2023-2024 学年江苏省无锡市市北高级中学高二（上）开学语文试卷

一、现代文阅读（本题共 1 小题，共 9 分

1.（9 分）阅读下面的文字，完成下面小题。

材料一：

社会心态作为社会存在的公众意识反映，在重大社会变革背景下发生演化，并呈现出整体性、大众性等特征。理性看待社会变革下公众心态的不同方面，并予以合理调适，是以健康社会心态涵养现代化精神力量的题中应有之义。

现代社会中，自然秩序为理性新秩序所取代，人的创造性和主体性不断放大，却也带来了一系列现代性困境。在“远方的世界”里，全球气候变暖、冰川融化、恶劣自然灾害等成为伴随人类改造自然活动过程中出现的严重后果。在个体精神层面，个人主义的转向又给人带来孤独感和漂泊感。伴随互联网时代电子文化影响的持续深入，当代社会人际关系对技术严重依赖，加深了虚拟世界里的群体性孤独。另外，在工业化和城市化过程中，越来越多的人口从农村进入城市，通过便利的交通工具流动到陌生的地方工作和生活。这使得他们中的一部分成为悬停在城乡之间的“蜂鸟”，挤压在快节奏、超负荷的现代生活中。《“长三角”青年民生民意》调查显示，约 70%的新市民、大学毕业生与青年人在租房居住，一线城市则更加普遍，这种社会和个体的经济压力，已经使青年群体消费行为趋于守成。

社会的变迁导致了人类心理内部的转化，现代性焦虑成为日常生活的常态和一种普遍的社会心态。“内卷”“躺平”或者较早流行的“佛系青年”，揭示出社会变化下的公众心态的不同类型：努力自我投资提高竞争力、主动降欲寻求躲避竞争出口或者合理宣泄在顺从中迂回反抗等。这些网络热词以符号化的话语编码流行和传播，用戏谑化的方式映射了社会情绪和公众心理，直观呈现了在现代社会压力下，外在现实之困和内在个体困境的矛盾冲突。

网络信息“放大镜”的信任危机时有闪现。新闻作为客观世界的现实建构，现实社会中越来越多的不确定事件是新闻报道必须面对的客观现实，也是新闻报道传播与沟通的重要内容。一方面，不确定事件有时具有突发性、重要性和危害性特征，容易受到社会高度关注，具有无法忽视的新闻价值和社会影响力。尤其是在当下的信息环境中，一些自媒体为了吸引眼球，对信息真伪的不加甄别更增加了传播影响的不确定性。另一方面，新媒介技术赋权，人们拥有了更为自由地表达途径和表达空间，网络传播中信息流通速度空前加快，传播的匿名化与高自由度，进一步扩大了公众意见表达的可能。一条热点新闻评论区内，时有以激进观点引导整个话题的态度倾向，群体暗示的传播机制不断诱导激进盲从的社会心态，容易导致非常态集合行为，助推社会谣言扩散和负面情绪已发酵。

由于有的地方政府与民众之间缺乏有效互动以及信息透明化机制还有待完善，民众对政府存在认知偏

差。在涉及不确定事件或热点问题时，政府即使持续发布真实信息陈或困国落仍然受到群众质疑。

（摘自《时代重大变革中公众心态调适的国家策略》）

材料二：

从整体来看，当代请年的社会心态整体上阳光乐观，积极向上，对国家发展完满希望，对个人生活充满信心。但与此同时，当前青年心态也呈现出一些新的特点，需要引起重视。

愿意拼搏奋斗，但要知道“努力的意义”当代青年具有奋斗精神，对自己的未来有着美好的规划，也愿意为之付出努力。但在“奋斗”和“内卷”的区别上，部分青年认为：“有意义的努力是奋斗，没有意义的努力是内卷。”进而他们将“有意义”界定为：能看到自己在工作链条中的角色，能找到自己在工作链条中的价值。人们通过工作，感觉到自己被需要，体会到劳动的价值，工作给人们提供了一个“确证自我”的机会。从这个意义上讲，工作的内在价值必须超越生存目的，指向人之为人的本质实现。

认同主流价值，但也关注“个体的表达”。近年来，教育公平、动物保护、环境保护、劳动救济等议题成为一些网络新生代积极推动的权利主张。青年人对某些权利的强调，正是现代社会中个体独立意识和权利意识彰显的体现，是青年追求个性、渴望自由的情感表达。在个人与社会的相互作用中，一些青年对某些权利的“在意”，反映出社会转型期社会心态的转变。

成就预期较高，但易伴生“相对剥夺感”。青年时期处于人生的爬坡过坎阶段；在“明天会更好”“一代更比一代强”的家庭和社会期待之下；他们面临着超越父辈获得更好生活的压力，对自己未来社会地位的预期持续上升，且预期上升的速度较快。我国经济在经历了几十年的快速增长后开始逐渐放缓，特别是受到新型冠状病毒感染疫情的影响，经济下行压力逐渐传导到个人的就业和收入，使得青年感受到生活的困难与艰亲。叠加国际局势变化带来的不确定性，部分青年感到忧虑。尽管在经济下行压力下产生某些悲观情绪是人之常情，但有的青年将人生中的“不如意”归结为时代红利的减少，甚至认为时代对自己“不公平”。与上一代人相比，自己“得的少了”“没赶上好时候”进而对当前经济形势产生极端负面心理。

