

一份离别的情书



师生在包氏教学楼群附近合影，右二为罗密欧。（受访者供图）

记者 黄 合
通讯员 胡盈盈 郑俊朋

近日，记者收到了一封特别的来信。说它特别，是因为在当下，手写信难得一见，而它不仅是手写的，还是双语的。这封信的主人，是宁波大学 2025 届国际应届毕业生 RATELOLAHY ROMEO，一位来自马达加斯加的阳光大男孩。他说，这是一份离别时的礼物，也是一封“情书”，送给宁波大学，也送给宁波这座城市。“我从遥远的国家马达加斯加出发，2023 年 9 月 1 日落地上海，之后来到了这片东海之滨的土地——宁波。那时的我，带着梦想和对中国文化的好奇。”

就读汉语国际教育专业的 ROMEO，给自己取了个中文名“罗密欧”。后来他才知道，宁波还有个中国版“罗密欧与朱丽叶”的故事，叫作“梁祝”。

一切都是冥冥之中的缘分。他说，自己刚到宁波的那段时间，也遇到了一些困难。因为这里和家乡有 5 个小时的时差，他常常晚上睡不着，白天却昏昏欲睡。那种昼夜颠倒的感觉，让他感到迷茫和疲惫。还好，宁波的温暖，让他在异乡感到心安。这里是安全的。即使是夜晚，这里的街道灯光通明，人们散步、聊天、买夜宵……这种可以在晚上放心出行的安全感，让他第一次体会到什么叫真正的“放心”。“还有，宁大的老师和朋友给了我无数次鼓励和帮助，让我在陌生的环境中慢慢找到了自己的位置。这里的我不是一个人在奋斗，是你们，是宁波，用实际行动告诉我：欢迎你，别怕，我们在！”罗密欧说。

宁波是座国际化的城市。罗密欧所在的宁波

大学，现有近千名来自近百个国家的在籍国际学生。他们从世界各地相聚于此，学习、生活，并通过“宁波之窗”，感知真实而鲜活的中国。就在去年，罗密欧代表宁大参加了第十一届宁波国际大学生节。他说，这是自己人生中非常难忘的一次经历，不仅遇见了来自世界各地的朋友，也真正走近宁波这座城市的“灵魂”。去象山的海边，感受海风；走进天一阁，惊叹于这座中国最古老的私人藏书楼的宁静与智慧；漫步宁波中国港口博物馆，了解到这座城市与世界相连的悠久历史……在信中，罗密欧不仅用自己的母语，还用这几年学到的中文，表达着自己对宁波的喜欢。

“宁波的美，不只是风景和建筑，更是一种文化的沉淀，是一种对外来者的尊重与好客。随着时间流逝，我慢慢爱上这里的汤圆、年糕、海鲜和梅干菜扣肉，这些味道成了我记忆中最温暖的存在。”罗密欧说。

正因为如此，面对毕业，罗密欧心中有万千不舍。他说，自己现在已经习惯了这种宁静、安全的生活方式，甚至有些依赖。毕业前夕，他特意身着学士服，和自己在宁波结识的好友、给予自己帮助的师长，在宁波大学的标志性建筑物前一合影。“宁波不仅让我学到了知识，更让我学会了理解、尊重与成长。宁波，是我人生中最特别的一站，感谢你让我走得更远、看得更广，也让我心里有了一个永远牵挂的地方。”罗密欧的中文书写虽然有些稚嫩，但他对宁波的真挚情谊却“纸短情长”。在信的最后，他又一次向宁波告白：“无论未来我走到哪里，我都会记得你带给我的一切。宁波，我爱你，谢谢你！”

杨倩：目标全运会，重新出发

记者 龚旭琪

一声枪响，打完第 30 发，杨倩如释重负，把手中的枪轻轻放到桌子上，她已经打完了自己在本届赛事中的所有比赛。

7 月 13 日，2025 年全国射击锦标赛（步枪项目）10 米气步枪混合团体资格赛在宁波奥体中心举行，宁波姑娘杨倩和搭档曹珂铭代表清华大学一队出战，他们的成绩是 628.7 环，排在第 24 位，无缘决赛。

10 米气步枪混合团体资格赛，杨倩的成绩是 315 环，在此前进行的个人比赛中，她打出了 630.5 环。相比 2 月参加的 2025 年全国射击冠军赛，这两个成绩都有所提升，但杨倩仍然不满意自己的表现。

“今天的发挥符合近期的状况，不过还有一些问题存在。”杨倩说，基础动作已经固定，主要还是在心态和思想上出现了波动。杨倩已经获得今年全运会的参赛资格，距离全运会开幕还有几个月时间，杨倩认为，她还需要对赛场上的把控能力进行提升。 “个人赛的时候，后半段出现了一些状况，我对自己的分析有误，导致调整方式和实际情况不太匹配。”杨倩说。

