

【作文 365】从俯视到平视——祭奠我们错位倒置的人生

徐建华 语文高级教师，现任教于湖北省远安县第一高级中学。传道授业之余，弄语说文，笔耕不辍。先后在省市级、国家级刊物发表语文教学论文二十余篇。自幼粗通文史，对文言文、作文教学见解独到，曾在语文教学中尝试“自己写作文，轻松教作文”“趣文新史记，轻松学文言”等系列，寓学于乐，别具一格。

【作文题目】

阅读下面的材料，根据要求写作。

面对生活，人往往有三种态度：俯视、仰视、平视。“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”是李白对庸碌无为的人生态度的俯视；“出师一表真名世，千载谁堪伯仲间”是陆游对开创丰功伟业的诸葛亮的隔空仰视；“回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴”是苏东坡与人生和解后对世界的平视……对象不同，境遇不同，人的态度也会各异。

古人的生态态度对今人往往有启示作用。请结合材料，从“俯视”“仰视”“平视”中任选一个或几个作为主题，写一篇文章，体现你的思考和态度。

要求：结合材料，选好角度，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。

查看更多
作文解析
请扫码关
注



命题说明：本题来自河北省张家口市 2022 届高三上学期期末考试语文试题。查看更多作文解析请关注“新课标大语文”微信公众号。

【命题方向】

科学精神：理性思维	勇于探究
人文底蕴：人文积淀	人文情怀
学会学习：乐学善学	勤于反思
实践创新：问题解决	



【审题】

限制性：

1. **真实情境的限制。**材料列出了圣贤对待人生的三种态度的三种视角，仰视，即崇尚英雄、致敬先贤、仰望崇高；俯视，即拒绝庸常、庸碌人生，努力使自己高卓不凡，卓尔不群；平视，即通透达观，心态平和。三则名句相当于三种人生态度的三个例证。三句诗句以及后面水到渠成的诠释，限定了写作的针对性，材料设置了相对闭合的立意空间，

即由古人“俯视”“仰视”“平视”的人生态度谈其对今人的启示。考生不能简单理解成话题作文，无限发散，如一看到“平视”，就想到中国已具有平视世界的底气和豪气，一看到“仰视”就想到妄自菲薄，一看到“俯视”就想到颐指气使，盛气凌人，就想到当下国与国之间的霸凌主义、强权政治等。

2. 典型任务的限制。 本题典型的任务切分如下，可逐一完成：一是“古人的人生态度对今人往往有启示作用”，因此写作时须知古鉴今。“不薄古人爱今人”，当然更要突出当下，联系自身实际或人生体验，要从名句中诠释智慧，用智慧诠释人生；二是三种视角、目光，“任选一个或几个作为主题”，选择时需注意，选择一个，须一以贯之，切忌纠缠其余，旁生枝节；选择两、三个，须阐释其内在联系和逻辑关系，明确多元辩证关系；三是文体问题。“体现你的思考和态度”，更侧重态度观点，理性思考，适合写议论文或议论性散文。

3. 价值判断的限制。 本题旨在引导学生学会观照自我，认识世界，崇德向善，臻于至善，努力实现自我价值。如李白名句，旨在引导学生激励自身奋发有为，拒绝平庸；如陆游名句，旨在引导学生仰慕圣贤，致敬英雄，崇德向善，从仁人志士身上汲取力量；如苏轼名句，旨在引导学生认识自我，认识世界，学会自我管理和为人处世，涵养心态。

开放性：

1. 立意角度自由。 如果选择任一个话题，可分别立意为：仰视，即崇尚英雄、致敬先贤、仰望崇高；俯视，即拒绝庸常庸碌人生，卓尔不群；平视，即通透达观，心态平和。还可以任选两个或者三个进行组合，又可产生更多立意。如选择“俯视”“仰视”并形成有机联系，不妨立意为：人生只有仰望崇高，见贤思齐，我们才能成为他们，才能“会当临绝顶，一览众山小”，具有睥睨天下（俯

视）的气概。当然，组合的巧妙与否，是否言之成理，是本次作文优秀与平庸的分水岭。

2. 联想和思考是开放的。 结合所给材料，可以充分联想，联想到很多素材、例证：如追慕圣贤、仰望崇高，我们可联想到“历史的脊梁”系列，从仰视屈原的“亦余心之所善兮，虽九死其犹未悔”的执着，到仰视“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的担当，到“穷年忧黎元，叹息肠内热”的悲悯，到“但愿苍生俱饱暖”的博爱，到“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之”的家国情怀，也可联想到当下的平民英雄、功勋人物等。

如俯视庸碌人生，可联想到现实生活中的“躺平”、佛系、丧文化、米考伯主义及一切得过且过、浑浑噩噩、逸豫庸常等人生态度。

如平视人生，可联想到老子的睿智通透，庄子的旷达潇洒，苏子的随缘自适，以及现实生活中很多平凡而积极的人生，如“卖着包子弹着琴”而走红的阿姨刘克清，因弹奏一曲《我的中国心》赢得清华师生掌声的保洁阿姨邢国芹，中国诗词大会上因博闻强识而夺冠的外卖小哥雷海为，抑或是思考、研究海德格尔的农民工陈直……他们都是平视世界，虽然身处卑微角落，抑或灯火阑珊处，但不妄自菲薄，而是自我悦纳，努力打开自己充实的人生，和丰盈的精神世界。

