# 七一党课-“高颜值党员”修炼记

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2025-03-18

*七一党课--“高颜值党员”修炼记近年网上比较流行“颜值”一词，用于形容一个人颜容、相貌、气质的数值，颜值高无疑让人赏心悦目、百看不厌。一提到颜值大家就想到“男神”、“女神”、“长腿欧巴”。但我们发现，表彰的优秀党员好像也不并不都是宽肩膀、大...*

七一党课--“高颜值党员”修炼记

近年网上比较流行“颜值”一词，用于形容一个人颜容、相貌、气质的数值，颜值高无疑让人赏心悦目、百看不厌。一提到颜值大家就想到“男神”、“女神”、“长腿欧巴”。但我们发现，表彰的优秀党员好像也不并不都是宽肩膀、大长腿。今天，我结合学习党章党规和习主席系列讲话精神，以“高颜值党员修炼记”为题，跟大家交流我所理解的高颜值党员是什么以及如何修炼成高颜值党员？

第一步：学，了解党员高颜值

先给大家介绍一个人，她叫王小连，一名普通的军嫂，创办了微信公众号：向党看齐，在微信平台上传播正能量。最早萌生在网络发声的念头，源于她读到这样一个故事：有位老人被困在土坯墙的屋子里，前来救援的党员突击队一时找不到相应的工具，就用双手挖被水泡过的土坯墙，指甲都挖掉了，最终冒着屋倒被压的危险把老人背了出来。她说：这个故事，让我一下子就明白了什么叫共产党员——党员就是能在关键时刻为群众豁命的人！

关键时刻为群众豁命的人！这就是她心中党员的形象。也就是说在群众眼里,合格党员就是平常时候看得出来,关键时刻冲得上去,危急关头豁得出去,就体现在平凡的岗位、日常的修为和具体的工作中。事实上，党员所做的每一件让人钦佩、让人一眼认出的事情，都是在践行党章党规对党员的最基本要求。

（录音）党章规定：“中国共产党党员必须全心全意为人民服务，不惜牺牲个人的一切，为实现共产主义奋斗终身”。

（录音）“贯彻执行党的基本路线和各项方针、政策，带头参加改革开放和社会主义现代化建设，带动群众为经济发展和社会进步艰苦奋斗，在生产、工作、学习和社会生活中起先锋模范作用”。

其实我理解，所谓高颜值党员，就是要把党和人民的利益放在前面，兢兢业业为党作出实实在在的业绩，在党和人民需要的时候，勇于牺牲个人利益甚至是生命。这就是“四讲四有”中的“讲奉献、有作为”。做一名合格党员，要将无私奉献作为自己的座右铭，坚持吃苦在前，享乐在后，不计个人得失。同时，要将奉献运用到实践中，以只争朝夕的状态、时不我待的精神在本职岗位上奋发有为。

（录音）过渡：有人认为：“都已经入党了，说明我已经很不错了，还需要再修炼吗？再说了，又不是每一个人都能成为优秀党员，我有必要那么拼吗？”

到底要不要拼呢？我们来看第二步：

第二步：思，内化党员高颜值

接下来，我们再来认识一个人。她就是广州军区善后办所属武汉总医院心血管内科主任医生丁世芳。

有记者问她“您入党最直接的原因是什么？”她不假思索地回答，“为了追寻心中最美的身影。”丁医生说，年少时尽管生活条件一次比一次艰苦，但身为党员的父母没有丝毫抱怨，总是尽心尽力干好工作，给她留下了对党最直观的印象。当了军医后，科室主任对工作兢兢业业，对技术精益求精，数十载如一日的形象就这样定格在了丁世芳的心中。有了标杆，丁世芳加倍努力提升自身素质，更加努力工作，用自己的实际行动塑造了党员的高颜值。

其实我理解，丁医生追寻最美身影的历程再次生动诠释了榜样的力量。习主席曾在一篇讲话里强调，一个党员就是群众中的“一面旗”，千百万共产党员的先进形象就是我们党的光辉形象。最近，朋友圈里有一段话，（录音）“每名共产党员不仅仅是党的形象的被动接受者，更是党的形象的主动塑造者。你怎么样，党便怎么样；你是什么，党便是什么；你的党员范儿十足，镰刀斧头旗帜的光芒将更加耀眼！”简单来说，就是党员和党息息相连，只有每一个党员先进了，党的先进性才能永葆。我们党有8800多万党员，如果每名党员都把自己塑造成高颜值党员，那将是多么强大的力量。

