

习惯的力量

文 | 孙 洋

不积跬步无以至千里，不积小流无以成江河。

生活中我们会养成各种习惯，好的习惯往往能成就一个人的人生，坏的习惯也会毁掉一个人。

坚持好的习惯，比如每天晨跑或夜跑，每天坚持运动，久而久之你会发现，你拥有了一个强健的体魄。经常阅读，每天坚持，养成睡前读书的习惯，你会发现你的思想高度得到了升华，越来越有水平，气质也得到了改变，工作生活更加游刃有余，甚至命运也会因此得到改变。

习惯成自然，养成好的习惯是非常重要的，如果我们每天下班就玩手机，那么当我们一有时

间就会情不自禁地掏出手机，这将会浪费我们多少时间，若是我们养成了读书的习惯，那么我们自然能够不断地成长。

习惯的力量是可怕的，我们在生活中也是时刻注意自己的言行举止，如果我们总是爆粗口，那么你慢慢在无意中也会脏话连篇，别人会认为你是一个很没素质的人。

我们要改变自己的坏习惯，养成好的习惯，即便刚开始会觉得很难，但是经过长期的坚持不懈，一旦养成好的习惯，得到的回报将是无穷无尽的。

养成好的习惯就像水滴石穿的力量一样，它将慢慢改变你，改造你，让你变得更加优秀。



风吹草低见牛羊
冯艳丽摄

重要论述

1937年9月29日

毛泽东再次致周恩来、朱德、彭德怀、任弼时，进一步阐述八路军在山西作战的战略意见指出：华北大局非常危险，河北、山东不久将失陷，中国阵地将变为扼守黄河、运河两线。这一形势将影响到上海战线发生某些变化，南京将被大轰炸，国民党如不妥协，必将迁都。山西将成为华北的特殊局面，这根本的是因为有八路军，其次是阎锡山与我们合作。由于这两个力量的结合，将造成数百万人民的游击战争。根本方针是争取群众，组织群众游击队，在这个总方针下实行有条件的集中作战。这封电报收入《毛泽东文集》第二卷。

同日 毛泽东撰写《国共两党统一战线成立后中国革命的迫切任务》一文，提出抗日需要一个共同纲领。文章指出：九月二十二日发表的《中共中央为公布国共合作宣言》和二十三日蒋介石发表的承认中共合法地位的谈话，宣布了两党合作的成立。抗日需要一个充实的统一战线，这就要把全国人民都动员起来加入到统一战线中去。抗日需要一个坚固的统一战线，这就需要有一个共同纲领。共同纲领是这个统一战线的行动方针，同时也就是这个统一战线的一种约束。共同纲领是什么呢？这就是孙中山先生的三民主义和共产党在八月二十五日提出的抗日救国十大纲领。然而要实行三民主义和十大纲领，需要实行的工具，这就提出了改造政府和改造军队的问题。加强国共两党的团结，加强一切不愿当亡国奴的

同胞的团结，实行一切必要的改革来战胜一切困难，这是今日中国革命的迫切任务。这篇文章以《国共合作成立后的迫切任务》为题，收入《毛泽东选集》第二卷。

1989年9月29日

江泽民在庆祝中华人民共和国成立四十周年大会上的讲话中指出：回顾四十年的历史，我们至少可以得出四个方面的基本结论：（一）社会主义制度的确立、巩固和发展，体现了中国现代社会运动的客观规律，是中国历史上最伟大、最深刻的变革。只有社会主义才能救中国，只有社会主义才能发展中国。（二）社会主义制度是在自身基础上不断发展和完善的制度。立足本国国情，总结实践经验，根据社会生产力的现实水平和进一步发展的客观要求，自觉调整生产关系中不适应生产力不相适应的部分，调整上层建筑中与经济基础不相适应的部分，这就是我们所说的社会主义改革。（三）发扬爱国主义精神，坚持独立自主、自力更生的方针，是中国革命也是中国社会主义建设取得胜利的一条根本经验。（四）用马克思列宁主义、毛泽东思想武装起来的中国共产党，是中国工人阶级的先锋队，是中国各族人民的利益的忠实代表，在国家独立和发展的过程中担负着极其重要的使命。

