

重塑 写作

手把手教你打造爆款文章

一本书学会爆款文章写作技能
从写作变现到引爆流量



RESHAPE
WRITING

辛岁寒◎著

系统讲解写作知识 | 重塑你的写作思维 | 提升你的写作技巧



中国纺织出版社有限公司


国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

重塑 写作

手把手教你打造爆款文章

辛岁寒◎著



 中国纺织出版社有限公司

内 容 提 要

本书根据作者辛岁寒的多年写作、编辑经验，详细地讲解了从写作基础到多类型写作，让你从零开始学会写作。

本书不仅是一本可以重构你写作思维的书，也是一本让你重塑写作能力的实用之书。书中列举了上百个写作案例，手把手教你如何撰写、练习、走出误区，构建写作思维与逻辑，让你面临任何类型的写作时都可以做到提笔就出好稿。

本书适合工作上有写作需求或者想通过写作实现人生梦想的作者 / 读者。

图书在版编目（CIP）数据

重塑写作：手把手教你打造爆款文章 / 辛岁寒著

· 一 北京：中国纺织出版社有限公司，2022. 6

ISBN 978-7-5180-9288-8

I. ①重… II. ①辛… III. ①写作学 IV. ①H05

中国版本图书馆CIP数据核字（2022）第005199号

责任编辑：张 宏 责任校对：高 涵 责任印制：储志伟

中国纺织出版社有限公司出版发行

地址：北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码：100124

销售电话：010—67004422 传真：010—87155801

<http://www.c-textilep.com>

中国纺织出版社天猫旗舰店

官方微博 <http://weibo.com/2119887771>

三河市宏盛印务有限公司印刷 各地新华书店经销

2022年6月第1版第1次印刷

开本：710×1000 1/16 印张：17.25

字数：227千字 定价：58.00元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社图书营销中心调换

序

从写作小白到作家，我做对了哪些事？

嗨，我是辛岁寒，简单介绍一下自己：

关于写作，我已经入行十年了，从最初的新人作者到野生作家再到编剧，我完成了一个写作者的蜕变。

关于新媒体，我从千万粉丝公众号背后的主要负责人，到如今靠着写作自由生活和创业的自媒体人，我走过了许许多多的坎坷和波折。

这些年，我身边有很多作者来来去去，他们有的成为了家喻户晓的大神，有的被淹没在生活的琐碎里，将曾经的辉煌全部埋葬。而庆幸的是，我坚持写作十年，成为了一个可以拥有自由的人。

也许你会笑我，“自由”就可以让你满足？

是的，在成年人的世界里，这个词包含了太多的天方夜谭。一毕业，你要赚钱生活；一结婚，你要忙里忙外；一生娃，你就前胸贴后背；娃长大，你还要风吹日晒。

人这一生，其实属于自己的时间真的很少，少到除了学生时代，你可能直到退休都还停不下来。

如此看来，你觉得自由可贵吗？答案不言而喻。可自由真正的可贵之处，在于世上没有绝对的自由。它是相对的，要看你内心满足的点有多少。

例如，很多人认为能够有时间写作就是自由，有的人认为能够到处旅游就是自由，而有的人认为通过写作在家里能够赚钱就是自由。

人内心的满足是不同的，你只有看清自己的内心，才知道什么生活适合自己。



这些年，越来越多的人因扛不住生活的压力而抑郁。但也有越来越多的人，为了缓解压力去寻找其他赚钱方式，“副业”这个词就这样走入我们的视线。

可频繁加班已经占据了我們大量的时间，如何才能去通过副业赚钱？很多人把眼睛盯上了写作这块蛋糕。

没错，写作是一个让你花少量的时间，动动脑子就可以赚钱的方式。并且随着时代的发展，写作已经不仅仅是爱好或者兴趣那么简单，而是你的个人竞争力。当你学会了写作，你在职场会有话语权，你在人际交往上会有话语权，你在生活细节上也会拥有主导权。

