

8 ESCRIBIR BIEN

Escribir es para genios, dicen. Y te lo dicen dejando bien claro que tú no vales, apartándote de su Olimpo de letras y erudición. Y, sin embargo, lo cierto es que a escribir se aprende, que hay un montón de técnicas y que un buen profesor o una magnífica profesora, te puede enseñar, y que eso que llaman talento tal vez sea verdad que no se enseña, pero sin duda sí que se puede entrenar, afinar, encauzar. Hasta **Escuela de Escritores** se acercan alumnos voraces, de los que lo han leído todo, escriben como fieras insomnes y algún día verán su nombre en el lomo de sus libros, y también alumnos curiosos, de los que adoran leer y les gusta escribir pero no aspiran tanto a publicar como a disfrutar escribiendo y a encontrar camaradas de aficiones con los que compartir lecturas. Salvo que seas de los valientes que se apuntan al máster de narrativa, los cursos reúnen una vez a la semana a un grupo siempre heterogéneo, mezcla de profesionales escapados de una reunión y amas de casa, de chavales con piercings, ejecutivas, artistas, funcionarios, médicos y hasta alguna abuela valiente que sigue aprendiendo a sus 92. Allí cada cual lee sus textos (relatos, poemas, novelas, guiones de cine o teatro, en la Escuela hay un grupo para cada vocación y cada nivel), se comentan, se mejoran, se aprende, se juega. Mano a mano con tus compañeros, unidos por el vínculo de la literatura, encontrarás, despacito, el genio que llevas dentro, tus temas, tu talento, y aprenderás que la literatura, con sus sufrimientos y su lucha, también puede ser “Pura alegría”, que diría Antonio Muñoz Molina, un oficio que practicado con placer se convierte en un juego, un oficio que practicado con talento y pericia se puede convertir en un arte. A la hora de escribir, siempre manda tu deseo.

Javier Sagarna es licenciado en Farmacia, pero hace ya unos años decidió que lo suyo eran las letras. Ha publicado una novela ('Mudanzas') y otros libros de relatos, y actualmente dirige Escuela de Escritores (www.escueladeescritores.com).



9 Origami

Déjate invadir por la cultura japonesa y aprende del arte de los objetos doblados en papel, dicen que hay un Origami para cada persona, encuentra el tuyo y desarrolla tu creatividad en una actividad que aporta serenidad y resulta muy estimulante. Casa Asia (casaasia.es)



10 YOGA Y MEDITACIÓN

Está demostrado que no sólo reduce los niveles de estrés, también alivia y previene diversos tipos de enfermedades. En la **Clínica Omega Zeta**, centro especializado en medicina integrativa, ayudan a las personas a recuperar la salud y a fomentarla con tratamientos convencionales combinados con terapias alternativas como el masaje craneosacral, la acupuntura o la osteopatía. ¿A qué esperas? Más en clinicaomegazeta.com.

