

◀ Strany 4–7

Setkání s Miroslavem Zikmundem

Se svým přítelem Jiřím Hanzelkou navštívili více než sto zemí a jejich knihy byly přeloženy do jedenácti jazyků. Tato dvojice legendárních cestovatelů se proslavila pod značkou H + Z. Od 10. března máte jedinečnou příležitost zhlédnout výstavu jejich fotografií na Pražském hradě a v průběhu března vybrané filmy v pražském klubu Vagon v rámci pravidelných Podvečerů s časopisem REGENERACE.



Strany 10–13 ▶

Ve stínu katedrál

„V katedrálách se plně projeví schopnosti jejich tvůrců komunikovat v symbolech. Oltáře jsou vyjádřením víření, ukřižování a zmrtvýchvstání Ježíše Krista. Severní strana reprezentuje Starý zákon, zatímco jižní Poslední soud a Nový zákon, půdorysem je latinský kříž, který je zároveň lodí či archou, na které Noe zachránil pozemský život. Chrámová loď reprezentuje posvátné plavidlo převážející

křesťany časem. A okno zvané roseta, jež symbolizuje mystickou růži, je jeho navigačním bodem, kompasem i kormidlem,“ říká o posvátných místech Bretnaně **Vlastimil Hela**.



Strana 14 ▶

S REGENERACÍ nejvýš, nejdál a nejzajímavěji

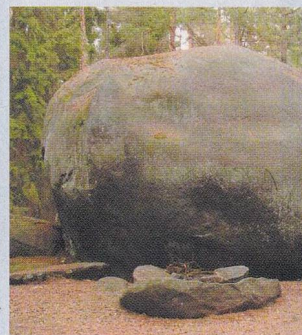
Pokud jste se zúčastnili cestovatelské soutěže s naším časopisem, můžete se těšit v tomto a příštím čísle na její výsledky.



◀ Strana 15

Kraslice je symbolem znovuzrození

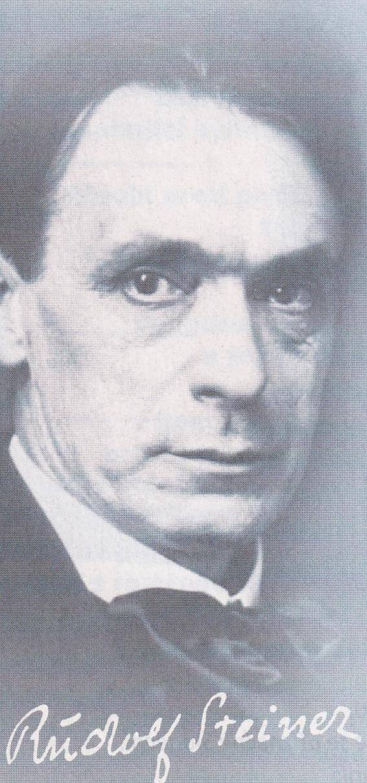
V pravidelné rubrice JAK SE CO DĚLÁ se tentokrát dozvíte několik osvědčených postupů na zdobení velikonočních vajec.



◀ Strany 16–21

Rudolf Steiner: Muž, který otevřel bránu k duchovnímu světu

„Bylo vzrušující naslouchat mu, neboť jeho tvorba byla závratná a především ve srovnání s námi, kteří jsme se omezovali jen na literaturu, velkolepě mnohostranná; z mnoha jeho přednášek a mnoha dobrých soukromých rozhovorů jsem se vracel domů nadšen a současně trochu stísněn,“ vzpomíná rakouský prozaik Stefan Zweig na svá setkání s dr. Rudolfem Steinerem, geniálním a dosud plně nedoceneným učencem, od jehož úmrtí uplyne 30. března 2005 právě 80 let. Kdo byl Rudolf Steiner, muž, považovaný za znovuvtělení Aristotela a Tomáše Akvinského a jenž je v daleké budoucnosti očekáván jako Maitréja, poslední pozemský Buddha a symbol dokonalé lásky a moudrosti? Nejen na to odpovídá ve svém příspěvku **Mgr. Zdeněk Krušina**.



