

“全国最美志愿者”罗小小：

没有翅膀，所以努力奔跑

本报记者 郭帅

爱心档案
aixindangan

23年前，一场意外让罗小小失去双手。长大后，本是需要帮助的他，却成了帮助别人的志愿者。

9年来，湖南省怀化市志愿者协会副秘书长罗小小参与志愿服务超12万人次，获得“中国青年五四奖章”“全国最美志愿者”等荣誉称号。他说，通过自己微薄的力量帮助更多需要帮助的人，是他最骄傲的事。

不能弯曲的脚趾

近日，湖南省怀化市迎来了一场“断崖式”降温，雨水伴着大风敲打窗户，“噼里啪啦”地响了一夜。清晨6:15，天还未亮，湖南省怀化市志愿者协会副秘书长罗小小准时起床。他熟练地用左手残臂穿好衣服，再套上印有“志愿者”字样的红马甲，用嘴配合着残臂把衣服整理平整。洗漱完毕，简单吃口早餐，他便匆匆走出家门，赶去和其他的志愿者伙伴们汇合。

罗小小身板瘦小，话也不多，但在志愿者队伍中一眼望去，总是很难让人忽略他的存在。虽然只有半截残臂，但团队小伙伴们几乎都忘了罗小小是名残疾人。“每次搬运物资，用下巴或者嘴辅助的小小都是最积极最麻利的那一个。”一位志愿者如是说。

1996年，罗小小出生在怀化市中方县新路河镇的一个小山村里，3岁那年，因为一起高压电事故，罗小小的双臂和腹部被严重烧伤，永远失去了双手。从此，罗小小只能学着用半截手臂吃饭，用脚穿衣、写字、做家务……

“做公益让我自信了很多，原来走在路上有人多看我两眼，我可能会觉得自卑，现在总会问同伴，是因为我长得太帅了吧。”罗小小笑着说。

在怀化，很多爱心人士都曾收到一张由怀化市志愿者协会制作的专属纪念海报，“用来感谢捐赠防疫物资的爱心人士，也希望借此倡导更多人加入奉献爱心的队伍中。”罗小小说。

很难想象，这一张张带有设计感的精美海报是罗小小用双脚一点点制作完成的。“用了一个多月时间，制作了500多张纪念海报。”那段时间，一回到家里就开始制作海报，罗小小笑着说：“动一动就会觉得腰像断了一样疼，不动反而不觉得。”

连续工作46天没有休息日，由于长时间用脚制作海报，白天还要四处奔波筹集物资，罗小小的脚趾有段时间甚至都无法弯曲，每走一步就钻心地疼。

当爱心人士得知这份专属纪念海报背后的故事，都感动于罗小小的坚强与韧性，默默把这张海报珍藏起来。“是一种激励吧，也计划将来用

更多的业余时间参与志愿服务活动。”一位爱心人士说。

提起因为残疾带来的不便和辛苦，罗小小只是淡淡地说一句：“习惯了。没有翅膀，所以要努力奔跑。经历过生死，再大的困难也觉得没那么难了。”刚刚过完26岁生日的罗小小，言谈间有着不似他年龄的沉稳，“我从不把自己当作残疾人，只要有人需要帮助，我一定会伸出援手。他们脸上有了笑容，我也跟着幸福和快乐。”

“因为感受过阳光，所以也想成为那束光”

在罗小小的记忆中，童年生活让他印象最深的，就是坐在爷爷家的门槛上望着远处，盼望远在外乡的父母能回来看看他。“那时候家里穷，出了意外又花了很多钱，父母就都出去打工了。”罗小小说。

学校里，虽然老师尽力保护，但因为没有双手，罗小小还是常常感受到自己和其他同学的区别。“害怕父母担心，从没有和他们说过。”缺少陪伴与关爱的罗小小，曾经一度变得沉默、孤僻、胆小和自卑。

2012年的那个冬天在罗小小的印象中格外温暖。那年，共青团怀化市委举办了一场名为“聆听花开的声音”关爱留守儿童公益活动，罗小小作为当地留守儿童受邀参加。从此，罗小小多了很多志愿者哥哥姐姐。每隔一段时间，志愿者们就会来家里看看罗小小，陪他聊聊近况、谈谈心，鼓励他去追逐梦想，这让他感受到了来自家人以外的亲人般的温暖。

有一次，志愿者姐姐神秘地告诉罗小小，要给他一个惊喜。当罗小小突然看到自己近一年没见到的父母出现时，瞬间红了眼眶。“那时候就觉得志愿者像天使一样，真的把我的想法和心愿放在心上。没有他们，我可能会自暴自弃吧。”从此，一颗爱的种子在罗小小的心里生了根。

