

青年时评

5毛钱的水煎包为何能拴住全网的心？老板不语，只是一味地揉面。

最近，上海有家店被“全网催开门”。那是浦东新区的一家“河南水煎包”店，胡辣汤3元一份，水煎包仅售5毛钱一个。节后第一天营业，这家店就排起长队。面对爆火，店主王凯阳表示他们薄利多销，今年也不会涨价。

这句话听着简单，仔细想想，却不太简单。

说起来，我们见过太多“爆火”之后的剧情——装修升级、价格上调、包装换新，恨不得把“网红”两个字加亮加粗写在招牌上。但这家店没有，给出的理由不

5毛钱的水煎包，挣出了劳动者的尊严

【文/青年报·青春上海评论员 陈嘉音】

太符合商业逻辑，倒像一种人文关怀：大家都是出来讨生活的，不容易。当为了生计尝遍辛酸的打工人，遇到5毛钱一个的水煎包，和一个同样在凌晨四点揉面的劳动者，又怎么能不动容呢？

一座城市，本应自然生长着各得其所的差异化生态。上海有米其林大厨，有黑珍珠餐厅，有形态各异的主理人，但也有普普通通的早餐店老板，和3块钱一碗的胡辣汤。这些平凡的存在，或许不会出现在美食榜单上，却日复一日地温暖着无数赶路人的清晨。

“河南水煎包”店的故事之所以出圈，恰恰因为它在这个时代显得有点“过时”。店主不依附平台，不依赖资本，不需要联名和限定，只有一双手、一口锅。甚至卖到最后，一锅水煎包只送不卖——谋生变成了一种真诚的守望互助。

同样的故事还在福建福州上演：台江区味滋初餐厅的店主唐巧丽，为困难人群提供四菜一汤一饭的免费餐食。店门口的告示写得很干脆利落——“吃完直接走人，不要客气”。如果说，王凯阳守住了“打工人不容易”的价格底线，那唐巧丽守住的，则是一个人接受帮助时的体面。不张扬、不煽情，甚至有点“冷淡”。但正是这份“冷淡”，没有任何施舍的姿态，给足了尊重。

时代浪潮风起云涌，但手艺带来的确定性，却能让人不惧行业风浪，不担心流量退去。仿佛只要继续揉面、继续煎包，就能稳稳站在这座城市里，发光发热。5毛钱的水煎包，喂饱的不只是胃，还有我们对这座城市温情的想象。它让我们看见，任何人都可以在谋生里挣出自己的尊严。

一杯“熬夜水”，难得在“懂我”

【文/青年报·青春上海评论员 张逸麟】

武汉大学枫园食堂推出的4元一杯“熬夜水”火出了圈。校内每日消耗两三百斤原料熬制饮品，成了熬夜学生热抢的“续命神器”，网友纷纷呼吁其他高校“抄作业”。

“熬夜水”之所以如此受欢迎，无非就是照顾到了大学生群体的两个现状：熬夜的身体透支与有限的经济能力。

比起当下动辄几十上百元、靠着网红噱头、夸大功效收割流量的“养生茶”，校园“熬夜水”用料实在：葛根、百合、枸杞、黄精、桑葚、甘草六味药食同源食材精心熬制，且零糖属性，专门针对用眼过度、易上火的熬夜学生。同时价格也实惠，4元一杯的性价比远超奶茶之类的饮品。食堂负责人表示定价完全基于原料成本，目的不是为了赚钱，就是为了服务学生。

而在物美价廉的背后，“熬夜水”也是给学生群体的一杯心理缓冲剂。如年轻群体其实很注重个人健康，又不得不迫于现实压力选择熬夜。很多年轻人将这份理性清醒转化为“朋克养生”，一边熬夜一边补救，啤酒里泡枸杞，吃火锅必点蔬菜，熬最深的夜，喝最补的水。其实一杯“熬夜水”，也许并不能扭转熬夜带来的身体透支，但至少有了一种“我在努力补救”的安慰。而食堂阿姨陪着我们一起“熬”，让这杯水有了更多温度。

因此不少成年人对“熬夜水”有了更多感触，有网友说，看到“熬夜水”爆火，感觉既有趣又心酸。作为过来人，步入社会才发现校园食堂果然是最“懂我”的。面对无奈熬夜的学生，学校并未停留于说教，而是于细节处送出共情和关怀。

