



加餐: 如何让日常写作的效率提升3倍以上 — Derek的WWHW结构

大多数人都会有同样的问题: 如果想要有结构的书写, 除了日常的灵感收集, 有没有更快的方法, 梳理和思考呢?

答案是肯定的.

框架是为了承载灵感, 而不是限制灵感。

有些时候限制反而能激发灵感。

我选择的这些方法和框架, 都最大化的兼顾到了灵活度, 尽可能的用框架、用适当的限制来激活灵感。

有3种方法, 是我日常经常用到、且非常有效的方法. 我用它们写出了许多篇阅读、点赞量可观的文章, 以及日常有任何问题想要梳理自己的想法时, 也能派得上用场。

我们的日常写作也应当滋养我们的心灵, Self 1和Self 2通力合作, 而不仅仅是依赖于结构。

其实这3种方法可以看作是一套集合体, 顺着这个思路来, 便可以由点及线、由线即面地组建一篇文章的结构。

一、从理性的角度看写作

在这趟旅程中, 我一直在邀请大家调动Self 2和我们的感官、我们的直觉来书写, 来看看到藏在我们内心深处的本质。

但万物行之中道. 在必要的时候, 我们也要了解理性下的写作思考。

这里我采用乔丹·彼得森的访谈内容:

写作就是形式化的思维。

写作的方式是这样的顺序:

首先, 你需要一个问题。

因为如果你没有一个问题, 为什么要写? 这对你写课堂论文也是很好的建议——选一个你真正想写的问题, 否则从一开始就是虚假的。你需要去主动投入材料, 直到找到某件真正抓住你、让你渴望去探究的东西。所以, 你需要一个问题。

接下来，你需要对这个问题有话可说。

阅读在这里非常有用——尽可能多地阅读那些能够回应这个问题的材料。现在你知道了一些东西，至少是暂时知道，至少是接触到了它们。

然后，你开始梳理。

你需要总结自己学到的东西，理顺其中的矛盾，优雅地将它们表述出来，选对词语，选对短语，选对句子，把句子组织成恰当的段落，把段落排列成恰当的顺序，形成一个连贯的论证。

