

# 大变局中显担当

## ——中国元首外交为动荡世界注入稳定力量

春意盎然的时节，中国迎来新一轮外国政要密集访华，“向东看”的热潮在全球范围内持续涌动。

从西方国家到发展中国家，从山水相连的邻邦到远道而来的客人，“到中国去”成为不约而同的选择。

习近平主席同多国政要密集晤谈，深入的沟通、热切的交流、务实的成果，反映出动荡世界中各国求稳定、谋发展、促合作的共同心愿和强烈期盼，彰显着大国外交勇立潮头、坚定从容的品格与担当。

### （一）

西班牙首相桑切斯四年内第四次访华，越共中央总书记、国家主席苏林当选国家主席后首次出访选择中国，阿联酋阿布扎比王储哈利德首次访华，莫桑比克总统查波就任以来首次访华……近一段时间，北京、广西、湖南、青海等多个省市区都在为迎接外国领导人的到来而忙碌着。

“西方和非西方国家纷纷转向中国，这并非巧合。”美国“交易观点”网站4月15日发表的文章说。

当前，国际局势剧烈动荡，多重风险挑战叠加。风高浪急时，稳定与团结尤为可贵。

“当今世界乱象丛生，面临公理和强权的较量。如何对待国际法和国际秩序，反映的是一国的世界观、秩序观、价值观和责任心。”会见桑切斯时，习近平主席点明中国对于“建设一个什么样的世界、如何建设这个世界”所遵循的原则和标尺。

习近平主席表示，中国和西班牙都是有原则、讲道义的国家，应该“反对世界倒退回丛林法则，共同捍卫真正的多边主义”。掷地有声的话语，是世界在纷繁变局中期盼的正义之声。

西班牙《公众》日报网站写道，桑切斯此时踏上访华之旅，意味着“选择多边主义而非单边主义，选择合作而非对抗，选择战略自主而非依附”。

会见阿联酋阿布扎比王储哈利德时，习近平主席就维护和促进中东和平稳定提出4点主张，强调了中方劝和促谈的原则立场，重申将继续为此发挥建设性作用。

伊朗《德黑兰时报》网站文章指出，始终倡导对话与促进和平是中国外交的一大鲜明特征，“习近平主席提出的4点主张为化解当前危机和促进长期稳定提供了结构化策略”。

同苏林会谈时，习近平主席希望中越“共同应对全球性挑战”。会见俄罗斯外长拉夫罗夫时，习近平主席强调中俄作为大国和联合国安理会常任理事国的责任担当，指出双方要“携手重振联合国权威和活力”，“推动国际秩序朝着更加公正合理的方向发展”。

“中国的全球影响力愈加显著。”美国“交易观点”网站文章写道，中国越来越自信地提出建议和方案，并赢得越来越多共识。

“西班牙反对‘新冷战’，反对‘脱钩断链’，支持欧洲和中国增进沟通理解、加强合作”，“阿方赞赏中国在国际事务中发挥负责任和建设性作用，为政治解决当前中东危机作出积极贡献”，“推动俄中关系取得更大发展，为世界和平稳定作出更大贡献”……对于习近平主席提出的重要主张，来访外

国政要高度认同。

卡塔尔半岛电视台评论道，中国是“可靠、稳定、可预测的伙伴”，在动荡时代“充满吸引力”。美国外交政策聚焦研究计划网站将中国形容为国际格局中的“稳定器”。阿塞拜疆“口径”新闻网刊文说，在全球格局激烈变动的背景下，中国的外交政策保持着“自信、连贯、务实，始终如一”。

### （二）

国际媒体普遍注意到苏林访华行程的一个特别安排：四天内两乘中国高铁。

访华首日，苏林搭乘“复兴号”高铁前往“未来之城”雄安，两天后又乘坐10小时高铁从北京抵达广西。行进途中，他详细听取关于中国高铁建设、发展、运营的介绍。积极推进高铁等多领域合作，被写入两国联合声明。

“开放”“合作”“机遇”，是习近平主席同外国政要会谈会见时的高频词。

“我们有坚定推进中国式现代化的决心，也有以高水平对外开放同世界共享发展机遇的胸怀，将以自身发展为全球经济增长注入信心和动力。”习近平主席会见桑切斯时的一番话，彰显计利天下的情怀。

访问中国科学院和科创企业，体验中国新能源汽车、智能手机……对于桑切斯中国之行的特别安排，西班牙《世界报》网站这样评论：在当前国际形势下，与世界第二大经济体加强合作是“最理性且必要之举”。

