

情怀依旧

■林雪眉

我一直以为情怀是一个美好的字眼，有情怀的人是对生活有某种向往追求的人。情怀是一种高尚的心境、情趣和胸怀，表达着它对所处环境的诉求，是心灵上、精神自我满足的流露。

人生百转千回，情怀依旧，大抵如此。

我们办公室有位吴姐，在角落处收拾了一张桌子，备了很多养生的东西，如红枣、枸杞、黑米，及一些叫不上名儿的，每天固定摆放新鲜的水果与大家共享。每天下午一回办公室就闻到豆浆的浓郁清香——原来吴姐从家里带了豆浆机，为大家打豆浆。我们都对来办公室的人说：“请喝吴姐牌豆浆。”吴姐自己每天一定吃两个水果六颗红枣。

她的桌上摆着砚台、毛笔、毛毡，每天课余不忘练一会儿字。学校工会组织了很多活动，吴姐都是最热情参与也是坚持最久的。

生活里镶嵌着纯粹的美好，无功利之心便是最好的养心之道。这种从内心里散发出来的自在悠然的心境就是一种生活情怀，温暖湿润，像个能量发光体，用自己的光和热照亮温暖别人。

文学学会一行人去海岛采风。海上逆风，船足足开了4个小时才到北鹿岛，全船的人都吐了。上岛后，勉强吃了晚饭，集中村委办公室开会。

开完会回民宿。

海岛的风真大啊，把伞面掀翻了，朝天怒放。我们使劲扯着伞骨被风拽着跑。每个人一副抗“台”阵势。



海岛各方面条件还比较落后，可是大伙儿就是迷恋它，迷恋的是它的魂吧！这次学会十人就是为了宣传海岛来组稿的。学会副会长老陈说，海岛激发了他灵感，可以写本关于海岛的小说，我们走访的每个人物都是很好的素材。黄诗人则声称自己回去后要申请调到海岛来工作，天天听潮声看海浪。

风再大，显然挡不住大家的兴致。风中，大家畅谈，与风齐欢。

老陈说，这是一群有情怀的搞文学的人。

对，有情怀的人，可以在风里举着伞骨高歌，可以丢开伞在雨里奔跑。这样的风雨可以给予他们创作的灵感和热情。

回去后不久，我们才发现黄诗人真的说得做出得到，他把工作调到了海岛，到海岛体验生活去了。

作家三盅说：“凡书大悲悯写大情怀者，无不于唱尽沧桑声嘶处，撷一朵野花自珍。”这大概是做文学的人的一种情致，情到深处，便是生活最浓情时，可以对着大海、天空、原野歌唱。

减肥二三事

■叶赫威

胖，是美好生活的象征，是丰衣足食的表现，这么说来，减肥就像是逆天而行，是人生的一大挑战。

当我被圆润的下巴，手感逐渐扎实的肥肉以及越发迟钝的行动能力震住，下定决心减肥之后，人生似乎跨过一个次元，进入到完全陌生的世界，减肥道路漫漫，需要披荆斩棘，踏破多少心魔和阻抗，甚至在这个过程中让我逐渐领悟到宋代大家朱子提出的“存天理，灭人欲”的感觉。

刚开始减肥的时候，也不管什么方法什么科学，就是从节食、运动两个方面下手，毕竟古人云“管住嘴，迈开腿”，我相信在这方面，古人诚不欺我。想是非常简单的事情，但一旦落实那就表示着一场战争开始了。面对战争，就要投入十二分的精力和决心，将挡在面前的所有敌人——懒惰、食欲、阻拦全部毁灭。

第一天我决定先跑个5公里，就当做热身，靠着这5公里来震慑一下我身上的脂肪，顺便在这5公里当中重新回味一下当年风

一样的少年那种轻松、畅快的感觉。令我觉得遗憾的是，5公里还没跑到一半的时候，任何的快意与幻想都不复存在，跑步的过程就像是一个巨大而无情的磨盘，将我所有对运动的轻视、对减肥的傲慢和体力的自信慢慢磨灭，多年没有运动的身体就像是关节长满了锈迹一样，启动的过迟缓甚至伴随着嘎嘎的老化声音，而后动力不足却要拖着这样庞大而迟钝的身体，心脏这颗引擎不堪重负而传来了沉重的砰砰声响，感觉后面的每一步都是咬着牙坚持，脑子里剩下的意识就是在对自己这种选择的悔意以及如果停下来就是无尽鄙视，就这样，在to be or not to be之间，我完成了第一次的运动跑步，然而当拖着蹒跚的步伐到达终点，缓过气来之后，一股清风吹来，驱散疲惫，我不禁发出了放肆而快意的笑声，这种在挑战、放弃、继续的边缘挣扎最后成功的感觉，会让人上瘾啊。

