

10} **Na dovolené s umělou inteligencí**
Stále více turistů zve na své cesty nezvyklého společníka – umělou inteligenci v podobě AI zdravotních poradců. Vývoj a schopnosti chytrých pomocníků v mobilu.

12} **Tohle že je život?!**
Rozhovor s psychoterapeutem MUDr. Pavlem Špatenkou, který propojuje západní psychologii s buddhistickou naukou o mysli. Cesta z prázdnoty k vědomému vnímání a opravdové svobodě.



16} **O dvacet let mladší**
Chronologický věk je pouze kalendářní údaj. Opravdovým měřítkem toho, jak se člověk cítí a funguje, je biologický věk: skutečný stav tělesných systémů, tkání a buněk. Jak je významně omladit.

20} **Placatá, nebo kulatá?**
Jedinec, který žije pod nadvládou ega, nikdy nedokáže vidět skutečnost takovou, jaká je. Pokaždé totiž vidí vše jenom díky představám, které ego vytváří. Svět jako propojený, nerozdělitelný celek.

22} **Nejsi svoje mysl**
Je proudem podmíněných procesů, okamžik za okamžikem. Je proměnlivá, a přesto ji člověk celý život prožívá jako sám sebe. O nejhlubším omylu, který v sobě živíme.

24} **Světy za oponou všednosti**
Pro šamana je materiální svět pouhou polovinou celku. Jeho umění stojí na schopnosti vědomě překračovat hranice mezi viditelným a neviditelným. Šamanské cestování jako nástroj k uzdravení a svobodě.

30} **Osobnost: Bert Hellinger**
Patří k uznávaným autoritám v oblasti psychoterapie a je považován za zakladatele rodinných či systemických konstelací. Ty jsou založeny na přijetí celistvosti a zachování rovnováhy v celku. Proč z rodiny nesmíte nikoho vyloučit, dokonce ani agresora.

34} **Japonské putování**
Ta země není jen destinace, je to stav mysli. Tepající srdce Tokia, zasněžené hory Nagano i horké prameny ostrova Kjúšú. MUDr. David Frej cestuje Japonskem za zdravím a poznáním.

36} **Louka na talíři**
Pokrmům dodávají atraktivní vzhled, ale také nové chutě, vůně i cenné živiny, například antioxidanty nebo vitaminy. Proč jedlé květy frčí na farmách i v restauracích.

38} **Hvězdná vzácnost**
Tohle se stane málokdy. Mnohým jen jednou za život. V srpnu dojde hned ke dvěma pozoruhodným nebeským úkazům za sebou. O jedinečném zatmění Slunce a mimořádném meteorickém rojení.

40} **Nevysvětlitelné signály**
Schopnosti nejen domácích zvířat nepřestávají překvapovat laiky i odborníky. Mnohé dispozice čtyřnohých mazlíčků jsou až fantastické, proto jim mnozí vědci věnují své výzkumy. Co zjistili o parapsychologickém vnímání čtyřnohých přátel?

44} **Bylinky z letní dovolené II**
Ať už v létě vyrazíme do teplejších oblastí naší vlasti, nebo do jižněji položených států Evropy, všude najdeme zajímavé léčivé rostliny. Bylinářka Radka Svatošová vypráví o léčivých stromech a keřích evropského jihu.

48} **Vzácné dary z prostého úlu**
Včely a jejich produkty představují unikátní zdroj čistě přírodní energie a životní vitality. Obsahují mnoho vitaminů, aminokyselin a antioxidantů, které lidskému tělu dodávají okamžitě využitelnou energii, regenerují organismus a posilují imunitu.

