

Facebook Awards Grant to Erie Chinese Journal  
2020  
2002  
感謝 Facebook 對  
伊利華報的支持

# 伊利華報

## ERIE CHINESE JOURNAL

• 本報在美東北部: 克里夫蘭、哥倫布、匹茲堡、辛辛那提、紐約州、賓夕法尼亞州等地發行 • Published in Cleveland, Columbus, Pittsburgh, Cincinnati, NY and KY  
**第四一五期 Vol.415 Feb.15 2021 免費贈閱 FREE**  
 ISSN 1544-7766 發行商/PUBLISHER: ERIE CHINESE JOURNAL, INC.  
 Website: www.ecjweb.net; E-Mail: echinesej@yahoo.com  
 Tel: (216) 324-2959; Fax: (330) 405-3480 Add: 3500 Payne Ave., 1-B Cleveland OH 44114

**百佳超市**  
Park To Shop Supermarket  
www.parktoSHOPmarket.com  
**俄亥俄州 伊利諾依州 密西根州**  
**最大華人連鎖超市**  
 新鮮蔬果 面包糕點  
 游水海鮮 餐館批發  
 全城百佳 Tel: (216) 781-3383  
 1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114



# 世人祈福 牛年興旺



Margaret W. Wong & Associate Co., L.P.A. Attorneys At Law

## 黃唯律師樓

中文網 <http://www.cimwong.com> 英文網 <http://www.imwong.com> Email [wong@imwong.com](mailto:wong@imwong.com)

黃唯大律師新書英文版《移民之路》讀者可享7折優待, 免運費, 歡迎致電 216-566-9908

**精辦各類移民:** 國家利益豁免, 杰出人才、教授及研究人員移民, J1 回國豁免, 勞工卡, L1 跨國經理, B, E, F, H, J, K, O, P, R, V 簽證, 親屬移民, 職業移民, 投資移民, 入籍, 廚師、管家、技工等均可申請綠卡, 超齡, 十年綠卡, 政府庇護, 遞解出境, 上訴, 出庭至聯邦巡回法庭, 監獄保釋, 刑事綠卡等。

• 成立於 1978 年  
 • 黃唯律師有 40 年辦案經驗被連選為全美最佳律師之一并擁有精通各類移民案件的律師團  
 • 新近被選入俄亥俄州名人堂  
 • 被選為全國最具影響力的職業女性之一  
 • 黃唯律師事務所曾被評為馬丁德·胡拜爾 (Martindale Hubbell) A-V 級最有實力的移民律師公司, 在全美及國際均享有極高的評價。  
 • 1998 年美國愛麗斯獎得主(唯一女華裔得獎人)  
 • 榮任聯邦律師克里夫蘭工會主席

**俄亥俄州克利夫蘭總公司:**  
 地址: 3150 Chester Ave., Cleveland, Ohio 44114  
 電話: 216-566-9908  
 傳真: 216-566-1125

**俄亥俄州哥倫布分公司:**  
 地址: 470 Olde Worthington Rd., Suite 250, Westerville, Ohio 43082  
 電話: 614-221-8892  
 傳真: 614-410-6899

**佐治亞州亞特蘭大分公司:**  
 地址: 5425 Peachtree Pkwy., Peachtree Corners, GA 30092  
 電話: 678-378-5438

**伊利諾州芝加哥分公司:**  
 地址: 401 South LaSalle, Suite 800-C, Chicago IL 60605  
 電話: 312-600-6924  
 傳真: 312-600-6925

**紐約州紐約分公司:**  
 地址: 139 Centre Street, Suite PH 112, New York, NY 10013  
 電話: 212-266-7011  
 傳真: 212-226-7708

**田納西州納什維爾分公司:**  
 地址: 301 S. Perimeter Park Dr., Suite 100, Nashville, TN 37211  
 電話: 615-947-3759

**加州洛杉磯分公司:**  
 地址: 225 South Lake ave., Suite 300, Pasadena, CA 91101  
 電話: 626-863-8061

Avvo Clients' Choice 2015 Immigration  
 Best Lawyers BEST LAW FIRMS USNews IMMIGRATION LAW FIRM CLEVELAND 2016

**黃唯大律師**  
 滿足您所有的移民要求

詳細內容請見本期有關版面



**伊利華報**  
ERIE CHINESE JOURNAL

服務華人社區  
振奮民族精神

交流美中信息  
弘揚中華文化

Tel:(216)324-2959; Fax:(330)405-3480  
Add:3500 Payne Ave., 1-B Cleveland OH44114

社長 / 主編: 浦瑛  
移民法律顧問: 黃唯  
總編輯: 劉元華  
版面 / 網頁編輯: 程 BEN  
特約撰稿人 Columnist: Cynthia Marek Lundeen  
特約撰稿 / 編輯: 冰凌; 艾文  
廣告熱線 Marketing: 216-324-2959

**Otani 大谷**  
JAPANESE CUISINE

正宗日本料理

疫情期間提供外賣 歡迎品嚐健康素食



Tel:(440) 442-7098; WWW.OTANIRESTAURANT.COM  
Add: 1625 Golden Gate Plaza, Mayfield Heights, OH 44124-3490

