

10 Příběhy a poselství knih mrtvých

Možná by mohly nést podtitul „knihy pro živé“. Čím nás mohou inspirovat a posílit v současné těžko popsateľné atmosféře strachu – strachu z nouze, z nemoci i strachu ze smrti? Fenomén knih mrtvých podle Jiřího KUCHARĚ.

18 Sebepoznání jako cesta k moudrosti

Proč lidé nechápou věci nad slunce jasnější? Má smysl přít se s nimi o neotřesitelné pravdy? Mentální kouč Vlastimil HELA píše o důvodech různých úhlů pohledu na stejnou věc a rozebírá subjektivní různosti.

24 Přežit v každé situaci

Být připravený, nenechat se zaskočit. Nepanikařit a nehroutit se při prvním náznaku toho, že události se nevyvíjejí podle kýženého scénáře.

Interview novinářky Martiny KOCIÁNOVÉ s předním expertem na přežití Amarem IBRAHIMEM. Znepokojivý rozhovor ve znepokojivé době.

28 Riziko skryté v mobilu

Nouzový stav nás opět zavřel doma a prakticky veškeré kontakty omezil na komunikaci prostřednictvím moderních technologií, tedy přístrojů vytvářejících elektromagnetické záření. Reportér Michal ČERNÝ zjišťoval, jaký vliv může toto neviditelné znečištění mít na lidské zdraví.

36 Bez strachu a stresu budete zdravější

Strach jsme od přírody dostali jako důležitý nástroj pro přežití. Máme mu podléhat, nebo naopak vzdorovat? Je strach totéž co stres? Existuje zdravá a nezdravá míra strachu? Jednu ze základních emocí zkoumá Lenka SOBKOVÁ.

40 Zásady pro posílení imunity

Obvykle sychravé listopadové počasí letos násobené okolnostmi koronavirové epidemie si o ně říká: Zásadní rady a doporučení na posílení imunity sestavili lékař David FREJ a publicista Jiří KUCHARĚ.

48 Kráčíme všichni po stejné stezce

V den výročí revoluce, která změnila svět, slaví učitel, léčitel a filozof Milan CALÁBEK 80. narozeniny. Velmi osobní pohled na muže mnoha znalostí a titulů přináší jeho přítel Jiří KUCHARĚ.

58 Černá Gemma Moraviae

Skvost Moravy, deskový obraz černé Madony s Ježíškem, dnes umístěný v kostele Nanebevzetí Panny Marie v Brně. Další vzrušující výprava tajemným labyrintem alchymie se znalcem a spisovatelem Martinem STEJSKALEM.