10个小众新颖的过渡句

01

**从来如此，便对吗？　　——鲁迅《狂人日记》**

　　【点拨】

　　可以适用在反面论证的过渡中。例如在论证“娱乐至死”的话题时，可以写：在资本与消费的驱动下，万物皆可娱乐化，精神与内涵日益不值一提，浅俗与庸媚反而横行泛滥。“虐星”综艺溺于娱乐，以明星的尴尬与狼狈为卖点，兜售恶趣味，毫无文化内涵。此种综艺或许能赢得一时的曝光，却难以经受时间的沉淀，最终也将被时代抛弃。

　　从来如此，便对吗？马尔库塞说：“当人类被剥夺了反思与沉痛的思考后，他们所剩无几。”越是被娱乐包围，越是要保持清醒与独立，在清醒中辨明是非，在独立中反思自身，做时代的观察者与提问者，方能自立立人。

02

**一星陨落，黯淡不了星空灿烂；一花凋零，荒芜不了整个春天。　——巴尔扎克**

　　【点拨】

苦难只是暂时的，我们的追求是星辰大海。这句话可以适用在“逆境”“苦难”等主题作文中。优秀引用可参考：巴尔扎克说过“不幸，是天才的进升阶梯，信徒的洗礼之水，弱者的无底深渊”。风雨过后，眼前会是鸥翔鱼游的天水一色；走出荆棘，前面就是铺满鲜花的康庄大道；登上山顶，脚下便是积翠如云的空蒙山色。在这个世界上，一星陨落，黯淡不了星空灿烂，一花凋零，荒芜不了整个春天。人生要尽全力度过每一关，不管遇到什么困难不可轻言放弃。

03

**生活是条沉船，但我们不要忘了在救生艇上高歌。　　——伏尔泰**

　　【点拨】

　　看似很丧的一句话，但又充满生之微弱的希望之光。可以适用在“逆境”“困难”等主题中，作为引出事例的过渡句。再暗的天空也是你抬头就能见到星星的美好夜晚，再坎坷的荆棘之路也能开出一片血路狂花。

04

**山川是不卷收的文章，日月为你掌灯伴读。　　——简媜**

　　【点拨】

　　出自简媜的《一口闲钟》，意思是世界是本书，你可以日夜兼程去读，建议适用在“读书”“求知”等话题中。山川之美，造化众神秀，是永远为那些懂他的人铺开的著作，他的文笔，他的构思，他的叙述，他的情感，都等着那些知己去解读，去欣赏，他不会吝啬的收起让人望而却步，他有着海纳百川的胸怀和巍峨壮丽的高度，而当你沉浸在其中之时，日月星辰都是你的良师益友，伴你一路同行，为你点亮明灯，指引方向，而这卷有灵性的天地之文将会和你共同见证你的一生，这就是古人所说的天地大同。

05

**我们不是这个尘世的永久房客，而是过路的旅客。　　——林语堂**

　　【点拨】

　　适用于“珍惜”“惜时”等主题。

比如，写“珍惜”主题时，可以这么用：一辈子活到九十岁，也不过是三万多天，因此，不要浪费时间，那是慢性自杀。好好活着，珍惜当下，才是最要紧的事情。毕竟，我们不是这个尘世的永久房客，而是过路的旅客。

06

**不驰于空想，不骛于虚声。　　——李大钊**

　　【点拨】

　　翻译为不能不切实际地空想而不付诸行动。更不能去追求一些虚幻的东西。可以适用在“实践”“实干”“知行合一”等主题上。领袖在2018年的新年贺词中就曾用到这句话，贺词提到：2018年是全面贯彻中共十九大精神的开局之年。中共十九大描绘了我国发展今后30多年的美好蓝图。九层之台，起于累土。要把这个蓝图变为现实，必须不驰于空想、不骛于虚声，一步一个脚印，踏踏实实干好工作。

07

**我看到那些岁月如何奔驰，挨过了冬季，便迎来了春天。　　——《瓦尔登湖》**

　　【点拨】**（鲜·素材公众号）**

　　可以适用在含有“变化”的作文中，比如写国家的发展、抗击疫情时都可以运用这句话。

例如：我看到那些岁月如何奔驰，挨过了冬季，便迎来了春天。尽管打赢这场新型冠状病毒肺炎疫情阻击战还困难重重，但是，有广大党员干部“我是党员，我先上”的请战承诺，有一线的科技、医务“勇士”们的不懈奋斗，有全体人民群众的共同努力，必将迎来“柳暗花明”。“我是党员，我先上”，是情怀，更是担当，唯有将自己的一切，包括生命都交给党和人民的人，在困难、危险面前才会说得出并做得到。

08

**即使没有月亮，心中也是一片皎洁。　　——路遥**

　　【点拨】

　　适用于不忘初心，坚守节操，英雄气节等主题。例如：生活并非总是被光亮围绕，有时甚至生出枝蔓的干扰，有出淤泥而不染之莲，也有中通外直、不蔓不枝之人。纵被众口交毁，王昌龄不弃玉壶冰心；世人皆喜荣华，而嵇康独以离之为快，即使没有月亮，他们的心中也是一片皎洁。以磊落光明之心灵为启航之帆，才能在茫茫不见前路的人生之海中乘风破浪。

9

**刺破平静水面的锐利冰峰，或许只是冰山一角。**

　 【点拨】

如果题目材料提供了某种社会现象，尤其是偏负面的现象，我们写作文要分析现象背后的本质，或者关联到类似的事件与现象，可以用这个句子。可以剖析现象之下的本质，阐释事件之后的原因。

10

**勇敢的人，不是不落泪的人，而是愿意含着泪继续奔跑的人。　　——董卿**

　　【点拨】

　　适用于“勇敢”、“坚强”等主题。比如，写“勇敢”时，可以这么用：古往今来，有多少件事不是因为有勇气才去做的？可能寥寥无几。小鸟飞过大海，它一定能飞过去吗？那必须要尝试。在尝试之前是需要勇气和胆量的。正如董卿说过：勇敢的人，不是不落泪的人，而是愿意含着泪继续奔跑的人。

8个百用不腻的过渡词

01

**谬哉斯言（鲜·素材公众号）**

“谬哉斯言”是“诚哉斯言”的反义词，意思是：这个说法（想法/看法）太错了。写议论文时，如果需要驳斥某种错误说法（想法/看法），就可以先提出来，然后再用“缪哉斯言”过渡，接着予以驳斥。

示例：女子无才就是德？缪哉斯言！女子通文识字，才华横溢，在当下大有用武之地。因此，女子也应该有才，女子有才才是德！

02

**妙哉斯言**

“妙哉斯言”是“诚哉斯言”的近义词，意思是：这个说法（想法/看法）太妙了。写议论文时，如果需要肯定某种说法（想法/看法），就可以先提出来，然后再用“妙哉斯言”过渡，接着予以剖析。

