



《习近平的七年青年岁月》心得体会汇编

目录

1	党员干部锤炼党性的生动范本.....	2
2	鲜活的教材 生动的范本.....	10
3	磨砺使人成长.....	14
4	青年的楷模 学习的榜样.....	17
5	激越历史时空的青春共鸣.....	28
6	向习近平总书记学习 向习近平总书记看齐.....	39
7	从《习近平的七年知青岁月》找寻青春答案.....	45
8	梦想从学习开始.....	49
9	最“青春”的选择.....	51
10	我的黄土情支教心.....	54
11	奋斗的青春才彰显价值.....	58
12	将青春扎进土地.....	42



1 读《习近平的七年知青岁月》

人都有自己的青春时代。之后，人生历程中拉开的差距，除了所处的不同客观环境、客观条件影响外，很大程度上与青年时代的主观世界、主体努力与人格状态不同直接相关。习近平同志之所以在今天能担任我们党的总书记，并明确为全党的核心，应当说，与他在陕北延安梁家河七年知青岁月的艰辛磨炼、积极努力，以及之后的历练密切相关。陕西省延川县梁家河村民王宪平一语中的：“习近平是靠自己踏踏实实干出来的。”曾任延川县革委会通讯组组长、1975 年采访过习近平的曹谷溪说：“陕北七年是习近平一生最宝贵的财富。”曾任延川县文安公社党委书记、县教育局局长的白光兴也说：“入党、提干、上大学都是习近平奋斗的结果。”这些亲眼看见习近平在梁家河插队锻炼且成长的人这样来评价习近平，充分展现了习近平真实的知青岁月和成长历程。读完《习近平的七年知青岁月》（中央党校出版社 2017 年出版），习近平知青岁月的整体形象，清晰地展现在我们面前了。

有追求

大部分人不同程度上都会有艰难困苦的人生历程。艰难困苦可以成就一个人，它可以锻造你的心智和心志，也可以毁灭一个人，它可以成为摧毁你的借口，究竟如何，关键看你的人生态度。要么在困境中崛起，要么在困境中毁灭。习近平是在困境中崛起的人。之所以如此，关键在



于他有追求，志存高远。曾任延川县文安公社知青专干的刘明升说：“近平立志办大事，不搞形式主义。”与习近平一起到延川县梁家河插队的知青王燕生说：“近平在困境中实现了精神升华。”在梁家河7年，习近平立志办大事，要给群众做实实在在的事情。这种毅力和决心，是一般人少有的。他在困境中完成了一次蜕变，实现了精神上的升华，这就是养成了他胸怀为民谋福利的信念和抱负，这就决定了他所走人生道路的不同。习近平后来返回北京，又有了有前途的工作，但他反而放弃了看似更平坦舒适的道路，下沉到基层，沉到社会实践的最前沿去工作，一步一个脚印，每一步都走得很扎实、走得很充实。这是有大抱负、有大气魄、有大本事、有大勇气、有大使命感的人，才能做出的选择。为什么？这与他“为老百姓办实事”的信念和抱负直接相关。一句话，在农村7年，习近平逐渐建立起自己的人生理想，这就是要为老百姓办实事。7年知青岁月，是习近平人生道路上最重要的阶段，这个阶段对他整个成长、成熟、成功，起到了至关重要的作用。习近平之所以能扣好人生的第一粒扣子，走好人生的第一步，一是与他这7年努力拼搏、自强不息、刻苦锻炼有关，他不甘于平淡生活，认为人活一世，要做一番事业，要在“修齐治平”方面有所作为，这是他成长的内因；二是外部因素。如党组织的培养，家庭与环境的影响，陕北老乡的关怀教育，等等。今天，习近平总书记的“有追求”，主要体现在“为民族担当”“为人民担当”“为党担当”。

能吃苦

在困境中生存和生活，首先意味着要经受苦难。能吃苦者，就能经



受苦难的考验，能磨其心志，苦难会成为他人生成长的教科书和难得的精神财富。怕吃苦者，会整天处在抱怨之中而不可自拔。孟子曾说过：

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。”就是说，上天将要下达重大责任和担子给这样的人，一定要先使他们的内心痛苦，使他们的筋骨劳累，使他们经受饥饿，使他们受到贫困，通过这些来使他们内心警觉，使他们的性格坚定，增加他们原来所不具备的才能。中央党校常务副校长何毅亭在书中提到，习近平是“年龄最小、去的地方最苦、插队时间最长的知青”。习近平把7年最珍贵的青春岁月，留在梁家河这个山沟里。7年艰难困苦知青岁月，为习近平担当党和国家大任，奠定了坚实的人格基础。延川县梁家河村民张卫庞、吕侯生、刘金莲说：“近平与我们同吃同住同劳动。”1969年在延长县插队的知青孔丹说：“陕北七年，他真是不容易也真是不简单。”这些朴实的话都是真实的写照。习近平到延川县梁家河插队，一开始要过四关：跳蚤关、饮食关、劳动关、思想关。应当说，这四关过得很艰难。就是说，要找出一条从梁家河走出的路，对那时的习近平来说，实在太难了。如果思想认识和精神境界得不到升华，就会处处怨天尤人。别人是从零开始，而习近平要从负数开始。然而，在这种艰苦的环境中，习近平没有消沉，他不对身边的人抱怨什么，不向别人倾诉自己的苦闷，反而比较坚强，能吃苦，能顶住压力，这使他度过了这四关，也使他的精神得到了升华，思想得到了提升，认识得到了提高，这就是：贴近黄土地，贴近农民，下决心扎根农村，立志改变梁家河的落后面貌。今天，习近平总书记的“能吃苦”，主要体现在他为民族、党和人民的事业夙



夜在公、竭尽心力。

爱学习

学习是人生进步的阶梯，学习能改变命运。这是不争的事实。与习近平一起到延川县梁家河插队的知青戴明说：“近平在梁家河从来没有放弃读书和思考。”另外两个与习近平一起到梁家河插队的知青赵华安、张春富也说：“近平很喜欢读书学习，也喜欢写东西。”习近平到梁家河插队期间，装满了两个箱子的书。他在田间地头休息间隙抓紧读书，干了一天活再累，晚上也要看书到深夜。他勤奋好学，到了夜以继日的程度。他读的书有政治、历史，有文学、哲学、军事，他还注重研读马克思主义经典著作和中国经典古籍。政治能帮助他明确政治方向，哲学能帮助他抓住事物的矛盾、本质、问题、重点，历史能使他看到事物发展的来龙去脉，并从中汲取历史智慧，文学能丰富他的精神世界，了解五彩缤纷的人生。他读书注重分析对比，力求知其所以然。当今，习近平总书记的系列重要讲话之所以具有哲学的眼光、底蕴和智慧，之所以能把握历史规律和历史经验，之所以常常引经据典、信手拈来，就与他注重学习、读书有关，与他“厚积薄发”的积累有关。而这，对他今日治国理政，尤为重要。今天，他强调要传承和弘扬中华优秀传统文化，提出实现中华民族伟大复兴的中国梦，就是建立在他对中国优秀文化和历史传统的深刻认识基础上的。担当大任，不仅需要劳其筋骨，还要博览群书，掌握认识世界的方法。好比领导干部完成工作任务是过河，而过河需要船，需要桥，这里的“船”和“桥”，就是思想方法，就是工作方法。这种思想方法、工作方法，既从实践经验中来，也从学习、读



书中来。习近平说得好：“好学才能上进，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。”

办实事

只有心里想着、装着群众，才会想着为群众办实事，进而才能真正赢得群众的信赖和拥护。习近平在梁家河插队期间，一心想着为当地群众办实事，试图改变当地落后面貌。为群众做实事，是他矢志不渝的信念。无论是在当知青的时候，还是在当大队书记的时候，习近平的目标很明确，就是为人民服务。要为群众办实事，就要先调查研究，实事求是，从实际出发，了解当地实际情况。一个党的工作者，只有真切了解基层群众的疾苦和贫困地区群众生活的艰难，才能想百姓之所想，急百姓之所急，才能够有正确的工作方法，才能真正为老百姓做实事、做好事。当习近平越来越多地了解当时农村的落后与老乡生活的艰苦，就越激发他为群众做实事的激情。习近平说：“我到梁家河毕竟好几年了，老乡对我不错，我不能就这么走了，得帮助老百姓做点事儿。”他认为，是陕北人民收留了他，爱护他也保护了他，他要为民办事。

习近平曾自述：“7年上山下乡的艰苦生活对我的锻炼很大。最大的收获有两点：一是让我懂得了什么叫实际，什么叫实事求是，什么叫群众。这是让我获益终生的东西。二是培养了我的自信心。”通过调研研究了解实际情况后，习近平就拿出切实可行的办法，并脚踏实地去做，去苦干实干。习近平在梁家河的7年，靠自己的苦干实干作出了一番成绩。他带领干部、群众打坝、挖井、办缝纫社、代销点、铁业社、磨坊、办沼气。只要是村民需要的，只要是他能想到的，他都去办。从刚到梁



家河才几天就去吊唁一位老党员过世的母亲，到对智力有点缺陷的灵娃之包容、关心；从把“娘的心”针线包送给村民张卫庞，到帮助果农提高苹果产量质量；从把好点的粮食分给老乡吃，到对贫下中农、老人、儿童、残疾孩子的真诚相待；从倾其所有把一切有用的东西给讨吃老汉，到慷慨助他人，目的都是为了让群众过上美好的生活。这样，久而久之，就养成了习近平的为民情怀。习近平认为自己“就是个普通农民”，还经常说他是“老陕”，把自己看作黄土地的一部分，这说明他已经完全把自己融入农民之中了。当今，习近平总书记之所以三番五次强调以人民为中心，强调“我的执政理念，概括起来说就是：为人民服务，担当起该担当的责任”，强调“人民对美好生活的向往就是我们的奋斗目标”，强调“要把人民作为我们力量的源泉”，之所以经常到那些贫困地区体察民情，与他这7年知青经历所培养起来与人民的深情有关，与他在梁家河插队所形成的为民情怀直接相关。近几年，习近平总书记一再强调扶贫要攻坚、扶贫要精准，就是因为他曾经就是一名农民，他懂农民。1969年到延川县段家圪瘩大队插队的知青陶海粟说：“为群众做实事是习近平始终不渝的信念。”与习近平一起到延川县梁家河插队的知青黑荫贵说：“我和近平一起到四川学习办沼气。”延川县梁家河村民石春阳说：“群众需要什么，近平就干什么。”梁家河村民武晖也说：“近平一心为民办事又善于为民办事。”这些都道出了习近平脚踏实地为群众办事实的务实精神和开拓精神。正因如此，习近平入党、当村支书、上大学，“大家都拥护他”。

重辩证



习近平所读的书，最多还是马克思主义哲学，尤其是唯物辩证法。习近平认为，简单孤立地谈论问题的一个方面而不顾其他方面，是片面的。如果认为辩证法仅仅是一个“斗”字，就把整个问题简单化了。习近平强调，既要看到矛盾双方的对立，还要看到矛盾双方的统一。习近平善于运用辩证思维处理各种矛盾，做各种细致的工作。他做群众工作很注意方法，也很人性化，从不采取强势、高压的做法，总是尽量做思想工作，认为把人的思想做通了，心理疙瘩解开了，事情也就顺理成章做好了。习近平看问题，习惯从多方面考虑，善于运用辩证思维方式，针对一个问题进行多角度反复推敲，互相印证，而不是简单地只从一个方面刻板地考虑问题，更不自以为是。这使他找到了解决问题的办法。雷平生说，习近平对主要矛盾和矛盾的主要方面有较多思考。当今，习近平总书记特别强调要树立辩证思维，提高辩证思维能力，就与他当年在梁家河插队时注重学习唯物辩证法有关。

