

» POZORUHODNÝ ŽIVOT S BYLINAMI

„Jednou mi lékaři zachránili zrak, podruhé život, přesto jsem nepřestal věřit v Boha a léčivou moc rostlin,“ říká **Pavel VÁŇA** z Nového Bydžova. Z rozhovoru s **Jaroslavem KŇAPEM** se mimo jiné dozvíte o četných zkušenostech, které tato ojedinělá osobnost české fytotherapie učinila, a také o její nezměrné touze po poznání.

Strany 8-9

» DĚJINNÉ MILNÍKY

Strany 10-11

» VELIKONOČNÍ TAJEMSTVÍ

Zamyšlení unitářského pastora **Jana SCHWARZE** nad událostmi, s nimiž si svět dodnes neví rady. Jak to tedy možná bylo s ukřižováním a zmrtvýchvstáním galilejského Mistra, křížem, kalendářním šestinedělím a velikonočním vajíčkem...

Strany 12-15

» NEVŠEDNÍ POHLEDY NA KATEDRÁLU V CHARTRES

Městečko na severu Francie už z dálky upoutá jedním z nejkrásnějších a nejmystičtějších gotických chrámů. Skvostnou architekturu, jedinečné vitráže a kamenné sochy slovem i obrazem představuje **Jan W. DRNEK**.

Strana 16

» HRA SVĚTEL POD NEBESKOU BÁNÍ

Katedrála v Chartres tentokrát v podání autora stejnojmenné knihy **Petra KOVÁČE**.

Strany 18-19

» KRUHY V OBILÍ

Zprávu o fascinujícím fenoménu z hrabství Wiltshire přináší **Jiří KUCHARĚ**.

Strany 20-22

» ŽIVÁ VODA I PSÍ SÁDLO

V první části seriálu o lidovém léčitelství v Čechách a na Moravě se etnografka **Dana MOTYČKOVÁ** soustředila na magické úkony, léčebné zákroky i prostředky, jejichž vznik podnítilo také úzké sepětí člověka s přírodou.

Strany 24-25

» BOHUMÍNSKÁ PORADNA

Během roku vám představíme speciální poradenská centra REGENERACE v různých koutek republiky. Za prvním se vypravíme do Slezska.

Strany 26-28

» PSYCHOSPIRITUÁLNÍ KRIZE

Projevy a úskalími duchovního procitnutí se podrobně zabývá americká psycholožka **JYOTI**, s níž při její návštěvě Prahy rozmlouval **Jan KOZÁK**.

Strany 30-31

» OD CHAOSU K ŘÁDU

V prvním díle nového seriálu **Mýty o stvoření** spisovatelka **Jana HEFFERNANOVÁ** seznamuje s vývojem světa od jeho prazákladu, včetně probuzení lidského vědomí.

Strana 32

» REGENERACE NA VELETRHU BIOSTYL

Pozvánka na setkání s pozoruhodnými osobnostmi, které znáte ze stránek našeho časopisu.

Strana 33

» JAK SE RODÍ V EVROPE

Podobnosti a odlišnosti příchodu dětí na svět shrnuje **Petra SOVOVÁ** z Hnutí za aktivní mateřství.

Strana 35

» TŘI OTÁZKY PRO EVU KŇAPOVOU

» STRAŠÁK MUŽŮ PO ČTYŘICÍTCE

Domácí lékař v podání **MUDr. Petra SEDLÁČKA**

Strana 36

» PRASTARÝ ŽIVOTABUDIČ

Pokračování seriálu **Jany ARCIMOVIČOVÉ** věnovaném koření přináší zajímavosti o celeru.

Strana 45

» STROM, KTERÝ RONÍ BÍLÉ SLZY

Seriál aromaterapeuta **Zbyňka ŠEDIVÉHO** je zaměřený na kadidlovník.

Strana 46

» BYLINA NESMRTELNOSTI

Tradiční čínská medicína podle **Jany ARCIMOVIČOVÉ**

Strana 47

» ZAKLÍNADLO JMÉNEM CHOLESTEROL

Poradna celostní medicíny **MUDr. Josefa JONÁŠE**

Strana 48

» HRA NA ŠÍPKOVOU RŮŽENKU

Poradna alternativní medicíny **MUDr. Jana ŠULY**

Strana 49

» PRO BUJNÉ KADEŘE I SLONÍ PAMĚŤ

Ājurvédská poradna **MUDr. Davida FREJE**

Strana 50

» CÍSAŘOVNA LUŠTĚNIN

V dalším dílu seriálu *Zdraví pod pokličkou* najdete inspirace, co dobrého si uvařit z čočky.

Strana 55

» OBRÁZEK PRO TŘETÍ OKO

Pravidelná stránka **Ing. Josefa SCHRÖTTERA**

Strany 56–57

» KALENDÁRIUM BYLINÁŘE PAVLA

Seriál vyhlášeného fytotherapeuta pojednává o blahodárných účincích břízy.

Strana 59

» ABY ZÁDA NEBOLELA

Osvědčené tipy na samoléčbu uvádí **Jana BURGEROVÁ**.

Strana 60

» SLUNCE NEDÁ LIDEM SPÁT

O síle symbolů pojednávají astrologové **Pavel TURNOVSKÝ** a **Martina LUKÁŠKOVÁ**.

Strana 61

ČTEME V TAROTU

Strana 62

» VÍRA NEVÍRY

PhDr. Helena ŠALÁTOVÁ nabízí způsob, jak osvobodit uvězněné sebevědomí.

Strana 63

» OKÉNKO JITKY VODŇANSKÉ

Strana 64

» ŘEŠENÍ SKRYTÉ V PATÁCH

Seriál **Beáty** a **Júlia PATAKYOVÝCH** věnovaný reflexní terapii

Strana 65

» RADY BYLINÁŘE PAVLA

PRYČ S RASISME



REJČEN

Strana 67

» HARMONII NAVOZUJÍ PROTIKLADY

Colorterapie v podání **Jana HNILICI**

Strana 69

» OBRAZÁRNA REGENERACE

Výtvarnými díly plnými skrytých významů provází **Václav VOKOLEK**.

Strana 70

» KNIŽNÍ REFLEXE JIŘÍHO KUCHAŘE

Strana 71

» KNIŽNÍ NABÍDKA

Strany 76–77

» TIPY REGENERACE

Strana 78

» AKCE V GALERIE REGENERACE

Strana 79

» FEJETON

PŘIPRAVUJEME

» VZPOMÍNKA NA ING. JIŘÍHO JANČU

Unikátní receptury z odkazu legendárního průkopníka alternativní medicíny u nás.

» JAK SI ZORGANIZOVAT POROD

» VŠE O KOJENÍ

Aktuální témata zvláště pro nastávající maminky připravila **Petra SOVOVÁ**.

» JAK SE LÉČIT A VYLÉČIT

MUDr. Jan ŠULA naznačuje schůdnou cestu k nastolení a utužení zdraví.

» NAPRAVIAČI KOSTÍ

Pokračování seriálu etnografky **Dany MOTYČKOVÉ** věnovanému lidovému léčitelství u nás.

» PROKLETÍ NESPAVOSTI

Téma REGENERACE připravil **Jaroslav KŇAP**.

