

西安理工大学高科学院报

2016年5月28日 主办:西安理工大学高科学院党委宣传部



承办:西安理工大学高科学院校报编辑部 总第94期 共8版

“五月的鲜花”文艺汇演



本报讯(记者 15 英语一班 黄蕾)2016年5月10日下午17点至19点,在我院教学楼前,“西安音乐学院青年艺术团赴西高学院文艺演出”正式开演。

本次文艺演出主张践行讲话精神,学习时代楷模。以加强两院之间的文化交流,促进两院的发展,并且在此基础上增强了我院师生的课余文化生活,使得我院师生可以虚心学习其他学校的长处,促进我院文化宣传的不断进步和发展。

演出第一项,我院的领导发表了讲话,并且强调了两院之间的关系,

并且对于今后友好关系的发展表达出了殷切的希望。

此次文艺演出以歌曲和舞蹈为主,请到的大多数是有一定成就的文艺青年,或者是在校的大学生。开场一曲《东方红》唱出了我们新时代的希望,也预示了我们在广大学生的无线希望。演出中双人舞《吾》的演员高强,吴凌是2016年春节联欢晚会西安分会场的演员;歌曲《1234》的歌手徐明昕是2016超级女声最佳人气歌手;笛子独奏《牧民新歌》的演奏者赵逊是中央电视台《光荣绽放》栏目的十大笛子演奏家之一,并且在演奏中为

了增进与师生之间的关系,他把舞台拉进台下,与师生互动握手,以此表达了自己的友好情怀;青年男高音歌唱家李强,曾赴德国、英国、法国、奥地利等国家进行演出,其演唱的《敢问路在何方》其声音堪比原唱,并在演出中,表达出了自己对我院学生的期望。

最后我院领导对西安音乐学院来我院的文艺演出表示出了极大的感谢,并且送出了锦旗,以此表达自己的无限谢意。并且所有的演员自己领导合影留念,为本次活动画上了圆满的句号。

社团风采展示周闭幕式圆满结束

——运用自己的形式演绎出了不同的风采,增强社团的知名度,也使社团之间的凝聚力不断增加。

“青春飞扬,五四相伴;告别陋习,走向文明”青年节观影活动

——珍惜学生时期的美好时光!做一个有道德的人、一个有品味的人、一个有益于社会和人民的品格高尚的人。

我院趣味运动会火热开幕

——竞技与娱乐相结合,磨砺大家的品质,增强团队合作精神。《详见第二版》

人生要耐得住寂寞

——人生,要耐得住寂寞。只有耐得住寂寞,才经得起岁月的繁华。成功与辉煌,从来都隐藏在寂寞的背后,耐得住寂寞,才能在迂回曲折中等到成功。

所谓传奇并不都有一个惊心动魄的过程

——世上的所谓传奇,有时并不都有一个惊心动魄的过程,能把一件简单的事重复几千次,就已经是一个奇迹了。

奇迹在于自己

——美国男孩汤姆·邓普西自身残疾却喜爱足球。面对现实他没有放弃,努力的同时等待着机会的到来,待机会到来的那一刻他抓住了。

善于健忘

——善忘是解脱痛苦、释放压力的一剂良药,是一个人身心健康与成熟的标志。善忘是一种人生境界,是一种品性修为。要学会善忘,就要加强思想品德修养和心理素质的培养,胸怀宽广。

《详见第三版》

期中教务教学座谈会

本报讯(记者 15 英语一班 黄蕾)2016年5月17日在204401教室,召开了2015至2016学年度第二学期教育教学座谈会。出席本次座谈会的有教育教学处各处的老师,以及13级,14级,15级各班的学生代表。

此次座谈会旨在加强学校与学生之间的沟通,以此让教学质量有所提升。从而

从学生的角度,不断提升学生的成绩,为我院学生以及学生的家长交出一份满意的答卷。

在此次座谈会中,各班级学生都依靠自己在之前的学习生活中发现的问题,对学校在教学中的问题提出了意见和建议,并且对相关老师的教育教学的有关问题提出了自己的意见,在这些意见和建议中,绝大多

数同学的想发都是可行的,都是自己通过自己的眼睛有所发现,并且有所想法得到的。由此可见,我院学生在学习和生活中也是秉着求上进,努力做好自己,不断提升自己,不断奋斗的。

参加本次座谈会的有位代表提出了对于思政类的科目开卷考试。思政类科目作为考研必考科目,提前培养学生对于此类试题的记

忆和理解,也有利于提高我院的考研的升学率,望我院的学生理解学院教务老师的用心良苦,努力学习不断提升自己的学习成绩,合理安排时间,认真复习。

最后老师对本次座谈会进行总结,希望以后对学校的意见可以及时与相关部门的老师交流和联系,以此为提高我院学生的学习成绩共同努力,一起奋斗。

深化“两学一做”贵在走心

——“两学一做”学习教育,是面向全体党员深化党内教育的重要实践,是推动党内教育从“关键少数”向广大党员拓展、从集中性教育向经常性教育延伸的重要举措。

《详见第七版》

两学一做,党员学习教育

——“两学一做”学习教育,基础在学,关键在做。领导干部要当“两学一做”排头兵。切记,贵在坚持“知行合一”。

《详见第八版》

内部刊物 免费交流

联系地址:长安校区主教学楼七层校报编辑部 编辑:刘鑫遥 杨德航 版面设计:杨昭

“青春飞扬,五四相伴;告别陋习,走向文明” 青年节观影活动

本报讯(记者 15 机械 2 班 杨德航孙瑞晗)5月4日,由我院学生会主办、宣传部承办的青年节观影活动在教学楼 701 教室隆重举行!出席本次活动的有学生会主席王嘉斌、学生会副主席宋嘉豪、学生会副主席李丹、学生会秘书长车亮、学生会宣传部部长麻岩涛、学生会外联部部长潘珍珍、学生会实践部部长马汉镔、学生会体育部部长常甲祺、学生会班干权益部部长雷博、学生会女生部部长梁娅妮、学生会监察部部长赵欢、学生会文艺部部长沈通、学生会生活部部长张嘉坤、学生会大艺团团长孙莹及部分学生代表。



活动开始全体肃立唱《中国共产主义青年团团

歌》向团旗行注目礼,礼毕由学生会主席王嘉斌致开幕词,他指出:希望高科学子弘扬“五四”精神!高举爱国主义伟大旗帜!坚定中国特色社会主义信念!肩负起历史赋予的光荣使命,珍惜学生时期的美好时光!做一个有道德的人、一个有品味的人、一个有益于社会和人民的品格高尚的人。致辞后由学生代表张嘉良带领活动参会人员宣誓。

本次活动围绕“弘扬五四爱国精神,展示西理高科青年风采!”一主题开展。活动目的明确,整体庄严肃穆,显现了我院学子的拳拳爱国情怀和远大人生理想,并得到了院师生的一致好评!

