

### 中华民族历史上经历过很多磨难,但从来没有被压垮过,而是愈挫愈勇

# 中华民族不断在磨难中成长奋起

■周俊杰

本在于精神的伟力。这种精神就是伟大的中华民族精神。人无精神不立,国无精神不强。精神是一个民族赖以长久生存的魂魄,唯有精神上达到一定的高度,这个民族才能在历史的洪流中屹立不倒、奋勇向前。习主席将中国人民在长期奋斗中培育、继承、发展起来的伟大民族精神,概括升华为伟大创造精神、伟大奋斗精神、伟大团结精神、伟大梦想精神。这是中华民族的特质、禀赋,是一种无与伦比的力量。回望中华文明5000多年源远流长,新中国70多年蓬勃发展,历久弥新的伟大民族精神是中国人民自信自强的底气之源,是炎黄子孙代代相传的精神基因,是中华民族历经磨难而不倒的根本动力。历史已经并将继续证明,只要中国人民始终发扬伟大民族精神,我们就一定能够战胜前进道路上的任何艰难险阻。

泣鬼神英雄业绩。疫情面前,疫区群众表现出惊人的坚韧、顽强,全国人民和海外华侨华人的捐款捐物热潮,全国各地大规模支援湖北和武汉行动,公路上、社区里、网络上看得见与看不见的志愿者,全社会万众一心、守望相助的同胞亲情,全民族同呼吸、共命运、心连心的凝聚力,令世界为之动容。事实一次次证明:任何艰难困苦都压不倒英雄的中国人民。

战“疫”彰显中国特色社会主义制度优势。这次抗击疫情,党中央总揽全局、协调各方,社会主义制度能够集中力量办大事的独特优势再一次得到展现。从中央到地方,全国一盘棋,防控工作有力有序有效;火神山、雷神山两座医院迅速建成展现了新时代“中国速度”;建立支援机制明确19个省份对口支援湖北;各地抓紧有序复工复产……“一方有难、八方支援”的社会主义互助协作机制高效运转。实践证明,应对重大灾情,需要动员的人力、物力、财力十分巨大,共产党领导下的社会主义中国展现了强大的动员力、组织力和执行力。

战“疫”检验战无不胜的英雄军队。沧海横流,方显英雄本色。疫情面前,人民军队坚决贯彻党中央、习主席决策部署,把疫情当命令,把防控当责任,火速集结支援、全力救治患者、做好综合保障、组织应急科研攻关。先后派出3批医务人员驰援武汉,形成了前方指导组、联防联控保障部队、一线医护人员、支援力量体系。全军60余所定点医院、1万多名医务人员投入一线救治,仅空军就出动了30架次运输机,向武汉紧急空运军队医疗力量和物资。人民军队用行动再一次展现了闻令而动、敢打硬仗的优良作风,表现出钢铁长城的使命担当。

### 磨难中成长奋起为中华民族伟大复兴注入新动力

磨难的真正意义,在于以刻骨铭心的方式把忧患和启示植入民族的集体

## 学习要论

习主席在统筹推进新冠肺炎疫情防控和经济社会发展工作部署会议上的重要讲话中指出:“中华民族历史上经历过很多磨难,但从来没有被压垮过,而是愈挫愈勇,不断在磨难中成长、从磨难中奋起。”面对突如其来的疫情,有党中央、习主席的坚强领导,有中国特色社会主义制度的显著优势,有强大的动员能力和雄厚的综合实力,有全党全军全国各族人民的团结奋斗,中国人民完全有信心、有能力打赢这场疫情防控阻击战,也一定能够保持我国经济社会良好发展势头,实现决胜全面建成小康社会、决战脱贫攻坚的目标任务。

### 磨难中成长奋起彰显中国精神的伟力

“中华民族是历经磨难、百折不挠的民族,困难和挑战越大,凝聚力和战斗力就越强。”一部中国历史,印刻着洪水、干旱、地震、瘟疫等灾难的记忆,而每一次灾难又是对民族精神的一次凝练和升华。中华民族就像一个虽经磨难却永不低头的斗士,以不屈不挠、自强不息的精神战胜各种灾难,繁衍发展至今。

磨难中成长奋起是对中华民族苦难辉煌历程的深刻总结。世界上很少有民族像我们这样经历了那么多磨难,更没有民族像我们这样在一次次经历磨难后顽强地延续文明的传承,从没停下前行的脚步。中华民族即使到了最危险的时候,仍然不屈服、不退缩,发出“起来!起来!起来!”的吼声,吹响“冒着敌人的炮火,前进!”的呼喊,誓把我们的血肉筑成我们新的长城。正如毛泽东所说,他们从地下爬起来,揩干净身上的血迹,掩埋好同伴的尸首,他们又继续战斗了。这是对中华民族在磨难中成长、从磨难中奋起精神的深刻总结。