“为将之道，当先治心”，射击更是如此。

此前接受记者专访时，杨倩说，前几年状态起起伏伏，她需要和技术动作和心态进行梳理，重新建立比赛和训练中的好习惯，保持好的竞技状态。

杨倩曾见过顶峰的风景，东京奥运会“射落”两枚金牌，其中包括中国队的首金；她也遇到

过低谷，落选 2022 年世锦赛名单，无缘巴黎奥运会，甚至“射击的时候不再像以前一般自如。”

但杨倩并未被挫折打倒。进入洛杉矶奥运周期后，杨倩重新出现在国家射击队集训名单中。虽然仍未达到最好状态，不过，褪去东京奥运会双金得主的光环后，杨倩正尝试着从零开始，再次找到属于她的靶心。

此前跟着省队训练，杨倩把一天分为两个时间段，8:00 至 11:30、14:10 至 16:00，偶尔会安排夜训。“每天都会有针对性地进行抗压训练，会有场外的干扰，教练也会提出环数要求，给我们设置压力障碍。”杨倩说，她在训练中逐渐适应紧张，做好瞄扣配合，平衡内心，在这种环境下控制好自己。

每周有一天的休息时间。“累的时候会选择在宿舍躺一天，有时候会跟朋友一起出门溜达。”但在赛前，杨倩会看搞笑的综艺节目，做一些手工，让自己放松下来。

去年 8 月，杨倩正式成为一名硕士研究生，为自己“续上”三年的清华园时光。

因此，训练之外，学习也不能放松。杨倩告诉记者，研究生阶段的学习节奏跟本科差不多，但时间上可能会放松一点。“今年的重心放在全运会上，待在学校的时间比较少，等全运会结束后再把课程补上。”

尽管人在宁波，但是杨倩没空回家，比赛结束后马上要转场训练，开始下一阶段的全运会备战。

“更快、更高、更强”，奥林匹克的自我挑战精神是运动员的信念，而杨倩，也正向着下一个更好的自己前进。



杨倩在比赛中。

（徐诚 摄）

甬产阳光玫瑰葡萄上市 24 小时内进入京穗超市

记者 陈结生
通讯员 方舟 方展杰

这几天，宁波地产阳光玫瑰葡萄进入上市期。走进江北区都市农业园区海珍家庭农场，馥郁的葡萄甜香扑面而来，翠绿的藤蔓间，一串串晶莹剔透的阳光玫瑰葡萄如珠玉垂悬，饱满的果粒在晨光中闪烁着琥珀般的光泽。

清晨 5 点，农场内已是一派繁忙景象。近 30 名采摘工人正在葡萄架下穿梭。“咔嚓、咔嚓”的剪枝声此起彼伏，奏响了夏日的丰收乐章。

“这活干得舒心！”55 岁的山东农妇李小玲边忙活边介绍。五年来，她像候鸟般准时往返于家乡与农场之间——春季修枝疏花，夏季采摘包装。农场提供的食宿条件和每月五六千元的收入，让李小玲倍感踏实。

在包装间，33 名来自云南的

包装工人正麻利地将葡萄修整、包装。53 岁的谷云丽是这里的“元老”，六年间不仅自己扎根于此，更带动了 20 多名同乡加入。“工作环境一年比一年好。”她指着点歌机说，“现在干活还能听听音乐，晚上还能唱‘卡拉 OK’呢！”农场主陈海珍在冷链车前仔细核对着发货单。“发车啦！”随着一声吆喝，满载葡萄的冷链车缓缓驶出农场。这些阳光玫瑰葡萄 24 小时内就会出现在北京、广州等地的精品超市里。陈海珍告诉记者：“目前阳光玫瑰葡萄的批发价每公斤 20 元，比几年前便宜不少。”

在江北区，像陈海珍这样的种植大户有 40 多户，他们通过“合作社+农户”模式，带动周边十几家小农户进行标准化种植及销售。目前，该区葡萄种植面积达 6500 亩，年产值 1.5 亿元，带动就业 3000 余人，农户年均增收超 5 万元。



工人给葡萄套袋打包。

（陈结生 摄）

这场活动，让青年与技能“双向奔赴”

记者 李睿清 通讯员 任社

“我足足排了半小时队，但能体验到漆艺，我觉得值！”这是昨天下午举办的宁波市“7·15 世界青年技能日”主题宣传活动上的真实一幕。活动中，除了数量众多的技能展示、体验活动，全新推出的“青匠培养工程”和“未来匠造营”研学项目，为更多青年打开了与技能“双向奔赴”的通道。

【上接第 1 版①】

任建奇说，不仅要保护遗迹，更要让渔文化融入生活，让村民也能讲述渔村故事。“下一步村里将增设渔文化主题灯饰、雕塑等景观小品，并筹建村史馆，进一步凸显古渔村特色。”他说。

