



La scrittura non è magia ma evidentemente può diventare la porta d'ingresso per quel mondo che sta nascosto dentro di noi. La parola scritta ha la forza di accendere la fantasia e illuminare l'interiorità.

(Aharon Appelfeld)

CORSO DI SCRITTURA INTROSPETTIVA

Primo incontro gratuito di prova: 29 ottobre 2020

La scrittura introspettiva è una forma di meditazione attiva usata per riscoprire se stessi e aumentare la propria consapevolezza. È come aprire una porta segreta, e metterci in contatto con delle parti di noi di cui abbiamo dimenticato l'esistenza.

Ognuno di noi ha dentro di sé un'infinità di pensieri ed emozioni da esplorare ed esprimere, ma troppo spesso viviamo la nostra vita come se corressimo lungo un'autostrada, senza la possibilità di dedicarci uno spazio e di ritagliarci del tempo per ascoltarci davvero.

Nel corso di scrittura introspettiva utilizzeremo uno strumento "semplice" ma incredibilmente potente: le nostre parole, per dare spazio ai nostri pensieri. Attraverso l'utilizzo di tecniche ben precise, ci addentreremo in profondità, per entrare in contatto con le nostre emozioni.

Cosa impareremo?

A "dialogare" con quegli aspetti di noi che di solito restano in ombra;

A canalizzare i nostri stati d'animo nella scrittura;

A riorganizzare pensieri ed emozioni attraverso il racconto;

A riscrivere il nostro percorso di vita, guardando alle strade intraprese e a quelle abbandonate;

A dialogare con le persone per noi importanti tramite la scrittura;

Ad esaminare i momenti chiave della nostra vita e le relazioni più importanti che ci hanno segnato o colpito;

A riconoscere, attraverso il proprio racconto, i punti di forza del proprio carattere.

Il corso di scrittura introspettiva si svolgerà in due modalità. Potete scegliere tra:

1. Il corso mattutino, 5 incontri di gruppo, tutti i giovedì dalle ore 09:30 alle 11:00

Primo incontro gratuito di prova: giovedì 29 ottobre 2020 alle ore 09:30;

2. Il corso serale, 5 incontri di gruppo, tutti i giovedì dalle ore 20:30 alle 22:00.

Primo incontro gratuito di prova: giovedì 29 ottobre 2020 alle ore 20:30.

Docente del corso: dott.ssa Ariela Bankier, giornalista, coach di scrittura, autrice di numerose pubblicazioni tra cui varie guide turistiche best-seller e due premiati romanzi per adolescenti.

Costi: 80 euro per 5 incontri (primo livello).

Sede: Centro Il Colibrì, via Scornigiana n. 58, Ospedaletto (PI). Il Centro osserverà le linee guida della Regione Toscana e la normative per la gestione dell'emergenza da covid-19

Per info chiama: 391.491.6356

Primo incontro gratuito di prova: 29 ottobre 2020.

La prenotazione è obbligatoria