



writing
retreat

WRITING RETREAT

WSZYSTKO, CO WARTO WIEDZIEĆ

Justyna Niebieszczńska

Wstęp. Kiedy marzenia zamieniasz w działania.

Od kilku lat śledziłam writing retreat na świecie, bo marzyło mi się, aby na nie pojechać. Biłam się jednak z myślami, dlatego, że byłoby w języku angielskim, a ja jednak większość piszę i chcę pisać po polsku. Na polskim rynku, obok typowych kursów pisarskich i warsztatów kreatywnego pisania (rozumianych jako warsztaty nauki rzemiosła), nie ma oferty writing retreat. Kiedy pewnego lata użalałam się mojej przyjaciółce, że chciałabym, ale nic z tego, padła ta prosta riposta:

- Skoro nie ma tego, czego chcesz to sama, to zorganizuj.

I tak w 2019 roku we Włoszech odbył się pierwszy writing retreat zorganizowany przeze mnie. To doświadczenie utwierdziło mnie nie tylko w przekonaniu, że chcę w takim wyjeździe uczestniczyć, ale i je tworzyć. Stąd już jest gotowy program writing retreat 2020 we Włoszech nad jeziorem Garda, a ja postanowiłam, że będę promować tę formę rozwoju osobistego i pisarskiego. Dlatego piszę o tym na Creativity First, stworzyłam fanpage Writing Retreat i oddaję ci do rąk tego e-booka z podstawowymi informacjami.

Większość osób szuka kursów, zapisuje się do szkół pisarskich, kupuje kursy on-line, w ogóle nie wiedząc, że istnieje genialna forma rozwoju pisarskiego, którą jest writing retreat. Nie ma drugiej tak kreatywnej i wartościowej - ze względu na łączenie pisania z zadbanie o siebie, tak inspirującej i tak motywującej formy. Writing retreat to praktyczna wiedza, niesamowity zastrzyk motywacji i bezcenne doświadczenie wsparcia i zrozumienia innych piszących. To konkretne odpowiedzi związane z tym jak pisać, wykorzystując swój niepowtarzalny potencjał. Writing retreat jest dla mnie ważny, dlatego że nie traktuje pisania jako rzemiosła oderwanego od tego kim jesteś, a wręcz przeciwnie - stawia na zadbanie o siebie, na czas dla siebie, na odkrywanie od nowa lub na nowo swoich możliwości.

Promowanie i zaznajamianie z formą nauki writing retreat jest spójne z tym co robię od kilku lat prowadząc warsztaty kreatywnego pisania i autorskie warsztaty pisania z trzewi. Również i w tych działaniach priorytetowym dla mnie jest stawianie na niepowtarzalność piszącego. Wskazuję, jak poznawać siebie, rozpoznawać swoją unikatowość, praktykować swoją kreatywność, i dążyć do wierności sobie. Rzemiosła uczy wielu, a niewielu pokazuje i uczy poprzez doświadczenie, jak w praktyce czerpać z siebie i tworzyć niepowtarzalne teksty ze względu na to kim jesteś, co przeżyłeś, jak widzisz i pojmujesz ten świat.

Więcej informacji:

www.kreatywnepisanie.info

www.justynaniebieszczanska.com

FB: www.facebook.com/writingretreat

Po co powstał ten e-book?

Przede wszystkim po to, aby podzielić się informacjami o tym, czym jest writing retreat, abyś mógł sprawdzić, czy to jest forma rozwoju dla ciebie. Takie informacje znajdziesz w tym e-booku:

1. Co to jest writing retreat	4
2. Korzyści a writing retreat	4
3. Rodzaje writing retreat	5
4. Dla kogo jest writing retreat	6
5. Czy writing retreat jest tylko dla piszących	7
6. Program writing retreat	7
7. Gdzie odbywa się writing retreat	8
8. Cena writing retreat	9
9. Wspólnota a writing retreat	9
10. Zasady na writing retreat	10
11. Writing retreat nad Gardą 2020	10

1. Co to jest writing retreat

Writing retreat to połączenie pisania i osobistej regeneracji. Najczęściej jest realizowany w formie programu weekendowego, tygodniowego lub dłuższego. Zakłada oddanie się pracy lub pasji, którą jest pisanie i doskonalenie warsztatu, lub wykonanie pracy związanej z napisaniem. Jest to również czas na odpoczynek i osobistą refleksję. To połączenie kursu pisarskiego z odnowieniem kontaktu ze sobą.

