

评论员观察

从家乡看「下沉市场」潜力

李拯

一种始于县域市场进而走向全国的发展路径，越来越具有可行性和吸引力

虽已开工一段时间，返乡的后劲依然很大。就像网友留言，现在才明白“朝花夕拾”的滋味。

犹记得，车子驶入老家县城主干道时，一种熟悉而又陌生的气息扑面而来。原来的老汽车站已经搬迁，原址上一座现代化购物中心拔地而起。一路上，华为体验店、零食很忙等品牌以及新能源汽车充电桩相继映入眼帘。心里一怔，潮流新品从大城市向县城和农村下沉，今天算是见证了。

回到家里，和弟弟聊起一路上看到的变化。弟弟对我的惊讶表示很惊讶，他非常淡定地说：“现在大城市有的品牌，县城都有。”于是，他掰着手指数向我细数这些品牌何时进驻县城。

弟弟的讲述，与行业统计数据可以相互印证。有数据统计显示，瑞幸咖啡已进驻1500多个县城，覆盖全国超80%的县城；肯德基进入了400多个此前未涉足的空白城市；盒马2025年新进入的城市也以三线以下城市与县级市为主。

看着乡亲们在新奇的品牌店来来往往，体验着原来只有大城市才有的消费，我仿佛听见现代化向故乡走来的脚步声。中国城乡融合发展正在经历深刻的结构性跃迁，以县城和农村为代表的下沉市场，既寄托着乡亲们过上美好生活的希冀，也开辟着中国发展的增量空间。

随之而来的，是过年方式的翻新。以往的先聚餐再打麻将，被更加丰富的选择替代。堂弟建议，去新开的电影院看春节档电影；老人认为，依山就势开的生态公园值得带孩子去逛逛。生态公园、游乐场挤满了人，革命纪念馆也是熙来攘往。

从拥挤的人群中，我感受到县城消费更多元、选择更丰富，同时，下沉市场并非只是被动地接受大城市资源的渗透，而是具有一种能动性的力量，在深刻改变着经济社会运行的逻辑。

“村BA”全网累计曝光量超过1200亿人次，“村字头”群众赛事极大释放县域消费潜力；演唱会开始在县城流行，2025年前三季度全国45.6%的拼盘演唱会落地三线及以下城市；今年春节档电影票房三、四线城市占比近53%……随着县城和农村消费能力增强，这样一种始于县域市场进而走向全国的发展路径，越来越具有可行性和吸引力。

数字经济的下沉，也在加强这种趋势。堂妹在一次饭后，很自然地用手机下单了几杯茶饮。她说，现在物流方便，有的同事连买个发卡都是从网上下单。

物流畅通把县城融入了全国统一大市场，也降低了县城的创业成本。堂哥堂嫂原来都在广东打工，堂嫂的弟弟从广东学到了技术、积累了客户，这几年回到县城办起了服装厂，堂嫂为照顾在县城上学的两个孩子，就在地弟弟厂里做事，实现了家门口就业。听说县城还有很多年轻人返乡创业，涉及服装、电子产品等多个行业。

数字技术和物流网络，以看不见的方式把县城和无穷的远方连接起来了。由此更能深刻理解，下沉市场的发展实际上是两种趋势产生合力的结果：一方面，全国统一大市场加快建设，进一步畅通了资源从大城市流向县城的通道；另一方面，县城人群在收入提升后对美好生活有了更高期待。自上而下与自下而上两种趋势双向奔赴，共同激发了下沉市场的内生动力。

今天，县城和农村不再只有乡愁，还有下沉市场带来的发展机遇，还有返乡青年创新创业的蓬勃活力。故乡也踏着时代的东风，与大城市一起奔跑。

无数县城和乡村的坚韧与活力，正是中国经济行稳致远的深厚动力。

两组数据中悟和合之道

常言道

十四届全国人大四次会议外交主题记者会上，有两组数据引人注目。

一是去年以来，中国同欧洲双方贸易总额超过了1万亿美元，200多万欧洲游客免签来华。经济全球化的逆风，并未阻止中欧加深经济往来。

一是过去40年，全球南方经济总量全球占比从24%上升至40%以上。世界经济格局趋于多元均衡，表明建设平等有序的世界多极化是大势所趋。

相互依赖不是风险，利益交融不是威胁；差异不代表要成为对手，分歧也不意味着要陷入对抗。和而不同、多元共生，才是人类社会本来的面貌，国际格局应有的样子。正如联合国前副秘书长埃里克·索尔海姆所说，“和合文化是化解冲突分裂的‘强效解药’”。

