**中华体育精神录课（一）——为国争光**

**杜松石**

大家好，欢迎来到国家队思想政治教育云课堂，我是北京体育大学马克思主义学院的杜松石。今天非常高兴来和大家分享有关中华体育精神中“为国争光”这一部分的内容。（PPT:1）

一提起国际大型的体育比赛，大家脑海里一定会浮现出这样一幅图，也就是我们运动员常说的要在赛场上“升国旗，奏国歌”。而这也被凝练为中华体育精神中的“为国争光”。那么，为何“为国争光”会成为大家下意识的反应呢？这是因为，“为国争光”是中华体育精神的本质核心，是对爱国主义精神的具体凝练和时代展现，更是中华体育精神其他方面的逻辑起点和价值旨归。那么，接下来，就请大家随我一起，通过对“为国争光”的**历史渊源、具体表现和现实意义**的解读，共同破译中华体育精神的**爱国密码**。(PPT:2)

**一、为国争光的历史渊源(PPT:3)**

对于爱国的**历史渊源**，我们先来听一下习总书记的原声。[【每日一习话·金句100】爱国主义自古以来就流淌在中华民族血脉之中\_哔哩哔哩\_bilibili](https://www.bilibili.com/video/BV1gG411J7bE/?vd_source=75189ef5d056ea1c27511718a77ac8bf)（截到36秒）（**习近平：历史深刻表明，爱国主义自古以来就流淌在中华民族血脉之中，去不掉，打不破，灭不了，是中国人民和中华民族维护民族独立和民族尊严的强大精神动力。）**(PPT:3)

为国争光，作为中华体育精神中爱国主义最具活力的载体和最鲜明的表现，是对中华传统文化中家国情怀的传承，是对伟大建党精神中不负人民的赓续，更是对中国体育健儿祖国至上传统的弘扬。(P:4)

**1.家国情怀：传承中华传统文化的爱国基因(P:4)**

我们就先从**家国情怀**谈起。习总书记在文化发展传承座谈会上曾指出：“深厚的家国情怀与深沉的历史意识，为中华民族打下了维护大一统的人心根基，成为中华民族历经千难万险而不断复兴的精神支撑。”那么，到底什么是家国情怀呢？其实就是我们耳熟能详的那句“国是最大家，家是最小国”。无数个“我”组成“我们”，无数个“小家”组成“大家”，家国一体、家国同心。那为何“家国情怀”始终是中国人内心不变的文化情怀，始终是中华民族生生不息的文明逻辑呢？(P:5)

大家可以先思考一个问题。在人类发展史上，有哪一个国家像中国这样从未间断地保持、延续了本民族一脉相承的文明传统？又有哪一个民族像中华民族这样尽管经历了如此多的内忧外患，饱受了种种磨难却从来没有被外来的敌人所征服？综观历史，曾与中国一起被列为世界文明古国的其他国家，几乎无一例外地都衰落在历史的风尘中。古老的中华民族之所以顽强地走到今天，一个重要的原因就是在千百年来的历史长河中逐渐形成并不断得以发展的家国情怀已经深深地融入我们的民族意识之中。(P:6)

诚如英国著名历史学家汤因比所指出的，在近6000年的人类历史上，出现过26个文明形态，只有中华文化是延续至今而且从未中断过的文化。**无数据无真相。**大家可以先猜猜这几个数字是什么意思。是的，5000是中华文明史，而两个1000是我们遭受的多次大旱灾，大水灾，800则是发生过的多次大地震。但这些，都没有毁灭我们中华民族。我们一次次在废墟上重建家园。而1840—1949年的百余年间，如图所示，世界上十多个帝国主义列强多次侵略中国，可他们始终没有得逞。究其重要原因，就在于中华民族具有以爱国主义传统为核心的强大民族精神。(P:7)

不过，大家可能还会有这样的疑问，为何这是我们中国文化独有的传统呢？其实啊，这和中国文化注重关系，凸显整体的思维方式直接相关。与西方文化强调个体和自我不同，在中国的文化传统中，人与万物的关系是“天人合一”，人与他人也在社会关系中相互界定。这种关联性和整体性的思维方式，很自然就会滋养出家国情怀的文化意识。(P:8)

