

不日新者必日退

○唐帽丽

“不日新者必日退”出自《二程集》。《二程集》的“二程”，即程颢、程颐兄弟。二人长期在洛阳讲学，开创“洛学”一派，是宋代理学思想的奠基者之一。《二程集》是程颢、程颐全部著作的汇集，其中“遗书”是弟子们记下的二程语录，后由朱熹加以综合编定。《二程集·河南程氏遗书卷第二十五》载程颐语道：“君子之学必日新，日新者日进也。不日新者必日退，未有不进而不退者。”程颐认为，君子学习一定要日新，日新就是每一天都要有进步。君子学习做不到日新，就是用心不够。学习不用心、不精纯，必然退步。

何以不学习便退步？清代人张伯行释道：“若不日新，便是心有间断，私欲相乘，非昏则倦，日退必矣。未有半上落下，能站得住，不进而不退者。”这里，揭示了“不日新者必日退”的深层含义：即学习者的求学初心和用心程度，决定其进步抑或落后，创新抑或保守。在我看来，“不日新者必日退”包含两层含义。

其一，用心思进，无我无私，“惟精惟一”。《大学》言天下大道学问与用心求道的关系，“明德”“亲民”“至善”是大道学问，须以“正心诚意”“致知格物”的初心和用心程度去做学用实践。正心诚意是做大道学问的立场和出发点。做大道学问是做“无我”之学，不以私心私利求学问道、谋个人利益。陆九渊道：“人须是闲时大纲思量：宇宙之间，如此广阔，吾身立于其中，须大做一个人。”这里把一个个体的“我”和私心去掉，立身于国家、社会、宇宙当中，以无我无私之心，谋求天下大道。这个大道，是真正的为民为天下的学问大道，也是为民、为天下的用心、立场和态度。求学立本、用心、无我无私，以此立意做学问修养，才可能日省和日新，才可能真正在道德学问上下功夫，成就为民、为天下的事业。

其二，从心出发，学用一体，知行合一。程子道：“子曰：学者有所闻，而不著乎心，不见乎行，则其所闻固自他人之言耳，于己何与焉？”“凡学之道，正其心，养其性而已。中正而诚，则圣矣。君子之学，必先明诸心，知所养，然后力行以求至，所谓由明而诚也。”这里反映了“为仁由己，而由人乎哉”的学问要义：无我无私，做利民利天下的学用实践。王阳明道：“知是行的主意，行是知的功夫。知是行之始，行是知之成。若会得时，只说一个知，已自有行在，只说一个行，已自有知在。”知行合一的内在之源，便是利民利天下的初心、用心程度和立场。站到这个立场上，从此心出发，知与行便是不可分割的整体，彼此互为本体，共为一体，由认识上的“行”外化成实践上的“行”。

儒家认为，“为天地立心，为生民立命”，以为民为天下的大义初心关心天下社会、关心民生，思虑现实，寻求解决问题的方法和途径，是真正的学问之道，也是实现“不日新者必日退”的真正路径。

目录 CONTENTS

01

卷首语

01 不日新者必日退

04



红色记忆

04 改革开放:把“春天的故事”写在中国大地上

08

四史课堂

08 交通运输:书写迈向交通强国的壮丽史诗

10

时事新知

- 10 艺术教育:审美与创新的辩证统一
- 11 自由阅读不应被应试思维束缚和限制
- 12 我们该为满屏 yyds 而担忧吗
- 13 挖掘优秀传统文化的魅力
- 14 应对气候变化,如何未雨绸缪
- 15 科技加码,新赛道燃起新风潮

16

悦读品粹

- 16 选题 黄昏 一场动人心弦的落幕仪式
- 20 读书 《江村经济》:发现中国农民的生活
- 24 地理 泉州 光明之城的海洋传奇
- 28 文史 晏殊 古代文人的理想模样

32

笔墨城池

- 32 素材 致敬时代的记录者
- 36 大家 契诃夫:如此的光明,如此的柔情
- 39 技法 把生活与写作结合起来,写真正的好文章
- 42 练笔 向阳而生
寻森
让自己成为一棵大树
诗意的生活
拳拳赤子心,悠悠中华情
尘封的时光

64

大学视野

- 64 院校 以大师之名 传承学术精神,攀登科学高峰(学院篇)
- 68 专业 气象类专业:识风云变幻,知世间冷暖

48

备考高参

- 48 阅读 新高考语文复习备考指津
- 52 古文 从《永遇乐·京口北固亭怀古》看诗歌的用典
- 56 写作 高考作文任“我”行
- 60 综合 各方合力,中国脱贫攻坚战取得全面胜利

72

成长动能

- 72 法律课 在生活中多一份机警,构筑诈骗“防火墙”
- 74 心理课 摆脱精神内耗,让自己告别“心累”
别让自己成为他人的情绪垃圾桶
- 78 规划课 补足短板,还是经营优势

封面 / 站酷海洛

主管单位:甘肃省教育厅
 主办单位:甘肃教育社
 出版单位:甘肃教育出版传媒有限公司

咨询委员会

主任 王海燕

副主任 王光亚 陈继宗

社长/总编 李晓冬
 副社长/副总编 马生骏 高万春
 编辑 《学生天地》编辑部
 主编 李峰
 执行主编 沈俊
 责任编辑 孙婷
 美术编辑 雷康宁

地址:兰州市城关区雁宁路399号
 邮编:730010
 电话:(0931)8583966
 电子信箱:gaozsd@163.com
 网址:www.gseducnews.cn

国内统一刊号:CN 62—1160/C
 国际标准刊号:ISSN 1671—7309
 邮发代号:54—198
 广告发布登记号:620100002
 广告发行部电话:(0931)8583566

印刷:甘肃新华印刷厂
 出版日期:2021年11月24日
 定价:7.00元

◆本刊如有印刷、装订质量问题,请将原杂志寄回编辑部,由本刊负责调换。

◆凡本刊发表文章作者,如自刊登起三月内未收到稿费与样刊,请速与本刊联系,以便我们及时奉寄。

◆向本刊投稿,作者须文责自负,本刊概不承担任何连带责任。



学生天地杂志

创新进取 敢为人先

改革开放： 把“春天的故事”写在中国大地上

43年前的中国，“社会主义向何处去”成为摆在中国人民面前的重大问题。在此紧要关头，党中央作出把工作重心转移到经济建设上来、实行改革开放的伟大决策。这一决策回应了人民群众对美好生活的向往和渴求，也就此打开了中国通往繁荣富强的的大门，实现了从“站起来”到“富起来”的历史性飞跃，并进一步迈向了“强起来”的历史新征程。

这是一条国家繁荣发展的必由之路。改革开放43年，经过艰苦奋斗，中国人民终于告别了缺吃少穿、物资匮乏的时代。中国稳居全球第二大经济体，让世界刮目相看，成为“人类发展史上最激动人心的例子”“世界最成功的发展样板”。

这是一条中国和世界合作共赢之路。43年前，鲜少有人能够预见改革开放这场中国的第二次革命之于世界的意义。43年后，一个古老又青春的中国前所未有地走近世界舞台中央。国际关系中的中国元素空前突出，“世界之中国”——一代代中华民族仁人志士的期盼和夙愿正在成为现实。

这更是一条给人以启迪和思考的探索之路。改革开放43年，中国走出了一条全新的大国崛起之路，接续奋斗、实事求是、和平合作、变革创新、共享发展、谦逊好学等，已成为当代中国的鲜明气质，日益被世界所感知和欣赏。

农村改革 率先突破

时间回到 1978 年 5 月 11 日，一篇题为《实践是检验真理的唯一标准》的特约评论员文章在《光明日报》刊发。短短六千字，激荡数十年。文章掀起了席卷中国的真理标准大讨论，成为撬动改革开放的哲学杠杆。

11 月 24 日夜，安徽省凤阳县小岗村，18 位农民聚集在村民严立家的茅屋里，在一张“秘密契约”上按下鲜红的手印。这些庄稼汉想不到，正是这个冒险的举动，拉开了中国农村改革的序幕。

如今，“大包干带头人”之一的严金昌总是骄傲地向人回忆起当初“冒天下之大不韪”立竿见影的成果：实行“大包干”后的第一年，小岗村在遭遇罕见大旱的情况下，仍然取得了大丰收。光油粮总产量就达到了 3.5 万斤，相当于前 20 年产量的总和。小岗村人不仅吃饱了肚子，还上缴粮食给国家和集体，当年实现人均纯收入 400 元，是上一年的 18 倍。“这一年，小岗村归还国家贷款 800 元，这是小岗村历史上第一次归还国家贷款。”

发端于小岗村的家庭联产承包制度解放了农村的生产力，犹如一声春雷唤醒了沉睡的大地。在党中央的支持下，以包产到户、包干到户为主要形式的家庭联产承包责任制迅速推广。这充分调动了农民的生产积极性，促进了农业生产的迅速发展。到 1984 年年底，全国 569 万



个生产队中 99% 以上实行了家庭联产承包责任制，人均粮食拥有量达到 800 斤，基本解决温饱问题。改革开放激发出亿万人民的创造活力，迸发出改天换地的变革力量，写下了震撼世界的“中国奇迹”。

改革首先在农村取得突破和成功不是偶然的，它是由我国基本国情和当时农村经济发展困境决定的。中国共产党的十一届三中全会为农村改革提供了重要的思想前提，创造了良好的政治环境，广大农村干部和亿万农民为改变农村面貌和自身命运，勇于冲破不利于生产力发展的旧体制，从而掀起了波澜壮阔的改革大潮。建设中国特色社会主义的伟大实践，就这样在党和人民群众的创造中，开始一步一步坚定前行。

对外开放 创办经济特区

十一届三中全会在中国大地上全面吹响了改革开放的号角。

风起南海，潮涌浦江。

41 年前，深圳湾畔响起改革开放的“开山第一炮”，经济特区从蛇口启航。自此，码头现、高楼起、凤来栖、百业兴。

31 年前，黄浦江畔，开发开放浦东的重大决策吹响了改革开放向纵深推进的号角。昔日的阡陌农田上，崛起一座功能集聚、要素齐全、设施先进的现代化新城。

创办经济特区，是党和国家为推进改革开放和社会主义现代化建设进行的伟大创举。早

在1978年4月，国家计委、外贸部派遣的经济贸易考察组赴香港、澳门实地考察后，向中央建议，把靠近港澳的广东宝安、珠海划为出口基地。1979年，广东省和交通部联名向国务院递交报告，提出在蛇口一带设立工业区的设想，得到中央的批准。不久后，蛇口工业区在轰鸣的开山炮中诞生了。在中央决策的推动下，来自四面八方的特区建设者披荆斩棘、艰苦创业，短短几年间，将昔日落后的边陲小镇、荒滩渔村，建设成为生机勃勃的崭新城市，创造了敢闯敢试、埋头苦干的特区精神。经济特区成为中国改革开放的重要窗口，向世界展示中国改革开放的磅礴伟力。

41年间，深圳率先进行市场取向的经济体制改革，首创1000多项改革举措，以“时间就是金钱，效率就是生命”的实干理念，创造了“三天一层楼”的“深圳速度”，实现了由一座落后的边陲小镇到具有全球影响力的国际化大都市的历史性跨越。

开发开放上海浦东，是我们党在改革开放和社会主义现代化建设关键时期作出的一项重大决策。1990年，面对风云变幻的国际环境，党中央审时度势、高瞻远瞩，宣布开发开放上海浦



东，向世界宣示中国坚定不移推动改革开放的决心和信心。

31年间，浦东这片热土上诞生了第一个金融贸易区、第一个保税区、第一家外商独资贸易公司、第一家外资银行、第一个自贸试验区等诸多“全国第一”。雨后春笋般拔地而起的高楼不断改写着上海的天际线，浦东以开放的姿态向世界展示着中国改革开放的新高度。

深圳蛇口、上海浦东，这两个“吃改革饭、走开放路、打创新牌”的城市地标，不断刷新着中国改革开放的速度和高度。

伟大的实践铸就伟大的精神。深圳奇迹、浦东辉煌，见证了中国经济破冰前行、乘风破浪的奋进勃发，也将开拓创新、开放合作的理念注入中国人民的精神血脉之中。

深化改革 未来可期

改革开放的步伐一旦迈开，行进在路上的，都是实干与梦想同在的奋斗者。

2010年5月，国家设立喀什经济特区，带动西部地区协同发展；

2013年9月29日，中国（上海）自由贸易试验区正式成立；

2017年4月1日，中共中央、国务院决定在雄安设立国家级新区；

2018年4月14日，国务院发布指导意见，支持海南全岛建设自由贸易试验区，并探索建

设自由贸易港；

……

改革开放的“中国精神”，带来的是让世界瞩目的“中国速度”。

2020年12月23日，中国研制的时速350千米高速货运动车组在中车唐山机车车辆有限公司正式下线。“从‘和谐号’到‘复兴号’最大的不同，就是从原来的‘混血’变成了真正的‘中国血统’。”中国铁路上海局集团有限公司车辆处动车科相关负责人记得，2006年年底，最早的一列“和谐号”

动车组在上海铁路局开始运营,直到现在,中国高铁从无到有,从跟跑者变成了领跑者。

党的十八大以来,各方面共推出2485个改革方案。2020年,面对错综复杂的国际国内形势,中央深改委部署的50个重点改革任务和其他75个改革任务基本完成,中央和国家机关有关部门完成143个改革任务,各方面出台268个改革方案。

43年来,中国人民坚信“创新是改革开放的生命”,始终秉持开拓创新精神,进行了一系列从理念、实践到制度的创新:从计划经济为主、市场调节为辅,到使市场在资源配置中起决定性作用,更好发挥政府作用;从坚持公有制为主体,非公有制经济为补充,到坚持“两个毫不动摇”;从引进、消化再吸收,到自主创新……改革开放的中国跑出了发展的“加速度”,结出了社会主义市场经济的累累硕果:1978年,中国人均国民总收入只有200美元,中国经济总量仅占全球的1.8%;如今,中国已是全球第二大经济体、第一大工业国。

43年来,中国秉持开放合作精神,对外开放的大门越开越大,改革开放的新高地越来越多:

从兴办深圳、珠海、汕头、厦门、海南等经济特区,到加入世界贸易组织;从东部沿海率先开放,到沿江、沿边和中西部内陆地区全面开放;从提出并稳步推进“一带一路”建设,到成功举办三届“买全球、卖全球”的中国国际进口博览会;从设立自由贸易试验区,到谋划中国特色自由贸易港……我国形成了全方位、多层次、宽领域的对外开放新格局,并一跃成为开放型经济大国。中国已成为100多个国家的主要贸易伙伴,中国经济增长对世界经济增长的贡献率年均均在30%以上,位居世界第一。

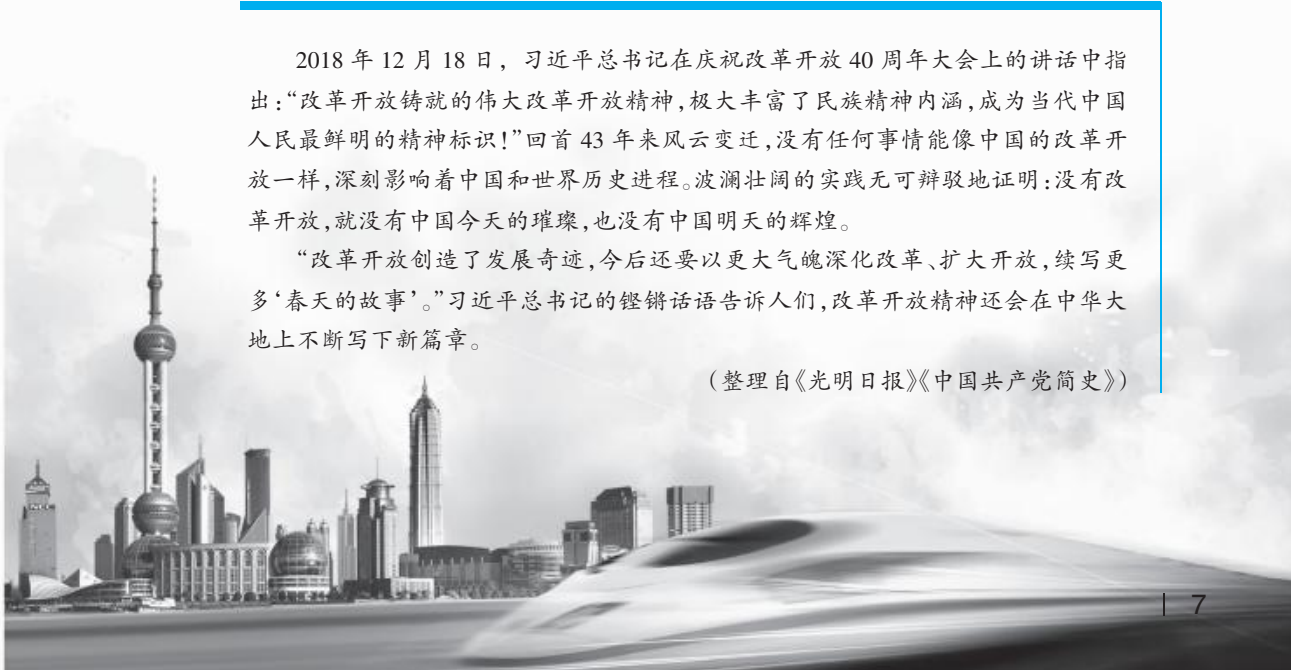
不断创新和深化的改革开放实践,已成为当代中国最显著的特征和最壮丽的气象。改革开放43年来,中国共产党顺应历史大势、回应人民期盼,带领人民绘就了一幅波澜壮阔、气势恢宏的画卷,谱写了一曲感天动地、气壮山河的赞歌,带领人民不断创造幸福美好生活。改革开放的实践充分证明,历史和人民选择了改革开放,改革开放造福了广大人民。

改革开放永远在路上,成为改革开放不竭动力的,是中国人民的道路自信、理论自信、制度自信、文化自信。

2018年12月18日,习近平总书记在庆祝改革开放40周年大会上的讲话中指出:“改革开放铸就的伟大改革开放精神,极大丰富了民族精神内涵,成为当代中国人民最鲜明的精神标识!”回首43年来风云变迁,没有任何事情能像中国的改革开放一样,深刻影响着中国和世界历史进程。波澜壮阔的实践无可辩驳地证明:没有改革开放,就没有中国今天的璀璨,也没有中国明天的辉煌。

“改革开放创造了发展奇迹,今后还要以更大气魄深化改革、扩大开放,续写更多‘春天的故事’。”习近平总书记的铿锵话语告诉人们,改革开放精神还会在中华大地上不断写下新篇章。

(整理自《光明日报》《中国共产党简史》)





交通运输： 书写迈向交通强国的壮丽史诗

从“用双脚丈量”到“有河大家走船，有路大家行车”，从乘坐时速 43 千米的蒸汽列车到体验时速 350 千米的“复兴号”高铁，百年来，我国交通运输事业实现了翻天覆地的变化，交通基础设施建设取得了举世瞩目的成就。

如今，放眼全国，干支衔接、四通八达的公路网已经形成，由 241 个民用机场组成的航线网越织越密，“八横八纵”的高铁网也由蓝图走向现实。这些社会发展不可缺少的基础设施网，正成为我们伟大祖国版图上的动脉血管，为促进经济社会发展、改善出行条件、提高人民生活水平提供了关键支撑，我国交通强国建设迈出坚实步伐。

为国家发展提供不竭动力

在中华人民共和国成立之初，全国铁路总里程仅 2.2 万千米；公路里程仅 8.1 万千米，没有一条高速公路；民航航线只有 12 条……在其他交通运输方式发展严重滞后的条件下，道路运输作为经济发展的基础受到重视，得到优先发展。

“要致富，先修路。”作为国民经济基础性、先导性、战略性产业，我国交通运输行业发生了历史性变化，交通基础设施加速成网，运输服务能力连上新台阶，为国民经济发展发挥了“先行官”作用。

为了让公路通向祖国各地，1950 年起，11 万筑路大军在平均海拔 4000 米的“世界屋脊”，跨怒江天险，攀横断山脉，渡通天激流，越巍峨昆仑，五易寒暑，修筑了青藏、川藏公路，创造了世界公路史上的奇迹。

改革开放以来，我国高速铁路、高速公路、城市轨道交通运营等各种运输方式都实现了快速发展，机场数量、管道里程位居世界前列，成为社会主义现代化建设的重要支撑。

特别是党的十八大以来，交通运输行业的发展速度更加日新月异。如今，我国的交通运输网络日趋完善，多种运输方式与 1949 年相比都取得了质的飞跃，其中高速公路、高速铁路已成为我国闪耀世界的亮丽名片。

数据显示，截至 2020 年年底，全国铁路运营里程 14.6 万千米，高铁运营里程 3.8 万千米，占世界高铁运营里程的三分之二；全国公路总里程 519.8 万千米，高速公路以 16.1 万千米的通车里程稳居世界之首；我国境内民用航空颁证机场共 241 个，年旅客吞吐量达 1000 万人次以上的通航机场 27 个；全国港口拥有生产用码头泊位 22142 个，其中万吨级及以上泊位 2592

个,占泊位总数的 11.7%,位居世界首位……

可以说,通过多年来的发展,我国的交通运输行业实现由“瓶颈制约”到“总体缓解”,再到“基本适应”的阶段性转变,为国民经济持续快速发展提供了强有力的支撑,我国也正在逐步由交通大国向交通强国迈进。

把人民群众获得感放在首位

1930年通车的京哈铁路是我国境内最早开建的干线铁路之一,也是长期以来东北地区支援全国建设的钢铁运输大通道。改革开放后,中国铁路发展全面提速,2006年12月,带有试验性质的中国内地第一条高速铁路——秦沈客专,与京秦铁路、京哈提速线哈尔滨至沈阳段合并为第二代京哈铁路,开行的动车组列车将哈尔滨至北京的运行时间缩短到8小时之内。今年1月22日,京哈高铁全线贯通,北京至哈尔滨的最短运行时间压缩至4小时52分。

北京至哈尔滨间铁路的不断发展正是我国交通运输事业发展的一个缩影,越来越多的旅客正在以更加舒适的方式踏上自己的旅途。

随着国家交通运输事业的发展,我国的运输服务能力得到空前释放,整体面貌发生了翻天覆地的深刻变化,取得了举世瞩目的改革发展成效。特别是党的十八大以来,我国的交通运输行业在旅客数量增长的同时,也提供了越来越优质的出行服务,人民群众的幸福感和获得感不断增强。

为建设交通强国贡献创新力量

从“一穷二白”的交通运输基础设施到“复兴号”动车组列车、国产盾构机等,交通运输业不断发展的背后,同样离不开科技创新的坚实保障。

2017年6月26日,具有完全自主知识产权、达到世界先进水平的中国标准动车组“复兴号”由北京南站和上海虹桥站双向首发。“复兴号”的研发成功,标志着中国高铁动车组技术进入

了自主化、标准化、系列化的新阶段,实现了中国从高铁先进技术的追赶者到引领者的历史性转变。在“复兴号”254项重要标准中,有213项是中国标准,此外,11个系统96项主要设备也采用了统一的中国标准和型号。

与“复兴号”一样具有世界领先技术水平的“大国重器”——国产盾构机,也逐渐在世界范围内成为一张闪亮的“中国名片”。在之前很长一段时间内,因为技术水平不过关,我国铁路、地铁等隧道挖掘都只能依赖从国外进口的盾构机,不仅价格高昂,其维修价格也十分昂贵。在国家有关政策导向下,中铁工程装备集团在2008年研制出我国第一台复合式土压平衡盾构机,在2010年研制出我国第一台硬岩盾构机,在2015年研制出世界首台马蹄形盾构机,并连续3次刷新世界最大矩形盾构机纪录。2020年9月,“中铁1000号”盾构机在郑州下线。从0到1,再从1到1000,中铁装备集团生产的盾构机产销量连续4年位居世界第一。

“十四五”时期正是加快建设交通强国开局和起步的重要阶段,交通运输行业将坚持科技创新赋能交通运输发展,推进5G、数据中心、人工智能等发展,推动智慧交通高效有序发展。

(整理自人民网、《光明日报》)



艺术教育：审美与创新的辩证统一

中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校美育工作的意见》指出：“美育是审美教育、情操教育、心灵教育，也是丰富想象力和培养创新意识的教育，能提升审美素养、陶冶情操、温润心灵、激发创新创造活力。”这一定义中除了德育功能之外，另外两个主要项是审美能力和创造能力。

人类社会面临着两大主题——继承与发展，艺术教育必须以自己的方式应对这两大主题。继承意味着我们必须接受人类社会积淀下来的各种有价值的观念、形式、方法和规范，如果它们与美学意义发生关联，相应地在艺术教育中就需要培养学生的审美能力。对学生审美能力的培养是艺术课程的主要功能之一，也是主要目标之一。具体而言，要通过艺术教育使学生认识一些美的法则，如对立与统一、对比与和谐、对称与均衡、节奏与韵律等，以及这些美的法则与个人情感和社会的伦理道德的关系。也需要考虑这种审美观念和规范与时俱进的变化和发展，以及由于不同时代、民族、年龄、阶层而体现出来的审美趣味与规范的差异。不仅要让学生认可古典美的价值，同时作为对未来社会审美观念和规范的影响和辐射，还应该让学生扩大对业已产生的对人的存在和发展具有积极价值的近现代艺术现象和作品的认同感。

发展则意味着必须立足于我们所生活的时代，为人类的历史做出属于我们时代并能运用于未来的新的贡献，这些新的贡献包括新的观念、形式、方法和规范。在艺术教育中，发展意味着需要充分激发学生的灵感和想象力，鼓励学生超越规范、

大胆创新。创新能力可以体现在两个方面，即创新意识和创新方法。创新意识就是做任何事情都应该思考如何与众不同，而且这种与众不同不是唱对台戏式的故意反叛，而是在效益和价值上要比既有的更好，形式上更具有新颖性。这种意识将影响到学生的未来，这就是艺术教育学者罗恩菲德所说的：“艺术教育的目标是使人在创造的过程中，变得更富创造力，而不管这种创造力施用于何处。假如孩子长大了，而由他的美感经验获得较高的创造力，并将之应用于生活和职业，那么艺术教育的一个重要目标就已达成。”

总之，艺术教育既要培养审美能力，也要培养创新能力，这是艺术教育教学的两种基本指向。但这两种能力并非完全统一的，甚至存在着一种对立性，或者说社会普遍认同的审美观念和规范告诉学生什么是美的时候，可能压抑创新能力，反过来，鼓励学生大胆创新的时候，实际上又可能对社会普遍认同的审美观念和规范造成破坏。尽管如此，我们仍可以找到它们之间的关联性，一方面将审美能力拓展为包括发现独特美的能力，另一方面通过创新成果被逐渐地认同，拓展现有的审美观念和规范。

来源：《光明日报》

自由阅读不应被应试思维束缚和限制

不少中小学校都要求孩子们阅读文学经典原著,以培养“深阅读”的习惯。然而,随之布置的作业却让他们叫苦连天。“将保尔·柯察金每一年的经历整理成一张时间表”,“将《百年孤独》与《变形记》做比较,分析其中的魔幻现实主义”等。难、怪、刁的题目如同一只只拦路虎,使本该轻松愉悦的经典阅读变得让人叫苦不迭。

写作是自由的,阅读也是自由的。作为一种艺术创作,作家运用个性化的语言文字叙事、抒情,塑造人物形象、构建精彩故事,把心中的情感、思想和伦理道德贯注其中。与之相应,读者阅读文学作品,既可以欣赏文本本身的语言之美,也可以领略文学作品整体呈现的艺术美感,还可以领悟它所蕴含的情感和思想,从而受到熏陶感染,获得深刻体悟,在潜移默化之中提高自己的艺术审美能力和思想境界。

