

John BLAUER

## La Luce Dopo il Buio

Ci sono dolori che non lasciano lividi visibili, ferite che si annidano nell'anima e lacerano più profondamente di qualsiasi taglio. La depressione e l'autolesionismo sono tra questi. Spesso sussurrati, altre volte completamente taciuti, essi crescono nel silenzio dell'incomprensione e dello stigma, intrappolando chi ne soffre in un'oscurità che sembra eterna. Questo libro nasce da un'esperienza personale di perdita, dal profondo desiderio di dare voce a chi non ne ha più, e di tendere una mano a chi, in questo preciso istante, si sente prigioniero/a di un dolore insostenibile. Non è un manuale medico, né una soluzione miracolosa, ma piuttosto una guida empatica e un compagno di viaggio per chi si sente smarrito nel labirinto della sofferenza mentale. È un invito a riconoscere il buio, a comprenderlo, per poi trovare la forza di cercare la luce.

John BLAUER

John BLAUER

La Luce Dopo il Buio

## La Luce Dopo il Buio