但写作真的有网上说得那么简单吗？或者是仅在网上花钱学习课程，就可以走上写作赚钱的道路吗？事实上，我的经历可以告诉你，写作并没有你想象的那么简单，但也没有你想象的那么困难。

我正式接触写作是在 2011 年，那时写作签约网站刚兴起，我在根本不了解平台规则的情况之下随便发了一篇文章被某个编辑发现，签约到了当时非常权威的出版公司旗下，开启了我的写作生涯。

那时的写作全凭爱好，也没有想过赚钱的事情。偶尔接一些约稿也是出于感谢编辑的赏识。后来因为某些原因，我的写作停了几年，真正靠写作为生时，已经是 2018 年。

2018 年，我辞职成了一名自由撰稿人。在这之前，长达半年时间我都处于精神高度紧张的状态。

那时我还在千万粉丝的公众号背后做主要负责人，每天早上坐一个小时的地铁到公司，直到晚上 10 点才能回家。新媒体的工作，高强度，细小又琐碎，白天眼前划过的是数篇文章，各种数据，选题，稿件……休息日的时候，还要在出租屋里按照公司规定上班。

由于我一个女孩子在外地，家里人十分担心，便不断催促我回去。于是，在这一眼就望到头的工作里，我做了一个很大的决定，任何类型的约稿我都要接，都要学。

因此，每当我晚上十点匆匆回到出租屋之后，我会把剩下所有的私人时间拿来写稿，几乎每天都写到深夜。在这些时间里，我学习到了各种稿件的写作方式，也合作了大大小小很多项目，认识了很多靠谱的合作方。

当这一切都准备充足之后，我才开心地辞职回到了重庆，开启了我的自由撰稿和创业之路。后来，我创办了自媒体矩阵“岁寒影色”和“辛岁寒”，给更多的新人作者实际上的指导，让他们能够在踏进写作领域时有一个可以引领的人。

我希望通过我的经历告诉你，如果你想要通过写作去变现，那么前提是你要学会写作，要什么都能写，并且能够积累人脉，之后才能让你的这个副业变成主业。没有做好准备之前，我不建议你全职写作。

如何才能成为一个什么都可以写的人呢？

这正是我撰写这本书的目的。我想要通过我十年的写作经验、多年的新媒体经验、数年的写作导师经验，帮你更正对写作的认识，引领你有技巧有格局地去写作，从而真正成为一个什么都可以写的人。

我走过的路，踩过的坑，希望可以给你指引，让你实现你想要通过写作实现的梦想。

本书共分成六个章节。

第一章是认知写作，帮你从思想上重塑对写作的认识，把那些毒害你的想法统统去掉。

第二章是提笔写作，手把手教你如何在写作之前全方位地去准备，从而让你在下笔的时候顺畅不卡壳。

第三章是技巧写作，带你从头到尾有技巧地打磨一篇文章。

第四章是类型写作，把我们所涉及的写作类型以及如何写作全方位地告诉你，让你无论面对什么稿子，都能够做到提笔就写。

第五章是练习写作，教会我们在日常生活中如何增强我们的写作功底、写作能力、成稿速度、变现等。



第六章是爱上写作，把我们思维里的误区拿出来诊断，把那些不要踩的坑统统告诉你，并手把手带你走出这些误区。

这样看来，这本书对于一个写作新人来说，已经足够了。它不仅可以帮助你构建写作思维与逻辑，重塑你的写作能力，还可以让你什么类型的稿子都能写，做到提笔就出好稿。并且通过写作提高个人竞争力，实现你的梦想。

