

不忘初心牢记使命 做新时期合格共产党员

——记第五期省直机关新党员示范培训班

11月27日至30日,我院14名新党员参加了由浙江省级机关党校组织的第五期新党员示范培训班。大家集中驱车前往淳安学习,参观抗战旧址,了解先烈历史,感受光辉精神,学习党的“十九大”报告,深入了解党章,提升政治觉悟。

培训期间,开展了“穿红军服、走红军路、讲红军事”的主题教育。新党员们翻山越岭来到中国工农红军北上抗日先遣队的旧址厦山村,参观了“茶山会议”旧址,还有方志敏、粟裕、陈英等部队领导的临时住所,房屋条件之简陋给大家留下了深刻印象。讲解员给党员们讲述了当年部队驻扎此地时的点点滴滴和村中百姓热情招待的情形,既再现了红军为保村中百姓安全而与敌人做殊死搏斗的悲壮画面,也生动展现了人民群众拥戴红军的感人场景。下山之后,大家又来到先遣队纪念馆,通过各种模拟战斗场景和武器实物展示,结合领队细致入微的描述,重现了红军在第五次反围剿失败后,为了掩护主力部队撤离,宣传党的抗日政策等做出的巨大努力和牺牲。派出的北上抗日先遣队所经历的一场场残酷血腥的战斗,其中涌现的众多优秀将领和可歌可泣的光辉事迹,都震撼着我们的心灵。此次参观,让我们对党在革命年代所走过的艰难岁月有



了更为深刻的理解和认识,我们为有这样的先烈而感到骄傲,也为自己能成为这些英雄的接班人而感到光荣。

离开纪念馆,大家来到了下姜村,这里是习近平总书记担任省委书记时的基层联系点,也是美丽乡村建设精品示范村。村里合理整齐的布局、干净整洁的环境、清澈见底的河道、清新秀美的山水,让大家流连忘返,也彰显了“绿水青山就是金山银山”的科学理念。

除了实践教育以外,党校也组织了有关老师和淳安县党史研究中心的主任给党员授课,要求大家在新时代要学习践行新党章,做忠诚干净有担当的共产党员,同时要认真学习领会“十九大”精神,切实在学懂、弄通、做实上下功夫,深入理解党的治国理政方略,共同开创中国特色社会主义新时代。课程最后一天,包括我院姜源同志在内的学员代表上台作了感想发言,共同交流心得体会。新党员们充分认识到,十九大报告

在总结我国这五年来所取得的巨大成就的同时,也点明了党和国家存在的问题,如改革不够彻底,法律不够完善等,这就需要新党员们接过前辈的接力棒,勇挑重任,做好先锋带头模范作用,不忘初心,牢记使命,发扬老一辈无产阶级革命家的光荣传统,坚持目标,努力奋斗,排除万难,做好本职工作,尽职尽责,始终将人民利益放在首位,为社会发展、国家富强、民族振兴的中国梦早日实现贡献力量。

短短数天党员培训,给大家心里烙刻下的是普通共产党员朴素的情怀和远大的理想。旧时代的艰苦条件和新时代的幸福生活之间的巨大反差给大家带来了许多思考,如何在这瞬息万变的时代把握主旋律,坚持正确的人生观、世界观和价值观,坚守一名党员的理想信念,这需要每个党员去反思和总结。现实生活中存在很多诱惑和不良风气,作为共产党员,就应该要有比一般人更为坚定的立场与原则,心怀敬畏之心,明辨是非,自觉抵制歪风邪气,光明磊落,不同流合污。愿我们都能始终不忘初心、牢记使命,高标准严要求打造自身,做身边群众的榜样,人民的楷模,新时代合格的共产党员,带领大家为建设中国特色社会主义事业添砖加瓦。

心电诊断科 包佳盛

我的阅读方法

读书是精神的朝圣,这是一场因信仰称义的自我救赎,没有绝对的方法,亦没有完全的诀窍,怎样出发,去向何方,都是每个人独自面对的未知。

在这里,我想介绍自己在阅读上的一点点心得,不敢遽论多么正确和必须,但求供有缘人略作参考借鉴。

全部心得可以浓缩为三个关键词:阅读清单、读书笔记、核心阅读。全文大约2800字,需要5分钟阅读。

阅读清单

在手机、电脑和各类移动设备带来的碎片化阅读充斥生活的当下,人们的时间和精力不可避免地快节奏的生活所割裂,没办法拿出完整的时段来进行阅读,甚至在难得的闲暇之余,竟不知道要读什么,最终还是打开手机,在微信公众号或者每日头条上指动如飞地浏览着夺人眼球的资讯。

其实,读什么,看似仅仅是阅读行为的一个前提,但实际上却是贯穿整个过程,甚至指引着下一步的阅读。很多人正是没有正确处理这个前提,或囫圇吞枣,或走马观花,或痴迷各类书籍排行榜,把排名靠前的书都收入囊中。但最后都没有获得很好的阅读体验,甚至失去了阅读的积极性,像是什么书都没读过似的。

在我看来,处理好“读什么”这个问题,良好的阅读体验就已经完成了一半。我的建议是,列一份阅读清单。当然,列清单的关键是靠自己整理,可以参考网络上对好书、精品书,甚至是畅销书的排名,也可以听取朋友的推荐,以及审视自身过去的阅读积累。

如果是“零基础”的朋友,也有办法。

办法一:

- 1.整理自己读过的书,将其列在一张表格上,越多越好;
- 2.挑出自己喜欢的书,大概在5-10本,至少3本;

3.记下所喜欢的书的作者和出版社,去书店或者网络书店检索该作者或者该出版社的书籍;

4.从检索结果中挑出你想读的书。

办法二:

