



她是留守儿童爱心妈妈，是孤寡老人的贴心女儿，也是困难群众的知心大姐，她就是党的二十大代表、江苏省淮安市洪泽区“水上百合”志愿者协会党支部书记邓红。2013年，邓红和一群志同道合的朋友成立“水上百合”志愿者协会，将一个人的梦想发展壮大，成为一个团队的倾力奉献。

“百合”花开 “益”路芬芳

——记党的二十大代表、“水上百合”志愿者协会党支部书记邓红

本报记者 郭帅



邓红在志愿服务中陪伴老人话家常 受访者供图

“那些人和事给了我温暖与力量”

当下时节，江苏淮安洪泽湖畔，芦苇花竞相开放。清风拂过，芦花四散，飞絮漫天，如片片雪花飘落。

伴着风吹芦苇的“沙沙”声，午后的湖畔不时响起一个温柔的声音：“党的二十大报告中提到‘采取更多惠民生、暖民心举措，着力解决好人民群众急难愁盼问题。’‘人民’两个字重若千钧，字里行间满是民生情怀……”

说话的人叫邓红，是党的二十大代表、江苏省淮安市洪泽区“水上百合”志愿者协会党支部书记。从北京回到淮安，宣讲党的二十大精神成了她这两天最重要的工作。

“参加学习的有社区居民，也有机关干部；有满头银发的老人，也有蹦蹦跳跳的小朋友，大家听得都特别认真。”邓红告诉记者，“大家对于教育、养老、医疗等民生问题都特别关心。”

邓红发起的“水上百合”志愿者协会，主要帮扶对象是孤寡空巢老人、留守儿童、单亲母亲、困难群众等。作为以女性为主体的公益组织，“水上百合”的公益服务更加细腻。迄今为止，协会累计公益服务时间已达5万多小时，相当于6250余个工作日，这都是志愿者们在自己的节假日里挤出来的时间。

“这些年来，公益慈善理念深入人心，有了全社会支持，协会的工作开展得也越来越顺利。”邓红介绍，如今“水上百合”志愿者团队的队伍越来越壮大，这支起初仅有12名志愿者的团队，如今已经拥有近3000名志愿者，受益群体逾万人。

“全国优秀党务工作者”“全国最美志愿者”“中国好人”……这些年，荣誉纷至沓来，邓红告诉记者，这些荣誉以及不断增长的统计数据记录和证明了协会的发展历程，但这本身并不是她的初衷和动力之源。“在我内心深处，最念念不忘，也是不断带给我温暖和力量的，是曾经遇到的一个人以及曾经发生的一件件事，他们已经融入了我的生命。”邓红说。

每逢节假日，邓红不是在敬老院和孤困儿童身边，就是在办公室里做协会相关的文案工作。2019年前，协会没有专职人员，大大小小的事都需要她来处理，包括所有活动的记录和协会相关的文件也几乎都是由她撰写。

在别人看来，做公益太辛苦，但邓红却甘之如饴。“我是孤寡老人的女儿，是留守儿童的母亲，更是一名共产党员。做点好事、百姓期盼的事，心里才踏实，才舒服。”邓红坚定地说：“把需

要帮助的一老一小问题解决好了，那我们3000名志愿者的心愿也就实现了。”

“20元”的惊喜

早在2012年冬天，邓红偶遇一对祖孙在寒风中瑟瑟发抖。上前询问得知，孩子的奶奶和父母都已去世，只得下一老一小相依为命。老人悲怆的泪水和佝偻的背影深深刺痛了邓红柔软的心，她赶忙掏出身上仅有的一点现金塞给老人。

这次偶遇让邓红回忆起自己童年的经历。邓红自幼家庭拮据，周围热心的邻居隔三差五地就会来家里送些日常用品甚至生活费，这才让她不至于中断学业，这份无私的帮助早已在她年幼的心中种下了一颗爱的种子。

“自己还能身边需要帮助的人做点什么？”自从遇到那对寒风中的祖孙二人，这个问题不断萦绕在邓红的脑海中。于是，邓红开始尝试在网络论坛上发起“养老院送温暖”志愿者活动：每个志愿者出20元钱，大家一起到养老院为老人包饺子。

没想到消息一发，很多热心人跟帖报名，邓红就这样找到了第一批公益路上的同行者。

更让邓红没想到的是，迈出的这一小步让她收获了不小的惊喜：“没想到饺子在养老院如此受欢迎。”因为包饺子太麻烦，新鲜手工水饺在养老院并不常见。“区区20元钱，只需要半天时间，居然能给老人们带来那么多欢乐。”邓红有些意外。

