

◆ 目 录 ◆

contents

第一篇 丰富答题语言	1
第一章 名言警句实例	1
第二章 必背好句	38
第二篇 政治素养	43
第一章 前沿政策理论	43
第二章 理论热词积累	48
第三篇 人物事例	52
第一章 习近平总书记	52
第二章 中国女排	54
第三章 杨宁	55

第一篇 丰富答题语言

第一章 名言警句实例

一、初心、理想

(一) 名言警句

1. 立志不坚，终不济事。——朱熹
2. 亦余心之所善兮，虽九死其犹未悔。——屈原
3. 穷且益坚，不坠青云之志。——王勃
4. 志不立，天下无可成之事。——王阳明
5. 君子立长志，小人常立志。——曾国藩
6. 要有生活目标，一辈子的目标，一段时期的目标，一个阶段的目标，一年的目标，一个月的目标，一个星期的目标，一天的目标，一个小时的目标，一分钟的目标。——列夫·托尔斯泰
7. 志高则言洁，志大则辞宏，志远则旨永。——叶燮
8. 立志在坚不欲锐，成功在久不在速。——张孝祥
9. 故立志者，为学之心也；为学者，立志之事也。——王阳明
10. 理想是指路明灯。没有理想，就没有坚定的方向；没有方向，就失去前进的力量。——列夫·托尔斯泰
11. 没有理想，即没有某种美好的愿望，也就永远不会有美好的现实。——陀思妥耶夫斯基
12. 三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。——孔子
13. 长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。——李白
14. 有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；苦心人，天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。——蒲松龄

15. 心有多大，力就有多远。——许倬云
16. 不想当将军的士兵不是好士兵。——拿破仑
17. 心有多大，舞台就有多大。——俗语
18. 志不强者智不达。——墨翟
19. 志当存高远。——诸葛亮
20. 老骥伏枥，志在千里；烈士暮年，壮心不已。——曹操
21. 燕雀戏藩柴，安识鸿鹄游。——曹植
22. 大鹏一日同风起，扶摇直上九万里。——李白
23. 贫不足羞，可羞的是贫而无志。——吕坤
24. 生命的全部意义在于无穷的探索尚未知道的东西。——左拉
25. 世界上最快乐的事，莫过于为理想而奋斗。——苏格拉底
26. 理想如晨星，我们永不能触到，但我们可像航海者一样，借星光的位置而航行。——史立兹
27. 春天不播种，夏天就不生长，秋天就不能收割，冬天就不能品尝。——海涅

（二）表述

1. 子曰：“三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。”一个人只要坚定了理想信念，就不会理会前进路上有多少荆棘；一个人只要坚定了理想信念，就可以排除万难；一个人只要坚定了理想信念，就可以一往无前，无往不利。

2. 习近平总书记曾对青年人寄语：“理想信念是共产党人的精神之‘钙’，必须加强思想政治建设，解决好世界观、人生观、价值观这个‘总开关’问题。”正是因为有坚定的理想信念，战争年代才有无数先烈前仆后继英勇献身迎来最后共和国的建立；正是因为有坚定的理想信念，新中国成立之后才有无数英才投身国家建设取得世界瞩目的成绩；正是因为有坚定的理想信念，中国共产党人才能带领中国取得 GDP 世界第二的不菲成绩。

3. 托尔斯泰说：“唯有在燃烧的物质方能燃着别的物质，同样，唯有一个人的真正的信仰与真正的生活方能感染他人而宣扬真理。”一个具有理想信念的人，也会是更热爱生活的人；一个有理想信念的人，也会是更真诚对待工作的人；一个有理想信念的人，也会是感染他人、带动他人不断进取的人。

4. 2018年5月2日，习近平总书记在北京大学师生座谈会上的讲话中引用“志不立，天下无可成之事”（做人要有理想、有志向，否则就找不到前进的方向，最终一事



无成)。习近平总书记引用此典，旨在强调广大青年要理想坚定，信念执着，不怕困难，勇于开拓，切实不辜负这个伟大时代，做新时代的奋斗者。

（三）实例

1. 周恩来

少年（十二三岁）周恩来耳闻目睹中国人在外国租界受外国人欺凌却无处说理的事，周围的人都敢怒不敢言，从中深刻体会到伯父说的“中华不振”的含义，从而立志“为中华之崛起而读书”。表现了少年周恩来的博大胸襟和远大志向。

2. 习近平

习近平总书记15岁在陕西省延川县梁家河村插队，刚去的时候，干农活累得直不起腰，躺的炕上有跳蚤，但他坚持了7年。他在《我是延安人》的电视节目中说“陕北高原给了我一个信念：要为人民做实事，这个信念注定了我以后的人生轨迹”。所以，从插队到管理一个省、管理一个国家，“让老百姓过得更好”的信念没有变。人们常说“于无声处听惊雷”，在今天深刻的改革变化中，梁家河村的老百姓过得比以往更好，以梁家河为缩影的延安过得比以往更好，以延安为缩影的所有老百姓过得更好。不变信念背后，是始终如一的坚持。

3. 司马迁

司马迁遵从父亲遗嘱，立志要写成一部能够“藏之名山，传之后人”的史书。在他着手写这部史书的第七年，发生了李陵案。贰师将军李陵在同匈奴的一次战争中，因寡不敌众，战败投降。司马迁为李陵辩白，触怒汉武帝，被捕入狱，遭受残酷的“腐刑”。受刑之后，曾因屈辱痛苦打算自杀，可想到自己写史书的理想尚未完成，于是忍辱奋起，前后共历时18年，终于写成《史记》。这部伟大著作共526500字，开创了我国纪传体通史的先河，史料丰富而翔实，历来受人们推崇。鲁迅曾以极概括的语言高度评价《史记》：“史家之绝唱，无韵之离骚。”

4. 徐霞客

明代地理学家徐霞客对母亲说：“志在四方，男儿事也，探索于名山大川。”他风餐露宿二十多年，写成了《徐霞客游记》这部地理巨著。

二、坚持

（一）名言警句

1. 生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。——马克思

2. 绳锯木断，水滴石穿。——罗大经
3. 积土而为山，积水而为海。——荀子
4. 不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。——荀子
5. 骐骥一跃，不能十步；弩马十驾，功在不舍；锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。——荀子
6. 吾心信其可行，则移山填海之难，终有成功之日；吾心信其不可行，则反掌折枝之易，亦无收效之期也。——孙中山
7. 宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。——《警世贤文·勤奋篇》
8. 不经历风雨，怎能见彩虹。——俗语
9. 凿井者，起于三寸之坎，也就万仞之深。——《刘子·崇学》
10. 凡事都要脚踏实地去做，不驰于空想，不骛于虚声，而惟以求真的态度做踏实的工夫。以此态度求学，则真理可明，以此态度做事，则功业可就。——李大钊
12. 小水长流，则能穿石。——翟灏
13. 古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。——苏轼

（二）表述

锲而不舍，要想成功就要勇于面对风险，不怕失败；在困难和挫折面前，能顽强坚持，绝不半途而废。当然，在坚持的过程中不能一味地不撞南墙不回头，应该有应变能力，这样才会离成功越来越近。

（三）实例

1. 奥斯特洛夫斯基

苏联作家奥斯特洛夫斯基因为作战负伤，双眼失明，但靠顽强的毅力完成了长篇小说《钢铁是怎样炼成的》。

2. 齐白石

我国国画大师齐白石，坚持每日作画，除身体不适外，从不间断。85岁那年，一天他一连作画四幅后，又特为昨天补画一幅，并题字道：“昨日大风雨，心绪不宁，不曾作画，今朝制此补之，不教一日闲过也。”

3. 贝多芬

贝多芬是德国著名作曲家，28岁那年得了耳病，到57岁逝世，中间20多年的岁月，是在与可怕的聋疾苦战。面对命运的挑战，他呼喊：“我要扼住命运的咽喉！”的确，贝多芬没有向命运屈服，他在有限的生命中，从不放弃任何作曲的机会，他的大部



分作品都是产生在这个时期，直到完全聋了，他还不愿停下手中的笔，继续作曲。他以顽强的精神终于在逝世前几年写成了一生中最著名最富有战斗力的作品《第九交响曲》。

4. 居里夫人

“镭的母亲”居里夫人，在提炼纯镭的过程中，不知经历了多少挫折。一次次实验，一次次失败。有一次实验，连租的实验室也爆炸了。然而，居里夫人并没有就此止步，而是更加奋力拼搏。除了少量的睡眠时间外，她把全部时间和精力都花在了事业上。日复一日，年复一年，一公斤一公斤地冶炼矿渣，一直炼完了好几十吨，终于在1902年1月的一个深夜，世界上第一粒纯镭在居里夫人的玻璃器皿中结晶了。

5. 越王勾践

越王勾践被吴王夫差打败后，力图雪耻。为激励自己，他在屋内悬一苦胆，出入、坐卧都要尝尝，使自己不忘受辱之苦，睡觉时不用床铺和被褥，睡在木柴上面，使自己不忘亡国之痛。经过多年的磨砺，终于使越国强盛起来，打败了吴王。

三、艰苦奋斗、自强不息

(一) 名言警句

1. 天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。——《周易》
2. 自强为天下健，志刚为大君之道。——康有为
3. 强者能同命运的风暴抗争。——爱迪生
4. 天助自助者。——俗语
5. 自强不息，乃幸运之母。——俗语
6. 甘瓜抱苦蒂，美枣生荆棘。——俗语
7. 故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，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。——孟子
8. 没有比脚更长的路，没有比人更高的山。——汪国真
9. 一个人如果身体有了残疾，绝不能让心灵也有残疾。——霍金
10. 文王拘而演《周易》；仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》；孙子膑脚，《兵法》修列；不韦迁蜀，世传《吕览》；韩非囚秦，《说难》《孤愤》；《诗》三百篇，大底圣贤发愤之所为作也。——司马迁
11. 若有恒，何必三更眠，五更起；最无益，莫过一日曝，十日寒。——毛泽东
12. 红军不怕远征难，万水千山只等闲。——毛泽东

13. 长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。——李白

14. 穷且益坚，不坠青云之志。——王勃

15. 钢是在烈火和急剧冷却里锻炼出来的，所以才能坚硬和什么也不怕。我们的一代也是在斗争中和可怕的考验中锻炼出来的，学习了不在生活面前屈服。——奥斯特洛夫斯基

16. 无论生命经历多少委屈和艰辛，我们总是以一个朝气蓬勃的面孔醒来在每一个早上。——汪国真

(二) 实例

1. 高雅

甘肃 18 岁女孩高雅患有先天性易碎骨折症，几乎每年都会骨折 4 次。但她不顾自己的身体，筹办起一家商店，自食其力撑起一个家，还在努力攒钱为父亲治病。

2. 高羽焯

23 岁华东理工大学毕业生高羽焯：一个怀抱不屈意志和坚韧品格的聋人女孩，与命运对话、创造出属于自己的价值。

3. 千手观音郜丽华

郜丽华两岁时失去听力，自强不息，品学兼优，开始与“律动”结下不解之缘。

4. 海伦·凯勒

敢于正视人生的疾苦和磨难，是海伦成功的根本。她在丧失视觉和听觉的情况下写出了《假如给我三天光明》等著作。

5. 曾国藩屡败屡战

1853 年，曾国藩建立了湘军，以儒家精神来练兵，着力打造仁义之师。湘军初战太平军，接连败北，曾国藩为此愤不欲生，投水自杀，被其部下救起。在上书时，只能以“屡败屡战”自嘲。后来重整军纪，加强练兵，湘军勇猛精进，经过十一年艰苦卓绝的战斗，终于攻破了天京，镇压了太平天国的起义。

6. 《老人与海》

一位真正的硬汉，他能勇敢地接受命运一次又一次的挑战，敢于在艰难困苦的环境中，不屈不挠、顽强抗争。怀抱坚定的信念，即便在连续 84 天没有捕到鱼的情况下依然能够坚守。通过和大马林鱼、大鲨鱼等一次又一次殊死的搏斗，取得了最终的胜利，尽管象征他胜利的标志仅仅是一堆鱼的残骸。



7. 苏武

尽管被匈奴囚禁在北海，施行了苛刻的条件，他依然坚持活了下来。

8. 史铁生

21岁双腿瘫痪，创作《我与地坛》等作品激励无数人。“职业是生病，业余在写作”。

9. 贝多芬

他双耳失聪后，不是一味的怨天尤人，而是坚持他的音乐创作，听不见就用筷子插进钢琴的发声器，以震动来辨别音调，最终创作出著名的《第九交响曲》。

10. 郎平

在压力和病痛下，依然坚守在赛场上，创造女排奇迹。

四、勇敢

(一) 名言警句

1. 知耻近乎勇。——《中庸》
2. 一个勇士的成功常常会激励一代人的勤勉和勇敢。——茨威格
3. 大胆是取得进步所付出的代价。——雨果
4. 小心就是勇敢的一个重要部分。——佛里察
5. 害怕，这是我们唯一应当害怕的东西。——罗斯福夫人
6. 大多灵敏人都是运用力量时已经太晚的时候，才埋怨缺乏力量。——卢梭
7. 勇敢不在于能够蔑视危险，而在于认清危险、战胜危险。——布勒森东
8. 如果你是懦者，你自己乃是你最大的敌人；但如果你是勇者，你自己乃是你最大的朋友。——弗兰克
9. 勇气是一个人处于逆境中的光明。——华福纳格
10. 造化既然在人间造成不同程度的强弱，也常用破釜沉舟的斗争，使弱者不亚于强者。——孟德斯鸠
11. 为其所应为，这样的人才是勇敢的。——托尔斯泰
12. 你若失去了财产，你只失去了一点儿；你若失去了荣誉——你就丢掉了许多；你若失去了勇敢，你就把一切都失掉了！——歌德
13. 懦夫一生数死，丈夫中死一遭。——莎士比亚
14. 自己甘做羔羊者终必为豺狼所噬。——麦克帕基

15. 由于缺乏一点儿勇气，许多有用的才干都在这世界上消失了。——佚名

16. 勇气如爱情，需要希望来滋养。——拿破仑

17. 凡事总要有信心，老想着“行”。要是做一件事，先就担心着：“怕不行吧？”那你就没有勇气了。——盖叫天

18. 勇敢是与深思和决断为伍的。——俞吾金

19. 要想摘一朵冰雪中的雪莲，就要有爬上高山不怕严寒的勇气。——黄药眠

（二）表述

1. 《论义务》一书中谈道：“遇到困难的事情不仓皇失措也不烦恼，正如俗话说说的，不被压倒，而是能保持头脑清醒和沉着冷静，不脱离理性的轨道，这需要勇敢和坚定的精神。”勇敢和坚定的精神，是战胜困难的不二法宝。很多人被困难打败，正是由于欠缺勇敢和坚定的精神。

