

看不到光明，却更懂温暖

——记中国最美志愿者、盲人按摩师严三媛

“也曾顺风顺水，备受呵护，19岁开始视力衰退，到24岁那年因青光眼而彻底失明。从有到无的那种中途性失去，到彻底走出打击的阴霾，整整花了10年。”眼前的“好轻松”盲人按摩院董事长严三媛，身材修长，白皙温婉，热情开朗，若不是她下意识地闭眼，很难想象她是位盲人，曾遭受过人生的剧痛。

她的“好轻松”2000年创办以来，在无锡可谓家喻户晓，至今已在全市开出9家连锁店，累计安置千余名盲人就业，帮扶50多名盲人成功创业，向社会爱心捐款超过50万元。最近，她刚刚被评为中国最美志愿者。



图为严三媛(右)正在为新来的学生示范推拿按摩技巧。

“按摩不仅是谋生的手段，也是一种修行”

“每个客人的吃力特质不同，手里的力量要重而不滞，轻而不浮。”既要准、又要适度的到位感……听起来就像教功夫一样的中医推拿按摩，门道还真不少，零门槛的学员进来，没点悟性，真难入门。前不久，在中桥的“好轻松”总店，严三媛手把手教授一名年轻的男学员学习按摩要领。要成为一名合格的盲人按摩技师，这“摸”的功夫没几个月连热身都不行，除了力量的量化施展，还需要系统学习中医基础理论、人体解剖模型，熟悉人体的骨骼经络等医学知识，经过规范专业的考核才能“出师”。

一位刚刚因为颈椎不舒

服做完按摩的客人直呼一声“爽！”，筋骨舒畅地离开了。“好轻松”大部分接的都是这些老客人，通过周身的中医按摩解除日常的疲惫疼痛，收获身体的轻盈松快，俨然成了一些无锡人的日常。

严三媛自己，是视盲一级伤残。在她的店里，7成的员工是盲人，这些按摩技师大部分是先天性失明的年轻人，从小读盲文、上盲校，也有少数和自己一样中途性失明后自感人生崩塌，辗转由眼科医生或者父母亲友介绍来学习谋生技能、希冀“心理建设”的年轻人。最近，严三媛在今年新冠疫情出现后店铺客流大量萎缩、生意亏损的现状下，还

是接纳了一名医生介绍来的年轻人，见面交流的那一刻，“我看到了20多年前的自己，迷茫、痛苦，无法接受自己。”只有视障者才更了解视障者的需求。明知道加重经济负担，严三媛留下了她，和她谈心，教她一步步学技术，做自己能做的事，鼓励她自立，进而在此后的人生里，靠自己拥有前行的力量。“这个孩子悟性特别好，现在进步很快，马上能出师了。”中医推拿按摩在“好轻松”这个既是学校、又是职场的环境里，“不仅是谋生的手段，也是一种修行”，对严老师和学员来说，都是面对现实、不断成长的人生舞台。

黑暗体验场里的“换位思考”

“如果技师出去要隔离了怎么办？身边跟着的助手也要一起隔离吗？”疫情期间即使没有一单生意，我也要关照后勤每天给技师们在食宿上提供保障。严三媛告诉记者，限于出行条件，盲人在生存上依然有着诸多不便，对环境的要求很高，越熟悉才越安全。

这种不便感正是许多盲人备感“蹉跎”的消极原因之一。然而年轻的人生，能做许多有价值的事，让生命变得更有意义。创业之初，严三媛就把为老百姓开展义诊服务列入企业发展的重要议事日程，安排固定的学雷锋日，雷打不动带领员工走上街头为市民义务推拿按摩、宣传健康理念、开展咨询活动。

2008年严三媛成立好

轻松盲人志愿按摩服务队，从企业微薄的利润当中挤出专项资金支持队伍建设，添置服装、做好志愿者保障和志愿服务宣传工作。这支志愿服务队走进城市的大街小巷，来到敬老院、福利院、学校、企事业单位和社区，义务为百姓提供按摩和健康咨询。遇到卧床不起的病人，她克服自身行走不便，亲自上门服务。截至目前，好轻松志愿服务队走进全市115个社区、45家单位、8家敬老院，累计开展义诊2000余次，服务群众4万余人。

为了让更多人“换位思考”角度理解盲人，改变世人对盲人的偏见，2016年10月，严三媛筹资创办了江苏省第一家“黑暗体验馆”，至今体验者已超过5万人次。对黑暗世界好奇

