高二语文素材积累（四）

**01、“预制朋友圈”为什么火了？**

来源：光明日报客户端 孙小婷 2024-09-28

生活中有多少事情可以预制？继预制菜之后，“预制朋友圈”火了。

所谓“预制朋友圈”，即人们事先策划并精心制作好发朋友圈的图文素材，选择在不同时间逐一发布的行为。例如，旅游的时候，对所拍摄的精彩瞬间进行预编辑，并保存定位，回家以后，分批次慢慢发在朋友圈上，给人的感觉是一直处在美好的旅游状态，更有网友表示，“出去玩一次能发5年”。在社交平台上，一位博主“一天拍完国庆7天朋友圈”的视频挑战赢得了18.7万点赞，她仅用6小时便捕捉了1536个精彩瞬间。评论区有高赞评论表示了认同，“这样真的很好，一天拍完，剩下六天都不用化妆打扮了”。

****继将“毛坯的生活”变成“精装朋友圈”之后，“预制朋友圈”可以被视为通过“预制”的方式，对“精装”的进一步打造。****它像一条社交媒体内容的生产线，拍摄、选片、p图、文案、定位、发布，每一个环节都被精准操控。****发布者不是单纯的记录者，而更像是运营者；平台也不像是工具，而更成为人格的延伸；内容不符合物理世界的真实，却似乎更贴合自我建构的真实。****

这背后的心理动机，其实不难理解。****朋友圈越来越成为人们展示自我的“前台”，拟剧理论的提出者戈夫曼认为，在前台，人们呈现的是能被他人和社会所接受的形象，后台的生活正是为前台的呈现做准备。****为了扮演这样的“完美角色”，也早有媒体曝光了由此催生的产业链：有人通过购买虚假朋友圈、修改朋友圈定位、用打车软件订豪车拍照等，“制造”人设。这无疑是一种极端的自我修饰现象。

****让人反复纠结的，不仅是自我形象的建构，更有数字化影响下的社交规则和社交礼仪。****究竟让渡多少隐私能既满足自己的“表达欲”又不会显得“凡尔赛”？究竟掌握怎样的发布节奏能让自己既保持“在场”又不会“刷屏”引人反感？该传递怎样的情绪和观点更容易让他人接受？种种矛盾之处看似相距甚远，在社交媒体平台上却近在咫尺，一不留神就容易被人划入另一个象限。这也让原本随手拍的朋友圈变成了一件需要细致权衡的事情、展现出的是一种相对复杂的社交艺术。****如今，“预制朋友圈”似乎正中这一痛点，让人们在面对这些社交情景时能更从容、有备而来，从而重新获得些许掌控感。****

有人说，何必给自己增加这种社交负担。不在意数字化社交的人，大可关闭朋友圈。但当社交媒体越来越被赋予社会化竞争的价值时，希望享受其红利的人则沉浸于朋友圈的这种包装潮流中。****这里的“包装”并没有贬义，而是一种对生活切片的选取，和对社交意义的重新把握。通过放大自己的精致生活和个人成就，来装点平淡的生活，也提升个人在社会关系中的辨识度。****

****因而，预制朋友圈与其说是对社交焦虑的妥协，不如说是在网络空间中一种主动的社交策略。****只不过在这个过程中，社交本身的实时性和真实性被消解，或者说改写。正如法国哲学学者鲍德里亚指出的“拟像世界”的特点，在这个世界里，人们对真实世界失去兴趣，却沉溺在“拟像”之中。

这种消解究竟会对社会和个人产生何种影响，仍有待验证和讨论。****不过，无论如何“预制”和“精装”，都别成为单纯追求点赞量或流量的工具人，妨碍对真实生活的追求和对真实自我的认知。****

【链接阅读】

****在一个高度媒介化的时代，适度“凹人设”无可厚非。****无论我们是否愿意承认，朋友圈或多或少存在印象管理，某种程度上，它也能让社交更“丝滑”，降低沟通成本。本质上，****“预制”只是一种形式，同样有其积极意义。****毕竟，发朋友圈是比较个人化的行为，与其纠结于是不是“真实”，不如关注够不够“真诚”。

此情可待成追忆，只是当时“有点忙”。****错开时间发布，有时候并非主动为之。****以深度旅游为例，一路行程匆匆，又不愿一发了之，“预制朋友圈”便可更从容细致地记录，甚至还能分批次进行，选择最合适的时机传播，这又有何不可？更何况，有的人只是把朋友圈当“记事本”，并不在乎有多少点赞。不妨设想一下，假如徐霞客生活在现代，他或许也很爱写“小作文”，但未必每一篇都是“有感即发”。****从这个角度看，与其说是“预制”，不如说是“复盘”，是热爱生活、积极建构意义的体现。****

