



胡小米

胡小米：

以萤火之微照亮公益路

实习生 李文杰

偌大的城市里，总有人每日披星戴月、疲于奔波，为了生计不得不扛起生活的重担，在这样的环境中，却有这样一类人，愿意将自己本就不多的时间、精力、物力匀出一份，用以帮助那些需要帮助、需要关爱的人群，胡小米就是这样一个人。她在本市从事餐饮行业，同时也是一位内心温暖善良，默默做公益事业的志愿者。

胡小米是80后，出生于汉滨区关庙镇的柑树村，很小的时候，她便因为种种原因不得不独立起来，一个人照顾着自己和弟弟妹妹，艰难地撑起一个家。稚嫩的心灵从这时候便悄然种下一粒善的种子，她不想看到那些与自己有着相似经历的人过着同样艰苦的日子，她想尽自己最大的能力帮助他人，让那些身陷黑暗的人们知晓，“黎明总会到来，无论多么难熬的日子终会过去。”

怀揣着这样的纯良之心，胡小米的公益事业在很早之前便开始萌芽。时间拉回到2003年，中国爆发了SARS病毒，一时间人心惶惶。彼时的胡小米还在安康某家餐饮店务工，收入也算可观，足够自己与弟弟妹妹生活。但她在得知了前线有许多医生和志愿者为了控制疫情蔓延而冒着生命危险时，便毅然决然地去做一线做志愿者，这段经历不仅磨炼了她的意志，更是让她心中的公益之火愈发旺盛。旁人在了解到这一事情后，忍不住纷纷对她竖起大拇指，敬佩之声不绝于耳。

后来，勤劳踏实的胡小米攒下了部分积蓄，她便想着从事她所热爱的餐饮行业。2014年，属于她的第一家店铺——“重庆片片鱼”正式开业了。店铺的生意很是火爆，收入也在不断地增长，这对于胡小米来说不仅仅是简单的增收致富，更让其那颗忍不住做公益的心终于有了物质上的后盾做支撑。

有一天，胡小米正在店里忙碌着，她突然发现离店不远的路上有个蓬头垢面的人，远远看上去像个年老的流浪汉，但是仔细一看却发现，这分明是个年龄不大的孩子。她赶忙将孩子叫了过来，问了半天终于问清楚了情况。原来这是个和家里闹矛盾独自离家出走的孩子，因为不想回家，便在安康四处流浪。胡小米忍不住收留了他，将这孩子好好拾掇了一下，白天就让他在自己的店里休息。在此之后，胡小米又碰巧遇到了两个情况大差不差的少年，他便依旧收留在自己的店里面。后来，她通过

多方渠道联系上了这三个孩子的家长，这些家长听闻胡小米无偿帮助自己的孩子后，无一不是感激涕零。在这期间，胡小米一直给这些孩子灌输正确的三观，让他们能理解自己的父母，不再做出这样过激的行为。

帮助他人让胡小米的心里觉得安慰踏实，此后，胡小米便一直用盈利的钱做公益事业。前两年的时候，胡小米老家村上的一个小女孩因意外从楼上坠落，休克住进了医院，而女孩的家人却因为高昂的手术费愁得泪流满面，胡小米在听闻这件事情之后，不顾自身窘境，毅然选择向女孩捐款，并发动身边的朋友帮助她渡过难关。在她的不懈努力下，受伤女孩的治疗款终于凑够了，女孩也在手术后，摆脱了危险，慢慢恢复了健康。

胡小米总是怀揣着一颗热忱之心，在开店期间，她经常看到环卫工人顶着酷暑严寒工作，有时只舍得买个馒头吃。见此一幕，胡小米的恻隐之心又开始萌动，她决定以便宜的价格让环卫工人吃饱吃好。于是，在和爱人商议斟酌之后，她以两元钱的价格让环卫工人到店里吃蒸面喝稀饭。那段时间，胡小米的饭店中经常可以看到许多的环卫工人齐聚于此，满足地吃着物美价廉的食物。

过了几年，胡小米和几个朋友一起经营了一家以巴蜀风味为主的火锅店。这家火锅店无疑是她做得最成功的一次餐饮，无论是火锅用料的纯正还是优质服务，都让每个食客拍手叫好，这也使得火锅店每日的净收入都能达到过万的额度。火锅店营业的几年间，她也停下公益事业，一直到处捐款，帮助那些遇到困难的群体。当她被人质疑的时候，她总把这样一句话挂在嘴上：“正是因为我淋过雨，所以我不希望在有能力的时候再看到别人淋雨，我想去给他们撑一把伞，哪怕只是一会儿。”

