

Z obsahu

Rozhovor s MUDr. Vladislavem Chválou 6
Mgr. Věra Keilová

Poprvé do školy 9
Mgr. Petra Klapáková

TÉMA: ŽIVLY V NÁS A KOLEM NÁS

Základní přírodní síly 10
Marcela Chadžijská, Miroslav Hadaš

Živly v prostoru kolem nás 13
Markéta Petříková

Vzácné kameny a elementy 15
Michal Jeřábek

Být ve svém živlu 17
Mgr. Marie Hlávková, Ph.D.

Živly v přírodě i v nás 19
Ing. Hana Fedora Smejtková

Pyramidy v Bosně a zdroj života 22
Jiří Glabazňa

Zbytečné choroby 24
Ing. Jarmila Průchová, Jaroslav Průcha

Život a přírodní léčba v tajze 26
doc. MUDr. Bohuslav Hanuš

Jak být milejší 28
MUDr. Karel Nešpor, CSc.

Tamten toten 31
Václav Větvíčka

Když se hádá duše s tělem... 32
MUDr. Vlasta Janková

Léto plnými doušky 34
prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

Jak se zbavit léků, část 3. 36
MUDr. Ludmila Eleková

Prevence civilizačních nemocí výživou 38
prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

Chutě na našem talíři 40
MUDr. Vladimíra Strnadelová,
Jan Zerzán

Horoskopy zdraví 42
Emil V. Havelka

Exotické léčivky 42
Prof. Ing. Pavel Valíček, DrSc.

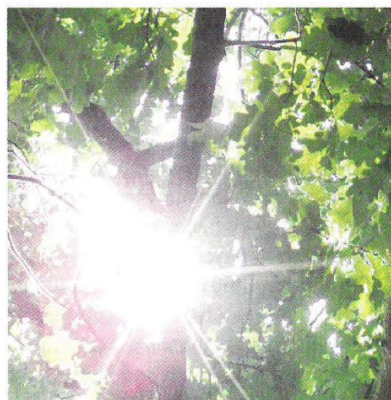
Léčebné obrazy 43
Jan Hnilica

Sourozenci podle hvězd 44
dr. Jarmila Gričová



Poprvé do školy 9

Už za měsíc vstoupí poprvé do školy letošní prvňáčci, čímž započne jejich mnohaletý vzdělávací proces. Nástup dítěte do 1. třídy je sám o sobě krokem do neznáma a nejistoty. Pokud je navíc okořeněný negativními informacemi z okolí, může dítěti způsobit emoční nestabilitu a vyvolat v něm pocity strachu. Příprava budoucího prvňáčka by se rozhodně neměla podceňovat a nechávat na poslední chvíli.



Léto plnými doušky 34

V dalším pokračování seriálu o škodlivinách všedních dnů, který pro Meduňku připravuje prof. Strunecká, jsou v centru zájmu opalovací prostředky a radovánky u vody. Ve všech opalovacích krémech a emulzích je obsažen hliník, který může mít na kůži škodlivé účinky, proto určitě přijdou vhod doporučení pro pobyt na slunci. A povíme si také o prostředcích proti hmyzu.

Když se hádá duše s tělem 32

MUDr. Vlasta Janková připravila pro Meduňku v rámci volného cyklu *Když se hádá duše s tělem...* další článek o psychosomatické medicíně, tentokrát se zaměřuje na kožní choroby. Spouštěčem psychosomatických poruch mohou být závažné zátěžové situace, stres nebo strach. S těmito emocemi lze ovšem pracovat tak, aby nám neublížovaly, důležité je změnit postoj k nim i k sobě samým. To vše se učí zájemci na léčebných pobytech s MUDr. L. Jundou, kterých se opakovaně zúčastňuje také autorka článku.



Živly kolem nás i v nás 10

Díváme-li se kolem sebe, vidíme barvy, tvary, slyšíme zvuky a cítíme vůně. Příroda není němá a mluví s námi výraznými elementárními prostředky. Souvisí s tím působení základních živlů, které si v člancích tématu podrobně rozebereme. Zamysleme se nad tím, jak na nás působí živly z našeho okolí a také se dotkneme důležitosti určení vlastní živlové podstaty.



Život a přírodní léčba v tajze 26

Autor článku MUDr. Bohuslav Hanuš strávil v karelské tajze a na Sibiři mnoho času a během svých pobytů postupně poznával způsob života tamějších obyvatel, jejich znalosti přírodní medicíny i jejich specifické léčebné metody. K úspěšné léčbě otevřených ran zde například používají cukr a pryskyřici z borovic a zvláštní sílu přisuzují bylinám, natrhaným ženou po menopauze.