



生活在雷锋身边

# 奔波十几所老年公寓义务修脚

## 退休教师刘跃感动子孙,尊老助人渐成家风

63岁的退休教师刘跃,是济南十几所老年公寓的名人。现在的他比退休前还要忙碌,带着全套的修脚工具,为老年公寓的老人们送去了贴心的关怀。这些年,他修过的脚无数。在他的影响下,尊老助人逐渐成为家风。

本报见习记者范佳



刘跃在老年公寓为老人修脚。读者供图

### 义务为老人修脚是他生活的一部分

上世纪五十年代生人的刘跃从小在学雷锋的歌声中长大,1964年学雷锋时听过的很多故事至今印在他的脑海中。“雷锋坐一趟火车,就做了一路的好事。还去工地帮忙运砖。我听了这些故事特别感动。”

年轻时,刘跃就是个热心肠。他写得一手好字,邻里亲朋,谁家婚丧嫁娶,需要写帖子都来找他,他总会认真把每个帖子写好。

退休后,刘跃想发挥余热,奉献社会的愿望特别强烈。他的父母去世早,一直把姨妈当做母亲,至今记得1960年家庭困难时吃的粮食都是姨妈供给的。他在照顾姨妈时,经常给她修脚。老人有灰指甲,修剪起来不容易,指甲长到肉里,非常不舒

服。刘跃由此发现很多老人都有修脚的需求。

2010年起,刘跃就经常去老年公寓为老人修脚。2012年,姨妈去世后,刘跃决定,这套修脚工具不能丢。他将服务的范围进一步扩大,至今已经服务过11所老年公寓,基本每周有一半的时间都在做公益。

刘跃修脚,并不是简单地剪剪指甲,而是从剪甲、修脚到适度按摩,整个过程非常细致,一下午的辛苦工作只能服务四五位老人。

### 言传身教之下尊老助人成家风

时间久了,刘跃和老年公寓的老人们便成了朋友,老人们每天都盼着他。在修脚的同时,便和老人们聊家常。有些老人比较悲观,刘跃便劝慰他们。遇到年龄相仿的,他会说:“现

在这么好的社会,咱要好好活着,珍惜生命,不能活赔本了。”遇到年迈爱流泪的,刘跃便和他们相约:“20年后,我还来给您修脚,咱们不见不散!”

去年五月份,刘跃参加了济南的民间公益组织“1小时公益”,他兴奋地说终于找到组织了。除了给老人修脚,他还参加公交车上的文明劝导活动,周末去黄河岸边捡垃圾,为贫困孩子送去学习用品。这些点点滴滴,刘跃总用“微不足道”一语带过。

在刘跃的影响下,尊老助人逐渐成了家风。刘跃的儿子是名公交司机,除了今年休婚嫁,之前年三十晚上都是他在值班。因为有些同事是外地的,过年要回老家,他都很体谅。

空闲时间,刘跃的女儿一家也去老年公寓献爱心。上五年级的外孙女肖怡诺还经常组织同学们一起参加助人活动。

说说身边的雷锋

## 1

### 保安小伙调班也要做公益

说起学雷锋,我受一位年轻人的影响很深。他叫朱玉德,是“1小时公益”组织的负责人。我去老年公寓做好事时,听公寓的主任提起他,因此结缘。以前我只服务于个别老年公寓。认识他后,我的服务范围扩展到了十几个。

他是一名保安,月收入并不高,工作也很忙。但是他哪怕调班,哪怕被扣钱也要拿出时间和精力组织大伙帮助别人。现在这个公益组织逐渐壮大,成员有几百人,公益活动也很多。

每次组织爱心活动,他总是最早到现场的人,也是操心最多的人,他承担了繁杂的公益活动的协调组织工作。他帮大家搭建了一个很好的平台,也让普通人的公益梦能够更好地实现。

——刘跃

## 2

### 环卫工阿姨帮我修好自行车

去年底的一天,我骑自行车上班,突然车链子掉了,我“咻”的一下摔在了地上。当时正是上班时间,很多人在匆忙赶路或在等公交车,看到我车子坏了没有愿意帮忙的,而这时修车的地方还没有开门。

我不会修车,眼看就要迟到了,心里特别着急,摆弄着车链,却怎么都安不上。这时候有位40多岁的环卫工阿姨走过来,解救了在寒风中狼狈不堪的我。多亏了她,我才没迟到,还省了修车费。

她是放下自己手里的工作来帮我的,修好后满手油污,很难擦干净。她边擦手边笑着对我说:“你赶快走吧,别迟到了。”我记得那个阿姨胖胖的,脸红红的,笑容特别温暖。在我心里,她就是最美环卫工了!