可是好景不长，幸运并没有一直眷顾这个善良的姑娘。因为一名股东的贪念，将火锅店的用料偷梁换柱，致使口碑急转而下。胡小米与其解散后，采取许多手段想要挽回火锅店的声誉，奈何餐饮行业的负面影响是巨大的，许多顾客得知火锅店的口味不一样了后，便不再选择前来消费，不得已，胡小米万般不舍地关闭了这家店。

接二连三的打击并没有击垮胡小米的意志，反而让她越挫越勇。这一次，她汲取经验，用心筹备，又开始经营名为“小米美食”的餐饮店。她将属于前两次开店的特色融入这家新店中来，无论是炒菜，或是烧烤、火锅，都可以在这里品尝到，多元化的佳肴让“小米美食”赢得了市场的认可，客人纷至沓来。

为了扩大店铺的影响力，忙碌之余，胡小米也开通了短视频账号，名为“小米搞笑”。因为视频内容接地气，很多粉丝关注了她，流量也渐渐倾斜过来。更有许多人在抖音上了解到胡小米喜欢跳舞之后，便邀请胡小米到自家店铺跳舞引流。

虽然在城市待了很多年，可胡小米一直都想回到家乡，为家乡的父老乡亲们做点助农增收的好事、实事。她与村干部商议，想在村中发展农家乐，以此带动家乡的经济和旅游业。她的想法也得到了村民的认可与支持，“小米，你回来开办农家乐，大家都高兴，只要你有想法，随时都可以回来。”

“做公益做了这么多年，你不累吗？”“每次都捐这么多钱，你不管自己家吗？”这样的询问好似河水般接连不断地拍打在胡小米的耳畔，但这些话语从来都没有影响过她的决心。她明白，这些怀疑的声音不过是建立在不了解她的基础之上，一旦知晓她的过去，便能明白她的选择与初心。

“现在我的孩子也都懂事，很孝顺，家里也越来越好，我还会把公益事业坚持下去，尽自己所能帮助更多人。”谈及自己的现状，胡小米的脸上泛着腼腆的笑容，霞光映照下，她清亮的眸中满是对未来的期许。

梁远兰：

凡常岁月溢暗香

记者 吴苏

从东坝大桥驱车而上，只消20多分钟的时间，便到了县河镇毛坝村。离毛坝村委会不远的地方，一座依山傍水、古朴雅致的农院赫然跃入眼帘，“县河农舍”的木质招牌在阳光照耀下显得格外醒目。虽不是周末，但这里依然熙熙攘攘，人声鼎沸，络绎不绝的客流将原本宽敞的农庄填得满满当当，不时有欢声笑语和着潺潺流水的声响、山雀鸣唱的韵律传入耳畔。

与客人们悠闲放松的状态不同，农舍主人梁远兰心头虽欢喜，但自清晨的第一声鸡鸣将她从梦中唤醒后，她的神经便一直处于紧绷状态。早上6点多，她早早便在院子里忙碌起来了，检查卫生、准备食材、查漏补缺，每一项都做得一丝不苟。“这也没办法，现在生意难做，特别是餐饮行业，同行们一个比一个卷的厉害，自己如果不能努力做精做好，很难留住客人。加上我们这是新开的，就更要把控好细节，特别是菜品质量和服务水平，给消费者留个好印象，让他们从‘头回客’变成‘回头客’。”

今年刚刚迈入不惑之年的梁远兰，对生活有着属于自己的理解。20多年前，尚还处于青春年华的梁远兰住在大垛村，因为学校离家远等缘故，她很早就离开了校园，此后跟着家中亲戚到深圳务工。21世纪初的春天，南下务工的热潮蔓延到山区的沟沟坎坎，不再上学的适龄男女，大部分都背起行囊，将自己对未来懵懂的渴望一并送入各种各样的制造工厂。流水线上日复一日的枯燥生活消磨着岁月，也吞噬着张张青春面孔对生活的感知。

在外待了几年后，梁远兰回到县河老家，和同村的对象结了婚。回忆里的那段时光，日子虽然艰难，但好在自己和丈夫都是吃苦耐劳的人，从不会轻易服输。两人很快带着尚在襁褓中的儿子来到了城区，丈夫开货车，梁远兰自己则盘下亲戚不再经营的批发部，做日用品的零售批发生意。“那时候别家早上8点开门，我就7点开，晚上也下班很迟。有时候客人买东西不方便取，我就给免费送到家里，大型批发商瞧不上的零售生意，我也尽心尽力做，很快生意就好了起来。”据梁远兰讲述，彼时的市场竞争远不像如今这样激烈，靠着踏实肯干，两人很快攒下一笔收入，拿着几十万，夫妻二人回毛坝盖了楼房后，丈夫又用余下的钱投资矿产生意。

