

# 国枫周刊

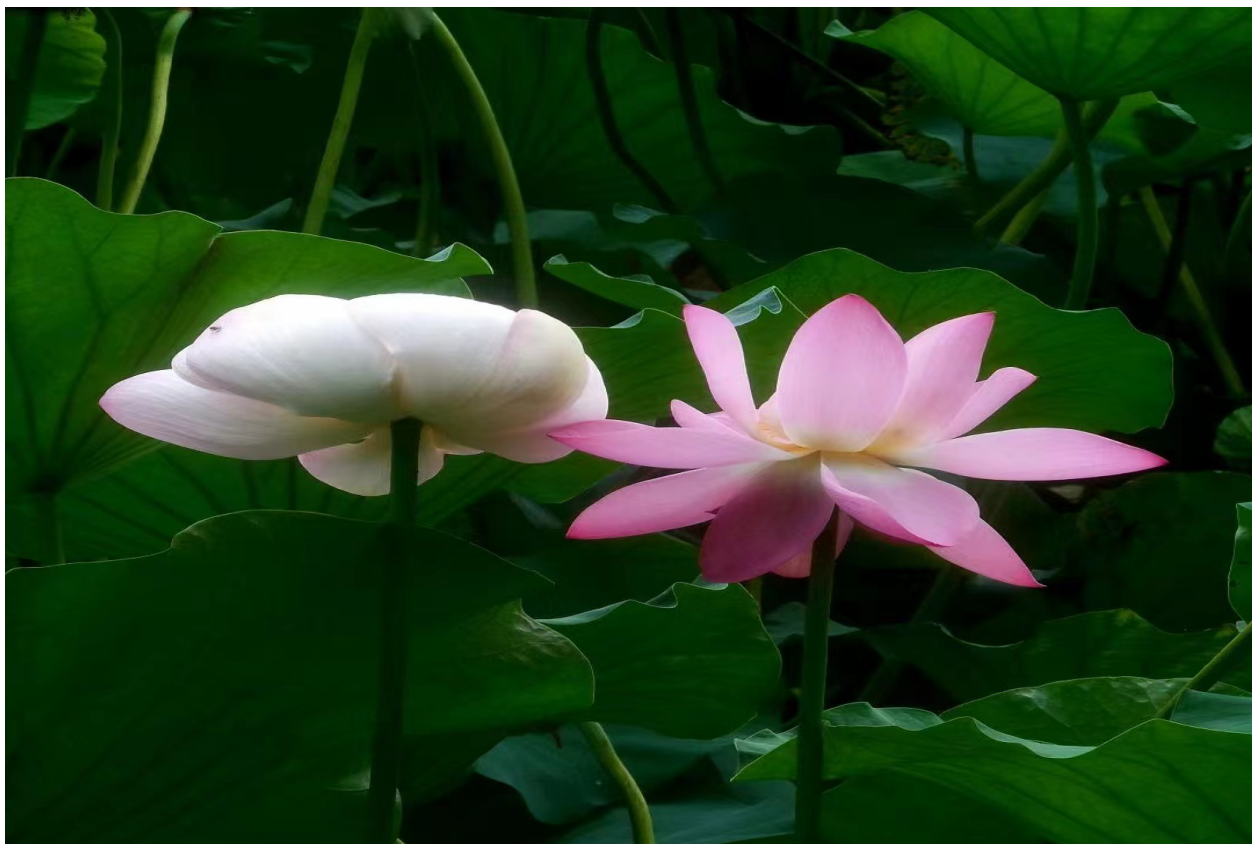
GRANDWAY WEEKLY



GRANDWAY

2023 年第 28 期 总第 738 期

2023/8/11



北京国枫律师事务所（北京-上海-深圳-成都-西安-香港）

Grandway Law Offices (Beijing-Shanghai-Shenzhen-Chengdu-Xi'an-Hong Kong)

地址:北京市东城区建国门内大街 26 号新闻大厦 7 层

Address: 7/F, Beijing News Plaza, NO.26 Jianguomenneidajie,

邮编:100005

Dongcheng District, Beijing, China, 100005

电话:010-66090088/88004488

Tel:86-10-6609-0088/8800-4488

传真:010-66090016

Fax:86-10-6609-0016

网址:www.grandwaylaw.com

Website: www.grandwaylaw.com

（本周刊仅供本所内部交流及本所客户参阅之用）

## 目录 CONTENTS

国枫动态	GRANDWAYLAW NEWS	2
国枫及国枫律师载誉 IFLR1000 2023/24 年度中国榜单		2
Grandway Law Office and its lawyers are honored in IFLR1000 China List		
2023/24		2
法制动态	SECURITIES INDUSTRY NEWS	6
三四板制度型对接破题 全国股转公司推出公示审核和绿色通道机制		6
Three or four board system docking problem the national share transfer company		
launched public review and green channel mechanism		6
五部门关于开展“一链一策一批”中小微企业融资促进行动的通知		8
Notice of the five departments on carrying out "One chain, one Policy and a		
number of" financing promotion actions for small enterprises		8
深交所修订信息披露评价指引 夯实培育高质量上市公司群体的制度		13
Shenzhen Stock Exchange revised the information disclosure evaluation guidelines		
to consolidate the system of cultivating high-quality listed companies		13
专题研究	RESEARCH ON CURRENT ISSUES	15
骗取出口退税的行刑风险及防范		15
Administrative and criminal risks and prevention of defrauding export tax refund		15
简评近期人类遗传资源管理政策更新带来的挑战		24
Brief review of the challenges arising from recent policy updates on human genetic		
resources management		24
律所人文	GRANDWAY COMMUNITY	30
叫醒自己, 改变自己, 强大自己		30
Wake up, Change yourself, Strong yourself		30

## 国枫及国枫律师载誉 IFLR1000 2023/24 年度中国榜单

Grandway Law Office and its lawyers are honored in IFLR1000 China List 2023/24



2023年8月9日，知名金融法律媒体IFLR1000《国际金融法律评论》公布了2023/24年度中国排名（IFLR1000 China 2023/2024）。凭借卓越的市场表现，国枫律师事务所北京、上海、深圳办公室在资本市场、兼并收

购、金融和企业、投资基金等共六个细分领域获重点推荐；国枫合伙人周涛律师、合伙人曹一然律师、合伙人刘倩律师凭借出色的专业实力和不凡的业绩表现，荣膺“4 领先律师(Highly regarded)”称号。

● **国枫上榜领域** ●

**北 京**

🌾 资本市场 🌾

🌾 兼并收购 🌾

**上 海**

🌾 资本市场 🌾

🌾 兼并收购 🌾

🌾 投资基金 🌾

**广 东**

🌾 金融和企业 🌾  
(榜单**唯一**涵盖领域)

