十年两会·温暖记忆

『总书记为我们算出了生态账』

列车驶入内蒙古自治区根河市境内，一路向北穿行在大兴安岭林区的莽莽雪原之中。车窗外，山峦逶迤、林海连绵，漫山遍野的桦树、松树笔直挺拔。

“欢迎来到林场！”记者到达内蒙古森工集团满归森工公司乌龙岱林场，满归森工公司北岸林场第七小队队长周义哲踏着积雪，深一脚浅一脚地迎着我们走来。

头戴红色安全帽，手里拿着测量树木用的卷尺，今年59岁的他已经与树打了大半辈子交道。两年前，作为全国人大代表，他在全国人大内蒙古代表团审议现场，向习近平总书记讲述了自己和这片林子的故事。

“我向总书记报告，以前我们是‘砍树人’，最早我们工队每年冬天生产木材能装400节火车皮；现在丢掉斧锯，成了‘看树人’，同样也是在为国家做贡献。”

在林业工人野外作业驻扎的帐篷里，围坐在火炉边，周义哲向记者讲述起那难忘的一幕——

2021年3月5日下午，习近平总书记来到人民大会堂东大厅，参加内蒙古代表团审议。

周义哲说：“看到总书记和蔼可亲的面庞，我本来紧张的心情很快就放松下来。”

审议开始了。代表们发言时，习近平总书记听得十分认真，还不时提问。周义哲说：“我在发言中汇报了林区这些年的转型发展。听到总书记对我们林业工人生产生活的关心和牵挂，我的心里热乎乎的。”

周义哲说，总书记两次到内蒙古考察，每次都到林区实地了解情况，同护林员深入交流。

2014年春节前夕，冒着零下三十摄氏度的严寒，踏着皑皑白雪，习近平总书记到阿尔山市伊尔施镇，看望林业职工。当时的阿尔山林区正处在停伐后的艰难转型期，总书记对大家说：“历史有它的阶段性，当时砍木头是为国家做贡献，现在种树看林子也是为国家做贡献。”

“习近平总书记告诉我们该如何正确看待林区转型，这些话也鼓舞着我们所有的林业工人。”周义哲说。

在两年前的审议现场，周义哲向总书记报告，随着天然林保护工程的实施，他所在的林区得到休养生息。据测算，2018年林区的森林与湿地生态系统服务功能总价值达6159.74亿元。

从曾经“油锯一响，黄金万两”，到现在“不砍一棵树，照样能致富”。一群人职业的改变，反映了时代的壮阔变迁，折射出中国走绿色发展之路的坚定决心。

“从‘砍树人’到‘看树人’，你的这个身份转变，正是我们国家产业结构转变的一个缩影。”习近平总书记听着周义哲的发言，接过话头说，“你提到的这个生态总价值，就是绿色GDP的概念，说明生态本身就是价值。这里面不仅有林木本身的价值，还有绿肺效应，更能带来旅游、林下经济等。”

“‘绿水青山就是金山银山’，这实际上是增值的。”谈到林区转型发展，周义哲告诉记者：“我们成天在山里、在林子里，感受最深！从‘砍树人’到‘看树人’，总书记为我们算出了生态账。”

“林区转型后，你们要做哪些工作呢？”记者问道。

周义哲笑着说：“现在，这漫山遍野的树就是我们的‘宝贝疙瘩’！”冬季要做好综合抚育，夏季要抓紧时间植树造林。林区还积极发展旅游业，发展林下种植养殖产业，将“森林里的天然味道”送上老百姓的餐桌。

跟随周义哲一起踩着积雪走进林子，只见一棵棵树木笔直挺拔，林海雪原交相辉映，风景壮美。

摸着一棵大树粗壮的树干，周义哲仰头感叹：“这些可都是降碳、固碳的宝贝呀！”内蒙古大兴安岭森林生态系统年均固碳量增加488万吨，以目前碳汇价格测算，可是一笔非常可观的收入。

走着走着，还能发现雪地上有一些小动物留下的脚印。周义哲说：“生态变好了，野生动物也多起来，我们管护站周围经常看到有狍子、棕熊前来‘光顾’。”

