

书承千年文脉 香溢万里家国

——习近平文化思想引领书香社会建设

春日里，神州大地书卷飘香。

国务院批复设立的首个“全民阅读活动周”与第五届全国阅读大会于4月20日同步启幕。

“人民群众多读书，我们的民族精神就会厚重起来、深邃起来。”党的十八大以来，习近平总书记高度重视全民阅读，作出一系列重要指示批示，率先垂范倡导读书。“全民阅读”写入党的二十大报告、“十五五”规划纲要，并连续13年写入政府工作报告。

在习近平文化思想引领下，今日之中国，全民阅读从“政策引导”迈向“法治保障”新阶段，全民阅读活动持续深入开展，神州大地书香浓郁，精神之花繁茂芬芳。

书香致远——“要提倡多读书，建设书香社会”

4月16日出版的《求是》杂志，发表了习近平总书记的重要文章《推动全民阅读，建设书香社会》。

这篇文章收录了习近平总书记2013年3月至2025年3月期间的有关重要论述，阐明读书学习的重大意义和丰富内涵，为建设书香社会、更好满足人民精神文化需求提供鲜明指引。

最是书香能致远。从梁家河到南海海，从躬耕基层到领航中国，读书始终是习近平总书记“最大的爱好”。

“阅读是人类获取知识、启智增慧、培养道德的重要途径”“读书可以让人保持思想活力，让人得到智慧启发，让人滋养浩然之气”“共产党人要把读马克思主义经典、悟马克思主义原理当作一种生活习惯、当作一种精神追求”……

习近平总书记谆谆叮嘱，语重心长，反复强调读书的意义，亲切传授“读书心法”。

“中华民族自古提倡阅读，讲究格物致知、诚意正心，传承中华民族生生不息的精神，塑造中国人民自信自强的品格。如何在书香中赓续中华文脉、构筑精神大厦？习近平总书记念兹在兹、寄望深厚——”

在甘肃考察时指出“要提倡多读书，建设书香社会，不断提升人民思想境界、增强人民精神力量”；

在2021年秋季学期中央党校（国家行政学院）中青年干部培训班开班式上阐明“向书本学习，是丰富知识、增长才干的重要途径”；

在参加全国政协十四届三次会议联组会时强调“数字阅读要和传统阅读结合起来，守住我们的内核和素养”；

从个人“浩然之气”到民族“精神家园”，从传统阅读到数字浪潮，习近平总书记的重要论述内涵丰富、高屋建瓴，贯穿着建设社会主义文化强国的深远考量，推动全民阅读迈向更高水平。

思想光芒照亮前行之路，法治力量夯实发展之基。

今年2月1日起，我国首部专门规范全民阅读工作的行政法规——《全民阅读促进条例》正式施行。条例对加大全民阅读推广力度、提升全民阅读服务质量、强化全民阅读保障措施等作出了相应规定，

为推进书香社会建设提供坚实法治保障。

第五届全国阅读大会期间，将结合宣传贯彻条例，围绕庆祝中国共产党成立105周年、纪念中国工农红军长征胜利90周年等，举办系列论坛和主题活动。各地将同时开展主题阅读活动，组织青少年阅读活动。全民阅读的群众参与度、辐射面和影响力将进一步扩大。

从全民阅读大会连续举办多届，到《全民阅读促进条例》保障全民阅读工作常态化、长效化、科学化，再到“十五五”规划纲要部署“深化全民阅读活动，推进书香社会建设”，党的十八大以来，全民阅读的“四梁八柱”逐渐夯筑筑牢，全民阅读理念不断深入人心。

书承千年文脉，香溢万里家国。在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，全民阅读厚积成势、兴成风，不断筑牢强国建设、民族复兴的文化根基。

提质增效——“希望全社会都参与到阅读中来”

2022年4月23日，习近平总书记致信祝贺首届全民阅读大会举办，殷殷嘱托：“希望全社会都参与到阅读中来，形成爱读书、读好书、善读书的浓厚氛围。”

建设书香社会，是习近平总书记的牵挂，也是全社会共同的事业。锚定社会主义文化强国战略目标，全民阅读服务不再满足于“有没有”，而是更追求“好不好”，全民阅读工作从单一性、自发性、短期活动向多层次、系统性、持续推进转变。

——创品牌，阅读活动蓬勃开展。“全民阅读活动周”前夕，2026年春季北京市书市开幕。自20世纪90年代开始举办以来，这一书市时间首次延长至1个月。不同于以往的固定点集中展示，今年的书市还在全市2000余家书店设立“联动展场”，首次实现阅读服务覆盖全域。

近年来，以“书香中国”为总体品牌，全国各地积极开展阅读活动，“书香江苏”“书香河南”“书香荆楚”“书香赣鄱”“书香陇原”等一批区域阅读活动各具特色、各有风格，“一地一特色”品牌活动形成阅读接力。

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“创新服务方式，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”吸引不少来往旅客在此驻足。馆长李晓庆介绍，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。

在第五届全国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、托底弱项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馆资源实现“一卡通”借借通还，乡镇居民在家门口即可享受与县城同等的阅读服务；江西丰南盘活农家书屋，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……

