

10
Nicole Kidman

36
Straší vás v noci parasomnie?

46
Kazí peníze charakter?

74
Proč muže tolik přitahuje porno?

■ Z TITULNÍ STRANY

- 10 NICOLE KIDMAN**
Největší z mnoha australských hereckých talentů
- 36 STRAŠÍ VÁS V NOCI PARASOMNIE?**
Možná si představujete nadpřirozenou schopnost nebo sexuální odchylku, jde však o poruchy spánku
- 46 KAZÍ PENÍZE CHARAKTER?**
Hodně lidí s oblibou říká, že peníze kazí charakter. Opravdu na něj mají vliv? A jaký?
- 50 PROČ SE STYDÍME?**
Podle Platona je schopnost studu nezbytnou podmínkou pro život v lidském společenství
- 58 EXTRÉMNÍ ŽIVOT**
Toužíte být neustále úspěšní a dokonalí? Zabrzděte, hrozí vám, že se dostanete do pastí závislosti
- 74 PROČ MUŽE TOLIK PŘITAHUJE PORNO?**
Studie vědců o vlivu účinků pornografie na muže ztroskotala, protože nenašli do srovnávací skupiny žádného muže, který by porno nesledoval...
- 90 CESTA K LEPŠÍ POSTAVĚ**
Jak se dá získat a hlavně udržet optimální váha

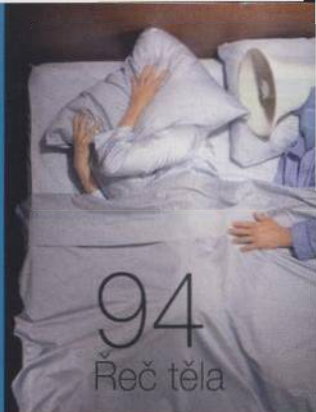
■ NAVIGÁTOR

- 22 VÝZKUM**
Novinky nejen ze světa psychologie
- 28 MANUÁL: NAUČIT SE SMÁT SÁM SOBĚ**
Zapomeňte na to, „co si o mně pomyslí ostatní“. Důležité je to, co si o sobě myslíte vy sami
- 30 ANALÝZA: PATENT NA VÝCHOVU**
Pro rodiče je při výchově důležitá vzájemná shoda názorů a jednání, ale u dvou lidí s odlišnou zkušeností je šance, že se na všem shodnou, mizivě
- 32 KARIÉRA: ČAS ZMĚNIT PRÁCI**
Naši rodiče zůstávali v jedné firmě třeba celý život. Dnes mnozí opouštějí zaměstnání po pár letech. Jak poznat, kdy nastal čas odejít jinam?
- 34 NEKONEČNÝ SEX**
Mužům někdy dlouho trvá, než dosáhnou orgasmu, a jejich partnerky jsou z toho frustrované. Co dělat radí psycholožka a sexuoložka Laura Janáčková
- 40 V HLAVĚ PETRA VACKA**
Asi ho znáte ze seriálu Ulice, kde hraje přírodovědce. I v životě je přírodomilec a vyznává životní styl EKO



62

Okno do nevědomí

94
Řeč těla

42

Umí vás rozesmát?

101
Polévkové
variacie

■ PUBLICISTIKA

42 UMÍ VÁS ROZESMÁT?

Humor ve vztahu je citlivá záležitost. Smích vás může sblížit, ale také někdy dokáže zasadit krutou ránu

54 PODLE OBLIČEJE VÁS NEPOZNÁM

Už jste někdy viděl tohoto muže? Známa otázka z tisíců kriminálních příběhů. „Ovšemže, tenhle obličej znám, jak se jen ten člověk jmenuje...“

62 OKNO DO NEVĚDOMÍ

Všichni se občas přerekneme či přeslechneme. Vysvětlíme to tím, že jsme byli myšlenkami jinde. Tyto drobné nehody mají ale své zákonitosti, které můžou prozradit, kde v těch myšlenkách právě jsme

66 DIPLOMATEM ZA KAŽDOU CENU?

Kolega nám leze na nervy, ale jsme laskaví. Chováme se diplomaticky, což se zdá být chvályhodné, ale zároveň si kvůli tomu vyčítáme jisté pokrytectví

70 GENERACE POČÍTAČŮ A CHIPSŮ

Pro mnohé děti a dospívající není těžký jen život v dnešní době, těžcí jsou i oni sami

■ SMYSLY

82 VLASY V DOBRÉ KONDICI

Pohyb a cvičení, tedy aktivity, které prospívají našemu tělu, nemusí mít pozitivní vliv na naše vlasy

94 ŘEČ TĚLA

V břiše kručí, v uších zvoní, kolena praskají... Jsou tyto každodenní zvuky, které slyší většina z nás, normální, nebo se nám tělo snaží říct něco víc?

101 VAŘENÍ: POLÉVKOVÉ VARIACE

Polévky jsou základem většiny světových kuchyní a také v české gastronomii tvoří slavnou kapitolu

108 CESTOVÁNÍ: ST. ANTON

Legendární kolébka alpského lyžování je absolutní špičkou mezi lyžařskými středisky, kam se sjíždějí milovníci zimních sportů z celého světa

■ SCÉNA

116 FILM

Premiéry na plátnech kin

118 HUDBA

Novinky z hudebního světa

119 KNIHY

Nové čtení

120 DVD

Filmy do obývacího pokoje

121 KULTURNÍ TIPY

Nejzajímavější události v kultuře

122 ROZHOVOR S JIŘÍM MÁDLEM

I když ho tak mnozí pořád vnímají, už dávno není ten puberták ze Snowboardáků. Učí se jazyky, píše scénáře a studuje sociální a masovou komunikaci