

www.ketab.ir

رها و ناهشیار می نویسم

هنر جســتارنویسی

آدرلارا ترجمه‌ی الهام شوشتری زاده



www.ketab.ir

سرشناسه: لارا، ادر، ۱۹۵۲-م. Lara, Adair

عنوان و نام پدیدآور: رها و ناهشیار می نویسم: هنر جستارنویسی و خاطره پردازی/ ادر لارا؛ مترجم الهام شوشتری زاده.

مشخصات نشر: تهران: نشر اطراف، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۳۵۲ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۹۴-۵۶-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیبا

یادداشت: عنوان اصلی: Naked, drunk, and writing : shed your

inhibitions and craft a compelling memoir or personal

essay, 2010.

موضوع: خود سرگذشتنامه نویسی -- نویسندگی

رده بندی کنگره: PE۱۴۷۹

رده بندی دیویی: ۸۰۸/۰۶۶۹۲

شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۶۳۳۶۶

رها و ناهشیار می نویسم

هزار جسد تارنویسی

آدرلارا ترجمه‌ی الهام شوشتری زاده

بازبینی نهایی متن: زهره ترابی

با تشکر از فرید مهاجر و قاسم فتحی

صفحه‌آرایی: جواد آیت

طراح جلد: حمید قدسی

چاپخانه: صحافی: نمونه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۷۷-۵۶-۴

چاپ هفتم: ۱۴۰۲، ۱۰۰۰ نسخه



اطراف

همه‌ی حقوق چاپ و نشر این اثر برای «نشر اطراف» محفوظ است. هرگونه تکثیر، انتشار و بازنویسی این اثر (چاپی، صوتی، تصویری، الکترونیکی) بدون اجازه‌ی کتبی ناشر ممنوع است. نقل برش‌هایی از متن کتاب با ذکر منبع آزاد است.

