



Z obsahu

Rozhovor se Sylvou Česlarovou 6

Mgr. Věra Keilová

Zdraví u vody 8

Michaela Holmerová

Téma: Je krásné být ženou

O ženách a jejich energiích 10

Mgr. Zuzana Paulusová

Vitalita ukrytá v ledvinách 12

MUDr. Monika Sičová

Pro krásná a pevná prsa 14

Mgr. Pavel Kloud

Zdravý jídelníček pro ženy i muže 16

Kateřina Boesenberg BHSc

Jak správně relaxovat 19

PaeDr. Lenka Rogožanová

Představujeme astrokartografii 20

Mgr. Věra Keilová

Citrusy pro zdraví i krásu 22

Simona Procházková, DiS

Poselství „Malé“ babičky 24

Karolina Kudynová

Jak nám mohou pomoci runy 26

Michaela Kudláčková

Pravda, pokora a přijetí 30

ing. Hana Smejtková

Co byste měli vědět o uroterapii 32

MUDr. Vilma Partyková

Horoskopy a zdraví 36

Emil V. Havelka

Chvála zdravého rozumu 37

PhDr. Marie Říhová

O znamení Lva 38

Dr. Jarmila Gričová

Astrokukátko 39

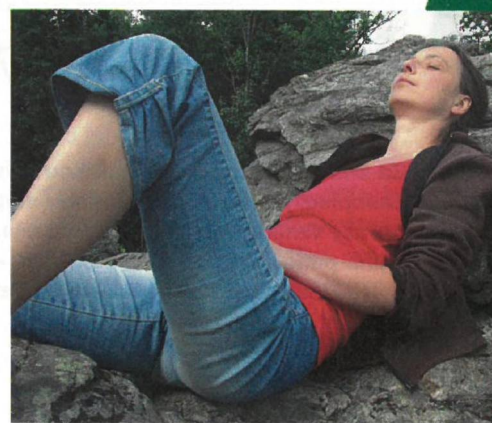
Ing. Zdeněk Bohuslav



Pohodová dovolená

8

Na léto se všichni těšíme, ale i toto období přináší různé nástrahy. Pobyt u vody i v přírodě si však chceme především užít, a tak je dobré vědět, jak na ně.



Téma: Je krásné být ženou

10

Co dělat, abychom byly zdravé a spokojené? Rozvíjet své ženské energie, pečovat o svoje zdraví a radovat se ze života.

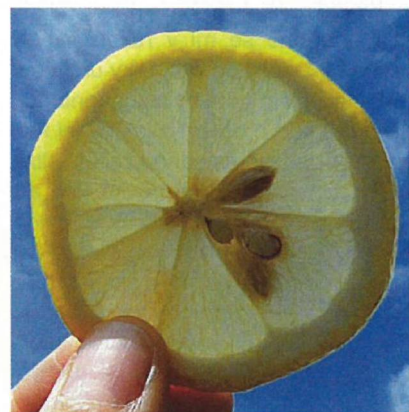
V tomto čísle najdete



Astrokartografie

20

Pokud plánujete změny ve svém životě, možná vás budou zajímat poznatky astrokartografie. Kromě toho si však s Michaelou Elias budeme povídat i o našich myšlenkách a pocitech.



Léčivá síla citronu a grepu

22

Víte o tom, že citrony a grepy nám nejvíc prospívají právě v létě? Obecně to platí o všech citrusech. Ačkoliv bývají nedílnou součástí mikulášských nadlíek, v zimě nás podle východní medicíny ochlazují, a proto bychom se jim v tomto období měli spíš vyhnout.



Runy přinášejí komunikaci s bohy

26

Odkryjeme tajemství dávného věšteckého systému a poradíme, jak si vyrobit nejen runy, ale také amulet.