

面试素材积累

——刘文超 Vin 面试团队出品

目录

面试模板.....	2
1、消极类社会现象.....	2
2、政策行为类.....	2
规范表达.....	3
常用动词.....	3
常用名词.....	3
三字短句.....	3
面试金句.....	5
总书记金句.....	11
人物专辑.....	37
共和国勋章获得者.....	37
感动中国十大人物（2021）.....	49
感动中国十大人物（2020）.....	53
感动中国十大人物（2019）.....	56
感动中国十大人物（2018）.....	59

面试模板

1、消极类社会现象

随着社会不断进步，XX（题干事件）不断发展/不断推进。但是本该是一件正向的事情，却出现了种种负面问题，不仅危害XX（相关主体），甚至更严重影响XX（社会）。

无风不起浪、万物皆有因，任何消极的社会问题背后都有多方面的原因，针对题干XX现象，我认为主要有以下几点原因。首先，思想上存在偏差，其次缺乏有力措施，最后，制度规范等不够完善。

正如我们所看到的，（扣题）背后的原因是多层次的，复杂的，但是办法总比困难多，我们要在发展中解决问题。我认为要改善这一局面，需要明确各方责任，多措并举，做实做好以下各项工作，才能针对性的解决XX（扣题）问题。第一，强化意识（各级媒体，相关主体，宣传、培训），第二，强化治理（相关部门决心、力度），第三，完善规范（广泛调研，科学制定，充分解读，及时执行）。

当然，解决XX（扣题）问题不可一蹴而就，需要在实践中不断摸索前行，需要根据实际情况不断调整，精准施策，但只要我们要正视问题、瞄准解决，积极行动，一定能实现XX的目标/美好愿景！

2、政策行为类

XX是为了解决XX问题/为了实现XX目的，是积极作为的体现，是对当前XX的补充/完善，展现了政府的诚意，对于XX问题的解决有一定推动作用，具体有以下几点，1、指明了方向，提供了参照，给XX相关工作提供了依据。2、完善了当前的XX制度，释放了XX信号，展现了XX决心，提高了XX主体对于XX的重视程度。

当然，绝大多数的政策都不是万全之策，绝大多数的做法都有优化的空间，尤其是结合现实情况考虑，都有需要注意的地方。首先，XX政策/做法本身层面（科学性、合理性、合法性、操作性、情感），2、其次，执行落实层面（不理解、不认同、成本大、人员不够），3、最后，更为重要的是问题的解决往往是系统性的，XX有一定作用，但不能从根本上解决XX问题。

通过分析我们看到，XX的探索/出台，能够起到一定效果，但是要想政策的得到顺利落实，从根本上解决/遏制XX问题，扭转XX局面，实现XX目标，还需要多措并举，久久为功，具体做好以下几个方面。

第一，做好宣传解读工作，让XX理解政策/行为的出发点，建立认同，获得支持，让XX充分理解政策/行为的操作流畅及注意事项。第二，做好支持保障工作，结合实际情况和工作需要加大人员、资金的投入保证政策的落实。第三，做好监督跟进工作，在XX执行的过程中要进行监督，保证落实不走样，同时还需要及时跟进，收集反馈，不断调整，不断更新，不断精进，因时而动，因时而动，及时调整优化。此外，XX对策。我相信通过以上多个方面的努力，一定能实现XX目的。

规范表达

常用动词

分析、研究、了解、掌握、发现、提出、推进、推动、制定、出台、完善；
建立、健全、加强、强化、增强、促进、加深、深化、扩大、落实；
细化、突出、建设、营造、开展、发挥、发扬、创新、转变、发展；
统一、提高、提升、保持、优化、召开、举行、贯彻、执行、树立；
引导、规范、整顿、服务、协调、沟通、配合、合作、支持、加大；
开拓、拓展、巩固、保障、形成、指导。

常用名词

体系、机制、体制、系统、规划、战略、方针、政策、措施；
要点、重点、焦点、难点、热点、亮点、矛盾、问题；
建设、思想、认识、作风、整治、环境、秩序、作用；
地方、基层、传统、运行、监测、监控、调控、监督；
工程、计划、行动、创新、增长、方式、模式、转变、质量、水平、效益；
会议、文件、精神、意识、服务、协调、沟通、力度、领域、空间；
成绩、成就、进展、实效、基础、前提、关键、保障、动力、条件、环节；
方法、思路、设想、途径、道路、主意、办法、力气、功夫；
台阶、形势、情况、意见、建议、网络、指导、指南、目录、方案。

三字短句

关于领导：管方向，把方向，作决策，保落实，带队伍，促改革，忧之切，思之深，谋之远

关于调研：朝下看，往下跑，向下钻，俯下身，沉下心，听民意，察民情，惠民生，解民忧，谋民意，暖民心，纾民困，勤走访，有底气，接地气

关于谋划：善谋大，善谋远，善谋深，动脑筋，谋思路，出点子，拿建议，想办法，想对策，花力气，找短板，瞄靶心，狠发力

关于措施：搭平台，强龙头，建机制，出政策，优服务，求突破，稳增长，促转型，激活力，施法治，促民生，固根本，树形象，抓治理，抓延伸

关于担当：挑大梁，唱主角，扛重担，打硬仗，站队首，立潮头，当先锋，树标杆，站排头，做示范，先行者，排头兵，挺在先，冲在前，敢发声，敢拍板，坐不住，等不起，睡不着，拖不得，能推功，敢揽过，善纠错，定准位，换好位，补对位

关于实效：一对一，点对点，面对面，心贴心，硬碰硬，实打实，背靠背，手拉手，重实际，察实情，讲实话，出实策，鼓实劲，办实事，求实效，动真情，动真格，动真章，做到底，做到位，做到家，下功夫，求突破，搞空谈，踩虚脚，放哑炮，动真的，来实的，碰硬的

关于重点：把线头、打七寸

关于难点：破难题，涉险滩，克险关，破坚冰，攻城堡，拔城池，通阻滞

关于改革：敢开放、真开放、先开放、全开放

关于督查：督任务，督进度，督成效，察认识，察责任，察作风

关于廉洁：正歪树，治病树，拔烂树，护森林，织铁网，挥利剑，出重拳，敲警钟，不纵容，不越轨，不逾矩，照镜子，正衣冠，洗洗澡，治治病，无禁区，零容忍

关于整改：挖根源，祛病灶，真整改，不贰过

关于学习：案头书，工具书，座右铭，学而信，学而用，学而行，铭于心，融于魂，践于行

关于评价：大决策，大手笔，大布局

关于地位：总载体，主战场，突破口，新篇章，动力源，试验田，排头兵，细心人

关于“一”：一盘棋，一主题，一张网，一口径，一条龙

关于“力”：驱动力，竞争力，承载力，软实力

关于“器”：牵引器，推动器，稳定器，助力器

关于“不”：不动摇，不含糊，不偏离，不懈怠

关于“子”：扣扣子，担担子，钉钉子

关于“战”：攻坚战，歼灭战，遭遇战，持久战

关于“化”：法制化、规范化、制度化、程序化、集约化、正常化、有序化、智能化、优质化、常态化、科学化、年轻化、知识化、专业化、一体化、标准化

关于“性”：重要性，紧迫性，自觉性，主动性，坚定性，民族性，时代性，实践性，针对性，全局性，思想性，前瞻性，战略性，指导性，积极性，创造性，长期性，复杂性，艰巨性，可讲性，鼓动性，计划性，敏锐性，有效性，系统性，时效性，政治性，原则性，战斗性

关于“点”：出发点，切入点，落脚点，着眼点，结合点，关键点，着重点，着力点，根本点，支撑点，突破点

关于“力”：活动力，控制力，影响力，创造力，凝聚力，战斗力

面试金句

1.人民

- (1) 人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。
- (2) 生活在我们伟大祖国和伟大时代的中国人民，共同享有人生出彩的机会。
- (3) 平安是人民幸福安康的基本要求，是改革发展的基本前提。
- (4) 忘记了人民，脱离了人民，我们就会成为无源之水、无本之木，就会一事无成。
- (5) 只要我们党永远同人民站在一起，大家撸起袖子加油干，我们就一定能够走好我们这一代人的长征路。
- (6) “人在做、天在看”。“天”是什么？“天”就是党和人民。
- (7) 我们不舒服一点、不自在一点，老百姓的舒适度就好一点、满意度就高一点，对我们的感觉就好一点。
- (8) 新时代要有新气象更要有新作为，中国人民生活一定会一年比一年好。
- (9) 人民是历史的创造者，人民才是真正的英雄。波澜壮阔的中华民族发展史是中国人民书写的！博大精深的中华文明是中国人民创造的！历久弥新的中华民族精神是中国人民培育的！
- (10) 中国人民自古就明白，世界上没有坐享其成的好事，要幸福就要奋斗。
- (11) 中国人民相信，山再高，往上攀，总能登顶；路再长，走下去，定能到达。
- (12) 人民是历史的创造者，是决定党和国家前途命运的根本力量。
- (13) 我们党来自人民、植根人民、服务人民，一旦脱离群众，就会失去生命力。
- (14) 全党同志一定要永远与人民同呼吸、共命运、心连心，永远把人民对美好生活的向往作为奋斗目标。
- (15) 必须坚持人民主体地位，坚持立党为公、执政为民，践行全心全意为人民服务的根本宗旨。
- (16) 中国人民是具有“伟大创造精神”、“伟大奋斗精神”、“伟大团结精神”和“伟大梦想精神”的人民。
- (17) “三个始终”——始终要把人民放在心中最高的位置，始终全心全意为人民服务，始终为人民利益和幸福而努力工作。
- (18) 崇高信仰始终是我们党的强大精神支柱，人民群众始终是我们党的坚实执政基础；只要我们永不动摇信仰、永不脱离群众，我们就能无往而不胜。
- (19) 我们伟大的发展成就由人民创造，应该由人民共享。
- (20) 我国各族人民同呼吸、共命运、心连心的奋斗历程是中华民族强大凝聚力和非凡创造力的重要源泉。
- (21) 幸福不会从天而降，梦想不会自动成真。实现我们的奋斗目标，开创我们的美好未来，必须紧紧依靠人民、始终为了人民。
- (22) 中国梦归根到底是人民的梦，必须紧紧依靠人民来实现，必须不断为人民造福。

2.文化

（1）坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信，说到底是要坚定文化自信，文化自信是更基本、更深沉、更持久的力量。

（2）继承革命文化，发展社会主义先进文化，不忘本来、吸收外来、面向未来，更好构筑中国精神、中国价值、中国力量，为人民提供精神指引。

（3）在实践创造中进行文化创造，在历史进步中实现文化进步。

（4）文化是一个国家、一个民族的灵魂。文化兴国运兴，文化强民族强。没有高度的文化自信，没有文化的繁荣兴盛，就没有中华民族伟大复兴。

（5）实现中国梦必须弘扬中国精神。这就是以爱国主义为核心的民族精神，以改革创新为核心的时代精神。

（6）不忘历史才能开辟未来，善于继承才能善于创新。优秀传统文化是一个国家、一个民族传承和发展的根本，如果丢掉了，就割断了精神命脉。

（7）一个民族的文明进步，一个国家的发展壮大，需要一代又一代人接力努力，需要很多力量来推动，核心价值观是其中最持久最深沉的力量。

（8）人类社会发展的历史表明，对一个民族、一个国家来说，最持久、最深层的力量是全社会共同认可的核心价值观。

（9）一个民族、一个国家的核心价值观必须同这个民族、这个国家的历史文化相契合，同这个民族、这个国家的人民正在进行的奋斗相结合，同这个民族、这个国家需要解决的时代问题相适应。

（10）文化是民族生存和发展的重要力量。人类社会每一次跃进，人类文明每一次升华，无不伴随着文化的历史性进步。

（11）历史是一面镜子。以史为鉴，才能避免重蹈覆辙。对历史，我们要心怀敬畏、心怀良知。

（12）一个有希望的民族不能没有英雄，一个有前途的国家不能没有先锋。

（13）家庭是社会的细胞。家庭和睦则社会安定，家庭幸福则社会祥和，家庭文明则社会文明。

3. 理想与人生

（1）理想信念就是共产党人精神上的“钙”，没有理想信念，理想信念不坚定，精神上就会“缺钙”，就会得“软骨病”。

（2）只有把人生理想融入国家和民族的事业中，才能最终成就一番事业。

（3）苏格拉底曾经说过。世界上最快乐的事，莫过于为理想而奋斗。天行健，君子以自强不息，人生是用来奋斗的，只有不驰于空想，不骛于虚声，永不停息的奋斗，才能增添生命的厚度，收获事业的成功，实现价值的永恒。

（4）志向是人生的航标。一个人要做出一番成就，就要有自己的志向。

（5）人民有信仰，民族有希望，国家有力量。

（6）不忘初心，牢记使命，为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴。

（7）既要让自己过得好，也要让别人过得好。

(8) 不能因现实复杂而放弃梦想，不能因理想遥远而放弃追求。

(9) 革命理想高于天。理想信念是中国共产党人的政治灵魂。在奋斗中高歌猛进，在奋斗中争创一流，在奋斗中攻坚克难，在奋斗中惠民利民，聚焦群众最盼、最急、最忧、最怨的问题，把老百姓关心的事情抓实，满意的事情做好，受惠的事情办好。

(10) 理想信念是事业和人生的灯塔，决定着我们的方向和立场，也决定着我们的言论和行动。

(11) 如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。人生的扣子从一开始就要扣好。

(12) 要正确对待一时的成败得失，处优而不养尊，受挫而不短志，使顺境逆境都成为人生的财富而不是人生的包袱。

(13) 幸福不是毛毛雨，幸福不是免费午餐，幸福不会从天而降。

(14) 事要去做才能成就事业，路要去走才能开辟通途。

(15) 有句话说得好，没有比人更高的山，没有比脚更长的路。再高的山、再长的路，只要我们锲而不舍前进，就有达到目的的那一天。

(16) 理想信念的坚定，来自思想理论的坚定。认识真理，掌握真理，信仰真理，捍卫真理，是坚定理想信念的精神前提。

4. 青年

(1) 青年时代，选择吃苦也就选择了收获，选择奉献也就选择了高尚。

(2) 现在，青春是用来奋斗的；将来，青春是用来回忆的。

(3) 广大青年要坚定理想信念，志存高远，脚踏实地，勇做时代的弄潮儿，在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想，在为人民利益的不懈奋斗中书写人生华章。

(4) 青年一代有理想、有本领、有担当，国家就有前途，民族就有希望。

(5) 青年最富有朝气、最富有梦想，青年兴则国家兴，青年强则国家强。

(6) 光阴荏苒，物换星移。时间之河川流不息，每一代青年都有自己的际遇和机缘，都要在自己所处的时代条件下谋划人生、创造历史。

(7) 青年是标志时代的最灵敏的晴雨表，时代的责任赋予青年，时代的光荣属于青年。

(8) 青年有着大好机遇，关键是要迈稳步子、夯实根基、久久为功。

(9) 国家的前途，民族的命运，人民的幸福，是当代中国青年必须和必将承担的重任。

(10) 同人民一起奋斗，青春才能亮丽；同人民一起前进，青春才能昂扬；同人民一起梦想，青春才能无悔。

(11) 祖国的未来属于青年，重视青年就是重视未来。

青年的人生之路很长，前进途中，有平川也有高山，有缓流也有险滩，有丽日也有风雨，有喜悦也有哀伤。心中有阳光，脚下有力量，为了理想能坚持、不懈怠，才能创造无愧于时代的人生。

一个时代的精神是青年代表的精神，一个时代的性格是青春代表的性格。

青年是整个社会力量中最积极、最有生气的力量，国家的希望在青年，民族的未来在青年。

青年是时代最好的晴雨表。

你所站立的地方是你的祖国，你怎样中国便怎样，你光明，中国便不会黑暗。

5. 学习

(1) 学习需要沉下心来，贵在持之以恒，重在学懂弄通，不能心浮气躁、浅尝辄止、不求甚解。

(2) 学史可以看成败、鉴得失、知兴替；学诗可以情飞扬、志高昂、人灵秀；学伦理可以知廉耻、懂荣辱、辨是非。

(3) 读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气。

(4) 学习是立身做人的永恒主题，也是报国为民的重要基础。

(5) 有人说，每个人的世界都是一个圆，学习是半径，半径越大，拥有的世界就越广阔。

(6) 以韦编三绝、悬梁刺股的毅力，以凿壁借光、囊萤映雪的劲头，努力扩大知识半径，既读有字之书，也读无字之书，砥砺道德品质，掌握真才实学，练就过硬本领。

(7) “学而不思则罔，思而不学则殆。”是非明，方向清，路子正，人们付出的辛劳才能结出果实。

(8) 好学才能上进，好学才有本领。中国共产党人依靠学习走到今天，也必然要依靠学习走向未来。

6. 创新

(1) 全党全社会都要充分认识科技创新的巨大作用，把创新驱动发展作为面向未来的一项重大战略，常抓不懈。

(2) 创新是引领发展的第一动力，抓创新就是抓发展，谋创新就是谋未来。

(3) 抓住了创新，就抓住了牵动经济社会发展全局的“牛鼻子”。

(4) 在新一轮全球增长面前，惟改革者进，惟创新者强，惟改革创新者胜。谁拥有一流的创新人才，谁就拥有科技创新的优势和主导权。

(5) 实践没有止境，理论创新也没有止境。

(6) 创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，也是中华民族最深沉的民族禀赋。在激烈的国际竞争中，惟创新者进，惟创新者强，惟创新者胜。

(7) 要不断提高创新能力，用创新培育新兴产业，用创新发掘增长动力，用创新提升核心竞争力。

(8) 生活从不眷顾因循守旧、满足现状者，而将更多机遇留给勇于和善于改革创新的人们。

(9) “天行健，君子以自强不息。”人类社会总是在不断创新创造中前进的。

(10) 中国人自古就具有强烈的创新意识。“周虽旧邦，其命维新。”

(11) 机会需要创造，创新才有机会，正所谓“聪者听于无声，明者见于未形”。

(12) 如果把科技创新比作我国发展的新引擎，那么改革就是点燃这个新引擎必不可少的点火系。我们要采取更加有效的措施完善点火系，把创新驱动的新引擎全速发动起来。

(13) 创新社会治理，要以最广大人民根本利益为根本坐标，从人民群众最关心最直接最现实的利益问题入手。

(14) 加强和创新社会治理，关键在体制创新，核心是人，只有人与人和谐相处，社会

才会安定有序。

7. 科 技

(1) 一个没有发达的自然科学的国家不可能走在世界前列，一个没有繁荣的哲学社会科学的国家也不可能走在世界前列。

(2) 不要以出成果的名义干涉科学家的研究，不要用死板的制度约束科学家的研究活动。

(3) 科技是国之利器，国家赖之以强，企业赖之以赢，人民生活赖之以好。

(4) 科技是国家强盛之基，创新是民族进步之魂。自古以来，科学技术就以一种不可逆转、不可抗拒的力量推动着人类社会向前发展。

(5) 工程造福人类，科技创造未来。工程科技是改变世界的重要力量，它源于生活需要，又归于生活之中。

(6) 未来几十年，新一轮科技革命和产业变革将同人类社会形成历史性交汇，工程科技进步和创新将成为推动人类社会发展的引擎。

(7) 工程科技是人类实现梦想的翅膀，承载着人类美好生活的向往，能够让明天充满希望、让未来更加辉煌。

8. 人 才

(1) 谁拥有一流的创新人才，谁就拥有科技创新的优势和主导权。

(2) “千军易得，一将难求”，要培养造就世界水平的科学家、网络科技领军人才、卓越工程师、高水平创新团队。

(3) 人才是实现民族振兴、赢得国际竞争主动的战略资源。要坚持党管人才原则，聚天下英才而用之，加快建设人才强国。

(4) 以识才的慧眼、爱才的诚意、用才的胆识、容才的雅量、聚才的良方，把党内和党外、国内和国外各方面优秀人才集聚到党和人民的伟大奋斗中来。

(5) 努力形成人人渴望成才、人人努力成才、人人皆可成才、人人尽展其才的良好局面，让各类人才的创造活力竞相迸发、聪明才智充分涌流。

(6) “盖有非常之功，必待非常之人。”人是科技创新最关键的因素。创新的事业呼唤创新的人才。

要按照人才成长规律改进人才培养机制，“顺木之天，以致其性”，避免急功近利、拔苗助长。

当今时代，国家之间的竞争归根结底是人才之间的竞争。

人才是第一资源。古往今来，人才都是富国之本、兴邦大计，要把事业发展好，就要聚天下英才而用之。

国以才立，政以才治，业以才兴，人才已成为当下各行各业竞争的焦点。

9. 生 态

(1) 良好生态环境是最公平的公共产品，是最普惠的民生福祉。

(2) 在生态环境保护问题上，就是要不能越雷池一步，否则就应该受到惩罚。

（3）我们既要绿水青山，也要金山银山。宁要绿水青山，不要金山银山，而且绿水青山就是金山银山。

（4）像保护眼睛一样保护生态环境，像对待生命一样对待生态环境，推动形成绿色生活方式和生活方式。

（5）人类可以利用自然、改造自然，但归根结底是自然的一部分，必须呵护自然，不能凌驾于自然之上。

10. 国际关系

（1）人与人交往在于言而有信，国与国相处讲究诚信为本。

（2）自古以来，和平就是人类最持久的夙愿。和平像阳光一样温暖、像雨露一样滋润。有了阳光雨露，万物才能茁壮成长。

（3）“以心相交者，成其久远。”中国一贯主张，国家无论大小、贫富、强弱，都是国际社会平等一员。

（4）大时代需要大格局，大格局需要大智慧。

（5）“天高任鸟飞，海阔凭鱼跃。”我始终认为，宽广的太平洋有足够的空间容纳中美两个大国。

（6）人民友好是促进世界和平与发展的基础力量，是实现合作共赢的基本前提，相互信任、平等相待是开展合作、实现互利互惠的先决条件。

11. 健康

（1）没有全民健康，就没有全民小康。

（2）健康是促进人的全面发展的必然要求，是经济社会发展的必然条件，是民族昌盛和国家富强的重要标志，也是广大人民群众的共同追求。

（3）良好的生态环境是人类生存与健康的基础。要按照绿色发展理念，实行最严格的生态环境保护制度，建立健全环境与健康监测、调查、风险评估制度，重点抓好空气、土壤、水污染的防治，加快推进国土绿化，切实解决影响人民群众健康的突出环境问题。

