

高考作文素材分类整理

高考作文素材分类集锦

整理:Hans Wan(@criwits on GitHub)

发排日期:2020 年 10 月 22 日

第一章 家国文化

1.1 2019 年度汉字：爱、稳、融、创、难

爱 寒风中送餐的外卖小哥，大山中奋不顾身的消防队员，地铁里用臂膀支持病弱老父的青年，国旗下满腔赤诚的 14 亿护旗手……爱的内涵在 2019 年迭代升华。

稳 2019 年世界多变，波澜起伏。漩涡中的中国从容应对：稳就业、稳金融、稳外贸、稳预期，任尔东西南北风，我自岿然不动。处变不惊、稳中求进才能更好地迎接挑战。

融 中外融合、军民融合、城乡融合、产业融合、媒体融合……“融”是中国高质量发展的创新之路；经济融合、文化融合、我中有你、你中有我……“融”是世界和平共生的旗帜。

创 5G、区块链、量子技术、人工智能……从无到有，中国在第四次工业革命中奋勇争先。强调基础研究和原始创新，更要产业创新和科技创新，自我升级，唯创新能激发生机。

难 新冠肺炎、贸易摩擦、全球防务关系复杂……全球的双边、多边关系与地区形势难上加难。

1.2 疫情好句

1. 最初，没有人在意这一场灾难，这不过是一场山火、一次旱灾、一个物种的灭绝、一座城市的消失，直到这场灾难和每个人息息相关。——《流浪地球》
2. 都说时代匆匆，但时代哪有脚，走的总是人。
3. 我们不仅需要用强健体魄支撑美好生活，而且需要把健康底色涂抹在历史车轮上，一起滚滚向前。
4. 你没有落后，你没有领先。在命运为你安排的属于自己的时区里，一切都准时。在自己的时区里寻觅时光的意义，正是彰显人生理念的价值标尺。
5. 你所站立的地方，正是你的中国；你怎么样，中国便怎么样；你是什么，中国便是什么；你有光明，中国便不黑暗。
(以上四句，出自《人民日报写给青年的八封信》)
6. 山川异域，风月同天。岂曰无衣，与子同裳(袍)。
7. 愿我们在硝烟尽散的世界里重逢。——木苏里
8. 无穷的远方，无数的人们，都与我有关。——鲁迅
9. 虽千万人，吾往矣。

10. 不要过分陶醉于我们对自然界的胜利,对于每一次这样的胜利,自然界都报复了我们。 ——恩格斯
11. 离开是为了更好地相聚。逆行,在这个冬天格外壮美又令人动容。

