

## 知行论坛

## 梦虽遥，追则能达

■周佳谊

●梦想不会自动成真，奋斗是其桥梁；目标不会自动抵达，实干才有远方

“梦虽遥，追则能达；愿虽艰，持则可圆。”新年前夕，习主席发表二〇二五年新年贺词，深情回望过去一年我们一起走过的春夏秋冬、一道经历的风雨彩虹，真情致敬无数为梦想拼搏的劳动者、建设者、创业者，激情展望新的奋斗征程。亲切的话语温暖人心，殷切的嘱托催人奋进，必将激励亿万人民敢于有梦、勇于追梦、勤于圆梦，以更加雄健的精神干事创业，以更加昂扬的斗志攻坚克难，在新时代新征程展现新气象新作为。

有梦想就有目标，有目标才会奋斗。无论国家、社会还是个人，梦想都是保持生机、激发动力的源泉。过去的一年，我国经济回暖向好，国内生产总值预计超过130万亿元；粮食产量突破1.4万亿斤，中国碗装了更多中国粮；绿色低碳发展纵深推进，美丽中国画卷徐徐铺展；集成电路、人工智能、量子通信等领域取得新成果；嫦娥六号首次月背采样，梦想号探秘大洋；深中通道踏浪海天，南极秦岭站崛起冰原……正是因为有许许多多无惧风浪、奋勇前行的追梦人，用奋斗点燃梦想，用实干成就事业，才让难忘印记镌刻在岁月的年轮里，让铿锵旋律奏响在时间的长河中。事实证明，追梦有

多么努力，人生就有多么出彩。那些追梦征途中历经的艰辛、拼搏奋斗时挥洒的汗水、辛勤付出后收获的硕果，都将化为一往无前的奋进之力，激励我们不断实现新的跨越。

梦想不会自动成真，奋斗是其桥梁；目标不会自动抵达，实干才有远方。没有奋斗，不愿奔跑，梦想就是空想；瞎想、胡思乱想乃至非分之想。许多事情，不是因其艰难我们才不去做，而是因为我们不去做才会更艰难；许多梦想，不是因其难以实现我们才不去努力，而是因为我们不去努力就一定难以实现。对广大官兵来说，奋斗建军百年是务期必成的共同使命，奋进强军一流是一道追求的共同梦想。但也要清醒看到，完成使命的过程必将充满艰辛，实现梦想的征途必定艰险曲折，如果缺乏“咬定青山不放松”的韧劲、“越是艰险越向前”的勇毅、“山登绝顶我为峰”的自强，就可能“一篙松劲退千寻”，甚至半途而废、前功尽弃。作为新时代革命军人，只有自觉把梦想的种子播撒在奋斗的土壤里，始终用拼搏成就精彩、用实干诠释担当，才能在愈进愈难、愈进愈险而又不进则退、非进不可的重重挑战中破障前行。

时间的长河奔涌向前，追梦的脚步永不停歇。在亘古不变的时序更替中，我们朝着新的目标一步步进击进发。2025年是军队建设“十四五”规划收官之年，也是打好实现建军一百年奋斗目标

标攻坚战的关键一年。踔厉奋发的百年行军正是吃劲的时候，面临诸多艰巨繁重的风险挑战，事关强军蓝图能否实现、战略能力能否形成、斗争主动权能否赢得。走过万水千山，我们无比清醒，实现既定目标必须准备付出更为艰巨、更为艰苦的努力；穿越惊涛骇浪，我们更加笃定，交出合格答卷必须强化知重负重、知难克难的担当。越是形势紧、任务重，广大官兵越要主动担起这副光荣的沉甸甸的担子，无论是持续推动政治建军走深走实、扎实做好军事斗争准备，还是深化改革创新、着力提高军事治理水平，都应站在最前面、冲在最前面、干在最难处，竭尽所能战胜一个又一个风险和挑战，全力以赴攻克一道又一道难关与险阻。

强军梦呼唤追梦者，新时代造就真英雄。对广大官兵而言，人生的梦想要聚焦强军胜战来确立，目标的实现要着眼打赢强敌来展开，如此方能开辟一片新天地、成就一番大事业。这就需要我们坚定远大之志，把个人梦想与强军梦想、幸福指数与打赢指数、个人得失与部队利益统一起来，自觉与时代同向同行、为强军接力奋进，决不因环境恶劣而松懈、不因诱惑冲击而放弃，任何时候任何条件下都做到信念如磐、意志如钢。激发进取之心，敢于在岗位实践中经受过锤炼，在大项任务中增长才干，主动向自己的惰性、体能、技能发起一次次挑战，持续