“今日之我，已非昨日之我。”有些体验只属于此刻，但时间线一旦拉长，则其情境可能发生变化，或是别有一番趣味。****只要不是自欺欺人、盲目攀比，能带来情绪价值，哪怕有那么一点虚荣心，也不应过于苛责。****曾有一项研究表明，相较于刷朋友圈，发朋友圈更容易带来幸福感。这似乎不难理解，就像“预制朋友圈”提供了更主动和灵活的方式，去取悦未来的自己、对抗平乏的庸常。这何尝不是另一种“活在当下”？

曾几何时，“为什么好多人都消失在朋友圈了”引发热议。****朋友圈作为现实生活的投射，每个人的打开方式并不一致，期待值也不尽相同。****但对积极分享的期许，对真诚交往的呼唤，对美好生活的向往，终究是殊途同归。

最后，不妨为这篇文章，配上一个“马尔克斯式结尾”：多天以后，被“预制朋友圈”所触动的你，一定会想起，那个自己认真挑选图片、精心编辑文案的下午。

——南方日报《“预制朋友圈”未尝不是活在当下》

****实际上，积极“营业”的背后，折射出人们在社交焦虑下的无奈之举。****在社交平台上，每个人都努力展示着自己最好的一面：好看又可口的美食、说走就走的旅行、精致无瑕的自拍…...仿佛社交平台上的每个人都过着光鲜亮丽的生活。在这种社交压力之下，人们逐渐失去在社交平台上表达真实的勇气，习惯性的竞争意识会让一些人提前编辑好内容，确保关键时刻能够“出片”，以此减少即兴创作的压力和焦虑感。

“扛起相机就是兵，换装七套，挑战一天拍完一个月朋友圈。”但是，****当生活被提前规划和包装，情感被定格在精心挑选的照片和仔细编排的文字时，我们是否还能真切感受到生活的酸甜苦辣？****都说眼睛是最好的镜头，经历是最好的回忆。然而，“一天拍完一个月的朋友圈”看似如此高效，一切都在铺垫“完美”，实则是另一种匆匆赶路，忽略了对生活的真实感受，也削弱了社交媒体上与他人真诚沟通和连接的初心。

无论胜败，无论喜悲，朋友圈都应成为展示真我的平台。****社交平台是我们记录生活的工具，而不是束缚我们表露真实情感的枷锁，他人评价也不是左右我们人生命运的金规。****朋友圈的高赞固然欣喜，但若一味耽于梦境，不仅骗了他人，还容易迷失了自我。所以，当我们沉溺在网络世界的喧嚣时，不妨慢下脚步，走出象牙塔，去真切感受现实生活的温度。

****爱美之心人皆有之，但别让过度追求将自己困于牢笼。无论现实还是网络，都别忘了要做鲜活而真实的自己。****

——荔枝锐评微信公号《别让预制朋友圈“圈”住了鲜活的自己》

****在社交场域有意经营自己的形象，不是今日独创。往前追溯，古人亦深谙其道。****唐朝诗人窦冀的《怀素上人草书歌》，便记载了唐代书法大家怀素在墙壁上“刷朋友圈”的情形——粉壁长廊数十间，兴来小豁胸襟气。长幼集，贤豪至，枕糟藉麹犹半醉。忽然绝叫三五声，满壁纵横千万字……您看大书法家发条圈 “戏”也不少，而且千百年为其“癫狂而书”点赞者不绝。

说白了，生活与朋友圈不同，“台前之我”并非“真实之我”的全盘投射。很多时候，发布的人心知肚明，点赞的人心照不宣。****只要自得其乐，基于生活本真，加点滤镜修图，呈现理想自我，无可厚非。****

****那么，“精装”朋友圈里，令人心累的又是什么？流量是也。****“朋友圈”一天天扩容，主打熟人社交的“会客厅”，不知何时演变为“名利场”“大卖场”。各路网红粉墨登场，大小微商吆喝声声，立人设、圈拥趸、忙带货，好不热闹。好看可口的美食、说走就走的旅行、盈盈一握的“A4腰”、限量珍藏的大牌包……时刻出片儿的“美好生活”，刺激着一些人内心深处的虚荣与攀比意识，“假精致”的泡沫蔓延开来。****当分享不是真情流露，当营业不再发乎于心，当人们不自觉地“较量”起谁的生活更高级、谁的经历更出挑、谁的点赞更多，焦虑感便汹涌而来。****