● **国枫上榜律师** ●



**周 涛**  
国枫合伙人  
广东地区：资本市场



**曹一然**  
国枫合伙人  
北京地区：资本市场、兼并收购



**刘 倩**  
国枫合伙人  
上海地区：兼并收购



**IFLR1000 中国**

IFLR1000 是国际知名的法律媒体，于 1990 年开始发行，每年对全球超过 120 个法域的律所和律师进行调研，并发布金融和公司业务领域榜单。IFLR1000 中国 2023/24 年度榜单是对中国十个省/市的法律市场进行调研的最新结果，调研团队充分考虑了工作量、律所规模、合伙人数量、律所历

史、律所及律师业绩记录、市场声誉等，对律所以及律师个人的表现给予评价，在业界享有很高的权威性和广泛的影响力。

此次国枫及国枫律师的再度上榜，彰显了国枫在专业领域上杰出的法律专业实力和客户、同行的一致认可度。未来国枫将继续以客户为中心，为客户提供全方位、多层次、优质高效的法律解决方案和专业的法律服务。



## 三四板制度型对接破题 全国股转公司推出公示审核和绿色通道机制

Three or four board system docking problem the national share transfer company launched public review and green channel mechanism

### ›››三四板制度型对接破题 全国股转公司推出公示审核和绿色通道机制

2023年8月4日，全国股转公司发布《全国中小企业股份转让系统股票公开转让并挂牌审核指引——区域性股权市场创新型企业申报与审核(试行)》(以下简称《指引》)，这是贯彻党中央关于“要活跃资本市场，提振投资者信心”和支持专精特新企业发展的战略部署、落实中国证监会关于高质量建设“专精特新”专板指导意见、健全多层次资本市场有机联系的重要举措，标志着新三板和区域性股权市场(以下简称四板)制度型对接正式破题。

1.《指引》明确了四板企业申请新三板挂牌的两种便利机制，为以专精特新为代表的创新型企业进入资本市场提供了更加丰富、便捷的路径。

(1) **开通绿色通道**。为在四板挂牌的专精特新中小企业、专精特新“小巨人”企业、制造业单项冠军企业，或“专精特新”专板培育层企业等四类企业，开通审核“快车道”，提供申报前咨询、优先受理、快速审核等专项支持措施，提高企业申报挂牌效率。

(2) **实施公示审核**。针对“专精特新”专板培育的专精特新“小巨人”、制造业单项冠军等优质企业，在全国股转公司官网专区进行20个自然日公示，公示期间未接到异议的即可挂牌，无需发出审核问询，通过引入市场监督机制简化相关企业挂牌审核程序。

2.本次《指引》的发布是三四板市场建立制度型对接的新起点，对于支持企业创新发展、健全现代化资本市场体系、助力区域经济高质量发展等具有重要意义。

(1) 拓展企业对接资本市场的特色路径。为专精特新等创新型企业提供全生命周期的多元化接力式金融服务，便捷优质企业顺畅高效对接资本市场，明确挂牌上市预期，提升融资效率，切实增强企业获得感。

(2) 强化北交所在多层次资本市场的牵引作用。支持四板高质量建设“专精特新”专板，打通三四板两个市场，逐步实现新三板与全国 35 个四板市场的融通发展，发挥北交所对三四板市场牵引作用，形成主阵地建设工作合力。

(3) 赋能区域经济转型升级。为地方政府实施区域产业政策、精准支持企业发展提供有力抓手，通过发挥资本市场平台功能作用，更好助力区域经济高质量发展。

下一步，全国股转公司、北京证券交易所将按照中国证监会统一部署，持续深化与四板市场的深层次、全方位合作对接，加强制度支撑和配套技术支持，逐步实现信披通、监管通、技术通、账户通，形成新三板向四板输出制度与技术、四板向新三板输送优质企业和在地化服务的共赢局面；深入落实开门服务、直达服务、精准服务“三服务”理念，开展专精特新企业综合服务行动，引导支持专精特新等创新型企业用足用好用活资本市场功能，在助力实体经济高质量发展中实现更大作为。

北京证券交易所

2023 年 8 月 4 日



## 五部门关于开展“一链一策一批”中小微企业融资促进行动的通知

Notice of the five departments on carrying out "One chain, one Policy and a number of" financing promotion actions for small enterprises

### 五部门关于开展“一链一策一批”中小微企业融资促进行动的通知

工信部联企业函〔2023〕196号

各省、自治区、直辖市及计划单列市、新疆生产建设兵团工业和信息化主管部门、财政厅（局），人民银行上海总部、各分行、营业管理部、各省会（首府）城市中心支行、各副省级城市中心支行，金融监管总局各监管局，中国证监会各监管局，各政策性银行、大型银行、股份制银行，出口信保公司，各财产保险公司：

为贯彻落实党中央、国务院决策部署，按照《关于印发“十四五”促进中小企业发展规划的通知》（工信部联规〔2021〕200号）《关于印发助力中小微企业稳增长调结构强能力若干措施的通知》（工信部企业函〔2023〕4号）工作安排，加快构建中小微企业融资促进良好生态，推动中小微企业高质量发展，工业和信息化部、中国人民银行、金融监管总局、中国证监会、财政部等五部门组织开展“一链一策一批”中小微企业融资促进行动。有关事项通知如下。

#### 一、总体要求

（一）**指导思想。**以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的二十大和中央经济工作会议精神，认真落实国务院工作部署，围绕提升重点产业链供应链韧性和安全水平，聚焦链上中小微企业，发挥市场决定性作用，丰富金融服务策略，优化金融资源配置，深化产融信息对接，推动政策协同发力，不断完善金融促进中小微企业发展的机制，实现产业金融良性循环。

（二）**行动目标。**围绕制造业重点产业链，建立“政府-企业-金融机构”对接协作机制，摸清产业链上中小微企业名单，了解企业融资需求，鼓励金融机构结

合产业链特点，立足业务特长，“一链一策”提供有针对性的多元化金融支持举措，优质高效服务一批链上中小微企业，持续提升中小微企业融资便利度和可得性，加大金融支持中小微企业专精特新发展力度。

## 二、工作举措

**（三）选择重点产业链，构建融资促进生态。**各地工业和信息化主管部门落实“锻长板、补短板、强基础”要求，选择本地区制造业重点产业链参与融资促进行动。要结合先进制造业集群、中小企业特色产业集群培育和大中小企业融通创新、中小企业“链式”数字化转型、工业互联网一体化进园区“百城千园行”活动等工作，依托产业链龙头企业、专精特新“小巨人”企业等重点企业，进一步梳理一批在产业链上发挥强链补链稳链作用的优质中小微企业，形成产业链图谱或链企名单，摸清名单内企业基本情况，列出融资需求清单。推动建立“政府-企业-金融机构”常态化对接协作机制，按照市场化法治化原则，邀请各类金融机构参与融资促进行动；金融机构在自愿自主、风险可控、商业可持续的基础上，对接链上中小微企业合理融资需求，有序提供专业金融服务，共同构建中小微企业融资促进良好生态。

