

- 10 Hrozba skrytá v řízku**  
Současný chov hospodářských zvířat je spojen s používáním antibiotik, jež udržují zvířata v přijatelném zdravotním stavu. Je však maso takto léčených zvířat vhodné pro lidi, kteří stojí na konci potravinového řetězce?
- 12 O umění psychické odolnosti**  
Jak se vypořádat s palčivými problémy a zároveň nespustit ze zřetele vytčené cíle, radí psycholog a mentální kouč MARIAN JELÍNEK. V rozhovoru tvrdí, že má-li být budoucnost lepší, člověk musí ve zlé době zůstat soustředěný.
- 18 Pod vládou měsíčního zrcadla**  
Pro moderního člověka má tajemná Luna větší význam, než se západní civilizace doposud domnívala. Odborníci dospívají k překvapivým zjištěním, podle nichž vládce noci silně ovlivňuje lidskou duši. Mysterium Měsíce je obtížné. Stimulace reflexních plošek na chodidlech nebo hrudníku může přinést úplnou a trvalou úlevu.
- 22 Zdokonalování mysli**  
Úspěch v životě, zaměstnání, podnikání i umělecké činnosti závisí na tom, jak dobře zná člověk sám sebe a lidi ve svém okolí. Nakolik jsme schopní respektovat jinakost?
- 24 Ve znamení růží**  
K létu neodmyslitelně patří růže – královna květin a symbol milostných citů. Bylinářský sběr a zpracování květů přírodních, nešlechtěných růží.
- 26 Mandalový deník**  
Mandaly promlouvají. V praxi je počet variant, otázek i odpovědí nekonečný a pro každého, kdo si maluje mandalu, jedinečný. Praktické rady pro práci s mandalami.
- 32 Hrud'. Sídllo lásky a hrdinství**  
Pohmožděná nebo zlomená žebra umějí způsobit velké utrpení. Není možné se zasmát, i dýchání
- 38 Jedna minuta úžasu**  
Reportáž z nevídané nebeské podívané. Pozornost tisíců nadšenců z celého světa na sebe strhl pravděpodobně nejkrásnější přírodní úkaz.
- 42 Pro lidi i včely**  
Respektovaný bylinář a tvůrce atlasů vyráží do české přírody, aby v ní znovu objevoval pozapomenuté byliny plné léčivých sil. Tentokrát se zaměřuje na očištnou sílu a speciální zdravotní účinky medonosných čisticů.
- 46 Černý rytíř z Kokořína**  
Na hradě v Kokořínském dole za noci straší přízrak na koni, s kuší v ruce. Kdy mu lze uzmout velký poklad, který po staletí hlídá? Tajemná místa Čech a Moravy.