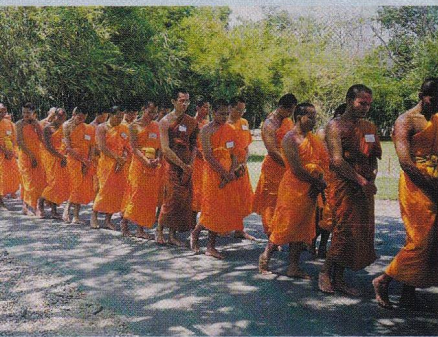


Křížový výslech Milana Calábka

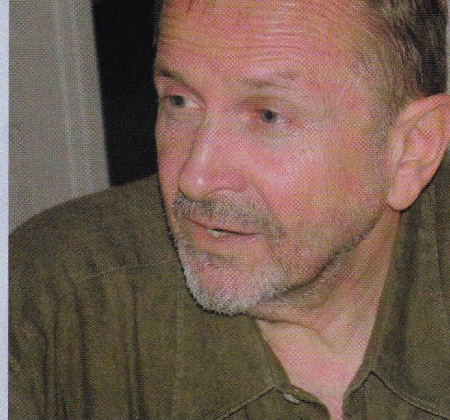
Pracoval v řadě českých divadel, věnoval se antropologii, etnografii a léčitelství. Praktikoval buddhismus v několika tibetských kláštorech v Indii a Nepálu. V roce 1990 založil centrum MANDALA a posledních osm let se zaměřil na výuku a organizaci vzdělávání na Univerzitě Nové doby, kterou absolvovalo už několik set posluchačů.



◀ Strany 8–11

Thajsko – lotosové království

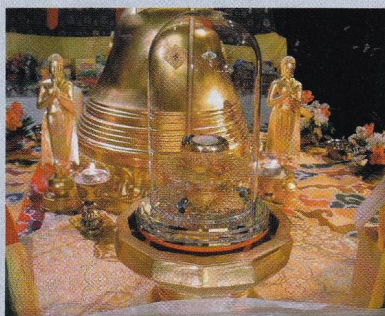
Tato nádherná exotická země oplývá malebnou přírodou, bizarní scénérií i atmosférou. Buddhovo učení, k němuž se hlásí 95 % obyvatel, prostoupené ideami nenásilí a neublížování, činí z většiny Thajců usměvavé, vstřícné, nekonfliktní, skromné a vyrovnané lidi. O tom všem se dočtete v reportáži Viliama Poltikoviče.



Strany 12–13

Vánoční betlém z těsta

UNESCO dalo významný popud, aby se u nás natočil dokument o lidovém umění. Mezi oslovenými je i Svatava Žertová, jejíž betlémy z obřadního těsta zdobí nejen kostely a šlechtické paláce u nás, ale i dům Svatého otce ve Vatikánu. Nyní si můžete pod jejím vedením udělat vlastní betlém i vy.



◀ Strana 14

Štěstí pro každý den

Jeho svatost 14. dalajlama Tändzin Gjamccho formuloval moudré a laskavé rady do života. Společně s nimi se dočtete o Buddhových ostatcích, jež byly za uplynulé čtyři roky k vidění k celé řadě zemí světa. Po vystavení relikvií Siddharty Gautamy Buddha v Liberci a v Praze zamířily do hlavního sídla OSN v New Yorku.

Strana 15 ▶

Léčivá mantra ÓM

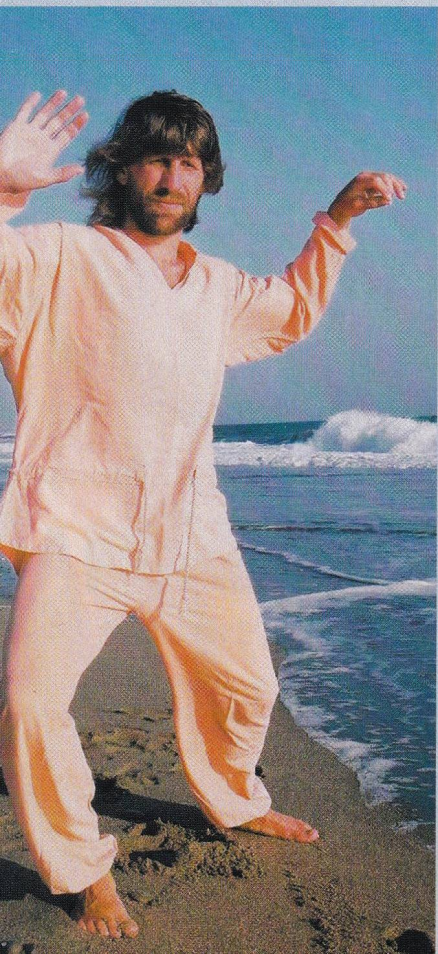
Kdo tuto posvátnou mantru opakuje, toho ochraňuje a léčí.



