

تا می توانی بنویسی

نویسنده درون باید بیدار شود

ناتالی گلدبرگ

ترجمه گیتی خوشدل

نشر پیکان

تهران ، ۱۳۹۹

سرشناسه:

گلدبرگ، ناتالی (Goldberg, Natalie)

عنوان و نام پدیدآور:

تا می توانی بنویس / ناتالی گلدبرگ؛ ترجمه ی گیتی خوشدل.

مشخصات نشر:

تهران: پیکان، ۱۳۹۸.

مشخصات ظاهری:

۱۸۴ ص.

شابک:

978-964-328-907-2

وضعیت فهرست نویسی: فیا

عنوان اصلی: Writing down the bones: freeing the writer within, 2016.

یادداشت:

گلدبرگ، ناتالی - مصاحبه ها (Goldberg, Natalie - Interviews)

موضوع:

نویسندگی (Authorship)

موضوع:

خوشدل، گیتی، ۱۳۳۰ - مترجم.

شناسه افزوده:

PN ۱۴۵

رده ی کتبی:

۸۰۸/۰۲

رده ی دیویی:

۶۰۵۸۴۵

شماره کتابشناس ملی



تا می توانی بنویس (نویسنده درون را بیدار شود)

writing down the bones, freeing the writer within)

Shambhala / Boston & London / 1996

Natalie Goldberg

ناتالی گلدبرگ

مترجم: گیتی خوشدل

آماده سازی و اجرا: هوشمند علمی کتابفروش

ناظر فنی چاپ: هومن علمی کتابفروش

مدیر دایره تولید: زهرا درخشان

حروفچین و صفحه آرا: سعید شبستری

چاپ و صحافی: چاپخانه نشر پیکان

نوبت چاپ: اول، ۱۳۹۹ / تیراژ: ۵۵۰ / بها: ۲۸۰۰۰ تومان

حق چاپ و نشر این اثر برای نشر پیکان محفوظ است.

دفتر نشر: خیابان ولیعصر، پایین تر از توانیر، نبش کوچه مریم، پلاک ۲۲۸۳، طبقه ۲، واحد ۵

تلفن ۸۸۷۷۰۶۵۲ - دورنگار: ۸۸۷۸۰۴۲۶

peykanpress@gmail.com

peykan.publication

دفتر پخش: شهید بهشتی (عباس آباد)، بین چهارراه اندیشه و سهروردی، ساختمان ۶۸

تلفن: ۸۸۴۲۳۲۱۲/۸۸۴۲۳۱۱۰ کد پستی: ۱۵۶۹۷۵۴۶۱۱

فهرست

۱	 شگفتار
۵	 مقدمه
۱۱	 ذهن نو آموز، حلم و کاغذ
۱۴	 نخستین اندیشه ها
۱۷	 تمرین نوشتن
۲۱	 غربالگری
۲۴	 ثبات هنری
۲۷	 فهرست موضوعاتی برای تمرین نوشتن
۳۱	 نبرد با توفو
۳۴	 مسأله ویرایشگر
۳۵	 شهرستان الکتون، ایالت مینه سوتا
۳۸	 دستیابی به آبهای زیرزمینی
۴۰	 خودمان آن شعر نیستیم
۴۱	 مردی که اتوموبیل می خورد
۴۵	 نوشتن، غذای آماده نیست
۴۷	 وسواسها
۵۰	 جزییات اصیل
۵۱	 اقتدار جزییات
۵۳	 پختن کیک

- دوبار زیستن ۵۶
- نویسندگان خوش اندام اند ۵۸
- گوش سپردن ۶۰
- سرگرم مگس نشوید ۶۳
- از نوشتن برای جلب محبت استفاده نکنید ۶۵
- ژرفترین رؤیاهایتان چیستند؟ ۶۸
- بیان نکنید، نشان دهید ۷۰
- به طرز مشخص بیان کنید ۷۲
- مركز کامل ۷۴
- عادی و غیر عادی ۷۶
- گف گو، بهر تمرین است ۷۹
- نویسندگان در جایی است ۸۱
- یک بعلاوه یک می تواند هر چیز بشود ۸۴
- به حرکات حیوانات توجه کنید ۸۵
- قاطعانه بنویسید ۸۷
- کارکرد جمله ۸۹
- نوشتن در رستوران ۹۱
- اتاقی برای نوشتن ۹۶
- عاشقانه ها ۹۹
- گردشگر در شهر خودتان ۱۰۲
- در همه جا بنویسید ۱۰۴
- باز هم بیشتر بنویسید ۱۰۶
- ایجاد شفقت ۱۰۸
- تردید یعنی عذاب ۱۱۱
- یک تکه شیرینی ۱۱۳
- لحظه بی نو ۱۱۴
- چرا می نویسم؟ ۱۱۵

