



惜福水是珍惜幸福健康之水，喝惜福水是对土地、粮食的珍惜和崇敬，是一个人福运的征兆。

——董配永

半碗惜福水 一篇大文章

向董爷爷学节俭

刘昊源

我叫刘昊源，现在是小学三年级学生。前几天，我在爷爷发来的《华夏复兴报》上看见了“半碗惜福水”这篇文章。董爷爷饭后用温水冲碗，再把碗里剩余的一点饭菜喝掉的做法，深深地感动了我。串棚、大豆挂角，蜻蜓起起落落，彩蝶花间嬉戏，青纱帐一望无尽。爷爷每次回家，都给我讲董爷爷的故事，有时候爷爷不讲了，我就缠着爷爷讲。我从爷爷的讲述中，知道了董爷爷是一个非常有钱的人，可是他吃的穿的十分简单，一件衣服穿十几年，东西用旧了也舍不得扔，坏了就让人修修再用。

虽然董爷爷舍不得吃、舍不得穿的，但每年都要捐赠给别人好多东西呢。董爷爷勤俭节约是全国都出名的。他从来不浪费一滴水、一粒米，每次饭后喝惜福水。我曾经问过：董爷爷有那么多的钱，那么多的家产，为啥还在乎碗里的那点剩菜剩饭啊？爷爷告诉我，董爷爷这样做并不是为了自己省钱，而是警示引导我们大家节约呢，是为了让我们这些小朋友将来有吃的、有喝的。谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。董爷爷的半碗惜福水就像一面镜子，让我在感动之余也照出了自己的惭愧，也学会了节俭。以前我经常剩饭剩

菜，有时一扔就是半碗，现在想起来真是白瞎了。董爷爷那么有钱还不忘节约，我得向他好好学习啊！现在，我每顿饭都吃得干干净净，不再剩饭剩菜，有时还不忘叮嘱奶奶节约粮食呢。昨天，我们午饭吃的是从东北老家带来的粘豆包，吃完后盘子底粘了厚厚的一层，要是以前就送到厨房刷了。这次可没有啊，我和奶奶用筷子一点一点地刮起来，夹进嘴里吃掉。奶奶说，这样做真好，还节省了不刷碗呢！我在猜想，董爷爷之所以和习主席握过手，是因为他十分珍惜食物和水，让所有人感动。他一定会继续努力，变得越来越好。向董爷爷学节俭，我觉得自己也长大了许多。

《华夏复兴报》“半碗惜福水”的故事，在读者中引起强烈反响。人们在为“半碗惜福水”点赞的同时，也默默地学习董主席的勤俭节约精神。小朋友刘昊源“向董爷爷学节俭”的文章，让我眼前一亮，一股无形的力量撞击着我的灵魂。“半碗惜福水”本不是什么大事，用一生的惜福水也节约不了多少粮食。但一件平凡的事，能够坚持一生，那将是一个伟大的壮举。特别是作为一个富豪、一个特立独行的人，董主席能够持久地坚持，便形成了另一种价值取向，成为一种精神、一种召唤、一种引领，在社会产生深远的影响。半碗惜福水，一篇大文章。它传递的是勤俭节约的理念，首先是在董氏集

润物细无声

王文阁

团被众人所接受，再由点到面，星火燎原。当其形成一种时尚之时，便会得到无数人的追捧和效仿。刚刚10岁的小昊源，就是一个现实的例证。当他看到半碗惜福水的故事后，幼小的心灵便受到董爷爷的深远影响，崭新的世界观开始形成，这也许会影响孩子的一生。可以肯定地说，小昊源不仅仅是一个孩子，他更是一个群体，甚至是一个时代。半碗惜福水若能够影响一个时代，其精神价值是任何物质所无法衡量的。半碗惜福水，润物细无声。希望有更多刘昊源这样的小朋友，能够沐浴“董爷爷”半碗惜福水的恩泽，在人生的旅程中茁壮成长！

三个馒头

本报记者 王文阁

我和爱人李丹入职董氏集团近两个月了，在这里的每一天，都有新感觉。起初是对旧物的感情，近来董主席的半碗“惜福水”又深深地影响着我的生活。一周前和董主席一起吃早餐，我亲眼见他喝了三次“惜福水”，每次用筷子不停地搅动，然后将水喝下。

回到宿舍我就和李丹说这件事，她也受到很大触动。嘱咐我一定要向董主席学习，养成节约粮食的好习惯。其实进入董氏集团之后，我们多年的不良习惯已经有了颠覆性的变化，过去大手大脚惯了，现在从一滴水一粒米做起。一旦出现浪费情况，立马想起董主席“半碗惜福水”的故事，仿佛董主席在时时刻刻看着我们，让我觉得汗颜。

