



读书报告及学习体会

—— 集锦 ——

2021 第 7 期

(总第 41 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. 《国家相册：改革开放四十年的家国记忆》
 读书笔记..... 曹 建 5
2. 关于“两个决议”的学习心得..... 李文文 7
3. 读《共产党宣言》有感..... 李晓松 10
4. 每一次回眸都是为了寻找向前的力量——《国家相册：
 改革开放四十年的家国记忆》读后感..... 李菁菁 13
5. 《国家相册：改革开放四十年的家国记忆》
 读后感..... 高思宇 16
6. 《战争与和平》读书报告（上）..... 曾玉芬 18
7. 《战争与和平》读书报告（下）..... 曾玉芬 21
8. 《穆斯林的葬礼》读后感..... 陈 晨 24

【学习体会篇】

1. 学习心得——新时代的精神文明建设..... 高 强 28
2. 《心理创伤与成长》听课笔记..... 王凯惠 30
3. 两块匾额有力诠释了人民至上理念
 ——学习党的十九届六中全会精神有感..... 廖来红 33



- 4. 四史学习心得 贺万霞 38
- 5. 观看《功勋》学习体会 王秋林 40

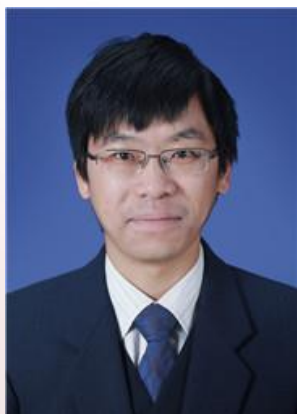




读书报告篇



《国家相册：改革开放四十年的家国记忆》读书笔记



曹 建

教工三支部书记 技术保障办公室 主任

网络培训中心 主任

《国家相册：改革开放四十年的家国记忆》一书，以图文并茂的方式展现了改革开放对国家和社会面貌的巨大影响。本书从新华社中国照片档案馆的上千万张历史照片中，遴选出十三个主题，通过新旧时代的对比，展现了时代的巨大变化。

我是 1980 年出生的，记得小时候住在昏暗的老屋里，地面直接是泥铺的，一下雨房间里都会变得泥泞。我八岁的时候家里才盖了砖瓦房，小学五年级家里才买了黑白电视。那时候晚上的一大乐趣，是凑到村里小卖铺唯一的一台彩电前观看电视节目。而每年村里会组织一两场电影放映活动，每次放电影，那真是全村出动，气氛热烈。小时候大人们都穿着单调的衣服，而现在大街上男女衣着五彩缤纷，衣柜里塞满各种衣服。

我 1998 年从浙江来北京上大学。第二个学期返校，没有买到 T



字头的车票，买的是 K 字头的，从杭州到北京坐了 32 个小时，而且车厢里塞满了人，过道上，厕所里，全都是人，所以我们几个同学，一路憋了 32 个小时不能上厕所。现在能够乘坐快速宽敞的高铁，五个小时就从北京到了杭州，简直恍如隔世。

看到第三篇《“钱”世与今生》，也很有感触。小时候我家建房子的时候，我爸不小心把装钱的衣服挂在椅背上，我的一个同学从里面就拿了十块钱，然后去小卖铺买东西吃。小卖铺一看一个小孩拿十元大钞买东西，马上警觉，很快就查问出来龙去脉。最后家长领着孩子过来还钱道歉。村子很小，大家互相都很熟悉。最近十年，由于移动互联网和扫码支付的普及，大家发现日常生活中越来越没有用现金的场合了。想来想去用得着现金大钞的，可能也就是公园划船时候的押金，非让交几百现金押金才能划船。但要是大家都用脚投票，没有带现金就不去划船，我估计公园管理处也会想方设法地解决问题。很简单，要么电子支付押金也能退款，要么直接取消押金，改用人脸识别之类作为抵押手段就可以了。现在可能几个月半年下来，一百块钱现金都没花出去。支付宝和微信凭着移动互联网普及的东风，让我们进入了免现金社会。

所以，我们这一代正是改革开放的亲历者，亲自经历了人民生活水平一点点提高的过程。我们深刻认识到改革开放给我们国家和社会带来翻天覆地的变化，正因为如此，我们对中国共产党领导的改革开放衷心拥护，我们对改革开放的支持坚定不移。



关于“两个决议”的学习心得



李文文

教工三支部党员，教学管理办公室

今年是建党 100 周年，从最初成立时全国只有 50 多名党员，到今天发展成为世界上第一大执政党，中国共产党百年党史波澜壮阔，但却并非一帆风顺，我们党曾经也走过很多弯路，付出了惨重的代价，但是我们党总是能够及时对自己走过的路进行反思和总结，发现问题并解决问题。《关于若干历史问题的决议》和《关于建国以来党的若干历史问题的决议》就是我们党在不同的历史时期总结经验教训的重要文献，也是我们今天党史学习必不可少的经典文献。

《关于若干历史问题的决议》是 1945 年 4 月中国共产党六届七中全会通过的，也是这次会议最重要的成果，是我党第一次对自己的历史做出系统的总结。该决议总结了党自 1921 年成立到抗日战争全面爆发这一时期、特别是六届四中全会至遵义会议这一时期的正反两方面的斗争经验，对党内若干重大历史问题，尤其是六届四中全会至遵义会议期间中央的领导路线问题，作了正式总结。高度评价了毛泽



东运用马克思列宁主义基本原理解决中国革命问题的杰出贡献，肯定了确立毛泽东在全党的领导地位和重大意义。同时，全面阐述了历次“左”倾错误的表现及其造成的严重危害，并着重分析了产生错误的社会根源和思想根源。为党的七大确立毛泽东思想的指导地位，进一步巩固毛泽东在党中央和全党的核心地位做了充分准备。