Strana 16 ▶

Soužití s nejbližšími je největší umění

Jeden manželský pár, který v roce 1986 navštívil Finsko, se tam účastnil i Manželských setkání. Jde o sdělování zkušeností z partnerského života. Po revoluci se začala podobná setkání pořádat i u nás. A mají úspěch. Jedním z propagátorů a průkopníků u nás je letohradský katolický farář Václav Vacek.



Strana 17

Podnikatelská obezita

Strany 18–19

Reflexe J. Kuchaře

◀ Strany 20–22

Nejen o léčitelství s Borisem Tichanovským

„Nevěřím léčitelům, kteří si neumějí poradit ani s vlastními nemocemi,“ říká známý a úspěšný léčitel Boris Tichanovský. A jak si podle jeho názoru vybrat dobrého léčitele? Obracujte se pouze na ty, jejichž schopnosti již prověřil čas.

Strana 23

Zaříkávačka Lemónka

Pokračování seriálu Dany Motyčkové o léčitelských rodech u nás.

Strany 24–25 ▶

Došlápnout si na houbu v botě

Kateřina Drmlová poradí, co si počít s plísňemi na nohou.





TAK VÁM NECHUTNALO, PANE? ŽE SE NESTYDÍTE! PODAT TAK PERLIČKU NADÍVANOU ZAMPIONOVOU FÁŠÍ S ESTRAGONOVÝM KRÉMEM TŘETÍMU SVĚTU, TEN BY SE OLIZOVAL!

Strana 26–27

Kaleidoskop
Z redakce

Strany 28–29

Kudy se ubíral Přemysl Oráč?

Další zajímavosti a taje z putování Václava Vokolka po esoterických místech v Čechách, na Moravě a Slezsku.

Strany 30–31

Detoxikace a zhoubné nádory

Pokračování seriálu MUDr. Josefa Jonáše o celostní medicíně.

Strana 32

Veganem v Kuala Lumpur

V rozhovoru koreanistky Ivany M. Gruborové s paní June Lim se dozvíte nejen o zásadách zdravé výživy ve vyhlášené malajské restauraci.

Strany 34–35

Knižní nabídka



smutek tajících sněhuláků

Strana 36–37

Poradna PhDr. Heleny

Šalátové: Tělo mého těla
Okénko Jitky Vodňanské

Strana 38

Fototerapeutický koutek
Z odkazu Rudolfa Steinera

Závěr seriálu PhDr. Miluše Kubíčkové

Strana 40

Vegetariánská mandala J. Hlaváčka

Strana 41

Renata Herber: Léčba výživou
Blanka Jarošíková: Vaříme z plevele



Strany 42–43

Jana Arcimovičová:
Tradiční čínská medicína
Tři ohniště, tenké a tlusté střevo
Světlem homeopatie (8)

Strany 44–45

Kalendárium Jiřího Jančí
Viděno pěti

Strana 46

Eva Mrštíková: Egyptská inspirace
»Slunce« v břiše
Reflexní terapie Julia a Beáty Patakyových

PŘIPRAVUJEME

- **Seriál o čínské léčebné masáži v podání MUDr. Wanga.** Masáž tvoří nedílnou součást tradiční čínské medicíny a má letitou tradici. Jejím prostřednictvím lze regulovat energii jin a jang, ovlivňovat tok energie qi v příslušných meridiánech (akupunkturních drahách), působit na funkci jednotlivých orgánů, na krevní oběh, uvolňovat klouby apod.
- V lednové REGENERACI se znovu setkáte s **Raymondem Moodym** a jeho úvahami na téma, co nás čeká po životě a před ním.
- **Seriál o ájurvédě** – tradiční indické medicíně připravil MUDr. David Frej.
- **Arktická hysterie. Nemoc, nebo »přípravná fáze« pro vstupy do jiných světů?** Na toto téma se zamýšlí Ludmila Škrabáková.

Strana 47

Kaleidoskop

Strany 48–49

Zdraví a hvězdy: Kozoroh
Astroporadna
Poradna pro ženy

Strana 50

Vička Gančeva:
Současnost a historie anestezie



Strany 52–53

Dvoustrana Ing. Josefa Schröttera:
Učení harmonického domova (14)
Obrázek pro třetí oko
Škola psychotroniky (9)

Strana 54

Psychotronická poradna Jana Hnilici

Strana 55

Rady bylináře Pavla

Strany 58–59

Tipy pro vás

Strana 60

Otázky pro Kamila Moučkovou:
Jaké jsou barvy života

Strana 61

Fejeton Jiřího Kuchaře