那天，志愿者为老人演唱《献给妈妈的歌》时，很多老人流了眼泪。原

来，因为年轻人工作忙，很多老人已经几个月没见过自己的孩子了。邓红和志愿者们意识到，老人最需要的是陪伴。

从此，邓红会坚持和志愿者一起，定期去看望老人。此外，邓红的公益“点子”越来越多，策划了更多的活动，涉及环保、关爱留守儿童、帮扶残疾人等更多领域……邓红和小伙伴们在这个过程中体验到了越来越多的快乐和成就感，因此也越做越起劲儿。

一段时间后，大家口口相传，报名人数也越来越多，邓红决定专门成立一个志愿者组织。2013年11月，“洪泽水上百合志愿者协会”正式诞生。

小雪莲是第一个获得协会帮助的困境儿童。邓红认识小雪莲已经10年了，那时雪莲在邓红从教的城南小学就读，母亲病逝，父亲意外身亡，唯一能照顾她的奶奶也病倒了。

“伸出援手的人不少，但谁又能长年累月地照顾一个孩子呢？”邓红眼看着雪莲越来越消沉，眼睛也渐渐失去了亮光……凭着本能，邓红做起了雪莲的“爱心妈妈”。从那以后，邓红每天带雪莲去吃饭，关心她的功课，每逢节假日还会接她回家过节。后来，几位志愿者“接班”，轮流照料她的起居。“雪莲”是“妈妈”为她起的昵称，邓红希望她像雪域高原上的雪莲一样，坚韧、积极向上。

明年雪莲就要参加高考，不久前她还拿到了爱心企业的助学金，这让她觉得自己离大学的梦又近了一步。“以前我总怕自己上不起学，现在有这么好心人帮助我，我一定好好学习，考上大学，将来也要加入邓妈妈的‘水上百合’。”雪莲说。

这些年，“水上百合”帮助了许许多多的“雪莲”，一个个困境儿童在“爱心妈妈”们的关爱下，重新燃起了生活的希望，一颗颗荒芜的心，也在爱的灌溉下重新长出了新绿。

一朵“水上百合”催生满园春色

2020年秋天，一位年轻的教师告诉邓红，有个小学生名叫婷婷，被查出患有抑郁症。邓红诧异之余，赶紧和婷婷取得联系。

婷婷的母亲是盲人，孩子懂事，每次在外面受了委屈都自己往肚子里咽。“邓红问婷婷最喜欢什么，她说想学拉丁舞。于是，邓红马上为她联系了老师，‘现在婷婷跳舞跳得很好，人也自信多了。’

除此之外，了解到婷婷的母亲一直有个开盲人按摩店的愿望，邓红当天就发了一条朋友圈，寻求门面房，希望帮她圆梦。“一个爱心企业很快给了回复，几天后就把选好的门面房地址发给了我。”不久后，“小褚盲人按摩店”开业。在母亲的努力经营下，婷婷一家的日子也越过越红火。

在洪泽，有困难找“水上百合”已成为当地很多居民的口头禅。“水上百合”志愿者协会也成了当地志愿服务的一张名片。一朵盛开不是春，邓红和她的“水上百合”不仅安然绽放，还催生了满园春色。

志愿服务活动接连不断，在邓红的影响下，她的家人和亲友也纷纷参与进来。

邓红的妹妹邓芸自己做小生意，平时很忙，但只要听到协会有活动，她总是第一时间报名。邻居张丽华早年曾因意外造成腿部残疾，一直郁郁寡欢。看见邓红在工作之余为公益忙得不亦乐乎，张丽华也申请加入协会，从此越来越有精气神。“以前觉得这辈子就这样了，现在每天都很幸福，帮助别人让我心里踏实。”张丽华说。

作为高良涧小学副校长，邓红的本职工作并不轻松。常有人问她，“你怎么不觉得累呢？有点休息时间还都用在公益上了。”她总回答：“可能我精力旺盛，不做公益心里就不得劲儿，只有本职工作做好了，才能更好地做公益。”每当有人想要加入“水上百合”，邓红总会笑着提醒对方：“你确定？做公益是会‘上瘾’的，一旦开始就停不下来了。”

“我的梦想，是让所有需要关爱的人都得到关爱。这些年，对公益事业的这份热情，只增不减。希望未来能用实际行动温暖更多需要帮助的人。”邓红说。

山孩子们的生活条件越来越好，“现在在物质上需要帮扶的阿依越来越少，‘阿依助学计划’很快也不需要了。”苏正民开心地说。

但苏正民想要成为一束光的初心从未改变。

此后，他又建起了乡村书屋，培养孩子们阅读的习惯。同时，志愿服务队每年还会组织冬令营、夏令营，教孩子们唱歌、画画、打球，丰富孩子们的精神世界。苏正民的“阿依书屋”就在他妈妈打工的地方落地开放，他的妈妈也成了志愿者，同时，服务队引进当地大学生，上门辅导功课，开设素质拓展课程。

