

在广东省东莞市茶山镇,有一家叫“平素免费”的饮食店,8年来坚持为有需要的人提供免费午餐,已累计送出免费午餐45万份。在2023年第三季度“广东好人”评选中,免费素食的发起人谢礼玲、免费素食项目负责人谭德平、义工店长唐正仁因“助人为乐”入选。

免费午餐 8年送出 45万份

每天送出 200份免费午餐

早上7时不到,唐正仁已早早来到了东莞茶山平素免费饮食店,在厨房忙碌起来,他是这家店的义工店长。几位义工老人和志愿者也陆续来到店里,帮忙切菜、淘米、端菜,为食客们“回家吃饭”做准备。

在这家没有收银台的公益素食店,每天只要在11时到12时期间,任何人都可以进来免费用餐,包括周末和节假日。笔者看到,饭点一到,食客们就有序地排着队,志愿者和义工熟练地为食客们打菜,米饭和素菜堆得满满的。来吃饭的不仅有头发花白的老人,还有保洁员、医院护工、保安、辅警、工地工人等,热乎的饭菜不到一小时就被打完了。

“今天这么早来啦!”“谢谢!感恩!”午饭时间,不少熟客与义工们打着招呼,气氛十分融洽。谭德平介绍说,店里每天能送出200份左右的免费午餐。

文女士是附近一家医院的护工,她说,中午经常和工友来这里吃饭,一个月下来能节省几百元的开支,缓解了自己经济上的困难。除了附近的务工人员,店里也经常有从几公里外骑单车特地赶来吃饭的人。谭德平说,平素饮食店一坚持就是8年,至今共送出45万份免费午餐。

背后归功于一群爱心人士

免费午餐何以维系这么多年?这一切要归功于一群爱心人士。

2015年,谢礼玲联合一众朋友依托平素饮食店共同在东莞市茶山镇发起免费素食项目,每天中午为食客提供素食午餐。

“当时我住在附近,得知这里提供免费素食午餐,很惊讶也很感动。”谭德平说,从2017年开始,自己每个月都会支持一两千元,加上一众朋友的帮忙,每个月能筹集5000元左右。义工店长唐正仁最初也是一名食客,热心肠的他经常送些米、油到店。2016年,在发起人谢礼玲的信任支持下,唐正仁担任素食店的店长。

2019年,店铺因为资金问题难以维持,谭德平便主动找上门,从谢礼玲手上“接棒”,成为免费素食项目负责人,加上一群热心肠的义工朋友和爱心人士的共同努力,免费饮食店恢复了正常经营。

多年来,不断有热心公益的朋友加入到行善行列,组成“家委会”,为素食店运营提供持续的人力、物力支持。在“家委会”发起的“日行一善”群里,上百名爱心人士每天捐出一两元的小额善款,默默支持着小店的必需开销。

“每天固定捐赠的善款数额并不大,

更在于大家一点一滴的善心。”谭德平表示。除了日常的善款,店铺必需开销的缺口由发起人及“家委会”成员自愿解囊补充,“大家长”谭德平则扛起了“兜底”大梁。截至目前,谭德平已累计捐献爱心资金超百万元,支持免费午餐项目的运营。

有人把食材默默放在店门口

“发挥自己的一份光和热,做点有价值的事,为社会传递一些温暖。”谭德平说,自己本职工作是公司经理,工作之外所有的业余时间,都花在了免费素食项目上。刚开始家人不理解,但是久而久之,他们慢慢感受到自己在做公益善事,也逐渐认可了。寒暑假时,谭德平也带孩子到店来做义工。

以感恩之心,对待每一份善心,唐正仁常常挂在嘴边的一个词就是“感恩”。

“我们每天买食材的各种花销,都会记录下来,公布在群里给大家看。”中午12时30分,唐正仁吃完了饭也没闲下来,坐下来拿起笔,认真记录下今天爱心人士的捐款进账和午餐具体的花销。厚厚的账本里密密麻麻的字,清晰地记录着当日购买菜品的单价、数量、总价。还有一本专门记录善款的账本,里面记着日期、捐款人、收入、余额,让每一笔捐款都有据可查。

“刚开始还不会炒菜,火候掌握不

好,磨合了几年,现在好很多了。”唐正仁笑着说。在素食店忙到下午2时,唐正仁才开始一天中的本职工作——到当地一家玩具厂上班,直到晚上9时30分下班。

有钱出钱,有力出力。8年来,素食店汇集了上百名热心肠的义工,常常来店帮忙。其中,4位“常驻”义工中有3位年纪都超过80岁,她们几乎每天一大早到店,为店里做一些力所能及的活,87岁的刘胜珍更是每天从一公里外走过来帮忙。此外,常常也会有爱心人士匿名送来米、油、菜等食材,默默地放在店门口,呵护着这份免费午餐的永续。

谭德平介绍说,有空巢老人每天来这里吃午饭,只为过来聊聊天;有位精神有障碍的大叔刚开始来店吃饭会破口大骂,后来慢慢感受到这里的善意,终于学会了礼貌;无家可归的流浪火腿脚不便,唐正仁就每天送餐给他……

除了在茶山镇发起和推动免费素食项目,谭德平还牵头与其他爱心人士一起,在东莞石龙、东莞莞城、阳江市也开了免费午餐饮食店,为老人、困难人员提供免费午餐,让善的种子在更多地方生根发芽。

