



「个人故事」的... 写作指南

我们的生活以及经验是书写和挥洒故事最佳的泉源。常言道，每个人的内心都是一本书，而我确信，每个人都有他自己的故事。并且，生活经历越丰富，这个人的故事就越精彩！所以如果你有好一段时间没有拿起笔了，别担心。你本身的故事就是绝佳的题材！

从小地方开始

想要写出自己本身的生活故事时，可从小地方开始着手。试着写下以下事情的回忆，看看会有什么样的故事出现：

- 初吻
- 一个难忘的生日——例如，自己的，或是其它人的生日聚会
- 你五岁前的生动记忆
- 小孩子的出生
- 工作的第一天
- 曾经穿过的制服——如果你穿制服去工作或上学
- 某人让你真正开怀一笑的时刻
- 一次难忘的旅程

生活与小说

身为一名作家，请记得你可以在小说和生活写作上应用自我的经历。大部分的作家会告诉你他们经常回顾自己的经历，并从中获取题材——即使实际上他们的写作并不总是来源于他们自己本身或某些特殊的事件。因此，书写关于你自身生活的题材也是写作故事一种很好的练习，因为它可以活络你的记忆并且把你和你的情感联系在一起。

收集信息

一个让你开始思考自己的生活故事或是一系列故事的绝佳地方，可以从相簿、日记、杂志、记忆盒、剪贴簿或任何你拥有记忆的地方开

始。举例来说，一名热衷于写日记和摄影的女士，现在她想要写下关于她生活篇章的故事，并将其组合起来——故事及照片，献给她的孙子们。完成后的作品将会是一项巨大的工程，幸运的是，她有很丰富的材料以供创作。

查一下你的相簿、日记、或是信件，看看其中哪些记忆可迸出火花。你可曾忘了一些曾发生过的事情？这些相片或信件有没有帮你把记忆找回来？也许你会找到你不曾知道的一些故事。例如，祖母和她姊妹之间的一些书信，透露了他们曾经因为祖母要搬去其它国家而发生争执。这也是很有趣的故事！

你的一生

写下所有的生活故事，这个想法可能比较令人害怕。生活里有那么多题材，却只写成一个故事而已！从哪里开始呢？你会从出生开始写起吗？像查尔斯·狄更斯（英国作家）在「块肉余生记」里那样，还是你决定从人生不同时期写一个故事集，来谈谈自己呢？

上述的列举也许有助于发展个人「章节」的一些想法。你或许会发现，当开始写作关于某一件事时，你会记起另外一件事。就让它发生，把记忆释放出来吧。

或者，你也许决定要写一些蕴含了一些特殊时刻的感觉，而非只是单纯的事件复述。这类题材的范例可以是：

- 从困境中找到力量——有关于你或家庭成员在逆境中的故事。
- 美丽的罗曼史——有关于求爱或恋爱过程的故事，甚至个中的起起伏伏。
- 自豪的时刻——一个让你非常引以自豪的故事。

- 梦想 – 你儿时的梦想是什么？那现在的梦想呢？

事。每个人的生活就好比整个图书馆。让那支笔动起来吧！

以吻封缄

如果你可以在自己18、30、或45岁时给自己写封信，你会写什么？

记住在这些年纪时你想要的是什么，你当时在生命中做了什么。写封正式的信给自己。告诉自己（在你所选的任何年纪）当时的状况如何，你目前生活是什么情形。给年轻的自己一些忠告。告诉年轻的自己你学到了什么，或是你期望你完成了些什么。你也许会惊讶于你所说的！

建构你的故事

在写作了一些小部分的人生故事后，你可能会轻易发现你的写作集中在一组特定事件，或是一些特别的情感或主题上。这些初步的写作和故事能够帮助你确立结构较长的故事——如果你想要写较长的故事。下面是一些想法：

- 找到你爱情生活中的五个重点，并把其中的联系性或不联系性写下来！
- 以书信形式记录自己的生活故事。决定以一封信用方式写下你生活中的各关键点——例如，当你在10、15、20、25、30岁时。这些信可以对不同的人，但它们将会向当时那个年纪的你娓娓道来，并透露出当时的你的担忧和欢乐。
- 使用标题「我学到了什么」来书写你的生活故事，并集中于你学到的事情——关于你自己、这个世界。故事的第二半部可以是「我还没学到的」。写下十则生活中非常重要的对话，不论是好的还是坏的。尽可能详细的写下来，包括当你在谈论、争执、庆祝、或计划未来时，你和其它人所说和所想的。
- 找出十张对你有重大意义，并在生活中呈现重要事件的照片。写下照片当时所发生的情况。

最后，享受写作，享受再次挖掘属于你的故