社团风采展示周闭幕式圆满结束

本报讯(记者 15 英语一班 黄蕾)2016 年 5 月 5 日晚上 7 时,我院社团风采展示周闭幕式在 715 大厅隆重举行。出席本次闭幕式的嘉宾有社联主席刘思航,社联书记张星龙,社联副主席李骞、赵强,社联副书记刘开开、章文靖,社联上届副主席潘楠楠。

本次社团风采展示周活动以社团的自我展示和节目展示的形式为主。前期依靠各社团用自己社团最拿手的的形式在一楼大厅进行展示,后期以文艺节目的形式在 715 大厅演出。为我院的师生在课余生活中增添了不一样的风采,也使我院师生的业余生活更加丰富。

在本次闭幕式的节目中,每一个演出者都精神饱满,发挥出自己最高的水平,力争为自



己和自己所在的社团争光添彩。开场的第一个节目是书法社的歌曲,就给观众带来了不一样的视觉和听觉效果。乐队和歌手的默契配合以及歌手超出常人的台风,给每一位观众都留下了深刻印象。武术协会的表演,以及文学社的相声《谈古诗》,还有陕北文化艺术团的腰鼓,都运用自己的形式演绎出了不同的风采,从而增强了自身社团的知名度,也使社团这个大团体之间的凝聚力随着本次活动的顺利开展不断增加。

本次活动的圆满落幕,让大家对社团这个大家庭有了新的认识,每一个人依照自己的兴趣爱好做事,其最后的结果也会出乎人的意料之外;也会让自己更加具有信心,给自己在下一次展示的机会中增加自信心。

我院趣味运动会火热开幕



本报讯(记者 15 财务一班 关鹏妮)为丰富同学们的课余文化生活,增强青年学生们锻炼身体的意识。我院于 5 月 4 日下午 18 时在田径场隆重举行趣味运动会开幕式。

本次趣味运动会开幕式是由学生会班干权益部主办,主要由学生会成员参加。各成员都提前十分钟到场,整齐列队,安静候场,充分体现了对开幕式的期待与重视。首先,主持人上场讲话,她感谢了成员的到来,接着她建议大家要积极的参与活动,保持良好的精神状态。之后在一片热烈掌声之中,学生会主席上场讲话,他提出本次运动会与传统运动会不同,它是将竞技与娱乐相结合。不仅能够磨砺品质,还能增强合作精神。大家要珍惜机会,公平参与。接下来,主持人又介绍了趣味运动会的项目。此刻,大家热情高涨,迫不及待地想要开始,掌声愈响愈烈。

随着主持人的一声令下,我院趣味运动会开幕式正式完成。最后,预祝我院趣味运动会能够顺利开展,圆满结束。

人生要耐得住寂寞



人生,要耐得住寂寞。

这是一个寂寞流行的时代,每天都有无数的人在寂寞中迷茫与痛苦,只是他们不懂得寂寞的含义。其实寂寞是一种不凑热闹、不赶时髦、不追风潮的生活境界与生活方式。那些迷茫与痛苦只是庸人自扰罢了。

珍珠,因为耐得住寂寞,才得日月精华,终成天宝;昙花,因为耐得住寂寞,方能含香蕴秀,绚烂夺目。

人生如此。只有耐得住寂寞,才经得起岁月的繁华。

因为耐得住寂寞,才扛得住世俗的诱惑;只有耐得住寂寞才守住心中那份幸福;因为耐得住寂寞才能成就事业的功成……

人生,是一首承载寂寞的乐章,我们从寂寞中走来,也终向寂寞中走去;寂寞是一种心境,淡雅而不失其魅力;沉静而蕴含着哲理。因为有了寂寞心底的尘埃才得以净化,灵魂的污浊才得以洗涤,良好的心态才得以造就。

夜,静谧。孤单总是毫不留情的来袭。心,空荡荡的。没有一丝色彩,慢慢的明白了——原来这种感觉叫寂寞。

人生难免寂寞时,面对寂寞,每个人表达的方式也不尽相同,有人品味着寂寞的美,在宁静致远中感悟人生;有人沽酒买醉,呼朋唤友闹喧哗;有人黯然伤神,泪眼婆娑独销魂。在这份喧嚣的社会,人

心太多的浮躁,只有懂得寂寞的人,内心才有一份宁静。

耐得住寂寞,才经得起繁华。

面对曲终人散的落寞,伤感便接踵而来,繁华与寂寞都是人生的过程。我们要有勇于面对繁华的格局,也要有沉淀寂寞的胸怀。由于寂寞,心可以变得豁达,眼可以更加明亮,思想才得以升华。不必留恋过往的璀璨,这样才能走向真实的自我。

爱与寂寞相伴,何以安慰那曾经的沧桑。

寂寞如影随形而来,此刻,没有悲婉,只是淡淡的化成了一首心曲,在风中、在雨中若隐若现……

爱一个人有多苦,只有自己知道;一个人不寂寞,想一个人才知道什么是寂寞。

昨天,只能拿来怀念,缘起缘灭,弹指一挥间。我宁肯守着一份寂寞,也不愿在光阴流逝后,泪流满面的去凭吊一场风花雪月的往事。那份沧桑,已是曾经……

成长,就是在寂寞中蜕变;寂寞的成长,无悔的青春。

成长,是人生的旅程,也是一个不断自我反思的过程。在一幕幕的回眸中,我们了解了自己,也看清了未来的方向。人的一生总有一段甘于寂寞的日子,有过失恋的哀痛,有过学习、工作不如意的烦恼。当我们走过青春,享受着甜美或憧憬着未来的时候,别忘了自己,在那些寂寞的日子里的所感所想。当我们真正懂得了什么是寂寞,而寂寞已成为生命的一部分,人生,由此走向了成熟。

寂寞与幸福。耐得住寂寞,就会发现幸福。

度过黑夜的人,才知道光明的可贵;经历过寂寞的人,才会了解真正的幸福。

做一个耐得住寂寞的人,朝着自己的目标而去,去完成,去做到。这就是人生最大的幸福。

机遇,给耐得住寂寞的人;

成功与辉煌是慢慢熬出来的。

通往成功的路,处处是错失的机会。机会只敲一次门,只有那些耐得住寂寞的人,才能在机遇来临时,将它牢牢抓住。成功与辉煌,从来都隐藏在寂寞的背后,成功从来只属于耐得住寂寞的人。古往今来,凡成就伟业者,多经历磨难,忍受寂寞,矢志不渝,才功成名就……

多少次,我们尚未了解寂寞的真谛,就急于抛弃它,以至于同时把成功抛弃;

多少回,我们因耐不住寂寞,而选择了一条热闹的旅途,最后失败又失败……

耐得住寂寞,其实,是一种心境,一种智慧,一种精神内涵。寂寞不是一首悲歌,而是一条不疾不徐向前流淌的江河,在迂回曲折中孕育着人生真正的成功……

所谓传奇并不都有一个惊心动魄的过程



有一个美丽的传说:当人离开这个世界走向阴间的时候,必须经过一个叫“奈何桥”的地方。奈何桥边住着一位叫孟婆的老人。人死后都要先到她那里喝上一碗孟婆汤,然后才能进入阴间。孟婆汤使人忘却一切,忘记忧愁,忘记憎恨,忘记一切不愉快的事情。其实,我们不必等到那一天才去忘记烦恼、舒展眉头。现在我们就可以为自己制作一份“孟婆汤”,卸下心头的沉重。

人活一辈子不容易,我们的生命行囊盛不下太多的往事,一路走来,我们注定要忘却许多。如果我们不懂得珍爱自己,学会遗忘,善于健忘,常常主动地给我们不堪重负的心灵减负,那我们的人生之旅只能变成真正的了无兴趣的“苦旅”。

善于健忘,并不是清空历史,一股脑儿地删除所有记忆,一切归零。而是一种“去粗取精”的选择,是一种理智的扬弃,是一种清醒的忘却。生活中,我们快乐着、痛苦着、烦恼着、憧憬着,有许多的人和事值得我们记忆并珍藏。懂得感恩,记住他人的好,不忘别人的情,是做人的根本。可是在许多时候,我们更应该学会遗忘。只有忘却那些本该忘却的,需要牢记的才会心底永存。忘记那些不快的人和事,记住那些快乐的时光,以一颗平常心快乐并从容地活着,我们的生活就自然会充满阳光。

善忘是一种豁达的生活态度,是一种做人的大涵养。生活中有很多事情不需要牢记,比如同事间的无端摩擦、邻里间的细微纠纷、恋人之间的情感波折、夫妻间的小小口角等,大可不必放在心上。忘记朋友有意或无意的伤害,才能建立至真至纯的友谊;忘记恋人分手时的绝情,

