

风范

热爱生活的金仕良接过母亲助人为乐的家风传承,用实际行动垂范着家人,温暖着邻里,感动着周围——

好家风好家训 四世同堂“传家宝”



金仕良用爱心赢得了诸多荣誉。



金仕良(后排右三)家庭合影。 吴军华 李菁雯/摄

■ 中国妇女报全媒体记者 吴军华
■ 李菁雯 卓志恬

“敬老人、爱晚辈、为人父、严教子……”中国妇女报全媒体记者日前来到86岁的金仕良老人家中，入门处贴着的84字家训格外醒目。这张出自金仕良之家的家训格言，在后辈家中皆有张贴，垂训后代，成为这户家庭的“传家宝”。这份好家风好家训格言曾在2014年福建省家庭文化艺术节中获得福建省妇联颁发的“最佳作品奖”；2020年，金仕良家庭被福州市妇联和市委文明办共同评选为第十二届福州市五好家庭。

曾救起过四个落水孩子

金仕良年事虽高，但身体十分硬朗，如今还保持着游泳的习惯。“我在江边长大，6岁就会游泳，这一生共救起4个落水的孩子。”第一次救起落水孩子时，他自己才八九岁。1965年前后，他于福州市南公园附近再次救起两位落水少年，事情虽已过五十多年，但往事历历在目。他向记者述说自己心事：“我退休20余年，感恩社会，欣逢盛世，子孝孙贤，安享晚年，却也时常牵挂，希望获得两位落水少年的音讯。”

金仕良乐于助人。看到小区老人活动室简陋，他就从微薄的退休金里拿出钱来买桌椅；获评荣誉的奖金和晚辈给他祝寿的礼金也被他捐到了老人活动室做经费；看到年纪大的邻里缺少冬衣，他立即买了送上……因为热心肠，他在2006年“福州市首届十佳邻里”评选中光荣获评。

邻里和睦其乐融融

多年前，福州市台江区苍霞街道新城社区困难居民张文汉不慎坠楼，重伤昏迷，金仕良发动几位热心的邻居迅速组成“捐助队”，自发在社区门口张贴求助海报、摆募捐箱，向过往的居民讲述受捐者的情况，还主动到社区周边的商家求援。不少人为老人的热心和真诚所感动，纷纷参与募捐。“捐助队”连续募捐七八天，多次送去“救命钱”，先后共筹集善款6万多元。金仕良回忆起往事感慨道，远亲不如近邻，邻里之间有困难就应该互相帮助。

还有一回，在邻里交谈间说到小区一位老人多天不见，金仕良赶紧上门探望，才得知老人因病三天未进食无人发现，他立即致电老人的孩子；去年春节前夕，他又为一户丈夫眼睛失明、妻子患小儿麻痹的困难户发起筹款，他发动邻居们一起参与帮扶，发出爱心，共筹资约12000元，给生活艰难的家庭送上节前一份邻里间的关怀与帮助。

“热心肠”的金仕良平时喜欢参加文体活动，退休后一直活跃于社区，当了12年老人协会会长，帮助社区做宣传工作，组织社区退体的老人们一起打腰鼓，强健身体，练习毛笔字，进行文学创作等，教会了很多“学生”。

新城社区以老人居多，金仕良也是社区“票友之家”的创办人，2003年退休后，热爱闽剧的他作为演出的策划和导演创办了票友会，将一群热爱闽剧的居民组织到一起，发扬福州的传统戏曲文化，也让社区的老人们老有所乐。在10余年的时间里，他坚持在这片小小的乐园修修补补，园里缺椅子，他就把捡回的旧床板拆开，做成凳子；旧木沙发经过巧手改装，变成了“VIP座”……“票友之家”将社区一带2000多名60岁以上老人团结起来，俨然成为社区敬老爱老的生动名片。

优良家风代代相传

金仕良是福州市自来水公司的退休干部，热爱生活，喜欢写作，尤其喜爱福州民俗文化。每到假期，他就到儿子家，教放假在家的外曾孙和外曾孙女学书法，向孩子们传承他创作的“好家风好家训”格言理念。“敬老人，就是要孝敬爷爷奶奶；手足情，就是你们兄妹俩要和睦团结，明白吗？”孩子们跟着