随着日渐长大，这颗爱的种子慢慢发芽，罗小小的人生目标也越来越清晰：将来也要做志愿者，去帮助、关爱有需要的人。“因为感受过被阳光照耀的温暖，所以也想成为那束光。”罗小小说。

在志愿者的帮扶下，罗小小进入湖南省特教中等专业学校就读。在读



书期间，罗小小开始如愿参加公益活动。毕业后，他终于来到怀化市志愿者协会成为了一名专职志愿者。

拥抱阳光

成为一名专职志愿者，是罗小小一直以来的梦想，他十分珍惜这个来之不易的工作机会。没有双手，他需要比别人付出更多的努力。为了跟上其他人的打字速度，他尝试过各种办法：用嘴叼着笔打字，用脚趾打字，用嘴唇打字……现在的他，能够熟练地运用各种办公软件及社交平台做方案、做策划、做宣传、做联络、做协调。协会的日常工作，没有一件能难倒这个无手男孩。

罗小小像海绵汲水一样汲取着知识和本领，只为尽己所能帮助有需要的人，以微薄之力传递温暖。各种志愿活动，罗小小都积极参与，尽心谋划。他说：“以前是大家保护我，照顾我。现在我长大了，也有能力保护其他有需要的人了。”

这些年来，罗小小和志愿者伙伴们在团市委与相关部门的指导下，发起了不少志愿服务项目，累计筹款7700多万元，使近3000名大病患者得到了帮助。一次次脚踏实地地参加公益活动，也让他迅速从一名普通志愿者成长为一名策划者、组织者。

马德军是位肺癌晚期患者，因为病情恶化，他的情绪也曾一度跌到谷底。一次，罗小小前来看望他时，内心焦躁不安的马德军将怨气一股脑地发泄到罗小小身上：“你这个残疾人，自己都照顾不了自己，还想来帮助我？”罗小小没说话，态度平和地用残臂掏出手机，用嘴唇熟练操作手机，协助他发起众筹项目，并用自己的亲身经历鼓励他重拾生活的信心。慢慢打开心结的马德军变得豁达

了许多，竟然打破了医生说最多只能活4个月的预测，他和家人的关系也在生命最后的时光中得以缓和。“志愿服务很多时候就是去做受助人的‘树洞’，用心听他们的心声，就像小时候那些哥哥姐姐来听我的心事一样。”罗小小说。

每次参加关爱留守儿童的活动，罗小小总是会恍惚一下，“就像是做了一场梦，眼前那个怯生生的小孩子好像就是从前的我，眨眼间我又来到了小时候的自己面前。”因为了解，罗小小和伙伴们策划了很多关爱留守儿童的公益项目。这些年，协会长期帮助210名事实孤儿，每年发放助学金50余万元；为留守儿童发放“梦想书包”4000余个；为50余所山村学校更换了7000多套“梦想课桌椅”……

2021年7月，河南多地发生洪灾，罗小小和协会志愿者们用了短短4天时间，筹集到价值140多万元的物资送到灾区。在河南省巩义市米河镇，看到跑前跑后、衣袖空空的罗小小，一直在用嘴巴、肩膀为仅有的残臂借力，搬运物资，不少村民感动得落了泪，坚持要留志愿者们吃顿饭。那顿晚饭，村民们用所剩不多的冬瓜煮了一锅热气腾腾的面条，罗小小吃着吃着也眼睛湿润起来，“很感动，很幸福，那是我吃过最丰盛的一餐。”

“我做的都是些微不足道的小事，但我觉得只要能用心去完成每一项任务，就可以拥抱阳光，实现人生的价值。”现在的罗小小，是当地很多青少年心中的榜样，在他的影响下，有近5000名青少年加入志愿者的队伍。“知足，将来还想带动更多人参与进来。”

将来，罗小小希望能有机会再学习深造，“只有学习才能有更开阔的眼界，自己懂得多了，才能更好地去帮助需要的人，做更多有意义的事。”

暖心故事
nuanxingushi

“顺其自然”：从未缺席的温暖约定

本报记者 郭帅

11月25日，浙江省宁波市慈善总会收到一封挂号信，里面装有108张汇款收据，总计106万元。挂号信的署名是“顺其自然”，落款地址是现实中并不存在的宁波市百丈路1号。

看到熟悉的落款和署名，宁波市慈善总会的工作人员顿感亲切，他们知道，“顺其自然”又一次如约而至。这是“顺其自然”连续第24年向宁波市慈善总会捐款，今年捐赠的106万元是24年来捐款最多的一笔。截至目前，“顺其自然”捐款累计达1469万元，全部用于兴建学校、购买教学设备及资助困境学生。

