**2023届高考模拟作文“感恩即是灵魂上的健康”范文**

**【原题呈现】**

22.阅读下面的材料，根据要求写作。

哲学家尼采说："感恩即是灵魂上的健康。"

你同意这种说法吗？请结合自己的理解和感悟，写一篇文章。

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

**【优秀范文】**

**1.恩敌论（文言文尝试写作）**

嗟乎！世有可感之事，孰可遍数之？时有可恩之人，安能尽说之？或曰亲恩浩荡、师德巍巍；或见手足情重、凤凰偕鸣；亦有居安相善、处变不移；至若位尊不骄，擢才举贤。此皆为人常情，代有颂之者。惜乎亲之可恩，世固知之；敌之可恩，则人多不识。

世之云敌者，害利悖德，皆是谓也，而余所论者则不然。少康中兴，谓之讨逆；周武伐纣，谓之诛暴，此者固为仇雠，安可云“恩”也欤？余所言敌者，同道异见之谓也。

若夫天下大争，诸子争鸣，道墨皆出，儒法并行。虽有百异，其心归一：尊君重民，无非为中国求长策；立法无为，皆是愿天下得久安。是故百家哓哓，论不诛心，同家分派，异学相师。儒争孟荀，俱有高论；法辩术势，齐韩皆张。仲尼师老聃，纵横出鬼谷。学各有长，争之有道，故战国旧论，千年不衰。

或有王车北上，杖藜西行，纵横九州，对弈七雄。秦王楚霸，固待天时；苏论张辞，各拥其理。令南北阙合纵，则谋秦之大略少；使东西无连横，则六国之相印轻。公争虽烈，私情则笃。是故苏张相长，纵横相成，孤强则空为名士，独霸亦无有战国。

而有梁将争功，引作仇雠。魏卬轻公叔，庞涓膑孙子。财货万亿，武卒精良，一朝负于弱秦；伐赵攻韩，势也汹汹，两度败落齐手。三晋雄风，文侯大业，竟一朝落寞；名利未得，功业无成，而翻为枯骨，不亦悲乎！

是故恩敌之心，圣人之心也。古云：“道不同，不相为谋。”今者人我同道，而有异想；各执己论，而作争鸣。彼见我之未见，我闻彼所未闻，所学相异，所知有别，是以所思不同也。见我未见，是为我师；与我作论，是为我友。名虽为敌，其实师友也。冰炭同器，尤知寒暖；泾渭相激，方显清浊。是故恩敌为有道，仇敌则无理。敌有所长，奉为鞭策；敌有所短，引作镜鉴。知彼人之长短，后知自身之进退；知异论之优劣，后知我见之高下。

大而论之：心存恩敌，则胸有大公，平视万物，冷看异同，不以迎合为喜，不以狂悖作怒——此国之重器也，不以胜之为尽善，不以负之为羞恶——此人之雄杰也。心有恩敌而后立心平，立心平而后行止端，行止端而后待事公——有恩敌，墨之兼爱也；立心平，道之阴阳也；行止端，儒之知礼也；待事公，法之公平也。故知恩敌之心，贤明之公论也；恩敌之人，将相之良材也。今人多有远志，自执而不纳言，自贵而不恩敌，可乎？

**【点评】**

《恩敌论》是一篇见识不凡、大气磅礴的优秀作文。

在审题准确的基础上，立意小而新，作者从感恩对象的角度深入思考，截取“同道异见”作为“敌”，着重探究感恩“同道异见”之敌的原因与作用，体现了作者的深邃思考和独立意志。