【解题】

本题属于话题+材料+任务驱动型作文题。主要考查价值观，引导考生以今鉴赏古，思考人生，因此审题立意时，不妨分两步：首先审读三则名言，理解名句时既要“入乎其内”，又要“出乎其外”，不能仅从诗句本身来理解，如“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”，理解为狂放、自信；如“出师一表真名世，千载谁堪伯仲间”，简单理解为仰慕先贤、借古讽今等；如“回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴”，不能简单理解为宠辱不

惊、旷达自适。理解名句时，应将诗句和话题结合起来，同时抓住材料中对这种“仰视”“俯视”“平时”的内涵的理解。

其次，选定话题，并巧妙组合。如果选择某一个话题，写作时可充分发散，切分为几个分论点，分论点要扣得住，分得开，排得顺；如果选择几个话题，须形成内在的逻辑联系，可以是相反相成的，也可以是辩证统一关系。

【参考立意】

切题立意：

1. 仰视崇高，虽不能至，心向往之。
2. 会当临绝顶，俯视众山小。
3. 平视他人，平视人生。
4. 仰视崇高，俯视平庸。

.....

偏题立意：

1. 中国崛起，已有平视世界的底气。（陷入思维定势，未能理解材料中“平视”的内涵。）
2. 视点下沉，学会俯视，谦卑悲悯。（未结合材料来理解“俯视”的内涵。）

.....

查看更多
作文解析
请扫码关注



【下水文】

从俯视到平视——祭奠我们错位倒置的人生

“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”是李白对庸碌无为的人生态度的俯视；“出师一表真名世，千载谁堪伯仲间”是陆游对开创丰功伟业的诸葛亮的隔空仰视；“回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴”是苏东坡与人生和解后对世界的平视。

学会俯视、仰视、平视，使他们成为人生的强者、贤者、智者。

他们的目光，更确切的说是为人处世的不同态度，对于今天的我们，无疑也是大有裨益的。

然而，现实生活中的我们，大多数人的目光，从少年时代的“会当凌绝顶，一览众山小”的睥睨俯视，到最后的“活在当下”的平视，这或许是经历成长之后的通透释然，学会与现实和解；或许是梦想的降格以求，屈心抑志，无可奈何。

少年时代，我们往往习惯于俯视众人，俯瞰世界。

我们正值“青春者，人生之华也”的风华正茂的年龄，我们以“书生意气，挥斥方遒”自许，我们都想着“拯救世界，却忘了帮妈妈洗碗”；我们只想着扫六合天下，却忘了一屋不扫……年少轻狂的我们，习惯于俯视，说着非凡人生的凡尔赛，不屑于身边父辈们、师友们平凡、平淡的人生。我们甚至缺乏对历史先贤的仰视，读着《名人传》《人类群星闪耀时》，却不忘臧否人物，论天下英雄，时常油然而生“时无英雄，使竖子成名”的感慨。我们天天狂呼口号“舍我其谁”“不负天赐的智慧”，在我们看来，我们生来就是“天将降大任”。那些市井里巷中凡夫俗子的善举、嘉言懿行、清流暖闻，习惯于俯视的我们始终不曾注目。

然而有一天，我们不在俯视，开始学会平视。

因为我们忽然发现，我们其实并不特别。对于父母来说，我们是独一无二的；然而一旦走进茫茫人海，就会湮没无闻，平淡无奇。我们内心开始失衡，甚至歇斯底里。我们慢慢意识到，或许我生来就是沟壑而非高山，恰恰是被人俯视的平庸的沟壑而非高山之巅。

痛定思痛之后，我们开始学会平视。我们不再留给他人遗世独立的高冷背影，而是学会与家人、朋友、世界温柔相拥，与他人同框，在平凡的生活中追求小确幸。我们不再虚妄地陶醉于“众人平地上，唯我碧霄中”的快意，不再以“给我一个支点，就能撬起整个地球”而自许。

学会平视，凝视着你的双眸，注视那些平凡的背影，愈发觉得他们那样伟岸：

清华大学保洁阿姨，一曲《我的中国心》，惊艳四座，我们不再摒弃傲慢和偏见，而是不吝掌声；农民工陈直思考、研究海德格尔，我们不再戴上有色眼镜，而是投以敬佩的目光，一个人在机器轰鸣声中，在蜗居狼藉的工棚里，却能有一张宁静的书桌，思考着人类最深邃的哲学问题……我们大多数人的生历程，莫不如此，伴随着成长，我们的视角不断变化，从俯视变成了平视。少年时代，活在梦想中；成熟以后，活在当下。庆幸也好，唏嘘感慨也好，我们在深思之余，是否拷问过自己，我们的这种视角变化，是否导致了我们的错位的人生？

让我们再重温威斯敏斯特教堂无人墓碑上的那段震惊世人的忏悔：

当我年轻的时候，我的想像力没有任何局限，我梦想改变这个世界……直到暮年，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以改变我的家人；然后，我也许就能改变我的国家，也许我连整个世界都可以改变。

这段真诚的醒悟，或许道尽了大多数人的生体验的“通感”，刺痛了我们每一个人。是的，我们如果从一开始，就学会平视，在内心里平时自我，用目光平视他人，或许能看清自我，正视自我，进而不断完善自我，于自修处求强，或许我们终有一天，就有了俯视的资本。

我站在山顶，不是为了让众人看到我，而是为了平视更远的世界。或许应当成为我们的人生箴言。