中国人向来有天下为公的格局，追求天下大同的境界。从历史深处走来，在传统文化中浸润，中国人深刻懂得，“万物并育而不相害”。中国绝不走国强必霸的老路，也不认同“大国共治”的逻辑，这是中华文明的突出特性使然，是中国道路的必然要求。

互利共赢，才能走出弱肉强食的死胡同，保护主义的“小阁楼”。今年以来，各地纷纷加快外资工作部署，外资项目密集上新、加速落地。在不确定的世界中，中国始终是全球最佳投资目的地之一，“信任票”彰显了外资对合作共赢理念的认同。

过去5年，中国经济年均增速5.4%，对全球经济增长贡献率保持在30%左右，超过西方七国集团的总和；今年5月1日，中国将全面实施对非100%税目产品零关税，让中国大市场为非洲提供更大机遇。始终在开放发展中优势互补、机遇共享，在利益融合中共同发展、相互成就，作为全球最大的潜在消费市场和最大的新兴经济体，中国必将更好发展自己、惠及世界。

展望未来，中国将继续做全球增长最稳定的动力源，继续做变革世界的建设性力量，同各方携手努力，不断把人类命运共同体的愿景变成现实。

暖闻热评

【关键词】“菜篮子”工程

【事件】一段时间里，菜市场成了外国友人“中国游”的热门打卡点。流连摊点间，各种彩椒颜色鲜亮，新奇的白草莓令人垂涎，外国游客不禁发问，“为什么中国人能这么便捷地买到这么多的新鲜蔬果？”答案就藏在“菜篮子”工程里。这项1988年就启动的工程，不仅让中国人的“菜篮子”满满当当，而且更丰富优质。如今，我国已成为世界上最大的蔬菜生产国，产量占全球50%以上，稳稳托举百姓的“蔬菜自由”。

【点评】

楼道墙根垒起一层层白菜——这一景象，是记忆中北京冬季的模样。如今，冬天想吃上新鲜蔬菜，早已无需“囤”。四季作物天天有、各式蔬果日日鲜，热闹的菜市场，丰盛的餐盘子，映照出“菜篮子”工程的成色。

更多的新鲜菜，长自沃野田畴。以北

“菜篮子”里的政绩观

崔妍

方为例，冬季蔬菜最主要的摇篮，便是蔬菜大棚。日光温室、塑料棚膜、水肥一体化设备等为种苗培育适宜土壤，技术助力稳“菜篮子”。如今，“菜篮子”进一步广开来源。“向海洋要食物”，海水产品鲜美营养；借太空之力培育新品种，太空蔬菜量质齐升……更广袤的“田畴”，背后是大食物观。农林牧渔并举，构建多元化食物供给体系，更立体、丰足的“菜篮子”，既为吃得饱兜底，又为吃得好助力。

有网友回忆，海南的冬天也叫“北调春”。水果蔬菜跨海运往内地，也让春天流动起来。这样的流动，是大局观的成果。着眼全局，通盘考量，精准捕捉蔬菜生产和消费模式变化，构建多级多类市场，推动“南菜北运”“西菜东运”等大规模蔬菜流通。不仅是果蔬，东北的粮食，西部的绿电，各类要素顺畅流转，托举起热气腾腾的中国。

一个“菜篮子”，刻写一场浩大的接力。这是年复一年的坚守。从“梳着两条辫子的大姑娘”扎根戈壁育种，到近年古稀

仍一年四季以瓜棚为家，“西瓜奶奶”吴明珠奉献一生换来人们的“吃瓜自由”。从院士专家到新农人，从良种攻关到节粮减损，今天，无数人扎根“希望的田野”，一棒接一棒，一环扣一环，让“吃饱吃好”成为温暖的生活底色。

这是统筹兼顾的调度。从编织流通网络、打通物流“任督二脉”，到建立监督制度、强化质量保障，再到完善市场机制、熨平菜价异常波动……十个指头弹钢琴，体系逐渐完善，保障网越织越密，“菜篮子”更具韧性，以量足、质优、实惠守护人民“舌尖上的幸福”。

放眼世界，专门把“菜篮子”作为一项民生工程来抓的政党并不多见。中国共产党不仅想到了，更扎扎实实做到了。这背后，是无数党员干部坚持以人民为中心的发展思想，坚持把人民群众的小事当作自己的大事，把为民造福作为最大政绩，不慕虚功、务求实效。有人评价“菜篮子”工程：没有惊天动地的名号、万众瞩目的光环，却最贴近民生、最具温度、最显担