6月1日，我和政治部副主任刘万钧从总部到上方山基地向董主席汇报工作，回来坐公交、地铁辗转4个小时，到总部已近夜里10点了，单位食堂早已关门，我俩买点东西吃完后才回到总部。

到宿舍后我发现盆里扣着三个馒头。原来，李丹怕我俩从上方山回来赶不上饭时，晚饭给我们打回三个馒头。看我们吃完饭了，她纠结起来，这三个馒头咋整，现在天气这么热，放到明天不得坏了？她坐立不安。

我想想也是，三个馒头顶董主席多少次“惜福水”啊，正当李丹愁眉不展之时，我说有了，我也不管是否违规，端着三个馒头摸进了职工食堂，悄悄地把馒头放进了冰箱里。

回到宿舍，我才释然，李丹心里的一块石头也终于落了地。

进入夏锄季节，每天到集团绥棱董氏天华农场铲地的人最多时有2000来人，田地里人山人海，再现了七八十年代生产队千军万马战草荒的宏大场景。

这些铲地务工人员除了绥棱县当地的以外，还有周边海伦、庆安等市县的。有机种植坚持人工除草，已使农场成为季节性吸纳农村剩余劳力转岗就业、增加收入的重要基地。

按至少铲两遍地、拔一次大草计算，他们最多可在农场务工五六十天，每人都有七八千元的收入，还带起了一批经纪人和车辆运输车。

农场对务工人员每天一结账，还给他们提供一日三餐有机饭菜。



夏锄时节

刘万钧 刘佳



让节俭成为生活一部分

鑫发公司 杨旭东

在拜读《半碗惜福水》一文之后，我深深地被董主席这种节约之举而感动，吃完饭之后用水把碗里剩余的饭菜冲洗喝下去，这不就是节约精神的最好体现么！

鑫发公司正在把学习董主席这种节俭精神，转化为“光盘行动”。吃饭的时候，厨师会善意地提醒我们吃多少打多少，餐厅员工也会细心地提示我们不要随意浪费饭菜。我们自觉地开始“光盘行动”，不再像过去那样，每顿饭后都能看见餐桌上、垃圾桶里有扔掉的饭菜了。就连服务员都说：现在收拾卫生剩饭剩菜比过去少多了，垃圾桶里也干净了！

正是受董主席这种节约精神的熏陶和感染，我也号召并带领家人在一日三餐中做到节约粮食和“光盘行动”，告诫孩子要养成一种不浪费的好习惯，养成一种勤俭节约的良好家风。

记得有一次吃饭时，我发现大家买的東西太多了，面对这种情况，果断把多余的东西退掉，并且告诉家人要节约每一种食物，食物不论贵贱都是劳动人民的汗水结晶。古语说得好：谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。我们要把董主席这种节约精神应用到贯彻到生产工作中，不造成资源的额外浪费，让节约成为自己生活的一部分！

半碗惜福水 一篇大文章

惜福水是节俭更是传承

玉印公司 轩冬梅

惜福水，是珍惜敬畏大自然与粮食的闪光点，它在传递一个古老的教诲：一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。

在了解到董主席日复一日的节俭质朴后，玉印公司从食堂厨师到每一位就餐员工，都自发地将就餐时的每一粒米、每一滴水重视起来，用餐前后会有人叮嘱：“吃多少打多少”，

“盘子里的饭菜要吃干净”。这样的叮嘱，可不是小气爱念叨，而是让勤俭节约成为常态。

我们每一位员工都争做勤俭节约风尚的传播者、示范者、实践者。这不止是物质上的克勤克俭，而更多体现为一种高尚品格，一种可贵的精神。

古人说：惜衣惜食，非为惜财为惜福。半碗残饭，所值几何？但想到其间

有多少劳动者的劳动与汗水，我们就不能不珍惜这半碗“惜福水”。一张纸，所费无几，但想到一张纸所耗费的树木森林，我们就不能不爱惜这一张纸。

节俭素朴，人之美德。我们要向董主席学习，传承优秀饮食文化，在勤俭节约上身体力行，并从餐桌上最简单节俭饭菜入手，营造节约光荣、浪费可耻的良好氛围。

我说惜福水

徐林

今年的《华夏复兴报》第14期刊登海南农场翟学庆的文章《半碗惜福水》，读后颇有同感。喝惜福水是董主席多年来一直坚持的饮食习惯，也是董主席倡导和推广的一个节俭的生活常识。

2016年冬月的一天早上，我有事去见董主席，赶上他刚吃完早饭，饭碗还在桌上。只

见他倒了半碗白开水涮碗喝下了，然后又倒一点开水涮，然后又喝下，直到碗里干净了才放下。董主席说这是喝“惜福水”。每次吃完饭碗里或多或少都存有一点饭粒、菜叶或油腻，倒点白开水涮干净再喝下，这样做不仅可以节约洗碗用水、减少浪费，而且方便易行，更重要的是饭后半碗惜福水，有助于消化，对身体健康有益。特别是冬天饭后一碗热开水，浑身上下暖融融的，感觉非常舒适。

