

---

## 目 录

<b>一、疫情人物</b> .....	<b>3</b>
人物 1: 钟南山 (国士无双, “共和国勋章”获得者) .....	3
人物 2: 张文宏 (网红医生) .....	8
人物 3: 张定宇 (浙冻院长, “人民英雄”称号) .....	10
人物 4: 陈薇 (护国女将军, “人民英雄”称号) .....	12
人物 5: 李文亮 (吹哨人) .....	15
人物群像: 外卖小哥.....	16
<b>二、经济人物</b> .....	<b>17</b>
人物 1: 任正非 (华为创始人) .....	17
人物 2: 马云 (浙商, 阿里巴巴创始人) .....	20
人物 3: 鲁冠球 (浙商, 万向集团创始人) .....	25
人物 4: 冯根生 (浙商, 青春宝创始人) .....	27
人物 5: 李书福 (浙商, 吉利集团创始人) .....	29
人物 6: 宗庆后 (浙商, 娃哈哈创始人) .....	31
<b>三、政治人物</b> .....	<b>32</b>
人物 1: 习近平 (中共中央总书记, 国家主席) .....	32
人物 2: 张富清 (“共和国勋章”获得者, 时代楷模) .....	34
人物 3: 谢高华 (义务小商品市场的催生培育者) .....	36
人物 4: 尹弘 (河南省省长, “宝藏省长”) .....	38
人物 5: 姚高员 (温州市市长, “硬核市长”) .....	39
人物 6: 鲍新民 (改革先锋, 浙江省安吉县余村原党支部书记) .....	40
人物 7: 廖俊波 (全国优秀县委书记, 时代楷模) .....	41

---

人物群像：社区工作者.....	42
<b>四、科技人物.....</b>	<b>43</b>
人物 1：袁隆平（“共和国勋章”获得者，90 岁的水稻专家）.....	43
人物 2：屠呦呦（“共和国勋章”获得者，中国首位诺贝尔医学奖获得者）.....	48
人物 3：钱学森（“两弹一星”功勋奖章获得者）.....	50
人物 4：钟扬（“扎根大地的人民科学家”）.....	53
人物 5：竺可桢（近代气象学家，浙江大学前校长）.....	55
人物 6：茅以升（桥梁专家，钱塘江大桥建造者）.....	58
<b>五、文化人物.....</b>	<b>60</b>
人物 1：李子柒（被央视点赞的网红）.....	60
人物 2：单霁翔与故宫（原故宫博物院院长）.....	62
人物 3：樊锦诗（“敦煌女儿”，文物有效保护的探索者）.....	64
人物 4：董卿（中国中央电视台节目主持人）.....	65
人物 5：武亦姝（“天才少女”，《中国诗词大会》第二季总冠军）.....	66
人物 6：雷海为（外卖小哥，《中国诗词大会》第三季冠军）.....	67
<b>六、生态素材.....</b>	<b>69</b>
话题 1：浙江建成全国首个生态省.....	69
话题 2：浙江蚂蚁森林获得 2019 联合国“地球卫士奖”.....	69
话题 3：浙江千万工程获得 2018 联合国“地球卫士奖”.....	70
话题 4：塞罕坝精神.....	71
话题 5：右玉精神.....	72
<b>七、名言警句.....</b>	<b>73</b>

---

## 一、疫情人物

新型冠状病毒肺炎疫情发生以来，一个最明显的改变是，占据微博热搜排行榜的人物，从明星变成了深入疫情一线的医务人员和科研工作者。在这场看不见硝烟的战争中，他们用自己的完美“逆行”、专业技能和大无畏精神，实践着另一重意义上的保家卫国。哪有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行！

### 人物 1：钟南山（国士无双，“共和国勋章”获得者）

武汉疫情持续蔓延。

一个“过气”老人，也随之重回公众视野。

2003 年，非典肆虐。67 岁的他说：把最重的病人送到我这儿来。

2020 年，武汉有事。84 岁的他一边告诉公众“尽量不要去武汉”，一边自己登上去武汉的高铁，挂帅出征。

“钟”究是他，迎“南”而上，重于泰“山”——钟南山

#### 【话题积累 1. 共和国勋章获得者】

2020 年 8 月 11 日，一个振奋人心的消息传来：钟南山被授予“共和国勋章”，张伯礼、张定宇、陈薇被授予“人民英雄”国家荣誉称号。

沧海横流，方显英雄本色。共和国勋章，是中华人民共和国的最高荣誉勋章。面对前所未知、来势汹汹的新冠肺炎疫情，中国在疫情防控阻击战中涌现了大批英雄。钟南山、张伯礼等人，便是其中的杰出代表。

#### 【话题积累 2. 学习永远都不会晚】

2020 年 2 月 11 日，钟南山院士在接受路透社采访时，全程飚英语的视频在网上疯传。网友们直呼：太帅了！但其实，1979 年留英外语考试，钟南山院士才考 52.5 分。可是1979 年的钟南山已经 43 岁了，一个 43 岁的人要在外语学习上再突破，简直难于上青天！可他是钟南山，他有一颗敢挑战自己的心脏。当被问及为什么 43 岁了还要出国留学，他说：虽然已经 43 岁，但我下了很大决心，强烈地希望能到国外学习一些先进技术。

在英国，每天上完课做完实验，他都还要用至少一个小时练习口语和听力，“我反复地听磁带，有泛听、也有精听，边听边写，做了几大本笔记后，我的听力渐渐好起来了。最关键的听力解决后，其它就好办。”钟南山说得很轻松。可是对于一个 43 岁的中年人来说，这绝对不是轻松的事，只是钟南山把这座山翻过去了。

### 【话题积累3：用知识缝制铠甲】

在这个鼠年春节之前，或许不少孩子还不知道“钟南山”是谁。随着新冠肺炎疫情的暴发，全国的小朋友们都纷纷追上了这颗“最耀眼的星”。

前段时间，钟南山院士收到了来自全国各地中小学生的信，其中有来自幼儿园孩子的画，也有来自准备高考的高三学生的信。有的字迹工整，有的笔触稚嫩，有肖像画，也有手抄报……钟南山院士认真阅读了每封来信，并亲自回信，写下了对青少年的寄语：

用知识缝制铠甲，不远的将来，各行各业都将由你们披甲上阵。希望你们不惧艰辛、勇敢前行！

### 【话题积累4：逆行者】

白衣逆行，国士无双。

2003年，面对恐慌的群众、甚至是恐慌的医护人员，钟南山说：“把重症患者都送到我这里来。”他以身作则和自己的同仁说：“医院是战场，作为战士，我们不冲上去，谁上去。”

2020年，当我们再一次面临疫情的考验时，钟南山再一次成为了一名“逆行者”。1月18日，他一边告诉群众：“没什么特殊情况，不要去武汉”，一边挤在高铁餐车的一角，昼夜兼程地赶往武汉。

《人民日报》微博这样评价他：84岁的钟南山，有院士的专业，有战士的勇猛，更有国士的担当。一路奔波不知疲倦，满腔责任为国为民，的确确实令人肃然起敬！

的确，所谓医者，妙手仁心。这世上缺回天的妙手，更缺无畏的仁心。钟南山二者兼具，所以，举国敬仰。

### 【话题积累5. 医学世家】

可能有很多人不知道，钟南山先生的父亲是中国医学界赫赫有名的“八大金刚”之一，著名儿科学家、病毒学家钟世藩。

钟南山一直记着父亲说过的一句话：“一个人要在这个世界上留下一点东西，那么他这辈子就算没白活。”

钟南山家祖孙三代为医。他的父亲钟世藩，是广州中山医院儿科的开拓者；母亲廖月琴是广东省肿瘤医院的创始人之一。他的儿子钟惟德是治疗泌尿外科的权威。当医生的辛酸苦楚无人比他更懂，生命危险、加班加点、医患矛盾……现今，他还住在甚至可以说是简陋到略显寒酸的房子里。但前有父亲，后有儿子，三人都义无反顾的成为了医生。实乃可敬可佩。

### 【话题积累 6. 真话和真药一样重要】

2003年4月，卫生部在北京召开新闻发布会，有官员在会上宣称“疫情已得到有效控制”。尽管钟南山会前已经被告知“不要讲太多”，但他还是忍不住开口反对：“什么叫现在已经控制？根本就没有控制！目前病原都还没搞清楚，你怎么控制它？”

钟南山不傻，他知道这样说话意味着什么。他事后透露，发布会前，他在父亲的坟前站了很久，最后下定决心说真话。因为他坚信“真话和真药一样重要”：“当时全国疫情都在蔓延，我们所的医生都倒了20个了，实在不能扯淡。”“非典是疫情，社会上的谣言和恐慌则是另一场疫情。现在回头看，后者的破坏力更大。”

他好像有些叛逆，但这正是一个科学家应有的良知和勇气。2016年，钟南山80岁。那年生日，他收到一份礼物。一幅字，四个字，“敢医敢言”。这份礼物，一直挂在他的办公室里。

灾难之下，最见人性。有人趁着混乱，大赚横财；有人为了保官，欺上瞒下；有人惊慌失措；有人避之不及；但是，也有钟南山这样的人，于危难中挺身而出，奋勇向前，左手对抗灾难，右手托出真相。这样的人，就是国家栋梁，就是民族脊梁！

### 【话题积累 7. 敬业是最大的政治】

2003年4月，钟南山接受央视《面对面》采访。王志问他：“你关心政治吗？”

他没有正面回答：“我只想搞好自己的业务工作，以及做好防治疾病的工作，这本身就是我们最大的政治。一个人在他的岗位上能够做到最好，这就是他的最大政治。”

### 【话题积累 8. 实事求是的炮王】

非典之后，钟南山的名字渐渐在公众视野里淡去。但他其实一直没闲着，他在坚持业务研究之余，不时发声。

他质疑新药上市不规范，在政协医卫界会议上发问：“我临床45年，有的药我都叫不出名字，这么多新药是怎么出来的？同一种药能有十几到几十个名字，往往是一个药品改个名，摇身一变，就成了新药，‘身价’立刻飙升。这些批号是怎么拿到的？这些问题到底谁来把关？”

他看不惯有些人空谈，在广东两会上开怼：“现在大家的发言，8分钟是肯定和表扬，2分钟是自我表扬，最后一分钟提点问题，而且还鼓掌，我一直想，鼓什么掌呢？”

因为屡次发表质疑观点，钟南山一度获封“炮王”。

他自己说：“我老有一种感觉，好像专门喜欢跟谁较劲，老觉得不管走到哪儿，自己都不太受欢迎。”但他想来想去，还是决心做一个耿直科学家，不要乖乖听话，但求无愧于心。因为“科学只能实事求是，不能明哲保身。”

### 【话题积累 9.文明其精神，野蛮其体魄】

1959年，23岁的钟南山迎来了人生中第一个高光时刻。在首届全运会上，他以54.4秒的成绩刷新了男子400米栏全国纪录，并夺得男子10项全能冠军。

你没看错，他是个“运动员”。此前，1956年，钟南山因体育成绩突出，作为北京医学院（现北大医学院）的运动员代表，参加了北京市高校运动会。他摘取了400米跑的桂冠。

“运动对我保持身体健康起到了关键作用。”八十多岁的钟南山，一直坚持健身，一口气十个引体向上，手臂肌肉吊打小伙子！

时至今日，钟南山院士一直没有改变过运动的习惯。在日常繁忙工作之余，钟南山院士每周都要抽出三四天进行锻炼，每一次的时间都会保持在40分钟到50分钟。

关于健康，钟南山还有一句名言：“锻炼就像吃饭一样，是生活的一部分……最大的成功就是健康地活着。”

### 【话题积累 10.80岁还要干很多事】

在钟南山的人生字典里，从来没有“停步”二字。他一刻也不闲着，还有很多事情在规划中。他始终坚持医生为病人服务的根本。几十年如一日，每周坚持出门诊看病人、查房，会诊、科研、带研究生，样样不落，已成习惯。不论冬夏，钟南山会把听诊器捂热了再放到病人身上听诊。一些外地病人过来看门诊，钟南山会关心，“有没有亲戚在这边？有没有地方住？”他坚持学术研究、成果斐然。多年来先后在《柳叶刀》等国际权威刊物发表SCI论文100余篇；出版各类专著近20部；主持制定了甲流、慢性咳嗽、慢阻肺等多种疾病诊疗指南。他自诩是“80后”，这位“80后”院士正在带领团队研发一种抗癌药，该项研究已经做了26年；他还希望再奋斗20年，建设亚洲最大的心肺呼吸研究中心，包括对疑难病症的科研、培训、治疗，打造一个产学研中心。他从教数十年，坚持推动医学教育改革创新，注重国际视野，成立了“南山班”，培养了一大批拔尖人才。他深情寄语学员：“我们的目标不是培养英语流利、却去国外实验室做高级打工仔的人，而是创新型的中国医学实用人才。”

### 【话题积累 11.信念与使命】

钟南山选择做医生，也许有谋生的考虑，但更是骨子里的追求，这是他至高的梦，他不愿亵渎。

他说，中学老师曾经告诉他一句话：人不该单纯生活在现实中，还应生活在理想中。人如果没有理想，会将身边的事看得很大，耿耿于怀；如果有理想，身边即使有不愉快，与自己的抱负相比，也会变得很小。

这句话，钟南山记了一辈子，也践行了一辈子。

---

所以，他会在非典最凶时，大义凛然地说“把最重的病人送到我这儿来”因为他觉得，那是他的使命。

非典时期，67岁的钟南山曾经连续工作整整38个小时。最后查完病房走出来时，他感到天旋地转，因过度劳累而病倒。他发烧，乏力，甚至出现了肺炎。但他自己观察体会，觉得不是非典，就把自己隔离在家，在门框上钉一枚钉子挂水。几天后，症状消失，他立刻回到医院，继续投入战斗。

没有人要求他，是他自己发自内心地愿意有此担当。一颗救世之心，一腔赤子热诚。一身高超医术，一片赤胆忠心。有这样的人替我们负重前行，是全体国人的幸运。

### 【话题积累 12. 钟南山们】

事实上，在中国，就在当下，有千千万万个如钟南山一般的人。

他们中有的在受到钟南山的鼓舞后，妻子更理解支持丈夫的工作。妻子对丈夫说：“生死相随”，亦说：“你是不是傻，我们选择从医，就意味着随时会为这个职业付出一切”。

他们中有的还很年轻，也有自己的牵挂与害怕，却努力自我疏导，负重前行。写下一句：“也许生命的珍贵，不只是因为只有一次，更是因为那些割舍不下的牵挂。”

他们中有的写了申请书，主动要求参与前线防疫工作，申请书最后是八个字：“不计报酬，无论生死！”

他们中还有非常特殊的一位，名叫敖忠芳，92岁的高龄，是江苏省人民医院专家室组长。她说：“我来（出诊）肯定不要增加医院的负担。不要医院接送，我要自己走。医院的领导不要担心万一我出了事情怪医院。作为医生来讲，医学的战士死在战场上是死得其所。我自己愿意来的，我承担这一切。

……

人之于灾难，从来都是一场旷日持久、永不止息的战争。反思、谨记、预防，我们一定能化险为夷。而那些身着白衣，冲锋在前的战士们，我们将永怀感激与敬意！

正如鲁迅先生说的那段话：“我们从古以来，就有埋头苦干的人，有拼命硬干的人，有为民请命的人，有舍身求法的人……虽是等于为帝王将相作家谱的所谓‘正史’，也往往掩不住他们的光耀，这就是中国的脊梁。”

愿钟南山院士寿比南山。

愿南山之外，还有南山。

---

## 人物 2：张文宏（网红医生）

疫情期间，诞生了一位明星，他不是影视圈的娱乐明星，而是医学明星，他就是张文宏。张文宏，浙江温州人，现任上海新冠肺炎医疗救治专家组组长，复旦大学附属华山医院感染科党支部书记、主任。他集硬核本领、浩然正气、幽默言谈于一身，网友直呼：这才是孩子们该去追的星！

### 【话题积累 1：让党员上】

2020年1月29日，在疫情新闻发布会现场，作为上海抗击疫情的领军人物，张文宏的一波“硬核”发言，刷爆了网络，两千多万人为其点赞。

他一脸严肃，高度认真地说：“人不能欺负听话的人，把所有的岗位的医生都换下来，换成谁？换成科室所有的共产党员，没有讨价还价，因为我自己也上去！”因为党员早就签好了协议，在入党的时候都宣誓过的，要把人民的利益放在第一位，那就迎着困难上。而这其中也包括张文宏自己。这不是他在特殊时期的激情发挥，也不是哗众取宠的即兴演讲，这就是他的本色作风。

### 【话题积累 2. 领导不能只在后方指手画脚】

张文宏从30多岁起就有了个外号，“张爸”。据同事说，这是因为他果敢又细心，凡事都要照顾到位，就像爸爸一样。他如今养成了一个习惯，只要在上海，一有空就回华山医院感染病房看看。自武汉疫情爆发以来，在这一国内顶尖科室里，每个医护人员都在超负荷运转。张文宏频频查房的原因并非出于对同事不信任，而是为了给他的团队提供心理上的支撑。他觉得自己身为主任，不能只在后方指手画脚，而让医生暴露在一线的危险之中。

### 【话题积累3. 硬核源于硬实力】

有人说，张文宏之所以敢说敢做，不是因为“硬核”，而是“硬气”。他是温州瑞安人，据传在校时就是学霸，高三直接保送。他毕业于复旦大学上海医学院的前身，上海医科大学，并在哈佛大学医学院、美国伊利诺伊州立大学微生物与免疫系和香港大学微生物系做过博士后和访问学者。进入华山医院工作后，他一直从事着感染病与肝病专业的临床研究。他所在的感染科，连续九年位居“中国医院排行榜”中国感染病学科榜首。

翻看张文宏的履历，给人留下深刻印象的，不只是充满光环的头衔，还有在中国应对传染病的几场硬仗中，都能找到他的身影。

2003年的非典，人们心中或许只留下了钟南山一个名字，但当年张文宏医生也参与到了非典的救治和防疫工作中，他的老师翁心华时任上海市“非典”专家咨询组组长。在那场疫情中，上海的表现受到了多方认可，没有医护人员感染，也没有形成社区传播或群体爆发。非典结束后，张文宏协助翁心华一起主编了国内首部介绍SARS的专业书籍。

---

2013年的禽流感，他义无反顾地投身抗疫工作，人称“病毒猎手”。

2014年的埃博拉，他参加了援助西非的紧急救援队。

2020年的新冠病毒，他接替自己的老师，成为上海医疗救治专家组组长。他定下了一个目标，“上海的病人不允许出现拥挤、交叉感染，不允许让病人住不上医院。”

其实说到这里，再来看前面的问题，为什么张文宏医生敢说真话，敢办实事？因为人家办了大半辈子实事了，人家平时就是这样生活工作的，现在只是被媒体聚焦了我们才知道而已。

#### 【话题积累4. 专业所以自信】

新冠疫情暴发后，张文宏医生多次接受媒体采访，从没出现“晕镜头”“慌不择言”“无话可说”的尴尬。每每谈及防疫工作，他都能信手拈来，把专业的内容讲得深入浅出，让老百姓听得懂记得牢，类似“防火防盗防同事”“把病毒闷死”等的防疫金句张口就来。正所谓心里有底，发言不慌。张医生如数家珍、言之有物的发言，源自其平时深厚的医学知识储备。

反观疫情中一些领导干部的表现，与张医生的自信形成鲜明对比。个别干部，对业务一问三不知，对问题推诿逃避，对群众诉求敷衍塞责。面对疫情大考，已有不少领导干部“丢了位子”，依规依纪依法被追责问责。平时“不混日子”，做懂业务有能力的“实心干部”，非常时期，才能站得出来、冲得上去，成为防疫大堤上的牢固防线。

#### 【话题积累5. 硬核干部】

疫情当前，时代召唤什么样的干部？危急时刻，民众呼唤什么样的干部？民族复兴，我们应该选拔什么样的干部？近日，上海市医疗救治专家组组长、华山医院感染科主任张文宏在接受记者采访时“硬核”发言在网络上的迅速走红为我们提供了一个最好的现实答案。张文宏的走红，反映出人民群众对“硬核”干部殷切期盼的强烈呼声，也从反面印证了现实生活中“硬核”干部稀缺稀有的客观事实，更引发了国人一系列深刻思考：张文宏何以能够展示如此“硬核”形象？“硬核”形象背后究竟有何深层支撑？“硬核”干部为什么能够广受青睐？张文宏式“硬核”干部何时能从“走红网络”发展成走红时代？这些问题和思考不仅关系到当前能否打赢抗击新型冠状病毒疫情阻击战，而且关系到新时代中国应该如何培养、选拔、使用干部和人才，关系到建设社会主义现代化强国事业成败。

#### 【话题积累6. 语言艺术】

新冠肺炎疫情期间，上海华山医院感染科主任、上海市医疗救治专家组组长张文宏金句频出，妙语连珠，“圈粉无数”，成了接地气的“网红医生”和高水平的“段子手”。这一方面源于他的学术权威，一方面源于他的语言艺术。

---

一是同理心。就是从他人的角度来体验世界，这需要将自己的意见放在一边，试着去了解对方，体验别人的感受，理解他们的恐惧、喜乐、伤心等感觉。当留学生问张文宏能不能回国时？他坦率地说，不叫你们回来，你们说我没良心，如果叫你们回来，国内的压力又很大，“你先要问下你自己，需要待在美国吗？你如果购买的医疗保险水平低，只能覆盖急诊，你父母在哭泣，生不如死，你在美国又没事，也有人给你买机票，你回去无妨。”张文宏始终把留学生的需求作为自己考虑的首要问题，使他们感受到自己的需求得到了张医生的理解和尊重。

二是讲真话。季羨林说：“敢讲真话需要极大的勇气，有时甚至需要极硬的‘骨气’。”当医护人员多日连轴转、无可替代的时候，张文宏说：让党员先上，没有讨价还价的余地。“党员的口号你平时喊喊可以，但这个时候，我不管你有什么想法，对不起，现在你马上给我上去，不管你同意或不同意，都得上去。”“没什么好说的，入党的时候每个人都宣誓了，要把人民利益放在第一位。”中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时也是中国人民和中华民族的先锋队，在疫情面前挺身而出是医生的职责，更是共产党员的党性。

三是大白话。张文宏讲的话接地气，让老百姓听得明白。张文宏解释说：“很多重要的防疫知识背后有很深的科学道理，我们做科普，就是要用最浅显易懂的话语把知识点非常直白地告诉大家。”

四是幽默感。张文宏善用生活事例做比喻，语言亲切又诙谐。他说：“你在家不是在隔离，你是在战斗啊。你觉得很闷，病毒都被你闷死了。”“继续闷两个礼拜，语言少了，思想就出来了！”他劝告人们：“或者你就找谁跟你关系最差，你就跟他坐在一起。”“现在起一到两个月内，防火防盗防同事。”他用这些诙谐的俗语再次强调保持社交距离的重要性。

### 人物3：张定宇（渐冻院长，“人民英雄”称号）

在抗击新冠肺炎的这场疫情中，除了钟南山、李兰娟等各位院士外，武汉金银潭医院的院长张定宇医生的名字也格外响亮。金银潭医院是武汉传染病专科医疗机构，是武汉首批开放的定点医院，也是最早集中收治新冠肺炎确诊患者，并且是确诊的重症、危重症患者的医院。金银潭医院的院长、党委副书记张定宇隐瞒身患渐冻症的病情，顾不上同为医务人员、被新冠病毒感染的妻子，尽管他腿部的肌肉正在萎缩、坏死，他也一直坚守在抗击疫情的最前沿，与时间赛跑。他用渐冻的生命，托起信心与希望，为武汉春天的到来拼搏着。

### 【话题积累1：党员顶上去】

2019年12月29日，金银潭医院转入首批7名新型冠状病毒感染的肺炎患者。在除夕夜驰援部队抵达之前，医院党委副书记、院长张定宇带领医院600多名医护人员，奋战在抗疫第一线，没有节假日，不分白天和黑夜，硬扛了二十多天，以实际行动书写了对党和人民的忠诚。

张定宇说，全院240多名党员，没有一个人迟疑、退缩，全部挺在急难险重岗位。“身为共产党员、医务工作者，非常时期、危急时刻，必须不忘初心、勇担使命，坚决顶上去！”

### 【话题积累2：渐冻症】

“渐冻症”这是一种罕见的绝症，又称肌萎缩侧索硬化，无药可治。早期，患者可能只是感到有一些无力、容易疲劳。渐渐地，就会进展为全身肌肉萎缩和吞咽困难，直至产生呼吸衰竭。

“这个病的名字真的很形象，上下楼梯的时候，腿真的跟冻住了一样。”张定宇说，他从来不说，是因为不想影响同事，他生来乐观，不喜欢叫苦。

他会微笑着说：“你看我现在长得五大三粗，慢慢地，我会像这样缩成小小的一团。每个渐冻病人，都是看着自己，一点一点消逝的。”

“如果你的生命开始倒计时，就会拼了命去争分夺秒做一些事！”

“我是一个渐冻症患者，双腿已经开始萎缩，全身慢慢都会失去知觉。我必须跑得更快，才能跑赢时间，把重要的事情做完；我必须跑得更快，才能从病毒手里，抢回更多的病人。”

### 【话题积累3.舍小家为大家】

情和痛，从不知从什么地方会来个突然袭击。金银潭医院收治首批病人22天后，张定宇得到消息，在武汉另一家医院工作的妻子，在工作中被感染新型冠状病毒，住进相隔十多公里的另一家医院。妻子入院三天后，晚上11点多，张定宇赶紧跑去探望，却只呆了不到半小时。“没说太多话，都很疲惫，只是离开时叮嘱了下：保重。

“实在是没时间。我很内疚，我也许是个好医生，但不是个好丈夫。”眼前这位五大三粗，和普通人眼中医生形象不太匹配的硬汉，眼圈忽然红了。“我们结婚28年了，刚开始两天她状态不好，我就怕她扛不过去。”

几乎没时间去看患病的妻子，却又搁不下、放不了挂念，没法想象张定宇心里怎么过的这道坎。好在，坎过去了。

#### 【话题积累4：不能亏待为疫情倾尽全力的人】

4月10日，湖北省委组织部报请省委研究同意，拟提拔重用4名在疫情防控工作中表现优秀、业绩突出、群众公认的干部。其中，现任武汉市金银潭医院（市传染病医院）党委副书记、院长张定宇，拟任湖北省卫生健康委员会党组成员、副主任。

“赏罚分明，干得漂亮”“张定宇，是个好同志”“实至名归，张院长了不起”……张定宇等人将获提拔的消息传出后，网友纷纷点赞，心悦诚服。诚如有网友所称，“就应该这样，为人民服务的公仆就是要得到重用。”

重用张定宇等人，传递了鲜明的价值取向。中央强调，要注重在疫情防控阻击战一线考察识别领导班子和领导干部。很显然，谁全力抓疫情防控工作，谁把群众安危放在心里、把防控责任扛在肩上，谁坚守岗位、靠前指挥，谁尽职尽责、尽心尽力，谁就应该获得重用。

对于张定宇等人来说，他们一心扑在工作上，在疫情防控斗争中经受住了考验，给出了优异答卷。特别是他们对责任的理解、对生命的呵护，并非为了个人目的，而是基于良知。他们真正倾尽全力，为了疫情防控牺牲太多，因此，绝不能亏待他们。

人们常说“不能让老实人吃亏”，这是一个层面，因为不让老实人吃亏只是一个底线，还要大力褒奖那些想干事、能干事、干成事的老实人。还要依照相关规定善待他们，让他们感受到制度的温暖，感受到奋斗的价值。

#### 【话题积累 5. 人民英雄】

2020年8月11日，张定宇被授予“人民英雄”国家荣誉称号。“我很激动，也很平静。”电话那头，他那熟悉的声音依旧和缓，低沉有力。在他心中，“人民英雄”国家荣誉称号，这枚勋章并不是授予他个人，而是授予抗击疫情最前线，所有向着炮火前进的基层医务工作者和共产党员，是对他们的集体褒奖。

#### 人物 4：陈薇（护国女将军，“人民英雄”称号）

陈薇是谁？中国为数不多的女将军；中国工程院院士；抗击非典的杰出科学家；“埃博拉病毒的终结者”；此次新冠疫苗研制的领头人……她49岁晋升少将军衔，而今又被授予“人民英雄”国家荣誉称号。所赖无它，正是“战绩”。她的赫赫“战绩”写下了我国生物防疫领域的高光一笔。

#### 【话题积累 1. 坚定选择】

陈薇是浙江金华兰溪人，出生于1966年。当她小的时候，有着和马云相同的梦想，成为一名光荣的教师。但物理老师的一番激励，让她放弃了到师范读中专的打算。她可比马云在考试上有天赋多了，轻松考入了浙江大学。1988年，在获得化学工程学士学位后，她又被免试推荐到清华大学，攻读硕士学位。

---

陈薇读研究生的时候，学的是化学工程系，当时是个特别热门的专业。那时候，她的同学们都把出国留学或者进入一个大公司当成是首要选择，陈薇也想着走这条路，甚至已经选择好了一家特别著名的生物公司。但人算不如天算，在一个偶然的的机会里，陈薇知道了军事医学科学院这样一个特殊的单位。那是一个周恩来总理亲自签署命令成立的单位，担负着国家防御核武器、化学武器和生物武器的特殊使命。心中怀着一腔热血的陈薇，立即产生了参军的强烈愿望。然而，她的这一想法却遭到了来自家人和好友的反对，大家都认为，入伍就是埋没了自己。但陈薇明白，自己想要的是什么。所以，她还是义无反顾地投身到了部队中。从那时候起，她便开启了携笔从戎的军旅生涯。