（摘自《当前青年社会心态的新特点和引导策略》）

（1）下列对材料相关内容的理解和分析，不正确的一项是 _____

A．社会心态是社会存在的公众意识反映，有着整体性、人众性等特征，需要得到人们的重视和理性看待。

B．当下，人们深受互联网的影响，但也加深了虚拟世界里的群体性孤独。

C．虽然当代青年的社会心态整体上看是阳光乐观、积极向上的，但我们仍要重视其心态呈现的一些新特点。

D．青年人对某些权利的强调彰显了个体独立意识和权利意识，但只是追求个性的情感表达，我们没必

要太在意。

（2）根据材料内容，下列说法不正确的一项是 _____

A．一些网络热词揭示出社会变化下的公众心态的不同类型，体现了外在现实之困和内在个体困境的矛盾冲突。

B．不确定事件有时其有突发性、重要性和危害性特征，具有无法忽视的新闻价值和社会影响力，媒体报道时应严谨。

C．只要及时删去热点新闻评论区内以激进观点引导整个话题方向的言论，就可有效防止社会谣言扩散和负面情绪发酵。

D．青年人对自己未来社会地位的预期持续上升，但经济下行的压力使他们感受到生活的困难与艰辛，甚至让有些人产生某些悲观情绪。

（3）下列选项，不能作为论据来支撑材料一观点的一项是 _____

A.《很多高学历青年远离家乡，去一线城市打拼，一个人租房住，经常感到孤独、焦虑。

B．某市政府陆续将全区 51 处核酸采样亭改造成“暖心小屋”，免费向户外劳动者提供饮用水、水果等服务。

C．有的年轻人不管对方对他做了什么，采取什么样的态度，都不做任何的反应或者反抗，表示顺从。

D．个别地方政府不能在第一时间公开相关信息或处理结果，导致舆情沸腾。

二、文言文阅读（本题共 1 小题，（共 9 分）

2．阅读下面的文言文，完成下面小题。

赵简子乘敝车瘦马，衣羖羊裘。其宰进谏曰：“车新则安，马肥则往来疾，狐白之裘温且轻。”简子曰：“吾非不知也。吾闻之君子服善则益恭细人服善则益倨我以自备恐有细人之心也传曰周公位尊愈卑胜敌愈惧家富愈俭故周氏八百余年此之谓也。”

鲁筑郎圃，季平子欲速成，叔孙昭子曰：“安用其速成也？以虐其民，其可乎？无囿尚可乎，恶闻嬉戏之游，罢其所治之民乎？”

卫叔孙文子问于王孙夏曰：“吾先君之庙小！吾欲更之，可乎？”对曰：“古之君子，以俭为礼；今之君子，以汰易之。夫卫国虽贫，岂无文履一奇，以易十稷之绣哉？以为非礼也。”文子乃止。

晋文公合诸侯而盟曰：“吾闻国之昏，不由声色，必由奸利。好乐声色者，淫也。贪奸者，惑也。夫淫惑之国，不亡必残。自今以来，无以美妾爱疑妻，无以声乐妨政，无以奸情害公，无以货利示下。其有之者，是谓伐其根素，流于华叶。若此者，有患无忧，有寇勿弭。不如言者，盟示之。”于是君子闻之曰：“文公知道乎！其不王者，无佐也。”

晏子病，将死，断楹内书焉，谓其妻曰：“楹也语，子壮而视之。”及壮发书，书之言曰：“布帛不穷，

穷不可饰。牛马不穷，穷不可服。士不可穷，穷不可任。穷乎？穷乎？穷也!”

仲尼问老聃曰:“甚矣！道之于今难行也！吾比执道委质以当世之君，而不我受也。道之于今难行也。”老子曰:“夫说者流于辩，听者乱于辞，如此二者，则道不可委矣。”

子贡问子石:“子不学《诗》乎？”子石曰:“吾暇乎哉？父母求吾孝，兄弟求吾悌，朋友求吾信。吾眠乎哉？”子贡曰:“请投吾《诗》，以学于子。

鲁人身善织屡，妻善织缟，而徙于越。或谓之曰:“子必穷。”鲁人曰:“何也？曰:“屡为履，缟为冠也，而越人徒跣剪发，游不用之国，欲无穷，可得乎？”

（节选自《说苑•反质》，有删改）

（1）下列对文中画波浪线部分的断句，正确的一项是 _____

A．吾闻之君子/服善则益恭细人/服善则益倨我/以自备/恐有细人之心也传/曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

B．吾闻之/君子服善则益恭/细人服善则益倨/我以自备/恐有细人之心也/传曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

C．吾闻之/君子服善则益恭/细人服善则益倨/我以自备/恐有细人之心也传/曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

D．吾闻之君子/服善则益恭细人/服善则益倨我/以自备/恐有细人之心也/传曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

（2）下列对文中加点的词语及相关内容的解说，不正确的一项是 _____

A．赵简子，“简”与《谏逐客书》“惠王用张仪之计”中的“惠”，字一样，都是君王的庙号。

B．易，与《六国论》“当与秦相较，或未易量”中的“易”意思不一样，文中是“交换”的意思。

C．内，与《鸿门宴》“毋内诸侯”中的“内”都是通假字，同“纳”，文中是“放进去”的意思。

D．发，“打开”，与清代蒲松龄的《促织》中“窥父不在，窃发盆”中的“发”字意思一样。

（3）下列对原文有关内容的概述，不正确的一项是 _____

A．晋文公认为，一个国家的昏乱，不是出于声乐女色，就是由于奸邪贪利。他的这番看法得到了君子的认可。

B．老子认为，那游说的人往往流于逞口辩，接受游说的人又往往为浮辞所惑乱，像这样两种情况，道就不可以托付他们了。

C．子石虽然没有空闲读《诗经》，但他孝悌、友爱、诚信的德行让子贡深受感动子贡于是决定向子石学习。

D．鲁人想去越国，有人断言他将来一定会穷困，因为到一个不会重用自己的国家去，想要不穷困是很

难的。

三、语言文字综合运用（本题共 4 小题，共 21 分）

3．阅读下面的文字，完成下列小题。

“折纸术”是一种把纸张折出各种特定形状和花样的艺术。人们通过____的手法，能够把一张简单的纸____出各种各样的三维结构。

这种游戏不但小朋友喜欢玩，科学家也____。因为这项艺术的启发，（　　），用来构筑形状与功能各异的结构、器件甚至机器。理论____发现，在原子尺度，通过对石墨烯的弯曲折叠，可以构筑出具有新奇电子学特性的纳米结构。但是，原子尺度上的事可不是幼儿园小朋友做手工，根据特殊需要沿特定方向对石墨烯进行折叠，具有极大的挑战性。不过，这一系列困难都被科研人员克服了。我国实现了石墨烯纳米结构首次原子级精准的可控折叠，并构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米技术。

（1）依次填入文中横线上的词语，全都恰当的一项是 _____

A．精妙　变幻　乐此不疲　猜测

B．微妙　变幻　乐此不疲　预测

C．微妙　变换　乐在其中　猜测

D．精妙　变换　乐在其中　预测

（2）下列填入文中括号内的语句，衔接最恰当的一项的是 _____

A．折叠操纵经常被巧妙地用在很多科学技术前沿领域

B．很多科学技术前沿领域经常会巧妙地运用折叠操纵

C．人们经常会在科学技术前沿领域运用折叠操纵技术

D．经常被巧妙用在很多科学技术前沿领域的折叠操纵

（3）文中画横线的句子有语病，下列修改最恰当的一项是 _____

A．我国构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米技术，并实现了石墨烯纳米结构首次原子级精准的可控折叠。

