

Editorial	4
Tipy šéfredaktorky	5
Kaleidoskop	6

CELOSTNÍ MEDICÍNA

Maj – cévní systém rozvádí krev a čchi po celém těle	8
Stres před služební cestou se projevil bolestí kolen	12
Ohlédnutí za Diochi Akademií	13

ROZHOVOR

Pavel Vondrášek Sportovní fyzioterapeut, léčitel, osobní kouč a zakladatel Techniky Kvantového Doteku Matrixu	14
--	----

POZNÁNÍ

Tarot – cesta k našemu podvědomí	18
Pomerančová silice	21
Poznamenejte si do kalendáře	23
Rostliny pro zdraví – levandule	24
Astrologie v Římě	26
Ján Jesenský lékař a politik	28

ZDRAVÍ A KRÁSA

Jak si vybrat správný čaj	30
Nohy jako ze žurnálu Trápí vás suché nohy, popraskané paty, křečové žíly?	32
Nejstarší uživatelka přípravků Diochi	35
Nepříjemná zpráva pomohla Martinu znovu nastartovat!	36
Glykemický index je základ	37
Letní sporty aneb Jak si v létě zlepšit kondičku	38

OSOBNÍ ROZVOJ

Párové štěstí a jak na ně	42
Tibetský mistr Čhögjal Namkhai Norbu po 14 letech opět v Praze	45
Životní zkoušky	46

PSYCHOLOGIE

Muž u porodu aneb Jak „rodí“ muži	48
-----------------------------------	----

PRO VOLNÉ CHVÍLE

Benátky – jaderská grande dáma	50
Na dovolené se s knihou nudit nebudeme	53
Horoskop	56
Soutěž o ceny	57