

# 投身无障碍理念的传播和推广工作,获全国三八红旗手称号 邵丽华:“消失”17年,无声胜有声

## 淡出舞台17年,从未停下脚步

1976年,邵丽华出生于湖北宜昌的一个普通家庭,她从小就长得娇俏可爱,说话也比同龄人早。上托儿所时,每当小朋友的爸爸妈妈来接孩子,她都像主持人报幕一样,介绍着谁谁的爸爸妈妈来了。命运在她两岁那年悄然转折——一场高烧和随后的链霉素注射,让她永远失去了听力。

世界变得寂静无声,对她而言,这无疑是一场沉重的打击。但邵丽华的家人并没有放弃,他们用尽一切办法教她识字、说话,希望她能像正常孩子一样生活。在聋哑学校的日子里,邵丽华第一次感受到了音乐的震动,那是通过地板传递到脚底的鼓声。这一发现仿佛为她打开了一扇新世界的大门,让她爱上了舞蹈。尽管听不见旋律,但她凭借惊人的毅力和对舞蹈的热爱,不断练习,最终成为中国残疾人艺术团的一员。

邵丽华2005年走入大众的视野。在那年春晚的舞台上,一支由21位听障人士演绎的《千手观音》震撼了全世界。邵丽华作为领舞,以优雅的身姿、精准的动作和深情的演绎,赢得了无数观众的掌声,她也一夜成名。接受采访时,她说,因为舞者听不到音乐,排练只能依靠地板的震动和内心的节奏来感受旋律,每一个动作、每一个眼神都凝聚着心血和坚持。

在事业上取得巨大成功的同时,邵丽华也收获了美满的爱情和婚姻。一次,她在外地演出,迷路了。一个男孩走过来,询问她:“需要帮助吗?”两人通过纸笔交流,逐渐产生了深厚的

近日,全国妇联在京举行纪念“三八”国际劳动妇女节暨表彰大会。其中,中国残疾人艺术团团长邵丽华获得了2024年度全国三八红旗手称号。

说到邵丽华,想必大家都不陌生。2005年央视春晚上,由她领衔表演的群舞节目《千手观音》曾感动了无数人,直到现在都是难以超越的存在。时隔20年,邵丽华再次“登”上央视春晚,她的身份已经不是一名舞者,而是春晚听障版的艺术指导和手语指导。



邵丽华出席北京国际舞蹈影像艺术节活动 图源:IC photo

感情,在7年的爱情长跑后,终于步入了婚姻的殿堂。

在儿子年幼时,邵丽华付出了更多的母爱和耐心。她睡觉时戴着助听器,以便能听到儿子半夜的哭闹声。通过看口型、表情和简单的手语交流,母子二人逐渐建立了深厚的默契。如今,儿子已经长成了一个阳光开朗的大男孩,这也是邵丽华最为欣慰的事情之一。

2008年以后,为了给年轻人更多展示的机会,邵丽华渐渐告别了热爱的舞台,退居幕后。但她并没有停下脚步,而是将更多的精力投入培养新一代舞者的工作中。

她带领中国残疾人艺术团,走遍

了世界各地,让更多人看到残疾人艺术的美。

她还担任全国政协委员,为残疾人争取权益,提出“残疾儿童早期筛查”“残疾人驾车权利”等提案。

从2005年至今的20年来,“千手观音”的扮演者换了一批又一批,“新时代”的孩子们充满活力和阳光,他们拥有高昂的斗志和青春的气息。目睹他们从稚嫩的小家伙成长为成熟的大孩子,从新手逐渐成为舞台上的主角,他们在艺术和生活的道路上不断前行,默默地在事业上辛勤耕耘,这正是我所期待的”。成立于2013年的中国残疾人艺术团附属学校,将继续面向全国招收一批新学员,邵丽华希望这

艺术的种子,可以长成一片森林。

## 从台前到幕后:打造无障碍春晚

今年春晚,邵丽华以全新的身份回归——听障版无障碍转播的艺术指导和手语指导。这次春晚首次推出视障版和听障版无障碍转播,让更多视障和听障人士能够“看得见”“听得见”春晚的精彩。这一创新举措背后,是邵丽华和团队成员们的不懈努力。