中华民族在磨难中成长奋起的根

### 历经磨难对中华民族是考验更是磨练

恩格斯说,一个聪明的民族,从灾难和错误中学到的东西会比平时多得多。那些善于从磨难中总结教训、汲取智慧力量的民族,必将变得更加坚强。

战“疫”砥砺我们党的初心使命。新冠肺炎疫情发生后,党中央极为重视,习主席多次召开中央政治局常务委员会会议,对疫情防控工作进行动员部署,党中央迅速成立中央应对疫情工作领导小组。各级党委和政府积极作为,迅速启动重大突发公共卫生事件一级响应,同时间赛跑,与病魔较量,打响了疫情防控的人民战争、总体战、阻击战,形成了全面动员、全面部署、全面加强疫情防控的工作局面。世界卫生组织总干事谭德塞说,中方行动速度之快、规模之大世所罕见,这是中国制度的优势,有关经验值得其他国家借鉴。

战“疫”考验坚强不屈的伟大人民。中国人民有着勤劳、勇敢、智慧、善良的优良品格,创造出辉煌灿烂、震古烁今的中华文明,创造了无数惊天动

## 让“求短求精”成为工作自觉

■郑国基 刘 选

## 论苑漫笔

讲话言简意赅、开会简明扼要、作文短小精练,是辩证形式主义、官僚主义的现实要求。把话讲短讲精、把会开短开实,让“求短求精”成为一种工作自觉,是各级领导和机关的一门必修课。

在抗击新冠肺炎疫情战斗中,不论是一线的防护救治,还是后方的人员物资紧急输送,始终在与时间赛跑。简洁有力的誓师动员、三言两语的慰问寄语、三五分钟的医护交班……一时间,一语胜千言、求短求精成常态。由此推及开来,再联系到“四风”实际,应该说近年来反对形式主义、官僚主义的成效明显,但还未根本解决。比如,有的明知抓工作要务实,但还是热衷于出风头、博彩头、造声势;有的明知起草文件力求短实新,但一下笔还是禁不住大话、套话、没用的话;有的明知要少开会、开短会、开有价值的会,但还是习惯于开空洞无物的会、照本宣科的会、毫无必要的会……因此,必须一如既往地大力倡导“求短求精”。

培育“求短求精”的工作理念。“求短求精”体现的是工作智慧,反映的是作风理念。各级领导和机关必须从思想源头上立起“求短求精”的理念,明白言语贵在简洁有力、开会贵在简明高效、作文贵在短小精

悍的道理,善于在学习中提炼经验、升华思想,把“求短求精”作为自我磨砺、提升本领的不懈追求,讲短话、开短会、写短文,在“精简”中出真知、出高效。

养成“求短求精”的行动自觉。“短”是“精练”的表象,“精”是“简短”的练达。把“求短求精”的工作理念转化为行动自觉,要求各级领导和机关必须在实践中把“求短求精”的方法运用起来,优势发挥出来,用简短的时间、精准的做法破解工作中的难题、化解各种矛盾问题,以率先垂范的实际行动营造“求短求精”的氛围环境。

提升“求短求精”的能力素质。就素质表现而言,“短”意谓“言简意赅”,“精”则追求“字字珠玑”。越是短的话越不好说,短了怕讲不到位;越是短的文越不好写,短了怕囊括不全。各级领导和机关应在学习中经常反思、善作对比,找思路找方法、比优劣比长短,不对的及时纠改、不足的及时补救,边学边练,不断提升工作“求短求精”的能力素质。

勤学善备、精短而为。面对变幻莫测的国际环境,面对艰巨繁重的改革发展稳定任务,面对前所未有的风险挑战考验,各级领导和机关必须破除陈腐、筑牢根基,踏踏实实地把“求短求精”落实到行动中,作为一种工作思维、工作习惯,进而成为工作自觉。

(作者单位:32110部队)



## 重视抗疫医务人员心理健康

■汪小伍

## 工作研究

在疫情防控处于最吃劲的关键阶段,习主席作出重要指示强调,务必高度重视对医务人员的保护关心爱护,确保医务人员持续健康投入战胜疫情斗争。习主席的重要指示,为广大医务人员送去党中央的亲切关怀。新冠肺炎疫情发生以来,在抗疫一线的医务人员夜以继日、连续奋战,身心高度透支,工作压力大,生理和心理负荷高,迫切需要高度重视他们的心理健康,对他们进行必要的心理调适与疏导,使他们了解掌握自我认知、自我调控、自我放松、自我激励等心理防护方法,不断增强自我心理防护意识,提高自身的心理弹性,主动为自己的心理穿上“防护服”、戴好“防护口罩”,同时也为救治患者提供重要的情感支持与正向激励。