敢担当

敢担当才能办大事，敢担当才能成伟业，敢担当才能为人民。十八大以来，习近平总书记之所以能解决过去长期想解决但没有解决好的难题，办成许多过去想办但没有办成的大事，就与他这种敢于担当的精神和气概相关。

梁家河村民梁玉明说：“近平敢说敢做敢担当。”习近平做事情有一个很大的特点，就是他一旦担起责任，就有自己的想法，就敢干事，敢干大事。敢于担当与具有战略定力有关。不论大事小事，习近平遇事总是沉着淡定，始终保持情绪上的冷静，因为他认为，做大事者要具备



冷静的心态和自控能力，这样即使事务再紧急，也可以条分缕析找到解决问题的最佳方案。当今，习近平总书记治国理政，具有敢于担当和战略定力的品格，就与他在梁家河 7 年知青岁月所养成的担当精神和战略定力是直接相关的。

2 鲜活的教材 生动的范本

“为什么我的眼里常含泪水，因为我对这土地爱得深沉……”一口气读完《习近平的七年知青岁月》（中共中央党校出版社）一书，对诗人艾青的这一名言有了更为触动灵魂的共鸣。这是一本由29名采访对象的口述汇集起来的采访实录，受访者通过自己的亲身经历，用真实的历史细节讲述了习近平总书记当年“苦其心志、劳其筋骨、饿其体肤、空乏其身”的历练故事，再现了习总书记知青时期的艰苦生活和成长经历。

落其实者思其树，饮其流者怀其源。在那段知青岁月里，田间地头的一锄一犁、掏心窝子的一言一行，构成了当代青年官兵树立正确人生观、励志成才的鲜活教材，是部队党员干部锤炼党性、提升素质的生动范本，每名官兵都应当从中汲取营养，跟随青年习近平足迹找寻青春无悔的密码。

树立矢志不渝的理想追求。“15岁来到黄土地时，我迷惘、彷徨；22岁离开黄土地时，我已经有着坚定的人生目标，充满自信。”在梁家河的七年知青岁月中，无论是“黑帮子弟”的政治污蔑，还是吃不饱穿不暖的现实困境，或是生理上的种种不适应，都没有让青年习近平放弃最初的理想。从40年前走出窑洞、北上求学的那天起，“为群众做实事”的理想信念就成为牵引青年习近平不断奋进、走向成功的力量源泉。这



足以启示青年官兵，只有到艰苦环境中去，才能在实践锻炼中激发潜能、积累经验，磨砺意志、增长才干，打牢成长的根基，像当年的习总书记一样，在基层历练、积累，铸就矢志不渝的理想追求。

植根爱国为民的家国情怀。七年知青岁月，青年习近平把自己看作黄土地的一部分，“为群众做实事”的信念在此时悄然扎根。他用双脚丈量黄土高原的宽广与厚度，一心只为了让老百姓过上好日子，这样的爱民为民情怀孕育了习总书记以人民为中心的发展思想。由此，我们便不难理解他为什么反复强调“增强人民群众获得感”，为什么要求“让发展成果更多更公平地惠及全体人民”，为什么勉励当代青年“让青春绽放在祖国最需要的地方”。青春是美好的，也是短暂的，青年官兵只有把青春植根在祖国大地，奉献于强军事业，才能做出无愧于时代和人民的业绩。

锻造勤奋好学的进取精神。“听说，为了找到歌德的《浮士德》，他跑了三十几里路才借到手。”“上山放羊，他揣着书，把羊放到山坡上，就开始看书。锄地休息时，拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累”……在“上山下乡”那个年代，整个社会文化生活匮乏，黄土高原闭塞而荒凉，青年习近平却始终“痴迷”读书，即便身处困顿也没有失去对知识的渴求，读书成了他始终坚持的一种生活态度、一种工作责任、一种精神追求。当前，我们处在知识爆炸的信息时代，新军事变革、高技术战争，对军人素质提出更高要求，要求我们青年官兵必须保持旺盛的求知欲，学习新理论、掌握新装备，获得打赢未来战争的



“入场券”和“资格证”。

培塑求真务实的良好作风。习总书记曾说，陕北七年生活最大的收获有两点，其中之一就是懂得了什么叫实际，什么叫实事求是，什么叫群众。在历史亲历者口中，我们也总能听到“近平是了解实际的”“插队几年让他更加了解实际”等表述。青年习近平也给人们留下讲问题“讲得最实”“办法最管用”的深刻印象。正是习总书记这种求真务实的良好作风，支撑他在陕北这块红土地上取到了父辈革命者缔造的“真经”，完成了他最初的梦想。习总书记的七年知青生活告诉我们，实践出真知，基层是沃土。青年官兵成长成才，必须脚踏实地、抓住当下、扎根基层，在火热的军旅生活、壮阔的强军实践中实现个人理想。

砥砺艰苦奋斗的优秀品质。“艰难困苦，玉汝于成。”七年陕北生活，青年习近平面对贫苦的农村生活，与村民同吃同住同劳动，闯过“四大关”（跳蚤关、饮食关、劳动关、思想关），积累了丰富的精神食粮。实践证明，只要有乐于吃苦的劲头，再苦的环境也能适应，再难的问题也能直面解决。回过头来看，正是陕北这段艰苦的生活磨炼，锤炼了习总书记坚忍不拔、坚毅刚强的性格，铸造了他自强不息、志存高远的情怀，使他成为在艰难环境和曲折经历中成长起来的党的领袖。这启示我们，经历就是财富，苦难也是锻炼，青年官兵要勇于迎接挑战，敢于摔打自己，尤其要从难从严从实践出发，提高打胜仗本领，早日成为有灵魂、有本事、有血性、有品德的“四有”新一代革命军人。

“以青春之我，创建青春之家庭，青春之国家，青春之民族。”这



是李大钊对青年人的勉励。今天的青年官兵，时代性地站在“我们前所未有的地靠近世界历史舞台中心，前所未有的地接近实现中华民族伟大复兴的目标，前所未有的地具有实现这个目标的能力和信心”历史节点上，应当把党的创新理论和领袖指引的方向作为人生指南，自觉校正人生航向，系好人生第一粒扣子，在军旅之路上行稳致远，走出一条无愧于党、无愧于人民、无愧于内心的正道坦途。

3 磨砺使人成长

中共中央党校编写的《习近平的七年知青岁月》，从“知青说”“村民说”“各界说”三个部分，全方位、全视角还原了习近平总书记知青时期的艰苦生活，讲述了他如何经受“苦其心志、劳其筋骨、饿其体肤、空乏其身”的历练过程。读这些感人故事，是一次心灵上的冲击和震撼，是一次情感上的共鸣和升华，更是一次思想上的对表 and 看齐。总书记身上彰显的优秀品质、人格魅力需要每个人认真学习！

非志无以成才。一个 15 岁的青年，突然从大城市来到小村庄，面对身体上、生活上的种种不适应，心理落差可想而知。但他没有因为困难被打倒，没有因为苦闷而消沉，而是在真正融入梁家河的农村生活、深切了解农民生活现状后，立下了“为群众做实事”的理想。因为有了这个“初心”，青年习近平克服了“跳蚤关”“饮食关”“劳动关”“思想关”，逐渐成长为梁家河的“好后生”。总书记后来回忆：“15 岁来到黄土地时，我迷惘、彷徨；22 岁离开黄土地时，我已经有着坚定的人生目标，充满自信。”在黑夜中指引人生道路的是理想，这也是总书记反复告诫青年人要扣好“人生第一粒扣子”的原因。

唯有初衷不改，方能脚步不停。在这个有些“浮躁”“张扬”、充斥着“速成”“捷径”的社会，总书记“下决心扎根农村，立志改变梁



家河面貌”的故事，就像夏日里的一股清泉，甘甜明澈，解理想信念之渴。当前，军改正处于深走实落的关键阶段，面临撤并降改、调整分流，我们要努力立起报国志，“工作看我的，改革听党的”“到基层去，到艰苦的地方去，到祖国最需要的地方去”。

非学无以广才。能力素质是经过不断学习思考积淀形成的。知青雷平生回忆道：“有时候，我半夜醒来，发现近平还在看书，就问：近平，你怎么还不睡呀？他总是说：再看一会儿。”村民梁玉明感慨：“他在梁家河待了七年时间，我就没见他离开过书本，没见他放弃过读书。”农村知青生活，白天劳动强度大，人已经很疲劳，每天吃得也不好，尤其是当上村支书后又要操心村子里的事，但青年习近平总能静下心来读书学习。

总书记与青年学生座谈时曾讲过“30里借书，30里讨书”的故事，令人动容。在物质生活、信息获取手段都已极大丰富的今天，很多人都有学习乏力、思维懒惰的坏习惯，对比总书记当年在生活清苦的条件下仍能自觉做到学习刻苦、思想艰苦，我们每个人都应当反思检讨，看看学习上是否太过放松、思想上是否太过安逸，自觉重整行装再出发。

非干无以造才。梁家河原先是贫困村，青黄不接时全村就出去乞讨。青年习近平担任村支书后，村子变得红红火火、一片生机，原因在于“实干”！总书记当年带领村民打淤地坝，修建沼气池，打吃水井，开铁业社、缝纫社，办扫盲班，一心为民办实事，就像村民王宪平评价的，“近平在梁家河插队的这七年，是受苦受难的七年，是踏踏实实干出来的七



年”。人民群众的由衷赞扬源于总书记真正把群众的利益高高举过头顶，做耐心细致的工作，完成艰巨复杂的任务，解决群众最企盼的事情，用自己的辛苦指数换取群众的幸福指数。

真抓才能攻坚克难，实干才能梦想成真。“人民对美好生活的向往就是我们奋斗的目标”，总书记心里装着千百个“梁家河”，挂念着千百万的人民群众，以躬身实践的“实干”精神，带领我们国家实现了一个又一个跨越。在改革强军的伟大事业中，建设世界一流军队，同样需要每名官兵团结一心向前看，把心思集中在“想干事”上，把本领体现在“能干事”上，把目标锁定在“干成事”上，为实现强军目标不懈努力。

全国政协委员艾平说：“七年知青经历是习近平总书记治国理政思想的历史起点。”读罢此书，我们可以更加深刻、直观地领会总书记系列讲话的精神所在，更加全面、历史地认识到确立以习近平总书记为全党核心的重大意义，也更能让年轻一代明白一个道理：人生需要磨砺，磨砺使人成长。

4 青年的楷模 学习的榜样

2013年五四青年节，习近平总书记在同各界优秀青年代表座谈时，讲了一段极有文采、极富人生哲理的话：“青年朋友们，人的一生只有一次青春。现在，青春是用来奋斗的；将来，青春是用来回忆的……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。青年时期多经历一点摔打、挫折、考验，有利于走好一生的路。要历练宠辱不惊的心理素质，坚定百折不挠的进取意志，保持乐观向上的精神状态，变挫折为动力，用从挫折中吸取的教训启迪人生，使人生获得升华和超越。”

