



青春上善好活法



“小太阳”的航海梦



□ 朱佳怡 中青报·中青网记者 雷宇

“欢迎收看00后高能量女船员海上工作的一天!”“海员在船上每天都吃什么?”“奇怪的知识又增加了:高雄港以前叫‘打狗港’?”在中联航运股份有限公司(以下简称“中联航运”)短视频账号“中联船说”发布的视频中,见习三副李昌华定期作为出镜代表,自信大方地向观众展示船员生活,科普航运知识。

凌晨3点30分,夜幕深沉,“中联马尼拉”轮巨大的身影在港口灯光中显现。这艘船从深圳蛇口出发,运送近2100标箱的电商货物前往美国洛杉矶WBCT码头。视频中,李昌华已穿戴整齐,开始了一天的工作。检查缆绳、安全网,查看潮汐表,记录数据……这个年轻女孩的身影在甲板上从容穿梭,用Vlog的形式展现自己的日常工作。

先后在中联青岛轮红海干线、“中联厦门”轮两岸航线(大陆—台湾)以及如今的“中联马尼拉”轮跨太平洋美线上工作,24岁的李昌华已随船航行超过6万海里,相当于绕地球赤道近3圈,并用镜头记录了多彩的航海生活。

今年6月25日“世界海员日”当天,李昌华还出现在央视《新闻直播间》中,向全国观众分享了一名00后女船员的航行值班日常。

系列视频也引发了广泛关注。“中联船说”账号自今年5月1日开通以来,视频累计浏览量近400万,收获点赞超5万次。有网友评价:“女船员专业又阳光,颠覆我对航海业的认知!”

“我要真正驾驭巨轮,而非在陆地遥望大海”

一次偶然刷视频关注到专注航海领域的科普创作者、上海海事大学教师白响恩,让李昌华看到了生命中的一束光。

这位大学教授也是中国首位穿越北冰洋的女航海驾驶员,她积极推动女性航海教育,鼓励更多女性勇敢追梦。“白船长打破了大众对女性船员的偏见,让我知道女性也能当船长。”

2022年的夏天,李昌华从武汉船舶职业技术学院航海技术专业毕业。她所在的交通运输工程学院每年毕业生约450人,女生占比仅5%左右,且主要从事船员培训、招募、管理、船舶调度等岸上工作。

航运业招聘会上,为女性提供的船员岗位寥寥无几。多数公司建议这个手握大把证书的优秀姑娘转任岸上文职,但怀揣“船长梦”的李昌华不甘心待在岸边,为此经历了近一年的待业。“我要真正驾驭巨轮,而非在陆地遥望大海。”

其间,李昌华坚持复习专业知识,苦学航海英语,坚信“机会永远留给有准备的人”。

考取海船船员适任证书前夕,各科老师自发组成辅导梯队攻坚克难,班主任李冰甚至自掏腰包备考学生聚餐减压。提起备考的时光,李昌华内心满是暖意。

在学校船舶管理课教师袁富春的推荐下,2023年6月,李昌华进入中联



怀揣“船长梦”,李昌华已随巨型货轮航行超过6万海里,相当于绕地球赤道近3圈。这个00后女船员专业又阳光,颠覆很多人对航海业的认知。

受访者供图

航运,正式开启航海生涯,成为公司培养的首批女船员之一。公司为有潜力的船员开放“岸基+航海”双通道培养路径,提供轮岗学习与培训。

“学校教的,在船上全用上了。”李昌华说。读书时接触到的仿真驾驶台、全任务轮机模拟器等与船舶中的相关设备高度一致,使她在一些工作任务中显得游刃有余。

武汉船舶职业技术学院团委书记武蕾介绍,学院为学生提供的“三明治”培养模式“重实效、管长远”:24个月模块化学习筑牢根基,8个月实训跟岗在鑫裕盛产业学院的船舶上淬炼技能,4个月前强化对标国际适任标准。

学校请回来分享的校友——2018级卓越海员班丁林娜的故事,则让李昌华看到了榜样的力量。由于在工作中表现出色,丁林娜斩获2023郑和航海风云榜“杰出海员”称号,当时23岁的她是获奖者中最年轻的一位。颁奖词写道:“她用扳手拧出了中国海员的巾帼力量。”