三月风清，大兴安岭的又一个春天即将开启。

（新华社呼和浩特3月2日电　记者高敬、侯维轶）

向着美好的未来奋跃而上

■钟华论

春风拂绿草木，大地勃发生机，在这个充满希望的春天，我们又迎来“两会时间”。

春天，折射发展新气象，标注奋斗新起点。在全面贯彻党的二十大精神的开局之年，即将召开的全国两会将通过法定程序，使党的主张成为国家意志，进一步把全国人民的思想和行动统一到党的二十大作出的各项决策部署上来，凝聚起强国建设、民族复兴的强大信心和力量。

阳和启蛰，品物皆春。从春天出发，让我们向着美好的未来奋跃而上！

（一）

“等闲识得东风面，万紫千红总是春。”看中华大地，经济社会发展暖意扑面、向上向好。

看“账面”，2月份制造业采购经理指数为52.6%，连续两个月上扬，我国市场主体数量增至1.7亿户，经济景气水平明显回升。

看“市面”，春节假期消费相关行业销售收入同比增长12.2%，春运期间全社会人员流动量约47.33亿人次，快递业日均件量恢复至3亿件以上……人员“动”起来，消费“火”起来，物流“忙”起来，流动的中国迸发出蓬勃活力。

看“人面”，各地紧锣密鼓推进高质量发展，用工大省开展跨省招工，各种招聘会上人头攒动，一系列解民忧、惠民生的实事让老百姓吃下“定心丸”、对未来更有盼头，各级干部进一步焕发谋发展、抓落实的精气神。

看“基本面”，今天的中国，是一个拥有14亿多人口、超4亿中等收入群体、人均国内生产总值超过1.2万美元的超大规模市场的经济大国，拥有持续快速发展积累的坚实基础。中国经济韧性强、潜力大、活力足，长期向好的基本面不会改变。

“却顾所来径，苍苍横翠微。”回望新时代10年，党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革，我国经济实力实现历史性跃升，我国发展站在新的更高历史起点上。2013年至2021年，中国国内生产总值年均增长6.6%，高于同期世界2.6%和发展中经济体3.7%的平均增长水平。10年来，中国国内生产总值从54万亿元增长到121万亿元，中国经济对世界经济增长的平均贡献率超过30%，中国在全球创新指数中的排名从34位升至11位，进入创新型国家行列。

一路走来，有涉滩之险，有爬坡之艰，有闯关之难。以习近平同志为核心的党中央团结带领亿万人民，稳经济、促发展，攻贫困、建小康，战疫情、抗大灾，应变局、化危机，攻克了一个个看似不可攻克的难关险阻，创造了一个个令人刮目相看的人间奇迹。

从明确“五位一体”总体布局和“四个全面”战略布局，到明确社会主要矛盾发生历史性变化，判断我国经济已由高速增长阶段转向高质量发展阶段；从创造性提出新发展理念，到作出加快构建新发展格局的重大战略决策；从科学统筹发展和安全，到贯彻以人民为中心的发展思想……进入新时代，习近平总书记以马克思主义政治家、思想家、战略家的雄韬伟略、远见卓识、战略定力，引领中国经济迈上更高质量、更有效率、更加公平、更可持续、更为安全的发展之路。习近平新时代中国特色社会主义思想以一系列原创性治国理政新理念新思想新战略，科学回答中国之问、世界之问、人民之问、时代之问，为高质量发展提供科学指引。

成绩殊为不易，经验弥足珍贵。辉煌成就的取得，根本在于有习近平总书记作为党中央的核心、全党的核心掌舵领航，在于有习近平新时代中国特色社会主义思想科学指引。实践充分证明，“两个确立”是战胜一切艰难险阻、应对一切不确定性的最大确定性、最大底气、最大保证，是我们的信心之源、胜利之本。

征途越是壮阔，目标越是远大，越需要核心的掌舵定向、真理的指引领航。全面建设社会主义现代化国家新征程上，更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，进一步把“两个确立”的政治共识转化为“两个维护”的行动自觉，团结成“一块坚硬的钢铁”，就能确保拥有团结奋斗的强大政治凝聚力、发展自信心，集聚起万众一心、共克时艰的磅礴力量，推动中华复兴号巨轮行稳致远。

