

# 新形势下保持离退休党员先进性的思考

周征征

(国网湖北省电力有限公司十堰供电公司 湖北 十堰 442000)

**【摘要】**我国正在快步迈入老龄时代,随着社会老龄化程序的不断加深,离退休人数随之不断增加,离退休党员占党员比例也逐渐提高。如何深入挖掘老龄社会潜能、激发老龄社会活力,从巩固离退休党员的先进性入手,是新形势下离退休党组织工作的突破口,既是今后离退休党建工作的重点,也是难点。通过走访、交流、座谈,本文从退休党员的思想动态、生活特点进行分析,提出保持离退休党员先进性的思考和建议,与读者探讨。

**【关键词】**新形势;离退休党员;先进性;思考

离退休党员如何保持党员的先进性?离退休党员如果对这个问题只要有了正确的认识,就能老有作为,老有所获。

党员是党的肌体的分子和细胞,党员的先进性是党的先进性的基础与前提。离开党员的先进性,党的先进性就如同无本之木、无根之草,无从谈起。离退休党员虽然离开了工作岗位,但没有脱离“党员”身份;虽然工作上退休了,但是政治上、思想上和作风上并没有“退休”,对党员的先进性要求并没有改变。离退休党员与在职时一样,仍然要按照《党章》的要求,履行党员的权利和义务,发挥党员的先锋模范作用。离退休党员保持先进性与否,同样影响党的威信和形象。因此,离退休党员的先进性修养,仍然是加强党的建设的需要。

离退休党员如何保持党员的先进性?

## 1 坚持学习,保持先进性

通常老同志有一个特点,就是很容易谈论过去,对接受新鲜事物比较慢,这是生物规律。他们曾接受的是“忘记过去就是背叛”,可是不愿接受新事物也是背叛。因此需要正确的回忆,多回忆他们过去创业的艰难,多回忆企业刚刚建设时的辉煌,多回忆作为一名党员为企业做的贡献,舍小家为大家的初心等,把回忆当作动力,把回忆当作学习,把回忆当作升华。只有这样,才能找回精神支柱。

学习新事物、新观念,跟上时代的步伐,才不会只陶醉在过去的回忆之中。每个离退休党员要想既不要忘记往日的辉煌,又不要忘记今日的先进性,坚持学习,十分重要。

1.1 坚持学习,是坚定理想信念不变的根本。理想是一种对目标的信仰、向往和追求。共产党员从入党那天起,就发誓要为实现共产主义奋斗终身。广大离退休党员,“昨天”,把实现共产主义远大理想作为自己的精神支柱和力量源泉,正确处理了奉献与索取、国家需要与个人意愿、局部和全部的关系,把坚定共产主义理想与努力做好各时期工作紧密结合起来,较好地实践了自己的誓言,为党、国家和人民做出了很大贡献。“今天”,虽然年龄大了、体力弱了,离开了工作岗位,但是思想不能退休,自觉为共产主义奋斗终身的理想、信念不能变。变了就不是共产党员,也就谈不上先进了。每个老同志要尽己所能把实现远大理想与当前颐养天年、抚育后代、关心改革发展和社会进步紧密结合起来,满怀信心和希望,愉快地生活,度好晚年。

1.2 坚持学习,是人生修养永恒的主题。世界的知识是浩瀚的,宇宙的奥秘是无穷的。任何人毕其生去捕捉追求这些知识奥秘,也是极其有限的。孔老夫子说得精辟,“学,然后知不足”。学习是改变命运的手段,是进取、向上的车轮。离退休党员只有加强学习,才能在政治上、思想上、行动上和党中央保持一致,永葆政治青春;只有加强学习,才能树立“老骥伏枥,志在千里”的豪情壮志;只有加强学习,才能坚定“英特纳雄耐尔”就一定要实现的必胜信念;只有加

强学习,才能实现“活到老,学到老,奉献到老”的人生夙愿;只有加强学习,才能做到科学养生,健康快乐。学习是人生修养永恒的主题,每一位离退休党员都应将这句话说奉为座右铭,做到老有所学,老有所获,老有所得,老有所成。

## 2 量力而行,发挥余热

离退休党员从工作岗位上退下来了,但拥有丰富的工作经验和优势,政治上比较成熟,工作上有一定的经验,观察问题比较细致,思考问题比较全面,和群众也有广泛的联系。“金子到哪里都会闪光”。对有所作为的离退休党员来说,离退休并不意味着意志的衰退、奋斗的中止和党员先进性要求的降低,而只是另一种生活方式的开始,是在人生之旅进入新阶段后的另一种奋斗方式和奉献方式的转换,其目的仍然是实现共产主义的崇高理想。

