

PŘEKVAPIVÉ SOUVISLOSTI ČIHOŠŤSKÉHO ZÁZRAKU

Pro jedny zázrak a Boží znamení, pro druhé rafinovaný podvod, pro další provokace ze strany komunistické StB. Může však být za číhošťskými událostmi ještě něco víc? Po šedesáti letech od průběhu tajemných jevů v Číhošti se o odpověď na tuto otázku pokusil **Zdeněk KRUŠINA**. Nezajímavá ovšem není ani související reportáž **Jaroslava KŇAPA** přímo z dějiště oněch událostí.

Strany 4–9

ŽIVOT S LUPÉNKOU

Lupénka (psoriáza) může vzniknout v jakémkoli věku, ale nejčastěji v dospělosti. Toto vleklé onemocnění kůže, při kterém se cyklicky střídají vzplanutí a období klidu, život sice neohrožuje, ale je nepříjemné a někdy i velmi bolestivé. Prevence ani specifické léčení nejsou dosud známé, ale některé potravinové doplňky a léčivé byliny mohou nemoc ovlivnit. Nad tématem měsíce, zda se lze zbavit lupénky, se postupně zamýšlejí lékaři **Petr SEDLÁČEK**, **Boris HYNEK** a **Josef JONÁŠ**. **Pavčina BRZÁKOVÁ** a bylinář **Pavel VÁŇA** nakonec předloží recept, jak si jednu takovou bylinnou mast na potíže nejen s lupénkou sami vyrobit.

Strany 12–19

VLIV STRAVY NA NAŠE ZDRAVÍ

Ředitel East-West Centra v americkém Clevelandu Bob Carr je světově uznávaný odborník a dlouholetý lektor makrobiotického životního stylu. Při jeho nedávné návštěvě Česka ho vyzpovídal **Jaroslav KŇAP**.

Strany 20–21

FITZGERALDOVA METODA REFLEXNÍ MASÁŽE

Naše spolupracovnice z italské Florencie **Petra ŠTEFÁNKOVÁ** nám tentokrát přiblíží, jak se reflexní terapie dostala z Číny na západ a co to pro nás prakticky znamená.

Strany 24–26

POHANKA POSILUJE SLEZINU

Pohanka je v Evropě známá už více než 200 let, ale u nás došlo k její renesanci až v devadesátých letech. Pro ty, kteří ještě pohanku nevzali na milost, představí její léčebné účinky **Jana ARCIMOVIČOVÁ**.

Strana 28

JMELÍ – KULTURNÍ ROSTLINA KELTSKÝCH DRUIDŮ

Římský historik Plinius starší věnoval v XVI. knize svého monumentálního díla *Historia naturalis* vztahu Keltů ke jmelí významnou pasáž. Když jsme začali připravovat akci Keltský telegraf, nemohli jsme tento vztah přehlédnout ani my. Magii a léčivou sílu jmelí vám krátce přiblíží **Jiří KUCHAR** a **Pavel VÁŇA**.

Strany 32–33

KELTSKÝ TELEGRAF A VELKÁ JAVOŘINA

Současný stav příprav a také první startovací bod naší jarní akce Keltský telegraf vám popisuje **Vlastimil HELA**.

Strany 35–37

ZDENĚK MAHLER: NEJVYŠŠÍ HODNOTOU ČLOVĚKA JE CHARAKTER

Spisovatele, scenáristu, muzikologa, pedagoga, historika, a vůbec všestranně vzdělanou osobnost Zdeňka Mahlera netřeba příliš dlouze představovat. Z jeho vědomostí si již svou, alespoň malou, část poznání odnesl téměř každý, kdo žije a studuje v české kotlině. Proto přinášíme poněkud netradiční rozhovor s tímto mužem mnoha talentů. Dialog vedl náš dlouholetý spolupracovník, osobnost podobného rozsahu zájmů, dokumentarista a spisovatel **Jan BONĚK**.

Strany 38–40

SKRYTÁ TAJEMSTVÍ OLYMPIJSKÝCH SYMBOLŮ

Před několika měsíci jsme se v REGENERACI věnovali (marnému) boji části původních obyvatel Kanady proti výstavbě sportovišť a infrastruktury pro Zimní olympijské hry 2010 ve Vancouveru na jejich tradičních územích. Území však není to jediné, co kanadské olympiádě původní Severoameričané věnují, a proto se etnolog a publicista **Ivan MAKÁSEK** k tématu opět vrátil.

Strany 42–44

S DAVIDEM NEWBATTEM O SOCIÁLNÍM MALOVÁNÍ

Zajímavé obrazy a ilustrace skotského malíře Davida Newbatta i poutavé vyprávění o tom, co je to sociální malování, stojí určitě za zvýšenou pozornost. **Jaroslavu KŇAPOVI** a potažmo i všem čtenářům REGENERACE věnoval exkluzivní rozhovor.

Strany 46–49

ZDRAVÍ A NEMOC Z POHLEDU ANTROPOSOFIE

Zájem o všestranné blaho člověka dovedl rakouského psychologa a filozofa Rudolfa Steinera k problematice zdraví a nemoci. Vždy zdůrazňoval, že smyslem života není samo zdraví, ale zdravé tělo jako schrána zdravého ducha. Tento duchovní přístup ke zdraví nám ještě více přiblíží **Miluše KUBÍČKOVÁ**.

Strany 50–51

TELURICKÉ PROUDY

Nová škola psychotroniky **Josefa SCHRÖTTERA** tentokrát vysvětluje, co máme chápat pod záhadným pojmem telurické proudy.

Strany 56–57

VÁNOCE BYLINÁŘE PAVLA

Pavel VÁŇA tentokrát přináší poněkud netradičně nazvaný díl svého kalendária. Ale i tentokrát bude věnovaný bylinkám, zdraví a tolik cenným radám, které máme od něj tak rádi.

Strany 66–67

CHUCHUHUASI PRO ZAHNÁNÍ CHLADU

Bude-li vám někdy v Peru zima, zkuste zdejší tradiční léčivo s poněkud krkolomným názvem chuchuhuasi. Jak vypadá, kde jej sehnat a na co se dá použít, vám přiblíží **Ludmila ŠKRABÁKOVÁ**.

Strany 68–69