

# 以文化“一池春水”赋能经济“万顷碧波”

新华社记者 王子铭

丙午新春,年味更添文化色彩。冰雪旅游在“冷资源”里释放“热效应”,非遗市集在烟火气中汇聚人气,国潮文创产品持续热销、沉浸式演艺一票难求、酒店民宿预订火热,文化IP正持续释放着经济活力。

春节前夕,习近平总书记在北京考察时强调:“积极发展现代服务业,用好丰富的文化资源,促进文旅融合发展。”这既是对文化价值的深刻洞察,亦是对经济发展的系统谋划。

文旅融合发展,文化居于首位,可以说,没有文化的引领,融合便失去了灵魂。

商业的活力、旅游流量、体育的张力、展览的魅力在文化磁场中深度融合,一个个有生命力、能打动人心、可长远发展的新业态、新模式,为经济发展注入澎湃动能。

融合背后,折射出文化与经济的辩证关系。对此,习近平同志在《之江新语》中早有精辟论述:

“从根本上说,文化是由经济决定的,经济力量为文化力量提供发挥效能的物质平台。然而,任何经济又离不开文化的支撑,文化赋予经济发展以深厚的人文价值。”

新时代以来,习近平总书记站在推进中国式现代化的战略高度,阐明“推动高质量发展,文化是重要支撑”,提出“人文经济学”和“以文化赋能经济社会发展”重大命题,引领文化和经济共生共荣、相得益彰。

千年文韵如何赋能现代经济,使之焕发出更加蓬勃的生机活力?

**文化激发消费新潜能——**

推动各类文化市场主体发展壮大,培育新型文化业态和文化消费模式,是习近平总书记提出的明确要求。2025年,《哪吒之魔童闹海》横空出世!这部取材于中国古典神话的电影爆火,带动餐饮联名套餐热卖、手办盲盒等文创产品脱销,全方位引发消费溢出效应。

带动经济效益踩上“风火轮”的,又何止于“哪吒”。近年来,以文化创意为“流量密码”,二次元周边商品市场广阔;热门演唱会门票“秒光”,演出经济成为“行走的GDP”,“看一个展,逛一条街”渐成消费新常态。

如今,文化不仅给中国消费市场带来更多可能,也有力推动了居民消费结构升级。

数据显示,2025年,全国规模以上

文化企业利润总额比上年增长6.5%,人均教育文化娱乐消费支出增长9.4%。伴随着文化产业的蓬勃发展和消费潜力的充分释放,文化“软实力”正不断转化为经济“硬实力”。

**文化打开经济发展新空间——**

文化既为消费“添柴加薪”,又不断丰富新场景、新业态,与各领域实现跨界融合。

“尔滨”“阿勒泰”等人气爆火,越来越多人慕名而来,“文化+旅游”既激发城市经济活力,也为投资兴业注入强心剂。“苏超”“村超”踢出人文经济的“好球”,“文化+体育”带动村民富了口袋富脑袋,“跑”出乡村振兴新赛道。为经济赋能、为文化强基、为未来蓄势,“文化+”这道“跨界融合题”正不断解出新答案。

**文化激活商业文明新内涵——**

“诚实守信,不逾底线;以义取利,不唯利是图;稳健审慎,不急功近利;守正创新,不脱离实际;依法合规,不胡作非为。”

2024年初,习近平总书记在省部级主要领导干部推动金融高质量发展专题研讨班开班式上提出中国特色金融文化,并深刻阐释其丰富内涵。

这不仅是对中华文化“重信守诺”“先义而后利者荣,先利而后义者辱”等思想精髓的继承,更赋予现代金融以深厚的人文底蕴,彰显了文化在规范经济行为、涵育商业文明中的重要作用。

构建符合时代要求的市场经济伦理,文化的力量不可或缺。中华文化中蕴含的义利观、诚信观、勤俭观等人文理念,同马克思主义价值观一道,为社会主义市场经济提供了价值滋养和方向指引。

春水初生,于无声处唤醒万物生机;江海激涌,因纳百川而成其浩瀚。中华文化,宛如一池春水,表面波澜不惊,深处却潜藏着不竭动能。中国经济,恰似万顷碧波,因文化的注入而愈发奔流不息。

站上新起点,“十五五”规划建议作出“实施积极的文化经济政策”重大部署,人文经济学的探索实践正持续深化。

面向未来,文化这池春水必将激荡出更为澎湃的发展动能,助力中国经济在高质量发展航程中乘风破浪,驶向更加辽阔的远方。

(据新华社北京电)