磨砺心智、淬火加压，切实在困难挫折中锻造更强更韧、愈挫愈勇的坚韧，永葆激情满格的状态、争先争优的姿态。磨练担当之能，紧跟科技之变、战争之变、对手之变，一刻不停锤炼岗位必备、战时急需的能力素质，努力在深化军事斗争准备中练就本领，在急难险重任务中练意志强作风，在遂行重大军事行动中练血性强胆气，把自己锻造成为克敌制胜的“刀尖子”“铁拳头”。

追梦需要激情和理想，圆梦需要奋斗和奉献。马克思曾说：“在科学上没有平坦的大道，只有不畏劳苦沿着陡峭山路攀登的人，才有希望达到光辉的顶点。”站在新的起点上，崭新的篇章呼唤奋斗者挥毫书写，梦想的征途召唤追梦人再启新程。作为新时代革命军人，更应把蕴藏于梦想之中的创造伟力，体现在岗位上、点滴中，紧盯建设发展的重大问题和制约战斗力巩固提升的瓶颈问题，立足自我不靠靠，看准了就抓紧干、能多干就多干一些，想好了就紧前抓、能先行就先行一步，始终以只争朝夕的紧迫感、责无旁贷的担当奋斗强军，以抓必见效的定力、干则必成的恒心狠抓落实，真正在逐梦强军的征途上中立潮头、再立新功，书写属于我们这一代革命军人的荣光。

（作者单位：武警部队党的创新理论研究中心）

## 方法谈

●见微知著“望”表识里，贴近官兵“闻”声知意，多方联动“问”计寻策，辨证施治“切”中要害

经验丰富的中医具有通过观察人的外部特征来洞察病理的高超技术，凭搭脉搏、看舌象等，就能洞察一个人的健康状况，这就是许多人熟知的望、闻、问、切“四诊合参”诊断理念和方法。由此想到在部队被普遍重视的安全工作，既是圆满完成各项任务的重要基础，也是战斗力生成的必要保障，各级领导和机关要提高抓安全工作能力，不妨借鉴中医的“望闻问切”。

见微知著“望”表识里。《黄帝内经》有云：“有诸形于内，必形于外。”人体内部变化必然有其外部表现，如果医生能及时识别诊治，往往能以更低的成本获得更高的治愈率。安全工作亦如此，事故隐患苗头早发现一刻，各级精力资源就能少牵扯耗费一分。然而在工作中，有的干部身在基层却看不出问题，靠近官兵却摸不清底数，对隐患往往熟视无睹，直到问题爆发才追悔莫及。抓安全工作，须有草摇叶响知鹿过、松风一起知虎来、一叶易色而知天下秋之见微知著能力，对潜在的风险做到察之在先、思之在先、谋之在先，切实下好先手棋、打好主动仗。要提高发现异常的警觉性，感知征兆的灵敏度，多关注官兵生活圈、交往圈、娱乐圈，深入观察其言谈举止、习惯爱好、脾气情绪等多方面表现，善于捕捉“微表情”、“微动作”，从中及时察觉问题苗头，做到“窥一斑而见全豹，观滴水而知沧海”。

贴近官兵“闻”声知意。“愚者善说，智者善听。”1948年，叶剑英担任华北军政大学校长期间，有学员写了一首打油诗：“生活太单调，出去逛逛庙；庙中泥菩萨，比我更枯燥。”叶剑英听说后，没有简单地将其当成发牢骚，而是立即找到各队领导，商量如何改善学员的文化生活。工作中一些苗头性、倾向性问题，或多或少会通过一些言语反映出来，现实中很多安全事故在发生前，也都会有人指出问题隐患。这时，善于“闻”声知意对于发现问题、排除隐患就显得十分重要。所以，抓好安全工作，应做到善听八方之言，不论是无心之语，还是肺腑之言，哪怕是牢骚抱怨，都是抓好安全工作重要的信息来源，绝不能当成“耳旁风”，应当用心聆听、真心思考，从调侃中听出愁闷，从埋怨中听出期盼，从闲聊中听出隐忧，做到“闻弦歌而知雅意，于无声处听惊雷”。

多方联动“问”计寻策。“知屋漏者在宇下，知政失者在草野。”人民军队之所以能发展壮大，一个重要原因就在于始终把广大官兵作为智慧和力量的源泉。安全工作作为一项长期性、经常性、综合性工作，要求各级必须树立整体思维、发挥整体合力，通过问计于兵找到符合单位实际情况的管理方法，在问题发生时快速找到源头。一方面要构建群防群治工作格局，坚持和发展新时代“枫桥经验”，充分发挥风气监督员、思想骨干和党群组织功

## 「望闻问切」抓安全

■吴平

能作用，建好用好“首长信箱”“主官热线”等反馈模式，分层次、分类别对问题矛盾进行防范化解。另一方面要提高谈心谈话质效，既不能停留在问候式、应付式等浅表层次，也不能把谈话变成训话，而是要在平易近人的交流中引导官兵敞开心扉、打开心结，把遮掩的问题说开、含糊的问题说清、深层次的问题说透。

