

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报(汇总6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报优质篇一

思想汇报

敬爱的党组织：

与此同时，现在的我距离成为一名党员还有很大的差距，但我会不断努力，逐步向党员靠拢，提高自己的思想认识，不断的完善自己，争取早一日能够成为党组织的一员，从而更好的为人民服务。

汇报人：本站

2019年12月31日

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报优质篇二

您好！

一年一度的两会在阳光明媚的三月如期举行，这次全国“两会”是在党的十八大之后召开的十分重要的会议，是换届的大会，也是在我国即将迎来改革开放30周年并将首次举办奥运会的大好形势下召开的十分重要的会议。会议开得圆满成功

功，真正开成了与时俱进、民主团结、求实鼓劲的大会。

会议的成功召开，对于进一步动员和激励全国各族人民全面贯彻落实党的十八大精神，高举中国特色社会主义伟大旗帜，继续解放思想，坚持改革开放，推动科学发展，促进社会和谐，夺取全面建设小康社会新胜利，具有十分重要的意义。作为一名大学生，更要认真学习十一届全国人大一次会议和全国政协十一届一次会议精神，不断掌握新知识，积累新经验，增加新本领，以饱满的热情、积极的态度、正确的观念投身到高校改革浪潮中去。

两会延续时间长，与会人员众多，内容涉及国家生活的方方面面，因而每次都成为全国关注的焦点。此次两会，政府工作报告通篇贯穿全面落实科学发展观与构建和谐社会的要求，不论是总结去年工作，还是布置今年以及“十一五”时期任务，都全面体现了落实科学发展观与构建和谐社会的要求。

从政府的工作报告和“十一五”规划中，我们看到此次两会体现了两个着力点：着力解决关系经济社会发展全局的重大问题，着力解决涉及人民群众切身利益的热点难点问题。如扩大消费需求、解决群众看病难和上学难问题既涉及群众切身利益，也是关系经济社会全局发展的大问题，解决好这些问题是落实科学发展观的具体体现。落实科学发展观不是一句空话，而是既有思路、观点，又有政策、措施来加以保证落实，体现了执政为民、与时俱进、求真务实的精神。

每年的提案议案都是每次两会的一大重要内容，今年提案议案内容大至国防外交、经济教育，小至房贷婚姻、储蓄养老，无所不包，再次深刻体现了中国共产党始终代表最广大人民群众的根本利益。这些由人民代表提出的与我们的生活息息相关的提案，大部分都在两会上通过，并得到相应的解决措施，许多搁置已久的问题也因此得到解决，因为党始终代表先进生产力的方向，始终代表最先进文化的前进方向，始终代表最广大人民群众的根本利益。

“两会”重要思想，使我的马克思主义理论水平、思想政治觉悟得到进一步提高。通过深入系统地学习中国共产党的发展历史、党的章程及在新的历史条件下党的基本任务、目标，在心中进一步明确我们的党是中国工人阶级的先锋队，同时也是中国人民和中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心。始终坚信党员是一面旗帜，哪里有艰险，哪里就有共产党员。党员是为人民服务的，不是贪图享乐的，永远充分体现了党员的先锋模范作用。要扎扎实实地为群众办好事，办实事，能常走到群众中去，了解群众之所想，急群众之所急。

通过学习，我更加深了对“两会”重要思想的理解和认识。“两会”重要思想始终代表先进生产力的发展方向、代表先进文化的前进方向、代表中国最广大人民的根本利益，是总结我们党八十多年历史经验得出的一个重要结论，是我们党的立党之本、执政之基、力量之源。

“两会”不是三个方面的简单相加，而是一个有机的统一整体，发展先进生产力，促进经济增长，是发展先进文化、实现人民根本利益的物质前提和基础；发展先进文化，是发展生产力和实现人民利益的灵魂；代表和实现最广大人民的根本利益，是发展生产力和先进文化的根本目的，是共产党人全部工作和实践活动的出发点和归宿。以上是我这阶段学习的一点点收获，希望党组织加强对我培养和教育。

此致

敬礼

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报优质篇三

我是教育科学学院xx级xxx专业的学生，名字叫xx□学号是xxxx□我由于在xx年x月x日在校外与同学吃饭时喝酒，犯下了比较严重的错误，违反了学校的规章制度。学校根据□xx□