陈薇一直都明白，正确选择的重要性。她选择了实现自己心中的炙热，并且坚定地走了下去。

### 【话题积累 2. 不骄不躁】

2003年，非典蔓延。陈薇的团队率先推出了预防 SARS 的新药，当时的领导亲自去到他们的实验室，给予高度的评价。“为党分忧，为民解难，拼搏奉献”那一年，陈薇获得了“中国十大杰出青年”的称号，各种先进人物的荣誉纷至沓来，主流媒体争相采访。长时间呆在实验室研究的她，一下子就走到了台前，出现在众人眼前，头顶的光环也越来越闪耀。这些高度的评价并没有让陈薇迷失自己，用她的话说就是“心态没有多大的改变”。在陈薇看来，自己只是一个领奖的代表而已。因为受到老一辈科学家的影响，她对名利的淡泊，已经成为了一种人生习惯，在她看来，继续搞自己的研究工作才是最重要的。

记得以前看过一句话：浮上去很容易，但要真正沉下来却很难。深以为然。那些真正厉害的人，从来不会把“厉害”两个字挂在嘴上，那些安静沉稳、默默努力的人，才是真正有实力的人。人的一生，难免有浮沉，不会永远如旭日东升，也不会永远痛苦潦倒。一浮一沉，对我们来说或许正是一种磨练。因此，浮在上面时，千万不能骄傲；沉在底下时，也不要悲观。

### 【话题积累 3. 事业与家庭】

在陈薇看来，一个人的事业再起色，如果家庭不幸福，那么人生也是有缺憾的。她与丈夫相识于去泰山的火车上，两人一见钟情，相见恨晚。两人刚在一起的时候，物质生活十分匮乏，但这并不影响他们的相爱。结婚后，丈夫主动承担了家里的大部分家务，让陈薇可以安心搞研究工作。他欣赏她的才华和能力，觉得她应该把时间用在更有价值的事情上。而陈薇自己也很感恩丈夫的付出，她不止一次提到：与研究所所长相比，另一个身份更令她觉得骄傲，一个快乐的母亲，一个幸福的妻子，孝顺的女儿和儿媳。

---

对于工作和生活之间的平衡，陈薇有着自己的想法。“在工作中，要淡化自己的性别，在生活中，要突出自己的性别。睿智与亲和并存，执着与从容合一，出色工作，享受生活。这才是是幸福的最终定义。”

在教育孩子的时候，陈薇也特别的开明，他告诉儿子：“你这辈子做好两件事就行了，第一是娶自己爱的人，第二个是干自己喜欢干的事”“我从来不奢求你是最优秀的，但是我希望你是快乐的、健康的、富有爱心的”

从陈薇院士的经历中，可以看出，一个家庭最大的福气，就是家人彼此之间相互理解，相互包容。

#### 【话题积累 4. 坚持与专注】

多人都问过陈薇，出成果的诀窍是什么。她的回答很简单：成功的人，往往是目标不变，方法在变；而目标在变，方法不变的人容易受挫折。如果一个人 20 多年坚持一个研究方向，专注做一件事，只要方向正确，方法得当，换了谁都一样会成功。

很多人往往缺乏的是毅力和坚持到最后的勇气，人生中许多事情的成功，从来都没有一蹴而就，而是需要坚持和努力才能获得。成功需要厚积薄发，需要坚持等到临界点的爆发。每一个梦想的实现，背后都有日复一日的坚持和超常的努力。

#### 【话题积累 5. 板凳甘坐十年冷】

时光拨回到1991年，那时的大学生还很稀缺，更不用说清华的硕士了。大家都劝她别犯傻，但她却“一意孤行”，前往军事医学科学院微生物流行病学研究所工作。她也确实付出了惨重的代价，当两年后她和师弟在一次学术会上碰面后，她发现师弟的收入竟然是自己的上百倍。而且，科研工作如同航海探索，如果能发现新大陆当然有极大的成就感，但更多时候是枯燥乏味的航程。

刚开始的踌躇满志，很快就被孤独淹没。有一次，她辛苦跟进两个月的细胞实验，在大年三十变成了一地的液体，顷刻间所有成果化为乌有。薪酬低，前途未卜，辛酸孤苦，但她却内心坚定，毫不动摇，做好了“板凳要坐十年冷”的准备。

她先是花4年时间成为了微生物学的博士研究生，3年后又获得了医学博士学位。这种孜孜不倦的学习态度，让人望洋兴叹！

从此她开始崭露头角，先是入选了军事医学的 A 类人才库。后来又晋升为研究员，享受首批军队特殊人才津贴。

## 【话题积累 6. 热爱你所做的】

曾经有人问陈薇：“去疫区那么危险的地方，万一回不来怎么办？”

陈薇轻描淡写地答道：“穿上这身军装，就意味着这一切都是你该做的，除了热爱，我想不出其他理由，我愿这一生都能和致命病毒短兵相接，为受困疫区的生命打开希望之门。”

研究病毒29年，与毒为邻的她，每一天都像行走在钢丝绳上。当危险来临时，哪怕冒着身陨的风险，也毅然抵挡奔涌而来的猛烈火焰。不得不感慨，真正担起民族重担的，从来不是光鲜亮丽的流星，而是默默耕耘的国士。对比某些抱怨环境待遇，在疫情期间避难外国的明星，这种感觉尤其明显。像陈薇院士这样为国为民的人，才够资格成为国民偶像。

## 人物 5：李文亮（吹哨人）

为众人抱薪者，不可使其冻毙于风雪；为自由开路者，不可使其困顿于荆棘。而他就是这样一位为众人抱薪者、为自由开路者，但是他在这个寒冷的冬天，去世了。他叫李文亮，是一名医生。他死于新型冠状病毒感染的肺炎。

“吹哨人”，起源于英国。最初指的是，警察发现犯罪时吹哨子以引起同僚和民众注意。今天“吹哨人”概念已大大拓展，往往是指对危机，基于公共利益考量第一时间发出预警，引起相关机构和公众或者人从“不知不觉”中迅速警惕，并采取积极应对行动。

2019年12月30日，武汉医生李文亮在150人的同学群里发布消息，吹响了一声尖锐的警示哨音。

“华南水果海鲜市场确诊了7例SARS，在我们医院急诊科隔离”。

3天后，公安局找到他，签下训诫书，让他“冷静下来好好反思”。

他因“谣言”获咎，疫情暴发后，李文亮不幸也感染。但就在他患病期间，最高法的“平反”让他从造谣者变成了“可敬的人”。

1月10日，李文亮开始咳嗽、发热，确诊新冠肺炎，住进了重症监护室。

他很乐观。还想着康复后，“要上一线，不想当逃兵”。

2月6日晚，坚守在武汉前线的媒体传来消息，李文亮因新冠肺炎，抢救无效去世，年仅34岁。

李文亮是预警者，是我们社会的明灯。死者已逝，但我想我们的社会更需要一些倔强者，真理的倔强者，即不唯上是从也不唯下是从，即不唯钱是从也不唯权是从，只唯真理是从。这些倔强者是社会的良药，国家的脊梁。

---

## 人物群像：外卖小哥

日前，美国《时代周刊》发布抗疫群像，中国外卖骑手高治晓作为唯一华人面孔登上封面。高治晓说，自己一个普通人，能在疫情期间贡献一点力量，是最开心的事。

手机下单、等待外卖员送餐上门……“岁月静好”之时，无数人都习惯了这套再普通不过的流程，以至于我们可能根本就不会思考外卖员的职业价值。中国有500多万外卖骑手，他们是我们经常见到却很少会注意的一群人，他们默默无闻地为城市运转做出了重要的贡献。在大多数人宅家闭门不出的时候，外卖骑手们则冒着风险，穿行于城市之中，也真正展现出“万能”的一面，他们化身“社区采购员”，给老奶奶买药、替异地情侣传达爱意、为留守宠物喂食……

这些“超纲”项目，明明不在他们的正常工作范畴内，但是他们去做了。正是透过这些超出预期的表现，我们才真正“注意”到这群人，才真正“看到”他们身上闪耀着的光辉，才真正“理解”一个行业的职业担当。疫情为我们打开了一个窗口，让我们看到他们在工作中的付出，深刻认识到他们的重要性。

从国务院新闻办记者见面会邀请外卖小哥登台，到《时代周刊》将外卖小哥作为封面，这既是对他们在疫情期间的付出的肯定和致敬，也是对其职业价值的认同与尊重。而对于个体及机构而言，更应该将这种在特殊时期所凝聚起来的价值认同，转化为对外卖小哥等基层服务职业者更多的理解与尊重。现在疫情防控形势持续向好，各地小区理应在做好防控的前提下，及时为外卖小哥打开便利之门。当我们从他们手中接过外卖订单时，也别忘了道声辛苦。

高治晓说自己是一个普通人，其实，某种程度而言，媒体致敬他所代表的外卖小哥群体，同时也是致敬所有在疫情期间付出、坚持的普通人。

疫情防控工作取得持续向好的态势，其稳固的根基在于无数普通人的系统性参与和配合。除了逆行的医护人员，快递员、基层防控人员、社区工作者等等，他们也都直接奋战在防疫一线。以社区工作者为例，小区封闭管理之时，他们成为居民与外界几乎唯一的连接管道，是保障生活物资、维护社区安全的重要角色。他们的身份很普通，但是，他们所承担的压力、付出的艰辛，不应该被忽视。

当前疫情防控势头出现积极进展，整个社会运转节奏也将逐步恢复，生活向正常回归的背后，正是无数如外卖员、快递员、社区工作者这样的普通群体在默默付出。这些“普通人”并不普通，他们和医护人员一样，都是构筑战“疫”防线的中坚力量。

颇为巧合的是，《时代周刊》曾将2009年年度人物颁给中国农民工，彼时，多位中国农民工登上杂志封面。理由是——在金融危机肆虐全球的时期，中国经济仍在高速发展，并逐步带领全球走出金融危机的阴影，首先要归功于千千万万勤劳坚忍的中国农民工。十年后，中国外卖员登上杂志封面，同样是以“普通人”的身份，而他们所代表的“普通人”群

---

体，也正在以勤劳、坚忍、付出的品格，助力国家跨过另一场危机。这些“普通人”让我们看到，“人民才是真正的英雄”。

## 二、经济人物

### 人物 1：任正非（华为创始人）

43岁下海创业，53岁产品走向世界，63岁完成企业转型，72岁为世界定行业标准。30多年，他把一个作坊变成震惊世界的科技王国，形成了一套可成为经典的管理模式。他是企业家，也是思想家，强烈的忧患意识和卓越的全球眼光，使他和他的企业成为令全球尊敬的“教父”和典范。他就是华为创始人任正非！今年（2020年）是华为创立33周年！

#### 【话题积累 1：苦难是一笔宝贵的财富】

1944年10月25日，任正非出生在贵州一个贫困的小村庄。他的父母是乡村中学教师，家里还有兄妹6人。从小就经历了战争、贫困、三年自然灾害、政治运动以及文化大革命的磨炼。所以任正非的童年是在贫穷中度过的。因为父母对知识的重视和追求，即使在三年自然灾害时期，任正非的父母仍然坚持让孩子读书。吃不饱、穿不暖的时期，吃一个白面馒头是他最大的理想。1963年，任正非考上了重庆建筑工程学院，艰辛的条件下，任正非努力度过了四年的大学生活。

苦难是人生一笔宝贵的财富。任正非后来回忆说：“如果没有经历童年的贫苦饥饿以及人生的挫折，就不可能取得有今天的成就。如果不艰苦奋斗，就不可能有今天的华为。”

#### 【话题积累 2：挫折与挑战】

任正非说：“我44岁的时候，在经营中被骗了200万，被国企南油集团除名。曾求留任遭拒绝，还背负还清200万债。妻子又和我离了婚，带着老爹老娘弟弟妹妹住在深圳的棚屋，创立华为公司。我不觉得跌倒可怕，可怕的是再也站不起来了。”

就算强大如任正非这样的人，也曾人生的低谷之中盘旋。不管是谁，都不会随随便便能成功，那些成功之人的背后，是一个接着一个的苦难。困难一旦被战胜，就会反过来变成能量与营养，让胜者更强大。今天的华为站在了科技的最前沿，而任正非也被世界所认识。

### 【话题积累 3：科技自立】

华为又刷屏了，面对世界最强大对手的极限施压，华为掌舵人任正非也一改昔日的低调，接受媒体采访。他回应了美国禁令、芯片、华为5G、备胎计划等热点问题，从这些坦率、理性的回答中，人们也管窥到华为的谋略与胸怀。

近半年来，人们目睹了一场诡异而罕见的角斗。作为全球科技与经济霸主，美国以举国之力打压中国通讯企业华为。从高管孟晚舟被拘，到游说阻止各国使用华为5G设备，再到发布禁令，禁止美企给华为提供产品和技术服务，向来奉行自由贸易原则的美国，彻底撕下脸皮，不顾身份不计代价要置华为死地。

在这场实力完全不对等的较量中，多少人为华为的命运担忧。华为挺得住吗？华为会否就此一蹶不振，甚至走向衰落？至少，面对如此强悍且不计后果的对手，华为总该低头认怂或委曲求全吧？

但是，没有！在人们忧虑的注视中，这一切并没有发生。恰恰相反，人们看到的是一个自信的华为，一个胸有成竹，水来土掩，见招拆招，坦然应对的华为。你要断供芯片吗？“备胎”一夜转正，自己生产；不再提供操作系统的技术更新？华为不仅有应对方案，自身操作系统也可很快顶上。当对手抛出“90日暂缓令”时，更理直气壮地回应：不必，华为已做好准备。

这就是华为！一个让观者钦佩而对手无奈的竞争者。当企业日子红火，大把赚钱的时候，就想到了潜在风险，提早做好了“极限生存”预案。居安思危，未雨绸缪，当真正的危机降临时，才会有坦然排雷闯关的底气。

华为遭遇的“极限施压”再一次证明，中国不可能买来一个现代化，只有坚持科技自立，把关键技术、核心装备牢牢掌握在自己手中，才能从根本上保障国家经济安全，迈出高质量发展的铿锵步伐。

### 【话题积累 4：华为的“狼文化”】

华为的“狼文化”，并非强调残忍和反人性，而是狼的其他一些品质和秉性。华为想从狼身上学到的是危机感，不屈不挠，合作精神，妥协策略。

1. 狼文化的首要之义是敏锐的嗅觉，指的是危机感、远见与设计感。华为 30 多年的历史，就是一个不断面对危机、解决危机的过程，如果华为领导者没有对内外环境强烈的危机感和忧患意识，如果华为领导者没有对未知的判断和警觉，不可能有现在的华为。

2. 像狼一样持续进攻。华为狼文化的第二个定义，就是不屈不挠的进取精神、奋斗精神。前些年华为提倡“薇甘菊战略”，中国改革开放以后，由于贸易的频繁往来，薇甘菊的种子通过货运从南美洲到了深圳，它被称为“疯狂成长的恐怖野草”，可以从一个节点上，一年内延展到一千多英里，仅需要极少水分、极少营养就可以迅速地扩张。华为提倡的就是这样一种文化和市场战略。

---

**3. 发扬“狼狽精神”。**华为在最初十年中，由于既缺资本，又缺技术，更缺人才，所以倡导一种绝地逢生的个人英雄主义。谁能让这个组织活下来，能给饥饿中的华为带来合同，谁就能够分得最多。然而后期，个人英雄主义却可能带来山头主义、腐败和懈怠，因此企业想要进一步发展，必须将英雄主义加以改造，使之演化成为群体英雄主义，成为具有凝聚力、类似于军队的族群头狼发出号令的时候，所有能听到号令的狼群都会迅速集结、进行战斗状态。

**4. 狼也需要妥协。**如果华为一味讲奋斗、进攻、薇甘菊式地扩张，那么，在国际化、全球化过程中的任何一个阶段，都很可能会被竞争对手们联合绞杀。所以当华为全面开始国际化历程时，任正非适时提出了管理哲学的另外6个字：开放、妥协、灰度（白+黑=灰，指的是中庸适度）。

#### 【话题积累5：华为的“烂脚”广告】

华为有一个非常具有代表性的广告——“烂脚”的广告。广告中，一只脚穿着优雅的芭蕾舞鞋光鲜亮丽，另一只脚却赤裸着，满是伤痕。美与丑、优雅与不堪，形成强烈的视觉冲击。有人说：“虽然不美，但反映了华为之所以是华为的原因”

任正非对芭蕾舞脚的理解，亲自有过阐述：“我们除了比别人少喝咖啡，多干活，其实不比别人有什么长处。就是因为我们起步太晚，成长的年限太短，积累的东西太少，我们得比别人多吃点苦。我们有一只芭蕾舞脚，一只很烂的脚，我觉得这就是华为的人，痛并快乐着。华为就是那么一只烂脚，他解释了我们如何走向世界……”

任正非说的这只烂脚，其实是美国摄影家亨利·路特威勒的摄影作品集“芭蕾舞”中的一张。路特威勒花了四年的时间拍摄了这组芭蕾舞照片，其中这一张芭蕾舞脚照片荣获大奖。任正非看到这幅照片时怦然心动：这不正是当下华为“痛并快乐着”的真实写照吗？华为光鲜的背后，是17万双“烂脚”孤独地行走在世界上！在任正非的授意下，华为买断了这幅照片的广告播放权。

#### 【话题积累6：创新】

华为成立于1987年，三十多年时间，创新促使华为从一个弱小的、没有任何背景支持的民营企业快速地成长、扩张成为全球通信行业的领导者。华为注重研发的最直接的结果就是它拥有了3万项专利技术，近四成是国际标准组织或欧美国家的专利。从1997年起，华为开始向IBM学习集成开发管理体系，华为向西方公司支付了十几亿美元的学费，当其他企业都把钱用来搞房地产、搞资本运作时，华为不为所动，坚持不上市，坚持将每年销售收入的10%以上用于研发，累计投入三千多亿元搞研发。

---

### 【话题积累7：大格局大视野】

“我们已经准备好了。我们最重要的还是把自己能做的事情做好，美国政府做的事不是我们能左右的”。

“感谢美国企业这些年与华为的合作。”

这是75岁的任正非，在面临美国刁难时，亮出的胸怀和态度。

从5月15日美国商务部将华为列入管制“实体名单”，禁止其在未经美国政府批准的情况下从美国企业获得元器件和相关技术，到5月19日谷歌暂停为华为提供安卓和其他服务的技术支持和协作，这家跻身全球科技巨头阵列的中国公司，正在接受来自美国最严厉的不公正对待。此前2018年12月1日，在未告知的情况下，华为CFO孟晚舟也被加拿大应美国要求无端拘押。

磨难一个接一个出现，但作为华为掌舵者的任正非，依然保持着乐观和坦荡。在5月21日接受媒体采访时，他还表达了对美国企业的感谢，“我们将来还是要大规模买美国器件的，只要它能争取到华盛顿的批准。”在谈到爱国时，任正非表示“不能把买华为与爱国简单等同起来”，这些都表现出了一个企业家的大格局。

### 人物2：马云（浙商，阿里巴巴创始人）

马云，阿里巴巴集团创始人，1964年9月10日出生于浙江省杭州市，1995年创办中国第一家互联网商业信息发布网站“中国黄页”，1999年创办阿里巴巴，并担任阿里集团CEO、董事局主席。2018年12月，党中央、国务院授予马云同志改革先锋称号，颁授改革先锋奖章。2019年9月10日，马云卸任阿里巴巴董事局主席，继续担任阿里巴巴集团董事会成员。

#### 【话题积累1.达则兼济天下】

17年前的2003年，阿里巴巴还是一家刚创业公司，在“非典”时期全公司被隔离，被迫在家办公，拼尽全力只为活下去。

17年后的现在，阿里巴巴是中国最大的互联网公司，已经卸任的创始人马云依然是“国民爸爸”。新冠肺炎疫情爆发，阿里率先站了出来，承担了更多的社会责任，成为战疫一线的中流砥柱。

微博上，甚至有高赞评论说：“阿里巴巴是华夏之幸。”

阿里巴巴整体在疫情的表现是非常亮眼的，既有线上的贡献：钉钉办公，在线教育，健康码的开发，网购平台的支持等。又有线下的贡献：盒马生鲜、大润发、淘鲜达这些阿里巴巴布局线下结合的平台整体对整个社会的稳定以及复工复产的支持力度都是比较大的。

---

### 【话题积累 2. 灾难面前没有国界】

8月12日，央视播出的访问中，马云谈到这次疫情为什么捐助国外。他表示，灾难面前没有民族之间的区别，没有国与国之间区别，生命对所有国家都是至高无上的，所以给伊朗、美国、日本、非洲国家进行援助。

马云表示：疫情期间，每一个时刻都很艰难，因为时间就意味着生命。马云称自己能够给别人带来希望是一种幸运，因此，在疫情期间，阿里毫不犹豫地向非洲、日本等国家捐赠了口罩、防护服等医疗物资。在疫情这样的特殊时期，医疗物资已经不只是医疗物资，它更是人们生存的希望，给任何人，任何一个国家，任何一个地区希望。

### 【话题积累 3：2019 天猫双十一】

2019年天猫双十一最终以成交额2648亿元的成绩结束了战斗。可以说每年双十一都让我们一次次见证了电商平台的成长，更见证了国内互联网发展迅速。已经连续开展了十一年的双十一活动已经成为国内大多数人的购物狂欢节，对于世界其他国家来说也产生了一定影响。

去年，在杭州召开的第五届世界浙商大会上，阿里巴巴创始人兼浙商总会会长马云对双十一发表了看法。他认为，双十一并不是一个单纯的数字盛会、购物盛会，而是一个拥有创新力量的盛会。

此外马云还表示说：“今年双十一的成绩是超过预期的，同时它超过的更是大家对今天本来经济的预判。曾经华尔街预测，今年双十一大约增长20%左右，理由是中国消费不振，中国经济在衰退，但事实上我们的数据增长达到了25.7%。”

马云还表示：“这个成绩并没有超过我的预期。有很多原因，一是天气太热，天气冷服装才会卖得好，很多滑雪服、冬装都没怎么卖；二是双11正好是礼拜一，大家熬夜会影响上班。”因此他提出了一个“建议”，引起了全场热烈的掌声：“我们希望未来双11，国家可以放半天假。”

此外马云还回应了，网传天猫数据造假的谣言。“在这里我可以向大家保证，在数据时代、在互联网时代，每一分钱都极其之准确。双十一的数字其实并不关键。真正关键的是数字背后核心力量。”马云说。他认为国家制造业的力量，科技技术的力量，以及商家求变的力量，才是双十一背后真正的核心力量，而最终的力量源泉就是创新，这些力量的增长也将直接推动未来数据的增长。数据增长的同时也证明了内需才启动了，这是千载难逢的机遇。

同时马云表示说：“双十一不是阿里的成功，是中国内需的成功。未来企业应当从出口导向转变为内需导向，假如所有的企业根据需求改变自己，内需带来的潜力是巨大的。”

#### 【话题积累 4: 马云退休】

2019年9月10日，马云退休了！按照一年前就公布的计划，马云在9月10日教师节那天卸任阿里巴巴集团董事局主席一职，将接力棒交给现任 CEO 张勇。那天也恰好是马云的 55 岁生日。一个 55 岁的男人，曾经做过老师的互联网首富大佬，生日，退休日，都是教师节，人生也算是完美了。

“不当阿里巴巴董事长，不等于我退休，我是不会停下来的，阿里巴巴只是我很多梦想中的一个而已。”马云说，“我自己觉得我还很年轻，很多地方都想去看看，都想去尝试。很多事情，教育、公益、环保，这些我一直在做，我觉得我还可以做得更好，花更多的时间。”

“世界这么好，机会那么多，我这么爱热闹，哪里舍得这么年轻就退休离场。咱们换个江湖见，青山不改，绿水长流，后会有期。”

#### 【话题积累 5: 坚持】

12 岁起坚持 9 年学英语。马云每天早晨 5 点，骑自行车 40 分钟去杭州香格里拉酒店找外国游客，以免费当导游换取向他们学英语。此事一做就是 9 年，风雨无阻，恒心很不一样！以致当年在西湖边偶遇他的一位省委书记断言，“这孩子将来一定有出息”。第一次到澳大利亚旅游，第一次去美国西雅图接触互联网等皆有学英语的缘故。主动学习英语，让马云找到了自我价值与自信，打开了认识世界的窗口，极大地“开阔了视野”，更意识到“思考的重要性”。

#### 【话题积累 6: 优势与劣势】

马云中考连续考了两年才考上一所极其普通的高中，其中一次数学只得了 31 分。后来因为打架陆陆续续被记了很多次过，被迫转学到杭州八中。高考前，自持英语流弊的马云高考志愿填了北大，还向哈佛递交了申请书。理想是性感、丰满的，现实是干枯、扁平的。马云参加了三次高考，三次高考的数学成绩惊为天人，分别为 1 分、19 分、81 分。

《老子》中有一句话：“一生二、二生三、三生万物”。三象征着试探的过程，在经过一、二之后，更显得它的稳固。马云三次参加高考，终于被破格录取。当时，因为英语专业招生指标未滿，马云才能作为英语优异者获得升本机会，进入杭州师范学院，外语本科专业。

进入大学后，没有打架的对手了，马云变成了品学兼优的好学生。英语成绩稳坐外语系前五，当上学生会主席，担任两届杭州市学联主席。

### 【话题积累 7：乐观】

他曾应聘 30 多份工作，均被拒绝。去肯德基应聘，一行 25 个人，24 个录取，唯有他被拒绝；他想当警察和 5 个同学一起去，4 个被录取，还是被拒绝；杭州第一家五星级宾馆开业，他和表弟一起去应聘，他没被录取，表弟今天依然在那里工作。这使得他感悟到：“不断的失败磨练了抗击打能力”“今天很残酷，明天更残酷，后天很美好，但是绝大多数人会死在明天晚上，见不到后天的太阳”。

在创业最艰难的岁月，马云在美国看到了电影《阿甘正传》，让他启示深刻，一再提及。阿甘不惧困难，不顾嘲笑，坚信梦想、追逐梦想，以一往无前的精神与超越常人的坚持，取得了一个又一个成功。这给挫折中的马云注入了顽强信念，感恩阿甘带来的震撼，倍加推崇“阿甘精神”。马云身上有阿甘的影子——卓越的人士开始往往不被理解，甚至误解，但他知道身在何方，将去何处。

### 【话题积累 8：侠气与正气】

1995 年，杭州一家电视台曾经做过一个测试。他们找了五六个彪形大汉在马路上撬窰井盖，并在一旁设置了摄像机，看看是否会有人出来制止。整整一个晚上，一个又一个行人视若无睹，只有一个市民挺身而出。他就是马云。

“五六个人我怎么打得过”，回忆起当时的场景，马云表示，当时他骑车跑到四五百米外找帮手。然而他找不到警察，也没有旁人愿意出手帮忙。

“你给我抬回去！”瘦小的马云最终选择路见不平一声吼，他一脚踩地，一脚踩在自行车脚踏上，“我当时已经准备好逃了。”马云回忆道。

“风清扬”的侠气，或许就是从那时奠定了基础。

（马云是个武侠迷，特别是喜欢金庸。马云的花名是“风清扬”。风清扬是《笑傲江湖》中的华山派剑宗，熟习“独孤九剑”，武功盖世却隐居于华山山后，是金庸小说中剑术达到最高境界的高手之一，也是马云最喜欢的武侠人物。马云觉得自己很像风清扬。“第一他是老师，自己不愿出来但他培养了令狐冲；第二个他是无招胜有招。”“风老前辈”的洒脱，正是马云想要的。马云的办公室被命名为“桃花岛”，会议室叫“光明顶”；阿里的价值体系被形容为“独孤九剑”和“六脉神剑”；和马云一起创业的 18 位元老被称为“18 罗汉”；科研机构被命名为“达摩院”……）

### 【话题积累 9：积极承担社会责任】

阿里工程师用业余时间助力全民反拐的公益项目“团圆”，7 个月来，发布信息 648 条，成功定位到失踪儿童 611 名；阿里巴巴集团每年收入的千分之三用于支持公益，目前这个“千三”计划累计已超过 10 亿元。“解决的社会问题越大，你所得到的回报会越大，你的企业也会越大。” 马云如是说。

### 【话题积累 10：将脱贫当作战略业务】

在中国互联网企业中，阿里巴巴成为第一家把脱贫当做战略业务的公司。马云说，从扶贫、脱贫到致富是不同的3个阶段，人们常说授人以鱼不如授人以渔，脱贫其实就是造鱼塘。马云认为，扶贫的根本是扶人，教育能让人掌握知识以此自立，所以只有使贫困地区的受教育人口多起来，才能最终实现脱贫。2015年4月，阿里巴巴集团与云南省签署战略合作协议，双方在农产品网上销售、农村淘宝试点、互联网+旅游、互联网+政务及民生服务、人才培养等领域扎实开展合作。农村淘宝通过供应链改造，成功帮助浙江省对口援助的新疆阿克苏地区，将其特产18度甜苹果卖出大山，创造了12小时卖出170万斤的记录，走通了一条农产品精准扶贫模式。这样的案例在阿里巴巴比比皆是。正是这样将商业和技术的力量合一，真正实现了扶贫的精准、透明和可持续。扶贫不仅仅是送米送油，扶贫的目的是扶人，而扶人先要扶智。长年关注乡村教育的马云，曾先后发起“马云乡村教师计划”、“马云乡村校长计划”，通过对教师、校长进行资助和专业培养，鼓励和支持乡村教育创新实践，让村里的孩子也能接受更优质的教育。

