



ایده‌یابی

چگونه ایده‌های خود را به نوشتار مطلوب تبدیل کنیم؟

حسین حسینی نژاد



بسیاری از ما موضوع‌های خوبی برای نوشتن داریم، اما در تبدیل آن به یک متن دل‌نشین و اثرگذار در یک قالب خاص، دچار مشکل می‌شویم. برای رفع آن پیشنهاد می‌کنیم پایه‌های تمرین‌ها با ما حرکت کنید. قبل از ورود بد نیست نگاهی اجمالی داشته باشیم به «عادت نوشتن»، و بعد کار را ادامه دهیم.

عادت نوشتن

رابطه شما با نوشتن چگونه است؟ گاهی می‌نویسید؟ علاقه دارید اما فرصت نوشتن ندارید؟ تصمیم دارید در آینده بنویسید؟ هر روز می‌نویسید؟ و یا ... اگر بارها تصمیم به نوشتن گرفته‌اید و نتوانسته‌اید ادامه دهید و دنبال دلیلش می‌گردید و دوست دارید به نوشتن «عادت» کنید، بد نیست به این نکته توجه کنید که زندگی ما از عادات ما متأثر است. آن‌ها بد یا خوب، حرکات روزانه ما را جهت می‌دهند. برخی معتقدند، بیش از هفتاد درصد رفتار ما از روی عادت است. مغز برای صرفه‌جویی

در مصرف انرژی، بسیاری از کارهای ما را به عادت تبدیل می‌کند و ما پس از مدتی، به‌طور غیرارادی و خودکار آن‌ها را انجام می‌دهیم. البته هر کاری در آغاز برای عادت‌شدن دشواری‌هایی دارد. در اوایل آموزش رانندگی، کلاچ و ترمز را بارها قاتی کرده‌ایم. در اوایل آشپزی، نمک غذا را کم و زیاد ریخته‌ایم. در خیاطی، پارچه را با ترس و لرز و اشتباهی بریده‌ایم. بند کفشان را به‌سختی یاد گرفته‌ایم. ببندیدیم. اما از وقتی هر کدام از این‌ها ملکه ذهنمان شدند، دیگر بدون فکر آن‌ها را انجام می‌دهیم. مغز از این ویژگی استفاده و

کارهای روزمره ما را ساده می‌کند. در عوض خیلی هم مقاوم است تا جلوی ایجاد کارهای جدید و انرژی‌بر را بگیرد. برای همین بهانه‌های زیادی می‌آوریم تا همیشه از یک خیابان برویم، از یک مغازه خرید کنیم، به یک جا سفر کنیم و یک نوع کفش و لباس بخریم. این عادی و طبیعی است که ما کارهایی را که به‌مرور یاد گرفته‌ایم دنبال کنیم. در همین باره، نوشتن نیز از جمله مقولاتی است که بارها خواسته‌ایم وارد زندگی خودمان کنیم. چند روزی یا چند ماهی هم پیش رفته‌ایم، اما وسط راه رها شده است.

از این رو، وقتی نوشتن به عنوان فعالیت دهنی در برنامه روزانه ما نیست و می‌خواهیم آن را وارد زندگی‌مان کنیم، راحت امکان پذیر نیست. مغز مقاومت می‌کند. بهانه می‌آوریم که وقت نداریم، خوب نمی‌نویسیم، بعداً می‌نویسیم، و حالا بنویسیم چه می‌شود؟ این‌ها و ده‌ها استدلال دیگر را که نوشتن را عقب می‌اندازند می‌آوریم تا به آن عادت نکنیم. این‌ها همه به مدد مغز ما صورت می‌گیرند.

برای عبور از این تنگنا و عادت کردن به نوشتن، تصمیم نگیریم از فردا روزی یک تا دو ساعت بنویسیم. غیرممکن است. خیلی هم انرژی داشته باشیم، یک هفته دوام نمی‌آورد. بنابراین، مغز را گول بزنیم. قدم کوچک برداریم که شدنی باشد و مقاومتی از طرف مغز در ما شکل نگیرد. اگر برنامه بگذاریم که روزی دو یا پنج دقیقه بنویسیم، این تصمیم مقاومت مغز را برای نپذیرفتن کار به دنبال ندارد. با خود بگوییم، این چند دقیقه را، وقتی از خواب بلند می‌شوم، وقتی از کار برمی‌گردم، قبل از شام و یا بعد از نهار، می‌نویسم. وقتی روزی دو تا پنج دقیقه کاری را تقریباً سر ساعت خاصی انجام دهیم، کم‌کم مغز برای عادی می‌شود که آن را بپذیرد. کم‌کم اجازه می‌دهد به عادت تبدیل شود و من و شما هم به‌مرور موفق می‌شویم نوشتن را وارد زندگی خود کنیم. امیدوارم این پیشنهاد عملی برای شما نیز مؤثر باشد و به وسیله آن بتوانید نوشتن را وارد برنامه روزانه خود کنید. اکنون ادامه بحث اصلی را با هم دنبال می‌کنیم.

ایده‌یابی

شاید سخت‌ترین بخش نوشتن پیدا کردن ایده باشد. از چه بنویسیم؟ درباره چه بنویسیم؟ چرا ایده‌ای برای نوشتن به ذهن نمی‌رسد؟ پس این نویسنده‌ها ایده‌های خود را از کجا پیدا می‌کنند؟ چرا من نمی‌توانم؟ این ایده خوب نیست، این هم نه. و به این ترتیب در می‌مانیم از نوشتن، و حتی ممکن است از آن دست بکشیم.