当时，我听到这段话，第一反应就是青年喜欢听、听得进，肯定会“火”。果不其然，总书记的讲话一经全文公开发表，这段话就在青年中引起强烈共鸣，激励着无数青年发出了“奋斗的青春最美丽”的铮铮誓言。现在，读了《习近平的七年知青岁月》（以下简称《岁月》），了解了总书记青年时期的点点滴滴，我们再来回味和咀嚼这段话，更有一种跨越历史、直击人心的触动与震撼，更能体会到总书记在讲这一番话时的语重心长、殷殷嘱托。我理解，总书记这段话是说给广大青年听的，同时每一个字又是对自己知青岁月的深沉感悟。在那段日子里，青年习近平在艰难困苦中经历摔打、挫折、考验，做到了宠辱不惊、百折



不挠、乐观向上，真正实现了人生的升华和超越。透过七年知青岁月，我们更加深刻地感受到了总书记“五四”寄语背后那股震撼人心的力量，这就是“知行合一”所带来的极其强大的心灵感染力、理论说服力、实践穿透力。这种震撼，吸引着我、同样也吸引着广大青年走进总书记的七年知青岁月，感悟总书记的青春奋斗故事给我们带来的深刻启示。《岁月》一经出版发行，就在广大团干部和团员青年中自发形成了读《岁月》、话理想、谈奋斗的浓厚氛围，形成了向青年习近平学习、向习近平总书记看齐的高度自觉。这是人民群众的呼声，这是人民领袖的魅力。

一、习近平总书记的七年知青岁月是青年一代励志成才的生动教材

习近平总书记寄语青年：“人生的扣子从一开始就要扣好。”总书记的七年知青岁月就是对这句话的最好注脚。对于每一个人来讲，扣人生第一粒扣子时的外部环境是很不一样的。有人可以在亲人的帮助下扣，有人可以在阳光下、灯光下扣，而总书记当初是在黑暗中摸索，在“苦其心志、劳其筋骨、饿其体肤”的环境下，艰难而又准确地扣好这人生第一粒扣子的。惟其艰难，更显伟大，更能够给当代青年以丰富的教益与启迪。

青年一代向总书记学习，就是要坚定听党话、跟党走理想信念。习近平总书记指出，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。总书记曾经说过：“人生的道路要靠自己来选择。如何选择一条正确的道路，关键是要有坚定的理想信念。否则，环境再好照样会走错路。”总书记



青年时期先后写了8份入团申请书、10份入党申请书，即便是在个人处境极为艰难的条件下，始终没有对党产生过怀疑和动摇。这就为我们生动诠释了什么叫矢志不渝、什么叫理想坚定，为广大青年树立了坚守初心不动摇的学习楷模。党的十八大以来，习近平总书记反复强调理想信念是精神之钙；在谈到青年成长道路问题时，每次必讲理想，而且都是第一位的要求。广大青年要把总书记的要求和他青年时代的实践结合起来学习，把理想信念建立在对科学理论的理性认同上，建立在对历史规律的正确认识上，建立在对基本国情的准确把握上，真正牢固树立为实现中华民族伟大复兴中国梦而奋斗的远大理想，坚定跟党走中国特色社会主义道路的坚定信念。

青年一代向总书记学习，就是要永葆肯吃苦、不怕苦的奋斗精神。在七年知青岁月里，别人做事从“零”开始，青年习近平却要从“负数”开始，深深体味了最苦、最难的生活，并在苦难中完成了人生的一次升华。从“扁担把他的肩膀磨得一层一层掉皮、出血”到“肩膀上磨出了厚厚的茧子，就不怕扁担磨了”；从“躺在跳蚤堆里睡觉，一咬一挠，浑身发肿”到“对跳蚤的毒素产生抵抗力”；从一开始劳动“连婆姨都不如的每天五六个工分”到两年后“拿到壮劳力的10个工分，成了种地的好把式”。不管多累多苦，青年习近平总是一直拼命干，从来不“撒尖儿”，一步一步地过了跳蚤关、饮食关、劳动关、思想关这“四关”。每过一关都是一份磨砺，都有一份收获，不断积蓄着人生升华与超越的能量。这种苦难的磨砺，既是物质上、身体上的，更是精神上、心灵上



的。总书记从不谙世事的“知青”到自称“是个普通农民”“是黄土地的儿子”，体现的是思想深处对农村和农民感情的深刻变化，证明已经完全融入了人民群众之中、深深扎根在中国的大地之中。“青年时代，选择吃苦也就选择了收获。”不同年代，吃苦的含义是不一样的。当代青年不会再有当初大规模上山下乡的那种历练，也很少会有吃不饱肚子的担忧，但是同样会碰到“苦”的环境、尝到“苦”的滋味。作为生活在新时期的青年一代，没有任何理由怨天尤人，必须像青年习近平那样，敢于吃苦、乐于吃苦、善于吃苦、不忘吃苦，在奋斗中创造属于自己的无悔青春。

青年一代向总书记学习，就是要养成爱读书、善读书的生活方式。酷爱读书，是《岁月》中几乎每一位受访者都谈到的对习近平总书记的深刻印象。青年习近平到陕北插队，只带了两个行李箱，里面装的全是书；“白天劳动、晚上看书”成为总书记知青岁月的生活常态，而且一直坚持，广泛涉猎了历史、政治、哲学、文学、外交、传统文化等领域的大量书籍，留下了“30里借书、30里讨书”的生动故事，用梁家河老乡的话说，“近平读书有‘书瘾’”，已经到了痴迷的程度。在当时那么差的学习条件下、不怕考试得零分的社会氛围中，青年习近平从来没有放弃读书和思考，这是难能可贵的。他不仅爱读书，而且善读书，“经常是几本书同时看，有所对比，有所分析”，“既知其然，又知其所以然”；注重从实践中求真知，指出“我们读了很多书，但书里有很多水分，只有和群众结合，才能把水分蒸发掉，得到真正的知识”。在总书



记青年时代，书很少，很多时候是有什么书就读什么书；现在，书多了，想读什么书就有什么书，但我们的读书学习越来越快餐式、碎片化、浅层次。针对这一问题，总书记在多次讲话中强调，青年抓学习要“下一番心无旁骛、静谧自怡的功夫”，“特别是要克服浮躁之气，静下来多读经典，多知其所以然”，“努力做到又博又专、愈博愈专”。这些要求很有现实针对性，广大青年应当结合青年习近平读书学习的事例，养成爱读书、善读书的生活方式，真正在向书本学习、向实践学习中打牢自身成长的根基。

二、习近平总书记的七年知青岁月是年轻干部健康成长的看齐标杆

习近平总书记多次用“墩墩苗”来比喻年轻干部的成长，深刻指出：“干部多‘墩墩苗’没有什么坏处，把基础搞扎实了，后面的路才能走得更稳更远。”在七年知青岁月里，青年习近平担任过驻队社教干部、梁家河村党支部书记，在最基层、第一线为老百姓做一件件实事，赢得了群众的口碑，成为“大家都拥护”的村支书。总书记用躬身实践告诉新时期的年轻干部“为什么当干部、怎么当好干部”，为大家树起了看齐的标杆。

年轻干部向总书记看齐，就是要一心为民。《岁月》一书给我留下的一个深刻印象就是，习近平总书记“在走上社会之初就与最底层的中国农民同甘苦共患难，由此培养了他一生都割舍不断的深厚感情——从心底里热爱人民，把老百姓搁在心里”。对乞食老汉“解衣推食”、帮助老汉拉车、帮群众找猪、为救治受伤村民而急坏了……这些都是青年



习近平为民情怀的自然流露。梁家河的村民们讲，总书记那时候“主要想的就不是自己的前途，而是怎么能做好村里的工作，怎么能让群众的生活好起来”。从政是一条充满不确定性的路，对待这种不确定性，总书记的选择是：“干得好，将来成就一番大事业，干得不好，就在下面给老百姓做些实事，也没什么”，“因为不管从政道路的前景如何，在基层为群众做实事的权利总是不会被剥夺的”。总书记用“在任何岗位上都能为群众做实事”来看淡不确定性，与某些干部用拉帮结派、投机钻营来抵消不确定性，是两种选择、两种境界，泾渭分明、高下立见，老百姓心中自有一杆秤。现在，习近平总书记反复强调“以人民为中心的发展思想”，从总书记的七年知青岁月中我们更深刻地读懂了它的根基与源头。新时期的年轻干部必须始终牢记全心全意为人民服务的宗旨，把人民放在心中最高的位置，坚定不移践行党的群众路线，始终与人民心心相印、与人民同甘共苦、与人民团结奋斗。

年轻干部向总书记看齐，就是要勤勉务实。梁家河的村民讲，“近平不搞形式主义，不搞那个年代时兴的学习、运动，而是立志办大事，要给群众做实实在在的事情。”村里缺地缺粮食，他就带领大家打淤地坝；村里缺水，他就带领大家挖深水井；为了方便村民缝补衣服、磨面磨粉、购买日用品和农具，他给村里办起了缝纫社、代销店、铁业社、磨坊。“只要是村民需要的，只要是他能想到的，他都去办，而且都办得轰轰烈烈。”青年习近平的务实还体现在村民都爱听他讲话。村民们都讲，“近平开会和其他干部不一样，其他干部开会，讲话的时候老百



姓在下边抽旱烟的、说闲话的、纳鞋底的，基本上没有人听。唯独习近平开会，讲话的时候大家都静悄悄地听”，“能把人听憨了！”原因就在于青年习近平“不说空话，不说大话”，讲得“特别实在”，说的都是老百姓想说的心理话。新时期的年轻干部要牢记总书记“空谈误国、实干兴邦”的教诲，一切从实际出发，真正选择人民群众急需的事情去干，选择打基础、利长远的事情去干，特别是要把那些已经决定了的好事实事，快干、干成、干好，真正让人民群众有实实在在的获得感。

年轻干部向总书记看齐，就是要敢于担当。“敢说、敢做、敢担当”，这是梁家河的乡亲们对青年习近平担任村党支部书记时领导风格的一致评价。当年，总书记做事“有决心、有毅力，轻易不说出口，只要说出口的话，只要认定了的事，他就坚持到底”。打坝、办沼气、办代销店、办铁业社，等等，没有哪件事情是半途而废的，无论遇到什么困难，他都能想办法克服。特别是在当时的政治和经济环境下，搞副业是有风险的，很容易被扣帽子。但是，只要群众需要、对集体有利，总书记就会在严谨把握政策的基础上，带领大家坚决地干。这就是一种担当。党的十八大以来，总书记带领全党直面问题和弊端，坚定不移推进全面从严治党，抓铁有痕、踏石留印，以钉钉子精神逐步深化，实现了党风、政风、社会风气的明显好转。这背后所体现的顽强意志品质和强烈责任担当，与总书记七年知青岁月中的奋斗是一脉相承的。当前，我们正处于全面决胜小康的关键时期，处于改革攻坚期、社会转型期、矛盾凸显期，更需要党员干部敢于担当。年轻干部必须牢记总书记提出的 20 字好干部



标准，真正把责任扛在肩上，敢于较真、敢于碰硬、敢于直面矛盾，争当迎难而上、攻坚克难的勇士。

三、习近平总书记的七年知青岁月在当代青年内心赢得了强大真挚的情感认同

当今世界正处于百年不遇的大变局之中，我们比历史上任何时期都更接近实现中华民族伟大复兴的目标。越是这个关键历史时期，我们越需要一个坚强的领导核心。党的十八大以来，习近平总书记以马克思主义政治家的雄才大略、远见卓识、坚定信念，在进行具有许多新的历史特点的伟大斗争中运筹帷幄、勇于担当、率先垂范，赢得了包括广大青年在内的全党全军全国各族人民的衷心爱戴，在党的十八届六中全会上正式明确为党中央的核心、全党的核心。这是党之幸、国家之幸、民族之幸，是具有重大现实意义和深远历史意义的政治成果，我们必须倍加珍惜、坚决捍卫。

