

4年行程6万余公里，寻访和书写30多位老英雄事迹的作家王英；巡检途中勇救落水者，用生命完成最后托举的铁路巡防员郭宇宏；举全家之力替去世儿子还清90万元债务的七旬老人姚西田；持之以恒刻苦训练摘得多枚金牌的奥运冠军汪顺；以柔弱双肩撑起全家一片天的00后大学生刘盈钠……近日，由中央精神文明建设办公室主办的2023年第四季度“中国好人榜”发布仪式暨全国道德模范

与身边好人现场交流活动在重庆市大足区举办。经各地推荐、网友点赞评议和专家评审等环节，共有152人（组）助人为乐、见义勇为、诚实守信、敬业奉献、孝老爱亲身边好人光荣上榜。这些上榜好人坚定文化自信，践行中华优秀传统文化美德，是中华优秀传统文化的传承者。网友纷纷留言点赞：“‘中国好人’平凡的人生演绎不平凡的壮举。”

争光、为梦想而战的光荣使命。和汪顺一样，重庆市大足石刻研究院保护工程中心职员彭柳升也荣登本期敬业奉献“中国好人榜”，在他心中怀有一种信念：要用一辈子来保护大足石刻。1994年，彭柳升开始参与保护大足石刻。青年时他是保安员，中年后转型成为文物修复人员，帮助文物延缓衰老。多年来，彭柳升保护文物的初心一刻都未曾改变。2011年年初，大足石刻千手观音造像抢救性保护工程进入本体修复阶段，为了充实修复人员，在文博系统选人参加石质文物保护修复技术培训班。彭柳升参加培训后顺利通过考核，正式加入千手观音修复团队，成为石质文物修复组的一名成员。千手观音修复工作繁琐，彭柳升有想法、有办法，和团队一起就近寻找与文物原材料相同的砂岩磨成石粉，和加固材料调制成砂浆对破损的手指进行修复。时光匆匆，彭柳升的专业技能与日俱增。如今的他，擅长绘画、石雕，懂石质文物修复技术，成为了文物修复骨干。近些年，全国保护文物的力度持续加大，彭柳升还被邀请去参与修复文物。他前往临近的四川省乐至县、安岳县以及重庆市潼南、合川、丰都、奉节等地修复石质文物；远的地方，他还去河北蔚县博物馆，帮助修复馆藏文物。

2023年第四季度“中国好人榜”发布

“平凡的人生演绎不平凡的壮举”

本报记者 叶晓楠

助人为乐 志愿服务

“学习雷锋好榜样，忠于革命忠于党……”这是吴建成在部队穿着军装时常常唱起的嘹亮军歌，也是他脱下军装参加工作后践行雷锋精神、投身志愿服务的不竭动力。吴建成是一名退役军人，现在是山西省朔州市平朔安家岭露天矿值班副队长。一次偶然的契机，吴建成跟随朔州市红十字会参加了“为孤残儿童送温暖”志愿服务活动，由此萌生了一个想法——要组建一支退役军人志愿服务队，去帮助更多的人。随后，吴建成用一个月的时间跑遍了民政局、退役军人事务局、红十字会等，把成立志愿服务队的有关事项了解得清清楚楚。经过批准，山西省第一支退役军人志愿服务队诞生了。吴建成经常带领志愿服务队走进学校、走进乡村，关爱孩子和五保户等，他们积极投身探访、慰问、公益宣传、物资搬运等志愿服务活动，继续传承雷锋精神。这些年来，他们的行动鼓舞和带动了更多退役军人



图①：2023年第四季度“中国好人榜”发布仪式暨全国道德模范与身边好人现场交流活动在重庆市大足区大足石刻博物馆前举办。

图②：活动现场，“中国好人”推荐人宣读致敬词。

图③：“中国好人”代表吴建成（右）分享自己的故事。

图④：第八届全国道德模范何巧（右）为敬业奉献“中国好人”代表彭柳升（左）赠送道德传家宝。



加入到志愿服务中来，队伍不断壮大，从最初的60人发展到现在的220人。“我们要像雷锋一样，把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去。”吴建成说。