对于邵丽华来说,这次任务远比想象中的要复杂和艰巨。她不仅要为春晚歌曲配备手语翻译,还要用手语表达舞蹈、小品、相声等多种类型的节目内容。相声和小品中的幽默感、戏曲中的唱腔和身段,都难以通过手语完全呈现。但邵丽华没有退缩,她带领团队反复研究、不断尝试,最终用生动、直观且兼具趣味性的手语表达方式,为听障观众呈现了一场精彩纷呈的春晚。

为了更好地传播无障碍理念,邵丽华开通短视频账号进行新媒体数字传播,加入故宫博物院无障碍志愿服务队,助力让听障人士“听见”中华优秀传统文化的声音,了解每个文物背后的故事。她期待:“在未来,听障人士可以‘说话’,顺畅表达,视障人士能‘看见’世界,肢残伙伴可以‘自由’出行。”

在无声的世界里,她用行动唤醒了许多人的心灵。从《千手观音》的一舞成名到春晚听障版无障碍转播的艺术指导,她不仅展现了自身的艺术才华,更用舞蹈突破了命运的桎梏、诠释了生命的壮美。

摘编自央视网、封面新闻、光明网、中新网等

## 【声音】

“流量演员可以带流量,他可以让更多人看这个戏,但是我觉得流量演员如何发展,应该有引导和疏导。”

——全国政协委员、北京人民艺术剧院院长冯远征近日表示,流量演员在取得一些成绩后,更应该冷静下来去深造,提高演技,演员拼到最后拼的是文化。

“其实我觉得高学历和打麻将没有什么必然联系,民间全都是高手,像我妈打麻将比我厉害多了。”

——近日,全球麻将冠军联赛中国区总决赛在杭州落幕。“四川熊猫队”派出北大毕业生以1分险胜“山东蓝鲸队”,获得奖金20万元。比赛持续了10小时,共计64副牌。赛后,“四川熊猫队”因队员的名校学历受到了大量关注。对此,队员王雨如此回应。据队长吴太康介绍,“四川熊猫队”9个队员有北大求学经历,还有2个清华的。他本人本科、研究生均就读于哈工大,在清华读了MBA。

“音乐创作要有一定技术、一定难度,但不能钻牛角尖。技术至上的潮流如今还很常见,我深恶痛绝,比赛时看到这样的作品,坚决不给高名次。音乐还是要好听,乐谱写出来不只是看,最后还是用来听的。”

——生于上海,在弄堂里长大的叶小纲,是中国当代最具国际影响力的作曲家之一。近日,在见面会上,他表示:“我对儿时上海弄堂里的声音记得特别清楚,曾为电视剧《上海滩》、电影《人约黄昏》谱曲,创作出富有上海风情的旋律音乐。我今年70岁了,经过几十年的创作探索,希望自己的作品能体现技术难度,同时也要让大家喜闻乐见,听起来有中国味儿,不辜负花钱买票的广大音乐爱好者。”

“打假会促进民营企业的发展。如果没有人打假,市场上充斥着假冒伪劣产品,好商品反而没人去买,劣币驱逐良币,这样会影响民营企业的发展。”

——今年52岁的王海,几十年前就因“职业打假”而声名大噪,但也饱受争议。近日,他在接受媒体采访时表示:“我20年前就已实现了相对的财务自由,之所以一直坚持做这件事,主要还是觉得有成就感、有乐趣,揭穿骗局,促进市场公平、公正发展……肯定会有疲倦,但有这样的能力,还能从这样的工作中获得成就感和快乐,所以目前还没有想过离开。”

# 雷军如何培养女儿

总觉得孩子很叛逆,尤其在七八岁的时候,她挺叛逆的,不太容易听你的话,所以关键问题是你怎么把自己变成她的朋友,能够陪她一起做些什么事情,在这点上我是想了很多方法的。

比如说,我陪她去骑自行车,她觉得骑自行车很好玩,看到院子里小伙伴骑自行车,她也要。她原先的自行车旁边带小轮子,她觉得不行,再给她换一辆标准的自行车,有时候周末带她去骑自行车,她就挺开心的。

后来,我在想今天北京没有多少时间可以去骑车,雾霾天气不适合骑车,什么运动能让她跟我像朋友似的,至少坚持到大学。

我后来找了一项运动——滑雪,它特别适合家庭和团队,因为滑雪90%的时间都在缆车上,有足够的时间交流,北京滑雪有更多的时间是在排队,有足够长的时间来交流,在寒风凛冽之中,两个人坐在缆车上,这个环境能聊的话题肯定跟平时聊的不一样。我举这个例子是想跟大家分享,怎么能够变成孩子的好朋友。