****生活不在别处，此间最美丽。说到底，朋友圈的初衷本是记录与分享，连接与互动。****一头栽进“精装”的套路，无疑是舍本逐末，反倒被朋友圈给“圈”住了。如今，数字化浪潮席卷而来，线上表达自我，是一种态度，也是一种需要，更是一种能力。“冲浪”时，如何不失自在，悦纳自我还是炫耀显摆，心态不同，结果迥异。

“远山起风又起雾，无人知你来时路。”其实，不管是精装圈还是毛坯圈，虚拟人设终归只是“虚拟”。****任何时候，真诚表达，总是最能触动人心。****

 ——北京日报客户端《莫被朋友圈“圈”住》

**适用话题：人际交往;真诚与信任;自洽;虚拟与现实；生活态度；价值观念**

**02.“新中式”游缘何受青睐**

来源：光明日报李思辉2024-09-23

日前，某平台发布数据显示，今年中秋假期，出行市场以短途游为主，游客对于身边目的地的探索欲望显著增强。同时，以民俗游、文化游为代表的旅游方式也成为热点，许多具有传统文化元素的活动成为很多游客的热门选择。一些媒体和研究机构将这类既体现传统文化魅力，又展示流行风尚的旅游称为“新中式”游。****在中秋“新中式”游中，很多年轻人既是观赏者又是参与者，他们沉浸式体验文旅活动，领略优秀传统文化的魅力，获得了许多美好经历与感受。****

****中秋“新中式”游备受青睐，看起来是一种旅游风尚，实际上是一种文化传承。****“中秋”一词最早出现在《周礼》中，兴盛始于宋朝，到明清时期，中秋已成为我国第二大传统节日。宋代孟元老在《东京梦华录》中描写了都城汴梁中秋节的热闹场面：“中秋夜，贵家结饰台榭，民间争占酒楼玩月，丝篁鼎沸。近内庭居民，夜深遥闻笙竽之声，宛若云外。闾里儿童，连宵嬉戏，夜市骈阗，至于通晓。”可见，当时的老百姓也非常重视中秋之夜的特殊意义，他们不仅吃团圆饭、赏月，而且外出参加各种文化活动。现今，不论是武汉的烟火晚会、乌镇的“走月亮”，还是北京等地的中秋灯会，实则都是对古人文化习俗的一种继承。

“今人不见古时月，今月曾经照古人。”****传统文化习俗具有很强的时代穿透力，它以一种独特的逻辑约定俗成，不因时间的推移而褪色。****毫无疑问，包括中秋文化习俗在内的传统节庆文化本身都是中华优秀传统文化的重要组成元素，蕴含着一代代中国人对民族文化的深切认同。“新中式”游是这种文化传承下的一种生活休闲方式，体现了人们内心的一种情感认同——到中秋，吃月饼、赏月、游湖、观焰火等，到什么时间节点就该做什么事，这些不是体现在制度规定上，而是体现在文化自觉上。

****由此而论，“新中式”游受青睐不是旅游风潮骤起的偶然，而是中华优秀传统文化感召力的彰显。****千百年来，一轮明月寄托着悠长的人文情感，在代代相传中绵延不绝，在岁月流淌里守正创新。迈向新时代，“新中式”游的更多打开方式也让传统文化焕发新的活力。北京多家市属公园举办汉服游园、妆造巡演、非遗展示等活动，钱塘江游船上可伴着现场音乐表演夜游赏月，京杭大运河上龙舟竞渡，重庆古镇准备了夜游集市，广州推出绿色低碳节能的灯会，还有多家航空公司热卖“赏月航班”……****归根到底，“新中式”游的火爆是民族自信增强的表现。中华优秀传统文化的加持，也赋予了传统民俗跨时空的魅力；创新思想的赋能，让节日文化展现出勃勃生机。****

不仅仅是中秋，近年来，在春节、元宵、端午等诸多传统节日以及其他一些假期，越来越多的人选择“新中式”游，比如参观文博场馆、探访古城古镇、参与传统文化活动、观赏非遗技艺、购买国潮文创等。这些都彰显了对传统文化的内在认同，是一种共通的情感需求。对于这种认同和需求，整个社会不妨多予鼓励、善加引导、促其深化，让更多自觉融入中华优秀传统文化的年轻人被看到、被认可，继而在审美、情感和价值上产生更多共鸣。

**03、接连两起偷拍事件，隐瞒和漠视只会激化问题**

来源：南方都市报2024-09-26

“博主在民宿发现摄像头后遭多人围殴。”9月24日，石家庄公安局新华分局发布警情通报称，已将涉嫌非法使用窃听、窃照专用器材罪的3名犯罪嫌疑人全部抓获并依法采取刑事强制措施。该3人借住宿之机在客房内偷装网购监控设备以牟取非法利益，与民宿业主并不相识。同时，在视频发布者离开派出所时，在场部分民宿业主采取不法手段阻拦，新华分局已对涉嫌扰乱公共秩序的3名违法行为人依法予以治安处罚。