（二）

“2亿多人得到诊治，近80万重症患者得到有效救治，新冠死亡率保持在全球最低水平，取得疫情防控重大决定性胜利，创造了人类文明史上人口大国成功走出疫情大流行的奇迹。”2月16日，习近平总书记主持召开中共中央政治局常务委员会会议，对去年11月以来较短时间实现了疫情防控平稳转段作出充分肯定，对3年多来我国极不平凡的抗疫防疫历程进行深刻总结。

穿越寒冬，迎来春天。抗疫斗争伟大实践再次证明，中国特色社会主义制度具有显著优势，是抵御风险挑战、夺取伟大胜利的根本保证，是中国信心的有力支撑。

衡量一个国家的制度是否成功、是否优越，一个重要方面是看其在重大风险挑战面前是否能展现出高效治理效能。世纪疫情突然袭来，党中央一声令下，广大党员干部冲锋在前，医务人员舍生忘死挽救生命，社区工作者坚守一线日夜值守，千千万万志愿者和普通人默默奉献，各行各业扛起责任、同心出力……在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，全国迅速形成统一指挥、全面部署、立体防控的战略布局，因时因势优化调整防控政策措施，高效统筹疫情防控和经济社会发展，交出了人民至上、生命至上的优异答卷。3年多的抗疫斗争，中国特色社会主义制度展现出非凡的组织动员能力、统筹协调能力、贯彻执行能力，发挥出集中力量办大事、办难事、办急事的独特优势，有力彰显了我国国家制度和国家治理体系的优越性。

“经国序民，正其制度。”制度优势是我们成就事业的重要法宝。在脱贫攻坚的“大战”中，我们党构建五级书记抓扶贫、全党动员促攻坚的局面，党政军民学劲往一处使，东西南北中拧成一股绳，带领人民历史性地解决绝对贫困问题；在经济社会发展的“大考”中，我们党不断深化改革创新，不断推动制度完善，持续激发发展活力；面对复杂严峻的国内外形势和诸多风险挑战，我们党坚持总体国家安全观，实施国家安全战略，建立健全体制机制，努力实现高质量发展和高水平安全的良性互动……实践证明，制度优势是我们战胜风险挑战、赢得发展主动的坚强保证，为中国信心写下最具说服力的注脚。

经历疾风骤雨，愈有坚如磐石的信心；穿越惊涛骇浪，更有扬帆远航的底气。

制度优势是一个国家的最大优势。新征程上，进一步坚定制度自信，坚持和完善中国特色社会主义制度，善于运用制度力量应对风险挑战冲击，把制度优势更好转化为治理效能，新时代中国必将续写“两大奇迹”，创造新的发展传奇。

（三）

人勤春来早，功到秋华实。春天是播撒希望的季节，更是只争朝夕的时光。

放眼神州大地，一个个奋斗的身影、忙碌的场景传递着信心与活力。在北大荒集团五大连池农场，科技服务中心工人忙着装运肥料；在四川省阆中市彭城镇，村民驾驶农机翻耕菜地；在北京一轻食品集团，智能化生产线开足马力运行；在广东深圳鹏城实验室，科研人员夜以继日地进行技术攻关；在浙江宁波舟山港穿山港区，桥吊林立，集装箱卡车穿梭不停；在江西南昌向塘国际陆港，平均5分钟就进出一辆货车……劳动的忙碌劲、奋斗的热乎气，升腾着追梦人的激情与期盼。

习近平总书记深刻指出：中国人民对美好生活的向往，是中国发展最大内生动力。千百年来，中国人民就以生命力的顽强、凝聚力的深厚、意志力的坚韧、创造力的巨大而闻名于世。从革命年代“百万工农齐踊跃”到建设时期“遍地英雄下夕烟”，从改革开放之初“万千能人涌珠江”到新时代“举国同心战贫困”，一切伟大的成就，都是党和人民一道拼出来、干出来、奋斗出来的。

今天的中国，是梦想接连实现的中国，是充满生机活力的中国。点点星火，汇聚成炬，亿万人民的创造与奋斗，始终是中国发展的力量源泉，是中国信心的坚实基础。

人民是新时代的主角。全面建设社会主义现代化国家，必须充分发挥亿万人民的创造伟力。推进养老服务设施建设，加强困难群体就业帮扶，新增中小学学位、幼儿托位……各地纷纷推出“民生实事清单”，聚焦群众的“急难愁盼”问题出实招、求实效。民生有力度，发展有温度。坚持以人民为中心的发展思想，把老百姓的安危冷暖放在心上，一件事情接着一件事情办，以干部“辛苦指数”换取群众“幸福指数”，就能更好地强信心、聚民心、暖人心、筑同心，汇聚起共创未来的磅礴力量。

