

何以铸就欣欣向荣的中国

——2026年全国两会世界观察

新华社记者 郝薇薇 席玥

(一)

春天的中国,为世界带来新的气象。一位旁听中国两会的外国使节由衷感慨:“希望、信心、稳定、团结,这就是我们都想看到的未来。”

在国际媒体和海外观察家眼中,今年的中国两会“意义格外重大”。十四届全国人大四次会议批准的“十五五”规划纲要,是“世界上最重要的文件之一”,将“深刻塑造未来数百年中国的增长、技术创新、民生保障以及国际角色”,也将“深度牵动全球价值链、投资流动乃至整个世界的经济格局”。

不远万里、奔赴北京,非洲青年之声电视台记者阿布·巴卡尔·巴赫与比利时荷语国家广播电视台记者汤姆·范德韦格有共同话题:在人民大会堂发生的一切,与非洲、与欧洲、与世界息息相关,“我们必须在现场报道”。

来到中国、聚焦中国,是为捕捉时代的风向、发掘合作的机遇、汲取治理的智慧,更为找寻“更稳定、更可靠的锚点”。

“面对全球冲突,中国提出‘稳定’这一替代方案。”西班牙《国家报》的敏锐观察,与中国网友“我们不是生活在和平时代,只是生活在和平国家”的真挚心声形成共鸣,道出“中国之治”之于世界的更深层意义。世界这么乱,我们怎么办?一个专注做强自身、致力合作共赢、一步一个脚印坚定朝前走的中国,是中国人民之幸,也是国际社会之幸。

在对中国两会的关注与观察中,世界在思考着这样的问题:是什么铸就了欣欣向荣的中国?奇迹经济快速发展和长期稳定两大奇迹新篇章,为什么中国能?面对风高浪急甚至惊涛骇浪的重大考验,为什么中国能?

(二)

“中国人对未来满怀信心”“两会展现出中华民族实现伟大复兴梦想的坚定意志”——从中国两会,从14亿多中国人民向着美好生活的奋力奔跑中,世界看到了一个心怀梦想的中国。

习近平总书记曾深情地说:“中国人民是具有伟大梦想精神的人民。”自小听着盘古开天、夸父追日故事长大的中国人,血脉里浸润着勇于追求和实现梦想的执着精神。

今年两会,是梦想交响的大舞台。从“十五五”规划纲要里16个“强国”建设目标的大国宏图,到代表委员们攻克小麥育种、高原病防治的职业志向,再到人工智能(AD)赋能“悬崖村”的大胆畅想……“民族复兴的伟大梦想具象为一项项国家战略,一个个凡人心愿,将天南地北、各行各业中华儿女紧紧凝聚,绘就出一幅奋进中国、希望中国的时代长卷。”

“中国人对未来满怀信心。”密切关注中国两会,法国《快报》专栏作家罗班·里瓦东愈发笃定这一判断。

这样的“中国印象”,源于里瓦东去年夏天的中国之行。社区广场上退休老人怡然起舞的画面与生产车间里工人师傅精湛工艺的场景,令里瓦东深受触动。在他看来,中国人的从容与进取正是建立在在对美好未来的确定预期之上。在这场旅行“催生”的《为何中国将主宰21世纪》一书中,里瓦东提出一个核心观点:中国是“高制度信任社会”,经济的持续繁荣以及生活水平的不断提高让民众高度信任政府。

“中国式现代化,民生为大。”习近平总书记曾这样讲述:“我们的目标很宏伟,也很朴素,归根到底就是让老百姓过上更好的日子。”

“中国有很多自行车吗?”美国艾奥瓦州友好委员会董事会成员卢卡·贝隆至今记得,40多年前,时任河北省正定县委书记习近平访问艾奥瓦州时当地居民好奇询问的情景。

今天的中国,从“自行车王国”变身“新汽车王国”,水越来越清、天也越来越蓝……为中美民间交流往返大洋两岸的贝隆,亲眼见证了这些“令人瞩目的进步”,对中国领导人的执政理念也有了更深切体悟:“习近平主席始终如一地关心全体中国人民,始终不渝地致力于改善人民的日常生活。”