和吴建成一样，河北省沧州市散文协会副会长王英也荣登本期助人为乐“中国好人榜”。王英从小崇拜英雄，为了讲述家乡回民支队的英勇故事，她行程6万多公里进行寻访。她患有乳腺癌，却乐观面对，不畏困难，只为寻访和书写老英雄事迹。那是在2018年8月，王英在参加鲁迅文学院河北作家班的学习时参与了一个创作计划——由8位作家分别去写8位英雄。因她是河北省献县的，所以得到了采访马本斋英雄事迹的任务。“歌颂家乡英雄，是你的责任和义务。”这句话让王英承担了这个任务。

王英不仅自己发布征集信息，也发动亲朋好友帮助扩散，终于从河北省衡水市的一位朋友那里获知了第一条线索：有一位冀中回民支队的老英雄，如今在兰州生活。很快，王英赶了过去。那位老英雄除了耳聋，身体仍很硬朗。王英说，当时自己实在是太激动了，面对老人，她郑重地献上了后辈对英雄的敬意。

后来，越来越多的人知道了王英在做的事情，她也得到了更多的帮助。一次次出发，一次次寻访，越来越鲜活的历史画面和英雄壮举都汇聚到王英这里。

现在，王英已经熬过了多次化疗和靶向治疗，但她最挂念的，还是寻访工作。目前，她已经寻访到了30多位老英雄的事迹，又新掌握了好几位老英雄的信息，他们分别在天津、海南、新疆等地。王英说，“我得赶紧治好病，还有那么多活儿没干完呢！”

平凡英雄 不凡壮举

在本期见义勇为“中国好人榜”中，有两位平凡英雄的壮举感动了无数人，他们既是努力生活的普通人，也是危难时刻勇于献身的勇士。

蔡文，生前是中铝集团中铝瑞闽制造二部技术组机械工程师，他跳下污水井连救两人，把生的希望留给了他人。

2023年7月14日20时，正准备接女儿回家的蔡文在出福建省福州市马尾区闽渔新村

小区大门时，忽然听到路边污水井旁有人呼救，蔡文立即停车前去查看，看到污水井内一名井下作业人员已经晕倒，另一名在井外留守看护的施工作业人员下井施救时，也遇到危险正在井内奋力挣扎。污水井深达4米，水流湍急且含有有毒有害气体，情况万分危急。蔡文身强体壮，却敢于下深井救人于危难，他臂膀不够强壮，却用最后一丝气力将生命奋力托举。

最终，2名被困人员成功获救，而蔡文自己却因吸入有毒有害气体和体力不支，被下方污水淹没，不幸牺牲。

蔡文去世后，小女儿总是问妈妈：“爸爸去哪了？是不是在加班？天黑了还不回来？想爸爸了。”妻子陈钦不知道该怎么向孩子解释，她只能说：“爸爸坐宇宙飞船到天上去了，变成了一颗星星。你想他就看看天上的星星，最亮的那颗就是爸爸。”

还有郭宇宏，生前是上海沪铁保安服务有限公司保安，沪蓉高铁金寨工区巡防员，他在巡检途中勇救落水者，用生命完成了最后的“托举”。

2023年8月2日中午，郭宇宏在安徽省金寨县梅山镇三湾村铁路桥附近例行巡检。对于他而言，这是一段再熟悉不过的路段。然而，没想到的是，这竟是他最后一次在这个路段上巡护。

“救命啊，救命啊……”铁路桥下的河道里，一阵阵急切的喊叫声夹杂着哭声，引起了郭宇宏的注意。走下河道，他看到一名中年女子站在河道边大声呼救。来不及多想，连衣服都没有脱，郭宇宏纵身跳入水中。但是桥墩下的这片水域宽阔，深水处有2米之深，想尽快找到一个落水者并不容易。