（乡村教师代言人马云，这是马云极为看重的一个身份。从2015年起，他的新浪微博上唯一身份介绍是：乡村教师代言人。“中国可以没有阿里巴巴，没有马云，但是不能没有乡村教师，中国如果没有在座各位的努力，中国的乡村就会荒芜。”2015年腊八节，马云为首届100位乡村教师颁奖时如是说。此后每年举办一届，每届寻找100位优秀的一线乡村教师，给予连续三年总计10万/人的现金奖励与专业发展机会。“腊月初八这一天，我们所有人，没有一个人是老板，那一天只有老师们，让他们得到尊重、得到尊严，这一天是他们的。”在马云看来，乡村是中国教育最大的突破口，也是机会，只有乡村好了，中国才会好，只有乡村的教育好了，中国的未来才会有希望。“一个国家的教育水平不只是看发达地区，而是要关注落后地区，一个社会的进步不仅仅在于有多少精英阶层，而是在于底层素质如何。”）

### 【话题积累 11：健康】

2017年马云花10亿创办阿里健康，拿下近400家医院，之后更是声势浩大的卖保健品，凸显了进军健康产业的决心。马云在之前接受采访的时候，谈到未来最赚钱的行业，马云表示：将来能超过我的成功企业家，一定是从健康产业中打拼出来的。其实在马云退休之前就已经在健康行业方面，做了大量的投资，像是阿里健康，阿里药房等。

马云说：“你可以找人替你开车，替你赚钱，替你花钱，但没人替你生病！你什么东西丢了都可以找回来，但是有一件东西丢了永远找不回来，那就是命。”

### 【话题积累 12：马云谈教育】

2019年9月10日，阿里巴巴宣布：马云正式卸任阿里巴巴集团董事局主席，退休后将回归教育事业。长期以来，马云一直是未来教育、互联网教育的倡导者，他对教育的思考，值得每一位家长借鉴！

---

### 观点1：会玩的孩子比会学的孩子更有未来

2017年的中国国际大数据产业博览会上，马云提出，如果我们再一味的要求孩子死记硬背，30年后，孩子是找不到工作的。因为，你的孩子能干的，机器人比他做得更好。

他说，比占有知识更重要的，是拥抱智慧，要让孩子在体验和游玩中摆脱重复和机械，成为一个有感情有创造的人。这才是教育的终极目标。

### 观点2：鼓励孩子失败比助推孩子成功更有意义

马云说，教育孩子和创办企业，本质并无不同。现在孩子，最缺的就是挫折教育：遇到问题就放弃，碰见困难就求援，遭遇失败就轻生。所有这一切，皆因没有激发自我的力量和智慧。引导孩子，在体验中认知，在认知中解决，在解决中智慧，在智慧中自信，至关重要。这是教育必不可少的过程。

### 观点3：欣赏对手比只欣赏自己更有格局

2018年5月，在母校杭州师大110周年的校庆上，马云谈到一个教育观点：欣赏自己，更要成就别人。他说，一个格局大的人，懂得走自己的路，也懂得为别人铺路。

万人争过独木桥，不是我下桥就是你下桥，这样的想法容易培养出功利且妒忌的小人，很难培育出坦荡而豁达的君子。每个人都是独一无二的。你是，别人也是。为人父母，要告诉孩子：做好你自己，也要有格局接受并欣赏对手。这是素质教育必不可少的内容。

### 观点4：一生学习的孩子比一时学习的孩子更能幸福

2017年的《新乡村校长论坛》上，马云谈到当前教育和家长的短视，就在于：考上大学后，你就轻松了。

他说，其实，任何时代任何国家，真正杰出伟大的人，都是在接受终身教育。因为，唯有不断思变，不断创新，不断和新生事物同步，才不会被时代抛弃。

告诉那些总想投机取巧走捷径的孩子：学习是你生存的必须，就像呼吸一样，直到你生命最后一刻。

### 观点5：有兴趣的孩子比有证书的孩子更有质感

在《教育，让美好发生》的演讲中，马云和广大教育工作者分享：他认为，十年寒窗，每个孩子都禁锢在想多多考证书的学习中，结果长大了，这些东西很少用得上。

但艰辛生活中，支撑一个成年人挺过绝望，却是音乐、体育和美术带来的愉悦和力量。学习音乐、体育和绘画，并非是去考级考证书，而是让孩子在运动和艺术的熏陶中，明白活着的美好和生命的质感。

### 人物 3：鲁冠球（浙商，万向集团创始人）

（1945 年 1 月 17 日—2017 年 10 月 25 日）

鲁冠球，浙江万向集团创始人，浙商“教父”，1945 年出生于浙江省萧山区，其亲手创立的万向集团已经发展成为中国最大的汽车零部件生产商。在美国制造的汽车中，每两辆就有一辆使用万向集团制造的零部件。2017 年 10 月 25 日上午，浙商代表人物鲁冠球逝世，享年 72 岁；2018 年 12 月，党中央、国务院授予鲁冠球同志改革先锋称号，颁授改革先锋奖章，并获评乡镇企业改革发展的先行者。

#### 【话题积累 1：重视信誉】

鲁冠球是中国共产党第十三次、十四次全国代表大会代表，第九届、十届、十一届全国人大代表，全国劳动模范。在荣誉等身的同时，鲁冠球也倍加珍视信誉，提出要“像追逐利润一样追逐信誉”“企业家的职业信誉是企业家的第二张身份证，是企业的无形资产”。正是对信誉的重视，让鲁冠球多年前就建立起了稳固的上下游合作关系。

早年间，万向有 3 万套已经销出的产品被发现瑕疵，鲁冠球把这些价值三四十万元的瑕疵品背回来之后，当场全部砸碎，再以 6 分钱一斤的价格卖给废品站。正是通过如此苛刻的自律，万向这家乡镇企业才获得了与国企同台竞技的资格。

从一家乡镇民营企业发展成为中国罕见的可持续发展企业，万向集团在取得年均 25.89% 增长业绩的同时，也成为世界上万向节专利最多、规模最大的专业制造企业。

#### 【话题积累 2：目标梦想】

有追求，有抱负，坚韧不拔、一步一个脚印地朝着认定的目标前行，这是鲁冠球取得成功的第三个法宝。小富即安，就成不了大器。在物质财富的追求上，鲁冠球早年就提出了“奋斗十年添个零”的目标：上世纪 70 年代、80 年代、90 年代、直到 2009 年，分别如期实现了企业日创利润 1 万元、10 万元、100 万元、1000 万元。现在又提出到 2019 年实现日创利润 1 亿元的目标。他还有一个梦想，要把新能源产业做成“传世之作”，以造福子孙后代。

#### 【话题积累 3：以抠为美】

在《2016 胡润全球富豪榜》中，鲁冠球及其家族位列总榜单第 178 名，更是高居汽车榜第 8 名，财富达到 71 亿美元。在获取财富的同时，鲁冠球一直视节俭为美德，并将美国石油大王洛克菲勒、台湾台塑集团王永庆作为榜样。据了解，洛克菲勒记账本从不离身，连 5 分钱邮票也不漏记；台塑集团则直接将“小气有理”作为企业经营理念。在一本关于他的传记中，鲁冠球亲自撰写了一篇名为《勤以励志，俭以养德》的文章。鲁冠球说，勤奋而节俭，不仅仅是一种行为习惯，也是一种精神状态。鲁冠球说，万向钱潮能够有今天，

---

与我们一直以来勤俭节约有着直接关系。这种勤俭节约也体现在精细化管理中，万向集团员工的工资就分为五种。

#### 【话题积累 4: 阅读习惯】

鲁冠球有个习惯，早上要读报，公司里的《人民日报》、《浙江日报》等主要报刊，都会第一时间送到他办公室；晚上 7 点，他要看《新闻联播》——这样的习惯 40 多年来雷打不动。不仅如此，他每天还要了解很多信息。每天，万向集团办公室都要给鲁冠球准备 3 万多字的阅读材料。各主流报刊、各大网站中凡重要的政策和与汽车行业相关的信息，哪怕是火柴壳大小的消息他都不会放过。

#### 【话题积累 5: 开放法治】

1969 年，多数人还不知道市场经济是什么时候，鲁老已经开办了自己的工厂；1984 年，多数人还不知道国外长什么样的时候，鲁老已经把产品出口到了美国；上世纪末，多数人刚开始走出国门的时候，鲁老的企业已经在海外站稳了脚跟，走出了中国企业全球化的第一步在白宫，鲁冠球短短的两句话和三个数据，让在场的中美两国元首听得开心满满：“万向集团已在美国的 14 个州有 28 家工厂，为当地提供了 5600 人的就业岗位；美国生产的汽车中，每三辆就有 1 辆使用万向在美国制造的产品。”万向美国公司严格遵守美国法律，经营透明，管理公开，被称为“阳光下的公司”。美国前财长保尔森对鲁冠球说：“美国很多人会成功，但能够同时得到政府的认可和合作伙伴的一致称赞、普遍尊重，那是很少的，而万向集团做到了”。鲁冠球麾下的万向集团，之所以能有这样的美誉度，非一日之功，这是经过了几十年的锤炼摔打，才累积成今天的信誉优势。这是鲁冠球获得成功的又一个法宝。鲁老身上的杭铁头的那股劲，他与生俱来的企业家精神，全球化的视野，对未来洞若观火的远见，令人敬佩不已。有大勇气、大视野、大格局。

#### 人物 4: 冯根生（浙商，青春宝创始人）

（1934 年 7 月 29 日—2017 年 7 月 4 日）

胡庆余堂末代弟子、青春宝创始人、一代国药工匠、著名浙商、企业管理大师。从事中药生产制造、管理 53 年，是全国“五一”劳动奖章获得者。人说，浙江企业界有两颗“常青树”，鲁冠球是民营企业的“常青树”，冯根生是国有企业的“常青树”。一“国”一“民”两棵“常青树”示范引领，使浙江大批企业脱颖而出，浙江经济绿树成荫。

### 【话题积累 1：吃苦精神】

在胡庆余堂做学徒时，冯根生每天凌晨五点到晚上九点，16个小时专心其中。两千多种药的品相、药性、配伍、功效烂熟于心，丸、散、膏、丹的制用也驾轻就熟。满师后他又站了二年柜台，撮药配制当不在话下，此后又煎药二年，每天三百贴，十多万贴药从他手中出去，当年杭州人都知道冯根生煎的药地道见效。如今，冯根生早年的学徒故事已收进了小学课本。冯根生就这样开始他的中药人生。

### 【话题积累 2：变与不变的智慧】

从胡庆余堂末代弟子到青春宝创始人、一代国药工匠、著名浙商、企业管理大师，老先生在他 83 年的生命旅程中，把 70 年的时光献给了中药事业，用毕生的心血书写了“青春宝”传奇。在冯老的传奇人生中，抓住机遇、敢为人先的“思变”精神贯穿始终。风云变幻中，冯老以“穷则思变，变则通”七个字行走商界，他的创业史无疑是中国改革大潮中的一个缩影，他的精神，也反映出一代浙商“思变、进取、拼搏、创新”的敢为力量。在冯老身上，有一套“变与不变”的经营哲学。冯老的“变”，是发展的理念和对时代的把握；冯老的“不变”，则是是对中药这一主业的坚持。他曾说：“企业的效益是干出来的，不是考出来的。学习不是读书背课本，实践也是学习的课堂。一个敏感的企业家要能迅速准确地抓住历史性的机遇。有时候，中央一句话就已经告诉你怎样跟上形势的发展，你错过了也就错过了。

### 【话题积累 3：诚信】

胡庆余堂有一块“戒欺”匾，它的诚信精神充分体现在冯老创立青春宝公司中，也体现在后来接手胡庆余堂国药的过程当中。“修合无人见，存心有天知”，冯老在做药品上的精益求精，特别是在药品药材质量、工艺技术上严格把关的精神培育出了青春宝这样一个在全球华人中著名的品牌。

### 【话题积累 4：创新】

上世纪七十年代，海外掀起一股“中药热”，“国粹”大有旁落之虞，甚至有人断言：中医中药发源在中国，开花在日本，结果在韩国，收获在美国。冯根生曾发誓：10年内，把中药二厂建成全国第一流的中药厂。他的药方是“古老国药必须现代化”：造就一支用现代科学技术研究中药的队伍，在国内首创厂办中成药研究所；形成一个中药现代化生产设备的研制队伍，在国内首创中药制药机械专业制造单位；建立一班按中药现代化要求搞设计施工的基建队伍，在国内首创园林式“中药城”。“三个首创”承载着冯根生“让国药走向世界”的梦想。传统中药是“看看一大包，煎煎一大碗，喝喝苦难熬”，冯根生决定变苦、大、丑为甜、精、美，让中药穿上“西装”。他采用西药安瓿针剂的生产方法，在国

---

内首创生脉饮口服药；以人参和蜂皇浆为主料，首创新型滋补强壮剂“双宝素”；研制出中国第一支用于静脉注射的中药制剂——参麦针，开启中药新剂型发展的方向。身为传统中药见证人的冯根生又成为中国现代中药的亲历者。作家黄宗英曾说：“中医药是我国科学与经济走向世界的种子选手，冯根生则是郎平。”

### 【话题积累 5：敢为人先】

1984 年，在全国还没有实施厂长负责制之前，他率先在全国试行干部聘任制，全厂员工实行劳动合同制，第一个打破“铁饭碗”、“铁交椅”、“铁工资”。1996 年，冯根生的青春宝集团兼并胡庆余堂，史称“儿子吃了老子”，其实是儿子救了老子。成为这个“江南药王”百年老店的新掌门人后，他让奄奄一息的胡庆余堂起死回生，重新擦亮了牌子，从亏损大户扭转成纳税大户。

## 人物 5：李书福（浙商，吉利集团创始人）

李书福，浙江吉利控股集团有限公司董事长。1963 年出生，浙江台州人。李书福白手起家，创办吉利集团，吉利集团是中国第一家生产轿车的民营企业。2018 年 12 月 18 日，党中央、国务院授予李书福同志改革先锋称号，颁授改革先锋奖章。

### 【话题积累 1：改革开放】

在改革开放的大潮中，有一群人，充分利用了“天时、地利、人和”，创造了中国经济发展的新模式，他们就是浙商。

“民营经济是改革开放的产物，甚至可以说，我们吉利就是改革开放的产物。没有改革开放的大潮，就没有中国的民营经济，就没有中国的民营企业，肯定就没有中国的吉利。”靠 200 元起家的浙商代表，全国政协委员、浙江吉利控股集团有限公司董事长李书福说。

改革开放以来的创业故事，让李书福谱写了一曲从“放牛娃”到中国汽车领军人物的传奇人生故事。2018 年李书福亲自撰文，向改革开放四十周年致敬。文中提及：“40 年来，吉利从小山村走向全中国、走向全世界。所有这一切都应归功于改革开放的好政策。”

### 【话题积累 2：知其不可为而为之】

1997 年，李书福大着胆子宣称自己要投入 5 个亿来生产汽车，却遭致一片嘲笑。很多人都认为李书福“疯了”，这无异于“自杀”，没有技术，没有人才，没有政策，才几亿资金就想造车？被人称为“疯子”和“狂人”的李书福却知其不可为而为之。他跑到台州一个下属县级市临海建起了一个面积超过 800 亩的制造基地，名义上说是要生产摩托车，

---

在工厂里却整日琢磨着如何造汽车。他回应别人质疑的话也被当作一句狂言：“汽车不就是摩托车再加上两个轮子吗？”

李书福人称“汽车疯子”、“中国汽车业的一条鲶鱼”。当他开始从事汽车制造时，所有人都不看好，但他像当代中国的堂吉诃德，为了心中的梦想，拼了命勇往直前。

### 【话题积累 3：走出去】

2009年12月23日，在西方传统的平安夜前一天，全球五大高档汽车品牌之一——瑞典沃尔沃汽车的拥有者美国福特汽车公司宣布：已就出售沃尔沃轿车项目相关事宜，与浙江吉利控股集团有限公司达成框架协议，预计最终协议将在2010年第一季度签署，并有望在2010年第二季度完成交易。

在类似“蛇吞象”的竞购中，“穷小子”李书福追上了“千金公主”沃尔沃。但李书福却很清醒。“做汽车是没有终点的马拉松”，“如果吉利真的收购成功，沃尔沃仍将是原来的沃尔沃，吉利仍是吉利，除了老板换成了李书福。”

“我们要让中国汽车走遍全世界，而不是让全世界的汽车走遍全中国。”2009年12月23日晚，站在CCTV中国经济年度人物颁奖典礼领奖台上，李书福再次向世人表示他的勃勃雄心。当天，吉利与福特就收购沃尔沃的所有重要商业条款达成一致，全球汽车界为之震动。

### 【话题积累 4：重视人才】

李书福能造车，离不开众多“将相”的辅佐。吉利有自己的技术，很大程度上是李书福掌握了21世纪最“贵”的资源——人才。在吉利，李书福重才有口皆碑。

“吉利的创业史也是一部教育史。”2019年李书福的首次公开演讲，又一次袒露心声。他说：“除了造车，教育是我心底最柔软的情怀。”

1997年，吉利控股集团进入汽车行业的同时创办了第一所学校——北京吉利大学，这所当初吉利投资8亿多元创建的大学是全国最大的民办大学。在一次公司经管会上，这位以“敢说话”著称的汽车狂人就直言不讳地指出，“到今天为止，吉利唯一跟别人不一样的就是我们有强大的教育培训系统。”

### 【话题积累 5：新能源汽车】

2018年两会，首次当选全国人大代表的李书福就网约车发展和新能源汽车发展战略带来了建议。此次在浙江代表团开放日上，李书福接受国外媒体采访时，自信地介绍了吉利的造车“新目标”：“到2020年，90%以上的吉利汽车都将是新能源汽车。”

他介绍，吉利已推出“蓝色吉利行动”，计划到2020年，新能源汽车销量占吉利整体销量90%以上。

---

## 人物 6: 宗庆后 (浙商, 娃哈哈创始人)

宗庆后, 娃哈哈集团创始人, 现任集团董事长兼总经理。1945 年出生, 浙江杭州人。1987-1991 年, 任杭州娃哈哈营养食品厂厂长; 1991 年至今, 任杭州娃哈哈集团公司董事长兼总经理。2010 年 9 月, 宗庆后以财富 800 亿元成为 2010 年中国首富, 这是中国第一次有“饮料大王”成为全国首富。 2010 年、2012 年、2013 年, 宗庆后三次问鼎《福布斯》中国内地首富。

### 【话题积累 1: 为人低调、艰苦朴素】

宗庆后虽然是管理数千亿营收的企业家, 却时常乘坐高铁二等座; 一年纳税 70 亿, 个人花费却不足 5 万; 夏天, T 恤搭配凉拖; 冬天, 夹克加布鞋。

### 【话题积累 2: 大器晚成】

任正非 44 岁创办华为, 宗庆后 42 岁创办娃哈哈, 只要心怀梦想, 有开始, 什么时候都不晚。 他们的传奇故事不知激励着多少中国人民在苦难中努力奋斗, 在逆境中不坠青云之志。

### 【话题积累 3: 专注实业】

宗庆后 42 岁开始创业, 从贷款 14 万元、靠三轮车代销汽水及冰棍开始, 到拥有财富 800 亿元, 成为 “2010 年中国内地首富”, 30 多年来, 宗庆后心无旁骛, 以超乎常人的耐力, 坚守着自己的实业帝国。其个人奋斗史, 无疑是一部真人版的“励志大片”。30 多年, 娃哈哈的总资产增长了 57 万倍。集团旗下的娃哈哈系列产品, 销量一直稳居全国第一, 在实体经济面临“空心化”、国际金融危机及欧债危机双重影响下, 宗庆后如何立于不败之地? 宗庆后给出的答案是: 一切源于我们的“专注”。“认真做好一件事, 这是最简单, 也是最难的。 30 多年来, 我们的信念从未动摇, 快速积累财富的虚拟经济我们视而不见, 一心一意做产品、搞实业, 一心一意为中国老百姓提供最实惠的必需品, 是我们不变的追求。”

### 【话题积累 4: 泽被社会】

“善用社会资源, 善尽社会责任”是娃哈哈一贯的经营理念, 而宗庆后本人则始终弘扬“产业报国、泽被社会”的社会道义, 热心公益事业, 积极回报社会, 为消除贫困、实现共同富裕而不遗余力。无论在“抗洪”、“抗非”最前线, 还是在春风行动、光彩事业中都可可见宗庆后的身影。宗庆后不仅为国内的慈善事业尽心尽力, 对于外国友邦的困难同样表现出中华民族乐善好施的美德: 2005 年印尼爆发由地震引发的海啸, 大批难民流离失所, 国际红十字会人员指出如果没有干净的饮用水和食物, 大灾之后必将引发各种疾病, 作

---

为中国瓶装水市场占有率第一的娃哈哈，急灾区所急，一次性捐赠2万箱2升装娃哈哈纯净水，同时娃哈哈以关切民生、关爱儿童健康为己任，根据南亚气候条件，特别捐赠了10万件获得中国环境标志产品认证的娃哈哈健康童装，为灾区儿童送去了最贴心的问候。宗庆后的行为充分体现了中国人民乐善好施、心怀天下的传统美德，表明娃哈哈作为一家负责任的中国企业勇于在国际社会树立崭新的国际企业公民形象，在世界人民面前展现了中国企业的魄力与爱心。

#### 【话题积累5：深入市场】

创业30年，他将娃哈哈从一个3个人起步的校办企业发展成为中国饮料行业的领军企业。他靠卖一瓶瓶水发家致富，把娃哈哈做到连续19年问鼎食品饮料行业榜首、品牌价值533.86亿元。30年，弹指一挥间。30年，娃哈哈累计创造利税总额超过525亿元，至今没有一分钱银行贷款。如今已经70多岁的宗庆后仍然每天工作16小时、每年200余天走进市场，被称作离市场最近的企业家。

### 三、政治人物

#### 人物1：习近平（中共中央总书记，国家主席）

##### 【话题积累1：阅读】

近年来，习近平总书记在国内不同场合，不止一次讲述过他的读书故事，也每每在演讲中引经据典、信手拈来，让听者叹服。习近平总书记还号召大家尤其是领导干部要“爱读书、读好书、善读书”，因为“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。”习近平同志当年在陕西农村插队时，曾为借阅一本《浮士德》，在乡间步行30里；担任总书记以后，依然读书不倦。他感言：读书已成了自己的一种生活方式。

##### 【话题积累2：运动】

有一位“资深的体育迷”，他的工作“忙碌指数”屡屡刷新纪录，他同时也是全民健身的倡导者、践行者。他，就是习近平。“说到体育活动，我喜欢游泳、爬山等运动，游泳我四五岁就学会了。我还喜欢足球、排球、篮球、网球、武术等运动。”2014年2月7日，习近平接受俄罗斯电视台专访时说道。

### 【话题积累 3：奉献】

“我将无我，不负人民。”习近平主席3月22日回应意大利众议长菲科的一段话，迅速在中国互联网上刷屏，赢得无数人的由衷点赞。

“这么大一个国家，责任非常重、工作非常艰巨。我将无我，不负人民。我愿意做到一个‘无我’的状态，为中国的发展奉献自己。”这是一个直抒胸臆、斩钉截铁的答案，这是一个振聋发聩、感人肺腑的答案。习近平主席简洁有力的回答，一腔赤诚溢于言表，彰显出人民领袖的真挚情怀。

### 【话题积累 4：家风】

在习主席的办公室书架上，总是摆着这样一张照片：他牵着母亲的手陪老人散步。在良好家风的熏陶下，习主席一直非常孝敬父母，重视家风，而这与他的成长经历密不可分。

母亲齐心非常注重家庭教育。在《我的文学情缘》中，习主席写到，自己五六岁时，母亲就给他讲精忠报国、岳母刺字的故事。“我说，把字刺上去，多疼啊！我母亲说，是疼，但心里铭记住了。‘精忠报国’四个字，我从那个时候一直记到现在，它也是我一生追求的目标。”

齐心还专门召集家庭会议，要求其他子女，不得在他工作的领域，从事经商活动。受家庭耳濡目染影响，习主席秉承家风，对家人要求也非常严格。他担任领导干部后，每到一处工作，都会告诫亲朋好友：“不能在我工作的地方从事任何商业活动，不能打我的旗号办任何事，否则别怪我六亲不认！”

习主席受父亲习仲勋的影响也极大。在写给父亲的拜寿信中，习主席提到家教与家风：“父亲的节俭几近苛刻。家教的严格，也是众所周知的。我们从小就是在父亲的这种教育下，养成勤俭持家习惯的。”这是一个堪称楷模的老布尔什维克和共产党人的家风，这样的好家风应世代相传。”

### 【话题积累 5：深入基层】

陕北黄土高原上，有一个小小村落，名叫梁家河，“这是大有学问的地方”。1969年（50年前），15岁的习近平下乡来到梁家河成为一名知青，度过7年的青春岁月。习近平曾说，“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”。

习主席的插队经历让他更加贴近实际，不喜欢“三把火”“三板斧”的工作方式，而是讲究吃透实际务实肯干。他深入农村、接触农民、操持农活，读懂了生活这门学问，读懂了中国这部大书。

习主席讲述自己当年插队的经历时，说要过五关：跳蚤关、饮食关、生活关、劳动关、思想关。他说被跳蚤整得痛不欲生，“我皮肤过敏，跳蚤一咬就起水泡，水泡破了就是脓

---

包，全身长疮”。习主席什么都干，当上大队支书后，更是带头干重活，打坝、挑粪、修路、上山开荒、收庄稼，“做村里的领导不容易，都是靠自己干活得来的”，和习主席一起干活的村民回忆道，习主席干活卖力、能吃苦，男女老少无形中就尊敬他了。

## 人物 2：张富清（“共和国勋章”获得者，时代楷模）

张富清，1924年12月出生于陕西省汉中市洋县，1948年3月参加中国人民解放军，1948年8月加入中国共产党，1955年1月转业到湖北省恩施土家族苗族自治州来凤县。张富清同志在解放大西北系列战斗中英勇善战、舍生忘死，荣立西北野战军特等功一次、军一等功一次、师一等功一次、师二等功一次和团一等功一次，并被授予军“战斗英雄”称号、师“战斗英雄”称号和“人民功臣”奖章。

2018年12月3日，在湖北省恩施州来凤县人社局退役军人信息采集点，张富清在工作人员聂海波的见证下打开了一个红色包裹，里面有报功书和军功章，由此揭开了张富清不为人知的红色过往。

2019年6月，中宣部授予张富清“时代楷模”称号。

### 【话题积累 1：赫赫有功与默默无闻】

95岁老人、71载党龄、63年深藏功名。2019年9月17日，张富清正式获颁“共和国勋章”。在8位同获此奖的老前辈当中，95岁的张富清年事最高，却可能是最不为人所熟知的一位。如果不是退役军人信息采集工作，他尘封63年的赫赫战功可能会一直隐瞒下去。

革命年代，出生入死，立下赫赫战功；建设时期，本有机会选择安逸，却主动到最艰苦地方建功立业；到了晚年，仍不计较个人得失，不向组织提要求……张富清老人活得朴实而纯粹，从他身上我们看出了一位老军人的朴素本色，更感受到了一位老党员的精神高度。莫道无名，人心是名。深藏功与名，封存荣与誉，让人肃然起敬，这是一个大写的人，一个值得我们景仰的人。

张富清说：“很多战友，为党为人民献出了生命，他们的功劳都比我高，我有什么资格居功自傲、炫耀显摆自己？”

### 【话题积累 2：归零】

革命战争年代立下了赫赫战功，退役转业之后却把荣誉封存，将人生归零——战斗英雄张富清最让人肃然起敬的，是他珍视荣誉却看淡名利，耄耋之年仍初心不改。

九死一生，用鲜血换来的战功，他只要亮出军功章摊开双手，就可能享受各种待遇，家人也可以得到相应的照顾。在很多人眼里，这些都是他应得的。他的四个孩子，没有一

---

个享受到了他战斗英雄的好处；他的爱人，还被他动员从供销社下岗，成为一名缝纫工。在漫长的年月里，他的家里也曾遭遇各种困难。即便如此，他仍然将一切都深埋心底。

雪藏战功、甘于归零，正是一名共产党员的初心本色。封存荣誉、敢于归零，正是一名革命军人的英雄气概。

### 【话题积累 3：不忘初心】

学习张富清的英雄事迹，就是要学习他初心不渝的精神。习近平总书记指出“理想信念就是共产党人精神上的‘钙’。”一个人有了信仰和理想，就有了人生的方向和自信的力量，就能在前进的道路上意气风发，在困难挫折中奋发而上，在平凡普通中铸就辉煌。正如张富清同志一样，在部队，他保家卫国；到地方，他为民造福。因为，他心里始终装着党和人民。