而语文教学和考试远没有这么自由。普通读者阅读一部文学作品,一般都是整体把握,无须深究个别细节,也不太挖掘“微言大义”。但语文教学作为一种思维、知识和技能训练,它必须有一些套路和“法门”,比如对语法的分析、对细节的辨析、对价值意义的提炼等,以提高学生的思维和语言技术能力。语文考试既有检验的功能,也有选拔的功能。它既要检查学生的学习效果,也要完成对学生的考评和筛选。就前者而言,它要检验学生对知识点的掌握程度,因此答案需要清晰、严谨、准确。就后者而言,它要具备一定的难度,哪怕有些题目刁钻古怪也无可非议,因为不如此就难以打开区分度,实现考试的选拔功能。

对于当下的语文教学和考试,批评声音颇多。比如,与自由阅读的整体把握不同,语文考试把一篇完整的文章切割成一个个孤立的知识点来考查,这一点就备受诟病。但从考试的操作性的看,这种标准化的教学考试确实非常简便、高效。从考试的结果看,它也实现了对考生的筛查和选拔。那些在考试中拿到高分脱颖而出的学生,确实是悟性更高、功底更扎实,也是综合素质更优者。说明经过长期演化而来的这套教学考试模式有其合理性,比较好地兼顾了检验、选拔功能和公平性、可操作性、标准化和高效率等要求。然而,如果用应试的思维模式来要求自由阅读,那就是典型的错位,使愉悦的阅读变成味同嚼蜡的苦差事。

我们应该认识到,语文教学考试和语文的实际使用存在区别。教学需要套路,考试需要标准,但语文的实际使用却自由得多,可谓“海阔凭鱼跃,天高任鸟飞”。教学考试的训练可以打下扎实的基本功,其目的,终究是为了将来在广阔舞台上自由创作、翩然起舞。所以,既然是自由阅读经典,那么给予孩子们的就应该是引导和启发的火光,而不是束缚和限制的枷锁,使孩子们失去了文学鉴赏和文学创作的想象力和能力。

来源:光明网

我们该为满屏 yyds 而担忧吗

如果说今年哪个词语最为流行,那么非 yyds 莫属。yyds 是“永远的神”汉语拼音首字母缩写,最早出现在电竞圈,随后“破圈”而出,被用来表达高度的赞美。夸赞东西好吃,yyds;为体坛强者欢呼,yyds;被好剧俘获,yyds……放眼望去,几乎满屏都是 yyds。

与 yyds 同时流行的还有 u1s1 (有一说一)、xswl(笑死我了)等缩写词语,它们同样由某个小众圈子的年轻人所创造,之后广泛出现在中文互联网中。对于新一波流行词的走红,人们并不陌生,远的有寻呼机时代的 886(拜拜喽)、520(我爱你)等,近的有“喜大普奔”“细思极恐”等余温尚在。

传播学者麦克卢汉早就有言,“媒介即讯息”,也即传播工具的性质及其所带来的可能性远比媒介所传播的内容更重要,因为前者直接关系到我们理解和思考的习惯。在社交媒体时代,一句并不长的话断成好几行来说、高度依赖表情包的使用、对信息回复时间日益“苛刻”等正在成为新的“规范”,而它们是不会出现在前互联网时代的。

纵观流行词的不断更迭,依稀可以看到媒介技术与人们通信方式演进的历史。如果流行词也有所谓“语法”的话,一定完美匹配当时的通信工具与技术,比如数字谐音之于寻呼机时代,字母数字 emoji(表情符号)混杂之于社交媒体时代。不过,不同时代的“语法”虽各异,但在遵循语言经济学基本原则这一点上倒是相同的。人们通过缩写等造词方法,以期用更少的字符实现更快更多更简单的信息传递。

不过,当绝大多数的赞美都用 yyds 来表达,当搞笑的内容都以 xswl 来评论,一些人的

担忧也随之出现——彼此所要传递的情绪或许可以“秒懂”,但更为丰富和具体的内容或也在高度简化和概括中被牺牲掉了。万能流行词的场景适用性是如此之高,这是否会助长人们思考和表达的惰性,进而导致表达失语症的出现?毕竟,语言是思维的载体,“想象一种语言就意味着想象一种生活方式”。

另外引人关注的是,这类流行语多呈现为“比较级”乃至“最高级”,频繁使用必然加速语言意义的消耗,造成语言的“通货膨胀”。当在线社交需要用“哈哈哈哈哈”来代替“哈哈”表达高兴的状态,未来又该用什么来表达与 yyds 相同含量的情绪和内容?表达的日渐匮乏,是否也将反过来影响我们对一些情感和距离的感知?

随着作为流行语“土壤”的社会持续变迁,集体情绪持续发生变化,新的流行词将会层出不穷,而眼下的一些流行词不出意外也会慢慢被人们忘却。而且就如“时尚”一样,当一个流行词失去了其作为亚文化群体身份标识和区隔的作用,那么新的流行将被重新塑造推出,在分界与模仿的功能轮换中实现不断更迭。也因此,我们或许大可不必为眼下刷屏的 yyds 过度忧虑,如何避免在走出旧的话语束缚后,不自觉掉落进新的看似自由的束缚中,倒是值得我们始终保持警惕。

来源:光明网

挖掘优秀传统文化的魅力

近年来,央视推出的《中国诗词大会》《经典咏流传》《故事里的中国》《国家宝藏》《典籍里的中国》等文化类节目均广受观众好评。此外,各大卫视也都围绕各个文化类别,以不同的呈现方式定义新形态的文化类综艺,将艺术性与娱乐性相结合,让多元文化融入电视节目,走进大众视野。

匠心与创新的助力,让越来越多展现中华优秀传统文化的尝试不断涌现,对中国故事魅力的挖掘也充满无限可能。用舞台剧的形式让《尚书》《孙子兵法》等典籍里的文字“活起来”,探访我国世界遗产地挖掘背后的文化内涵……一段时间以来,《典籍里的中国》《万里走单骑——遗产里的中国》“中国节日”系列节目等以中华优秀传统文化为题材的节目频频引发广泛关注,节目传递的中国魅力与中国风采令人眼前一亮。

事实上,不只在国内,中华优秀传统文化在海外也有着很高的接受度。近年来,李子柒在国外社交媒体走红、茶文化在海外受到关注、展现中国特色文化的影视作品不断出海等,都展现出中华优秀传统文化拥有的国际传播价值。

如何在国际传播中更好实现传播效果的优化?一方面,要关注传统与现代的连接。想要讲好中国故事,离不开挖掘优秀传统文化的现代价值。中华优秀传统文化是中华民族的精神血脉,是各族人民在长期历史实践中相互交流融合并同其他文化不断交流互鉴而逐渐形成和发展起来的。中华优秀传统文化在当代时代仍具有积极意义,不仅可以为中国特色社会主义事业提供精神动力,也可以为国际社会贡献力量。

另一方面,要构建艺术与生活的关联。文化的魅力在于精炼了生活的细节,提升了对生活的理解,而文化最终要反哺生活,对生活中的问题和困惑提供思考的方向。中华优秀传统文化的精髓,反映了中国人数千年来生活实践,蕴含着一脉相承的发展理念、价值观念。因此,在传播优秀传统文化过程中解释今天中国人的生活理念和民族性格,可以产生润物无声的效果。

中国故事的魅力,不仅建立在美和感性之上,更建立在对于世界、社会与人的关系处理的智慧上。这种具备特殊东方基因的文化表达,在国际传播中如果能够有效传递,无疑将更有助于中国形象的提升。

讲好中国故事,需要构建具有鲜明中国特色的传播体系,着力提高国际传播影响力、中华文化感召力、中国形象亲和力、中国话语说服力、国际舆论引导力。这其中,影响力、感召力、亲和力、说服力和引导力的挖掘,离不开对优秀传统文化和现实语境的结合,离不开借助新的传播技术手段的不断探索。当前,匠心与创新的助力,让越来越多展现中华优秀传统文化的尝试不断涌现,对中国故事魅力的挖掘也充满无限可能。

来源:《中国青年报》

以新发展理念为引领,在推动高质量发展中促进经济社会发展全面绿色转型,一手抓“适应”、一手抓“减缓”,统筹兼顾、科学有序应对气候变化的挑战,我们定能让家园越来越美好宜居。

应对气候变化,如何未雨绸缪

联合国政府间气候变化专门委员会发布的《气候变化 2021: 自然科学基础》指出,在未来几十年里全球所有地区都将面临气候变化加剧的考验;亚洲地区平均地表温度将持续升高,极端高温天气增加而极端低温天气减少;亚洲大部分地区的平均降水量和强降水量都将增加,部分地区的日极端降水量也将增加。在近期国内外极端天气气候事件频发、强降雨等气象纪录屡被打破的情况下,这一报告再度警示要加强气候变化风险管理。

极端天气气候事件不断涌现,大气环流的异常是直接原因,而气候变暖是深层原因:它加剧了气候系统的不稳定,使某些极端天气气候事件发生的可能性增大。面对气候变化给经济社会发展带来的严峻挑战,我们要把适应气候变化放在重要位置,这是迫在眉睫的任务。

我国幅员辽阔、气候条件复杂,生态环境整体脆弱,总体上是一个容易受到气候变化影响的国家。因此,加强气候变化风险的早期监测预警和评估,提高全社会的“气候韧性”,在规划、政策等制定执行中充分考虑气候变化因素,重点针对脆弱领域、脆弱区域开展适应行动,是非常紧迫的任务。对于公众来说,也要养成密切关注天气预报预警的习惯,平时注意学习掌握各种灾害性天气的防御知识,有备才能无患。

在适应气候变化的同时,我们还要通过

减少温室气体排放来减缓未来气候变暖,这是治本之策。作为负责任的发展中大国,我国已向世界作出实现碳达峰、碳中和的庄严承诺。这是一场广泛而深刻的经济社会变革,绝不是轻轻松松就能实现的。“十四五”开局之年,面对艰巨挑战,各地各部门紧锣密鼓,奋力打好碳达峰、碳中和这场硬仗:启动全国碳排放权交易市场上线交易,覆盖约 45 亿吨二氧化碳排放量,建设全球规模最大的碳市场;抓紧编制 2030 年前碳排放达峰行动方案,研究制定重点行业和领域碳达峰实施方案;调整产业结构,优化能源结构,大力植树造林……

实现碳达峰、碳中和,从而减缓气候变化,还需要广大公众从点滴小事做起,践行简约适度的生活方式,让绿色低碳生活成为新时尚。比如,积极参与义务植树活动,选择节能电器、新能源汽车等低碳产品,参与光盘行动、避免餐饮浪费等。公众聚沙成塔的绿色行动,对推进降碳减污、建设美丽中国十分重要。

就像习近平总书记今年 4 月在领导人气候峰会上所指出的:“‘众力并,则万钧不足举也。’气候变化带给人类的挑战是现实的、严峻的、长远的。但是,我坚信,只要心往一处想、劲往一处使,同舟共济、守望相助,人类必将能够应对好全球气候环境挑战,把一个清洁美丽的世界留给子孙后代。”

来源:《人民日报》

国务院印发《全民健身计划(2021—2025年)》(以下简称《计划》),提出到2025年,全民健身公共服务体系更加完善,人民群众体育健身更加便利。在全民健身的热潮中,国内体育企业深耕产品研发,优质产品“圈粉”无数;各地体育设施场馆不断完善,智慧化升级让健身更加便利。在体育产业发展的新赛道上,新风潮不断涌现。

随着全民健身火热,人们对科技含量高的健身器材的需求不断增长,这为体育企业带来一系列新挑战——如何紧跟运动装备消费热点的新变化?如何满足不断提升的新需求?

在运动服饰领域,速干、透气,抗菌除味,减小运动摩擦,注重运动需求等成为科研投入的主攻方向。东京奥运会赛场上,中国运动员的领奖服大面积采用高针高密度复合材料,具有抗菌抗静电功能,抗皱抗起球工艺,同时拼接多种不同功能的面料,保证透气性和运动功能性。这件融合了设计感、科技感的领奖服,激发了很多网友“买同款”的购物热情。

近年来,国内运动厂商不断加大科技投入,推出了一系列碳板跑鞋、缓震技术、“大数据”跑鞋。匹克、特步等运动品牌推出的全掌碳板跑鞋,落地时给予脚掌充分支撑,能稳定跑姿,减少脚后跟晃动;从人体运动医学、智能运动、材料力学三个方面出发,鸿星尔克推出的“人工肌肉科技”跑鞋,比普通缓震跑鞋更软、更弹、更轻;安踏和咕咚合作推出“大数据”高端跑鞋,基于用户运动大数据研发,解决跑者运动中的实际问题。

随着科学运动的理念不断深入人心,大家对运动装备的需求也越来越高,而这种需求已经不仅是希望在运动时穿得漂亮,而且是对运动科技的关注,希望

衣服和鞋子对于运动有保护和助力作用,从而拥有更优质科学的运动体验。

新需求不仅推动了运动装备的科技化转型,也激发了新爆款产品的诞生。近期,智能健身镜成为“网红”产品。在普通镜子的外形下,健身镜内置健身课程,加入的AI智能算法,可以追踪用户运动轨迹,纠正错误动作,使用户实现居家健身目标。

当前,全国各地公共体育服务设施建设正在提质加速,实现智慧化升级。可线上预约足球、篮球、网球等运动场地,体验“足不出户、提前预约、扫码进场”等便捷服务。《计划》提出,将新建或改扩建2000个以上体育公园、全民健身中心、公共体育场馆等健身场地设施,补齐5000个以上乡镇(街道)全民健身场地器材,数字化升级改造1000个以上公共体育场馆。

《体育强国建设纲要》指出,要推进全民健身智慧化发展,运用云计算等新一代信息技术,推进智慧健身路径、智慧健身步道、智慧体育公园建设。构建包括体育公园在内的更高水平的全民健身设施,是满足人民对美好生活需要的必然要求,有利于提升国民身体素质和健康水平,丰富人民群众精神文化生活,对于实施健康中国战略、推进体育强国建设具有重要意义。

来源:光明网



黄昏 一场动人心弦的落幕仪式

○王 乔

从古至今,文学作品中的黄昏大多萦绕着离别、悲伤和落寞的情思。黄昏,似乎总是一曲悲歌,带着一种烙印,上面镌刻着忧伤。其实,黄昏也有着另一面,代表着美的极致,晚霞绽放出最绚丽的光彩,如一场盛大的动人心弦的落幕仪式,宣告着一天的结束。它向我们暗示着生命与机缘的有限,提示个体生命要在有限的的时间里秉持实现建功立业的积极追求和自强不息的生活态度,才能在人生落幕之时拥有盛大而绚烂的辉煌时刻。

选题解读

自古以来,时间和命运几乎都是相连的,文学作品中常见的以时间之流无法逆转的逝去来象征命运力量的不可抗拒。美国美学家苏珊·朗格曾说:“艺术是情感的象征形式。”黄昏,日落以后到天还没有完全黑的这段时间,因其短暂且有着绚丽灿烂的色彩,而作为一种独特的象征意象存于古今中外的文学作品中,借以寄托和宣泄作者的情感,往往渲染了一种凄美的意境,令人思绪淹留。它暗示生命的无常,美好事物因无法被掌控而随着时光很快流逝,它寓意人生的无奈感伤、生命的苍凉有限,是凝结着忧患意识的文化语境。

通过阅读《楚辞》《诗经》以及诸多诗人的诗词,其中大量的黄昏意象让我们透过作品本身体味到中国文人墨客的哀怨情仇,体会

到历史洪流的无情与无奈。在这些作品中,黄昏早已超越了本身的一个时间概念,在不同的意境中诠释着不同的情感。在中国文人的黄昏情结中,有着真挚浓厚的日暮相思、深沉悲凉的生命意识、日暮途远的艰难追求、感伤凝重的时代气息。如,许庭的“夕阳影里,愁煞宦游人”包含了游子征人对亲朋好友的乡思乡愁;李商隐的“夕阳无限好,只是近黄昏”美得哀怨凄婉;阮步兵的“朝为媚少年,夕暮成丑老”用夕阳暮色隐喻老朽之态;马致远则用“枯藤老树昏鸦”把断肠人定格在落寞的黄昏古道。

“青山依旧在,几度夕阳红。”岁月悠悠,历史上的杰出人物都随风而逝了,可是他们在夕阳下的吟唱却经久不衰,流传千年。

雷雨过后，屋檐口每一个瓦槽还残留了一些断续的点滴，天空的雨已经不至于再落，时间也快要夜了。

日头将落下那一边天空，还剩有无数云彩，这些云彩阻拦了日头，却为日头的光烘出炫目美丽的颜色。这一边，有一些云彩镶了金边、白边、玛瑙边、淡紫边，如都市中妇人的衣缘，精致而又华丽。云彩无色不备，在空中以一种魔术师的手法，不断的在流动变化。空气因为雨后而澄清，一切景色皆如一人久病新瘥的神气。

这些美丽天空是南方的五月所最容易遇见的，在这天空下面的城市，常常是崩颓衰落的城市。由于国内连年的兵乱，由于各处种五谷的地面都成了荒田，加之毒物的普遍移植，农村经济因而就宣告了整个破产，各处大小乡村皆显得贫穷和萧条，一切大小城市则皆在腐烂，在灭亡。

——沈从文《黄昏》

我喜欢漫游，也喜欢黄昏和黑夜交接的那一段时光。

我们现在的家，坐落在一个斜斜山坡的顶上。

前面的大玻璃窗看出去，星罗棋布的小白房在一脉青山上迤逦着筑到海边。

厨房的后窗根本是一幅画框，微风吹拂着美丽的山谷，落日在海水缓缓转红，远方低低的天边，第一颗星总像是大海里升上来的，更奇怪的是，墙下的金银花，一定要开始黄昏了，才发出淡淡的沁香来。

——三毛《黄昏的故事》

黄昏是神秘的，只要人们能多活下去一天，在这一天的末尾，他们便有个黄昏。但是，年滚着年，月滚着月，他们活下去有数不清的天，也就有数不清的黄昏。我要问：有几个人觉到这黄昏的存在呢？

早晨，当残梦从枕边飞去的时候，他们醒转来，开始去走一天的路。他们走着，走着，走到正午，路陡然转了下去。仿佛只一溜，就溜到一天的末尾，当他们看到远处弥漫着白茫茫的烟，树梢上淡淡涂上了一层金黄色，一群群的暮鸦驮着日色飞回来的时候，仿佛有什么东西轻轻地压在他们的心头。他们知道：夜来了。他们渴望着静息；渴望着梦的来临。不久，薄冥的夜色糊了他们的眼，也糊了他们的心。他们在低隘的小屋里忙乱着，把黄昏关在门外，倘若有人问：你看到黄昏了没有？黄昏真美啊，他们却茫然了。

他们怎能不茫然呢？当他们再从崖里探出头来寻找黄昏的时候，黄昏早随了白茫茫的烟的消失，树梢上金色的消失，鸦背上日色的消失而消失了。只剩下朦胧的夜。这黄昏，像一个春宵的轻梦，不知在什么时候漫了来，在他们心上一掠，又不知在什么时候去了。

——季羡林《黄昏》



诺尔曼·葛尔特茨比坐在海德公园的长凳上，背向着公园栏杆围起来的长方形草坪。这是三月初的一个傍晚。暮色苍茫，笼罩着大地，只有那微弱的月光和点点星星的亮光冲淡着昏暗的夜幕。马路和人行道都空落落的。然而，就在这若明若暗的夜色中仍有不少被人们遗忘的小人物在活动着。他们有的荡来荡去，无声无息；有的把自己点缀在长凳和木椅上，一点儿也不显眼，在昏暗中，他们的身影已经无法辨认清楚。

葛尔特茨比此时心事重重，眼前的景色与他此刻的心情完全和谐。黄昏，在他看来，是失败者的时刻。经过奋斗仍不免遭到惨败的男男女女，在这日薄西山的时候纷纷出来活动。他们把失掉的好运、破灭的希望深深地掩藏起来，躲避着好奇者的寻根问底。他们寒酸的衣衫，压弯的双肩，忧郁的目光，在暮色中不会引起人们的注意，起码，他们不会被人们认出来……

——萨基《黄昏》

城里是没有黄昏的。街道的灯，早早亮起来，生生把黄昏给吞了。

乡下的黄昏，却是辽阔的，博大的。它在旷野上坐着；它在人家的房屋顶上坐着；它在鸟的翅膀上坐着；它在人的肩上坐着；它在树上、花上、草上坐着，直到夜来叩门。

而一年四季中，又数秋天的黄昏，最为安详与丰满。

选一处河堤，坐下吧。河堤上，是大片欲黄未黄的草。它们是有眼睛的，它们的眼睛，是麦秸色的，散发出可亲的光。它们淹在一片夕照的金粉里，相依相偎，相互安抚。这是草的暮年，慈祥得如老人一样。你把手伸过去，它们摩挲着你的掌心，一下，一下，轻轻地。像多年前，亲爱的老祖母。你疲惫奔波的心，突然止息。

从河堤往下看，能看到大片的田野。这个时候，庄稼收割了，繁华落尽，田野陷入令人不可思议的沉寂中。你很想知道田野在想什么，得到与失去，热闹与寥落，这巨大的落差，该如何均衡？田野不说话，它安静在它的安静里。岁月枯荣，此消彼长，焉有得？焉有失？不远处，种子们正整装待发，新一轮蓬勃，将在土地上重新衍生。

——丁立梅《秋天的黄昏》

精选文段

抓住黄昏中景物的特征，运用比喻、拟人、想象等修辞手法，并结合自身的独特感受，写出专属于个人的黄昏诗画。

1. 日影斜沉，微云舒卷，彩袖一般在山头海上轻拂；鸦啼树梢，柳摇金辉，暮风吹动了仿若铜镜的水面。疲乏的太阳走过一天的光景，终于侧卧山间，目光最后一次抚照万物，以期它们能借这一缕暖橘色问候，换一枕幽梦，在夜的臂弯里

酣眠。在将我们送入夜的怀抱之前，世界化作一记名为黄昏的吻，悄悄落在你我眼帘心间。

2. 儿时看黄昏，那橙红的夕阳似一颗刚熔炼出炉的铁球，给丝缎般的长天烫出轮廓模糊的洞，于是天外的异色流彩，天光金辉都再也隐匿不住，倾倒向我所在的世界。那时，对未来与远方的想象都在一帘黄昏中得以具象，童梦的绚烂，那片永远如约而至的日暮之美便占了三分。

黄昏形态多样,不同季节和天气,黄昏也有所不同。在不同类型黄昏的背景下,对人加以刻画,更能体现人生百态。

1. 见过油彩斑斓的画,触过勾金绣锦的缎,品过透亮醇香的酒,都不如在黄昏沉晚中,独坐溪旁树下,凝视远天那一场盛大的燃烧。那渐淡渐小的火团,烧卷了平整的素青天幕,烫染上鎏金嫣红的纹饰,那些在火光中剥落的碎屑,便洒向人间每一处,勾勒出起伏的金色轮廓。当然,也有的无意间落入你杯中,一壶温酒加上这一味夕辉,霎时便醉了心魂。从斜阳晚照开始,一直到天边仅剩最后一缕余光。在如同电影般的时长里,你尽可以坐在一处,慢慢看夕阳的明灭。

2. 澄亮的晴天适合品味黄昏,雨幕下的黄昏也值得欣赏。阴云的遮蔽让夕阳几近窒息,只能在厚云的狭缝中,争取片刻喘息,投出恍惚的微光。落雨冲淡她的痕迹,给天空泼墨,直至夜幕四合,仍能隐约看见刚才的一番挣扎。

3. 喜欢学生时代常走的那条路:夕阳在所有物体的边缘上敲出点点火星,让人能看到碎辉闪动。黄昏里人们匆匆或是缓步,焦急或是从容,都能够成为观察的对象。花店老板会在五点准时收回摆在门口的百合花,长蕊抖落细细的花药,撒进琥珀色的日暮,像几粒砂糖洒进茶汤。稍远处在建的建筑物上,工人腰间的绳索反复切割着上了彩釉的天空,一如画笔搅动混合了的颜料。随着绳索最后一阵颤动,工人们结束了一天的辛劳……如今,这些景象已成回忆,但那黄昏涂抹的淡黄底色,永远挥之不去。

黄昏美且短暂,配合或舒缓或紧张的黄昏节奏,细致勾勒黄昏景致,让笔下的人与景和谐互动。

1. 不同于春花、秋叶或者冬雪这些应季的景物,四季里的任何一天,你都可以对日落怀有期待。不曾静赏黄昏的一日是不完满的,无人相伴的黄昏也是寂寥的。黄昏是天空灿烂而含情的微笑,她的金眸向你投去缕缕柔光,渴望引你来回应这一脉温情。当黄昏爱抚你时,你是与她遥遥相望,用会心一笑与这温情做别,还是把她热烈的目光抛到身后,匆忙的步子踏碎她为你铺就的一地光辉?