（4）把以治病为中心转变为以人民健康为中心。

（5）人民健康是民族昌盛和国家富强的重要标志。要完善国民健康政策，为人民群众提供全方位全周期健康服务。

以人民为中心，以健康为根本。

12. 党群关系

（1）耐心细致做好群众工作，才能成为群众的贴心人。俯下身子为群众排忧解难，才能与群众走得更近，群众的关切在哪里，群众的需求在哪里，党员干部的工作就要往哪里用力。

（2）些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情。---郑板桥

（3）利民之事，丝发必兴；厉民之事，毫末必去。

（4）干部脚下有多少泥土，在群众的心中就会留下多少印记。

（5）干部干部，就要先干一步，干部是人民的干部，是为人民办事的，而为人民办事

最直接最具体的体现就是到群众中去，沉下身子、迈开步子、拿起本子去往群众中、融入群众中，与群众打成一片、合为一体。

（6）江河有源，大树有根。党和人民群众的关系如同安泰和大地的关系一样，须臾不可分离，片刻不能割裂。一旦脱离了人民群众，党就丧失了力量源泉。水能载舟，亦能覆舟，这是亘古不变的真理。

（7）在全面从严治党（xxxx）新征程中，只有始终保持党同人民群众的血肉联系，牢记全心全意为人民服务的宗旨，才能获得不竭动力和胜利之本，把人民群众的智慧 and 力量凝聚到实现中国梦的伟大实践中来。

（8）习 sj：一切工作出发点和落脚点都是为了让人民群众过上好日子。领导不是百事通，不是万能的，要做群众的先生，先做群众的学生。领导干部要放下架子，甘当小学生，多同群众交朋友，多向群众请教，要真正悟透群众才是真正的英雄。

（9）民心是最大的政治，是执政的晴雨表，只有得民心、顺民意，我们党的执政地位才能坚若磐石，事业发展才能风调雨顺。

（10）始终把群众的呼声作为第一信号，把群众满意作为第一标准，把群众利益作为第一考虑，把群众需求作为第一选择，就能让国家发展更有温度，让人民生活更有质感。

干事是天职，不干事是失职。

（11）治国有常，而利民为本。

（12）民生连着民心，民心连着国运。答好民生答卷，就要培厚为民情怀，把群众冷暖安危记挂在心；就应勇于担当作为，多解民生之忧。

（13）扎下身子，扎根基层，沉下心来，带着感情改善民生，才能想百姓之所想，急百姓之所急，真正践行全心全意为人民服务的宗旨，才能跳出小我，成就大我，以真心换取支持，用真情赢得信任，做到“我将无我，不负人民”。

（14）民生工作既是发展工作，也是群众工作，着力改善民生，千方百计让老百姓过上好日子，应是一切工作的出发点和落脚点。

（15）群众有没有获得感是检验一项政策成效、检验干部工作实效的最终标准，这就要求我们多办利民实事，多解民生难事，提升人民群众幸福感、获得感和安全感。

总书记金句

历经沧桑而初心不改
饱经风霜而本色依旧

初心易得，始终难守

温室里长不出参天大树
懈怠者干不成宏图伟业

理想因其远大而为理想

信念因其执着而为信念

心有所信，方能行远

老老实实做人

踏踏实实干事

清清白白为官

我将无我，不负人民

“脱贫攻坚是一场必须打赢打好的硬仗。”它是一场必须真刀真枪、常抓不懈的硬仗。

小康不小康，关键看老乡；农村富不富，关键在干部

1.价值观：

- 1.不论时代发生多大变化，不论生活格局发生多大变化，我们都要重视家庭建设，注重家庭、注重家教、注重家风。——习 sj
- 2.领导者要有“如履薄冰，如临深渊”的自觉，要有“治大国如烹小鲜”的态度，要牢记人民的利益高于一切，牢记责任重于泰山，丝毫不敢懈怠，丝毫不敢马虎，必须夙夜在公、勤勉工作。——习 sj
- 3.核心价值观是文化软实力的灵魂、文化软实力建设的重点。这是决定文化性质和方向的最深层次要素。一个国家的文化软实力，从根本上说，取决于其核心价值观的生命力、凝聚力、感召力。培育和弘扬核心价值观，有效整合社会意识，是社会系统得以正常运转、社会秩序得以有效维护的重要途径，也是国家治理体系和治理能力的重要方面。历史和现实都表明，构建具有强大感召力的核心价值观，关系社会和谐稳定，关系国家长治久安。——习 sj
- 4.一定要保持与老百姓的血肉联系，当一把雨伞，为老百姓遮风挡雨；当一头黄牛，为老百姓耕地种田；当一块石头，为老百姓铺路搭桥。”——张高丽

2.反腐倡廉：

- 1.一些国家因长期积累的矛盾导致民怨载道、社会动荡、政权垮台，其中贪污腐败就是一个很重要的原因，大量事实告诉我们，腐败问题越演越烈，最终必然会亡党亡国！——习 sj
- 2.反腐倡廉必须常抓不懈，拒腐防变必须警钟长鸣，关键就在“常”、“长”二字，一个是要经常抓，一个是要长期抓。我们要坚定决心，有腐必反、有贪必肃，不断铲除腐败现象滋生蔓延的土壤，以实际成效取信于民。——习 sj
- 3.要坚持“老虎”“苍蝇”一起打，既坚决查处领导干部违纪违法案件，又

切实解决发生在群众身边的不正之风和腐败问题。要坚持党纪国法面前没有例外，不管涉及到谁，都要一查到底，决不姑息。——习 sj

4.开弓没有回头箭，反腐败斗争无退路，“既然党和国家前途命运交给了我们，就要担当起这个责任”，全党必须牢记，反对腐败是党心民心所向，惩治腐败是为了赢得党心民心。——习 sj

3.文化：

1.不忘历史才能开辟未来，善于继承才能善于创新。只有坚持从历史走向未来，从延续民族文化血脉中开拓前进，我们才能做好今天的事业。——习 sj

2.推动中华文明创造性转化和创新性发展，激活其生命力，让收藏在博物馆里的文物、陈列在广阔大地上的遗产、书写在古籍里的文字都活起来。——习近平

3.文明是包容的，人类文明因包容才有交流互鉴的动力。海纳百川，有容乃大。人类创造的各种文明都是劳动和智慧的结晶。每一种文明都是独特的。在文明问题上，生搬硬套、削足适履不仅是不可能的，而且是十分有害的。一切文明成果都值得尊重，一切文明成果都要珍惜。历史告诉我们，只有交流互鉴，一种文明才能充满生命力。只要秉持包容精神，就不存在什么“文明冲突”，就可以实现文明和谐。这就是中国人常说的：“萝卜青菜，各有所爱。”——习 sj

4.社会：

1.城镇化也不能靠摊大饼，还是要大、中、小城市协调发展，东、中、西部地区因地制宜地推进。还要注意防止城市病，不能一边是高楼林立，一边是棚户连片。——李克强

2.守住管好“天下粮仓”，推动“新四化”。【所谓守住管好“天下粮仓”，就是要把好耕地红线，巩固农业基础地位，保障国家粮食安全。”所谓“新四化”，就是工业化、信息化、城镇化、农业现代化，是实现我国现代化的基本途径，这“新四化”相互联系、相互促进。】广积粮、积好粮、好积粮。【广积粮，就是要着力稳定粮食产量和提高粮食综合生产能力；积好粮，就是要适应人民生活水平提高和消费升级，增加优质粮油的产量和储备；好积粮，就是要改善储运条件，减少产后损失，健全市场体系，做到随时可调，保证能及时调到需要的地方、调到困难群众手中。】——李克强

5.生态：

1.绿水青山贫穷落后不行，但殷实富裕环境恶化也不行。不能以牺牲环境来换取人民并不满意的生长。——李克强

2.在广阔的国土上保护生态环境，也是世界性难题。我们面临前所未有的发展机遇和风险挑战，既要有“走钢丝”的忧患意识，也要有“登高峰”的必胜信心。——李克强

3.今年将从四方面着力治霾：修订大气污染防治法；全面实施大气污染防治

行动计划；提高科学治霾和系统治霾水平；加强信息公开，让所有污染源排放暴露在阳光下，让每个人成为监督者，动员全社会共同治霾。——陈吉宁

6.民生：

- 1.大力做好保障和改善民生工作，让群众得到看得见、摸得着的实惠。要大力加强思想道德建设。雷锋、郭明义、罗阳身上所具有的信念的能量、大爱的胸怀、忘我的精神、进取的锐气，正是我们民族精神的最好写照。要充分发挥各方面英模人物的榜样作用，为实现“中国梦”提供强大精神动力。——习 sj
- 2.立国之道，惟在富民。要以增进民生福祉为目的，加快发展社会事业，改革完善收入分配制度，千方百计增加居民收入，促进社会公平正义与和谐进步。——李克强

7.政治：

- 1.协调推进全面建成小康社会、全面深化改革、全面推进依法治国进程，全面从严治党。——习 sj
- 2.党要管党丝毫不能松懈，从严治党一刻不能放松。自然生态要山清水秀，政治生态也要山清水秀。反腐并不会影响经济发展，反而有利于经济发展持续健康。——习 sj
- 3.“严明政治纪律和政治规矩”，“把守纪律、讲规矩摆在更加重要的位置”——习 sj
- 4.坚持党的领导、人民当家作主、依法治国有机统一，坚持人民主体地位，扩大人民民主，推进依法治国，坚持和完善人民代表大会制度的根本政治制度，中国共产党领导的多党合作和政治协商制度、民族区域自治制度以及基层群众自治制度等基本政治制度，建设服务政府、责任政府、法治政府、廉洁政府，充分调动人民积极性。——习 sj
- 5.要全面推进依法治国,加快建设法治政府、创新政府、廉洁政府和服务型政府,增强政府执行力和公信力,促进国家治理体系和治理能力现代化。——李克强
- 6.公正是社会创造活力的源泉，也是提高人民满意度的一杆秤，政府理应是社会公护者。——李克强
- 7.改革贵在行动，喊破嗓子不如甩开膀子。——李克强
- 8.朝令夕改是有害的，固步自封也是一种失职。——汪洋
- 9.如果说 30 年前改革解决的是意识形态问题，那么现在就是利益问题，改革实际上就是拿刀割自己的肉，需要全体下决心，必须要坚定信心。——汪洋
- 10.坚持立党为公、执政为民，坚持与时俱进、真抓实干，坚持廉洁自律、无私奉献，清清白白做人，踏踏实实做事。——张高丽

8.经济：

- 1.丝绸之路经济带和 21 世纪海上丝绸之路倡议顺应了时代要求和各国加快

发展的愿望，提供了一个包容性巨大的发展平台，具有深厚历史渊源和人文基础，能够把快速发展的中国经济同沿线国家的利益结合起来。要集中力量办好这件大事，秉持亲、诚、惠、容的周边外交理念，近睦远交，使沿线国家对我们更认同、更亲近、更支持。——习 sj

2.新世纪新时期，一些科技成果转换速度非常快，一些新产业爆发释放出巨大能量，使我们意识到必须推动要素集合，推动协同创新，形成创新力量。——习 sj

3.我们必须毫不动摇坚持以经济建设为中心，切实抓好发展这个执政兴国第一要务。必须坚持不懈依靠改革推动科学发展，加快转变经济发展方式，实现有质量有效益可持续的发展。——李克强

4.我们要把握好总体要求，着眼于保持中高速增长和迈向中高端水平“双目标”，坚持稳政策稳预期和促改革调结构“双结合”，打造大众创业、万众创新和增加公共产品、公共服务“双引擎”，推动发展调速不减势、量增质更优，实现中国经济提质增效升级。——李克强

新闻事也是党和人民的喉舌

我把“金扁担”看成是农业现代化

9、总书记谈中国梦

1、每个人都有理想和追求，都有自己的梦想。现在，大家都在讨论中国梦，我以为，实现中华民族伟大复兴，就是中华民族近代以来最伟大的梦想。这个梦想，凝聚了几代中国人的夙愿，体现了中华民族和中国人民的整体利益，是每一个中华儿女的共同期盼。

历史告诉我们，每个人的前途命运都与国家和民族的前途命运紧密相连。国家好，民族好，大家才会好。实现中华民族伟大复兴是一项光荣而艰巨的事业，需要一代又一代中国人共同为之努力。

2、中国梦是国家的梦、民族的梦，也是包括广大青年在内的每个中国人的梦。“得其大者可以兼其小。”只有把人生理想融入国家和民族的事业中，才能最终成就一番事业。

10、总书记谈群众工作

1、要面对面、心贴心、实打实做好群众工作，把人民群众安危冷暖放在心上，雪中送炭，纾难解困，扎扎实实解决好群众最关心最直接最现实的利益问题、最困难最忧虑最急迫的实际问题。

2、要坚持眼睛向下，脚步向下，尊重基层群众实践，解决群众生产生活中面临的突出问题，务必使改革的思路、决策、措施都能更好满足群众诉求，做到改革为了群众、改革依靠群众、改革让群众受益。

3、把各种渠道的群众反映综合起来受理和解决，是一个好做法，既要注重提高办事效率，又要建立长效机制。

11、总书记谈环境

1、生态环境没有替代品，用之不觉，失之难存。在生态环境保护建设上，一定要树立大局观、长远观、整体观，坚持保护优先，坚持节约资源和保护环境的基本国策，像保护眼睛一样保护生态环境，像对待生命一样对待生态环境，推动形成绿色发展方式和生活方式。要搞好中国三江源国家公园体制试点，统筹推进生态工程、节能减排、环境整治、美丽城乡建设，筑牢国家生态安全屏障，使青海成为美丽中国的亮丽名片。

2、要加强生态文明建设，划定生态保护红线，为可持续发展留足空间，为子孙后代留下天蓝地绿水清的家园。绿水青山是金山银山，黑龙江的冰天雪地也是金山银山。

3、“万物各得其和以生，各得其养以成。”中华文明历来强调天人合一、尊重自然。面向未来，中国将把生态文明建设作为“十三五”规划重要内容，落实创新、协调、绿色、开放、共享的发展理念，通过科技创新和体制机制创新，实施优化产业结构、构建低碳能源体系、发展绿色建筑和低碳交通、建立全国碳排放交易市场等一系列政策措施，形成人和自然和谐发展现代化建设新格局。

12、习大大谈合格党员的“标配”

1、历史经验表明，我们党作为马克思主义政党，必须旗帜鲜明讲政治，严肃认真开展党内政治生活。

2、要做政治的明白人，对党绝对忠诚，始终同党中央在思想上政治上行动上保持高度一致，坚定理想信念，坚守共产党人的精神家园，自觉践行社会主义核心价值观，自觉执行党的纪律和规矩，真正做到头脑始终清醒、立场始终坚定。

3、要坚持高标准和守底线相统一，教育引导党员、干部自觉向着理想信念高标准努力，同时要以党的纪律为尺子，使党员、干部知敬畏、存戒惧、守底线。

13、习大大谈发展理念

1、创新、协调、绿色、开放、共享的发展理念，集中体现了“十三五”乃至更长时期我国的发展思路、发展方向、发展着力点，是管全局、管根本、管长远的导向。

2、要把思想和行动统一到新的发展理念上来，崇尚创新、注重协调、倡导绿色、厚植开放、推进共享，努力提高统筹贯彻新的发展理念能力和水平，确保如期全面建成小康社会、开启社会主义现代化建设新征程。

3、这五大发展理念，是“十三五”乃至更长时期我国发展思路、发展方向、发展着力点的集中体现，也是改革开放 30 多年来我国发展经验的集中体现，反映出我们党对我国发展规律的新认识。

14、习大大谈创新

1、创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力，也是中华民族最深

沉的民族禀赋。在激烈的国际竞争中，惟创新者进，惟创新者强，惟创新者胜。

2、我们必须把创新作为引领发展的第一动力，把人才作为支撑发展的第一资源，把创新摆在国家发展全局的核心位置，不断推进理论创新、制度创新、科技创新、文化创新等各方面创新，让创新贯穿党和国家一切工作，让创新在全社会蔚然成风。

3、抓创新就是抓发展，谋创新就是谋未来。不创新就要落后，创新慢了也要落后。

15、习大大谈文化自信

1、文化自信，是更基础、更广泛、更深厚的自信。在 5000 多年文明发展中孕育的中华优秀传统文化，在党和人民伟大斗争中孕育的革命文化和社会主义先进文化，积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识。我们要弘扬社会主义核心价值观，弘扬以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，不断增强全党全国各族人民的精神力量。

五千多年文明史，源远流长。而且我们是没有断流的文化。建立制度自信、理论自信、道路自信，还有文化自信。文化自信是基础。

2、站立在 960 万平方公里的广袤土地上，吸吮着中华民族漫长奋斗积累的文化养分，拥有 13 亿中国人民聚合的磅礴之力，我们走自己的路，具有无比广阔的舞台，具有无比深厚的历史底蕴，具有无比强大的前进定力。中国人民应该有这个信心，每一个中国人都应该有这个信心。我们要虚心学习借鉴人类社会创造的一切文明成果，但我们不能数典忘祖，不能照抄照搬别国的发展模式，也绝不会接受任何外国颐指气使的说教。

16、习大大谈养成四种思维习惯

历史思维

今天世界遇到的很多事情可以在历史上找到影子，历史上发生的很多事情也可以作为今天的镜鉴。重视历史、研究历史、借鉴历史，可以给人类带来很多了解昨天、把握今天、开创明天的智慧。所以说，历史是人类最好的老师。

对我们共产党人来说，中国革命历史是最好的营养剂。多重温我们党领导人民进行革命的伟大历史，心中就会增添许多正能量。

历史总是向前发展的，我们总结和吸取历史教训，目的是以史为鉴、更好前进。

不能用改革开放后的历史时期否定改革开放前的历史时期，也不能用改革开放前的历史时期否定改革开放后的历史时期。要坚持实事求是的思想路线，分清主流和支流，坚持真理，修正错误，发扬经验，吸取教训，在这个基础上把党和人民事业继续推向前进。

我们不仅要了解中国的历史文化，还要睁眼看世界，了解世界上不同民族的历史文化，去其糟粕，取其精华，从中获得启发，为我所用。

辩证思维

辩证思维能力，就是承认矛盾、分析矛盾、解决矛盾，善于抓住关键、找准重点、洞察事物发展规律的能力。辩证唯物主义是中国共产党人的世界观和方法论，我们党要团结带领人民协调推进全面建成小康社会、全面深化改革、全面依法治国、全面从严治党，实现“两

个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦，必须不断接受马克思主义哲学智慧的滋养，更加自觉地坚持和运用辩证唯物主义世界观和方法论，增强辩证思维、战略思维能力，努力提高解决我国改革发展基本问题的本领。

我们的事业越是向纵深发展，就越要不断增强辩证思维能力。当前，我国社会各种利益关系十分复杂，这就要求我们善于处理局部和全局、当前和长远、重点和非重点的关系，在权衡利弊中趋利避害、作出最为有利的战略抉择。

我们既要注重总体谋划，又要注重牵住“牛鼻子”。在任何工作中，我们既要讲两点论，又要讲重点论，没有主次，不加区别，眉毛胡子一把抓，是做不好工作的。

系统思维

唯物辩证法认为，事物是普遍联系的，事物及事物各要素相互影响、相互制约，整个世界是相互联系的整体，也是相互作用的系统。坚持唯物辩证法，就要从客观事物的内在联系去把握事物，去认识问题、处理问题。

制定各方面决策部署，首先要有正确大局观，站在党和国家大局上想问题、看问题，特别要把所分管方面的工作同党中央重大决策部署衔接起来、统一起来。无论综合性决策还是专项性决策，都要找准在全局中的合理定位，做到科学决策、民主决策、依法决策，在把握客观规律的基础上确定工作目标和举措。

五大发展理念是不可分割的整体，相互联系、相互贯通、相互促进，要一体坚持、一体贯彻，不能顾此失彼，也不能相互替代。

我们提出全面深化改革的方案，是因为要解决我们面临的突出矛盾和问题，仅仅依靠单个领域、单个层次的改革难以奏效，必须加强顶层设计和整体谋划，增强各项改革的关联性、系统性、协同性。

在中国当领导人，必须在把情况搞清楚的基础上，统筹兼顾、综合平衡，突出重点、带动全局，有的时候要抓大放小、以大兼小，有的时候又要以小带大、小中见大，形象地说，就是要十个指头弹钢琴。

创新思维

抓创新就是抓发展，谋创新就是谋未来。不创新就要落后，创新慢了也要落后。

在激烈的国际竞争中，惟创新者进，惟创新者强，惟创新者胜。

我们必须把创新作为引领发展的第一动力，把人才作为支撑发展的第一资源，把创新摆在国家发展全局的核心位置，不断推进理论创新、制度创新、科技创新、文化创新等各方面创新，让创新贯穿党和国家一切工作，让创新在全社会蔚然成风。

广大青年一定要勇于创新创造。创新是民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭源泉，也是中华民族最深沉的民族禀赋，正所谓“苟日新，日日新，又日新”。生活从不眷顾因循守旧、满足现状者，从不等待不思进取、坐享其成者，而是将更多机遇留给善于和勇于创新的人们。青年是社会上最富活力、最具创造性的群体，理应走在创新创造前列。

17、习大大谈革命精神

红船精神

红船是走在时代前列的象征，“红船精神”充分体现了走在时代前列的精神。开天辟地、敢为人先的首创精神，坚定理想、百折不挠的奋斗精神，立党为公、忠诚为民的奉献精神，

是中国革命精神之源，也是“红船精神”的深刻内涵。

井冈山精神

井冈山是中国革命的摇篮。井冈山时期留给我们最为宝贵的财富，就是跨越时空的井冈山精神。今天，我们要结合新的时代条件，坚持坚定执着追理想、实事求是闯新路、艰苦奋斗攻难关、依靠群众求胜利，让井冈山精神放射出新的时代光芒。

