

【2020 静安】

1318 年，王冕八岁，父亲叫他在田埂上放牛，他偷偷地跑进学堂，去听学生念书。听完以后，总是默默地记住。

2018 年，王冕二十岁，大二学生，他不想去听课，每月花一千元雇佣同学替他去听课，应付老师的点名。

【写作助手】如有困难，可参考下面表格内容（仅供参考，不作为立意的必备条件）。

说明	王冕是元代著名画家，王冕（化名）是当代某大学学生。
设想	王冕长大之后有怎样的人生？王冕在中小学是怎样读书学习的？……
追问	王冕为什么发生这些变化？发生这些变化令人遗憾，但发生这些变化是否完全是王冕的个人原因？追问原因是不是比简单的道德判断更有意义？……

【例文】

勤奋学习，刻苦奋进

学习贵在勤奋，虽然有时也会失败，但也不要放弃，让我们记住：失败是成功之母。

无论在事业上、生活上每个人都想获得成功，但往往不能如愿以偿究其原因大多是由于没有勤奋地工作、劳动造成的。

事业的成功来自勤奋。高尔基曾说过“天才出于勤奋。”此话当真不假，马克思的《资本论》、司马迁的《史记》、歌德的《浮士德》等传世佳作，都是作者勤奋刻苦的体现。马克思辛勤 40 年，踏凹图书馆的地板；司马迁 20 出头便开始周游四方，足迹遍及黄河长江流域；歌德竟苦心搜集了 58 年的材料。这些作家及他们的作品都已家喻户晓——这就是上帝对他们的辛勤工作的最好的回报勤奋，就能获得工作的成功，我们何乐而不为呢？

生活的硕果来自勤奋。残疾人的生活是艰苦的但他们勤奋锻炼，没有手的就试着用脚用嘴写字干活，弥补了生理上的缺陷，和平常人过着同样幸福的生活。他谬得很充实很有意义，不是靠自己的勤奋创造的吗？

“用着的钥匙永远光亮。”这是富兰克林的一句名言，意思是要人们永不停息地工作；反之，就正如克雷洛夫说的那样：“有了天才不用，天才一定会衰退的而且会在慢性的腐朽中归于消灭。”宋朝有个神童方仲永，他 5 岁便能写一手好诗，由于名气渐大请他作诗的人也就越多，其父见有利可图，于是每天带着他四处作诗收钱，不让他继续勤奋学习以致后来方仲永才学枯竭，渐渐沉没于众人之中一个文学的新星，就由于不勤奋而夭折又由此看来，无论怎样的天才，只要不勤奋学习，势必会变成无知的人。这同无论多先进的机器，只要不用就会生锈变朽，是一样的道理。

至此，我们可以得到这样一个结论：无论什么事情都离不开勤奋，只有勤奋才能获得成功。

## 【2021 静安】

每次考试考砸了，都发誓此后要集中精力学习；每次体验看到许多数据不正常，就想要好好锻炼身体。可是，一段时间之后，一股更强大的力量让我们回到了过去的轨道上。——我们就不能改善自己吗？我们真的能改善自己吗？

谈谈你的认识和思考。

## 【例文】

### 跬步千里

荀子在《劝学》中说：骐骥一跃，环足十步；驽马十驾，功在不舍。我们不能改善自己吗？要回答这个问题，应先从“改善”的根本说起。

改善并非脱离了行为独立存在的目的和结果，而是与过程息息相关、密不可分的坚持努力的过程。要改善自己，仅凭受到打击后心血来潮的“发誓”是远远不够的。我们当然能改善自己——但不是凭借一时兴起的“热情”，而是要依靠持之以恒、永不放弃的长期努力。

由于学习成绩的不理想、体格检查的不达标而产生出的“想要努力改善自己”的心愿，在我看来是经不住推敲的。这种所谓的“改善自己”，其根本不过是为了某个结果、某个目标而付出努力，也就是说，只是想要“改善”一个成绩、一个指标，而并非真正想改善自己，不想面对糟糕的成绩和不正常的指标有很多外界的原因——例如家长的失望，老师的责难，对健康情况的焦虑——为了避免这些结果才展开的努力并不能对“改善”自己起到任何实际作用，倒不如说，即便没能改善自己，却在下一次检测中，因为运气取得了不错的成绩的话，这种改善的欲望就会立即烟消云散。

改善自己，不应当是受到外界刺激后才做出反应的被动行为，而应该是出于主观意愿的、不会被他人影响的来自深处的渴望。一切与“自己”有关的议题，往往都涉及到自我价值的实现——改善自己也是这样的过程。外界的指标也许会改变，但内在的动力却是坚定而不懈的。《鼠疫》中的里瓦医生说：“我不是为了治好多少病人，拯救了多少性命，得到多少赞誉而行动，我所做的只是在捍卫二加二等于四的真理。”我想，这就是改善自己的最高境界：自我价值的实现。倘若以此为原动力去行动，一定没有任何力量可以阻挡我们。

如何改善自己？以人格根源处的渴望作为原动力去行动吧。所谓的“改善”，即是将这种“成为”什么人的渴望贯彻到每一次行动中，内在、推进并实践的结果。由于外界刺激，一时兴起的“改善”如同骐骥之一跃，遑论被更强大的力量推回过去的轨道，这样的努力本就没有持续的可能性，只有认清自己心底的渴望，认清自己真正的方向，将改善自己的意愿融化在日常生活的一言一行、一举一动中，以水滴石穿的坚持不懈蚕食殆尽途中遇到的障碍和反对，才能找到最终的目标——风雨兴焉，蛟龙生焉，神明自得。

## 【2022 静安】

一种快乐和另一种快乐一样美好。对吗？比如，一颗图钉和一首诗歌所带来的快乐真的一样美好吗？

就上述问题，请写一篇文章谈谈看法。

要求：（1）题目自拟；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 图钉、诗歌和快乐的美好

有人说，一种快乐和另一种快乐一样美好，有人对此命题进行怀疑。图钉和诗歌所带来的快乐真的一样吗？我想说的是，图钉和诗歌都同样能带来美好的快乐，但是，这种快乐所包容的美好所指代或蕴含的意义和本质是不同的。可我们并不能因为这种不同的意义和本源，就对快乐的美好与否表示质疑和不信任。

世界上的每一件事物都潜藏着给人们带来快乐和喜悦的可能性，也就是说，人们可以从不同的事物中获得美好的快乐——这点是能够不言而喻的。回到最初的疑问，一颗图钉可以帮助你固定你所想要固定的东西，可是你感到一种心安的美好，而一首诗歌或许可以打开你的心扉，让你与其产生共鸣和感动，于是你能获得一种触动的美。

由此可见，如果从程度或者说是结论来发问，那么图钉和诗歌带来的快乐是一样的美好，而如果从两者所带给人的美好所具体指向时，那么又很显然，它们所给我们带来了并不相同的美好。

不过，既然快乐的美好事必定存在的，但为什么会有人仍然对其到底一样或者不一样纠结呢？我想，可能是因为人们在无意识之间会忽略一些快乐的美好。图钉作为工具，人们对它的存在和发挥作用默认为理所应当，在它消失又需要的时候，会感到焦心和烦躁，却忘记思考或察觉它带给我们的那种快乐与美好——当我们潜移默化的认为这种快乐的美好本不该存在时，我们就感受不到它了。这或许就是人们会觉得图钉和诗歌所带来的快乐似乎不一样的原因。

那么我认为，既然图钉和诗歌都能带来快乐，又何必去纠结是否一样美好呢？这种纠结里或许反而会适得其反，从而忽视了美好本身。所以，我们要做的是应当是去体察生活里的每一件事物，甚至是每一个细节所带给我们的快乐与美好。

让我们静下心来，以温柔去感悟图钉所带来的快乐的美好，也要去感悟诗歌所带来的快乐的美好？然后真正的为其而感到高兴和心满意足，我想这就应该是美好所带来的意义，我想或许这样就好了。

## 【2020 黄浦】

居里夫人在成吨的矿渣中提炼出 0.1 克镭；有的科学家从一块极小的陨石中努力寻找外太空的信息。

以上材料对我们认识这个世界很有启发意义。请自拟题目，写一篇不少于 800 字的文章，谈谈你的思考和感悟。

## 【例文】

### 方寸之间，有智慧闪烁

有人说，认识世界的方式，无非是将一本厚书读薄，或是将一本薄书读厚。前者是日复一日的坚韧与勤谨，后者则是开拓思想边疆，向未知进军的挑战。

人类历史上，从来不乏这两种人，他们同样是闪耀的群星。

有的人，选择将厚书读薄。居里夫人在成吨的矿渣中提炼出极少的镭；司马迁在浩如烟海的史书中阅读、评析，最终用尽终身成就一部《史记》。在他们的身上，我们可以看到实践者的脚踏实地与勤谨。对于确信的事物，实践者们有足够的耐心、爱与真诚，找到最终的目标——或科学规律，或历史规律。

也有人，选择将薄书读厚。科学家们从“好奇号”照片里的蛛丝马迹，推论出火星上曾有水，这一发现进一步推动了火星上其余生命痕迹的探究。从极小的陨石里寻找外太空的信息，以一条染色链的异常探索整个种群的变化，以一句话、一句人为整个时代作注脚——这样的“将薄书读厚”，从极小的细节里孕育星辰大海，是相当不易的。我们通常将这样的人称作拓荒者，他们挑战的是无限的未知，驾驭的是想象与创新的力量。

诚然，这两种认识世界的方式：“实践者”方法与“拓荒者”方法是共存的，且同样值得尊敬与敬佩。但在二十一世纪的今天，我认为“拓荒者”方式更为重要。

在物质资料极为丰富的年代，似乎很难像居里夫人那样用成吨的矿渣提炼 0.1 克镭——因为能找的太多了。这样一种“浓缩—精炼—成形”的“大海捞针”式的思维方式，意味着低效率，缺少成效。科技的更新迭代，等不起漫长的岁月。“实践者”们的勤谨在面对极丰富的物质资料时，难免会感到些许无力。

此外，“拓荒者”的创新能力与联想能力也在变得日渐重要。十九世纪是现代物理学蓬勃发展的世纪，在二十一世纪这一发展的脚步放缓。这就要求人们用“研究—联想—推理”的思维方式拓展已有的认知，用已知的“1”想象出未知的“10”。基于已有研究成果进行反思与再创新，是当下略显浮躁的社会所缺少的。

当然，“实践者”们的坚守和严谨仍有其意义：拓荒者拓荒，其后必须要有实践者勤谨、耐心地再次处理。一本薄书再次读厚以后，应当由这本厚书再次读薄。前者的开拓，后者的躬自实践，相互成就，相互映衬。

当我们再回首居里夫人与科学家，至小的镭与至大的宇宙，我们发现，大与小的方寸之间，是探索未知的力量；厚与薄之间，闪烁的是智慧的光芒。

## 【2021 黄浦】

世上总有一些人，做事时“知不可为而为之”，这是否意味着人可以不顾自身的力量去做认定的事情呢？

## 【例文】

### 在泥潭里舞蹈

世上总有一些人，做事时“知不可为而为之”，这是否意味着人可以不顾自身的力量去做认定的事情呢？

诚然，自身的力量在我们想要成功完成认定的事情时占据支配地位。如果盲目地相信自己“认定”的事情，我们往往会落入狂妄的陷阱，失败的深渊。因此，做事时，我们不应忽视自身力量。

其实，“不可为”在当今社会往往有着两层含义。一是“不能为”，也就是“做不到”，我们往往受限于自身的能力，但这并不应该成为阻挡我们追寻的脚步的障碍，正如史铁生在遭受肉体上的巨大打击之后，坦然面对自己的局限，积极进取的人生观战胜了消极颓废的思想，促使他走上文学创作的道路，开启了新的人生。个人能力的局限或许会影响我们的成败，但不能阻止我们的追求。

二是“不应为”，也就是那些触犯道德底线甚至法律的人，他们明知自己走在通向黑暗的路上，但为了一己私欲“知不可为而为之”，不择手段追求财富或地位，这种病态的追求会使他们的欲望不断膨胀，最终注定灭亡。因为他们的所作所为与我们自我实现的需求相背离，更与人类共同体的利益背道而驰。

但是，这是否证明了我们不应挑战自我的追求？

其实不然，王蒙曾言：“生命就是一场燃烧，是一场能量的释放。”每个人出生都没有能力，却背负着责任，是责任首先给了我们意义，我们才学会如何去追寻责任以外的东西。疫情期间，多少医护人员明明也和普通人一样有自己的小家庭、有自己的追求，却还是义无反顾地奔赴了抗疫前线，这不是因为他们自身有足够的力量，而是因为他们有“知不可为而为之”的信念，有人类命运共同体的信念。这是他们生命的燃烧，是他们能量的释放，是他们的爆发。

因而，由此观之，自身的力量从来都不会成为我们实现自我的障碍，尼采赞颂人的生命意志，强大而不可阻挡，“知不可为而为之”是“知难以为而为之”而非知“不应为而为之”。在我们追寻自我价值的实现时，自身的能力决定了脚下的道路是否泥泞，我们是否全身镣铐，但是我的目光始终向前，朝着人类命运共同前进的方向，我再也不想看到一个大大头娃娃痛哭，一个个“名媛”在大笑了。

我们不知下一秒自己会不会死去，所以不要被自身所束缚。正如王尔德曾言：“不要虚掷你的美好时光，不要追求那些无知、平庸和低俗的东西。尽情去追求，什么都别错过。”的确，什么都别错过，哪怕是在泥潭里舞蹈，在镣铐下大笑。

## 【2022 黄浦】

我们每天都从外界摄入知识，但是有人说：“真正的知识来自内心，而不是得自别人的传授。”

对这一说法，你怎么看，自拟题目，写一篇不少于 800 字的文章。

## 【例文】

### 书本与内心

有人说：“真正的知识来自内心。”这是否意味着，我们每天在学校学习知识是在做无用功呢？其实不然。

知识在广义上分为两种：一种是根据研究经验而得的规律、定理、学科类的内容，包括文理等几类；另一种是看待事物的观念、感悟，或者说“真理”，这是无法直接习得的。上文中“真正的知识”指的是后者。句读可教，识字可教，但道理不可教。即使是能够“传道授业解惑”的老师，也无法通过对学生的教导是他们明白文章背后的真意。他们所做的，只能是启迪和引导，让学生自己感悟推求。

然而，人想通过内心得到真正的知识，首先需要从外界摄入知识——这类知识是地基。空中花园是不存在的幻想，没有地基，就不会有之后的感悟。“物格而后知至，”换言之，学习世界的规律、定理、学科知识等等内容是能明白道理，发展出自己的观念的前提、基础。这些内容可以自己向外界汲取，也可以由他人传授。

连接这一类知识与“真正的知识”的桥梁是内心。内心在这一过程中起到了加工的作用。前者作为原材料，经过思考、推导与感悟最终得到后者。人通过内心，建立起对人生、对世界、对价值的判断与观念。相同成长经历的人可能会形成不同的三观，这其中不能不说是内心在发挥作用。读了同一本书而得到了不同的结论，也是由于内心的缘故。可见内心对于得到真正的知识有着重要作用。

如果一个人省去了“内心”这一过程，忽略了这一源头，那么他将止步于书本知识和经验。苏格拉底经过不停地追问与思考，成为了哲学上的一座高峰。可如果今天有一个人背下了苏格拉底的所有名言而不假思考，他只是一个没有内涵的记忆机器，离真正的知识非常遥远。只有通过内心的思考、感悟，他才能理解那些字词下埋藏的真正意义，甚至在此基础上有所发展。由此可见，内心是获取真正的知识的必要条件。

只读书本或只关注内心，这些都不足以使人获得真正的知识。学习可传授的知识，再结合内心进行思考、感悟，才能获得不可传授的知识。

想要放飞风筝，首先需要脚踏实地，然后要逐风而放，才能使风筝高飞。学习与思考，书本与内心，缺一不可。

## 【2020 奉贤】

醉过才知酒浓，爱过才知情重。你不能做我的诗，正如我不能做你的梦。

胡适的这段话启发人们如何体验和感知世界。请写一篇不少于 800 字的文章，谈谈你对上述材料的思考和感悟。

## 【例文】

### 体验方能获真知

生活就像一个大煤炉，里面什么样的锤炼都有，能够把人锻炼成各种各样，让每个人拥有不同的人生。

其实，生活就是要去体验，梦想就是要去实践，在人生的道路上，如果把梦想比作目的地，那么实践体验就是这一双脚，如果这双脚始终不动，那么梦想再靠近你，你也到不了目的地。只有这双脚不停地踏出，朝着目的地不停地蹬出，那么到达目的地是时间问题，拥抱梦想的那天也指日可待。

