

从3月开始，孟建设和儿子孟阳就格外忙碌，安排好自家店里的生意后，他和儿子便带着店员深入到东城、西城、朝阳、海淀的各个社区，为老年人、快递小哥、环卫工人义务修脚按摩。作为北京孟氏创业健康咨询中心创始人，工作之余，孟建设用所学和经验，为尽可能多的人送去健康。他带出的徒弟、学生有几百人。20多年来，他们的足迹遍布京城，为各类人群义务修脚达19.5万人次。



20余年义务修脚19.5万人次

老孟和小孟始于足下的志愿服务

□本报记者 边磊/文 于佳/摄

**过去大家没少帮助我们
现在希望大家都有双健康的脚**

如今，孟建设带出的徒弟，遍布全国。他不仅教给徒弟为人修脚的服务技能，更告诫徒弟们要用感恩的心对待每一位顾客。

孟建设是北京孟氏创业健康咨询中心创始人，今年还开了分店。但是1978年从河北来到北京，他面临的第一问题便是生存。家有中医渊源的他为谋生，干起了修脚的活儿。即便如此，在京立足也经历了艰难的过程。摆地摊儿修脚的时候，因为活儿干得漂亮，很多街坊都愿意找他修脚。后来，在邻里和街道的帮助下，他从地摊儿搬进了楼房。期间，他还到中国中医研究院进修，系统学习了针灸和按摩技能，先后取得了中医医师证、足疗师证和高级修脚师证。2000年底，孟建设创办了“北京孟氏创业健康咨询中心”。

生活好起来后，孟建设没忘帮过自己的人，心里始终装着雷锋精神，怀揣感恩之心，想方设法回报社会。也是从2000年起，孟建设开始参与公益活动。

“我最早就是看鸡眼、脚垫、灰指甲、瘰子。有的老人特别严重，那真是走不了道儿，我就是想让百姓有双健康的脚。”早在1995年在广慈医院工作时，孟建设就开始免费为老年人诊断。医院对于脚病的方法一般是激光、冷冻手术等，但这并不能从根本上解决患者走路痛苦的问题。有了属于自己的治疗室后，孟建设从一个最初的地摊修脚匠变成了一个真正的脚病医师，他希望为更多的人解决脚病问题。

“干这个工作我称心如意，干到现在60多岁我依然很满意。过去在中医室坐着，现在进社区为老人服务，都是为大家解决健康问题，能帮助到那么多人，我很惬意，也收获了很多荣誉，心里很慰藉。”老孟说。

最让孟建设高兴的是为国旗班战士修脚。这个想法源于儿子孟阳10岁左右时，孟建设带他上天安门广场看升旗仪式。童年的孟阳看到高大威武的国旗班战士，跟爸爸说：“这些解放军叔叔穿着马靴，也需要修脚吧？你怎么光给老人修脚，为啥不给这些战士服

务？”这句话触动了孟建设。从2000年国庆之后，每到劳动节、建军节、国庆节、春节，只要有时间，他就带领大家到国旗班为战士修脚，送泡脚的中草药、艾草鞋垫。这项志愿服务，一直坚持到2020年，因为新冠肺炎疫情才暂时中断。

此外，孟建设还常年为老年人服务。义务修脚的过程中，常常会遇到突发情况。一次，孟建设约好了上门为一位老人修脚，可他刚进门，便发现老人脸色青黄一动不能动。他赶紧帮忙把老人送到医院，医院确认为脑梗。事后，老人的儿女找到孟建设，要给他钱表示感谢。孟建设坚定地说：“这可不能要！这是举手之劳嘛！”

**志愿加入中国共产党
在修脚的过程中不断精修人心**

2011年，孟建设获得了北京市人民政府颁发的北京市万名孝星称号，还获得了1000块钱的奖励。他当即把这1000块钱捐助给了辖区的贫困家庭。“当时是社区开党员会，书记说七区有贫困家庭，父母重病，孩子正在上高中，学费很困难。我一听，当场就把奖金捐了。”孟建设不太会说华丽的辞藻，就是知道了需要帮助的人和事儿，有能力就帮上一把。这些年，孟建设参加的各类社会捐款达数十万元。

这些年来，在孟建设的心上还有一件特别重要的事——加入中国共产党。虽然没有正式的党员身份，但2001年起，孟建设就跟随东城区和平里街道的流动党支部组织的活动，义务为老人服务，积极向党组织靠拢。