### 【话题积累 4：坚韧】

7年前，88岁的张富清因病左腿高位截肢，家人都以为他的余生会在轮椅上度过。但卧室中的轮椅，张富清却很少使用。他装上义肢，想要依靠自己，重新站立起来。

“我当时想的是，我要发扬保持突击队员的精神，我要站起来！”张富清说，比起失去生命的战友，他的生活是幸福的，这些困难都不算什么。

他用双手撑着辅助行走支架，一遍一遍在家中练习行走。练习初期，因为走不稳经常摔倒，受伤流血的意外时有发生。家里的墙壁上，至今还留有他为了重新站起来时流过的血迹。

靠着一股打不倒的执拗，如今的张富清已经可以自由走动，可以下楼买菜，还会亲自下厨给老伴炒几个小菜。

### 【话题积累 5：学习】

现在，张富清老人95岁了，但却仍然坚持学习。他说：“人离休了，政治上思想上绝不能离休。”即便退休几十年，张富清对当前的国家形势依然如数家珍。这源于他对学习的坚持，他每天坚持读报和看央视新闻，做读书笔记。在多元化阅读方式和碎片化阅读模式的冲击下，又有多少党员干部能坚持每天学习呢？

---

### 人物3：谢高华（义务小商品市场的催生培育者）

有人说，世界上每5件商品中，就有1件来自义乌；也有人说，在世界商贸中，义乌这个名字已被深深烙印。从贫困小城到如今的世界小商品“超市”，义乌的成功不是偶然。它兴盛的背后，除了义乌人的奋发努力，还离不开一个人——谢高华。

谢高华，男，1931年11月出生，浙江衢州人，1953年5月加入中国共产党，1982年4月至1984年12月期间任义乌县委书记。2018年12月18日，在庆祝改革开放40周年大会上，谢高华同志作为“义乌小商品市场的催生培育者”，被党中央、国务院授予改革先锋称号，颁授改革先锋奖章。2019年9月，谢高华同志被中宣部等9部门授予中华人民共和国成立70周年“最美奋斗者”称号，并获由中共中央、国务院、中央军委颁发的“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章。

#### 【话题积累1：敢为人先】

“只要对义乌发展有利，我签！”“只要对义乌发展有利，我干！”“只要对义乌发展有利，我做！”提起谢高华老书记，他的三句铮铮誓言如在耳畔。

改革开放初期，谢高华坚持群众需求就是第一导向，打破条条框框，以敢于改革创新的勇气和担当，毅然拍板给路边摊市场开绿灯，首创了“兴商建县”的区域经济发展战略，并带领义乌全县干部勇敢坚持、积极作为、精心培育，从而催生了全球最大的小商品市场，为全国小商品市场的改革发展树立了榜样。

#### 【话题积累2：担当】

干部干部，干是当头的，有多大担当就能干多大事业。学习谢高华，就要学习他敢于担当、敢为人先的品质。改革之初，对很多新事物还没有形成共识，“敢为人先”可能会有一定的风险。谢高华那句“开放义乌小商品市场，出了问题我负责，我宁可不要乌纱帽”，多么铿锵有力！明知山有虎、偏向虎山行，谢高华成为带领义乌人民探路市场经济的主心骨，生动诠释了什么是领导干部的担当精神。敢于担当、积极作为都是谢高华留给后人的宝贵精神遗产。

#### 【话题积累3：为民】

谢高华为义乌做了很多，但他把一切功劳归于义乌人民。去年年底，党中央、国务院授予谢高华改革先锋称号，颁授改革先锋奖章。在接受中央媒体采访时，他再三强调：“义乌市场是义乌人民的伟大创造！是时代造就了义乌，是义乌人民造就了今天的义乌”。如今，在谢高华家中，至今悬挂着一幅由他亲自题写、苍劲粗犷的“信仰”二字，有记者问他何为信仰？谢高华掷地有声说：“为老百姓吃饱饭杀出一条血路！”这就是谢高华作为共产党人

---

的初心和使命

谢高华所做的一切，没有自己的特殊利益，全部都是为了百姓的利益。在他 87 岁时，他接受记者采访时仍觉得“有遗憾，那就是为人民做的事还是太少了”。

#### 【话题积累 4：视野】

1984 年，谢高华在全县区镇乡党委书记会议上指出：刚刚起步的义乌市场，也要“面向全国，面向世界，争取打进国际市场”，表现出超前的世界眼光。并反复强调，改革需要勇气，敢冒风险；在改革中有对的，也可能有错的，错的改了就行；“县委支持你们大胆改革，出了问题，县委、县政府负责，我来负责。”这些话在全县上下引起了强烈反响。

处于改革前沿的谢高华，有着顺势而为胆魄和矢志坚守决心，成就了义乌的商业传奇。

#### 【话题积累 5：务实】

李鸿章说过这样一句话，天下最容易的事是做官，最难的事也是做官。混事的糊涂官谁都会，讲话念稿子、贯彻上级会议精神做传声筒，明哲保身，但求无过……谢高华不习惯这样做。他的时间支配是，用 90% 的白天时间跑基层，每天用近 5 个小时的晚上时间在办公室吸收消化各种信息，五颜六色的彩笔画满圈圈杠杠。他深入研究过日本前首相吉田茂写的《激荡的百年史》，并紧密联系义乌实际有了独到见解。资源小国的日本之所以能够在战后东山再起，“贸易立国”+“科教兴国”是两大法宝，义乌可以借鉴。他还联想到马克思《资本论》中的那句话：“从产品到商品要经历惊险的跳跃”否则产品就实现不了价值，只能堆在仓库里作废品。所以，流通环节尽管不增加产品的价值，但没有市场交易和商品流通环节，那就只能回到自给自足的农耕时代。正因有了以上思考，在 1984 年期间，谢高华萌发并提出“以商兴县”的战略主张，也就是后来义乌历届班子接力奋斗并大获成功的“兴商建县”改革发展之大篇。

谢高华说：“有生之年，退休也要退休在工地上”

---

#### 人物4：尹弘（河南省省长，“宝藏省长”）

河南没有赢过一场网络暴力，却也没缺席过一次民族大义。

近来登上微博热搜的河南省，标签终于不是“偷井盖”，而是“来抄河南的作业”。

我们一次次在疫情激变中，看到企业、个人捐款捐物，看到一个个省市地区，启动重大突发公共卫生事件I级响应。其中河南的防疫措施，更是学霸级别的硬核操作。

自肺炎疫情肆虐以来，河南省一直坚守着16个字箴言：“全民武装，严阵以待，硬核抗疫，一丝不苟。”实话实说，这一系列操作，看似不近人情，可能会伤湖北人，武汉人的心。但良药苦口利于病，忠言逆耳利于行。正是河南的“不近人情”，说小，是政府尽职尽责，保障了辖区人民的生命安全；说大，可以说是保障了中国民众的安全底线。

河南是全国第一个启动一级响应的省份，此后各省才紧随其后。

如此的果敢决绝，离不开河南省政府班子的“上纲上线”。而自疫情爆发后，河南省长尹弘迅速成了新晋网红，皆因其有远见且执行力超强的行事风格。在疫情控制期间，尹省长表示河南疫情控制中心可以代表河南省委省政府作出决定。太有魄力了！该放权时当放权，让专业的人做专业的事，给予高度的信任和支持。

网友形容尹省长“满头白发是他殚精竭虑的见证，反倒显得更加的帅气挺拔精神”，“都说面由心生真没错，看眼神就很慈祥务实一身正气”。河南是全国防控最早的省份，甚至在武汉未承认疫情存在人传人可能性前就已经切断了河南各地与武汉之间的省际运输，作为和湖北省交界最多的人口大省，这一举措有效地阻断了疫情爆发初期病毒向华北地区扩散的速度。在疫情最严重的时候，省长亲自上阵到一线，去唐河等地视察工作，河南网友直呼：“这样的好官必须要拥护！”

河南省长尹弘于今年一月刚从上海调任，之前一直在上海任职，网友形容“尹省长在这次抗击疫情的战役中为河南带去了上海的务实作风。

在这场突如其来的疫情中，河南省政府及领导班子，以其强劲的应对措施和治理水平，给处于焦虑的本省人民，吃了最大的定心丸！同时为全国各省树立了良好的样板，更给予了全国人民极大抵抗疫情的信心。因为这才是面对疫情最好的态度！

此次疫情正如一面镜子，哪个地方干部干得好不好，其实一照便知。为什么会有大批网友争相高呼：“借河南省省长给我们省用几天”、“如何抢走河南省省长”……正是因为大难当前，河南省省长当机立断、因情施策，不避讳、不搪塞的“正面刚”，让大家热血澎湃，想要与之一起并肩作战！这般将防控责任扛在肩上，把民众安危放在心上，这样的领导干部又怎么会不被大家“哄抢”呢

---

## 人物5：姚高员（温州市市长，“硬核市长”）

与疫情的这场战“疫”，虽然艰难，却也孕育着希望。这份希望源于全社会凝聚起的抗疫合力，其中也包括很多部门的联防联控努力和在其位者的积极作为。

疫情期间，温州市市长姚高员冲上了微博热搜——2月2日，在接受白岩松采访时，面对“温州新增确诊病例为什么多？”“防控疫情，温州眼下最急的是什么？”“温州医疗资源够不够？”等问题，姚高员的回答翔实却有条不紊，有干货却无官话。在这场对话之后，许多网友直言被他“圈粉”：“全程脱稿，条理清晰，逻辑清晰，数据明确”“不打官腔、工作务实，看完之后心里有底了”。

温州是浙江省确诊病例最多的城市，也是湖北省所辖城市外病例最多的城市，压力可想而知。但当地主政官员凭着一通应答圈了不少粉，也说明了一点：无论是应对疫情还是回应舆论关切，重在“真诚”。真诚是通往民心的“通行证”，真，是数据和语言的真实有效；诚，是态度与行动的诚心诚意。公众对姚高员表现的认可，正是因为这两个字贯穿于其回应之中，也是得到尊重后的自然回应。

姚高员对那些核心问题的回应中，有几个明显的特点：

第一，心中有“数”。他在采访时没有照本宣科地念稿，无论是温州在武汉经商人数还是外地返温人数；无论是床位数、医生数、医护用品量，还是干部处理情况，他都脱口给出了颇为详实的数据。有效的数据是行动的基础，作为主政官员有必要熟稔于心。跟个别干部对当地防疫情况“一问三不知”比，这显然让人更为安心。

第二，务实不居功。没有在“高度重视”“紧急部署”等套话上打转，而是披露了很多干货，这些干货缀起来就是清晰的公共治理脉络，这也合乎很多人的期许。像他在对话中透露的，协调温州商会去动员武汉经商家不返温，针对20.5万桌年夜饭取消的情况了解餐饮企业和民众反馈，还有当地针对老人等特殊群体有网格员对接、服务，都有条理也有温度。抗疫需要的社会协同与有序治理，往往就是基于善治生态生成的。

第三，留出提前量。针对大众尤为关心的医疗资源问题，温州市全市已有10家定点医院、1474张床位、510名医护人员用于新冠肺炎病人的专门诊疗。而对可能出现的扩散问题，温州还准备了第二个梯队的1100名医护人员随时待命投入战斗。而这种对“最坏情况”的提前准备、做好预案，或许就是网友所说的“心中有数”。

在疫情当前，数据掌握能力、组织能力、协调能力、表达能力等，无疑是各级官员应有的基本素养。而与疫情相关的数据，也在民众知情权的范围内。这些数据，不仅是属地领导应熟记于心、指导行动的指针，更是民众了解实情的指南。

这场“全程脱稿数据明确”的采访，本身就呼应了某些常识：信息公开、数据披露，不仅是保障民众权利的手段，也是权利本身。数据直接关乎民生和公众利益，而数据背后每个家庭与个体的诉求，也应该被听到、被照拂。

---

“在其位，谋其政，尽其责。”那句烂熟于心的“为民服务”，不是悬空的口号，而是在紧急的关头能否调动所有的经验、储备、智慧，最大程度保障民众的权利，包括健康权。这既与本身的能力相关，更体现出价值观上“为民服务”的底色。某种程度上，疫情也是一面能映照责任意识镜子，镜子面前，一切了然。

### 人物6：鲍新民（改革先锋，浙江省安吉县余村原党支部书记）

鲍新民，1956年9月生，浙江安吉人，浙江省安吉县天荒坪镇余村原党支部书记。他带领村民保护生态，关停矿山、水泥厂，坚持不懈对矿山复垦复绿，大力发展第三产业，促进农民致富；积极探索以保护生态资源促进绿色发展的村庄发展模式，通过强化村庄规划、加快土地流转、发展农林休闲旅游，坚定不移走绿色兴村、绿色致富经济转型之路，带来良好社会经济效益，是“绿水青山就是金山银山”理念的践行者。荣获改革先锋称号。

浙江省湖州市安吉县天荒坪镇余村地处浙北天目山北麓，村域面积4.86平方公里，其中山林面积6000余亩，是典型的“八山一水一分田”。走进余村，“绿水青山就是金山银山”石碑豁然竖立。这背后，是余村原党支部书记鲍新民带领老百姓奔向幸福的故事，是一个中国最普通村庄迈向幸福生活的缩影。在前不久召开的庆祝改革开放40周年大会上，鲍新民以“绿水青山就是金山银山理念的践行者”荣获“改革先锋”。他说，“无比自豪，永生难忘”。

而在2005年3月之前的余村，环境污染严重。村民回忆说：那时我们靠山吃山，不但发生过安全生产事故，活着的人整天生活在漫天笼罩的石灰与烟雾当中，出门口罩都不大顶用。

“活着就要有个人样，还我们健康的身体、给子孙后代留下美丽家园比啥都强。”2005年3月，新任村党支部书记鲍新民带着新班子全体成员向村民庄严宣布：从此关闭全村所有矿山企业，彻底停止“靠山吃山”做法，调整发展模式，还小山村绿水青山！

做出这样的决定，非常不易。鲍新民动情地说，在那个年代余村独辟一条新的发展之路，是需要相当勇气和智慧的。“关停窑厂后，山开始绿了，水也变清了，但村民的收入和集体经济收入降到了最低点。村民开始议论纷纷，甚至有人当面指着我的鼻子骂骂咧咧。”

正当鲍新民和余村处在犹豫不决的十字路口时，时任浙江省委主要领导来到了这个小山村。“听到‘绿水青山就是金山银山’时，我脑子里留下的许多顾虑和犹豫，一下子全都烟消云散了。”说到这里，鲍新民依然激动不已。

村庄整体规划，浇筑、整治村庄干道，改造农房立面和污水管网……2008年，余村成为安吉县第一批美丽乡村精品村。

走在熟悉而美丽的村庄中，鲍新民时不时地感叹着：“做梦都想不到，‘绿水青山就是金山银山’理念指引的这条路让村庄彻底地变了，变得连我们自己都想不到的美，现在村民不仅生活幸福了，情操和品位也大大上了台阶。今天再看余村，感觉就是换了一个时代！”

---

## 人物 7：廖俊波（全国优秀县委书记，时代楷模）

廖俊波(1968年8月-2017年3月18日)，男，汉族，1968年8月出生，福建浦城人。曾任福建省南平市委常委、常务副市长、武夷新区党工委书记。2017年3月18日傍晚，廖俊波出差途中遭遇车祸，经抢救无效因公殉职，年仅49岁。

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。

面对经济发展长期全省倒数第一的政和县，廖俊波不打退堂鼓，不当太平官，把担当放在首位，率领全县党员干部撸起袖子加油干，用勤奋、实干、严谨描绘出一幅幅美丽画卷，成为新时期共产党人的楷模。

2015年6月，廖俊波荣获全国优秀县委书记称号；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；2017年11月9日，获得第六届全国道德模范敬业奉献类奖项。

2018感动中国十大人物廖俊波颁奖词：芳兰生贵里 山河澄正气

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。

没有惊天动地的壮举，却致力解决事关群众切身利益的“民生大计”；没有气壮山河的豪言，却以平凡而精彩的生命诠释着“四讲四有”。这就是“全国优秀县委书记”称号获得者，福建省南平市市委常委、常务副市长兼武夷新区党工委书记廖俊波的写照。

“以人为镜，可以明得失。”廖俊波同志虽然离开了我们，他的一生就此戛然而止，但他却给我们留下了宝贵的精神财富，用行动和担当书写了为官从政的最美注解，用生命践行“忠诚、干净、担当”要求好干部。

---

## 人物群像：社区工作者

从防控值守、出入登记、测量体温，到入户排查、宣传防控、消毒杀菌，新冠肺炎疫情发生以来，广大社区工作者以严密细致的工作筑起防疫战线，守护着千家万户的健康和安全。

社区是城市治理的基本单元，守护着千家万户的健康和安全，是疫情防控阻击战的正面战场。习近平总书记在北京市调研指导新型冠状病毒肺炎疫情防控工作时强调，“在接下来的疫情战斗中，社区管理防控是一个基础，所以我今天为什么要来看看，如果这方面搞得井井有条，那么这一次早日夺取胜利是有把握的。社区很重要，在这里向你们、向北京市的社区工作者，也向全国的社区工作者致以崇高敬意。”

总书记一席话，给了全国奋战在疫情防控一线的医务工作者和广大干部职工强大信心和力量。新冠肺炎疫情发生以来，广大城乡社区工作者贯彻落实党中央、国务院决策部署，坚守岗位、日夜值守，英勇奋战在疫情防控一线，为遏制疫情扩散蔓延作出了重要贡献。

为激励广大城乡社区工作者不畏艰险、勇往直前，日前，中央应对新冠肺炎疫情工作领导小组印发《关于全面落实疫情防控一线城乡社区工作者关心关爱措施的通知》，提出了适当发放工作补助、改善防护条件、减负减压、表彰褒扬等8方面措施，各地也相继出台关爱社区工作人员的人性化措施，让他们在守护千家万户健康安全的同时，也收获实实在在的保障措施，切实关心关爱城乡社区工作者，为守严守牢疫情联防联控、群防群控的社区防线提供有力保障。

与此同时，各地居民们献上自己的热心、爱心，自发为社区赠送口罩等慰问物资，为奋战在基层的工作人员加油打气，让社区工作人员在繁忙工作之余收获暖心：青海省玉树市折龙达社区辖区内的居民自发送感恩，为奋战在一线的疫情防控工作人员送来蛋糕、贴上了暖心祝福并献上了哈达；“这群孩子过年都没休息！他们守护我们，我们也关心他们！”在湖南省长沙市香樟路社区，一家药店为社区送去了84消毒液、口罩、艾条等物资……

然而，社区工作人员面对千家万户，大量工作都是在和人打交道。在收获居民的暖心举动时，也还是会遇到居民不理解、不配合登记、不遵守居家隔离等情况，需要反复沟通、开展工作。

以心换心、将心比心。战“疫”至今，广大社区工作者付出了巨大努力，我们为他们起早贪黑、舍小家为大家的辛勤付出而感动。在这场事关全局、事关所有人的战“疫”面前，我们对社区工作者要再多几分理解、多几分配合、多几分主动，尽己所能去帮助社区工作人员更加顺畅地开展各项工作，这既是在帮助他们，同时也是在帮助自己。

---

## 四、科技人物

### 人物 1：袁隆平（“共和国勋章”获得者，90 岁的水稻专家）

在中国说起袁隆平，上至耄耋老人，下至几岁孩童对这个名字都不陌生，他的名字不  
仅仅是旧时代的记忆，更是新时代最闪亮的星光。他的一生都致力于中国水稻种植事业，  
致力于将中国人的饭碗端在自己的手中，为了这个初心和使命，他从壮年奋斗到暮年，用  
一生去践行这个承诺。2019 年 9 月，共和国七十华诞来临之际，九十岁的水稻专家袁隆平  
荣获“共和国勋章”。

#### 【话题积累 1：热爱】

“我不在家，就在试验田；不在试验田，就在去试验田的路上”，他这样描述自己的  
生活作息。试验田是他生活的一个重心，因为那里种着他心爱的杂交水稻。

#### 【话题积累 2：创新】

科学研究的本色是创新，科学家的使命在于探索未知，他们真正的快乐也来源于此科  
学家的使命在于探索未知。从步入科学殿堂的第一天起，创新就已经深深烙入袁隆平的人  
生信条里。

当年，一株“鹤立鸡群”的高产异型稻株，吸引了袁隆平的眼光；第二年在它的后代  
身上，优势完全退化分离，难道这是一株天然的杂交稻？能不能育成人工杂交稻？袁隆平的  
智慧火花在那一刻点燃。

多年后，他的弟子说，“袁老师绝不是第一个见到异型稻株的人，但却是第一个找到  
其本质规律的人。也正因为敢于打破常规，才成为一个伟大的科学家。”

#### 【话题积累 3：奋斗与坚持】

已经 90 岁高龄的袁隆平，本该含饴弄孙、颐养天年，可他却依然坚守在一线，每天准  
时上班，准时下田，上午 9 点半到 10 点半，下午 3 点半到 4 点半，是他固定到试验田的时  
间。越是打雷刮风，越是下大雨，他越要到田里面去看看，因为那是检验他的“宝贝”的关  
键时刻。

袁隆平对试验田如此痴迷，不仅仅是一种生活习惯。他说，“我们搞育种的，就是要  
坚持在一线，这样才会发现新品种，才会接近灵感。”奋斗在一线，是袁隆平的行动指  
南。

---

#### 【话题积累 4：分享与奉献】

白天，他在试验田里示范技术操作；晚上，他在驻地开辟教室，架起黑板，给各地技术人员办起杂交水稻研究速成班，把自己多年积累的知识奉献给大家。

在长达 30 多年的南繁育种岁月里，袁隆平始终坚持这样讲课或座谈。培养了一大批来自全国各地的杂交水稻技术人员。他在科研事业中，没有门户之见，从来都是搞“五湖四海”，这让很多人从中受益。

袁隆平，他把自己奉献给了杂交水稻事业；他把自己的研究成果奉献给了研究同行；他把杂交水稻奉献给了中国人民，也奉献给了全世界。

无农不稳，有粮则安。袁隆平“为了让更多人吃饱饭”的愿景，终将成真。

#### 【话题积累 5：爱国】

“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。

与此同时，“杂交水稻之父”的盛名，并没有改变他的赤子情怀。面对众多国际机构的高薪聘请，袁隆平都婉言谢绝了，他说，我的根在中国。

#### 【话题积累 6：农民】

见过袁隆平的人都说，上看、下看、左看、右看，怎么看他，都像个农民。那古铜的肤色，不长年累月地亲密接触阳光不可能这么浓重；那精瘦的身材，不长年累月地上下田埂不可能这么结实。长年站在稻田里，生活在农民中，农民看着袁隆平就像看家里人，一点儿都不觉得生分。

袁隆平说自己是为农民服务的，他愿意向农民学习，农民愿意跟他交心，农民心里想啥他最清楚：饿肚子的时候想吃饱，吃饱了肚子想致富。

#### 【话题积累 7：爱才惜才】

爱才、惜才，为了奖掖后学，袁隆平不遗余力。1987 年，获得联合国教科文组织科学奖后，他把 1.5 万美元奖金悉数捐出，建立“袁隆平杂交水稻奖励基金”。后来，又陆续将各种奖金捐出来，累计达 100 万元。多年来，他每年都把自己与美国水稻技术公司合作所获的顾问费捐出来，设立“所长基金”，专门用来资助年轻科研人员以及科研项目。

### 【话题积累 8：节俭】

对别人大方，对自己却“抠门儿”。坐飞机只坐经济舱，一次买机票的同志因为他全国政协常委的身份买了头等舱，他硬是让秘书又换成了经济舱；由于工作需要，单位想把他的办公室再装修一下，他却说，这间蛮好嘛，装修要花钱，何必浪费呢。

### 【话题积累 9：亲情】

家庭和亲情，在袁隆平的心底分量很重。和夫人邓哲已携手走过 60 年的人生风雨，袁隆平说，我之所以能在杂交水稻上取得成功，是妻子用理解和柔情铺垫的台阶，他在人前总是称妻子为“我的贤内助”。

为了杂交水稻，袁隆平夫妻分居 20 多年；为了南繁育种，袁隆平在二儿子出生第四天就去了海南，一去就是 100 多天；为了坚持科研，父母病重，袁隆平都无法床前尽孝……对这一切，邓哲选择了理解，选择了无怨无悔地支持，选择了用自己的肩膀担起这个家。

对这一切，袁隆平打心眼里感激。如今，每天下班之后，袁隆平都会和夫人一起陪孙女们玩电动飞碟，或者给她们讲个笑话，享受天伦之乐；每次应邀出访，或者出国领奖，只要条件允许，袁隆平都会带夫人一道去，耐心地给她当翻译兼导游。

### 【话题积累 10：追星】

刚刚在 9 月 7 日度过 90 岁生日的杂交水稻育种专家、中国工程院院士袁隆平，9 月 16 日应邀参加湖南农业大学的开学典礼并致辞。在袁隆平到达现场的前后和开学典礼期间，学生们欢呼尖叫，上演“大型追星现场剧”。

曾经，有无数粉丝为追星挤爆了机场建筑，如疯狂粉丝接机挤爆机场自动扶梯玻璃。现在，科学家能成为大学生狂热追捧的明星，是一个良好的开端，说明了科学家也值得去追捧和崇拜。

### 【话题积累 11：梦想】

在获得“共和国勋章”的 10 天前，袁隆平迎来了自己的 90 岁生日。他笑称，自己已经从“80 后”升级为“90 后”，未来要健康快乐超百岁，就像超级稻攻关一样，不断超越新目标。他的生日愿望是希望今年的示范田实现亩产 1200 公斤，向中华人民共和国成立 70 周年献礼。

袁隆平：我们都有两个梦，一个是“禾下乘凉梦”一个是“覆盖全球梦”，如果说这一路上坚守的东西是什么，那就是让水稻高产、更高产。

### 【话题积累 12：团结】

早在 1994 年，“杂交水稻之父”袁隆平院士从“一个人”的单打独斗开始带领着科研人员，在这里创建湖南杂交水稻研究中心，国内外第一家专门从事杂交水稻研发的科研机构呱呱坠地。次年，以湖南杂交水稻研究中心为依托成立了国家杂交水稻工程技术研究中心。

如今，研究中心科研团队在职及离退休人员达 300 人左右。这 300 人的成果，占我国每年水稻产量的 60%。

### 【话题积累 13：机遇与偶然】

1953 年 8 月袁隆平毕业于西南农学院后（今西南交大），分配到湘西雪峰山麓安江农校做一名教书先生。1960 年的 7 月，他在农校实验田里意外发现一株特殊性水稻，并利用其试种，发现其子代有不同性质。因为水稻是自花授粉、不会出现性状分离，袁隆平由此推论其为天然杂交水稻，开启了其一生在水稻领域的传奇和精彩的人生。

### 【话题积累 14：乐观】

袁隆平说：“我 1964 年正式开始研究杂交水稻。一般来讲，搞水稻时间很长，从种植、播种、开花、结实，周期很长，一般都要四五个月。我们搞一个品种出来，要八个代，如果一年种一季，要八年才能出一个品种，而且品种好不好还不说。我们为了加快速度，一年种两代甚至三代，夏天在湖南，秋天在广西，冬天在海南，用这样的方式缩短周期，尽快的出结果。所以工作是非常辛苦的。而且，我们是在 60、70 年代，那时候条件非常差。在路途上也是很辛苦的，坐汽车、火车也没有卧铺什么的，经常熬夜。工作条件也很差，田里面都有蚂蟥什么的。虽然辛苦，但是有一条，我觉得乐在其中。为什么乐在其中呢？我觉得很有意义，另外很有希望，因为我看到了希望，所以心里面还是很乐观的。”

### 【话题积累 15：责任与担当】

“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。”

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。

### 【话题积累 16：体育锻炼】

平时，袁隆平喜爱体育，无论工作多么繁忙，几乎每天下午袁隆平都会抽时间打排球。他总结说，自己的好身体，一是归功于经常体育锻炼，二是心态好。在他 70 岁的时候，单位的同事经常讲他是 70 岁的年龄，50 岁的身体，30 岁的心态，20 岁的肌肉。

当年 70 多岁的袁隆平，还是湖南省农科院最近三年来的游泳冠军。每次游泳，袁隆平总是将单位的小伙子们抛在身后，第一个达到终点。袁隆平还透露，他 17 岁的时候就是武汉市 100 米、400 米自由泳冠军。

因为身体条件好，袁隆平还差点被选去当飞行员。种种机缘下，袁隆平没有成为专业运动员或者飞行员，而是和农业打了一辈子交道。

袁隆平是烟龄 63 年的老烟民，2010 年在名医钟南山的劝说下，袁隆平戒了烟。

### 【话题积累 17：全才】

袁隆平不仅在杂交水稻的领域有所建树，他在其他方面也有涉猎，会拉小提琴，是游泳健将，会下象棋……英语也更是完胜现在不少人。

前不久，在长沙举办的中非农业合作发展研讨会上，袁隆平献上一段英文致辞，一开口就把大家惊呆了！开场时，袁老谦虚地说“I speak broken English”（我的英语不好）。然而演讲全程，几乎未见停顿或错误。现场观众数次报以热烈的掌声！（袁老真的是太太谦虚了）网友们纷纷对袁隆平的英语水准表示惊叹：“我的天，在英语方面，袁老的谦虚是真谦虚，我的谦虚是真心虚啊……”

### 【话题积累 18：向前看与向钱看】

不久前，获得“共和国勋章”的袁隆平院士在接受采访时表示，大家都有梦想，但是理想要高雅一点，要向前看，不要专门向钱看。现在有些年轻人有不太好的倾向，理想是赚大钱，当然可以赚钱，但要赚对社会、对老百姓有益的钱。袁隆平还表示，他“最担忧”的是“年轻人不搞农业”。