1.3 爱国精神

1.3.1 句子

1. “爱国”一词,源出《战国策》中“今秦虎狼之国也,兼有吞周之意……周君岂能无爱国哉?”本指秦国势强、野心勃勃,周天子怎能不吝惜国土,有所防备?
2. 每个人都有自己的故乡。当你转身离开故乡时,故乡就在你身后。当你走得再远点,身后就是你的国家。当你回头看到故乡、祖国,再转头向前看的时候,你会想到强大的祖国在你身后支持你。这种幸福感,是每一个人都心潮澎湃的原因。 ——导演 卫铁
3. 我们爱我们的民族,这是我们自信心的源泉。 ——周恩来
4. 一个人只要钟爱自我的祖国,有一颗爱国之心,就什么事情都能解决。什么苦楚、什么冤屈都受得了。 ——冰心
5. 爱国主义就是千百年来巩固起来的对自己的祖国的一种深厚的感情。 ——列宁
6. 爱祖国高于一切。 ——肖邦
7. 国人无爱国心者,其国恒亡。 ——李大钊
8. 时穷节乃见,一一垂丹青。在齐太史简(崔杼弑君),在晋董狐笔(书法不隐,良史也)。在秦张良椎(刺秦),在汉苏武节。为严将军头(无降将军,断头将军),为嵇侍中血(嵇绍以身卫皇帝)。为张睢阳齿(每战大呼,齿牙皆碎),为颜常山舌(颜杲卿被俘虏,骂不绝,贼勾断其舌,含糊而绝)。或为辽东帽(管宁),清操厉冰雪。或为出师表,鬼神泣壮烈。或为渡江楫,慷慨吞胡羯(祖逖)。或为击贼笏,逆竖头破裂(段秀实)。是气所磅礴,凛冽万古存。 ——文天祥《正气歌》
9. 爱国主义是我们民族精神的核心,是中华民族团结奋斗、自强不息的精神纽带。 ——习近平
10. 我中国居于亚洲之东,气候温和,土地广博,人民繁多。五千年前,文化已开,地球上最有名之古国也。自我远祖以来,居于是,衣于是,代代相传,以及吾身。吾生为中国之人,安可不爱中国也? ——(清)满汉蒙教科书
11. 世界上有许多美好的地方。但是,那里有黄山么?有黄河么?有长江么?有长城么?既然这些都没有,那么,祖国就是一个不可替代的地方。 ——路遥
12. 我每次出门旅行,总会随身携带一瓶故乡的水土,有时候在客城的旅店,就觉得那灰黑色的水土非常美丽,充满了力量。 ——林清玄

1.3.2 人物

钱学森

“我很高兴能回到自己的国家,我不打算再回美国。我已被美国政府刻意地延误了我返回祖国的时间,其中的原因,我建议你们去问问你们的政府。我打算竭尽全力,去帮助中国人民建设自己的国家,使我的同胞能过上有尊严和幸福的生活。”

闻一多

归国之后，闻一多清醒地认识到，当时中国的社会就如同“一滩绝望的死水”，如果想追求民主独立，便要从根本上拔除帝国主义和封建军阀的统治。他就此抛弃文化救国的想法，加入中国民主同盟，成为一位民主斗士。“你看见一个倒下去，可也看得见千百个继起的！”

关天培

1841 年年初，虎门之战彻底爆发，在英军大规模强攻之下，在声声炮火、血海厮杀中，关天培和战士们竭力奋战，最终，全部壮烈殉国。

施一公

已是国际著名结构生物学家、美国普林斯顿大学终身讲席教授的施一公，面对广阔的事业发展前景，面对优越的生活条件，他却作出了一个让许多人为之惊讶而敬佩的决定：放弃这一切，全职回国，回到母校清华。在他看来，“爱国是最朴素的感情，有谁不爱自己的母亲呢？”

于谦

“土木堡之变”发生时，他力排众议，阻止南迁，以兵部尚书身份保卫北京，破瓦剌之军，使得明王朝得以保全。

杨靖宇

抗日名将。

- 如果中国人都投降了，那还有中国吗？
- 国家到了如此地步，除了我寻为其死，毫无其他办法。
——《抗战家书》

1.4 文化、历史

五千年，不是一件可以随便拍卖的古董，而是一盏会带来幸福的神灯。

1.4.1 句子

1. 五千年前，我们和古埃及人一样面对洪水；四千年前，我们和古巴比伦人一样玩青铜器；三千年前，我们和古希腊人一样思考哲学；两千年前，我们和罗马人一样四处征伐；一千年前，我们和阿拉伯人一样无比富足；而今天，我们和美利坚一较长短。
(摘自网易云音乐评论区。也许讲的没有道理，但句式很好，故摘录之。)
2. 每个国家和民族的历史传统、文化积淀、基本国情不同，其发展道路必然有着自己的特色。
——习近平
3. 传承中国文化的不仅仅是唐诗宋词京剧昆曲，还有与我们生活相关的每一分钟。
4. 经典之魅力在于超越时空的阻隔，永远可以与当下对话。
——《光明日报》
5. 总盯着过去，你会瞎掉一只眼。然而忘掉历史，你会双目失明。
——索尔仁尼琴

