

VELIKONOCE V GUATEMALE

Ve španělsky mluvícím světě mají velikonoční průvody staletou tradici, protože biblický příběh Ukřižování a Zmrtvýchvstání Syna Božího patří k ústředním církevním svátkům. Naprosto specifickou a jen těžko popsatelnou atmosféru dostávají v Guatemale, kde se jich v zástupech katolických křesťanů účastní tisíce potomků přímé pokrevní linie mayských indiánů. Představí vám je **Jiří KUCHAR**.

Strany 4–7

TADY A TEĎ

Esoterický svět **Jiřího KUCHARĚ** přináší zajímavý tip na návštěvu nenápadného kostelíka v srdci Istrie.

Strany 8–9

BÝK: ZDRAVÍ HRDLA A KRKU

V druhém pokračování cyklu Od hlavy k patě přinášíme informace zaměřené na oblast hrdla, krku a krční páteře. Mimo jiné se dozvíte rady, jak čelit nebezpečné laryngitidě u dětí či jak získat do organismu dostatek vitaminů.

Strany 10–17

PLODOVÁ ZELENINA A BROKOLICE

Podle řady výzkumů je špatná životospráva příčinou až jedné třetiny nádorových onemocnění. Škodí především smažená jídla, naopak vhodné je vaření v páře. Pokud chceme být zdraví, měla by být součástí jídelníčku zelenina. Ideální je ta, která vyrostla v našem klimatickém pásmu. Jak působí plodová zelenina v boji proti rakovině, vám prozradí **Jana ARCIMOVIČOVÁ**.

Strany 20–21

PLEVEL NA NAŠEM TALÍŘI

Sbírání bylin bylo pravděpodobně první, nejzákladnější a nejdůležitější činností nezbytnou pro přežití člověka. Jak využít i tu nejjednodušší bylinku v terapeutické péči, popisuje **Petra ŠTEFÁNKOVÁ**.

Strany 24–25

LESNÍ POVYRAŽENÍ Z HUB A ŠÍŠEK

O tom, že léčivé prostředky lze vyrábět nejen z bylinek vyrostlých na nejbližší louce či vlastní zahrádce, není pochyb. S bylinářem **Pavlem VÁŇOU** a **Pavlínou BRZÁKOVOU** se pro ně můžete vypravit i do lesa.

Strany 30–31

STAROSLOVANSKÉ SVATYNĚ VČELÍCH BOŽSTEV

Duchovní život slovanských obyvatel mimo sídla kmenové aristokracie se nemezoval jen na uctívání jednoduché symboliky pohanských bůžků a domácí praktikování náboženských obřadů u improvizovaných oltářů. Jakou úlohu v jejich životě hrálo včelí božstvo, hledal na historických nalezištích **Pavel KROUPA**.

Strany 32–34

ROZLUŠTĚNÍ ZÁHADNÉHO KRUHU VE SNĚHU

O tom, že tajemné jevy mohou mít jednoduché vysvětlení, vás přesvědčí reportáž **Jaroslava KŇAPA**.

Strany 35–37

MAYSKÉ POSELSTVÍ: „ŽÁDNÝ KONEC SVĚTA NEPŘIJDE!“

Kněžka a cestující guatemalská šamanka Wilma Pixtum v rozhovoru s **Pavlínou BRZÁKOVOU** hovoří nejen o konci mayského kalendáře v roce 2012.

Strany 38–40

TURÍNSKÉ PLÁTNO

Není zřejmě posvátnější předmět, který by měl přímý vztah k velikonočnímu mysteriu na jeruzalémské Golgotě, než je necelých pět čtverečních metrů látky uchovávaných v katedrále svatého Jana Křtitele v italském Turíně.

Kontroverze, které tento předmět provázejí, shrnuje **Jakub MALINA**.

Strany 42–44

VYUŽIJTE SÍLU VNITŘNÍ KRIZE

Americká spirituální učitelka Laura Day je autorkou několika světových best-sellerů, které jsou zaměřené na praktickou životní intuici. Rozhovor s touto pozoruhodnou ženou připravil **Jiří KUCHAR**.

Strany 46–47

HLEDÁNÍ ČESKÉ ANEŽKY

Další z fotoreportáží **Jaroslava KŇAPA** přináší pohled na nedávný archeologický průzkum v Praze.

Strany 48–50

KURZ JÓGY: ROZCVIČKA

Jogín **Joseff MICHÁLEK** připravil exkluzivně pro REGENERACI praktický kurz cvičení jógy.

Strany 54–55

SOLNÉ LAMPY

Další díl Nové školy psychotroniky **Josefa SCHRÖTTERA** přibližuje působení solných lamp.

Strany 56–57