# 历史不会辜负实干者

(上接第一版A)

正是坚持实事求是,我们认识到“不简单以国内生产总值增长率论英雄”,坚定不移推动高质量发展;察觉到“大进大出的环境条件已经变化”,着力构建新发展格局;意识到“环境就是民生,青山就是美丽,蓝天也是幸福”,坚决打好污染防治攻坚战。

习近平同志指出:“坚持一切从实际出发,是我们想问题、作决策、办事情的出发点和落脚点。”

“十五五”时期在基本实现社会主义现代化进程中具有承前启后的重要地位,是夯实基础、全面发展的关键时期。

着眼未来五年经济社会发展,我们要把准时代脉搏,坚持问题导向,尊重新的实际、遵循新的规律,准确识变、科学应变、主动求变,在危机中育先机、于变局中开新局,确保基本实现社会主义现代化取得决定性进展。

实干者,要有“务实”的作为,脚踏实地,埋头苦干、久久为功。

“十五五”开局之年,习近平总书记首次考察来到位于北京亦庄的国家信创园,详细了解信息技术应用等情况;中央政治局首次集体学习,聚焦前瞻布局和发展未来产业。

两个“首次”,释放加快实现高水平科技自立自强的鲜明信号。

瞄准关键核心技术,攻坚“卡脖子”难题,新时代以来我国科技创新不断实现新的突破,创新驱动发展能力持续提升。

正是锚定一个个目标,我们以“乱云飞渡仍从容”的定力、“咬定青山不放松”的执着、“不破楼兰终不还”的决心,不为一时一事所惑,不为惊涛骇浪所惧,一件事接着办、一件事接着一年接着干,党和国家事业取得历史性成就、发生历史性变革。

无论是展开雷霆万钧的反腐败斗争,还是推进敢于啃硬骨头的全面深化改革,习近平总书记始终践行着“我将无我,不负人民”的铮铮誓言,彰显出“功成不必在我”的崇高境界和“功成必定有我”的历史担当,为实干者树立了光辉榜样。

真抓实干,才能攻坚克难,实干才能梦想成真。

真抓实干,就要不图虚名、不务虚功,出实策、鼓实劲、办实事,力戒形式主义、官僚主义;就要以问题为靶心、以实效为导向,而非急功近利、盲目蛮干、任性而为;就要把脚踩在大地上,练好调查研究基本功,防止乱作为、不善于为。

“十五五”时期,我国发展处于战略机遇和风险挑战并存、不确定难预料因素增多的时期,但经济基础稳、支撑多、韧性强、潜能大,长期向好的支撑条件和基本趋势没有变。

面向未来,我们必须抓住这个时间窗口,继续拼搏进取、苦干实干,巩固拓展优势、破除瓶颈制约、补强短板弱项,在激烈国际竞争中赢得战略主动,推动事关中国式现代化全局的战略任务取得重大突破。

实干者,要有“落实”的自觉,确保党中央大政方针和决策部署落地见效。

开年的中央纪委全会上,习近平总书记部署推进全面从严治党,着重强调“三个更加”,首要的是“更加坚决有力地贯彻落实党中央重大决策部署”。

坚持和加强党的全面领导是推进中国式现代化的根本保证,贯彻落实党中央重大决策部署是维护党中央权威和集中统一领导的根本要求。

“定了就要落实,各级各部门都要有大局观、执行力”“确保定了就做得好、能落地见效”……“十五五”规划即将实施,习近平总书记反复强调推动落实。

有力有效落实,深化认识是前提。当前,学习贯彻党的二十届四中全会精神和“十五五”规划建议,是全党全国的重大政治任务。

“要以全局视野领会全会精神,将各项部署作为一个整体来把握,不能顾此失彼”“要知其然又知其所以然,既明白是什么,又明白为什么、怎么做,真正理解透彻”“要精准把握政策界限和尺度,做到该为的必须为、能做的努力做、不该做的决不为”,习近平总书记对于领会和把握全会作出的战略部署提出明确要求。

有力有效落实,必须树立和践行正确政绩观。

习近平同志曾谆谆叮嘱:“不要有大干快上的冲动,也就是不能不按规律办事,急功近利,急于出成绩。要把这种浮躁心理、急躁心态压下来,扎扎实实、踏踏实实地搞现代化建设。”

