

## ESCRIBIR PARA SANAR

### Silvia Adela Kohan

**Experimenta el poder de la escritura. Un itinerario con 135 ejercicios inspiradores. Libera tu creatividad, encuentra tu propia voz, haz tus sueños realidad.**

La escritura es catarsis, reflexión y magia. Es reveladora. La escritura abre las compuertas de zonas que de otra manera permanecerían cerradas. La palabra escrita nos permite entablar un diálogo más profundo y sincero con nosotros mismos. Funciona como bálsamo durante y después del malestar, te ayuda a entender las causas y los motivos, te da las claves para materializar tus deseos. La escritura te abre la puerta a lugares desconocidos de ti.

Silvia Adela Kohan, escritora y especialista en técnicas narrativas, te invita a experimentar los poderes liberadores, analgésicos y reconstituyentes de la palabra escrita a lo largo de 135 ejercicios. Cada una de las propuestas, planteadas en un orden concreto, te anima a escribir sobre tus pensamientos, tus recuerdos, tus ideas, tus estados de ánimo, tus deseos o tus ilusiones en un itinerario creativo de autodescubrimiento que movilizará rutas hacia la transformación.

Escribe sin restricciones y sin frenos para resolver problemas emocionales, mejorar los estados de ánimo o encontrar tu propia voz. Lleva tu diálogo interno a otro nivel para movilizar zonas dormidas. Entra en tus rincones oscuros sin miedo, pues en la cueva del dragón se esconden tesoros que seguramente ahora mismo son impensables para ti. Escribe sobre cómo te gustaría ser para descubrir cómo eres.

Un emocionante viaje a través de las palabras acompañados de una guía excepcional, pura alquimia que transformará el estancamiento en voluntad y movimiento.



Colección:  
Terapias Únicas  
Formato: Ebook  
P.V.P.: 5'99€  
Lanzamiento:  
marzo de 2020

### Silvia Adela Kohan

Nació en Buenos Aires y vive en Barcelona. Es licenciada en Filología Hispánica, logopeda y especialista en técnicas narrativas de ficción y no ficción. Dirigió la revista *Escribir y Publicar* y es pionera del método del «Taller de escritura» que creó con Grafein. Ha escrito numerosos libros sobre técnicas literarias y ha dictado seminarios y talleres de lectura y escritura en instituciones nacionales e internacionales. Como narradora, ha recibido distintos premios y menciones, entre ellos el Premio Rulfo de cuento 1998 y el Premio Delta de Novela 2006 con *Un año de mi vida*.