才能怀念有过的那些美丽缤纷的日子;忘记给予,才能不再希求知恩必报。

善忘是一种处世的大精明,是一种养生的大智慧。为人处世没有不磕磕碰碰的,如果你从揭开新年第一页日历起,把不顺心的事记在大脑的流水账里,到了年终就是几百件不愉快的事。天天如此,年复一年,积水为海,何以能堪?岁月如歌,人生苦短,你又何必过分地留恋和计较过往的东西,何必把那些无谓的怨怼、懊恼扛在肩上,让心灵去承受挤压和负载,让精神遭受折磨和打击?我们应该善于健忘,省去许多恩恩怨怨、是是非非,还自己一个开朗的心境,也给别人一片灿烂的晴空。

善忘是解脱痛苦、释放压力的一剂良药,是一个人身心健康与成熟的标志。人生需要遗忘,用理智过滤自己思想上的杂质。我们很有必要及时清理头脑中储存的东西,把该保留的保留下来,把不该保留的彻底抛弃。生命是一棵树,树上那些多余的枝杈,需要我们随时修剪。随时自省,随时“忘记”,生命之树才会更加茂盛。

善忘是一种人生境界,是一种品性修为。要学会善忘,就要加强思想品德修养和心理素质的培养,胸怀宽广,心想大事,剔除私心杂念,克服个人主义,淡泊名利,宁静致远。还要经常进行自我心理调节,想大一点、想远一点、想开一点,从名利得失、个人恩怨中解脱出来。对已经过去的无关紧要的事物,要糊涂一点、淡化一点、宽容一点、朦胧一点,及时将这些东西从大脑这个仓库中“清除”出去,不让它们在记忆中占有一席之地。

奇迹在于自己

1998年,韩三平、张艺谋带了一个由三十多人组成的中国电影家代表团访问美国。在纽约,他们除要进行一系列电影方面的交流外,还有一个心愿,那就是到百老汇看一场由王洛勇主演的音乐剧《西贡小姐》。

当他们把这个想法透露给接待单位时,没想到人家面露难色。原来看百老汇的戏,一张票就要一百二十美元,三十多个人,以他们那点实力,还真请不起。于是,有人提议直接去找王洛勇,让他给搞点票,并说他作为从国内娱乐圈奋斗出来的演员,这个面子肯定是会给的,而且作为百老汇舞台上的明星大腕,搞几张票应该不在话下。

王洛勇待人一向热情豪爽,立刻满口应承下来,表示这是他应该尽的地主之谊。为了尽早把票搞定,他马上跟百老汇剧院票房预订了当天晚上的票。可票房说三十多张,太多了,全要是不可能的,实在需要的话,得打电话到伦敦,向老板喀麦隆请示。喀麦隆一听是王洛勇订票,二话没说就答应了,告诉票房全部给他。

当王洛勇拿到票转身要走的时候,票房的人说:



“洛勇,这个钱你可是要自己付的,所以得从你的工资里边扣除。”王洛勇笑了笑,他知道在百老汇搞票都是要自掏腰包的,不像在国内可以随便蹭票。

看罢演出,代表团欢天喜地地打道回府了,剩下王洛勇等着从他的薪水里扣钱。第一个星期过去了,他领到工资,回家一数,一分钱没少。他想可能是忘扣了吧,第二个星期领到工资,还是没少一分。这让他有

点坐不住了,别是人家把这事儿给忽略了吧?第二天,他就去找发工资的人,提醒他说:“怎么回事,这钱你算错了吧,我买过票的。”没想到那人却回答说:“没错,你的票钱喀麦隆先生已经全部给你付了。”

王洛勇一下子愣在那里,心里有一种说不出的感动。作为一个来自大洋彼岸的异乡人,竟然能得到老板如此抬爱。他当即把电话打给了喀麦隆先生,问他为什么,电话那端传来了喀麦隆的声音:“因为这个戏你已经演了三年,你从没请过一天假,也没有一个要退票的,所以我要感谢你!”

王洛勇的眼睛一下子被泪水湿润了。他在百老汇一共演出两千四百七十八场《西贡小姐》,持续了五年半的时间,票房收入达三点七亿美元,他也因此被美国媒体称为百老汇的“百年奇迹”。

五年半的时间,每天都在重复做一件事,而且每次做都像第一次做那样认真,力求极致,需要的是一种怎样的执著与坚韧!

世上的所谓传奇,有时并不都有一个惊心动魄的过程,能把一件简单的事重复几千次,就已经是一个奇迹了。



提高学习效率是一个很重要的问题。许多学生学习成绩不佳,往往起因于学习效率不高,而学习效率不高往往由多因素造成。较低的学习兴趣、不良的学习习惯、身体的疾病等都能影响学习效率。选择一种合适的方法,将会走上不一样的道路,迎接不一样的未来!下面,我们对此进行综合考察。

一、学习问题自我评价

每一个学习不良者并不一定真的了解自己的问题之所在,要想对症下药,解决问题,对学习问题进行自我评价便尤其显得重要了。对学习问题可主要从如下几方面进行自我评价:

1. 时间安排问题

学习不良者应该反省下列几个问题:

- (1)是否很少在学习前确定明确的目标,比如要在多少时间里完成多少内容。
- (2)学习是否常常没有固定的时间安排。
- (3)是否常拖延时间以至于作业都无法按时完成。
- (4)学习计划是否是从来都只能在开头的几天有效。
- (5)一周学习时间是否不满 10 小时。
- (6)是否把所有的时间都花在学习上了。

2. 注意力问题

- (1)注意力完全集中的状态是否只能保持 10 至 15 分钟。
- (2)学习时,身旁是否常有小说、杂志等使我分心的东西。
- (3)学习时是否常有想入非非的体验。
- (4)是否常与人聊天边学习。

3. 学习兴趣问题

- (1)是否一见书本头就发胀。
- (2)是否只喜欢文科,而不喜欢理科。
- (3)是否常需要强迫自己学习。
- (4)是否从未有意识地强化自己的学习行为。

4. 学习方法问题

- (1)是否经常采用题海战来提高解题能力。

- (2)是否经常采用机械记忆法。

- (3)是否从未向学习好的同学讨教过学习方法。

- (4)是否从不向老师请教问题。

- (5)是否很少主动钻研课外辅助读物。

一般而言,回答上述问题,肯定的答案(回答“是”)越多,学习的效率越低。每个有学习问题的学生都应从上述四类问题中列出自己主要毛病,然后有针对性地进行治疗。例如一个学生毛病是这样的:在时间安排上,他总喜欢把任务拖到第二天去做;在注意力问题上,他总喜欢在寝室里边与人聊天边读书;在学习兴趣上,他对专业课不感兴趣,对旁系的某些课却很感兴趣;在学习方法上主要采用机械记忆法。这位学生的病一列出来,我们就能够采取有效的治疗措施了。

二、自我改进法

1. SQ3R 法

罗宾生(Robinson)提出的 SQ3R 法是提高学习效率的一种好方法。SQ3R 是由 Survey, Question, Read, Recite, Review 几个单词的第一个字母缩写而成的。

(1)概览(Survey):

即概要性地阅读。当你要读一本书或一段文章时,你必须借助标题和副标题知道大概内容,还要抓住开头,结尾及段落间承上启下的句子。这样一来,你就有了一个比较明确的目标有利于进一步学习。

(2)问题(Question):

即在学习时,要把注意力集中到人物、事件、时间、地点、原因等基本问题上,同时找一找自己有哪些不懂的地方。如果是学习课文,预习中的提问可增加你在课堂上的参与意识。要是研究一个课题时你能带着问题去读有关资料,就能更有目的放矢。

