

# “孝道当竭力，忠勇表丹诚”“勤读圣贤书，尊师如重亲” 内江范氏 优良家风代代相传



由省纪委监委机关、省委宣传部主办的四川省第二届“天府好家规”征集活动已正式启动。活动面向全社会各行业、各企事业单位职工以及普通社会家庭，征集评选经典家训家规、优秀家风家训故事。

提起范氏家族，很多人首先想到的是北宋诗人范仲淹。虽然其生活年代距今有些久远，但他的思想、精神，至今仍在其后人的血脉中赓续。新中国新闻事业奠基人、开拓者之一的范长江就是范仲淹第三十一代孙、范氏家族第三十一世传人。

5月，华西都市报、封面新闻记者多次前往范长江的故乡内江，在内江市纪委监委及东兴区纪委的帮助下，寻找范氏族谱，挖掘、整理范氏家族家规，采访范氏家族后人传承家规的故事。

## 定下家规

### 范氏族谱共分六卷

在内江市东兴区赵家坝，范长江纪念馆已是当地的网红打卡点。

从规划筹建开始，段瑞明就一直在范长江纪念馆工作，十多年过去，他几乎成为范长江研究专家。

因为工作原因，段瑞明多方查找范氏族谱，十年前终于在东兴区中山乡（今柳木镇）范家找到了。“族谱一共6本，保存得还好。”他说，当时在现场翻看，只拍了几页关于范长江的记载。

5月15日上午11点左右，记者一行人来到内江市东兴区黄棚村毛狗洞。生活在这里的村民，几乎都姓范。

范氏族谱上记载着：“我族姓氏起于公元前593年晋景公八年时期。”

范氏族谱为手书石印本，繁体楷书，共分六卷，以内江范氏宗系为线，卷卷相承，脉络清晰。

一卷主要为《宗谱序》，主要载有范氏起源及修谱凡例等。

二卷主要为范氏家族家规，由《家训



范长江纪念馆。



范苏苏（左）与段瑞明交谈。

十六条》等组成。范氏家族家规有《族规十二则》《范文正公家训百字铭》《仲淹公族规》《百善孝为先》等。其中，《范文正公家训百字铭》：“孝道当竭力，忠勇表丹诚；兄弟互相助，慈悲无边境。勤读圣贤书，尊师如重亲……作事循天理，博爱惜生灵。”《劝孝歌》：“父母不亲谁是亲，不敬父母敬何人？家中有神你不敬，何必到处去求神？孝顺人生孝顺子，忤逆子生忤逆人。若要儿孙孝顺我，我今先敬我双亲。”

范氏家族家规内容非常丰富，很难用几句话概括。但归纳起来，就是要求族人对国家要忠、对长辈要孝、对邻里要和。

三、四、五、六卷为族谱详载，从始祖“履冰公”开始，从一世祖至四十一世。其中对本族有影响者有较为翔实记载，

如十一世嫡祖范仲淹，不仅有生卒年，亦有身世记载。

## 践行家规

### 跋涉2000多公里去延安采访

在范氏族谱中，记者找到了有关范长江的记载。

范长江字希天，所以族谱上记载为：“希天生于宣统元年己酉九月初三日。”白话表述就是范长江出生于1909年10月16日。

后来，范长江成为《大公报》著名新闻记者，最终成长为新中国新闻事业的开拓者和奠基人，在中国现代新闻史上具有重要地位。曾先后担任新华社总编辑、新闻总署副署长、人民日报社长等职务。1991年，中宣部批准设立以他名字命名的全国中青年优秀新闻工作者的最高荣誉奖——范长江新闻奖。

范长江广为人知的故事，发生在全面抗战以前。

当时，日本觊觎中国，范长江敏感意识到：中日一旦开战，沿海一带必不可久守，抗战的大后方肯定在西北、西南一带。于是，26岁的他以《大公报》特约通讯员的身份，从成都出发，经川西、陇东、祁连山、河西走廊、贺兰山到内蒙古……走遍大半个中国，跋涉2000多公里，采写了《中国的西北角》《塞上行》等经典作品。第一次以写实的笔法公开、客观地

报道了红军长征，字里行间倾注了对红军的同情和敬意。

1937年2月，范长江到达延安，成为国内第一个正式以新闻记者身份进入延安的人。

在中华民族生死存亡之际，范长江克服一切艰难险阻前往延安采访，用大量真实客观的新闻报道，让当时的国人看到了民族的希望，这其实也是他用行动在践行范氏家族家规。

## 传承家规

### 四个儿子从小被严格要求

范长江有四个儿子，长子范苏苏、次子范东升、三子范小军、四子范小建。

范苏苏还记得幼年的经历：最初读北京育才小学，条件好、高干子女多、小孩重攀比，父亲担心他养成不良习惯，便将他转入鲍家街小学，之后又转入北京第二实验小学。儿子在校学习期间，范长江禁止公车接送孩子。读初中后，范苏苏还被安排到农场进行劳动锻炼，做了两年暑假的社会实践。