长征精神

伟大长征精神，就是把全国人民和中华民族的根本利益看得高于一切，坚定革命的理想和信念，坚信正义事业必然胜利的精神；就是为了救国救民，不怕任何艰难险阻，不惜付出一切牺牲的精神；就是坚持独立自主、实事求是，一切从实际出发的精神；就是顾全大局、严守纪律、紧密团结的精神；就是紧紧依靠人民群众，同人民群众生死相依、患难与共、艰苦奋斗的精神。

伟大长征精神，是中国共产党人及其领导的人民军队革命风范的生动反映，是中华民族自强不息的民族品格的集中展示，是以爱国主义为核心的民族精神的最高体现。

延安精神

老一辈革命家和老一代共产党人在延安时期留下的优良传统和作风，培育形成的延安精神，是我们党的宝贵精神财富。今天，全面从严治党要继续从延安精神中汲取力量。要把理想信念贯穿始终，提高辩证思维、系统思维能力，保持党同人民群众的血肉联系，始终为党和人民事业艰苦奋斗、不懈奋斗。

18、习大大谈担当精神

担当是人民的期望

敢于担当责任，勇于直面矛盾

创业要实，就是要脚踏实地、真抓实干，敢于担当责任，勇于直面矛盾，善于解决问题，努力创造经得起实践、人民、历史检验的实绩。做人要实，就是要对党、对组织、对人民、对同志忠诚老实，做老实人、说老实话、干老实事，襟怀坦白，公道正派。要发扬钉钉子精神，保持力度、保持韧劲，善始善终、善作善成，不断取得作风建设新成效。

学会担当社会责任

要勤于学习、敏于求知，注重把所学知识内化于心，形成自己的见解，既要专攻博览，又要关心国家、关心人民、关心世界，学会担当社会责任……我相信，当代中国青年一定能够担当起党和人民赋予的历史重任，在激扬青春、开拓人生、奉献社会的进程中书写无愧于时代的壮丽篇章！

敢于担当，积极有为

各地区各部门要敢于担当，积极有为推进改革攻坚。推进改革既要管宏观，也要统筹好中观、微观。要突出具有结构支撑作用的重大改革，把握好重大改革的次序，优先推进基础性改革。

无愧于时代、无愧于人民、无愧于历史

广大党员干部特别是政法干部要以邹碧华同志为榜样，在全面深化改革、全面依法治国的征程中，坚定理想信念，坚守法治精神，忠诚敬业、锐意进取、勇于创新、乐于奉献，努力作出无愧于时代、无愧于人民、无愧于历史的业绩。

做发展的开路人

要做发展的开路人，勇于担当、奋发有为，适应和引领经济发展新常态，把握和顺应深化改革新进程，回应人民群众新期待，坚持从实际出发，带领群众一起做好经济社会发展工作，特别是要打好扶贫开发攻坚战，让老百姓生活越来越好，真正做到为官一任，造福一方。

对民族负责、对历史负责的担当

两岸关系 66 年的发展历程表明，不管两岸同胞经历过多少风雨、有过多长时间的隔绝，没有任何力量能把我们分开。当前，两岸关系发展面临方向和道路的抉择。两岸双方应该从两岸关系发展历程中得到启迪，以对民族负责、对历史负责的担当，作出经得起历史检验的正确选择。

担当是改革的要求

看准了的事情，就要拿出政治勇气来

要强化改革责任担当，看准了的事情，就要拿出政治勇气来，坚定不移干。要充分调动各方面积极性，改革任务越繁重，我们越要依靠人民群众支持和参与，善于通过提出和贯彻正确的改革措施带领人民前进，善于从人民的实践创造和发展要求中完善改革的政策主张。

19、习大大谈讲政治

1、我们党作为马克思主义政党，必须旗帜鲜明讲政治，严肃认真开展党内政治生活。讲政治，是我们党补钙壮骨、强身健体的根本保证，是我们党培养自我革命勇气、增强自我净化能力、提高排毒杀菌政治免疫力的根本途径。

2、党内政治生活和组织生活都要讲政治、讲原则、讲规矩，不能搞假大空，不能随意化、平淡化，更不能娱乐化、庸俗化。

3、党的高级干部要注重提高政治能力，牢固树立政治理想，正确把握政治方向，坚定站稳政治立场，严格遵守政治纪律，加强政治历练，积累政治经验，自觉把讲政治贯穿于党性锻炼全过程，使自己的政治能力与担任的领导职责相匹配。

5、牢固树立政治理想，坚定理想信念，坚守共产党人精神追求，始终是共产党人安身立命的根本。对马克思主义的信仰，对社会主义和共产主义的信念，是共产党人的政治灵魂，是共产党人经受住任何考验的精神支柱。

6、革命理想高于天。没有远大理想，不是合格的共产党员；离开现实工作而空谈远大理想，也不是合格的共产党员。

7、正确把握政治方向，作为党的干部，不论在什么地方、在哪个岗位上工作，都要经得起风浪考验，不能在政治方向上走岔了、走偏了。要自觉同党中央保持高度一致，自觉维护党中央权威，党中央提倡的坚决响应，党中央决定的坚决照办，党中央禁止的坚决杜绝。

8、党中央权威，全党都必须自觉维护，并具体体现到自己的全部工作中去，决不能表面上喊着同党中央保持一致、实际上没当回事，更不能违背中央大政方针各自为政、自行其是。

20、习大大谈不忘初心

1、事业的发展永无止境，共产党人的初心永远不能改变。唯有不忘初心、方可告慰历

史、告慰先辈，方可赢得民心、赢得时代，方可善作善成、一往无前。

2、只有不忘初心、牢记使命、永远奋斗，才能让中国共产党永远年轻。

3、建党时的每件文物都十分珍贵、每个情景都耐人寻味，我们要经常回忆、深入思索，从中解读我们党的初心。

4、在全体代表共同努力下，这次大会开成了一次不忘初心、牢记使命、高举旗帜、团结奋进的大会。

5、不忘初心，牢记使命，高举中国特色社会主义伟大旗帜，决胜全面建成小康社会，夺取新时代中国特色社会主义伟大胜利，为实现中华民族伟大复兴的中国梦不懈奋斗。

6、不忘初心，方得始终。中国共产党人的初心和使命，就是为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴。这个初心和使命是激励中国共产党人不断前进的根本动力。

7、共青团是党的助手和后备军，要始终保持先进性，广大团员青年坚定跟党走，就是初心。不忘这个初心，是我国广大青年的政治选择，也是我国广大青年的人生航向。

8、要依靠文化自信坚定理想信念。领导干部要不忘初心、坚守正道，必须坚定文化自信。没有中华优秀传统文化、革命文化、社会主义先进文化的底蕴和滋养，信仰信念就难以深沉而执着。党员、干部要不断提升人文素养和精神境界，去庸俗、远低俗、不媚俗，做到修身慎行、怀德自重、清廉自守，永葆共产党人政治本色。

21、习大大谈抓落实

1、不抓落实，再好的目标也是镜中花

崇尚实干、狠抓落实是我反复强调的。如果不沉下心来抓落实，再好的目标，再好的蓝图，也只是镜中花、水中月。

抓工作，是停留在一般性号召还是身体力行，成效大不一样

党和国家事业发展，离不开全党脚踏实地、真抓实干。抓工作，是停留在一般性号召还是身体力行，成效大不一样。讲实话、干实事最能检验和锤炼党性。

2、“抓落实”的主体

领导干部既当改革的促进派，又当改革的实干家

要把“三严三实”要求贯穿改革全过程，引导广大党员、干部特别是领导干部大力弘扬实事求是、求真务实精神，理解改革要实，谋划改革要实，落实改革也要实，既当改革的促进派，又当改革的实干家。

3、领导干部要脚踏实地、实干苦干

领导干部要脚踏实地、实干苦干，求真知、说真话、办实事、求实效。

4、“抓落实”的方法

要有时间表，一项一项抓落实

要有时间表，一项一项抓落实，以多种形式督促检查，指导和帮助各地区各部门分解任务、落实责任。

5、制定目标和狠抓落实结合起来

面对新时期复杂的党内外环境，从严治党要把继承传统和改革创新结合起来、制定目标和狠抓落实结合起来、分类指导和统筹协调结合起来、典型引导和全面提高结合起来、当前工作和长治长效结合起来，增强系统性、预见性、创造性、实效性。

6、由易到难、由近及远，以点带线、由线到面

推进“一带一路”建设要抓落实，由易到难、由近及远，以点带线、由线到面，扎实开展经贸合作，扎实推进重点项目建设，脚踏实地、一步一步干起来。

7、“抓落实”的态度

紧之又紧、细之又细、实之又实

改革要坚持从具体问题抓起，着力提高改革的针对性和实效性，着眼于解决发展中存在的突出矛盾和问题，把有利于稳增长、调结构、防风险、惠民生的改革举措往前排，聚焦、聚神、聚力抓落实，做到紧之又紧、细之又细、实之又实。

8、扑下身子，狠抓落实

党政主要负责同志是抓改革的关键，要把改革放在更加突出位置来抓，不仅亲自抓、带头干，还要勇于挑最重的担子、啃最硬的骨头，做到重要改革亲自部署、重大方案亲自把关、关键环节亲自协调、落实情况亲自督察，扑下身子，狠抓落实。

9、把准方向、敢于担当

各级主要负责同志要自觉从全局高度谋划推进改革，做到实事求是、求真务实，善始善终、善作善成，把准方向、敢于担当，亲力亲为、抓实工作。

10、撸起袖子加油干！

上下同欲者胜。只要我们 13 亿多人民和衷共济，只要我们党永远同人民站在一起，大家撸起袖子加油干，我们就一定能够走好我们这一代人的长征路。

22、习大大谈钉钉子精神

1、我们要有钉钉子的精神，钉钉子往往不是一锤子就能钉好的，而是要一锤一锤接着敲，直到把钉子钉实钉牢，钉牢一颗再钉下一颗，不断钉下去，必然大有成效。如果东一榔头西一棒子，结果很可能是一颗钉子都钉不上、钉不牢。

2、以钉钉子精神抓作风建设

要发扬钉钉子精神，保持力度、保持韧劲，善始善终、善作善成，不断取得作风建设新成效。

3、以钉钉子精神把战略部署变成现实

大家要发扬钉钉子精神，乘势而上、真抓实干，努力把战略部署变成现实。

4、以钉钉子精神抓经济发展

要发扬钉钉子精神，一步一个脚印扎实推进经济发展方式转变、经济结构调整，不断取得实实在在的成效。

23、习大大谈“三严三实”

1、各级领导干部都要树立和发扬好的作风，既严以修身、严以用权、严以律己，又谋事要实、创业要实、做人要实。

2、扎实开展“三严三实”专题教育，要认真贯彻全军政治工作会议精神，深化党的创新理论武装，扎实抓好“学习践行强军目标、做新一代革命军人”主题教育活动和团以上党委机关“三严三实”专题教育整顿，持之以恒改作风正风气，确保部队坚决听党指挥，确保

部队高度集中统一和纯洁巩固。

3、“三严三实”专题教育要突出问题导向，贯彻从严要求，既巩固和扩大从严治党成果，又有效解决党的建设面临的新问题。

4、扎实开展“三严三实”专题教育整顿，坚定不移惩治腐败，坚决纠治基层和官兵身边的不正之风，凝聚起强军兴军的强大正能量。

5、各级党委要结合正在开展的“三严三实”专题教育，继续抓好党的政治纪律和政治规矩集中教育，继续落实中央八项规定精神，继续查处各种腐败问题。

6、要做班子的带头人，带头讲党性、重品行、做表率，带头搞好“三严三实”专题教育，带头抓班子带队伍，带头依法办事，带头廉洁自律，带头接受党和人民监督，带头清清白白做人、干干净净做事、堂堂正正做官，真正做到率先垂范、以上率下。

7、践行“三严三实”要求，实实在在做人做事，做到严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实，堂堂正正、光明磊落，敢于担当责任，勇于直面矛盾，善于解决问题，不搞“假大空”。

8、我一再强调，领导干部要严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实。这些要求是共产党人最基本的政治品格和做人准则，也是党员、干部的修身之本、为政之道、成事之要。

9、各级干部特别是领导干部要按照“三严三实”要求，深学、细照、笃行焦裕禄精神，努力做焦裕禄式的好干部。

10、各级领导干部要强化使命担当，践行“三严三实”要求，在实现强军目标中发挥模范带头作用。

11、领导干部是否做到严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实，全面深化改革是一个重要检验。要把“三严三实”要求贯穿改革全过程，引导广大党员、干部特别是领导干部大力弘扬实事求是、求真务实精神，理解改革要实，谋划改革要实，落实改革也要实，既当改革的促进派，又当改革的实干家。

12、广大群团干部要加强思想道德修养，坚定理想信念，严格要求自己，自觉践行“三严三实”，自觉抵制和纠正“四风”问题。

13、各级带兵人特别是领导干部要带头践行“三严三实”要求，带头遵守廉洁自律各项规定，带头反对腐败，树起好形象，立起好样子。

14、“三严三实”是我们天天要面对的要求，大家要时时铭记、事事坚持、处处上心，随时准备坚持真理、随时准备修正错误。

15、践行“三严三实”，要立根固本，挺起精神脊梁；要落细落小，注重细节小事；要修枝剪叶，自觉改造提高；要从谏如流，自觉接受监督。我们共产党人的根本，就是对马克思主义的信仰，对共产主义和社会主义的信念，对党和人民的忠诚。

16、领导干部践行“三严三实”，靠自身努力，也靠党和人民监督。

17 在此基础上进一步立规执纪，推动领导干部践行“三严三实”制度化、常态化、长效化。

18、习大大就中央政治局当好“三严三实”表率提出4点要求。第一，自觉把“三严三实”要求体现到坚持坚定正确的政治方向上。第二，自觉把“三严三实”要求体现到落实党中央重大决策部署上。第三，自觉把“三严三实”要求体现到对分管方面的管理上。中央政

治局的同志践行“三严三实”，既要以身作则，又要注重管理引导。第四，自觉把“三严三实”要求体现到严格要求自己上。

24、习大大谈善始善终

1、作风是否确实好转，要以人民满意为标准。要广泛听取群众意见和建议，自觉接受群众评议和社会监督。群众不满意的地方就要及时整改。中央纪委、监察部和各级纪检监察机关要加大检查监督力度，执好纪、问好责、把好关。要以踏石留印、抓铁有痕的劲头抓下去，善始善终、善做善成，防止虎头蛇尾，让全党全体人民来监督，让人民群众不断看到实实在在的成效和变化。

现抓作风建设制度化、常态化。

25、习大大谈学习

1、学习是立身做人的永恒主题，也是报国为民的重要基础。梦想从学习开始，事业从实践起步。当今世界，知识信息快速更新，学习稍有懈怠，就会落伍。有人说，每个人的世界都是一个圆，学习是半径，半径越大，拥有的世界就越广阔。

2、从咿呀学语开始，我们就走上了人生的学习之路。学习是习大大总书记长期身体力行、大力提倡、反复阐述的一个重大问题。在《知之深 爱之切》一书中，收录了1983年他在河北正定工作时对全县青年说的话：“要发奋学习，立志成才。这可以说是我们这一代青年的当务之急。”学无止境，学海无涯。让我们一起学习习大大总书记，树立终身学习的理念，掌握科学学习的方法，在学习中找到乐趣。

3、我到农村插队后，给自己定了一个座右铭，先从修身开始。一物不知，深以为耻，便求知若渴。上山放羊，我揣着书，把羊圈在山坡上，就开始看书。锄地到田头，开始休息一会儿时，我就拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累。我并不觉得农村7年时光被荒废了，很多知识的基础是那时候打下来的。现在条件这么好，大家更要把学习、把自身的本领搞好。

4、“30里借书，30里讨书”

在德国，我讲了自己读《浮士德》的故事。那时候，我在陕北农村插队，听说一个知青有《浮士德》这本书，就走了30里路去借这本书，后来他又走了30里路来取回这本书。

5、科学的学习方法

兴趣是激励学习的最好老师

“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”讲的就是这个道理。领导干部应该把学习作为一种追求、一种爱好、一种健康的生活方式，做到好学乐学。有了学习的浓厚兴趣，就可以变“要我学”为“我要学”，变“学一阵”为“学一生”。

6、学习贵在勤奋、贵在钻研、贵在有恒

要勤于学习、敏于求知，注重把所学知识内化于心，形成自己的见解，既要专攻博览，又要关心国家、关心人民、关心世界，学会担当社会责任。

26、提高政治能力

在干部干好工作所需的各种能力中，政治能力是第一位的。有了过硬的政治能力，才能做到自觉在思想上政治上行动上同党中央保持高度一致，在任何时候任何情况下都能“不畏浮云遮望眼”、“乱云飞渡仍从容”。提高政治能力，首先要把握正确政治方向，坚持中国共产党领导和我国社会主义制度。在这个问题上，决不能有任何迷糊和动摇！这次抗击新冠肺炎疫情斗争的实践再次证明，中国共产党是风雨来袭时中国人民最可靠的主心骨，我国社会主义制度是抵御风险挑战的最有力制度保证。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

年轻干部必须坚守一条，凡是有利于坚持党的领导和我国社会主义制度的事就坚定不移做，凡是不利于坚持党的领导和我国社会主义制度的事就坚决不做！要不断提高政治敏锐性和政治鉴别力，观察分析形势首先要把握政治因素，特别是要能够透过现象看本质，做到眼睛亮、见事早、行动快。提高政治能力必须对党的政治纪律和政治规矩怀有敬畏之心。要自觉加强政治历练，增强政治自制力，始终做政治上的“明白人”、“老实人”。要注重提高马克思主义理论水平，学深悟透，融会贯通，掌握辩证唯物主义和历史唯物主义，掌握贯穿其中的马克思主义立场观点方法，掌握中国化的马克思主义，做马克思主义的坚定信仰者、忠实实践者。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

在领导干部的所有能力中，政治能力是第一位的。大家都担任领导职务，负责一方面工作，必须做到观察分析形势要把握政治因素，筹划推动工作要落实政治要求，处理解决问题要防范政治风险。要自觉尊崇党章、模范践行党章、忠诚捍卫党章，严格执行新形势下党内政治生活若干准则，坚决杜绝“七个有之”，做到“五个必须”，严格执行民主集中制，在守纪律、讲规矩上作表率，自觉做政治上的明白人、老实人，绝不做两面派、两面人。

——2018年1月5日，习大大在新进中央委员会的委员、候补委员和省部级主要领导干部学习贯彻习大大新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神研讨班上的讲话

27、提高调查研究能力

调查研究是做好工作的基本功。一定要学会调查研究，在调查研究中提高工作本领。调查研究要经常化。要坚持到群众中去、到实践中去，倾听基层干部群众所想所急所盼，了解和掌握真实情况，不能走马观花、蜻蜓点水，一得自矜、以偏概全。对调研得来的大量材料和情况，要认真研究分析，由此及彼、由表及里。对经过充分研究、比较成熟的调研成果，要及时上升为决策部署，转化为具体措施；对尚未研究透彻的调研成果，要更深入地听取意见，完善后再付诸实施；对已经形成举措、落实落地的，要及时跟踪评估，视情况调整优化。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

这里，我还要强调一个问题，就是要在全党大兴调查研究之风。我说过，调查研究是谋事之基、成事之道，没有调查就没有发言权，没有调查就没有决策权。调查研究是我们做好工作的基本功。党的十九大明确了坚持和发展新时代中国特色社会主义的大政方针，作出了一系列重大工作部署，提出了一系列重大举措，关键是抓好贯彻落实。正确的决策离不开调查研究，正确的贯彻落实同样也离不开调查研究。中央委员会的每一位同志都要积极开展调查研究，要扑下身子、沉到一线，迈开步子、走出院子，到车间码头，到田间地头，到市场社区，亲自察看、亲身体验。调查研究要紧扣人民群众生产生活，紧扣经济社会发展实际，紧扣全面从严治党面临的现实问题，紧扣贯彻落实党的十九大精神需要解决的问题。既要到工作局面好和先进的地方去总结经验，又要到困难较多、情况复杂、矛盾尖锐的地方去研究问题，特别是要多到群众意见多的地方去，多到工作做得差的地方去，既要听群众的顺耳话，也要听群众的逆耳言，这样才能听到实话、察到实情、收到实效。

——2017年10月25日，习大大在党的十九届一中全会上的讲话

实现全面建成小康社会的奋斗目标，对全面深化改革提出了更加迫切的要求。我国改革已进入攻坚期和深水区，需要解决的问题十分繁重。调查研究是谋事之基、成事之道。没有调查，就没有发言权，更没有决策权。研究、思考、确定全面深化改革的思路和重大举措，刻舟求剑不行，闭门造车不行，异想天开更不行，必须进行全面深入的调查研究。

——2013年7月23日，习大大在武汉主持召开部分省市负责人座谈会时的讲话

28、提高科学决策能力

做到科学决策，首先要有战略眼光，看得远、想得深。领导干部想问题、作决策，一定要对国之大者心中有数，多打大算盘、算大账，少打小算盘、算小账，善于把地区和工作融入党和国家事业大棋局，做到既为一域争光、更为全局添彩。要深入研究、综合分析，看事情是否值得做、是否符合实际等，全面权衡，科学决断。作决策一定要开展可行性研究，多方听取意见，综合评判，科学取舍，使决策符合实际情况。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

大家作为中央委员会的成员和省部级主要领导干部，必须树立正确政绩观，解决好政绩为谁而树、树什么样的政绩、靠什么树政绩的问题，多做打基础、利长远的事，不搞脱离实际的盲目攀比，不搞劳民伤财的形象工程、政绩工程，真正做到对历史和人民负责。要发扬求真务实、真抓实干的作风，以钉钉子精神担当尽责，树立“功成不必在我”的境界，一件事情接着一件事情办，一年接着一年干，脚踏实地把既定的行动纲领、战略目标、工作蓝图变为现实。

——2018年1月5日，习大大在新进中央委员会的委员、候补委员和省部级主要领导干部学习贯彻习大大新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神研讨班上的讲话

