

国际观察

美以伊战事之间：当世界回不到从前，人类能否携手向前

2月28日，美国和以色列对伊朗发起军事打击，一枚枚导弹划破长空，在孕育人类古老文明的“三洲五海之地”燃起熊熊战火。这场以超预期速度蔓延、裂变的战事，以其全球破坏性给国际社会带来现实冲击与内心震荡。

3月29日，战事进入第30天，宏观层面的全球破坏性已显而易见：“全球石油市场历史上最大的供应中断”“严重影响本就增长乏力的全球贸易”“让世界处于二战以来最暴力时期”“标志着所谓‘基于规则的秩序’的幻觉彻底破灭”……

全球破坏性也迅疾传导至各国百姓生活：越南河内加油站排起长队，印度孟买酒店暂停营业，埃及开罗菜市场番茄价格飞涨，意大利卡拉布里亚葡萄园化肥成本高企……

骤然袭来的危机，让人们对当前国际形势正在经历第二次世界大战结束以来最深刻演变了有了更真切理解，也对当今世界是一荣俱荣、一损俱损的命运共同体有了更深切体悟。这是摆在各国面前共同的时代考题：当世界回不到从前，人类能否携手向前，以信心、勇气与担当推动历史的钟摆坚定指向和平与发展的正确方向？

国际规则遭践踏 倒逼守护秩序的共识

3月2日，矗立于德黑兰市中心的古莱斯坦宫在美以空袭中严重损毁，璀璨水晶灯与精美镜面天花板碎裂满地的画面令人痛心。尽管《关于发生武装冲突时保护文化财产的公约》《保护世界文化和自然遗产公约》明确规定文化遗产受国际法保护，这座融合波斯传统技艺与欧洲新古典主义风格的世界文

化遗产仍未能幸免于难。在这场战事中，美以越过了太多红线。日本《东京新闻》评论：美以攻击伊朗“是无视《联合国宪章》和国际法的暴行”。英国《卫报》直言：对伊朗学校的轰炸，“无论是鲁莽之举还是蓄意为之，均构成战争罪”。俄罗斯《观点报》警告：“自威斯特伐利亚体系以来形成的国家元首不可侵犯原则已荡然无存。”

单边霸凌的横行，正倒逼出国际社会越发强烈的守护和平、捍卫秩序的共识。耐人寻味的是，在战事爆发之初异常沉默、尽力“不把违反国际法的行为说成违反国际法”的西方国家，正发生着态度转变。美国总统施泰因近日明确表态，美以对伊朗的军事打击毫无疑问违反了国际法，对德国和欧洲而言，国际法作为秩序框架、规则手册和合法性来源的重要性丝毫未减。

霸权神话被祛魅 催生战略自主的觉醒

81年前的联合国成立大会上，时任美国总统杜鲁门言之凿凿：“我们必须承认——不论我们的力量多么强大——我们必须放弃那种经常为所欲为的极端自由。”言犹在耳，美国却早将这番话抛诸脑后，“掠夺性霸权”“炮舰帝国主义”成为国际社会对其最贴切的标签。

“美国谋求以‘实力说话’重塑世界，短期内或获暴利，但长远的代价将是孤立、反噬与全球动荡。”新加坡《联合早报》写道。

自美国对伊朗发动军事行动以来，多重反噬效应正不断显现。一方面，美国的国际形象、国际信誉持续损耗；另一方面，其长期标榜的军事神话也被戳破。

中国人民大学区域国别研究院院长翟东升分析，美国在中东部署的“萨德”等先进武器系统无法充分应对伊朗导弹和无人机攻击，实战拦截率远低于此前吹嘘的水平。俄罗斯军事和政治冲突研究中心主任安德烈·克林采维奇认为，中东战事暴露了美国的一大弱点，即在持久冲突中“只能眼睁睁看着关键的高精度弹药储备迅速减少，而工业界来不及填补亏空”。

被戳破的神话还有所谓“为盟友提供安全保障”。无论是拉仇恨的基地，还是被抽调的士兵，中东战事以残酷方式给美国的中东与亚太盟友上了一堂警示课。最新民调显示，在加拿大、德国、法国、英国等美国传统盟友中，大批民众支持减少对美国的依赖。这与特朗普政府施压盟友护航霍尔木兹海峡时遭遇的“不配合”形成呼应，折射出其联盟体系不断萎缩的信任与持续扩大的裂痕。