示例：天生我材必有用？妙哉斯言！人生在世，唯有相信自己，充满自信，才能行稳致远，做出让人惊叹的光辉业绩！

03

**揆诸现实**

意思是：根据现实状况来判断（推测），也可写作“揆诸当下”“揆之于当下”。写议论文时，一般用这个词语来联系现实。

示例：揆诸现实，不敬畏规则、肆意践踏规则的现象，依然屡见不鲜。

04

**无独有偶**

一般用在两个例子之间，也就是，前面举了一个例子，后面准备继续举例子，拓展和丰富内容，此时，就可以用“无独有偶”来过渡。

示例：无独有偶，《王者荣耀》等游戏向低龄化蔓延，也说明了同样的问题！

05

**放眼寰宇**

也可以写作“纵观世界”、“放眼全球”。写议论文时，如果需要拓展范围，也就是从一地一处的状况，写到全球风云动态，就可以用“放眼寰宇”来过渡。

示例：放眼寰宇，我们可以进一步感悟创新之剑的强大威力！

06

**自古洎今**

也可以写作“古往今来”、“回溯历史”、“翻开史册”，一般引出历史中的人物事例，是举例论证的标志。

示例：自古洎今，能成大事者，无不具备勤奋刻苦的优秀品质，且不说韦编三绝的孔子，闻鸡起舞的祖逖，凿壁偷光的匡衡，囊萤映雪的车胤，单就断齑画粥的范仲淹，其事迹就值得大书特书！

07

**君不见**

古诗歌里面经常出现的过渡词，比如，君不见，黄河之水天上来，奔流到海不复回。写议论文时，也可以用君不见来过渡，后来一般引出特别给力的例子，或者是想要着重强调的道理。

示例：君不见，地沟油事件还未平息，苏丹红的余波还在荡漾，孔雀石绿问题已经粉墨登场，让各国民众一时间揪心不已。

08

**究其本质（鲜·素材公众号）**

一般用在从现象到本质的剖析中，前面列举了现象，后面要开始剖析，指出事情的本质，就可以用“究其本质”来过渡。

示例：究其本质，还在于思想上麻痹大意，以为过往的小事件不足为患，因此没有引起重视，最终引发了大悲剧！

09

**物犹如此（人亦然）**

如果要从事物写到为人处世的道理，就可以用“物犹如此，人亦然”来过渡。这是一个非常好用的过渡词，写议论文不可错过！

示例：物犹如此，人亦然。作为新时代的中学生，我们应该学习松柏的坚韧品质，当冰霜来袭时，做到“挺且直”。

10

**综上所述**

类似的还有“总而言之”、“总之”，用于做出小结。也就是前面展开论述，后面要结尾，这时候，就可以用“综上所述”来过渡。

示例：综上所述，安全问题无小事，唯有防患于未然，才能消除隐患，确保公共安全。反之，则上述悲剧，可能还会上演。让我们一起谨记海恩法则，做到未雨绸缪，为消除公共安全隐患而不断努力吧！

高中作文素材：26部世界名著中最经典的100句话

**01**

**马尔克斯**

**《百年孤独》**

1. 过去都是假的，回忆是一条没有归途的路，以往的一切春天都无法复原，即使最狂热最坚贞的爱情，归根结底也不过是一种瞬息即逝的现实，唯有孤独永恒。

2. 生命中真正重要的不是你遭遇了什么，而是你记住了哪些事，又是如何铭记的。

3. 我们趋行在人生这个亘古的旅途，在坎坷中奔跑，在挫折里涅槃，忧愁缠满全身，痛苦飘洒一地。我们累，却无从止歇；我们苦，却无法回避。

4. 所有人都显得很寂寞，用自己的方式想尽办法排遣寂寞，事实上仍是延续自己的寂寞。寂寞是造化对群居者的诅咒，孤独才是寂寞的唯一出口。

5. 生命从来不曾离开过孤独而独立存在。无论是我们出生、我们成长、我们相爱还是我们成功失败，直到最后的最后，孤独犹如影子一样存在于生命一隅。

**02**

**雨果**

**《悲惨世界》**

6.   释放无限光明的是人心，制造无边黑暗的也是人心，光明和黑暗交织着，厮杀着，这就是我们为之眷恋而又万般无奈的人世间。

7. 我宁愿靠自己的力量，打开我的前途，而不愿求有力者垂青。

8. 没有被听见不是沉默的理由。

9. 世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的心灵。

10. 人，有了物质才能生存；人，有了理想才谈得上生活。

**《巴黎圣母院》**

11. 人的心只容得下一定程度的绝望，海绵已经吸够了水，即使大海从它上面流过，也不能再给它增添一滴水了。

12. 这是黄昏的太阳，我们却把它当成了黎明的曙光。

13. 一个独眼人和完全的瞎子比起来缺点更严重，因为他知道缺什么。

14.  爱就像一棵树，它自行生长，深深地扎根于我们的内心，甚至在我们心灵的废墟上也能继续茁壮成长。这种感情愈是盲目，就愈加顽强，这真不可思议。它在毫无道理的时候反倒是最最强烈。

15. 对于我们每个人来说，在我们的才智、我们的道德、我们的气质之间，存在着某种平衡，它们毫不间断地自行发展，除非生活遭到重大的变故才会中断。

**03**

**托尔斯泰**

**《安娜 • 卡列尼娜》**

16. 幸福的家庭有同样的幸福，而不幸的家庭则各有各的不幸。

17.  「水满则溢，月盈则亏」，这个世界从来只有更美，而没有最美。而最靠近完美的一刻，就是最容易走向相反的时刻。

18.  人都是为希望而活，因为有了希望，人才有生活的勇气。

19.  人们往往把欲望的满足看成幸福

20.  一个人只要能忘我和爱别人，他在心理上就不会失衡，他就是一个幸福的人和完美的人。

**《战争与和平》**

21.  每个人都会有缺陷，就像被上帝咬过的苹果，有的人缺陷比较大，正是因为上帝特别喜欢他的芬芳。

22.  没人对你说「不」的时候 你是长不大的。

23. 两个相爱的人不应该有隔阂，因为他们的敌人是整个世界，一旦他们产生隔阂，世界会立即将其征服。

**04**

**米兰 • 昆德拉**

**《生命中不能承受之轻》**

24. 从现在起，我开始谨慎地选择我的生活，我不再轻易让自己迷失在各种诱惑里。我心中已经听到来自远方的呼唤，再不需要回过头去关心身后的种种是非与议论。我已无暇顾及过去，我要向前走。

25. 令她反感的，远不是世界的丑陋，而是这个世界所戴的漂亮面具。

26. 表面是清晰明了的谎言，背后却是晦涩难懂的真相。

27. 人永远都无法知道自己该要什么，因为人只能活一次，既不能拿它跟前世相比，也不能在来生加以修正。没有任何方法可以检验哪种抉择是好的，因为不存在任何比较。一切都是马上经历，仅此一次，不能准备。