تهران، خیابان میرداماد، خیابان مصدق جنوبی، کوچه‌ی تابان، پلاک ۱۱، واحد ۱

تلفن: ۲۲۹۰۲۹۷۵ | Atraf.ir

بخش اول نوشتن قصه‌ی خود

شخصی‌ترین چیزها عمومی‌ترین چیزها هستند ۲۱

قلب گرم، چشم سرد ۳۱

بخش دوم جستار شخصی

عناصر جستار موفق ۳۷

۳۸ انگیزش دارید

۴۰ پرسشی که جستار را پیش می‌برد

۴۱ درباره‌ی لحظه‌ی تغییر بنویسید

جستار را بسازید

۵۰ طرح کلی جستار را مشخص کنید

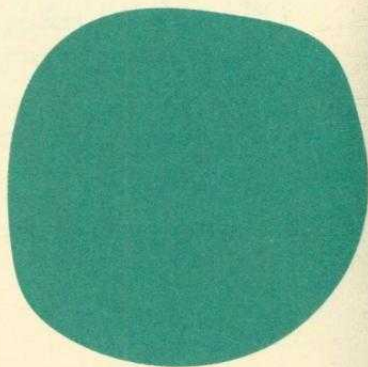
۵۳ شهودتان را بنویسید

چه دیدگاهی دارید؟ ۶۵

۶۷ موضوع دارید اما دیدگاه هم دارید؟

۷۰ چگونه دیدگاه پیدا کنیم؟

۷۳ چگونه از تله استفاده کنیم؟



شگردها و تمرین‌های جستارنویسی

و خاطره‌پردازی

لحن ۷۹

آیا بامزه‌اید؟ ۸۲

دسته‌گل به آب بدهید ۹۰

مراقب لحن باشید ۹۳

صدا صدای خودتان است؟ ۹۷

تصویر ۱۰۱

از حواس پنج‌گانه استفاده کنید ۱۰۵

تصاویری با جزئیات ریز بسازید ۱۱۰

ضرورت ترسناک چشم‌انداز احساسی درونی ۱۱۷

خودت را به نوشتن وادار ۱۲۳

قطعه‌ای از (شعر/نثر/تئاتر) را روی قطعه‌ای ب (صندلی) بگذارید ۱۲۵

هر روز بنویسید ۱۲۹

وقتی نوشتن ندارید؟ این هم سعادتی است ۱۳۱

سطح نوشتن دهایتان را پایین بیاورید ۱۳۲

همکاری با نویسندگان دیگر ۱۳۷

هم‌نویس‌ها چگونه شما را به نوشتن وامی‌دارند ۱۳۸

راه و رسم هم‌نویسی ۱۴۱

کلاس بروید ۱۴۵

عضو گروه شوید ۱۴۹

راه و رسم بازخورد دادن ۱۵۱

راه و رسم بازخورد گرفتن ۱۵۷

بازیابی بازنویسی اثر ۱۶۱

از پیش‌نویس فاصله بگیرید ۱۶۴

شروع متن را اصلاح کنید ۱۶۷

پایان متن را اصلاح کنید ۱۶۹

کل متن را اصلاح کنید ۱۷۲

جمله‌ها را اصلاح کنید ۱۷۸

چطور بفهمیم کار به پایان رسیده است؟ ۱۸۴

بخش چهارم خاطره‌پردازی

طرح‌ریزی برای خاطره‌پردازی ۱۸۷

۱۸۸ آیا ایده‌ی شما خوب است؟

۱۹۵ از صدای ژرف‌اندیش کمک بگیرید

۲۰۴ تحقیق کنید

۲۰۹ مواد خام‌تان را سازمان‌دهی کنید

۲۰۹ پیش‌نویس اکتشافی بنویسید

نگه‌داری برای دورریختنی‌ها ۲۱۳

۲۱۴ مقصود و موانع را بشناسید

۲۱۷ رخدادهای کلیدی را مشخص کنید

۲۲۱ ترسیم قوس روایی

۲۲۶ قوس روایی را تقویت کنید

۲۳۲ چرا اسمش را ناداستانِ خلاقانه گذاشته‌ایم؟

۲۳۳ ویراستار استخدام کنید

۲۳۶ به ساختارهای نامتعارف فکر کنید

روایتگری و صحنه‌پردازی ۲۳۹

۲۳۹ استفاده از روایتگری

۲۴۱ نوشتن صحنه‌های گیرا

۲۴۸ به مادرِتان جان بدهید

۲۵۴ از دیالوگ استفاده کنید

بخش پنجم انتشار اثر

حرف‌هایی درباره‌ی پول ۲۶۱

- یافتن بازار ۲۶۷
چطور ناشر را مجذوب کنید ۲۷۴
درباره‌ی حق و حقوق ۲۷۷
ارسال اثر ۲۷۸
با پاسخ منفی چگونه برخورد کنیم ۲۸۴
با پذیرش اثر چگونه برخورد کنیم ۲۸۵
نوشته‌هایتان را منتشر کنید ۲۸۷

انتشار خاطره‌پردازی ۲۸۹

- کارگزار ادبی پیدا کنید ۲۹۰
درباره‌ی نام‌های هم‌کاری، وسواس به خرج دهید ۲۹۳
نوشتن طرح پیشنهادی ۲۹۷
انتخاب ناشر ۳۰۳
آیا خوب است کتاب‌تان را خودتان منتشر کنید؟ ۳۰۶
اگر مادرم کتابم را بخواند چه؟ ۳۱۰
گزینه‌های پیش رو ۳۱۴

یادداشت پایانی ۳۱۹

پیوست ۳۲۷

- فهرست خواندنی‌ها ۳۲۷
راهنمای مفید ۳۲۸
تمرین‌های نویسندگی ۳۲۹

فهرست اسامی خاص ۳۳۹

به رهایی کودکی که بی پروا با آتش بازی می‌کند،
جستار به قلمروهای تعیین شده تن نمی‌دهد.
تلاشش نه برای رسیدن به دستاوردی علمی است
و نه برای خلق اثری هنری. جستار آینه‌ی چیزهایی
است که دوست می‌داریم و دوست نمی‌داریم،
نه مریخی غایش هوش و خرد ما برای خلق اثر
از هیچ. جستار با قصه‌ی آدم و حوا شروع
نمی‌کند. حرفی را که می‌شنویم از هر جا که
حس کند حرفش کامل شده آینه‌ی جایی که دیگر
حرفی برای گفتن نماند لب فرو می‌بندد.

