

创 意 写 作 书 系

Your Writing Coach (2nd Edition)

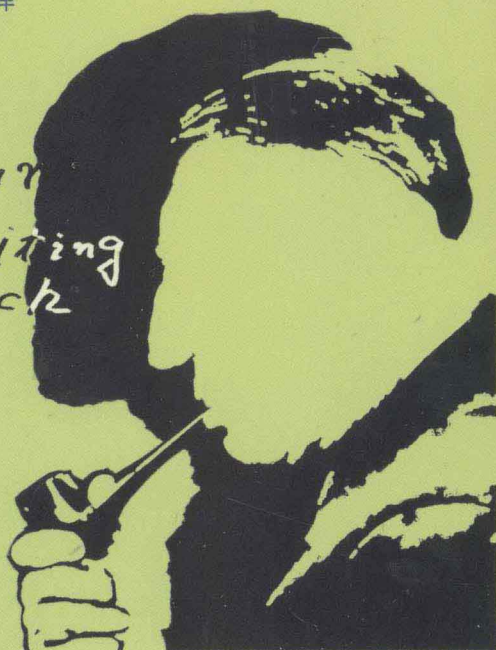
你的写作教练

于尔根·沃尔夫 (Jurgen Wolff) 著 (第二版)

孟庆玲 伊小丽 译

王更臣 校

Your
Writing
coach



创 / 意 / 写 / 作 / 书 / 系

Your Writing Coach (2nd Edition)
你的写作教练（第二版）

于尔根·沃尔夫 (Jurgen Wolff) 著

孟庆玲 伊小丽 译

王更臣 校

中国人民大学出版社

• 北京 •

图书在版编目 (CIP) 数据

你的写作教练: 第2版/ (美) 沃尔夫著; 孟庆玲, 伊小丽译; 王更臣校.
—北京: 中国人民大学出版社, 2013. 12

(创意写作书系)

ISBN 978-7-300-18132-5

I. ①你… II. ①沃… ②孟…③伊…④王… III. ①文学创作-写作学
IV. ①I04

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 295465 号

创意写作书系

你的写作教练 (第二版)

于尔根·沃尔夫 著

孟庆玲 伊小丽 译

王更臣 校

Nide Xiezu Jiaolian

出版发行	中国人民大学出版社		
社 址	北京中关村大街 31 号	邮政编码	100080
电 话	010-62511242 (总编室)		010-62511398 (质管部)
	010-82501766 (邮购部)		010-62514148 (门市部)
	010-62515195 (发行公司)		010-62515275 (盗版举报)
网 址	http://www.crup.com.cn http://www.ttrnet.com (人大教研网)		
经 销	新华书店		
印 刷	北京中印联印务有限公司		
规 格	160 mm×235 mm 16 开本	版 次	2014 年 1 月第 1 版
印 张	19.25 插页 1	印 次	2014 年 1 月第 1 次印刷
字 数	232 000	定 价	38.00 元

版权所有 侵权必究

印装差错 负责调换

“创意写作书系” 顾问委员会

(按姓氏笔画排名)

刁克利	中国人民大学
王安忆	复旦大学
刘震云	中国人民大学
孙 郁	中国人民大学
劳 马	中国人民大学
陈思和	复旦大学
格 非	清华大学
曹文轩	北京大学
阎连科	中国人民大学
葛红兵	上海大学

Your Writing Coach

译者序

写作教练，不同于写作教师，不会以各种各样的写作理论作为主要传授内容，而是以一位作家、一位写作实践者的身份娓娓道来其创作心得与经验。

于尔根·沃尔夫就是这样一位实战型教练。他集作家、编剧、教师及咨询师于一身，以中肯、流畅与幽默的语言向我们讲述他自己及经典作家的创作经历与方法。

“我们已经遭遇敌人，这个敌人就是我们自己。”初学写作之时，人们往往被各种各样的担忧所困惑，担心退稿、担心作品不好、担心过度展示、担心自己江郎才尽等等。在第一部分，于尔根·沃尔夫教给我们如何克服自己在写作过程中遇到的各种心理障碍，并且教我们在题材与内容的选择上，切忌追逐畅销、一拥而上，而是要选择自己熟悉和喜欢的内容，同时充分利用自己的专业知识与生活、工作经历，将这些优势融入到作品中去。

灵感，人们在创作过程中经常会提到它。这是人脑理性思维与直觉思维两种活动共同产生的结果，是艰苦学习、长期实践、不断积累知识和经验，在艺术构思过程中由某种机缘的诱发而出现的瞬间创造力。伟大的作家，无不被源源不断的灵感所启发，创作出无以伦比的精彩内容。

