

# 扎实推进“一国两制”实践和祖国统一大业

——学习贯彻习近平主席十四届全国人大一次会议重要讲话

人民日报评论员

民族复兴、国家统一是大势所趋、大义所在、民心所向。在十四届全国人大一次会议上，习近平主席从强国建设、民族复兴的战略全局出发，对扎实推进“一国两制”实践和祖国统一大业提出明确要求，指出“推进强国建设，离不开香港、澳门长期繁荣稳定”，强调“坚决反对外部势力干涉和‘台独’分裂活动，坚定不移推进祖国统一进程”。

“一国两制”是中国特色社会主义的伟大创举，解决台湾问题、实现祖国完全统一是党矢志不渝的历史任务。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央全面准确推进“一国两制”实践，坚持“一国两制”、“港人治港”、“澳人治澳”、高度自治的方针，推动香港进入由乱到治走向由治及兴的新阶段，香港、澳门保持长期稳定发展良好态势；提出新时代解决台湾问题的总体方略，促进两岸交流合作，牢牢把握两岸关系主导权和主动权。特别是面对香港局势动荡变化，依照宪法和基本法有效实施对特别行政区的全面管治权，制定实施香港特别行政区维护国家安全法，落实“爱国者治

港”原则，香港局势实现由乱到治的重大转折，深入推进粤港澳大湾区建设，支持香港、澳门发展经济、改善民生、保持稳定。面对“台独”势力分裂活动和外部势力打“台湾牌”的严重挑衅，坚决开展反分裂、反干涉重大斗争，进一步掌握了实现祖国完全统一的战略主动，进一步巩固了国际社会坚持一个中国的格局。

党的二十大擘画了全面建设社会主义现代化国家、以中国式现代化全面推进中华民族伟大复兴的宏伟蓝图，明确了新时代新征程党和国家事业发展的目标任务，围绕坚持和完善“一国两制”、推进祖国统一作出战略部署。要深刻认识到，“一国两制”是经过实践反复检验了的，符合国家、民族根本利益，符合香港、澳门根本利益，是香港、澳门回归后保持长期繁荣稳定的最佳制度安排，必须长期坚持。实现祖国完全统一是全体中华儿女的共同愿望，是民族复兴的题中之义。台湾问题因民族弱乱而产生，必将随着民族复兴而解决。国家强大、民族复兴、两岸统一的历史大势，

任何人任何势力都无法阻挡。习近平主席强调：“要全面准确、坚定不移贯彻‘一国两制’、‘港人治港’、‘澳人治澳’、高度自治的方针，坚持依法治港治澳，支持香港、澳门特别行政区发展经济、改善民生，更好融入国家发展大局。”这为新征程上扎实推进“一国两制”实践，促进香港、澳门长期繁荣稳定指明了前进方向。面向未来，我们要坚持和完善“一国两制”制度体系，落实党中央全面管治权，落实“爱国者治港”、“爱国者治澳”原则，落实特别行政区维护国家安全的法律制度和执行机制，支持香港、澳门发展经济、改善民生、破解经济社会发展中的深层次矛盾和问题，巩固提升香港、澳门在国际金融、贸易、航运航空、创新科技、文化旅游等领域的地位，发展壮大香港爱港力量，确保“一国两制”事业始终朝着正确的方向行稳致远。

祖国必须统一，也必然统一。必须清醒认识到，“和平统一、一国两制”方针是实现两岸统一的最佳方式，对两岸同胞和中华民族最有利。“台独”分裂是祖国统一的最大障碍，祖国强大、民族复兴、两岸统一的历史大势，

是民族复兴的严重隐患。解决台湾问题是中国人自己的事，要由中国人来决定。我们要贯彻新时代党解决台湾问题的总体方略，坚持一个中国原则和“九二共识”，团结广大台湾同胞共同推动两岸关系和平发展、推进祖国和平统一进程，坚定反“独”促统。包括两岸同胞在内的所有中华儿女，要和衷共济、团结向前，坚决反对外部势力干涉和“台独”分裂活动，共同创造祖国完全统一、民族伟大复兴的光荣伟业。