B．我国实现了石墨烯纳米结构首次原子级精准的可控折叠，并构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米结构。

C．我国首次实现了石墨烯纳米结构原子级精准的可控折叠，并构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米结构。

D．我国构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米技术，并首次实现了石墨烯纳米结构原子级精准的可控折叠。

（4）下列选项中，加点的部分和“唐诗，是中国诗坛上的珠穆朗玛峰”所用修辞手法不同的一项是

A．你们杀死一个李公朴，会有千百万个李公朴站起来！

B．我们之间已经隔了一层可悲的厚障壁了。

C．那又浓又翠的景色，简直是一幅青绿山水画。

D．渐渐的越唱越高，忽然拔了一个尖儿，像一线钢丝抛入天际。

4．下列各项有关文化常识的表述不正确的一项是（　　）

A．春节指的是阴历中“年”的开始，古人又称为“元日”“元正”等．春节和二十四节气中的立春不一定是同时的．

B．元宵节又称灯节、上元节．古人写此节的诗词很多，例如辛弃疾的“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”．

C．寒食节要禁烟火，以纪念介子推．唐代诗人韩翃的诗句“日暮汉宫传蜡烛，轻烟散入五侯家”写的就是寒食节情景．

D．清明节的习俗有扫墓、踏青、荡秋千、放风筝、插柳戴花等，天气转暖，李清照形容它“乍暖还寒时候，最难将息”．

5．下列各句加点的词都有“死”的意思，按由尊到卑排列正确的一项是（　　）

①永和四年卒

②伤余心之忧忧兮，悲将军之不禄

③故临崩寄臣以大事也

④予之及于死者不知其几矣

⑤明年，丞相薨

A．③⑤②④①　　B．③⑤①②④　　C．⑤③②④①　　D．⑤③②①④

6．下列选项中，对中国古代文化常识的表述不正确的一组是（　　）

①及第，指科举考试应试中选，因榜上题名有甲乙次第而得名，也叫落第、下第。隋唐只用于考中进士。

②中国古代纪年法有多种，常见的有年号纪年和干支纪年，也有年号干支兼用的，“壬戌之秋，七月既望”就是年号干支兼用。

③学官，古代主管学务或教学的官员统称，其中“祭酒”是主管国子监或太学的教育行政长官，“助教”是协助国子祭酒教授生徒的。

④六合，指上下和东西南北四方，即天地四方，泛指天下，也可指年月日于支都相合，如《孔雀东南飞》中“六合正相应”。

⑤古人最初是根据天色的变化将一昼夜分为十二个时辰，对应二十四个小时。其中“平旦”指早晨3 -

5 点，“黄昏”指 17﹣19 点。

⑥江东，指长江以东地区，古人以东为左，故又称江左。江东是我国历史上的一个地理概念，素以文化繁荣、经济富庶著称。

A．①③⑥　　B．①②⑤　　C．②④⑤　　D．③④⑥

四、作文（共 60 分）

7．阅读下面的材料，根据要求写作。

“松弛感”成了网络的热词，它表达的是一种无论在任何情况下，都能坦然从容、不焦躁、不抱怨、不指责、不过分用力的一种状态。它既可指人际关系的状态，也可指追求自我过程中的状态。有同学认为：韶华易逝，青春难在，青年就应该搏击奋斗，“松弛感”要不得；有同学认为：来日方长，不可汲汲于眼下的成功，适当有“松弛感”才能走得更远；还有同学认为：该“松弛”时则“松弛”。该较劲时且较劲，要分情况做论断，不可一概而论……

对此，你怎么看？请写一篇文章，谈谈你的思考。

要求：选准角度，确定立意，明确文体，自拟标题；不要套作，不得抄袭；不得泄露个人信息；不少于 800 字。

2023-2024 学年江苏省无锡市市北高级中学高二（上）开学语文试卷

参考答案与试题解析

一、现代文阅读（本题共 1 小题，共 9 分

1.（9 分）阅读下面的文字，完成下面小题。

材料一：

社会心态作为社会存在的公众意识反映，在重大社会变革背景下发生演化，并呈现出整体性、大众性等特征。理性看待社会变革下公众心态的不同方面，并予以合理调适，是以健康社会心态涵养现代化精神力量的题中应有之义。

现代社会中，自然秩序为理性新秩序所取代，人的创造性和主体性不断放大，却也带来了一系列现代性困境。在“远方的世界”里，全球气候变暖、冰川融化、恶劣自然灾害等成为伴随人类改造自然活动过程中出现的严重后果。在个体精神层面，个人主义的转向又给人带来孤独感和漂泊感。伴随互联网时代电子文化影响的持续深入，当代社会人际关系对技术严重依赖，加深了虚拟世界里的群体性孤独。另外，在工业化和城市化过程中，越来越多的人口从农村进入城市，通过便利的交通工具流动到陌生的地方工作和生活。这使得他们中的一部分成为悬停在城乡之间的“蜂鸟”，挤压在快节奏、超负荷的现代生活中。《“长三角”青年民生民意》调查显示，约 70%的新市民、大学毕业生与青年人在租房居住，一线城市则更加普遍，这种社会和个体的经济压力，已经使青年群体消费行为趋于守成。

社会的变迁导致了人类心理内部的转化，现代性焦虑成为日常生活的常态和一种普遍的社会心态。“内卷”“躺平”或者较早流行的“佛系青年”，揭示出社会变化下的公众心态的不同类型：努力自我投资提高竞争力、主动降欲寻求躲避竞争出口或者合理宣泄在顺从中迂回反抗等。这些网络热词以符号化的话语编码流行和传播，用戏谑化的方式映射了社会情绪和公众心理，直观呈现了在现代社会压力下，外在现实之困和内在个体困境的矛盾冲突。

网络信息“放大镜”的信任危机时有闪现。新闻作为客观世界的现实建构，现实社会中越来越多的不确定事件是新闻报道必须面对的客观现实，也是新闻报道传播与沟通的重要内容。一方面，不确定事件有时具有突发性、重要性和危害性特征，容易受到社会高度关注，具有无法忽视的新闻价值和社会影响力。尤其是在当下的信息环境中，一些自媒体为了吸引眼球，对信息真伪的不加甄别更增加了传播影响的不确定性。另一方面，新媒介技术赋权，人们拥有了更为自由地表达途径和表达空间，网络传播中信息流通速度空前加快，传播的匿名化与高自由度，进一步扩大了公众意见表达的可能。一条热点新闻评论区内，时有以激进观点引导整个话题的态度倾向，群体暗示的传播机制不断诱导激进盲从的社会心态，容易导致非

