

OBSAH

- 6 Rozhovor s Martinou Preissovou
- 10 TÉMA JD – Kdo je váš guru?
- 16 Rozhovor s BioGuruem
- 20 Guru – Nutnost, výhoda, nebo svoboda s nahořklou příchutí?
- 26 Být sám sobě učitelem
- 30 Až se rozhodneš, staneš se svým vlastním guruem
- 38 Trojková symbolika
- 50 Svádhisthána a moře emocí
- 58 Od hrubého k jemnému
- 66 PLÁN JD
Co je biohacking?
- 76 Před létem do kondice!
- 80 Jóga a rovnováha
- 88 Jóga jako lék na neplodnost
- 102 Magické poselství snů
- 106 Otužování duše
- 110 Ke štíhlosti by se měl člověk projít
- 116 Kdo vládne květnové kuchyni?