Słowo retreat nawiązuje do duchowego odrodzenia i jest obecne w buddyzmie, chrześcijaństwie i innych religiach. Współczesne znaczenie jest pozbawione kontekstu religijnego i opisuje pobyt związany z szeroko pojętą nauką, odnową, odpoczynkiem. Po łacinie oznacza wycofać się i jest rodzajem wycofania się ze świata, z codzienności, choć na kilka lub kilkanaście dni.

Słowo writing (pisanie) odnosi się do kilku sfer związanych z pisaniem. Przede wszystkim taki wyjazd to inkubator kreatywności i inspiracji. Szczególnie jest to cenne dla tych, którzy z różnych powodów „utknęli” z pisaniem. Niewątpliwie jest to czas rozwoju pisarskiego, który przede wszystkim gwarantują zajęcia proponowane w ramach wyjazdu. Unikatową wartością jest również kontakt z innymi piszącymi i wymiana doświadczeń.

Writing retreat oferuje idealne warunki – miejsce, zabezpieczenie podstawowych potrzeb związanych z zakwaterowaniem. To rodzaj inwestycji w rozwój i praktykowanie, która odplaca się napisanym tekstem, byciem pewniejszym, świadomym kolejnych życiowych kroków. Dla niektórych to czas bardzo intensywnego pisania. Są tacy, którzy jadą po to, aby oderwać się od codzienności i zaczerpnąć tchu, nabrać perspektywy. Dla mnie osobiście najważniejsze na writing retreat jest doświadczenie własnej kreatywności, niepowtarzalności i swobody bycia jak chcę.

2. Korzyści a writing retreat

Korzyści są związane z szeroko pojętym rozwojem, odpoczynkiem, poznawaniem nowych miejsc i ludzi.

To możliwość wylogowania się z codziennego życia i podjęcia decyzji, że teraz koncentrujemy się na sobie. Na pisaniu. Dla mnie połączenie tych dwóch rzeczy czyni niesamowitą różnicę w doświadczaniu, nauczaniu, odważaniu się na więcej w pisaniu.

Wartością niezwykłą jest też to, że jesteśmy wraz z innymi piszącymi. Są wśród nich osoby, które opublikowały nawet kilka książek i takie, które mają ukryte swoje pisanie w szufladzie. Są też tacy, którzy chcą doświadczyć pierwszy raz w życiu writing retreat.

To sprawia, że w końcu całym sercem i umysłem możemy spotkać siebie - osobę piszącą. I mamy dla niej czas, przestrzeń mentalną, empatię. Co do wymiernych efektów, to zależą od celu uczestnika i mogą być nimi: napisany tekst, plan powieści, dopracowany pomysł, konkretne inspiracje i pomysły, etc.

3. Rodzaje writing retreat

W 2016 roku wyjechałam na Rodos i to był mój pierwszy, osobisty, świadomy writing retreat. Niestety, nie pisałam wiele. Spacerowałam wzdłuż morza i rozpaczalam po utracie przyjaciela. Ten czas jednak dał mi ważną odpowiedź: potrzebujesz uczyć się i potrzebujesz ludzi, potrzebujesz swojego plemienia, aby połączyć wolność z inspiracją i z energią grupy. Tak jak głodny nie zrozumie sytego, tak tylko piszący może zrozumieć piszącego. Z Rodos wróciłam z myślą, że chcę zorganizować writing retreat.

Już wtedy wiedziałam, czym jest writing retreat i jak - w różny sposób - może być realizowany. To czas z innymi piszącymi, w którym jest nauka, rozwój osobisty, droga do siebie, rozwój pisarski. To czas dla siebie - z wyboru. Dla jednych jest przede wszystkim czasem pisania, dla innych poszukiwania i wzmacniania swojej pewności siebie, jeszcze inni potrzebują tych dni, aby pokonać blokady i podjąć decyzję. To czas wycięty z codzienności i ofiarowany części siebie - tej, która również szuka drogi do drugiego człowieka poprzez pisanie. To czas, kiedy zostawisz za sobą pośpiech, codzienne obowiązki, stres cywilizacyjny i głęboko wciągasz powietrze. Pachnie jeziorem, świeżą kawą i słońcem. Ten czas jest wielkim festiwalem kreatywności i wolności. To nie stworzenie siebie, a powrót do siebie. To bycie takim, jakim chcesz być. Kto nie chciałby znaleźć się tam i świętować?