2. 习惯于将有限的自我融入无限宇宙中的我们,常以一天的光景譬喻人生。黄昏的沉婉与安适似乎只有垂垂老矣之时才能得享,而眼下则尽是奔波与劳碌。一日之中最为短暂的黄昏,不顾我们对白日的留恋,径自把意犹未尽的你我交与夜色,岂不无情?其实,黄昏未曾拒绝与辜负我们的挽留和怀恋,是我们在忙碌劳顿中,失了黄昏的约,让她在远天一边照拂一边轻叹。黄昏虽短,但她燃尽自己的色彩,只为让我们在抬头的一刻有些许宽慰。季羨林为人们错失黄昏而叹息,为人们在劳碌中忘却她的守候而怅惘,希望人们的脚步能慢些,再慢些。



《江村经济》：发现中国农民的生活

○李 亦

统编版高中语文新教材必修(上)第五单元整本书阅读《乡土中国》是我国著名社会学家和人类学家费孝通先生的著作，从方方面面分析了中国乡土社会的结构及其本色。而他更早写成的《江村经济》同样意义非凡，该书被誉为“人类学实地调查和理论工作发展中的一个里程碑”，能够辅助我们更好地学习理解《乡土中国》。

作者简介

费孝通(1910—2005)，祖籍江苏吴江，著名社会学家、人类学家、民族学家、社会活动家，写下了数百万字的著作，是中国社会学和人类学的奠基人之一。因为出身于书香门第，费孝通自小受到中西文化的熏陶；浸染于乡土志家学，喜欢“乡土志”课程，师从中外社会学界多位大师，深受功能主义人类学影响。特殊的人生经历、丰富的教育经历，使费孝通有着强烈的爱国爱民热忱、广阔的学术视野，并怀有“志在富民”的学术追求，也造就了费孝通非凡的一生。

1938年，获得伦敦大学经济政治学院博士学位，在导师马林诺夫斯基指导下完成了博士论文《江村经济》，该书是国际人类学界的经典之作。

1948年，出版《乡土中国》等书，登上了美国《时代》周刊，被称为“中国杰出的社会学教授和中国最深刻的政治评论家之一”，此后著作不断。

1980年，获国际应用人类学会该年度马林诺夫斯基荣誉奖，并成为该会会员。

1981年，接受英国皇家人类学会颁发的年度赫胥黎奖章，成为第一个接受这项荣誉的中国学者。

1988年，在美国纽约获联合国大英百科全书奖。



作品概述

开弦弓村,是中国东部地区太湖东南岸一个默默无闻的小村庄。村边一条弯弯的清河像一张拉紧了弦的弓,村子由此得名。开弦弓村的一切从1936年改变。这一年,一个叫费孝通的年轻学生来到村里,从此,开弦弓村另一个名字——“江村”,被誉为“中国农村的首选标本”而名扬海外。

《江村经济》是一部描述中国农民的消费、生产、分配和交易等体系的专著。全文共计16章,分为前言、调查区域、家、财产与继承、亲属关系、户与村、生活、职业分化、劳作日程、农业、土地的占有、蚕丝业、养羊与贩卖、贸易、资金、中国的土地问题。另有作者的导师、人类学功能学派大师马林诺夫斯基作的序及附录《关于中国亲属称谓的一点说明》。

贯穿《江村经济》的两个主题是:土地利用和农户家庭中再生产的过程。作者经过实地考察,详尽地描述了在江村这一经济体系与特定地理环境下,中国农民生活的基本方面,试图从农村社会基础来解剖中国传统社会结构和基本观念,它不限于一个具体的农村,而是指向农村的基本性质。正如马林诺夫斯基在该书序言中所写:“没有其他作品能够

如此深入地理解并以第一手材料描述了中国乡村社区的全部生活……通过熟悉一个小村落的生活,我们如在显微镜下看到了整个中国的缩影。”

作为时代的先行者,费孝通深入到田间地头的实地调研方法,被证明是人类学与社会学最好的研究方式,也为从事经济地理与地缘政治研究的人提供了好的方法和信心。

《江村经济》最伟大的地方,在于早在80多年前,在提供了大量翔实的数据事实之后,更提出了自己鲜明的观点,并经受住了时代变迁的考验,历久弥新。比如提到中国民众对社会主义思想的普遍了解与接受,对共产党运动深层次原因的剖析“驱使成百万农民进行英勇的长征,其主要动力不是别的而是饥饿和对土地所有者及收租人的仇恨”,这些文字在当时需要极大的勇气和惊人的洞察力。全文表达了一个真正学者的冷静与勇气,须知文章创作完成之时,正是日寇猖獗于我中华国土的1938年,但一个人类学家的达观、睿智、勇敢与乐观主义,让我们看到了中国必胜的信念,也让国外的人们通过一个中国知识分子了解到了整个中华民族的勇气与信念。

原文摘录

在目前阶段的调查中,把村庄作为一个研究单位,这并不是说村庄就是一个自给自足的单位。在中国,地方群体之间的相互依存,是非常密切的,在经济生活中尤为如此。甚至可以说,在上半个世纪中,中国人民已经进入了世界的共同体中。西方的货物和思想已经到达了非常边远的村庄。西方列强的政治、经济压力是目前中国文化变迁的重要因素。在这一点上有人可能会问,既然如此,那么在这样一个小的地区,在一个村庄里搞实地调查,对于这种外来

力量及其所引起的变迁会取得什么进一步的了解呢?显然,身处村庄的调查者不可能用宏观的眼光来观察和分析外来势力的各种影响。例如,由于世界经济萧条及丝绸工业中广泛的技术改革引起了国际市场上土产生丝价格的下跌,进而引起农村家庭收入不足、口粮短缺、婚期推迟以及家庭工业的部分破产。在这种情况下,实地调查者必须尽可能全面地记录外来势力对村庄生活的影响。

——引自第25页



当他们的收入不断下降，经济没有迅速恢复的希望时，农民当然只得紧缩开支。关于中国农民的开支有四类：日常需要的支出，定期礼仪费用，生产资金，以及利息、地租、捐税等。正如我们已经看到的，农民已经尽可能地将礼仪上的开支推迟，甚至必要时将储备的粮食出售。看来，农民的开支中最严峻的一种是最后一种。如果人民不能支付不断增加的利息、地租和捐税，他不仅将遭受高利贷者和收租人、税吏的威胁和虐待，而且还会受到监禁和法律制裁。但当饥饿超过枪杀的恐惧时，农民起义便发生了……如果《西行漫记》的作者是正确的话，驱使成百万农民进行英勇的长征，其主要动力不是别的而是饥饿和对土地所有者及收租人的仇恨。

——引自第 239 页

我在大学里念书时，周围所接触的青年可以说都把留学作为最理想的出路。这种思想正反映了当时半封建半殖民地的旧中国青年们的苦闷。毕业就是失业的威胁越来越严重，单靠一张大学文凭，到社会上去，生活职业都没有保障。要向上爬到生活比较优裕和稳定的那个阶层里去，出了大学的门还得更上一层楼，那就是到外国去跑一趟。不管你在外国出过多少洋相，跑一趟回来，别人也就刮目相视，身价十倍了。留学已多少成了变相的科举。有些大学生着了迷，搞得颠颠倒倒，这些形象对于读过《儒林外史》的人似乎是很熟悉的。

——引自第 246 页

中国农村的基本问题，简单地讲，就是农民的收入降低到不足以维持最低生活水平所需的程度。中国农村真正的问题是人民的饥饿问题。我们必须认识到，仅仅实行土地改革、减收地租、平均地权，并不能最终解决中国的土地问题。但这种改革是必要的，也是紧迫的，因为它是解除农民痛苦的不可缺少的步骤。它将给农民以喘息的机会，排除了引起“反”的原因，才得以团结一切力量寻求工业发展的道路。

——引自第 247 页

读书心得

社会科学研究的典范之作

费孝通先生的这本书虽然写在 80 多年前，但此书对每个中国人来说还是能部分回答“我从哪里来”这个问题的，你会发现我们现在养成的生活习惯，沿袭的节日风俗，从小到大

被灌输的种种价值观，很多都来源于千年以来的农民生活和农耕文化。尽管如今农村对很多人来说已经成了陌生的地方，但我们所有人的生活都仍然深受其影响。我想，如果多一些中



国人读过这本书,在今天我们讨论城市和农村之间的问题时,眼界会不会有所不同?作为中国人,读过这本书之后,面对我们现在生活中的很多问题,你能一眼就看到其根源。你会发现,中国传统文化的形,一部分是受儒家文化的影响,一部分则是在长期的农业生活中形成的。

除了对传统追根溯源,《江村经济》也揭示了中国人生活的演变过程。成书之时正是中国工业逐渐兴起,城镇渐成规模的时候,开弦弓村村民的传统生活正在被新文化的影响悄悄改变着。原本村里的支柱产业养蚕业,逐渐被机器化的工业生产所淘汰,导致了农民生活困难,出现了大量的闲置劳动力。看到这里,让人感觉到世界潮流的变迁真的是不可逆转。当时的人们为了照顾农村闲置的劳动力,想尽办法发展有别于城市工厂规模的农村工业,想让传统的农民生活继续保持,但结果明显是失败的。从我们今天的角度看回去,中国人的生活已经发生了翻天覆地的变化,其间已经有无数人因为生产力的发展而被时代所淘汰。开弦弓村的农民是这样,其他地方的中国农民也在经历着这样的变迁。

全书采用中立的语气来对农民生活的方方面面进行讨论,这种不偏不倚的态度使得这本书在各个时代、各个国家都有参考价值。读完整本书,就像是刚刚欣赏了一部精彩的电影,演职员表虽已铺满屏幕,但内心仍在不断回味,让人深切感受到费孝通先生的导师马林诺夫斯基在此书的序中所言,“费博士是中国的一个年轻爱国者,他不仅充分感觉到中国目前的悲剧,而且还注意到更大的问题:他的伟大祖国,进退维谷,是西方化还是灭亡?”并且

成功预言了此书“将被认为是人类学实地调查和理论工作发展中的一个里程碑”。

费孝通先生因与妻子同去瑶山调研时误入猎户陷阱而伤到了腿脚,其妻也意外身亡,他身心俱疲之下来到姐姐所在的开弦弓村养伤,同时展开了这次调研。身处一个风雨飘摇的国家,这个国家给予他的民族自豪感和对公民的庇佑已并不多,但他在东西方、新与旧的文化碰撞中找到了自己的使命与憧憬,那就是“不管过去的错误和当前的不幸,人民通过坚持不懈的努力,中国将再一次以一个伟大的国家屹立在世界上”。正是这样深沉的爱国忧民情怀让他在志同道合的妻子去世的悲痛下也能抖擞精神去对开弦弓村的“消费、生产、分配和交易等体系”进行全方面的数据收集,观察剖析。

费孝通先生代表了一大部分在彼时苦难中孕育出的知识分子,无论在人生何种悲怆的境遇下,也不会去做一个只会逃避的懦夫,他们的选择与努力只有一个,就是用自己的知识与研究找出一条不同的救国振兴之路,尽到学者的本分,这恰恰是对当今浮躁的人们普遍迷失的讽刺:先辈的铮铮铁骨和不屈斗争铸就了如今的美好生活,而一部分人却断掉了血性的传承。怀着这样的反思,再去回顾这本《江村经济》,更有通透之感。

最后,引用吴晓波写费孝通先生的一篇文章的结尾:“当青年费孝通拄着拐杖,好奇地走进开弦弓村的那一天起,他就是一个小心翼翼的改良主义者,在他看来,‘社会是多么灵巧的一个组织,哪里经得起硬手硬脚的尝试?如果一般人民的知识不足以维持一种新制度时,这种制度迟早会蜕形的’。”



泉州 光明之城的海洋传奇

○ 苹 果

低调的滨海古城，却曾以“刺桐港”之名享誉世界，它的标签——“宋元东方第一大港”“世界宗教博物馆”……均与传统中国气质不符。中国传统重农耕，而它经商；中国传统倚靠土地，而它对话海洋；中国传统独尊儒家，而它包容开放。泉州谱写了宋元时期的海洋传奇，堪当世界遗产。

当我们将视线投向 1271 年的世界——这一年，忽必烈改国号为“大元”，南宋政权气数已尽，欧洲人刚刚从蒙古铁蹄下缓过来，17 岁的马可·波罗第一次跟随家长从威尼斯启程出海。这时距离明朝的郑和七下西洋还有一个多世纪，距离哥伦布发现美洲大陆还差 221 年……而在中国大陆的东南角，来自意大利的商人雅各·德安科纳，被眼前这座人员辐辏、梯航万国的港口城市所震撼，这就是：泉州。

世界橱窗：泉州吸引世界的第一动力

泉州是一座天生的东方大港。她的海岸线曲折而绵长，四面群山打造出天然避风港，岸上航标塔林立、桥梁纵横成网，江面被数万艘货船填满，即便在夜里也灯火通明、繁华如昼。远在 750 年前，一张高度发达的贸易网络就已“浮出海面”。

这里早早就迈入了“全球化”时代。最巅峰时，有 98 个国家和地区是泉州的贸易伙伴，城

内有说着“超过 100 种语言”的各色人种，无论外来的香料药材，还是本地的瓷器茶叶都有细分市场，甚至有药剂师一条街和占卜一条街这样的神奇地带。

泉州，好比是宋元时代的“义乌”，在数百年前就开启了“买全球、卖全球”之路。这座曾因城周绕植一种叫“刺桐”的植物而被称为“刺桐”的港口城市，背靠山地产业，以桥—塔—码头的先

进“物流”面向广阔海洋,是当时全球认识中国的窗口,满足了世界对富饶神秘东方的一切想象。

泉州影响世界的第一步,就是成为世界的橱窗。

今天的泉州,以安踏、匹克、七匹狼等国人耳熟能详的品牌闻名,多年成为领跑福建经济的头羊。而早在宋元时期,泉州港就已经是“世界工厂”了。

1987年,震惊中外考古界的“南海一号”宋代沉船在广东阳江海域被发现,经专家鉴定,这艘船上80%的“青白瓷”正是来自泉州,更有当时的大量战略资源——铁器,“南海一号”很有可能便是自泉州出发,奔赴大海。

当时的泉州都有哪些拳头产品走向世界?

海上丝绸之路,少不了闻名海外的“刺桐缎”;初兴的德化瓷,后来成为闻名世界的“中国白”;安溪铁观音当时尚未出现,然而安溪的铁器却是供不应求。

瓷器,正是泉州乃至整个闽南出发的商船的招牌货物,泉州作为宋元中国的窗口,一艘

艘航船上满载的,远不止本地德化窑、磁灶窑两大窑系出产的瓷器,更是有远至浙江处州(龙泉)的处州瓷、江西浮梁(景德)的瓷壶瓶,汇集了众多中国瓷器的排面。兴起于宋代的德化白瓷,是泉州风物的精华。巅峰时期的德化白瓷,能用高岭土烧制出玉器的质感,然后卖出黄金的价格。

所谓水土宜瓷,德化人在沿溪两岸依山建窑,所造之物下至茶具供器,上至瓷雕神像,与规格严谨的官窑不同,爱拼能创新的德化人早早就提供“来样定做”、标准化产出的业务——在中国人还未喝到咖啡、啤酒的年代,德化人就开始烧制咖啡具、啤酒杯了。

除了瓷器,还有更多泉州风物曾风靡四方,当年驰名世界的泉州绸缎早已隐没,但我们依然可以从开元寺的桑莲古树上,一窥曾经泉州遍地桑植的风貌。另一种物产——泉州安溪铁观音则后来居上,更为闻名,巅峰时期,它几乎在海外成为乌龙茶的代名词。也有外来风物落地生根,比如由阿拉伯人引入的制香工艺,在数百年间,令泉州永春达埔成为“中国香都”。

先进的“水陆物流系统”

泉州风物多藏在山川腹地,那么,一件宋元时期藏在深山的德化瓷器是怎样到达欧洲的?

它们从德化九仙山下的窑场运出,先沿山路到达永春,再由东溪—晋江—一线水陆转运,经过多座“跨海大桥”,最后在码头登上海船,受六胜塔与万寿塔两座航标石塔引导出海,踏上海上丝绸之路。

在这个过程中,桥、塔、码头跑出一场精巧的接力赛,让商人与货物,在泉州港的中枢位置——晋江与洛阳江之间的江口平原上相会,这就是泉州人当时领先世界的“水陆物流系统”。这其中,桥梁是泉州人运转货物的“关节”,它们不是普通的石桥,而是建在江河入海口和海湾的“跨海大桥”。

据统计,泉州有175座石桥自宋元时期开始修建,泉州港贸易有多兴盛,泉州人造桥就有多火热,它们共同构建起一整套泉州财富的“毛细血管”。由大书法家蔡襄主持修建的洛阳桥,是中国现存最早的跨海梁式石桥,它横跨洛阳江,不但方便行人往来,更是打开了自泉州往北向贸易的格局,由各处码头上岸的货品在泉州古城内集散,沿清源山麓直过洛阳江,向北直达福州,远至江浙等地。另一座连接泉州与其南侧的漳州、广州等地区的安平桥,是中国现在最长的跨海梁式石桥,长约2255米,它的作用更加直接,这座当时的“天下第一长桥”直接打通了海湾,能让远道而来的船舶不用再深入海湾水道,可以直接停靠港口,同时,它也让泉州港南

侧连为一体,大幅提高了运输效率。就这样,以洛阳桥为起点,泉州人展开了300年浩荡的造桥史,一座座跨海长桥把陆地的根基连入大海,从世界各地而来的商贾财货,也通过它们深入泉州,乃至广阔的中国南部地区。

对于远道而来的客商,迎接他们的则是另一套引导系统:泉州湾出海口处,六胜塔引领商船由泉州湾主航道驶向内河港口;在泉州湾出海口的制高点,今天的石狮市宝盖山,人们建起万寿塔,寄寓“锁水口、保平安”的愿望,可直接引领商船通过台湾海峡主航道,进出泉州港。如今,六胜塔下的石湖港已成泉州最主要的现代

集装箱港,万寿塔作为泉州人的精神路标,指引着一代代游子的海上归途。

五代时期,中原战乱迭起,身为“兵家不爭之地”的泉州港逐渐兴盛,这之后,人们通过架桥一步步将泉州港的活力扩张到西北面的广阔山区,又以高低古塔矗立山海之间,牵动四海航迹。

1292年,当马可·波罗从泉州刺桐港出发,踏上17年中国之行的归途时,泉州已成为东方第一大港。这里是扼守东亚海洋的交通要道,一年两次的季风也适宜来往商队航行。在诸多商人的记载里,都对泉州赞叹不已:城外,晋江和洛阳江的入海口宽阔浩荡,海岸绵长,良港众多,江海被数万艘船只填满。有的满载着东方丝绸和瓷器通向异域,有的则来自阿拉伯、印度、锡兰、爪哇、法兰克等异域。城内,集市的兴盛让人联想起盛唐长安城的坊市,香料和珠宝在此荟萃:胡椒、檀香、樟脑、芦荟木、玉石珠宝……哪怕到了夜晚,街道上依旧灯火通明,油灯和火把将整座城市映照得绚烂如昼,是为:光明之城。

千百年来,世界的浪潮,不断拍打着泉州的海岸。泉州,沟通陆地与海洋,连接中国与世界,宋元时期的世界商贸枢纽,未来的太平洋潜力之城。无论从地理上的横轴,还是时间上的纵轴,它都在全球化进程中留下了不可磨灭的耀眼印记。

宋元泉州港位置示意图



文明交汇的“十字路口”

泉州虽然为中原的边陲,却站在海洋舞台的中央,在历史长河之中成为中国海洋精神的缩影,大放光明。

置身泉州,码头、海风、船只……这些元素俯拾皆是,无声地提示着此处是一个向海而生的“文明地标”。泉州在10至14世纪的世界海洋贸易网络中,是高度繁荣的商贸中心之一。作为宋元中国与世界的对话窗口,它展现着中国完备的海洋贸易制度体系、发达的经济水平以

及多元包容的文化态度。

当盛唐熙攘繁盛、万国来朝之时,它与广州并列海上丝路的起点;当大宋商业崛起、经济繁荣之际,它是中国的世界海洋商贸中心。元代的马可·波罗将其称为“世界第一大港”,明朝的郑和七下西洋,大致就是沿着泉州商人的道路而行,清末林则徐和魏源开眼看世界,也要参考宋元泉州人的探险记略。

泉州的历史,就是一部从山地向海洋的“逆

袭史”——泉州在历史上曾经有两大地理劣势，足以让其变得贫困积弱，可泉州人却顺利将其扭转为机遇，打造了属于中国的“海上传奇”。

从整个中国来看，相比于广州、宁波等沿海大港，福州、杭州等省域行政中心，泉州有着第一大劣势：山高路远。然而正是这种“天高皇帝远”的地理劣势，使得泉州更容易融入海上自由贸易体系之中。

对闽南地区而言，泉州平原的耕地面积比漳州平原更小，却是福建人口第一大市，而且“山高谷瘠、欲辟无地”，这是她的第二大劣势：地少人多。因此漳州人田园牧歌之时，泉州人已然开始闯荡大海。泉州，是闽南“爱拼才会赢”的典范。

泉州人这种向海而生的拼搏精神，从宋元延续至如今，一直生生不息、经久不衰。世界有多大，泉州人就能走多远。哪里有泉州人，《爱拼才会赢》就会唱到哪里，“三分天注定、七分靠打拼”，这就是泉州人奋斗的底音。

明代以来，泉州人开始大量向海外移民。美国经济史学家彭慕兰在《贸易打造的世界》中强调，福建作为造船、渔业、贸易中心已有千余年，一直是东南亚主要的航运业者和贸易商；在欧洲人到来前，福建人（尤其是闽南族群）在东南亚势力庞大，早已形成大量聚落：近代以来，更存在着一个隐秘的“闽商帝国”。若你关注各地富豪榜，就会发现东南亚各国首富，时常由闽南人交替把持。数不清的陈嘉庚、胡文虎们，在世界各地建立产业，冒出一个个“橡胶大王”“烟草大王”“海运大王”，不仅以拼搏精神影响世界，更助力中国的革命事业。当光芒褪去黑暗、重耀故土，他们又纷纷深藏功名，任由后人评说，终



成海上传奇。

延绵不绝五千多年，中华文明由点滴之水汇成涓涓细流，最终成为滋养广袤大地、孕育无数华夏儿女的大江大河。历史洪流之中，无论是立足山川还是面向大海，我们的祖先从不封闭、从不孤立。他们以非凡的勇气跨越万水千山、迁徙繁衍，事实上的文明交流几乎一天也没有停止过——陆上丝绸之路、海上丝绸之路、陶瓷之路、香料之路如此，名不见经传的条条通路更是如此。

只有充满自信的文明才会包容，只有充满自信的民族才有力量。这是古老泉州的启示，亦是迈向未来的召唤。

世界文化遗产——泉州，当之无愧。



晏殊： 古代文人的理想模样

如果说一个人的成功是和自己的努力和天赋有关系的话，那么中国自古都有很多既有天赋又很努力的人，但是人生的结果不尽人意者甚多。一生坎坷的杜甫、白衣卿相的柳永和一直被贬的苏东坡，“冯唐易老、李广难封”，似乎成了大多数人的宿命。然而北宋的晏殊却活成了所有文人理想的样子，“富贵闲人”“太平宰相”是晏殊留给后人最深的印象。晏殊除了天赋和努力之外，最重要的是有一个懂他识他的君主以及生活在一个所有文人都向往的时代——北宋的“太平盛世”。

晏殊(991—1055)，字同叔，抚州临川(今江西抚州)人，北宋名相，著名诗人、散文家，婉约派著名词人，与其第七子晏几道被分别称为“大晏”和“小晏”。晏殊在文学上有多方面的成就和贡献，他文章典丽，书法皆工，有“宰相词人”之称。

在宋词的星空中，晏殊无疑是闪耀得最早的那颗星，他开创了北宋婉约词风，被称为“北宋倚声家之初祖”，著有《珠玉词》三卷。然而，后人不太熟知的是，晏殊不仅是一个著名词人，更是一个产量高到惊人的诗人。在“词之有北宋，犹诗之有盛唐”的时代，晏殊开创了词界新天地的同时，作词益勤，到了晚年，其诗竟逾万首之多。然而，晏殊这些诗却随着岁月的流逝和书籍的佚亡，未能全部流传下来，《全宋诗》中仅收录晏殊诗 160 首。

晏殊出生的抚州临川素有“才子之乡”的美称，他从小聪明好学，五岁时便可以写诗作文，是远近闻名的神童。14岁时，晏殊经推荐前往首都开封参加殿试。

《梦溪笔谈》记载：“晏元献公为童子时，张文节荐之于朝廷，召至阙下。适值御试进士。便令公就试。公一见试题，曰：‘臣十日前已作此赋，有赋草尚在，乞别命题。’上极爱其不隐。及为馆职，时天下无事，许臣幕择胜燕饮。当时侍从文馆士大夫各为燕集，以至市楼酒肆，往往皆供帐为游息之地。公是时贫甚，不能出，独家居，与昆弟讲习。一日，选东宫官，忽自中批除晏殊，执政莫喻所因。次日进复，上谕之曰：‘近闻馆阁臣察，无不嬉游燕赏，弥日继夕，唯殊杜门与兄弟读书，如此谨厚，正可为东宫官。’公既受命，得对，上面谕除授之意。公语言质野，则曰：‘臣非不乐燕游

者，直以贫无可为之具。臣若有钱亦须往，但无钱不能出耳。’上益嘉其诚实、知事君体，眷注日深。仁宗朝，卒至大用。”

晏殊进入考场后沉着冷静、不慌不忙，很快就完成了答卷，因此受到宋真宗的嘉赏，赐他同进士出身。过了两天，在进行诗、赋、论的考试时，晏殊惊讶地发现，考试的题目竟然和他之前做过的“模拟卷”一模一样。晏殊没有不动声色地继续答卷，而是请求更换试题重新作答。宋真宗很惊讶，询问晏殊为何坚持要换试题。晏殊回答：“我曾经做过这些题，请用别的题来测试。”宋真宗因此对晏殊大为赞赏，赐进士出身，授其秘书省正字，并留秘阁继续读书深造。

不久，太子东宫缺一位侍读的官员，宋真宗便让晏殊担任这一重要职位，并解释道：“近来听说诸位大臣都在玩乐宴赏，只有晏殊在家和兄弟一起读书学习。如此谨慎好学，难道不应该成为太子学习的楷模吗？”然而晏殊在感谢宋真宗授予官职的同时，有些不好意思地解释说：“我不是因为不喜欢出去玩，实在是因为家里经济条件不太好。我要是有钱的话，肯定也和大家一样出去玩了。”

宋真宗听了晏殊的解释，哈哈大笑，不仅没有责怪他，反而更加欣赏他的诚实了，此后对晏殊更是屡加提拔。

晏殊为官清正，做事周密，始终心系国家与

民众，深得皇上的赏识与同朝大臣们的敬重，他经历了宋真宗、宋仁宗两朝，官至宰相。晏殊尤其注重对人才的选拔和任用，范仲淹、韩琦、富弼、欧阳修、王安石等这些北宋政坛的中流砥柱都曾经他栽培、引荐，得到重用。他曾大力扶持应天府书院，并力邀范仲淹到书院讲学，培养了大批人才。该书院与白鹿洞、石鼓、岳麓合称宋初四大书院。晏殊的这一举动为后来的“庆历兴学”打下了基础，《宋史》赞曰：“自五代以来，天下学校废，兴学自殊始。”

至和二年（1055年），晏殊病卒于京城，宋仁宗亲往祭奠，谥“元献”，并亲篆其碑曰“旧学之碑”。

年轻时的晏殊无力承担宴饮玩乐的花销，等到稍有家资，他于政事之余极喜交游唱和，举办诗酒之会，以至于“未尝一日不宴饮”。他经常与宾客们一同赋诗作词，并以自己典雅雍容、温润秀洁的词风领导了一个以宰辅重臣为领袖、以中上层文人官僚为骨干的台阁词人群体——后人称之为“江西词派”。因此，晏殊的词里多为和平的情感，其清简的词风正如他平稳的一生，太平宰相：修身、齐家、治国、平天下。

中国传统文人的理想模样，在晏殊身上得到完美的演绎。感谢晏殊生活在这样一个太平盛世，将自己的才情发挥到极致，才有这么多让我们读起来如痴如醉的诗词。

晏殊诗词中的富贵气象

晏殊作词主张“富贵气象”，即宋代上层士大夫阶层普遍趋尚的审美情趣和艺术风貌，表现为作品情趣的婉雅蕴藉、风格的温润自然，是对生活中诗意的精准把握和感悟，“乃是生命内在精神气质的丰富性”。

富贵气象基于创作者的富贵生活，但是又必须超脱富贵生活，追求高雅的精神享受。晏殊作为

北宋上层士大夫的代表和政治、文学领袖，自然具备优裕的创作环境，再加上其本人深厚的学养和沉稳的性格，表现升平的富贵气象自然能够从容自然、浑然天成，真实地表现了上层士大夫阶层的生活状态和情趣，真挚而毫不做作矫饰地反映了属于这种身份地位的人们特定的生活情趣、特定的欢乐和悲哀。

浣溪沙·小阁重帘有燕过

小阁重帘有燕过。晚花红片落庭莎。曲栏干影入凉波。

一霎好风生翠幕，几回疏雨滴圆荷。酒醒人散得愁多。

浣溪沙·一曲新词酒一杯

一曲新词酒一杯，去年天气旧亭台。夕阳西下几时回？

无可奈何花落去，似曾相识燕归来。小园香径独徘徊。

这是晏殊最为著名的富贵词之一，也是晏殊“富贵宰相”生活的侧面反映。晏殊在他的作品中，常常以一个宰相的视角，描写贵族士大夫们的闲适生活。对于这种生活，晏殊不言其金玉锦绣，而唯说其景致、情韵，营造出一种雍容、富丽的意境，所谓“富贵气象”此词可见一斑。