6. 中国的昨天已经写在人类的史册上,中国的今天正在亿万人民手中创造,中国的明天必将更加美好。
——习近平
7. 不是所有东西都可以拿来娱乐消费。一个民族如果记不得曾经的痛,就唤不起今天的梦。
8. 中华民族看似软弱,有时还带点懦弱怕事的味道。但是几经外辱,却能过显示出坚强无比的无可征服性。
——曾仕强
9. 传统不是可以逐气温而脱的外衣,甚至都不是因发育而定期蜕除的角质表皮。它无法随手扔掉,难以彻底决裂,除非谁打算自戕或自焚。
——庞朴

1.4.2 事例、人物

卢健康

他作为粤剧艺术的一代宗师,在传统旦角的唱腔基础上,吸收昆曲、京剧、西洋歌剧、话剧等中的技巧,开创了中国粤剧史上花旦行当中影响最大的唱腔流派之一——“红派艺术”。

蒯翔

永乐年间的故宫设计师。他在建筑学上的造诣达到了炉火纯青的地步。施工前精确计算、竣工后分毫不差,巧妙使用榫卯结构、巧妙运用江南的建筑艺术,在历史的机遇面前,他创造了一个建筑史上的奇迹。

梅兰芳

他积极在传统京剧戏法的基础之上创新,开创了京剧的新派系“梅派”。

张艺谋

作为 2008 年北京奥运会开幕式导演,他推掉了高昂报酬和商业合作,带领团队夜以继日地工作,经过一千多个日夜的努力,开幕式以出人意料的方式,精彩地阐述了中华文明的演进和与世界文明的交融。

第二章 个人处世

时代像筛子，筛得每个人流离失所，筛得少数人出类拔萃。

——王鼎钧

2.1 “时代青年”例子聚合

一个时代的精神，是青年代表的精神；一个时代的性格，是青年代表的性格。

——马克思

曹原

14 岁考入中国科学技术大学“少年班”，后前往美国麻省理工大学攻读博士学位，发现石墨烯的“魔法角度”，连续在《科学》上发表两篇论文，大大推进了高温超导材料的研发。

万蕊雪

清华大学博士，26 岁时在《科学》以第一作者身份发表 6 篇文章，揭示了生命大分子剪接体结构等科学问题。2016 年入选中国科协“未来女科学家计划”，2018 年青年科学家奖胜出者。

刘明侦

2012 年在牛津大学光伏光电研发中心，以新型太阳能电池为研究核心取得一系列创新性研究成果。2013 年 9 月，其首篇基于平板薄膜结构的卤化物钙钛矿太阳能电池文章在《自然》主刊上发表。

舒畅

舒畅及其团队开始技术攻关，进行自主研发。2017 年，零壹空间 OS-X 火箭“重庆两江之星”在中国西北某基地成功点火升空，成功实现了中国首枚民营自研商用亚轨道火箭首飞，开创了中国商业航天历史上的发展奇迹和崭新起点。

宋玺

2013 年就读于北京大学，2015 年参加海军。曾是北京大学学生合唱团领唱，亚丁湾护航唯一女陆战队员。

申怡飞

中国 5G 核心技术最年轻的开拓者，17 岁师从“中国 4G 技术掌门人”尤肖虎教授。在 2019 年年初，申怡飞团队开创的极化码方案被写入 5G 行业标准。

沈亦晨

2014 年,沈亦晨在《科学》杂志上以第一作者身份发表了题为《宽波段光学的角度选择》的论文,首次实现了在材料尺度上对光的传播方向的控制。读博期间,沈亦晨共发表了 25 篇顶级期刊论文,提交了 10 项美国专利。