英国政治学者赫德利·布尔曾指出，大国如何运用自身实力将对世界和平产生重要影响。当大国不懂得善意运用实力，甚至试图以武力阻止自身霸权衰落，不但会引发混乱与动荡，也将加速其衰落进程，催动对霸权神话的祛魅以及更多国家思想和行动上的觉醒。

这场觉醒已在全球南方国家蓬勃展开，也在美国盟友中悄然发生，加快战略自主成为更明显趋势。加拿大联合北欧多国，寻求构建中等强国新联盟；法国公布“前沿威慑”核计划，推动欧洲摆脱对美核依赖；韩国总统李在明表示，“将尽快推进战时指挥权的收回”。

危机中育新机 变局中有新局

今年以来，国际舆论场不乏解读世



3月15日，伊朗首都德黑兰一处居民区建筑遭受受损 新华社发

界之变的悲观论调，但这并非世界全貌。

百年变局加速演进，乱的一面更加突出，变的一面也在深入发展。危机中育新机，变局中有新局。

中东战火灼烧之时，三场在全球南方举办的重要论坛与会议，正是新机和全局的生动缩影。

一场是在阿塞拜疆举行的巴库全球论坛。近200位全球现任与前任政要以及联合国系统高级代表汇聚一堂，发出捍卫多边主义的强烈呼声。中国

提出的全球治理倡议被设立为核心专场议程。与会人士感慨，如果说对联合国体系的捍卫是对现有秩序的保卫战，那么对中国方案的热议，则是国际社会对未来秩序的“投票”。

一场是在哥伦比亚召开的首届“拉共体—非洲高级别论坛”上，两个发展中国家集中的大陆联合发声，“拒绝一切形式的压迫，从过去的奴隶制、殖民主义到如今的封锁制裁与战争”。

还有一场是刚刚在中国南海之滨落下帷幕的博鳌亚洲论坛2026年年

“数”说美以伊战事30天

- 战火波及中东10余国(包括阿拉伯联合酋长国、卡塔尔、沙特阿拉伯、科威特、约旦、巴林、阿曼、伊拉克、也门、黎巴嫩、土耳其等)
- 伊朗死亡2万余人
- 美以打击“上万个”目标
- 伊朗发动80余波反击
- 美军17处基地设施被击中
- 中东地区美军规模将达5万
- 霍尔木兹海峡商船通航量下降95% (新华社)

今日论衡之教育观察

学生爆哭！翻转课堂别成“翻转责任”

□孔德淇

日前，长春人文学院有学生发布视频哭诉，称自己在“翻转课堂”上体验不佳。这类课堂要求学生上台讲课，可不少同学借助AI生成课件，讲解内容晦涩难懂，该学生也直言希望回归传统课堂。此番发声，再次将翻转课堂落地过程中的实践争议推向舆论焦点，也为当下各类教学创新探索敲响了警钟。(3月29日《环球时报》)

翻转课堂的初心，不是师生角色的简单对调，而是教学时空的科学重构。相较于传统“教师讲、学生听”的灌输式教学，翻转课堂倡导打破课堂边界，让学生课前依托教师梳理的学习资源自主预习，课上聚焦知识难点深度研讨，教师则从“知识灌输者”转变为“学习引导者”，让课堂成为思维碰撞、答疑解惑的阵地，核心是实现教与学效率提升、衔接更紧密，真正优化教学模式。

理想很丰满，现实却常有偏差。当下不少院校的翻转课堂，在落地过程中走形变样，部分教师既不搭建系统的课前预习体系，也不结合学情提供适配学习资源、做好前置指导，仅仅是简单下达讲课任务，任由学生盲目搜集资料、仓促备课。最终整堂课只剩下学生碎片化的上台汇报，既无严谨的教学秩序，也无扎实的知识深度，整体教学质量大打折扣。这种看似紧跟教改潮流的做法，实则是教师责任心缺失、专业授课能力缺位的体现，更是对教学改革的浅层误读。

