

Editorial	4
Tipy šéfredaktorky	5
Kaleidoskop	6

CELOSTNÍ MEDICÍNA

Tenké střevo – hlavní dodavatel energie	8
Péče o zdraví zaměstnanců	12
Lymfatický systém	14

ROZHOVOR

Ewa Farna – Moje cesta je dar od Boha	16
---------------------------------------	----

POZNÁNÍ

Tarot – cesta k našemu podvědomí	20
Koriandr setý	23
Poznamenejte si do kalendáře	25
Rostliny pro zdraví: Šalvěj	26
Božské principy planet	28
Průplav Dunaj–Odra–Labe	30

ZDRAVÍ A KRÁSA

Zvyšte svoji intuici vybranými potravinami!	34
Nevyhazujte peníze za drahé potraviny zbytečně	38
Vaříme chytře a zdravě	41

OSOBNÍ ROZVOJ

Jak překonat odcizení a nevěru ve vztahu	42
---	----

PSYCHOLOGIE

Narcistické osobnosti v politice	46
----------------------------------	----

PRO VOLNÉ CHVÍLE

Tri Studničky – Zázračné místo s živou vodou	50
Na zahradu s knihou jdem	53
Kultura	54
Horoskop	56
Soutěž o ceny	57