**（四）深入调研走访，加强涉企信息归集。**各地工业和信息化主管部门联合金融机构、数字化服务平台、中小企业公共服务机构、公共服务示范平台等，组成专门服务团队。针对重点产业链，深入园区、集群、企业，结合基础服务工作，拓展开展大调研、大走访活动。坚持管理和服务并重、帮扶和发展并举，对中小微企业融资难题“答疑解惑”。在企业自愿、合规安全的前提下，把握中小微企业数字化转型新场景新业态，丰富信息化手段应用，多途径多方式归集链上中小微企业生产运行、科技研发、项目参与、技术改造等方面信息，深入了解企业发展动态，深化对链对企认识，着力缓解信息不对称问题。

**（五）优化授信服务策略，提升信贷融资质效。**银行业金融机构基于对企业信息和融资需求的了解，持续完善对企评价标准，积极拓展金融服务场景，结合具体产业链特点，优化授信方式、提升服务质效，提出针对性融资支持方案，惠及一批具有共性特征的链上中小微企业。鼓励银行业金融机构总行主动优化信贷

资源配置，合理调整审批权限，丰富信贷产品，细化考核机制，重点满足链上中小微企业生产运行、数字化转型、技术改造和设备更新、国际市场开拓等方面融资需求，拓展首贷、信用贷、无还本续贷、随借随还贷款和中长期贷款。各地工业和信息化主管部门做好信息提供和支持工作，为金融机构更好服务链上中小微企业提供指导参考，帮助金融机构找准关键环节重点企业，进一步提供灵活度高、响应迅速的个性化服务，保障链、企稳定运行。

**（六）完善融资增信策略，优化担保服务模式。**发挥政府性融资担保体系作用，引导政府性融资担保机构加强对符合条件的链上中小微企业融资增信支持。政府性融资担保机构与银行业金融机构探索“总对总”业务模式，针对重点产业链，开展批量担保业务合作，减少重复尽调，提高担保效率，合理厘定担保费率，为链上中小微企业批量化融资增信。国家融资担保基金和省级再担保机构加大为链上中小微企业融资担保业务提供再担保的力度，落实银担分险比例要求。支持各地为符合条件的政府性融资担保机构进一步充实资本金，提高政府性融资担保业务覆盖面。

**（七）优化上市培育策略，助力对接资本市场。**各地工业和信息化主管部门结合优质中小企业梯度培育工作，摸排链上中小微企业上市意愿、经营情况等，建立上市企业后备库，实现批量纳入、分层管理、动态调整、精准服务。联合证券交易所、全国股转公司等专业机构，对入库企业进行批量“诊断”，研判企业上市、挂牌成熟度，协助企业找准板块定位，实施“靶向”改进。推进区域性股权市场高质量建设“专精特新”专板，鼓励基于区域性股权市场打造属地化直接融资服务基地，着力提升专板服务能力。积极推动一批链上中小微企业入板培育，帮助企业正确认识资本市场，尽早规范财务运作、完善公司治理。推动证券公司、会计师事务所、律师事务所等中介服务机构参与上市培育工作，根据企业发展阶段提供差异化服务，协助中小微企业更好对接多层次资本市场。

**（八）完善股权投资策略，激发专精特新企业。**各地工业和信息化主管部门结合“创客中国”中小企业创新创业大赛、中国先进技术转化应用大赛、“百场万企”大中小企业融通对接、特色产业链“揭榜”推进等活动和数字化赋能、科技成果赋智、质量标准品牌赋值中小企业等专项行动，面向重点产业链上下游细分领

域、场景，遴选一批肯创新、有技术、有潜力的中小微企业，分链分行业常态化组织开展投融资对接活动。鼓励私募股权、创业投资基金等结合自身特长参与对接活动，加快培养投资产业思维、完善产业投资策略，重点为链上中小微企业科技研发、成果转化、融通创新、协同攻关等提供融资支持，激发涌现一批专精特新中小企业。国家中小企业发展基金等各类政府投资基金发挥引导作用，带动社会资本加大“投早投小投创新”力度，重点支持链上中小微企业，有力支撑产业链强链补链稳链。

**（九）丰富综合服务策略，支持多样化融资需求。**调动各类金融机构积极性，鼓励有条件的金融机构为链上中小微企业多样化融资需求匹配多元化金融服务。规范发展供应链金融，鼓励银行业金融机构通过应收账款、票据、订单融资等方式加大对产业链上游中小微企业信贷支持，通过开立银行承兑汇票、国内信用证、预付款融资，为产业链下游中小微企业获取货物、支付货款提供信贷支持，规范开展动产和权利质押融资。继续推进首台（套）重大技术装备、重点新材料首批次应用保险补偿机制试点政策。优化结售汇服务和相关授信管理，为中小微企业提供合适的外汇避险产品。发挥出口信用保险作用，进一步优化承保和理赔条件，扩大中小微企业承保覆盖面和规模。融资租赁公司丰富业务模式，对中小微企业配置固定资产、更新改造生产设备等予以支持。期货公司立足期货及衍生品，强化对企风险管理、库存管理等服务，帮助中小微企业平滑利润波动、稳定生产经营。

### 三、保障措施

**（十）强化组织协调保障。**各地工业和信息化主管部门、人民银行分支机构、金融监管总局派出机构、证券监管机构、财政部门要充分认识促进链上中小微企业融资、支持企业专精特新发展的重要意义，强化协同联动，保持日常沟通，及时研究问题，加强业务指导。可以根据本地区实际制定细化方案，以“见实效”为目标，灵活多样开展行动。

**（十一）加强政策协同保障。**国家层面，产业部门与金融部门、财政部门之间深化对接合作，加强政策协同、业务联动，及时发现问题，共同推动解决。用

好用足存款准备金降低释放的长期资金，以及支小再贷款、再贴现、普惠小微贷款支持工具等结构性货币政策工具，引导带动信贷投放稳定增长。鼓励各地将中小微企业贷款相关奖补、风险补偿、股改挂牌上市奖励等支持政策与融资促进行动衔接匹配，协同支持中小微企业发展。鼓励有条件的金融机构深耕链上中小微企业融资，提升专业化特色化服务能力。

**（十二）做好培训服务保障。**将融资培训服务作为“一起益企”中小企业服务行动的重要内容。做好中小微企业金融知识普及教育工作，扩大对企服务覆盖面、推动对企培训精细化。帮助中小微企业了解融资支持政策、熟悉金融服务产品、培养信用风险管理意识。丰富培训方式和内容，采取集中培训、网络课堂、融资沙龙、送课上门等方式，针对同一产业链上中小微企业共性需求，提供融资规划、信贷通识、融资租赁、期货外汇、股改推进、股权投资引入、上市挂牌辅导等培训内容，加强融资经验交流，提升中小微企业综合融资能力。拓展培训对象，对金融机构开展产业政策培训，增强金融机构服务产业能力。

各地工业和信息化主管部门、人民银行分支机构、金融监管总局派出机构、证券监管机构、财政部门要加强对融资促进行动的跟踪分析，总结推广典型经验，及时报告重大问题。年底前，各省级工业和信息化主管部门将融资促进行动开展情况报工业和信息化部（中小企业局），工业和信息化部及时将工作开展情况通报中国人民银行、金融监管总局、中国证监会、财政部，共同推动中小微企业融资促进工作走深走实。

