

100米的巷子里 持续5年的“偶遇”

藏着一份温暖的邻里之情

1月6日上午9点，鄞州区百丈街道华严社区的华严巷里，六旬居民李玉琴拎着满满一大袋新鲜蔬菜，本就行动不便的她，脚步显得有些沉重。

就在这时，邻居高建荣如往常一般，准时在巷口“偶遇”了她。没有多余的寒暄，他二话不说便接过菜袋，从金宝凉亭到单元楼七楼的家门口，不过百米之遥，却成了一段跨越5年的温暖旅程。



高建荣(右)帮李玉琴拎菜。

1 5年“偶遇”在巷口 百米路程暖心头

今年66岁的高建荣，与李玉琴一家做了20多年邻居。平日里楼道相遇的寒暄、逢年过节的串门分享，早已让两家人亲如一家。

随着年岁增长，生活的重担渐渐压向李玉琴——她自身身材微胖、行动不便，丈夫周始源又因脑中风偏瘫，生活完全不能自理，买菜、送医等琐事都成了难题。

高建荣自身也常年受颈椎病困扰，但看着老邻居的困境，他主动扛起了帮扶责任。

“我身材胖，走路本就吃力，每次买完菜都累得直喘气，想在凉亭歇两分钟再上楼。高建荣总能‘碰巧’遇上，每次都主动帮我拎菜。”李玉琴说，起初她反复推辞，担心拖累本就身体不好的高建荣，但对方的坚持让她渐渐放下顾虑。

高建荣的脚步不算轻快，拎着沉甸甸的菜袋时偶尔还会轻轻喘气，却从未让她再动手拎过一次。这短短100米的路程，承载着他5年如一日的坚守，成了华严巷里最暖的日常风景。

除了帮拎菜，李玉琴家的琐事也成了高建荣的牵挂。灯管故障、家电小问题，他总能第一时间带着工具上门。

有一年冬天，李玉琴家电路短路，高建荣得知后，立即出门买来配件，爬上梯子检修，换掉所有故障灯泡。李玉琴过意不去，想留他喝杯热水，他却摆了摆手：“大家都是邻居，不用客气。”

2 深夜援手显担当 党员本色闪光芒

高建荣是一名老党员，他的帮扶，不仅在日常琐碎里，更在急难时刻的挺身而出。

有一次半夜，周始源突然翻身从床上摔落。行动不便的李玉琴急得手足无措、哭红了眼，慌乱中发出的动静惊动了楼上的高建荣。彼时他刚做完身体复查，却不顾自身不适，第一时间来到李玉琴家中。

他迅速找来结实的布带，两人合力搀扶。将周始源安顿妥当后，高建荣才悄悄忍着腰部不适回到自己家。

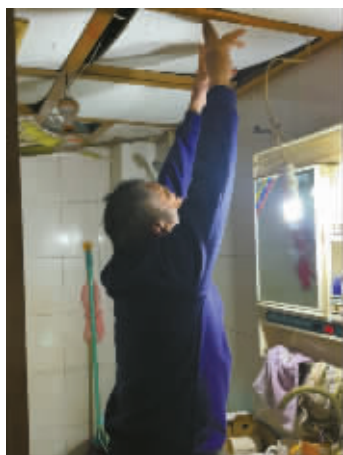
周始源中风后不仅身体受创，更陷入“自己没用了”的抑郁情绪，变得寡言少语。

得知情况后，高建荣每天都会抽时间坐在病床边陪他聊天，从小区新鲜事聊到以前一起下棋晨练的过往：“老周，还记得咱们以前在凉亭下棋吗？等你好了咱们再摆一盘。”

他还特意打听了康复技巧，每天陪着李玉琴一起，陪周始源活动僵硬的肢体，一边帮他按摩，一边耐心开导：“老周，咱们慢慢练，不着急，坚持就有希望！”

在他的陪伴与鼓励下，周始源的身体渐渐好转：从最初的轻微肢体活动，到能借助扶手坐起身，再到去年秋天，终于能在家人的搀扶下站起来。那一刻，李玉琴夫妇握着高建荣的手，激动得说不出话。