“向前看”意味着志趣高雅、胸怀远大。“向钱看”意味着一门心思赚钱发财，物质利益至上。一个社会要进步，一个民族要振兴，需要年轻人将个人理想和时代需要紧密联系起来，以理想主义的精神努力“向前看”。然而，一段时期以来，相当一部分年轻人在职业选择、事业追求上热衷于“向钱看”。研究了半辈子杂交水稻的袁隆平老先生担忧年轻人不搞农业，寄语年轻人：“要向前看，不要专门向钱看。”这又何尝不是对当下社会现实的一种深切提醒。

### 【话题积累 19：实践】

“我们这个搞应用科学的，实干苦干，才能够实践出真知，书本知识很重要，电脑技术也很重要，但书本上种不出水稻，电脑上也种不出水稻，只有在试验田里面才能够长出我所希望的水稻出来。”

简简单单几句话，也正是袁隆平数十年如一日为中国杂交水稻技术不断攻关的真实写照

### 【话题积累 20：科研疯子】

袁隆平偶然发现了一株“鹤立鸡群”的水稻：株型优异，穗大粒多。兴奋的袁隆平给这株水稻做了记号，将其所有谷粒留做试验的种子。第二年的结果却让人很失望，这些种子生长的禾苗，长得高矮不一，抽穗的时间也有的早，有的迟，没有一株超过它们的前代。袁隆平百思不得其解，根据孟德尔遗传学理论，纯种水稻品种的第二代应该不会分离，只有杂种第二代才会出现分离现象。灵感的火花来了：难道这是一株天然杂交稻？而当时权威看法是水稻是自花授粉植物，不具有杂交优势。从这时开始，袁隆平下定决心不为权威所限，通过科学的研究揭示出水稻杂交的奥秘和规律。1965年秋冬之际的那些日子，他走路、吃饭、睡觉都在想着他的杂交水稻，整天像走火入魔似的，嘴里念念有词，抽烟时，将烟灰掸进了茶杯里；穿衣服的时候，把上面的纽扣扣到下面的扣缝里。学校的同事们私下小声议论：“袁老师是不是快疯了？”

正是凭着这种坚韧不拔、勇敢顽强的意志，在勘察了14万余株稻穗后，经过两年的探索、试验和研究，1966年2月，他终于写成引起国内外科技界高度重视的“惊世”论文《水稻的雄性不孕性》。

### 人物 2：屠呦呦（“共和国勋章”获得者，中国首位诺贝尔医学奖获得者）

BBC曾将屠呦呦列为“20世纪最伟大的科学家”候选人之一，与居里夫人、爱因斯坦和图灵并列。她入选的三大理由分别是：艰难时刻仍秉持科学理想，砥砺前行亦不忘回望过去，她的成就跨越了东方和西方。

BBC的一部纪录片更是高度评价屠呦呦，“如果用拯救多少人的生命来衡量伟大程度，那么屠呦呦无疑是史上最伟大的科学家之一！”

“当我们提及杰出科学人物时，毫无疑问，屠呦呦一定会在其中。”

---

### 【话题积累 1：青蒿素】

“呦呦鹿鸣，食野之蒿。我有嘉宾，德音孔昭。”这句诗最早出自于《诗经》中的《小雅·鹿鸣》，后曹操也在《短歌行》中加以化用。很多人对此都很熟悉。屠呦呦的名字便来源于这首诗。冥冥之中便预示着，她将会与青蒿一生结缘。

60多年来，屠呦呦一直从事医药事业，贡献突出。她创制出新型抗疟药青蒿素和双氢青蒿素，有效地降低了疟疾患者的死亡率。2015年，她更获得诺贝尔生理学或医学奖，让更多的人得以了解她本人乃至我国抗疟事业的发展。

### 【话题积累 2：中医药】

1946年，16岁的屠呦呦正值青春年华，却感染了肺结核。在当时较为落后的医疗水平下，一旦感染肺结核，活下来的概率非常低。令人震惊的是，经历了两年多的中药治疗，屠呦呦的肺结核奇迹般地痊愈了。

中药将屠呦呦从死神的手中拉了回来，而她自此对中药及医学产生了巨大的兴趣，而后将自己的所有心血都奉献给了医药事业。

2015年，诺贝尔生理学或医学奖颁布了中国药学家屠呦呦，以表彰她抗疟方面的突出贡献。她是第一位获得诺贝尔科学奖项的中国本土科学家、第一位获得诺贝尔生理学或医学奖的华人科学家。这是中国医学界迄今为止获得的最高奖项，也是中医药成果获得的最高奖项。

### 【话题积累 3：坚持】

“执着”，是屠呦呦身边的同事对她一致的评价。青蒿素的发现和提取过程并非一帆风顺，从1969年承担抗疟中药研发的任务，到1999年世界卫生组织将青蒿素列入“基本药品”名单进行世界范围的推广，屠呦呦花了整整三十年时间，经历了无数次的失败，才最终赢得了这场“战役”。

直到发表诺奖获奖感言时，屠呦呦对这些经历依旧记忆犹新：在接受研发抗疟中药的任务后，她开始马不停蹄地搜集整理历代中医药典籍，走访老中医，同时调阅大量民间方药，编写出以640种中草药为主的《抗疟单验方集》。

然而，要从640种药物中筛选出对疟疾真正有效的药物，其难度可想而知。在青蒿之前，屠呦呦还研究过190种样品，但都没有得到理想的结果，研究一度走入了死胡同。屠呦呦后来回忆道：“我也怀疑自己的路子是不是走对了，但我不想放弃。”功夫不负有心人，就在她一筹莫展之际，却意外在古籍《肘后备急方》记载的“青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之”中得到灵感，开始了对青蒿素的日夜研究。

#### 【话题积累 4：以身试药】

疟疾，危害人类最大的疾病之一，致死性仅次于天花。20 世纪，疟疾夺去了大约 3 亿人的生命，非洲兄弟成为最大的受害者，至今仍然占该病人数的 90%。后来，出现了一种药物慢慢扭转了局面，它是有史以来最有效的疟疾治疗药物——青蒿素，数百万条生命被它救了回来。

当年的屠呦呦研究员，穷尽了所有方法之后，终于在一本公元 4 世纪中国学者葛洪撰写的一本古籍中发现了一种药剂——青蒿。但没有人知道将这种药物用在人身上是否安全，只有屠呦呦坚信青蒿提取物能够抗疟，为此她主动要求以身试药。

明知有生命危险，但她还是住进了医院，服用了青蒿提取物。之后几天医生逐渐加大剂量，并密切监测她身体器官的变化，结果发现屠呦呦一切正常，测试获得了成功。

很少有人像屠呦呦一样，不惜牺牲自己来拯救他人。之后，屠呦呦和研究小组经过多年的改进，将青蒿素推广应用到世界各地。

84 岁的屠呦呦，被授予了诺贝尔医学奖，成为第一个获此殊荣的中国人，打破了华人在诺贝尔自然科学领域零奖项的局面。

#### 【话题积累 5：一生只做一件事】

获得如此众多奖项后，屠呦呦及青蒿素开始得到大众的更多了解与关注。面对纷至沓来的赞誉，她不畏浮云遮望眼，对所有的名利都一笑了之，依旧坚持在一线攻坚克难。她被称为“医界丰碑”，她所发现的青蒿素，被称为“东方神药”。

生命总是有限，却仍可于有限中求取无穷、不朽。屠呦呦于艰险中开拓医药研究事业，寻得一株济世草，挽救无数生命，也为人类医药学作出卓越贡献，她身体力行地诠释着何为不朽。

### 人物 3：钱学森（“两弹一星”功勋奖章获得者）

钱学森（1911.12.11—2009.10.31），生于上海，祖籍浙江省杭州市临安。世界著名科学家，空气动力学家，中国载人航天奠基人，中国科学院及中国工程院院士，中国两弹一星功勋奖章获得者，被誉为“中国航天之父”“中国导弹之父”“中国自动化控制之父”和“火箭之王”，由于钱学森回国效力，中国导弹、原子弹的发射向前推进了至少 20 年。2009 年 10 月 31 日北京时间上午 8 时 6 分，钱学森在北京逝世，享年 98 岁。

#### 【话题积累 1：忠于祖国】

1949 年，当中华人民共和国宣告诞生的消息传到美国后，钱学森和夫人蒋英便商量着早日赶回祖国，为自己的国家效力。1950 年，钱学森上港口准备回国时，被美国官员拦住，

---

并将其关进监狱，而当时美国海军次长丹尼·金布尔声称：钱学森无论走到哪里，都抵得上5个师的兵力。从此，钱学森在受到了美国政府迫害，同时也失去了宝贵的自由，他一个月内瘦了三十斤左右。

50年代初期，钱学森在美国受迫害的消息很快传到中国，中国科技界的朋友通过各种途径声援钱学森。党中央对钱学森在美国的处境极为关心，中国政府公开发表声明，谴责美国政府在违背本人意愿的情况下监禁了钱学森。

1955年，经过周恩来总理在与美国外交谈判上的不断努力——甚至包括了不惜释放11名在朝鲜战争中俘获的美军飞行员作为交换，1955年8月4日，钱学森收到了美国移民局允许他回国的通知。1955年9月17日，钱学森回国愿望终于得以实现了，这一天钱学森携带妻子蒋英和一双幼小的儿女，登上了“克利夫兰总统号”轮船，踏上返回祖国的旅途。1955年10月8日，钱学森一家终于回到了自己魂牵梦绕的祖国，回到自己的故乡。

科学没有国界，但科学家有自己的祖国。即使拘役的磨难和生命的威胁也不能改变钱学森报效祖国的决心。

到北京后的第二天清晨，钱学森做的第一件事，就是带着全家来到天安门广场。面对雄伟的天安门城楼，钱学森激动地说：“我相信一定能回到祖国，现在终于回来了！”

### 【话题积累 2：使命担当】

1955年冬，钱学森来到哈尔滨军事工程学院参观。院长陈赓大将问他：“中国人能不能搞导弹？”钱学森说：“外国人能干的，中国人为什么不能干？难道中国人比外国人矮一截？！”陈赓拍案大呼：“好！就要你这句话！”钱学森说：“就这一句话，决定了我这一生从事火箭、导弹和航天事业的生涯。”

爱国主义总是与肩负的历史使命结合在一起。钱学森把祖国的强盛、民族的兴旺，作为自己毕生奋斗的目标，鞠躬尽瘁，死而后已。

那是新中国导弹事业起步维艰的年代。钱学森给刚分配来的156名大学生讲授“导弹概论”。这些人当时对什么是导弹一无所知，但后来成为了新中国第一批火箭、导弹技术人才。1960年，在他具体领导下，我国研制成功了第一枚导弹。之后，他又亲自主持我国“两弹结合”的技术攻关和试验工作，于1966年成功发射了我国第一枚导弹核武器。1965年，他向中央提出研制发射人造卫星的时机已经成熟，并于1968年兼任空间技术研究院首任院长。1970年我国第一颗人造地球卫星发射成功，新中国终于迎来了航天时代的黎明。

5年归国路，10年两弹成。钱学森通过自己一生的实践证明：一个知识分子，只有把自己与祖国的命运结合在一起，才能充分实现个人价值，也只有在为国家奉献、在为人民服务的过程中，才能赢得祖国和人民的尊敬与爱戴。正如钱学森自己所说：“我的事业在中国，我的成就在中国，我的归宿在中国。”

### 【话题积累 3: 为人民服务】

钱学森曾说：“我作为一名科技工作者，活着的目的就是为人民服务。如果人民最后对我的工作满意的话，那才是最高奖赏。”

他一生有三个“不在意”：一是对“官”不在意，二是对“钱”不在意，三是对“名”不在意。聂荣臻元帅曾高度评价钱学森：“总是艰苦奋斗地工作，艰苦朴素地生活，从不计较个人得失。”但钱学森对中国科技的发展却万分关注，直至晚年依然如一。

在领导国防科技工作期间，钱学森经常深入地处沙漠戈壁的试验基地。那里自然条件的恶劣，人民生活的艰辛，给他留下了深刻的印象。退出领导岗位后，他还牵挂着生活在那块土地上的人们，思索着如何用科学改变那里的环境。上世纪 80 年代中期，他提出了发展沙产业的思想。他说：“我国沙漠和戈壁大约 16 亿亩，和农田面积一样大。沙漠戈壁并不是什么也不长。”“沙产业就是在‘不毛之地’搞农业生产，而且是大农业生产。这可以说是又一项‘尖端技术’！”他还把自己两次获得的 200 万港元的奖励，全捐给了促进沙产业发展基金会。

### 【话题积累 4: 人才培养】

2005 年，温家宝总理在看望钱学森的时候，钱老感慨说：“这么多年培养的学生，还没有哪一个的学术成就，能够跟民国时期培养的大师相比。”钱老又发问：“为什么我们的学校总是培养不出杰出的人才？”

“钱学森之问”是关于中国教育事业发展的—道艰深命题，需要整个教育界乃至社会各界共同破解。

2009 年 8 月 6 日，在与温总理的最后—次见面中，病榻上的老人讲话已经不太清楚，但依然缓慢而认真地对温总理说：“培养杰出人才，不仅是教育遵循的基本原则，也是国家长远发展的根本。”

### 【话题积累 5: 爱情】

钱学森在美国受迫害的那些岁月中，家境状况很糟糕，作为大家闺秀的蒋英，毅然辞退了女佣，一个人包揽了所有的家务，从而也放下了她热爱的歌唱事业。正是这段时间，钱学森完成了他的著作《工程控制学》，这是他们的爱情结晶。蒋英是女高音歌唱家，她与钱学森的专业相差很远，但正是由于她为钱学森介绍了音乐艺术，使钱学森丰富了对世界的深刻认识，学会了广阔的思维方法。钱学森爱好音乐，尤其是在蒋英的艺术熏陶下，他对音乐艺术有了更深沉的感悟，也给他的科学事业增添了无比的色彩。共同的志趣，使两人的感情生活更加和谐温馨、多姿多彩，也使他们的事业相得益彰。他们曾合作《对发展音乐事业的一些意见》—文，对中国音乐事业发展提出意见。

---

#### 人物4：钟扬（“扎根大地的人民科学家”）

钟扬，他用53年时间做了别人用100年才能做完的事。著名植物学家钟扬教授，作为“扎根大地的人民科学家”当选了“2018年感动中国年度人物”。

如果不是那一场突如其来的车祸，人们也许不会知道，53岁的钟扬，人生已经达到如此的厚度：

他是15岁就考入中科大的少年大学生，33岁就已经是副局级，却毅然放弃所有的职级待遇，做了一名普通的大学教授。

他16年坚持学术援藏，不畏艰险盘点世界屋脊的植物家底，寻找生物进化的真实轨迹。

他收集了上千种植物的4000多万粒种子，填补了世界种质资源库没有西藏种子的空白。

他在复旦大学任教17年，培养了107位研究生和博士后。

他倾注大量心血，帮助西藏大学建立了生态学博士点，填补了西藏高等教育没有博士点的空白，圆了几代藏大人的梦。

然而，2017年9月25日清晨，他辛劳而精彩的人生因一场车祸戛然而止，他倒在了去内蒙讲学的路上。

##### 【话题积累1：生命禁区里的格桑花】

“人不是因为伟大才善梦，而是因为善梦才伟大。”钟扬就是这样一个善梦者。

2001年，醉心基础科研的钟扬瞄准了西藏：这里独有的植物资源未受到足够重视，物种数量被严重低估，即使在全世界最大的种子资源库中，也鲜见西藏地区植物影子。

为填补这一空白，他踏入青藏高原“生命禁区”，一去就是16年。

在藏语里，“格桑”意为幸福、勤劳、美好时光。回忆起钟扬，很多藏族师生觉得，钟老师就像绽放在“生命禁区”里的格桑花。

##### 【话题积累2：爱国】

“一个基因可以拯救一个国家，一粒种子可以造福万千苍生。”这是常挂在钟扬嘴上的一句话。

对于不理解种子重要性的人，他这样解释：

“植物能够为我们提供果实、花卉、粮食乃至药材。但非常糟糕的是，由于全球环境的破坏和人类的剧烈活动，很可能在我们对生物多样性有所了解并且加以利用之前，有的植物就已经消失了。”

作为中国植物学家，钟扬立誓，要为祖国守护植物基因宝库。

### 【话题积累 3: 吃苦精神】

野外科考的艰苦超乎人们想象。

经常七八天吃不到热饭，钟扬和学生们饿了啃一口死面饼子，渴了就从河里舀水喝。

晚上，住的是牦牛皮搭的帐篷，因为严重缺氧，煤油灯很难点亮。

冬天，盖三床被子也无法抵御寒冷，早上洗脸要先用锤子砸开水桶里的冰。

路上，常常被突袭的大雨冰雹困在山窝窝里，车子曾被峭壁上滚落的巨石砸中……

藏族同事给他起了个别名——钟大胆。因为不管山多高、水多凉，不管多么危险、多么困难，只要对研究有帮助，他就一往无前。

他说，有些事情是难，但再难，总要有人去做。只要国家需要、人类需要，再艰苦的科研也要去做。

### 【话题积累 4: 拼命三郎】

当消息传到复旦大学，所有的人第一反应都是，“钟老师干活，真的太拼了！”早晨6点多就赶路，这对钟扬来说并不稀罕，他的工作时间常常要到凌晨三四点，常和他打交道的人往往会在半夜一两点收到他回复的邮件、修改的文章。

他曾经说过：“任何生命都有结束的一天，但我毫不畏惧，因为我的学生会将科学探索之路延续，而我们所采集的种子也许会在几百年后的某一天生根发芽，到那时不知会完成多少人的梦想。”

### 【话题积累 5: 遵从内心】

2000年，他放弃一切待遇，两手空空地来到复旦大学任教。他曾在接受记者采访时说：“人就是要做自己感兴趣的事情，才能不负人生。我对植物学感兴趣，但我们当时的植物研究所只能在华中地区转悠，而在高校搞研究，想去哪儿就能去哪儿。就只做个普通教授又怎样呢？”

不久后，钟扬被复旦大学聘为生命科学学院常务副院长。2001年，他又放弃了副院长的职务，到西藏大学担任一名普通教授。他说：“研究生物的人当然应该去西藏，青藏高原有2000种特有植物，一颗种子可以造福千万苍生。那是每个植物学家都应该去的地方。”

一提起钟扬，复旦大学生命科学学院年轻教授李辉说：“钟老师是有大智慧的人。做科学研究的人很多，但真正有科学思想，能够称得上科学家的人不多。钟老师就是那种对自己的研究对象有宏观理解和哲学思考，并且能够站在更高的高度来看自己研究领域，同时能做出出色研究，并做精彩科普的人。”

### 【话题积累 6：培养人才】

作为复旦的一名研究生导师，钟扬十分擅长激发学生的科研兴趣，在科研指导中严格而有针对性。他教导学生，“学术规范是做科研的底线。很多科研工作的创新点都来自很小的环节，比如青霉素的发现。跳过这些环节，虽然省了时间，但也可能和创新失之交臂。”在学生选择研究方向时，他会花大量时间和学生深入讨论，让他们不断接近真正感兴趣的点。“钟老师帮我们改一篇论文平均就要花三十个小时以上，在他实事求是、近乎严苛的作风感染下，我们也养成了凡事都要尽力做到最好的思维。”他的学生说。

“我有一个梦想，为祖国每一个民族都培养一个植物学博士。”钟扬特别喜欢招收少数民族学生，因为他认为少数民族地区培养人才尤其难，但培养好了，这些学生回到家乡，就能成为靠得住、留得住、用得上的生力军。十几年间，他培养的学生已遍布西藏、新疆、青海、甘肃、宁夏、内蒙、云南等西部省份。

### 【话题积累 7：实干】

“最好的植物学研究，一定不是坐在办公室里做出来的。”钟扬与学生共勉。

十多年来，钟扬在雪域高原跋涉50多万公里，从藏北高原到喜马拉雅山区，从阿里无人区到波涛汹涌的雅鲁藏布江畔，到处都留下了他忙碌的身影。

他收集到了1000余个物种的4000多万粒种子，占西藏物种的1/5。

他的理想，是在未来10年间，收集西藏植物的1/3以上，如果有更多人加入，也许30年就能全部收集完……

## 人物 5：竺可桢（近代气象学家，浙江大学前校长）

竺可桢（1890年-1974年），浙江绍兴人。1918年获哈佛大学气象学博士学位，中国现代气象学和地理学的奠基者。历任东南大学和中央大学地学系主任、中央研究院气象研究所所长；中国科学院副院长、中国气象学会理事长、中国地理学会理事长、中国科协副主席、第一届全国人大常委会委员。1936年4月至1949年4月，任浙江大学校长。1948年当选为中央研究院首届院士。

### 【话题积累 1：科学救国，远赴重洋】

1910年9月，赴美的邮轮从上海吴淞港鸣笛起航，时年20岁的竺可桢站在甲板上，一边回望故土，一边憧憬着未来。如何使中国摆脱积贫积弱、实现国富民强是那个时代有为青年的共同梦想。为此，赴美留学的竺可桢选择了农学。在中国这个有着悠久历史的农业大国里，农业的繁荣、发达和现代化关系到亿万人的温饱，是中国走向富强的基础。可是，当时美国的农业科学并不发达，而且农耕方式和中国也不一样，所以毕业后，转入哈佛大学地理系，学习和农业紧密联系的气象学。

### 【话题积累 2：健康运动】

竺可桢生于 1890 年，长胡适一岁。1905 年，两人同在上海澄衷学堂上学，竺可桢因为过度用功，身体极为虚弱，胡适指着竺可桢对人说：“像他那样，一定活不过 20 岁。”竺可桢听闻，开始锻炼身体：游泳、打太极拳、远足……参加各种体育活动，并终生保持运动习惯。他是标准的谦谦君子，不吸烟、不喝酒，早起早睡。也许觉得每一天都是赚来的，竺可桢形成了温和、静默、执着、刚毅和自省的性格。人的人生状态也许是身心两个方面共同调适的结果，慢慢地，他的身体竟然好了起来。

### 【话题积累 3：浙江大学的保姆】

提起浙大，大家都会不约而同地竖起大拇指。它不但位列“211工程”和“985工程”名录、还是赫赫有名的 C9 联盟的一员，更是曾被英国著名学者李约瑟被誉为“东方剑桥”。行走校园里，地处西湖附近的它俨然一副世界一流大学的模样。

很少有人知道，七八十年前的它还只是一所地方性的二流大学，而改变他的，是竺可桢，一个以气象学见长的科学家。

有人说：民国时代，中国有两个最好的大学校长，一个是北京大学的蔡元培，一个是浙江大学的竺可桢。这两个人都有民主作风，都能做到珍视人才。竺可桢甚至因此被称为“浙大保姆”。

1936 年，竺可桢就任浙江大学校长。那时的浙江大学，只有文理、农、工 3 个学院共 16 个系，学校管理混乱、内部矛盾重重。竺可桢到任后，以“求是”为校训，明确提出中国的大学必须培养“合乎今日的需要”的“有用的专门人才”的主张。竺可桢重整校务，很快使得浙江大学步入正轨。

1937 年日本发动全面侵华战争之后，竺可桢团结全校师生，开始了漫长的西迁之路。到 1948 年 3 月底，浙江大学已发展为拥有文、理、工、农、师范、法、医 7 个学院共 25 个系，9 个研究所，1 个研究室的综合性大学，崛起为当时国内有影响力的几所著名大学之一。

1950 年，竺可桢 60 岁生日，浙江大学的学生特地送来一面锦旗，上面写着“浙大保姆”。小小的锦旗，饱含着浙大学子对竺可桢的敬重之情。

### 【话题积累 4：求是精神】

1937 年 8 月，日寇进攻上海，逼近杭州。面对着战火中岌岌可危的学校，竺可桢决定带领全校一千多名师生走上“西迁”之路。然而，在两千六百多公里的颠沛流离中，浙江大学（浙大）的教学科研不曾有半点懈怠。“求是”校训也诞生在西迁途中。1938 年 11 月 19 日，竺可桢在广西宜山主持召开校务会议。在他的倡议下，会议确定了“求是”为浙江大学校训。之后，竺可桢在历次演讲中反复强调：“求是”精神就是一种“排万难冒百死以求真理”的精神，必须有严格的科学态度：“一是不盲从，不附和，只问是非，不计利害；二是不武断，不蛮横；三是专心一致，实事求是”“求是精神首先是科学

---

**精神，但同时又是牺牲精神、奋斗精神、革命精神”。**为了让学生们能够深刻理解“求是”的内涵，他不厌其烦地跟学生们说：“你们要做将来的领袖，不仅求得了一点专门的知识就足够，必须具有清醒而富有理智的头脑，明辨是非而不徇利害的气概，深思熟虑，不肯盲从的习惯，而同时还要有健全的体格，肯吃苦耐劳，牺牲自己努力为公的精神。”

**竺可桢不仅是“求是”精神的积极倡导者，而且也是一生笃行“求是”精神的楷模。**在用人方面，“求是”精神的表现就是唯才是举，用人唯贤，没有私心，没有门户之见。竺可桢非常重视人才，1936年刚任校长时，他就强调“教授是大学的灵魂，一个大学学风的优劣，全视教授人选为转移”，并且真诚地表示要“竭诚尽力，豁然大公，以礼增聘国内专门的学者”。掌校期间，竺可桢一直在不遗余力地为学校网罗优秀人才。正是在他的努力下，浙大聚集了一大批当时各领域的精英知识分子。而且，**难能可贵的是，竺可桢不但延请学术造诣深厚的著名学者，同样看重初露头角、具有良好潜质的青年学者。**

#### **【话题积累 5：科普】**

**竺可桢还非常重视科学普及工作。1960年，他用深入浅出的文字，为青少年撰写了一篇科普文章《向沙漠进军》。这篇文章不仅科学内容丰富，而且说理相当透彻，因此深受青少年的喜欢。**

竺可桢坚持向青少年普及科学知识，也与他毕生倾心于教育事业有关。竺可桢曾担任浙江大学校长13年，是我国现代教育的先行者和实践家。在烽火连天的战争年代，他率领浙江大学师生奔波千里，保全和培育了许多教育和科技人才。在严酷的条件下，他倡导“求是”精神，主张“排万难冒百死以求真知”，使浙江大学迅速崛起。

#### **【话题积累 6：老当益壮】**

什么是老当益壮？竺可桢就是最好的例证。**他年近花甲挑起祖国科学事业的重担，年过花甲仍然坚持学习俄文，古稀之年还积极去野外实地考察，年逾古稀依然定期乘公交车去情报所阅读国外科学文献，即使到了76岁高龄也仍然坚持工作12小时。**

---

## 人物6：茅以升（桥梁专家，钱塘江大桥建造者）

2018年10月24日上午9时港珠澳大桥正式通车运营这标志着我国由桥梁建设大国成为桥梁建设强国，而在80多年前中国还没有一座自主设计的现代化桥梁，难道我们不能自己造桥？难道我们只能做劳动力？历史的答案当然是不！而改变这一历史的人，就是桥梁专家茅以升。

茅以升（1896年1月9日—1989年11月12日），江苏镇江人。土木工程学家、桥梁专家、工程教育家，中国科学院院士，美国工程院院士，中央研究院院士。

茅以升主持中国铁道科学研究院工作30余年，为铁道科学技术进步作出了卓越的贡献。积极倡导土力学学科在工程中的应用的开拓者。茅以升曾主持修建了中国人自己设计并建造的第一座现代化大型桥梁——钱塘江大桥，成为中国铁路桥梁史上的一块里程碑；新中国成立后，他又参与设计了武汉长江大桥。晚年，他编写了《中国桥梁史》、《中国的古桥和新桥》等。1989年11月12日病逝于北京，享年93岁。2019年9月25日，茅以升被评选为“最美奋斗者”。

### 【年少好学，为桥而生】

茅以升，1896年出生于江苏镇江，出生十个月，望子成龙的母亲韩石渠就力主全家迁到南京，因为“成龙”之路是科举，科举第一关是乡试，只能每年秋天在省会城市举行。茅以升从小好学上进，善于独立思考。

他10岁那年，过端午节，家乡举行龙舟比赛，看比赛的人都站在文德桥上，而他因为肚子疼所以没有去。桥上由于人太多把桥压塌了，砸死、淹死不少人。这一不幸事件沉重地压在茅以升心里。他暗下决心长大了一定要造出最结实的桥。从此，茅以升只要看到桥，不管它是石桥还是木桥，他总是从桥面到桥柱看个够。茅以升上学读书后，从书本上看到有关桥的文章、段落，就把它抄在本子上，遇到有关桥的图画就剪贴起来，时间长了，足足积攒了厚厚的几大本子。

### 【临危受命，创造历史】

钱塘江大桥开工于1934年。当时，浙赣铁路正在兴建，要与沪杭铁路衔接，需在钱塘江上架设一座大桥。钱塘江乃著名的险恶之江，水文地质条件极为复杂。其水势不仅受上游山洪暴发之影响，还受下游海潮涨落的约束，若遇台风袭击，江面常逞汹涌翻腾之势。江底的流沙厚达41米，变迁莫测，素有“钱塘江无底”之说。因此，民间有“钱塘江上架桥——办不到”的谚语，工程技术界也认为在钱塘江上架桥是一件十分困难的事情。