工业和信息化部  
中国人民银行  
国家金融监督管理总局  
中国证监会  
财政部

2023年7月22日

## 深交所修订信息披露评价指引 夯实培育高质量上市公司群体的制度

Shenzhen Stock Exchange revised the information disclosure evaluation guidelines to consolidate the system of cultivating high-quality listed companies

2023年8月4日，中国证监会出台《上市公司独立董事管理办法》。按照证监会统一部署，深交所同日发布新修订的独立董事改革配套自律监管规则，将于2023年9月4日起正式施行。

上市公司独立董事制度是中国特色现代企业制度的重要组成部分，也是资本市场基础制度的重要组成内容。随着资本市场全面深化改革向纵深推进，加快构建更加科学完备的上市公司独立董事制度体系，更好发挥独立董事在公司治理中的积极作用，是促进规范上市公司治理、保护中小投资者权益以及推动提高上市公司质量的必然要求。

本次修订发布相关自律监管规则，旨在贯彻落实国务院办公厅《关于上市公司独立董事制度改革的意见》和中国证监会《上市公司独立董事管理办法》要求，在广泛征求社会各界意见、充分吸收采纳合理建议的基础上，从以下几个方面进行充实完善。

**一是明晰独立董事的作用和定位。**在《股票上市规则》中新增“独立董事”释义，细化独立董事“独立性”判断标准，明确独立董事在董事会中应当充分发挥参与决策、监督制衡、专业咨询作用。同时，要求独立董事对控股股东、实际控制人等主体间的潜在重大利益冲突事项进行监督，以维护上市公司整体利益，保护中小股东的合法权益。

**二是全链条优化独立董事选任制度。**充分发挥提名委员会的作用，要求对候选人任职资格进行审查并形成明确意见。在独立董事选举中推行累积投票制，明确上市公司应在独立董事被解除职务后六十日内完成补选的时限要求，建立独立董事提名回避机制。

**三是强化独立董事任职管理。**调整独立董事兼职家数上限为三家境内上市公司，确保独立董事有足够时间和精力履职。新增 IPO 前已任独立董事任职时间连续计算的规定，延长重新提名“脱敏期”。建立独立性定期自查和评估机制，完善独立董事不符合任职资格时投票无效的情形。

**四是调整独立董事履职方式和履职要求。**建立独立董事专门会议机制，前移独立董事监督关口，明确董事会审计、提名、薪酬等专门委员会的职责范围，搭建独立董事有效履职平台。将发表独立意见纳入独立董事特别职权范围，不再列举发表独立意见的具体事项。同时新增独立董事现场工作时间和工作记录等尽责要求，促使其更好履行监督职能。

**五是强化独立董事履职保障。**新增会前沟通和异议披露机制，要求公司应当为独立董事履职提供必要条件并不得干预其行使职权。明确独立董事履职受限时的救济措施，公司董事、高级管理人员等相关人员应当予以配合，并赋予独立董事披露受限时可以直接申请披露的权利。

根据《上市公司独立董事管理办法》，修订后的配套规则过渡期为一年。过渡期内，上市公司董事会及其专门委员会的设置、独立董事专门会议机制等事项应逐步调整至符合相关规定。

下一步，深交所将继续坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，认真贯彻落实党的二十大精神，按照证监会部署安排，深入实施新一轮推动提高上市公司质量三年行动方案，充分发挥交易所自律监管职责，主动做好有关政策解读、规则培训、改革宣介等工作，引导市场参与主体了解掌握独立董事制度改革新要求，推动提升上市公司治理水平，持续培育壮大体现高质量发展要求的上市公司群体。

## 骗取出口退税的行政风险及防范

### Administrative and criminal risks and prevention of defrauding export tax refund

作者/冯晓鹏

我国“十四五”规划纲要提出，要加快构建以国内大循环为主体、国内国际双循环相互促进的新发展格局。出口退税作为增值税国内环节与进出口环节的重要连接点，是打通国际国内经济双循环的重要政策工具。但长期以来，利用各种手段骗取出口退税的违法犯罪行为屡禁不止。2022年4月，国家税务总局表示要对虚假出口、骗取出口退税等违法犯罪行为加大联合打击力度，既要精准防控骗取出口退税风险，又要严厉打击骗取出口退税行为。这表明在未来的一段时间内，骗取出口退税罪的惩治依然会保持高压态势。对从事出口业务的企业而言，不仅要了解并避免骗取出口退税的行政和刑事风险，更需要做到业务全过程的企业合规，以保障出口业务的正常运行。

#### 一、骗取出口退税行为概述

骗取出口退税，指的是假报出口或者以其他欺骗手段，骗取国家出口退税款的行为。以下简要介绍实践中常见的几种骗取出口退税的行为表现：

##### 1. 编造虚假出口退税额

其一，高报价格。行为人通过设置内、外两套账隐瞒真实经营情况，通过高报出口货物价格、签订虚假合同等方式出口货物，将货物以高出市场的价格报关出口虚增出口额，再以虚开发票等手段骗取出口退税。

其二，购买未纳税出口货物信息。行为人可以通过“买单、配票”的方式，即向他人购买未纳税的出口货物信息，制作虚假报关单、购销合同、发票，进行出口配票退税。



其三，伪报品名获取高退税率。行为人在报关出口时伪报出口货物品名，借助退税率的差异骗取不当的出口退税额。

## **2.循环进出口骗税**

行为人可以利用真实存在的货物，循环进出口骗税。主要表现为借助某种商品如手机、服装等，在境内包装成高品质或贴名牌货物，以高价报关出口离境，获取出口额及信息单证用于办理退税。货物到境外后再通过换装后以加工贸易等方式申报免税进口，实现货物回流。

## **3.虚开发票骗取出口退税**

此种骗取出口退税行为较为常见，主要是利用虚开的增值税专用发票用于骗取出口退税，常配合其他行为模式在骗取出口退税流程最后一步出现。

# **二、骗取出口退税的行政、刑事责任及行刑衔接问题探析**

## **1.骗取出口退税的行政责任**

骗取出口退税行为涉及“出口”以及“退税”两个子环节，在出口领域所管辖的行政机关为海关部门，在退税领域所管辖的行政机关则是税务部门，以下分别阐述整个出口骗退税行为涉及的行政责任。

### **（1）出口环节行政责任**

根据《海关行政处罚实施条例》第十五条至第十七条的规定，行为人在出口环节对出口货物的品名、数量、价格等申报要素未申报或者申报不实，海关可予以罚款、没收违法所得等处罚措施。因此，在出口骗退税案件中，行为人如果在出口环节有假报、瞒报等情形，在税务机关核实退税款项之前，就很有可能受到海关部门的处罚。

### **（2）退税环节行政责任**

在退税环节，根据《税收征收管理法》的相关规定，行为人骗取出口退税的，由税务机关追缴退税款，处骗取税款一至五倍的罚款，并可停止办理出口

退税业务。此外，根据《关于对骗取出口退税企业给予行政处罚的暂行规定》，在税务部门认定有出口骗税行为并作出追缴骗税款及停止出口退税权等行政处罚后，商务部还可以根据情节轻重给予包括警告、暂停或撤销对外贸易经营许可等形式的行政处罚。

