

家国同心 共启新程

——全国各地共庆新中国 77 周年华诞

金秋十月，九州同庆，山河为歌。
2026 年，时间的坐标格外鲜明厚重：今年是中国共产党成立 105 周年、红军长征胜利 90 周年，是“十五五”开局之年。

今天，新中国迎来 77 周年华诞。
“此时此刻，我们为新中国取得的举世瞩目成就无比自豪，对中国式现代化的光明前景充满信心。”9 月 30 日，习近平总书记在庆祝中华人民共和国成立 77 周年招待会上指出。

豪迈的宣示，有着生动而深刻的注脚：77 年来，我们党团结带领人民不懈奋斗，创造了经济快速发展和社会长期稳定两大奇迹，实现了全面建成小康社会的第一个百年奋斗目标，正朝着全面建成社会主义现代化强国的第二个百年奋斗目标奋勇前进。

77 载风雨兼程，77 载山河巨变。从红旗漫卷的天安门到长征沿线的红色热土，从壮丽山川的如画风光到生产一线的火热实践，亿万中华儿女共同为祖国祝福、为祖国自豪，一起为梦想奋斗、为幸福打拼，齐心协力走好新的长征路，开创更加光明的未来。

同升一面旗，为祖国献上深情礼赞

国旗升起的方向，是亿万人民心之所向。

“向——国旗——敬礼！”10 月 1 日 6 时 10 分，伴随着《义勇军进行曲》响彻天安门广场，五星红旗与太阳一同升起。人们仰首肃立，把这一刻记进心里。

从新疆来北京上学的依木热尼，从小便梦想在天安门广场看一次升旗仪式。“现场更震撼，也更触动人心。”今年读大一的他，希望自己能学有所成，将来为祖国的繁荣富强献一份力。

来自江西萍乡的乡村教师罗碧荣激动之情溢于言表。她说，这是自己第一次来北京，要把在北京的所见所闻化作讲台上鲜活的素材，“希望我的学生也能来北京看升旗”。

早上 8 时 30 分，在海拔 3650 米的西藏拉萨，阳光洒满布达拉宫。广场上，前来观看升旗仪式的群众安静伫立。9 时，升旗仪式开始，国旗护卫队迈着铿锵的步伐走向国旗台。来自江苏南京的高女士抬头望着国旗：“很幸运，能把在布达拉宫脚下看升旗安排进旅程。国旗到顶端的那一刻，觉得祖国的山河真辽阔。”

一面红旗，连接起昨天与今天。
90 年前，中国共产党领导中国工农红军胜利完成震撼世界、彪炳史册的长征；今天，一座座红色地标前，人们用驻足与聆听完成一场跨越时空的致敬。



这是 10 月 1 日在北京天安门广场拍摄的“祝福祖国”巨型花篮。 新华社记者 殷刚 摄

在革命圣地延安，处处飘扬着五星红旗。来自西安的商博今年 45 岁，他和家人一大早就来到延安革命纪念馆。“特意带着家人来延安寻访红色足迹，就是要感悟革命先辈的精神力量，砥砺初心、奋斗不止。”

上午 10 时，天津市红桥区平津战役纪念馆内，来自河北工业大学附属红桥小学的六年级学生赵艾喧，正向往来游客讲述革命先烈舍生报国的故事。“听爷爷讲革命故事长大，现在自己也变成讲故事的人，我自己更深刻地理解了长征精神的时代内涵，今后我也想沿着革命前辈的足迹为祖国作出自己的贡献。”赵艾喧说。

一抹中国红，是献给祖国最深情的告白。

浙江省嘉兴市南湖区换上靓丽的“红装”，南湖景区、子城遗址公园、月河历史街区等核心点位增设了国旗以及国庆文创装置，游客周俊芳身穿红色套装前来拍照打卡，“站在这里看街道红红火火，祝愿祖国永远繁荣昌盛”。

