

RETO LITERARIO

4 días entrenando tu **talento** para
hacer *brillar* tu escritura

Cuadernillo MATERIAL EXTRA

Día 3

Silvia Martín
Valiente Inspo
valienteinspo@gmail.com
valienteinspo.com



RETO LITERARIO

4 días entrenando tu **talento** para
hacer *brillar* tu escritura

Día 3



La mentalidad

¿Por qué debemos entrenar la MENTALIDAD?



Monólogo interior

La escritura creativa puede ser un proceso emocionalmente desafiante.



Disparador creativo:
el dilema de un
escritor

Entrenar la mentalidad en la escritura creativa es esencial para desarrollar:

- la resiliencia.
- la persistencia.
- la apertura a la crítica.
- la creatividad.
- la flexibilidad.
- la autoconfianza.

Monólogo interior

El **monólogo interior** es una técnica literaria que se utiliza para representar los pensamientos y reflexiones internas de un personaje de manera directa y sin filtros.

Es como si el lector tuviera acceso directo a la mente del personaje, escuchando sus pensamientos tal como se presentan en su flujo natural, sin intervención del narrador.

SILVIA MARTÍN (VALIENTEINSPO) posee la propiedad exclusiva de esta obra. Queda estrictamente prohibido compartir, sublicenciar, distribuir, duplicar, vender, licenciar o crear trabajos derivados de cualquier tipo con respecto a esta obra. Todos los derechos de propiedad intelectual de este material formativo están reservados únicamente para uso exclusivo de SILVIA MARTÍN (VALIENTEINSPO).

RETO LITERARIO

4 días entrenando tu talento para hacer brillar tu escritura

Monólogo interior: ejemplos

En primera persona:

¿Por qué siempre me pasa a mí? No puedo creer que esto esté ocurriendo justo ahora. Todo estaba bien hasta que de repente todo se desmoronó. No puedo dejar de pensar en lo que podría haber hecho de manera diferente. Tal vez debería haber hablado más fuerte, haber tomado una posición más firme. Pero ahora es demasiado tarde para lamentarse. Tengo que encontrar una solución, una salida a esta situación. ¿Qué puedo hacer? Las opciones son limitadas y ninguna de ellas parece prometedora. Todo se siente tan abrumador en este momento. ¿Cómo puedo encontrar claridad en medio de este caos? Tal vez si me tomo un momento para respirar profundamente y calmarme, podré ver las cosas desde una perspectiva diferente. Pero es difícil. La ansiedad es como una pesada losa sobre mi pecho. Necesito encontrar una manera de liberarme de esto, de encontrar una solución, una salida. Pero no sé por dónde empezar. Todo es tan confuso...

En tercera persona:

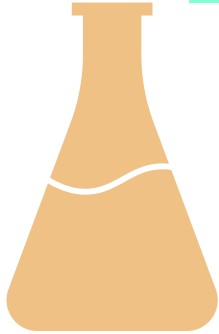
Él caminaba por la calle, perdido en sus pensamientos. ¿Por qué todo parecía tan complicado últimamente? Se detuvo frente al semáforo en rojo y miró fijamente hacia el suelo. Trataba de ordenar sus ideas. Necesitaba tomar una decisión pronto, pero su mente se volvía un caos de dudas y preocupaciones cada vez que intentaba pensar en ello. ¿Y si tomaba la decisión equivocada? ¿Y si arruinaba todo? Respiró hondo, tratando de tranquilizarse, pero el miedo seguía ahí, acechando en las sombras de su mente. Necesitaba encontrar una salida, un rayo de esperanza en medio de tanta oscuridad. Pero, ¿dónde podía encontrarla? Se sentía perdido, sin saber dónde buscar esa luz que tanto necesitaba. En lo profundo de su ser, ansiaba desesperadamente encontrar la fuerza y la claridad necesarias para seguir adelante, pero la pregunta seguía resonando en su mente: ¿dónde encontraría esa salvación?

SILVIA MARTÍN (VALIENTEINSPO) posee la propiedad exclusiva de esta obra. Queda estrictamente prohibido compartir, sublicenciar, distribuir, duplicar, vender, licenciar o crear trabajos derivados de cualquier tipo con respecto a esta obra. Todos los derechos de propiedad intelectual de este material formativo están reservados únicamente para uso exclusivo de SILVIA MARTÍN (VALIENTEINSPO).

RETO LITERARIO

4 días entrenando tu **talento** para
hacer *brillar* tu escritura

Instrucciones para ESCRIBIR



Disparador creativo:
el dilema de un
escritor

- 1) Vamos a provocar un giro en tu historia.
- 2) Tu personaje decide escribir un libro basado en todo lo que ha experimentado en las últimas páginas. *Sin embargo...*

Recibe una propuesta editorial muy generosa por el manuscrito con una condición:

En Oslo hay una biblioteca donde se están escribiendo libros con una condición: que no se lean hasta dentro de 90 años

- Un manuscrito de un escritor diferente cada año es almacenado en un espacio seguro
- Nadie puede publicarlo ni siquiera leerlo, tampoco el autor puede hablar de su contenido
- Los cien manuscritos serán publicados en 2114, cuando la mayoría de los impulsores habrá muerto

[Link a la noticia real: haz clic aquí para leerla completa.](#)

Fuente: xataka.com

Escribe un capítulo en el que el personaje reflexiona sobre la decisión que debe tomar utilizando el **monólogo interior**.

Reflexiona sobre sus valores, su camino literario, su motivación...

SILVIA MARTÍN (VALIENTEINSPO) posee la propiedad exclusiva de esta obra. Queda estrictamente prohibido compartir, sublicenciar, distribuir, duplicar, vender, licenciar o crear trabajos derivados de cualquier tipo con respecto a esta obra. Todos los derechos de propiedad intelectual de este material formativo están reservados únicamente para uso exclusivo de SILVIA MARTÍN (VALIENTEINSPO).

TEMPLO

Tu espacio mensual para escribir, aprender y crecer como escritor/a.

¿Tienes ideas pero nunca encuentras el momento de escribir?

¿Te encantaría mejorar tus historias, pero te pierdes entre consejos, ideas o dudas?

¿Te bloqueas y sueñas con una comunidad literaria que te acompañe?

Te presento el TEMPLO, una membresía literaria mensual, diseñada para que escribas sin presión, mejores tu técnica narrativa y compartas el camino con otras personas que también aman escribir.

[Pulsa aquí para más información](#)

