

# 永远铭刻在心 永远激励前进

## ——举国哀悼江泽民同志纪实

新华社记者

(上接第二版)灵车驶进八宝山革命公墓。在大礼堂,习近平和江泽民同志亲属向江泽民同志作最后的诀别。

上海浦东新区高楼林立、车水马龙。数十年前,这里大部分区域还只是片片农田。

“江泽民同志敏锐把握时代发展趋势,积极支持开发开放浦东。”原浦东新区金桥出口加工区开发公司总经理朱晓明回忆道。

提出建立社会主义市场经济体制,为我国发展注入强劲动力;作出加入世界贸易组织这一重大战略决策,让“我们在游泳中学会了游泳”;提出“三个代表”重要思想,实现了党在指导思想上的又一次与时俱进……

历史不会忘记,江泽民同志目光远大、审时度势,总是从中国和世界发展大势、从党和国家工作全局出发观察和思考问题,不断推进理论创新和其他各方面创新。

滔滔江水之上,三峡大坝雄伟壮观,从这里发出的电,“点亮”半个中国。

这个“当惊世界殊”的宏伟工程,正是由以江泽民同志为核心的党的第三代中央领导集体推动实施的。

三峡工程建设者们不能忘记,江泽民同志前来工地考察,鼓舞大家:“既然已经下定决心要上这个工程,就要万众一心,不怕困难,艰苦奋斗,务求必胜。”

成功应对1997年亚洲金融危机给我国带来的严重冲击,战胜1998年长江、松花江和嫩江流域发生的严重洪涝灾害,妥善处理1999年以美国为首的北约轰炸我国驻南联盟使馆事件和2001年南海撞机事件……

历史不会忘记,江泽民同志信念坚定、处事果断,总是把党和人民放在心中最高的位置,始终不渝坚

持共产党人的理想信念,在关键时刻具有作出果敢决策的非凡胆略和进行理论创新的巨大勇气。

吉林长春,中国一汽红旗工厂总装车间内,机器轰鸣,一派繁忙景象。上世纪五六十年代,江泽民同志曾在中国一汽的前身长春第一汽车制造厂任职。

长春第一汽车制造厂的老同事清晰记得,在煤炭供应紧张的局势下,江泽民同志任动力锅炉改烧原油的大型工程总指挥,他带领同事们一起研究、深入调研、攻坚克难,为护航“新中国汽车工业摇篮”的发展披星戴月。

实施科教兴国战略,确立建设社会主义法治国家目标,提出建设有中国特色社会主义文化……

历史不会忘记,江泽民同志尊重实践、与时俱进,总是紧紧把握时代发展脉搏和契机,坚持从党和人民生活生生的实践出发总结经验、寻找路子,脚踏实地而又开拓进取推进党和国家各项工作。

在内蒙古巴彦淖尔市临河区千召庙镇广联村党群服务中心,村民们聚在一起,追思江泽民同志。

1990年9月,江泽民同志来到村里参观果园、了解村民整体收入情况。

“江泽民同志鼓励我们放手地干,指出党的政策不会变,让大家吃了‘定心丸’。全村稳定实施家庭联产承包责任制,充分调动了村民生产积极性。”村民王有财说。

甘肃定西市的百姓们记得,江泽民同志前来考察时,每到一家都会揭开锅盖、察看水窖,仔细询问大家的生活状况;

广西百色市田阳区那坡镇永常村的乡亲们记得,江泽民同志曾在村部木石楼里和大家共商脱贫计;

山西大同市云州区堡村的村民们记得,江泽民同志在大同一阳高地震后到村里考察,问寒问暖,勉

励大家伙儿重建家园……

历史不会忘记,江泽民同志尊重群众、关心群众,总是高度关注人民群众安危冷暖,依据最广大人民根本利益来检验和推动工作。

(四)

12月6日,江泽民同志追悼大会在人民大会堂大礼堂举行。

会场庄严肃穆。主席台以银灰色为底色,台口上方悬挂黑底白字横幅:“江泽民同志追悼大会”。主席台正中悬挂着江泽民同志的巨幅彩色遗像。江泽民同志的骨灰盒安放在遗像前的鲜花翠柏丛中,骨灰盒上覆盖着鲜红的中国共产党党旗。江泽民同志的夫人王冶坪率全家敬献的花篮摆放在江泽民同志的骨灰盒前。6名礼兵持枪肃立,守护在两旁。