面对前所未有的复杂形势和艰巨繁重的任务，我们必须拥有更多政策水平高、专业能力强、实践经验多、善于做经济工作的领导人才。各级领导干部特别是高级干部要围绕经济社会发展重大问题加强学习和调研，提高把握和运用市场经济规律、自然规律、社会发展规律能力，提高科学决策、民主决策能力，增强全球思维、战略思维能力，做到厚积薄发。

——2012年12月15日，习大大在中央经济工作会议上的讲话

29、提高改革攻坚能力

面向未来，我们要全面推进党和国家各项工作，尤其是贯彻新发展理念、推动高质量发展、构建新发展格局，继续走在时代前列，仍然要以全面深化改革添动力、求突破。改革必须有勇气和决心，保持越是艰险越向前的刚健勇毅。要把干事热情和科学精神结合起来，使出台的各项改革举措符合客观规律、符合工作需要、符合群众利益。改革攻坚要有正确方法，坚持创新思维，跟着问题走、奔着问题去，准确识变、科学应变、主动求变，在把握规律的基础上实现变革创新。要尊重群众首创精神，把加强顶层设计和坚持问计于民统一起来，从生动鲜活的基层实践中汲取智慧。要注重增强系统性、整体性、协同性，使各项改革举措相互配合、相互促进、相得益彰。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

党的十八大之后，我们把全面深化改革纳入“四个全面”战略布局，蹄疾步稳推进各方面改革，取得了显著成效，有力推动了各项事业发展。同时，我们也要看到，事业发展没有止境，深化改革没有穷期；事业发展全面推进，呼唤着改革全面深化。这就是我讲的，改革只有进行时，没有结束时。新时代坚持和发展中国特色社会主义，根本动力仍然是全面深化改革。在新时代的征程上，全党同志一定要适应新时代中国特色社会主义事业发展进程，牢牢把握完善和发展中国特色社会主义制度、推进国家治理体系和治理能力现代化的总目标，统筹推进各领域各方面改革，不断推进理论创新、制度创新、科技创新、文化创新以及其他各方面创新，坚决破除一切不合时宜的思想观念和体制机制弊端，突破利益固化的藩篱，为决胜全面建成小康社会、开启全面建设社会主义现代化国家新征程提供强大动力。

——2017年10月25日，习大大在党的十九届一中全会上的讲话

在全面深化改革中，我们要处理好尊重客观规律和发挥主观能动性的关系。一方面，要坚持一切从实际出发，按照客观规律办事，一张蓝图抓到底，抓好打基础利长远的工作，不能拍脑袋、瞎指挥、乱决策，杜绝短期行为、拔苗助长。另一方面，要鼓励地方、基层、群众大胆探索、先行先试，及时总结经验，勇于推进理论和实践创新，不断深化对改革规律的认识。我们提出加强顶层设计和摸着石头过河相结合、整体推进和重点突破相促进，这是全面深化改革必须遵循的重要原则，也是历史唯物主义的要求。

——2013年12月3日，习大大在十八届中央政治局第十一次集体学习时的讲话

提高应急处突能力

预判风险是防范风险的前提，把握风险走向是谋求战略主动的关键。要增强风险意识，下好先手棋、打好主动仗，做好随时应对各种风险挑战的准备。要努力成为所在工作领域的行家里手，不断提高应急处突的见识和胆识，对可能发生的各种风险挑战，要做到心中有数、分类施策、精准拆弹，有效掌控局势、化解危机。要紧密结合应对风险实践，查找工作和体制机制上的漏洞，及时予以完善。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

我们要坚持底线思维、增强忧患意识，有效防范和化解前进道路上的各种风险。彩虹和风雨共生，机遇和挑战并存，这是亘古不变的辩证法则。我们党建党近百年、新中国成立70多年、改革开放40多年的历史，从来都不是一帆风顺的。志不求易者成，事不避难者进。我们要辩证认识和把握国内外大势，加强战略性、系统性、前瞻性研究谋划，做好较长时间应对外部环境变化的思想准备和工作准备，善于在危机中育新机、于变局中开新局。要发扬斗争精神，敢于斗争、善于斗争，根据形势变化及时调整斗争策略，团结一切可以团结的力量，调动一切积极因素，不断夺取具有许多新的历史特点的伟大斗争新胜利。

——2020年9月8日，习大大在全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上的讲话

要加强对各种风险源的调查研判，提高动态监测、实时预警能力，推进风险防控工作科学化、精细化，对各种可能的风险及其原因都要心中有数、对症下药、综合施策，出手及时有力，力争把风险化解在源头，不让小风险演化为大风险，不让个别风险演化为综合风险，不让局部风险演化为区域性或系统性风险，不让经济风险演化为社会政治风险，不让国际风险演化为国内风险。

——2015年10月29日，习大大在党的十八届五中全会第二次全体会议上的讲话

30、提高群众工作能力

要坚持从群众中来、到群众中去，真正成为群众的贴心人。要心中有群众，时刻把群众安危冷暖放在心上，认真落实党中央各项惠民政策，把小事当作大事来办，切实解决群众“急难愁盼”的问题。要落实党中央关于逐步实现全体人民共同富裕的要求，带领群众艰苦奋斗、勤劳致富，在收入、就业、教育、社保、医保、医药卫生、住房等方面不断取得实实在在的成果。要注意宣传群众、教育群众，用群众喜闻乐见、易于接受的方法开展工作，提高群众思想觉悟，让他们心热起来、行动起来。要自觉运用法治思维和法治方式深化改革、推动发展、化解矛盾，维护社会公平正义。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

群众工作是我们的看家本领，我们党靠群众工作起家，同样要靠群众工作实现长期执政。中央和国家机关居“庙堂”之高，容易脱离群众、脱离实际、脱离一线，容易滋生官僚主义、衙门作风。中央和国家机关党员、干部要坚持对上负责和对下负责的统一、让党中央放心和

让人民群众满意的统一、为了群众和依靠群众的统一，无论作决策还是抓工作、促落实，都要体现宗旨意识、人民立场，都要贯彻党的群众路线。

——2019年7月9日，习大大在中央和国家机关党的建设工作会议上的讲话

为什么人、靠什么人的问题，是检验一个政党、一个政权性质的试金石。干部要坚持立党为公、执政为民，虚心向群众学习，真心对群众负责，热心为群众服务，诚心接受群众监督。要拜人民为师、向人民学习，放下架子、扑下身子，接地气、通下情，深入开展调查研究，解剖麻雀，发现典型，真正把群众面临的问题发现出来，把群众的意见反映上来，把群众创造的经验总结出来。干部要怀着强烈的爱民、忧民、为民、惠民之心，心里要始终装着父老乡亲，想问题、作决策、办事情都要想一想是不是站在人民的立场上，是不是有助于解决群众的难题，是不是有利于增进人民福祉，不断增强人民群众获得感、幸福感、安全感。

——2019年3月1日，习大大在2019年春季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

31、提高抓落实能力

干事业不能做样子，必须脚踏实地，抓工作落实要以上率下、真抓实干。特别是主要领导干部，既要带领大家一起定好盘子、理清路子、开对方子，又要做到重要任务亲自部署、关键环节亲自把关、落实情况亲自督查，不能高高在上、凌空蹈虚，不能只挂帅不出征。干事业就要有钉钉子精神，抓铁有痕、踏石留印，稳扎稳打向前走，过了一山再登一峰，跨过一沟再越一壑，不断通过化解难题开创工作新局面。

——2020年10月10日，习大大在2020年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上的讲话

抓工作，要有雄心壮志，更要有科学态度。一是领导工作要实，做到谋划实、推进实、作风实，求真务实，真抓实干。二是任务责任要实，做到分工实、责任实、追责实，分工明确，责任明确，履责激励，失责追究。三是资金保障要实，做到投入实、资金实、到位实，精打细算，用活用好，用在关键，用出效益。四是督查验收要实，做到制度实、规则实、监督实，加强检查，严格验收，既不拖延，也不虚报。

——2016年7月20日，习大大在银川主持召开东西部扶贫协作座谈会并发表重要讲话

尽管这些问题大多处在政策执行层面，是政策执行落实不到位形成的，但影响了政策的有效性，必须下决心解决。一方面要完善政策，增强政策含金量和可操作性；另一方面要加大政策落地力度，确保各项政策百分之百落到实处。政策不落实或落实不到位、落实走样等问题，主要是“最后一公里”问题。我还是那句话，一分部署，九分落实。各地区各部门要从实际出发，细化、量化政策措施，制定相关配套举措，推动各项政策落地、落细、落实，让民营企业真正从政策中增强获得感。

——2016年3月4日，习大大在参加全国政协十二届四次会议民建、工商联界委员联组会时的讲话

文言金句

功崇惟志，业广惟勤

【释义】:

取得伟大的功业，是由于有伟大的志向；完成伟大的功业，在于辛勤不懈地工作。

【讲话原文】:

“功崇惟志，业广惟勤。”理想指引人生方向，信念决定事业成败。没有理想信念，就会导致精神上“缺钙”。中国梦是全国各族人民的共同理想，也是青年一代应该牢固树立的远大理想。中国特色社会主义是我们党带领人民历经千辛万苦找到的实现中国梦的正确道路，也是广大青年应该牢固确立的人生信念。

【应用】:

功崇惟志，强调要树立远大的目标，明确自己的理想信念，当题目中涉及到青年人或者党员干部的理想信念的时候，可以引用这句话。

【示例】:

领导人曾说，青年人要立志做大事，不要立志做大官，你怎么看？

【运用】

青年人肩负着祖国的期望，是国家发展和民族进步的中坚力量，领导人在五四青年座谈会上说过，功崇惟志，业广惟勤，明确告诫我们青年人必须明确自己的目标，将自己的发展同国家的命运结合起来，坚定实现中国梦的伟大理想，积极投身与社会主义建设之中，到群众最需要的第一线，奉献自己的青春。如果青年人将做大官当成自己的目标，这样就会为了追求权力而逐渐被蒙蔽双眼，最终人生这条路只会越走越窄。

德不孤，必有邻

【释义】

所谓“德”，这里指的是有道德的人，“不孤”，就是不会感到孤单；就是说，有道德的人是不会感到孤单的，为什么这么说，这是因为“必有邻”。从字面上来理解，“邻”就是“邻居”。在生活中邻里关系是人们接触最多、也是最为重要的人际关系之一。“德不孤，必有邻”的含义是：有道德的人是不会孤单的，一定有志同道合的人来和他相伴。

【应用】

主题是国家政府政策方面的社会现象题目，可用作结尾升华。遇到道德价值观方面的态度观点题目时，该古语及其出处可以成为论证的素材。

【示例】

总书记提出构建“丝绸之路经济带”和 21 世纪“海上丝绸之路”（简称“一带一路”）的战略构想，中国将与沿线国家对接发展战略，提出了加强政策沟通、道路联通、贸易畅通、货币流通、民心相通。谈谈你对“一带一路”的看法。

【结尾升华运用】

随着中国经济的崛起和腾飞，中国在更多方面有能力帮助别国。德不孤，必有邻，中国有着五千年的灿烂文化，“一带一路”战略构想不仅是实现中华民族振兴的战略构想，更是沿线各国的共同事业，有利于将政治互信、地缘毗邻、经济互补等优势转化为务实合作、持续增长优势，而中国人也将为实现中华民族伟大复兴的中国梦、推动沿线国家共同发展、促进世界和平稳定繁荣作出新的更大的贡献。

祸患常积于忽微，而智勇多困于所溺

【出处】

源于北宋·欧阳修《新五代史·伶官传第二十五》。总书记在群众路线教育实践活动工作会议的讲话中也曾引用。

习大大引用原文：正衣冠，主要是在照镜子的基础上，按照为民务实清廉的要求，勇于正视缺点和不足，严明党的纪律特别是政治纪律，敢于触及思想、正视矛盾和问题，从自己做起，从现在改起，端正行为，自觉把党性修养正一正、把党员义务理一理、把党纪国法紧一紧，保持共产党人良好形象。正衣冠往往一天一次不够，需要“吾日三省吾身”。正视和解决自身存在的问题需要勇气，但这样做最主动。“祸患常积于忽微，而智勇多困于所溺。”养成勤正衣冠的习惯，能收到防微杜渐之效，能有效避免“积羽沉舟，群轻折轴”。

——摘自习大大在党的群众路线教育实践活动工作会议上的讲话，2013年6月18日

【释义】

原义指，祸患常常是由一些微小的不良细节累积而导致的，而人的智慧和果敢的勇气常因他们的沉迷的人或事务所困扰，最终受其迷惑，陷于困顿。

【应用】

可引申到政治、经济、文化、社会、生态文明发展等多个维度中使用，如当下提倡的家风建设、反腐倡廉、“两学一做”、“三严三实”等思想路线就是为避免政治生活中干部思想意识上大“祸患”的产生而提出的；而“美丽中国”、“五位一体”则是生态文明建设中的“忽微”的把握；又如我们所提及的“配偶犯罪”则是让部分干部被身边“溺爱”的人和事物影响，受于困顿之体现；再如当下大热的游戏“王者荣耀”被批“陷害人生”，在一定程度上也体现了部分青少年群体因沉迷游戏，导致学业受影响，可引申到“祸患”发展，心智困顿之体现等，大家学会灵活迁移使用即可。

此外，当题目中的主题涉及细节、工匠精神、积累、作风家风、习惯、选择以及习大大引用的党员干部自省反思、正衣冠等，该古语也可运用其中。主题是细节、积累、自律的态度观点题时，该古语可用于观点的论证分析。

★ 示例：“天下难事，必作于易；天下大事，必作于细”，请谈谈对注重细节的认识。

【论证运用】

细节决定成败。每一件大事、难事的成就必将始于小事和细节的正确把控。正如《伶官传序》所言，“祸患常积于忽微，而智勇多困于所溺”，从古至今，莫不如此。魏征的每一次直言善谏就是成就唐太宗“贞观之治”这一历史圣举的正确小事；而《作风建设永远在路上》中因贪腐被终生监禁的白恩培，反腐大剧《人民的民义》中的赵德汉、高育良等官员，他们第一次收受贿赂的举动，是巨贪这一大祸的初始，是致使自己政治生涯走到尽头的错误之始；而令计划其妻谷丽萍的纵容，孙峰之妻任岷的串供与敛财皆因“身边人”的相互宠溺这一“忽微”小事，导致了双双入狱的大悲剧。

慎独慎初慎微慎友

习主席在中央政治局“不忘初心、牢记使命”专题民主生活会上强调，中央政治局的同志要从严要求自己，时刻自重自省自警自励，做到慎独慎初慎微慎友。这一重要论述，深刻阐明了党员干部特别是领导干部修身律己、自我净化、自我完善的基本要求，为加强新时代党员干部队伍建设明确了自律标准、指明了努力方向。慎独慎初慎微慎友，是做人的本分，也是共产党人的本色，体现的是一种修养、一种境界、一种责任。领导干部身处重要岗位，

责任重大，自觉做到“四慎”尤为重要。慎，由“心”和“真”组成，意为小心、当心、谨慎。常言道，人生最大的“敌人”是自己，最难战胜的也是自己。古人讲的“破山中贼易，破心中贼难”，也是这个道理。领导干部做到“四慎”，就是要培养和强化自律意识以及自我约束、自我控制能力，常怀律己之心、常修为政之德、常思贪欲之害、常除非分之想，始终做到“心不动于微利之诱，目不眩于五色之惑”，自觉坚守拒腐防变的思想道德防线，永葆共产党人的政治本色。

慎独，就是个人独处时，仍能严格要求自己，自警自律，不做失德失范之事。慎独作为一种高度的自觉自律，既是个人修为的重要体现，也是党性原则的实际检验。刘少奇同志曾这样解释共产党人的慎独：“即使在他个人独立工作、无人监督、有做各种坏事的可能的時候，他能够‘慎独’，不做任何坏事。”慎独，表现的是心有所畏、言有所戒、行有所止。现实中，有的领导干部自以为无人知晓、无法察觉，便降低自我约束标准，最终导致踩红线、跌深渊。领导干部做到慎独，就是要自觉遵守党章党规党纪和各项法律制度，心中高悬法纪明镜、胸有为官做事尺度，私底下、无人时也能保持如履薄冰、如临深渊心态，知敬畏、存戒惧、守底线，做到不仁之事不做、不义之财不取、不正之风不沾、不法之事不干。

慎初，就是把住第一次，守牢第一关。“君子慎始，差若毫厘，谬以千里。”事实证明，党员领导干部违法犯罪无不是从“第一次”开始、一步步走向深渊的。第一次既是“缺口”，也是“关口”，一旦突破，似“白袍点墨，终不可洗”，便一发而不可收，最后自己毁掉自己。领导干部为党担责、为民谋福，做到慎初，就要保持纯洁初心，不被各种诱惑所左右，不为功名利禄所腐蚀，时刻保持清醒和警惕，耐得住寂寞、守得住清贫、管得住小节，把初心当恒心，慎终如始，时时叩问，坚决守住第一道防线，始终把好第一个关。

慎微，就是谨慎对待和正确处理每一个小事小节。“不虑于微，始成大患；不防于小，终亏大德。”小事小节是党员干部加强廉洁自律、锤炼党性修为的起始点、着力点。对小事小节上的漏洞如不及时修补防范，久而久之，必将积重难返，小问题就会变成大问题、小管涌就会沦为溃堤。凡大志者，必慎于微。领导干部应坚持一丝不苟、诸事不怠，严以修身、防微杜渐，于细微之中见精神、淬品格，善于从小事小节上加强自我约束，常掸心灵灰尘，常清思想垃圾，常掏灵魂旌。

慎友，就是在与人交往时，慎重选择、谨慎交友，管好自己的社交圈。曾国藩曾言：“一生之成败，皆关乎朋友之贤否，不可不慎也。”现实中，很多“围猎”行为披着人情往来的外衣，隐藏在看似温和的友情和甜蜜的亲情中，具有较强的隐蔽性。不少领导干部正是在“温水煮青蛙”式的侵蚀中，放松了警惕、丧失了原则。反思一些落马官员的案例不难发现，他们“朋友圈”往往成了“包围圈”，“小圈子”最后织成“大圈套”，“交友不慎”是他们落马的重要原因。“君人者不可以不慎取臣，匹夫不可以不慎取友。”对领导干部来讲，“慎友”绝不是一句空言，与谁交友、如何交友，关系到自己能否廉洁从政、秉公用权。我们必须时刻保持清醒头脑，乐交诤友，善交益友，不断净化工作圈、生活圈、朋友圈，为自己健康成长创造良好环境和清朗氛围。

【衙斋卧听萧萧竹，疑是民间疾苦声。些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情。】

释义：这首诗巧妙地以竹声作引，托物取喻。首句写自己在衙署书房内休息，听到窗外风吹竹叶之声。一个“听”字，凸显了作者忧心如焚、夜不成寐的心境。次

句由自然界的风竹之声联想到百姓啼饥号寒的疾苦。一个“疑”字，道出了作者的爱民之

心与勤政之意。第三句“些小吾曹州县吏”，是说我们只是小小的州县官。些小：微小。吾曹：我辈，指自己和包括。第四句“一枝一叶”表面咏竹，暗喻民间疾苦，既照应了风竹画和诗题，又寄予了作者深厚的情感：百姓的冷暖安危时刻牵动着我们的心！

出自：这是清代“扬州八怪”之一郑燮（号板桥）的一首题画诗，是他在潍县知县任上赠给署理山东巡抚包括的，约创作于乾隆十一、十二年。讲话原文：在参加兰考县委常委班子专题民主生活会时的讲话。清代郑板桥，以画家、文学家著称于世，长期在河南范县、山东潍县担任知县。他重视农桑、赈济灾民，案无留牒、室无贿赂、清正廉明，深得百姓拥戴，其诗句“衙斋卧听萧萧竹，疑是民间疾苦声。些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情”，成为千古流传的爱民心声。陶渊明、狄仁杰、包拯、海瑞等很多人都当过知县，类似例子不胜枚举。

应用：关于基层干部的作用以及关乎群众利益的事情。

运用：习总书记曾多次运用郑板桥“些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情”一句以表达深切的爱民心声，民生无小事，枝叶总关情，什么是为民？为民就要把老百姓的冷暖时刻挂在心头，坚持以人民为中心，此句既体现了深沉的为民情怀，也是党员干部将这份情感践行于实际、赢得群众满意的生动诠释，习总书记自身就是枝叶关情的践行者。从他为梁家河修建了当时陕西省第一个沼气池的故事来看，总书记真切地兑现了他要为老百姓办好事办实事的诺言，“再糙的饭他都能咽得下，再穷的老百姓他都看得起”，从老乡对他的评价来看，无论是做梁家河的支书，还是做党的总书记、国家领导人，他一直都没变，始终是黄土地的儿子。这些都体现了他对陕北老乡的情怀和深厚渊源，体现了他不忘初心，体现了共产党人与人民的血肉联系。

政者，正也。其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。

释义：当管理者自身端正（作出表率时），不用下命令，被管理者也就会跟着行动起来；相反，如果管理者自身不端正（而要求被管理者端正），那么，纵然三令五申，被管理者也不会服从的。

出自：孔子《论语·子路》：子曰：“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从。”

讲话原文：领导人在《之江语录·要用人格魅力管好自己》等文中引用。人格魅力是领导干部人品、气质、能力的综合反映，也是党的干部所应具备的公正无私、以身作则、言行一致优良品质的外在表现。广大干部群众的眼睛是雪亮的，他们不但要看我们是怎么说的，更要看我们是怎么做的。“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”，讲的就是这个道理。有的领导干部之所以在广大干部群众中威信高、影响力大，其中一个重要方面就是自身模范作用好、人格魅力强。否则，“台上他说，台下说他”，说话办事怎么会有影响力和号召力？尤其是我们省级领导干部，众目睽睽，大家关注，更应注重身体力行，以自身的人格魅力，给人们以思想上的正确引导和行为上的良好示范，在领导工作中靠前指挥，在钱物使用上严守规定，在用权用人上坚持原则，在处理问题上公道公正，在解难帮困上尽心尽力，在工作作风上求真务实，在生活待遇上不搞特殊化，在团结共事上胸怀坦荡，努力展示自身过硬、组织信赖、下级钦佩、群众拥护的良好形象。

