

2025年第四批“中国好人榜”发布

在平凡生活中传递向上向善的力量

本报记者 叶晓楠

四川宜宾，三江汇流，文脉悠长。1月23日，中央精神文明建设办公室在这里举办“中国好人榜”发布仪式，揭晓2025年第四批“中国好人榜”。5位中国好人代表来到现场，登台分享他们的感人故事，并与全国道德模范互动交流。

有网友留言说：“平凡的他们做出了不平凡的壮举，用行动汇聚出人间最伟大的力量，为平凡英雄喝彩！”

当时救人，没想过要什么回报

面对直径仅40厘米的井口、40米深井，以及那名2岁幼童从井底传来的哭声，她以瘦弱之躯完成了一次生命的托举。

她，就是感动网友的新疆维吾尔自治区和田地区洛浦县公安局杭桂镇派出所辅警布帕太姆·阿布杜喀迪尔。

虽然事情已经过去了9个多月，听布帕太姆回忆起当时的情形时，仍然令人揪心。

“当时我只想着赶紧把孩子救上来，没空想怕不怕。”布帕太姆说，井壁上全是松散的泥土，越往下越黑，她的手臂和背部多处被划伤，仍咬牙坚持，降至30米时，井内氧气含量骤降，她出现头晕、耳鸣，只好通过连续深呼吸来保持清醒，最终在井底发现蜷缩的女童。“我用安全绳将孩子固定在自己胸前，单手托住孩子，另一只手拽住绳索，向井口发出拉升信号，终于把孩子救了出来。”

当布帕太姆被同伴拉出井后，瘫坐在地上，勉强喝水漱了漱口问：“孩子怎么样？”当得知孩子平安时，满身是泥的布帕太姆咧开嘴笑了。

在现场大屏幕上的照片中，这位00后姑娘，和父亲在一起时，抱着大娃娃甜甜笑着的女儿，但在危急关头，她勇敢地挺身而出，以实际行动守护乡亲们。

“穿了这身警服，救人就是我应该做的。”布帕太姆说。

1月23日这天，来自山东城市服务职业学院的学生姜昭鹏，见到了一位特殊的网友。这位被他见义勇为事迹所打动而留言的网友，是宜宾市李庄中学学生李梦源。在活动现场，李梦源表达了对姜昭鹏的赞赏和敬意。

那是在2025年5月10日早上8时10分，姜昭鹏和同学搭乘网约车前往山东省2025年春季高考考点，谁也没想到，意外就在他们上车后1分钟时发生。

当时，同行同学因突发心梗休克倒在姜昭鹏身上。姜昭鹏在学校学过健康教育课程，急救知识此时派上了用场。从行车记录仪的监控画面中可以看到，身旁同学倒下的这一刻，姜昭鹏没有丝毫犹豫，当即开展急救。

▼布帕太姆·阿布杜喀迪尔（右）接受采访。



▲网友代表李梦源与姜昭鹏（左）互动交流。



▲孙益辉（右）接受采访。

▼李遇梅（左）与社区工作人员紧紧相拥。



中国好人榜 —发布仪式—



“中国好人榜”发布仪式活动现场。本文照片均为王楠摄

车内空间狭窄，施救难度极大，但姜昭鹏的急救操作却精准而冷静，在课堂上模拟过的步骤，此刻成为挽救同学生命的“关键钥匙”。

将同学送进抢救室后，姜昭鹏第一时间与学校老师进行沟通报备，确认现场不需要自己后又迅速赶往考点准备参加考试，但由于迟到时间过长，导致当日上午语文考试未能进入考场。

后来，姜昭鹏进行了语文科目补考，并考上了日照康养职业学院，读康复治疗专业，圆了他的求学梦和从医梦。

“当时救人就是本能反应，没想过要什么回报。能有补考机会，得到大家的认可，我特别感恩。这让我觉得，善良和担当是值得坚守的。”姜昭鹏说。

他们的善良和坚守，值得我们学习

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己。”当一群学生上台唱起《感恩的心》，轮流拥抱那位身材不高、笑容质朴的老师时，台下响起了热烈的掌声。他就是宜宾市兴文县退休小学教师方友泽，他扎根苗乡教育40多年，托举山里

的孩子走向远方。

上台的学生中，有一位叫刘桂英。2025年8月，刘桂英发了一条朋友圈，分享考上西南科技大学的喜讯。老师方友泽得知后上门家访，送去500元现金，鼓励她努力学习。刘桂英将此事发布到社交平台并说：

