

PASS[®]

绿卡图书——走向成功的通行证

晨读
晚记

高中语文

作文超级 万能素材

一书在手
素材全有

总主编：牛胜玉



全彩版

湖南师范大学出版社



绿卡图书——走向成功的通行证

高中语文

作文超级 万能素材

总主编：牛胜玉

本册主编：牛 鹏 伊太宝 李世慧

李茜茜 崔传升 陈现雷

湖南师范大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

作文超级万能素材. 高中语文 / 牛胜玉编. -- 长沙: 湖南师范大学出版社, 2017.1

ISBN 978-7-5648-2759-5

I. ①作… II. ①牛… III. ①作文课 - 高中 - 教学参考资料
IV. ①G634.343

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第297128号

作文超级万能素材 · 高中语文

ZUOWEN CHAOJI WANNENG SUCAI · GAOZHONG YUWEN

- ◇总 主 编: 牛胜玉
- ◇责任编辑: 赵先英 胡亚兰
- ◇责任校对: 张 睿
- ◇出版发行: 湖南师范大学出版社
地址/长沙市岳麓山
邮编/410081
电话/0731.88873071 88873070
传真/0731.88872636
网址/http://press.hunnu.edu.cn
- ◇经销: 全国新华书店
- ◇印刷: 安徽万德印务有限公司
- ◇开本: 880mm × 1230mm 1/16
- ◇印张: 15
- ◇字数: 420千字
- ◇版次: 2017年1月第1版
2017年1月第1次印刷
- ◇书号: ISBN 978-7-5648-2759-5
- ◇定价: 42.80元



目录

第一卷 经典万能素材

01 时代风云聚光灯

No.1 风云人物 2

- 郎平: 艰难困苦, 玉“郎”于成 2
- 唐纳德·特朗普: 一个传奇人物, 一生起伏跌宕 2
- 神舟十一号宇航员景海鹏、陈冬: 新手老手无缝对接 ... 3
- 鲍勃·迪伦: 发达资本主义时代的抒情诗人 3
- 杨绛: 百年淑子 3



- 于敏: 在中国的土地上“开花结果” 4
- 李小文: “布鞋院士” 4
- 成龙获奥斯卡终身成就奖: 有一种获奖, 叫实至名归 ... 5
- 狄恩·卡门: 天生就是工匠 5
- 普密蓬: 全球在位时间最长的君主 6
- 傅园慧: “洪荒少女”的背后原动力 6
- 柯洁: 年少但不再轻狂 7
- 伟大拳王阿里的大写人生 7
- 安东尼·豪: 仓库管理员惊艳全世界 7
- “翻译女神”张璐: 知识生趣, 生美 8
- papi 酱: 我这种“网红”让人“眼红” 8
- “街画侠”齐兴华: 四破吉尼斯纪录, 美化残缺 9
- 王珊: 自信让我精彩 9

No.2 热点时事 10

- 迟到 71 年的谢罪: 日本三菱与中国受害劳工和解书公布 10
- 县长摆摊吆喝卖瓜: 创新还是作秀? 10
- 全民直播时代, 交警执法也潮流 10
- 为抢手机烧伤女教师: 怎样面对少年之恶 11
- 信任字条: 不得为难医生 11
- 教师患癌被开除, 情理须有安身处 11

- 商品安全被质疑, 差评背后的深思 12
- 中国人肉罐头卖非洲? 造谣不能无底线 12
- 女教师被陌生男子拖拽, 只有初中生出手相救 13
- 代码写反, 日本 19 亿元天文望远镜解体 13
- 魏则西事件: 百度监管力度几何 13
- “京城看海”却无紫禁城: 故宫强大排水能力引网友点赞 13
- 强制学生“跑龙套”, 大学不能太任性 14
- 对小学生见义勇为说“不” 14

No.3 商界群雄 15

- 王健林: 先挣他一个亿 15
- 马云: “好折腾”的商界拿破仑 15
- 马克·扎克伯格: 越优秀, 越努力 15
- 宗馥莉: 父辈丰碑下的铿锵玫瑰 16
- 比尔·盖茨: 无敌之境 16
- 库克: 苹果公司最好的员工 17
- 李嘉诚: 财富源于知识 17
- 梁稳根: 逆境不颓 18
- 埃文·斯皮格尔: 懂得享受生活 18
- 潘石屹: 永远不做大多数 18

