



# 读书报告及学习体会

## —— 集锦 ——

**2019 第 8 期**

(总第 24 期)





## 编者按

2017年5月以来，学院党总支在全体党员、入党积极分子和群众中开展了读书、学习活动。在学院党总支坚强领导下，在各支部大力配合和全体党员群众积极参与下，活动开展两年以来取得了丰硕成果：截止到2019年4月，共编辑《优秀读书报告及学习体会集锦》18期。在此基础上，党总支联合院团委开展了2017年度、2018年度“书香留痕、好文共赏”优秀读书报告、优秀学习体会评选活动，分别评选三等奖以上获得者各9名。

党的十九大吹响了“建设学习大国”的号角，要求党员干部既要政治过硬、也要本领高强，并把增强学习本领放在全面增强执政本领的首位，提出“建设马克思主义学习型政党，推动建设学习大国”。为深入贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神，落实全国高校思想政治工作会议和中央31号文件精神、推进“两学一做”学习教育、学习贯彻学校第十三次党代会精神等工作，2019年4月15日，学院党总支2019年第2次扩大会议决定，自2019年5月起至2020年4月，开展新一轮读书、学习活动，并根据新的形势发展需要更新和完善了阅读书目。

古人说“学不可以已”。在经济科技社会日新月异的今天，各种学习成为了我们生活的必需。愿大家把学习中的点滴体会、感悟记录下来并传播出去，共同分享学习的喜悦和收获！



# 目 录

## 【读书报告篇】

1. 《习近平讲故事》读书报告 ..... 宋建强 6
2. 《战争与和平》读后感 ..... 周 璇 8
3. 记忆永存 校魂永驻  
——读《北大校长与中国文化》有感 ..... 吴晓峰 11
4. 《北大校长与中国文化》读后感 ..... 白永花 15
5. 《战争与和平》读后感  
——用生命诠释责任与荣誉 ..... 高思宇 17
6. 老子的人生智慧  
——《道德经》读书心得 ..... 庞 磊 20
7. 《中国文化概论》读后感 ..... 王迎春 23
8. 从鸦片战争到五四运动 ..... 陈 晨 25
9. 《梦在青春在》读后感 ..... 唐 湘 29
10. 《习近平谈治国理政》读后感 ..... 张 雨 31
11. 《平凡的世界》读后感 ..... 姜 阔 34



## 【学习体会篇】

1. 《我和我的祖国》观后感 ..... 沈银英 38
2. 李茂春《学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想》学习心得 ..... 曹 建 41
3. 修己以应万物——学习赵国华老师《我的故事，你的启示》  
——基于职业自律的教师专业成长路径》有感. 王 倩 44
4. 参观李大钊故居有感 ..... 陈尔华 47
5. 参观李大钊纪念馆有感 ..... 马 瑞 50

## 【国庆专栏】

1. 以团结凝聚力量，以奋斗成就梦想 ..... 白 素 52
2. 新中国 70 周年庆，和我有关 ..... 杜 鸿 56
3. 致亲爱的教师小队 ..... 代 鑫 60
4. 重燃的激情，找回的初心 ..... 高 强 63
5. 我和我的祖国，一刻也不能分割 ..... 胡年婷 66
6. 奋斗永远在路上 ..... 李菁菁 70
7. 不忘初心，牢记使命，甘于奉献，砥砺前行 ..... 梁 娜 75
8. 我骄傲我是中国人，我幸福我是北大人 ..... 马 睿 79
9. 团结的力量 ..... 苏帅华 84
10. 我与祖国共奋进 ..... 王 琪 87



|  |     |     |
|--|-----|-----|
| 11. 团结起来，振兴中华，爱北大，爱祖国.....               | 武 瑞 | 90  |
| 12. 做好每一次螺丝钉.....                        | 王姗姗 | 94  |
| 13. 不忘初心，继续前进.....                       | 王杨曦 | 99  |
| 14. “我，我们，他们” .....                      | 熊 瑛 | 103 |
| 15. 凝心铸魂，筑梦未来，永久奋斗，阔步前行.....             | 杨 虎 | 108 |
| 16. 向祖国母亲表白之重大活动感悟 .....                 | 曾玉芬 | 114 |
| 17. 做好国庆 70 周年群众游行<br>“凝心铸魂” 方阵一点位 ..... | 张 丽 | 120 |
| 18. 追梦人 .....                            | 张 伟 | 124 |



# 读书报告篇



## 《习近平讲故事》读书报告



**宋建强**

教工二支部入党积极分子，圆明园校区管理办公室

《习近平讲故事》一书是由人民日报社组织编写，人民出版社发行的经典之作。习近平总书记是个讲故事的高手。他喜欢用生动的故事来说明道理。

该书从习近平总书记数百篇讲话和文章中，精选出体现他治国理政新理念、新思想、新战略的 109 则故事。这些故事具体而生动，通俗而深刻，既高大上，又接地气，为深入学习习近平新时代中国特色社会主义思想打开了一扇窗户。这些故事涉及古今中外，时间跨度大，涉及人物多，故事来源广，真可以说是一部迷你的中国故事。

该书分为对内篇和对外篇，对内篇包括廉政、品格、励志、治理



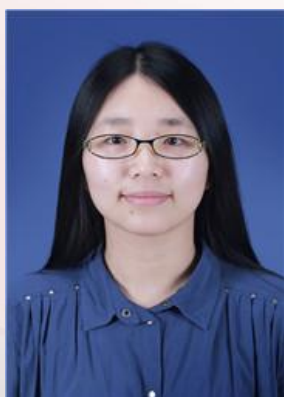
等；对外篇侧重于人民友好、国家交往、文化融通、历史情感等。通过读这本书，我的感受就是习近平总书记的讲话和文章既有强大的思想说服力，又有强烈的文化感染力，如沐春风，令人意犹未尽，回味无穷，让人想听、爱听，听的过瘾，让人受益匪浅。习近平总书记的每个故事都是经典。例如，老一辈无产阶级革命家都是廉政与勤政的楷模，我们各级干部一定要向老一辈无产阶级革命学习，努力做到“廉不言贪，勤不道苦”，这样，我们就能永远根植与群众之中。

习近平总书记讲的这些，都是从历史传承中来，从文化经典中来，从现实生活中来，从人民群众中来，从工作实践中来，是最值得点赞的中国故事。通过讲述中国故事，让后代了解历史，让世界了解中国，让人民更加团结，让中国更有力量。





## 《战争与和平》读后感



**周璇**

教工三支部党员，网络培训中心

最近在看《战争与和平》，家人知道我在读这本书，脱口而出“初中生必读书目”，当我反问他是否读过时，他也是否定的答案。我想，世界名著就是从小就知道要看，自己也觉得该看，但人人都觉得将来会看，人人又都没看过的东西。而《战争与和平》这样的大部头更是如此。选择这本书的初衷就是完成学生时代一直未完成的任务而已，但真的读完这本书后，才真正体会到名著的含义和其本身所具有的厚重感。

《战争与和平》是俄国作家列夫·尼古拉耶维奇·托尔斯泰创作



的长篇小说，小说中总共描写了 559 个人物，被认为是世界文学作品中人物最多的一本小说，也是俄国文学史上第一部长达 13 万字的长篇巨著。

书名叫《战争与和平》，但通篇是以“战争”为主题，以 1812 年的俄国法国战争为中心，讲述了法国拿破仑时期俄国所发生的事。《战争与和平》的故事跨度 15 年，小说以安德烈、皮埃尔、娜塔莎这三个人物的故事为主线，在战争年代与和平时期的交替描写中，为读者展现了当时俄国的政治、经济、军事和家庭的基本情况。

1805 年 7 月，拿破仑征服了欧洲，野心满满的他下一个目标就是俄国，这让法国与俄国之间的关系快速恶化，但俄国的上流社会并没有紧迫感，依旧是纸醉金迷，这些达官显贵们该吃吃、该喝喝，忙着开社交舞会，本书就是在这一背景下徐徐展开。在皇后的女官举办的舞会上，20 岁的海归皮埃尔与其他的上流人士的政见起了冲突，紧要关头，青年公爵安德烈出面替他解了围，两位年轻人一见如故。安德烈是位有思想的贵族，他想的不是什么吃喝玩乐，而是建功立业，于是他决定去军队里干一番事业，争一些功名。而皮埃尔则回到了莫斯科，继承了老伯爵的一大笔遗产，摇身一变成为了莫斯科数一数二的资本家，社交界的宠儿，与瓦西里公爵生性放荡的女儿埃莱娜结婚。安德烈的生活虽然没有皮埃尔富足，但精神上是满足的。两人随后的人生轨迹也完全不同，安德烈会因为个人生死而厌恶战争，远离战场，但也因为民族大义再次奔赴前线，最终献出了自己宝贵的生命；而皮



埃尔因为战争，对法国恨之入骨，他决定亲手刺杀拿破仑，却不想被法军逮捕成了俘虏，险些连小命都不保。当然，在经历各种困难之后，俄国终于取得了胜利。

《战争与和平》是我读过的最为宏大也最为深刻的叙事作品，里面对于战争的描述至今让我历历在目。托翁透过小说，让我们看到的是他对于人类命运的爱和悲悯。而中国其实也有自己的“战争与和平”——《三国演义》，但《三国演义》不是《战争与和平》，它展现的是战争的艺术，一条条锦囊妙计、一次次运筹帷幄，讲的是英雄的故事：刘玄德三顾草庐、赵子龙单骑救主、用奇谋孔明借箭等等；而《战争与和平》更多的是对人性的聚焦：安德烈逃离战争后，去寻求家的庇护，可家中妻子的难产而死更让他崩溃到自暴自弃；皮埃尔一夜暴富，极其在乎周围人的认同感，他不爱埃莱娜却娶了她，只因为周围的人都爱她。

有人说，拿破仑的失败是败在了俄国寒冷的气候和俄国人民的爱国主义精神，在我看来，拿破仑是败在了历史规律和算漏的人性。俄国人民长久的经历战争的磨难，就像中国人民对西方帝国主义列强长达一个世纪的压迫而最终奋起反抗，是历史规律，也是人民向上的本能。战争与和平在不同的历史时期不断的交替上演着，天下大势，合久必分，分久必合，中国人民的伟大复兴就成为了历史必然，人民不愿再受到压迫、不愿再落后、不愿再挨打，迈着稳健的步伐，努力实现民族复兴的宏伟大业。



## 记忆永存 校魂永驻

### ——读《北大校长与中国文化》有感



**吴晓峰**

教工三支部群众，教学管理办公室 副主任

《北大校长与中国文化》是中国当代著名哲学家、教育家、国学泰斗汤一介先生是为北京大学 120 周年校庆而策划的“北大记忆”丛书之一。全书收录了从孙家鼐到季羨林等 11 位北京大学校长/副校长和陈独秀、朱光潜等 5 位北大知名学者的小传，讲述了这些知名学者、教育家的生平事迹、学术贡献、教育理念。这些知名学者也是某一时期的学术文化界的代表人物，在他们身上集中地反映了当时思潮的热点和重心。如果把他们联系起来作为一条发展线索来考察，那么他们的



活动和贡献就构成了现代中国学术文化思想发展中的一个历史环节。读罢，印象最深、最喜欢的仍是第“倡学术自由，开一代新潮”蔡元培篇。

蔡元培先生的教育模式新颖，不拘一格，他认为教育是国家兴旺之根本，是国家富强之根基。教育思想灵活，兼容并包，不因学术争议而排斥，广泛吸收各家所长。“教育者，养成人格之事业也。”他主张教育应注重学生，反对呆板僵化。

## 思想自由 兼容并包

蔡元培为人宽厚、恻隐为怀，对中国社会及陋俗有透彻观察。两度游学欧洲、亲身感受文艺复兴后的科学精神及法国大革命后的思潮。他提倡民权与女权，倡导自由思想，致力革除“读书为官”的旧俗，开科学研究风气，重视公民道德教育及附带的世界观、人生观、美学教育。

梁漱溟曾说，蔡元培从思想学术上为国人开导出一股新潮流，冲破了旧有习俗，推动了大局政治，这是十分正确的。正是因为蔡先生的兼容并包、思想自由，使得新文化有了落脚之地，使得北大成为新文化运动的堡垒，科学民主的思想得以传播。因此从这个意义上讲，蔡元培不仅是现代北大的缔造者，也是中国现代大学理念和精神的缔造者。

蔡元培作为近代中国文化界的卓越先驱者，其著名的文化思想和学术观点，曾对中国的历史进程发生过重要的影响。蔡元培任北京大



学校长时提出的“兼容并包”的学术思想，不仅成为他主持北大教育工作的重要指导思想，同时也是他所坚持的办学原则。此思想提出后，一批具有新文化、新思想的代表人物进入北大，北大因此而成为中国思想活跃、学术兴盛的最高学府。因此，“兼容并包”思想在接纳新文化、反对封建文化方面起到了积极作用。

## 民族学研究

蔡元培先生在教育和美学方面的贡献有目共睹，但在民族学方面的贡献却鲜为人知。蔡元培在自写年谱中称，自己的梦想之一就是写一本《比较民族学》，“以研究民族学终老”。蔡元培赴京殿试时，在有关西藏的策论题中，他还详述西藏“地域广袤，山川道里”。

## 五育并举

蔡元培是第一位提出“军国民教育、实利主义教育、公民道德教育、世界观教育、美感教育皆近日之教育所不可偏废”的教育思想家，主张五育并举，这是蔡元培教育思想的一个显著特点。辛亥革命胜利不久，南京临时政府刚刚成立时提出来的。要使资产阶级对封建教育的改革能够深入、健康地开展，迫切需要在统一的教育思想指导下，尽快地确定一个反映资产阶级要求的教育宗旨，来规定资产阶级对于人才培养的目标和要求，只是在这样的形势下，1912年2月间蔡元培发表了著名的教育论文《对于新教育之意见》比较系统地提出了五育并举的思想

蔡元培不仅为中国近现代资产阶级大学教育理论的形成打下了



坚实的基础，而且其中许多真知灼见，如重视大学开展科学研究工作，提倡“思想自由，兼容并包”，注重发展学生个性，主张“沟通文理”，以及“依靠既懂得教育，又有学问的专家实行民主治校”等等也对后世产生了重大影响。毛泽东在唁电中誉其“学界泰斗，人世楷模”，蔡先生不愧为北大人心中永远的校长。

16 人的精彩人生，见证了北大从晚清走向现代的 120 年历史，奠定了北大在中国文化史上的特殊地位和贡献。了解他们如何治身、治学与治校，对于更好地理解 and 传承北大精神，把握中国近现代思想文化史的热点与脉搏有很大启发和帮助。





## 《北大校长与中国文化》读后感



**白永花**

教工三支部入党积极分子，教学管理办公室

最近我读了《北大校长与中国文化》这本书，全书收录了从孙家鼐到季羨林等 11 位北京大学校长/副校长和陈独秀、朱光潜等 5 位北大知名学者的小传，讲述了这些知名学者/教育家的生平事迹、学术贡献、教育理念等。

其中我印象最深的是关于学界泰斗蔡元培先生的篇章。在北京大学的校园中，我们能够看到很多以人名命名的教学楼，广场，也能够看到很多知名教育家的塑像矗立在各个显眼的地方，而在校园的深处，在未名湖畔的苍松翠柏之间，矗立着原北大校长——我国著名的革命家、教育家、思想家蔡元培先生的半身铜像。每次去的时候，都能看





到上面敬献有鲜花，人们也是通过这种方式，来缅怀和表达敬意。翻开北大的历史，我们就会发现，没有谁更能比蔡元培先生同北大的关系更为密切了。可以这样说，如果没有蔡元培，民国时期的北大能不能继续办下去，能不能出现今天的辉煌，是没人敢肯定的回答。蔡元培成就了北大，北大也成就了蔡元培，毛泽东曾经这样评价蔡元培，“学界泰斗，人世楷模”。

蔡元培先生 1917 年任北京大学校长。作为一个贯通中西的学者，蔡元培先生主张学术民主、思想自由，反对历史上那些独尊孔氏的学风，痛疾科举制度下知识只是作为加官进爵之途径的恶俗心理。在就任北京大学校长期间，他力整校风，改革教制，发表演说，宣传他的学术自由、兼容并包、发展美育的思想，在中国教育史上写下光辉的一页。蔡元培之所以能够被时代铭记，是由于他缔造了一所新的北大，更在于他全新的教育理念。蔡元培的功绩，正如梁漱溟所说：他“一生的成就不再学问，不在事功，而只是开出一种风气，酿成一大潮流，影响到全国，收果于后世”。

北京大学是中国现代新文化运动的中心，也是现代中国学术研究的中心。北京大学的历任校长在中国学术文化史上占有重要的地位。著名学者王瑶先生曾说：“北大的历届校长都是著名的学者，他们不仅是北大的校长，而且也是某一时期学术文化界的代表人物，在他们身上集中地反映了当时思潮的热点和重心。”王瑶先生还认为，如果把历届校长“联系起来作为一条发展线索来考察，那么他们的活动和



贡献就构成了现代中国学术文化思想发展中的一个历史环节”。

## 《战争与和平》读后感

### ——用生命诠释责任与荣誉



**高思宇**

教工三支部群众，技术保障办公室

贵族青年安德鲁公爵即将要上战场前和自己的父亲道别，而他富有而正直的父亲安德烈耶维奇·博尔孔斯基公爵在童山过着深居简出的生活。老公爵正直、爱国、孤傲，忠贞为国。他曾在军队服务，很重视苏沃诺夫的军事艺术。他对任何东西，对任何人都一无所求。他认为人类两大罪恶的根源是懒惰和迷信，人类两大崇高品德是勤劳和智慧。他亲自培养教育女儿，对事情一丝不苟，让周围人对他产生一种尊敬甚至畏惧之情。在儿子安德烈和他告别从军时，他特别强调军人的荣誉和爱国的责任感。当儿子问他身体如何时，老公爵说，“老样子！孩子，只有傻瓜才会失去



生命，我一天从早忙到晚，少食、少喝酒，所以身体很好。”当儿子说“感谢上帝”时，老公爵却风趣而清醒地告诉儿子说，“上帝与这件事无关”。当儿子谈及战争和出战时，老公爵说“因为你没有拖延多日，没有纠缠着女人的衣裙。服兵役第一。谢谢，谢谢！”。在最后儿子即将离开时，老公爵吻吻儿子的手，然后拥抱自己的儿子。“安德烈公爵，有一点你要牢记在心，如果你被敌人打死，我这个老头子会感到非常悲痛的……如果我知道你的行为不像尼古拉·博尔孔斯基的儿子，我就会……感到汗颜！”老公爵时刻注意生命的责任。1812年的战争震动了他。他毅然召集民兵与逼近的敌人进行斗争。在激昂紧张的爱国活动中，他中风了。临死前还关怀着祖国的命运。老公爵看中的永远是生命的责任和荣誉。在托翁的小说中，无论是老公爵，还是安德烈公爵，还是纨绔贵族青年阿纳托斯，还是少年公爵彼嘉，他们本是俄国贵族，可以逃避战争的危险。可是，在俄国面临着危机的时候，他们却依然挺身而出，用自己的生命，诠释了尊贵的责任和荣誉。生命的价值在于呈现一个精彩的生命。活着是为了做事，为了创造一个精彩的生命历程，这才是对于生命的诠释，俄罗斯贵族伯爵们对他们的儿子们就是这么要求的。

回想这次国庆前放映的《我和我的祖国》电影中的一些片段，《前夜》讲述的是为完美的完成 1949 年 10 月 1 日中华人民共和国成立当天升国旗任务的故事，为保障开国大典国旗顺利升起，设计



