

4	Kaleidoskop
5	Editorial
	CELOSTNÍ MEDICÍNA
6	Tradiční čínská medicína
10	Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila
12	Ekzém z pohledu klasické a celostní medicíny
15	ZAOSTŘENO NA ZRAK Oči a tradiční čínská medicína
16	Pokud tohle (ne)vidíte, zbystřete
20	Sebeléčení zraku aneb Odložte brýle
22	MUDr. Tomáš Lebenhart Skutečné uzdravení
	ROZHOVOR
24	Dva světy Jiřího Čermáka: Kulturistika a permakultura
	VĚDA A EKOLOGIE
28	Znečištěné ovzduší? Mysli globálně, jednej lokálně!
30	Světlo v moderní medicíně
	ASTROLOGIE
32	O rok dál - o krok k sobě blíž
36	Astromedicína
	ZDRAVÍ A KRÁSA
38	Smilax officinalis
40	Kalendář akcí
41	Regenerace ve Sféře
44	Levamin
45	Rozhovor: Alena Čermáková vedoucí Sféra Klubu Diochi Praha
	OSOBNÍ ROZVOJ
46	Když jíte, tak opravdu jezte!
48	Vnitřní trojúhelník a kvalita našich vztahů
50	Feng Shui Řád, pravidla a systém
	SPIRITUALITA
52	Rozhovor Pavel Krejčí: Knihovna palmových listů
56	Zůstat jako list čistého papíru
58	Hermetismus a smaragdová deska
62	Nanebevzatí Mistři - Saint Germain
	POZNÁNÍ
64	Tajemství Stradivariho lesa
68	2019 - rok Zemského Vepře
70	Krokovy magické dcery Kazi, Teta, Libuše
72	Děti zvířat
76	Rituály všedního dne
	PRO VOLNÉ CHVÍLE
80	Tipy redakce na čtení
81	Křížovky a sudoku o ceny