- 1.整理自己读过的书,将其列在一张表格上,越多越好;
- 2.挑出自己喜欢的书,大概在5-10本,至少3本;
- 3.总结这些书的关键词,去书店或者网络书店检索这些关键词;
- 4.从检索结果中挑出你想读的书。

这两个方法看似大同小异,但实际上各有利弊。前者的操作难度相对更小,而后的涉及面则更广,采用什么方法还是看各自需求。

整理阅读清单,除了以上的办法外,还需要在阅读中随时记录自己的想法,一段时间后再回过头来审视自己的笔记,从留下的问题中再有针对性地去寻找一些能够解答这些问题的书,于是良好的阅读循环就这样运行了起来。这样不仅让人获得了良好的阅读体验,更能够将阅读行为变成自身的习惯,从此获益良多。

此外,阅读清单上的书不一定马上就要买来读,可以积累一段时间后,再挑其中特别想读的书入手。多多积累和更新阅读清单也是阅读行为的重要组成部分。

顺带说一句,去实体店慢慢挑书的感觉更棒哦。

核心阅读

核心阅读是阅读行为中的高阶部分,属于试卷中的大题或者附加题,它由分析和比较这两部分内容构成。

弗朗西斯·培根曾说过:“有些书可以浅尝辄止,有些书是要生吞活剥,只有少数的书是要咀嚼与消化的。”

核心阅读就是要咀嚼和消化一本书。

分析阅读的要求是阅读者要对自己所读的东西提出许多系统的问题。比较阅读的要求是阅读者要读很多书,并列举出这些书之间的相关之处。分析和比较,都是可以不断进化和深入的方法,在自身阅读量上升,阅读速度加快,阅读面增广之后,还可以不断地为阅读体验的提升来提供帮助和支撑。

到了这个层面,我们针对一本书能做的事情就很多了。

1.透视一本书。整理这本书的结构与规划。换言之就是,如果你来写这本书,你会怎么写。具体操作时,能够列出一个大概的目录框架即可。

2.与作者找出共通的见解。针对这本书中吸引你的内容,试想你还能为这部分的内容添砖加瓦,使得其更加丰富具体。

3.赞同或者反对作者。人难免会持有偏见和不同立场,你能否在阅读中分析出作者论述的内容是否完整,并表示赞同或者否定。

4.辅助阅读。与这本书相关的其他书可以作为阅读时的外在助力,用之前做的读书笔记和摘要作为辅助内容,与这本书中相关的内容进行比较。

阅读与自我成长

从前文的诸多赘述中,想必大家也能感受到,我通篇想表达的意思,无非是提倡“主动阅读”。很多专家也曾论证,良好的阅读体验都是建立在主动阅读的基础上,阅读时越主动,就能读得越好。

既然明确了这一点,我们也应该明白,你不能摸到任何书或文章就都拿来读。一本消遣性或者娱乐性的书可能会带来一时的欢愉,但它除了具有让你享乐的作用之外,不可能令你再期待更多了。有一个十分古老的实验,即让你孤身前往一座荒岛,除了生存物资,你只能携带十本书,你会带哪些?实验指出,人们试着列出这样一份清单是很有意义的。

最后,我希望参考这方法的阅读者们能每年至少把这份书单更新一次,从中感受到自我在阅读中的提升与变化。

监察室 林李龙

读书笔记

读书笔记是整个阅读行为中的核心部分。当然,也有很多没有习惯写读书笔记或者无法坚持写读书笔记的人会觉得,没有读书笔记,阅读量虽然比上不足,但至少比下有盈余。

我想说的是,或许没有读书笔记,人们也能把书读完,甚至把书读好,毕竟在读书笔记出现以前,人们也是要读书的嘛。但是,我建议把读书笔记作为整个阅读行为的核心,做到书与笔记一体化,让读书笔记串联起整个阅读行为的各个环节,从而获得更好的阅读体验和更好的阅读方法。

首先,将笔记与书一体化。

1.可以在书中写任何内容。在每一页空白处,并不是只能写读后感或者问题,你可以写下当天的时间和天气,甚至与这本书毫无关系的内容,哪怕只是把书中特别让你喜欢或者你

觉得非常点睛的句子一字一句地摘抄一遍也没有问题。你可以书写任何内容。

2.找出特定的一页空白,在上面记录与这本书有关系的其他书。可以是同一个作者的其他作品,或者论述同一主题的其他书籍等等,或者干脆就是别人推荐的书。

3.给每一个笔记处都附上记录的时间,在读完之后的某一天里花点时间,将它们按照时间顺序整理一遍。

其次,关注书中吸引你的部分。

我们并不需要像很多介绍阅读技巧的文章中说的那样,花费心思把一本书结构化,以便在需要的时候能够快速找到某些内容位于书中的哪一部分。我们需要做的仅仅就是,关注书中吸引你的部分,因为那才是最让我们感兴趣的地方。

最后,阅读杂志和书评,以笔记带领阅读。

杂志上刊登的都是短篇的精炼文章,更为关键的是,它们是经过编辑筛选的成果。在信息爆炸,自媒体横流的信息社会里,获取信息的难度大大降低,而代价就是次要信息充斥,人的精力被更多的无用内容消解和填塞。而杂志编辑就为我们充当了把关人,替我们减少了很多无谓的阅读时间。在信息社会,为知识付费是必要的环节,同时也是增进阅读体验的一个方法。

阅读杂志还有一个独特的优势,即可以把杂志上的某篇文章裁剪下来,出门前折成小纸片放进口袋,闲暇之中拿出来随手一读,最后再把它贴进相关主题的书上,让它成为我们读书笔记的一部分,甚至是一本新的书。

同理,专业书评也是非常有用的。至于要找哪些杂志和书评,就全凭个人喜好了。