



## **RESPIRAR CON ÁRBOLES**

Brigitte Hansmann

Ediciones Urano

15 €

224 páginas

Las emociones tienen lugar en el cuerpo. Son procesos químicos y energéticos que ofrecen información sobre nuestros deseos, necesidades y grado de satisfacción. Utilizando la analogía del árbol, cuya forma viene definida por las energías internas y externas que actúan en él, Brigitte Hansmann pone a disposición del lector veinticinco años de actividad profesional para ofrecerle una introducción accesible y muy completa a la técnica de los patrones somáticos, un proceso que consiste en el reconocimiento de ciertos patrones del cuerpo para disolver nudos emocionales. La clave está en la respiración.