



习近平总书记强调的 关键词

习近平总书记强调的“精神力量”

□ 谢兵良

精神力量是指人的思想意识、思维活动、心理状态中产生的自信、自立、自强的激情和活力，以及自控、自律、自觉的意志和毅力。中国共产党一贯重视精神力量，并在长期奋斗中构建起中国共产党人的精神谱系。走好实现第二个百年奋斗目标新的赶考之路，我们要深入学习习近平总书记关于精神力量的重要论述，鼓起迈进新征程、奋进新时代的精气神。

2013年3月17日，习近平总书记在第十二届全国人民代表大会第一次会议上强调，爱国主义始终是把中华民族坚强团结在一起的精神力量，改革创新始终是鞭策我们在改革开放中与时俱进的精神力量。爱国主义是中华民族的精神基因，改革创新是中华民族锐意进取的精神品格。以爱国主义为核心的伟大民族精神、以改革创新为核心的时代精神，深深熔铸在我们的民族意识、民族品格、民族气质之中，熔铸在我们民族的生命力、凝聚力、创造力之中，是中华民族自强不息、发展壮大的强大精神支撑，是我们不断开辟新征程、开创新未来的不竭精神动力。走好新时代的赶考之路，我们更要高扬爱国主义旗帜，弘扬改革创新精神，激发爱国热情和创新活力，激励一代又一代中华儿女为实现中华民族伟大复兴的中国梦而不懈奋斗。

2014年3月18日，习近平总书记在河南省兰考县委常委扩大会议上强调，焦裕禄精神，同井冈山精神、延安精神、雷锋精神、红旗渠精神等都是共存的，任何一个民族都需要有这样的精神构成其强大精神力量，这样的精神无论时代发展到哪一步都不会过时。焦裕禄精神是焦裕禄同志在社会主义建设时期带领兰考人民战胜自然灾害、奋力改变兰考贫困面貌的精神标识，也是中国共产党人跨越时空、历久弥新的精神丰碑，永远是鼓舞我们艰苦奋斗、执政为民的强大思想动力和求真务实、开拓进取的宝贵精神财富。在新的历史起点上，各级领导干部要大力弘扬焦裕禄精神，自

觉做到亲民爱民、艰苦奋斗、科学求实、迎难而上、无私奉献，努力创造无愧于党、无愧于人民、无愧于时代的辉煌业绩。

2016年7月28日，习近平总书记在河北省唐山市考察时强调，我们今天要继续弘扬抗震精神，为实现全面建成小康社会奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦注入强大精神力量。艰难困苦，玉汝于成。中国自古以来就是一个自然灾害频繁发生的国度，中华民族经历了不少灾难的创痛，也在灾难中铸就了众多不屈的伟大精神，凝聚了强大的精神力量。在前进的道路上，我们还会遇到许多可以预见和难以预见的艰难险阻甚至惊涛骇浪，我们要继续弘扬抗震精神，汇聚起战胜一切困难的磅礴力量，奋力实现中华民族的伟大复兴。

2016年9月23日，习近平总书记在参观“英雄史诗 不朽丰碑——纪念中国工农红军长征胜利80周年主题展览”时强调，红军长征胜利，充分展现了革命理想的伟大精神力量。理想信念是共产党人的精神之“钙”、力量之源。一部长征史，深刻诠释了“革命理想高于天”，充分彰显了理想信念的精神伟力。理想信念的力量激励着长征路上的红军一路向前，在长征途中，平均每300米就有一名红军战士牺牲，红军战士之所以能不怕牺牲、视死如归，最根本的是心中闪烁着理想信念这盏明灯。一代人有一代人的使命，一代人有一代人的担当。在新的征程上，我们要进一步坚定理想信念，筑牢信仰之基、补足精神之钙、把稳思想之舵，坚守共产党人的精神追求，挺起共产党人的精神脊梁，坚定不移走好自己的长征路。

