

## 用微光温暖他人，爱可以很近

在宁波，看见文明中国

与文明同行

记者 沈莉萍 陈敏 徐丽敏

今天，我们又迎来了“学雷锋纪念日”。

没有从天而降的英雄，只有挺身而出的凡人。有一分光，发一分热，凝聚成平凡生活里奇迹的模样。

生活在这座城市的人们，总在不经意间带给我们感动——是纵身跃入冰冷江水救人的老教师，是给素不相识的患者带来重生希望的男护士，是发挥余热护送孩子放学的“共享奶奶”……这一束束“凡人微光”，迸发出闪耀的能量，既照亮别人的路，也引来更多光的汇聚，形成更为强大的精神力量。



2024年宁波市“志愿同行 大爱甬城”学雷锋志愿服务主题月启动仪式现场。

(市委社会工作部 供图)

## 暖意

## 以关怀人为使命，以成就人为荣耀

今年57岁的李平达是一位老教师，在奉化教书育人38载。去年初冬的一件“偶发事件”，让一向谦和热心的他，俨然成了“网红”人物。

那是去年11月的一个清晨，在奉化县江边跑完步的李平达正准备回家，突然听到有人在岸上大声喊：“快去拿竹竿！快去拿竹竿……”

李平达凑近一看，哎呀，不好！有人落水了！一个穿着黑色羽绒服的女子正漂在水面上，眼看就要漂远。“你会游泳吗？”李平达大声喊，可是水中的女子并无应答。

情况紧急，等竹竿拿来怕是来不及了！李平达当机立断，纵身一跃跳入江中，连衣服、鞋子都来不及脱。

只见李平达迅速游到落水女子身边，一只手将她的背部托住，另一只手奋力划水，朝着水位监测站方向游去，全力将女子托上爬梯，并在众人的帮助下将她救上了岸。整个过程大概10分钟。

当时李平达只想着自己会游泳，要下水救人，根本没想过江水冷不冷，更没想过自己正感冒着。上岸后，被早晨的寒风一吹，他被冻得瑟瑟发抖。眼看女子情况平稳，他赶紧回家换衣服去了。“我听到她说了声‘谢谢’，应该没啥大碍。”

李平达到家后，手冻得打不开指纹锁，只好打电话叫妻子来开门，冲完澡裹着棉被还冷得浑身颤抖。在妻子的追问下，他才简单说了救人的事。

虽说感冒因此加重，他却打趣：“罗盛教零下几十度都下水救人，我这算什么！”

当记者问及救人的细节时，李平达没有多提：“这是件很小的事情。我会游泳，又是男人，怎能不救？别人看到这种情况也会这样做。”

平日里教书育人，关键时下水救人。“关爱他人，言传身教”，早就深深刻进了他的骨子里。

1986年，李平达从余姚师范毕业后开始从教，从奉化裘村镇杨村中学（现已撤并）、西坞中学，到奉化区实验中学、浙师大附属奉化实验学校（锦屏中学），再到奉化港中学；从普通教师到高级教师，从一线教学到管理学校。一路走来，李平达以他的“严谨自律、谦逊仁义”，深受师生尊敬和爱戴，大家都喜欢喊他“达叔”。

“他让老师做到的，自己一定会先做到。每天第一个到学校，微信步数长期排在榜首。”

“评奖评优的机会，让给老师。”

“和学生打成一片，临考前一个班一个班给学生加油鼓劲……”

2021年，一名残疾男生进入锦屏中学。学校一开始不知道情况，把他分到了女教师的班上。李平达考虑到女班主任照顾男生不太方便，特地将他转到了男班主任陈旺盛的班上，还自掏腰包买了轮椅送给学生。

“以关怀人为使命，以成就人为荣耀”，是李平达的座右铭。新的一年，他依然在自己热爱的教育岗位上发光发热，做着平凡的事。他说的一句话、做的一件小事，经常让身边的人心生暖意。

## 仁心

## “只要我能帮的事，就顺手帮一把”

自今年年初成功捐献造血干细胞以来，沈宇威几乎没有一天不在想着一件事：“不知道我的血能否救他一命？不知道受捐者是否已经康复？”