28.  压倒她的不是重，而是不能承受的生命之轻。

**05**

**莎士比亚**

**《哈姆雷特》**

29. 决心不过是记忆的奴隶，它会根据你的记忆随意更改。

30. 生存还是毁灭，这是个问题。

31. 成功的骗子，不必再以说谎为生，因为被骗的人已经成为他的拥护者，我再说什么也是枉然。

32. 凡事需多听但少言；聆听他人之意见，但保留自己之判断。

33. 当悲伤来临的时候，不是单个来的，而是成群结队的。

**《威尼斯商人》**

34. 外观往往和事物的本身完全不符，世人都容易为表面的装饰所欺骗。

35. 世间的很多事物，追求时候的兴致总要比享用时候的兴致浓烈。

**06**

**塞林格**

**《麦田守望者》**

36. 记住该记住的，忘记该忘记的。改变能改变的，接受不能改变的。

37. 一个不成熟男子的标志是他愿意为某种事业英勇地死去，一个成熟男子的标志是他愿意为某种事业卑贱地活着。

38. 我们确实活得艰难，一要承受种种外部的压力，更要面对自己内心的困惑。在苦苦挣扎中，如果有人向你投以理解的目光，你会感到一种生命的暖意，或许仅有短暂的一瞥，就足以使我感奋不已。

39. 你千万别跟任何人谈任何事情。你只要一谈起，就会想念起每一个人来。

40. 快乐要有悲伤作陪，雨过应该就有天晴。如果雨后还是雨，如果忧伤之后还是忧伤.请让我们从容面对这离别之后的离别。微笑地去寻找一个不可能出现的你。

**07**

**巴尔扎克**

**《高老头》**

41. 我们的心是一座宝库，一下子倒空了，就会破产。一个人把情感统统拿了出来，就像把钱统统花光了一样得不到人家原谅。

42. 难道你的人生你的幸福，真的在于装出你没有的身份，花费你担负不起的金钱，浪费你宝贵的求学时光，去见识那个社会吗？

**08**

**小仲马**

**《茶花女》**

43. 你们同情见不到阳光的瞎子，同情听不到大自然声响的聋子，同情不能用声音来表达自己思想的哑巴；但是，在一种虚假的所谓廉耻的借口下，你们却不愿意同情这种心灵上的瞎子，灵魂上的聋子和良心上的哑巴。

44. 我不够富，不能像我希望的那样爱你；我也不够穷，不能像你希望的那样被你爱。让我们彼此忘却 —— 你是忘却一个对你说来相当冷酷的姓名，我是忘却一种我供养不起的幸福。

45. 除了你的侮辱是你始终爱我的证据外，我似乎觉得你越是折磨我，等到你知道真相的那一天，我在你眼中也就会显得越加崇高。

46. 也许我活在你的心中，是最好的地方，在那里别人看不到我，没有人能鄙视我们的爱情。

47. 一个人心中没有爱情的时候可以满足于虚荣，但一旦有了爱情，虚荣就变得庸俗不堪了。

**09**

**大仲马**

**《基督山伯爵》**

48. 如果你渴望得到某样东西，你得让它自由，如果它回到你身边，它就是属于你的，如果它不会回来， 你就从未拥有过它。

49. 当你拼命想完成一件事的时候，你就不再是别人的对手，或者说得更确切一些，别人就不再是你的对手了，不管是谁，只要下了这个决心，他就会立刻觉得增添了无穷的力量，而他的视野也随之开阔了.

50. 你是不是因为太懦弱了，才这样以炫耀自己的痛苦来作为自己的骄傲？

51. 上帝给了人们有限的力量但却给了人们无限的欲望。

52. 幸福就是一双鞋合不合适只有自己一个人知道。

**10**

**艾米莉 • 勃朗特**

**《呼啸山庄》**

53. 爱他脚下的土地，头顶上的空气，他触摸过的每一件东西，他说过的每一句话，我爱他所有的神情，每一个动作，还有他整个人，他的全部。

54. 在我的生活中，他是我最强的思念。如果别的一切都毁灭了，而他还留下来，我就能继续活下去；如果别的一切都留下来，而他却给消灭了，这个世界对于我就将成为一个极陌生的地方。我不会像是它的一部分。

55. 如果你还在这个世界存在着，那么这个世界无论什么样对我都是有意义的，但如果你不在了，无论这个世界多么好，它在我眼里也只是一片荒漠，而我就像是一个孤魂野鬼。

**11**

**塞万提斯**

**《堂吉诃德》**

56. 没有时间磨不掉的记忆，没有死亡治不愈的伤痛。

57. 历史孕育了真理，他与时间抗衡，保存了人们的实践；他是往昔的见证，当今的教训，未来的借鉴。

**12**

**简 • 奥斯汀**

**《傲慢与偏见》**

58. 傲慢让别人无法来爱我，偏见让我无法去爱别人。

59. 骄傲多半不外乎我们对我们自己的估价，虚荣却牵涉到我们希望别人对我们的看法。

60. 将感情埋藏得太深有时是件坏事。如果一个女人掩饰了对自己所爱的男子的感情，她也许就失去了得到他的机会。

**13**

**罗曼 • 罗兰**

**《约翰 • 克利斯朵夫》**

61. 大部分人在二三十岁上就死去了，因为过了这个年龄，他们只是自己的影子，此后的余生则是在模仿自己中度过，日复一日，更机械，更装腔作势地重复他们在有生之年的所作所为，所思所想，所爱所恨。

62. 真正的光明决不是永没有黑暗的时间，只是永不被黑暗所掩蔽罢了。真正的英雄决不是永没有卑下的情操，只是永不被卑下的情操所屈服罢了。

**14**

**乔纳森 • 斯威夫特**

**《格列佛游记》**

63. 盲目可以使你增加勇气，因为你看不到什么危险。

64. 无论是谁，如以怨报德，就应该是人类的公敌，不知报恩的人，根本不配活在世上。

65. 如果一个品行端正的人因为无知而犯错误怎么也不会像那些存心贪污腐败的人那样给社会利益造成极大影响，也正因他们本事大、手段高，能够加倍地营私舞弊，同时还会巧妙地掩饰自己的腐败行径。

**15**

**丹尼尔 • 笛福**

**《鲁滨逊漂流记》**

66. 一个人只是呆呆地坐着，空想着自己所得不到的东西，是没有用的。

67. 我们老是感到缺乏什么东西而不满足，是因为我们对已经得到的东西缺少感激之情。

68. 非要亲眼看见更恶劣的环境，否则就无法理解原有环境的好处；非要落到山穷水尽的地步，否则就不懂得珍视自己原来享受到的东西。

69. 在不同的环境下，人的感情又怎样变幻无常啊！我们今天所爱的，往往是我们明天所恨的；我们今天所追求的，往往是我们明天所逃避的；我们今天所希冀的，往往是我们明天所害怕的，甚至会吓得胆战心惊。