“包子饺子肉丝肉片”已是烟火寻常,日新月异的中国式现代化不断升级着中国人民对“更好的日子”的理解与想象。习近平总书记“线下的卫健基础依然要夯实”的谆谆叮嘱,让孩子们“身上有汗、眼里有光”的育人举措,生态环境法典对解决百姓家门口环境问题的法治回应……今年两会,一份份民生关怀温暖有力、细致入微,“更好的日子”更有奔头了。

放眼全球,增进人民福祉是各国政府的共同课题,也是检验执政党治理能力的标尺。“中国向世界展示了如何通过政策创新和制度保障推动民生领域的全面进步。”巴西巴中通讯社文章指出,虽然巴中两国国情各异,但面临的民生任务具有相似之处,“中国经验为巴西提供了有价值的启示”。

实现中华民族伟大复兴,就是中华民族近代以来最伟大的梦想。观察者也思考着中国两会上的一幕幕,俄罗斯知名汉学家、《习近平:正圆中国梦》作者尤里·塔夫罗夫斯基得出这样的结论:一步步向目标迈进,“两会展现出中华民族实现伟大复兴梦想的坚定意志”。

(三)

“把目光放得更长远”“奉献、勤奋、科学规划以及对目标的坚定追求”——从中国两会,从一代代接力创造未来的实干笃行中,世界看到了一个不懈奋斗的中国。

社会主义是干出来的。从“一五”到“十四五”,一砖一瓦、一墙一垣,社会主义现代化国家的大厦建得越来越高、夯得越来越实。今年开局的“十五五”,开启了基本实现社会主义现代化的关键时期:夯实基础、全面发力。

“五年规划”及其彰显的“长期主义”,成为国际社会解读中国两会、读懂“中国之治”的关键词。探寻“中国科技足迹以惊人速度拓展”的密码,英国广播公司发现,这些成果是循着国家路线图一步步累积起来的。思考“中国蓬勃发展”的秘笈,印度新闻社找到一份答案:“当西方追逐短期选举胜利时,中国在为数十年后的发展筹谋。”

“做好规划还要推动执行。好规划和执行力,这两条要结合起来。”习近平总书记生动阐述的“规划方法论”,激发国际社会更深层思考:不少国家都曾以五年规划推进工业化进程,为什么只有中国坚持最长久、执行最坚定、成就最显著?

上世纪70年代中国“五五”建设时期,津巴布韦老战士威廉·穆伦布齐在广东接受培训,中国人“在资源有限的条件下搞发明创造”的能力给他留下了深刻印象。在穆伦布齐的理解里,从“五五”到“十五五”,一以贯之的正是中国人民的“自力更生”以及中国共产党“强大的组织力、治理力”。

不久前,穆伦布齐与战友们联名致信习近平主席,表达对中国卓越成就的钦佩:“中国依靠自身努力消除绝对贫困,建成世界一流基础设施,为大大发展

中国家提供了中国式现代化的借鉴。”

实干是连接理想与现实的桥梁。实干之“实”,是踏实、扎实,也是务实、求实。

这份务实与求实,是政府工作报告中清醒的形势判断:“我们面对的是多年少有的外部冲击挑战和国内两难多难问题交织叠加的复杂严峻形势。”

这份务实与求实,是“十五五”规划纲要里清晰的政策目标:粮食综合生产能力达到1.45万亿斤,全社会研发经费投入年均增长7%以上,单位国内生产总值二氧化碳排放降低17%……

“经济增长4.5%—5%,在实际工作中努力争取更好结果”——对中国以区间形式设定今年的经济增长预期目标,国际媒体不约而同以“理性”“务实”进行解读。路透社评论称:这表明中国政府更注重增长质量而不是速度。美国《纽约时报》由此判断,中国将把重点放在更长周期的结构性调整上。

“有历史清醒,有历史主动。”“中国之治”启迪世界的,是实践与经验,更是理念与品格。

在东盟秘书长盖特看来,今天处处感受到的中华民族的富足,源于“奉献、勤奋、科学规划以及对目标的坚定追求”。曾是历史教师的乌拉圭总统奥尔西对习近平主席“把目光放得更长远”的历史感深表敬佩,他对“中国道路”是这样理解的:宛若一棵大树扎根深厚的历史土壤,向着未来不断生长,在这一过程中将民族精神与之融为一体。

(四)

“真正致力于同世界实现互利共赢”“为动荡世界提供方向感”——从中国两会,从一个胸怀天下的东方大国始终做和平力量、稳定力量、进步力量的坚定抉择中,世界看到了一个坚守人间正道的中国。

