



新华社发

4月20日，是春天的最后一个节气——谷雨。
“雨频霜断气清和，柳绿茶香燕弄梭。布谷啼播春暮日，栽插种管事诸多。”
人间四月天，春色正当时。谷雨时节，有凉风，但寒已消；有温度，但热未至。
在渐暖的日光里，秧苗初插、作物新种。雨生百谷，一片繁华扑面而来。

谷雨：雨生百谷

春从此别，夏将至

“清明断雪，谷雨断霜。”谷雨意味着寒潮天气就此基本结束。谷雨时节，杨花飞舞，柳絮飘扬，牡丹吐蕊，樱桃红熟。时至暮春，姹紫嫣红早已开遍，人间锦绣尽收眼底。

“一候萍始生，二候鸣鸠拂其羽，三候戴胜降于桑。”古代中国将谷雨分为三候，意思就是说谷雨时节，因降雨量增多，水面的浮萍开始生长，接着布谷鸟振翅飞翔，开始提醒人们播种，然后就要在桑树上开始见到戴胜鸟了。

春雨绵绵是谷雨最主要的特点，但为什么常说“春雨贵如油”？中国是东亚季风气候，雨热同期，降雨多集中在夏秋两季。事实上，谷雨时节我国大体上只有华南地区开始进入雨季。6月，雨带转到长江中下游地区，此时的雨会下个没完没了，俗称“梅雨”；7月，华北进入雨季。尽管如此，比起立春、惊蛰、清明这前几个节气，谷雨时节的雨水还是很快多起来了。

中央气象台预计，4月19日8时至20日8时，从东北到甘肃南部、宁夏南部，一路向南到湖南、江西、浙江、云南、广西、广东、福建、海南等地部分地区都有小雨，部分地区还有中雨，应了谷雨节气的景。

时至今日，二十四节气依然是现代生活重要坐标，对当前生产生活还在发挥基础指导作用。

谷雨将谷和雨联系起来，反映了“谷雨”的农业气候意义。谷雨节气后，气温升高，雨量增多，是播种移苗、种瓜点豆的好时节。

这个时候，北方的小麦返青后开始拔节、孕穗、抽穗、开花、灌浆，直至6月渐次成熟。小麦对水分的需求巨大，每生产1公斤小麦约需1公斤至1.2公斤水，眼下正是小麦最需要水的时候，如果缺水会严重减产、无法补救。

即使在南方水稻产区，此刻也是在水田里插秧的季节了。没有水，农民们将无从着手。小麦、稻米都是谷物，古人很早就认为“雨生百谷”，这一时期的雨水被称为“谷雨”，真是再贴切不过了。

今年的这个春天里各地抗疫不误农时，春耕生产有序推进。

在近日实现疫情防控社会面清零的吉林省，春耕迎来高峰期，各地推动农民返乡、农资下摆、农机检修，帮农民破解备春耕堵点，力争在正常年景下粮食产量稳定在800亿斤以上。

在湖南省汨罗江畔，插秧机往来穿梭，农民在田间忙碌，一派热火朝天的春耕场景。汨罗市疫情防控、春耕生产“两手抓”，目前早稻集中育秧27.7万亩，落实早稻面积34.86万亩，超额完成目标任务；……

中国农业生产资料集团公司根据今年农资市场价格变化情况，将适时投放农资储备，维护市场稳定，保障农业生产安全和农民利益，预计春耕期间将供应化肥近1100万吨，农药近20万吨，确保农资不断档、不脱销。

看百合丛生，听春雨连连

新华社天津4月19日电（记者周润健）“谷雨春光晓，山川黛色青”。当太阳到达黄经30度时，“谷雨”节气到了。北京时间4月20日10时24分将迎来“谷雨”。此时节，降水日增，秧苗初插，作物新种，春茶采摘，雨润百合，万物生长、蒸蒸日上。这一切，标志着暮春将尽，初夏即至。

历史学者、天津社科院研究员罗澍伟介绍说，每年公历的4月19日、20日或21日，为“谷雨”节气之始，它是二十四节气中第六个节气，也是春季最后一个节气。“谷雨”，寓意“雨生百谷”，与“雨水”“小满”“小雪”“大雪”一样，都是代表降水状况的节气，也是农耕文化在节令上的反映。

“谷雨”时节，物候转换带来美妙景致：一候“萍始生”，翠绿的浮萍开始在水中生长；二候“鸣鸠拂其羽”，布谷声声，提醒人们抓紧春播；三候“戴胜降于桑”，羽翼瑰丽的戴胜鸟飞落桑林，喜迎蚕宝宝的诞生。

“谷雨”时处春夏之交，公众该如何养生？罗澍伟结合养生保健专家

的建议提醒说，“谷雨”后气温回升，但阴雨频繁，空气湿度渐增，早晚与中午温差较大，应依环境温度调整衣着，避免湿气自裸露处进入体内，诱发神经痛等慢性疾病。老人和儿童尤应注意随时增减衣物，既要保暖，又要“春捂”有度，以防“春火”或感冒的发生。