《关于建国以来党的若干历史问题的决议》是 1981 年 6 月中国共产党十一届六中全会通过的，是我们党历史上具有深远影响和重大意义的重要文件。决议对建国 32 年来中国共产党的历史进行了科学的分析和正确的总结，实事求是地评价了建国以来的重大历史事件，分清了功过是非；实事求是地评价了毛泽东在中国革命中的历史地位，科学的论述了毛泽东思想的基本内容和作为党的指导思想的伟大意义；肯定了中共十一届三中全会以来逐步确立的适合中国国情的建设社会主义现代化国家的正确道路，进一步指明了中国社会主义事业和党的工作继续前进的方向。

“两个决议”坚持实事求是的思想路线，运用马克思主义辩证唯物主义和历史唯物主义的世界观和方法论，对建党建国以来的若干历史问题作了科学的分析和深刻的反思总结，对统一全党认识、加强全党团结起到了重要作用。同时也警醒今天的我们，要实事求是辩证地看待历史中的功过是非，切勿陷入历史虚无主义的泥沼。

历史是最好的教科书，我们的党历经百年风雨，始终敢于正视和纠正自己的错误，善于从不断认识和把握历史规律中找到前进方向和



正确道路，这也是中国共产党带领全国人民取得革命、建设、改革不断胜利的重要原因。学习“两个决议”，让我增强了对党的认识，从党的艰辛历程中深刻领悟了中国共产党为什么能，从而更加坚定了对党忠诚的决心和对党的领导的信心。





读《共产党宣言》有感



李晓松

教工三支部党员，教学管理办公室

《共产党宣言》是我们党宝贵的精神财富。习近平在马克思诞辰200周年纪念大会上曾高度评价《宣言》，他指出：“《共产党宣言》发表170年来，马克思主义在世界上得到广泛传播。在人类思想史上，没有一种思想理论像马克思主义那样对人类产生了如此广泛而深刻的影响。”《宣言》为中国共产党的初心和使命提供了理论基础，指明了未来方向，《宣言》内蕴伟大的革命批判精神、人民精神以及时代精神等核心精神，是中国共产党的思想原料，为我们党形成自我革命的批判精神、立足人民的宗旨精神、问题导向的求实精神提供了重要精神指导。

1、自我革命的批判精神。《宣言》蕴含着深刻的革命批判精神，包括对资本主义私有制的批判、对当时形形色色社会主义流派的批判，以及对各种反对党派的批判等等。《宣言》中革命批判精神的核心是阶级性，比如“共产主义革命就是同传统的所有制关系实行最彻底的



决裂；毫不奇怪，它在自己的发展进程中要同传统的观念实行最彻底的决裂”。“两个彻底决裂”思想，深刻揭示了无产阶级推翻旧世界，建立新世界的坚定魄力与革命斗志。自我革命的批判精神，便是继承了《宣言》的基本精神，是我们党的历史传统与实践品格，标示着一种“刀刃向内”的党性锤炼与自我省察精神，即始终坚持批评与自我批评相结合、追求真理与修正错误的辩证统一。

2、立足人民的宗旨精神。《宣言》内蕴着深刻的人民精神。“无产阶级的运动是绝大多数人的，为绝大多数人谋利益的独立的运动。”20世纪初中国处于民族危亡之际，人民处于水深火热之中，中国共产党怀着救国救民的初心和使命，以高度的历史责任感，开始探求救国救民之路。中国共产党早期领导人都深受马克思主义思想的影响，《宣言》是中国共产党人初心和使命的源头，为中国共产党的成立提供了强大的思想武器。党的一大宣告了中国共产党的成立，将“推翻资本家阶级的政权”“承认无产阶级专政”“把工人、农民和士兵组织起来，并以社会革命为自己政策的主要目的”作为党的最初的初心和使命。党的一大制定并通过的“中国共产党纲领”就是《宣言》思想的具体化。党的二大制定了党的最高纲领和最低纲领。党的最高纲领也就是党的最终奋斗目标是实现共产主义。为实现党的最高纲领，在当时历史条件下的最低纲领是：消除内乱，达到中华民族完全独立，统一中国为真正的民主共和国。党的二大结合中国实际，进一步明确了党的初心和使命。正是在这一初心和使命的指引下，中国共产党带



领中国人民在经历浴血奋战后，建立了新中国，取得了新民主主义革命的基本胜利。

3、问题导向的求实精神。《宣言》体现了伟大的时代精神。1872年德文版序言指出：“不管最近 25 年来的情况发生了多大的变化，这个《宣言》中所阐述的一般原理整个说来直到现在还是完全正确的……这些原理的实际运用，正如《宣言》中所说的，随时随地都要以当时的历史条件为转移。”这句话深刻地揭示了运用马克思主义的立场、观点、方法实事求是地回应与解决时代性课题的重要性。问题是时代的声音。问题导向的求实精神是中国共产党的基本遵循。我们党坚持以问题为导向，深入钻研问题症结，把握问题的内在规律性，实事求是地对待和解决问题。习近平指出：“我们中国共产党人干革命、搞建设、抓改革，从来都是为了解决中国的现实问题。”

中国共产党始终坚持“不忘初心、牢记使命”，坚持人民至上的执政理念，全面推进党的政治建设，这是对《宣言》的守正创新。“在人类文明视野下，中国共产党具有清醒认识世界和改变世界的的能力，具有深刻认识自我和自我革命的能力”。新时代，中国共产党将一如既往地坚守初心，践行使命，始终将人民利益和人民对美好生活的需要放在首位，通过有效的治国理政赢得中国人民的信任和支持，在实现伟大梦想奋斗进程中进行伟大斗争，在进行伟大的“社会革命”的过程中勇于进行伟大的“自我革命”，更好地践行为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴的初心使命，让人民在发展中拥有更多的获得感和幸福感。



