

走进心灵世界，

开创美好未来！

青少年素质培养

提高表达能力

江 英
赵 科 编
王 龙

新疆青少年出版社

★ ★ 青少年素质培养 ★ ★

提高表达能力

江英 赵科 王龙 编

新疆青少年出版社

图书在版编目(CIP)数据

提高表达能力/江英,赵科,王龙主编.—修订本.—乌鲁木齐:新疆青少年出版社,2005

(青少年素质培养丛书)

ISBN 7-5371-3160-0

I. 提... II. ①江...②赵...③王... III. 表达(语言学)—青少年读物
IV. H0—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2005)第 115254 号

青少年素质培养 提高表达能力

新疆青少年出版社出版

(乌鲁木齐市胜利路 100 号 邮编:830001)

新华书店经销 北京市朝教印刷厂印刷

开本:850mm×1168mm 大 32 开

印张:240 字数:3500 千字

2005 年 10 月修订版 2005 年 10 月第 1 次印刷

印数:1—3000

ISBN 7-5371-3160-0 总定价:600.00 元(共 30 册)

如有印装质量问题请直接同承印厂调换

前 言

21世纪是科学技术飞速发展、知识经济不断更新的世纪,是充满激烈竞争与挑战的世纪。国家的发展,社会的进步,地方经济的振兴,都需要适应时代发展要求的高素质的人才。作为培养人才的教育部门,就应更好地贯彻落实第三次全国教育工作会议精神的精神,为推进全民族素质的提高做出贡献,这是新世纪教育工作者的责任。

为此,学校要有计划地组织学习和讨论,充分认识到实施素质教育的重要性,全面贯彻党的教育方针,以提高学生的综合素质为根本宗旨,以培养“有理想、有道德、有文化、有纪律”的,德、智、体、美、劳全面发展的,适应经济发展和社会进步要求的应用型、复合型人才为目标。

为实现这一目标,要求学生做到:学习科学文化知识与加强思想道德修养的统一;坚持理论与实践的统一;坚持个人愿望与社会需要的统一;树立远大理想与脚踏实地艰苦奋斗的统一;学习知识与培养能力的统一。

通过素质教育,能充分发挥学生自身潜在的、先天的优势,发挥学生的个性特长,使学生在身体素质上达到健全、健康、强壮、灵活;在思想政治、道德素质上有崇高的理想和高尚的情操,有坚定正确的政治方向;在科学文化素质上能及时获得现代科技的新信息、新知识,开阔学生的视野,使学生的能力、水平得以

提高。通过素质教育,还可使学生在自学、操作、实验、人际交往、综合分析、社会适应、心理承受能力等方面得到锻炼与提高,培养出来的学生能顺利从事各种社会实践活动。可见,要培养适应我国现代化建设需要的复合型人才,必须在基础教育中实施素质教育,这是教育形势发展的需要,势在必行。

本套丛书在编写过程中,经有关部门批准对部分作品进行了节选,以取其适用本套丛书之部分,望未取得联系的作者见书后与我们联系,以便支付稿酬。另因编辑水平有限,文中不免有瑕疵之处,望广大读者指正,我们不胜感激。

编者

目 录

写作篇

- 驾驶这支笔,参加“方程式”——写作与习惯 (1)
- 坚持就是胜利——写作与毅力 (5)
- 不是缺少美,而是缺少发现——艺术感受力与写作 (7)
- 想象是艺术的太阳——想象在写作中的作用 (9)
- 美丽的眼睛——文章的标题 (17)
- 好的开头,成功的一半——文章的开头 (29)
- 编筐编篓,全在收口——文章如何结尾 (38)
- 把握文章的“骨架”——文章的结构 (41)
- 浓妆淡抹总相宜——描写的方法 (50)
- 春蚕到死丝方尽——抒情的技巧 (63)
- 喻巧而理至——论证的技巧 (70)
- 架一座五彩的桥——走出“缺乏技巧”的困境 (82)

口才篇

- 口才就是“能说会道”吗——口才的重要性 (123)
- 我为大家的热情所倾倒——出众口才的特点 (130)

设 疑——语言的妙问	(138)
妙 答——智慧的流露	(148)
巧舌如簧——说服的技巧	(158)
口才的展台——演讲	(163)
成功的演讲从这里开始——排除心理障碍	(181)
语惊四座的准备——扣人心弦的讲稿	(185)
语言就是力量——演讲的语言技巧	(209)
端庄大方才是真——演讲的潇洒风度	(215)
情感交流很重要——扔掉演讲稿	(219)