从网络上数量众多、播放量可观的防偷拍视频就能发现，公众对偷拍摄像头的担忧一直存在，一些酒店暗藏偷拍摄像头也已不是新鲜事，但此次事件仍能引起关注的原因在于民宿业主的嚣张蛮横。

据媒体报道，9月15日，涉事博主发现两家酒店民宿中有隐藏摄像头，在当场进行摄像头确认和拆除时，被几十名民宿老板围堵甚至殴打。据警方通报，民宿业主认为视频发布者行为影响经营，由此才引发冲突。但几十名老板显然不只来自涉事的两家民宿，能迅速集合多家民宿的老板，并共同实施围堵，仅仅用“担心影响经营”很难说得通，背后是否有更深层次的共同利益?这需要进一步解释清楚。

毕竟，该博主事后在声明中称，曾于石家庄另一地点拆除摄像头，“那里的法制非常文明。(业主)还问我们有没有什么批量化检测手段能帮助他们的。”如果民宿业主问心无愧，即使被发现房内藏有偷拍摄像头，为了民宿管理和声誉着想，也会配合将其拆下，何至于纠集数十人采取如此过激的违法行为。

此外，涉事博主表示，曾于7月底在同一地点另一家酒店民宿发现摄像头，随后被围堵。报警后，博主及其团队曾在派出所内，签下“不发布此视频”的纸质声明。从7月接到报警，到9月引起舆论关注，其间当地公安机关是否曾展开针对性清扫行动，还是仗着那份纸质声明维护表面“太平”?

****虽然偷拍摄像头出现的场所和形式“花样不断”，但不少涉事主管方的应对态度却如出一辙。****近日，河海大学图书馆厕所内发现摄像头，面对记者提问，校方却反问道“这个报警干什么?”这句话透露出校方欠缺对偷拍这种不法行为的认识，也体现着对待丑闻时，主管方下意识的“捂嘴”态度。

许多消费者为免被偷拍，出行前会通过网络视频学习检测摄像头的技巧，甚至自费购买专业器材。公众掌握更多防偷拍知识不是坏事，但为此付出的时间和经济成本不应转嫁到消费者身上。

****偷拍、窃听等行为严重侵犯个人隐私，轻则将受到治安处罚，重则涉及刑事责任。****公安机关也具备对偷拍团队追根溯源揪出真凶的专业仪器和信息技术手段，从各方面说，警方都应承担侦查和执法角色。

因此，公安机关不能抱有“遮丑”或“头痛医头，脚痛医脚”的心态，对偷拍行为睁一只眼闭一只眼，而应积极提前介入排查，不定期组织摄像头清扫行动，找出祸首，切断偷拍利益链条。酒店方也要尽好管理责任，不仅不能与偷拍团伙蛇鼠一窝，而且应将摄像头排查列为与卫生、安全同等重要的日常管理要求，这也是酒店竞争力的体现。

****夏秋之际是旅游旺季，城市形象仅仅依靠文旅宣传显然不够，良好的治安环境更是旅行决策的关键一环。****

****【链接阅读】****

**博主曝光民宿隐藏摄像头遭围堵**

**9月23日，两位博主在社交媒体平台发布视频称在河北石家庄民宿发现隐藏摄像头，其报警后在民宿门前等待民警期间，被该民宿老板带人辱骂围堵。博主发布的视频显示，他们在检测发现摄像头后遭到民宿老板带人围堵恐吓，设备被抢夺,即便报警后依旧不能全身血退,在派出所门口竟遭遇再次被堵,且车辆轮胎被放气,车牌号也被涂抹。**

**之后，石家庄官方发布调查通报称，已抓获安装摄像头的人员，与民宿老板并不相识。同时，对几位带头围堵博主的民宿老板进行了治安处罚。但要平息公众的焦虑，一纸通报还远远不够，接下来，一方面，要严格打击偷拍这一侵犯隐私的地下产业链，从源头上切断其生存间;另一方面，要加强对民宿行业的监管力度。**

****适用话题：隐私权;敢于发声;善良与正义****

**04、无论是否有“出走的决心”，都应该有更爱自己的勇气**

来源：人民日报评论  2024年09月27日

“我等不了了！我再等下去，我永远都走不了”“总不会所有的路都封了，山路、野路，总会有路的”……**这段时间，一部名为《出走的决心》的电影引起了不少讨论。影片根据60岁的苏敏“自驾出走”的真实经历改编，讲述了主人公李红在家庭、社会等多重压力下冲破桎梏、自我觉醒的成长历程。**她的故事，戳中了很多人。有观众留言表示，从电影中感受到了温暖慰藉，得到了“更爱自己、无畏生长”的勇气和力量。今天，我们就以此为引，聊聊一些认识与思考。

