23.阅读下面的材料，根据要求写作。（60分）

音叉是一种常见的调音工具，当把一柄音叉的振动频率调到与防弹玻璃相一致的振动频率时，连子弹都无法洞穿的防弹玻璃就会裂成碎片，这就是音叉效应。

东汉郑玄《诗谱序》中记载：“举一纲而万目张，解一卷而众篇明。”

以上两则材料告诉我们：人生百事，总有过不去的坎，解不开的难，一旦我们找准“频率”，或善于“举一纲”，或善于“解一卷”，一切皆有可能豁然开朗。

以上材料引发了你怎样的联想和思考？请写一篇文章。

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。

怀洞察之心，以同频克难

万象皆规律，同频天下和，此言得之。人生百事，总有过不去的坎，解不开的难。面对纷繁世界，我们应找准频率，怀洞察之心，以同频克难。（名言引入+材料引用+提出观点）

何谓事物的频率？频率是事物运行的关键之处。世间万事运转，如参天古木盘根错节，又如碧海波涛瞬息万变。无数意志相互碰撞、汇聚融合而产生合力，推动事物发展。而在这股合力中，必定有牵一发而动全身之关键点。（频率的概念界定）而只要找对关键点，对症下药，困境便会迎刃而解。正如诸葛亮寻觅铁锁连环的关键点，借东风火烧赤壁。由此观之，在困境中找准频率，实则是对事物规律的洞察，是切中肯綮的智慧，更是自我和未知世界的磨合。在同频共振中，我们方能抓住主要矛盾，“举一纲而万目张，解一卷而众篇明”，提高解决问题的效率，让一切豁然开朗。（频率的实质分析+找准频率的重要性）

然而在这个信息爆炸的时代，每一个个体都如同泅渡于雾海之中，信息纷杂多变，难以找准频率，只能仓促应对，成为“被动青年”。多少人在升学、就业的人生大事上随波逐流、人云亦云。（社会问题）究其根本，面对困境时的惰性思维难辞其咎。当“乱花渐欲迷人眼”，人们宁愿像无头苍蝇一般盲目行动，却不愿驻足停留找准频率，甚至美其名曰“试错”，在自我宽慰中掩饰思维的惰性，这何尝不是一种得过且过呢？（问题的实质分析）古希腊的西西弗斯运石上山，在无效又无望的劳作中慢慢消耗殆尽生命。若是我们不去认真审视人生，也终如西西弗斯一般，陷于困境的泥淖无法自拔，在生活的迷宫中处处碰壁。（问题的危害）

那么，如何找准事物的频率呢？《庖丁解牛》中说：“以无厚入有间，恢恢乎其于游刃必有余地矣。”以我之见，吾辈青年，应怀洞察之心，方能以同频克难。（照应标题和开头，重新提及观点）

怀一颗洞察之心，不单单要求我们观察事物运转的趋势，更是在审视中探求事物发展之规律，在慎思中寻求困境的突破口，切中肯綮，方能攻坚克难。吾辈要怀洞察之心，吾国亦如此。西方列强咄咄逼人，我国毅然决然研制“两弹一星”，铸造护国之刃；坚持抗美援朝，最终“打得一拳开，免得百拳来”，福荫子孙后代。在国际形势风云突变的今天，我国也要怀一颗洞察之心，充分了解国际形势，找到解决困境的钥匙，在与国际社会的同频共振中实现中华民族的伟大复兴。（由个体到国家，提升深度）

物有本末，事有终始，知所先后，则近道矣。找准频率，找到摆脱生存困境的那根音叉，让我们在同频共振的和谐声中前进。（提及音叉，总结上文）

学会抓住关键

2120班吴惠珍

郑玄《诗谱序》中有言：举一纲而万目张，解一卷而众篇明。往往纷杂而又繁琐的事物看似毫无厘头，若能学会抓住关键，其实便大有迹可循。

何谓事物的关键呢？关键是汽车飞速奔驰的发动机，没了它，只能甘待原地；关键是丁达尔效应中的太阳光，没了它，只能望见苍白；关键是诗词歌赋中的妙词佳句，没了它，“红杏枝头春意闹”便显得平平无奇。关键有时是组成事物的核心成分，有时也是决定事态发展的重要因素。正因其至关重要性，我们在办事过程中更应抓住关键。