交往篇

人人都离不开的——人际交往	(222)
你有交往圈吗——学生的人际交往	(226)
缩短心灵的空间——改善人际关系的策略	(234)
宽广的心胸的气度——调适人际关系的策略	(241)

写作篇

驾驶这支笔,参加“方程式”

——写作与习惯

写作习惯一旦形成,它便会情不自禁、不期而遇的方式持续下去,犹如物理学上的惯性力量,对于人的行为起到一种推动作用,从而缩短写作过程,强化写作效能。

近两年,我留意收集作家们的一些写作习惯。

大家一定都听说过美国作家海明威关于如何使文章写得短的名言:“站着写。”其实,海明威自从坐飞机出事背部受伤后,就一直站着写文章。

美国的马克·吐温和英国的史蒂文森,在写小说时,都要有黄色的纸才写作。而法国的大仲马写小说时,一定要用淡蓝色的稿纸;写诗歌时,一定要用黄色稿纸;写散文时,又一定要用玫瑰红色的稿纸。写剧本的情形更特别,大仲马一定要躺在沙发上,垫着一个柔软的枕头,将夹着稿纸的木板竖在胸前书写。大仲马的才华是多方面的。他的写作怪癖应该理解为他是在有意创造外界条件的不同刺激,以便使自己在不同

的体裁创作中能施展多方面的才华。大仲马是个特别多产的作家,在他改变写作文体时,不可能有太多时间进行创作心理的准备,而只能用不同颜色的纸来引发灵感。

法国作家巴尔扎克写到入情入景时,会穿起他小说中虚构人物的衣服,对着镜子做起古怪的动作,以致有时候连老朋友都不认识了。

法国作家福楼拜有一次写作时,像小孩似的坐在地上痛哭。有位朋友觉得诧异,问他怎么了?他告诉这位朋友,他写的长篇小说《包法利夫人》中的主人公包法利夫人要死了。

法国17世纪古典主义剧作家拉辛习惯于边走边构思,有时是着了魔似的来回踱步,口中念念有词。这情形和跳大神施巫术有点相同,所以,拉辛有几次错被人当作跳神师,请他去捉鬼、治病。又有一次,他酝酿新作《米特里达特》时,在一片池塘边来回走了十几遍。一位正在修剪草坪的园艺工人以为他想自尽,赶快放下手中的活,奔过去进行劝阻,闹出了一场笑话。

英国作家狄更斯写作时有一种“夜游”的习惯。每到夜晚,他就来到街头,穿街走巷,然后来到一个下等公寓或酒吧,将所见所闻记录下来。

作家在创作中一旦灵感闪现、挥笔疾书时,往往亢奋得不可自抑,甚至在特定的生活环境中,会做出一些常人不可思议的举动。

鲁迅经常是在晚上写作。夜里很清静,思路不会打乱。写作的时候他很注意姿势,坐得很直,眼睛和桌子保持一定的距离,十年如一日,所以他没有弯腰驼背的现象。写作中,有时候需要想想再写,人就停笔坐在桌旁的一张躺椅上,抽支烟

静思一番,然后再继续写下去。他抽烟很多,写作时右手拿笔,左手拿烟,但常常是忘记抽它,多数是自己烧掉的。

老舍给自己定下写作的定额,每天必须写多少字,完不成决不马虎。年轻时一天可写三四千字。晚年专写剧本,一天可写2000字。64岁时写长篇小说《正红旗》,一天仅1000字,常常为了一个字绞尽脑汁。他写完了这1000字,还得为明天的那个1000字而思索。走路、吃饭、浇花,所有的活动,都在思考。他的生活极有规律,简直像个钟表,这和他每天的写作很有关系。他按时起床,按时吃饭,按时午睡,从不熬夜,每天上午是他神圣的写作时间,这段时间从不欢迎朋友们登门。早在新婚之时,他关照妻子:“请你早饭之前不要和我说话。你和我说话,我不回答,绝不是和你怄气,我是心里叨咕我的小说呢,别闹误会。”

90岁高龄的赵朴初仍保持着紧张而有规律的写作节奏。他清晨五点起床,温习一遍自编的保健体操。一小时后读书、写字、读佛经、抄佛经,或者读史书、读诗词、抄史书、抄诗书佳句。然后吃好早饭准时上班。临睡前,赋诗一首,似成规矩。几十年来,朴老写了几千首诗,若能全部收集出版,可谓洋洋大观。

