

4-9 **O Bhútánu, životě a lásce**
Rozhovor se známou dvojicí **Lilí KHOUSNOUĐINOVOU** a **Karlem JANEČKEM** – kněžkou a miliardářem – nejen o různých aspektech jejich vztahu a názorech na život připravila publicistka **Helena MÍKOVÁ**.

14-17 **Šikana**
Znamená výskyt šikany ve školách absenci hodnot ve vzdělávacích zařízeních? Nad touto závažnou otázkou se ve své reportáži zamýšlí **Lída CHARVÁTOVÁ**.

18-19 **Jak zvládat mobbing**
Rady, jak zvládat šikanu v zaměstnání ve vztahu nadřízený a podřízený, přináší **Michal ČERNÝ**.

20-22 **Víkend za humny a digitální půst**
S cestovatelem a publicistou **Juliem JANČÁRYM** se vydáme tentokrát do přírody – bez mobilů

a navigace. Necht' jsou pro vás zářijové víkendy digitálně postní!

24-25 **Zralá komunikace – Mřížka**
V nové rubrice **Ivety HAVLOVÉ** se seznámíte s její důmyslnou Mřížkou. Pomůže vám lépe se zorientovat v sobě, ve vztazích, které navazujete, a nasměruje vás k takzvané zralé komunikaci.

26-27 **Jak je těžké přiznat pravdu**
„Zdá se, že v naší ateistické a konzumní společnosti dřímá duchovní síla,“ píše ve své rubrice psychoterapeutka **Patricie ANZARI** a ohlíží se za nedávnými společenskými událostmi.

28-29 **Sluneční farma**
Pozoruhodný příběh **Stanislava HECHTA** o tom, jak opustil svět financí a začal si plnit svůj dětský sen, přináší **Lída CHARVÁTOVÁ**.

32-33 **Byliny a alchymie**
Další příběh z cyklu Slavné postavy minulosti je tentokrát věnován bylinářům a alchymistům polozapomenutým v proměnách času. Rubriku připravuje **Jiří KUCHAR**.

34-39 **Byznys je nástroj ke změně světa**
Rozhovor s **Honzou ZEMANEM**, majitelem Biopekárny Zemanka, o biostylu, vědomém podnikání a podobě světa přináší **Alex CHEVKO**.

42-43 **Cizrna**
Nejlepší zdravé recepty s cizrnou vám přináší nadšená kuchařka **Markéta KUNZOVÁ**. Určitě objevíte řadu dalších skvělých variací.

46 **Propolis**
Vytvořte si mast a tinkturu podle receptu psychotronika a léčitele **Josefa SCHRÖTTERA**. Návod najdete v jeho pravidelné rubrice *Zdraví od včel*.