



10 分钟

爱上写作

初中语文作文攻坚必备

● 初中卷 ●

陈晓辉/编著

**作家
名师**

《读者》《意林》《青年文摘》签约作家、
全国特级作文专家**陈晓辉**教你**灵性写作**

**美文
剖析**

精选优秀范文，揭秘作文得分亮点，
对接阅读，激发写作兴趣

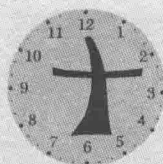
**技巧
训练**

素材如何创新、如何灵性构思，
总结文体技法，教你写出高分作文



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE





分钟

爱上写作

初中语文作文攻坚必备

• 初中卷 •

陈晓辉/编著



中国经济出版社
CHINA ECONOMIC PUBLISHING HOUSE

• 北京 •

图书在版编目 (CIP) 数据

十分钟爱上写作. 初中卷/陈晓辉编著.

北京: 中国经济出版社, 2014. 6

(名师教写作系列丛书)

ISBN 978 - 7 - 5136 - 2302 - 5

I. 十… II. ①陈… III. ①作文课—初中—教学参考资料 IV. ①G634. 343

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 026458 号

责任编辑 赵静宜 张利影

责任审读 贺 静

责任印制 马小宾

封面设计 任燕飞

出版发行 中国经济出版社

印 刷 者 三河市佳星印装有限公司

经 销 者 各地新华书店

开 本 710mm × 1000mm 1/16

印 张 10

字 数 150 千字

版 次 2014 年 6 月第 1 版

印 次 2014 年 6 月第 1 次

书 号 ISBN 978 - 7 - 5136 - 2302 - 5/G · 1971

定 价 28.00 元

广告经营许可证 京西工商广字第 8179 号

中国经济出版社 网址 www.economyph.com 社址 北京市西城区百万庄北街 3 号 邮编 100037

本版图书如存在印装质量问题, 请与本社发行中心联系调换(联系电话: 010 - 68330607)

版权所有 盗版必究(举报电话: 010 - 68355416 010 - 68319282)

国家版权局反盗版举报中心(举报电话: 12390)

服务热线: 010 - 88386794

序 言

作文——灵性而优雅的生命力量

这些年，一直在外讲座，讲灵性写作，讲爱与梦想的励志，讲光阴中成长的故事。

停浅的时候，也静心写书，写一些作文教学方面的书籍，写心灵美文，写杂志专栏。因此，很多青春正当好的学生读者与我成了很好的朋友，甚至是知心笔友。

他/她们会经常在我的QQ空间、新浪博客留言，抒发一些个人情感，请教一些作文写作要领，分享一些生活故事等。但留言最多的就是关于“作文如何能得高分”“怎样才能爱上写作”“写作没有素材怎么办”等一系列问题，似乎被这些问题困扰许久，却终不得解。

其实，作文是一种灵性而优雅的生命力量，它可以让我们去描摹世间万象，去抒写人间真情，去传递爱与温暖，去阐述人生理念与做人修为等等，通过阅读，我们又可以获得心灵的顿感和能量，励志向上，独醒人生，从文字之中获得快乐与喜悦。

那么，作文最重要的是什么？作文最重要的是——中心立意！

“意”即意境，是隐于文中的某种情感，某种智慧，某种



感悟或某种哲思，使读者读完之后，或豁然开朗，或感慨万千等，能引起共鸣。因此，我们写作要忌讳流水账；忌讳随心所欲地写，没有中心；忌讳如挤牙膏一般写作，想到一点写一点；更加忌讳全文到处是华丽的辞藻，刻意堆砌，却缺乏中心思想。

“意”之后是素材。应选择切实有效的素材去突出文章的中心思想，素材的选取要与中心思想有关，即使素材再好，再吸引人，若与中心思想无关，那么，也务必转化后再使用，否则舍弃。所以，“意”是文章的魂。我们写作文要做到“笔未动，意先行”——也就是动笔之前中心立意已经非常明确；“笔既动，意深而蕴长”——说的是，既然动笔写了，就要紧扣题意，表达好文章的灵魂，让阅卷老师和读者耳目一新，爱不释手。