2.2 奋斗、毅力、志向、忧患意识

2.2.1 句子

1. 我从来不相信什么懒洋洋的自由。我向往的自由是通过勤奋和努力实现的更广阔的人生。
——设计师 山本耀司
2. 伟大的事业之所以伟大,不仅因为这种事业是正义的、宏大的,而且因为这种事业不是一帆风顺的。伟大的人物之所以伟大,不仅因为这样的人物为人民、为人类建立了丰功伟绩,而且因为这样的人物在艰苦磨砺中铸就了坚强意志和高尚人格。
——习近平
3. 高山仰止,景行行止;虽不能至,心向往之。
——司马迁
4. 每一个不曾起舞的日子,都是对生命的辜负。
——尼采
5. 没有最终的成功,也没有最致命的失败,最可贵的是继续前进下去的勇气。
——丘吉尔
6. 我们从忧患中学得智慧,苦痛中炼出美德。
——杨绛
7. 斗争的生活使你干练,苦闷的煎熬使你醇化。这是时代要造就青年为能担负历史使命的两件法宝。
——矛盾
8. 如果你的脑海有个声音说:“你根本就画不成”。那无论如何,你都要去画,然后你就会发现那个声音消失了。
——凡·高

2.2.2 人物

苏武

十九年如一日,他牧羊于大漠,孤独与寂寞伴他左右,却从没想过屈服。时间没有磨灭他的气节,孤独没有打败他的信念。

阿列克谢·梅列西耶大(苏联飞行员)

苏联卫国战争期间,他的飞机被击落,他在左腿受伤、冻坏的情况下爬行 18 个昼夜,返回了自己的阵地。双腿截肢后,他经过训练,又加入驾驶战斗机作战。

欧·亨利

他不想当父亲安排的小伙计,他想当大作家。他把在监狱听说的故事写成精炼的短篇小说,托监狱外面的朋友拿去发表。后来,他的名字引起了文坛的注意,最终,他由监狱走向了文坛。

《史记·报任安书》

盖文王拘而演《周易》，仲尼厄而作《春秋》，屈原放逐，乃赋《离骚》，左丘失明，厥有《国语》，孙子膑脚，《兵法》修列，不韦迁蜀，世传《吕览》，韩非囚秦，《说难》《孤愤》；《诗》三百篇，大抵圣贤发奋之所为作也。

曾孝濂

“中国植物画第一人”，《中国植物志》插图画师。“既要坐得冷板凳，也要登得大山头。”

2.3 奉献、自我牺牲、宽容待人、考虑他人

生活如山，有人岁月静好，有人负重前行。

2.3.1 句子

1. 为众人抱薪者，不可使其冻毙于风雪。
2. 执心坚白，蹇蹇非躬。
(志节坚贞，不可动摇，为国为民，不为自身。)
3. 苟利国家生死以，岂因祸福避趋之。——林则徐
4. 人家是说了再做，我是做了再说。人家说了也不一定做，我是做了也不一定说。——闻一多
5. 不要习惯了黑暗就为黑暗辩护，不要为了自己的苟且而得意，不要嘲笑那些比自己更勇敢热情的人们。——曼德拉
6. 伟大的事业之所以伟大，不仅因为这种事业是正义的、宏大的，而且因为这种事业不是一帆风顺的。伟大的人物之所以伟大，不仅因为这样的人物为人民、为人类建立了丰功伟绩，而且因为这样的人物在艰苦磨砺中铸就了坚强意志和高尚人格。——习近平
7. (医生)这些人脱下白大褂后，其实与你我毫无二致。(他们)会累、会哭、会颓丧。但穿上白大褂，他们是英勇的武士，背负着使命和责任，坚定地奔赴着属于他们的战场。
8. 和平年代，负重前行者数不胜数，就像英雄远不止出现在战争年代。
9. 无穷的远方，无数的人们，都与我有关。——鲁迅
10. 虽千万人，吾往矣。
11. 世界上有这样一些幸福的人，他们把自己的痛苦化作他人的幸福，他们挥泪埋葬了自己在尘世间的希望，却变成了种子，长出鲜花和香膏，为孤苦伶仃的人医治创伤。——《汤姆叔叔的小屋》