2. 老子说：“天下大事必作于细，天下难事必成于易。”大事是由无数小事组成的，只有把每件小事都做好，最后那件大事才能完成。困难的事无论看起来多困难，也都是由每一个小的细节组成的，只有把每一件容易的事做好，才能把困难的事完成。有成就大事的理想与信念是好的，但是，我们要知道事情的起步其实是在小事、在容易的事。我们要先把身边的事做好，有一天才能完成大事、难事。

3. 人生路上，难免遇到拦路虎。可能我们会一时气馁，却绝不能退缩。坚持下去、勇敢面对，所有困难就都是纸老虎，所有挫折就都是虚张声势。只要我们足够勇敢去面对，只要我们足够坚持去面对，成功一定属于我们。

4. “岁寒，然后知松柏之后凋也。”艰难困苦，更见坚贞本性；沧海横流，更显英雄本色。走过困难与挫折，生活会更加美好，成功会更加甘甜。只是面对困难与挫折，需要我们坚定信念，坚持前行。

（三）实例

1. 蜀汉名将赵子龙

赵子龙，因为他的勇敢，只身独闯曹营，救出阿斗，七十岁仍然上场杀敌，成为一个永恒的神话。

2. 霍金

霍金，身残志坚，勤奋刻苦，因为勇敢的生活态度，创造出众多的世界第一。

3. 抗日小英雄王二小

抗日战争时期，王二小的家乡是八路军抗日根据地，经常受到日军的“扫荡”。王



二小是儿童团员，他常常一边在山坡上放牛，一边给八路军放哨。1942年10月25日（农历九月十六），日军又来“扫荡”，走到山口时迷路了。敌人看见王二小在山坡上放牛，就叫他带路。王二小佯装听话走在前面，为了保护转移的乡亲，把敌人带进了八路军的埋伏圈。突然，四面八方响起了枪声，敌人知道上当，气急败坏之下，将王二小用刺刀刺死了。机智勇敢的小英雄王二小，就这样被日本侵略者残忍地杀害了，牺牲在涞源县狼牙口村，年仅13岁。正在这时，八路军从山上冲下来，消灭了全部敌人。1989年1月，抗日小英雄“王二小”在牺牲46年后终被追认为烈士。

4. 比利时：撒尿小孩——于连铜像

在比利时首都布鲁塞尔中心广场附近的“埃杜弗”街口，有一座引人注目的“撒尿小孩”铜雕像。这个小孩蓬松的头发，翘翘的鼻子，光着身子，笑眯眯地站在一个约2米高的大理石雕花台座上，旁若无人地在撒尿。他的“尿”像涓涓细流，长年不息地浇灌在下面的水池里，他那天真活泼的姿态，栩栩如生的神采，十分逼真，惹人喜爱！这就是被比利时人民被誉为“布鲁塞尔第一市民”的小于连。

据传说，外国侵略军准备炸毁布鲁塞尔这座城市，小于连急中生智，用一泡尿浇灭了正在燃烧的导火线，从而挽救了布鲁塞尔古城，使全城百姓幸免于难。小于连让比利时人民引以为豪。他们盛赞他那勇敢机智、不怕牺牲的崇高精神。

五、磨难、挫折

（一）名言警句

1. 人的一生就是进行尝试，尝试得越多，生活就越美好。——爱默生
2. 不幸，是天才的进身之阶，信徒的洗礼之水，能人的无价之宝，弱者的无底深渊。——巴尔扎克
3. 燧石受到的敲打越厉害，发出的光就越灿烂。——马克思
4. 故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，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。——《孟子》
5. 在人生的道路上，谁都会遇到困难和挫折，就看你能不能战胜它。战胜了，你就是英雄，就是生活的强者。——张海迪
6. 宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。——《警世贤文·勤奋篇》

（二）实例

1. 高尔基

高尔基的父亲是木匠。他早年丧父，寄居在经营小染坊的外祖父家，11岁开始独立谋生，其童年和少年时代是在旧社会的底层度过的。高尔基早年的不平凡的经历在他著名的自传体三部曲中作了生动的记述。人间的苦难，生活的辛酸，磨炼了他的斗志；他在繁重劳动之余，勤奋自学不息。对社会底层人民痛苦生活的体验和深切了解成为他创作中永不枯竭的源泉。

2. 华罗庚

我国著名数学家华罗庚同志的成功就得益于他的坎坷经历。他1924年从金坛中学初中毕业后，因家境不好，不得不去当店员。18岁时患伤寒病，造成左腿残疾。1930年后在清华大学任教。1936年赴英国剑桥大学访问、学习。1938年回国后任西南联合大学教授。1946年赴美国，任普林斯顿数学研究所研究员、普林斯顿大学和伊利诺斯大学教授。1950年回国，历任清华大学教授、中国科学院数学研究所研究员等。

3. 司马迁

司马迁受过宫刑，但他坦然面对挫折，凭借着顽强的毅力，在狱中写出《史记》。鲁迅先生评价它是“史家之绝唱，无韵之《离骚》”。

4. 韩信

韩信，受胯下之辱，当兵又屡屡不受重用，他坦然面对挫折最后成为开国将军。

5. 爱迪生

爱迪生在家中独自一人做实验，他在经历了几千次的试验失败后，电灯终于出现了。

6. 邓亚萍

邓亚萍身材矮小，是她所面对的最大的挫折。她也差点因没能跑下长跑，而被刷下。于是，她每天多练16筐球，增强体力，最后，终于在乒坛上取得了极大的成功。她通过自己不懈的努力，坚强的毅力取得了成功，这种精神值得我们学习。

六、成功

（一）名言警句

1. 如果你希望成功，当以恒心为良友，以经验为参谋，以当心为兄弟，以希望为哨兵。——爱迪生



2. 成功之花，人们只惊慕她现时的明艳，然而当时她的芽儿却浸透了奋斗的泪泉，注满了牺牲的血雨。——冰心

3. 一朵成功的花都是由许多雨、血、泥和强烈的暴风雨的环境培养成的。——洗星海

4. 只有把抱怨环境的心情，化为上进的力量，才是成功的保证。——罗曼·罗兰

5. 如果你问一个善于溜冰的人怎样获得成功时，他会告诉你：“跌倒了，爬起来”，这就是成功。——牛顿

（二）表述

1. 习近平总书记曾经说过：“党领导人民已经取得了举世瞩目的成就，我们完全有理由因此而自豪，但我们自豪而不自满，决不会躺在过去的功劳簿上。”铭记历史，让我们前行更稳健。但沉迷于成就，却会让我们止步不前。

2. 每一刻都是新的起点，每一次成绩的取得都代表一段新的征程。时时刻刻，保持空杯心态，才能让我们理性对待生活、对待人生，才能让我们更坚定前行的脚步，更好地走好人生的每一步。

3. 维特根斯坦曾经说过：“躺在成就上就像行进时躺在雪地里一样危险。你昏昏沉沉，在熟睡中死去。”虽然听起来似乎危言耸听，但是却给我们敲响了警钟。我们要时刻提醒自己，每一点成就的取得，都标志着新征程的开始。

4. 成就感能激励人进步。无论是工作还是生活，取得成就就能让人更自信，也让人更愿意去努力、去付出、去拼搏，也就更能够再次取得成就，获得成就感。

（三）实例

1. 林肯

生下来就一贫如洗的林肯，终其一生都在面对挫败，八次竞选八次落败，两次经商失败，甚至还精神崩溃过一次。好多次，他本可以放弃，但他并没有如此，也正因为他没有放弃，才成为美国历史上最伟大的总统之一。

2. 邓亚萍

邓亚萍从小就酷爱打乒乓球，她梦想着有朝一日能够在世界赛场上大显身手，却因为身材矮小、手腿粗短而被拒于国家队的大门之外。但她并没有气馁，而是把失败转化为动力，苦练球技，持之以恒的努力终于催开了梦想的花蕾——她如愿以偿站上了世界冠军的领奖台。在她的运动生涯中，她总共夺得了18枚世界冠军奖牌。邓亚萍的出色成就，不仅为她自己带来了巨大的荣耀，也改变了世界乒乓球坛只在高个子中选拔运动

员的传统观念。

七、细节

(一) 名言警句

1. 天下大事，必作于细。——老子
2. 一心渴望伟大、追求伟大，伟大却无踪影；甘于平淡，认真做好每个细节，伟大却不期而至。
3. 千丈之堤，以蝼蚁之穴溃；百尺之室，以突隙之烟焚。——《韩非子》
4. 细节不是“细枝末节”，而是用心，是一种认真的态度和科学的精神。——汪中求
5. 小事成就大事，细节成就完美。——戴维·帕卡德
6. 勿以恶小而为之，勿以善小而不为。——刘备
7. 防患于未然。——《周易》
8. 防微杜渐——《后汉书》
9. 居安思危——《左传》

(二) 实例

1. 马蹄钉的故事——英国国王理查三世

英国国王理查三世要面临一场重要的战争，在第四个马蹄铁钉好之前，匆匆赶赴战场，带着士兵冲锋陷阵，左突右奔，英勇杀敌。突然间，一只马蹄铁脱落了，战马仰身跌翻在地，国王也被重重地摔在了地上。一见国王倒下，士兵们就自顾自地逃命去了，整支军队在一瞬间土崩瓦解、一败涂地。在这场战役中，理查三世失掉了整个英国。

2. 福特汽车奇迹的创造者——福特

福特刚从大学毕业去汽车公司应聘时，进门前发现门口地上有一张废纸，就顺手把它捡起来扔进了垃圾篓。董事长对这一切都看在眼里。福特刚说了一句话：“我是来应聘的福特。”董事长就发出了邀请：“很好，很好，福特先生，你已经被我们录用了。”这个让福特感到惊异的决定，实际上源于他那个不经意的动作。从此以后，福特开始了他的辉煌之路，直到把公司改名，让福特汽车闻名全世界。

3. 蝴蝶效应

对于这个效应最常见的阐述是：“一只南美洲亚马孙河流域热带雨林中的蝴蝶，偶



尔扇动几下翅膀，可以在两周以后引起美国得克萨斯州的一场龙卷风。”其原因就是蝴蝶扇动翅膀的运动，导致其身边的空气系统发生变化，并产生微弱的气流，而微弱的气流的产生又会引起四周空气或其他系统产生相应的变化，由此引起一个连锁反应，最终导致其他系统的极大变化。因此，“蝴蝶效应”主要是指不起眼的一个小动作却能引起一连串的巨大反应。

4. 大国工匠徐立平——在导弹和火箭上雕刻火药的人

徐立平从事的火箭固体燃料发动机药面整形，被称为雕刻火药，这项技术在全世界都是一个难题，无法完全用机器代替。下刀的力道，完全要靠工人自己判断，药面的精度，直接决定导弹能否在预定轨道达到精准射程。操作中稍有不慎，蹭出火花，就会引发高能火药瞬间爆炸。0.5毫米，是固体发动机药面精度的最大误差；而徐立平雕刻的精度误差不超过0.2毫米，堪称完美。

八、积累、循序渐进

(一) 名言警句

1. 合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。——老子
2. 不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。——荀子
3. 骐骥一跃，不能十步，驽马十驾，功在不舍。——荀子
4. 聪明在于勤奋，天才在于积累。——华罗庚
5. 锲而舍之，朽木不折；锲而不舍，金石可镂。——荀子
6. 学习从无捷径，循序渐登高峰。——高永祚
7. 路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。——屈原
8. 读书之法，在循序而渐进，熟读而精思。——朱熹
9. 再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。——汪国真
10. 得之在俄顷，积之在平日。——袁守侗
11. 读书破万卷，下笔如有神。——杜甫
12. 水滴石穿、日积月累、滴水成冰、聚沙成塔、集腋成裘——成语
13. 怀才就像怀孕时间久了总会看出来的。——俗语
14. 罗马不是一天建成的。——俗语
15. 巨大的建筑总是由一木一石叠起来的。我们时常做些零碎事，就是为此。——

鲁迅

16. 学问是经验的积累，才能是刻苦的忍耐。——爱因斯坦
17. 面对峭壁，一百年看不出一条裂缝，但用斧凿，能进一寸进一寸，能进一尺进一尺，不断积累，飞跃必来，突破随之。——华罗庚
18. 长年积累，偶然得之。——周恩来
19. 伟大的成绩和辛勤的劳动是成正比的，有一分劳动就有一分收获，日积月累，从少到多，奇迹就可以创造出来。——鲁迅
20. 要循序渐进！我走过的道路，就是一条循序渐进的道路。——华罗庚
21. 真积力久则入，学至乎没而后止。——荀子
22. 你们从一开始工作起，就要在积累知识方面养成严格循序渐进的习惯。——巴甫洛夫
23. 无论什么事，如果不断收集材料，积之十年，总可成一学者。——鲁迅
24. 万石谷，粒粒积累；千丈布，根根织成。——俗语
25. 书籍是积累众人聪明的不灭的明灯。
26. 科学是老老实实的东西，它要靠许许多多的人的劳动和智慧积累起来。——爱迪生

（二）实例

1. 袁枚——积累的“数量”是创作“质量”的保证

清代的袁枚十分注重积累语言，他的许多好词佳句都是从村夫那里得到的。有一次，在二月梅花盛开的时节，站在梅树下的一个村夫很高兴地对袁枚说：“你看，梅树有了一身花了！”袁枚听了，心想：“这不是诗吗？”他便默默地记下，久久咀嚼，后来就写出了“月映竹成千个字，霜高梅孕一身花”的名句。

2. 苏步青的“零布头”——时间是积累不可缺少的“支出”

我国著名数学家苏步青教授把会前会后、饭前饭后的时间比喻为零布头，并加以利用。他说：“别看时间零碎，分分秒秒的时间好比零头，只要充分利用，能做不少事情呢。”时间本来是一定的，但是，对于善于利用它的人来说，是走向成功必不可少的“助跑器”。

3. 拿破仑的知识积累——成功离不开积累

当年叱咤疆场，横扫欧洲大陆的拿破仑在巴黎军校攻读炮兵攻略、学习海军知识时，一直是勤勉地苦学，用心地积累。当室友们吃午餐的时候，拿破仑依旧潜心于对地理、历史和数学的研究并乐此不疲。这一直持续了他整个学习生涯的积累过程，为他今



后事业的成功奠定了坚实的基础。终于，拿破仑成就了法兰西帝国，而长期的积累则成就了拿破仑，成就了他近似疯狂的自信。

4. 顾炎武的“昆山无书”积累要从点滴开始

顾炎武是明末清初首屈一指的大学问家。他生长在江苏昆山，据传说，他从小就如饥似渴地勤奋读书，没有多少年，昆山所能找到的书都被他读完了，至今还流传着“昆山无书”的美谈。