不仅是西班牙，法国、爱尔兰、芬兰、英国、德国等国领导人在过去半年内接连访华。“在保护主义盛行的今天，一个坚持向世界敞开大门的世界主要经济体，本身就是稀缺资源。”德国柏林普鲁士协会名誉主席福尔克尔·恰普克接受新华社记者采访时说，西方领导人看到的是一个具有创新力、开放合作的中国，更清晰地中国视为发展机遇和稳定力量。

当某些国家忙着脱钩断链、筑起小院高墙，中国开放的脚步从未停歇——自贸试验区扩围至23个；免签“朋友圈”不断扩容；自5月1日起对53个非洲建交国全面实施零关税举措……

“习近平主席提出的‘零关税’政策对促进非洲国家发展至关重要。”莫桑比克总统查波说。这位非洲国家总统在短短几天时间内参访多家制造、科技企业，出席中莫商务论坛。查波多次表示，“希望同中国加强经贸往来，实现互利共赢”。

外国政要庞大的访华代表团同样引人注目：苏林率领一支高规格代表团，涵盖司法、财政、工贸、农业与环境各个领域。哈立德王储则带来了阿联酋工业和先进技术部长、投资部长、外贸部长等重要官员。不少外国媒体指出，在充满不确定性的时代，各国都在寻找“能为全球合作提供最稳定框架”的伙伴。

从发展战略的对接，到务实合作的深化，从一份份合作文件的签署，到一个个投资意向的达成，透过外国政要访华的丰硕成果，世界看到，一个纷乱中坚守正义、开放合作的中国，正在赢得国际社会越来越广泛的尊重与认同。

### （三）

乱象丛生的世界里，中国的定力从何而来？韧性缘何而生？外国政要在访华期间参访中国多地，更加深入地了解中国的历史与文明，探寻中国稳健发展的答案。

在中国共产党历史展览馆，苏林凝视珍贵的马克思原始手稿，专注观看长征主题影片，“深刻体会到中国共产党和中国的发展历程”。

中国共产党成立105周年，长征胜利90周年，历经多少坎坷磨难，方有今日之气象万千。中国“十五五”规划已经开局，新的征程上，中国愿与志同道合的伙伴并肩前行。

同苏林交流时，习近平主席指出，双方要做“社会主义事业的命运共同体”、“实现现代化的命运共同体”和“推动构建人类命运共同体的伙伴”，“保持高度的战略清醒和强大的战略定力，始终坚定道路自信和制度自信，坚持改革不改向、变革不变色”。

越南胡志明国家政治学院新闻宣传学院哲学系主任、越中友好协会常务委员阮明环对此感触良多。“越中两国的发展经验可以成为宝贵参考，有助于促进世界和平、合作与社会进步。”

这份定力，源自对历史规律和时代潮流的精准把握，对未来蓝图的细致擘画。这股韧性，正化为脚踏实地的行动，为人类和平与发展事业持续贡献力量。

会见桑切斯时，习近平主席表示，中国把长远战略目标阶段性目标统一起来，以一茬接着一茬干的历史耐心接续制定和实施五年规划。

查波表示，“中国的发展在全世界范围内都具有极其重要的参考价值”。在湖南参访期间，他饱含情感地谈起习近平主席提出的共建“一带一路”和一系列全球倡议，认为中国怀着“兄弟般的情谊”携手广大非洲国家追求共同发展。

在湖南韶山，查波向毛泽东同志铜像敬献花篮，参观毛泽东同志纪念馆和毛泽东同志故居。他在留言簿上写道：“莫中两国的深厚情谊淬炼了莫桑比克争取民族独立的关键时期……愿这份精诚合作的精神和兄弟情谊薪火永续、生生不息。”

在清华大学的演讲中，桑切斯从十六世纪欧洲以“西方中心论”视角绘制的一幅“扭曲的世界地图”谈起，呼吁摒弃零和博弈的旧思维，正确看待今日世界、今日中国。在他看来，“中国正在铸就辉煌，注定将在世界的未来扮演关键角色”。

美国民调公司盖洛普发布的一项全球调查结果显示，过去一年，中国领导力全球认可度持续上升。“许多人开始珍视中国的稳定性、合作姿态和长远规划模式。”西班牙知华讲堂基金会执行主席玛尔塔·蒙托洛撰文写道。

古巴国际政治研究中心中国问题专家爱德华多·雷加拉多认为，“中国秉持构建人类命运共同体理念，‘决定了中国在自身强大的同时，能坚守正义、保持稳定、追求共同发展’，从而为世界带来更多正能量。”

