

**4** Kaleidoskop

**5** Editorial

### CELOSTNÍ MEDICÍNA

**6** Trávení a metabolismus tekutin v čínské medicíně

**10** Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

**12** Jak doopravdy vznikají bolesti kolen?

**16** Jak vaše myšlenky, pocity a emoce ovlivňují vaši realitu

**20** Dlouhověkost

**24** Rozhovor: Vladimír Ďurina - Tradiční čínská medicína versus západní

### EKOLOGIE

**28** Kdyby tady nebyly ty vosy aneb Sláva hmyzu...

### ASTRO-MYTOLOGIE

**30** Bůh Hádes čili Pluto II. část

### ZDRAVÍ A KRÁSA

**34** Čchi-kung: Cesta sebeuzdravení

**38** Aromaterapie a element dřevo

**40** I muži mají svůj přechod

**43** Bioterapeut Vladimír Ďurina doporučuje

**45** Herbář: Pampeliška lékařská

**46** Herbář: Rdesno hadí kořen

**47** Nahlédnutí do ajurvédského centra

### OSOBNÍ ROZVOJ

**50** Harmonické hubnutí aneb Spokojená se sebou

**52** Astrotyp podle Feng Ren Shui

**57** Najdi sebe... na pouti: O cestě do Santiaga de Compostela

### SPIRITUALITA

**60** Sluneční znamení trochu jinak

**64** Tea Golob ve službě Gaii

**68** Posvátná geometrie: číslo 1

### PRO VOLNÉ CHVÍLE

**72** Velikonoce našich babiček

**74** Efektní atmosférické jevy

**76** Květy na talíři aneb Od kořene až po květ...

**80** Inspirace na zajímavé čtení

**81** Křížovky