电影内外，绕不开的是“家庭”二字。**家，许多人最亲近的地方、最私密的空间，但也往往是一个复杂的矛盾统一体，既可以是惬意的场所，也可能成为束缚的枷锁。**影片中，为了家庭，为了那些“对别人来说更重要”的事，主人公不得不做出一些“违心的选择”——作为姐姐，她看护三个弟弟，让出读书的机会；作为妻子，她照顾家庭，忍受着丈夫的脾气；作为母亲，她要帮女儿分担带娃的重任，还不被他人理解。牺牲、奉献、负责任，她是一个要强的人，却也是一个处处妥协的人。

**电影何以引发共鸣？毋庸置疑，不少家庭中存在着类似的场景，常有以“懂事”来换取他人满意、家庭和谐的“牺牲者”。**TA可能是敏感自卑、听话顺从的孩子，可能是默默付出、操持家庭的父母，也可能是“出钱、出力”的长辈。对于亲人，人们当然愿意让渡时间和精力，但这种奉献，理应得到认可、尊重与回报，否则长此以往，就容易导致家庭难以弥合的裂痕。少一些心安理得、冷嘲热讽，让每一位家庭成员都被看见、被珍惜，家庭才能真正成为坚实的后盾、温暖的港湾。

**同时也要看到，“更爱自己”，是电影更为触动人心的深层内核。**选择“出走”，看似是对生活的逃离，其实也是自我的回归。自在逐梦、随心而行，掌握着自己人生的方向盘，有助于实现个人价值的重塑。某种意义上，影片中的“出走”，也恰如其分地反映出不少人的“抽离”，对无聊生活、沉闷状态的一种消解。**有没有“出走的决心”暂且不论，但我们每个人都应该有更爱自己的勇气。**

**当然，自爱并非自私。**无论是接纳自我还是享受生活，都不能以伤害他人为代价。和电影中的丈夫一样，生活中也有人看不到别人的付出和需求，斤斤计较而又高高在上，理所应当地享受着迁就与忍让。我们不妨反求诸己，多一分换位思考的同理心，多一些平和包容的松弛感。毕竟，爱是双向的。偏执过度的索取，绝非家庭关系的良策，更会让人际关系失衡。

**理解是奢侈的。**再怎么强调推己及人、将心比心，可一旦有事发生，还是很难做到设身处地、感同身受。经历不同，立场不一，必然很难体会别人的心酸和考量。**相互理解，应该代入对方的视角，而非仅凭自己的想象。要不要“出走”？或许，比回答这个问题更重要的，是去发现爱的真谛，去确认生命的意义。**前路漫漫，人生海海，愿我们都能聆听内心的梦想与自由，珍惜身边每一份牵绊与温暖，在一望无际的旷野上勇往直前。

这正是：悦己自洽，多久都不会晚。理解包容，从现在就开始。

**05.千篇一律的爆款文案，写不出独一无二的精彩人生**

来源：人民日报评论  2024年09月19日

说起旅游，就是“不宣传这里你糊涂啊”“避雷！踩大雷！再也不来了”；聊起美食，就是“哭死，这个真的巨巨巨巨好吃”“谁懂这一口糯叽叽的含金量”；点评生活中遇到的人和事，就是“水灵灵地”“泼天的富贵”“这一刻，我小脑都萎缩了”……你有没有被这样整齐划一的所谓爆款文案刷屏？今天，我们就来聊一聊这个话题。

当前，我国网民规模近11亿人，互联网普及率达78.0%。可以说，每天生产海量新鲜内容的互联网，也是现代汉语最具生命活力的使用场景之一。**从捍卫“语言纯洁性”到反思“文字失语症”，从诞生之日起，网络流行语就一直伴随着讨论和争议。**

这其中，有人担心网络流行语损害了汉语之美，这倒不必过分忧心。**丰富的网络语言之中，生动、贴切、言之有物者有之，夸张、低俗、不知所云者亦不少。**语言拥有自净能力，自能去粗取精，“吹尽狂沙始到金”。“给力”“草根”“点赞”等准确贴切、生动鲜活的网络流行语历经淘洗而沉淀，有的甚至收入了《新华字典》《现代汉语词典》。而不符合汉语规律和美感、只是一时兴起的网络流行语，向来行之不远。二十年前流行的“偶稀饭”（我喜欢）“886”（再见），十年前流行的“蓝瘦香菇”（想哭难受）“我伙呆”（我和我的小伙伴都惊呆了），甚至是两三年前流行的“绝绝子”“YYDS”（永远的神），在日新月异的互联网发展大潮中渐渐淹没。