重庆两江四岸，上千面五星红旗配合花卉景观铺展开来，覆盖主干道、重点商圈和跨江大桥，5000 架无人机腾空而起，以天为幕摆出“举国同庆”等祝福语。

“国庆假期收入一般是平时的两至三倍。”解放碑好吃街商家于昕蓉一直在忙碌，“国家好，游客多，我们的生意才红火。心里就一个念头——祝福祖国，也盼着咱们的日子一年更好一年好！”

家与国同频，烟火人间里有最美风景

家国同庆，温暖而动人的场景在神州大地处处可见。

祖国东北边陲，吉林延边朝鲜族自治州延吉市公园街道园吉社区内，11 家外地游客家庭与当地各族家庭结对相聚。洞箫婉转，歌舞飞扬，大家一起动手制作美食，品鉴苹果梨特色饮品，共度国庆。

来自河北张家口的马女士感慨：“延边各族群众热忱友善，独具特色的民俗文化让人印象深刻，在这里真切体会到手足相亲的温暖。”

对于浙江省杭州市临平区星桥街道天星苑小区的居民来说，今年国庆，家门口的新变化让人惊喜。“以前的老电梯没有空调，有时还会‘闹毛病’；新电梯装了空调，上下楼又亮堂，心里舒坦多了！”小区居民屠逸根连连点赞。今年 9 月，星桥街道完成 128 台老旧住宅电梯更新任务。

走出街巷院落，远方的风景正变得越来越近。

去年底，西延高铁开通运营，革命圣地延安进入“高铁时代”；今年 9 月 6 日，瑞金至延安高铁开通；9 月 28 日，京港高铁雄安至商丘段、西渝高铁西安至安康段等 4 条新线开通运营……从“跋山涉水”到“风驰电掣”，一条条铁轨不断压缩百姓生产生活的时空距离。

“国庆假期预计发送旅客超 11 万人次。西延高铁开通以来，红色旅游持续升温，我们开行了遵义、韶山、

瑞金等方向的高铁直列车，在服务平台设立红色旅游咨询窗口。”延安车站党支部副书记陆华介绍。

38 岁的西安市民王超超，早早便开始规划国庆假期的高铁出游路线。“往北搭乘西延高铁，可以奔赴延安，探访革命圣地；向南乘坐西康高铁，穿行秦岭直达安康，领略秦巴山水……”王超超说，如今在家门口就能坐上高铁，沉浸式感受祖国大好河山。

幸福的分量，在历经风雨之后更加清晰可感。

1 日，广西横州市校椅镇石井村的茉莉花田里，花农莫建梅挎着花袋穿梭在花丛间，“现在花价稳定，天天有花摘，天天有收入，这是我们的幸福花！”

今年 7 月，受台风“美莎克”影响，被誉为“中国茉莉之乡”的广西横州市遭遇极端强降雨，引发严重洪涝灾害。洪水退去后，当地第一时间组织复产，目前受灾茉莉花田累计复产 9.72 万亩、恢复率 87.25%。

“心里有了底气，日子才有了盼头，洪水冲得垮花田，冲不垮咱们的干劲！”莫建梅说。

阔步向前进，以实干实绩开启新的征程

一场秋雨过后，长江三峡西陵峡上空云雾缭绕、如梦如幻。随着三峡枢纽新通道先行开挖区项目 9 月 30 日顺利完成全部爆破开挖作业，“十五五”时期开工建设的首个国家重大标志性工程——三峡水运新通道工程即将迈入全面施工阶段。

沿输电通道进行无人机巡线、到电力设施保护区纠正近距离作业、对跨江输电铁塔开展转序验收……1 日，国网宜昌供电公司输电运检班组坚守岗位、紧张工作。国网宜昌供电公司总经理李涛说，多条高压输电线路横跨三峡水运新通道规划范围，国庆假期电力部门全力抢抓电力迁改节点，确保新通道工程建设与能源保供双向协同。

一个个坚守的身影，让发展蓝图一步步变成现实。

新疆大石峡水利枢纽工程现场，巨大的水流奔涌而下。2 天前，工程首批机组完成并网发电，标志着这座矗立于天山深处的“超级工程”，开始全面发挥生态、灌溉、防洪和发电效益。