应用：可用于廉政主题的态度观点类题目当中的名人名言论证，体现考生个人的深度。是以圣人终不为大，故能成其大

【出处】

出自老子《道德经》无难章第六十三，“为无为，事无事，味无味。大小多少。报怨以

德。图难于其易，为大于其细；天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。是以圣人终不为大，故能成其大。夫轻诺必寡信，多易必多难。是以圣人犹难之，故终无难矣。”

【释义】

其实对这句话有两种不同的解释和理解，这也为我们使用这句话提供了多种可能。

1. “大”可解释为伟大，这句话的意思就可理解为“因此，伟大的人物始终都不认为自己伟大，所以才能够成就自己的伟大”。该句话强调的是一种谦虚谨慎、不骄不躁的态度，跟“成熟的麦穗总是低着头，那是在教我们谦虚”以及“谦虚使人进步，骄傲使人落后”有异曲同工之处，但是却比之更加新颖和高大上。2. “大”还可以理解为“大事”，那么这句话的意思就可以表述为“所以，伟大的人物始终不贪图大的贡献，才能够做成大事”，讲的是要脚踏实地、一步一个脚印，从小事做起。如果从这个层面理解就可以替代我们反复使用的“水滴石穿”、“千里之行始于足下”等古语。当然，联系上下文，我认为第二种意思更加贴切原意。

【应用】

当题目中的主题涉及到谦虚、骄傲、脚踏实地、实事求是、脱离群众、目标不合理、爱岗敬业等时，上述古语皆可运用其中。

以实则治，以文则不治

【用典】

“空谈误国，实干兴邦。”这是千百年来人们从历史经验教训中总结出来的治国理政的一个重要结论。古人曰：“道虽迩，不行不至；事虽小，不为不成”，“为政贵在执行”，“以实则治，以文则不治”。历史上有许多空谈误国的教训，比如战国时期的赵括，只会“纸上谈兵”，以致40万赵军全军覆没，赵国从此一蹶不振，直至灭亡。此类误国之鉴，发人深省。

——摘自习sj文章《关键在落实》，原文发表于2011年3月1日

【出自】

然有治不治者，以实则治，以文则不治。若徒以文也，譬之优偶之戏，衣冠言貌，陈事辨理，无不合度，而岂其实哉！——清·唐甄《潜书·权实》

【释义】

《潜书》为清初思想家唐甄(1630-1704年)所著，作者自称积三十年而成。唐甄自言：“不忧世之不我知，而忧天下之民不遂其生。郁结于中，不可以已，发而为言。”文体仿先秦诸子，初名《衡书》，意在权衡天下；然作者因连蹇不遇，遂改为《潜书》，意为潜而待用。唐甄不仅是一位杰出的思想家，也是一名成功的实践者。他在山西长子县做知县时，为了动员百姓种桑养蚕，不但挨家挨户做说服工作，而且带头示范。结果一纸文书通告未发，就在三旬之内种桑80余万株。他的成功经验，便是“为政贵在执行”。唐甄认为，文书通告只是“藉以通言语，备遗忘耳，奚足恃乎”，故而提出：“以实则治，以文则不治。”实，就是实干，踏踏实实做事。唐甄认为，为政最重要的是付出实际行动，这样天下就可以太平；反之，百姓就不得安宁。唐甄的这一观点，主要是针对当时官场中公文泛滥，有令不行的弊端提出的，并非一概否定发布文告推行政令的作用。他认为，如果只管发文，不问落实，其结果只能是“百职不修，庶事不举，奸蔽日盛，禁例日繁，细事纠纷，要政委弃”，公文告示贴满大街小巷也形如空文。

【运用】昨天我们上课说的基层文山会海话题，可以联想到这个话题，“你开会我开会大家都开会”，“你发文我发文大家都发文”，那么究竟“谁来落实”？习sj同志曾引用这副对

联，批评不抓落实的时弊，强调“为政贵在行”的理念。战国时期赵括只会纸上谈兵，以致 40 万赵军全军覆没，留下虚谈废务、空谈误国的历史教训。反对空谈、强调实干、注重落实，是我们党的一个优良传统，也是我们党能够在革命、建设和改革中不断带领人民夺取新胜利的关键。习 sj 同志也对领导干部提出了“三严三实”，

立下愚公志，心中常思百姓疾苦

【讲话原文】：

一定要把老区特别是原中央苏区振兴发展放在心上，立下愚公志，打好攻坚战，心中常思百姓疾苦，脑中常谋富民之策，让老区人民同全国人民共享全面建成小康社会成果。

“愚公”出自：《列子·汤问》：“汝心之固，固不可彻，曾不若孀妻弱子，虽我之死，有子存焉；子又生孙，孙又生子；子又有子，子又有孙；子子子孙孙无穷匮也，而山不加增，何苦而不平？”

【释义】

愚公移山是家喻户晓的故事。这则故事告诉我们，即便是再大的困难，只要有恒心，就一定能够克服。虽然解决问题要注意方式方法，不能蛮干，但是愚公精神本身是值得我们学习借鉴的。领导人多次用愚公移山的精神鼓励号召全国人民，近年来也涌现出一大批优秀党员干部用自己的实际行动甚至是生命践行了愚公精神。比如李保国同志，被领导人称作“太行山上的新愚公”，30 多年扎根基层，为脱贫事业做出了卓越贡献，完成近三十项研究成果，带领近十万人脱贫奔小康。

【应用】

遇到态度观点类型的题目，经常会涉及“面对困难”，那么愚公精神都可以涉及到这一点，并且可以用长征、抗战、改革等事例作为支撑。

【示例】

活鱼逆流而上，死鱼随波逐流，你怎么理解？

迎难而上，是对人民的负责。人民是党的执政根基，脱离群众是党执政的最大危险。我们党的宗旨是为人民服务，一切工作的出发点和落脚点都是为了人民。医疗领域面临看病难、看病贵等棘手问题，改革关乎人心向背。“立下愚公志，心中常思百姓疾苦”，虽然确实存在着人口基数大、区域发展不平衡等现实困难，党中央依然下定决心深化医疗体制改革。建立三级诊疗体系、药品价格公开化、城镇医疗保险改革，从一个个试点做起，逐渐推向全国，人民为中心，人民才有信心。

轻财足以聚人，律己足以服人 量宽足以得人，身先足以率人

【出处】

此语出自明代陈继儒的《小窗幽记·集醒》。此书为陈继儒集编的修身处世格言，是集各种文章中的精妙语句于一体的、极富文化底蕴的晚明清言小品集，体现出晚明清言多重的理想和追求。全书的特点是取材广泛，结构工整，规模宏大。内容多为促人警醒，言短旨远的人生哲言。

【释义】

不看重钱财、仗义疏财、及时帮助别人能够团结他人；严于律己、严格要求自己，能够使人信服；宽和的待人接物能够得到凝聚心；身先士卒，积极主动去做，能够领导众人起到表率的作用。

【应用】

“聚人”、“服人”、“得人”、“率人”，归根到底是得人心，而得人心的前提是“其身正”。身为领导干部，只有不偏爱钱财，以权谋私，清廉自律，才能一身正气，宽以待人。以身作则，才能赢得人心，而能得人心者，便可成就事业。因此，当题目中涉及到用权、清廉、自律方面，担当率先垂范的时候都可以运用。应用在领导干部用权谨慎，清廉自律方面。

★ 示例：宋代吕本中说：“为官之道日清、日慎、日勤”，结合实际情况，谈谈你的看法？

【用于开头】

题干中吕本中的这句话，就是阐明为官三个要求，要做到清廉、审慎、勤勉，这是作为党员领导干部的基本要求，只有做到清正廉洁、谨慎用权、克己奉公，才能做好为人民服务的工作。古语有云，轻财足以聚人，律己足以服人，量宽足以得人，身先足以率人。而在新时代下，我们官员、党员干部只有率先垂范，正己及人才能营造出一个良好的社会风气，为实现中国梦打下坚实的基础。

【用于结尾】

因而，为官就是要做到清廉、谨慎和勤勉。唯有如此才能使官员慎用手中权力，做到清正廉洁，为人民谋福祉、谋福利。古语有云，轻财足以聚人，律己足以服人，量宽足以得人，身先足以率人。为官者只有身先士卒，勤政爱民才能引导社会风气，才能凝心聚力打造社会新风尚。

志之所趋，无远勿届，穷山距海，不能限也 志之所向，无坚不入，锐兵精甲，不能御也

释义：

人若志存高远，则无不可实现之目标，纵然山海尽头，亦不能阻止其追求理想的步伐。拥有坚定的志向，则没有攻不破的壁垒，即使是精兵坚甲也无法抵御。

出自：

（清）金缨《格言联璧·学问》：“志之所趋，无远勿届，穷山距海，不能限也。志之所向，无坚不入，锐兵精甲，不能御也。”

讲话原文：

在全国组织工作会议上的讲话。理想信念就是人的志向。古人说：“志之所趋，无远勿届，穷山距海，不能限也。志之所向，无坚不入，锐兵精甲，不能御也。”意思是说，志存高远的人，再遥远的地方也能达到，再坚固的东西也能突破。在革命、建设、改革各个历史时期，有无数共产党员为了党和人民事业英勇牺牲了，支撑他们的就是“革命理想高于天”的精神力量。

应用：

主要应用于坚定信念，远大目标，坚持，理想信念，克服困难等内容的态度观点题目、情景模拟题目当中。

人物专辑

共和国勋章获得者

【导语】为了庆祝中华人民共和国成立 70 周年，隆重表彰为新中国建设和发展作出杰出贡献的功勋模范人物，弘扬民族精神和时代精神，根据《中华人民共和国宪法》和《中华人民共和国国家勋章和国家荣誉称号法》，第十三届全国人民代表大会常务委员会第十三次会议决定，授予下列人士“共和国勋章”：于敏、申纪兰（女）、孙家栋、李延年、张富清、袁隆平、黄旭华、屠呦呦（女）。

1.袁隆平：把对祖国的热忱结成饱满的稻穗

确保中国人的饭碗要牢牢端在自己手中，这是 90 岁的“杂交水稻之父”袁隆平认为自己应该为国家担负的责任。他对杂交水稻和它背后维系的国家粮食安全怀有的赤诚初心，从过去到现在，始终未变。

获得过首届国家最高科学技术奖、“改革先锋”和未来科学大奖等荣誉的袁隆平，在新中国成立 70 周年之际，又获得“共和国勋章”。从第一期超级稻到第四期，以及每公顷 16 吨、17 吨和 18 吨攻关目标的实现，中国杂交水稻的科研工作水平始终领先于世界。袁隆平一直认为，自己热爱的中国，既是他永攀新高的动力，也是所有梦想的终极目标。

选择农业报国

“要想不受别人欺负，国家必须强大起来。”袁隆平从小就意识到了这一点，因此他始终将个人前途与国家利益紧紧相连。他有过体育救国的梦想，也曾打算参军报国，最终，他将自己对祖国的热忱，结成了一串串饱满的稻穗。

“我们国家人口多、耕地少，保障国家粮食安全，唯一的办法就是提高单产。因此高产对于我来说，是一个永恒的主题。”袁隆平说，新中国成立前，自己亲眼见到倒伏在路边的饿殍，这让他感到痛心。于是在 1949 年，他报考了西南农学院。

1956 年，为了响应国家“科学发展规划”，之前还在学校代教俄语的袁隆平，带着学生们开始了农学实验。几年时间，完全靠自己摸索经验的袁隆平发现水稻中有一些杂交组合有优势，并认定这是提高水稻产量的重要途径。培育杂交水稻的念头，第一次浮现在他的脑海。为此，他两次自掏腰包，前往北京拜访育种学家鲍文奎。

1966 年，袁隆平发表了论文《水稻的雄性不孕性》，这篇论文，拉开了中国杂交水稻研究的序幕。1970 年，在海南发现的一株花粉败育野生稻，让杂交水稻研究打开了突破口。袁隆平给这株宝贝取名为“野败”。1973 年，在第二次全国杂交水稻科研协作会上，袁隆平正式宣布籼型杂交水稻三系配套成功，水稻杂交优势利用研究取得了重大突破。

回忆起那段攻坚克难的日子，袁隆平记忆里最深刻的细节之一，是背着足够吃好几个月的腊肉，倒转好几天的火车，前往云南、海南和广东等地辗转研究，只为寻找合适的日照条

件。袁隆平说，这样的经历“就像候鸟追着太阳”。

为国家筑牢粮仓

1981年，国务院将“国家技术发明特等奖”授予以袁隆平为代表的全国籼型杂交水稻科研协作组。“欧美、日本等都在开展相关研究，但只有我们应用到了大面积生产中。”时至今日，袁隆平还清楚记得当时在接受奖项时说的话，“杂交水稻还有很大潜力，我会不断攀登新的高峰。”

1986年，袁隆平正式提出杂交水稻育种战略：由三系法向两系法，再到一系法，即在程序上朝着由繁到简但效率更高的方向发展。经过多年努力，两系法获得成功，它保证了我国在杂交水稻研究领域的世界领先地位。

1984年，湖南省杂交水稻研究中心成立，大批优秀人才从基层单位进入中心，袁隆平还积极争取经费把他们送到国外深造。

“国家下拨的第一笔经费就高达500万元。”袁隆平回忆，中心因此迅速建起了温室和气候室，配置了200多台仪器。那个曾经简陋的海南南繁基地，被标注在了三亚地图上，从一个偏远小农场，变成具有国际重要影响的科研基地。

1996年，农业部正式立项了超级稻育种计划。4年后，第一期每亩700公斤目标于2000年实现。随后便是2004年800公斤、2011年900公斤、2014年1000公斤的“三连跳”。

让老百姓吃得更好

“从党的十九大开始，是我们国家全面建成小康社会的决胜期，从我的角度来说，小康社会就是要从‘吃饱’向‘吃好’转变。”袁隆平说，国家强盛了，老百姓生活提高了，自己的研究当然不会止步不前。

目前，袁隆平领衔、已实施10多年的超级杂交稻“种三产四”丰产工程开始从过去强调产量，向兼顾绿色优质的目标转变。2018年，“种三产四”丰产工程最显著的变化是：在30多个参与品种中，优质稻占比超过30%，其中不少品种的米质已经达到国家二级标准，这些品种同时还具备广适性、高抗性和低成本等特点。

2017年9月，袁隆平院士领衔、湖南省农科院研发的“低镉水稻技术体系”可以让饱受重金属污染之困的地区，水稻平均含镉量下降了90%以上。“这是一个巨大突破，而且这项技术运用起来简单易行，成本不高。”袁隆平说。去年，经过持续一年的多点生态试验，大面积培育“低镉稻”已有了技术条件，这为我国从根本上解决“镉大米”问题提供了现实可能。目前，他正在攻关的第三代杂交水稻，争取在未来几年时间内通过审定，进行大面积推广，并逐步替代三系杂交稻和两系杂交稻。

“我现在已经从‘80后’变成了‘90后’，我希望自己能活到100岁。”刚刚度过自己90岁生日的袁隆平说，“我对祖国的未来充满信心，我要为祖国的繁荣做出更多贡献。”

2. 申纪兰：一辈子的承诺

九月的上党大地秋意渐浓，香菇大棚里却还是让人感到有些闷热，90岁高龄的申纪兰正在采摘蘑菇。深蓝色衣服、齐耳短发、黑白布鞋，依然保持着热爱劳动的本色，一如她对国家深沉的爱始终不变。

山西省平顺县西沟村是太行山南麓一个普通又不普通的小村庄，申纪兰在这里用自己的一生，陪伴着共和国的每一次进步。

曾经的西沟村，山高土薄，高寒多旱。申纪兰回忆说：“西沟农民辈辈苦，打一担粮交八斗租，十冬腊月换不上衣，糠菜一年糊不住，过着牛马不如的生活。”当时还有一句流传很广的话——“好男走到县，好女走到院”。每次想起这个说法，申纪兰都很生气：“旧社会呀，不把妇女当人。妇女只能到院里头，男人就高一步了，就能到县里头。你说这话能有道理吗？我就不服气。”

1951年，西沟村成立了初级农业生产合作社，申纪兰被选为副社长。那时社里劳动力短缺，社长李顺达就鼓励申纪兰发动妇女下地劳动。“走出‘三台’参加社会主义建设，要男人看得起妇女真难呀！”申纪兰感慨地说。

所谓“三台”即碾台、锅台、炕台。除了思想上的桎梏外，还有一大困难摆在申纪兰面前：那时候10分算一个劳动力，两个妇女只能算一个男劳力，所以妇女只能记5分。这种按性别划分的不公道计分方式，直接打消了妇女们干活的积极性。

为了争取妇女同工同酬，申纪兰决定组织妇女和男人比赛撒肥，看谁先撒完，并且撒得又快又好。在申纪兰的带领下，姐妹们先把地划成行，然后一行一行地撒肥，撒进去的肥料又匀又实，不到晌午就率先干完了。那天，她们终于第一次挣到了10个工分，和男人们一样多。

就这样，申纪兰动员妇女积极参加生产劳动，争取男女同工同酬的社会实践，为新中国的农村集体劳动管理探索出一个最初的分配模式，为我国制定按劳分配政策和法律作出了实验性的贡献。

1954年，申纪兰也因此当上了第一届全国人大代表，而男女同工同酬也在此次大会上正式写入《中华人民共和国宪法》，第八十二条第二款规定：“国家保护妇女的权利和利益，实行男女同工同酬。”[来源:学科网 Z,X,X,K]

从此，申纪兰开始了与人民代表大会制度风雨同行的65年。

申纪兰回忆说：“第一次开的人代会，在中南海的礼堂里。投票是把纸发到手里头，那时我真正的感觉是人民当家作主了！”

65年的代表生涯，申纪兰提出的建议和议案涵盖“三农”、教育、交通、水利建设等各领域，有关系国计民生的大事，也有涉及群众利益的小事，山区交通建设、耕地保护、新型农村合作医疗、农村干部选举、贫困地区旅游开发等，不断得到采纳、得以实现。申纪兰，也成为全国唯一一位出席从第一届到第十三届全国人民代表大会的人大代表。

党的十一届三中全会以后，中国进入改革开放新时期，申纪兰开始了人生又一次重大转折。

1983年，西沟村实行家庭联产承包责任制。两年后，申纪兰带领乡亲们办起了平顺县第一个村办企业，西沟村逐渐走上了快速发展道路。党的十九大提出实施乡村振兴战略，西沟村也提出发展“旅游、农产品加工、服装加工”三个产业。近年来，西沟村不断走科技创新道路，建起了60多个光伏香菇大棚，实现了棚上发电，棚下种菇。种驴场、核桃露厂、潞麻厂、服装生产车间……依次建立。

与申纪兰一同工作30年的西沟村党总支书记郭雪岗骄傲地说：“我们还建成了展览馆、太行之星纪念碑、村史亭、老西沟互助组雕塑、西沟森林公园等旅游景点，形成了以爱国主

义教育、森林休闲为主的红色旅游和绿色旅游线路，西沟村已经从一个落后的纯农业村变成了农林牧工商游全面发展的现代化新农村。”

如今忙碌了一辈子的申纪兰，依然为村里忙活着：到施工现场询问进展，入村民家中了解需求，学习中央有关精神，为社会各界讲党课……申纪兰总说：“我虽然年龄大了，但还能做一些事情，党需要我，我就要一直干下去，听党话、跟党走，是我一辈子的承诺。”(记者杨珏)

3.张富清：紧跟党走，做党的好战士

1948年2月，他在陕西宜川县瓦子街参加革命，开启了自己的英雄之旅。

壶梯山战斗、永丰城战斗中，他任突击组长，先后炸掉敌人三个碉堡，立下赫赫战功。

1955年1月，他退役转业，告别军营，扎根湖北来凤县，锁住荣誉，尘封战功，为当地发展和群众过上好日子不懈奋斗。

1985年1月，他站完最后一班岗，离休。人离休了，思想却不离休，他坚持学习，三十多年如一日。

无论何时、何地、何境，他都把组织的要求摆在第一位。作为一名有着71年党龄的老党员，他精神上追求卓越，物质上毫无所求。他，就是“共和国勋章”获得者张富清。

从革命战场到人生战场不改本色

1924年12月，张富清出生于陕西汉中洋县马畅镇双庙村一个贫农家庭。兵荒马乱的年月，他在家种过地，给地主当过长工，没有上过一天学。1945年下半年，家中唯一的壮劳力二哥被国民党抓壮丁，为了一家人维持生计，他用自己将二哥换了出来。

宜川战役中，国民党军整编第90师在瓦子街落入我军伏击圈被歼，作为该师杂役的张富清，选择参加革命，成为王震所领导的英雄部队——359旅718团的一名“人民子弟兵”。

1948年7月，壶梯山战斗打响。这是1948年9月我军转入战略决战前，西北野战军为牵制胡宗南部队而发起的澄合战役中的一场激烈的战斗。在这场战斗中，张富清荣立师一等功，被授予师“战斗英雄”称号。

1948年11月，永丰城战斗打响。此时，我军已转入战略决战，西北野战军配合中原野战军、华东野战军作战。在永丰城战斗中，张富清带着2个炸药包、1支步枪、1支冲锋枪和16个手榴弹，攀上寨墙，炸掉了敌人两个碉堡，在身受重伤的情况下，独自坚守阵地到天明，数次打退敌人反扑。他因此荣立军一等功，被授予军甲等“战斗英雄”称号，并被西北野战军加授特等功。

一次特等功、三次一等功、一次二等功，两次“战斗英雄”称号，这就是张富清在战场上向党和人民交出的答卷。

1953年3月至1954年12月，张富清进入中国人民解放军防空部队文化速成中学学习。1955年1月退役转业时，张富清坚决服从组织安排赴湖北最偏远的来凤县工作。他带着爱人孙玉兰扎根来凤县，一口皮箱，锁住了他在战场上获得的全部荣誉。