对核心的绝对忠诚和坚定追随，最根本的在于发自内心的崇敬与爱戴，最深沉、最持久的源泉是心灵上的情感认同。1949年5月7日，周恩来同志在中华全国青年第一次代表大会上作报告，发出了“学习毛泽东”的号召，指出：“决不要把毛泽东看成一个偶然的、天生的、神秘的、无法学习的领袖……我们的领袖是从人民当中生长出来的，是跟中国人民血肉相联的，是跟中国的大地、中国的社会密切相关的。”现在，我们同样需要更加全面、更加深入、更加生动地理解和认识我们的领袖，“不仅看到他们在台上作大报告的样子，也知道一点儿他们的酸甜苦辣



和内心世界”。《岁月》一书正是为人民群众特别是青年一代提供了这样一个难得的窗口。

习近平总书记是从人民当中生长出来的。在梁家河的七年时间里，总书记窑洞里的知青越来越少，但是来这里拉话、讨论事情、听说书的老乡越来越多。这是一幅没有刻意导演、但却十分具有象征意义的画面，定格了总书记密切联系群众、深深扎根群众的生动景象。

习近平总书记是跟中国人民血肉相联的。青年习近平离开梁家河时，村民们送了一程又一程，难舍难分。40年后，总书记再次来到梁家河，对乡亲们讲：“当年，我人走了，但我把心留在了这里。”简简单单的话语背后，饱含着与人民的深厚感情。

习近平总书记是跟中国的大地、中国的社会密切相关的。总书记曾经说过：“15岁来到黄土地时，我迷惘、彷徨；22岁离开黄土地时，我已经有着坚定的人生目标，充满自信。”在梁家河的7年岁月，总书记读懂了“生活”这部大书，读懂了“中国农村”这部大书，也读懂了“实际”这部大书。这是总书记与黄土地的不解之缘，从中国的大地、中国的社会中汲取到无穷智慧和力量。

最近，我经常和各级团干部和各领域团员青年聊起读《岁月》一书的感受和体会。不少青年朋友讲：“五年来，习近平总书记带领党和国家干了许多得民心、顺民意的大事难事，我们感到总书记的形象在心目中越来越高，由衷地信服和拥护总书记的核心地位；最近读了《习近平的七年知青岁月》，又感到总书记和我们离得越来越近、贴得越来越



紧，发自内心地爱戴这样的人民领袖。”看完《岁月》一书，我们都能强烈地感受到，书中讲述的习近平总书记的每一个青春奋斗故事都很实在，都是普通人经过努力能够做到的，但是这么多故事背后的闪光点集中到一个人身上，就诞生了“伟大”。正是因为这种普通群众都能理解和认知的“伟大”，包括广大青年在内的人民群众才发自内心地感到习近平总书记既可敬、又可亲，既高大、又贴近，具有强烈的人格魅力。

理解这份“伟大”，还需要我们置身当时的历史条件和时代环境去体悟。当我们只是作为一个旁观者，回望过去时，历史已经定格，呈现出一种确定性；但是，在真实的历史正在行进时，充满了未知、充满了不确定性。我们现在回头看，习近平总书记在梁家河一待就是七年，很不容易；但更不容易的是，总书记当初在梁家河，不知道自己要待多久，很多时候看不到未来、也设计不了自己的未来。在那种情况下，总书记仍然坚守初心、坚持学习、坚持奋斗、坚持工作，支撑这份宝贵的坚守与坚持的，就是信仰的力量、为民的情怀、务实的作风、担当的精神。现在，我们进行伟大斗争、建设伟大工程、推进伟大事业、实现伟大梦想，正需要有这样一股力量、这样一份情怀、这样一种作风、这样一身担当的领袖来掌舵领航。

“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。”时代在变、环境在变，不变的是榜样的力量。习近平总书记七年知青岁月对青年一代成长成才的启示，具有跨越时空的永恒价值。当代青年要向习近平总书记学习，始终坚守初心、坚定理



想，始终与人民相结合、和群众在一起，多一些摔打磨练、多几分淡定从容，不在坐享其成中虚度青春，要在不懈奋斗中创造未来，勇做走在时代前列的奋进者、开拓者、奉献者，努力在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想。

5 激越历史时空的青春共鸣

习近平总书记与当代大学生心贴心，总书记对青年学生无限关爱、寄予厚望，当代大学生由衷拥护、爱戴党的领袖。今年8月，习近平总书记给追寻他的青春足迹、奔赴延安开展“青春红色筑梦之旅”的大学生回信，勉励他们扎根中国大地了解国情民情，在创新创业中增长才干，在艰苦奋斗中锤炼意志品质，在亿万人民为实现中国梦而进行的伟大奋斗中实现人生价值。总书记的这一回信及勉励南开大学新入伍大学生“淬炼成钢，书写绚烂、无悔的青春篇章”的回信，与风靡全国的《习近平的七年知青岁月》（以下简称《岁月》）一道，引起了强烈反响，菁菁校园中掀起了学习青年习近平的热潮。

《岁月》是绽放青春光芒的党史宝典和充溢真理光辉的精神宝藏。学习这本书，可从小故事中读出大道理，从众口述中洞察大时代，从真情怀中感受大担当，从奋斗史中汲取大智慧。总书记四十多年前的梁家河峥嵘青春，具有无比强大的感染力感召力，跨越历史时空共振共鸣，震撼心灵洗礼精神，像磁铁般深深吸引着当代大学生，照亮着莘莘学子把激昂青春梦融入伟大中国梦的新时代征程。

一曲嘹亮的青春之歌，生动揭示了青春成长规律

同人民一起奋斗是亮丽青春的厚重底色。青春是用来奋斗的，奋斗的



青春最美丽。无论时代场景如何变化，与祖国共成长、投身人民的伟大奋斗，走与人民群众相结合的路，都是青春永恒的主题。1969年1月，年仅15岁的习近平来到陕西省延川县梁家河大队插队落户，与当地百姓“一块吃、一块住、一块干、一块苦”，当了整整七年农民。上山下乡，是那个时代所要求的知识青年的人生选择。习近平接受艰巨挑战，一步一步迈过了跳蚤关、饮食关、劳动关、思想关这“四关”，将青春燃烧在了革命圣地广袤的黄土地上。青年习近平的苦难辉煌，为“只有进行了激情奋斗的青春，只有进行了顽强拼搏的青春，只有为人民作出了奉献的青春，才会留下充实、温暖、持久、无悔的青春回忆”做了最好注脚。

理想信念是青春远航的动力引擎。习近平总书记说过，如何选择一条正确的道路，关键是要有坚定的理想信念，他以实践做出了诠释。即便作为“黑帮子弟”处境艰难，但他坚持追求真理和进步，始终对党充满信心，矢志要为群众办实事。与他同窑洞住过的雷平生说，习近平有强烈的使命感，在农村的7年逐渐建立起了自己的人生理想，就是要为老百姓办实事。正因如此，习近平先后8次写入团申请书，先后10次写入党申请书，不屈不挠，饱经周折方入团入党。理想信念犹如定海神针。心中有信仰，脚下有力量。青年习近平已经把理想信念深深地内化于心，外化成行。当身边的知青或当兵、或招工、或推荐上大学，一个个相继离开梁家河，只剩下他一个人，他还能从容淡定，奋发作为。因为他把自己看作了黄土地的一部分，立志改变梁家河的旧面貌。



艰难困苦是砥砺青春的“磨刀石”。逆境最能检验一个人的意志和追求。青年习近平面对的苦与难无疑是令人印象深刻的，正如一位受访者说的：“在实现人生价值的时候，别人做事从‘零’开始，习近平却要从‘负数’开始。”自然环境、劳动环境、生活环境乃至政治环境风霜刀剑严相逼下，他毫不气馁，不怨天尤人，而是砥砺前行，从15岁刚来到黄土地时迷惘、彷徨，到22岁离开时，已经有着坚定的人生目标，充满自信。2013年总书记寄语青年，“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。青年时期多经历一点摔打、挫折、考验，有利于走好一生的路。要历练宠辱不惊的心理素质，坚定百折不挠的进取意志，保持乐观向上的精神状态，变挫折为动力，用从挫折中吸取的教训启迪人生，使人生获得升华和超越。”细品《岁月》，青年学子无疑会对这段话有更感性深刻的体悟。

勤学实干、创新创造是青春飞扬的通行证。习近平在梁家河“有个针缝的时间都读书”，渴求知识，崇学尚读，留下了许多好读书善读书的佳话轶事，如煤油灯下熏面看书，走三十多里山路借书。他的博学多识赢得了村民的尊重。在梁家河的几年里，他一直苦干实干，同他一起劳动过的王宪平说“很卖力气，肯吃苦，一点儿都不惜力”，因而被誉为“好后生”。当上村支书后，他大刀阔斧地抓生产，组织农民打坝打井，改革创新生产组织方式，设立铁业社、缝纫社、代销点、磨坊，在全省率先引进沼气新技术，实干苦干创新干，让全村较短时间内就焕发勃勃生机，也让自己的青春在梁家河格外熠熠发光。



一幅壮美的历史画卷，生动诠释了人民领袖锻造“根”“源”

深深扎根中国大地。《岁月》为我们再现了青年习近平扎根黄土高原，在山沟沟里同人民群众同甘共苦、情同手足、血肉相连、鱼水交融的历史画卷。7年的岁月，让他更加深入了解了国家的现实状况和最底层农民的生存状况，真切感受到了人民群众的冷暖甘苦，扎深了根基，接足了地气。习近平总书记曾自述：“7年上山下乡的艰苦生活对我的锻炼很大。最大的收获有两点：一是让我懂得了什么叫实际，什么叫实事求是，什么叫群众。这是让我获益终生的东西。二是培养了我的自信心。”如果说上山下乡是时代使然，那么，他在读完大学在中央军委机关上班后，又到县里工作则是主动的自觉的选择。历史地看，基层沃土确乎成了青年习近平练就过硬本领、淬炼坚强党性的“大熔炉”。

矢志为人民谋福祉。多年后习近平总书记深情回忆：“上山下乡的经历，使我增进了对基层群众的感情。对于我们共产党人来说，老百姓是我们的衣食父母，我们必须牢记全心全意为人民服务的宗旨。”一旦告别了最初的迷惘和彷徨，他就找到了坚定的目标，建立起了对党、对党的事业、对为人民服务的坚定执着。习近平总书记2014年说过，“我的执政理念，概括起来说就是：为人民服务，担当起该担当的责任。”从《岁月》中可清晰看到，这一执政理念的形成，奠基于在梁家河村的最初执政实践。“人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标”无疑也发轫于梁家河。可以说，总书记从梁家河读懂了中国梦，也读懂了民心，梁家河“是他读懂人生、读懂中国、读懂中国共产党的重要起点。”



