

# 青春上善好活法

## 我是你的眼



左图:高巍给导盲犬“小麦”喂食。右图:苏州图书馆的志愿者为即将演出的视障者化妆。

受访者供图

实习生 陆地  
中青报·中青网记者 李超

每周二下午,江苏省苏州市苏州图书馆都会迎来一对特殊的客人。一只名叫“小麦”的导盲犬在馆前无障碍斜坡停下来,一边咧着嘴转向主人高巍,一边用粗壮的尾巴在她腿肚子上甩来甩去。她立马会心一笑,从包里抓一小把肉干奖励“小麦”。

图书馆一楼进门左拐,是一间不大不小的盲文阅览室里,二三十个盲人围坐成一圈。虽然他们彼此看不见,但欢声笑语从没停过,其乐融融好像一家人。“经常老远就能听见他们喊,高老师和‘小麦’来没来。”高巍说。

苏州图书馆相关负责人介绍,自2001年以来,苏州图书馆盲文阅览室由最初的盲文书借阅,为盲人录制听书磁带,逐步发展为每周二固定的盲人读书会,再到目前集合了包括“走出户外、触摸世界”、无障碍电影、真人图书馆、“超凡”盲人朗诵艺术团等在内的十大主题活动。

活动开展过程中,凝聚起来的一支核心志愿者队伍,不仅为视障读者出行提供便利,还充分发挥自己的专业特长,为视障读者提供文化服务。20多年的坚持,依托苏州图书馆的平台和资源,联合社会力量,由此确立了“我是你的眼”品牌项目。

### “即使看不见,心里也要有一盏明亮的灯”

1969年出生的高巍从小生活在部队大院。20世纪90年代从深圳大学毕业后,她进入深圳证券分公司,成为身穿红马甲的操盘手。但这并不耽误她追逐时尚大潮,她当过深圳时装周模特,喜欢唱歌跳舞,经常登台表演。

“2009年儿子读高中。”她回到苏州老家。然而,2011年11月11日那天,一觉醒来她发现自己视力急剧下降。到医院后被诊断为视网膜色素变性。随着时间推移,她的视力一天不如一天,视野逐渐缩小。她感觉“天塌下来了”,整天把自己闷在家里。

一次偶然机会,高巍结识了苏州大学的王植民。这位当时52岁双目完全失明的教授,和她患的是同一种眼疾,但在妻子的陪伴下,仍然坚守在三尺讲台上,一直讲到退休。

一段时间里,苏大校园里总会有一对牵着手的老夫老妻,妻子在前,丈夫在后,两手相握,走得很慢却很踏实。退休后,王植民立下誓言:后半生为盲人事业献出最后一丝余热。“我当时敬佩得不得了,眼泪哗哗地往外流。”高巍回忆。也正是从王教授的口中,她第一次知道了苏州图书馆里有一个叫“盲文阅览室”的地方,是视障群体的“乐园”。盲文阅览室的设立,有很大功劳归王植民教授。

2012年的一个周二下午,高巍第一次大大方方地走出家门,拄着盲杖到苏州图书馆参加活动。没想到这一去就是11年。

每周二“我是你的眼”主题活动让高巍重新找回了对生活的热爱。也正是从这里,她开始了与盲人“超凡”朗诵艺术团的故事。

每隔几个月,图书馆就会办一场大型汇报演出。作为团长,她一次不落地带领着盲人朗诵团登台表演。馆方还特地为她们置办了演出礼服,红的、蓝的、紫的都有。

排练现场,志愿者们各司其职,有人帮忙化妆,有人帮忙整理服装,有人调试音频和灯光……令她感动的是,“苏州图书馆会为一群看不见的人花这么大的心思”。

为了准备一场如期而至的汇报演出,她不敢有一丝懈怠。提前一个多月,她就把要朗诵的篇目录制在手机里,每天循环播放跟着念,第一段背完了就背第二段,第二段背完了,两段合在一起,再背第三段……她也格外珍惜每周二集体排练的机会,“和大家在一起感觉进步非常快”。