70. 一个要教育别人的人，最有效的办法是首先教育好自己。

**16**

**海明威**

**《老人与海》**

71. 每一天都是一个新的日子。走运当然是好的，不过我情愿做到分毫不差。这样，运气来的时候，你就有所准备了。

72. 等待也是种信念，海的爱太深，时间太浅。

73. 现在不是去想缺少什么的时候，该想一想凭现有的东西你能做什么。

**《永别了武器》**

74. 生活总是让我们遍体鳞伤，但到后来，那些受伤的地方一定会变成我们最强壮的地方。

75. 男女之间虽然相爱，却时常想要单独静一下，而一分开，必然招来对方猜忌。

**17**

**夏洛蒂 • 勃朗特**

**《简爱》**

76. 我越是孤独，越是没有朋友，越是没有支持，我就得越尊重我自己。

77. 即使整个世界恨你，并且相信你很坏，只要你自己问心无愧，知道你是清白的，你就不会没有朋友。

78. 我无法控制自己的眼睛，忍不住要去看他，就像口干舌燥的人明知水里有毒却还要喝一样。我本来无意去爱他，我也曾努力的掐掉爱的萌芽，但当我又见到他时，心底的爱又复活了。

79. 在你未来的人生道路上，你常常会发现不由自主地被当作知己，去倾听你熟人的隐秘。你的高明之处不在于谈论你自己，而在于倾听别人谈论自己。

80. 我贫穷，卑微，不美丽，但当我们的灵魂穿过坟墓来到上帝面前时，我们都是平等的。

**18**

**萨克雷**

**《名利场》**

81. 人性的确如此，既轻信又爱怀疑，说它软弱它又很顽固，自己打不定主意，为别人做事却又很有决断。

82. 人生一世，总有些片断当时看着无关紧要，而事实上却牵动了大局。

83. 如果所有的人娶亲的时候都打细算盘，世界上的人口一定要大大的减少。

84. 浮名浮利，一切虚空！我们这些人里面谁是真正快活的？谁是称心如意的？就算当时遂了心愿，过后还不是照样不满意？

85. 一个人如果遭到大家嫌弃，多半是自己不好。

**19**

**莫泊桑**

**《羊脂球》**

86. 有时，我可能脆弱得一句话就泪流满面，有时，也发现自己咬着牙走了很长的路。

87. 生活不可能像你想象的那么好，但也不会像你想象的那么糟。人的脆弱和坚强都超乎自己的想象。

**20**

**高尔基**

**《童年》**

88. 世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被人忽视，而又最令人后悔的就是时间。

89. 欢乐和忧愁永远是相依相随的，它们不可分割地交织在一起。

90. 走你的路吧，摔倒了不要怨别人！

**21**

**普鲁斯特**

**《追忆似水年华》**

91. 当一个人不能拥有的时候，他唯一能做的便是不要忘记。

92. 生命只是一连串孤立的片刻，靠着回忆和幻想，许多意义浮现了，然后消失，消失之后又浮现。

93. 我终将遗忘梦境中的那些路径、山峦与田野，遗忘那些永远不能实现的梦。

94. 任何一样东西，你渴望拥有它，它就盛开。一旦你拥有它，它就凋谢。

95. 当岁月流逝，所有的东西都消失殆尽的时候，唯有空中飘荡的气味还恋恋不散，让往事历历在目。

**22**

**奥斯特洛夫斯基**

**《钢铁是怎样练成的》**

96. 人最宝贵的是生命，生命对人来说只有一次。人的一生应当这样度过：当他回首往事时，不会因为碌碌无为，虚度年华而悔恨，也不会因为为人卑劣，生活庸俗而愧疚。

97. 人应该支配习惯，而决不能让习惯支配人。

98. 钢是在烈火里燃烧、高度冷却中炼成的，因此它很坚固。我们这一代人也是在斗争中和艰苦考验中锻炼出来的，并且学会了在生活中从不灰心丧气。

99. 要抓紧时间赶快生活，因为一场莫名其妙的疾病，或者一个意外的悲惨事件，都会使生命中断。

100. 生活就是这样变幻莫测：一会儿是满天云雾，转眼间又出现灿烂的太阳。

惊艳阅卷老师 | 《奇葩说》经典句子大合集，你被哪句戳心了？

1.陈铭：完美是方向，而不是终点。【适用主题】奋斗、方向

2.陈铭：曾经的游牧民族逐草而居，今天的年轻人应该逐精彩而居。【适用主题】青春、理想

3.詹青云：那曾经使我悲伤过的一切，也是我最热爱过的一切。【适用主题】青春、热爱、理想

4.柏邦妮：善良是很珍贵的，但善良没有长出牙齿来，那就是懦弱。【适用主题】善良、辩证关系

5.颜如晶：我付出，我有喊停的权利；你索取，没有要求我继续的能力。【适用主题】情感、付出与索取

6.罗振宇：万物皆有裂痕，但那又怎样，裂缝是光照进来的地方啊。【适用主题】成长、乐观、奋斗

7.罗振宇：成长，就是你主观世界遇到客观世界之间的那条沟，你掉进去了，叫挫折；爬出来了，叫成长【适用主题】成长、挫折等主题。

8.邱晨：真正的暴击不是一瞬间的劈头盖脸的那种暴击。真正的暴击，是漫长的时间，一分一秒凌迟你的尊严。【适用主题】挫折“尊严

9.熊浩：微光会吸引微光，微光会照亮微光，然后一起发光，这种光才能把压榨的阴霾照亮。【适用主题】光明与黑暗、团结

10.马东：随着时间的流逝，我们终究会原谅那些曾经伤害过我们的人。蔡康永：那不是原谅，那是算了。【适用主题】宽恕、成长

11.柏邦妮：心里那么苦的人，要多少甜才能填满啊。马东：心里有很多苦的人，只要一丝甜就能填满。【适用主题】痛苦、失意、幸福

**经典金句**

**1.人生遇到瓶颈时，上进心是最大的煎熬。**——颜如晶

2. 自己没有努力，你输了可怕的不是后悔，最可怕的是我本可以的。 —— 肖骁

3. 没有能力就没有自由，自由不是选择的结果，而是能力的结果。——熊浩

4. 成长就是我们不再像小孩子一样任性，我们不再仅仅把喜欢和讨厌当作我们判断和选择一个事情的唯一标准。

——李思恒

5. 很多时候我们都鼓励自己说我们要做最真实的自己，但很多时候最真实的那个自己，往往是你最放肆，你也最瞧不起的那个自己。 ——肖骁

**6. 不合群，只是表面孤独。合群了，就是真的内心孤独。**——颜如晶

7. 没有人能够豁免于任何人的眼光，真正的接纳自己。——蔡康永

8. 自卑不是来自你的缺点，而来自你没有足以对抗的优点。—马薇薇

9. 生活可以忙忙碌碌随大流，思想可以偷偷摸摸求上进 。—— 薛兆丰

10. 人之所以迷茫，是因为他还没认命。等认命了，也就不再迷茫了。——黄执中

**11. 我们只是累了，后来就算了。**——蔡康永

12. 善良是很珍贵的，但善良没有长出牙齿来，那就是软弱。 ——柏邦妮

13. 世界上有好多事情，它不是及时得到回报的。不是我扔了硬币，现在就会掉下来。——黄执中

14. 被误解是表达者的宿命，不随意误解是聆听者的本分。——杨奇函

15. 活这个字，是三点水旁的，它是流动的。什么叫活着，就是你还会变化。——马东**16. 你以为我心中没有远方？不是，我缺的是去远方的那张车票。** ——李思恒