希望你读完这本书，能够真正地走进写作，也祝福你，逢稿必过。

辛岁寒

2021年7月12日于重庆

目 录

第一章 认知写作：文章为时而著为因结果	1
1. 找到自己写作的意义	2
2. 写作的底层逻辑是写什么	10
3. 你是一个文笔好的人吗?	17
4. 定位自己，用个人品牌创造价值	24
5. 拥有这些写作习惯受益终身	32
6. 这些写作必备工具让写作开花	39
第二章 提笔写作：这样的步骤让你信手拈来	47
1. 第一步：明确目的，思路清晰	48
2. 第二步：定位需求，打动受众	53
3. 第三步：发散思维，引出灵感	58
4. 第四步：独特角度，提升层次	63
5. 第五步：精妙布局，环环相扣	70
6. 第六步：优质素材，触发共鸣	77
第三章 技巧写作：爆款文章是从头到尾的打磨	83
1. 百万爆文背后的标题套路和规律	84
2. 五种开篇套路让你俘获人心	93
3. 结尾拔高价值，增强悬念	100
4. 适当引入金句，提升文章格调	107
5. 好的文章都是改出来的	115



6. 爆款文章的核心在于接地气·····	122
第四章 类型写作：没什么是你写不了的·····	131
1. 常用文书类写作：成稿不再烦恼·····	132
2. 社会生活类写作：方法决定能力·····	138
3. 策划文案类写作：提笔就出好文·····	144
4. 文学创作类写作：价值才能产生共鸣·····	152
5. 新媒体文章写作：抓住趋势风口·····	160
6. 对话访谈类写作：简单即是精髓·····	169
7. 演讲汇报类写作：朴实才是精彩·····	174
第五章 练习写作：持续创作才能不落人后·····	181
1. 以书评进行输出型写作突破·····	182
2. 精细化拆解文章，学为己用·····	189
3. 干掉拖延症状，提高成稿速度·····	197
4. 定期投稿，帮助日常写稿训练·····	202
5. 随时记录灵感，发散思维深度·····	209
6. 变现写作，获取个人财务自由·····	216
第六章 爱上写作：写作是一场漫长的修行·····	223
1. 每个人都有成为作家的潜质·····	224
2. 灵感来源于日常的积累·····	232
3. 写作不是随波逐流或者特立独行·····	239
4. 越是瓶颈越要充实自己·····	246
5. 没人欣赏，自己第一个鼓掌·····	252
6. 技巧比天赋更重要·····	259

第一章

认知写作：文章为时而著为因结果

有一句名言，也许我们从小就开始听：“思想决定行动，行动决定习惯，习惯决定性格，性格决定命运。”

它的意思是，只有人的思想认识跟上了，才能达到自己理想的结果。

写作也是如此。只有从思想上了解它是什么、它能干什么，从认知的角度去认识写作，明白自己为什么要写、为何而写、可以怎么写等，你才能真正明白写作其实是一生的事业。

本章带你从零开始，从思想上认知写作，为你构建写作的地基。



1. 找到自己写作的意义

“文章合为时而著”是一条古训，更是对于我们想要提笔写东西时的一种指引。无论你要写什么，你都要在写作之前明白，你为什么而写，这才是你写好任何一个文字的必备条件。

“你为什么选择写东西？”

这个问题曾经困扰了我很长一段时间。在长达十年的写作生涯里，我也曾因为这个问题迷茫，从而失去写作的动力。可就在我失去动力的这段时间里，那些曾和我并肩向着同一个作家梦奔去的朋友，无一不出书的出书上杂志的上杂志。等我醒悟的时候，已经和他们拉开了现实与灵魂的差距。

我懊悔不已，可提笔，文字却再也不能像过去那般天花乱坠地信手拈来。就这样，我轻易地又放弃了文字，选择去旅行，去流浪。在陌生与陌生的交界处，在那些富有灵魂却始终伫立于处的山川河流间，我才慢慢领悟到：那些表达着晴雨忧愁的所有美好的词句，在没有目的面前，变得毫无意义。

就像雨会落下，是因为田野溪流需要它；太阳会出来，是因为花儿鸟兽离不开它；山川之所以永恒地孤独伫立，是因为它饲养着无数生灵……

而我的文字，看到的只是它们的或美或丑或独特的一瞬间，却从不知道，如果带着把它们的美好传扬给更多人的目的，那么它们的存在就会变得温暖而治愈。甚至运气好的时候，传播度广，不仅能带动当地旅游经济的发展，还能帮助这里贫困的人们找到活下去的方向。

