

青年毛泽东：自信人生二百年，身无分文，心忧天下

12月26日，是毛泽东诞辰132周年纪念日。作为一代伟人，毛泽东从青年起就以自己的实际行动不断摸索改变社会的现实途径，并在这过程当中树立起崇高的社会理想与高尚的家国情怀。

青年毛泽东的“求学之路”

从1910年秋到1919年，近10年里，毛泽东逐渐树立起正确的三观，实现从激进民主主义者向马克思主义者的转变。离家时，他以诗言志。在湘乡县立东山高等小学堂，毛泽东受维新思想影响，崇拜康、梁，开始用世界眼光思考中国社会问题，推崇君主立宪。在湘乡驻省中学，他受革命思潮影响，拥护革命党人，还曾发表一些不成熟的政见。武昌起义后，毛泽东投笔从戎，后因认为革命成功退出军队。此后他投考多所学校未果，后进入湖南全省高等中学校，又因不满教学模式开始自修。1913年春，毛泽东进入湖南省立第四师范读书，后在一师做了5年半师范生。1918、1919年两次赴京，他同李大钊等交谈，确立了终生信仰，这期间他积累知识经验，思想成熟，为走上马克思主义道路奠定基础。

青年毛泽东的“师友之道”

青年毛泽东的成长离不开亦师亦友的师友关系。投考湘乡县立东山高等小学堂时，主考老师欣赏其才华，向校长李元甫举荐，毛泽东得以入学。国文教员谭咏春、校长李元甫和老师贺岚岗都十分器重他，贺老师还举荐他考入湘乡驻省中学。

湖南一师求学5年半，对毛泽东影响巨大。校长孔昭绶大力推行民主教育，广纳贤才，聘用杨昌济、徐特立等。徐特立倡导“不动笔墨不读书”，毛泽东效仿，做大量批注和评语。毛泽东视徐特立为终身之师，发贺信表达敬意。杨昌济教授伦理学，毛泽东与他亦师亦友，常去探讨学问，还评价其“涵宏盛大，不可及”。杨昌济病重时极力推荐毛泽东和蔡和森。

1918、1919年，毛泽东两次到北京，与陈独秀、李大钊等深入接触，李大钊助他成为马列主义者，毛泽东称其为“真正的老师”，景仰之情溢于言表。

青年毛泽东的“游学之方”与“斗争之术”

青年毛泽东推崇通过游学

了解社会，深入农村，对国情和农村百姓生活有了深入了解和深切体会。当大批青年学生赴法勤工俭学时，毛泽东坚持留在国内，他认为要有人研究本国问题，认识到了研究国情的重要性。

1917年暑假，毛泽东与萧子升踏上游学之路，他们出发时身无分文，历时1个多月，途经5县，接触了大量人士，磨炼了意志，增长了见识，记下了大量笔记。同年秋，毛泽东与张昆弟等人前往昭山开展社会调查，寒假又来到浏阳文家市，与农民同吃同住同劳动，还亲自动手栽种板栗树。1918年春，毛泽东又与蔡和森游历多地，了解风土人情。通过游学，毛泽东获得大量书本以外的知识，对民间疾苦感受深切，为他日后调查研究思想的形成奠定了基础。

毛泽东的一生与“斗争”紧密相连。少年时期，毛泽东就与父亲斗智斗勇。1915年，袁世凯签订“二十一条”，消息传到一师校园，毛泽东掀起大规模的仇日反袁斗争，经常走上街头演说或撰文批判。在一师期间，毛泽东率领志愿学生军开展护校斗争，巧妙击溃一支退败的北洋军队。1919年4

月，毛泽东回到湖南，领导长沙的爱国学生运动，成立新的湖南学生联合会，发动学生罢课运动，又领导“驱张运动”，反抗张敬尧的野蛮行径和黑暗统治。青年毛泽东面对旧势力的压迫和腐朽统治，斗争精神饱满，劲头十足。

青年毛泽东的“健体之策”

毛泽东很早就认识到体育锻炼的重要性，他出生于农村，两个哥哥夭折的经历让他深刻体会到健体的重要性。他曾指出体育锻炼给自己带来许多身体上的好处，强健体魄也是那一代青年人责任感和使命担当的鲜明写照。早在湖南一师期间，毛泽东就经常洗冷水浴，不论严寒酷暑从不间断，认为这是锻炼身体、磨砺意志的方法。除了洗冷水浴，毛泽东体育锻炼项目繁多，包括游泳、雨浴、风浴、日浴等。他还将锻炼身体上升到学术层面，1917年在《新青年》上发表第一篇论文《体育之研究》，提出“欲文明其精神，先自野蛮其体魄”的口号。在一师校园里，毛泽东发明了“六段运动健身操”，经常带领同学们一起做操。李雨西 黄力