每个家长都希望自己的孩子成绩好,当然我也不例外。我基本不看着孩子做作业,有时我问我哪门科目最好,她说英语最好。我说我数学最好,要不她教我英语、我教她数学?她很开心,当小老师的时候还特别认真。我就是通过这种方式,让孩子给我当老师。

很多时候我们的家长特别在意每天陪孩子做作业,但陪久了以后很容易没耐

心。其实我建议不用每天陪,只要检查一下作业就好,更重要的是如果你决定陪他做作业,一周拿出一两个小时,跟他认真地坐在一起分享学习的方法、培养学习的兴趣,我觉得这个比较重要。

## 情商和“逆商”要培养

谈到这一点的时候,我觉得其实有比成绩更重要的东西,大家都希望孩子智商高,但情商和“逆商”在某些方面甚至比智商更重要。现在的孩子我觉得智商都不差,关键是在学校教育的前提下,我们家长该做什么?

在智商的培养方面,最重要的是挖掘孩子的兴趣,培养学习的兴趣,帮助他找到学习的办法。而情商最核心的是与人相处的能力,团队合作的能力。

当然,还有我们没能足够重视的是“逆商”。“逆商”的核心是当你遇到困难和挫折,如何去克服,如何艰难前行。我们今天的社会竞争非常激烈,每个人都有压力,也都会遇到困难,关键是如何突破自己。

从不好中找出好的一面。对于生活中发生的那些令人沮丧的事情,从中找到积极的一面。比如一次数学考试没考好,我女儿很懊恼,但任何事情有不好的一面,就会有好的一面,反正已经考不好了,还不如想一想,这次没考好,能给你带来什么收获?于是她就照着这个思路去想,想了一大堆收获。如做题应该挑简单的先做、不能着急交卷等等……

今天的家长总体来说对孩子都比较宠爱,而这些受宠爱甚至溺爱的孩子未来该如何去克服困难,这是最难的一点。

## 教会学习的方法

2010年我去做手机,很多人都不看好我,这是一个很绝望的过程。但我觉得最重要的,就是学习能力。当你具备学习能力的时候,当你真的把目标锁定在这里的时候,其实可以克服很多的困难。

我记得大学的一个老教授说过,新生应该怎么上大学。他说上大学的目的很简单,只需要学会一件东西,大学就可以毕业了,就是学习能力。读研究生最重要的是培养工作能力。

我认为孩子,或者教育最重要的不仅仅是教会他们知识,更重要的是教会他们学习的方法,提高他们的学习能力。当你有学习能力的时候,你就能克服在任何陌生领域遇到的困难,你就有机会在陌生领域里面获得成功。这也是我父亲在我很小的时候,教给我的东西。

小时候,我特别喜欢玩拆装收音机、电视机,父亲就很鼓励我。这种爱好没有家长的支持你是做不到的,因为买那些东西都很贵,特别是在那个年代。但父亲当时花了钱给我买那些东西。小时候培养的对无线电的兴趣,使我在40岁再创业的时候选择了智能手机这一领域。我在小时候萌发的兴趣,到了中年才有机会实践,我想这也是人生的一件乐事。

摘编自中国妇女报、外滩教育等



雷军在小米新品发布会上 图源:新浪财经微博 @雷军

每年“3·15”国际消费者权益日期间,小米集团创始人雷军的社交媒体评论区就会出现“许愿池”现象——针对当年被央视“3·15”晚会曝光的不合格产品,网友会纷纷跑来刷屏,希望他能够生产出消费者敢买、敢用的同类商品。今年也不例外,不少网友刷屏许愿,希望他能够生产出质量靠谱的女性卫生用品。此前雷军也曾对此回应:“好像什么东西难干,或者什么东西不值得信任,他们就到我的评论区留言,我成了许愿池。”

作为颇受消费者信赖的企业家,雷军又是如何看待女儿的教育?以下节选雷军当年在清华附小“家校学习共同体”沙龙上演讲的部分内容。

## 与孩子结为朋友

我对孩子最大的体会是什么呢?是怎么能够变成孩子的好朋友。做家长的,