铸就干事创业的历史担当。习近平总书记的雄才伟略和担当作为其来有自。青年习近平插队在贫瘠的陕北黄土高原，这是全国 1600 多万插队知青中自然环境和生存条件最为艰苦的地方之一，而他是陕北知青中年龄最小、在农村待的时间最长的极少数人之一。“天将降大任于是人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”孟子的这句话在他身上得到了完美印证。恶劣的自然条件、繁重的劳动生活和严酷的政治考验，磨炼了其坚毅刚强的意志品质、顽强拼搏的奋斗精神和勇于担当的品格风范。梁家河村民梁玉明说：“近平敢说敢做敢担当。”在组织上要他担任村党支部书记时，他没有患得患失推脱，而是毅然决然担起责任，在带领乡亲们干事创业的实践中，“干一件成一件，没有哪件事情是半途而废的，无论遇到什么困难，他都能想办法克服”。党的十八大以来，习近平总书记力挽狂澜，之所以能解决过去长期想解决但没有解决好的难题，办成许多过去想办但没有办成的大事，无疑与他这种意志品格和勇于担当的精神气概密不可分。

永葆赤子情怀本色。从把好点的粮食分给老乡吃，到对贫下中农、老人、儿童、残疾孩子无不真诚相待；从把“娘的心”针线包送给村民张卫庞，把蓝色大衣送给上师范的武晖，到把粮票和钱悄悄压在房东碗底下；从“解衣推食”倾其所有把一切有用的东西送给讨吃老汉，到离开梁家河多年后还给吕侯生治病慷慨助人；从在赵家河村“整队”果断治理神车沟，到在梁家河村打淤地坝办沼气，无不体现了习近平对人民



群众的真挚情怀和大仁大爱。他把自己完全看作黄土地的一部分，千方百计想让老百姓过上更好生活。这样的赤子情怀，让梁家河村民对他也一往情深，举村为他上大学送行。“岂曰无衣，与子同袍。”这样的赤子情怀使他始终坚持以人民为中心，始终对普通群众充满真情，这充分体现他成为总书记后开展的精准扶贫等诸多治国理政实践中。

一部鲜活的团课教材，生动指引了青年工作根本遵循

青年群众工作本领是共青团的看家本领。团是党领导下的先进青年群众组织，在党领导下做好青年群众工作，是团的固有职责。共青团如何在青年工作领域践行党的群众路线，当时以团员身份被派到赵家河村“整队”的习近平以实际行动，回答解决好了“我是谁”“为了谁”“依靠谁”的问题。有知青回忆，“近平做群众工作很注意方法，也很人性化，从不采取强势、高压的做法，总是尽量做思想工作，把人的思想弄通了，心里疙瘩解开。”他苦口婆心动员 27 岁的武刚文重新担任生产队长是做思想政治工作的经典案例，办青年夜校扫盲，带领村民打坝修梯田，开会拉话“讲得可有意思了”，独特的人格魅力让村民们至今津津乐道。无论在哪里，他都会尊重人团结人，把群众当亲人，使大家心往一处想劲往一处干。重温习近平的梁家河记忆，团干部必须坚决摒弃“青年官”的倾向，要当“青年友”，牢固树立群众观点、强化群众立场、深化群众感情，知青年懂青年爱青年，练就青年群众工作过硬本领。

先进性是共青团发挥作用的关键。读完《岁月》，习近平知青岁月的整体形象，清晰地展现在我们面前——这是一个有追求、能吃苦、爱



学习、办实事、重仁义、敢担当的“有大抱负、有大气魄、有大本事、有大勇气”先进青年，也为我们今天如何定义先进青年指明了方向。实际上，正因为他学习上先进、思想上先进、劳动上先进、工作上先进，他是1974年延川县第四次团代会代表，还参加了1975年的延安地区先进青年代表大会。1975年，共青团延川县委9号文件，专门号召团员们在大办沼气运动中以习近平为学习榜样，争当先锋。青年习近平为彰显共青团先进性作出了突出表率。

服务青年利益是共青团工作生命线。青年习近平为什么在梁家河村和赵家河村群众尤其是青年中有那么高的威望，说到底，是他把群众的利益装在心里，牢记“全心全意为人民服务”的宗旨，把所有群众的事当做自己的事，一心只为了让老百姓过上好日子。习近平总书记后来指出，党和政府的一切方针政策都要以是否符合最广大人民群众的利益为最高标准，要时刻牢记自己是人民的公仆，时刻将人民群众的衣食、冷暖放在心上，把“人民拥护不拥护，人民赞成不赞成、人民高兴不高兴、人民答应不答应”作为想问题、干事业的出发点和落脚点。今天的共青团开展工作，理应眼光向下，扑下身子，牢牢把住维护青年利益的大旗，从小事做起，努力为青年提供实实在在的服务。

一个光辉的楷模榜样，照亮着激昂青春梦融入伟大中国梦的新时代征程

7年知青经历，是习近平总书记治国理政思想和实践的历史起点。《岁月》让我们从源头上更加深刻理解党的领导核心成长的实践根基，



从源头上深刻理解人民领袖诞生的历史逻辑，从源头上深刻理解习近平总书记重要思想的理论根脉。结合《习近平关于青少年和共青团工作论述摘编》学习《岁月》，广大青年学子可深深感受到习近平总书记独特的领袖魅力、青春魅力、思想魅力和人格魅力，同时也找到了习近平青年工作思想的根脉源头。这些弥足珍贵的精神财富既是直接让广大青年学生受益的人生宝典，也是新时期做好团学工作的行动指南。学思践悟《岁月》和习近平青年工作思想，以青年习近平为光辉榜样，以习近平总书记关于青少年和共青团工作的重要论述为根本遵循，当代大学生必将开启激昂青春梦融入伟大中国梦的新时代征程。

牢固树立“四个意识”，坚决维护、捍卫、追随党的领导核心和人民领袖。通过学习《岁月》，青年学子要更加深刻理解，党确立习近平总书记的领导核心地位顺应党心民心，具有深厚的政治基础、思想基础、群众基础和实践基础，关乎党和人民的根本利益，关乎“两个百年”奋斗目标的实现，是坚持和加强党的领导的根本保证，是进行具有许多新的历史特点的伟大斗争、坚持和发展中国特色社会主义伟大事业的迫切需要。领袖的成长不是偶然的，领袖来自人民，其思想和魅力的形成是有源头的。精心研读《岁月》，学习习近平总书记治国理政重要思想，切身体察党的十八大以来党和国家发生的历史性变革和取得的历史性成就，对广大青年学生进一步增强“四个意识”，进一步激发对习近平总书记的衷心爱戴，更加自觉、更加坚定地维护、捍卫、追随党的领导核心和人民领袖，具有十分重要的意义。



汲取丰厚精神滋养，自觉以青年习近平为偶像楷模不负青春韶华。贯穿《岁月》的一条红线，就是青年习近平在融入群众中确立了理想信念，在艰难曲折中实现了精神升华，在实干苦干中绽放了青春华彩。党的十八大以来，习近平总书记多次强调，青年要成长为国家栋梁之材，要读万卷书、行万里路，既多读有字之书，也多读无字之书；要不怕困难、攻坚克难，到基层、到西部、到祖国最需要的地方去；要从一开始就扣好人生的扣子；要树立与这个时代主题同心同向的理想信念，勇于担当这个时代赋予的历史责任，励志勤学、刻苦磨炼，在激情奋斗中绽放青春光芒、健康成长进步。这些重要论述，饱含着习近平总书记青年时期的人生感悟，为当代青年学生成长成才道路标注了鲜明的时代坐标和基层导向。以青年习近平为偶像楷模，青年学子要做“有理想、有追求、有担当、有作为、有品质、有修养”的大学生，坚定听党话、跟党走的理想信念，永葆肯吃苦、不怕苦的奋斗精神，养成爱读书、善读书的生活方式，扎根中国大地，扎根人民群众，谱写青春激情奋斗的华彩篇章。

遵循青年工作规律，坚决按照强“三性”去“四化”的根本要求推进团学改革攻坚。学校共青团尤其是高校共青团在全团具有基础性、战略性、源头性的地位和作用，团学改革是共青团改革的重要组成部分。学习把握《岁月》中指引的青年工作规律，贯彻习近平青年工作思想，团学改革要奔着脱离青年学生群众的本质问题去，牢牢把握保持和增强政治性、先进性、群众性的根本要求，以自我革新的精神和钉钉子精神



落实好团学改革方案，着力改革创新团学组织的制度机制、管理模式和工作方式，着力夯实学校共青团的基层基础，着力加强大学生思想政治工作，着力改进团学干部工作作风。在改革攻坚中，尤其要注重与时俱进做好青年学生群众工作，切实维护青年学生合理权益，充分彰显共青团先进性，不断提升团学工作科学化制度化专业化水平，不断巩固扩大党执政的青年学生群众基础，更加紧密联系和团结广大青年学生坚定跟党走。

把握时代际遇机缘，积极服务引领广大青年学子将激昂青春梦融入伟大中国梦。习近平总书记说：“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。”习近平总书记7年的知青岁月，牢牢把握了当时的时代际遇与机缘，集中体现了强烈的历史担当精神和鲜明的创新创业精神。什么是当代大学生的时代际遇与机缘呢？就在于当代大学生注定是实现“两个百年”目标、冲刺实现中华民族伟大复兴中国梦的历史见证者、全程参与者、关键实践者、荣光分享者。习近平总书记指出，为实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗，是当代中国青年运动的时代主题，他勉励广大青年努力在实现中国梦的伟大实践中创造自己的精彩人生。随着党的十九大胜利召开，中国特色社会主义已经发展到了新的历史阶段。接续“五四”以降的光荣与梦想，勇做走在时代前列的奋进者、开拓者、奉献者，当代大学生就要在党的领导下坚定不移走中国特色社会主义道路，为实现“两个百年”目标和中国梦奉献磅礴青春力量。学校共青团将切实增强历史自觉，充分发挥



组织育人、实践育人、文化育人、网络育人、服务育人作用，组织动员和服务引领广大青年学子创新创业创优，勤学、修德、明辨、笃实，将激昂青春梦紧紧融入实现中国梦的伟大实践。

6 向习近平总书记学习 向习近平总书记看齐

近年来，西宁市委在全面、系统、深入学习的基础上，坚持每次市委常委会会议都先学习习近平总书记最新重要讲话重要指示重要批示精神，并结合实际制定落实贯彻措施，努力把总书记重要讲话中蕴含的普遍性、客观性真理转化为西宁改革发展的生动实践，深感学总书记讲话就是学真理，是早学早受益、深学深受益。对于坚持把“始终对党绝对忠诚，坚决与以习近平同志为核心的党中央保持绝对一致”作为思想方针、政治纪律、组织原则、实践标准的西宁来说，更应该在学习《习近平的七年知青岁月》和《习近平总书记的成长之路》方面学在前列、用在前列、走在前列。

“要把《知青岁月》当作重要教材来学”

出版《习近平的七年知青岁月》，是我们党在新时期关于领袖人物宣传、党的理论传播、党员党性教育等方面的一大探索创新。我们既要在这本书当作“史”来读，更要将这本书当作“经”来读，做到经史结合，实现教育效用最大化。

首先，这是一本关于马克思主义领袖论的生动教材。马克思主义经典作家高度重视“权威”的必要性和重要性，强调权威和服从不是由人的主观愿望确定的，而是社会发展的客观要求。《习近平的七年知青岁月》一书向我们展示了习近平总书记在决定人的才干、气质、风范的“黄