**尽管那些千篇一律的网络爆款文案、网络流行语只是一阵风，但不少人却实实在在被这股歪风吹得东倒西歪。**有网友因为一篇极尽溢美之词的“种草”，购买了新款小众零食，收到之后却大失所望，“不止一次被语言欺骗”；有网友搜索旅游攻略时，发现不少是理不直气也壮的避雷贴，导致现在看到避雷贴就得避雷；有网友读完一篇充满矛盾对立要素的“小作文”，正打算真情实感支持一番，翻到评论区才发现是营销推广引流，感觉被白白浪费了情绪……此处不妨套用爆款文案的说法，“爆款文案的第一批‘受害者’已经出现”。

有人总结这些爆款文案的套路：“长篇大论是可耻的，开门见山是正确的；客观严谨是无趣的，夸张对立是有效的；深入剖析是离经叛道的，谁懂啊家人们才是上正道的”。事实上，一次正常顺畅的语言交际，离不开质量准则、数量准则、相关准则、方式准则，也就是要求信息内容真实、数量充足、内容相关、清楚明白。对照来看，爆款文案条条都是反其道而行之：事实真假难辨，有效信息稀薄、内容东拉西扯、观点不知所云。**公式化、套路化、极端化、情绪化的爆款文案看起来噱头十足，却充斥着莫名其妙的夸张修辞和空洞无物的情绪表达，自然引起网友们的反感和抵制，也确实扰乱了网络生态和语言生态。**

**语言是一种约定俗成的存在，也是一种用进废退的能力。**质疑网络爆款文案、担心汉语能否保持纯洁优美的同时，也需要关心自己如何保持和提升语言运用能力。有一种现象叫“伦巴第效应”，说的是当人类在有噪音的环境下说话时，他们的声音就会更大，更努力地试图让别人听清楚。有些网友惊讶地发现，自己在浏览网络爆款文案时虽然心有鄙夷，但是一张嘴就是“家人们谁懂啊”“一整个无语住了”，好像已经忘记了现实生活中怎么好好说话。

语言不是学者、诗人和文学家的专属工具，而是日用不觉的必需品。或者说，语言更像一艘不设限的小船，可以载着我们抵达心灵和情意想要到达的地方。当我们相见与分别时，当我们快乐和忧伤时，当我们想鲜明表达自己的观点，当我们想与至爱的人互诉衷肠，都离不开恰到好处、恰如其分的语言，帮助我们表情达意，不至于言不由衷、词不达意。

用爆款文案包装和记录的生活，仿佛一张加了失真滤镜的照片，看起来花团锦簇、热热闹闹，却难以找回当时的境况和心情。好好说话是一种对生活的如实记录，也是一种对生活的积极态度。**至于那些千篇一律的爆款文案，又如何写得出你我独一无二的精彩人生？**

这正是：

爆款文案写不出，生活酸甜苦辣。

妙笔生花不常有，只求好好说话。

**06.当探店打卡被拒绝，分享该不该有节制？**

来源：人民日报评论 2024年09月23日

看到网友的打卡美照，于是默默“种草”宝藏店铺；刷到博主的踩坑视频，从而成功避雷消费陷阱……**社交媒体时代，人们早已习惯了“跟着打卡去消费”。不过，最近一些商家却开始拒绝“没有边界感”的打卡拍照。**江苏一家咖啡店发帖“劝退”消费者：“如果抱着拍人像为第一目的来我们店的，我们会拒绝、会阻止。”无独有偶，越来越多店铺树标语、立规矩，给打卡行为划边界。探店拍照打卡，为何惹人“烦”？

《社交媒体简史：从莎草纸到互联网》一书中有这样一个观点：分享是人的天性，从写在莎草纸上的信件到无远弗届的互联网，社交媒体的发展演进，就有赖于这分享的冲动。是啊，人们是如此热衷于分享，以至于有人将分享欲视作“最高级的浪漫主义”。**当品尝到向往已久的饕餮大餐，当在街角邂逅惊喜小店，按下快门、随手分享，“小确幸”便在彼此之间荡漾开来。在分享中，人们寻求认同、建立信任。**

正因此，相比于说服意味更浓的广告，第一人称视角的探店视频、打卡笔记，才以更强的亲和力与代入感，帮助不少人“打开新世界的大门”。前不久，人力资源社会保障部等多部门联合发布28个新工种，其中就有“生活服务体验员”。**从普通网友到职业博主，分享的是一份心意，催生的是一门“生意”。**

