

## DOPORUČUJEME:

### 24 Nemoci vycházejí z emocí

Psychosomatika je dnes velmi diskutovaným tématem. Co o našem zdravotním stavu vypovídá naše nitro?

Z titulní strany

### 46 Blahodárné účinky intuitivní masáže s terapií

Z titulní strany

Když se vyčistí duše a uvolní tělo aneb Jaké to je, když se skloubí hluboký relaxační účinek masáže s psychoterapií.

### 8 Jóga pro každý den

První díl nového seriálu, v němž vám postupně představíme jednotlivé jógové pozice, jejichž účinek má blahodárný vliv na zdraví fyzické i psychické.

### 10 Homeopatie: Víte, k jakému konstitučnímu typu patříte?

Homeopatie údajně pomáhá jak s akutními nemocemi, tak v případě dlouhotrvajících chronických problémů. Zjistěte, k jakému typu patříte, a podle toho poznejte ten nevhodnější lék.

### 18 Léčivé imaginace, které vás pohladí po duši


Jak uvolnit tělo a mysl pomocí fantazie? Tentokrát se vydáme na cestu po pláži a zaměříme se na denní relaxaci.

### 22 Slovanští bohové s ilustrací: Morana

Znáte příběh Morany? Tato mocná bohyně zimy a smrti, ale také strážkyně odpočinku a pořádku měla v panteonu slovanských božstev významné postavení.







## 30 Dějinami za poznáním astrologie: Čína

V pokračování oblíbeného seriálu nás cestovatel Miloš Matula zavesťí do tajů čínské astrologie.

Z titulní strany

## 38 Co mají společného meditace a látky měnící vědomí

Zamysleli jste se někdy nad vztahem meditace a enteogenů nebo nad tím, proč lidé, kteří mají rádi psychedelické látky, mají zpravidla rádi i meditaci?

## 50 Poznejte mocnou i léčivou sílu květin

Květiny jsou ztělesněním krásy a živoucí energie. Přečtěte si, jaké dary v sobě ukrývají, a buďte přírodě zase o něco blíží.

## 58 Rozhovor (nejen) o regresní terapii

Regresní terapeutka a spisovatelka Ester Davidová vypráví o tom, jaká byla její cesta k této formě terapie a psaní knih.

## 62 Tajemný svět vůní

Začtete se do poutavého vyprávění o vůních, historii parfumerství i dnešních tradicích.

## 70 Seznamte se s konopným včelařem z Tyrolska

Rozhovor s Ferdinandem Schotem, který žije v tyrolských Alpách, kde vyrábí lahodné Cannabee – kombinaci toho nejlepšího tyrolského medu a nejkvalitnějšího konopného esenciálního oleje.

Z titulní strany

## 78 Květinový horoskop

Každá květina či rostlina reprezentuje jinou energii, styl a měsíční znamení horoskopu. A právě podle povahových vlastností lidí se dá určit, jaká květina nás vystihuje a nejlépe nám sedí.

### Orel

*Je nejenom symbolem ducha, vize a síly, ale také moudrosti, duchovního osvětlení, tvořivosti a schopnosti nahlédnout pod povrch věcí.*