（四）

“你们尽管想象，我们负责实现。”不久前，中国航天科技集团、中核集团等“国家队”集体喊话国产科幻电影《流浪地球2》。艺术与科技融合，梦想与现实辉映，这样的“中国式浪漫”，激荡着自信自强的精神力量。

人无精神则不立，国无精神则不强。在新时代的壮阔征程上，闪耀着一个个熠熠生辉的精神坐标。那是“宁愿苦干，不愿苦熬”的战贫之志，是“疫情不退我不退”的抗疫决心，是“只要祖国需要，我必全力以赴”的忠诚奉献，是“确确实实想为更多的人做点事”的公仆情怀……

李大钊同志曾说：“历史的道路，不全是坦平的，有时走到艰难险阻的境界。这是全靠雄健的精神才能够冲过去的。”精神的力量穿越时空，奔流在中华民族的血脉之中。从“天行健，君子以自强不息”的志气到“犯其至难而图其至远”的勇气，从“安危不贰其志，险易不革其心”的意志到“为有牺牲多壮志，敢教日月换新天”的气概……代代传承的浩然之气，自强不息的精神力量，让我们一次次战胜困难挑战，也让我们倍增勇毅前行的信心。

5000多年来，中华民族之所以能在历史洪流中屹立不倒、挺立潮头，中华文明之所以能绵延不绝，依靠的就是历史风雨中锤炼出的自信自强、坚韧不拔的民族性格，凭借的正是时代变迁里锻造的攻坚克难、勇往直前的民族精神。

近日，习近平总书记对深入开展学雷锋活动作出重要指示，强调让雷锋精神在新时代绽放更加璀璨的光芒，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凝聚强大力量。雷锋精神滋养着一代代中华儿女的心灵，折射出精神力量的生生不息、历久弥新。

今天的中国，是赓续民族精神的中国。自信自强的精神力量，正是中国发展的深厚根基、强大动力。“客流量起来了，心里就踏实多了”“创新是照亮企业未来的那道光”“好日子是干出来的”……各行各业的人们，充盈着“拼”的精神、“闯”的劲头、“实”的干劲。一句句乐观向上的心声，一次次爬坡过坎的拼搏，一个个执着坚守的身影，都在朴实而有力地宣示：新征程上，中国人民的前进动力更加强大、奋斗精神更加昂扬、必胜信念更加坚定，实现梦想的步伐不可阻挡。

“火堆只要燃着，日子就不会难过”，一部名为《天边格桑花》的歌舞剧，讲述着西藏山南市隆子县玉麦乡从“三人乡”到67户小康乡的奋斗故事。恰如雪域高原上的格桑花——在风雪中傲然挺立，绽放着生命的力量。在精神火炬的召唤和引领下，我们必将抵达梦想的远方。

（五）

2023年新年伊始，中国外交活动格外繁忙。首次访华的菲律宾总统马科斯，将中国称为“最强劲的合作伙伴”；土库曼斯坦总统谢尔达尔·别尔德穆哈梅多夫访华期间，中土两国政府签署关于“一带一路”倡议和“复兴丝绸之路”战略对接的谅解备忘录；柬埔寨首相洪森兑现“三年之约”，新春之际来华共商开启中柬命运共同体建设新时代；伊朗总统莱希用“岁寒知松柏，患难见真情”形容两国关系；来华进行国事访问的白俄罗斯总统卢卡申科预祝中国即将召开的全国两会取得圆满成功，相信“这将对中国和世界的未来产生重要影响”……友好的情谊，务实的合作，反映出国际社会对中国发展前景的坚定信心。

信心，源自对“中国作用”的普遍共识。国际货币基金组织发布报告，大幅上调今年中国经济增长预期至5.2%。摩根大通、瑞银集团、德意志银行等都上调了对中国经济的预期。“中国市场就是我们最大的信心”“中国是全球经济复苏的关键”……这样的信念，回响在达沃斯的雪山上，呈现于投资机构的报告中，升腾在川流不息的港口码头。当前，世界经济复苏举步维艰，中国经济运行有望总体回升，进一步凸显世界经济复苏的“稳定器”和增长的“发动机”作用。

