

摄影师刘绍行

用镜头记录沧州城市40年变迁

本报记者 周洋

“这是40年前沧州市人民公园南门”“这是40年前的维明路”……近来，一组反映沧州城市40年变迁的系列图片在相关平台“走红”，受到很多沧州摄影爱好者的关注。

这些图片，每一张都是以上下拼图的形式展现在受众面前。拼图的上半部分，定格了上世纪80年代沧州城区有名的街道、建筑等。拼图的下半部分，则展现了这些建筑、道路等如今的新貌。

一张张图片，见证了岁月的变迁，诉说着城市的过往和现在，唤起了很多沧州人的美好回忆。

因为热爱家乡，他拿起相机

这组图片的作者是今年75岁的刘绍行。

刘绍行是土生土长的沧县人，从小就热爱生活，热爱家乡的一草一木。时至今日，他还能清晰记得60多年前沧州城区的容貌。

当年刘绍行上小学时，他的班主任老师有一台相机，业余时间经常拍一些作品给学生看。在老师的影响下，刘绍行渐渐喜欢上了摄影。

初中毕业后，刘绍行打了一份短工，第一次拿到工资后就买了一台二手相机。拿到相机后，刘绍行爱不释手，一有工夫就琢磨拍摄技巧，向照相馆的师傅学习相

关知识。“拍照必须用好光线，拍出的画面要美要突出主题，命题要有生命力，冲洗照片讲究化学配方，洗出的照片要有层次质感和艺术性。”他说。

后来，刘绍行参军入伍，成为部队里一名宣传干事，接触相机的机会更多了。28岁那年，他转业分配到原沧州市城市建设委员会。因为工作的原因，他对沧州历史文化、城市建设等有了更全面的了解。

因为刘绍行有着摄影基础，所以当时部门的领导让他日常工作之余，多拍一些照片。他的作品经常发表在各类报刊、杂志上。



刘绍行手持相机走在大街小巷

2 接到拍摄任务，记录沧州大街小巷

1984年，刘绍行接到市里一个重要任务——拍摄沧州四条主要道路和六个街口的照片，有关部门还专门为他配了一辆车，方便他外出拍摄。

刘绍行一听上级要给他配辆小轿车，赶忙摆手：“坐在轿车里可没法拍照，还是给我辆摩托吧。摩托体积小，方便我上下车，还能穿街过巷。”当时为了将沧州街头拍好，不浪费胶片和钱，刘绍行还多次骑自行车或步行，沿着这几条道路细心观察制定拍照方案，而后进入拍摄工作中。

宽窄不一的马路、骑着自行车的市民、十字路口的交警指挥台……这些老沧州街景和人文风貌被刘绍行一一记录下来。“摄影的本质就是记录，真实地记录生活。”刘绍行说。

20世纪80年代，刘绍行曾参与过3次航拍沧州的任务。“当时航拍跟现在用遥控器控制无人机拍摄可不一样，我们要乘坐飞机，飞到高空俯瞰城市。每个人腰间系着一根绳子，绳子的另一头儿系在机舱内的保险杠上。飞机在空中盘旋，飞后进入拍摄工作中。

相机挤在飞机门口，探出半个身子拍摄。”刘绍行对当年航拍的场景记忆犹新。

飞机都是超低飞行，当时的相机不像现在这么先进，快门、焦距都需要人工调整，为了抢到一张好照片，飞机上的摄影师们都顾不上危险，纷纷抢拍最美的城市风光。“当年的航拍，真是在玩命呀！”刘绍行说。

