

“不守着，心里空落落的”

年近八旬的奶奶在病房睡躺椅，守了老伴300多天

在象山县中医医院医疗健康集团总院呼吸科十一病区，反复入院的马爷爷已经在这里躺了300多个日夜。

已经80岁的马爷爷，因为慢阻肺急性加重，长期插着低流量吸氧的管子，监护仪的滴答声，混着他偶尔急促的喘息，成了病房里最寻常的背景音。

病床旁边，还有另一个场景——一张硬邦邦的折叠躺椅，一位寸步不离的白发老奶奶。那是马爷爷的老伴，也已年近八旬。



两位老人在病房里。

通讯员供图

“不守着，心里空落落的”

今年是两位老人结婚60周年。没有鲜花，没有庆典，只有这间消毒水味的病房，以及无数个守在躺椅上的夜晚。

夜间查房，责任护士程欣羽轻轻推开门。

昏黄的夜灯下，奶奶握着爷爷的手，眼睛不时盯一下监护仪上跳动的数字。爷爷呼吸有些不稳，睡得很浅，稍有动静就皱眉头。

“奶奶，您去躺会儿吧，我帮您看着。”程欣羽轻声劝道。

奶奶摇摇头，声音压得很低：“他夜里容易醒，看不见人会慌。”

“那您的身体怎么受得了？”

奶奶轻抚爷爷枯瘦的手背，语气平静：“他的习惯我都摸透了，不守着，心里空落落的。”

程欣羽鼻头一酸，没再劝，默默把自己备的一个软枕头放在了奶奶每日睡的折叠躺椅上。

奶奶在这张硬邦邦的躺椅上，睡了太多个夜晚，程欣羽总想着，怎么让她睡得舒服一点。

“我只是，心疼你啊”

白天，奶奶就守在床边，跟着护士学叩背排痰。她学得认真，动作轻柔又熟练，仿佛这不是护理操作，而是她这60年来一直在做的事。

“年轻时他撑起整个家，从来舍不得让我吃苦。”奶奶笑着说，“现在换我守着他，应该的。”

躺在床上的爷爷听着，眼眶渐渐红了。趁奶奶去打水，他颤抖着拉住程欣羽的手，泪水顺着皱纹滑下来，声音沙哑得让人心疼：“我成了累赘……要不是舍不得她，这样活着还有什么意思。”

一天傍晚，爷爷突然烦躁起来，胸闷得厉害，说什么也不肯吃药。奶奶急得眼眶发红，背过身去偷偷抹泪。

程欣羽蹲在床边：“爷爷，今天特别

难受？”

爷爷别过脸，像是在跟谁赌气：“吃了药也没用。”

“那您知道奶奶刚才说什么吗？”程欣羽把手轻轻覆在他手背上，“她说她不怕辛苦，不怕熬夜，最怕的是您先放弃。您不吃药，她今晚又睡不着了。”

安静许久后，爷爷缓缓转过头，看着奶奶正在擦泪的背影，声音哽咽得几乎听不清：“我只是……心疼你啊。”

奶奶闻言转身，眼泪一下子涌出来：“夫妻本就该相互扶持。60年都走过来了，只要你在，这个家，就在。”

那天，爷爷把药吃了。

那不是药，是一份“为了你，我再撑一撑”的承诺。

“听见没？我好多了”

从那以后，病房里的气氛慢慢变了。有力气的时候，爷爷会主动跟奶奶说话，还会对奶奶说“辛苦你了”。

一次查房，他甚至笑着对程欣羽说：“姑娘，把心里的话说出来，轻松多了。”

程欣羽看了一眼监护仪：“爷爷，血氧92%了，是入院以来最好的数值。”

爷爷眼睛一下子亮了，像个孩子似的转头看向奶奶：“听见没？我好多了。”

奶奶笑着点头，眼眶又红了。她会调试呼吸机，会解读血气分析，会给他做最专业的护理操作。

程欣羽站在旁边，看着这对白发苍苍的老人，深切感受到：有时候，患者需要的不仅仅是精准的药物，更需要被看见、被听见，需要有人帮他们把堵在心里的话说出来，需要一份“我在，家就在”的底气。

