

王珮瑜：真正撑起上海的，是一大批这样的人

口述者：王珮瑜（上海京剧院国家一级演员）
采访记者：邵岭

因为疫情封控在家的日子里，王珮瑜每天都会花很多时间在业主群和邻居们热火朝天地交流信息，齐心协力地解决问题，眼看着大家都从“陌邻”变成了“睦邻”。问她焦虑吗？她说“不”。因为她相信这座城市有强大的学习和自愈能力，也因为上海有一大批“这样的人”。

我从3月9日开始居家办公，3月中旬小区封控，到今天（4月9日）正好整整一个月。之前是足不出小区，后来是足不出户，反正都经历了。封控之前我在超市抢了一点东西，当时不知道会封那么久，到4月5日看看不对了，我就开始关注社区团购了。

社区团购真的很重要，你看那些出现问题或者矛盾的小区，有很多都是因为居民自发组织团购的意识不够，邻里之间也没有太多的沟通。我们小区，最近一段时间以来邻里之间沟通特别密切，原来完全不认识，业主群里都不说话的，现在互相之间有来有往，这我家说我蒸了包子谁要，那家问我要点葱谁有。前两天，我还向邻居借了把剪刀，因为我家里的剪刀不好用了。然后小区的保安就每天骑个电瓶车帮我们传递各种东西。今天早上有一家的小孩头撞在椅子上磕伤了，群里面马上就发动起来，哄伏酒精创可贴，全往那家送。我们小区还有很多子

女住在外面的老人，会有很多的难题，比如经常会漏掉群里的各种信息，找不到核酸码在哪里，不知道怎么在网上交煤气费，包括买不到药，都是大家一起帮忙解决。前两天我们小区测出来有阳性，大家都都第一时间在群里安慰她，跟她说转运车还没来的时候就好好在家待着，该吃吃该睡睡；什么时候被接走了，我们会替她好好照顾家里的宠物的。

我自己每天的生活很规律，早上起来打扫房间，帮我父母准备一下中午要烧的菜，因为我家的阿姨自从小区封控以后就来不了了；下午和团队远程开会，处理各种事情，包括孵化一些把京剧跟诗词结合起来的新项目；晚上就蹲在业务群里各种交流啊回应啊帮忙啊什么的，差不多要到半夜这样。

我父母快80岁了，我爸爸还是是个肿瘤患者，这个月的月中应该去打化疗针，现在还不知道到时候能不能出去。尽量能克服的自己

克服吧，不给大家添麻烦。居委会没几个人，要管两个小区呢！我们也有志愿者，帮忙分发物资什么的，但更多是每天在群里面张罗各种事情的“普通业主”，比如有时候大家聊天太嗨了，淹没了一些信息，一旦发现有人正好需要但又错过了这些信息，就会有另一些人马上翻出来发给他。

你问我有没有过焦虑或者心情不好的时候，其实真的还好。最初是有点崩溃的，疫情这么大规模地在上海暴发，太意外了。上海是一个多么有条不紊的城市啊！但也因为这样，所以我相信上海是能够渡过难关的，这座城市是有强大的学习和自愈能力的。从新一轮全面筛查开始，差不多过了一周的时间，你就感觉到市场也好，民间也好，都渐渐找到门路了，虽然还是有人在发牢骚，但是大家都在干事情。像我的公司里面有一些外地来的年轻人，租住在老旧小区，没有物业，没有业主群，但是楼里

的老伯伯阿姨会把自己家的酱油啊米面啊放在他们这些年轻人的房门外面，打开门就能看到。他们就很感慨：是上海的老人在帮我们这些外地来的孩子。

所以我比较生气的时候就看到那些不分青红皂白指责上海的言论。我是上海人哎，我能让你们这么骂上海吗？别骂了行不行？

当然，面子和里子，归根到底要靠自己挣。我们自己要身体力行，我跟我公司的年轻人也说说，首先照顾好自己和家人，不要生病，其次在保证自己平安的前提下，一定要想办法去当志愿者，不管有没有“志愿者”这么一个名号，力所能及地帮助别人，我们大家一起来为上海早日痊愈作点贡献，至少让你身边的人感到人间有温暖。不要抱怨，不要吵架，因为那样不能解决问题。就像今天，不是启用核酸码了吗？但是像我这种身份证尾号是X的就扫不出来。那我在群里也跟大家呼吁，第一次使用，碰到问题是