2.3.2 人物

叶连平

他从学校退休后，坚持为学生义务补课。2000年，他在家办了“留守儿童之家”，从未落下一堂课，却从未收过一分钱。

付小洁

她是“世界上海拔最高的火车站”——青藏铁路唐古拉车站的厨师，每天忍受着剧烈的高原反应为大家做饭。清晨，她就做好午餐装进保温盒，临行时一一叮嘱：捂严实，别洒了。

钟南山

2003 年非典，他在自己的岗位做到了最好，也因此获得了极高的声誉。而 2020 年的新冠肺炎之下，他又到了抗疫的最前线。尽管年岁已高，却仍然为抗疫奉献自我。

程科意

1 月 25 日，曾经当过空降兵的滴滴司机程科意，自告奋勇地上了“前线”，加入了武汉社区保障队。他说：“（我）应该要积极地站出来，把我们共同的家维护好。”

邓世昌

在邓世昌 20 多年的海军服役生涯里，邓世昌仅回乡探亲 3 次，最长的一次，也只不过在家里住了 7 天。中法战争时期，邓世昌的父亲去世，但面对严峻的海防形势，他强忍悲痛没有回家。

于谦

在任上，他平反冤狱、赈济灾荒、治理水患、发展生产，深受爱戴。

叶沙

叶沙是一个热爱篮球的少年。16 岁的他突发脑溢血离世，而他捐献出的心脏、肝脏、肺脏、肾脏和眼角膜，却让 7 个人重获新生。其中的 5 名受捐者，组成了“叶沙队”，走进了 WCBA 全明星赛场。

窦权利

他是西安市胸科医院结核科主任。多年来，他一直坚持手绘简图向患者解释病情。三十年来，他画了上万个肺。“这样的窦主任，是上天派来拯救结核病人的救星。”

刘增盛

老人每天都乘坐公共交通工具，往返于市区与旅顺之间。他挂着“勿需让座”的牌子乘地铁，被称为“硬核大爷”。

一位外卖顾客

重庆一外卖小哥因车子坏了，送外卖迟到了 40 分钟。女顾客不但没有责备，反而还多给了他 6 元钱小费。

2.4 隐忍、成熟、认识自我、认识方向

2.4.1 句子

1. 镜子里的人，是显而易见的，自己却看不真。

——杨绛

2. 成熟是一种明亮而不刺眼的光辉，一种圆润而不腻耳的声响，一种不再需要对别人察言观色的从容，一种终于停止向周围申诉求苦的大气，一种不理睬喧闹的微笑，一种洗刷了偏激的淡薄，一种无需声张的厚实，一种能看得很远却并不陡峭的高度。——余秋雨
3. 使人成熟的是经历，而不是岁月。
4. 人一生中有两个重要的日子，一个是你出生的日子，另一个是你意识到自己为何出生的日子。——马克·吐温
5. 谁终将声震人间，必长久深自缄默；谁终将点燃闪电，必长久如云漂泊。——尼采
6. 大部分人在二三十岁的时候就死了。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。——罗曼·罗兰
7. 一粒尘埃，在空气中凝结，最后生成磅礴的云雨；一粒沙石，在蚌体内打磨，最后结成昂贵的珍珠。有时候，渺小的开始可以成就雄壮而宏大的事业；有时候，平凡的开始可以走出崇高而伟大的人生。

2.4.2 例子

伯格曼

他是天才型的导演。在很小的时候，他就明确地发现了自己的兴趣所在，并且为之付出了一生的努力。凭借对电影的热爱，以及对自己最苛刻的要求，他在日复一日中成就了伯格曼传奇。

