

Obsah

ALTERNATIVNÍ MEDICÍNA:

8 Homeopatie pro maminky s dětmi

Období těhotenství a kojení je velmi náročné po fyzické i psychické stránce. Homeopatie se zde může stát účinnou a neškodnou volbou první pomoci v případě nejrůznějších obtíží.

14 Nemoci vycházejí z emocí

Psychosomatika je dnes velmi diskutovaným tématem. Co o našem zdravotním stavu vypovídá stav našeho nitra?

ZAMĚŘENO NA VZTAHY:

18 Svět dvou protikladů

Muž a žena jsou bytosti s rozdílným způsobem prožívání, interpretace skutečnosti a komunikace. V článku se podrobně zaměříme na rozdíly mezi ženským a mužským světem.

HARMONIE TĚLA A DUŠE:

22 Je libo šálek čaje?

Odkud čaj pochází, jak se připravuje, jaké jsou jeho nejnámější druhy a proč pro nás tolik znamená?

28 Kouzlo léčivých imaginací

Uvolněte tělo i mysl prostřednictvím fantazie. Tentokrát se zaměříme na meditativní tanec a očistný pobyt v jeskyni.

32 Nejlepší jógové ásany na jaro a léto

Lektorka jógy Jaroslava Sedláčková se zaměří na důvody, proč cvičit jógu, a představí vám ty nejlepší pozice hodící se k jarnímu a letnímu období.

36 Feldenkraisova metoda

Aneb lepší život bez bolesti. Naučte se díky speciálnímu pohybu efektivně pracovat s vlastním tělem.

Z titulní strany

SPiritUALITA:

40 Ayahuasca a spirituální revoluce

Z titulní
strany

Poutavý článek, po jehož dočtení budete mít o čem přemýšlet. Stojíme před velkou duchovní obnovou? A co nás k ní vede?

48 Slovanští bohové s ilustrací: Vesna

Poznejte věčně dospívající, rozvernou, až mírně potrhlou bohyni jara a mladé nespoutané lásky – bohyni Vesnu.

50 Duchovní podstata chrámového tance

Z titulní
strany

K čemu sloužil tanec ve starověkých kulturách? A jak může vypadat dnes jakožto nástroj podpory (nejen) pro ženy toužící po objevení své bytostné podstaty?

56 Místa Síly – po stopách předků

Vydejte se na exkurzi k jednomu z nejvýznamnějších míst Portugalska, jež je silně spjato s menhiry.

ZAJÍMAVOSTI:

60 Dějinami za poznáním astrologie

Ve čtvrtém díle seriálu cestovatele Miloše Matuly se vydáme k samotným kořenům starého Egypta.

68 Člověk, jenž nám zprostředkoval svět šamanů

Seznamte se s Michaelem Harnerem, jemuž se bádáním povedlo obrátit pozornost Západu k tehdy dosud neznámé, mystické oblasti lidského myšlení a chování.

74 Cyklický horoskop

Jaký vliv má příroda na člověka v okamžiku jeho narození?