每一次回眸都是为了寻找向前的力量 ——《国家相册：改革开放四十年的家国 记忆》读后感



李菁菁

教工三支部党员，院团委副书记 技术保障办公室

一本书，让人追忆起一些往事。我们都在这些历史当中，有些事情是父母讲给我听的，也有一些事是我经历过的，很荣幸我是这个时代的亲历者和见证者。这是国家改革开放的记忆，点点滴滴也是我们走过的奋斗生活，我们和祖国一起成长了起来。

1977 年恢复高考后，母亲作为知识青年，从呆了 5 年乡下回到城市，她对知识的渴望让她在怀上我之后，又毅然参加了高考，怀孕学习非常辛苦，再加上课本丢下了很多年，虽然她也刻苦努力，但是很遗憾还是没能如愿考上大学，为了养家，她未能完成心愿，进入工厂成为一名检验工人，但是她还是十分满足能有这样拼搏一次的机会。高考，让很多人改变了命运，让很多有才能的人可以有更多为祖国做



贡献的机会，我们的国家的经济和文化也在改革开放的历史进程中飞速发展起来。而我也是这个时代改革的受益者，有了学习奋斗的机会，有了更多实现自己人生价值的机会。

读到第五个篇章“走，咱们赶集去”，让我想起来，在我小时候，最热闹的事情就是“赶会”，这会其实就是集市，集市上热闹非凡，可以购买需要的各种物品，当然还有好吃的，好玩的。人非常多，有些人还会把孩子顶在头上，好不热闹。对于当年还是小孩子的我，年年赶会都是特别期盼的，爷爷带着我去赶会，我都开心的不得了。翻着书，思绪一度回到当年我吵闹着让爷爷赶紧带着我去赶集的情景，这些美好的记忆已经好久没有触及了。

第六章白菜的味道，想起来小时候到了冬天，家里一定要储备大白菜，因为冬天的菜的种类就比较少了，大白菜能放。现如今的超市，蔬菜各式各样的，改革开放的四十年，我们的国家和我们的生活都发生了翻天覆地的变化，经过人们的开拓进取、努力奋斗，我们的生活条件越来越好起来。

国家相册这本书反映的整个国家四十年来改革开放的集体记忆，每一个历史瞬间、每一幅图都是历史的见证，虽然我们不在书上的这些图里，但是却有那么多瞬间是同在的，在同样的岁月里，一同走过了中国改革开放的四十年，时光流转，岁月更迭，一代又一代人为了美好生活努力奋斗着，他们奋斗的瞬间在《国家相册》被点点滴滴记录下来，弥足珍贵。



“国家沧桑百年间，家世沉浮梦如烟。相濡以沫涛头里，册页历历历史绵绵。大千气象存此照，美丑真伪皆昭然。无限定格于有限，言犹未尽还无言”。这本书封底有一段文字，很有感触。每一次回眸都是为了寻找向前的力量，我们新一代人要踏着前人的脚步继续向前，坚定地走向更加美好的未来。





《国家相册：改革开放四十年的家国记忆》读后感



高思宇

教工三支部群众，技术保障办公室

古时，每个朝代都有史官，来记录当时发生的事情，那便是历史。这些由记录的材料编辑而成的书，我们称之为史书。比如《春秋》《左传》《战国策》《汉书》《史记》《资治通鉴》等等。到了当今社会，从文字到图片到影像的记载、储存与流传，已经足够先进和便捷，所以，新中国似乎已经没有专门的史官来记载时事，但众多的媒体，甚至是公民个体，却也都成为了历史的记录和见证者。《国家相册》正是新华社依托中国照片档案馆，对馆藏的照片的背后故事进行再采访、再挖掘、再解读，以小故事讲述大历史的方式，以小细节呈现大时代，向我们展示了国史沧桑百年间的变革，唤醒民族的集体记忆。

《国家相册》中 13 个专题，记录了中国改革开放 40 年来普通人的生活变化。通过照片背后那些鲜为人知的人与事，书写当代中国发展进步的故事和人民群众的幸福感。让我们从每个主题中找到共同情



感点。

书中第二篇《“钱”世与今生》，记录了人民消费方式在这 40 年里的翻天巨变。让我记忆深刻的是人民币从第一套的面值 10000 一张纸币，到第二套出现圆角分的纸币，到现在的数字化人民币。人们从带钱出远门需要穿很多兜的裤子，一买东西就要扯开裤腰拿钱，到现在只需要带着手机，轻轻一刷。花钱是件平常的事情，但钱包里装着老百姓的日子，更装着一个日新月异的中国。

赶集，已经是多么遥远的一件事了。作为 80 后长在城市中的我，印象中几乎没有赶过集，也不太知道赶集为何物。书中《走，咱赶集去！》告诉我赶集不仅仅是去市场上买东西，它更是一个具有社交功能的场所。累了一周的人，去热闹一场，去笑一会，去打听打听亲朋好友都过得好不好，充满了浓浓的人情味，烟火味，滋养出人们热乎乎的日子。40 年改革开放，潮起潮落间，从集市购物到今天的超市、网购、海淘，现代生活一日千里，购物也越来越随心所欲，那未来的人回顾我们这个时代时，我们的关键词是什么呢？我们的购物方式又将会被什么取代呢？

习近平总书记指出：“一切向前走，都不能忘记走过的路；走的再远、走到再光辉的未来，也不能忘记走过的过去，不能忘记为什么出发。”书中的每一张照片，都是一次对历史的回眸。每一次的回眸，都是为了寻找前进的力量。一张张照片的剪辑链接，让我们从数以千万计的历史片段中看到历史前进的步伐不可阻挡，从而更加坚定现代中国引领未来的信心和民族自豪感。



