



◀ Strany 4–7

## Rád bych vytvořil novodobý prostor z kamenů,

říká pedagog, umělec a publicista **Václav Vokolek**. V současné době učí na Vyšší odborné škole publicistiky. Je autorem dvaceti knih z oblasti umění, ale mnohá jeho díla tento rámec přesahují. Posledním projektem, na kterém pracuje spolu s Jiřím Kuchařem, je cyklus *Esoterické Čechy, Morava a Slezsko*, z něhož prozatím vyšly první dva díly. V Regeneraci se s těmito tématy setkáváme pravidelně.

Strany 8–11 ▶

## Skotská legenda: Findhorn

„Poprvé jsem se o Findhornské komunitě dozvěděl při přednášce Milana Calábka. Lidem v komunitě se dařilo pěstovat zeleninu pomocí komunikace s elementárními bytostmi rostlin, čehož důkazem byly i osmnáctikilové hlávky zelí,“ vypráví o své cestě na drsné severovýchodní pobřeží Skotska **Vlastimil Hela**.



Strana 12

## „Je mou přítelkyní,“ řekl dalajlama o Christině Meindersmové

V prosinci 1988 byla potlačena v Tibetu pokojná demonstrace, jíž se zúčastnila nizozemská pracovnice Červeného kříže. O jejím osudu a setkání s významným představitelem buddhismu vypráví pracovník OSN **Jolyon Naegele**.

Strana 13

## Lednové podvečery s REGENERACÍ

Těšíme se na setkání s vámi – čtenáři našeho časopisu – v pražském klubu Vagon. Připravili jsme pro vás pestrý program tvořený filmy a besedami s autory a příspěvateli REGENERACE.

Strany 14–16 ▶

## Ohlédnutí za rokem 2004

Jací jsme byli v loňském roce? S kým jsme se seznámili a jaká místa navštívili? Shrnutí a zhodnocení uplynulého roku připravil Jiří Kuchař.



Strana 17 ▶

## Duchovní pokladnice Afriky

O Etiopii většina z nás pouze ví, že se nachází v Africe. Jejím kulturnímu odkazu se věnuje pár specialistů. V podání **Jaromíra Kozáka** se zde setkáváme s jednou z nejstarších nauk o preexistenci duše.



◀ Strany 18–19

## Malířství, psychotronika a pečená kachna

Setkání s malířem **Martinem Mainerem**.

Strany 20–23 ▶

## Arktická hysterie – nemoc, úleva, zasvěcení?

Šílenství je zatracované i velebené. Stejně jako se mění přístup k bláznům, různým projevům psychické nestability a vyšinutosti či k poruchám a změnám vědomí v linii času, odlišuje se také podle prostředí a kultury. To, co za polárním kruhem připadalo Evropanům jako choromyslnost, považují místní za součást života.



Strana 24

## Bohyňování s čítanou vodičkou

Závěr seriálu Léčitelské rody u nás

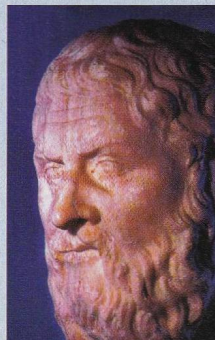
Strana 25

## Kaleidoskop

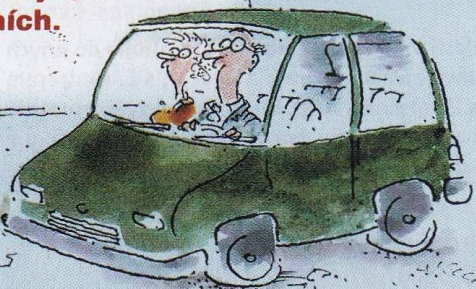
Strany 26–29 ▶

## Život před životem

Platón je jedním z nejuznávanějších filozofů všech dob a jeho *Dialogy* jsou považovány za zásadní filozofická díla. Někteří z ortodoxních filozofů poněkud neradi slyší, že tento muž ve svých knihách psal o existenci Atlantidy a fenoménu života po životě. Za zcela okrajovou také považují skutečnost, že podobně jako mnoho dalších vynikajících mužů té doby i on prošel mysterijním iniciačním obřadem v Eleusinách. Nejen o Platónovi hovoří **Raymond A. Moody** v rozhovoru, který navazuje na interview z listopadové REGENERACE.