师林志远和那帮为这历史意义的时刻排除万难的同志们历尽千辛，最后终于完美的完成任务。《回归》讲的是 1997 年香港回归的故事。导演以手表时间为主线，用不同的人不同的职业和角度去展示整个故事的主题。香港回归，晚一秒升旗就对不起中国人民，早一秒升旗就失信于英国，这是我们中国作为大国的担当和责任。平凡的人用不同的形式诠释责任和荣誉！





## 老子的人生智慧——

### 《道德经》读书心得



**庞磊**

教工三支部群众，总务办公室

最近读了老子的人生智慧这本书。对老子修身养性、立人处世的精髓有了进一步的理解和学习。他蕴含了丰富的人生哲理。许多年来，人们从这部智慧宝典中汲取了治国、安民涵盖社会万物的精神主旨。

我简单归纳了老子思想的精髓和要点，做如下记录。

**精髓：**遵道而行。不妄为（以前认为老子的无为是无作为，现在认识的不是无作为，其本意是不妄为，而有作为）

**静心。**我们十分渺小，力量十分微弱，人生短暂，我们要端正心态静心、净心静安人生坐标。静心：静安人生坐标，净心：净处人生方向，尽心：尽展人生作为。静心是安心工作之本。人们的心境到达虚静的状态，才会时刻持续谦虚谨慎、不骄不躁的作风，才会在社会中、生活中、工作中出实招、办实事、求实效。



**清静无为。**老子云：“致虚极，守静笃。”强调了致虚守静的修养。“致虚”就是要消除心灵的蔽障和理清混乱的心智活动，而后才能“守静”，透过“静”的工夫，深蓄厚养洞察力，才会“知常”，逢凶化吉。老子从视、听、味、嗅、触、物六方面形象勾划了人们因贪婪而染色、染音、染味、染心、染身所导致的严重后果。故后人云：六根清净、一尘不染。意在教人约束，收敛人们的贪欲之心。

老子的无为思想并不是说消极而无所作为。老子在《道德经》说“道，常无为而无不为”，无作为，是对老子《道德经》的误解。而老子本意是在教人遵道而行，不妄为，而有作为。只有“不妄为”才能更好地有所大作为，也就是说“不妄为”是有所作为的保证。“有为”是尽心扮好社会主角，干好本职工作，担起家庭职责，就是“有作为”。在当今社会中，能尽心安心于本职，那他的心态肯定是处于静心、净心的状态，即神不外驰，心不外思，静心、净心是尽心干好一切工作的前提和先决条件。

再次学习了老子的《道德经》，领悟了其高深的教育理念。一句自知者智，自胜者强蕴含了无尽的深意。孙子兵法说：知己知彼，百战不殆。人贵有自知之明，而事实却是：太多的人螳臂当车或是妄自菲薄，很多时候，我们会发现自己所扮演的主角恰恰就是自己最厌恶的那个人。所以每一天都要不断的战胜自己，超越自己。天行健，君子以自强不息。最大的敌人就是我们自己，所以真正的强者是战胜自己的人。



我在读书之中充满了乐趣，而读《道德经》这本充满哲理的书更是乐趣无穷。古人云：书中自有颜如玉，书中自有黄金屋、读书破万卷，下笔如有神。而我觉得，读书要有选取性，同时要能够站在作者的角度思考问题，学会感同身受。另外最重要的一点是：使用知识的主体是人，因为兵无常势，水无常形。把老子的人生智慧运用到我们的实际生活中来，我要做到：把忠心献给祖国，热心献给群众，爱心献给社会。最重要的，信心留给自己。





## 《中国文化概论》读后感



**王迎春**

教工三支部群众，教学管理办公室

《中国文化概论》是由张岱年、方克立主编，北京师范大学出版社于 1994 年出版的书籍。这本书正文分上编、中编、下编，共 19 章。全书按照中国传统文化的发展历史（所依附的地理环境、经济基础、政治结构、发展历程、多民族文化融合与中外文化交汇）、中国传统文化的具体内容（语言文字和典籍、科学技术、教育、文学、艺术、史学、伦理道德、宗教、哲学等）、中国文化的总体特点（类型和特点、基本精神、价值系统）、中国传统文化的发展展望（向近代文化的转变及建设社会主义新文化）为线索展开，每一部分都叙述得详尽而有条理，使中国传统文化呈现可感的立体结构。

文化究竟是什么？我们常常会提到文化这个词语，但是如果让我们对文化下一个确切的定义，好像又说不出是什么是文化。文化这个概念实在是太广阔了，不知从何说起，不知归于何点。我们现在研究中国各个时代的传统文化，一是为了更好的理解各个时代的古人的思





想以及当时的生活状态，更是为了能够从中汲取一些精华的东西来传承下去，并将这些东西运用的我们当代的生活之中。研究中国传统文化，能够让我们更好的理解华夏民族的灵魂，能够让我们更好的把握这个民族发展的脉搏。

历史与文化总是密不可分的，历史是记录人类过去发生的事情，那么就是人类流传的记录，正是文化的记录。我们要研究文化，必不可少的要研究人类的历史。我感觉本书在很大一定程度上是介绍了人类历史的一部分，以此来折射表现文化的内涵。文化的重要作用对于个人或者民族，甚至国家都是无可取代、无法割舍的，一个重视文化发展的个体或群体，往往能够更好更自然更顺利的发展并前进，因此我们要通过传统文化来使自己借鉴一些想法，应用到现代的生活当中去。

古人云，以史为镜可知兴替。这书记载的历史文化处处透射出了中华文明曾经的辉煌，但细读这本中国千年文化史的终极目的绝非是去一味追索一种昔日的文明，去单纯重温昔日中国文化的光辉灿烂。历史的真正作用是告诉后来人，不要再走前人曾经走过的错误的路，或是让后人从前人的经验中汲取养分指导未来，因此文化始终与历史相融。

读了中国文化概论后，我深深地感受到中国文化的璀璨与美丽。



## 从鸦片战争到五四运动



陈晨

教工四支部群众，对外合作办公室 副主任

有人说，中国近代史是一部屈辱史。自从 1840 年，英国人用鸦片和炮舰打开中国大门后，各国侵略者就不停的侵略中国，发动了一次比一次更大规模的侵华战争，像鸦片战争、第二鸦片战争、甲午中日战争、八国联军侵华战争……用武力强迫腐败的清政府签订了一个又一个不平等条约，对中国进行野蛮和疯狂的劫掠。中国的国家主权和领土完整遭到严重的破坏，中国一步一步沦为了半殖民地半封建国家，面临被西方列强瓜分的危机，中华民族陷入苦难深重和极度屈辱的深渊中。

1840 这个数字对于中国的历史来说，是一个相当重要的节点。就像公元前 221 代表着中国的大一统，1949 代表着中华人民共和国的成立一样，它也有其独特的意义。但不同的是，另外的二者都是代表了中国的繁荣昌盛，唯独 1840 却是中国历史黑暗的代表。众所周知，自秦朝的建立起，我国无论是经济、文化或是军事实力都处于世



界的一流水准，甚至在唐朝时，出现了万国来朝的壮观景象。但随着时代的变更，在 17、18 世纪远在大洋彼岸的欧美强国都已完成了原始资本的积累，进入了工业革命。而此时的中国统治者却还沉浸于天朝上国的美梦之中，满足于自给自足的小农经济，继续实行着闭关锁国的政策。

终于，在 1840 年，英国的坚船利炮敲开了中国的大门，农业文明很快在与工业文明的较量中败下阵来，《南京条约》的签订也让中国首次沦为了半殖民地半封建社会。但清朝统治者将此次战败的原因归结为准备不足，于是乎 16 年后的 1856 年第二次鸦片战争爆发，清政府虽在起初全力应敌，但依然不得不接受冷兵器已被时代淘汰的现实，最后不仅遭遇了火烧圆明园的耻辱，还签下了丧权辱国的《天津条约》与《北京条约》。

在这次战败后，清政府的统治者终于意识到了自己的落后，开始了以“师夷长技以制夷”为口号的洋务运动。但洋务运动的本质却是“中学为体，西学为用”，虽然对中国民族资本主义起到了促进的作用，但此后甲午战争的战败也宣告洋务运动的彻底破产。此时中国的先进思想家发现仅仅学习西方的先进科学技术是不足以拯救中国的，于是开始了以光绪帝和康有为等一众思想家带头发起的戊戌变法。但由于戊戌变法的涉及面仅停留于知识分子，尚未涉及社会底层的劳动人民，因此很快被朝廷中以慈禧为代表的顽固派所镇压，戊戌变法宣告失败。但不得不承认，仅仅进行了百日的戊戌变法仍然对当时中国



社会的思想产生了巨大的冲击，也为之后的五四运动做了重要的铺垫。

而 20 世纪初的清末新政更是走过场般地欺骗了人民的感情，也因此以孙中山为首的资产阶级革命家不再对清政府抱有幻想，揭开了辛亥革命的序幕。但辛亥革命虽然一定程度上改变中国的国体，推翻了长达两千年的封建统治，但人民的封建思想仍根深蒂固，无法跟上制度上的变革，终究被袁世凯盗取了革命的成果。

终于在 1919 年，由于作为战胜国的中国却在巴黎和会上遭遇了不公平的待遇，加之政府当时与日本签订的丧权辱国的《二十一条》，五四运动爆发。五四运动是在学生的带领下开启的，因此此次运动的普及程度也远超此前的洋务运动、戊戌变法等，它也是中国历史上第一次反帝反封建的爱国运动，可以说是中国从旧民主主义革命到新民主主义革命的分水岭。

那么为什么在 70 余年间中国尝试了如此多的改变，仅有最后的五四运动成功了呢？首先让我们来看一下这每一次改革或革命究竟改变或学习的是什么。

洋务运动学习的是西方的器械制造；戊戌变法学习的是西方的先进思想（仅限于知识分子）；清末新政更是从未实行，一直在预备立宪阶段；辛亥革命改变了政治体制，却未改变人民落后的思想；五四运动核心是反帝反封建，也是寻求思想和文化上的改变，但其覆盖面从最初的学生到后来的工人，可以说是涉及到了社会中大部分人。

我们可以看到，学技术行不通，那就学思想，思想行不通那就学



制度，制度还行不通又回到了思想，只是最后一次的思想是大家一起学习，换言之，就是利用了人民的力量。因此，五四运动的成功不仅仅归功于其学习内容的正确，更加归功于其巧妙地发动了人民的力量。

事实上，在我国历史上不乏利用群众的力量获得胜利的例子。近代我国的建国之路历经坎坷，但由于我国农民人数占了总人口的大多数，农村包围城市的道路却为后来共产党的抗日战争和解放战争都打下了坚实的群众基础。

当下我们所身处的社会仍处于一个巨大的变动中，我们的祖国正在快速地发展，而我们每一个人正是人民群众中的一份子。因此，习总书记所提出的中国梦不是他一人或是一个领导班子的努力就能实现的，而是需要依靠我们每一个中国公民的不懈奋斗和努力，来实现我们每一个人的中国梦。



## 《梦在青春在》读后感



**唐湘**

教工三支部群众，市场开拓办公室 主任助理

《梦在青春在》是俞敏洪的最新作品集，收录了他近年来的随笔、演讲实录及媒体报道等。他用亲身经历告诉我们，如何在追梦的路途中一路向前，绝不向现实低头、妥协，并最终成就梦想中的人生。他的每一篇文字都在诉说青春与年龄没有关系，有的人 20 岁就已老去，而有的人 80 岁却依然拥有一颗年轻的心。除了对个人奋斗经历的深情回顾，他还用文字生动地展示了新东方成立 20 年以来的发展历程及变革之路。面对时代的剧烈变革，他说新东方和自己“宁可死在改革的路上，也不死在原来成功的基因里”。书中激扬文字，热情鼓励学生、创业者和同行，全书充满了理想主义和励志色彩。

梦想，俞老师把这个主题放在此书的第一章，而他也用自身的经历告诉我们拥有梦想是多么重要的一件事。俞老师的书中没有一味的说教，他只是在用自己的经历，自己的阅历去唤醒每一个人心中的力量。他教导年轻人，你的成功与你的生活环境、家庭条件等没有关系，



与你内心的渴望有关。一个人可以过贫困的生活，一个人可以过孤独的生活，但是一个人不能过没有理想的生活。一个人就像一棵植物，如果内心没有渴望成功的种子，就永远不会成功。所以我们内心要有一颗渴望成功的种子，这种渴望就是你走向未来的强大动力。

书中给我最深刻感悟的是俞老师对未来教育和对大学生的一些忠告。关于大学生如何度过一个有意义的四年，关于大学生今后道路的选择，如何在现有的教育制度之下最大程度发挥自己的才能，以及使命感与责任感。俞老师在这本书中还写到了自己的生活，那些难忘的旅行，那些印象深刻的书，爱情与家庭，从隐藏在企业管理者的身份下的日常一面中，我们看到了一种很好的平衡，一种事业与生活的平衡，我想这才是最难办到的人生的最大功课，值得借鉴学习。

最后，我引用书中的句子结尾：成功总是偏爱那些执着于梦想的人，如果你能坚持走出足够的距离，哪怕你放慢一点速度，只要前进的方向是清晰的，未来你就能走出别人没有走出来的距离，你就能看到别人没有看到的风景。



## 《习近平谈治国理政》读后感



**张 雨**

教工四支部党员，对外合作办公室

近日，按照院党总支的要求，我通篇阅读并认真学习了《习近平谈治国理政》第二卷，通过学习，使我对我党的光荣传统和为人民服务的宗旨有了更深刻的理解，对我党新时代的任务和目标有了更深刻的认识，更加坚定了在我党的正确领导下，实现中华民族伟大复兴的“中国梦”的信心。具体心得体会总结如下：

一、为习近平新时代中国特色社会主义思想提供了理论基础。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央团结带领全党全国各族人民，推动党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革，中国特色社会主义进入新时代。在治国理政新的实践中，以习近平同志为主要代表的中国共产党人，顺应时代发展，从理论和实践结合上系统回答了新时代坚持和发展什么样的中国特色社会主义、怎样坚持和发展中国特色社会主义这个重大时代课题，创立了习近平新时代中国特色社会主义思想。党的十九大把习近平新时代中国特色社会主义思想





确立为党必须长期坚持的指导思想，实现了党的指导思想又一次与时俱进。

习近平总书记是习近平新时代中国特色社会主义思想的主要创立者。党的十八大以来，在领导全党全国推进党和国家事业的实践中，习近平总书记以马克思主义政治家、理论家的深刻洞察力、敏锐判断力和战略定力，提出了一系列具有开创性意义的新理念新思想新战略，为习近平新时代中国特色社会主义思想的创立发挥了决定性作用、作出了决定性贡献。

二、集中反映了习近平新时代中国特色社会主义思想的丰富内涵。党的十九大报告用“八个明确”概括了习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容，提出了新时代坚持和发展中国特色社会主义的十四条基本方略。《习近平谈治国理政》第二卷对这些核心思想都有充分反映。一是坚持和发展中国特色社会主义的总任务中以“现代化”作为关键词出现了60多次，“伟大复兴”出现了50多次。二是“五位一体”“四个全面”和“四个自信” 习近平总书记这方面的文稿极为丰富，书中对“五位一体”、“四个全面”的每一个方面都设立了专题，并将“四个自信”贯穿其中。三是坚持党对一切工作的领导——书中以《中国共产党的领导是中国特色社会主义最本质的特征》为题，集纳了习近平总书记关于这个重大问题的论述，强调党政军民学，东西南北中，党是领导一切的，必须坚持党总揽全局、协调各方的领导核心作用。



这部著作鲜明体现了习总书记治国理政的思想方法、风格特点和作为大国领袖的风采。作为一名预备党员，有幸生活在这个伟大的时代。我会不忘初心、牢记使命，做好本职工作、践行为人民服务宗旨，与全国人民一起见证中华民族伟大复兴这一历史时刻的早日到来。





## 《平凡的世界》读后感



**姜 阔**

教工四支部群众，对外合作办公室

读完《平凡的世界》感触良多，可在写读后之感想之时，却又不知从何处去落笔，担心自己稚浅的文字表达不出路遥先生那份深远质朴的感情。《平凡的世界》是那么的深入我的内心。体味书中一个个平凡的人物，让我体会到每一个平凡的人都有一个内心中不平凡的世界，每个平静背后都有波澜壮阔，无声的心境在此时，胜似有声。

首先，我很喜欢路遥先生以平凡的世界为出发点。先生的世界是平凡的，是黄土高原上几千几万座村落中的一座。从微观来看，作者刻画出一个个人物的人生旅程，衬托日新月异的时代变迁，反映人们的思想，给人以亲近和启迪。但路遥先生却在普普通通的平凡中看到了主人公的不平凡。

我认为孙少平这个人物是全篇文字的主线，通过他的成长经历来穿针引线，展现给大家面前的是那个时代整整一代人对生活的憧憬与无奈。他受过了高中教育，经过自学达到可与大学生进行思想探讨的程度。路遥先生赋予了这个人物各种优良的品质，包括踏实、不好高



鹜远等。他让我感受到贫穷曾让许多有理想的人们意志消亡，可在逆境中人们的自卑与懦弱我们没有理由去嘲笑它，相反我们要用另外一种眼光去学会欣赏。那种战胜自我，重塑信心的渴望中所表现出自卑里的坚强让我敬畏，因为那也是一种精神。

孙少安应该说是个传统而不失创造的开拓者，在面临上学难的时候，依然决定把希望寄托在弟弟和妹妹身上。他更是一个有担当有责任心的好后生，在他十多岁的时候挑起了家庭的大梁，为了一家人的温饱，为了弟弟妹妹能够继续读书。他知道没有读过书的孩子生活是多么地艰难，而他就是那个为之牺牲的替代品。但他又是那么的心甘情愿，感觉那么的理所当然。他心中装着乡亲，记挂着群众冷暖，为乡亲们都能吃上黄馍馍，一起办砖厂等等，想带领着大家富裕起来。

少平与少安两兄弟同为黄土地的儿子，在平凡的世界中，他们却以截然不同的方式探索着人生，作为农民的孩子，他们也希望插上飞翔的翅膀，他们也向往追求美好的幸福，也渴望拥有一份专属自己的爱情与家庭。他们拥有自己对生活的追求和希望改变命运束缚而坚定的奋斗。

《平凡的世界》给予了我更高的精神追求，我们应该保持一颗积极向上的心，去迎接生活中遇到的各种挫折与挑战。体会书中主人公那般的壮志豪情催人奋进。我们应该看到他们身上的那股无比强大的自信。在每一片净土上，或多或少的都会存在这样或那样的挫折与阻挠，但在每一个时代中也必将会存留无尽的希望与憧憬。



最难战胜的就是自我，如果超越了自我的束缚，克服人类最懦弱的本性，那么自卑也坚强。感想至此以此句共勉。





# 学习体会篇



## 《我和我的祖国》观后感



**沈银英**

教工二支部党员，圆明园校区管理办公室  
副主任

习总书记曾指出，“实现中华民族伟大复兴，是近代以来中国人民最伟大的梦想”，“人民既是历史的创造者、也是历史的见证者，既是历史的‘剧中人’、也是历史的‘剧作者’”。电影《我和我的祖国》分为《前夜》《相遇》《夺冠》《回归》《北京你好》《白昼流星》和《护航》七个篇章，按照时间顺序演绎了从1949年9月30日开国大典前夜筹备——1964年10月16日中国第一颗原子弹爆炸成功——1984年8月8日中国女排奥运会夺冠——1997年7月1日回归——2008年8月8日北京奥运会开幕——2016年11月8日神舟十一号飞船返回舱着陆——2015年9月3日纪念抗战胜利70周年阅兵。七位导演、七个片段，以普通人的故事把新中国成立以来的大事件完美串联，是一部用心、用情、用功的主旋律电影，也是一部以人民为中心的创作观，聚焦和表现的也正是人民这一历史的创造者、见证者和“剧中人”，



