追求有价值努力，摒弃无意义内卷

最近，一张关于“复旦学霸”孙怡德同学图书馆打卡的截图引发热议，有人褒其努力，也有一种责其内卷的声音出现。我认为：努力和内卷不能直接划等号，我们应当追求有价值、能提升自我的努力，而杜绝没有意义反而内耗的内卷，方能行稳致远。

何为内卷？内卷是指低层次的激烈竞争，不能产出有效的价值却又耗费了大量人力、财力、物力。投诸当下，众多高中都“卷”的厉害，究其根本原因是中国人口基数大，而教育资源少，大家为了抢到最顶尖的教育资源不断内卷。内卷不是一年图书馆打卡1424次，是为了一分多学一小时。本来应纵向地提升自我时，却陷入了与他人无意义的横向的比较，为了超越他人而内卷，不断把已经掌握的知识再次掌握，却不能提高自己真实的水平。所以内卷加大了每个人的内耗，使我们迷失再没有价值的竞争中。

而努力，是我们能为了理想而不懈付出，一步一个脚印踏实地向着目标迈进。只问初心，无问西东。努力不要求我们事事都比过他人，但要求我们每一天都能较过去的自己有所进步。日积月累，一点点小的进步、小的突破积累起来则不可同日而语。中国航天逐梦人，从近地走向深空，从无人走向有人，从月球走向火星，这便是努力；樊锦诗择一事，尽一生，一腔热血，一洞壁画，构建起数字敦煌，这便是努力；袁隆平院士为实现“禾下乘凉梦”，半生扎根土地，踏踏实实地走出每一步，研究出了杂交水稻，这便是努力。他们都专注于自己的事业，把目光聚焦于创造价值，而不是赛过他人。

作为新时代的中国青年，生逢其时、重任在肩，施展才干的舞台无比广阔，实现梦想的前景无比光明。所以我们要辨清内卷与努力，在囿于无效的竞争时，时刻铭记我们最初启程的目的，面对内卷我们能做出的便是默默努力，不比他人，只比过往。卷赢他人并不意味着我们个人的成功，唯有努力是通往成功的桥梁。我们应不驰于空想、不骛于虚声，而应脚踏实地地发挥自己探索的力量，无愧于时代的馈赠。

追求有价值努力，摒弃无意义内卷，唯有付出，放得始终。

薛老师的评价