第x条第x款规定，给予我相应的记过处分。处分期已近一年，在这一年里，我认真反省，努力学习，积极工作，得到了领导老师同学的帮助和关心。认识了错误，思想有了提高，学习也有了很大的进步，我的积极优异的表现得到了老师同学的肯定。按学校规定，及我在这一一年里的优异表现，特此向学校领导申请取消处分。

在犯了错误之后，我找到了年级辅导员x老师认识错误，接受了老师的批评指正，x老师给予了引导，并希望我能在今后的学习中注意方式，方法，并注意思想的上进。我还找到学院党委副书记认识错误，书记并没批评我，希望我回去好好想想，以及看相关规定，认识所犯的的错误，并鼓励我在今后做努力学习，做一个好学生。领导老师的引导和鼓励，让我在犯了错误之后，没有就此颓废，也没失去面对未来的勇气，我自信的抬起头，并告诉自己要走好以后的路。之后我还和系主任谈过，他也没有怎么批评我，而是鼓励我，希望我不要抱怨别人和环境，要勇敢的去面对错误，争取后面的做的更好，甚至努力去做出更出色的成绩来弥补这次错误。在与领导老师的交谈之后，我不仅认识到了我犯的的错误，还懂得了我后面该怎么去做。事实上，这一年来，我也按老师们的希望在努力着，奋斗着。所做出的努力和表现也得到了老师同学的肯定。下面向学校领导说说我这一年来所做的努力。

首先，思想上，不断加强自己的修养，提升思想认识。与时俱进，了解社会发展动态，认识社会发展趋势。作为大学生，即将毕业的学生，就要了解社会需要什么样的人，自己需要往那方面发展，如何能使自己的个人价值与社会价值融合发展等。同时关心国家社会的时事，了解的方针政策。为将来为国家社会服务打下良好的思想基础。

其次，在实践上，根据社会需要，个人发展，努力学好各种专业知识，由于所学专业实践性比较强，就着重训练了自己的动手能力。经常上实验室做相关实验。并积极参加一些社会实践活动，并参加一些项目的工作。如，参加了《对外汉

语》网络课程的开发建设，此项目获得了校多媒体教学软件大赛的二等奖以及，自治区软件大赛的一等奖。跟随老师到平南县朝阳初中系列学校给那里的老师培训电脑知识。参加了第三十五届校运动会的网上实时报道工作，主要负责摄影工作；参加了广西“二十一世纪园丁工程”结题会的全程跟踪摄影报道工作；参加了广西高校高等教育信息化论坛的全程摄影报道工作。在这些工作中，得到很大的锻炼，学会了技术，也学会了很多做事做人的道理。自己的努力和出色表现也得到了老师的肯定，并得到了学院通报表扬。所学专业，理论知识同样很重要，所以平时也很注意理论的学习，除了课堂上听老师外，还通过上图书馆查阅资料，扩展理论知识。在学院刊物《教育与心理论坛》杂志上发表了论文。

同时，积极参加各种班级，学院，学校组织的活动。各种班会，团组织的活动都按时积极参加。并主动协助班委开展工作。在学院第三届田径运动会上获铅球二等奖，铁饼三等奖。并积极参加了校三十五届田径运动会的铅球比赛。参加了学院告别杯年级间的篮球赛。参加了学院组织的三人制篮球赛。一年来一直担任学院分团委办公室的助理岗位，工作认真负责，能出色完成工作任务，热情解决同学的问题。得到了老师的表扬和肯定。平时乐于帮助同学。

以上是我在这一年来的主要表现，希望领导老师审查。并恳请学校领导老师准予取消处分。我将继续用我的优异表现回报领导、老师、家人、同学的关心和支持。

此致！

敬礼！

学生□xxx

200x年x月x日

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报优质篇四

一年的预备考察期就快要结束了，这一年的生活、工作、学习使我感触良多，我由学校这座象牙塔走进了社会的大舞台，结束了漫长的学习生涯进入了新的生活。起初我有过迷惘、有过焦虑，还有过忘我的忙碌与奔波，这种忙忙碌碌的工作生活让我越发不知所措，甚至和我之前的憧憬背道而驰。但也就是这样的工作生活让我接触到了更多的人和事，让我见识到了形形色色人，让我更加懂得了幸福生活的来之不易以及父母养我育我的艰辛，同时我也学会了正确去应对问题解决问题。