你看，这才是文学的意义——传承。

正如白居易在《与元九书》里写的那样：文章合为时而著。也就是告诫人们，在写文章的时候，要反映时事，要为现实而作。



放大了看，就是指引写作的人，要带有目的地去写作。否则，你的文字就像是藏在泥土里的沙子，即使大浪淘沙，依旧孵化不出任何价值。

可并不是所有人的梦想都是成为作家。

那么我们普通人为什么要写呢？

面对这个问题，也许在我写作第 1~第 3 年的时候，我会回答是为了抒发自己；写作第 4~第 6 年的时候，我会回答是为了成为作家的梦想；写作第 7、第 8 年的时候，我的回答是想唤醒内心的某些坚持；而如今，写作第 9~第 10 年，我的回答是为了生存。

是的，你没看错，这个没有什么其他闪光技能的我，除了能提笔写点东西，可能一无是处。甚至，我也许没有很多人写得好，可我依旧把写作变成了我的饭碗，我赖以生存的技术。

也许你会觉得我玷污了写作、玷污了“作家”这个身份，觉得我谈不上是个“作家”。是的，我不是个“作家”，甚至在写作这一块儿，顶多算个撰稿人——写得很多，如今写出来的文字都是偏商业的。

这是很多人无法接受的写作，特别是接受了正规九年义务教育熏陶的人。他们一直觉得写作是个高尚得无法参与的东西，除非有很好的文笔、很好的想法、持续地输出高质量的内容，否则，就谈不上是在写作。

我承认，在我明白我能写什么之前，我和大部分人的想法一样。觉得写作神圣不可玷污，觉得真正的写作是沐浴，穿衣，焚香，凝气之后，才能提笔书写的，除此以外的所有不正式的书写，都不叫写作。

可放在 21 世纪互联网高速发展的今日，如果你还这样认为，那就是大错特错。

在网络如此迅速占满了所有人眼球的今日，写作已经不是一件不常见、小范围的事情了。从最初博客的萌芽，到如今自媒体的盛行，写作已经成为了很多人日常生活和工作中必不可少的一件事。

简单举个例子：过去过节时，我们只需要送一份礼、说一句祝福即可，可如今在物联网信息发达的时代，我们不得不在给别人送祝福的时候，说出



一连串饶有诗意、满含祝福的话语。

其实这就是基础、小量、日常的写作。

再比如：职场上，我们要撰写文案、宣传稿、产品简介等；拍电影、宣传片，我们要撰写剧本、电影简介等；做自媒体，我们需要写内容稿、配音稿和整体的策划大纲等。这些都是属于职场中所需要的大量、常规、职业性的写作。

最后，才是我们常规思维里的那些小说、散文、诗歌、随笔等的创作型写作。

有人把以上各种写作，放在这个时代，总结成了一个新的概念，那就是“全民写作”。这个概念是怎么来的呢？自媒体时代，人们一打开电脑和手机，就会有各种各样的平台出现在面前。如公众号、朋友圈、微博、知乎、抖音、各种小说网站……

这就是全民写作时代——写作不再是一件有门槛的事情，而是所有人都参与。

那么一个人到底会接触多少类型的写作呢？

从学生时代开始，写作文、画黑板报、准备演讲稿、给别人描述自己的所见所闻所感等；

到步入职场，写求职信、工作简报、工作总结、会议总结、自我介绍、辞职信等；

如果恰好你还有其他角色，那么简单的合同、与人对话的小作文、诉讼文书等，都需要我们亲自操刀。

因此，写作已经渐渐成为一种日常必备技能，甚至是你职业晋升的好帮手。

举一个我曾经学员的例子，相信会让你重新认识写作：

学员名叫小岚，报名我网课的时候，她刚入职一家公司的前台职位。前台，说好听点是迎接贵宾的到来，引导前来的客人完成他想做的事情。可事实上，大部分公司的前台等于打杂。就像小岚的工作，每天到岗后，打开饮



