

# OBSAH

- 6** Rozhovor s Michaelou Maurerovou
- 10** TÉMA JD  
Smyslů plné léto
- 18** Léto, které dává smysl
- 22** Smysly, jóga a filozofie  
Jakou roli hrají smysly nejen v jógové filozofii?
- 26** Očistné rituály,  
které jsme zažily v Mexiku
- 30** Smyslů zbavení
- 36** Jak si správně nastavit jógovou praxi na trvalo
- 50** Prána vašja jóga  
Síla života
- 66** PLÁN JD  
Letní jógové plynutí
- 86** Jak se správně zaklánět
- 90** Astromedicína a jóga
- 96** Příběh o horlivém studentovi
- 102** Jóga, ájurvéda a letní období
- 104** Anti-aging zevnitř
- 106** Pestré letní recepty



6



10



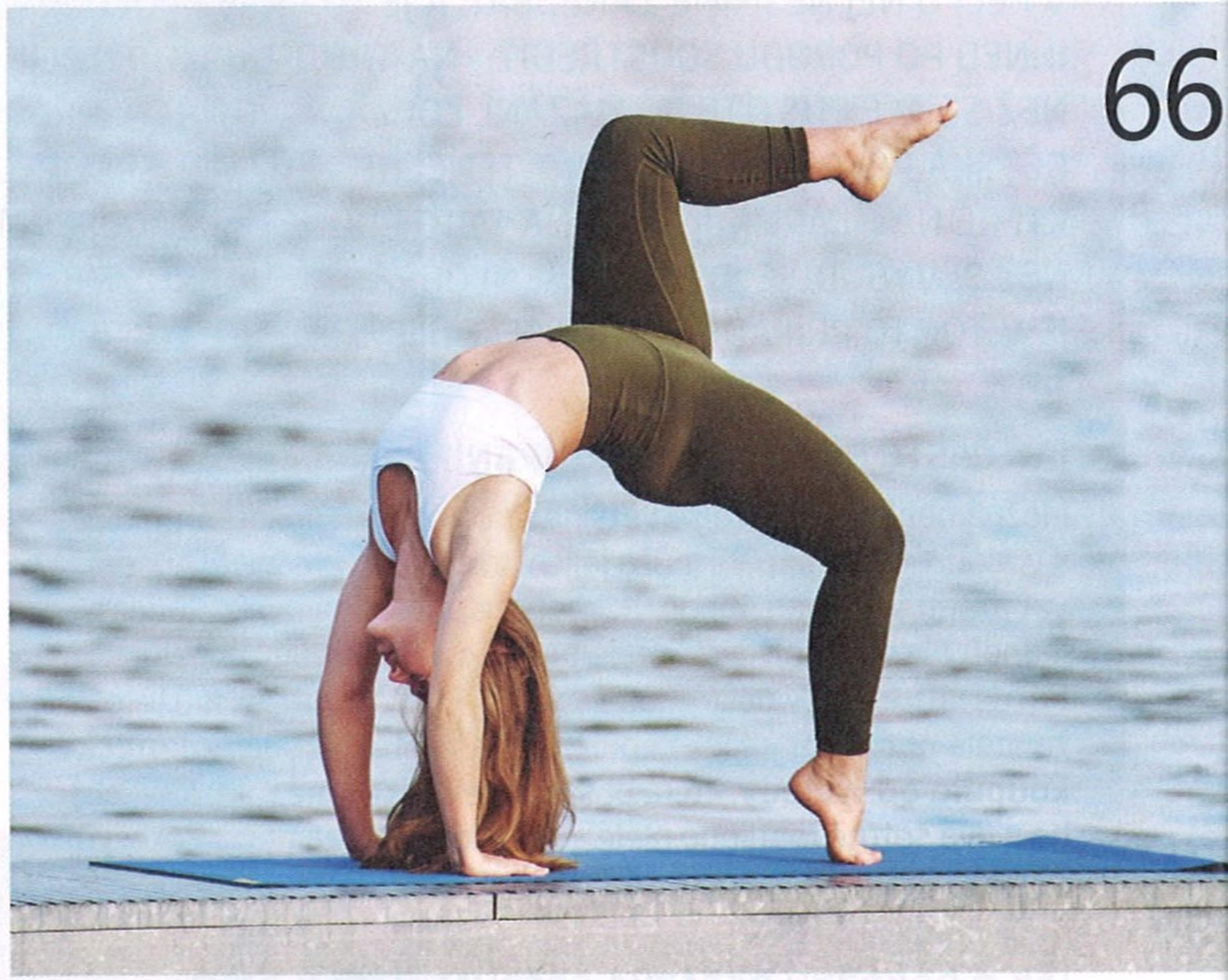
18



30



50



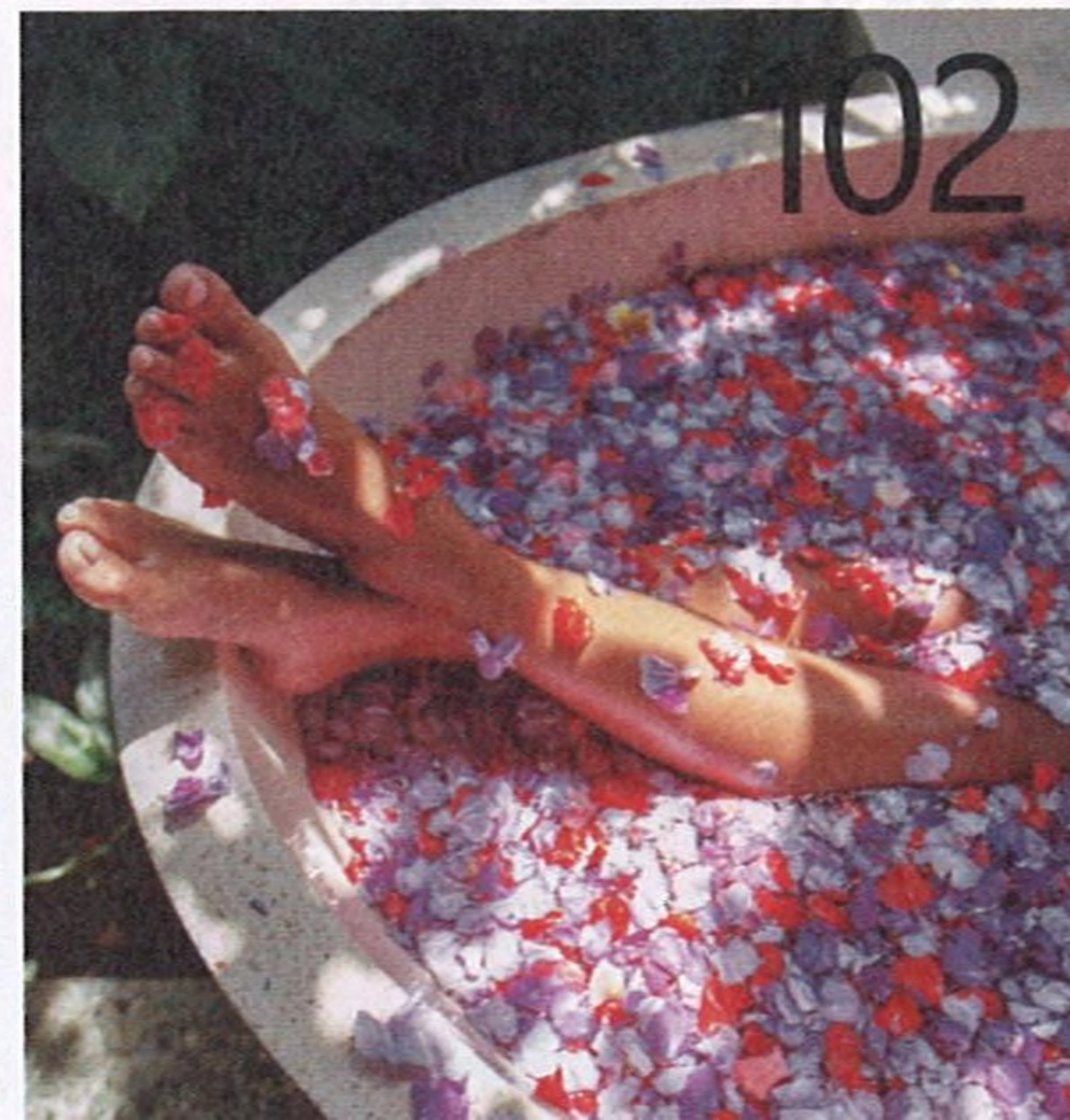
66



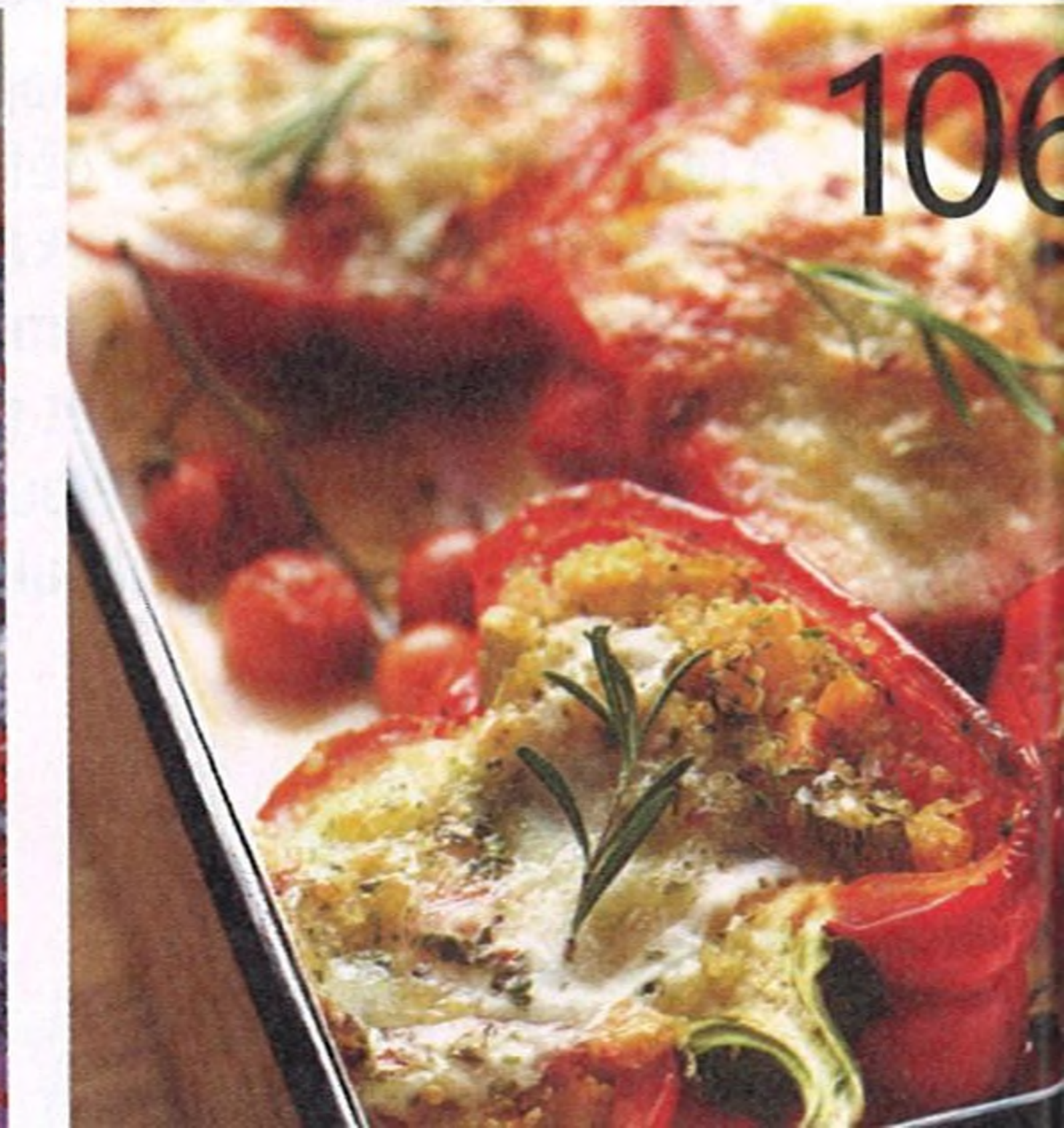
90



96



102



106