茅以升临危受命主持建造钱塘江大桥。他少年立志于桥梁事业，看到祖国江河上的钢铁大桥均为外国人所建，颇为痛心，决心为中国人争气，架设中国人自己的大桥。于是迎

---

难而上，慨然受命，自任桥工处处长，志在必得，要向全世界证明中国人是有能力建造现代化大桥的。

1937年，工程尚未结束，战火已烧到了钱塘江边。8月14日大桥工地遭到三架日军战机轰炸，此后的40多天里，建桥的工人们冒着敌人炸弹爆炸的尘烟，夜以继日地加速赶工。同年9月26日凌晨4点，第一列火车驶过了钱塘江。至此中国人自行设计和建造的第一座现代化大桥终于成功建成。打破了欧美国家垄断中国大型近代化桥梁设计和建造的局面在钱塘江上造桥办到了，而且是中国人自主办到了。

钱塘江大桥向全世界展示了中国科技工作者的聪明才智，展示了中华民族有自立于世界民族之林的能力。以茅以升先生为首的我国桥梁工程界的先驱在钱塘江大桥建设中所显示出的：伟大的爱国主义精神，敢为人先的科技创新精神，排除一切艰难险阻、勇往直前的奋斗精神，永远是鼓舞我们为祖国的繁荣富强不懈奋斗的宝贵精神财富。

#### 【炸桥挥泪断通途，不复原桥不丈夫】

可是抗战形势愈发天严峻。1937年11月16日下午，南京工兵学校的一位教官向茅以升出示了一份南京政府绝密文件，日军逼近杭州，杭州失守已成定局，为防止敌人过江，钱塘江大桥必须炸毁！面对抗战大局，茅以升默默地接受了必须炸桥的现实。1937年12月23日，日军开始攻打杭州，当天下午5时，随着一声巨响，这条1453米的卧江长龙被从六处截断。

这座建成历经924天通车仅89天的钱塘江大桥彻底中断，钱塘江自此又成天堑。炸断亲手建造的大桥，何等悲壮，可以想象茅以升内心承受了怎样的煎熬和痛楚。悲愤之中，茅以升写下八个字：“抗战必胜，此桥必复”。并赋诗一首：

斗地风云突变色，炸桥挥泪断通途；

五行缺火真来火，不复原桥不丈夫！

建桥到炸桥，始终贯穿着茅以升对祖国的一片赤诚之情。抗战胜利后，茅以升组织重修了大桥。1949年5月3日，汤恩伯部撤离杭州时，又炸坏了桥面一部分。新中国建立后，茅以升又一次修桥，使钱塘江大桥又重新通车。茅以升终于实现了当年的誓言！1975年，茅以升将钱塘江桥核心技术档案带回大桥所在地，捐赠给浙江省档案馆。茅以升说：“过去我为人民修建了钱塘江大桥，现在我又把大桥的全部资料献给国家，这才能说真正完成了国家和人民交给我的历史任务。”

钱塘江大桥，建成于抗日烽火之中，再生于和平建设之世。他不仅在中华民族抗击外来侵略者的斗争中书写了可歌可泣的一页，而且在国家经济建设中发挥了重要作用。他使沪杭与浙赣两条铁路相连接，使钱塘江两岸由天堑变通途。通车65年以来，为我国交通事业的发展与当地经济的繁荣建立了不朽的功勋。

## 五、文化人物

### 人物1：李子柒（被央视点赞的网红）

去年年底，一个叫“李子柒”的姑娘爆红海内外，还被央视点名表扬！作为一个“美食博主”，她所有的视频都是以中国传统美食文化为主线，围绕中国农家的衣食住行展开。她的每一个视频，播放量几乎都在500万以上。央视新闻这样评价她：“没有一个字夸中国好，但她讲好了中国文化，讲好了中国故事。”打开她的视频，不难发现，其实李子柒看上去只是个温柔、瘦弱的女子，总是穿着朴素的布衣，盘着优雅的发髻。但这个看似孱弱的女子却会养蚕、砍柴、酿醋、造土窑，精通各种传统美食制作和手工技艺……她如何练就的这一身本领？又凭什么能引起全世界的围观？

#### 【话题积累1. 直面磨难，才能赢得漂亮】

在成为网红前，李子柒是一条饱尝人间辛酸的“毛毛虫”。李子柒很小的时候，她的父母便离婚了，父亲早逝，继母待她很不好。爷爷奶奶看她过得太苦，实在不忍心，便把她从继母手中接过来抚养。所以李子柒从小便和爷爷奶奶相依为命，爷爷去世之后，奶奶就成了李子柒在这世上的至亲之人。

由于奶奶年事已高，难以供养她继续上学，14岁的她便辍学出去打工。如果不是奶奶病重，她也许就是千千万万普通打工妹的其中之一。

但为了自己生命中最重要的人，她选择立刻回家，并在弟弟的帮助下，开始拍摄视频。就这样，一个农村女孩在没有背景、没有团队的情况下，自己身兼编导、摄像、出演、剪辑多职，开始做起了自媒体的工作。

她从小缺乏父母的关爱，却也在生活的泥泞中养出了坚韧、要强的性格。

李子柒用自己的经历告诉我们，在成长的路上，难免经历磨难、挫折，但这些并不可怕，可怕的是你还没面对就已经选择了放弃。放弃太容易，可总有一天你会后悔。现在贪玩落下的功课，未来要花百倍的力气去弥补；现在荒废的时间，将来很可能再也无法追回。

#### 【话题积累2. 学无止境，才能改变命运】

也许有人会问，李子柒在农村生活，为什么却成了火遍全球的“宝藏女孩”？

答案是，她从未停止学习。八年的时间里，她学习了很多技能，包括视频拍摄、剪辑、后期等。她说，每一个镜头、每一场拍摄，自己都要一一调整，镜头只要稍微有一点瑕疵，她都要重拍好多遍甚至好几天；为了剪好一个视频，她常常一整天都把自己关在屋子里。

在视频中，她看起来无所不能：一个看似柔弱的女子，可以牵着牛耕地，也可以在田野间播种。她4月会酿枇杷酒，5月又能酿出樱桃酒，7月能做出七巧饼，8月能做出苏式鲜肉月饼。

---

如果遇到不会做的东西，她是怎么办的呢？

为了拍“活字印刷”，她专门花了小半年时间去学；为了拍好视频《兰州牛肉面》，她先在面馆里学了好几天牛肉面的各种制作工艺，然后带着这些方法回家苦练了一个多月，没事就揉一团面练习，每天练习到胳膊酸痛，直到能完整地拉出均匀的面条时，她才开始拍摄这期视频。

她一直在学习，而且是毫不含糊地学，学不会宁可不拍。没有人能凭天赋活一辈子，只有不断地学习，方能得到想要的生活。学习是每时每刻都要做的事，无关年龄，无论你现在是否需要它。如果贪恋安逸，过于放纵自己，养成了懒散的习惯，那么毁掉的只能是自己。

### 【话题积累3. 专注，精益求精】

从2016年开始拍短视频到现在，在最好的年华，李子柒一直专注做好一件事。她说，只想专注于自己的内容制作，做些有意义的事。

她拍摄视频的时间跨度往往拉得非常大，这样会接近事物的本质。

为了酿造传统黄豆酱油，她从种黄豆开始；为了做蛋黄酱，她从养小鸭子开始；为了给年迈的奶奶做一床蚕丝被过冬，她从养蚕开始，展现了手工蚕丝被制作全过程……

有一次冬天拍雪景的时候，李子柒一个人背着相机、三脚架、斗篷去爬海拔2000多米的雪山顶。手冻得没知觉了就放衣服里捂着，缓过来了接着拍。那几十秒的雪景，是她在雪山上冻了7、8个小时换来的。回到家后，她在高烧两天未退的情况下把视频发了出去。一年时间里，光是来回按相机拍摄键所走的路，就差不多有260公里。

看李子柒的视频，觉得她什么都会，从吃的到用的，甚至还会造纸、蜀绣、制墨这种几乎快要失传的技术。但这背后，是她精益求精的专注和从清晨到深夜不停歇的付出。在如今的网络时代，大量“网红”层出不穷，却往往只能昙花一现。而李子柒却能从其中脱颖而出！她的视频散发出一种从容不迫的力量，她自身的坚韧与专注也激励着越来越多的围观群众，甚至被许多同学写进作文里，成就出一篇篇好文章。

### 【话题积累4. 保持热爱生活的态度】

李子柒的作品不仅向人们展示了美好的田园风光和中华民族传统文化，更向外传递出一种积极向上和热爱生活的态度。

因为亲力亲为的劳动，一个20多岁的女孩子，双手粗糙不已。她一年大约要拍两万余条素材，来来回回按动摄像机开关4万次，为了取材，她会坐上高铁，从祖国的西南一直穿梭到东北。

出现在李子柒视频里的每一道美食、每一个场景，仿佛都在讲述生活的酸甜苦辣，又在不经意间，让观众体会到勤劳、勇敢、友爱、自强、爱护自然等理念，静水深流、沁人心脾。

---

罗曼·罗兰曾说：“世上只有一种英雄主义，那就是在认清生活的真相之后依然热爱生活。”即使生活再坎坷、再黑暗，李子柒也没有颓废，她知晓生活的真相，在苦难的生活里拼出了积极和乐观。

### 【话题积累5. 讲好中国故事需要更多的李子柒】

李子柒用她的视频，让很多只存留在中国人记忆中的非物质文化遗产，生动呈现在人们面前。我们需要对传统文化进行创新性继承，李子柒做的正是这样的事。

李子柒的视频，没有过多高深讲解，只是通过中国式衣食住行，体现生活之美好和中国传统文化之精致。正因如此，她的作品能跨越地域、超越语言，引发外国观众广泛共鸣。外国网友评论说：“这简直像是在看国家地理+迪士尼+厨神当道。”“她正在教我们认识我们所不了解的中国。”有外国网友看了她的视频后表示，很想去中国看看。

随着中国经济愈加发展，世界各地民众对中国文化的兴趣愈加高涨。以生动的形式呈现优秀的文化，以真实的情感打通各国民众共通的心灵，是最好的对外传播文化的方式。向世界有效地呈现中国文化之美，我们需要更多的李子柒。

## 人物2：单霁翔与故宫（原故宫博物院院长）

2019年4月8日，故宫博物院院长单霁翔正式退休，敦煌研究院院长王旭东接任。

“故宫很具体，走遍9000多座房屋，1200多座建筑，每天沿着宫墙走一圈，踩破20双布鞋。”

董卿形容这位63岁的院长：“终日奔波苦，一刻不得闲。”

2020年是紫禁城600岁的生日，单霁翔希望能“把壮美的紫禁城完整地交给下一个600年”。

### 【话题积累1. 勤于行走的“看门人”】

作为故宫博物院第六任院长，单霁翔被外界尊称为故宫“掌门人”，但他却把自己定位为故宫的“看门人”，“我把这里当家，有感情。”

单霁翔上任后的第一件事，就是把这个家里里外外都走了一遍。这件事说起来轻巧，但其实是一个大工程。在秘书周高亮的记忆中，他每天进宫后就是和院长汇合，俩人从神武门西边院长办公室出发，向西沿着紫禁城红墙绕一圈。“院长走路很快，我有时跟着都得小跑，我跟着他一间房一间房的看，他在前面看，我就在后面拍照记录”，每天4公里的巡查让原本胖胖的秘书跟在院长身后生生练成了一个脚下生风的瘦子。

---

单霁翔还曾调侃道：“近600年来，走遍了紫禁城所有房子的人只有两个，一个是我，一个是我的秘书。”故宫的每一间房屋、每一个角落都留下了单霁翔的脚印，只要是不出差的日子，他都会在故宫里行走。就这样，在行走了5个月后，单霁翔终于摸清了这座世界规模最大的古代宫殿建筑群的具体情况，也走坏了二十多双布鞋。

传说故宫的古代建筑数量是九千九百九十九间半，但是经过他的实地考察，他统计出故宫的建筑数量实际是9371间。其中紫禁城内8728间，紫禁城外端门、大高玄殿、御史衙门等处643间。当谈到故宫文物的数量时，他也能毫不犹豫地脱口而出——1807558件（现已更新为1862690件），凡是有关于故宫的数字，他都刻在了脑海里，从百万精确到个位数。

从他的话语中，便能轻易地看到他故宫的深厚感情。小到故宫的一把锁，大到文物字画、宫殿楼阁，他都能如数家珍，一一道来。

### 【话题积累2. 一个烟头、一根野草、一块墙皮都要管】

弯腰俯身，是单霁翔经常做的一个动作。为了维护故宫的环境，他总是亲力亲为，只要看到垃圾和烟头，他就都要捡起来。只2013年一年，他就从开放区域内捡起了1000多个烟头。

故宫作为世界上最大的木质结构建筑群，防火是第一要务。所以单霁翔让“宫里”开展起了一场浩浩荡荡的禁烟运动，从“宫里人”到游客都要禁烟。就这样，烟头少了，火灾隐患也减轻了不少。

所以单霁翔每一个细节都不能放过，也由于事必躬亲，他常常把自己弄得腰酸腿痛。但是他说：“把一件件小事做好了，就会看到大变化。”这座恢弘的宫殿，也在他的呵护下，一点点变得更好。

### 【话题积累3. 还故宫文化一个尊严】

比起响亮的名号，单霁翔更看重的是故宫作为世界五大博物馆之一所要履行的文化传承职责。在最开始，故宫只对外开放30%。但这远远达不到“一个真正的博物馆”的标准。

“你的馆舍宏达，可是70%不开放；你说藏品丰富，可是99%都看不到；你说观众数量庞大，可是绝大多数都目不斜视从前门走到后门”，在单霁翔看来，故宫文化对人民的影响力和传播度还远远不够。

于是，他下定决心，不断修缮、开放故宫。2016年，故宫的开放面积已经达到76%，2025年将增至85.02%。

### 【话题积累4. 传承还是要靠年轻人】

单霁翔始终明白，故宫文化传承的担子最终还是要落在年轻人身上。所以近几年，人们渐渐发现原来高高在上的紫禁城不但渐渐变得更接地气了，而且还有点萌。在当“看门

---

人”的这些年，他一直致力于挖掘能够吸引到年轻人的文化传承项目。

一部网红纪录片《我在故宫修文物》，让我们了解到了什么是匠心独运和巧夺天工。也让我们知道了，在这些雄伟大殿的背后，有那么一群默默付出的人，用自己的双手和热忱，守护着这些文化瑰宝。

除此之外，他为故宫打造的超过9000种文创产品也受到了年轻人的追捧。故宫的绘画作品不再是挂在展览馆中展出的冷冰冰文物，观众不再需要透过玻璃去了解它们。威仪的皇帝、嫔妃纷纷卖起了萌，搞怪逗趣的形象拉近了与年轻人之间的距离。

谈到开发文创产品的初衷与归宿，单霁翔说：“文创不是一般的商品，其研发、制作既要有创新精神，还要有‘工匠精神’，要让文创产品‘带着博物馆的尊严进入市场’。”单霁翔强调的这一理念，贯穿故宫文创设计、推广始末。他的这一创新型的举措，让故宫的形象变得更加有血有肉。他将那些对故宫文化不了解、不感兴趣的人也拉了进来，让他们成为了中国文化的“脑残粉”。

当“朕就是这样的汉子”的雍正皇帝收获了一批批新粉丝，螞拜的头像被做成表情包时，故宫文化在年轻人的心目中开始发酵，它在被更多人深入了解的同时也闯出了一片新天地。

### 人物3：樊锦诗（“敦煌女儿”，文物有效保护的探索者）

樊锦诗，女，汉族，80岁，现任敦煌研究院名誉院长。

1963年7月，刚刚大学毕业的樊锦诗怀着保护祖国优秀传统文化的梦想，千里迢迢来到了戈壁大漠深处的敦煌莫高窟，一待就是半个多世纪。55年来，樊锦诗扎根大漠，把自己的生命与敦煌融为一体，被誉为“敦煌女儿”。

樊锦诗为敦煌石窟保护、研究、弘扬事业做出了突出贡献。她注重加强文物保护，积极推动《甘肃敦煌莫高窟保护条例》和《敦煌莫高窟保护总体规划（2006-2025）》的颁布实施，使敦煌石窟走上科学保护之路；最早提出“数字敦煌”，策划实施了敦煌莫高窟史上规模最大的综合性保护工程——“敦煌莫高窟保护利用工程”；积极谋求敦煌石窟的国际交流合作，开了我国文物保护领域国际合作的先河；极力倡导并积极推动敦煌文化的普及工作，在国内外多次成功地筹办了敦煌艺术展览，取得了良好的社会效益和经济效益；注重培养和造就人才，为敦煌石窟文物事业科学发展奠定了坚实的基础；积极探索解决保护文物和开放利用的矛盾，提升了敦煌石窟科学保护和管理的现代化水平，被誉为“我国文物有效保护、合理利用和精心管理的典范”。

80岁的樊锦诗作为敦煌研究院名誉院长，退休不退岗、退休不褪色，是坚守大漠、甘于奉献、勇于担当、开拓进取的“莫高精神”的倡导者和模范践行者。2018年12月，樊锦诗同志被中共中央和国务院授予改革先锋荣誉称号。

---

#### 人物 4：董卿（中国中央电视台节目主持人）

2019年9月1日，撒贝宁和董卿主持的《开学第一课》已经上线，45岁的董卿以气质好又上了热搜。

回顾董卿的主持生涯，从1994年开始，目前已有20多个年头。

这两年来，董卿频频上热搜，不是说气质佳，就是说她有修养。

9月1日，撒贝宁和董卿主持的《开学第一课》上，董卿端庄优雅的形象，很好的诠释了落落大方的气质。

已经45岁的她，能在台上保持着从容淡定，岁月静好，气质大方的模样，是多少人艳羡的女子。

她的主持功底，她的不卑不亢，好似她天生就是为主持舞台而生。

记得2017年一档节目中，她在平时录制节目的语速、用词、沟通等都是用优雅流畅的自然语速进行的。

但是有一次，她采访了一位中国翻译界的泰斗级人物的许渊冲老先生，由于老先生90多岁高龄，只能坐在椅子上与观众见面。

她在采访老先生的时候，她单膝跪地、用缓慢清晰、甚至一字一顿的语速来与其沟通，是为了老先生能把问题听清楚。在老先生回答问题的时候，她也会保持着附耳倾听的姿态，并且始终与老先生平视或仰视的角度来进行这场对话的。

这一幕，引起了不少网友的热议。

有的说她修养好，专业素质高，也有部分负评的。

但其实，这不是董卿第一次跪地的采访，之前有许多次采访中，她在面对老人、小孩、残疾人士的时候，她也是采取这样的方式跟对方沟通。

细节之处可见人品，她的举动，不是作秀或是客套，这反而侧面看出了她的礼貌和职业素养。

能够在尊重和体谅别人的同时，且不委屈自己的情况下，让人感到足够的尊重，不会让人产生压力感，一场平等级别的对话，足以让人感到愉悦和舒服。

情商高的人，对话的时候，会使人没有压迫，主持的时候，会令人感到舒服；情商高的人，教养不会差。

董卿算得上是央视“一姐”了，看她的主持，会被她的情绪给感染。她悲伤的时候，你会跟着悲伤；她感动的时候，你会跟着莫名的感动；她主持的情绪会带动着你的情绪，她是一位非常有感染力的主持人。

董卿在一次采访中说道：“我一直保持，每天睡觉之前一个小时的阅读，这个是几乎雷打不动的”对于我们来说，每天看1个小时的书，真的不难，但是做到能坚持的，又有几个呢。这是何等的坚持，才能在台上出口成章。

---

董卿在节目中，有信手拈来的语句词，能在对方说出的诗词中，从容淡定的接上，这是积累了多少的知识，才能如此。

从某种意义上来看，世间一切，都是遇见。就像，冷遇见暖，就有了雨；春遇见冬，有了岁月；天遇见地，有了永恒；人遇见人，有了生命。——董卿《朗读者》

你的气质，来自于你走过的路，读过的书。——董卿

她温柔文静、从容大方，脸上带着微笑，如春风化雨般，令人愉悦。

她独立却不强势，温柔却不脆弱，谦卑而有分寸，言辞谈吐中，她的修养和底蕴，可见非同一般。

苏轼有诗：粗缯大布裹生涯，腹有诗书气自华。“腹有诗书气自华”大概就是形容她这样的一位女子了吧。

好看的皮囊千篇一律，有趣的灵魂万里挑一。

读书是为了对话高贵的灵魂，也是为了遇见更好的自己。

## 人物5：武亦姝（“天才少女”，《中国诗词大会》第二季总冠军）

高考成绩放榜时，两年前持续霸屏的国民才女武亦姝，再一次被推上热搜。

武亦姝的高考成绩是613分（上海高考满分660分），被清华大学理科试验班新雅书院录取。

2017年初（那一年，她16岁），武亦姝登上《中国诗词大会》舞台，以2000首诗词的储备量横扫百人团，三战三捷。一举夺冠后，无数网友迅速被她深厚的文化底蕴和优雅的谈吐实力圈粉。

尤其是在争夺攻擂资格的“飞花令”环节。当期的飞花令主题字是“月”，她和博士姐姐以“月”字吟诗，在被主持人提醒所说诗句重复后，全场氛围紧张到了临界点。她却从容淡定，吟出《诗经·七月》里的那句“七月在野，八月在宇，九月在户，十月蟋蟀入我床下。”引得评委拍案叫绝。

有人评价她：相貌不在才华之下，她却双双夺胜于人间。有才情，有气度，“生女当如武亦姝”成了这一届家长的口头禅。

获奖之后的这一波走红，各路代言和娱乐公司纷纷上门，打着“天才少女”的名号想要签约武亦姝。然而武亦姝的妈妈却说：“天才是不存在的。任何一个优秀的孩子，都不是横空出世的奇迹，而是有迹可寻的因果。它的因，在家庭。它的根，在父母。”

武亦姝的妈妈，是小学美术教师，爸爸在科研机构工作。2001年5月，武亦姝降生在这么一个普通的知识分子家庭。作为家中独女，武亦姝刚进幼儿园，父母就为她专门定制了一套“家教方针”——要增加女儿的知识储备，不能让她输在起跑线上。然而小时候的

---

武亦姝很顽劣，调皮捣蛋，不光不愿意学习，连幼儿园布置的作业也草草了事，是老师眼里的“差生”。于是，武亦姝的父母带着她去拜访一位朋友。朋友家的小孩非常爱读书，涉猎广泛，连工具书都能看得津津有味。夫妻俩问孩子是怎么培养的，结果朋友给出的答案出人意料：根本没有培养过。孩子的父亲是学者，母亲是作家，家中藏书众多。客厅、书房、卧室、儿童房、卫生间，随处可见孩子父亲喜欢的历史哲学宗教，母亲热爱的社科文学艺术，孩子痴迷的绘本寓言童话。只要你想读，随手就能拿到自己喜欢的读物。闲来无事，全家人就聚在一起读书，相互讨论，共同提高。这番谈话给武亦姝的妈妈触动很大。成人心中有馨香，才能对儿童形成宜人的熏陶。

回家后，武爸武妈首先拿自己“开刀”。棋牌室不去了，开始啃《二十四史》和《山海经》；手机不玩了，开始带着小亦姝一起角色扮演名著情节，改编故事结局。家里频率出现最高的游戏是“诗词接龙”，谁输了谁就做家务。从幼儿园到读高中，武亦姝从未远离过诗词。如此数年，小时候顽皮厌学的亦姝，蜕变成了知礼尚学的高中生。写得一手好字，吟得一首好诗，武亦姝成了名副其实的诗词才女。

宋庆龄曾说：孩子们的性格和才能，归根结底是受到家庭、父母的影响。

孩子们长大成人以后，社会成了锻炼他们的环境，学校对年轻人的发展也起着重要的作用，但是在一个人的身上留下不可磨灭的印记的，却是家庭。父母如果以身作则，孩子自然会不断向父母靠近，无需每天耳提面命。

就像武亦姝妈妈说的：“真正的教育，其实就是拼爹妈。但教育语境下的拼爹，不是官二代、富二代的寄生和遗传，而是比拼父母的观念，以及生活方式、思维方式、处世方式。”

## 人物6：雷海为（外卖小哥，《中国诗词大会》第三季冠军）

外卖小哥与诗词达人，看似不搭界的两张标签，意外地集于一身。2018年，外卖小哥雷海为一路披荆斩棘，力克北大才子，获得《中国诗词大会》第三季总冠军。他的对手这样评价他：这才是真正的高手，就像《天龙八部》里的扫地僧。

其实，雷海为最喜欢的武侠人物是令狐冲。十几年前，因为看了金庸的《侠客行》，“赵客缟胡纆，吴钩霜雪明”，把他领进古代文学的江湖。为了感受古人的情感和意境，为了让波澜不惊的生活不再乏味，雷海为在工作之余不断读诗、背诗。打工持续了多少年，诗词就陪伴了他多少年。决赛播出的当天他依然穿梭于杭州的巷陌之中，诗词似乎没能改变他的生活和命运，那么诗词之于雷海为有什么用呢？

由诗词，与千古圣贤神交。与友人告别，李太白“挥手自兹去，萧萧班马鸣”的深情浮现眼前；曲终人散，更能理解杜工部观剑舞毕“老夫不知其所往，足茧荒山转愁疾”的人生况味。在类似的场景想起相关的诗句，与作者的心律产生共鸣，在时移世易中理解历史、

---

理解生命。

由诗词，让生活节奏沉静。答题沉着，泰然自若，雷海为给很多观众留下了这样的印象。十几年里，他做过电话销售、马路推销、服务员、洗车工，也辗转了几座城市，在变动不居的生活中，诗词是唯一的不变。“腹有诗书气自华”，面对日晒雨淋、川行不息，仍能保持一份淡定和宁静，于无声处听惊雷，于无色处见繁花，是诗词给他带来的不凡。

由诗词，坚定前行的脚步。华翰辞章，并不应该变成“躲在小楼成一统”的避世寄托。当雷海为在书店里默默背诗，当他利用送餐间隔的碎片时间读书，当他承受着生活的奔波与辛苦，他没有自怨自艾，也没有迁怒贰过，赛场上那句“千淘万漉虽辛苦，吹尽狂沙始到金”，成了他自信人生的定场诗。正如主持人董卿所说：他是一位生活的强者。

真正的诗意，不应该只是赌书泼茶、莳花弄草般的闲情逸致，不应该只是夜深人静点上香薰、聆听音乐的优雅轻奢，相反，纵使困顿，也不忘内心的纯洁高贵，才是真正的诗意。其实，当我们问诗词之“用”时，就已经陷入了功利的计较。左宗棠平生爱看“无用书”，下“无用功”，这些“无用”的种子，或许有一天会开成有“大用”的花。古人说，“功夫在诗外”，意思是学习作诗，要关心诗外的天地；而今天，我们也可以说，“功夫在事外”，莫让眼前的苟且捆绑住视野。

吟诗作对不分职业，对美的欣赏更没有畛域。往次诗词大会，学霸型选手各领风骚，而在本次大会中，基层文艺工作者陈珺如、带犬民警夏鸿鹏等非科班出身的选手大放异彩，让这些栏目的意义更加深刻。如果说网红诗人余秀华和罗江诗歌节的农民诗社展示了普通人写诗抒怀的冲动，那么雷海为、夏鸿鹏则代表了诵诗修心的努力。对诗歌的偏好、对美的评判因人而异，但对美的追求确是人同此心。所以，诗词不应是少数学界精英的专利，更不是博物馆里的展品，只有每个普通人口口相传，才能让“地气”激活“文气”，让“文气”凝聚“人气”。

## 六、生态素材

### 话题 1：浙江建成全国首个生态省

日前，浙江正式通过生态环境部组织的国家生态省建设试点验收。至此，从2003年开始创建，16年坚持不懈、一以贯之，到2019年验收通过，浙江建成了全国首个生态省。

生态省评估报告认为，浙江的生态环境治理和保护处于国际先进水平，其中绿色发展综合得分、城乡均衡发展水平都是全国第一，浙江已在全国率先步入了生态文明建设的快车道，生态文明制度创新和改革深化引领全国，率先探索出一条经济转型升级、资源高效利用、环境持续改善、城乡均衡和谐的绿色高质量发展之路。

2002年底，浙江提出生态省建设战略，2003年，创建生态省成为“八八战略”的重要组成部分。2005年，时任浙江省委书记的习近平在安吉县余村村提出了“绿水青山就是金山银山”的理念。十多年来，浙江不断探索生态省建设推进路径，从“千村示范、万村整治”工程到全国首个跨省生态补偿机制，从“河长制”到全面剿灭劣五类水，再到排污权有偿交易和使用……一系列可复制、可推广的实践，为全国探索绿色发展之路提供了“浙江经验”。

如今，绿色已成为浙江发展最动人、最靓丽的色彩。评估报告显示，十多年来，浙江绘出了两条抢眼的发展曲线：一条是金线，浙江GDP从2002年的8003.67亿元增长到2018年的56197.2亿元，增长了7倍多；一条是绿线，同期，浙江万元GDP能耗、水耗分别下降61.3%、88.1%。在国家生态省建设的16项指标中，浙江的城镇居民人均可支配收入、农民年人均纯收入、环保产业比重等指标远超标准。

据介绍，接下来，浙江将把建成生态省作为新起点，目前正着手编制新时代美丽浙江建设规划纲要，这是生态省建设的“升级版”，也将是向世界展示中国生态文明建设的“重要窗口”。