“由于男女体力差异,老师傅们总说海上的活儿不适合姑娘家,但我相信辽阔的海洋从不会拒绝一颗渴望探索的心。”返校的交流中,丁林娜坦承也曾遇到过偏见,她选择“用扳手说话”。

作为船舶三管轮,丁林娜负责空压机、分油机等关键设备维护。“当遇到需要体力的任务时,借助工具和同事协作,男女力量差异完全能克服。”

“大海上的落日晚霞可以抵御一切单调”

目前,李昌华服务于“中联马尼拉”轮,该船舶配备20余名船员,包括两名女性船员,每次航行都要达到半年以上。

“中联厦门”轮一度月均靠泊20个港口,高强度的工作对李昌华的体力和心态都是严峻考验。船员遇到大风浪天气也会晕船呕吐,她分享道:“经验老到的船员会给我很多有用的工作建议,比如晕船时生吃柠檬,少吃油腻或流质食物。”

空余时间边听歌边学习航海英语,船舶靠港时收到公司的零食投喂……长期生活在船上,李昌华并不觉得枯燥,

而是细数着航海生活的“小美好”——“船员生活无须通勤、远离复杂人际关系,我很喜欢自由的航海生活和友好的工作氛围。”

闲暇之余,李昌华乐于在朋友圈分享航海生活的独特景致:壮丽的落日晚霞、翻涌不息的海浪,以及船舶靠岸时领略的异国风光。

船上的生活设施完善,配备了健身房、乒乓球台等娱乐场所,李昌华还会定期与同事们组织包饺子、煮火锅等团建活动。

尤其当夕阳西下,李昌华常常驻足甲板,凝望那海天之间无遮无拦的落日景象——硕大的火球缓缓沉入海平线,将辽阔无垠的天空与海面染成一片浓烈的金红,海水的波纹也仿佛熔化的金属般流淌着光芒,置身浩渺汪洋的中心,目睹纯粹的天地大美,内心涌动着一种难以言喻的自由感。

而当船舶靠岸,踏上异国的土地时,她总会拨通家人亲友的电话,分享沿途见识的独特美景,并精心挑选当地的特产。“这份工作,简直如同随船周游世界!”

这个活泼的女孩在“中联船说”推出的小视频更成为公众了解船舶行业的一个窗口。

高考前后,不少考生及其家长咨询航海相关专业就业前景。李昌华现身说法,给出建议:“选择航海技术专业需具备吃苦耐劳的精神、持续学习的能力和团队协作的意识,同时要有充分的心理准备和扎实的专业知识支撑。”

也有质疑的声音:女性体力真能胜任船上的相关工作?更有网友断言:“年轻姑娘受不了跑船的苦,迟早要下船的。”李昌华选择用超过6万海里航行的事实回应。

李昌华开朗活泼的性格也深受其他船员喜爱——聚餐时擀包饺子“一条龙”,真心话大冒险输脸上挂满白条。“有她在总能听到笑声。”轮机长马楠曾和李昌华共事8个月,对她印象深刻,“在船上久了易沉闷,遇到她这样的乐天派是团队的幸运。”

过年聚餐,李昌华建议船长给大家表演拉马头琴,她在旁边哼歌伴奏,周围的船员纷纷鼓掌欢呼。马楠很佩服这个姑娘的勇气:“要是我估计怕丢脸不会上去,但是年轻人哼错了忘词也不怕。”

“职业的成长没有边界”

在熟练掌握设备操作后,日复一日的船舶工作也曾让李昌华感到职业轨迹的迷失。

船长吴玉成察觉到了她的状态。借着闲聊,他考问李昌华:“船上救生圈分布在哪里?灭火器备用数量是多少?”面对这突如其来的现场考核,作为“三副实习生”的李昌华一时语塞,她发现自己对船舶消防救生体系所知甚少。

吴玉成语重心长地告诫:“实习生如果只满足于完成本职工作,将难以晋升。你需要提前学习三副的业务;担任三副后,就要钻研二副的技能,这样才

能获得晋升的机会。”

此后,每登上一艘新船,李昌华就会对照图纸跑遍全船每个角落,实地核验所有消防设备的位置。她在周报中写道:“吴船长教会我最重要的一点是,职业成长没有边界,人必须学会主动学习。”