信心，源自对“中国机遇”的热切期盼。今天的中国，是紧密联系世界的中国。2022年，中国实际使用外资金额超过1.2万亿元，吸引外资和对外投资稳居世界前列。当前，我国已成为140多个国家和地区的主要贸易伙伴。一个不断深化改革、扩大开放的新时代中国，牢牢吸引着世界的目光。在海南，第三届消博会正加紧筹备，国际展区面积占总展区的80%；在上海，目前已有超500家海外企业签约参展第六届进博会。越开越大的开放大门，越来越广的合作空间，实实在在告诉世人：中国的发展是世界的机遇，投资中国就是投资未来。

信心，源自对“中国担当”的高度认同。当一些国家人为“筑墙设垒”，强推“脱钩断链”，中国倡导践行真正的多边主义，携手各国共建“一带一路”，推动构建开放型世界经济。面对“世界怎么了、我们怎么办”的时代之问，习近平总书记提出全球发展倡议、全球安全倡议等一系列新理念新倡议，为推动世界可持续发展、应对全球安全治理难题贡献中国力量，为推动人类和平与发展、构建人类命运共同体提供科学指引。

“天生襟度容江海”。在世界之变、时代之变、历史之变的加速演进中，一个把握大势、立己达人、开放包容的新时代中国，不断为全球发展注入信心和力量。世界好，中国才能好；中国好，世界才更好。

（六）

历史长河时而风平浪静，时而波涛汹涌，但总会奔涌向前。

全面建设社会主义现代化国家，是一项伟大而艰巨的事业。当前，世界百年未有之大变局加速演进，新一轮科技革命和产业变革深入发展，国际力量对比深刻调整，我国发展面临新的战略机遇。同时，世界进入新的动荡变革期，我国改革发展稳定面临不少躲不开、绕不过的深层次矛盾，我国发展进入战略机遇和风险挑战并存、不确定难预料因素增多的时期，各种“黑天鹅”“灰犀牛”事件随时可能发生。难走的路是上坡路，难开的船是顶风船。面对困难，信心比黄金更重要；战胜挑战，提振信心是关键。最根本的，就是坚定不移走好自己的路，心无旁骛做好自己的事。

新时代新征程上，我们要继续保持坚忍不拔的韧劲。前进的道路不会一帆风顺，越是“乱花渐欲迷人眼”，越是“山雨欲来风满楼”，越要拿出“乱云飞渡仍从容”的定力、“咬定青山不放松”的执着、“越是艰险越向前”的勇毅，不为一时一事所惑、不为惊涛骇浪所惧，接续奋斗、艰苦奋斗、不懈奋斗，奋力实现既定目标。

新时代新征程上，我们要不断激发改革创新的闯劲。应对新挑战、破解新课题、实现新发展，关键是向改革要活力、向创新要动力。惟改革者进，惟创新者强，惟改革创新者胜。拿出“踏平坎坷成大道”的胆识，鼓足“狭路相逢勇者胜”的气概，突进“深水区”、勇闯“无人区”，让干部敢为、地方敢闯、企业敢干、群众敢首创，充分激发全社会创造活力，发展新动能就会澎湃不息。

新时代新征程上，我们要始终激扬攻坚克难的拼劲。我们的事业是前无古人的开创性事业，必须勇于进行具有许多新的历史特点的伟大斗争，准备付出更为艰巨、更为艰苦的努力。坚定“不破楼兰终不还”的决心，迸发“斗罢艰险又出发”的劲头，知难而进、迎难而上，敢于斗争，善于斗争，我们就一定能战胜前进道路上的各种困难和挑战，通过顽强斗争打开事业发展新天地。

新时代新征程上，我们要时刻铆足脚踏实地的干劲。“长安何处在，只在马蹄下。”一切梦想的实现，都不是靠喊破嗓子喊出来的，而是靠甩开膀子干出来的。追梦路上，容不得任何花架子、假把式。实干是最昂扬的姿态，实效是最有力的证明。砥砺埋头苦干的品格，发扬求真务实的作风，扎扎实实解决问题，一步一个脚印向前进，才能干出经得起实践、人民和历史检验的业绩。