每一名共产党员在入党时都宣过誓:为实现共产主义奋斗终身。“奋斗终身”就包括从工作岗位退下后的离退休阶段,这个阶段同样是比较长的,也是比较重要的阶段,同样也是能有所作为的。党员离退休后,可以根据各自不同的情况和条件,积极参加社会活动,为社区、企业及自己所在的生活圈、朋友圈、社交圈内,做一些力所能及的有益于党、有益于社会、有益于群众、有益于企业的事情。离退休后,接触的社区群众更多了,可以向他们宣传党和国家的路线、方针、政策;可以组织或带动群众学文化、学知识、学技能、学法律,为构建文明和谐型社会尽一份绵薄之力;可以主动参与所在社区的管理工作,为创建文明社区发挥作用;可以继续关注自己所从事过的事业和工作,向所在单位领导建言献策;可以著书立说写文章,传授知识经验,抒发人生感受……对离退休党员来说,发挥“余热”,做到老有所用、老有所为,“非不能也,是不为也”。只要想为,就能有为;只要愿为,就可作为。

## 3 关心子女,带好下一代

离退休党员接受党的培养教育几十年,政治觉悟较高,党性修养较好,理想信念坚定,思想作风扎实,是党的优良传统作风的体现者、继承者和发扬者。把他们的好思想、好作风、好传统继承下来,发扬光大,是发扬中华民族的优良传统和作风的体现,也是党员保持先进性的重要体现。

在对子女教育方面,一是要继续教育好第二代和第三代子女,好学上进,正直做人,认真做事。二是对子女,更不能厚此薄彼,家事也提倡公开、公正、公平。

对晚辈的教育方面,由于年龄、心理差异的悬殊,说教要慎重。一般来讲,生活和学习尽力关照,精神和物质上多给予必要的关心,努力营造温馨和谐的家庭氛转。注重更新观念、因人施教;讲究民主和谐、正面引导;培养自力自强、立志高远。要做到这些,一要及时总结实践,二要靠学习才有可能实现。

公司一位离休老党员是这么说:“通过对子孙两代人

庭教育的实践,感到教育后人一定要以仁慈怜爱的态度,坚持正面教育,因势利导,因人施教。万不可不切实际的过高过严的要求他们,过高的希望会使孩子感到无望,过严的要求会使孩子认为无奈,过多的指责会使孩子觉得无措,过分的溺爱会使孩子变得无能,过于放任会使孩子变得蛮横无情”。

不少老同志认为:教育孩子是一种劳动,一种责任,甚至是一种负担,但更是一种乐趣。特别是对退休的老年人,通过教育孙子孙女,和隔代人长时间近距离的接触,退休老同志们一棵衰老的心,受到了孩童们天真无邪、纯洁无暇的心灵童化,而变得精神焕发,青春常在,心理健康得到提高。有些仅是看到孩子们活泼可爱、健康成长的身影就会倍感欣慰,为他们的晚年生活增添了无穷的乐趣而欢乐!这样的实践和体会,也使他们学习的动力更加十足。

#### 4 积极生活,科学养老

可能有人认为,科学养老似乎与党员的先进性有啥关系,其实不然。现在针对老年群体的各种诈骗层出不穷,引导老年人树立健康科学的养老观念,创建科学、文明、健康、和谐的老年群体,无论是对家庭、对企业、对社会,都将是非常重要的。老党员既是老年群体的组成部分,又是先进群体的主要组成,自是责无旁贷,也是党员先进性的具体体现。

#### 4 关于科学养老要奠定健康的四大基石。

##### 4.1 乐观的心态

乐观的心态就是心理健康。

一要心态平和。心态平和,它是保健最主要的措施。心态平和的作用超过一切保障作用的总和,只要抓住了心态平和,就抓住了健康的金钥匙。年岁越大越平和,日子越过越舒心。心态平和,就是守住宁静的心,生活是不可控的,人生之路是不平坦的,唯一能控制的是心态,只有以平和的心态去面对,才能越活越好。

二要情绪乐观。要做到情绪不波动。情绪的波动很厉害。“情绪”能造成很多意外,“情绪”能使人容易得病,“情绪”也能给人治病;

要做到情绪稳定,一是躲避,尽量不挑起惹人心烦的事端;二是转移,人家骂你,你去下棋、钓鱼,只当没听见;三是释放,人家骂你,你去找知心朋友谈谈,释放出来,要不然搁在心里要得病的;四是升华,人家越批评你,你越虚心接受批评,越是好好干活;五是控制,这是最主要的也是最难做到的,就是你怎么骂我都不怕,听到骂声脸不变色心不跳,泰然处之。六是知足常乐。

