

# OBSAH

- 6** Rozhovor s Lukášem Hejlíkem
- 10** Téma JD  
Hledejme štěstí
- 18** Radost nebo štěstí
- 30** Pár tipů pro lepší náladu
- 48** Hledejme štěstí pomocí  
jógových ásan
- 66** Za 5 týdnů do kondice
- 76** Samskáry  
aneb O dobrých a špatných  
zvycích a vnitřní svobodě
- 80** Protnutí východu se západem
- 98** Hledejme štěstí v letních  
pokrmech
- 108** Duše Karpat