常态集合行为，助推社会谣言扩散和负面情绪已发酵。

由于有的地方政府与民众之间缺乏有效互动以及信息透明化机制还有待完善，民众对政府存在认知偏差。在涉及不确定事件或热点问题时，政府即使持续发布真实信息陈或困国落仍然受到群众质疑。

（摘自《时代重大变革中公众心态调适的国家策略》）

材料二：

从整体来看，当代请年的社会心态整体上阳光乐观，积极向上，对国家发展完满希望，对个人生活充满信心。但与此同时，当前青年心态也呈现出一些新的特点，需要引起重视。

愿意拼搏奋斗，但要知道“努力的意义”当代青年具有奋斗精神，对自己的未来有着美好的规划，也愿意为之付出努力。但在“奋斗”和“内卷”的区别上，部分青年认为：“有意义的努力是奋斗，没有意义的努力是内卷。”进而他们将“有意义”界定为：能看到自己在工作链条中的角色，能找到自己在工作链条中的价值。人们通过工作，感觉到自己被需要，体会到劳动的价值，工作给人们提供了一个“确证自我”的机会。从这个意义上讲，工作的内在价值必须超越生存目的，指向人之为人的本质实现。

认同主流价值，但也关注“个体的表达”。近年来，教育公平、动物保护、环境保护、劳动救济等议题成为一些网络新生代积极推动的权利主张。青年人对某些权利的强调，正是现代社会中个体独立意识和权利意识彰显的体现，是青年追求个性、渴望自由的情感表达。在个人与社会的相互作用中，一些青年对某些权利的“在意”，反映出社会转型期社会心态的转变。

成就预期较高，但易伴生“相对剥夺感”。青年时期处于人生的爬坡过坎阶段；在“明天会更好”“一代更比一代强”的家庭和社会期待之下；他们面临着超越父辈获得更好生活的压力，对自己未来社会地位的预期持续上升，且预期上升的速度较快。我国经济在经历了几十年的快速增长后开始逐渐放缓，特别是受到新型冠状病毒感染疫情的影响，经济下行压力逐渐传导到个人的就业和收入，使得青年感受到生活的困难与艰亲。叠加国际局势变化带来的不确定性，部分青年感到忧虑。尽管在经济下行压力下产生某些悲观情绪是人之常情，但有的青年将人生中的“不如意”归结为时代红利的减少，甚至认为时代对自己“不公平”。与上一代人相比，自己“得的少了”“没赶上好时候”进而对当前经济形势产生极端负面心理。

（摘自《当前青年社会心态的新特点和引导策略》）

（1）下列对材料相关内容的理解和分析，不正确的一项是 D

A．社会心态是社会存在的公众意识反映，有着整体性、人众性等特征，需要得到人们的重视和理性看待。

B．当下，人们深受互联网的影响，但也加深了虚拟世界里的群体性孤独。

C．虽然当代青年的社会心态整体上看是阳光乐观、积极向上的，但我们仍要重视其心态呈现的一些新

特点。

D．青年人对某些权利的强调彰显了个体独立意识和权利意识，但只是追求个性的情感表达，我们没必要太在意。

（2）根据材料内容，下列说法不正确的一项是 C

A．一些网络热词揭示出社会变化下的公众心态的不同类型，体现了外在现实之困和内在个体困境的矛盾冲突。

B．不确定事件有时其有突发性、重要性和危害性特征，具有无法忽视的新闻价值和社会影响力，媒体报道时应严谨。

C．只要及时删去热点新闻评论区内以激进观点引导整个话题方向的言论，就可有效防止社会谣言扩散和负面情绪发酵。

D．青年人对自己未来社会地位的预期持续上升，但经济下行的压力使他们感受到生活的困难与艰辛，甚至让有些人产生某些悲观情绪。

（3）下列选项，不能作为论据来支撑材料一观点的一项是 B

A．《很多高学历青年远离家乡，去一线城市打拼，一个人租房住，经常感到孤独、焦虑。

B．某市政府陆续将全区 51 处核酸采样亭改造成“暖心小屋”，免费向户外劳动者提供饮用水、水果等服务。

C．有的年轻人不管对方对他做了什么，采取什么样的态度，都不做任何的反应或者反抗，表示顺从。

D．个别地方政府不能在第一时间公开相关信息或处理结果，导致舆情沸腾。

【答案】（1）D

（2）C

（3）B

【分析】（1）本题考查学生对材料相关内容的理解和分析能力，答题时要整体把握材料内容，结合相关语境分析各个选项表述的正误，作出正确的选择。

（2）本题考查学生对材料相关说法的理解和分析能力。答题时要读懂材料，仔细比对各个选项的说法，作出正确的判断和选择。

（3）本题考查学生对论据和相应观点的关系的辨析能力。答题时要读懂题干涉及的观点，仔细比对各个选项，正确选择。

【解答】（1）D.“没必要太在意”错误，无中生有，根据原文“青年人对某些权利的强调，正是现代社会中个体独立意识和权利意识彰显的体现，是青年追求个性、渴望自由的情感表达。在个人与社会的相互作用中，一些青年对某些权利的‘在意’，反映出社会转型期社会心态的转变”可知，原文没有信息

表明这一点。

故选 D。

（2）C.“只要……就”错误，结合“一条热点新闻评论区内，时有以激进观点引导整个话题的态度倾向，群体暗示的传播机制不断诱导激进盲从的社会心态，容易导致非常态集合行为，助推社会谣言扩散和负面情绪发酵”可知，说法武断。

故选 C。

（3）材料一阐述了重大社会变革下公众心态的整体特征及存在的问题。

B.本项的做法属于政府的便民行为，不能作为论据支撑材料一的观点。

故选 B。

答案：

（1）D

（2）C

（3）B

二、文言文阅读（本题共 1 小题，（共 9 分）

2．阅读下面的文言文，完成下面小题。

赵简子乘敝车瘦马，衣羖羊裘。其宰进谏曰：“车新则安，马肥则往来疾，狐白之裘温且轻。”简子曰：“吾非不知也。吾闻之君子服善则益恭细人服善则益倨我以自备恐有细人之心也传曰周公位尊愈卑胜敌愈惧家富愈俭故周氏八百余年此之谓也。”