2019年12月31日，本报曾在11版报道过“顺其自然”的故事。“捐资助学，菩萨心肠”“深藏功与名”“做事不留名，大爱不言”……网友们纷纷向这位无名的爱心人士致敬。

宁波市慈善总会会长陈云金介绍说，“顺其自然”1999年第一次捐款时曾留下一张纸条，上面写着“好事不说，坏事不做，顺其自然”。从那以后，每年11月底到12月初，这份温暖的约定从未缺席。

这位在宁波早已家喻户晓的神秘人，每次汇款时，都会从“顺其自然”4个字中随机选择两个字作为捐款人姓名，每张汇款单都不超过1万元，因为达到1万元需要署上真名。

24年来，没人知道“顺其自然”到底是谁，但人们把他（她）

当作爱心的代名词。“坏事不做，好事不说，顺其自然，愿善事奉行。”“顺其自然”捐款第4年寄的这封信，让宁波市慈善总会的工作人员决定放弃对他（她）的寻找。

“这像是君子之约，我们理解并尊重他（她）的选择和决定。他（她）的每一笔善款用途我们都会事无巨细发布在官网和公微上，希望他（她）能看到。”宁波市慈善总会副秘书长高鹏告诉记者：“可能是出于对我们市慈善总会的信任，这之后，没再收到过‘顺其自然’写的信，每次只寄来汇款单。”

这些年，千余名曾受到“顺其自然”资助的困境大学生，不仅会用感谢信、网上留言、打电话的方式表达感谢，有的人会把工作后第一笔工资捐出来，用实际行动表达对“顺其自然”的感谢……“‘顺其自然’不仅给困难大学生以物质帮扶，也给予了他们精神滋养。有的孩子捐款了也不说，后来才知道是‘顺其自然’的受益人。”高鹏说。

这些年，不仅受资助的学生，在“顺其自然”的影响下，宁波出现了越来越多匿名捐款爱心人士。为了让更多人了解“顺其自然”的爱心故事，11月25日，“顺其自然”展厅在宁波市慈善文化基地正式揭幕。展厅展示着“顺其自然”的4封书信、各类奖杯与证书、善款使用情况以及相应的照片。“设置这个展厅，既是对‘顺其自然’表达感谢和尊重，也借着这个契机，进一步弘扬社会正能量，传递奉献爱心、助人为乐的精神。”高鹏说。

“顺其自然”展厅在宁波市慈善文化基地正式揭幕。展厅展示着“顺其自然”的4封书信、各类奖杯与证书、善款使用情况以及相应的照片。

凡人善举
fanrenshanju

李绍婵：用爱心筑起“无声咖啡屋”

本报记者 贾宁

在北京，有一家以听障烘焙师为主要员工的“彩虹天使咖啡屋”，店主李绍婵来自宝岛台湾。2017年，李绍婵在北京创办彩虹天使咖啡屋，为听障青年免费提供烘焙技能培训。5年间，她与几位听障员工遇到过各种意想不到的困难，但他们一直如亲人般互相扶持着。

6年前，为了完成女儿的“雷锋日”作业，李绍婵带着女儿以志愿者身份，进入北京一所听力言语康复中心。在那里，她第一次接触到听障儿童，他们来自全国各地，本该拥有多姿多彩的童年，却被困在无声世界里。

李绍婵很想做些什么。起先，她给孩子们带去生活用品及学习用品。后来她认为相比于单纯的物质馈赠，孩子们需要的是能受用终生的东西。李绍婵决定，为孩子们找到一项可以谋生的技能。在2017年，“彩虹天使咖啡屋”诞生了。

在咖啡屋里，听障青年可以接受免费烘焙培训，只要通过考核，就能成为正式员工。来自甘肃的赵磊磊是咖啡屋最早一批学员，“北漂”之前，他是广东一家工厂的普通工人。在姐姐赵甜甜眼里，由于先天听障，



弟弟从小脾气又倔又悲观，家人希望他能在咖啡屋学点谋生技能。

“这是不少听障青年的现状，相比于身体上的残疾，他们更难克服内心的障碍。”李绍婵说，有些学员还没开始就打退堂鼓。李绍婵就拿出培训奖励金，只要来当学徒，不仅免学费，还能得到2000元奖励。

“他们一开始都不相信自己能做好，也不相信有人能够宽容犯错，当我拿出最好的食材给他们练习，他们感受到的不是信任和鼓励，而是压力。”李绍婵说，一块小小的饼干，有些学员磕磕绊绊地要学近4个月。