从《诗经》的“夙夜在公”到墨家的“兼爱”，从范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”到顾炎武的“天下兴亡，匹夫有责”，从戚继光抗击倭寇入侵到郑成功抗击荷兰侵略者，最终收复台湾，从三元里抗英、义和团运动到抗日战争。可以说，一部中国历史就是中华民族的一部爱国史。由此我们可以看出，**中华传统文化的家国情怀为“为国争光”筑牢了根基。(P:8)**

**2.不负人民：赓续伟大建党精神的红色基因(P:9)**

当然，除了“家国情怀”之外，“为国争光”还赓续了伟大建党精神的红色基因。(P:9)

首先，让我们来回顾一下伟大建党精神。习总书记在“七一讲话”中指出：“一百年前，中国共产党的先驱们创建了中国共产党，形成了坚持真理、坚守理想，践行初心、担当使命，不怕牺牲、英勇斗争，对党忠诚、不负人民的伟大建党精神，这是中国共产党的精神之源。”这也是中华体育精神的源头活水。(P:9)

“为国争光”赓续了“坚持真理、坚守理想，践行初心、担当使命”的信念基因。“坚持真理、坚守理想，践行初心、担当使命”，说到底，讲的都是理想信念问题。因为我们党一经诞生，就坚持马克思主义这一真理，就把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴确立为自己的最高理想和初心使命。所以信仰红始终是中国共产党最鲜明的底色。(P:9)

我们先来看这张照片，中国选手邹佳琪/邱秀萍在赛艇女子轻量级双人双桨比赛中以绝对优势夺得亚运会首金。邹佳琪赛前霸气地说：“这是我第一次参加亚运会，必须要向金牌发起冲击。”她的霸气背后，是日复一日的刻苦训练。邱秀萍说：“走下领奖台，就一切归零，我们会更加努力去训练、去备战，站上巴黎奥运会最高领奖台是我们的终极目标。”必胜信念的背后，源自“为国争光”的决心。**我们可以好好期待一下二位在巴黎奥运会上的表现了。(P:9)**

“为国争光”延续了“不怕牺牲、英勇斗争”的奋斗基因。“不怕牺牲、英勇斗争”主要指：为实现伟大目标、理想所具有的无比坚强的革命意志，体现为勇往直前、艰苦奋斗、百折不挠、奋勇拼搏、不怕牺牲等精神。我们来看看崔宸曦这张照片。亚运会滑板项目女子街式决赛，13岁的崔宸曦一举夺冠，她也成为中国亚运史上最年轻的冠军。10岁开始尝试滑板，短短三年多时间，她就站上亚运会最高领奖台，天赋背后，还有超常的努力。崔宸曦每天都坚持训练，除了皮肤被晒黑、晒伤，身上更是有数不清的淤青、擦伤。家人心疼劝她不要继续练了，她却毫不退缩。“摔倒100次也要坚持，只为一次成功”。敢打敢拼，豁出命去也要为国争光，就是广大运动员对这一奋斗精神的续写。**在巴黎奥运会滑板项目最后一站积分赛中，崔宸曦也创造了中国滑手在奥运积分赛女子街式项目的最好成绩。(P:9)**

“为国争光”传承了“对党忠诚、不负人民”的使命基因。“对党忠诚”和“不负人民”二者是内在统一的，最终体现的都是“不负人民”的使命担当。我们来看这张合影，这是亚运会网球女子单打项目金牌得主郑钦文和银牌得主朱琳的合影。在直落两盘战胜队友朱琳之后，郑钦文终于成功圆梦，并锁定巴黎奥运会参赛资格。她也兑现了自己的诺言，“我为国家打，不管单打还是双打，我都会全力以赴。”郑钦文说，与个人出战大满贯等职业赛事不同，身穿印有国旗的战袍出战亚运会非常自豪，“这块女单金牌，这个荣誉属于国家。很开心我与朱琳携手为网球迷们呈现了一场精彩的比赛。”为了国家的荣誉，不擅长双打的郑钦文，选择和朱琳配对参加女双比赛，而朱琳更是一人身兼三项，女单、女双和混双连轴转。朱琳说：“代表国家比赛，这次肩负的责任会更多一些。”他们各自以实际行动为国建功，体现的就是这种紧密携手、不负人民的使命担当。(P:9)