当。这样的好口碑，正是因为把准了潜与显的关系。

潜在哪，看细则。蔬菜播种面积达到前3年平均均值98%得基础分3分，考核年度食用农产品评价性抽检合格率达到98%得3分……根据《“菜篮子”市长负责制考核办法实施细则》，每一分的积累，都在夯实生活奋斗的根基。

显在哪，看对比。一边是市民的“习以为常”，一边是外国游客的“不可思议”，中国的菜市场成为外国游客“打卡点”，折射久久为功的力量。干净整洁的环境、丰富充足的货品、便捷高效的支付……这些成绩，看似不显山不露水，实则却关乎发展的根基。由此而言，把打基础、增后劲、利长远的潜绩做实，时代答卷上自然会留下浓墨重彩的一笔。

“菜篮子”为何动人？因为折射滴滴成海的坚定，展现脚踏实地的品格，见证为民造福的赤诚。在这样默默无言、勤恳务实的叙事中，我们看到一个国家最真实的里子。

人民时评

“温暖的世界让我能说走就走”

易舒冉

视障人士，能探寻多广的世界？

一根盲杖探路、一部手机导航，福建宁德盲人按摩师孙伍飞，给出了一个超出许多人想象的答案：每年坐火车出行50多次，已踏足29个省份。

孙伍飞的“冒险”经历，是一则精彩的励志故事。“虽然我看不到世界，但我要让世界看见我。”这股对生活的热情，让他开启连锁按摩店、实现人生的价值，用脚步丈量大地、拓展生命的疆域。

不过，残障人士要想顺利来一场“说走就走”的旅行，不仅要靠他们自己愿意迈出多大的步，还取决于社会给他们铺了多长的路。

对他们而言，环环相扣、无缝衔接的无障碍环境，是走出家门、融入社会的基本保障。他们的无障碍出行，有赖于“硬设施”与“软服务”的深度融合。

以盲人为例，出门，需要畅通的盲道、适配的语音导航和打车软件；过马路时，带有语音提示的信号灯能带来更多安全感；乘坐公共交通，准确的语音播报必不可少。旅途上的每一个环节，服务中的每一个细节，构成一个连贯的无障碍出行链条，才能提供足够坚实的支持，更好满足残障人士探索大千世界的渴望。

近年来，得益于观念提升和技术进步，无障碍设施与服务在越来越多的地方成为

标配。尤其是无障碍环境建设法施行以来，我国无障碍环境建设正从“补齐短板”向“提质增效”跨越。

在更多场景下，越来越多残障人士享受到更精准、更便捷的服务。比如，政务大厅里，各类智能服务一键联通，助力残障人士高效办事；盲文图书馆里，智能阅读器为视障读者“朗读”世界；博物馆里，数字人手语解说让听障观众有了“现场翻译”……一项项看似微小却直抵人心的细节改进，缔造了更好的无障碍环境，让残障人士的生活半径越来越大，实现自我价值的舞台越来越广。

对残障人士而言，一个温暖的世界，不

仅是处处有善意的设计，更在于时时都有温情的回响。在无障碍环境建设中，志愿者是必不可少的一环，人心的温暖能填补硬件设施、常规服务无法触及的角落。

从更广视角来看，每个人都是无障碍环境建设的参与者。当需要帮助时，总有一颗心愿意停留，总有一双手主动伸来，这才是最让人安心的无障碍环境。孙伍飞说，自己已不记得有多少趟列车，乘务员会主动送上关心；有多少个景区场馆，志愿者一发现他就主动上前服务。正是这种尊重与善意，让他感慨“温暖的世界让我能说走就走”。可以说，孙伍飞丈量，不仅是地理上的跨度，更是社会文明的高度。

无障碍环境建设，一半靠设施与制度，一半靠人心与温度。从乘务员到志愿者，这些善意不是孤立的闪光点，而是一张绵密、连贯的网，给了孙伍飞们一次次出发的勇气。在技术突飞猛进的当下，加快提升设施和服务水平，以人心之暖弥缝合隙，必能让更多残障人士跨越山海、奔赴热爱，迸发生活的力量、拥抱生命的辽阔。

甘肃兰州城关区华侨实验学校，学生展示新学期教材。

侯崇慧摄(人民视觉)