(3)阅读(Read):

阅读的目的是要找到问题的答案,不必咬文嚼字,应注重对意思的理解。有些书应采用快速阅读,这有助于提高你的知识量,有些书则应采用精读法,反复琢磨其中的含义。

(4)背诵(Recite):

读了几段后,合上书想想究竟前面讲了些什么,可以用自己的语言做一些简单的读书摘要,从中找出关键的表达词语,采用精炼的语言把思想归纳成几点,这样做既有助于记忆、背诵或复述,又有助于提高表达能力,且使思维更有逻辑性。这种尝试背诵的方法比单纯重复多遍的阅读方法效果更好。

(5)复习(Review):

在阅读了全部内容之后,回顾一遍是必要的。复习时,可参考笔记摘要,分清段落间每一层次的不同含义。复习的最主要作用是避免遗忘。一般来说,及时复习是最有效的,随着时间的推移,复习可逐渐减少,但经常性地复习有助于使学习效果更巩固,所谓“拳不离手,曲不离口”,即是此意。

2. 自我塑造法

上面介绍的 SQ3R 法是一种学习方法,仅可解决因方法缺乏而引起的学习上的问题。对于因其他原因而引起的学习问题,则还需综合考虑运用其他方法,自我塑造法即是一种综合法。

(1)选择一个目标。

经过对学习效率低的原因分析,你已经找出自己的症结所在,但对改变它你不可性急,而应该首先选择其中

较为可行的一项进行重点突破。我们常观到某些学生在接受长辈一顿训斥后,立即制定一个宏大的学习计划,其实这种计划十有八九是执行不下去的。我在学英语时,有一天忽然下决心要从阅读原版小说入手,结果我借了一世界名著《马丁·伊登》,并且向朋友宣布,我要花一个月时间啃下此书。结果呢,我连第一页都没能读完,因为里面的生词查不胜查。后来我选择了比较适中的学习目标,先从世界名著简写本入手,结果越读兴趣越浓,不再视英语为畏途了。

(2)实行新的学习程序。

如果你的症结是行为拖拉,为克服这个缺点你就应该给自己订一个规则,每天不完成预订的任务不睡觉。如果你的赞美是注意力不集中,那么你就分析不集中的原因。在寝室读书不集中,则应责令自己到教室里去读。如果读半小时后不集中,则应略为休息一下,或改变一下学习内容。如果原因是对读书不感兴趣,则首先努力去读自己有兴趣的书或改变单调枯燥的读书方法,将读书与工作、娱乐、陶冶性情结合起来,或给自己的学习以一定的奖励。坚持一段时间后,随着良好习惯的形成,学习兴趣就会逐渐浓厚。

希望大家可以借鉴一下,或许会帮到大家!

成长感悟

时光匆匆,在不知不觉中,我们长大了。成长的点点滴滴绘成一幅彩色的画卷,成长的岁月如一片大海,烟波浩渺中透露出些许神秘,总也看不到它的彼岸;成长的岁月如一串脚印,尽管深深浅浅,却一直向前延伸。

曾经的我们,是那般的无忧无虑,无论是在火辣的太阳下,还是在刺骨的寒风中,我们都会和伙伴们一起玩耍着,哪怕弄得满脸是泥,全身脏兮兮的,脸上也会依然带着微笑,不会去在意别人注视的目光。

我们就那样,天真的笑着,并幻想着。幻想什么呢?幻想着长大。想着长大后就可以更加地不受拘束,我们便可以更加毫无顾忌地欢笑,可当我们真正的长大了呢?我们却少了欢笑,少了对此曾有过的种种期盼的激情。因为长大后的我们,有更多的东西需要我们学习,需要学会承担,需要学会负责,每天得为自己明天忙碌,近乎机械地读书、考试,再读书、再考试。然而,生活告诉我们:我们别



亲爱的自己,
不要被外界环境所左右,
想好了你想要的,
就要心定,安心做好该做的事。

无选择。知道成长的路上有坎坷、有荆棘,知道成长的岁月中有风雨,有冰雪。但我依然坚持走下去,因为在不远处,有一样东西它让我们看到了明天与希望,让我们真正找到了前行的动力,坚定信心,挑战一切的勇气。

岁月冲淡了我们的天真与顽皮,却给予了我们刚强与深沉。于是,我们不再慨叹岁月的平淡,我学会了理解生活,热爱生活,学会感悟这条通往自己目的地的道路。于是,我们对这近乎平淡无奇的岁月多了一份热忱,少了一份冷漠——这便是成长。

驻足中途驿站,回首往事,历历在目。往事似一首曲,每个跳动的音符流出的是一种情愫;往事似一条项链,硕大晶莹,承载着大大的梦想;往事似一棵大树,每片翠绿的嫩叶记录着每一次的刻苦铭心……

我们就在哀愁与快乐、梦想与现实中成长着、体验着。

《分歧者 3：忠诚世界》 墙外面的朋友们，你们好吗？

作为一个喜欢科幻电影的影迷，《分歧者》系列是我科幻片单里一个遗珠，第一集刚出现的时候并没有关注，反而是等次年第二集公映的时候，才去看，然后又返回头看得第一部。事到如今，《分歧者 3：忠诚世界》如约而至，与同类作品保持着高度的一致，就连电影评分也是一样，并不那么喜人。但从个人的角度，或许是因为观看顺序的原因，我倒是觉得《分歧者 3》是目前三部中最好的一部，最差的反而是第二部。关于这套电影在网上这套电影的评价的争议，有人认为《分歧者》第一部在同类型中，不如《饥饿游戏》那般深刻，不如《移动迷宫》的紧凑，看上去好像也是这样，但其实呢，还要了解《分歧者》这套电影的特殊性。该片的原著名声在外，但我真的没有看过，如果时间充裕，我一定要看。看电影之前特地找了一个大纲概述和世界观构架去了解电影的世界观，原著三部曲的走势其实有点像国内的武侠小说，主角开始只是一个小人，随后习武下山越来越厉害，江湖之水越来越深，直到最后形成一个非常庞大的体系。

由于我先看的第二集，发现后者属于递进式的故事，翻看第一集之后结合两部，就觉得第二部原本可以略过的，故事的世界观呈现完全可以放在第一集中，像《移动迷宫》那样，有了第一集打破秩序奠定的基础之后，第二集其实就告诉你这个秩序是虚构的，有点浪费感情，对比《移动迷宫》第一集结尾留下的颠覆世界观噱头，《分歧者》第二部用一整部故事来描述这个噱头，就显得有些啰嗦且不值当。

小说改编电影，本身就存在着一定的问题，比起《哈利·波特》与《饥饿游戏》这些阶段性发展的故事，电影尚且能够取其精华进行电影化改编，但对于《分歧者》来说，其精华在故事体系，三部曲环环相扣，整个系列的情节推进非常有层次感。对比整个系列的架构与野心，第一部《分歧者》有如同类作品一样，乌托邦和异世界的设定，在世界观的展开层面上只是冰山一角，所以单看第一集给人感觉就是并没有与《饥饿游戏》这些电影区分开，角色只是一味的逃亡。等到第二集，发现世界观还是充分展开。而真正展现《分歧者》世界观的就是第三部《忠诚世界》。而之所以令本片遭受诟病的



大概也是这个上下集的设置，不是电影本身的问题，而是出品方的缘故，从《哈利波特》开始养成坏习惯，《暮光之城》、《饥饿游戏》均是如此。完结篇上部都是“攒能量憋大招”的路数，真材实料的没多少。但这里还是要看了电影才有发言权，《分歧者 3》这个“上部”的含金量，不能说完爆，最起码要比《暮光之城》、《饥饿游戏》那些毫无内容的“上部”强多了。