辨证施治“切”中要害。辨证施治作为中医理论的核心原则之一，是指通过全面分析病情症候，准确判定疾病的根本原因和性质，据此制订个性化的治疗方案，强调整体观念、个体差异和阶段性特点。这对抓安全工作亦有启示意义。现实中，一些领导干部和机关安全工作抓不住重点、分不清主次、找不到关键的现象依然存在，心里一团火、脑中一团麻、手上一团糟的情况还屡见不鲜。对基层来讲，“上面千条线，下面一根针”，如果眉毛胡子一把抓，结果就是越抓越乱。抓安全工作，既要善于抓住“牛鼻子”，以重点突破带动整体跃升，避免畸轻畸重、顾此失彼；也要善于从“冰山一角”看到“整座冰山”，在既往事故案例中总结经验、发现特点、研究规律；更要善于解剖问题，切实找准病根对症下药，做到发力准、落点实，坚决将问题隐患改到到位、改彻底，做到“点一穴而全身通，激一处而全盘活”。

## 谈心录

## 勇于给自己加重加压

■戴永洋

●在新的一年里，让我们每个人都能成为那个勇于给自己加重加压的人

近日，某连队组织3000米跑考核，出人意料的是，平日里成绩并不突出的战士小周一举拔得头筹。就在战友们感到不可思议时，一旁的班长说：“看来这段时间的沙袋没有白加呀！”原来，小周为了提高训练成绩，每次跑步时都会悄悄地在腿上绑上沙袋，他的训练成绩也在“负重前行”中一点点提高，最终在考核中脱颖而出。

这种背后自我加重加压的精神令人钦佩。在火热的军营里，像小周这样为了实现心中的目标、勇于给自己加重加压的官兵还有很多，他们常常在别人看不见的地方自我加压、默默努力，最终在时间的见证下一步步成长为更加优秀的自己。同时我们也看到，还有少数官兵缺乏这种主动给自己加压的进取意识，他们对于军事训练往往只求过得去、不求过得硬，以至于一年年过去，训练水平始终在低层次徘徊，不见明显提高。

俗话说，人无压力轻飘飘，井无压力不出油。细数那些在各自领域有所建树的人，无不是不懈攀登的人，正因为敢于挑战极限、勇于突破自我，才能充分激发出潜能，书写出自己的精彩人生。作为新时代革命军人，肩负着“执干戈以卫社稷”的神圣使命，更要培塑这种自我加压、挑战极限的主动意识，无论是提升军事体能还是练就专业技能，都要主动尝试给自己加重加压，通过增加训练强度和难度，进一步提高训练水平，不断增强战斗力本然。

当然，光有横下心来自我加压的决心还不够，关键要有咬紧牙关坚持到底的恒心。试想，如果做事只有“三分钟热度”，“三天打鱼，两天晒网”，又怎么能够一鸣惊人呢？有道是，量变产生质变。没有一次次不惧艰难困苦、没有一天天不厌其烦的沉淀，就不可能有后来的水到渠成和厚积薄发。当下，新年度的练兵备战已经按下“启动键”。在新的一年里，让我们每个人都成为那个勇于给自己加重加压的人，紧盯未来战场，立足本职岗位，在自我加压中不断进步，用过硬的胜战本领共同推进强军事业。



## 影中哲思

坐落于城市中心的一座大剧院，建筑整体造型以流线型设计为主，风格独特，构思巧妙。空中俯瞰，这座建筑的各区域在承载各自功能的同时相互组合，宛如一只翩翩起舞的蝴蝶，兼具动感和美感，令人眼前一亮。

视野不同，风景各异。当人们身处风景之中时，往往只能看到一隅景致；而站在高处，放眼望去，景色便完全不

俯瞰大剧院——

## 视野不同 风景各异

■杜海旭/摄影

林文雄/撰文

同。工作生活中，我们要避免陷入“不识庐山真面目，只缘身在此山中”的视角盲区，主动从事物中跳出来，培养系统性、

全局性眼光，在提高站位中拓宽思路、打开格局，如此方能欣赏到不同的风景，拥有对事物更清晰、更全面的认知。

## “抬头”与“埋头”

■陈游峰 姜佳辰

现实情况缺乏判断，迷失方向，导致走弯路；只“抬头”不“埋头”则容易驰于空想，哪怕理想再远大、目标再宏伟，也难以实现。广大青年官兵正值能力素质增长的黄金期，要正确把握好成长路上的“抬头”与“埋头”，既要适时调整方向、找准定位，也要能够沉下心来，用苦干实干提高能力、完成任务，这样才能走出一条属于自己的成才之路。

