

ALEX GREY OBJETÍ (1989)

Převzato se svolením nakladatelství Eminent z knihy Alex Grey: *Transfigurace* (Eminent, 2006).

STRANA 1

SETKÁNÍ S PRAPRAVNUČKOU BOŽENY NĚMCOVÉ

„K víře musí člověk dozrát,“ říká farářka Českoslavenská církve husitské **Michaela Procházková**, vstřícná, činorodá a energická žena. Se svou praprababičkou Boženou Němcovou ji pojí vzdělanost, sociální citění a vztah k literatuře. Její životní pouť a poslání jsou pozoruhodné stejně jako osud její proslulé příbuzné. Rozhovor připravil **Jaroslav Kňap**.

STRANY 4–7

POZVÁNKA NA AKCE REGENERACE

STRANA 10

ČESKÁ TANTRA

Módní vlna, nebo seriózní možnost sebepoznání? **Roman Žizlavský** se na tento fenomén současnosti podívá s jemným, kritickým odstupem a bude ho sledovat z různých úhlů pohledu.

STRANY 14–17

TANTRICKÁ MASÁŽ

O tomto léčivém obřadu se dočtete v podání dvojice tantrických masérů a školitelů, **Vlasty Pekové** a **Vítězslava Šodka**.

STRANY 18–21

KŮŽE NAŠE OCHRANNÁ BARIÉRA

Dokáže se sama obnovovat, obsahuje různé smyslové receptory, proto je mnoho jejích částí velmi citlivých i na jemný dotyk. Hraje nepostradatelnou roli při regulaci tělesné teploty a její vzezření se mění s emočním i celkovým zdravotním stavem. Dvojstranu věnovanou péči o kůži připravily **Renáta Šťastná** a psycholožka **Lenka Čadová**.

STRANY 24–25

PŘEDSTOJNÁ ŽLÁZA VE ZKUŠENOSTECH LIDOVÉ MEDICÍNY

V dnešní době se stala strašákem mužů, kteří si při vyslovení jejího lidovějšího jména prostata většinou automaticky vybaví počurané kalhoty, v horším případě impotenci a v nejhorším případě operační zákrok. Téma zpracoval **Jiří Kuchař**.

STRANY 26–28

ČAKRY MAPY NAŠEHO TĚLA A MYSLI

O energetických vírech v našem těle z pera **Petry Štefánkové**.

STRANY 30–33

HOMEOPATICKÁ PORADNA

První díl nové poradny MUDr. **Alexandra Fesika** je věnovaný cibuli kuchyňské – homeopatiu nejen proti rýmě.

STRANA 36

V NÁRUČI TEMNOTY

Zkušenosti **Heleny Škorkovské** s dunkelterapií – léčbou temnotou. Inspirace do každodenního života.

STRANY 42–45

BÍLÉ PANÍ A ČERNÉ MADONY

Exkurz **Martina Stejskala** do prastarých zákoutí naší země, krajiny legend a pověstí.

STRANY 46–47



MÁM RADOST Z AKTIVNÍCH PACIENTŮ

Rady z oblasti fyzioterapie od uznávaného specialisty **Eduarda Uhlíka** přinesla **Renáta Šťastná**.

STRANY 50–51

IBOGA SPOJNICE S PŘEDKY

Seriál Posvátné rostliny světa připravuje kulturní antropoložka **Ludmila Škrabáková**.

STRANY 54–56

KALENÁRIUM BYLINÁŘE PAVLA

Známý bylinář vám jako vždy poradí, jak posílit organismus přírodními prostředky.

STRANY 58–59

ZNÁTE LIDOVÉ NÁZVY LÉČIVÝCH ROSTLIN?

Vyzkoušejte své znalosti. Malý test pro vás připravil **Jiří Kuchař**.

STRANY 60–61