跟随大副学习排放污水,向水手长请教制作撇缆头,向航线经理咨询专业问题……李昌华抓住一切机会学习。

航行过程中,李昌华对各种操作更熟练了,与同事沟通也更专业。在这个00后女生看来,更重要的是“和船上的‘家人’建立了深厚的友谊”。

在船长吴玉成眼里,李昌华勤奋好学,一有时间就向同事请教,从不推诿抱怨脏活累活,是船上的“小太阳”。

公司对船员实施严格的管理制度,涵盖工作计划留痕、危险品与冷藏箱定时检查、定期培训及应急演练考核等规范。这种高标准的管理环境反而激发了李昌华的进取心:“从三副晋升至船长需经历三副、二副、大副、船长四个职级,整个过程通常需要10年左右的实践积累。我要成为中联航运的船长!”

目前,她已系统掌握三副的四大核心职责:航行值班、消防设备养护管理、协助办理船舶进出口报关手续,以及组织船员培训。尽管仍处于实习阶段,她还主动学习了大副的文书工作流程。

看着驾驶台张贴的世界地图,这个00后姑娘的指尖划过太平洋航线,目光坚定:“希望未来我能成为船长,驾驶中国建造的船舶,将更多‘中国制造’的货物送往全世界。”

一年卖了200万件,国博“销冠”为何是冰箱贴



□ 蒋肖斌

7月19日中午12点多,中国国家博物馆现场诞生了一名“幸运观众”。来自四川成都的教师罗莉,买到了第200万件风冠冰箱贴。而不到4个月前,3月25日,100万件的纪录也才诞生。当天,买到第100万件风冠冰箱贴的“幸运观众”——来自山东东营的李雅菲,受邀重返国博,为罗莉颁发纪念版风冠冰箱贴及收藏证书,完成了一次“接力”。

风冠冰箱贴有多火,不用赘述,它已成为社交场合的“硬通货”,一“贴”难求。如果说来北京旅游,国博是“必到地”,那么风冠冰箱贴,则位列进国博之后的“必买榜”。这在年轻人中堪称“共识”的经典攻略,其实仔细推算,形成并不算太久,毕竟,7月19日正是木质风冠冰箱贴上市一周年。

一个小小的冰箱贴,成为博物馆文创界的“销冠”。国博刷新纪录在意料之中,也并非特例。喜欢逛博物馆的年轻人不难发现,近年来在全国各地的博物馆,冰箱贴往往被摆在最显眼的位置,获得最多的关注、带动最多的消费。

所以,为什么是冰箱贴?外形美观、方便携带、价格适中……这些是必要不充分条件,在这些维度,冰箱贴还有很多竞争对手。想要回答,需要稍回溯下博物馆文创的发展历程。

我认为大致可分为4个阶段:1.0阶段,文创还被称为“纪念品”,主要分为两大类,文物仿制品,或者将文物图案简单地印在马克杯、笔记本、冰箱贴上;2.0阶段,文创诞生了,故宫博物院



观众在中国国家博物馆排队购买风冠冰箱贴。视觉中国供图

“朝珠耳机”,是这一阶段的代表之作,注重创造文创在生活中的实用场景;3.0阶段可以视为2.0阶段的进化,文物成为IP,以更抽象的方式与文创产品结合,比如湖南博物院的“狸猫”系列,即来自马王堆汉墓漆器上的常见图案,这时,漆器诚可贵,萌宠更动人。

4.0阶段,即当下,冰箱贴成为现象级的品类。有趣的是,其实早在1.0阶段,冰箱贴就已经存在了。当然,从创意设计和制作工艺上,现在有了很大进步,各种材质、各种花样、各种小巧思。但兜兜转转,冰箱贴的唯一使用方式依然是贴在冰箱上。这是否与此前强调的博物馆文创要有使用价值、要深入生活有所偏差呢?

