



D. Demetrio

## Raccontarsi

L'autobiografia come cura di sé

Arriva un momento nell'età adulta in cui si avverte il desiderio di raccontare la propria storia di vita. Per fare un po' d'ordine dentro di sé e capire il presente; per ritrovare emozioni perdute e sapere come si è diventati, chi dobbiamo ringraziare o dimenticare. Quando questo bisogno ci sorprende, l'autobiografia di quel che abbiamo fatto, amato, sofferto, inizia a prendere forma. Diventa scrittura di sé e alimenta l'esaltante passione di voler lasciare traccia di noi a chi verrà dopo o ci sarà accanto. Sperimentiamo così il "pensiero autobiografico", che richiede lavoro, coraggio, metodo, ma procura, al contempo, non poco benessere.

**L.** 24.000

**pp** 229

**anno di edizione:** 1996

**FORMATO:** 17 x 24 cm

**ISBN:** 88-7078-422-3