正常的，千万不要因为这个去跟医护、物业、居委会、志愿者吵架，人家已经很辛苦了，再说这又不是他们发明的对不对？这点腔调和素质要有的，有什么问题先把自己的情绪管理好。

这轮疫情发展到现在，我有一个感触很深，就是所有人通通回到了同一起跑线，身份、地位、财富、知名度统统没有用，也不再像光环一样罩在你的头上让你闪闪发亮了。真正有意义的是什么呢？是对社会有没有一些公德心，有没有利他的心，有没有愿意为别人奉献的心？是你面对困难的时候愿不愿意站出来，哪怕自己受一点委屈，都愿意为这个事情去加一把力？真正撑起上海的，除了政府，就是一大批这样的人。

真的，疫情以来，看到了形形色色的人，会让人生出很多感慨。其实就是一旦放慢脚步，反而可以看到很多东西。有时候我仰望天空，才发现，我已经多久没有这样纯粹为了看天而看天了啊！

侯捷：危难时刻，人民是时代真正的英雄

口述者：侯捷（东方卫视中心大型活动部首席制片人、国家一级导演、第十一党支部党员）
采访记者：王彦

2022年春天于侯捷而言仿佛有两个时间刻度，一个是在疫情防控中走走停停的日常，另一个是世界技能大赛开幕式的筹备倒计时。被疫情冲击的工作节奏和必须在秋天如期完成的国家任务，时间沙漏按部就班地走。宏观大局反映在一名具体的导演身上，她说，千头万绪的日子里，自己体会最深也最想说的有两句话。“与其喊破嗓子，不如做出样子。”“危难时刻，人民是时代真正的英雄。”

一、老人

我可能是从2022年的日历刚翻开时就断断续续与疫情交锋了。因为国内不同地方散发疫情，我们承办的微博之夜一延再延。前一个大型活动还没完成，进入3月，世界技能大赛开幕式的准备工作只剩六七个月，而上海的抗疫形势严峻了。

3月的日子常常以48小时为界。起初被封控在家，2+2循环了几次，能去上班算是幸运的。家里解封后，没想到在泰里也碰上闭环管理。好在，工作的进度条还在如常地走。不像现在，每天五六小时的视频会议外，家里的狗和厨房里每日三餐的烧洗洗，都成了甜蜜的负担，还时不时在团购群里接个龙。时间在哪儿，时间又去哪儿了。

气氛从3月下旬日渐凝重。我们同组的女孩、一位90后导演在她所住的小区做志愿者。看她的朋友圈，志愿者们披着雨衣就上阵了。我私问为什么穿防护服，大白或者小蓝呢？导演回复，小区老，老人多。负责楼组的块长也是位年长者，手里既没额外经费，又没渠道，疫情严重的浦东左支右绌，小区志愿者们都是一边忐忑一边挺身而出。

看了很难受，我心疼自己的伙伴，也心疼那位年长的楼组块长。我妈妈过世了，爸爸不在身边我无法来自照顾。每每走在街上看到白发苍苍的老人，总会想到他们。我找人帮忙打听哪里能买到防护服，几经辗转，从一家供应商手里买到了最后的100套防护服。

那天，我们导演发来消息转达楼组块长的感谢，说“老伯拿到这批物资，流泪了”。读完消息，其实心里五味杂陈。在这样特殊的时刻，能雪中送炭解他们燃眉之急，和我们组的导演一起力所能及帮到老人居多的居委小区，是對我失去家人、未能尽孝的弥补和成全。但如果可以，我更想去实地帮帮他们，去出一份力。可是疫情，困住了我们。

