

忆传统话修养

习主席曾深情地说：“我多次读方志敏烈士在狱中写下的《清贫》。那里面表达了老一辈共产党人的爱和憎，回答了什么是真正的穷和富，什么是人生最大的快乐，什么是革命者的伟大信仰，人到底怎样活着才有价值，每次读都受到启示、受到教育、受到鼓舞。”

1935年1月，红10军团军政委员会主席方志敏不幸被俘，敌人对他搜身检查。让敌人万万没有想到的是，像方志敏这样的“大官”，身上除了一支自来水笔和一块旧表，再也找不出什么值钱的东西。当时，在方志敏的领导下，赣东北革命根据地建起了一批造纸厂、纺织厂、被服厂，积累了大笔财富。虽然“经手的款项，总在数百万”，但方志敏一向是过着朴素的生活，从没有奢侈过，在他看来，为革命而筹集的金钱，一点一滴地都要用之于革命事业。

“清贫，洁白朴素的生活，正是我们革命者能够战胜许多困难的地方！”方志敏被俘入狱后，在狱中写下了《可爱的中国》《清贫》等名作。敌人用高官和厚禄来引诱他，他不为所动，慷慨陈词：“为着阶级和民族的解放，为着党的事业的成功，我毫不希罕那华丽的大厦，却宁愿居住在卑陋潮湿的茅棚；不希罕美味的西餐大菜，宁愿吞嚼刺口的苞粟和菜根；不希罕舒服柔软的钢丝床，宁愿睡在猪栏狗窝似的住所！”1935年8月6日，方志敏英勇就义，为他一生钟爱的革命事业流尽了最后一滴血。

方志敏笔下的清贫，不是食不果腹的贫困，也不是自命不凡的清高，而是对物欲的一种淡泊、对信念的一种执着、对精神的一种追求。

谈心录

沉下心来干工作

■刘 洋

●要干出一番事业，就必须摒弃浮躁，沉下心、铆足劲、踏实干，做到精益求精，久久为功

能否沉下心来干工作，不仅是对一个人工作态度和工作能力的综合检验，更是其工作作风与境界觉悟的集中反映。特别是在当前各项任务艰巨繁重、压茬推进的情况下，更需要沉下心来，保持专注和镇定，全身心投入各项工作中，确保既定目标任务顺利完成。

然而实际工作中，也有少数同志沉不下心，有的这山望着那山高，工作拈轻怕重，做事眼高手低，不愿付出艰苦细致的努力；有的心浮气躁，对待负责的工作应付了事，敷衍塞责。以这样的状态干工作，白白耗费大量时间精力，工作质效却难有保证。要干出一番事业，就必须摒弃浮躁，沉下心、铆足劲、踏实干，做到精益求精，久久为功。

排除干扰，专注当下。专注是干事创业的关键因素。一个人只有让内心保持平静，将全部注意力聚焦于当下，心无旁骛，才能有效避免急躁、焦虑等负面情绪。在日常工作和学习过程中，我们应当学会屏蔽杂音、排除干扰，集中精力深入学习理论知识，全方位钻研业务技能，将工作岗位当作实现自我价值的重要平台，一门心思专注于任务的完成。

精雕细琢，精益求精。秉持精雕细琢的态度，对工作精益求精，是对敬业精神的有力诠释。无论做什么工作，都要舍得下绣花功夫，坚持高标准、严要求，不放过任何一个细节。要强化精品意识，不能满足于“差不多”，而是要深入剖析，探寻最优解决方案，对每个环节都精研细究，以追求卓越的精神，不断挑战自我、突破自我，在反复打磨中多出“精品”，让出手即出彩、完成即完美成为习惯。