太爷爷认真诵读84字家训，老人脸上露出欣慰的笑容。

金仕良还根据福建省妇联禁毒倡议书，编写过一篇福州方言版的“十劝青年”格言，他说道：“目睹黄、赌、毒毒化社会，道德沦落，波及青少年，我等思绪万千，总觉得重任在肩，理应规劝他们，启发良知，走向正道。”闲暇之余，他还领衔编写过一首福州方言版的民谣“十五劝老人”，劝诫老年朋友，这些作品都被闽剧票友们在公园和社区广泛传唱。

“爷爷对中国传统节日和民间习俗节日尤为重视，深深影响着我们后辈。”金仕良的孙女金玉峰告诉记者，如春节、元宵、中秋、端午这些节日，不管我们多忙，一定要回家过节；祖先的祭祀日，我们一定要摆上一桌酒菜拜祭；每年农历正月二十九，是福州的“熬九节”，也称为“孝顺节”，我们作为晚辈一定要煮好熬九粥再买一个大猪蹄去看望长辈……

“做人应当少务虚名，多务实；宁亏自己，莫亏人。”金仕良说，母亲的言传身教对他影响深远。“我母亲曾经是村里的接生婆。遇到生活困难的人家，我母亲不收他们一分钱，还倒贴红糖、茶油、线面。所以我们家扁担等农具特别多，都是乡亲们表达谢意送来的。”金仕良说。金仕良的母亲十分勤劳，一再教育后辈要为家乡做好事，他创作的这篇84字格言，其中不少内容就来自母亲的教诲。

“现在老家30岁至60岁的妇女，基本都是我母亲帮忙接生的。有一次我爱人脚崴了，去找乡村医生看病，医生硬是不收钱。他说我母亲给他家里三个小孩接生都没有收钱，还倒送了茶油线面。母亲的助人为乐影响着我们。”金仕良也继承着母亲的好家风。他常对后辈说，家庭首先要和睦，家和万事兴；“衣在洁，不在贵”，生活应勤俭；要感恩国家，我们的幸福生活来之不易；要实实在在做事，当上领导更要有清正作风。

金仕良的儿媳林超健告诉记者，公公和她娘家人相处得都特别融洽。“我父亲身体不好，公公经常把我‘赶’回娘家照顾父亲，有时公公还去看望我父母。”儿媳自然也对公公更加孝敬，如今她7岁的外孙女每晚都会打电话问候太爷爷。“刚开始是我教育她要关心老人，后来她就养成习惯了，每晚都要打个电话才安心。”林超健说，公公的家训影响了全家四代人，女儿女婿工作出色，两个孙辈品学兼优，孝老爱亲，家庭氛围特别好。

“长辈为晚辈树立了榜样，一辈做给一辈看。爸爸订立的这份家训，我们要一代一代传下去。”林超健说。

婚前，男友家突发变故她不离不弃，毅然走进婚姻；婚后，她11年如一日精心照顾着生病的婆婆；丈夫生病，她独自一人顽强地挑起家庭重担；她用乐观和善良影响着孩子，自强不息地规划着明天

■ 中国妇女报全媒体记者 周玉林
■ 陈国兰

深秋的十月，云南保山腾冲江坝的太阳依然热情似火。“咖啡书记”王加维像往常一样忙碌着，有条理地接待着来自不同领域的客人。来到新寨村，或许都是因为与“咖啡”有关，但今天却不是。

“我要隆重推荐一位90后女性，她11年如一日照顾婆婆，实在是难能可贵，她的精神和美德值得我们全村学习，我们要大力宣扬这种精神和美德。”王加维对记者说。村里的墙体文化宣传栏上专门以她的事迹为内容，用来教育和激励全村村民……