一个奋发有为、笃行大道的中国，是中国人民之幸，也是世界人民之幸。

新华社记者 韩梁 朱瑞卿  
(新华社北京4月19日电)

## 国家发展改革委下达2026年第二批“两重”建设项目清单

据新华社北京4月19日电（记者 魏弘毅、魏玉坤）记者19日从国家发展改革委获悉，近日，国家发展改革委同有关部门组织下达2026年第二批“两重”建设项目清单，共安排超长期特别国债资金2168亿元支持336个重大项目。

记者了解到，相关项目涉及人工智能、城市地下管网建设改造、长江经济带交通基础设施、高标准农田、高等教育提质升级、“三北”工程等重点领域。加上此前已下达的3897亿元，今年累计安排“两重”建设资金6065亿元，占全年8000亿元的76%，下达进度明显快于去年。

（上接第1版）2个月，他在“之江新语”专栏撰文指出“必须遵循经济规律，将服务业逐步培育壮大成为推动经济发展的‘主动力产业’”，谋定经济发展的主导产业和增长动力。

正定到浙江，县城到省城，发展阶段不同、条件不同。从“很有前途的第三产业”到“主动力产业”，习近平同志科学把握经济发展阶段特征和产业结构演进规律，超前布局服务业，破解发展瓶颈、推进经济转型。

顺势而为，往往事半功倍。跃动的曲线，有力印证服务业已成为我国经济发展的第一大产业。服务业对经济增长的贡献率自2015年首次超过50%，到2025年达61.4%，连续11年占据国民经济的半壁江山。

谋划“十五五”时期经济社会发展，习近平总书记强调“要前瞻性把握国际形势发展变化对我国的影响，因势利导对经济布局进行调整优化”。

“十五五”开局起步，在经济转向高质量发展关键阶段，促进服务业优质高效发展，既能为建设现代化产业体系、推动经济高质量发展提供重要支撑，也能创造高品质生活，同时有助于增强国际竞争力、扩大高水平对外开放，战略意义重大而深远。

调整优化产业结构，必须坚持统筹兼顾。

在正定，习近平同志指出必须“建立合理的、平衡发展的经济结构”；在福建，指引构建“制造与创造融合、传统与新兴并重、二产与三产并举”的晋江“新实体经济”；在浙江，指出“发达的服务业是制造业提升的助推器”“要把服务业发展与城乡统筹结合起来”；在上海，认为三大产业要协调发展、共同发展、融合发展……

党的二十大报告明确要求构建优质高效的服务业新体系，推动现代服务业同先进制造业、现代农业深度融合。

融合发展，相得益彰。习近平同志对产业发展的深刻理解和，彰显了坚持系统观念、注重整体统筹，推动产业协同发展的思想方法和工作智慧。

没有产业体系的现代化，就没有经济的现代化。没有强大的服务业，就难有强大的制造业，也难有均衡、顺畅的经济循环。

近日，习近平同志书记在就服务业发展作出的重要指示中，强调要“推进生产性服务业向专业化和价值链高端延伸，促进生活性服务业高品质多样化便利化发展”。

“十五五”时期，我国服务业规模预计将突破100万亿元，空间广阔。沿着总书记指引的方向，生产性服务业正在加快突破技术封锁、提升产业链韧性，生活性服务业聚焦民生需求、不断满足人民美好生活需要，必将共同谱写服务业优质高效发展新篇章。

新华社记者 黄玥 李晓婷  
(新华社北京4月19日电)



4月18日，在黑龙江省同江市的一处水田里，正在作业的农机和飞翔的天鹅相映成趣。 新华社发（刘万平 摄）

## 谷雨时节话“祛湿”

4月20日，春季的最后一个节气“谷雨”即将到来。在中医看来，随着降水增多，湿度攀升，许多疾病容易在这一时期“找上门”，养生防病应以健脾祛湿为重，辅以疏肝理气、温养脾阳。

提到谷雨节气，《群芳谱》记载：“谷雨雨而生也”。谷雨处于春夏交替之际，气温升高加快，光照充足，降雨量增加，这对农作物的种植和生长较为有利，但增多的降雨却会给人带来致病的湿气。

脾恶湿，湿邪困脾会导致脾胃运化失常，而脾虚则更易生湿，形成恶性循环。“中国中医科学院广安门医院风湿病科副主任医师张柔曼说，谷雨时节肝气渐旺，环境中湿邪渐生，风邪未退，易导致肝木克脾土、湿邪困脾，而阳气升而未固，因此，这一时期易出现脾胃疾病、风湿关节痛、呼吸道疾病、皮肤病及过敏性疾病。

