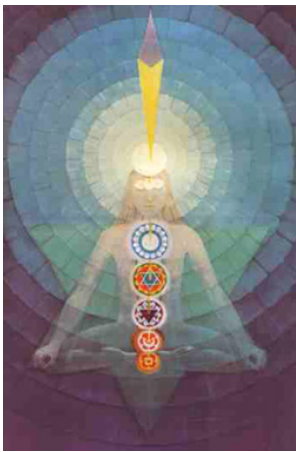


UNA TERAPIA ALTERNATIVA PER COMBATTERE LE NEVROSI

Scritto da Giulia Sabia

Lunedì 29 Novembre 2010 06:47



Lo scopo è quello di ritrovarsi, di capirsi, di comprendersi, di ascoltarsi ... di dedicare a se stessi quel tempo che, ormai troppo spesso, ci neghiamo, vittime dei ritmi frenetici di una società in continuo movimento, e, forse, sempre più confusa.



In un periodo storico in cui stanno venendo meno tutte le certezze, in cui si parla abitualmente di crisi dell'individualità, sarebbe auspicabile un pieno incontro con se stessi
“[...] perché

Scritto da Giulia Sabia
Lunedì 29 Novembre 2010 06:47

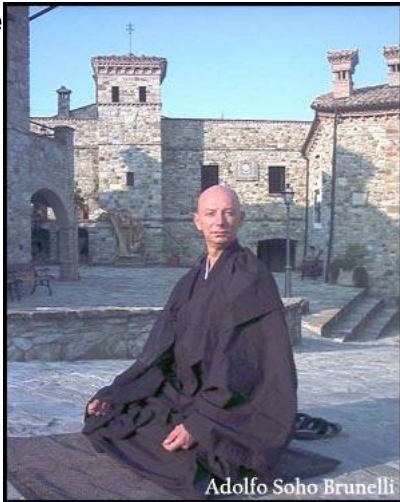
la ricerca della felicità deve obbligatoriamente partire dall'io più intimo

, da un equilibrio che è sia psicologico sia fisico”,

così afferma Teresa Notarnicola

direttrice del Centro Benessere in via Jacopo Sannazzaro 18, nei pressi di Via Roma.

Teresa, da se



mpre vicina alle tecniche dedite all'equilibrio psico-fisico, **ha ospitato il 17 ottobre 2010, il monaco bud**

Brunelli, promotore della tecnica dello yoga

. Lo yoga visto come

una terapia alternativa ai tic e alle nevrosi tipiche dell'uomo della contemporaneità

; ma anche come un percorso

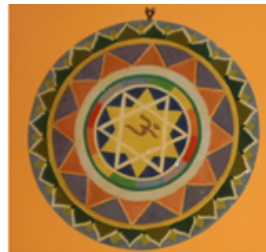
di pre

venzione a tutte le malattie dette psicosomatiche

, e non solo.

Degli esempi sono la sclerosi multipla sulla quale ha avuto degli effetti benefici, l'artrite reumatoide, e la psoriasi

, mal



attia della pelle sulle quali cause c'è ancora un dibattito aperto. In generale **sono coinvolte tutte le malattie in cui uno dei fattori riconducibile è lo stress**

E a tal propo

UNA TERAPIA ALTERNATIVA PER COMBATTERE LE NEVROSI

Scritto da Giulia Sabia

Lunedì 29 Novembre 2010 06:47



una terapia alternativa che si fa un po' di tempo che si sta diffondendo in Italia, e che un corpo può diventare, e

è un modo di fare la terapia sul territorio: ci sono di un percorso alternativo di cura
e un modo di fare la terapia sul territorio: ci sono di un percorso alternativo di cura
teresa.ferando@libero.it