2013年，在梁远兰的强烈要求下，生活的重心再一次回到她的手上。“那时候我爱人一门心思想做生意，折腾了几年，虽然也赚了一些钱，但是投进去的钱也越来越多，我就想着不能这样了，就喊他回来，和我一起干别的。”再回头，批发市场的竞争越来越激烈，梁远兰也因为要照顾两个孩子上学，不得不转让店面。经过再三思索后，梁远兰想到有个在广东从事瓷砖生意的亲戚曾告诉她，“卖瓷砖很赚钱。”

就这样，梁远兰又和丈夫进入了经营瓷砖的行当。“我比较细致，就在店里做销售，我爱人会销售和 Design，也经常出去拓展客源，加上那几年整个市场的行情也不错，生意越来越好。”满怀憧憬的梁远兰，从未有过抱怨的时候，尽管经常会面临各种琐碎和困境，但在她清秀的脸庞上，始终有一股不服输的倔强催动着她，往前走，不回头。

梁远兰经营瓷砖生意的时候，正逢房地产烈火烹油的时期，整个产业链都被这股飓风不断推向高点。但经济运行的逻辑亦会明白白地告诉每个人，没有哪一个行业会是永远的风口。

“去年开始，生意就越来越难做了，我们之前开了两个店，天贸城的已经转让出去了，现在兴华市场那个还有点股份，交给合伙人在打理。”梁远兰不会去研究经济市场变化起伏的缘故，当时代的风霜漫过每个人的肩头，一丝一毫的寒意都足够引起聪明人本能的警觉。

2023年下半年，梁远兰回到久不居住的老家，那栋和丈夫用辛苦赚来的钱盖的四层小楼。“我也没做过餐饮，这些年都是从一个行业到另一个行业，相互之间也没啥关联，就想着先做了再说，只要诚信经营，总会好起来



梁远兰

的。”抱着这样的想法，梁远兰和丈夫很快将小院重新翻修了一遍。4月下旬，县河农舍的牌匾已经高高挂起，将所有设施、人员配备齐全后，5月1日，农庄正式开始营业。“我们做的就是农家风味的菜，比较有特色的就是一鸡两吃、油饼拌汤、酸辣猪蹄等。”每日的采买，梁远兰都坚持亲自采为，自己抽不开身的时候，也会详细叮嘱爱人，选择什么部位的肉类，新鲜的蔬菜怎么挑选、搭配。

如今，每日忙碌碌碌的梁远兰虽然在繁重的劳作后难免觉得疲惫，但夜深人静的时候，紧张的心绪骤然放松的片刻，也会觉得安然踏实。“兜兜转转又回到农村来了，现在就想着把农舍经营好，不管怎么说，人总是要吃饭的么。”温柔的笑意缓缓爬上梁远兰的脸颊，满心的期许化作眼眸中的一片晶莹。

为了提高知名度，她在忙碌的间隙，开始学着拍摄短视频，将农舍里的风味美食、龙潭河岸的宜人风景一一装入镜头，展现给更多的观众。不少慕名而来的顾客总会在看到她的第一眼就热情地喊上一声，“兰姐，给我们安排几个你这儿的特色菜。”听到招呼声的梁远兰，手脚麻利地布置好一切，在锅碗瓢盆的碰撞中，迎来送往的笑声里，维持着对生活节奏的平衡。

太阳东升西落，四季光阴流转。对于梁远兰来说，最朴素的生活哲学就是不断地向前奔走，长满荆棘的荒野，也总会有一条路径，鲜花满地、芬芳四溢。

高扬武：

做好一名“声”推官

通讯员 陈力



高扬武

培养朗诵人才。高扬武在指导学生的过程中，特别强调感情的输出，他时常强调：“声音要出彩，感情先入心。声音的背后是思想感情，只有深入了解诗歌创作的时代背景，才能真切体会到作者的真情与沉思，真正做到感同身受、同频共振。”让高扬武感到欣慰的是，他指导过的一些学生在进入大学后，凭借着优秀的朗诵特长，成为学校播音主持和朗诵表演的中坚力量。其中，他的学生秦亮荣获陕西省第六届朗诵大赛决赛成人组二等奖、廖新语荣获第十七届全国艺术特长生展评陕西地区朗诵专业金奖。

