

Z obsahu

Brandon Bays:

Veškerou pravdu mají lidé v sobě 6

Mgr. Věra Keilová

Dějiny za poznáním astrologie 8

Mgr. Miloš Matula

TÉMA: OCHRANA NAŠEHO DOMOVA

Náš bezpečný přístav 10

Mgr. Jitka Nesnídalová

Jak ochránit svůj domov 11

Antonie Krzemeňová

Ochrana (nejen) našich dveří 13

Jan Hnilica

Rituály ochrany domova 15

Michaela Kudláčková

Astrologické snění o domově 16

Věra Šimonová

Co je a co není makrobiotika 18

Dr. Nora Chvojková

Vychováváme zdravé a šťastné dítě 21

PhDr. Michaela Vítečková, Ph.D.

Projekt životních map 22

Ing. Petr Kops

**Duchovní učitelka
Ivanka Adamcová** 24

Hanka Synková

Píseň mého srdce 26

Ing. Jiří Mazánek

Kundaliní jóga pro zdraví 27

Dita Lyner

Taoismus – moudrost východu 28

Ing. Angel Buna

Vše o vitamínu E 30

Prof. RNDr. Anna Strunecká, DrSc.

**Budme zdraví lékařům
navzdory (17)** 32

MUDr. Ludmila Eleková

Nástrahy zimní dovolené 35

Simona Procházková, DiS.

Horoskopy a zdraví 38

Emil V. Havelka

Astroporadna 39

Mgr. Marie Hlávková, Ph.D.

Co prozradí ascendent? 40

Dr. Jarmila Gričová

Astrokukátko 41

Ing. Zdeněk Bohuslav



Dějiny za poznáním astrologie 8

Zoša Kinkorová patří mezi legendy české astrologie. Vyhodnotila tisíce horoskopů, vyslechla nejrůznější životní příběhy. Svě zkušenosti zúročila i jako autorka knih – sama jich napsala šest, sedmou, nazvanou *Dějiny za poznáním astrologie*, připravila společně se svým dlouholetým spolupracovníkem, terapeutem Milošem Matulou. Ke konci loňského roku poskytl paní Zoša Meduňce rozhovor (nejen) o této knize a podělila se s námi také o několik pozoruhodných zkušeností ze svého bohatého a dlouhého života.

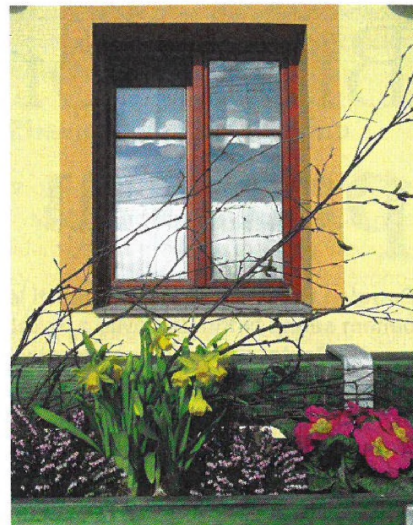


Životní mapy 22

Představíme vám jedinečný projekt tzv. životních map. Pomáhá všem, kteří chtějí pochopit svůj život, sebe sama a přemazat programy, jež jim zabraňují v prožívání štěstí a radosti. Životní mapy jsou určeny dospělým, ale i dětem. V jejich případě dokážou pomoci s hyperaktivitou, připravit děti na rozvod rodičů nebo jim po rozvodu poskytnout následnou pomoc. Dětem také pomáhají při hledání talentů, koktavosti i nočním pomočováním, při poruchách učení atd.

Umění tao – taoismus 28

Taoismus vznikl v 5. století př. Kr. a je jedním ze základních směrů východní filozofie. Učí nás, že člověk se nemá dít omezovat věcmi tohoto světa, ale osvobodit se od nich. V článku se dozvíte, jak zní osm základních principů taoismu a jak je můžeme využívat v našem současném způsobu života. Seznámíme vás s dýcháním do čaker a poradíme, jak si zacvičit takzvaný želví cvik na uvolnění krku a šíje.



**TÉMA:
Ochrana našeho domova** 10

Domov je našim útočištěm, kde každý den čerpáme sílu. Měl by být místem klidu a odpočinku, ale také zdrojem radosti a krásy. Co dělá domov domovem? Určitě to nejsou přepychové doplňky, ani interiéry podle nejmódnějších trendů – pro vytvoření skutečného zázemí je nejdůležitější láska, kterou v něm sdílají všichni společně. Domov by měl být naší oáзой. Poradíme vám, jak na to.



Makrobiotika: mýty a skutečnost 18

Pod pojmem makrobiotika si většinou představíme poměrně striktní stravovací systém, který sice prospívá lidskému zdraví, ale zároveň je opředen nejrůznějšími „mýty“. Autorka tohoto článku, Dr. Nora Chvojková, nám srozumitelně vysvětluje, že makrobiotika není jen způsob stravování, ale představuje vlastně životní styl a komplexní pohled na svět.