## 2. 骗取出口退税的刑事责任

### (1) 刑法及相关司法解释的规定

《刑法》第二百零四条根据行为人骗取出口退税的模式将该行为分为两类处罚方式：第一，对于直接通过假报出口的方式或者其他欺骗手段骗取国家出口退税款的，或在缴纳税款后骗取所缴纳税款，对于骗取税款超过所缴纳税款的部分，按照骗取出口退税罪定罪处罚；第二，将该行为法律拟制为逃税罪，对于在缴纳税款后通过前述方式将所缴纳税款骗回的，按照逃税罪定罪处罚，且适用逃税罪的处罚阻却事由，即如果行为人及时补缴税款和滞纳金且已受到行政处罚，则不追究其刑事责任，但是五年内因逃避缴纳税款受到过刑事处罚或者二次行政处罚以上的除外。

《最高人民法院关于审理骗取出口退税刑事案件具体应用法律若干问题的解释》进一步明晰了“假报出口”和“其他欺骗手段”的含义。实践中，行为人通常采取的手段包括：伪造、变造或者签订虚假的买卖合同、出口退税单据、凭证等；虚开增值税发票或其他可用于退税的发票；骗取出口退税资格；虚构品名、数量、单价等行为。

### (2) 骗取出口退税罪与虚开增值税专用发票的罪数问题

实践中，虚开增值税发票是骗取出口退税的常见手段之一，骗取出口退税的实施往往以行为人实施虚开增值税专用发票为必要环节。行为人通常同时触犯了骗取出口退税和虚开增值税专用发票两个罪名，此时需要根据具体行为模式考虑需要择一重罪处罚还是数罪并罚。

1) 认定为虚开增值税专用发票罪。在行为人不知道他人实施骗取出口退税的情况下为他人虚开增值税专用发票的，尽管行为人客观上为他人骗取出口退税罪提供了帮助，但由于主观上并无骗税的故意，不符合主客观相一致的归责原则，因此只能以虚开增值税专用发票罪定罪处罚。

2) 择一重罪处罚。在行为人自己实施虚开增值税专用发票用以实施骗取出口退税的, 可认为虚开发票的行为与最终骗取出口退税是手段和目的的关系, 两者存在牵连关系, 应择一重罪处罚。例如, (2016)闽 0582 刑初 1460 号一案, 法院最终认定被告人通过虚开增值税专用发票的手段, 骗取国家数额较大的出口退税款, 其行为同时构成虚开增值税专用发票罪、骗取出口退税罪, 构成牵连犯, 择一重罪定罪处罚。

除此以外, 行为人为帮助他人骗取出口退税而虚开的, 也应择一重罪处罚。根据《最高人民法院关于审理骗取出口退税刑事案件具体应用法律若干问题的解释》第九条的规定, 实施骗取出口退税犯罪, 同时构成虚开增值税专用发票罪等其他犯罪的, 依照刑法处罚较重的规定定罪处罚。例如(2016)沪刑终 158 号一案, 被告人在明知的情况下, 替他人虚开增值税专用发票供他人骗取出口退税, 最终法院择一重罪处以骗取出口退税罪。

3) 数罪并罚。行为人实施骗取出口退税的行为过程中, 既有为自己骗取出口退税虚开增值税专用发票的行为, 也有为他人骗取出口退税虚开增值税专用发票的行为。例如, (2018)沪 0113 刑初 2187 号一案, 法院认为被告人以假报出口并虚开增值税专用发票的手段, 骗取国家出口退税款, 数额巨大, 其行为已构成骗取出口退税罪; 同时被告人还让他人为本单位虚开增值税专用发票, 税款数额较大, 其行为已构成虚开增值税专用发票罪, 两罪并罚。

### **3.骗取出口退税的行形衔接问题探析**

#### **(1) 行政责任与刑事责任的认定**

在客观行为表现上, 行政法和刑法对骗取出口退税的认定一致。《税收征收管理法》第六十六条以及《刑法》第二百零四条对于骗取出口退税行为的涵义和解释基本一致, 均表述为以假报出口或其他欺骗手段骗取国家出口退税款。尽管《税收征收管理法》并未明确“假报出口”和“其他欺骗手段”的具体行为, 但《最高人民法院关于审理骗取出口退税刑事案件具体应用法律若干问题的解释》列举了在办理出口骗退税刑事案件中该行为的具体形式, 故在实践中, 税务部门一般也会参照该解释予以适用。

《税收征收管理法》第六十六条没有对骗取出口退税的行为设定金额要求，故只要行为人客观上构成骗取出口退税且主观上存在故意，税务部门就可以对其行政处罚。而刑法的相关司法解释明确，骗取国家出口退税款 5 万元以上的，为刑法第二百零四条规定的“数额较大”，即行为人符合骗取出口退税的构成要件且金额达到 5 万元以上的，可以认定其构成骗取出口退税犯罪。因此，在区分行为人骗取出口退税的行为是承担行政责任还是刑事责任时应主要关注骗税金额是否达到刑法规定的数额较大标准

### （2）行政违法案件涉嫌犯罪的处理方式

根据《行政处罚法》第八条和第二十七条的规定，行政违法行为构成犯罪的，行政机关必须将案件移送司法机关依法追究刑事责任，不得以行政处罚代替刑事处罚。《税收征收管理法》第六十六条第一款规定，以假报出口或者其他欺骗手段，骗取国家出口退税款的，由税务机关追缴其骗取的退税款，并处骗取税款一倍以上五倍以下的罚款；构成犯罪的，依法追究刑事责任。

因此，若同一骗取出口退税行为既涉及行政违法又构成犯罪的，行政机关和司法机关均享有追诉权和处罚权。在实践中，大多数骗取出口退税的刑事案件来源于税务部门的稽查案件，而税务稽查结论往往决定了案件的最后走向。若税务部门在稽查过程中发现违法行为涉嫌犯罪需要刑事处罚的，应将案件移送公安机关刑事侦查，不得以行政处罚代替刑事处罚。

### （3）税务部门在案件移送公安前已作出行政处罚的处理方式

《行政执法机关移送涉嫌犯罪案件的规定》第 11 条第 2 款规定：“行政执法机关向公安机关移送涉嫌犯罪案件前已经作出的警告，责令停产停业，暂扣或者吊销许可证、暂扣或者吊销执照的行政处罚决定，不停止执行。”第 3 款规定：“依照行政处罚法的规定，行政执法机关向公安机关移送涉嫌犯罪案件前，已经依法给予当事人罚款的，人民法院处罚金时，依法折抵相应罚金。”

