

评论员观察

“向上攀高”的潜力从何而来

孟繁哲

越是发展的薄弱处，越蕴藏着增长的潜力。找准“最短板”、集中力量突破，“洼地”也能变成“高地”

立足家底、放大优势，破除要素流动的堵点，“1+1>2”的协同效应就会越来越强

观察中国区域发展，近期的两则新闻耐人寻味。

《现代化首都都市圈空间协同规划(2023—2035年)》提出构建“一核两翼、双城多点、双廊多圈”的空间格局，将北京的核心功能优势转化为对周边地区的辐射带动能力。

广东博罗县成为省内首个“千亿元县”，广东“百县千镇万村高质量发展工程”结出硕果。

一北一南，一个着眼于“大”，以跨省域协同打造区域高质量发展增长极；一个聚焦于“小”，以县域经济为抓手，促进区域协调发展。看似维度不同，实则指向一个共同命题：如何挖掘区域发展潜力，实现“向上攀高”？

潜力，来自补短板。广东有强市、强区、强镇，却长期缺少强县。对博罗县而言，曾经不强的一个原因在于粗放发展。早年通过引进“三来一补”，确实吃到了不少红利，但粗放发展也导致产业“小散弱”，缺乏后劲。博罗县正是瞄准这块短板找到了突破口：前瞻性布局电子信息、新能源等产业，建设千亿元级智能装备产业园。如今，当地8个百亿级产业集群拔地而起。

从“撒胡椒面”式的零散招商，升级为“聚链成群”的系统布局，思想转变促发展转型。

博罗县的蜕变并非孤例。“百县千镇万村高质量发展工程”启动以来，57个县(市)生产总值近3年年均增速快于全省。

实践证明，越是发展的薄弱处，越蕴藏着增长的潜力。找准“最短板”、集中力量突破，“洼地”也能变成“高地”。

潜力，来自锻长板。优势是发展的“本钱”，将比较优势转化为竞争优势，才能在产业分工中持续占据有利地位。在长三角，4小时车程内就能解决新能源汽车全部配套零部件供应。正是这条跨越4省市的产业链深度咬合，让长三角新能源汽车产业的整体优势不断放大，在全球竞争中抢占先机。

锻长板的关键，在于打破壁垒、畅通循环。川渝高竹新区统一79项税费政策，省际交界从“边缘地带”变为“合作前沿”；京津冀联合发布产业协同发展倡议，共育世界级产业大集群。立足家底、放大优势，破除要素流动的堵点，“1+1>2”的协同效应就会越来越强。

潜力，来自育新板。新技术、新产业、新业态、新模式，是区域发展的增量空间所在。山东曹县，曾是依赖劳务输出的传统农业县。谁能想到，一件汉服改写了它的命运。瞄准这条细分赛道，当地构建

起从设计、生产到电商销售的完整产业链，在乡间田野上“长”出中国最大的原创汉服产业集群，2025年汉服销售额突破130亿元。一件汉服，让一个农业县蝶变为产业新城。

安徽芜湖10余年深耕通用航空，从一片荒芜丘陵起步，集聚200余家上下游企业；粤港澳大湾区人工智能、生物医药等新兴产业一个又一个登上全国高地，形成“超级集群”……育新板，关键在于找准赛道、久久为功，让新兴产业成为驱动区域发展的新引擎。

无论是补短板、锻长板，还是育新板，说到底都要坚持因地制宜。各区域不能一味跟风、简单模仿，要看清楚自己的优势在哪里，怎么取长补短、怎么扬长避短。宜工则工、宜农则农、宜商则商、宜游则游，找准自身定位，才能把潜力真正转化为实力。

以补短板夯实地盘、以锻长板放大优势、以育新开辟蓝海，当各个区域各展其长、优势互补，高质量发展的区域经济布局将更加协调、更富活力。

人民时评

他们的文字本真、质朴，其中有生活的美好、有人生的智慧、有向上的力量

这段时间，56岁的贵州护发店店主“祝薪雁”，在短视频平台上因为文案走红。

写团圆，“饺子齐齐的，思念长长的，妈妈叨叨的”；写搓“白粑粑”，“人生大抵也是这般，熬着熬着就有了颜色”；写一天工作结束，“忙着成长，忙着创造，未来自有更甜的收获”……