**3.体育救国：弘扬近代中国体育的爱国传统(P:10)**

“为国争光”，作为中华体育精神的基本内核，更是对近代“体育救国”爱国传统的弘扬。毛泽东在《体育之研究》中指出：“动以营生也，此浅言之也；动以卫国也，此大言之也。”与西方不同，中国现代体育甫一产生，就承载着“救亡图存”的重任。一直以来，体育救国、为国争光的崇高理想始终根植在每一位中华体育健儿的心中。

1840年，远道而来的英国人用坚船利炮打开了中国关闭已久的大门。这一“千年未有之大变局”让一直自诩为“天朝上国”的清王朝有些措手不及。虽然清政府有着“御人于国门之外”的强烈愿望，但腐朽落后的军事力量实在无法支撑起与侵略者的正面抗争，它只能通过一次又一次的割地赔款换取偷生的机会。1896年，清政府在甲午战争中惨败于日本、签订丧权辱国的《马关条约》的第二个年头，一份英国报纸给它送来了一个新称号——东亚的“Sickman”。从此，“东亚病夫”就成了中国人在半个多世纪里深受煎熬的耻辱。(P:10)

近代民主革命家陈天华在《警世钟》里就这样写道：“你看堂堂中国，岂不是自古到于今，四夷小国所称为天朝大国吗？为什么到于今，由头等国降为第四等国呀？外洋人不骂为东方病夫，就骂为野蛮贱种，中国人到了外洋，连牛马也比不上。”虽然“东亚病夫”最初指代的是清政府的腐朽和没落，是一个政治层面的概念，但随着国力的进一步衰弱以及由此引发的国人对于衰弱之因和图强之道的思考，这一概念开始突破政治层面、转向对国民体质的批判与反思。(P:10)

比如维新人士徐一冰，因无法忍受“东亚病夫”的耻辱于1905年赴日本大森体操学校留学，意在体育救国。两年后当他回国创办中国第一所体育学校——中国体操学校时，他明确使用“增强中华民族体质，洗刷东亚病夫耻辱”作为校训。孙中山先生也提出“今以提倡体魄之修养，此与**强种保国**有莫大关系”。“夫欲图国家之坚强，必先求国民体力之发达。”(P:11)

抗战时期，救亡图存、抗击敌寇成为党的主要任务。在革命圣地延安，党通过开展丰富多彩的体育活动，唤醒民众积极抗日。这张图展示的是《新华日报》1942年9月9日刊登的毛泽东题词。为庆祝延安首届体育节，毛泽东题词“锻炼体魄，好打日本”。这一题词成为当时体育工作最重要、最根本的指导思想。(P:12)

**二、具体表现(P:13)**

我们不仅要知道“为国争光”从何而来，而且还要理解“为国争光”的具体表现。首先，我们来看段视频。这段视频就是著名的“奥运三问”。(P:13)

**从百年前的“奥运三问”到今天的“双奥之城”，这是百年变局的一个缩影，也昭示着“体育强则中国强，国运兴则体育兴”历史规律。**从旧中国积贫积弱、“东亚病夫”的屈辱标签到社会主义革命和建设时期体育事业的奠定，到改革开放之后体育事业的腾飞，再到新时代体育强国建设新征程的开启，都证明体育与国运紧密相连。因此，只有在理解“为国争光”具体表现的基础上，才能更好地弘扬中华体育精神。所以，接下来，就请大家随我一起来看看吧。(P:14)