根据上述规定，对于税务部门在移交公安机关前已经作出警告、责令停产停业、吊销许可证等行政处罚决定在后续刑事处罚中不停止执行，罚

款则用以折抵后续刑事处罚的罚金。被处罚人对税务部门做出的税务处罚决定不服的，在案件移交公安机关后仍可以对其行政上的权益进行救济。

（4）案件移送前未作出行政处罚，移送后刑事程序终结前税务机关不得行使处罚权

《关于加强行政执法与刑事司法衔接工作的意见》第一条第三款规定，在“刑事优先”的原则下，行政机关在案件移送前未作出处罚的，原则上行政机关在案件刑事程序尚未终结前不得作出行政处罚，否则有违“一事不二罚”原则。另外根据《行政执法机关移送涉嫌犯罪案件的规定》第十三条，经司法机关处理后未追究行为人刑事责任的情况下，税务机关才能决定是否予以行政处罚。

### 三、骗取出口退税的罪与非罪

骗取出口退税属于典型的法定犯，税务部门可对其作行政处罚，情节严重才应当受刑罚处罚。按照理论和实务界的共识，骗取出口退税罪的成立必须以行为人存在骗取出口退税的主观故意且存在实际税款损失为前提。对于主观上不存在犯罪故意，客观上没有造成实际税款损失的，即便客观行为违反了税务相关监管规定，也不应将该行政违法行为上升到刑事犯罪层面追究其刑事责任。

#### 1. 挂靠关系下货物真实出口且实际承担进项增值税税负的，不构成骗取出口退税罪

在挂靠关系下，挂靠方与被挂靠方对于经营业务各自发挥作用，但是并不能据此认定一方存在骗税故意，另一方就一定存在骗税故意。尤其是对于挂靠方利用被挂靠方资质假报出口骗税的，要认定被挂靠方构成骗税需要有充分的证据证明被挂靠方具有骗取出口退税的合理怀疑，如无证据证明被挂靠方具有骗取出口退税的主观故意。例如，在（2016）粤 01 刑初 472 号一案中，法院在判决中明确指出：“本案并无证据证实被告单位德览公司主观上明知挂靠人具有骗取出口退税的故意，不能排除被告单位德览公司确系被挂靠人蒙蔽的合理怀疑，公诉机关指控的罪名不能成立。”

## **2.高报出口价格但未虚开进项发票的，不构成骗取出口退税罪**

在实践中，高报出口价格经常作为骗取出口退税的手段出现，但高报出口价格并不代表行为人实施了骗取出口退税。若行为人虽然高报了出口价格，但实际用于退税申报的发票均是真实的，对于高报价格的行为也只能予以行政处罚，不构成骗取出口退税罪。例如，在（2017）琼刑终 60 号 Z 公司、周某、袁某犯骗取进出口退税罪一案中，海南省高级人民法院指出，“高报出口价格，只能增加免抵退税额，而免抵退税额是否可以转化为实际退税款，还受已缴纳的增值税额的限制，即以已缴纳的增值税额（进项税额）为上限，不能超过已缴纳的增值税额。因此，多报的退税数额并不必然等于骗取退税数额”。最终法院认定被告人骗取出口退税款的事实不清，证据不足，不能排除合理怀疑，不构成骗取出口退税罪。

## **3.“四自三不见”不必然构成骗取出口退税罪**

所谓“四自三不见”，是指出口企业在“不见出口商品、不见供货货主、不见外商的情况下，允许或者放任他人自带客户、货源、汇票、自行报关”的行为。此类行为究其实质是一种买单行为，属于行政法上明确禁止、应当受到行政处罚的行为。但是“四自三不见”本身只是违反了出口退税的管理秩序，是否构成骗取出口退税罪还需要根据具体情况判断。如果出口企业实际上有货物出口或主观上没有骗取出口退税的故意，则不存在“假报出口”和主观故意，不构成骗取出口退税罪。

## **四、骗取出口退税不被起诉的可能性**

### **1.证据不足不起诉**

安徽省潜山市人民检察院不起诉决定书（潜检刑不诉[2022]84 号）文书中记载，检察机关对被不起诉人姚某某代表的某进出口有限公司所代表企业作出不起诉决定，理由在于，该企业系从事出口中介业务，实施的行为仅系根据他人提交的材料向国税部门申请退税，所退税款也退回企业，因而缺乏骗取出口退税主观上故意的充足证据。

除此之外，类似的还有临沂市兰山区人民检察院不起诉决定书（临兰检职检刑不诉[2019]190号）、湖南省衡东县人民检察院不起诉决定书（东检公诉刑不诉[2020]73号），均认为被不起诉人骗取出口退税的主观故意和客观行为事实不清，现有证据不符合起诉条件并作出不起诉决定。

由此可看出，如无明确证据证明其主观上具有帮助源头企业骗取出口退税的故意，则审查起诉阶段可作出不起诉决定。

## **2.具有免除处罚情节的相对不起诉**

该情形主要存在于行为人积极自首、坦白、从犯、退缴所骗取的金额并认罪认罚的案件。如在穗云检刑不诉[2021]676号不起诉决定书中，检察院认为，行为人实施了骗取出口退税行为，构成骗取出口退税罪，但犯罪情节轻微，有自首情节，且认罪认罚，并已退缴税款，最终决定对该行为人不起诉。相类似的还有杭萧检公诉刑不诉[2016]125号不起诉决定书，检察院认为行为人犯罪情节轻微，具有从犯、坦白等情节，最终决定不诉。

## **3.企业合规不起诉**

该情形主要存在于行为人积极自首、坦白、从犯、退缴所骗取的金额并认罪认罚的案件。如在穗云检刑不诉[2021]676号不起诉决定书中，检察院认为，行为人实施了骗取出口退税行为，构成骗取出口退税罪，但犯罪情节轻微，有自首情节，且认罪认罚，并已退缴税款，最终决定对该行为人不起诉。相类似的还有杭萧检公诉刑不诉[2016]125号不起诉决定书，检察院认为行为人犯罪情节轻微，具有从犯、坦白等情节，最终决定不诉。

# **五、防范和应对骗取出口退税风险，助力企业行稳致远**

## **1.建立出口退税专项合规体系防范风险**

制定和实施完善的内部风险控制制度是企业降低出口退税风险的有效措施。对出口企业而言，税务部门对骗税的打击越来越严，企业税收违法成本越来越高，而出口退税所面临的法律风险是企业完全可以通过内部风险控制制度和合规体系来避免的。企业可以对出口全流程进行监控，及时

发现企业潜在风险，从合作伙伴审核、出口管理、发票管理和外汇管理等角度实施监控，实现及时、足额退税，确保潜在风险可控。

## **2.在税务稽查阶段充分沟通，避免移送刑事侦查**

骗取出口退税案件往往先由税务部门立案稽查，如发现构成犯罪再移送公安。涉案企业在受到《税务检查通知书》后就意味着企业已进入税务稽查流程，涉案企业应充分利用稽查程序，第一时间进行内部自查，固定有利证据，同时积极与税务机关进行沟通，提出自身不构成骗税的相关说明和证据材料，或者通过自查补税等行为，争取税务机关做出行政违规的定性，避免案件移送刑事侦查。