中医认为，谷雨节气养生防病应以祛湿、健脾、疏肝、护阳为纲，起居有度、饮食清淡、运动温和、情志舒畅，如此方可有效防范湿邪致病，为夏季健康奠定基础。

“起居应遵循‘春夏养阳’与‘春捂有度’原则。”张柔曼介绍，此时宜夜卧早起，顺应阳气升发；早晚温差仍较大，不可骤减衣物，重点护住腰腹与下肢，不露脚踝，防止风邪、寒邪伤阳；避免久居潮湿环境，减少外湿入侵。

饮食则以清淡、易消化者为宜。此时可适当食用健脾利湿之物，如薏米、山药、茯苓、赤小豆等；少食过甜、油腻和寒凉食物，以免助湿伤脾；还可适当食用春笋、香椿等应季

食材，顺应时节升发之气。

运动方面，选择快走、慢跑、八段锦、太极拳等舒缓运动，多在户外阳光充足处活动，有助于运化湿气、舒畅气机。而情志调摄重在疏肝理气、调畅情志，可与自然亲近，保持心情舒畅，少怒少郁。

在几个养生关键词中，“祛湿”是最具谷雨节气时令特点的一个。

“中医认识疾病和健康，很注重环境因素的变化。”上海中医药大学附属曙光医院传统医学科主任医师吴欢说，除了引发疾病，谷雨节气的潮湿天气还会带给人闷、昏、困、乏、烦等不适，湿邪会使人体的气机不畅，出现气滞现象。

如何防范恼人的湿气？专家建议，使用除湿器除湿或雨停时开窗通风，缓解困倦乏力；久坐人群多起身走动，促进气机的运行，避免湿气在体内停滞；体型肥胖者需常饮食清淡，忌烟酒，以防体内痰湿生长。

穴位按摩亦有助于祛除湿气。吴欢支招：以右手掌根按住中腕穴，向右侧推，可促进胃蠕动；以食指中指并拢按压足三里穴，可帮助调补气机；以大拇指勾按阴陵泉穴，能起到调节脾胃功能的作用。穴位按摩应以酸胀能忍、皮红不破为度。

中医讲究“天人相应”。让我们用好顺应自然的养生智慧，带着清爽舒畅走进夏天。

新华社记者 田晓航  
(新华社北京4月19日电)

（上接第1版）

放眼神州，多姿多彩的阅读推广活动，激发全社会阅读热情。

——打基础，阅读设施初具规模。

阅读是基本的文化权益，是一种最基本的文化建设。满足人民群众的阅读需求，需要相应的文化资源、设施和服务等来保障。

习近平总书记十分关注这个问题，强调要“创新服务模式，推动全民阅读，更好满足人民精神文化需求”。

在山东，济南历下区图书馆启动了“书香历下·全民阅读”品牌活动。作为一家基层图书馆，它逐步建成100个社区图书分馆，实现“15分钟阅读生活圈”，累计服务读者超百万人次。

历下区图书馆的发展，是我国加快建设公共图书馆体系的缩影。截至2025年底，全国共有公共图书馆3253个，已经全部免费向读者开放。

从公共图书馆向远望去，大大小小的阅读空间，已悄然深入城市生活的毛细血管。

南昌西站候车厅二楼一角，一间“孺子书房”吸引不少来往的旅客在此驻足。馆长程晓庆介绍，书房每天接待读者有三四百人，大多是南来北往的候车旅客。阅读与旅途，在这里碰撞出奇妙的火花。

在第五届全民阅读大会的举办地江西南昌，像这样的孺子书房还有100多家。据统计，目前全国已有2692个县（市、区）建成图书馆总分馆体系，城市新型阅读空间逾4万个，各级各类全民阅读基础设施数量不断增加，内容资源和设备不断升级，为阅读提供了更多便利。

社区周边、企业园区、交通枢纽、景区公园……“书房”扎根城市大地，全民阅读服务更加触手可及。

——补短板，阅读保障精准发力。

“重点扶助农村地区、革命老区、民族地区、边疆地区、欠发达地区的全民阅读”“增加农村阅读内容供给，优化农村阅读环境条件”“支持全民阅读无障碍设施建设”……翻开《全民阅读促进条例》，一条条精准保障、托底弱势的举措令人心生暖意。

“书香社会建设，一个也不能少。阅读的‘全民化’，离不开阅读资源和服务均等化。”

