

Le pouvoir libérateur de l'écriture

MES MOTS DE VIE



En 2010, Maryse Ligdamis, est contrainte du fait de soucis de santé de rester alitée. Une pause forcée, lors de laquelle cette professeur de français, ressent un besoin impérieux d'écrire, de mettre des mots sur ses émotions, d'en comprendre les fondements et d'entamer un travail de réparation. Depuis, elle met son talent d'écriture au profit de tous sur son site mesmotsdevie.fr

Au travers de très nombreux textes, Maryse nous ouvre des pistes de réflexion sur nos problématiques de vie, nos blessures émotionnelles et nous encourage à redevenir acteurs de notre destinée.

Ses 3 livres proposent de passionnantes réflexions sur les changements et les peurs qu'ils véhiculent, des textes poétiques et philosophiques qui se penchent avec élégance sur nos émotions ou des étapes de développement personnel pour nous aider à nous retrouver et mettre en lumière nos talents enfouis.

Devenue une coach bienveillante, Maryse nous accompagne individuellement en écriture thérapeutique, expressive et réparatrice. Seuls ou en atelier, nous utilisons, avec elle, l'écriture comme outil de libération d'émotions anciennes, synonymes de souffrance. À son contact, les mots libèrent, apaisent, aident, nous relèvent et nous révèlent !



mesmotsdevie.fr - [Instagram](https://www.instagram.com/lesmotsdemaryse) [Facebook](https://www.facebook.com/lesmotsdemaryse) ligdamismaryse@gmail.com

PARU DANS

Gala

6 AVRIL 2023