四子范小建，年仅15岁正读中学时，就到了当时条件非常艰苦的内蒙古农村插队落户，下乡当知青。他印象中的父亲，虽是部级干部，却与农民同吃同住同劳动，让自己的孩子与农村孩子交朋友。“父亲还要求哥哥们与农村孩子互相通信，互相勉励。教育孩子们身居城市高墙大院，要知道外面的世界，要关心老百姓的疾苦。”

范家人坚持节衣缩食的习惯，一直延续到了范家四兄弟身上。

内江市东兴区融媒体中心主任吉方清曾多次见过范家人。2015年8月，他与时任东兴区委常委、宣传部部长倪轮去北京出差，拜访了年近70岁的范苏苏。“他知道后，仔细给我们讲地铁怎么坐、哪里转车、转到哪里，很细，生怕我们找不到。”那天是初秋，北京下雨，微风、微凉。出地铁站后，吉方清发现，范苏苏竟然站在出口等着他们，“手里拿着两把给我们准备的雨伞……”那一刻，吉方清很感动。

范家四兄弟的下一辈子女，在新时代以自己的方式，赓续着范氏家风。

华西都市报-封面新闻记者 曹笑 高冰洁

# “东方甄选四川行”总销售额破1.4亿元

## 榨菜、黄柠檬、凉糕受全国网友追捧

“希望专场直播能为四川农业发展锦上添花。”东方甄选主播董宇辉在直播开始前说。

6月9日至10日，应省委网信办邀请，在商务厅、文旅厅等多个部门的大力支持下，东方甄选连续两日举办“东方甄选四川行”直播专场。数据统计，短短两天，专场直播总销售额超过1.4亿元，最高同时在线人数超过35万；带货“四川好物”超过200款，其中销量最高的是榨菜；共计56款巴蜀好物的销量突破1万单，20款产品实现销售额突破100万元。

### 四川好物热销全国 20款产品销售额均破百万元

“这次专为看董宇辉而来，特别欣赏他的文采。”成都市民赵女士在位于都江堰市南桥广场的直播间外，一边观看直播，一边拿着手机下单。她说，虽然自己

就住在成都，但也下单了四川本地产的蜂蜜、凉糕。

第三方数据平台显示，两天直播，东方甄选四川专场总销售额突破1.4亿元，带货超过200款巴蜀好物，共计56款巴蜀好物的销量突破1万单，20款产品实现销售额突破100万元。榨菜、粗粮面皮、黄柠檬、凉糕等川字号农产品受到全国网友追捧，部分本地产品上架后迅速售罄，不得不紧急联系厂家补货。其中，销售额最高的产品是郎酒、泸州老窖组合装，热卖超过370万元；销量最高的则是榨菜，销量超过7.5万单。

“作为在外地的四川人，今天买了好多东西”“价格很划算，朋友们下单不后悔”……直播间里，来自全国各地的网友踊跃下单；还有不少网友“串场”提问：“之前的四川火锅底料还有吗？”“哪一款更好吃”，随即引来大量四川网友热心解答：“随便买，都好吃。”“我从小吃到大。”

事实上，直播带货期间，主播团队还多次为全国网友深度讲解四川的人文民俗、历史文化、地理地貌，充分展现农特产品背后的四川智慧。同时，直播带货推荐的四川相关图书也被网友抢购，四川作家阿来所著的书籍《尘埃落定》，上架不久就热卖超过1万本。

### 独有外景直播模式 助力四川文旅品牌全网推广

“我们低估了四川，低估了它隐藏在大熊猫、火锅、麻将之下的魅力……”在“东方甄选四川行”开播前夕，为此次直播专场预热的四川文化宣传片收获全网网友转发和点赞。

直播过程中，董宇辉多次谈到了他眼中的四川。他表示，在四川，你能看到你所能想到的每种地貌，像一部大自然交出的绝美电影，每帧都美如画。直播现场，董宇辉还即兴“开考”，提问关于四川

的古诗词，与上万名观众现场抢答互动。

在主播“悠悠”眼中，川蜀有无尽的万物生灵，也有无尽的文化遗产，既可以感受到繁弦急管的大都会味道，也有小城镇的市井滋味。“这里的人很会吃，也是真爱吃，人们会因为共同的口味齐聚在这里，拉近彼此的距离。”

事实上，几乎在每一轮直播中，主播都对所带货的川字号农产品、日用品赞不绝口。直播的尾声，谈及此次直播带货的感受，董宇辉说，“四川行”太安逸了，每次来成都就不想走，想尽情喝茶吃火锅感受慢生活。

东方甄选方面表示，本次直播专场活动是一个良好开端，平台期待与更多四川优秀企业达成深入合作，将更多的四川好物和优秀文化介绍给全国网友。

华西都市报-封面新闻记者 孟梅 欧阳宏宇 蔡世奇 易弋力