坚定选择永不后悔

这位90后女孩叫杨洪生，她与丈夫邵宗平自由恋爱，2010年10月，杨洪生与邵宗平选定日子准备结婚，可谁也没想到，在结婚前10天，准婆婆谢克柱突发脑出血住进了医院，经过一个月治疗，情况有所好转，但因脑出血造成的后遗症，准婆婆完全丧失了自理能力。

在农村婚期定了，一般就不会改动，他们如期举行了婚礼。杨洪生心里清楚，这婚一结意味着什么，但她毅然选择了邵宗平，选择了这个家，选择了这一份“甜蜜”的负担。

11年来，杨洪生11年如一日精心地照顾着婆婆，每天清晨起床给婆婆梳头、洗脸、做饭、喂饭、捶背、按摩、隔三五天给婆婆换洗衣服、洗澡、洗床单，看似一些简单重复的活儿，可11年的坚持却需要多么大的毅力。

“你儿媳怎么样？对你好吗？”每当有人问起婆婆谢克柱，她总是面带笑容地说：“很好，非常好，待我像自己的亲生母亲……”

毅然撑起整个家庭

杨洪生比丈夫小8岁，不但平时要照顾好婆婆，还要照顾丈夫。每当丈夫的关节炎和痛风犯病时，她就是家庭的顶梁柱。丈夫犯病时什么也做不了，瘫在床上一动不动，杨洪生不仅把饭菜端到床边，还要端屎端尿。特别是孩子还小的时候，她一边照顾着“病的病、老的老、小的小”这一家人，一边还要下地里干活儿。

眼前这位个子高挑、瓜子脸、皮肤微黑的年轻女性，远比同龄人苍老。“男儿有泪不轻弹，只是未到伤心处”，在与杨洪生丈夫的交谈中，他不停地哽咽抽泣，说不出一句话，眼里充满了对妻子的心痛和愧疚。

教会孩子敬老孝老爱老

在腾冲镇新寨村，杨洪生就是“孝顺媳妇”的代名词，一提起她村里人个个都会竖起大拇指，夸她是孝顺、是贤妻、是良母。她对长辈的孝心，不但影响了自己的孩子，还感染着周边的群众。

在孩子邵本杨的眼里，妈妈对奶奶好，对爸爸好，对自己好，妈妈是善良的、纯朴的、勤劳的，因为她一天天地力行地言传身教。

杨洪生平时都会和孩子讲，在学校里不要和同学攀比，孩子用的和穿的都会力所能及地给孩子买，就是希望孩子不要因为家庭的原因感到自卑，学习上也会多鼓励孩子，耐心地与孩子沟通。

在这样良好家风下长大的邵本杨，期末考试连续三年都是年级第一。回到家，也会帮着妈妈分担家务。“孩子十分懂事。”杨洪生说，“谁都有老的一天，我要教会孩子敬老、孝老、爱老，让这样的美德一代一代地传承下去……”

努力跟上全村发展节奏

当问起对今后的生活有什么期许时？杨洪生的脸上洋溢着笑容，“现在国家政策好，政府对我们一家也十分关心和照顾，我们的生活会越来越好。”

“我会一如既往地孝敬好母亲，虽然母亲行动不便，但不会让她有度日如年之感，我会让她愉快地度过每一天。”杨洪生说。

杨洪生最大的希望就是一家人和睦和睦、平平安安，孩子考上理想的大学。

“我要通过自己努力建盖一间平房，整个新寨村家家户户几乎都建盖了平房，我们家也不能落后。”杨洪生说，她还想拥有一间自家的咖啡屋。

现在，新寨全村已种植了13600亩咖啡，被农业农村部授予全国“一村一品”示范村。“如今，在新寨村咖啡体验馆里一边品小粒咖啡之醇香，一边赏高黎贡山之巍峨正成为游客的首选。我们家要努力跟上全村的发展节奏，不能给新寨村的发展拖后腿！”杨洪生说。

