

# 完整准确全面贯彻新发展理念

何立胜

## 文匯時評

习近平总书记在全国人大五次会议内蒙古代表团审议时强调，贯彻新发展理念是新时代我国发展壮大的必由之路。只要完整、准确、全面贯彻新发展理念，加快构建新发展格局，推动高质量发展，加快实现科技自立自强，我们就一定能够不断提高我国发展的竞争力和持续力，在日趋激烈的国际竞争中把握主动、赢得未来。

## 深刻的历史自信，深刻的发展自觉

理念是行动的先导，发展理念引领

发展实践，发展成效验证发展理念。改革开放以来的“发展是硬道理”，到“发展是党执政兴国的第一要务”；从“以人为本”的科学发展观，到“创新、协调、绿色、开放、共享”的新发展理念，既表明我们党的经济社会的发展理念与时俱进，又集中反映了我们党对经济社会发展规律认识的深化。新发展理念是在深刻总结国内外发展经验教训的基础上形成的，是在深刻分析国内外发展大势的基础上形成的，也是针对我国发展中的突出矛盾和问题提出来的。新发展理念回答了关于发展的目的、动力、方式、路径等理论和实践问题，阐明了新时代我们党发展的政治立场、价值导向、发展模式、发展道路等政治问题。新发展理念是习近平经济思想的核心要义，是对马克思主义发展理论的重大创新。

发展是硬道理。党的十九届六中全会决议强调：“必须实现创新成为第一动力、协调成为内生特点、绿色成为普遍形态、开放成为必由之路、共享成为根本目的的高质量发展，推动经济发展质量变革、效率变革、动力变革。”新发展理念是一个相互贯通、相互促进、有内在联系的理论整体。其中，创新是第一动力，要在创新发展中提升自主创新能力，加快关键核心技术攻关，解决关键技术“卡脖子”问题。协调发展是内在要求，要在协调发展解决地区差距、城乡差距、收入差距等不平衡问题。绿色发展是普遍形态，要在绿色发展着力推进人与自然和谐共生，建设美

丽中国。开放是系统发展要求，是繁荣发展的必由之路，要在开放发展中着力推动规则、规制、管理、标准等制度型开放，促进新发展格局的形成；共享是根本目的，要在共享发展中践行以人民为中心的发展思想，扎实推进共同富裕。在新发展理念指引下，我国经济社会发展取得历史性成就、发生历史性变革。贯彻新发展理念这是深刻的历史自信，也是深刻的发展自觉。

## 新发展理念和高质量发展内在统一

新时代新阶段的发展必须贯彻新发展理念，必须是高质量发展。新发展理念和高质量发展是内在统一的，

高质量发展就是体现新发展理念的发展。当前，国际形势继续发生深刻复杂变化，百年变局和世纪疫情相互交织，经济全球化遭遇逆流，大国博弈日趋激烈，世界进入新的动荡变革期，国内改革发展稳定任务艰巨繁重。我国经济发展面临需求收缩、供给冲击、预期转弱三重压力。坚定不移做好自己的事情，完整、准确、全面贯彻新发展理念，加快构建新发展格局，要以高质量发展为主题，以深化供给侧结构性改革为主线，推动质量变革、效率变革、动力变革，使中国经济迈上更高质量、更有效率、更加公平、更可持续、更为安全的发展之路。一是提高供给体系质量，以质量提升“对冲”经济增长速度下降；

二是通过深化生产要素市场改革，关注人力资本、技术、知识、数据等新型生产要素，以效率变革“对冲”成本上升；三是通过动力变革，提高全要素生产率，在增强创新能力、创新策源上下功夫。

新发展理念是指挥棒、红绿灯，是我国进入新发展阶段、构建新发展格局的战略指引。“十四五”规划和2035年远景目标纲要把“坚持新发展理念”作为“十四五”时期经济社会发展必须遵循的一条原则。跨上新征程，完整、准确、全面贯彻新发展理念，中国经济一定能不断创造高质量发展的新奇迹。

(作者为中国浦东干部学院教务部主任、教授)