除了朗诵,她还每天练习吹箫。在她看来,吹箫既练肺活量,又练大脑,对朗诵帮助很大。“我必须找一件事让自己静下心来,无所事事的话,人就会瞎想。”她说。

日历翻到了演出汇报那一天。随着登台音乐响起,在志愿者们的搀扶下,盲人朗诵团的团员一个挨着一个走上舞台,站定,全体鞠躬,台下掌声雷动。高巍缓缓举起话筒,铿锵有力的嗓音从音响中传来,在场很多观众都忍不住闭上双眼去感受。

聚光灯打在她的脸上,光影模糊间,她的眼前仿佛浮现出当年在深圳登台表演时的一幕幕画面。那一刻,她突然想到第一次见面时王植民教授跟自己说的话,“即使看不见,心里也要有一盏明亮的灯”。

### 苏州的“海伦·凯勒”

1980年出生的陆舒昊对苏州图书馆盲文阅览室有着别样的情感。由于先天原因,他八九岁的时候因视网膜大面积脱落造成双目失明,后来又因发高烧出现了严重的听力受损,需近距离才能听清声音。

1991年进入盲校后,他开始接触盲文。还没毕业,他就把学校图书馆能看的书都看完了。“但当时的盲文书还是太少了,我只能联系北京的图书馆借书,很不方便。”他回忆。

有一天,他在订阅的《盲人月刊》上了解到,世界上最大的盲人学校——美国的海德里盲人学校正在招收中国区学员。他没有犹豫,报名参加了海德里盲人学校,通过函授的方式学习盲文英文,成为中国为数不多的进入海德里总校学习的学员之一。

2001年,苏州图书馆盲文阅览室正式成立,一下子解决了陆舒昊借书难的问题。他在图书馆里经常一泡就是一整天。一来二去,他成了图书馆里的大名人,工作人员和志愿者们没有不认识他的,还亲切地称他是“苏州的海伦·凯勒”。

也是从那时起,“我是你的眼”项目正式启动。由馆方牵头,每周二下午固定召开盲人见面会,让爱看书的盲人们聚在一起,能够有一个交流的平台。

起初,见面会的内容主要是读书分享。后来有人提议每周都选一个主题,周周不重复,让活动丰富起来。

最让他印象深刻的是其中一个叫“立体阅读”的主题活动。

所谓立体阅读,就是馆方会定期举办一些文化微旅行活动,带领盲人群体走进苏州博物馆、南园宾馆与昆曲传习所等地,通过触觉对苏州古城进行沉浸式且立体的“阅读”。

他很喜欢这样的活动,“立体阅读能让我用脚步去丈量,用触觉去触摸文化,从而在脑海里呈现出一个更加真实立体的苏州古城形象,完全颠覆了传统的阅读方式,很新颖也很人性化”。

从20岁开始,他主职做按摩,“这是所有盲人逃不出的一个命运选择”。但这么多年过去,只要周二下午有空,他都雷打不动地参加盲文阅览室的活动。

在海德里盲人学校学习期间,国外很多好心人知道他的信息,会给他免费寄书,家里书多到放不下,他就无偿捐给苏州图书馆。

陆舒昊常说,希望将自己学到的盲文英文知识利用起来,做中国盲人走向世界的使者。2008年,他无意中看到了一位美国作家为盲文发明家、法国盲人路易·布莱叶写了一部传记。为了让更多盲人更好地了解盲文的起源与发展,他小心翼翼地给这位美国作家发了一封电子邮件,希望能翻译这本书。

“没想到对方非常慷慨,没有索取我任何的版权费用。”他笑着说道,“我随即开动,一字一句翻译出来,并于2009年,也就是路易·布莱叶的200周年诞辰顺利出版。”

### 声音同样能打开一个新世界

苏州书香公园草坪舞台上,90后视障读者潘吉和高巍作为领诵员,站在演出队伍前列,带领大家朗诵《书香苏州满春华·春日序语》。

潘吉直言:“我和苏州图书馆有20年的缘分,这里就是我的‘娘家’,每次活动只要需要,我一定推掉手头事情赶过来。”

潘吉25岁彻底失明。在特殊教育学校读书期间,潘吉隔三岔五向苏州图书馆借书。他回忆,从13岁就开始看经典武侠小说《天龙八部》,“那么厚的书翻译成盲文要有17本、每本300多页”。