Dzielimy writing retreat głównie na dwa rodzaje. Jedne koncentrują się na pisaniu i napisaniu. Warsztaty nie są tu istotne, ale priorytetowa jest przestrzeń i czas delegowane w 100% pisaniu. I tak, czasami, oznacza to dobrych kilka godzin pisania dziennie.

Na innych w programie są warsztaty pisarskie, kreatywne pisanie i spotkania z innymi piszącymi. Te writing retreat stawiają na rozwój pisarski i nowe doświadczenia z uwzględnieniem interakcji jakie oferuje grupa.

Osobiście stawiam na writing retreat w którym najważniejsza jest szansa na rozwój i spotkanie z innymi piszącymi oraz na odpoczynek. Ważne jest dla mnie również nawiązanie kontaktu z samym sobą. Może się tak zdarzyć, że nie napiszemy wiele na takim retreat, ale wracamy z wiedzą, inspiracją, jasno wytyczonym kierunkiem działań i magicznymi wspomnieniami.



4. Dla kogo jest writing retreat

Writing retreat jest dla szeroko rozumianej społeczności piszących:

1. jest dla osób, które piszą do szuflady i traktują taki wyjazd jako ważny element w swoim doświadczeniu pisarskim,
2. jest dla osób, które jadą z konkretnym celem do realizacji, chcą dopracować pomysł, zacząć pisać opowiadanie czy dokończyć powieść,
3. jest dla osób, które piszą już publikują i traktują taki wyjazd jako ważny element rozwoju,
4. jest dla osób, które utknęły i nie wiedzą co dalej lub przeżywają najróżniejsze formy blokady pisarskiej,
5. jest dla osób, które traktują taki wyjazd jako - z jednej strony źródło inspiracji, motywacji, a z drugiej - potrzebę czasu dla siebie, odpoczynku czy przerwy od codzienności,
6. jest dla osób, dla których pisanie jest pasją i chcą jej poświęcić więcej czasu, w tym również po to, aby odnaleźć odpowiedź na pytanie, co dalej z moim pisaniem,
7. jest dla osób, które w końcu chcą mieć czas dla siebie i swojej pasji,
8. jest dla osób, które stawiają na intensywne warsztaty pisarskie.

Dlaczego writing retreat to dobra decyzja? Bo to więcej niż jeden kurs pisarski. Zależnie od programu, mogą one dotyczyć pisania powieści czy scenariuszy, szlifowania rzemiosła, pobudzania kreatywności. Czyli masz szansę na intensywny rozwój warsztatu pisarskiego.

Na writing retreat nad Gardą 2019 w programie było kreatywne pisanie, czyli ćwiczenia pobudzające wyobraźnię, prowokujące do wyrażenia siebie poprzez słowa. Drugie zajęcia dotyczyły pisania opowiadania, a dokładnie przygotowania się do niego i zawierały m.in. udzielanie sobie wartościowego feedbacku. Na najbliższym writing retreat, w 2020 roku, pojawi się kurs pisania powieści i warsztaty z creative writing z expressive writing. Tym sposobem w ciągu tygodnia możesz doświadczyć co najmniej dwóch kursów pisarskich i wymiernej korzyści napisania, o którą bardzo trudno na co dzień.

5. Czy writing retreat jest tylko dla piszących?

Jest dla każdego kto poszukuje siebie, przygody, oddechu.

Writing retreat przede wszystkim jest skierowany do piszących - dla tych, którzy marzą o napisaniu czegośkolwiek i dla tych, którzy traktują pisanie jak hobby. Jest również dla tych, którzy stawiają na swój rozwój z wykorzystaniem pisania. Writing retreat jest dla każdego, kto jest otwarty na nowe doświadczenia, nowe miejsca i nowych ludzi.

Na organizowanych przez siebie writing retreat promuję intrakomunikację – rozmowę ze sobą, spotkanie ze sobą. Osobiście stawiam sprawę jasno – jest to czas dla siebie i spotkania z wiernością sobie. #SibiFidelis – wierność sobie to nie tylko dla mnie wyzwanie życiowe, ale również ważny element w stawaniu się pisarzem. Writing retreat jest przestrzenią na pisanie i szlifowanie rzemiosła pisarskiego, ale jest również dla mnie czasem poszukiwań swojej niepowtarzalności i autentyczności. Bo wiemy, że wszystko zaczyna się w głowie. Nawet to, czy i co napiszemy.