他指出：立足于以上基本结论，我们要更加坚定不移地把马克思主义普遍真理同我国的具体实际结合起来，走自己的路，建设有中国特色的社会主义。邓小平同志关于建设有中国特色社会主义的理论，是经过十年实践检验而为亿万人民所认识和接受的科学理论，是指引我们继续前进

的旗帜。这篇讲话的一部分以《新中国四十年历史的基本结论》为题，收入《江泽民文选》第一卷。

2016年9月29日

中共中央举行学习《胡锦涛文选》报告会。习近平发表讲话指出，党和人民事业发展，是承前启后、继往开来的历史过程。如同《毛泽东选集》、《邓小平文选》、《江泽民文选》一样，《胡锦涛文选》为我们总结党领导人民进行的伟大实践以及在实践中创造的成功经验，提供了一部系统性重要教材，对全党全国各族人民坚定信心沿着中国特色社会主义道路奋勇前进具有十分重要的意义。他强调，科学发展观是马克思主义同当代中国实际和时代特征相结合的产物，是马克思主义关于发展的世界观和方法论的集中体现，把我们党对中国特色社会主义规律的认识提高到新的水平。按照科学发展观要求，我们党在推进中国特色社会主义建设中取得一系列理论成果。同毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想一样，科学发展观是我们党的指导思想的重要组成部分，必须长期坚持、认真贯彻。他强调，马克思主义发展历程、马克思主义中国化发展历程都告诉我们：世界在变化，时代在前进，实践发展永无止境，我们认识真理、不断进行理论和实践创新、不断开创事业新局面的征程也永无止境。坚持马克思主义，最重要的就是坚持马克思主义的科学原理和科学精神、创新精神，根据新的实践不断进行新的探索，使我们党的理论不断向前发展，不断为实践提供新的理论指导，保证我们党始终走在时代前列。

党史回眸

1927年

9月29日 毛泽东在率领工农革命军第一军第一师进驻江西永新三湾村后，于当晚主持召开前委扩大会议，决定对部队进行改编：一、整顿组织，将原有的一个师缩编为一个团；二、建立党的各级组织和党代表制度，支部建在连上，班排设党小组，连以上设党代表，营、团建立党委，部队由毛泽东为书记的中共前敌委员会统一领导；三、部队内部实行民主制度，官长不准打骂士兵，士兵有开会说话的自由，连、营、团三级建立士兵委员会。这次改编被称为“三湾改编”，奠定了建设新型人民军队的基础。

1938年

9月29日—11月6日 中共扩大的六届六中全会在延安召开。全会首次提出马克思主义中国化的命题，重申个人服从组织、少数服从多数、下级服从上级、全党服从中央的纪律，正确分析抗日战争的形势，规定党在抗战新阶段的任务，为实现党对抗日战争的领导进行了全面的战略规划，进一步巩固毛泽东在全党的领导地位，统一全党的思想和步调，推动各项工作迅速发展。

1979年

9月29日 叶剑英在庆祝中华人民共和国成立30周年大会上发表讲话，初步总结新中国成立30年来的经验教训，明确提出要从中国的实际出发，走出一条适合中国情况和特点的实现现代化的道路，要发展社会主义民主和法制，建设社会主义物质文明和精神文明。

1989年

9月29日 庆祝中华人民共和国成立40周年大会召开。江泽民发表讲话。

2008年

9月29日 胡锦涛在北京奥运会、残奥会总结表彰大会上的讲话中，总结概括了北京奥运会、残奥会培育的崇高精神、工作者、志愿者大力培育和弘扬了为国争光的爱国精神、艰苦奋斗的奉献精神、精益求精的敬业精神、勇攀高峰的创新精神、团结协作的团队精神，为北京奥运会、残奥会成功举办提供了强大精神支撑。这是以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神的生动体现，是伟大的中华民族精神在当代中国的生动体现。

来源：中央党史和文献研究院网站