### 话题 2：浙江蚂蚁森林获得 2019 联合国“地球卫士奖”

众望所归。2019年9月27日，联合国将环境领域最高奖“地球卫士奖”，颁给了支付宝蚂蚁森林。这是中国连续第三年获得同一殊荣，是浙江省继去年“千村示范、万村整治”工程之后再次获颁联合国“地球卫士奖”。省委、省政府为此向蚂蚁金服集团发出贺信，赞扬他们“用实际行动，向世界展示了中国企业对全球生态环境保护的关怀与担当”。

中国三获大奖，浙江连占两席。一席颁给了政府，一席颁给了企业，实现了“双满贯”。这并非奖项的偶然青睐，而是在浙江这片“绿水青山就是金山银山”理论的发源地，政府与企业都在践行绿色发展理念，都在向世界贡献成功的中国方案。同样令人感慨的是，去

---

年代表登领奖台的是一位 53 岁的浙江村支书，今年代表领奖的是一位 90 后浙江小伙子。表明绿色事业与理念，已经根植世代。生态环境保护，已在全民担当。

2016年8月，支付宝推出蚂蚁森林。用户通过绿色出行、减纸减塑、在线办事等低碳行为积攒绿色能量，用来在手机里养大一棵棵树。每养成一棵树，蚂蚁森林和公益伙伴就会在荒漠化地区种下一棵真树，以培养和激励用户的低碳环保行为。截至今年8月，5亿蚂蚁森林用户累计碳减排792万吨，种下1.22亿棵真树，总面积相当于1.5个新加坡。蚂蚁金服董事长兼CEO井贤栋表示：“支付宝一直致力于用科技和创新推动全球普惠、绿色、可持续发展。过去3年我们影响了5亿人。未来3年，蚂蚁森林的目标是带动全球10亿人参与低碳行动。”

浙江两获联合国“地球卫士奖”殊荣，“千万工程”经历了长达15年的久久为功，“蚂蚁森林”经过了3年时间的科技赋能。两个不同的版本，两种不同样的方案，但无论是发动参与的广泛性，还是组织推进的创新性、改变环境的可持续性和有效性，都是同样的，都推动了生态文明建设，都改变了生存环境，都得到了国际社会的高度赞誉。联合国将最高殊荣连续颁给浙江，是众望所归，也是实至名归。

### 话题 3：浙江千万工程获得 2018 联合国“地球卫士奖”

山水浙江，如诗如画，全省3万多个村庄散落在这秀美风光中。丽水市莲都区古堰画乡，江碧山青，翠柳画桥，古街悠长，多所艺术学院在此建立写生基地；绍兴市新昌县镜岭镇外婆坑村，11个少数民族生活在此，被称为“江南民族第一村”；台州市黄岩区宁溪镇乌岩头村，群山相拥，云遮雾绕，成为旅游爱好者心中的热门目的地……

这份美丽得到了国际赞誉。北京时间2018年9月27日，中国浙江省“千村示范、万村整治”工程荣获联合国最高环保荣誉——“地球卫士奖”，标志着“千万工程”从中国农村走向世界。

这份美丽源于2003年。当时的浙江，经济发展迅速，但面临“成长的烦恼”：城乡发展不平衡，农村环境脏乱差，群众生活质量没有得到相应提升。时任浙江省委书记习近平同志深入调研、亲自擘画，浙江省委作出实施“千村示范、万村整治”的战略决策——从全省选择1万个左右的行政村进行全面整治，把其中1000个左右的中心村建成全面小康示范村。

一任接着一任干，浙江久久为功，15年推进“千万工程”不断深化。整治范围不断延伸，从最初引领示范的1万个村庄，推广到全省2.7万个村庄，村庄整治率达到98%。整治内容不断拓展，从道路硬化、垃圾处理、卫生改厕扩展到生活污水处理、面源污染整治、农房改造，形成农村人居环境和生态环境同步建设格局。整治内涵不断提升，从环境整治扩展到发展绿色产业、移风易俗，让村美人更美。

**天蓝水清，环境质量稳中向好。**2014年以来，浙江实施农村生活污水治理3年攻坚行动，510万户农户生活污水实现截污纳管，90%建制村、74%农户的生活污水得到有效治理。全面推开农村劣V类水剿灭战，目前全省劣V类水质断面全部消除，劣V类小微水体基本消除。今年1月至6月，设区城市PM2.5浓度39微克/立方米，空气质量优良天数比例82.2%。

**垃圾有去处，违建被清除，美丽乡村在升级。**全面推行农村生活垃圾集中收集处理，实现垃圾“分好类”“扔进桶”，实现农村生活垃圾集中收集有效处理体系建制村全覆盖。毫不手软清除农村违法建筑，做到新增违法建筑零增长，全省共创成无违建县（市、区）6个、基本无违建县（市、区）27个。积极开展“赤膊墙”整治，建设具有乡土气息、江南味道的“浙派民居”。

**告别“小散乱”，拥抱“绿富美”，农业新产业涌现。**践行绿水青山就是金山银山的理念，从“种种砍砍”变为“走走看看”，乡村旅游、农村电商等新产业新业态发展态势良好。2017年，全省农家乐接待游客3.4亿人次，营业收入353.8亿元；农产品网络销售额506.2亿元，增长27.8%。

**守护乡愁乡韵，培育淳朴民风，富了口袋也富脑袋。**开展乡风评议和新乡贤活动，全省建成农村文化礼堂10966家。建立2559个古村落项目库，先后开展6批259个重点村、1284个一般村的保护利用，一大批濒临消亡的古村落重放光彩。

**“千万工程”在浙江落地生根，深刻改变乡村面貌，实现经济发展和环境保护的协调推进。**浙江的农业变强、农村变美、农民变富，“千万工程”累计让3000万人口受益。

#### 话题4：塞罕坝精神

塞罕坝位于河北省最北部的围场县境内，塞罕坝是蒙汉合璧语，意为“美丽的高岭”。历史上，这里地域广袤，树木参天，辽金时期被称为“千里松林”。清朝后期由于国力衰退，日本侵略者掠夺性的采伐、连年不断的山火和日益增多的农牧活动，使这里的树木被采伐殆尽，大片的森林荡然无存。到新中国成立前夕，塞罕坝由“林苍苍，树茫茫，风吹草低见牛羊”的皇家猎苑蜕变成了“天苍苍，野茫茫，风吹沙起好荒凉”的沙地荒原。20世纪50年代，沙尘暴频袭北京。专家断言，如不加治理，不出50年，漠北风沙将兵临北京城下。为阻断京津沙源，涵养水源，国家林业部决定在围场塞罕坝建大型机械林场。**52年来**，塞罕坝林场三代人以改善生态、造福京津为己任，在渺无人烟的荒原绝塞上，**创造了世界上最大人工林海的人间奇迹**，为京津冀及华北地区改善生态环境作出了巨大贡献，涌现出了一大批可歌可泣的先进模范人物和感人事迹，也锤炼出被称为“时代之旗”的塞罕坝精神。

我们都知道，“**愚公精神**”之所以能够升腾为生生不息的中华民族精神，正是因为“子子孙孙无穷匮也，而山不加增，何苦而不平”的矢志不移。经过55年艰苦卓绝的奋斗，从茫茫荒原到葱葱林海，第一代塞罕坝人已经把“塞罕坝精神”的火炬传给第二代塞罕坝人，

---

现在又传到第三代塞罕坝人手中。历经 55 年，三代人，这颗“种子”伴随着“一棵树”，也长成了“一片海”，升华成“艰苦创业、科学求实、无私奉献、开拓创新、爱岗敬业”的“塞罕坝精神”。其内核就在于，身处艰苦环境而不忘初心。

### 话题 5：右玉精神

右玉县位于晋西北地区，毗邻毛乌素沙漠，新中国成立前森林覆盖率不到 0.3%，生态环境极其恶劣，60 多年过去了，右玉县坚持“换领导不换蓝图，换班子不换干劲”，“一任连着一任干，一棵接着一棵栽”，通过20 任县委书记的绿色接力，森林覆盖率提高到 54% 以上，高出全国水平 30 多个百分点，使昔日的“不毛之地”变成了今日的“塞上绿洲”。

在右玉，曾经“栽活一棵树，比养活一个娃还难。”然而右玉人民以“敢叫日月换新天”的豪情与斗志，创造了气壮山河的绿色奇迹。使得这个“不适合人类生存的地方”变成了联合国认定的“最佳宜居生态县”。右玉人民创造了改善生态环境的奇迹，“右玉精神”的本质是一种敢于坚持、善于坚持的精神，这种坚持体现在三个方面：敢与自然掰腕子的狠劲；咬定青山不放松的犟劲；愚公移山认死理的傻劲。

---

## 第七部分 名言警句系列

1. 有人说：“万物皆有裂痕，那是光照进来的地方。”新事物诞生时难言完美，拥抱“裂痕”，变痛点为亮点，才能赢得成功和进步。

2. 创新可分为两类：一是“从0到1”，一是“从1到1个亿”。前者是原发性创新，属于垂直进步；后者是推陈出新式创新，属于水平进步。过程中充满“裂痕”，往往是“从0到1”的显著特征。宁要“有缺陷的突破”，不要“平庸的完美”，创新之光才会照亮一处处“裂痕”。

3. “大成若缺，其用不弊。大盈若冲，其用不穷。”意思是最完满的东西，好似有残缺一样，但它的作用永远不会衰竭；最充盈的东西，好似是空虚一样，但是它的作用是不会穷尽的。

4. 老百姓常说，千忙万忙，不抓落实就是瞎忙；千招万招，不抓落实就是虚招；千条万条，不抓落实就是白条。

5. 树高千尺，根深在沃土。

6. 领导干部只有坚持眼睛向下看、身子往下沉，深入基层、深入群众，关注终端、接触末梢，才能成竹在胸，才有可能成为抓落实的行家里手。

7. 长安何处在，只在马蹄下。梦想不会自动变为现实，初心只能用行动去体现。大有可为的时代呼唤大有作为的人。只有真刀真枪推进改革、踏踏实实干好工作，才能不负这个伟大的时代。

8. 天下之难持者莫如心，天下之易染者莫如欲。

**【解读】**出自宋代著名理学家朱熹《孟子精义》中的吕希哲语录。意思是说，**天下最难把持的是人的内心，天下最容易受到沾染的是人的欲望。**2020年1月8日，在“不忘初心、牢记使命”主题教育总结大会上，习近平总书记引用这句古语，旨在强调不忘初心、牢记使命，必须以正视问题的勇气和刀刃向内的自觉不断推进党的自我革命。他还借明代心学大师王阳明的“破山中贼易，破心中贼难”指出，“一旦有了‘心中贼’，自我革命意志就会衰退，就会违背初心、忘记使命，就会突破纪律底线甚至违法犯罪”，以此告诫全党同志，初心易得，始终难守。

---

9. 哲人说：“顺境的美德是节制，逆境的美德是坚韧。”

10. 人生道路上，总会有这样那样的诱惑，拉着你偏离轨道。总会有这样那样的挑战，阻挠你前进的脚步。

11. 涵养“不畏浮云遮望眼”的睿智，保持“永远在路上”的心态，鼓足“一锤接着一锤敲”的干劲。

12. 法与时转则治。

**【解读】**作为法家集大成者，韩非子敏锐地觉察到，由于战国末期的社会急剧变化，原有的法律制度已无法适应新的形势，必须随着时代及社会需要作出相应调整。他用“守株待兔”抨击复古倒退，借“郑人买履”讽刺墨守成规，从而得出了“法与时转则治，治与世宜则有功”的变古历史观，指出法律顺应时代发展变化才能使社会得到治理，治理方式适用于当下才能收到实际效果。2020年5月28日，十三届全国人大三次会议表决通过了《中华人民共和国民法典》，这是新中国成立以来第一部以“法典”命名的法律，是新时代我国社会主义法治建设的重大成果。对此，习近平总书记以见叶知秋的敏锐指出，随着经济社会不断发展、经济社会生活中各种利益关系不断变化，民法典在实施过程中必然会遇到一些新情况新问题。他借“法与时转则治”这句古语，指出民事立法要坚持问题导向，与时俱进，在新的实践基础上推动民法典不断完善和发展。

13. 富有之谓大业，日新之谓盛德。

**【解读】**“盛德大业”是《周易》提出的圣人标准。何谓“盛德”？何谓“大业”？《周易》认为“富有之谓大业，日新之谓盛德”，意思是广泛创造物质财富和精神财富叫作弘大功业，持续永远的日日增新叫作盛美德行。2020年7月21日，习近平总书记主持召开企业家座谈会，强调激发市场主体活力弘扬企业家精神，推动企业发挥更大实现更大发展。在谈到创新精神时，他用“富有之谓大业，日新之谓盛德”勉励大家，指出企业家创新活动是推动企业创新发展的关键，提出大疫当前，百业艰难，但危中有机，唯创新者胜。他鼓励企业家勇于创新，在困境中实现凤凰涅槃、浴火重生。

14. 其作始也简，其将毕也必巨。

**【解读】**“其作始也简，其将毕也必巨”语出《庄子·内篇·人间世》，现引申为具有远大前程的事业，在初创之时都微不足道，等到将要完成的时候必定艰巨。脱贫攻坚是一场必须打赢打好的硬仗。2020年3月6日，在决战决胜脱贫攻坚座谈会上，习近平总书记引用此典意在强调，脱贫攻坚越到最后时刻越要响鼓重锤，决不能搞急功近利、虚假政绩的东

---

西。因此越到紧要关头，越要坚定必胜的信心，越要有一鼓作气的决心，尽锐出战，迎难而上，真抓实干、精准施策，确保脱贫攻坚任务如期完成。

15. 从建党时只有 50 多名党员的政党，到如今成为拥有 9000 多万党员的世界第一大党，从八角楼里的星星之火到照耀中国大地的燎原之势，从嘉兴南湖上的小小红船到承载着中华民族伟大复兴中国梦的时代巨轮……中国共产党 100 年波澜壮阔的奋斗历程正是对由“简”至“巨”的生动写照，彰显出蓬勃旺盛的生命力。

16. 民亦劳止，汔可小康。

**【解读】意思是老百姓劳苦之后，也该稍稍得到安乐了。**2020 年春节团拜会上，习近平总书记宣示亿万中国人民所思所盼：“新的一年，我们要决胜全面建成小康社会、决战脱贫攻坚，实现第一个百年奋斗目标，中华民族千百年来‘民亦劳止，汔可小康’的憧憬将变为现实。这在实现中华民族伟大复兴的历史进程中具有里程碑意义。”

17. 即便一再强调技术中立，但这样明显违规、违法、导向恶劣的视频能够一而再再而三地通过审核，并以算法推荐登上热门，平台不容推责。正如快手 CEO 所言：“算法的背后是人，**算法的价值观就是人的价值观**，算法的缺陷是价值观上的缺陷。”

18. 领导干部既要做让老百姓看得见、摸得着、得实惠的实事，也要做为后人作铺垫、打基础、利长远的好事，既要做显功，也要做潜功，不计较个人功名，**追求人民群众的好口碑、历史沉淀之后真正的评价。但是，显功不是花拳绣腿的虚功，不是眼花缭乱的数字游戏，更不是劳民伤财的“形象工程”“政绩工程”，而是经得起实践、人民、历史检验的实事、实绩。**

19. 于天下同利者，天下持之；擅天下之利者，天下谋之。

**【解读】“利民”是管子民本思想的重要内容。**管子认为“得人之道，莫如利之”，倡导“以天下之财，利天下之人”。他从人的自然本性加以阐述，“凡人者，莫不欲利而恶害”。因此，“与天下同利者，天下持之；擅天下之利者，天下谋之。”**意思是，与天下人同利的，天下人就拥护他；独占天下人利益的，天下人就图谋他。**2020 年 5 月 22 日，习近平总书记参加十三届全国人大三次会议内蒙古代表团审议，在论及坚持人民至上时，引用了“与天下同利者，天下持之；擅天下之利者，天下谋之”这句古语，强调我们党没有自己特殊的利益，党在任何时候都把群众利益放在第一位。他以疫情防控中我们党始终把人民生命安全和身体健康放在第一位为例，说明坚持以人民为中心的根本立场，是中国共产党始终得到人民信赖和拥护的根本原因，也是这个百年大党带领亿万人民不断创造新奇迹的成功秘诀。

---

20. **广大青年既是追梦者，也是圆梦人。**时代改变着青年的生活，青年也在定义着时代的未来，只要志存高远、脚踏实地，时代的弄潮儿便有机会在实现中国梦的生动实践中激扬青春、放飞梦想。“**青年兴则国家兴，青年强则国家强。**”惟奋斗者进，惟奋斗者强，惟奋斗者胜。新时代激荡着青春梦想，呼唤着昂扬的奋斗。只有将个人小我融入国家大我，才能真正实现青年有理想，国家有力量，民族有希望。

21. “看到梧桐树，就想起焦裕禄”“看到木麻黄，就想起谷文昌”。人们为什么用这样的语言，深情怀念焦裕禄、谷文昌？因为他们都是“栽树人”。他们以自己的心血和汗水播下一片绿荫，造福子孙后代，也因此被历史铭记。

22. “**志之难也，不在胜人，在自胜也。**”西晋时期的左思为了写作《三都赋》，可说是十年磨一剑。在这期间，他闭门谢客，无论是家门口、庭院中还是厕所里，都摆放着笔和纸；随时想出一句，就马上记录下来。靠着日拱一卒的韧性，左思凭借个人奋斗终成一代文学名家。

23. “**如果我们选择了最能为人类福利而劳动的职业，我们就不会为它的重负所压倒……我们的幸福将属于千百万人**”。也可能像毛泽东离开韶山冲外出求学时那么励志：“**孩儿立志出乡关，学不成名誓不还**”。更多的则是“人可生如蚁而美如神”，在生活琐事里不忘理想追求，在往来奔波中寻找价值实现。这些初心都值得尊重，因为它们都有一个执着的信念充盈着，都有一个奋斗的使命守候着。

24. 初心的宝贵，就在“愿历尽千帆，归来仍少年”的抱朴如初，就在“苔花如米小，也学牡丹开”的自强不息，就在“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的家国情怀。

25. 爱人利物之谓仁。

**【解读】**意思是给所有的人和物以恩泽，这就叫作“仁”。2020年9月8日，在全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上，习近平总书记指出，在这场同严重疫情的殊死较量中，中国人民和中华民族以敢于斗争、敢于胜利的大无畏气概，铸就了生命至上、举国同心舍生忘死、尊重科学、命运与共的伟大抗疫精神。生命至上，集中体现了中国人民深厚的仁爱传统和中国共产党人以人民为中心的价值追求。为此，他用“爱人利物之谓仁”这句古语诠释生命至上理念。

26. 精神力量从哪来？平凡人做不凡事，用个人行动诠释时代价值。就像科学家黄旭华，“**蒸发**”30年，用算盘算出关键数据，研制出我国核潜艇的核心技术，94岁高龄的

---

他依旧照常工作；像黄大发，36年只干一件事，为让全村人喝上水而绝壁凿渠，一条渠改变一方水土，也改变一地历史。这种精神叫作黄旭华，也叫作黄大发，让人充满希望、充满信仰。从算盘的声响中，我们能听到一个科学家孜孜以求，为了科技强国的远大梦想；从凿头的挥动中，我们能看到一个老党员追求理想，为群众谋幸福的不凡实践。那么，从习近平总书记的“让座”中能看出什么呢？这一让，既是对老人的尊重，也是对精神品质的高歌；既是对贤者的谦和，也是对精神模范的感佩。

27. 沉舟车畔千帆过，病树前头万木春。

**【解读】**“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”是唐代诗人刘禹锡的著名诗句，意思是沉船旁边有千帆驶过，病树前头正万木争春。这两句诗描写生动形象，揭示了新事物必将取代旧事物的客观规律，因而成为广为传诵的千古名句。当前，新冠肺炎疫情仍在全球肆虐，国际社会都很关心后疫情时代的国际秩序和全球治理。2020年，在二十国集团领导人第十五次峰会第一阶段会议上，习近平主席发表题为《勠力战疫，共创未来》的视频讲话，为后疫情时代的国际秩序和全球治理贡献了中国方案，为推动构建人类命运共同体注入了中国力量。他引用唐诗名句“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”，高屋建瓴地指出，后疫情时代的世界，必将如凤凰涅槃、焕发新生。习主席的讲话为后疫情时代全球治理提供了重要指引。

28. 然而，古往今来，举凡志存高远者，“无求”于名利，却“有求”于大道。虽“不戚戚于贫贱”，但有“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”的忧民情怀；虽“不汲汲于富贵”，但有以天下为己任的国家大义；虽不恋栈于庙堂，但有先天下之忧而忧，后天下之乐而乐的远大抱负。从“无求”到“有求”，这是一种大格局、大境界。

唐代柳宗元一生淡泊，对功名无奢求。但他在柳州刺史任上，为民凿百井、释奴婢、办学院、修孔庙、易风俗、兴文化，在民间留下口碑。宋代苏东坡在仕途屡屡失意中，一直抱着“一蓑烟雨任平生”的豁达，但从不放弃为民造福的追求。在黄州，他移风易俗、拯救溺婴，深得人心；在杭州，他疏浚西湖、修筑苏堤，惠及百姓；在儋州，他办学堂、倡农耕，改善民生。这些古代的清官贤臣，因追求百姓福祉而德音留一方、功业垂青史。

为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴，共产党人具有封建清官难以企及的理想信念和精神境界。从“宁可少活20年，拼命也要拿下大油田”的王进喜，到“为了小岗村发展，哪怕牺牲自己生命”的沈浩；从“不带私心搞革命，一心一意为人民”的谷文昌，到“为了改革开放事业，要杀出一条血路”的袁庚，无数优秀干部以“计利当计天下利，求名应求万世名”的革命功名观，为党和人民建立了不朽功勋。

---

29. 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。希望你们努力在为人民服务中茁壮成长、在艰苦奋斗中砥砺意志品质、在实践中增长工作本领，继续在救死扶伤的岗位上拼搏奋战，带动广大青年不惧风雨、勇挑重担，让青春在党和人民最需要的地方绽放绚丽之花。

——习近平 2020 年 3 月 15 日给北京大学援鄂医疗队全体“90 后”党员的回信

30. 一花独放不是春，百花齐放春满园。我们坚定不移奉行互利共赢的开放战略，既从世界汲取发展动力，也让中国发展更好惠及世界。

——在深圳经济特区建立 40 周年庆祝大会上的讲话

31. 行百里者半九十。越接近成功就越艰难，越艰难就越要坚持，否则就会前功尽弃、半途而废。从某种意义上说，“咬牙”是成功的序曲。没有松骨峰战斗中志愿军的“咬牙”，就没有以“气”胜“钢”的功绩；没有王进喜用身体堵住井喷的“咬牙”，就没有大庆油田的传奇；没有谷文昌一次次面对失败后的“咬牙”，就没有沙海变绿洲的奇迹。拿出不达目的誓不罢休的执着，砥砺千磨万击还坚劲的意志，知难而进、久久为功，多经历几次“咬牙”，一个人必能闯关夺隘、化险为夷，用奋斗之犁开辟前行之路。

32. 历史只会眷顾坚定者、奋进者、搏击者，而不会等待犹豫者、懈怠者、畏难者。

33. “不谋万世者，不足谋一时；不谋全局者，不足谋一域。”不谋全局者，不足谋一域，强调谋全局的重要性，意思是不从大局出发，再怎么做好了某一方面也是白搭。我们常说“治大国如烹小鲜”，讲的则是细节的重要性，和这句搭配。前面还有一句“不谋万世者，不足谋一时”，讲的是长远考量的重要性，谈可持续发展时可用。

34. “论大功者不录小过，举大善者不疵细瑕。”其文意是评论盛大的功德，应不计较细小的过错；推举贤能的人才，就不挑剔细小的瑕疵。

35. 习近平总书记教诲我们的，“现在，青春是用来奋斗的；将来，青春是用来回忆的”，“奋斗本身就是一种幸福，只有奋斗的人生才称得上是幸福的人生”。

36. 奋斗中的幸福，是青春在拼搏中的精彩。心中有阳光、脚下有力量。当 23 岁的宦翔远赴叙利亚战场，在炮火中冒着生命危险坚持完成新闻报道任务的时候，他的奋斗一定是幸福的。当 24 岁的武大靖在平昌冬奥会夺取男子 500 米短道速滑冠军的时候，他的奋斗一定是

---

幸福的。当 29 岁的**苏炳添**成为第一位在世界大赛中赢得男子短跑奖牌的中国运动员的时候，他的奋斗一定是幸福的。当 30 岁的**车毅**经过 2000 多个小时的练习，进行了 200 多万张点钞券的高强度训练，创造了“30 秒蒙眼手动点钞最多”的吉尼斯世界纪录的时候，他的奋斗一定是幸福的。当 33 岁的**唐笑宇**经过踏实学习和刻苦训练，在第 12 届世界模拟炼钢挑战赛中夺得冠军的时候，他的奋斗也一定是幸福的……正是无数这样的奋斗，把个人梦想融入家国情怀，成就着属于自己的人生精彩。

**奋斗中的幸福，是青春在奉献中的升华。青年时代选择了吃苦就选择了收获，选择了奉献就选择了高尚。**当**马广超**只身远赴青海玉树自费支教，在雪域高原坚守 6 年，教藏区的孩子读书写字，传播科学文化知识的时候，他的奋斗一定是幸福的。当**冯黎明**多次在危难时刻勇斗歹徒，组建义务反扒志愿者队伍，利用业余时间抓获违法犯罪分子的时候，他的奋斗一定是幸福的。还有，肩上担负着 900 户家庭、3600 人健康需求的乡村医生**陈伟琳**；始终秉持“**奉献无止境、燃烧到永远**”的人生信条，连续 18 年无偿献血，累计献血 3 万多毫升的**吴木之**；用青春陪伴孤独症患儿的**李小姣**；危急时刻勇救老人导致右腿不幸被碾轧的**徐前凯**……他们的奋斗也一定是幸福的。正是无数这样的奋斗，铸就了高尚的精神品格，让社会变得更加温暖。

37. 迈步在新时代征程上，或许少了生与死的考验，少了硝烟和烽火的洗礼，但新时代的征程中还要跨越“雪山”和“草地”，征服“娄山关”和“腊子口”。大风泱泱，大潮滂滂，历史从来只垂青弄潮儿和实干家，不会等待犹豫者、懈怠者、畏难者。

**38. 山有脊梁而巍峨，人有精神而挺立。**

39. 世上没有从天而降的英雄，只有挺身而出的凡人。青年一代不怕苦、不畏难、不惧牺牲，用臂膀扛起如山的责任，展现出青春激昂的风采，展现出中华民族的希望！

——在全国抗击新冠肺炎疫情表彰大会上的讲话

**40. 提取青蒿素，屠呦呦经历了 190 多次失败。在科学界，这不算是罕有的特例。为什么那么多科学家遇挫不馁，愈挫弥坚？从根本上说，正是对科技创新的执著追求，正是有强烈的爱国心和报国志。从钱学森、邓稼先到黄旭华、黄大年等优秀科学家，他们的科学之路无不证明：目标愈崇高，愈能激扬奋斗精神；创新愈艰辛，愈能彰显英雄本色。于他们而言，没有迈不过去的沟坎，没有攀登不上的高峰。**

41. “一滴水只有放进大海里才永远不会干涸，一个人只有当他把自己和集体事业融合一起的时候才能最有力量。”

---

42. C919 大型客机振翅高飞，全球最大射电望远镜“开眼”探空，“复兴号”奔驰在祖国广袤的大地上……

43. “打开窗子，才能实现空气对流，新鲜空气才能进来”。（可以用于改革开放、贸易战）

44. “衙斋卧听萧萧竹，疑是民间疾苦声。”

45. 犯其至难而图其至远。

这句话的大意是，**向最难之处攻坚，追求最远大的目标**。习近平总书记在《坚持和完善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》中这样引用：宋代苏轼在《思治论》中说：“犯其至难而图其至远。”意思是，**向最难之处攻坚，追求最远大的目标**。这次全会提出的目标和任务，很多都是我国国家制度和国家治理体系建设中的空白点和薄弱点，具有鲜明的问题导向。在实际工作中，必须突出坚持和完善支撑中国特色社会主义制度的根本制度、基本制度、重要制度，着力固根基、扬优势、补短板、强弱项，构建系统完备、科学规范、运行有效的制度体系。

46. 在全国精神文明建设表彰大会上，习近平总书记一再邀请两位耄耋老者坐到自己身边。他们一位叫**黄旭华**，一位叫**黄大发**，有着相似的“30年”。为造核潜艇，黄旭华躲进孤岛，“人间蒸发”30年；为脱贫致富，修出“生命渠”，黄大发千锤万凿30年。物质的一穷二白，没有改变黄旭华铸造大国重器的信念；接踵而至的失败，没能动摇黄大发拔除穷根的决心。**不屈的意志、坚强的定力，让他们无惧艰难险阻，最终领略到别样的人生风景。**

47. 习近平总书记曾深情讲述我们党的历史上几位卓越领导人的故事：毛泽东在青少年时期就立志献身中华民族强盛，周恩来21岁领导了天津爱国学生运动，邓小平18岁在法国留学时加入旅欧中国少年共产党，他们在青年时代就确立了革命理想，立志为民奋斗。崇高的理想、不懈的奋斗，诠释着人生应有的大胸怀、大境界、大价值。

48. “物有甘苦，尝之者识；道有夷险，履之者知。”