由于盲文书数量有限,这也使他馆藏的这些书籍如数家珍。“16本《红楼梦》、4本《围城》、盲文版《青年文摘》……所有的书都摸过,甚至都翻烂了。”他说。

在这里,他认识了不少关心自己的图书馆管理员,其中就包括自己最喜欢的孙路平老师。“每次书看完了,我都会给孙老师打去电话,说上次的书看完了,还想看什么书。”孙路平就会在下班的时候把这些书捎在小电动车后面,一直送到学校传达室,用新书换旧书。

后来,潘吉前往外地求学,与苏州图书馆的联系逐渐稀疏。直到2021年,他在从事有声读物和后期配音工作过程中,深入了解了盲文阅览室“我是你的眼”项目。

虽然看不见五彩缤纷的世界,但他笃信“声音同样能够为盲人们打开一个新世界”。从那以后,他重新融入盲文阅览室的活动中,发挥他的朗诵专长,借助读屏软件给盲人们制作大量的有声读物。

令他欣喜的是,重回盲文阅览室,这里变了:“听书廊每人一台听书机器,只要把电子书放进去就可以给你读,而且还连接了海量的书籍资源。”此外,现在每次出门,他只需要家人送上地铁,而后就会有工作人员全程引导,快到图书馆时也会有志愿者前来接应。

他很庆幸自己生活在苏州这座城市,“这里的无障碍关怀做得真的很棒”。

### 互相的牵挂

提起盲文阅览室的设立,孙路平回忆,当时很多城市的公立图书馆只是在外面某个角落架了一

个盲文书架,很少有像苏州图书馆这样单独开辟一个阅览室。

“通过长时间与盲人们打交道,我发现盲人还是需要一块单独的地方。”她坦言,盲人们因为看不见就特别容易担心妨碍别人,但如果提供一个相对独立、固定的位置,他们就能够摸桌子清楚地知道该坐在哪儿、盲杖该放哪儿,旁边坐着谁,自然就会有一种归属感和安全感。

盲文阅览室一落成,馆方就组织了“爱心磁带”活动,即面向全市招募志愿者为盲人录制听书磁带,这件事还登上了当地的报纸。这也是“我是你的眼”系列活动的雏形。

今年76岁的史琳就是“爱心磁带”的第一批志愿者,她至今还坚守在岗位上。

很早之前,陆舒昊跟史琳说想听《时间简史》,她不禁心头一怔:“没想到盲人群体里还会有这么高要求的。”由于该书并没有盲文版,她就利用一个暑假一段一段读下来发给他,假期结束了,一本书也读完了。

“后来,我好几次到陆舒昊家去了解情况,一瞬间被这群人感动到了。”史琳不禁热泪盈眶,“他们比我们想象的要困难得多,但对生活却如此热爱。”

她写了一首题目叫《我和我的盲人朋友们》的现代诗:“虽然他们看不见太阳,但心中充满光明,即使一百次摔倒,也要一百零一次爬起来。”

史琳以前当过苏州博物馆的志愿者,就提出带盲人们一起逛博物馆,但没想到在现场,大家跌跌撞撞,最后都没能看完。

她索性让大家坐在博物馆大厅围成一圈,自己在中间详细地讲解每一个展览,所有人都默不作声,听得津津有味。

从那一刻起,史琳似乎明白了“我是你的眼”的深刻含义。对她而言,被盲人们信任是一种莫大的幸运。这些年,甚至有盲人朋友直接把存折密码告诉她,请她帮忙取工资,“大家到了一种互相非常信任的地步”。

每年农历二月二,按照苏州当地习俗要吃撑腰糕。80多岁的盲人老王就会在家里提前做好,一人一小包,拿来和大家分享。让史琳感动的是,老王掂着她有糖尿病,特地留了一块咸口的,还嘱托其他人提醒她不要拿错了。

史琳相信,盲人们和志愿者们是一种相互滋养的过程。盲人们总是选择无条件地相信你,你也必须双向奔赴,尽好本分之责。这种坚守少说一两年,多说二十几年,这就是为什么孙路平老师从图书管理员退休后,坚持以志愿者的身份继续留在盲文阅览室服务的原因。

近年来,随着苏州图书馆北馆的开放,“我是你的眼”不仅在地理区域上将服务阵地扩大,更逐步联合聋人协会等单位,将服务对象扩大至包括听力和肢体残障等在内的弱势群体,将人文理念更深入贯彻到日常服务中。