**Vítáme Vás v České republice,  
zemi, kde téměř čtyřicet procent dotázaných  
se domnívá, že občané České republiky  
jsou schopnější a bystřejší,  
než lidé v jiných zemích.**



**Strany 48–49**

Čteme ve hvězdách: Leden přeje  
sebeúctě  
Hvězdy v hudbě  
Astropradna

**Strana 50**

Poradna pro ženy  
Onkologická poradna  
MUDr. Josefa Pekárka

**Strany 52–53**

Dvoustrana  
Ing. Josefa 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

**Strany 58–59**

Tipy pro vás



**Strana 60**

Otázky pro Zbyňka Šedivého:  
Odkud přichází moudrost předků

**Strana 61**

Fejeton Jiřího Kuchaře

**Strany 30–31**

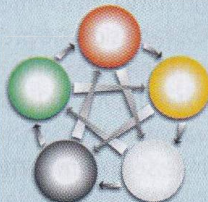
Dobrota požehnaná  
dobrým člověkem

V rubrice Jak se co dělá se dozvíte, jak se  
připravuje halva.

**Strany 32–33**

Detoxikace a zhoubné nádory II.

Pokračování seriálu  
MUDr. Josefa Jonáše  
o celostní medicíně.



**Strany 34–35**

Činí cholesterol  
z člověka pacienta?

Zamýšlí se MUDr. David Frej.

**Strana 36**

Levandule

Aromaterapie Zbyňka Šedivého

**Strana 37**

Psychologická poradna  
PhDr. Heleny Šalátové  
Okénko Jitky Vodňanské

**Strana 38**

Fototerapeutický koutek  
Vegetariánská mandala J. Hlaváčka

**Strana 39**

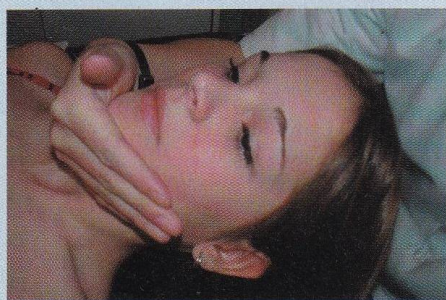
Renata Herber:  
Léčba výživou – Ledviny  
Vaříme z plevele

**Strany 40–41**

Kaleidoskop



**Strany 42–43**



Techniky tradiční čínské masáže I.  
Tradiční čínská medicína: Skořice

**Strana 44–45**

Kalendárium Jiřího Jančí  
Viděno pěti

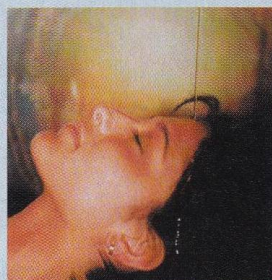
**Strana 46**

Egyptská inspirace Evy Mrštníkové  
B. & J. Patakyovi: Reflexní terapie

**Strany 47**

Ājurvéda

První díl seriálu  
o indické  
medicíně  
v podání  
MUDr. Davi-  
da Freje.



## PŘIPRAVUJEME

- Sladký bílý jed. Cukr je nebezpečnou drogou pro stále větší počet lidí této planety.
- Holger Kalweit – Šamanismus jako inspirace pro moderního člověka.
- My, akční hrdinové. Sebevědomí, sebeprosazení a souvislost s naším imunitním systémem. Jak se vyjadřujeme prací? Psychologické, energetické a duchovní aspekty práce a podnikání z pera psycholožky PhDr. Heleny Šalátové.
- Rejstřík REGENERACE 2004 ● Jak se co dělá: Malujeme na hedvábí ● Urinoterapie v praxi