水机的开关，准备好开会的饮用水，笑脸迎接每位同事的到来，守在打印机前扫描复印打印同事们需要的一切东西……

起初，她还对这种具有存在感的工作感到开心，因为她本身是专科毕业的，对自己的职业规划本就不抱太多的期待。但这种感受没多久，她就意识到，这些并不能带给她满足。于是，她一有空闲时间就去报各种网课来提升自己。而我的写作课，正是在这种情况下走入了她的视线。

一开始，她是奔着靠写作赚外快去的，可学到一半，有一件事情改变了她的生活。

那时小岚试写的一篇文章经过我的修改后，发表在了我的公众号上，恰好小岚又在朋友圈转载宣传了这篇文章，而这个动态又刚好被小岚的领导看见。

就这样，第二天上班，领导一进门就对小岚说：“我有一篇演讲稿，一直没有时间写，这两天要，你帮我写吧！”

领导的语气很温和，但小岚很聪明地了解到，领导并不是在询问，而是潜在的命令，于是她哪怕心里没底，也接了下来，而刚好那天我的课程讲的就是如何写演讲稿。

小岚学了之后，顺势当晚就开始操刀领导的演讲稿，深夜和我一起反复修改，第二天便递交给了领导。

后来，虽然稿件并没有成熟到完美，但至少让领导看出了她的“写作”技能，于是越来越多的类似写的东西给了小岚，小岚也顺利地从一个前台晋升到了助理，专职给领导写各种类型的东西。

学完写作班一年后，小岚对我感慨：其实生活处处都有写作。

你看，这就是这个时代的写作。它在你的生活中，无形地存在，又无处不在。

因此，与其问写作是什么，不如问如今这个全民写作时代，我们写作的意义是什么？

要寻找意义，我们就得先从我们赖以生存的工作和职场出发。参考小岚



的故事，我们会发现，写作在职场的地位就是：个人的竞争力。

◎提升竞争力

比如，你是一个程序员，除了敲代码，你还可以很好地通过个人朋友圈、知乎等个人属性比较强的平台营销自己的代码技术和网络知识，那么你拥有的就不仅是这份工作带给你的技术性职位竞争，而是多维度的个人能力的竞争。

简单来说，当你可能晋升的时候，公司发现你除了会写代码之外，还在网络上营销自己或者是做网络运营，那么你就比其他职员多了一份技能，你的优势就又增长了一分。再往深处说，假如你因为在网络上营销自己拥有了一批粉丝，连带着你的公司也被大家知晓，那么你不想成为管理层都难。

再比如，你是一个产品经理、设计师甚至一个物业的小员工，只要你会写作，这项技能就能够将你的个人能力迅速放大，从而让你在职场上多一份别人没有的竞争力。

总的来说，写作的第一个意义就是帮助我们在职场甚至其他方面放大我们的个人能力或者是美化我们的个人能力，让我们拥有多维度的竞争力。

◎沟通表达

人，生来就不是孤独的，这是人的属性。正是因为这种属性，让我们必须与人沟通、打交道。

试想一下，你是更喜欢和一个满嘴都是诗词歌赋或者富有表达力的人聊天，还是和一个只会说“太好了”“很漂亮”“可以”等单调词语的人在一起聊天？

毫无疑问，任何人都拒绝不了一个心中有诗书的人。

但诗书，不是你读过就能全部放进头脑里的。写才能让你读的那些东西和你自身融为一体。这就是为什么从小到大，我们都说读书和写字是分不开的。

学会写作，就学会了沟通和表达的底层能力。

举个例子：遇到小组讨论的时候，或者遇到朋友结婚你需要上台说几句的时候，如果你本身就在日常中通过写把自己的语言逻辑组织起来，那么你可以立刻即兴演讲，并且不会支支吾吾半天讲出一个大家听不懂的东西。