2018年12月18日，习近平总书记在庆祝改革开放40周年大会上强调，无论过去、现在还是将来，对马克思主义的信仰，对中国特色社会主义的信念，对实现中华民族伟大复兴中国梦的信心，都是指引和支撑中国人民站起来、富起来、强起来的强大精神力量。信仰、信念、信心，任何时候

都至关重要。回望百年奋斗史，我们党之所以能够由小到大、由弱到强，从胜利走向胜利，书写中华民族几千年历史上最恢宏的史诗，就是因为党有坚定的信仰、如磐的信念、必胜的信心。眺望前方奋进路，我们比历史上任何时期都更接近、更有信心和能力实现中华民族伟大复兴的目标，我们更要激发信仰、信念、信心的精神力量，不懈奋斗、永远奋斗，创造新的时代辉煌、铸就新的历史伟业。

2019年2月1日，习近平总书记在考察北京冬奥会、冬残奥会筹办工作时强调，发展体育事业不仅是实现中国梦的重要内容，还能为中华民族伟大复兴提供凝心聚气的强大精神力量。体育发展水平反映了一个国家国民健康素质和精神面貌，体现了一个国家综合国力和社会文明程度。历史和实践充分说明，发展体育事业能丰富生活方式、提高健康素质、改变精神面貌，是人民对美好生活的迫切需要。同时，发展体育事业能培育体育精神，凝聚磅礴力量。北京冬奥会、冬残奥会的成功举办，不仅展示了中国实力和形象，还形成了北京冬奥精神，这种精神是实现中华民族伟大复兴的强大精神力量。坚定不移地发展体育事业，弘扬体育精神、汇聚精神力量，是实现中华民族伟大复兴中国梦的必然要求。

2021年2月20日，习近平总书记在党史学习教育动员大会上强调，在近代中国最危急的时刻，中国共产党人找到了马克思列宁主义，并坚持把马克思列宁主义同中国实际相结合，用马克思主义真理的力量激活了中华民族历经几千年创造的伟大文明，使中华文明再次迸发出强大精神力量。中国共产党是马克思主义政党，马克思主义始终是我们的根本指导思想和强大的思想武器。在百年奋斗历程中，我们坚持坚持把马克思主义基本原理同中国具体实际相结合、同中华优秀传统文化相结合，不断推进马克思主义中国化时代化，党和人民事业不断取得胜利，中华文明焕发出新的生

机和活力。我们要从党的非凡历程中领会马克思主义是如何深刻改变中国、改变世界的，感悟马克思主义的真理力量和实践力量。

2021年7月1日，习近平总书记在庆祝中国共产党成立100周年大会上强调，敢于斗争、敢于胜利，是中国共产党不可战胜的强大精神力量。敢于斗争、敢于胜利，是中国共产党人的鲜明政治品格，也是我们党的政治优势。建立中国共产党、成立中华人民共和国、实行改革开放、推进新时代中国特色社会主义事业，都是在斗争中诞生、在斗争中发展、在斗争中壮大的。我们依靠斗争走到今天，也必然要依靠斗争赢得未来。以史为鉴、开创未来，必须进行具有许多新的历史特点的伟大斗争。我们要充分认识这场伟大斗争的长期性、复杂性、艰巨性，总结运用党在不同历史时期敢于斗争、敢于胜利的丰富经验，大力增强斗争意识、自觉发扬斗争精神、切实提高斗争本领，不断取得伟大斗争的新胜利。

2022年3月6日，习近平总书记在看望参加全国政协十三届五次会议的农业界、社会福利和社会保障界委员时强调，有自信自强的精神力量，中国人民积极性、主动性、创造性进一步激发，志气、骨气、底气空前增强，党心军心民心昂扬振奋。自信自强，是我们党战胜困难、书写奇迹的重要基因，也是创造历史、开辟未来的强大精神力量。自信者强，自强者胜。从近代的“器不如人”“技不如人”“制不如人”“思想文化不如人”到如今的道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，中国共产党人用百年的不懈奋斗激活了中华民族自信自强的精神基因。进入新时代，踏上新征程，有自信自强的精神力量是我国发展仍然具有的战略有利条件。我们必须增强自信自强的精神力量，用好战略性的有利条件，始终站在历史正确的一边，集中精力办好自己的事，昂首阔步走自己的路。

