

4 Kaleidoskop

5 Editorial

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 Příjemné léčebné metody podle TČM

10 Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

12 Pozitivní emoce a jak s nimi naložit ve svůj prospěch?

16 Ženská onemocnění

20 Brát, či dávat - energetické drama lidstva

ROZHOVOR

24 MUDr. Roman Šmucler

Bez vědy ani bez víry to nejde

EKOLOGIE

26 Rehek, pokrývač a kočka domácí

28 Jaké alergenů vás mohou doma potrápit?

TRADICE

30 Prosinec plný rodinných rituálů

ASTROLOGIE

34 Agatha Christie: Detektivka jako terapie

KRÁSA A ZDRAVÍ

39 Vladimír Nerud: Jak na patní ostruhy

42 Meridán sleziny a slinivky

44 Vůně lásky - Ambra

46 Chia - Zdravotní tvrzení versus fakta

OSOBNÍ ROZVOJ

48 Rozhovor - Mgr. Alena Jáchimová:

„V každém z nás je zaseté zrnko psychické odolnosti, záleží na tom, jak ho zaléváme.“

52 Feng Ren Shui: Ložnice

56 Proč jsou důležité vzpomínky

58 Silné ženy versus muži

SPIRITUALITA

60 Sibylino proroctví a apokalypsa

64 Archanděl Jophiel

66 Svatý Václav a tajemství Svatováclavské koruny

PRO VOLNÉ CHVÍLE

70 Rozhovor - Zdeněk Troška:

Věřím ve zdravý selský rozum, který zabrání devastaci naší národní identity

74 Spokojené stáří

76 Rozhovor - Jitka Sedláčková:

„Je mi 55+ a cítím se skvěle!“

80 Inspirace na zajímavé čtení

81 Křížovky