——济南姑娘丁新叶

## 3

### 驴友崴了脚 领队背下山

“放松户外”团队经常组织驴友们自助游。有次爬山,一个女孩腿抽筋,非常难受。两名领队和其他一名成员轮流把她背下了山,足足花了三个小时。

这个女孩是第一次报名,之前大家彼此也并不认识。但领队们认为,一块出来就要一块回去。保证每个人的安全是他们的责任。

还有一次去爬山,当时天色已晚。有个四五岁的小女孩很疲惫,睡着了。她的妈妈背不动她,我们的一个领队二话不说就接过孩子。他动作很轻,怕把孩子吵醒。山路很长又不好走,艰难走了一个半小时才下了山。

像走得慢的队员,大家耐心等待,帮着拿包,在我们团队里,这种互帮互助的事情是很常见的,我们就好像一个大家庭一样。

——“放松户外”成员“遥远”

与雷锋相伴

# 他从不嫌累,说自己可充实了

女儿刘建秀:

### 奉献精神让孩子健康成长

说实话,咱都是普通人,也没想到奉献这种大的字眼。培养孩子,先不管学习好不好,就希望孩子身体健康,热爱生活。在乐于助人的环境中成长起来的女儿很阳光。

父亲退休后,我建议他去读个老年大学。他说不行,做公益还做不过来呢。他现在服务好多老年公寓,一个公寓就有上百位老人,他要去好多天才能给所有老人修完一次脚。他从不嫌累,说自己可充实了。

今天我好不容易休班,叫他来家里。他说不行,得去老年公寓了。这些日子忙着儿子结婚,好长时间没去,又要忙不过来了。

老年公寓老人太多,服务员也忙不过来,有时修剪指甲也不到位。很多老人年纪大了,指甲长得畸形。父亲为了老人们的脚,花了大把精力。一星期至少出去三次,一次至少半天。他自己也有高血压,我让他悠着点,他总说没事。

最让我欣喜的是,父亲的雷锋

精神潜移默化影响到我的女儿。女儿今年上五年级了,提起姥爷,她总是特别自豪。经常对老师同学说,她姥爷天天做义工。她是学校大队部的成员,特别喜欢组织同学们参加各种助人活动。

女儿说,姥爷这样做,她也要跟着做。她也跟姥爷去老年公寓慰问老人,还叫上了她的老师同学,为老人表演节目。中秋节给老人分月饼分毛巾。老人们平时很孤独,见了孩子亲得不得了。

去年底我丈夫听说有个孩子得了重病,需要帮助,便把这事讲给女儿听,女儿听后想要捐钱,大人便帮她想了个办法,义卖报纸。女儿把这个想法告诉了老师,组织了学校上百个孩子去泉城广场义卖报纸。后来学校又组织了义捐,拿出一部分钱给那个生病的孩子送去,剩下的作为公益基金,帮助更多人。

说实话,咱都是普通人,也没想到奉献这种大的字眼。培养孩子,先不管学习好不好,就希望孩子身体健康,热爱生活。在乐于助人的环境中成长起来的女儿很阳光。

女婿肖兵:

### 岳父敬老给晚辈做了榜样

我的岳父常年给老人修脚,说实话,除了对自己的父母,很少有人能塌下心来,抱起老人的脚,更何况有些老人还不能自理。一些年轻人可能会嫌弃老人的脚不干净或者有传染病。我岳父就没有这些顾虑,他真是老吾老以及人之老。

岳父的父母去世较早,他对于老人有种特殊的感情。只要是老人,

他就愿意帮助。这种爱心很让人感动。岳父给我们做了很好的榜样,现在孝敬长辈,在我们家慢慢形成一种家风了。

当今的独生子女,自我意识较强,奉献意识比较薄弱。在姥爷的影响下,我的女儿并没有染上这些毛病。她看到她姥爷业余时间为老人付出,不嫌苦不嫌累,她就愿意效仿。

我对象在医院工作,经常上夜班。下班回来非常疲劳。女儿会主动给妈妈倒水,吃饭时给妈妈盛饭。平时安安静静学习,不让妈妈费心。我很高兴看到女儿有一颗体谅关心别人的心,这点受岳父影响很大。

外孙女肖怡诺:

### 喜欢和小伙伴一起做好事

我的姥爷很朴实,很勤快,很乐观。他一有空就去老年公寓给老人剪指甲,还安慰他们,那里的老人和他特别熟。我从小受姥爷影响,也特别喜欢帮助别人。

在学校里,我和同学们一起去社区或在校门口的小花坛捡垃圾。去街头义卖报纸,捐给需要的人。我和我的小伙伴们都很开心。我记得我去老年公寓表演节目时,有个老奶奶说她的儿子上了好大学,让我也好好学习,要努力。我都记在心里了。

义卖报纸的那天,我给叔叔阿姨介绍了情况,他们立即就把钱拿了出来,有的连报纸都不要,我特别感谢他们。我记得那天我卖了十五块钱,去除报纸本身的五块钱,挣了十块钱。我觉得这十块钱非常珍贵。



刘跃的外孙女肖怡诺为老年公寓老人表演节目。读者供图