5. 杰克·伦敦的“笨工夫”——点滴积累成就事业

杰克·伦敦是美国著名的小说家，他的学识全是靠自修得来的。他经常把词典和书里的词句抄在小小的纸片上，然后把这些纸片挂在窗帘上、衣架上、柜橱上、床帐上，甚至塞在镜子缝里，以便在刮脸、穿衣、睡觉前后都能随时看一看，记一记。他把一些纸片放在衣兜里，外出参加音乐会、拜访亲友或散步时，抽出空闲的时间念一念。他由于不断地记诵，终于掌握了大量的词语，写起文章来就得心应手了。

6. 王充注重积累——厚积才能薄发

汉代的王充是著名的唯物主义思想家，他的家里很穷，没有钱买书，于是，他就到洛阳的书店里去读书。读完一本就背一本书，看完一个店里的书就到另一个店里去。他读的书非常多，只要当时存世的书，他几乎都一一读过。因此，在他的脑海里积累了丰富的知识。王充从34岁开始写《论衡》，他为《论衡》这部书积累不少的素材，使得这部巨著得以顺利完成。

7. 果戈理的笔记簿——创作的成功离不开材料的大量积累

俄国著名作家果戈理的一个习惯就是身边常备一个本子，随时记下一切在社会上发生的事情，这些记录为果戈理的写作积累了大量有用的素材，他曾经得意地把自己心爱的笔记簿称为“手头的百科辞典”。

8. 马克思的广博涉猎——广泛的积累非常有用

革命导师马克思，为了动手写《资本论》，阅读了1500种以上的书，在书中引用了十几个学科、数百个作者的观点，留下了100多本读书笔记。他有极为丰富的哲学、政治、经济学、历史、法律等社会科学知识，并且有极高的文学艺术修养，海涅、歌德、但丁、巴尔扎克、莎士比亚等著名作家的作品，他都能如数家珍，随口吟诵。这些有益的积累，对成就他的事业的作用是不可忽视的。

9. 契诃夫的创作题材——创作需要实际的积累

有一天，几个青年问俄国作家契诃夫：“怎样才能获得创作题材？”契诃夫顺手拿出

一本厚厚的日记说：“这里有 100 个题材。”这几个文学青年看着这珍贵的日记本入了迷，日记中所记的每一个材料都生动、感人。有个青年说：“真想买几个回去，这些材料太好了。”契诃夫笑着说：“题材是无法用金钱买到的，每个题材都是作者本人深入生活积累的结果。”

10. 白居易陶罐积累资料——知识的积累有时候比创新更重要

唐代大诗人白居易为了积累诗作素材，准备了许多陶罐，并分门别类贴着标签，整齐地放在一个七层的架子上，他平时收集到了资料，按不同门类投到各自的陶罐中，等到资料积累得足够写作时，就把陶罐清空完成作品，然后再重新开始新一轮的资料搜集。

九、宽容

(一) 名言警句

1. 泰山不让土壤，故能成其大；河海不择细流，故能就其深。——李斯
2. 世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。——雨果
3. 度尽劫波兄弟在，相逢一笑泯恩仇。——鲁迅
4. 不会宽容别人的人，是不配受到别人的宽容的。——屠格涅夫
5. 一个伟大的人有两颗心：一颗心流血，另一颗心宽容。——纪伯伦
6. 开诚心，布大度。——康有为
7. 与人为善就是善于宽谅。——弗罗斯特
8. 惟宽可以容人，惟厚可以载物。——薛日宣
9. 壶中天地宽，常有渡人船。——谚语
10. 退一步天高地阔，让三分心和气平。——对联
11. 事不三思终有悔，人能百忍自无忧。——冯梦龙
12. 精诚所至，金石为开。——王充

(二) 实例

1. 拿破仑

在征服意大利的一次战斗中，士兵们都很辛苦，拿破仑夜间巡岗查哨，在巡岗过程中，他发现一名巡岗士兵倚着大树睡着了。他没有喊醒士兵，而是拿起枪替他站起了岗，大约过了半小时，哨兵从沉睡中醒来，他认出了自己的最高统帅，十分惶恐。拿破



仑却不恼怒，他和蔼地对他说：“朋友，这是你的枪，你们艰苦作战，又走了那么长的路，你打瞌睡是可以谅解和宽容的，但是目前，一时的疏忽就可能断送全军。我正好不困，就替你站了一会儿，下次一定小心。”拿破仑没有破口大骂，没有大声训斥，没有摆出元帅的架子，而是语重心长、和风细雨地批评士兵的错误。有这样大度的元帅，士兵怎能不英勇作战呢？如果拿破仑不宽容士兵，那只能增强士兵的反抗意识，丧失他本人在士兵中的威信，削弱军队的战斗力。

2. 陶行知

早在半个多世纪之前，陶行知先生就把民主与宽容的思想渗透到自己的教育实践中，让它们发挥奇妙的作用。陶行知先生当校长的时候，有一天看到一个男生用砖头砸同学，便将其制止并叫他到校长办公室去。当陶校长回到办公室时，男孩已经等在那里了。陶行知掏出一颗糖给这位同学：“这是奖励你的，因为你比我先到办公室。”接着他又掏出一颗糖，说：“这也是给你的，我不让你打同学，你立即住手了，说明你尊重我。”男孩将信将疑地接过第二颗糖，陶先生又说道：“据我了解，你打同学是因为他欺负女生，说明你很有正义感，我再奖励你一颗糖。”这时，男孩感动地哭了，说：“校长，我错了，同学再不对，我也不能采取这种方式。”陶先生于是又掏出一颗糖：“你已认错了，我再奖励你一块。我的糖发完了，我们的谈话也结束了。”陶行知先生四颗糖的故事体现了宽容的魅力，闪耀着教育者的智慧。宽容是一种美好的教育情感，教育需要宽容，更需要给宽容一个生存的空间，让宽容“复活”。俗语说：“过犹不及”，有时候制约太多、束缚太紧，反而不利于发展。

十、态度

(一) 名言警句

1. 最惨的破产就是丧失自己的热情。——阿诺德
2. 对于大多数人来说，他们认定自己有多幸福，就有多幸福。——林肯
3. 少说空话，多做工作，扎扎实实，埋头苦干。——邓小平
4. 只有把抱怨环境的心情，化为上进的气力，才是成功的保证。——罗曼·罗兰
5. “以准备失败的心情去迎接胜利”，这是一个人面临得失的时候所必须有的一种态度。
6. 假如只准备成功而不准备失败，当失败时就会来不及了。——罗曼·罗兰

（二）表述

很多时候，态度决定一切。在我们生活工作中，做事的方式方法很多人都会、都懂，理论知识很多人都明白、都能讲解传授，但是并不是所有人都能成功。其中很重要的差别就是态度。有人以认真严谨的态度面对每一项工作、每一件事，有人却挑三拣四、挑肥拣瘦，总是以敷衍的态度面对一切。初始态度的微小差异，会直接影响事态的后续发展，影响事情的最终成败。

（三）实例

1. 韩愈

韩愈为贾岛改诗，在“推”“敲”二字间仔细斟酌，反复琢磨，最后选定“敲”字，成就了“鸟宿池边树，僧敲月下门”的佳句，使诗作大为增色，更加合情合理，更富诗意。韩愈在写作上认真严肃、反复修改、精益求精的治学态度，值得我们每一个人学习。

2. 司马迁

司马迁少年时就涉猎群书，立志继承父业。正当他撰写的《史记》进展顺利的时候，“李陵事件”的牵连，使他遭受宫刑。面对这奇耻大辱，他不是叹息、沉沦，而是锐意进取，“幽而发愤”，他含冤蒙垢数十年，终于写出了“通古今之变，成一家之言”的《史记》，流芳后世。

3. 希尔顿

日本记者问美国希尔顿酒店集团的创始人希尔顿先生：您酒店员工微笑服务做得很好，是怎么培训出来的？结果希尔顿先生的回答是：微笑的员工不是培训出来的，而是挑选出来的。确实，一个人的性格是比较难以改变的，一个性格内向、不太愿意与人交往的员工是很难做好酒店服务工作的。因此，对酒店而言，多挑选一些热情的员工，用他们的热情去感染其他员工的热情是非常重要的。热情是一家酒店成功的基础，也是一个酒店人成功的基础。在我们的工作中，我们更要以严谨踏实的态度做好本职工作，才能在平凡的工作中获得不平凡的成就。雷锋、孔繁森、焦裕禄等众多我们耳熟能详的先进人物也是如此。人们之所以学习他们，缅怀他们，不仅仅是因为他们在各自的岗位上做出了非凡的成就，而且还因为他们以认真、严谨、负责的态度对待生活、对待他人、对待工作。



十一、乐观

(一) 名言警句

1. 积极的心态就像太阳，照到哪里都一样；消极的心态像月亮，初一十五不一样。——俗语
2. 乐人之乐，人亦乐其乐；忧人之忧，人亦忧其忧。——白居易
3. 乐观是希望的明灯，它指引着你从危险峡谷中步向坦途，使你得到新的生命和新的希望，支持着你的理想永不磨灭。——达尔文
4. 乐观主义者从每一个灾难中看到机遇，而悲观主义者从每一个机遇中看到灾难。——佚名
5. 明智的人决不坐下来为失败而哀号，他们一定乐观地寻找办法来加以挽救。——莎士比亚
6. 我相信，如果怀着愉快的心情谈起悲伤的事情，悲伤就会烟消云散。——高尔基
7. 快乐，使生命得以延续。快乐，是精神和肉体的朝气，是希望和信念，是对自己的现在和未来的信心，是一切都该如此进行的信心。——果戈理
8. 冬天已经到来，春天还会远吗？——雪莱
9. 真正的快乐，是对生活的乐观，对工作的愉快，对事业的热心。——爱因斯坦
10. 不如意的时候不要尽往悲伤里钻，想想有笑声的日子吧。——李嘉诚
11. 青春活泼的心，决不作悲哀的留滞。——冰心
12. 美好的生命应该充满期待、惊喜和感激。——李嘉诚
13. 快乐，是人生中最伟大的事。——高尔基
14. 乐观是一首激昂优美的进行曲，时刻鼓舞着你向事业的大路勇猛前进。——大仲马
15. 只要有信心，人永远不会挫败。——柏拉图
16. 假如生活欺骗了你，不要悲伤，不要心急！忧郁的日子里须要镇静：相信吧，快乐的日子将会来临。——普希金
17. 快乐不在于事情，而在于我们自己。——理查德·瓦格纳

(二) 表述

1. 心态决定了我们看待问题的方式。以积极的心态看待生活与工作，能从挑战中看到机遇，能从困窘中看到快乐，能从末路里发现新途。而以消极的心态面对生活与工

作，即使宾朋满座也会面壁垂泪，即使繁花盛开也会想到枝枯叶败，即使机遇来临也会坐叹错失。

2. 前行路上，很多时候打败我们的并不是真实存在的困难，而是畏难的情绪。一旦我们心态上退缩、畏惧，即使是小小的困难，也会被放大无数倍，变得无比艰巨、难以逾越。

3. 毛泽东同志说过：“在战略上要藐视敌人，在战术上要重视敌人。”只有战略上藐视敌人，才能放松心态，轻松应对；也只有战术上重视敌人，才能计划周详、准备全面，取得最后的胜利。心态放松，行动重视，是我们永远的准则。

4. 当一个人遇到困难时，乐观是他克服困难的动力；当一个人受伤时，乐观是他的良药；当一个人成功时，乐观是他走向成功的路标；当一个人难过时，乐观是他奋斗的希望。

5. 如果挫折是黑夜，那么乐观是黎明；如果挫折是伤痛，那么乐观是良药；如果挫折是牢笼，那么乐观是钥匙。

6. 乐观是失意后的坦然，乐观是平淡中的自信，乐观是挫折后的不屈，乐观是困苦艰难中的从容。

7. 乐观是“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的自信，乐观是“千磨万击还坚韧，任尔东西南北风”的毅力，乐观是“安能摧眉折腰事权贵，使我不得开心颜”的自由。

（三）实例

1. 半杯水的故事

有一则寓言：两个口渴的人找到半杯水。快乐的人想：“啊，我终于找到水了！虽然眼下只有半杯水，但千里之行始于足下，有良好的开端，我一定还能找到更多的水。”于是他变得幸运起来。而苦恼的人则想：“怎么就只有这半杯水？就这半杯水有什么用？”一气之下他摔掉水杯，然后坐以待毙。

2. 两个儿子

有位老太太有两个儿子，大儿子在卖雨伞，小儿子开染坊。下雨老太太就发愁小儿子染的布晒不干，天晴时又发愁大儿子的雨伞卖不掉，因此老太太日益消瘦。智者说，你有好福气，下雨天大儿子家的店铺顾客盈门；晴天你小儿子家的染坊又生意兴隆，哪一天你都有好消息。老太太一听豁然开朗病也好了。



3. 霍金

霍金演讲结束有记者问道：“病魔已将您永远固定在轮椅上，你不认为命运让你失去太多了吗？”大师的脸上充满了笑意，用他还能活动的3根手指敲出四段文字：“我的手指还能活动；我的大脑还能思维；我有终生追求的理想；我有爱我和我爱的亲人和朋友”在回答完那位记者的提问后，他又艰难地打出了第五句话：“我还有一颗感恩的心！”现场顿时爆发出雷鸣般的掌声。

4. 江兆民

著名哲学家江兆民重病期间写的名诗《跌倒时也要笑》流传至今。跌倒也要笑，正是苦中作乐的乐观心态，具有这样的可贵品质，早晚会走出低谷，再创辉煌。

十二、创新

(一) 名言警句

1. 创新是一个民族进步的灵魂，是一个国家兴旺发达的不竭动力。——江泽民
2. 世异则事异，事异则备变。——韩非子
3. 苟日新，日日新，又日新。——《礼记》
4. 穷则变，变则通，通则久。——《周易》
5. 兵无常势，水无常形，因敌变化而取胜者，谓之神。——《孙子兵法》
6. 为了产生创新思想，你务必具备：必要的知识；不怕失误不怕犯错误的态度；专心致志和深邃的洞察力。——斯威尼
7. 踩着别人脚步走路的人，永远不会留下自己的脚印。——爱因斯坦
8. 创新就是创造性地破坏。——熊彼特
9. 创新有时需要离开常走的大道，潜入森林，你就肯定会发现前所未见的东西。——贝尔