##### 4.2 充足的睡眠

一般老年人每日睡眠时间6—8小时就可以了,其中最宝贵的是两个时间段:午休(中午小睡半小时左右)和“转钟”前后(晚上10点至次日凌晨两点)。这两个时间段睡实在了,主要问题就解决了,不会有大的毛病。

##### 4.3 适量的运动

要抓住关键词运动和适量,既要有氧运动,还要适量运动。

有氧运动:顾名思义就是在有氧代谢状态下做长时间的(大于15分钟,最好是30—45分钟):如慢跑(步)、游泳、骑自行车、步行、原地跑、有氧健身操(舞蹈、太极拳)等运动。而静力训练、举重或健身器械、短跑等憋气运动称之为无氧运动。

适量运动:怎么叫适量呢?通过运动,使人体达到优良代谢,就是适量运动。简单的说就是三、五、七:三就是运动30分钟左右;五就是每周坚持五次运动;七就是通过有氧运动,使你的年龄加心跳等于170。比如说我60岁的话,

运动到心跳110,加起来是170。这样就是通过运动,达到优良代谢,就是适量运动。过分运动是有害的。适量运动也要持之以恒。

刚刚退下来的同志可以打羽毛球、乒乓球,把年青时的习惯坚持下来;体力较弱的坚持每天步行,或者打门球,打斯诺克;天气晴朗可以爬山、钓鱼等都是健康的锻炼方式,形式很多量力而行。

需要特别注意,一定要做到:科学健身、文明健身。尤其是我们离退休党员,坚决不能相信那些以健身为名,搞邪教、搞封建迷信、诈骗等的活动。以身作则,不信神、不信鬼,不勉强别人参加,不夸大宣传功效,不扰乱社会治安。还要帮助身边的老年朋友去浊存清,天下没有白吃的午餐,免费的其实是最贵的。

#### 4.4 均衡的营养

均衡的营养注意三个方面,第一,保持食品的酸碱要均衡。酸性食品与碱性食品搭配食用,目的在于保持人体血液的酸碱平衡,使之经常处于微碱性状态(pH值7.4左右),以利于代谢的正常进行。第二,要保持营养素的均衡。第三,正确挑选食物。挑选食物要选新鲜的并选择制作科学合理的。

对离退休党员先进性的要求不仅是组织的要求,更是离退休党员自身的需要。在岗时他们发挥示范作用,是人生的高光时刻,退休后仍然保持先进,是他们积极生活、幸福状态精神的展示。抓好离退休党员管理需要我们党务工作人员不断学习和探索,为社会稳定和谐而不懈努力。

#### 参考文献:

- [1] 李斌斌 向敏 关于国企离退休党员管理模式的研究——基于武汉市相关国企和社区的调查 行政科学论坛 2018年06期
- [2] 杨颖 企业离退休党员管理服务工作的思考 新西部 2018年18期
- [3] 吴春城 浅谈企业离退休党员思想政治建设存在的问题及对策 化工管理 2018年25期
- [4] 罗志灵 浅谈国企离退休党员管理存在的问题及对策 轻工科技 2018年10期
- [5] 王维东 王文树 新时代高校离退休党员队伍建设存在的问题与对策建议——基于宁夏高校离退休党员的调查与研究 宁夏师范学院学报 2018年09期
- [6] 陈霖 离退休党员干部思想政治工作的思考与实践 现代交际 2016年03期
- [7] 王卓 创新方法,做好新时期离退休党员党建工作 中小企业管理与科技(下旬刊) 2016年06期
- [8] 王建东 建立“三个机制”发挥离退休党员作用 企业文明 2016年08期
- [9] 徐世和 企业离退休党员创先争优活动浅议 中国产经 2014年04期
- [10] 王兵兵 苏佰辉 马畅 加强和改进高校离退休流动党员的教育、管理与服务研究 才智 2015年11期
- [11] 社区领导者培育小组设计 华南理工大学 2019年
- [12] 新时代高校中共离退休党员基层党组织建设研究 武汉理工大学 2020年
- [13] 新时期城市社区党员思想政治教育研究 中央民族大学 2012年
- [14] 守初心坚定支持圆梦大业 担使命尽力为党增添正能量——浅议离退休党员干部“不忘初心牢记使命”主题教育的着力点 广西老社会科学工作者协会 2019年年会论文集 2019年