

沈同著

# 在毛主席身边的日子

——一个警卫员的回忆



# 在毛主席身边的日子

——一个警卫员的回忆

沈 同著

中央文献出版社

**在毛主席身边的日子**

——一个警卫员的回忆

ZAI MAOZHUXI SHENBIAN DE REZI

沈 同

---

中央文献出版社出版发行

北京地质印刷厂印刷

---

850×1168mm 32开 3.75印张 80,000字 001—3,000册

1993年12月第1版 1993年12月第1次印刷

---

ISBN 7-5073-0177-X/D·52

定价 5.00元



1963年12月26日，毛泽东七十寿辰时与沈同合影。



1961年，毛泽东在庐山。

1961年，  
毛泽东在庐山  
含鄱口看指南  
针辨方向。



1961年，  
毛泽东在庐山  
含鄱口留影前，  
沈同给他梳理  
头发。



1961年毛泽东在庐山含鄱口小憩。



1961年，毛泽东在庐山。



1949年9月，  
毛泽东与程潜、陈  
明仁、刘伯承等在  
天坛公园合影。



1954年夏，毛泽东在北戴河与身边工作人员和当地渔民合影。

1955年4月6日，  
毛泽东观看双轮双铧犁。



1956年5月，  
毛泽东在湘江游泳  
到橘子洲头与群众  
交谈。



1959年6月26日，  
毛泽东在韶山拜谒父母  
坟墓的路上。





毛泽东在阅读。

# 前 言

今年是毛泽东主席的百年诞辰，全国人民都在纪念这位伟大的领袖和导师。我们怀念他为中华民族的解放和新中国的建立，为祖国的繁荣昌盛所创立的丰功伟绩，怀念他热爱祖国，热爱人民，全心全意为人民服务的革命精神，毛主席的伟大形象永远矗立在我们心中！

1949年1月，北平和平解放，中央准备在中南海召开全国政治协商会议。华北局社会部选调我们一些同志和驻勤部队到中南海担负警卫任务，负责保卫毛主席、党中央以及政协会议的安全。当时，百废待兴，中央领导同志日理万机，他们的言行作风，感人至深，成为促进我们工作的强大动力。政协会议后，我由承担中央领导同志活动时的警卫工作，进而做了毛主席的随身警卫，与毛主席日夜相伴，时刻不离，转瞬就是17年。毛主席孜孜不倦的学习精神，实事求是的工作作风，全心全意为人民服务的精神，为民族解放和国家振兴呕心沥血、日夜操劳、无私无畏的伟大气概，深深镌刻在心田，激励我奋进！

在那重写历史，气势如虹的毛泽东时代，我工作在毛泽东的身边，是在毛主席的言传身教、亲切关怀下成长起来的。这些年来，毛主席温厚的笑容，可亲的目光，诚挚

的教诲，由衷的关切，谆谆教导时时萦绕在脑际，像狂风一样吹得我振奋坚强，给了我信心，给了我力量！

毛主席的言行，肝胆照人，为人民鞠躬尽瘁，功垂千秋，激励后人。他留给人们的是伟大的无产阶级革命家造福人民的丰功伟绩。他的著作哺育着我们，他的诗词人人爱读，是因为他深深植根于人民之中，他想的说的和做的都与人民的喜怒哀乐密切相关。我把在毛主席身边工作时的所见所闻，谨就记忆所及，支离片断地追记数则，汇成一册，作为对毛主席的无限怀念！

# 目 录

前 言	(1)
调查研究的楷模	(1)
田间地头的调查研究	(5)
工余饭后的调查研究	(12)
喜送瘟神	(21)
教警卫战士搞社会调查	(29)
心系人民的健康	(37)
关怀青年 提倡晚婚	(45)
广交朋友 博采众长	(51)
保守机密 慎之又慎	(55)
掌握科学 学以致用	(59)
勤俭节约 反对浪费	(62)
反对繁文缛节	(65)
一语道破天机	(67)
“独特”的生活哲学	(72)
休息与锻炼	(79)
万里长江横渡	(84)
畅游汪洋大海	(92)

情洒故园.....	(100)
跃上葱茏四百旋.....	(105)
人生七十古来稀.....	(109)
后 记 .....	(114)

## 调查研究的楷模

在毛主席身边工作期间，所见感人的事很多，使我感触最深的，是他一贯非常重视调查研究。毛主席每天工作繁忙，日理万机，但一事当前，他总是掌握情况是第一，随时随地都忘不了作调查研究。毛主席不但经常深入实际、深入群众，作社会调查，取得第一手调查材料，而且善于调查研究，写了不少关于调查研究的专题报告。在他的每篇著作中，都随处可见他调查研究的来龙去脉。可以说调查研究在他一生中是贯彻始终的。在毛主席身边工作久了，深受他的言传身教，就更加体会到，他一生中许多不朽的论著和他在伟大事业中的许多决策，都是他调查研究的结果，都是他经常不断地亲自深入到广大群众中去作调查，得到了第一手材料，日积月累，经过分析研究后作出的实事求是的正确结论。事实证明，毛主席作的调查研究是理论联系实际典范。

为什么要作调查研究呢？毛主席说：“调查研究的目的，就是要为人民服务。”他以言传身教来号召我们：“都要为人民服务，你们为人民服务，我也为人民服务！”为了更好地为人民服务，他要求大家必须“了解情况，解决问题”。毛主席把作好调查研究工作，提到了为人民谋幸福和为人



类求解放的高度来看待。

毛主席很善于作调查研究。实际上，调查研究已经成了他每天工作日程中不可缺少的部分。他调查的内容广泛丰富。他好学不倦，每事问，有闻必录，一旦发现问题，就抓住不放，追根究底。他既能洞察全盘，又能抓住重点，不失时机地进行调查研究。1956年，正当我国建设社会主义的关键时刻，工作千头万绪，涉及四面八方，先抓什么，怎样抓才能符合我国的实际情况呢？毛主席说，我们不能尽看苏联的蓝本。他在占有各地基层大量第一手调查材料的基础上，继续和政治局的同志们开展调查研究，一面听取中央各部门的汇报；一面又利用工余饭后和节假日的休息时间，亲自察看了中央许多部门生产上的革新成果，并且还借鉴了苏联的经验，经过了一系列的调查研究，写成了有关我国社会主义建设问题的名著《论十大关系》，指导和促进了我国社会主义建设的发展。

毛主席作调查研究的方法多种多样。主席曾说，常找些地方走一走、看一看，比坐在屋子里等着听汇报和看报告要实际得多，可以一目了然，实事求是，有了调查才有发言权。作出正确的结论，对改进工作就有说服力了。毛主席一生走遍了大江南北，每到全国各地去视察工作之前，他要去什么地方，调查什么问题，从来不事先告人，要求偃旗息鼓，不能扰人。虽然毛主席每年外出视察工作的时间都在半年以上，但记者无从知晓，主席也不让报导。他每去一地，都是到时静悄悄，离时不辞而别，既不让当地