鲁筑郎圃，季平子欲速成，叔孙昭子曰：“安用其速成也？以虐其民，其可乎？无囿尚可乎，恶闻嬉戏之游，罢其所治之民乎？”

卫叔孙文子问于王孙夏曰：“吾先君之庙小！吾欲更之，可乎？”对曰：“古之君子，以俭为礼；今之君子，以汰易之。夫卫国虽贫，岂无文履一奇，以易十稷之绣哉？以为非礼也。”文子乃止。

晋文公合诸侯而盟曰：“吾闻国之昏，不由声色，必由奸利。好乐声色者，淫也。贪奸者，惑也。夫淫惑之国，不亡必残。自今以来，无以美妾爱疑妻，无以声乐妨政，无以奸情害公，无以货利示下。其有之者，是谓伐其根素，流于华叶。若此者，有患无忧，有寇勿弭。不如言者，盟示之。”于是君子闻之曰：“文公知道乎！其不王者，无佐也。”

晏子病，将死，断楹内书焉，谓其妻曰：“楹也语，子壮而视之。”及壮发书，书之言曰：“布帛不穷，穷不可饰。牛马不穷，穷不可服。士不可穷，穷不可任。穷乎？穷乎？穷也！”

仲尼问老聃曰：“甚矣！道之于今难行也！吾比执道委质以当世之君，而不我受也。道之于今难行也。”

老子曰：“夫说者流于辩，听者乱于辞，如此二者，则道不可委矣。”

子贡问子石：“子不学《诗》乎？”子石曰：“吾暇乎哉？父母求吾孝，兄弟求吾悌，朋友求吾信。吾眠乎哉？”子贡曰：“请投吾《诗》，以学于子。

鲁人身善织屦，妻善织缟，而徙于越。或谓之曰：“子必穷。”鲁人曰：“何也？曰：“屡为履，缟为冠也，而越人徒跣剪发，游不用之国，欲无穷，可得乎？”

（节选自《说苑•反质》，有删改）

（1）下列对文中画波浪线部分的断句，正确的一项是 B

A．吾闻之君子/服善则益恭细人/服善则益倨我/以自备/恐有细人之心也传/曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

B．吾闻之/君子服善则益恭/细人服善则益倨/我以自备/恐有细人之心也/传曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

C．吾闻之/君子服善则益恭/细人服善则益倨/我以自备/恐有细人之心也传/曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

D．吾闻之君子/服善则益恭细人/服善则益倨我/以自备/恐有细人之心也/传曰/周公位尊愈卑/胜敌愈惧/家富愈俭/故周氏八百余年/此之谓也

（2）下列对文中加点的词语及相关内容的解说，不正确的一项是 A

A．赵简子，“简”与《谏逐客书》“惠王用张仪之计”中的“惠”，字一样，都是君王的庙号。

B．易，与《六国论》“当与秦相较，或未易量”中的“易”意思不一样，文中是“交换”的意思。

C．内，与《鸿门宴》“毋内诸侯”中的“内”都是通假字，同“纳”，文中是“放进去”的意思。

D．发，“打开”，与清代蒲松龄的《促织》中“窥父不在，窃发盆”中的“发”字意思一样。

（3）下列对原文有关内容的概述，不正确的一项是 A

A．晋文公认为，一个国家的昏乱，不是出于声乐女色，就是由于奸邪贪利。他的这番看法得到了君子的认可。

B．老子认为，那游说的人往往流于逞口辩，接受游说的人又往往为浮辞所惑乱，像这样两种情况，道就不可以托付他们了。

C．子石虽然没有空闲读《诗经》，但他孝悌、友爱、诚信的德行让子贡深受感动子贡于是决定向子石学习。

D．鲁人想去越国，有人断言他将来一定会穷困，因为到一个不会重用自己的国家去，想要不穷困是很难的。

【答案】（1）B

（2）A

（3）A

【分析】（1）本题考查文言断句的能力，答题时注意一些常见的句尾、句首标志性的词语，句子结构的对称，文中词语充当的成分，句子成分的省略，叙事内容的变化等。

（2）本题考查学生对文中加点词语及相关内容的解说能力。答题时要有一定的知识积累，结合语境进行理解，仔细比对各个选项的说法，作出正确的选择。

（3）本题考查学生对文本有关内容的概括和分析能力。答题时要通读文本，结合具体内容比对各个选项，作出正确的判断和选择。

【解答】（1）句意：我听说君子服饰美好就更加恭谨，小人服饰美好却更加傲慢。我因此自己戒备，怕有了小人的心思。古书上说：“周公地位越高态度越谦卑，战胜敌人后更加小心谨慎，家室富有就更加节俭。”所以周朝能享国八百多年，讲的就是这个道理。

“君子服善则益恭”和“细人服善则益倨”，是“闻”的宾语，句式结构一致，中间要断开，可以排除AD；

“传曰”是主谓结构，中间不断开，可以排除C。

故选B。

（2）A.错误。“都是君王的庙号”错误。“简”“惠”都是谥号；另外，赵简子是大夫，不是君王。

B.正确。“易”：交换。句意：卫国虽然贫穷，难道没有一只绣花鞋用来交换一小块锦绣吗？/“易”：轻易、容易。句意：如果能够与秦国相较量，结果或许还不容易估量。

C.正确。“毋内诸侯”中的“内”是接纳。句意：凿开厅柱将遗书放在里边。/不要让诸侯军队进来。

D.正确。句意：等到儿子长大后取出遗书。/他儿子看到父亲不在家，就偷偷打开盆子来看。

故选A。

（3）A.“他的这番看法得到了君子的认可”错误，从“于是君子闻之曰：‘文公知道乎！其不王者，无佐也。’”可知，他的这番看法并没有得到君子的认可，君子认为文公不了解世间的大道。

故选A。

答案：

（1）B

（2）A

（3）A

参考译文：

赵简子乘坐破车瘦马，穿黑公羊皮衣，他的主管家臣劝谏说：“车要新的才安全，马要肥壮的才往来快捷，白狐皮袍温暖轻便。”赵简子说：“我并不是不知道（这些）。我听说君子服饰美好就更加恭谨，小人服饰美好却更加傲慢。我因此自己戒备，怕有了小人的心思。古书上说：‘周公地位越高态度越谦卑，战胜敌人后更加小心谨慎，家室富有就更加节俭。’所以周朝能享国八百多年，讲的就是这个道理。”