主席台两侧摆放着习近平、李克强、栗战书、汪洋、李强、赵乐际、王沪宁、韩正、蔡奇、丁薛祥、李希、王岐山、胡锦涛等同志和中共中央、全国人大常委会、国务院、全国政协、中央军委、中央纪委国家监委、最高人民法院、最高人民检察院敬献的花圈。主席台下两侧摆放着有关方面敬献的花圈。

大礼堂二楼眺台悬挂的黑底黄边白字横幅上写着:“全党全军全国各族人民衷心爱戴的江泽民同志永垂不朽!”三楼眺台悬挂的黑底黄边白字横幅上写着:“在以习近平总书记为核心的党中央领导下,继承江泽民同志的遗志,把新时代中国特色社会主义伟大事业推向前进!”

上午10时整,江泽民同志追悼大会开始。全场肃立,默哀3分钟。中国人民解放军军乐团奏起低回的哀乐,哀乐声通过现场直播传遍大江南北。

神州大地,举国同悲,亿万人

民肃立默哀。

汽车、火车、轮船等汽笛齐鸣,防空警报响彻云霄。

全国银行间债券市场、货币市场、外汇市场、票据市场、黄金市场临时停止交易,证券市场市场临时停市。

默哀后,人民大会堂奏响庄严的国歌。在全场凝重的气氛中,习近平总书记致悼词。在高度评价江泽民同志光辉的一生和建立的丰功伟绩后,习近平总书记指出,江泽民同志的逝世,对我党我军我国各族人民是不可估量的损失。党中央号召全党全军全国各族人民,化悲痛为力量,继承江泽民同志的遗志,以实际行动表达我们的悼念,在中国特色社会主义道路上不断谱写党和国家事业发展新篇章。

习近平总书记的话语坚定有力,催人奋进。

——新征程上,我们一定要坚持把马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合,坚持一切从实际出发,不断回答中国之问、世界之问、人民之问、时代之问,始终保持马克思主义的蓬勃生机和旺盛活力。

——新征程上,我们一定要保持“赶考”的清醒和坚定,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,弘扬伟大建党精神,不忘初心使命,勇于推进自我革命,确保党在新时代坚持和发展中国特色社会主义的历史进程中始终成为坚强领导核心。

——新征程上,我们一定要坚持中国特色社会主义道路,坚持党的基本理论、基本路线、基本方略,坚持自信自强、守正创新,在自己选择的正确道路上昂首阔步走下去,以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴。

——新征程上,我们一定要坚持人民至上,全心全意为人民服

务,贯彻以人民为中心的发展思想,发展全过程人民民主,始终保持同人民群众的血肉联系,始终同人民同呼吸、共命运、心连心,推动人的全面发展、全体人民共同富裕取得更为明显的实质性进展。

——新征程上,我们一定要准确识变、科学应变、主动求变,贯彻新发展理念,构建新发展格局,推动高质量发展,全面推进改革开放,不断完善中国特色社会主义制度,推进国家治理体系和治理能力现代化,不断赢得优势、赢得主动、赢得未来。

——新征程上,我们一定要坚持胸怀天下,高举和平、发展、合作、共赢旗帜,弘扬全人类共同价值,推动共建“一带一路”高质量发展,推动建设新型国际关系,推动构建人类命运共同体,同世界上一切进步力量携手前进。

——新征程上,我们一定要保持只争朝夕、奋发有为的奋斗姿态和越是艰险越向前的斗争精神,掌握历史主动,增强全党全国各族人民的志气、骨气、底气,不信邪、不怕鬼、不怕压,全力战胜前进道路上各种困难和挑战。

习近平总书记致悼词期间,现场约5000名与会人员站立聆听。致悼词后,全场向江泽民同志深深三鞠躬。雄壮的《国际歌》响起,人们决心化悲痛为力量,以更加昂扬的斗志奋进新征程,以实际行动告慰江泽民同志。