17. 这个世界上，你不会是独一无二的那颗星，一定有人跟你相似的。——黄执中

18. 每一个草包，都有推倒世界的梦，却只有被世界推倒的命。——姜思达

19. 奋斗，有时候只是苟且的一种包装。——马东

20. 生活绝不会因为你胆小怯懦而饶过你。——高晓松

21. 爱因有差别而厚重。——陈铭

**22. 我们对努力看得太轻了，我们不够努力。 —— 薛兆丰**

23. 什么是教育成果？当你完成教育过程，把所学的全忘了的时候，剩下的就是教育成果。——马东

24. 父母是孩子前半生唯一的观众，孩子是父母后半生唯一的观众。——颜如晶

25. 美好的事物不是没有裂痕，而是满是伤痕，却没有崩开。——黄执中

26. 没有自己的人，存在感只仰赖于别人的回应。 ——李林

**27. 你知道年轻的最大好处是什么吗?尽管我们此时不如意，但是我们还有机会。**——马东

28. 我们的生命是由一段一段完全不同的生命体验连接而成的。 ——陈铭

29. 奋斗不一定成功，但是不奋斗真的好舒服。——马东

30. 人要有归零的精神，空的杯子才能装水，每隔几年就全面的归零，这样活着才更有意义。——马东31. 世事洞明，却不以事故待人。——马东

**32. 轻视时间，最终总会被时间碾压。——蔡康永**

33. 我们每个人都像陨石，即便终将陨落，也请我们尽情燃烧。——肖骁

34. 世界上有一个我，世界上有一个你，我们把彼此都打破，加了水，加了泥和在一起，重塑一个我，重塑一个你，从此你泥中有我，我泥中有了你。——马薇薇

35. 万不要以为疲惫生活和英雄梦想之间，只隔着一夜暴富的距离。——詹青云

**36. 你说这叫做成熟，我说，这叫做死了。如果一个人没有了好奇心，他虽生犹死。**——黄执中

37. 一件坏事，最糟糕的，不是被做成了，而是它居然取得了好事的名义；一个坏蛋，最糟糕的，不是他打败了好人，而是他居然自居为好人。——黄执中

38.使唐僧成为唐僧的，不是经书，是那条取经的路。——詹青云

39. 一旦你从心里接纳了自己的弱点，就再也没有人可以用这个事情伤害你。——庞颖

40.要自由的人，其实要担最大的责任，选别人少走的路的人，要背负最沉重的枷锁，从来就没有不需要抵抗重力的飞翔。 ——马薇薇

41.一个社会对讲话的质量要求越高，有权利讲话的人就越少。——储殷

42.对有的人来讲，生活就是奥运会，我们生下来就长在跑道上，一生都要全力奔跑。——傅首尔

43.我们这个时代的年轻人，太多人愿意跟自己说我值得，太少人会跟自己说我不配。我觉得精致穷最大的错就是错在懦弱，我们总是有跟自己说我值得的决心，却没有跟自己说我不配的勇气。——傅首尔

44.艺术的价值很多时候就是构建出来的，艺术的价值不是只存在于那个创造这个艺术的人。它属于那些一代一代凝视过仰望过保护过这个艺术的人。——詹青云

45.随着你对世界的认知越高，你听到的哭声越遥远。——黄执中

艺术是怎么发挥作用的，艺术是因为我们人类知道，生命如此脆弱而渺小，所以我们想要呼唤，我们有没有不朽的可能。——蔡康永

46.每一门必修课，其实都是一颗种子，这颗种子埋下去，生根发芽的时候，我们就会收获成长的果实，而这枚果实，他的名字叫做常识。——席瑞

47.社会要鼓励人做好事，从来不是靠告诉每个人，做每件好事都会有物质回报，而是恰恰告诉每个人，人间的回报不是只有物质，有的东西也许没有价格，但却依然有价值。——詹青云

48.很多人觉得你是谁决定了你将会做什么，事实上刚好相反，是你决定做什么，你做了什么，反过来最后定义了你是谁。——薛兆丰

49.教育的初心不可以为高考让步，成长的规律不可以向分数低头。——胡雯媛

50.高考远不及学习这件事情重要，高考是一时的，而学习是终身的。学习的真谛就是要面对问题而不是逃避问题。——蔡康永

51.我们习惯了对于父母的垄断，所以我们学不会爱人。在我们的眼里面，以为被爱才是幸福的。但其实，爱与被爱，同样令人成长，同样都会幸福。——席瑞

52.只有当我不把我妈当成是一个超人去崇拜，我才能够把她当成一个平凡的母亲去爱。妈妈是超人，对妈妈来说不是一句赞美，而是一句捧杀。它把妈妈捧上了超人的神坛，杀死的是我们这些做孩子对妈妈身为一个平凡人却如此不凡的敬畏。——肖骁

53.所有规则的改变都是例外，但是改变规则也需要规则。如果仅仅因为有意外就变改规则，规则最后一文不值，因为人人都有例外。——储殷

54.我们没有伟大，因为时代不需要我们伟大。我们终于平凡，因为爱我们的人希望我们平凡。——邱晨

55.人的一生很短，有一些高山我们永远无法企及，那就远远看看也行。——邱晨

56.微光会吸引微光，微光会照亮微光，然后一起发光，这种光才能把压榨的阴霾照亮。——熊浩

57.尊重别人的心意，才是最重要的心意。——庞颖

58.不是只有践行正义才显得崇高，呼吁正义有时候同样需要勇气和代价。——席瑞

59.一个人只有温暖纯良了，才有资格谈论爱与自由。否则自由，多少罪恶假汝之名。——陈铭

60.成长是什么？成长就是我们不再像小孩子一样任性，我们不再仅仅把喜欢和讨厌当作我们判断和选择一个事情的唯一标准。——李思恒

61.你拿诗和远方和苟且斗，你永远斗不赢的。因为苟且有一万种需求，一万种痛苦，而诗和远方只有一种快乐。——高晓松

62.你不一定要做你最喜欢的一件事，可是呢，你要去做你能够学到东西的事，因为学习是快乐的。——蔡康永

63.一句话如果噪声很大，不是好话，因为它会影响意思的表达。——陈铭

64.努力是我们人生中最后一张底牌，是所有失败的借口。也是我们人生中最大的一张王牌，我们要留给最珍惜的人和事。——邱晨

65.你不用担心你现在做的事情，是配不上努力这个词的，人要有成长的心态，你所做的事情的价值和意义可以被你的努力所改变。——邱晨

66.知识共享不是推开窗户，是让我们把每个世界的门打开，我们会走到一个又一个的五彩斑斓的平行世界当中去。——陈铭

67.人生如果希望每一秒都快乐，最后那个快乐就会没有意义。——蔡康永

68.爱没了，你看什么都丑；只要爱还在，任何礼物都有美的部分。——陈铭

69.用心的礼物才是礼物，不用心的礼物都是任务。——肖骁

70.为什么说死亡是对生命最精准的教育？是因为死亡不跟我们讨价还价，它一视同仁，只有如此，我们才可以放下内心的偏见和傲慢，放下内心自以为是的那点漫不经心。——邱晨