“他是我的小学数学老师，虽然只教了我两年……”这段经历引发众多网友关注，西南科技大学还邀请方友泽陪刘桂英去大学报到。

这段温暖故事的背后，是一位山村教师40多年如一日默默耕耘的缩影，而方友泽的故事，远不止于此：自1981年走上讲台，他背学生过河、推行苗汉双语教学、资助困难学子……让简陋的村小变成山里孩子通往未来的起点。

40余年间，方友泽对学生的关爱从未间断，累计资助困难学生超过百名，曾长期将多名学生接到家中辅导学业。即使退休后，他依然持续助学。2025年8月，他为多名考入高中、大学的学生送去助学金，这份深厚的师者情怀引起广泛社会共鸣。

“看着我曾经教过的学生，现在都已经长大了，我特别高兴，他们是我最大的骄傲。如果再给我一次机会，我依然会投入到乡村教育之中，让每一个大山的孩子都能好好读

书。”方友泽说。

在浙江省宁波市鄞州区白鹤街道贺丞路，有一家“的士大食堂”，深受司机们欢迎。这家店的营业时间很长，尤其是在凌晨时分也能提供热饭热菜，成为的哥们的温馨驿站。店主名叫孙益辉，1月23日，当这个腼腆的大个子走上舞台交流时，心中最牵挂的还是“的士大食堂”有没有在正常运营。

因为深知司机错过饭点没处吃饭的痛，2015年，开了18年出租车的孙益辉改行开了一家专门服务的哥的餐厅。为了兑现“随时有热饭”的诺言，他长期驻守食堂，深夜困极了，便让司机们自助取餐、扫码付款，以信任换信任。“有时候困得直点头，20分钟来一个客人，1小时来一个客人，但就算没有客人也会开着门。”孙益辉说，食堂虽不供应早饭，但门一直开着，方便有人要来打水、上厕所、充电等。

“无论什么时候，我的食堂永远为司机留着一盏灯，让他们歇歇脚。”孙益辉说。

用柔弱肩膀扛起生活重担的李遇梅分享的故事，也令人动容。

凌晨3时给丈夫翻身，5时起床收拾，6时做饭，7时给女儿、母亲穿衣服，趁母亲清醒时喂药，深夜等

所有人睡后再做其他家务……这是重庆市渝北区古路镇黄金阁社区居民李遇梅的生活日常。6年来，她陪护3人往返楼梯，2万多次攀爬只为守护3位至亲。

几年前，李遇梅用省吃俭用攒下的钱在老家买了房，当时女儿李露刚大学毕业。但是，生活的磨难在此时降临，李遇梅的丈夫和女儿相继因小脑萎缩瘫痪在床，母亲因阿尔茨海默病而生活自理。

如今，在李遇梅的坚守下，丈夫情绪日趋稳定，女儿能简单操作手机，母亲偶尔还能认出亲人。

在活动现场，女儿给了李遇梅一份惊喜——发来一段视频唱了一首《世上只有妈妈好》，并在视频最后，流着泪说：“妈妈，我爱你。”

“遇梅姐是我见过最坚韧、最乐观的人，总是笑着面对一切。她的善良和坚守，值得我们所有人学习。”黄金阁社区居委会工作人员曾燕说。

曾燕总是把李遇梅的事放在心上，隔三岔五就去她家看看，不光帮李露做康复训练，还陪李遇梅聊天纾解心情，教一些护理技巧。

“我身边的人都对我很好，邻居们遇到我带家人下楼的时候，经常都会搭把手。他们还经常给我加油打气，让我能更好地坚持下去。”李遇梅说。

日常烟火里的温暖微光

经各地推荐、网友评议和专家评审等环节，共有139名助人为乐、见义勇为、诚实守信、敬业奉献、孝老爱亲身边好人光荣登上2025年第四批“中国好人榜”。

上榜好人中，有以残臂书写忠诚、用近千场宣讲传承红色基因的抗美援朝志愿军老兵周全弟；有在寒江中奋力托举救援、用生命完成人生“最后一单”的外卖员刘应强；有信守承诺38载、为村民健康护航的乡村医生叶永红；有用身体挡住高速行驶的汽车、为保护群众安全而英勇牺牲的交警郑亮；有照顾四代人三个家庭、用柔弱肩膀扛起生活重担的自媒体博主王皎等。他们是日常烟火里的温暖微光，在平凡生活中默默传递着向上向善的力量，展现了中华儿女昂扬奋进的精神气质。

四川大学文学与新闻学院教授蒋晓丽作为专家在现场作了点评。她说，这些中国好人的优秀品质，通过共情传播的涟漪效应，一定能吸引越来越多人的关注和响应。“好人的故事和价值传播，终会沉淀为社会共同的道德记忆，成为推动社会发展进步强大而坚韧的精神力量。”蒋晓丽说。