No.4 群星闪耀 19

- 周星驰: 只有电影, 没有交情 19
- 泰勒·斯威夫特: 与主流较量 19
- 韩红: 人因善良而高贵 20



- 彭于晏: 明明可以靠脸, 偏要拼实力 20
- 谭松韵: 最好的我们, 是越努力越幸运 20

No.5 政坛精英 21

- 普京: “读”出来的金口才 21

默克尔：“说哭”难民女孩	21
威廉王子：搭廉价航班惊呆乘客	22
希拉里：追求白宫的女人	22
昂山素季：缅甸政坛女神	22
特蕾莎·梅：英国史上第二位“铁娘子”	23
米歇尔：演讲背后的精彩人生	23

02 古代名家再回顾

No.1 帝王将相

刘邦：知人善任，从善如流	24
项羽：力能扛鼎，志存高远	24
曹操：英雄还是奸雄？	24



朱元璋：成由勤俭败由奢	25
刘彻：大汉天子的罪己诏	25
魏文侯：不为税喜	25
武则天：担当生前事，不计身后名	26
雍正皇帝：重视君臣情谊	26
张良：淡泊名利，功成身退	26
诸葛亮：鞠躬尽瘁，死而后已	27
文天祥：铮铮傲骨，一片丹心	27
霍去病：匈奴未灭，何以家为	27

No.2 廉吏贤臣

魏徵：敢于直言进谏	27
刘宠：“一钱太守”美名传	28
曾国藩：勤能补拙	28
鲁仲连：拒不尊秦	29
范仲淹：先天下之忧而忧	29
祁奚：举贤无私	29
张释之：秉公执法	30
赵豫：“明日来”巧断案	30
张之洞：不懈的“探花郎”	30
郑成功：收复台湾的英雄	31
林则徐：苟利国家生死以	31

No.3 诸子百家

老子：中国哲学之父	32
庄子：淡泊的隐士	32

孔子：至圣先师	32
孟子：继承“仁政”的亚圣	33
荀子：乱世哲人	33
墨子：侠之大义，“兼爱”“非攻”	34
韩非：依法治国的先驱	34
苏秦：名震天下的纵横家	34

No.4 文人墨客

屈原：上下求索，以死殉国	35
王羲之：千古书圣	35
李白：天生我材必有用	35
杜甫：安得广厦千万间	36
怀素：修养与书法兼得	36
李煜：一江春水向东流	37
王安石：不畏浮云遮望眼	37
李清照：怎一个愁字了得	37
苏轼：一蓑烟雨任平生	38
陆游：位卑未敢忘忧国	38
张载：不与乞丐拼底线	39

03 非常人物君子风

No.1 领袖巨人

孙中山：崇高的信仰	40
-----------------	----



拿破仑：向弱者低头	40
林肯：我是鞋匠的儿子	41
富兰克林的墓志铭	41
马丁·路德·金：我有一个梦想	41
丘吉尔：决不放弃	42
圣雄甘地：非暴力不合作	42
曼德拉：怕也要拿出无惧的样子	42

No.2 仁人志士

黄宗羲：中国民主革命思想第一人	43
马寅初的“大气人生”	43
黄兴：一生甘当配角	43
谭嗣同：我自横刀向天笑	44
秋瑾：鉴湖女侠	44
闻一多：民主斗士	45

No.3 大师学者 45

梁实秋的“早饭”不好吃	45
梅贻琦:永远的清华校长	46
生不用封万户侯,但愿一识钱钟书	46
夏衍:一个老人的临终遗言	46
巴金:纪念巴金最好的方式是读他的作品	47
张伯苓:尊重每个人	47
陈寅恪:半碗稀粥	47
梁漱溟:原则做人	48
陈忠实:把生命交给文学	48
莫言:我没有疯狂也没有堕落	49

No.4 艺坛神话 49

丰子恺:丰富的心灵,至善的品格	49
吴素秋:桃花依旧,人面已去	49



梅兰芳:为喝倒彩的人三鞠躬	50
梅葆玖:我不挂帅谁挂帅,我不出征谁出征	50
马三立:空“包袱”与实“手艺”	50
马季:敬业的相声大师	51
莫扎特:我的责任	51
贝多芬:我要扼住命运的咽喉	52