那么，作文的素材从哪里来？文章源于生活，因此好的素材来自于生活，即创作的源泉——素材，来自生活，高于生活！

很多学生之所以觉得作文没有什么素材可写，是因为，作文中过分关注了自己，把自己当成了作文的主角人物，试想，如果只关注自己，哪来非常丰富的素材内容呢？

所以，试着改变一下，把以“我”为主角改变成以“我”为全文线索人物，用“我”去见证某件事件的发生，突出某一种卑微人物或景物的品质与内涵，诠释关于“人生、心灵、生命”方面的中心思想，这样，“我”就是生活的观察者，而“我”所描述的景物、人物或事件等，既可以通过阅读，又可以通过真实生活体验，还可以通过学校课程学习，甚至还能和朋友、同学、家长交流获得新鲜的写作素材，这样，素材内容就源源不断了，行文构思和立意的角度也会拓广很多，作文的中心思想挖掘也会越来越深入。



所以，写作的格局从定位在自己身上，变成去思索这个尘世间，生命于卑微处的光芒与力量，会发现温柔岁月里的一切，都是如此安然，美好！

如，盈盈自然间，一株草，不自叹，不自怜，以优雅的努力，探出黑暗的土壤，开始拥抱这个世界的美丽，感受这个世界的宁静、祥和与幸福。所以，于小草而言，生命是一种默默地积攒的力量。

听，惠风细雨里，一棵树，没有悲欢的姿势，站成永恒，独自聆听心灵的沉默与骄傲。在周遭安寂的环境里，静静地为成长和付出呐喊。所以，于大树而言，生命是一种静寂的美丽和力量。

看，流水浅光里，一朵莲，独我而又忘我，将红欲红，优雅从容地绽放。仿佛世界于它而言，是自己的，自己心安，自己繁华，自己落寞，都是一种极致的美丽。所以，于莲花而言，生命是一种淡然与豁达的力量。

还有，空谷山峦里，层林尽染，一位老者，双眼紧闭，静心打坐，一呼一吸之间，都是生命的顿悟，仿佛，整个天地，整个繁华与空旷都是他的。宽广的心，终能安下高远的梦。所以，于老人而言，生命是一种隐忍与修行的力量。

再看，一江冬水里，波光粼粼，扁舟、竹筏、木椅，渔夫一声吆喝，掀起衣襟，荡舟采河中之花，听风赏江边之景，盛却无数。仿佛，深邃的江河便是他橙黄色的梦，在梦里，他富足，惬意，对所有遇见的景色，都一见倾心。所以，于渔夫而言，生命是一种当下欢喜的力量。

还有，一只不知名的鸟，细尖的嘴巴，啄着身上褐色的羽毛，时而翘翘脚，时而扑扑翅膀，可爱惹人。仿佛，它就是天地间美丽的精灵，风景这边独好。所以，于小鸟而言，生命是一种不可重遇的



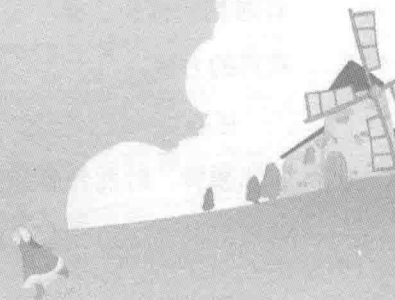
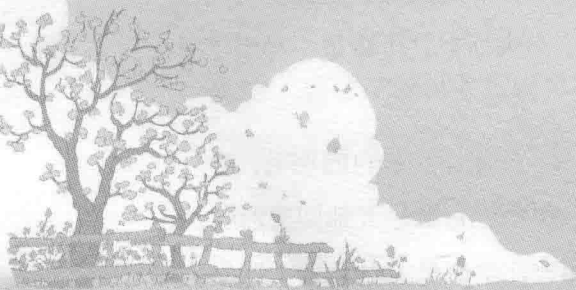
力量与惊喜。

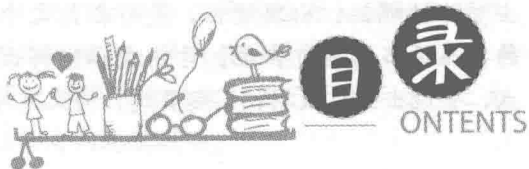
所以，在这个行如流水的纷扰尘世间，雀跃着那么多灵动的遇见、盎然、执着与欢喜。而这些，都应该是我们笔下灵动而又优雅的写作素材，透过他们，你能传递一种生命的温暖与力量，让作者和读者之间产生心灵共鸣，让读者仿佛感悟——你写的是自己，说的却是我，如此，多好呀。

