



## NARRATIVA

## RICOMINCIA DA TE

## Vivere le emozioni

di Marta Lock

Editore: **HARMAKIS**Pagine: **360**Prezzo: **22.00 €**Pubblicazione: **28/01/2016**ISBN: **9788898301348**AUTOSTIMA, MOTIVAZIONE E CAPACITÀ COGNITIVE,  
SELF-HELP

Marta Lock nel corso degli anni, da quando nel 2011 ha creato la sua rubrica L'Attimo Fuggente, per parlare di sentimenti, relazioni, emozioni nell'epoca contemporanea, con tutte le difficoltà e le autolimitazioni che, a volte, le persone si pongono nel percorso di ricerca della felicità. Attraverso il contatto costante e continuo con i lettori la scrittrice si è resa conto che i suoi articoli sono lentamente divenuti un punto di riferimento, un profondo momento di riflessione e di introspezione che le considerazioni che leggono li aiuta a fare anzi, per meglio dire, sono quasi divenuti un aiuto per districarsi nel difficile labirinto del vivere le proprie emozioni. Da qui la decisione di raccogliere gli articoli sotto forma di guida in cui l'autrice prende per mano il lettore e lo conduce a trovare un modo per affrontare le proprie chiusure emotive e aprirsi a un nuovo modo di vedere se stesso, la realtà esterna e i rapporti con gli altri. Opera di copertina realizzata da Alberta Marchi

## L'AUTORE

Marta Lock è nata a Terni il 30 dicembre 1970. Ha una sua rubrica personale, L'Attimo Fuggente, sul sito [www.martalock.net](http://www.martalock.net) sul quale scrive anche i suoi aforismi quotidiani che ha chiamato Pensieri della sera, grazie ai quali è finalista nel 2013 e nel 2014 al Concorso nazionale di filosofia di Anpf Confilosofare. Notte Tunisina, uscito nel mese di maggio 2011. Quell'anno a Cuba si sono classificati 4° e 5° all'edizione 2012 del Premio nazionale di letteratura Città di Mesagne. Ritrovarsi a Parigi, la sua terza opera ha vinto il Premio della critica nell'edizione 2014 del Premio nazionale di letteratura "Le parole dell'anima" città di Casoria (NA), il Primo premio nell'edizione 2014 del Premio nazionale di narrativa "La Tavolozza" di Pontedera (PI) e il Premio Giuria Giovani del Premio letterario nazionale "Città di Mesagne" (BR). Nel 2014 esce il suo quarto romanzo Miami Diaries che già nel giugno dello stesso anno si aggiudica il Premio del Presidente nell'edizione 2014 del Premio internazionale di poesia e narrativa "Tra le parole e l'infinito" di Caserta e il Premio della critica al Concorso letterario internazionale "La Locanda del Doge" di Rovigo. A marzo del 2015 viene pubblicata la raccolta Pensieri per l'Arte, dove i suoi aforismi sono associati a 150 quadri di pittori contemporanei. Nel mese di giugno 2015 le viene conferito il Premio della Cultura dal Comitato di Galatone Arte per il suo ruolo di interesse, impegno e promozione dell'arte in tutte le sue forme. A settembre 2015 esce il suo ultimo romanzo. La sabbia del Messico. Ricomincia da te è il suo primo saggio