有句话是这样说的：“站在岸上学不会游泳。”话很简单，便其中的意思却不简单，表面意思很容易理解，其实它说的正是实践的重要性，站在岸上不管你学多少理论知识，如果不下水，不实践你永远都不会成为水中的高手。只会是一个空谈家。

战国时期的赵国大将赵括便是一位站在岸上学游泳的人，赵括从小熟读兵书，三十六计，各种兵法，阵法全都烂熟于心，赵括的父亲是一位久经沙场的老将，可每当跟赵括谈论起打仗时，用兵时，父亲都说赢不了他，父亲也曾告诉过儿子，空谈是没有用的，只有在战场上实践一番才是真正的战争，当秦朝统一六国的利剑指向赵国时，赵国终于得到了教训，赵括自恃深知兵法，到了战场上却被秦军打得溃不成军。最终赵括战死，他所谓的如何排兵布阵在理论上似乎无懈可击，天衣无缝，可到了战场上实践起来就不一样了。

著名的杨振宁先生早在美国留学时决定要写一篇自己的学术论文，可他的老师却不赞同他的坚持是件好事，他应该接受自己动手实践能力不足的事实，最后杨振宁先生通过两个月的实践做了很多实验加强了自己的实验能力。后来，他写的论文得到了老师和同学的一致赞美。体验过才有价值。

纵观古今中外，凡成功者无不脚踏实地从实践出发，取得了后来的成功，而那些夸夸其谈的空想家无法在人生的道路上取得辉煌的成就。

高三这一年是充满困难的，是艰苦的，只有真正经历了这种艰苦才会从中得到机会，体验过了才有价值，才无怨无悔。

## 【2021 奉贤】

红烛啊！

你心火发光之期，

正是泪流开始之日。

——闻一多《红烛》

## 【例文】

### 蜡炬成灰泪始干

无论是追求自身的志向，还是济世贡献，从来便不是一件容易的事，从来历经坎坷。孔夫子有救济天下苍生才，传播仁政思想的志向，却流离各国，没有一位君主愿意接受他的理念：达尔文想发表《进化论》的观点却在 21 年中无法被世俗接受，也许就如闻一多所言：“你心火发光之期，正是泪流开始之日。”可有人就是宁可“蜡炬成灰泪始干”。

欲要成为那照亮前路的红烛，必然是因为黑夜漫漫。孔子在“无义战”的春秋，基本的道德都被争霸的欲望笼罩，更言何更高的儒家思想，此为生不逢时。达尔文 21 年的忍耐煎熬包含血泪，此为“夏虫不可语于冰”，但光无法被遮蔽，如《论语》、如《进化论》、如一些开始不被接受的理论思想。这是由于时代的立场所限制的，公共群体的认识存在一定的滞后性，如疫情爆发的最初不能接受，甚至会有一定的愚昧无知，如无知山谷的无知的人。

但也正是因为黑夜漫漫，才决定做那些发光的红烛，这是红烛成蜡的一刻便注定的使命，他早已做好了泪流的准备，不然长夜漫漫，何处是方向，红烛有一种责任与使命感，他的心事鲜红的，就好像奥运会女排的第一块金牌，在那个中国刚刚站起来，四下仍然战火后的满目疮痍，手上还来不及拾起生产和科技的盾，是他们背负着全国人民的期许站起来，向世界宣告中国体育起，告诉世界中国站起来了。风吹得太急了，他们急得落泪，本该无忧无虑的年纪，女孩们承受着日复一日流血流汗的高强度训练，得知日本有高科技辅助训练，女孩只好不断提高网的高度，当电视剧前的欢呼响起，终于迎来曙光天亮之时，这种坚忍不拔、自我牺牲的女排精神鼓舞着一代代中国人，这才是烛火的力量，这是炬火的传递。

但我们呢，就任由红烛流泪吗？我们对红烛这样的人尊敬歌颂，就如同我们赞颂被誉为红烛的人民教师那样，赞扬他们日复一日为教育事业奉献，但仅仅是赞扬吗？英雄不当如此，当年的中国还站不稳，但现在国家富强了，风没有那么迫切了，所以郎平教授让姑娘们在训练之余去谈恋爱去享受生活。如果红烛发光的泪不可避免，事业必要付出血和汗水，那么至少不要让他们再受风侵蚀的泪，点亮他们的黑夜，让社会对他们多一丝的关怀、鼓励和包容，去照亮他们的心灵，而不是一片凄苦的郁郁寡欢。

红烛啊！你心火发光之期，正是泪流开始之时，是光明降临之时。你愿蜡炬成灰泪始干，而我愿做相传的烛火，也愿点亮你的黑夜。



## 【2022 奉贤】

有人说，做事要三思而后行，要先思危，再思退，后思变。也有人认为不尽如此，你怎么看？

请写一篇文章，谈谈你对这个现象的认识和思考。

要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 慎于小，勇于梦

有人说，做事要三思而后行，要先思危，再思退，后思变。但也有相反的观点，认为过度的谨慎只是懦弱，更往往使机遇失于眼前。

私以为，此二者的观点皆有可取之处，三思而后行可有效地规避风险，而勇于击流正行更是立于潮头的必要品质。换言之，即是慎于小，勇于梦的态度，面对世界、人生的无尽变数。

三思而后行是必要的，因为足够的深思熟虑方能使我们规避危险，而这也是人性的闪光点。无论是实践前对于风险的计算即思危；或是对于是否、何时可适时脱身的计划即思退；抑或是对于可能产生的变局、自己应对方法之考量即思变，都是成本考量的体现。而有效的成本考量与取舍是避免风险投入过大的关键一步。正如帕斯卡尔闪烁真理光芒之语：“人的全部尊严在于思想”，思考作为人类的独特品质，在我们处理日常事务之时，便应发挥着帮助我们减少负面灰机、提升正面效益的作用。

但精细的成本考量并不适用于一切场景。若面对人生理想、家国使命时仍因利弊计算而徘徊不前则只能困于自身，无法取得质的进步。

故言，我们更应有勇于追梦、不计后言的坚定。正是因为如此不拘一格造英雄的气概，金毅诚敢于在战火纷飞的年代二度重撰几十万字的《知识论》；正是如此的无畏，梁林夫妇走遍华北村落，为中国建筑史作下不可磨灭的功绩，以一己之力抗外敌与民国政府的不懈，坚守自我理想。因言，成大事者更有承担风险的勇气，为得不计失、偏向虎山行，理想的强大和成就足以抵消风险的存在。

综上，这般的“慎”与“勇”的辩论，应是分类而论的成果。勇于追梦方能突破自我，承担未知风险的勇气是必要的条件；慎于小事更是成本考量的必要手段，只有借此，方能促使我们在逐梦途中减少不必要的停滞与坎坷，做敢于挑衅丛林的猛虎，更如猛虎细嗅蔷薇般的谨慎。

在此刻价值理性被压倒性取代，成本考量与工具理性占据青少年的大脑之时，解决多度求安稳，迸发出青少年活力的法宝，更在于此，如行使青少年如猛虎般拥有激情又使其拥有细嗅蔷薇的细致，是留给我们的课题。

## 【2020 普陀】

有人说，现在不是去想缺少什么的时候，该想一想凭现有的东西能做什么。

你是否同意这一说法？请自拟题目写一篇不少于 800 字的文章，谈谈你的思考和认识。

## 【例文】

### 立足现实，为理想而努力

看材料，有人说，现在不是去想缺少什么的时候，该想一想凭现有的东西能做什么。我认为，这句话是对的。一味去想“缺少什么”，而不是从现在开始，去想“凭现有的东西能做什么”，就会被束缚在曾经和过去，而看不到现在的拥有和未来的发展。人，是需要立足现实去为理想而奋斗的。

曾看到过一个纪录片《不老骑士》，该片记录了 17 位台湾老人骑车环游台湾的故事。他们平均年龄 81 岁，心里却装着 18 岁的梦——进行人生中也许是最后一次的环岛骑行。他们面对家人反对、高龄考照、身体老化，以及 1178 公里漫漫征途中的风雨、塌方等各种严峻考验，用 6 个月的时间准备，13 天的环岛，1178 公里的骑行，从北到南，从黑夜到白天……为我们展现了一个简单而伟大的梦想。若要看他们的不足，他们缺少青春的体魄，又是选择在身体老迈的高龄时去做长途骑行，对于一般人来讲，是不是想想就望而却步了呢？但是 17 位台湾老人成功了，他们用自己的人生经验告诉我们：不管现实状况如何，一定要让理想植根于心中，并付诸行动。

理想是什么？有人说，理想大海中航行的灯塔，也有人说理想是蜜蜂日夜寻找的花蜜，还有人说理想好似一串珍珠。其实，不管是什么，理想都是我们每一个人一生中最有价值的追求。只是，理想是丰满的，现实是骨感的，不能因为现实的骨感，而放弃丰满的理想。理想与现实，快乐与痛苦，简单与困难，拥有与失去，这一切的一切都是我们这个最真实的现实世界的存在。理想可以把柔弱变坚强，可以将丑陋变成漂亮，可以让无知变成睿智，可以使渺小变成伟大，可以让我们凭借现有的东西成就更好的自己美好的未来。有的人为了追求理想而不断努力，有的人为了改变残酷的现实而艰苦奋斗，他们都是把握现实的人，也都是愿意在现实的基础上去开创美好生活的人。

所以，不要忘了，理想的背面便是现实。现实可能是荆棘满布，可能是危机四伏，可能是困难重重，可能是痛苦无助，都不能阻挡前进的脚步，不能摧毁追求成功的意志。奋斗，让远古的想象在如今的世界里已成现实，相信，现在的让我们感觉有些残缺的现实，一定可以在我们的奋斗中转变为理想的所在。朋友，立足现实，为理想而努力吧。

## 【2021 普陀】

某位作家曾说：这个世界在很大程度上是以细节形式存在的，我们看世界其实是看细节，如果抹去了细节，就等于什么都没有看到。你是否认同这一说法？请写一篇文章，谈谈你的思考。

### 【例文】

#### 将拼图汇聚成画

这个世界由无数的细节汇聚而成，并寓形于细节之中，我们借由世界的细节看到、感知着世界。

那么，抹去细节，关闭对细节的感知，我们自然成了有着视力的盲人。这个世界如此庞大，以至于我们不依靠看似微不足道的细节便无法感知这个世界，无法建立起与这个世界的真切联系，更何况世界正是由无数细节构成，否认细节便等同于否认了这个世界对我们而言的真实存在而变得虚无起来。

然而不抹去细节，却不等同于看到了这个世界。正如一盒拼图的意义在于汇聚成画。看世界的前提条件不仅在于看见细节，更在于将细节融为一个有意义的整体。

诚然，抹去了细节的人什么也没有看到，但仅仅看到了细节也等同于什么也没有看到。我们认同看世界其实是看细节，却不认同看到细节便看到了世界。只看到细节的人目光无疑是偏狭的，正如只看到了掉在头上的苹果，却忽略了头脑中从不间断的苦思一样。一片拼图的信息残缺不全，甚至是错误乃至毫无意义的。我们自然知道画是由拼图拼凑而成，却也知道一片拼图的意义在画中才能体现。

我们当从拼图汇聚成画，而非渴望从一片拼图中推测出一幅画。我们当从细节中拼凑出世界，而非仅仅把自己与世界的联系系在一片拼图上。不抹去细节，不仅仅看到细节，而是在无数的细节中看到一个世界。

正如牛顿从苹果中推论出了万有引力，鲁迅在无数小人物的身上看到并表现出了时代的变迁，我们对于世界的认知确实只能通过细节，那么不妨追问，我们通过细节看见世界，真的看见了一个真实的世界吗？

正如当下社会所展现的那样，碎片化的信息无疑体现了这个世界的无数细节，然而正如凯撒所感叹的那样：每个人都只能看到他看到和接受的真实，我们也常常仅能从细节中看到我们想要看到的世界，而这一世界甚至常常是错误的。我们不是什么也没看到，却只看到了自己想看到的，而这无疑并非从细节中真正地看到了世界。

因而我们应当有我们的思想，用理智的思维拼凑起世界的每一片拼图与细节，用我们的思想通过细节看清这个世界。不妨关注身边的细节，却不仅仅是用眼睛，而是用思维去看去，去拼凑，去感知。用思维将拼图汇聚成画，将细节汇聚成世界，从而建立于世界的正当而稳固的联系，一个与正确世界，客观世界的理性联系。

## 【2022 普陀】

有人说，知识是想象力的土壤；也有人觉得不尽如此。

请写一篇文章，谈谈你对上面这段文字的思考。

## 【例文】

育于知，破于知，归于知

再新颖前卫的科幻小说似乎也总不能避免立足于现代科技知识，从而对未来做出想象；再抽象的画作，似乎也能寻见现实认知的投射。于是有人说，知识是想象力的土壤，但也有人认为，不尽如此。

知识是想象力的“土壤”，这意味着基于知识的获取，我们才能够萌生想象力，想象力是孕育于知识的温床之中。

诚然，富有价值的想象力，往往都是源于现有的知识，而在现有知识的基础上做出大胆的构思、革新和改变，其后果往往是优化了现实知识的局限之处，或是揭露了现有认知的不足之处，正如科学家们基于鸭子依靠脚蹼游泳的知识，想象人是否也可像鸭子一般游于水中，从而发明了潜水用具；正如科幻小说家们基于对现有科技的认识，进一步想象人类未来的生存境况，而写出了众多如《三体》一般的优秀的科幻小说。那些以事实知识为养分生长的想象力，让人品味出其中的可行性与现实意义，能令人对其进一步思考，付于实践。而不以知识为据的，无理头的幻想，终如同那以现实为依据的空想社会主义蓝图化为泡影。

但“知识”与“想象力”的关系仅仅是单方面的供养如此单一纯粹吗？不然。知识一定能够孕育出想象力吗？这揭示了孕育出想象力的常常不是知识本身，而是其背后人对于知识的态度以及使用“知识”的方法。倘若你对知识从来都是盲目信服，说一不二的，你自然无法挣脱这看似已“既定”的知识的困缚，在这样的知识土壤上是开不出想象力的花朵的。恰如统治世界甚长的“地心说”，或是亚里士多德关于力学错误的理论，以及成千上万务实求真反映知识却不出众的写实画作或文学作品，我们确实是拥有了知识作为土壤，但却并未孕育出想象力之花。可见，想象力的萌发还需要一些人们敢于打破已有知识的局限，拥有超越知识的勇气，对更广阔的世界边界作进一步的探寻。正如这土壤一般，当土壤干涸了，我们总应耕耘出新的肥沃的土壤，而非“严阵以待”，恪守“知识”而被禁锢。

所以，想象力的萌生确需要依靠现实知识的养分，但只依靠知识，也是无法孕育想象力的，最重要的是需要人们关键的创新力、革新之力，与打破知识的勇气。这些正是人类历史进程中孜孜不倦的使命，人们习得了知识，进而以原有的知识为基础对更广袤的未知世界规划出蓝图，萌生出想象力，好似人们用探索的无畏与热情化为甘露，在知识的土壤里结出绚烂的想象之花。随后久而久之，花朵也将成为土壤的一部分，所以不断的想象会拓宽知识的边界与内涵一般。知识与想象力在人的推动下相互造就转化，也指引人、嘉奖人不断打开新视域边界之门。

正如花朵养于土壤，冲破土壤，尽于土壤而为养分。想象力也应在人的作为下，孕育于知识，破局于知识，终归于知识。

## 【2020 松江】

工艺品的制作、房屋的修建等往往会用到涂层，将一些材料涂于物体的表层，以起到保护、美化或绝缘的作用，但这有时也会遮蔽一些东西。

在社会生活中，同样存在类似的“涂层现象”，对此，你有怎样的认识？请写一篇文章，谈谈你的思考。

## 【例文】

### “美颜”自拍该不该

如今的人们都活在厚厚的“美颜”“滤镜”之下，正像给自己上了一层“美化”的涂层。

美不是错，对美的追求更不是错，但是，我们依然希望，让生命多一点真实。一个只能活在自拍美照中的人，注定不能面对这个真实的世界。还生命以真实，让生命自由舒展，真实地活着，这更是一种大美！

适当地美化个人形象是可以的，也是应该的。就如化妆，既可以悦己，也可以悦人，通过适度的美化，把自己的最好一面展现在他人的面前，这其实也可以理解为对自己及他人的一种尊重。延伸开来，例如现实浪漫主义、革命浪漫主义等，这些文学创造手法都是在基于社会现实的基础上适当想象和夸张，不也产生了一系列的优秀作品吗？所以具体到个人形象而言，只要是在真实基础上的适度美化，未尝不可。

