

4 Kaleidoskop

5 Editorial

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 Nemoci moderní doby podle TČM

10 Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

12 Jednoduché způsoby samoléčby

16 Když se achilovka hlásí o slovo...

18 Není nad zdravá střeva

20 Zdraví v české kuchyni: jogurt

24 Srdeční rytmus a resilience? Jste odolní a vypořádáváte se s životními změnami snadno?

ROZHOVOR

26 MUDr. David Frej

EKOLOGIE

30 Homo sapiens aneb Ohrožení vyhynutím

ASTRO-MYTOLOGIE

32 Matka s dcerou: Demeter a Persefona

ZDRAVÍ A KRÁSA

36 KRÁSNÁ směrem ZEVNITŘ VEN v jakémkoliv věku

40 Aromaterapie v meridiánech pro tělesnou i duševní pohodu

42 Homeopatie v léčbě bradavic a molusek

44 Bioterapeut Vladimír Ďurina doporučuje

47 Herbář: Právenka latnatá

48 Herbář: Perila křovitá

OSOBNÍ ROZVOJ

49 Přestaň být hodným klukem
aneb Co jsou hodní kluci zač?

53 Umíte naslouchat?
aneb Z uší do uší, od duše k duši...

54 Jak si vytvořit harmonický domov pro letní sezónu

SPIRITUALITA

57 Sluneční znamení trochu jinak

60 Vysoké duchovní učení JÁ JSEM

64 Posvátná geometrie Číslo [2] část III

PRO VOLNÉ CHVÍLE

68 Neslavný konec slavného vynálezce
Jak zemřel Nikola Tesla?

70 Medicinální likéry a vína
Odkaz přírody a tradice v každé kapce

72 Sandra Mendelson: Rozhovor s telepatickou
komunikátorkou zvířat

76 Tajemství parfémů

80 Inspirace na zajímavé čtení

81 Křížovky