论起原因，也是两方面因素。一方面，前文已经说过，全拜啰里啰嗦的第二部所赐。如果说片方为了商业利益，非要将一个三部曲的小说拆分成四部曲，其中添加大量可有可无的情节填补空洞，那么这个任务留给了第二集而不是本片，这是为什么呢？也就因此下一个因素。

由于没看过原著，在看了前两集之后，个

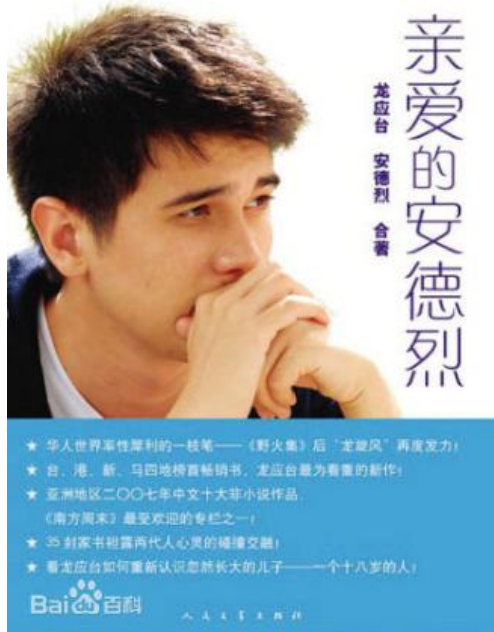
人认为《分歧者》三部曲，其情节走势和故事构架很像《星球大战》三部曲，第一部是主角的反抗性故事，到中后半段故事逐渐展开。第二部是帝国（秩序）的反击，主角深入体系之内，一番错综复杂的纠葛之后，三观被颠覆，整个世界柳暗花明，随后展开反击的大作战。但其实不然，《分歧者》系列，在迎来第二部“破墙”的那一刻之后，世界观在颠覆的同时，又迎来了一个重新建立的过程。幸存者的人种分派只是一个试验场，墙外面的世界完全是另一个秩序。《分歧者 3》在延续上部颠覆世界观的同时，又建立起了一个新的世界秩序。废土般的世界风格、断壁残垣的末日景象，让人觉得墙外面的世界还不如里面。这样一来，也就没有了所谓的反抗秩序和起义的动力，因为墙外面的世界那套体系与曾经禁锢主角们的秩序不同，他们要颠覆的东西已经在第二部中随着肉丝姐的挂掉而完成了。他们面对的是一个全新的世界和秩序，以杰夫·丹尼尔斯为首的墙外的统治者亦正亦邪，让你的反抗失去了动力。好在糯米饰演的无派别起义军首领在搞掉了肉丝之后，升级为新的大魔王，而在墙外新秩序之下，前两部建立起来的团队也面临崩塌的危险，这样才能从宏观的角度去审视这个故事，对主角翠丝、老四和他们的小伙伴们的情感历程和人物遭遇有个更加立体的了解。

因此而言，如果说前两部是单纯的对抗与个体起义的论断，那么从第三集开始，电影则成为一个社会性的寓言故事，也是一起废土风格作品所从一而终的体验，科技恐惧的论断。翠丝与老四纯真的爱情，对人性的实验和偏见，以及被强权管制与个体反击的冲突，从而开启了另一个反乌托邦的故事。

此时电影才进入到真正的科幻电影模式之中，与《饥饿游戏》等带有软科幻性质的政治寓言不同，关于科技与未来的探索，当技术手段发展到足够强大可以轻易毁灭世界和重建世界时我们要如何保证种族的延续？利用同类做实验，冷冰冰的技术与人性之间的博弈，也是青少年主角叛逆期的设定，每个角色都不是高大全的形象，或者冲动或者懦弱，每个人都会犯错误，每个人都会有私心，但就是这样才显得真实。

《亲爱的安德烈》

血浓于水的纠葛、两种文化的拔河



看这本书之前，有个印象：龙这位大学教授，写的大约三十本书，只有四本在大陆发行。我查了下资料，百度百科显示：龙应台早年写过的《啊！上海男人》和龙应台文集在

大陆发行过。至于为什么后来不行了，答案是不言而喻的。

这本书是两代人的书信集，近五十岁的妈妈和十八岁的德国儿子安德烈的通信，情真意切，却透出母亲深深的忧思。儿子逐渐成熟、富有主见和个性的生命张力，两人之间的交流，带给读者（特别是做了母亲的读者）很多的深思。

龙是一个母亲，但她又不是一个普通的母亲，她有着多层的身份和多元的文化因子，她是一个博学多才的学者母亲。龙有着她一贯的理性视角和直率性格，她在面对儿子、与儿子的交流中，放下她著名作家、学者教授的身份，以一个母亲的角度，和一个母亲渴望与儿子深度交流的那份人之常情，循循善诱，把她的人生观、世界观打开在儿子面前，应该是完全不设防的。那种交流是理智的，又是及其感性的，每一封信中都有着对现实的深度分析，她举出一个个或喜或忧的例子，跟儿子谈她的思虑和困惑，谈她面对儿子时，一个正常母亲的担忧和喜乐。

两代人，两个国家的文化熏陶，两极精神拔河，你拿什么方式来达成理解？他们之间是有爱的，可，爱是生气的理由，爱也是不爱的借口。对的，他们的交流必须建立在高层次的基础上。你看我不顺眼，我看你别扭的，是认知的偏差的结果。这样的母子之间，

达成精神需求的共识，需要无数的宽容和无数次的磨合。

网上无数人引用了龙的一段话，大意是：“孩子，我要求你读书用功，不是因为我要你跟别人比成绩，而是因为我希望你将来会拥有选择的权利，选择有意义有时间的工作，而不是被迫谋生，这样你才会有成就感、有尊严。”从这段话看得出，龙还是一个走不出传统功利角色的人，她还是会给儿子提这一类要儿子努力读书，将来拥有一份舒适有时间、有尊严的工作的要求。也就是说当妈的告诉他：现在有好成绩，将来才会有好工作，除此之外的工作都是没有意义、都是被迫谋生的吗？为什么不告诉儿子，我们其实是要活在当下的？

亲爱的安德烈，亲爱的龙妈妈，爱在血液里流淌，亲情在交流中愈浓，千山万水当然阻断不了血肉亲情。36封书信中那些精彩的辩论，的确是两个不同时代的人之间，建立在血浓于水的亲情之上的文化冲突。

回头来看看我们身边的母子，哪一对不是在做着价值和精神的拔河呢？做父母的，有时间可以看看这本书，看看龙在理性思考后，她的忧伤无奈、她的睿智抉择，她和安德烈的通信告诉我们：做母亲的，要学会相信孩子，学会“放手”；做子女的，要学会停下来、回头看看母亲。

你,没有我想象的那么坚强

文 / 机械二班 孙瑞晗

你,没有我想象中的那么坚强。其实,你就像是一个被层层钢铁包裹着的鸡蛋,当你穿透那坚强的外壳之后,所表露出的就是一个脆弱无比的实体。

你,一生下来就背负着责任。你,像一座沉稳的山岳,挺起你大山一样的胸膛,为你所爱的一切,挡住风,挡住雨,挡住艰难困苦;你,像一棵挺拔的大树,举起顽强的手臂,为你所爱的一切,撑住天,撑住地,撑住腰杆,撑住一切孤苦无助,绝望和打击;你,像宽广的天空,敞开博大的胸怀,为你所爱的一切,寻觅幸福,寻觅安宁,寻觅欢笑,寻觅友爱宽容,和平谦让;你,像无垠的大地,站稳人生坚实的脚跟,为你所爱的一切,懂得爱,懂得恨,懂得善良正义。