No.5 科学巨匠 52

欧阳自远:一生执着“飞天梦”	52
钱伟长:从未对国家丧失信心	52
茅以升:中国的桥梁	53
华罗庚:中国的爱因斯坦	53
罗阳:用生命擎起了舰载机起飞	53
牛顿:全身心地投入科学研究	54
霍金:战斗不息的人生斗士	54
诺贝尔:炸药工业之父	55
布鲁诺:为真理而斗争	55

04 哲理思辨冷思考

No.1 西方典故 56

达摩克利斯之剑	56
特洛伊木马	56

山姆大叔	56
骑士精神	56
斯芬克斯之谜	57
奥吉亚斯的牛圈	57
条条大路通罗马	57
阿喀琉斯之踵	58
伊甸园	58
蒙娜丽莎的微笑	58
乌托邦	58
犹大的亲吻	58
缪斯女神	59
诺亚方舟	59
皮格马利翁效应	59

No.2 现代寓言 59

八个泥瓦匠避雨	59
居安思危的狼	60
困境即赐予	60
猴子的“执着”	60
沦落在鸡窝里的鹰	61
两块石头	61
三只小鸟	61
小老鼠与狮王	62



袋鼠与笼子	62
骆驼的疑问	62
狮子和羚羊	62
与众不同的田鼠	63

No.3 哲思小品 63

巴尔扎克轻率的结论	63
逆向思维,开辟新天地	63
于右任的胡子	64
陈忠实的“两个篮子”	64
谢济世的无我之境	64
佛祖的智慧	65
林则徐的淡然	65
美丽的蝴蝶,致命的诱惑	65

老鼠的启示	66
倒过来也是一种智慧	66
无声的教育	67
放弃也可以成就人生	67
并非“无聊”的研究	68
名言的背后	68
为母鹅停工	68

No.4 心理现象

晕轮效应	69
破窗效应	69
名片效应	69
权威效应	70
狄德罗效应	70
“酸葡萄”心理和“甜柠檬”心理	70
霍桑效应	71
鸟笼逻辑	71
詹森效应	71

No.5 著名法则

蝴蝶效应	72
鲶鱼效应	72
羊群效应	72
肥皂水效应	73
瓦拉赫效应	73



巴菲特定律	73
不值得定律	74
250定律	74
蘑菇定律	74
哈默定律	74
王永庆法则	75
刺猬法则	75
瓦伦达心态	75

05 天下奇谈一箩筐

No.1 社会博览

吐槽也治愈	76
-------------	----

雕塑死亡	76
为吃货而设计的奇葩专业	77
“太空宅男”:远离地心引力去自拍	77



黑暗食堂	77
2100封“未录取通知书”	78
点赞点出一本畅销书	78
“龟速”拆楼	79
快时代的“蜗牛”邮局	79
把平淡无奇的世界倒过来	80
“树洞画”美丽沿途	80

No.2 真情感动

埃及“最美母亲”:为儿孙假扮男性43年	80
小小的心,大大的爱	81
耄耋夫妻的人生马拉松,因彼此而精彩	81
8岁“暴食弟”两个月增肥20多斤:只为救爸爸	82
“跪”与“趴”的医者仁心	82
丘索维金娜41岁7战奥运:你未痊愈,我不敢老	82
三代人接力赡养保姆,“厚德载福”跨越半世纪	83
最温暖的冰箱	83
快递员爸爸推脑瘫儿子跑马拉松:我要你快乐	84
最耀眼的不是Prada,而是难民时装	84
驱散黑暗,点亮家庭的光明	84
一封暖心家书	85

No.3 自然物语

苍鹭捕鱼智慧	85
猪笼草并非灭蚊能手	86
捕鸟为食的鱼	86
莫哈维沙漠的虾	87
面对诱惑需要把握尺度	87
海獭“环保员”的奥秘	87
适者方能生存	88
麦叶蜂的破绽	88
“懒蚂蚁”不懒	88
愤怒的紫斑鱼	89
裸鼹鼠的退化与进化	89
奋斗之旅能实现自我价值	90