与此同时，你在做的事情，是以最高层次、最抽象的层面整合你自己的人格，打磨你的工具，让自己变得清晰——因为你在思考。而你通过写作来学习思考。

看，这其实也能对应上我们在“慢下来，奇迹就会发生”那一课的游戏：阅读、沉浸、挖掘。

书写的逻辑就是这样运行的。

此时我们记录了灵感，也想将它融合为一篇短帖或是顺畅的文章，那如何让我们的思考更有结构的展开？

二、写写画画 — 快速列大纲

日常的写作很多人会忽略这个步骤，认为只要我有了想法，便可以直接落笔。

其实是不可取的。

我们写作时80%的工作都会集中在此——将脑中所想的所有短句长句、以及过去记录下来和想要写的主题有关的idea写在纸上

这是流淌、构思的过程。意识和潜意识在此刻融合，碰撞出意想不到的结构。

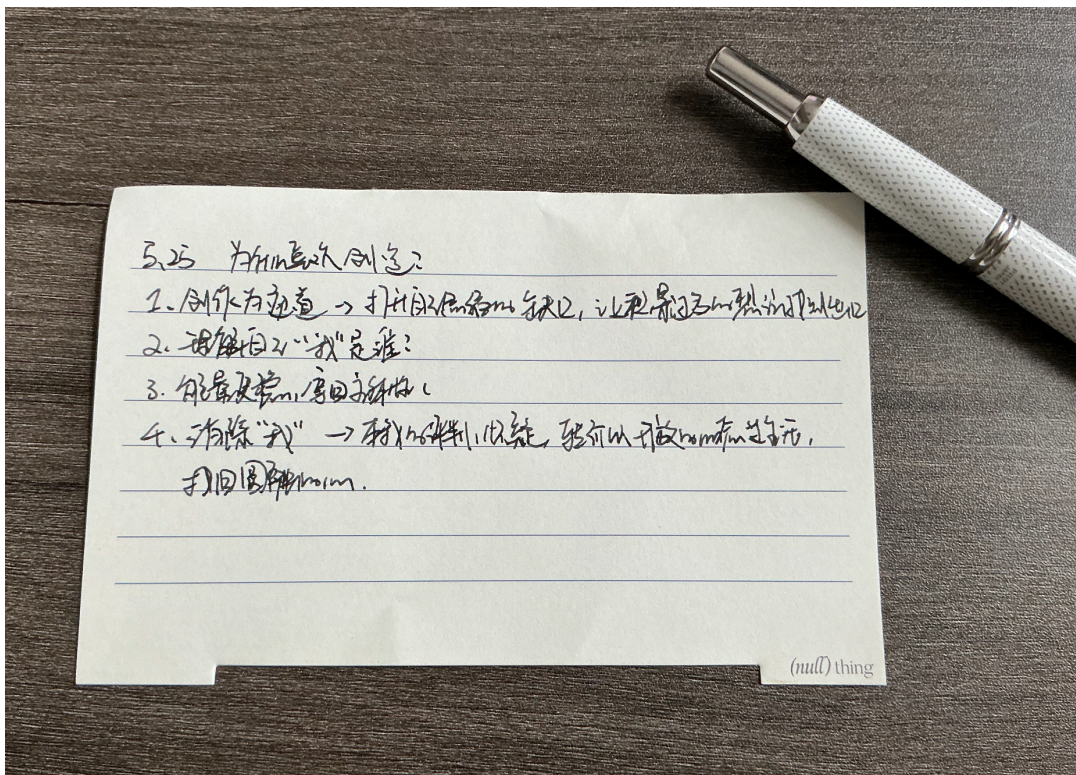
而写写画画，看似是随意的，其实是在为我们的文章打地基。只有将想法写在纸上，我们才能看到自己的所思所想，也能知道这篇文章会涵盖什么样的内容而不至于跑得太远。

随便选择一个最简单的、最顺手的工具，比如一张白纸，一支笔。

花5-10分钟根据你的文章核心想法写写画画，去发散。一旦思路打通，剩下的写作会在极快的速度完成，且异常的顺畅。

注意，是快速列大纲，不是苦思冥想的细细琢磨这里应当是怎样的，是否符合逻辑。

仅仅是用5-10分钟乃至更短的时间列出支撑这篇文章的想法和核心观点。



用笔在纸上书写, 和直接上手打字的感觉差别非常大. 手连接心脏. 用手拿着笔, 在纸上书写时, 动用的是全身心的感官, 全然的将感受倾泻在纸上, 常常会有意想不到的收获. 而打字时, 动用的仅仅是大脑, 且快速的敲击键盘很容易让全部的想法想要一瞬间倾泻而出, 反而进入了混乱.

当我们随意书写、快速列大纲时, 调用的是我们最真实的原始经验, 列出来的大纲也知道如何下手去写. 如果思维反复咀嚼、尝试确认, 反而写下来的都是从别人的角度曾经给过你的“应该怎么做”. 最后的文章可能和AI内容一样“没有什么问题”但是非常平庸, 以至于不会对他人有什么帮助, 也没有灵魂, 甚至写到一半就放弃了.

这就是快速列大纲的方法, 要点是「快速」, 通过速度的要求不得不全然信任自己的感官、第一直觉和过往的经验.

在写的过程中, 无需编辑, 无需评判自己的任何内容.

这样信任自己的状态会让我们越来越有热情、也有自信写出更多好东西.