## **3.在刑事程序中争取获得无罪、罪轻认定**

在侦查机关立案审查的过程中，涉案企业可以向侦查机关说明业务开展情况，自行整理有利证据证明出口业务的真实性和无骗税故意等情况，对于税务稽查阶段未补缴税款的，可以补缴税款。在审查起诉阶段，涉案企业可以与检察机关沟通，申请适用涉企合规整改机制，争取获得不起诉处理。





## 简评近期人类遗传资源管理政策更新带来的挑战

### Brief review of the challenges arising from recent policy updates on human genetic resources management

作者/施巍

自今年 6 月以来，有关人类遗传资源监管的话题在行业内屡占头条，热度有增无减。2023 年 6 月 1 日，国家科学技术部（“科技部”）在其官方网站发布《人类遗传资源管理条例实施细则》（“实施细则”）及政策解读，对《人类遗传资源管理条例》（“管理条例”）实施近四年中的实操经验及常见问题做了澄清与梳理，并于 6 月 21 日发布《关于调整人类遗传资源管理工作相关事宜的公告》，调整优化了管理工作和申报操作流程。2023 年 6 月 30 日，第一版《人类遗传资源智慧化管理系统申请端——系统用户培训手册》在新版人类遗传资源管理信息系统上线。2023 年 7 月初，科技部社会发展科技司紧锣密鼓地组织了《人类遗传资源管理条例实施细则》政策宣讲会，随后 7 月 14 日，科技部发布《关于更新人类遗传资源行政许可事项服务指南、备案以及事先报告范围和程序的通知》及 6 项实施细则配套文件（“新版服务指南”），按照实施细则的最新要求更新了审批、备案、报告等事项的内容及程序。

#### 一、人类遗传资源信息的定义能否彻底消除一线实操疑问有待实践检验

根据实施细则，人类遗传资源信息包括利用人类遗传资源材料产生的人类基因、基因组数据等信息资料，但不包括“临床数据、影像数据、蛋白质数据和代谢数据”。新版服务指南对何为人类遗传资源信息作了列举式说明，包括基因、基因组、转录组、表观组及 ctDNA 等核酸类生物标志物等数据信息，以及与此数据相关的疾病、人种等关联信息，并排除了其他不含人类遗传资源基因信息的数据类型。

然而，实践场景是复杂且多变的，我们在此列举一些情形稍作讨论：

**1.实施细则中排除的“临床数据、影像数据、蛋白质数据和代谢数据”**如系利用我国人类遗传资源材料而产生，是否仍可以豁免人类遗传资源管理程序？我们理解这种情形下需要考虑上述数据中是否含有中国人的基因、基因组、转录组、表观组等遗传资源相关信息，如若涉及，则谨慎起见应作为人类遗传资源信息管理。此外，还应关注产生信息的人类遗传资源材料在采集、利用整个过程中的合规情况。

**2.“临床数据”**等概念的范围比较宽泛，对于既属于临床数据等例外情形、又可归类为其他类型数据的信息，应如何划分？“生物标志物数据”是否均应作为人类遗传资源信息予以监管？具体而言，“临床数据”可能包括影像数据（如B超、CT、核磁共振、病理诊断图片等）、实验室生化数据（如血常规、尿常规等），也可能包括实施细则中未明确提到的生物标志物数据。“蛋白质数据”可能包括可翻译或转录为基因、基因组数据的蛋白质数据，也可能包括其他不涉及或无法转录的生物信息。同样的，“生物标志物”数据亦十分多样，涵盖了基本人体信息、影像资料、基因组或mRNA等核酸类数据、肿瘤抗原等蛋白类数据、抗体类数据、代谢产物、细胞因子、微生物、外泌体、核小体等多种类别

从法规条文本本身和立法目的上来看，我们倾向于认为，目前判断是否属于人类遗传资源信息的关键，在于其中是否含有我国人类遗传资源基因信息（包括基因组、转录组、表观组等广义范围的遗传信息）。随着实践和技术的发展，监管部门对于人类遗传资源信息的认定可能更为清晰及细化，我们也将予以持续关注。

## **二、外方单位及中方单位的界定尚未充分回应对实践中的复杂情形**

从实施细则对“外方单位”的认定规则来看，监管部门似乎倾向于实质重于形式的原则，即只要是境外组织、个人设立或者实际“控制”的机构，均属于外方单位。其中“控制”，既包括持股过半数的股权控制，也包括持股不到50%、但可以对机构的决策或管理等行为进行支配或者施加重大影响的情形，

以及通过协议等非股权安排所实现的控制。上述规定对实践中典型的“VIE结构”作出了明确回应，也试图对更多复杂的交易安排和公司架构予以解释，但仍稍显有心无力。比如，中外合资企业或外资参股企业是否属于外方单位，可能因何为“支配或者施加重大影响”的标准不清而产生不同的答案。实践中，外国投资者会根据交易文件享有一部分对公司重大事项的否决权（veto），此类否决权的类型和表决机制多种多样，何种否决权或决策机制足以构成对公司的实际“支配或施加重大影响”，无论是仅从外部监管视角予以个案裁量、或是一刀切划清界限，都可能面临着诸多后续问题。

同样，有待澄清的还有“中方单位”的概念与边界。根据2023年7月以前的《中国人类遗传资源国际合作科学研究审批行政许可事项服务指南》，港澳台组织及港澳台组织、个人设立或者实际控制的机构参照外方单位进行管理。但随着实施细则生效，“设在港澳的内资实控机构视为中方单位”，意味着符合上述条件的部分港澳企业将适用不同的监管路径。而上述情形中，“内资实控”必须为直接持股层面还是亦可包括间接持股、如何界定“内资实控”，实施细则及新版服务指南均语焉不详。从上述逻辑出发，进一步的潜在问题是：内资实控的境内外商投资企业是否可认定为中方单位？内资实控的VIE架构下的境内运营实体是否可认定为中方单位？监管部门是否有能力或意愿依据企业自己提供的境外证明材料来对中方单位认定作出判断？

规则的出发点很美好，落实很困难。从执法实践的角度来看，监管部门较难对处于模糊地带且未向科技部申报的疑似外方单位、兼有中方单位和外方单位的集团进行主动监管。对此，监管部门目前给出的解决方案是由企业先行判断、自觉自愿，并对申请材料信息的真实性、准确性、完整性作出承诺。此外，监管部门是否能够清晰区分何为“支配或施加重大影响”的控制情形、何为视为中方单位的情形、并确保法规执行中的一致性，也是执法中的挑战。我们理解，在现有体系和制度下，规定难以落实、提倡企业自觉，实属无奈之举，但长远来看，规则与实践、立法与执法的落差仍需早日解决，以免影响立法权威性和监管目的落空。

另外一个更为紧迫的实操问题是实施细则下企业性质变化导致的监管程序变更。针对实施细则生效前后导致企业性质认定发生变化的情形，尤

其是涉及到进行中的人类遗传资源相关项目的，科技部社会发展科技司在其近期的政策宣讲会上提到，拟要求正在开展国际合作研究的相关单位提交截至今年6月30日的阶段性总结报告，以妥善处理实施细则导致的企业性质认定变化及适用管理程序变更的问题。有关过渡期的更多安排，让我们拭目以待。