章鱼

一只章鱼的体重可以达到 70 磅。但是，如此庞大的家伙，身体却非常柔软，柔软到几乎可以钻进任何想去的地方。它们最喜欢做的事情，就是将自己的身体钻进海螺壳里躲起来。等到鱼虾游进，便能每餐一顿。与此同时，渔民也掌握了它们的天性，他们用小绳子将小瓶子串在一起沉入海底，章鱼一看见小瓶子便往里钻，最终成了瓶子里的囚徒、人类的美餐。

2.5 创新、熟能生巧、工匠精神、敬业

2.5.1 句子

1. 周虽旧邦，其命维新。——《诗经·大雅·文王》
2. 创新是一个国家进步的灵魂，是国家兴旺发达的不竭动力。如果自主创新能力上不去，一味靠技术引进，就永远难以摆脱技术落后的局面。一个没有创新能力的民族，难以屹立于世界先进民族之林。——江泽民
3. 我们说相声，学的是技术，练的是手艺啊！这和炸油条一样，一个炸油条的会担心自己江郎才尽吗？把相声当手艺，不当才气。才气会尽，手艺只会越来越精尽。——郭德纲
4. 一个好的工匠，其实就是一个艺术家。——清华大学美术学院 杨阳
5. 从 60% 到 90% 固然优秀，但是从 99% 到 99.99% 的态度才是真正的工匠精神。工匠的核心不是去“制造”什么，而是一种追求卓越的心态。——李光斗
6. 那些作画时单凭实践和肉眼的判断，而缺乏理性的画家，只会抄袭而一无所知。——达·芬奇
7. 领袖和跟风者的区别就在于创新。——乔布斯

2.5.2 例子

达·芬奇

因为对作品的精益求精，达·芬奇是“重度的拖延症患者”。

窦立国

他手绘的快递送货“拥堵地图”，成为“同事公认的宝贝，很实用”，被公司作为培训新人的“教材”之一。

蒯翔

永乐年间的故宫设计师。他在建筑学上的造诣达到了炉火纯青的地步。施工前精确计算、竣工后分毫不差，巧妙使用榫卯结构、巧妙运用江南的建筑艺术，在历史的机遇面前，他创造了一个建筑史上的奇迹。

马钧

古代机械师，改进了织绌机，制造了指南车，改进了诸葛连弩和投石机，“天下皆服其巧也”。

乔素凯

他与“核”共舞 26 年，连续 56 000 步操作零失误。

一个犹太人

他将美国政府为了翻新自由女神像产生的大量废料铸成小自由女神像等工艺品出售，让一堆废料在三个月内变成了 350 万美金，每磅铜的价格翻了一万倍。

胡玮炜

她是摩拜单车创始人。摩拜已经成为了全球最大的智能共享单车运营平台，也成为全球最大的移动物联网运营平台之一。

日本：18 年获得 18 个诺贝尔奖

日本每年都会发布《科学技术白皮书》，目的是从与其他国家的比较中看到自己的不足。

2.6 母爱、亲情

2.6.1 句子

1. 所谓母亲是没有追求的。我的孩子将如何伟大，会如何富有，都不重要。心底深深希望的是，他每天都能健康、快乐，就算是再昂贵的礼物，也不及我的孩子可以心地善良、幸福美满地度过一生。
——中川雅也《东京塔》
2. 在你出生之前，你的父母并不像现在这样乏味，他们变成现在这个样子，是因为这些年来一直在为你付账单，给你洗衣服。所以在对父母喋喋不休之前，还是先去打扫一下你自己的屋子吧。
——比尔·盖茨

2.7 诚信、学术不端(造假)

