

**4** Kaleidoskop

**5** Editorial

## CELOSTNÍ MEDICÍNA

**6** Bolesti zad v čínské medicíně

**10** Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

**12** Jak se daří FASCIÍM ve vašem těle?

**16** Jak se postavit k život ohrožujícímu onemocnění?

**20** Hemoroidy a účinná pomoc

**22** Jak moc jste kyselí? aneb Acidobazická rovnováha

**26** Na vodopády!

**30** Vladimír Ďurina: Neinvazivní způsoby, jak dosáhnout energetické rovnováhy v těle

## ASTRO-MYTOLOGIE

**32** Mars - archetyp životaschopnosti, odvahy a vůle

## ZDRAVÍ A KRÁSA

**36** Aromaterapie pozvedající ducha

**40** Stopy zdraví v české kuchyni: Vývar

**43** Herbář: Galgán lékařský

**44** Herbář: Pelargonie sidonská

**45** Akce Diochi

**46** Bioterapeut Vladimír Ďurina doporučuje

## OSOBNÍ ROZVOJ

**48** Ten chrám, který hledáš, najdeš uvnitř

**52** Feng Ren Shui: Interiér v zimním období

**55** Dalajláмова kočka žije!

**58** Karla Tomiss Bartíková: Zvuk je nejmocnější síla vesmíru

## SPIRITUALITA

**62** Království nebeské a kvantová fyzika

**66** Co skutečně prožíval Karel IV. při modlitbách za zdmí Karlštejnské kaple?

**74** Sluneční znamení trochu jinak: Střelec, Kozoroh

## PRO VOLNÉ CHVÍLE

**71** Rostliny hnané větrem

**74** Mikuláš divotvůrce

**76** Tajemství krajky

**80** Inspirace na zajímavé čtení

**81** Křížovky