放眼长远，久久为功。任何工作成绩与事业成就的取得，都不是一蹴而就的，都需要经历长期的奋斗与积累。只有日复一日、年复一年地持续投入，才能真正做到精通本职，不断积累丰富经验，实现成长进步。在工作中切不可急于求成，不管面对怎样的考验与挑战，都要稳得住心神、耐得住性子，抗得住干扰，统筹好当前和长远的关系，以“咬定青山不放松”的韧劲和“不教一日闲过”的勤勉，在日复一日的持续努力中把自身专业素质练过硬，把负责的工作任务做到位。

方志敏的清贫

■周燕虎 陈亚彪



1936年，美国作家埃德加·斯诺来到延安。他在这里看到，毛泽东住在十分简陋的窑洞里，周恩来睡的是土炕，彭德怀穿着用缴获的降落伞改成的背心，林伯渠戴着用线绳系着断腿的眼镜。斯诺感慨，这是存在于共产党人身上的“东方魔力”，并断言这种力量是“兴国之光”。

清贫生活、艰苦朴素，是美德，是优良传统，更是一种巨大的力量。方志敏说：“敌人只能砍下我们的头颅，决不能动摇我们的信仰！”有了对信仰的忠贞，他才“愿意牺牲一切，贡献于苏维埃和革命”，才能经手数百万款项，却甘于过朴素生活。他在物质上虽然清贫，但精神世界却是富有的。这是他的人格魅

力，也是他留给后人、永远激励后人的宝贵精神财富。

有哲人讲：“关注物质太多的人，精神便开始匮乏。”回望历史长河，守不住清贫、耐不住寂寞、经不住诱惑的人往往折戟沉沙。有些党员干部因为贪图享乐、追求奢侈生活，导致信仰丧失、理想迷失、气节缺失，成为可耻的叛徒，被永远钉在了历史的耻辱柱上。

70多年前，重庆渣滓洞和白公馆监狱里，数百名革命者英勇就义前，在生命的最后时刻向党组织提出八条建议，

讲述先辈故事 传承清正作风①

插图/刘延源



影中哲思

清明节后，四川彭州丹景山的天彭牡丹陆续开放，充满了整个山坡。放眼望去，玫红色的牡丹花在绿叶的衬托下，更显雍容华贵。

俗语讲：“红花虽好，也要绿叶扶持。”在自然界中，绿叶常常作为花朵的陪衬，用自己的绿色衬托出花朵的娇艳，这种甘当陪衬、默默奉献的精神给人以启迪。工作中，由于分工不同、能力各异，不是谁都能当先锋、打主

春色满园——红花还须绿叶扶

■郭锦蓉/摄影 刘国辉/撰文

攻，如果没有身处主攻位置，就要有“甘当绿叶衬红花”的精神，以“功成不必在我，功成必定有我”的自觉，当好

助攻、甘于付出，做好辅助性、基础性工作。“绿叶”当好了，一样能干出成绩，收获精彩。

莫为人情所累

■李永胜

人际关系

●坚持原则，守住底线，在法律法规的约束下开展健康的人情往来

人情，指世间约定俗成的事理标准，是人与人之间相互联系的一种社会关系反映。在中国传统文化中，人情还包括情面、情谊和礼节应酬等。心理学研究表明，讲人情虽可以稳固人际关系，但同时也可能导致心理负担。

现实生活中，重情重义是人性之美，重视人情无可厚非。但是，人情也有其庸俗、世俗甚至功利的一

面。作为党员干部特别是有一定权力的领导干部，应当正确对待和处理人情交往，时刻牢记自己的身份和职责，坚持原则，守住底线，在法律法规的约束下开展健康的人情往来。切莫被人情世故所累所困，使人情“变味”，更要防止别有用心者打着“人情”的幌子，行“围猎”之实，任何时候任何情况下都要拒腐蚀、永不沾。

然而也不可否认，现实中有一些人把情面看得比原则重要，不知不觉做了人情的奴隶，什么“忙”都帮、什么“事”都管；有的甚至在一些重大原则问题上是非不分、被人利用，丧失了作为一名共产党员应秉持的原则和立场。党员干部如果为了照顾所谓的“人情”、为了维护所谓的“脸面”，不惜