2.7.1 句子

2.7.2 例子

- 2019 年 2 月, 博士生演员翟天临被曝光学术论文抄袭造假, 其从北大光华管理学院退站, 北影撤销其学位。
- 2018 年 10 月, 南京大学教授梁莹被曝光多篇论文涉嫌抄袭, 一稿多投。
- 2019 年 3 月, 湖南大学刘梦洁被指责硕士论文剽窃, 毕业论文被湖大从知网撤下。
- 2014 年 10 月, 日本细胞生物学家研究员小保方晴子的论文被认定有篡改、捏造等问题, 博士学位被早稻田大学撤销。一直为她的实验出力的导师自杀。
- 2002 年, 美国的舍恩通过伪造数据, 用所谓的“分子晶体管”糊弄包括权威期刊编辑在内的许多人, 甚至在不同的论文中使用一样的数据, 最终东窗事发, 震惊整个科学界。此事成为“物理学界 50 年来最大的造假案件”。
- “全球论文的撤稿量已经从 2000 年的每年不足 40 篇, 上升至 2018 年的每年 1 400 篇。”

2.8 豁达、乐观、取舍

2.8.1 句子

1. 别为打翻的牛奶哭泣。 ———英国谚语
2. 人生虽不快乐, 而仍能乐观。 ———钱锺书
3. 如果命运是世界上最烂的编剧, 你就要争取做你自己人生最好的演员。 ———撒贝宁
4. 就算是最有成就的科学家, 得以实现的建议、猜想、愿望和初步判断, 也不到十分之一。 ——法拉第
5. 有所取必有所舍, 有所紧必有所宽。 ———苏轼

2.8.2 例子

杨绛

她“文革”的时候被安排打扫厕所, 却把原本脏乱不堪的厕所打扫的干干净净。她说, “我自从做了‘扫厕所的’便乐的放肆”。

“寒门贵子”聚合

- 庞众望 母亲卧病在床, 父亲精神分裂, 生活仅仅靠爷爷奶奶维持。沧州市理科状元。
- 王心仪 一家六口全靠家中 5 亩地和父亲外出打零工维持生计。707 分被北大中文系录取。
- 何江 父母以种田打渔为生。从中国科学技术大学毕业后, 赴哈佛大学研读生物化学, 硕博连读, 后在 MIT 从事博士后研究。

周有光

他是“汉语拼音之父”，年轻时身体很弱，算命先生说他只能活到 35 岁。可他却活了 111 岁，在 2017 年离世。“不能怪算命先生不准，主要是因为科学进步、医学进步，所以我才能长寿。还有大概就是上帝把我给忘记了。

2.9 艺术、美感、仪式感

2.9.1 句子

1. 艺术是另一世界里的东西，对于实际人生没有引诱性。——朱光潜
2. 要求人生净化，先要求人生美化。
3. 无论是讲学问还是做事业的人都要抱有一副“无所为而为”的精神，把自己所做的学问事业当成一件艺术品看待。只求满足理想和情趣，不斤斤于利害得失，才可以有一番真正的成就。——朱光潜
4. 我们日常忙碌生活的自我并不是完全真正的自我。在生活的追求中我们已经丧失了一些东西。——林语堂《生活的艺术》
5. 能脱俗便是奇，作意尚曲折，不为奇而异；不合污便是清，绝俗求清者，不为清为激。——《菜根谭》
6. 我们需要仪式……它使得某个日子区别于其他日子，某个时刻不同于其他时刻。——狐狸（出自《小王子》）

2.9.2 事例

陈波(警察)

2018 年 10 月 23 日晚，面对拿着捡到的 5 角钱准备交给警察的两个小朋友，他和他的同事们决定给他们鼓励，拿出接警本，认真地询问了小朋友的姓名、住址等。他说，这种做好事的仪式感能鼓励他们拾金不昧的精神。

第三章 时代社会

3.1 规则

3.2 民众、发声

3.2.1 句子

1. 胸怀梦想者，逐梦前行；登高瞭望者，声震长空。
2. 你在荒村里忍着饥肠，你常常想到死填沟壑。你却不断地唱着哀歌，为了人间壮美的存亡。
——冯志《十四行集》，纪念杜甫
3. 创造新陆地的，不是那滚滚的波浪，却是它底下细小的细沙。——《繁星·春水》
4. 评论家经常不看作家的作品，却声称自己看了；作家经常看评论家的评论，却声称从来不看。
——王晓渔