《战争与和平》读书报告（上）



曾玉芬

教工三支部群众，教学管理办公室

借助学院组织的读书活动，我阅读了俄国作家托尔斯泰写的宏篇巨作《战争与和平》。这部书是一部伟大的古典文学名著，此书的作者列夫·托尔斯泰是俄国作家中最为响亮的名字，他是 19 世纪俄国最伟大的批判现实主义作家，作为享誉世界的文坛大家，他也被喻为“具有最清醒的现实主义的天才艺术家”，代表作除了《战争与和平》之外，还有《安娜·卡列尼娜》《复活》《穷人》等，托尔斯泰的作品大多数都是在描写俄国革命时期人民的顽强抗争精神，因此他的作品也被称为“俄国十月革命的镜子”。

读完《战争与和平》这本书，除了让我对俄国的古典文学和俄国历史多了一份认识，也让我看到了托尔斯泰的刻苦努力。托尔斯泰拥有令人惊奇的强健体魄，他到八十岁还能坚持锻炼身体，甚至策马飞奔 20 公里，他年轻时据说可以单手举起一个胖子。正因为他有如此健康的体魄，才让他有充沛的精力去创作，他有六十多年的创作生涯，



这六十多年他每天都要伏案工作 8-14 个小时，他的创作力经久不衰，他最负盛名的经典作品都是耗时经久的长篇巨著，代表作《战争与和平》长达一百多万字，誊抄修改了七次，耗时七年；代表作《安娜卡列尼娜》近七十多万字，誊抄修改了十二次，耗时五年；代表作《复活》全文四十多万字，誊抄修改了六次，耗时十年；另外还有《穷人》《魔鬼与农夫》等大量经典的中短篇小说，以及从 19 岁到 82 岁从未间断过的日记，由此可见，托尔斯泰写作那是相当的刻苦，不少作家写作都依靠想象，而托尔斯泰写作却立足于现实，所以他被称为：“现实主义大师”。托尔斯泰写作品表面上看，他刻画人物就像是一位严苛的画家在写生，他用一个放大镜比照着模特儿一条线一条线在描摹着上嘴唇和下嘴唇，接着嘴角的细微抽动，脸上的道德皱纹，再依次画出嘴唇上的小胡子，而实际情况是他在动笔之前已经做了大量的调查，写《战争与和平》时，有关这部书的笔记和资料塞满了几大书柜，为了准确描写其中的一场战争，托尔斯泰手拿地图，一连两天骑着马跑遍了战场的每一个角落，可以说托尔斯泰的作品比任何一部史书都更加生动地展现 19 世纪的俄国社会现实。

托尔斯泰备受人尊敬还因为他始终同情弱者，呼唤人和人之间无私的爱。他是一位高贵的伯爵，拥有很多财产，他因为无法无视他身边穷人所遭受的穷苦生活，他把自己的所有财产和土地都分给穷人，还把著作权免费捐赠给社会，他的所作所为正如《战争与和平》中安德烈公爵临死前所领悟到的一样：对兄弟们、对爱他人的人们的同情



和爱，对恨我们的人的爱，对敌人的爱——是的，这就是上帝在人间播撒的那种爱……，托翁的作品之所以如此之伟大，主要还是他在书中所展现的，以及他自己身上所展现出来的那种博爱的精神。

托尔斯泰相当刻苦以及坚持立足于现实的写作精神以及他身上的博爱值得我们学习，也让我知道，在工作和生活中，无论是做什么事情，一旦选定都要刻苦努力地坚持完成，自己做的每一项工作都要实事求是，立足于现实。当然还要保持自己的身体健康，因为只有你的身体健康的前提下，你所要做的“坚持”才能有所依靠，这样才能累积出一股澎湃的能量，让自己接受新的思想，紧跟时代步伐，方能让自己的工作有所成就。同时，通过读书和思考，我看到自己还有许多不足的地方，还需在生活与学习的道路上不断努力，勤读书、常思考，学以致用，适应新情况，解决新问题，实现新提高。



《战争与和平》读书报告（下）



曾玉芬

教工三支部群众，教学管理办公室

《战争与和平》这部长达一百多万字的长篇巨著，堪称为史书级的书，全书内容浩大，托尔斯泰花了七八年的时间才完成的。在《战争与和平》中，托尔斯泰为大家描述了一个故事，以 1812 年俄国法国战争为中心，反映了 1805 年至 1820 年的重大事件，包括奥斯特利茨大战、波罗底诺会战、莫斯科大火、拿破仑溃退等。故事通过对四大家庭以及安德烈、皮埃尔、娜塔莎在战争与和平环境中的思想和行动的描写，表现了俄国人民在面临拿破仑的侵略政策时，全民族表现出来的同仇敌忾，展示了当时俄国社会的风貌。故事仅出场人物就有五百多个，而且个个人物性格鲜明；而从血战、国王会议、贵族生日、葬礼、舞会、狩猎到农民生活等种种场面的描写，则几乎把十九世纪初俄国的政治、社会事件包罗其中。

虽然说《战争与和平》一书中是以拿破仑的战争作为全书的中心，但是托尔斯泰想写的并不是战争本身，而是战争给灾民带来的苦难。



虽然在书里有拿破仑、亚历山大等许多历史人物，但他们并不是主人公；那些年轻人如娜塔莎、尼古拉、安德烈等人才是主角。这些年轻人都还很年轻但他们为祖国挺身而出，在十几年的战争中慢慢成长，成为知识丰富的大人。这是书中最令我最感动的。

读托翁的书总是给人一种读哲学书的感觉。因为托尔斯泰的文学创作，既来自于对社会、人生的观察、研究，又经过自己的思想的加工，并用他的笔表现出来，能给人们展现出社会和人生的真谛，让读者倍受启发。比如《战争与和平》中的书中的一些经典名句：

