

编者按

家是最小国，国是千万家。在三湘大地，一个个普通家庭以爱为基、以善为尺、以勤为径，将习近平总书记关于注重家庭家教家风建设的重要论述，融入日常点滴、化为行动自觉，绘就了“奋进新征程 共筑家国梦”的鲜活图景。为此，在省妇联指导下，今日女报/风网特别推出“湘遇最美家庭”专栏，生动展现2025年度湖南省“最美家庭”风采，让优良家风在新时代赓续传承、熠熠生辉。

扫一扫  
看更多精彩

李洪华家庭

# 全“五星”！七口之家献血 14 万余毫升

今日女报/风网记者 罗雅洁

走进娄底冷水江市的李洪华家中，最先映入眼帘的，是一面墙挂满墙壁的证书和奖章：“全国无偿献血奉献奖终身荣誉奖”“全国最美志愿者”“湖南省助人为乐模范”“‘感动湖南’十佳人物”……这些沉甸甸的荣誉，跨越三十余载光阴，串联起这个家庭老中青三代人的大爱征程。这个七口之家，用滚烫的热血浇灌善意，累计献血达14万余毫升，还带动了上万名志愿者投身公益，以滚烫的热血浇筑出一个令人动容的“大爱之家”。

## 一腔热血开启公益征程

今年63岁的李洪华，是冷水江市锡矿山闪星锑业公司的退休职工，也是一名退役军人。他的公益初心正源于那段当兵的经历。

“当时，部队组织手榴弹实弹投掷训练，我们新兵连的连长为了保护战友，奋不顾身地扑向手榴弹，献出了自己年轻的生命。”李洪华告诉今日女报/风网记者，这件事在他心中留下了不可磨灭的印记。从此，他就一直在思考，作为一名普通人，他能做些什么来帮助别人。

1993年“八一”建军节，李洪华受战友邀约，前往广州参加聚会。聚会结束后，他和战友看到了停在路边的无偿献血车，第一次献出了300毫升血液。从那以后，平均每年两次献全血，便

成了李洪华生活中雷打不动的习惯。

那时，无偿献血在国内尚未普及，受“献血伤身”的错误观念影响，不少人对此有抵触。李洪华坦言，当时父母都不赞成他去献血。“我和他们说，我曾经是一名军人，我的战友为了保护别人，连生命都可以付出，我献一点血又算得了什么呢！”李洪华的坚持与劝说打动了父母。而他的妻子刘球娥很早就和他一起加入到了献血队伍。

李洪华不抽烟不喝酒也不打牌，退休前除了做好本职工作，大部分时间都用来带动身边人参与无偿献血。他还记得，娄底刚开始推行血小板捐献时，几乎没人敢去。得知这一情况后，李洪华专程从冷水江赶往娄底市中心的小血小板采集点捐献血小



李洪华一家都是五星志愿者。

板。“那时候，从冷水江到娄底的血小板采集点有86公里路程，往返的过路费、油费都是我自掏腰包。”李洪华说。不仅如此，他还动员妻子、自己单位的同事、妻子单位的同事去捐献。

2008年6月，李洪华与志同道合的献血者携手创立了娄底市无偿献血志愿服务队并担任队长，先后带动300多位同事和亲戚朋友参加无偿献血。如今，李洪华牵头在全省各地组建了27支献血志愿服务队，带动发展13400多位爱心人士成为无偿献血志愿者。为了方便志愿者献血，李洪华还经常自费开车接送献血志愿者往返娄底、长沙等地，私家车一年行驶3万多公里。

据统计，三十多年来，李洪华志愿服务3.6万多小时，捐献机采血小板40多次，累计献血7万多毫升，相当于全身的血液换了15次。2019年，李洪华荣获“全国无偿献血志愿服务奖终身荣誉奖”。

## 三代同堂共谱热血乐章

李洪华的公益之路，从来不是一个人的孤军奋战，而是一家人的同心同行。

李洪华与刘球娥育有两个儿子，还在1993年收养了一名女婴。三个孩子从小在公益氛围中长大，跟着父母去献血点服务、去社区做志愿。李洪华常对孩子们说：“人生一世，要多做对社会有意

义的事，不做伤天害理的事，这是做人的根本。”

两个儿子长大成人后，义无反顾地加入无偿献血队伍；儿子结婚时，他对儿媳的要求只有一个：“要有爱心，跟着家里做公益。”两位儿媳欣然应允。

2011年，刚满18岁的养女在母亲刘球娥的陪伴下完成了人生第一次献血。李洪华对当时的场景仍记忆犹新。女儿对他说：“爸爸，我知道自己不是您亲生的，我们的血型不一样，但您对我这么好，我们之间胜似亲生，我也想用一次献血来作为自己的成年礼。”

孙辈们也在父母和祖父母的爱心熏陶下，开始做志愿服务，三代人接力前行，让公益家风在代代传承中愈发浓郁。李洪华自豪地说：“我们家七口人，都是国家五星级志愿者！”截至目前，他们一家已累计无偿献血达14万余毫升。