我并不认为这是两条相反的发展道路,它们的文化源头与未来指向完全相契,只是因为这一届年轻人对“实用”、对“生活”,有了更多理解。实用与生活,可以用文创耳机听歌、用文创杯子喝水、用文创帆布包搭配OOTD;也可以像是每天清晨,走到冰箱前觅食时,一眼看到那一大片从全国各个博物馆带回来的冰箱贴,生活就不只是眼前的“班”,还有那远方的“馆”。

其中的关键词,是情绪价值,这在近

来已被各行各业视为“销量密码”。但我相信,冰箱贴“爆款”的横空出世,并没有那么多预谋,也许最初只是出于对一个古早品类的常规升级。但渐渐地,冰箱贴被年轻人开发出了更多“情绪价值”,比如,记录足迹、交换社交货币等。从这个意义上,冰箱贴文创的文化内涵,可以视为年轻人与博物馆的“共创”。

曾和某博物馆文创负责人聊天,他戏谑地说:“如果冰箱贴‘有用’,你还会买那么多吗?”

我理解为,物理意义上的“有用”,因为明确的功能性而让人较容易产生满足感,买回来如果不用,甚至有些“浪费”的负罪感;但情绪上的“有用”,情随事迁,常买常新,每一个冰箱贴都记录了不同的人生旅程,一个都不能少,何况,每一个都贴在冰箱上,都用上了呢!

博物馆冰箱贴的故事背后,是历史的文化积淀与年轻人青春潮流之间的合作愉快。这也正是博物馆文创的初心。博物馆本就是现代社会的产物,在中国的历史,从1905年创办的南通博物院算起,刚刚120年。当逛博物馆成为年轻人的生活方式,博物馆的形象也有了更具象的现代感。

图知道



“下班”

近日,北京二中院审理了一起因用人单位频繁在下班后安排线上会议和培训而引发的劳动争议案件,受到广泛关注。随着通信技术的发展,“隐形加班”现象日益普遍,而此类案件中劳动者面临举证难、加班时间和精力难以量化等困境。对此,亟需制定明确细则,例如规定用人单位在安排线上工作的同时必须有打卡记录,以切实保障劳动者权益。

漫画:程 臻

“温暖的BaoBao·六边形”

人机协同精品榜

(2025.7.12-7.18)



作为本报人机协同试验田,“温暖的BaoBao·六边形”频道全新升级,将通过人机协同生产模式,不断推出多样化的精品。本报青年编委会每周评出一份人机协同精品榜单,呈现年轻人与AI交互中迸发的奇思妙想,展示人机共舞共创的新图景,敬请关注!



近来,关于“近视可治愈”“短期内让近视度数下降”等近视防控虚假营销多了起来,各种宣传套路令学生和家长防不胜防。有多少家长相信“近视可治愈”的说法?更多数据发现,请看本期《快看数据》。



——《快看数据|整顿近视防控虚假营销,家长有哪些期待?》



7月16日起,我国正式进入“七下八上”防汛关键期!此阶段雨势猛、范围广、时间长,次生灾害风险高。别慌,读图速览暴雨来袭“十要十不要”和分场景出行指南,提前做好防护,科学避险,守护你和家人的平安!



——《图知道|防汛关键期安全需牢记》



中央城市工作会议7月14日至15日在北京举行。会议部署城市工作7个方面的重点任务,多图速览!



——《图知道|中央城市工作会议部署城市工作7个方面的重点任务》



“一个老城,有山有水,全在天底下晒着阳光,暖和安适地睡着……”你是否在课本里读过这段暖融融的文字?寒冬时节,老舍先生笔下的济南却如春日般温暖。让我们随老舍先生的笔触,走进那座晒着暖阳的老城,一同触摸济南城独有的温情。



——《图知道|语文课本里的暖冬诗画:老舍<济南的冬天>》



Lu Wenfu captured Suzhou's obsession in The Gourmet: "Close your eyes. Taste spring on your tongue." The unique urban flavor of Suzhou awaits your discovery.

“眼一闭,舌头便‘春光明媚’。”作家陆文夫在《美食家》中道出苏州人对吃食的极致讲究。苏州的味道,等你来细细品。



——《Vision Z|Discover Suzhou's Secrets: Small Wonders, Exquisite Craftsmanship and Living Spirit》



7月15日,国家统计局发布2025年中国经济“半年报”。上半年,我国有效实施更加积极有为的宏观政策,国民经济顶住压力、迎难而上,经济运行总体平稳、稳中向好,四个关键带你速览2025年上半年国民经济“成绩单”。



——《图知道|多图速览2025年上半年国民经济“成绩单”》