(二) 实例

1. 科技发明

每一次的技术革新、产业革命都涌现了许多创新者和创新产品，瓦特发明的蒸汽机，将人类历史推动了一大步。爱迪生经过无数次的实验找到了合适的钨丝，发明了电灯，为我们带来光明。贝尔发明了电话，奠定了现代通信时代的基础。从古至今，任何一项发明都离不开创新，比如华佗发明麻沸散、瓦特改良蒸汽机等，还有小米营销模式、支付宝等。

2. 五易画风的白石老人

齐白石，本是木匠，靠着自学，成为画家，荣获世界和平奖。然而，面对已经取得的成功，他永不满足，而是不断汲取历代名画家的长处，改变自己作品的风格。他 60 岁以后的画，明显地不同 60 岁以前。70 岁以后，他的画风又变了一次。80 岁以后，他的画的风格再度变化。据说，齐白石的一生，曾五易画风；正因为白石老人在成功后仍然马不停蹄，所以他晚年的作品比早期的作品更为成熟，形成独特的流派与风格。

3. 牛顿晚年趋于保守

牛顿是世界上最伟大的科学家之一，他对科学的贡献是史无前例的。牛顿的一生有许多伟大的发现：力学三定律、万有引力、光学环、光微粒说、冷却定律以及微积分，然而到了晚年，他陷入了对亚里士多德的柏拉图学说的研究而不能自拔。他花了十年的时间来研究上帝的存在，结果自然毫无所得。由此看来，即使是一个伟大的学者，一旦落入陈旧的范畴，就谈不上有丝毫的成就。

4. 人工牛黄的产生

某家医药公司的员工们为了解决牛黄供应不足的问题，集思广益，终于联想到了“人工育珠”。既然河蚌经过人工将异物放入它的体内能培育出珍珠，那么，通过人工把异物放进牛的胆囊内应该也同样能培育出牛黄来。他们设法找来了一些伤残的牛，把一些异物埋在牛的胆囊里。一年后，果然从牛的胆囊里取出了和天然牛黄完全相同的人工牛黄。

5. 袁隆平

袁隆平致力于杂交水稻技术的研究推广与应用，是杂交水稻专家。他成功地育成了杂交水稻，很大程度解决了中国的粮食问题。

6. 詹天佑

创造人字形线路，振兴中国铁路事业。

7. 柯达

固守传统，固步自封，导致破产，被索尼等公司迅速超越。

8. 格力

科技创新为中国制造业升级。自主研发，掌握核心科技。

9. 美国福特

发明了流水线工作方式，成就了他的汽车帝国。任何时候，能做到模式的创新都是了不起的。



十三、责任

(一) 名言警句

1. 隐患险于明火，防范胜于救灾，责任重于泰山。——江泽民
2. 人生须知负责任的苦，才能知道尽责任的乐趣。——梁启超
3. 人只因承担责任才是自由的，这是生活的真谛。——卡夫卡
4. 我们的地位向上升，我们的责任心就逐步加重。升得愈高，责任愈重。权力的扩大使责任加重。——雨果
5. 责任心就是做任何事所需的一种平常而力求完美的心态。——龚靖赞
6. 责任并不是你的负担，而是一种你应具有的信念，做一个有责任心的人吧。——范华芳

(二) 实例

黄志全——在生命的最后一分钟

一名公交车司机行车途中突发心脏病，在生命的最后一分钟里，做了三件事：把车缓缓地停在马路边，并用生命的最后力气拉下了手动刹车闸；把车门打开，让乘客安全地下了车；将发动机熄火，确保了车和乘客、行人的安全。他做完了这三件事，安详地趴在方向盘上停止了呼吸。这名司机叫黄志全，所有的大连人都记住了他的名字。

十四、爱国

(一) 名言警句

1. 天下兴亡，匹夫有责。——顾炎武
2. 我们是国家的主人，应该处处为国家着想。——雷锋
3. 位卑未敢忘忧国。——陆游
4. 一身报国有万死，双鬓向人无再青。——陆游
5. 苟利国家生死以，岂因祸福避趋之。——林则徐
6. 不要问祖国为你做了什么，而要问你为祖国做了什么。——肯尼迪
7. 我们中华民族有同自己的敌人血战到底的气概，有在自力更生的基础上光复旧物的决心，有自立于世界民族之林的能力。——毛泽东
8. 一个人只要热爱自己的祖国，有一颗爱国之心，就什么事情都能解决。什么苦

楚，什么冤屈都受得了。——冰心

9. 祖国更重于生命，是我们的母亲，我们的土地。——聂鲁达

10. 我们爱我们的民族，这是我们自信心的源泉。——周恩来

（二）实例

1. 钱学森

1955年初冬，刚刚冲破美国当局阻挠回到祖国的钱学森，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？”就这一句话，决定了钱学森从事火箭、导弹和航天事业的生涯。他以其对中国火箭导弹技术、航天技术乃至整个国防高科技事业的奠基性贡献，为我军武器装备现代化建设写下了精彩绚丽的篇章。

2. 李小龙——我是中国人

在20世纪60年代时，中国人地位不高，很多演员总是淡化自己的中国人身份，李小龙却以身为中国人而荣，堂堂正正地说自己是中国人。最经典的一句话是电影《精武门》中的“中国人，不是病夫”，带动了香港电影的一片爱国热潮。我们熟悉的《霍元甲》就是那个时代的电影。

3. 华罗庚——毅然回国

数学家华罗庚，在“七七”事变后，从生活待遇优厚的英国回到抗日烽火到处燃烧的祖国，不为金钱和学位，回国后积极参加抗日救国运动。1950年，他已经成为国际知名的一流数学家，并被美国伊利诺大学聘为终身教授，但他毅然带领全家回到刚解放的祖国。

4. 袁隆平——“杂交水稻”之父

大米，是中国人的主要食品。可长期以来，水稻产量不高，人口又那么多，农民们成年累月种田栽稻，还是满足不了“吃”的需要。粮食产量低，是我国经济发展的一个大障碍。农业科技工作者袁隆平决心为国攻关，解决这个难题。袁隆平是湖南一个镇上的农校教员。虽然工作条件差，可他一心扑在科研工作上。每天除了教学，就是在试验田里培育高产品种。在试验中，他发现天然杂交水稻穗大粒饱，产量高，但是第二年再种，就退化了，失去了优势。他就想进行一种试验，培育能保持高产的杂交水稻种子。为了这个理想，袁隆平不知花费了多少精力，有时候在试验田里观察，连家也顾不上回。经过10年的艰苦努力，终于培育成功了。这种杂交水稻亩产达到1000多斤，在全国推广后，我国稻谷在几年中增产了1000多亿公斤，真是一个飞跃！袁隆平获得了国家



第一个特等发明奖。美国等国也引进了他的成果。他被称为“杂交水稻”之父，为改变我国粮食生产的落后状态打了一个翻身仗。

5. 郎平事例

1984年洛杉矶奥运会女排决赛，中美巅峰对决，身高1米84的中国女排主攻手郎平击溃了美国女排的防线，帮助中国女排登上了冠军的宝座，赛后诞生了一个流行词——“铁榔头”。“铁榔头”郎平两次在中国女排最困难的时期，主动接下了中国女排主帅这个“星球上压力最大的职业”：第一次是1995年女排生死存亡之际，她毅然归国，担任女排主帅，累倒在工作当中；第二次是2012年中国女排伦敦奥运会被日本队淘汰，2013年同年龄队友陈招娣撒手人寰，这一系列的悲痛触动了郎平内心深处的女排情结，于是她冒着“一世英名可能毁于一旦”的风险再次走马上任，仅仅一年半时间，郎平就带领中国队于2014年时隔16年重返世锦赛决赛舞台，最终夺得亚军，并于2015年重夺世界杯冠军。30年来，从担任主攻手时的“五连冠”到任教练率中国女排重返世界之巅，“铁榔头”似乎已经是奇迹的代名词。

十五、淡泊名利

(一) 名言警句

1. 夫君子之行，静以修身，俭以养德，非淡泊无以明志，非宁静无以致远。——诸葛亮
2. 欲淡则心虚，心虚则气清，气清则理明。——薛宣
3. 不诱于誉，不恐于诽。——荀子
4. 少欲则心静，心静则事简。——薛宣
5. 宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。——洪应明

(二) 表述

“事了拂衣去，深藏身与名”是中国士人的理想境界。一方面在有需要时挺身而出解世之忧、解民倒悬；另一方面淡泊功名，浑不在意。或许我们做不到古人这般洒脱，但是至少，我们要正确看待功绩与功名。我们所做的一切，应该是为了维护群众利益、促进社会发展，而绝不应是着眼于个人利益或名誉。

(三) 实例

1. 特等功臣张富清——藏功名·葆本色

时代楷模张富清曾经是解放军西北野战军第二纵队 359 旅 718 团 2 营 6 连的一员，在解放战争的枪林弹雨中九死一生。张富清一直跟随部队南征北战，先后两次荣获“战斗英雄”荣誉称号，除了特等功，还 3 次荣立一等功，1 次二等功。1955 年，张富清已是 359 旅的正连职军官，他所在部队面临调整，要去地方支援经济建设。多次立功、身体有伤的张富清，原本可以选择回老家陕西，但得知单位鼓励大家到祖国最需要的地方去，到边疆、山区去支援祖国建设，他响应号召选择了去偏僻的鄂西山区，为贫困山区奉献一生。几十年里，他从未向外透露自己的战斗经历。张富清的事迹经媒体报道后，各级领导多次上门探望。老人总是动情地说：“当年和我并肩战斗的那些战友，许多都牺牲了，他们根本没有机会向组织提任何要求。比起他们，我今天吃的、住的已经很好了，我有什么资格把战功拿出来显摆？又有什么资格向组织提要求。”张富清的先进事迹，充分彰显了共产党人坚守初心、不改本色的政治品格，有力弘扬了淡泊名利、无私奉献的崇高精神。

2. 季羨林先生“三辞”桂冠

一词“国学大师”、二辞“学界泰斗”、三辞“国宝”是为季羨林“三辞”。96 岁高龄的季羨林先生提出“三辞”，不仅使自己的精神境界得到升华，而且对当前的浮夸学风，也下了一帖清凉剂。

3. 钱钟书

电视剧《围城》热播后，钱钟书的新作旧著，被争先恐后地推向市场。面对这种火爆，钱钟书始终保持静默。对所谓的“钱学”热，他认为“吹捧多于研究”“由于吹捧，人物可成灰物”。有人用钱策动他接受采访，他却说：“我都姓了一辈子钱了，难道还迷信钱吗？一著名外国记者慕名想见他，他回话说：“假如你吃了一个鸡蛋觉得还不错，又何必要去认识那只下蛋的母鸡呢？”

4. 诸葛亮

诸葛亮，隐居南阳，躬耕数载，怀才于身，静候明主，虽然天下群雄辈出，但他却不被纷繁的世事与天下的争端扰乱心智，为了真正成就大业，他平静地等待，甘于寂寞，甘于暂时的无名，在悠然地吟唱梁父吟的日子里，水镜七奇之诸葛，韬光养晦，静待卧龙飞天的一刻，最终助玄德成就鼎立大业。

十六、读书

(一) 名言警句

1. 国势之强由于人，人材之成出于学。——张之洞



2. 玉不琢，不成器；人不学，不知道。——《礼记》
3. 欲穷千里目，更上一层楼。——王之涣
4. 学而不思则罔，思而不学则殆。——《论语》
5. 读书有三到：谓心到，眼到，口到。——朱熹
6. 学而不厌，诲人不倦。——《论语》
7. 书籍是人类进步的阶梯。——高尔基
8. 知识就是力量。——培根
9. 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。——颜真卿
10. 粗缯大布裹生涯，腹有诗书气自华。——苏轼
11. 读书是这个世界上门槛最低的高贵举动。——俗语
12. 饭可以一日不吃，觉可以一日不睡，书不可以一日不读。——毛泽东
13. 万般皆下品，唯有读书高。——汪洙
14. 读一本好书，就是和许多高尚的人谈话。——歌德
15. 我扑在书籍上，像饥饿的人扑在面包上一样。——高尔基

（二）表述

1. 关于学习，习近平总书记曾经说：“有了学习的浓厚兴趣，就可以变‘要我学’为‘我要学’，变‘学一阵’为‘学一生’。”事实上这给我们明确指出了学习的方向。首先，必须培养学习的兴趣，变被动学习为主动学习；其次，要保持学习的兴趣，变阶段式学习为终身式学习。

2. 古人说“学者非必为仕，而仕者必为学”。学习应该内化为领导干部的必然要求。事实上，领导干部必须加强学习，不断提升自己、丰富自己，不断提高工作水平和质量，切实维护人民群众的利益，维护国家和民族的利益。

3. 孔子曰：“学而不思则罔，思而不学则殆。”学与思是辩证统一的。学习新知识后，有了思考，才能理解更深入，内化为自身所有。思考问题而不得，也需要学习才能找到答案，免受困扰。一味强调学习而不思考，只会变成两脚书橱；一味强调思考而忽视学习，就会沉湎于空想。

4. 《论语》中孔子有“朝闻道，夕死可矣！”的感叹。这样一种好学的精神是值得我们学习和崇拜的。事实上，知识无限，人生有限。要想不枉过一生，就要不断学习、不断探索。

5. 互联网+时代的到来给我们带来了新的挑战。每一天、每一个领域都不断有新的事物呈现。工作生活中稍有懈怠，就会落后于时代。只有时刻保持学习的精神，认识新事物、学习新知识，才能跟上时代的发展。

6. 人生就像在一张白纸上画圆，圆面积越大，四角空白处面积也就会变得越大。学习的知识越多，越能发现自己的不足之处。所以我们经常能发现，越是知识渊博、见识广博的人，越是虚怀若谷、谦虚待人。这是值得我们去学习、去思考的。

7. “生葡萄，熟葡萄，干葡萄——在每一个阶段里我们有一种变化，不是变化到乌有，而是变化到一个尚未实现的境界。”然而如果我们希望自己的人生不断地向着上升的方向变化，就要不断学习，不断充实自己，最终达到“日日有不知，日日有新知”的境界。

8. 孔子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”事实上，每个人身上都有长处，也都有不足。我们应该看到别人的长处、学习别人的长处，这样才能让自己不断前进、不断成长。与此同时，我们看到别人身上的不足时，也要能够反省自身，引以为戒，让自己不犯类似错误。

（三）实例

1. 军旅音乐大家闫肃

20世纪50年代，闫肃先生调入了空政文工团，他自称那时候是一专八能，能唱会跳、拉大幕、兼管催场，还得给台口的灯添油，他自己说得挺热闹，但细细分析那不就是个打杂的嘛！他就这样，但凡交给他的活，哪怕再不起眼，他也非常努力地去干、干得有声有色。如果非要说最平凡不过的老阎同志有什么不平凡的，我觉得就是他比别人更勤奋。他是个非常喜欢学习的人，读书看报看新闻就像吃饭一样每天不可少。有时半夜十二点，他在那里看书；有时都两三点了，他仍在那里写东西。