今天，中华民族迎来了从站起来、富起来到强起来的伟大飞跃，中华民族伟大复兴进入了不可逆转的历史进程。全面准确贯彻“一国两制”方针将为香港、澳门创造无限广阔的发展空间，祖国完全统一的时代和形势始终在我们这一边。我们坚信，有中国共产党的坚强领导，有伟大祖国的坚强支撑，有全国各族人民，包括香港特别行政区同胞、澳门特别行政区同胞和台湾同胞的同心协力，香港、澳门长期繁荣稳定一定能够保持，祖国完全统一一定能够实现。

(新华社北京3月18日电)

新华社北京3月21日电 (记者 王优玲)

记者21日从住房和城乡建设部了解到，北京市房山区史家营乡柳林村水等1336个村落被列入第六批中国传统村落名录。至此，全国已有8155个传统村落列入国家级保护名录。

住房和城乡建设部等六部门近日公布第六批列入中国传统村落名录的村落名单。根据《住房和城乡建设部办公厅关于实施中国传统村落挂牌保护工作的通知》

要求，各地要按照“一村一档”建立完善中国传统村落档案，并于2023年9月底前完成挂牌工作。

通知指出，要指导列入名录的传统村落编制保护利用规划或方案，明确保护范围、重点和要求，提出保护利用传承工作方案。

传统村落保护利用规划或方案内容要简洁、易懂、实用，效果要可感知、可量化、可评价。要坚持在保护中发展，在发展中保护，切实加强传统村落保护利用工作，传承和弘扬中华优秀传统文化。

2012年，住房和城乡建设部会同原文化部、国家文物局、财政部等部门启动传统村落调查。经过持续多年的工作，到2020

年，先后有五批6819个具有重要保护价值的村落列入中国传统村落名录，通过传统村落保护工程，保护了53.9万栋历史建筑和传统民居，传承发展了4789项省级以上非物质文化遗产，形成了世界上规模最大、内容和价值最丰富、保护最完整、活态传承的农耕文明遗产保护群。目前，我国传统村落保护力度持续加大，正在开展传统村落集中连片保护利用示范，让中华千年农耕文明彰显新时代的魅力和风采。

## 联合国呼吁采取紧急气候行动

确保人人享有宜居未来

据新华社日内瓦3月20日电 联合国政府间气候变化专门委员会20日发布最新报告说，当前已有多种可行且有效的选择来减少温室气体排放并适应人为造成气候变化，如果现在采取行动，仍然可以确保所有人都有一个宜居的、可持续的未来。

报告认为，政治承诺、协调政策、国际合作、生态系统管理和包容性治理对于有效和公平的气候行动都很重要。

## 俄战机拦截美军两架战略轰炸机

据新华社莫斯科3月20日电 俄罗斯国防部国防控制中心20日发布消息说，一架苏—35战机在波罗的海上空拦截两架美国空军B—52H战略轰炸机。

消息说，当天早些时候，俄防空部队雷达在波罗的海水域上空发现两个空中目标向俄边界方向飞行。经确认，两个目标为美空军的B—52H战略轰炸机。为防止其侵犯俄边界，俄西部军区执勤的防空部队一架苏—35战机随即升空，机组人员占据既定执勤空域。

