

广东省文化厅  
中共广东省纪委宣传部 编

# 我的梦

广东省修身齐家演讲大赛  
获奖作品选登



9787309070085 <br> 9 787309 070085 <br> <img alt="ISBN barcode" data-bbox="896 434 916 648"/>

SPM  
南方出版传媒  
广东人民出版社

广东省文化厅  
中共广东省纪委宣传部 编

# 我的梦

广东省修身齐家演讲大赛  
获奖作品选登



SPM

南方出版传媒  
广东人民出版社

· 广州 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

我的梦：广东省修身齐家演讲大赛获奖作品选登 / 广东省文化厅，中共广东省纪委宣传部编. —广州：广东人民出版社，2018.6


ISBN 978-7-218-12812-2

I. ①我… II. ①广… ②中… III. ①演讲—中国—当代—选集  
IV. ①I267

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 100060 号

WO DE MENG: GUANGDONGSHEN XIUSHEN QIJIA YANJIANG DASAI HUOJIANG  
ZUOPIN XUANDENG

**我的梦：广东省修身齐家演讲大赛获奖作品选登**

广东省文化厅 中共广东省纪委宣传部 编  版权所有 翻印必究

出版人：肖风华

责任编辑：张贤明

封面设计：友间文化

责任技编：周 杰 易志华 吴彦斌

出版发行：广东人民出版社

地 址：广州市大沙头四马路 10 号（邮政编码：510102）

电 话：(020) 83798714（总编室）

传 真：(020) 83780199

网 址：<http://www.gdpph.com>

印 刷：佛山市迎高彩印有限公司

开 本：787mm×1092mm 1/16


印 张：18.75 字 数：280 千字

版 次：2018 年 6 月第 1 版 2018 年 6 月第 1 次印刷

定 价：72.00 元

如发现印装质量问题，影响阅读，请与出版社（020—83795749）联系调换。

编  
委  
会



主 编 汪一洋  
副主编 刘启宇 廖锦添 焦 剑 严建强  
编 委 毛凌文 王景喜 王承达 徐玉兰  
杨湘粤  
编 辑 梁 芳 叶丹蓉 周海燕 许白婷



# 序 言

为实现党的十八大提出的“推进社会主义文化强国建设”的宏伟目标，打造我省公共文化品牌活动，推进现代公共文化服务体系建设，2014年，在广东省文化厅支持和指导下，我们积极推进省、市、区联合办文化的有益尝试，在东莞市东城区建立“广东省演讲与朗诵艺术人才培养基地”，并在此基础上，每年举办一期广东省演讲培训班和广东省演讲大赛。从2016年起，为贯彻落实党的十八届六中全会和省纪委十一届六次全会精神，大力推进我省党风廉政建设和反腐败工作，由广东省文化厅、中共广东省纪委宣传部主办，广东省公共文化促进会、广东省文化馆、广东省立中山图书馆、东莞市东城街道办事处联合承办的“我的梦”——广东省演讲大赛暨修身齐家演讲大赛，以“清廉修身，廉洁齐家”为主题，大赛的宗旨，就是要弘扬社会主义核心价值观；彰显中华民族优秀文化内涵；加强自身修养，形成读廉洁书、做规矩人的家风、民风；挖掘和选拔演讲人才；提高我省群众演讲水平。目前，“我的梦”广东省演讲大赛已成功举办四届。

为了全面贯彻党的十九大精神，更好地在全社会营造以廉为荣、以贪



为耻的良好风尚，宣扬正能量，我们把获得这四届演讲大赛金奖、银奖和优秀奖的演讲作品编撰出版。这些作品，主题鲜明、题材生动、励志向上，真诚、鲜明、完整地表达作者对加强自身修养，“修身齐家”的见解与主张，能鼓舞和打动听众。对坚定文化自信，推动社会主义文化繁荣兴盛；对提高演讲艺术，培养合格的演讲者；对更好地在全社会营造以廉为荣、以贪为耻的良好风尚，都有积极意义。