### 三、采集审批的例外情形

较之过往实践，此次实施细则也进一步收缩了中方单位采集人类遗传资源的审批范围。对生物医药行业企业影响最大的，当属：

1.为取得相关药品和医疗器械在我国上市许可的临床试验涉及的人类遗传资源采集活动，无需申请人类遗传资源采集行政许可。

根据实施细则第二十七条，适用采集审批要求的情形主要包括以下三类：1) 重要遗传家系采集活动，高血压、糖尿病、红绿色盲、血友病等常见疾病不在此列；2) 特定地区人类遗传资源采集活动；3) 用于大规模人群研究且人数大于3,000例的人类遗传资源采集活动。

2.为取得相关药品和医疗器械在我国上市许可的临床试验涉及的人类遗传资源采集活动，无需申请人类遗传资源采集行政许可。从体例上看，注册类临床试验这一例外规定出现在实施细则第二十七条第（三）项下，而非与其他采集活动并列，因此，我们理解其仅为“用于大规模人群研究且人数大于3,000例的人类遗传资源采集活动”的例外规定。这就意味着，临床试验中采集一般我国人类遗传资源达到3,000例，可无需取得采集审批，但如果涉及到重要家系、特定地区人遗资源，则无论数量，都不可豁免采集审批的要求。

### 四、实施细则出台，法务终究承担起了一切

整体来看，实施细则重点明确、细节与效率并重，同时为执法权限下放和未来日常监管提供了法规依据及指引，这对于企业法务正确领会规定要领、把握监管重点和尺度、做好全流程合规管理（包括已审批备案项目的变更、延续、定期报告、总结报告等）的要求更高了。同时，配套新版服务指南也对审批备案程序的把握更加准确与严谨，不得不说，有种监管部门帮着行业治“水”的既视感。

比如，根据新版服务指南，国际科学研究合作审批的材料清单中明确要求申请人提交经申办方、组长单位、合同研究组织、第三方实验室签字盖章的协议，而此前服务指南中仅载明提供协议文本，未明确签字盖章的具体要求。如此一来，过去实践中允许先在科技部申报系统内上传协议草稿、等反馈意见、再讨论修改重新上传的日子将一去不复返。正式申报前完成各参与方内部审批及签署流程的时间压力给到各大企业的临床运营团队，再最后转移到企业内部法务身上（跨国企业（MNC）、外资合同研究组织（CRO）、外资第三方实验室的法务们想起各自内部繁琐的签字及盖章流程后，纷纷流下了心酸的泪水）。

## 五、人类遗传资源跨部门管理的实践影响有待观察

2023年3月中共中央、国务院印发《党和国家机构改革方案》，将实际受托承担人类遗传资源管理职能的中国生物技术发展中心由国家科技部划入国家卫健委。当时一石激起千层浪，行业内纷纷揣测人类遗传资源管理的监管职责是否将整体归入国家卫健委、监管思路是否会由此发生变化。然而，从实施细则和科技部后续发布的《关于调整人类遗传资源管理工作相关事宜的公告》等文件来看，目前人类遗传资源管理仍然由科技部负责，同时继续委托中国生物技术发展中心开展人类遗传资源管理相关技术工作。

这一安排值得玩味，到底是无奈之举还是顺势而为？我们不得而知。但按照调整后的国家组织机构架构，中国生物技术发展中心名义上归属于国家卫健委管理，而实践中其主要工作内容却需要向科技部汇报，来去牵涉到两大监管部门。根据经验，但凡涉及到跨部门管理的事项，通常实操中各相关监管部门都会较为审慎，重大决定往往需反复考量。对于人类遗

传资源监管在跨部门安排下是否需要协调机制、不同监管部门的关注重点、实操中对企业的实际影响如何等诸多问题，只能将答案交给时间了。放眼大洋彼岸，类似于美国对健康信息及人体生物样本方面的监管职能划分，也是值得借鉴的。涉及健康信息或人体生物样本的活动中的监管工作由美国卫生与人类服务部（HHS）、美国国立卫生研究院（NIH）、美国食品药品监督管理局（FDA）等多个部门各自在职能范围内负责，包括但不限于：HHS 下设的人类研究保护办公室（OHRP）负责对涉及人类受试者的生物医学研究中的伦理问题作出相关指导和监管解释；NIH 侧重卫生系统体系内的合规及统一管理，如知情同意书要求、样本资源库与数据库的建设；FDA 对获取及使用人类遗传资源的基因检测及药械研究活动进行监管；此外，美国商务部工业与安全局（BIS）则关注生物材料出境对于国家利益和安全方面的影响。

## 六、结语

实施细则和新版服务指南的实施，意味着我国人类遗传资源的监管会日益标准化及常规化。在经历了前期管理条例的制度构建与探索阶段后，强化地方执法提上日程也是指日可待。我们建议行业内相关企业，在开展境内及跨境人类遗传资源相关业务活动的过程中，审慎把握监管要求、落实全流程合规管理，并密切关注相关政策变化及执法动态。



## 叫醒自己，改变自己，强大自己

### Wake up, Change yourself, Strong yourself

#### （一）叫醒自己

你有没有经历过这样的情况：想减肥，办了健身卡也报了私教班，但就是狠不下心去坚持，结果就不了了之了；想早睡早起，早早躺在了床上，也定好了闹钟，但就是放不下手中的手机，结果又是熬夜到凌晨……

天下之事，总是困于想，而破于行。再好的想法，再周密的计划，缺乏执行力，一切都是纸上谈兵。

人生路上，千万不要沉溺于自己的空想，你必须叫醒那个沉睡的自己。唯有让自己先行动起来，步履不停，美好才会不期而至。

#### （二）改变自己

《论语》有言：“君子求诸己，小人求诸人。”这个世界上，任何人都无法改变你，除非那个人是你自己。

人生的成长，始于自我觉醒；人生的进步，就在于自我改变。很多人怀有改变世界的鸿鹄之志，却不愿意从点滴上改变自己。世界在变，周围环境在变，你只有学会改变，才能成长成熟。

改变自己，才会走上坡路。改变，也许会是一个漫长、痛苦的过程，然而不经历这个过程，你永远不会知道自己可以有多好。

#### （三）强大自己

有句话叫：“自强之外，无上人之术。”意思是，人这一生除了强大自己之外，没有其它胜过别人的不二法门。

人的强大，拥有健康的体魄是基础。身体好，一切才能变得更好。自律地作息、自觉地健身，你会发现流下的每一滴汗水，都将成为生活里的黄金。

人的强大，更应体现在认知上的强大。唯有不断地强化认知，多观察、多思考、多体验，我们才能在不断进步的过程当中，见识到生命中越来越多的美好。

叫醒自己，找准人生方向；改变自己，不断完善成长；强大自己，遇见更好未来。

来源于综合洞见、洞读