“小阁重帘有燕过”点出环境与时令。此句看似平淡，实乃传神一笔，有破空而来之势。阁中人目随燕影，看到“晚花红片落庭莎”。原来时已暮春，庭院满地落红，“曲栏干影入凉波”，庭院中池边的曲曲栏干，倒影于池塘碧波之中。“重帘”“过燕”“晚花”“庭莎”“曲栏”“凉波”诸意象所组成的画面，其色泽或明或暗，或浓或淡，或动或静，使整个庭院呈现出一片凄清冷落。虽然主人公尚未露面，但他的处境、心态已跃然纸上了。下阕两句由帘外转入帘内，从听觉着墨，写阁中人的感受。虽说是“好风”“疏雨”，小阁里的人却听得分明，感得真切，可见环境是何等的静，人是多么的孤独。末句以情语作结，总束全词，兴起感情波澜，极有跌宕之致。

有人说晏词的清丽雅秀有“花间”词的遗风，但从晏殊几首著名的《浣溪沙》来看，实在有“青出于蓝而胜于蓝”的成就。

人生的经历无论是坎坷还是平顺，都是一笔宝贵的财富，困难固然能激发人的斗志，然而悠然也是别有一番风雅。一首《浣溪沙》雨中听荷，正体现出晏殊的这种从容和风雅。

这是晏殊词中最为脍炙人口的篇章。开篇写作者怀着轻松喜悦的心情对酒听歌的现境，触发了对“去年”所经历类似境界的追忆：也是和“今年”一样的暮春天气，面对的也是和眼前一样的楼台亭阁，一样的清歌美酒。然而，似乎一切依旧的表象下又分明感觉到有的东西已经起了难以逆转的变化，包蕴了一种景物依旧而人事全非的怀旧之感。由此触发的，是对美好景物情事的流连，对时光流逝的怅惘，以及对美好事物重现的微茫的希望。作者的所感已不限于眼前的情事，而是扩展到整个人生，包含着某种哲理性的沉思。夕阳西下，是无法阻止的，只能寄希望于它的东升再现，而时光的流逝、人事的变更，却再也无法重复。“几时回”三字，所折射出的似乎是一种企盼其返却又情知难返的纤细心态。

“无可奈何花落去，似曾相识燕归来。”一句工巧而浑然天成、流利而含蓄，声韵和谐，寓意深婉。花的凋落，时光的流逝，都是不可抗拒的自然规律，虽然惋惜流连也无济于事，所以说“无可奈何”。然而这暮春天气中，所感受到的并不只是无可奈何的凋衰消逝，还有令人欣慰的重现——那翩翩归来的燕子不就像是去年曾



在此处安巢的旧时相识吗?由此内涵便变得广泛,意境深刻,惋惜与欣慰的交织中,蕴含着某种生活哲理:一切美好的事物都无法阻止其消逝,但消逝的同时仍然有美好的事物再现,生活不会因消逝而变得一片虚无。只不过这种重现毕竟不等于美好的事物原封不动地重现,它只是“似曾相识”罢了。

晏殊的词很少写缠绵悱恻的儿女情长,他的词风含蓄婉丽,在词作中加入了一定的人生哲理,扩大了花间词的写作范围,也提升了格局。晏殊虽然是衣食无忧的达官贵族,但文学的敏锐和真挚使得他的词中更多的是人世间恒常的变数,不是小我的悲悯,而是人生和自然的凋落与更迭。

浣溪沙·一向年光有限身

一向年光有限身。等闲离别易销魂。酒筵歌席莫辞频。

满目山河空念远,落花风雨更伤春。不如怜取眼前人。

这首《浣溪沙》同样是晏殊的代表作之一,词人哀怨人生的时光有限,离别之情最是伤人,良友相对,推杯换盏,及时行乐方能排解心中抑郁。登临之际,放眼辽阔江山,落花时节,风雨更添春愁,令人感伤春光易逝,不如立足当下,珍惜眼前。晏殊在《踏莎行》中也曾写过类似的主题:“春光一去如流电。当歌对酒莫沉吟,人生有限情无限。”

能够好好珍惜眼前的一切,才能更好地抓住自己的幸福人生。晏殊虽少年成名,但一切还是要从基础做起,他从低位一直做到宰相,这里固然有机缘巧合,但是这也与他的努力和良好的心态分不开的。如同“似曾相识燕归来”,在他一贯的雍容风度之外,我们还是能品味出一丝哀愁。这些“哀而不怨,悲而不伤”的体验,正是晏殊对待生活的一贯态度,要欣赏眼前美景,“怜取眼前人”所带来的欢娱,不一味地让痛苦的怀思折磨自己。

本词是《珠玉词》的代表作。词中所写的并非一时,所感的也非一事,而是反映了词人人生观的一个侧面:悲年光之有限,感世事之无常;慨叹空间和时间的距离难以逾越,慨叹对消逝的美好事物的追寻总是徒劳,在山河风雨中寄予着对人生的哲理的探索。词人幡然感悟,认识到要立足现实,牢牢抓住眼前的一切。本来词意是颇为颓靡的,但词人却把这种感情表现得旷达、爽朗,可见其胸襟与气度。

致敬时代的记录者

他成长在国难中,26岁成为中国知名记者。日本的侵略和人民的苦难使他对记者这个职业有了深刻的认识,他以社会的问题作为问题,将新闻看作“广大群众欲知、应知而未知的重要的事实”,把自己的工作当成“为群众服务”。“长江一支笔,胜过百万兵。”范长江无疑是我国新闻事业的标志性人物,在中国现代新闻史上具有重要地位。

范长江是第一位追踪报道红军长征的记者,也是第一位在报道中公开称“红军”的记者。他的代表作《中国的西北角》《塞上行》等脍炙人口、彪炳史册,至今仍被视为经典。

为纪念范长江,以他的名字命名的“范长江新闻奖”(2005年与“韬奋新闻奖”合并为“长江韬奋奖”),成为我国新闻界的最高奖项。每年11月8日,即范长江创建“中国青年记者学会”的日子(1937年11月8日),被国务院确定为“中国记者节”。

进入新时代,习近平总书记强调,要不断增强脚力、眼力、脑力、笔力,努力打造一支政治过硬、本领高强、求实创新、能打胜仗的宣传思想工作队伍。回顾新闻巨人范长江的新闻实践,对于今天的我们具有重要启示和借鉴意义。



范长江：中国新闻先驱，笔录长征历史第一人

虽然我们今天所处的时代与范长江当年有了很大不同，但他不畏艰险、深入实际的工作作风，虚心好学、勤奋写作的进取精神，在今天同样迸发着光芒，显示着强大的感召力。

脚力：孤身千里走单骑

“问渠那得清如许？为有源头活水来。”脚力是优秀新闻作品的源头活水，范长江是践行“脚力”的典范。

从1935年7月开始，范长江以《大公报》特约通讯员的身份，深入中国西北地区考察采访，较早公开报道了红军两万五千里长征，如一道道惊雷唤醒国人投身于伟大的民族解放事业，成为“中国近现代史中几页活的历史”。他乘羊皮筏子，过雪山冰滩，时常在马不能行、尽是悬崖峭壁的路上艰难前行。他坚持与工友店员、商人小贩广泛往来、促膝交谈，不断汲取新闻素材的源泉与前进的动力。正因为范长江这种“用脚板跑新闻”的优良作风，其新闻作品才鲜活生动、见人见物，有震撼人心的力量。

眼力：入木三分辨是非

眼力，可以理解为观察、辨别、判断的能力，需要观察者从表象中洞察本质，从争议中明辨是非，从变化中把握规律。

范长江写下大量的通讯，真实地记录了当时中国西北人民生活的困苦。更为重要的是，他第一次以写实的笔法公开、客观地报道了红军长征的踪迹，字里行间倾注了他对红军的敬意。通过采访，范长江看到了各界人士的抗日激情高涨以及红军坚持抗日战斗的精神，看到了中国的希望。

脑力：坚持真理勇战斗

脑力就是思考力、探究力，是以动态、发展的趋势性、规律性认识来思考分析问题的能力。只有增强脑力，遇到问题才能避免失之浮浅、失

于片面。

范长江的笔不仅记录某一现象或某一事件，还延伸到对国家危亡的担忧和黎民百姓命运的悲悯，他试图探求救国救民的良方。范长江真实报道了红军长征壮举，及时披露西安事变的真相，热情反映陕北红区景象，勇敢宣传中国共产党抗日民族统一战线政策，用事实驳斥了反动势力对中国共产党和工农红军的种种攻击和诬蔑。

笔力：力举千钧纸一张

笔力，就是用手中的笔驾驭文字、提炼观点、表达思想的功力。笔力是新闻工作者的基本功，不仅表现为下笔成文、妙笔生花，还体现其知识水平和文化功底。

范长江博古通今、博闻强识，人文地理烂熟于心，历史典故信手拈来。他的一篇不长的新闻作品往往涉及政治、经济、文化等各方面，还有对交通、水利、农事等知识的介绍，常常是夹叙夹议、情景交融，史论、政论运用自如，展现了他扎实的笔力。范长江在一首悼念鲁迅的诗中写下“手无寸铁兵百万，力举千钧纸一张”，其实这也是他的孜孜追求和真实写照。



他们说

见证历史,是记者的使命,也是记者的光荣。将人生最好的年华献给新闻事业,不乏艰辛,更不乏幸福。重走郑和下西洋航线,赴中国南极长城科考站采访,从长江入海口出发直至青藏高原的源头考察……跨越千山万水,祖国在我心中,人民给予我力量。作为一名新闻战线的老兵,在记者节,我最想提醒自己的是,传承范长江先生的精神,永远珍惜手中的这支笔,无愧时代、无愧人民、无愧未来的检阅。

——第三届范长江新闻奖获奖者 范春歌

做党的政策主张的传播者、时代风云的记录者、社会进步的推动者、公平正义的守望者,需要我们遵循实践规律以锤炼脚力,需要我们遵循认知规律以锤炼眼力,需要我们遵循思辨规律以锤炼脑力,需要我们遵循传播规律以锤炼笔力。一个合格的、优秀的记者,他的工作姿态应该是这样的:时刻准备出发,时刻迎接挑战,时刻投入战斗!

——第六届范长江新闻奖获奖者 贾永

在采访的路上行走,要带着深厚的积累和思考。一名优秀记者以自己的看、听、问和体验,将事实和感知化为镜头、声音和文稿,让公众获得实景的同时,也能体味出记者内在的愿景,那将是新闻孜孜以求的境界。只有始终将责任和道义装在胸中、扛在肩上,你采访的步履才会变得格外扎实,你写出的新闻才能散发真与善的光芒。

——第十一届长江韬奋奖韬奋系列获奖者 包临轩

好新闻是走出来的,在路上心里才有时代,在基层心里才有群众,在现场心里才有感动。记者的眼光决定其高度,只有不断增强眼力,才能从个别中发现一般,从典型中揭示普遍。拥有最强脑力,才能跳出“横看成岭侧成峰”,做到“会当凌绝顶,一览众山小”。精彩之作,必有神来之笔,只有最强笔力,才能推出精品力作,记录伟大时代,讲好中国故事,传播中国声音。

——第七届长江韬奋奖长江系列获奖者 刘枫

真实、客观、公正是新闻永远遵循的准则。记者首先要守得住自己的新闻灵魂。如果新闻灵魂被利益所吞噬,记者就没有了那些弱者对公正的企盼,结果就是社会的公正、道德底线遭到破坏。作为一名记者,要始终秉承范长江精神,其精髓就是要坚定理想信念,把党和人民的事业放在心中最高的位置。

——第十届长江韬奋奖长江系列获奖者 栾俊学

美好的画卷是用汗水描绘的,恢宏的旋律是用热血谱写的,想记录下飞速前进的伟大时代,必须参与其中,成为时代的奋斗者,使自己的情感和热血汇入时代的滚滚洪流。作为新时代的新闻工作者,要牢记党和人民的嘱托,扎根到人民群众之中,锤炼和掌握过硬本领,做到“全天候”,成为“多面手”,动真情、讲实话,永远以人民为中心,心系人民,歌颂人民。

——第十四届长江韬奋奖韬奋系列获奖者 刘业勇

脚下沾有泥土,心中沉淀真情

一粒碱米,让江苏沐阳邱谷村的村民“尝”到了致富新滋味;一部电视剧,让“养在深闺”的湖南张家界牧笛溪村成了网红打卡地;坚信“苦点累点,日子不会差”的云南昆明张顺东夫妇,用拼搏书写下奋发向上的脱贫故事……广大记者满怀激情走进基层,满腔热情贴近群众,倾情书写行进中国,为读者讲述一个个精彩的中国故事。

有新闻前辈感慨:“离泥土越近,越有生命力。”确实,走进基层一线,才能看到日新月异的变化;与群众深入交流,才能了解群众的所思所想所盼;“一头汗,两腿泥”,采访才能抓到“活鱼”,文字才会有“沾泥土”“带露珠”“冒热气”的生动与鲜活。“只有在生活的激流中,才能写出时代的篇章。”对于新闻工作者而言,“在路上心里才会有时代,在基层心里才会有群众,在现场心里才会有感动”,用心用情用力才能写出打动人的好文章。一言以蔽之,基层是新闻的富矿,好记者的荣光永远在前方。

我们常说好新闻是“跑”出来的,这是因为,同群众坐在一条板凳上才能交心,双脚站在田间地头才能找到感觉。“脚下沾有多少泥土,心中就沉淀多少真情。”范长江深入中国西北地区考察采访,真切感知人民困苦,才创作出力透纸背的《中国的西北角》。穆青为了写“边区工人一面旗帜”赵占魁,深

入主人公的生活亲身体验,观察赵占魁20多天,才塑造出这位纯朴高大、令人爱戴的模范人物。今天,放眼新时代的中国,广阔的基层一线处处有清新的气息,火热的创新创造实践中满是鲜活的故事,广袤的乡村大地书写着更加壮美的画卷。只有践行“四力”,扑下身子、沉下心来,深入基层、深入群众,才能创作出更多打动人的好作品。

好记者不仅要“走近”群众,更应“走进”群众。前者指物理距离的拉近,后者则意味着心理距离的亲进。没有书写人民、讴歌人民的满腔热情,就难有反映群众心声的生动笔触。很多新闻人物平凡而普通,但他们身上有面对挫折锲而不舍的坚毅,有面对挑战迎难而上的勇气,有面对艰险百折不挠的顽强,只有带着感情,走进他们的生活,走进他们的心灵,才能发掘出这些平凡人物的不平凡故事。

习近平总书记强调,新闻舆论工作者“要转作风改文风,俯下身、沉下心,察实情、说实话、动真情,努力推出有思想、有温度、有品质的作品”。这是记者肩上的责任,更是新闻人的荣光。发扬“脚板底下出新闻”的好传统,从火热的社会实践中发掘素材,从群众生产生活中发现选题,我们就能更好地用手中的笔为时代放歌、为人民抒写,为党和人民继续前进提供强大精神激励。

(摘自《人民日报》,有删减)

契诃夫： 如此的光明，如此的柔情

○童道明



安东·巴甫洛维奇·契诃夫是 19 世纪末俄国具有世界声誉的伟大的批判现实主义作家、幽默讽刺大师、短篇小说巨匠、剧作家，与法国的莫泊桑和美国的欧·亨利并称为“世界三大短篇小说家”。

诺贝尔文学奖获得者索尔仁尼琴用“如此的光明，如此的柔情”来形容契诃夫。1960 年，全世界都在纪念契诃夫诞生一百周年，俄罗斯作家爱伦堡写了一本名为《重读契诃夫》的书，他从契诃夫的谦虚秉性说起，认为契诃夫简洁的文风和他的谦逊人格不无关系，然后又说起契诃夫的善良，把“文如其人”的理念发挥到了极致。爱伦堡断言：“如果契诃夫没有他那少有的善良，就写不出他的那些作品。”

的确如此，不管我们阅读契诃夫的什么作品，我们都能感受到在这些文字背后有一个可爱的作者的存在，感受到有一颗善良的心在跳动。



契诃夫创作的“契洪特时期”

契诃夫是在 19 世纪 80 年代初开始写作的,那时他还是莫斯科大学医学系的学生,作品以幽默小品居多,都用笔名发表,用得最多的笔名是安·契洪特,因此也有学者把契诃夫创作的第一个时期称为“契洪特时期”。

这个时期也有公认的几篇传世佳作,如《一个官员的死亡》(1883 年)、《胖子和瘦子》(1883 年),尽管篇幅不长,但人物形象刻画得极为鲜明,凸显了青年契诃夫的一项道德诉求——“在人群中应该意识到自己的尊严”。

契诃夫是怀着怎样的人文精神与道德诉求踏上文坛的呢?这可以从他的两封书信中看出端倪。

1879 年 4 月 6 日,契诃夫给弟弟米沙写信说:

弟弟,不是所有的米沙都是一个样子的。你知道应该在什么场合承认自己的渺小?在上帝面前,在智慧面前,在美面前,在大自然面前,但不是在人群面前。在人群中应该意识到自己的尊严。

1889 年 1 月 7 日,契诃夫写信给苏沃林说:

您写写他吧,写写这个青年人是如何把自己身上的奴性一滴一滴地挤出去的。

一个小官员在一位将军面前的恐惧,一个瘦子在一个胖子面前的谄媚,一个警官在一只可能是将军家的小狗面前的出乖露丑……这些都丢掉了“人的尊严”,暴露了“身上的奴性”。契诃夫怀着悲悯之情,摹写了小人物在所谓的大人物面前丧失自己尊严的过程,让人悯笑,也让人思索。

“人与人的隔膜”文学主题的开启者

契诃夫小说创作的新阶段是以哪部作品为标志的,学界大致有两种观点。

一种观点是把《猎人》(1885 年)视为新阶段的开端。这篇小说一反先前的幽默小品笔法,开始有了气韵生动的抒情,其开头是一段情景交融的文字:

一个酷热难耐的中午,空中没有一点云彩……被太阳晒枯了的青草,神情愁苦、绝望……森林默默地挺立着,纹丝不动,好像是用树梢往某处眺望着,或是在期待着什么。

文学前辈格利戈罗维奇读过《猎人》后,于 1886 年 3 月 25 日给契诃夫写信,对他的才华表示激赏,这是俄国文坛前辈对契诃夫的头一次眷顾和“发现”。

另一种观点是把《苦恼》(1886 年)视为契诃夫创作的转折点。《苦恼》一出现,人们发现,先前编写幽默故事的契洪特变成了咀嚼人类苦恼的契诃夫。

《苦恼》的主人公马车夫姚纳的儿子刚死去不久,他要把心中的丧子之痛向人倾诉,但竟然没有一个人愿意倾听他心中的苦恼,于是姚纳不得不把他的全部痛苦诉说给那匹他饲养的小母马听。小说的结尾竟是这样一句:

小母马嚼着草,倾听着,朝自己主人的手上喷着热气……姚纳讲得出了神,把所有要说的话,统统讲给了它听。

“人与人的隔膜”后来成为 20 世纪文学一个重要主题,契诃夫是这一文学主题的开启者。



通过文学作品发出生态危机的警告

契诃夫生于1860年,俄国现代化的初级阶段开始了。

俄国的现代化是从修铁路开始的。契诃夫的小说《灯火》(1888年)的主人公阿纳尼耶夫就是个修铁路的工程师,而第一人称的“我”正“身处于一条刚刚开工修建的铁路上”,那片满地狼藉的工地“被黑暗染成一种最单调的颜色,给这片大地平添了一种奇怪的、野蛮的景象”。

修铁路需要枕木,这就需要砍树。俄国森林在这个现代化过程中遭到了空前的劫难,随之而来的是河流枯竭、鸟兽绝迹,而契诃夫最早通过文学作品发出生态危机的警告。

《牧笛》(1887年)写一个田庄管家和一个会吹牧笛的老牧人在树林里的相遇,他们你一言我一语地诉说自然环境的不断恶化——树木少了,河水小了,鸟兽不见了。小说最后以悲凉的牧笛声终结:

当牧笛的最高音颤抖地在天空中飘过,宛如一个哭泣着的人的悲鸣,他(即田庄管家)感到无比的痛苦,也为大自然的无序感到委屈。

抒写人的精神危机和对自由的向往

伴随着自然界生态危机的,还有人的精神危机。契诃夫发现了一个当时还很少有人讲清楚的道理:在这个世界上,有人因为贫穷而痛苦,但也有人因为拥有财富而痛苦。小说《出诊》(1898年)就写了一个人因为拥有财富而痛苦的故事——医生柯罗廖夫到一个拥有五座厂房的工厂主家出诊,工厂主的千金小姐丽扎得了怪病,任凭吃什么药都不见效。医生在这个工厂里盘桓了几天后终于明白:

她应该尽快摆脱这五座厂房和她可能继承的百万家产,应该摆脱那个每晚都监视着她的魔鬼……

在表现物质与精神的冲突方面,《醋栗》(1898年)也是个代表作。它写了一个因沉溺于物质享受而丧失精神追求的庸人——尼古拉·

伊凡内奇,他把一生的追求定位在能吃到自己庄园生长出来的醋栗,最后他如愿以偿了:

尼古拉·伊凡内奇笑了,他默默地瞧了醋栗一分钟,含着眼泪——由于激动,他一时说不出话来,然后他把一粒醋栗放进口中,高兴地说:“多么好吃!”


1890年,契诃夫进行了一次艰辛的远行——到流放犯人聚居地萨哈林岛逗留考察了三个月零两天。带着从人间地狱归来的印象,他写了《第六病室》(1892年)。这个收治精神病人的“第六病室”,就是一个从精神到肉体奴役着良善的社会精英的“人间地狱”。《第六病室》或许是契诃夫写作调子最为灰暗的小说,他要让这个社会看清自己,并为自己的黑暗害怕。

从地狱般的萨哈林岛归来之后,契诃夫更加感受到自由的可贵。

《套中人》(1898年)是契诃夫最有知名度的小说,那个“即便在阳光灿烂的日子出门,也穿上套鞋,带上两伞”的别里科夫给读者留下了深刻印象。“套子”象征着一切束缚着人的陈规陋习,这个“极力把自己的思想装在套子里”的“套中人”,实际上是最不自由的人。别里科夫后来死了,小说收尾时唱出了自由之歌:

啊嘿,自由,自由!甚至仅仅是对自由的某种暗示,甚至是对自由的微小希望,都能给灵魂插上翅膀,难道不是这样?





把生活与写作结合起来， 写真正的好文章

○叶圣陶

作文不该看作是一件特殊的事情，犹如说话，本不是一件特殊的事情；作文也不该看作是一件呆板的事情，犹如泉流，或长或短，或曲或直，自然各异其致。我们要把生活与作文结合起来，多多练习，作自己要作的题目。

写作重在锻炼语言习惯

锻炼语言习惯要有恒心，随时随地锻炼，正像矫正坐立的姿势一样，要随时随地坐得正、立得正，才可以养成坐得正、立得正的习惯。我们要要求自己，无论何时不说一句不完整的话，说一句话一定要表达出一个意思；无论何时不把一个不了解的词硬用在语言里，也不把一个不适当的词强凑在语言里。

我们还要要求自己，无论何时不乱用一个连词，不多用或者少用一个助词。说一句话，一定要在应当“然而”的地方才“然而”，应当“那么”的地方才“那么”，需要“吗”的地方不缺少“吗”，不需要“了”的地方不无谓地用“了”。这样锻炼好像很浅近、很可笑，却是基

本的、不可少的。我们不妨试说五分钟连续的话，看这一番话里能不能每句都符合自己提出的要求。如果能，锻炼就有成效。到这一步，作文就不觉得费事了，口头该怎样说，笔下就怎样写，把无形的语言写下来成为有形的文章，只要是会写字的人，谁又不会作文呢？

听别人的语言，读别人的文章，对于锻炼语言习惯也有帮助。只是要特地留意，如果只是大概了解别人的意思就作罢，这对于锻炼我们的语言是不会有什麼帮助的。必须特地留意别人怎样用词，怎样表达意思，留意考察别人是怎样把长长的语言顺次地说下去的。这样，我们就能得到有用的资料，别人的长处我们可以汲取，短处可以避免。

文章的好与不好

怎样才能使文章好呢？或者怎样是不好的文章呢？我不想举那些玄虚的字眼，如“超妙”“浑厚”等。我只想提出两点——诚实与精密，一篇文章里如果具有这两点，大概是可以称为好的；不具有，那便是不好的。

何为诚实？

自己抒发的文字与自己的思想、性情、环境等一致，从旁描述的文字观察得周至。

在写作上，诚实是有什么说什么，或者是内心怎样想怎样感，笔下便怎样写。这个解释虽然浅显，但对于写作者有一种深切的要求，就是文字要与写作者的思想、性情、环境等一致。杜甫感慨悲凉的诗是好的，陶渊明闲适自足的诗是好的，因为他们的所作与他们的思想、性情、环境等一致，具有充分的诚实。

我想到有一些青年写的文章，“人生没有意义”“空虚包围着我的全身”，他们在写下这些语句的时候未尝不自以为是直抒胸臆，但试着进一步自问：什么是人生？什么是有意义？什么是空虚？这些不将踌躇疑虑，难以作答么？然而他们已经那么写下来了，这其间诚实的程度很低。

不诚实便违反了发抒的本意，且难以写得好。而从旁描述的文章少不了观察的功夫——观察得周至，把外面的一切收纳，然后写出来，这是另一种意义上的诚实，同样可以写成好的文章。若不先观察，全凭冥想来应付，这是另一种意义上的不诚实。这样写成的文章仅是缺乏亲切之感这一点，阅读者便将其一致评为不好了。

何为精密？

文字里要有由写作者深至地发现出的、亲切地感受到的意思情感，而写出时又能不漏失它们的本真。

同样是通的文章，却有精密和粗疏平常的分别。写一封信给朋友，约他明天一同前往图书馆看书，如果把这意思写了，用词造句又没毛病，不能不说这是一封通的信，但不能说是好的，因为它是平常的。或者作一篇游记，叙述到

某地的经历，如果把所到的各地列举了，所见的风俗、人情也记上了，用词造句又没毛病，不能不说这是一篇通的游记，但是否是好的尚未能断定，因为它或许粗疏。

有些人写春景，总是说“桃红柳绿，水碧山青”；无聊的报馆访员写集会，总是说“有某人某人演说，阐发无遗，听者动容”。单想敷衍完篇，这样写固然是个办法，但想写成好文章是无论如何做不到的。必须走向精密的路，文章才会见得好。譬如柳宗元《小石潭记》写鱼的几句：“潭中鱼可百许头，皆若空游无所依。日光下澈，影布石上，佶然不动。俶尔远逝，往来翕忽，似与游者相乐。”这是他细观潭中的鱼，看了它们动定的情态，然后写下来的。大家称赞这几句是好文字，何以好呢？因为能传潭鱼的神，而之所以能传神，在于精密。

不独全篇整段，便是用一个字也有精密与否的分别。陶渊明《和刘柴桑》诗里“良辰入奇怀”的“入”字就用得圆融而深至。“良辰”不自“良”，“良”于人之襟怀；寻常的襟怀未必能发现“良辰”，得是“奇怀”。中间缀一个“入”字，这些意思就都含蓄在里面了。如用“感”字或者“动”字，除了未把“良辰”成立之故表达外，还有把“良辰”同“奇怀”分隔之嫌。看字面，“良辰”是活泼泼地流溢于“奇怀”了。翻过来，不就是“奇怀”沉浸在“良辰”之中么？“良辰入奇怀”的好，在于用字的精密。文章里凡能这般精密用字的地方，常常是很好的地方。