影片看后让人热血沸腾、热泪盈眶，所有国人的爱国情结在这 2 个半时间的时长里被牢牢的系在了一起。

七段事件中最让我感动的是《前夜》。它作为全剧的开篇，重现庄严神圣的开国大典这件极富挑战的筹备工作。记得剧中由黄渤扮演的工程师林治远说到“28 年革命，2000 万人牺牲换回来的红旗，我们能做的只有四个字——万无一失！”。所以片中从细致入微的设计图、精确到克的国旗重量、工程师爱吃的小吃、街坊邻居家凑出的红绸、修理旗杆顶端的“阻断球”、到大典当天毛主席在天安门城楼上按下电钮后冉冉升起的五星红旗，仿佛让我们看到一场活着的庆典，一段活着的新中国历史，这样一群有血有肉的革命者、建设者让我们感动的同时，更多的是为这样的历史而自豪。

其次是 0 时 0 分 1 秒都不能差的《回归》。不知为什么当看到回归两字时，内心总会想起闻一多先生在 1925 年 3 月在美国留学期间创作的组诗《七子之歌》里的《香港》的一首诗。

我好比凤阁阶前守夜的黄豹，  
母亲呀，我身分虽微，地位险要。  
如今狞恶的海狮扑在我身上，  
啖着我的骨肉，咽着我的脂膏；  
母亲呀，我哭泣号啕，呼你不应。  
母亲呀，快让我躲入你的怀抱！  
母亲！我要回来，母亲！





诗中把英帝国主义比拟成凶恶的海狮行尸走兽，吃着我们的肉、喝着我们的血，希望母亲能出手相救入怀抱之中，这是多么痛楚的忍受啊！句句扎心令人痛彻心扉。终于当看到影片中从斡旋的谈判的外交官——负责升旗的旗手——校对手表的钟表师，他们的故事虽各自独立但又相互联系，当看到香港警察更换警徽、国歌准时奏响、护旗手肃立敬礼、五星红旗分秒不差的在香港上空升起时，仿佛看到在外受了委屈、受尽欺辱的孩子终于投入到母亲温暖的怀抱之中时，兴奋、骄傲、自豪、激动再一次与我们不期而遇。

70 年的艰辛与辉煌告诉我们，爱国从来都是具体的，需要用奋进书写。目前我们的祖国正处在民族伟大复兴的关键时期，也正处在社会伟大变革的重要时期，弘扬并践行爱国奋斗精神，落脚点在做好本职工作。我们向着民族复兴的伟大梦想进发，始终与党和国家的发展同向同行，以更加坚定的家国情怀、更加高远的理想追求、更加执着的报国信念投身祖国各项事业中。

“我和我的祖国，一刻也不能分割，无论我走到哪里，都流出一首赞歌.....

强国路上，我与您同行。我爱您，中国！



## 李茂春《学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想》 学习心得



**曹 建**

教工三支部党员，技术保障办公室、网络培训中心主任

我在 2019 年 11 月 5 日上午听了李茂春教授的《学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想》课程。李茂春是国际关系学院教授，他自称有 20 年为中南海两厅干部授课的经验。

首先，李教授讲了习近平新时代中国特色社会主义思想的主要内容，可以归纳为八个明确、十四个坚持。具体内容都可以在网上找到资料学习，比如第一个明确，是明确坚持和发展中国特色社会主义，总任务是实现社会主义现代化和中华民族伟大复兴，在全面建成小康社会的基础上，分两步走在本世纪中叶建成富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化强国；第二个明确，是明确新时代我国社会主要矛盾是人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾，必须坚持以人民为中心的发展思想，不断促进人的全面发展、全体人民共同富裕；这是一个新提法，说明随着国家的发展，主要矛盾已经



有所变化，而主要矛盾，是划分时代最重要的依据。在“十四个坚持”方面，1 和 14 涉及党的领导，2 的落脚点是坚持以人民为中心，反腐、扫黑除恶、精准扶贫等都是为了赢得民心。3 涉及改革，是重要举措，从 4 开始，涉及“五位一体”。4 是经济建设的内容，5 是政治建设，6 是依法治国，7 是文化建设，8 是改善民生，9 是人与自然的和谐共处，10 是总体国家安全观。

其次，李教授讲了习近平新时代中国特色社会主义思想的特点

1. 以名字命名。这一点非常重要。之前只有毛泽东、邓小平的先例。当前大量出现习近平思想的分论，比如习近平外交思想、习近平强军思想、习近平新闻思想、习近平党建思想、习近平经济思想、习近平教育思想、习近平文化思想、习近平文艺思想、习近平改革开放思想、习近平生态文明思想等等，搭建了一个新的理论大厦。曾经有一次记者会外媒问到这个问题，答复是“三个代表”重要思想、科学发展观都是集体智慧的结晶，习近平新时代中国特色社会主义思想也是，但习近平本人做出了突出的贡献，具有原创性。

2. 原创性。这个要从习近平的成长经历说起。习近平从 15 岁开始到陕西梁家河做知青插队七年，然后被推荐上清华大学，在中央军委做耿飚秘书三年，然后主动要求下基层，做正定县的副书记、书记，然后到福建、再到浙江，最后再到中央，成为总书记。他从基层一步步历练上来，履历非常完整，工作非常扎实，始终坚持发现问题、分析问题、解决问题的科学工作方法，并且在工作过程中发表了多部著



作，总结工作经验。包括《知之深、爱之切》《摆脱贫困》《之江新语》《干在实处，走在前列》《习近平谈治国理政》（两卷）等。《习近平谈治国理政》第二卷发行 1300 多万册，翻译成 21 种语言，在 160 个国家出版发行。习近平本人在改革、发展、稳定、治国、治党、治军、内政、国防、外交等领域均有洞见，具有极大的原创性。习近平也是兼任领导职务最多的一位国家领导人，他非常勤政，扎实推进各项工作，敢于担当。

3. 实践性。在十八大之前，反腐经常是运动式的。在十八大之后，制度反腐，出台了数十项党内法规，让干部不敢腐，不能腐，不想腐。通过铁腕反腐，拿下了 7 位国级腐败干部，440 多位省部级干部，实现了共产党的自我净化、自我完善、自我革新、自我提高，挽救了党、军队和国家，也为党建思想奠定了基础。在实践中，提出了“四个意识”“四个自信”和“两个维护”，特别强调维护习近平的核心地位和党中央的权威。这个举措，是吸取了十八大之前的经验教训。核心地位非常重要，比如习近平有了核心地位，就能够对正国级干部定规矩，要求他们在退休之后，按规定使用交通工具，按规定配备工作人员，缩短外出休息休假时间。

学习了李教授的讲座，我更加认识到“两个维护”的重要性，也接受了一次“不忘初心，牢记使命”的教育。我们要学习习近平勤奋踏实的作风，立足岗位，努力奋斗，为实现中华民族的伟大复兴贡献个人绵薄之力。



## 修己以应万物——学习赵国华老师

### 《我的故事，你的启示——基于职业自律的 教师专业成长路径》有感



王 倩

教工三支部党员，网络培训中心

如果你是一名乡村教师，你会以一种什么心态面对你的学生？如果你是一名乡镇教师，你会以一种什么状态站立在三尺讲台？如果你是一名城市教师，你又会以一种什么姿态面对自己的工作？……

当一个个体以一种开阔的眼界看到以上问题的时候，当一群不同区域的教师相聚到一起来进行交流的时候，我们也许能发现自己与他人的不同，我们可能会发现自己的特点及不足，我们可能会受到些许心灵的触动……但是，当这些问题全部从一名教师的身上反应出来的时候，我们的心灵却是被震撼的，因为在他的身上，你不但能看到乡村教师的不断成长，也能看到一名城市教师的教育情怀，同时还能看到用心和关爱在他的教育事业及人生历程上的反射。

在听到赵国华老师的课程《我的故事，你的启示——基于职业自



律的教师专业成长路径》时，我看到了“初心”，看到了“责任”，看到了“爱”，看到了“情怀”，看到了“坚毅”，看到了“修己”。

赵老师的课程以实际教学故事为主线，用一个个自己的亲身教育教学案例向大家传达着自己的教育理念和教育实践。十七岁中师毕业走上讲台，开启了几十年的教师职业生涯，从一名山村教师成长为省名师，他以坚持不懈的努力，走出了一条坚毅成长的人生之路，他以满腔的爱人之心，改变着一批又一批学生的人生轨迹。他在自己的人生和职业道路上，不断的修养身心，以面对自己和学生。

他怀揣着一颗最初的对教育的敬畏之心，把每个学生都当作自己的孩子来培养，当学生出现问题的时候，他用自己的责任心扛起挽回孩子的重任，他用理解和爱改变问题孩子的命运，带着一颗不放弃的心坚毅的面对一切苦难。

这节课给我的心以不小的撞击。“初心”“责任”“情怀”“坚毅”……等等的词语一股脑全部浮现在眼前，面对自己的工作，面对工作中的问题和困难，面对领导、同事、工作对象，面对未来和人生……我是以怎样的一种眼界去看待？是以怎样的一种情怀去面对？是以怎样的一种理念去思考？是以怎样的一种态度去应对？……是不是需要重新审视自己的“初心”？是不是需要重新梳理自己的“思路”？这是这节课给我的启示，也是这节课给我的引导。

生活还在继续，工作还要继续，前路漫漫，未来必将如同现在一样，问题和苦难都将继续，关键在于，我们需要继续不断的修养

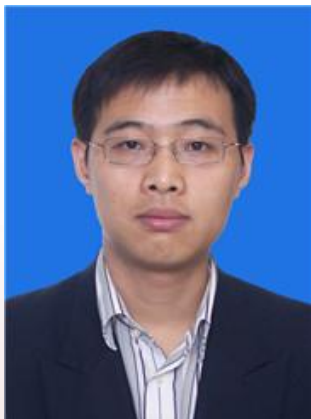


身心，以应对这个不断变化的外在世界和不断变化的内心世界。





## 参观李大钊故居有感



**陈尔华**

教工三支部入党积极分子，教学管理办公室

“大家沿着我手指的方向看，在绿草环绕和苍松翠柏之间有一座李大钊先生的半身铜像”；“李大钊同志我国最早传播马克思主义的人，中国共产主义运动的先驱，伟大的马克思主义者，杰出的无产阶级革命家，中国共产党的主要创始人之一”；“1920年3月，李大钊在北京大学组织中国第一个马克思学说研究会”；“五四运动中，陈独秀不幸被捕入狱，李大钊积极营救陈独秀出狱。为保障陈独秀的安全，李大钊扮成车夫，护送陈独秀经天津乘船去上海。在途中，二人就建党问题交换了意见，成为‘南陈北李，相约建党’的开始”；“李大钊同志在1927年4月被捕，同月28日被张作霖在狱中秘密杀害”等等……这是在讲解北京大学校园的时候给每一位学员必讲的内容。每一次站到李大钊同志的铜像前，心里就升起悠然的崇敬之情，内心深处一直都有一个愿望到李大钊同志的故乡河北乐亭去看看他生活的地方。终于在2019年11月10日有幸参加党总支组织的参观李大





钊纪念馆和李大钊故居的活动，心情澎湃。

天不亮我们就到了约定地点，我以为就我兴奋的睡不着来早了，可是当我达到的时候已经好几位同事已经到了。我不是最早到的，我想大家肯定是和我一样的心情。李大钊这个名字是每一位在北京大学工作的人念念不忘的名字，融于北京大学的血液里。现在要去朝圣他的故乡，怎能让人不兴奋呢？怀着这样的心情我们踏上了朝圣之旅。

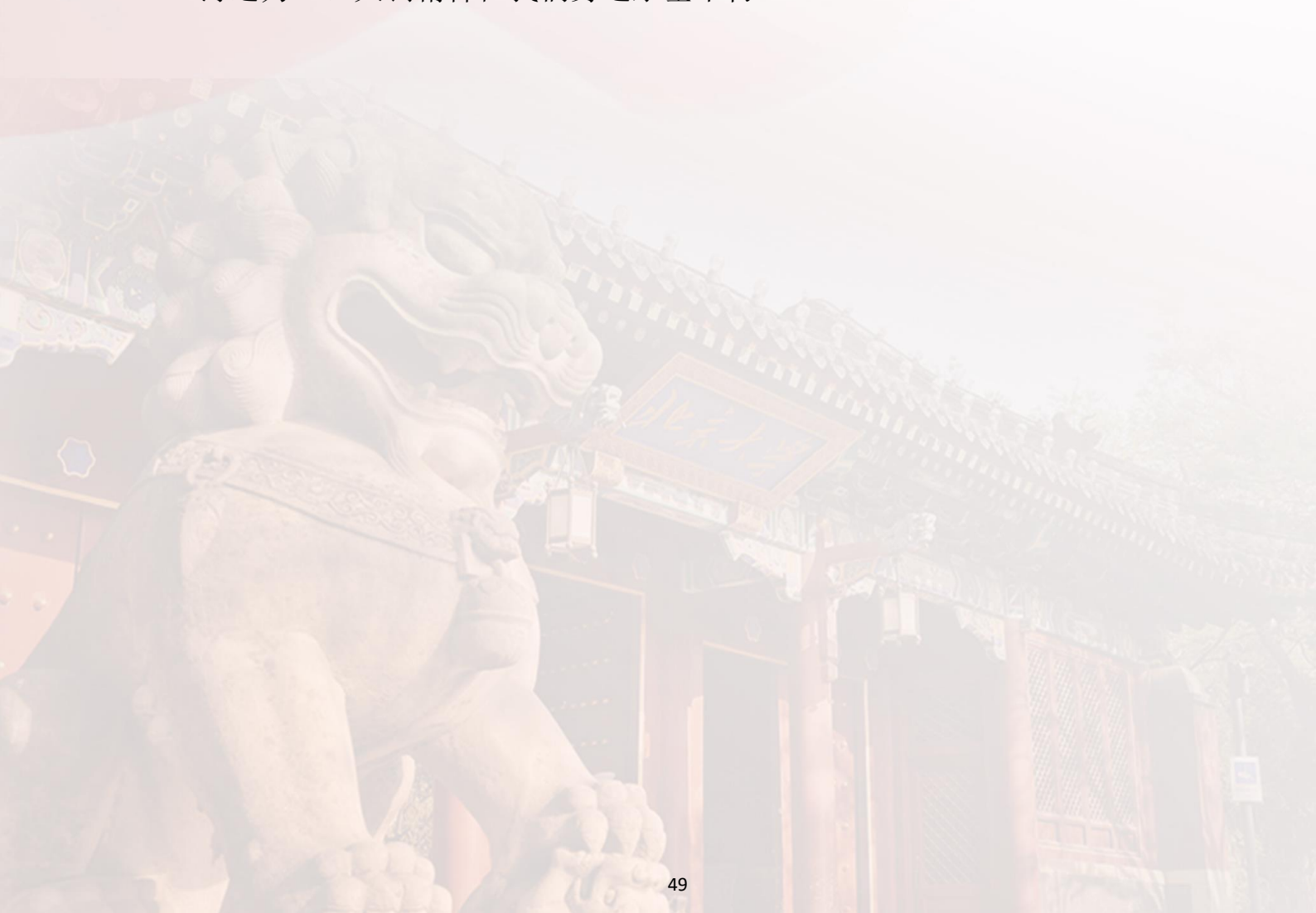
四个半小时的车程，没有影响任何人的心情，下车后首先映入眼帘的是黑、白、灰组成的建筑，建筑古朴典雅。跟着讲解员进入纪念馆，参观的第一个建筑是矗立在广场中央的八根功绩柱。呈六棱柱形，用淡红色毛面花岗岩镶砌而成。刚劲有力的柱体上端，雕刻着党旗党徽的图案。八根功绩柱，占位八方，围成一个圆形，象征李大钊在中国革命史上立下的丰功伟绩。对于我来讲最具特别意义的是我成为了给李大钊敬献花篮的抬花人之一。进入瞻仰大厅，安放李大钊同志汉白玉雕像，神态沉静、深思，面容和蔼可亲。坐像背面是邓小平同志的题词：“共产主义的先驱，伟大的马克思主义者，李大钊烈士永垂不朽。”聆听着讲解员给我们讲解李大钊同志的生平事迹和观看每一幅大钊同志革命活动的图片，每一刻都是那么沉甸甸的，都深深的烙印在自己的心里，回想在那白色恐怖的年代里，大钊为了革命事业面对各种酷刑，他严守党的秘密，承担所有责任，竭力掩护和解救同时被捕的同志。他从容就死，表现出对共产党人初心使命的顽强坚守、对党的事业的无比忠诚，树立起理想信念坚定的标杆。习近平总书记



指出：“李大钊同志是一位真正的革命者，他的伟大人格和崇高风范，将永载中国共产党和中国人民革命斗争的史册。”参观完毕所有的党员重温了入党誓词，虽然我还只是一名积极分子，但这一次多么重要的心灵洗礼啊。

随后我们来到了李大钊先生的故居，更加深刻了解了李大钊的生平事迹和李大钊对于中国革命事业做出的巨大贡献，更加激起了自己内心的波澜。

作为一名积极分子，经过这次洗礼，更加坚定向党组织靠拢的决心和信心。在今后的工作中要更加的努力，为学院发展贡献自己的绵薄之力。让大钊精神在我们身边永垂不朽！





## 参观李大钊纪念馆有感



**马 瑞**

教工四支部入党积极分子，市场开拓办公室  
副主任

通过今天的参观和学习，我深深地被李大钊先生伟大的一生感动和折服，什么样的忠诚意志，什么样的家国情怀，什么样的道德文章，什么样的韬略胸怀，才能铸就如此短暂却又如此波澜壮阔的一生！我今年也恰好 38 岁，对比大钊先生在此年纪所做出的丰功伟绩，让我着实汗颜，也心生向往！感谢学院党总支的这次安排，让我深切感受到了优秀共产党员和北大先贤的初心与使命，也让我真切地受到了极大的鼓舞和鞭策。虽不能像大钊先生一样指点江山、激扬文字，但我会在我平凡的工作中学习继承大钊先生的“铁肩担道义，妙手著文章”的伟大精神，勇于担当，锐意进取，为早日加入党组织、不断书写精彩的人生篇章而砥砺前行！



# 国庆专栏



## 以团结凝聚力量，以奋斗成就梦想



### 白 素

继续教育学院圆明园校区管理办公室职员 中共党员

继续教育学院团委书记

第二大队第 4 中队中队长 方阵点位 0605

我们高喊口号自由震撼，如北疆的雪；我们笑靥明媚生动有爱，如南国的花；我们高举火炬欢愉雀跃，如东海的浪；我们色彩斑斓活泼青春，如西域的霞……我们是“凝心铸魂”，我们在新中国成立 70 周年庆典上用最嘹亮的时代强音向祖国深情诉说。

生逢其时，躬逢其盛。在庆祝新中国 70 华诞的历史时刻，北大人满怀赤子之心吹响集结号角。仍记得 6 月 24 日在燕园大厦会议室召开会议时的情形，就在那一天我们填写了报名表。当顺利通过政审，我们就成为了北京大学“凝心铸魂”方阵 2232 名师生中光荣的一员，我们以一颗赤子之心，选择了以这样的一种形式为新中国庆生。

