

Dal successo di BookCity la scrittura come terapia

Il benessere a portata di penna

SONIA SCARPANTE

lo diffonde con

“Parole evolute.
Esperienze e tecniche di scrittura terapeutica”

“Non aver paura. Conoscersi per curarsi”



Due libri che raccontano e testimoniano il potere della **scrittura** come fonte e **forma di benessere**.

Sonia Scarpante, dopo la scoperta della **malattia oncologica** nel 1998 “si spoglia” dei suoi traumi riversando tutto sulla pagina. Da quel momento iniziale affronta un percorso di **guarigione fisica e spirituale**. Dapprima sperimenta su se stessa il **potere catartico e risanatore della scrittura** e poi decide di condividerlo con altri, in gruppi che pian piano crescono (da qui il libro *Non avere paura. Conoscersi per curarsi*, qui proposto in questa nuova edizione). Da qui la formulazione della sua metodologia, che ha acquisito anche valenza scientifica (*Parole evolute. Esperienze e tecniche di scrittura terapeutica*), con la quale tiene anche corsi di formazione a personale medico - sanitario.

Ciascuno ha una storia personale, unica e irripetibile che pone ognuno a riconoscersi in categorie specifiche, figlio, madre, padre, marito, moglie ecc.

Ciò che viene a mancare a volte è il contatto con la parte più intima di noi, con la persona che risiede dietro a quei ruoli.

La scrittura può essere una formula con cui ritrovare questo contatto e ricongiungersi alla dimensione più intima di ciascuno.