

近日，2026年第一批“中国好人榜”云南省候选人建议人选推荐公示发布，大理州宾川县大营镇大营村村民邱德(诚实守信类)成功上榜。这位63岁的老人用一把推剪、48年的坚守，践行“做人要讲信用”的誓言，成为新时代普通人践行传统美德的生动典范。



小小理发摊，诚信暖乡邻。

## 宾川理发师邱德 48年用一把推剪 剪出诚信与温情

### 一诺如山 48年不变的坚守

邱德出生于1963年，是宾川县大营镇大营村村民。他自15岁理发起，48年来始终坚守“让乡亲们理得起发”的承诺，以远低于市场的价格提供优质理发服务。尽管生活清贫、收入微薄，他始终恪守“80岁以上老人及残疾人免费”的承诺；尽管行动不便，他坚持上门服务，风雨无阻。

“说过的话，就要算数。”这是邱德的人生信条。15岁时，他跟随父亲学习理发手艺，父亲“做人要讲信用”的教诲深深影响了他。面对生活的艰辛，他始终坚守“让乡亲们理得起发”的承诺。

48年来，无论市场理发价格如何上涨，他的收费始终远低于市场价。3年前将价格定为5元后，他郑重承诺：“这辈子就这个价，永远不涨了。”即便每月仅靠微薄收入和民政救助金维持生计、支付药费，多年来他也从未动摇。有老顾客劝他适当涨价，他总是说：“答应的事，再难也要做到。”

### 一把推剪 推了近半个世纪

清晨的阳光刚洒进大理州宾川县大营镇大营街的老街口，邱德的理发摊便已热闹起来。

一面斑驳的方镜挂在老墙上，一把饱经岁月的理发椅吱呀作响，旁边摆着脸盆、水桶和几样简单的工具。几位老街坊早已坐在屋檐下的小板凳上，摇着蒲扇，聊着家常，笑声阵阵。见到一位老人蹒跚而来，邱德停下手中的推子，笑着招呼：“你来啦，先坐会儿，吃片西瓜，解解暑！”

就这样，日复一日，年复一年，这个朴素的“5元理发摊”，已在老街口坚守了48个春秋。但这个朴素的理发摊又堪称“乡村理发博物馆”：手动推子、剪刀、梳子、围布，工具虽简陋却一应俱全。

邱德理发的动作轻柔熟练，左手轻托老人额头，右手握着的旧推子稳而匀净地推进，修到鬓角、后颈这些细微处，便换成小剪刀精心修理，再热毛巾敷面，帮老人刮净胡茬。一套流程下来，老人们显得精神矍铄。

### 一句诺言 为特殊群体免费理发

在邱德的理发摊，有一条铁打的规矩：“80岁以上的老人、持证残疾人，一律免费。”邱德的理发摊还有个“特别日程表”，他把每周三和周日专门留给80岁以上的老人，为他们免费理发。

这贴心的“错峰理发”，只是他善意的缩影。对于行动不便的，一个电话，他便骑上摩托车上门服务，风雨无阻。“国家扶持我们，我们也要回馈社会。”他一边为老人系好围布，一边平静地说，“有力气就

做点好事，希望有需要的人都来找我理发。”

“他理发理得最好，我随时都来。”83岁的赵信从甸尾村走了一个半小时专程赶来，他已在此理发七八年，他动情地说：“老邱自己过得不容易，还坚持给我们免费，这份心意太重了。”对于忘记带钱或一时不便的老人，邱德也总是宽厚地摆手：“下次再说。”

### 一声应答 风雨无阻的守信之行

家住附近的谢家兵是这里的常客，“以前2元，现在5元，手艺没得挑。”他朴实地夸赞道，“邱德人好，随叫随到，老人们都喜欢，基本都来这里理发。”

邱德的诚信还体现在每一次服务中。尽管他身患慢性疾病，但对于行动不便的老人、残疾人，只要捎个口信，他就会立即上门服务。无论刮风下雨，他都会准时赴约。即便在为临终老人服务时，他也同样认真细致，让老人体面安详。他曾承诺：“只要还能动，上门服务就不会停。”乡邻们都道：“老邱答应的事，一定会做到。”这份“言必信，行必果”的担当和坚守，让他成为乡亲们心中最值得信赖的人。