۱۱۹	هر دوشنبه
۱۲۱	درباره دوشنبه‌ها
۱۲۳	دکه شعرنویسی آنی
۱۲۵	حس کردن فضا
۱۲۸	پرسه زدن در ناشناخته‌ها
۱۳۲	ایجاد اشتیاق در خود
۱۳۶	بدون موانع
۱۳۹	غذای مورد علاقه‌تان
۱۴۱	از احساس تنهایی بهره ببرید
۱۴۳	ماتیک آبی‌رنگ و سیگاری بر گوشه لب
۱۴۴	بازگشت به خانه
۱۴۸	حلقه استان‌گریزی
۱۵۱	نگارش‌ها، پیوسته
۱۵۵	مدعی نوشته‌تان، اسید
۱۵۸	به خود اعتماد کنید
۱۶۰	سامورایی
۱۶۳	بازخوانی و بازنویسی
۱۶۸	نمی‌خواهم بمیرم
۱۷۰	در خاتمه

پیشگفتار

چند سال پیش وقتی اتاق زیر شیروانی مادر بزرگم را تمیز می‌کردم، به نوشته‌یی در قابِ تابلوی بزرگِ دیوارِ بر خوردم که می‌گفت: «کار خود را به بهترین صورت ممکن به انجام برسان و مهربان باش.» به یاد دارم آن لحظه، کنار هم قرار دادن آن پیامها را نامربوط پنداشتم و آن را نادیده گرفتم. اکنون آنقدر برایم پُر معناست که نمی‌دانم چگونه نادیده‌اش گرفتم.

«بگذار تماماً شکوفا شوی»، هم شاعر، هم شاعر. و بادا همواره در این جهان مهربان باشیم. این را ناتالی گلدبرت در «صل دربارۀ دوشنبه‌ها» که با یافتن قصد در کار و زندگی روزانه‌مان و همچنین یافتن صدای شخصی سروکار دارد، می‌نویسد. در این مجموعهٔ بینشهای سالم روش دلانه دربارهٔ نگارش، همراه با رهنمودهای کاربردی و محکم، هستی و سداقتی وجود دارد که اشک به چشمانم می‌آورد. این احساسی است که یک نوشته خوب به ما می‌آورد. و چه چالشی که تمام مدت این احساس نیکو را پدید آوری!

نخست که در صندوق پست، یک نسخه کتاب «تا می‌توانی بنویسی» را با این پرسش دریافت کردم که آیا می‌خواهم برایش پیشگفتار بنویسم، فکر کردم: «نه، خدایا هیچ‌گاه پیشگفتار ننوشته‌ام و طرز نگارش آن را نمی‌دانم. می‌پنداشتم برای انجام این کار باید واجد شرایط یا تجربه‌یی باشم که فاقد آن بودم. در حال پرواز

به دیترویت^۱، برای شرکت در مراسم ختم یکی از خویشاوندان - سومین ترجیم در طول یکسال - کتاب را خواندم. عمو جیم من در ماه ژوئن و مادر بزرگم در نوامبر و آنگاه عموزادهام باد (Bud)، شنبه‌یی در ماه مارس (سالروز پنجاهمین تولدم) در گذشته بودند. بیش از یکسال بود که داشتم رمانی درباره پیشینه خانوادهام می‌نوشتم. هرچند این اواخر دلسرد شده بودم. گویی نمی‌دانستم می‌خواهم چه بگویم. این را می‌دانستم که نمی‌خواهم مجموعه‌یی از واقعیات و طنزها باشد. در واقع می‌خواستم به ژرفای هستی خانوادهام برسم. اما چه کسی از آن با خبر بود؟ خودم که نمی‌دانستم. و به این ترتیب، مطلب مورد نیاز را در اختیار نداشتم. در این داستان خسته‌کننده و ملال‌آور - بی آن‌که بدانم به کجا رو کنم - گیر کرده بودم. با آغاز خواندن کتاب، همین چیزهایی که گفتم در ذهنم بود. هنوز به صفحه ده نرسیده بودم که فهمیدم می‌توانم «پیشگفتار» را بنویسم. وقتی به صفحه ۲۶ رسیدم، در حال نگاشتن آن بودم. و به هنگام خواندن صفحه ۳۰، دو برگ را پر کرده بودم (همان دو برگ که رها می‌کنم به همراه داشتم) و پشت نامه ناتالی یادداشت‌هایم را می‌نوشتم.