No.4 草根微尘 90

抄表工摄影师:拍下这热腾腾的市井生活 90

平凡老太太劳拉:模仿别人,找回自己 91

坚持 57 年,一位中国人用烧卖温暖了整个墨尔本 91

16 年的坚守:纵拥一工厂,哪及街边一讲台 91

沈芯菱:少女慈善家的“希望工程” 92

良心厨师曾建伟:宁被辞退也不掺假 92

胡惠月:守护“星星”的“月亮婆婆” 93

海归农民的“有机农场梦” 93

面包换鸡蛋,打造零浪费 94

农民父子自制变形金刚 94

“民间司马迁”为乡愁著史 95

No.5 商业智慧 95

买些名画请顾客偷 95

一元套餐赚到了什么 96

一个苹果三种商机 96

卖的是绝版,卖的是稀罕 97

卖的不是豆腐,是情怀 97

为“浪费大王”颁奖 97



“失恋”专卖店 98

悬崖上的商机 98

胡雪岩的生意经 99

徽商刘淮重义轻利 99

06 传统文化经典屋

No.1 神话传说 100

牛郎织女 100

愚公移山 100

女娲补天 101

精卫填海 101

刑天舞干戚 101

梁祝化蝶 101

夸父追日 102

后羿射日 102

神农尝百草 102

大禹治水 103

No.2 古代寓言 103

亡羊补牢 103



邯郸学步 104

叶公好龙 104

杞人忧天 104

守株待兔 104

买椟还珠 105

南辕北辙 105

朝三暮四 105

智子疑邻、疑邻盗斧 106

鹬蚌相争 106

井底之蛙 106

No.3 历史事件 107

三顾茅庐 107

商鞅立木 107

破釜沉舟 107

胡服骑射 108

乌江自刎 108

胯下之辱 108

乐不思蜀 109

指鹿为马 109

荆轲刺秦王 109

No.4 成语故事 110

急不相弃 110

芒刺在背 110

唇亡齿寒 111

身无长物 111

纸上谈兵 111

夜郎自大 112

三人成虎 112

结草衔环 112

金石为开 113

空中楼阁 113

东施效颦 113

No.5 著名典故 114

管鲍之交	114
洛阳纸贵	114
程门立雪	115
梅妻鹤子	115
杏林美谈	115
庄周梦蝶	116
高山流水	116
悬梁刺股	116
两袖清风	117
管宁割席	117
相煎太急	117

07 名著教材精粹展

No.1 教材经典 118

《论语》	118
《孟子》	119
《三国演义》	120
《水浒传》	121



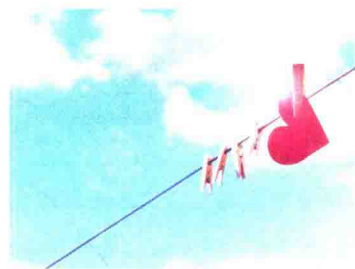
《红楼梦》	122
《哈姆莱特》	123
《雷雨》	124
《老人与海》	125

No.2 课本素材 126

《烛之武退秦师》	126
《兰亭集序》	126
《赤壁赋》	126
《游褒禅山记》	127
《寡人之于国也》	127
《劝学》	127
《过秦论》	128
《师说》	128
《归去来兮辞》	129
《滕王阁序》	129
《陈情表》	129
《阿房宫赋》	129

No.3 外国名著 130

《堂吉珂德》	130
《悲惨世界》	130
《巴黎圣母院》	130
《静静的顿河》	130
《鲁滨孙漂流记》	131



《呼啸山庄》	131
《复活》	131
《简·爱》	132
《少年维特之烦恼》	132
《双城记》	132
《吝啬鬼》	132

No.4 中国名著 133

《围城》	133
《骆驼祥子》	133
《阿Q正传》	133
《牡丹亭》	133
《孔乙己》	133
《边城》	134
《许三观卖血记》	134

No.5 名句分类 135

写天的名句	135
写山的名句	135
写水的名句	135
写江的名句	135
写日的名句	135
写月的名句	135
写风的名句	136
写雪的名句	136
写雨的名句	136
写云的名句	136
写春的名句	136
写夏的名句	137
写秋的名句	137
写冬的名句	137

