

修养视点

廉洁自律用好权

——“以正确的权力观干净干事”系列谈之六

■李 远

习主席高度重视党员干部的廉洁自律问题,深刻指出,一个人廉洁自律不过关,做人就没有骨气,做事就没有底气。党员干部廉洁自律的优良作风,是我们党始终得到人民群众衷心拥护和支持、形成强大凝聚力和战斗力、不断从胜利走向胜利的一个重要条件。党员干部必须牢记清廉是福、贪欲是祸的道理,牢固树立正确的权力观,经常对照党章党规党纪审视自己的言行,廉洁自律用好权。

廉洁自律用好权,首先要洁身自好、修身正己。“君子为政之道,以修身为本。”中国传统文化历来把修身律己看作做人、做事、做官的基础。对于新时代党员干部来说,更应强化自我修炼、自我约束、自我管理,涵养廉洁自律的修为情操。只有坚持洁身自好、修身正己,才能涵养“一身正气”、守住“两袖清风”。这就需要不断学习加强自身修养,提升道德境界,立起高尚追求,树立正确的世界观、人生观、价值观,自觉抵制歪风邪气;要保持清醒头脑,常修政之德,常思贪欲之害,常怀律己之心,时刻自重自省自警自励,切实筑牢思想防线;需要破除“心中贼”,以“检身若不及”的态度,主动查找自身存在的问题,不断淬炼党性、提升修养,做到“心不动于微利

之诱,目不眩于五色之惑”,以内无妄思实现外无妄动。

廉洁自律用好权,必须防微杜渐、守好底线。“不矜细行,终累大德。”小事小节上的漏洞如果不及时加以修补,久而久之,就会由量变引发质变,扩大成在廉洁自律防线上决堤的“管涌口”。一些落马官员之所以思想防线失守、面对诱惑失足,就是没有严格执行廉洁自律有关规定,从贪图小利、不拒小贿开始,逐渐私欲膨胀、得寸进尺,最终堕入深渊。小事小节中有原则、有人格、有形象,不注重小事小节,终会底线失守。人总有七情六欲,身处复杂社会,总会面临各种诱惑,党员干部要管住自己的欲望,从小事小节做起,从细微处严格要求自己,时刻警醒自己,在用权上做到慎独慎微,远离不义之财、不做不法之事。要多算一算政治账、经济账、名誉账、家庭账、亲情账、自由账、健康账等,明白如果贪欲战胜了理智、私情凌驾于国法,伸了不该伸的手、做了不该做的事,最终必将受到党纪国法严惩。要严守法纪底线。党员干部无论在何处,言行举止都要与法律法规对标对表,与守法典型对照,在用权上严守纪律规矩,心存敬畏、手握戒尺,摒弃非分之想,挡住诱惑、管住小节、守住底线,始终保持清廉本色。

廉洁自律用好权,还要破除特权思想、特权现象。特权思想是一种危害极大的腐蚀剂,不但严重损害党群关系和官兵关系,而且会严重影响党和军队的形象、威信和战斗力。一个人如果权力之,就会由量变引发质变,扩大成在廉洁自律防线上决堤的“管涌口”。一些落马官员之所以思想防线失守、面对诱惑失足,就是没有严格执行廉洁自律有关规定,从贪图小利、不拒小贿开始,逐渐私欲膨胀、得寸进尺,最终堕入深渊。小事小节中有原则、有人格、有形象,不注重小事小节,终会底线失守。人总有七情六欲,身处复杂社会,总会面临各种诱惑,党员干部要管住自己的欲望,从小事小节做起,从细微处严格要求自己,时刻警醒自己,在用权上做到慎独慎微,远离不义之财、不做不法之事。要多算一算政治账、经济账、名誉账、家庭账、亲情账、自由账、健康账等,明白如果贪欲战胜了理智、私情凌驾于国法,伸了不该伸的手、做了不该做的事,最终必将受到党纪国法严惩。要严守法纪底线。党员干部无论在何处,言行举止都要与法律法规对标对表,与守法典型对照,在用权上严守纪律规矩,心存敬畏、手握戒尺,摒弃非分之想,挡住诱惑、管住小节、守住底线,始终保持清廉本色。