诚实地抒发自己是一种生活习惯，不仅限于作文。诚实地观察事物，精密地表达情意，也不是临作文时“抱佛脚”可以济世的。我们要求生活充实，虽不为着预备作文，但诚实的、精密的好文章必来源于充实的生活。

文章的通与不通

一篇文章怎样才算通？词使用得适合，篇章组织得调顺，便是通。反过来，词使用得乖谬，篇章组织得错乱，便是不通。

一问：使用的词都合适吗？

要回答这个问题，先得知道不适合的词怎么会出现在我们的文章里。我们想到天，写了“天”字，想到汹涌的海洋，写下“汹涌的海洋”几个字，这其间所写与所想一致，绝不会有不适合的词闯入。但在整篇文章里，情形并不全这么简单。

譬如我们要形容某一晚所见的月光，该说“各处都像涂上了白蜡”，还是说“各处都浸在碧水一般的月光里”？我们要叙述足球比赛，对于球员们奔驰冲突的情形该说“拼死斗争”，还是说“奋勇竞胜”？这当中就有了斟酌的余地。如果我们不斟酌，或是斟酌而决定得不得当，不合适的词便溜进我们的文章里来了。不斟酌是疏忽，疏忽常常是贻误事情的因由，而斟酌过了何以又会决定得不得当呢？这一半源于平时体认事物未能真切，一半源于对使用的词未能知其意蕴。就拿上面的例子来讲，“涂上白蜡”不及“浸在碧水里”能传月光的神态，假若决定用“涂上白蜡”，那就是体认月光的神态尚欠功夫；“拼死斗争”不及“奋勇竞胜”合乎足球比赛的事实，假若决定用“拼死斗争”，那就是对“拼死斗争”的意蕴尚未摸透。

关于体认，只有逐渐训练我们的思致和观察力；关于意蕴，那是眼前能多用一些功夫就可避免的。曾见有人用“聊寞”二字，他以为“无聊”和“寂寞”意义相近，拼合起来大概也是这类意义，不知这是使人不了解的。如果他查过字典辞书，明白了“无聊”和“寂寞”的意蕴，就不致于写下这新铸而不通的“聊寞”来。所以勤于

翻查字典辞书，可以使我们觉察哪些词在我们的文章里是适合的，而哪些是不适合的。他人的文章也足供我们比照，在同样情形之下，他人为什么使用这个词不使用那个词呢？这样问，自会找出所以然，同时也就可以判定我们自己所使用的词适合与否了。

二问：语句和篇章都调顺了吗？

在语言文字中间表示关系、神情等，是介词、连词、助词等的重要作用，这些词使用得不称其职，会违反所要表达的意思情感，或者什么也不能表达出来，会使一篇文章琐碎涩拗，不得完整。作文最要紧虚字用得通，我们要明白它们的用法，要自己检查使用得当与否，还得留意我们每天每时的说话。

说话是不留痕迹在纸面的文章，发声成语，声尽语即消逝，如不经训练，没养成正确的习惯，随时会发生错误。说话常带错误，会影响到作文。说话常能正确，那就是对于文法所告诉我们的所以然不单是知，还有了遵而行之的习惯。仅靠文法上的知是呆板的，临到作文，逐处按照文法，结果不过不错而已。遵行文法成为说话的习惯，恰当地使用虚字，使一篇文章刚好表达出我们的意思情感，如灵感自来，不假思索。

词适合了，篇章调顺了，那就可以无愧地说我们的文章通了。这里的通与不通，专就文字而言，是假定文章的思想情感没什么毛病。要避免思想情感方面的毛病，就要充实自己的生活。

（摘自《怎样写作》中华书局 2007 版，有删减）



向阳而生

○甘肃省肃南裕固族自治县第一中学高一(3)班 杜蕊蕊

我埋头于泛黄的纸页间,时不时拿起喜爱的笔,带它在纸页的空白处跳起或激情四射或柔情似水的舞蹈。不知这笔是否会像在冬日里于平整完好的雪地上留下足迹的少女般,内心一阵雀跃。而我这个不成熟的舞伴为它可爱的足迹欢喜之余,却在暗自担心其足迹是否规整正确。

有时候,我会如艺人手中的提线木偶一般机械呆板,也会如行尸走肉般精神涣散。然而,因为心中有梦想,我会重新打起精神来,于嘈杂纷扰的世间马不停蹄地寻觅和求索。我坚信,终有一天我会在一处开满粉红色蔷薇花的地方,与渴求已久的梦想不期而遇。

我看到,沙漠中尖锐傲慢的荆棘绽放着明艳娇美的花朵,在热浪中奋力前行的行者终觅得一汪清泉。自那一刻起,我便渴求能够同林野中的夏虫们窃窃私语,即便是在沉沉的暗夜里。它们微微闪烁的尾梢点缀在树丛中,“星河”就这样散落在了人间。我也敢于直视奔腾汹涌的河谷,那水流自万丈高的山巅而来,然后奔涌着、轰鸣着一泻千里,此情此景震慑心神,美不胜收。从此,逆风翻盘,无所畏惧,步伐逐渐铿锵有力,我再也无

需醉心于漫无目的的寻觅。

自梦想的视角看世界,世界吵吵闹闹,甚是可爱。梦想带我领略人间深埋于铅华之下的纯真稚嫩,万物生长着,如向阳花般追逐着暖阳。万物被金色的光晕所包围,惬意地舒展开来,我们都是向阳而生的小孩。

光影斑驳,宛若游龙,神思穿梭在这泛黄的纸页间,轻吟之际哲理涌现。我手中的“舞者”慢慢停了下来,向我屈膝示意。稍事休息后,“舞者”扬起鎏金的裙摆,又一次跳起了C调圆舞曲……

我推开层层窗,让春光缓缓地溜进房间。我不觉抬起手,指缝间繁花盛开,满是无限春光。

点评:文章以诗意的语言游走在自我的内心世界,以梦想的力量化解成长路上的困惑和迷茫。追梦路上有苦恼,却不悲观,只有“逆风翻盘,无所畏惧,步伐逐渐铿锵有力”,才会看到沿途美不胜收的风景,才会有“抬起手,指缝间繁花盛开,满是无限春光”的生命体验。作者向我们传递着向阳而生,为梦想不懈奋斗的正能量。

指导老师 马世国

寻森

◎湖南省隆回县第二中学默深文学社 钱红叶

人生即逆旅，我亦是行人。大多时候，我走那么远的路，就是为了寻找。

浓密的树荫挡住炙热的阳光，斑驳光影落在贫瘠的土地上，仿佛是水泛起的气泡——我自海底被少年满目盛阳打捞起。寻一处森林，那里有光，有精灵，有童话，还有神鹿少年和蒲公英的约定。而我卸下悲伤，游走在森林中。

森林里，精灵指引我一步步向前，仿佛只要我不停地走，这条路就没有尽头。我渴望自由，如鲸向海，似鸟投林，不可避免，也退无可退。从黄昏到黎明，由深海到森林，阳光充足，胜过一切过去的诗。我热切地盼望着、等待着。

我曾不断徘徊，恍惚了昨天，彷徨了明天，最终迷失了自己。如果有来生，我要做一只鸟。那“东方有火红的希望，南方有温暖的巢床，向西逐退残阳，向北唤醒芬芳”，我若想飞，便飞至远方，不回头，不后悔，悠然自在，随心，随性，随缘。

在风雨无晴的五月，我打马而过，穿过千屈菜田，穿过天竺葵花海，穿过时隐时现的青柠林。我曾在三月拾花酿春，看六月流萤染夏，将九月的清风拥入怀。少年就站在青柠树下，我也不再是被深海遗忘的孤儿。

秋意渐起，林间一片红黄，不知还有几多时光。于是时光走着、跑着，逐光者追着、赶着，世间便老去在秋日车轮里。

如果精灵有魔法，让蒲公英带去我的祈愿——我希望有两头狗熊奔跑在青葱的山林，有两只山猴蹦跳在茂密的叶间，有一只松鼠慵懒地靠在树干上啃松果，有一只猫头鹰迷糊地飞着……那样我的旅途至少不会太无聊。

南有乔木，不可休思，天涯路远，人莫知之。无论我游走在森林何处，我身后的草木皆为我作证，那个站在青柠树下等风来的少年我将永生铭记。我将无我，不负韶华。

半天朱霞，粲然如焚。时令将是深秋，山河落木萧萧下。一个人的浮世清欢，一个人的细水长流，我将继续前行，一路寻森。

点评：作者直抒胸臆式的表达使得文章内容层层深入，感情也在诗意的语言里越来越浓烈，越来越具有感染力。谁都有青春，你是怎样度过青春的呢？一百个人会有一百种答案。作者没有展示这形形色色的青春岁月，而是以自己的所见所感所闻为明线，表达了对无限美好过去的回忆，以及对美好未来的向往，让读者自己去思考他所经历或将要经历的人生，牵引着过来人在回忆中评判自己的过往，激励年轻人在沉思中规划自己的未来。空灵中有血有肉，品嚼中余味无穷。

指导老师 刘剑



甘肃省甘谷县第三中学学生佳作展

让自己成为一棵大树

○高三(5)班 张波

万水千山不忘来时路，树高千尺根
深在沃土。将军有剑，不斩蝼蚁；欲成
大树，莫与草比！

——题记

悠悠芳草，亦非弱者，四季轮回，生生不息。每个生命都是循环渐进的，刻意追逐的东西往往很难得到，反而放下，才能更好地前进。

有人登高峰，有人在深沟；有人光万丈，有人一身锈。世人千万种，浮云莫去求；斯人若彩虹，遇上方知有。曾经登过的山，阳光依旧灿烂；曾经看过的海，波涛依旧汹涌；曾经走过的古镇，斜阳余晖中思绪依旧悠长。一路山水终不忘，心向阳！

殊不知，很多人只惊羡成功人士那无比耀眼的光环，却忘记了人生从来都没有一夜成名，掌声和鲜花的背后是百炼成钢和脚踏实地。因此，欲展翅飞翔，还需废寝忘食。成功无捷径，名的背后是实。我们在面对功成名就和耀眼光环的同时，千万不要忘记，是彼时脚踏实地、朴实无华的实干精神才成就了此时的一鸣惊人。

成功没有速成之法，欲速则不达。电影《银河补习班》中有一句经典台词：“只要你一直想，世界上所有的事情你都能做到。”让我们以心为形，执着追梦。古人云：“取其上者得其中，取其中者得其下。”心中有目标，脚下有力量，才会一路芬芳。让心灵先抵达目的地，让它在那儿扎根，总有一天你会在梦想之地看到成株的大树拔地而起，闻尽遍地芬芳。

人各有志，若你有鸿鹄之志，何必怕万里征



程；若你想成为参天大树，何必与草比！我们总要仰望点什么，一轮红日、一弯新月、一片云朵、一座山峰、一棵古树……

锐气藏于胸，和气浮于面。我希望你跟谁都不争，是因为你在实力上有压倒性的优势，所以不屑于争，而不是因为和谁争你都争不赢。

乘一匹快马，赶上春风。独占一树春风，享受天地韶华。

点评：本文词雅文练，尽情抒发，极富功底。“欲成大树，莫与草比”，其中既有青年人敢为天下先的豪气万丈，又有锐气藏于胸的积累沉淀。整篇文章立意高远，思路清晰，读完令人深感未来明朗，梦想之花在心中绽放。

指导老师 孙淑芳



诗意的生活

〇高三(1)班
赵敏

太阳每天东升西落,行人每日匆匆而过,我们都在看似平静的生活里奋力拼搏。那什么是诗意的生活呢?在我看来,并非海明威仰望乞力马扎罗之雪时的浪漫,也不是梭罗独居瓦尔登湖畔时的寂寥,而是在纷繁的现实中留一方净土种理想,然后一刻不停地去奋斗,直至收获人生那片金黄麦田。这种生活的诗意,正是王国维《人间词话》中的人生三境界——

“昨夜西风凋碧树,独上高楼,望尽天涯路。”迷茫时,理想会帮助我们洗去茫茫尘埃,开启追寻之旅。泰戈尔曾说:“我诗中的天堂正是我心中的理想。”正是因为心中有理想,才会奋力去寻找诗意的天堂——这理想无论是暗淡的还是光辉的,也不论是渺小的还是伟大的。若无理想,春天的繁花如何姹紫嫣红,夏日的星辰如何闪烁光芒?而人生之路又如何扬帆起航,引得一片“诗情到碧霄”?

“衣带渐宽终不悔,为伊消得人憔悴。”奋斗无疑是第二层境界。生活的诗意是要用奋斗去实现的——拿起奋斗之斧劈开理想之石,用万丈豪情卷起千层巨浪。当年秦始皇定下天下大一统的理想,便稳扎稳打,北击匈奴,收复河套;南征百越,收为象郡……奋斗的脚步一刻不曾停歇。奋斗让理想熠熠生辉,让人生之路越走越

远,让生命拥有别样的艳阳天。这等人谁人敢说不诗意?

“众里寻他千百度。蓦然回首,那人却在,灯火阑珊处。”收获是第三层境界。用奋斗之泉水精心浇灌田地,当收获的季节到来时,我们会看到无论这田地是大是小,也不说这收成与付出是否等值,只要有结果,都算是一种收获——成功了,收获鲜花和掌声;失败了,也可收获宝贵的经验,为将来蓄力。就像国学大师季羨林曾说:“人活一世就像作一首诗,你的成功与失败都是那片片诗情,点点诗意。”

我们或许没有李白“天生我材必有用,千金散尽还复来”的豪迈,没有苏轼“西北望,射天狼”的雄心,但理想让生活明亮,奋斗让人生真实,收获让生命有了款款诗意。

种下理想,不懈奋斗,用执着打破命运的枷锁,让生活富有诗意,相信终会有“雁引愁心去,山衔好月来”的收获。

点评:作者将“诗意的生活”用王国维的“三境界”之说进行阐释,不仅在结构上层层递进,说理透彻,而且在内容上富有诗意,意蕴深厚。文章语言优美凝练,令人回味。

指导老师 朱丽霞

拳拳赤子心，悠悠中华情

○高二(3)班 王之禾

从以前的饥寒交迫到如今的丰衣足食，从曾经落后的小农社会到如今的现代化强国，从百业待兴的窘境到人才济济的腾飞……这一幕幕巨变，无不印证着中国巨龙的腾飞，中国正在以自己独特的魅力影响并改变着世界。

我们有“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的爱国诗人屈原，有“世上疮痍诗中圣哲，民间疾苦笔底波澜”的诗圣杜甫，有“仰不愧天，俯不愧人，内不愧心”的韩愈，有“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的林则徐，有“我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑”的谭嗣同，有“为中华之崛起而读书”的周恩来，有“恨不抗日死，留做今日羞”的吉鸿昌……古往今来，我们有众多爱国爱民、有骨气的文人墨客和知识分子，他们担负起时代的重托、中华的希望，虽历经磨难，但赤子之心不改，他们是中国脊梁。

《华尔街日报》说：“今天的世界换了一种方式‘收藏’中国，‘收藏’的不再是古老的瓷器与青铜，而是引领全球的先进技术和理念。”中国的新四大发明正在悄悄刷新人们的认知：高铁载着中国奔向世界，共享单车骑出“中国名片”，扫码支付和网上购物让大众嗨出消费新模式……这是欣欣向荣的中国。

开放的中国广交朋友，“一带一路”促进各

国共同发展，实现共同繁荣的合作共赢之路。2017年11月，一班国际列车从芬兰驶向西安，这是中国与北欧之间的首班列车。共建“一带一路”倡议源自中国，更属于世界；根植于历史，更面向未来。“一带一路”上的列车，载着中国的自信与友善驶向远方，织就一张“人类命运共同体”的关系网。这是强大的中国，自信的中国！

《礼记》云：“古之欲明明德于天下者，先治其国。”天下之属，众人也！我们有人工智能的飞速发展，有工匠精神的完美诠释，有绿水青山的环保理念，更有“一带一路”的共同繁荣。穹顶之下，我们倍感中国之美、之博、之强、之荣，此乃大国矣！

威虎啸谷，震慑百林之兽；雄鸡昂首，阔步国际舞台；大鹏遨游，扶摇九万里之高空。吾辈生为中华之儿女，至幸矣！我当以拳拳赤子心，叙悠悠中华情。

大美中国，昌哉！荣哉！壮哉！盛哉！

点评：文章标题整饬，读来朗朗上口。语言凝练流畅，一气呵成，增强了论辩的气势。其论据充分，旁征博引，富有说服力，展现了当代中学生的家国情怀和责任担当意识。

指导老师 李东方

尘封的时光

○高三(7)班 杨 萌

折几缕春光，携相思而行。愿时光荏苒，与你演绎岁月悠长。

——题 记

一

初相识，你戴着一副眼镜，笑容满面地来到我的身边。你说：“从此，我就是你的老师。”你温和的话语声伴着轻柔的风声徐徐地飘进我的耳朵，我不禁想起“陌上人如玉，公子世无双”大抵就是你这样吧！

此后，你悉心教我学习，从数学到语文，再到英语，你总是那么认真，认真到忘记时间。你总是耐心地教给我海量的知识，总会在我遇到困难挫折时鼓励我，给予我继续前行的力量。

醉里不知年华限，来如飞霜散似烟。欢乐的旅程转瞬即逝，转眼间，我成为一名初中生，你不再是我的老师，却仍在生活上给予我指导和帮助。

在你期盼的目光中，我开启了一段新的旅途。

二

一次偶然的的机会，我遇到了你——我人生中的又一位老师。你四十岁左右，相貌平平，却有一双睿智的眼睛，“腹有诗书气自华”是你的写照。你对我说：“你在写作方面很有天赋，语言细腻，文采飞扬。你写的这篇文章就很好，但美中不足的是：你笔下的文字比较华丽，要知道，‘实’才是文章的灵魂。今后，我们一起讨论学习。”

在你有针对性的指导下，我的写作水平有了很大的进步，也收获了不少荣誉。未等我向你表达谢意，时间又催促我奔赴下一个远方。

三

步入高中的我，有一段时间沉浸在失落迷茫的情绪中难以自拔。这时，你出现了。你说：“余生不吹温柔风，不饮烈酒，不等不归人。”我想：“纵有千种百种情丝，似这般姹紫嫣红开遍，最后不过付诸东流罢了。”

你多次在班上朗诵我的文章，鼓励我坚持写作，你说：“写是情感的一种表达，切莫束缚你写作的本心。”对我来说，你亦师亦友，我们互为知己。然而，不等我圆梦远航，你却要先一步离开。我纵有千般不舍，也只能目送你离开。

南城以南思念不归，北城以北深海未眠。时光里，我们都是赶路人，用心灵的素笔轻描流年的芬芳。愿在将来与你邂逅在十里春风里，道一句“好久不见”。

点评：全文用词华丽，语言舒展，行文流畅。作者用优美的文字、真挚的情感，描写了自己成长过程中的三位老师，寥寥几笔，三位关爱学生、方法得当、负责善良的优秀教师形象跃然纸上。结尾段又用诗一般的语言，表达了“我”对老师的感恩与怀念之情。全文详略得当，血肉丰满，感情细腻，是一篇佳作。

指导老师 谢鹏斌



新高考语文复习备考指津

○ 李伟杰

名师介绍

李伟杰，湖北省语文特级教师，湖北省宜昌市教育科学研究院学术委员会主任委员，高中语文教研员。



2019年4月23日，作为全国第三批启动高考综合改革试点的8个省市（湖北、湖南、广东、江苏、福建、河北、辽宁、重庆）发布本省高考综合改革实施方案。大家一直期待与之相配套的高考考试说明出台，而根据国务院办公厅印发的《关于新时代推进普通高中育人方式改革的指导意见》，实施普通高中新课标的省份不再制订考试大纲。不过，虽然不再有考试说明，但2021年1月份八省市同步进行的新高考适应性考试却透露出相关信息，可以说，这是一次标准的样卷呈现。2021年湖北省七市（州）（宜昌、襄阳、荆州、孝感、十堰、恩施、荆门）教科研协作体高三年级3月联考，可以说是继八省市联考之后的又一次为适应新高考的实战练兵。以下根据本次考试的语文试题及相关情况作简要分析，并谈谈素质评价时代和统编教材时代高考语文复习的备考策略。

一、试卷分析

本次考试的语文试卷，总体上以立德树人、文化自信为导向，以提升学生语文核心素养为目标，整体平稳，局部有变。其命题思想无疑为素质评价时代学生进行二轮备考提供了全新的思路。

（一）基本情况

试卷阅读文本体裁多样，题材丰富；内容充满正能量，富有时代气息。试卷整体上来说难度适中，比较有利于考生发挥。全卷的题型设置在参考2020年全国新高考I卷模式的基础上，与2021年1月的八省市新高考模拟测试卷在试卷结构和赋分上基

本相同。情况如下：

1.现代文阅读Ⅰ部分由两则材料构成，共设置五道题，计19分。前面三道为选择题，每题3分：第1题、第2题考查提取、筛选、整合文章信息的能力，第3题考查根据文章信息进行合理推断的能力。后两道为主观题：第4题（4分）考查提取、筛选、整合文章信息的能力，第5题（6分）考查梳理文章行文思路的能力。

2.现代文阅读Ⅱ部分由两则文本构成，文本一的小说是主体，文本二是相关歌词。这部分设置了四道题，共16分。前面两道为选择题，第6题（3分）考查对小说内容的理解和把握，第7题（3分）考查对小说艺术特色的分析鉴赏；后两道为主观题，第8题（4分）考查对小说内容的理解，第9题（6分）考查对小说写作特色的赏析。

3.文言文阅读部分20分，共五道题。前面三道为选择题，每题3分，第10题、第11题、第12题分别考查文言文断句、文化常识以及对文章内容的概括和分析；后面两道为主观题，第13题（两小题，共8分）考查文言文翻译，第14题（3分）考查对文章相关内容的概括。

4.古代诗歌阅读部分共9分，两道题。一道为选择题，第15题（3分）考查对诗歌内容的理解、对诗歌艺术手法的赏析；另一道为主观题，第16题（6分）考查对诗歌抒发的情感概括。

5.名篇名句默写部分共6分，由三道小题构成。

6.语言文字运用部分由两则阅读材料构成，共20分。第一则阅读材料对应第18题、第19题、第20题，每题3分：前两道题为选择题，分别考查上下文衔接和对修辞手法的判断；后一道题为主观题，考查修改语病的能力。第二则阅读材料对应第21题、第22题，都为主观题。第21题（6分）考查上下文的衔接方式，第22题（5分）考查对原文信息的概括能力。

7.作文共60分，为任务驱动型作文，要求考生用书信体完成。

（二）考题特点

1.精准落实基础性、综合性、应用性、创新性的考查要求

本次考试的一大变化是，文言文阅读部分设置了主观题。这与2020年全国新高考Ⅰ卷基本一致。文言文文本阅读的主观题看似有难度，但学生只要能通读全文，理解文段主要意思，实际上解题并不困难。

本次试卷与2020年高考全国Ⅰ卷的不同主要有：①将高考全国Ⅰ卷“论述类文本阅读”和“实用类文本阅读”合二为一，变为“现代文阅读Ⅰ”，分值由21分变为19分；②将高考全国Ⅰ卷“文学类文本阅读”变为“现代文阅读Ⅱ”，由两则文本构成，分值由15分变为16分；③文言文阅读部分增加了一个对文本信息进行概括的主观题（3分），文言翻译题由10分变为8分，文言文阅读整体上由19分变为20分；④语言文字运用部分由原来的一则材料变成两则材料，分为“语言文字运用Ⅰ”和“语言文字运用Ⅱ”。语言文字运用仍考衔接、修辞、语病、补写、概括等内容，考点变化不大，但考查方式有变，变成两道选择题和一道主观题。

2.引导考生在更广阔的视野中探究问题，在更开放的情境中解决问题

现代文阅读Ⅱ中文本一选用韩国小说《老橡树的歌》，学生读起来并不困难。小说里表现的“人性中的善与恶”以及令人流泪的故事后面的情节反转，都需要学生进入文本情境，带着批判性思维去解读，从而对社会问题进行思考。

关于“对文本二歌词的理解”以及“谈谈文本一中引用歌词的作用”这一题，则更需学生结合小说主题、情节结构、人物形象等要素进行分析。学生如果接触过经典影片《幸福的黄手帕》，应当对所选歌词感同身受。

相对来说，2021年八省市联考的文学类

文本阅读《国文教员》作为考题更加典型,题目涉及众多传统文学作品信息,尤其要求学生用“新世说”的方式进行点评是一大创新,对学生也是一大挑战。学生如果对《世说新语》毫无了解,就根本无法动笔。所以,学生要主动加强对课外拓展型阅读、整本书阅读的训练。

3. 注重对学生思维能力的考查

此次试题考查点比较全面,能够考查学生的语文素养和基本能力,尤其注重考查学生的思辨能力。如第1题、第2题、第3题、第8题、第14题都考查学生在读懂全文的基础上,根据题目要求筛选信息、整合信息、推断信息、概括信息的能力。还有,第4题要求学生从事社会学研究的朋友提建议,第5题要求简要梳理行文脉络,第8题要求分析“我”在撤回报道后感到气愤、羞耻的原因,第16题要求在深度理解的基础上分析作者的思想感情,第22题要求在理解文本、筛选整合信息的基础上,以“鲸落”为主语,概括文段的主要信息……从题目可知,命题者特别注重对学生思维能力的考查。

4. 引导学生关注社会生活, 传承传统文化, 担负时代使命

现代文阅读 I 中材料一介绍社会学研究相关知识,尤其是对“社会”进行了详细的阐释。

“社会”不是一个简单的临时形成的共同生活的集体,而是一个在历史过程中形成的有文化的集体。学生研读这一文段,可以提升其思考、分析社会问题的能力,能够引导他们关注当下,放眼未来,传承传统文化,担负时代使命。

新的语文统编教材注重“革命文化”内容,将之列为“学习任务群”里的重要学习内容,此内容在考试中也必将会深度涉及。语言文字运用 I 考查材料介绍马克思故居、马克思的各种手稿及其著作版本,就是这一学习内容的体现,它引导学生关注马克思主义对中国现代社会发展的深远影响,思考新时代背景下马克思主义的新发展。

本次考试作文命题充分体现了新高考语文以文化人、以德树人的鲜明导向。考生要注意多关注社会生活,重视对热点时事的梳理和意义的挖掘。这次作文考题以母子间的书信交流为任务驱动,以孩子对长辈教育的回应为切入点,内容既涉及母子亲情,更涉及代际思想碰撞、交锋。就立意而言,“说‘不是我的权利’”和“说‘行更可贵’”两种观点都可以:面对生活中丑恶的、不合理的现象,当自己的权益受到侵害时,应该大胆说“不”;面对理应承担的责任和义务,面对他人善意的提醒和师长的教导,理应说“行”。其他立意,持之有据亦可。



二、备考建议

根据 2021 年八省市模拟演练考试和本次湖北省七市(州)3 月联考的命题思路,在研究新高考命题导向及变化趋势后,我们有必要结合相关变化调整备考策略。

(一)加强关键能力的培养,提升综合素养

备考时,我们要注意落实阅读理解、信息整理、应用写作、语言表达、批判性思维和辩证思维等关键能力的培养,探索学科关键能力的考查途径,提升学生运用关键能力和知识储备解决实际问题的能力。

统编教材强调的学习任务群教学、整本书阅读指导、群文阅读学习等内容,需要教师重视,引导学生进行深度学习,强调情境化理解,促进学生不断提升语文核心素养。

(二)精研近年高考真题,学会“四个对话”

