

Queralt Rubio Peña, autora de *Viaje astral*, publicat al primer volum de *Desde mi habitación* (pàg. 27)

“Escriure aquest relat em va enfortir en molts aspectes”

- *Recordes com vas conèixer el projecte RELAT-Hos?*

Queralt Rubio.- Em van detectar un càncer a la tornada d'un viatge a Xile i tot va anar molt ràpid. Després d'una setmana sencera de proves, a la següent ja m'estaven operant. Al dia següent de l'operació, el meu pare em va portar el full informatiu de RELAT-Hos. Estava tan cansada que me'l vaig mirar i li vaig dir: Gràcies papa, deixa-me'l aquí i ja me'l miraré. Vaig començar a llegir el full al dia següent i vaig pensar doncs ho intento. Aleshores recordo que vaig fer diferents esborranys, però no m'agradava cap i van acabar tots a la paperera. Pensava i què poso? de què parlo? Fins que una nit em vaig despertar a les 12 tocades i em vaig posar a escriure el que em venia al cap, tot relacionat amb el que havia viscut i el nou procés que s'obria davant meu a partir de llavors. Vaig escriure sense parar fins acabar i sentir que havia aconseguit reflectir com em sentia. Aleshores vaig caure rodona. Al dia següent li vaig dir al meu pare i li vaig donar el relat a l'Antonia sense haver-me'l tornat a llegir. El vaig tornar a llegir quan ja estava imprès.



- *I què vas pensar en veure'l al llibre?*

Q.R.- Va ser una sensació molt profunda i emotiva perquè vaig comprendre que començava un procés de canvi intern profund i molt gran. Em reconeixia en allò que havia escrit i alhora no ho feia. En llegir el relat sentia que no era la Queralt d'abans, sinó que era una nova Queralt. Vaig pensar ostres, jo he escrit això? Això vol dir que estic enmig d'un canvi i m'he de plantejar si em llenço a la piscina. Vaig decidir fer-ho i tirar endavant amb la transformació.

- *No sé si és necessari preguntar-te si creus que l'escriptura pot tenir un efecte terapèutic...*

Q.R.- L'experiència d'escriure crec que és molt terapèutica sempre que es faci d'una manera no imposada. Quan seus i et ve la inspiració... agafa el llapis i escriu, però no et forçis a seure cada matí per escriure, perquè aleshores no és terapèutic. Escriure aquest relat va enfortir-me en molts aspectes i fins tot em va fer plorar en adonar-me que tenia moltes coses a dintre i no me n'havia adonat fins llavors.

- *Escrivies habitualment abans?*

Q.R.- Escrivia de forma molt esporàdica. Soc professora d'anglès i de vegades escrivia textos, però de caire més professional. Sí que havia escrit algun text creatiu, però no van ser experiències tan profundes com aquesta. Quan escrius sovint ets conscient del que estàs escrivint, però en aquesta ocasió jo no ho era; va ser com una pluja d'idees que vaig deixar anar sobre el paper. Per això vaig sentir com una certa sensació de sorpresa en llegir-lo després al llibre. Va ser com una connexió molt directa amb el meu jo més intern. Des d'aleshores escric més.

- *Li estàs donant continuat a aquell primer relat, aleshores?*

Q.R.- Sí! i m'està ajudant moltíssim, perquè moltes vegades sento coses que no sé com expressar i aleshores començo a escriure, deixo fluir la inspiració. Quan em trobo amb un estat emocional al qual no puc donar nom perquè no sé què és el que hi ha al darrera, escric. En escriure puc identificar aquella emoció, li puc donar un nom. En el meu cas és una escriptura terapèutica que m'ajuda sovint en aquest procés de transformació interna.

- *Penses que el teu relat i els dels altres relatadors poden ajudar a d'altres pacients?*

Q.R.- Crec que és molt important que la gent prengui consciència que escriure pot ajudar-los molt, moltíssim, a mirar dintre seu. Poques persones fan això, perquè resulta més fàcil evadir-se i mirar cap enfora. Escriure és una eina molt útil, però no es pot forçar a la gent a fer-ho, perquè augmentaria la resistència. En canvi, si una persona llegeix els relats als llibres i veu com han estat d'útils per a d'altra gent, és més fàcil que prenguin consciència. El millor d'aquest projecte és que posa a l'abast de tothom aquesta possibilitat: si vols escriu el que vulguis, el que sentis.

- *Per acabar et demanarem que ens recomanis un llibre.*

Q.R.- Hi ha un llibre que m'ha marcat molt. És *El misterio del solitario*, d'en Jostein Gaarder. T'explica la transformació profunda del protagonista a través de tots els naips de la baralla de cartes. També té connexions amb *Alicia al*

país de les meravelles. El rerefons de tots dos és que les aparences enganyen. És un llibre que et desencadena una reflexió interna ben profunda.

