

- 10 Nástrahy suplementace**
Doplňky stravy užívá velké procento populace. Které jsou ty nejzajímavější a jaké nástrahy nebo pasti výrobců nás při jejich výběru mohou potkat?
- 16 Ta správná medicína**
O možném spojení a spolupráci dvou zdánlivě odlišných okruhů medicíny – má ta konvenční spolupracovat s celostní či takzvaně alternativní? Názory odborníků.
- 18 Úskalí komfortní zóny**
Život většiny lidí ve středoevropském prostoru významně změnila pandemie COVID-19, válka o Ukrajinu, inflace a zdražování. Vyrovnajte se s nepohodlnými situacemi a využijte je k vlastnímu rozvoji.
- 20 Otto Placht v Casa Sanango**
O šamanském byznysu s ayahuascou, který likviduje tradičního ducha amazonské kultury, a o ztrátě pohádkových příběhů, jež s přívalem digitální komunikace vyšuměly, s českým výtvarníkem tvořícím v Amazonii.
- 28 Pravda víry právním pohledem**
Abychom se na pouti světem neztratili a neuškodili si. Proč máme usilovat o přesvědčení na základě dostupného vědění o světě a jeho zákonitostech.
- 34 Emoce a orgány**
Všechny myšlenky, s nimiž nejsme v souladu nebo je v sobě potlačujeme, zpomalují proud životní energie a usazují se v tělesných orgánech. Zbavte se nezdravého napětí s pomocí reflexní terapie.
- 36 Zářivý zvířetník na obzoru**
Ve svitu reflektorů naší technicky vyspělé civilizace zcela zapomínáme, že nás obklopuje nepopsatelně krásná noční příroda. Březnové nebe očima astronoma.
- 42 Bylinkový svět**
Uznávaný bylinář Vláďa Vytásek ukazuje, na které rostliny se v březnu, kdy se příroda probouzí, zaměřit a jak nejlépe využít jejich léčivé síly.
- 46 Rabí. Sídlo ďáblů**
Středověký hrad Rabí poblíž Horažďovic patří k nejrozsáhlejším zříceninám. Pro jeho majitele přišel ďábel a odnesl ho dírou ve stropě.