抓住关键才能势如破竹。毛泽东抓住了关键，认清了国情，于是追求社会主义道路，于是革命之势星星之火可以燎原，创下彪炳史册的丰功伟绩；袁隆平抓住了关键，发现了杂交水稻的基因优势，于是成功培育出籼型杂交水稻，驱散了萦绕在中国社会中粮食问题的迷罔；于敏抓住了关键,于是仅用5%的超级计算机使用时间解决了核武器研发的关键问题。由此观之，拥有敏锐的词察力，面对矛盾时的正确判断，敢于为之尝试的决心，都有助于我们抓住关键，洞悉事物，以“飒踏骑白马”之气攻克难关。

若只顾细枝末节，则只会顾此失彼。历史常常给人以深刻的思考与喟叹，给予后人经验与教训。南唐后主李煜只顾与小周后共赴巫山云雨而未抓住治国理政平天计的当务之急，只余“触目柔肠断”的亡国之音；洋务运动只涉及器物表面的模仿与学习，而未认识到清王朝封建制度的根本落后，徒有其表，破产告终。所谓“观今宜鉴古，无古不成今”，当我们回望历史时，历史也正在不断记录着我们。自古未能视关键者不成事，舍本逐末，怎会有成就。

抓住关键就是要善于抓住主要矛盾。当把一柄音叉的振动频率调到与防弹玻璃相一致的振动频率时，连子弹都无法洞穿的防弹玻璃就会裂成碎片。只要我们找准“频率”，抓住关键，一切便可迎刃而解。学习中，我们要主攻弱势科目，解决失分痛点；生活中，我们要分清利弊与主次，从一而终；人生中，我们要把握关键机遇，明确前行主航道。

关键与其次，总是相生相伴，抓住关键才能拔云见日，行至坦途。

随频率同振，伴核心同行

今得闻东汉郑玄《诗谱序》有言：“举一纲而万目张，解一卷而众篇明。”在人生这个亘古的旅途上，坎坷遍是、荆棘遍布，挫折困难是常态，但若抓准关键核心，找准频率，自可迎刃而解.自得人生之道。

莫道“山重水复疑无路”，找准频率，关注核心，自可“柳暗花明又一村”，走出人生新境界。苏子与客泛舟赤壁，面对友人的感慨，凄风苦雨中的苏轼深挖本质，抓住关键悟出“自其变者而观之，则天地不能以一瞬，自其不变者而观之，则物与我皆无尽”的生命本真。参悟了水与月的辨证法，抓住了生命核心的关键，苏子找准了自己人生的频率，于是他遥游红尘，尽情享受清风与明月，走出独属苏轼的人生轨道。抓住关键，找准频率，思想成熟便在一念之间。

莫道“将登太行雪满山”，找准频率，关注核心，自有“长风破浪会有时”，闯出乱世新局面。回首中国漫长革命斗争路，在中国共产党之前成立的革命党不在少数，可为什么最后担起中华民族独立大任的只有中国共产党呢？深思，中国共产党抓住了一个国家的关键，那便是人民。如唐太宗时魏征进谏所道“水能载舟亦能霞舟”，中国共产党正是始终坚守人民立场，全心全意为人民服务，珍惜党民渔水情，才能从众多党派中脱颖而出。由此观之，逢事抓关键、找准频率何其重要！倘若中国共产党错过人民关键，中国今日又将是何面貌，不得而知。但知中国共产党紧紧抓住了人民，才有今日盛世文中华。

莫道“秋风秋雨愁煞人”，找准频率，关注重点，自可“晴空一鹤排云上”，奏出时代新乐章。时代风云变幻，但见袁隆平抓住三系杂交水稻系之重点，孜孜不倦，千般试验，杂交水稻得以福泽众生；但叹南仁东把握时局，抓住核心技术研发，夙夜攻关，一丝不苟，中国天眼得以享誉全球、成世界之最；但赞樊锦诗开创新局，抓住数字技术核心，扎根大漠，付舍半生，数字敦煌得以惊艳众走生、走出国门……遇事不惧，沉心抽丝剥茧抓重点、找准频率，成功的彼岸便迈在眼前，伸手可及。