郭宇宏没有放弃。他一次次潜入深水中，不断地摸索搜寻，终于发现了落水者。此时，由于潜水时间过长，郭宇宏已无力把人带出水面，只得用双手奋力向水面推举。

这时，同样参与营救的另一位三湾村村民舒舒满发现了被托举出水面的落水者，赶紧游了过去将其拖拽上岸并紧急施救。获救人员最终成功脱离险境。

“我游过去的时候，听到他（郭宇宏）一



个劲跟我说，老舒！不要管我！先救人！先救人！”如今，再回忆起当时救人的那个瞬间，舒舒满的眼里溢满了泪水。

由于潜水时间过长，再加上托举落水者，郭宇宏体力消耗殆尽。尽管众人努力将他救出了水面，但终究未能挽回他宝贵的生命。

诚实守信 文明新风

“90万元欠款我们一定要还！”这个承诺是江苏省连云港经济技术开发区猴嘴街道黄沙坨社区居民姚西田许下的。

2011年，姚西田的独子患上重病，与病魔斗争8年后于2019年不幸离世，家庭因治病欠下90万元债务。姚西田通过卖掉房产，到工地打工，和老伴省吃俭用积攒退休金，儿媳到外地打工赚钱，直到2023年将欠债全部还清。

欠老周8万元、老李7.6万元、老陈3.5万元……家里的账本上面，详细记载着每个债主的姓名、金额和还债情况。面对巨额欠债，姚西田说：“做人要讲诚信，这是人家借给我们的救命钱，再苦再累，都得想办法还。”

姚西田还的第一笔债，是将自家位于开发区的一套住房卖掉，加上自己的5万元存款，总共20万元。“我退休金4000多元，妻子3000多元，我们平时攒下的钱全用来还债了！”姚西田说。

儿媳姚勇敢手脚伶俐，她到外地打工时，身上随时带着记着债务的小本本。每还完一笔钱，她就将名字划掉。年底，再赶回老家连云港和姚西田一笔笔对账。4年来，姚勇敢一个人就还了42万元外债。

本应颐养天年的姚西田，还背起了行囊外出打工。如今，当朋友提起姚西田时，竖起了大拇指，“姚大爷是个诚信人！”

同样荣登本期诚实守信“中国好人榜”的，还有湖北省宜昌市的外卖送餐员杨磊，他拾金不昧，将10万元现金归还原主。

2023年6月21日下午，刚刚送完外卖的杨磊，路过当阳市玉阳街道广家洲路凯旋国际小区，发现马路边有一个包裹，上面还紧

紧缠绕着一层透明塑膜。

带着些许疑惑，他捡起来一看，居然是一沓现金，透明塑料膜上标明着“壹拾万元整”。杨磊当即关闭外卖接单程序，拨通了110报警电话。报警后，他小心翼翼地将现金放入外卖箱，站在原地等待民警。玉阳派出所民警接警后赶往现场，见到杨磊，民警直夸他：“真是好样的！”

正当民警准备寻找失主时，接到了来自110的另一条指令：有群众报警，在玉阳辖区丢失10万元现金。民警马上与吴女士联系，吴女士心急如焚地说：“这10万元是我刚刚收回的欠款，前往银行存钱途中不慎遗失。”

经过核实，杨磊在民警的见证下，将10万元现金正式交还给吴女士。拿到钱的那一刻，吴女士热泪盈眶：“实在太感谢了！”

“捡到钱就得还，没什么可犹豫的！”杨磊说，父母一直教导他要做一个诚实守信的人。

杨磊与失主交接后，外卖送餐高峰期已过，2个多小时，杨磊至少错过了15单生意。对此，杨磊一点都不觉得遗憾。

存善念，行善举，传善心，平凡善举彰显文明新风，姚西田大爷和外卖小哥杨磊用行动生动诠释了诚实守信的精神内涵。

敬业奉献 不断进取

“我从6岁起就梦想能够成为最优秀的游泳健将，站在最高领奖台上，为国争光。”奥运冠军汪顺说。汪顺通过持之以恒刻苦训练摘得多枚金牌，荣登本期敬业奉献“中国好人榜”。

汪顺年少时就踏上赛场，他深耕混合泳，苦练仰、蝶、蛙、自四种泳姿，在泳池的日日夜夜，为了哪0.01秒的提升都会拼尽全力。赛场见证了汪顺的一次次突破，2023年7月30日，他摘得东京奥运会男子200米个人混合泳金牌。

如今，汪顺还积极发挥“传帮带”作用，与年轻队员分享经验和经历，帮助他们克服技术上的困难和训练瓶颈。他号召广大运动员珍惜机会、苦练本领，肩负起祖国



救性保护工程进入本体修复阶段，为了充实修复人员，在文博系统选人参加石质文物保护修复技术培训班。彭柳升参加培训后顺利通过考核，正式加入千手观音修复团队，成为石质文物修复组的一名成员。