金时期”的成长过程，以直观生动的事实，让我们深刻领会到习近平总书记的领袖地位是建立在多么坚实、多么深厚的根基之上，让我们深刻领会到马克思主义权威观、领袖论的科学性、重要性，让我们深刻领会到社会主义运动、党的事业发展对习近平总书记这一领袖的需要和依靠是内在的、必然的。比如，在全党全军全国各族人民心中，习近平总书记是“最有威信、最有影响、最有经验”的党的领袖。这“三个最”与书中提到的另外“三个最”，即习近平总书记在知青中“年龄最小，去的地方最苦，在农村待的时间最长”有着跨越时空的内在联系。艰难困苦，玉汝于成，人民怀抱，哺育成长。当年梁家河的“三个最”中已经蕴含着当今大国大党领袖“三个最”的初始密码。学习这本书，就是要通过了解习近平总书记追寻真理、脚踏大地、植根人民的成长历程，进一步深化对习近平总书记这一新时期党的领袖、人民领袖发自内心的崇敬与爱戴，进一步把忠诚核心、拥戴核心、维护核心、紧跟核心融入血脉、植入灵魂，化为坚定的信仰信念和自觉行动。

其次，这是一本关于中国共产党人党性论的重要教材。《习近平的七年知青岁月》以习近平总书记这一当代中国党性最强、觉悟最高”的领袖人物在青年时期如何坚定理想信念、如何锤炼意志品质、如何加强自身修养的过程，展示了有中国特色的“党性修炼之道”。学习这本书，就是要从这一个个故事中，向习近平总书记学习怎么做一名合格共产党员，进而寻找到中国共产党为什么能从强大走向强大、从胜利走向胜利的答案。

第三，这是一本关于新时期群众工作方法的权威教材。《习近平



的七年知青岁月》一书，为我们全景式地展现了总书记当年“与群众坐在一条凳子上”“与群众一块过、一块苦、一块干”的经历，是一本总书记“手把手”教我们做群众工作的教材。可以说书中的每一个章节，都是一堂党的群众工作精品课程。学习这本书，就是要学习习近平总书记融入群众、植根群众、造福群众的群众工作方法，把以人民为中心的发展思想牢记心中、落到实处。

“要把成长经历结合思想经历来看”

对全党同志来说，《习近平的七年知青岁月》是弥足珍贵的精神财富。我们一定要认真研习、领会精髓、把握要义。一是要深刻把握习近平总书记的成长之路是真理力量与人格力量的统一；二是要深刻把握习近平总书记的成长之路是历史选择与人民选择的统一；三是要深刻把握习近平总书记的成长之路是实践特质与理论特质的统一。

要善于从习近平总书记的“人生历程”中学习领悟习近平总书记的“思想历程”，善于从大视野、大环境、大格局来认识理解习近平总书记的知青岁月，从源头上深刻理解习近平总书记治国理政新理念新思想新战略。

要准确认识深厚思想根脉。七年知青岁月，为习近平总书记提供了一个在形成马克思主义的原点（人民群众实践），在诞生毛泽东思想的地方（延安），在孕育邓小平理论的时间（文革结束前夕），系统进行实践、学习、思考，从而实现思想发展的宝贵机遇。这就决定了习近平总书记与马克思主义发展历程中的各位思想巨人担负着同样光荣的使命、思考着同样重大的问题、开创着同样伟大的时代，决定了以此为起



点的习近平总书记系列重要讲话和治国理政新理念新思想新战略是马克思主义正源的延续，是中国特色社会主义理论正脉的传承，在中国特色社会主义理论体系中具有极为重要的地位。

要自觉认同绝对思想权威。七年知青生活，决定了习近平总书记完全能够回答好、解决好“当代中国之问”。究其原因，其一是感情最深。与人民同甘共苦、生死与共的生活经历，使人民始终在习近平总书记心中居于最高地位，也使得习近平总书记在人民群众的衷心支持中获得了源源不断的伟力。其二是国情最清。习近平总书记从梁家河这一学校“毕业”后，基层是什么样、群众在怎么想、事业该怎么干在他心中都清清楚楚。其三是积淀最实。习近平总书记知青时期的学习、阅读不是在象牙塔里进行的，而是在广阔天地中，与学习“无字之书”同步进行的，这正如毛泽东同志青年时期在湖南开展农村调查的经历一样，能够实现最为厚实的积累。这些积累，在习近平总书记的执政岁月中，与新的实践进一步结合，产生了改变中国、影响世界、指引未来的重大思想。正是从习近平总书记薪火相传的信仰、百折不挠的磨砺、脚踏实地的奋斗、人民为本的初心中，我们坚信这样一位领袖所凝练的思想、所开创的理论，必定能引领承载着中华民族伟大复兴梦想的航船破浪前进，胜利驶向光辉的彼岸。要深入了解重大思想特质。习近平总书记的七年知青岁月，同时也是当代世界处于大变革的前夜。上世纪60年代末70年代初，“二战”以来所形成的世界格局和经济社会发展态势正在酝酿着深刻变革。知识渊博、视野开阔的习近平总书记当年自然也直接或间接地受到那个时代的影响，孕育形成了鲜明的问题意识、强烈的改革精神、宏大的创

造魄力。这样的思想特质，使得习近平总书记总是能够敏锐、深刻地把握党情国情社情的重大变化，把握人民群众对美好生活的向往，以更宽广的视野、更长远的眼光来思考把握事关党和国家事业发展的一系列重大战略问题，在理论上不断拓展新视野、作出新概括，解决了许多长期想解决而没有解决的难题，办成了许多过去想办而没有办成的大事。

“要把学习贯彻融入西宁实际来抓”

要组织引导党员干部把学习《习近平的七年知青岁月》与学习贯彻习近平总书记系列重要讲话特别是“7.26”重要讲话精神结合起来，作为全市党员干部做好迎接党的十九大的思想、政治、理论准备的重要内容。

要把政治自觉与行动自觉结合起来。始终对党绝对忠诚，不是静态的，而是对96年来这段苦难辉煌历程的所有历史智慧、历史经验、历史启示的尊重和掌握。坚决与以习近平同志为核心的党中央保持绝对一致，不是孤立的，是始终对党绝对忠诚的根本保障，是对党的十八大以来13亿中国人民在党的领导下所有奋斗、所有实践、所有探索的尊重和延续。我们要进一步牢固树立“四个意识”，忠实践行“两个绝对”，把总书记嘱咐的每一件事情都办好、落实好，奋力打造“绿色发展样板城市”、建设“幸福西宁”，当好全面落实“四个扎扎实实”重大要求、着力推动“四个转变”、建设富裕文明和谐美丽新青海的排头兵。

要把思想养分与精神养分结合起来。既要了解总书记重要思想起点和源头，更加坚定自觉地维护总书记的核心地位，又要注重从总书记的成长经历中汲取理想信念、为民情怀、担当意识、奋斗精神等精神养



分，以习近平总书记为榜样，更加自觉地向总书记看齐，树立正确价值观、成长观、政绩观，努力践行好干部标准，为人民对美好生活的向往而不懈奋斗。

要把学习工作与研究工作结合起来。既要抓紧让《习近平的七年知青岁月》等与总书记成长经历相关的学习内容在党校等教育培训阵地进教材、进课堂，还要把握“领袖人物成长经历也是党史、党的理论发展史的重要组成部分”的定位，拓展党史研究领域。

要把干部教育与大众教育结合起来。在抓好党内干部教育的同时，积极运用大众化方式、新媒体手段，广泛宣传习近平总书记的成长历程和人格魅力，把西宁干部群众对习近平总书记系列重要讲话精神的“信”与对习近平总书记这一党的领袖、人民领袖的“爱”结合起来，形成和保持对以习近平同志为核心的党中央的整体性、实践性、持续性绝对忠诚，凝聚起为全面建成小康社会、谱写中国梦幸福西宁篇章而共同奋斗的强大力量，沿着以习近平同志为核心的党中央指引的方向奋勇前进，以优异成绩迎接党的十九大胜利召开。

7 从《习近平的七年知青岁月》找寻青春答案

《习近平的七年知青岁月》近日由中共中央党校出版社出版发行。这是由 29 名采访对象的口述汇集起来的一本采访实录，其中既有曾经同习近平总书记一起插队的北京知青，又有同他朝夕相处的当地村民，还有当年同他相知相交的各方面人士。这些受访者以口述历史的方式，通过自己的亲身经历，用真实的历史细节讲述了习近平总书记当年“苦其心志、劳其筋骨、饿其体肤、空乏其身”的历练故事，再现了习近平总书记知青时期的艰苦生活和成长历程。

党的十八大以来，习近平总书记科学把握当今世界和当代中国发展大势，顺应实践要求和人民愿望，以巨大的政治勇气和强烈的责任担当，统揽伟大斗争、伟大工程、伟大事业、伟大梦想，统筹推进“五位一体”总体布局、协调推进“四个全面”战略布局，解决了许多长期想解决而没有解决的难题，办成了许多过去想办而没有办成的大事，赢得了全党全军全国各族人民的衷心拥护。习近平总书记站在时代潮头，深刻把握人类社会发展规律、社会主义建设规律和共产党执政规律，提出了科学系统完整的治国理政新理念新思想新战略。领袖的成长不是偶然的，领袖思想的形成总是有源头的。1969 年 1 月，习近平总书记 15 岁时来到陕西省延川县文安驿公社梁家河大队插队落户，直至 1975 年 10 月。梁家河七年知青岁月，正是习近平总书记治国理政新理念新思想新战略的历史起点和逻辑起点。黄土高原的苍天厚土，深深铸就了一位人民领袖



的爱民为民情怀、勤奋好学精神、艰苦奋斗品质、苦干实干作风。

“近平还是那个为老百姓能过上好日子打拼的‘好后生’”“他贴近黄土地，贴近农民，下决心扎根农村，立志改变梁家河的面貌”“近平这个人在他年轻的时候，就志存高远。但他的远大理想，恰恰不是当多大的官，走到多高的位置，而是看似平凡的‘为老百姓办实事’”……七年知青岁月，青年习近平把自己看作黄土地的一部分，同梁家河老乡们甘苦与共，用脚丈量黄土高原的宽广与厚度，一心只为了让老百姓过上好日子。从心底里热爱人民，把老百姓搁在心里，这样的爱民为民情怀孕育了习近平总书记以人民为中心的发展思想。由此，便不难理解他为什么反复强调“增强人民群众获得感”，为什么要求“让发展成果更多更公平地惠及全体人民”，为什么勉励当代青年“让青春之花绽放在祖国最需要的地方”。

“近平在梁家河从来没有放弃读书和思考”“他碰到喜欢看的书，就要把书看完；遇到不懂的事情，就要仔细研究透彻”“上山放羊，揣着书，把羊拴到山坡上，就开始看书。锄地到田头，开始休息一会儿时，就拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累”……在“上山下乡”那个年代，整个社会文化生活匮乏，黄土高原闭塞而荒凉，青年习近平却“痴迷”读书，“一物不知，深以为耻，便求知若渴”。习近平总书记后来回忆道：“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。”这种勤奋好学精神，贯彻习近平总书记的人生轨迹。从梁家河的窑洞到清华大学的课堂，从基层工作到治国理政，习近平总书记始终把读书学习当成一种生活态度、一种工作责任、一种