**客观而言，探店打卡内容的兴起，一定程度上弥合着供需两端的信息差。**对消费者而言，海量内容既丰富了消费选择，也让那些虚假宣传与“宰客”套路难以遁形；对商家而言，出圈破壁、化身“网红”则意味着关注与流量，以及潜在的商机。然而，凡事都讲究适度。当三脚架、闪光灯、补光板轮番登场，店铺变影棚、商品变道具；当店面空间被接踵而至的打卡者占据，普通顾客消费体验大打折扣；当越来越多人以探店博主的名义索要优惠、免单等特殊待遇，经营者难免不胜其扰。

**归根到底，是否接纳探店打卡，就是在经营秩序与流量收益之间进行权衡——毕竟，商业经营要不得舍本逐末，走红网络只是加分项，而有效保障多数顾客的消费体验，才是修炼好口碑的基本功。**

从探店打卡说开去，在一个社交媒体无孔不入的时代，人们无止境的分享欲与现实中有限的公共资源之间，的确存在着两难的矛盾。此前，故宫博物院等古建筑场所也曾发布声明，禁止携带商用摄影、摄像器材等入场，对泛滥的商业拍摄行为进行规范。限制是迫于无奈的选择，但不宜等同于一禁了之。最大限度兼顾人们的拍摄需求，考验着管理者、经营者们的智慧。一些商家探索出付费拍摄、场地预约等机制，不失为折中之举。**其实，绝大多数经营者并不排斥适度拍摄，重要的是，双方要在彼此尊重、彼此理解的前提下，磨合出尺度与边界。**

作为信息时代的个体，我们或许也需要学会克制。正如居伊•德波在《景观社会》中所写到的，当代社会生活正成为无数图像景观的堆积。习惯于符号化生存的人们，通过镜头和影像，很容易建构出日常生活的“数字孪生”，设计出“精装的朋友圈”。**但虚拟之外，生活中总有一些瞬间，需要用心灵去感受、去铭记。当厌倦了千篇一律的打卡晒图，也不妨换种方式，看看云、听听风，保持一丝专属的宁静。**

这正是：打卡何须拼“内卷”，自有趣味留心间。

**07、遵从社会时钟与寻找人生旷野，是两难问题么？**

来源：人民日报评论 2024年09月10日

前不久，53岁的妈妈和女儿一同硕士毕业的消息吸引了许多关注，女儿一句“人生是旷野，这一步妈妈走了31年”，令不少人心有戚戚。与之对照，一则“大厂裸辞员工重返职场”的消息，则给想要“出走”的人们浇了盆冷水。**旷野无疑令人神往，无数现实事例又表明，一时兴起“重启人生”、追求自我的路可能没那么好走。对于大多数行驶在轨道上的我们，如何安放内心的“旷野”？**

心理学家曾提出“社会时钟”的概念：何时求学、何时就业、何时结婚生子……我们的人生往往被一张规定性时间表所约束着，仿佛每个时间节点都有着标准模板。遵从社会时钟，实际上就是不断寻求大多数人认同、寻求社会主流资源支持的过程。**客观而言，社会时钟有其积极的一面。人毕竟是社会性的动物，选择走按部就班的“大道”，是获取确定性与安全感的重要途径。**

有人说，当代人的一生是“关键的一生”，每一刻都容不得半点差池。循规蹈矩，在既定的轨道上向着一个又一个目标小心翼翼地前行，如同推着巨石的西西弗斯，周而复始。**社会时钟的负面效应，莫过于同质化的乏味、同侪竞争的焦虑。当个体“弹簧”压上愈来愈重的砝码，逃离的动能也在积蓄。**从“世界那么大，我想去看看”，到“诗和远方的田野”，再到“人生是旷野而非轨道”，那些文艺腔十足的网络热梗，戳中了不少人的心事。人生海海，天地广阔，总有那么一些瞬间，心中会泛起打破惯常、跃向旷野的冲动。

**只是，对于成年人来说，看问题、做事情免不了瞻前顾后，追求自我从不是一件轻而易举的事。**毕竟，打破社会时钟，充满不确定性，结果未必尽如人意。满心欢喜地闯入一片新领域，会不会只是一条功利而拥挤的新轨道？心向往之的旷野，有时何尝不是另一座围城？揭开旷野的粗粝真相，其符号化意义逐渐消解。毕竟，节奏日趋加速的时代，留给“离经叛道”者的试错空间相对有限。前段时间，有企业人事声称，空窗期超过半年的求职者一概不予考虑，引起广泛争议。职场歧视不应存在，但其后果实实在在需要个体承担。**外面的世界很精彩，外面的世界也很无奈。生活急转弯之前，谁的内心不被拷问：放不放得下沉没成本？能不能负担试错成本？**