“熬夜水”值得点赞，但并非包治百“熬”，有医学专家就指出，此配方确实有效，但类似脾胃虚寒、易腹泻腹胀、怕冷等群体并不适用，也呼吁学生在了解药效后做出理性选择，不要盲目跟风。况且养生的关键，从来就是自律的生活习惯。全国两会期间，宋兆普代表就建议年轻人晚上11点前一定要睡觉，“保护好胆经和肝经”。好好睡觉，才是对自己最长久的滋补。

熬夜毕竟不是良好的生活习惯，需要引导，但同时也应体察年轻群体的不易。有人呼吁其他高校“抄作业”，抄的不只是“熬夜水”，还有对学生需求的敏锐观察和温情传递。你熬夜、我熬水，本质就是把学生真正放在了心上，用夜色中的人文关怀告诉每一个奋斗的你：保重身体，量力而为。

从人间烟火到格物致知，讲出沪语的灵光

【文/青年报·青春上海评论员 唐骋华】

“小朋友，依的上海闲话哪能讲得介推板啦？”你或许听到过上海本地一些老人发出的感慨：现在的小囡啊，上海话都“讲勿理齐”了。的确，相比几十年前，如今走在街头巷尾，听到吴侬软语的概率是显著降低了。而细究起来，部分原因恐怕在于使用场景的不断缩小。

当前沪语的使用场景，大多局限于家庭的日常交流，一旦迈出家门，来到公共场所，表达空间就大为减少。即便在家庭内部，很多人也有这样的烦恼：只要讨论“正经事”，沪语似乎就不顶用了，只能切换成普通话。当一种方言的使用场景如此受限，自然会影响到其传播。

正因如此，上海科技馆的一则消息让人眼前一亮。打开“上海科技馆”小程序，找到“语音讲解”功能，你会发现300多条展项讲解，每一条都提供上海话版本。这不是象征性地来几条意思意思，而是正儿八经地用沪语讲科学。场馆也兼顾了不同受众的需求，讲解内容同时配备普通话和英语版本，还贴心附

上延伸学习素材，让观众既能听懂乡音，也能深入了解科学知识。

上海科技馆此举的直接意义，是将沪语的使用场景从家庭拓展到公共空间，传递出对本土方言的尊重和传承意愿。它还打破了对方言表达的固有认知。

近年来，沪语的公共表达并不鲜见。地铁、公交车用沪语报站司空见惯；门腔等沪语脱口秀演员用幽默的方式让年轻人在笑声中亲近方言；上海图书馆、各区少儿图书馆长期开展沪语绘本讲读、沪语童谣传唱活动；杨浦区未成年人保护工作站设置了五个沪语主题打卡点，孩子们用稚嫩的沪语写下“新年要扎劲长大”的心愿；电影《爱情神话》《菜肉馄饨》、电视剧《繁花》沪语版，更让全国观众领略到沪语和海派文化的魅力。

不过，这些沪语的运用场景还是在生活、娱乐、文化传播层面。上海科技馆用沪语进行科普，当“光合作用”“地壳运动”“量子力学”这些词汇用上海话准确、生动地讲解时，其触角，已然伸向专业知识表达的

领域。这也表明，方言同样可以承载和表达现代科技等专业内容。方言是连接本土人群的情感纽带，用熟悉的乡音讲述科学知识，不仅能拉近本地观众与科学的距离，更能让孩子在母语的浸润中感受科学魅力，激发他们探索世界的好奇心。

对70后、80后而言，此情此景并不陌生。在他们的记忆里，老一辈教师早将沪语的表达能力发挥到极致，他们能用流利的沪语讲解数理化的公式定理、阐释文史哲的奥妙玄理，乃至能用沪语表达生活与学习里的一切。

一种方言要免于“博物馆化”，就应当像彼时的沪语那样不被局限在特定场景中，而是有着适配各类表达需求的无限可能——它能表达家长里短，也能阐释专业知识；能描绘人间烟火，也能讲授科学道理。这样的方言才能保持鲜活状态，持续焕发创造性，拥有长久不衰的生命力。从这个角度讲，上海科技馆这300多条沪语讲解，无疑为方言的传承打开了一个新场景。