راستش ایده‌ها فرّارند؛ به آنی می‌آیند

و به آنی می‌روند. تا پیدا می‌کنیم و مزه می‌کنیم و کمی خوشحال می‌شویم که یافتیم، چون شکار و ثبت نمی‌شوند، فرار می‌کنند! ما می‌مانیم و حسرت اینکه چی بود الان داشتیم به آن فکر می‌کردم؟! در هر حال، ایده‌ها موادی هستند که روزنامه‌نگاران آن‌ها را به گزارش تبدیل می‌کنند، دست‌مایه فیلم‌ها می‌شوند و زمینه‌ساز خلق آهنگ‌های بزرگ، منبع الهام خلق شعر، داستان، رمان، یادداشت و مقاله. مهربانی یک ایده است برای نوشتن، برای تبدیل شدن به فیلم. فداکاری سوژه‌ای می‌شود برای فیلم «خانه دوست کجاست؟»، و فقر و اعتیاد دست‌مایه فیلم‌های «ابد و یک روز» و «قلب‌های کوچک زنگ‌زده».

برای ایده‌یابی باید تکلیف خودمان را با نوشتن روشن کنیم. یعنی بدانیم که دوست داریم درباره چه چیزهایی و در چه قالبی بنویسیم. وقتی این آمادگی و ذهنیت را داشتیم، ایده‌ها که مثل هوا هستند و دنبال آدم‌های آماده و حاضر به قلم می‌گردند، به سراغمان می‌آیند. بدون آمادگی قبلی، مثل این است که در فروشگاه سرگردان از این قفسه به آن قفسه برویم و ندانیم چه می‌خواهیم بخریم. مواد و مصالح هستند، اما چون ذهن آماده‌ای برای خرید نداریم، دست خالی از فروشگاه بیرون می‌آییم! حالا ببینیم ایده‌ها از کجا می‌آیند.

ایده‌ها از کجا می‌آیند؟

دکتر احمد توکلی در کتاب «مثلث طلایی نوشتن» می‌نویسد: «ایده‌ها کجا می‌آیند؟ سر و کله ایده چه وقت و کجا پیدا می‌شود؟ ایده‌ها از چه جنسی هستند؟ مانند سببی که باید از درخت چید؟ یا مانند پرندۀ‌ای که باید شکار کرد؟ تکنیک یافتن ایده‌ها آیا از جنس دیدن است؟ یا با همه حس‌های ما سروکار دارد؟ شما مقاله‌نویس سیاسی باشید یا اقتصادی، هنری باشید یا ادبی، درباره حوادث اجتماعی بنویسید یا سیاست خارجی، منبع بیکران الهام را نباید فراموش کنید؛ مردم؛ فصل‌الخطاب سوژه‌ها هستند.

اکنون شما کجا هستید؟ داخل کتابخانه

دانشکده؟ داخل آشپزخانه کنار همسر یا مدرتان، داخل اداره پشت میز کارتان، یا در داخل تحریریه؟ فنجانی چای جلویتان است و روزنامه می‌خوانید؟ به اطرافتان نگاه کنید! سوژه‌ها راه می‌روند، نفس می‌کشند، می‌خندند، گریه می‌کنند، شادمان‌اند یا غمگین، ساکت‌اند و یک دنیا حرف دارند، حرف می‌زنند و یک دنیا سکوت پشت حرف‌هایشان خوابیده است. اصلاً شما در اتاق خواب یا اتاق مطالعه منزلتان تنها هستید، باز هم مردم حضور دارند! کجا؟ پشت دیوارهای خاطره! پس آن‌ها همه‌جا هستند. ما هرروز با آن‌ها زندگی می‌کنیم. در خیابان از کنارشان می‌گذریم، با آن‌ها قدم می‌زنیم، جوک‌های آنان را می‌شنویم، به گلایه‌های آن‌ها گوش فرا می‌دهیم» (توکلی، ۱۳۹۱: ۵۵).

با این نگاه، «ایده‌ها» چیزی نیستند که فقط افراد خاص آن‌ها را به دست می‌آورند. اطراف ما پر از ایده است. مردمی که کنار ما زندگی می‌کنند، فامیل، همکاران، دانش‌آموزان، همسایه‌ها، عابران، هم‌سفران و خلاصه هر فردی که از کنار ما می‌گذارد، ایده‌هایی برای نوشتن و پروردن در خود دارند. این روزها که در فضای مجازی در هر لحظه ده‌ها و صدها ایده تولید می‌شود. حتی اگر از خانه بیرون نمی‌رویم، گوشی را که باز کنیم، ایده‌ها فوران می‌کنند. از این رو، برای پیدا کردن ایده کافی است چشم‌ها و گوش‌ها را باز کنیم و حواس را به کار اندازیم.

اکنون نوبت شماست که قلم و کاغذ بردارید و ۱۰ موضوع مورد علاقه‌تان را یادداشت کنید. با هم یکی از آن‌ها را برای تبدیل شدن به متن پیش خواهیم برد. فراموش نکنید، با کمی وقت گذاشتن می‌توانید ایده‌های مورد علاقه خود را بیابید و آن‌ها را براساس قالبی که انتخاب می‌کنید، به یادداشت، مقاله، داستان و کتاب تبدیل کنید. در شماره بعد بیشتر در این باره سخن می‌گوییم.

منبع

احمد توکلی (۱۳۹۱). مثلث طلایی نوشتن برای مطبوعات. انتشارات ثانیه. تهران.