树好党风、政风和社会风气的“风向标”,不仅自己不搞特权,而且要同形形色色的特权思想和特权现象作最坚决的斗争。

在共产党人的字典里,公与私、廉与贪,从来都是泾渭分明、水火不容的。我们党为的是大公、守的是大义、求的是大我,历来提倡老老实实做人、踏踏实实干事、清清白白为官,党员干部从来就沒有任何理由可以以权谋私、贪污腐败,必须在用权上保持廉洁自律,将老实做人、干净做事的要求内化于心、外化于行。做人要老老实实,自觉明大德、守公德、严私德,培养高尚情趣,远离低级趣味;不断净化自己的社交圈、生活圈、朋友圈,善交益友、乐交诤友、不交损友。踏踏实实做事,对待每一件事都要有认真较真的态度,用法律法规的标尺去衡量,用担当的标准去尽责,做到干净与干事相一致、勤政与廉政相统一,把党和人民的信任变成奉献国家、服务人民的实际行动,恪尽职守、担当作为。此外,党员干部还要堂堂正正当好表率,带头践行廉洁自律,带头维护党纪国法的严肃性和权威性,坚决同各种不正之风和腐败现象作斗争,做好政治生态和社会风气的引领者、营造者、维护者。

学 而 思

●广大青年官兵要牢记习主席谆谆教诲,爱读书、读好书、善读书,真正把读书学习当成一种生活态度、一种工作责任、一种精神追求

今天是第二十九个“世界读书日”。关于读书学习,习主席曾指出,“向书本学习,是丰富知识、增长才干的重要途径”,并勉励广大青年“要增强学习紧迫感,如饥似渴、孜孜不倦学习”,寄托了对青年成长的亲切关怀和殷切希望。广大青年官兵要牢记习主席谆谆教诲,爱读书、读好书、善读书,真正把读书学习当成一种生活态度、一种工作责任、一种精神追求。

注重读书学习是我党我军的优良传统。毛泽东同志一生酷爱读书,即使政务繁忙仍手不释卷,经常一边吃饭,一边看书;周恩来同志立下“为中华之崛起而读书”的远大志向,躬行“活到老,学到老,改造到老”;粟裕同志在戎马倥偬的日子里,总是抓紧一切可以利用的时间博览群书,并把自己的所学应用于战争实践……老一辈无产阶级革命家的生动实践,充分证明了读书学习之于个人和事业发展进步的重要性,为我们树立了良好榜样。当前,随着强军事业加快推进,青年官兵作为部队建设的生力军,如果不加强读书学习,就可能面临思想僵化、能力退化的风险,也就难以满足岗位需求和打仗要求。对广大青年官兵来说,不管是强本领还是创业绩,都需要勤学深思,爱读书、读好书、善读书,将其作为提高工作水平和本领素质的重要手段,以此助力培养正确的世界观、人生观、价值观,不断实现素质提升、能力扩容,积蓄奋楫远航的动力、搏击风浪的能量。

要有“博观约取”的取舍。读书学习多多益善,但人的精力是有限的,因此要有选择、有重点地阅读。只有结合工作需要来学习,不断提高自己的知识化、专业化水平,坚持干什么学什么、缺什么补什么,才能快速提升工作能力,取得更好成绩。广大青年官兵要围绕提高思想觉悟、增强工作能力、提升精神境界、拓展思维层次去努力读书。既要读经典、学原著,多读马克思主义理论经典,特别是加强对习近平新时代中国特色社会主义思想的学习;也要读与工作业务相关的书籍,有针对性地学习行业新理论、新知识、新技能,学习掌握履职尽责所必备的各种知识,努力使自己跟上时代步伐,成为本职工作的行家里手。