何其有幸，献礼祖国。这是我第一次参加国庆群众游行，更是第一次以中队长身份加入到北京大学国庆群众游行方阵中，内心感到无比光荣，同时也深知责任的重大。在重大活动开展以来我参与了报名



审核、集中培训、基地集训、校内合练、校外验收、彩排等各个阶段。其中，8月2日至14日，方阵工作组及大中队长与学生赴怀柔基地进行封闭训练，杨虎老师作为方阵教育宣传组组长，我为第二大队第4中队中队长随队全程参加训练。集训期间的工作是高强度的。在怀柔封闭训练的13天里，我们与学生同吃同住同训练同劳动，同时以党支部组织生活会、党小组学习、团支部组织生活会、每日评议会等为契机，以爱国动起来、爱国升起来、爱国比起来等形式，上好爱国主义教育这一大堂课。我们从清晨训练到夜晚，夜里常常工作到凌晨，杨虎老师因为要审稿，凌晨两三点才可以休息。我们以共情方式开展工作的同时，也收获了无数的感动。难忘灯光下的每日评议会从烦恼分发到每日一夸，难忘大雨过后蹚水就餐到文艺汇演的雨中“蹦迪”，难忘深夜工作例会上领导的讲话，难忘烈日下的齐步走，难忘伤痛后温暖物资的及时下发……在重大活动这个爱国主义教育的大课堂上，在这个工作的团队里，在这群可爱的学生中，我不断被感动、激励，我深切感受到了团结的力量，奋斗的意义。

炎夏秋凉、星月征途。封闭训练返校后，我们进入了合练验收的阶段，在这段日子里我们一同感受顺义马场的炙热骄阳，一起仰望良乡机场的浩瀚星空，一起走过尘土飞扬的神秘阅兵村，一起共赏长安街上空皎洁的圆月，一起坐卧在长安街旁的柏油路上……

我们不辞辛苦，团结奋斗，就为了走过主席台的那一分钟，虽是短暂，却是至情。



在这些团结一心、并肩奋斗的日子里，继续教育学院的战友们也一次次让我泪目。回校后方阵接受验收时常常凌晨集结，教师们大多住在校外，在别人睡的最香甜的时候，我们已经从四面八方赶来。有些老师距离学校非常远，例如王琪老师，家住昌平，在一次凌晨集结后我问道他，他说他去了 24 小时的 KFC。王杨曦老师在一次校外验收待命时心脏不适，医务组及时为她吸氧缓解症状，当开始准备行进时，她毅然决定回到队伍中坚持完成行进任务。校内验收有些是骨干点位参加，在一次良乡机场凌晨集结进行验收后，随即骨干点位的师生又要继续凌晨集结再次为北大荣誉而出征。那天天气十分炎热，太阳下等候的时间比较长，有些同学出现了中暑症状，这时我意外的看到了熊瑛老师，她说这个点位的同学请假了，关键时刻我要第一时间顶上，为组织分忧。可想而知，我们刚刚一夜未眠，尚未休整好身体，又再一次夜间出发，对大家的身体是有一定挑战的，而熊瑛同志在组织需要面前毫不退缩，实之可敬！代鑫老师因劳累生病住院，当我问及她为何采血输液都是左手的时候，她脱口而出，我的右手还要用来举火炬！每每回想这这些，我的内心都难以平静，而这样的感人故事在继续教育学院的 18 位成员中比比皆是。看，这就是我们继教人的风采！我们凭借着坚忍不拔的精神，百折不回的意志，展现出了北大继教人的应有姿态。

2019 年 10 月 1 日上午，新中国 70 华诞庆典的钟声在师生的期盼中终于到来，在这一神圣时刻，方阵每一位师生倍感振奋，精神抖擞，



心情豪迈，步伐坚定。记得在近端集结区等候时，我高举手台，与同学们一起耳听直播，当国歌音乐响起，没有任何指令，我们全体师生不约而同凝神贯注齐唱国歌。伴随着“24方阵预备”口令响起，我们以最饱满的热情充分展示了“自由、生动、欢愉、活泼”的昂扬风貌。我们以无数遍“团结起来，振兴中华”的铮铮誓言向祖国深情告白，这无数遍“团结起来 振兴中华”的响亮口号感染了彩车上的楷模，感染了观礼台的观众，感染了沿途的士兵、志愿者……这是每一个中国人民共同的呐喊，这是天安门上空响彻云霄的时代最强音！

国庆群众游行方阵虽已走过长安街，但方阵精神已在我们心中留下烙印，每一个感动的瞬间、奋斗的点滴已成为我们记忆中的宝贵篇章，也将鼓舞着我们不断前行。感谢学校的关怀，感谢学院的支持，感谢4中队，以及最好的继教战友们！让我们一同以团结的力量向前方，以坚定的脚步向未来！以奋斗之我，奉献最爱的国！





## 新中国 70 周年庆，和我有关



### 杜 鸿

继续教育学院网络培训中心办公室职员 中共党员  
继续教育学院团委青年研究部部长  
第一大队第 23 中队中队长 方阵点位 3115

很多年后，甚至耄耋之时，我还会记得今夜训练场上空皎洁的月色、轻柔的风、嘹亮的歌声……那些真挚又热烈的情感吧！经历过，哪怕一点，都弥足珍贵。北大人们，真好！2019 年 8 月 13 日晚 11:49。

那一天，是我们第一次踏上怀柔军训基地，正式开始进入方阵训练的日子。当天训练结束后，我们参加了中队的评议会，认识了身旁的战友，彼此表达了参加活动的兴奋、期许和自豪，同中队的同志们还手拉手唱了“我和我的祖国”、“团结就是力量”。

结束后，在基地 16 人间的宿舍里，伴随着内心的欢愉、紧张和兴奋，悄悄的在记事本里写下了上面这几个字。

对于我们来说，这是北大人家国情怀的骄傲和自豪。同中队的战友，大多数是医学部的学生。近 20 人的教师小队里，有站在讲台教书育人的北大教授，有人事部、设备部、保卫部等机关的老师。我



们站在一起，站在脚下这片训练场，朝着为祖国献礼送祝福的共同目标，“自由、生动、欢愉、活泼”地前进。我感到了无比光荣的使命感，感到了作为北大人的幸运和骄傲，也暗暗下定决心：训练场上定当艰苦训练，不给北大丢脸！生活和工作中，要勤奋好学提升自我，为北大、为学院的发展贡献力量！

训练中，除了自豪，最多的就是感动、温暖与鼓励了。

在中队里，很荣幸担任小队长一职。期间，对于同院老师们对我的理解、支持和帮助有太多的感谢与感动。每一次的物资领取与发放，几乎都有马睿老师的帮忙。有一次因为要带教育部国培（中小学党务工作者）的班走不开，马老师中午没顾上吃饭直接帮忙去医学部领取物资回校本部，并帮忙发放。除了马老师，其他每一位老师给我的帮助和鼓励也都很多。谢谢老师们，是我们一起完成了小队长的工作，服务了整个小队。也是你们让我明白，继续教育学院无论走到哪里，都是一家。

“长安街的灯光和月色会成为美丽的回忆，永驻心头。大家的互相照顾和勉励，让夜凉如水的秋夜，增添了几分温馨与感动。”大家还记得这句话吗？还记得9月13日凌晨长安街的明月和初秋的寒意吗？9月14日天安门彩排归来，有一个人又在给我们鼓励和温暖，提醒我们注意休息，尽快恢复体能，为下次彩排做好准备。

长安街的夜的确很凉，地也很冰。但是有一个人却在大家都累得瘫坐在地时，默默地为大家找纸箱、塑料袋，为我们隔开冰冷



的地，送来温馨与感动。

这样的场景很多。在赛马场顶着烈日演练数遍之后，大家都坐在棚区休息，有一个人抱着一箱一箱的矿泉水为大家发放。每一个凌晨的集结，他也都提前电话提醒我，要确保学院每一位老师都起床，出发时一个不落下。哪怕很小的事，也都事无巨细。

这个人，就是我们的杨书记。

活动的至始至终，杨书记都用他的行动温暖着我们，也时常转达我们说：大家在前线一定要走好脚下的路，后方有李书记、章院和各位院领导为我们支持、鼓励和加油助威。

记得活动最初的动员会上，李书记告诉我们，作为一名北大教职工，在活动中一定要勇于担当，做好模范作用。杨书记也告诉我们，越是累的时候，越是要有为其他师生服务的意识。训练中，杨书记一直坚持时刻为大家服务，渴了给大家送水，冷了给大家送温暖。书记言传身教、以身作责，让作为学院团干的我，树立起了对自己更高的要求 and 追求目标。

国庆当天，欢愉在长安街的我们是自由的、生动的、活泼的、美好的、青春的、洋溢着幸福与自豪的。像以往的每一次，北大人踏过天安门步伐，也一定会深深的烙在祖国繁荣昌盛的历史长河之中。

时至今日，仍只有行进在天安门城楼前，接受祖国和人民检阅时高呼的“团结起来，振兴中华”才能表达我内心的情感！历经两个多月的艰苦训练，换来我二十几岁的年纪里如此珍贵，甚至值得一生



回忆的美好，何其幸哉！哪怕待到我垂暮之年，也能洋洋得意的说一句：“新中国 70 周年庆，和我有关！”

爱北大，爱中国！





## 致亲爱的教师小队



### 代 鑫

继续教育学院网络培训中心职员 中共党员

第四大队第 10 中队 方阵点位 2119

还记得第一次来到怀柔基地，和参与重大活动的各位老师们一起入编方阵的那份喜悦和归属感，从此拥有了自己的点位 2119，成为和 24 方阵密不可分的一员。

还记得在烈日骄阳的顺义赛马场，我们接受了三分指的第一次检阅和考试，从最初的状态不佳到很多遍行进练习后的有模有样，其中饱含的是每一位小伙伴的共同坚持、努力和汗水。

还记得黎明时刻的良乡机场，从星空璀璨到霞光拂晓，我们在微凉的晨风中等待考验，当朝阳蹦出地平线的那一刻，淡红的光芒一扫每个人脸上的疲惫与倦意，我们用最自信的笑容、最饱满的情绪共同迎接新的挑战。

还记得，在坐标神秘的阅兵村，大家在尘土弥漫的野地区跑成“土人”的狼狈；在中秋月圆的长安街，大家欢愉“夜奔”的沸腾……

每一幕画面都值得回味，每一段记忆都刻骨铭心。作为教师小队



的队长，我想说，亲爱的老师们，你们真的是我见过的最可爱的人。

不会忘记的是在繁忙的工作之余，你们牺牲自己宝贵的休息时间，通宵达旦地参加集训。每一次集结，无论是深夜还是拂晓，都会按时出现在集结点，积极主动配合集结组织工作。骄阳下、风雨中都少不了你们的身影。你们不但要协调好家庭、工作与集训的各种矛盾，有的老师还要对抗体力与精力上的不适，可种种困难却无法让你们的热情退却一丝一毫。

不会忘记的是你们作为师长对于同学们的那份关怀与爱护。有的老师为了让所在中队的男同学有充足的能量补给，不舍得动一筷餐桌上的肉；有的老师担心学生在烈日下中暑，即使自己口感舌燥，也会第一时间把手中的水递给身边的同学；有的老师担心深夜冰凉的地板会让同学们受凉，每当手中有了纸壳或塑料袋都会第一时间传递到同学手中。

在短短的两个多月里，我有幸认识了温暖、热情的你们，你们带给我的感动从未停止过。我们共同完成的每一次任务、任务中的每一次互动都让我们的友情不断升温，你们的勇于承担、主动承担，你们无条件的信任与配合，使得我们教师小队成为方阵队伍中一道独特的风景。你们说，代鑫老师，你是我们永远的小队长。每每听到都令我感动不已，这是对我工作的最好嘉奖，也是让我不断进步的最大激励！

还记得十一正式活动前夕，我因患了突发急症而进入“无声”模式，是你们的关心与照料让我用最短的时间从病床上爬起来，重新加



入战队。住院期间的忙前忙后、回归队伍时的小小仪式、康复期的关切问候……一桩桩、一件件至今都在眼前清晰浮现。

在2019年10月1日12点10分，我们的队伍喊着“团结起来，振兴中华”的时代最强音走过天安门前，我内心激动不已，却也有着小小的失落，由于嗓子尚未完全恢复，我无法将自己的声音融入到北大人响彻天际的嘹亮声音中，听着一遍又一遍的高昂口号，我的眼眶有些湿润，是小小的遗憾，更是大大的激动和感动。

还有那些虽未参加重大活动，却在背后默默支持我们的学院领导和老师们，是你们的分担让我们可以更专注地投入到训练中，是你们的关心让我们拥有了更十足的力量，荣耀的背后是你们给予的无限光环。

两个月很短，短到62天的倒计时转瞬即逝；两个月又很长，长到足以让我们用真情去书写无数感人的故事。何其有幸，可以成为一名“北大人”；何其有幸，加入了一支如此充满温情、凝聚力和战斗力的队伍；何其有幸，能够以这样一种特殊的方式为新中国70华诞献礼！在今后的工作和学习中，我将带着来自你们的所有的团结、坚毅、奉献、担当、温暖、热情、理解、包容等等种种美好的品格，在未来的人生路上走的更长、更远，成就一个更优秀的自己！



## 重燃的激情，找回的初心



高 强

继续教育学院圆明园校区管理办公室职员 中共党员  
第一大队第 23 中队 方阵点位 3017

不知从什么时候开始，我渐渐变得“淡然”。淡然工作，淡然学习，淡然面对生活中的一切。曾经我也非常享受这种淡然。认为这是一种惬意的生活态度，与世无争，悠然自得。颇有一份天高云淡，遥望南山的感觉。可是在这种淡然中日复一日，年复一年，总感觉生命中少了一些什么。

六月底得到学院通知，有机会参加国庆 70 周年群众游行。错过北京奥运会志愿者机会的我不想再次错过——这一生也许只有一次的机会。最初参加群众游行目的很简单，就是要感受与以往不同的体验。具体是什么体验，对于那时的我是未知数。

作为一名党员，我一直在学习党的历史，学习党的文献，学习党新的党章……可是不知为何渐渐没有了激情，对待很多事情都是冷眼旁观，很难代入其中，不知赞赏，无谓团队。然而，随着训练的日子一天天的过去，我的心，慢慢地热了。





忘不了炎炎烈日下师生一起站军姿、练步幅；忘不了皎皎月光下大家一起谈心得、唱军歌；忘不了燕园夜晚的融融灯光，也忘不了长安街清晨的露珠。当我第一次踏入怀柔训练基地时，看到同学们辛苦的训练，不自觉地和老师们一起为同学的训练鼓掌喝彩，这一刻，我学会了大声赞扬别人。当我和学生一起训练时，我们严格要求自己，这一刻，我知道我是一名老师。当教官要求标齐排面时，我们互相提醒，这一刻，我感受到了集体存在。

9月8日晚上，在百周年纪念讲堂看了《我和我的祖国——北京，你好》。当《我和我的祖国》音乐响起的时候，我和大家一起放声歌唱。从来没有的共鸣竟然骤然发生，那时，只想尽情歌唱！大声些，再大声些，似乎这样就能够让祖国听见，似乎只有这样才能表达自己对祖国的热爱。

10月1日中午，在天安门东华表大家一起计数：“一，二，三，四”，火炬举起时，我的心被瞬间点燃了，有几秒钟大脑是空白，只是知道做动作。随着“团结起来，振兴中华”口号的喊出，我想应该用吼出更准确，热情达到了最高峰，我和大家一起呼喊。在这一刻，我为我是一个北大人而自豪，更为我是一个中国人而自豪。在这一刻，我再次找到了当初入党宣誓时的蓬勃激情，再次找回了第一次递交入党申请书时的那份初心。我们什么都不想就一直喊，10遍，11遍……

回来以后，我反复问自己为什么？为什么很长一段时间没有了激情？为什么不会感动？为什么习惯了所谓的淡然？原来不是因为成



熟，更不是因为并没有遇到值得感动的事情。只是因为变得世故，变得冷漠，忘记了当初的誓言，忘记了自己的承诺，更加忘记了追求和梦想。

现在的人总是羞于谈理想信念，却忘记了没有理想的人，他的生活如同荒凉的戈壁，冷冷清清，没有活力。感谢这次活动，让我的人生更加精彩，感谢所有的队友们、战友们，是你们让我明心见性，回归真我。





## 我和我的祖国，一刻也不能分割



**胡年婷**

继续教育学院技术保障办公室职员 群众

第四大队第 10 中队 方阵点位 2218

“我和我的祖国，一刻也不能分割，无论我走到哪里，都流出一首赞歌……”，新中国 70 华诞全国人民同唱一首歌，每当这首歌在耳边响起，参加这次重大活动的点点滴滴便一幕幕地在脑海里浮现。

小时候，每每国家有重大活动，我都准时搬着板凳坐在电视机前和家里人一起观看，香港澳门回归祖国、50 年国庆大典、申奥成功、60 年国庆大典……在庆祝新中国 70 华诞的时候，幸福不期而遇，没有想到我也可以有机会参加国庆 70 周年群众游行。当我接到支部书记电话，通知可以报名参加国庆 70 周年群众游行时，我激动地报了名。通过参与国庆 70 周年庆祝活动，我获得了身体的历练和思想的升华，见证了北大的精神传承，感受到了祖国的繁荣昌盛，感悟颇多，记录一二。

个人身心的历练：忙忙碌碌的两个多月，收获了更健康的身体，收获了良好的家庭氛围，收获了“革命友谊”，也收获了更好的工作



心态。报名参加群众游行以来，我们经历了多次校内外的集训和验收，尤其是每次凌晨的集结，不仅是对身体的考验，还面临工作和生活如何协调的问题。记得刚开始体能准备的时候，每天五公里打卡，我在家人的陪伴下，感觉每天五公里的锻炼时间总是短暂而充实，有儿子准备的小游戏“老狼老狼几点了”“一二三木头人”……有“酷暑陪跑”先生。记得每次集结结伴而行的“战友”，我们的集结时间大多数是在凌晨，开始几次我们都是从家里赶来，聊天的时候我们大家有一个共同的感受就是睡得不踏实，总是怕错过闹钟，后来我们觉得还是在办公室等最安全，于是我们就结伴儿在办公室等，大家觉得有伙伴儿一起，踏实了不少，至少不会一个小时醒来看一下时间。我们一起结伴儿吃饭，一起洗漱聊天，仿佛回到了学生时代。记得我们每次坐地铁专列去天安门的时候，我们都是手拉着手，生怕谁掉队；记得皓月当空的长安街，你我背靠背坐等彩排……虽然精力和体力跟身边的同学们还有些差距，虽然每次高效的训练都有些筋疲力尽，但对祖国的热爱让我感到痛并快乐着。

北大精神的传承：北大的诞生，便同一个民族的命运捆绑在一起了，北大精神中，有一个是民族精神，和民族相联系的爱国精神。1981年3月20日晚，在香港伊丽莎白体育馆，中国男排以3：2取胜，代表亚洲参加在日本举行的世界杯赛。祖国为他们的胜利沸腾了。那天半夜，北大的同学们走出校门举行欢庆游行，喊出了“团结起来，振兴中华”的口号。这个口号喊出了当时举国上下奋发图强的豪迈心情，