鲁国在郎邑修建园囿，季平子想赶快修成。叔孙昭子说：“怎么能急于求成呢？以此虐害自己的百姓，难道可行吗？没有园囿也可以吧？哪里听说为了嬉戏游乐的事，就使自己治下的百姓疲困呢？”

卫国叔孙文子问王孙夏道：“我祖先的祭庙太小，我想改建它，行吗？”（王孙夏）回答说：“古代的君子，把节俭当作礼制；现在的君子，以奢侈来交换它。卫国虽然贫穷，难道没有一只绣花鞋用来换一小块锦绣吗？我是认为改建宗庙不符合礼制。”叔孙文子于是放弃了这个想法。

晋文公会合诸侯盟誓说：“我听说国家的昏乱，不是由于声色，就是由于奸私贪利。沉迷于声色，就是淫靡。沉湎在奸利之中，就是迷惑。淫靡迷惑的国家，即使不败亡也要破碎不堪。从此之后，大家都不要听信美妾的谗言而怀疑妻子，不要因为声色之乐妨碍国家大事，不要因为个人的私心危害国家利益，不要用财货来刺激臣民的贪欲。如果有了这种行为，无异于砍伐树根、去追求华丽的枝叶。像这样，事先有准备就可以避免祸患，事先有准备有也可以平息战乱。不能按照誓言去做的，盟誓警告他。”这时，君子听说这件事后说：“文公了解世间的大道吗？他之所以不能够称王于天下，是因为没有能人辅佐。”

晏子病重，将要死去，凿开厅柱将遗书放在里边。对他的妻子说：“楹柱里的遗言，等儿子长大后给他看。”等到儿子长大后取出遗书，书上的遗言说：“布帛不可穷尽，穷尽了就没有穿的。牛马不可穷尽，穷尽了就没有驱使的。士人不可穷困，穷困了就没有可任用的。要记住这三‘穷’啊！”

孔子见了老子，请教说：“太难了，现在推广天道真理实在太难了！我掌握了这样的大道周游各国想普及推行，可是各国国君都不肯接受呀。天道真理在现在实在难以运行呀！”老子说：“是这样，说话的人讲道的人把重点放在辩论了，听话的人闻道的人又过分注意和纠缠于那些言辞了，由于这两方面的原因，真正的道就没办法运行传播了。”

子贡问子石：“你不学《诗》吗？”子石说：“我有空闲吗？父母要求我孝顺，弟兄要求我友爱，朋友要求我诚信。我有空闲吗？”子贡说：“让我放下《诗》，来向你学习。”

鲁国有个人自身善于织麻鞋，他的妻子擅长编织白绢，他们想搬到越国去。有人对他说：“你搬到越国去必定遇到困境。”鲁国人问：“为什么？”这个人回答说：“鞋是（人们）用来穿它（来走路的），但是越国人赤脚走路；白绢（做成帽子）是（人们）用来戴它，但是越国人都披散着头发。凭借你们的专长，跑到用不着你的国家里去，要想不穷困，怎么能办得到呢？”

三、语言文字综合运用（本题共 4 小题，共 21 分）

3．阅读下面的文字，完成下列小题。

“折纸术”是一种把纸张折出各种特定形状和花样的艺术。人们通过____的手法，能够把一张简单的纸____出各种各样的三维结构。

这种游戏不但小朋友喜欢玩，科学家也____。因为这项艺术的启发，（　　），用来构筑形状与功能各异的结构、器件甚至机器。理论____发现，在原子尺度，通过对石墨烯的弯曲折叠，可以构筑出具有新奇电子学特性的纳米结构。但是，原子尺度上的事可不是幼儿园小朋友做手工，根据特殊需要沿特定方向对石墨烯进行折叠，具有极大的挑战性。不过，这一系列困难都被科研人员克服了。我国实现了石墨烯纳米结构首次原子级精准的可控折叠，并构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米技术。

（1）依次填入文中横线上的词语，全都恰当的一项是 D

A．精妙　变幻　乐此不疲　猜测

B．微妙　变幻　乐此不疲　预测

C．微妙　变换　乐在其中　猜测

D．精妙　变换　乐在其中　预测

（2）下列填入文中括号内的语句，衔接最恰当的一项的是 A

A．折叠操纵经常被巧妙地用在很多科学技术前沿领域

B．很多科学技术前沿领域经常会巧妙地运用折叠操纵

C．人们经常会在科学技术前沿领域运用折叠操纵技术

D．经常被巧妙用在很多科学技术前沿领域的折叠操纵

（3）文中画横线的句子有语病，下列修改最恰当的一项是 C

A．我国构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米技术，并实现了石墨烯纳米结构首次原子级精准的可控折叠。

B．我国实现了石墨烯纳米结构首次原子级精准的可控折叠，并构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米结构。

C．我国首次实现了石墨烯纳米结构原子级精准的可控折叠，并构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米结构。

D．我国构筑出一种新型的准三维石墨烯纳米技术，并首次实现了石墨烯纳米结构原子级精准的可控折叠。

（4）下列选项中，加点的部分和“唐诗，是中国诗坛上的珠穆朗玛峰”所用修辞手法不同的一项是 A

A．你们杀死一个李公朴，会有千百万个李公朴站起来！

B．我们之间已经隔了一层可悲的厚障壁了。

C．那又浓又翠的景色，简直是一幅青绿山水画。

D．渐渐的越唱越高，忽然拔了一个尖儿，像一线钢丝抛入天际。

【答案】（1）D

（2）A

（3）C

（4）A

【分析】（1）本题考查学生对词语的运用能力。答题时要读懂语段的内容，结合语境作出正确的选择。

（2）本题考查学生的语句衔接能力，涉及的是语言连贯的知识。答题时要读懂语段相关内容，结合语境选出填写正确的选项。

（3）本题考查学生对病句的辨析和修改能力。答题时要读懂画线的句子，仔细比对各个选项的修改，正确选择。

（4）本题考查学生对修辞手法使用的辨析能力。答题时要读懂题干涉及的句子，判断相关词语修辞手法的运用。

【解答】（1）第一空，精妙：精致巧妙。微妙：深奥玄妙，难以捉摸。语境中，强调的是折纸技艺的巧妙，应选“精妙”。

第二空，变幻：不规则地改变。变换：事物的一种形式或内容换成另一种。语境中，折纸可以把平面的纸变成三维结构，应选“变换”。

第三空，乐此不疲：因喜欢做某件事而不知疲倦，形容对某事特别爱好而沉浸其中。乐在其中：喜欢做某事，并在其中获得乐趣。语境中，科学家研究“玩游戏”，应选“乐在其中”。

