



“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 сър



холозите, 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 същест

## 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