拒绝那些过度的自拍美化，让生命呈现一种自然而舒适的真实状态，这应该是这个日益智能化的时代里我们应有的一种生活态度。毕淑敏在《素面朝夭》中如此写道：“每张脸，都是一本生命的图谱”。确实，在这张图谱里，有着我们的生命基因，有着我们的成长印记，而且我们还需要借助这张图谱来认识彼此。但是，过度滥用的美颜自拍却消磨掉了这份难得的真实。这是一个真实渐行渐远的时代，假恶丑的泛滥，不断压挤着真善美的生存空间，若然看着一张张“美美哒”的照片，我们心中依然打着一个大大的问号，试问：我们究竟还能信谁？须知，唯有真，才有善与美。

为什么人们需要美颜相机？也许这源于某种不自信，甚至是虚荣心。

可是须知，过度美化的你不是你自己。《项链》里的马蒂尔德带着路瓦栽的钻石项链，穿着精心剪裁的丝绒礼服，在晚会上大放异彩，出尽风头。晚会结束，一切回归真实。那种幸福，那种经过过度美化的快乐，带给她的是十年艰辛。过度美化，与真实的自己形成强烈的反差，到头来要么内心失衡，要么形神俱疲，实在是不可取。

直面真实的自己，才能活出一种坦荡。往日那些因忙于美化自己而忽略的生命的真实才能回归。这让你更加清楚地认识到你心灵的真实需要。我特别欣赏《项链》的结尾，马蒂尔德那一抹真实的微笑，它带有一种神奇的力量，在这位女子久经岁月濯洗褪尽秀丽却端庄坚定的面庞上，带给人们久违的感动与深深的思索。

如何美化，才能真美？不可否认，适度对自己的外表进行修饰，既是对他人的尊重，也是对自己的尊重。然而，内在美，更重要。

年轻的奥黛丽赫本在适度的妆容之外，从不将自己堆砌成奢侈品的展览架。一袭小黑裙，就征服了全世界。然而若你见过她暮年时作为联合国爱心大使到非洲慰问那里的儿童的照片，你会被素颜清瘦的她打动，那是她最真实最美好的样子。

直面真实的自己，要悦纳自己的不完美。

## 【2021 松江】

我们总是执着于求之不得的东西，而真正影响一个人的，或许是那些已经到手的东西。

## 【例文】

莫哀须臾，以彼追求无穷

人生在世，从一开始便在不断奔跑以追寻自我，追寻生命中之不得：又在收获知识，收获情感，收获成长。我们执着于追求未拥有的，求求之不得之物而从未停止，再回首，其实我们会发现，真正影响我们的，是我们已拥有的，

“已经到手”的是一个广阔的范围，自身拥有的物质、知识、精神、情感。纵然其有主观与客观之分，但都是人所拥有且可以触及的范围，它们在不同层面对于人产生或小或大不同程度的影响，物质为人提供生命，知识与精神丰富人的灵魂，情感则时刻影响人的情绪与精神，相较于求之不得之物，上述所列“人已到手的”产生的是更为实际与真实的影响。

“已到手的東西”促使人的追求与成长。尼采在《查拉斯图拉如是说》中曾提出“精神三变”的概念：骆驼、狮子、婴儿。骆驼是象征一种沉默的收获，狮子象征一种突破的收获。不论其哪一种层面都在强调“收获”，即“拥有”，通俗来讲便是“已到手的東西”。已有的收获可以使人超越自我、不拘泥于有限的物质而去领略更广阔的天地来收获更多，使“已到手”更多。在此之后，人便进入“婴儿”层面，返璞归真，有领略天地之势，看透万物本源之力。这是一种抽象的概念，但这也象征人的一种成长过程，“已到手的物质或精神收获让人有能力去领略更广阔的天地，达到突破性的成长，而收获而更多、更深层的“已到手的東西”则使人迈向精神更高深的境界，以到更优秀的自我。虽然最深层的境界鲜有人至。

而从更深层次讲，“我们总是执着追求于求而不得的东西”不正是希望将“求之不得”转变为“得”吗？我们从诞生便存在认知局限，其也促使人“已到手的東西”是有限的。“哀吾生之须臾，羡长江之无穷”，我想东坡先生便是有这样的感受才写下如此名句吧！也正是我们渺小，我们才会对这广阔的天地有无穷无尽的好奇心，对于我们“求之不得的东西”执着追求，在这条道路上，我们跌跌撞撞，将一个个“求之不得”变为“拥有”，收于囊中，成为我们所有之物或精神内核。也正因如此，人才会成长，创造一个又一个奇迹。正如我们的国家，曾经追求“强大、富强”，在前几个世纪也是如此“求之不得”，但中国精神促使“她”没有放弃，“他们”没有放弃，才会有如今繁华的模样，我们也才可以说出“这盛世如你所愿”般令人震撼的语句！

有些人不知何为“求之不得”，行为“求之不至”，他们拥有远大的志向，但无脚踏实地的追求，才感慨所拥有的甚少、所求的不得，这是对于他们个人而言的。

而我们，便是要在我们所已到手的基础上，去追求我们所未拥有的。等我们回首时，便会发现，我们已站上了如此高的台阶！

## 【2022 松江】

生活中，人们总在努力创设各种“连接”，而有人认为保持一定的“间隔”更为重要。对此，你怎么看？请写一篇文章，谈谈你的认识与思考。

### 【例文】

#### 与我有关

鲁迅先生曾言：“无数的远方，无数的人们都与我有关系。”我与他人、世界有关，因而在生活中，人们总是努力创设各种“连接”，而有人认为保持一定的“间隔”更为重要。我以为不然。

生活中，人们总是努力创设各种“连接”，这并没有问题。因为“连接”带给生活极大的便利性。网络便是一个极好的奖励，它方便人们网购、聊天、学习。网络也是所谓“工具理性”的代表，是人们努力创设“连接”的效果。

然而，当“工具价值理性”在人们的不懈努力下看似愈壮愈大，实则却是在悄悄异化。过于注重“连接”的结果，甚至反被工具主导，成为在网络上操弄的“键盘侠”，这已经超出了人们创设“连接”的本义。

因而有人认为保持一定的“间隔”更为重要。诚然，保持“间隔”确实能够避免生活中的“连接”，但难道是如同陶渊明的归隐山林，与世隔绝？并非如此，我认为“间隔”是在一定情况下，个体的内心能够跳脱出纷繁的“连接”，正视己身，正视己心，关注一下内心与自我。

尼采认为每个人都有属于自己的良辰吉日。当我们能够正视并关注自己的内心与自我，你进行了思考，你反复思索自己的所得与过去。等于是短时将自己与周遭事物“间隔”开来，这期间的自省与感悟使我们更明晰自己的不足，明晰我与想成为的我之间的差距，能获得更加清醒的自我认同与自我认知。所谓保持一定的“间隔”就是苏格拉底的省察人生。

那个这个“间隔”究竟欲何为？我想，这个“间隔”在提升我们个人的同时最终目的仍是“连接”这个世界。人的社会属性致使人类不可能永远保持“间隔”，在这个世界为整体的认知下，个体所存在的意义其实就是个体与他人，与这个世界间的“连接”与承担。

“连接”与“间隔”并非相互对立的概念，我认为，个体在“间隔”中的所思所感反而更加促进人们在生活中更加努力地创设“连接”，实现“间隔”与“连接”的转化。

此时的我们也从“工具理性”上升到“价值理性”，它是以人为目的的一种动态过程。“间隔”于我们个体有益，而“连接”则是造福于人类于世界整体。

屠呦呦的团体也经历了“间隔”，他们几百次的失败换来了最终成功的“连接”；西方哲学家维特根斯坦终其一生在努力“连接”个体与世界，承担命运交付与他的天赋与责任。面对困难与现实命运，他们用努力和在“间隔”中的反思取得与世界的“连接”。

“间隔”确实重要，但两者的转变才是最终目的，让我们用在“间隔”中的反思与所感作为动力，更努力地创设“连接”！

## 【2020 杨浦】

一本好书，我们往往先把它买下来，然后抛诸脑后；一首好诗，我们总是先把它收藏起来，然后再难想到细细地咀嚼它、品味它。我们似乎占有了很多东西，但是它们却从未真正丰富过我们的心灵。

你对这段话有怎样的认识？请写一篇文章，谈谈你的思考。

## 【例文】

### 爱，就别搂得太紧

人总是有一种占有欲的，就像一本好书，我们往往先把它买了；一首好诗，我们先把它收藏了；一种好货美物，我们先占有了。但我们常常占有之后却束之高阁或抛诸脑后，不去认识、吸取或利用。可是往往就是由于这种占有欲而令许多美好的东西因此而被遗忘甚至消亡，所以，爱她就别把她搂得太紧，放开她，欣赏其美或内涵、价值，才是明智之举。

历史被如纱的时光悄悄掩埋，当我们回首时已了无痕迹，然而当我们细心聆听时，总会有一个个的美好因为没有被独占而绽放出更璀璨的光芒。

如烟往事，似水流年，在篮球的王国——美国我们发现了一个第一次以“状元秀”的身份到 NBA 打球的中国人——姚明。

中国制造的姚明可以说是中国男篮的绝对主力，我们全国人民都很爱她并且以他为荣。可是我们国家并没有独占姚明，让姚明只在中国打球，相反，我们把他送出了祖国，到了遥远的 NBA 去打球，让更多的人来欣赏他的能力和价值。因为我们爱他我们便不能把他搂得太紧！

姚明，让他到美国锻炼，所以才有了 2004 年我们中国篮球队打败世界冠军赛黑队闯入雅典奥运会八强的辉煌。放开姚明，它的美才能在中国在世界上传递，他的美才能永存不朽。

“百姓们时时命悬一线，老百姓才能天天平安”这是拆弹专家王百姓的真实写照。10 年间，一点五万枚炸弹，王百姓几乎每天都在与死神斗争。有人问他的妻子：“为何让您的丈夫做这么危险的事？”他的妻子平静地说道：“因为他是一名警察，更因为我爱他。”确实是这样，正因为王百姓的妻子爱王百姓，不独占他，而是欣赏他的才能和价值，所以她才放开他的丈夫，让王百姓去做应当做的事情，而不是把他捆在家中。因为王百姓妻子的放手，才让王百姓为百姓带去更多安宁，才能让王百姓成为中国最美的人，他因此感动了全中国。

我们中国人爱瓷器，但是我们并不把他束缚在中国，而是把他推广到全世界。放在中国，它的美尽管不会随着时间流逝而消亡，但唯有我们放开它，让更多人更多国家认识它的美、欣赏它的价值，瓷器的光华才会更加夺目。所以，爱她就别把她搂得太紧。

有些美常常因为人的贪念而被时间悄悄掩埋，有些美常常因人的占有欲过强而从此消亡。滚滚历史洪流中常常揭示着这样一个真理：爱她就别把她搂得太紧。

放手吧！只有这样，你才会拥有更多更长久的美，你的心灵也会因此得到开华。



## 【2021 杨浦】

有人说，我们这个时代从不缺聪明人，缺的恰恰是‘笨人’。

## 【例文】

### 心甘情愿地做个“笨人”

“聪明”和“笨”，是我们从小听到大的形容词，我们不想成为所谓的笨人，总是期待着得到聪明的评价。然而有人说，我们这个时代从不缺聪明人，缺的恰恰是“笨人”。

诚然，聪明是值得人们学习的好品质。在如今的现代社会的大环境下，聪明意味着反应敏捷，不断适应新的科技文明，并能做出最符合当下、最适合自身的明智选择。聪明人们紧紧追随或引领着人潮，踏下的每一步都是“千虑”之后慎重的抉择，他们就像列队行军的兵士，整齐地迈出稳健的步伐，让人称赞。可那些不慎被时代的列车甩出，或是选择与轨道逆行的人们——我们称他们为“笨人”，真当比不上聪明人的价值吗？杨绛笔下的车夫老王，是被时代抛弃的众人孤立的“笨人”，可他一双浑浊的眼看清肯定了受批判的文人夫妇，用颤抖的大手不断向他们奉出自己的好意，他是笨的，却又是最纯真最忠于本心的。《月亮与六便士》的主人公“只他一人抬头看见了月亮”，于是心甘情愿地追寻画的灵感，不顾自己沦为他人口中的疯子或傻子。而他的话、他的故事与精神，永远成为绘画巨匠的传说。所谓“笨人”，或许笨不过是时代、大众下的定义，他们的一颗赤诚的心，当然能燃烧出炽热和耀眼的花火。只是看见火光的人稍少罢了。

由亚当·斯密的经济学理论，人们所做的行为从理性分析看来是利己的。聪明人们足够理智，而秉信“人是一切的目的，而非手段”的所谓的笨人却变得稀少。在速食文学、三分钟自我提升课程泛滥的当下，又有哪些“笨人”愿意亲自慢慢读书，品味厚厚的书籍，或是细细研磨一首小诗，追寻与诗人灵魂那微妙而愉悦的共振？当成为聪明的人变为社会统一的价值取向，“笨人”们存在的空间受到挤压，那些从容的体验生活，随性地放慢脚步再去追寻专属于自己的火花的余裕被聪明人精致而理性的踏步声所扰，甚至不得不受时代所迫追上聪明人的步伐，“笨人”们的生存矛盾令人担忧。我们恰恰缺少“笨人”。

然而，“笨人”的笨，又何尝不是一种勇？我们知晓并尊重时代对聪明人的宽容，但仍愿意做个“笨人”，承担下追随自己本心的代价。“笨人”即使一厢情愿，也义无反顾，因为正如老王、正如梵高，“笨人”们心甘情愿，有自己的心作为单纯的信仰，因此即使是逆着时代大海的浪潮，也能在浪尖上舞出自己的一曲。

“需知参差多态乃是幸福本源”，聪明人的存在必有所谓笨人的衬托。不妨鼓起勇气，感性而随心地做个笨人，弥补上时代的缺憾，为自己、为时代添上一抹独属“笨人”的人文色彩。

## 【2022 杨浦】

有人说，在现代社会中，人的感知更容易被外界所塑造。

你是否赞同这种说法？请写一篇文章，谈谈你的思考。

## 【例文】

### 重塑感知

王尔德曾言：“许多人都是别人。”这一对人类在外界塑造下失去独创性与独立性的预言，在现代社会中不断应验。现代社会的技术发展将众人的感知纳入一个又一个模具，而这一过程似乎正变得愈发容易。原因何在？出路何在？

人的感知，根据马克思的分析，大体上有两层结构：第一层是感性知识，即感官对各类信息的直接接收；第二层是理性知识，即对信息的处理和理解。两者分别对应“感”与“知”。只有当人们清晰认识到外界对自身感知的塑造作用，才有可能主动地去重塑感知，成就本我。

技术与算法的不断更新，以前所未有的力量支配着人们接收的信息，控制着人们的感性知识。现代信息技术能根据运营者的意图和你的偏好，个性化地向你推送信息。这一过程不仅局限于互联网，而且正义物联网、融合现实技术一步步侵入现实世界，用无形的丝线织起一个牢固的茧，将人关在信息茧房之中。

对感性知识的束缚进而间接影响到人的理性知识。尼尔波曼曾言：“媒介即隐喻。”电子信息媒介以其强大的图像、声音、视频信息形式，将人们局限于形象性思维，而反对、阻止人们动用逻辑、抽象思维。广告是最典型的例子，德芙的广告以丝带和浪漫的画面巧妙地暗示了其产品“丝滑”的特性，给观众留下了深刻印象。大家都深知其中并无逻辑，但却无可避免地产生了上述印象。这正说明了现代技术在将人的抽象思维赶走，而充之以形象思维的可怕力量。于是，人对信息的理解方式也被技术改变，理性知识为外界所塑。

无疑，人的感知不可能，也不应当完全不为外界束缚。人作为社会性动物，应有令自身感知适应外界感知的能力，而感知的可塑性正起到了帮助适应社会的能力。然而，当人的感知越发容易被外界塑造，危险便悄然而至。

人的感知影响着人的知识架构，塑造着人格。现代社会技术将以其可怖的控制力统治感觉知识，改造理性知识，塑造感知进而支配人格。大多数人是别人，他们的思想是他人的意见，他们的人生是对他人的模仿，他们的激情是袭人牙慧的引进。当我们任由外界塑造自己的认知，我们定将失去本我，成为王尔德笔下的“别人”。

不仅如此，外界对感知的塑造往往是难以察觉的。“使人们感到痛苦的不是他们在笑，而是他们不知道自己为什么笑。”尼尔·波兹曼以此点破了现代技术最令人恐惧的能力——无声影响感知的能力。这使得外界对感知的塑造愈发顺利且容易。

为了夺回对自己的感知的控制权，我们要主动认识并改变外界对自己认知的影响。我们应自觉地在技术所带来的便利面前抑制诱惑，尽力排除算法对自己接收信息的筛选，主动加强逻辑思考，一步步收复感性知识与理性知识的“失地”，重塑自己的感知。