然而你以为运动这件事就是减肥的大事了么？不，运动之后，肚子传来的诡异声响，彰显着下一波挑战就在来的路上，休息之后向家里走去，当时已是傍晚，街市正是最热闹的时候，或许平时没有感觉，但当一个人饥肠

参加了温州语文名师工作室，工作室结对了泰顺山区的一个小学校，全校教师10来人，学生不到100人。

在开班仪式上，县里、局里领导都来了，加上名师班的所有成员围坐在一起，小会议室显得满满的。

我们的李导师很年轻，很朴实。问起他为什么把名师班基地安排在这样一个偏远、规模又小的学校。他说了这样一段经历。

那年他刚毕业，分配到苍南山区的一个小学班里。是这样的学校成就了他，让他静下心来大量阅读书籍，钻研教学，从而有了以后的成就。李导师说：“这是我的教育情怀，我觉得在这样小而优的学校更需要教育资源的投入，带动教学发展。”

情怀有大小之分，小情怀是让自己获得精神愉悦，大情怀开阔且包容，让一切事情美好而崇高。

情怀不是恋旧，不是对往昔不可追的感叹，而是每个人内心的一份真挚，一份执着。人生要适度，但不可虚度。每个人心中要有一份情怀，要保留这份真。

辘辘却又又要克制自己饮食欲望的时候，对于各种香味的敏锐程度直线上升，让我欲哭无泪，甚至只想缴械投降，只有这个时候对于国家的繁荣昌盛、人民生活水平才有最为直观的认知。或许平时我会很感动，但此时此刻我却只想哭泣。想了片刻，我终于还是咬咬牙，告诉自己，等减肥成功了之后我要买个小猪蹄子，啃它一整天，脑子里面不断幻想这个场景，脚步加快，直冲回家。

诱惑是减肥过程中最为常见，但最为致命的却是“今天运动了这么多，要吃点补补”“你怎么瘦了这么多，不能再减啦”“你本来就高大，这种体型正合适，干嘛要减肥啊”“不用减肥啦，胖乎乎的多可爱”，呵，糖衣炮弹！偏偏我却觉得这些话很有道理，好几次都差点在这种话语中迷失。当我回想起坚持运动的艰辛、拒绝美食的痛苦，我就不甘前功尽弃，一定要达到目标。

现在减肥算是成功了，只是这减肥路上的二三事，却依然让我印象深刻，初心这种事，能够守住，就成功了七成，行动能够坚持，就成功了九成，风雨过后终有彩虹，减肥的果实异常甘甜。

一孩二孩三孩

■金洁

5月份的最后一天，一条重磅消息刷爆微信朋友圈：放开三孩。顿时，犹如往平静的湖面扔下一块巨石，真可谓一石激起千层浪，各种调侃吐槽不绝于耳。网上更是一片哗然，不管是有关的，还是无关的，众多网友热情高涨地卷入了一场激烈的大讨论，尤其是那些可爱的神网友，各种脑洞大开的神评论简直令人拍手叫绝，我看了差点笑岔气。

笑过之后，年过半百的我陷入了沉思。

我们这代人，赶上“一对夫妇只生一个孩子”的计划生育政策。作为国家公职人员，我和老公在生下儿子后，不敢有任何非分之想，尽管我们多么希望能有一男一女凑成个“好”字。不久，我们乖乖领取独生子女证，眼巴巴地将今生不可能再拥有一个贴心女儿的遗憾深埋心底。

我们小时候，家里兄弟姐妹多，父母拼尽全力讨生活，尽管总以朴素的方式深爱着我们，却往往心有余而力不足，对于子女的成长过程无暇顾及太多。然而，穷人孩子早当家，我们知道父母的辛苦，理解他们的难处，懂得孝敬和感恩，与人相处善字当头。可到了我们为父母时，因为只有有一个宝贝孩子，自然像中国绝大多数独生子女父母一样，把全部的父爱和母爱毫无保留地倾注到儿子身上，儿子理所当然独享着他人无法争夺的宠爱。因为这样的环境和心态，各种独生子女问题层出不穷，当时很长一段时间就非常流行“中国的小皇帝”这一特定称谓。所幸的是，在教育儿子的过程中，虽然我们也是捧在手里怕摔了，含在嘴里怕化了，