请永远记得，写作，需要我们一颗悲悯与敏感的心，只有心变柔软了，善良了，你笔下的文字才有魂，才会感恩生活，去攫取生活素材，完美雕刻，一一叙述，这也就符合了作文的最高宗旨——是我们的安身立命之本，是一辈子的心灵顿悟修行。

我亲爱的读者朋友们，当有一天，你的笔下文字，你写的作文，可以打动阅卷老师，可以给你身边的同学带来温暖和力量，可以让你的父母为你的作文骄傲时，那么，这时你就能明白，写作是一件多么幸福的事。所以，读我的《十分钟爱上写作》系列图书，从而爱上写作，超越自己，顿悟心灵，让作文永远不再是生活与学习的难题，加油！

冯晓辉





第一章 构建情景理的美好世界

第一节 融情入理 灵性抒写.....002

生活中的一花、一草、一树、一木、一叶都是具灵性，可融情入理的，就看我们是否具有观察心、悲悯心与感恩心。其实，这就是佛家所说的，万物皆有灵性，就看我们是否用心对待，如果我们用生命去滋养，就会遇见生命所对应的信息。写作，不是单纯地胡编乱造，也不是纯粹的文字组合，要的是你一颗真正圆融与豁达的心。

第二节 寻找红尘间的灵性知己.....012

俗话说，春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，任何的季节，都会有不同的美丽景色，这样的景色需要我们拥有一颗惜景和生情的心，才能“景”上添花，不然，它们都只能是岁月的陪衬品。有了这样一颗像孩子般、最初的纯真的心，那么，这个时候你的眼中，每一朵花都有属于自己的芬芳，每一株草都有属于自己的姿态，每一种植物都有属于自己的内在的品质和感人故事。

**第三节 运用景物特点 营造情感漩涡**.....019

从景物的特点中挖掘出情感的抽象空间，或融于情，或予以理，运用美句，制造情感漩涡，让文字充满意境和震撼魅力，使人过目难忘。但并不是全文全是美句的创作与运用才是完美的，那样会使文章失去整体协调性，出现硬伤，美句在行文中创作与运用应该是有所安排的，在适当的地方出现，才能真正发挥出美句的魅力，根据景物的特点，营造出情感漩涡，引起共鸣，为文章增添魅力。

第二章 给心灵插上想象的翅膀**第一节 月亮是个会撒谎的孩子**.....028

“月亮是妈妈的枕头”就常理而论，这肯定是不可能的。但是，当我们将这句话注入了一个孩子对已逝妈妈的强烈的思念，那么这句话便成为一句非常感人的句子。如果我们只是单纯地去写月亮的形状、变化等，这样会使文章显得十分枯燥乏味。然而，假如我们对月亮进行想象，之后将想象出的“产物”，融入情感和哲理感悟的主题当中去，通过艺术加工，一篇富有想象的美文便问世了。

第二节 听风说话的孩子.....040

其实，每个孩子都是一个充满诗情画意的“诗人”。写作文就应该要时刻保持你的童趣、童真与童情，结合想象，让答案丰富多彩，让作文不拘一格。在成人的世界里，答案很可能是被束缚的，而孩子不同，他们可以是五彩斑斓的。因此，这类想象美文的创作就找到了一个很好的基准点——孩子，借助他们来表现出“不正常”。

第三节 落叶是疲倦的蝴蝶.....049

秋日，是忧伤的季节，老人拄着拐杖在一地落叶中叹怜，而不远处的孩子却在肆意嬉闹与玩耍，要知道，曾经的曾经，老人也如孩子们一般大小，踩着满地的落叶，在榆荫树下玩耍，可是，岁月深然，物是人却已非。两处风景的对比，像一曲光阴的歌，是秋日里的童谣，唱着唱着，人就大了，秋至，人随秋瘦，随秋愁了。



第三章 增强文章情感叙述的感染力

第一节 寻找情感叙述的承载体060

情感类文章取题和构思，我们都要学会寻找情感叙述的承载体，将大主题情感与细小的景物或动作结合，寻找共同的结合点，这样情感就不会显得很空洞，而是很好地将情感空间映射在了景物或动作上面，似全部又非似全部，能够引起读者的无限遐思。