71.我们的生命是由一段一段完全不同的生命体验连接而成的。——陈铭

72.我们宁愿拿着那些遥远在天边的人当自己的偶像和榜样，却不愿意学习尊敬和欣赏那些我们身边取得进步和成就的人。这是我们的问题。——邱晨

73.你可以一天整成范冰冰，但你不能一天读成林徽因。——姜思达

74.要自由的人，其实要担最大的责任，选别人少走的路的人，要背负最沉重的枷锁，从来就没有不需要重力的飞行。——马薇薇

75.很多时候我们都鼓励自己说我们要做最真实的自己，但很多时候最真实的那个自己，往往是你最放肆、你也最瞧不起的那个自己。——肖骁

76.恐惧风险，就不应该追求成功。如果志在山野，就不要追求庙堂之高。如果追求庙堂之高，就不要在乎权术险恶。——马薇薇

77.使唐僧成为唐僧的，不是经书，是那条取经的路。——詹青云

1.

所有的缝隙都是光照进来的方向

2.

生活要有些期盼，才能过得有意思

3.

要么庸俗，要么孤独。

——叔本华

4.

相逢的人会再相逢。

——村上春树

——北岛《结局或开始·献给遇罗克》

6.

山行野宿，孤身万里。

——张枣

7.

一如既往，万事胜意。

——电视剧《你好，旧时光》。

8.

既往不恋，当下不杂，未来不乱

9.

吹不出褶的平静日子 也在闪光

10.

做你自己，因为别人都有人做了。

——王尔德

11.

人生就是场体验，请尽兴

12.

你要有言笑晏晏，也要懂得无边枯寒。

13.

对于所有热爱的事物，都要不遗余力。

14.

人生不能太过圆满，求而不得未必是遗憾。

——陈粒《自渡》

15.

永怀善意，澄澈明朗。

16.

走得足够远，你就会遇上你自己。

——大卫·米切尔

17.

来日方长，我们最高处见。

18.

好事总会发生再下个转弯

19.

不负光阴不负自己，不负被爱不负所爱

20

人生总有尽头，别等太久， 时间不够。

21.

成为可以照亮这个世界的大人吧

22.

但愿这漫长渺小的人生不负你每个光辉时分。

23.

你要去的地方，四野细雨春芒。

24.

活着就是，一个个无可替代的日子的累积。

25.

希望好的心情每天都能照常营业

25.

愿此时平淡，若彼时灿烂。

27.

诗酒趁年华

28.

把普通的生活过得浪漫一点

29.

所幸仍有光。

30.

总会相逢的，就像山川河流，万河归海

31.

人生总有不期而遇的温暖和生生不息的希望。

32.

心怀浪漫宇宙，也珍惜人间日常。

在苦痛中成为温柔的堂吉诃德

文／白夜

“宁可睡在不舒服的床上当自由人，也不睡在舒服的床上当不自由人。”——杰克·凯鲁亚克《达摩流浪者》

生夫天地逆旅，每个个体终其一生求索， 试图以秩序性载体锚定自身于层叠时空中的位置，以求自身意义性不朽。但世事往往不遂人意，苦痛的乱流成为张牙舞爪的不速之客，似要以其反定位的特性缔造泥潭，将渺小的个体永恒囚于塔耳塔洛斯之狱。痛苦浪潮的铺天盖地固然令人恐惧，但是，当苦痛临身之时，个体的存在性意义也便随之坍缩，模糊虚幻的个体意义性质符号在痛苦的洗练中逐渐成为具象化的、特殊性的人性本身。

泰戈尔说过：“人世间人性因痛苦的崇高而变得崇高，它用泪水举行灌顶大礼。”这句话可以说是切中了肯綮。经历苦痛之磨砺的人生永远不会虚无，以肉掌走过荆棘之路的个体永远不会丧失自己或者异化为无物之物。在这一境况下， 抗争是将无物转化为有物的关键，也是区别英雄与懦夫的分野。面朝苦痛的荒诞性根源，个体的反抗或许只是徒劳，但这反抗的过程正是自我精神升华的过程，其本身，就代表了人格的尊严。

故而，在我看来，痛苦带来的崇高本身，实质上是其对于个体人格潜力的赋予与激发作用。从视角来说，痛苦本身的存在应当更高于当前的叙事域，它以“空”的特性超越了个体存在的境界，得以从本我的灵魂深处对真我施加影响。这就是痛苦对于本心的回归属性，映射的是世界存在背后的本来模样。就自我而言，苦痛代表了今生存在的意义与价值，是鞭策个体以虚怀容纳万物的根源性动力。摩西在西奈山上枯坐了四十天，带着铭刻自我意义的石板下山；耶稣在旷野中经受了魔鬼四十天的蛊惑，让圣灵之意充满身为凡人的躯体；贾菲于孤凉山沉默了六十三天，微笑顿悟，回转人世间。在心灵的熬煎之后，个体以苦痛而欢欣的泪水洗礼己身，最终达成返璞归真、圆满无缺的理想境界。这是让人叹服的充实生活，这是让人叹服的伟大光辉。

“世界吻我以痛，我却报之以歌”，既然世界以苦痛的荆棘之冠为我们孤独的征途加冕，那么我们不妨甩掉忧郁与悲观的藩篱，以禅式的理想主义发自内心地去认识这个纷繁的世界，以坚忍的英雄主义承担自身对于这个世界的责任，以孤勇的荒诞主义保持内心的独立与自由，使自我于天地间的旅程更为贴合真正的精神意义。

“涅槃就是挥来挥去的爪子”，所以，就让我们于痛苦中分享爱与安宁，让我们于磨难中奉献祈祷与真诚；让我们所经受的痛苦成为自身的宝藏，让我们曾流下的血泪闪烁玛瑙石般的光辉。最后，请以堂吉诃德的名义，沿荆棘之路独行，相信风尘仆仆的我们终会见到乞力马扎罗的雪顶，终会见到“罗斯湖在散开的雾中现身，倒映着玫瑰色的漫漶天光”。

【反方】树上的男爵

文／白夜

“我是一个没有过去和未来的人。我做的所有事情，就是想找到我和这个世界的联系。”——张起灵

尊敬的各位评委、各位辩手：

大家好！

我方的观点为“我不会选择一直留在象牙塔中”。

在我看来，若是象牙塔要维持“纯净”的性质，那么其必然具有双向不流通性，即内部与外部的信息性隔绝。而在这个看似家庭关系与社会传统逐步失去个人借鉴意义的当下，意图遁入象牙塔的行为不过是想以冷静理性之光冷却灵魂过度热忱之火的无奈之举。这自然可以理解。但是，短期内遁入象牙塔的可行性与实用性并不代表一直停留于象牙塔以至于将象牙塔视作灵魂栖息地的想法也切实可行。