刘绍行在拍沧州的过程中，对沧州人文很看重，拍了很多沧州老武术人的图片。“当时，很多市民锻炼身体的一种方式就是练武。”刘绍行说。

3 记录家乡，是一种情怀

20世纪80年代末，因为工作调动，刘绍行转到新闻单位就职，成为沧州市的一名新闻工作者。

沧州每一个重点工程项目现场，总能看见举着相机的刘绍行。他热爱家乡，愿意用手中的相机记录这座城市的每一次美丽嬗变。

刘绍行的老宅就在现南川楼附近。那时，他早出晚归总能见到运河，因而对大运河情有独

钟。虽然他现在满头白发，但闲暇时还是喜欢和老伴儿到大运河畔遛弯，用手机拍摄沿河的一草一木，并将一些照片制成图集“南川楼的变迁”分享到网络上。

这些年，刘绍行已经数不出到底拍了多少张照片。今年年初，刘绍行的一位好朋友劝他将新老照片合成一下，让更多年轻人看看。在朋友的“软磨硬泡”下，刘绍行精选了200组照片，陆

续在网络上展出，很快成为“爆款”作品。

“刘老师拍了一张照片，记录的是解放西路一景，这是我当年生活的地方。看到图片，我瞬间泪目……”一位51岁的网友在留言中说。

刘绍行觉得，这些年，沧州城市建设日新月异。作为一名摄影人，记录这座城市的变化，既荣幸又骄傲。



清清风楼所在地的旧貌与现状



(本文图片由受访者提供)

“河北省金牌人民调解员”李福友：“公益之路是一场没有终点的马拉松”

本报记者 邢程 摄影报道

12月19日，在位于运河区的沧州市婚姻家庭纠纷人民调解委员会，李福友正忙着为一对夫妻调解家庭纠纷。这天，他忙到下午一时，始终没顾上吃饭。

认识李福友的人都知道他很忙。作为沧州市婚姻家庭纠纷人民调解委员会主任，他凭借“三寸不烂之舌”和永不停歇的激情，义务调解了500余件家庭纠纷。日前，李福友获“河北省金牌人民调解员”称号。

5年参与调解500余件纠纷

“来这里的每个家庭都有不同的矛盾。根据经验，我把婚姻家庭纠纷的调解方向细分为调分、调散、调合、调离、调生、调养6个方面。”李福友说，2019年市婚姻家庭纠纷人民调解委员会成立以来，志愿者们已调解家庭纠纷千余件，其中他参与调解的纠纷占一半以上，他也因此总结出一套“调解秘籍”。

今年55岁的李福友出生在天津。他19岁来到沧州，从此沧州成了他的第二故乡。“当年我唱歌不错，就组建了演艺公司，后来发现婚庆市场蕴含商机，又成立了一家婚庆公司。”李福友说，从事婚庆行业久了，他发现由于一些婚庆

公司和主持人、饭店、新人没有对接好，经常让婚庆典礼仪式现场“事故”频发，进而造成不必要的纠纷。

热心的李福友决定帮有关人员调解纠纷。时间长了，很多人都知道有个热心的“和事佬”叫李福友。婚介遇到纠纷也找他帮忙，新人婚姻出现矛盾也来找他调解，邻里发生口角也来问问他的意见。“别人信任咱，咱就得真心实意帮人家一把。”李福友来者不拒。

2019年，李福友集结了27名来自各行各业的热心志愿者一起做公益。这些人有律师、公安干警，还有教师、心理咨询师等。后来，在市妇联、市司法局等相关部门的支持下，李福友专门腾出两层自家门市，成立了市婚姻家庭纠纷人民调解委员会，为化解婚姻家庭纠纷搭建平台。

“调解员要一直有热情、有激情”

为了做好市婚姻家庭纠纷人民调解委员会的工作，李福友放下了经营多年的生意，做起了一名专职人民调解员。每天早晨天一亮，他便来到婚姻家庭纠纷人民调解委员会“上班”。

一次，他下午四时接待了一位沧州市区的求助者。这位求助者表示，因为婚庆公司和酒店没有接洽好，导致结婚典礼未能按时举行，错过了好时辰。“一家人的高光时刻就这么被延误了……”这位求助者喋喋不休地向李福友抱怨着。李福友疏导他的情绪，帮他想办法，耐心陪着他数个小时，直到问题得到解决。

还有一次，一位单亲母亲找到他。她的两个儿子因为财产分割问题产生了不愉快，想让李福友帮忙支招。李福友说，“俗话说，家丑不可外扬。但凡求助者上门来找我们解决问题，自揭家丑，这里面肯定有矛盾积累。”李福友联系上这位老人的儿子和儿媳，分别给他们做工作。他还挨个登门拜访，一连忙活了近一个月，才把他们都疏通。

