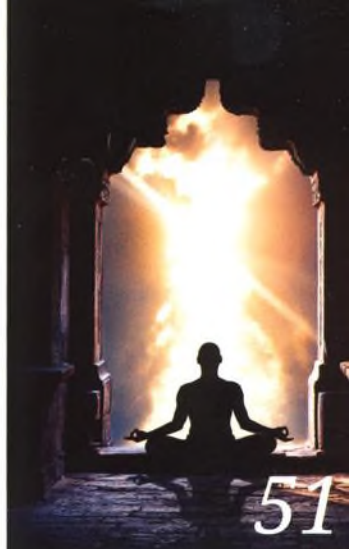




16



44



51

Z obsahu vybíráme

- 4 Chantal Poullain – „Potřebuji milovat“**
Chantal Poullain je česko-francouzská divadelní a filmová herečka, koncertuje s francouzskými šansony, vydala knihu, před 23 lety založila nadaci Archa Chantal. Studovala v Ženevě, v Anglii a nakonec odešla za láskou do Čech.
- 16 Konopné receptury**
O léčebném konopí jsme v Nové Regeně již několikrát psali. Existují desítky způsobů, jak můžeme konopí zpracovat pro léčebné využití. Přinášíme vám pro inspiraci několik receptur a informace o tom, jak fungují tzv. Fénixovy slzy.
- 23 Anketa – Jak mi pomohla antiparazitika**
Na základě vyhlášení čtenářské ankety Jak mi pomohla antiparazitika jste nám zaslali množství osobních příběhů a zkušeností, někdy velmi dojemných. Přináší me výběr 7 zajímavých příběhů.
- 38 Zdravý člověk v nezdravém světě**
Představujeme vám jednoho z moudrých jednotlivců - jaderného fyzika, matematika, rebela proti nekonečné a nesmrtelné lidské hlouposti - Borise Vasiljeviče Bolotova.
- 44 Zásady zdravého grilování**
Léto a grilování k sobě neodmyslitelně patří. Ale i při grilování bychom měli znát několik zásad, aby náš pokrm byl jak dobrý, tak i zdravý. Přinášíme i tipy ke grilování v duchu zastoupení 5 elementů dle TČM.
- 51 Tantrická tajemství starověké Indie**
Pojďme se podívat trochu důkladněji do tajemství tantrického pohledu na svět a technik, které tantrikovi poskytují možnosti hlubokého sebepoznání, léčení a regenerace na všech úrovních.
- 54 Čchi-kung (qi-gong) 8 kusů brokátu**
Klenotem čínského umění čchi-kung je unikátní sada osmi cviků Ba duan jin nebo-li Osm kusů brokátů, která je zaměřena především na zesílení vnitřních orgánů, energetických systémů, uvolnění zad i páteře.
- 58 Feng shui pro život: Budiž světlo!**
Světla umění zaměřit vaši pozornost, ztraktivní osvětlovaný objekt, dokážou nabudit vaše emoce, motivovat vás, podpořit vaše zdraví, krásu a slávu, proslulost. Tentokrát si zkusíme malá světelná kouzla.