



Escribir ayuda a ejercitar la mente

Escribir ayuda a ejercitar la mente

Existe una herramienta de escritura creativa que promueve una mente saludable, la cual se puede practicar con o sin experiencia previa en escritura. Se trata de los **binomios fantásticos**.

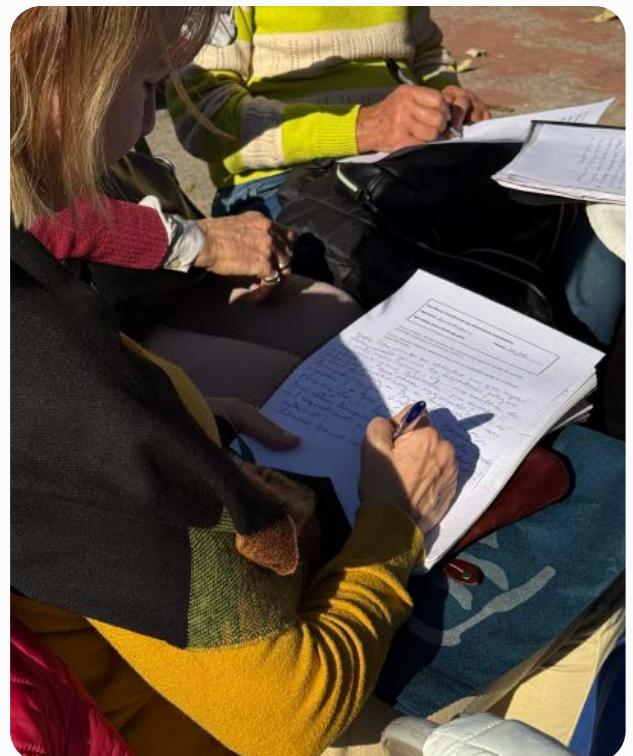
¿Qué es un binomio fantástico?

Se trata de elegir dos palabras al azar y que nada tengan que ver entre sí. Es decir, que ambas sean de universos conceptuales diferentes.

En otras palabras, **no pueden ser dos animales, dos utensilios o dos países**. **Gato y elefante** no serían un binomio fantástico ya que ambos son del reino animal. Tampoco **cuchara y tenedor**, porque los dos son elementos de cocina.

Binomios fantásticos correctos serían:

- Piedra y cartón
- Regla y caracol
- Sándwich y tijera
- Árbol y albóndigas



¿Qué hacemos con ellas?

Con esas dos palabras se debe crear una frase, oración, poesía o cuento corto donde tienen que estar presentes ambas, en cualquier parte del texto y sin importar el orden en el que aparezcan.

Vamos con unos ejemplos

Si se elige el binomio fantástico “**caja - estrellas**”, podemos jugar con la imaginación y encontrar una relación entre ambas palabras para empezar a crear.

- “Estaba parado sobre la **caja**, pero tampoco podía ver las **estrellas** desde ahí”.
- “Todos los integrantes de la familia se prepararon para armar el árbol de navidad. Sobre la mesa pusieron la **caja** donde guardaban todos los adornos: guirnaldas, luces, esferas y **estrellas**”.

¿Qué beneficios tiene esta práctica?

Al intentar crear un texto con el desafío de los binomios fantásticos, la mente se pone en marcha y se vuelve **más creativa**.

Esto sucede porque el **cerebro tiene que salir de su zona de confort para armar un relato u oración desde algo complejo**, intentando encontrar una relación entre las dos palabras elegidas que, como se explicó más arriba, no correspondan al mismo universo conceptual.



Idea creativa

Podemos convertir las reuniones con familiares y amigos en un espacio de desafío creativo y **proponer el mismo binomio fantástico para todo el grupo** y que cada uno escriba y comparta en voz alta su resultado.

De esta manera, podemos sorprendernos de los diferentes caminos que tome cada uno en su texto, partiendo del mismo binomio fantástico.