精神追求。

“近平在困境中实现了精神升华”“对近平的思想和价值观起作用的，并不是标语、口号和高音喇叭的灌输，而是知青岁月那日复一日艰苦的生活和劳动，是当年同我们农民兄弟朝夕相处的那二千四百多个日日夜夜对他产生的潜移默化的影响”……在物质和精神极度匮乏的环境中，青年习近平闯过“五关”——跳蚤关、饮食关、生活关、劳动关、思想关，不仅磨炼了吃大苦、耐大劳的意志，还锻造了不避艰辛、不怕困难的品质。在习近平总书记对青年的一系列讲话和回信中，我们可以深刻感知他在艰苦奋斗中锤炼的意志品质。在成长和奋斗过程中，有缓流也有险滩，有喜悦也有哀伤，我们要处优而不养尊，受挫而不短志，坚持艰苦奋斗，不贪图安逸，不惧怕困难，不怨天尤人，依靠勤劳和汗水开辟人生和事业前程。

“不管多累多苦，近平能一直拼命干，从来不‘撒尖儿’”“他当了梁家河的村支书，带领大家建沼气池，创办铁业社、缝纫社，我一点都不吃惊”“我在和他一起生活的时候，就发现他这个人有一股钻劲，有强烈的上进心”……青年习近平在梁家河插队的七年，是受苦受难的七年，也是苦干实干的七年。在这七年里，他用每一滴汗水和每一份付出，生动诠释了他说的那句话：“干在实处，走在前列。”在这七年里，他扎根黄土地，于实处用力，用青春书写了无愧于时代、无愧于历史的华彩篇章。“社会主义是干出来的。”青年要敢于做先锋，而不做过客、当看客，扎扎实实干事、踏踏实实做人，实字当头、以干为先，把自己创新创业梦融入伟大中国梦，让青春年华在为国家、为人民的奉献中焕



发出绚丽光彩。

榜样的力量是无穷的。《习近平的七年知青岁月》给了我们青春答案，为青年学子树立了思想上和人格上的榜样。广大青年要像习近平青年时代那样，扎根中国大地，洞察国情民情，树立起与党和人民同心同向的理想信念和价值追求，把无悔的青春刻写在实现中华民族伟大复兴的历史丰碑上。



8 梦想从学习开始

书籍是人类进步的阶梯，是人类思想的宝库。读《习近平的七年知青岁月》一书，笔者深深为习主席青年时期如饥似渴读书、孜孜不倦学习的精神所敬服。在回忆当年知青岁月中的读书生活时，习主席说：“一物不知，深以为耻，便求知若渴。上山放羊，我揣着书，把羊拴到山坡上，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。”

习主席读书，可谓“焚膏油以继晷，恒兀兀以穷年”。在梁家河插队7年间，没书可看了他就四处借书，哪怕要走十几里山路；白天干活他随身带着书，充分利用收工、放羊、吃饭的点滴空闲读；晚上则点起煤油灯挑灯夜读……就是以这样的毅力和坚持，习主席当年读完了所能借到的所有书籍。反观现在我们的读书条件，阅览室，窗明几净；书架上，琳琅满目。可一提读书，一些官兵却总说没时间。时间都去哪儿了？仔细观察不难发现，一些同志把大把时间都空耗在闲聊中，浪费在游戏里，却不愿静下心来读一本书。有调查显示，中国国民年人均图书阅读量仅为4.58本，远低于欧美发达国家平均水平。“三更灯火五更鸡，正是男儿读书时。黑发不知勤学早，白首方悔读书迟。”时间就像海绵里的水，只要愿意挤总还是有的。我们都应像习主席那样，抓紧大好时光，见缝插针地多读书，读好书。



习主席读书十分注重方法，“他看书经常是几本书同时看，有所对比，有所分析，不但比较几种说法的同异，也推敲作者为什么这么说。”习主席读书，一方面，看一本书时就一个观点、一个史实同时寻找相关书籍作为佐证，从不同侧面了解分析这个问题；另一方面，形成独到见解和观点，经过反复论证、消化吸收后归纳进自己的知识体系。例如读《共产党宣言》时，习主席找到著作的不同译本，分析其不尽相同的理解和各有侧重的翻译，在分析对比中真正学深悟透。我们只有像习主席那样分析对比地去读书，才能提高读书学习的质量和效率，掌握知识间的关联，也才能将书本知识转化为能力素质。

9 最“青春”的选择

我是一个在南方长大的姑娘，从小被亲友呵护着。也许是被保护久了，总是想着要去远方看看，去塞外漠北走走。但是我这颗“不知天高地厚”的身心终究被塞外干燥且炎热的气候反复挫伤。我曾一度在想：再等几天实在不行，老老实实听妈妈的话，在家附近找工作算了。但是，在阅读了《习近平的七年知青岁月》这本书之后，我的内心被深深地震撼了。

此心安处是吾乡，年轻的习近平在梁家河的7年时光里，与村民同吃同住，打坝挑粪、修公路、建沼气，在这里加入了中国共产党，从一个青葱少年最后担任了大队党支部书记。这七年里，他把自己看作黄土地的一部分，把梁家河当作自己的家乡，把梁家河的父老乡亲当作自己的亲人，离开之后的几十年里还一直关心梁家河村的发展。总书记的这段经历让我感触深刻：选择了基层，不是一种试试看的选择，那应该是一种学习、成长和责任的选择。

习总书记说过：不忘初心。初心？我一直没有认真思考过这个词。过去，我一直觉得它是随着生活中的人来人往而不定性的。但是渐渐地，我懂了，初心是一种方向，也是一种责任。

我参加西部计划是因为向往塞外的美，塞外的风情，是为了让自己离开温室，来到塞外学习、成长，让自己变得坚强。

来到服务岗位之后，因为持续的咳嗽，领导第一时间带我去诊所打



针、买药，关心我的伙食住宿……工作上，我的主要工作是校对文稿、整理信息和文件。由于初次接触政论性的文稿，在写作用词、语法上有些略微出入，但是办公室的哥哥姐姐们都很耐心地告诉我政论性文稿和文学性文稿的差别，也时不时给我推荐好的文稿、杂志、报纸进行阅读，教我如何处理工作上的难点、疑点。生活和工作上的点滴都印在我心里，领导和同事们的热心、耐心让我更好更快的学到工作中需要的方法、技巧，通过与大家共事也让我变得耐心、积极、阳光！

习总书记说过：“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。”总书记的这句话，是我生活和工作中的指路明灯，让我更加坚信心中有阳光，脚步才能有力量。在生活工作中，我渐渐地从消极、忧郁中走出来，成长为一个阳光、开朗、爱笑的小姑娘。

我是一名服务基层的志愿者，时刻向风沙中的沙棘草学习，在最艰苦、最偏远的基层，顽强地成长，真诚地工作。学习胡杨林（胡杨有“生而一千年不死，死而一千年不倒，倒而一千年不朽”的说法，被世人称为英雄树。）永恒的精神，坚守初心，做好自己力所能及之事，尽其所能从基层工作生活中汲取智慧，丰富经验，成为一个有责任、有朝气、充满正气的青年。

生活和工作需要不忘初心，亦需要不因噎废食的胆量。选择西部计划，不是一种试试看的选择，它承载着学习、成长的分量，尽管在这个过程中充满困惑、劳累、失败、迷茫，但是我们仍然需要担起对自己



成长负责、对工作负责的态度，认真在基层的生活工作中学习，汲取经验、教训，让自己成为一个热血、积极、乐观且有责任心的人。感谢曾经的自己，选择了大学生志愿服务西部计划，选择了不一样的青春年华。

10 我的黄土情支教心

2016年9月，经过层层选拔，我入选中国矿业大学第19届研究生支教团，并担任团长，从此踏上了志愿服务西部的征途。我支教的地点是山西省灵丘县石家田九年制学校。

我的“黄土情节”

四年前，我从山西省一个小县城考出去，迈入中国矿业大学的校门。四年后，走出大学校门的我毫不犹豫响应国家“到西部去，到基层去，到祖国最需要的地方去”的号召，重新回到黄土地。走入基层，走进学校，走上乡村教师的岗位，在实践的大熔炉中熔铸自我。

“农村广阔天地大有可有”。深入学习《习近平的七年知青岁月》《习近平总书记的成长之路》后，我的心情久久不能平静。1969年至1975年，习总书记在陕西省延川县文安驿公社梁家河村插队，作为知识青年，敢想敢干，任梁家河村支书后，建设沼气池、办了铁业社、代销点、缝纫社以及磨坊等，为村民们切实解决了一系列的劳动和生活需求问题。

浓浓的“黄土情结”、坚定的群众路线，成为了解决人生问题的“金钥匙”。人生的道路要靠自己来选择，如何选择一条正确的道路，关键是要有坚定的理想信念。

2016年9月收到研支团招募的通知时，我便坚定了自己的选择，我要到基层去，去祖国最需要的地方，用自己的所学回报黄土地。支教短短一个月，我们做了大量基础性工作，抓紧时间摸清情况，全力以赴进



入角色，在此过程中我对群众路线有了更深刻理解，对基层教育事业有了更直观的认识，也关注了不少社会主义新农村建设、农村教育等方面问题。基层渴盼新鲜的血液、年轻力量的火热投入，我更坚信自己的选择是正确的，这一年的支教经历是一笔宝贵的财富。

我的“四大关”

“艰难困苦，玉汝于成”。习总书记插队的七年，是真干实干的七年。七年的陕北生活，青年习近平面对贫苦的农村生活，与村民同吃同住同劳动，闯过跳蚤关、饮食关、劳动关、思想关“四大关”，积累了丰富的精神食粮。实践证明，只要有乐于吃苦的劲头，再苦的环境也能适应，再难的问题也能直面解决。回过头来看，正是陕北这段艰苦的生活磨炼，锤炼了习总书记坚忍不拔、坚毅刚强的性格，铸造了他自强不息、志存高远的情怀，使他成为在艰难环境和曲折经历中成长起来的党的最高领袖。

我所支教的地方的老百姓天天面朝黄土背朝天地，默默耕耘着土地，靠天吃饭，基础设施薄弱，娃娃们好久才能进趟县城。从我加入研究生支教团的那一天起，我早已抱定了吃苦的决心，在石家田，我度过了“厕所关”“洗澡关”“交通关”“天气关”的考验。石家田，这个年平均气温只有6摄氏度的山村，在9月末就让我感受到了初冬的寒冷。在学校里，没有城市中的抽水马桶，只有简陋的旱厕；冬天在寒风中瑟瑟发抖，夏天与蚊蝇为伴。在农村，洗澡比较困难，支教之余，烧点热水，拿毛巾擦一擦身子就是莫大的满足。在农村，交通还不是很便利，每次家访要乘坐农村公交或者步行。有一次，由于错过了公交车，我们一行



五名支教队员走了 15 公里去家访。走到学生家中已是下午，当时的我们又饿又累身心俱疲。但看到受访学生家徒四壁，家中除了简单的家具外，全是农具与堆积的粮食，心里很不是滋味。每当我把爱心人士的助学金交到贫困学子手中时，内心的兴奋和满足是无法用言语表达的。那一刻，我们为自己能勇敢闯过石家田的四关考验而感动、自豪和骄傲。

我的“支教心”

身为支教团团长，如何紧握支教“接力棒”，扛起矿大“支教旗”，我感到肩上“沉甸甸”的。身为一名初三老师，我把“学高为师，身正为范”八个字牢牢刻在心间，我必须对得起讲台下一张张童稚的脸庞、一声声“老师好”的问候。