广西融水苗族自治县图书资源实现“一卡通”通借通还，乡镇居民在家门口即可享受与县城同等的阅读服务；江西南丰益农农家书屋，同一本书在全县乡村学校之间流转起来，学生不出校门就能读到不同农家书屋的藏书；江苏徐州各阅读场所积极推出适老化服务，配备放大镜、老花镜等便民物品……

将全民阅读促进工作落脚于服务广大群众，全民阅读的“最后一公里”，在公共文化服务的提质增效中不断缩短。

### 成风化人——“书香是一种氛围”

2025年全国两会期间，习近平总书记从过去的书香世家讲到现在提倡建设书香校园、书香社会，饱含期待：“书香是一种氛围。”

氛围浓厚，成风化人。推进书香社会建设，关乎人民文明素养和社会文明程度的提升，关乎整个民族和国家创新力创造力的培育。

对此，习近平总书记谋深虑远：“如果我们不努力提高各方面的知识素养，不自觉学习各种科学文化知识，不主动加快知识更新、优化知识结构、拓宽眼界和视野，那就难以增强本领，也就没有办法赢得主动、赢得优势、赢得未来。”

有书香的民族才有未来，重视和善于阅读的民族才有希望。当前，数字化、网络化、智能化浪潮席卷全球，知识更新速度越来越快，阅读的重要性更加突出。必须持续强化全民阅读工作，引导推动广大人民群众爱读书、读好书、善读书，为推进中国式现代化提供更加丰沛的文化滋养。

强化全民阅读工作，要将推动青少年阅读作为重中之重。

重庆谢家湾学校，先唤醒校园的往往不是上课铃声，而是阅览室、树荫下、走廊转角处此起彼伏的翻书声。在这里，阅读时间被纳入课程与课后服务安排，保障学生每天拥有足够的自主阅读时段。

“我年轻时读了不少文学作品，涉猎了当时能找到的各种书籍，不仅其中许多精彩章节、隽永文字至今记忆犹新，而且从中悟出了不少生活真谛。”读书对于青少年的滋养，习近平总书记有着切身体会。

青少年阶段是人生的“拔节孕穗期”，最需要精心栽培。鲜明树立鼓励阅读的教育导向，加强对少年儿童阅读规律的研究和运用，积极开展家庭阅读、亲子阅读、校园阅读，习近平总书记“希望孩子们养成阅读习惯，快乐阅读，健康成长”的期许在亿万少年儿童心中生根发芽。

强化全民阅读工作，要源源不断提供优质内容。

今年3月，第六届中国出版政府奖获奖名单公布。《中国共产党的一百年》《马克思主义发展史》……120种出版物、50家先进出版单位、70名优秀出版人物获得出版“国奖”殊荣，彰显出版行业勃勃生机。

“为人民提供更多优秀精神文化产品，善莫大焉。”站在更好满足人民精神文化需求的高度，习近平总书记强调，要坚持把社会效益放在首位、社会效益和经济效益相统一，深化文化体制改革，完善文化产业规划和政策，不断扩大优质文化产品供给。

导向明确，纲举目张。面向未来，必须着力提高出版品质，推出更多思想精深、艺术精湛、制作精良的优秀作品，用精品出版物激发阅读兴趣、提升阅读品位，更好地满足人民群众多样化、多层次、多方面的阅读需求。

强化全民阅读工作，要持之以恒加大阅读保障。

新疆生产建设兵团第十四师昆玉市，地处塔克拉玛干沙漠南缘。这里的群众一度生活单调，日落而息。2020年，由北京援建的“三馆一中心”投入使用，图书馆的阶梯阅读区逐渐成为人们晚上捧书静读的好去处。

“要推动公共文化服务标准化、均等化”“完善公共文化服务体系，提高基本公共文化服务的覆盖面和适用性”“实施文化惠民工程，积极发展新型文化业态，把更多优质文化产品和服务送到群众身边”……习近平总书记的重要指示，为保障全民阅读提供明确遵循。

《全民阅读促进条例》提出，有计划地设置覆盖城乡、实用便利、服务高效的全民阅读设施。不断将条例部署落到实处，持续优化阅读设施配置，整合文化服务资源，为不同人群创造更好阅读条件，越来越多人把读书作为一种生活方式。

绵绵用力，久久为功；书香氤氲，积厚流光。

在习近平文化思想引领下，不断将全民阅读工作引向深入，让全社会都参与到阅读中来，必将为强国建设、民族复兴铸就深厚的文化底色、提供持久的精神力量。

新华社记者 徐壮 杨湛菲 邢拓  
(新华社北京4月19日电)

## 学习手记