对乌兹别克斯坦塔什干州减贫和就业局局长济约德别克·尤尔多舍夫来说,中国两会与他的工作紧密相连。

《摆脱贫困》乌兹别克文版就摆放在尤尔多舍夫的案头,精准扶贫的中国经验已深度融入乌兹别克斯坦政策体系。塔什干州参照陕西富平“合作社+产业链”模式,带动万户家庭种植藏红花、薰衣草,实现了稳定增收。从中国两会上关于乡村振兴的热烈讨论中,尤尔多舍夫找到了壮大特色产业、巩固脱贫成果的新思路。

“2026年的中国两会是全球南方关注的战略焦点。”这是埃及政治学者纳迪娅·赫勒米的观察。她在刊登于欧洲《现代外交》网站的文章中写道:中国的治理和技术创新模式为南方国家可持续发展和数字化转型创造了难得机遇,“有助于推动更加包容、多极化的全球化进程”。

自古以来,中华民族就以“天下大同”“协和万邦”的宽广胸怀,自信而又大度地开展同域外民族交往和文化交流。这样的历史经历与文明基因就决定了,今天的中国追求的是共同发展,既要让自己过得好,也要让别人过得好。

去年7月,尼加拉瓜驻华大使孔乐然在人民大会堂聆听了习近平主席对递交国书的16位驻华使节发表的讲话,“让中国新发展成为各国的新机遇”的博大气象深深打动了她。这一次,在人民大会堂旁听中国两会,了解到中国发展新蓝图里扩大高水平对外开放的新政策新举措,他愈发感慨:当今世界,中国在“真正致力于实现互利共赢”。

做实做细硬联通、软联通、心联通,推动商签更多区域和双边贸易投

资协定,继续稳步扩大金融高水平开放,推动医疗、健康等优质生活性服务进口……从中国两会传来的一个个开放合作好消息,汇成沉甸甸的“机遇清单”,呈现在世界面前。

这份“机遇清单”,对已在中国设立5个研发中心的德国拜耳集团而言尤为重要。半个月前,拜耳集团首席执行官比尔·安德森陪同总理默茨访问了中国。这次“大开眼界”的访问,让他更加坚定了加大对华投资的信心。吸引这家世界500强企业的,是中国“需求强劲的市场、充满活力的创新生态体系”,更是“有望在生物医药领域取得更多突破性创新、为应对全球健康挑战贡献更多方案”的发展前景。

是世界工厂,也是世界市场;是投资沃土,也是创新高地。世界第二大经济体的多元面向,为各国发展提供着多元机遇。越来越多的国家、企业、投资人走向中国、走进中国,将与中国合作视为“最佳选项”。

“世界动荡之际,中国引领未来”,阿根廷《号角报》这一评论代表着国际社会的普遍心声与共同期盼。全球分析师第一时间解读中国经济数据的长文,外交主题记者会提前两个小时排起的长队,是中国之“稳”时代意义的缩影:以自身发展为全球增长注入稳定动能,以大国担当为百年变局贡献稳定力量。

(五)

心怀梦想、不懈奋斗、坚守正道,这样的中国,必然欣欣向荣。

盘点今年以来国际舆论场上的“中国热搜”,从外国政要的“访华潮”,到“成为中国人”的新风尚;从惊艳世界的《武Bot》,到引领未来的“十五五”……世界更直观感受到中国式现代化“令人惊叹的创新活力”,更真切体验着中华文化“温和平衡的生活方式”,也更敏锐辨明了变局之下的人心所向、大势所趋。

历史新篇章正徐徐展开。这是催人奋进的发展跃迁、浩浩荡荡的时代潮流,也是世界的“中国观”更加真实、立体、全面的叙事建构。国际上,一个共识愈加清晰而强烈:中国是机遇与未来,是“确定性绿洲”。

(新华社北京3月15日电)

树立和践行正确政绩观

深学细悟强党性 知行合一建新功

——中央和国家机关扎实开展树立和践行正确政绩观学习教育

新华社记者 董博婷

树立和践行正确政绩观学习教育开展以来,中央和国家机关各部门围绕“立党为公、为民造福、科学决策、真抓实干”总要求,坚持学查改一体推进,不断将学习教育引向深入。

统筹部署 系统推进

在商务部的“三会一课”现场,党员干部开展专题研讨,结合提振消费、扩大开放等工作实际交流感悟。

这是中央和国家机关扎实开展树立和践行正确政绩观学习教育的生动一幕。学习教育启动以来,商务部成立工作专班,强化统筹指导,结合工作实际细化5方面12项具体举措,结合警示教育进行动员部署,并以“双月清单”形式督促基层党组落实责任。