**总体上，“旷野”不一定指向实际行动，也概括不了客观现实，而更多代表一种美好念想。那是无尽的可能，是恣意的姿态。**当人生早早定型，一眼看到头；当内卷大潮裹挟，倦怠感袭来，我们需要一个出口、渴望一次释放。不过，站在真正的分岔路口，无论是潇洒转身奔向远方，还是脚踏实地经营当下，首先应是充分理性的。**告别人云亦云，倾听内心的声音，权衡所能承受的成本，做出的改变哪怕不那么尽善尽美，也足以无愧于心。**

在德国社会学家哈特穆特·罗萨笔下，世界正呈现出“加速社会”的图景：科技日新月异、社会发展变迁、生活节奏加快，社会的结构化时间发生异化，年龄危机、职业焦虑等随之而来。诚然，社会时钟滴答作响，驱使着人们步履匆匆。但纵然如此，**一个健康的社会，也应该容许各种可能性。而作为个体，最难也最为可贵的，便是永远积极、永远渴望。**

这正是：找准自己节奏，旷野自在心间。

**08.为文化创新创造注入源头活水**

来源：人民日报评论 作者：彭 飞

不久前，在第33届奥运会上，中国艺术体操队进入集体全能决赛，在动作编排上融入拔剑收剑、弯弓射大雕、敲鼓等动作，彰显汉唐气韵，最终夺得中国该项目首枚奥运金牌；中国花样游泳队在比赛中巧妙摆出甲骨文的“山”字造型，结束中国花游没有奥运金牌历史的同时，也让中国古文字给世人留下惊鸿一瞥……**【背景引入】**体育与艺术融合，力量之美与文化之美交织，奥运舞台上刮起“中国风”。**【阐明意义】**正如习近平总书记在接见第33届奥运会中国体育代表团时指出的，“你们让全世界看到了中华优秀传统文化的深厚积淀”。**【引用习语】**

既悠久、又厚重，是中华优秀传统文化能够绽放时代光彩的基础。**【分论点一】**近年来，从依托中国历史、神话打造的大型游戏，到《三体》《流浪地球》等科幻巨制，这些作品之所以吸引人、受欢迎，不仅在于其充满中华文化元素、符号，更在于其中蕴含着**“很中国”的世界观、价值观**。比如电影《流浪地球》中，当地球面临危机，人类并不是选择独自“逃离”，而是带着地球一起“流浪”，这本身就反映了中国人安土重迁的观念和家国情怀。**【举例论证】**当代许多文化产品、文艺作品，其深刻性、立体感，往往源于5000多年历史文化的深厚积淀。把中华优秀传统文化这座宝库保护好、传承好、利用好，才能为文化创新创造注入源头活水，提供持续不断的滋养。**【提出对策】**

**让中华优秀传统文化“开新花”“结硕果”，还必须解决好如何“浇水”“施肥”的问题。【分论点二】**党的二十届三中全会《决定》作出“优化文化服务和文化产品供给机制”“建立文化遗产保护传承工作协调机构”等改革部署，为的就是通过文化体制改革激发文化生命力、创造力。**【引用论证】**现实中，有的文化产品创作投入大、周期长、未来收益不确定，如何从制度层面为创作提供支持，鼓励创作者打磨出精品？有的传统文化领域较为冷门，如何为其拓展发展空间、留住传承所需的人才？**【反问论证】**解决这类问题，必须用改革的办法。消除痛点、打通堵点，中华优秀传统文化才能在传承发展中枝繁叶茂。**【提出对策】**

**当然，重视传统文化不意味着闭门造车。【分论点三】**习近平总书记强调：“中华文明具有突出的包容性。”**【引用习语】**开放包容是中华民族的文化基因。巴黎奥运会霹雳舞赛场上，出生于武术世家的中国选手亓祥宇，将醉拳、太极等元素与西方舞蹈元素巧妙结合，令人耳目一新，赢得满堂喝彩。融合了苏式传统园林风格与现代建筑风格的苏州博物馆新馆，清新典雅，近年来成为网红打卡点。话剧《司马迁》突破传统历史剧的视觉表现手法，舞台背景选择多幅深色的汉代画像，并融入西方戏剧的美学风格，为观众所津津乐道。**【举例论证】**兼收并蓄、海纳百川，中华优秀传统文化必将在开放包容中焕发新活力。**【提出对策】**

“我更喜欢自己在中国风节目里的表演状态，也让我更有自信。”中国艺术体操选手王子露的感慨，道出多少人的心声。**坚定文化自信，更有效地推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展，努力建设社会主义文化强国，就一定能为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业提供更为主动、更为强大的精神力量。【点明主旨、展望未来】**