

Queralt Rubio Peña, autora de *Viaje astral*, publicado en el primer volumen de *Desde mi habitación* (pág. 27)

“Escribir este relato me fortaleció en muchos aspectos”

- *Recuerdas cómo conociste el proyecto RELATO-Hos?*

Queralt Rubio.- Me detectaron un cáncer a la vuelta de un viaje en Chile y todo fue muy rápido. Después de una semana entera de pruebas, a la siguiente ya me estaban operando. Al día siguiente de la operación, mi padre me trajo la hoja informativa de RELATO-Hos. Estaba tan cansada que me lo miré y le dije: Gracias papá, déjame aquí y ya me lo miraré. Empecé a leer la hoja al día siguiente y pensé pues lo intento. Entonces recuerdo que hice diferentes borradores, pero no me gustaba ninguno y acabaron todos en la papelera. Pensaba ¿Y qué pongo? ¿De qué hablo? Hasta que una noche me desperté a las 12 tocadas y me puse a escribir lo que me venía a la cabeza, todo relacionado con lo que había vivido y el nuevo proceso que se abría ante mí a partir de entonces. Escribí sin cesar hasta acabar y sentir que había conseguido reflejar como me sentía. Entonces caí redonda. Al día siguiente se lo dije a mi padre y le di el relato a Antonia sin habérmelo vuelto a leer. Lo volví a leer cuando ya estaba imprimido.



- *¿Y qué pensaste al verlo en el libro?*

Q.R.- Fue una sensación muy profunda y emotiva porque comprendí que empezaba un proceso de cambio interno profundo y muy grande. Me reconocía en aquello que había escrito y a la vez no lo hacía. Al leer el relato sentía que no era la Queralt de antes, sino que era una nueva Queralt. Pensé ostras, ¿yo he escrito esto? Esto quiere decir que estoy en medio de un cambio y me tengo que plantear si me tiro a la piscina. Decidí hacerlo y salir adelante con la transformación.

- *No sé si es necesario preguntarte si crees que la escritura puede tener un efecto terapéutico...*

Q.R.- La experiencia de escribir creo que es muy terapéutica siempre que se haga de una manera no impuesta. Cuando te sientas y te viene la inspiración... coge el lápiz y escribe, pero no te fuerces a sentarte cada mañana para escribir, porque entonces no es terapéutico. Escribir este relato me fortaleció en muchos aspectos y hasta me hizo llorar al darme cuenta de que tenía muchas cosas dentro y no me había dado cuenta hasta entonces.

- *¿Escribías habitualmente antes?*

Q.R.- Escribía de forma muy esporádica. Soy profesora de inglés y a veces escribía textos, pero de cariz más profesional. Sí que había escrito algún texto creativo, pero no fueron experiencias tan profundas como esta. Cuando escribes a menudo eres consciente de lo que estás escribiendo, pero en esta ocasión yo no lo era; fue como una lluvia de ideas que solté sobre el papel. Por eso sentí como cierta sensación de sorpresa al leerlo después en el libro. Fue como una conexión muy directa con mi yo más interno. Desde entonces escribo más.

- *¿Le estás dando continuidad a aquel primer relato, entonces?*

Q.R.- ¡Sí!, y me está ayudando muchísimo, porque muchas veces siento cosas que no sé cómo expresar y entonces empiezo a escribir, dejo fluir la inspiración. Cuando me encuentro con un estado emocional al cual no puedo dar nombre porque no sé qué es lo que hay detrás, escribo. Al escribir puedo identificar aquella emoción, le puedo dar un nombre. En mi caso es una escritura terapéutica que me ayuda a menudo en este proceso de transformación interna.

- *¿Piensas que tu relato y los de los otros relatores pueden ayudar a otros pacientes?*

Q.R.- Creo que es muy importante que la gente tome conciencia de que escribir puede ayudarles mucho, muchísimo, a mirar para sus adentros. Pocas personas hacen esto, porque resulta más fácil evadirse y mirar hacia afuera. Escribir es una herramienta muy útil, pero no se puede forzar a la gente a hacerlo, porque aumentaría la resistencia. En cambio, si una persona lee los relatos en los libros y ve qué útiles han sido para otra gente, es más fácil que

tomen conciencia. Lo mejor de este proyecto es que pone al alcance de todo el mundo esta posibilidad: si quieres escribe lo que quieras, lo que sientas.

- *Para acabar te pediremos que nos recomiendes un libro.*

Q.R.- Hay un libro que me ha marcado mucho. Es *El misterio del solitario*, de Jostein Gaarder. Te explica la transformación profunda del protagonista a través de todos los naipes de la baraja de cartas. También tiene conexiones con *Alicia en el país de las maravillas*. El trasfondo de los dos es que las apariencias engañan. Es un libro que te desencadena una reflexión interna muy profunda.