应对新高考,我们不能仅囿于五花八门的复习资料,而应认认真真地研读高考真题,关注全国卷、山东卷、上海卷、北京卷等高考卷。就 2021 年的特殊情况而言,八省市联考更是定海神针,清晰确定了题型样式。此次湖北省七市(州)3 月联考的题型,也可作为我们研读的主要模板。研读过程中,考生要学会四个对话:与高考命题人对话,揣测命题人的出题意图;与参考(标准)答案对话,培养规范答题意识;与阅卷老师对话,研究阅卷规则及阅卷者的评分标准;与自己对话,找出不足之处,扬长避短,做一个清楚明白的答题者。考生要注意养成适合自己发挥的答题习惯,调整好答题节奏,在平时训练中做到有效控制时间,抓大放小,在考场上更好地发挥出自己的真实水平。

(三)主攻薄弱环节,进行专题突破小卷训练

二轮复习时,考生要注意化全为专,查漏补缺,以重点突破、强化训练为主,不宜分散自己的精力。考生应分析在各类考试中共性的错误,找出最有提分潜力的知识点。对记忆类知



识点(如名篇名句默写),不要期望“毕其功于一役”,也不必花大量时间复习,而要经常“回头看”,考生要学会温故知新。关于文言文翻译题的训练,考生可以选择教材中含重要实词、虚词的句子(应与高考考查的翻译句长短一致),选三百句左右,每日训练两到三句,如此既可训练自己的语感,又能提升自己的做题速度。

(四)注重限时训练,提高答题速度

限时训练就是要求自己在规定时间内完成相应数量的题目,以强化自己的时间意识,培养自己合理安排答题时间的能力。限时训练可采用小卷限时和套卷限时的方式。训练题目可根据情况灵活调整,可以选择语用题与现代文阅读组合的形式,也可以选择文言文阅读、古代诗歌阅读与名篇名句默写组合的形式。考生应该根据自己的特点及时调整训练形式,力求进行最有效的训练。后期训练客观题,大家要精确限时,可以以分秒为限定单位。

(五)量化任务清单,关注创新题型

考生应该严格按照任务清单安排,有计划、有步骤地做题。任务清单的制订原则是:核心考点全覆盖,题型思路全突破,关键技巧全掌握。此外,考生还要多关注创新题型,兼顾重难点;掌握各类作文写法,关注最新的时评,背诵经典例文或段落。

后期会有大量信息卷出现,大家应区分训练价值效度,有选择地进行组卷训练,不可浪费自己的宝贵时间。

从《永遇乐·京口北固亭怀古》 看诗歌的用典

○甘肃省武威市民勤县第一中学 李 鹰

高中语文教材中，辛弃疾的《永遇乐·京口北固亭怀古》一词豪壮悲凉，义重情深，散发着爱国主义思想的光辉。这阙词是高中教材中诗词用典较多的一篇，并且贴切而自然，紧扣题旨，丰富了作品的内蕴，增强了作品的感染力。

一 分析文本

永遇乐·京口北固亭怀古

[南宋]辛弃疾

千古江山，英雄无觅孙仲谋处。舞榭歌台，风流总被雨打风吹去。斜阳草树，寻常巷陌，人道寄奴曾住。想当年，金戈铁马，气吞万里如虎。

元嘉草草，封狼居胥，赢得仓皇北顾。四十三年，望中犹记，烽火扬州路。可堪回首，佛狸祠下，一片神鸦社鼓。凭谁问：廉颇老矣，尚能饭否？

1. 找出词中典故的出处

在这首词中，共有六处用典。

上片有：①三国时，孙权曾在京口建都并击败曹操；

②南朝时期宋武帝刘裕曾在京口起事北伐，恢复中原并建立政权。

下片有：③南朝宋文帝刘义隆因草率北伐而致兵败；

④汉朝霍去病战胜匈奴，在狼居胥山举行封山大礼而还；

⑤北魏太武帝拓跋焘追击刘义隆到京口并在山上建立行宫；

⑥战国时，赵国良将廉颇虽老却渴望重用。

结合写作背景和标题，就会明白白诗人为什么会想到这六个典故。一是此时南宋政权偏安一隅，但主战派一直想“北定中原”，京口作为抗金前线与金人劫掠后的扬州隔江相望，典故①②⑤在空间上与诗人此时驻足的京口（镇江）直接有关；二是此时诗人南归已经三十二年，被投降派排挤而被迫退居江西乡间也已有十多年，但他从未放弃收复失地的愿望；而且，诗人之前在镇江任知府，因为督促战前准备和用人得当而遭当权者疑忌以致降职，此时此地的诗人空怀报国之志，满腔悲愤。典故③④⑥所涉及人物及其境遇与作者此时的情感和抱负直接有关。

2.分析诗人所选典故的特点

这六个典故,各有侧重,上片中的典故侧重于“人”——曾在京口建功立业的历史人物,传达出诗人的深沉感慨;下片中的典故侧重于“事”——与北伐抗金的需要和愿望有关的历史事件,表达了讽谏、慷慨和悲愤的情感。

这六个典故之间又有对比,将成就了“风流”的人事和“仓皇北顾”的人事对比,将历史上“舞榭歌台”的太平景象与佛狸祠如今在异族统治下“神鸦社鼓”的貌似太平做了对比。

另外,宋文帝败北与拓跋焘追击并在瓜步山上建立行宫本为同史,但词中分用,相互关联又各表一意,这是同典分用,丰富了词的内容。

3.所选典故在本词中的作用

这六个典故,从表达情志来看,以典塑人,以人明志,形象而深刻。“凭谁问,廉颇老矣,尚能饭否”的故作疑问,展现了一位人到暮年却忠心依旧、壮心不已的老将形象。联系诗人的生平经历,诗人以廉颇自况,来表达报国之心的用意不言而喻。

这六个典故,因典生境,境中隐情,自然而生动。“千古江山,英雄无觅孙仲谋处。”“江山”既实指京口之江山,也虚指天下之江山;饰以“千古”,置孙权及其英雄业绩于时空的邈远辽阔之中,既赞江山之美,又含英雄豪迈之气,兼有感慨今昔之情,终成雄壮开阔之境。

因情用典,以典蕴情,切合词人表情达意的需要,这是本词用典最主要的特点。例如,上片表现英雄不再的感慨和对英雄业绩的向往之情,下片则表现慷慨中的失望和悲愤中的希望。最后,所有典故于都落脚于“忠心报国”这一主旨。

二 总结与延伸

用典,也叫用事,是作者在诗文中引用历史人物、神话传说、寓言故事或前人语句等来表达自己的某种愿望或情感的表现方法。

1.用典的形式

一般说来,按引用的内容分为事典和语典。事典是借用历史故事来表达作者的思想感情。语典是直接引用或化用前人语句,也叫用句。具体来讲,还可以细分成以下五种用典形式:

(1)用故事中的人物

如“到乡翻似烂柯人”(《酬乐天扬州初逢席上见赠》刘禹锡)中“烂柯人”出自南朝《述异记》,说的是王质去山中打柴,观仙人对弈,在山中逗留了片刻,人世已经发生了巨大的变化。后以“烂柯”指世事变幻,“烂柯人”可指樵夫,也可指久离家而刚回故乡的人,亦指饱经世事变幻的人。“烂柯人”的故事常常被人们用来形容人世间的沧桑巨变。诗人以王质自比,表达了他遭贬离开京城二十多年后,人世的沧桑巨变所带给他的恍如隔世的感觉。

(2)用故事中的地方

如“蓬山此去无多路”(《无题》李商隐)中的“蓬山”出自神话故事,指海上仙境蓬莱,泛指神仙之地。

(3)用故事中的事物

如“隔江犹唱后庭花”(《泊秦淮》杜牧)中“后庭花”,指陈后主曾写的那首《玉树后庭花》,通常用此典故比喻历代帝王败国亡家的预兆,故此曲被喻为“亡国之音”。

(4)用各类故事

如“庄生晓梦迷蝴蝶”(《锦瑟》李商隐)出自《庄子·齐物论》:“庄周梦为蝴蝶,栩栩然蝴蝶也;自喻适志与!不知周也。俄然觉,则蘧蘧然周也。不知周之梦为蝴蝶与?蝴蝶之梦为周与?”李商隐引庄周梦蝶故事,言人生如梦,往事如烟之意。

(5)引用化用诗句

如:“过春风十里,尽荠麦青青”(《扬州慢》姜

夔)中,化用杜牧的《赠别》诗:“春风十里扬州路,卷上珠帘总不如。”这里用以借指扬州,暗含今昔对照,透露出昔盛今衰的兴亡之叹。

2.用典的作用

(1)用典故中的人来喻指诗人或抒情主人公或写作对象,和典故人物境遇相似或者相反

如“到乡翻似烂柯人”中,是诗人与“烂柯人”的境遇有相似之处。再如“小乔初嫁了,雄姿英发”,此处言“初嫁”,说的是周瑜年少得意,倜傥风流,而诗人“早生华发”功业未就,对比之下更显惆怅失意。

(2)借典故来论今讽世,更委婉深刻

如“元嘉草草,封狼居胥,赢得仓皇北顾”(《永遇乐·京口北固亭怀古》辛弃疾),这里用刘义隆之典来警示当时的统治者,不可草率北伐。又如“商女不知亡国恨,隔江犹唱《后庭花》”的作者(《泊秦淮》杜牧)杜牧所处的晚唐时期正值国运衰微之际,诗人借陈后主因追求荒淫享乐终至亡国的历史,讽谏晚唐统治者莫要醉生梦死,应从中汲取教训,表现了诗人对国家命运的关怀和深切忧虑。

(3)借典故营造意境,拓展了想象空间

如“沧海月明珠有泪,蓝田日暖玉生烟”(《锦瑟》李商隐)这两句诗中,有蚌受月华之照才莹润光泽、鲛人泣泪化为珍珠的民间故事,和“蓝田日暖,良玉生烟”的传说,典故本身带有凄美之感,和整句诗意

境相谐,共同营造了一种朦胧迷离的意境。

(4)借助典故抒情,更加含蓄深沉,意蕴丰富

如“此生谁料,心在天山,身老沧州”(《诉衷情·当年万里觅封侯》陆游)中,“沧州”本指水边,常用以称隐士的居处。此典故出自三国时期的阮籍的《为郑冲劝晋王笺》:“然后临沧州而谢支伯,登箕山以揖许由。”陆游一生都志在杀敌报国、恢复中原,却空有一身报国热血,壮志难酬,只能过隐居生活,这是诗人悲愤的根由。借用“沧州”典故,抒发了诗人无路请缨、有志难申的英雄失路之悲。

(5)借典故再现历史事件场景,引发联想

如“想当年,金戈铁马,气吞万里如虎”(《永遇乐·京口北固亭怀古》辛弃疾)诗句中以虚写的手法再现了当年刘裕北伐抗敌的盛况,让读者仿佛看到战场上铁骑飞驰的激烈场景,诗人借赞扬刘裕,讽刺南宋王朝主和派屈辱求和的无耻行径,表现出作者抗金的主张和恢复中原的决心。

3.典故的用法

(1)明用与暗用

按照典故在诗句中的显隐程度可分为明用和暗用。明用是直接引用原事或诗句,诗句中会出现与典故关联的人物、地点和物品等词语,令读者一望即知其用典。如“庄生晓梦迷蝴蝶,望帝春心托杜鹃”(《锦瑟》李商隐)中上句化用了“庄生梦蝶”寓言故事,以言人生



如梦,往事如烟之意。下句化用了“望帝啼鹃”的故事,锦瑟的哀音如闻杜鹃之凄音,引起诗人无限的悲感。

暗用是间接引用原事或诗句,即把典故融于诗句中,所以暗用又叫化用。如“永忆江湖归白发,欲回天地入扁舟”(《安定城楼》李商隐)中,只以“白发”“扁舟”两个词语暗点出范蠡晚年乘舟漫游太湖一事,《史记·货殖列传》中记载春秋时范蠡辅佐越王勾践灭吴后,乘扁舟归隐五湖。李商隐暗用此事表达了自己要功成身退的政治理想。

(2) 正用与反用

按照典故在诗文中的使用目的,可分为正用和反用。正用是典故的内容和诗人所要表达的感情是相同的、一致的。反用是引用典故的内容和诗人所要表达的感情相反。古诗词中以

正用典故居多。

如“总为浮云能蔽日,长安不见使人愁”(李白《登金陵凤凰台》)和“不畏浮云遮望眼,只缘身在最高层”(王安石《登飞来峰》)两句都用了“浮云蔽日”的典故。汉代陆贾的《新语·慎微》中“故邪臣之蔽贤,犹浮云之障日也”一句,陆贾是用“浮云蔽日”比喻奸佞之徒蒙蔽君主。李白在《登金陵凤凰台》中用这个典故,表达的意思与陆贾一样,长安是朝廷的所在,日是帝王的象征。李白这两句诗暗示皇帝被奸邪包围,而自己报国无门,他的心情十分沉痛。而王安石《登飞来峰》中在“浮云遮望眼”前加上“不畏”二字,反用这个典故,不仅突出了诗人不畏奸邪,推行新法的勇气和决心,而且表现一位政治变革家拨云见日、高瞻远瞩的思想境界和豪迈气概。

例题演练

阅读古诗,完成题目。

送子由使契丹

苏轼

云海相望寄此身,那因远适更沾巾。
不辞驿骑凌风雪,要使天骄识凤麟。
沙漠回看清禁月^①,湖山应梦武林春^②。
单于若问君家世,莫道中朝第一人^③。

【注】①清禁:皇宫。苏轼时任翰林学士,常出入官禁。②武林:杭州的别称。苏轼时知杭州。③唐代李揆被皇帝誉为“门地、人物、文学皆当世第一”。后来入吐蕃会盟,酋长问他:“闻唐有第一人李揆,公是否?”李揆怕被扣留,骗他说:“彼李揆,安肯来邪?”

1. 本诗尾联用了唐代李揆的典故,以下对此进行的赏析不正确的一项是()
- A. 本联用李揆的典故准确贴切,因为苏轼兄弟在当时声名卓著,与李揆非常相似。
- B. 苏轼与苏辙兄弟情深,此时更为远行的弟弟担心,希望他小心谨慎,平安归来。
- C. 从李揆的典故推断,如果苏辙承认自己的家世第一,很有可能被契丹君主扣留。
- D. 苏轼告诉苏辙,作为大国使臣,切莫以家世傲人,而要展示出谦恭的君子风度。

答案:D。从注释来看,李揆是怕被扣留才撒谎,结合这首诗的创作背景可知,苏轼也是担心弟弟,而非“要展示出谦恭的君子风度”。

高考作文任“我”行

○江苏 姜有荣(特级教师)

高考作文要想“出乎其类,拔乎其萃”,就必须有“我”的一手。只有这样,才能别开生面,夺人眼球。综观2021年各省(市、区)涌现出来的高考优秀作文,“我”的特质是其制胜法宝,具体呈现出如下七种样态:



一、有“我”的观点

高考议论文要想从众人皆言的“公理”“常理”“大道理”中突围出来,就必须有一个让人眼睛一亮的全新观点。这就要求考生既结合材料,又不囿于材料。怎么办?从材料“说开去”,生发出“我”的观点。如:

(1)马太效应揭示了强者愈强、弱者愈弱的现象,但在人类和谐共生的理念下,强者应助力弱者,促进社会进步。(新高考I卷·江苏考生《乾坤未定,未来可期》)

(2)我认为,当代青年需承古人一撇之稳重内敛,需扬新人一捺之勇毅与张扬。(新高考II卷·辽宁考生《承古扬今》)

例(1)中,考生没有受材料中“强不必喜,弱不必悲”“强可转弱,弱可变强”这些既有观点的束缚,而是在此基础上又大胆地向前跨出了一步,提出了“强者应助力弱者,促进社会进步”这一独到见解。不仅站位高,符合人类命运共同体的理念;而且视角新,突破了“马太效应”的怪圈。诚可谓“见人之所未见,发人之所未发”。例(2)中,考生没有常规地认同“逆锋起笔,藏而不露”“中锋用笔,不偏不倚”“停滞迂回,缓缓出头”等题面观点,而是有自己的“认识与评价、鉴别与取舍”,所提的“稳撇扬捺,承古扬今”的观点体现了新时代青年的思考,具有很强的创新思辨性,符合当代青年的人生观及社会对青年的期望。

二、有“我”的素材

高考作文要想吸引眼球，就必须有“料”。这个“料”就是“我”的素材，它不能拾人牙慧，而应该是一截“新”而“鲜”的甘蔗。其法有二：一是“热”，新鲜出炉，可蹭热度；二是“冷”，没人爆过，是块猛料。如：

(1)就像“严大国之威以修敬”，凭实力出圈的外交部英语翻译张京……一个个中国人在自己的位置上奋发，将旺盛的生命力焕发为光与热。(全国卷·四川考生《家国处处舞国风，青春灼灼应节舞》)

(2)以学正思，厚积发展潜能。“接触到新思想的头脑永远不会回到原来的维度。”①美国联邦最高法院大法官霍姆斯的睿智之言告诉我们，成长就是一个不断扬弃的过程，一个人只有不断地除旧布新，更新观念，才能适应时代和社会的发展……运海抟扶，必借垂天之羽；乘流击汰，必伫飞云之楫。②学识不广，思积不厚，又怎葆生命之树常青呢？(全国卷·吉林考生《德学兼备以明志，理想风帆高扬时》)

例(1)是块“热料”，张京“火”于今年3月18日—19日中美高层战略对话会期间，她以沉稳大气、完整准确的翻译表达，充分地展现了新时代大国外交人员的风采。考生援其入文，时代气息扑面。例(2)是块“冷料”，①处借美国联邦大法官霍姆斯的名言，论说学习的必要性；②处借武则天垂拱元年殿试题，强调学习在一个人追求理想的过程中所起的积极作用。二者都给人以“陌生化”的新奇之美，考生对此不仅“用所未用”，而且大多“闻所未闻”。

三、有“我”的说理

有些考生能够从亲身实践中获得对生活的某种认识，或者从别人及书本的经验中取得某种人生经验，进而从“人事”走向“事理”、从“感性”走向“理性”，展开具有思辨色彩的说理，让文章闪烁出理性的光华。如：

(1)把得到当馈赠，因为每一次得到，生活都记录着我们的欣喜；把失去当拥有，因为每一次失去，生活都会赐予我们独特的经历。(浙江考生《得失人生路，过程写春秋》)

(2)我们应当辩证地看待时间沉淀与事物价值的关系：若是酿酒，自然是时间越长，酒味越醇；若要赏花，便无须顾虑其他，尽情享受那短暂盛放的美，足矣！(上海考生《时间酿酒，余味成花》)

(3)人虽然无法选择自己出生的时代，但可以选择自己的人生态度是锐意进取还是自怨自艾。一般而言，那些锐意进取的人，在盛世能成就伟业，在衰世也能“穷且益坚，不坠青云之志”，努力寻求和创造机遇。对这样的人来说，每一个时代都是生逢其时。而那些自怨自艾的人，在盛世埋怨人才太多难以出头，在衰世畏惧忧患不敢迈步，只知道感慨生不逢时，殊不知是自己白白浪费了机会。(北京考生《论生逢其时》)

例(1)中，作者没有绝对化地去看待问题，而是把得与失看成是人生的两个重要方面，都有其应有的独特价值。这是经过生活历练后生长出的智慧，此理说得练达。例(2)中，此段论述给前文“时间的积淀，能够让生命获得更丰富的价值，能够让艺术真正不朽”的主体论述打上了一个“补丁”，从而使全文的论述更加严谨缜密。这是对事物勤于揣摩获得的感悟，此理说得精到。例(3)中，作者没有在客观上找借口，而是在主观上找原因，弘扬的是“我命由我不由天”的积极心态，而不是“佛系”“躺平”的不思进取。这是阅诸色人、观诸般事后才有的见识，此理说得透辟。

四、有“我”的由头

高考议论文借鉴杂文的技法,以“由头”开篇,一方面可以使读者知晓你的议论缘何而来,从而避免了“凭空立论”,另一方面也可以让议论文顿生“看头”,从而牵引着读者一步步地追随你的议论。如:

(1)非洲大地上,有一种名叫“尖毛草”的植物,在最初半年的生长期内,它几乎是草原上最矮的草,而在沉潜半年后,雨水到来之际,尖毛草就像被施了魔法一样,以每天一尺半的速度向上疯长,用不了几天便会长到两米左右的高度,最后成为“草地之王”。而在雨季到来前,谁又会想到,这种其貌不扬的植物已然深深扎根了呢?

可见,生为弱者,只要埋头扎根,亦能指日凌云,正如《体育之研究》中的强者之音,站在顶峰鸟瞰无余固然酣畅,但拾级而上的奋斗之乐更令人回味无穷。(新高考I卷·湖南考生《天不绝人,何以自轻?》)

(2)“生活不只是眼前的苟且,还有诗和远方的田野。”山石有情,草木有爱,再微小的生命都有自己的“远方”。作为新时代的青年,我们更要追寻远方,心系远方。(全国卷·安徽考生《心系远方,只争朝夕》)

例(1)中,文章开篇,考生没有直述关于体育强弱的见解,而是颇有新意地以“尖毛草”的故事为由头切入,令阅卷者眼前一亮;而后回归材料,笔墨简洁地提出自己的观点。可谓由头激趣,引人入胜。例(2)中,开篇以“生活”赋予抽象的“理想”以形象的表述,然后具体分析“远方”是什么,接着详细论证如何“找到‘远方’”“抵达‘远方’”,最后联系自身发出“既然选择远方,当风雨兼程,不负青春”的号召。可谓由头导入,一脉贯通。

五、有“我”的论层

高考议论文要将议论引向深入,一个基本策略就是“两步走”:第一步,通过设置论层(分论点)来对中心论点加以切割、分解。第二步,理清、理顺论层之间的逻辑关系,对论层进行有机整合,从而揭示出事理发展的某种“必然”。如:

(1)在这个大有可为的时代,吾辈自当直面“惨淡的人生”,努力做一个有为青年。(总观点)

相信可为,方能有为。(论层一)

坚持有为,方能大有作为。(论层二)
(全国卷·四川考生《在可为时代,做有为青年》)

(2)今天,我们生逢其时,也重任在肩。未来的发展,取决于今天的奋斗。(总观点)

生逢其时,我们要树立远大理想。(论层一)

生逢其时,我们要练就过硬本领。(论层二)

生逢其时,我们要勇于担当。(论层三)(北京考生《论生逢其时》)

例(1)中,切分出的两个论层,由“思想”到“行动”,纵向递进,形成了顶真式的环环相扣的逻辑推理链条,显示出考生思维的严谨。例(2)中,“论层一”中的“远大理想”决定着一个人有没有奋斗之“心”,“想不想”奋斗。“论层二”中的“过硬本领”决定着一个人有没有奋斗之“力”,“能不能”奋斗。“论层三”中的“勇于担当”决定着一个人有没有奋斗之“胆”,“敢不敢”奋斗。该文从心、力、胆等三个层面对奋斗进行了深度的剖析,清晰地画出了奋斗的事理逻辑路线图,不仅让人“信”,而且让人“服”。

六、有“我”的作为

“一打宣言不如一个行动。”“学”的真正目的是“用”，“知”是为了更好地“行”，“做”是一切认知活动最终的落脚点和归属点。为此，高考作文须在“怎么做”上写足“作为”，用足功力，要用“力行”铸就“力作”。如：

(1)上文梗概：阿亮是寄宿制高中玲珑中学学生，周末下午参加喜爱的篮球活动，一时间激动地跳到篮球架底座上跳起了“打糕舞”，跳回球场时把右脚的后跟弄骨折了。队友小飞推脱跟自己没关系，大甲教训小飞“太不成熟”，没有考虑到“可能会残疾”的严重后果。

接下来大甲冷静地分配了任务：大甲去学校医务室找医生；阿华去找班主任，向班主任汇报情况，让班主任联系阿亮的家长；野子、小飞留下照顾阿亮。

分配完毕，几人各自忙碌起来。不一会儿，大甲和校医来了，确认过阿亮的伤情后，校医联系了附近的医院。没过几分钟，救护车来了，大家小心翼翼地把阿亮抬上救护车。到医院后，大家掏出身上所有的钱给阿亮挂号、拍片子，急诊科的医生很快给阿亮的右脚打好了石膏。班主任和阿亮妈妈此时也赶到了，急诊科医生对阿亮妈妈说，幸好阿亮被及时送来医院，保守治疗就行。(北京考生《这，才是成熟的模样》)

(2)纪念，应该由内而外，应该内外合一。如此，这些日子才会真正成为警示的钟声或奋进的锣鼓声。(天津考生《纪念——内外合一的庄严》)

例(1)是菁菁校园内的一幕轻喜剧。何谓“不成熟”？遇事甩锅，只想着自己。何谓“成熟”？敢于扛事，先想着别人。这一点在大甲等一众队友身上得到了充分的体现，他们以各自的作为塑造出了自己“成熟的模样”，让人会心颌首。例(2)将论述重心放在“如何纪念”上，强调纪念不能流于形式，不能世俗化，更不能庸俗化，纪念是为了更好地汲取养料，是为了更好地“行远”，为此，应该将“纪念”付诸“由内而外”“内外合一”的实际“作为”，论述透彻。

七、有“我”的金句

高考作文乃急救之章，要想通篇大妙实非易事，但是锻造金句，使文章时有风骚，还是可望亦可及的。它可擦亮标题，使之顾盼生辉；使开头出彩，夺人眼球；烛照事理，使之启智润心；使结尾给力，回声铿锵。如：

(1)一个时代对英雄最好的纪念，就是英雄辈出；一个国家的历史最好的纪念，就是创造新的历史。我们回望历史的纪念日，是为了不忘历史；我们眺望未来的指路标，是为了更好地前行。(天津考生《一百年长歌未央，九万里风鹏正举》)

(2)撇捺之间，峰回之念，以逆起，以正用，以缓收，展个人之哲思，现国家之精神，彰人类之尊严。(新高考Ⅱ卷·重庆考生《撇捺间，峰回念》)

例(1)紧扣“精神传承”的命题意图，运用对仗语句，阐释出“历史”与“未来”之间的联系，富于哲理意味。例(2)是全文的收篇，句式整齐。两个四字句，回扣标题；三个三字句，总结全文；三个六字句，向外延展。从而给人以贴切精准又意蕴无穷之感，可谓豹尾。

有个性，才有灵性；能独到，才能笑傲。笔者坚信：在高考作文中，有不一样的“我”，一定能绽放出“不一样的烟火”。

各方合力,中国脱贫攻坚战取得全面胜利

消除贫困是人类共同理想,全面建成小康社会是全面实现社会主义现代化的战略支点。2021年2月25日,习近平总书记在^①全国脱贫攻坚总结表彰大会上发表重要讲话,庄严宣告,经过全党全国各族人民共同努力,在迎来中国共产党成立一百周年的重要时刻,我国脱贫攻坚战取得了全面胜利,创造了又一个彪炳史册的人间奇迹!这是中国人民的伟大光荣,是中国共产党的伟大光荣,是中华民族的伟大光荣!



