



贾焕美是个停不下来的人,打包爱心物资、奔赴山区助学、照料失独老人、组建志愿团队——

# “爱的付出”就是她的生活频率

郑瑾尧

一个人,能为素不相识的人付出多少?是二十年的光阴,是数不清的积蓄,还是把失独老人,当成自己的亲人来孝顺?贾焕美用行动给出了答案……

44岁的贾焕美是个停不下来的人,打包爱心物资、奔赴山区助学、照料失独老人、组建志愿团队……22载光阴流转,她从少年时的悄悄行善,到如今带领400余人传递温暖,始终以善良为底色,让“爱”成为生命中最坚定的频率。

## 初心如磐:家风滋养,种下善意种子

贾焕美的公益初心,源于童年时浸润心底的家风。她在河北沧州的农村长大,奶奶、姥姥一生默默帮扶乡邻,父母更是用行动诠释着善良的真谛。

在那个物质匮乏的年代,本就育有4个孩子的贾家,毅然收养了村里一对父母双亡的孤儿。这是一对兄弟,哥哥八九岁,弟弟仅五六岁,贾焕美父母管吃管住、代缴学费,一路将两个孩子抚养成人。自家日子并不宽裕,却倾尽全力帮助这对兄弟,这段经历在贾焕美心中埋下了一颗种子:未来一定要尽己所能,帮助需要的人。

这颗种子在她15岁那年悄然发芽。1997年,读高一的贾焕美得知一位同班同学因父亲病逝、家庭困顿面临辍学,为保护同学自尊,她悄悄找到老师,说了希望发动同学一起提供帮助的想法,得到了老师的认可和支持。后来,在贾焕美的组织下,全班乃至外班同学都来捐助。有的捐钱,有的捐书本和学习用品,这份爱心接力一坚持就是三年。年少时的善举,开启了贾焕美后来跨越22年的公益之路。

## 廿载助学:微光成炬,帮扶百余名困境学子

2004年大学毕业后,贾焕美在河北涉县一家钢铁企业工作,当时工资不高,每月只有一千多元,她却坚持拿出600元资助两名青海藏族孤儿,这一资助便是整整十年。2015年,两名孩子发来“祝贾妈妈母亲节快乐,感恩一路陪伴”的消息,并告知已成年,能独立生活,不再需要贾焕美给生活费了。那一刻贾焕美心里有着说不出的踏实,这份跨越千里的牵挂,让她更加坚定了助学的信念。她说:“让两个孩子知道,在很远的地方,有人一直在爱着他们、祝福着他们,他们未来的人生也许会因为这份牵挂,走得更有底气、更坚定!”

2011年,贾焕美因工作调动来到天津,她的公益之路也逐渐从“单打独斗”转向“聚沙成塔”。起初,她在QQ群里号召同事前往孤儿院、养老院开展志愿服务。一直到2023年,她正式组建天津东岸情公益团队,名字的寓意是“渤海东岸,至情大爱”,团队很快发展到400余人。

在贾焕美看来,公益从不是单纯



困境儿童给贾焕美的吻



河北泊头爱心书屋

给予,而是激发受助者的内生力。她实地走访山东沂蒙山、山西大同、河北狼牙山等地考察,助学款严格按照当地生活水平发放,不盲目搞高标准,避免助长惰性。她常鼓励受助孩子课余时间做家务、做力所能及的事,用劳动实现价值。有孩子捡废品攒钱为贾焕美他们送锦旗,这份自立与感恩,正是她最想传递的初心。

如今,贾焕美和她的公益伙伴们已资助全国百余名困境学生,她还牵头启动了“书香计划”,目前在四川大凉山、山西阳高、河北张家口、河北沧州、天津蓟州等地建成8个爱心图书室,每个配备600至1000本适合青少年阅读的图书,她计划打造100个乡村小图书室,让知识照亮山区孩子前行的路。

## 情暖桑榆:以亲相待,守护失独老人

助学是“育人”,助老则是“暖心”。贾焕美与失独老人刘振山、范玉英夫妇的故事,成为她公益路上最动人的篇章。

2017年,贾焕美在居委会偶遇这对夫妻,他们的独生女因尿毒症刚刚离世,夫妻俩眼神空洞,呆滞地坐在居委会,等待工作人员帮他们开证明、办手续。贾焕美看到,两位老人身边还放着三条拐杖,推测他们很可能是残疾人。她主动跟居委会表明想法,说自己想要帮帮这对老夫妻。居



