

## 4-7 **BIOVEJCE OD JOSEFA JONÁŠE**

Rozhovor se zakladatelem oboru celostní medicíny, věnovaný nejen tématu zdraví, ale také dvěma rájům, LSD, významu klíšťat a Siru Flemingovi, vedl **Jiří KUCHARŮ**.

## 11 **NAPSALI JSTE NÁM**

V pravidelné čtenářské rubrice se dočtete o další **zkušenosti klinické smrti** a vstupu do Světla. Co se skrývá za opo-  
nou našeho vnímání?

## 14-16 **KORIANDR – BYLINA LÁSKY A SPOKOJENÉHO ŽALUDKU**

„Kde by byla indická kuchyně bez aroma-  
tické a pikantní chuti koriandru?“ ptá se  
autor knihy *Padesát rostlin, které změnily  
běh dějin* Bill Laws. Málokdo dnes ale ví, že  
v minulosti lidé koriandr pěstovali a oce-  
ňovali hlavně pro jeho léčebné a magické  
vlastnosti. Příspěvek věnovaný této bylině  
připravila **Ludmila ŠKRABÁKOVÁ**.

## 20-21 **VÍM, ŽE VŠE V ŽIVOTĚ MOHU OVLIVNIT**

„Ty bolesti jsou vážně nesnesitelné, slzy  
mi tečou po tváři už nonstop. Nevím, co

mám dělat. Je to poprvé, co vnímám, že  
mi ani lékaři nedokážou pomoci. Spíš na-  
opak... Jmenuji se Hana Růžičková a je mi  
třicet let. Jsem naprosto nešťastná.“ Čtěte  
příběh z rubriky Co mi pomohlo.

## 22-25 **PROJDEME SE KE ZDRAVÍ**

Chceme být zdraví na těle i na duchu,  
dobře vypadat a dožít se vysokého  
věku. Co pro to máme dělat? Místo  
různých ozdravných procedur a po-  
lykání medikamentů se někdy stačí  
vrátit k tomu, k čemu byl člověk od  
přírody stvořen. Tedy k obyčejné chůzi.  
Příspěvek z pera **Marka KERLESE**.

## 28-31 **JAK SE CHRÁNIT PŘED JEDY V NÁPOJÍCH**

V minulém čísle jsme se s chemikem a po-  
radcem v oblasti životního stylu **Vítem  
SYROVÝM** věnovali jedům v potravinách.  
Nyní se zaměříme na nápoje, především  
na vodu.

## 34-35 **KAMENNÉ SVATYNĚ ADRŠPAŠSKÝCH SKAL**

Ne náhodou sem putoval Goethe a po  
něm celé generace romantiků. Divoké sce-

nerie Adršpaško-teplických skal zná-  
me i z několika tajemných filmových  
pohádek. Ano, přes letní odpoledne  
tu sice potkáte poměrně dost turistů,  
ale večer nebo brzo ráno můžete  
skalními labyrinty procházet úplně  
sami a užívat si zdejších energetických  
míst, která najdete na každém kroku.  
Připravil **Jan KROČA**.

## 38-39 **TAJEMNÉ DIAGNÓZY, S NIMIŽ SI MEDICÍNA NEVÍ RADY**

Ani nejlepší lékař často nedokáže určit  
přesnou příčinu potíží svého pacienta.  
Existují diagnózy, s nimiž si ani nejmo-  
dernější lékařská věda neví rady. Přitom  
by v mnoha případech stačilo, kdyby se  
nemocný svěřil s věcmi, které sám vůbec  
nepovažuje za důležité. Příspěvek **Marka  
KERLESE** s komentářem **MUDr. Jana  
HNÍZDILA**.

## 58-60 **VYPRAVĚČ Z DOMKU U LESA**

Rozhovor **Pavliny BRZÁKOVÉ** s vypravě-  
čem Ondřejem NETÍKEM, který nás svou  
metodou zavede do časů, kdy ještě nebyly  
televizory a DVD a lidé si byli blízko.