

Z obsahu

Rozhovor
s MUDr. Zuzanou Vančuríkovou 6
Mgr. Zuzana Paulusová

TÉMA: VLASY JAKO KORUNA KRÁSY

Vlasy v péči Matky přírody 10
Gabriela Tuatti

Kvalita vlasů a naše výživa 13
MUDr. Vladimíra Strnadelová, Jan Zerzán

Vlasy a naše zdraví 14
Mgr. Věra Keilová

Měla vlasy samou loknu... 15
Renáta Šťastná

Co vlasům může uškodit 16
Květa Čermáková, MSc.

Vlasy a emoce 18
Dita Lyner

Projizme se ke zdraví! (7) 20
Kateřina Boesenberg, BHSc, ND.

Papula a ty druhé 21
Václav Větvíčka

Pozor na workoholismus! 22
Vida Sytalk

Karel IV., slunovrat a Pětikostelí 24
ing. Hana Fedora Smejtková

Projekt Relax Room 26
doc. MUDr. Bohuslav Hanuš

Jak přežít velká vedra 28
MUDr. Vladimíra Strnadelová, Jan Zerzán

Píseň mého srdce 30
Ing. Jiří Mazánek

Letní květy pro zdraví a krásu 31
Simona Procházková DiS.

Tibetský mistr dzogčheny po 14 letech
v Praze 32
Mgr. Jan Vávra

Krásné vlasy díky hormonální józe 34
Ing. Yvona Švecová

Kdo jsem? (2) 36
PaedDr. Lenka Rogožanová

Budme zdraví lékařům navzdory (42) 38
MUDr. Ludmila Eleková

Návštěva ve Weledě 41
Natálie Keilová

Horoskopy zdraví 42
Emil V. Havelka



Vlasy jako koruna krásy 10

Kdo by si nepřál mít zdravé, krásné a husté vlasy! Bohužel ne vždy se nám toto přání splní – kvalita našich vlasů úzce souvisí se stavem našeho organismu, je ovlivněna naším psychickým stavem, způsobem výživy i péčí, kterou svým vlasům věnujeme. V článkách našich autorů se dozvíme mnoho užitečných informací o tom, jak si poradit s častými potížemi, jakou jsou např. lupy, co dělat, když se vlasy mastí nebo příliš padají, jak vlasy ošetřovat přírodní kosmetikou, čemu se naopak vyhnout nebo jak jejich kvalitu podpořit vhodnou výživou.



Karel IV., slunovrat a Pětikostelí 24

Král a císař Karel IV., jehož 700. výročí narození si letos připomínáme, patřil k nejvýznamnějším evropským panovníkům. Článek Hany Fedory Smejtkové tuto osobnost představuje i z jiné stránky – jako významného urbanistu, geomanta a zasloužilce, který se obklopoval poradci a znalci ezoterických oborů. Znalosti z oblasti alchymie, astrologie a mystiky jsou uplatněny ve stavbách, jejichž vznik inicioval i v rozmístění pěti kostelů, které v jeho době vznikly na území Nového Města a byly záměrně postaveny na starých silových místech do kříže tak, aby posílily energetické působení této oblasti.



Pozor na workoholismus! 22

Vtažení do kolotoče nikdy nekončících povinností a starostí připomíná chůzi na laně. Jednoho dne se totiž můžeme zřítit do propasti workoholismu, obsese, posedlosti a nutkání, případně vyhoření. Je známo, že workholici se upínají k neustálému zaměstnávání se nějakou činností zejména z podvědomé touhy vyhnout se kontaktu nejen s druhými lidmi, ale i se sebou samými. Proto je workoholismus považován za nemoc.



Tibetský mistr opět v Praze 32

V polovině srpna zavítá po čtrnácti letech do Prahy tibetský mistr Norbu, který již v raném dětství započal tradiční klášterní výcvik pro inkarnované lamy. Před čtyřiceti lety začal vyučovat nauky takzvaného dzogčheny a jako prvního učení představil na Západě. Vyučuje jej jako kompletní cestu, kterou je možné spojit s běžným životním stylem lidí na Západě. Třídenní program, který se uskuteční v Praze, je zaměřen na přímé uvedení do stavu poznání. Černobílá fotografie pochází z roku 1973.