如今，李洪华已年过花甲，不能再献血了，但他每天五点起床，上午散步、打羽毛球，下午游泳。规律的作息、健康的身体，让他成为“献血不伤身”的最好例证。

田伟家庭

# 办“春晚”！七十人大家庭竞逐“家族奥斯卡”

今日女报/风网记者 罗雅洁

走进怀化市靖州苗族侗族自治县田伟家中，一道独特的“家风墙”映入眼帘。家训家规与家庭重要时刻的照片交相辉映，既将“孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻”的传统美德和勤俭节约的理念具象呈现在墙面之上，更将这份精神内核深深镌刻在每一位家庭成员心中。

半个世纪风雨兼程，田伟一家以爱为纽带、将“以诚相待、以心换心”的信念深植家风、融入日常，用一言一行解锁了代代相传的幸福密码。

## 一段千里姻缘

临近年关，年味愈浓。田伟家中暖意融融，一家人正忙着排练“家庭春晚”的节目。儿孙们弹吉他、唱歌谣，年逾古稀的刘爱娣端坐其间，眉眼弯弯。这幅岁月静好的画面，正是这个“最美家庭”半个世纪幸福时光的缩影，也藏着一段跨越千里、双向奔赴的爱情佳话——这便是这个家族优良家风的源头。

刘爱娣祖籍河北唐山，上世纪70年代，刚从师范学院毕业、在家乡任教的她，经人介绍，与在湖南零陵当兵的丈夫相识。在那个没有智能手机、没有便捷通讯的年代，书信成了两人传递思念的唯一载体。“一封信从河北唐山到湖南零陵要走整整

七天，两年时间，我们写了60多封家书。”回忆起当年的时光，刘爱娣的语气里满是温情。1974年，刘爱娣毅然远嫁湖南，用勇气兑现了“只要真心相爱，距离不是问题”的誓言，也开启了这个家庭相守相伴的征程。

婚后的日子，夫妻俩依旧过着聚少离多的生活，刘爱娣在唐山教书，丈夫在零陵当兵，唯有节假日才能短暂相聚。1976年，突如其来的唐山大地震成为这个家庭命运的转折点。“那天凌晨，天旋地转，房屋剧烈摇晃，我抱着女儿想逃生，门却被坍塌的墙堵死了，那一刻，我真切感受到了死亡的威胁。”刘爱娣回忆道，地震后，整座城市沦为废墟，通讯中断，她无法及时给远在湖南



“田田大家庭”的春晚已成为他们过年时最重要的仪式。

的丈夫报平安，心中只有一个念头，“要是他在身边就好了”。

生死考验过后，夫妻俩对相守的渴望愈发强烈。1977年，刘爱娣带着女儿南下靖州，结束了分居生活。

刘爱娣回忆，丈夫始终铭记“你跨越千里来到我身边，我不能委屈了你”的承诺，主动承担起大部分家务，从只会吃食堂的军人，慢慢学着做饭、打理事务。夫妻俩相互包容、相互扶持。

“‘不抱怨、不推诿、不记仇；要感恩、要包容、要担当’就是我们的家规。”刘爱娣表示，家风从不是空洞的大道理，而是家

人之间的真心相待。

## 一脉家风传承

在父母的耳濡目染下，儿子田伟与儿媳龙书林也成了模范夫妻。

田伟是靖州县二中的教师，龙书林是怀化市中心医院靖州院区急诊科护士，值班、倒班是常态，工作忙碌而琐碎。面对繁重的工作与家庭责任，两人默契配合、彼此体谅，从未有过怨言。“我爱人夜班多，家里的事情我多担待一点，没关系的。”田伟的话语温暖而朴实。

而龙书林也满心感激：“每次

值完夜班回来，都能吃上热乎的饭菜，家里的老人也被照顾得妥妥帖帖，有他在，我特别安心。”夫妻俩用实际行动，诠释着“婚姻的真谛是一条心”的深刻内涵。

家风要传承，更要创新。为了让优良家风代代相传、不脱节，田伟一家创新推出了“家风传承三机制”——假日茶话会、饭后家风讲堂、年度家风评比。每逢重要节日，全家人围坐在一起，由长辈讲述家族故事、传授处世之道，让家风在潜移默化中浸润每个人的心灵。

田伟一家还有一个七十多人的“田田大家族”，每年除夕，一场热闹非凡的家庭春晚，都是这个大家族不变的约定。八旬老人唱红歌、小朋友演小品、年轻人跳舞，人人都是主角。

田伟介绍，晚会上还有一个特别的“家族奥斯卡”环节，家族的男士们手持鲜花，献给辛苦操劳一年的女士们，以此表达感恩与敬意。远嫁的女儿们也会带着家人们赶回来，一大家人其乐融融，组成了一年中最热闹的团聚。