写鸟的名句	137
写马的名句	138
写杨柳的名句	138



写菊的名句	138
写梅的名句	138

写竹的名句	138
写荷的名句	139
写清明的名句	139
写重阳的名句	139
写离别的名句	139
写乡情的名句	139
写亲情的名句	140
写友情的名句	140
写爱情的名句	140
写读书惜时的名句	140
写爱国的名句	140

第二卷 实用主题素材

01 青春成长

No.1 梦想 142

A 经典语录	142
B 精彩文段	142
C 万能素材	143
摄影巨星马克·吕布:30岁追梦又怎样	143
盲人男足:黑暗中奔跑的寻梦者	143
莱斯特城队:灰姑娘球队的足球奇迹	143
纸钢琴弹出梦想的乐章	144
为梦想加油	144
D 佳作展示	144
曲径通“梦”	144

No.2 挫折 146

A 经典语录	146
B 精彩文段	146
C 万能素材	147
最牛求职者:90后女孩用动画简历赢回面试 机会	147
《人在囧途》策划人:前路很囧,追寻才有趣	147
桑兰乐观面对挫折	147
被邮局拒绝之后	148
爱迪生与火	148
D 佳作展示	148
当遭遇人生不自由时	148

No.3 挑战 150

A 经典语录	150
--------------	-----

B 精彩文段	150
C 万能素材	151
屈银华:为登顶珠峰失去十根脚趾	151
海伦·凯勒:挑战厄运的传奇女性	151
6年后重考母校:迷失网游的少年这次挑战成功	151
给自己一片悬崖	152
挑战也需要智慧	152
D 佳作展示	152
迎接挑战,锤炼自我	152

02 成功之道

No.1 创新 154

A 经典语录	154
B 精彩文段	154
C 万能素材	155
手机变分数	155
高校首推班主任“私人定制”	155
一张能让贫民吃饱饭的海报	155
哈萨比斯:AlphaGo背后的人脑	156
D 佳作展示	156
创新改变世界	156



No.2 机遇 158

- A 经典语录 158
- B 精彩文段 158
- C 万能素材 159
 - 善于发现身边的机遇 159
 - 泰国农民的致富秘诀 159
 - 撒哈拉沙漠的蒲公英 159
 - 项羽错失良机 160
 - 朗朗:时刻准备着 160
 - 机遇与命运 160
- D 佳作展示 160
 - 当机遇来敲门 160

No.3 探索 162

- A 经典语录 162
- B 精彩文段 162
- C 万能素材 163
 - “墨子号”开工:中国发射世界首颗量子卫星,领跑全球 163
 - 不懈探索的钱永健 163
 - 看得更远一些 163
 - 居里夫人:探索是孜孜不倦的追求 164
 - 只要坚持探索就能成功 164
- D 佳作展示 164
 - 在探索中前行 164



03 道德修养

No.1 敬业 166

- A 经典语录 166
- B 精彩文段 166
- C 万能素材 167
 - “世界网红”协警:平凡举动诠释敬业之美 167
 - “最美公交司机”李福振:用生命将车停住 167
 - “超级劳模”陈道明 167
 - 姚明的敬业精神不服不行 168

“中国核潜艇之父”黄旭华:敬业精神感动中国 168

- D 佳作展示 168
 - 一生只做一件事 168

No.2 诚信 170

- A 经典语录 170
- B 精彩文段 170



- C 万能素材 171
 - 诚实书店,买到的不只是书 171
 - 良心淘宝店主:自费五万元召回 58 个热水袋 171
 - 诚信是海尔立身之本 171
 - 坚守诚信的风景线 172
 - 小男孩和绅士 172
 - 守信的池莉 172
- D 佳作展示 173
 - 诚信的芬芳 173

No.3 心态 174

- A 经典语录 174
- B 精彩文段 174
- C 万能素材 175
 - 母亲花两万给孩子上情商课:好心态比好成绩更重要 175
 - “好消息”就是那个“坏消息” 175
 - 总统的自我不良暗示 175
 - 考生的两个梦 175
 - 哲人与石匠 176
- D 佳作展示 176
 - 守望空谷的心灵 176