这一过程“道阻且长”，但惟有重塑感知，我们方能保持独立的人格，重拾那心湖中“宛在水中央”之物——真我。

## 【2020 长宁】

人一旦喜爱某种东西达到狂热痴迷的程度，其关注点就会集中在那东西上，不知不觉中把其他方面的信息都给忽略了，从而失去了正常的判断力。然而，一些了不起的成就也源于此。

对此，你有怎样的认识？请写一篇文章，谈谈你的看法。

## 【例文】

### 痴迷方能成大器

著名的古希腊哲学家为了探索宇宙的奥秘，痴迷地眺望星空以至掉到眼前的坑里。这一举动似乎不可思议，难怪有人嘲笑他虽然认识天上的星辰，却看不见脚下的东西。而我却极其赞赏泰勒斯如醉如痴、凝神专注的精神，因为唯有痴迷，方能成就大器。

的确，泰勒斯的行为让很多人不解甚至嘲笑，走路竟然不看路，只知道看天；掉到坑里，路人将他拉出来时他对过路人所说的话并不是“谢谢”，而是“明天有雨”。然而，第二天，果然下雨了。他之所以能够对天象做出如此准确的推测，正是他痴迷观察，用志不分的结果。假如他既望天空，又观脚下，一心二用，虽无掉进坑里的危险，却也未必能成为著名的天文学家、气象学家。

古今中外，大凡在学术上，科研中有建树、有成就的人，除了他们的勤奋、毅力、创新等因素外，其共同点就是他们对事业的痴迷和执着。据说，希腊国王让阿基米德判定王冠上的含银量，阿基米德从真钻研，到了痴迷的程度，一次洗澡时，他依然在冥思苦想，突然从澡盆里溢出来的水中得到启示，竟然忘记了穿衣服，赤裸裸、水淋淋地跑到家，就这样发现了阿基米德定律。牛顿痴迷钻研也流传下来许多类似把怀表当成鸡蛋煮的轶闻。

纵观伟人事业的成功，哪个少得了探索之中的痴情？

古人云：性痴者其志凝。这里的“痴”则是用心专一，用志不分的体现。唯有用心专一，才有可能潜心钻研，钻到极处，才有可能获得成果；也唯有用志不分，才有可能坚持不懈，废寝忘食，水滴石穿。所以，泰勒“目无坑”正是他“心中有星”的表现，正是他钻研中的可贵之处。而许多功不成、名不就者，恰恰缺少这种潜心观星的痴迷精神，使他们失败的也往往是心性浮躁，用心不专的毛病。

大哲学家黑格尔说：只有躺在坑里，从不仰望天空的人，才不会掉到坑里。因为他们没有探索，没有钻研，也没有对事业的痴迷。这样说来，泰勒斯观星掉到坑里非不应嘲笑，而是值得学习的。

如果我们都具备了学业上的痴迷，又何愁不成学业，不成大器？

## 【2021 长宁】

在日常生活中，人们有时通过说理未能让别人接受自己的主张，通过恳求倒可能让别人接受。请写一篇文章，谈谈你对这种现象的认识和思考。

### 【例文】

#### 卸下肤浅的心防

日常生活中我们有时会发现，通过说理我们无法让别人认同的主张，通过恳求倒可能让人接受。

这无疑要警惕与反思。同样的主张，仅是以不同的形式呈现于我们面前时，为何我们会采取相左的接纳态度？

说理作为一种交流形式，具备其“棋逢对手”的特质。古希腊先哲间的交流游说，援引星河宇宙的脉流，挖掘生命诞生与消逝的去留，他们相互之间的沟通辩论可称作说理；萨特与加缪的拥护者就存在主义各抒己见，这都可以被称之为说理。

反观恳求是一种自行放低姿态，以请愿的态度满怀谦卑之意向他人希冀认可的行为，与说理最大差别即在于持主张者与待说服者间存在心理地位的落差。

那么为何现在的人们往往倾向于悦纳恳求者的见解？费斯汀格在认知失调理论中指出，在个体接受到与自己的经验认识所违背的理论与信息时，为避免新理论与旧认识相互冲突碰撞带来的心理紊乱与紧张，往往倾向于坚定否决乃至全然无视新的理论。当他人以清晰缜密的逻辑呈上他们的见解，轻而易举地将我们秉持已久的观念击碎为迂腐颓败的齑粉时，我们很容易感到恼怒，因为我们心中的权威自我受到了挑战。在这种愚蠢的倨傲的摆弄下，我们固步自封，竖起排外的高墙，缩身与严实又封闭的信息茧房。

而当人们恳求我们时，我们似乎得以站在更高处俯视他人，权威自我的地位得到巩固，我们便卸下防备与敌意，自我陶醉地以居高临下的姿态倾听他人的诉说，沾沾自满于自己所谓高尚的开明兼听。这时我们所做的与其说是接纳新的思想，倒不如说是一种施恩，一种垂眷。

不必多言，任何的俯首帖耳般的恳求都完全可能是宣讲者的刻意演绎，只要拿捏住庸人的接纳心理，待割的韭菜可称得上俯拾皆是。若说有思想与判断力的人是会思考的芦苇，那不如称这类人为盘节的脆竹。看似坚定不移，实则只要找准其弱点略施小计，就可将其拦腰折断，在空空如也的竹芯灌输所愿的一切。幸运的话，或许这会是发自肺腑的忠言；更多情况下，是剑走偏锋的歪理和毫无意义的糟粕。

苏格拉底说，我唯一知道的便是我一无所知。真正的说理者有自己的骄矜，不屑于藻饰言行将真理塞进愚人填满废料的脑袋，他们只愿与智者谈天说地，享受思想的碰撞与破茧新生，或慷慨倾囊将思想授予求知若渴的、真正褪尽肤浅的明理之人。

因此，唯有保持对他人见解一定的判断力之下，直面自己的浅陋无知，方能汲取他人的智慧，而不是被居心叵测的“恳求者”玩弄于股掌之间。

## 【2022 长宁】

人们普遍向往没有压力的生活，但人生中让人欣喜的大小成就，又往往是在压力之下取得的。对此，你怎么看？请写一篇文章，谈谈你的思考。

### 【例文】

#### 在压力下成长

人们普遍向往没有压力的生活，但为了追求光辉成就，人们必须经受生活的压力。对此，我深表赞同。

那为什么人们会向往没有压力的生活呢？首先，我认为这是由人的天性决定的。人是趋利避害的动物，在能够无忧无虑地享受生活的条件下，我们通常不会选择去承担一些痛苦、感受压力。在《何为良好生活》中提到的，那些看似光鲜的名利不是生活的必需品，我们真正需要的是爱、善良等等。而这难道可以在重重的压力之下彰显吗？我们常常说自己“被生活磨平了棱角”，其实就是指生活的压力使我们不得以放弃一些良好品质，以追求过得去的生活，这也能反映人们对无压力的向往。其次，科技时代的社会高速发展，竞争愈演愈烈，人们逐渐变得功利而浮躁，往往缺少时间来反思自己所需，只想从压力生活中脱离。我们希望的轻松安逸的生活与社会背离时，没有压力就成了我们的向往。

尽管如此，有压力的生活也是我们的必需品。我们感受到的压力无非是来源于自身与他人。与自身而言，压力是理想、目标、期望等的东西给予我们的反作用。我们依靠这些压力不断鞭策自己，在臻于至善的道路上越走越远，以成就更好的自己。在不断奋斗的过程中往往会收到一些即时的反馈，也就是“让人欣喜的成就”。我们感受压力，但能获得回报，这又何尝不是一种良好的生活。与他人而言，我们的压力来源是比较。我们在比较中发现自己的不足，或是向更优秀的人学习，正所谓“见贤思齐焉，见不贤而内自省也”。这样的压力也是一种动力，是我们追求更高目标的必备。若社会上的每个人都在与他人的比较中完善自我，激励自我，那社会不论成就，至少也能造就良好友善的环境。

诚然，做到这样的前提是要有一套完备的“自我修复”的心理机制。我们在压力的生活中，难免会焦虑、疲惫、对自身产生怀疑，从而被压力压垮。对此，我们应有明晰的目标与自信，将“变得完美”与“获得良好生活”作为准则，适当过滤那些容易滞缓脚步的因素，坚守信念，在压力下成长。

对没有压力的生活是我们的向往，但也恰恰是压力能使人们进步。因此把压力转换为动力，追求有压力的幸福才应是我们真正的向往。

## 【2020 嘉定】

人一旦喜爱某种东西达到狂热痴迷的程度，其关注点就会集中在那东西上，不知不觉中把其他方面的信息都给忽略了，从而失去了正常的判断力。然而，一些了不起的成就也源于此。

对此，你有怎样的认识？请写一篇文章，谈谈你的看法。

要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 痴迷方能成大器

著名的古希腊哲学家为了探索宇宙的奥秘，痴迷地眺望星空以至掉到眼前的坑里。这一举动似乎不可思议，难怪有人嘲笑他虽然认识天上的星辰，却看不见脚下的东西。而我却极其赞赏泰勒斯如醉如痴、凝神专注的精神，因为唯有痴迷，方能成就大器。

的确，泰勒斯的行为让很多人不解甚至嘲笑，走路竟然不看路，只知道看天；掉到坑里，路人将他拉出来时他对过路人所说的话并不是“谢谢”，而是“明天有雨”。然而，第二天，果然下雨了。他之所以能够对天象做出如此准确的推测，正是他痴迷观察，用志不分的结果。假如他既望天空，又观脚下，一心二用，虽无掉进坑里的危险，却也未必能成为著名的天文学家、气象学家。

古今中外，大凡在学术上，科研中有建树、有成就的人，除了他们的勤奋、毅力、创新等因素外，其共同点就是他们对事业的痴迷和执着。据说，希腊国王让阿基米德判定王冠上的含银量，阿基米德从真钻研，到了痴迷的程度，一次洗澡时，他依然在冥思苦想，突然从澡盆里溢出来的水中得到启示，竟然忘记了穿衣服，赤裸裸、水淋淋地跑到家，就这样发现了阿基米德定律。牛顿痴迷钻研也流传下来许多类似把怀表当成鸡蛋煮的轶闻。

纵观伟人事业的成功，哪个少得了探索之中的痴情？

古人云：性痴者其志凝。这里的“痴”则是用心专一，用志不分的体现。唯有用心专一，才有可能潜心钻研，钻到极处，才有可能获得成果；也唯有用志不分，才有可能坚持不懈，废寝忘食，水滴石穿。所以，泰勒“目无坑”正是他“心中有星”的表现，正是他钻研中的可贵之处。而许多功不成、名不就者，恰恰缺少这种潜心观星的痴迷精神，使他们失败的也往往是心性浮躁，用心不专的毛病。

大哲学家黑格尔说：只有躺在坑里，从不仰望天空的人，才不会掉到坑里。因为他们没有探索，没有钻研，也没有对事业的痴迷。这样说来，泰勒斯观星掉到坑里非不应嘲笑，而是值得学习的。

## 【2021 嘉定】

“立人设”是娱乐圈的网络用词。很多人喜欢“立人设”，意在创造一个正面、积极向上、讨人喜欢的形象。“立人设”这件事对自我的意义是什么呢？

### 【例文】

#### 莫做“套中人”

“人设”一词，本是娱乐圈的网络用语。而现今，这个词语以互联网为媒介，早已蔓延至整个社会，为人们广泛接受、使用和演绎。“人设”一词似乎暗含着不小的贬义倾向，大多数人听到“立人设”这三个字，还是会眉头一紧，仿佛一个“立人设”的人，必定金玉其外，败絮其中。

很多人都喜欢立人设，他们或许想要一个正面、积极的形象，这或许是种刻意的卖乖讨巧，也许从某种意义上来说，这样的想法已然与弄虚作假挂钩。但就我看来，我们不能完全否认“人设”的意义。若从观众的视角来看待“立人设”这一行为，那么人设就如同一件美丽的外套，套在了一个与其不相称或不协调的人身上，花里胡哨，晃得人眼花。这也是为什么有些人热衷于“立人设”，却在被发现其本身与人设不符后遭人鄙夷的原因之一。但若从当事人的角度看，他穿上了这件外套，所做的一切不过是为了让自己配得上，他的确在努力变得更好。在这个时候，“人设”便起到一个风向标一样的作用，这就是“立人设”对自我的积极意义。

但在肯定“人设”的正面意义时，我们不能忘记事物的两面性。“人设”可以是一剂激励自身

的良药，也可以是迷惑人心的猛毒。多少人，通过“立人设”捞到丁点好处之后就沉溺其中，不愿再醒来？举个极为简单的例子，你是否有过在取得一次意外地高的学习成绩后，短暂地沉迷于“自己也是个优秀学子”的幻想之中？面对一次意外之喜尚且如此，更何况这世间的大是大非？在见过光鲜亮丽的假象之后却不愿回到现实，进而迷失自我，怎能如此？！“由俭入奢易，由奢入俭难”，尽管说的不是同一件事，道理却是互通的，古人早有先见之明。

所以我要说，“人设”可以是可穿可卸的外套，但不能是长久地长在脸上的面具。鲁迅说过：“面具戴太久就会长到脸上，再想揭下来，除非伤筋动骨扒皮。”我们当然可以借设立人设来明确自己努力的方向，但在此之前要先认清自我。只有正确认识自我，方能不被耀眼的“人设”掩盖自己原本的光芒。

就让我们把人设想象成太上老君的炼丹炉吧，孙悟空跳进其中，练就一身铜骨铁皮，却也必须受尽七七四十九天的折磨。最终，他打破丹炉跳了出来，成就了更好的自己，面对人设，我们当以大无畏的勇气跳进它，成为它，打破它，而不是被越拍越紧，成为一个现实生活中的“套中人”。

## 【2022 嘉定】

从人的认知发展来讲，“自我中心”是人类认识自我的起始阶段，随着社会阅历和社交生活的丰富，自我认知水平会延展拓宽，人们会愈来愈发现“自我中心”的局限性。

请联系现实，结合生活，写一篇文章，谈谈你对上述现象的看法。

## 【例文】

### 在社会中认识自我

人类自我认知的起点在于“自我中心”，在社会阅历，社交生活的推动下，将人们推向更广阔多样的世界，愈现“自我中心”起点之局限。最终我们的目的地便是世间桃源：在社会中认识了自己。

人的认知是发展的，“自我中心”则像极了化学反应中那惰性而稳定的反应物——物不动我不动，快然自足。“自我中心”是什么？是“我是”、“我想”的欲求。正如婴儿饿时哭啼，“自我中心”这一阶段是个人为中心的独立的自我认知起始。

社会像个实验室，向“自我中心”中加入了催化剂——社会阅历和社交生活，轰轰烈烈地推进了自我认知的发展。

前者，即社会阅历是怎样拓宽自我认知水平的呢？社会阅历是指在社会的大环境中所经历的磨练和经验，社会作为由多个个体组成的群体，假若固守“自我中心”，从不能眼观全局。而历练与经验带给我们的便是这样的认识，从实践中得出局限于自我的后果，而将人们推出“自我中心”的大厅，通向多样的社会，附我们义务和任务。

后者，社交生活给予个体了群体的参照。通过沟通和比较，我们由“我想”走向“我能”，这份参照犹如一份度量表，借以将我们与他人度长絜大、比权量力。将我们提出自我中心纵向比较的盲目泥淖而提供了横向的标杆和提升的方向与目标、尺度，而拓宽了个人认知。

两者均将个人暴露在更大更富于变化的环境下，由于个人的趋向性，我们带着融入社会的心，在历练、比较中，发现“自我中心”的局限。

“自我中心”的局限不仅是以自我为标度的比较的主观性而使认知发展滞留，更是无法将社会与个人相联的社会责任感的缺失。倘若，“两耳不闻天下事，一心只读圣贤书”怎么才能推动社会发展至现代化的今天；疫情当下，以自我为中心，人人自保而不愿力所能及之帮助，疫情如何得以控制，生活如何得以有序而安定。因此这份局限性将人的认知从“我能”推向了“我该”的产物。

由“我想”的欲求反应物，在社会催化下生成了“我能”中间产物，最后得到了“我该”的社会责任感以济社会此大环境的同时，充实自身。

故愿你在社会中认识自我而实现自我，以主人的身份上岸！



## 【2020 金山】

人一旦喜爱某种东西达到狂热痴迷的程度，其关注点就会集中在那东西上，不知不觉中把其他方面的信息都给忽略了，从而失去了正常的判断力。然而，一些了不起的成就也源于此。

对此，你有怎样的认识？请写一篇文章，谈谈你的看法。

要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 痴迷方能成大器

著名的古希腊哲学家为了探索宇宙的奥秘，痴迷地眺望星空以至掉到眼前的坑里。这一举动似乎不可思议，难怪有人嘲笑他虽然认识天上的星辰，却看不见脚下的东西。而我却极其赞赏泰勒斯如醉如痴、凝神专注的精神，因为唯有痴迷，方能成就大器。