消息称，在国外军机离开俄边界后，俄战机返回驻地机场。

## 墨西哥一非法烟花厂爆炸

致22人伤亡

据新华社墨西哥城3月20日电 墨西哥中部莫雷洛斯州民防部门20日发布公告说，该州托托拉潘市一处非法烟花厂当天发生爆炸，造成至少7人死亡、15人受伤。

公告称，托托拉潘市一处民宅当晚发生爆炸，造成该民宅及其周边多处民宅受损。相关部门初步判定，事发时这处民宅存在非法制造和储存烟花现象。有关部门已开展搜救工作。

## 环球时报 HUANGTUOSHI



## 助眼用药应科学

新华社记者 陈聪 杨思琪 龚雯

台上。

据复旦大学附属中山医院心理医学科副主任医师叶尘宇介绍，褪黑素是由脑松果体分泌的激素之一，它能够使一种产生黑色素的细胞发亮，因而命名为褪黑素。褪黑素的分泌具有明显的昼夜节律，白天分泌受抑制，晚上活跃，其主要功能是缩短睡眠诱导时间，减少觉醒次数，有较好的调整时差功能。

叶尘宇说，GABA(γ-氨基丁酸)是一种中枢神经系统抑制性神经递质，具有改善脑功能等多种生理功能。但直接口服GABA帮助睡眠的作用，并没有明确的证据支持。

### 单纯用药物助眠不可取

上海市精神卫生中心睡眠障碍诊治中心主任医师苑成梅说，褪黑素对倒时差确实有效果，可以帮助跨时区旅行的人重置生物钟。但她认为，发生睡眠障碍的原因有很多，不良生活习惯、过度使用电子产品、心理压力过大等都会造成失眠。

一些白领尤其新闻工作者、文艺工作者、自由职业者、IT人士以及医护人员，因为工作压力大、加班加点多、突发状况多等原因，出现睡眠困扰的人数有增长趋势。这些重点人群的问题，不能单纯依靠助眠

产品来解决。”苑成梅说。

“国际睡眠障碍疾病分为七类，单纯一种‘神药’无法治愈所有疾病。”哈尔滨医科大学附属第二医院癫痫及睡眠障碍中心负责人朱延梅介绍，睡眠障碍疾病包括失眠、阻塞性睡眠呼吸暂停综合征等睡眠相关呼吸障碍、不安腿综合征等睡眠相关运动障碍、发作性睡病等中枢嗜睡性疾病、睡眠节律失调、异态睡眠等几十种疾病。

苑成梅指出，对很多人来说，失眠不仅是睡眠的问题，只是身体问题的“爆雷点”，需要对患者进行综合治疗。单纯依赖“神药”而不溯源病因，可能与“美梦”背道而驰。

“各类助眠产品并非‘神药’，乱用药品和保健品，不仅耽误治疗时间，而且也有加重病情的风险。”一位受访专家介绍，一名就诊患者一段时间以来睡眠不好，便开始自行服用褪黑素等助眠产品，但服用很久也没效果。经检查发现，她的失眠起因于

甲状腺功能亢进。

“褪黑素不是常规的治疗失眠的药物，在昼夜节律紊乱、需要倒时差，或者在内源性褪黑素不足的情况下，可以服用，但通常不超过13周。”苑成梅提醒，长期使用褪黑素会限制内源性褪黑素的分泌，从而产生依赖性，同时导致其他激素紊乱，增加女性月经问题、多囊卵巢等风险，对肝脏也有损伤，妊娠期以及备孕的女性不应使用。

“如果没有明显的褪黑素缺乏，不建议长期补充外源性的褪黑素。”叶尘宇说，特别是患有慢性基础疾病的人，遇到睡眠问题需要合并用药时，不建议自行补充。在服用褪黑素、GABA等保健品前，最好询问医生后使用，避免增加不必要的风险。

### 拯救睡眠应讲科学

失眠的原因复杂多样。叶尘宇等受访专家指出，居室周围喧闹、室内灯光太强、室温过高或过低、空气污浊潮湿、居住地变化，睡前剧烈运动、大量进食或服用兴奋性物质，以及日夜班工作频繁变动等，都有可能导致睡眠障碍。