春暖花开，新学期如期而至。前不久，教育部召开会议全面部署健康学校建设，推动学校从“分数第一”向“健康第一”转变。从全面开展安全隐患排查整治，到打造校园健康午休方案，再到筹备丰富多彩的迎新活动，各地各校认真落实相关要求，帮助学生以崭新面貌开启新学期的学习生活，全方位守护学生成长。

这正是：

育人清风扬，
桃李竞芬芳。
身心同向上，
新苗成栋梁。

徐之文

本版邮箱：rmbpl@peopledaily.cn

(来稿请注明栏目名)

本版责编：陈凌 周珊珊 李铁林



金台随笔

体味“伏久者，飞必高”

王晓河

2026年米兰冬奥会上，又见“桃花”迎春开。

35岁的徐梦桃，早已是中国雪上项目首位全满贯得主，在北京冬奥会荣耀加身、功成名就后，没有选择退役而再次沉潜，以超越年龄的自律与坚韧对抗伤病、打磨技艺，以更稳定、更强大的姿态再度腾空，成为冬奥会自由式滑雪女子空中技巧历史上首位成功卫冕的冠军。

传奇卫冕，演绎出一张关于坚持、沉淀与突破的人生答卷，更让世人看见：真正的腾飞，从来都源于默默扎根的沉潜。《菜根谭》有句话饱含深意：“伏久者，飞必高”。“伏”与“飞”看似方向相反，实则同频共振，构成了个人成长与事业发展的双重奏鸣。

物理学弹性势能公式中，形变量越大，势能越强。人生奋斗同理，沉淀越深厚，跳起的底气越足。风头无两的荣耀，往往是十年磨一剑的积累。“伏久”所展现的，是一种向下扎根的战略定力。耐得住寂寞并非消极避世，而是积淀价值的冷静，提升能力的淡定。

“飞高”则是一种向上突破的创新勇气，是打破常规、挑战极限的进取精神。它不是盲目冒进，而是在深厚积淀基础上的振翅冲天；不是好高骛远，而是瞄准更高目标的奋力一跃。因为有“飞高”的追求在那里，所以能“伏久”熬过枯燥乏味、艰辛困苦；也正因为有了跳起来“飞高”的尝试，才能验证沉淀的价值、发现能力的短板、明确深耕的方向。

心怀热爱、沉潜下来，超越自我、勇攀高峰，各领域都不乏这样的佼佼者。屠呦呦数十年埋首医药科研，在简陋条件下潜心钻研，最终成为抗疟药青蒿素和双氢青蒿素发现者。张国平前半辈子从农民成长为“亚洲膜王”，70岁后又一头冲进了新能源赛道，用3年时间把一家做新材料的公司做到90亿元估值。从他们身上不难发现，“伏久者，飞必高”关键在于有三股劲。

心劲。“千革命要干到脚直眼闭”，心劲猛烈无所畏惧；“花甲痴翁，志探龙宫，惊涛骇浪，乐在其中”，心劲高昂干劲持久。内心的驱动力与意志力，是个人成长、目标达成的能量支撑，是深耕细作、厚积薄发的奋斗源泉。心劲在，方向就在；心劲强，定力

就强。

狠劲。沉潜时奔着问题去，抓住盲点、难点、堵点钻深啃透，决不走马观花而来、蜻蜓点水而去；起飞时抓住起点、焦点、特点乘机上，决不留遗憾和遗惠。“伏久”与“飞高”体现的都是一种越是艰险越向前的狠劲。狠下功夫、下狠功夫，才能在知重负重中推动工作不断迈上新台阶。

韧劲。如企鵝深潜，扎得越深向上的冲劲就越大；如鸟儿敛翅，蓄势有力才能展翅高飞。韧劲，意味着把满腔热血化为持之以恒的行动，平抑急躁、浮躁、烦躁，力戒急功近利，摒弃浮躁思想，涵养稳扎稳打心态，一点一滴积累，一步一步向上。

面对高质量发展的时代命题，面对改革进入深水区的复杂局面，面对科技革命带来的全新挑战，复洋兴叹、朝三暮四、按部就班注定都无法把握住机遇。站在新的历史方位，我们比任何时候都更需要理解好、运用好“伏久”与“飞高”的辩证法，以“伏久”之姿把冷板凳坐热、把硬骨头啃下，以“飞高”之志变革创新、开拓新局，奏响属于奋斗者的最强音。行则必至，未来可期。