

**4-7 JSME CHRÁNĚNI A VEDENI**  
Setkání s **PhDr. Mášou SVOBODOVOU**, jednou z propagátorek a dlouholetou cvičitelkou jógy v Československu, socioložkou, astroložkou, zázračnou fyzioterapeutkou a také manželkou zářivé hvězdy našeho vědeckého nebe, filozofa a biologa prof. Zdeňka Neubauera. Jedinečný rozhovor pro vás připravila **Patricie ANZARI**.

**13 VYBRALI JSME Z VAŠICH DOPISŮ**

V pravidelné rubrice Napsali jste nám si můžete přečíst dopis babičky autistického chlapce, která v něm reaguje na říjnový příspěvek Co přinášejí autisté světu. Určitě jej nepřehlédněte, stojí za přečtení.

**18-19 ALZHEIMER**  
Vědci očekávají během dalších třiceti let několikanásobný nárůst počtu postižených Alzheimerovou chorobou. Proto tuto situaci přirovnávají ke středověkým morovým ranám. Za nevídané rozšíření degenerativní nemoci může dlouho-

dobé stárnutí populace. O této epidemii třetího tisíciletí vám přináší zprávu náš spolupracovník **Miloš KOZUMPLÍK**.

**22-25 DECH JAKO LÉK**  
Setkání s učitelkou a znalkyní dechových technik pránájámy **Pratibhou GRAMANN** připravila v kalifornském městě San Rafael **Pavčina BRZÁKOVÁ**.

**28-31 O ŽIVOTĚ POD POKLOPEM SVĚTELNÉHO SMOGU**  
Nebe pod zámkem. Nekonečno ztratilo svůj rozměr. Hvězdný vesmír, který byl dříve synonymem, zmizel za neproniknutelnou dekou světelného znečištění. Umělá záře měst nepřipravuje pozemšťany jen o výhled na hvězdy, ale také o zdraví, a dokonce i životy. Příspěvek z pera **Miloše KOZUMPLÍKA**.

**34-35 JAK PEČOVAT O ŠTÍTNOU ŽLÁZU**  
Štítná žláza zajišťuje správnou funkci všech orgánů a metabolismu těla. Zvý-

šenou nebo sníženou funkcí této žlázy trpí poměrně vysoké procento populace. O různých onemocněních a léčbě této významné součásti našeho těla informuje **MUDr. David FREJ**.

**42-45 ČAKRY JINAK**  
Zasvěcený příspěvek o energetických centrech tentokrát až z planetárního pohledu pro vás připravil náš stálý spolupracovník **Michael SCHUBERT**.

**46 REFLEXNÍ TERAPIE**  
Jak posílit imunitu mačkáním vhodných reflexních plošek, se dozvíte od manželů **Beáty a Júlia PATAKYOVÝCH**.

**52-53 OCHRANNÉ AMULETY**  
V rubrice **Věry VÁRADY** jste pravidelně nacházeli léčivé kameny, nyní vás autorka těchto příspěvků zavede do světa amuletů a zasvětili do jejich ochranného významu.