

# Una Guía para... Escribir «Su Historia»

Nuestras propias vidas y experiencia constituyen una enorme fuente de historias en las que podemos inspirarnos y sobre las que podemos escribir. El dicho dice que todos tenemos un libro en ella, y yo creo firmemente que todos tenemos una historia que contar. Además. ¡Cuanta más experiencia vital tenida, ¡mejores historias tendrás! Así que no se preocupe si hace tiempo que no coge una pluma ¡Sus historias serán entonces mejores!

## COMIENCE BREVEMENTE

Cuando piense en escribir una historia de su propia vida, comience con algo breve. Anote sus recuerdos de estas clases de acontecimientos, y vea qué historias resultan:

- Su primer beso
- Un cumpleaños inolvidable: suyo, o la fiesta de cumpleaños de otra persona en la que estuvo presente, por ejemplo
- Un recuerdo vívido propio de antes de cumplir 5 años
- El nacimiento de un niño
- Su primer día de trabajo
- El uniforme que alguna vez vistió, si vistió uno para cualquier trabajo, escuela o profesión
- Algún momento en que alguien le hizo reír de verdad
- Un viaje inolvidable

## VIDA CONTRA FICCIÓN

Recuerde que como escritor, puede usar sus propios recuerdos e historias en la ficción así como historias sobre la vida real. La mayoría de los escritores le dirán que constantemente recurren a las experiencias personales y se inspiran en ellas, incluso si no están escribiendo realmente sobre ellos mismos o esa clase de acontecimiento en particular. De modo que escribir acerca de su propia vida es también una buena práctica para escribir historias inventadas, porque ejercita su memoria y le conecta con sus emociones.

## RECOGIENDO INFORMACIÓN

Un lugar estupendo para comenzar a pensar acerca de la historia de su vida, o una serie de historias, es con los álbumes de fotos, los diarios, los periódicos, las cajas con recuerdos, los álbumes de recortes, cualquier cosa que tenga. Una señora ha escrito fielmente su diario toda su vida y ha sido una fotógrafa entusiasta. Ahora quiere escribir la historia de su vida y reunirlo todo –historia y fotografías – para sus nietos. Será un gran proyecto cuando lo haya terminado, y tiene muchísimo material con el que trabajar.

Eche un vistazo a su álbum de fotos, diarios, quizás cartas, y vea qué recuerdos le traen a la memoria. ¿Se ha olvidado incluso cómo sucedieron algunas cosas? ¿Esas fotos o cartas se lo recuerdan? Quizás encontrará una historia que no sabía que estaba ahí. Una carta entre una abuela y su hermana le revelaron que tuvieron una discusión sobre el traslado de la abuela a otro país. ¡Una historia muy interesante!

## TODA SU VIDA

La idea de escribir toda su vida podría ser un poco intimidante. Hay tanto en ella, que no se sabe por donde empezar. ¿Por dónde lo haría? ¿Empezaría por su nacimiento y continuaría desde allí, como Charles Dickens en *David Copperfield*, o se decidiría quizás por una colección de historias de distintas etapas en su vida que digan algo acerca de usted?

La lista anterior podría ayudar con algunas ideas para estos «capítulos» individuales. Usted puede encontrar también que al empezar a escribir acerca de una cosa, recuerda otra. Deje que esto pase y permita que surjan los recuerdos.

Alternativamente, podría decidir que quiere escribir algo que incluye cómo se sintió en un momento determinado, en lugar de sencillamente volver a contar lo que sucedió. Ejemplos de estas clases de temas podrían ser:

- Fuerza ante la adversidad: la historia de usted o un miembro de su familia haciendo frente a algo difícil
- Un hermoso romance: la historia un noviazgo o una relación, quizás con sus altibajos
- Un momento de orgullo: la historia de algo de lo que realmente se siente orgulloso
- Sueños: ¿cuáles eran los sueños de su infancia? ¿Cuáles son sus sueños ahora?

## SELLADO CON UN BESO

Si pudiera escribirse una carta a usted mismo, a los 18, los 30 o los 45, ¿qué escribiría?

Recuerde lo que quería a esas edades, y lo que estaba haciendo con su vida. Escríbase una carta apropiada a usted mismo. Dígase (a cualquier edad que escoja) cómo es ahora, cómo es su vida ahora. Dese un consejo a usted mismo cuando era más joven. Dígale a su personalidad más joven lo que ha aprendido, o lo que desearía haber hecho. ¡Puede que se sorprenda con lo que dice!

## ESTRUCTURANDO SU HISTORIA

Después de que haya escrito algunos pequeños relatos sobre su vida, puede que encuentre un grupo específico de acontecimientos en los que se ha concentrado su escritura, o un sentimiento o tema en particular. Estos escritos e historias iniciales pueden ayudarle a identificar la estructura para una historia más larga, si quiera escribir una. Algunas ideas son las siguientes:

- Podría identificar cinco puntos importantes en su vida amorosa. Escriba la historia de cómo conectaron, ¡o como no tiene ningún sentido que estén juntos!

- La historia de su vida como escrita en cartas. Decida escribir una carta sobre los puntos clave de su vida – por ejemplo, cuando tenía 10, 15, 20, 25, 30... Las cartas pueden ser a distintas personas, pero hablarán con la voz que tenía a esa edad y expresarán las preocupaciones y las alegrías que tenía en ese momento.

- Use el título «Lo que he aprendido» y escriba la historia de su vida concentrándose en cosas que ha aprendido acerca de usted mismo y acerca del mundo. La segunda mitad de la historia podría ser «Lo que no he aprendido».

- Escriba las diez conversaciones que tuvo en su vida que fueron realmente importantes, buenas y malas. Escríbalas detalladamente, con lo que usted y la otra persona dijeron y pensaron mientras conversaban / discutían / celebraban / planeaban para el futuro.

- Encuentre diez fotografías que signifiquen mucho para usted y muestren un acontecimiento importante en su vida. Escriba sobre lo que estaba sucediendo en la foto y en ese momento.

Por último, disfrute escribiendo, y disfrute volviendo a descubrir sus historias. Usted contiene toda una biblioteca. ¡Póngala esa pluma a trabajar!



**Bookbite**