年轻人一边积极点赞，称她为“诗意嫌嫌”，一边温柔调侃“老一辈文案没轻重”——因为字字都浸润着生活的烟火气和时光，让人不知不觉就红了眼眶。

不只是“祝薪雁”。这些年，从“外卖诗人”王计兵，到因手写作文《我的母亲》而在网络上广为人知的农民工大爹安三山，再到“沂蒙二姐”吕玉霞，他们以“素人”的身份吟咏生活，记录自己的人生轨迹与内心感悟，作品也屡屡在年轻群体中引发共鸣。

“祝薪雁们”为何能打动人心？

有人将这些素人创作者的走红，归因为草根身份与文学创作之间的反差。不可否认，护发店店主的文学表达、烧烤摊摊主的诗意吟唱、外卖骑手的哲思感悟，都源自日常与诗意的反差感，确实具有传播力。但这恐怕只是表层原因，更深层来看，打动年轻人的，还是他们的作品。

他们的作品，让人重新发现生活。

前几天刷到一条“年度视频日记”短视频，浏览量过亿、点赞超1300万，拍摄主体是四川成都的一名90后外卖小哥。他没有刻意煽情，只是以头盔视角进行拍摄，把一年里在送餐路上的点点滴滴剪辑成合集。让人动容的，不仅是外卖小哥总是“电量”满满、乐观逗趣，更是镜头里的日常生活，温暖瞬间。柴米油盐、四季更迭里，有升腾的烟火气、有普通人家的温情、有邻里互助的暖意。而这，恰恰是生活本来的纹路。

“祝薪雁们”在讲述自己的故事，又何尝不是在描述“我们”的生活？因为扎根生活，所以引人共鸣；因为充满感情，所以直抵人心。我们在看他们的作品，也在重新发现生活中的美好。

他们的作品，给人以人生的智慧。

“祝薪雁们”不仅是叙述生活，也是在分享人生感悟。生活是什么？在“祝薪雁”眼里，是“一块磨石”。在体验过其沉甸甸的重量后，她告诉年轻人：“三餐暖，四季安，怀里揣着热望，脚下踩着从容，慢慢走，好好活。”

我们该过怎么样的人生？这个问题或许没有标准答案。有着几十年走南闯北经历的“矿工作家”陈年喜认为，“不管怎样的人生，高光也好，苦难也罢，骨子里都奔腾着一条河流”。

来源于生活，但又不被生活所累，他们的作品里有体悟、有哲思、有智慧。这些来自人生的真实感悟，没有说教，只有自然流露，给人以思考和启迪。

他们的作品，给人以向上的力量。

“祝薪雁们”大多没有经过专业的训练，却总能以独特的笔触，描绘生命的韧性、不屈的信念、顽强的意志。

清洁工王瑛写保洁员的艰辛和劳苦，更写她们的坚韧与刚毅，“她们会把这项技能带到以后的生活中，把自己的人生擦亮”；面对寒冷，白天经营小店、夜晚在烧烤店兼职的温雅珍写道，“你若给她微笑，她会张开手掌，看，春天翻了个身”。

生活总是有顺有逆，他们选择以积极乐观的心态接纳生活的不完美，以坚定执着的努力对抗人生的困境。从他们的故事和作品中，更多人懂得，生活的样子如何，从来不只在于外部环境，更在于自己能否坚守善良的本心，保持对生活的热爱、对未来的希望。

一名网友说得好：“中国的文学生长在土地上，字里行间质朴得像地里的麦子。麦子不问喧嚣，只管日日日落按时生长。”他们的文字本真、质朴，其中有生活的美好、有人生的智慧、有向上的力量。而这，正是“祝薪雁们”动人的原因。