的确，泰勒斯的行为让很多人不解甚至嘲笑，走路竟然不看路，只知道看天；掉到坑里，路人将他拉出来时他对过路人所说的话并不是“谢谢”，而是“明天有雨”。然而，第二天，果然下雨了。他之所以能够对天象做出如此准确的推测，正是他痴迷观察，用志不分的结果。假如他既望天空，又观脚下，一心二用，虽无掉进坑里的危险，却也未必能成为著名的天文学家、气象学家。

古今中外，大凡在学术上，科研中有建树、有成就的人，除了他们的勤奋、毅力、创新等因素外，其共同点就是他们对事业的痴迷和执着。据说，希腊国王让阿基米德判定王冠上的含银量，阿基米德从真钻研，到了痴迷的程度，一次洗澡时，他依然在冥思苦想，突然从澡盆里溢出来的水中得到启示，竟然忘记了穿衣服，赤裸裸、水淋淋地跑到家，就这样发现了阿基米德定律。牛顿痴迷钻研也流传下来许多类似把怀表当成鸡蛋煮的轶闻。

纵观伟大事业的成功，哪个少得了探索之中的痴情？

古人云：性痴者其志凝。这里的“痴”则是用心专一，用志不分的体现。唯有用心专一，才有可能潜心钻研，钻到极处，才有可能获得成果；也唯有用志不分，才有可能坚持不懈，废寝忘食，水滴石穿。所以，泰勒“目无坑”正是他“心中有星”的表现，正是他钻研中的可贵之处。而许多功不成、名不就者，恰恰缺少这种潜心观星的痴迷精神，使他们失败的也往往是心性浮躁，用心不专的毛病。

大哲学家黑格尔说：只有躺在坑里，从不仰望天空的人，才不会掉到坑里。因为他们没有探索，没有钻研，也没有对事业的痴迷。这样说来，泰勒斯观星掉到坑里非但不应嘲笑，而是值得学习的。

## 【2021 金山】

在阅读部分的《也说“童趣”》一文中有这样一句话：“没有限制就没有难度，没有难度的写作是不可靠的，也是不会实现真正意义上的创新和突破的。”其实，不止写作是这样，生活中很多方面也是如此。

### 【例文】

#### 迎难而上，自我突破

在童诗创作上，有人认为“没有限制就没有难度，没有难度的写作是不可靠的，也是不会实现真正意义上的创新和突破的。”其实，不只是在文学领域，生活的方方面面也都是如此。有所限制方能有所突破，我们要时刻坚守“迎难而上”的原则。

所谓限制，就是对事物所适应的范围进行规定，这就使得我们所做的决定必须足够“精”才能匹配事物的范围，是一种难度的上升。

如果万事万物都无所限制，那我们的社会将发生翻天覆地的变化。如今国家的长治久安来源于法律对人的行为的限制，以及社会主义核心价值观对人的思想的引领。一旦法律与价值观崩塌，任何行为和思想都变得合情合理，那些反人道的，缺乏理性的思维会侵入我们的社会，吞噬人们的良知，整个社会都将陷入混乱。在个人层面，无所限制就会容易使人们固步自封。人们会选择自己所擅长的方式来解决问題，这样固然快捷便利，却会使人的思想固化，徘徊不前，深深陷入自我“舒适圈”而被时代的洪流所摒弃。

因此，如果事物有所限制，那这种限制就是一种逼迫人们跳出舒适圈的驱动力，在此动力之下，人们不得不放弃固有思维，开始尝试新思维、新方法。创新与突破就会在此过程中迸发。而限制有主视与客观之分，那些客观存在的限制，往往就是我们通往成功路上的牵绊与困难。困难的意义不在于阻碍通往成功的花路，而是不断提升与突破，如今的困难所带来的突破会是未来道路上的基奠，正加今年年初新冠肺炎疫情的席卷，它使全球经济按下了暂停键，却

又促使我国的医疗水平得到快速的完善。无论是近期疫苗的问世还是我国治理疫情的重要方针，都将成为未来中国，乃至全球在应对重大卫生事件的蓝图，这样的突破是福泽万年的。

但是如果为了创新与突破而一味地给自己设限，这不仅会使个人陷入条条框框的约束之中无法施展拳脚，也丧失了限制本身的意义。自我设限可以是一种自我挑战，但不可作为创新与突破的途径。

坚持“迎难而上”的原则，即使眼前满目荆棘，创新与突破的花儿会在不久的将来开满山坡。

## 【2022 金山】

有人说，速度时代的来临，可以为我们创造更多闲暇；也有人认为不尽如此。你怎么看？请写一篇文章，谈谈你的思考。

## 【例文】

### 利用速度时代的闲暇

有人认为，速度时代的来临，可以为人们创造闲暇，但也有人认为不尽如此。

随着科技的进步，人们的生活节奏似乎越来越快，整天马不停蹄的来回与工作与生活之间，但速度时代的来临，真的能为我们创造更多的闲暇吗？

速度时代的来临伴随着新兴行业的滋生。短自媒体、外卖行业日益壮大，短视频应用迅速成为人们打发时间的第一选择，但享受短视频的同时，人们也不禁疑惑，明明自己刚打开手机，怎么就好几个小时过去了，本来可以利用的时间，如白驹过隙一般，白白浪费了。

速度时代的来临，也同时带来了更多的压力，现如今，“内卷”一词常常出现在学生以及上班族口中。越来越多的工作，学习压力使人们喘不上气，甚至导致躺倒不干，以平凡可贵安慰自己。

因此，我认为，速度时代的来临为积极上进，抱有良好心态的人，创造了闲暇的时间。

前不久，一外卖小哥在商场弹钢琴的视频突然走红，记者来到他的家中采访，他表示了自己的工作时间很长，同时又要辅导孩子读书，但也因为自己对钢琴有一份热爱，他自学钢琴挤出深夜的时间练习，才有了视频中优美的旋律。显然，外卖行业的压力，以及辅导孩子的重任都需要他来承担，但他并没有因此放弃对钢琴的热爱，所以，速度时代带来的闲暇，是为积极向上的人准备的。

古希腊哲学家伊壁鸠鲁曾主张人们要抓住今天，速度时代确实为人们创造了更多的闲暇，然而有些人则浪费时间，一事无成，我们应该抓住更多的闲暇时间，在某些方面挑战自己。跳出自己的舒适圈，重视平日对自己的培养，注重量的积累，抓住时机，促成质变，这样才能更好的利用闲暇时间，而不是一事无成。

速度时代即为人们带来了更多的压力，又为人们带来的新的机遇，叔本华说：“要么孤独，要么平庸。”在速度时代的背景下，我们应利用闲暇，而不是接受自己的平庸。

## 【2020 崇明】

无论接触一种新的方法，还是阅读一本新书，还是观赏一种新的艺术，人们往往会产生“这不就是……嘛”的反应，以已有的“旧知”来附会“新知”。

这种对待新事物的态度和认识方式，在生活中很普遍。对此，你有怎样的思考？请写一篇不少于 800 字的文章。

## 【例文】

### 经验是把双刃剑

野兔是一种十分狡猾的动物，缺乏经验的猎手很难捕获到它们。但是一到下雪天，野兔的末日就到了。因为野兔从来不敢走没有自己脚印的路，当它从窝中出来觅食时，它总是小心翼翼的，一有风吹草动就会逃之夭夭。但走过一段路后，如果是安全的，它返回时也会按照原路。猎人就是根据野兔的这一特性，只要找到野兔在雪地上留下的脚印，然后设一个机关，第二天早上就可以收获猎物了。兔子的致命缺点就是太相信自己走过的路了。

生活中我们有些人又何尝不是野兔呢？

有丰富的经验对大部分人而言是个好事。在科技快速发展的同时，社会对于人才的需求量逐渐增大，大学生毕业后找份好工作多多少少都得拥有两三年的工作经验，以便在工作中更容易上手；但从另一方面来讲，丰富的经验可能会使人过于自信，从而忽略了一些其他的意外情况，很大程度上加大了发生危险的频率。

丰富的经验可以使人成功。居基德·莫泊桑是 19 世纪后半期法国优秀的批判现实主义作家，他曾写了无数篇短篇小说，被誉为短篇小说之王。从 1880 年起，基于莫泊桑在文学上的名气，有许多达官贵人来邀请他去作客或参加上流社会的聚会与各种活动。对于那些，莫泊桑从不没有拒绝，人们经常能在各种各样的上流社会聚会中看到莫泊桑的影子，虽然他没有停止写作，但出稿率明显下降了。无数作家对莫泊桑表示了极大的不满甚至鄙夷，但莫泊桑似乎都像没有听到。几年后，莫泊桑开始深居简出，一连创作了《一生》、《俊友》、《温泉》、《像死一样坚强》等 6 部长篇小说，因为他长时间涉足上流社会，开阔了眼界，所以相对于其他作家，他更能从广阔的背景中反映社会现实，笔触也从个人生活投向新闻界和政界，造就了人生的高峰。

正是因为他对生活积累的重视，让他——花大量时间积累经验让他的视野变得更为开阔，造就了无数创世名作，成就了他的辉煌人生。

但有时由于丰富的经验过于“自信”，人们会因“经验”反而受到伤害。奥利弗·利德是瑞典哥德堡市一个著名的酷跑运动员。10 年的酷跑经历让他拥有丰富的经验，在当地，许多运动品牌商喜欢找他拍广告。2012 年 10 月一天，利德答应为某运动鞋厂家拍一组酷跑镜头，他选了一处密集的住宅区，开始酷跑前的一个必不可少的环节——熟悉环境。利德跑到最高的一幢房子上看了看，就告诉摄制组可以开拍了。在接近拍摄尾声处，他才发现栏杆边长满了青苔，他摔落到了地面。后来，医生在利德的嘴部缝了 14 针、面部缝了 21 针，身体里传入 57 块钛钢板才勉强保住他的生命。最后，当利德的同伴走到他去过的最高的楼向下看，终于明白了，是一块不起眼的广告牌遮住了他的视线，让他误以为自己看清一切。

经验的背面，往往藏着一把匕首。拥有丰富的经验不是错，准确地说这是个优势。但为何莫泊桑利用它可以获得成功，而利德却差点丧了命呢？

是态度，对待经验的态度。莫泊桑对待“经验”有的是忠诚，即使遭他人鄙夷也不为所动；利德因经验而有了过于强大的自信心——自负，自负让他忽略了危险，让他身处困境。

在现实生活中，可谓随处有这种“莫泊桑”和“利德”，面对经验，他们或忠诚、或轻率，但是，朋友们别忘了，经验是面双刃剑，正确面对经验才能把人生的路走实，走顺，不断跨越人生中的高墙，走向成功。

## 【2021 崇明】

随着社会的不断发展，竞争越来越激烈，许多人发现自己不停地努力，却很难取得更优异的成绩。对此你有怎样的思考？请写一篇文章，谈谈你的看法。

### 【例文】

#### 走出“撕裂感”，手可摘星辰

《活着》中有这样一段文字：“我沉于想象之中，又被现实紧紧控制，我明确地感受着自我的分裂。”诚然如斯，在竞争空前的当今时代环境下，“分裂感”在悄然滋生于理想的遥不可及与现实的鲜血淋漓中，为了触碰遥远的星辰，我们不断地奋勇前行，却遗憾而沮丧地发现星辰被他人摘去，而自己却依旧差之千里。

此种“努力”与“结果”的差异感和不匹配度往往造成了上述的“撕裂感”，然而，一味地责备“自己还不够努力”并非该差异感的解决之道，我们必须看到那些“在努力之前”的东西。

从社会宏观角度来看，大体趋势是毋庸置疑基本向前的，在时代的洪流滚滚而去之时，不难想到“沉舟侧畔千帆过”之句，许多人或许在拿桨张帆之前就未选好船，在“沉舟”之中奋力划桨，岂非无用功？更有“逆水行舟，不进则退”之嫌。在社会的众多领域中，并未选好时代之所需、所推动的那个努力的领域，势必在前行之路上蹒跚而寸步难行。

从个人层面来剖析，即使选对了“诺亚方舟”，依旧存在极大纰漏。首先是目标的选择，作为普遍人的个体，若是如王建林般以“先赚它一个亿”为小目标，努力便暗无天日，终生不得解脱，目标的选取是前提；其次是努力的过程，此处不得不引入“伪努力”的概念，此即作为一种口号式的努力，一种以口头语言为自我标榜的“思想的巨人”与“行动的矮子”，“伪努力者”往往连自己是否在真的努力也不甚明晰，以自我感动沉迷于思想的酒精。此外，与他人的比较也占有一席之地，或许你确实有所成就，可一经他人更为光鲜的对比，似乎就显得微不足道，甚至相形见绌，无地自容。

既已如此，又为之奈何呢？

要走出“无所成就”这撕裂感，一即是要有一双洞悉时代方向的慧眼，“好风凭借力，送我上青云”；二是要端正心态，树立合理而适当的目标，既须一定努力，又在视野之可及；三是要摆脱“伪努力”，脚踏实地，勤勤恳恳，敢说，敢于承认，敢做，敢当；四则是剔除过度与他人相较的不良的风气，专注于自我，才能更好地成就未来。

愿每个人都能走出“分裂感”，手可摘星辰。

## 【2022 崇明】

当你使用计算器后，你的计算能力变得越来越弱；当你使用导航工具后，你变得越来越不识路。而相反，你尝试自己计算、自己识路后，会发现相应的能力越来越强。

生活中类似的现象普遍存在，请写一篇文章，谈谈你的思考。

## 【例文】

### 【范文】不囿于物，不困于己

当世界上第一台计算器发明后，人们开始逐渐放纵自己的计算能为；当导航诞生之后，路痴也变得越来越。而相反，当我们舍弃计算器减少用导航后，我们的计算能力、识路能力便越来越强。

但是，难道计算、识路能力减弱，是科技进步的错吗？并不是。

诚然，科技的发展确实取代了一部分人类的能力，但人类能力的退化背后，却不能完全归咎于科技。人们依赖于科技而致使自身能力退化的最主要驱动力，应当是向适性作祟，当人们拥有了比动用自己的能力更省时省力的工具后，就会不由自主地不断使用它，这是成本效益考量催生的结果。所以，即使眼前不是计算照，不是导航，不是现代科技，曾经作为原始人的我们、也还是拾起了石器。

我们必须承认，科技创造的初衷是解放双手、解放生产力，是辅助人类生产生活，而至于这般结果：打消了生产生活的积极性，取代了生活中人的要素，却与科技这个被利用的要素无大关联。但问题确实已经存在，人们不断解构自己与能力间原本密切的关系，而又不免其建构更高一层的联系，这势必会导致着人类能力“瘫痪”，科技被异化的人们施予污名，最终双方的历史皆止步于人类的情性和顺从。

是故我认为：我们不应否定科技进步带来的积极推动，但也不应忽视自身由于过度依赖科技而造成的能力退化，而应当利用科技提高能力，建构能力发展科技，使“科技阴谋论”变成虚谈，使人类占据科技的支配地位。计算器不仅可以用来进行一次计算，倘若改变使用时机、它便成了人的验算工具；导就不只是向导，它也可以成为识路失败后的补救。而当每一次算结果都与正确答案无异、每一条道路你都熟记于心时，计算器和导航才真正成为了用以提升效率的工具而非剥削能力的“恶霸”。

不止对科技如此，对于所有工具大约都是这样。只有当自己的能力足以与工具并驾齐趋时，人类才有了绝对掌控权和发展权。人的进步有时是需要逼一逼的，但真到了夺走计算器和导航后才尝试自己计算、识路，那是否显得有些仓促与勉强呢？

与其以外物为理由遏制自己提升，倒不如借助外物主动发展。与其被外物支配，不如做外物的主人。与其被自己的卑劣打败，不如助长自己的卓越。

勿囿于物，勿困于己。

## 【2020 宝山】

人们对待生活总有不同的观点和立场，有人相信理越辩越明，可以通过辩论统一认识；也有人认为即使你再具有说服力也难以改变对方立场，不如选择沉默。

面对不同观点立场，我们应该展开辩论还是保持沉默？请写一篇文章，谈谈你的思考。

要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 当辩则辩

生活中，我们对某一事物的看法不一定和别人一致，有的时候甚至相左，这个时候你是否愿意跟对方探讨交流乃至辩论来统一认识呢？

我当然愿意，因为真理越辩越明。

所谓的辩，就是用语言（或文字）把自己的想法说清楚，从而达到内心的明白的目的。这是一个明辨是非的过程，也是争取理解与支持的机会。我们既然具备了语言的功能，当辩不辩该是多么浪费？