# 目 录

序 言	_ 1
小人物的修身齐家	刘佩仪（东莞赛区）_ 1
两代人的天使梦	马 越（省直赛区）_ 3
修身齐家 从我做起	袁月明（肇庆赛区）_ 6
我的法治梦	李传业（江门赛区）_ 8
永恒的追求	白 洋（中山赛区）_ 11
家风 乡风 国风	
——追逐在将军梦的路上	卢 祥（省直赛区）_ 14
一个普通百姓家的修身齐家	樊 荣（肇庆赛区）_ 16
坚守的力量	宋颜刚（肇庆赛区）_ 19
别人行 咱也行	马玉敏（潮州赛区）_ 22
我的梦：带着孩子走出自己的路	江义梅（东莞赛区）_ 25
另一种意义的家风	谭 棉（江门赛区）_ 28
守仁爱之心 承医者之梦	高小芸（省直赛区）_ 31
以竹的名义	杨丝雨（东莞赛区）_ 34
梦想 永远是进行时	梁嘉健（省直赛区）_ 36
落子无悔	施阳春（中山赛区）_ 38



我和我追逐的梦	王文革 (省直赛区) _ 40
我们的爱和怕	陈晓 (东莞赛区) _ 42
舌尖上的梦	夏剑平 (河源赛区) _ 45
修身言为先 润物细无声	胡阳春 (省直赛区) _ 49
家 训	白 洋 (中山赛区) _ 52
良好家风 爱的传承	陈文福 (省直赛区) _ 54
我们的时代我的梦	严 育 (潮州赛区) _ 57
干干净净干事 清清白白做人	肖春蓉 (东莞赛区) _ 60
东莞追梦人	周耀辉 (东莞赛区) _ 62
青年干部 廉洁修身	吴泽宇 (河源赛区) _ 65
你们养我长大 我陪你们到老	李丽凤 (江门赛区) _ 68
一句传承了三代人的话	蔡梦强 (江门赛区) _ 71
平凡人的小梦想	徐 璐 (江门赛区) _ 73
不忘初心	刘明璐 (江门赛区) _ 75
做您的“家庭医生”	程松鹤 (中山赛区) _ 77
不变的传承	陈 莉 (省直赛区) _ 80
我是一名公务员	张小燕 (省直赛区) _ 82
三尺一方垂师表 自当修身立天下	胡阳春 (省直赛区) _ 84
时间都去哪了?	黄薪晔 (省直赛区) _ 87
慎 独	张美娟 (省直赛区) _ 90
从我的角度看你	胡雪娟 (珠海赛区) _ 93
做人先修德 育人德为先	陈 曼 (潮州赛区) _ 96
青年强则国强 修身齐家梦飞扬	张风华 (潮州赛区) _ 99
她的两句话	黄 芬 (江门赛区) _ 101
信念带我到终点	李 治 (中山赛区) _ 104
手表的故事	李 健 (省直赛区) _ 107



梦想的形状与滋味	江 滨 (潮州赛区) _ 109
信 仰	李 琳 (东莞赛区) _ 113
我信任你	曾冬怡 (江门赛区) _ 116
我爱我家	林 娜 (潮州赛区) _ 118
做一个可持续的梦	范 磊 (河源赛区) _ 121
让家风在传承中闪光	滕梓淇 (肇庆赛区) _ 123
以爱的名义诉说	周 军 (江门赛区) _ 125
修身齐家温暖家	蔡 玲 (肇庆赛区) _ 127
我的梦? 我的梦!	王 冲 (东莞赛区) _ 129
使命的传承	陈 漫 (潮州赛区) _ 131
拿什么拯救孩子的玻璃心	邹勤梅 (河源赛区) _ 134
弘扬优秀家风 共创和谐社会	江 滨 (潮州赛区) _ 137
我的梦想	宋颜刚 (肇庆赛区) _ 140
山路依旧 初心不改	严泽明 (肇庆赛区) _ 143
一份虔诚 一份执着	万凤明 (东莞赛区) _ 145
斯是陋室 惟吾德馨	翁振辉 (潮州赛区) _ 149
载梦归来 如莲出水清风吹	廖 丽 (河源赛区) _ 152
弘扬好家风 实现幸福梦	郑馥芬 (潮州赛区) _ 154
野百合也有春天	王小颖 (江门赛区) _ 156
不做贪食的麻雀	贾双凤 (河源赛区) _ 159
梦在心中 路在脚下	葛大勇 (东莞赛区) _ 161
廉洁奉公 始于修身齐家	刘嘉宝 (河源赛区) _ 164
放弃梦想	曾玉祥 (潮州赛区) _ 167
点亮永不熄灭的心灯	王俊飘 (河源赛区) _ 169
“向日葵”的梦	洪 瑛 (省直赛区) _ 172
阅读 最好的修身齐家之术	袁润林 (江门赛区) _ 175