“首先我们应该做的是对自己的睡眠状况进行正确评估。”叶尘宇指出，一般睡眠比较好的人，3天睡不好就会觉得如临大敌，“整个人都不好了”。但是作为疾病

## 中国作家协会“作家活动周”在京启动

新华社北京3月21日电 3月21日，中国作家协会“作家活动周”在京启动。全国人大常委会副委员长、中国作协主席铁凝出席“作家活动周”第1期欢迎仪式，并向参加活动的基层作家颁发“入会纪念牌”。

“作家活动周”是中国作协发挥人民团体的优势、密切联系基层作家的创新举措，旨在提高作协组织的凝聚力和感召力，推动各级作协组织团结引领、

联系服务广大作家，激发创作活力，推动文学创作向“高峰”迈进。

该活动计划每年举办4期，每季度1期。第1期以“作家朋友 欢迎回家”为主题，邀请36位来自全国各地的基层作家参加。活动为期3天，将举办“春天一堂课”“走进文学史”“名编面对面”“名家零距离”“文学一家人”等一系列丰富多彩的文学交流。

## 本世纪仅有4次！闰二月为何少见？

新华社天津3月21日电 (记者 周润健)3月22日是癸卯兔年闰二月初一。天文科普专家表示，作为一种历法现象，闰二月比较少见。就21世纪这100年来说，闰二月一共有4次。接下来的几个世纪，闰二月出现的频率逐渐下降，要么有一次或两次，要么一次也没有。

中国天文学会会员、天津市天文学会理事杨婧介绍，我国现行公历和农历两种历法，一个公历年长度是365天或366天，一个农历年的长度是354天或355天，公历年和农历年相差11天左右。“经年累月”下去就会发生农历年的月份与季节不能对应，寒暑颠倒的现象。

为使农历年与公历年能基本对应，农历采取“19年7闰”的方法来调节，也就是在19年中安排7个闰月，置闰的规则根据二十四节气来确定。二十四节气是将地球绕太阳运行的轨道即黄道，以15度为间隔等分24份，又分为12个节气和12个中气，二者相间排列。农历历法规定，每个农历月都有一个中气，如果某个月中不包含中气，就算上一个月的闰月，为置闰。

3月21日农历二月三十，是中气春分，下一个中气谷雨在4月20日农历三月，为置闰。

月初一，这当中的3月22日至4月19日的农历月中只有一个节气清明，没有中气，所以这个农历月就定为闰月。因为它的前面是二月，所以叫闰二月。

为何会出现没有中气的月份？“平均而言，一个农历月为29.5306天，小于两个中气之间的间隔时间，这样累计下来必然会出现一个只有节气没有中气的月份。”杨婧解释说。

二十四节气以角度均分，间隔时间平均应为15.2天，但实际上并非如此。这是因为地球围绕太阳运行的轨道是椭圆形，且距离太阳的远近也不相等。地球运行到近日点时(公历1月4日前后)，速度较快，跨15度的时间短，每个节气14—15天；当地球运行到远日点时(公历7月6日前后)，速度较慢，跨15度需要的时间延长，每个节气是15—16天。

杨婧表示，冬季，节气的间隔时间略短，一个农历月的长度超过两个中气之间的间隔时间，就不大可能发生闰月；夏季，节气的间隔时间延长，一个农历月的长度不足两个中气之间的间隔时间，发生闰月的机会就多些。所以闰月多发生在四月至八月，二月、三月、九月、十月少有发生，一月、十一月和十二月则极为罕见。

## 四川省人社厅原党组成员、副厅长田杰被双开

新华社成都3月20日电 四川省纪委监委20日通报，日前，经四川省委批准，四川省纪委监委对四川省人力资源和社会保障厅原党组成员、副厅长田杰严重违纪违法问题进行了立案审查调查。