推进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能力创造力的培育。

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，醇厚流光。

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 杨湛非 邢拓 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

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”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。

国家发展改革委有关负责人表示，同时将进一步完善优化投融资等机制，加快实施“软建设”措施，强化中央投资资金监管，尽早形成更多实物工作量。

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、温和养阳。

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、呼吸类疾病、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，可多与自然亲近，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，缓解闷闷乏力；久坐人群多起身走动，促进气的运行，避免湿气在体内停滞；体型肥胖者需饮食清淡，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：以右手掌心按于腕穴，向右侧推，可促进胃肠蠕动；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。穴位按摩应以酸胀感、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。

新华社北京4月19日电

“清除病灶”+“调理脏腑” 中西医这样合作抗癌

有着60多年历史的中国中医科学院广安门医院肿瘤科，如今每年门诊量达30万人次，医生会根据病情为患者制定“中西医协同”的治疗方案。

在许多人眼里，中医药是肿瘤患者“最后之选”。广安门医院的实践表明，中医药不仅可用于晚期调理，更能在肿瘤防治全程发挥重要作用。

“扶正培本”到“扶正解毒”再到“固本清源”，科室几代专家接力传承创新、深耕肿瘤防治，研发有效方药。”广安门医院肿瘤科主任侯伟说，“临床证实，与纯西医治疗相比，中西医结合治疗可将肺癌术后两年的复发转移率降低约6%。”

早防早筛早治，是今年全国肿瘤防治宣传周的主题重点。预防结节癌变、减轻治疗副作用、康复期提高生存质量……中西医如何协同“作战”？

记者在广安门医院肿瘤科看到，这里开设了防癌专题门诊，针对体检发现的肺结节、甲状腺结节、肠息肉等病变，进行科学评估和全程管理。

侯伟介绍，对高危结节，医生会建议缩短复查间隔，如有恶变迹象及时联系外科、影像科等科室会诊，必要时通过手术干预；同时，中医会根据个人体质辨证，用益气、养阴、化痰等类药物帮助患者改善体质，降低癌变风险。

对于已确诊癌症患者的治疗，中医药则善于“补短板”。侯伟举例说，在手术切除部分肺后，老年肿瘤患者容易气短、咳嗽，用黄芪、西洋参等补气中药能明显改善症状。

中西医协同治疗肿瘤，类似的例子还有很多。侯伟介绍，化疗带来的恶心呕吐、白细胞下降，可用健脾和胃、补气养血的中药来改善；放疗导致的口腔溃疡、咽喉肿痛、放射性肺炎或肠炎，可用清热解毒、凉补气血的中药内服、漱口、灌肠等方法缓解……而对于无法根治的晚期肿瘤，中医药治疗主要以稳定瘤体、改善症状、延长生存期、提高生存质量为目标。

在康复期，也有越来越多实例表明，西医治疗的同时，采用中药外用加内服、心理疏导、针灸、穴位按压以及五禽戏、太极拳等方法，可改善手足麻木、疼痛、情绪波动等症状。

延长生存期，提高生存质量，中西医理念一致又各有侧重。“西医治疗肿瘤重在直接清除病灶、控制肿瘤进展，中医以整体辨证为核心，侧重调理脏腑、扶正祛邪、改善体质、减轻治疗不良反应。”侯伟认为，二者理念相通、优势互补，全程协同应用于癌前防控、临床治疗与康复调养，共同达成降低癌变风险、提升疗效、改善生存质量、延长患者生存期的目标。

“积极开展癌前病变人群的中西医结合综合干预”“构建中西医结合癌症防治网络”“扩大癌症中西医临床协作试点”……《健康中国行动一癌防治专项行动实施方案（2023—2030年）》作出系列部署，中西医结合防治肿瘤正在形成更大共识。

中国中医科学院西苑医院肿瘤科主任医师王建彬介绍，中医治疗肿瘤的核心是平衡阴阳、扶正祛邪，这种及时的“后勤保障”作用能让身体更快恢复战斗力，但将中医当作“救命稻草”、认为中医可替代西医的观点并不可取，盲目使用含有毒性中药的偏方还可能适得其反。

针对部分误区，王建彬提示，若在靶向治疗的同时口服中药，应避免使用可能影响靶向药代谢或增加毒性的中药，中药与靶向药间隔2小时至3小时服用，定期监测肝肾功能。在辩证论治指导下合理配伍用药，不会增加肝肾负担，而滥用、乱用中药或用药不当，则可能加重肝肾负担。

有的癌症患者不敢吃鸡肉、海鲜、牛羊肉等“发物”，甚至只吃素。对此，王建彬介绍，“发物”主要针对过敏体质或特定疾病发作期而言，鱼虾、牛肉等食物对大多数人而言是优质蛋白来源。充足的蛋白质摄入有助于维持体力、耐受治疗，癌症患者应遵医嘱科学进食。

新华社北京4月19日电

历时14年我国为海外中国青铜器“建档”

