

چگونه خاطره بنویسیم ؟

احتمالا اگر دنبال روشی برای زیبا نوشتن خاطرات خود هستید، یعنی به نوشتن علاقه دارید اما احتمالا شما هم تجربه کردید که وقتی، اتفاقی را که برایتان بامزه هست را می نویسید، آن احساس اولیه را پیدا نمی کنید. یعنی وقتی خاطره خود را می خوانید اصلا حس نمی کنید، که بامزه باشد در حالی که آن خاطره در ذهن شما جور دیگری تداعی می شود.

یا اتفاقاتی را تجربه می کنید که دوست دارید، آن ها را ثبت کنید اما اصلا نمی دانید از کجا باید شروع کنید، چگونه بنویسید، چگونه خاطره بنویسیم و...

همه این ها مسائلی هستند که در ابتدا هرکسی با نوشتن خاطراتش، دارد و تنها با نوشتن و نوشتن و نوشتن است، که می توان این مسائل را برطرف کرد و به راحتی نوشت.

افراد زیادی در دنیا هستند که خاطره می نویسند و اتفاقا، **این خصوصیت خیلی از انسان های موفق در دنیا است که خاطراتشان را ثبت می کنند.**

یا اگر قصد دارید که نویسنده شوید، نوشتن خاطرات به شدت به شما در ساده و روان نوشتن، و همچنین به قوه تخیل تان کمک می کند.

وقتی خاطره می نویسید کم کم ذهنتان یاد می گیرد، که از چه کلماتی برای بیان بهتر ماجرا استفاده کند و همین موضوع به مرور زمان تخیل شما را قوی می کند. بنابراین اگر می خواهید نویسنده باشید، بهترین راه برای تمرین خاطره نویسی است.

نکاتی که برای نوشتن و خاطره نویسی باید در نظر داشت! / چگونه خاطره بنویسیم ؟

نوشتن خاطرات به اشتیاق نیاز دارد. سعی کنید در اولین فرصت خاطرات خود را بنویسید و هر چند وقت یکبار، (مثلا هفته ای یکبار یا دو روزی یکبار) خاطراتی که نوشته اید را بخوانید. این کار موجب می شود تغییراتی که در سبک نوشتن خود ایجاد کرده اید، و رشدی که داشته اید را بفهمید،

و حتی می توانید ایرادات قلم تان را پیدا کنید و آن ها را برطرف کنید.
پس نوشتن در اولین فرصت را فراموش نکنید.

نوشتن به خصوص برای دفعات اول کار بسیار سختی است،
اما فقط بدانید که به هیچ کاری نیاز ندارید،
کافی است قلم و کاغذ بردارید و دستتان را روی کاغذ بگذارید،
ذهنتان خودش شروع به نوشتن می کند.

شما فقط باید شروع کنید.

پس تنبلی را کنار بگذارید و شروع به نوشتن کنید.

صمیمی و خودمانی بنویسید

اصولا خاطره را کسی جز خودمان نمی خواند یا افراد کمی هستند،
که مجاز به خواندن خاطره مان باشند،
بنابراین بهتر است کاملا صمیمی و خودمانی بنویسید.
یعنی اصلا دنبال کلمات نگردید و زمانی که قصد نوشتن خاطره را دارید،
تصور کنید که می خواهید برای دوست تان یا کسی که با او راحت هستید،
آن را تعریف کنید.

همان چیزی که تعریف می کنید را روی کاغذ پیاده کنید.
در نوشتن خاطره هیچ قانون و محدودیتی وجود ندارد و این شما هستید که تصمیم می گیرید،
چگونه بنویسید پس هر جوری که برایتان دلنشین تر هست، بنویسید.
اما اگر قصد دارید با خاطره نویسی،
نوشتن را تمرین کنید تا در آینده به صورت حرفه ای کار نویسندگی را انجام بدهید،
بهتر است برخی اصول نگارشی را رعایت کنید.
همانگونه که احوالپرسی می کنید همانگونه هم بنویسید.

چگونه خاطره بنویسیم؟

مثلا: به جای اینکه بنویسید: "امروز تو راه خونه مریم خانوم رو دیدم"،
بنویسید: "امروز در راه خانه مریم خانم را دیدم"

این جزئیات به مرور زمان به حرفه ای تر شدن تان کمک می کند.
مورد دیگری که برای نوشتن حرفه ای بهتر است در نظر داشته باشید،

این است که سعی کنید فعل جمله را در آخر بیاورید و از حروف اضافه کمتر استفاده کنید. اصولاً، اول این راه ممکن است همانگونه که صحبت می کنیم خاطره مان را هم بنویسیم. بنابراین خیلی از فعل و فاعل ها جا به جا می شوند. همچنین در بیان، از کلمات اضافه زیادی استفاده می کنیم که در نوشتار به همه آن ها نیازی نداریم.