高扬武认为，有好的朗诵，必须有好的朗诵文本作为前提和支撑。他在大量阅读、精心选择朗诵文本的同时，挤出时间进行朗诵文本的创作。他在朗诵诗歌文本《春天的献礼》中写道：“我们向春天献礼/和煦的阳光洒满奋进的肩头/破土而出的种子，生长着梦想的坚毅/我们向生活献礼/幸福是奋斗出来的/挂在脸庞的汗水，芬芳了盛开的花蕊……”

立足于学校，但不止于学校。高扬武在不断思考着如何带动更多人，将朗诵艺术在平利这片热土上发扬光大，通过“好声音”推官，让更多的人了解平利、熟悉平利、爱上平利。2019年6月，在高扬武的牵头组织下，以兴趣爱好小团体的形式开展了“平利县庆‘七一’爱国诗歌朗诵会”，正式拉开了平利县朗诵协会筹建的序幕。在众多志同道合朗诵爱好者的共同努力下，2020年8月，平利县朗诵协会正式成立。

在高扬武的带领下，平利县朗诵协会以“为爱发声”为努力方向，一步步发展壮大。协会成员积极参与县内朗诵比赛、宣讲比赛的组织发动、指导评选等工作；每年“五四”“七一”和国庆节期间，录制专题朗诵视频，为繁荣县域文化助力；开展文化志愿服务活动，积极参与暑期小课堂、周末小课堂，满足留守儿童的心理需求。

“独行快，众行远。”在常态化开展各种交流指导活动的同时，2021年7月，平利县朗诵协会邀请天津著名朗诵艺术家侯方老师来平利举办了为期5天的朗诵艺术专业培训；2022年7月，在平利县文联和县文化馆的支持下，平利县朗诵协会又举办了为期5天的“喜迎党的二十大，奋进建功新征程”经典爱国诗歌朗诵培训课。在高扬武的带领下，平利县朗诵协会的会员们在各类活动中频频亮相出彩。协会代表平利县参加第31届中国茶业科技年会安康富硒茶专场推介主题活动；会员参加安康市“弘扬延安精神，凝聚发展动力”宣讲比赛荣获一等奖；协会指导学生参加安康市“走进春天，拥抱安康”第五届经典诗文朗诵大赛并荣获一等奖……

校地合作传佳音，文化润民传美名。2023年7月，西北大学新闻传播学院教授、博士生导师周东华带领“启声”志愿者服务团在平利开展“推普”活动期间，高扬武等平利县朗诵协会会员同“启声”志愿者服务团携手合作，在文化广场和乡土小院举办“红色经典润乡土”快闪活动，共谱经典诵读与乡村振兴的“音音乡情”之歌。

“小朋友们，朗诵不仅可以促进语文的进步，也能给生活带来更多的欢乐，有兴趣的同学平时可以加强练习。”5月25日，在平利县城关镇东关社区的周末小课堂上，平利县朗诵协会会长高扬武作为志愿服务老师，给在场的孩子们带来了一堂主题为“朗诵与我们的学习和生活”的课程，让朗诵温暖润泽孩子们稚嫩的心灵。

1985年，高扬武出生于陕西省宝鸡市，这里文脉传承数千年，展现着周秦文化的遗风古韵。看到青铜铭文，高扬武爱上了篆刻，在研习篆刻的过程中，高扬武又开始主攻小篆书法。“秉纯洁之念，诵天籁之音。”自小受到文化熏陶的高扬武，始终对朗诵情有独钟，只要一有时间，他就揣摩练习，如痴如醉地沉浸在“声音的王国”中。

2010年9月，高扬武越过秦岭，来到平利县中学任教。他第一堂课讲授毛泽东的《沁园春·长沙》时，首先用铿锵有力的声音朗诵这篇大气磅礴的作品，让全班学生深深折服。“当时听高老师的朗诵，感觉比网上的配乐朗诵还要带劲。”尽管时隔十多年，但当时班上的学生余传奇至今仍记忆犹新。

除了承担教学和班主任工作外，高扬武还承担着学校各类文艺活动的主持和语言类节目的指导任务，同时也是学校广播站和朗诵社的指导老师。2016年秋季，平利县中学迁入新址，学校广播站和录音室硬件设施焕然一新，高扬武倾注了更多的精力，为学校广播站培养广播员，为朗诵社团