

# 从出生到老去,宪法守护我们一生

宪法是国家的根本法,是全面依法治国的根本依据。今年12月1日至7日为第八个“宪法宣传周”。作为“守护者”,宪法是怎样为公民提供保障的?如何通过常态化、长效化的方式推进宪法宣传教育,让宪法精神更加深入人心?法学专家对此专门进行了解读。

## 从出生到老去 宪法是为公民提供保障

我国宪法以专章规定公民的基本权利,比如,公民人身自由、人格尊严、选举权和被选举权等。“国家尊重和保障人权”于2004年载入宪法,有力推动了基本权利体系的完善。

从这些年宪法保障公民基本权利的实践看,我国通过立法或其他活动,纠正了很多可能对公民的基本权利造成侵犯的情况。

例如,2024年全国两会期间,全国政协总工会界别委员提交了保障劳动者离线休息权的提案。提案指出,在网络时代,数字信息技术的发展使劳动突破了时空界限,提供了灵活的工作方式,但也模糊了工作与生活的边界,劳动者“休而不息”,休息权、隐私权得不到保障。提案建议在劳动法立法层面引入离线休息权,提高企业隐形加班违法成本。离线休息权本质是数字时代休息权的延伸,其法律依据是我国宪法第四十三条明确的劳动者享有休息权,核心是阻止“隐形加班”侵蚀劳动者法定休息时间。提案提及的隐私权保障,可以追溯至宪法所蕴含的人格尊严不受侵犯的精神。下班后强制线上待命、处理工作,实质上是对劳动者私人生活领域的不当干预,违背宪法对公民人格权益的隐性保障。在劳动法立法层面引入离线休息权的提案契合了宪法中保障劳动者身体健康、实现美好生活权利的初衷。

同时,宪法作为治国安邦的总章程,对国家制度、国家机构等方面的规范,都以维护最广大人民的根本利益、保障人民的各项基本权利为价值目标。例如,合宪性审查、备案审查制度,通过对规范性文件进行合宪性审查,纠正公权力对公民基本权利的不当限制。从现代宪法发展来看,加强人权保障、扩大公民权利范围是一个长期的趋势。通过宪法的全面贯彻实施,把保障人权的理念贯彻到国家工作的各个方面和国家权力运行的各个环节。保证公权力的行



使者首先要成为公民基本权利保障的坚定捍卫者。

## 公民享有基本权利 同时必须履行规定义务

公民的基本权利和义务是宪法的核心内容,我国宪法在规定公民享有各项基本权利的同时,对公民履行的各项基本义务也做了规定,体现了权利与义务的一致性。

从抽象角度和内在逻辑上看,权利和义务统一于整体的法律制度之中。权利和义务密切相连,相辅相成。没有无义务的权利,也没有无权利的义务。但在具体法律关系中,却不能把权利和义务的关系做简单化、庸俗化理解。

一方面,享有权利并不必然的、即时的、一对一的履行义务,反之亦然。例如子女从小受父母抚养,成年以后才负有抚养父母的义务。另一方面,宪法规定的基本权利和义务是辩证统一的关系。公民履行基本义务的过程同时也是公民享受基本权利的过程,二者并不对立。例如,宪法第四十六条规定,公民有受教育的权利和义务。通过接受教育获得生存和发展的基本能力,这是公民的基本权利。同时,接受教育也是公民的一项宪法义务。大家在日常生活中,应

当把二者结合起来,不能把享受权利和履行义务理解为各自孤立的行为。

公平正义的核心是权利平等、责任共担,权利与义务的一致性正是这一核心的法律保障。权利义务的一致性维护社会秩序的“平衡器”。若允许部分人只享受权利或部分人只承担义务,会打破权利与义务的平衡,导致特权或不公,引发社会矛盾。权利与义务的一致性通过权利义务结合,避免了这种失衡,让社会运行有稳定的规则支撑。

## 培育全社会法治意识 宪法发挥核心作用

宪法是国家一切法律法规的总依据、总源头,在培育全社会法治意识中发挥着不可替代的核心作用。

第一,确认和保障公民基本权利,奠定法治意识根基。宪法明确公民的基本权利,这种权利确认不仅增强了公民的主体意识,更促使人们理解法治是维护权利的保障,从而主动尊崇法律、遵守法律。

第二,规范国家权力运行,树立法治权威。宪法通过规定国家机构的组织原则和职权范围,将国家权力限制在宪法框架内,防止权力滥用。这种规范作用让公民认识到权力必须依法行使。

第三,指引社会行为方向,促进法治实践。宪法作为最高法律效力的规范,为全社会提供了行为准则。宪法通过民主精神和法治原则,指引国家机关、社会组织和个人在政治、经济、文化等领域的活动,推动形成“遇事找法、解决问题用法”的社会氛围。

第四,评价社会行为标准,强化法治认同。宪法通过确认国家根本制度和根本任务,使公民理解法治是国家长治久安的基石。

第五,宣传法治精神,凝聚社会共识。通过宪法宣传教育活动,提高公民的法律意识和法治观念。

宪法通过以上五个方面,将法治精神融入国家治理和社会生活的方方面面。只有人们认同宪法的根本价值,才会主动形成法是权利保障、是社会公平底线的信仰,最终让法治从外在规则变成内在习惯。

## 让宪法精神更加深入人心 实现全面依法治国

开展宪法宣传教育是全面依法治国的重要任务。推进宪法宣传教育,让宪法精神更加深入人心,既要注重整体谋划,协调推进,又要突出重点,精准发力。

首先,可以通过建设国家宪法宣传教育馆,建设各类宪法学习宣传教育基地等,在全社会广泛开展尊崇宪法、学习宪法、遵守宪法、维护宪法、运用宪法的宣传教育活动,解读好宪法的精神、原则、要义,解读好宪法所规定的重大制度和重大事项,讲好宪法故事。

其次,抓住学校、社区、媒体等重点阵地,推动宪法法律宣传教育进企业、进乡村、进机关、进学校、进社区、进军营、进社会组织。通过灵活多样的形式和手段、鲜活生动的语言和事例,使宪法真正走入日常生活、走入人民群众,增进全社会对宪法的理解和信仰。

最后,要重点抓好领导干部和青少年这两个群体的宪法学习教育。完善国家工作人员学习宪法法律的制度,推动领导干部加强宪法学习,增强宪法意识。坚持从青少年抓起,通过案例解读、互动问答等形式,培养青少年宪法意识,扣好“法治第一粒扣子”,让青少年的宪法学习教育“听得懂、看得见、摸得着、用得上”。

(本报综合报道)

**便民服务**

### 疏通服务

专业疏通  
修改水管 修马桶  
3038805  
2022773

疏通  
维修改装上下水暖  
3033345

### 保洁服务

保洁  
爱心保洁  
家庭、单位、玻璃厨卫  
17532059115

**大辞典**  
天天刊登价格更实惠

保定晚报分类广告 一次性付款  
每周至少刊登三次 即可享受优惠服务

- 10次赠1次
- 20次赠3次

### 房屋出租

军校广场东方家园小区13号楼610室611室,每间218平米房,租金4.5万元/年,电话:13501159667徐女士。

### 房屋转让

军校广场东方家园小区13号楼608室609室,每间218平米,4500元/平米,电话:13501159667徐女士。