteří už onemocněli, mohou zajistit větší efekt z konvenční léčby a omezení nežádoucích účinků.



Do ČR přijede mistr sundo Jin Mok 42

V Koreji nyní existují stovky mistrů sundo, ale jen 8 z nich má nejvyšší titul bopsa. Mistr Jin Mok je jedním z nich a letos v březnu navštíví naši republiku. Sundo (též kouksundo) je starobylá praxe dovolující lidem pocítit zázraky, které nám přinese správné dýchání, meditace a cvičení. Je to to jediné, co potřebujeme ke zvýšení kvality života.

Být či nebýt? 44

Bez ohledu na to, jaký názor má na umělé přerušení těhotenství veřejnost, postoj našeho hlubokého podvědomí k tomuto prožitku je jasný, jednotný a stejný u všech žen, s nimiž se autorka článku ve své terapeutické praxi k tomuto problému dopracovala: všechny cítí bolest a vinu. Je třeba najít v duši smíření a odpuštění, aby životní energie mohla začít opět přirozeně a harmonicky proudit.