诚然，这与他们长期的辛勤密不可分。而另一个神奇的原因则是“利用梦的力量”。如玛丽·葛德文的一个“白日梦”为她的小说《科学怪人》奠定了基础。罗伯特·路易斯·史蒂文森在梦中获得了他的小说《化身博士》的基本思路。近代的恐怖大师斯蒂芬·金将他的小说《危情十日》归功于一场梦。在本书第二部分，于尔根·沃尔夫为我们详细介绍了怎样获得源源不断的创作灵感，并教给我们怎样利用梦的力量、怎样塑造有感染力的人物，以及叙述语言等技巧。

对于作家来说，理想的写作环境至关重要。成功的作家对其所需的写作环境有着迥然不同的要求。女演员玛丽露·亨纳尔喜欢将她的写作素材摆满整间屋子。小说家伊莎贝尔·阿连德的代表作《精灵之屋》则诞生在她家的厨房里。还有另外一些作家，如伊恩·蓝钦只有在他家里的创作室或远在法国的乡村农庄才可以进行创作。每个人都有自己的行为模式，找到最适合自己的模式才是最有效的。在第三部分“坚持就是胜利”中，于尔根·沃尔夫为我们提供了一个个行之有效的方法。

在信息与网络快速发展的今天，完成作品后的作家们面临竞争更加激烈的营销市场。人们广泛接受的、传统而又依然有效推销自己和作品的方法固然不可忽视，然而，新形势、新环境下的更为新颖、更具创造

性的营销手段也对传统的方法起到补充强化作用。这些实战型的手段与方法都可以在于尔根·沃尔夫这本书的第四部分中找到。

就是这样，于尔根·沃尔夫为我们编著了一本如此精彩、如此实用的写作指南。书的每一章都配有要点、练习和补充材料，让我们在学习之后对所学内容的重点有进一步的理解。所列出的练习可以让我们举一反三。最值得称道的是，在补充材料中，我们可以获取到更为集中、更为详细、更具指导性的信息。

在本书的翻译过程中，我们不时被作者渊博的知识、丰富的写作经验、简练幽默的语言和耳目一新的现代感所打动，同时这也成为一种无形的动力在激励我们。尽管我们一直在努力做好本书的翻译，但难免有错误和疏漏之处，恳请读者和专家批评指正。

译者

2013年12月

Your Writing Coach

引言

当热爱与技巧结合，杰作就诞生了。

——约翰·罗斯金

你想开始写作，或者写得更多、更好吗？那你算是找对人了，我很乐意做你的写作教练，从头至尾带你去写作。本书的很多内容你在其他写作书里面绝对见不到。

如果你总觉得迟迟难以动笔，那或许就是我在本书第一章里面所揭示的某种担心。在这一章，你还能发现如何打消种种顾虑。之后我将帮你找到自己最适合写的体裁，到底是短篇故事、文章、小说、非虚构类作品，还是剧本。你还将学会如何把自己的知识和生活阅历融入写作。

接着我们就开始真正写作了，开始用你独特的右脑创造力激发出无穷无尽的想法。之后你将得知如何通过那个“为什么”魔法为你的故事提供蓝图，创作出生动鲜活的人物。我将和你分享“设问/回答法”，有了这个工具你就可以让读者们如痴如醉、兴致勃勃地读完你的书、故事或者剧本。你将了解一些写故事的秘诀，并用这些秘诀组织材料，你还将了解一些让语言生动有趣、夺人眼球的技巧。此外还会读到如何评价自己的初稿，如何通过改写让写作效率更高。

本书的第三部分讨论了一些至关重要却经常被忽略的话题。这些话

题包括如何争取家人朋友对你这种创造性活动的理解和支持，如何为自己营造出一个理想的创作空间，以及如何在精力开始衰退的时候激励自己。每个作者都时不时地遇到稿件被退回的情况，所以，我将告诉你如何应对批评家们，其中包括通常情况下最为苛刻的那一个——你内心深处的批评家。有了第十二章中介绍的神经语言学规划技能，你将能把内心深处的批评家转化成富有建设性的内在向导——这是避免或克服写作障碍的关键所在。

在本书的第四部分你将了解一些自我推销以及推销自己作品的秘诀，这些秘诀远非大多数其他作者使用的常规方法可比。还有一章关于新媒体的，是特意为此次新版而重新修订的，该章概述了新媒体为作者们带来的重大机遇，但是作者们要足够聪明才能发现这些机遇。这一部分的最后一章讲的是如何创造并享受写作生活。

在本次修订时，我增加了整整一个部分作为“起步”向导，主要是一系列小贴士，帮助你快速有效地写出你所选择的那种体裁的作品。

本书最值得称道的一点是在每一章的后面都有一个补充材料，你可以登录 www.yourwritingcoach.com 找到与这一章相关的更多资料，网站上有对全球热播连续剧《反恐24小时》的联合创作者罗伯特·考克安的

专访视频，向你讲述那些让人惊心动魄的剧本的创作过程；还有一段对文学经纪人朱利安·弗莱德曼的专访，开诚布公地探讨经纪人对作家的期待是什么；另外一段是对来自“谋杀队”的一位推理作家的专访，这组来自英国的犯罪小说家们想出了免费宣传他们自己及其作品的方法。除此之外还有其他的一些视频专访、写作示范以及改写技巧，此处不再一一列举。