1. **继承传统：为中华崛起而拼搏的爱国初心(P:15)**

新中国体育的发展史，是一部彻底甩掉“东亚病夫”的帽子，改变中国人民精神面貌，使中华民族扬眉吐气地屹立于世界民族之林的历史。**看照片，大家都很熟悉他吧。**他就是我们第一任体委主任贺龙元帅，他对参与新中国体育建设工作的同志说过这样一段话：“过去洋人骂我们是‘东亚病夫’，现在中国人民站起来了，这顶帽子要摘掉。谁来摘呢？搞体育工作的人来摘嘛！这个任务很艰巨，也很光荣。体育是人民的一项事业，我们不去干，还算共产党员吗！”正是中国共产党人，率领体育工作者和全国人民，抱着一定要把“东亚病夫”的帽子扔进太平洋的期望，抱着要使中华民族复兴强大起来，以自立于世界民族之林再铸辉煌的决心，从新中国刚一建立，就着手在满目疮痍的旧中国废墟中开基立业，浇铸起新中国体育事业的坚实基础。

不忘初心，方得始终。数代中国体育人始终坚守着复兴民族的爱国初心，前赴后继、奋勇向前，创造了一个又一个体育发展奇迹，谱写了感天动地的壮丽史诗。一穷二白、人口众多的东方大国以体育的力量向世界展示自尊自信。我们首先来看看这几个第一。(P:15)

1952年，新中国体育代表团第一次参加奥运会；1959年，容国团夺得世乒赛男单冠军，这是新中国第一个世界冠军；1960年，王富洲等实现了人类历史上首次从北坡登顶珠峰的壮举；1963年，罗致焕为中国夺得第一个冰雪项目世界冠军；1971年，“乒乓外交”第一次打破中美外交僵局。一鸣惊人的中国体育，以蓬勃昂扬的姿态向世界宣告，中国人民站起来了。(P:15)

中国女排，作为典型代表，更是如此。中国女排建队之初，训练场上就贴着“为国争光”四个大字。这就是中国女排的初心。女排精神代表着一个时代的精神，喊出了为中华崛起而拼搏的时代最强音。”中国女排，从来都不是一个队名，而是无数中国人心里民族自豪感的精神图腾。(P:16)

我们先来看这样一张邮票，大家可能看不清具体的年份，这是中国邮政于1981年12月发行的邮票。看到上面的字，大家会发现写着“中国女排获得第三届世界杯冠军”。那大家可能心里会想，为什么要发行这样的邮票呢？实际上，**这是女排首次夺得世界冠军。而1981年，也是一个特殊的年份**。中国开始奋力追赶时代的脚步。这一年，中国体育的腾飞化作振兴中华的动力。中国男排冲进世界杯，激发了“团结起来、振兴中华”的时代口号，喊出了全体中国人民的心声。中国女排在日本七战七捷，第一次夺得了世界冠军。在那个国门刚刚打开的时代，中国女排以她们无畏的拼搏精神跨上巅峰，向世界证明了“中国人能行”。(P:16)

**2. 面向时代：为祖国荣誉而战的爱国使命(P:17)**

一直以来，报效祖国、为国争光的崇高理想始终根植在每一位中华体育健儿的心中。在体育赛场上，中国运动员所代表的不仅是个人的成绩，更是国家的实力和荣誉。(P:17)

我们先来看这句话：“你不要这一分，祖国还需要这一分。”大家都很熟悉，是的，这是1952年国家乒乓球队成立时的队训。在国家乒乓球队，每个人心中的目标都是夺取荣誉、为国争光。就像王皓教练感慨的那样：“我与乒乓结缘，应该也有三十多年了。当我站在国际赛场的领奖台上，听国歌奏响、看国旗升起的那一刻，我由衷地感到，小小“银球”与伟大祖国心心相连。”我们知道，在中国竞技体育领域，如果说哪一支队伍既有辉煌的战绩，又与时俱进、勇立潮头，始终走在世界前列，中国乒乓球队当之无愧。**从为新中国体育夺得第一个世界冠军，到百余人成为世界冠军**，一代又一代中国乒乓人砥砺前行，为祖国争了光，为民族争了气，为人生添了彩。(p:17)