正所谓万变不离其宗，万事都有其核心关键，我们若能抓住关键，找准频率，万事皆可豁然开朗。心随频率而振，行循核心而张，自可“会当凌绝顶，一览众山小”！

抓住问题关键，把握人生节奏

小小音叉，只要频率一致，便可震碎子弹也无法攻破的防弹玻璃；一篇文章，若为精华，读懂后便可通晓万卷之义……抓住问题关键，找准关键频率，明晰精华思想，便可豁然开朗。

诚如斯言，生活中许多问题不必如大海捞针般思索解决之道，有时“举一纲而万目张”，一旦抓住关键，千难万难便也迎刃而解。可见抓住问题关键，是人生坦途的要义所在。

以敏锐眼光洞察问题关键。“千里之堤，溃于蚁穴。”有时往往大如洪堤的问题，其关键就在于蚁穴般细微之处，这时就需要敏锐洞察的眼光。中国共产党深刻体悟中国社会现状，发现农民阶级的强大力量，才有工农联盟的伟大思想创新；袁隆平敏锐发现野生稻背后的可能性，以此切入寻找突破，终培育出杂交水稻……正是他们以敏锐眼光洞察发展契机，把握问题关键，才有今日的辉煌中国、水稻奇迹。因此我们也应保持敏锐眼光，保持探索意识，从细微处入手，于未知处着眼，方能把握关键。

以踏实行动探求问题关键。清华大学校训有言：“行胜于言。”诚哉，光靠巧舌如簧，无法解决问题，唯有躬身入局，方能发现关键。代代航天人、科研人深入大漠做科研，落实科考试验，才有“惊天一爆”；扶贫干部深入基层，倾听民心所需，探求民心所望，从关键层面入手成就脱贫攻坚战的伟大胜利。正是他们将实践写在祖国大地上，扎根实践，坚持调查求实之风，才有无数辉煌成就彪炳史册。因而我们也应循先辈之踏实求干之风，行实践不止之路，在实践中抓住关键，把握核心，夯实自己的实践之基。

以沉稳自持解决问题关键。“生活是充满漩涡和暗礁的海洋。”纵然生活困难重重，但沉稳不乱的心总能帮我们找到关键，突破难点。王安石面临司马光指摘，不慌不忙，分条批驳，字字在理，点明关键，这是名相之风；疫情肆虐，党沉稳应对，总揽全局，协调各方，切实保障人民生命安全，这是大党之范。无论艰险，沉着自守，冷静分析，方能势如破竹。由此可见，只有沉稳自若的强大心灵，方能寻求突破之道。

当今中国正面临百年未有之大变局，国际形势动荡,前路漫漫困难重重，但吾辈唯有洞察时代变局，躬身社会实践，以不变应万变,方能抓住问题“关键，坚定地屹立立于时代潮头。

找准“频率”，迎接曙光

音叉效应中正确的振动频率如此重要，只有调准“频率”，才能裂开玻璃，学习也是这样，找准突破口，“解一卷”才能“众篇明”。是故我们要找准“频率”，才能迎接曙光。

找准“频率”，需要我们保持积极心态，坚持探索。

通往成功的路程总是会历经千磨万难，不会一直一帆风顺，面对逆境，我们不应自怨自艾，而是应该收拾好心情，去主动找寻出路，找到合适的方法。苏炳添在破亚洲记录之前，曾遇到一个瓶颈，于是他与教练共同商讨这个问题，最后发现换一只脚起步更有利，于是顺势破题，一举夺魁。所以说，曙光与现实的中间往往只隔着一个小小的路口，我们要正确地看待它，积极地去找寻“频率”，这样，迎接我们的必然是“柳暗花明又一村”。

找准“频率”，需要我们不断钻研，解好手中这一卷。

从现实出发，分析当下局势，或失望也好，或得意也罢，我们要做的是不断钻研，找寻出路。看众多电器品牌，不也是不断研发最新技术，不断解决当下遇到的难题，等待“众篇明”的结果。在这中间，它们不断向用户收取意见，征求广大民众的建议，终将更优质更实用的各种电器呈现在我们面前。所以，电器品牌找到了“频率”，一举破题，我们又有何不可呢？

找准“频率”，需要我们不断试错，坚持解难。

生活中难免有难越的坎，学习中也有许许多多难解题，我们面对它们，若是无动于衷，倒也轻松，只是该解决的问题还没有解决，我们的目标还没有达到，我们仍处在“山重水复疑无路”的境地。所以，我们应该行动起来。《人民日报》曾刊载这样一句话“千难万难，畏难才是真的难，你去做了就不难。”不要怕出错，只要把心聚焦在前往正确频率的路上，那么世上便无难事，因为有个有心人。

过不去的坎，不会永远过不去；解不出的题，不会永远没思路。等一次彩虹，为“频率”歌唱，“解一卷”后定是“众篇明”，“举一纲”后定是“万目张”。

不要气馁，找准“频率”，美丽的曙光在彼岸等着你。