武侠小说家金庸从50年代中期开始从事武侠小说的创作,到70年代中期封笔退出“江湖”,总共创作约20年。这个时期正是他的《明报》步步腾飞的年代。繁杂的报社事务,足以把他整个地陷入其中不得动弹,而他“金大侠”却能在办报之外,一手写小说,一手写社评,近20年如一日,每天下午写小说,晚上写社评,而且他的小说和社评都堪称一流。

著有50部长篇小说,200部中篇小说,500集电视剧,几

十部电影的台湾女作家玄小佛，专以写曲折迷离的爱情故事著称于台湾。玄小佛的写字台上除了一叠空白稿纸和一支笔，什么也没有。每天下午2点到6点，是玄小佛法定写作时间，一到那个时辰，灵感会从玄小佛的头脑里倾泻而出，而她只要“驾驶”这支笔就行，那情形很像一辆方程式赛车在奔驰。

由此可见，不少作家在写作的时间、地点、姿势、方式等方面都有自己独特的习惯和癖好。这些作家只有在这种他所习惯了的环境和氛围中，才能轻松自如地进行写作，从而达到创作的最佳心境。

各人都会有自己不同的写作习惯。当你热爱写作，并且不间断地进行写作实践时，你不妨可以开始留意自己的写作习惯。因为一种良好的写作习惯的形成，能够使你的写作进入一种良好的惯性状态，能增强你的写作能力。

但是，我们不要机械地模仿作家们的写作习惯。我们要培养良好的写作习惯，比如，注重搜寻积累材料；立定格局，一气呵成；敢破常规，创新求异；书写行文，一丝不苟；认真修改，精益求精等等。



坚持就是胜利

——写作与毅力

人人都说,写作是一项艰苦的劳动。的确,写作是一项艰苦的劳动。

然而,坚持就是胜利。写过《海底两万里》、《八十天环游地球》和《地心游记》等科学幻想小说的法国著名作家凡尔纳,被人尊称为“科学幻想之父”。可是他的第一部著作《气球上的五星期》,却曾经接连被 15 家出版商退回稿子,他们认为这部著作没有出版的价值。然而,凡尔纳没有气馁。结果,第 16 家出版商接受了这部作品。《气球上的五星期》成为一部最畅销的书,并被译成许多国家的文字。1862 年在他 34 岁时,成了世界闻名的大作家。他成功了。

以“字斟句酌、精雕细刻、慢工出细活”出名的法国作家福楼拜,一生中有 20 年是日以继夜地在书房里写作,他平均 5 年才出一本书。有时候,他一星期才写 2 页。有一次,4 个月只写了一幕剧,他还认为是破例的速度。

中国晋朝太康年间,有一位名叫左思的文人,决定以三国时期的 3 个都城为题材,创作一篇文章《三都赋》。左思写这篇文章可谓是废寝忘食,经过了整整 10 年呕心沥血的写作,终于完成了这篇惊世佳作。为了争阅此作,一度京城洛阳纸贵。

.....

作家们这样奋力刻苦、坚持写作的例子，比比皆是。

在写作上，常有“十年磨一剑”的说法。

坚持吧，坚持就是胜利。

没有刻苦、坚毅的精神，难以在写作上获得成功。

害怕了吗？碰到了一些失败就气馁了吗？

如果是这样，那么，我看还是趁早转移吧。

然而，据我所知，无论在哪个领域，要想真正取得成功，没有刻苦、坚毅的精神，同样不行。在写作上坚持耕作，不偷懒，不松劲，这是写作的技巧之一。

不是缺少美，而是缺少发现

——艺术感受力与写作

曾经有一位老编辑意味深长地说过，他认为有两种人不可能成为作家，一种是生活很贫乏的人；另一种是对生活缺乏艺术感受能力的人。

写作，需要热爱生活，仔细地观察生活，从生活中收集写作，这些，你一定都知道了。但是，如果你对生活缺乏某种艺术感受能力的话，那么当你面对生活中很多看上去并不生动、并不轰轰烈烈的事情，就会缺乏美的发现，使本来可以深入挖掘下去的好题材，失之交臂。即使对于一些生动的有意义的人和事，你也可能会由于缺乏那种艺术感觉带来的创作冲动，使整个构思和写作的过程，变得平平淡淡的，那自然不会写出特别好的作品来。作者对生活的艺术感受力的强弱，除了外部刺激的程度外，还取决于作者内心感情的丰富程度。作者的感受力对积累写作素材、引发写作动机、深化构思内容等起着重大作用，并直接影响艺术概括力和艺术表现力。