2. 凿壁借光

汉朝元帝时的匡衡，从小喜好读书，可是家里很穷，但匡衡没有向困难屈服，想出了一个办法：在墙壁上凿了个小洞，借邻居家照射过来的微弱灯光看书学习，后来匡衡成了一名知识渊博的经学家，并做了宰相。

3. 悬梁刺股

汉朝的孙敬刻苦好学，每天一早就起来读书，直至深夜。因为疲劳瞌睡，常会不知不觉打起盹来。他就把绳子的一头悬在屋梁上，一头系着头发。后来，他终于成为儒学大师。战国时的苏秦因为游说秦国失败，家里人不理他，就发愤自学。每当瞌睡时，就



拿锥子刺自己的大腿，直至鲜血淋漓。后来他成为有名的学问家。后人将两人的事迹合在一起，用“悬梁刺股”形容刻苦自学。

4. 映雪夜读

孙康，晋代京兆（今河南洛阳）人，官至御史大夫。孙康幼年勤奋好学，但家中贫穷，一天下雪了，他突然发现映着雪光可以读书啊！于是在寒冷的冬天他夜以继日地读书，不怕寒冷。孙康砥砺求进，学有大成，终于成为一位很有名望的学者。

5. 马克思

马克思是全世界无产阶级革命的伟大导师，为了揭开资本家剥削工人的秘密，他每天坚持到大英博物馆读书，查阅资料，长时间的大量读书，致使他常坐的地方水泥面上磨下了两行沟壕。

十七、自信

（一）名言警句

1. 信心是命运的主宰。——海伦·凯勒
2. 只有满怀自信的人，才能在任何地方都怀有自信，沉浸在生活中，并实现自己的意志。——高尔基
3. 我们应该有恒心，尤其要有自信心。——居里夫人
4. 任何人都应该有自尊心、自信心、独立性，不然就是奴才。但自尊不是轻人，自信不是自满，独立不是孤独。——徐特立

（二）实例

1. 爱因斯坦

爱因斯坦的“相对论”发表之后，有人曾炮制了一本《百人驳相对论》，网罗了一批所谓名流对这一理论进行声势浩大的挞伐。可是，爱因斯坦自信自己的理论必然胜利，对挞伐不屑一顾。他说：“假如我的理论是错的，一个人反驳就够了，一百个零加起来还是零。”他坚定了必胜的信念，坚持研究，终于使“相对论”成为20世纪的伟大理论，为世人所瞩目。

2. 徐悲鸿

20世纪初，徐悲鸿在欧洲留学时，曾碰到一个外国人的寻衅。那个外国人说：“中国人愚昧无知，生来就是当亡国奴的材料，即使送到天堂深造，也成不了才！”徐悲鸿义愤填膺地回答：“那好，我代表我的祖国，你代表你的国家，等学习结业时，看到底

谁是人才，谁是蠢材！”一年之后，徐悲鸿的油画就受到法国艺术家的好评，此后数次竞赛，他都得了第一，他的个人画展，轰动了整个巴黎美术界。这样令人惊叹的成就，是那个外国人远远不能及的。

3. 卓别林

法国著名的丑角明星马塞林来到一个儿童剧团和大家同台演出，当时，马塞林的节目中需要一个演员演一只猫，由于马塞林的名气太大，许多优秀的演员都不敢接受这个角色，一个小男孩自告奋勇地站了出来，大家都为他捏了一把汗，谁知他和马塞林配合得非常默契。这个小男孩，就是后来名扬世界的幽默艺术大师——卓别林。在遇到困难跟挫折的时候，自尊自信的人，可以奋发图强，战胜挫折和失败，并在挫折和失败中取得成功。而对于丧失自尊的人，在遭遇困难和挫折的时候，大多是自甘堕落、自惭形秽。缺乏自信的人，往往在遭遇困难与挫折的时候，脑中浮现的都是自己不行了，最终丧失了奋斗的勇气。因此没有自尊自信的人，是无法在事业上获得成功的。

十八、原则

(一) 名言警句

1. 举世混浊而我独清，众人皆醉而我独醒。——屈原
2. 人生自古谁无死，留取丹心照汗青。——文天祥
3. 人不可有傲气，但不可无傲骨。——徐悲鸿
4. 富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈，此之谓大丈夫。——《孟子》
5. 苟利国家生死以，岂因祸福避趋之。——林则徐
6. 出淤泥而不染，濯清涟而不妖。——周敦颐

(二) 表述

1. 我一直坚信，人生有三种错误坚决不能犯：一是低级错误；二是重复性错误；三是原则性错误。这项工作所犯的错误的，我保证不会重复出现。以后一定会更加严谨、细致，保证工作完成的效果。

2. 处世之道，当外圆内方。外圆是指外在随和，与人相处，使人感觉如沐春风。内方是指内心严正，有自己的行为准则，不为外部条件所动。用现在的话说，就是一个人为人处世，必须既能坚持原则性，又有灵活性。既能坚持党性不动摇，又能解决问题方法多样化。

3. “严以律己，宽以待人”是古训，也是我奉行的准则。当我与他人之间出现矛盾



的时候，我会首先检讨自身。

4. 我一直坚持做人当“仰不愧天，俯不愧地，中不愧对良心”。做事要能够方法灵活，但是底线不能碰、原则不可动。只有这样，一个人的行为才能一以贯之，一个人也才能不愧为万物之灵长。

（三）实例

1. 文天祥

南宋末年，宋都临安被元军攻破，文天祥面对元军高官厚禄的诱惑，毫不动心。元军没办法，只得把他囚禁起来，折磨他。但为了民族大义，他始终没有屈服，反而写下了令人感佩的《正气歌》，最后英勇就义。文天祥以自己的生命为代价，捍卫了民族大义。

2. 朱自清

我国著名散文家朱自清教授，晚年身患严重的胃病，他每月的薪水仅够买3袋面粉，全家12口人吃都不够，更无钱治病。当时，国民党勾结美国，发动内战，美国又执行扶助日本的政策。一天，吴晗请朱自清在“抗议美国扶日政策并拒绝领美援面粉”的宣言书上签字，他毅然签了名并说：“宁可贫病而死，也不接受这种侮辱性的施舍。”贫贱不能移的骨气在朱自清身上体现得淋漓尽致。不吃美国“救济粮”不仅是高贵人格的表现，更是国格的表现。

3. 陶渊明

“误落尘网中，一去三十年”。诗人陶渊明，也曾热衷于官场，也曾梦想在仕途上一展抱负。在当了彭泽县令，踏入腐朽官场的“泥潭”后，才真正意识到官场黑暗。但他没有就此陷入泥淖，而是毅然抽身，辞官回乡，坚守了内心的准则。

十九、务实/实践

（一）名言警句

1. 百闻不如一见。——《汉书》
2. 读万卷书，行万里路。——刘彝
3. 临渊羡鱼，不如退而结网——《汉书》
4. 耳闻之不如目见之，目见之不如足践之。——刘向
5. 凡事预则立，不预则废。——《礼记》
6. 纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。——陆游

7. 实践，是个伟大的揭发者，它暴露一切欺人和自欺。——车尔尼雪夫斯基
8. 通过实践而发现真理，又通过实践而证实真理和发展真理。——毛泽东
9. 行是知之始，知是行之成。——陶行知
10. 专读书也有弊病，所以必须和现实社会接触，使所读的书活起来。——鲁迅
11. 实践不仅具有普遍的资格，而且具有绝对现实的资格。——黑格尔
12. 知行合一。——王阳明
13. 没有调查就没有发言权。——毛泽东
14. 空谈误国，实干兴邦。——习近平
15. 喊破嗓子不如甩开膀子。——李克强
16. 挨着铁匠会打钉，挨着木匠会拉锯。——俗语
17. 岸上学不好游泳，嘴里说不出庄稼。——俗语
18. 闭着眼睛捉不了麻雀。——俗语
19. 冰冻三尺，非一日之寒；水滴石穿，非一日之功。——王充
20. 不蹚河不知水深浅。——俗语
21. 不经一事，不长一智。——俗语
22. 不进深山，挖不到珍宝；不下苦功，找不到真理。——俗语
23. 不登高山，不显平地。——俗语
24. 不走万里路，哪来铁脚板。——俗语
25. 不见不识，不做不会。——俗语
26. 不经冬寒，不知春暖。——俗语

（二）表述

1. “行是知之始，知是行之成。”知识必须从实践中取得，从而获得真知；而要取得成就，则必须拥有更多的知识。广大青年学子要知行合一，做实干家。学到的东西，不能停留在书本上，不能只装在脑袋里，而应该落实到行动上，以知促行、以行求知。

2. 做事草率只会让人追悔莫及。古罗马的西塞罗曾经说过：“一切行动都应该避免过分的匆忙和漫不经心，我们也不应该做任何事情而说不出它的合理动机。”这样短短的一句话中，至少告诉了我们两条做事的准则：一是做事认真、谨慎，切忌粗心大意、漫不经心；二是做事一定要合情合理，绝不能做违情悖理之事。在日常工作中，这两点对我们都有着重要的指导意义。因为我们的工作与群众利益息息相关，我们的粗心大



意、漫不经心，直接影响的就是群众的利益。而一旦我们做事偏离了情理的束缚，必然受到群众的质疑，也必然影响到党和政府在群众心中的形象。

3. 习近平总书记曾经告诫我们：“踏踏实实做事，干干净净做人。”平实而简洁的话语，却囊括了人生的两个重要方面，也给我们敲响了人生的警钟。一方面，只有踏踏实实做事，才能真正把工作做好，才能切实维护群众利益，才能最终获得群众的认可；另一方面，只有干干净净做人，才能保持思想上的纯洁，才能做到道德上的完善，才能赢得百姓的赞誉。可以说，这两条做人做事的准则，相辅相成，缺一不可。

4. 我很喜欢习近平总书记的一句话：“空谈误国，实干兴邦。”可能有人会认为，作为一名还没有踏入公职队伍的年轻人，侈谈实干兴邦会显得理想化。但是，我认为，兴邦振国，是每一个中国人的责任，所谓“位卑未敢忘忧国”，只要是中国人，都应该为兴邦立国尽自己的一份责任。而我们要实现兴邦济国，就一定要充分发挥实干精神。只有实干，才能振兴经济；只有实干，才能振兴文化；只有实干，才能巩固边疆。而与实干相对立的，是空谈。一味耽于空谈，不仅无补国事，反而会败坏社会风气，是我们必须坚决加以摒弃的。

5. “三思而后行”是古训，也是睿智之言。思与行的关系前贤多有议及。我认为，思与行是辩证统一的关系，贯穿于做事的每个环节。做事之先，要多思善思，思虑周全才能有完备的计划，也才能让事情践行起来更具可行性；而做事过程中，边做边思，根据具体施行情况随时思考、随时调整，这样才能保证最佳的做事效果；做事之后也要反思总结，这样才能总结成功与不足，积累经验，为日后提供借鉴。

6. 孔子曾说：“中庸之为德也，其至矣乎！”孔子所谓中庸，绝不是平庸，而是不偏不倚的处事，是无过无不及，是孔子尚且要感慨“中庸吾不及也”的至难之境。要达到中庸，需要了解极其全面的信息，需要站在极其客观公正的立场，自然是极难达到的。尤其是现代社会，信息纷繁复杂、真假难辨，要达到中庸之境更增难度。但是，中庸原则应该是我们处事的理想之境，应该是我们努力的方向。尤其是作为公职人员，掌握着国家资源，关系着群众利益，就更要竭尽所能中庸处事。

（三）实例

1. 童第周

童第周，生物学家，务实成功的典范，他实实在在勤勤恳恳，立足实际，苦于探索，终成大器。

2. 毛泽东农村包围城市

毛泽东，立足中国实情，笔杆子挥写社会事实，指点江山，带兵打仗立足实情，巧于调度，最终建立新中国。毛泽东将共产主义与中国实际结合，从实践中反思中国革命，抛弃苏联的城市包围农村理论，发明了农村包围城市战略，游击战战法等等。

3. 邓小平

中国总设计师——邓小平，坚持从实际出发，坚持实践是检验真理的唯一标准，最终绘画出改革蓝图。

4. 纸上谈兵

战国时期，赵国大将赵奢有一个儿子叫赵括，从小熟读兵书，张口爱谈军事，别人往往说不过他。他因此很骄傲，自以为天下无敌。然而赵奢却很替他担忧，认为他不过是纸上谈兵，并且说：“将来赵国不用他为将罢，如果用他为将，他一定会使赵军遭受失败。”果然，公元前 259 年，秦军又来犯，那时赵奢已经去世。廉颇负责指挥全军，他年纪虽高，打仗仍然很有办法，使得秦军无法取胜。秦国知道拖下去于己不利，就施行了反间计，派人到赵国散布“秦军最害怕赵奢的儿子赵括将军”的话。赵王上当受骗，派赵括替代了廉颇。赵括自认为很会打仗，死搬兵书上的条文，到长平后完全改变了廉颇的作战方案，结果四十多万赵军尽被歼灭，他自己也被秦军箭射身亡。

5. 李时珍

李时珍为了写《本草纲目》，“采访四方”，深入实际进行调查，编写过程中，他脚穿草鞋，身背药篓，走了上万里路，倾听了千万人的意见，最终写出了《本草纲目》。

6. 列夫·托尔斯泰

《战争与和平》是著名作家列夫·托尔斯泰的长篇巨著，书中战争场景的描写非常生动形象，读后有身临其境的感觉，这一切都要归功于托尔斯泰的亲自考察。

7. 司马迁

中国古代第一部纪传体通史的作者司马迁也非常重视实地考察，在动笔之前，司马迁游历过大江南北，全国各地，寻访先人的遗迹，这使他开阔了眼界，增长了知识，也为撰写《史记》打下了坚实的基础。

8. 伽利略

大家都知道“两个铁球同时落地”的故事，伽利略凡事不但喜欢多想一想，还要去试一试。他对亚里士多德的“如果把两件东西从空中扔下，必定是重的先落地”的理论提出了怀疑，伽利略用行动告诉我们：只有实践才是最重要的，才能看清事物的本质。



9. 狐狸和葡萄

一个炎热的夏日，狐狸走过一个果园，它停在一大串熟透而多汁的葡萄前。狐狸想：我正口渴呢。于是它后退了几步，向前一冲，跳起来，却无法够到葡萄。狐狸后退又试。一次，两次，三次，但是都没有得到葡萄。狐狸试了一次又一次，都没有成功。最后，它决定放弃，它昂起头，边走边说：我敢肯定它是酸的。这个故事是说有些人做不成事，就借口说时机未成熟。