第二节 运用“真实与距离”的力量，酿造文章的感染力070

所谓的“真实与距离”相结合，是指运用真实的故事叙述，或真实的文字指引，让读者进入故事氛围里，并沉浸其中。而真正当读者进入这个故事氛围后，却发现，故事与自己的想象与理解，似近而非同，拥有一定的距离空间。这样，文章朦胧而又美好的意境即成功酿造了。最后，以感悟的形式带着读者走出故事意境，结尾点题。

第三节 画面定格 升情换景法077

仿佛都像是在讲述一个老故事，刚开始讲的时候，情绪稳定，轻轻复述，出现一个画面场景；然后接着讲下去，虽然还是在安静叙述，情感上却分明有些波动了，似乎眼泪随时可以流出，场景变化；再下去，故事讲到高潮了，眼泪夺眶而出，感悟、总结、情绪波澜都在这里显现。最后，故事结束了，情感慢慢恢复，又回到一个宁静美好的时刻，现世安稳，岁月静好啊。

第四章 考场实用文体备考

第一节 感悟美文的创作与运用090

感悟美文是我们生活创作中，甚至是考场作文中，经常会碰到的一种文体，它的范围很广，比如亲情类感悟文、爱情类感悟文、生活类感悟文、家庭类感悟文、职场类感悟文、友谊类感悟文、古玩收藏类感悟文等，隶属于散文范畴里面。



第二节 人间大爱文的创作与构思.....100

生活中，我们经常会碰到一些不知名的人、事或物，本是匆匆一瞥，却偏偏在这样一个擦肩而过的瞬间给了你温暖与感动。这些故事中的人物，大多都非常普通、平凡甚至是卑微的，像一株简单无助的小草。可是，就是这些低到尘埃中的人或物给了你某种心灵上的触动。所以，人间大爱文就是指以第三者观察的角度，来静静描绘陌生人、事或物所带给你的心灵触动的文章，如此，世间诸般感动，都会在你笔下开出一朵静寂的野莲花，温馨而又美好。

第三节 叙事散文的创作与运用.....107

叙事性散文是通过写人叙事的方式来抒发作者某种特定的感受和情思的文章。即叙的是事，悟的是生命之理或人间真情。所以，这个事件或人物的发展，是为了某种道理和情思做准备的，材料的安排是围绕这个道理和情思的中心点来发展和收尾的，而不是自己想到哪，写到哪。哪些该写，哪些不该写；哪些先写，哪些后写；哪些详写，哪些略写等，这些在动笔之前，我们必须得了然于胸。

第五章 文眼渲染与素材创新

第一节 抓住灵魂寻找素材.....116

我们在写作时，也要抓住素材中灵魂性的东西，就像一根竹笋，笋尖最嫩，最有味道；一棵白菜，菜心最香，最好吃；我们观察或者下笔时以其为关键，为圆心，营造周围的情节和描写等，如此，就是一个完美的圆。就如巴尔扎克所言：“艺术作品就是用最小的面积，惊人的集中了最大量的思想。”

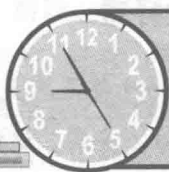
第二节 透过新闻寻找创新素材.....126

一则新闻素材，看似死板僵硬，但是它也可以变得柔软与多情起来，带给人以生命的睿智与沧桑。所以，我们每天都在经历着新闻事件，目睹着新闻报道，但估计很多人，都只是一看而过，没有将这些素材进行创作运用，然后用笔去描绘出正能量的情感和感悟来。其实，一个有心的写作者，笔端的素材内容自然不缺，缺的或许就是素材的提炼和融合能力。



第三节 诗化文眼蕴传情138

有时候，一句话，一个短语或一个特别的词，就可以扩展成一处景色或事件的片段，甚至可以写成一篇文章。而生活中，我们喜欢一本书，倾迷一首歌，追逐一部或新或旧的电影，可能并不是因为真的非常喜欢它们，而是仅仅因为其中的一句话，一句歌词或一句特别的独白。所以，当你特别喜欢某句话时，或脑海中突然闪现出某句自己异常喜欢的话时，记得把它摘录下来，它会是一段美好光阴的见证，会是一篇文章的“文眼”句。