正方辩友说：“社会生活太过纷杂，因而一直留于象牙塔是更好的选择。”其实不然。不屑于社会安排坐标而去寻求别处可能性的出发点固然无可厚非，但是，当这种期望变质为对于社会生活毫无理由的批判，进而引发个人与社会完全决裂、妄图遁入永恒的象牙塔时，便是虚无主义与达达主义的死灰复燃，这就值得警惕了。诚然，人自出生之时，其本身就被赋予追逐超越与升华的个体性意义，短期内象牙塔中纯净无暇的生活也确实对此有一定的帮助，但是一直处于象牙塔的庇护中隐而不出无异于作茧自缚。对于绝对自由或绝对理性不惜代价的追求、对于社会关系的漠然与忽视会湮没最为可贵的人性，由此导致的感性的缺失会使人失去自我，异化为象牙塔中的思考机器。

人的社会性其实不可拔除。始终停留于象牙塔的副作用即使是“树上的男爵”柯希莫也不曾得以幸免。他的人生观念虽然厚实，但其本身却不可避免地逐步沉沦为非人的存在。柯希莫对于社会生活的叛离与对于原始野性的回归与追求在我看来甚至并不具备完全彻底性（因为他下意识与社会保持的联系：为强盗送信、修筑水利设施、努力维持着自己的爱恋等等），而正是一直停留于象牙塔的半只脚注定了其作为“人”的生活的悲剧性结局。柯希莫尚且如此，遑论眼下，随社会关系的进一步纵深错杂，现代人越来越难以从漩涡中抽身，人固有的群体内在局限性扩大了进入象牙塔的空洞与无意识，异化的过程被加速，迷失于自我消亡碎片的风险大大增加。

当遁入象牙塔的思潮大行其道、蔚然成风，其对于社会架构的侵蚀与人际关系的崩坏也不容忽视。当个人汲汲以求绝对意义上的灵魂的自由时，社会演变的动态过程会不断减慢以至于停滞；当个人失去对于自己所扮演角色的本质觉感，一味追寻象牙塔中的舒适和与世无争时，人与人间的纽带也就随之断裂，人际关系也便落入孤岛的缧绁。秩序的落差被假意修饰，逾矩的错位成为迷蒙的梦境。长此以往，自我亦如恒星衰老时的膨胀，被异化，最终收缩着归于永寂。

麦金太尔曾说：“我的生活故事始终内嵌于那些我由之获得自身身份共同体的故事中。”象牙塔的温室本就不应为人所眷恋，它可以是安抚性的措施，也可以是走投无路时短期内的庇护，却非长久之计。海德格尔笔下“诗意的栖居”是灵魂在尘世中的自我升华，而非避世而入象牙塔所能够实现。对于社会的偏见以致完全永久的隔绝是自我目光的狭隘，是缺乏阅历时浅薄的自我认知。若是仅仅将社会视作糟粕性的符号客体，未免太过偏狭自傲，这种傲慢更甚于知性的傲慢。枯守象牙塔并不能使人得到真实意义上的纯粹的知识与真理，得到的只是巴比伦的花园，得到的只是乌托邦式的图卷。

“在我们塑造生活的同时，生活也在浇铸我们。”既然人与社会从根本上不可割裂，那么一直停留于象牙塔也就成了无源之水、无根之木。既然我们不可否定家庭与社会、人际关系与日常交往对于自身的原生性影响，又何必与这些事物决裂，以小失大、因噎废食？特别是作为新时代的青年人，我们已握有对于人生的规划与蓝图，尽管也许对蓝图与现实的落差略有惴惴，尽管也许对现实场域的分野模糊不清，但又何必于人生的浪巅沉下船锚，抛弃海上的大好风光而进入象牙塔的亚特兰蒂斯以求终生的无风无浪？怎可甘心！所以，我们不妨走出人生的象牙塔，拒绝回归无浪的港湾，拒绝温和地走进那个良夜，用不被禁锢的头脑欣赏米沃什绘就的大海与风帆，用不被局限的目光看尽梵高眼中的星月夜，像尼采笔下的骆驼般担负起前人的遗产，在社会中留下自己永垂的脚印。

我们不应踏入莎翁笔下“充满声音而空无一物的世界” ，不应该以本该是后路的象牙塔作为自己的前路，不应该因痴迷平静的生活而永远待在象牙塔中。避免一直溺于象牙塔编织的温床，从而避免在人生的泥淖中徘徊不前。“斫去桂婆娑，人道是，清光更多。”莫放象牙塔之修庐，碍自我之月于社会中展露光辉。朋友们，让我们斫去内心的怯懦，在社会的树上始终热爱进取与挑战，最终升入我们理想期望的天空！

我方陈词完毕，谢谢大家！

ps（梳理）：

1、定义：象牙塔是隔绝风浪的纯净之地，具有双向不流通性，对人本身起到冷却剂的作用；

2、主论点：一直留于象牙塔并不可行；

3、分论点一：一直留于象牙塔对于个人的直接危害（即异化性）；

4、分论点二：一直留于象牙塔对于社会与人际关系的危害（即角色性丧失带来的崩坏）和其对于个人的间接危害（即错位带来的定位模糊与自我消亡）；

5、重申主论点，强调留于象牙塔并非长久之计；

6、提出措施（走出象牙塔，以社会浇铸和磨砺己身）；

7、总结并升华主论点

【正方】达摩克利斯之剑

文／白夜

“如果可以，我也想在南大陆炽热的阳光下享受美味的迪西馅饼和甜冰茶。”—克莱恩·莫雷蒂

尊敬的各位评委、各位辩手：

大家好！

我方的观点为“不断内卷，错的是人”。

在我看来，所谓内卷，不过是在物质资料逐渐丰富到现有资源获取手段趋向饱和、资源增长率逐渐归零的当下，人心深层次的欲望被过度激发，人性本身固有矛盾被极度激化的结果。

反方辩友说：“陈腐的规则是内卷的主要因素。”实则不然。世界的纷杂从自然选择这铁一般的规则确立之时已不可改变，所以变的只是人把握有常的方式和态度。人与生俱来、不肯屈居人下的骄傲是伴随人一生的达摩克利斯之剑。它始终悬于每个人的头顶，冷漠地看着每一个人在他人的牢笼里挣扎，乃至不惜一切代价压榨自我，又以自己的骨骸与血肉为他人建起更多的牢笼……“他人即地狱”，如是而已。

其实，每个人都身处人生的山路，在逼仄的小径上蹒跚而行。但特殊的是你看不到一起登山的其他人， 你不知道别人到达了怎样的程度。当你气喘吁吁地走出这座山，眼前还是连绵的群山。你想停下脚步，稍作休息。但就是因为你不知道别人的进度如何，自己又落后了他人多少，所以你只能咬咬牙，依靠无穷尽的努力麻痹自己。这就是猜疑链导致的效率溢出。而人自己就是困于莫比乌斯环中的“套中人”。故不断的、甚至过度的自我审视也是悬于头顶的达摩克利斯之剑。本是好意的自我督促成为催命的钟铃，近乎神经质的患得患失为牢笼添上最后一道枷锁，最终让自己溺于内卷的漩涡。

