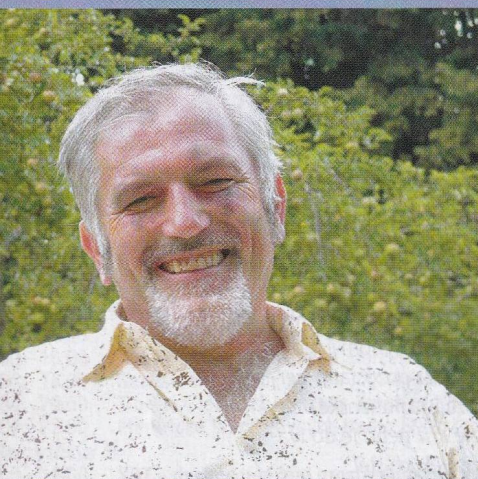


◀ Strany 4–7



## Pavel Váňa – bylinářský fenomén současnosti

Tři prázdninová setkání s bylinářem Pavlem, v nichž se představuje jako botanik, terapeut lidí i zvířat a milovník přírody, připravil Jiří Kuchař.

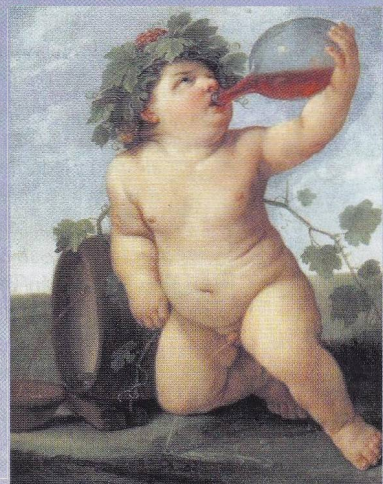
Strany 8–9 ▶

## Netradiční terapie: Moč není tělní odpad

Strany 10–11

## Kam směřuje astrologie v Rusku?

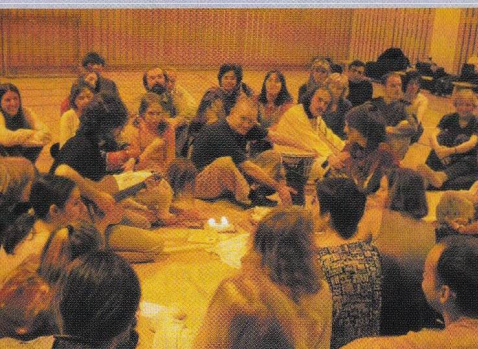
Nakolik se změnila za posledních patnáct let? Na Mezinárodní astrologický kongres do Petrohradu se vypravil Richard Štříbný a připravil o tom pro REGENERACI speciální reportáž.



◀ Strany 14–17

## Mantrické tance dávných tradic

Od počátků věků lidi spojovalo vyprávění, písně a posvátný pohyb. Tance vytvářejí vědomí solidarity a společenský tým, že oslavují jednotu, která tvoří základ všech spirituálních tradic. V příspěvku Lídy Chrástfanské se dozvíte, že jejich praktikováním získáte schopnost rozumět a ocenit dědictví vlastních předků i ostatních kultur.



Strany 18–20 ▶

## Rej masek zasévá dobrou karmu

Slavnost v indickém Ladákhku v podání cestovatele Martina Mykisky.

◀ Strany 22–23

## Severočeský Faust

Pokračování seriálu Dany Motyčkové o nejslavnějších léčitelských rodech v Čechách a na Moravě. Mezi ně patřil také rod Kittelů ze Šumburku. O Janu Josefu A. E. Kittelovi (1704–1783), jemuž přezdívali severočeský Faust, je známo, že už jeho děd Kašpar a snad i praděd působili jako ranhojiči.

Strany 28–29

## Hospic je brána mezi životem a smrtí

Potrvá ještě dlouho, než se zase dostaneme na úroveň generace našich prababiček, pro něž byla smrt normální a hlavně zcela klíčovou součástí života," tvrdí zakladatelka hospicového hnutí u nás, dr. Marie Svatošová, díky jejíž iniciativě byl v České republice v roce 1995 otevřen první hospic.