纵横

“云赶集”，把烟火气搬到线上

许君强

近来，赶集成了年轻人的新潮流。某短视频平台上，“赶大集”相关视频播放量超140亿次。一批主播既是赶集者，也是记录者、传播者。他们拍视频、剪Vlog，把摩肩接踵的热闹一一收进镜头里。

人间烟火气，最抚凡人心。“云赶集”火爆，在于它用接地气的方式呈现充满温情的生活。热闹的吆喝、买卖双方的交谈、食材本真的模样……人们通过赶集主播的镜头，能够窥见那份真实的烟火气，能够从那种质朴、鲜活、充满人情味的生活场景中，获得情感共鸣。这种鲜活的体验格外珍贵。

“云赶集”拓展了传统集市的边界。它让隐匿于乡镇街巷的民俗风情、特色物产、传统技艺，跨越地理阻隔，直观地呈现在更广泛的受众面前。这不仅促进了民俗文化的代际传递，让年轻一代直观感受传统文化的魅力，也为乡村文化振兴带来更多关注、提供更多助力。同时，线上“被围观”很容易转化为线下打卡的行动。越来越多年轻人因视频吸引而走进集市，就能带动产品销售、拉动消费，促进市场繁荣。

“云赶集”要持续健康发展，关键在于线上内容与线下实体的双向奔赴、相互成就。一方面，赶集主播应坚持真实记录、本真传播，避免过度表演与商业化炒作，用真实和真诚打动、吸引人。另一方面，有关部门应进一步改善环境、规范管理、保障安全，最大限度保留集市本身的市井味与独特个性，避免“千集一面”的同质化改造，并在此基础上不断提升集市的活力与品质，给人们提供更多有滋味的体验。

一方水土的温度和魅力，往往就蕴藏在街巷里日常升腾的烟火气中。守护好这份生动而温暖的人间烟火，是在守护一种生活方式和经济形态，更是守护共同的文化记忆与情感根脉。重视集市这类传统生活空间的价值，用互联网搭建连接现代生活的桥梁，就能让它们时代浪潮中焕发活力、绽放光彩，为城乡融合发展、乡村全面振兴汇聚更多动能。

(摘编自《河北日报》，原题为《“云赶集”火爆背后是烟火气动人》)

本版邮箱：rmbpl@peopledaily.cn (来稿请注明栏目名)

本版责编：李拯 邹翔 常晋

祝薪雁们为啥动人

任飞帆

金台随笔

“上山”的真谛

李斌

在疲惫中找到力量，于挑战中发现自我，平坦时不贪图安逸，陡峭处不幻想捷径

“在上班和上进之间，选择了上山。”网络上的这句玩笑话，道出了一个趋势：越来越多人投身于山野运动。

数据显示，我国户外运动参与人数超4亿，山地项目的参与度较高。从亲子户外拉练，到年轻人“特种兵式旅游”，再到“银发族”畅享美好旅途，都格外青睐登山类运动。明明“上山”格外耗费体力，人们为何争相参与？

除了亲近自然、锻炼身体，还有一个重要原因：“上山”蕴藏许多生活真谛、奋斗哲理。“上山”不仅是物理空间的攀登，更是精神层次的求索；不只是征服高度，更是在陶冶心灵。于险阻中见境界，于喘息中砺心志，于俯仰间悟人生，不断“上山”的我们，只为遇见一个更强大、更完美的自己。

视角一变，“世界”也随之改变。李白坐船从巴东到瞿塘峡，登上巫山最高峰，写下了“飞步凌绝顶，极目无纤烟”的佳句。宋代诗人杨万里，描写出“登山俯野，万壑皆白云”的澄明之境。高度影响认知，眼界联动襟怀。所谓“山高人为峰”，正是在一次次向上攀登的过程中，我们不断突破自身的局限，将曾经的“不可能”踩在脚下，最终站在新的高度审视世界与自我。

古语有言，“登高必自卑，行远必自迩”。如果告诉孩子泰山有1500多米高，有近8000个台阶需要攀登，孩子可能被吓住。但如果告诉孩子泰山不过只有3个香山那么高，经石峪、中天门、云步桥、龙门依次向上，各有不同景色，孩子的畏难心理便会大大降低，挑战渴望极大增强。阶梯式前进，阶段式攻坚，宏图伟业就诞生在每一步的攀登中。