古语云：“橘生淮南则为橘，生于淮北则为枳。”身材矮小的晏婴，凭三寸不烂之舌，回击楚王君臣的刁难，令对手赞为“圣人”，可见舌头比身高相貌更有用；“杀人如不能举，刑人如恐不胜。”鸿门宴上，赳赳武夫樊哙，不是靠刀枪剑戟，而是凭舌头使项羽暂时放沛公一马，为刘邦赢得了喘息的机会，可见舌头有时可以起到刀枪起不到的作用。

最有意思的是三国演义中的描绘的“舌战群儒”场面，一介之使诸葛亮，面对东吴的智囊团队——一群儒的唇枪舌剑，侃侃而谈，应辩自如，终于促使吴老板下决心跟刘备签下了联合抗曹的大单。试想，如果诸葛亮面对群儒不去争辩，而是沉默或者甘拜下风，怎么会让雄霸江东的孙权与抱头鼠窜的刘备结为盟友？辩论的好处多多。如果我们对的，可以通过辩论说服对方，从而获得理解和支持，刘备团队得益于此；如果我们是错的，可以借此良机校正我们的认识，做出正确的选择，孙权团队得益于此。对于成长中的我们来说，辩论无论输赢都是有益的。

打开新闻，我们几乎天天可以看到外交部发言人批驳某些国家的某些人对中国的污蔑和诽谤，试想，在谣言四起的当下，我们如果默不作声，会不会给人理屈词穷的错觉？所以，当辩则辩，不能含糊。

那么我们是不是无论何时何地，无论面对什么对象，都要辩论一番呢？当然不是。

在不当的时间，面对不当的对象，我们没有必要一味辩论下去。比如你遇到这样一个人，“你跟他讲政治，他跟你讲国情；你跟他讲国情，他跟你讲接轨；你跟他讲接轨，他跟你讲文化；你跟他讲文化，他跟你讲老子；你跟他讲老子，他跟你装孙子！”这种货色何值一辩？俗话说，“你无法唤醒一个装睡的人”，在这类装睡者面前，我们还是省省吧。

辩论是好东西，我们要掌握并运用它；但也不能不分场合，不看对象。总之，我们要把握一个原则——当辩则辩。

## 【2021 宝山】

社会生活中，本真的人格受到许多赞美，这是否意味着把道德规范内化就不再是完美人格了呢？请写一篇文章，谈谈你对这个问题的认识和思考。

### 【例文】

#### 本真诚可贵，道德价更高

社会生活中，人往往会被不可避免地置于不同的交际圈，于是，人们常常会遇到许多个性鲜明的人，他们有着自己所独有的人格，在得到与外界接触的机会前，我们都会保留这最本真的自我人格。可我们并不是原始族群。而是生活在有着既定规律、规范的文明社会中，因此，遵守道德规范便是我们无法推卸的要务。

显而易见，在生活中，本真的人格会受到许多赞美，而需要界定的是，受人欢迎的本真人格，并不是指原始人般不管不顾、为求得自己利益而不择手段那样的欲望，而是在纷繁错杂的世界中，仍能保持最初的赤子一般的灵魂。

这样一来，本真的人格常受到赞美的原因，便不难推究了。在这样一个阶层分明又过于现实的社会大环境中，人们一旦踏入社会，就不再是襁褓中的幼儿，而是需要各自打拼的个体。同时，人们又难免遇到外界的利益干扰或压力所迫，于是保持本真的自我似乎成了一件少有的事。在我看来，人们为保全自身利益而作出改变并不是什么值得批判的事。但也正因如此，保持本真的人格却是难能可贵。

人们会赞美本尊的人格，或许是出于欣赏，或许是出于羡慕——羡慕他人能够做到自己难以达成的坚持本我，这些都可以得到解释。

然而，这并不意味着把道德规范内化就不再是完美人格。

首先，本真人格与道德规范并不冲突，真正值得赞美的本真人格绝不是随心所欲，只是人身上一开始便具有着美好的品质。因此，人们也可以在保留这本真人格的同时将道德规范化，这样岂不是锦上添花？

其次，人们乐于赞美本真人格，并不因为它是构成完美人格的要素，只是出于或欣赏或羡慕的心理。而遵从道德规范在当今这个文明社会中毫无疑问是最基本的条件，因此，可见要成就完美人格，就必须遵守将道德规范内化这一要素。相反，具备了将道德内化的条件，也不一定达到完美人格的程度。

这样看来保留本真的人格并不是构成完美人格的要素，但也是人们所趋向却又难以坚持的品质。而要成就完美人格，就必须能够将道德规范内化，否则，缺失了这一基本的条件，其他的一切似乎就成了空话。



## 【2022 宝山】

生活中，我们会欣赏大自然、艺术品、他人乃至自己，心上普遍存在。有人以为，欣赏是我们和欣赏的对象之间取得和谐。对此，你怎么看？

请写一篇文章，谈谈你的思考。要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 驾“欣赏”之扁舟，邀生活之海洋

在充斥斑斓多彩的时代，生活中不乏“美”的存在。刘瑜教授曾言，“我们不能丧失对美的欣赏。”生活中欣赏普遍存在，有人便说，欣赏美是我们和欣赏的对象之间取得和谐。

欣赏，即愉快地观赏、观察，诚然需要和谐的加持。我们时常驻足欣赏天空，发出“秋水共长天一色”的感叹；我们面对莫奈的《睡莲》，选择保持距离久久欣赏；我们欣赏诸如鲁迅先生这样的大家，也远隔时空长流；我们欣赏自己，亦是“我”与“心”的距离。正如《爱莲说》中作者对莲花所言“可远观而不可亵玩焉”，这种恰到好处的距离，是彼此和谐的保护，是彼此都愉快的观赏过程。

欣赏是建立在价值认同之上所抵达的和谐，使得我们扩大精神幅员，增加心灵铸制。倘若我们并未与自然取得和谐，那么“枪响之后，没有赢家”，我们也因此无法欣赏它的宽广与包容。因此，取得和谐是欣赏的前提，是欣赏的助推器。和谐的状态，让欣赏者与被欣赏者都以最佳状态汲取与绽放，达到一种平衡，欣赏者更易从中有所获得。

然而，这是否意味着欣赏是两者之间完全的和谐？答案显然是否定的，“苍鹰不必变成乌鸦才有和平”，取得和谐亦非趋同，在如今同质化十分严重的时代，人们常将趋同错认为欣赏中的和谐，没有改变，没有创新，近乎相同，是一种无意识地丧失欣赏能力的体现。正因如此，我们才欣赏带来巨大冲击力的新事物、新思想，甚至新的自我。这种所谓“不和谐”，非争吵与不和，而是同中存异，并不是完全相同吻合才是和谐，我们须警惕欣赏他人的过程中和谐的误区。欣赏是“赏”，对你认可与热爱的那一部分的选择性汲取，而非完全成为相同才有欣赏与和谐。

因此，在厘清欣赏与和谐的必要性之后，我们要明白主动欣赏，主动取得和谐。三毛曾言，“无论是阳春白雪，青菜豆腐都要自己去尝一尝啊！”欣赏普遍存在，我们更要懂得如何在我们与被欣赏者之间取得和谐，同时不要丧失欣赏的能力，去发现、去欣赏与我们和谐共存中的值得欣赏的事物，“山在，河在，岁月在，我在，你还要怎样更好的世界？”

欣赏，需要和谐的加持，但也要警惕不要走入“和谐”的死胡同，欣赏与我们取得和谐的值得欣赏的事物、人，取得和谐的一切。同时接受“苍鹰”和“乌鸦”，欣赏带来冲击甚至颠覆的事物，进一步汲取收获以取和谐。驾“欣赏”之扁舟，邀生活之汪洋，在和谐中欣赏，在欣赏中取得和谐。

## 【2020 闵行】

衡量一个人是否高贵，虽然有人看重他物质财富的多寡，但重要的还是看他精神境界的高低。

对以上材料，你有怎样的思考。请写一篇文章。

要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

## 【例文】

### 知世俗而不世俗，才是最善良的成熟

人总是要长大的，要成熟的，就像树上的苹果，褪去那层青色与青涩，熟了落地，走自己该走的路，看自己想看的风景。可外面的世界却和果园不一般，不是每个人都如园丁一样精心呵护着你，所遇之人所遇之事千奇百怪，可我们却总是充满着好奇与兴奋去在社会这个大染缸里闯荡。可最后，我们都到了我们想到的年纪，可惜却都没成为我们想要成为的人，事不如人愿，我们总是为了完成某件事情，达到某个目的而牺牲某些我们本该保有珍惜的纯朴品质，在社会的大染缸里，被一种叫做“世俗”的东西染上了各种各样的颜色。

初入社会，大人们总是给我们许多劝诫，什么“社会复杂”，“人心险恶”，“和别人打交道切记多一个心眼，别被人骗了”。起初，我们带着这样的警惕去接触遇到的每一个人，处理手上的每一件事，循规蹈矩，丝毫不敢怠慢，可有的事却因为世俗的存在而生出变故。这种潜规则无处不在，仿佛成为各行各业的一种风俗，有关系的人机会比单靠自己努力的人要更多，在利益面前其它的一切显得无比渺小，人在各种各样的人面前戴着不同颜色的面具，说着不一样的鬼话……

在这样的社会环境下的成熟，是畸形的，太过浓艳，华而不实，失去了人最本质的纯真。然而，这样的社会并不会因为小众人的改变而发生质变，社会既然存在，就有它的阳光一面，也必定有它阴暗的一面。我们能做的就是了解黑暗，而不植根于黑暗。

唐代有个禅师说：“老僧三十年前未参禅时，见山是山，见水是水。及至后来，见山不是山，见水不是水。而今，见山是山，见水只是水。”于简单中看出复杂，是成熟，可能于复杂中再看出简单，那便最善良的成熟了。

知道世俗是怎样，而不随世俗浊流，保有“出淤泥而不染，濯清涟而不妖”的赤子初心，便十分难得了。清楚知道自己是谁，不再证明自己是谁，不去改变别人是谁，不因染缸里的颜色而失了自己最初的本色。同为纯，一个白，一个黑。同为豁达，一个最无知，一个最智慧。因为简单，一个一无所有，一个什么都有。要达到“知世故而不世故”，更善良的成熟，须经过人生之大修行。

## 【2021 闵行】

刻意地特立独行是否就能避免随波逐流？

## 【例文】

### 未因独行而不附众

沉沦于快节奏时代，为了赚取更多的名利与认同，随波逐流成为了行为选择的代名词，因而，刻意的特立独行，是否能避免随波逐流，这一问题令我们深思。

诚然，特立独行似乎呈现出一种积极的态度。“我命由我不由天”的追寻更显刻意避讳附众的价值选择。然而，这种思想未必代表着脱离主流观念，相反，会形成消极的影响。

“特立独行”，被冠以“刻意”的美名后，意味着行为并非受到内心第一选择的驱使，在价值观念上依旧乐意随波逐流，只是刻意而呆板的展现行为。“随波逐流”是认知观上对多元化的屏障与同一化的追寻，它对我们的影响逐渐深入内心。刻意地违背这一志意愿，好比被人操控着的木偶，主观意愿与行动力上仍存在冲突。因而，这样的独行是脆弱的，当对立面的优势吸引力大于行为固执力时，自我坚守毁于一旦。

刻意的特立独行，会使我们在另一个极端中愈陷愈深，偶尔遭到的失败与挫折，会使自我怀疑感加重，从而陷入无尽的空虚。即使当刻意行为逐渐内化为意志行为的主观反应时，过去的积淀也会在一场灾难面前不堪一击，而对自我的重新审视则又带上了“大众”的色彩。职场压力、父母赡养、生活的压力会成为最后一击，让我们重新恢复到“他见”的平台。大多时候我们乐意不从众附庸，可当薪水的数额和职场的高升一次次趋向“趋同”一面时，便彻底击垮了我们的底线。

其实避免随波逐流，并非意味着处处相对与抗争，而“刻意特立独行”反倒可能让社会所需的泛化愈演愈烈，让特色与真知蒙上一层阴影。我们一味地反对并赋予“刻意”的名号，正代表着我们分辨不清孰恶孰善，异化着那些“趋同”之中也拥有的可贵品质，只会朝着对立面前行。从而，在这种时空错乱之中，偶有的特立独行，不再是对于崇高品质的追寻。而是为了不同，而刻意去反叛的认知，在这种思维错乱中。在这种思维错乱中，正与反被倒置，美丽与丑陋被颠倒。看似所谓的特立独行，实则在帮随“随波逐流”刻意地铺设后路。只是有时建设，有时拆毁，但仍向着无穷的远方延伸。所以，特立独行应当持重。那些真正脱离了平庸世故，在山坡上无尽奔跑追寻白云的人，不会认识到这份“独行”的意义何在，更不自知刻意的内涵，他们只是选择发现那些泛化认知中缺少或出现偏差的事物，并积极地改正它们，我们需要的不同，不是刻意的与众不同，而是在大众主流价值观的映衬下，寻找自己的一片栖息地，而这，会与那片草原最终连成一片。

愿我们携起手来，发现适宜的“不同”，让社会发展更多元而绚烂。

## 【2022 闵行】

作文：有的人认为人生不能像炒菜一样准备全部再开始，有的人认为要做足准备后才能开始人生。

对此，你怎么看？请写一篇 800 字的作文。

## 【例文】

### 未必慎始，犹可慎终

有人说，人生不像做菜，不能等所有材料都准备好才下锅；也有人说，应该做足准备再开始。两种观点的对立，启示我们应用何种姿态面对人生。

诚然，不似烹饪有其规划好的时间、既定的材料与明确的步骤，人生充满了不可预知性，变数、危机、机遇往往不经预告突然降临。在不可知的命运中秉烛夜行的我们难以跳出视角的局限准备好所需一切，又难免在人生的冲波逆折中面对突如其来的挑战。即使我们有慎始之心，人生本身也未必允许我们准备好所有材料再下锅。

然而，若是因此向命运的起伏屈服，抛却一切准备，又将陷入另一种圈套，即是机会主义的虚无，亦可能是冒进的鲁莽。机会总是留给有准备的人，而危机往往偷袭毫无防备的人，面对变数的消极躺平，面对“天降馅饼”的盲目乐观，都将使人在人生中丧失命运主宰权与主观能动性。若一个民族面对内忧外患毫无防备，若全人类面对未来挑战毫无建设，那在汹汹而来的时空巨变中，终将措手不及地沉沦。

这也是为何有人认为“应该做足准备再开始”。准备万全。带来良好的开端，良好的开端是成功的一半，这总是最理想的人生姿态。若凡事都可“万事俱备，只欠东风”，我们自然可有“羽扇纶巾，檣櫓灰飞烟灭”的从容淡然，自然可有运筹帷幄的十拿九稳，自然能成为自我命运的主人。

可惜的是，正如前文所述，这种万全的准备在人生的宏大体量与瞬息万变中难以成立；在当下这个日新月异的信息时代中尤其如此。时代飞速发展，挑战接踵而来，机遇的流变更是急于星火。正如徐涛创始猫空时所有的准备都在现实中宣告无效，又正如疫情到来时世上没有一个国家不是措手不及。作为人我们始终是渺小的，无法提前丈量好整个人生，做出正确、有效的应对。

这难道说明我们在命运中必然受其摆布，束手无策？

并非如此。徐涛的猫空或许有个潦草的开头，现在却也扎根进中国文创市场成为许多年轻人精神文明的圣殿；中国经历过疫情最初的混乱，但在一步一为营的积极应对中，我们捍卫了我们的生活；事前或许未必皆有准备，但人的主观能动性本不仅限于万物的开头；在命运挑战前的走下的每一步，皆可是人为的主动转机。

许多事有个仓促的开头，在仓促中我们跌跌撞撞地摸清道路，最终一步一莲花完成命运的凯旋，也完成自我的成长。这又未尝不是我们的文明一路走来的姿态？我们于草莽中，于愚昧中，于无准备中，于不懈的抗争中，创造出光辉灿烂的文明。一向如此。

我们并非生来是命运的主人，但我们从来都做好了一种准备一直面人生、征服命运。慎始靠天意，而慎终在人为。不可控的开头，因我们续写的故事而同样精彩。

## 【2020 虹口】

根据以下材料，自选角度，自拟题目，写一篇不少于 800 字的文章。

信息化与智能技术的高速发展使得人们可以更方便地获取各种知识，从而丰富自己的精神世界。与此同时，信息技术的普及也带来了碎片化知识的泛滥，使人们沉溺于被动接受的思维惯性，而这似乎正在侵蚀着人们真正的精神家园。

## 【例文】

### 信息时代的坚守

1952 年，美国记者柯丽芬拿出她用性命拍到的关于南京大屠杀的照片，想寄给一位中国友人。这些照片被装进厚厚的信封里，由邮车将其送到海关口，被工作人员装上船后经过漫长的漂流，转交给中国政府，再由当地信差统一分发，最后才送到那位友人手上。历时一个月，照片早已泛黄，然而惨烈的画面却使人深深的悔恨与反思。