例题演练 1

贫困是人类社会的顽疾。反贫困始终是古今中外治国安邦的一件大事。经过全党、全国各族人民的共同努力,现行标准下 9899 万农村贫困人口全部脱贫,832 个贫困县全部摘帽,12.8 万个贫困村全部出列,区域性整体贫困得到解决,完成了消除绝对贫困的艰巨任务。2021 年 2 月 25 日,习近平总书记在全国脱贫攻坚总结表彰大会上强调:“脱贫攻坚取得举世瞩目的成就,靠的是党的坚强领导,靠的是中华民族自力更生、艰苦奋斗的精神品质,靠的是新中国成立以来特别是改革开放以来积累的坚实物质基础,靠的是一任接着一任干的坚守执着,靠的是全党全国各族人民的团结奋斗。”脱贫攻坚战的全面胜利,有力彰显了中国共产党领导和我国社会主义制度的政治优势,深刻回答了中国共产党为什么“能”、马克思主义为什么“行”、中国特色社会主义为什么“好”。

结合材料和所学政治生活知识,说明中国共产党为什么要坚决打赢脱贫攻坚战。

提示

①我国是人民民主专政的社会主义国家,人民是国家的主人,社会主义民主是最广泛、最真实、最管用的民主。打赢脱贫攻坚战有利于缩小收入差距促进共同富裕,尊重和保障人民的生存权和发展权。②中国共产党是我国的执政党,是中国特色社会主义事业的领导核心,中国共产党领导是中国特色社会主义最本质的特征,是中国特色社会主义制度的最大优势,党是最高政治领导力量。打赢脱贫攻坚战是中国共产党的历史使命,是对以人民为中心的发展思想的积极践行。打赢脱贫攻坚战有利于巩固党的执政基础和执政地位,维护国家的长治久安。③全心全意为人民服务是党的宗旨,立党为公、执政为民是党的执政理念。

2020年12月14日,人类减贫经验国际论坛在北京开幕。国家主席习近平向论坛致贺信指出,消除贫困是人类的共同理想。中国共产党和中国政府始终把让人民过上好日子作为奋斗目标,为此进行了长期艰苦卓绝的努力。2020年,中国现行标准下农村贫困人口已经全部脱贫,贫困县已经全部摘帽,近1亿农村贫困人口实现脱贫,为全球减贫事业作出重大贡献。

“精准扶贫”“因地制宜”等中国特色扶贫理念越来越多地受到国际社会关注。中方已发布的《消除绝对贫困中国的实践》报告,全面分享各领域减贫经验和实践。在推动自身减贫进程的同时,中国始终在力所能及范围内向广大发展中国家提供帮助,不断深化共建“一带一路”同2030年可持续发展议程对接。根据世界银行报告,“一带一路”倡议将帮助760万人摆脱极端贫困,3200万人摆脱中度贫困。

(1)结合材料,从经济发展方式和对外开放的角度,简要论述中国是国际减贫事业的中坚力量,论述篇幅请限制在400字左右。

提示

①我国党和政府坚持以人民为中心,通过扶贫制度和机制的创新,加速自身减贫;同时,积极与广大发展中国家开展技术合作,在互利共赢的基础上,共谋善举,助力国际减贫事业。②我国致力于经济社会发展方式的创新,将实现人民的根本利益作为出发点和落脚点,通过国家层面的制度优化与创新,走出一条既发展经济,又消除贫困、优化环境的新路子,将占世界人口1/5之多的中国人民带入小康新征程,对国际减贫事业作出了巨大贡献,彰显了中国智慧与力量。③我国不断深化对外开放,开展国际间合作与交流,在互利共赢中彰显中国责任与担当。在国际减贫问题上,我国始终致力于在互利共赢的合作中,一方面加强同其他国家的技术交流,通过产业合作发展等举措,实现共同进步;另一方面发挥负责任大国的责任与担当,与世界各国交流分享扶贫的中国方案、中国制度。

(2)结合材料运用当代国际社会的知识,说明我国打赢脱贫攻坚战对中国和世界的意义。

提示

①中国对世界减贫贡献率超过70%,加快了全球减贫进程,有利于提升我国的综合国力和国际影响力。②中国在推动自身减贫进程的同时,始终在力所能及范围内向广大发展中国家提供帮助,为世界减贫事业贡献了中国方案和中国智慧,有利于促进世界各国共同发展和共同繁荣。③中国参与国际减贫扶贫,积极履行应尽的国际责任,发挥了负责任大国的作用,有利于推动构建人类命运共同体,坚定全世界消除贫困的信心。

例题演练 3

“脱贫摘帽不是终点,而是新生活、新奋斗的起点。”消除贫困、改善民生、逐步实现共同富裕,是社会主义的本质要求,也是践行党的初心和使命的必然要求。阅读材料,完成下列要求。

材料一 2020年是脱贫攻坚决胜之年。浙江省认识到长效帮扶机制的建立健全是扶贫的关键,在对四川省结对帮扶和对口支援过程中,为帮扶地区学生和专业技术人员开设定向培养班,开展劳动技能培训,提高劳动者素质,全年共有6.7万人次来浙就学;此外,通过加强党政干部、专业技术人员来浙挂职交流,浙江“最多跑一次”、乡村振兴的理念和经验也被复制推广到对口帮扶地区。“扶贫先扶智”,这一系列长效帮扶机制激发了当地干部群众自我脱贫的积极性和自信心,提升了干部群众的幸福感、获得感和归属感,高质量助力实现了四川省全域脱贫的目标。

材料二 河北省丰宁满族自治县文化底蕴深厚,全县有各类非遗项目61项,丰宁满族剪纸、布糊画、木作技艺、铁编技艺四项非遗是当地的特色资源。如何让古老的非遗技艺在脱贫攻坚中发挥作用?该县实施“非遗+扶贫”项目,通过举办非遗技艺培训班、开展考察研学等活动,使242人掌握了一技之长;还想方设法拓宽销路,适应新时代的市场需求,让古老技艺与现代元素相结合,突出地方特色,强化产品创新,建立县级传统工艺专业研发团队,对传统工艺产品提升整体品质,形成更好满足社会需求、具有更强市场竞争力的产品。非遗技艺带动脱贫的同时,也坚定了人们的文化自信。

(1)结合材料一,运用经济生活知识,分析浙江省在帮扶支援活动中重视开展劳动技能培训的经验。

提示

①劳动是劳动者的脑力和体力的支出,是物质财富和精神财富的创造活动,是人类文明发展进步的源泉。重视劳动技能培训有助于弘扬劳模精神和工匠精神,营造劳动光荣的社会风尚。②劳动者是生产过程的主体,在生产力发展中起主导作用。重视劳动技能培训可以强化各行各业的劳动都是在为社会主义现代化建设作贡献的理念,使劳动者得到承认和尊重。

(2)结合材料二,运用文化生活知识,分析“非遗+扶贫”对坚定文化自信的启示。

提示

①文化自信来自于对时代发展潮流、中国特色社会主义实践的深刻把握,来自对自身文化生命力的坚定信念和对自身文化价值的充分肯定。②“非遗+扶贫”把握时代要求,投身中国特色社会主义实践,适应市场需求,助力乡村振兴;通过开发非遗文创新产品,让古老技艺与现代元素相结合,在助力脱贫攻坚中充分肯定自身的文化价值;通过培养非遗传承人,既为脱贫攻坚注入新活力,也更坚定人们对自身文化生命力的信念,增强对中华文化发展前途的信心。

例题演练 4

材料一 2020年是全面建成小康社会和全面打赢脱贫攻坚战的收官之年。但受到疫情冲击,世界经济严重衰退,国内消费投资下滑,国内经济循环受阻,加剧了脱贫攻坚的难度。近期“直播带货”和“抖音代言”成为助力脱贫攻坚、扩大内需的一大亮点。“直播带货”和“抖音代言”是指通过互联网平台,使用直播技术和抖音平台进行商品服务线上展示、咨询答疑、导购代言的新型服务方式,绕过了经销商等传统中间渠道,直接实现了商品和消费者对接,扩大商品和服务的影响力,刺激居民潜在的消费需求,拉动特色产业发展。此类营销方式对助力脱贫攻坚、激发社会消费活力和促进国内大循环意义重大。

材料二 消费扶贫是指社会各界通过消费来自贫困地区和贫困人口的产品与服务,帮助贫困人口增收脱贫的一种扶贫方式。从当前中国社会的具体情况来看,促进消费扶贫,政府部门在其中发挥关键核心作用。但在推动消费扶贫的过程中,某些机关单位出现片面的“指标化”倾向,将扶贫的主要精力和资源放在了“包干花钱”上,对内规定“硬指标”、暗设“考核”,强迫单位员工购买“扶贫产品”,对外则把在贫困地区买了多少货,花了多少钱作为自己主要的扶贫成绩,以此应付上级扶贫考核。这些硬性的“政府包干”使贫困地区的产品与服务进入到特定的封闭市场,失去了在统一市场中生存的竞争力和影响力,消费扶贫的效果得不到有效保障。

(1)结合材料一,运用经济生活知识,说明“直播带货”和“抖音代言”等新业态是如何畅通国内经济循环、助力脱贫攻坚的。

提示

①顺应网络化、数字化、智能化发展趋势,创新服务方式,优化产业结构,畅通国内经济循环。②打通供应链,助力产销互动,扩大贫困地区商品和服务的销路,降低销售成本,增加销售收入,实现消费扶贫。③扩大贫困地区特色产业的影响力,刺激消费需求,发挥消费的基础性作用,倒逼供给侧改革,提质增效。④助力新消费带动生产、流通产业发展,促进就业,增加收入。

(2)结合材料二,运用政治生活知识,谈谈我国政府应如何有效保障消费扶贫的效果。

提示

①对政府工作人员强化政府宗旨意识教育,树立求真务实的工作作风,坚持以人民为中心,切实提高消费扶贫的效果。②科学组织社会主义经济建设,通过政策措施的鼓励与引导,推动贫困地区产品进入统一开放、竞争有序的现代市场。③转变政府职能,正确处理政府与市场的关系,在尊重市场规律的基础上,让农产品接受市场竞争的检验。



(编辑整理)



以大师之名 传承学术精神,攀登科学高峰(学院篇)

○王 双

大学,是大师荟萃、栋梁辈出之地。为了激励和引导学生追求卓越、超越自我,我国部分大学设立了荣誉学院或班级,旨在培养出未来的学术大师、兴业英才和治国栋梁。这类荣誉学院或班级是高校培养创新拔尖人才、复合型高素质人才的重要基地,汇聚起有志于攀登世界科学高峰的优秀学生,通过因材施教,把他们培养成为各行各业的领军人才。

下面介绍的部分以大师名字命名的荣誉学院或班,这些大师均在其专业领域内作出过重大贡献,是后辈学子敬重的楷模。他们的治学之道、操守气节影响着大学的品格和精神。大师从未走远,大师精神将薪火相传,激励着后人迸发出前进的力量。

北京大学元培学院



仰望大师

蔡元培,字鹤卿,我国著名革命家、教育家、政治家。他奠定了中国新式教育制度的基础,为中国的教育、文化、科学事业作出极大贡献,被毛泽东誉为“学界泰斗、人世楷模”。1916至1927年,蔡元培任北京大学校长,采用“思想自由,兼容并包”的办学方针,革新北大,开“学术”与“自由”之风。

学院特色

北京大学创办于 1898 年,是中国第一所国立综合性大学。在各大权威世界大学排名榜上,北京大学稳居中国高校前列。北京大学元培学院成立于 2007 年 9 月,前身于 2001 年开始实施的北京大学元培计划实验班。元培学院是北京大学本科教育改革的试验基地,是中国高等教育的“深圳特区”。

元培学院按文理两大类招生,低年级时不分专业。学生可在全校的学科范围内选择课程;后期可在导师的指导下,根据自身能力和志趣自由选择专业及方向。此外,元培学院实行弹性学习年限,学生可根据自身的学习安排,申请提前一年或推延一至两年毕业,为希望进行交叉学科和个性化学习的学生提供了便利。

21 世纪科学技术进步的主要动力及标志之一是生命科学与数、理、化、工程、信息等定量科学广泛与深入的交叉融合,在北京大学丰富学术资源的支持下,元培学院开设了交叉学科专业。目前已经开始招生的交叉学科专业有古生物学、政治学、经济学与哲学、外国语言与外国历史、整合科学和数据科学与大数据技术。其中,整合科学专业旨在将数学、物理、化学和生物等学科相互打通并做内在整合,培养既有扎实数理化基础、又对生命科学具有深刻了解的人才。数据科学与大数据技术专业旨在以整合数学、信息科学技术相关专业优质资源为基础,培养出具有国际视野和创新、实践能力的优秀复合型人才。

浙江大学竺可桢学院



仰望大师

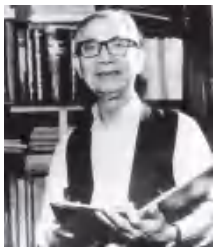
竺可桢,我国著名气象学家、地理学家和教育家,中国近代地理学的奠基人,被公认为中国气象学、地理学的“一代宗师”,被誉为“浙大学术事业的奠基人”。他任浙江大学校长期间,提出“求是”为校训,明确表示中国的大学必须培养“合乎今日的需要”的“有用的专门人才”这一主张。

学院特色

浙江大学是一所历史悠久、声誉卓著的高等学府。浙江大学竺可桢学院成立于 2000 年 5 月,其前身为 1984 年创办的原浙江大学(工科)混合班。竺可桢学院是浙江大学对优秀本科生实施“特别培养”和“精英培养”的荣誉学院,每年从新生中进行严格遴选,同时实行开放办学,本校在籍非荣誉学籍优秀学生均可申请进入竺可桢学院学习;对于不适应竺可桢学院学习生活的学生也可分流至相关专业院系学习。目前学院设有混合班、人文社科实验班、工科实验班(交叉创新平台)、医学实验班(巴德年医学班)、求是科学班(生物医学、食品科学与工程)、工程教育高级班、创新与创业管理强化班、公共管理强化班等班级。

混合班以“工科人才、理科培养”为指导思想,通过数理基础的强化训练和个性化的培养,以培养一批具有国际竞争力的未来领导者。人文社科实验班以“学贯中西、文理交叉”为指导思想,通过文史哲和自然科学等学科的学习,造就一大批推动社会科学和思想进步的学科精英。工科实验班瞄准未来发展的交叉前沿领域,设立了“金融学+数学与应用数学”双学位班、“计算机科学与技术+统计学”双学位班和“自动化(控制)+计算机科学与技术”双专业班,培养引领未来社会和科技发展的交叉复合人才。医学实验班引进美国名校医学生培养模式——八年本-博一贯制,完成学业后可获得医学专业博士学位。求是科学班以数学、物理学、化学、生物科学、计算机科学与技术 5 个专业为基础,旨在造就一批在基础学科相关领域的学科引领者。

西南交通大学茅以升学院



仰望大师

茅以升,中国近代桥梁工程学的重要奠基人,著名土木工程学家、桥梁专家、工程教育家。19世纪30年代主持设计并领导建造了中国第一座现代化大桥——钱塘江大桥,为中国铁路桥梁史树立了里程碑。茅以升先后4次出任西南交通大学校长,并以其亲身体会给西南交通大学的学子们留下谆谆教诲:“人生一征途耳,其长百年,我已走过十之七八。回首前尘,历历在目,崎岖多于平坦,忽深谷,忽洪涛。幸赖桥梁以渡,桥何名欤?曰:奋斗。”

学院特色

西南交通大学创建于1896年,前身为山海关北洋铁路官学堂,是中国第一所工程高等学府,是中国土木工程、交通工程、矿冶工程高等教育的发祥地,培养和造就了以茅以升、竺可桢、林同炎、黄万里等为代表的栋梁英才,师生中产生了3位“两弹一星”元勋、59位海内外院士和24位国家工程勘察设计大师。

茅以升学院实行“精英化、贯通化、养成化、个性化”培养,实施通识教育与专业教育相融合的个性化培养,是西南交通大学的“改革实验区”。

“精英化”是指致力于培养具有学术大师、管理精英、产业翘楚潜质的国际化拔尖创新人才。“贯通化”是指为学生开通本-研-本-博衔接培养通道,制订贯通式人才培养方案。“养成化”是指按照书院制管理模式培养,倡导书院养成教育,开展晨读、文艺、体育等常态化综合

素质训练。“个性化”是指实施学生分类培养,实行严格的选拔、培养、审核机制和开放包容的流动循环机制。“跨学科”是指为学生提供跨学科的教育平台,包括跨学科的专业、课程、教学团队、教学构成以及教育教学理念。

目前,茅以升学院设置工科类研究型拔尖创新班和跨学科交叉复合型精英班,组建高水平教学科研团队指导,辅以小班化、国际化、跨学科的课堂教学,培养创新型人才。工科类研究型拔尖创新班,主要依托土木工程、机械工程、电气工程、交通运输工程、力学、材料科学与工程等一级学科,设有土木拔尖班、机械拔尖班、电气拔尖班、运输拔尖班、力学拔尖班、材料拔尖班。跨学科交叉复合型精英班的专业设置涵盖工学、理学、经济学、文学等学科门类的多种专业,开设有信息科学实验班、地球空间信息班、金融平台班、数学基地班、中文基地班。

东南大学吴健雄学院



仰望大师

吴健雄,世界杰出物理学家,被称为“世界物理女王”“物理学第一夫人”“物理研究的第一女士”“核子研究的女王”,曾获美国最高科学荣誉——国家科学勋章。吴健雄在 β 衰变研究领域具有世界性的贡献,她的实验结果证实了弱相互作用中的宇称不守恒,她以卓越的实验研究成果,推翻了此前关于宇称守恒观念,使物理学进入了新纪元。

学院特色

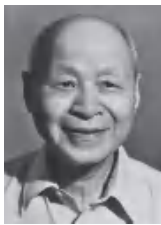
东南大学是我国最早建立的高等学府之一,素有“东南学府第一流”之美誉,前身为创建于1902年的三江师范学堂,如今,已成为一所以工科为主要特色的多学科协调发展的综合性、研究型大学,是“211工程”“985工程”建设高校和教育部直属的全国重点大学。

作为东南大学拔尖创新人才的培养基地,吴健雄学院推出开放式、个性化拔尖人才培养的工科试验班(吴健雄班),着力引进全球优质教育资源,构建系列荣誉项目(课程),建立荣誉教育激励制度,实现教育优质资源的平台汇聚和开放共享;构建“三制五化”即“导师制、书院制、完全学分制,小班化、个性化、国际化、卓越化、本-研一体化”的培养模式。

学生入校时不分专业,实施驻院(书院式)导师制管理模式,前期按照“筑理工基础、强人文素养、建系统思维”的指导思想,强化通识教育基础和大类学科基础,后期按照“重个性发展、强学科交叉、促学研融合”的指导思想,实施导师指导个性化专业培养。学生可从全校优秀专家、学者中选择专业导师,在其直接指导下完成专业学习和实践,专业选择范围覆盖四年制理工科类所有专业。

学院学生由高考单独招和新生入校遴选组成。除高考直接报考外,已被东南大学录取的理工科专业优秀学生,认同吴健雄学院的培养理念,有志于发展为拔尖创新人才者,皆可参加遴选。遴选着重考查学生的数理基础、英语能力、综合素质、自我内驱力和身心健康状况。学籍采用动态管理,实行滚动进出机制,对不能适应驻院培养模式的学生可转出相关院系进行学习。

中国矿业大学 孙越崎学院



仰望大师

孙越崎,我国现代能源工业的创办人和奠基人之一,被尊称为“工矿泰斗”,一生抱着科技兴国的理念,为我国煤炭、石油事业的开发建设作出了巨大贡献。他领导开发了中国大陆第一个油矿——延长油矿;领导创建了中国第一座较具规模的石油基地——玉门油矿,为祖国石油工业的飞速发展奠定了基础。

学院特色

中国矿业大学前身为成立于1909年的焦作路矿学堂,以“学而优则用、学而优则创”为办学理念,是中国目前唯一以矿业命名的特色鲜明的高水平大学,对我国煤炭能源行业和地方经济社会发展发挥着不可替代的引领和支撑作用。

2008年7月,为纪念孙越崎先生为中国矿业大学发展和人才培养作出的重大贡献,中国矿业大学成立孙越崎学院,旨在充分利用和发挥中国矿业大学优质教育资源和学科优势,通过实施通识教育、创新教育和个性教育,培养厚基础、宽口径、强能力、高素质,具有创新精神和国际视野的拔尖人才。人才培养目的为:精英化、国际化、个性化。

孙越崎学院面向录取到中国矿业大学的国家重点(优势)学科相关专业(矿业类、安全科学与工程类、土木类、力学类、电气类、机械类、化工与制药类、地质类、测绘类)的新生进行二次选拔,择优进入该学院“本-硕-博”培养计划培养,提供一对一导师制、小班化教学、复合创新能力培养体系等优质教育资源体系。导师为具有丰富教学、科研和指导经验的博士生或硕士生指导教师,负责学生的学业、科研训练等个性化指导,帮助学生制定符合个性发展的培养计划。学生实行滚动进出管理机制,错过第一次选拔的同学,在二年级开学还有机会被补录。



气象类专业： 识风云变幻，知世间冷暖

○秋 水

我们感激瑞雪兆丰年、春雨润无声的馈赠，惊讶于龙吸水、极光的壮阔，也会因为电闪雷鸣、狂风暴雨而胆战心惊……这些自然气象影响着我们的生活，也引导着更多人去探索和研究。

从“看天吃饭”到“向天要饭吃”，我们迎来了“气象时代”的新一轮科技命题。我国提出今后将在公共气象、安全气象、资源气象三个领域全面发展，除了提供天气预报等公共服务之外，还要进行空中水资源、太阳能等与气象相关的研究。而近期国内外极端天气气候事件频发、强降雨等气象纪录屡被打破、气候系统变暖仍在持续的种种情况，再度警示我们要加强气候变化风险管理。

就让我们走进自然气象，在了解和亲近自然的同时，习得一身知识和本领，在风云变幻中淡然而立，游刃有余。

大气科学——匠意于心，风雨蕴胸中

■ 专业体验

不知你是否曾在某个傍晚突逢大雨被淋成“落汤鸡”，在机场候机被告知由于天气原因航班暂时无法起飞，在新闻里看见某个城市遭遇台风侵袭……俗话说“天有不测

风云”，而我们现代气象工作者的使命就是以慧眼识别风云变幻，掌握大气的科学奥秘，精准预测地球未来。

早在 3600 多年前，殷商甲骨文中就记载了风、霜、雨、雪、雾等天气现象，气候与

天气一直影响着农业生产、战争、航海等人类活动的方方面面,伴随着整个人类文明。经过几千年的发展,天气气候研究成为了一门系统科学,这就是大气科学。大气科学,顾名思义,就是研究“大气”的一门科学,是研究大气中发生的各种现象(包括人类活动对它的影响)及其演变规律,进而利用这些规律为人类服务的科学。

大气科学是地球科学的一个组成部分,属于自然科学。大气的各种现象及其变化过程,既可带来雨泽和瑞雪,造福人类;也可造成酷暑和严寒,甚至旱涝风雹等灾害,直接影响人类的生产生活和生命财产安全。而人类在生产生活的过程中,也不断地影响着自然环境。如何认识大气中的各种现象,如何及时而正确地预报未来的天气、气候,并对不利的天气、气候条件进行人工调节和防御,是人类自古以来一直不断探索的领域。随着科学技术和生产的迅速发展,大气科学在国民经济和社会生活中的巨大作用日益显著,其研究领域已经超出通常的气象学的范围。

大气科学专业要求学生具有大气科学等相关方面的基本理论、基本知识和基本技能,受到科学思维、科学实验和信息处理等方面的基本训练,掌握气象信息获取、分析及应用、天气预报、气候资源的分析与评价、短期气候预测的基本方法,具有进行大气科学基础或应用研究、理论分析、数据处理和计算机应用的基本技能。

学习大气科学,首先要先将理科的基础打牢,数学、物理、计算机等通识课程在入学之初便要开始学习。大二开始学习应用气象学、大气电学、大气物理学、大气化学、大气科学进展等专业课,还会到观测场实地学习如何使用各种仪器观测温、压、湿、风等气象要素,观测是预报的基础,先有“观云”,方可“测天”。接着开始学习天气气候发生发展的规律及预报技术,包括天气学原理与方法、天气学分析基础、数

值天气预报等课程。另外,天气预报的结果是否准确、误差如何减小,还需要数学、计算机知识与工具的帮忙,这时候之前打下的数理与计算机基础就发挥作用啦!