每一个来到这个世界，都期望在人生的道路上一路阳光、满地鲜花，但这只是一种理想而已，现实告诉我们，这种理想是不贴合自然和社会规律的。无论愿意与否，挫折都会不时地光顾我们。我们能做的不是消极等待、坐以待毙，而是要用心应对挫折，迅速走出困境。任何事物发展都不是一帆风顺的，我们要相信“好事多磨”的道理，“沉舟侧畔千帆过，病树前头万木春”。正如邓亚萍所说，“在人生成长过程中，经历逆境对一个人来讲是很有帮忙的，好处在于精神层面，经历逆境能够造就一个人超强的抗压潜力和超强的心理素质，有利于日后挑战储备充足的精神资源。”任何事物都是相生相克的，幸福的甜总是和生活的苦相伴而生。幸福的圆满总是和社会的缺陷形影不离。诺贝尔文学奖获得者门罗以前在《幸福过了头》中指出：幸福始终充满着缺陷。佛家也没有把享受等同为享福，而是解释为“享同样的福，受同样的罪”。这说明，人生中的苦难挫折和生活中的遗憾缺失必然存在，要想体悟幸福，点亮幸福，实现幸福，就务必克服苦难，笑对挫折，正视问题。个人如此，社会和国家亦是如此。

首先，要正视苦难。我们的国家、社会和个人，唯有不畏艰难、矢志奋斗，才能建立信仰、知足常乐，方能稳中求进、赢得未来、体悟幸福。其次，要笑对挫折，用伟大梦想点亮

幸福。泰戈尔以前讲过，负担将变成礼物，受的苦难将照亮你的路。用心乐观，怀揣梦想是应对各种挑战，迎接幸福的精神动力和价值支撑。最后，要直面问题，追求幸福。唯有直面矛盾，才有可能化险为夷。不日新者必日退。明者因时而变，知者随事而制。

阳光总在风雨后，不经历风雨，怎能见彩虹。人生免不了挫折，挫折是人生的常态，这些经历都将成为我们日后弥足珍贵的人生财富。当挫折到来之后，战胜挫折的力量主要来自自己的心灵。我们每个人的心中都藏着百万大军，只要指挥得当，它将摧城拔寨、所向披靡。要坚信世界上没有任何力量能够打垮你，真正打垮你的是你自己。

此致

敬礼

汇报人：

xx年x月x日

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报优质篇五

本人是一名入党积极分子，按时向党组织汇报自己的最新动态，按时取得思想上的进步，是我的责任。下面是小编为大家准备的入党思想汇报工人思想汇报例文，希望大家喜欢。

尊敬的党组织：

您好！

这次能够参加入党积极分子培训班，我们感到无比的激动，同时，也感到非常的荣幸。五天以来，我们系统的学习了

《党章》、党的基本知识，学习了党的历史，党的十大报告和“把党的旗帜亮出来”主题教育等有关内容，并且在老师的带领下，对革命圣地西柏坡进行了实地学习参观。五天以来，我们不但聆听了各位老师对党的相关知识的精彩讲解，对十大深入浅出的解读和对其精神实质的精辟阐述，使我们不但在思想上对中国共产党有了比较全面系统的认识，同时也为我们提供了更为广阔的思考和学习空间，让我们在学习过程中得到了精神上的充实和享受！

在此，衷心感谢各位老师！

下面是通过这几天学习所获得的几点感受，比较浅显，在认识上若有偏差，还请老师周正。

一、增强了对党性方面的了解。中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时是中国人民和整个中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心。中国共产党诞生至今的全部历史证明，只有共产党的领导，才能肩负起民族的希望，才能领导中国人民把历史推向前进。中国共产党始终坚持人民利益高于一切，坚持全心全意为人民服务的指导思想，中国共产党员无论在战争年代，还是在和平年代各个时期，都起到了模范带头的先锋作用。党的十大报告明确指出，我们国家正处于改革的关键时期，机遇前所未有，挑战也前所未有。此时此刻，更明确显示出只有在中国共产党的领导下才能更好的抓住机遇，才能够顽强的面对挑战，才能够实现时代赋予的崇高使命。