若要解决上述问题，唯一解是跳出群山之外，即超越自身所处的维度，或是说阶层。但阶层本身又是由人群的“羊群效应”所缔造，而打破阶级壁垒的方式也恰恰只有不断努力。可怖的是，高阶层人群也有着悬于头顶的达摩克利斯之剑——害怕被打破壁垒的人夺走利益与权柄，所以这就导致精英之人不断变强，打破壁垒所需的努力呈指数上涨。特别在当今时代，人工智能、工业机械化成为新一轮科技革命的前奏，职业的不断流失使中下阶层的人更为惶惶，只能寄未来于自己的努力，即使不知前途何处，即使不知努力是否有成效。在全民精英化的现代高端教育中，人与人的竞争进入白热化，“鲇鱼效应”使得内卷更为严重。

为了在内卷的形式下筛选人才，高水平院校的增加被证明只是杯水车薪，所以真题 更难更偏。上市企业也在此大背景下提高职员准入门槛，所以内卷更为严重……我也曾玩笑般地提出一个悖论：如果每个人都弃考，那么是不是名校就没有那么难进了呢？事实证明，我的考虑有失偏颇：第一，资源有限，在当今社会大背景下，不可能出现真正意义上的全民共赢；第二，人的好胜心与斗争意识深不可测，每个人都认为自己能够成为人上人，而不愿意成为别人的工具人，所以几乎不可能出现弃考、将荣誉与前途交给别人的情况。血性和期望使每个人不断压榨潜力，一步步造就了严重的内卷现象。这就是事实上的社会性“黑暗森林”。

综上所述，内卷其实是人类亲手造成的。但内卷却也谈不上自食恶果。相反，内卷会让人的素质不断提高。这不仅表现在当下涌现出的越来越多的新时代人才，也体现在自然人平均潜力上限的提升。在物竞天择下，人的适应性进化速度不断加快，真正做到了“长江后浪推前浪”。而“后浪”们成为了新时代的弄潮儿，反哺社会建筑，为社会建设添砖加瓦。所以，在内卷的角斗场中，其实暗藏着人类的曙光与希望。

那么，朋友，为了成为光而努力吧！内卷的无常不可逆转，手中的有常应当牢牢抓住。记住，在人生的群山中，你的对手只有自己！加油！

我方陈词完毕，谢谢大家！

ps（梳理）：

1．内卷是欲望的巨大化表现；

2．人的骄傲是造成内卷的达摩克利斯之剑；

3．每个阶层都有着达摩克利斯之剑，推动内卷形成；

4．内卷的必然性（针对社会和个人）；

5．内卷的另一面（所带来的优点）

自由、存在和杏子鸡尾酒

文／白夜

“以现象学的角度来看这一境况的存在主义者， 不会提出简单的处理原则，而会专注于描述生活经验本身的样子。”——莎拉·贝克韦尔《存在主义咖啡馆》

人自诞生之日，便逐渐离于本质意义上的自然化状态，故而生命失却本真，进而世界失却本真。王尔德说过：“生活是世上最罕见的事情，大多数人只是存在，仅此而已。”这句话可以说是切中了肯綮。

纵观人生的漫漫长路，虚无主义的陷阱密布，但是可以肯定的是，这条路并不存在后退的可能，唯一的选择是前行， 伴随着生命的流失，伴随着疏离与相契的层叠，伴随着孤独与归属的反复，伴随着意义的不断打破与建立。

随着自我意识的不断觉醒，世界的糟粕似被放大，那种令人恶心的不适咆哮着，要将个人的生命意义完全剥夺，而个体的辗转与反思更是带来了无尽的彷徨与痛苦。 这一过程中， 面对社会化的浪潮性异化，妥协与抗争便成了存在与生活的分野。这种所谓的“存在”在某种意义上又是不存在的，它的荒芜无疑会残暴地掠夺妥协者仅有的生命火光；而生活不一样，它会给予抗争者最为慷慨的回礼：当人们被历史的巨大浪潮吞没时，抗争者始终葆有情感与体验的模糊性，始终拥有个体精神层面的独立与自由。

因此，在我看来，浅薄的、无意义的、客观上的“存在”自然是庸庸碌碌、毫无价值，唯有赋予“存在”本身以存在的意义，用主观诠释着自己的客观上的存在，这才是生活的真谛。西西弗的巨石日复一日地向上再落下，支撑着他有且只有巨石的世界的梁柱，是他内心因斗争而丰盈的幸福与满足。尽管西西弗的肉体被束缚了，但他的灵魂却是自由的。通过蔑视诸神存在的苍白得来自我的超越与灵魂的升华，通过永无止境的征途换来生活的颜色和命途的感悟，这是作为一个自由人坚韧的、与生俱来的存在主义。它将人本身的存在超前于一切的本质，领先于一切的感知，故而将个体的存在蜕变为生活的图腾，并在生活中塑造永垂不朽的灵魂。既然不存在“无阴影的太阳”，那么就以自由之火照彻黑夜，以自由人的荣光对抗戏剧性的荒谬世界。

存在主义者将思考回归事物本身，使个体哲学具象化，从而把注意力集中于“杏子鸡尾酒”式哲学。在形而上学被拉下神坛后，他们的世界变得温柔，因为一切是他们个人赋予的意义。这是他们亲手缔造的伊甸园，是个体经验化、现象化的纯粹世界。在这个世界里，既然“上帝已死”，那么人人都是新的上帝，所以生活自是具有独特的模样：萨特听见了“存在的嗡嗡声”，加缪触摸到世界“温柔的冷漠”，海德格尔拿着锤子在大地上寻找梦寐以求的小屋，波伏娃意图“咀嚼开花的扁桃树，咬下夕阳下的彩色牛轧糖”，梅洛庞蒂看见“一只鸟儿刚从树上飞走”，于是心灵也就翩跹于“树枝颤动后的柔韧与弹性”……“每个人都拥有自己的此生，除了物尽其用，别无他法。”单纯的存在是空虚的，唯有通过界定存在本身的意义来丰满自己干瘪的灵魂，才能收获生活金黄的稻穗。

其实，我们每个人都困于博尔赫斯笔下的“小径分叉的花园”。面对无限延伸的空间、层层叠叠的抉择与沉寂空阔的虚无飘渺，我们常常因折射与窥探带来的幻灭而茫然慌乱，贸然否定了生活的意义，自封于无意义之存在的缧绁。事实上，在充斥着令人沮丧的意象的世界，这样的逃避未免太过怯懦。我们应当回到现象本身，以英雄的荒诞与孤勇，格物致知，将我们生活的世界还于我们本身。

那么，让我们拿起海德格尔“易上手”状态的锤子，尖锐而有力地打碎时空的迷宫，驱逐离奇与困惑，解开人生的斯芬克斯之谜。于午后的咖啡馆，在阳光下啜饮一杯杏子鸡尾酒，相信自由值得期许。