习近平总书记在2021年“七一勋章”颁授仪式上的讲话中指出，共产党人拥有的人格力量，才能赢得民心。从人格力量赢得民心的视角来看，百年党史就是一部中国共产党人以伟大的人格力量团结带领全国各族人民接续奋斗、从苦难走向辉煌的壮美史诗。

中国共产党人的人格力量首先体现在为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴的初心使命上。少年周恩来“为中华之崛起而读书”的抱负，开国元勋朱德“祖国安危人有责，冲天壮志付飞鹏”的豪情，党的创始人李大钊为挽救“神州陆沉”立下“再造中华”的决心，秉持科技报国理想并为之献身的地球物理学家黄大年的毕业赠言是“振兴中华，乃我辈之责”……这些沉淀在党的不同历史时期的豪言壮语，闪耀着中国共产党人为挽救民族危亡和实现民族复兴而奉献一生的理想光华。置身“两个一百年”奋斗目标的历史交汇点，广大党员干部应时刻铭记先辈的遗愿，传承共产党人的人格力量，以“功成不必在我、功成必定有我”的胸襟，谱写新时代共产党人的新篇章。

共产党人的人格力量建立在坚定的信仰与信念之上。革命先驱蔡和森被捕入狱后受尽酷刑，却坚贞不屈，用36岁的年轻生命践行了“匡复有吾在，与人撑巨艰。忠诚印寸心，浩然充两间”的誓言。中国共产党四川早期领导人杨闇公在英勇就义前慷慨陈词：“你们只能砍下我的头，可绝不能丝毫动摇我的信仰。我的头可断，志不可夺！”“两弹元勋”邓稼先则抱定为研制核武器“死了也值得”的信念。这种对信仰和信念的执着与坚定，是砥砺前行中国共产党人的巨大精神力量源。信念是“精神之钙”，“信念不牢，地动山摇”。树立矢志不移的信仰和信念，毫无疑问，是新时代党员干部人格塑造的重中之重。

无论顺境逆境，始终保持意气风发、积极向上的奋斗精神是共产党人的人格魅力所在。井冈山时期，面对强敌“围剿”，革命处于低潮期，毛泽东以革命浪漫主义的情怀作出“星星之火，可以燎原”的判断。改革开放总设计师邓小平的政治人生“三落三起”，但他在逆境中始终保持乐观平和的心态，坦然面对挫折，他自称乐观是他的法宝。革命先辈面对挫折与困境，勇于迎难而上的自信与乐观，为新时代党员干部的人格塑造提供了丰富的精神养料。新征程任重道远，调适并强化挫折耐受力、构建积极的心理状态至关重要。在新赶考路上，中国共产党人应以前辈为榜样，从容应对实践中遇到的坎坷和波折，不惧风险，敢于斗争，以逢

拥有 人格力量 才能 赢得 民心

□ 倪洪兰

山开道、遇水架桥的自信和乐观，迎接和战胜各种挑战。

廉洁亲民、终生不负人民的为民情怀是中国共产党人人格特质的核心要义，也是党的感召力与凝聚力之源。回望百年，为政清廉、亲民爱民的作风贯穿于党的建设始终，这也是我们党立于不败之地的法宝。早在中央苏区，当地群众流传着一首“苏区干部好作风，自带干粮去办公，日穿草鞋干革命，夜打灯笼访贫农”的民谣。长征途中半条被子的故事，几乎成了中国人家喻户晓的红色经典。这些都集中体现了中国共产党人廉洁为民的优良作风以及人民群众对党的信任。新中国成立后，毛泽东和周恩来等领导人严于律己，长年保持躬行节俭、关爱百姓的作风，细微处见崇高，为国人敬仰。革命先辈清廉自律、体恤民情的高尚品质和情操仿佛一面明镜，为新时代共产党人的人格塑造树立了一座巍峨的精神丰碑。经常回眸与瞻望，有助于党员干部涤荡与净化心灵，牢记全心全意为人民服务的根本宗旨，以人民情怀暖民心、聚众力，使党的精神家园开出高洁、温馨的人格之花，使实现中华民族伟大复兴的中国梦成为每一个奋斗者的道义和担当。



