

没有得失之心 舞动公益人生

姓名 张瑞瑶

出生时间 :1990年12月20日

星座 射手座

爱好 :话剧、声乐、旅行、体验

自己最喜爱的一句话 :不要问自己收获了多少

果实 ,而是要问自己今天播种了多少种子 !



她正坐在靠背椅上 ,低头接近微微抬起的双腿 ,双手抱膝 ,整个人“团”在一起 ,然后慢慢打开 ,诸如一朵盛开的莲花……三年前 ,张瑞瑶还是一位上戏舞蹈专业的大四学生 ,却为了让更多的白领健康动起来 ,参与编排并亲自教练了《上海市第一套白领工间操》 ,如今她已毕业 ,成为了上海第二工业大学的一名辅导员舞蹈老师 ,公益梦想却更大了 :她希望有一天 ,能带着她的学生到贫困山区去支教。

[微信解读]

“早上出门一个样 ,晚上回家一个样 ,早出晚归 ,各种角色 ,各种生活……生活贵在体验 ,生活重在折腾。”

或许射手女就是喜欢新鲜 ,敢于挑战 ,也正如这微信所言 ,研三结束完为期半年的台湾访问学习 ,张瑞瑶就马不停蹄地投入到找工作的社会实践活动中 ,当然在小荧星艺校教课的任务也不能停 :于是乎 ,每天穿梭于三个地点实习工作 ,清早从家附近的地铁8号线西藏北路站出发 ,坐9号线赶到松江大学城 ,完成工作后又乘8号线到杨浦区翔殷路站 ,为高校生继续排练舞蹈 ,晚上再坐6号线去东视小荧星艺校教课 ,

仅一天就要乘地铁88站 ,回到家还得剪音乐编动作以及完成研究生期间的毕业论文 ,夜间的睡眠时间只有4-6个小时。

好在这一切都熬过来了 ,当她今年接过上海体育学院的研究生学位证书时 ,她也同时成为了上海第二工业大学的一名辅导员舞蹈老师。

如今暑假 ,已落户上海签约高校的瑞瑶完全有理由好好放松度个假 ,可她却说 ,还想趁这空闲期锻炼一下自己 ,尝试些不一样的生活。



[公益经历]

“没有得失心 ,只想做好事。”

瑞瑶的公益经历是从2011年参与上海市黄浦区侨办、南京东路街道、青年报主办的“都市原点”剧社、新浪“海燕微博——白领天地”、上海戏剧学院承办的白领工间操系列活动开始的。那年元旦 ,已停播数年的广播体操音乐又开始恢复播出 ,供上海各企事业单位社区做工间操之用。

因为感觉广播体操老套不时尚 ,所以一帮白领青年自发编排了一套简单易行 ,真正适应白领需求的工间操。这套后来人气大旺、入选团市委“青年影响社会——微行动计划” ,并获得资助支持的《上海市第一套白领工间操》 ,就是当时上海戏剧学院

即将本科毕业 ,已考入上海体育学院研究生的瑞瑶负责编排的。而且她与她的团队 ,还前往DHL、中兴通讯等企业 ,义务教大家学做此操。

不仅如此 ,她亦多次参与公益话剧的编排演出 ,诸如讲述留学生国外生活励志主题话剧《兰花盛开在皇后街区》、描述女性抗艾主题话剧《十月十八阴转晴》等。在台湾访学期间 ,既当过台北国道马拉松志愿者 ,也参与过国小暑期育乐营等公益活动。张瑞瑶说 ,之所以参与这些公益项目 ,是因为她很享受付出却不计回报的快乐。“没有得失心 ,只想做好事 ,那种感觉让我觉得很舒坦。”



[摄影师印象]

在我拍摄过的众多女孩中 ,张瑞瑶肯定不是最漂亮的一个 ,但是她一定是属于最上镜的那一类。可能由于她是学习舞蹈的原因 ,她的形体和姿态都展现得很好 ,让我在拍摄的过程中很容易就能将她最美的一面呈现出来。

本版撰稿 青年报记者 罗丹妮

本版摄影 青年报记者 施培琦

青女郎 ,青年报女郎 ,青春的女郎。这里聚焦的是一群学习在上海 ,生活在上海 ,打拼在上海的女性。

她们美丽 ,她们时尚 ,她们知性 ,她们具有值得人称赞的特质。如果您身边有这样朝气蓬勃的女性 ,请推荐给本栏目 ,您可将照片和简短经历发送至我们的邮箱 ,或直接来电联系。

邮箱 qnbhdb@163.com

电话 61933111

