

# “精神之钙”：理想信念不能缺

“精神之钙”是高中政治理解**党的建设、理想信念、全面从严治党、青年担当**的重要表述。它不是普通比喻，而是强调：一个政党、一个党员干部乃至青年学生，如果没有坚定信仰和正确价值追求，就容易在复杂环境中迷失方向。

## 一、“精神之钙”指什么

“精神之钙”主要指**理想信念**。习近平总书记指出，对马克思主义的信仰，对社会主义和共产主义的信念，是共产党人的政治灵魂和精神支柱；理想信念就是共产党人精神上的“钙”，理想信念不坚定，精神上就会“缺钙”。

这里的“钙”强调支撑作用。身体缺钙会影响骨骼，精神上“缺钙”则会导致信仰迷茫、精神迷失、立场动摇。

## 二、为什么理想信念如此重要

第一，理想信念关系党的先进性和纯洁性。中国共产党章程明确，党的最高理想和最终目标是实现共产主义，中国共产党是中国特色社会主义事业的领导核心。党员干部只有理想信念坚定，才能经受住权力、金钱、利益和复杂环境的考验。

第二，理想信念关系党的团结统一。共同理想信念能够把党员组织起来、凝聚起来，使党始终有共同奋斗目标和精神纽带。习近平总书记指出，理想信念是中国共产党人的精神支柱和政治灵魂，也是保持党的团结统一的思想基础。

第三，理想信念关系实践方向。理想信念不是空喊口号，而是体现在为人民服务、担当作为、真抓实干中。如果只有口头表态，没有实际行动，就不是真正坚定理想信念。

## 三、对应哪些高中政治知识

从必修1看，“精神之钙”可联系中国特色社会主义共同理想、中国共产党的初心使命、实现中华民族伟大复兴。

从必修3看，可联系党的领导、党的性质和宗旨、全面从严治党、共产党员先锋模范作用。

从必修4看，可联系价值观的导向作用、价值判断与价值选择、人民群众是社会历史的主体。

写青年主题时，还可以联系“把个人理想融入国家和民族事业，在实践中实现人生价值”。