“荣誉不是我们自己的,是属于在背后支持的每一个人。”唐正仁说。

石梦卓

51年后再见老书记

“向您报告,我也入党了”

“总算找到您了,50多年了,您看您个子都变矮了,但头发比我都黑。”近日,在北京市军供站,70岁的于广产老人终于见到88岁的老领导梁建信。两位老人跨越51年,两双手紧紧握在一起。

2021年2月4日,北京市退役军人事务局在官网上发布了一条走访慰问退休老干部的消息,被慰问的老干部就是梁建信。这则普通的工作信息,竟然成了一条关键的寻人线索。

11月初,退休教师于广产意外搜索到这条消息,照片里的老人虽然比她记忆中的样子苍老了许多,但还能从那张慈祥和蔼的脸上看到当年梁书记的影子。

于广产立即致电北京市退役军人事务局:“1972年,我到通县永乐店农场插队,梁建信是我们农场的党委书记,他当年对我的帮助很大,我特别想找到他……”了解到这个情况后,北京市退

役军人事务局非常重视,积极协调市军供站以及通州区退役军人事务局沟通核实有关情况。

经过核实,梁建信于1956年入伍,1959年退役,曾担任市军供站党委书记,1996年办理了退休手续。得知于广产一直在寻找他的时候,想到有生之年还能老友重逢,梁建信激动得老泪纵横,当即答应与她见面。于是,便有了文章开头的一幕。

握着对方的手,俩人回忆起往事:1972年,于广产作为下乡知青插队到永乐店农场柴厂屯分场,梁建信从部队退伍后担任柴厂屯分场的党委书记。梁书记对每名插队知青都非常关心,并激励大家:“努力学习,争取入党。”

于广产始终惦念着老书记的期望,发奋学习,成功考上大学。工作后,她也不敢懈怠,兢兢业业,最终加入中国共产党,并成为北京市第一批青年教师中的高级教师。那时候电话没有普及,当她想



跨越半个世纪,两位老人终于相见(左为于广产)。

把这个好消息告诉梁书记的时候,梁建信已工作调动,两个人从此失去了联系。

如今,由北京市退役军人事务局牵线,俩人终于得以相见。于广产认真地整理了一下丝巾,郑重地向老书记报告:“是您当年将我引导到这条道路上,我没有辜负您的期望,我真正入党了,还被评为优秀共产党员!”代丽丽

“菜自取,袋子和纸给我留下。”白纸蓝字,外加一个小笑脸。一张简单的字条下是满满一大袋碧绿的青菜,这是近日出现在浙江义乌一座公寓电梯里的暖心一幕。

这是谁留下的菜?原来,去年7月开始,吴女士开始出租公寓,成为租户们的房东。与寻常房东不同的是,吴女士出租房子的同时,还会为租客提供一份“伴手礼”——自家种的蔬菜。这些菜都是吴女士的爸爸亲手种在矿泉水桶、花盆等拼成的“自家菜地”里的。每收割一茬菜,吴女士都会像上文提到的那样将菜装在袋子里,放在出租公寓的电梯内。“在外打工不容易,为大家提供点自家的菜,还能给租客们省点买菜钱。大家吃得开心,我们心里也高兴。”吴女士这样解释送出“伴手礼”的初衷。

至于为什么放在电梯里让租户自取,而不是干脆“送菜上门”,吴女士也并非“怕麻烦”,而是有着细腻的“小心思”。“对于平时不做饭的租客,菜送到了门口,他们可能也不好意思拒绝,最后只能浪费掉,还不如放在电梯里,大家按需拿取。现在有些年轻租客还‘社恐’,贸然上门对他们来说也是一种打扰。”

上午打理“菜地”,晚上打着手电捉虫,春天种黄瓜、西红柿,冬日种萝卜、白菜、油菜菜……因为父亲爱好种菜,也喜欢研究种菜,电梯里的“伴手礼”还会随着季节而变化。“这件事是互相成全吧,租客爱吃,我爸爸也做了自己喜欢的事。”吴女士并不觉得她家只是单纯付出的一方。

许多租客收到吴女士送的蔬菜,会发微信向她表示感谢,也有人从老家带来土特产,回赠给自己的“中国好房东”。吴女士将自己的送菜视频和与租户间的暖心互动上传到社交平台,感动了很多网友。

据新华社每日电讯公众号

李秀芳:用爱诠释孝老爱亲

晋能控股集团潞安公司昌泰煤业公司女工李秀芳,不仅工作兢兢业业,精益求精,而且还是一个好媳妇。大家都说她是好样的。

2000年准备与相恋6年的爱人侯俊珍进入婚姻殿堂时,李秀芳没有向婆家要一分钱的彩礼。刚结婚时,丈夫在外务工,只有春节才能回家,家里重担自然就落在她一个人身上。伺

候老人,照管孩子,洗衣做饭,30亩庄稼的播种收割等全靠她一个人,但李秀芳没有任何怨言。

2018年,公公患结肠癌,李秀芳一边工作,一边照顾老人。为了给公公治病,她四处求医问药;为了节省费用,她跟医生学会了给老人打针。她说,这么多年来虽然身体累一些,但心里很充实。

2020年春节,她舍小家、顾大家,把还未成年的儿子留在家中,自己默默地坚守在疫情防控第一线98天。面对来势汹汹的新冠疫情,45岁的她没叫一声苦、没喊一声累,主动承担起为隔离管控人员测量体温和登记、送饭等工作,受到大家的称赞。

陈艳