1、一个人在社会的阶梯上站得愈高，和他有关系的人愈多，他对于别人的权力愈大，他在每个行为的命定性和必然性就愈明显。

2、战争本就是丧失人性的最野蛮的行为，为何还要想到什么爱、诗、哲学等人类最文明的东西呢？

3、假使每个人只为他自己的信念去打仗，就没有战争了。

4、每个人都会有缺陷，就像被上帝咬过的苹果，有的人缺陷比较大，正是因为上帝特别喜欢他的芬芳。

5、没人对你说“不”的时候，你是长不大的。

6、没有人想到，承认与是非标准不相符合的伟大，不过是承认他自己的没有价值和无限的卑劣。

7. 具有这种犀利眼光，能够看清真相的人，可以任意支配整个世界及其知识财富。作为一个始终具有善于观察并能看透事物本质的眼光的人，他肯定缺少一样东西，那就是属于自己的那一份幸福。



以上这些语句无不说明托尔斯泰能将世间万物尽收眼底的全方位观察力，并在作品中展现社会和人生的真谛，让我备受启发。

读这本书让我学到了许多文学上的东西，也学习到了托尔斯泰的宗教仁爱思想和人道主义思想。我也感受到了俄国人民在国难临头的时候，在战争中表现出来的爱国热情和英雄主义，以及俄国的年轻人能够挺身而出的一腔热血激发起自己的一腔热血，令我读完久久不能平复。



《穆斯林的葬礼》读后感



陈晨

教工四支部群众，对外合作办公室 副主任

最早读《穆斯林的葬礼》，还是在大学的时候，我就曾经被文中奇异而又古老的名族风情、栩栩如生的人物品性而感动。这次我再读该书，随着年龄的增长，阅历的增加，则有了更深的感悟和体会。

我从小生活在回族自治区，对穆斯林的一些日常的宗教活动和礼仪沟通有着一定的了解，但是读起这本书，这些民俗民风依然是如此的清新和古朴。作者本人也是一个虔诚的穆斯林信徒，但是在诗中她并没有故意神话宗教，而是用一种清新的笔触缓缓的记叙描绘，穆斯林，对许多人来说是一个熟悉而陌生的名词。在这个词的背后，更多的是宗教，而宗教这两个字，更容易让我们联想到那些奇怪的仪式。而人们对他们的葬礼则似乎有着更多的神秘感。于是作者一开始就把我引入他的圈套，在这葬礼的描述中一步步领略了人生的哀歌。韩子奇流浪而来，是一个虔诚的穆斯林朝拜者，作者把他送到了故事的中央；新月也在流浪中诞生，是命运将她送到一段动人的爱情故事里；



新月的母亲也在结束流浪之后，才找到一点往昔的生活痕迹。而对于任何人的来说，流浪本身就意味着哀愁，流浪，在书中最终以葬礼为终点。

玉，象征着财富、身份、地位。

月，象征着纯洁、善良、明净。

这本书巧妙地将玉和月作为线索贯穿整部小说，讲述了一个穆斯林家族，六十年间的兴衰，三代人命运的沉浮。两个发生在不一样时代，有着不一样背景却又交错扭结的感情悲剧，读起来让人心动。

韩子奇是一个被梁亦清收养的孤儿，为了师傅临终的遗憾，也为了自己爱玉如命的嗜好，他和梁家的大女儿梁君璧结成了连理，成了梁家的主人，随后成就了他在这一行业的顶尖地位。然而抗日战争爆发，为了他心爱的玉，他背井离乡，携带者玉器来到了英国，然而战争的硝烟也弥漫到了英国，在痛苦与绝望中，他和梁家的二女儿梁冰玉相爱了，并有了感情的结晶——新月。战争结束后，韩子奇带着女儿回到了妻子的身边。

六十年代初，韩新月以优异的成绩考入北大西语系，也就是亲生母亲梁冰玉以前就读的燕京大学。在北大，她和年轻的英文老师楚雁潮深深相爱，然而命运确实如此的残酷，新月，一个十七岁风华正茂的岁月被检查出患有先天性心脏病，那是一种不治之症。在楚雁潮的支持和鼓励下，新月勇敢地与病魔作斗争，想着等病愈后有一天可以回到校园。另一方面，新月从出生就最渴望得到的母爱，似乎只有新



月看到和母亲的一张合影时才能隐约的感受得到。而一直关心着他的姑妈似乎更像妈妈。当新月了解到事情的真相后，她微弱的心脏难以承受如此沉重的打击，和楚雁潮的真挚感情也最终没能挽留住她的生命。新月带着无尽的遗憾闭上了双眼。

几年后，当新月的亲生母亲梁冰玉到女儿坟前来看望女儿时，发现了一个中年男子，矗立在亲人坟前，用小提琴深情地拉着《梁祝》……

很厚的一本书，拿在手里感觉沉甸甸的。很厚的一段情，读了之后，心里也是沉甸甸的。也许，你的人生之旅正面临着难以逾越的鸿沟，也许你的人生正充满荆棘，但无论境遇如何，请珍视生命，只要还有呼吸，就没有任何东西能够将你打败！





学习体会篇



学习心得——新时代的精神文明建设



高 强

教工二支部宣传委员 圆明园校区管理办公室

令人瞩目的中国共产党第十九届六中全会已于 11 月 11 日在京胜利闭幕。每一届党的六中全会都肩负着精神文明建设的重任，本次也是如此。

改革开放以后的 40 多年中国人民的经济条件，生活状况得到了极大的改善，但是随着先进技术进入国内的还有各种各样的思想。曾经有人说改革开放后的中国是信仰缺失的一代，这种说法有失偏颇，但也需要警惕。

经济发展，物质生活质量飞速提升，除了给广大人民带来巨大的满足感，也使一些人迷失在了物欲横流的世界中。党内也出现了一些不好的现象，贪污腐败、懒政怠政、权色交易等等。在这种情况下，我们党要保持红色的基因不变，保持党的执政地位不变，保持社会主义国家的性质不变，就必须不断地净化自己，不断地自我革新。总书记特别警醒全党：“我们党历经百年、成就辉煌，党内党外、国内国外