### 一座口碑 乡邻里铸就的诚信

邱德今年63岁，从少年时便在老街口帮父亲打下手，后来独自撑起这个摊子。随着父母离世、自己患病，邱德成了民政救助对象。在最艰难时，他想起父亲的话：“人要靠自己，还要多帮人。”几十年过去，他从“小邱”变成了“老邱”，见证了物价上涨，也经历了人生起伏。

理发的价格从最初的两角钱，到后来的2元、5元，他郑重承诺：“就这个价，再也不涨了。”即便每月需靠民政救助金和理发微薄收入维持生计、支付药费，他始终恪守承诺，分文不涨。他说：“说过的话，就得算数。”

### 一份温暖 老街口的温情驿站

星期四街天是邱德最忙的时候，一天要接待20多位顾客。理完发，老人们常坐着不走，聊聊天，说说收成。

48年的坚守，邱德用一把推剪，不仅剪出了邻里温情，更在乡邻间树立起诚信的标杆。他的摊位前总是坐满了等候的乡亲，不少人宁愿跑上三五公里，也要来找他理发。为方便大家，他在家门口撑起遮阳伞，总是备好板凳、茶水和糖果，成为乡邻们交流的温馨驿站。

正如老顾客施勇所说：“大家的评价都很好，反正样样都好。”这朴实的话语，或许就是对邱德平凡坚守的最高赞美。

本报记者 王利绚 通讯员 安建雄 邓永凤 摄影报道



## 梁河护林员董加啟 45年守林路 荒山变绿海

在德宏州梁河县大厂乡大生基村，晨雾未散，林间便传来杵棍叩击山石的脆响。这是护林员董加啟开始了新一天的巡山。自1980年成为一名护林员，这条路他已走了45年。

### 铁面无私 村民称他是“死脑筋”

1980年，梁河县招聘护林员。经大队推荐，15岁的董加啟成了全县最年轻的护林员。

上世纪八九十年代，盗伐猖獗。董加啟练就了“听声辨位、足迹寻踪”的绝技，也成了盗伐者眼中“油盐不进”的钉子。1987年，董加啟在双营盘堵卡时拦下驮运木材的骡马，卸下赃物。盗伐者恼羞成怒，对他拳脚相加。这场殴打在他额头上留下一道6厘米长的疤痕，至今清晰可见。

最难的抉择来自亲人。一次巡山，他发现岳父在国有林砍了两驮柴，没有半点犹豫，拦下骡马，将岳父带到村公所，照章罚款30元。次日，“女婿抓老丈人”成了全村谈资。岳父与他断交，妻子抱怨，亲朋嘲讽。“既然端了公家的碗，我就要把偷砍盗伐管到底。”董加啟如是说如是做。多年后，岳父谅解了他，村民们也从笑话他“死脑筋”转为竖起大拇指。

### 以山为家 累计造林600多亩

在董加啟眼里，护林不只防盗，更要防火。没有扩音器，他就到群众会上讲、到学校课间操上讲；没有警示牌，他用木板刨光，自购红漆请人书写；没有宣传布标，他买大红纸请老师写字，贴在村口。他把家安在林区深处，每月在林中巡护。45年来，他的责任区从未发生过一起森林火灾，从未发生过非法采石挖山。

2008年林改后，看着村里光秃秃的荒山，董加啟坐不住了。他走家串户动员群众植树造林。在政策支持下，他自己垫付运费，跑前跑后运送树苗，累计造林600多亩，植树10万余株，带动300余农户参与。此后几年，他又申请树苗，动员群众在家边、沟边植树2000多棵，协助村集体发展白花油茶400亩。

### 薪火相传 父子两代守林人

2005年，董加啟光荣加入中国共产党。2014年，儿子董保双接过父亲的巡山装备，也成了一名护林员。

45年，他走破40多双解放鞋，从月薪10多元干到如今，最远只到过180公里外的保山。妻子积劳成疾离世，是他后半生最大的遗憾。但当他抚摸着胸前党员徽章、看着莽莽青山时，目光依然灼灼：“我这辈子，问心无愧。”从“云南好人”到“建设边疆、保卫边疆”先进个人，那一摞泛黄的荣誉证书，是一名共产党员用半生写在大地上的绿色答卷。

本报记者 马楠 通讯员 田绍洁 摄影报道