厂房内，该工程三标项目部总工程师张存荣紧盯着显示屏，关注着电机运转的各项数据变化，他和同事们要在国庆假期为后续机组并网发电做最后试验。“我们从全国各地来到祖国西北的大山深处参与建设这项工程，并在国庆节前夕取得阶段性成效，这种自豪感让我们觉得辛苦付出都是值得的。”张存荣说。

无数人将小我融入大我，在尽责为民中实现价值、绽放风采。

在安徽合肥科学岛超导托卡马克核聚变实验装置（EAST）现场，工程技术人员穿梭于主机真空室与各类子系统之间，开展真空、超导磁体、内部部件、加热、诊断等系统的检修与升级作业，为下一轮物理实验做好全面准备。“检修保障不能松，这里的假期和平时没什么区别。”中国科学院合肥物质科学研究院等离子体物理研究所研究员陆坤说。

在中铁二十一局成渝中线高铁 7 标施工现场，测量队队长张华平整理好测量仪器，开始成渝中线高铁和成达万高铁联络线路基无砟轨道精调复核作业。“道岔是高铁线路的关键节点，毫米之间连着行车安全。我们多测一遍、多核对一次，线路的稳定性就多一分保障。”张华平说。

在北京，超智算（北京）科技有限公司的技术人员实时关注屏幕上“超智算一号”算力卫星的在轨运行状态，保障星地链路稳定畅通；蘑菇车联信息科技有限公司大厅里，运营和技术人员正紧紧盯着屏幕，远程关注全国多地自动驾驶巴士的运行情况，确保假日期间相关线路平稳运行……

征程万里风正劲，重任千钧再出发。

正如习近平总书记强调，“只要我们坚定信心、锚定目标，一步一步扎实往前走，成功就一定属于伟大的中国共产党、伟大的中国人民、伟大的中华人民共和国！”

（新华社北京 10 月 1 日电）

谈判陷入僵局

美国务卿鲁比奥要求伊朗代表团立即离美

新华社华盛顿 9 月 30 日电 据美国阿克西奥斯新闻网 9 月 30 日报道，美国务卿鲁比奥 28 日曾要求伊朗外长率领的代表团在双方谈判陷入僵局后立即离开美国。

报道援引美官员的话称，在鲁比奥授意下，美常驻联合国代表团 28 日晚告知伊朗常驻联合国代表团，伊朗外长阿拉格齐率领的伊朗代表团必须立即离开纽约。

报道称，28 日早些时候，美方认为当天同伊朗的谈判可能会取得进展，但随后的谈判陷入僵局。

报道认为，伊朗代表团本就在 28 日晚返程，鲁比奥此举是“一种非常不寻常的外交谴责，暴露了两国间根深蒂固的不信任”。

另据伊朗伊斯兰共和国通讯社 29 日报道，阿拉格齐在结束其行程和密集的外交磋商后，已离开纽约返回德黑兰。他此行主要是为了参加在纽约举行的第 81 届联合国大会。

美防长宣布组建“自主作战司令部”

新华社华盛顿 9 月 30 日电（记者杨伶 熊茂伶）美国防部长赫格塞思 9 月 30 日宣布组建“自主作战司令部”，以提升美军规模化自主及机器人作战能力。

赫格塞思当天在美国弗吉尼亚州匡蒂科海军陆战队基地发表讲话时宣布上述举措，称这是一个新的四星级别合作战司令部。该司令部的管辖范围将涵盖无人机、人工智能以及指挥控制系统。

据《华尔街日报》报道，这一举措旨在“彻底改革五角大楼采购、测试和部署无人机及其他尖端技术的方式”。报道还称，五角大楼正寻求将自主作战领域的支出增加两倍，并在预算申请中提议为无人机及反无人机技术投入 740 亿美元。

当天，赫格塞思在讲话中还宣布一项旨在“研究未来战争形态”的新计划。这一项目名为“子午线计划”，将由五角大楼首席技术官埃米尔·迈克尔、美国科技亿万富翁埃隆·马斯克、科技企业家帕尔默·勒基以及国会众议院前议长纽特·金里奇共同领导。