二、普通人

3月27日，上海发布了浦东浦西全域静态管理的消息。浦西人民忙着买菜、囤货。我们小区在松江，门前有个蔬菜店。3月以来，小店跟着小区的封控时开时闭。3月31日晚，浦西封控前夜，老板做了件挺酷的事儿：全店蔬菜特惠促销。说是促销，所有人都懂，那会儿，蔬菜是紧俏货，小菜店明明是在回馈大家。

老板没说什么豪言壮语，看起来云淡风轻的。可是我相信，这是普通人的觉悟。危难时刻，人民是时代真正的英雄。

4月1日，我起了个大早，七点赶到指定地点。作为一名党员志愿者，我要协助自己所住万科白马小区居委完成浦西封控后第一次全员核酸检测。我们同组并肩战斗的一共十个姐妹，有设计师、花店老板娘、全职妈妈

等，各个年龄段都有。那天，我们按门牌号挨家挨户叫业主下楼、发票证、引导大家至固定地点。说来轻松，做起来却是深切体会到了大白们的坚韧与艰辛。我们小区共133个单元，从上午八点到晚上六点，用“奔波”两字不算夸张。我们嗓子喊哑了，脚下防护的鞋套也磨破开了花。脱下防护服那刻，脑门已被勒出深深的印痕。而且，全程十小时我们不敢喝水、吃饭，晚上饿着肚子回家，而这只是全上海难以计数的大白们的平凡一天。现在想来，那天上海的天气还算舒爽、有风，被面屏、防护服笼罩的一天尚且让人闷热不已，遑论这几天最高气温直逼30℃，遑论每天都有不同组的志愿者给老人送饭，帮邻居扛物资。所有为抗疫工作和服务的人们，都辛苦了！

今年是我入党25年，也是在上海工作的第24年。我从没见过如此特殊的上海，但是欣慰于如此特殊的时候，上海依然有数不尽的平凡的真英雄。

我住一楼，家里有个小花园。这两天，小花园里的木香花如期而至。趁着去做核酸时，摘了几朵送给邻居。临风细嗅，春意就在身边。过几天，等线上会议不那么多了，我还是想去做志愿者帮忙，尽一份普通人的责任。守护家园，人人有责。我信奉，“与其喊破嗓子，不如做出样子”。

三、一家人

上海有难，外省的兄弟姐妹们都赶来驰援。有些车上写着“感恩上海”之类的字样，还有一部分网友会把这样的驰援叫做“反哺”。我想到却是另一件事。2020年上海市团拜晚会，我们做了个情景讲述的节目。去四子王旗拜访都贵玛老人的情形，至今历历在目。半个多世纪前，草原上的额吉

哺育了从上海接走的28个“国家的孩子”，养育之恩，是咱们上海要回报草原人民的。所以这一次，看着那些挂着“感恩上海”条幅朝我们日夜兼程赶来的同胞们，我真想说，一家人不说两家话，我们本就是手足。

世界技能大赛开幕式是国家任务，我们每天都在抢时间。全国各地的主创云上相见，全神贯注盯着屏幕几小时后，大家常以互道珍重收尾。说不上着急是不可能的，电话里也会被好友偶尔的崩溃戳中。不过，我总还是希望在最难的时候能找些温暖的、光明的力量给自己，也给大家。虹口区那位给返岗护士放行的居委书记哭了，世博方舱里浙江姑娘的小提琴声真美，武汉来援沪的程芳护士说“上海是金银潭的一部分”……点点滴滴，千千万万上海人民都感动着相同的感动。我想，待到疫情过去，我要争取把抗疫中的感同身受呈现在东方卫视的晚会上。请居委书记讲讲从好八连到社区的故事，请女孩拉一段小提琴，请武汉或者全国各地援沪的医护们来看上海的璀璨夜景……

抗疫，是要靠一家人众志成城扛过去的。

真是想什么来什么。4月10日，我在家接到紧急任务，要为一档特别节目剪辑制作MV《真心英雄》，那是代表我们上海感恩全国各地人民的心声。湖北、河南、安徽、浙江、江苏、云南、海南、山东、福建、天津、江西、湖南、广东、陕西、山西、新疆、宁夏、青海、人民解放军、中国铁路、四川都江堰……感恩的名单很长，从早上到深夜11点，我们全组导演云上工作的时间也很长，吃饭都顾不上。没人抱怨，因为家人们的这份恩情，我们铭记在心、永远珍藏。

