

早上八点，推门走进位于通州区永乐店镇德仁务后街村的任付香家，一个瘦小的身影从屋里探了出来，脸上带着笑容：“快进来，我正给老伴上药呢，你们随便坐。”这一天，我跟随任付香，走进了她日复一日的生

活。那些在岁月里沉淀的故事，就在这寻常的早晨缓缓铺展开来。

>> 风雨如晦，她用爱撑起这个家

跟着任付香进屋，她的丈夫李玉军正坐在床边，双手微微蜷缩着，身上的烫伤疤痕清晰可见。任付香自然地走过去，抬起他的胳膊仔细地抹着药膏，李玉军目光落在妻子身上，那眼神里，有感激，有依赖，还有几十年来的深情。

我坐在老两口旁边和他们聊起了李玉军烧伤的事。

“1991年，他意外烧伤，全身90%以上的皮肤烧坏。醒来时浑身缠满绷带，他一度陷入绝望，觉得自己成了家里的累赘。”任付香在说起这事时，平静得像说别人的事。那后来，任付香没有退缩，牵起他的手，把他带回了家。

“那段时间，每当我看着自己残缺的双手唉声叹气、自我嫌弃时，她总会对我说：‘我都没嫌弃你，你这辈子也不会离开你’这句话成了我的精神支柱，让我有了活下去的勇气。”回想起那段时间，李玉军的眼中多了些光亮。

任付香一边给丈夫按摩着僵硬的手指，一边接话：“刚回家那会儿，他连吃饭、穿衣这些最基本的事都做不到，我就一点点教他。他的手使不上劲，我就把勺子绑在他手上，陪着他练习；他夜里疼得睡不着，我就整夜整夜地给他揉按，直到他能眯一会儿。他这人，嘴笨，其实心里啥都明白。那几年最难的不是照顾他吃喝拉撒，是他自己心里那道坎过不去。他老低着头不说话，我就找话跟他说……”她说话慢悠悠的，声音不大。

为了帮丈夫走出阴影，任付香天天“没话找话”：“今天菜价涨了，明天谁家孩子考上学了……”说着说着，丈夫终于抬起了头，后来还会笑了。那个曾被生活击垮的男人，重新挺直了脊梁。

“那段时间，是付香每天的照顾和开导给了我力量，给了我生活的希望，没有她，我可能早就撑不下去了。”他说到这里，声音有些哽咽，眼角泛着泪光。我看到任付香在旁边没吭声，只是把手轻轻覆在他手背上。

>> 七年守护，病榻前的孝心无痕

当家庭生活刚透出一丝安稳的曙光，命运的波澜再次汹涌而至。“2012年，我公公得了严重脑血栓，一下子瘫在床上动不了了。那会儿婆婆近八十了，只能顾着自己，我能指望谁？只能我顶上去。”她说这些话的时候，语气很平静，像在说别人的事。

任付香身材单薄，面对身材魁梧、完全无法动弹的公公，她每一次为其翻身、每一次擦洗，都是对体能的极限挑战。任付香的孝心，在公公病榻前化作了无数个浸透汗水与深情的细节。

任付香深知久卧的痛苦与风险，她定好闹钟，雷打不动地每两三个小时为公公翻身、叩背、按摩，精心调整左右侧卧姿势。七年来下来，她从来不急躁，不叫苦喊累，每一件事都做得十分细心和周到，老人在她的悉心照料下从没过褥疮。

代谢缓慢导致公公饱受便秘折磨，当开塞露也束手无策时，任付香没有丝毫犹豫，戴上手套，轻柔地用手为老人抠出干结的粪便，再细致地用温水清洗、擦干，最后均匀涂抹氧化锌软膏隔离湿气。每一次操作，她都小心翼翼，动作轻柔，眼神专注，竭力维护着老人最后的体面与尊严。这超越血缘的侍奉，让最不堪的生理困境也浸润着人性的暖意。

近七年，两千多个日夜。她的生活里没有周末，没有假日，只有围着公公病榻转的精准作息。

2019年2月，老人安详离世。任付香七载无微不至的守护，让生命得以带着尊严走向终点。

“这些年，多亏了付香，不然我老伴早就没了。”每每谈起任付香，婆婆都说实在是愧对自己的儿媳。

>> 晨昏之间，她以孝心守护暮年

公公离世后，照顾年迈婆婆的重任依然压在任付香肩头。随着婆婆年岁增长，腿脚愈发不便，大小便失禁成为常态。任付香的院子里，几乎每天挂满晾晒的衣物被褥。面对异味和繁重的换洗，她从没过眉头，更无半点嫌弃。如今，在任付香的悉心照料下，婆婆的状态一天比一天好。

“婆婆也是妈，每个人都会有变老、生病无助的时候。我觉得照顾老人，是为子女应尽的义务。”任付香感慨道。趁着任付香给李玉军涂药的工夫，我征得同意在家里转了一圈，走进厨房里发现灶台上还有半碗尚有余温的小米粥，原来她刚从隔壁的婆婆家回来不久。“她现在身体不好，无法自己吃饭，我就每天做好一日三餐给她送过去。要是早上不用出去工作，我就顺便喂她吃饭。”任付香说。