接续奋斗永不懈怠。

960万平方公里中华大地上,习近平总书记在一悼词中发出的号召,久久回响——

“全党全军全国各族人民要更加紧密地团结在党中央周围,踔厉奋发、勇毅前行,为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴而团结奋斗。”

来源:新华社

## 中医药防治新冠肺炎 河北制定发布新方案

(上接第三版)6遍,腹式呼吸方式,建议每天1~2组,根据个人具体情况调整当天运动方式及总量。

### 五、儿童中药治疗

儿童患者的中医证候特点、核心病机与成人基本一致,可参照成人治疗方案,结合患儿临床证候和小儿生理特点,辨证酌量使用。可选择儿童适宜中成药辨证使用。

### 六、预防

#### (一) 中药预防

1.新冠肺炎患者密切接触者人群预防方

参考方药:藿香12g 金银花15g 连翘12g 麦冬12g 芦根12g 升麻9g 防风9g 黄芪15g 生甘草6g

用法:水煎服,每日1剂,可连续服用5~7天。

2.普通成人预防方

参考方药:藿香6g 麦冬6g 升麻6g 防风6g

用法:开水冲泡,代茶饮。

3.老年体虚易感冒者

参考方药:黄芪10g 防风6g 佩兰6g 金银花6g

用法:开水冲泡,代茶饮。

4.儿童预防方

推荐方:太子参5g 防风3g 金银花3g 炒山楂3g

用法:开水冲泡,代茶饮。

5.推荐中成药:成年人,连花清瘟胶囊(颗粒),每次2~4粒(半袋~1袋),每天3次;儿童10周岁以下,连花清瘟颗粒每次1/3~1/2袋,每天3次;10周岁以上儿童,用量同成人。连续服用7~10天。

(二) 穴位保健按摩

1.足三里穴

功效:本穴有强壮作用,为保

健要穴。按摩足三里有调节机体免疫力,增强抗病能力,健脾化浊,扶正祛邪的作用。

定位方法:足三里在小腿前外侧,犊鼻下3寸。

按摩方法:找准穴位后,用拇指或中指适度用力按揉、按压,以出现明显的酸痛、酸胀感觉为宜。每次按揉5分钟,每日多次。

2.曲池穴

功效:通里达表,外可清热,内可泻火,是表里双清之要穴。

定位方法:曲池在肘肘窝,将肘关节弯曲90度,肘横纹向外靠近肘尖的部位即是。

按摩方法:用双手拇指相互按揉、按压穴位5分钟,按压力度同样以感觉酸痛为宜,每日多次。

(三) 居家防护建议

1.静心气

(1) 保持精神内守,舒心气、畅心神、怡心情,勿躁勿怒勿恐

慌。

(2) 积极联想。主动去联想一些积极、放松的场景,以利改善心态。

(3) 放松训练。利用意念依次对手部、上肢、头部、下肢、双脚等部位进行放松,最后达到全身放松的目的。

(4) 正确释怀。通过写日记、亲朋间的有效沟通,或者寻求专业人士帮助等途径和方式,宣泄不良情绪。

2.扶正气

(1) 饮食宜清淡、规律,营养搭配均衡,多喝水,多食用水果、蔬菜及牛奶、鸡蛋等。

(2) 作息应规律,保证充足睡眠。

(3) 适当多喝水;少食油腻、煎炸、烧烤、辛辣食物;不宜过多进食生冷寒凉的水果。

(4) 适当锻炼身体,避免过

度疲劳。推荐普遍采用八段锦、养生桩、太极拳、六字诀等,每天进行练习。

3.避浊气(毒)

(1) 勤通风,戴口罩,注意手卫生,避免到人群聚集场所,保持居室卫生清洁、空气流通,以切断传染源。

(2) 做好环境卫生工作,保持生活、工作场所干净、整洁。

(3) 香囊参考处方:藿香、佩兰、金银花、桑叶、菊花、薄荷、冰片等份。

使用方法:共研细末,装于布袋中,挂于室内,或随身佩戴。孕妇及有过敏性疾病(如哮喘、鼻炎等)者不建议使用。

(四) 注意事项

使用上述药物和方法期间,如有不适感觉,应立即停止使用,并及时咨询医师。

来源:河北卫生健康