记者 程鑫 通讯员 杨晓

文明有香 花田有喜 “浙江有礼·宁波示范”系列活动在象山贤庠举行

3月21日，象山县贤庠镇礁头陈村的千亩油菜花海流金溢彩，“浙江有礼·宁波示范”系列活动暨2026象山县“花田喜事”文旅活动在此举行。活动将文明实践与四季风光深度融合，通过沉浸式婚俗巡游、“花田喜宴”新消费场景等多元形式，正式拉开宁波以“文明有香·四季有礼”为主题的年度文明实践序幕。

“文明合伙人”亮相

上午11点，一曲欢腾的《花田有喜》开场舞后，主舞台的活动正式拉开序幕。为了让文明的理念更加生动、具象，活动现场特别邀请了多位“文明合伙人”进行项目发布。

知名文旅博主果小桃率先登台，发布了《闻香识宁波》项目。她表示将通过自己的镜头，不仅展现宁波的山水之美，更要记录下这座城市的文明礼让与人文温情，让观众在屏幕前也能“闻”到宁波的文明香气。

随后，本地知名亲子主播“潮爸辣妈”发布了《“童”行四季》文明实践项目。该项目旨在引导孩子们在四季更迭中，以童真的视角发现文明、参与文明，从轻声交谈到垃圾入桶，让文明的种子在幼小的心灵中生根发芽。

文明的香气，更离不开扎根乡土的默默奉献。来自镇海区九龙湖的黄背包志愿者协会、象山县“晓橘嫂”文明实践项目负责人，以及“花田喜事深化移

风易俗”文明实践项目代表礁头陈村党支部书记白源延被邀请上台，进行现场交流。

黄背包志愿者负责人秦红波讲述了如何将生态环保与文明实践相结合，守护绿水青山的四季“香气”；“晓橘嫂”项目负责人乐绣伟则分享了如何通过“安‘橘’乐业”项目，让“红美人”柑橘成为带动乡亲致富的“文明共富果”；白源延向现场观众介绍了礁头陈村如何通过近四年的努力，将“花田喜事”品牌打造成为省新时代文明实践项目推广名单，他透露，依托文化特派员在村里打造的“喜立方”矩阵，目前已形成以婚俗文化馆为核心，涵盖“花田喜咖”“花田喜饼”共富工坊与草坪婚礼基地的“喜”版图，四大场景串珠成链，引爆“喜文化”IP文创。

“下一站，贤庠”文旅品牌发布

随着宁波市域铁路12号线即将开通，贤庠镇作为线路进入象山后的第一站，迎来了全新的发展机遇。活动中，



活动现场。

一对特殊的搭档——市域铁路工作者“小宁”与贤庠镇文旅推荐官“小庠”联袂登台，通过生动的互动，正式发布了“下一站·贤庠”文旅品牌，向广大市民发出了“乘着地铁来看花海、品海鲜、体验喜文化”的诚挚邀请。

与春相遇，与“礼”同行，作为国家级海洋渔文化生态保护区非物质文化遗产，浙东婚俗文化承载着特有的婚嫁习俗礼俗与深厚的文化底蕴。从周礼的庄重，到唐婚的华美，再到现代婚礼的简约新风，婚礼的形式虽在变迁，但“结两姓之好”的内核，以及家风传承的精神，从未改变。

主舞台上，一场跨越时空的婚服及

礼制展示秀将仪式感推向高潮——汉、唐、宋、明、民国及现代新中式六个时期的经典婚服，演绎了从周礼庄重到现代简约的婚俗流变，让现场观众在领略中式浪漫与美学的同时，也深刻感受到了时代变迁中，婚恋礼仪所承载的文明与家风传承。

当视觉盛宴告一段落，味蕾的狂欢随即开启。在花田一侧，融合传统与创新的喜煲长街宴，结合象山海错宴元素，吸引众多游客前来。值得一提的是，今年还大胆引入新消费场景概念，联合海底捞，在金色花海中带来充满惊喜的户外火锅体验。

记者 朱琳/文 崔引 蒋晗/摄