

为中国梦健康奋斗五十年

——纪念蒋南翔校长提出 “为祖国健康工作五十年”60周年

■ 陈弘

习主席在党的十九大报告中明确提出，要“加快推进体育强国建设”。这让我再次忆起1957年11月29日清华大学体育干部会上，蒋南翔校长提出的“为祖国健康工作五十年”的目标和号召。这一号召作为清华大学博大精深文化理念中重视体育、崇尚体育的一个标志，自彼时引起全

国高校乃至全社会的认同和推崇，并产生了广泛而深远的影响。今天看来，这一传承了60年的精神理念，与“体育强国”推进“两个一百年”奋斗目标、体育强国梦助推中国梦的伟大目标是一致的。

我于1991年考入清华大学，攻读热能工程



作者与同学李锐（左）、江亿院士（中）在一起

系硕士研究生学位。三年的求学时光，感染并激励我的，除了清华浓厚的学术氛围之外，便是生动而澎湃的体育氛围。从清晨的操场到傍晚的绿地，从英姿勃发的学子到才学八斗的教授，从跑步的“长龙”到球场上的拼杀，随处可见体育运动焕发出来蓬勃的朝气，时刻让人感受到生命与健康的力量。

当时研究生中的女生都住在新斋，距离西大操场很近，因此我也养成了每天早晨6点准时起床跑步的好习惯。那时，我常在操场上看到我们系供热供燃气通风教研室江亿院士的身影。那时他还很年轻，看起来既健康又睿智。有时，我会跟着他不紧不慢的步伐颠上一圈，他也会关心地询问我的学业。他对我说过，健康是对自己负责，也是对家庭和社会的一份责任。我也是自那时起，更加深刻地理解到，体育锻炼不仅仅是一种爱好和生活方式，更应该是为祖国贡献青春和智慧最基本的前提和保证。

毕业二十年有余，我一直保持着在清华养成的良好锻炼习惯。当我在繁忙的公务中感到疲惫，当我在喧哗的城区中奔波，我都会想起，每天16:30，学校的大喇叭都会准时传出的声音：“同学们，现在是课外锻炼时间，走出宿舍，走出教室，去参加体育锻炼，争取至少‘为祖国健康工作五十年’！”这声音至今仍时常回荡在我的耳畔，鼓励我走出办公室，走向操场、走进大自然，打一场热火朝天的球赛，或者来一次酣畅淋漓的十公里，让所有的疲惫和压力随汗水逝去，以更加充沛饱满的精神状态回归到工作中。

几年来，我积极响应沈阳市号召，参加市直



作者陈弘

机关运动会、乒乓球赛等体育活动，连续三年获得市直机关乒乓球女子局级干部比赛冠军，今年又参加了沈阳市全民健身运动会，率领沈河区获得全市乒乓球比赛女子组团体冠军。体育锻炼已成为我的基因，“为祖国健康工作五十年”的理念已融入我的血脉。

今天，党的十九大再次发出“体育强国”的动员令，吹响全民健康的集结号，这不仅展示出推进全民健康、追求幸福生活的美好愿景，描摹出“体育强国梦”助推中国梦的宏伟蓝图，于我和千万清华学子而言，更是唤醒了“为祖国健康工作五十年”的基因和动能。

体育强则中国强，没有全民健康就没有全面小康。在新时代新征程中，更要锻炼出强健的体魄，以更好的精神状态面对实现伟大梦想、进行伟大斗争、建设伟大工程、推进伟大事业过程中面临的各种复杂形势，解决各种矛盾问题，在本职岗位上履行好岗位职责，进而带动更多的人“为祖国健康工作五十年”，为中华民族伟大复兴的中国梦健康奋斗五十年。📖

（作者为清华大学1991级热能工程系硕士研究生，曾任沈阳校友会会长）