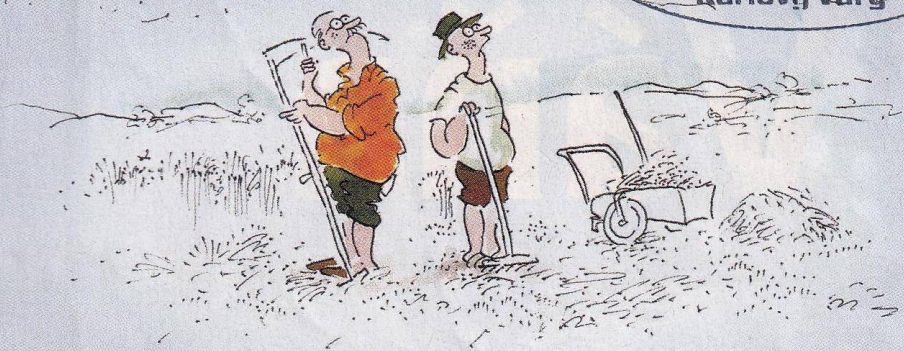


◀ Strany 30–31

## Václav Vokolek: Rusavky, rusalky a rusalie

Člověk a příroda. Toto prastaré téma se v letních měsících stává aktuální a každoročně se ožívuje na poněkud vylhaných prospektech cestovních kancelářů. Jako by se příroda a její prokazatelně pozitivní vliv vyskytovaly jen ve vzdálených exotických zemích, z nichž turista pozná jen zkrácený zlomek skutečnosti. Podivuhodná krajina přitom začíná doslova za humny a navíc je plná víl a divoženek.





O VÍKENDU MÁ DOJÍT KE ZMĚNĚ. DO NEDĚLE BUDEME NADÁVAT NA HORKO, OD PONDĚLKA NA ZIMU.

### Strana 13

Kaleidoskop

### Strana 25

Jaromír Kozák: Česká mediální kresba

### Strana 26

Z redakční kuchyně

### Strana 27

Výročí měsíce: Girolamo Savonarola

### Strana 32

Břicho jako druhý mozek

Celostní medicína MUDr. Josefa Jonáše

### Strany 34–35

MUDr. Petr Sedláček:

Vítězství nad bolestí pomocí stravy

Světlem homeopatie (5)

### Strana 36

Mezi láskou a válkou

Psychologická poradna dr. Heleny Šalátové

Okénko Jitky Vodňanské

### Strana 37

Elixír zvaný voda

Egyptská inspirace Evy Mrštkíkové

### Strana 38

Prašad – pokrm z rukou mistra

Žlutá mandala

Vegetariánská strava podle Jana Hlaváčka

### Strana 39

Renata Herber:

Pohlédněme si až do žaludku

Blanka Jarošíková: Vaříme z plevele

### Strany 40–41

Baldachýn nad císařskými nosítky

Tradiční čínská medicína Jany Arcimovičové

### Strany 42–43

Z bylinné lékárny Ing. J. Jančí, CSc.:

Rakytník řešetlákový

Pomáhá prakticky na jakoukoli zdravotní potíž, od nachlazení až po nádorová onemocnění.

Všechny části tohoto vzrostlého keře jsou léčivé, dají se různě zpracovat, a tím i využívat.



### Strany 44–45

Kalendárium Jiřího Jančí

Viděno pěti

### Strana 46

Július a Beáta Patakyovi:

Bosý běžec na osmé trati

Seriál o reflexní terapii

### Strana 48

Věra Faltusová-Várady:

Zdraví a hvězdy ve znamení Vah

## PŘIPRAVUJEME

- **Ferdinand Šmíkmátor: Vídeň trochu jinak.** Vídeň není jenom Prátr, Hofburg, Svätý Štěpán a Opera, působíště takových gigantů jakými například byli Beethoven, Mozart, Brahms, Freud, Mahler, Schubert, Strauss, Capra atd. Jako každé místo s tisíciletou tradicí má ještě jinou, neméně důležitou dimenzi, jež zůstává na první pohled skryta.
- **Zdeněk Krušina: Vilcacora – zázračná amazonská liána.** Indiáni v deštném pralese jihoamerické Amazonie znali léčivé rostliny odnepaměti a po generace se tradují mýty a legendy o jejich neobyčejných léčivých účincích. Hitem poslední doby je právě vilcacora, která údajně vyléčí i rakovinu.
- **Dějiny zenu v České republice ● Praktická urinoaterapie ● Obyčejný celer je výjimečná zelenina**

### Strana 49

Astroporadna

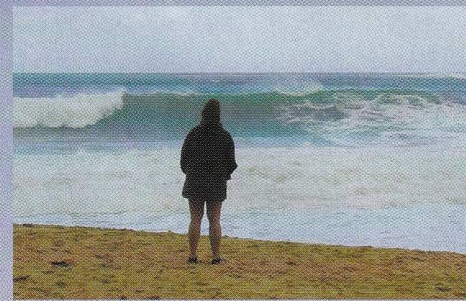
Poradna pro ženy

### Strana 51

PhDr. Miluše Kubičková:

Cvičení citové rovnováhy podle

Rudolfa Steinera



### Strany 52–53

Dvoustrana Ing. Josef Schröttera:

Učení harmonického domova ● Obrázek pro třetí oko ● Škola psychotroniky

### Strana 54

Psychotronická poradna Jana Hnilici

### Strana 55

Rady bylináře Pavla

### Strana 56

Reflexe Jiřího Kuchaře

### Strana 57

Knížní nabídka

### Strany 58–59

Svět Oldřicha Hamery

### Strana 60

Tipy pro vás

### Strana 61

Fejeton Jiřího Kuchaře