中国乒乓球队令人感动和振奋的并非只有亮眼的成绩。闪耀在每个人身上的爱国情怀、拼搏精神，是这支队伍薪火相传的最好体现。东京奥运周期，男队队长马龙的伤病出现反复，他一度陷入瓶颈期，竞技状态有所下滑。但精神和身体上的压力没有阻挡他那颗冠军的心——第三次踏上奥运赛场，他的信念只有一个，那就是“不问终点，全力以赴”。(P:17)

除了运动员，教练员的故事也很感人。在东京奥运会前，总教练李隼刚完成了一场比较严重的心脏手术，为了不影响队员们的情绪，李隼指导不顾个人安危，带病始终奋战在奥运一线，与队伍共进退。正是教练员和运动员团结一致为国拼搏的精神，鼓舞着球队的每一名成员，时刻以国家的利益为第一生命，去不断夺得新的胜利。正是因为这样，这种为祖国荣誉而战的使命感成为“为国争光”最鲜明的时代符号。(P:17)

中国女篮的故事同样感人。照片中这两位相拥而笑的姑娘，大家想必都不陌生。是的，她们就是中国女篮的两位核心球员李梦和韩旭。她们助力中国女篮在女篮亚洲杯决赛击败日本队，时隔12年后重返亚洲之巅。除以实力为国争光之外，在面临个人梦想与集体荣誉的抉择时，两位女篮姑娘都做出了令人肃然起敬的决定——放弃回归WNBA，全力备战即将到来的巴黎奥运会。就像韩旭在微博中写道的那样：“身披国服，为国征战，是荣幸更是使命”。李梦和韩旭的决定公布后，广大球迷为她们的选择感到自豪与感动，相信在她们的带领下，中**国女篮必能在巴黎奥运会上展现最佳水平，为国家争得荣耀。(P:18)**

**3. 承载未来：实现体育强国梦的爱国理想(P:19)**

我们先来看这段视频。正如视频中所说，体育强国梦是中国梦的重要组成部分，也是助推中国梦的重要力量。回望历史，体育强国梦一直都是无数爱国者的理想。(P:19)

我们先来看这张图，这个跑道，跨越了89年。1932年7月30日，第十届奥运会在美国洛杉矶举行，在海上颠簸了整整22天的短跑选手刘长春站到男子100米赛道上，没有训练场、晕船严重，状态大打折扣的刘长春无缘决赛。作为中国第一位参加奥运会比赛的运动员，他已经用10秒7的成绩为中国速度按下启动键。正如他所说：“我中华健儿，此次单刀赴会，万里关山，此刻国运艰难，望君奋勇向前，让我后辈远离这般苦难！”(P:20)

9秒98的决赛成绩，这是苏炳添在以9秒83打破亚洲纪录两个小时后创造的。对于尚在追逐世界速度的亚洲选手而言，一天之内连续跑进9秒区，这已然是历史留名的时刻。正如他所说“习近平总书记会见时给了我很多鼓励，而且肯定我们科学训练的成果，深深印在我的脑海里，总书记一直关心、关注着我们，我们应该用最好的表现献给祖国。”(P:20)

就像感动中国人物的颁奖词说的那样，9秒83，冲出亚洲的速度，你超越伤病和年龄，超越了自己你奔跑的背后，有强大的祖国。0.87秒，中国田径从孑然一身到惊艳世界，跨越了89年的历史，这正是中国体育发展的一个缩影。那么就让我们听听苏炳添的采访视频。是的，如他所说，这枚奖牌，不仅属于四个人，更是属于无数像刘长春一样的前辈，这样奖牌是属于大家的。(P:21)

中国体育从褪去“东亚病夫”的屈辱到向体育强国的迈进，从“发展体育运动，增强人民体质”到20世纪70年代喊出“冲出亚洲，走向世界”的口号，从 “发展体育，振兴中华”到“向体育强国迈进”再到“加快体育强国建设”，从“一个人的奥林匹克”到“奥运梦想成真”再到书写人类历史奇迹的北京“双奥”，期间百年坎坷追寻，与中华民族伟大复兴中国梦一脉相承，都寄托着无数志士的爱国之情。(P:21)