千手观音修复工作繁琐，彭柳升有想法、有办法，和团队一起就近寻找与文物原材料相同的砂岩磨成石粉，和加固材料调制成砂浆对破损的手指进行修复。

时光匆匆，彭柳升的专业技能与日俱增。如今的他，擅长绘画、石雕，懂石质文物修复技术，成为了文物修复骨干。近些年，全国保护文物的力度持续加大，彭柳升还被邀请去参与修复文物。他前往临近的四川省乐至县、安岳县以及重庆市潼南、合川、丰都、奉节等地修复石质文物；远的地方，他还去河北蔚县博物馆，帮助修复馆藏文物。

孝老爱亲 向阳而生

孝老爱亲，是中华民族优秀的传统美德，在孝老爱亲模范的行为感召下，众多美好向阳而生。

曾荣获“中国大学生自强之星”“吉林好人”等荣誉的刘盈钠，荣登本期孝老爱亲“中国好人榜”。

刘盈钠是东北师范大学数学与统计学院学科教学（数学）专业研究生。她3岁亡父，14岁丧母后继父离家出走，留给她只有大额债务、同母异父的小妹和没有血缘关系的爷爷奶奶。爷爷身体有残疾，奶奶患有癌症，面对这样一个特殊家庭，年少的刘盈钠边上学边打工，用兼职赚来的钱毅然挑起了生活重担，并一路考上了大学和研究生。

为了生活，她和年迈的爷爷奶奶一起干农活，从上山撿草到犁地松土，从挖坑施肥到苹果套袋，小小年纪就成了农活小能手。小妹上学后，她还要辅导作业、替开家长会。爷爷重病，她一边兼职为爷爷筹集医药费，一边细心照顾爷爷。奶奶患有糖尿病，测血糖的诊所离家远，看到奶奶经常饿着肚子去测血糖，她便用打工赚到的钱给奶奶买了一个血糖仪。

即便家庭负担如此之重，刘盈钠也没落下自己的学业。刘盈钠凭借勤奋、刻苦和努力，实现了学习成绩优异得以保研和兼职收入供养自己支援家庭的双丰收。

如今，已经长大成人的刘盈钠，只要一有机会就不忘伸出自己的援助之手。在大学校园，她充分利用课余时间，参加校内外外的志愿公益活动：红烛义卖，为偏远山区的孩子们筹集购买学习用品的物资；“关爱抑郁，悦纳心灵”，科普抑郁知识，教大家正确对待自己的消极情绪；去敬老院帮助孤寡老人整理内务、打扫卫生、日常聊天；参加爱心助学活动，给像她一样的家庭困难学生免费补习，鼓励他们热爱生活，好好学习。

同样荣登孝老爱亲“中国好人榜”的，还有湖南省永州市白水镇三丰村村民王美玲，她现在是南华大学附属第一医院2022级重症医学研究生。6年来，王美玲带着多病的妈妈上大学，用乐观面对生活，用孝心撑起了家。

2017年，王美玲考上了湖南医药学院临床医学专业，她立志学医，要为母亲和更多的病人驱除痛苦。但是湖南医药学院位于怀化市，距离王美玲的家乡永州很远。为了能更好地照顾母亲，她在学校附近租了一间小房子，将母亲接到身边。自此，她每天奔忙于教室、出租屋和打工地点之间，通过在学校食堂打工、商场发传单、做家教、担任医务助理等多份兼职，努力积攒学费和生活费。母亲的病要吃很多药，她便在每次上学前，将母亲要吃的药整理好，看着母亲吃完药，才安心去上学。

虽然生活充满艰辛，但她的内心始终阳光。读本科期间，王美玲多次获得国家励志奖学金和学校一、二等奖学金。2022年，王美玲成功考取南华大学第一临床医学院重症医学研究生，继续带着母亲上大学。

平日里，王美玲还积极参与学校和医院的各类活动，热心投身社会公益事业，参加无偿献血、敬老院健康体检、街道义诊、基层文化服务等志愿活动，到中小学开展国防知识宣讲，到社区进行医学知识普及和急救技能演示。

“我将用所学的医学知识，继续奉献社会。”王美玲说。