

奔跑前行 遇见更好的自己



何金燕

与《法制周报》结缘于2009年12月。那时的我，带着稚嫩和青涩，奔赴新闻理想。12年间，搬家近10次，那摞发黄报纸，必随身携带。那些黑白记忆，遥远又抵近，刻录着我的成长之路，有小小的得意，也有深浅的遗憾。随意几帧影像，足以感怀至

今。

忘不了在我职业生涯遭遇困惑时实习老师、社领导的那声勉励“小何，你永远都要记住：信心高于一切！”忘不了的那句叮嘱“小何，你一定要记得：记者的名誉，和女人的贞洁一样重要！”还有那些“恨铁不成钢”的斥责，激励我成为更好的自己……

2012年，我采写了醴陵一对被鞭炮炸伤的“姐妹花”的故事，报道为她们募捐了10余万元，得到中国政法大学终身教授江平夫妇的关注和爱心捐赠。2017年，我报道了邵阳中院执行局副局长刘欣用生命铺就执行路的感人事迹，刘欣的爱人一直珍藏着报纸，说要给女儿做嫁妆。2013年9月，作为湖南

唯一入庭参与旁听的媒体记者，我在江苏徐州沛县采访了全国首例养父母状告亲生母亲索赔案。迄今为止，我还记得，生母张彩虹手提袋里斜插着的那本《南风窗》杂志，暗黑色封面上写了“理想不死”4个大字。

理想不死！当一名扬善惩恶的记者，是我的理想。入行12年，不论报业怎么变化，我始终守住心中的净土，笔端依旧是对这份职业的浪漫化想象。我不记得自己记录了多少悲欢离合的故事，没敢奢望用笔去改写别人或自己的命运，但给受访者带去希望和力量，一直是我做记者的初衷和使命。我希望，能一直在自己热爱的路上奔跑前行，遇见更好的自己。

你好，亲爱的《湖南法治报》



曹晓波

“你在法制周报这段经历，请介绍一下。”这是一道面试题，我不止一次被问到，要回答给HR，或是主管、总监等。毫无疑问，你的作品、你的经历，都留在了简历里，留在了人生里。

我会这么回答：《法制周报》是我做记者以及从事公众沟通职业生涯开始的地方。给我最大的收获是：对好故事、好内容的坚守，对新闻专业精神的追求，以及对事实真相的追击。

这种气质，大概也是当大家谈论“法周人”时的一种印象吧。很难想象，我在其后闯荡北京、杭州，先后供职于央视网、新京报、凤凰网、阿里巴巴、蚂蚁集团，如果没有这种气质，也就没有折腾和闯荡的勇气。

在我的家里，留下的《法制周报》大概有一人高，有我写的，也有大家写的，我想我会一直好好保存下去。翻开这些报纸，看着上面有的密密麻麻的评报笔记，依然能清晰地记得很多人和事：第一次做成尘肺病人的特稿，电话那头编辑说看哭了，我振臂为自己打气、呐喊；一次次的抵达，在衡南校车事故、江西贵溪校车事故，云南曲靖镉污染等多个新闻现场，我们用文字记录悲伤、愤怒、感动、希望。

再见了，亲爱的《法制周报》！

你好，亲爱的《湖南法治报》！

（作者系原《法制周报》记者，现任蚂蚁集团品牌营销专家）

坚持的理由

随着个人的成长，在时光的浸润中，在阅历的增长里，慢慢酝酿成一坛陈年的老酒，让人饮之后快、酣畅淋漓。

这里是我职业梦想启航的地方，是我新闻理想实现的平台，更是我结识一个个充满青春活力、才华横溢小伙伴的快乐老家。

他们是无畏不惧的报社领头人，带领报社一班人从湖南广电大楼转战新湖南大厦，变化的是舞台，不变的是一往无前的干劲和决心；他们是团结向上的团队负责人，管得了队伍，做得了业务，还搞得好公关；他们是活力四射的

一线新闻工作者，用青春热血深耕政法战线，以理想信念践行梦想初心；他们是勤恳实干的各部门打工人，擅长用表格、文书体现效率，把关切和真诚融入一次次暖心的服务……

当年，我见证了《法制周报》的艰难诞生、蓬勃发展；现在，我又要注视着《湖南法治报》接下前辈的衣钵，奏响法治湖南交响曲的新乐章；未来，我和我的小伙伴，必然伴随着这份报纸，高举公平正义的大旗、秉持客观公正的理念扬帆远航！