我国体育运动员向来胸怀“祖国高于一切”的崇高信念，甘于用生命去捍卫祖国的尊严和荣誉，把奋力争先为祖国赢得荣誉视为无上荣光。每枚金牌的背后都有着许多自强不息、无私奉献、可歌可泣的故事。运动员们把从事的具体运动项目与报效祖国的宏伟大志紧紧地联系在一起，在银球里积聚能量、在泳池里劈波斩浪、在跑道上迎风绽放，每一代人都怀着“以体报国”的爱国理想，成为体育强国梦的守护者和引领者。(P:22)

**三、现实意义**(P:23)

我们前面讲了“何以为国”和“如何争光”，那么，最后我们来总结一下为国争光的现实意义。为国争光，不仅仅只在赛场，更在助力体育强国、社会发展和民族复兴的前进路上。(P:23)

就像习总书记在给北京体育大学2016级研究生冠军班的回信中所说：“我看过你们不少比赛，每当看到我国体育健儿在重大国际赛事上顽强拼搏、勇创佳绩、为国争光时，我从心里面为大家喝彩。新时代的中国，更需要使命在肩、奋斗有我的精神。希望你们继续带头拼、加油干，为建设体育强国多作贡献，为社会传递更多正能量。”那么，接下来，我们就把视角拉入到现实中，来看一看如何在点滴之间做到真正的为国争光。(P:24)

1. **为国争光，使命在肩：为体育强国建设多做贡献(P:25)**

提起使命在肩，我们先来看看这些领奖庆祝图。**(P:25)**

再来看看这两个视频，想必大家都很受感染吧。赛场上的竞技比拼，不仅能够燃起观众的爱国热情，也能带动广大群众主动加入健身行列。体育让生活更美好”辐射效应持续释，。“大众健身意识不断增强，“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”理念广泛传播。比如，大大小小的跑团相约“接力跑”；游泳馆里，社区居民自发组织游泳比赛；体验赛艇、皮划艇、桨板成为许多游客的新选择……从线上线下观赛到身体力行参与运动，**(P:26)**

再让我们来看看亚运会上的浙江军团。在“家门口”的亚运会上，浙江斩获51金21银8铜，创下征战亚运会历史最好成绩。耀眼的成绩中，我们骄傲于浙江泳军“占据中国泳军28枚金牌半壁江山”的强大实力，也自信于浙江庞大的游泳人口；我们见证00后小将朱锦尔摘得国际象棋女子个人桂冠，也感慨浙江多地拥有“国际象棋之乡”“围棋之乡”“象棋之乡”等荣誉；我们致敬浙江籍羽毛球混双运动员郑思维、黄雅琼斩获亚运金牌，也佩服浙江企业家创下“全国10个羽毛球有6个产自浙江江山”等辉煌。这些都是使命在肩，助力体育强国的最生动写照。**(P:27)**

1. **为国争光，奋斗有我：为社会弘扬更多正能量(P:28)**

我们先来看这样一张图片，这是英国田径周刊对巩立姣的评价，也是巩立姣始终坚持奋斗的真实写照。他曾说过：“运动员的使命就是为国争光，在冠军班没有人觉得自己独一无二，我们一样是追梦人。”坚持了21年的巩立姣第一次拿到奥运金牌，“我们这个项目很冷门，很枯燥，但我们一定要坚持下去。‘使命在肩、奋斗有我’，这八个字牢牢印在了我心里。什么是我的使命？我想，和我手中的铅球分不开。只要祖国需要我，我会一直练！”这样的坚持，这样的奋斗，源自于为国争光的荣誉感，也向社会传递了更多的正能量。**(P:28)**

我们来看看女子重剑奥运金牌得主孙一文。获得女子重剑金牌后，她双手持剑、英姿飒爽的美照就在互联网上疯传，以她为首的一个话题 “奥运会狠狠修正了我的审美”还冲上了热搜前三，阅读量超过5亿。网友赞赏她符合大家心目中花木兰的样子——“健康的、活力的、自信的、坚毅的女性美！”听闻网友们的赞扬，孙一文也表达了自己的态度：“运动员身上充满正能量，如果能通过网络把自己从事的运动推广出去，把正能量宣传出去，特别是传递给广大青少年，是一件很好的事情。”“这种‘流量’我是认可的，我们也希望大家能通过这种‘流量’来关注体育、喜爱体育。”这就是奋斗的样子最美丽啊！**(P:28)**