两会前夕，全国人大代表袁海波奔忙于乡村和人才市场调研；被网友称为“最美医生”的全国人大代表陈玮深入基层倾听百姓呼声；全国政协委员马萧林思考如何加强文物保护、传承发展中华优秀传统文化；全国政协委员余国东仔细打磨提案，为绿色发展建言献策……代表委员履职的身影，诠释着初心和使命，凝聚着信心与力量。

一年春作首，万事行为先。新征程是充满光荣和梦想的远征，没有捷径，唯有实干。让我们更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，全面学习、全面把握、全面落实党的二十大精神，乘势而上启新程，撸起袖子加油干，以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴！

（新华社北京3月2日电）

雷锋精神代代传

火箭军某旅班长、二级军士长侯长岭——

忠诚使命，砥砺大国长剑

■本报特约记者　李兵峰　特约通讯员　张　磊　通讯员　王雨蒙

深山某阵地，随着阵阵发动机轰鸣声，火箭军某旅组织的一场发射演练进入关键阶段。多个“特情”降临，将某发射单元逼入“危局险境”。

这时，该旅班长、二级军士长侯长岭挺身而出，查找问题、排除故障，被迫中断的发射流程很快得以继续。

“我们手执大国重器，一定要像雷锋同志那样，忠于革命忠于党，用能打胜仗的实际行动，书写对党的绝对忠诚。”演练结束，现地开展的“铸忠诚、担使命”主题班务会上，侯长岭的话引发大家的共鸣。

作为该旅某专业首个担负技术把关任务的士兵，侯长岭多次在上级组织的比武竞赛中勇夺桂冠。那一年，某新型装备列装，侯长岭主动向连队党支部请缨，成为首批“吃螃蟹的人”。谈及当时的选择，他说：“作为一名班长，我必须在备战打仗中练在前、干在先，勇担打赢重任。”

进入厂家跟班学习，侯长岭把上百册专业资料、一大堆原理图翻了又翻，遇到难题就向技术人员请教；操作训练中，一个流程一天要反复练上数十遍，顺利成为全旅首批通过考核的导弹号手。凭着这股劲，侯长岭这些年先后圆满完成10多项重大任务，2020年被表彰为全军军事训练先进个人。作为旅里的“兵教头”，他不断创新方式方法，努力拉近训练与实战的距离，培养了一大批基层骨干和优秀号手。

前不久刚完成战备值班任务的侯长岭，又马不停蹄投入到加速提升战斗力的新一轮攻坚战中。他说：“阔步强军新征程，我们要弘扬雷锋精神，忠诚履行使命、勇于担当作为，在自己的战位上续写新时代雷锋故事。”

武警咸阳支队执勤八中队班长、一级上士郑明岗——

锤炼意志，书写青春华章

■本报记者　安普忠　特约记者　张　歆

“攻击要突然，抓腕要准、动作要稳！”初春时节，武警陕西总队咸阳支队执勤八中队训练场上，班长、一级上士郑明岗正为战友示范擒敌术。虽然佩戴着假肢，但他那一套动作依然获得大家阵阵喝彩。

“可以有残缺之躯，不可有残缺之志，奋斗的青春最精彩！”2014年，郑明岗突患动脉血栓性脉管炎，3个月经历6次截肢，失去了左小腿。手术过后，指导员送他一本《雷锋日记》，雷锋“保证克服一切困难”的坚强意志深深鼓舞了他。装上假肢出院的那天，他向中队递交归队申请：我是一名战士，我申请回归战位。

练习跑步，摔倒后爬起来；再摔倒、再爬起来……为尽快恢复军事技能，郑明岗坚持苦练，左膝关节磨烂了，鲜血淌到假肢上。

“我愿在暴风雨中，艰苦的斗争中锻炼自己，不愿在平平静静的日子里度过自己的一生。”郑明岗总是用雷锋这句话给自己加油鼓劲。

战友们心疼他，他坚毅地笑着说：“怕疼的那条腿已经没有了！”就这样，郑明岗慢慢恢复到单双杠能顺利完成1至5练习，俯卧撑一口气能做200多个，5公里能跑进21分钟。

郑明岗先后被评为“中国武警十大忠诚卫士”、全军优秀政治教员、全国优秀共产党员、全国自强模范。面对荣誉，郑明岗说：“我要像雷锋同志那样，有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗，书写青春华章！”