二、进一步端正了入党动机。入党动机是争取入党的一种精神力量，是指一个人要求入党的内在原因和真实目的。端正入党动机就是要摒弃个人利益和私心杂念，而始终将人民的利益放在首位，为了最终实现共产主义而奋斗终身。争取入党的过程，实际就是不断改造自己主观世界、提高觉悟、以实际行动使自己具备党员条件和素质的过程。

在今后的人生道路上，我们必将不断用理论知识来武装自己，不断地在践行党的路线、方针和政策中深化自己的行动，纯洁自己的思想，不断否定自我，在组织的关心和帮助下，确立正确的入党动机。

三、更加深入理解十_大的重要论述。通过再次深入学习党的十_大精神内容实质，使我进一步认识到，作为入党积极分子，我们要以良好的作风学习好、贯彻好、落实好党的十_大精神。落实好十_大精神，就是要与当前的各项工作紧密结合起来，与我们本职工作紧密结合起来，让十_大精神在点滴中不断闪光、凝聚和体现；就是要在经济建设领域和各项社会事业工作中，通过狠抓贯彻落实，展现十_大精神的巨大魅力；就是要在各自的实际工作中，上下一心，同心同德，努力做好本职，以实际成效，在各项社会实践中展示十_大的精神和力量，为确保党和国家在新时期新阶段宏伟奋斗目标的实现而奉献我们的绵薄之力。

各位老师，各位同学：五天的学习已经接近尾声，我非常珍惜和怀念我们共同度过的这段宝贵时光。在此期间，我们各项课业内容丰富充实，形式上多种多样，让我们受到教育的同时深受鼓舞，让我们在精神上更加热爱我们伟大的中国共产党，在思想上对党无限的忠诚和信赖，在意志上更加坚定了我们加入党组织并为之奋斗终身的信心和决心。

相信在以后的工作和生活中，我们必将以党员的标准严格要求自己，更加坚定的立足本职，以更高的立意全身心的投入到各项事业；必将以更纯净的思想境界不断学习，不断改进工作方法和思想方法，积极进取、持之以恒，转变作风，苦干实干，主动靠拢党组织，以实际行动来争取早日入党。我们必将在党的领导下，把党员的这面旗帜通过实际工作亮出来，把我党全心全意为人民服务的宗旨和对每个党员的基本要求通过言行举止和扎实的工作作风体现出来；我们必将在党组织培养下，通过个人的不懈努力和执着追求，早日成为一名合格的共产党员，为全面建设富强社会、和谐社会提供

更加优良的舆论支持和工作支撑。

最后，祝福各位尊敬的领导和几天以来辛苦授课的老师身体健康，生活幸福！祝愿各位同学和朋友们学有所成，工作顺利！

此致

敬礼

敬爱的党组织：

经过了一个学年的组织生活，我学到了很多书本上面没有的东西。在假期的时间里，我又想了很多关于这个学期组织生活的内容和精神。

为了深入学习、贯彻“三个代表”重要思想，使我的马克思主义理论水平、思想政治觉悟得到进一步提高，入党动机得到进一步端正。通过深入系统地学习中国共产党的发展历史、党的章程及在新的历史条件下党的基本任务、目标，在心中进一步明确我们的党是中国工人阶级的先锋队，同时也是中国人民和中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心。始终坚信党员是一面旗帜，哪里有艰险，哪里就有___员。党员是为人民服务的，不是贪图享乐的，永远充分体现了党员的先锋模范作用。要扎扎实实地为群众办好事，办实事，能常走到群众中去，了解群众之所想，急群众之所急。

通过学习，更加深了对“三个代表”重要思想的理解和认识。“三个代表”重要思想始终代表先进生产力的发展方向、代表先进文化的前进方向、代表中国最广大人民的根本利益，是总结我们党八十多年历史经验得出的一个重要结论，是我们党的立党之本、执政之基、力量之源。“三个代表”不是三个方面的简单相加，而是一个有机的统一整体，发展先进