激发了亿万中国人的强烈共鸣，形成一股激励人们上进、奋斗报效祖国的滚滚热流。今天，当我们包夹着“人民有信仰，国家有力量，民族有希望”的彩车，整齐划一地响亮喊出“团结起来，振兴中华”的时代最强音走过天安门广场时，更让人热血沸腾。之前无数次的训练，我们的口号是在依次举火炬喊两遍，画圈动作完成后喊三遍，欢呼，两个八拍后再喊两遍然后继续欢呼，但是在游行当天，当最后两遍口号喊完以后，大家都情不自禁地一直高呼“团结起来，振兴中华”，直到彩车开到人车分离线。这一刻，北大承载了国家和民族的厚望，作为游行方阵中的一员，我感受到了北大精神的传承，也对北大精神有了自己的理解和诠释。

祖国的繁荣昌盛：当看着“东风-41”洲际弹道导弹、“巨浪-2”潜射弹道导弹和“长剑-100”超音速巡航导弹陆续亮相；当看着刷爆朋友圈的壮观的彩色拉烟飞机从头顶飞过时，当看到一个个彩车方阵都用自己的方式表达着对祖国的热爱，我感到这是祖国繁荣昌盛的最好见证。祖国强大了，人民才能有幸福的生活。我们感受了祖国的繁荣时刻，这将更激励我们努力奋斗，创造更美好的幸福生活。

国庆虽然过去了，但参加国庆游行的经历将让我铭记一生：第一次感觉自己与祖国这么近，第一次感受赛马场的骄阳，第一次在繁星点点的夜里穿越良乡机场，第一次走过神秘的阅兵村，第一次在皓月当空的长安街等待，第一次坐着地铁专列向祖国表白，第一次在离长安街最近的地方和队友们一起看直播，一起唱国歌……还有夜半归来



的姜丝可乐，深夜食堂，领导和伙伴的关怀，游行归来校长在食堂门口的亲自慰问……点点滴滴，历历在目。感谢亲爱的家人，一起的战友，感谢一直关怀并支持我们的领导和同事，感谢北大，祝福北大，祝福祖国。





## 奋斗永远在路上



**李菁菁**

继续教育学院技术保障办公室职员 中共党员

继续教育学院团委副书记

第四大队第 10 中队 方阵点位 2217

2019年6月,当我第一次得知自己有机会参加中华人民共和国成立70周年大会的群众游行方阵时,简直激动地不敢相信,因为这是我从来都没敢想过的事。能够参与这次活动让我感觉非常荣幸,感觉这是自己离国家大事最近的一次。在举国瞩目的国庆节即将来临的那段日子,我一直内心充满激动与喜悦,也从心底特别感谢北大、感谢继续教育学院给我这一次经历、磨炼、感悟、成长的机会。这次参与群众游行活动在我的人生中留下浓墨重彩的一笔,我将永远把这次训练的经历和珍贵的方阵精神铭记心中,这是一份宝贵的人生财富。

训练要开始前,我给家人打电话时激动而开心,忍不住告诉家人,我参与了学校的重要任务。其实我很想跟家人分享我激动的心情,但是重大活动有保密要求,我最终还是忍住了。妈妈在电话里听我的声音透露着喜悦,仿佛她知道了一样,说:“天气热,你要多注意身体,努力加油,我相信你一定能够顺利完成任务的。”即将开始训练时,



我心里还是有些打鼓、担忧，最怕的就是自己万一生病，给组织拖后腿，不能完成训练任务。然而想起妈妈鼓励的话，我又信心倍增，我要有这个信心。训练开始前，为了加强身体健康，也为了满足训练体能准备的要求，我开始每天快走或者慢跑五公里，体能得到了锻炼，并且在没有打卡任务的时候，我也主动去完成五公里的行走，就这样我顺利度过了这3个月，没有生病，没有掉链子，圆满完成了群众游行方阵的训练任务。

回想起我们第一次来到怀柔基地训练的情景，那是我第一次穿上了帅气的“作训服”。虽已是8月立秋，但仍烈日当头，我们在30度的高温下站军姿、手叉腰踢腿、一排排的进行齐步训练。因为天气又晒又热，大家水分消耗很大，一个训练阶段下来，我们已大汗淋漓，感觉体力消耗掉大半，走也走不齐了，一时间觉得自己非但帅气不起来，心中还有些气馁和懊恼，感觉狼狈不堪。万事开头难，教练员看老师们有点辛苦，让我们适应一下训练过程，在阶段训练结束后带我们到树荫下稍作休息。这时，训练场上走来了整齐的学生队伍，他们伴随着训练音乐，一个个精神抖擞，迈着整齐的步伐，喊出响彻云霄的口号——“团结起来、振兴中华”。当时在场的休息的老师们都惊呆了，不由自主地为学生们鼓起掌来，他们实在太棒了，学生队伍的人非常的多，一排一排的，不经过训练的话很难走齐，他们一遍一遍地在进行步伐的练习，加上动作的配合，完全看不出他们有丝毫的疲惫。当时在场的我也觉得很愧疚，表现还不如学生们好，当教练员开





始召唤我们进行训练的时候，老师们都鼓足信心，更加认真地投入训练，这会儿也感觉不到热了，认真地学习标准动作，迈好每一个步伐。

终于，我们在经过刻苦训练后，和学生队伍一起合练了。在基地，我们和学生们一起在食堂吃饭，洗澡，住宿舍。早上 5 点半起床，六点钟到训练场晨练、食堂早餐后进行上午的训练，中午在宿舍午休后，下午继续训练，每天晚上各中队组织开评议会。这个时刻老师和同学们一起分享训练体会，所思所感，同学们在一起唱歌，此时训练的辛苦一扫而光，心里是快乐的。在平时的训练中，我深刻感受到北大学子青春生命的热烈绽放，他们年轻、充满活力和激情，他们有思想、有作为、有朝气，和他们在一起训练感觉自己都年轻了十岁，身上也充满了年轻的朝气。在怀柔基地，更让我印象深刻的是，有些老师在基地不仅训练，还有工作任务，他们在一天的辛苦训练工作后，还要坚持工作到凌晨，凌晨的会议和工作结束后才能休息，第二天早上又要跟学生们一起训练，每天只睡几个小时，睡眠严重不足，这不仅仅是身体素质的考验，也是意志力的考验，边训练边工作的老师真是让人敬佩不已，向他们致敬！

返回学校后，我们在校内第一体育场内进行合练，场地的面积十分有限，所以训练队伍要分环节练习，在练习通过核心区的时候，发现第一排队员通过的时间和最后一排差 10 多秒，这可真把师生们急坏了，因为要匀速通过核心区，说明队伍的步幅和步速控制都有问题。随后的一夜之间，五四运动场上贴满间隔 50 厘米距离的胶条，用来



辅助步伐训练，各中队和小队纷纷组织队员们到操场上加练。继续教育学院所在的教师小队更是清晨一早就开始加练，一遍遍地走，步幅和步速保持一致，一切的努力都是为了一个目标：把队伍走整齐。

不懈的训练和努力后终于迎来验收，我们一次次在凌晨集结出发，一起走过了良乡机场、赛马场、阅兵村、长安街，最终我们迎来了新中国 70 周岁的生日。10 月 1 日凌晨 3 点，我们在北大校园内集结，进行最后的安检，我们穿着正式的服装，女装是各种颜色的衣服和裙子，男装是各种颜色的上衣和白裤子。我们的服装有蓝色、有粉色、有绿色、有黄色、还有橙色，特别像中国的行政地图的颜色。我想，我们的服装设计会不会就是这么由来呢？走在长安街上，我们手持火炬放在胸前，这是民族希望之火。当我们走过天安门，高举火炬的时候，“人民有信仰，民族有希望，国家有力量”的话语在心中萦绕。当我们喊出“团结起来，振兴中华”时，整个长安街两边仿佛都被北大方阵的口号所震撼，其中彩车上的来自不同领域的代表，包括“中国机长”刘传健、新时代“活雷锋”郭明义等，也和我们一起高喊口号，现场人们激动与欢腾，在为新中国庆生的重要时刻，都毫无保留地表达了自己的爱国之情。这一句口号在长安街上不止喊了七遍，现场喊了无数遍，我们也将一直喊下去，“团结起来，振兴中华”！

北京大学 2232 名师生组成“凝心铸魂”方阵，在十月一日当天走过长安街。然而我知道，在这 2232 名师生的背后默默付出的人远远不止这个数字。在背后默默付出的人是我们学校和学院的领导，学



院的同事、家人和朋友，还有那些没有上场的替补人员，工作人员和志愿者等等。他们为我们加油鼓劲儿，他们为我们做了后勤保障。学校为我们准备舒适的鞋子、合适的服装、温暖的餐包，精心准备一次的爱国专属套餐，还有彩排结束凌晨四点返校后，灯火通明的食堂为训练师生准备的热腾腾的包子和姜丝可乐，这一点一滴都让我深深地记在了心里。学院领导在训练期间多次对我们关怀与慰问，同事们主动为我们分担了工作，家人帮忙带孩子为我们解除了后顾之忧，这一切让我心里充满感激之情，感谢这个充满爱的大家庭。

今天，中国屹立在世界的东方，创造了举世瞩目的发展成就，我们在祖国强大有力的臂膀下不断成长，我们怀着一颗爱国心，铸就民族精魂，不忘初心、牢记使命，在奋斗的路上继续前行。未来，我们还将面临很多困难和挑战，作为中国人、作为北大人，我们要勇担历史使命，砥砺前行，为实现中华民族伟大复兴的中国梦，奋勇前进，奋斗永远在路上！



## 不忘初心，牢记使命，甘于奉献，砥砺前行



**梁 娜**

继续教育学院网络培训中心职员 中共党员

第四大队第 10 中队 方阵点位 2216

中国共产党党员的初心和使命是为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴。我深深认同这句话，也一直用这句话作为我的行动指南，但在实践中，特别是在参加国庆群众游行活动的过程中，我发现我虽是一名十几年党龄的老党员，却未能像身边很多平凡而优秀的党员一样践行党员的初心和使命。

当初接到支部委员武瑞老师的电话，询问是否参加国庆北大群众游行时，我第一反应是激动地想立即答应下来，武老师说先别激动考虑好之后再回复。挂了电话我就想，要去怀柔集中训练半个月，贵州项目正好还没有正式开始实施，可以从怀柔回来再排课，但是一想到家里，我那跟腱断裂、生活不能自理的爱人和放暑假等我陪着参加各种辅导班和做各类暑假作业的孩子怎么办？又想到自己腰椎间盘突出、老腰，训练中如果有剧烈的运动，我的腰吃不消怎么办？犹豫了很久，跟我公公商量后又给在老家的父母打电话，他们的反应如出一



辙，说“你要是身体吃得消你就去参加，难得的机会，家里的事没问题交给我们就行”。随后我向部门领导申请也获得了支持，我的后顾之忧基本得到了解决，于是我下定决心报了名。

在数次训练、验收、彩排的过程中，我发现这个队伍里有太多默默无闻、甘于奉献、为了集体和国家利益牺牲自己与小家利益的同志，和他们相比我面临的困难不足挂齿，我做出的奉献微不足道。

后来组织决定教职工大部分时间只用在家进行体能训练，但是少数有特殊任务的老师们从头到尾一直跟学生们在怀柔军事基地同吃同住同训练同劳动，这些老师中就包含我们学院的党员杨虎副书记和白素老师。

8月13、14日我们在怀柔训练，为只能在下午3点洗一个全过程15分钟的澡纠结不已的时候，得知住在这里的师生常常3天才能有一次洗澡的机会；晚上带着一身臭汗、一整夜被周围的铁床发出的此起彼伏的嘎吱声折磨得难以入眠的时候，得知住在这里的师生每天白天训练、晚上开民主评议会，很晚才能回到宿舍睡觉；在我们感叹吃饭要站着吃、吃完饭要自己洗碗筷、菜盆的时候，得知住在这里的师生要轮流打扫食堂、楼道等公共场所。

住在怀柔的晚上，评议会结束后，我们邀请白素老师住过来一起聊聊天，早早她就答应结束工作就过来，结果左等右等一直等到了快凌晨1点，她才结束工作匆匆赶来。据说她们每天回宿舍都很晚，评议会结束还要做很多后续的工作，比如写汇报材料、安顿学生，有时



还要做学生的思想工作。她躺上床，没有洗漱，和衣就睡着了。大概不到凌晨 5 点钟，迷迷糊糊地我听见她又起床去准备材料了。后来，8 月 31 日小学开学的头一天，白老师因为一整个暑假没有顾上自己的孩子，这一天带孩子做了一整天的作业也没能完成所有的作业。九月中旬到十月初，白老师的孩子一直持续高烧不退，她却没有抽出空带孩子去医院，只能让自己的舅舅带孩子去了医院，孩子抱怨妈妈的食言，好几次说好的陪她却没有兑现，得知这些，我心里也很难受。

虽然怀柔基地条件非常艰苦，但是精神世界却是相当丰富的。操场上写着“七十华诞我献礼，走好脚下一二一”“掉汗掉泪不掉队，能文能武不能怂”等朗朗上口又能鼓舞士气的大字标语。宣传窗里每天更新着设计精美的图片和文字，呈现了训练时抓拍的精彩瞬间、训练感悟和工作动态。这都得益于教育宣传组师生的用心和精心，杨老师作为宣传组的一员每天晚上都要审核所有的稿子，写宣传、汇报材料，两三点睡觉是常态。后来每次去验收彩排，一次比一次集合的时间早，到最后完全没有了睡眠的机会，结束之后我们只想迅速回家倒床就睡，但杨老师还需要回到工作岗位，把最新的工作情况写成材料上报。就连一张小小的餐票都体现了工作人员的用心。“整装犹沐溶溶月，灯下点名。灯下点名，车似游龙载我行。凯旋精细套餐迎，笑语盈盈。笑语盈盈，暖胃暖心皆是情。”这些都出自杨老师手笔，让彩排回来的师生不仅身体上得到了补给，心灵上更是得到了温暖。

在这次活动中还有很多默默付出的党员和群众，他们有细致安排



好每一项工作的中队长，发放物资和清点人数时忙来忙去的小队长，还有热心帮忙身边队友的很多人——有的帮忙带生病的队友奔波于数个医院间，有的在长安街上为又困又冷的队友找来纸壳板休息，有的不顾自己的困乏主动把地铁上仅有的座位让给了年迈的老师，有的在彩排前给队友带来咖啡提神，有的帮忙寻找可以休息和换装的场所，有的在队友跑不动时拉着队友往前跑……

我读懂了他们的初心和使命是尽职尽责做好分配到自己手里的工作，是帮助好、照顾好这个大家庭里的每一个成员，是为了北大能顺利完成群众游行任务而不惜牺牲一切的责任和担当，我学习到了他们不计得失、不求回报、真诚无私、敢于担当、不怕牺牲的奉献精神。在他们的感染下，我认真做好每一个动作。所有的训练、彩排我没有一次缺勤。在每个彩排的周末，我白天上课，凌晨彩排，然后再去上一整天课，我发现有些困难也不是那么难以克服。

今后我会继续怀着这样的初心和使命，努力工作，砥砺前行。我相信怀着这样的初心和使命，任何的工作都能做好，怀着这样的初心和使命，我们中华儿女一定能把新时代中国特色社会主义事业建设好，实现中华民族伟大复兴的梦想将指日可待！



## 我骄傲我是中国人，我幸福我是北大人



马睿

继续教育学院总务办公室主任 入党积极分子  
第一大队第 23 中队 方阵点位 2916

2019年10月1日，是一个特别的日子，是一个举国欢庆的日子，是我们共和国70岁的生日。作为一名中华人民共和国的公民，作为一名北大人，我非常荣幸代表北京大学作为“凝心铸魂”群众游行方阵的一员走过了天安门，接受了习近平主席的检阅。在通过天安门的那一刻，我看到习主席在城楼上向我们挥手致意，心情无比激动，感到无比自豪。看着花车上“人民有信仰、国家有力量、民族有希望”这三个充满力量的标语，手持着思想的火炬，再看着花车上的“中国机长”和身边“自由、生动、欢愉、活泼”的北大同学和老师，我更加认识到了祖国繁荣富强对我们每一名普通人的重要意义。原本计划齐声高喊的口号从固定的7遍变成了师生们自发的无数遍，带动着整个天安门广场的人群齐声高喊“团结起来、振兴中华”，口号响彻整个天安门广场。每一个人在通过天安门的那一刻所爆发出来的最真





挚的情感，是不加任何掩饰的，是发自内心的真实表达，是对伟大祖国的祝福，是对美好生活的向往。我感恩我生在这个伟大的时代，我感谢伟大的祖国！

回顾从刚开始报名参加方阵训练到激动地走过天安门广场的这近3个月的时间，有汗水，也有欢笑，有相互鼓励帮助，也有思想的碰撞，有遗憾，也有收获。可以说这三个月的经历将在我生命中留下一个深深的记号。为了支持我参加本次活动，已经11年没有来过北京的父母退掉了原本29日到达的火车票，同时也就失去了全家人在国庆当天为父亲庆祝65周岁生日的机会。在通过天安门的那一刻，我不仅大声呼喊口号，表达着对共和国生日的祝福，心里也默默地祝亲爱的父亲生日快乐，我想这也是我送给他的最好的生日祝福。

在这三个月的时间里，发生的令我感动的事情还有很多很多，让我印象深刻的是，8月24日是国庆重大活动三分指对各个方阵进行第一次集体验收的日子，也是对我们2300多名师生近一个月来的刻苦训练成果的一次大考。在全体师生的齐心协力下，这次大考我们取得了很好的成绩，这让我看到了北大人的团结，北大人的爱国热情和身为北大人的责任和担当，也真切感受到了作为方阵成员，作为北大人的骄傲。

为了迎接这次大考，近一周的时间，大家每天都会在大操场上看到各个中队、各个小队队员的身影。我们顶着烈日整齐的排列着，沿着早早画好的标准线一遍遍地往返练习，口中整齐地喊着口号，还相



互鼓励着去找准每个人的频率和步伐。作为被分编入一大队的一名教职工，我看到每位校本部的老师都主动克服各种困难，大家都调整时间，积极按时来到医学部操场参加一大队的各项训练，为的就是更好地融入各中队，和同学们一起走出最整齐的步伐和排面。

8月24日凌晨1:20，所有同学和老师都伴随着校园的夜色，早早来到约定集结的地点自动整理好队伍，按照顺序登上了开往验收基地的大巴。凌晨4:00，同学们伴随着朗朗的星空抓紧一切时间整理物品，为即将开始的验收大考做好准备。5:00，各个方阵开始集结，然后到出发点。可以看出来，经过23日整个下午的集中训练和不到7个小时的休息时间，以及夜间的长途奔波，同学们都略显疲态。但是当24方阵音乐响起的那一瞬间，我惊喜地发现所有人顿时打足了百分之两百的精神，“向右看齐”“对齐”“注意排面”“表情”“注意表情”，各种相互的提醒声不绝于耳。大家都在不断相互提醒着，保持着队形。当进入核心区位置时，“团结起来，振兴中华”的口号响彻整个验收场上空。这时，你又会听见“欢愉，表情，互动”等等相互间的提醒，场面真的是令人振奋。就这样行进一遍后，师生重新回到起点。由于是凌晨，团委的老师们考虑到气温偏低，让同学们都穿着外套在机场跑道上等候。在第一遍行进结束后，大家都集中脱掉了外套，以车为单位集中存放。为了保证结束后及时的撤离，工作人员中间安排各个车的同学将集中的衣物送回大巴车。我们所在车辆是学校老师们的集中车辆，看到各位老师因为凌晨的集结脸上显露出的疲惫，我主动和



车长张天然老师承担了此次任务，从出发点到停车点再回到出发点，我俩等于负重又走了一遍。回到出发点时，我有种酸爽的感觉。但是看到大家经过休息又恢复的饱满精神，我内心是幸福的。

