



那句军营诺言， 他坚守了一辈子

——妻子眼中的沈汝波

■李玉云口述 本报特约记者 王赫整理

沈汝波的家，简单朴素。墙上的照片，记录着他一路走过的印记。“一生要做10万件好事。”18岁时在军营里许下的一句诺言，沈汝波坚守了一辈子，他的故事也在河北省秦皇岛市口口相传。“一个年轻人，咋会许下这样的诺言？”“这么多年，他是怎么坚持下

来的？”听过他的故事，很多人会产生这样那样的疑问。

而在相濡以沫几十年的妻子李玉云眼里，这些疑问都不是疑问。她轻声慢语地讲述，让记者眼前仿佛出现了那个瘦弱的身影，拎着垃圾袋，拿着剪刀，笑得格外灿烂……

啊，我借给别人了。”

过几天，我又追问他，借出去的钱还了吗？他这才跟我说实话，他用领来的生活费给北大营的战士们买了一车西瓜，一分钱也没剩。

“你这人是不是傻啊？你是想让你那俩闺女西北风吗？”我气哭了。“你许下的‘一生要做10万件好事’的承诺。”

这个诺言，是他18岁当兵时在部队里许下的。其实在那个年代，年轻人说点豪言壮语不是啥新鲜事，但像老沈这样“一根筋”坚持一辈子的，就没几个了。

和退伍兵成立了志愿巡逻队。他每天负责半夜12点到凌晨3点半那一段，因为这时候最累，最容易犯困。

“你天天不着家，就跟小区过去吧。”我是又心疼又生气。但一到晚上12点，我还总得喊他起来去巡逻。“做这些事，是他早就许下的，咱能拦着吗？”

老沈对部队感情特别深，一直说自己当了兵，就一辈子是军人。有一年，他去辽宁抚顺雷锋团参加爱心活动，得知战士们普遍有训练伤，特别心疼：“我啥也拿不出来，就有颗爱心。战士们需要按摩治疗、理发，我把我的小店关门，给你们服务一个月。”

后来，他真的关了理发店，去雷锋团待了一个多月，连元旦都没回来。雷锋团送给他一套军装，他当宝贝一样珍惜，到了重要场合，就拿出来穿上。

有时候，我也抱怨他，挣不了多少钱，他却成天忙。但抱怨归抱怨，还是得支持，因为他做的都是好事，他高兴，我们也高兴。

他在本子上画“正”字，是为了提醒自己，还有任务没完成

这么多年，很多人不理解老沈，说他“傻”“二头”“缺心眼子”“作秀”，还说他做好事拿小本本记上，就是为了被树典型。

他一点不生气：“说我作秀，我就作秀。说我‘二头’，我就‘二头’。反正我是在为老百姓办事，最后看老百姓到底怎么评价。”

我最了解老沈，他这个人就是太犟了，认准理，认准的事谁也劝不住。他在本子上画“正”字，是为了提醒自己，还有任务没完成。

他做这些事，并不为了出名当典型。他总说自己就是个萤火虫，星星点点照亮身边就行了。

当时，社区要向媒体推荐他的事迹，他一直没同意。居委会主任做了一个多月工作，说这样可以带动更多人做好事，他才答应。

时间长了，原本不理解他、怀疑他的人态度也变了，

很多人都跟着他一起做好事。现在，他的爱心团队已经发展到了1万多人，这让我们都为他骄傲。

患上食道癌之后的3年多时间里，他的心一天都没有安定下来，满脑子都是爱心团队的事儿。他从没意识到自己的病有多严重，总对我说：“我这个破身板不给力，得赶快好起来，还有好多事等着我呢！”

有个企业家来医院看他，临走时塞给他2000块钱。人家刚走出门，他就立马让我去买了10份米面油给社区10个特困家庭送去。他说：“这样，我接到的爱心就放大了10倍。”

2018年年初，我陪他去石家庄参加省人代会。那时候，他已经瘦成皮包骨，在会场外看见地上有烟头和矿泉水瓶，还要吃力的猫腰捡起来。

有人不理解，身体都这样了还捡啥？但我懂他，这么多年已经习惯了，看见了不捡他心里难受。

2018年6月1日凌晨1点多，任我和儿子怎么呼唤，老沈再也没能睁开眼睛。我们为他穿好了心爱的军装，把秦皇岛志愿者001号马甲摆在他身边。

老沈走时，秦皇岛市万人送别，我和家人特别感动。我们只是普普通通的人，何德何能？老沈也只是做了一些平凡的不能再平凡的小事，却获得了这么多的赞誉。

现在，秦皇岛很多市民都在接力老沈去做好事，我们的儿子也接过老沈的担子，带领老沈的爱心团队继续做好事。

我和老沈一起走过了33年的风风雨雨，再难再苦我们始终乐呵呵地面对。他傻，他犟，他“一根筋”，但是他善良、真诚，用自己的一点点努力，让世界更美好。

他这一辈子，活得有价值。
(摄影：孙文忠 合成：张锐)