每一个岗位都担当作为竭尽所能

到来凤县后，张富清先后任城关粮油所主任，三胡区副区长、区长，建行来凤支行副行长等职务。每一个岗位，他都脚踏实地，竭尽所能，担当奉献。

为了带头示范，他让爱人孙玉兰从自己分管的三胡区供销社下岗，让大儿子张建国到卯洞公社万亩林场当知青。

面对工作中的困难，他不躲不绕，想方设法，克服解决。刚开始进驻生产大队时，群众不买账、不认可。为了让群众接受自己，他住进最穷的社员家，白天与社员一起干重体力活儿，晚上开完会后，帮社员挑水扫地。

他想群众之所想，急群众之所急。进驻卯洞公社高洞管理区，群众反映出行难、吃水难后，他带着社员四处寻找水源，50多岁的年纪腰系长绳，下到天坑底部找水。他带着社员修路，与社员一起在绝壁上抡大锤打炮眼。

任三胡区副区长、区长期间，他推动水电站建设，让土苗山村进入“电力时代”。

1961年至1964年期间，张富清主导修建了三胡区老狮子桥水电站，供附近的两个生产队照明。这是三胡区历史上第一座水电站。“从一个区来讲，能够照上电灯是祖祖辈辈多少年来都没有的事，电灯更明亮，比照桐油灯好多少倍呀！”讲起这件事，张富清高兴地说。

从群众中来，到群众中去。心中无我，付此一生。这就是战斗英雄张富清，在工作岗位上向党和人民交出的答卷。

深藏功名 60余载连家人都不知情

1985年1月，张富清站完最后一班岗，从建行来凤支行副行长岗位上离休。

离休后，张富清保持艰苦朴素的作风，住老房子、穿老衣服、用老家具、过老生活。

虽然离休了，但他未有一丝懈怠，时时处处严格要求自己。卧室的书桌上，摆着成堆的学习资料。书桌右侧的抽屉里，放着他的药——享受公费医疗政策的他，为了防止家人“违规”用自己的药，不惜锁住了抽屉。

2012年，张富清因病左腿截肢。为了不影响子女“为党和人民工作”，88岁的他装上假肢顽强站了起来。

60多年里，张富清将赫赫战功深埋心底，从不提起，他的老伴儿和儿女都不知情。2018年底，国家开展退役军人信息登记，张富清隐藏半个多世纪的战功才得以发现。

讲起登记的初衷，张富清说：“我起初不想把这些奖章和证书拿出来，但考虑到如果不拿出来，那就是对党不忠诚，是欺骗党的行为……”

战斗英雄的事迹披露后，诸多光环加身，他依然是老样子，一切都没有变，还是那个坚守初心，保持本色的张富清。

“我要在有生之年，坚决听党的话，党指到哪里，我就做到哪里，党叫我做啥，我就做啥。”张富清说。

4.李延年：荣誉属于所有烈士[来

新华社南宁9月20日电 解放战争中，他在冰天雪地的东北和国民党军拼过刺刀，在形势险峻的湘西和土匪“掰过手腕”；抗美援朝战场上，他带领官兵夺回失守的346.6高地，顶住了敌人多次反扑，被志愿军总部授予“一级英雄”称号，荣立了特等功；凯旋之后，他

继续投身国防事业，上世纪 70 年代来到祖国南疆，从此扎根祖国边陲。

91 岁的李延年，共和国勋章获得者，一位一生默默奉献，践行初心和使命的军队老党员。

金秋九月，绿城南宁，市区里一座两层小楼里，李延年正在为家中的仙人掌、三角梅浇水。他觉得一棵棵在恶劣环境中顽强生长的植物，像极了他们这些从革命战争年代走过来的人，有种压不垮的气势。

1945 年 10 月，李延年参军前往东北，参与到解放东北的战斗中。辽沈战役打响后，李延年所在纵队参加黑山阻击战，堵住廖耀湘兵团。他清晰地记得，在那场空前惨烈的战斗中，一个战友牺牲了，另一个就主动补上去，许多战友献出了宝贵的生命……辽沈战役结束后，李延年参加了平津战役，每战争先的他，连连立功受奖。1950 年 8 月，在湘西剿匪的李延年，被提拔为连队指导员。

抗美援朝战争爆发后，李延年随志愿军入朝作战。这段岁月也是他一生中最难忘的。1951 年 10 月，李延年担任志愿军某营 7 连指导员。他所在营奉命对失守的 346.6 高地实施反击。两夜一天的战斗，敌人一轮又一轮地压向我军阵地。打完弹药的官兵，靠捡拾敌人留下来的武器，打退了一波又一波的敌军。一名战士在子弹打光后，拿着爆破筒，与冲上阵地的 20 多个敌人同归于尽。看到战友一个接着一个牺牲，李延年带领官兵坚守阵地，直到得到上级命令才撤出阵地。

1952 年 11 月，李延年被志愿军总部授予“一级英雄”称号、记特等功 1 次，并获朝鲜民主主义人民共和国自由独立二级勋章。

近年来，李延年被广西军区先后评为“先进离休干部”“优秀共产党员”“践行当代革命军人核心价值观先进个人”，始终保持老党员、老军人、老英雄的革命本色，用实际行动践行共产党员的初心和使命。

2019 年中秋节前夕。广西军区军史馆烈士墙前，李延年驻足凝视。轻抚着牺牲战友的名字，他缓缓举起右手，敬了一个标准的军礼。

5.孙家栋：一辈子与卫星打交道的航天“大总师”

他被称为中国航天的“大总师”，从“东方红一号”到“嫦娥一号”，从“风云气象卫星”到“北斗导航卫星”，背后都有他主持负责的身影；翻开他的人生履历，就如同阅读一部新中国航天事业的发展史……

获得过“两弹一星”功勋奖章、国家最高科学技术奖和“全国优秀共产党员”“改革先锋”等称号的他，在新中国成立 70 周年之际，又荣获“共和国勋章”。他，就是我国人造卫星技术和深空探测技术的开创者之一、中国航天科技集团有限公司原高级技术顾问孙家栋院士。

中国航天“大总师”

孙家栋，这个名字与中国航天事业的发展紧紧相依。

航天是一项非常复杂的系统工程，每项工程由卫星、火箭、发射场、测控通信、应用等数个系统构成，每个系统都有自己的总设计师或总指挥，孙家栋则被大家尊称为“大总师”。

回顾几十年的工作，孙家栋认为自己“仅仅是航天人中很平常的一个”。他经常说，是中国航天精神铸造了中国第一星，是中国航天事业发展成就了自己。

一次发射中，卫星在转运途中不慎发生了轻微碰撞，试验队员们一下子慌了神，谁也不敢保证这会不会对发射造成影响。

接到紧急报告后，孙家栋当天就从北京赶到了西昌，一下飞机就直奔卫星试验厂房。了解清楚现场情况后，当时已经快 80 岁的他马上钻到了卫星底下，对着卫星的受创部位仔细研究起来。

“卫星没事儿，能用！”孙家栋的一句话，让大家悬在半空的心踏实了下来。

“搞航天工程，没有好坏，只有成败。要保成功，就必须发扬严格、谨慎、细致、务实的作风。”孙家栋总是这样告诫年轻人。

90 岁的“牧星人”

4 月是中国航天的重要月份。既有中国航天日，又是孙家栋的生日。

如今已经 90 岁的孙家栋，与卫星打了一辈子交道。

曾经有人问孙家栋：“航天精神里哪一条最重要？”

“热爱。”他不假思索，“如果你不热爱，就谈不上奋斗、奉献、严谨、协作、负责、创新……”

几十年来，正是凭着这个信念，尽管从事着充满风险的航天事业，但孙家栋从来没有被困难吓倒，反而愈挫愈勇。

20 世纪 70 年代，孙家栋带领团队研制我国第一颗返回式遥感卫星，发射时出现了意外。震惊过后，孙家栋带着大伙儿在天寒地冻中把大片的沙漠翻了一尺多深，拿筛子把炸碎的火箭卫星残骸筛出来，最终找到了失败的原因。一年后，一颗新的卫星腾空而起。

1984 年，中国第一颗试验通信卫星发射后，在向定点位置漂移过程中发生了意外。孙家栋果断地发出了打破常规的指令——他要求再调 5 度，最终正确的指令使卫星化险为夷。

2009 年，在孙家栋 80 岁生日时，钱学森专门致信祝贺。钱老在信中说：“自第一颗人造地球卫星首战告捷起，到绕月探测工程的圆满成功，您几十年来为中国航天的发展作出了突出贡献。共和国不会忘记，人民不会忘记。”

擅长攻关复杂难题：“国家需要，我就去做”

2019 年 1 月，嫦娥四号探测器成功实现人类首次月球背面软着陆，开启了全新的月球背面探索之旅，举国沸腾、世界瞩目。

时针拨回 15 年前，当国家启动嫦娥一号探月工程时，已经 75 岁的孙家栋毅然接下了首任探月工程总设计师的重担。

大多数人在这样的高龄都功成身退，他却冒着风险出任探月工程总设计师。对于别人的不理解，孙家栋只有一句话：“国家需要，我就去做。”[来源:学科网 ZXXK]

在嫦娥一号顺利完成环绕月球的那一刻，航天飞行指挥控制中心里，大家全部从座位上站起来，欢呼雀跃、拥抱握手。而孙家栋却走到了一个僻静的角落，悄悄地背过身子，掏出手绢在偷偷擦眼泪。

“孙家栋无疑是一位战略科学家，总能确定合理的战略目标。”嫦娥一号卫星总设计师、中国航天科技集团五院深空探测和空间科学首席科学家叶培建院士说，在困难面前，他绝不

低头；在责任面前，他又“俯首甘为孺子牛”。

孙家栋的一大长处，就是善于协调各种复杂的技术问题，找到最经济、最合理的解决办法。

“几十年的实践证明，核心技术是买不来的，航天尖端产品也是买不来的。我们必须依靠自己的力量发展航天技术。”孙家栋说。

近年来，孙家栋特别强调要坚持自主创新：“在一穷二白的时候，我们没有专家可以依靠，没有技术可以借鉴，我们只能自力更生、自主创新。今天搞航天的年轻人更要有自主创新的理念，要掌握核心技术的话语权。”

“中国的发展依然任重道远，我们一定要跟着党中央，和大家一起共同努力，尽个人微薄之力，把我们国家的事业搞好，真正实现中国梦，富起来、强起来，完成好我们这一代人的历史使命。”孙家栋说。

6. 黄旭华：我就像核潜艇，潜在水下，不希望出名

《面对面》栏目记者此前对 95 岁的黄旭华进行了专访。让我们一起走近这位曾经 30 年未能回家的“中国核潜艇之父”。

参加这项工作就要当一辈子无名英雄

上世纪五十年代，美国第一艘核潜艇“鹦鹉螺”号下水试航，因核潜艇在现代战争中战略地位重要，国际上一些军事大国纷纷加强了这一新型武器的研制工作。

为了能够强有力应对西方大国的核讹诈，1958 年，作为国家最高机密的中国核潜艇工程正式立项。当时 34 岁的黄旭华参加了“核潜艇总体设计组”工作，是最早研制核潜艇的 29 人之一。

第一，进入这个领域就不能出去，干一辈子，犯了错误也不能出去。你一出去就把国家机密带出去了，犯了错误留在这打扫卫生。第二，绝对不能泄露单位的名称、地点、任务、工作的性质。第三，当一辈子无名英雄，不出名。人家问我你能够承受得了吗？我说能够承受得了。参加核潜艇工作，我就像核潜艇一样，潜在水底下，我不希望出名。

一穷二白起步 土办法解决尖端技术难题

核潜艇是个复杂庞大的系统工程，其研制难度远非常规潜艇可比拟。包括黄旭华在内的科研人员没有见过核潜艇长什么样，中国的核潜艇事业从零开始。

我们的工作是在一穷二白的基础上起步的。陈毅讲了一句话，你们把事情搞出来，我这外交部长就好做了。没这个实力，我们国家在国际上是没有地位的。

在当时的条件下，黄旭华和其他科研人员想了很多土办法，来解决尖端的技术难题。没有计算机计算核心数据，他们就用算盘、计算尺，甚至用磅秤来解决核潜艇的重心问题。

核潜艇牵涉到五万多个台件、几千米长度的管道电缆、一千多吨的钢材，这么多东西组合在一艘潜艇上，要保证重量重心在最好的位置上非常困难。我们的同事没有怨言，咬紧牙关把它搞出来。我们在船台的入口处放了一个磅秤，凡是拿进船台的都要过秤，所有的重量要跟我计算的一样，重心如果不一样马上要调整。

1970 年 12 月 26 日，我国第一艘鱼雷攻击核潜艇“401”艇神秘下水。1974 年八一建军

节这天，“401”艇正式交付海军，编入人民海军的战斗序列。这是世界核潜艇史上罕见的速度：上马三年后开工，开工两年后下水，下水四年后正式入列。中国成为继美、苏、英、法之后世界上第五个拥有核潜艇的国家。

“我必须下去，我要为这条艇负责到底！”

1988 年年初，我国核潜艇研制工作迎来了一个关键的日子，按设计极限在南海进行深潜试验。试验前，参试人员心情忐忑，有人甚至给家人写下了遗书。这种氛围，与美国的一次核潜艇极限深潜航试验有关：1963 年，美国“长尾鲨”号核潜艇在进行极限深潜航试验时，因事故沉没，艇上 129 人无一生还。

当得知舰上操作人员承受着超常的心理压力时，黄旭华亲自与他们对话，让他们对试验成功树立信心：这次做试验绝不是让你们去“光荣”，而是要大家把试验数据完整拿回来。座谈会上，他宣布要上艇与大家一起参与深潜试验。

他们说总设计师的任务是坐镇在水面的指挥船上，您下去干啥？我说我下去，万一试验过程当中发生了哪些不正常现象，我会及时协助艇上的援救，采取措施及时避免事故扩大。作为总设计师我要为这条艇负责到底，我必须下去。

64 岁的黄旭华是全世界第一位参与深潜试验的核潜艇总设计师。最终，“404”艇抵达水下极限深度，成功完成预定的深潜试验。黄旭华现场写下“花甲痴翁，志探龙宫，惊涛骇浪，乐在其中”。

这几个字是我从事核潜艇事业的写照。一个是“痴”字，一个是“乐”字。痴，痴迷于核潜艇，献身核潜艇的事业我无怨无悔。乐，乐在其中，对待任何事物都是乐观对待。

隐姓埋名 30 年 父亲去世也不知他在干什么

由于核潜艇研制是国家最高机密，从 1958 年到 1988 年，求索的这 30 年，也是黄旭华隐姓埋名的 30 年。

1957 年元旦，黄旭华回乡探望家人，他向母亲承诺要“常常回家看看”。可是，包括他自己在内，全家人谁也想不到，自此一别，竟要 30 年后才能再次相见。1958 年工作调动后，他与父母的联系只能通过信箱，父母多次写信问他在哪个单位、做什么工作，他总是避而不答。父亲去世时也不知道他在干什么，他也没能见到父亲最后一面。

对于黄旭华的多年不归，亲人们多有怨言。弟弟妹妹们说：三哥大学毕业了，就忘了家，忘了养育他的父母。黄旭华的母亲再三说：三哥不是这样子的人！但是，30 年没回家，母亲难免也有不理解。

1987 年，《文汇报》发表报告文学《赫赫而无名的人生》，讲述了他为中国核潜艇事业隐姓埋名 30 年的事迹。文中虽然没有提到他的名字，但写了“他妻子李世英”。黄旭华把篇文章寄给了母亲，老母亲知道这是她的三儿媳。文章尚未读完，老人已经泪流满面。

当我母亲知道我搞核潜艇，她感觉到自豪。她把子孙们叫来，说了一句，“三哥做事大家要理解要谅解”。“理解”和“谅解”传到了我的耳朵，我真的哭了。我说儿子对不起他们，我没有当好儿子，也没有当好丈夫，也没有当好父亲，核潜艇就是我的一切。不能说我对家没有感情，我欠了我的父亲母亲，欠了我的爱人女儿，欠了一辈子还不了的情债。有人问过我，你为什么能够这么坚持？我讲了一句话：对国家的忠就是对父母最大的孝，这个一直在

我心里面。

1988 年，黄旭华借着到深圳大亚湾核电站出差的机会，终于回到阔别 30 年的广东海丰的老家。93 岁的母亲终于等到了自己的三儿子。

母亲去世的时候，我把母亲的一条旧围巾拿来。每年冬天，我一定会戴母亲的围巾。我感觉围了这条围巾母亲就一直跟我在一道，我真的想念我的母亲。

95 岁高龄仍坚持工作 给新一代核潜艇设计者当啦啦队长

如今，为核潜艇奉献了一生的黄旭华已经 95 岁高龄，一只耳朵已听不太清，但腿脚还算利索。身为中国工程院院士、中船重工第 719 研究所名誉所长，黄旭华仍然每天坚持来到他的办公室，继续他的工作。

虽然我现在年龄大了，已经退出一线，但我感觉我的责任并没有完。世界上的技术竞争非常激烈，其中最严峻的竞争表现在国防科技领域。竞争当中，你落后了就要挨打，所以我们任重而道远。我 95 岁了，人家说您不要去上班。我还是有责任的，我现在的责任是给新的这一代当啦啦队长，给他们鼓劲儿。

7. 于敏，一个曾经绝密 28 年的名字

他 28 载隐姓埋名，填补了中国原子核理论的空白，为氢弹突破作出卓越贡献。

他荣获“两弹一星”功勋奖章、国家最高科学技术奖等崇高荣誉，盛名之下保持一颗初心：“一个人的名字，早晚是要没有的，能把微薄的力量融进祖国的强盛之中，便足以自慰了。”

他是于敏，“共和国勋章”获得者。[来源:学科网 Z#X#X#K]

在氢弹原理突破中起了关键作用

“国产专家一号”——人们这样亲切地称呼于敏。

没有留过洋，却也成为世界一流的理论物理学家；在原子核理论研究的巅峰时期，他毅然服从国家需要，开始从事氢弹理论的探索研究工作。

那是上个世纪 60 年代。一切从头开始，装备实在简陋，除了一些桌椅外，只有几把算尺和一块黑板。一台每秒万次的计算机，需要解决各方涌来的问题，仅有 5% 的时长可以留给氢弹设计。

科研大楼里一宿一宿灯火通明，人们为了琢磨一个问题，常常通宵达旦。于敏的报告，与彭桓武、邓稼先等人的报告相互穿插，听讲的人常常把屋子挤得水泄不通。

“百日会战”令人难忘。100 多个日日夜夜，于敏先是埋头于堆积如山的计算机纸带，然后做密集的报告，率领大家发现了氢弹自持热核燃烧的关键，找到了突破氢弹的技术路径，形成了从原理、材料到构型完整的氢弹物理设计方案。

1967 年 6 月 17 日，罗布泊沙漠深处，蘑菇云腾空而起，一声巨响震惊世界。新华社对外庄严宣告：中国第一颗氢弹在西部地区上空爆炸成功！

从第一颗原子弹爆炸到第一颗氢弹试验成功，美国用了 7 年多，苏联用了 4 年，中国仅用了 2 年 8 个月。

《中国军事百科全书——核武器分册》记载：于敏在氢弹原理突破中起了关键作用。

用热血书写历史丰碑

有人尊称他为“氢弹之父”，于敏婉拒。他说，这是成千上万人的事业。

1926 年，于敏生于天津一个小职员家庭，从小读书爱问为什么。进入北京大学理学院后，他的成绩名列榜首。导师张宗遂说：没见过物理像于敏这么好的。

新中国成立两年后，于敏在著名物理学家钱三强任所长的近代物理所开始了科研生涯。他与合作者提出了原子核相干结构模型，填补了中国原子核理论的空白。

正当于敏在原子核理论研究中可能取得重大成果时，1961 年，钱三强找他谈话，交给他氢弹理论探索的任务。

于敏毫不犹豫地表示服从分配，转行。从那时起，他开始了长达 28 年隐姓埋名的生涯，连妻子都说：没想到老于是搞这么高级的秘密工作的。

上世纪 80 年代以来，于敏率领团队又在二代核武器研制中突破关键技术，使中国核武器技术发展迈上了一个新台阶。

他与邓稼先、胡仁宇、胡思得等科学家多次商议起草报告，分析我国相关实验的发展状况以及与国外的差距，提出争取时机，加快步伐的战略建议。

在核试验这条道路上，美国进行了 1000 余次，而我国只进行了 45 次，不及美国的二十五分之一。

原子弹、氢弹、中子弹、核武器小型化……这是于敏和他的同事们用热血书写的一座座振奋民族精神的历史丰碑！

1999 年 9 月 18 日，中共中央、国务院、中央军委在北京人民大会堂隆重举行表彰为研制“两弹一星”作出突出贡献的科技专家大会。

如一滴水，融入大海

名字解密后，于敏收获了应得的荣誉。

20 年前，在国庆 50 周年群众游行的观礼台上，刚刚被授予“两弹一星”功勋奖章的于敏，看着空前壮大的科技方队通过广场感慨万分：

“这是历史赋予我们每个科学家义不容辞的使命。”

2015 年 1 月 9 日，于敏荣获 2014 年度国家最高科学技术奖。他坐在轮椅上，华发稀疏，谦逊与纯粹溢于言表。

我国国防科技事业改革发展的重要推动者、改革先锋……极高的荣誉纷至沓来，于敏一如既往地低调。于家客厅高悬一幅字：“淡泊以明志，宁静以致远”。

一滴水，只有放进大海，才永远不会干涸。

2019 年 1 月 16 日，于敏溘然长逝，享年 93 岁。

愿将一生献宏谋！——他兑现了对祖国的诺言，以精诚书写了中国现代史上一段荡气回肠的传奇。（新华社记者董瑞丰）

8.老同事眼中的屠呦呦：她没有那么神秘，看电视她才知道自己拿了诺奖

随着“共和国勋章”人选公布，屠呦呦的名字再度回到公众视野。距离 2015 年获得“诺贝尔生理学或医学奖”已经四年，深居简出的屠呦呦依旧和媒体保持着距离——人们几乎看