第四空，猜测：推测；凭想象估计。预测：预先推测或测定。预测带有科学性，语境中，“理论”有科学性，应选“预测”。

故选：D。

（2）根据语境下文，“用来构筑形状与功能各异的结构、器件甚至机器”，主语应为“折叠操纵”，A 项中，“被巧妙地用在很多科学技术前沿领域”的主语也是“折叠操纵”，且与语境下文衔接一致。BCD 三项与下文衔接不恰当。故 A 项衔接最恰当。

故选 A。

（3）画线句子存在两处语病，一是语序不当，“首次”应在“实现”之前，排除 AB 两项；二是搭配不当，“构筑”与“技术”搭配不当，应把“技术”改为“结构”，排除 D 项。

故选 C。

（4）文中“珠穆朗玛峰”使用了比喻的修辞手法，将“唐诗”比作“珠穆朗玛峰”。

A.运用了借代的手法，用李公朴来代替像李公朴这样的革命者。

B.运用了比喻的手法，将“我们之间的隔阂”比作“厚障壁”。

C.运用了比喻的手法，将“景色”比作“山水画”。

D.运用了比喻的手法，将“拔的尖儿”比作“钢丝抛入天际”。

故选 A。

答案：

（1）D

（2）A

（3）C

（4）A

4．下列各项有关文化常识的表述不正确的一项是（　　）

A．春节指的是阴历中“年”的开始，古人又称为“元日”“元正”等．春节和二十四节气中的立春不一定是同时的．

B．元宵节又称灯节、上元节．古人写此节的诗词很多，例如辛弃疾的“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在灯火阑珊处”．

C．寒食节要禁烟火，以纪念介子推．唐代诗人韩翃的诗句“日暮汉宫传蜡烛，轻烟散入五侯家”写的就是寒食节情景．

D．清明节的习俗有扫墓、踏青、荡秋千、放风筝、插柳戴花等，天气转暖，李清照形容它“乍暖还寒时候，最难将息”．

【答案】D

【分析】本题考查文化常识的识记．

【解答】“乍暖还寒时候，最难将息”诗句不是写清明节；词人做此词时为秋季，“乍暖还寒时候”意为早晨，秋季，早晨相比夜晚，可谓暖，但秋风吹起，寒气袭人，故言寒。

故选：D。

5．下列各句加点的词都有“死”的意思，按由尊到卑排列正确的一项是（　　）

①永和四年卒

②伤余心之忧忧兮，悲将军之不禄

③故临崩寄臣以大事也

④予之及于死者不知其几矣

⑤明年，丞相薨

A．③⑤②④①　　B．③⑤①②④　　C．⑤③②④①　　D．⑤③②①④

【答案】B

【分析】此题考查了学生对文学常识的识记．

【解答】据《礼记•曲礼下》记载：“天子死曰崩，诸侯死曰薨，大夫死曰卒，士曰不禄，庶人曰死。”也就是说“崩”是天子专用的；诸侯死则称为“薨”，秦汉以后也用于高级官员的死亡；大夫死叫“卒”；士人死则叫“不禄”；而只有平民百姓的死才能称为“死”。

故选：B。

6．下列选项中，对中国古代文化常识的表述不正确的一组是（　　）

①及第，指科举考试应试中选，因榜上题名有甲乙次第而得名，也叫落第、下第。隋唐只用于考中进士。

②中国古代纪年法有多种，常见的有年号纪年和干支纪年，也有年号干支兼用的，“壬戌之秋，七月既望”就是年号干支兼用。

③学官，古代主管学务或教学的官员统称，其中“祭酒”是主管国子监或太学的教育行政长官，“助教”是协助国子祭酒教授生徒的。

④六合，指上下和东西南北四方，即天地四方，泛指天下，也可指年月日于支都相合，如《孔雀东南飞》中“六合正相应”。

⑤古人最初是根据天色的变化将一昼夜分为十二个时辰，对应二十四个小时。其中“平旦”指早晨 3 - 5 点，“黄昏”指 17 - 19 点。

⑥江东，指长江以东地区，古人以东为左，故又称江左。江东是我国历史上的一个地理概念，素以文化繁荣、经济富庶著称。

A．①③⑥　　B．①②⑤　　C．②④⑤　　D．③④⑥

【答案】B

【分析】此题主要考查学生对重要文学常识识记能力，高考能力层级为 A。文学常识正误的判断点是：作者名、称谓、生活时代、作品名、体裁、书中人物、主要情节、作品主题及风格、流派等。回顾所读文章的相关情节，根据问题作答即可。

【解答】①“落第、下第”是指没有考中；

②“王戌之秋，七月既望”是干支纪年；

③“黄昏”指 19 - 21 点。

故选：B。

四、作文（共 60 分）

7．阅读下面的材料，根据要求写作。

“松弛感”成了网络的热词，它表达的是一种无论在任何情况下，都能坦然从容、不焦躁、不抱怨、不指责、不过分用力的一种状态。它既可指人际关系的状态，也可指追求自我过程中的状态。有同学认为：韶华易逝，青春难在，青年就应该搏击奋斗，“松弛感”要不得；有同学认为：来日方长，不可汲汲于眼下的成功，适当有“松弛感”才能走得更远；还有同学认为：该“松弛”时则“松弛”。该较劲时且较劲，要分情况做论断，不可一概而论……

对此，你怎么看？请写一篇文章，谈谈你的思考。

要求：选准角度，确定立意，明确文体，自拟标题；不要套作，不得抄袭；不得泄露个人信息；不少于 800 字。

【答案】

以松弛的态度笑看人生风云

“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改。”颜渊在艰难困苦的生活中仍然能够保持从容淡定的心境。而我们也可从前人的生活态度中得到许多启发，依我之见，我辈生活在当下充满诱惑的社会中，亦当拥有身心的平静，对诱惑的淡泊自守，以松弛的态度笑看人生的风云起伏。

