

塞垣此地擅繁华

——解码乌鲁木齐的文化自信样本

天山北麓，美丽绿洲，四通八达，人文荟萃。

新疆乌鲁木齐，地处亚欧大陆地理中心，是古丝绸之路上的枢纽重镇，见证了多种文化、族群在此汇聚、交流、碰撞、融合。

习近平总书记2022年7月在新疆考察时指出：“我们要好好研究新疆历史，真正认识到新疆历史是中华民族交往中形成的历史，从而也更有有力地证明中华民族多元一体。”

从千年前守护丝路安宁，到近代蒙受国难不屈不挠；从抗战时中国共产党播撒革命火种，到新中国发展引来无数建设者……这里的每寸土地都浸染了中华文明的精神基因。

开放风劲，潮涌天山。进入新时代，乌鲁木齐凝心聚力建设国际性综合交通枢纽城市，打造向西开放新高地，绘就开放自信万千气象。

多元一体贯古今

清晨，第一缕曙光透过天山东段最高峰博格达峰，照亮乌鲁木齐市。市中心西大桥上的石刻虎头狮纹兽双目圆睁，在霞光映照下显得更加威武勇猛。

这些石兽的设计灵感，来源于距市区300多公里的阿拉沟墓葬出土的2400多年前黄金牌饰纹样图案。在古代文化中，这不仅是一种艺术表现形式，更寄寓着人们对自然力量的崇拜和祈愿，彰显乌鲁木齐千年文韵绵延不绝。

“万家烟火暖云蒸，销尽天山太古冰”“到处歌楼到处花，塞垣此地擅繁华”……清代学者纪晓岚曾在乌鲁木齐生活，记录下当时各族群众共融共存、安居乐业的繁华盛景。

乌鲁木齐，自古是连接东疆、北疆、南疆的交通枢纽。阿拉沟墓葬出土的漆器和凤鸟纹丝绣，揭示了早在张骞凿空西域之前，当地居民已与中原联系密切。

而天山脚下的乌拉泊古城，是乌鲁木齐现存规模最大、保存最完整的古代城址。饱经沧桑的古城墙、角楼和瓮城，每一块历经千年的砖石都在诉说历史积淀与文化魅力。

学界认为，乌拉泊古城是唐轮台县城所在地，发挥保障丝路北道贸易顺畅和区域安宁重要功能。“乌拉泊古城不仅是推动东西方文明交流的见证，更是阐释中华文明五个突出特性的绝佳案例。”中国社会科学院考古研究所研究

员郭物说。

历史长河奔涌向前，爱国精神始终激励各族人民共同书写捍卫祖国领土完整的壮阔史诗。

“我之疆索，尺寸不可让人”。晚清时，沙俄侵占伊犁、阿古柏集团祸乱新疆，爱国名将左宗棠发出慷慨宣言，率兵收复新疆。

100多年后，乌鲁木齐总体国家安全观主题公园内，巨型左宗棠汉白玉雕像巍然屹立，目光深邃。游人至此，感慨中华儿女誓死守护祖国山河的震撼力量。

岁月流转间，忠魂化作民族团结的精神火炬，民族交往交流交融的种子深植于天山南北，各民族守望相助、命运与共的新火世代传承。

走进乌鲁木齐国际大巴扎，1000多家商户，汉、维吾尔、蒙古、回、哈萨克等多个民族比邻而居、亲如一家。艾德莱斯绸与哈萨克族刺绣同台展示，烤包子与茶叶蛋香气交织，商户们自发组成“双语互助小组”，维吾尔族店主教汉族邻居学习日常维吾尔语，回族商户分享经商经验，为不同民族的智慧在交流中碰撞出新的火花。

多民族共居共生灿烂历史，让乌鲁木齐成为“文明交融的活态博物馆”；处处和谐场景，为中华民族共同体增添生动注脚。

红色精神映天山

红顶黄墙，青砖围腰，一座风格别致的二层小楼，静静矗立在乌鲁木齐市胜利路392号。

这里曾是抗战时期至关重要的八路军驻新疆办事处。在民族危亡的关键时刻，以陈云、邓发、陈潭秋、毛泽民、林基路等为代表的中国共产党人来到乌鲁木齐，创办报刊、开展教育培训、组织文艺演出，带领新疆民众开展轰轰烈烈的抗日救亡运动。如今，这座小楼已成为爱国主义教育基地。

“麻雀、麻雀，叽叽叫叫，飞来飞去，飞到我们监牢……”这是当年共产党人在狱中广为传唱的童谣《麻雀》。站在泛黄的曲谱前，讲解员卢臻为在场游客深情吟唱。

“我的太爷爷也参加过抗日战争，在一次战斗中右腿被弹片削伤。”卢臻说，受家庭影响，她决心传承红色精神，选择做一名红色讲解员，“革命历史是最好的营养剂，我希望让每位参观者从红色故事中享受精神之旅”。