第二遍，走起！这时，初阳已经变成了烈日，同学和老师们依然饱含热情，完美完成了又一遍的所有流程。这时，我真切感受到了北大人力量和家国情怀，不论在任何时间，大家都是一个团结的集体，奋进的集体，处处都体现着“北大人”这个光荣而响亮的称谓。不论多么辛苦和劳累，只要代表着北大这个集体，代表着北大对祖国的热爱和祝福，大家都是用尽全力去表达、去完成。这是一群多么可爱的人，这就是北大人。

伴随着10月28日全校总结大会的结束，庆祝中华人民共和国建国70周年重大活动的任务结束了。这最后一次集结，大家是多么开心和不舍。大家又一次因为同一个信念集结到了一起，又一起高唱起国歌，一起合唱了“同心共筑中国梦”，一起高喊出“团结起来，振兴中华”的响亮口号。我们，集体回忆着当时那激动人心的瞬间。让所有师生都感觉到了我们是一个团结、奋进的集体，是一个充满爱的大家庭。

“聚是一团火，散是满天星”，今天的结束，是接下来新征程的开始，我为能成为这个团结奋进的集体中的一员而感到光荣，我为能成为北大人而感到骄傲，我为能作为北大人的代表参与到为共和国庆生的队伍中而感到无上荣耀。我也坚信，在今后的工作中，我会将这



个集体、这个大家庭的优良品质继续坚持和传承下去，为学院的改革发展，为北京大学的“双一流”建设，为中华民族的伟大复兴奋斗终生。





## 团结的力量



### 苏帅华

继续教育学院教学研究办公室职员 群众

第一大队第 23 中队 方阵点位 3016

我是来自北京大学继续教育学院教学研究办公室的苏帅华，很荣幸能够为大家带来本次参加“北京大学重大活动——国庆群众游行方阵”的一些感受。

我在国庆群众游行方阵中，隶属于第一大队第 23 中队，位于整个游行方阵的北侧，也就是靠近天安门城楼的一侧。最开始，当我接到有机会参加国庆群众游行方阵消息的时候，我的内心充满着幸运、激动和不安。幸运的是，得到学校和学院的认可，给我这次机会，让我在人生中留下浓墨重彩的一笔；激动，是因为我从未想过可以参与其中；在等待最终确认名单的通知时，我的内心又是不安的、害怕的，害怕因为一些特殊原因而不能有幸走过长安街，留下一生的遗憾。最终，我还是顺利通过了审核。在此，非常感谢各位领导的支持和学院给予我的信任。

训练前期，我因工作和个人原因，没有选择与同学们一起赴怀柔



参与为期两周的集训。而是与其他各院系的老师一起参与了校内训练以及多次赴怀柔半天集训。记得初次到怀柔训练基地，我们有幸观摩了学生的训练。说实话，我是吃惊的，完全超乎想象。两千多人的方阵，整齐的队伍，笔直的排面。同学们动作整齐，口号响彻云霄，一次次地震撼着我。观摩后，老师们也暗暗下定决心，一定要追赶上同学们的步伐。在之后的训练中，老师们愈发认真，一遍一遍不厌其烦地进行动作练习，对音乐节点的把握、动作的准确度也一次又一次地提高。终于在后续与同学们的合练中，老师们也很快融入了整个游行方阵。我们动作与同学们标准一致，音乐卡点准确，这也为完成最终的游行任务打下了坚实的基础。

从怀柔集训回来后，我们又进行了多次校内训练、校外验收和长安街演练。让我感受颇深的是第二次市指验收和9月14日的长安街演练。记得那次验收是在良乡的军事基地，到达验收场地后，因参加验收的方阵较多，我们没有统一的话筒和音响进行本方阵指令的传达和安排。在这种有限的条件下，北大方阵所有人，采用口口相传方式进行信息的传递。例如有什么新的指示，会从前排开始依次向后传递。你若是在现场，你就会听到：“大家把火炬立起来”“左右标齐，前后对正”等等类似的声音。我觉得，这不仅仅是在传递指令，也是在传递着北大人的精神、北大人的团结和北大人的智慧。

越是临近10月1日，越是难以平复内心的情感，真的很期待那天快点到来！我们每次赴长安街演练，通常都是前一天下午14:30



在校内集合，然后一直到第二天凌晨 4:30 才返回，历时 14 个小时。说不辛苦那是假的，但是同与之带来的激动、兴奋和荣誉感相比，你会感觉到这点苦其实不算什么。当你坐在长安街上，看着农历八月十六日的圆月，喝着同学们辛苦搬来再传递到你手里的水，漫漫长夜，你会感觉水是有温度的。当我们以天为被，以地为床，身下垫着的是杨虎老师辛苦争取来的纸箱和袋子，你会感觉到，冰冷的大地其实很温暖。

这就是北大人的团结互助，北大人的关心，北大人的友爱。





## 我与祖国共奋进



王 琪

继续教育学院圆明园校区管理办公室职员 群众  
第一大队第 23 中队 方阵点位 2917

光阴荏苒，2019 年我们迎来了中华人民共和国七十周年的华诞。作为一名国庆群众游行队伍中的一员，我为能够参加国庆群众游行活动，能够为新中国祝寿而感到由衷的欣喜和幸运。

今天回想起来最初接到自愿报名的通知时，我毫不犹豫地报了名。当我们真正训练的时候，才知道能坚持下来是多么不容易，时至今日为了此次活动所做的准备还历历在目。我们尽管前期没有像学生一样全程住在怀柔基地，但是也是每天跑 5 公里储备自己的体能，为合练做好充足的准备。合练是成百上千人一起训练，在每一次训练或验收中，不论是在骄阳似火的怀柔训练基地、一体、顺义赛马场、良乡机场、阅兵村，还是深夜的长安街，大家都保持了饱满的精神状态，克服了更改动作、更改音乐等困难，队列走得越来越齐。由于合练均安排在周末的凌晨或下午，因此，每一次的合练都意味着一夜的无眠和无法休息的周末。我们见过朝霞夕阳，见过满天星光，见证了燕园的





宁静与喧嚣。尽管如此，我们没有怨言，没有掉队，有的只是听从上级的指挥，认真做好每一个规定的动作。晒黑的皮肤是我骄傲的颜色，一夜无眠的黑眼圈是我成绩的标志，无法休息的周末是我另类的放松。

总之，每一次合练彩排都是我人生中应当珍藏的部分，为了这份珍藏，晒黑、无眠、无休也仅是珍藏的前奏。通过自己努力的训练为祖国献礼。训练彩排中我们不仅感受到了祖国的强大，也感受到了互帮互助，互相温暖。你可以在凌晨听到微信群里喊你起床的信息，在队列方阵中听到提醒你标齐的声音，还有在长安街上为你默默寻找垃圾袋、铺上纸壳，在冰冷的长安街上为我们带来家一般温暖的身影。他们是我的同事、朋友和战友。

10月1日，当祖国大地还是一片寂静，所有人都在梦乡的时候，我们已经早早出发，坐着专列驶向了长安街。当国旗在庄严的国歌声中慢慢升起的时候，我们就在长安街的一角唱着国歌，内心思绪万千：

遥想70年前开国大典，毛主席在天安门城楼上向全世界宣告中华人民共和国成立，表明中国结束了一百多年来被侵略被奴役的屈辱历史，真正成为独立自主的国家，中国人民从此站起来了，成为国家的主人。

35年前，北大师生在国庆游行队伍行进中打出“小平您好”的横幅，这句真挚的问候，饱含着北大师生对改革开放伟大事业的祝愿，瞬间传遍整个世界，成为人们心中珍贵的记忆。

10年前，国庆60周年群众游行，由北大学子组成的“我的中国



心”方阵，队伍整齐划一，口号响彻云霄，北大青年们赤诚的爱国之心洒在了中华大地的每一片热土上。

今天，北大师生精神昂扬，情绪高涨，手擎火炬，身着彩衣，通过天安门接受祖国的检阅，再次喊响了“团结起来，振兴中华”的口号，让世界看见了中国青年昂扬向上的精神面貌！

今后，北大人将继续往开来，继续投身在壮丽的时代乐章中，向蓬勃发展的祖国唱响新时代的青春之歌！

70年的发展，励精图治，祖国用自己的进步与发展向全世界展示了中国真正的实力！这一刻，热血涌动！这一刻，思绪万千！这一刻，我们只有一个愿望，祝福祖国永远繁荣昌盛！我们虽然很平凡，但是我们生活在这样一个伟大的时代，又何其幸运！我们见证了共和国七十华诞的风采卓绝！我们见证了历史！我为祖国骄傲！我为我是一个中国人自豪！我爱你中国！我爱你北大！



## 团结起来，振兴中华，爱北大，爱祖国



### 武 瑞

继续教育学院总务办公室职员 中共党员

教工第三支部宣传委员

第一大队第 23 中队 方阵点位 3018

时光飞逝,转眼间参加国庆群众游行方阵活动已经过去 26 天了,一切的一切仿佛还在眼前。我为能够参加国庆群众游行活动,能够为新中国母亲祝寿而感到由衷的欣喜和幸运。我和我的祖国更近了,我和我的祖国一刻也不能分割,我更加热爱我的祖国。

2019 年 6 月 22 日的下午,我突然收到支部书记吴丹老师和团委书记白素老师的通知,要求传达支部全体成员关于重大活动通知以及统计自愿参加人员的相关事宜。时间紧刚好又是周末休息日,并且只能通过语音方式传达统计,那个下午我在电话中度过。电话中我感受到了三支部全体老师的惊喜和热情,基本上所有的老师都想参加,但是因为工作等各方面原因只能再协商后确认。在 6 月 23 日上午,我收到的第一次报名名单中已经有 19 位老师自愿报名,为三支部的老师点赞。



忘不了 2019 年 6 月 24 日上午 10 点 30 分，我们在燕园大厦 13 层会议室第一次参加国庆重大活动动员会的情景；忘不了会上李胜书记、杨虎书记的要求和期望；忘不了大家期待的神情。记得和白素老师、李菁菁老师谈话时，他们问我“你确定参加这次重大活动训练没有任何问题吧”的情景。我稍微的迟疑引起了两位老师的深切关心，面对组织的询问我如实说明了自己的情况。我父亲因为颈部有肿瘤必须要做切除手术，而手术时间暂定为 7 月底 8 月初，具体手术日期需要等待医院的通知，预计手术时间刚好和封闭训练时间冲突。虽然在自愿报名之前，父母已经全力支持我并让我放心去参加这次训练，但面对组织的询问我还是如实回答了自己的担忧。

至今我仍记得第一次清晨 5 点钟从家冒雨出发，穿着湿辘辘鞋子在训练场训练的场景；记得第一次凌晨 4 点钟出发赴怀柔基地训练的场景；记得杨虎书记第一次在怀柔基地对我们提出期望和鼓励的场景；记得第一次凌晨 1 点钟去良乡机场和阅兵村大家蜷卧在公交车上的场景；也记得第一次凌晨睡在长安街上的场景；更记得第一次凌晨 1 点钟站在长安街上激动的无言表达的场景……各种第一次都让我感动，让我难忘，让我骄傲，让我自豪！我爱在一起奋斗的战友，我爱我的祖国！

团结就是力量，共同的理想，共同的信念，让我们战胜一切。训练中的感动和感谢无处不在，例如有的老师吸着氧依旧坚持训练；有的老师留院观察但出院后依旧继续坚持训练；有的老师顾不上家里的



孩童依旧坚持训练；有的老师看到学生病倒了自已顶替点位去训练……每个人都不容易，但每个人都以高度的责任心尽全力的去完成这项光荣的任务。

我要感谢各位领导和同事对我工作上的支持与帮助，感谢马睿老师对我工作上的支持理解并且让我机动调休。我虽因没有在我父亲手术前后及时回家看望照顾而愧疚，但是父母为我能参加这次庆典活动而自豪。感谢小队长杜鸿老师为我们小分队所做的一切，感谢杨虎书记对我们无微不至的关心关怀，杨书记凌晨长安街上送来的关怀让我们温暖如春……需要感谢的太多太多，继教人的风采和北大的精气神无时无刻不展现在整个训练过程中。

2019年10月1日是一个不平凡的日子，是一个让我终生难忘的日子，游行当天的热情、欢愉、感动、自豪无以言表。当群众游行的音乐响起，我的心也随着音乐跳动着，跳动着。我们在远处就开始跟着音乐的节奏整齐地走起来，口中高唱着各个游行群众方阵的歌曲。一步步，我们离天安门越来越近了，心情也由最开始的兴奋变成了紧张和激动。我们昂首阔步走在天安门前，接受着党和人民的检阅，接受着全世界的检阅。“团结起来，振兴中华”的口号嘹亮响起，在场的每一个人都和我们一起呐喊，嘹亮的口号在天空中回荡。我们的脸上挂着最灿烂的笑容，心中的激动无以言表。当听到嘹亮的欢呼声，我知道我们成功了，我们伟大的祖国成功了，他向全世界的人们展现了一个正在和平崛起的大国形象！



团结起来，振兴中华。我通过这次活动的洗礼，以后将会更加严格要求自己，更加努力工作，为学院、学校、国家贡献自己全部的力量。我爱北大，我爱我的祖国。我相信，新中国的明天一定会更好！





## 做好每一次螺丝钉



**王姗姗**

继续教育学院教学管理办公室职员 中共党员  
第四大队第 10 中队 方阵点位 2215

“北疆的雪，南国的花，一轮明月映照我们共有的家”，这几天，每当熟悉的旋律响起，总是情不自禁地踮着脚；每当看到身穿参训服装的师生们，脑海中总回想起在一起奋斗的点点滴滴。最近有朋友问我说：“如果让你重新选择的话，你还会参加吗？”我想，答案是肯定的，如果再有机会为新中国庆生，在条件允许的情况下，我还想参加！

从 6 月 24 日学院第一次集结动员会到正式群众游行演出再到今天，整整 100 天，磨合与苦涩，欢愉与激动，奋斗与快乐，都融化成为人生中难以忘记的一笔。

### 一、怀柔的天是晴朗的天

因为工作的原因我没有选择去怀柔基地，参加的第一次集训在学校一体进行，雨天，早起，闷热潮湿，老师们不仅完成了整套动作的



学习，更是主动要求了加训。而事实上，从7月31号的学校动员大会开始，我们的体能训练就已经在小组的打卡中展开了，每天速走5公里以上的要求，提升了我们的体力和耐力，还有好几位老师在完成要求的份额之后，继续训练打卡。那个时候，无论谁的心里，都不想因为体能原因掉队、拖后腿。

8月8日，我们第一次到了怀柔基地，分组练习并观摩学生训练，学生整齐的整体框架，让老师们倍感鼓舞，也倍感压力，不能让学生觉得我们拖后腿，不能因为我们影响队伍的训练效果。8月13日在怀柔基地那晚是印象深刻的，傍晚时分，教师小队集结，在怀柔的晚霞中上了一次难得的党课。驻扎的杨书记和白素老师与我们分享怀柔十二时辰的点滴。晚训之后的民主评议会，不仅老师们第一次与学生面对面畅谈当天的训练感受，也安排了与31中队男生联欢。就这样，我们在怀柔皎洁的月光下，近距离地感受到了学生们的活泼可爱。伴随着男生们的弹唱，大家彼此熟悉，消除距离。回到宿舍，我们都感慨，民主评议会的方式，不仅流程可以灵活多样，又节省时间，让大家快速熟悉，迅速消除隔阂。在这种以完成训练要求为目标的工作里，好的工作方法格外突出，带来方便，并值得我们借鉴经验。

## 二、集结，再集结

离开怀柔集训后，在8月份，我们直接面对的就是分指挥部的几次验收了，由于几次验收都是上午进行，为了保密的需要，我们通常在前一天的夜晚就从学校集结出发，从4点、3点、2点，出发时间





一次比一次提前，每一次中队长的通知都变成了手机里的置顶。集结再集结中，我们不断的感受到来自领导和队友的温暖关怀。

每次集结的前一天晚上，小队长代鑫总是会提醒大家设定手机闹钟，嘱咐大家本次验收的着装要求，住的相近的同事也都互相提醒起床时间，夏夜蚊虫叮扰，曾老师就把自备的驱蚊提神的药膏带上分给大家用。

在阅兵村的那次验收活动给了我一次“特殊”申请，艳阳高照加上走完两公里土坡，每个人都像个土人一样疲惫地回到了车上等待回校，这时我的头疼依然没有减轻，“可能中暑了”“我需要一个藿香正气水”，从来都想自己解决事情的我，此时也向中队打了报告，为了减少等待时间，这时曾玉芬老师说：“姗姗我去帮你拿”。就这样，她下了开着空调的大巴，在长长的车队之间往返，帮我领取。多亏了这一管药水让我很快恢复。烈日炎炎，在我最需要的时候伸出援手，感谢你，我亲爱的战友！

转眼到了九月，中秋节，训练，第一次实地彩排。总说八月十五的月亮十六圆，那晚在东单大街的皓月当空，时不时还飞过巡逻的直升机。因为第一次参与等待，没有手表、手机，新鲜感逐渐消退，时间漫漫，超出了自己的心理预期，又困又累，只想天为被地为床躺下休息。就在我们一个个都东倒西歪时，细心的杨书记先为女生们找来一个个纸箱拆开要我们垫着坐、垫着躺，纸箱不够了，他又不知道从哪里变出来好几个大垃圾袋，分给大家垫着、披着，以免我们着凉感



冒。现在回忆起，都是月光下杨老师寻找纸箱和垃圾袋的身影。

这不仅是我们四大队队员们的独特经历，更是长安街北侧区域集结人员的一份情结。正是这次实战的经验，让学校在组织第二次全要素演练的时候，特地“安排”了很多纸箱，让每一个同学无论坐着睡着都可以垫着纸板，这也是北大方阵独享的。种种经历，我也学习到，在人非常疲惫的时候，更应该替别人着想细节之处，掌握队伍结构的状态，从队伍的大局出发解决问题。

### 三、凝心铸魂，北大来了

时间转瞬，倒计时牌也一点点走到了 01。每次看到倒计时牌后“团结起来、凝聚爱国丹心；振兴中华、铸就民族精魂”的口号，就总会浮现这些场景：在 1981 年男排获胜之后激动之余喊出“团结起来，振兴中华”口号的北大学子，在建国 35 周年群众游行中打出的“小平您好”横幅的北大学子，在庆祝中华人民共和国成立 60 周年群众游行“我的中国心”方阵中的北大学子。

“凝心铸魂”是我们的方阵主题，“团结起来，振兴中华”的口号，是 38 年之后，我们北大人凝聚爱国心的力量源泉。

活动当天，当“24 方阵，前进”的口令发出，大家早已按捺不住，欢愉之情迸发而出。我已不记得喊了多少次“团结起来，振兴中华”，但记得的是天安门城楼上那个坚定有力的伟大的身影；我已记不清我们走了多少步路，但记得的是部队、志愿者、观礼台等等人群对我们坚定和支持的眼神，记得的是在现场我们虽然是一个个人组成



