

[Byłam swoim wrogiem]

Rzadko myślimy, że źródłem przemocy w świecie jest przemoc wobec siebie – pisze Renata Arendt-Dziurdzikowska

SPOTKANIA

- 20 POZNAJCIE ICH**
- 36 NASZA OKŁADKA** Reni Jusis: Wołę stać z boku Anna Bimer
- 42 WYWIAD ZWIERCIADŁA KRÓTKI KURS WOLNOŚCI**
Nie wiemy, co knuje fatum – mówi Jerzy Radziwiłowicz
w rozmowie z Katarzyną Janowską
- 48 CUDOWNE LATA** Małgorzaty Foremniak Zofia Fabjanowska-Micyk
- 54 INNY WARIANT** Suzanne Portnoy – z punktu widzenia
kobiety rozpustnej Marta Rozwens
- 60 BYŁ SOBIE MĘŻCZYZNA** Mickey Rourke
– upiór odrodzony Mariola Wiktor
- 66 PEŁNĄ PARĄ** Małgorzata Kidawa-Błońska, posłanka, oraz Jan
Kidawa-Błoński, reżyser, trzy stopy nad ziemią Jolanta Koral
- 200 PIĘTA ACHILLESOWA** Mika Urbaniak

WOKÓŁ NAS

- 72 FOTOREPORTAŻ** Tradycyjnie wystrojone – o kobietach
ze Spakenburga w Holandii
- 78 PRZEGLĄDARKA ANNY JANKO**
- 80 DALEKO I BLISKO** Belfast Zofia Fabjanowska-Micyk
- 84 REPORTAŻ ZWIERCIADŁA** Na zawsze matka Stanisław Zasada

ŻYCIE WEWNĘTRZNE

- 92 PROGRAM ODNOWY** Jak praktycznie radzić sobie
ze stresem, Wojciecha Eichelbergera pyta Tatiana Cichocka
- 96 POROZMAWIAJMY O SEKSIE** Kocham, kiedy boli – jak
rodzi się w człowieku postawa sadystyczna i masochistyczna,
tłumaczy Katarzyna Miller Tatianie Cichockiej
- 100 RYTUAŁY INICJACYJNE** O narodzinach do życia rozmawiają
Tanna Jakubowicz-Mount i Renata Arendt-Dziurdzikowska
- 104 OLŚNIENIA** Zbigniew Zapasiewicz
- 106 MOI PRZEWODNICY** Renata Arendt-Dziurdzikowska

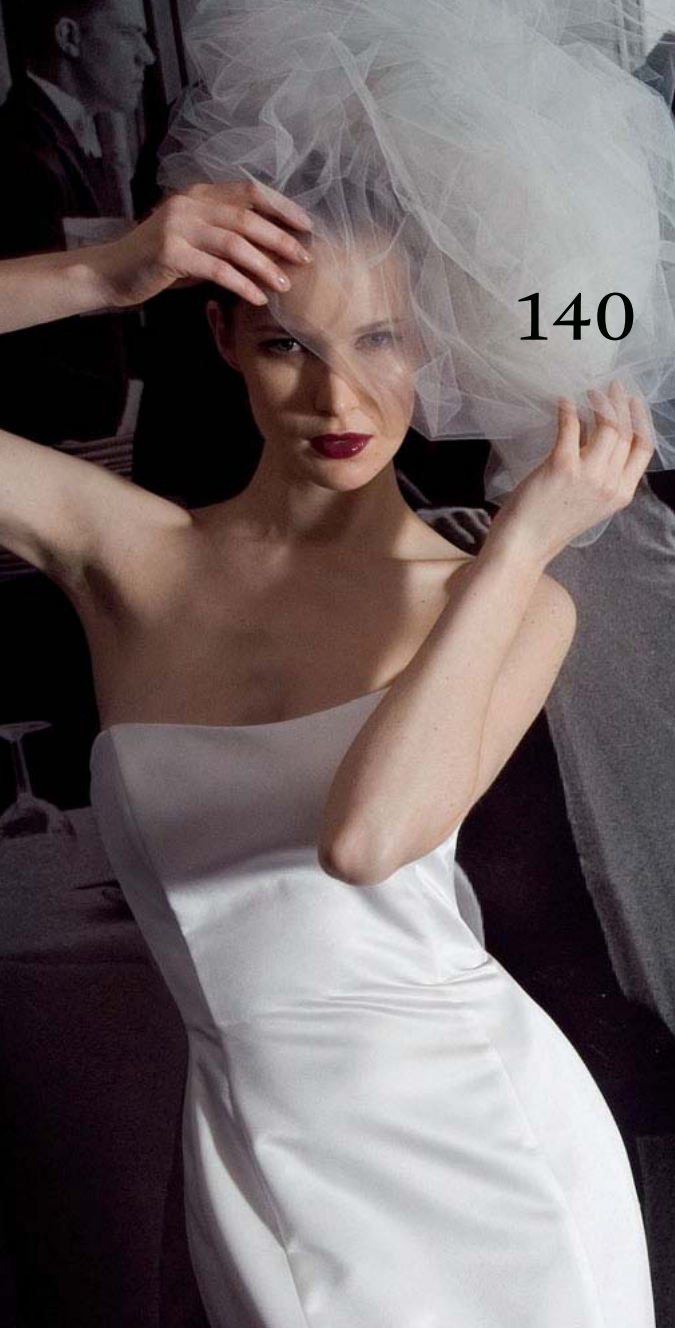
PRZYGODY CIAŁA

- 108 ZDROWIE KOBIETY** O chorobach kobiecego układu
płciowego z dr Preeti Agrawal rozmawia Justyna Pobiedzińska
- 112 DOBRE WIADOMOŚCI**
- 114 NIE TYLKO LEKI**
- 116 JOGA KUNDALINI** Iwona Kozak