午餐时，我随她一起端着饭菜送去旁边婆婆家。一进堂屋，老人正坐在沙发上望着门口发呆，看到任付香，老人原本有些呆滞的眼神渐渐亮了起来，嘴角也慢慢咧开，露出一个慈祥的笑容。“妈，吃饭了。”任付香把餐盘放在旁边的小桌上，一边招呼着我坐下，一边熟练地拿起筷子，夹起冒着热气的菜，轻轻吹了吹，才送到老人嘴边。老人张了张嘴，慢慢吞嚼着，任付香则一边喂，一边轻声问：“妈，今天这菜合不合口味？”老人含糊地应了一声，眼神里满是依赖。喂完菜，任付香又拿起一块软和的馒头，掰成小块，一点点喂给老人。整个过程，她动作轻柔，耐心十足，仿佛在照顾一个年幼的孩子。阳光透过窗户洒在她身上，温暖而宁静，勾勒出一幅动人的画面。

在悉心照料生活起居的同时，任付香深知精神慰藉同样重要。婆婆吃完饭，任付香便坐在婆婆身边，抬起婆婆的胳膊帮她轻轻按摩，两人你一言我一语地聊着家常，分享外面的新鲜事，用温柔话语驱散老人的孤寂。婆婆浑浊的眼中因她的陪伴而泛起安心的笑意。

老人中午要午休一会儿，任付香搀扶着她躺在床上，帮忙塞好被角。出来时，两个虎头虎脑的小男孩见到任付香就一路小跑过来，任付香介绍：“这是我的两个外孙，我还有一个孙子，他们都住在附近。这些孩子都特别懂事，实在是让人喜欢得不得了。”正说着，任付香的女儿从大门外走了进来，看见任付香手里端着碗，立马伸手接了过去：“妈，我来吧，您和爸中午也休息一会儿。”

“儿子和女儿平时不忙的时候都会帮我分担些活儿，现在在家倒也没那么累了。”边往屋里走，任付香边乐呵呵地念叨。

>> 奔波路上，她用坚韧托起生活

生活的重担远不止于照顾病弱亲人。微薄的收入难以支撑家庭的各项开支。任付香没有向命运低头，在侍奉公婆、照料丈夫的间隙里“抢”时间。下午三点，任付香接到个电话，随后麻利地给李玉军上完药就匆匆地准备出门。“我得去趟村旁的饭店，下午缺个打下手备菜的。”任付香边套棉袄边说道：“老李干不了重活，婆婆也要吃药，能挣一点是一点。有活儿就出去干一天。”说这些话时，任付香的嘴角一直挂着笑容。

李玉军告诉我：“从父亲病倒后，付香就一直这样，常常把一天掰成几天用，四处找零工、餐馆帮厨、农忙时给邻居家当帮手、工厂的计件工，只要有时间，她都要去。”

和任付香走在路上，路过见到的村民都和地亲热地打招呼，“付香，去哪儿呀？”“去那边餐馆帮忙。”“别天天这么累着自己，身体是本钱啊！”任付香笑着应道：“没事，习惯了，多干点心里踏实。”

走到餐馆门口，我便没有再跟进去，和她打招呼准备告别，临走前我问她：“累吗？”任付香犹豫了一下，重新展开笑容对我说：“累也得干啊。怨天尤人没用，命给你啥，你就接着啥。只要我还能动，就把他们都照顾好。”

我又问她：“你有没有什么期盼？”“就是想趁自己还能干，挣钱把老房子重建个新的。”任付香的笑容，在冬日的阳光下显得格外真切。

告别任付香，我回到村里找到了一位刚才和她打招呼的大娘。“你说付香啊，那全村谁不知道她好，一个外地嫁来的儿媳，天天任劳任怨地照顾着这一家子。村里谁叫她帮个忙，从来没拒绝过，只要在家没事立马就过来了，我们都念着她的好哩。”大娘一听见任付香的名字，激动地说道：“任付香，好样的！”

任付香是甘肃省平凉人，如今是永乐店镇德仁务后街村一个普通的农村妇女。可就是这个普通得不能再普通的女人，用她单薄的肩膀，扛起了一个命运多舛的家，在生活的惊涛骇浪中，用一颗温暖坚韧的心，演绎了“孝老爱亲”的动人故事。

榜样志

我和榜样的一天

任付香 香暖沁人心

本报记者 王戡



北京市副中心报

4

2026年3月12日
星期四

记者手记

去任付香家的路上，我一直在想一个问题：一个被命运反复捶打的女人，会是什么样子？我想过很多种可能——疲惫的、沉默的、眉眼间带着苦相的。

可门推开的那一刻，令我有些发愣。探出来的那张脸，瘦小，但带着笑。“来啦？快进来。”她的声音清亮得像那天上的阳光。

和任大姐相处下来，从她的每件事每个动作你都能看出来，这些年来这个普普通通的农村女人，早就把“孝”字写进每一次翻身、每一勺饭菜、每一个深夜的起身里。她不说什么大道理，但她让很多人明白了一件事：命运可以给一个人很多苦，但一个人也可以选择，不让这些苦把自己变苦。

任付香，人如其名，成为照亮这个家庭中的一缕暖香一束光。

主题策划：陈冬菊 金可
项目统筹：谢佳航
创意设计：沙澎泽
责任编辑：张钊齐
采访团队：石峰
王戡
张丹
谢佳航
张嘉辉
人物摄影：常鸣 唐建

本版编辑 张钊齐 校对 彭师德 刘一 沙澎泽 绘制