打包爱心物资寄往四川大凉山等地



带女儿看望刘振山、范玉英老两口



到河北、山东等地困难家庭送助学款

委会工作人员介绍,这对夫妻都是残疾人,日常行动非常不便,女儿是他们生活的全部希望和依靠。后来,在居委会的引荐下,贾焕美留下了刘振山的电话,转天她便带着家人一起上门看望。老两口的家,可以用家徒四壁来形容,不足10平方米的伙单里,没有一件像样的家具和家用电器。老两口那时还不到60岁,但困苦的生活,加上女儿的离世,让他们看上去异常苍老。

贾焕美当即买来米面粮油,并给他们陆续添置了电饭锅、电风扇等家电,还隔三差五带着女儿上门陪伴,慢慢点亮了老人眼中的光。

2019年,刘振山突发疾病,住进ICU,随后病情急转直下。当时,范玉英因为身体不便无法到医院照料,只能求助贾焕美。贾焕美赶到医院,走到昏迷的刘大爷身边,对他说:“叔,我是小贾,我来看看你,你快好起来,我来接你回家。”这时候老人眼角流出了泪水。

那之后没几天,刘振山就去世了,离他60岁生日只差几天。刘振山离世后,贾焕美对范玉英的照料更上心了。每周通话、定期探望,忙得实在抽不开身,她就网购生活用品快递上门,老人发烧生病,她立刻通过外卖送药。久而久之,范玉英打心底把她当成亲闺女,逢人便说:“这是我的好闺女。”而贾焕美也说:“既然认了这门亲,就要守到底。”

## 聚沙成塔:透明行善,凝聚四百人志愿力量

贾焕美的公益之路,从一个人的坚守,变成一群人的同行,核心源于“透明”二字。

有的人对公益心存疑虑,贾焕美使用朋友圈全程公示:爱心物资发往何处、当地村委会怎么一对一分发的、受助者的反馈又是怎样的……每一笔善款、每一件物资都有迹可循,让志愿者心里踏实。她的同学、同事、合作伙伴纷纷加入团队,从最初二十三人壮大到400余人,大家都说:“跟着贾焕美做公益,放心、暖心。”

单单2025年,贾焕美就发动志愿者给四川大凉山的困难家庭捐了3300多斤衣服、被褥和200双新鞋。捐物资这件事,她坚持了长达十五年。她记得,最初没有库房时,大家把物资送到她家,五六平方米的阳台上,打包好的包裹堆得比人还高。

寄物资的邮费是笔大开销,团队成立前全由贾焕美自掏腰包,2023年,她就独自承担了2万余元邮费。在团队里,贾焕美是不知疲倦的“能量中心”。她的公益伙伴杨昕说:“她有工作、有两个孩子,行程排得满满当当,几乎没有业余时间,这份勤奋与执着,感染着团队里的每一位志愿者。”

## 薪火相传:善意接力,让爱绵延不息

公益路上,贾焕美从未独行,如今,贾焕美十五岁的女儿和四岁多的儿子,也已是公益路上的“老兵”。小儿子在幼儿园会骄傲地举手告诉老师和同学:“我经常跟着妈妈去做好事!”她的女儿也全程参与公益,在陪伴与付出中,懂得了善良与担当。

22年来,贾焕美记不清帮助过多少人,也从未计算过投入的金钱与时间。她见过困境学子长大后成为志愿者反哺社会,见过自己的初中老师主动加入助学队伍,见过陌生人因信任追随同行……这些温暖的回响,让她觉得所有付出都值得。

“我见不得人间疾苦,只愿这世界美好和平。”如今44岁的贾焕美依旧奔忙:为大凉山筹备物资、为困难学子汇款、推进书香计划、照料范阿姨……她像一束微光,虽不耀眼,却持久温暖,照亮着一个个需要帮助的角色。

也许,这世界并没有那么多惊天动地的英雄,但他们用最朴素的爱与坚持,谱写着最动人的乐章。贾焕美的生活频率,是善良的频率,是责任的频率,是爱的频率。而这,也正是这个世界最需要的频率。

(本版照片由受访者提供)