به نوشته های تان تنوع بدهید/ چگونه خاطره بنویسیم؟

اگر تصمیم گرفته اید هر روز خاطره نویسی کنید ممکن است، بعد از مدتی تمام خاطرات تان تکراری شوند و متوجه شوید، که هر روز برخی اتفاقات مشابه را می نویسید. برای اینکه چنین اتفاقی نیفتد، فکر کنید که چگونه می توان یک ماجرا را به شیوه های مختلف نوشت؟ و چگونه خاطره بنویسیم؟

مثلاً سعی کنید یک روز تمام اتفاقات عادی زندگیتان را از دید طنز بنویسید و روز دیگر با هیجان بنویسید. یا اینکه اگر این کار برایتان سخت است، سعی کنید هر روز یک اتفاق را برای خودتان بزرگ کنید، و با دقت به جزئیات آن اتفاق به ظاهر ساده اشاره کنید و درباره اش بنویسید.

توصیف کنید

اساس خاطره نویسی بر توصیف است، و توصیف خوب می تواند یک موضوع را به واقعیت نزدیک یا از واقعیت دور کند. گاهی نوشتن جزئیات یک خاطره را زیبا می کند، و گاهی این جزئیات حوصله سر بر و خسته کننده می شوند. اینکه بدانید کدام جزئیات را بنویسید و بیشتر به آن ها بپردازید بر حسب تجربه به دست می آید، اما نوشتن جزئیات به روشی که خاطره را جذاب کند، یکی از حرفه ای ترین تکنیک های نوشتن است، و یکی از بهترین راه هایی که بدانیم چگونه خاطره بنویسیم؟

احتمالا اگر کتاب های داستانی خوانده باشید بهتر متوجه منظور من بشوید، چراکه در برخی کتاب ها به خصوص آن هایی که 800 صفحه به بالا هستند، در بخش زیادی از این صفحات، فقط به توصیف پرداخته اند، و همین توصیف ها موجب درک بیشتر داستان از سمت خواننده می شود و خواننده را با ماجرای داستان همراه می کند.

چگونه خاطره بنویسیم؟

اگر برای شروع خاطره نویسی خود مشکل دارید و نمی دانید که از کجا شروع کنید، بهتر است تا زمانی که کمی دست تان راه بیفتد و به نوشتن عادت کنید، از جمله هایی که جا افتاده اند، استفاده کنید.

مثلا: از زمان استفاده کنید؛ "دیروز..."، "صبح که از خواب بیدار شدم" ...
با مکان شروع کنید: "رودخانه نزدیک خانه مادربزرگ" ...
از یک مقطع سنی یا تحصیلی استفاده کنید: "وقتی 20 سالم بود" ...

با وضعیت هوا شروع کنید: "هوا که ابری می شود" ...
با یک اتفاق خاطره نویسی خود را شروع کنید: "امروز که مامان و بابا بحث می کردند" ...
با مقدمه آغاز کنید؛

"هفته پیش سر کلاس از معلم پرسیدم که هفته دیگر امتحان داریم؟
اما متوجه نشد و من هم یادم رفت که دوباره بپرسم.
بعد امروز وقتی سر کلاس گفت برگه ها را روی میز بگذارید،
امتحان دارید همه ما تعجب کردیم چون نگفته بود که قرار است امتحان بدهیم" ...

در پایان....

زمانی لذت نوشتن خاطره را بهتر درک خواهید کرد که خاطره ای بنویسید،
و مدتی بعد سراغش بروید و با تمام جزئیات آن را بخوانید و به یاد بیاورید.
یادم هست که چندسال پیش خوابی دیدم که برایم بسیار عجیب و جالب بود و همان روزها،
آن خواب را با تمام جزئیاتش و احساسی که بعد از بیدار شدنم، داشتم، روی کاغذ آوردم و نوشتم.

اما فراموش کرده بودم که آن را نوشته ام و چندوقت بعد هرچقدر فکر کردم، بعضی جزئیات خوابم را به یاد نیاوردم تا اینکه یک روز اتفاقی، چشمم به دفتر خاطراتم خورد و آن خاطره ای که نوشته بودم را پیدا کردم. آن لحظه انقدر خوشحال بودم که هیچ چیزی نمی توانست من و تا این اندازه خوشحال کند، و همانجا تصمیم گرفتم که تمام اتفاقات مهم زندگی ام را مرتب یادداشت کنم، چون آن لحظات یادآور اتفاقات خوبی بودند که با هیچ چیز دیگر جایگزین نمی شدند. پس با [اعتماد به نفس](#) شروع به نوشتن کنید و از خاطره هایتان لذت ببرید.