

Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA

4-7 Signály těla
Tělo nám posílá vzkazy, které nás někdy mohou bolet.

Možek jimi chce varovat nejčastěji před hypoglykemií nebo přepínáním. Hlavní téma březnové REGENERACE připravil **Jiří KUCHAR**.

12-15 Děti nového věku
Jana ŠTRAUSOVÁ je autorkou pozoruhodné knihy s názvem *Děti nového věku*. Představuje nám nevšední téma, jímž jsou vzpomínky na minulé životy, které zachytily děti na svých obrázcích.

18-22 Vidět, co je za hmotou
Rozhovor s **MUDr. Janou KOMBERCOVOU** o jejím celoživotním směřování, hodnotách a nutnosti vychovávat ke zdraví připravila publicistka **Helena MÍKOVÁ**.

24-25 Elektrostimulace mozku
O metodě, která bývá používána při léčbě depresí a může

vzbuzovat nejen naději, ale i obavy, informuje **Michal ČERNÝ**.

26-27 Budte bdělí a život vás odmění
Mentální kouč a vysokoškolský pedagog **Marian JELÍNEK** tentokrát radí inspirovat se přírodou. „Nuťte svou mysl k bdělosti a cvičte ji v pozornosti,“ říká, „nepropásnete tak podstatné okamžiky života.“ Připravil **Miloš KOZUMPLÍK**.

28 Proč nás přepadá únava?
V pravidelné rubrice **Lenky SOBKOVÉ**, magistry farmacie s lékárenskou praxí, se mimo jiné dozvíte, že předčasné jarní pústy mohou vaše tělo výrazně oslabit.

34-35 Boží láska
Psycholožka a psychoterapeutka **Patricie ANZARI** vám připomene prastarou moudrost, že veškerým stvořením prostupuje Boží láska. Zkuste tento zázrak znovu objevit.

36-37 Jarní květiny, byliny, vůně a barvy
Na jaře se sytíme zelenou barvou. Všechny její odstíny nás naplňují zdravím a dodávají nám nové podněty. Nechte se vést přírodou a vyzkoušejte některé rady a recepty **Vladislavy M. JIRÁSKOVÉ**.

42-43 Koriandr
Jestli ho v kuchyni nepoužíváte, měli byste to napravit. Jeho semena, ale především čerstvá nať, dají jídlu nečekaný náboj. Koriandr je také přírodní antibiotikum. Z pera **Jiřího KUCHARÉ**.

48-49 Léčitelství pohledem právníka (II.)
Poslední dobou slyšíme o chystané legislativě týkající se léčitelství. Do této problematiky nás uvede právník, **profesor JUDr. Ivo TELEC, CSc.**

50 Kmín – semínko pro dobré trávení
V pravidelné rubrice **Marcely ZLATOHLÁVKOVÉ** věnované koření vám představíme kmín jako účinný lék. Přesvědčte se sami, jak vám prospěje.