Strany 22–24 ▶

Vznešené se obrací v kámen

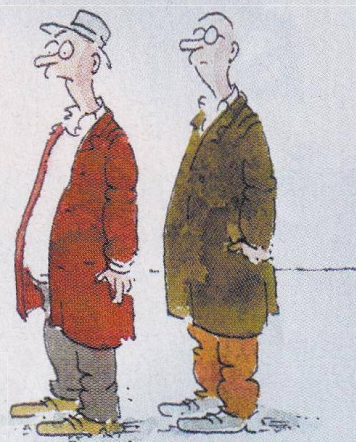
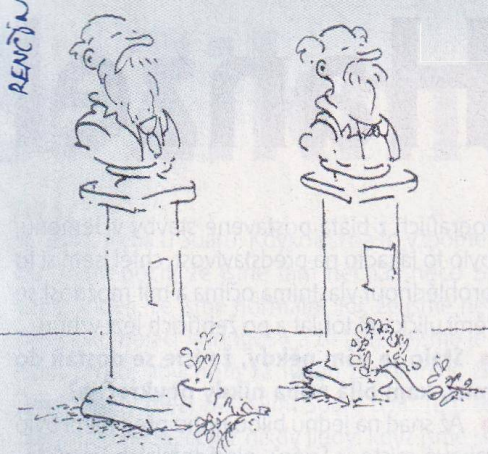
Další putování **Václava Vokolka** po esoterických místech v Čechách, na Moravě a ve Slezsku.



◀ Strany 28–29

Zpěv je nejvyšší forma lidské existence

Vlastimil Marek vedl pro REGENERACI rozhovor se **Stephanem Micusem**, průkopníkem world music.



„NAŠI VELIKÁNI. JEDEN VNESL DO CHAOSU ŘÁD, DRUHÝ DO ŘÁDU CHAOS.“

Strany 48–49

Březen žádá správné priority

Čteme ve hvězdách

Hvězdy v hudbě

Astroporadna

Strana 50

Poradna pro ženy

Onkologická poradna

MUDr. Josefa Pekárka



Strana 51

Urinoterapie:

Jen překonat předsudky

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: Bříza bílá



Strana 56

Reflexe Jiřího Kuchaře

Strany 57–59

Tipy pro vás

Strana 60

Poslední slovo:

Jana Arcimovičová o možnosti

trojí volby

Strana 61

Fejeton Jiřího Kuchaře

Strana 41

Renata Herber: Biorytmy

Vaříme z plevle



Strany 42–43

Napětí, bolesti
a křeče v hrudníku

Tradiční čínská masáž (3)

Hložinky – lék i cukrátka

Tradiční čínská medicína (12)

Strana 44–45

Kalendárium Jiřího Jančí

Viděno čtyřmi

Strana 46

Potíž »sedí« v sedacím nervu

Reflexní terapie manželů Patakyových

Strana 47

Ājurvéda

Třetí díl seriálu MUDr. Davida Freje

o indické medicíně



PŘIPRAVUJEME

- Rozhovor s Michele Odentem, lékařem a průkopníkem přirozeného porodnictví.
- Ledviny – léčba ledvinových onemocnění v podání Ing. Jiřího Jančí.
- Přehledné dějiny zenu v Čechách připravil Jan Novosad ● Jak se co dělá: Pleteme ošatku ● Urinoterapie v praxi podle Eduarda Seley ● Po Vietnamu s Janou Arcimovičovou

Strany 8, 9 a 25

Kaleidoskop

Strany 26–27

Akční hrdinové všedního dne II.

Psychologická poradna Heleny Šalátové

Okénko Jitky Vodňanské

Fototerapie Igora Malijevského

Strany 30–31

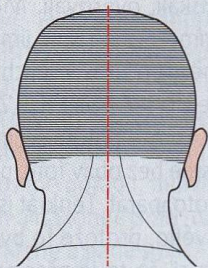
Nové body
v reflexní terapii

První část volného

seriálu Ing. Jiřího

Jančí o aktualitách

v reflexologii



Strany 32–33

Detoxikace a hormonální systém II.

Pokračování seriálu o celostní medicíně

MUDr. Josefa Jonáše

Strany 34–35

MUDr. Petr Sedláček:

Zdravotní policie tlustého střeva

Světlem homeopatie

Strany 36–37

Otázky pro účastníky veletrhu

ESOTERIKA 2005

Strana 38

Mátové silice: Ochránci zažívání

Aromaterapie Zbyňka Šedivého

Strana 40

Polévka stoletých

Vegetariánská strava Jana Hlaváčka