除了搭时间、耗精力，李福友还为求助者买过车票，出过路费。李福友说：“想要给所有人一个满意的结果，调解员要一直有热情、有激情，容不得半点含糊。”

大家的情绪“垃圾桶”

为了更好地服务群众，李福友还考取了高级家庭教育指导师资格证书。



李福友(中)为市民做调解

别人找李福友解决纠纷，他从不厌其烦地听着，然后动之以情、晓之以理，总能把知心话讲进对方的心坎里。“很多时候，调解纠纷就像是做手术，需要提前做方案、层层解剖，只有这样，才能从根本上解决问题。”李福友说，这么多人专程来找我，他不能辜负大家对自己的信任。

然而，作为人民调解员，他每天和纠纷打交道，无形中成了大家的情绪“垃圾桶”。“我们每天会吸收很多‘负能量’，这也是很多人难以坚持下来的原因。”5年来，

这个团队的成员来来走走换了不

少。李福友也会感到累，但他不想放弃。

“在我心里，公益之路是一场没有终点的马拉松。只要我们怀着赤诚之心，就能一直‘跑’下去。”李福友说：“我从50岁开始做公益，不算早，也不算晚，我总相信‘有一分热，就发一分光’。”

『全国最美社会体育指导员』王树泼 建立健身辅导站惠乡邻

本报记者 邢程

12月26日，王树泼又来到东光县东光镇王八里村，义务为乡亲们传授八段锦。自11月底，王树泼在村上建起乡村公益健身辅导站，连续一个月的时间里，他几乎每天都要来。这个乡村健身辅导站是他建起的第11个公益辅导站。一个月以来，30多位村民喜欢上了健身，并坚持锻炼，王树泼看大家积极性高，也教得十分起劲儿。

今年70岁的王树泼是东光县人，日前，他荣获全国“2024最美社会体育指导员”称号，成为河北省唯一上榜社会体育指导员。

“我特别喜欢运动。1985年春天，我开始跟随老干部队伍晨练。”王树泼说，坚持了很多年后，深感受益良多。退休后，时间更充裕了，他便有了强健自身、惠及大众的想法，决定义务教大家强身健体。

那时，东光县光明广场成了他的“根据地”。跟随他锻炼的群众从三五人到几十人，再到几百人，场地逐渐变得局促，王树泼不得不再想办法。

1987年，经过筹划，王树泼在东光县实验小学建起了第一个健身辅导站。“我定期去为大家授课，住在附近的群众在家门口就能锻炼，不必再往公园跑，这样方便了很多。”王树泼说，接下来的几年间，他分别在东光县光明广场、众馨小区、元曲公园等地相继建立起了健身辅导站。

这些年，王树泼每年都坚持举办20余期公益教学培训班，培养了一大批活动骨干。几十年来，他用通俗易懂的教学方式，让上万名群众掌握了一系列健身方法。同时，他还对一些练习技巧、养生心得进行总结并打印出来，免费发给他人。

2002年，王树泼选拔组建了东光县全民健身志愿服务队。此后，他又主持成立了东光县老年人体育协会。

不仅在东光县，这些年，王树泼走到哪里，就将公益培训班就办到哪里。早年，他在北京、南京居住时，晨练的身影吸引了不少群众，王树泼便在北京和南京分别建起了健身辅导站，义务为大家传授练习方法。

随着王树泼的名气越来越大，先后有不少人专程拜访。一次，有位来自湖北武汉的姜先生为了提高身体素质，专程找到王树泼学习。王树泼建议他学习八段锦，并一对一教授他许多日子。

这些年，无论是举办教学培训班，还是一对一授课，王树泼没有收过一分钱。他总说，“健康不能用金钱衡量。如果我的付出能帮大家练就健康体魄，那么一切都值得。”



王树泼(左一)义务为乡亲们传授八段锦。张金元 王志华 摄