

用自强不息的声音赢得自信

今日话题

“愿我们无论在何方，都心怀梦想，坚持热爱，永远脚踏实地，淡定从容。愿我们的心中有祖国河山，有社会大任，有世界格局，在各自的人生当中去成就自己，成就他人，也成就世界。”近日，在中国传媒大学2023届毕业典礼上，这段毕业演讲赢得阵阵掌声，无数网友为之点赞。

毕业演讲的学生，是全国首位视障播音硕士董丽娜。从学习生涯到未来憧憬，董丽娜的发言内容生动，语言优美，字字铿锵，散发出自信的魅力。倘若只听声音，很难想象她是一位盲人。

董丽娜患有先天弱视，10岁彻底失明。此后的人生中，她在盲聋学校完成了义务教育阶段所有课程，22岁开始学习播音，35岁时报考中传播音硕士，今年顺利毕业。双眸轻闭，却有着无比开放的视野；视力障碍，却没有阻碍她学习的脚步。董丽娜让我们看到视障人士自强不息的精神，他

们在黑暗的世界里依然可以传递美妙的声音，为更多的残障人士提供了新的人生可能。

只是，这个可能并不是从来就有的，更不是轻而易举就能变为现实的。“你们一定要好好学习推拿，这将是你们以后唯一的出路”，董丽娜刚上盲校，老师就这样交代她和同学们，似乎人生刚刚开始，就已经看到了结局。老师一定不是有意打击年幼的董丽娜，但这份教导背后，折射出无数残障人士的生存困境。身体上的缺陷，成为他们学习中的阻力，为了有正常人一样体面的生活，他们需要付出更多的努力。

身体某些机能永远无法恢复，但因此造成的限制并非不可突破。全社会都在努力改变对残障人士不利的客观条件，如推进残障设施标准化建设、破除残障人士就业歧视、建设残障友好型社会。同时，无数残障人士用自身的奋斗和成绩证明，只要给他们一个舞台，他们也可以闪闪发光。

在2022年冬残奥会开幕式上，视觉障碍运动员李端在工作人员的引导下，在全场观众山呼海啸般的加油声中，把火炬稳稳地插在主火炬台上；我国第一位通过法律职业资格考试的听障人士谭婷，用手语普法传播正义；“折叠男孩”姜延琛跪着考上了大学；翻书能力都没有的陈天智今年高考超过一本线43分……身体有限制，但是精神永不服输；只要有舞台，他们就愿意付出百分之二百的努力。

残障人士的多元人生，离不开每个健全人的帮助。董丽娜在自己的视频中介绍道，帮助视障人士行走其实很简单，只要让他站在后面扶着你就好。作为健全人，要对他们多一些力所能及的“搀扶”，为他们指引“方向”，让他们少些“坎坷”；要像现场的观众一样，送上加油的呐喊，增添其奋斗的力量。多一点了解，多一点尊重，多一分支持，自然有更多残障人士享有无限可能的精彩人生。（据《北京晚报》张悦）

从“面馆里的博士毕业照”读懂普通家庭的奋斗与情感

百姓声音

“成为博士的路有千万条，但这一条路是爸妈在千万个起早贪黑的日子里，用无数碗面铺就的。”近日，安徽黄山小伙许凌毅和父母拍了一组特殊的博士毕业照，照片是在他家的面馆里拍的，妈妈穿着博士服，爸爸戴着博士帽。许凌毅将照片分享到社交平台，感动了众多网友。

在严把“出口关”的背景下，博士毕业并不容易。“面馆里的博士毕业照”引发关注，不仅在于博士的光环效应、事件的清新稀缺，也在于照片背后人与人之间美好的情感与关系。透过“面馆里的博士毕业照”，我们不仅能够感受到一个普通家庭的爱与温暖，也可以体悟到平民生活所蕴含的精神力量。

为了让儿子拥有更加广阔的人生，父母起早贪黑、不辞艰辛，二十多年如一日在面馆里操劳。而愿意换位思考、懂得体谅和心疼父母的儿子，不仅有孝心，经常在店里洗碗、切菜，还通过拼搏在学业上“更上一层楼”。以血缘和伦理为核心的传统家庭观念，驱动父母与儿子在基于情感与认同的基础上实现了双向奔赴。

一位博士二十多年的求学路，背后隐含着父母无数碗手擀面的劳动和付出。在社会流动不断加速的当下，公众热衷围观“平民贵子”，不仅仅在于这些人在学业、事业上取得了了不起的成绩，还在于他们具有不少同龄人所不具备的宝贵品质。就以许凌毅为例，他能体恤父母挣钱不易，在生活上很节俭；看到父母又苦又累的场景，暗下决心要努力学习，长大后有所成就；上大学后，通过争取各类奖助学金和勤工俭学，他向父母要钱的次数越来越少……不同于一些人责怪父母没权没钱没本事、嫌弃父母的平庸，许凌毅给予父母足够的尊重和体谅，愿意对父母“温柔相待”。这不仅是一种理性、成熟的劳动观，也表现出健康的心灵、明朗的心态。

教育关系社会流动，而在成为博士的道路中，许凌毅为我们示范了一条朴素、踏实的道路。“懂得父母的艰辛与不易，子女努力通过读书来改变命运。子女争气，父母虽然辛苦，但心里也有奔头。”“面馆里的博士毕业照”不仅折射出一个普通学子二十多年的奋斗历程，也反映了一个普通家庭二十多年的奋斗历程，见证了一个家庭的勤劳与荣耀。从某种意义上而言，我们从“面馆里的博士毕业照”读到的正是一个普通家庭在平凡世界里建构“情感共同体”的缩影。

（据《北京青年报》杨朝清）

画里话外

“暑假焦虑”莫成生意



暑假将至，一些所谓“资深老师”在短视频平台兜售各种书籍和网课。如此刻意炮制焦虑，动机不纯，对孩子成长并无多大益处。毕竟，学习是一个漫长的过程，讲究张弛有度。一直把孩子束缚在书桌前，未必利于成长。相反，适当给孩子一些自由的空间，让他们学会探索和自我发现，才是假期正确的“打开方式”。

（据《广州日报》傅雯慧）

点到为止

新闻：暑假期间，孩子在家里、户外的活动增多。家长稍有看管不慎，都可能导致意外伤害发生。专家介绍，暑期是各类儿童意外伤害高发时段。儿童暑期常见的伤害，主要有溺水、触电、跌落、割伤、烫伤、交通意外等。

旁白：拧紧“安全阀”。

新闻：6月26日，兰州大学今年的录取通知书正式亮相就火了。原来，兰州大学每份录取通知书内都有一张牛肉面券，学校要请每一位新生吃来兰州的第一碗牛肉面。在这封见面礼的背面，还有由兰州大学学生团队创作的主题歌曲《一碗牛肉面的时间》，汤汁清、萝卜白、辣

椒红、蒜苗绿、面条黄，期待你在这个9月“吃好面、读好书”。

旁白：有情怀的通知书。

新闻：近日，云南一位王女士向记者反映，今年4月中旬，她家人患有神经肿瘤，在医院住院11天中，因医院不允许家属陪护，自己只能每天在病房外守候。护工费加上住宿费，让她感受到很大的经济压力。记者调查发现，医院不允许家属陪护是普遍现象，在全国多地的多家医院，都有类似情况，而医院、病人和病人家属对陪护问题看法不一。

旁白：“一刀切”显然不科学。

（据《太原晚报》宋鹏伟）