我的母亲梦	刘嘉宝（河源赛区） _ 178
好男人要缔造好家风	张 新（江门赛区） _ 181
我的筑梦之路	卢婉榕（潮州赛区） _ 183
公 平	黄代贤（省直赛区） _ 186
我和我追逐的梦	陆浪峰（江门赛区） _ 189
学高为师 身正为范 ——在修身立德中为人师表	彭 璐（肇庆赛区） _ 192
我的梦	王曼琳（东莞赛区） _ 194
书山寻径 修齐治平	赵明宇（中山赛区） _ 197
我的梦 从这里开始	尹维洁（省直赛区） _ 200
凭良心做人	吴 燃（新丰赛区） _ 202
梦想逆风飞翔 生命迎风成长	张丹阳（潮州赛区） _ 205
仰望你 跟你走	蔡梦强（江门赛区） _ 208
我们共同的梦想	郑 槿（河源赛区） _ 211
传承好家风 真诚为人民	陈婉梅（省直赛区） _ 215
一个音乐老师的梦	朱晓敏（河源赛区） _ 218
初心不改家风正	陈晓璇（潮州赛区） _ 221
背后的目光	董 立（江门赛区） _ 223
心小了 人就矮了	赖雄飞（新丰赛区） _ 225
我的人生三原则	韩玉涛（东莞赛区） _ 228
一份隐形的考卷	李德君（省直赛区） _ 230
我的梦	刘汉林（潮州赛区） _ 233
传 道	李 琳（中山赛区） _ 235
圆 梦	刘培丽（潮州赛区） _ 238
唯有爱，才能让我们更好地前行	刘 晶（江门赛区） _ 240
做梦，怎么了？	吕岳家（江门赛区） _ 242



雷厉风行 敢于担当	吕 松（东莞赛区） _ 244
有一种幸福叫感恩	欧肖萍（东莞赛区） _ 247
向死而生	王俊飘（河源赛区） _ 250
给孩子合适的爱	吴伟霞（河源赛区） _ 252
谨遵祖训 修身齐家	肖凯荣（江门赛区） _ 254
有一个梦想关于爱	谢婉莹（潮州赛区） _ 256
茂名媳妇教书匠 廉洁修身汕尾家	杨英锋（潮州赛区） _ 259
我的教育梦	谢婷婷（河源赛区） _ 261
读书 最好的家风	姚 丽（河源赛区） _ 264
坚持终将美好	邹春玲（中山赛区） _ 266
当好“勤务兵”	余 斌（东莞赛区） _ 269
匠心铸就检察梦	张旖旎（河源赛区） _ 272
我的爸爸	
—— 一个用水泥铸就梦想的人	曾玉婷（河源赛区） _ 275
追梦，让人生更美丽	高 洋（江门赛区） _ 278
爱上读书	黄竹子（河源赛区） _ 281
附录：“我的梦”广东省修身齐家演讲大赛获奖选手名单一览表	_ 284



# 小人物的修身齐家

刘佩仪（东莞赛区）

说到“清廉”“廉洁”，很多人会觉得那是大人物的事，一个平头百姓，手中无权、身后无势，哪来清廉？哪来廉洁？我爸妈就是典型的小人物，小学勉强毕业，在单位里职位最低，工资最少，这样的人懂清廉修身、廉洁齐家吗？我可以告诉大家，他们懂。他们不会写、不会说，但他们会用实际行动去做。

我爸是个木匠，大家或许不知道，木匠这一行其实是很有油水的，做家具的木头有很多种，哪种质硬耐用，哪种质软易变形，价格相差多少？大多数人不知道，只要工匠手艺巧，破夹板也可以鱼目混珠卖出名贵木材的价格。家具是否耐用，除了看木料以外，还要看木料的接合。可以用钉子钉，锤子三两下搞掂，但是钉子易生锈、不耐用。也可以接榫，一块木头开榫头，一块凿榫眼，凹凸相接，保你四平八稳，可是用的功夫是钉钉的20倍不止。我爸在镇上也算是个老木匠了，他做过家具无数，里面的每一件用什么木料、材料费多少、手工费多少、哪里接榫、哪里钉钉，爸爸跟顾客交代得清清楚楚，没有一句虚言，没赚过一分昧良心的钱。