以生理适应带动心理适应。医务人员在执行患者救治任务时,对新冠肺炎认知的不足、封闭的隔离环境、过度的疲倦以及长时间与家人分离等问题,特别是时刻面对可能受感染等关乎自身安全

记忆,在最短的时间激发智慧和力量,支撑我们奋起拼搏,以坚定的姿态在复兴之路上阔步前行。

经历磨难洗礼,中国人民“四个自信”底气更加充盈。自信是一个民族对自身价值的充分肯定,是把命运掌握在自己手中的坚实底气。这场抗击疫情斗争,对我国的综合国力特别是组织动员力、体制应变力等是一场严峻考验。透过这场大考,全国人民乃至世界许多国家或国际组织,更加清晰地看到了中国共产党的坚强领导力,见证了新中国70多年来积累的雄厚物质技术力,感受到了中华民族的强大凝聚力,使我们进一步增强了对道路自信、理论自信、制度自信、文化自信。这种自信,对于新征程路上的中国人民来说,是战胜各种艰难险阻、不断开创新局面的强劲动力。

经历磨难洗礼,中国改革开放的步伐更加稳健扎实。这次应对疫情,党和政府十分尊重群众首创精神,尊重人民群众的知情权、参与权、监督权,大大增强了社会活力,确保了社会高度稳定。我国主动同世界卫生组织等国际组织及国际社会开展合作,同有关国家分享防疫经验,加强抗病毒药物及疫苗研发联合攻关,向其他国家和地区提供力所能及的援助,展现了负责任大国的担当。不经历风雨怎么见彩虹?新时代前进道路上,我国改革开放志不移、道不变,这是推动前进的时代伟力。

经历磨难洗礼,中华民族更加紧密地团结在一起。天变不足畏,灾难是磨刀石。这场抗击疫情斗争,广大党员冲锋在前,医务人员日夜奋战,人民子弟兵敢打敢拼,人民群众勠力同心,特别是武汉和湖北人民识大体、顾大局,公安民警、疾控人员、社区人员日夜值守,新闻工作者和志愿者尽职尽责,港澳台同胞和海外侨胞心系祖国、鼎力相助,表现出空前大团结。这其中展现的可贵品质,丰富了中华民族精神新的时代内涵。人民大团结,国家有力量。历经磨难洗礼,中华民族的凝聚力、向心力更加坚强,这是不可磨灭的兴国之力、强国之源。

(作者单位:习近平强军思想研究中心)

## 学有所思

习主席指出,全党同志特别是高级干部要加强党性锻炼,不断提高政治觉悟和政治能力。对领导干部而言,政治能力就是把握方向、把握大势、把握全局的能力,就是辨别政治是非、保持政治定力、驾驭政治局面、防范政治风险的能力。理论上的成熟是一个政党成熟的标志,也是一个党员干部成熟的标志。党员干部提高政治能力途径有多种,加强理论学习是首要和根本的途径,必须把理论学习作为基础任务、终身课题紧抓不放。

加强理论学习是把牢理想信念总开关的“密钥”。习主席反复强调,政治上的坚定,党性上的坚定都离不开理论上的坚定。干部要成长起来,必须加强马克思主义理论武装。政治理想是党员干部在政治信仰、政治方向、政治观点上表现出来的对党的正确认知,是政治能力的根本所在。对党员干部来说,信仰之根必须深深植于马克思主义理论的沃土。列宁曾指出,“从革命理论中能取得一切信念”。心中有信仰,脚下有力量。一个党员干部有了政治理想,才能有追求、有主见、有决断、有担当,才谈得上有政治能力。现实表明,一些党员干部之所以违纪违法甚至走上犯罪的道路,根本原因是不重视学习特别是政治理论学习,最终导致思想防线失守、信仰信念缺失、人生理想蜕变。这警示我们,无论职位高低、年龄长短、岗位差异,加强理论武装,始终是共产党人坚定理想信念的根本途径。崇高信仰、坚定信念不会自发产生,只有切实打牢理论根基,才能心明眼亮,练就“金刚不坏之身”。党员干部只有把理论学习作为终身追求,以理论清醒确保政治坚定、党性坚强,才能做到在任何时候始终对党绝对忠诚、绝对纯洁、绝对可靠。