从“满堂灌”到“全放手”，这种极端化教学选择，根源在于形式主义作祟、教学评价机制错位。部分教师片面曲解“以学生为中心”的理念，将其等同于让学生全权主导课堂；再加上部分教育场景评价标准畸形，把传统

精讲授课贴上“理念落后、方法陈旧”的标签，反倒追捧形式新潮、互动花哨的课堂，将其视作教改标杆。在单一评价导向的裹挟下，不少教师为迎合考核、完成任务，只能敷衍落实翻转课堂，让务实的教学探索沦为为了做表面功夫。

更值得警惕的是，AI技术融入教学场景后，这类形式主义风气进一步蔓延。部分院校不考虑学科适配性、不顾及学生认知水平，强行要求学生全程借助AI备课、讲课。原本用于辅助教学、提升效率的技术工具，反倒加重了师生双重负担，与“为翻转而翻转”的误区殊途同归，进一步加剧教学内耗。长此以往，既耽误学生学业成长，更会透支教育公信力，阻碍真正有价值的教学创新落地。

真正高质量的翻转课堂，不是教师的“躺平契机”，而是师生共同深耕的教学舞台。教师的责任不会因课堂形式翻转而减轻，反而需投入更多精力，课前精心设计预习资源，课上敏锐捕捉学生困惑，课后精准做好反馈补充，成为课堂的组织者、引导者与串联者。与此同时，教学改革更要兼顾学生感受，当学生普遍反馈课堂效果不佳时，校方与教师首先要反思教学设计的合理性，而非一味强求适应形式化改革。

教育的本质，是一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云。无论形式如何创新、技术如何赋能，育人的初心不能丢，教师的责任不能卸，教学的规律不能违。翻转课堂的争议，是一次深刻的警示：所有教学改革，都应回归“以生为本”的核心，以教学实效为标尺，让形式服务于内容，让创新助力于育人，唯有扛起责任、求真务实，才能真正惠及每一名学

监管出手叫停“外卖大战” 是为消费回暖松绑、为良性生态筑基

首席评论

□杨铮

近期，监管部门密集出手，约谈外卖平台、规范促销行为、叫停恶性补贴大战，向市场释放出“外卖大战该结束了”的信号。这场针对外卖行业“内卷式”竞争的监管整治，绝非限制市场活力，而是精准破除消费复苏的堵点痛点，为消费回暖松绑，同时推动行业回归健康发展轨道。

此前愈演愈烈的外卖补贴大战，看似给消费者带来短期低价福利，实则给市场埋下重重隐患，更成为影响消费复苏的“隐形枷锁”。平台为抢占市场份额，疯狂砸钱推出“大额满减”等优惠，逼迫商户被动参与价格战。不少中小

餐饮商家为保住利润，不得不压缩食材成本、降低餐品品质，甚至出现分量缩水、食材以次充好的情况。消费者看似薅到羊毛，实则是以牺牲商品质量和服务为代价，长远来看必将损害消费者权益、影响其消费体验。

事实上，自去年“外卖大战”开启以来，补贴竞争持续时间超过一年，相关平台累计补贴高达800亿元至1000亿元。从实际运行情况看，已对餐饮行业产生较为明显的影响。立信咨询对全国范围2000多家餐饮商户的调研数据显示，近七成商户营业额较2024年下降，其中降幅超过20%的占48%；八成商户净利润下滑，降幅超过30%的占35%。同时，不少商户反映堂食业务受到挤压。这种靠资本堆砌的恶性竞争，不仅对餐饮行业价格体系形成了猛

烈的冲击，更让消费者陷入“低价低质”的恶性循环，最终拖累了消费回暖的大趋势，给宏观调控增添了本不应有的阻力。

监管出手叫停“外卖大战”，释放出清晰而鲜明的市场信号：要让消费回归透明理性，让行业从“拼低价”转向“拼品质”，为消费回暖卸下包袱。一方面，监管部门的相关文件已经明确要求平台规范促销行为，严禁强制商家报名参加活动、清晰公示补贴来源等，有利于斩断“虚假低价”的套路，让餐品价格回归合理区间，为消费者创造更加透明放心的消费环境。