漫漫人生路,走走停停,形形色色的人,来来去去。你说,有的人,教你学会了珍惜,却已离你而去,有的人,无论你怎么改变,都陪伴着你,不离不弃。后来,我懂了,有的人,希望你开心,有的人,盼着你伤心,还有的人,对你漠不关心。所以,要学会好好照顾自己!不要让关心你的人

担心,不要让你看笑话的人开心,不要为不在乎你的人伤心。你说:“曾经,我错了,只在乎我在乎的,现在,我懂了,更重要的是在乎我的!”我一直记得。

当我向你告诉一切的时候,你手机里不停的放着杨坤的《我没你想象的那么坚强》,你哭的像个孩子。那一刻我才第一次感受到,触碰到你身体深处最柔软的地方时,你也会那么痛。在我心里你一直是我的superman,直到那一刻,我才明白。你,没有我想象的那么坚强。

我很感谢你对我的包容。你告诉我,在人生的道路上,我们的心需要接纳包容的太多太多了,要有向日葵的精神,在没有阳光时,它将颈斜伸出很长,直到让花接触到阳光为止。在夏夜里,就能看见它在支架上攀援,将自己拉长,像一条青蛇向前迅速地爬去,似乎在贪婪地追赶猎物,生命力极强。我们也是这样,在人生的道路上,永远没有平坦的路可走,失意、失败、挫折都会有。如果我们在心中种上一株向日葵——拥有它的精神,不管遭遇痛苦还是失意,这种精

神都会使我们的创伤慢慢愈合,换来的一定是一种积极的态度。成功,只是一张漂亮的糖纸;失败和挫折,才是糖纸里包裹着的真正内容。

人不怕痛苦,就怕丢掉坚强,人不怕磨难,就怕放弃希望。我知道,其实你,没有我想象的那么坚强。



最甜的回忆

文 / 英语一班 黄蕾

那一条红绳,贯穿着我们所有的甜蜜,也是因为这条红绳,改变了我们彼此在生活中的角色。

——题记

记得那是我高四补习,对于我来说,你每次回来看我都是我最兴奋的事。这次也不例外,你说我快高考了,自己无意间去了骊山的老母殿为我求了幸运手链,以此保佑我高考顺利。我兴奋极了,内心除了有对手链好看与否的好奇,剩下的就是迫切的想看到你。

下课铃响了,我拉着闺蜜,“快快快,我闺蜜来了,快下楼,一会人就多了。”闺蜜一脸无奈,弱弱说了一句,“我也是你闺蜜好不?你见我怎么不积极呀!”顿时,我脸上泛起了红晕,只是内心还没有办法停止见你的急切。

风采依旧的你,仍旧穿着白色的短袖,外面用淡蓝色的外套搭配着,尽显一身的帅气,只是胖乎乎傻傻的你也只有我懂你的“美”在哪里。见到你之后,我惊呼一声,吓得你退后,

“傻丫头,傻乎乎的,吓死我了!”

“嘿嘿,今天准备去哪啊?我请你吃好吃的,我可是攒了很久的钱,就等见你了,你说我能不激动吗?”我兴奋的对你说,“刚才是不是吓到你了?”我调皮道。

“没有啦,走吧!带我去吃小张汽锅吧!好久没有吃了,倍是怀念啊!”他说。

“嗯嗯,好啊!一起去吧!”其实我当时在想,还好我带够了钱,要不估计自己就尴尬了,可是最后还是你绅士的付了钱。

也许是太久没见了吧!我们的话多的说不完,喜欢听你说你在大学里的故事,我不想我和你之间差的太远。饭没有上来之前,你悄悄拿出了你所谓的手链给我,其实只是一条红绳,只是上面打着两个结,还有一只银制的小乌龟,甚是可爱。

“那个,你能帮我带上不?你送的,我希望是你把祝福带给我。”我羞涩的说了

一句。

忽然一道极喜的目光向我传来,“傻丫头,当然好啊!我可以说,我是求之不得吗?”其实后来我才知道,那天我说完那句话,你除了高兴,更多的是紧张和激动,以至于你都没有给我带好。

时间一晃到了现在,站在老母殿门口的自己,到现在都无法相信当初的男闺蜜,俨然换了一种身份,在我的生活了扮演着一个最重要的角色。我记得这是我们的约定,我们在一起的第一周后的约定。你说,有机会带我去临潼,陪你去老母殿还愿。让我体会你待过的小城,吃你吃过的饭,看你想我时看的风景。殿内没有了老道士,有的只是平时的僧人。可是,想想我爬了那么久才到达,再想想你为了帮我求福做的一切,霎时间内心泛起了无限的激动……

“答应我,下山时,让我拉住你,别放手好不好。”你祈求的说道,我只是点点头,殊不知,原来这一切都是为了老道士说过的话,这也是还愿的一部分。

骊山上的风景依旧,虽然我是第一次感受到,但是总是觉得,这变化快的让我猝不及防,只是这一切对我来说,都越来越美好。想想,这一切,对我来说,都是甜甜的回忆……



人不如故

文 / 财管一班 屈妮娜

我们泯的不是恩仇,是过往岁月。

——题记

成长是把心碎调为静音模式的过程。回首过去,我们一直在得到也一直在失去。有很多人他们由于各种原因离开了我们的生活,《匆匆那年》里说吵不散的才是真朋友。所以别担心,失去的都会以另一种方式回来。

认识我的人都说我是一个没脾气的人,可能是因为认识时间长了,她跟我说话越来越口不择言,每一句在她看来都是玩笑的话到了我这里却像是刺进我心里的尖刀,我表面附和强颜欢笑,心里却百般不是滋味。她当着所有朋友的面嘲笑我,在公众场合挖苦我,有甚周围的朋友都看不下去,替我辩白,我却把朋友生生拉回来,然后说她是开玩笑的。朋友气急,你为什么什么都不懂得还击呢!我摆手无奈道,不会啊。人不会是一成不变的,我觉得在很多时候人的一些技能都是被逼出来的,比如反击。那一次,我当众跟她吵了起来,然后直至高中毕业,我们都没有再说

过话。

故事的结局总是这样,花开两朵,天各一方。听说她最后去了外省上大学,我们的生活再也没有交集。转折发生在某天晚上,她发消息说,小屈我想你,我说一会儿是你19岁生日,生日快乐。她惊讶于我能记得她的生日,我说咱们几个人就你的成人礼是高考前我们陪你过的。她说我想抱抱你小屈,你总是能给人温暖,她说我们认识已经七年了呢,她说我不知道你过得快不快乐,现在的朋友对你好不好,是不是跟当初一样傻傻的对所有人都那么好,是不是不懂得适当的拒绝。我说别担心我过的很好,就是偶尔想家想你们,我说只是再也没人下课

时给我梳各种各样的辫子,再也不会上课跟人传纸条谈论爱情,再也不能安慰月考考砸的爱哭鬼,我说这些我都没忘,有些事只适合收藏。她说我希望我永远都不要变,你永远是我们温暖的小屈,我永远是你爱闹腾的阿阳,时间距离都不能把我们分开,她说以后给我们的孩子讲起我们的故事,一点也不比电影差。我说十九岁,最后一个十字开头的年纪,一定要快乐、张扬、洒脱的度过。她说一定。

风华凄凄,我们关于不好的回忆绝口不提。

莹莹白兔,东走西顾。衣不如新,人不如故。



深化“两学一做”

贵在走心



2016年2月,中共中央办公厅印发了《关于在全体党员中开展“学党章党规、学系列讲话,做合格党员”学习教育方案》,并发出通知,要求各地区各部门认真贯彻执行。开展“两学一做”学习教育,是面向全体党员深化党内教育的重要实践,是推动党内教育从“关键少数”向广大党员拓展、从集中性教育向经常性教育延伸的重要举措。