PRZEWODNIK SPA

- 119 HISTORIA SPA** Od gimnazjonu po Hydropolis
- 128 WODY MINERALNE**
- 134 DOMOWE SPA**





140

MAGAZYN

MODA

- 140 **INSPIRACJE** Doczekać do deseru Maja Jewiarz-Bartczak
- 150 **BYĆ JAK...** Brigitte Bardot
- 152 **TOP 7**
- 154 **FLESZ** Nic dodać

URODA

- 158 **W SZCZEGÓLE** Droga do Indii
- 160 **W WYDANIU LUKS** Czas zatrzymany
- 162 **NA CO DZIEŃ** Co afrykańskie drzewa życia – arganowiec i masłosz – robią w kosmetyce Katarzyna Lewicka-Stachowicz
- 166 **NOWOŚCI PIELĘGNACJA** Tylko dla twoich oczu
- 168 **POD LUPĄ** O najnowszych odkryciach dotyczących wpływu cukru na skórę opowiada Marie-Hélène Lair z firmy Chanel
- 171 **NOWOŚCI TOP 7**

DOM

- 172 **WNĘTRZA Z WNĘTRZEM** Żyj kolorowo Basia Dereń-Marzec
- 176 **ROZMOWY PRZY STOLE** wSPANiała wiosna Dorota Biały
- 181 **OD KUCHNI**
- 182 **DOBRE MIEJSCA**
- 183 **AUTOPSYCHOLOGIA** Joanna Zientarska

KULTURALNY MARZEC

- 186 **WYDARZENIA**
- 188 **MUZYKA** Daniel Wyszogrodzki
- 189 **FILM** Manana Chyb
- 190 **LITERATURA** Marta Mizuro
- 191 **SZTUKA AKCJE**
- 192 **POSTAĆ** Thomas i Vivienne Eliotowie – kulisy powstania „Ziemi jałowej” ujawnia Małgorzata Czyńska
- 197 **STREFA BEZ STRESU** Tatiana Cichocka

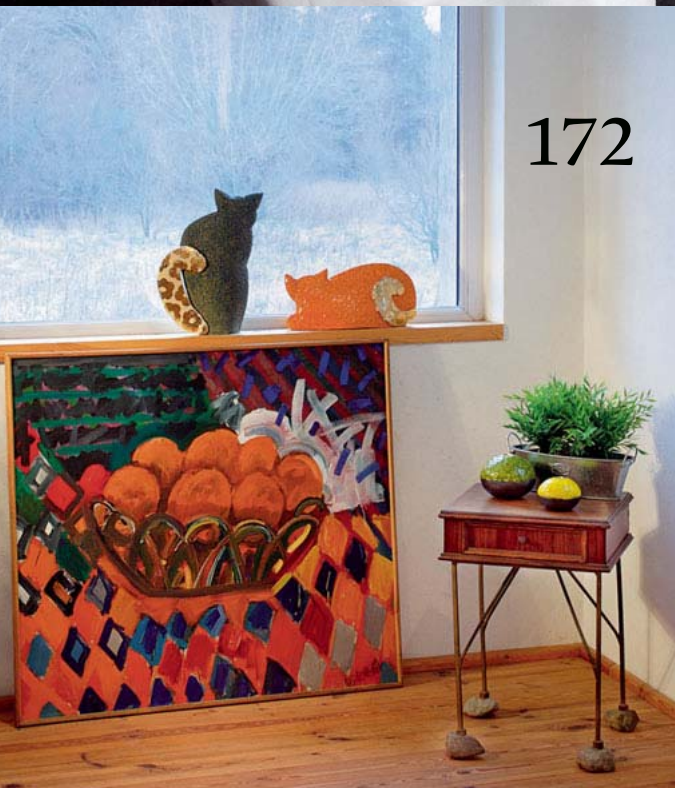
FELIETONY

- 18 **MACIEJ STUHR** W krzywym...
- 22 **ADAM WAJRAK** Felieton gościnny
- 32 **NATALIA PRZYBYSZ** Na dwa głosy
- 34 **TOMASZ JASTRUN** Czułym okiem
- 59 **JACEK DUBOIS** Bez kruczków
- 90 **KATARZYNA MILLER** Nie bój się życia

ROZRYWKA

- 15 **LISTY**
- 198 **HOROSKOP**
- 199 **KRZYŻÓWKA**

Na okładce Reni Jusis ubrana w sukienkę ZIĘŃ. Zdjęcie Krzysztof Opaliński, stylizacja Maja Jewiarz-Bartczak, asystentka Ewa Grabosz, fryzury Ewa Pieczarka, makijaż Julita Jaskółka. Kurtyna ze spektaklu „Upiór w operze” (Teatr Roma w Warszawie, reż. Wojciech Kępczyński) zaprojektowana przez Pawła Dobrzyckiego.



172