2014 年，央视著名篮球女神刘语馨在微博上发了几组身穿球衣的照片，后来这些球衣所属的球队在世界杯上无一例外的都输了。于是网友们翻出这些照片，在大呼神奇之际，也将这些照片不断转发。“乌贼刘”的名号一夜之间响遍天下，她的照片也被登在多家娱乐杂志上，传到世界各地。

过去的日子里，人们想要照像，要请一位专业的师傅，还需要一台大大的照相机。照片得先在漆黑的地下室经过药水浸润后才能影印出来；现在，科技发展，日新月异的年代，人们用手机，用相机，随手一照，回去后便能发到网络上，于是大家都知道了你今天吃了什么，或者你买了什么新的衣服之类。

总可以看见老一辈的人没事坐在阳台上，翻看过去的相册。他们用满是皱纹的手轻轻拂拭着早已泛黄的画面，心中涌现出来的，是对回忆的怀念，和对岁月的感慨。照片不多，然而每一张都包含着一位老人在那段贫穷年代里的坚持与守望。然而现在的照片变成了彩色，社交网络让分享变得更容易。有人拍自己、拍豪车、拍别墅，放在微博上炫耀；一些“正义人士”不惜干些偷鸡摸狗之事，抓拍那些贪官腐败的画面，然后上传网络去举报……形形色色的照片，却早已失去了当初带给人的那种感动。

记得采访世界杯的记者对今年打破最多进球纪录的德国射手克洛泽有这么一段描述：在没有球队训练或是其他活动的情况下，克洛泽每个周末都会回家陪自己的亲人。他很少用推特和那些电子产品来打发无谓的时光。做不到往高层次的方面去联想，但我周围的，一些住校、每个周末去网吧长期不给家里甚至是打一个电话的人，一些长年奔波在外、一年难得回来吃顿饭的人，一些与同学相处融洽、接父母电话时却像是吼欠债的人……信息时代的他们，或许是玩转科技产品的佼佼者，然而在他们心中，那块对家庭羁绊、对爱、对那些珍贵感情的坚守之地，却早已像老照片一样褪色。

我做不到像克洛泽那样为国家在世界杯上征战，然而每当我有空的时候，我可以放下手机，关掉微信的页面，换一身体闲装，回到家里陪亲人聊天，度过一个充实的下午。人类最伟大之处不在于力量，而在于他们富有感情。科技的便利冲淡了人们对珍贵回忆的执着与追求，然而我们却可以去坚守，一如伟人的不懈努力。重视起、回忆起那份最重要的回忆、最令人深刻的感情，是处于信息时代的我们唯一可以做到的救赎。

## 【2021 虹口】

在万物互联的时代，一切似乎近在咫尺，但有时人们又会突然发现彼此之间的距离如此遥远。请写一篇文章，谈谈你对这个现象的认识和思考。

### 【例文】

#### 人人互联，重建价值

在万物互联的时代，一切似乎近在咫尺，但有时人们会突然发现彼此之间的距离如此遥远。正如庄子所说：相濡以沫，不如相忘于江湖。

我们之前的社会是人情社会，邻里间抬头不见低头见，正如木心所说：“人的营生，犹如蜘蛛结网，凌空起张，但它必须有三个着点，分别是家族、婚姻、世交。”可现代社会是陌生人社会，形成“各人自扫门前雪，休管他人瓦上霜”的局面。将孤独等级从第一级划分到第十级，第十级为一个人做手术，悲哉！

造成此态的原因之一是万物互联。信息、技术异化了，它们构建了我们的生活，人成为了运算的结果和数据的表征。不仅如此，信息茧房桎梏了我们，将我们囿于虚幻的道德泡沫、虚拟世界中。拥有了被营销策略所定义的游戏人生。

推而广之，人们失去了在各个视域中审视自我的能力，造成了价值的迷失。挪威画家蒙克的作品《呐喊》反映了失语与孤独，西班牙达利的作品《记忆的永恒》反映了时间的无力感。正因如此，即使两个人人站在一起，咫尺的距离却是天涯。人们的价值渐渐迷失了。

陈寅恪先生曾说人要有独立之精神，自由之思想，我认为这对于我们尤为重要。米兰昆德拉在《生命中不能承受之轻》中提到，在支离破碎的生命样态中寻找痛苦与欢欣，在瞬间与永恒的对立中追寻意义。我们需关注自身不断精进，不是沉溺于虚幻世界，被信息异化，才能成为时代的主人，在万物互联的时代中如意地生存。

虽置身于陌生人社会中，但其背后仍应有人性的底色——善意与温情，但我们仍旧应对强行介入私人空间的个体持有一份警惕之心，保持善良之心，这，是亘古不变的真理。

互联网时代也许复杂，也许虚假，我们要用自己的一切奔向明亮那方，对美好生活怀有期许。用尚未蒙上阴翳的眼睛去发现、探索、接纳。那一个个应用软件可以成为我们观察世界的窗口，从而发现美，追随与世界各地人们的联系，拉近彼此间的距离。正如希腊为拜伦鸣的三十六升礼炮，每一声都是对生命的赞叹及对不竭灵魂中的激情致敬。

《神曲·地狱篇》中有这样一段话，诗人维吉尔拉着但丁走出地狱，来到地面：一起攀登，我随他向前。直至圆洞之外的穹窿，看熠熠归于碧落，我们于是趋步，仰见星辉重现……愿在万物互联的时代中，人与人也能真正互联，一起实现人类价值。

## 【2022 虹口】

我们在生活中，到处可以听到各种本真性宣言：“成为你自己”“做真实的自己”，认为独特性只有从自我内部才能获得。加拿大思想家泰勒却说，“自我”来自我们和他人的对话，以及对话中的反思。请写一篇文章，谈谈你对上面这段文字的思考。要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

### 【例文】

#### 认识自我的内与外

“认识你自己。”这句话出自亚里士多德的名言，如今依然被世人所传唱。

数以万计的先哲与思想家不断探究“自己”是什么。有人说自己的独特源于内部的灵魂与个性，又有人认为自我的诞生源于社会关系和旁人的区别，而其结论绝非是简单的“二选一”，而是二者融合的产物。

假设有这样一个世界，这个世界仅由我与苹果组成，那么我如何认识自己？

显而易见，答案是“我不是苹果。”这样一个简单的例子让我们直观地看到，人往往是通过差异去认识事物的。每当我们问苹果或是橙子是什么时，大多数人给出的回答是水果之间的差异，比如颜色或是其他的特点。从这一角度来看，“自我”的诞生与外在有着千丝万缕的关系。当我们与人交谈，认识人或是定义他人时，我们在不经意间也给自己作出了定义。看似每一个都独一无二的人，究其灵魂深处，极有可能是万分之一的你或我。外部世界的影响是不可忽略的，但自我的塑造绝非仅源于外在。

人的内心是如何的？千万个人会对这样的问题给出千万种答案。一些片面的社会关系论者会认为，当人学习或是思考，其本质上的源头都源于他人的思想。这样的假说让“自我”单纯地变成了外物的缝合，我认为是有缺陷的。有人常说：“你有一种思想，我有一种思想，交换过后我们便都有了两种思想。”可没人否定过两种思想的思辨过程中有着爆发出第三种思想的可能，试问全新的理念仅是他人思维的简单复制吗？答案显然是否定的。“自我”诞生的过程中，思潮的融合与升华是其中不可或缺的一部分。倘若只是单纯的复制，人岂不成了被随意染色的白纸？我们之所以独特，绝非千万思潮的缝合，而是在经验与思潮的积累中成就是一种自我的升格。

个体的独特源自于何处？这是一个值得深究与探索的问题。财富与权力盖不住人的内心，躯壳和环境同样限制不了人的本真。我们因个性独特，因经验而独特，更重要的，我们因思想和理念而独特。为何我们如此强调这样的独特性？不是因为高深理念的炫耀或是人生经验的分享。而是因为，这就是“自我”，是一个重要的特征与思维升格的基础。正是因为这样的独特，千万种思绪才能激烈的交织碰撞，催生出新的“自我”。无论是外部的碰撞还是内部的升华，只有一个目的，更新与迭代，把旧的换成新的，冰冷的换成炽热的，我们这样守护着独特的自我，成就自己的升格，也成就了其他灵魂的伟大。

我们重复着自我对超我的追逐，对规律的总结和反思，离那黄金的太阳再近一些。我们吸纳外在，在俗世与烟尘中往来，与人谈吐，成为不乏烟火气的存在。我们反省内在，在密室中闭关，审视内心的黑暗与火花，缄默不言。这是属于人的矛盾，更可以是规律，同样也是我们的价值所在。

## 【2020 浦东新区】

一只站在树上的鸟，从来不会害怕树枝断裂，因为它相信的不是树枝，而是自己的翅膀。

这句话可以启发人们认识自身与外部世界的系。请写一篇文章，谈谈你对此的思考和感悟。要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

### 【例文】

#### 信任这双翅膀

生活中，我们最需要亲人朋友的支持、鼓励，尤其是在我们陷入困境时，他们像天使般张开翅膀，守护着我们。

曾经看过一篇关于西方人教育孩子的文章，讲的是一位父亲让他年幼的儿子从高处跳下，并许诺自己会接住他，当儿子高兴地从高处跳下来，父亲却在儿子快落地时，将双手收了回去，孩子摔在地上大哭，然而父亲又一次要求儿子从高处跳下，同样许诺会接住他，可儿子这次怎么都不肯往下跳，在父亲的逼迫下菜不情愿地跳了下去，认为肯定又要摔个底朝天，然而这次父亲去张开天使翅膀般的大手终于抱住了儿子，然后恳切地说道：“我要让你知道，在这个世界上任何人都会欺骗你，只有你的父母不会。”我想这句话是对社会多么辛辣的讽刺，同时又是一位父亲，怎样用心良苦地教育孩子。

信任我们的父母，他们是世上最为我们着想也是最爱我们的人。如果按照这位父亲的想法，父母当然值得我们信任，可是那些朋友呢？是否也和亲人一样值得我们去信任？

总会有些古话“害人之心不可有，防人之心不可无。”那些人，有时就是我们最亲密的朋友，常有电视剧的台词是“你竟然出卖自己的朋友！”抑或是“我这么信任你，你却这样对我！”那些曾被自己朋友出卖的人，他们的悲哀、愁苦，就如黄河泛滥般汹涌，刻骨铭心般难以磨灭的，最终还是将苦涩的淹没在冰冷的海水之中。

于是我们得出结论：朋友是不可信任的，真是这样吗？难道朋友，这个我们如此爱戴的字眼其实也不过是披着羊皮的狼？不是，不是这样的，我不相信，自古以来就流传着“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。”的诗句，李白和汪伦的友情比天高比海深，难得他们不值得彼此信任吗？那么著名的歌曲《友谊地久天长》的作者是个骗子？当然不是，首先要理会朋友的真正含义，朋友是会为你雪中送炭，有福同享有难同当之人，是所谓的君子之交淡如水，而不是那些见钱眼开见利忘义的小人，那些出卖你的人，难道够资格被你称作朋友？他们根本不是我们的朋友，朋友是真正关心我们值得我们去信任去依赖的人。

信任我们的亲人，信任在我们困难时为我们张开翅膀，让我们在他们温暖的羽翼下安心入睡的朋友。



## 【2021 浦东新区】

生活中处处有墙，有时帮我们划出界限，有时也会挡住我们的视线……其实，人们心中往往也有这样一道墙。就此谈谈你的思考和认识。

### 【例文】

#### 心墙

古希腊德菲尔神庙的神柱上刻着“认识你自己”。这个终极挑战颇难，但它是我们必须不懈解疑的困惑，我认为解疑的方式，即是筑好心中的那堵墙。

首先，毋庸置疑，墙代表着一种界限。圈起心中的一方土地，提供了我们向外反省的空间。马尔克斯创作《百年孤独》时，不顾外界事物，筑好心墙，不断向内自省，不断思考自身。《百年孤独》落笔的那刻，或许我们离终极问题的答案进了一步。若我们模糊了这堵心墙的存在，乱花迷人眼的那个仅有外显愉悦的失乐园正在向你招手，我们不再抽身十字街头迈向象牙塔。若我们自己的那方净土渐渐杂草丛生，脱离了心墙，我们将会缺少自省，止步不前。

然而，正如马克思说：“人是社会性的动物，”仅仅有内省当然不能让你认识自己，向外印证内心也是认识自己的另一条途径。

而心中的那堵心墙，在我们与外界的联系上，也发挥着重要作用。

社会就像一张网，维持这张网平衡的重点即结点分明，距离适当，当力与力矩达到平衡关系，系统才能维持。人际关系的平衡关键在距离，心墙平衡我们与外的距离。

朱光潜先生曾提过，为了更好地理解外物，我们要拥抱距离，我们唯有稍稍远离事件本身，情绪不被牵扯，利益不再相关，这个时候我们便能站在“人生的后台”，看清外物，从而借以外物，认识我们的内心。若没有这堵墙带来的距离，我们会不断被牵扯进乱丝之中，挣扎着无法抽身，更别提自我认识。

由此观之，筑好心中的墙，既帮助我们向内自省，又能置我们与外物一个合适的距离，借由外物反映我们的内心。

值得注意的是，把握分寸，切忌把心墙筑得太高。“人想要有出世的精神，要做入世的事。”当心墙过高，我们会失去与社会的联系，“孤芳自赏”很容易让人落入一种自视清高、傲立于万物之上的陷阱之中。如当时清政府闭关锁国，完全不与世界联系，最终导致了挽回无界的灾难。当我们的世界只有我们时，就好比萨特那个封闭幽暗的监狱，我们会渐渐因此迷失自我。

现如今，一些年轻人红灯酒绿的社交，另有人过度封闭两耳不闻窗外事。这样的方式都会迷失自我。根据自身情况筑一堵既能给我们留自省净土又能让我们彼此沟通的心墙，乃明智之举。

愿我们都能筑起心墙，在追求“认识你自己”这个终极命题上，义无反顾地向前走。

## 【2022 浦东新区】

有人说，作为年轻人，确认我是谁比拒绝我是谁更重要，也有人不以为然。对此，你又怎样的思考？

要求：（1）自拟题目；（2）不少于 800 字。

### 【例文】

#### 拒绝我是谁

有人说，作为年轻人，确认我是谁比拒绝我是谁更重要，而私以为，拒绝我是谁才是寻找自我成为自我的根本。

诚然，在年轻时期确认自己是谁可以让自己在往后的时间有明确的努力方向，从而可以避免因为一时的挫折而迷茫。然而，过早确认自己是谁，却可能造成对自己认知不完全而导致误判，而使这种“确认”变成一种限制，扼杀了自己更多的可能性。

因此比起确认自我是谁，我认为年轻人更要重视拒绝我是谁。拒绝我是谁可以使年轻人在成长过程中避免随波逐流。当今社会处于信息大爆炸的时代，每天扑面而来的信息使年轻人措手不及，这时，保持个人清醒的判断就尤为重要。叔本华说：“不要让自己的大脑成为别人思想的跑马场。”反观历史，社会的重大转折都是由于有人拒绝成为社会上的大多数而发生。只有拥有清醒的头脑和明辨是非的能力，拒绝在随波逐流中成为社会上的乌合之众，才能达成真正的“自我”。

况且，“年轻”意味着拥有探索世界和自己的资本，因此拒绝我是谁既是在缩小前进范围，也是在寻找目标。洛克的“白板理论”提出，人心就像一块白板，所有的理智和知识都是在经验中获得的。这样看来，在年轻时期给“我是谁”下结论是不切实际的，拥有探索和积累的经验才能使自我逐渐清晰。而拒绝我是谁则是利用已经积累的经验，建立起自己的三观的过程，同时也保持了继续寻找自我的无限可能。

再进一步讲，拒绝我是谁是确认我是谁的根本和基础，在拒绝我是谁的过程中，年轻人逐步建立起完善的三观和清晰明辨是非的能力，在喧闹中体会到“自我”，是在为成为一个成熟的人打下基础。而只有成为心智完全的人才能进一步确认自己对于社会的价值和责任。若不能拒绝自己是谁，则容易被外界的声音所影响，即使“确认”了自我是谁，也很容易动摇。