含氧量不足山下的40%。第一次上山，我坐的是解放牌卡车，车子就像老牛一样慢慢腾腾，光喘气跑不动。过黑卡子大坂时，我缺氧窒息，被急救后才苏醒过来。就是在这种极其恶劣的条件下，我们战胜重重困难，圆满完成了国防施工任务，军委工程兵党委给我们部队通令嘉奖。我40多年的军旅生涯，就是在这样异常艰苦的环境下咬牙挺过来的。

习主席说：“必须做好退役军人服务保障工作。该保障的要保障好，该落实的政策必须落实，不能让英雄流血又流泪。”这次出游，一路顺畅，一路关爱，一路欢乐，我无时无刻不在感受着祖国和人民对退役老兵的关怀和照顾，真是既自豪又欣慰。

宁夏吴忠军分区原政委 周德峰
2019年1月16日

人物·老兵出镜

1月18日，刘成德老人因病辞世，享年83岁。

刘成德是谁？他是雷锋亲密的战友。自1962年起，刘成德牢记雷锋嘱托，处处以雷锋为榜样，忠实践行了自己“雷锋学我一次，我学雷锋一生”的誓言。

1957年，刘成德应征入伍，成为原沈阳军区某部的一名战士。1962年春节刚过，刘成德和战友分乘两艘船出海执行任务，海上忽起浓雾，掀起风浪，其中一艘帆船不幸触礁，船上14名战友危在旦夕。在另一艘船上的刘成德向连长主动请缨前去救人。他脱去棉衣，腰系大绳，纵身跳入冰冷刺骨的海水中，顶着风浪游过去将绳子交到待救战友的手中。5分钟后，船沉了，战友们得救了。因为这次救人行为，刘成德被部队记二等功，并与雷锋等优秀青年官兵代表一起，参加了原沈阳军区首届共青团代表大会。

会议期间，雷锋和刘成德聊得十分投机。得知刘成德的事迹后，雷锋主动在刘成德的红色笔记本上写下赠言：“亲爱的刘成德战友，您是优秀的共青团员，是我永远学习的好榜样，为了共同完成党的事业，我给你留下几句话，我觉得一个革命者，把革命的利益放在第一位，为党的事业贡献自己的一切，这才最幸福。”这几句话，也成为刘成德老人一生的信念和追求。

1962年8月15日，刘成德接到雷锋牺牲的噩耗，悲痛不已。他一遍遍翻看雷锋留给他的赠言，决心像雷锋希望的那样去生活：“要把有限的生命，投入到无限的为人民服务之中去。”

1964年从部队退役后，刘成德到老家乡南长清的一家机械厂工作。在新的岗位上，刘成德给自己树立了新的工作标准：做一名优秀的现代化建设者，继续为人民服务。在机械厂工作期间，他不断进行农机技术革新，多次被评为“优秀党员”和“先进生产者”。

工作时像雷锋那样爱岗敬业、恪尽职守，生活中刘成德也以雷锋为榜样，走到哪，就把好事做到哪，用自己的言行传承着雷锋精神。退休后，他自愿成为村里的义务清洁工，还在村路口当起了义务交警，引导小学生安全过马路，并接济和帮助过十几位家境困难的村民。

其实，刘成德每个月的退休金只有800多元。但他一直省吃俭用，因为他坚信，“雷锋说，在工作上，要向积极性最高的同志看齐；在生活上，要向水平最低的同志看齐。我自己省点，才能多帮帮别人。”

2010年8月，刘成德陪老伴在医院治疗时，得知玉树地震的消息，与老伴一合计，拿着500元就赶到了长清区归德镇民政所，为灾区人民捐款。同时，他又向党组织交了100元特殊党费，支援灾区重建。

2013年，刘成德获得第四届全国道德模范提名奖，还先后被评为山东省道德模范和“山东好人”。被评为济南市助人为乐道德模范后，刘成德获得了5000元奖金，他一分钱没留，给敬老院的老人买了22台落地扇，还给孩子们赠送了上百套新书和文具。

多年来，刘成德走遍济南市200

雷锋学我一次，我学雷锋一生

老兵刘成德忠实践行雷锋对他的赠言

■李京进 崔宇妮 赵正非

多所中小学，并深入大专院校、部队、企业和机关，讲述雷锋故事，传承雷锋精神。2012年8月，雷锋同志的亲密战友乔安山专程来看望刘成德老人，赞扬他“您让雷锋精神在长清、在济南遍地开花，我要向您学习……”

为了让雷锋精神发扬光大，2012年7月，济南市在长清区修建了“济南活雷锋——刘成德事迹展览馆”，设有“永远的雷锋”“战友的追寻”“精神的传承”三个主要展区，是目前首个以雷锋为主题的展览馆，目前已接待社会各界群众30多万人次。