“大山里走出来的孩子大多自卑敏感，不敢与外界打交道。我刚上大学时也是这样，吃了很多苦也走了很多弯路，才慢慢好起来，我希望他们能够早点变得自信开朗。”苏正民告诉记者。

“看到孩子们能获得帮助，获得成长，我觉得很快乐，这就是我的梦想。”苏正民说。“小时候一直想逃离大山，现在我却想回到大山，用我的大手拉住更多阿依的小手。”

今年本科毕业后，苏正民选择继续读研，并加入学校研究生支教团，回到大凉山支教一年。今年9月，苏正民站上讲台，颇为感慨：“就像看到了当年的自己，觉得要再为他们多做事。希望我的经历也能鼓励孩子们，自信地成长成才。”

从受助者到助人者，身份的转换，让苏正民感受到内心的安定。“我的家庭一直领着低保，妹妹和我也都享受着国家的助学金和贷款，还有社会上好心人士的资助。我一直在心里觉得有些不安，也一直在想怎样才能回馈他人的帮助。”苏正民说：“帮助别人，让更多人更好地活着，我觉得这样的人生才是更有价值和意义的人生。支教不是终点，将来研究生毕业，还是想回到大山。”



“全国五一劳动奖章”获得者王俊：用双手推出“光明人生”

在江苏宜兴，市政协委员王俊的名字可谓家喻户晓。

“中国好人”“全国五一劳动奖章”……诸多荣誉，让这位盲人医疗主治按摩师、王俊推拿中心创办人赢得了众多关注的目光。而让社会公众对他敬佩有加的，则是因为他甘心奉献社会的那份爱心之举。

“我是个盲人，家在山东济宁的农村，深知一个盲人给家庭所带来的困顿和无奈。因此，能帮助更多盲人朋友靠自己的双手脱贫致富，给他们的家庭带去实实在在的帮助，为政府减负、为社会分忧，就是我人生最大的追求。”王俊说。

“上小学时发现看不到黑板的字时，才意识到问题的严重性，一家人感觉天都塌了。”7岁时的一场意外，让王俊不幸患上视神经萎缩症，“后来就想着要学会一门技术，起码能养活自己，不成为家人的负担。”

1993年6月，王俊被家人送到济宁盲校(现为济宁市特殊教育学校)学习推拿，从此与推拿按摩结下一辈子的情缘。盲校毕业后，王俊又辗转各大城市的推拿诊所，苦学按摩技术。2003年底，他只身前往宜兴，创办“宜兴王俊推拿所”。

“刚开始确实难，当时店里只有3个推拿师，冷冷清清的，一直也无人问津。”王俊说，作为残疾人，在工作和生活方方面面，有很多常人想象不到的困难。有一段特别艰难的时期，王俊记忆犹新：“当时客人不多，店里也基本没有收入，连买盒饭的钱都没有，我们几个盲人就只能自己摸索着做饭吃。”

残酷的现实曾让王俊有了关门的念头，考虑到其他几个盲人兄弟，他还是决定再试一试。“当时就决定免费为有颈肩腰腿疼的熟人和朋友推拿。”王俊自己也没想到，口碑就这样一传十、十传百，推拿所的生意一下火了起来。

这些年，越来越多的人通过他的按摩缓解了身体的疼痛，他也通过自己的双手开拓出一条光明之路。

“平均一天下来，店里就有六七十位顾客光临。从早干到晚，虽然很累，但很有成就感。”王俊说，虽然世界给他关上了一扇门，但他通过努力



星能冠军助学项目走进江西寻乌

本报讯(记者 顾磊)北京星能公益基金会日前走进江西省赣州市寻乌县澄江中心小学和文峰中心小学开展“冠军助学项目”活动。跳水奥运冠军、北京星能公益基金会理事长高敏、世界举重冠军熊美英、全国跳水冠军喻书怡、世界冠军教练、体操国家级裁判邹维露等参加活动。活动中，冠军们与孩子们互

帮更多视力障碍者打开了一扇窗。如今，由王俊创建的盲人保健按摩院已建立4家分店，拥有员工百余人。

“我是残疾人，了解残疾人的不容易。”只要有残疾人前来求职或者讨教创业经验，王俊总是会毫无保留地分享、尽最大的努力帮助，“我希望残疾人朋友都能体面地就业，有尊严地生活。”

来自山东济宁的陈华营，十多年前由于眼底色素变性，双眼视力严重下降，后来眼睛只剩下光感了，给他的家庭带去由此陷入了困境。他感觉很无助，一度对生活失去了信心。

2017年，双目几近失明的陈华营听说王俊推拿中心免费培训视力残疾人，而且包吃住，他便抱着试试看的心态，参加了盲人按摩培训班。王俊手把手地教他，他的按摩技术也进步很快。听说陈华营家庭生活困难，王俊让陈华营留在推拿中心工作，他的生活状况也由此大为改观，心态也变得阳光自信了。去年下半年，陈华营“点钟率”全店第二，王俊还特意给他发了奖金。