沈宇威是宁波市市中医院心内科的一名男护士，2000年出生，毕业于宁波卫生职业技术学院。在心内科护士长谢莉莉眼里，小沈“是个好孩子”，好学又乐于助人，当科室其他同事有突发情况需要换班，或者病人需要帮助时，他总是一口答应。由于入职时间较短，他第一时间学习与科室相关的新知识。这不，2022年，心内科开始开展介入手术，需要配备一名护士，小沈第一个报了名。而在病房里那些老爷爷、老奶奶的眼中，小沈就是个可爱的“话痨”，只要他走进病房，总能逗得病人们笑个不停。

今年1月19日，小沈做了件让大家纷纷点赞的大好事，他捐献了260毫升造血干细胞，给一名素不相识的患者带去了重生的希望。

小沈告诉记者，自己萌发捐献造血干细胞的想法，是在观看了一部影视作品之后。当时，他还在读大学，学校组织他们观看《人间世》这部纪录片，那一个个交织在生命脉动和医疗链条下的遭遇，深深地打动了。当时他就暗暗下定决心，有朝一日，如果能为这些病患提供哪怕是一些微不足道的帮助，他也会心生欢喜。

2018年，小沈参加无偿献血，主动留存了血样并登记加入

中华骨髓库，成了一名光荣的志愿者。这之后，小沈每年都参加无偿献血，每一次看到爱心人士捐献造血干细胞的新闻，他的内心都会泛起涟漪。

2023年10月中旬，小沈接到鄞州区红十字会的电话，告知他留存的血样与一名血液病患者匹配成功。“真的好激动，有一种多年愿望一朝实现的幸福感！”面对记者，小沈开心地说：“这意味着，我将能够挽回一条鲜活的生命。”

经过一道道严格的程序，小沈最终配型成功。从那天开始，小沈便特意清淡饮食，调整作息，早睡早起，并配合着进行了一定的锻炼，希望以最好的状态迎接捐献造血干细胞的那一天。

1月19日，小沈终于迎来神圣的一刻。经过近两个小时的血液采集，小沈成功捐献出自己的造血干细胞，立刻由专人送往患者所在的医院，移植入患者体内，为其燃起生命的希望。

小沈的爱心之举感动了大家。宁波市中医院党委书记徐军说，小沈作为新一代“00后”，用实际行动诠释了医者仁心、大爱无疆的真谛，是当代青年的骄傲。

小沈却说，自己只是做了一件可以帮助别人的平凡小事。而这样的“平凡小事”，小伙子天天都在做，路上看到有老人坐着轮椅，他上前帮着推一把；下雨天，顺手帮人打个伞；上班路上，帮病人带些早点……

“学雷锋？真没到这个高度，我只是告诉自己，只要我能帮的事，就顺手帮一把！”小沈笑着说。

## 善举

## 把“举手之劳”变成一种坚持

每天下午4点40分，63岁的袁佩君早早等在鄞州区高钱小学门口。下课铃声一响，她便紧盯着陆续走出校门的孩子，然后从人群中牵起熟悉的小手，高兴地往家走。

袁佩君接回的不仅是自己的外孙，还有东钱湖镇清泉社区的其他孩子。“我反正也要接外孙，顺道就把邻居孩子一起接回来了。”这样的“举手之劳”，袁佩君从2019年初就开始了。

有一天，袁佩君照常在幼儿园门口等外孙放学。在与旁边的家长闲聊中得知，两家孩子竟是同班同学。对方家长因为工作原因，经常无法准时来接孩子，孩子一等便是半个多小时，袁佩君主动提出帮忙。“以后，我帮你接孩子，如果你要加班，孩子就在我家吃晚饭吧！”

王羽萱正是袁佩君一手揽下的那个孩子，她从读幼儿园中班一直到小学三年级，基本上是袁佩君在接。“提出帮忙接孩子时没想那么多，大家住在同一个小区，有事情就互相帮助一下。”袁佩君笑着说，看到孩子跑过来喊“外婆”，她的心里也很高兴。