3.2.2 人物例子

纳迪亚·穆拉德

作为一位从 ISIS 性奴到诺贝尔和平奖获得者的女性，她一直在为和自己一样的女性发声。“讲述自己的故事从来都不是一件容易的事。每讲一次，你都要重新再体会一遍。”

樋口一叶

她的头像被印在日元纸币上。在她的时代，男权至上，于是她用自己的笔，为女性呐喊。虽然她没有挑战当时社会的力量，但也给女性带来一种精神上的安慰。

3.3 教育

3.3.1 句子

1. 国将兴，必贵师而重傅。贵师而重傅，则法度存。——荀子
2. 有人曾形象地说，这就好像是看表演。第一排的人站起来了，后面的人不得不也站起来。结果大家都站着看完了，累得要命。——评“吃苦教育”
3. 我们现在缺少的不是应试教育，我们缺少的是科学教育。——周有光
4. 安全时锻炼孩子，危险时保护孩子，这是狼的教子之道。——托尔斯泰

3.3.2 人物、事例

叶连平

他从学校退休后，坚持为学生义务补课。2000 年，他在家办了“留守儿童之家”，从未落下一堂课，却从未收过一分钱。

“六岁娃喝两瓶啤酒”事件

孩子未来的路需要孩子去走，不能任由家长去自私、残忍地剥夺，不能让童心被趋利的家长污染。

教师李某打人事件

- 家长：“与其让孩子受明天的苦，不如让孩子受今天的苦”的无奈。
- 教育：体制存在问题、成绩决定论、教育方法等。
- 不能开了（教师过度惩罚学生却仍守教职）的先例。
- 家长们也是有苦衷的……媒体也不应该批评家长。

3.4 农业、科学技术

3.4.1 句子

1. 农者，天下之本也。——欧阳修
2. 农业和农村就像大树的根，这个跟扎牢了，大家的日子才会过得更好，国家也才能发展的更好。——李克强
3. 互联网其实是一种方法论、价值观，就是你怎么用互联网的思维去考虑问题。——雷军

3.4.2 例子

卢旺达 Rwesero

这里种植了 17 000 多棵咖啡树，因为交通不便，以前将咖啡卖到首都都难，现在通过天猫国际，咖啡种植户可以将咖啡卖到遥远的中国。“我的孩子们都能上学了……这改变了我的生活。”

法拉第

他是应该被铭记的电气化功臣。他出生于英国一个铁匠家庭，曾经在装订工厂当学徒。他利用这个条件，读了很多科学书籍，从中获得了丰富知识。

第四章 环境与自然

绿水青山就是金山银山。

4.0.1 句子

1. 只有服从大自然，才能战胜大自然。——达尔文
2. 大自然是善良的慈母，同时也是残酷的屠夫。——雨果
3. 除了足迹，我们什么也别留下；除了摄影，我们什么也别带走。为了子孙后代，请留下一片净土。——台湾森林公园广告
4. 最初，没有人在意这一场灾难，这不过是一场山火、一次旱灾、一个物种的灭绝、一座城市的消失，直到这场灾难和每个人息息相关。——《流浪地球》
5. 我们不是继承了父辈的地球，而是借用了子孙的地球。——联合国人类环境宣言
6. 我们不要过分陶醉于我们人类对自然界的胜利。对每次这样的胜利，自然界都对我们进行报复。——恩格斯
7. 敬畏天命，使我们安分，使我们自知人的极限，而注目于人力可及之处。——费孝通
8. 守护好我们的绿水青山，既是责任，更是使命。
9. 我们误以为这个星球是湿润和温柔的。——安托万·德·圣埃克苏佩里

4.0.2 例子

林鹏

川藏线很美，但也有游客乱扔垃圾。他靠着一辆三轮车，一双手套，一把火钳，平均每天徒步20公里，捡拾川藏线上的垃圾。