加强理论学习是把握方向、明辨大势的“法宝”。理论的魅力在于“拨云见日”。科学理论作为思想的精华,可以帮助我们明晰时代定位,分析时代的存在状态、运动规律、主要矛盾和矛盾的主要方面,把握发展大势,解释时代出现的新情况新特点,回应时代提出的新问题新挑战,可以映照历史、引领时代、前瞻未来。我们党革命、建设、改革的发展历史,就是党的理论创新发展史。近百年来,从石库门到天安门,从兴业路到复兴路,我们党始终紧跟时代前进步伐,把马克思主义基本原理同中国具体实践相结合,在革命、建设、改革各个时期,不断推动党的理论创新发展,实现党的指导思想的与时俱进,指引一代代中国共产党人奋勇前行、接续奋斗,推动党的事业始终沿着正确的方向前进。当今世界正处于百年未有之大变局,中国特色社会主义进入新时代,更加需要以科学理论指明发展方向、指引前进道路。广大党员干部必须把学习贯彻党的创新理论特别是习近平新时代中国特色社会主义思想作为理论武装的重中之重,切实弄清“中国共产党为什么能”“马克思主义为什么行”“中国特色社会主义为什么好”等基本理论问题,把辨方向、明大势的能力建立在对象马克思主义科学理论的深刻理解和把握基础之上。

加强理论学习是应对各种风险挑战的“利器”。政治定力是在思想上政治上排除干扰、消除困惑,坚持正确立场、保持正确方向的能力,在政治能力

# 加强理论学习 提升政治能力

■修长智

中居于核心位置。当前,我国正处于实现中华民族伟大复兴关键时期,我们党正带领人民进行具有许多新的历史特点的伟大斗争,形势环境变化之快、改革发展稳定任务之重、矛盾风险挑战之多、对我们党治国理政考验之大前所未有。同时还要清醒地看到,意识形态领域斗争尖锐复杂,各种社会思潮浪花迷眼,西方敌对势力加紧对我实施“文化冷战”“政治转基因”工程,固根与毁根、铸魂与蛀魂的较量一刻也没有停歇。正如刘少奇在《论共产党员的修养》中所指出的:“如果我们不能掌握马克思列宁主义的理论武器,我们就不能正确地认识和处在革命斗争中所遇到的各种问题,就有迷失方向、背离无产阶级革命立场的危险。”党员干部只有加强理论学习,不断提高理论素养,具备足够的理论功底,始终保持理论清醒和政治坚定,才能不为歪风所扰、不为暗流所动、不为利益所惑,面对大是大非敢于亮剑、面对矛盾困难敢于迎难而上、面对危机挑战敢于挺身而出、面对差错失误敢于承担责任、面对歪风邪气敢于坚决斗争。

(作者单位:武警重庆总队)

展、高强度高负荷的工作压力,容易使医务人员产生心理负重、无助感和自责心,致使自信心降低。医务人员要学会自我认知调节,切实认识到自己不是一个人在战斗,认知到团队的力量、信心和行为反应,并通过心理团队支持、心理热线进行及时的心理疏导调适,积极做好预防工作,稳定好自身情绪,修正自我心理偏差。

以情绪宣泄缓解心理压力。此次新冠病毒狡猾、疫情复杂,医治救护节奏快、强度大,容易导致医务人员的心理压力增大,产生各种不良心理和情绪。长时间处在这样的心理压力下,需要对医务人员采取积极有效的防护措施加以自我预防和缓解。心理学研究认为,很多时候,只要把困扰自己的问题说出来,心情就会感到舒畅;适当地宣泄自己的情绪,身心压力则可得到有效缓解。这就要求广大医务人员面对抗疫斗争急难险重的工作任务,一方面要始终以积极、乐观的心态去面对诸多外部刺激,同时也要学会自我控制,在紧张的工作之余,通过向家人和朋友倾诉内心感受,或撰文抒怀、唱歌、跑步、记日记等方式,缓解情绪压

力,获得心理慰藉。以社会支持强化心理支撑。社会支持者眼满足医务人员现实需求,增强自我认知调节,切实认识到自己不是一个人在战斗,认知到团队的力量、信心和行为反应,并通过心理团队支持、心理热线进行及时的心理疏导调适,积极做好预防工作,稳定好自身情绪,修正自我心理偏差。以情绪宣泄缓解心理压力。此次新冠病毒狡猾、疫情复杂,医治救护节奏快、强度大,容易导致医务人员的心理压力增大,产生各种不良心理和情绪。长时间处在这样的心理压力下,需要对医务人员采取积极有效的防护措施加以自我预防和缓解。心理学研究认为,很多时候,只要把困扰自己的问题说出来,心情就会感到舒畅;适当地宣泄自己的情绪,身心压力则可得到有效缓解。这就要求广大医务人员面对抗疫斗争急难险重的工作任务,一方面要始终以积极、乐观的心态去面对诸多外部刺激,同时也要学会自我控制,在紧张的工作之余,通过向家人和朋友倾诉内心感受,或撰文抒怀、唱歌、跑步、记日记等方式,缓解情绪压

(作者单位:国防大学政治学院)