“抬头”是一种智慧，懂得“抬头”的人能够根据形势任务变化，适时作出调整，在最适合自己的道路上稳步成长。东汉时期的班超，早年任官府文书抄文书，他的父兄都是当时赫赫有名的学者，但经过深思熟虑，班超认为从文并不适合自己，最终投笔从戎，建功西域，成就享誉后世的“班定远”美名。无数事实证明，做事成事，方向和努力同等重要。广大青年官兵要懂得适时“抬头”，善于根据自身特点优势和岗位实际需求规划路线，制订计划，并在实践过程中及时应变，力求每一分努力都取得成效。“抬头”不仅是看路，有时也要

多看看他人。要多向身边优秀的同志学习，只有看到他们的优点，审视自己的不足，不断改进自己努力的方式方法，才能有效避免重复低效率的劳动，在“集百家之长”中更好地实现自己的人生价值和人生目标。

“埋头”是一种态度，坚持“埋头”的人拥有不惧艰险的吃苦精神，善于用实际行动一步步让目标成为现实。把准方向、瞄准目标很重要，但要让梦想照进现实，还需要有埋头苦干的工作态度和敢于吃苦、不怕吃苦的工作作风。为做强探雷针手，排雷英雄战士杜富国每天像绣花一样一次次将草皮翻个遍，日复一日、年复一年，最终练就一手精湛的探雷技术。广大青年官兵应当认识到，实现梦想的过程虽然曲折且漫长，但只要坚定信心、不懈奋斗，终会迎来柳暗花明的那一刻。面对走向成功道路上的困难挫折和干扰诱惑，要有“主心骨”，使自己保持强大定力，全身心投入事业，在苦干实干中朝着目标不断前进，直至登上事业的高峰。

## 走好上坡的路

■陈鲁民

在接受采访时说：“我也不是你们所说的天才少女，都是一遍一遍去练，在这期间也很辛苦。”不仅是全红婵，只要是在走上坡路的人，就很少有不感到累的。对运动员来说，不累就拿不到奖牌；对科学家来说，不累就不来科研成果；对莘莘学子来说，不累就不能金榜题名；对军人来说，不累就练不出精兵强将……只有在苦累中前行，才能最终实现奋斗目标。

三是险。首先是地势之险，上坡路往往险阻，路况复杂，险象环生；其次是竞争之险，狭路相逢，强敌如林，物竞天择，优胜劣汰。因而要想获得成功，就必须全力以赴，使出浑身解数，不怕艰难险阻。张骞出使西域走的是上坡路，险要至极，困难重重。崇山峻岭，沙漠戈壁，都没有挡住他前行的步伐。居里夫人搞科研走的是上坡路，荆棘遍地，阻力重重。但她以惊人的勇气和毅力，一往无前，奋力拼搏，成功发现了元素钋和镭，成为世界上第一个两获诺贝尔奖的人。航天员探索太空走的是上坡路，任务艰巨，风险重重。央视主持人曾问航天员刘洋，当时有没有做万一回不来的思想准备，刘洋果敢而决绝地说：“若一去不返，便一去不返。”他们都不怕艰险，不怕牺牲，最后也都领略到了“无限风光在险峰”。

“志之所趋，无远弗届，穷山距海，不能限也”。人生是自己选择的，路都是自己走的。如果选择走上坡路，就要有敢于入险，有坚定决心，有百折不挠的毅力，有敢想敢干的气魄，有面对各种困难的思想准备。这样，才能一路攀登，一路奋斗，收获一路凯歌。

## 生活寄语

●无所畏惧，迎难而上，敢于开顶风船，不怕走上坡路，做不易之事，成就不凡之业绩

我在军校教学时，每年毕业季，常有毕业生请我题字留念，我写得最多的一句话就是“上坡的路都不好走”，意在勉励学员们走上工作岗位后要无所畏惧，迎难而上，敢于开顶风船，不怕走上坡路，做不易之事，成就不凡之业绩。

上坡的路之所以不好走，一是难。上坡路往往崎岖坎坷，向上走几步便会气喘吁吁、大汗淋漓。但路越难走就越有价值，越见脚力，看到的风光就越旖旎。清朝将领左宗棠收复新疆时路途遥远，兵饷难筹，敌情严重，加之自己又年老体弱，可谓困难重重。但左宗棠毅然受命，抬棺行军以示决心，一路上风餐露宿，战场上九死一生，终于成功收复新疆，这一功绩使他声名远扬，流芳百世。

二是累。这个世界上，只要是干事业、建功勋，都不会轻松。一个人如果觉得累，那就说明你在向上攀登、在努力拼搏，在为未来奋斗；如果没感觉到累，每天都轻松惬意，那就说明你可能在滑坡，在虚度光阴。2024年巴黎奥运会夺冠后，记者问跳水运动员全红婵累不累，全红婵回答：“谁不累呀！”全红婵确实很累，她长年累月每天坚持苦练，每年要翻上上万个跟头，常常累得精疲力尽。她