تئودور آدورنو

یادداشت مترجم

جوان تر که بودم، دوست داشتم بنویسم اما من هم، مثل نویسنده‌ی کتابی که در دست دارید، روزی به این نتیجه رسیدم که نویسندگی جایی در طالع‌م ندارد. می‌خواستم بنویسم اما نه می‌دانستم چطور می‌توانم شروع کنم و نه می‌دانستم چیزی که دلم می‌خواهد بنویسم دقیقاً چه جور چیزی است. و یکی دو کلاس نویسندگی هم شرکت کردم و چند کتاب آموزش نویسندگی هم خواندم اما تنها نتیجه‌اش این بود که قله‌ی نوشتن برایم فتح‌نشدنی تر شد. انگار نویسنده‌ها استعدادی ذاتی و معجزه‌آسا داشتند که من از آن بی‌نصیب مانده بودم. کاری نمی‌شد کرد.

چند سال بعد، کلمه‌ی «جستار» که سر زبان ادبیات دوست‌ها افتاد، به گوش من هم رسید. تا آن وقت، بی‌آن‌که اسم این ژانر ادبی را بدانم، جستارهای زیادی خوانده بودم و اتفاقاً ژانر محبوبم بود. تب جستارنویسی که به جان همه افتاد، فیل من هم دوباره یاد هندوستان کرد اما فوری غل‌وزنجیر قدیمی را به پایش بستم و متقاعدش کردم به جستارخوانی رضایت بدهد. سال‌ها قبل

تصمیمم را گرفته بودم که استعدادی برای نوشتن ندارم و تصور می کردم متن خوب، جستار خوب، فقط محصول استعداد و قریحه‌ی شخصی است و راه و رسم نوشتن چیزی نیست که بشود یادش گرفت و یادش داد. فکر می کردم آدم‌ها یا نویسنده‌ی مادرزادند یا نیستند.

وقتی کتاب رها و ناهشیار می نویسم به دستم رسید، نگاهم تغییر کرد. فهمیدم فوت و فنِ نویسندگی هم واقعاً یادگرفتنی است و گرچه به نظر می رسد جستار، مخصوصاً جستار روایی یا شخصی، در قالب‌های سفت و سخت معمول نمی‌گنجد و از آن بت‌های عیاری است که هر لحظه به شکلی در می‌آید، راه و روش جستارنویسی را هم می‌شود با تمرین یاد گرفت و انبوه افکار آشفته و لاف‌هم را به شکلی منسجم و خواندنی و گیرا روی کاغذ آورد. از آن مهم‌تر، فهمیدم می‌توانم این راه و روش را به شیوه‌ای به کار گرفت که مانع بازیگوشی و سیالیتِ ژانر جستار نشود و جستارنویس را اسیر قید و بندهای دست و پاگیر نکند.

آدر لارا، نویسنده‌ی رها و ناهشیار می نویسم، چهل و ده ساله برای بزرگ‌ترین و مهم‌ترین نشریات آمریکایی جستار نوشته، یکی دو کتاب خاطره‌پردازی (مموآر) منتشر کرده و سال‌ها است که دوره‌های آموزشی پرطرفداری برای جستارنویس‌ها و خاطره‌پردازان برگزار می‌کند. شاید وجه تمایز کتابش با بسیاری از کلاس‌ها و کتاب‌های آموزش نویسندگی همین باشد: لارا ژانر جستار روایی و خاطره‌پردازی (به مثابه‌ی نوعی جستار روایی بلند) را شخصاً تجربه کرده و می‌داند لایقیدی و رهایی این ژانر مهم‌ترین و جذاب‌ترین ویژگی آن است. بنابراین گرچه در سراسر کتابش توصیه‌هایی عملی برای تقویت توان نوشتن عرضه می‌کند، آگاهانه مراقب است خواننده‌ی مشتاق جستارنویسی را گرفتار و پابند قواعد بی‌چون و چرا نکند. او، بعد از سال‌ها آموزش رسمی و غیررسمی جستارنویسی و خاطره‌پردازی، خوب می‌داند که ژانر جستار روایی به کودکی گریزپا و سرزننده

می ماند و شاید به تناسب همین ویژگی است که در کتابش می کوشد فوت و فن نوشتن، ویرایش و انتشار جستار شخصی و خاطره پردازی را با لحنی شوخ و شنگ و سرخوش به خوانندگان بیاموزد. در عین حال، لارا فرایند طولانی و اغلب دشوار انتقال افکار نویسنده از ذهن او به کاغذ و از کاغذ به خواننده را روشن، دقیق و گام به گام توضیح می دهد و با مثال ها و تمرین هایی متنوع، راه هایی برای تقویت مهارت نوشتن از خود پیش پای خواننده می گذارد.