爬山时身体机能能保持一个高效的“燃烧”状态，短暂的休息是“添柴”，让身体机能燃得更旺；而长久的停歇则如同“熄火”，再次启动身体难免会感觉双腿沉重、格外疲惫。张弛交替、稳进平衡，不仅是进取智慧，更是合乎运动规律的必然选择。所以，在最疲惫、最想放弃的时候，必须咬牙坚持、迎难而上。那些“再坚持一下”的刚毅和坚韧，正是登顶顶峰者必备的素养。

体能决定走多远，但选择什么路径最终决定能否抵达。“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”固然值得欣喜，但登山作为一项具有一定风险的运动，其成功与否不能也不应寄托于偶然和侥幸。走在正确的道路上，才能挑战更高的海拔，眺望更远的风景。由此而言，增强耐力与意志力，挑战中发现自我，平坦时不贪图安逸，陡峭处不幻想捷径，正是积小胜为大胜、从胜利走向更大胜利的法宝。

“一山未了一山迎”，爬山最历练人的地方莫过于此。一次登顶，不是“上山”的终点。奔跑着的逐梦人，会欣然投身于下一个挑战与突破。每一次爬坡过坎，都是自我超越的印记；每一个峰回路转，都是心灵洗礼的契机。在疲惫中找到力量，于挑战中发现自我，平坦时不贪图安逸，陡峭处不幻想捷径，正是积小胜为大胜、从胜利走向更大胜利的法宝。

山是“立体的课堂”。“上山”，既是与自然的浪漫对话，也是对自己的重新认识。山不语，却会以其雄奇与壮阔，为每一个“上山者”提供精神滋养。总有惊喜在前方等待，拾级而上的努力，每一步都不会唐捐。



江苏省连云港市东海县西双湖国家湿地公园，处处尽显生态之美。

邵光明摄(影像中国)

湿地是地球三大生态系统之一，具有不可替代的生态、社会、经济和文化价值。近年来，我国持续加强湿地生态保护修复，累计实施3800多个项目，新增和修复湿地面积100余万公顷。当前，我国已设立国家湿地公园903处，其中约90%免费开放，让群众更好享有生态改善成果。

这正是：水阔天光近，草木涵生机。丹青续笔处，万类乐相依。

燕 陆文

暖闻热评

搞好试验田 织密保障网

沈 晨

【关键词】长期护理保险

【点评】

【事件】2026年1月起，海南全面实施长期护理保险制度。在澄迈金江镇，因病致下肢瘫痪、语言功能丧失的廖厚章老人，经评估每月获得20小时的基础护理时长。长护师上门服务，不仅能提供更专业的照料服务，也可以有效分担家人的经济压力。“十五五”时期，被称为社保“第六险”的长期护理保险制度将从试点转向全面建制，为更多有需要的人兜牢底线。

衰老是人生无法回避的课题。倘若有一天，稀松平常的吃饭、洗澡都成为难题，生活质量该如何保障？从2016年试点至今，长护险交出了一份安心答卷——截至2025年底，覆盖近3亿人，惠及超330万人，年人均减负约1.2万元，增强了失能人员的生活动力。目前，我国失能失智老年人已超4500万人。加快完善长期护理保险制度，不仅能增进老年人福祉，也是积极应对人口老龄化的重要举措。

“十五五”规划建议提出：“推行长期护

理保险，健全失能失智老年人照护体系，扩大康复护理、安宁疗护服务供给。”当前，长护险仍然存在一些难点亟待突破。比如，资金来源的可持续性、护理人员数量缺口、评定标准差异等。持续完善制度并发挥好制度的牵引作用，推动服务供给、人才支撑、监管保障等协同发展，长护险将更好满足日益增长的护理需求。

今天，我们已经织就全球规模最大的社会保障网。坚持在发展中保障和改善民生，这是初心使命所系，也是经济社会发展活力奔涌的密码所在。发放育儿补