红色文化跨越时空，焕发崭新活力。

进入新时代，乌鲁木齐加强红色资源和文化遗产保护传承，完成八路军驻新疆办事处、毛泽民故居红色基因库建设，挖掘整理革命文物背后故事并制作《红色大管家——毛泽民》等系列微视频在线上推广，推出一批红色主题旅游线路，吸引八方来客追寻红色足迹，感悟信仰力量。

“红色文化构成乌鲁木齐城市文化内核中最凝聚人心的部分，激励各族人民同心同德、团结奋进、共建美好家园，为铸牢中华民族共同体意识发挥重要作用。”新疆社会科学院历史研究院副院长、研究员买玉华说。

“红湖”“俞秀松路”“林基路大道”……走进有着“抗大第二”之称的新疆大学，校园每个角落都洋溢着红色文化气息。百年来，新疆大学将自身发展与国家命运紧密相连，承担着为边疆地区培养高素质人才、服务地方经济社会发展、维护国家统一和民族团结的重要使命。

报效祖国，建功西部。曾是山东聊城大学西部计划志愿者、如今在新疆大学工作的姚立宁立志扎根新疆：“新疆是拥有光荣传统的热土，我将以新疆的红色精神为滋养，砥砺前行、报效国家、建设边疆，在这片土地继续发光发热。”

向西开放涌新潮

早在2000多年前的丝绸之路上，乌鲁木齐便以“咽喉之地”发挥连接天山南北及东西方互动交流的纽带作用。

公元前60年，西域都护府设立，新疆地区正式纳入中国版图，见证丝绸之路上的多民族交往交流交融、东西方贸易繁荣、文化交流日益密切的盛景。

如今，千年丝路，再续辉煌。奔腾的班列、飞驰的汽车与翱翔的飞机，共同奏响乌鲁木齐“亚欧黄金通道交响曲”。

晨光微露，启用不久的乌鲁木齐天山国际机场新航站楼张开怀抱，欢迎八方来客。其造型如“山”字，与远处天山轮廓遥相呼应，屋顶线条灵动，让人联想到绵延起伏的丝绸之路。这座相当于25个足球场大小的建筑，每年可吞吐4800万人次旅客与55万吨货邮，大幅拉近乌鲁木齐与世界的距离。

与此同时，在乌鲁木齐国际陆港区，一列列中欧班列力争朝夕、满载“中国制造”从全国各地驶来。有的稍稍驻

足，便径直向西出境而去；有的稍作停留，满载的集装箱被卸下后，转运至乌鲁木齐国际机场，搭乘航班“飞”出国境。

“乌鲁木齐正快速融入全球物流网络洪流。”新疆天翼国际物流有限责任公司董事长时俊深有感触，“这里已有31条通达欧亚的货运航线，正加快形成‘立足新疆、贯通全国、辐射欧亚’的物流体系。”

2022年，习近平总书记在乌鲁木齐国际陆港区考察时指出：“过去是内陆的一个省份，现在有了‘一带一路’就不同了。这里不再是边远地带，而是成为一个核心地带，成为一个枢纽地带。”

开放大门越开越大、国际“朋友圈”愈发活跃，乌鲁木齐，如今在“通道+枢纽+网络”现代物流体系加持下，不断将丝路精神发扬光大，人文交流焕发更大活力。

走在乌鲁木齐大街小巷，不止抓饭、烤肉、大盘鸡等新疆菜独领风骚，鲁、川、粤、苏、闽、浙、湘、徽等全国各地美食处处飘香，更有哈萨克斯坦的面粉、俄罗斯的蜂蜜、格鲁吉亚的红酒等外国食物被端上餐桌，尽显美食大都会的国际范儿。

作为方圆1500公里最大的城市，也是丝绸之路经济带核心区中心城市，乌鲁木齐展现的高水平开放与包容性发展，持续吸引“一带一路”共建国家人民到此研学、旅游，推动文明互学互鉴。

来自哈萨克斯坦的欧斯曼扎诺娃·玛丽卡姆从小喜欢看中国电影，并喜爱上了中国文化。2017年，她来到位于乌鲁木齐的新疆师范大学学习中文，从本科一直读到硕士，“我希望成为一名优秀的汉语老师，做两国之间的文化使者”。

