

VANDA BELÉM, BIBLIOTECÁRIA

“Eva Albuquerque, grande mulher, grande profissional! Estou-lhe imensamente grata pelo acompanhamento prático que tem vindo a dar aos meus achaques menores e maiorzinhos, ao seu empenhamento, mãos que aliviam, que dissolvem, que resolvem problemas, sem causar dor, palavras calmas e encorajantes, conselhos e ensinamentos inestimáveis.

Ficarão na minha memória o sorriso franco e encorajante, a bondade, a empatia, o alívio das mazelas, as “coisas boas” a finalizar as sessões e a música relaxante durante todo o processo. Aprendi a tomar consciência de cada pedacinho que forma o meu corpo, que as mãos também podem ir mais além e interferir positivamente nas “dores do espírito”, tanto, tanto...

A memória recua para o momento em que a conheci, como professora de PNF-CHI, dizendo que seriam necessárias 3 sessões para poder dizer se gostava da modalidade. Gostei logo no primeiro dia e ainda ouço: - Espreguiçar! Vá, com intenção! Barriga em pasta de dentes! Apertar desde o pavimento pélvico...

Lentidão... a consciência do corpo, a respiração, o equilíbrio, a música, o cheiro do mar, o cansaço, a repetição e o relaxamento. O PNF-CHI também me fez - acho que ainda faz - muito bem!

Bem haja, amiga Eva!"