晨光中，京杭大运河河南运河段水光潋滟。这条曾断流百年的千年运河，如今已连续4年全线贯通，重新成为连接南北的经济文化动脉。这不仅仅是水流的回归，更是人与水关系的重塑。随着江河保护治理的全面开展，一条条重现生机的河流一路奔腾，一路欢歌。

“十四五”以来，中国江河保护治理步入新阶段。从安全底线到生命复苏，从生态修复到幸福共享，一幅“河安湖晏、水清鱼跃、岸绿景美、宜居宜业、人水和谐”的壮美画卷正在徐徐铺展。

守护河湖安澜

建设安澜江河是治水兴水的首要任务。建设安澜江河，既要防治洪水泛滥，又要防止人为侵占、破坏江河。

“过去河道里的违建、垃圾，挤占了行洪断面。清理后，水流顺畅多了。”河北省水利厅工作人员指着治理前后的对比照片说。“十四五”以来，全国累计清理整治河湖库“四乱”（乱占、乱采、乱堆、乱建）问题14.9万个，依法划定约170万公里河道、3000多个湖泊的管理范围。

“十四五”时期江河保护治理交出亮眼答卷，越来越多的河湖——

水流活起来 水质好起来 风光美起来

唐蔚巍 李晓芳

江河保护离不开新质生产力的支撑。在湖北省武汉市江汉区北湖，一套“天空地水”一体化监测感知系统正在运行。卫星遥感监测湖泊水面变化，无人机定期巡航，水面垃圾自动收集器24小时不间断对水面垃圾进行清理，水下机器人探测水质，智能摄像头识别违规行为……智能管家系统已逐步形成精细化管护湖泊智能运维新模式。

“过去靠人力巡查，现在有了‘电子河长’这个辅助，巡查视野拓宽了，巡查效率提升了，河湖管护也更加精细了。”武汉市水务局河湖长制办公室副主任李雪说。

重现生机活力

2025年春天，内蒙古自治区通辽市西

辽河畔，一群天鹅在刚刚贯通的河水中嬉戏。这是西辽河断流27年后，首次实现全线水流贯通。

“我小时候，西辽河的水还清澈见底，后来就慢慢干涸了。河床成了采砂场、垃圾场。”一位在西辽河边生活了大半辈子的老人回忆。2025年春季和夏季，通过流域统一调度和生态补水，西辽河两次全线水流贯通，“有水了，鸟来了，河活了！”

西辽河的复苏并非个例。“十四五”以来，水利部统筹初始水权分配、生态流量监管、水资源调度、河道整治和水系连通措施，实施母亲河复苏行动，88条（个）母亲河（湖）重现生机。

河湖管理保护是一项复杂的系统工程，

水利部门建构河流伦理，完善上下游贯通一体的江河湖库保护治理体系。如今，河湖长制已深入人心。全国30万多名省、市、县、乡级河湖长和90万名村级河湖长（含巡、护河员）履职尽责，构建起以党政领导负责制为核心的河湖管理保护责任体系。

促进人水和谐

浙江省安吉县余村，竹林掩映下的溪流清澈见底，鱼虾嬉戏，白鹭掠过水面。这条名为“余村溪”的小河，曾是村民的痛处——20世纪90年代，因矿山开采和工业污染，溪水浑浊发臭。

“那时候，溪水连洗衣服都不敢用。”村民潘春林回忆。转变始于2005年，余村毅然

关停矿山和水泥厂，走绿色发展之路。“十四五”时期，通过水系连通、河道整治、生态修复，余村溪重现生机。

水生态改善带动了乡村旅游发展。潘春林的农家乐年收入超过50万元。2024年，余村人均收入突破7万元。“绿水青山真的变成了金山银山！”潘春林感慨道。

幸福江河建设正从点点星光连成璀璨星河。中央财政连续4年支持122个幸福河湖建设项目，各级同向发力，越来越多的河湖活起来、水质好起来、风光美起来。

全国各地，滨水空间成为百姓共享的公共客厅。四川成都锦江绿道上，市民或骑行或漫步；江苏苏州环古城河健身步道，晨练者络绎不绝；广东广州珠江两岸，灯光秀与倒影交相辉映……“河湖+”融合模式为高质量发展注入绿色动能。

“坚持‘绿水青山就是金山银山’理念，把绿色发展要求贯穿水利工作始终，促进人与自然和谐共生。”水利部相关负责人表示，“我们将以全面建设安澜江河、生命江河、幸福江河为己任，持续推进江河保护治理，让每一条河流都成为造福人民的幸福河。”