要有“久久为功”的韧劲。读书学习是一个长期过程,不能心浮气躁、浅尝辄止,而应循序渐进、水滴石穿,养成持续读书学习的好习惯。“读不在三更五鼓,功只怕一曝十寒。”读书要靠平时下功夫,不能靠一时的心血来潮,想要学有所成,必须持之以恒。对广大青年官兵而言,就要善于把各种零碎时间利用起来读书,每天哪怕只读三五页,只要能坚持下来,就会收获满满。还要提前做好读书计划,列好书籍清单,按计划由浅入深、循序渐进开展学习,在确

爱读书 读好书 善读书

——写在第二十九个“世界读书日”之际

■王双峰

保自身学习效果的同时让持续读书、终身学习的意识入脑入心。

要有“慎思明辨”的思考。“学而不思则罔,思而不学则殆。”书上的东西是别人的,要把它变为自己的,离不开思考;书本上的知识是“死”的,要把它变为“活”的,为我所用,同样离不开思考。如果只是机械地阅读、被动地接受、简单地浏览,再好的知识也难以吸收和消化。广大青年官兵读书,要带着问题去读,养成边读书边思考的习惯,对书中观点要有深入的思考和细致的对比,在思考中解决旧问题、发现新问题,联系实际、开动脑筋,不断提高思维的准确性、逻辑性。如此方能取得最佳读书效果,真正掌握书中知识。

要有“学以致用”的实践。为学之实,固在践履。“读书是学习,使用也是学习,而且是更重要的学习。”青年官兵加强读书学习,最根本的目的是提高解决实际问题的水平、提升打赢能力。如果不把学到的知识和感悟运用到实践中、落实到工作上,就会沦为“纸上谈兵”。广大青年官兵要养成理论联系实际的优良学风,主动将所学知识运用到工作中,切实提高解决实际问题的能力,做到以学促干、以干促学,学以致用、学用相长,在实践中持续提高思想水平和工作能力,努力在解决练兵备战实际问题上有新突破。

谈 心 录

常念“勤”字诀

■孟璠琦 焦梦薇

●大量事实证明,成功离不开一个“勤”字,离不开“勤以治事”的不懈追求

《尚书》中有这样一句话:“功崇惟志,业广惟勤。”意思是说建功立业离不开远大的志向抱负;但要完成实现它,唯有靠辛勤不懈的工作。勤奋既是一种人生态度,也是成功的秘诀之一。

勤奋是古往今来许多成功者都有的品质。孔子活到老学到老,七十高龄尚“读《易》,韦编三绝”;董仲舒“三年不窥园”,苦读经典,废寝忘食;鲁迅“把别人喝咖啡的时间都用在工作上”,毕生勤奋努力可以说是他们成功的不二法门。有道是,勤以治事是良训,一勤天下无难事。大量事实证明,成功离不开一个“勤”字,离不开“勤以治事”的不懈追求。

“勤”的反义词是“懒”。古人云:“天下事以难而废者十之一,以惰而废者十之九。”人心一懒,则百体俱怠;百体俱怠,则心日荒而万事废。要想成就事业,就必须克服惰性,养成勤奋做事的习惯。然而,克服懒惰不是一件容易的事,也不是一时之事。事实上,我们一生都在与懒惰“作战”,胜则屡创佳绩,败则事业平平。唯有克服不思进取、得过且过的懒惰心态,摒弃消极应付、推卸责任的做法,自觉养成积极向上、认真负责的习惯,始终保持身心勤奋、事无积滞的状态,才能破除心中倦怠,击败懒惰天敌。