从“靠海吃海”到“上岸”创业

搭乘开渔节东风，这几年东门渔村凭借渔文化特色，乡村旅游风生水起。一批特色“渔家乐”先后

【上接第 1 版②】

作为宁波历史上规模最宏大、编纂最系统的乡邦文献总集，《四明文库》项目自 2021 年启动以来，已出版宁波历史文献 342 种 250 册，同时还推出“点校本”“研究丛刊”及数字化平台，计划在 2030 年前完成全部古代文献编出版。

凭借精良的版本挑选、精美的印制工艺，《四明文库》收获众多海内外机构青睐，被美国密歇根大学、日本早稻田大学、中国国家图书馆等珍藏。特别值得

“青匠培养工程”将重点面向现代农业和新媒体行业两大领域的青年技能人才，提供农村电商销售、无人机驾驶员、全媒体运营师、动画制作员等职业的技能培训。计划全年培养高素质农民 200 人、农村实用人才 600 人、高水平新媒体策划运营人才 200 人、新媒体技术应用骨干人才 600 人。“未来匠造营”研学项目则主要服务于学生群体。当前，宁波结合每个区（县、市）的产业特色和

涌现，成为东海边一道亮丽的风景线。

走进渔港路的“海角 7 号”民宿，渔网、浮球等装饰物充满海洋风情。老板娘张素娟笑着展示墙上的老照片，其丈夫丁爵逵曾是船老大，如今转型做民宿，“旺季的时候一房难求，需要提前预约，大部分是周边城市想来看海的客人”。

像这样的渔文化主题民宿，东门渔村已有 20 余家，去年接待游客逾 35 万人次。

文化赋能让渔村更“出圈”。2010 年，浙江省象山县成为国家

技能文化，推出 11 条研学路线。报名参加后，将由技能大师带领学生参观体验，以实操形式在学生心中播下技能之“种”。“通过研学路线，我们希望在中小学生中普及技能概念，培养技能兴趣，让职业启蒙扎根校园，进而营造全社会的技能培育氛围。”人社部门相关负责人说。

此外，现场还举办了第三届宁波技能大赛获奖选手颁奖仪式，并对即将出征第三届全国技能大

级海洋渔业文化生态保护实验区，位于东门岛的东门渔村也成为实验区中的核心区。

作为一个土生土长的东门岛人，象山县海洋文化研学中心负责人丁建东多年来一直致力于渔文化的传承发展。

“东门渔村的渔民出海作业，创作了很多关于鱼的民间故事，传唱至今。把这些渔文化故事创作成文艺作品进行传播，把渔文化艺术品放在民宿、景点、院落，可以让更多人看到。”丁建东说，结合村庄发展，村里设计推出研

致力文化传承，与《四明文库》对外传播等活动相互配合，共同构建起多层次的文化交流矩阵，让千年文脉焕发新的生命力。正如《四明文库》编纂出版学术委员会成员、宁波大学教授龚燮晏所言，期待中日各界从阳明学说等丰富的东亚文化遗产中汲取养分，在和合共融中推动东亚文明繁荣。

选择以阳明文献作为“市礼”，恰是因这份思想遗产既扎根于宁波与日本千年文化交融，又能在当下激发新的共鸣——它不仅是

赛的选手进行授旗。授旗仪式上，来自慈溪技师学院的叶成浩感受颇深：“是技术让我找到了人生的价值和前进的方向！希望未来能有更多年轻人投身技能学习，用技能照亮前程。”今年 21 岁的他，将在 9 月登上电子技术项目竞技的全国舞台。

截至今年 6 月底，全市技能人才总量超过 205 万，高技能人才总量超过 73 万，高技能人才占技能人才比重达到 35.7%。

学、亲子游、团建等多样化文旅线路。

丁建东说，村里建起以渔文化为核心的体验基地，开发了适合中小學生体验的鱼类故事、鱼拓技艺、鱼灯制作等 30 多门较为完整的渔文化特色体验课程。

“去年我们推出的‘东海奇渔记忆夏令营’广受好评，探索营体验寓教于乐，带孩子们开启一段神奇的旅程。”丁建东说，渔村里的体验基地已经成为研学的热门点，每年接待海内外学者、游客、学生数万人。

对历史对话的接续，更以跨越时空的思想力量，为新时期中日文化交流铺就默契相通的路径。

网络升级公告

尊敬的客户您好，为提高宁波联通网络设备运行的稳定性，我公司计划于 2025 年 7 月 16 日凌晨 00:00-

06:00 对海曙区和江北区宽带设备进行优化升级。届时可能会影响海曙和江北区域内联通宽带、沃 TV、互联网专线、VPN 专线及部分固定电话业务的正常使用，联通 3G、4G、5G 手机业务不受影响。

感谢您一直以来对我们的支持，网络升级期间如给您带来不便，敬请谅解。

中国联合网络通信有限公司宁波市分公司
2025 年 7 月 14 日