

## **Você escuta seu corpo?**

*Augusto Cury*

"Um simples barulho no carro já nos perturba e nos faz ir ao mecânico. Enquanto, muitas vezes, nosso corpo grita através da fadiga excessiva, insônia, compulsão, tristeza, dores musculares, dores de cabeça e outros sintomas psicossomáticos, e, mesmo assim, não procuramos ajuda.

Você ouve seu corpo e sua mente?

Infelizmente, muitos só ouvem a voz dos seus sintomas quando estão num hospital.

Seja inteligente e respeite sua vida. Pare! Pense!

Observe! Enxergue-se!

Ninguém mais pode fazer isso por você."