**山东省老年国际旅行社**

青岛报业传媒集团旗下公司 L-SD-CJ00232

越南

邮政大楼、统一宫、粉红教堂、美奈、白沙丘、红沙丘、仙女溪、珍宝博览馆、珊瑚岛、竹岛、海燕岛、钟屿石岬角、奇宝馆、天依女神庙、芽庄大教堂双飞7日

◆青岛直飞胡志明 便捷出行 行程轻松老少皆宜 ◆全程网评四钻酒店

◆胡志明 美奈 芽庄三城连游 ◆快艇出海珊瑚岛 精华景点一网打尽

出发时间：2026年

1月5日

一价全含0自费 含签证费 税金 含机场往返接送

2460元

三亚候鸟康养

三亚大东海繁华市区 依山傍海，步行10分钟即可到达海滨沙滩

网评四钻酒店 贵宾楼山景双床房 观景阳台

含一日三餐 营养搭配 赠送三亚机场专车接送机

15天14晚 3098元/人 30天29晚 6398元/人

以上报价不含春节期间

江西·婺源、庐山、庐山会议旧址、篁岭、望仙谷、三叠水大巴纯玩4日.....2026年2月18/19日1299元

江南·夫子庙秦淮风光带、老东门、木渎古镇、寒山寺、外滩、黄浦江摆渡船、乌镇东栅、杭州西湖、乾隆御茶宴、南浔古镇、中山陵大巴4日**青岛独立成团 正月初二到初七天天发团**.....799元

湖南·韶山、毛泽东故居、张家界千古情、张家界国家森林公园、黄龙洞、土司府、天门山、芙蓉镇、沈从文故居、沅江泛舟双飞纯玩6日.....2026年1月4/11/18/25日 2680元

贵州·小七孔景区、西江千户苗寨、丹寨万达小镇、夜朗洞、天星桥、黄果树瀑布、陡坡塘瀑布、黔灵山公园双飞5日..2026年1月7/11/15/18日2280元

粤港澳·双月湾海滨度假区、大星山观景台、磨子石公园、天后宫妈祖庙、黄大仙庙、金紫荆广场、维多利亚港、太平山、星光大道、浅水湾、维多利亚港、珠海大桥口岸、星光大道、大三巴牌坊、妈祖庙、银河城、威尼斯度假村、巴黎铁塔、广州塔小蛮腰、渔女雕像、花城广场、佛山祖庙纯玩双卧8日.....2026年1月7日2880元

西安·秦始皇兵马俑博物馆、唐华清宫、西安千古情、大慈恩寺、大雁塔广场、钟鼓楼广场、回民小吃街、西安博物院、陕西历史博物馆（秦汉馆）双动4日.....2026年2月17/18/19/20日 3380元

澳大利亚 新西兰·杰维斯湾双体豪华观海豚游船、库兰加塔酒庄、贝利乡村小镇、悉尼植物园、悉尼歌剧院、悉尼海港大桥、圣玛丽教堂、悉尼大学、岩石区、墨尔本大学、费兹罗花园、十二门徒、南岸公园、袋鼠角、可伦宾野生动物保护区、红树森林、怀奥塔普地热世界、伊甸山、天使湾四飞12日.....2026年1月21日 29800元

新加坡 马来西亚·鸡场街、三庙、荷兰红屋、海峡清真寺、滨海湾花园、圣淘沙、花芭山、鱼尾狮公园、甘榜格南哈芝巷、水上清真寺、首相署、中马友谊园、国家美术馆、阿罗街夜市、马来西亚百货店、黑风洞、双峰塔、独立广场、国家清真寺双飞6日.....2026年1月8/13/17日2699元

西欧（德国 法国 意大利 瑞士）·埃菲尔铁塔、凯旋门、香榭丽舍大道、塞纳河游船、巴黎圣母院、卢浮宫、香水博物馆、凡尔赛宫、雪郎峰、少女峰、琉森、新天鹅堡、高天鹅堡、黄金大运河、斗兽场、米兰大教堂四飞12日**免费提供随身WIFI 赠送机场三宝转换插头**.....2026年2月6/8日 16999元

西班牙 葡萄牙·圣家教堂、奎尔公园、巴特罗之家、巴塞罗纳旧港、阿尔罕布拉宫、龙达、直布罗陀、艾西拉蓝色小镇、西班牙广场、塞维利亚大王宫、黄金塔、罗卡角、托莱多、太阳门广场、马德里皇宫四飞12日**一价全含 国航直飞 升级一晚庄园酒店**.....2026年1月26日 3月19日 6280元

老挝·凯旋门、塔銮、总理府、万荣酒吧街、蓝色泻湖、南松河长尾船、普西山、古城夜市、早市、香通寺、湄公河游船、风情园织布村、老挝人家四飞7日**无自费 特别升级境外2晚网评四钻酒店**.....2026年1月11/14/21/28日 1380元起

地址:青岛市市北区镇江北路81号八一商务楼2楼282室 ★★★另有多条线路供您选择，可拨打上方电话咨询★★★