



yoga specialistico



TUTTE LE PATOLOGIE,

in verità, ricevono prezioso supporto terapeutico da una pratica Yoga complementare a un eventuale trattamento medico.

Una pratica che sia completa, ovvero capace di incorporare tecniche di gestione dello stress attraverso strumenti diversi e combinati. Perché quella condizione che chiamiamo "stress" va a contrastare gli sforzi che l'intelligenza corporea compie verso la guarigione e il recupero.

Stress significa maggiore infiammazione, e maggiore infiammazione significa reiterazione delle condizioni di malattia.

Questa è la ragione per la quale molte delle patologie più comuni, dalle condizioni cardiovascolari a quelle oncologiche, dalle artritiche alle autoimmuni e così via (sempre che non siano molto gravi) possono trarre beneficio ed essere di fatto integrate in pratiche di gruppo miste.