2008年，孟建设递交了入党申请书。当时，他是东城区优秀志愿者，他的团队被评为东城区优秀志愿服务队：“想入党，入党干事业更放心。”不过，作为非公企业的企业主，有着非常严格的审核程序。2011年，孟建设终于如愿，光荣地加入中国共产党。2014年，孟氏修脚建立了自己的党支部。

有了党支部，孟建设的志愿服务队更有干劲儿了。他们不光接受街道辖区安排的义务服务，还扩大范围，主动寻找义务服务机会。从东城区到其他区，从国旗班到其他部队，带着工具和人，隔三岔五就去做义务服务。每年3月是学雷锋志愿服务月，但孟建设的志愿服



孟建设

务队不光是3月忙碌，一年中绝大多数月份，都有人在为不同人群义务服务。

在孟建设记忆里，有一位很特殊的顾客，是位报道过抗美援朝战争的老记者。由于脚病，加上常年没有修过脚，老人的指甲向前长出，又向上弯曲，接着又向回长，指甲硬得像石头。此外，老人患有糖尿病，让修脚这件事增加了风险。老人的医生还说：“你别乱动，动坏了你负不了责任，我也负不了责任。”但孟建设依然拿出工具，像刻石头一样，一点一点地，将老人的指甲磨掉……

“其实当时我也担心，可是满心想着给他修好！”一整个下午，孟建设使出浑身解数，只修出了一个指甲。后来又修了几次，才将老人的指甲全部修复。老人特别感谢他，还专门给和平里街道写了感谢信，表扬孟建设的服务精神和精湛技术。此后，孟建设为这位老人服务了十四五年，直到老人离世。而现在，老人的儿子也成了孟氏的顾客。

“修脚，也是修人心。”在北京42年，孟建设把义务修脚看得像吃饭睡觉一样重，他觉得修脚光荣：能为人义务修脚是在做好事，特别光荣。

**让孩子在修脚中得到成长
更好地传承中医修脚事业**

和60年代生人的父亲不同，90年出生的孟阳接受修脚师的身份，用了很长时间。

孟建设曾经想让孟阳学医，将自己没能好好继承的家学中医和当今的高等教育结合起来，更好地发展中医修脚事业。然而青春期的孟阳偏不，高考选择了市场营销专业。



孟阳

虽然儿子刚开始并不想加入到修脚的行业，但孟建设的态度却很强硬。“大学毕业的时候，我想着先安抚父母，再找机会就跳槽，于是开始学习修脚技艺。”孟阳说。从小性格内向的孟阳，见到陌生人不爱说话，看一眼都会脸红。而志愿活动常常都是在人多热闹的地方进行，还会有很多人围观，孟阳刚开始时觉得特别尴尬。

孟建设就一次次的开导儿子，说：“这有什么的，别人可以干，你也可以。咱们挣干干净净的钱，在大街上是为别人义务服务，没什么不好意思的。”时间长了，孟阳渐渐发现行业的价值。

一次，孟阳上门出诊，是一位卧床的老人。当时老人和多名子女挤在一套房子里，空间十分狭窄。老爷子躺在医院那种摇床上，位置拥挤到连个凳子都没地方放。孟阳只能弯着腰探进床栏杆给老人修脚。常年不打理的趾甲长出脚趾五六厘米，像牛角一样卷起，又厚又硬，由于卧床又不能泡脚，只能用热毛巾捂趾甲，但功效甚微。指甲长得上面特别硬，下面相对比较软，弄不好就脱落流血。孟阳像剥洋葱似的一层一层给老人修指甲，一直弯着腰修了2个多小时。老人指甲硬得很，回来后修脚的刀都得重新磨一遍。

通过一次次精湛的修脚技术，孟阳获得了越来越多顾客的认可，换来的一张张笑脸，这让孟阳很高兴。

“为顾客服务的过程中，我常常会跟他们聊天，这让我了解到了不同的人生，对我来说也是一种收获。”孟阳说。如今的孟阳在父亲的带动下也加入了中国共产党，还参加了新中国成立70周年庆典、中国共产党成立100周年等活动。“这些对我来说，都是一种人生中难得的历练，让我学会了沟通与成长。”孟阳自信地说。

这两年，孟阳也开始带着儿子参加更多的志愿活动。虽然他并没有专门给孩子讲什么是学雷锋，什么是志愿服务，但孟阳相信这样耳濡目染的熏陶，会在孩子的心灵中播下种子。