

4 Kaleidoskop

5 Editorial

CELOSTNÍ MEDICÍNA

6 Od početí k porodu: Těhotenství v rytmu pěti prvků

10 Příběhy z poradny terapeuta Leoše Poskočila

12 „Věnováno tlustému střevu“

16 Zapomeňte na biohacking - začněte chodit

18 Člověk a sebeléčivé schopnosti

22 Jemná síla spirální stabilizace

24 Proč játrům škodí stres a cukr?

PŘÍRODA

32 Zázrak včela II.

ZDRAVÍ A KRÁSA

32 Stopy zdraví v české kuchyni: Luštěniny

36 Aromaterapie - Když vůně konejší: esence pro miminka a jejich maminky

40 Jak vyžrát na jarní únavu

41 Akce Diochi

42 Herbář: Komonice lékařská

43 Herbář: Višeň obecná

44 Bioterapeut Vladimír Ďurina doporučuje

OSOBNÍ ROZVOJ

48 Síla myšlenky

50 Tarot, aneb Karty, jejichž svět vám vstoupí do duše

54 IKIGAI: Jak vnést do svého života více radosti, smyslu a naplnění?

56 Láska je přenádherná věc

SPIRITUALITA

60 Marko Pogačnik a síť LifeLoveNet

62 Posvátná samota

66 Vzestup lidského vědomí v době strojů

PRO VOLNÉ CHVÍLE

69 Kakao a jeho prvrozené děcko čokoláda

74 Přírodní bytosti: Léčivé stromy a byliny

76 Velikonoční tradice

80 Inspirace na zajímavé čtení

81 Křížovky