

نوشتن فراقرا از مرزها

۹۸ تمرین برای باز شدن قفل خلاقیت

آلیس لابلانت

ترجمه‌ی محمد عابدی



نشر سنگ

www.ketab.ir



نشان استاندارد بین‌المللی محیط زیست کاغذ بالک FSC
برای تولید این کاغذ، فرایند شیمیایی انجام نمی‌گیرد دوباره به چرخه‌ی طبیعت بازمی‌گردد و محیط زیست را آلوده نمی‌کند.

سرشناسه: لاپلنته آلیس، ۱۹۵۸-م. LaPlante, Alice, 1958-

عنوان و نام پدیدآور: نوشتن، فراتر از مرزها: ۹۸ تمرین برای باز کردن قفل خلاقیت آلیس لاپلانت؛ ترجمه‌ی محمد عابدی.

مشخصات نشر: تهران: نشر سنگه ۱۴۰۳ / مشخصات ظاهری: ۴۰۰ ص.

فروست: در حال‌وهوای ادبیات؛ ۲ / شابک: 978-622-7383-36-2

یادداشت: عنوان اصلی: [2023]. Write yourself out of a corner: 100 exercises to unlock creativity.

عنوان گسترده: نود و هشت تمرین برای باز کردن قفل خلاقیت.

موضوع: نویسندگی خلاق Creative writing / نویسندگی Authorship

ردیابی کنگره: PN۱۸۷ / ردیابی دیویی: ۸۰۸/۰۲ / شماره کتابشناسی ملی: ۹۴۵۰۸۴۷



سایت نشر سنگ:

www.sangpublication.ir

نشر سنگ در فضای مجازی:

@sangpublication

پست الکترونیک نشر سنگ:

sangpublication@gmail.com

شماره‌ی تماس و سفارش: ۰۹۳۸ ۱۹۶ ۲۸۷۱

نوشتن فراتر از مرزها

۹۸ تمرین برای باز شدن قفل خلاقیت

در حال و هوای ادبیات - ۲

نویسنده: آلیس لاپلانت

مترجم: محمد عابدی

نظارت محتوایی، مقابله و پانویس‌ها: کامران محمدی

ویراستار: نرگس نظیف

ناشر: سنگ

چاپ اول: زمستان ۱۴۰۳

چاپ دوم: بهار ۱۴۰۴

شمارگان: ۳۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۳۸۳-۳۶-۲

حق چاپ و انتشار محفوظ و مخصوص نشر سنگ است.

فهرست

- استفاده از محدودیت‌ها برای تولید کار خلاقانه ۱۵
- نوشتن از «موقعیت» مشخص خودتان ۲۵
- تمرینات ۳۱
۱. تحریک جزئی ۳۳
۲. من بخش گمشده‌ام ۳۷
۳. بازگشت به خانه ۴۱
۴. گفت‌وگوی تلفنی یک‌سویه ۴۵
۵. او یاد ۴۹
۶. اتصال نقطه‌ها ۵۴
۷. روابط دشوار ۵۹
۸. سوق دادن خوانندگان به یک فضای عاطفی خاص ۶۴
۹. از دست دادن حواس ۶۹

۵۰. دوم شخص مستقیم (تمرین سوم از سه تمرین زاویه‌ی دید دوم شخص) ۲۲۴
۵۱. زاویه‌ی دید و حقیقت ۲۲۷
۵۲. شکست‌های زندگی ۲۳۳
۵۳. آخرین نامه ۲۳۷
۵۴. سقوط با حرکت آهسته ۲۴۰
۵۵. کشتی همتا ۲۴۳
۵۶. بزرگ فکر کنید، کوچک بنویسید ۲۴۶
۵۷. توصیه‌ی بد ۲۵۰
۵۸. راحت ۲۵۳
۵۹. تماشای تصاویر ۲۵۶
۶۰. اردک‌ها ۲۵۹
۶۱. عوضی یک کلمه است ۲۶۴
۶۲. ایجاز و شدت ۲۶۷
۶۳. گرانبها ۲۷۱
۶۴. کنش «خارج از محدوده‌ی شخصیت» ۲۷۵
۶۵. در باب دوستان حیوانات ۲۷۹
۶۶. بی‌گناه ۲۸۳
۶۷. ملاقات با «بستگان همسر» ۲۸۷
۶۸. نامرئی ۲۹۱
۶۹. وحشت او ۲۹۵

۲۹۸	۷۰. مراقبت
۳۰۲	۷۱. کنترل آشفتگی
۳۰۶	۷۲. شگفت‌زدگی ناشی از شادی
۳۱۱	۷۳. گام‌های غم‌انگیز
۳۱۴	۷۴. دل‌شکستگی
۳۱۸	۷۵. خوردن ستاره‌ها
۳۲۱	۷۶. دراماتیزه کردن عشق
۳۲۴	۷۷. ثبت یک تجربه در سه مرحله
۳۲۸	۷۸. تعارض
۳۳۰	۷۹. سقوط و پرواز
۳۳۴	۸۰. یک دفاعیه‌ی مختصر
۳۳۹	۸۱. احترام به شمیثا
۳۴۳	۸۲. سفر ناتمام
۳۴۷	۸۳. شرم‌نده نبودن
۳۵۰	۸۴. گرما
۳۵۴	۸۵. اندوه
۳۵۸	۸۶. فراموش شده
۳۶۱	۸۷. پذیرش خود
۳۶۴	۸۸. توصیف ماه‌های سال
۳۶۷	۸۹. شروع داستان (تمرین اول از دو تمرین شروع)

۹۰. گسترش شروع (تمرین دوم از دو تمرین شروع) ۳۶۹
۹۱. لِه شده ۳۷۲
۹۲. کرم گوش ۳۷۶
۹۳. جای ناخوشایند ۳۸۰
۹۴. روزنه‌ی امید ۳۸۴
۹۵. ناخواسته ۳۸۸
۹۶. دونل مسئولیت‌ها ۳۹۱
۹۷. تسخیر شدن ۳۹۴
۹۸. پی‌نوشت ۳۹۷