我想，这就是我坚持的理由。



陈佳婧

弹指间，17年已过。

2005年8月22日，尤记得刚拿在手的《法制周报》创刊号那扑面而来的油墨香。“一纸风行”的呼号仿佛还在耳畔回响，数十个日夜艰苦采访出版的劳累，在那一刻，全部化为了夏日里清爽的微风。

这一份独特的获得感和成就感，伴

青春相伴 17年

时，我的人生就与这份报纸紧紧捆绑在了一起。随后的17年，风雨雷电，酸甜苦辣，交织成了我人生中最重要的职业经历。

17年如白驹过隙，一些场景和感受恍然如昨。

2006年后的3年，抛家舍子闯京开发市场，冬天拖着几百份样报在北京地铁通道艰难上下，手掌上火辣辣的勒痛感至今还会有条件反射；与同事们在KTV庆祝发行破10万份时，兴奋到跳上桌面热舞时的动作，现在居然还能重复；也还记得主持“金芒果计划”公益项

目，去山区送图书室时，鞋子陷在烂泥里灌满泥浆拔不出来的沉重和难受感；

……

一切都是生活的恩赐，回首过往，更多是感恩与珍惜。

青春就是让人成长的过程。这17年也是我人生的第二段青春，感谢这段时光的洗礼，让我成为一个坚韧不拔的人，成为一个永远在学习、与时俱进的人。今天与《法制周报》并肩站在新的起跑线上，愿下一个17年我们昂首阔步，大道康庄。

从法科生到政法记者



倪欢欢

2017年6月，我带着对未来的期许入职法制周周报，从一个法学院毕业生成为一名媒体人。

3年时间里，我调过3次岗位，老师们鼓励我，“一个优秀的媒体人需要具备不同的工作技能，更高的综合素质”。我不断拥抱变化，让我有机会寻找自己的优势和不足。

一次次深入一线采访让我不断增长见识，不同的选题和采访对象让我看到不同的人物和故事，看到人世间真实的冷与暖。不同的工作岗位也让我积累了多项工作技能，这对一个行业内的新人来说说是莫大的财富。

也还记得，做编辑那几个月，我经常和几位编辑老师一起加班到深夜，一起吃盒饭，一起为了一个更好的标题改上七八遍。我清楚编辑工作的辛苦和重要性，做记者写稿时常提醒自己带着编辑思维，尽力为编辑省时省力。

很感谢《法制周报》那几年给我的机会，培养了我良好的职业素养，这将是我一生的财富。

（作者系原《法制周报》记者）

仰望星空 脚踏实地

州市残疾人联合会理事长、第十二届全国人大代表戴碧蓉一起去贵州遵义看望并采访吕曦东。

2005年9月18日，在遵义某影楼打工的邵阳青年吕曦东，在城郊马兰坝附近的一个铁路弯道上，成功救起一名4岁的男童，而自己却被飞驰驶来的列车撞飞。

2006年，在报社的鼎力帮助下，吕曦东圆了大学梦，被湖南师范大学破格录取。大学期间，他在《法制周报》实习，我担任他的实习老师。实习过程中，他

十分勤奋，拍了大量摄影作品在报纸上刊登。毕业后，他回到家乡在邵阳市大祥区宣传部工作。多年过去，这个热心勇敢的少年已经在新的岗位上承担起了自己的职责。

回顾在《法制周报》的工作和生活，我从中获得了极大的成长和精神力量。也正是许许多多像吕曦东这样的故事，闪耀着光芒，成为指引我坚守职业理想的“星星”。

17载，仰望星空，脚踏实地。不负使命，继续前行。



伏志明

17年前，我怀着对新闻事业的无限热爱入职《法制周报》。这里是我梦想起航的地方，也是一片能让职业理想生根发芽的沃土。岁月如梭，回忆过去，往事如排山倒海般涌来。而最让我心潮澎湃的，是邵阳青年吕曦东的故事。

那是入职的第2天，我陪同现任株