6. Program writing retreat

Program writing retreat zwykle łączy trzy elementy: doskonalenie pisania (w formie warsztatów, kursu czy wykładów); wartość, którą jest spotkanie i rozmowy z innymi piszącymi oraz wakacje (czas dla siebie).

W programie zwykle jest jeden lub dwa warsztaty dziennie z przerwami na pisanie, zwiedzanie czy odpoczynek. Bywają takie, kiedy zajęcia są bardzo intensywne, po kilka godzin dziennie. Pojawiają się też indywidualne zajęcia z prowadzącymi i sesje mentoringowe.

Prowadzącymi mogą być pisarze, dziennikarze, blogerzy, psychologowie, etc. Bardzo często dodatkiem do takiego warsztatu są zajęcia jogi, medytacji czy artystyczne.

Moim zdaniem organizacja dnia powinna dbać o równowagę pomiędzy trzema elementami – warsztatami pisarskimi, czasem dla siebie, rozmowami z innymi uczestnikami.

Writing retreat nad Gardą zaczynamy o 8.00 wspólnym śniadaniem. Pierwsze zajęcia startują o 9.30, a drugie są o 12.15. Większość zajęć staram się umieścić do południa, a po południu jest czas dla siebie, na opalanie, pływanie, wizytę w winiarni, spacer do miasteczka, czy wycieczkę. Spotykamy się na kolacji o 19.00. Zwykle pogoda pozwala na to, aby biesiadować na tarasie z widokiem na Gardę. Dodatkowo zajęcia Biodanza, metody rozwojowej opartej na ruchu, poprowadzi Agnieszka Sut.

7. Gdzie odbywa się writing referat?

Miejsce ma ogromne znaczenie. Writing retreat zwykle organizowany jest w przepięknych miejscach. Lokalizacje są wybierane blisko natury i w ustronnych miejscach. Dlatego najczęściej są na wsi, na obrzeżach małych miasteczek lub w zupełnie odludnej okolicy.



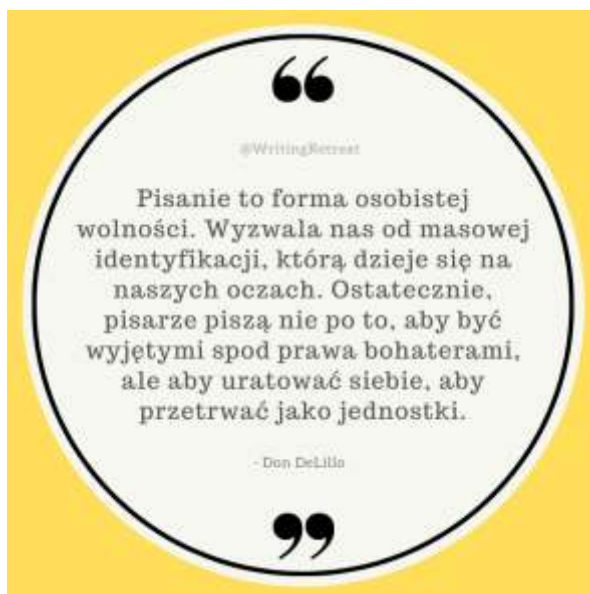
Miejsce ma dobroczynnie wpływać na samopoczucie i dawać realne odczucie wymarzonych wakacji. Ma też odizolować uczestników od hałasu i od zdobyczy cywilizacji takich jak telewizor, radio, internet.

Zakwaterowanie jest często w kilkupokojowych willach lub pensjonatach. Standard jest najróżniejszy od bardzo podstawowego aż po luksusowy.

8. Cena writing retreat

Zwykle w cenie jest pobyt (zakwaterowanie, wyżywienie) i program pisarski. Bywa, że jest fakultatywna wycieczka czy indywidualna praca z mentorem czy dodatkowe warsztaty, które nie są związane bezpośrednio z pisaniem (np. joga). W większości przypadków koszty dojazdu, dodatkowych atrakcji (w tym wycieczek czy warsztatów) są dodatkowo płatne. Organizator informuje o tym z wyprzedzeniem. Warto zadbać o dobre ubezpieczenie zdrowotne szczególnie jeżeli retreat odbywa się poza granicami Polski.

Ceny writing retreat są wysokie w związku z tym, że łączą program pisarski z pobytem w atrakcyjnym miejscu. Zwykle zaczynają się od ponad 2000 dolarów czy 2000 Euro, ale osiągają też ceny wielokrotnie wyższe. Dlatego jestem niezmiernie szczęśliwa, że writing retreat nad Gardą można „zamknąć” w o dużo niższej kwocie.



