

# Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA

## 4-7 LEVANDULOVÁ FARMA POD ŘÍPEM

Reportáž z „Provence“ v Česku, z farmy **Petra a Anny Nových**, přináší publicistka **Lída CHARVÁTOVÁ**.

## 22-23 PARTNER NÁS UČÍ, MY SI HO PROTIVÍME

Teprve v blízkém vztahu s druhým člověkem jsme schopni poznávat, kdo jsme. Příspěvek koučky **Ivety HAVLOVÉ** v její pravidelné rubrice.

## 24-25 HOMOCYSTEIN A „NE- MOC Z BLAHOBYTU“

Důležitým rizikovým faktorem vzniku cévních nemocí je homocystein. Představuje větší hrozbu než cholesterol? Z pera pravidelného příspěvatele **Michaela SCHUBERTA**.

## 26-27 PODPORA SLINIVKY A SLEZINY

Léčivá doporučení terapeuta **Miroslava DUBA**, který v současné době žije na Bali. Základní pilíře, o něž se může opřít naše zdraví.

## 28-31 KOSMICKÝ TANEC HADÍ KRÁLOVNY

**Milena DOLEČKOVÁ** je tanečnice s nevšední zkušeností. Probuzení hadí síly jí přineslo prožitky, které změnily její pohled na život a prožívání reality. Milenino vyprávění zaznamenal její přítel **Karel RADA**.

## 36-37 ŽIJ DOBŘE, ŽIJ DLOUHO

Rozhovor s **Peterem DEADMANEM**, propagátorem čínské tradiční medicíny na Západě, připravil znalec této disciplíny **Milan SCHIRLO**. Spolu s Peterem Deadmanem přichází do Česka i překlad jeho knihy.

## 38 ČÍNSKÝ ÉLIXÍR MLÁDÍ

Léčivé účinky rdesna mnohokvětého, čínsky che-šou-wu, představuje **Jana ARCIMOVIČOVÁ**.

## 42-45 ŽIVOTNÍ POSLÁNÍ II.

Druhý díl příspěvku psychoterapeutky **Patricie ANZARI** je

věnovaný období dospělosti, zralého věku a fázi „výchovy následovníků“, kdy se snažíme držet krok s dobou.

## 46-47 HARMONII NAJDETE V PŘÍRODNÍ ZAHRADĚ

Skořicová barva v permakulturní zahradě představuje harmonii, hřejivost, přívětivost. Tuhle barvu v duze nenajdete. Má škálu jemných odstínů, které oko sotva postřehne, ale duše si je jejich existencí jista. Příspěvek **Dany KŘIVÁNKOVÉ**.

## 52-53 IMUNITA – VÍC NEŽ JEN OBRANA PŘED BACILY

O základní obraně proti různým onemocněním. Informace o tom, co dělat, když se imunita zblázní, a účinný tip na její podporu přináší magistra farmacie **Lenka SOBKOVÁ**.

## 38-39 BUDIŽ TMA

Příspěvek o boji se světelným smogem připravil Michal **ČERNÝ**.