不到她公开亮相。

隐匿在闹市中的中国中医科学院也一如往常的低调。如果不加提醒，很难看出这里曾经走出一位诺贝尔奖获得者，除了中药研究所二楼青蒿素研究中心门口的公告栏，这上面记录了屠呦呦领衔的研究团队发现青蒿素的始末。

从传统古籍中得到研究灵感、不惧危险以身试药，因诺奖一夜成名后，屠呦呦的这些故事变得家喻户晓。忆起往昔，与屠呦呦共事几十年的中医科学院首席研究员、青蒿素研究中心学术委员会主任委员姜廷良已经无法捕捉很多细节，但他对屠呦呦的印象始终如一：认真、踏实、低调、坚持。他想，这也是科学家们的共同特质。

谈过去：传统古籍中得到关键启示[来源：学。科。网]

新京报：当时屠呦呦团队做青蒿素的研究有什么契机？

姜廷良：上世纪 60 年代越南战争中，对战双方因为疟疾减员严重，越南向中国紧急求助，为此中国启动了“523 计划”，研制抗疟特效药，很多科学家参与其中，是一次全国大协作。中医研究院（现中国中医科学院）接到任务后，很快成立了课题组，屠呦呦担任课题组组长。

新京报：研究中遇到的最大困难是什么？

姜廷良：当时用水煮、高温的提取方法得到的青蒿提取物效果不稳定，这个问题一直没有解决。后来屠呦呦想起东晋葛洪在《肘后备急方》提到“青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之”。她由此想到，为什么书中写着要用冷水泡，会不会是常用的煎熬和高温提取方法破坏了青蒿有效成分，所以就改为用乙醚低温提取，解决了稳定性的问题。

新京报：有媒体报道说，屠呦呦曾经以身试药，是这样吗？

姜廷良：药物必须安全、有效、可控、稳定，课题组发现青蒿素对疟原虫有效，那么它的安全性如何？当时为了能抓紧上临床使用，屠呦呦主动提出来拿自己做实验，上级领导同意了她的申请，她们首批三个人做了实验，后来又有几个人重复了实验，都没有问题。实验前，青蒿素对人体的损害到底有多大是未知的，她们是承担了一定风险的。

发现青蒿素以后，要提取大量的足够临床使用的青蒿素，当时条件不具备，没有那么大的容器去浸泡，就用老百姓腌咸菜的酱缸，用乙醚浸泡，但是乙醚会挥发，她长期待在这样环境里，得了肝炎。

谈诺奖：看电视她才知道自己拿了诺奖

新京报：你是什么时候知道她得诺奖的消息？

姜廷良：她自己打电话告诉我的。因为我跟她同事很多年比较熟悉，她给我打电话说，哎呦，受不了啦，好多记者找来家里，不知道跟他们说什么，不就是个药吗？

后来我也是听别人说，诺奖打电话通知她那天，她刚好出去了不在家，没有接到电话，第二天下午她看电视才知道自己得奖了，媒体知道消息后都跑去她家了。

新京报：听说她一开始没打算去领奖？

姜廷良：她对荣誉并不是特别关注，而且当时她身体不太好。我们劝她，能坚持就应该去领奖。这是第一次中国人自己做出来的研究被评为诺贝尔科学奖，以前有几位华裔科学家得奖，但基本都是在海外做的，像青蒿素完全在国内做的还是第一次。

我们跟她说，这是国家的事。为了国家声誉，她决定去了。原来她准备站着演讲，后来

还是把椅子搬上去了，坐着说的，可以看出身体状况并不好。同一年美国还有一个奖也请她去领奖，她因为身体原因去不了。

谈性格：认真踏实坚持，甘愿坐冷板凳

新京报：在你看来，屠呦呦是一个怎样的人？

姜廷良：她心里想什么，嘴巴就讲什么，不了解她的人觉得她说话不够圆滑，她怎么想就怎么说。在科研工作里非常认真、踏实，坚持，甘愿坐冷板凳，如果不是认真踏实一步一步做研究，也不可能获得开创性的发现。她给大家的印象就是很认真对待科研事业的人，认真、坚持这样的品质，我想这也是科学家共同具备的。

新京报：在公众和媒体看来，她似乎很低调也很神秘。

姜廷良：其实不神秘（笑）。成名前后她都很低调，她谢绝了一些大学或者机构当名誉教授的邀请，有一些不是她的领域，而且她认为既然担任名誉教授总得尽自己的责任，她也担不起这个责任。一些国际上的会议她也都谢绝了。

她住的小区邻居可能知道，哦，这个老太太得了诺奖。但有时候我们一起在外面吃饭，别人也不知道。

谈研究：“要把论文变成药”真正解决问题

新京报：她现在还在做研究吗？

姜廷良：她发现青蒿素以后，长期以来一直坚持在做研究。因为青蒿素的化学结构在自然界是很少见的，所以她希望继续探索。青蒿素发现至今 40 多年了，对它的作用机制目前全球尚无定论，她也希望进一步研究了解它真正的作用机制，对于进一步利用好青蒿素是很有意义的。她对以后的发展也有一些想法，我们也在进一步讨论中，她希望把青蒿素的价值完全发掘出来。

她现在不来研究中心，我们也不希望她来，养好身体才是第一位的。她主要把握一些原则和方向性的问题，我们会给她书面汇报研究进展，或是去她家面对面讨论一些事情。

比如，之前她跟我们说，“要把论文变成药”。现在有一些研究人员认为发论文才是重要的，但是她认为要把论文变成药，要真正解决老百姓的健康问题。这句话很简单，但体现了我们研究的落脚点在哪里。

新京报：团队现在的研究方向是什么？

姜廷良：疟疾在解放前还是很厉害的，经过多年防控，国内自己感染的疟疾已经没有了，在老百姓中已经不是非常重视的病了。但是疟疾在全球范围内还是很大的传染病，WHO 仍然把疟疾、艾滋病、结核病列为威胁人类健康的重大疾病。

用好青蒿素仍然是人类目前治愈疟疾的必须选择。今年 4 月，我们在《新英格兰医学》杂志上发表了研究论文，提出了应对青蒿素耐药性的设想，现在我们正 在国外一些地区希望得到临床上的检验。

感动中国十大人物（2021）

张定宇

武汉市金银潭医院是最早接诊新冠患者的定点医院，收治病人全部为重症和危重症患者，是抗击疫情的最前沿。身为院长的张定宇日夜坚守，果断决策，处理得当，带领全体医护人员，为抗击疫情做出重要贡献。张定宇自己还是一位病人，2018年10月他被确诊为患有渐冻症，在新冠袭击武汉时，张定宇隐瞒了病情，也无法照顾已感染新冠的妻子，一直坚守在抗疫一线。2020年9月8日，张定宇被授予“人民英雄”国家荣誉称号。

【颁奖词】

步履蹒跚与时间赛跑，只想为患者多赢一秒；身患绝症与新冠周旋，顾不上亲人已经沦陷。这一战，你矗立在死神和患者之间。那一晚，歌声飘荡在城市上空：我们用血肉筑成新的长城。

陈陆

2020年夏天，安徽庐江县遭受百年一遇洪灾。7月22日，庐江县石大圩漫堤决口，约6500人被洪水围困，情况危急。当天，安徽省庐江县消防救援大队政治教导员陈陆带领大队辗转5个乡镇，连续奋战，成功转移群众2665人。在营救过程中，决口突然扩大，救援队员所乘橡皮艇被卷入激流漩涡侧翻，年仅36岁的陈陆英勇牺牲。“放心，我会守好庐江”，是陈陆对父亲的承诺，也是他用生命兑现的对国家和人民的承诺。

【颁奖词】

最先出发，最快抵达，为危难的乡亲奉上最好的年华。欠身体一台手术，欠妻子一个告别，欠父母一次团圆。洪水汹涌，你是浪尖上的逆行者，大雨过后，你是天空灿烂的霞。

张桂梅

2000年，在云南儿童之家工作的张桂梅看到了很多农村贫困家庭的不幸，她希望创办一所免费女子高中，彻底解决山区贫困问题。

2007年，张桂梅成为党的十七大代表，她向公众讲述了自己的梦想，引起了社会广泛关注，2008年，华坪女子高级中学成立，这是全国唯一一所免费女高，专门供贫困家庭的女孩读书。学校建校12年以来，已有1645名大山里的女孩从这里走进大学完成学业，在各行各业做贡献。华坪女高佳绩频出之时，张桂梅的身体却每况愈下，患上了10余种疾病。张桂梅说：“当听到学生大学毕业后能为社会做贡献时，我觉得值了。她们过得比我好，比我幸福，就足够了，这是对我最大的安慰。”在颁奖现场，因为关节痛，张桂梅的手上贴满膏药；早上要吃十多种药，中午吃五种药……主持人白岩松说：“大姐这是在拼命啊”。张桂梅说：“拼就拼一点吧，现在是当妈的感觉……”

【颁奖词】

烂漫的山花中，我们发现你。自然击你以风雪，你报之以歌唱。命运置你于危崖，你馈人间以芬芳。不惧碾作尘，无意苦争春，以怒放的生命，向世界表达倔强。你是崖畔的桂，雪中的梅。

万佐成、熊庚香

万佐成和熊庚香是一对生活在江西南昌的普通夫妇。他们年过六旬，在江西省肿瘤医院附近经营一间露天厨房。从 2003 年起，这里也是一间共享“抗癌厨房”。

最初，老两口在肿瘤医院旁的小巷里经营油条摊位。每当收摊时，总有患者家属前来借锅灶炒菜，夫妇俩从不拒绝。随着越来越多的人求助，万佐成和妻子就买了 10 多套厨具和煤球炉，多的时候，一天有近三百人来炒菜。因为设备大家共用，所以这个厨房被亲切地称为“抗癌厨房”。

为了让“抗癌厨房”能维持下去，万佐成夫妇开始收一点成本钱，炒菜收 0.5 元，后来，煤球涨价、电费涨价，二人难以支撑，炒 1 个菜就收 1 元，维持收支平衡。每年过年期间，厨房免费使用。

万熊夫妇的初心十分简单：“有的病治不好了，但是能让病人吃的好一些，家属的遗憾也能少一些”。他们还经常开导、帮助病人，让大伙感受到家的温暖。

在这间厨房的墙上，密密麻麻写满了电话号码。这些都是使用厨房的患者家属留下的，他们为了表达感谢，邀请老两口将来到自己家中作客。

【颁奖词】

微弱的灯，照亮寒夜的路人；火红的灶，氤氲出亲情的味道。这陋巷中的厨房，烹煮焦虑和苦涩，端出温暖和芬芳，惯看了悲欢离合，你们总是默默准备好炭火。

王海

王海 1944 年 5 月投身革命，1946 年 6 月参军，1950 年成为歼击机飞行员。在抗美援朝作战期间，他率领人民空军年轻的第一大队，与号称“世界王牌”的美国空军激战 80 余次，击落敌机 29 架，本人击落敌机 9 架。因功勋卓著，该大队后来被命名为“王海大队”。

志愿军归国后，王海先后任师长、副军长、军区空军司令员、空军副司令员、空军司令员等职，是十二、十三、十四届中央委员，1988 年 9 月被中央军委授予空军上将军衔。王海几乎亲历了解放军空军发展的所有历史性时刻。在中国人民革命军事博物馆，至今仍陈列着一架绘有 9 颗红星的米格-15 歼击机，这就是王海当年驾驶过的功勋飞机。2020 年 8 月 2 日，95 岁的空军原司令员王海上将在北京逝世。

【颁奖词】

在朝阳下俯冲，迎着西风开火。空中的尖刀，以一当十；疆土的坚盾，巡天卫国。山河已无恙，祖国的雄鹰已飞得更高，你刻在机身上的星星，是战士们的巡航坐标。

汪勇

武汉抗疫最前线的金银潭医院就在汪勇的服务区。2020 年除夕晚上，汪勇得知金银潭医院的护士约不到车回家，在线求助。他就说服家人，赶到金银潭医院，把护士送回家。看到那么多医生护士在抗疫一线连续奋战，连睡个安稳觉的地方都没有，汪勇心一横不再回家团聚，新年第一天他连续送了 30 名医护回家。一个人的能力有限，他就发动朋友圈来帮忙。司机缺口太大，汪勇就联系上了多家企业，最终让医护人员有了保障。出行问题解决后，汪勇又多方联络，让便利店再次开工，解决了很多医护人员的用餐需求。疫情期间，汪勇专门

建了一个医护服务群，只要医护人员在群里喊一声，汪勇和他的志愿队就会出来搞定。

【颁奖词】

有人能百毒不侵，热血可以融化恐惧；没有人是生来的勇者，责任催促你重装上阵。八方统筹，百般服务，你以凡人之力书写一段传奇。

谢军

2020年6月，北斗三号全球卫星导航系统的最后一颗卫星发射成功，这代表着北斗全球卫星导航系统星座部署全面完成。

谢军与北斗的故事很早就开始了。1982年，谢军大学毕业后即投身航天工业，参与了东方红二号通信卫星、风云二号气象卫星、海洋二号卫星等国家重大航天工程，并用了3年多的时间，让北斗卫星用上了自主研制的精准的原子钟。2004年，谢军担任北斗二号导航卫星总设计师。

在北斗三号卫星研制过程中，谢军团队创造性地实现了卫星批量化生产，仅用1年零14天的时间，将19颗导航卫星送入太空，创造了航天发射史的新纪录。

【颁奖词】

滴答，滴答，中国在等待你的回答。你的夜晚更长，你的星星更多，你把时间无限细分，你让速度不断压缩。三年一腾飞，十年一跨越。当第五十五颗吉星升上太空，北斗，照亮中国人的梦。

叶嘉莹

叶嘉莹，中国古典文学研究专家，南开大学教授。

1950年代，叶嘉莹先后在台湾大学、淡江大学、台湾辅仁大学等校兼职教授诗词曲。几经辗转，1979年，叶嘉莹回到祖国，成为当时南开大学最受欢迎的古典文学教师。

七十年来，叶嘉莹培养了大批中国传统文化和古典文学的人才，为传播中国文化作出重要贡献。她不仅精于传统诗词学，而且融中西文化学识于一炉，相对于前辈学者，她是更切近我们时代的一位大师。

过去几年，叶嘉莹陆续将自己的全部财产3500多万元捐赠给南开大学教育基金会，设立“迦陵基金”用于支持中华优秀传统文化研究。

【颁奖词】

桃李天下，传承一家。你发掘诗歌的秘密，人们感发于你的传奇。转蓬万里，情牵华夏，续易安灯火，得唐宋薪传，继静安绝学，贯中西文脉。你是诗词的女儿，你是风雅的先生。

毛相林

毛相林，重庆市巫山县竹贤乡下庄村村委会主任。毛相林43年坚守偏远山村，坚持苦干实干，带领村民用最原始的方式在悬崖峭壁上凿石修道，历时7年铺就一条8公里的“绝壁天路”。2005年以来，他培育“三色”经济，发展乡村旅游，推进移风易俗，提振信心志气，把绿水青山变成了金山银山，让乡亲们改变了贫困落后面貌，过上了富裕文明生活。毛相林打通绝壁、誓拔穷根的事迹传遍了全国各地，赢得了人们广泛赞誉，他也陆续获得“时代楷

模”“最美奋斗者”“全国脱贫攻坚奖奋进奖”等荣誉称号。

【颁奖词】

绝壁上打响了抗争命运的第一炮，山坡上种下了向往美好的第一棵苗。不信天，不认命，你这硬实的汉子，终于带着乡亲们爬出这口井。山到高处你是峰，路的尽头是家园。

国测一大队

山河功业存 2020 年 5 月，国测一大队第 7 次测量珠峰高度，最终测定珠穆朗玛峰的最新高程为 8848.86 米，向世界展示了我国测绘科技的巨大成就。两下南极，7 测珠峰，39 次进驻内蒙古荒原，52 次深入高原无人区，52 次踏入沙漠腹地……自 1954 年建队以来，国测一大队徒步行程累计 6000 多万公里，相当于绕地球 1500 多圈。国测一大队的历史，就是一部挑战生命极限的英雄史。建队以来，有 46 名职工牺牲，还有许多人姓名难以寻找，连一块墓碑也没来得及立。他们的生命传奇唯有大地作证。

【颁奖词】

六十多年了，吃苦一直是传家宝，奉献还是家常饭。人们都在向着幸福奔跑，你们偏向艰苦挑战。为国家苦行，为科学先行，穿山跨海，经天纬地，你们的身影是插在大地上的猎猎风旗。

感动中国十大人物（2020）

樊锦诗

敦煌研究院名誉院长樊锦诗从小在上海长大，1963 年北大毕业后，把大半辈子的光阴都奉献给了大漠上的敦煌石窟，人们亲切的喊他“敦煌的女儿”。为了敦煌，樊锦诗和丈夫两地分居长达 19 年，两个儿子出生后都没有得到很好的照料，但她却视敦煌石窟如生命，扎根大漠，潜心石窟考古研究和创新管理，完成了敦煌莫高窟的分期断代，构建“数字敦煌”等重要文物研究和保护工程。2019 年，国庆前夕，樊锦诗获国家荣誉称号勋章。

颁奖词：舍半生，给茫茫大漠。从末名湖到莫高窟，守住前辈的火，开辟明天的路。半个世纪的风沙，不是谁都经得起吹打。一腔爱，一洞画，一场文化苦旅，从青春到白发。心归处，是敦煌。

四川森林消防员

2019 年 3 月 30 日下午，四川凉山木里县发生森林火灾，四川森林消防总队凉山支队西昌大队组织消防队员开赴一线展开扑救。3 月 31 日消防队员克服山高坡陡、沟深林密、缺氧难行等困难，每人负重 30 余斤，徒步行军八个小时，在海拔 3700 余米的地方与森林大火展开了搏斗。当天下午明火被扑灭后，消防员在向山谷两个烟点迂回接近时，遭遇林火爆燃，27 名森林消防指战员和三名当地扑火人员全部牺牲。

颁奖词：青春刚刚登场，话语犹在耳旁，孩子即将出生，父母淹没于泪水。青山忠诚的

卫士，危难的永恒对手，投身一场大火，长眠在木里河两岸，你们没有走远，看那凉山上的秋叶，今年红的分外惹眼。

朱丽华

43 年前，浙江嘉兴人朱丽华因伤失明，他自学成为当地唯一盲人中医师，从事推拿工作 30 余年，开创了自己的诊所，为一百多名残疾人提供工作岗位。同时他坚持做慈善，到目前为止，朱丽华已累计资助贫困学生 480 人次，为希望工程捐款累计达 373 万元。

颁奖词：不幸关上了你的门，那你帮别人打开了窗，看见过这世界的阴影，但还是面向光明，在黑暗中靠自己的一双手，推拿出灿烂人生，世界上最美丽的东西，看不见也摸不着，但你能感受到。

张富清

中国建设银行湖北省分行来凤支行离休干部。张富清在解放战争的枪林弹雨中九死一生，先后荣立一等功三次，二等功一次，被西北野战军记特等功，两次获得“战斗英雄”荣誉称号。新中国成立后，他响应国家号召主动到偏僻的湖北来凤县工作，为贫困山区奉献一生。六十多年来，张富清刻意尘封功绩，连儿女也不知情。2018 年底，在退役军人信息采集中，他的事迹被人们发现。

颁奖词：都知道你朴实勤勉，却不知道你曾战功赫赫。你把奖章深藏在箱底，对战友的怀念深藏心底。从不鞠躬索取，只为坚守使命初心，默默奉献。于国于民，你是忠诚伟大的士兵。

顾方舟

中国著名病毒学专家，我国脊髓灰质炎疫苗研发生产的拓荒者。2019 年 1 月逝世。1957 年，31 岁的病毒学家顾方舟临危受命研制脊髓灰质炎疫苗，为加快进度，他举家搬到云南大山深处的科研所，在疫苗问世后，顾方舟和同事们除在动物身上试验，还自己以身试药，为尽快确定安全性，他还偷偷隐瞒家里人喂自己孩子疫苗。1965 年，脊髓灰质炎疫苗向全国推广以来，平均发病率从 1949 年的十万分之 4.06 下降到 1993 年的十万分之 0.046，使数十万儿童免于致残。2000 年，世卫组织宣布中国为无脊灰状态。

颁奖词：舍己幼，为人之幼，这不是残酷，是医者大仁。为一大事来，成一大事去。工业凝成糖丸一颗，是治病灵丹，更是拳拳赤子心。你就是一座方舟，载着新中国的孩子，度过病毒的劫难。

杜岚、尤端阳

1949 年 10 月 1 日，杜岚在濠江中学升起了澳门第一面五星红旗。此后，每年校庆和十一国庆节日濠江中学都要举行隆重的升国旗仪式。澳门回归祖国当天，已经 87 岁高龄的杜

岚放下拐杖亲自升起国旗，把对国家的爱传递给澳门濠江中学的孩子们。濠江中学后任校长继承了杜岚的教育理念，在澳门回归后的 20 年里，每逢周一都举行升旗仪式，让爱国情怀融入孩子们的学习生活中。

颁奖词：濠江上升起游子的梦，离乱中的骨气、志气，归来后的元气、锐气，你们为他养成了浩然之气。阳光下最有意义的工作，五星红旗下不灭的薪火。飘扬吧，这面旗留下澳门最美的记忆。

伍淑清

全国工商联副主席、香港企业家。伍淑清一家人爱国爱港，改革开放之初伍家父女北上创业，创办了北京航空食品有限公司，香港回归后，伍淑清致力于香港和内地的交流合作，建立教育基金，积极增进香港青年对中华历史和文化的认识。组织青少年赴内地交流学习百余次。修例风波发生以来，他延迟阻止乱港分子发起的学生罢课，成为乱港分子的眼中钉、肉中刺，他们放言要声讨、抵制伍淑清及美心集团。2019 年 9 月，伍淑清现身瑞士日内瓦联合国人权理事会例会，向世界说出真实的香港。