看完本书后如有疑问，欢迎给本人发电子邮件：jurgenwolff@gmail.com。我将竭尽所能、恪尽职责地做好你的写作教练。25年的写作经历让我明白一点，写作可以是最让人心满意足、最富有创造力的事情——而且回报不菲。我愿意与你一起分享我的经验教训（有些甚至相当惨痛），并帮助你在写作的道路上取得成功。你准备好了吗？

我们不说再见

至此，这本书已经接近尾声，然而这却并不是我们之间联系的终点。我已经开始做你的写作教练了，同时我也希望，随着时间的流逝，你还会再次参阅这本书，让它帮助你度过艰难时刻，或是在你开始一个新的写作项目时给予你灵感。

如果你想阅读更多有关写作的书，不妨看一下我的最新作品《创意写作大师课》。在这本书中，你将会看到来自那些当代最受人敬佩和尊敬的优秀作家的观点、方法以及鼓励等。这些作家包括：查尔斯·狄更斯、简·奥斯汀以及安东·契诃夫。从罗伯特·路易斯·史蒂文森到玛丽·雪莱，从艾丽丝·门罗到斯蒂芬·金，《创意写作大师课》一书将带领你找到自己的写作风格、形成故事架构、塑造生动的人物、构建有吸引力的情节、克服作家的种种阻碍，然后打造出属于你的理想作家人生。

如果你还没有这样做的话，务必要使用我在 www.yourwritingcoach.com 网站上为你提供的所有补充材料。在这个网站上，你还可以收听到由我制作的与写作相关的播客，也能了解由我开设的小组以及一对一的培训课程，你还可以通过发送电子邮件和我取得联系。如果你有任何问题而我能够给予帮助的话，请告诉我。如果你在写作方面取得了任何成就，也请让我知晓。期待你的来信。

Your Writing Coach: From Concept to Character, from Pitch to Publication, Second Edition By Jurgen Wolff

Copyright © 2007, 2012 by Jurgen Wolff

This translation is published by arrangement with Nicholas Brealey Publishing and Andrew Nurnberg Associates International Limited.

Simplified Chinese version © 2013 by China Renmin University Press

All Rights Reserved.

Your Writing Coach

目录 | Contents

第一部分

各就各位，预备——

第一章 不再担心，不再找借口 / 3

第二章 找到自己适合的体裁 / 15

第三章 利用你的专业知识 / 27

第二部分

写！

第四章 源源不断的灵感 / 39

第五章 “为什么”的魔力 / 51

第六章 塑造有感染力的人物 / 60

第七章 故事的秘诀 / 81

第八章 注意你的措辞 / 103

第九章 再来一次 / 117

第三部分

坚持就是胜利

第十章 寻找适宜的写作空间 / 127

- 第十一章 友人相助 / 137
- 第十二章 驯服你内心深处（以及外界）狂妄的批评家 / 148
- 第十三章 写作时间 / 161
- 第十四章 向前进！向前进！ / 177

第四部分

推销！

- 第十五章 自我推销 / 191
- 第十六章 作家的游击战 / 210
- 第十七章 新媒体，新机遇 / 226
- 第十八章 写作生涯 / 257

第五部分

起步向导

- 第十九章 短篇故事写作的起步方法 / 269
- 第二十章 剧本写作的起步方法 / 274
- 第二十一章 传记或回忆录写作的起步方法 / 286

我们不说再见 / 294



各就各位，预备——

所有的荣耀都来自勇于开始。

——尤金·F·瓦尔

如果你总是觉得迟迟难以动笔，那有可能是因为某种担心。而正是这些担心，让很多原本天赋出众的人无法自如表达，成为作家。在这一部分我们要迎难而上，正视担忧，打消顾虑。之后我们将确定你最适合的写作体裁。最后探索如何用你的经历和知识帮助自己选择要写的故事。

不再担心，不再找借口

第一章

要想在这个世界上成就一番事业，我们就绝不能因为畏惧严寒、担忧危险而裹步不前、瑟瑟发抖，而是要激流勇进，奋力拼搏。

——西德尼·史密斯

一个好的教练应该让你明白前方有可能遇到什么样的障碍，而我知道你通往成功之路的头号障碍，就是你自己。

几年前，我看到一本很不错的连环画《Pogo》，里面有一句名言：“我们已经遭遇敌人，这个敌人就是我们自己。”这话没错。是的，想出合适的言辞表达自己，找到合适的经纪人推销自己，忍受编辑们或发行商愚蠢的决定，或许都不是一件容易的事，但是我们面临的最大的问题还是自寻烦恼。很多时候，这些问题源于我们的担忧。

你可能觉得自己绝不属于这种情况，但多数情况下，这种担忧不但他人无从得知，就连作为未来作者的我们自己也无法察觉。因此，