乡村的教育质量和城市差距大得让我震惊，初三的学生，有的背九九乘法表还会出错，有的 26 个英文字母还没认全……学习如同盖大楼，地基没有打好，更何谈一层层的高楼呢？忧心忡忡无济于事，该怎么办呢？“干在实处，走在前列”，习总书记在知青岁月中踏踏实实工作的精神为我们打了一针“强心剂”。教学是支教工作的重中之重，针对学生们基础不扎实这一突出问题，支教团成员聚在一处共同制定了有效的提升方案。每天晚自习，我们组织学生开展基础知识补习与答疑解惑小课堂，一边夯实基础，一边继续学习。当遇到顽皮的学生不认真学习时，我是最痛心的，也是最担心的。同样的时间里，城市的孩子走在一个补习班到另一个补习班的路上，而农村的孩子们却懵懵懂懂的硬读着书本，还不大能理解读书的意义。

在“上山下乡”那个年代，整个社会文化生活匮乏，黄土高原闭塞



而荒凉，青年习近平却钟爱读书，一物不知，深以为耻，便求知若渴。他碰到喜欢看的书，就要把书看完；遇到不懂的事情，就要仔细研究透彻。上山放羊，揣着书，把羊拴到山坡上，就开始看书。锄地到田头，开始休息一会儿时，就拿出新华字典记一个字的多种含义，一点一滴积累……从梁家河的窑洞到清华大学的课堂，从基层工作到治国理政，习近平总书记始终把读书学习当成一种生活态度、一种工作责任、一种精神追求。

为了激发学生的读书学习热情，我们开展主题班会，给他们讲一些农村孩子的励志故事，还给他们介绍大学的生活，不断激励他们奋发努力。在他们叽叽喳喳的讨论学习中，我们看到了他们眼中对知识的渴望和对美好生活的向往与期待。

为什么我的眼里常含泪水，因为我对这土地爱得深沉……经历就是财富，苦难也是锻炼。现在仅仅是开始，未来的路还有很长，扎扎实实干事、踏踏实实做人，实字当头、以干为先。我会在黄土地上摸爬滚打，服务基层，增长本领，于实处用力，愿为学生，为学校，为群众做实事。我愿用我的实际行动为石家田的孩子们撑起一片蔚蓝的天，用每一滴汗水与每一份付出为更好的明天做出贡献！

11 奋斗的青春才彰显价值

五月的花海，用青春拥抱时代；初升的太阳，用生命点燃未来。十八大以来，习近平总书记多次通过演讲、座谈等形式与青年们促膝长谈，畅怀共勉。总书记强调：现在，青春是用来奋斗的；将来，青春是用来回忆的。总书记用简短富有哲理的话表达了对青年一代寄予的厚望，这些感悟的由来与总书记七年的梁家河基层经历密不可分。

近日，拜读了《习近平的七年知青岁月》，29个与青年习近平共同工作生活过的人对总书记的评价，激励我潜心学习青年时期的总书记在穷山僻壤、缺衣少食的环境中坚定听党话、跟党走的理想信念，勿忘初心，准确扣好人生第一粒扣子的先进事迹。总书记下基层过“四关”，联系群众，认识基层的过程同西部计划志愿者响应国家号召“到西部去，到基层去”的过程不谋而合。时代在变，环境在变，不变的是榜样的力量，青年时期的习近平，是我们这一代青年务必用心学习的楷模。

向习总书记学习，就要一心为民，帮村民解决实际问题

帮老汉推车、帮村里人找猪、打坝从来不“撒尖儿”、挨家挨户走访分粮食……都是青年习近平一心为民，不搞形式主义的真实反映。如今已是党和国家最高领导人的习近平，依然时刻为民着想，结合七年基层经历提出“精准扶贫脱贫”基本方略，高瞻远瞩且贴合实际。

作为西部计划志愿者，我被分到了重庆市18个深度贫困乡镇之一的沿河，成为北坡村驻村工作队一员。上周日上午9点，收拾好行李，准备赴城参加志愿活动的我被领导突如其来的电话打乱了计划：“小丁，



村里8社张前行家失火了，乡里驻村干部就剩你了，其他人在城里，一时半会下不来，你快过去帮忙。”已搭车出行4里多路的我二话没说，下了车就往乡里跑，搭车赶到了老柏树。“往上走要爬一个半小时的山路，这一直落雨可不好走”，简支书边走边说。落雨不是困难，难就难在火势继续蔓延；山路崎岖不是问题，怕就怕村民不能及时感受党的关怀。到现场已近11点，张爷爷含泪握着我的手说：“辛苦你们咯，爬这么远山路。”先灭火、换电线，再了解情况，期间张爷爷一直提醒我们去烤火，还不忘端来热水。回去的路上，想想家徒四壁的老人家，早已潸然泪下。

向习总书记学习，就要入户探民，与村民保持密切联系

“近平开会和其他干部不一样，其他干部开会，讲话的时候老百姓在下边抽旱烟的、说闲话的、纳鞋底的，基本没人听。唯独近平开会，讲话的时候大家都静悄悄地听”，讲到百姓心里，不说“假大空”话，村民才能从心底认可你，肯支持你。

“小丁啊，你怎么还讲普通话啊，听着怪”，来到重庆近两个月，入户时村里人总打趣道。“重庆话现在还说不得撒，在学呢”。山东来的我，尽量让自己的话接地气。村里人和我聊天的时候，也会不时冒出一两句普通话，还问我讲的咋样，我习惯性竖起大拇指：“说得好。”近两个月，我走访了26户贫困户，凭一双脚踏实了北坡的大片土地，入户时，对村里人理解不了的政策就耐心解读，化解不了的矛盾就认真倾听，真正的与老百姓打成一片。

向习总书记学习，就要敢于担当，一口唾沫一个钉

打坝、打沼气、办代销店，他能想到的利于百姓生活的，困难再多，



他都会想办法克服。这就是一种担当。

“丁兄弟，你下村没，没的话我就过去了啊……”这是最近我微信经常出现的一句话。为了帮尹德方办残疾证，我村里乡里来回跑。帮着填表，和村里沟通，和残联联系，联系医院帮忙检查，只为了在再次精准识别前把老尹的残疾证给办下来。“丁兄弟，真的是麻烦你了哟。”哪有什么麻烦不麻烦，分内之事而已。

学《习近平的七年知青岁月》，争做合格西部计划志愿者，是党和国家赋予我们这一代青年的时代使命，需时刻铭记，不容推却。

12 将青春扎进土地

2017年8月,《习近平的七年知青岁月》定刊发行,该书通过亲历者的讲述,再现了青年习近平在陕北黄土高原七年知青岁月的成长历程。时光如烟,“知青”一词早已沉淀在历史的卷册,当下的中国,有一群叫做“志愿者”的青年人在西部、在基层,书写着他们的青春岁月。

在《习近平的七年知青岁月》一书发行之际,兰州大学第十九届研究生支教团成员也开启为期一年的西部支教征程。穿山过遂,沿着洮河直上,我的脚步第一次踏上广河的茫茫黄土地。

破三关克四难

习近平总书记在梁家河破了“四大关”,而初来乍到的我们,也面临着“三关四难”。一是“习俗关”。广河县常住人口98%以上为回族同胞,县城各处清真寺林立,弥散着“异域风情”,饮食、风俗的差异让我们好一阵才习惯。二是“语言关”。在与当地学生的交流中,他们普遍使用的方言,让我们竖起耳朵也难以听懂,为此,我们结合普通话推广宣传周,在学校发起“写规范字·说普通话”的活动。通过师生学说普通话,我们与他们的语言交流情况才大为好转。三是“生活关”。今年是兰州大学研支团进驻广河中学是第一年,支教工作和生活都要从零开始,架水管铺电路接网线,我们摇身一变个个都成了装修工。

克“四难”则是身份难转变、误差难纠正、工作难创新、思想难统一。从学生身份转变为一名准教师,现实生活和理想状态产生的误差,



提出的工作创新之举不切合当地实际，队员想法各异以及岗位的差异导致我们的思想不统一。

“三关四难”的出现有其客观因素导致的偶然性，也有其内在必然性。这一切都告诉我们，要做好支教工作不能仅凭一腔热血，还需要充足的心理准备、高超的协调艺术和扎实的工作技能，更需要我们抛却幻想，俯下身去看世界。

眼皮贴近地皮

习近平总书记在梁家河挑粪拉煤、拦河打坝、建沼气池，同乡亲们打成一片，只有同群众一起，才知道什么叫实际，什么叫实事求是。要想了解班里学生的实际情况，就必须眼皮贴近地皮，深入基层深入群众搞调研。近段时间，班上两名同学出现学习态度低落、成绩严重下滑的现象，经过询问、走访得知，一位是家境贫寒，准备辍学出去打工；另一位却是家庭优越，认为读书无用。走访结果让我大吃一惊。没有调查走访，因材施教就是纸上谈兵、坐而论道。前一阵去发放暖流物资，走20里山路蜿蜒转进山区小学。那所小学八十年代建成的校舍让我认识到教育均衡发展，路还很长。查调访讯是用脚步换来经验与成长。

随身行李中特意挑选了一箱书、一幅地图、一双登山鞋。一幅地图上标记着广河县9个乡镇40名学生家所在的村，一双登山鞋用来走遍地图上标记的小红点，一箱书告诫自己行万里路也要读万卷书。没有读书的行万里路不过是邮差，没有行路的读万卷书只能是书呆。支教一年是踏踏实实奉献的一年，也是扎扎实实沉淀的一年。支教期间业务生活的贫乏恰恰给了我们思考人生的机会，年轻的我们需要慢些脚步，俯下身



躯，把眼皮贴近地皮，认识社会，读懂中国。

青春扎进土地

1969年1月，年仅15岁的习近平，在延川县梁家河大队自觉接受艰苦生活的磨练，始终与当地群众同甘共苦一起劳动，不管是什么苦活累活脏活险活他都干过。他由一个不谙世事的少年脱胎换骨为群众眼里的能吃苦耐劳的好后生。艰难困苦，玉汝于成，也正是这段艰苦的知青生活和磨难造就了青年习近平的黄土情结、人民情怀、领袖胸怀。近几年，随着精准扶贫的稳步推进和小康社会的逐步建成，甘肃很多地区物资条件有了改善、教育理念也有提高，但山大沟深、信息闭塞、观念落后的革命老区两当县和风俗迥异的少数民族聚集区广河县，成了扶贫攻坚的“硬骨头”。此时，兰州大学研支团走进这两个最困难、最具挑战，同时也是最能实现青春价值的地方开展支教扶贫。

兰州大学党委书记袁占亨曾寄语学子：“将论文写在中国的大地上”，对我们而言便是要将青春扎进祖国的土地里。土地向来养育着最顽强的生命、最朴实的灵魂，扎得下根便长得成人。“青年当有志，立志在四方，祖国需要处，皆是我故乡，今年是兰州大学研支团开展志愿服务工作的第18个年头。18年来，132名兰大研支团队员扎进陇原黄土地，把小事情坚持做成大事情。他们像在玩杠杆游戏，撬动的是甘肃农村普遍落后的教育观念，收获的是受益一生的品质，还有那无悔的青春。

没有比人更高的山，没有比脚更长的路。青年习近平坚定不移的理想信念、坚韧不拔的意志品质、坚强不屈的奋斗精神是当代青年最好的榜样和教材。我庆幸生在一个有梦可以做，还可以实现的时代，我坚信



每一个有理想有担当的当代青年心里都住着一个如青年习近平般的“年轻人”。

有人问：为什么你的目光总是坚毅？只因我扎根在祖国的大地，我的青春值得铭记！