来自韩国的美发师安钟旭在乌鲁木齐工作生活了20多年，不仅收获了稳定事业，还组建了跨国家庭。“这里很包容，我虽不是新疆人，但心属于新疆。”他说。

在中国式现代化进程中，乌鲁木齐立足亚欧大陆枢纽节点，依托通达世界的国际物流大通道，正沿着习近平总书记指引的方向，开创高水平对外开放新格局。

新华社记者 李自良 潘莹 王菲



老街焕新颜

斩一只“何家鸭子店”的鸭子，尝一尝“龙梅肥肠鱼菜馆”的家常菜，再来一份“李山山茶事”的奶茶……曾经杂乱不堪的丰富路在城市更新改造后，成了游客来南京打卡的网红街区之一。

位于南京老城区的丰富路，始建于清朝，1930年进行了拓宽，烟火气十足，但是由于公共设施老化，店面陈旧，不仅影响美观，而且存在安全隐患。南京市秦淮区朝天宫街道与南京创意设计中心联合启动“小店出新计划”，全面提升店铺形象，提高街巷空间品质。

“城市更新不只是刷漆换脸，还要让空间讲有温度的故事。”东南大学建筑学院教授鲍莉说，城市更新既要保留市井烟火气，又要赋予其文化价值，让小店成为城市富有活力的毛细血管。

记者采访看到，老店“农家小院”改造后变身国潮风，市民、游客纷纷和店里的民国建筑拍照合影，店里的生意也更火了，午间翻台率涨了三倍；街道的墙上画上了描绘明代南京城市风貌的《南都繁会景物图卷》，吸引许多游客打卡……

丰富路上的不少电力设施建设于20世纪90年代，已难以满足街区的发展需要。国网南京供电公司配合城市更新计划，实施丰富路老旧设备焕新行动，为街区商铺电气化改造提供充足的负荷保障。

记者看到，500千伏安的配电变压器换成了630千伏安的新配电变压器，负荷开关环网柜更新成了一二次融合成套环网柜。“新的设备增加了自动化保护功能和应急发电快速接口，即使出现故障，停电面积也大大缩小，停电时间大幅缩短。”国网南京供电公司供电服务二中心党支部书记汪蕾说。

据南京供电部门负责人介绍，这一改造工程将对沿街的7台环网柜和12台配电变压器进行升级改造，并新建0.83千米的电缆通道。改造后的电力设备更为先进，所有开关具备自动化“遥测、遥信、遥控”能力，智能化水平大幅提升，进一步提升主城核心区的供电能力和供电可靠性。

漫步丰富路，昔日破烂的小店如今干净整洁，游客熙熙攘攘，公共设施焕然一新，成为南京城市文化的又一张名片。

新华社记者 沈汝发

从体坛到讲坛

——入校实训项目为退役运动员转型探索新路

退役，是运动员职业生涯的重要节点。退役后，运动员们面临着转型，在新的岗位和角色上开启职业生涯的“下半场”。

日前，“国家体育总局2025年退役运动员入校实训”项目在四川成都天府新区举行了结训仪式。在一个月的时间里，来自全国各地的23名退役运动员深入校园实训，以体育老师的身份参与教学工作，在与学生们的交流中获得了各自的收获，也为未来的职业规划打开了新思路。

转型：体育老师原来是这样的

28岁的刘子新曾是一名公路自行车运动员，退役后她尝试了不同类型的工作。2023年，她作为领骑员搭档一名残疾人运动员在杭州亚残运会拿到金牌。运动员身份之外，她还在一个自行车俱乐部担任主教练，也准备尝试做自媒体。

这次来到成都，经过一个月的实训后，她对体育老师的职业有了全新的认识。

“这一个月体会校园生活，发现跟想象中不一样。没当老师的时候觉得老师就是上上课，很轻松。进了校园才发现，当体育老师需要会很多，不仅要会运动技能，而且要能调动孩子们上体育课的积极性。老师就像一个‘全能超人’，什么都要会做。”刘子新说。

刘子新介绍，当运动员的时候生活简单，穿着也比较随意，而在学校需要为人师表，在仪容仪表、行为举止等方面都要有为学生作榜样的意识。

“当老师以后，回顾教练员、老师们跟我们说的一些话，当时可能没那么理解，现在真是理解了。”她说。

对于当老师的成就感，来自江苏的中长跑退役运动员周美军也感同身受，“听到孩子们叫‘老师好’，真的有种很满足的感觉。”

本次实训包含5天集中培训与一个月入校实训，培训采用“实操+讲座+评测”的模式，在实训过程中，运动员与骨干教师实施“一对一”结对，深度参与课堂教学、教研活动、体育特色队伍训练及赛事组织，以此强化运动员教育素养与教学能力。

在本次实训中担任导师的天府中学体育教师邓情表示：“我感觉到这些运动员都很聪明，同时很刻苦，很爱学习。到我们学校来的三名运动员，来了不久就能帮我们做很多教学方面的工作，平时大太阳跟我们一起搬器材，一起加班磨教案之类的，总之都是很认真。”她说。