当然，拒绝我是谁，并不是对于所接触到事物的全盘否定。如果一味拒绝自己是谁便也会导致固步自封的思维，从而建立起以自我为中心的观念。

年轻人拥有寻找自我的意识是成长的第一步，而拥抱“年轻”带来的无限可能，拒绝我是谁则应当成为认识自我，寻找自我，成为自我的根本方式。

## 【2020 青浦】

在庄严肃穆的南京雨花台革命烈士陵园看到一群来南京研学的小学生在墓碑前大声喧哗、欢奔乱跳；一对对年轻的情侣在园内谈情说爱；一些中老年人或翩翩起舞或舞刀弄剑……

请根据以上材料，写一篇不少于 800 字的文章，题目自拟。

## 【例文】

### 缅怀革命英雄

祖国的大好河山，壮丽秀美，在这繁秀似锦的万千山河中，处处彰显着红色革命的精神。对于那些为新中国成立而抛头颅、洒热血的英雄，我们当满怀敬意。

在革命烈士陵园大声吵闹，谈情说爱，跳广场舞，舞刀弄剑我相信不是缅怀烈士的方式。英雄已经远去，我们当怀有景仰之情，不去打扰他们，不是吗？

缅怀过去，追溯未来，跨越时空的隧道，你会为之惊叹，革命英雄宁死不屈的决心，你会为之感动，革命先辈们不畏艰来困苦，只为解放，你会为之自豪。

透过历史的年轮，我们不仅了解到历史故事，更体会到了革命先辈的精神。

红军长征开始于 1934 年 10 月，结束于 1936 年 10 月，期间红军战士经历了血战湘江，遵义会议，四渡赤水，巧渡金沙江，强渡大渡河，飞夺泸定桥，爬雪山，过草地，激战腊子口。那时的红军革命战士吃不饱、穿不暖，甚至连树皮、野草、杂菜都揪下来吃，穿过的衣服更是补了又补。而在红军长征即将结束时，毛泽东的一首《七律·长征》里的内容：“红军不怕远征难，万水千山只等闲。五岭逶迤腾细浪，乌蒙磅礴走泥丸。金沙水拍云崖了，大渡桥横铁索寒。更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜。”更是直观反映出了红军革命战士也忘胜利在望时的愉悦，同时我也体会到了红军革命战士不畏险阻的红色革命精神。

在日军侵略华北时，是这些红军革命战士，与老百姓一起抗日，狠狠地打击了日军的嚣张气焰，鼓舞了全国人民必胜的信心。每一个红军战士的心里有一个理想，那就是为了解放全中国，必须胜利。

而 1949 年 10 月 1 日，终于迎来了这个理想的实现，长达八年之久的抗战，在那天彻底的结束了。

那年的那天，中国终于站起来了，它的成立开辟了中国历史的新纪元。从此，中国结束了一百多年来的屈辱历史，真正成为独立自主的国家，中国人民自此站起来了。

直到今日，我们也不应忘怀革命先烈的精神，要为建设祖国未来而奋斗。少年强则国强，少年富则国富，我们应该真正把爱国之意变成爱国之行，我们要感激革命先烈，并学习他们艰苦奋斗、顽强拼搏的精神，并在这种精神的滋养下茁壮成长。

## 【2021 青浦】

赵人患鼠，乞猫于中山，中山人予之猫，善捕鼠及鸡。月余，鼠尽而鸡亦尽。其子患之，告其父曰：“盍去诸？”其父曰：“是非若所知也。吾之患在鼠，不在乎无鸡。夫有鼠，则窃吾食，毁吾衣，穿吾垣墉，毁伤吾器用，吾将饥寒焉，不病于无鸡乎？无鸡者，弗食鸡则已耳，去饥寒犹远，若之何去夫猫也？”

请根据以上材料写一篇不少于 800 字的文章，题目自拟。

## 【例文】

### 勿活在了当下

赵人患鼠一故事之中，其子告诉我们似乎无鸡比有鼠更为灾难；其父则是启示我们无鸡只是不能食鸡，而有鼠将带来更多的饥寒。这一故事很好地启示我们将如何看待一件事件和思考自一不同举动背后将带来的实质危害和结果。

从孟子所述的《鱼我所鱼也》中，我们就已经畅晓了鱼和熊掌常常无法兼得。当我们必然面对选择其一时，我们又往往趋向于眼前的既得利益，就如赵人的孩子觉得鸡被吃光了，十分担忧。人从本性地不断趋向于活在当下，或者活在了惯性思维之中，害怕自己的所有的将失去，而选择快速获得可以既得的满足当下的利益。但无论是人在面对自然的还是面对自己的，都曾已经发现，一味获得既得利益的实质是在为自己的未来作透支。赵人若是去猫留鼠，那么在将来面对饥寒是必须。如果人类一味地只会开发资源，破坏大自然，那么在不久的将来自食其恶也是必然。国家在不断开发资源时意识到了要重视用可持续发展策略能否提醒我们也要将自己的目光放得长远一些，切勿为眼前的蝇头小利而丢失了未来。

有工具理性霸权的当代，我们不但面临着视野的短促狭窄，还面临着物质追求的丰裕而精神世界的日益消瘦，在消费当道的社会中，仿佛自身价值的定义只能由消费水平衡量，我们应当去反思，自己得到了什么又失去了什么。《时代的精神状况》中指出我们被各式各样的分工条理所切碎。日复一日地重复地单一、机械化的工作，为得的是博求物质生活的丰满，我们当警惕地思考是否在物质追求上中，丢失了友情，丢失了亲情，丢失了自我需要，丢失了他人需要，丢失了人高贵的自尊，丢失了人神圣的灵魂！人的需求不是单一物质的，失去了物质丰盈，我们依旧可以精神丰满，追求人生。而后者的丧失将取代人之为人的自在精神，沦为了甲壳虫一样的格里高尔。

面对着“无鸡”的窘境，确实艰苦、艰难。但人的高贵在于追求和超越。无论是苏轼的“问汝平生功业，黄州惠州儋州”，王阳明的治理龙场，攻退宁王；还是司马迁写下《史记》；屈原著就《楚辞》。面对生活中的困境，是我们内心的价值坚守和退求才锻铸了我们不凡的人格。我们可以去克服这种窘境，也恰恰是不论为现实眼前，不囿于物质的目光使我们看向远方，畅想未来。

生活不止眼前的苟且，也不止远来的苟且，还有千千万万的诗和远方。诗和远方等待着我们去再创。

## 【2022 青浦】

如果你喜欢一个东西，你说不出为什么，你就是喜欢。但如果你不喜欢一个东西，你就会有很多个为什么。

请根据以上材料写一篇不少于 800 字的文章，题目自拟。

## 【例文】

### 【范文】理性看待善恶

生活中常常出现这一现象：如果你喜欢一个东西，你说不出为什么，你就是喜欢，但如果你不喜欢一个东西，你就会有很多个为什么。

这一现象因何而产生？而今我们处于一个飞速发展的社会，时代的腾飞却导致了它与人内心的脱节。爆炸的海量信息令我们只能浮躁地走马观花，草率地挑出“喜欢”的部分——那令人直接感到内心愉悦的事物，而难再有暇探究它们令人喜欢的原因，或许说，稍显贫瘠的思想已无力支撑我们去探究个中原由了。而仅仅寄托了直接的内心感受来表达喜爱与否。与此同时，过于浮躁的环境又催生了人的批评欲与表达欲，当我们以一双无法发现美的眼睛来看待“不喜欢”的事物时，难免受到偏见的影响，转而对其百般挑剔起来，得出多个不喜欢的理由。

然而，无理由的喜欢与很多理由的不喜欢必会造成一定负面后果。人由第一眼的印象而产生了喜恶仅仅是直觉上的，当它与偏见相结合，便会造成评价的偏颇。片面无理由的喜欢会使人忽略事物本质的得失，唐王偏爱伶人所带来的歌舞享受而不探究其价值，终为伶人所害；今人片面享受电子产品带来的愉悦而未发现耽溺的危害，拖累了个人的学习与进步。同样地，当人以偏见看待不喜欢的事物，便自主刻薄挑剔出无数理由，即使圣人孔子也未能避免，面对貌丑的学生时先入为主地认为他无法学有所成，有大作为。面对喜欢与不喜欢的双重标准之害，由此可见一斑。

诚然，人对内心自然生出的喜欢与不喜欢有本能反应的依赖，但它并非完全不可避免。首先，我们要以理性的目光看待事物：对待喜欢的，在赞美的同时也应探究其不足；对待不喜欢的，也应客观思考它所存在的价值与意义。古人云万物有缺，此时便更需要理性客观的思考；唐王如若清醒分析耽溺之害，也许不会国破家亡；孔子在领略学生学识品格以后，也反思自己的以貌取人。其次，要修炼一双善于分辨美丑的慧眼，社会固然浮躁。我们固然无暇处理海量信息，但在阅历与感悟的加深中，我们仍能最大程度抛却对最初喜欢与不喜欢的判断，较深入地判定事物的价值。

喜欢与不喜欢是难以摆脱的内心感受，然而当我们以理性的目光看待它们时，喜欢与不喜欢便有了合理的缘由，且让我们用理性之光，照亮着一条评判喜恶是非之路。

## 【2020 徐汇】

丰田旗下的花冠车型各项性能均衡，却被评价为“它的优点是没有缺点，而缺点就是没有优点”。宝马3 系车为充分实现其操控性放弃了后排乘客的舒适性， 却被称为是“每个男人都该拥有”的汽车。

这也可以启发我们去思考自己该如何成长。

请自拟题目，就此写一篇不少于 800 字的文章。

## 【例文】

### 个性之思

人们常说：从车品可以窥见人品。车型的设置与选择，也能够反映出关于人应该如何在成长路上塑造自我的深刻隐喻。

丰田旗下的花冠车型各项性能均衡，宣传语更是标榜其为“适合所有人开的车。”于个体而言，均衡的性能代表的是其拥有的基础的能力，其中自然包括了正确的世界观，明辨是非的洞察力，以及对规则 and 法律的明晰与谨守。这些能力于车而言保障了安全驾驶，于人而言维护了社会的稳定与秩序，其重要性不言而喻。

但丰田的花冠车型却也被评价为“优点是没有缺点，缺点是没有优点。”而为实现超控性而放弃后排乘坐舒适性的宝马 3 系则被称赞为“每个男人都该拥有”的汽车。这背后反映的既是消费者对产品的偏好，更是人在成长过程中对自我认识的进一步觉醒。

先学会成为一个人，一个良善的公民，这是社会对每一个个体的基本要求。在这之后， 我们还要学会去发现并成为自我，这则是每个人区别于他者，并实现自我独特价值的必经之途。

袁枚曾说：“人无癖，不可与之交。”人的癖好是他的理想与热情埋藏之处，也是他的个性所在。而正是这些独特的闪光之处，使我们的生命由平缓流动的河水蜕变成成为灵动曲折的溪流，正因有起有落，才更能凸显出其厚度与深度，个性与灵气。

发挥自己的专长、弘扬个性——这是对于某方面的专精，因而也不可避免地导致全面性在某种程度上的缺失。在张扬自我的路上，我们必定要面对取舍。秦玥飞前往湖南担任大学生村官，放弃的是耶鲁大学的毕业证书给他带来的无数就业机会；陆步轩毅然开启了自己的猪肉铺，面对的是社会上对于“北大高材生卖猪肉”的热议与质疑；三毛随心而动，在撒哈拉沙漠的烈日下活成了永恒的姿态，离她而去的是那一份确定而安稳的柴米油盐的幸福……做出这样的选择需要勇气与决断力，是一个人对于自己充分认知的彰显。正是在如此这般一次次的抉择与思考之间，我们坚定了自己对于“我”独一无二的价值的自信与追求。而那些来自外界的质疑与选择放弃的事物，则是另一种形式的获得，帮助我们拼凑起对自己的全面认识。三本耀司曾说：“自我这东西本是不存在的，要碰到些障碍物将其弹回，我们才能明白自我所在。”那些我们的“缺点”也不失为一种变相的“优点”，以黯淡衬托真正的光明所在。

个体不可无，这是个体实现自我价值的途径、社会多样性与灵感的来源。在一次次的个性与共性的抉择之中，我们明晰了自己，找到了自我，成就了真正的成长。

## 【2021 徐汇】

有人说，当我们认为某些事“当然应该是这样”的时候，反而是危险的。

## 【例文】

### 打破扁平的视角

人们的惯性思维时常将某些事的发生与呈现定义为“当然”与“应该”，我们浮于表面、流于经验，忽略本质内核与另一种可能，其危险却始终蛰伏，伺机给我们沉重的一击。

当然，这里的某些事是被界定在无统一标准的、短期长期难以证实证伪的事件。例如个人追求、男女平权问题等，而非出于东方落于西的自然规律、法规公序等原则性事件。

基于这一共识，“当然应该是这样”便耐人寻味了。“当然”投射的是一种本本、经验主义，是凭着自己过去掌握的经验，以十分局限的认知给出的评价，难免落得理想主义，甚至唯心主义的圈套。面对清北的学子，我们自然地赋予其精英的形象，所以面对陆步轩回乡卖猪肉之举，只觉惊世骇俗，而后嘲弄中国的高等教育；面对近来清北毕业生辗转杭州做基层之举，更觉心寒与不解，而问之则以“清北人才当然投身科研一线，钻研高精尖、去中央做干部”作结，却忽略了他们选择背后的价值与意义，这样的想法如此轻易地扼杀另一种可能与选择，进而流变成世俗的枷锁，造成“一个不在亲生母亲葬礼上哭的人必是杀人凶手”的首先谴责下的悲剧，其危险不言而喻。

其次，“应该”一词具有太多不确定性，直接说明这一想法未被证实却冠之以“当然”这一强调词，如此想当然，与“何不食肉糜”有何二致？更何况，这一想法的不断加强与普遍化，可能导致思想的僵化与固化，沉溺于全知全识的美梦，因惰性不去思考事态发展的真正趋向，进而走向愚昧。

不可否认，现代人认识世界，认识事物，大多源自间接经验，毕竟我们站在巨人的肩膀上，但林清玄曾言“我总相信无论时代如何改变，这个时代总有卓越的人。”我们便要做那卓越的人，抛开“当然应该”的固化、适应心理，大胆地去质问“为什么是这样”，也许一次的刨根问底会无劳而返，但量的积累才能促成质的飞跃，创新的关键不在于一味研读经验，而在于挣脱了线的风筝飞向的广袤天空，也许那时，我们会发现有太多事情“不是这样”，但正因这一推翻的过程，象征着理论观点的进步，须知这个世界无时无刻不在发展，理论也需成为一个动态的向前的过程，譬如提及农村，我们不能想当然地认为它应该还是落后、粗俗的面貌，在精准脱贫的努力下，我们是时候转化刻板印象与固有成见。

事物既非永恒不变，思想怎能止步不前，拥有多元视角，拒绝扁平化的危险因子，于实践中掌握真理，正船而行！

## 【2022 徐汇】

成长是个不断被塑造，也是个不断自我塑造的过程。

这句话对你认识自身与外部世界的关系带来哪些思考？

## 【例文】

### 自身与外界

成长是个不断被塑造，也是个不断自我塑造的遇。在这一过程中，每个人自身都与外部世界而紧密相连，二者不可分割。

成长，是一个人的身体、心理由不成熟到成熟，对世界的理解逐步深入，以及内部价值体系不断完善的过程。不论是外部世界还是自身在这一过程中，其作用都不可或缺。

成长是个不断被塑造的过程，一个人在成长的过程中不可避免受到外界因素的影响，就如洛克“心灵白板论”所言，外部世界塑造着一个人。当然，外部世界所给予我们的“成长素材”有好有坏，若是不加以辨别地一律接受，势必会走向我们所不期待的结局。这时，便需要我们自身对于成长的自我塑造了。

从积极的一方面来看，自我塑造其实是一个汲取、内化，再从内部出发而作用于外部的过程。在自身与外部紧密联系的世界中，保持自我的内部塑造其实是保持对于外部世界的一定距离，从而留给我们充足的空间来思考，而不至于事事都被外部世界牵着走。当然，这一自我塑造中与外部世界保持距离的过程，并不意味着任由自己的主观意愿肆意妄为，而完全忽视外部世界的一切，这种一厢情愿式的以自我为中心，也必将一个人领向毁灭的结局。

因此，这需要在自身与外部世界中达到平衡，在保持自身独立性的同时，积极向外看去，并汲取外部世界中积极、有利的因素，这样才能使得一个人更为完善。当然，一个人与外部世界的矛盾固然存在，却并非对立。在许多事件中，我们可能多少有听说过外部世界对于自身的约束，使得一个人迫于外部压力而无法充分施展个性与自身所长。这种外部与内在的冲突其实也是一个人不断成长的一个动因。在这种情况下，向内看的自省与向外看的归因，能使我们看清造成这种冲突的根本所在。在结合自身与外部的共同分析下，看到究竟是自身过于不切实际还是外部世界过于苛刻，此时再做决断也为时不晚。

自身与外部世界的关系密不可分，却也相互有所分别。在我们自己看待二者关系时，保持自身独立性的同时，积极从外部世界“拿来”，才是达到二者间和谐的正确方式。