از همه ی این ها که بگذریم، جذاب ترین و مهم ترین ویژگی کتاب لارا برای من چیز دیگری بود: لارا پس از سال ها دوباره اشتیاق نوشتن را در وجودم زنده کرد. لابه لای همه ی توصیه ها و درس ها، مدام یادآوری می کرد که جستارنویس های مادرزاد جستارنویس نیستند. معنایش برای من این بود که اگر دوباره جرئت نوشتن به خودم بدهم و اگر پشت بهانه های جورواجورم برای ننوشتن پناه نگیرم و اگر فوت و فن نوشتن را تمرین کنم، شاید روزی جستار خوبی بنویسم (البته تا این لحظه که مشغول نوشتن این جمله ها هستم، «آن روز آفتابی، آن روز مثل چشم های خدا آبی» هنوز نرسیده است). بعدتر، از دیگران هم شنیدم که کتاب لارا چنین تأثیری بر آن ها گذاشته و شوق نوشتن را در آن ها برانگیخته است. ترجمه ی کتابی که توانسته بود بعد از این همه سال دوباره شوق و جرئت نوشتن را به من و دیگران هدیه کند، قطعاً برایم وسوسه انگیز بود. مخصوصاً این که حاصل کار لارا کتابی شده که می شود بارها به آن رجوع کرد و از راهنمایی های عملی اش، که شاید در نگاه اول بدیهی به نظر برسند، برای بهتر نوشتن کمک گرفت؛ کتابی با زبانی شیرین و هوشمندانه و پراز راهکارهایی خلاقانه و جذاب برای نوشتن از خود.

می دانستم جستار سبکی یافتنی است، یعنی جستارنویس از نقطه ای شروع می کند و مسیری را می پیماید تا به مقصد برسد اما قدم به قدم این مسیر را نمی شود از پیش تعیین کرد. و این را هم می دانستم که چنین تعبیری، گرچه

درست و دلپذیر است، می تواند به دو بدفهمی خطرناک هم بینجامد: یکی احتمال اشتباه گرفتن جستار با فرم هایی مثل قطعه ای ادبی و وبلاگ نویسی (که نمودهایش را در بسیاری از آثار منتشرشده به نام «جستار» می بینیم) و دیگری خطر معرفی راه و روش شخصی یک جستارنویس خاص به عنوان چهارچوب عام حاکم بر فرم جستار. در چنین شرایطی، توجه به اصول و قواعد آزموده شده و محک خورده ی جستارنویسی اهمیتی دوچندان می یابد. این هم دلیل دیگری بود که متقاعدم کرد سراغ ترجمه ی این کتاب بروم.

در سال های اخیر، جستار روایی یا شخصی از محبوب ترین فرم های ادبی خوانندگان فارسی زبان شده و اقبال آن ها به آثاری مانند مجموعه ی جستار روایی نشر اطراف، جستارهای نشر گمان و ناشران دیگر نشان می دهد این فرم ادبی جایگاه خود را در ایران یافته است. گذشته از جستارهای روایی ترجمه شده، در آثار ادبی کهن و معاصر فارسی هم نمونه هایی از فرم جستار را می بینیم؛ گرچه شاید آن ها را لزوماً به نام «جستار» شناسیم. مثلاً در ادبیات قدیم ایران، آثاری همچون رسائل خواجه عبدالله انصاری، مقالات مولانا (فیہ مافیہ)، منشآت قائم مقام فراهانی و بعدتر، بعضی از نوشته های ملک الشعرای بهار، محمدعلی فروغی، محمدعلی جمالزاده و بدیع الزمان فروزانفر گه گاه پهلوی به پهلوی جستار می زنند. در دوره های متأخرتر، آثار شاهرخ مسکوب، چه آن هایی که روایتگر زندگی شخصی اش هستند و چه نمونه هایی که با اساطیر و ادبیات ایرانی سروکار دارند، یا جستارهایی تمام عیارند یا از نظر فرمی، فاصله ی زیادی با جستار ندارند. احمد شاملو، جلال آل احمد، داریوش آشوری، داریوش شایگان، محمد قائد، بابک احمدی، کامران فانی، حسن کامشاد و حتی در موارد اندکی، علی شریعتی و مرتضی مطهری هم، با همه ی تفاوت های فکری و سبکی وایدئولوژیک شان، از دیگر نویسندگان فارسی زبانی اند که گاهی، دانسته یا نادانسته، پا به وادی جستارنویسی گذاشته اند یا به آن نزدیک شده اند.