队伍,但我们每个人都要成为一个队伍,每一个队伍都要成为一个人。不忘初心,继续前进,牢记北大人的使命。

当口号呼喊响彻在天安门前,在电视机前的中国人面前,这种铸成中华民族之魂的力量,会传递下去。这是北大人对祖国的呼唤,是对这个时代的呼唤。

当我们从大暑走到秋分,当我们从日落走到清晨,怀柔十二时辰里有北大人,燕园十二时辰里有北大人,天安门十二时辰里有北大人,共和国十二时辰里有北大人。



## 不忘初心，继续前进



**王扬曦**

继续教育学院市场开拓办公室职员 群众

第四大队第 10 中队 方阵点位 2219

### 党旗篇

“1950 年 11 月 3 日，曾祖二人壮烈牺牲，祖父还是襁褓中的婴儿，仅面世 13 天便失去双亲。遵从先辈遗愿：烈士殉名，不受黄金之赏，祖父此生亦未曾主动谋求分毫照拂。祖上为了这面旗帜南征北战，即使下放到冰天雪地的荒村野甸，依旧奋不顾身、在所不惜。他们一世淳朴清白，饥荒年代守着粮仓粒米未取，更不肯占别人一丝一毫的便宜。”

年少时总听祖父母这样闽语讲古，我追问过盘根错节的个中缘由，也脑补过上阵杀敌的腥风血雨，更惧怕过四郊多垒的危急时刻，却想象不了身陷囹圄的绝望境地。及至年岁渐长，追逐过民国时髦，扮演过键盘愤青，读过书、成完年、阅过世，再没有与祖父母笑谑对饮、抚今追昔的机会；再没有听过那些血脉贲张、惊心动魄的故事；再没有见过那样质直纯粹、无惧无畏的性情。



先辈们教我明白，不管这面旗帜蒙受过怎样的质疑与不解，甚至遭遇过怎样的玷污与背叛，它都曾在一个暗无天日的时代，感召和鼓舞过祖上这些农民、包身工、作坊学徒们，让那些被污辱、被损害的大多数人，在卑微中觅得崇高的心灵，在沉默中塑成强悍的意志，在亡国灭族的紧要关头，用最宝贵的生命和最火热的鲜血，激扬蹈厉涤除一切陈腐朽坏，觉醒了至刚至正的华夏之魂。

这支无坚不摧的队伍是抵抗外敌、保卫国土的钢铁长城，这股钢铁洪流带着一往无前的伟力，属于那些恒怀信仰、始终坚韧、从不动摇、绝不屈服，不被野心家左右、不被平庸者裹挟，年轻、锐利、强大、时刻准备战斗，永远凝心铸魂的人们。比铁还硬、比钢还强的是“团结起来，振兴中华”的力量，要想融化钢铁，需要的不是热，而是炽烈。钢铁融化之后，变成的不是水，而是狂野而强悍的火流。当它流动起来，所有外敌与内患便会瞬间孱弱和飞化；冷凝之后，也不会变成任何一种温驯的既存之态。因为党旗飘扬的方向，就是人们前进的地方，因为伟大的中国共产党，万岁！

## 国旗篇

愿您永葆质朴纯粹的初心，巍然挺拔的身姿，坚强昂扬的意志，四海一家的气魄，骨子里的龙性难驯，血脉中的烈火激腾，是之谓：国旗。

因为这样的气质，您注定负载更重、经历更多、追索更远；也注定更沉稳、更笃定、更强大。没有万国来朝这样虚荣浮夸的提法，也



没有叫嚣着君临天下，您有着更广阔的胸襟，更豪迈的雄心。当您引领各族人民实现中华民族伟大复兴的中国梦，向着永恒的未来呼吁全世界构建人类命运共同体，我们正面朝长安街，坚毅又果敢地追随您的步伐，不懈奋进同心共筑中国梦，自发齐唱中华人民共和国国歌：前进，前进，前进进！

2019年10月1日，伟大的中华人民共和国，万岁！

## 军旗篇

夏末初秋的北京城，一改往常的空旷虚寥。灯笼绵长，落叶清飒作响，长安街两侧所有的街巷仿佛没有尽头，四下皆是望不穿的人潮涌动。凌晨疏散后，独自迎着朝霞归家，竟然恍如赴梦。薄雾濛濛，隔开记忆、幻觉和时间，也湮没一身疲累和满心欢喜。在这举国同庆的历史时刻，每个人都是镜头里唯一的主角，都是群众游行方阵里的0101，一往无前，坚定而奋勇。

我曾无数次想象过天安门的样子，朴实无华的赤色砖瓦，飘忽不定的高朦远雾，高到天穹之上的清冷，远到与世隔绝的孤傲。我也曾三度遥遥地望向她，就像回望未名湖这面平静的镜子，在湖面上倒映出天安门的威武壮丽，弥漫着同样的明亮和各自的幽独。直至我相信、我走近、我拥抱，大步流星地迈过雄伟壮阔的长安街，嘹亮的口号无数次响彻天安门广场，仿佛只需要一瞬，便已忘却那些极度困乏的深夜和略有抱恙的过往。有生之年，我竟能得以蒙眷，替代祖辈成为最幸运的受阅者之一，由新中国70华诞赐予丰沛的欢愉安乐，奏响悠



扬的动人乐章，直至记忆变成永恒。

当想象中无数帧影像变幻的沸腾画面成为切肤可感的现实，当现实中无数人高声呐喊的蓬勃气势成为继续前进的动力，以最为庞杂和强力的形态弥漫或矗立在最后一次体力极限的交感汇合之中，果决地奔赴同一个被疲累黑洞所蠹空的方向，意志交织崩灭又一次次顽固地塑成。只有成为钢铁般熔烧到极致的地心，才有可能侥幸以仅有的引力，聚拢成此生永远无法割舍和顾自旁观的事物。三次夜宿长安街，满怀以天为被地为床的豪情，记忆将远离一切幻变与梦境。她给我炽烈如初的欢喜，也给我璀璨无匹的终极，她是中秋树梢的月光、是此生无憾的圆满、是周而复始的新生、是至死方休的虔信，是仰望与祈求、是辉映与护佑、是至高的神迹和不变的唯一，是伟大的中国人民万岁！



## “我，我们，他们”



**熊 瑛**

继续教育学院市场企业培训中心主任助理 中共党员  
第四大队第 10 中队 方阵点位 2220

初秋的月光清冷皎洁，让我在 11 月某个凌晨 1 点突然醒来。恍惚间才反应过来，已经不用这么早集结了，我们已经圆满完成北大国庆游行方阵的任务。床边整整齐齐的四套训练服和一套正式的裙装，带北大标志的军用水壶，还有锃亮的、飘着模拟“小火苗”的火炬在闪闪发光，提醒着我回到那口号声震天的现场，回忆如潮水般向我涌来，熟悉的声音在耳边响起“10 中队！集合——！”。

我来了！就是从这里出发，我开始了重大活动的训练。从北大南门走来的林荫大道，洒满了夜半闪烁的星辰与月的光辉，记录了每次出征的道道车辙，我们穿梭在一串串钢铁车流和服饰整齐划一的队伍里，节奏紧凑而又迅速。我开始学习第一个动作，喊出第一句口号，去理解如何从有序中找无序，去学习怎么样标齐、变阵，还要保持欢愉。

很快，我成为了“我们”。随后的高频次合练、彩排都是头一天





集结，半夜等候，第二天中午返程。体能保证、时间保障，对于“人到中年”的在职教师来说是件非常不容易的事情。作为教职工代表，我们都要面对工作和家庭的多重压力，要克服黑白颠倒的作息、日夜兼程的跋涉。每一次集结和验收，都代表着本中队、本单位的形象。我们每个人都有自己的角色和位置，每个人的发挥稳定了，整个方阵才能有准确的排面和路线。每个人都融入了自己的真情实感，整支队伍才能达到情绪表达和肢体动作的协调统一。

方阵里的“我们”，既然响应学校号召报名参加了本次重大活动，就已经下定决心要排除万难、保质保量地完成。学院 18 名队员中有各种各样的优秀代表：有为了训练方阵的学生，和自己女儿隔离一个月未见的中队长；有听到能够参加国庆游行，比妈妈还兴奋，积极鼓励妈妈去参加的小朋友；有带病坚持训练，并出色完成一个月百万业绩的业务能手；也有主动承担后勤保障工作，为大家服务到自己病倒的小队长；还有带伤在身，打着钢板坚持训练的“钢铁战士”；也有家中亲人不能自理，为减少照顾压力把孩子送回老家的“坚强妈妈”；也有家中有亲人做手术、放弃给老人祝寿的儿子。还有日夜颠倒，奋战在第一线的宣传组老师，写下情真意切、文采飞扬的每日动态是我们不可或缺的“精神食粮”和“弹药补给”。

任务是集体的，困难是自己的！我们每个人都是意志力坚强的战士，18 个人融汇到 2232 名方阵队员中，我们继续教育学院的职工小队扛得起任务，经得住考验！



因为，我们的身边有“他们”，在这支昂扬奋进的队伍里感受到了青春的荣耀、集体的温暖。在每日5公里锻炼打卡群里，他们是那些还素不相识，却互相鼓励的各院系老师；在每次彩排撤离时，他们是怕你掉队，伸手相扶的北大学生。我和前后左右的同学们成了好朋友，记得一次彩排中，我的鞋带突然崩断了，是同学拿火炬上的绳子给我应急；在每次集结的训练场上，他们是嘘寒问暖、道一声“老师们辛苦了”的大队长、中队长；在长安街上席地而坐，强忍着疲倦时，他们是默默递过来纸板、留着肩膀让你依靠的战友。他们是新太阳大楼里重大活动指挥部彻夜明亮的灯光，那是每次星夜集结时最醒目的路标。

因为，我们的身边有“他们”，是我们守卫的花车上，那15位英雄人物和各行业杰出代表。我看到了“中国机长”刘传健，认出了新时代的“活雷锋”郭明义，优秀的藏族邮递员其美多吉，优秀农民工代表许纪平，以及乡镇小学教师代表张玉滚。他们和我们在一起，共同高呼“团结起来，振兴中华”口号时，热泪滚滚，手臂一直不停的挥舞。他们是每次彩排，在行进的路边坚守，跟我们挥手，为我们鼓劲的志愿者和胡同里的大爷大妈们，他们在挥手，在喊“你们是最棒的”；是10月1日当天活动结束后载我回来的“首都雷锋车队”的出租车司机，我邀请他和火炬合影时，他马上整理制服，打领带的手都在微微颤抖，他说“这样我也能在朋友圈显摆了”。他们更是，阅兵式上那辆牌号为“1949”的空车，盛世繁华，新中国诞生之路上那么多



已经牺牲了的“他们”，如果也在，该有多好！

因为，我们身边有“他们”。今年8月，是我们学院整体搬迁后恢复办公的第一个月，各种事情千头万绪，而又不能影响各项目推进。我们训练人员没有休息，办公区坚守的他们也没有休息！他们关心参训同事的身体健康，他们接过各项事务的接力棒。他们是国庆直播时，电视机前最焦急的等待、最热切寻找的那一双双眼睛。他们，是支撑家庭、照顾孩子的家属和老人；是为了让归来的我们吃上热饭，喝上驱寒防病的姜丝可乐，凌晨两点就开火做饭的大师傅们；是和我们一起集结，一起等待，负责物资搬运和安全保障，但是却一眼都看不到长安街、直播盛况的上千名志愿者、保安队员们。

国庆方阵训练是一次有重大意义的政治活动。习近平总书记讲过：

“长期以来，北京大学广大师生始终与祖国和人民共命运、与时代和社会同前进，在各条战线上为我国革命、建设、改革事业作出了重要贡献。”就是因为“他们”，不仅默默地为国庆方阵训练的保障工作做出贡献，更是用行动鼓舞着我们，让我们认识到自己正在参与的，是件多么有意义的、值得骄傲和自豪的国家大事！

训练期间我一共向中队投稿5次，记录了训练中的所看、所听、所想，稿件入选北京大学官方公众号。记得出征前，我院李书记、杨书记在动员会上让我们不仅做好体能储备，更要做好思想准备。我表态说，这是我一个普通人，离北京大学，离国家大事最近的一次。这不仅仅是走队列喊口号，这是彰显了北大人热爱祖国、勇担使命，用



实际行动投身伟大时代的誓言。

我先生说，十年前，我参加了国庆游行北大方阵，这次轮到你了！家里的事情你放心。我90岁的姥姥说，革命胜利都70年了，孙女替我走过了天安门，真好啊！我7岁的孩子在观看国庆阅兵的日记里写到：我妈妈的号码是2220号，整个暑假她都没有好好陪我玩，我要对她说，妈妈辛苦了！

我，不辛苦！我想再看一眼练兵场外水墨流淌的山影，和那绯红壮阔的日落，我想再听一次千人合唱“我和我的祖国”那深情的歌声。我还记得9月最后一天，特意为即将出征的北大人，亮起的博雅之光。那光芒代表着北大的召唤，让我有机会，在这不再年轻的年华，也曾鲜衣怒马丈量大地，满腔热血报效国家！

我，是“我们”这支光荣的队伍中普通一员，和成千上万的“他们”一起，圆满完成了国庆任务，我们用实际行动诠释责任、使命、担当，“团结起来，振兴中华”的誓言，共和国一定听得到！



## 凝心铸魂，筑梦未来，永久奋斗，阔步前行



**杨 虎**

继续教育学院党总支副书记 中共党员

“凝心铸魂”方阵教育宣传组组长

第一大队第 21 中队 方阵点位 2317

为什么我的眼里常含泪水？因为我对这土地爱得深沉；为什么我们常说家国天下？因为我们是这民族的希望所在！在中国共产党的领导下，在亿万中国人民的接续奋斗下，中华民族走过山重水复，经过铁血考验，迎来新时代的柳暗花明，霞光万里；我们看过山河破碎，告别苦难历史，终于换来共和国的花团锦簇，青春万岁。2019年，我们迎来了中华人民共和国的 70 华诞，对于每一位中国人来说，这都是一个熠熠生辉、值得终生铭记的特殊年份。旧邦新命，四海同春，我们欣逢盛世，亿万同心，歌唱我们亲爱的祖国，从今走向繁荣富强，同心共筑中国梦，携手再谱新篇章！

在国庆 70 周年庆祝大典上，由两千余名北京大学师生组成的“凝心铸魂”方阵在全世界的瞩目下，胸怀爱国丹心，手持鲜红火炬，自由、欢愉、生动、活泼地行进在壮美的长安街上，齐声高喊出“团结



起来，振兴中华”的时代最强音，向十四亿中国人民充分表达了真挚的爱国热情以及对党和国家的深情祝福，也向全世界展现了新时代中国人“凝聚中国心，铸就民族魂”的中国精神以及万众一心实现中华民族伟大复兴中国梦的中国力量。作为这一伟大历史时刻的参与者、见证者、记录者，我深切感觉我们的北大方阵不仅走出了北大人、中国人的应有飒爽英姿和时代风采，更走出了北大人、中国人的共同希望和美好未来。当时的场景至今仍历历在目，难以忘怀，每每想起，都会感到无比激动、无比光荣、无比自豪！

北京大学党委书记邱水平老师是“凝心铸魂”方阵的总负责人，他的两段重要讲话，给我留下了十分深刻的印象。一段是：完成国庆游行工作，绝对不是简单的工作任务，而是全体北大人的无上荣光，一定要把此次活动办成对全校师生进行爱国主义教育的课堂，办成考验和锻炼青年干部政治站位、工作能力和综合素养的平台。另外一段是：我们平常也走路，但现在我们走的每一步都是为祖国而走；我们平常也流汗，但现在我们流的每一滴汗都为祖国而流，因此意义非同寻常。如今，各项工作任务已经圆满完成，认真回想起来，就能深切感受到邱书记极高的政治站位、极准的工作定位、极深的家国情怀。受此教育和感染，我觉得自己参加此次活动的初衷有三点：一是接续参加国庆50年群众联欢、国庆60年群众游行活动的宝贵经历，亲身参与共和国70华诞的庆祝活动，深情表达一名新时代北大青年教师、党员干部的家国情怀。二是既做战斗员，又做指挥员，为继续教育学



院的党员、群众做好表率，示范引领，努力做为北大争光添彩的模范典型。三是与北大优秀的青年干部和可爱的学生在一起，学习问道，取长补短，克服内心日益强烈的“本领恐慌”之感。总而言之，就是让自己通过参加此次活动，接受一次系统、全面、深刻、持久的人生历练和精神洗礼。

除我之外，继续教育学院还有 17 名同志作为教师代表参加了此次游行活动，从踊跃报名到完成任务，每个人的表现都可圈可点，可谓方阵中的优秀代表。尤其是白素、代鑫、杜鸿、熊瑛等同志的表现更是令人感动，甚至令人肃然起敬。我感觉，两个月来，我们这个特殊的集体在四个方面做到了“不掉链子，精彩纷呈”：一是在刻苦训练，圆满完成各项任务方面，不掉链子，精彩纷呈；二是在充分表达爱国热情，完美展示北大风采方面，不掉链子，精彩纷呈；三是努力克服各种困难，坚持协调做好本职业务工作方面，不掉链子，精彩纷呈；四是在团结互助，温情感人方面，不掉链子，精彩纷呈。我由衷地为大家点赞、喝彩！我以能拥有这群可爱而可敬的战友、同事而感骄傲！也以能和他们携手共进、并肩战斗、共同经历见证这次伟大的盛典而感荣幸！

近三个月来，我在协调处理好本职工作的同时，既要参加训练，完成游行任务，又担任方阵教育宣传组组长。我和教育宣传组的十几名师生一道，按照方阵总队的要求，每天都要报送工作简报（共计 65 期），编发每日动态（共计 90 期），拍照、摄影、制作 DV、起草



文案，等等，我们的口号是“文经我手无差错，事交我办请放心”“细节细节再细节，集体集体再集体”。我们力争通过扎实有效的工作起到沟通上下、宣传典型、展示风采、总结经验、鼓舞士气、记录历史、传播能量的积极作用。工作之苦之累，一言难尽。但苦中更有甜，累时更有乐。因为对我来说，这是一次见世面、长才干、做反思、有进步的难得经历。在训练和工作过程中，我天天有触动，天天有反思，天天有心得，天天有改进。从身边的每一位优秀同志那里，我学到了更高的政治站位，学到了更强的责任担当，学到了更多的奋斗热情，学到了更好的工作方法。感恩祖国，感恩北大，感恩继续教育学院，感恩那些与我并肩作战、携手共进的好师长、好战友、好同事！这个爱国主义教育的大课堂，的确教给了我很多很多，也让我改变了很多很多；这个历练和考验青年干部的大平台，让我反思的心情更真诚，奋斗的方向更明确，前进的脚步更稳健，追求并坚信光明、美好与高尚的信心更坚定。从最初的“心动”到“行动”，再到收获满满的“感动”，终将转化为日后继续奋发有为的“永动”力量！

2019年10月28日，在继续教育学院召开的国庆70周年群众游行工作总结报告会上，我作为主持人，特意对全院同志讲了这么几段真心话：长江大河，没有了奔腾的激流，就激荡不起壮美的波澜；文章著述，没有了神来的笔墨，就撰写不出动人的篇章；你我心中，没有了家国的情怀，就打造不出精彩的人生。个人的浪花只有融入祖国的大海，才会有更强大的生机，才会有更开心的笑语。我相信，在过去的





三个月里，每一位国庆游行方阵的成员都是感动多多、收获满满、回忆暖暖。方阵第四大队大队长姚静仪老师学校总结大会上，代表全大队说的几句话让我永驻心头：“退去方阵黑，留住北大红，走过天安门，凝聚中国心，共铸民族魂。”