中国共产党一经诞生,就把为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴确立为自己的初心使命。广大党员干部要始终把人民放在心中最高位置,把为民办事、为民造福作为最重要的政绩,真正把心思和精力放在为党和人民干事创业上,努力创造经得起实践、人民、历史检验的实绩。

大道至简,实干为要。让我们踏着春风、起而行之,以实干兴邦的精神、干字当头的状态、真抓实干的行动,奋力实现“十五五”开好局、起好步,一步一个脚印把宏伟蓝图变成美好现实,谱写中国式现代化新篇章。

(新华社北京2月20日电)

# 守岁熬夜后 这些妙招助您快速“回血”



中新网北京2月17日电(记者赵方园)“爆竹声中一岁除,春风送暖入屠苏”。除夕夜阖家团圆、守岁迎新,是中国人最重视的传统习俗。

然而,许多人熬夜后哈欠连连、浑身乏力,次日明显感觉状态不佳。熬夜后该如何做才能快速恢复活力?遇到不得不熬的夜晚,怎样才能科学补觉,让身体尽快恢复?

**睡得晚,就是熬夜吗?**

在医学上,熬夜的时间界定存在一定争议,主要是因为生物钟存在个体差异。但从生物钟律和内分泌角度看,一般认为超过23时后入睡就算熬夜了。

需要注意的是,判断是否熬夜不能仅看入睡时间。如果每天固定时间入睡,起床后精力充沛、作息规律,则不能简单归为“熬夜”。关键在于是否“睡够”且“规律”,规律的作息和充足的睡眠时长,比单纯追求“早睡”更为

重要。

这是因为,人体内有一套精密的“生物钟”,它决定着人何时入睡、何时醒来。这是一套复杂的昼夜节律适应性系统,从微观基因层面到宏观意识心理层面,多维度调节并维持着身体的稳定节律。一旦生物钟节律被打乱,身体就会做出应激反应。

**不同年龄段,需要睡多久?**

充足的睡眠是身体恢复的基础。不同年龄段的人群对睡眠时长的需求各不相同:

1. 新生儿:睡眠时间一般不低于11小时
2. 婴幼儿:应不低于10小时
3. 13-17岁青少年:每天8-10小时
4. 18-70岁成年人:每天7-8小时

**熬夜后,四招快速“回血”**

守岁熬夜后如何快速恢复活力?中新健康采访了多位医生,带来科学“回血”指南。

**第一招:补充睡眠**

清华大学北京清华长庚医院耳鼻喉头颈外科主治医师张云云介绍,补充睡眠是降低熬夜危害的有效方式

之一,但并非睡得越多越好。中医认为,子时(23:00-1:00)和午时(11:00-13:00)是阴阳交替的关键时刻,此时睡眠滋养效果最佳。若前夜熬夜,第二天中午小睡30分钟,既能极大缓解疲劳,又不会影响夜间睡眠。

北京大学人民医院心血管内科主任任医师刘健建议,熬夜后应尽量按时起床,避免打乱后续睡眠周期。上午或午间可补充片刻,但不宜超过30分钟。此外,白天多接触自然光和新鲜空气,有助于调节生物节律、恢复机能。

**第二招:食补助力**

刘健指出,熬夜后早餐应选择高蛋白、高纤维、富含维生素和矿物质的食物,如燕麦粥、煮鸡蛋、全麦面包;避免油炸、高脂食物如油条、油饼。

张云云表示,熬夜后身体消化功能减弱,饮食应以“减轻负担、补充能量”为原则。可适当摄入西红柿、葡萄、坚果、蓝莓等富含抗氧化物质的食物,有助于减少熬夜产生的自由基对身体的伤害。

**第三招:适当运动**

张云云提醒,熬夜后身体较为疲惫,应避免剧烈运动。可选择慢跑、散

步等轻度有氧运动,促进血液循环,缓解疲劳;也可通过瑜伽、拉伸等方式放松肌肉,帮助身体逐步恢复状态。

**第四招:补充水分**

张云云表示,熬夜会加速体内水分流失,导致血液黏稠度增加,新陈代谢减慢。建议分时段饮用温开水,全天饮水量控制在2000毫升以内,避免过量饮水引起水中毒。有条件的,可在温水中加入红枣、金银花、菊花等冲泡,帮助调理身体。