但还算不溺爱不放纵。从牙牙学语到小小少年，从走出象牙塔到参加工作，一路走来，儿子眼里有光，心中有爱，能以阳光心态追求幸福生活。

然而即便这样，我的心中仍感隐隐失落和欠缺，我会时不时地想象着要是再有个女儿该多好。每当看到人家母女手牵着手亲昵地聊天或逛街，每当在医院里看到病床前悉心照料老人的女儿，每当看到朋友收到女儿的节日礼物时甜蜜而幸福的笑容，我总是忍不住黯然神伤。

2015年10月29日，国家全面放开二孩。那天晚上，很多人被这突如其来的消息“轰炸”得彻夜难眠。我只差跺脚喊冤，老天爷咋这么不公平，要是国家早十年出台这一政策，兴许我也能咬牙赶一趟末班车，圆一个美好的二孩梦呢。可是，明明政策允许了，年龄已不允许，这该有多扫兴！痛定思痛，看来只能寄希望于儿子轻松享受二孩政策了。至于三孩，就算是儿子这一代，我也不去设想，确切地说是没有那么高的觉悟。

不承想，在很多80后生育主力军还犹豫着要不要二孩时，忽如一夜春风来，几乎是没有任何征兆地，三孩生育政策说来就来了！还记得国家放开二孩时，大家奔走相告，有人甚至喜极而泣，而这会儿面对三孩政策，更多动作只是出品笑死人不偿命的诙谐段子——“上有四老，下有三宝，中间两个，累死拉倒”“民不聊生是指三孩背景下现代人因生活压力过大没有生孩子的意愿，连聊一聊都不愿意”真是服了有才的段子手。我呢，一个平常爱凑热闹的人，竟也提不起谈论三孩政策的兴趣，事不关己高高挂起，你爱生不生，我先撤了。

夏夜

■孔令周

月亮在偷听
无数星星瞪大眼睛
乡村里肯定藏着许多秘密
萤火虫打着灯笼
急急地赶向哪里
就连风儿
也带着几分暧昧
只有傻头傻脑的癞蛤蟆
不合时宜地
拉起风箱一样的呼噜
硬生生地
惊飞了
枝头上
一对谈情说爱的黄鹂



瑞安电力设备检修预告

根据瑞安供电公司检修安排，6月14日至6月20日进行设备检修，现将检修影响范围公告如下，若遇雨天等恶劣天气，检修工作取消，对正常供电造成影响，敬请谅解并做好生产安排，如有疑问请咨询客服热线：51100005。

检修日期	检修线路	时间	检修范围
6月14日(周一)			无检修计划
6月15日(周二)	大厦264线	6:00—7:00	塘下镇：赵宅村部分、时代广场、环城大厦、建设大厦、香榭绿洲、温沙国际公寓、塘下镇府、赵宅村经合社、中德机械、塘下镇中、市政公用工程建设中心、麦霸娱乐、亿嘉物业、新都国际酒店、姐妹物业
6月16日(周三)至6月17日(周四)			无检修计划
6月18日(周五)	碧工F960线	5:00—16:00	陶山镇：前河村、晓云铝件加工、横塘村部分、王仕松加工厂
	环东477线	6:00—17:30	塘下镇：鲍七村部分、中铁四局集团、韩田汽车工业
	周袋422线	7:00—9:30	云周街道：十八江村、金亮发农业合作社、亮力鞋辅料、茂秋塑料厂、远帆无纺布、兴源塑料制品、市水利投资、夏泰橡塑
	周袋422线	7:30—16:30	云周街道：下汇村部分、科达鞋材、鼎昌鞋材、加洲鞋材
	云海899线	6:30—9:20	安阳街道：中润广场、润祥家园、悦祥景园、金悦景园、和鑫家园、玉润锦园、西坪锦园、瑞祥一幼
6月19日(周六)	上村888线	6:00—14:00	莘塍街道：新兴小区、莘塍实小、农场小区、农场经合社、体育馆、莘塍一中
	大厦264线	6:00—7:00	塘下镇：赵宅村部分、时代广场、环城大厦、建设大厦、香榭绿洲、温沙国际公寓、塘下镇府、赵宅村经合社、中德机械、塘下镇中、市政公用工程建设中心、麦霸娱乐、亿嘉物业、新都国际酒店、姐妹物业
6月20日(周日)			无检修计划