划艇奥运冠军、老将徐诗晓也是奋斗者最美丽的代表。东京奥运会之后，伤病、家庭等一系列问题困扰着徐诗晓，但是怀揣着对项目的热爱和蝉联奥运冠军的梦想，她选择再次复出投入到了备战巴黎奥运会的国家任务中。“天道酬勤，付出总有回报。想要精彩就要以实力说话，而在划艇项目上，需要的不仅是速度、耐力，更需要对这份事业执着的热爱与深深的笃信。”徐诗晓说，再次坐在艇上的时候，她就不是一个人在战斗，她承载着体育人的激情与梦想。为国争光、为皮划艇事业贡献自己的力量已成为她无声的信念与不变的信仰。奥运冠军们用自己的实际行动，为我们诠释了“奋斗有我”的最好模样。**(P:28)**

**3.为国争光，胸怀大局：为中华民族伟大复兴不懈奋斗(P:29)**

习总书记指出：“发展体育事业不仅是实现中国梦的重要内容，还能为中华民族伟大复兴提供凝心聚气的强大精神力量。”从站起来、富起来到强起来的历史进程中，中华体育精神中的“为国争光”一直发挥着重要的引领作用，从体育救国，在国家蒙辱、人民蒙难、文明蒙尘之时，“锻炼体魄、好打日本”激励中国军民战胜强大敌人；到体育兴国，新中国成立后，党带领数亿群众以“人生能有几回搏”的豪情壮志改天换地；到体育报国，改革开放以来，“团结起来、振兴中华”成为时代青年的强烈心声；再到体育强国，进入新时代，北京冬奥会创造了精彩、非凡、卓越的奥林匹克新篇章，留下了以“胸怀大局、自信开放、迎难而上、追求卓越、共创未来”为内涵的宝贵精神遗产，为实现体育强国梦提供了价值引领。**(P:29)**

就让我们以北京冬奥会为例，来看看，为国争光和胸怀大局是如何助力民族复兴的。胸怀大局，就是胸怀“国之大者”，就是以为国争光为己任。“国之大者”，就是事关党和国家前途命运、事关中华民族伟大复兴、事关人民幸福安康、事关社会长治久安的大事。举办冬奥会、冬残奥会同实现‘两个一百年’奋斗目标高度契合，就是“国之大者”。**(P:30)**

让我们将时间拉回1980年。美国普莱西德湖的第13届冬奥会，中国派出28名运动员，首次登上冬奥会的舞台。那时，女子高山滑雪**第18名**就是当时的最好成绩。42年过去，中国冰雪军团不断发展壮大，这次在北京，中国队首次实现了全项目参赛，勇夺冬奥会9枚金牌、15枚奖牌和冬残奥会18枚金牌、61枚奖牌，创造了我国参加冬奥会、冬残奥会的历史最好成绩。这就是助力第二个百年奋斗目标最佳的精神养料。**(P:30)**

冬奥已经过去，巴黎夏奥即将到来，又到了各位体育健儿大显身手的时刻了！你们的实际行动，就是对“为国争光”最好的诠释。因为，“为国争光”从来都不是一句口号，而是烙在中国体育健儿血脉里的信念。在拼搏中坚持，在奋斗中成长，在前进中积累信心，在赛场内外全力以赴。你们胜利时高举国旗欢呼，高唱国歌，手指胸前国旗时的使命感和荣誉感，激励着我们，打动着我们！**(P:30)**

追风赶月莫停留，平芜尽处是春山。在即将到来的巴黎奥运会上，预祝各位健儿取得好成绩，期待各位发扬“使命在肩，奋斗有我”的精神继续为国争光，给广大青年人好好打个样儿，为实现中华民族伟大复兴的中国梦汇聚起自强不息、奋发图强的磅礴力量！**(P:31)**