



POZITIVNÍ PŘÍSTUP SI MUSÍTE PORUČIT

Česká herečka Zita Kabátová se narodila rok před 1. světovou válkou a pět let před vznikem ČSR. Prožila tedy téměř celé 20. století, život ji však stále baví. Pořád se na něco těší, dívá se víc dopředu než zpátky – dychtivýma očima, s vnímavou duší a doufajícím srdcem.

NA CHŘIPKU BYLINKAMI A CHLADNĚJŠÍ SPRCHOU

Píše se to všude a pořád, přesto to spousta lidí neustále činí: chřipku nepodceňujte a pořádně ji vyležte! Léčbu můžete podpořit bylinnými odvary a úpravou životosprávy.



TIBETSKÝ BUDDHISMUS V ČESKÉM KRUMLOVĚ

Na přelomu listopadu a prosince navštívil Českou republiku Yeshi Silvano Namkhai, jeden z předních představitelů současného buddhismu.

VÁNOČNÍ FENG SHUI: UŽ VÍTE, CO CHCETE?

Blíží se Vánoce, za nimi nás čeká nový rok, ten kalendářní. A po něm další nový rok, ten čínský. S těmito svátky přijdou i dárky, bilancování, přání a s nimi spojená předsevzetí. Jak na ně, aby se za další rok nestaly jen těmi nesplněnými a ze seznamu smutně odškrtnutými? A jak vám pomůže třeba postavení stromku?



LÉČBA ATLANTIKEM

„Tělo. Mysl. Madeira.“ Tento článek můžete brát jako tip na vánoční zdravotní výlet, pokud vaše konto dovolí. Anebo se prostě zasněte a představte si, že se zítra probudíte v pokoji s výhledem na Atlantik a po thalassoterapii se vydáte na vegetariánský oběd...

LEVANDULÍ PROTI HYSTERII I MIKRÓBŮM

Čerstvou levanduli nyní samozřejmě nešeženete. Ve spoustě krámků se však prodávají sušené svazky, masážní krémy, vonné olejíčky... Všechny přípravky mohou dle svého způsobu užití pomoci tělu i duši, ale i zde platí, že méně je více!