04 社会生活

No.1 法治与规则 178

- A 经典语录 178
- B 精彩文段 178
- C 万能素材 179
 - 现实版“连坐制”:一人闯红灯,全家学交规 179
 - 从小就要有规则意识 179

德国人的循规蹈矩	179
“晚死1分钟不算工伤”的规定该改了	180
让校规看守哈佛	180
D 佳作展示	180
守住规则就是守住社会底线	180

No.2 竞争与合作 182

A 经典语录	182
B 精彩文段	182
C 万能素材	183
雏鹰的竞争	183
维持鳗鱼生命的秘诀	183
哈默的竞争原则	183
将帅一心	183
进化论是合作的成果	184
中国科学家首获科学突破奖	184
羚羊的故事	184



D 佳作展示	184
合作,应当选对时候	184

05 情感空间

No.1 包容 186

A 经典语录	186
B 精彩文段	186
C 万能素材	187
宽恕的力量	187
把泥巴晾干	187
婚姻的保险柜	187
一把宽容之火	187
给仇人一块面包	188
清华校长的宽容	188
D 佳作展示	188
包容是一剂良方	188

No.2 友善 190

A 经典语录	190
--------------	-----

B 精彩文段	190
C 万能素材	191
美国警察为流浪汉买鞋	191
报恩源自一杯牛奶	191
售票员成为“城市名片”	191
新时代的活雷锋	192
全世界陪你认真	192
D 佳作展示	192
微善亦是正能量	192

06 人与自然

No.1 环境 194

A 经典语录	194
B 精彩文段	194
C 万能素材	195
治理地下水污染,已没有退路	195
为保护青蛙而停奥运工程	195
日本人的绿色意识	195
提高群众绿色发展“获得感”	195
“清洁汽车”来了	196
一平方英寸的寂静	196
D 佳作展示	196
敬畏自然	196

No.2 和谐 198

A 经典语录	198
B 精彩文段	198
C 万能素材	199
淡妆浓抹总相宜	199
虞舜:远亲不如近邻	199
路不拾遗的武阳县	199
宫崎骏电影里的和谐	199
瘫痪老人行动不便,空姐喂饭	200
林清玄:品茗境界在于“天人合一”	200



D 佳作展示	200
柔软的坚硬	200

07 科教文化

No.1 科教 202

A 经典语录 202

B 精彩文段 202

C 万能素材 203

首届“未来科学大奖”揭晓,企业与科学成功“握手”
..... 203

电竞并非“洪水猛兽”,教育应“兼容并包” 203

高校按 BMI 指数分床位,新生胖子“不准”睡上铺
..... 203

MIT 与哈佛互黑,满满的都是爱 204

D 佳作展示 204

拥抱科技 204

No.2 文化 206

A 经典语录 206

B 精彩文段 206

C 万能素材 207

四大名著不适合孩子阅读? 207

弘扬传统文化不可随意 207

文化界的恶搞之风 207

中国传统文化的维护者 207

以新颖的方式传播文化 208



D 佳作展示 208

文字也有范儿——汉字 208

心灵鸡汤 真正的友情是什么样子的? 210

第三卷 考前必背素材

01 精彩开头 212

1 开门见山, 亮明观点 212

2 巧用修辞, 展示文采 212

3 广泛引用, 多姿多彩 212

4 设计悬念, 吸引读者 213

5 描写环境, 烘托背景 213

02 精妙结尾 214

1 首尾呼应, 凸显主旨 214

2 言为心声, 呼唤号召 214

3 抒情议论, 气势不凡 214



4 广泛引用, 多姿多彩 215

5 巧用修辞, 展示文采 215

6 巧妙发问, 引人深思 215

03 万能语段 216

1 广泛引用, 多姿多彩 216

2 修辞运用, 文采飞扬 216

3 抒情议论, 气势不凡 217

4 巧妙发问, 引人深思 217

5 对比鲜明, 渗透感染 218

6 联想回忆, 巧妙叙述 218

04 素材运用技巧 219

1 素材的引用 219

A “引用式”开头 219

B “引用式”结尾 219

2 正反素材的对比 219

3 同质素材的叠加 220

4 经典素材的新用 221

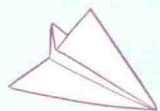
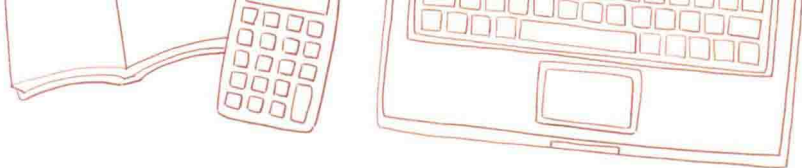
05 素材运用满分作文 222