天道酬勤,勤则不匮。青年官兵立志在军营建功立业、实现个人理想,就要在心中常念“勤”字诀。念好“勤”字诀不只是一声口号,更需付诸实践。要时刻保持“向上攀登”的信念。敢于给自己定更高的目标,并主动去实现和超越。心怀本领恐慌,经常对标身边的优秀者、领跑者,反思自己的短板不足,并肯花大力气、下苦功夫去提升自己、完善自己。要逼迫自己走出“舒适区”。害怕走出“舒适区”源于畏难情绪,如果一遇到困难就退缩,久而久之,就失去了突破自我的勇气和动力,在懒惰无为中沉沦。而解决畏难情绪的关键,就在于多给自己“压担子”。唯有多挑重担子,才能磨出铁肩膀、练出真本领,有信心去迎接更多困难挑战。要实干笃行。大道至简,实干为要,实干是最质朴的方法论。“勤”不能只喊在嘴上,更要落在“干”上,理论学习多动笔、训练场上多出汗,只有一步一个脚印朝着目标努力前行,始终保持“力耕不吾欺”的清醒,用燕子垒窝般的勤奋、滴水穿石般的韧劲苦干实干,才能不断进步,敲开成功的大门。



影 中 哲 思

深山野壑,形状各异的鹅卵石铺满地面,或大或小,或圆或扁,层层叠叠,往往成为登山、徒步的必经之路。

“人生天地间,长路有险夷。”脚下的路难走与否,皆取决于自己。视鹅卵石为“拦路石”,便会减缓前进的脚步,甚至就此放弃;但若将其视作“垫脚石”,则会把它踩在脚下,拾级而上,最终成功登顶。

由此想到,人生之路上也少不了

山 间 卵 石 ——

变“拦路石”为“垫脚石”

■郭 凯/摄影 牛显森/撰文

野壑碎石的羁绊,如果仅因一时的困难,便轻言放弃、畏缩不前,那么最终只能是一事无成。唯有把“拦路石”

视作助推自身发展的阶梯,不畏艰险、迎难而上,一步一个脚印去攻克难关,才能最终突破自我、成就事业。

学会摆脱精神内耗

■赵 波 姜佳辰

方 法 谈

●学会摆脱精神内耗,就要坚持“目标导向”,涵养“平和心态”,拒绝“磨蹭拖延”

精神内耗,又叫心理内耗,它是指在自我控制中需要消耗心理资源,当资源不足时,人就处于一种所谓内耗的状态,通俗地讲,就是“想得太多”惹的祸。

精神内耗其实并不罕见。例如刚到一个新的岗位,有的人第一时间想到的不是尽快熟悉职责、提升能力,而是把宝贵的时间浪费在反复纠结于自己能不能干好上;抑或是工作稍有失误,就担心中会被领导另眼相看和责怪;等等。事实上,这样患得患失、胡思乱想,不但对实际工作没有任何益处,还会无端消耗自身精力。因而,我们须

掌握摆脱精神内耗的方法,避免陷入精神内耗的漩涡之中,确保自己把主要精力用在干事上。

坚持“目标导向”,排除杂念于工作。现实中,一些人之所以产生精神内耗,本质上就是目标不够精准,专注于目标意识不够强烈,使自己容易被其他事情影响心情、牵扯精力。因此,我们要在工作中坚持“目标导向”,可以给自己定一个明确的短期目标,并将注意力集中在实现目标上,不想与目标无关的事,待其完成之后,再朝着新的目标前进。这样就能有效避免因“其他声音”而引起的精神内耗和时间浪费,从而更好地将注意力放在提升自己、完成任务上。

涵养“平和心态”,以平常心干工作。精神内耗的产生,很大程度上源于浮躁心态,特别是经验不够丰富的年轻同志,在面对工作任务不熟悉、工作进展不顺利等情况时,就容易不知所措,甚至心烦气躁,总想着万一失败了怎么

办,导致工作还没开始干,框架思路和个人情绪就已“跑偏”。应当认识到,任何事情面前都应心态稳定、胸怀大局,特别是年轻同志正处于事业发展的黄金期、能力增长的加速期,更应果敢干事,抛去杂念,以实际行动和平和心态高效完成工作,这样才能获得成长进步。