**提醒:熬夜时,夜间进食有讲究**

刘健表示,如果不得不熬夜,夜间进食的选择至关重要。

研究发现,熬夜时会吃有大量糖、钠、饱和脂肪的食物和零食,更容易出现睡眠不足引起的头脑模糊、注意力难以集中、烦躁等症状。而选择水果、蔬菜、无盐坚果等健康食品,则可以减少上述症状。刘健建议,熬夜期间若感到饥饿,不妨准备一些苹果、香蕉、小番茄等新鲜水果蔬菜,或少量无盐坚果作为夜宵,既补充能量,又避免加重身体负担。

掌握这四招,助您在守岁迎新后快速恢复活力,元气满满过新春。

# 冒充客服诈骗再升级! 骗子竟盗用账号发布涉毒信息

潘从武 杨宇豪 黄雯璐



2月4日22时许,新疆阿克苏地区沙雅县的慕先生刷朋友圈时发现,好友公然发布冰毒、摇头丸等毒品的贩卖信息,慕先生立即报警。接警后,沙雅县公安局刑侦大队禁毒中队迅速启动核查程序,锁定信息发布者李某。

面对民警的核查,年过花甲的李某直乎冤冤枉,称其从未接触过毒品,更不可能贩毒。警方随即对李某进行尿液检测,结果显示正常,其涉毒嫌疑被

排除。随着民警进一步询问,李某才道出此前的遭遇。

2月4日21时许,李某接到一通自称短视频平台客服的陌生来电,对方声称其短视频账号已开通会员,将会关闭会持续扣费。李某以为是孙子玩手机时无意间操作所致,连忙询问对方关闭方法,殊不知自己已踏入诈骗陷阱。

在对方的远程指导下,李某点击陌陌链接后,手机被对方控制,他连忙前往附近警务室求助,民警帮其取出手机卡、关机断网,才夺回手机控制权。

回家后,李某发现手机通讯记录

清空,微信好友的备注消失,但未察觉社交软件已被诈骗分子盗用。直至警方上门,他才得知自己的微信朋友圈发布了多条贩毒信息。

经核查,贩毒信息中的李某电话已被呼叫转移至境外。

“这起离奇案件,是近期冒充平台客服实施电信诈骗的典型案列。”沙雅县公安局刑侦大队副大队长陈捷牛坡介绍,诈骗分子通常冒充正规平台客服,以“账户扣费”“影响征信”“保障服务到期”等话术制造恐慌,通过诱导受害人点击陌陌链接、开启屏幕共享、索要验证码等方式,非法获取受害人手机远程操控权限,进而窃取银行卡

信息、转移资金。

本案中,诈骗分子利用受害人社交账号发布贩毒等违法信息,实则是为了诱导李某的亲友拨打电话,形成诈骗裂变,将更多人拉入陷阱。

针对此类新型电信诈骗,沙雅县公安局刑侦大队副大队长陈建友给出防范建议:“凡是要求点击陌生链接、开启屏幕共享、提供银行卡密码和验证码、进行转账操作的都是诈骗,应立即挂断电话。一旦发现手机被远程操控,要第一时间断网、取卡,并及时向公安机关求助,切勿自行操作,避免造成更大财产损失。”

(来源:法治日报)

# 王君正与各族干部群众一起欢度新年

(上接第一版B)为新春佳节、藏历新年增添浓浓暖意。

鲁朗高山牧场,云雾缭绕,溪流蜿蜒,木屋点缀其间,远方的雪山、近处的林海构成了一幅恬静优美的“山居图”。王君正详细了解生态环境保护和旅游发展情况。指出,要坚持生态优先、保护第一,深刻认识西藏最大的价值在生态,最大的责任在生态,最大的潜力在生态,把生态文明理念融入发展全过程,正确处理保护与发展的关系,实现在保护中加快发展、在发

中实现更高水平的保护。依托文化旅游资源优势、区位优势,认真梳理、深度挖掘适合本地的文旅融合发展模式,统筹抓好基础设施完善、公共服务供给、人居环境改善,切实把文化和旅游产业打造成为更好满足人民群众对美好生活新期待的幸福产业,让农牧民在拥有绿水青山、田园风光的同时,在家门口实现增收致富,走出一条生态美、产业兴、百姓富的绿色发展之路。