经查，田杰丧失理想信念，背弃初心使命，对党不忠诚不老实，对抗组织审查；贪图享乐，接受可能影响公正执行公务的旅游活动安排，违规收受礼金；违背组织原则，不按规定报告个人有关事项，滥用组织人事权力，把干部调动、录用、职务晋升作为谋取私利的工具，严重损害组织工作公信力；为官不廉，违反从事营利活动；弄虚作假，骗取财政资金监管职责，造成不良影响；亲清不分，甘于被“围猎”，

利用职务上的便利，为他人在项目运营、业务推广、资质申报等方面谋取利益并收受财物，数额特别巨大。

田杰严重违反党的纪律和国家法律法规，构成严重职务违法并涉嫌受贿犯罪，且在党的十八大后不收敛不收手，性质恶劣，情节严重，应予严肃处理。依据《中国共产党纪律处分条例》《中华人民共和国监察法》《中华人民共和国公职人员政务处分法》等有关规定，经四川省纪委监委会议研究并报四川省委批准，决定给予田杰开除党籍处分；由四川省监委给予其开除公职处分；收缴其违纪违法所得；将其涉嫌犯罪问题移送检察机关依法审查起诉，所涉财物一并移送。

诊断，需要专业医生的判断。比如慢性失眠是需要一周至少3天以上失眠，并且症状持续时间3个月，导致明显的社会功能损害，才能被作为疾病诊断。

专家提醒，临床上对于失眠的治疗有医学的行业规范指南、成熟的诊疗技术，患者要相信专业医生的诊断方案。

对于轻度睡眠障碍人群，出现短期、偶尔的失眠，可以通过缓解自身心理压力、适当增强有氧运动、有规律地调整作息时间、营造舒适睡眠环境等方式调整。朱延梅建议，这类人群应注意睡前1.5小时避免接受强烈刺激，睡前1小时减少使用电子设备，夜间尽量不要过度喝水、吸烟、饮酒。

对于症状较严重的患者，药物治疗是改善睡眠状况的有效途径。“如果睡眠障碍持续发作，则要到医疗机构及时就诊，遵医嘱进行一定的药物治疗，必要时可以接受住院睡眠监测和系统治疗。”朱延梅说。

哈尔滨市第一专科医院心理卫生中心主任徐佳说：“目前失眠群体容易走两个治疗极端：一种是滥用药物，另一种是惧怕药物。有的人因为大剂量、长时间服用不恰当的睡眠药物，结果不但睡眠问题没有从根本上得到解决，还导致了药物依赖；有的人就医后又担心处方药有副作用而不敢服药，还有的人喜欢用偏方，这都是不可取的。”

徐佳说，帮助睡眠的处方药有几十种。首先需要根据病情具体区分睡眠问题的种类，再根据患者的个体差异情况对症用药，因病施治。另外，具体用量或是服用多久都要遵医嘱。如果确实需要服用镇静类药物才能改善睡眠，也可以在医生指导下短期使用。

(新华社北京3月21日电)

## 寻亲公告

2015年2月，曹县楼庄镇安乐行政村村民杨秀英在安乐村北地拾到一名女婴(现名谢梦雪)。请孩子的生亲父母或其他监护人持有效证件与曹县楼庄镇安乐行政村村民谢海明联系。

联系电话:18508034565

2023年3月22日

## 寻亲公告

菏泽鲁西新区岳程街道曹庄社区居民孙文银于2002年正月初十下午1时左右在官厂村南废弃机井房旁边拾到一名男婴，由棉花布襁褓包裹着，身长约50公分，体重约3.5公斤，嘴唇发紫，头发稀少，出生大约10天左右，身上无胎记，去医院检查确诊有癫痫病，至今未治愈，现在孩子已有21周岁。请弃婴的生亲父母见此公告后，持有效证件到岳程街道曹庄社区官厂村与孙良刚和陈瑞霞联系。

电话:13336203631

2023年3月20日

## 寻物启事

侯具姣于2023年3月15日17时49分在东方红西街环堤公园处遗失一部分重要资料(红色塑料袋包裹)，捡到者请与13583008421联系，有重谢!