在学习过程中,我们发现各个学科的发展是相互联系、相辅相成的,卫星雷达观测技术的进步、计算机技术的发展、数据处理能力的提高和不同学科间的相互渗透不断地推动着大气科学的发展。

我们还有很多实习实践课程,包括天气会商与讨论、天气预报综合实习、临近和短时天气预报实习等。还会到全国各地的气象或相关行业部门进行实习实训,将所学的理论知识运用于实践。

学习大气科学之前,我们从未想过自然的韵律会被书写在一个个数学公式里,被镌刻在一行行计算机代码中。这,就是大气科学的魅力。走过冰川荒漠,经历风霜雨雪,我们用双眼和卫星雷达等仪器去观察这个变化万千的世界,用绘图推演与数理推导去探索天气与气候的演变规律,用统计分析来重现历史长河中的气候变迁,用数值模型来预测以后天气气候的发展变化……如果大家对大气科学感兴趣,不妨推开气象科学的大门,让我们一起来认真观察地球的万千变化,跨越时空,寻找气象变迁的终极奥秘。

■就业方向

大气科学专业的毕业生有着广阔的深造与就业前景,如果喜欢科研创新,可以选择有关气象、气候、大气物理、大气探测、大气环境、海洋的科研单位、高等院校继续深造或进行相关学科的教学、研发等工作;如果更喜欢实际的业务工作,可以选择到气象、民航、风电、水利、环境等政府部门、部队、企事业单位从事科技开发应用及管理工作;也可以去尝试一些与专业相关的职位,如数据分析、软件开发等领域都可以成为就业选择。

应用气象学——汇天地讯息，应生活百业

■ 专业体验

春风夏雨，秋收冬藏，岁岁如是，周而复始……人们或忙碌于春耕夏耘的农事，或陶醉于自然变化的诗情画意，感受着草木荣枯的自然万物与气候之间的联系，并据以安排自己的生产生活……

无论何时，气象对于人民的生产生活都有着非常重要的作用。对于古代农耕社会来说，如果遭遇干旱暴雨，或严寒霜冻，势必影响作物收成。今天，我们期待不再被“靠天吃饭”束缚，因此，如何利用科学手段总结气象演变规律，逐步形成完备的气象体系，并将气象知识用于指导生活百业，就成为我们重点研究的领域。

应用气象学原名农业气象学，与中国农耕文明的进程息息相关。时至今日，农业气象学仍然作为应用气象学中重要的研究方向，在积极开展农业气象服务，向各级党政机关、农业生产单位和个人提供精准的农业气象信息，为制定趋利避害、防灾减灾救灾的各项决策提供科学依据做出贡献。随着经济社会的发展和需求，应用气象学将气象学的原理、方法和成果应用于农业、工业、水利、交通、能源、军事、健康、生态环境、公共事业等各个方面，是多学科交叉融合、与国计民生息息相关的大气科学分支，而航空气象、城市气象、产业工程气象、生态气象、智慧气象等新兴研究方向也陆续被纳入应用气象学特色课程，专业内涵得到深化和拓展。

应用气象学要求学生具有良好的科学素养和坚实的大气科学、生物科学和环境科学等方面的基础，掌握气象信息服务系统研制与运用、气候资源开发与利用、产业工程的适用气象技术研究、气象防灾减灾对策与技术研究、生态环境调控以及解决气象学在有关领域中应用问题等方面的基本能力，具有较强的知识更新能力和较广泛的科学适应能力。

应用气象学专业的核心课程不仅包括大气物理学、大气探测学、天气学这些基础的气象学原理学科，也涉及可应用方向的农业气象学、城市气象学、气候资源学等，以及一些将气象数据可视化的科技手段，例如遥感原理与应用、地理信息系统、信息图形统计等，以便更好地将气象“应用”起来。我们除了课堂理论知识的学习之外，还需要培养很强的动手能力，如利用实验室检验分析土壤成分，或在田间地头观察作物长势，探究各气象条件对于作物的生长发育影响的程度等。

世间万物都有其自然规律可遵循，而在全球气候变化的大背景下，气象灾害频发，我们能做的不仅要掌握气象变化的规律和发展趋势，更要通过调控手段，顺应自然，趋利避害，进而保障人民群众生产生活的正常进行。这就是应用气象学专业的职责所在。

■ 就业方向

应用气象学专业毕业生可以在气象、农业、生态、环保、航空、能源、国防、防灾减灾等领域从事气象及生态环境监测调控、信息分析处理、资源开发利用和防灾减灾等方面的教学、科研和业务工作。



■专业体验

纵观人类的历史,地震、泥石流、台风、寒潮、海啸等自然灾害时有发生,给人民生命财产和生产生活造成严重损失。不知你是否曾幻想过成为一名“预言家”,预知灾害发生,降低社会风险。

防灾减灾科学与工程是2019年我国高校设置的本科新专业,是应国家所需而成立的,能够分析各种灾害,成立防灾预估监测系统,做到提前预警预报,降低社会经济、人员的伤亡损失。这一专业主要培养能在极端天气预警、极端天气次生灾害处理、雷电科学与防护工程、空间天气灾害与预报等各相关领域从事勘察、设计、施工、管理等工作的应用型、复合型工程技术人才。

防灾减灾科学与工程专业涉及了气象领域的各个方面,主要研究重大自然灾害形成机理和理论体系、衍生灾害的探测、预警和减灾,构建自然灾害风险数据库和风险信息服务平台,以及相关仪器装备的产业化。比如,森林防火智能灾害视频监控系统,通过智能化设备进行自动扫描、识别、报警与反馈,再经过平台服务器进行火点定位、火情推演、应急指挥和灾后评估等一系列措施。相似的操作系统还有台风灾害监测系统、综合闪电预警与监测网等。

也许你会觉得觉得防灾减灾科学与工程专业的内容很多也很复杂,有些难以理解。但通过学习,你会发现自己如同开启了新世界的大门,一切都变得新奇有趣了。

这一专业的课程很多,可以说学习任务很重。比如入门的基础课程有模拟电路、工程力学、电磁学、雷达气象学、太阳物理学、大气物理学、流体力学等。应用课程有建筑防雷技术、雷电探测技术、气象灾害风险评估、气象灾害防御能力评估、气象衍生灾害预报机制、空间天气灾



害预警与防护等。除了专业知识的学习外,也离不开各种实践活动。气象观测基地可以说是教室以外的第二个学习重地,场中可观测的项目包括温度、湿度、气压、风力风向等常规项目以及气溶胶浓度、云高、含水量等科研项目。学校也有供专项研究的各类实验室,比如气溶胶与云降水重点实验室、雷达卫星大气遥感信息与信息处理实验室等,能够满足各个方面的实践需求。

如果你对“地球守护者”的身份感兴趣,不妨踏入这个新专业,探索新领域,做一位灾害“预言家”吧。

■就业方向

作为应社会需求而新生的专业,防灾减灾科学与工程专业的毕业生有着多种选择。想要继续深造,可以选择一些开设气象类相关学科方向的高校,如北京师范大学减灾与应急管理学院等;如果想要直接进入社会工作,可以选择地质、气象、交通、铁路、电力、水利、石化、移动、矿产等相关部门内的防灾减灾部门、应急管理部等,以及防灾减灾科研机构或公司等。其他相关领域也可以尝试,毕竟防灾减灾科学与工程专业所学习的是综合性知识,可应用于多个领域。



在生活中多一份机警，构筑诈骗“防火墙”

近年来，以侵财为目的的各种诈骗违法犯罪活动频发，诈骗手段不断翻新，让人防不胜防。而受骗群众的范围也越来越广，青少年被诈骗侵害的案例时有发生，反诈骗意识亟需全面覆盖青少年群体和家长，以提升安全防范意识，构筑诈骗“防火墙”。

【案例 1】

“警察叔叔，我被人骗了……”11岁的小罗跟随家长来到辖区派出所报案，讲述了自己的受骗经历。

3天前，小罗正用家长的手机与人聊天，突然在一个QQ群里看到给游戏充值300元返1000元的广告，上面还有联系人的QQ号。好奇的小罗添加对方为好友，她知道家长的支付密码，便根据对方要求通过扫码的方式向对方转账300元。然而，当她把转账截图发给对方后，却没有得到1000元的返利。不想继续参与活动的小罗立即要求退款，并按对方的指引添加“财务人员”为好友。随后，这位“财务人员”要求小罗提供家长的支付软件账号，并表示需要通过贷款验证信用度，这样才能返款300元。因担心被父母责骂，同时为了拿回300元，小罗便一一照做，通过贷款软件分两次给对方转账18000元。本以为终于可以领回300元，没想到这个QQ群被立刻解散，小罗被对方拉黑，她这才恍然大悟——自己被骗了。小罗将被骗经历告诉了父母，并向公安机关报案。

【案例 2】

2021年5月7日，广东省中山市南朗公安分局接到中学生小静的报案，称自己被红包返利诈骗60029.01元。这是怎么回事呢？

原来，小静在使用妈妈的手机做作业的间隙刷短视频，突然被陌生好友拉进“接招吧前辈群”。她进群后看到很多网友发收到返利8888元的截图，群主也发出操作返利的步骤指引。小静心动了，也想参与返利活动。紧接着，“订单专员”添加小静为好友，开始了诱导：先是要求核对身份信息，随后发送收款二维码，让小静用母亲的手机扫



码支付 30.01 元。对方表示要连续支付 3 次才能核实身份,小静觉得不可信,便删除对方。不料对方附加留言:“如果删了我,我现在就联系当地派出所找你父母。”小静害怕了,重新加回该“好友”。对方又说:“不按我说的操作,就冻结你妈妈的微信账号和银行账户。”于是,小静只能按照对方的要求不断转账,对方还提出额外赠送明星签名照等不断诱导转账,小静共被骗 60029.01 元。

在这两个案例中我们发现,被告人瞄准的作案对象大多是涉世不深、防范意识比较弱的未成年人群体,他们利用受害者的好奇、猎奇心理,通过快速返还购物本金和“福利”获取受害人的信任,以转账多少金额便可获得双倍或多倍收益为诱饵,诱导受害者转账,甚至以要转账满多少笔才能获得约定返利的套路来诈骗更多钱财,或者以系统故障、账户冻结等理由持续诱导汇款,一旦骗到钱财就玩起失联或将被害人拉黑的惯用套路。

天下没有免费的午餐,请勿被所谓的“返利”诱惑。广大网民,特别是未成年人,一定要提高自我防范意识,不轻信一切带有营销性质的内容,不轻易向陌生人转账、汇款。如果发现被骗,应立即报警。当然,也存在不少未成年人偷拿家长的手机进行转账、汇款的情况,因此对家长而言,应及时将手机收回保管好,同时对自己的银行卡、微信、支付宝等支付密码做好加密工作。

反诈小贴士:

1.“96110”来电一定要接听

“96110”是全国反诈中心统一预警专号。2020 年,96110 反诈预警专号累计防止 970 万名群众被骗。接到“96110”打来的电话,说明你或家人正在遭遇电信诈骗,或属于易受骗高危人群。

2.牢记“三不一多”原则

国家反诈中心提醒:未知链接不点击,陌生来电不轻信,个人信息不透露,转账汇款多核实。

诈骗手法出新,警方给你支招

骗招 1:给手机用户发送“我是xx省公证处的公证员xx,恭喜你的手机或电话号码在xx抽奖活动中得了特等奖,奖品是小轿车一辆”之类的短信。

支招:请不要回复,更不要相信天上掉下的这个大奖。

骗招 2:“您好!您的朋友为您点播了一首歌曲,以此表达他对您的思念和祝福,请您拨打xxxx收听。”

支招:不要回拨收听,否则你的话费余额会直线下降。

骗招 3:“我在外地出差,我的手机快没话费了,麻烦你帮我买张充值卡,再用短信告知卡号与密码。”

支招:一定要核对对方的真实身份,不要因为心急帮朋友而误中骗子的圈套。

骗招 4:“低值充值卡出售,本公司与电信


制卡部门联合推出移动、联通手机卡充值,低价促销,诚招各地代理经销商。”

支招:请不要被低价与利润所诱惑,最好向移动、联通的官方客户服务中心咨询。

骗招 5:用语音电话冒充当地公检法工作人员,声称你有一张法院传票未领取,逾期不领法院将强制执行,有重大刑事案件、重大贩毒案件、走私案件等需要协助调查,或称因银行账户涉嫌洗钱、诈骗等犯罪,要求你提供有关个人信息,或将银行存款转至检方的安全账户等。语音播放最后提示按“9”(或其他键)转至人工服务。

支招:此类均为诈骗电话。正规单位工作人员不会电话询问当事人的银行卡、身份证号等个人隐私信息,更不会使用录音电话形式联系当事人。

(飞鱼)



摆脱精神内耗，让自己告别“心累”

○马雁林

生活中，最好的状态是什么？就是全神贯注地专注在你当前正在做的事情，不论是学习、工作、思考，还是娱乐。但对于有些人来说，这种状态是一种奢侈。不管什么时候，他们的脑子总是在处理大量的信息，没有办法专注或者放空。这就导致了他们特别容易“心累”，也就是所谓“精神内耗”。

心理名片

什么是精神内耗？

想集中精力学习，脑子里却总是不由自主地涌起各种杂念和烦恼，让自己分心；遇到一点小事也会翻来覆去想很多，严重时甚至会影响睡眠；存在选择困难症，特别不喜欢作出选择，总会反反复复地思索、权衡各个选项，耗费大量精力……

在其他人的看来，这类人脑子转得快，想问题也很全面，但只有他们自己知道，这种感觉其实非常痛苦。他们不得不把大量的脑力和精力用在应对脑海里不自觉产生的想法上，于是每天几乎都处于一种满负荷运转的状态，也特别容易感到疲惫不堪。尤其是遇到需要作出决策、采取行动的时候，这种现象更严重。比如，正常人可能有80%的精力用在行动上，但他们只有40%的精力可以用，其余的精力用来和“胡思乱想”作斗争。所以，这类人的一大特征就是：总是想很多，经常困在自己的思绪里，真正落实的行动非常少。

心理学上把这种现象叫“过度思虑(overthinking)”，它还有一个更为常见的名字，叫“精神内耗”。

精神内耗现象因何存在？

因素一是过度活跃的 DMN。

大脑在我们什么都不干的情况下也是运转着的，此时大脑的运转模式叫“默认模式网络”(Default Mode Network，简称 DMN)。DMN 的作用就是对大脑后台零碎的信息进行梳理，把一些可能被遗忘的信息进行重新激活。用计算机术语来说，就是在对大脑进行“索引”，所以哪怕我们什么都不做，大脑也是在持续耗能的，大约保持在日常耗能的 20% 左右。

而 DMN 比较活跃的人，长时记忆能力、想象力、创造力等往往会比一般人强，因此整理信息的效率更高，效果也更好。那么问题来了：DMN 涉及的脑区和负责自我与他人及情感判断的脑区是高度重叠的。也就是说，DMN 活跃的人会更容易考虑到别人的感受，以及注意到不好的地方，这给了他们一种很大的优势——共情能力更强。但反过来，这也带来了巨大的精神内耗。

一方面，DMN 的过度活跃使得他们在专注工作时不易集中注意力，因为 DMN 会不断争夺注意力资源，源源不断地把记忆里各种负面的想法输送过来。从某种程度上来说，这确实有助于解决问题或者未雨绸缪。因此，这类人很少会出现考虑不周的情况，思考问题往往会很全面。但也正因为如此，导致他们想得更多，做得少。

为什么呢？因为我们的大脑存在损失厌恶的情况。面对相同的收益和损失，我们对后者的厌恶程度大约是前者的两倍。简单来说，当一个选择对我们而言是 70% 有利、30% 不利时，我们才可能倾向于去行动。同样，出于损失厌恶，我们的大脑在加工各种信息时也有一个功能——威胁识别，它就像一个雷达，不断扫描周围一切事物所可能存在的威胁，让自己保持安全。

威胁识别的特征是会夸大和凸显一个事物中那些可能存在威胁的细节，忽视那些安全

的、正常的细节，从而让我们看不到事物的全貌。比如，假设一个选择有 10 个因素，其中 5 个因素是有利的，5 个因素是不利的。如果你看到全貌，那么它就是 5:5，你选择行动与否都是合理的。但出于损失厌恶，我们可能会等到它变成 7:3 时，也就是 70% 对我们有利时，才会去行动。但这时由于威胁识别的作用，我们可能会更加容易关注到那 3 个不利因素。也就是说，损失厌恶和威胁识别的存在会蒙蔽我们的眼睛，使得我们看不到全貌并更关注不利的部分。那我们还可能去行动吗？显然不可能了——我们已经被它吓倒了。这就是因素二：由威胁识别所带来的恐惧。

大多数时候，阻挡我们的不是问题本身，而是我们对问题的恐惧。恐惧就像一道阴影投射在我们内心深处，越是止步不前，阴影越大。但这种恐惧是真实的吗？其实不是。这种恐惧的存在源于我们视野的片面，源于内心深处对损失和威胁的排斥。它是虚假的、不真实的，我们相当于是自己吓唬自己。

因此，精神内耗很严重的人其实是陷入了一个负面的怪圈：你遇到问题决定先审视一下再说，这种审视导致你过度夸大了它的威胁，从而形成恐惧；这种恐惧使你行动的意向进一步被削弱，你需要更多的精力跟它对抗才能采取行动，于是造成了拖延；而大多数问题在拖延之下往往会变得越来越糟，最终逼得你不得不去行动，于是你会感觉自己做了一个错误的决定。久而久之，这种感觉就会加重你的自我怀疑，削弱你的自信，使得你更加没有办法对抗恐惧，从而形成一个负面循环。

这个负面循环的结果是什么呢？当我们专注时，会有绞尽脑汁终于克服困难的感受，这是正向循环，会刺激我们的奖赏回路，获得愉悦感。但反过来，当我们被 DMN 主宰时，不但会分心，从而无法最大限度地绞尽脑汁克服困难，还会想起一系列负面的、不快的念头，让我们感受到自己的无能为力，甚至会威胁到个人存在

的价值感和意义感。

这就是精神内耗的问题所在：它不但会耗尽你的精力，降低你的行动力，让你感到疲惫不堪，还会降低你对生活的满意度和幸福感。

如何克服精神内耗？

掌控自己的想法

想一想当我们陷入精神内耗时发生了什么？我们被自己各种各样的负面想法包围，陷入对它们的对抗和搏斗中，从而令自己感到精疲力尽。那么，如何让自己完全不产生负面想法呢？很遗憾，这是无法实现的，因为 DMN 本来就是默认状态，它才是生活的常态。但我们可以把主导权掌握在自己手里，而不是任由 DMN 主导我们的思维。

1. 当我们产生负面想法时，接受它，并对它说：“我知道了，等有空了我会处理的，现在你退下吧。”

2. 专门用一个笔记本及时记下自己的负面想法。

3. 定期抽出一定的时间，打开笔记本一个个检视这些负面想法，逐条去问：它是真实的吗？它发生的可能性大吗？我有没有方法去应对？

4. 一旦想清楚上面这三个问题，就把它划掉，在旁边写下你能想到的、可以去行动的方法。

通过这种方式，你可以不断强化自己的主动性，让自己感受到：我是可以掌控我的想法的，我有能力这么做。那么，慢慢地，当你再产生负面想法时，就不会被它们所困，而是可以游刃有余地去处理好它们。



锻炼专注和感知能力

DMN 的本质是大脑的“信马由缰”。当我们不去刻意使用大脑，把注意力放在某个对象上时，DMN 就不会被激活。因此想要降低 DMN 的活跃性，你要做的就是锻炼自己把注意力保持在某个对象上的能力。

最常见的做法是正念。找一个舒适的位置，闭上眼睛，进行 10 秒左右的深呼吸，把注意力放在深呼吸上，不要去管脑海中来来回回的想法，也不要抑制它，持续约 10-15 分钟。多多练习这一方法，可以非常有效地强化你的注意力，提高对大脑的掌控能力。

注意力转换和饱和

我们工作的时候为什么会分心？关键的原因就是，我们手头所做的事情无法百分之百地吸引我们，我们的注意力不够饱和，产生了闲置的资源，这使得 DMN 被激活，使得注意力从外部转向内部以分配这些闲置资源。改善的方法就是：提高我们手头在做的事情对注意力的需求，从而让注意力达到饱和，这样就不会激活 DMN 了。

把行动变成默认模式

要克服精神内耗，最有效的做法是培养自己行动的习惯，有一个简单粗暴的原则就是：如果一件事情你想不到特别重要的不去做的原因，那么优先选择去做。很多时候，不去做有种种原因，可能是怕麻烦，可能是权衡得失，可能是害怕不确定性……但不去做，这些问题永远都不会得到解决，会一直残留在你的记忆里，随着 DMN 的激活而挤占你的认知资源。只有去行动了，把不确定变为确定，让它们得到处置，才能使其不再干扰你的思考。

同时，行动也是开启自己正向反馈循环的第一步。很多时候，只有你去行动了才会发现：原来我所恐惧的东西其实并没有那么可怕，先前对它的猜测、担忧和焦虑，很多都是不必要的。这就是你开始克服自我怀疑和恐惧的第一步，也是你摆脱精神内耗的开始。

别让自己成为他人的情绪垃圾桶



乐颖姐姐：

你好！一直以来，我心里都有一个结。我有一个好朋友，她总是把不顺心的事说给我听，很多时候都是毫无缘由的情绪发泄。我都只是静静地听，很少发表意见，如果一定要说点什么的话，我也会很小心地顺着她的意思说话，因为我怕一不小心说错了，会点燃她心中蓄势待发的火苗。但久而久之，我也被这种消极情绪影响，常常莫名其妙地情绪暴躁。我应该怎么做才能改变现状？

幻想家

幻想家：

从你的描述中可以感觉到，你在无形中成了你朋友负面情绪的垃圾桶，其实你完全可以不充当这个垃圾桶。也许你的潜意识里是想通过倾听在朋友那里获取自我价值，通过承接他人的抱怨来证明自己是有温度的、宽厚的、值得交往和信任的人。但是，在你还没有足够的能力去消化和处理这些之前，这并不是你必须要做的事情，最好的方法就是先帮助自己远离这些负面情绪和负能量的干扰。

其实，依照你朋友的性格，就算你不做她的垃圾桶，她也会找到其他人来做她的垃圾桶。很多时候，你的倾听和陪伴本身就是给了她最大最好的宽慰，而她也并没有期待你去解决她的烦恼和问题，只是把倾诉当成一种发泄方式罢了。会表达不满的人，内心往往是比较平衡的，容易受伤和被困扰的，反而是不懂得如何表达不满和发泄情绪的人。所以当你的朋友发泄负面情绪时，你可以回避或是找理由离开这个负面情绪的来源，这样可以避免自己受到伤害。

事实上，有情绪想要发泄，找亲人朋友倾诉没什么不对，毕竟亲人朋友就是相互陪伴、相互支持的。但凡事都讲究一个度，情绪本身代表着不同的能量，而那些反复抱怨的人在倾诉时释放着诸如怨恨、焦虑、恐惧、悲伤、无助、愤怒等能量。假如我们不及时觉察，这些低频能量就会被我们吸收，拉低自己的情绪能量。而当你总是在别人倾诉负面情绪时“收垃圾”，当超过那个度的时候，你就会崩溃，会被负面情绪环绕。

接受他人无尽的抱怨只有一个结果，就是救人不成反把自己也赔进去。

我们每个人都有自己的价值观，在与人相处时，我们不但要学着去尊重对方表达的方式和处理情绪的方式，同时也要照顾到自己的感受而不致能量被消耗。

乐颖

补足短板，还是经营优势

◎李欣忆

你对自己的性格、智力和能力等方面有着怎样的判断与定位呢？你是否明白自己是一个独一无二的个体，有擅长的领域，同时也存在着短板和缺点呢？你是否会为自己的短板郁闷、纠结、难过、自卑，也会为自己的独特开心、骄傲、愉悦、自信呢？你是否已经找到了自己的独特之处，并且尝试着让自己的潜能得到充分发展，从而诠释出自己最耀眼的光辉呢？

也许，瓦拉赫效应能够帮助你正确地对待自己的短板与特长。

瓦拉赫效应：找准最佳位置

“瓦拉赫效应”是以德国化学家、诺贝尔化学奖得主奥托·瓦拉赫命名的，其内容来自诺贝尔化学奖获得者瓦拉赫的传奇成才经历。

瓦拉赫在读中学时，父母希望他成为一名文学家。不料一个学期下来，教师为他写下了这样的评语：“瓦拉赫学习勤奋，但思想拘泥，文学创造力极弱。”

后来，父母又让瓦拉赫改学油画。可瓦拉赫毫无艺术天赋，对构图和调色等基本功缺乏理解力，校方给出的评语更是难以令人接受：“你在绘画艺术方面毫无可造就的余地。”

对此，瓦拉赫的父母都感到有些绝望了，幸好，他的化学老师认为他做事一丝不苟，具备做好化学实验应有的品格，建议他学习化学。

没想到的是，在化学领域，瓦拉赫智慧的火花一下被点着了，文学艺术的“不可造之才”一下子变成公认的化学方面的“前程远大的高才生”，二十二岁便获得了博士学位，最终荣获了诺贝尔化学奖。

瓦拉赫的成功，说明这样一个道理：每个人的智能发展都是不均衡的，都有智能的强项和弱点，一旦找到自己智能的最佳点，使智

能潜力得到充分的发展和发挥,便可在相应的领域内取得惊人的成绩。

俗话说:“骏马能历险,犁田不如牛;坚车能载重,渡河不如舟。”用好“瓦拉赫效应”,就是要善于扬长避短,客观、全面地了解自身或者他人的性格特点和特长短板,更要探寻潜力,选准发展方向,在适合发挥潜质的环境下快乐成长。

当然,“瓦拉赫效应”也不是让我们彻底放弃自己的短处,而是告诉我们,必须把有限的时间和精力放在最擅长的领域,这样才能获得最高的投入产出比。就像瓦拉赫的故事中,他若是把一生的精力都投入到文学或者艺术中,依然有可能获得成功,但是绝对达不到他在化学领域的崇高地位。

所以,我们只有在生活、学习、工作中找准最佳位置,充分发掘自身的潜能,才能让生命力量和聪明才智全部迸发出来。

说到“瓦拉赫效应”,就不得不提著名的“木桶原理”。

“木桶原理”是美国管理学家劳伦斯·彼得首先提出的。一个木桶能盛多少水,并不取决于最长的那块木板,而是取决于最短的那块木

板。因此,“木桶原理”也被称为“短板效应”。

乍一看,“瓦拉赫效应”似乎与“木桶原理”毫无关联,甚至背道而驰,两者之间存在不可调和的互相对立,因为同时补齐短板和经营优势,在现实的教育中几乎不可能实现,或者说实现成本过大、要求过高。

那么,到底哪个更重要呢?

其实,“瓦拉赫效应”和“木桶原理”并无矛盾,只是适用的场合不同。

“木桶原理”是一种管理学理论,多用于组织管理,侧重于组织中不可有某个部门或者环节处于短板的情况。比如,在篮球比赛中,一场实力相当的比赛的胜负往往取决于队伍中能力最小的那个队员的发挥。而“瓦拉赫效应”则适用于个人能力管理,侧重的是在个人发展中需要扬长避短,不要盲目花费大量精力弃长补短。

因此,如果用“木桶原理”来指导个人发展,在自己不擅长的领域耗费巨大精力,结果就是造就出一个看似无所不能实际上却无所专的所谓“通才”。而现代社会分工日益细化,真正需要的人才,应当是在某方面有特殊才能的“专才”。

实现自我价值的最佳途径

心理学家加德纳认为,智力是解决某一问题或创造某种产品的能力,它不是一种能力而是一组能力。人的智力是多元的,除了言语语言智能、数理逻辑智能两种基本的核心智力外,还有其他七种智力,它们分别是视觉/空间关系智能、音乐/节奏智能、身体运动智能、人际交往智能、自我认识智能、观察自然智能和存在智能。

多元智能中的各种智力不是以整合的方式存在,而是相对独立的,各自有着不同的发展规律并使用不同的符号系统。它们在每个人身上都或多或少地存在着,代表了每个人不同

的潜能。这些潜能只有在适当的情境中才能被充分发掘出来。

需要注意的是,因为每个人的智力都有独特的表现方式,每一种智力又有多种表现方式,所以我们很难找到一个适用于所有人的统一的评价标准,来评价一个人的聪明和成功与否。

瓦拉赫就有着与众不同的多元智能,如果用传统的智能理论来判断,他可能就是一个智商偏低的人,而用加德纳的多元智能理论来分析,他只不过是自身的九种智能组合的方式与众不同罢了。他的化学教师看到了这一差异,为他创造了有利于他在化学方面发展潜能的

环境，从而使他的相关智力组合而成的潜能得到了充分的发展和发挥。

日本经营之神松下幸之助曾说：“人生成功的诀窍在于经营自己的个性长处，经营长处能使自己的人生增值，否则，必将使自己的人生贬值。”奥运冠军取得的傲人成绩，同样向我们诠释了这个道理。我们必须承认，这个世界上真的存在“天赋”，再加上成长环境不同，每个人的优势和擅长方向必然有着天壤之别。

有很多事情，我们费了很大努力，也坚持了很长的时间，却发现自己内心深处根本就不认可，只不过是看似“必须做”而不得不做，或者因为接受了一些错误的信息，导致自己的以偏概全的认知所致。

毋庸置疑，每一个奥运会冠军都奋战在他们擅长的项目中，并且他们的内心，一定都对自己的项目与事业充满着近乎痴迷的热爱。所以，在我们的生活中，一定要遵循“选择你所爱的，爱你所选择的”这一原则，找准自己努力的方向，激发自己的斗志与激情，我们才能够充满昂扬向上的能量与生命力。

我们说，实现自我价值的最佳途径，莫过于做自己真正想做的事。如果问及那些事业上颇有收获的人，是什么造就了他们的成功和成就，很多人都会回答：“因为我热爱我的

事业。”

我们每个人都具有在某一方面或几方面的发展潜力，只要得到合适的教育和训练，相应智能水平都能得到发展。如果我们不能客观正确地评估自己，就无法找到适合自己的位置，还会因此而埋没了自己的才能。因此，我们在生活和学习中要勇于尝试和创新，激发潜在的智能，充分发展个性，将“全面发展”与“个性发展”有机地整合起来。

能够选择最适合自己的方向是幸运的，而做对了选择，热爱并坚持自己的选择，更是一种幸福。潜能大师安东尼·罗宾斯说过：“人生长期在考验我们的毅力，唯有那些能够坚持不懈的人才能得到最大的奖赏。”所以，在客观地评估自己之后，我们应该选择最适合自己的事情，并敢于坚持自己的想法，最终以此来指导自己的行动，点燃自己的内部驱动力。如果患得患失，三心二意，哪怕是天才，也将一事无成；只有持之以恒地坚持，聚沙成塔集腋成裘，才能获得成功。

生活中，我们只有方向明确，不断学习、成长，才能让自己具有独立思考、审时度势的能力；明白自己的优势，并且认真去调整、维护、建设自己的优势，成为一个敏锐的观察者、正确的判断者、迅速的行动者，才能在人生的最佳途径上成就自我。