打好思政课教学改革创新攻坚战

□ 贾钢涛

思政课是落实立德树人根本任务的关键课程。马克思主义学院作为思政课教学的主阵地，必须坚持用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人，持续深化思政课教学改革，着力在课程建设、教师选聘、教法创优方面出实招、下功夫、求实效，着力培养堪当民族复兴重任的时代新人。

扭转学科建设与课程建设“两张皮”现象

中央实施马克思主义理论研究与建设工程，设立马克思主义理论一级学科，其要旨在于为思政课教师提供学科归属、为思政课教学提供学科支撑。但现实情况是，大多数高校马克思主义理论学科建设与课程建设相互割裂，不能形成有效的支撑，学科建设更多聚焦在大项目、重要奖项、人才称号、重要期刊论文等维度，不太注重引导教师将主要精力放在如何推进课程建设、如何改进思政课教学、如何形成高水平教学成果上。彻底扭转学科建设与课程建设“两张皮”现象，需要优化评价体系，加大思政课教学效果的评价导向，科学设置马克思主义理论学科评价指标体系，建议

有关部门制定相关指导性意见，避免出现过多“自留地”“责任田”。

马克思主义学院在严格遵守教育部有关要求的前提下，不折不扣地开好思政必修课，结合校情和院情开设好习近平新时代中国特色社会主义思想概论课，持续深入地用习近平新时代中国特色社会主义思想铸魂育人。坚持巩固拓展党史学习教育成果，创设“四史”类选择性必修课，着力引导青年学生充分认识中国共产党为什么能，中国特色社会主义为什么好，归根到底是因为马克思主义行，着力培育青年学生坚定不移听党话、跟党走的政治自觉、思想自觉和行动自觉。

加强课程建设，需要夯实基础，完善各种课程教学培训。及时跟进做好新修订教材的教师培训，注重激发思政课教师研学的新动能，着力引导教师在学深悟透习近平新时代中国特色社会主义思想的核心要义、精神实质、丰富内涵和实践要求方面走在前、做表率。坚持用好周末理论大讲堂等学习培训平台，扎实做好学院教师学习常态化活动，着力建好思政课教学综合评价制度，强化过程管理，以制度化保障教学各环节的全覆盖，在精准用力备好课、凝心聚力上好

课、持续用力评好课中打造学生真心喜爱、终身受益、毕生难忘的思政金课。

办好思政课关键在教师

培养堪当民族复兴重任的时代新人，思政课教师责任重大、使命光荣。办好思政课关键在教师。思政课教师不仅要做到信仰坚定、学识渊博、理论功底深厚，而且还要兼具家国情怀、传道情怀、仁爱情怀，重在讲清道理，特别是讲好中国故事背后蕴含的学理道理哲理。要具备上述条件，需要思政课教师不断加强自我修炼，苦练内功，自觉做为人师的表率。由于历史原因，思政课教师教学工作量较大，教师主要精力放在完成基本教学任务，而没有时间探索教学规律、回应社会关切，更无暇从事专业研究课题。目前，全国高校马院思政课教师数量基本配齐，下一步重点就是提升教师整体水平，抓好青年教师队伍建设。一方面除了因退休、调动等原因进行常规教师补充，另一方面要加大引进高层次人才，优化教师队伍结构。常规教师补充需要统筹年龄、学历、职称、学缘等结构，既要