把孩子从学校接回来只是第一步。袁佩君还经常带孩子回自己家或去社区“妇女儿童之家”，陪孩子写作业、唱儿歌、做游戏，直到他们被家长接走。有时候袁佩君妈妈需要加班到深夜，孩子索性就睡在袁佩君家里。

上学期，萱萱在作文中写道：“我有一位外婆，她不是我的亲外婆，她是我遇到过的最美的外婆，甚至比我的亲外婆还要

好。”萱萱用细腻的笔触记录了她和袁佩君相处的点点滴滴，语文老师批改作文时都被感动了。

放学接袁佩君接走的孩子不只有萱萱，社区内如有家长顾不上去接孩子，袁佩君都会热心帮忙。逐渐地，她从“孩子的奶奶”变为“孩子们的奶奶”，成了大家眼中的“共享奶奶”。而袁佩君的举动很快带动了其他奶奶，她们自发加入接孩子放学的队伍中。“我反正空着，我也可以帮忙接送！”“我们家孙子大了，我可以去幼儿园帮忙接送！”……

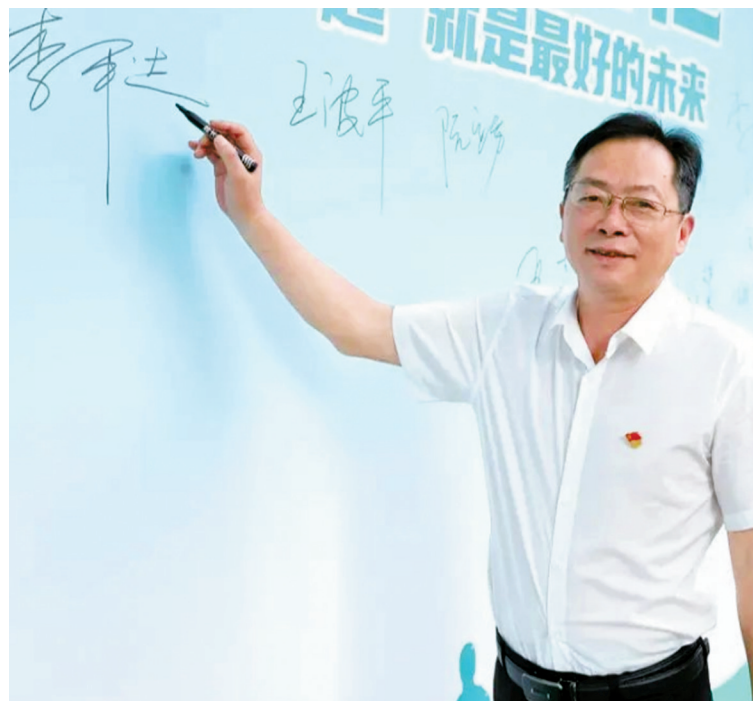
2019年9月，社区成立“共享奶奶”志愿服务团队，团队成员从最初的5人增加到如今的58人。“现在我们小区的‘奶奶’接送孩子实行轮班制，我每周大概轮到2次。”袁佩君说。

如此一来，“共享奶奶”从一个人变成了一群人。每天放学时，东钱湖镇实验幼儿园和高钱小学的大门口，都会出现几位身着红马甲、高举接送牌的“共享奶奶”，开开心心地接小朋友回家。

遇到节假日，袁佩君还会与其他“共享奶奶”一起，教孩子们一些常用的生活技能，从叠被子、收衣服到认识交通标识，从倒垃圾、煮面条到了解常用救助电话，她们把能想到的生活实用技能一样样地教给孩子。

“和孩子们在一起，我的生活也变得丰富起来。”袁佩君说，只要条件允许，接孩子放学这件事她会一直做下去。

微光成炬，灿若星河。在宁波，这样的凡人故事还有许许多多，他们用爱和温暖，不断擦亮这座城市的底色。



跳水救人的老教师李平达工作照。(奉化区教育局 供图)



捐献造血干细胞的男护士沈宇威。(陈敏 摄)



“共享奶奶”袁佩君和老伙伴一起接孩子们放学。(周斯佳 供图)