待全国观众看到这支《真心英雄》MV时，希望大家能感受到我们上海人民真挚的感激之情。



《抗疫速写一》钢笔淡彩。周卫平

上海是每一个人的上海，上海的面子靠大家一起挣回来！

口述者：徐赞（上海某策划管理有限公司创始人）
采访记者：顾一琼

作为社区党员志愿者，徐赞和邻居们制定、打磨出了一套社区团购管理的系统方案和相配套文件、表格等工具。好用管用的这套系统，终结了社区团购的无序，减轻了志愿者们的压力，更减少了病毒传播的风险，更重要的是让一个本充满吐槽和抱怨的社区，变得正能量起来。大家纷纷说：“我们总教育孩子遇到困难不屈服，那就自己先做到”，“上海是每一个人的上海，上海的面子靠大家一起挣回来”。

越是坚持下去，越是遇到更多价值观趋同的伙伴

疫情突然发生时，我们这个小区也有过一片抱怨和吐槽声。我想这种时候不能再“躲”在家里了，于是我迅速向社区临时党支部报到，刚开始也不知道要做什么，听说门口转运服务缺人，我就直接冲去了转运组。转运组的工作是将居民采购的商品从小区大门口转运到每栋楼下。做了两天运输后，我发现志愿者再多的无私和热情也经不起超负荷的转运压力，这其中，居民因对物资紧缺的恐惧而无节制团购所带来的问题最大。

制定团购系统来终结无序，成了当务之急。

制定过程中，我们总结出无序团购造成的负面影响：多批各类物品进入小区后，消杀工作增多，增加了防疫工作压力；志愿者对货品的多次转运压力；居民疲于追随各种团购群，反复多频次购买造成资源浪费，甚至自己都会遗忘买了些什么。

其间，很多邻居是一边上着班，一边带着娃，一边毫无怨言地一起为这个系统制作而努力。也有不少居民在群里努力呼吁着大家放下成见和矛盾，共同抵御疫情、同舟共济。

这个过程中，当然有很多的困难和迷茫，但越是坚持下去，越是遇到更多价值观趋同、善良、有智慧的伙伴。无论是业主还是租户，无论是群众还是党员，我们的目标一致——保护小区、跑赢疫情、不给上海丢脸！

我们总教育孩子遇到困难不气馁，那自己先做到

我本是这个小区的租户，为了陪伴孩子就近读书。我们家来的时间不长，快满两年，今年下半年就要离开了。但就是因为这场与邻里们共同抗疫的经历，让我对这个小区顿时有了不同的感觉。

好几个晚上，我们加班到深夜，也会休息时在线聊几句。我们中的很多人都为人父母。有一次大家就聊到：遇到事情就解决问题，抱怨、吐槽除了带来负能量还能带来什么？我们的国家和政府遇到这样的难处也在努力，但是资源不足是现实困难，我们这些在各行各业都算是“顶梁柱”的人，就应该站出来！我们做不了更多，但至少做一些可以发挥我们的智慧、专业和经历的事情。至少，给孩子做个表率吧！我们总教育孩子遇到困难不要气馁，那自己先做到。

这套系统的制作和推行，真的让我们觉得非常骄傲。管理好团购，不仅是帮助了自己的小区，也是为了整个上海作贡献。不再被物资紧缺的恐惧支配，合理购买必需品，也是节约了整个上海的商品资源。

于是，所有参与的小伙伴们都一致同意把我们的理念和我们的工具贡献出来，也的确有不少别的小区的朋友来问我这套书面材料，所以我们索性开了一个公众号：“魔妈在魔都2022”，把这套工具抛砖引玉，发布给所有想看的朋友们。也是想让所有人知道，每一个爱上海的人，都在为这个城市努力。

我们的故事就说到这里，我们还在努力战疫，我们的系统也在根据现实情形不断更新、完善。我想说，上海是每一个人的上海，上海的面子靠大家一起挣回来。