打好基础，又要谋划未来，在教学、科研、学科建设等方面为青年教师订做个性化成长菜单，为思政课教学提供源源不断的新鲜血液。高层次人才引进不能墨守成规，要拿出三顾茅庐的诚意、发扬燕子垒窝的恒劲，“功成不必在我”，畅通人才引进通道。

教师队伍建设和系统谋划、引育并举，既立足于常规教学需要、推动思政课改革创新，也要着眼学科建设、实现学院高质量发展。一是继续做好常态化教师引进工作，超前谋划教师队伍发展，避免“两头大、中间小”的不合理结构。二是坚持做实教师培训工作，借助专项学习培训（如周末理论大讲堂等）、跨院校联合培养、访学进修、国内外实践考察等方式，逐步提升教师教学和科研能力。三是积极开展青年教师成长空间，组建学科团队、实现“人人有学科”，培养教师学科意识，选派教师到党政机关、企事业单位等挂职实践，拓展教师视野。四是体现以教学为基础的科研导向，组建教学团队，实施“青年教学名师”培育工程，扎实推进教学质量提升工程，建立并完善“综合评价、注重实绩”的考核体系，提高教学工作在综合评价中的比重，把日常工作对教学改革的投入度、学术研究

成果对教学的贡献度作为职称评定、职级晋升、经费支持的重要考量标准，切实做到不让“用心教书，潜心育人”的“老实人”吃亏。

解决“教什么”“学什么”“怎么教”之问

思政课教学效果好不好，很大程度上取决于是否有科学合适的教学方法。我们常说，教学有法，教无定法，贵在得法。习近平总书记指出，很多学校在思政课上积极采用案例式教学、探究式教学、体验式教学、互动式教学、专题式教学、分众式教学等，运用现代信息技术等手段建设智慧课堂等，取得了积极成效。进入新发展阶段，聚焦立德树人根本任务，着力培养堪当民族复兴重任的时代新人，必须继续深化思政课改革创新。思政课建设要紧扣教师、学生、教法这三个关键要素，解决“教什么”“学什么”“怎么教”之问，聚焦传道、讲清道理，以透彻的学理分析回应学生的关切，以彻底的思想理论说服学生，用真理的强大力量引导学生；聚焦悟道、自觉践行，以向上的青春力量回应“国之大者”，以强烈的历史担当观察时代，用后浪的蓬勃

朝气砥砺前行；聚焦教法、守正创新，以问题导向为牵引，坚持用学术讲政治，精准指向学生困惑，寓价值引导于知识传授之中，既能做到惊涛拍岸，又能做到润物无声，把问题讲深、讲透、讲活，引导学生实现情、意、行的统一。

思政课是面向青年人的课程，破解思政课思想性、理论性不足和亲和力、针对性不够的问题，需要探究青年工作规律，创新青年工作方式，尝试新的思政课打开方式。这就要求针对“Z世代”学生的实际，找准理论难点、社会热点与学生需求点链接的契合点，通过“教师用心教、学生用心悟”的深入互动，实现教学内容的精准供给、教学过程的精准把控、教学效果的精准反馈，达到沟通心灵、启智润心、激扬斗志。

着力打好深化思政课改革创新攻坚战，需要打好组合拳，形成汇聚共建思政课的合力，既要在精准讲授内容基础上做到绵绵用力，又要在改进讲授方式上做到守正创新。一是读懂学生，切实关心、关注、关爱青年学生健康成长，深耕青年人关注的“话题域”，让思政课内容贴近青年学生生活实际；二是吃透教材，善于将教材体系转化为教学体系，无论是专题讲授还是研学互动，无论是传统课堂“配方”更新升级还是移动互联“云端”技术赋能，旨在让思政课变得更“有滋有味”；三是形成合力，推动课程思政与思政课程同向发力，建设好“大思政课”，将思政小课堂与社会大课堂有机结合起来，共同助力青年学生成长成才。

（作者系北京化工大学马克思主义学院院长、教授）