学完烘焙后，李绍婵会带着学员

外出卖饼干，带他们感受“用劳动换取报酬”的成就感。有时会有慷慨的顾客匆匆放下钱就径直离开。这时，李绍婵就会迎上去，告诉他们，这些孩子需要的是自力更生的能力，而不是被同情或怜悯。

“我希望他们能将一技之长变成一份有尊严的工作。”她说。目前，在咖啡屋学习过的听障孩子已有60多位。

这份尊严让许多孩子悄然成长。今年，回到老家的赵磊磊让姐姐刮目相看。他会在饭后主动找家务干，礼貌地向村里人问好，甚至每个月还给母亲发几百元红包，自信阳光的模样早已看不出当年自卑敏感的影子。

李绍婵说，以前出去送外卖点单时，孩子们总是默默地跟在她身后，直到有一次，外出途中下大雨，有孩子伸手帮她挡雨。那一刻，她意识到这些孩子长大了：“我想做他们的依靠，但是孩子们告诉我，他们也可以是我的肩膀。”

“我会一直在咖啡屋里，守护这些听障孩子们的无声世界，让他们自力更生。”说着，李绍婵将双手比成一个爱心，手指慢慢张开——在手语里，这代表着“让爱飞翔”。

善行录
shanxinglu

沃尔玛余量食物捐赠惠及超15万人次

本报讯（记者 舒迪）由中国连锁经营协会（简称CCFA）主办，沃尔玛中国协办的“关注余量食物，共建低碳家园——2022零售业减少食品浪费主题论坛”近日在苏州召开。沃尔玛中国通过《余量食物捐赠项目阶段性报告》发布项目成果、经验和综合效益。该项目截至9月底，所捐赠的余量食物惠及超过15万人次，

物资总价值近378万元，可实现减碳约570吨。

据介绍，今年4月，沃尔玛中国与CCFA达成合作，积极参与其发起的“余量食物捐赠开拓者计划”，共同推进减少食物浪费的相关行动。中国连锁经营协会会长裴亮表示：“未来希望能有更多企业参与到‘余量食物捐赠开拓者计划’，推动行业凝聚共识、形成行业共振。”

百名适龄孤独症儿童将获公益救助

本报讯（记者 高志民）由全国妇幼健康研究会批准实施的现代中医治疗儿童孤独症和脊柱侧弯公益救助研究项目，将在一年内免费公益救助100名6岁以下孤独症患儿以及部分早期发现有孤独症倾向的婴幼儿，同时该项目还将免费公益救助

100名6~10岁脊柱侧弯的儿童。记者获悉，目前第一批参与救助项目的有来自湖北、北京、河北、辽宁、浙江、广东和江苏省等地的多所妇幼保健院，有需要公益救助的患儿家长，可及时与参与承担项目的单位取得联系。

遵义：“红马甲”带动文明志愿新风

本报讯“电动车充电一定要注意安全！”“楼道卫生不错，希望大家一起保持！”连日来，在贵州省遵义市汇川区，“红马甲”文明建设志愿服务队的队员们走街串巷、进家入户，向居民宣传卫生知识，并号召社区居民参与环境卫生整治，营造共建共治共享的浓厚文明氛围。

据了解，在深化全国文明城市建设工作中，汇川区充分发挥在职党员、机关干部、热心居民群众和社区工作人员等力量，按照“6+N”模式，与区直各部门、各镇（街）组建文明建设志愿服务队共386支，在文化、治安、义务巡逻等各领域开展志愿服务活动，走出了一条志愿服务常态化新路子。（龚春 陈露）

漯河市政协开展爱心助农志愿服务

本报讯（记者 王有强 通讯员 刘勇）“关爱你我他，温暖千万家”，现有一批因疫情造成的滞销农产品，请各位志愿者尽力而为、量力而行，伸出您温暖的双手帮助农户解决燃眉之急。”11月29日晚，一则爱心助农的倡议在河南省漯河市政协“同心同行”志愿服务群里发布。爱心接力活动很快就被广大政协委员知晓，不到1天时间，通过接力预售

出蔬菜就达两万斤。

据悉，爱心助农惠民行动是漯河市政协“同心同行”志愿服务品牌的重要内容之一。“爱心在传递，助农将持续。”漯河市政协秘书长袁国亮表示，下一步将充分发挥政协优势，在爱心接力销售的基础上，通过定点帮扶、网络直播、组织团购等形式，进一步拓宽销售渠道，助力农产品销售，惠及更多群众。