新华社上海4月19日电（记者 孙丽萍 董芳）历时14年，北京大学博雅讲席教授朱凤瀚领衔编纂的《海外藏中国青铜器集录》（全60册）19日由上海古籍出版社首发出版。

《海外藏中国青铜器集录》为海外中国青铜器全面“建档”“归册”，是首次系统调查和梳理海外藏中国青铜文物的重要学术成果，将为开展溯源及流转历史研究提供支撑，助力流失海外中国文物回归。

此前，中外学者在相关著录中收录的海外藏中国青铜器数量大约为3000件，而《海外藏中国青铜器集录》将这一数据扩展了数倍。朱凤瀚介绍，此前人们对海外藏中国青铜器的关注主要集中在以容器为主的礼乐器方面，但该书收录了近300种不同类型的青铜器，包括兵器、车马器、工具、杂器等。

《海外藏中国青铜器集录》编撰团队表示，从调查情况看，海外藏中国青铜器明确记载为合法贸易、政府外交、正规出口或者合法卖出的比例较低，多数属于非考古发掘出土后通过各种方式流失至海外。学界认为，《海外藏中国青铜器集录》在一定程度上弥补了空白，有益于我国未来展开相关溯源及流转历史研究和追索谈判。

《海外藏中国青铜器集录》的编撰始于2012年，北京大学受国家文物局委托，希望摸清中国流失青铜器的家底。编撰团队在随后14年中寻访全球10多个国家，调查涉及260多家机构。团队成员克服资料分散且不体系、收藏机构名单不全、大量器物缺少流转信息等重重困难，实现了在这一领域的重大学术突破。

数码和智能产品消费以旧换新热点

新华社北京4月19日电（记者 谢希瑶）记者19日从商务部获悉，根据商务部全国家电以旧换新、数码和智能产品购新信息系统数据，截至4月16日，数码和智能产品购新4243.3万件，同比增长31.7%；销售额1261.53亿元，同比增长36.4%。其中，手机销售占比超八成，呈现“中高端扩容、消费结构优化”态势。

今年以来，手机等数码产品购新补贴提质扩容为数码和智能产品购新补贴，首次将智能眼镜纳入补贴范围，带动通信器材类商品零售额保持较快增长。截至4月中旬，16个智能眼镜国产品牌参与购新补贴政策，带动重点企业销售量、销售额同比分别增长42.4%、46.8%。

据了解，在家电以旧换新、数码和智能产品购新补贴政策带动下，1月至3月，限额以上单位通信器材类商品零售额2840亿元，同比增长20.8%，高于同期社会消费品零售总额增速18.4个百分点，在16类商品中位居第一。

百余台机器人同跑半马 “闪电”超越人类纪录



新华社北京4月19日（记者 吉宁 李春宇 张骏）19日，2026北京亦庄半程马拉松暨人形机器人半程马拉松落幕。深圳荣耀智慧科技开发有限公司齐天大圣队的“闪电”机器人以50分26秒的净时成绩夺得冠军，这一成绩超越乌干达名将基普利莫在今年3月里斯本半程马拉松赛中创造的57分20秒的人类男子半程马拉松世界纪录，雷霆闪电队、星火燎原队分获亚军和季军。

早上7时30分，随着发令枪响，人形机器人与人类跑者同时从起点出发。赛道中间设置隔离带进行安全分隔，双方共同完成21.0975公里的半程马拉松赛程。

赛场上，参赛队各显其能：有的机器人势如闪电、速度惊人，有的机器人跑姿流畅、高度拟人，展现出不同的技术特点。

根据规则，人形机器人采用流水线式依次单发起跑，每两台间隔30秒，并在专用赛道内完成比赛。赛事设置自主导航和遥控两种参赛方式，两个组别加权系数分别为净时成绩的1.0与1.2，本次夺冠的“闪电”机器人采用的是自主导航模式。

“1.2系数的设定，旨在引导、鼓励自主导航技术研发，为人形机器人在日常生活中更多实际应用场景的落地打下基础。”中国电子学会副秘书长梁毅说，本次赛事立足“技术验证”，相当于为人形机器人走向真实世界设置了一场“高考”。

与去年首届赛事相比，本届赛事实现跨越式突破。去年首届人形机器人半程马拉松中，天

4月19日，天晓队自主人形机器人选手天工1.0Ultra（左）在比赛中。

4月19日，2026北京亦庄半程马拉松暨人形机器人半程马拉松在北京亦庄举行。

新华社记者 张晨霖 摄

工人的人形机器人“选手”以2小时40分42秒夺冠，完赛队伍仅有6支；而今年参赛队伍由20支增至百余支，赛事规模扩大至去年的5倍。技术类型涵盖自主导航与遥控两大类，其中自主导航占比近四成。

从比赛表现看，机器人整体完赛成绩大幅提升，续航稳定性、姿态流畅度、算法稳定性均有显著进步。本届赛事吸引了北京人形机器人创新中心、荣耀、宇树、松动物力等头部企业，以及北京大学、北京航空航天大学、中国科学技术大学等高校和科研院所参赛，并新增5支国际赛队。

除名次奖项外，大赛还为机器人选手设置了完赛奖、最佳续航奖、最佳姿态控制奖和最佳设计奖。