生产力，促进经济增长，是发展先进文化、实现人民根本利益的物质前提和基础；发展先进文化，是发展生产力和实现人民利益的灵魂；代表和实现最广大人民的根本利益，是发展生产力和先进文化的根本目的，是共产党人全部工作和实践活动的出发点和归宿。不但要认真学习“三个代表”重要思想，更要在实际工作中践行“三个代表”。

我要在大二的这一学年里进一步全面加强个人的素质，努力学习，在实际学习中践行“三个代表”。把这一年的组织生活的内容和精神贯彻到生活和学习中去！

尊敬的党组织：

您好！

这次能够参加入党积极分子培训班，我们感到无比的激动，同时，也感到非常的荣幸。五天以来，我们系统的学习了《党章》、党的基本知识，学习了党的历史，党的十大报告和“把党的旗帜亮出来”主题教育等有关内容，并且在老师的带领下，对革命圣地西柏坡进行了实地学习参观。五天以来，我们不但聆听了各位老师对党的相关知识的精彩讲解，对十大深入浅出的解读和对其精神实质的精辟阐述，使我们不但在思想上对中国共产党有了比较全面系统的认识，同时也为我们提供了更为广阔的思考和学习空间，让我们在学习过程中得到了精神上的充实和享受！

在此，衷心感谢各位老师！

下面是通过这几天学习所获得的几点感受，比较浅显，在认识上若有偏差，还请老师周正。

一、增强了对党性方面的了解。中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时是中国人民和整个中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心。中国共产党诞生至今的

全部历史证明，只有共产党的领导，才能肩负起民族的希望，才能领导中国人民把历史推向前进。中国共产党始终坚持人民利益高于一切，坚持全心全意为人民服务的指导思想，中国共产党员无论在战争年代，还是在和平年代各个时期，都起到了模范带头的先锋作用。党的十_大报告明确指出，我们国家正处于改革的关键时期，机遇前所未有，挑战也前所未有。此时此刻，更明确显示出只有在中国共产党的领导下才能更好的抓住机遇，才能够顽强的面对挑战，才能够实现时代赋予的崇高使命。

二、进一步端正了入党动机。入党动机是争取入党的一种精神力量，是指一个人要求入党的内在原因和真实目的。端正入党动机就是要摒弃个人利益和私心杂念，而始终将人民的利益放在首位，为了最终实现共产主义而奋斗终身。争取入党的过程，实际就是不断改造自己主观世界、提高觉悟、以实际行动使自己具备党员条件和素质的过程。

在今后的人生道路上，我们必将不断用理论知识来武装自己，不断地在践行党的路线、方针和政策中深化自己的行动，纯洁自己的思想，不断否定自我，在组织的关心和帮助下，确立正确的入党动机。

三、更加深入理解十_大的重要论述。通过再次深入学习党的十_大精神内容实质，使我进一步认识到，作为入党积极分子，我们要以良好的作风学习好、贯彻好、落实好党的十_大精神。落实好十_大精神，就是要与当前的各项工作紧密结合起来，与我们本职工作紧密结合起来，让十_大精神在点滴中不断闪光、凝聚和体现；就是要在经济建设领域和各项社会事业工作中，通过狠抓贯彻落实，展现十_大精神的巨大魅力；就是要在各自的实际工作中，上下一心，同心同德，努力做好本职，以实际成效，在各项社会实践中展示十_大的精神和力量，为确保党和国家在新时期新阶段宏伟奋斗目标的实现而奉献我们的绵薄之力。

各位老师，各位同学：五天的学习已经接近尾声，我非常珍惜和怀念我们共同度过的这段宝贵时光。在此期间，我们各项课业内容丰富充实，形式上多种多样，让我们受到教育的同时深受鼓舞，让我们在精神上更加热爱我们伟大的中国共产党，在思想上对党无限的忠诚和信赖，在意志上更加坚定了我们加入党组织并为之奋斗终身的信心和决心。