另一方面，从行业发展来看，当价格战熄火，平台不再靠烧钱抢流量，商家也无需再为补贴贴本经营，商家们才能更好地将精力放在食材甄选、菜品研发、餐品口味和服务提

升上。监管部门叫停恶性大战，其目的就是让外卖行业摆脱低水平内卷，引导平台将资源转向配送效率优化、骑手权益保障、技术服务升级等方面，从而构建起“平台—商户—消费者”的良性生态，为消费市场长期稳定发展筑牢根基。

短期来看，大额补贴退出或许会让部分消费者感到不适，但长远而言，这是为行业行稳致远划清规矩和红线。监管部门及时出手叫停“外卖大战”，既维护了市场秩序、守护了消费者的合法权益，也为消费持续回暖松绑助力。价格战，走不远；内卷竞争，没有赢家。只有当监管立好规矩、平台回归品质和服务、商户能安心经营，外卖行业才能告别恶性博弈，真正成为消费回暖的“助推器”，为经济高质量发展注入更加稳健的动力。

年轻人对“防猝死套餐”的依赖，背后是熬夜、高压、缺乏运动等不良生活习惯的常态化。如今，不少年轻人深陷“熬夜硬扛”的恶性循环，连续睡眠不足、过度劳累，让心脏持续处于透支状态，而心肌炎等“隐形杀手”也悄然盯上年轻群体。面对身体发出的预警信号，若不愿改变生活方式，反而寄希望于保健品和药物，试

节血脂，并无治疗效用，其中叶黄素更只是只关乎视力，与防猝死毫无关联。更值得警惕的是，不少年轻人将速效救心丸当作抗疲药，该药属处方药，擅自服用不仅无法缓解不适，还可能引发休克等不良反应。

年轻人对“防猝死套餐”的依赖，背后是熬夜、高压、缺乏运动等不良生活习惯的常态化。如今，不少年轻人深陷“熬夜硬扛”的恶性循环，连续睡眠不足、过度劳累，让心脏持续处于透支状态，而心肌炎等“隐形杀手”也悄然盯上年轻群体。面对身体发出的预警信号，若不愿改变生活方式，反而寄希望于保健品和药物，试

图以“走捷径”的方式弥补健康亏欠，这种本末倒置的做法，只会让健康隐患越积越深。

心源性猝死虽来势汹汹，但并非无迹可寻，科学预防的关键从来不是依赖外力，而是养成良好的生活习惯。专家提醒，减少精神压力、规律作息，及时关注身体状况，才是守护心脏的核心。拒绝连续熬夜、避免过度劳累，合理饮食、适度运动，高危人群定期做心脏检查，这些看似简单的习惯，远比昂贵的“防猝死套餐”更有效。年轻人总觉得“年轻扛得住”，却不知每一次熬夜、每一次硬扛，都是在给心脏“上枷锁”，而健康从来没有“回头路”。

年轻人别盲目迷信“防猝死套餐”

热点快评

□苑广阔

电商平台数据显示，近期“速效救心丸”等心脏用药品类相关词搜索量暴涨，同比增长超过30倍，不少年轻人还把速效救心丸装在口袋里，当成抗疲药、缓解熬夜不适的“万能药”。除了药物和医疗器械，在社交平台上，包含辅酶Q10、鱼油等保健品的所谓“防猝死套餐”也迅速走红。(3月29日《江南晚报》)

近期，或因为张雪峰猝死事件，电商平台上速效救心丸搜索量暴涨30

倍，社交平台上“防猝死套餐”走红，越来越多年轻人将药物、保健品当作熬夜加班的“护身符”。殊不知，这种盲目跟风的行为不仅难以护心，反而可能引发健康风险。守护心脏健康，与其迷信各类“防猝死套餐”，不如坚守科学的生活习惯，这才是最可靠的“保命符”。

盲目追捧“防猝死套餐”，本质上是年轻人对健康焦虑的错位应对，更是对自身健康的不负责任。所谓“套餐”多由辅酶Q10、鱼油等保健品组成，商家大肆宣扬其“保命续命”功效，却刻意隐瞒其真实作用。正如专家所言，这类保健品仅能辅助养护心肌、调