



# 一户小院 一段视频 一家三口 一份温暖

丽江网红夫妻为女儿做美食感动650万网友

一户农家小院的三四平方米，或许只能堆放些杂物，饲养些家禽，或者种上几盆花草。而在丽江市华坪县的这个农家小院内，一对夫妻带着3岁多的孩子，在这三四平方米的工作平面里，创造出了属于自己的奇迹。

## 来自乡村的美食主播

在华坪县荣将镇膏泽村10组一户农家小院内，竹篱笆围起了靠砖墙三四平方米的角落，几盆绿植肆意生长，三角梅、月季与一些叫不上名的小花朵，装点着青灰的砖瓦、褐色的门橼、晒黄了的竹篱，这是王娇一家最常用的工作地。王娇做美食、丈夫高玉楼负责录视频、女儿小豆芽常出镜，随着一个个原创视频的上传，以“乡野丽江娇子”为ID的账号，吸引了全网650万粉丝的关注，成了名副其实的华坪网红。

“我们给自己的定位是美食主播，做的是亲子美食。”王娇这样定义自家的视频号。

随手在各大视频平台翻看“乡野丽江娇子”的作品，大部分与美食有关。王娇可以去掉400颗葡萄的核，做成葡萄酱；可以摘来菠萝蜜，掏出果核，填上糯米，做成另类甜品；将从地里摘来的火龙果，做成火龙果双皮奶；用新鲜的桑葚做纸杯蛋糕；地里摘来的西瓜切成两半，一半当底座，一半当锅，放上自己做的各种红薯、紫薯、糯米圆子及西瓜、哈密瓜等，成了夏天最为养眼的西瓜火锅……

早上做准备，下午两三点钟开始录视频，晚上剪辑，第二天中午发布。一个作品发布在平台上短短几十秒钟的时间，王娇和高玉楼至少要忙一天。“我们的视频都是原创，每一个视频都有意义，有时晚上突然间醒来，都会想明天的内容如何拍、怎么拍，现在短视频的门槛越来越高，粉丝的审美也越来越高。”

## 返乡是做过最正确的事

王娇和高玉楼是大学同学，大学毕业后一直在昆明工作，2015年，高玉楼发现了短视频直播的前景，于是萌生了回乡的想法，而父亲的身体不适，加速了高玉楼的回乡之路。“爸爸生病了，家里只有他，我们不在家怎么办？所以我们做了最重要的决定——回村。”王娇说。

夫妻俩回到华坪后，一直在做短视频，可绝大多数都不温不火。后来，处理好父亲的身后事之后，从2018年4月开始，夫妻俩在所有他们知道的短视频平台里，以“乡野丽江娇子”为名注册了ID。

“2018年上半年过得相当辛苦，二三月份时，钱包里只有1400多块，那是全部的家当。”高玉楼说，2018年4月至10月是他们最艰难的时候。想过放弃，

## 把最好的带给粉丝

除了拍摄视频外，王娇和高玉楼的生活可以说一直围绕着寻找好的农产品展开，走村入户、寻找果园。如何将原生态的东西进行一些深加工，能给村民多一点收购价，能给粉丝带去更丰富的产品，是他们一直在琢磨的问题。

为了控品，王娇和高玉楼还自掏腰包买了蜂蜜品质检测仪器，对每一份过手蜂蜜进行检测，只给粉丝推荐好的东西，这是夫妻俩的默契，也是一直坚守的东西。“以心换心，你认真对待别人，别人才会好好对你。到现在为止，我们好像没有什么黑粉。”王娇说。

## 每个家庭都是自媒体

说到“乡野丽江娇子”的成功，总是绕不开女儿小豆芽。在一遍遍录制短视频的过程中，王娇尝试过不少风格，但都不温不火。直到一次，在拍王娇做青椒鱼的视频时，高玉楼捕捉到小豆芽摇摇晃晃地帮妈妈把鱼抱了过来的画面，剪到了视频里，没想到这个视频当天就收获了96万的播放量，涨粉飞速。“每个家庭都是自媒体，都有温馨、幸福的瞬间和故事，记录下来，坚持去做。”王娇说。

对于将来的打算，王娇说，以后不管小豆芽去哪里，视频是可以一直做下去

但最终坚持了下来。“当时特别感动，我老公说，用一年的时间拍，一年不行就两年。”

