

Ozdravný rituál Slunce

2

Zdravá výživa a vegetariánství

4

O principech vegetariánství, a zdravé výživě jsme si povídali s MUDr. Zbyňkem Luňáčkem, předsedou České společnosti pro výživu a vegetariánství.



Inspirace z Východu

10

Bylinky na parodontózu a zubní problémy

13

Vánoční aromaterapie proti smutku

14

Výživa podle principů Ájurvedy

15

Diabetes a onemocnění ledvin

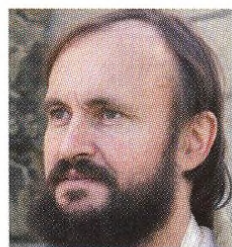
16

Alikvotní zpěvy festivalu Pražské znění

18

Rozhovor s katolickým knězem Pavlem Michalem

20



Vánoce jsou svátkem dětí, pro dospělého je to spíše nostalgie. Když tam ty děti nejsou, nejsou tam vnoučata, tak se sice nakupuje a vaří, ale není pro koho...

Léčivá síla kamenů

22

Nabídka z knihovny Pragma

23

Číselný systém generologie

28

Za pomoci čísel se dá předcházet nemocím

Grafologie

29

Zadáno seniorům

30

– prevence, vznik a možnosti léčby kýly

Domácí výroba kombuchového nápoje

32

Poradna zvěrolékaře

33

Regena servis

34

Jak pěstovat česnek medvědí

37

Nepřekonatelný



mladý ječmen

38

Očistou organismu se „uvolňují ruce“ imunitnímu systému

Ovoce na vánočním stole

40

Je skutečně tak zdravé?

Astromedicína

42

Magická řeč koření

43