赞扬声很多，越是这样越要发扬自我革命精神，千万不能在一片喝彩声中迷失自我。”

一个政党最难的就是历经沧桑而初心不改、饱经风霜而本色依旧。在这其中“信仰”是最重要的，是精神文明建设的最终成就。我们党进行精神文明建设就是为了确保党不变质、不变色、不变味，破解“历史周期律”问题。

“生于忧患死于安乐”，这不是简单的一句口号，要真正的融入到我们的血液里，居安思危才能推进我们的事业永远在正确的道路上前进，才能真正实现中华民族的伟大复兴梦。

身为教育工作者，我们要牢记为党育人、为国育才的使命，引导学生既不封闭保守，也不崇洋媚外，善于在批判鉴别中明辨是非，让所有学生都成长为有用之才。



《心理创伤与成长》听课笔记



王凯惠

教工三支部党员 教学管理办公室

《心理创伤与成长》这门课程是由北京大学心理与认知科学学院研究员臧寅垠老师讲授的，臧老师一直从事临床心理学的研究与实践工作，特别是与创伤相关的心理障碍与干预；探究创伤后应激障碍的发病机制；以及如何有效的、高效的进行心理干预等。本门课程分为七个小节，通过七个小节的学习，增进了临床心理学知识，深入认识到心理健康与躯体健康的联系，对工作、对生活都有很多启示，收获颇丰。七个小节的内容总结如下：

一、心理与身体的联系

心理与身体不是独立存在的，生活中会有身心疾病，也会有心身疾病。健康包含心理健康、躯体健康、社会适应以及道德健康四个方面，其中亚健康是介于健康和疾病中间的状态，同时精神健康和躯体健康之间存在复杂的双向交互作用。

二、心理异常与心理疾病



心理异常以社会文化、社会常模及社会适应的情况以及其他的标准进行判别；心理疾病的致病因素不是孤立的发生作用的。我们的行为都是心理、生物与社会相互作用的产物。

三、什么是创伤

生活中有广义的“创伤”，也有精神疾病诊断标准中狭义的“创伤”；不同创伤事件有不同的流行率，但是创伤事件可能会对我们的身体和心理造成负面影响。

四、创伤相关心理障碍

经历过创伤后，少部分个体可能会发展出创伤后应激障碍(PTSD)。同时需要关注 PTSD 是一种较为复杂、严重的心理疾病，并且有很高的共病率。

五、童年创伤

童年创伤对个体的心理和身体都有着深远的影响；如果经历过长期、多次、反复的童年创伤的个体会发展出复杂 PTSD。

六、心理弹性

心理弹性不只是抗压能力，要面临逆境同时要良好适应，良好的心理弹性可以帮助我们恢复我们的心理功能，增强心理弹性是个体也是社会的目标。

七、如何应对创伤

本课程通过案例分析告诉我们应对创伤的几种方法：日常中与他人平等交往；照顾好自己身体；积极主动大胆尝试；主动帮助别人、



理解别人；从自我过去经历中反思、学习等等。

本课程三个小时围绕心理创伤这个主题展开论述，通过理论和案例的学习进一步了解心理学中创伤的概念，以及创伤发生后对经历者身体和心理长远的影响；通过案例了解到哪些心理资源可以帮助我们更好的应对创伤；如果出现与创伤相关的心理障碍，什么样的心理干预是有效的；以及如何以更加积极的视角去理解创伤经历并面对创伤后的成长。这样理论结合实际的课程学习，不仅对自己的心理健康有一个重新的认识、重新理解、重新疏导，也希望通过自己的学习、自己的探索，可以帮助到身边需要帮助的人，共同学习、共同进步。



两块匾额有力诠释了人民至上理念 ——学习党的十九届六中全会精神有感



廖来红

教工四支部党员 市场开拓办公室 主任
企业培训中心 主任

党的十九届六中全会通过的《中共中央关于党的百年奋斗重大成就和历史经验的决议》，将“坚持人民至上”总结为党百年奋斗的十大历史经验之一，指出“党的根基在人民、血脉在人民、力量在人民，人民是党执政兴国的最大底气。民心是最大的政治，正义是最强的力量。”回望党的百年历史，就是一切为了人民、一切依靠人民的历史。建国初期，湖南省原郴县境内廖家湾村民众所获赠两块“功在人民”匾额，正是党坚持人民至上的生动写照。

第一块匾额为开国少将、时任铁道兵团前进指挥所副司令员、衡阳铁路管理局局长郭维城题写，至今高悬于廖家湾村的廖氏宗祠。其背景是解放前夕，粤汉铁路遭到国民党军队严重破坏，全线被炸毁桥梁 38 座，其中郴州境内漳河、小溪等桥梁损毁特别严重。1949 年



11月10日，中央军委、铁道部要求铁道兵团二支队和衡阳铁路管理局“务必于年底前京粤路线直接通车，及时供应解放大军。”此时，抢修时间已不足2月，任务却异常艰巨繁重。廖家湾村位于粤汉铁路附近，约11月初，解放军铁道兵团战士和铁路职工组成的抢修队进驻于此。抢修铁路缺乏木材，在村长、族长廖汉章带领下，他们捐出了后龙山上祖辈留下的3000余棵参天古树；安排全村所有劳动力全力参与抢修，使粤汉铁路提前2天顺利通车。3000余棵古树，在一个动荡年代不仅是一笔重大的物质财富，更是一种心灵寄托和精神慰藉，他们从“风水”角度坚信，这是整个村民的保护神，会让他们心理获得某种安全感，因而为几百年流传下来的族规民约所保护。然而，在抢修粤汉铁路确保全国解放这样的国家民族大义面前，廖家湾村群众，不讲条件、不计成本、不要报酬，毅然将所有这如命根子一般的古树慷慨捐出。

