

10 Proč hormony na jaře blázní

Odkládáme tlusté svetry, zkracujeme délku sukní a oblékáme lehká trička. Teplé paprsky jarního slunce každoročně provází i nespočet vtipů na téma „jde na nás jaro“. Skutečně spolu jaro a hormony souvisejí? Jak? Vysvětluje magistra farmacie Lenka SOBKOVA.

12 Parazit v Srdci světa

V pohoří Sierra Nevada na severu Kolumbie žije prastarý národ indiánů Kogi a jejich „vyvolení“ – šamani zvaní mamos. V reakci na epidemii nemoci COVID-19 poslali do světa burcující poselství. Jejich obrazivé sdělení interpretuje Eva CÉSAROVÁ.

24 Kniha osudu Srdcové dámy

Slavná kartářka Dagmar KLUDSKÁ vypráví o více než třicetileté praxi, během níž jsou odtajňovány minulosti, rozebírání současnosti a nahlížení do budoucnosti oficiálně jejím povoláním.

Hovoří také o své nové knize *Výklad z karet podle Dagmar Kludské*, v níž mimo jiné popisuje, jak porozumět poselství karet. Naučit se to může každý, tvrdí autorce rozhovoru Marcele JURČÍKOVÉ.

28 Jasno v hodnotách

Víc než kdy jindy je v centru pozornosti školní výuka. Mentální kouč Vlastimil HELA se zamýšlí, zda vzdělání přiznáváme hodnotu, kterou v něm viděl Jan Amos Komenský, anebo se po odeznění pandemie dostane na periferii zájmu.

32 Poklad ve skořápce

Jeden z tradičních symbolů Velikonoc jako pravidelná položka v jídelníčku. Vejce a jeho nutriční obsah analytickým okem Markéty KUNZOVÉ.

36 Světlé tóny tmy

Západní věda znovu objevuje neuvěřitelné účinky pobytu v hluboké tmě na lidské zdraví. O zpoma-

lení tepové frekvence, úbytku nadměrné hmotnosti či o takřka psychedelických vizích a jevu „osvícení ve tmě“ píše reportér Michal ČERNÝ.

42 Jaroslav Dušek slaví „60“

V neděli v den čarodějnic přicházejí na svět čarodějné nedělníčky. 30. dubna 1961 mezi nimi byl i Jaroslav Dušek. Gratulace a přání jeho přátel.

48 Zhoubný „lajk“

Po více než roce, kdy kvůli epidemii podstatnou část pracovní i soukromé komunikace uskutečňujeme on-line, dostává celospolečenské riziko takzvané digitální demence zcela nový rozměr. Neurolog Martin STRÁNSKÝ v rozhovoru s Martinou KOCIÁNOVOU osvětluje začarovaný kruh internetové závislosti a v souvislosti s přehnanými aktivitami na sociálních sítích mluví o neuroevoluční destabilizaci a stupidifikaci populace.