

4 Kaleidoskop

5 Editorial

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 Vzájemné vztahy orgánů cang v čínské medicíně

10 Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

12 Budiž světlo - Uzdravující síla světelné terapie

18 Doktor z hor aneb Lékařská služba první pomoci 2

20 Stárnutí a programy mysli

24 Zdravé svaly - lékárna našeho těla

28 Máme stále sledovat svůj cukr v krvi?

30 Rozhovor s Vladimírem Ďurinou

ASTRO-MYTOLOGIE

34 Bůh Hádes čili Pluto - symbol „podsvětí“ a „neviditelného bohatství“

36 Rok 2024 v síti astrologie

ZDRAVÍ A KRÁSA

40 Aromaterapie a jednotlivé meridiány - voda

42 Bioterapeut Vladimír Ďurina doporučuje

44 Proč jen slunce nestačí - vitamín D

45 Herbář: Kurkuma

46 Herbář: Lopuch větší

47 Léčivá výživa

48 Jak využívat metody alternativní medicíny u onkologických pacientů

OSOBNÍ ROZVOJ

52 Rok 2024 - rok Dřevěného draka

56 Probuzení vyrůstá z ticha

SPIRITUALITA

58 Posvátná geometrie

62 Angelologie dějin - zlato na obloze

ROZHOVOR

66 Michaela Zdráhalová: „V momentě, když se odevzdám síle, která mě přesahuje, věci se začínají skládat s lehkostí samy...“

69 Draci v židovské tradici

PRO VOLNÉ CHVÍLE

72 Stravování našich předků v průběhu roku

76 Česká Kanada aneb Dosud neobjevené obrázky z domova

80 Inspirace na zajímavé čtení

81 Křížovky