“凝聚中国心，铸就民族魂”“团结起来，凝聚爱国丹心；振兴中华，铸就民族精魂”，这是我为方阵拟定的主题宣传语。“宣武崇文，尽善尽美；顶天立地，偕作偕行”“倾心血聚沙做塔，广延美誉；联军民琢玉成器，厚积功德”，这是我为承训部队、承训基地拟定的锦旗内容。“旧邦新命，躬逢其盛。四海同春，凝心铸魂。七十华诞，北大争先。历夏经秋，汗水未休。文明精神，爱国为本。野蛮体魄，饮食勿薄。少年心事，此餐永忆！”“整装犹沐溶溶月，灯下点名。灯下点名，车似游龙载我行。凯旋精细套餐迎，笑语盈盈。笑语盈盈，暖胃暖心皆是情。”“躬逢盛世奔小康，勿忘眼前一粥一饭颇不易；砥砺德行成大器，常思民间有乐有忧要关心”，这是我为方阵爱国餐券拟定的两则文案。这些内容，在一定程度上，既描述、抒发了自己的所见所思所悟，也记录、见证了方阵师生的共同经历和心声。我们既是历史的参与者、见证者，也是历史的记录者、传播者，使命光荣，意义非凡。这样的经历，这样的感受，将同怀柔军训基地清晨和黄昏的彩霞、雨过天晴的湛蓝天空、午夜会议室的灯光以及窗外美丽的月色一道，将同全要素彩排时长安街上皓月当空、流光溢彩、师生围坐夜话的场景一道，将同游行当天我们嘹亮的歌声、整齐的步伐、响亮



的口号、激动的心情、欢愉的笑容、互相关爱和帮扶的情谊一道，将同在学校和学院总结大会上心潮澎湃、热泪盈眶的感人场面一道，永远留在我们每个人的记忆深处，持久地感染、温暖、激励着我们，立足北大，胸怀祖国，不忘初心，牢记使命，凝心铸魂，筑梦未来，永久奋斗，阔步前行！





## 向祖国母亲表白之重大活动感悟



### 曾玉芬

继续教育学院教学管理办公室职员 群众

第四大队第 10 中队 方阵点位 2119

我是第四大队 10 中队 0 小队 2119 点位成员曾玉芬，很荣幸参与了此次国庆重大活动，想起这个值得让我铭记一生的难忘经历，我的思想感悟太多太多，但是有几点我还是想着重写下来，记下来。

### 报名前的纠结和犹豫

记得，是个星期五的晚上，我接到了我们支部书记吴丹老师通知报名群众游行方阵的电话。电话中，我就开始做思想斗争，一面是一生也许只有一次、可遇不可求的宝贵机会；一面是忙碌的暑期和开学后的周末工作将因为重大活动而变得更加忙碌；一面是炎热骄阳下的艰苦训练，一面是给孩子安排好的假期游学；孰优孰劣似乎一目了然，琐事缠身、与学生之间的体能差距等等都是羁绊我报名的理由。电话中，我放弃了报名，但是这个事情一直都在我脑子里回荡着。

鱼与熊掌不可兼得，得失、取舍、孰轻孰重？我自己一个人默默纠结了一天，当我跟家人说起这件事情时，令我意想不到的，不管



是我们孩子的爸爸还是家中的老人和孩子，都坚决要求我去找吴老师报名。家人一致认为这将是我最难得的一次能给祖国贡献自己微薄之力的机会，也是一件让我们整个家族都为我感到骄傲和自豪的事情，所以让我一定不能错过，他们会全力支持我，让我放下包袱，不要有任何顾虑地去报名。然后，我又向部门领导提出了我的想法，部门领导也全力支持。既然能有机会用实际行动为实现中国梦做出贡献，并且家人和同事都支持，那我岂能放弃这此宝贵机会？于是我正式向组织提出报名申请。

现在想起这个反复的报名过程，真让自己后怕，万一自己当时没报名，这将成一件让自己遗憾终身的事情。两个多月以来，我越来越坚定自己的选择，庆幸自己当时听取了家人的建议，报名参加了这么一个意义重大的活动，也非常感谢家人和同事的支持。

### 累却快乐的训练过程

从八月初开始参加训练到国庆当天，这两个月的时间，就如我们方阵执行副总队长王逸鸣老师所说的：“我们一起感受过赛马场的骄阳，一起在繁星点点的黑夜中穿越过良乡机场；我们走过神秘的阅兵村、睡过皓月当空的长安街，更是在灯火辉煌的天安门喊响了我们的‘团结起来，振兴中华’的誓言。我们见过朝霞夕阳、见过满天星光，经历了北大的十二个时辰，也经历了燕园的喧嚣与肃静。”

七月份去基地训练之前，我和王姗姗老师还多次去奥森、唐家岭公园、五四操场等地完成中队要求的每天体能训练。在唐家岭公园



里听着一阵一阵的知了鸣叫声的夜跑，顶着毛毛细雨在偌大的奥森公园里的慢跑，让我们有些害怕的静谧的夜跑环境，这些特殊的体能训练场景历历在目，即便是这样，我们当时还是每天都超额完成体能训练任务，只为了能够缩小与学生之间的体能差距。八月初，我们正式开始了训练，校内集训后到怀柔训练基地与学生进行了合练。从怀柔回来我们又经历了7次校内复训和6次校外验收，每一次我们北夫夫人都取得了很好的成绩，而傲人的成绩背后是我们在烈日下的刻苦训练、以及多少次与凌晨12点到5点之间的起床铃声的思想斗争、多少次不眠不休的夜晚、多少次跳起来一尺高的欢愉之后的大汗淋漓。跟周围的学生相比，我的年龄基本上是她们的两倍，熬夜熬不过她们，体力也跟不上。训练完毕，我的胳膊都有点抬不起来了，在彩排和训练的时候，每次音乐响起的互动欢愉后期，自己必须使劲全部力气艰难地举起双臂挥动，内心的使命感让我必须保持住胳膊一直高高举起挥动。另外，跟学生相比，我们是有工作的老师，我们不能在参加训练之后随时休息，而且我们的工作并不能因为我们参加方阵就停滞不前，所以我暑假期间数次夜间加班，九月份开学后凌晨从长安街归来，我只睡三四个小时又爬起来去教室查课，我克服疲惫与学生们一起听课坚持到下午四点多，下课之后，我担心我会在回家路上站着睡着，我不得不再回办公室的沙发上睡一会儿才能回家。艰苦的训练过程并没有让自己觉得痛苦，内心反倒很骄傲，因为穿着军装与学生们一起训练、站立吃饭的经历、被起床号叫醒的新鲜感、以及看到夜间训练结



束后学生们在联谊会上弹着吉他唱着歌，互相介绍自己博得异性的注意的场景都给自己带来对青春的由衷羡慕之情，这一切都让我感受当代北大学子的青春魅力和才华横溢，也让我有一种重返大学时代的青春愉悦感觉。我喜欢这种感觉，也更加坚信自己的那一点儿辛苦跟这种难得的经历相比，根本算不了什么。

## 令人激动的荣誉感与使命感

我很荣幸能在有生之年参加这么一个意义非凡的活动，用自己的实际行动为我们亲爱的新中国母亲庆祝生日。从未有这样的一刻让我感觉到我离祖国母亲那么近，从未有这么一刻让我觉得我与祖国母亲的命运相关，何其有幸能参与其中，这将是令我终身难忘的一段经历，这种荣誉感在9月14日、9月22日、10月1日当天走在长安街上的时候，尤其是10月1日当天，感触最深。当我们包夹花车，走在长安街上时，我内心的心潮澎湃和爆棚的自豪感是无法用语言去描述的，明明在不久之前我还困得七倒八歪、只想趴在长安街上睡觉，但是当我在长安街上听到一首首小时候听过、唱过，但是许多年都没有唱过和听过的红色歌曲时，我内心的使命感、责任感、荣誉感让我的头脑瞬时变得无比清醒、困意全无。不管是彩排还是国庆当天，当我们走在长安街上时，当时的我只想尽情地释放自己对祖国的热爱之情，我们方阵所有成员都跳起来表达自己的爱国激情，我们的欢愉是无以言表的。



## 我的收获

通过这次活动，我感受到北大师生对祖国的热爱，感受到了北大人的爱国荣校的使命感与时代担当，看到了昂扬向上的北大青年身上不光具备聪颖过人的才智，也不乏刻苦训练的吃苦精神，他们就是这样的北大青年，他们会为了喊出最整齐、最响亮的“团结起来、振兴中华”这个时代最强音，而把自己的嗓子喊到嘶哑。除了北大 24 方阵这个团队的协作精神与集体荣誉感之外，我还感受到了学校团委干部、学院各级领导工作的细致与高效，大到一个集体再到个人，都能感受到来自组织的关心与温暖。比如八月份过生日的我，竟然在怀柔训练基地收到了来自组织送来的神秘生日礼物：一个写着我名字的 LED 闪光板。专属定制的生日礼物让我受宠若惊，让我有一种当明星的感觉，这份生日礼物足足可以让我怀念好多年，在我今后的生日里，想必我会永远想起今年这个特殊的生日礼物。9 月 14 日凌晨，虽然是八月十六，一轮圆月挂在天空，我们都坐在长安街上欣赏皎洁的月光，但是凌晨一两点的困意是很难克服的，我们很多人都会趴在冰凉的大街上睡觉，这个时候，我们的领导杨虎副书记看到我们躺下又因为地面的冰凉坐起来的反复过程，他会为我们四处寻找废弃的包装纸箱给我们阻挡地面的寒气，这让我们感到了来自领导和同事之间的战友般的关心和温暖；对于整个集体来说，集体的温暖和关怀简直无处不在：爱国套餐、姜丝可乐、为我们特别开设的“深夜食堂”、纪念版校园卡、每一次训练的餐卡，都让我们吃在北大，暖在心里，还



有学校给我们配备的“随队姜太医”。学校从衣、食、医、行各个方面所作的工作都让我们所有人感到了组织给予的安全感，也给我们留下了很多美好的记忆。当然，对于我而言，这个活动不仅可以向祖国表白、为新中国庆生，也是一个很好的学习和锻炼的机会，相信这两个多月以来的经历对我今后工作会有很大的帮助，让我能在自己的本职工作岗位上行稳致远，越做越好。

最后，当我要结束这篇小文章时，我的耳边又回响起“我和我的祖国”那优美的旋律，又回响起“团结起来，振兴中华”那震彻天宇的宏亮口号。我回顾，我感恩，我奋进！







## 做好国庆 70 周年群众游行

### “凝心铸魂”方阵一点位



**张 丽**

继续教育学院网络培训中心主副主任 群众  
第四大队第 9 中队 方阵点位 1917

从北大到怀柔训练基地，从东门地铁到长安街，从未名湖畔到天安门前，从日暮到清晨，在倒计时的两个月里，我万分荣幸地与 2200 多名北大师生一起训练、一起认真准备着、一起期待着，期待着 2019 年的国庆游行。

2019 年 10 月 1 日，对我来说是一生中最值得纪念的日子，我和我的队友们——2232 名北大师生共同走过天安门广场，向祖国高喊“团结起来、振兴中华”，向天安门挥手致意，向全国人民表达我们真挚的爱国情怀。我们是凝心铸魂方阵，我们高举火炬，我们在天安门前高高跳起并高喊着口号，用强大的精神力量和热情感染着方阵中的每一个人。在离开天安门时我们的队伍又自发地喊了数遍口号，带动着所有在场观众的热情，与我们一起高喊“团结起来、振兴中华”，就这是我们的北大方阵。



从第一次清晨的雨后在第一体育馆集合并学习动作；第一次到怀柔训练基地进行教师集训、与学生合练；第一次找到自己所属的中队；第一次在赛马场比拼；第一次阅兵村的展示；第一次看到深夜与凌晨的天安门，每个第一次都让我感到我与所在的集体更亲近了，我与北大更亲近了，我与祖国更亲近了。

我为方阵中每一个同学、每一位老师的认真训练、团结一心而感动。还记得我参与的第二次长安街全流程演练，那天我们晚上9点左右到达长安街集结地，席地而坐说说笑笑，等到半夜时，大家已经很困倦了，随便地趴着卧着。那时的天已经很凉了，这时我们学院的杨虎副书记在到处找纸箱，一个个撕开铺平，递到我们每一个人手上，叮嘱我们垫着坐下，又找来很多个大的干净的垃圾袋让我们盖在身上保暖。杨书记让我们每一个人都躺在他折好的厚厚的纸板上睡一会，保持体力又保护好身体，而他自己却没有停下休息。我和白素老师坐在杨书记给我们折好的同一块纸板上，盖着杨书记找来的一个大垃圾袋，心里和身体都被温暖着。同中队里其他学院的女老师看到了都羡慕的说“大哥也给我找一些纸板吧”，杨书记二话不说就又要去搜寻。我身边的几位其他学院的老师都纷纷说，你们学院的领导真好。灯光下，我和白素老师看着杨书记走来走去地为大家奔忙着，都为我们有这样的领导而暖心。那个夜晚，是我们共同经历的一个幽凉又温暖的夜。

终于在一次次的期待中，迎来了国庆日。我们在凌晨四点多集合



并坐地铁专列到达东单附近等候，我们又一次共同守候黎明。在现场大家都没有手机，更没有多媒体设备，无法像坐在电视机前的同胞们一样，了解到天安门前的情形。中队长大队长们纷纷把手台打开广播模式，我们围绕在他们身边，静静地在长安街边共同享受了一次耳朵参与的国庆阅兵盛宴。每一个同学老师都静下来，围在中队长身边，仔细倾听广播里的声音，在听到李克强总理宣布升国旗、奏国歌时，在场的所有人都不约而同地站立起来，高唱国歌。那一刻我的眼泪流了出来，方阵里很多老师同学都心潮澎湃、热泪盈眶。我是如此地激动，也是第一次感受到平凡的我是如此地热爱我的祖国，同时也为我是这个热烈生动的集体中的一员而骄傲。

我们用耳朵全程听完阅兵仪式，我们也在长安街上掂起脚尖，看国之重器，DF-17，DF-41，DF-100 等等武器，我们头顶呼啸而过的是各种战斗机、运载机、直升机等，看到这些强大的武器，我们真心地、热烈地欢呼。是那些可爱的坚毅的军人在为我们守护，是这些重大的坚不可摧的武器在保护我们的安稳周全。我为国家有这么强大的军事力量守卫疆土、保卫人民而感到无比自豪。在长安街上我们听到路边音响里传来的群众游行开始的指令后，一个干净的童音响起：“今天是你的生日，我的中国”，那一刻我的眼泪又一次滑落，同时跟着大家一起唱了起来。那一刻全国人民都在为祖国歌唱。

慢慢地我们沿着长安街逐渐走近天安门，快要轮到我们的方阵时，队伍里都小声地、彼此传递着加油的鼓励，互相提醒着“标齐排面”。



那一刻，我们为北大的荣誉在努力，努力做好方阵的每一个点位，努力为祖国献上最完美的表演。音乐线近了，在短暂的静默后 2000 多人的队伍同时从胸前举起火炬，那一刻一定燃爆了，随即我们代表着亿万同胞心声的口号响起，响彻天地。

我是北大方阵 1917 号，我万分荣幸见证新中国 70 周年庆典的伟大时刻。我爱北大！我爱我的祖国！“团结起来，振兴中华！”的口号在天安门前响起，在长安街回荡！我很激动也很幸福！我为我是中国人而骄傲！

祝祖国生日快乐，繁荣昌盛！





## 追梦人



### 张 伟

继续教育学院技术保障办公室职员 入党积极分子  
第一大队第 23 中队 方阵点位 3019

2019年10月1日是我终生难忘的日子，在这一天我走过了长安街，经过了天安门，接受了党和国家领导人的检阅，把“团结起来，振兴中华”的口号与周边的群众一起喊起，大家一起祝福新中国生日快乐，现场气氛十分热烈。

这个场面好像梦中发生的事情，但它却是真实的，这就是我参加的庆祝新中国成立70周年的群众游行活动。

此次重大活动的细节我还历历在目。当接到报名通知时，第一时间我几乎没有多想就立刻报名参加了，心中充满了对此次活动的向往，别的事情也没多想。之后团委的同志找我谈话，谈了这次活动的细节、意义和相关的情况，还问了问我身体条件能不能承受此次活动。因为我一年多前脚踝骨折过。此时我一下愣了，心想团委的同志工作真细致呀，我自己真没多想。我根据当时恢复的情况说没问题，但是自己心里也没有把握。之后参加了怀柔集训，这是最艰苦和高强度的训练，



我的脚踝一直没有问题，我也就再没有把这件事放在心上。

之后发生的事情真的很梦幻，从怀柔集训到校内复训，从顺义赛马场到良乡机场，从阅兵村到天安门，从爱国套餐到深夜食堂，每个地方都有独特的经历，虽然期间训练很艰苦但也充满了快乐。傍晚的评议会，深夜的长安街集合，烈日下步幅训练，这些都给我留下深刻的印象。

当顶着烈日在怀柔基地的操场上训练时，我深刻地感觉到自己是“北大人”，此时我与其他的北大师生同训、同吃、同住，完全融入到这个集体，这是以前一直没有体会到的。大家在一起只有一个目的，就是通过自己的努力，把动作做标准，把队伍走整齐，体现出欢愉的心情，为庆祝新中国的生日贡献出自己的一份力量。正是在这个目标的驱使之下，一切困难显得都是渺小的，都是可以克服的。除此之外，大家在闲暇时间还可以聚在一起谈谈北大，谈谈工作，谈谈理想，瞬间感觉到自己是集体中的一员，有了这个强大的集体，什么事情都可以完成，什么难题都可以解决。是这次重大活动给了我机会，强化了我的北大人身份。

不管是彩排，还是正式的游行，当通过天安门广场时，我就强烈地感觉到自己是一名“中国人”。当音乐响起的时候，虽然看不到其它方阵的游行及表演，但内心深处可以感受到所有参加游行的群众对党、国家和军队的热爱，大家会情不自禁地跟着音乐合唱，歌颂我们伟大的党、伟大的国家、伟大的军队、伟大的社会制度。这些都是发



自肺腑的，每个人都真心地希望祖国越来越强大，人民生活越来越幸福，充满了作为一名中国人的骄傲！

每次通过核心区之后，后面便会想起音乐“我们都是追梦人”，这时我明显能感到自己也是一名“追梦人”。心中强烈的愿望是为祖国的生日贡献自己的一份力量，在全国人民的面前表现出北大师生良好的精神风貌。这些，一直激励着我。为了这个目标，我可以在炎炎的夏日顶着大太阳军训，可以在凉飕飕的秋风中夜宿长安街旁，可以暂时放弃家里的一切事情专心投入到群众游行当中去，只为最后可以提交一份满意的答卷。这整个过程，不就是一个追梦的过程吗？

中间还是发生了小插曲，不想发生的事情还是发生了。当第一次全要素训练时，我发现国庆游行当天的鞋子很紧，会牢牢地贴在脚踝上。由于我脚踝骨折过，至今脚踝上还有一块固定钢板，这时鞋子会和钢板上的螺钉接触，产生摩擦，有一丝丝疼痛，不十分严重，但也是持续地“深可入骨”的疼痛。顶着疼痛我完成了那次训练，到家之后发现脚踝的钢板与鞋子接触的地方已经磨破了。心里想，怎么办呢？国庆当天可是要走一个多小时，来回要五六个小时呀，我能坚持吗？最后，我告诉自己不能放弃呀，都到最后了，咬咬牙坚持一下吧。第二次训练和正式活动的时候，我在脚踝处贴了创可贴，可以稍微缓解一下，虽然还是有些不舒服，但最后总算坚持了下来，圆满地完成了任务。

通过参加此次国庆游行，我真正地成为了“北大人”“中国人”



“追梦人”，我要在平时的工作中保持这样的状态不松懈，在追梦的道路上继续前进！