而且，党员的先进性不是与生俱来的，也不是一劳永逸的。入党的时候先进，不意味着后来都先进。过去先进不意味着今天先进，今天先进也不意味着永远先进。所以说入党是一阵子，但做党员却是一辈子，修炼党员的高颜值永远在路上。

过渡：要想成为高颜值党员，除了有态度还要有行动，必须要甩开膀子干起来，在实干中锤炼自身的党性修养。这就是第三步：

第三步：干，修炼党员高颜值

具体要怎么干呢？我们再来看一个人。1.65米的个头，脸庞黑不溜秋，身板消瘦笔直，站在队伍中，相貌平平的他毫不起眼，却让习主席一眼认出。他就是王忠心，火箭军某旅导弹控制技师、一级军士长，是扎根在官兵心中的高颜值党员！

王班长的高颜值体现在三个方面：

吃得了亏。老班长曾三次被列为提干对象，却因种种原因都没有当上干部。他却说：“提不提干没有关系，我爱部队不讲条件。”并主动找到领导请求不再参评优秀士兵，谢绝立功，要把机会让给年轻的同志。乐观的话语彰显了老班长淡泊名利、甘于奉献的情怀。（录音）习主席指出：我们共产党人讲奉献，就要有一颗为党为人民矢志奋斗的心，有了这颗心，就会“痛并快乐着”，再怎么艰苦也是美的、再怎么付出也是甜的，就不会患得患失。这才是符合党和人民要求的大奉献。作为一名党员就要时刻牢记全心全意为人民服务的宗旨，自觉自愿为改革强军奋斗，真正做到在名利待遇上不计较、不失衡；在能力水平上不自满、不懈怠。

担得了事。老班长之所以创造熟练操控3种型号导弹，精通19个测控岗位，执行重大任务不下30次、实装操作数千次“零差错”的传奇，源于他铁一般的担当，体现在他扎根本职岗位认真履责、尽心尽责、勇于担责的实践中。当前党员同志要始终保持“在状态”，不管单位如何改，个人岗位如何变，都要始终坚守阵地，坚持把本职做好。树立当兵打仗、带兵打仗、练兵打仗意识克服“不想为”“不愿为”，增强想担当的豪气；练精专业、练硬本领克服“不能为”“不会为”，增强能担当的底气；敢于叫响精武强能看我的、大项任务看我的克服“不敢为”“不作为”，增强敢担当的勇气。

埋得下头。实干是万事之基、发展之要，而要想实干，首先必须学会埋头，即屏息静气、排除干扰，咬定青山、心无旁骛。王忠心曾3次给青年战友手写寄语，他都写下同一个词：踏实。并说自己从军三十年最深的感受就是“要脚踏实地干好每一件事”，踏实的背后，是埋得下头的定力，是对本职岗位的专注。当前处在改革关口，部分同志不乏犹疑、困惑。在这种情况下，作为一个党员更要埋得下头，以“钉钉子”精神一门心思地干好自己该干的事，满腔热情地练精专业技能，其它的让组织去安排，让部队去选择。

其实我理解，吃得了苦、担得了事，埋得下头不仅彰显了老班长甘于奉献、敢于担当、不懈拼博的党员本色，成就了官兵心中的高颜值党员。又何尝不是我们追随的身影呢？

今天我们用三步法介绍了高颜值党员修炼记。其实，修炼高颜值不是目的，关键是在修炼过程中激发广大党员的责任觉醒，理清责任链条，拧紧责任螺丝，拿出往实里做的干劲、往深里做的韧劲、往细里做的钻劲，始终保持干事创业、开拓进取的精气神，将党章党规和习主席系列讲话精神化为实际行动，产生取之不尽、用之不竭的巨大力量。作为军队党员，首先是战斗员，还必须把“讲使命、有血性”突出出来，真正立起在改革强军伟大征程中的新形象、好样子。让大家一眼认出：你是一名共产党员！你的高颜值在官兵心中！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！