9. Społeczność a writing referat

Writing retreat jest również unikalnym doświadczeniem ze względu na spotkanie różnych ludzi, z różnym doświadczeniem, których łączy jedno: pisanie. Dlatego jest to miejsce, w którym, jak nigdzie indziej, możemy porozmawiać o wszystkim, co wiąże się z tworzeniem. To tu znajdujemy cenne wskazówki i zawieramy wyjątkowe znajomości.

Chcemy doświadczyć poczucia wspólnoty i writing retreat dla wielu jest właśnie szansą na czerpanie z bycia razem. Możesz doświadczyć bycia w grupie, która mówi tym samym językiem, rozumie się, wspiera, słucha. W grupie, w której dzielisz się pomysłami, pokazujesz to co stworzyłeś, mówisz o tym, co dla ciebie ważne, masz przestrzeń do rozmowy i wsparcie. W tym otwartym świecie, w globalnej wiosce obserwuję, że coraz bardziej pragniemy zacisza, komfortu i radości rozmowy w ramach swojej grupy.

Osobiście wierzę w siłę plemienia piszących (writing tribe) i dlatego stworzyłam i prowadzę grupę na FB: Niebieszczanska::creative writing. W tym plemieniu o którym myślę, nie chodzi o więzy krwi, ale świadomość, że łączy nas coś ważnego. Łączy, ale nie przywiązuje czy związuje.

10. Zasady na writing retreat

Na writing retreat obowiązują określone zasady, które ustala organizator. Mogą być rygorystyczne, jak zakaz korzystania z Internetu lub w ogóle z telefonu. Według mnie najważniejszą zasadą jest szacunek wobec drugiej osoby. Sprowadza się to do zasady: Zachowuj się tak, aby innym nie przeszkadzać.

Zasady są przedstawiane przez organizatora lub/i dyskutowane z uczestnikami. Zawarcie wspólnego kontraktu pomiędzy uczestnikami daje komfort bycia w grupie i poczucie bezpieczeństwa dla siebie.

11. Writing retreat 2020

Writing retreat 2020 składa się z dwóch kursów pisarskich:

- creative writing z elementami expressive writing, który stawia na kreatywność, insolację i kontakt ze sobą,
- pisanie powieści, który w intensywny i praktyczny sposób mówi o tym jak napisać powieść, którą ludzie chcą czytać.

Uczestnicy będą mogli również doświadczyć warsztatów Biodanzy prowadzonych przez Agnieszkę Suł. W planie są wieczorne otwarte wykłady podejmujące różnorodną tematykę.

Informacje na temat Writing Retreat wraz z linkiem rekrutacyjnym znajdziesz na: www.kreatywnepisanie.info

O writing retreat również na FB: www.facebook.com/writingretreat

Kontakt do mnie: j.niebieszczanska@gmail.com

Sale na Piotrowskiego - miejsce idealne do wynajęcia. Nawet na godzinę!

Analiza
Marki Regionalnej
Kolejny wyzwanie, pierwszy sukces, kolejny przykład



Sale na Piotrowskiego – moje ulubione.

Korzystam z nich prowadząc konsultacje, organizując warsztaty pisarskie, szkoląc ludzi.

Sale na Piotrowskiego - partner grupy pisarskiej Niebieszczańska::creative writing.

Spełniają wszystkie kryteria idealnego miejsca: świetna lokalizacja, bardzo dobre wyposażenie, przyjazna atmosfera. I profesjonalny kontakt z klientem.

Sale na Piotrowskiego - polecam!

- Justyna Niebieszczańska

Adres: Piotrowskiego 19/2, Bydgoszcz

Powierzchnia: sala 24 i 48 metrów



Kontakt w sprawie wynajmu:

Joanna Czerska-Thomas, tel. 501 925 206

lub kontakt@joannathomas.pl



E-book Writing retreat. Wszystko, co warto wiedzieć.

Pomysł i tekst: Justyna Niebieszczkańska

Opracowanie graficzne i korekta: Joanna Czerska-Thomas

Zdjęcie: wykonane w Toscolano Maderno na writing reterat 2019, Ezo Oneir

Copyright Justyna Niebieszczkańska. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek formie bez podania autora jest zabronione.

Więcej informacji o writing retreat na:
www.kreatywnepisanie.info/writingretreat