心态决定成败 222

语文素养提升之道 224

把自己的光分给全世界 226

心灵鸡汤 那年我们一起高考过 228



第一卷

经典万能素材

01	时代风云聚光灯	2
02	古代名家再回顾	24
03	非常人物君子风	40
04	哲理思辨冷思考	56
05	天下奇谈一箩筐	76
06	传统文化经典屋	100
07	名著教材精粹展	118

捕捉时代风云,聚焦当下热点。

No.1 风云人物

素材1

郎平:艰难困苦,玉“郎”于成



【素材运用】艰难困苦,玉汝于成。像郎平这样的天才、中国女排这样的英雄团队都要在人生的道路和竞技的舞台上经历如此多的艰难曲折方成大器,何况我辈凡夫俗子呢?郎平教会我们,无论是在球场上还是生活中,应对困难、释放压力的最好方式不是自怨自艾,而是努力去寻找解决问题的办法。

【适用话题】坚持 不服输

有人说:“在中国体育界,能够让老年人和年轻人找到共同话题的只有女排代表人物郎平。”

1984年第23届洛杉矶奥运会上,中国女排客场作战,小组赛以1:3输给了美国队。8月8日,中美会师决赛。来到赛场后,郎平看见运动员入口的大屏幕上有这样一幅画面:美国教练塞林格和队员格林、海曼、克罗克特4人挂着奥运会金牌的头像。这是准备美国队夺冠后播放的。郎平指着屏幕对队友说:“瞧她们多想拿金牌呀,咱们得把挂在她们脖子上的金牌摘下来!”最终,中国女排以3:0零封美国队,首夺奥运会冠军。

当时,举国欢腾,人们彻夜高呼。如今,当我们感慨大家围着电视机一起看奥运的时代一去不返时,郎平和女排又让中国沸腾了。2016年里约奥运会,女排重回巅峰,其领军人物郎平居功至伟,就像白岩松曾评价的那样,“有郎平在就有奇迹”。这次,中国女排走得相当艰难,以小组第四进入四分之一决赛,郎平不停地呐喊鼓舞着女排队员,女排靠着顽强的拼搏精神,逆袭成功,淘汰上届冠军、东道主巴西队,在半决赛中又惊险地战胜了荷兰队。一路走来,郎平受到的非议不少,但艰难困苦,造就了一个传奇的郎平。

素材2

唐纳德·特朗普:一个传奇人物,一生起伏跌宕



【素材运用】或许在一些人眼中,特朗普是一个嚣张狂妄的人,但是正是他的“嚣张狂妄”让他充满干劲,敢于挑战。他是美国历史上首位毫无从政经验的地产商出身的总统,是一位独特的总统。

【适用话题】挑战 独立 自信

唐纳德·特朗普,美国商业大亨、政治家、电视名人。特朗普生于1946年,1964年自军校毕业。大学时代,特朗普孜孜不倦地汲取商业领域新知识,培养机敏眼光,他还不时去国外考察最新的经济走向。他独自迁居繁华热闹的曼哈顿,勇敢地伸出触角,在高级社交圈结识了不少政治、经济界名流,这对他日后事业的发展有莫大助益。

特朗普有着锐不可当的商业才华,年仅34岁已在纽约市颇具名气,但他并未因此满足,而是继续攀登更具挑战性的高峰。特朗普逐渐扩大他的投资范围,开设赌场、经营航运、主掌职业足球队、赞助职业拳击赛,并经常在媒体上针对时局发表己见,语不惊人死不休,使本就自大自信的特朗普,更予人嚣张狂妄的印象。

2015年6月17日,特朗普宣布参加总统大选。他说:“我正式宣布参加美国总统竞选,我们要让美国再次强大起来!”2016年11月9日,特朗普击败希拉里,当选新一届美国总统。