“松弛感”，指拥有明确的志向之后，身心的平静放松，不焦虑，不纠结。当今社会既是机会众多，也存在许多的诱惑与暗流。在面对来自外界的考验时，保持内心的淡泊自守，不慌张，不急躁，从容不迫。昔有颜回，有志于求道，故饭蔬食饮冷水，也能找到真趣；再有苏轼即使身贬万里之外，也能保持松弛的状态，他在黄州时写下《赤壁赋》等名篇，这种“也无风雨也无晴”的状态是何等的洒脱与豪迈；如今也有樊锦诗这样的学者，甘愿抛弃都市的繁华，扎根于穷边荒漠，以松弛的态度面对物质的匮乏，却在敦煌学的研究中做出了不可磨灭的贡献。这些贤人志仕，都展示予我们何为“松弛感”，那就是一种因心中有值得追求的目标而油然而生的淡定与从容。

有人以为，“躺平”也是松弛的表现，他们丧失上进心，浑浑噩噩，以“佛系”“摸鱼”，我以为这并不可取。“躺平”使个人沉沦于毫无斗志的境地，“混吃等死”，于国于家毫无贡献。我以为，躺平青年应该看到，时代风云涌动，我们应该在这个时代里保持松弛的心态，但行动却应进取向上。然而，当下亦有另一现象，即“内卷”造成的过度焦虑。他们过度在意行动的结果，“结果主义者”常常会忽略行动本身的意义，于我之见，行路之间邂逅的花朵，有时比终点更为曼妙，了解这一点，才能在行路之时，“以中有足乐者”，始终保持松弛感。

因此，要保持松弛，惟有回到本心，修炼身心，抛却荣辱，超越俗世的尘嚣，这样，才能在喧闹的世

间，拥有一份松弛的本真。2022 的冬奥会上，谷爱凌取胜的原因之一，便是在赛道上保持松弛。最后关头，她没有选择保险的动作，而是以放松之态，投入自我挑战，反而转败为胜。揆诸现实，即使面对千钧的压力，我们也应也要泰然自若，舒适自然。

士不可以不弘毅，任重而道远。在内卷的时代，我们行于人生的路途，我们不妨享受松弛感，不必过分计较结果，也不必与他人盲目攀比，以恬淡自守的心态渡过每一个有意义的日子。

【分析】本题考查学生的写作能力。

审题：

这是一道引语类材料作文题。

材料以“松弛感”为话题。首先理解“松弛感”的内涵，“无论在任何情况下，都能坦然从容、不焦躁、不抱怨、不指责、不过分用力的一种状态”。“松弛感”是应对当下焦虑生活的一种非常好的状态，在当今快速发展的社会，“内卷”成为新常态。生活就像一个高速运转的车轮，我们一直在被车轮转起的漩涡裹挟着往前走。当我们停下时，总是担心自己会跟不上，亦或是被淘汰。不管干什么，都没办法沉浸其中，整个人都是紧绷的。而面对这些不如意时，“松弛感”既不是强调“对抗”，也不是鼓励彻底放弃的“躺平”，而是为无处宣泄的复杂情绪提出了一个合理的“解决方案”，所以松弛感被越来越多的年轻人以及不同年龄阶段的人接受和推崇。材料列举了学生对待“松弛感”的不同观点。有人推崇松弛感，有人反对松弛感，有人认为当分情况做论断。其中第三种观点比较有辩证理性，当奋斗时，绝不松懈，当放松时也要适时放松，松弛结合，才能行稳致远。

行文构思上，先概括材料，由材料引出观点，如：以松弛的态度笑看人生风云。接下来从是什么的角度展开论述：“松弛感”，指拥有明确的志向之后，身心的平静放松，不焦虑；心态上的松弛不代表行动上的松懈，适时充电不妨碍前行的进度；“松弛感”代表着一种淡泊的胸怀，有所舍方能心智笃定、轻松自在。最后阐述生活中如何做到既保持松弛感，又不消极处世。

立意提示：

1.张弛有度，成就从容人生。

2.松弛之间，行稳致远。

3.以松弛的态度，笑看人生风云。

【解答】

以松弛的态度笑看人生风云

“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改。”颜渊在艰难困苦的生活中仍然能够保持从容淡定的心境。而我们也可从前人的生活态度中得到许多启发，依我之见，我辈生活在当下充满诱惑的社会

中，亦当拥有身心的平静，对诱惑的淡泊自守，以松弛的态度笑看人生的风云起伏。

“松弛感”，指拥有明确的志向之后，身心的平静放松，不焦虑，不纠结。当今社会既是机会众多，也存在许多的诱惑与暗流。在面对来自外界的考验时，保持内心的淡泊自守，不慌张，不急躁，从容不迫。昔有颜回，有志于求道，故饭蔬食饮冷水，也能找到真趣；再有苏轼即使身贬万里之外，也能保持松弛的状态，他在黄州时写下《赤壁赋》等名篇，这种“也无风雨也无晴”的状态是何等的洒脱与豪迈；如今也有樊锦诗这样的学者，甘愿抛弃都市的繁华，扎根于穷边荒漠，以松弛的态度面对物质的匮乏，却在敦煌学的研究中做出了不可磨灭的贡献。这些贤人志仕，都展示予我们何为“松弛感”，那就是一种因心中有值得追求的目标而油然而生的淡定与从容。

有人以为，“躺平”也是松弛的表现，他们丧失上进心，浑浑噩噩，以“佛系”“摸鱼”，我以为这并不可取。“躺平”使个人沉沦于毫无斗志的境地，“混吃等死”，于国于家毫无贡献。我以为，躺平青年应该看到，时代风云涌动，我们应该在这个时代里保持松弛的心态，但行动却应进取向上。然而，当下亦有另一现象，即“内卷”造成的过度焦虑。他们过度在意行动的结果，“结果主义者”常常会忽略行动本身的意义，于我之见，行路之间邂逅的花朵，有时比终点更为曼妙，了解这一点，才能在行路之时，“以中有足乐者”，始终保持松弛感。

因此，要保持松弛，惟有回到本心，修炼身心，抛却荣辱，超越俗世的尘嚣，这样，才能在喧闹的世间，拥有一份松弛的本真。2022 的冬奥会上，谷爱凌取胜的原因之一，便是在赛道上保持松弛。最后关头，她没有选择保险的动作，而是以放松之态，投入自我挑战，反而转败为胜。揆诸现实，即使面对千钧的压力，我们也应也要泰然自若，舒适自然。

士不可以不弘毅，任重而道远。在内卷的时代，我们行于人生的路途，我们不妨享受松弛感，不必过分计较结果，也不必与他人盲目攀比，以恬淡自守的心态渡过每一个有意义的日子。