با همه‌ی این‌ها، وقتی دنبال تعریفی مشخص و جامع و مانع از جستار می‌گردی، خیلی زود متوجه می‌شوی که تعریف «آنچه جستار نیست» به مراتب آسان‌تر است. شاید یکی از علت‌های این باشد که ویژگی‌های فرمی جستار به سختی در قالب فرم و شکل می‌گنجند. به عبارت دیگر، ویژگی شاخص جستار این است که اسیر قید و بند‌های ساختاری و مضمونی نمی‌شود و درست مثل ذهن انسان در هیچ چهارچوب ضلبي آرام و قرار نمی‌گیرد. از سوی دیگر، هر جستار به شیوه‌ی خودش متفاوت است. به گفته‌ی آدورنور در «جستار به مثابه‌ی فرم»، «به رهایی کودکی که بی‌پروا با آتش بازی می‌کند، جستار به قلمروهای تعیین‌شده تن نمی‌دهد. تلاشش نه برای رسیدن به دستاوردی علمی است و نه برای خلق اثری ادبی. جستار آینده‌ی چیزهایی است که دوست می‌داریم و دوست نمی‌داریم، نه عرصه‌ی نمایش هوش و خرد ما برای خلق اثر از هیچ. حرفش را با قصه‌ی آدم و حوا شروع نمی‌کند. حرفی را که می‌خواهد می‌زند و هر جا که حس کند حرفش کامل شده، نه جایی که دیگر حرفی برای گفتن نداشته، لب فرو می‌بندد.»^۱ می‌شود جستار را فرم ادبی معتبر، آهسته و حساب‌شده‌ای دانست که به‌کارگیری آن هر بار و ناگزیر به نتیجه‌ای متفاوت می‌انجامد.

تعبیر ساده‌ترش شاید این باشد که جستار منعکس‌کننده‌ی تجربه‌ی فرد از جهان است؛ فردی که مثل همه‌ی آدم‌های دیگر، نه همه چیز را می‌داند و نه همه‌کس را می‌شناسد. وِنْدِلِ هَرِیس، منتقد و نظریه‌پرداز ادبی، جستار شخصی را نزدیک‌ترین فرم ادبی به ترانه^۲ می‌داند و می‌گوید جستار شخصی، درست مثل ترانه، نگرش‌ها، احساسات یا باورهای فردی را بیان می‌کند و نویسنده‌اش یکی از بی‌شمار چشم‌انداز ممکن را پیش روی خواننده می‌گذارد و خیلی ساده

1. Adorno T. W. "The Essay as Form." New German Critique, trans. Bob Hullot-Kentor and Frederic Will, No. 32 (Spring - Summer, 1984), p. 152.

2. Lyric

می گوید «من این جا ایستاده ام. فکرهایی که صادقانه برایت از آن ها گفتم، من را به این جا رسانده اند.»^۱

این شیوه ی رویارویی و بده بستان با جهان به سفری اکتشافی شبیه است و همین ویژگی است که جستار را به یک فرم ادبی شوریده و سرگشته تبدیل می کند؛ فرمی ادبی که می کوشد راهی برای همساز کردن ناهمسازها بیابد، میان قلمروهای شخصی و عمومی پل بزند، از دل تضادها به تشابه ها برسد، دانش علمی و شناخت شهودی را با هم آشتی دهد و طعم لذت بخش کشف جهان غریبه را به ما بچشاند. به تعبیر اسکات راسل سندرز جستارنویس «نوشتن جستار شبیه این است که راحت را در دل جنگل پیدا کنی، بی آن که بدانی در تعقیب چه شکاری هستی و دنبال چه نشانه ای می گردی.» شاید از همین رو جستار که تنوع بی پایان اش به قید و بند های مرسوم نقد ادبی تن نمی دهد، به فرم ادبی محبوب روزگار و همه گیری شک و تردید و روزگار فروپاشی ساختارهای کهنه و پیدایش نظام های نو رونق بیشتری گرفته است.