这个故事和“吃不到葡萄就说葡萄酸”的意思相近，表示对于得不到的东西，就找借口贬低他，以此达到平衡自己心理的目的。在心理学上称之为“酸葡萄心理”。

这个故事也告诉我们：做什么事不能光听别人的，要自己尝试一下，才知道是甜还是酸。

二十、为民

(一) 名言警句

1. 人民是我们党的工作的最高裁决者和最终评判者。——习近平
2. 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。——郑板桥（释：阐释了什么是为民。）
3. 政之所兴，在顺民心；政之所废，在逆民心。——管仲（释：为什么为民）
4. 利民之事，丝发必兴；厉民之事，毫末必去。——万斯大（释：怎样为民）
5. 天下之治乱，不在一姓之兴亡，而在万民之忧乐。——黄宗羲
6. 足寒伤心，民寒伤国。——荀悦
7. 从来治国者，宁不忘渔樵。——谢榛
8. 治国之道，富民为始。——司马迁
9. 制国有常，而利民为本；从政有经，而令行为上。——《战国策》（释：国家的制度有其平常规律，最根本的是有利于民众，做官从政有规范原则，最主要的是使政令通达实行。）
10. 为国者以富民为本，以正学为基。——王符
11. 务实为民，好比功积如山，德载千秋。——俗语

(二) 表述

1. 西方哲人柏拉图曾说：“一切谋求掌管国家事务的人应牢牢守卫人民的利益，使自己的每一个行动符合人民的利益。”事实上，作为一名公职人员必须切实维护人民利

益，慎重对待自己手中的每一件工作，让每一项政策、每一次决策都符合人民利益。

2. 习近平总书记曾说：“人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。”让人民过上美好生活，是我们一贯追求的目标，是我们一贯工作的宗旨。要让人民过上美好生活，就要给人民提供更舒适的居住条件，给人民提供更优美的生活环境，给人民提供更好的教育资源与医疗资源，给人民提供更可靠的社会保障。

3. 习近平主席说过：“人民是我们力量的源泉。只要与人民同甘共苦，与人民团结奋斗，就没有克服不了的困难，就没有完成不了的任务。”我们党来自人民，我们的服务宗旨是为人民服务，只有和群众拧成一股绳，才能完成不朽的基业，才能实现中华民族的伟大复兴。因此，作为国家公职人员，一定要想群众之所想、急群众之所急，切实做到“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”，工作中时刻保持如履薄冰、如临深渊的自觉，毫无懈怠、毫不马虎，夙兴夜寐、勤勉工作。

（三）实例

1. 郑板桥

郑板桥是清代的著名诗人、学者、画家。“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。”这首诗是郑板桥在山东潍县担任知县的时候所写的。这个诗的题目比较长，叫《潍县署中画竹呈年伯包大中丞括》。郑板桥写这首诗的时候，潍县正在闹大灾。怎么解决当时灾民的生活问题呢？他搞基建、搞土建，让老百姓、灾民参加土建。你来这儿干活，我就给你钱，就管你饭，解决灾民没有粮食吃的问题。郑板桥这首诗表达了他非常深切的爱民之情。

2. 习近平

七年的知青岁月，习近平同志靠着脚踏实地，真抓实干，拼搏奋斗，一步一个脚印踏踏实实地走了出来。七年的知青岁月，对老百姓一定要有真情，人要有理想和信念，对老百姓要办好事，办实事，这些人生的信条深深地融注到了习近平同志的血液中，他把对母亲深深的孝和爱升华为了对社会所有老人的大孝和大爱。

那是1974年，习近平同志在梁家河修建了当时陕西省第一个沼气池。后来又陆续地修建了42个沼气池。这为当地老百姓解决了照明做饭的大问题。这个沼气池反响很好、效果很好。这是习近平同志为当地老百姓办的许多实事之一。

2015年2月13日，习近平总书记回到陕西延川梁家河看望父老乡亲，他说了这样一段话，他说那时候我离开了梁家河，人虽然走了，但是我的心留在那里。那时候我就想，以后如果有条件、有机会，我要做一些为老百姓办好事的工作。



3. 童恢

《后汉书·童恢传》记载的一个官员童恢，他受命担任不其县县令。《童恢传》写了这么两句话，说“一境清静，牢狱连年无囚。”这很少见啊！一个县里的监狱中间能有连续很多年不关押囚犯。这说明童恢已经把社会的治安管理好了。

不仅如此，童恢在任期间，不其县有一个很大的问题，老虎成灾。童恢上任以后，想办法把老虎赶走，赶到山里去。这个县很快稳定下来了。那么《后汉书》的作者范曄，写了一段赞语，说“一夫得情，千室鸣弦”。什么叫“一夫得情”呢？有一个好官员，能够得到老百姓的喜爱，千家万户的人都高兴。政权的兴废在于民心，而民心的去向在于官员的作为。

4. 焦裕禄

以百姓心为心，与人民心连心，焦裕禄的事迹最感人、最典型、最有代表性。焦裕禄的事迹，可以说家喻户晓，人人皆知。习近平总书记，在谈到我们党，全心全意为人民服务的宗旨，执政为民、人民至上，以人民为中心的时候，多次提到焦裕禄。我们大家都知道的那首《念奴娇·追思焦裕禄》就是1990年，习近平同志任中共福州市委书记时写的。“生也沙丘，死也沙丘”“为官一任，造福一方”，这集中体现了我们党全心全意为人民服务的宗旨。

焦裕禄在浙江工作期间，他就以“哲欣”为笔名，发表了232篇短论短评，回答老百姓最关心的问题。

1966年2月7日，新华社播发了穆青等人撰写的长篇通讯《县委书记的榜样——焦裕禄》。当时习近平在读初中一年级，是初一的学生，思政课的老师就在班上读这篇通讯，《县委书记的榜样——焦裕禄》。这个老师读的时候是几度哽咽，泣不成声。班上的同学也都流下了眼泪。焦裕禄同志的精神，深深地感染和影响了习近平。

以造福人民为最大政绩，急群众之所急，想群众之所想，让人民生活更加幸福美满。这就是我们新时代中国共产党人的政绩观、人民观、价值观。

5. 一钱太守

“一钱太守”，叫刘宠。刘宠做官的时候，非常爱民。所有利民的事都去办，所有害民的事，他都要把它废掉。所以深受当地百姓的喜爱。在会稽太守的任上，由于他干得很出色，被调到中央政府去任官。听说他要去，有五六个头发胡须都花白的老人，一个人拿了一百钱来送他。

这些老人见到刘宠以后就说，我们过去的那些官员来到这儿以后，你只听见半

夜，甚至于通宵狗叫。因为那些官员专等着晚上老百姓在家休息的时候，到你家逮住你，找你要钱，找你收租。所以整夜都是狗叫。现在你在这儿为官几年，天天晚上听不到狗叫，百姓的负担大大减轻了，所以我们太感谢你了，你现在走了，又留不住你，让我们表一表心意吧。刘宠很受感动，他说我要不收吧，这是你们一片心意，我要收了吧，我又很难收那么多。这样吧，我取一文钱，收一钱。这就是中国历史上，非常有名的“一钱太守”刘宠。这一钱，殚精竭虑，为百姓造福；这一钱，呕心沥血，堵住了恶吏搜刮民财；这一钱，富可敌国，这一钱可值家财万贯。

第二章 必背好句

一、解决问题

同事沟通类：

(1) 完成工作始终是第一要务，与同事要分工合作，求同存异，相互支持，克服一切困难来保质保量完成工作。

(2) 要利用工作及工作之外的时间主动了解同事的兴趣爱好、优势特长；要在合作过程中，主动适应和调整遇到的各种状况；当出现矛盾或合作不顺利时，要主动关注同事的情绪变化，更要主动反思自己的行为是否得当。

(3) 在合作的过程中，当出现工作进展不畅甚至失误的情况时，要有承担责任的勇气，勿推卸、逃避责任；当工作完成，得到领导的表扬时，要有同事功劳优先的度量，多让领导了解同事作出的贡献。

群众沟通类：

(1) 当群众找我们办事的时候，要有服务精神，热情接待群众，对群众不清楚、不了解的事项主动告知，对疑难问题进行耐心解答。

(2) “群众利益无小事”，作为公职人员要能设身处地地理解群众的困难，并在工作职责范围内及时地帮助群众解决问题。

(3) 在我们为群众提供服务或者下基层调研与群众交流时，一定要注意使用亲切的称呼，用通俗易懂的方式来表达看法和传递信息，慎用专业词汇，这样才能拉近和群众的心理距离，更好地和群众交流。



日常突发类：

(1) 当突发事件打破原有工作安排，影响正常工作秩序时，我们要临急不乱，情绪稳定。只有保持头脑清醒，才能对现状进行科学、客观的分析，才能快速整合资源，找到应对方法。

(2) 当人、财、物、时、地等各种资源无法按原计划调配和使用时，我们要能够因地制宜，灵活快速地寻找替代方案来解决突发状况，以保证工作的顺利进行。如专家到不了会议现场时，可以考虑开视频会议等。

(3) 日常工作中发生的突发事件，紧迫程度比较高，如果不及时解决，可能带来严重的后果。这就需要相关责任人及时应对、妥善处理、消除影响。

执法受阻类：

(1) 行政机关在执法时尊重科学，尊重规律，做必要的可行性分析和成本分析，使执法行为具有最大的合理性。以最低的成本，取得最大的执法效益。

(2) 执法行为要依法接受监督。既包括接受党、权力机关和司法机关的监督，也包括接受群众和媒体的监督。

(3) 使用执法记录仪时，要明确告知当事人正在录音录像，要多角度、清晰地记录整个执法过程，为执法过程提供证据。允许群众在不影响执法的情况下进行拍照、摄像，一般与现场保持不少于1.5米（最好是3米）的距离，不会夺取拍摄器材或强行要求删除。

二、组织活动

调查类过渡句：

(1) 调查对象的代表性。因知识背景、社会地位、工作能力等因素的不同，每个调查对象掌握的信息数量、信息完整度、权威程度、可信度也不同，我们在选择调查对象时，要考虑代表性强的调查对象。

(2) 调查方法的多样性。每种调查方法都有其优势和局限，只有多种调查方法并用，数据相互佐证和支撑，才能获得更真实有效的信息。

(3) 调查问题的针对性。围绕调查目标，提出有针对性的问题，既能减少、消除冗余信息、无效数据的工作量，又能聚焦目标、得出高质量的答案。

宣传类过渡句：

(1) 宣传对象的针对性。只有对特定对象针对性地宣传，才能使宣传活动更加聚

焦，从而达到更好的宣传效果。

(2) 宣传方式的多样性。①电视、报纸、广播等传统媒体。这类宣传方式适用于宣传对象数量多的情况，可以与当地的主流媒体进行联系，然后通过电视/广播专题节目(报纸专栏)、公益广告、专家评论、采访领导等方式来进行宣传；与此同时，可以通过热线电话、大屏滚动等方式与宣传对象进行互动。

②官微、官博、官网等网络新媒体。这类方式的宣传对象辐射广泛，且偏年轻化，适合大部分主题的宣传活动。它一般通过视频、文字、漫画等形式进行推送，如果是特别重要的宣传活动，也会设置活动专题；同时，设置评论区进行互动交流。

(3) 宣传内容的具体化。宣传的内容不能大而化之，紧紧抓住宣传对象的关注点，精细化地选择宣传内容，制作宣传材料。

(4) 制订宣传方案。围绕着宣传主题来制订宣传方案，包括明确宣传目的与具体内容、确定宣传对象、选择宣传方式、申请宣传场地、制作宣传材料、规划宣传进度/日程安排表、经费预算以及其他注意事项等，并报请领导批准。

三、人岗认知

优缺点类答题通用句表述：

(1) 世上没有十全十美的人，每个人都是不完美的，我们不要对自己太苛刻，一味追求完美，因为不完美，我们才会去努力，才会去拼搏。

(2) 客观评价自己很重要，承认自己的优点，接纳自己的缺点。我们要有接纳不完美的勇气，才有接受完美的信心和底气。

(3) 在日常生活中，每个人都因自己的生活环境、成长过程、受教育程度的不同，形成自己比较稳定的性格、气质、爱好、习惯、特长等个性特点。这些在社会生活中表现出的个人特有的、与众不同的个性特点，也会形成各自不同的优点或者缺点。

(4) 我们要正确对待“无知”，要敢于承认自己的无知，不能不懂装懂，自欺欺人。“掩盖自己的缺点，你将永远保留这个缺点；正视你的缺点，你将克服这个缺点。”

自强不息通用句表述：

(1) 作为新时期青年，我会主动将爱国之情、报国之志融入改革发展的事业中，把青春融进祖国的山河，自觉与人民共进、与时代同行，汇聚起推动国家繁荣富强的磅礴力量。

(2) 奋斗不只是响亮的口号，更要在做好每一件小事、完成每一项任务、履行每一



项职责中见精神、显担当。作为新时代青年，我要在本职岗位上践行初心使命，做激流勇进的奋斗者和奋力前行的实干家，以青春之我、奋斗之我建功立业。

(3) 时代的责任赋予青年，时代的光荣属于青年。作为新时代青年，要把实现个人理想融入全面建设社会主义现代化国家的时代洪流中，在实践锻炼中提高攻坚克难的本领、创新创造的本领、化解矛盾风险的本领，把发扬斗争精神体现在做好每一件事、完成每一项任务、履行每一项职责中，在脚踏实地的奋斗中不断提高斗争本领，用青春和汗水为党和国家事业作出更大贡献。

四、观点认知

民生类主题通用论证句表述：

(1) 民生无小事，枝叶总关情。民生难点，亦是民生痛点，既关乎我们做群众工作的难度和进度，更关乎人民群众的获得感、幸福感、安全感。造福人民群众，首要解决的就是人民群众所面对的各种急难愁盼问题。

(2) 心底无私天地宽，人到无求品自高。为什么人的问题，是检验一个政党、一个政权性质的试金石。我们党从成立之日起，就把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴作为自己的初心使命，矢志不渝践行百余年而从未改变。

奋斗类主题通用论证句表述：

(1) 从理论维度看，伟大梦想要靠奋斗来成就；从历史维度看，伟大梦想是拼出来的、干出来的；从现实维度看，实现伟大梦想离不开拼搏与实干；从未来维度看，伟大梦想要靠拼劲和干劲来支撑。

(2) 苏轼有句话：“犯其至难而图其至远”，意思是说“向最难之处攻坚，追求最远大的目标”。路虽远，行则将至；事虽难，做则必成。只要有愚公移山的志气、滴水穿石的毅力，脚踏实地，埋头苦干，积跬步以至千里，就一定能够把宏伟目标变为美好现实。