饮食调理方面，顺应四时养生的原则。“谷雨”后阳气骤升，易引发内热及肝火，使鼻腔、牙龈发炎，或头晕目眩、眼干目赤。宜减少高蛋白、高热量食物摄入，多食富含B族维生素的谷类食物，护肝的同时还能够保护胃黏膜；适量食用辛温升散食物，饮食结构搭配合理，可预防疾病，亦可为平安度夏打好基础。

暮春时节，野外空气清新，是培阳固本的好时机，可选择适当的运动项目进行锻炼，也可去郊野春游，促使气血畅通，提高心肺功能，畅达心胸，疏散郁结，怡情养性，但过敏体质者应注意防范花粉过敏症等疾病发生。



千年智慧，映今朝

我国南方很多地方有谷雨采茶的习俗。茶农们认为这一天采摘的“谷雨茶”是茶中的上品，一般都留着自己喝或是用来招待客人。

好山好水出好茶。随着这几年我国不断推进生态文明建设，减少化肥、农药使用，茶叶生产更“绿色”、更“生态”，走向高质量发展。一片叶子，富了一方百姓。如今，多地茶产业成为巩固拓展脱贫攻坚成果衔接推进乡村振兴的重要支撑。

中国茶叶流通协会会长王庆说，近年来我国茶叶产业无论在茶园种植、茶叶生产还是茶叶消费环节都取得了飞速发展，产业链条趋于完善。2021年全国茶叶产量首次突破300万吨。

中国是茶叶的故乡，

如今茶成为世界性饮料。“二十四节气”也在2016年获批列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。中国千年智慧依然滋养着现代人类社会。

谷雨节气当天也是联合国中文日。联合国中文日为何要定在谷雨呢？据传说，轩辕黄帝的史官仓颉创造出了中国最原始的象形文字；上苍因仓颉造字而感动，为其降下一场谷子雨，这就是“谷雨”的由来。这一天定为联合国中文日，是为了纪念传说中“中华文字始祖”仓颉造字的贡献。

千年智慧照进现实，当下的奋斗成就美好未来。

春光正好，珍惜当下，坚定前行，拥抱未来。

新华社北京4月19日电

半月4202亿元

各地加快落实大规模留抵退税政策

国家税务总局19日发布数据显示，自本月实施大规模留抵退税政策以来，4月1日至15日，已有4202亿元留抵退税款退到52.7万户纳税人的账户。记者采访发现，各地税务部门正加紧落实落细支持政策，确保更好惠及市场主体。

国家税务总局相关负责人介绍，在已获得留抵退税的纳税人中，小微企业51万户，占比96.8%，涉及退税金额2422亿元，是政策最大的受益主体。

宁波德欣仪表有限公司是一家主营仪器仪表制造加工的企业，受疫情影响，公司生产一度陷入停滞状态，资金压力非常大。公司财务负责人周女士说：“34万元留抵退税款很快到账，为我们注入了资金‘活水’。”

“政策太及时了。”山东临邑县昕岚电力

有限公司项目总经理孙文超告诉记者，昕岚电力是一家以清洁能源发电为主营业务的企业，因疫情原因，公司资金链一度断裂。357万元退税款到账，让企业恢复了正常运营。

一笔笔留抵退税款，不仅缓解了企业现金流压力，还给企业发展“充电”。

“根据最新政策，预计2022年公司可以享受退税1700余万元。这给我们降低资金占用成本、加速资金回收进度带来巨大利好。增加的资金流让我们能够放手加强关键技术的科研攻关，不断提升产品技术含量。”河南省鹤壁市方瑞化工产品有限公司财务负责人李富贵说。

记者了解到，为确保政策落地，税务部门及时进行了电子税务局等信息系统

留抵退税相关模块的更新和升级，优化功能，改造流程，便利广大纳税人高效、快捷办理留抵退税业务。税务部门还利用电子税务局提示提醒等方式，完成一轮面向纳税人的全覆盖政策宣传。

“在智能填报系统上扫描一下身份证件，申报数据就会自动显示，只需核对补填和确认，20万元退税款就申请成功了。”“一气呵成”的智能快捷退税流程，让成都新生命霍普医学检验实验室有限公司财务负责人方艳感到很方便。

为了让企业更快更好享受税费红利，各地税务部门多措并举持续发力：江苏发挥税收大数据优势，开发“智能报表”，实现各项优惠政策精准识别推送；山东通过预约退税、绿色通道、错峰办理等措施，让

纳税人退税更加便捷；山西通过“政务直播间”就税收政策进行细致解读，确保纳税人“零时差”知晓……

今年留抵退税新政将为市场主体新增约1.5万亿元现金流。含“金”量高、市场主体需求迫切，在落实过程中，更需防范可能出现的风险，确保退税资金精准直达符合条件的企业。记者了解到，新政实施后，税务部门重拳打击骗取增值税留抵退税违法行为，查处了一批骗取留抵退税案件。

“税务部门将继续采取有力有效措施，强化跨部门协同联动机制，优化退税审核流程，提升留抵退税政策落实质效，进一步增强纳税人获得感。”国家税务总局货物和劳务税司有关负责人说。

新华社北京4月19日电