“学习雷锋好榜样……”这首歌曲朗朗上口，广为流传，但刘成德不仅把这首歌唱在嘴上，更唱在了心里，真切地用后半生践行雷锋对他的期许。在刘成德的影响和带动下，长清区有38支学雷锋志愿服务队，1万多名学雷锋志愿者活跃在城乡基层，成为雷锋精神的接班人。

下图：刘成德老人生前给前来看望他的济南警备区官兵讲述雷锋的故事。
舒启东摄



一位退休老兵给本版编辑来信，表达他暖心出游后的种种感慨——

一路顺畅，一路关爱

尊敬的编辑：

去年12月26日，我这位年过七旬的退休老兵和老伴去海南三亚旅游。听说现在对军人有很多优待，我便从箱底翻出了“沉睡”15年的“军官退休证”带在身上。真没想到，这个很多没用上的证件，如今真的派上了用场。

我从西安咸阳国际机场出发，候机楼里熙熙攘攘。我掏出退休证给引导员

看，他热情地陪我到换票窗口。因为有“军人依法优先”的标志，我没有排队便领到了登机牌，从安检到登机也是一路绿灯，非常顺利。

到三亚市后，无论是乘车、住宿还是参观景点，对退休军人都有优待。一天，我们到西岛景点参观，我给一位志愿者出示了退休证，向她咨询，她立即到售票窗口帮我办理了免票手续。

作为一名退休老兵，这次外出旅行，我受到了很多优待和照顾，军人的荣誉感油然而生。我是1968年入伍，部队担负着修筑我国第一颗人造地球卫星发射台的任务。当时的驻地非常荒凉，全年一场风，从春刮到冬，天上无飞鸟，地上不长草。1973年，我们部队换防到新疆，担负国防施工任务。那里平均海拔4500米以上，空气中的



春节前夕，山东省退役军人事务厅副厅长黄润生（左一）来到沂蒙老区莒南县大店镇后王庄村慰问烈士王成龙的父母，为他们送来慰问品和慰问金。 刘明奎摄

征文·曾在军旅

1969年5月，入伍不到半年的我，从江西省军区独立三团司号员培训队结业，被分配到二营五连当司号员。

五连连长毛六元，1956年入伍，当过江西省公安厅特种保卫队队员。这个保卫队可不一样，专门负责来江西视察的中央领导人的保卫工作，队员个个都身怀绝技，擒拿、格斗、驾驶、射击样样精通。

虽然有过“内卫高手”的经历，但毛连长从非以此自居，反而因为做过警卫工作，格外地细心和体贴。当时，我是全连年龄最小、个头也最小的新兵，毛连长对我比对别的战友更多了几分关心。记得刚到连队不久的一天下午，全连在连队食堂集合，准备听指导员上政治课。坐在我身后的毛连长递给我一张纸条：

我的连长毛六元

■张善亮

“上士给你买鸡蛋了吗？”我有点纳闷，写了“不知道”回给他。原来，几天前毛连长到团部开会，团部通讯股股长告诉他，新入伍的司号员年纪小，正在发育长身体的时候，希望连队每天发一个鸡蛋给司号员用白糖冲水喝，补充点营养。毛连长回连后立即交代负责采购的上士给我买鸡蛋和白糖，保证我每天能喝到一碗鸡蛋白糖水。在上世纪六十年代末那个物资匮乏的年代，这已经是很特殊的待遇了。

最令我难忘的，是我到连队的第一次手榴弹实弹投掷。当时毛连长考虑到

连队新兵多，特别重视安全，把投掷场设置在连队驻地旁的一个长坡地，从坡上往下投。毛连长大声命令：“司号员就位”，我既兴奋又紧张地进入投掷位置站好。毛连长把手榴弹交给我，握着我的手，拧开弹盖，拿出拉环，套在我的拇指上，然后往旁边跨了一步，大声喊道：“投！”我拉出拉环，用尽全力向前投去。谁知手榴弹在我前方没多远的地方就落地了。毛连长一看急了，大喊一声：“卧倒！”一把将我推到左边的掩体坑内，扑在我的身上。我趴在坑内，只听到手榴弹从坡上向下滚动的声音，随着一

声巨响过后，毛连长才把我从掩体里拉起来，拍拍我身上的泥土。文书和通讯员拿起皮尺，走下坡去测量投掷距离。文书高声报道：“15米！”在场战友都笑了。15米是全连倒数第一的成绩，而且还包括手榴弹落地后顺坡滚的几米。看到我难为情的样子，毛连长安慰我说：“没关系，司号员个子小，长高后多训练几次，会投得很远。”

1969年底，毛六元连长调到军官教导队任教官。此后，我就再也没见过他。但40多年过去了，老连长的身影，还是会经常浮现在我的眼前。