(3) 前路漫漫，道阻且长，无论走多远，走到哪里去，都要永葆建党时中国共产党人的奋斗精神，永葆对人民的赤子之心。“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。”在这崭新的时代，我们要发挥党员干部的先锋作用，披荆斩棘、奋勇向前，乘势而上开启新征程，不负历史，不负时代，不负人民。

五、现象认知

道德建设通用类措施表述：

(1) 道德的内容包括社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德四个部分，这四个部分既各有特点又融会贯通，既分工不同又相互促进，共同构成了我国的道德体系。

(2) 开展理想信念教育，用社会主义共同理想引导社会奋进，坚定理想信念，加强爱国主义、集体主义、社会主义教育，引导人们树立正确的历史观、民族观、国家观、文化观。

(3) 开展移风易俗，弘扬时代新风。充分利用新乡贤等在基层有影响力的人物带动社会新风尚的传播与践行，改变落后腐朽的习惯。采用群众喜闻乐见的方式、抓住群众身边的道德故事培养人们的道德理念，提高道德教育的效果。

(4) 建立失德惩戒机制，对不文明行为予以处罚，对于严重问题进行法律制度约束，对突出的道德问题进行专项治理。推进诚信建设和志愿服务制度化，强化责任意识、规则意识、奉献意识。完善社会道德管理体系建设。

数字政府建设通用类措施表述：

(1) 进一步明确政府门户网站的第一平台地位，将政府门户网站作为权威的信息发布渠道。积极运用微博微信、移动客户端等新媒体，增强政务活动的透明性、实效性和亲民性，逐步形成开放、互动、协同的政务公开新业态。

(2) 完善公众参与新模式。加强政府热线、广播电视问政、领导信箱、政府开放日等平台建设，提高政府公共政策制定、公共管理、公共服务的响应速度，增进公众对政府工作的认同和支持。



第二篇 政治素养

第一章 前沿政策理论

【政策理论一】党的二十大报告关键词解读

中国共产党第二十次全国代表大会，是在全党全国各族人民迈上全面建设社会主义现代化国家新征程、向第二个百年奋斗目标进军的关键时刻召开的一次十分重要的大会，是一次高举旗帜、凝聚力量、团结奋进的大会。

大会通过的报告，分析了国际国内形势，提出了大会主题，回顾总结了过去五年的工作和新时代十年的伟大变革，阐述了开辟马克思主义中国化时代化新境界、中国式现代化的中国特色和本质要求等重大问题，擘画了全面建成社会主义现代化强国的宏伟蓝图和实践路径，就未来五年党和国家事业发展制定了大政方针、作出了全面部署，是中国共产党团结带领全国各族人民夺取新时代中国特色社会主义新胜利的政治宣言和行动纲领，是一篇马克思主义的纲领性文献。

（一）新时代十年的伟大变革的意义

新时代十年的伟大变革具有里程碑意义。可以从以下五个方面理解：

一是锻造了民族复兴伟业的坚强领导核心。我们党取得了“两个确立”这一重大政治成果，找到了自我革命这一跳出治乱兴衰历史周期律的第二个答案，我们党更加坚强有力、更加团结统一、更加充满生机活力。

二是推动中华民族伟大复兴进入了不可逆转的历史进程。如期全面建成小康社会、打赢脱贫攻坚战，把中国特色社会主义事业推进到全面建成社会主义现代化强国的新征程，使实现中华民族伟大复兴具备了更为完善的制度保证、更为坚实的物质基础、更为主动的精神力量。

三是使中国人民更加自信自立自强。新时代的历史性成就、发生的历史性变革，极大地增强了中国人民的“四个自信”，前进动力更加强大、奋斗精神更加昂扬、必胜信

念更加坚定，焕发更为强烈的历史自觉和主动精神。现在，中国人民自信自强、平视世界，创造新的历史伟业的志气、骨气、底气更加充盈。

四是为世界和平与发展注入了强大正能量。十年来，中国对全球经济增长的贡献率年均30%左右，贡献了70%的全球减贫份额，构建人类命运共同体理念得到国际社会的广泛赞扬，“一带一路”等公共产品为全球发展提供了强大动力，中国式现代化创造了人类文明新形态，所有这些对全球发展格局都产生了重大影响。

五是彰显了马克思主义的强大生命力。习近平新时代中国特色社会主义思想是当代中国的马克思主义、二十一世纪马克思主义，新时代十年的伟大变革充分彰显了这一科学理论的真理力量和实践伟力，极大地增强了中国共产党和中国人民坚持与发展中国特色社会主义的信念，也极大地增强了世界人民特别是发展中国家人民对中国模式、对社会主义运动的信心。

（二）两个结合

党的二十大报告展开论述了“两个结合”，**即把马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合。**这“两个结合”深化了我们党对坚持和发展马克思主义的规律性认识，也是我们理解和把握习近平新时代中国特色社会主义思想的关键。

习近平总书记在报告中强调“不能把马克思主义当成一成不变的教条”，**强调“我们必须坚持解放思想、实事求是、与时俱进、求真务实，一切从实际出发”。**这就是我们党思想路线的要义，习近平新时代中国特色社会主义思想就是遵循这一思想路线形成的，也必将遵循这一思想路线继续丰富、发展。

第二个结合，就是必须同中华优秀传统文化相结合。这是习近平总书记在建党百年庆祝大会上提出来的，党的二十大报告又作了深入阐述。**这是对党的理论的又一重大创新，开创了我们党理论创新的新格局。**孙业礼表示，这是对历史的深刻总结，是对规律的深刻揭示，也是对未来理论发展的正确引领，代表了中国共产党人新的觉悟、新的认识高度，也体现了我们中国共产党和中国人民强烈的文化自信与文化自觉。

（三）六个必须坚持

党的二十大报告还阐述了习近平新时代中国特色社会主义思想的世界观和方法论，即“六个必须坚持”：**坚持人民至上，坚持自信自立，坚持守正创新，坚持问题导向，坚持系统观念，坚持胸怀天下。**



（四）高质量发展

党的二十大报告指出，高质量发展是全面建设社会主义现代化国家的首要任务，并强调这是中国式现代化的本质要求。

党的二十大报告对推动高质量发展作出的战略部署：一是加快构建新发展格局，二是坚定实施创新驱动发展战略、向创新要动力，三是构建高水平社会主义市场经济体制、向改革要活力，四是全面推进乡村振兴，五是着力推进区域协调发展，六是推进高水平对外开放。

（五）全面依法治国

党的二十大报告首次单独把法治建设作为专章论述、专门部署，这充分体现了以习近平同志为核心的党中央对全面依法治国的高度重视。

从政治意义上看，这进一步宣示了我们党矢志不渝推进法治建设的坚定决心，彰显了我们党不仅是敢于革命、善于建设、勇于改革的政党，更是信仰法治、坚守法治、建设法治的政党，是我们党坚持全面依法治国的政治宣言。从理论意义上看，这进一步丰富和发展了习近平法治思想，深化了对中国共产党依法执政规律、社会主义法治建设规律、人类社会法治文明发展规律的认识，是我们党推进法治中国建设的纲领性文献。从实践意义上看，这进一步深化和拓展了新时代党和国家工作布局，表明了将全面推进国家各方面工作法治化，是我们党治国理政的重要治理方式。

关于法治建设的地位作用、总体要求和重点工作，党的二十大报告作了全面阐述。

一是强调遵循法治之“纲”，这个“纲”就是报告提出的新时代法治建设总体要求。

二是强调立好法治之“规”，这个“规”就是报告提出的完善以宪法为核心的中国特色社会主义法律体系。

三是强调紧扣法治之“重”，这个“重”就是报告提出的扎实推进依法行政。

四是强调凸显法治之“要”，这个“要”就是报告提出的严格公正司法。

五是强调夯实法治之“基”，这个“基”就是报告提出的加快建设法治社会。

（六）健全全面从严治党体系

党的二十大报告提出健全全面从严治党体系，这在党的全国代表大会报告中是首次出现。我们党作为长期执政的马克思主义政党和世界上第一大政党，党的远大目标和历史使命，党的队伍的庞大规模和广泛分布，党面临的重大风险和严峻挑战，都决定只有整体地而不是局部地、系统地而不是零碎地、持久地而不是短暂地、高标准地而不是一

般化地全面从严治党，形成一个布局合理、内容科学、要素齐备、统一高效的全面从严治党体系，才能把我们党建设好。

【华图点睛】 以上内容是时政常识类的内容，考生应该进行了解并深刻理解。在面试中涉及到对一些现象观点谈看法时，能够展现政府立场，知晓国家发展方向和政府重点工作，确保政治立场准确。考生也可以结合二十大相关内容，对于一些问题提出建议进行补充，比如如何更好地推进依法治国、从严治党的具体落实等考点。也可以应用在组织活动类的题目，比如单位要求开展二十大精神的学习活动，考生在回答时，可以结合以上内容，展现具体的学习重点，让答题更充实。

【政策理论二】把握好乡村振兴的三个着眼点

1. 着眼于“让农业成为有奔头的产业”

产业兴旺是乡村振兴的重要基础，是解决农村一切问题的前提。只有让农业成为有奔头的产业，农村全面发展才有坚实的物质基础，才能保障国家粮食安全。当前，虽然我国农业已取得长足发展，但农业现代化还是“四化”同步的短腿，农业发展相对滞后的局面并未根本改变。“让农业成为有奔头的产业”，就是要适应高质量发展要求，走现代化农业发展道路，用现代科技和设备来装备农业，用现代管理科学来管理农业，用现代市场体系来经营农业，构建现代农业产业体系、生产体系和经营体系，不断提高农业的经济和社会效益。

当前，推进农业现代化发展，提升农业的质量、效益、竞争力，有几个关键点要把握：

其一，规模化经营是前提。只有具备了适当的规模，现代科技和装备才有用武之地。为此，必须持续推进土地流转，培育现代农业经营主体，发展适度规模经营。

其二，科技化生产是关键。要不断改善农业生产条件，在机械化基础上向自动化、智能化转变，并通过信息化手段进行科学管理，从而更好适应现代农业发展的要求。

其三，产业化经营是保障。现代农业发展需要完整的产业链支持，在一二三产业深度融合中提高农业的产业化水平。要积极建立科学和完善的产前农资供应体系、产中生产过程监测管理服务体系、产后加工流通营销体系以及农业观光休闲等农业延伸服务体系，为农业丰收、农民增收提供重要保障。

其四，优化产业结构是要义。只有适应农业供给侧结构性改革的要求，在确保国家粮食安全的基础上，根据市场需求优化农业产业结构，形成特色优势，满足消费者对数



量、质量、安全、环保等方面的多样化需求，农业才能产出较高的经济效益和社会效益。

其五，农业增收是核心。要通过发展农业增加经营性收入、通过拓展就业渠道增加工资性收入等，不断提高农村居民务农的经济收益，缩小从事农业与从事其他产业的收入差距，不断增强农业从业人员的获得感、幸福感和安全感。

2. 着眼于“让农民成为有吸引力的职业”

农民是乡村振兴的主体力量，乡村振兴需要充分调动亿万农民的积极性、主动性和创造性。随着我国工业化和城镇化的快速推进，越来越多的农民选择到城市务工，农村“空心化”现象凸显，“谁来种地”问题日益严重。为破解这一难题，一个重要着力点就是要建立有效的引导和激励机制，培育大批爱农业、懂技术、善经营的新型职业农民，不断增强新型职业农民的职业自豪感和自信心，让农民成为有奔头、有前景、有获得感的职业。

当前，“让农民成为有吸引力的职业”，一是要加大教育培训力度。所谓新型职业农民，应该是深刻了解农业发展规律、熟练掌握农机操作技术、拥有经营管理知识的知识型、应用型农业人才。这就需要对农业劳动者进行系统知识教育和技能培训，不断提高其科学文化素质。二是要建立健全激励机制，研究制定完善相关政策措施和管理办法，鼓励社会人才投身现代农业，以此拓宽新型职业农民来源，壮大新型职业农民队伍。三是要为新型职业农民构建完善的利益保障机制和风险分担机制，保护他们的合法权益，降低其创业风险，从而保护农民从业创业的积极性。此外，还要不断完善支农惠农强农政策体系，营造“劳动最光荣、劳动最崇高、劳动最伟大、劳动最美丽”的文化氛围，使农民的劳动得到全社会的认可和尊重，这将有利于增强新型职业农民的信心和底气，真正“让农民成为有吸引力的职业”。

3. 着眼于“让农村成为安居乐业的美丽家园”

当前，我国发展不平衡不充分问题在乡村最为突出，主要表现在：农村基础设施和民生领域欠账较多，农村环境和生态问题比较突出，农村基层党建存在薄弱环节，乡村治理体系和治理能力亟待强化等。“让农村成为安居乐业的美丽家园”，就是要通过加强农村经济、政治、文化、社会、生态文明建设，推进城乡一体化发展，不断改善农村生活条件，促进农村全面繁荣兴旺。

一是要进一步拓宽农民增收渠道，提高农村社会保障水平，千方百计保持农民增收好势头，让亿万农民走上共同富裕的道路。二是要提高农村社会的治理能力和治理水

平，强化农村基层党组织领导作用，健全自治、法治、德治相结合的乡村治理体系，确保乡村社会充满活力、和谐有序。三是要以社会主义核心价值观为指引，因地制宜推进移风易俗，保护和传承农村优秀传统文化，培育文明乡风、良好家风、淳朴民风，不断改善农民精神风貌，提高乡村社会文明程度。四是要推进城乡基本公共服务均等化发展，提高公共服务的供给能力和供给水平。五是要加强生态文明建设，加快推行乡村绿色发展方式和生活方式，增加农业生态产品和服务供给，不断改善农村人居环境，持续推进宜居宜业的美丽乡村建设。

【华图点睛】党的二十大报告强调要全面推进乡村振兴，意味着实施乡村振兴战略进入了新阶段。“爱农”“惜地”“敬天”“感恩”是实施乡村振兴战略对基层干部的基本情怀要求，是实现乡村振兴所必须具备的四个情感基点，也是乡村基层干部推动乡村振兴的内生动力。请从这四个要求中选择一条，详细阐述你的想法。

第二章 理论热词积累

一、中国梦

习近平总书记把“中国梦”定义为“实现中华民族伟大复兴，就是中华民族近代以来最伟大梦想”，并且表示这个梦“一定能实现”。

“中国梦”的核心目标也可以概括为“两个一百年”的目标，也就是说，在 2020 年全面建成小康社会、实现第一个百年奋斗目标的基础上，再奋斗 15 年，在 2035 年基本实现社会主义现代化。从 2035 年到 21 世纪中叶，在基本实现现代化的基础上，再奋斗 15 年，把我国建成富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化强国。

