

社会论坛

不忘窑洞之问
书写时代答卷

□ 王立彬

春潮涌动处，奋进正当时。在“十五五”开局起步的这个春天，来自各地的全国人大代表、政协委员齐聚北京，以奋蹄疾驰的精气神履职尽责、参政议政，为“十五五”开好局、起好步贡献智慧力量。

历史的回响，穿越时空。两个多月前的新年贺词中，习近平总书记深情嘱托“继续回答好延安‘窑洞之问’，书写无愧于人民的时代答卷”。

却顾所来径，苍苍横翠微。从延安窑洞里的对话到人民大会堂里共商国是，我们党、我们国家、我们人民，历经风雨洗礼、一路攻坚克难，任凭风吹浪打，始终傲然屹立世界东方。何以能成功跳出治乱兴衰的历史周期率？

问民心向背，知执政根基。“十五五”时期是基本实现社会主义现代化夯基础、全面发力的关键时期。政府工作报告、“十五五”规划纲要草案以及各项议案报告的起草、征求意见

的过程，就是听民声、汇民智、聚民力的过程。每年全国两会，从人大代表认真审议到政协委员积极建言，每个环节都始终把人民利益摆在首位，每个环节都将人民所思所想融入国家发展的顶层设计和决策部署。

中国式现代化，民生为大。从地方两会“民生清单”到全国两会网上热词，清晰勾勒出2026年全国两会民生关切：就业保障、“一老一小”服务、教育医疗提质、城市更新与住房改善、基层治理优化等，这既是必答题，又是优先项。唯有始终把人民放在心中最高位置，让人民成为发展的参与者、监督者、受益者，民主才有生命力，发展才有动力，执政才有坚实根基。

窑洞之问，历久弥新；时代答卷，笔墨正浓。以“窑洞对”为镜，以两会共识为笔，我们在广袤的神州大地上，继续书写无愧于人民、无愧于时代的壮丽答卷。来源：新华网

今日时评

用魔法打败魔法，不如用真心换真心

□ 赵志疆

“家有适婚儿女的父母一定要小心！别被‘热心媒人’坑了你的孩子！”近日，一位名叫“老赵讲道理”的专家突然走红。这位专家并非真人，而是重庆一位网友用AI打造的虚拟形象，专门制作劝导父母学会放手、切勿催婚的文章和视频，反向分享给父母“老赵讲道理”借着“专家权威”的身份，传递“家长不要催婚”“不要用钱压人，要与孩子好好沟通”等年轻人心声，并因此意外走红，甚至引发了一场全网参与的“人设共创”。

有人将这种现象定义为“魔法对轰”：用父母信得过的方式说服父母。其实，这更多的只是一种各说各话：真正打动人的从来都不只是说话方式，更重要的是内容。“老赵讲道理”虽然说出了子女的心里话，但家长们“服”吗？如果知道这只是年轻人虚构出来的“代言人”，家长们是否能听得进去，恐怕都是一个未知数。

实际上，“老赵讲道理”与年轻人眼中总是唠叨的父母并没有什么本质区别：都是站在各自角度讲道理，全然不顾对方是否能理解和接受。也许，在某些年轻人看来，“老

赵讲道理”讲的都是无可非议的内容。但是，舐犊情深的家长何尝不是如此考虑——如果不是觉得言之成理，他们何必苦口婆心？

“老赵讲道理”的走红，毫无疑问是因为不少年轻人觉得找到了“代言人”。面对家长的唠叨，他们无法接受又无力反驳，满腹委屈无处释放，于是借“老赵讲道理”浇胸中之块垒。这样的做法，除了释放情绪压力之外，并没有太多实际意义。家长的“唠叨”，更多是出于关心，但当子女祭起虚拟人物抵挡时，抗拒对话的姿态已显露无遗。与其陶醉于“老赵讲道理”的侃侃而谈，不如反思一个问题：面对亲密的家人，我们为什么吝于表达自己真实的情感，而要求助一个虚拟的“代言人”？

从沟通效率来看，无论多么权威的专家，都远远不如自家子女——真实的情感、真挚的交流，就是父母与子女之间最好的润滑剂。审视此次事件，真正值得反思的是，我们能否多一些信心和耐心，重新找回与父母面对面沟通的乐趣。来源：河南日报