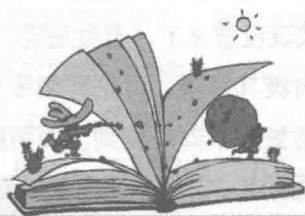


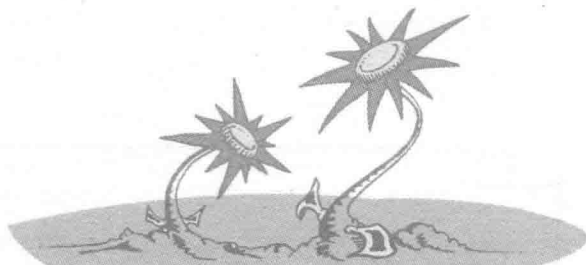
.....> 第一章 构建情景理的美好世界

第一节 融情入理 灵性抒写

第二节 寻找红尘间的灵性知己

第三节 运用景物特点 营造情感漩涡





第一节

融情入理 灵性抒写

生活中的一花、一草、一树、一木、一叶都是具灵性，可融情入理的，就看我们是否具有观察心、悲悯心与感恩心。其实，这就是佛家所说的，万物皆有灵性，就看我们是否用心对待，如果我们用生命去滋养，就会遇见生命所对应的信息。写作，不是单纯地胡编乱造，也不是纯粹的文字组合，要的是你一颗真正圆融与豁达的心。

一、素材点击

长江流域里面生活着三种鱼，鲥鱼、刀鱼和河豚，这三种鱼是当时长三角地带味美鲜嫩的佳肴。三种鱼形状不仅不同，吃法也不同，鲥鱼形状像鲤鱼，身子比鲤鱼要扁一些，其最美味的地方是它的鱼鳞，所以，烧时不能去鳞，去了，这道菜就没意义了，也就是说，鱼鳞是鲥鱼的“卖点”。刀鱼形状则像一把匕首，鱼肉极其鲜嫩，可是其刺多且细，所以，吃时要非常小心，不可吃快，不然很容易被刺卡着或刺到。而河豚呢，是滚圆的形状，身上长的不是鱼鳞，而是带小刺的皮。它的味道非常鲜美，可是具有毒性，一不小心就会吃死人。

渔民在捕这些鱼的时候用的是同一张网，渔民把渔网拦在水中，让鱼钻到网眼里。鲥鱼被套在网眼中时，由于爱惜鱼鳞，死不后退，便被渔民捕获了。而刀鱼呢，总结鲥鱼被捕经验，心想，这鲥鱼真笨，被套住时学会倒退不就行了吗？结果刀鱼在钻到网眼中时迅速后退，两边的鱼鳍却被卡在了网上，其实，这个时候只要刀鱼继续努力向前就能穿网而去了，可它汲取鲥鱼经验，拼了命地后退，结果，精疲力竭时，只好束手待缚。那么，最后那河豚呢，看



到鲇鱼和刀鱼被捕，万般嘲笑它们，心想，这两个笨蛋，碰到网不要前进也不要后退，不就行了吗？于是，河豚在被卡在网眼中时，拼命鼓足自己，把自己鼓得圆圆的，然后当成是美美地睡觉，结果觉没睡成，便被渔民给抓了。

问：这个故事给了你怎样的感悟与体会？

答：_____

提示：在分析别人失败的原因时，一定要结合自身的实际情况，对比分析，而不能只能盲目地跟从或改变，一个如果看不到自身缺陷或弱点的人，那么，一切经验的获得于他而言都是可怕的，因为这些盲目的经验会将他推向另一个致命的深渊。所以，做人，处事，一定要先立足自己，再对比他人，总结成败得失。一千个人，就有一千个哈姆雷特！

点醒：经验的宝贵及其之所以能发挥出蕴含的价值，是因为我们充分认识到了自身的缺陷与弱点。正视弱点，扬长避短，那才是我们成长的人生。

二、技巧点拨

（一）景物融情

1. 问：一辆普通自行车有多重？

A. 15 克 B. 15 千克 C. 15 吨 D. 无法称量

答：B 正确。

请发散思维，从一个写作者的角度去想，选什么答案？

故事：一次，一位老师也是出了同样的题目问同学们，同学们都选择了 B，而一位穿着破旧的同学却执意要选 D，同学们都嘲笑他。之后在老师的询问下同学们才知道，原来，这位同学的父亲就是一名修车师傅，他生活、学习上所有的开销都是父亲辛苦修车赚来的，所以，于他而言，小小的自行车就代表着情深似海的父爱，如此父爱能称出重量吗？

