



“Искам хората да погледнат към живота си и да видят как тези или онези събития, стресът, мъката,

гнева са засегнали живота им”, казва Гуарнери в книгата си “Сърцето говори”.

Психоложката преплела последните медицински знания със собствения си опит като специалис

“За да излекувате сърцето си, трябва да разберете как работят емоциите, холостите, според които



Сърцето ви говори – чувате ли? Разбитото сърце. Да, това е, за което става въпрос. Има доста

Лекарите ще ви кажат, че “синдромът на разбитото сърце” или стрес-индуцираното увреждане

Пътят към сърцето

Пътят на Гуарнери към осъзнаването на това колко “чупливо” е сърцето, започва в детството. “Една вечер, когато бях на 8 години, моята жизнена 40-годишна майка ми каза, че има някаква б

В книгата си Гуарнери представя относително новата наука психо-невро-имунология, известна в
Това взаимоотношение “психика-тяло” е изследвано особено през последните три десетилетия и

“Когато изпитваме гняв или друга емоция, тя предизвиква каскада от негативни реакции в тялото

През последните две години усъвършенствана форма на технологията, наречена функционален

“Това е една от най-вълнуващите области в медицината”, казва още тя. “Знаехме интуитивно, че

Гуарнери цитира 140 медицински изследвания и доклади – малка част от всичко, което е изслед

Какво всъщност е сърцето

Древните гърци и китайци са вярвали, че духът живее в сърцето. За египтяните сърцето е втъ
Както тези преди нея, Гуарнери е научила в медицинското училище да блокира емоциите си и да

Тя видяла ефекта от претоварването с работа, лошото хранене, самотата – изопнати лица, стис

“Зад всяко човешко същество има живот, семейство, история, среда”, казва Гуарнери. “Ние не с

Тя също така научила, че пациентите са опитвали нетрадиционни методи - например акупунктур
След време Гуарнери отворила свой медицински център, в който предлага както т.нар. алтерна

“Аз не съм доктор по алтернативна медицина. Просто разглеждам човека като цялостно съществ

Пациентите определят посоката

“Пациентите са тези, които дърпат медицинското общество към духовността и алтернативната

Професорът по психиатрия Майкъл Ървин казва: ”Има нарастващ интерес към това как тялото

Малкият мозък

Ето я реалността в живота - когато летим по магистралата и някой ни сече пътя, първата реакци

В книгата си тя говори за “мозъка на сърцето” – способността на сърцето да общува с останала

В изследване, направено напоследък от неправителствен институт, върху възможностите за “п

В този институт са разработили техника, която наричат “замръзнал кадър” - когато сте в стреси

2013-08-19 14:30:18

