

Scrisoare către tine, Bowen

Ca veau să mărturisesc despre această tehnică este ceva ce nu pot să cuprind în cuvinte.

Sufer de atacuri de panică de 2 ori de zile ușor înprumate cu o stare de anxietate și un comportament izolat.

Când am început cu această tehnică Bowen nu știu despre ce e vorba, nu credeam că această terapie funcționează prin stimularea unor centri energetici din corp care dau semnale creierului și-l stimulează să se vindecă singur.

Sunt penul de oue care se trezeste cu formbetul pe buze, înșă odata cu apariția acestor stări, mental, simt cum totul se prăbușește peste mine. Amare nevoie de cineva, de ceva care să mă ajute să ies din această stare, știind că problema vine de la mine.

Am început această terapie, am rezut în ea de la bun început.

La fiecare respirație urușcare aduce ceea ce
mi se întâmplă. Simțesc cum o energie o
eliberează pe o mea.

Odată cu trecerea timpului eu devenit mai
sigură pe mine, mai relaxată și cu o stare de
bine ~~pe~~ generală. Nivelul de optimism îmi
revine după fiecare sedință. Ba mai mult, la
ultima întâlnire cu tine, boxer, eu simțit
o eliberare mentală, urmată de o stare de bine,
de relaxare totală. Energia primită era oș de
mare, încât simțeam că eu trecut obstacolul
în fața unei bariere.

Recomand cu plăcere Boxer.

Să redobândim încrederea în noi și
în corpul nostru!

30. I. 2019

0746 313554

semnat,

AMALIA CHIVU