البته جستار فقط درباره ی تغییر یا فراز و فرود جهان بیرونی حرف نمی زند و دگرگونی های درونی آدمی را هم بازنمایی می کند؛ دگرگونی هایی که در جستار شخصی، در کانون توجه نویسنده و خواننده قرار می گیرند و جهان بیرونی را به حاشیه می رانند. بنابراین برای نوشتن جستار باید این جست و خیز بازیگوشانه ی ذهن را به شکلی معنادار و فهم پذیر روی کاغذ بیاوریم. کار جستارنویس این است که تکه پاره های پراکنده را کنار هم بچیند تا الگوی کلی حاکم بر آن ها را بیابد یا با ابزار کلمه، نظم بر آن ها حاکم کند.^۲ برخلاف تصور خیال انگیز و

1 . Harris, Wendell V. "Reflections on the Peculiar Status of the Personal Essay." College English. Vol. 58, No. 8 (Dec. 1996). p. 937.

2 . Sanders, Scott Russell. "The Singular First Person." Sewanee Review. Vol. 96. No. 4. (Fall, 1988). P. 662.

احساسات زده‌ی رایج درباره‌ی نوشتن و نویسندگی، فرایند ترجمه‌ی افکارِ درهم و جسته‌گریخته به کلمه‌ها و جمله‌های منسجم، روشن و گویا نوعی مهارت حرفه‌ای و فوت و فن دقیق و حساب شده می‌طلبد.

در مسیر نوشتن جستار هم مانند بسیاری از ژانرهای ادبی، متن شخصیتی مستقل از شخصیت نویسنده پیدا می‌کند و به موجودی زنده تبدیل می‌شود، به خودِ دیگر نویسنده. شاید مناسب‌ترین استعاره برای سخن گفتن از جستار همین باشد: جستار به مثابه‌ی انسانی زنده؛ موجودی که مثل انسانی زنده بی‌همتا، کنجکاو، پیش‌بینی‌ناپذیر، غافل‌گیرکننده و خودسراسر است. نویسنده‌ای که می‌خواهد این موجود یاغی را رام و سربه‌راه کند و در عین حال، زیبایی و شکوه و لاقیدی‌اش را بر باد ندهد، نباید چیزی است که اسمش را فوت و فنِ نویسندگی می‌گذاریم و کتاب رها و ناهشیار می‌نویسم تلاشی است برای آشنا کردن خواننده با همین مهارتِ ضروری برای نوشتن از خود و فوت و فنی که شاید ما جستار دوست‌های ناپلید هم با یاد گرفتنش بتوانیم غل و زنجیر را از دست و پای جستارنویس‌های درون مان باز کنیم و بگذاریم فیل‌ها به هندوستان بازگردند.

الهام شوشتری‌زاده

زمستان ۱۴۰۰

۱. دوست داشتم در این یادداشت از کمک‌ها و راهنمایی‌های ارزنده‌ی دوستان و همکاران بزرگوار و مهربانم در نشر اطراف، مخصوصاً خانم نفیسه مرشدزاده، خانم رؤیا پورآذر و آقای کیوان سررشته، قدردانی و سپاس‌گزاری کنم؛ کمک‌ها و راهنمایی‌هایی که اگر نبودند، ترجمه و انتشار این کتاب ممکن نمی‌شد. با این حال، هنوز فوت و فنِ نویسندگی را آن قدر خوب یاد نگرفته‌ام که بتوانم قدردانی و تشکر را چطور لایه‌لایه حرف‌های دیگرم بگذارم که با سمه‌ای و از سر تکلیف و تکلف به نظر نرسد. فعلاً به این پانویشت حاشیه‌ای و مختصر بسنده می‌کنم اما امیدوارم مخاطبان این تشکر بدانند که بی‌نهایت وام‌دارِ محبت‌های بی‌دریغ‌شان هستم؛ آن قدر در هیچ متن و حاشیه‌ای نمی‌گنجد. امیدوارم شایسته‌ی لطف و مهر همیشگی‌شان باشم.