这种爱国壮举让郭维城将军极为感动，他挥毫写下“功在人民”并制作成匾额，于1950年2月19日农历大年初三隆重地送到廖家湾村，当年2月11日的《铁路工人》报（现为《广州铁道》报）对此进行报道。2019年新中国建国70周年之际，原广州铁道报社总编辑徐勤先生通过查阅相关文献、到廖家湾村实地调查、并与健在老人交谈后，先后撰文《衡阳铁路与郭维城副司令员》《廖家湾的故事》，详细还原相关细节。郭维城后来担任新中国铁道部部长。中国铁路集团将这一事迹制作成视频，在相关平台播放；并改编为《功在人民：来



自人民的支持》情景剧在舞台演出，各大主流媒体跟进报道，影响甚大。如今，悬挂这一匾额的廖家湾村廖氏宗祠成为爱国主义和党性教育实践教学基地。

第二块匾额为 1951 年 2 月中共宜章县委、县人民政府向在剿匪中壮烈牺牲的廖运宣烈士家属颁发；2011 年，家属将这块匾额捐赠与湘南起义纪念馆。廖运宣烈士，1895 年出生，1951 年 2 月 18 日在剿匪中牺牲；其二儿子廖开治，于 1948 年在剿匪时光荣牺牲，父子二人皆被民政部门追认为革命烈士。

湖南郴州泰里廖氏宗族理事会、文化研究会根据《郴县志》《宜章县志》统计，革命年代廖家湾村及附近自然村的廖氏宗族共计 76 名优秀儿女献出了宝贵生命。他们中年龄最大的 56 岁，最小的仅 16 岁，平均年龄仅 29 岁。40 岁以下青壮年烈士为 57 人，占比高达 75%。与中国革命发展进程大体一致，70 人牺牲于土地革命时期，其中 1928 年牺牲的又有 45 人；解放战争时期和建国初期分别牺牲 1 人、5 人。

从文字记载和烈士遗属回忆材料来看，烈士们牺牲的景象极为惨烈。如廖球秀烈士，1933 年为掩护县委书记突围而被敌人包围，宁死不降，投河而死，因长时间被河水浸泡，遗体打捞上来后已无法辨认，其妻后来根据身上疤痕才得以确认，当时反动派扬言砍头示众，后被群众据理力争才幸保全尸。廖康烈士 1950 年在征粮中，与另外一名战友张孝之一起不幸被土匪包围活捉，先后被推进一个石灰窑里，用石头砸得半死后被活埋；遗体被战友找到时，只见头部碎裂、血肉模



糊，年仅 25 岁。

这 76 名烈士是我辈的爷爷奶奶、叔伯姑姑们，是我们至亲的血脉亲人。在生活中，他们或为人子女，或为人父母。年纪尚小的烈士，还没来得及体验“洞房花烛”的人生喜事，更没有享受为人父母的喜悦，更多烈士则是抛下了年幼的子女而牺牲。于家庭、于个人，这是何等的不幸和悲痛；然而，在国家危难之际、民族存亡之时，他们义无反顾、大义凛然、慷慨赴死，又是何等的英勇和悲壮！

廖家湾村及其廖氏宗族后裔在革命年代展现的大无畏牺牲精神和深厚的家国情怀，一方面因其因处“湖广通衢路”，连接湘粤古道，更容易接触到各种进步思潮和革命运动洗礼。1928 年 4 月，开国上将肖克、中将欧阳毅曾率湘南起义部队经廖家湾走上井冈山，1934 年部分中央红军长征时也从此经过或在此休整。另一方面，还在于百多年来廖氏宗族“崇文重教”“忠于国家”的族规家训，湖湘文化“心忧天下”“敢为人先”的精神内核等所驱动。但从本质来说，马克思主义在湘南一带的迅速传播、党组织的迅速发展和坚强有力领导，这是吸引众多廖氏优秀儿女坚定走上革命道路的根本原因所在。

习近平总书记强调，“人民就是江山，江山就是人民。”“功在人民”，将人民视为主体，一切为了人民、一切依靠人民、为人民服务，中国共产党人以其正确主张，赢得了广大民众的衷心拥护。在胜利面前，以郭维城将军为优秀代表的共产党人不居功、更不自傲，而是归功于千千万万人民大众。赠予廖家湾村民及廖氏族人的两块“功在人



民”匾额，既是对他们这种牺牲精神和家国情怀的巨大褒奖，更彰显了中国共产党和人民群众之间的血肉联系，是党坚持人民至上的生动有力诠释！





四史学习心得



贺万霞

教工四支部党员 市场开拓办公室

2021年是十四五开局之年，是中国共产党成立100周年，也是我国全面步入小康社会，完成第一个百年奋斗目标的一年，如今，我们正在意气风发向着全面建成社会主义现代化强国的第二个百年奋斗目标迈进。十九届六中全会的召开，全面系统的总结了中国共产党一百年来不断奋斗取得的重大成就和历史经验，从新民主主义革命的伟大胜利，到完成社会主义革命和社会主义建设，再到改革开放和社会主义现代化建设、开创中国特色社会主义新时代，在共产党的带领下，中华民族越来越自立自强的站到了世界人民面前。面对肆虐全球的新冠病毒肺炎疫情，中国政府在疫情防控前取得的重大胜利，疫情防控常态化举措，让我们再一次见证了中国共产党的有力领导，见证了党和国家以人为本的执政理念。

在这百年交汇的关键时期，学习“党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史”，是对中国共产党和中国特设社会主义发展道路的