史琳意识到,“我是你的眼”其实早已根植到志愿者的心底,“不管自己在干什么,心里都在牵挂着他们。同样,他们也会牵挂着我们”。

中青报·中青网见习记者 李丹萍文并摄

## 一堂开在公园里的自然教育课

“这个是荷花的花冠,这个是莲蓬,中间这些小点点是毛刺……”来自北京市东城区板厂小学四年级的许京尧向记者介绍画作。和常见的绘画作品不同,许京尧的画中清晰标注着荷花各部位的名称以及植物介绍。同在四年级就读的李芊煜画的是蒲公英,“我觉得它小小的,很美。”李芊煜画的鸚鵡很爱吃蒲公英叶子,她常常要去路边寻找,对这种植物十分了解,她在画里,对蒲公英的每个部位都进行了“放大”描绘,并标注名称介绍。

许京尧和李芊煜采取的记录方式叫“自然笔记”,即用图文结合的形式记录下对自然的认识、体会和感悟。这是当下较为流行的一种自然教育方式。

日前,中国青年报社园立方合作伙伴——位于北京市东城区的龙潭西湖公园,举办了一场以“自然笔记”为主题的自然教育科普活动。东城区板厂小学的学生们走出教室,深入自然,通过实地观察,学习知识。

给孩子们上这堂“自然笔记”课的,是北京树行途生态教育科技有限公司课程部教师毕晓泉。她告诉中青报·中青网记者,自然笔记的作品展现的是视、听、嗅、味、触感受后记录下来的翔实结果,创作的过程带有探究性质。学生不论是在观察还是在探究原理时,都要保持严谨。“在绘画时要尽可能看到什么就画什么,不可过于随意或卡通化”,毕晓泉认为,孩子们科学测量、翔实记录,以一种较为轻松的方式促进了“五育”并举(德智体美劳全面发展——记者注)。

“自然笔记让人们对于平时习以为常的事物多了一份关注,在观察与记录中,不知不觉地拉近了人与自然的距离;同时,它有助于锻炼孩子们的观察和思考能力,养成严谨、踏实的科学精神。”龙潭西湖公园管理处办公室主任马恩桐说。

五年级4班的许博创作山茶花自然笔记用了大概一个小时。其中,画画仅占20分钟,其余时间她都在查阅资料。现在她不仅知道了山茶花的主要产地、花期以及成林的适宜温度等,还意外发现了它的“亲戚”茶梅,了解了两种如此相像的植物该如何区分。

不仅掌握植物知识,学生们也在观察和绘画中发生了更紧密的连接。四年级1班的李思睿画的是千屈菜,他认为,千屈菜虽然不起眼,但为公园的美化做出了贡献;许京尧画荷花的同时,也将蜻蜓点缀其间,试图画出“小荷才露尖尖角,早有蜻蜓立上头”的诗意氛围。

龙潭西湖公园有长堤,有小岛,更有荷花芦苇,有柳树成荫,依托园内天然的自然风光和资源,自2015年开始,公园开始尝试自然教育相关活动。马恩桐说:“孩子们的笑脸和家长们的肯定,让我们更坚定了不断前行的信心,也让我们有了组织更多活动的动力。”

东城区板厂小学2019年开始和龙潭西湖公园合作,首次开展的活动就是“自然笔记”。马恩桐表示,公园为自然笔记的开展提供场地,自然讲解师、园林工程师等专业技术人员还为活动提供保障。

从刚接触自然笔记无从下手的茫然,到练习多了之后的游刃有余,再到发现某一物种细微特征后的兴奋……孩子们在创作自然笔记时的变化,时常浮现在毕晓泉的脑海。“这让我直观地感受到自然笔记对孩子的影响,坚定了持续讲解自然笔记的信念。”她说。

不过,开展自然笔记活动并非一帆风顺,困难和挑战依然存在。毕晓泉坦言,引导学生学习自然笔记的老师需要兼具自然和美学的知识,对老师来说,有挑战;同时,由于创作自然笔记需要走出教室,学生的安全问题需要特别关注。