二、中国共产党人的初心和使命

不忘初心，方得始终。中国共产党人的初心和使命，就是为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴。这个初心和使命是激励中国共产党人不断前进的根本动力。全党同志一定要永远与人民同呼吸、共命运、心连心，永远把人民对美好生活的向往作为奋斗目标，以永不懈怠的精神状态和一往无前的奋斗姿态，继续朝着实现中华民族伟大复兴的宏伟目标奋勇前进。



三、五位一体

“五位一体”是指经济建设是根本，政治建设是保障，文化建设是灵魂，社会建设是条件，生态文明建设是基础，这五大要素是互为条件、相互促进的，既不可分割又各有自己的特定领域和特殊规律，彼此形成了内在的互动关系。

“五位一体”发展新理念，是我们党站在新的历史起点上，深刻总结国内外发展经验特别是改革开放以来我国发展实践经验基础上提出来的，是对马克思主义关于发展思想的丰富和发展，是我们党对发展问题的最新认识，是推进我国现代化建设的新理念。

四、双循环的新发展格局

“十四五”规划和2035年远景目标纲要提出，加快构建以“国内大循环为主体、国内国际双循环相互促进”的新发展格局。这个新发展格局是根据我国发展阶段、环境、条件变化提出来的，是重塑我国国际合作和竞争新优势的战略抉择。

五、绿色发展

绿色发展是以效率、和谐、持续为目标的经济增长和社会发展方式。绿色发展是在传统发展基础上的一种模式创新，是建立在生态环境容量和资源承载力的约束条件下，将环境保护作为实现可持续发展重要支柱的一种新型发展模式。

六、供给侧结构性改革

十九大报告中指出，深化供给侧结构性改革。建设现代化经济体系，必须把发展经济的着力点放在实体经济上，把提高供给体系质量作为主攻方向，显著增强我国经济质量优势。

经济发展进入新常态，我国经济发展的主要矛盾已转化为结构性问题，矛盾的主要方面在供给侧，主要表现在供给结构不能适应需求结构的变化。因此，必须调整经济发展政策，从供给侧发力，推进供给侧结构性改革。

所谓供给侧结构性改革，即从提高供给质量出发，用改革的办法推进结构调整，矫正要素配置扭曲，扩大有效供给，提高供给结构对需求变化的适应性和灵活性，提高全要素生产率，更好满足广大人民群众的需要，促进经济社会持续健康发展。

七、中国式现代化

党的二十大报告对“中国式现代化”做了全面深入系统的阐述，郑重宣示：

中国式现代化是人口规模巨大的现代化；

中国式现代化是全体人民共同富裕的现代化；

中国式现代化是物质文明和精神文明相协调的现代化；

中国式现代化是人与自然和谐共生的现代化；

中国式现代化是走和平发展道路的现代化。

中国式现代化的本质要求：坚持中国共产党领导，坚持中国特色社会主义，实现高质量发展，发展全过程人民民主，丰富人民精神世界，实现全体人民共同富裕，促进人与自然和谐共生，推动构建人类命运共同体，创造人类文明新形态。

八、全过程人民民主

2019年，全过程人民民主理念首次提出。此后，这一理念被写入法律及数个中国共产党的重要文献中，成为中国道路自信的体现。

此次全过程人民民主写入二十大报告，进一步彰显了我们的自信，成为新的里程碑。

中国共产党将包括民主选举、民主协商、民主决策、民主管理、民主监督等在内的民主要素，概括为“全过程人民民主”，既成为新时代的理论创新，也是对中国共产党百年民主探索的经验总结。

九、新时代中国共产党的任务和目标

习近平总书记在二十大报告中指出，目前中国共产党的中心任务就是团结带领全国各族人民全面建成社会主义现代化强国、实现第二个百年奋斗目标，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。

到2035年，我国发展的总体目标是经济实力、科技实力、综合国力大幅跃升，人均国内生产总值迈上新的大台阶，达到中等发达国家水平；实现高水平科技自立自强，进入创新型国家前列；建成现代化经济体系，形成新发展格局，基本实现新型工业化、信息化、城镇化、农业现代化；基本实现国家治理体系和治理能力现代化，全过程人民民主制度更加健全，基本建成法治国家、法治政府、法治社会；建成教育强国、科技强



国、人才强国、文化强国、体育强国、健康中国，国家文化软实力显著增强；人民生活更加幸福美好，居民人均可支配收入再上新台阶，中等收入群体比重明显提高，基本公共服务实现均等化，农村基本具备现代生活条件，社会保持长期稳定，人的全面发展、全体人民共同富裕取得更为明显的实质性进展；广泛形成绿色生产生活方式，碳排放达峰后稳中有降，生态环境根本好转，美丽中国目标基本实现；国家安全体系和能力全面加强，基本实现国防和军队现代化。

华图教育

第三篇 人物事例

第一章 习近平总书记

一、人民至上

简版：习近平总书记始终把人民放在心中最高位置，把人民对美好生活的向往作为自己的奋斗目标。

详版：习近平总书记始终把人民放在心中最高位置，把人民对美好生活的向往作为自己的奋斗目标。从梁家河修建的第一座沼气池到正定的骑着自行车去调研，从福建闽东脱贫攻坚到浙江余村的两山论。从地方到中央，习近平总书记挑起了越来越重的担子，让更多的老百姓过上了好日子。他心中这份“从心底里热爱人民，把老百姓搁在心里”的理想初心从未改变。

二、奋斗

简版：习近平总书记在梁家河插队期间面对生活和工作上的困难，以坚韧不拔和无畏奋斗精神，一步步实现了自我成长和提升。

详版：习近平总书记在梁家河插队期间，面对生活和工作上的困难，以坚韧不拔和无畏奋斗精神，一步步实现了自我成长和提升。上山下乡期间，习近平总书记面对跳蚤叮咬、五谷杂粮、生活自理等困难，不懈奋斗，逐一过关。劳动力从六分提高到满分，体力增强，思想渐开。习近平总书记的奋斗历程充分彰显出中国共产党人吃苦在前、享受在后、无私奉献的精神追求，激励我们在新时代更加努力拼搏、开拓奋进。

三、努力学习

简版：习近平总书记将读书作为一种生活方式，正是对知识的热爱和追求，他积累了丰富的治国理政智慧。



详版：习近平总书记将读书作为一种生活方式，他的治国理政的智慧，源自对知识的热爱和追求。他的人生早期，在艰苦的环境中，他把读书作为最大的爱好，博览古今中外书籍，从书中汲取智慧。他不仅读书，还通过背诵诗词，记忆新华字典，把知识内化为自己的一部分。他的这种对知识的热爱和追求，使他在后来的治国理政中，能够运用所学，解决各种问题。他的这种重视学习的态度，对我们个人成长和社会发展都有重要的启示，只有通过不断学习，才能不断进步，才能应对生活和工作中的各种挑战。

四、理想信念

简版：习近平总书记在梁家河村立下为祖国、为人民奉献自己的信念，指引他以人民公仆的身份，为百姓做实事。

详版：习近平总书记早年在梁家河下乡插队，在那里，他经历了生活的艰苦，思考了“生存还是毁灭”的问题，最终立下了为祖国、为人民奉献自己的信念。这个信念，成为他日后从政，为老百姓办好事的动力，始终不渝地与人民同呼吸、共命运、心连心。

五、立德修身

简版：习近平总书记在正定工作期间，以清廉自守、勤政为民的实际行动诠释了共产党人应有的政治本色和人格魅力。

详版：习近平总书记在正定工作期间，下乡搞调研，他总是轻车简从，骑自行车下乡是常事。他脑子里装的都是老百姓的事，自己的生活则是能简则简，在生活待遇上没有什么追求。他曾语重心长地说，“为自己考虑多了，就会离全心全意为人民服务越来越远”。他始终把自己当作一个普通人，当作人民群众中的一员。他简朴的生活和艰苦奋斗的精神，为广大干部树立了良好的榜样。

六、担当

简版：在面对复杂困难的问题时，习近平总书记始终敢于担当、敢于攻坚。他强调，要敢于啃硬骨头、涉险滩，敢于担当责任，勇于直面困难，努力把各项工作做好。

详版：在面对复杂困难的问题时，习近平总书记始终敢于担当、敢于攻坚。他强调，要敢于啃硬骨头、涉险滩，敢于担当责任，勇于直面困难，努力把各项工作做好。习近平总书记在上海工作期间，面对旧区改造这块难啃的硬骨头，强调：“旧区改造一

定要坚持推进，不能让老百姓再在这么破旧的房子里生活下去了。旧城区改造“再难也要想办法解决”。在他的领导下，上海克服了重重困难，成功完成了旧区改造这一艰巨的任务。习近平总书记以其卓越的领导力和责任担当，为我们树立了光辉的榜样。新时代的年轻人，要勇于到艰苦环境和基层一线去担苦、担难、担重、担险，老老实实做人，踏踏实实干事。

第二章 中国女排

一、奋斗

简版：中国女排，三十年拼搏奋斗，身处低谷时自强不息，站上高峰时不忘初心。女排精神代表着一个时代的精神，喊出了为中华崛起而拼搏的时代最强音。

详版：中国女排，三十年拼搏奋斗，身处低谷时自强不息，站上高峰时不忘初心。面对伤病和竞技的艰辛，她们不畏惧、不后退，顽强战斗到最后一刻。正是这种永不言败、百折不挠的奋斗精神，成就了中国女排辉煌的战绩，展现了中华民族自强不息的民族精神，激励着我们在新时代不断砥砺前行、勇毅向前。无论是在赛场上，还是在生活中，我们都会遇到失败和挫折，但是只有保持积极的心态和持续的奋斗，才能够最终获得成功。

二、本领过硬

简版：中国女排，三十年拼搏奋斗，苦练一身本领。身处低谷时自强不息，站上高峰时不忘初心。女排精神代表着一个时代的精神，喊出了为中华崛起而拼搏的时代最强音。

详版：中国女排，三十年拼搏奋斗，苦练一身本领。身处低谷时自强不息，站上高峰时不忘初心。女排精神代表着一个时代的精神，喊出了为中华崛起而拼搏的时代最强音。中国女排的成功不是偶然，而是长期坚持的结果。她们的本领过硬，不仅是因为天赋异禀，更是因为日复一日地刻苦训练和积累。这种坚持不懈的精神不仅是中国女排的骄傲，也是我们每个人应该学习的品质。在日常生活和工作中，我们应该坚持努力，不断学习和提高自己的能力，才能在机会来临时抓住它，实现自己的梦想。



三、梦想

简版：中国女排，三十年拼搏奋斗，始终坚持梦想和信念。身处低谷时自强不息，站上高峰时不忘初心。女排精神代表着一个时代的精神，喊出了为中华崛起而拼搏的时代最强音。

详版：中国女排的成功不仅仅是因为她们的技艺高超，更是因为她们始终坚持梦想和信念，永不言败。在面临挫折和困难时，她们没有放弃，而是以更加坚定的决心和更加努力的训练来迎接挑战。这种永不言败的精神不仅是中国女排的骄傲，也是我们每个人应该学习的品质。无论是在体育场上，还是在生活中，我们都需要保持梦想和信念，不断努力，永不言败，才能在人生道路上取得成功。

第三章 杨宁

一、人民至上

简版：2022年感动中国人物杨宁，心系百姓，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，她在这片大山里实现了自己的人生价值。

详版：2022年感动中国人物杨宁，心系百姓带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，她在这片大山里实现了自己的人生价值。2010年大学毕业后，她选择回到家乡，带动村民发展产业。起初选择的多个产业皆以失败而告终，但她没有放弃，甚至不惜偷偷把家人为她在融水县城买的一套婚房卖掉，将所得的30多万元用作产业启动资金。最终她成功帮助村民脱贫，也帮助村庄实现经济增长。杨宁的行动体现了为人民服务的宗旨。

二、奉献

简版：2022年感动中国人物杨宁，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，以无私奉献的精神，照亮乡村，温暖人心。

详版：2022年感动中国人物杨宁，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，以无私奉献的精神，照亮乡村，温暖人心。2010年大学毕业后，杨宁选择回到家乡，带动村民发展产业。起初选择的多个产业皆以失败而告终，但她没有放弃，甚至不惜偷偷把家人为她在融水县城买的一套婚房卖掉，将所得的30多万元用作产业启动资金。最终她成功帮助村民脱贫，也帮助村庄实现经济增长。她不辞辛劳，舍小家、顾大家，始终一心为

民，以实际行动践行共产党员的奉献精神。

三、实干奋斗

简版：2022年感动中国人物杨宁，通过勤劳实干，不懈奋斗，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，照亮乡村，温暖人心。

详版：2022年感动中国人物杨宁，通过勤劳实干，不懈奋斗，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，照亮乡村，温暖人心。2010年大学毕业后，杨宁选择回到家乡，带动村民发展产业。起初选择的多个产业皆以失败而告终，但她没有放弃，甚至不惜偷偷把家人为她在融水县城买的一套婚房卖掉，将所得的30多万元用作产业启动资金。最终她成功帮助村民脱贫，也帮助村庄实现经济增长。杨宁用实际行动践行了共产党人“一切为了人民”的根本宗旨，彰显了“实干兴邦”的精神追求。

四、梦想

简版：2022年感动中国人物杨宁，心怀家乡振兴梦，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，照亮乡村，温暖人心。

详版：2022年感动中国人物杨宁，心怀家乡振兴梦，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，照亮乡村，温暖人心。2010年大学毕业后，杨宁选择回到家乡，带动村民发展产业。起初选择的多个产业皆以失败而告终，但她没有放弃，甚至不惜偷偷把家人为她在融水县城买的一套婚房卖掉，将所得的30多万元用作产业启动资金。最终她成功帮助村民脱贫，也帮助村庄实现经济增长。杨宁的事迹启示我们，坚定的理想信念和不懈的努力，是实现个人价值的关键所在。

五、担当

简版：2022年感动中国人物杨宁，敢担当，善作为，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，她在这片大山里实现了自己的人生价值。

详版：2022年感动中国人物杨宁，敢担当，善作为，带领村民在大苗山战贫困、拔穷根，她在这座大山里实现了自己的人生价值。2010年大学毕业后，杨宁选择回到家乡，带动村民发展产业。起初选择的多个产业皆以失败而告终，但她没有放弃，甚至不惜偷偷把家人为她在融水县城买的一套婚房卖掉，将所得的30多万元用作产业启动资金。最终她成功帮助村民脱贫，也帮助村庄实现经济增长。杨宁的行动彰显了共产党人的责任和担当。