违背原则、触犯党纪，必然会为此付出惨痛代价。作为一名党员干部，任何时候任何情况下都要以忠诚之心对待组织，以敬畏之心对待法纪，在人际交往中守纪律、讲操守，自觉筑牢拒腐防变的防线。

正确认识和妥善处理人情问题，绝不是一件小事，而是锲而不舍落实中央八项规定精神的题中应有之义，也是以优良作风凝心聚力、干事创业的内在要求。要敢于表明态度、表明观点，不怕得罪人，该推的敢于推、该挡的坚决挡，尤其是对一些有违规定的的人和事，更要坚决抵制。当然，处理人情问题也要讲究方式方法，做好耐心细致、周到热情的解释引导工作，成为一名既讲原则、又有温度的党员干部。

学 而 思

●能否提振干事创业精神状态，检验的是党性、是能力，更是担当，是作风

树活风雨土，人活精气神。良好的精神状态，是做好一切工作的重要前提。党的十八大以来，习主席多次强调要提振干事创业精神状态，强调“鼓足干事创业的精气神，恪尽职守，担当作为，迎难而上、敢于斗争”，指出“提振党员干部干事创业精气神，既勇于开拓创新又持之以恒抓好落实，既敢拼敢闯又善于团结协作”。精神状态直接影响工作状态。精神昂扬向上，就会满怀激情、浑身是劲，积极主动地谋事干事、奋力奋进，工作成就就高；反之，如果精神消极懈怠，缺乏干劲活力，推动落实就很难用心用力，工作成效自然大打折扣。

“志不立，天下无可成之事。”志向是行动的引擎，没有远大志向，就没有奋斗的动力，也不可能有良好的精神状态。干事创业，最重要的是心中有目标、有志向，始终保持火一般的奋斗激情。一代人有一代人的理想，一代人有一代人的担当。当前，我军建设“十四五”规划已进入爬坡过坎、突围冲刺的关键阶段，容不得丝毫懈怠。广大官兵唯有以舍我其谁的责任担当，切实树牢强军报国之心，才能提振精神状态、凝聚奋进力量，从而以百米冲刺的拼劲、只争朝夕的干劲，在打好攻坚战、赛道上激情奔跑、全速冲刺，高质量完成收官任务。

“山高水长不辞其远，披荆斩棘不改其志。”提振干事创业精神状态，就要勇于担当作为、锐意攻坚克难。我军建设“十四五”规划实施4年多来，取得一系列重大成果，同时也面临一些矛盾和问题。面对备战打仗中的瓶颈问题、转型建设的深层矛盾、阻碍高质量发展的顽瘴痼疾，尤其需要广大官兵永葆“闯”的劲头、“创”的精神、“干”的作风，敢于迎难而上、向险而行、向难攻坚、向新突破。“干部干部，先干一步。”对各级党员干部来说，既要先干多干、大干快干，还要标准更高、干得更好。具体讲，就是要强化首位首责、模范带头意识，勇于站排头、打头阵、担重任，叫响“跟我上”“让我来”，以身先士卒的实际行动、真抓实干的过硬作风，锐意攻坚克难，奋勇闯关隘。只要我们不怕千难万险、想尽千方百计、坚持久久为功，就一定能深挖潜力、补齐短板、强固弱项、聚力打通联合作战的堵点、化解转型建设的卡点、消除体系治理的盲点，攻克军地协作的难点，把各项工作部署落细落实。

“水激石则鸣，人激志则宏。”提振干事创业精神状态，还要注重完善制度、坚持正向激励。官兵工作热情高、干事劲头足，离不开政策支持和正向激励。近年来，各级建立了考核评价、晋升任用、待遇保障、容错纠错等一系列制度。但要看到，由于制度不完善、执行有偏差、落实不到位等因素，在一定程度上影响了官兵的士气和干劲。着眼决胜“十四五”，打好攻坚战，亟需进一步完善鼓励担当、

