

10

Nervus vagus

Bloudivý nerv lze přirovnat ke komunikační superdálnici. Jeho fungování je naprosto zásadní pro zdraví a dlouhověkost. Stimulovat ho je důležité zejména při rakovině.

12

Digitální detox a biologické hodiny

Novodobým toxinům čelí lidstvo v bezprecedentní míře posledních dvacet až třicet let. Lidská genetika není na tento typ toxinů evolučně adaptovaná, o to závažnější mají dopad na naši fyziologii.

16

Postcovidový syndrom

Doba zotavení po prodělané nemoci covid-19 je různá, u někoho mohou potíže přetrvávat týdny až měsíce. O zdravotních potížích souvisejících s takzvaným Long COVID.

18

Co je správné?

Morálka je označení pro celkovou představu o správném jednání jedince ve společnosti. Je dodržování pravidel a zvyků morálky jedním z klíčů ke štěstí?

20

Sny. Poselství z neznáma

Odedávna souvisely s tajemstvím. Jejich symboliku se pokoušely a pokoušejí rozluštit nejrůznější druhy snářů i profesí. Sny a jejich výklad v průběhu času.

24

Slunce v duši

Mít „slunce v duši“ je věc osobního rozhodnutí. Otázkou zůstává, do které části těla v této souvislosti zaměřit pozornost. Odborníci na reflexní terapii doporučují sluneční pleteň.

30

Prskající kometa na dohled

Na večerní obloze můžeme vyhlížet zajímavou periodickou kometu 12P/Pons-Brooks, která se ke Slunci vrátila po dlouhých sedmdesáti letech a někteří pozorovatelé jí přezdívají prskající kometa.

36

Co všechno vidí oko boha Hóra

Proč egyptská civilizace vynakládala tak obrovské úsilí na stavbu gigantických pyramid? Překvapivá odpověď přímo z egyptské Gízy.

41

Domácí sirupy zatepla i zastudena

Příroda září jarní zelení a objevily se první květy. Právě z nich můžeme připravit domácí sirupy. Jsou nejen lahodné, ale i léčivé.

44

Pohnutý osud katedrál

Není to tak dávno, co svět nevěřičně sledoval mohutný požár, který zachvátil nejvýznamnější katedrálu Francie, veleslavnou Notre-Dame v Paříži. O tajemství chrámu a ezoterních idejích jeho stavitelů.