## 全市“艺起前行”线上文化活动全面展开，110个文艺项目丰富网络空间

# 不能进剧场的日子 你可以在网上为优质演出喝彩

本报记者 王筱雨 姜方 董薇菁

在上海市宣传统战部指导下，全市“艺起前行”线上文化活动已全面展开——上海各文化文艺单位集结了110项线上优质文艺内容，让观众在不能进剧场的日子里，也可以在网为优质演出喝彩。

上海话剧艺术中心推出“云上剧院”，一口气拿出九部“压箱戏”和新创佳作。上海昆剧团带来“云上观雅韵”经典昆剧赏析系列，让“昆虫们”在云端相聚。上海交响乐团将沉淀了30多年的室内乐品牌搬到线上，推出“周末线上音乐会”……

据悉，已经定档推出的这110项活动中，包括市属国有文艺院团“云演出”82项，演艺大世界在线活动4项，文博云展览11项，文艺协会和新文艺群体活动13项。

## 好戏连台，宗师名家线上亮相

为了让戏迷在家也能过足戏瘾，上海各戏曲院团纷纷拿出了看家好戏。上海昆剧团安排了“云上观雅韵”经典昆剧赏析系列。打头阵的是由上海昆剧团团长谷好好主演的昆剧《雷峰塔·水斗》，这是上昆首部“像音像工程剧目”。作为昆剧经典折子戏，《雷峰塔·水斗》既有大段文戏，也有吃重的武戏，十分考验演员的功力。接下来，上昆还将陆续推出《长生殿·定情》《虎囊弹·山门》《南柯记·瑶台》《惊鸿记·太白醉写》等精彩片段。

经典剧目《蓝桥会》深受不少戏迷的喜爱，其中生旦的水袖、台步、折扇及水漫时的跌扑身段吸收了昆剧的舞蹈动作，使之成为载歌载舞的精悍短剧，也是上海淮剧团培养生旦学员的开蒙戏。1954年，上海电影制片厂将其拍摄成首部准戏曲片，由谢晋导演，由筱文艳扮演贾玉珍，杨占魁扮演韦二郎。疫情期间，上海淮剧团特别推出准音雅“云”——追溯大师戏曲年华光影，陆续呈献一代宗师筱文艳的代表剧目。这之中，既有《蓝桥会》，也有《水漫泗洲》《女审》《三女抢板》《牙痕记》等经典剧目及选段。

此外，上海评弹团开启“网络乡音书苑”，推送各类评弹专场的演出录像：上海沪剧团的经典剧目展演将于今日起上线官方公众号；上海京剧院也将于明天起陆续推出《白蛇传》《战宛城》《龙凤呈祥》等佳



▲从今天起，上海交响乐团视频号每周五晚推出“周末线上音乐会”。  
▲上海评弹团将陆续上线去年举行的“上海评弹团成立70周年专场演出”。

作；上海越剧院的重磅演出《越剧刺溪，成就未来——致敬越剧改革80周年暨纪念袁雪芬诞辰100周年演唱会》，则将于3月27日在抖音上与越剧迷见面。

## 优质音频上云，宅家就能听古典乐

打开“一碗馄饨”微信小程序，耳机里传来上海交响乐团的莫扎特《魔笛》二重奏，优美的乐声让人如沐春风。这是该乐团日前上线的“莫扎特的音乐专辑”中的20段精选作品之一。从今天起，上海交响乐团视频号还将把沉淀了30多年的室内乐品牌搬到线上，在之后的每周五晚推出“周末线上音乐会”。首场播出的音乐会主题为“勃拉姆斯的单簧管五重奏”，内容录制于今年2月25日的捷豹上海交响音乐厅演艺厅。而在上海交响乐团官网的“数字音乐厅”中，也有大量免费的在线音频资源可供乐迷聆听。

“或许有不少人是第一次‘解锁’在线聆

听古典乐，越是面对‘一张白纸’，就越要派出优秀的乐手，为大家带来高品质的音乐。”上海交响乐团团长周平告诉记者，早在2020年疫情刚暴发时，该乐团就推出了多个把现场演出搬到线上的品牌，当时在乐迷群体中收获了不俗口碑。眼下又有不少人宅在家中，乐团重拾“周末线上音乐会”，希望用美好的音乐带给人们心灵的抚慰。据周平透露，后续将根据疫情防控具体情况，在保证安全的前提下，该乐团的“音乐轻骑兵们”有可能会进行现场演出，通过“周末线上音乐会”直播更新鲜的内容。