拒绝“磨蹭拖延”,以只争朝夕的精气神干工作。产生精神内耗的人有个很突出的特点就是喜欢拖延,对任务完成缺乏紧迫感,想法很多却迟迟不见行动,逐渐失去了做事的决心和毅力。对此,我们应当不断强化“说了就办”的自觉和“时不我待、只争朝夕”的紧迫感。要提前给自己制订合理工作计划,对每个环节应当完成的时间节点有大致规划,集中精力去落实,以“今天再晚也是早,明天再早也是晚”的意识紧张快干。如此方能治好“拖延症”,以奔跑的姿态高效完成工作。

(作者单位:武警包头支队)

在平凡岗位书写不凡人生

■王 岩 卢运国

看 新 闻 说 修 养

●无论身处哪个岗位,都有人生发光发热的机会,都应该全力以赴完成好每一项任务,如此才能在平凡岗位上创造非凡业绩

前不久,北京市门头沟区落坡岭社区党支部书记、居委会主任孟二梅,荣获“感动中国2023年度人物”。她二十年如一日扎根京西深山,用心用情解民忧、暖民心,把社区当家、把居民当家人。2023年7月30日,K396次列车被暴雨滞留在落坡岭站,她想尽一切办法救助滞留乘客,一句“有我一口吃的,就不会让大家饿肚子”,感动了无数人。孟二梅的事迹告诉我们,只要以高度的责任心和使命感对待自己的本职工作,就能在平凡岗位书写不凡的人生华章。

军营中也有很多平凡岗位,日复一日坚守在“战位”的哨兵、经年累月驰骋在“战线”的驾驶员、早作夜息保障“战斗力”的炊事员……这些岗位虽然看起来平凡,但职责重于泰山。然而,少数人却认为自己处在不重要的岗位就“躺平”甚至“摆烂”,这些都是敬业精神缺失、担当精神不足的表现。广大官兵应当清醒认识到,无论身处哪个岗位,都有人生发光发热的机会,都应该全力以赴完成好每一项任务,如此才能在平凡岗位上创造非凡业绩。

想要干好工作、在平凡中成就就不

凡,拥有高度责任心是前提。军队的每一个岗位都对应对应的责任,助力广大官兵牢牢钉在岗位上的关键就是责任心。只有拥有高度责任心,才能在平凡岗位上坚守职责、在重任面前勇挑重担、在危难面前挺身而出。对于广大官兵来说,无论从事什么工作,都要始终心怀“时时放心不下”的责任感,以高度责任心履职尽责、恪尽职守。

坚守岗位,创造不凡,同样离不开真本事、硬本领。一个人的专业能力,是解决问题、完成任务的基础。拥有过硬本领,方能更好应对工作中的各类挑战、破解各种难题,提升工作质效。然而,过硬本领并不能轻松习得,需要在平凡岗位上多下苦功夫、硬功夫。广大官兵要自觉树立“梦想从学习开始、事业靠本领成就”的观念,主动加强学习,在学习中掌握新知、增长才干。此外,还须主动投身急难险重任务中,持续摔打磨砺,在实践锻炼中练就宽肩膀、练成真本事。

当然,想在平凡岗位书写不凡人生,并不是一蹴而就的,离不开长期的坚守。而长期坚守岗位,少不了枯燥乏味和艰辛曲折,只有耐得住寂寞、经得住诱惑,才能有所收获。正如“人民楷模”王继才,在两块足球场大的开山岛上,无怨无悔坚守32年,把大好年华全部献给了祖国的海防事业,用付出升华了人生价值。广大官兵要有“板凳甘坐十年冷”的恒心定力,心无旁骛“站好每一班岗”。在平凡中坚守,在奋斗中前行,立足岗位、建功军营,成就精彩人生。