

Rozhovor s Vojtěchem Jasným (Ilona Manolevská)	2
Bylinářství Galadriel (Zuzana Paulusová)	6
Zdraví pro seniory (Jan Hnilica)	9
Netradiční meditace (Pavla Hobstová)	10
My a mimozemšťané (Jan Hnilica)	12
Curriculum vitae (Alena Krtilová)	13
Dárek pro čtenáře: Na vlnách lásky	13
Rozhovor s J. Sedlmajerovou (Zuzana Paulusová)	14
Měli byste vědět: Předvánoční příloha	16
Měli byste vědět: R-servis	26
Psychotronická poradna (Jan Hnilica)	28
Bylinářská poradna (Josef Zentrich)	29
Meditace s léčitelkou (Miloš Matula)	30
Dietologická poradna (Margit Slimáková)	33
Mateme veřejnost? (Ilona Manolevská)	34
Stránka čtenářů Vánoční Hledání	37
Reflexe očima Zdeňka Krause	38
Malá škola fytotherapie (Valdemar Grešík)	39
Zeptali jsme se... ...PhDr. Marty Foučkové	40