现在，周始源已经能在搀扶下缓慢下楼，每次碰到邻居，李玉琴都会拉着人家说：“多亏了老高啊，这几年要是没有他，我们家真不知道该怎么办，他真把我们当亲人看待！”



高建荣帮忙查看吊顶。

3 一人善举引共鸣 社区接力传温情

面对李玉琴夫妇的反反复复感谢，高建荣始终云淡风轻：“邻里之间互相帮衬是应该的，更何况我是一名党员，这些都是举手之劳的小事。”

这份不事张扬的善举，从未炫耀，却被邻里们看在眼里、记在心里，悄悄温暖了整个小区。

华严社区网格员陈聪，也早就注意到了这份暖心的善意，每次上门走访，居民们都会主动夸赞这位不善言辞的老邻居：“老高是真好，对邻居比亲人还上心，有这样的邻居，住在这里心里踏实。”

如今，每天上午9点的金宝凉亭，依然能看到高建荣帮李玉琴拎菜的身影，但不同的是，越来越多居民会主动上前搭把手。这100米的邻里路，早已从高建荣一个人的坚持，变成了整个社区共同参与的温情接力。

记者 马佳威
通讯员 倪馨怡 郑栩超 文摄

从滑雪场到糖锅

90后青年接力非遗匠心 守住宁波老底子味道

1月5日小寒，天气愈发寒冷，而在镇海区澥浦镇，“老刘冻米糖”店铺里暖意融融，阵阵米香与芝麻香交织弥漫。70岁的十七房冻米糖制作技艺非遗传承人刘国文正弓着腰守在糖浆锅旁，专注地盯着锅中琥珀色的糖浆，一旁的90后徒弟邱旦辰则目不转睛地观察着糖浆状态，不时记下师傅的操作要领。

刘国文说，作为伴随宁波人成长的传统小吃，冻米糖承载着无数人的童年记忆。

刘国文的手艺始于自家作坊，后来，他将店铺搬到郑氏十七房景区，特意把蒸糖拌料、上架切片等制作过程搬到店内，让顾客能直观看到制作全程，尝到刚出锅的冻米糖。凭借着松脆香甜的口感和无添加剂的匠心，老刘冻米糖不仅深受周边居民喜爱，不少人还特意从江北、北仑、慈溪等地赶来购买，通过网络销售更是远销上海、山东、四川等地，成为镇海澥浦镇颇具代表性的文旅伴手礼。而让刘国文一直忧心的“老手艺不能断在我手里”的难题，也随着邱旦辰的出现有了转机。

作为澥浦镇土生土长的青年，邱旦辰曾在新疆阿勒泰担任滑雪教练。“在雪山之巅待久了，反而更想念老街的糖香。”这份浓浓的乡愁，让他毅然放弃雪场事业，今年回到家乡寻找儿时味道，并拜刘国文为师，立志传承这份非遗技艺。“原以为制作冻米糖很简单，上手后才知道门道多。”邱旦辰直言，熬糖时的高温与雪场的严寒同样考验人，而滑雪所需的控板技巧与做糖所需的控火能力，都离不开耐心与对“极致”的追求。尽管学艺仅一年，邱旦辰的操作已颇具模样。

对于未来，邱旦辰有着清晰的规划：“我要好好跟着师父学手艺，守住宁波老底子的味道。”他计划进一步开拓网络销售渠道，让冻米糖走向全国，还打算拍摄短视频，向年轻人展示传统美食的制作过程，彰显非遗魅力。

小寒料峭，作坊内的暖意却驱散了寒意。当邱旦辰跟着师傅的节奏翻动锅铲时，冻米糖的脆响在空气中回荡。这声响，不仅是宁波人童年的甜蜜记忆，更是老手艺薪火相传的期盼，让非遗在新旧交替中，愈发鲜活有力。

记者 郑凯侠 通讯员 郭力 文/摄



邱旦辰正在制作冻米糖。