

# Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA

## 4-8 **PODSTATNÁ JE SÍLA DUŠE**

Doktorka filozofie **Marta**

**FOUČKOVÁ** je známá psycholožka, vysokoškolská učitelka, autorka hlubinné terapie a knih *Jsem a Já jsem*, duchovní průvodce. Při příležitosti jejích 80. narozenin jsme společně s ní připravili rozhovor, který je zároveň věnován tématu regrese do minulých životů.

## 12-13 **25 LET REGENERACE**

Pozvání na vzpomínkový večer 25. narozenin časopisu REGENERACE. Oslava se koná 5. října od 19:00 hodin v pražské **Městské knihovně** a **provází jí Jaroslav DUŠEK**. Čeká nás program plný překvapení.

## 14 **PŘEČETLI JSME ZA VÁS**

Příspěvky ze zahraničních médií tentokrát řeší, zda konzumace alkoholu snižuje riziko diabetu. Z pera **Lenky PLEVNIÁKOVÉ**.

## 16-19 **ELEGANTNÍ POHYB MEZI VĚDOU A SPIRITUALITOU**

Rozhovor s maďarským vědcem Ervinem László, který je jedním z mluvčích Mezinárodní transpersonální konference v Praze. Připravil **Luděk STANĚK**. Jednou z ústředních myšlenek konference je téma

globální krize a nutnost pozměnit pohled na současný svět.

## 20 **BYLINKY UMĚJÍ ZÁZRAKY**

Příspěvek bylinářky **Jany**

**PAŘÍZKOVÉ** v pravidelné rubrice *Co mi pomohlo* je pozvánkou do světa léčivek, kde i těžká onemocnění mají svá řešení.

## 22-23 **ZMĚŇ SE**

„Jak mu/jí můžu pomoci?“ je zářijovým tématem terapeutky a koučky **Ivety HAVLOVÉ**. Zpočátku se může zdát, že pomáhat druhému je prospěšné, ale zároveň to může i znamenat určitou netoleranci a ztrátu respektu, zakuklený požadavek „Změň se“.

## 24-25 **ZA OBZOR MATERIALISMU**

Psycholožka a terapeutka **Patricie ANZARI** se v pravidelné rubrice věnuje jednomu z témat Mezinárodní transpersonální konference, která se koná na konci září v Praze. Jednou z myšlenek, které konferenci provázejí, je celistvost a úcta k všehomíru.

## 26-28 **ZÁHADNÁ RAKOVINA**

Titulků slibujících zázračné pokoření rakoviny v posledních letech stále přibývá.

Otázka pak tedy je, proč každým rokem přibývá i onkologických pacientů, když se zdá, že už je zázračný lék téměř na světě. Více si přečtete v příspěvku **Matěje KUČERY**.

## 32-34 **BRAMBORY A PŘÍRODNÍ MEDICÍNA**

V našem jídelníčku jsme si na brambory už zvykli. Otázkou ale zůstává, jestli má pro tento zvyk pochopení i náš organismus. Na tuto otázku v příspěvku věnovaném bramborám odpovídá **Jiří KUČAŘ**.

## 36-39 **PODZIMNÍ MARMELÁDY**

Velkou nabídku ověřených receptů, jak si na sklonku léta vytvořit léčivé i exotické marmelády, přináší výtvarnice, bylinářka a autorka knih věnovaných léčivé domácnosti **Vladislava Mlada JIRÁSKOVÁ**.

## 43 **VNÍMAT POCIT A DUVĚŘOVAT MU**

Tentokrát se **Adi Hana RAKUŠANOVÁ** v pravidelné rubrice Čakry a dědičnost věnuje tématu intuice.

## 50 **SLEZINA A SLINIVKA SPOJENÉ NÁDOBY**

Rady a zkušenosti z oblasti poradenství a reflexní terapie přináší spolupracovnice REGENERACE **Marie PŘÍHODOVÁ**.