做木匠的有油水，做厨房的油水就更足了。鲜肉价格是冻肉的2倍，

地沟油价格不足正规油的 1/3，做蛋糕可以完全不用鸡蛋，低价发酵粉就可以代替。我妈在幼儿园厨房待了差不多十年，她的顾客是一群连青菜和青草都分不大清的小孩子，但是这么多年来，没有一滴地沟油、一片冻肉经过我妈的手，我妈做的蛋糕连三四岁的小孩都可以尝出来，要比外面买的更香、更有蛋味。

这些就是我爸妈的“清廉”和“廉洁”，你如果问他们，你们爱钱吗？他们会诚实地告诉你：爱！为了那一点钱，我爸的右手五个指头有三个被电锯削去了一节；为了那一点钱，我妈在厨房里严冬泡寒水、酷暑“蒸桑拿”。穷人总会比有钱人更爱钱、更需要钱。只是，我爸说：“无论多爱钱，也不能弄虚作假骗钱。”我妈说：“无论多需要钱，也不能从小孩的嘴里抠钱。”小时候，我常常羡慕别人，羡慕别人有漂亮裙子、有新奇玩具、有好吃零食，我抱怨爸妈没本事，除了一堆破烂，什么也给不了我。长大以后，我才知道，爸妈给我的一直都是世上最好的东西，那就是他们干干净净、清清白白、堂堂正正的血汗钱。

我爸妈是微不足道的小人物，他们所做的，很多人都不屑一顾。不就是几顿饭、几件家具的事吗？有多了不起呀！你看看那些“当官的”，人家那都是几个亿的事。我的数学学得不好，我知道几十块和几个亿差很远，但是我真的算不清楚，一个每天克扣几十块的厨师和一个贪污几个亿的高官在人格道德上有多大的区别？我更不明白，为什么有的人可以理直气壮唾骂贪官，又心安理得地搞小动作？现在我们说到“清廉”“廉洁”，人们首先想到的是“当官的”，但是，“清廉”“廉洁”真的只是权力阶层的事吗？剥去权力的“外衣”，当官的本质还是老百姓，如果要追本溯源，廉洁问题的源头在老百姓；如果要正本清源，关键还是在老百姓。

我们憎恨贪污腐败，我们对一切阴暗污秽深恶痛绝，但是我们不能忘记，“清廉修身、廉洁齐家”从来不只是大人物的事，它是整个国家、整个社会的事，更是每个家庭、每个人的事！能够创造历史、改变历史的，不是英雄人物，而是人民群众。



# 两代人的天使梦

马 越（省直赛区）

今天我穿的是护士服，因为我觉得护士服是世界上最美的衣服。

小时候，好像不知道什么叫梦想，就是喜欢和妈妈在一起，喜欢她带我去图书馆、游乐场，给我讲故事。想不到这小小的愿望总是变成奢望，因为妈妈是个护士，她总是好忙，好忙，早上天没亮就离开家，晚上经常我睡着了她才能回来。我记不清有多少次哭着求妈妈别走，别加班儿，妈妈每次都对我说：“宝贝乖，妈妈是白衣天使呀，要去救人的，你以后也当个白衣天使好不好啊？”从此，妈妈嘴里的这个“白衣天使”，让我一想起来就心生怨气。

但是妈妈的影响对孩子总是巨大的，我报考了护理专业，毕业后真成了白衣天使。这时我才知道，做个“白衣天使”需要经历多少苦和累，多少的委屈。人们都熟睡了，我们还在一线坚守；由于经常上夜班，我22岁，红润的脸庞就变得苍白起来；经常因为抢救病人，没日没夜，累得全身无力；有时候还会因为给病人注射没有一针见血被病人骂得狗血淋头……我终于忍不住爆发了，哭着责问妈妈：“你凭什么要把你的白衣梦强加到我身上？我是你的亲女儿，你就忍心看着我这么受苦受累吗？”我清

楚地记得妈妈是含着泪对我说的这句话：对不起，孩子，你的路应该自己走……

我毅然辞去了护士工作，每天穿着时尚，出入高档写字楼，洋洋得意。当我开心地向妈妈讲述我的心情时，妈妈只是淡淡地说：“你过得开心就好。”妈妈还是一如既往地起早贪黑，查房，过医嘱，每天为病人们无数次地弯下她已经不再笔直的腰……