一次全面、系统的认识。从飘摇的红船建党到如今的世界第一大党，从被列强侵略、瓜分的“东亚病夫”到如今独立自主的泱泱大国，从一穷二白的新中国到今天的世界第三大经济体，发展的过程并不是一帆风顺，在当时的世界第一大社会主义国家苏联解体后，面对未来发展道路的选择，我们党坚定不移的选择了中国特色社会主义道路，选择了中国特色社会主义制度，我们今天所取得的一切成就和胜利，离不开中国共产党的坚强领导，离不开中国特色社会主义道路的引导，离不开改革开放的英明决策。

如今，中国共产党已经是中华人民共和国的执政党，是我国的第一大党，党员人数越来越多，规模越来越大，我们的祖国也越来越繁荣昌盛，但这并不意味着共产党员就可以放松要求，放松警惕。新时代赋予了我们新的使命，脱贫攻坚完成后，如何实现更好的乡村振兴，切实提高人民生活水平依然有待探索；和平年代，也依然有许多看不见的硝烟，有虎视眈眈的四邻，不断上演的边境摩擦、贸易战争。这也正是总书记向广大党员提出“四个自信”、“四个意识”的用意所在。只有用强大的思想武器武装头脑，才能在未来的奋斗道路中坚定不移，攻坚克难。

和平年代，虽然没有道路选择的问题，但是需要我们有更加坚定的信念和毅力，抵挡诱惑，坚守信念，有更多的继往开来，复兴中华的使命，这也是我们学习“四史”的目的，守初心，担使命，继往开来，迈向复兴，为人类对更好社会制度的探索提供中国方案！



观看《功勋》学习体会



王秋林

教工四支部预备党员 综合办公室

一个有希望的民族不能没有英雄，一个有前途的国家不能没有先锋。

2021年9月26日在北京卫视、东方卫视等频道，播出了重大现实题材剧《功勋》，该剧分为八个单元《能文能武李延年》《无名英雄于敏》《默默无闻张富清》《黄旭华的深潜》《申纪兰的提案》《孙家栋的天路》《屠呦呦的礼物》《袁隆平的梦》，讲述了8位功勋人物故事。给我留下印象最深刻的是《无名英雄于敏》这个单元。

于敏出生于1926年8月，他父亲当时是天津的一位小职员。他在天津耀华中学念高中时，就以门门功课第一的成绩闻名全校。1944年，于敏考进了北大工学院机电系。1946年，出于对理论研究的热爱，于敏转到理学院物理系，并将自己的专业方向定为理论物理。他在理论物理方面的天赋很快展现出来，并以惊人的记忆力和领悟力赢得教授们的欣赏。1951年于敏以优异的成绩毕业。不久，他被慧眼识才的



钱三强、彭桓武调到中科院近代物理研究所，25岁的于敏开始了他的科研生涯。

在研制核武器的权威物理学家中，于敏几乎是唯一一个未曾留过学的人，但是这并没有妨碍他站到世界科技的巅峰。

和平求不来，和平需要实力。在那个艰难的年代，国家希望拥有氢弹，来杜绝西方列强的核威胁，但是，氢弹研究是一张白纸，时间紧、任务重，是专心致志确定好研究模型方案，还是为了赶时间冒然给出不成熟的模型，困扰着于敏，他痛苦过煎熬过，但如果没有正确的理论支撑，如果冒然使得项目上马，会造成国家财力物力人力等巨大的损失！于敏顶住压力，继续在自己的路上，坚定的前行！美国物理期刊数据错了，同事们大多数不相信于敏，但于敏相信自己推算，坚定地说真理不相信权威。在高强的压力下，在不分昼夜的努力拼搏下，三种模型方案成功了！但于敏却倒下了！患有十二指肠溃疡的他，为了能够缓解疼痛，会在疼痛难忍时吃一点萝卜干，我们的科学家就是靠着这种坚强的毅力，和时间赛跑。

1967年6月17日，氢弹爆炸成功，爆炸当量达到330万吨。试验场上顿时爆发出热烈的欢呼声，参试人员个个激动万分。从原子弹试验成功到第一颗氢弹爆炸成功，中国人只用了两年零八个月的时间，创造了研制氢弹的世界纪录！

20多年前，连于敏这个名字都是绝密，他隐姓埋名30年，直到1988年，于敏的名字才得以解禁，但由于当时的解密程度有限，许多



史实还没有公开。

很多人称呼于敏为“中国氢弹之父”。对于这样的称呼，于敏极力反对，他常常对身边工作的人说：“核武器是成千上万人的事业，一个人的力量是有限的。你少不了我，我缺不了你，必须精诚团结，密切合作。”实在追问之下，他只说过这样一句话：“在氢弹的理论设计中，我是学术领导人之一。”

于敏虽然是一位大物理学家，但他最大的爱好是中国历史、古典文学和京剧。他从小就会背不少古诗词。他喜欢读的书有《资治通鉴》《史记》《汉书》《三国志》《三国演义》《红楼梦》等等。隔三岔五地，他还会去看上一次从小就爱看的京剧。儿子于辛说，父亲最崇拜的历史人物就是诸葛亮和岳飞。诸葛亮的“淡泊明志，宁静致远”是他座右铭，也从小就教育子女“只有淡泊名利、潜心做事，才能有所成”。而父亲教会他心爱的孙子的第一首诗，就是岳飞的《满江红》。

我们的祖国，正是因为这些熠熠发光的人物，才一天天壮大起来！他们告诉我们什么是功勋，什么是美好，又是什么给予那些先辈们动力、勇气、情感和力量，去建立这些了不起的功勋。

通过于敏的故事，让我更加深入的理解了什么叫信仰，什么叫坚持的力量。我们党之所以在核武器方面取得了不朽的成绩，正是因为有着千千万万像于敏一样的科学家，他们舍小家保大家，为了理想和新中国的氢弹事业，奉献了宝贵的青春。他们的精神永远值得我们学习！