「孝顺媳妇」上了村里的文化墙

最美家庭

这是一个双军人家庭的幸福密码，夫妻各守一方，一个驻闽、一个戍滇，从战友情到爱情，他们家庭生活中处处渗透着特有的深情——

再远的距离都阻挡不了爱

■ 中国妇女报全媒体记者 何蒙
■ 士口成 管鑫祥

“2019年7月1日，我们结婚了。一起领完证回各自部队。2020年秋天，迎来了小宝团团出生。可一纸调令，我抱着未满月的小子送他出门。2021年春节，我带着儿子辗转千里去他的部队，在这里一家团聚，除夕夜我们带着小军娃一起为祖国守岁……”

这是驻云南某部与驻福建某部吴远江、杨华这对军人夫妻相聚的时间单。因职责所系、责任在肩，他们将家长里短、饭后闲谈小心翼翼地收藏，认真呵护。

吴远江和杨华在业务交流中相知相爱，走到一起时天各一方。前不久，杨华看到选调的通知，丈夫单位驻地有选调通信骨干的岗位，她第一时间报名、体检、填表、准备档案，认真准备每一个环节。

18分、16分、15分……看着3000米跑的成绩一点点提高，军士杨华握了握拳头，脚下的步子迈得更快。为了能顺利参加选调，将两人相距的2000公里变成300公里，哺乳期刚过，她就每天加练体能。她暗暗给自己加油：“再难也不放弃，再远的距离都阻挡不了你追赶的步伐。”

“七一”领证、“十一”完婚

双军人的婚事就是这么典型：2019年7月1日一大早，杨华和吴远江早早来到

民政局办理结婚手续，为了这个日子，双方都给各自单位领导报告，得到了3天的假期，他们从各自驻地分别乘车、乘飞机来到昆明相遇。握着鲜红的结婚证，穿着军装的小两口在民政局，引来一对对新人好奇又羡慕的眼光。

他们约定等“八一”建军节就回家举办婚礼，但吴远江收到院校学习通知书，打破了这个计划。他们商量后决定，国庆节办婚礼。短暂仓促的婚礼准备过程，饱含了双方父母的理解与亲人的大力支持，可幸福的时光很快过去，10月6日，吴远江收拾行装又出发了。

一次，杨华到上海，他们全部的课余时间都在一起。吴远江说：“你看，学校的图书馆、食堂、健身房、游泳池，还有松江边上的黑天鹅……都是特别的蜜月之行，也只有我们才能享受这特殊的恩赐。”他们既去了迪士尼乐园、东方明珠塔，还来到井冈山红色教育根据地参观学习，接受精神洗礼，身着红军服、头戴红军帽，重走挑粮小道、参观茅坪八角楼、瞻仰烈士陵园。

理解包容弥足珍贵

俗话说：一个军人半个家，军婚决定了夫妻只能聚少离多。那双人呢？你休假到我的营区，我休假到你的营区，始终在军营，走出这个院子进入那个院子。

吴远江刚从学校毕业，又投入到紧张有序的部队工作中，杨华每周独自坐两个

小时的地方运营车去医院做产检。一直到快接近预产期的时候，杨华才休假来到丈夫的单位。即便在一起，因为吴远江早起晚归，她也是一个人散步、做饭、学习胎教、网购婴儿用品。

杨华原来想，休产假在丈夫的单位，这样每天晚上都可以团聚，可是，月子都没做完，一纸调令，丈夫要去远在福建的另一单位任职。

吴远江在电话里总是说：“等工作安定下来，我就回来接你们母子过来。”可是，他

又食言了。单位忙，他走不开，刚上任需要熟悉情况，才能完成好任务。杨华坐完月子，带着儿子，从铁路转公路，来到吴远江单位所在地。他们互相调侃：“看嘛，把自己过成电视剧《父母爱情》了。”

也许他们少有一家人在一起轻松消遣，但是看看他们家门口的对联，不禁让人点头微笑：“南疆高原寸土不丢，东岸沿海滴水不剩”，横批“山河无恙”。这就是他们简单而又至高无上的追求，小爱融在大爱中，就是他们的幸福密码。



弥足珍贵。聚少离多的婚姻里，理解和包容（照片为本人提供）