这样的生活持续了没多久，我的生活发生了意想不到的变化。46岁的妈妈，在医院的员工体检中，发现脾脏有个拳头般大小的肿瘤。打开腹腔后，胃肠已经粘连一片，癌细胞侵蚀了整个腹腔，手术已经没有意义了。我站在手术台边，看着妈妈的脾脏被整个切除，母亲为我筑起的世界在缝合腹腔的那一刻，坍塌了。

为了陪伴妈妈走过最后的日子，我又辞职了。妈妈接受了化疗，头发一点点地掉光，手背上密密麻麻的针眼已经找不到可以再打针的地方，疼痛折磨得她脾气也焦躁起来，甚至抗拒治疗。这时我才知道，为什么生病的人会那么挑剔，那么敏感。而奇怪的是，只要面对医生特别是护士们，妈妈就会出奇地安静和听话。护士们一边给妈妈做治疗，一边给她讲些治疗成功的例子，每个人都轻言细语地安慰她、鼓励她。妈妈渐渐地开朗起来，闲聊的时候和我唠叨：“你看这些姑娘们多好啊，她们懂得病人的心。”我想不到护理人员的工作对于一个病人能起到那么大的作用，一个微笑就是一个安慰；一句话就是一个鼓舞，能燃起病人重生的信念。

但是，生命总是有限的，我的眼泪没能留住妈妈的脚步，那天，妈妈将她戴了三十年的燕尾帽从枕头下拿出，交给了我，就再也没有睁开她那充满笑意的眼睛。我知道，我再也看不到妈妈穿着护士服白衣天使的样子了，再也听不到她和蔼可亲的故事了，我突然意识到，我失去了和母亲心连心、肩并肩共同工作和生活的幸运和幸福，再没有机会了，我懂得珍惜了，却再也没有了，我无法忘记妈妈那无比明亮的眼睛，我更想知道为什



么这双眼睛总能闪耀着微笑的光芒。

我不知道是不是因为失母之痛，还是在母亲去世后我想弥补心中的遗憾，当个孝顺的女儿。反正我用最快的速度又重新考入了医院，每天的工作还是那么累，甚至更累。广东省中医院是全省专家最多，病人更多的医院，一年中我没有一天能按时下班，但是整整4年了，心中有妈妈的目光注视着我。我工作的节奏越来越快了，踩着护士鞋的脚步越来越轻了，我的心情越来越好了，脸上的笑容也越来越多了。和病人聊天时，我甚至能开怀大笑起来了。工作的经历让我明白了一个道理，生命有长有短，人活得有意义才能体现生命的价值。

听人说过天堂无条件为两种职业的人敞开大门，老师和医生。妈妈用生命做船桨，带我驶上了能在工作中每天享受用爱心付出并收获快乐的职业。虽然妈妈再也见不到我身穿护士服的样子，但我相信，妈妈一定知晓，我们母女此刻心连心。

在成长中我懂得了，梦想一定要有崇高的情操，才能在驶向彼岸的途中充满动力。如今，母亲的梦也成为我的天使梦，这身天使护士服，也成了我心中最优雅的衣裳，我要用坚持和信念去诠释这圣洁白衣下，救死扶伤的意义。

# 修身齐家 从我做起

袁月明（肇庆赛区）

最近有一部影片引起大家的热议，我相信在座的很多朋友你们都去看了，这部片子叫《湄公河行动》。我和我爱人在电影院观看的时候，我偷偷看了我爱人一眼，我发现他眼圈是红的，我知道他感触肯定比我深得多，因为，他也是一名警察，他也亲手抓过毒贩子。

电影里的主角光芒太耀眼了，我忍不住跟我爱人说：“你看那张涵予饰演的警察，那个握枪的动作，那个杀敌的眼神，哎哟，太帅了！”我爱人当即给了我一个白眼。接着，他说起了他人生第一次面对毒贩子的情形。那天，他一个人追着毒贩子进入一个巷子里。对方发现路堵死了，拿着刀，转身面对他，他当时手里只有一根警棍。那时他刚大学毕业没多久，考上警察第一次出警，还没做好心理准备就碰到手里拿着刀，和他面对面的毒贩子。最后，没有光芒万丈的英雄桥段，他的同事们及时赶到给他解围了。他说他至今记得他当时的双手有多颤抖。

生活中哪有那么多的英雄主义，作为一个警察家属，担惊受怕是家常便饭。记得有一天，他回来跟我说：“我今天被一个毒贩子咬了一口。”我说：“哦，疼吗？”他说不疼，我以为就没事了，因为我已经习惯了。过了好