在板厂小学美术教师陈卓看来,开展类似活动的时间和场地是主要问题。“一节课只有40分钟,开展自然笔记活动,时间有些紧。”她说,在什么时间和地点安排这项活动,需要更多的沟通和协调。在没有找到合适场地时,学校会利用社团活动的时间,给孩子们普及、渗透相关的科学绘画知识。此外,学校还开设写生类的课程,不去户外时,学生们可以通过观察花瓶中的花朵或者植物布景,学习绘画。

如今,越来越多的学校尝试将课堂拓展到大自然中。毕晓泉认为,在确保学生安全的前提下,自然有助于增强孩子的好奇心和探索欲,提升专注力和思考能力等,同时自然环境也可以帮助学生调节情绪、理解个体与团体的关系、锻炼坚强的意志、懂得并更珍惜生命。

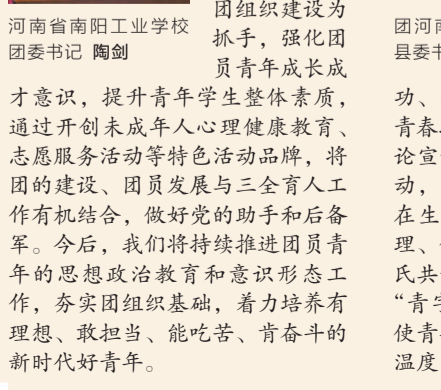
“生态建园、科普惠民”是龙潭西湖公园的发展方向,除了自然笔记,龙潭西湖公园还持续打造“家门口的自然课”系列主题活动,内容涵盖身边常见的植物、昆虫、鸟类、原生鱼类及矿石、节日文化等。通过自然游戏、自然观察、绘本剧等方式,帮助参与者掌握自然知识,培养爱护自然、欣赏自然、尊重自然的情感,真正做到保护自然环境。截至目前,龙潭西湖公园已经开展了各类主题的科普活动近200场,受众6万余人次。

“在网络异常畅通的年代,孩子们了解的知识越来越多,但是他们和自然亲密接触的时间越来越少了。”马恩桐表示,公园是生物多样性的载体,这里不仅有亭台轩榭、花草树木,更有和它们和谐共生的鸟、兽、虫、鱼等。“身处公园之中,沉下心来即可感受自然赋予的美好、愉悦与安宁。”马恩桐说。

“自然笔记”课后,北京市东城区板厂小学的学生们与中国青年报IP形象青小豹在龙潭西湖活动现场合影。

## 一微心愿

南阳工业学校团委始终坚持党建带团建,以立德树人为目标,以思想引领为方向,以政治教育为重点,以团组织建设和抓手,强化团员青年健康成长成才意识,提升青年学生整体素质,通过开创新型青少年心理健康教育、志愿服务等特色活动品牌,将团的建设、团员发展与三全育人工作有机结合,做好党的助手和后备军。今后,我们将持续推进团员青年思想教育和意识形态工作,夯实团组织基础,着力培养有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代好青年。



河南省南阳工业学校团委书记 陶剑

尉氏县委坚持把深化青年志愿服务作为服务党政中心工作、推进社会基层治理的抓手,通过构建“3+4+5”的工作模式,深化乡村振兴青春建功、关爱成长青春守护、志愿服务青春担当、创业就业青春筑梦、理论宣讲青春同行五大“青春+”行动,动员团员青年下沉基层一线,在生态环保、政策宣讲、基层治理、文创创卫等方面力求实效。尉氏共青团将进一步打造本地个性化“青字号”服务品牌和服务项目,使青年志愿服务更具广度、力度和温度。



河南省开封市尉氏县委书记 蔡梦媛

## 抚养权争夺:天平需平衡



抢夺、隐匿未成年子女已成为离婚案件中的高发事件。近日,最高法与全国妇联共同发布《关于开展家庭教育指导工作的意见》。意见明确,夫妻双方因诉讼期间或者离婚后,应当相互配合共同履行家庭教育责任,任何一方不得拒绝或者怠于履行家庭教育责任,不得以抢夺、隐匿未成年子女等方式争夺抚养权或者阻碍另一方行使监护权、探望权。漫画:程霖

## 图知道



“自然笔记”课后,北京市东城区板厂小学的学生们与中国青年报IP形象青小豹在龙潭西湖活动现场合影。