颁奖词：40 年前你说有件事值得做；40 年后你说有些事必须做！逾古稀而不辞，虽千万人而往。超越港岛的远见，不让须眉的担当，爱青年，更爱香港，是美心，更是良心。

黄文秀

黄文秀，北京师范大学硕士毕业后回乡工作，2018 年担任广西百色乐业县百坭村的驻村第一书记。黄文秀的家庭并不富裕，父亲身患重病，重重压力之下，黄文秀总是乐观开朗、积极向上从进村开始，黄文秀就努力融入当地生活，挨家挨户走访，学会了桂柳方言，一年多时间，她帮村里引进了砂糖桔种植技术，教村民做电商；协调给每个村建起了垃圾池。在黄文秀任上，百坭村 103 户贫困户顺利脱贫 88 户，村集体经济项目收入翻倍。黄文秀驻村笔记中写道：“每天都很辛苦，但心里很快乐。”2019 年 6 月 17 日凌晨黄文秀遭遇突发山洪不幸遇难，年仅 30 岁。

颁奖词：有些人从山里走了，就不再回来，你从城里回来，却再没有离开。来的时候惴惴，怕自己不够勇敢，走的时候匆匆，留下最美的韶华。百色的大山，你是最美的朝霞，脱贫的战场，你是醒目的黄花。

潘维廉

潘维廉 1988 年起在厦门大学管理学院任教，四年后，他申请永居资格，成为福建省第一个拿到“中国绿卡”的老外。在中国工作生活 31 年，他了解并热爱中国，见证了中国经济发展变化，先后帮助厦门，泉州等地获得国际花园城市金奖，他还荣获中国国家外国专家局颁发的中国“友谊奖”、厦门市“荣誉市民”等称号。2019 年，潘维廉出版新书《我不见外——老潘的中国来信》，以一个外国人的独特视角，记录和展现了中国改革开放的历史进程和伟大变革。习总书记高度赞赏他的“不见外”，为他“作为中国改革开放的见证者，热情地为厦门、为福建代言”而点赞。

颁奖词：打开心扉，拥抱过就有了默契。放下偏见，太平洋就不算距离。家乡的信中写下你的中国，字里行阅读得出你的深情。遥远来、永久住、深刻爱，我们都喜欢你这种不见外。

中国女排

上世纪 80 年代，中国以拼搏精神赢得五连冠，成为当时中国人的模范和骄傲。30 多年来，女排魅力不衰，粉丝遍中华，纵跨几代人。2019 年国庆前夕，中国女排以 11 连胜的骄人战绩赢得 2019 年女排世界杯，这也是中国女排第 10 次荣膺世界大赛冠军，女排姑娘的成就，显露出祖国至上，顽强拼搏，胜不骄败不馁的英者风范，也成为中华民族屹立于世界民族之林的生动见证。

颁奖词：三十年拼搏不息，几代人热泪盈眶。在低谷中奋起，从不放弃，面对强敌出手，永不言败。你们的身影是民族性格的缩影，你们的脚步是一个国家成长的历程。奏国歌，升国旗，你们超越了体育，是国家的英雄。

感动中国十大人物（2019）

钟扬：立心天地厚

钟扬长期致力于生物多样性研究和保护，率领团队在青藏高原为国家种质库收集了数千万颗植物种子；钟扬援藏 16 年，足迹遍布西藏最偏远、最艰苦的地区，长期的高原工作让他积劳成疾，多次住进医院，但他都没有停下工作。多年来，钟扬为西部少数民族地区的人才培养、学科建设和科学研究作出了重要贡献。

2017 年 9 月 25 日，钟扬在内蒙古工作途中遭遇车祸，不幸逝世。2018 年 4 月，中宣部授予钟扬“时代楷模”称号。

颁奖辞：

超越海拔六千米，抵达植物生长的最高极限，跋涉十六年，把论文写满高原。倒下的时候双肩包里藏着你的初心、誓言和未了的心愿。你热爱的藏波罗花，不屑于雕梁画栋，只绽放在高山砾石之间。

杜富国：伤情牵动国人心的排雷战士

2018 年 10 月 11 日下午，在边境扫雷行动中，面对复杂雷场中的不明爆炸物，杜富国对战友喊出“你退后，让我来”，在进一步查明情况时突遇爆炸，英勇负伤，失去双手和双眼，同组战友安然无恙。

杜富国的伤情牵动着全国人民的心，人们通过各种形式向他表达慰问。国防部评价说：杜富国同志面对危险、舍己救人，用实际行动书写了新时代革命军人的使命担当。

颁奖辞：

你退后，让我来！六个字铁骨铮铮，以血肉挡住危险，哪怕自己坠入深渊。无法还给妈妈一个拥抱，无法再见妻子明媚的笑脸，战友们拉着手趟过雷场。你听，那嘹亮的军歌是对

英雄的礼赞!

吕保民：勇斗歹徒的退伍军人

2018年9月8日，吕保民在幸福北街菜市场发现一男子持刀抢劫，上前制止，被歹徒连刺五刀，身受重伤。最后在村民们帮助下，歹徒被制服。吕保民其见义勇为的事迹得到广大群众的赞誉。

颁奖辞：

身在市井未曾放下心中豪情，曾经军旅岂容凶残闹市横行。于人群中挺立，喝断暴徒的路，聚拢起民间的正气。侠隐于市见义勇为，勇不在于强悍，而在于无所畏惧!

马旭：分毫积攒 千万捐赠的老人

2018年，武汉一位退休老人向家乡木兰县教育局捐赠1000万元，引起了广泛的关注。这笔巨款是马旭与丈夫一分一毫几十年积累而来。他们至今生活简朴，住在一个不起眼的小院里。网友纷纷向两位老人致敬、点赞。

颁奖辞：

少小离家乡音无改，曾经勇冠巾帼如今再让世人惊叹。以点滴积蓄汇成大河灌溉一世的乡愁，你毕生节俭只为一次奢侈，耐得清贫守得心灵的高贵。

刘传健：中国民航英雄机长

“大家以后每次坐飞机，希望都是安全的”

今年央视春晚上，川航英雄机长刘传健和他的机组成员一同亮相，给全国人民拜年。时隔十几天，刘传健又站上全国舞台，这次他登上了“感动中国2018年度人物”颁奖盛典。面对鲜花和掌声，他说，“大家的掌声是对我的鼓励，大家以后每次坐飞机，希望都是安全的。”

时隔近一年，大家依然会用“惊心动魄”来形容那次航行任务。2018年5月14日，川航3U8633重庆至拉萨航班执行航班任务时，在万米高空突然发生驾驶舱风挡玻璃爆裂脱落、座舱释压的紧急状况。生死关头，刘传健果断应对，带领机组成员临危不乱、正确处置，确保了机上119名旅客生命安全。

之后，中国民航局和四川省政府授予川航3U8633航班机组“中国民航英雄机组”称号，授予机长刘传健“中国民航英雄机长”称号。经历了为期6个月的康复疗养后，2018年11月16日，川航英雄机组再次重返蓝天。“我们将尽心执飞好每一个航班，确保安全飞行。”在接到复飞指令后，机长刘传健表示。

颁奖典礼现场，当主持人再次谈及那次飞行任务，刘传健并没有过多地描述他当时的壮举，而是向观众讲述当时同行机组人员的故事，“他们在关键时刻让旅客放心，在有的旅客没有系好安全带和戴氧气面罩的情况下，帮助他们系上，其中有一个乘务员在帮助旅客系安全带后，自己没有安全带可以系，就叫旅客从后面抱住她，飞机落地后，她发现后背是冰凉冰凉的，才发现是旅客流的眼泪把她的衣服打湿了。”

颁奖辞：

仪表失灵，你越发清醒；乘客的心悬得越高，你肩上的责任越重。在万米高空的险情中如

此从容。别问这是怎么做到的。每一个传奇背后，都隐藏着坚守和执着。

其美多吉：雪域邮路上的忠诚信使

“雪山信使”其美多吉：

翻越雪线邮路 30 年 “我就是邮件的保护神”

穿着一身红色藏族传统服饰，四川省甘孜县邮政分公司长途邮车驾驶员其美多吉盛装出现在“感动中国 2018 年度人物”颁奖典礼现场，这是继 2005 年王顺友入选“感动中国”年度人物后，时隔 13 年，中国邮政第二位登上“感动中国”盛典舞台的员工。

川藏线康定至德格这条险路，平均海拔超过 3500 米，被称为雪线邮路，途中的雀儿山被称为“雄鹰都飞不过去的山”。可其美多吉却已在这条雪线邮路上来回翻越了 30 年，他更是被乡亲们称为“雪山上的雄鹰”。

在此前接受封面新闻记者的采访时，其美多吉谈到自己最幸福的时刻就是每年送高考通知书的时候。每年此时，德格县的乡亲们都会从家里跑到邮车的分拣点，一看到绿色的邮车停靠，便会一起围过来。“本来是应该让我们的快递员分拣好再递上门的，但是乡亲们可等不了。”这时候，看着乡亲和孩子脸上期盼的目光，其美多吉就会感觉这不仅是一份工作，“这真的就是在做善事，也是我做这份工作最幸福的时候。”

30 年来走过的雪线邮路是孤独的，但他从来没有后悔过。“特别是临近春节，别人在家团圆，只有我们开着邮车，离家越来越远。其实，我们心里也盼着团圆啊，但我们的工作不能停下来，邮车必须得走。

颁奖辞：

三十忠诚风与雪，万里邮路云和月。雪山可以崩塌，真正的汉子不能倒下。雀儿山上流动的绿，生命禁区前行的旗，蜿蜒的邮路是雪山的旋律。坚强的多吉，你唱出高原上最深沉的歌。

王继才 王仕花：守岛卫国 32 年的夫妇

江苏灌云县开山岛位于我国黄海前哨，面积仅有两个足球场大小。1986 年，26 岁的王继才接受了守岛任务，从此与妻子王仕花以海岛为家，与孤独相伴，在没水没电、植物都难以存活的孤岛上默默坚守，把青春年华全部献给了祖国的海防事业。

颁奖辞：

浪的执著、礁的顽强、民的本分、兵的责任。岛再小也是国土，家未立也要国先安。三十二年驻守，三代人无言付出两百面旗帜收藏了太多风雨。涛拍孤岛岸，风颂赤子心！

张渠伟：六年坚守扶贫一线的基层干部

“半盲”扶贫局长张渠伟：

推迟手术 奋斗在脱贫攻坚第一线

2 月 18 日晚，下乡归来的张渠伟在忙碌一天后并未选择回家休息，而是来到了单位会议室观看节目。节目播出后，同事朋友的祝贺纷纷如期而至，而他本人却感到：“内心很平静。”

自 2014 年 3 月担任达州市渠县扶贫和移民工作局局长以来，张渠伟为渠县 143802 名

(居四川省第二)贫困人口脱贫、130 个贫困村脱贫和整县摘帽贡献了健康、智慧和热血。由于常年熬夜和超负荷工作，张渠伟还患上了严重的“耳石症”和“青光眼”，住院期间，他曾 3 次拔掉“输液管”偷偷回到了工作岗位。

最严重的时候，医生曾要求他立即住院，接受手术治疗，否则就有可能失明。可是他却说：“没时间住院啊，能不能先利用药物保守治疗？”带着 3 个月的药物，张渠伟重新回到了工作岗位，一桩一桩的工作让他分身乏术，连复查都是通过电话联系医院，让医生根据口述症状帮忙开药。

真情的付出也有了回报。据数据统计，渠县四年共减贫 136610 人，贫困发生率从 12.1% 降到 0.6%，这一条扶贫之路，张渠伟走得辛苦，却依旧坚定。

“获此殊荣，我仅是扶贫战线的代表之一。”节目播出后，张渠伟在接受封面新闻记者采访时表示，这份殊荣对他而言更多的是压力和责任。“唯有扎根扶贫一线，更加努力地工作和顽强地拼搏，为脱贫攻坚做出积极贡献！为乡村振兴奠定坚实基础！”张渠伟说。

颁奖辞：

扶贫必须精准，不落一人一户。病情迫在眉睫，却一拖再拖。扎下帐篷，扎下了根，签上名字，就立下了军令状。没有硝烟的战场，你负了伤，泥泞的大山，你走出了路。山上的果实熟了，人们的心热了。

张玉滚：担起乡村未来的 80 后教师

张玉滚大学毕业后，放弃在城市的工作机会，回到家乡，从一名每月拿 30 元钱补助、年底再分 100 斤粮食的民办教师干起，一干就是 17 年。学校地处偏僻，路没修好时，他靠一根扁担，一挑就是 5 年，把学生的课本、文具挑进了大山。他是这里的全能教师，手执教鞭能上课，掂起勺子能做饭，握起剪刀能裁缝，打开药箱能治病。由于常年操劳，“80 后”的他鬓角斑白、脸上布满皱纹。

颁奖辞：

扁担窄窄，挑起山乡的未来；板凳宽宽，稳住孩子们的心。前一秒劈柴生火，下一秒执鞭上课。艰难斑驳了岁月，风霜刻深了皱纹，有人看到你的沧桑，更多人看到你年轻的心。

程开甲：两弹一星功勋

1946 年 8 月，程开甲赴英留学。新中国成立后，程开甲放弃了国外优厚条件回到中国，1960 年，加入到我国核武器研究的队伍，从此消失 20 余年。从 1963 年第一次踏进罗布泊到 1985 年，程开甲一直生活在核试验基地，为开创中国核武器研究和核试验事业，倾注了全部心血和才智。程开甲设计了中国第一个具有创造性和准确性的核试验方案，设计和主持包括首次原子弹、氢弹，导弹核武器、平洞、竖井和增强型原子弹在内的几十次试验。

颁奖辞：

空投、平洞、竖井、朔风、野地、黄沙，戈壁寒暑成大器，于无声处起惊雷！一片赤诚、一生奉献，一切都和祖国紧紧相联。黄沙百战穿金甲，甲光向日金鳞开！

感动中国十大人物（2018）

1、卢永根

2017年3月，卢永根教授在夫人的搀扶下来到银行，将十多个存折的存款转入华南农业大学的账户，卢永根夫妇一共捐出8809446元，这是他们毕生的积蓄，学校用这笔款设立了教育基金，用于奖励贫困学生与优秀青年教师。

卢永根没有将财产留给唯一的女儿，他说：“党培养了我，将个人财产还给国家，是作最后的贡献。”卢永根的秘书赵杏娟说：“钱都是老两口一点一点省下来的，对扶贫和教育，两位老人却格外慷慨，每年都要捐钱。”

卢老在病榻上领到奖杯。

颁奖词：种得桃李满天下，心唯大我育青禾。是春风、是春蚕，更化作护花的春泥，热爱祖国，你要把自己燃烧。稻谷有根深扎在泥土，你也有根，扎根在人们心里。

2、廖俊波

廖俊波出身普通家庭，毕业后当过中学老师、乡镇干部，在县乡两级做过主要领导，在政和县工作的几年，始终牵挂群众，惦记着群众的冷暖安危，他把群众当亲人，用心用情为群众办实事、解难事，用自己的“辛勤指数”换来群众的“幸福指数”。廖俊波经历的岗位，都是“背石头上山”的重活累活，需要比别人付出更多的艰辛和努力。但他始终把工作当事业干，乐在其中。离开政和时，全县财政总收入翻了两倍多，连续3年进入全省县域经济发展“十佳”，实现了贫困县脱胎换骨的蜕变。

2017年3月18日傍晚，廖俊波出差途中因公殉职，年仅49岁。2017年6月20日，中共中央宣传部向全社会公开发布廖俊波的先进事迹，追授他“时代楷模”荣誉称号。

颁奖词：人民的樵夫，不忘初心，上山寻路，扎实工作，廉洁奉公。牢记党的话，温暖群众的心，春茶记住你的目光，青山留下你的足迹。谁把人民扛在肩上，人民就把谁装进心里。

3、杨科璋

2015年5月30日1点13分，杨科璋在灭火救援中紧急救出一名约两岁的孩子，但因烟雾太大、能见度低而踩空坠楼。从五楼坠楼时杨科璋紧抱孩子，最终保住了孩子，但自己却献出了年仅27岁的生命。杨科璋入伍以来共参加灭火救援战斗200多次，抢救疏散被困群众160多人。

颁奖词：有速度的青春，满是激情的生命，热爱这岗位，几回回出生入死，和死神争夺。这一次，身躯在黑暗中跌落，但你护住了怀抱中，最珍爱的花朵。你在时，如炽烈的阳光；你离开，是灿烂的晚霞。

4、刘锐

面对强国强军的时代要求，刘锐紧跟装备升级步伐，参与完成国产新一代中远程轰炸机改装，填补轰-6K作战使用的多项空白，和战友一起首次在南海和西太平洋留下中国新一代中远程轰炸机的航迹。

刘锐所在团被确定为全军首家装备轰-6K的部队后，他作为“先行者”和“探路人”，既当“改装员”又当“试飞员”，仅用3个月就完成了改装。

随后，刘锐一鼓作气，创造性提出“课题牵引训练”新思路，形成一批战法、数十套突击方案，填补轰-6K作战使用的多项空白。

颁奖词：脱翎换羽，展翅高飞，这是大国利器。穿越海峡，空巡黄岩，你为祖国的战机填上一抹太平洋的蓝。巡天掠海，为国仗剑，强军兴军的锐一代。只要祖国需要，你们可以飞得更远。

5、黄大年

黄大年留学英国 18 年，是国际知名的科学家。回国前，他住在剑桥大学旁边的花园别墅里，妻子还经营着两家诊所。2008 年，中国开始实施“海外高层次人才引进计划”，他用最短的时间辞职、卖掉房子和诊所、办好了回国手续。

归国 7 年多来，黄大年担任国家多个技术攻关项目的首席专家，经常工作到凌晨，几乎没有休过寒暑假和节假日，甚至多次累倒在工作岗位上，这种工作状态直到生命最后一刻。

颁奖词：作别康河的水草，归来作祖国的栋梁。天妒英才，你就在这七年中争分夺秒。透支自己，也要让人生发光。地质宫五楼的灯，源自前辈们的薪传，永不熄灭。

6、卢丽安

卢丽安 1968 年生于台湾高雄，从小受家人影响对大陆有着特殊感情。1997 年，卢丽安夫妇到上海复旦大学任教。几年下来，卢丽安成为复旦大学最受欢迎的教授之一。

2015 年，卢丽安加入中国共产党，2017 年，被选举为十九大党代表。

“我以台湾的女儿为荣，我以生为中国人为傲。”

卢丽安在十九大“党代表”通道上如是说。十九大会议结束后，“卢丽安效应”在慢慢蔓延。很多台胞朋友为她点赞，因为她说出了广大台胞们的心声。还有她的学生，默默地留言支持老师，向老师学习回报社会。卢丽安的父母表示，只要女儿做的是对社会、民族、国家有益的，能够促进我们两岸的和平发展、促进岛内同胞在大陆的发展，都会支持。

颁奖词：台湾的女儿，有大气概。祖国为大，乡愁不改；把握现在，开创未来。分离再久，改不了我们的血脉，海峡再深，挡不住人民追求福祉的路。

7、卓嘎和央宗

玉麦乡地处祖国西南边陲，1964 年至 1996 年的 34 年间，桑杰曲巴家是这片土地上仅有的一户人家。一个爸爸，两个女儿，一栋房子，既是乡政府，也是他们的家。

父亲桑杰曲巴是个老民兵，放牧守边 34 年，从未离开过这片土地。卓嘎、央宗姐妹俩在父亲的带领下，加入了中国共产党，半个多世纪来，父女三人以放牧为生，守护着祖国数千平方公里的国土。父亲桑杰曲巴常对卓嘎和央宗说：“如果我们走了，这块国土上就没有人了！”这句话，两个女儿记了一辈子。他们知道，守护土地，就是守护国家。

颁奖词：日出高原，牛满山坡；家在玉麦，国是中国。中国是老阿爸手中缝过的五星红旗，中国是姐妹俩脚下离不开的土地。高原隔不断深情，冰雪锁不断春风。河的源头在北方，心之所向是祖国。

8、王珏

王珏化名“兰小草”，给急需帮助的孤儿寡母捐款，每年2万，已经坚持了15年，并承诺希望能捐够33年。慈善机构收到了捐款，想要寻找到这位好人，多次联络，王珏都没有现身。

家人曾问王珏，为何以“兰小草”的名字行善？王珏当时说：平凡、善良的奶奶特爱画兰花，并且在村里很受尊重，取名时将“平凡小草”与“高洁兰花”结合。

缺席了无数次公益奖项颁奖，坚持公益捐款十多年，今年7月，王珏被检查出肝癌，去世之前，他的身份最终得以大白。

颁奖词：碧草之芬，幽兰之馨；有美一人，在海之滨。留下丰碑，芳香无尽。每年的十一月十七，狮子座流星雨如期而至，那一刻，映亮了夜空中你最美的背影。

9、黄大发

黄大发居住的地方以前叫草王坝，海拔1250米，山高岩陡，雨水落地，就顺着空洞和石头缝流走，根本留不下来。村里人用水去最近的水源地挑，必须来回走两个小时。因为缺水，当地只能种一些耐旱的苞谷。没有水，别说发展产业，村民连温饱问题都不能解决，一些家庭吃盐都需要赊账。

20世纪60年代起，黄大发带领群众，历时30余年，靠着锄头、钢钎、铁锤和双手，在绝壁上凿出一条长9400米的“生命渠”，结束了草王坝长期缺水的历史，乡亲们亲切地把这条渠称为“大发渠”。

颁奖词：水过不去，拿命来铺，这是一个老党员为人民许下的誓言，大发渠，云中穿，大伙吃上了白米饭。三十六年，为梦想跋涉，僵直了手指，沧桑了面孔，但初心不变。

10、谢海华

29年前，湖南农民谢芳在见义勇为时受重伤，落下残疾。刚刚从部队复员回家的谢海华，经人介绍与谢芳订婚。面对谢芳日益严重的后遗症，谢海华仍选择了与她结婚。

近28年来，谢海华一直悉心照顾妻子，每天早上6时准时起床做饭，帮妻子穿衣服、洗漱，一日三餐把饭菜送到床头喂她吃。对于谢芳来说，谢海华就是她的手和脚，“没有他，我活不到今天。”

颁奖词：相信，是那一刻的决定。相濡以沫是半生的深情。平凡的两个人，在命运面前，却非凡地勇猛。最长情的告白，已胜却人间无数。心里甜，命就不苦。爱若在，厮守就是幸福。