再比如，你给老板发微信请假，或者传递工作要求给下属，如果你不会组织语言，那沟通在你这里就变得困难，效果自然就大打折扣。

再假如你遇到一个无赖，你需要跟他辩论，如果你心中没有东西，或许出口成章就变成了出口成“脏”，最终以恶治不了恶，还将事情变得更加严峻，也是得不偿失。

总之，学会写作，你的基本沟通表达一定不是问题，哪怕临时遇到一些事情，你都能简单说上几句，不至于变成一个哑口无言的人。

◎ 理性思考

人的思考很重要，它是我们反思自己、反思过去、考虑未来的重要途径。俗话说：“只要思想不滑坡，办法总比困难多。”从这一句简单的话，我们就能明白思考的重要性。

仔细观察，我们会发现，这世上有很多人其实是缺乏思考的。特别是写得越少的人，越不会思考人生，只会着眼于当下，这造成了他们的生活满是麻烦，并且越麻烦越会牵扯出更多的麻烦，从而总是在节奏紧张的生活里，充满焦虑。

其实，写作的过程，是教化我们的脑子去思考的过程。

假设一个场景：你遇见了一件十分棘手又错综复杂的事情，你会怎么办？

我相信会有以下这种情况：一个不经常思考的人，肯定会立刻变得慌乱起来，并且像找不到方向的蚂蚁一样到处冲撞；但一个经常思考的人，会立刻拿出一支笔、一张纸，把所有的东西先写在纸上，然后慢慢地去厘清逻辑和分析。

而这个分析的过程，其实也是一种写作的过程。

看到没有，写作和思考其实是互相反馈的。

写作 ↔ 思考	
当你会写作，你会在思考的时候，立刻拿出纸笔去边分析，边思考	当你突然遇到事情的时候，你也会十分理性地拿出纸笔，边写作，边分析，而不是一瞬间不知所措



总之，学会写作，你的思想和条理一定不会差，遇到事情就会变得更加沉着坚定，人生也会变得顺畅和游刃有余起来。

◎ 创造情感

写作的最后一个意义，要回归到人的情感上来。

从古至今，作家之所以书写文章，都是因为心中有无法散去的情感需要宣泄出来，而写作就成为了很多人宣泄的唯一途径。

为什么称之为唯一？举个场景的例子你就明白了。比如你是一个独生子女，父母忙碌，每天只有你一个人在家，你找不到人说话聊天分享自己的喜怒哀乐，那么写下来就是你情感的唯一输出。

因此有句名言：“作家，都是孤独的。经典名著都是孤独的产物。”

学会写作，当你的情感无处宣泄的时候，你就拥有了一个开关，可以让你迅速卸载掉所有的坏情绪，从而得到内心的安宁。

以上四种写作意义，如何才能找到适合自己的呢？我通过下面的这个表格简单总结了一下：

提升竞争力	沟通表达	理性思考	创造情感
需要提升自己竞争力的人	缺乏沟通表达能力的人	缺乏思考能力的人	心中有情感要宣泄的人
职场人；通过写作赚钱的自由撰稿人等	怕在公共场合说话或者一开口就唯唯诺诺的人	遇到事情十分慌张的人；总是不先把事情想清楚就去干的人	比如家庭主妇或者写小说、散文的作家们

意义并不是唯一的，而是组合的形式。

以我个人举例，现如今，写作成为我生活的全部。

创业路上，它给了我非常强的竞争力。从营销、策划到脚本、文案的撰写，我的合作方大部分都是看中了我的文字驾驭力，和我建立了长期的合作关系，让我成为了一个不需要奔波，仅坐在家里就有项目找我的创业者。

在和别人沟通和表达时，它也给了我非常大的帮助。因为我从小就不擅长与人主动沟通和交流，但多年的写作，慢慢让我变成了一个无惧谈话、无