



Città di Sondrio

COMUNICATO STAMPA N. 18/2025

LA RICERCA DELLA FELICITÀ DENTRO SÉ STESSI SPIEGATA DA AMEYA GABRIELLA CANOVI

La scrittrice e psicologa nell'incontro pubblico organizzato dalla Biblioteca Rajna al Cinema Excelsior

(Sondrio, 14 marzo 2025) - Perché abbiamo paura di essere felici? Perché non facciamo quello che diciamo di volere? La verità è che il cambiamento spaventa perché ci mette di fronte alla paura di perdere qualcosa. Su questi temi, di cui tratta nel suo ultimo libro, intervorrà **Ameya Gabriella Canovi** nell'incontro pubblico che si terrà mercoledì 19 marzo, alle ore 18, al Cinema Excelsior, per l'organizzazione della Biblioteca Rajna.

Introdotta dall'assessore alla Cultura, Educazione e Istruzione **Marcella Fratta**, l'autrice, anche psicologa, animatrice del podcast *Intrecci* e TED speaker, presenterà i suoi libri, tra cui il più recente, uscito l'autunno scorso, dal titolo: "Dentro di me c'è un posto bellissimo. Imparare a volersi bene affinché l'amore accada". Dal paradosso, in superficie desideriamo la beatitudine, nel profondo qualcosa ci dice che è più sicuro restare un po' infelici, moderati dimessi, alla possibilità di uscire dal loop, Ameya Gabriella Canovi accompagna il pubblico a guardarsi dentro con onestà, a vedersi nudi e crudi, a sostare nello spazio scomodo delle antiche ferite per accettarle. Da questo passaggio nascerà una forza nuova e la paura del giudizio degli altri lascerà spazio all'autenticità che solo chi può permettersi di essere sé stesso fino in fondo conosce. Il libro rappresenta un invito e un percorso per imparare a volersi bene, affinché l'amore accada.

Esperta nello studio delle relazioni familiari e della dipendenza affettiva, Ameya Gabriella Canovi ha una lunga esperienza di sostegno a persone imprigionate in relazioni disfunzionali. Ha collaborato con la giornalista Selvaggia Lucarelli e partecipato in qualità di esperta alle trasmissioni "Amore criminale" e "Sopravvissute", in onda su RaiTre.

L'ingresso è libero fino a esaurimento dei posti.