



RETIR FÈRTIL D'ESCRITURA

Per poder donar terra a allò que vol ser escrit

"Les bones històries no neixen només del talent. Neixen del silenci, de l'observació, de la presència i del coratge d'escoltar-nos."

Hi ha moments en què les paraules no arriben perquè la vida va massa de pressa. Altres vegades, les paraules hi són, però una veu interior les qüestiona abans que hagin pogut néixer. "No és prou bo." "Això no interessa." "Ja està tot escrit."

I, a poc a poc, deixem d'escriure.

El Retir fèrtil d'escriptura neix precisament per crear les condicions perquè la creativitat torni a respirar. No és un curs per aprendre tècniques literàries, ni una marató de producció de textos. És un espai on aturar-se, escoltar-se i recuperar el plaer d'escriure des de l'autenticitat.

Durant un cap de setmana ens allunyarem del soroll quotidià per endinsar-nos en un entorn natural que convidi al silenci, a la calma i a la presència. Perquè moltes vegades, abans de trobar les paraules, necessitem tornar a trobar-nos a nosaltres mateixos.

Escriure des de l'experiència

Des d'una mirada gestàltica i humanista, entenem l'escriptura com una manera de prendre consciència. Quan escrivim no només expliquem històries; també descobrim qui som, què sentim, quines preguntes ens habiten i quines parts de nosaltres encara esperen ser escoltades.

No escriurem per impressionar ningú.

Escriurem per acostar-nos una mica més a la veritat.

Cada proposta serà una invitació a deixar de controlar el resultat per habitar el procés creatiu. A observar què apareix quan deixem espai al silenci. A reconèixer les pors que paralitzen, l'exigència que censura, les comparacions que ens allunyen de la nostra pròpia veu.

La creativitat no és una habilitat reservada a unes poques persones. És una manera d'estar presents davant la vida.

La natura com a aliada

El retir tindrà lloc en un espai envoltat de natura, perquè el paisatge també escriu dins nostre.

Passejarem sense pressa entre arbres i camins. Hi haurà estones per contemplar, per respirar, per escoltar el vent, els ocells, la pluja si arriba, el silenci. Deixarem que el ritme del cos es desacceleri fins a trobar una altra manera d'habitar el temps.

Moltes de les propostes d'escriptura naixeran d'aquesta observació: del que passa fora i del que es desperta a dins.

Quan la natura deixa de ser un decorat i es converteix en presència, també canvia la nostra manera d'escriure.

Què farem durant el cap de setmana?

Les sessions combinaran diferents llenguatges creatius i vivencials.

Hi haurà moments d'escriptura individual guiada, amb propostes que ajudaran a desbloquejar la imaginació, explorar personatges, records, emocions i imatges. També llegirem fragments d'obres literàries que ens inspiraran i ens permetran conversar sobre el procés creatiu, la vulnerabilitat i l'ofici d'escriure.

Reservarem espais per compartir els textos amb el grup, sempre des de l'escolta i el respecte. No buscarem jutjar ni corregir, sinó oferir una presència que permeti que cada veu continuï creixent.

També incorporarem dinàmiques corporals senzilles, respiració conscient, passejades en silenci, moments de descans i petites pràctiques gestàltiques que ajudin a reconnectar amb el cos, perquè moltes vegades és el cos qui coneix les paraules abans que la ment.

Hi haurà temps per estar amb soledat i temps per estar amb companyia. Temps per escriure i temps per no fer res. Perquè el descans també forma part del procés creatiu.

La força del grup

Escriure és un acte íntim.

Però descobrir que altres persones també conviuen amb els mateixos dubtes, bloquejos i pors pot ser profundament alliberador.

El grup serà un espai d'honestedat, confiança i confidencialitat. Un lloc on poder llegir un text inacabat sense haver de demostrar res. On sentir que no cal tenir totes les respostes. On la mirada de les altres persones no redueix la nostra veu, sinó que l'acompanya perquè pugui créixer.

Des de la Gestalt entenem que és en la relació on també ens descobrim. Quan escoltem una altra persona llegint, alguna cosa de la nostra història també es posa en moviment.

Més enllà d'escriure

Aquest retir no té com a objectiu acabar un relat, començar una novella o escriure moltes pàgines.

L'objectiu és recuperar una manera d'escriure més lliure.

Aprendre a confiar en el propi procés.

Fer les paus amb la pàgina en blanc.

Escoltar la veu interior sense deixar que el crític decideixi per nosaltres.

Recordar que la creativitat no apareix sota pressió, sinó quan troba un espai segur on desplegar-se.

Potser tornaràs a casa amb un quadern ple de textos.

O potser només amb una frase.

Però, sobretot, tornaràs amb una manera diferent de relacionar-te amb l'escriptura: menys exigent, més conscient, més viva.

Perquè escriure també és una manera d'habitar-se.

I, de vegades, només cal un cap de setmana per recordar que la font de les paraules mai no s'havia assecat; simplement esperava que li féssim lloc.

Per a qui és aquest retir?

Per a qualsevol persona que senti el desig d'escriure.

No importa si ja tens experiència, si estàs escrivint una novella, si fa anys que no

escrius o si encara no t'has atrevit a començar.

Només cal portar curiositat i ganes de regalar-te un cap de setmana per escoltar-te.

Informació pràctica

Durada: De divendres a la tarda fins diumenge després de dinar.

Lloc: Per confirmar

Dates: Properament

L'H

Un espai on podràs créixer