的人和孩子们从中体会到了光明的可贵，懂得了盲人的不易，不少体验者深受触动。一位患抑郁症的市民在体验后不禁失声痛哭，他告诉严三媛：“黑暗世界就像一面镜子，照亮了心底的光明，告诉了自己要坚持下去的勇气”。

“每个人都有脆弱和踟蹰不前的时刻，只有自立才能做到内心的坚毅，进而为别人带去温暖，那么即便身处黑暗世界，内心也是光明的。”没有大家的支持，社会的关注，严三媛不可能会有今天的9家店，成名后的她依然谦逊、勤勉，思考的是如何承担更多的社会责任，她认真地说，她会鼓励和带领盲人通过自己收获能力，以及给他人帮助获得人生价值的丰足。(陶洁/文、摄)

57名家庭困难学生结对成功

爱心人士还提供勤工俭学岗位

本报讯 昨天，从无锡市慈善总会了解到，今年共推出了57名家庭困难的品学兼优在校生，仅用了一周多时间，就已全数结对成功。除了学费上的资助外，有爱心人士还提供了勤工俭学岗位和企业参观等内容，让这些学子们能够了解社会，更早做好人生规划。

8月8日，四位品学兼优的学生来到了位于惠山区的华光汽车部件集团。该企业法人薄铸栋是共和国同龄人，已步入古稀之年。恢复高考后，他苦攻英语，将抄写的英语单词放在口袋里，无论休息还是吃饭时，有空就掏出来看一看。在工作之余，他还坚持上夜校，在这样艰苦的条件下，31岁的他考上了大学，也为他从事汽车零部件行业打好了基础。因而他时常鼓励贫困学生。“你们假期都可以来我们单位实习，企业有班车，也有补贴”，薄铸栋说，近两年，就业形势有点困难，但对企业来说，优秀的贫困学子可通过实习增强相互了解，他们也会优先考虑这次结对助学的学生。

当天，从上海赶回来的小钱同学已是大四，她主要靠母亲的一点微薄收

入生活。小钱表示，她深知家里的不易，从高中就开始打工，每到假期就奔波在做家教之类的路上。这次在上海一家知名大公司实习，对方已为她预留了岗位，只要她愿意留下，工作没有问题。“我想自己先挣一点钱，去读研”，小钱说，这次有好心人资助她最后一年的学费，感觉肩头松了不少，能够定心完成论文等各项事宜。这次到华光汽车部件集团，薄铸栋也表示，小钱的专业在企业有合适的岗位，家乡总有一扇门为她留着。

华光汽车部件集团今年资助了6名大学生，熙盛源的老板胡立新也资助了2名对象。年过八旬的刘先生今年资助了2名学生。而来自香港的荣先生今年早早到慈善总会认领了40名学生，加上历年积累下来的，他每年助学池一直保持在百名学生左右。这些都是老资助者，相关工作人员表示，他们对每年助学的时机把握很准，助学名单一推出，他们就早早来捐款。一周多时间，所有的学生都已被认领完毕，后续还有不少热心市民打电话来要求结对助学，工作人员都抱歉表示要等下一年。(黄孝萍)

神经“漏电”

三叉神经痛术后再痛

专家“抢修”神经鞘膜成功止痛

“拜托你了，这样痛苦的日子真的不想过了。”近日，盐城一位三叉神经痛患者紧紧握着3个上海名医开的无锡易可中医医院“魏氏脑病专科”创始人、中华中医药学会脑病分会副主任委员、上海曙光医院神经内科原主任魏江磊教授的手不肯放开。原来该患者三叉神经痛7年，曾做过手术，2年后疼痛又回来了还更痛，每次发作时不能刷牙，不能吃饭，连喝粥都痛。止痛药越吃越多，后来连止痛药都止不住，痛得死去活来。

定期周日为三叉神经

痛、偏头痛、帕金森、耳鸣、眩晕等脑病患者服务的魏江磊教授表示，三叉神经痛属离子通道病，就像电线“漏电”了一样，不停地朝外放电，就会产生持续的疼痛，在临床上治疗很棘手。魏江磊通过30余年治疗离子通道病，尤其是三叉神经痛方面独辟蹊径，积累了丰富的经验，如今不少患者采用魏教授的特色经验方告别了疼痛。

魏江磊作为神经内科专家，不仅看三叉神经痛厉害，以身试药治偏头痛更是被传为佳话，他还擅长帕金森、耳鸣、眩晕等脑病诊治。(江南)