

4 Kaleidoskop

5 Editorial

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 Rovnováha sleziny a žaludku v TČM

10 Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

12 Játra: Král metabolismu

17 Alternativní pomocníci v době menopauzy

22 Minutka pohybu, co nakopne víc než espresso

25 Jaké jsou vaše myšlenky?

28 Ájurvéda

ASTRO-MYTOLOGIE

30 Chronos a Kairos

ZDRAVÍ A KRÁSA

32 Aromaterapie: Vůně, které léčí vztahy

36 Stopy zdraví v české kuchyni: Obiloviny

38 Jak homeopatie může pomoci předcházet nemocem z klíšťat?

42 Akce Diochi

43 Herbář: Růže šípková

44 Herbář: Bez černý

45 Bioterapeut Vladimír Ďurina doporučuje

OSOBNÍ ROZVOJ

48 Co je jóga?

52 Feng ren Shui: Využijte energie července a srpna naplno

ROZHOVOR

56 Jan Lípa: „Duchovní cesta má být korunou života, nikoliv jeho náhražkou!“

SPIRITUALITA

61 Země jako tělo bohyně

66 Astrologie ve středověku

PRO VOLNÉ CHVÍLE

70 Biorezonance zvířat a energetická práce s prostorem

73 Přírodní bytosti - léto

76 Prázdniny v Bechyni

81 Inspirace na zajímavé čtení

82 Křížovky