提示：把简单的自行车上升到爱的高度，这就是“炼意”。每件物体都有其背后的故事或所寄寓的情感，这类状物文就不能用肉眼和简单感受到的情感来写，而是要充分挖掘和构思。

2. 问：一个苹果，你会如何“炼意”？

答：_____





故事：第二次世界大战期间，许多犹太人都藏在一个防空洞内，外面战火纷飞，他们饥寒交迫，所有人中只有一个人手中拥有一个苹果。他先象征性地咬了一口苹果，然后传给下一个人，一个接着一个传，最终一圈传下来，苹果还是完好无损，只是多出一些牙齿印。

如此，苹果就成了灾难中人们相依为命的深深情感的象征。

点醒：这个故事你感动吗？如果感动，你就要思考，你该如何从“被感动”转化为“制造感动”。写作的状态就好比海绵，对于任何有效的养料水分，有一点吸收一点，储藏起来。再经过自己加工，变成自己独一无二的创作灵性素材。

问：如果这个故事是一篇文章，请你给这篇文章加上一个结尾。

提示：战争，可以摧毁我们的家园，剥夺我们的生命，乃至危及整个世界，可是，它却泯灭不了，人们那如苹果一般甘甜而又滋润的心灵。有时候，和平，就是无数颗悲悯感恩的心凝聚于一起任地动山摇也岿然坚定的决心！

总结：苹果也好，自行车也罢，都是生活中的“物”。本来是普通平凡的物件，却因为融入了至深的情感，却让我们难以忘怀，甚至是感动，回忆无限。对吗？

（二）景物入理

1. 生活中的一株草，你想到了什么？

（1）“野火烧不尽，春风吹又生”。（坚强）

（2）卑微柔弱，可以是乞讨老人的象征，也可以是拾荒孩子的歌颂，更可以是一类孤独的人的呼吁。

（3）盈盈自然间，一株草，不自叹，不自怜，感受着微风的呢喃，沐浴着阳光的温暖，享受着周围那姹紫嫣红的一切。可是，在拥有这些美好之前，没有人会知道，它需要在黑暗的土壤里熬上怎样寂寥而又残忍的时光，积聚破土而出的力量。于是，一株柔嫩的小草，却让你读懂人生的真谛与美丽——历经黑暗，拥抱阳光。





2. 于一株草中，我们见到了人性的光芒；那么，一朵花呢？

(1) 冰心说：“墙角的花，当你孤芳自赏时，你的天地便小了。”我们可以理解为，一个人，一定要有大格局，不能眼光短浅，自傲一切。

可是，我们还能不能另外理解呢？你们看，墙角的一朵花，经历风雨，无助，孤独，落魄，卑微，如果连它自己都不能欣赏自己，那么它的生活还能继续下去吗？它的人生还有意义吗？所以，认识自我，活在当下，不失为一种很好的人生格调。

(2) 昙花一现，生命太过匆匆，可是，它有后悔吗？不，没有。即使生命只是短暂一现，那么它也要极致地绽放自己，用最努力和痛苦的力量，积聚完美的那一刹那，那么，人生无悔。我们做人，也当如此，即使生命只剩一点微弱的光，我们也要让它完美演绎和诠释人生真正的辉煌。

(3) 月盈则缺，花盛而谢。有时候，人生太过饱满，并不一定是好事，美丽需要留白，生命需要留白，瑕疵与残缺是人生的另外一种极致和完美！

3. 一棵树，你能想到什么？

启发1：树的种子在泥土中播下，如我们人生生命的开始；树成长的过程，历经苦难，便象征着我们人生奋斗的过程；大树成荫，带给别人美感和荫凉；防止沙尘暴或水土流失等，奉献自己；说明我们人最终的使命——奉献社会。

启发2：树的绿叶象征着美好，它将美好留在自然间，展示给人们看，却将树根深埋在泥土之中。树根很重要，用以吸收养料与水分，所以我们也应该如树一般，学会坚强地承受苦难与挫折，吸收养料与水分，然后将我们开朗、自信、阳光的“树叶”，开得更美好！

启发3：是不是没别的启发了？

好。如果实在觉得想不出了，将树换个地方种种，将它种到我们心灵上。如街上一小鞋匠，好比一棵无人关注的树，虽然卑微、贫穷，却自力更生，