## 话剧“压箱戏”进直播间，看到即是幸运

上海话剧艺术中心的官方微博号已经“热闹”了好几天。《万尼亚舅舅》《太太学堂》《商鞅》……自3月12日开始，这里每晚19:30直播一部戏剧高清录像，受到了热捧，首日直播间观众就突破了40万。剧粉们纷纷“爆

灯”，送出“礼物”，留下一段段温暖的话语：“越是这样的时刻，越是需要戏剧”“幸福啊，在家看了那么好的话剧”……

“云上剧院”推出的九部作品，都是上话“压箱戏”和新创佳作。以话剧《万尼亚舅舅》为例，它源自2018年在上海大剧院的演出。该版本由俄罗斯顶尖导演阿道夫·沙皮罗执导，资深戏剧翻译家沙金担当剧本翻译，上话实力派演员吕凉、丁美婷、周野芒主演，19世纪原汁原味的俄罗斯农村庄园被真实地还原在舞台上，被称为最具原著气质的契诃夫改编作品之一。此版《万尼亚舅舅》每一轮演出几乎都一票难求，正如观众留言：“看到即是幸运。”

记者了解到，2020年，上话作品《热干面之味》就曾试水“云端剧场”，以线上直播的方式率先与观众见面，此后再进行剧场版演出。此次为向观众继续提供高质量的舞台现场，上话特地加快了高清线上录像的版权与片源的部署脚步。目前公布的片单只是第一波，后续上话还将视演出开放情况推出线上剧目以飨观众。

## 疫情再次扰乱正常生活，不安焦虑浮上心头？瑞金医院心理专家支招

# 提升“心理韧性”，从容应对疫情

本报记者 唐闻佳

近日，全国多地出现新冠疫情。不定期的核酸检测、不少居民小区被封、熟悉的人被隔离、同事因疫情无法到岗、“神兽”再次开始“网课”……市民逐渐回归正常的生活秩序再次被打乱，不安、恐慌情绪又悄然袭来。

再次面对疫情侵袭，普通市民在做好个人防护的同时，如何筑牢自己的心理防线？上海交通大学医学院附属瑞金医院临床心理科主任林国珍、副主任金海燕在为大家支招时特别提到：从容应对疫情，需要提升“心理韧性”。

## 与其无谓焦虑，不如接纳现实应对变化

当前，多家医院门诊服务进行调整，我们该如何应对医疗服务的变化呢？

“首先，要随时关注医院的相关公告与要求，了解医疗变化信息，及时调整就医计划，使用互联网医疗、线上门诊等形式代替来院就医，减少无法及时就医带来的紧张和不安。”林国珍分析，现实不可改变，与其无谓焦虑，不如接纳现实，积极应对变化。在此期间，家属要适时安抚患者，防止紧张、焦虑情绪加重病情，要知道心理防护和身体防护同样重要。

## 重建生活秩序，找回生活“掌控感”

疫情反复，难免给人们的生活带来影响，让人感觉沮丧、无奈。如何在不确定中进行身心调适？金海燕称，最好的应对方式是找回生活的掌控感，重建生活秩序。

“不妨暂时放慢生活节奏，享受和亲人相处的时光。保持规律的作息，每日适当运动。保持情绪和身体的活力，有利于缓解疫

情变化给心理带来的不确定性与紧张感。”金海燕进一步解释，如果始终感觉忧心忡忡，身体也常常处于紧绷状态，这个阶段，最好每天抽出一段时间做一做渐进式的肌肉放松、冥想、深呼吸等放松练习，还可以通过舒缓的音乐来排解焦虑、恐慌等不良情绪，一首动听的歌曲，一段优美的音乐都能让人释放情绪、回归平静。

## 改变关注焦点，用“多”出来的时光做快乐的事

随着疫情信息的公布，每日的新增病例数固然牵动人心，但是，过度关注反而增加担忧及焦虑。“要从忧虑的漩涡中抽身而出，就要改变关注的焦点，关注日常生活内容。”金海燕建议，居家的市民每日可安排一些令人愉快、自己喜欢的事，比如制作手工艺品、弹奏乐器、绘