学习内容

1. 学党章党规

着眼明确基本标准、树立行为规范,逐条逐句通读党章,全面理解党的纲领,牢记入党誓词,牢记党的宗旨,牢记党员义务和权利,引导党员尊崇党章、遵守党章、维护党章,坚定理想信念,对党绝对忠诚。认真学习《中国共产党廉洁自律准则》、《中国共产党纪律处分条例》等党内法规,学习党的历史,学习革命先辈和先进典型,从周永康、薄熙来、徐才厚、郭伯雄、令计划等违纪违法案件中汲取教训,肃清恶劣影响,发挥正面典型的激励作用和反面典型的警示作用,引导党员牢记党规党纪,牢记党的优良传统和作风,树立崇高道德追求,养成纪律自觉,守住为人、做事的基准和底线。

2. 学系列讲话

着眼加强理论武装、统一思想行动,认真学习习近平总书记关于改革发展稳定、内政外交国防、治党治国治军的重要思想,认真学习以习近平同志为总书记的党中央治国理政新理念新思想新战略,引导党员深入领会系列重要讲话的丰富内涵和核心要义,深入领会贯穿其中的马克思主义立场观点方法。学习习近平总书记系列重要讲话要同学习马克思列宁

主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观结合起来,深刻理解党的科学理论既一脉相承又与时俱进的内在联系,坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信。要区别普通党员和党员领导干部,确定学习的重点内容。

3. 做合格党员

着眼党和国家事业的新发展对党员的新要求,坚持以知促行,做讲政治、有信念,讲规矩、有纪律,讲道德、有品行,讲奉献、有作为的合格党员。引导党员强化政治意识,保持政治本色,把理想信念时时处处体现为行动的力量;坚定自觉地在思想上政治上行动上同以习近平同志为总书记的党中央保持高度一致,经常主动向党中央看齐,向党的理论和路线方针政策看齐,做政治上的明白人;践行党的宗旨,保持公仆情怀,牢记共产党员永远是劳动人民的普通一员,密切联系群众,全心全意为人民服务;加强党性锻炼和道德修养,心存敬畏、手握戒尺,廉洁从政、从严治家,筑牢拒腐防变的防线,始终保持干事创业、开拓进取的精气神,平常时候看得出来,关键时刻冲得上去,在“十三五”规划开局起步、决胜全面建成小康社会、实现第一个百年奋斗目标中奋发有为、建功立业。

学习要求

中共中央办公厅印发了《关于在全体党员中开展“学党章党规、学系列讲话,做合格党员”学习教育方案》,并发出通知,要求各地区各部门认真贯彻执行。

1. 这是“一项重大政治任务”

各地区各部门各单位党委(党组),要将其“作为一项重大政治任务,尽好责、抓到位、见实效”。

2. 学习教育的范围

通知指出,是“面向全体党员深化党内教育的重要实践”。“面向全体党员”,不管是党员领导干部,还是普通党员。

3. 学习教育的目的是什么?

深入学习贯彻习近平总书记系列重要讲话精神,推动全面从严治党向基层延伸,巩固拓展党的群众路线教育实践活动和“三严三实”专题教育成果,进一步解决党员队伍在思想、组织、作风、纪律等方面存在的问题,保持发展党的先进性和纯洁性。



主要措施

1. 围绕专题学习讨论

把个人自学与集中学习结合起来,明确自学要求,引导党员搞好自学。按照“三会一课”制度,党小组要定期组织党员集中学习;不设党小组的,以党支部为单位集中学习。党支部每季度召开一次全体党员会议,每次围绕一个专题组织讨论。学习讨论要紧密结合现实,联系个人思想工作生活实际,看自己在新任务新考验面前,能否坚守共产党人信仰信念宗旨,能否正确处理公与私、义与利、个人与组织、个人与群众的关系,能否努力追求高尚道德、带头践行社会主义核心价值观、保持积极健康生活方式,能否自觉做到党规党纪面前知敬畏守规矩,能否保持良好精神状态、积极为党的事业担当作为。通过学习讨论,真正提高认识,找到差距,明确努力方向。

2. 创新方式讲党课

讲党课一般在党支部范围内进行。党支部要结合专题学习讨论,对党课内容、时间和方式等作出安排。党员领导干部要在所在党支部讲党课,到农村、社区、企业、学校等基层单位党支部讲党课。组织党校教师、讲师团成员、先进模范到基层一线党支部讲党课。要鼓励和指导基层党组织书记、普通党员联系实际讲党课。注重运用身边事例、现身说法,强化互动交流、答疑释惑,增强党课的吸引力和感染力。“七一”前后,党支部要结合开展纪念建党95周年活动,集中安排一次党课。

3. 召开党支部专题组织生活会

年底前,党支部召开专题组织生活会。支部班子及其成员对照职责职责,进行党性分析,查摆在思想、组织、作风、纪律等方面存在的问题。要面向党员和群众广泛征求意见,严肃认真开展批评和自我批评,针对突出问题和薄弱环节提出整改措施。组织全体党员对支部班子的工作、作风等进行评议。党小组可参照党支部要求,召开专题组织生活会。

4. 开展民主评议党员

以党支部为单位召开全体党员会议,组织党员开展民主评议。对照党员标准,按照个人自评、党员互评、民主测评、组织评定的程序,对党员进行评议。党员人数较多的党支部,个人自评和党员互评可分党小组进行。结合民主评议,支部班子成员要与每名党员谈心谈话。党支部综合民主评议情况和党员日常表现,确定评议等次,对优秀党员予以表扬;对不合格表现的党员,按照党章和党内有关规定,区别不同情况,稳妥慎重给予组织处置。

5. 立足岗位作贡献

针对不同群体党员实际情况,提出党员发挥作用的具体要求,教育引导党员在任何岗位、任何地方、任何时候、任何情况下都铭记党员身份,积极为党工作。结合不同领域不同行业实际,组织引导党员立足岗位、履职尽责。在农村、社区,重点落实党员设岗定责和承诺践诺制度;在国有企业和非公有制企业、社会组织,重点落实党员示范岗和党员责任区制度;在窗口单位和服务行业,重点落实党员挂牌上岗、亮明身份制度;在机关事业单位,促进党员模范履行岗位职责,落实党员到社区报到、直接联系服务群众制度;在学校,重点要求党员增强党的意识,自觉爱党护党为党,敬业修德,奉献社会。在纪念建党95周年活动中,评选表彰优秀共产党员、优秀党务工作者、先进基层党组织。

6. 领导机关领导干部作表率

党员领导干部要在“两学一做”学习教育中走在前面、深学一层,严格执行双重组织生活制度,以普通党员身份参加所在支部的组织生活,与党员一起学习讨论、一起查摆解决问题、一起接受教育、一起参加党员民主评议。要召开党委(党组)会,专题学习党章党规和习近平总书记系列重要讲话;要以党委(党组)中心组等形式组织集中研讨,深化学习效果。年度民主生活会要以“两学一做”为主题,领导班子和领导干部把自己摆进去,查找存在的问题。

重温入党誓词

我志愿加入中国共产党,拥护党的纲领,遵守党的章程,履行党员义务,执行党的决定,严守党的纪律,保守党的秘密,对党忠诚,积极工作,为共产主义奋斗终身,随时准备为党和人民牺牲一切,永不叛党。



两学一做,党员学习教育

习近平强调,基层是党的执政之基、力量之源。只有基层党组织坚强有力,党员发挥应有作用,党的根基才能牢固,党才能有战斗力。开展“两学一做”学习教育,要把全面从严治党的要求落实到每个支部、每名党员。“两学一做”学习教育,基础在学,关键在做。要突出问题导向,学要带着问题学,做要针对问题改,把合格的标尺立起来,把做人做事的底线划出来,把党员的先锋形象树起来,用行动体现信仰信念的力量。要整顿不合格基层党组织,坚持和落实行之有效的制度。要针对新情况新问题严肃党内政治生活,以改革创新精神补齐制度短板,真正使党的组织生活、党员教育管理严起来、实起来。