在完成全部写作后, 我们再回头启用编辑模式, 调整结构、做删减等等. 但在写作生涯的初期, 我建议尽量少的时间花在编辑上, 用AI帮我们整理下错别字就够了(编辑的时间越多, 大脑对于文字的评判就越多, 久而久之非常消耗自身的信心, 以至于放弃. 用AI来修改写作同理, 很容易把脑子搞乱, 或是产生依赖路径. 我在最开始写作的时候尝试过一段时间, 写出来的内容越来越平庸无趣, 最后决定直面痛苦, 敞开自己的心, 只是写, 反而会将内心最真实的想法和感受写出来, 有时写出的内容会过来阅读时让我自己都热血沸腾)

WWHW结构

此时, 你的纸上已经有了关于这篇文章的所有碎片, 剩下的, 就是将它串联起来.

人类是本能会寻找意义的生物.

我们内在的叙事默认都是Why - What - How

Why: 我们为什么做这件事?

What: 做什么事?

How: 如何做?

理解“为什么”(Why)后能激发我们做这件事的动力和连贯性, 最大程度上引起我们对这件事的认同(What), 减少我们在做这件事时(How)的内耗.

这也是因果的逻辑. 我们判断某件事时, 常常从表面来判断, 也就是How和What的层面: 这件事难不难、怎么做、用什么工具、我如何才能得到它blabla, 但却忽略了我们的内在动能(Why) — 为什么要做? 是因为发自内心的还是他人趋势?

在创作的角度来说, 写出的所有文字, 都应当是发自内心、基于真实感受, 而并非他人趋势, 写什么文章和如何写甚至都不是最重要的.

我们日常的生活决定逻辑是How - What - Why, 实际上最直指核心的顺序是Why - What - How. 和常理颠倒, 但却是最核心的.

只有知道为什么一件事值得被做, 为什么值得他人投入, 才会用最深的角度和最快的方式俘获人心.

回到结构上来.

WWHW框架是我在学习Derek Jonhanson的销售信课程学习到的

他基于以上三层进行了扩展

Why - 为什么

What - 是什么

How - 怎么做

What If - 如果...会怎么样? / 如果... 怎么办? 来强化愿景或消除疑虑

WWHW框架的基本用法.

我们拿着刚刚快速列大纲、写写画画得出的内容, 进行填空. 虽然看起来是填空, 但这样的写作方式也能帮助我们完成清晰思考. 也比较适合书写商业文章 / 说服力写作.

比如, 假如要写这篇文章: 《如何把灵感的短句/长句扩展为文章?》

Why

为什么要把收集到的灵感扩展为文章

What

什么是灵感收集? 什么是快速列大纲? 什么是基于真实写作?

How

怎样把收集到的灵感短句/长句扩展为文章? 详细的步骤和方法是什么

What If...

如果我没办法收集灵感怎么办? 我的灵感被堵住怎么办? 扩展时没思路了怎么办? 如果我不把灵感扩展为文章又会如何? 等等等等

按照这个结构能够很轻松的梳理自己的思考, 并且根据快速列大纲的点扩展为文章.

这种写作比较适合运用在商业写作或是逻辑性较强的文章当中, 例如论文、销售信、说服力写作等等. 练习几次便可内化吸收, 越来越熟练.

但在日常写作的过程中, 我们不要受限于框架的限制, 也不要受限于规则的限制从而让我们被囚禁在规则的牢笼内. 日常还是顺应我们的思绪和想法, 多多培养Self 2自如、轻松、自由的状态, 让我们的写作和创造顺畅.

框架和方法只是在需要的时候随拿随取.



不把任何规则封为神圣而不可破坏的, 是作为艺术家健康的生活方式。这样可以解开一些导致我们的创作千篇一律的自我约束。

随着职业生涯的发展, 你会越来越形成某种一以贯之的特色, 而这种一致性会愈加无益。你会开始觉得, 创作像一份工作或者一种责任。请留意自己是否一直在使用同样的套路。

任何规则都值得测试, 无论是有意识的还是无意识的。挑战你的假设和方法。你可能会找到更好的方式。即使不是更好的方式, 这个经验也大有裨益。这些试验都像是自由投篮。你没有什么可失去的。

警惕这种假设,
即仅仅因为这是你以前的做法,
你这个做法就是最好的。

— 里克·鲁宾