龚会才、郎福宽、朱守科参加。

# 向坚守工作岗位的各条战线劳动者致以新春美好祝福和节日祝贺

(上接第一版C)各村“两委”班子成员和广大驻村工作队队员要携起手来

做好各项工作,理清发展思路,广开致富门路,建强基层党组织,引导各族群众团结一心谋发展、保稳定,过上更加幸福美好的生活。

在亚桑寺管会,李富忠亲切看望慰问驻寺干部和民警,详细了解寺庙历史,开展“三个意识”教育、文物保护等情况。他对寺管会创造性开展工作表示肯定,强调,要坚持党的宗教工作基本方针,科学把握宗教工作规律,加强寺管会干部队伍建设,提高宗教工作法治化水平。要创新教育载体、拓展教育平台,丰富教育内容,总结提升好经验好做法,常态化开展“国家意识、公民意识、法治意识”教育,推动僧

尼实现自我教育、自我管理、自我约束。要增强文物保护和安全生产意识,坚持防患于未然,强化寺庙文物保护、消防安防,建强基层团组织,引导各族群众

在西藏宏农百万羽智能化藏鸡产业园,李富忠与企业负责人、一线员工亲切交谈,认真了解产量、销售、就业等情况。强调,要加大科技支撑,加强人才培养,强化深加工、深化交流合作,拓宽市场渠道,努力打造山南藏鸡品牌。要积极吸纳当地农牧民群众就业,带动更多群众增收致富。要攻坚克难、真抓实干,不断提升经营管理的科学化、规范化、专业化水平,做到科学养殖、科学防疫,确保鸡蛋质量和安全。

市委常委、乃东区委书记布多参加。

# 百名游客赴山南沉浸式体验藏历新年

(上接第一版D)传统文化从来不是放在博物馆里的,而是活在我们生活里。

我希望更多朋友能来山南,亲身感受这里的非遗魅力,让这些珍贵文化被看见、被喜爱、被永远传承下去。”

这场特色文旅体验之旅,让远道而来的游客全方位感受山南独特的文化魅力与民族风情。下一步,我们将以此次活动为契机,优化服务保障,让更多游客感受雪域高原的浓浓年味。”

山南旅投旗下青禾旅游开发公司负责人罗布占堆表示:“百名游客来山南

体验藏历新年,是深化文旅农融合发展的生动实践,也是铸牢中华民族共同体意识的具体行动。这场特色文旅体验之旅,让远道而来的游客全方位感受山南独特的文化魅力与民族风情。下一步,我们将以此次活动为契机,优化服务保障,让更多游客感受雪域高原的浓浓年味。”

# 千亩沙地变“蓝色能源海”

(上接第一版E)同步治理荒漠化土地约1073亩,能有效改善生态环境,实现生态与能源的双向赋能。”

据了解,罗堆村50MW光伏治沙示范项目总投资2.1亿元。自2025年8月项目开工建设以来,各参建单位面对高海拔、低氧、严寒三重严峻考验,充分发扬“老西藏精神”,缺氧不缺精神、艰苦不怕吃苦、海拔高境界更高,努力克服地质条件复杂、有效施工期短、物资运输困难、高寒缺氧等诸多不利因素,科学组织、精心施工,历经五个多月的艰苦奋战,高标准、高质量完成了建设任务。

“这不仅是一个发电项目,更是高海拔地区生态治理的示范样本。”龙安梁表示,作为企业布局西藏清洁能源市场的首个项目,罗堆村50MW光伏治沙示范项目的成功并网,为后续拓展清洁能源管理、新能源产业合作奠定了坚实基础。未来,企业将以该项目为纽带,深化与西藏的合作,持续探索“光伏+生态+产业”融合发展模式。

据悉,广东能源集团西南公司由早期的煤层气发电、风电发展为如今集风电、光伏、煤层气、抽水蓄能等综合能源业务开发及投资于一体的重要平台企业,目前业务布局已延伸至贵州、江苏、湖南、西藏等17个省份。截至2025年底,该公司累计投资装机规模达341.59万千瓦,年累计销售电量45亿千瓦时。

“下一步,我们将以此为契机,扎实做好项目运维工作,全力保障电站安全稳定高效运行,同时进一步加大在藏新能源投资开发力度,为构建清洁低碳、安全高效的现代能源体系提供有力支撑。”龙安梁说。

阳光洒在光伏板上,源源不断的绿色电流正从沙地汇入电网。扎囊县罗堆村50MW光伏治沙示范项目的全容量并网,为西藏清洁能源发展增添了新动能。未来,在山市绿色发展的道路上,这片蓝色能源矩阵正闪耀着生态与发展共生的光芒,让雅江河畔的沙地不断焕发新生。