据美联社报道，赫格塞思还在讲话中确认缩减美军高级军官编制，将美军将级军官职位削减 20%。此前一天，美媒率先披露了这一内容。

阿联酋下令调查迪拜航空客机驾驶舱冲突事件

新华社迪拜 10 月 1 日电（记者夏晓 温新年）据阿联酋国家通讯社 10 月 1 日报道，阿联酋总检察长下令对迪拜航空公司客机驾驶舱冲突事件展开调查，包括调查其是否与恐怖主义活动有关。

报道说，阿联酋总检察长哈马德·赛义夫·沙姆西下令成立由检察机关专业人员组成的调查小组，对相关事件展开调查。沙姆西要求采取一切必要措施收集相关信息和证据，查明事实，确定事件具体情况和动机，并核实事件是否与任何恐怖主义活动有关，以及是否存在事先策划或指使。

报道说，依据现行法律，阿联酋司法机关对该事件拥有调查管辖权，因为涉事飞机在阿联酋注册并涂装阿联酋国旗。因此，即使相关犯罪行为发生在阿联酋领土以外，阿联酋法律仍适用于在该飞机上发生的犯罪行为。调查小组已与阿联酋民航总局及有关部门协调开展工作。

9 月 30 日，载有以色列乘客的迪拜航空 FZ1073 航班从阿联酋迪拜飞往以色列特拉维夫途中发生安全事件。据阿联酋媒体报道，副驾驶涉嫌在驾驶舱内持刀刺伤机长，导致飞机突然急降。其他机组人员和乘客制服袭击者后，机组重新控制飞机。事发后，该飞机改道并安全降落在沙特阿拉伯塔布克机场。

调查显示：

超半数成年人未达建议运动水平

新华社日内瓦 9 月 30 日电（记者单磊）世界田联官网 9 月 30 日发文称：一项调查显示，受访者平均每天有 86% 的清醒时间处于不活动状态，超过半数的受访成年人未达到建议运动水平。

上述结论来自体育品牌阿迪达斯的一项调查，该调查覆盖 31 个国家和地区的 34000 人。其中未达到建议运动水平的人占比 53%；每周运动时间不足 30 分钟的人（23%）被列为“濒危人群”。

调查发现，受访者的运动水平和精神状态之间存在关联，其中“濒危人群”精力更不足、情绪更不稳定、注意力更不集中、压力更大。

调查指出，日常生活的便利性使得 64% 的受访者经常一整天都不活动，超过 40% 的人可以连续 3 天或更久不出家门。

调查还显示，15 分钟的运动就可以带来精神状态的提升。美国南加州大学教授大卫·雷克伦说，规律运动对身心健康至关重要，而少量、可实现的短时活动可以帮助人们将更多运动融入日常生活。

聚焦第二十届亚运会

“用一枚金牌，为祖国庆生”

华诞同庆，亚运正燃。

10 月 1 日，新中国迎来 77 岁生日。此刻，爱知·名古屋亚运会赛场激战正酣。

4 秒 71，储守宏在男子速度攀岩中“光速”夺金，让世界见证中国速度。夺冠后他喜极而泣，高举五星红旗向全场展示：“能拿到这块金牌，是祖国给了我力量。”

同一赛场，张悦彤在女子攀岩项目上摘金。在国庆节当天升国旗、奏国歌，张悦彤说：“这对我来说有特别的意义。”

“两金是中国攀岩献给祖国的礼物。”中国攀岩队速度组主教练钟齐鑫说，“我们与国同庆，一起向上，一起向未来。”

激流无阻，劈波斩浪。
“激动，开心！用这枚金牌，给祖国母亲过生日！”摘得皮划艇激流回旋男子单人划艇金牌后，张志成说：“每多努力一点，就快一秒；每快一秒，就多一分希望。”

帆船帆板男子 49 人级帆船决赛，刘添、温在鼎成功卫冕。“这些经历都是我们备战洛杉矶奥运会、冲击奖牌的基础。我们能做的就是一步一步往前走，相信自己，相信教练，相信国家。”温在鼎说。

