

Editorial	3
Tipy šéfredaktorky	4
Kaleidoskop	5

CELOSTNÍ MEDICÍNA

Žlučník – zrcadlo našich nálad i zdraví	8
Element dřevo	12
Elektrosmog – vidět není, škodit umí	14
Ekzémy, hluboké vyčerpání? Pojďme zatočit s autoalergií!	16

ROZHOVOR

Zdeněk Troška Zlobí mě nestydatý let času	18
--	----

POZNÁNÍ

„Krása začíná uvnitř“ Cesta k proměně začíná	22
Meduňková silice	23
Poznamenejte si do kalendáře	25
Rostliny pro zdraví – PODBĚL	26
Vilém Ignác Petters – autor objevu, který zachraňuje životy diabetiků dodnes	28
Budiž světlo	30
Hledání štěstí	32

ZDRAVÍ A KRÁSA

Velikonoce – kraslice, mazanec, jidáše, beránek a dávné velikonoční tradice	34
--	----

OSOBNÍ ROZVOJ

Co muži oceňují na ženách aneb Vztahová zahrádka	38
O uzavřeném srdci	40
Miloš Matula Inspiraci dostávám zázračně	44
Festival Mystery Music se probudil	45

PSYCHOLOGIE

Duše v břiše	46
--------------	----

PRO VOLNÉ CHVÍLE

Putování za mistrem Zhu Tiancai do tajuplné Číny	50
Nové knihy	53
Horoskop	56
Soutěž o ceny	57