公安部召开党委(扩大)会议对学习教育进行动员部署,相继印发实施方案、工作提示,推动相关工作全面铺开并向纵深推进;聚焦执法办案等领域梳理评估制度机制,健全防范和纠正政绩观偏差工作机制和常态化教育机制,做到制度治权、依规用权。

国家民委制定了学习教育实施方案,紧密结合民委工作实际,一体推进学查改。要求主要负责同志履行好第一责任人责任,坚持实事求是,戒形式主义,把学习教育成果转化为推动党的民族工作高质量发展的强大动力。

自上而下 务求实效

最高人民检察院以机关带系统,以上率下、上下联动,聚焦实际问题,将中央提出的突出问题,结合检察工作实际对标对表、精准画像,细化为7个方面政绩观偏差问题,健全有效防范和纠正政绩观偏差工作机制,把学习教育成果体现到高质量办好每一个案件、推动法律监督全面提升质效上来。

国家卫生健康委召开专题会议,党组牵头认真部署、执行学习教育重点工作安排,将学习教育与学习贯彻习近平总书记关于健康中国建设的重要论述和新时代党的卫生与健康工作方针结合起来,努力做到学得深、查得准、改到位,把学习教育成果转化为群众可感可及的服务保障成效。

“要把初心寓于政绩观之中,以实干出政绩”“既做实实在在的显功,也要沉下心来做‘事不避难’的潜功”……文化

和旅游部党组理论学习中心组围绕学习教育主题组织开展学习研讨,广大党员干部反响热烈。

文化和旅游部强化党建工作领导小组统筹协调作用,成立由部领导牵头负责的工作专班,强化对部系统各级党组织开展学习教育全过程、各环节督促指导。

中央社会工作部及时跟进学习习近平总书记重要讲话精神,将解决思想问题和解决实际问题结合起来,将学习教育与推动中心工作结合起来,拓展深化新兴领域党的建设,加强党建引领基层治理和基层政权建设,做细做实凝聚服务群众工作,以推动社会工作高质量发展的实绩检验学习教育成效。

深学细悟 知行合一

“三会一课”主题党日、青年理论学习……工业和信息化部通过多样载体教育引导党员干部将正确政绩观带入到工作中,深入重点地区企业调研,摸清实情,找准问题,提出对策,转化成果。党员干部一致表示,要当好党中央决策部署的执行人、行动派、实干家,将学习教育与中心工作结合,以正确政绩观引领提质增效。

司法部开展学习研讨、举办读书班,从思想上固本培元,提高党性觉悟,以学习教育为契机,把正确政绩观贯穿司法行政工作的全过程各方面,持续强化政治建设、专业能力建设、作风建设,自觉把行政立法、行政执法等各项工作放到经济社会发展大局中推动落实。

最高人民法院党组举办理论学习读书班,示范带动全院党员干部开展思想大武装、党性大锻炼,深刻认识人民法院开展树立和践行正确政绩观学习教育的现实意义,把树立和践行正确政绩观的要求落实到工作各环节、各方面,下大气力整改整治就案办案、机械司法、程序空转等问题,做到解决真问题、真解决真问题。

中央和国家机关广大党员干部表示,将以扎实开展树立和践行正确政绩观学习教育为契机,努力创造经得起实践、人民、历史检验的实绩,为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业注入源源不断的正能量。

(新华社北京3月15日电)

2026年世界睡眠日——优质睡眠 美好生活



2026年3月21日是第26个世界睡眠日,今年中国的主题是“优质睡眠,美好生活”。

我们的一生约有1/3的时间在睡眠中度过,这并非生命的浪费,而是身体自我修复的关键期。睡眠与运动、营养并列为国际公认的三大健康标准,它对于我们的健康至关重要。

很多人觉得,少睡一会儿没事,白天补觉就行。真相是:熬夜欠下的睡眠债,身体迟早会加倍偿还。

一、好睡眠,其实是在默默保护你
保护大脑。睡眠帮大脑清理代谢“垃圾”,巩固学习与记忆。睡得好,大脑更清醒;大脑健康,睡眠也更安稳。守护身体。睡眠帮身体筑牢免疫防线,促进细胞修复更新,维持体能,助力孩子生长发育,长高又长壮。

