

www.ketab.ir

رها و ناهشیار می نویسم

هنر جسارت نویسی

آدرلا ترجمه‌ی الهام شوشتری زاده



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

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

مشخصات نشر: تهران: نشر اطراف، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۳۵۲ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۶۱۹۴-۵۶-۳

وضعیت فهرست نویسی: فیا

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

هنر جستارنویسی

آدرلارا ترجمه‌ی الهام شوشتری زاده

بازبینی نهایی متن: زهره ترابی

با تشکر از فرید مهاجر و قاسم فتاحی

صفحه‌آرایی: جواد آیت

طراح جلد: حمید قدسی

چاپ: کج - صحافی: نمونه

شابک: ۹۷۸-۶۲۲۶۱۹۳-۵۶-۳

چاپ اول: ۱۴۰۰، 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 شریعتی، خیابان قبا، کوچه کوروش، پلاک ۱۴، واحد ۲

تلفن: ۲۲۸۱۰۵۵۷ | 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

کوتاه نگارش دارید ۴۸

پرسشی که جستار را پیش می‌برد ۴۰

درباره‌ی لحظه‌ی تغییر بنویسید ۴۱

جستار را بسازید ۴۵

طرح کلی جستار را مشخص کنید ۵۰

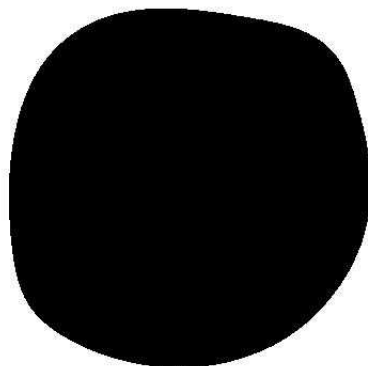
شهودتان را بنویسید ۵۳

چه دیدگاهی دارید؟ ۶۵

موضوع دارید اما دیدگاه هم دارید؟ ۶۷

چگونه دیدگاه پیدا کنیم؟ ۷۰

چگونه از تله استفاده کنیم ۷۳



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

- قطعه‌ی الف (ما تحت‌الذات) را روی قطعه‌ی ب (صندلی) بگذارید ۱۲۵
هر روز بنویسید ۱۲۹
وقت نوشتن ندارید؟ این هم سعادت است ۱۳۱
سطح احساسات و هیاتان را پایین بیاورید ۱۳۲

همکاری با نویسندگان دیگر ۱۳۷

- هم‌نویس‌ها چگونه شما را به نوشتن وامی‌دارند ۱۳۸
راه و رسم هم‌نویسی ۱۴۱

بازبینی 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
- کلاس بروید ۱۴۵
عضو گروه شوید ۱۴۹
راه و رسم بازخورد دادن ۱۵۱
راه و رسم بازخورد گرفتن ۱۵۷