49. 志不求易者成，事不避难者进。

**【解读】**是对《后汉书·虞诩传》“志不求易，事不避难”的化用，**意为立志不求容易的人能够成功，做事不避艰难的人能够进步**。2020年7月7日，习近平总书记给

---

中国石油大学（北京）克拉玛依校区毕业生回信，充分肯定他们到边疆基层工作的选择，并引用“志不求易者成，事不避难者进”这句古语，寄望全国广大高校毕业生志存高远，脚踏实地，不畏艰难险阻，勇担时代使命，把个人的理想追求融入党和国家事业之中，为党，为国家多做贡献。

50. 行之以躬，不言而信。意思是事必躬亲，虽然不说话，但自己的行为本身已做出了最好的榜样和证明，所以能取得人们的信任；

51. 《礼记》里才说，“莫见乎隐，莫显乎微”——没有比隐蔽处更易见的，没有比细节处更明显的。

52. 不惰者，众善之师也。

**【解读】**葛洪在《抱朴子》中提出：“坚志者，功名之主也；不惰者，众善之师也。登山不以艰险而止，则必臻乎峻岭矣。”意思是意志坚定，是建功立业的主导；**勤奋不怠，是一切善行的老师**。登山不因为艰难险阻而停止，就一定会到达顶峰。用登山作譬喻，指出意志坚定和勤奋不怠是事业成功的重要保证。2020年11月24日，习近平总书记在全国劳动模范和先进工作者表彰大会上发表重要讲话，赞扬劳动模范是民族的精英、人民的楷模、共和国的功臣，号召全党全国各族人民大力弘扬劳模精神、劳动精神、工匠精神，努力在全面建设社会主义现代化国家新征程上创造新的时代辉煌、铸就新的历史伟业。他还用“不惰者，众善之师也”这句古语，深刻诠释劳模精神、劳动精神、工匠精神的实质。从2021年开始，我国将进入“十四五”时期，实现党的十九届五中全会擘画的宏伟蓝图，我们必须同时间赛跑、同历史并进，用汗水浇灌收获，以实干笃定前行，唱响新时代奋斗者之歌。

53. 知难不畏，绝壁可攀。

54. 大鹏之功，非一羽之轻也；骐骥之速，非一足之力也。

**原文：**“大鹏之功，非一羽之轻也；骐骥之速，非一足之力也”。中国要飞得高、跑得快，就要汇集和激发近14亿人民的磅礴力量。（习近平在看望参加全国政协十三届二次会议的文化艺术界、社会科学界委员时的讲话 2019.03.04）

**释义：**大鹏冲天飞翔，不是靠一根羽毛的轻盈；骏马急速奔跑，不是靠一只脚的力量。喻指任何一件事情的成功都不是靠个别因素或者单枪匹马的力量，而是要综合各方面的因素或者整体的力量才能完成；在此引喻中国在发展道路上要战胜种种风险挑战，实现中共十九大描绘的宏伟蓝图，必须紧紧依靠人民。

---

55. 万物得其本者生，百事得其道者成。

见西汉刘向《说苑·谈丛》。这句话的大意是，世间万物，只有保住根本才能生长；一切事情，只有符合道义才能成功。

56. 近年来，面对媒体产品工业化生产和娱乐化风潮，《经典咏流传》《见字如面》《朗读者》等文化类节目如一股清泉，沁人心脾。书信、诗词、成语中蕴藏着中国文化与历史的密码，值得花心思开掘。如何才能揭开历史面纱，让主旋律作品也能成为“爆款IP”？内容为王，同时避免同质；以情动人，但不一味煽情；科技锦上添花，但不让声光电轰炸感官；公众人物参与，但不依靠“小鲜肉霸屏”……媒体只有制作内容新、情感真、制作精、能量正的作品，将文化自觉化为血脉中的基因，才能让历史对接现实，把“老话”传为佳话，让有意义的事呈现得有意思。触摸历史的细节，方能知其深刻；“通感”文化的魅力，方能焕发生机。

57. 赫赫有功是因“隐姓埋名”的奋斗。干事创业，谁不希冀鲜花与掌声？攀登高峰，谁会放弃一步之遥的唾手之功？然而，“两弹一星”的元勋们，为了国强民安，义无反顾地抛弃个人功名。当年，留美博士邓稼先归国后，中央安排他做“国家大炮仗”工作时，他毫不犹豫地表示“听从组织安排！”沉潜在荒漠中默默奋斗了数十年，连妻子也不知其去向。著名核物理学家王淦昌，在国家需要他舍弃个人的研究方向时，他坚定而深沉地誓言：“我愿以身许国！”他化名“王京”，神秘地“失踪”了17年。这种默默埋名，为的是国家重器的一举成名；这种默默无闻，彰显的是献身国家利益的民族精魂。这些“干惊天动地事，做隐姓埋名人”的英雄，正是托举中国梦的民族脊梁。

赫赫有功是因“计天下利”的忘我。“只有在看透了小我的狭隘与无常以后，才能真正会把自己投向更广大更高远的一种人生境界”。计利小我者，只会“汲汲于富贵”；计利天下者，才能“眼放长空得大观”。著名地球物理学家黄大年，不留恋剑桥大学顶级教授头衔、花园洋房、私有诊所等显赫名利，“振兴中华，乃我辈之责”的家国情怀，让他毅然回归报效祖国。有了赫然成果，领导催他申报院士材料，他一拖再拖；面对国家急需，他却只争朝夕，仅用5年时间就研发出西方国家需要20多年才能研发出的地球深部探测装备。这种“计利当计天下利”的名利观，正是无数报国者舍个人之利、兴国家之业、求民族之荣的精神火炬。

赫赫有功是因“春蚕到死”的奉献。举凡世界级、国家级的科学大工程、百年大功业，皆需一代代人的接力拼搏，更需个人毕生心血的竭力付出。许多报效国家的英才，宁愿一生无名，也要“燃尽生命”。敦煌莫高窟被列入“世界文化遗产”、敦煌遗书被称为近代古文献四大发现之一。然而，这颗世界级的璀璨艺术明珠，凝聚了多

---

少代开拓者、科研者、守护者的毕生心血。他们默默无闻，但永不言悔。“谁终将声震人间，必长久深自缄默。”人们在感受莫高窟艺术珍宝的幽远深处，看到的是无比辽阔的精神星空。

58. “其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”。

59. 足寒伤心，民寒伤国

60. 身怀爱民之心，恪守为民之责，善谋为民之策。

61. 政之所兴，在顺民心；政之所废，在逆民心。

62. 要励志，立鸿鹄志，做奋斗者。“志不立，天下无可成之事。”幸福都是奋斗出来的，奋斗本身就是一种幸福。要培养奋斗精神，做到理想坚定，信念执着，不怕困难，勇于开拓，顽强拼搏，永不气馁。要珍惜这个伟大时代，做新时代的奋斗者。

要求真，求真学问，练真本领。“玉不琢，不成器；人不学，不知道。”人的潜力是无限的，只有在不断学习、不断实践中才能充分发掘出来。要通过学习知识，掌握事物发展规律，通晓天下道理，丰富学识，增长见识。要珍惜大好学习时光，求真学问，练真本领，更好为国争光、为民造福。

要力行，知行合一，做实干家。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”每一项事业，不论大小，都是靠脚踏实地、一点一滴干出来的。不论学习还是工作，都要面向实际、深入实践，实践出真知；都要严谨务实，一分耕耘一分收获，苦干实干。

一代人有一代人的使命，青年人青年人的担当。只要广大青年担负起社会主义建设者和接班人的使命，以青春之我、奋斗之我，为民族复兴铺路架桥，为祖国建设添砖加瓦，中华民族伟大复兴的中国梦一定会在一代代青年的接力奋斗中变为现实。

63. 《淮南子》中说：“良医者，常治无病之病，故无病；圣人者，常治无患之患，故无患也”。如果我们能够未雨绸缪，“从最坏处准备、向最好处努力”，就能知危图强、化危为机；如果平时疏于防范，“临难而遽铸兵，临噎而遽掘井”，就必然会付出惨痛的代价。安史之乱让开元盛世黯然落幕，大唐王朝也由此走向衰落；鸦片战争剥去了大清帝国的油彩，让中华民族陷入亡国灭种的漫漫长夜。正所谓，“天下之患，最不可为者，名为治平无事，而其实有不测之忧”。

---

64. 要正确运用人民赋予的权力，把好口、握紧手、守住身，耐得住清贫，经得住诱惑，顶得住人情，管得住小节。

65. “舟必漏而后入水，土必湿而后生苔”。

66. **2020 有声音**，那是“武汉加油”“中国必胜”的坚强呐喊，也是“健康所系，生命相托”的铿锵誓言；是“等你回家”的亲人寄语，也是“风月同天”与“同担风雨”的互助情义。2020 很难，2020 也很暖，真情大爱总是点燃我们心中的希望，给予我们前行的力量。**2020 有颜色**，那是逆行出征、舍生忘死的“天使白”，是冲锋在前、勇挑重担的“橄榄绿”，是老年患者与医生共赏的金色余晖，是洪峰中屹立不倒的鲜红党旗。无数种色彩，晕染出“人民至上、生命至上”的感人画卷，温暖着 14 亿人的心田。**2020 有味道**，那是大街小巷重燃的烟火气，是生活的酸甜苦辣，是丰收之年的稻麦飘香，是汗水里的奋斗味道。每个时代最深的刻痕，总有奋斗者笃行的足迹。各行各业按下“快进键”，脱贫攻坚收官战加紧推进，人们奋力把失去的时间夺回来。无数人的日夜兼程，挺立起一个国家风雨无阻向前进的雄伟身姿。

67. 兴业路的小楼、南湖上的红船，寄托着共产党人的初心，承载着共产党人的使命，是共产党人的精神家园。始终过硬方能长期执政。**秀水泱泱、红船依旧**，当中国特色社会主义进入新时代，我们依然要从这艘小小红船中汲取精神力量，让红船精神放射出更加灿烂的时代光芒。

68. 宋人张载有言，“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”。

69. **这是一组令人肃然起敬的“时间记忆”**：邓稼先为了国家核弹事业，离妻别子，隐姓埋名 20 多年；黄旭华为了研制出核潜艇核心技术，攻坚克难，“人间蒸发”30 年；南仁东为了打造世界最大单口径射电望远镜，埋首攻关，专注于此 20 余载……他们，为什么能“主宰”时间，最终被时间所铭记？一个至关重要的答案，就是“俯首甘为孺子牛”的奉献精神。

70. 雪崩的时候没有一片雪花是无辜的。

71. **不求近功，不安小就**。在这个竞争激烈的时代，每一个选择都会像亚马逊草原上的那只蝴蝶一般，轻轻煽动翅膀，引起未来的巨变。不求近功，不安小就，在做出选择时，我们永远不能只注重眼下的得与失，而应该把目光看长远些，看到未来的发展与变化。

---

72. 罗曼·罗兰有一句名言：世界上只有一种真正的英雄主义，那就是在认清生活的真相后依然热爱生活。

73. 鱼因馋而上钩，权因欲而失守。

74. **大事难事看担当，顺境逆境看襟度。**

75. “青松寒不落，碧海阔逾澄。”历经艰难险阻，付出巨大努力，我国成为全球唯一实现经济正增长的主要经济体，三大攻坚战取得决定性成就，如期实现现行标准下农村贫困人口全部脱贫，科技创新取得重大进展，改革开放实现重要突破，民生得到有力保障，社会主义中国交出了一份人民满意、世界瞩目、可以载入史册的答卷。诸多奋斗目标在 2020 年画上句号，“十三五”规划圆满收官，全面建成小康社会取得伟大历史性成就，中华民族伟大复兴向前迈出了新的一大步。我们不仅见证历史，更在创造历史。

76. 立志而圣则圣矣，立志而贤则贤矣。

**原文：**青年志存高远，就能激发奋进潜力，青春岁月就不会像无舵之舟漂泊不定。正所谓“立志而圣则圣矣，立志而贤则贤矣”。（习近平在纪念五四运动 100 周年大会上的讲话 2019.04.30）**释义：**一个人如果立志成为圣人，就会成为圣人；如果立志成为贤人，就会成为贤人。在此寓意为，青年立志要“立大志”，把自己的小我融入祖国的大我、人民的大我，与时代同步伐，与人民共命运。

77. 樱桃好吃树难栽，幸福不会从天降。

78. 感动中国小岗村书记沈浩颁奖词：你是一粒种子，深深地埋进这片多情的土地；你是一面旗帜，高高地飘扬在这希望的田野。你把人民捧在心里，人民就把你举过头顶！站起来，你是一尊雕塑，倒下去，你是一座丰碑！

79. **些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情。**语出郑板桥的一首诗全诗如下：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。写竹，也是在写政情民生。

80. **取法于上，仅得为中，取法于中，故为其下。**

典出李世民《帝范·崇文第十二》，习大大很喜欢引用。讲的是标准和质量之间的关系。无论是为人还是治学，抑或是为政，都要放宽视野，高定标准/设定高标准，加大执行力。

---

81. 见善如不及，见不善如探汤。

出自《论语》，也是高频出现的！意思是说，见到善良的，要努力追求，唯恐赶不上；见到邪恶的，要尽力避开，就像怕将手伸到开水里。后面可以+常修为政之德行，常思贪欲之害，常怀敬畏之心。

82. 要建设网络良好生态，发挥网络引导舆论、反映民意的作用，领导干部就要多倾听网民的声音，了解网民之所思所想所盼。对于网民要多一些包容和耐心，对建设性意见要及时吸纳，对困难要及时帮助，对不了解情况的要及时宣介，对模糊认识要及时廓清，对怨气怨言要及时化解，对错误看法要及时引导和纠正，让互联网成为我们同群众交流沟通的新平台，成为了解群众、贴近群众、为群众排忧解难的新途径，成为发扬人民民主、接受人民监督的新渠道。

83. 功崇惟志，业广惟勤。典出《尚书》。意为：取得伟大的功业，必须树立远大的志向；做到在事业上有所建树，离不开勤奋不懈的努力。

拓展记忆：天道酬勤、民生在勤，勤则不匮、勤能补拙、人勤春来早、业精于勤荒于嬉、一勤天下无难事。

84. 盖有非常之功，必待非常之人。意思是说想要成就异乎寻常的丰功伟业，必须依靠非同寻常的人，适合用在人才领域。科技创新、文艺事业、工匠精神，都是相关性很强的题材。

85. 与人不求备，检身若不及。

解析：典出《尚书》。意思是：对别人不要求全责备，对自己是怎么严格约束都不为过的。习大大引用这句话来说明共产党员乃至每个人克己修身的重要性。类似的还有：“严以律己，宽以待人”；“吾日三省吾身”；“见贤思齐焉，见不贤而内自省也”；“祸莫大于不知足，咎莫大于欲得”等等。

86. 善禁者，先禁其身而后人。

荀彧说的。正人先正己，这样才能令行禁止，才是“善禁”。各级领导干部要以身作则、率先垂范，这既是一种领导方法，也是一种为政之德。儒家还有“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”的说法，意思接近。

87. 没有比人更高的山，没有比脚更长的路。

汪国真的一句诗，意思很好理解。只要敢攀登，再高的山也能翻越；只要一步一个脚印，再长的路也能走到终点。强调人的主观能动性。

---

88. 石可破也，而不可夺坚；丹可磨也，而不可夺赤。

解析：典出《吕氏春秋》，讲的是**理想信念**。点亮党员干部心中的明灯，教育引导筑牢思想防线，坚持革命理想高于天，保持蓬勃朝气、昂扬锐气、浩然正气，政治建设不能放松。匹夫不可夺志。

89. 路不险则无以知马之良，任不重则无以知人之德。

90. 风成于上，俗化于下。大意是，上层引领风气，民众扩散成为风俗，移风易俗。

91. 做人应有温度，做事应有态度。温度决定人品修为，态度决定人生高度。

92. 城市治理不仅是用细心、耐心、巧心“绣”出城市品质品牌的必然之举，更是建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体的内在要求。

93. 不驰于空想，不骛于虚声。是李大钊的一句名言，指不能不切实际地空想，不付诸行动，去追求一些虚幻的东西。**扩展**：凡事都要脚踏实地去作，不驰于空想，不骛于虚声，而惟以求真的态度作踏实的工夫。以此态度求学，则真理可明，以此态度作事，则功业可就。

94. 文明的进步不是一小部分人进步了很多，而是很多人都进步了一点点。

95. 知屋漏者在宇下，知政失者在草野。

96. 明者因时而变，知者随世而制。

**解释**：聪明的人（往往会）根据时期的不同而改变（自己的策略和方法），有大智慧的人（会）伴随着事物（发展方向）的不同而制定（相应）的管理方法。

**扩展**：习近平主席在博鳌亚洲论坛开幕式上的演讲中谈到：世间万物，变动不居。“明者因时而变，知者随事而制。”要摒弃不合时宜的旧观念，冲破制约发展的旧框框，让各种发展活力充分迸发出来。“明者因时而变，知者随事而制”，是一种求真务实的态度，是一种破冰前行的勇气，更是一种创新发展的智慧，它向世人吹响了改革的号角，为推动亚洲和世界的持久、共同发展指明了方向。

97. 时穷节乃现，关键时刻，正是这些“战疫勇士”担当了重任，托起了全国人民战胜病毒的信心与希望。

---

98. 每个人对人生的价值都有困惑。中国有句古语“君子不受嗟来之食”，却也有“大丈夫能屈能伸”；有李白受不得半点委屈而曰：“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”；也有勾践忍辱负重、卧薪尝胆；有项羽刚直不阿自刎于乌江；也有刘邦忍气吞声最后成就霸业；有宰相肚里撑船的邓小平；也有被人逼着走完二万五千里长征路的毛泽东。

99. 骨气就是孟子“富贵不能淫，贫贱不能移”的忠贞不渝。骨气就是李白“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的傲岸不羁。骨气就是于谦“粉身碎骨浑不怕，要留清白在人间”的刚强不屈。骨气就是叶挺“人的身躯怎能从狗的洞子爬出”的凛然不惧。

100. 毛泽东：牢骚太盛防肠断，风物长宜放眼量。

101. 王国维治学的三重境界：“昨夜西风凋碧树，独上高楼，望尽天涯路。”此第一境也。“衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。”此第二境也。“众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在，灯火阑珊处。”此第三境也。

102. 人材者，求之则愈出，置之则愈匮。

出自清代魏源的《默觚下·治篇》，说的是人才使用的一个基本规律，那就是能够重视人才，善于使用人才，现有的人才可以得到历练，迅速成长；其他地方的人才也会聚拢而来，这样人才就会越来越多，形成良性循环；如果有了人才而不愿使用、不能使用、不善使用，现有的人才也会流失，人才就会越来越少，形成恶性循环。

103. 时代的一粒灰，落在个人头上，就是一座山。

104. 没有一个冬天不会逾越，没有一个春天不会抵达。

105. 牡丹花好空入目，枣花虽小结实成。这句话的寓意是：**不能只看事物美的表面现象，而更应注重美的内在品质**；在工作中，要少搞花架子，说实话，干实事，求实绩。

106. 大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善。

是《礼记·大学》开篇的第一句话，也是整篇《大学》的纲领。是说“大人之学”或者“君子之学”的宗旨在于弘扬光明正大的品性，并且推己及人，把这种品性运用到教育和引导人上去，最后达到最完善的道德境界。习总书记引用这句话就是要说，大学最重要的意义在于培养有政治素质和道德素质的一代新人，这些人应该是有理想、有自我完善的能力、也有服务社会的热情。这样的人才才是服务于国家发展需要的社会主义事业的建设者和接班人。

---

107. 惟以改过为能，不以无过为贵。

见北宋司马光《资治通鉴·唐纪四十五》。这句话的大意是，**有了错误能够改正才最为重要，不要把不犯错误当成可贵的事情。**习近平总书记在《牢记初心使命，推进自我革命》中这样引用：古人说：“惟以改过为能，不以无过为贵。”应该看到，在长期执政条件下，各种弱化党的先进性、损害党的纯洁性的因素无时不有，各种违背初心和使命、动摇党的根基的危险无处不在，如果不严加防范、及时整治，久而久之，必将积重难返，小问题就会变成大问题、小管涌就会沦为大塌方，甚至可能酿成全局性、颠覆性的灾难。

108. 得其大者可以兼其小。

出自《唐宋八大家文集·欧阳修》，其原意是指做学问要从大的根本处着眼，学好了根本的大道理，才可兼及旁枝末节。习近平总书记引用这句话，**意在鼓励青年人要把个人的进步和国家、民族的发展结合起来，把人生态理想融入国家和民族的事业中，投身于实现国家和民族的中国梦，唯有如此，方能实现个人的人生理想。**

109. 凡用人之道，采之欲博，辨之欲精，使之欲适，任之欲专。

出自北宋司马光的《稽古录·卷十六》。司马光在人才选拔和管理方面提出了4条标准：**要用人之长处，不求全责备；要仔细分辨，听其言、观其行；要量才适用，让人各得其所、发挥特长；对看准了的人才要大胆使用。**

110. 新松恨不高千尺，恶竹应须斩万竿。

语出杜甫的《将赴成都草堂途中有作，先寄严郑公五首》。大意是：我恨不得让新松长到千尺高，而对于恶竹，则必须全部加以芟除。这两句诗表达了诗人强烈的爱憎之情。在今天也可以引申为分别代表社会发展方向的新事物和阻碍社会发展进步的旧事物。

111. 九层之台，起于累土。志向已经立下，要把蓝图变为现实，必须不驰于空想、不骛于虚声，一步一个脚印，踏踏实实干好工作。使命呼唤担当，使命引领未来。只有“踏踏实实干好工作”，才能不负伟大时代，不负寸寸光阴。

112. 时代楷模黄大年曾说“若能做一朵小小的浪花奔腾，呼啸加入献身者的滚滚洪流中，推动人类历史向前发展，我觉得这才是一生中最值得骄傲和自豪的事情”。

113. 领导干部要坚决反对特权思想、特权现象，保持对人民的赤子之心，坚持工作重心下移，扑下身子深入群众，面对面、心贴心、实打实做好群众工作，着力解决群众反映强烈的突出问题。

---

114. **“备豫不虞，为国常道”**。当前，我国正处于一个大有可为的历史机遇期，发展形势总的好的，但前进道路不可能一帆风顺，越是取得成绩的时候，越是要有如履薄冰的谨慎，越是要有居安思危的忧患，绝不能犯战略性、颠覆性错误。“备豫不虞”最早出现在《左传·文公六年》，就是提前做好防范，以备不测。

115. 绳短不能汲深井，浅水难以负大舟。

116. **道虽迩，不行不至；事虽小，不为不成。**

出自《荀子·修身》，意思是指即使是再近的路，不走也不能到达；即使再小的事，不去做也不可能完成。

117. **人的成就大小往往与其志向大小成正比。**青年时代的毛泽东抱负远大、壮志凌云，“自信人生二百年，会当水击三千里”，终成中华人民共和国的首要缔造者，奠定了新中国的家底。少年时代的周恩来心系天下安危，发出“为中华之崛起而读书”的豪迈誓言，后来成为开国元勋、一代贤相，为世人称颂至今。

118. 俗语说“百里不同风，十里不同俗”。我国地大物博，不同地方的人们有不同的生活方式和风俗习惯。无论是进行社会变革还是制定相关政策，都要根据该地区的实际情况也出发，只有做到因地制宜，实事求是，一切从实际出发，才能做出适合当地的政令法规。

119. **不作无补之功，不为无益之事。**

出自——《管子·禁藏》，意思是说不要去立没有好处的功劳，也不去做没有益处的事情。

120. **心中有信仰，脚下有力量；**没有牢不可破的理想信念，没有崇高理想信念的有力支撑，要取得长征胜利是不可想象的。

121. **广大青年要牢记“从善如登，从恶如崩”的道理，始终保持积极的人生态度、良好的道德品质、健康的生活情趣。**要倡导社会文明新风，带头学雷锋，积极参加志愿服务，主动承担社会责任，热诚关爱他人，多做扶贫济困、扶弱助残的实事好事，以实际行动促进社会进步。

## 习近平：年轻干部要提高解决实际问题能力，想干事能干事干成事

习近平强调，党的十八大以来，党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革，其中一条很重要的经验就是坚持问题导向，把解决实际问题作为打开工作局面的突破口。当今世界正经历百年未有之大变局，外部环境出现更多不稳定性不确定性。明年我们将进入“十四五”时期，开启全面建设社会主义现代化国家新征程。进入新发展阶段，贯彻新发展理念，构建新发展格局，需要解决的问题会越来越多样、越来越复杂。我国继续发展具有多方面优势和条件，但发展不平衡不充分问题仍然突出。抗击新冠肺炎疫情斗争取得重大战略成果，但决胜全面建成小康社会、决战脱贫攻坚，扎实做好“六稳”工作、全面落实“六保”任务，夺取全面胜利，还需要付出持续努力。

习近平指出，年轻干部要提高政治能力。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。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。

习近平指出，年轻干部要提高调查研究能力。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。

习近平强调，年轻干部要提高科学决策能力。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，善于把地区和部门的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。

**习近平指出，年轻干部要提高改革攻坚能力。**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。

**习近平强调，年轻干部要提高应急处突能力。**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。

**习近平指出，年轻干部要提高群众工作能力。**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。

**习近平强调，年轻干部要提高抓落实能力。**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。

习近平指出，我们正处在大有可为的新时代。年轻干部要起而行之、勇挑重担，积极投身新时代中国特色社会主义伟大实践，经风雨、见世面，真刀真枪锤炼能力，以过硬本领展现作为、不辱使命。各级党组织要有针对性地加强对年轻干部的思想淬炼、政治历练、实践锻炼、专业训练，明确培养年轻干部的正确途径，坚决克服干部培养中的形式主义，帮助他们提高解决实际问题能力，让他们更好肩负起新时代的职责和使命。

## 像牛一样耕耘 像牛一样奋发

“在中华文化里，牛是勤劳、奉献、奋进、力量的象征。人们把为民服务、无私奉献比喻为孺子牛，把创新发展、攻坚克难比喻为拓荒牛，把艰苦奋斗、吃苦耐劳比喻为老黄牛。”在2021年春节团拜会上，习近平总书记深情礼赞牛所代表的精神品质，并赋予孺子牛、拓荒牛、老黄牛以新的时代内涵。

古往今来，中国人民爱牛、敬牛、颂牛，或咏之、或绘之、或塑之。在唐朝诗人柳宗元看来，牛是“日耕百亩”的勤劳符号；在宋代名将李纲眼中，牛代表的是“但得众生皆得饱，不辞羸病卧残阳”的牺牲精神；在现代诗人臧克家笔下，牛具有的是“深耕细作走东西”的开拓品格。体悟牛的品格、弘扬牛的精神、激发牛的干劲，是中华优秀传统文化的重要特色，也是中国人民精气神的具体体现。

“俯首甘为孺子牛”，鲁迅先生曾以这样饱含真情的诗句歌颂牛。千百年来，牛都是任劳任怨、无私奉献的象征。这也是人们爱牛、敬牛、颂牛的一个原因。画家李可染便曾将自己的画室堂号定为“师牛堂”，他这样解释自己为何喜欢画牛：“牛也，力大无穷，俯首孺子而不逞强”。不辞劳苦、不计得失，脚踏实地、默默奉献，这是牛身上的品格，也是值得每个人学习的精神。

“天开于子，地辟于丑”，古人历来将牛视为开天辟地的力量之一。人们之所以赞颂牛，也在于牛所拥有的这种勇于开拓的劲头。而这种劲头，恰恰是我们在攻坚克难中奋进、在披荆斩棘中前行的力量所在。著名物理学家钱三强教授在年逾花甲时，仍干劲十足，经常工作到深夜。有人问他多大岁数了，他回答：“属牛的”。以牛自况，不仅仅在于他生肖属牛，更在于他性格属牛——像其父亲钱玄同所寄望的，始终发扬属牛的那股子“牛劲”。也正是这么一股子“牛劲”，让他成为中国原子能事业的奠基人，为我国研制原子弹和氢弹作出了突出贡献。无论时代如何变化、社会怎样发展，这股子“牛劲”永不过时。

古语有言：“骏马能历险，力田不如牛。”牛之所以成为人们讴歌的对象，还在于它具有艰苦奋斗、吃苦耐劳的品质。近代国画大师齐白石曾给自己起过一个“耕砚牛”的绰号，勉励自己要像牛一样勤奋耕耘。他还经常对人说，“不教一日闲过”，甚至还给自己立下每天必须画5幅画的规矩。正是因为像牛一样勤奋，他才最终收获“画虾数十年始得其神”的真功夫。没有等来的辉煌，只有拼来的精彩。一切成绩的取得，都是在“不教一日闲过”中耕耘出来的；每个梦想的实现，都是在“一个汗珠子摔八瓣”中拼搏出来的。

“前进道路上，我们要大力发扬孺子牛、拓荒牛、老黄牛精神，以不怕苦、能吃苦的牛劲牛力，不用扬鞭自奋蹄，继续为中华民族伟大复兴辛勤耕耘、勇往直前，在新时代创造新的历史辉煌！”习近平的话语振奋人心、催人奋进。牛年将至，很多人在自己的朋友圈里，写下这样的寄语：“2020，‘鼠’实不易；2021，‘牛’转乾坤。”梦想不会自动成真，拼搏奋斗正当其时，牛年就要有一股子“牛劲”，就要使出“牛力”。学习牛的品格、发扬牛的精神，像牛一样耕耘、像牛一样奋发，每个人都“牛劲十足”，新的一年必定“牛气冲天”。