相信在以后的工作和生活中，我们必将以前党员的标准严格要求自己，更加坚定的立足本职，以更高的立意全身心的投入到各项事业；必将以更纯净的思想境界不断深入学习，不断改进工作方法和思想方法，积极进取、持之以恒，转变作风，苦干实干，主动靠拢党组织，以实际行动来争取早日入党。我们必将在党的领导下，把党员的这面旗帜通过实际工作亮出来，把我党全心全意为人民服务的宗旨和对每个党员的基本要求通过言行举止和扎实的工作作风体现出来；我们必将在党组织培养下，通过个人的不懈努力和执着追求，早日成为一名合格的共产党员，为全面建设富强社会、和谐社会提供更加优良的舆论支持和工作支撑。

最后，祝福各位尊敬的领导和几天以来辛苦授课的老师身体健康，生活幸福！祝愿各位同学和朋友们学有所成，工作顺利！

此致

敬礼

敬爱的党组织：

我在前不久郑重的向支部党组织递交入党申请，在这期间我很激动，我终于能够距离成为中国共产党党员的梦想越来越近了。现在我知道我要更加严格的要求自己，相信在我的努力下，在党组织的帮助下，我一定会取得更大的进步的。

要认真学习马克思列宁主义、毛泽东思想、学习邓小平理论和党的路线、方针、政策及决议，学习党的基本知识，提高对马克思主义建党理论的认识和对中国共产党的认识，明确为实现共产主义奋斗的历史使命。这是树立正确的入党动机的思想基础。

要把入党动机体现到自己的实际行动中去，用党员标准严格要求自己，不断提高自己，通过行动来表明自己愿望，接受党组织的考验。在行动中强化和实践自己的入党动机。

即在实际工作和学习中，以努力为社会主义建设做贡献来体会党的全心全意为人民服务的宗旨；以吃苦在前、享受在后的行为来体会为共产主义不惜牺牲一切的高尚情操；以认真学习共产党员的模范事迹来增强自己对党的感情，激励自己的行动等。总之，就是要通过在录井分队工作实实在在的实践活动，来加深对共产主义和党的认识，深化正确的入党动机。

主动靠拢党组织，同党员交流思想，争取党组织。党员对自己的教育和帮助。端正入党动机不只是入党前一时的事情，还包括入党后一辈子的事情。有的人组织上入了党，思想上并没有完全入党；有的人入党后放松政治理论学习和思想改造，革命意志衰退，甚至蜕化变质。因此，每个要求入党的积极分子都要有长期端正入党动机的思想准备，即使入党后也要继续努力，做到组织上、思想上入党，使自己成为一名名副其实的共产党员。

此致

敬礼！

2023年思想汇报撰写要求及 思想汇报优质篇六

今年，中国共产党将迎来建党x周年□x载艰苦卓绝□x载荣耀辉

煌煌年来，中国共产党团结带领全国各族人民战胜各种艰难险阻，取得了新民主主义革命和社会主义革命、建设、改革的伟大胜利，谱写了中华民族自强不息、实现复兴的奋斗凯歌。

我作为一名入党积极分子，必须不断学习党的基本知识，认真真的做好自己的本职工作，用党员的标准时时处处严格要求自己。

反腐倡廉生动的教育课。对我们教育之大，犯罪分子用自己生动的事实，告诫我们反腐倡廉的重要性。

目前，社会中一些党员的贪污*，是社会发展的一个不可避免的问题，以及导致问题的一些原因，让我们豁然开朗，并引以为戒。要避免党员*，学习、教育是基础；制度建设是关键；惩治监督是保障。

要成为一名优秀的党员，需要提高自身的修养，提高理论修养，包括学习马列主义，毛泽东思想，社会主义现代化建设的科学发展观。政治修养，要了解战争与革命，和平与发展的相关影响。思想修养，要培养大公无私，为人民服务，遵守各项法律法规，发扬党员的先锋模范作用，牢记公民道德，和，并身体力行。

我要在工作中，多学习革命理论，培养党性，多参加实践，学会总结，向身边的优秀党员，干部学习，虚心求教，不耻下问。

我要做以一名优秀的党员的标准，严格要求自己，积极向党组织靠拢，争取早日加入中国共产党。请党组织在实践中考验我吧。