

- 10} Zapomenuté umění odpočívát**
Celkové zhoršení psychického i fyzického zdraví a pocit nepohody sužuje nejednoho současného člověka. Kromě pochybení v životosprávě mají tyto jevy ještě další příčiny. K těm zásadním patří skutečnost, že nejsme dobře odpočatí.
- 14} Uzdravení s pomocí intuice**
Vnímáme-li psychický, fyzický nebo jiný nepříjemný symptom či problém, naznačuje to, že něco nemáme duševně vyřešeno – existuje otevřený účet, konflikt, který nebyl urovnán ani ho nezhojil čas. O harmonizaci negativních zážitků.
- 16} Pozor na ďábla**
Ženy s obzvlášť vyvinutým citem a intuicí, jež měly blízko k duchovnu a přírodním silám nebo vládly jasnozřivostí, musely dávat pozor, aby byly světskými i církevními představiteli správně pochopeny. Drsné osudy středověkých léčitelek.
- 20} Lymfatický systém a moderní způsob života**
Mohlo by se zdát, že dnešní styl života, kterému říkáme moderní, je to nejlepší, čeho jsme mohli dosáhnout. U mnohých z nás je opak pravdou. Co děláme špatně.
- 24} Nemám prázdné ruce**
Vždy se snažila integrovat celostní pohled na člověka do své lékařské práce. MUDr. Renata ROTHSCHEINOVÁ v rozhovoru potvrzuje, že klasická medicína má své limity, ale díky nástrojům, jako jsou biorezonance či homeopatie, umí svým pacientům pomoci.
- 26} Jak se máš, duše?**
Lidská duše potřebuje svobodu a volnost při rozhodování. Pokud jsou jí upírány, hledá způsoby, jak to dát najevo. Reflexní terapie a strádající duše.
- 28} Tajemný smysl pyramid**
Starodávné egyptské texty, velkolepé hrobky faraonů a jejich manželek, kombinatorika a Hórovo oko. Detektivní pátrání v písku a plynoucím čase, jež přineslo překvapivé svědectví o funkci pyramid.
- 38} Arles. Zvony proti démonům**
Historie původně starého ligurského sídla je dlouhá 2500 let. Množství památek z římské epochy i starověký hřbitov, na němž se prý zjevil Kristus. Tajuplné francouzské město a jeho ještě tajuplnější legendy z minulosti v podání zcestovalého znalce.
- 41} Vanilka a skořice – nejenom na Vánoce**
Předvánoční atmosféra je spojená s vůní cukroví, čajů, punčů a aromatického koření. Vanilka a skořice patří mezi nejpoužívanější. Vanilka je lék i afrodiziakum, oblíbená skořice zase pomáhá diabetikům. Je důležité vědět, který druh si vybrat.
- 42} Rok s Jiřím Jančou**
Celý letošní rok jsme v REGENERACI připomínali nedožitých sto let bylináře, léčitele a spisovatele, mistra Jiřího Janči. Prosincový text z pera Jiřího Kuchaře vzpomínkový seriál *Rok Jiřího Janči* završuje.