

4 Kaleidoskop

5 Editorial

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 Muži a tradiční čínská medicína

10 Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

12 Zdraví, krása, paměť

14 Fenomén zdravého životního stylu: Přerušovaný půst

18 Jump for joy! Aneb skákejte radostí!

20 Diabetes jako možná příčina Alzheimerovy choroby

ROZHOVOR

24 MUDr. Lenka Hodková: „Je důležité, aby byl pacient aktivní na své cestě za zdravím. Nikdo, ani lékař, to za dotyčného člověka neudělá.“

ASTROLOGIE

28 Vibrující vesmír Vincenta van Gogha

ENERGIE KRAJINY A STAVEB

30 Hukvaldská liška Bystrouška

ZDRAVÍ A KRÁSA

36 Královské květy v parfémecích

38 Detoxin čaj - hořký zázrak

40 Diagnostiky zdraví Vladimíra Ďuriny

41 Vitamín D - účinky předčí všechna očekávání

42 Diovital je nápoj plný energie

44 Meridián plic

OSOBNÍ ROZVOJ

46 Otevři se lásce

48 René Nekuda: „Musím nejprve zjistit, kdo jsem, a pak teprve mohu rozvíjet svoji tvořivost.“

52 Jakou sílu má mysl?

56 Sandra Silná: „Běžný život farářky je víceméně běžný život čínorodé ženy, partnerky a matky.“

SPIRITUALITA

60 Sv. Kateřina Alexandrijská

64 Meditační průvodce rokem aneb Pohledy za roušku viditelné přírody

68 Archanděl Chamuel

PRO VOLNÉ CHVÍLE

70 Slatinné lázně - Lázně Bělohrad

72 Pomsta mrtvého krále

76 Město tulipánů Amsterdam

80 Inspirace na zajímavé čtení

81 Křížovky