文章开篇先提出“敌之可恩，则人多不识”，紧扣题目，设置悬念，“敌”为何“可恩”？作者在第二段即明确界定所恩之敌乃是“同道异见”，而非“仇雠”，角度进一步缩小，但历史画卷从“少康中兴”“周武伐纣”徐徐打开；作者接着以百家争鸣、合纵连横为例，正面论证“异学相师”之理，又以“梁将争功”等为例反证之。而后深入一层，论述“恩敌之心”何以是“圣人之心”的原因；结尾论述“心存恩敌”的作用，回扣文中百家争鸣事例中的儒道法墨思想，阐明“恩敌之心”能成就“贤明之人”“将相良材”；最后轻续一笔“今人……自贵而不恩敌可乎”，毫不拖沓，戛然而止，但却是振聋发聩，发人深省。整篇文章可谓结构严谨，阐述有方。

**2.感恩，是保持灵魂健康的一剂良药**

古人有云：“投我以木桃，报之以琼瑶。”

《圣经》中曾说：“在一切人生遭遇中欢欣喜乐，以感恩的心领受一切，道德的力量和勇气便随之而来。”

感恩，不论中西，自古以来就是人们不断追逐的美德。“孝子之至，莫大乎尊亲；尊亲之至，莫大乎以天下养。”是孟子对至亲的感恩；“士为知己者死。”是豫让对知己的感恩；“我感恩的是这样一个湖，深而纯洁。”是梭罗对大自然的感恩……

哲学家尼采直言：“感恩即是灵魂上的健康。”灵魂上的健康在我看来是指个人在精神和社会中的积极状态。许多人认为感恩作为一种情感或行为怎么能代表灵魂上的健康呢？岂不是夸大其词？不！感恩的的确确是保持灵魂健康的一剂良药。

感恩作为一种情感而言时，代表着一种发现爱、体会爱的能力，这种能力促使我们发现身边的美好。这种带着美的情感可以进而激发我们的社会性和精神性，才可以让我们青少年在步入社会之前便保持独立之人格，而达到灵魂上的善良，独立，积极，即灵魂上的健康。

而当感恩作为一种行为时，是我们对心灵感受的判断与反馈，是对他人恩惠的回报。反观当今社会，许多企业打着回馈大众，感恩支持的旗帜开展一些所谓的大减价的促销活动，实则卖一些假冒伪劣产品，对公众与社会造成了极大的伤害，而那些毫无限度开矿采煤的企业甚至从未感激过大自然的恩惠，越来越多的人不再感恩，甚至随意践踏他们被给予的，若是失去了感恩的能力，那此人必处于病态当中，又谈何灵魂健康呢？

但在现今这个物欲至上的社会当中，更有甚者站在道德制高点上利用“感恩”大作文章，有些人不懂感恩，也从不感恩，却道德绑架他人。老人遇见青年人不让座而喋喋不休，却从不感恩自己曾得到的特殊照顾；一旦发生天灾人祸，马云就被指责没有捐款一个亿，不感恩广大人民对“天猫，阿里”的支持……这样的事数不胜数，他们的灵魂都“病”了。

我们青少年目前正处于社会的边缘地带，虽然渐渐开始了解并进入社会，但我们还秉持着在校园中接受的教育。我们深知感恩父母、老师甚至陌生人和大自然馈赠给我们的一切。可细想之下，我们鲜少表达感恩之情，这并不代表我们不感恩，只是我们还未学会或羞于感恩。毕竟，这种情感太过炽热。

其实，感恩没有必须的仪式，也没有固定的形式，重在体味细节，重在那颗感恩之心。感恩，一直以来陪伴着我们的青春，即便未来我们走向社会，不再年轻，但青春永恒，感恩永恒！在面对未来的种种不确定时，现在的我们应该做足了准备——把握青春，学会感恩。不被“病人”们传染，甚至尽我们所能，去感化他们，为他们也带去灵魂上的健康，这也不失为一种感恩的方式。

作为中华文化传承者的我们，要时刻怀着一颗感恩的心，秉持“孝、悌、忠、信”的优秀美德，让感恩更厚重、更深刻，让健康的灵魂在华夏土地上发芽生长，让民族更兴盛，让世界更美好！