“去年，我们买了房和车。”陈华营高兴地说：“上个月我工资收入8000多元，这里还管吃，基本花不着钱，这生活真是想不到！”陈华营一家人生活的大变化，是王俊“徒弟们”光明人生的缩影。

为了方便“徒弟们”触摸记忆，王俊专门买来了肌肉模型和骨骼模型等教具，让前来学习的盲人朋友真实感受肌肉和骨骼，从而去确定穴位，更好地找准穴位。

近些年，王俊还和母校山东济宁特殊教育学校建立了校企关系，免费为特殊教育学校盲人按摩专业毕业生提供见习机会，为全国特殊教育大中专院校应届生和毕业生提供实习及就业岗位。“先后安排了300余名盲人朋友上岗就业，还有30位盲人朋友返乡创业，带动了更多的盲人就业。”王俊笑着说，“特别有成就感。”

为积极回报社会，王俊还创建了志愿服务队伍，在“学雷锋日”“全国助残日”“国际盲人日”等特殊节日，组织志愿者到社区开展义务推拿。“希望未来能更多对社会有意义的事，帮助更多需要帮助的人。”王俊说。(蒋教生)



苏正民：“被光照亮过，也想成为光”

本报记者 郭帅



苏正民和受助孩子 受访者供图

“我出生在四川凉山喜德县沙马拉达乡的小山村里……如果你问我走出大山的路远不远，我会说很远，因为我走了十几年。”今年6月，中南财经政法大学2022届本科毕业生苏正民以6000字的毕业论文致谢部分，感动了很多。

有网友写下这样的留言：人们感动于这6000字，是因为助人与感恩是世间最动人的力量，也因为符合一个最纯粹的价值信条——爱出者爱返，福往者福来。

然而家里没什么钱，但他非常坚定地把我和姐姐、妹妹都送进了学校，当时村里人都很惊讶。”苏正民说。

不幸的是，苏正民初二还没念完，父亲就积劳成疾不幸离世，父亲的医疗费用让本就风雨飘摇的家庭不堪重负，他和姐姐也曾一度被迫辍学。得益于党和国家的好政策和社会爱心人士的帮助，苏正民重新回到窗明几净的教室，凭着自己的勤学苦读考入中南财经政法大学，成为村里的第一个大学生。

“何其有幸……这一路虽坎坷崎岖，我却遇到了无数好老师、好同学、好朋友，感谢你们，让我暗淡的人生充满了光

亮和希望……”致谢中，苏正民回顾了自己虽“坎坷崎岖”但“充满光亮和希望”的求学之路。

而更难能可贵的是，苏正民在致谢中点名感谢了65人，其中既有自己的大学老师，也有求学路上帮助过自己的人，有一起支教的朋友，也有一起努力的同学。

“有太多让我和家人感觉到温暖的瞬间了。大学时，老师知道我家里只有薄被，偷偷给我家里寄了一床厚被子。刚上大学时，我挺自卑的，但同学们知道家里的情况之后，总是鼓励我温暖我，正是因为这些让我觉得人生充满了希望。”

苏正民在论文致谢中写道：“每个快要倒下的时刻，我都被及时扶了起来。”收获善意的苏正民，开始想尽一切办法帮助他人。2019年，读大二的他发起了一项帮助凉山儿童的“阿依助学计划”。

“有幸被光照亮，所以我也想像发出一道微光。”苏正民说：“阿依在我们彝语中就是孩子的意思，阿依是一个国家的未来，自己也是曾经受过帮助的大阿依，由我这样的大阿依再来帮助一群小阿依，我觉得挺有意义。”

随着公益项目的开展，苏正民越来越忙，所有的业余时间都投入到了公益和志愿服务中。学校了解后，及时伸出了援手。

在学校支持和帮助下，苏正民成立志愿服务队伍，身后有了一个团队的支持。如今，服务队已有200余人，资助了近百位大凉山困境“阿依”。

如今，在国家各项政策扶持下，大凉



山东东营：“公益市集”暖民心

近日，山东省东营市东营区文汇街道蓝天社区的广场上，“公益市集”的志愿者们身着统一服装，向前来“赶集”的居民提供免费服务。

“公益市集”是由文汇街道组织牵头，搭建起的在家门口为社区居民提供公益项目、惠民服务的“实体化”平台。市集设置政策宣传、公益服务、平价售卖、慈善捐赠、文化体验等5个功能分区，提供爱心理发、物品修补、家电维修等40余个服务项目，最大限度满足居民需求。王宇福/摄