

Bună ziua. Sunt Liliama Bujan,  
am frumoasa vârstă de 53 de ani,  
profesor.

De terapia Bowen am auzit, pentru  
prima oară, din mijloacele de mass-media,  
iar, după aceea, cu mai multe amănunte, de  
la Ioana Ancuțăse și am hotărât să  
încep, pentru problemele mele de sănătate,  
respectiv inflamația ligamentelor de la  
genunchiul drept, stres, insomnii și stări  
de oboseală legate, în principal, de activitatea  
intensă pe care o desfășor la catedră.

Am rugat-o pe Ioana Ancuțăse, terapeu  
Bowen, să mă ajute și am început sesiunile  
de terapie. Înă<sup>7</sup> două timpuri primei sesi<sup>7</sup>nte  
am simțit o stare de profundă relaxare și  
detasare de tot ceea ce simțeam că îmi dă  
o stare de disconfort. M-am simțit  
relaxată și detensionată. Am constatat că  
semnul mi s-a îmbunătățit considerabil și starea  
~ ~ ~

de obosală s-a diminuat. Am continuat  
sedințele mi, după a doua, am observat,  
cu satisfacție, că genunchiul drept este mai  
flexibil mi nu mă mai doare în timpul  
somnului.

Continuând sedințele de terapie, am realizat  
că mobilitatea membrului inferior drept este  
într-o continuă ascendență, ceea ce m-a determi-  
nat să revin exercițiile de gimnastică mi de joasă  
pe care le întrerusesem de aproape un an.  
Insomniile s-au atenuat, somnul a fost odihnitor,  
ceea ce a instalat, în întreg corpul, o stare de  
profundă relaxare.

Inceperea terapiei Bowen a însemnat pentru  
mine un moment de cotitură, deoarece am început  
iar să mă simt bine, să fiu într-o totală armonie  
cu corpul meu fizic. Voi continua, cu deplină  
încredere, sedințele de terapie Bowen.

Vă mulțumesc.

Trușcă 0728030194