董主席说，惜福水是珍惜幸福健康之水，喝惜福水是对土地、粮食的珍惜和崇敬，是一个人福运的征兆。以前董主席喝惜福水时，我没怎么在意，以为是口渴了喝点白开水而已。经他这么一说，我才明白了喝惜福水是有意为，有深刻丰富的内涵。既有关心员工幸福和身体健康的深情厚谊，又有弘扬生活节俭、反对浪费的传统美德，更体现出保护资源环境、造福子孙后代的博大胸怀，处处闪耀着董氏理念的思想光芒。董主席的做法让我非常敬佩。

古者云：“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”我对董主席喝惜福水这件事有了更深刻的理解。从那天以后，我也成为喝惜福水的践行和倡导者，通过微信向集团员工推荐董主席这一节能环保、有益健康、简便易行的妙招。在总部食堂餐厅配备了开水，号召总部全体就餐员工喝惜福水。在董事长的关怀下，总部食堂把节约和健康放在了首位，杜绝了食品浪费，菜根和菜叶能食用的绝不扔掉。

惜福水上餐桌

海南农场 翟学庆

2022年6月12日《华夏复兴报》十四期头版发表的文章《半碗惜福水》这篇文章，在海南农场员工中产生了很大反响，大家被董主席这种节俭精神所震撼，反对餐桌上的浪费已成为每个人的自觉行动。

过去有个别员工饭菜剩多了，吃不了就偷偷倒掉的现象，通过学习“半碗惜福水”，全体员工都很受触动，现在员工吃饭都尽量少盛，不够吃再盛，不剩饭底子，掉到餐桌上的饭粒也主动的捡起来吃掉，不浪费一粒粮食。

厨师郑广新为了保证员工饭后都能喝上惜福水，每顿饭前就烧好一盆白开水放在餐桌上，员工吃完饭用白开水将碗涮一涮，带点神圣表情把惜福水喝掉，脸上洋溢着自豪感、幸福感和成就感。



集团旧物回收总公司坚持每天早晨组织人员进行军事化体能训练。摄影 李丹



来自上方山基地有机菜园的诱惑。摄影 刘万钧

餐桌节约成时尚

本报记者 陈淑来

马矿食堂虽然只有厨师梁东民和服务员孟令云两个人经营，但他们却打理得井井有条，食堂内干净整洁，餐桌上的节俭已成时尚。

“惜福水”的故事与食堂的工作紧密相连，他们处处精打细算，连刚用完已见瓶底的油桶、酱油瓶、醋瓶等，也要瓶口朝下控上十分二十分钟，恐怕有一滴浪费。淘米水、洗菜水用于浇灌自己种植的蔬菜园。既营养又滋润种植的蔬菜，还使水资源得到了充分的再利用。洗碗洗碟及刷锅水、烂菜叶等用于喂养家禽，不能浪费一

粒粮食和蔬菜。久而久之，就养成了俭以养德的良好习惯。

在炎热的夏季，如有卖不完的饭剩，为确保安全生产，他们绝不会轻易卖给别人，而是自己加热后食用，绝不会浪费。实行光盘行动，节约也是成本，也是效益。

梁东民在院里种植的有机菜园，得到了前来就餐友好单位人士的赞赏。他们说，在这能吃到自己亲自采摘的蔬菜，真是别有一番风味，营养价值高，口感纯正，让人心情愉悦，更给人宾至如归的感觉。

惜福才能有福

鑫发公司 张桂银

集团董主席就是用行动惜福的最好诠释者，不仅日常生活中从不浪费，就是每次饭后都将自己碗中的饭粒用水冲净喝下，这是名副其实的“光盘行动”。

也许我们认为，目前生活条件好了，吃穿用度都不缺了，碗里剩点饭菜，掉点米粒，扔点粮食，浪费点资源没什么。也正是因为这些大家所谓的没什么，才有了这惊人数据，据联合国粮食及农业组织数据显示，全球每年浪费的粮食达到16亿吨，足够14亿人吃2年，餐桌内外的浪费触目惊心。

让我们以董主席为榜样，带动身边的人，珍惜福泽，减少浪费，带头践行光盘行动，为自己积德，为了孙后代积福，让浪费这个最大的灾难远离我们。

古人云：井枯而后知水之可贵，病痛而后知健康之可贵，兵燹而后知清平之可贵，失业而后知行业之可贵。凡一切幸福之事，均过后方知。除了徒增悔恨与追忆外，于事何补？我们何不珍惜现在，约束个人无止境的欲望，惟俭、惜福、知足、感恩，用行动珍惜福泽，把握未来。