به نظر من این بهترین کاری است که از کتاب برمی‌آید. البته تماشای نیز در همین مقوله است. در این‌که می‌گذارد افراد آنچه را به ذهنشان خطور می‌کند بنویسند و به زبان آورند. نمی‌دانم از چه رو، این شیوه نگارش باید - بین انقلابی و پیشرو انگاشته شود، هرچند می‌دانم این گونه است.

خواندن این راهنما، پس از انتشار نخستین کتابم، رمانی به نام «ردم عادی»^۲ چه آسودگی خاطری به همراه داشت. هنوز پس از گذشت سالها، به خودم می‌گویم واقعاً نویسنده نیستم. فقط شیادی خوش اقبالم. نخستین رمانی که نوشته بودم با موفقیتی چشمگیر روبرو شده بود. به راه نهان و قواعد برملا شده لغزیده بودم و ستایش بسیار ستانده بودم. هرچند همه اینها چنان سودی به حالم نداشت تا به سراغ نگارش رمان بعدی بروم. دوران سختی بر من گذشته بود، و چگونه

می‌توانستم چنین سریع، آن را از یاد برده باشم؟ پس از شش سال تکاپوی دردناک، سرانجام به این نتیجه رسیدم که قواعد رمان «مردم عادی» به درد کتاب بعدی نمی‌خورد. مشکلی که داشتم طبیعی و قابل فهم بود، چون می‌خواستم رمان جدیدی بنویسم و راهی تازه را کشف کنم.

چه آسان این واقعیت می‌تواند از دید پنهان بماند که نویسندگان نه برای اعطای دانش به دیگران، بلکه برای آگاهانیدن خودشان می‌نویسند. تأیید این که نوشتن کاری سخت و تعادل تمرکزی است که نه با ممانعت از ورود جهان، بلکه در نگه‌داریم جملگی بیرون بروند، انجام می‌پذیرد، در همه جای این کتاب به چشم می‌خورد. با خواندن هر فصل، فهرست اسامی افرادی که می‌خواهم این کتاب را به آنها هم طوفانی تر می‌شود. نخست پسرمان جان که از کلاس چهارم در خفا می‌نویسد. پسر درستم - پزشکی بازنشسته و متخصص اطفال - که در هشتاد و دو سالگی درباره «بهای نخست ۱۹۰۰» می‌نویسد که دانشجوی پزشکی بود. آنگاه دوست دیگری که از راه نویسندگی آزاد زندگیش را می‌گذراند و آرزو دارد رمان تخیلی بنویسد. و سرانجام دوستی که نثری روشن و بلیغ در نامه‌هایش جاری است. به هنگام خواندن کتاب، مدام فکر می‌کردم: «همه می‌توانند از آن استفاده کنند. و همه به آن نیاز دارند!»

در طول نگارش این پیشگفتار بود که کلیه مسائلی که مرا می‌آورد، در فصلی با عنوان «اقتدار جزئیات» درباره «گفتن یک آری محکم به» چیزهای زندگیمان به همان شکلی که وجود دارند» خواندم. همچنین «سپتن» در فصل «دکه شعرنویسی آنی» توجهم را جلب کرد: «هیچ‌گاه مردم را دست نمی‌گیرید. آنها جویای تکه‌یی از حقیقت‌اند.» و در آن لحظه دانستم مسأله‌ام چه بود. در حال نگارش رمانی درباره خانواده‌ام بودم و حرفی برای گفتن داشتم، که ایرادی ندارد. اما طوری که طرح‌ریزی کرده بودم، از آب در نمی‌آمد. گیر کرده بودم، نه به این دلیل که نمی‌توانستم مطلب را در اختیار گیرم، بلکه چون بیش از اندازه می‌کوشیدم آن را کنترل کنم. می‌خواستم حتی پیش از نگارش آن، ثابت کنم چقدر فهمیم و تیزهوش هستیم. در نقطه‌یی «نه، این‌گونه نمی‌شود، باید ره‌هایش کنم».

جایگزین آن آری محکم شد. به همین سادگی. آیا هیچ‌گاه برایتان پیش آمده که از شدت شوق ندانید چه کنید؟ من چنین حالی داشتم.

چه شگفت بود اگر ما نویسندگان می توانستیم درسهایمان را یکباره بیاموزیم. از آنجا که ممکن نیست، داشتن یک نسخه از کتاب «تا می توانی بنویس» در کنار میز تحریرمان می تواند اندوه بسیاری را بزداید، و زندگیتان را نجات بخشد. ناتالی گلدبرگ که نظم و نثر را به نیکی می نویسد، صدای تازه‌یی یافته است که بهترین‌ها و نویدبخش این روزها است.

جودیت گست^۱

مینیاپولیس

۳۰ می ۱۹۸۶