网球场赛，王曦雨强势逆转赛事头号种子、菲律宾新星伊埃拉，与 37 岁老将张帅会师决赛。中国队提前包

揽女单金、银牌，实现该项目六连冠。“用胜利与国同庆，这种自豪感是巡回赛无法给予的。”张帅说。

话语间，满是赤子的深情。
每一次国旗升起，每一次国歌奏响，都是为了耀眼的“中国红”。

国庆前一天，中国跳水“梦之队”延续 52 年不败传奇，圆梦亚运首金。

“从小将到老将，一代代跳水人接续拼搏，传承为国争光的信念，祝愿祖国繁荣昌盛。”帮助中国跳水队实现第 14 次亚运金牌全包揽后，练俊杰说。

奥运冠军陈芋汐收获了首枚亚运个人项目金牌。她回想起小时候，最喜欢穿带国旗的衣服，长大后，又以国家队队服为傲。“非常激动和自豪，感谢祖国母亲的多年栽培，金牌是我回报的方式。”

锁定第 100 枚亚运跳水金牌后，“梦之队”队员身披红色衣装，胸前是金灿灿的“100”字样。看台上，一面面五星红旗高高扬起。

“人生能有几回搏”——在 1961 年世乒赛上喊出的时代强音，由中国运动员代代传承，在今天的亚运赛场上依然响亮，催人奋进。

“红色闪电”划破夜幕。20 岁小将陈圆将一扫杭州亚运会的失意，为中国重夺男子 110 米栏亚运会金牌。冲线后，他向全场大喊：“Who is the first? China!（谁是第一？中国！）”

时隔 12 年，国羽重夺女子团体冠军。决赛当日，王祉怡逆转山口茜，刘圣书、谭宁在胶着战况中拿下关键一分，陈雨菲稳稳锁定胜局。在连续两届亚运会决赛折戟后，国羽女队重返亚州之巅。

而女双决赛最后时刻，刘圣书拼到抽筋、跪着挥拍也不愿放弃的样子令无数人动容，更让人相信：“不过是从头再来”。

金牌之外，新一代运动员展现出不畏强手、顽强拼搏的风采。
815 位运动员中，548 人是首次参加亚运会，“05 后”小将占了近三成。

19 岁泳将张展硕独揽 7 金，刷新中国运动员单届亚运金牌数纪录；18 岁的严子怡在奥运冠军北口棒花的主场一掷夺金；17 岁“小孩姐”陈妤颉加冕亚洲“女飞人”，首战亚运收获 3 金 1 银。

一封家书，道尽家国情深。电子竞技王者荣耀项目中国队队长徐必成带领队友成功卫冕。他在家书中写道：“看到国旗再次升起，才突然意识到，我也成了队里的大哥哥，需要承担更多责任。”

正如运动健儿的成长一样，52 年亚运征程，中国也从亚洲体坛的追赶者成长为引领者。

1974 年德黑兰亚运会，中国队首次亮相。1982 年新德里亚运会，第三次参赛的中国代表团以 61 枚金牌首次超越霸榜多年的日本队，登顶亚运



▲10月1日，中国选手张志成在比赛中。他最终获得金牌。当地时间10月2日，爱知·名古屋亚运会开幕式在爱知·名古屋举行。新华社记者 张浩波 摄

会金牌榜首位。自此，金牌榜第一再未旁落。截至目前，中国体育代表团已夺得 154 枚金牌、71 块银牌和 63 块铜牌，在金牌榜上遥遥领先。

日出东方，红旗飘扬。奋起的中国健儿，正如奋进的中国，朝气蓬勃！（新华社日本名古屋 10 月 1 日电 记者刘艺淳 孙哲 黄浩然）

“海口精神”表述语有奖征集

百年海口有精神，海口精神是什么？请您为提炼“海口精神”贡献金句。

《“海口精神”表述语投稿登记表》附件下载及详情请扫描二维码。