“宰相起于州部,猛将发于卒伍”。党的人才队伍,最广泛的来源正是基层。基层承担的责任大、处理的事务多,需要方方面面的经验,是培养优秀人才的“沃土”。更重要的是,真正身处基层,同群众共同战过风险、渡过难关的党员干部,往往在关键时刻能够豁得出来、顶得上去。要培养这样的干部,首先应立下一个高的标准。习近平指出,标准决定质量,有什么样的标准就有什么样的质量,只有高标准才有高质量。他说,取法于上,仅得为中;取法于中,故为其下。“两学一做”学习教育正是对广大党员立起高标准。习近平强调,要把合格的标尺立起来,把做人做事的底线划出来,把党员的先锋形象树起来。

要契合这一标准,离不开深入的学习。习近平近日在安徽调研时强调,“两学一做”,基础在学,首先要学好党章。全党学习贯彻党章的水平,决定着党员队伍党性修养的水平,决定着各级党组织凝聚力和战斗力的水平,决定着全面从严治党的水平。因此,“两学一做”这项部署可以说是扭住了党员干部成才的关键。

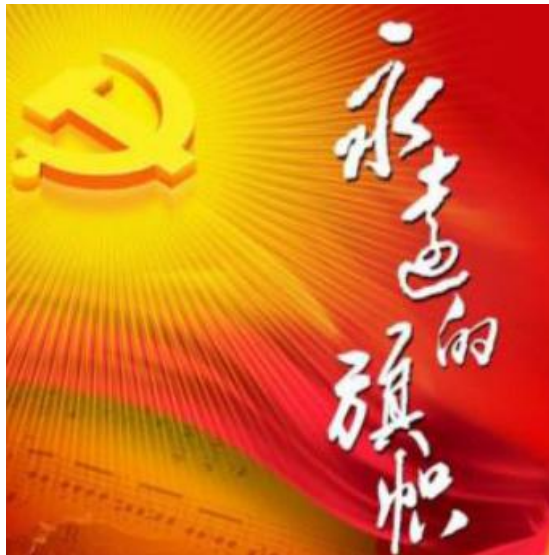


领导干部要当“两学一做”排头兵

党员干部是全心全意为人民服务的排头兵,是为民谋取福祉的领路人和最佳帮手,同时也是党的形象代言人。其责任之重大,使命之光荣,地位之特殊,因此全体党员干部务必在思想、组织、作风、纪律等方面都应当做好表率,心存强烈的政治意识、大局意识、核心意识、看齐意识,用坚定的理想信念树立清风正气、勇于担当作为,充分发挥先锋模范作用。开展“两学一做”学习教育既是面向全体党员深化党内教育的重要实践,是推动党内教育从“关键少数”向广大党员拓展、从集中性教育向经常性教育延伸的重要举措,同时也是确保共产党员先进性和纯洁性的一项可靠措施,其意义定会深远。

1. 要带头遵规守纪,做好人民群众的表率。

遵守党章党规是保持共产党员先进性和纯洁性的基础,同时也是深得人民群众依赖的基石。目前人民群众为何对一小撮党员失去信任,归根结蒂就在于个别党员无视党章党规以及法律。群众的眼睛是雪亮的,也容不得半点愚弄。因此,党员要获得人民群众“芳心”,带头遵规守纪是基础。只



有用党章党规自觉约束自己,用系列讲话武装头脑,把党章党规挺在前面,做“铁一般的干部”,人民群众才会放心跟你走。

2. 要有一片为民的“诚心”,并踏实而行,才能做好人民群众心目中的合格党员。

俗话说“思想是行动的先导”,而思想又源于积极的心态。好党员就得时刻不忘党交给的使命,心中时刻有人民,急民之所急,助民之所需。人民群众是最纯朴的,也是知恩的,当年井冈山人民、长征沿途人民、陕北人民就是最好的佐证。反观如今某些贪官污吏,欺民一世为祸一方,最终也只能落个鞭炮庆祝其倒台的下场。真心得真爱,所以一颗为民的“诚心”,当是做合格党员最基础的保障。当然,再好听的话语,再先进的思想,如果不用行动加以落实,最终也会显得苍白无力,落个“竹篮打水一场空”之下场。所以做一名合格的党员,并不是什么高大上的道理,也不需要什么高谈阔论,只要时刻不忘自己党员的使命,真真切切为人民群众办事,把民众之事当作人生事业来做就行。爱民之路是一步一步走出来的,是由无数件小事累积而成的,所以踏实而行也是做合格党员最重要的法宝。

毛主席曾说过“党员干部与群众就是鱼与水的关系”,党员只有与人民群众同呼吸共命运,做好人民群众的贴心知己,这才是最合格的党员,也是党永葆青春活力之道。落实“两学一做”,做一名

合格的党员,每一名党员都责无旁贷。

3. 合格党员要始终保持共产党人的政治本色。

不忘初心,方得始终。建设中国特色社会主义事业宏伟奋斗目标的实现,需要每一位共产党员都要有着对马克思主义信仰的笃定,对共产主义和社会主义信念的执着,对党的忠诚,并把这种精神力量化作实际行动,站稳政治立场、增强政治定力,坚守共产党人的精神追求,自觉做捍卫党的领导、捍卫社会主义制度的坚强斗士,共同推动实现我们党不断从胜利走向胜利。

4. 做合格的共产党员,要求政治坚定、纪律严明、品行端正、实干有为。

这些言之易、行之难。开展“两学一做”学习教育,也就要围绕这些,引导广大党员在学党章党规、学系列讲话中,看到差距、找到目标,真正成为一名合格的共产党员。党员在学党章党规、学系列讲话中,看到差距、找到目标,真正成为一名合格的共产党员。党员在学党章党规、学系列讲话中,看到差距、找到目标,真正成为一名合格的共产党员。

两学一做,贵在坚持“知行合一”

作为推动党内教育从“关键少数”向广大党员拓展、从集中性教育向经常性教育延伸的重要举措,“两学一做”学习教育要抓在日常、严在经常。对于广大党员而言,将“两学一做”践行于平时,就是学习教育最好的落实。

践行“两学一做”,重在经常。“合抱之木,生于毫末;九层之台,起于垒土。”功夫要下在平时,既要防止“三天打鱼两天晒网”,更要杜绝一曝十寒。广大党员应该把“两学一做”作为提高党性觉悟、坚定政治方向、强化宗旨观念的“训练场”,真正让“两学一做”成为一种工作常态、一种自觉追求,融为自己的行为习惯。

践行“两学一做”,贵在认真。学习教育要两手抓、两手都要硬,既要防止“雨过地皮湿”,也要杜绝“光说不练”。抓好“两学一做”学习教育,要以上率下真对真,特别是领导干部,须做到言行一致,以身作则;解决问题须硬碰硬,纠正“四风”要出重拳、零容忍,抓好不严不实问题整改要下猛药、除病根;推动党的作风建设要实打实,避免“牛栏关猫”。

践行“两学一做”,根在细节。做人、做事、做官,都要注重细节,从小事做起。要将“两学一做”落实到平时,抓好工作点滴,抓实生活细节,将党章党规、系列讲话的精神,融入到生活中,体现在工作上,运用到小事里。只有平时注重细节改造,才能在大是大非上把握正确的方向。

开展“两学一做”学习教育,基础在学,关键在做,根在为民服务,力在真抓实干,功在深入持久。要坚持以知促行,做讲政治、有信念,讲规矩、有纪律,讲道德、有品行,讲奉献、有作为的合格党员,“两学一做”没有休止符,永远在路上。

