

Z obsahu

Rozhovor s S. N. Lazarevem 6
Olga Dunayevská

Síla divokých bylin 8
Simona Procházková DiS

Téma: Šťastní rodiče, zdravé děti

**Alternativní léčba
dětských nemocí** 10
Michaela Holmerová

Jak vychovat šťastné dítě 14
Mgr. Alena Vávrová

Dětská jóga 16
Hana Luhanová

Duchovní doteky 17
Ing. Jiří Mazánek

**Rozhovor s léčitelem
Martinem Kolou** 18
Mgr. Věra Keilová

Seriál o čakrách (2) 20
Ing. Pavel Polok

Tradiční čínská masáž TUI NA 22
Mgr. Věra Keilová

**Sri Chinmoy
– vzpěračská odyssea** 23
Barbora Lochmanová

Zdraví versus strach 24
Doc. MUDr. Bohuslav Hanuš

Pýcha, hrdost, nesmiřitelnost 28
ing. Hana Smejtková

Jak na ulcerózní kolitidu 32
Mgr. Margit Slimáková, Ph.D.,
MUDr. Vlad. Strnadelová,
Jan Zerzán

Horoskopy zdraví 36
Emil V. Havelka

Exotické léčivky 36
Prof. Ing. Pavel Valíček, DrSc.

Psychologická astrologie 37
Mgr. Marie Hlávková, Ph.D.

O znamení Raka 38
Dr. Jarmila Gričová

Astrokukátko 39
Ing. Zdeněk Bohuslav



**Téma:
Šťastní rodiče, zdravé děti** 10

V příspěvcích našich autorů se dozvíte, jak malým dětem rychle a účinně pomoci při nachlazení, kašli a dalších potížích. Také se ale věnujeme dětské dušičce a radosti ze hry a pohybu.



Léčivá síla divokých bylin 8

Na zahradách i ve volné přírodě nacházíme plané bylinky, které sice většinou vypadají nenápadně, ale mají velkou léčivou sílu a jsou využitelné v kosmetice i v kuchyni.

V tomto čísle najdete



**Život jako zrcadlo
– rozhovor s léčitelem** 18

Martin Kola z Petřvaldu u Ostravy zdůrazňuje, abychom neskrývali svoje pocity a na nic si nestěžovali. Také připomíná, že jediná jistota na světě je ta, že žádná jistota není.



Co umí tradiční čínská masáž 22

Důležitou součástí tradiční čínské medicíny jsou masáže, které dokážou pracovat s koloběhem čchi v těle. Proto mají účinek nejen relaxační, ale i léčebný.



Zdraví versus strach 24

Strach známe všichni. Tato emoce je základem všech stresových faktorů a také stojí u zrodu mnoha chorob. Co s tím můžeme dělat?