现代五项退役运动员李湃也说，来到这次实训以后，对体育老师看法有了改观，以前对这个职业的认识比较片面，现在体会到了体育老师其实非常忙，从带课、组织大课间活动，包括升旗仪式的纪律管理以及一些活动策划等等，都要由体育老师来负责。从运动员到老师，就是要完成从“自己会”到“让别人会”的转变。

“之前不太擅长跟孩子们打交道，熟悉了发现，孩子们很可爱。”李湃说。

平台：拓宽退役运动员就业渠道

“退役运动员入校实训”项目，今年已经是第二届了。该项目由国家体育总局人事司指导，体育总局体育基金管理中心、中华全国体育基金会主办，四川天府新区教育和卫生健康局承办，四川天府新区教师共享中心、四川天府新区教育学会执行，旨在帮助退役运动员顺利转型学校体育教师、教练员，增强学校体育专业师资队伍。

实训既给运动员们带来了宝贵的

经历，同时也带来了就业的机会。在结训仪式现场，4名退役运动员与四川天府新区体育教师共享中心用人单位成功签约“共享体育教师”，开启了自己职业生涯的新篇章。

国家体育总局人事司副司长刘立强说：“运动员是国家的宝贵财富，是我们宝贵的人才资源。组织运动员入校实训，对于进一步落实国家体育总局、中央编办、教育部、人力资源和社会保障部联合印发的《关于在学校设置教练员岗位的实施意见》文件精神，促进运动员将体育技能优势转化为教育教学能力，为运动员走进体育课堂增强信心和技能储备，推动退役运动员转型发展就业起到了很好的效果。”

在退役运动员进校园方面，天府新区有着自己的实践。该区在2021年7月成立了体育教师共享中心，借助这一平台，大量退役运动员人才资源得到有效盘活，不仅帮助运动员在退役后实现转型，而且改善和丰富了中小学的体育教学工作。

四川天府新区教育和卫生健康局副局长陈硕介绍，天府新区近年来推动共享教育改革，允许符合条件的退役运动员“先入驻、再培训、后上岗”，经过规范培训，承担学校共享教练员工作，拓宽了运动员职业转型路径。与此同时，该区建立了共享师资的“动态评估+监管保障”机制，将学生体质提升、教学满意度等纳入考核，与薪酬、评优挂钩，激励成长，实现退役运动员从“赛场冠军”到“校园名师”的转型，数十名退役运动员在共享中心稳定就业，部分成长为教研骨干。

难点：双向奔赴，期待更宽的路

“国家体育总局2025年退役运动员入校实训”项目总导师肖遥把退役运动员入校实训形容为一场“双向奔赴”，她说：“我们都有共同的运动员的经历，也都怀揣着对体育事业的热爱。那么这份共同的底色让我们在教与学之间自然有了更多的理解与默契。”

然而，从运动员向教师的转型，过程中也有诸多难点。

陈硕表示，从目前的实践来看，主要难点有四个：一是政策支持还有待深化，教师资格认证、职称评定等政策与运动员职业转型需求存在断层；二是能力转型挑战大，由于传统培训体系针对性不足，运动员在教育理论、课堂管理及德育融合能力等方面存在短板；三是资源统筹需加强，教育部门协同机制需要进一步加强，学校需求与运动员专业分布存在结构性矛盾；四是社会认知偏差依然存在，部分家长对运动员任教缺乏信任，个别学校对运动员的“育人价值”认知不足，过度聚焦技能传授而忽视体育精神育人功能。

作为人才的需求方，天府中学副校长梁昌健表示，目前的中学对体育老师的需求其实主要并不在“高精尖”，而是要以学生的实际需求为出发点。他说：“当中学体育老师，需要的能力跟他们当运动员时可能并不相同。中学的教师需要了解教育学、心理学，这样才能了解学生、了解课程，这也是退役运动员们急需学习的一个点。”

刘立强表示，在运动员职业转型方面，近年来已经出台了 many 政策，目前的重点是提升运动员的综合能力。他说：“过程当中会有很多的困难，但是总体上、大方向是在往前走的，这一点我们还是很有信心。体教融合是未来的一个大方向，但同时我们要因人而异，不是非得说所有运动员都要转型成体育教师，关键还是要根据运动员自身特点，开辟多元化的渠道，让他们把各自特长发挥出来。”

新华社记者 林德初 陈地



6月18日，在海南省白沙黎族自治县邦溪镇大米村，工人操作收割机收获早稻（无人机照片）。

近期，海南省白沙黎族自治县迎来早稻丰收季，当地农民抢抓农时，收割早稻。据统计，今年白沙早稻种植面积约3.6万亩。

新华社记者 杨冠宇摄