

OBSAH

- 6** Rozhovor s Radúzou
- 10** Téma JD
Letní cesta do vlastního nitra
- 22** Dovnitř i ven
- 26** Jak se stát svým nejlepším kamarádem
- 30** Poema o smyslu života
- 40** Staňte se diamantovým hrdinou
- 48** Flow na proslunění života
- 58** Nedejte stresu šanci
- 62** Jóga ve dvou
- 68** Vstupte do ráje svého srdce
- 82** Jóga a hypermobilita
- 92** Tantrické rituály
- 98** Jak (ne)být ekomatkou
- 104** Pravidla zdravého stravování,
která nikdy nevyjdou z módy
- 116** Demystifikace Peru
aneb Lokální život