稳定情绪。睡得好,心情稳、不易焦虑;睡不好,一点小事就容易暴躁、情绪低落。

二、4个科学助眠方案简单易用,固定作息不熬夜
1.每天同一时间起床、睡觉,周末也别乱,生物钟越稳,睡眠越香。

2.打造安静的“睡眠友好环境”,室温保持在18—22℃,床和枕头尽量舒适,少用电子产品。

3.吃对、动对,睡得更好。
晚餐别吃得大饱、太晚,远离咖啡、浓茶、酒精、辛辣油腻食物。下午4—6时适量运动:快走、慢跑、游泳、瑜伽。睡前2小时放松:泡脚、听音乐、深呼吸,别刷手机(蓝光毁睡眠)。

4.破除睡眠误区:周末补觉,只能缓一时,越补越乱;喝酒助眠,容易睡得浅、易醒,越喝越失眠梦多,睡不好。

三、打呼噜,别不当回事
长期张口呼吸、打鼾,可能导致腺样体面容,还会影响青少年长不高、智力受影响、注意力差,一旦发现,尽快去耳鼻喉科检查。

在这个世界睡眠日,让我们重新审视睡眠的价值。从今晚开始,关掉屏幕,调暗灯光,用科学的方法拥抱每一个温暖的夜晚,迎接充满活力的清晨。

乌海市精神卫生中心

便民信息港

出售房屋 乌海市海勃湾区民贸小区,98.5平方米,三室两厅一厨一卫,带阳台,光线及户型俱佳,家具齐全,拎包入住,交通方便。 联系电话:15848741931	超亮LED显示屏公司 代理:强力巨彩LED显示屏,大华拼接屏,全息投影,海信一体机广告机。 招聘业务员,待遇丰厚。 联系电话:15332736780	新能源充电桩 免费投资建站 公牛汽车充电桩乌海运营中心 承揽:企事业单位停车场充电桩。 业务诚招:二级分销及兼职业务员,提成丰厚。 联系电话:13204736788
租售房屋 乌海市海勃湾区丽日花园步梯六楼,两室两厅,南北通透,紧邻乌海市第一中学分校、海勃湾区第二小学,家具齐全,拎包入住。 联系电话:19204736001	出租商铺 乌海市海勃湾区大庆北路钻石广场1-27号,临街商用一体三层楼房。 联系电话:13327033555	乌海市金荣钢构彩板制品有限公司 承接设计,安装钢结构、储煤棚、厂房、临建办公室、防风网、轻钢造型、防盗门、窗户、设备制品、土建等工程(集装箱房、市政围栏货柜租赁)。地址:海勃湾区机场路3km处(9号巷-2)。 联系电话:0473-8888088 1884739888
出售商铺 海勃湾区乌海东站货场对面,中孚装饰城外围临街商铺(车站北路11-3),上下二层共150平方米,简单装修。位置优越,交通便利,证件齐全,价格面议。 联系电话:18147319062	出租商铺 海勃湾区桌子山东街与公园南路交叉路口临街商铺出租,前后共三间房,面积约70平方米,室内下水管道及卫生间、排烟管都已安装。租金面议,欢迎随时联系看房。联系电话:13015098251	专业刮腻子 本人多年从事刮腻子工作,精刮各种腻子。现承接个人、办公室、宿舍、酒店、学校等大型工装项目。施工质量好,价格合理,量大可享受优惠。 联系电话:15147315829
刊登商业广告、通知、公告、出租出售等 咨询电话:0473-2028915		

烏海日报 面向广大读者

草原鲜牛肉 就得吃现的

GRASSLAND FRESH BEEF IT HAS TO BE EATEN FRESH

{健康牛}
HEALTHY COW

富泉牛肉

{放心买}
REST ASSURED

富泉从未忘记创业初心
富泉牛·放心牛
一直坚守、笃定前行

用牛的精神
兢兢业业、踏踏实实
认真为乌海人民奉上
地道放心的好牛肉

鸿运楼向东100米银海新都底商11号
TEL: 13948337703

{鲜肉}