

10}

Děti přírody

S příchodem podzimu mění organismus způsob hospodaření s vlastní energií. Každý, kdo chce udržovat a posilovat své zdraví, měl by těmto rytům maximálně přizpůsobit i životosprávu. Vliv biorytmů na celkové zdraví a životní harmonii.

12}

Ta, která zpívá píseň duše

Ke stresující skutečnosti, kterou si většina lidstva vytváří urputným chtěním, nabízí alternativu vystavěnou na jednoduchosti. Rozhovor s Martinou JELICÍ, která ji nabízí prostřednictvím zvukoterapie.

16}

Intimní skutečnosti

Jako dítě snil o životě ve věži, kterou si vystaví na pustém ostrově. Přátelil se se Sigmundem Freudem, věnoval se mandalám, napsal řadu knih. Před 150 lety se narodil jedinečný myslitel Carl Gustav JUNG.

22}

3D – vytištěná naděje

Ve vývojových laboratořích po celém světě probíhají četné pokusy o výrobu lidských orgánů na 3D tiskárnách. Technologie sice pokročily, ale na to, aby pomohly pacientům, jejichž orgány selhávají, zatím nestačí. Budou náhradní orgány vyrábět speciální biotiskárny?

24}

Život na jeden nádech

Ve světě potápění na nádech, je známý především jako kouč mistrů světa a světových rekordmanů. Potápěč Martin ZAJAC tvrdí, že freediving není jenom sport, ale i nástroj k sebepoznání a získání moudrosti.

30}

Mandle pod skalpelem

Odebrání mandlí je považováno za běžný lékařský zákrok, který má řešit infekce horních cest dýchacích u dětí. Studie však přináší zásadní důkazy o možných zdravotních rizicích této operace. Jak odstranění mandlí zvyšuje riziko nemocí.

36}

Mezihvězdný cestovatel

Světlem astronomie rezonuje ojedinělý objev: Sluneční soustavou prolétá kometa 3I/ATLAS, která pochází z mezihvězdného prostoru. Otevírá se tak prostor nejruznějším konspiračním teoriím, mezi nimiž nechybí ta nejoblíbenější – že jde o mimozemskou loď.

40}

Opomíjený trumf

Ne nadarmo se říká, že ne srdce, ale žaludek rozhoduje o délce a kvalitě života. Podzimní péče o žaludek a související orgány.

42}

Léčivé plody podzimu

Nastal správný čas k přípravě zásob přírodních léků a vitaminů na zimu. Skvěle k tomu poslouží tři keře, které běžně rostou ve volné přírodě i v zahrádkách.

46}

Když je žák připraven

Ta neděle 21. září 2025 byla... divná. Od rána jsem se nemohl na nic soustředit, nic mi nešlo a kolikrát jsem se přistihl, jak jenom ležím a nepřítomně koukám. Někam. Na zemřelého legendárního lékaře celostní medicíny, MUDr. Josefa Jonáše, vzpomíná spisovatel Jiří Kuchař.