从不温不火不涨粉到一直坚持并换了拍摄思路，将女儿小豆芽带进了视频，“乡野丽江娇子”的亲子美食打开了大门。

“现在许多朋友、以前的同事会和我们说，‘看你们在农村，我们都想回来了’。其实回农村前我很忐忑，不过现在想想，回村对我和我的家庭来说，是一个大胆并正确的选择。”王娇说，他们寻找田野里、山林里最好的东西分享给粉丝，在这个过程中，他们的生活得到了改善，也帮助到不少周边的村民。其实只要路子对，村里大有可为。

据介绍，王娇和高玉楼的直播带货始于2019年，当时两天的时间里，他们帮助蜂农卖出了2600瓶蜂蜜。这一年还遇上安宁的红梨滞销，他们又助农卖出了13000多瓶秋梨膏。乡野里的好物，就这样走进了天南海北的千家万户。

2019年1月14日，第二届快手幸福乡村创业学院在清华大学拉开帷幕。“乡野丽江娇子”从300个名额中脱颖而出，被第二届快手幸福乡村创业学院录取，“入学”清华大学，接受了专业化、系统化的电商知识、商业创业、商业管理和品牌营销理念培训。

的，比如她长大后，哪一天离开了家，说不定就可以做一个“妈妈永远等你回家吃饭”的专题，真实地记录生活，不刻意。

“乡野丽江娇子”的每一个视频都充满了爱，是那种能从屏幕中溢出，并让人起鸡皮疙瘩的。记得有位网友在评论中说到：“这样养大的女孩，估计对这个世界充满了善意。这般明媚美好的童年，也能治愈一生所遇到的各种狼狈和悲伤吧。”或许，就是这份爱、这份温暖，铺就了他们的成功之路。

本报记者 木晓雯 摄影报道

乡村医生李木莲

从医24年

## 当地孕产妇 死亡率为0

乡村医生的工作就是从平凡中见伟大。1996年，李木莲走上从医之路，成为一名乡村医生。24年来，她从事着最平凡的工作，守卫着当地百姓健康，其所服务的金江乡罗玄村无甲类传染病发生和流行，孕产妇死亡率连续24年保持零死亡的记录。

## 24年不收一分出诊费

金江乡罗玄村是丽江市古城区最边远的山区贫困村，地广人稀、交通不便。1996年，李木莲当上乡村医生后，她就立志不收出诊费，24年间，她说到做到，即便现在的村民家庭经济条件都有了极大的改善。

为病人看病却不收出诊费，李木莲靠什么养家糊口？她坦言，这份工作收入微薄，对绝大多数患者，她一般会将药费控制得极低。“如果片面去追求经济利益，我良心上也过不去。”对于李木莲来说，行医不仅是职业，更是一种救助和守护。

她始终立足服务于乡村，在最基层的医疗卫生工作岗位上默默倾注了大量的精力和心血。因为成绩突出，她获殊荣无数：2005年12月22日荣获古城区优秀防疫员，2017年获得古城区优秀乡村医生，2018年11月在云南省最美“健康守门”评选活动中入围提名“十佳乡村医生”，2019年3月荣获古城区首届“最美健康卫士”荣誉称号、古城区“双学双比”女能手荣誉等。这些都是她平凡工作的最美注脚。

## 为守护村民努力提升自己

1998年，李木莲第一次为产妇接生。当时产妇情况紧急，如果送县一级医院，产妇将会有生命危险。从未替产妇接生过、经验不足的李木莲硬着头皮上，一边打电话向经验丰富的医生求助，一边帮助产妇生产。

这一次经历让李木莲深刻体会到，只有不断加强学习，提升自己的医术才能帮助到更多需要帮助的百姓。于是，她更加刻苦钻研医学知识，并先后多次到乡卫生院、区妇幼保健院、原丽江卫生学校、古城区医院等单位实习学习。2004年，她通过考试取得乡村医生资格证书；2019年，又取得乡村全科执业助理医师资格证书。

日积月累的知识和经验转化为她守护罗玄村的最有利武器，该村孕产妇死亡率连续24年保持零死亡的记录。除此之外，5岁以下儿童和婴儿死亡率低于全省和全国平均水平。

本报记者 赵维 摄影报道