画中话



近日，个别地方曝出的“公考围岗”现象引发关注。一份案件判决书显示，考生李某与一公考培训机构教师周某串通，利用非法获取的5000余条公民信息，于2024年至2025年两年间累计虚假报名700余次，试图通过虚增报名人数吓退竞争对手。

公考是选拔国家公职人员的重要途径，任何试图破坏其公平性的行为，都是在伤害社会信任。唯有保持高度负责的态度，严谨细致的作风，才能让真正的人才在清朗的环境中脱颖而出。吴索颜 作

愤怒，如刀剑刺身，是对不如意的自残。动怒一次，就如同用刀剑割伤自己身体一回。世间几乎没有比愤怒更伤人至深的情绪了，它像病毒一般，传染于无形、无知和无意识中。

愤怒者有很多愤怒的理由，如孩子不听话、工作不顺心、生活不幸福等。但愤怒者却忘记了那本不是别人的错，是因为自己的判断出了问题。

《大学》说：“身有所忿懣，则不得其正。”忿懣，是因愤怒而恨的样子。每个人都是愤怒在先，恨意随后，所以叫愤恨。愤怒，不单是自己伤自己，同时被对方所伤。你在愤恨对方，对方也在愤恨你。

只要愤恨就会失去基本的判断，愤恨时做出的决策几乎都是错的。麻烦的是愤恨者还觉得无比正确，因为身在黑夜之中眼睛看到的就是黑夜，那颗愤恨的心本身就是错的，如何能正确、正常、正规呢？

那么如何制怒、止怒与知怒，回归理性呢？

愤怒者要做的第一件事就是不去判断，不去思考，这叫止损。只要判断，只要思考，必定会殃及正确和美好。第二件要做的事是隔离，不要让愤怒如病毒般传染散播开来。第三件事是把自己放大，不要停留在自我世界中。这叫廓然大公，就是人要有格局。格局就是大局、全局。人只要一自私，一阴暗，一狭隘，就是要怒了。第四件事是让自己说话的速度慢下来，只要慢下来，怒气就会减少，思维便会加快。第五件事是应对怒。所谓应对，就是我们明白了怒的伤害、原理和对策，就该可怜愤怒者，帮助他平息怒气。

如此，我们才能宽怀、祥和、温柔地面对这个世界。

来源：今晚报

谈愤怒

□ 张建业

“加好友”先要交朋友

□ 张景林

前不久，某地市民在当地论坛上留言，网格员提出要添加其为微信好友，如果没有完成添加，则会通过多次上门、打电话的方式进行联系，这对其日常生活造成影响。

对此，有关方面回应：“网格员主动添加居民微信，目的是建立‘点对点’联系机制，力争提升信息传递的精准度和针对性，同时确保居民在遇到矛盾纠纷或其他诉求时，可第一时间向网格员反映。”解释清楚了，相信也能获得群众的理解，但事情本身仍引人深思。

网格员主动添加好友，本是联系服务群众之举，为何有人不理解？

一般情况下，一个人不会和陌生人主动加好友。互加好友，往往建立在彼此了解、有交友意愿的基础上。相互不了解、不熟悉的情况下，干部因工作需要联系群众，应该提前做好宣传，向群众讲清楚为什么要“加好友”。

基层干部直接面对群众，及时了解群众所需是职责所

在。习近平同志在福建厦门工作时指出，“当干部就三招，认路、认邻、认特点”。其中，“认邻”就是和群众像邻居一样，培养感情，交朋友。加群众好友，应成为与群众诚心诚意交朋友的起点。通过“指尖”交流、线下办事等培养感情，和群众成为交心朋友，才能及时全面了解基层实情、群众所需。

要想交到真心朋友，就要带着真情。常与群众坐在同一条板凳上，讲话与群众在同一个“频道”上，想问题与群众站在同一个角度上，把群众的急难愁盼问题找准，拿出马上就办、真抓实干的作风把民生实事办实办好，才能不断增进与群众的感情。

时代在变化，密切党群、干群关系的方法也要不断“升级”。用好社交平台，讲求工作方法，在真心、真情、真干上下功夫，把每一次“加好友”都变成架桥梁、察民情、听民声、解民忧、连民心的过程，就能真正走进群众心里。来源：人民日报