关于安阳街道下沙塘村股份经济合作社
安置留地06-2地块建房户缴款通知

因下沙塘村06-2安置房（锦盛铭苑）已施工至工程预验收阶段，现根据进度所需，每户需缴纳第五期建房款75000元整（占总额约10%）。经2021年6月1日建房户代表会议决定，缴款时间为2021年6月8日至2021年6月15日，特通知各户请在规定时间内缴款。逾期未缴纳的，按照《下沙塘村安置留地建房章程》第十八条与《下沙塘安置留置地06-2地块工程建设协议书》第五条规定执行违约责任。（缴款地点：下沙塘村办公楼指挥部办公室）特此通知

安阳街道下沙塘村股份经济合作社
安阳街道下沙塘村经合社安置留地06-2地块建设工程指挥部
2021年6月2日

遗失

遗失瑞安市一家人餐饮有限公司原法人章（林祝楷）、原财务专用章各一枚，声明作废。

5月份瑞安市各乡镇(街道)生活垃圾分类考核排名和小区“红黑榜”评比结果

经综合评定后将2021年5月瑞安市乡镇(街道)生活垃圾分类工作考核排名及瑞安市生活垃圾分类小区“红黑榜”评比结果公布如下：

瑞安市乡镇(街道)生活垃圾分类工作考核排名表(5月)

类型	乡镇(街道)	主要扣分项	排名	类型	乡镇(街道)	主要扣分项	排名
A	玉海街道	未实现准确分类投放	1	C	桐浦镇	专业保洁、宣传动员	1
	锦湖街道	未实现准确分类投放	2		曹村镇	专业保洁、宣传动员	2
	东山街道	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放	3		湖岭镇	环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	3
	安阳街道	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放	4		陶山镇	环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	4
类型 乡镇(街道)		主要扣分项	排名		林川镇	环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	5
B	南滨街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点	1		北鹿乡	处理设施、环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	6
	汀田街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	2		马屿镇	环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	7
	莘塍街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	3		平阳坑镇	处理设施、环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	8
	飞云街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	4		高楼镇	处理设施、环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	9
	塘下镇	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	5		芳庄乡	处理站房、处理设施、环卫设施、专业保洁、运行机制、宣传动员	10
	仙降街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	6	备注：A、B组由市综合行政执法局负责考核；C组由市农业农村局负责考核。年度排名计分方式为A、B组年度考核得分与C组的年度考核得分平均分差相加（平均分增加在年度得分少的组别），作为年度最终排名。			
	云周街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	7				
	上望街道	未实现准确分类投放、未规范设置和管理投放点、垃圾分类宣教	8				
	潘岱街道	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、垃圾分类宣教	9				

瑞安市生活垃圾分类小区红黑榜评比结果(5月)

红 榜			
街道	小区名称	备注	管理主体责任单位
锦湖街道	虹北锦园	生活垃圾分类收集、分类运输、日常管理、宣传推进体系健全	瑞安市盛世物业管理有限公司
玉海街道	瑞安大厦	生活垃圾分类收集、分类运输、日常管理、宣传推进体系健全	瑞安市瑞兴物业管理有限公司
玉海街道	外滩大厦	生活垃圾分类收集、分类运输、日常管理、宣传推进体系健全	望江社区
黑 榜			
街道	小区名称	存在问题点	管理主体责任单位
安阳街道	新康小区	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、未实现分类收运	广场社区
潘岱街道	上溪锦苑	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、未实现分类收运	浙江亮剑保安有限公司
潘岱街道	寺前小区	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、未实现分类收运	仲容社区
陶山镇	陶南嘉园	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、未实现分类收运	陶南村村委会
仙降街道	项畚新村	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、未实现分类收运	项畚村村委会
仙降街道	东川锦苑	未规范设置和管理投放点、未实现准确分类投放、未实现分类收运	东川村村委会
备注：未开展垃圾分类是指规范投放点设置和管理、实现准确分类投放、实现分类收运、垃圾分类宣教四项均存在问题。			