“他是个传奇人物,一生起伏跌宕”,脱口秀主持人拉里·金在最近一次对特朗普的采访中以这句话做了开场白,后来他又补充道,“现在没有低潮,未来只有高潮。”

神舟十一号宇航员景海鹏、陈冬：新手老手无缝对接

2016年11月18日下午,在轨飞行33天后,神舟十一号载人飞船返回舱在内蒙古预定区域顺利着陆,航天员景海鹏、陈冬身体状况良好,标志着天宫二号和神舟十一号载人飞行任务取得圆满成功。

景海鹏,中国人民解放军航天员大队特级航天员。继完美执行神舟七号、神舟九号飞行任务后,景海鹏创纪录地成为中国三度飞天的第一人。他被问得最多的问题就是:为什么还要飞?他微笑着说:“原因很简单,这就是我的本职工作。如果我干别的,那叫不务正业。”他说,虽然航天员这个职业有风险有挑战,但“我热爱这个职业”。

而年龄比景海鹏小一轮的陈冬则是我国第二批航天员中首个飞天的男航天员。多年前,看着杨利伟出征太空的雄壮一幕,陈冬热血沸腾:这才是顶天立地的英雄!他“想飞得高点、再高点,飞出大气层,去看看那里什么样”。用了整整6年时间,陈冬才站在飞天的起跑线上。而少年时代仰望过的太空,终于对陈冬张开怀抱,这个一心想飞得更高的航天员,终于到达了那片神秘之地。

鲍勃·迪伦：发达资本主义时代的抒情诗人

眉头紧蹙、破锣嗓子、布鲁斯口琴……他变化无常、特立独行、复杂难解。二十世纪六十年代,这位来自明尼苏达州的年轻人深刻地改变了音乐的面貌,进而改变了文化的语调和人们的思维方式。2016年10月13日,瑞典文学院将2016年度诺贝尔文学奖颁给了美国摇滚、民谣艺术家鲍勃·迪伦。

瑞典文学院宣布,之所以将今年的诺贝尔文学奖颁给鲍勃·迪伦,理由在于:他用美国传统歌曲创造了新的诗意表达。

对于美国人而言,二十世纪六十年代是场革命,六十年代后期,或是整个六十年代,世界上没有一块角落是平静的。迪伦就是其中一部分,还有他的音乐。他借助音乐表达自我,吸引了很多人,还让人们觉得他唱出了他们的所感所想。虽然他的歌并未说明,但每一个听的人似乎都知道他想表达什么。当他认真地质问“要多久时间,某些人才能获得自由”时,他指的是种族不平等;当他唱道“炮弹要在空中呼啸而过多少次,他们才会被禁止”时,他表达的是反对越战。他的音乐真正巨大的力量不在于是否有深刻的社会分析,或是否能煽动人们起来行动,而是他抓到了那个时代空气中微微颤动的集体思绪,说出了许多年轻人面对时代的困惑。

鲍勃·迪伦曾说过:“我觉得本人首先是一个诗人,然后才是个音乐家。我像一个诗人那样活着,也将像一个诗人那样死去。”

杨绛：百年淑子

2016年5月25日凌晨,著名女作家、文学翻译家和外国文学研究家、钱钟书夫人杨绛在北京协和医院病逝,享年105岁。与辛亥革命同龄的杨绛先生出身名门,天赋文才,不仅在文学上开辟了自己的一方天地,还因与文史大家钱钟书的美好婚姻而备受艳羡。她是钱钟书眼中“最贤的妻,最才的

素材3



【素材运用】景海鹏说:“没有捷径,坚持是唯一的选择。”陈冬则说:“我能做到的,我就要做到最好!”他们全力以赴,厚积薄发,在备战“神十一”的日日夜夜里,他们共计完成了3000多个学时的训练。他们的太空之旅,每一个过程都值得我们回味。

【适用话题】梦想 敬业 热爱

素材4



【素材运用】有人评论说,鲍勃·迪伦赋予了摇滚乐以灵魂。混乱的二十世纪六十年代,美国人从他的音乐中找到方向。他那些简单而漂亮的旋律、质朴而隽永的歌词也是一种别致的文学形式。

【适用话题】指引 包容 音乐与文学

素材5