崇尚实干、提倡作为的正向激励体系，防止追责问责泛化、虚化、简单化现象发生，以鲜明态度为担当者担当、为负责者负责、为实干者撑腰，让敢担当、善作为的官兵有干劲、有奔头；进一步构建科学的绩效考核评价体系，既看显绩、更看潜绩，既看得票数量、更看官兵公认，既看平时工作情况、更看关键时刻表现，激发广大官兵锐意进取、奋发有为的精气神；进一步纠治“五多”为基层减负，切实破除捆住官兵手脚、消磨官兵干劲的桎梏；把各类待遇保障政策制度落实好，使广大官兵能够感受组织温暖、催生奋斗动力，进而把感恩之心化为强军之行，在攻坚战冲刺中勇挑重担、奋发有为。

能否提振干事创业精神状态，检验的是党性、是能力，更是担当，是作风。面对负重如山的攻坚任务，广大官兵要振奋精神、铆足劲头、勇于担当，以“朝受命、夕饮冰”的紧迫感，“昼无为、夜难寐”的责任感，全力跑好自己这一棒，为打好实现建军一百年奋斗目标攻坚战贡献力量。

■莫福春

提振干事创业精神状态

主动缩短“执行间隙”

■刘艺爽

方法谈

●看准的事大胆去做，定下的事“马上就办”，以过硬执行力让一个个目标变成现实

“执行间隙”指的是从决定行动到真正开始行动之间的时间差，这段时间如果过长，就可能导致干事热情减退、好的习惯难以养成。

现实中，“执行间隙”过长的情况并不鲜见。有的做事习惯于拖延，不到最后期限不开始行动；有的陷入“完美主义”的沼泽，总以“准备欠佳”“时机未到”为由迟滞行动；还有的缺乏自信心，以“能力不足”“万一失败”的假设束缚自己，缺少行动的勇气……种种原因，导致缺乏行动力，“想做却不动”。久而久之，目标清单化为泡影，本领增长成为空谈，机会一个个到来，想抓住却力不从心，最终消磨了锐气、蹉跎了岁月。大量事实证明，干事创业要见成效，就要主动缩短“执行间隙”，看准的事大胆去做，定下的事“马上就办”，以过硬执行力让一个个目标变成现实。

要自觉远离“舒适陷阱”。现实中，是选择追求舒适享乐，把行动留给明天，还是立刻行动，主动走出“舒适区”，不断“曾益其所不能”，不同的选择往往会获得不同的结果。所有的舒适都有代价，

好走的路，从来都是下坡路。当你留恋眼前安逸，迟迟不肯出发时，别人或许早已踏上征途，奋力翻越一座座高峰。因而，我们要自觉远离“舒适陷阱”，摒弃“躺平”心态，撸起袖子、甩开膀子，迈开步子，用行动把好的想法变为实实在在的结果。

要防止过度追求完美。对工作追求完美无可厚非，也值得提倡，但如果抱着“完美主义”心态，非要等到所有条件都具备了才开始行动，就会导致执行力不够，影响工作落实和任务推进。过度追求完美，还会让自己在过高期望值的压力下背上心理包袱，想要追求完美，结果却往往事与愿违。所以，要放平心态，认清自己的优缺点，接纳自己的不完美，督促自己立即行动，在行动过程中不断反思总结、优化提升、查漏补缺，不断丰富经验，最终取得成功。

要减少过度焦虑情绪。现实中，遇到困难和挑战在所难免，如果不积极面对，而是思前想后、患得患失，就会产生焦虑情绪，导致迈不开行动的第一步。要克服困难、解决问题，就不能犹豫迟疑，而是要抛开顾虑，果断行动。要学会把大目标分解为一个个小目标，在实现小目标的过程中逐步增强自信心；时常自我激励，告诉自己“困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强”“只要思想不滑坡，办法总比困难多”，如此方能减少焦虑情绪，坚定勇敢前行的信心和底气，在攻坚克难的行动中成就更好的自己。