对生活的艺术感受能力，对于一个希望自己能写出好作品的写作爱好者（或是一个想当作家的人）来说，是一个很重要的心理能力。它直接影响对生活感受的效率与程度。一个作者对事物的理解力强，他的感受力也就深厚。培养对生活的艺术感受力，对于一个热爱写作的人来说，是一个不可忽略的课题。

如何培养你对生活的艺术感受力呢？

要注意训练你的感觉器官的敏锐性，丰富自己的感情，不断增添自己情感的强度和层次，增强心灵对生活的感应能力，而且要在感受的独特性对感受的深度、广度、灵敏度上有不懈的追求。

当然，你不但应该爱好文学，也应该懂得、了解并且能爱好其他的艺术门类，如书法、美术、摄影、雕塑、音乐、舞蹈，等等。因为文学和其他的艺术门类都是相通的。你可以通过对其他艺术门类的了解与感受，来触发、丰富自己的艺术感受能力。

多读些随笔类的文章，细细地去体味作者对生活的感受力。自己也及时写些随笔类的文章，把自己对生活细微的感受都记录下来。再用自己的艺术感受力，去好好观察生活，在生活中搜寻细微的感触，搜寻美。

罗丹有句名言：“美是到处都有的。对于我们的眼睛，不是缺少美，而是缺少发现。”对生活中出现的各种情形，你能不能都用艺术的目光去观察、审视一番呢？

想象是艺术的太阳

——想象在写作中的作用

开阔思路

根据需要，想象能沟通事物间的关系，把触思初期狭窄的、单一的、贫瘠的思路，迅速拓得宽阔、多线条、多层次、丰富多采。

例一：

我常想，春节，这名称多美啊！春节一到，春天就要启程，春暖花开，万物滋生的日子就不远了。

在北京，春节时还挺冷的，还要落雪呢。但是，瑞雪兆丰年，因此大家都欢喜春节的雪花。一片银白，预兆着碧绿的禾苗，茂盛的花草。台湾的气候怎样呢？我没有到过那里，然而，孩子们立刻说出：台湾是亚热带的气候，四季温暖如春。那么，我想此时一定有鲜花在路边开放吧！我们的祖国是多么辽阔，多么美丽呵！

（曹禺《向台湾同胞拜年》）

例二：

凝视着古斑苍然的古城墙，我不禁浮想联翩。想到过去卅年我们国家走过的道路，成功的和失败的、明智的和愚蠢

的。有感奋的，也有怆然的慨叹。我同时展开了想象的翅膀，幻想着未来世纪的情景——

那时候，战争将消灭，用来隔阂人矜友谊和感情的任何形式的城墙将统统拆除，人们将再也不用徒受筑城墙、挖地道这苦了。代之而起的将是高度现代化的建筑群，人们将生活在精神物质极大丰富的文明社会中。

那时候，不同肤色的人民，不同语言的姐妹，五大洲的朋友们将不受任何国界的限制，自由往来，相亲相爱。

到那时候，人们也许会聚集在中国古老的城脚下，向后代人讲叙着人类历史上曾经发生过一次次噩梦般的战争……

呵，古城墙，你赋予我们遐思的东西是这样的多，这样多……

（王英琦《古城墙断想》）

第一例，由“春节”作为触思点，想象到春天，由春天，想象到春暖花开、万物滋长。这段思路，如顺水行舟顺流而下。接着由北京春节想象它的冷、它的雪。然后振起想象的翅膀，想象到“碧绿的禾苗，茂盛的花草。”在和缓行进中，突然如高空苍鹰，陡然转翅离开北京这个空间，展翅飞向台湾，想象到：四季如春，路边鲜花，然后又飞向蓝天，想象祖国的辽阔和美丽。

正是想象，丰富多采地表现了对北京、祖国的热爱和对台湾同胞的怀念。有多少学生和初学写作者，正是由于缺乏想象力，只写单纯的春节的所见所闻，停留在一条狭窄的思路，急得团团转，而无话可写。

例二，以古城墙作为触思点，先想象“过去卅年我们国家走过的道路”。爆发了一簇想象的礼花：成功、失败、明智、愚蠢、感奋、慨叹。接着，想象又飞向更宽广悠远的“未来世纪”，