画、种植花草等，也可以做一些家务、重新布置房间摆设等。

在心理专家看来，这段“多”出来的时光，还可以用来找家人或朋友聊天，交谈不但可以转移注意力，也可以倾诉压力感，获得心理支持。

“请记住，忧虑和愉快自在是两种互不相容的感受，此消彼长。不管做什么，只要是让你感觉快乐的事，都可以帮助你远离疫情变化带来的忧虑和恐惧。”林国珍说。

当前，无论何时何地，疫情防控不放松。市民要时刻牢记防疫“三件套”、防护“五还要”。“经历了两年多的疫情，相信大部分人都已适应常态化防控下的生活，暂时的疫情变化并不能改变我们必将战胜疫情的决心。所以，要乐观面对疫情状况，重拾信心，放下担忧或焦虑，相信和过往一样，这次疫情也终将会过去，届时不仅提高了我们身体免疫力，也提高了我们心理的免疫力。”林国珍说。

本报记者 王星

前两天，上海推进重点区域核酸筛查，不少“大白”走进居民社区。有学生在小区排队做核酸时惊讶地发现，在庞大的志愿者队伍中，竟然有自己的老师！

上午在家中当网课“主播”，下午就穿上防护服来到居民区，协助做好核酸采样，夜深了回家再继续检查批阅学生的作业……在上海教育系统，最近有不少教师主动请缨，从“主播”少变“大白”，义无反顾奔赴疫情防控第一线。

“现在需要帮助吗？我们马上来支援！”前天，收到这条消息不过十分钟，金山区金卫小学体育教师张夏婷和金山初级中学体育教师戚可这对教师伉俪，便迅速来到封控的小区门口，加入志愿者队伍，耐心劝阻需要外出的居民。

原来，在得知小区即将进入封控、社区需要召集志愿者的第一时间，他们便主动向居委会请缨。昨天早上6点，两人又准时出现在小区的隔离楼栋门口，协助医护人员采样。中午12点，变身“大白”的这对夫妇，开始骑着人力三轮车，一家家地为居民送生活物资；下午2点，刚扒了一口午饭，他们又转战小区核酸采样现场，帮忙维持秩序；晚上到家，两人则匆匆地坐到电脑前，批阅白天没来得及看的学生视频练习。

在复兴中路一处核酸检测采样点，有一个穿着防护服的忙碌身影，耐心地询问老人是否带好了身份证、仔细地帮助他们核对信息……她就是上海师范大学附属黄浦梅溪小学的老师——吴佳。

接到志愿者任务后，吴佳丝毫没有犹豫。吴佳的服务点很特别，是一条老弱病残的专用通道。虽然通道不长，但路过此地的十之八九都是老年老人。吴佳很快发现，有的老人没有手机或有智能手机，不能自己独立完成信息填报、生成“登记码”，这也使得核酸采样的队伍移动缓慢。于是，她主动联系身边的志愿者，大家一起帮助老人完成信息登记，同时缩短更多居民在采样时的等待时间。

在宝山区共富实验学校，这两天也有多位教师申请加入志愿者队伍。学校党总支书记戴玉明考虑到老师们线上教学任务重，主动“披挂上阵”，并嘱咐教师“认真组织好线上教学，也是为战‘疫’作贡献”。

在浦东新区，短短几小时内，就有数百名教育系统的工作人员响应区教育局发出的青年志愿者招募令，22名青年党员教师被派往区疾控中心和相关医院上岗、支援战“疫”。其中，有5人参与电话流调工作、4人参与信息筛查工作、13人参与核酸结果录入工作。

“当第一次当上‘大白’的兴奋逐渐消退，支撑更多志愿者持续坚守的，想必是那份无私付出的信念，以及相信疫情终将被战胜的决心。”在核酸检测点坚守了6小时后，脱下防护服的兴业中学教师许健说，短暂却又漫长的抗疫志愿者经历，让大家更加敬佩每一位在这场疫情攻坚战中默默付出的普通人。



教师志愿者在社区开展服务，协助做好信息登记。

# 从「主播」秒变「大白」，奔赴抗疫一线

上海各区教师主动请缨加入疫情防控志愿者队伍，助力重点区域核酸筛查