頌新年  
美酒千杯迎新年  
梅花萬朵齊飄香  
天降瑞雪添新裝  
人逢新歲頌吉祥  
福祿壽喜年年歡

頌新春  
紅梅萬朵迎新春  
白雪千里大地銀  
人面如花看花紅  
臨春妙筆畫春景  
紅花綠葉皆入夢



劉天擎詩歌園地

SIA  
ASIAN SERVICES IN ACTION

辦公室搬遷啟示

SOCIAL SERVICE OFFICES - www.asiaohio.org | @asiaohio  
Cleveland: 3631 Perkins Avenue, Suite 2A-W, Cleveland, OH, 44114 (T) 216-881-0330 (F) 216-881-6920  
**We've Moved!** Akron: 370 East Market, Akron, OH 44304 (T) 330-535-3263 (F) 330-535-3338

INTERNATIONAL COMMUNITY HEALTH CENTERS - www.ichcoho.org | @ichcoho  
Walk-ins Welcome. Accepting New Patients. Call for Appointments.  
**We've Moved!** 2999 Payne Avenue Suite 140, Cleveland, OH, 44114 (T) 216-361-1223 (F) 216-361-1568  
Akron: 370 East Market Street, Akron, OH 44304 (T) 234-312-3607 (F) 234-312-3609

**Nationwide**  
is on your side

Wherever life takes you, we're there.

Life is full of uncertainties and sometimes you need someone to help guide you through it all. At the Hec Hixson Insurance Agency, we specialize in finding customized solutions for your financial and insurance needs.

**We speak Chinese (Mandarin and Cantonese)**

Amy Lee  
Hixson & Malinowski Agency  
5530 State Rd. Ste 1, Parma, OH 44134.  
216-965-0669; www.nationwide.com

**AUTO | LIFE | BUSINESS**

Products underwritten by Nationwide Mutual Insurance Company and Affiliated Companies. Home Office: Columbus, OH 43215. Life insurance is issued by Nationwide Life Insurance Company or Nationwide Life and Annuity Insurance Company, Columbus, Ohio. Nationwide, Nationwide is On Your Side, and the Nationwide N and Eagle are service marks of Nationwide Mutual Insurance Company. 2018 Nationwide CPC-0435AO (09/17) 7897739

**黃醫生醫學美容診所**  
讓高端科技幫助你延緩衰老 - 醫學美容和微整形的魅力

利用高端科學醫療技術, 不需要開刀, 短時間就可以讓你變美變年輕, 這已經不再是天方夜譚。面部微整形安全有效恢復期短, 已經漸漸取代了創傷恢復期長並發症多的傳統整形手術, 為美麗提供安全可靠的保障。

**對微整形抵觸的常見原因:**

- 1. 面部太假太僵**  
很多人不敢嘗試微整形是因為看到很多明星整過後面部非常不自然。這種問題之所以存在是因為肉毒素或玻尿酸用量過多, 部位不正確, 或者醫生或客人追求高劑量高效果。適量精準的注射這類產品可以有效的解決這個問題。如果對肉毒素注射不滿意, 肉毒素的藥效在 3-4 個月就可以自行消失。如果對注射低玻尿酸不滿意, 可用溶解玻尿酸的酶來進行進一步的調整和恢復。另外可採用其他醫美方法如醫學級別護膚品和通過刺激自身細胞活性光能治療都可以自內而外的改善皮膚狀況。
- 2. 怕疼和副作用**  
現代科技把大多數微整形治療控制在無痛或微痛的範圍。個別治療所造成的疼痛感也可通過應用外敷麻藥而被有效的降低。微整形所用的產品通過臨床檢驗 FDA 認證在有經驗的醫生手中可以將疼痛和副作用降到最低真正做到安全有效。
- 3. 費用太高**  
因為微整形屬於美容治療範疇, 一般保險不支付。一些醫學級別護膚品如治療痤瘡, 濕疹, 酒糟鼻和防曬霜等可以用 FSA (Flexible Spending Account) 支付。付款方式包括現金, 支票, 信用卡包括 HSA (Health Saving Account), 及網上付費等多種方式。有些診所與信用卡公司合作提供多達兩年無利息的借貸, 如 Care Credit。每用只需支付少量的錢。

**微整形的主要方法:**

- 1. 醫學級別皮膚護理**  
不要小看這種最無創的醫美方式。在醫生指導下選擇最適合自己的護膚品是一切微整形的基礎。醫學級別護膚品有別於櫃檯里賣的護膚品。後者可以幫助維護表皮屏障功能, 卻不能像醫學級別護膚品一樣可以既以更好的修復維持表皮功能又可以刺激活化真皮細胞功能, 從而使細胞年輕化, 有效延緩皮膚老化過程。長期堅持使用並與其他微整形方法聯合應用可以起到事半功倍的效果。
- 2. 肉毒素的應用**  
肉毒素可以去皺的原因是因為它可以讓注射部位的肌肉鬆弛放鬆, 從而避免肌肉收縮而牽動表皮而造成的皺褶形成。長期的局部肌肉收縮可以把動態皺紋變成靜態皺紋。很多人不瞭解肉毒素的預防功能。很多人認為只需要在生活中的一些大事件之前注射肉毒素即可, 平時不需要。但不知道一旦動態皺紋成爲靜態皺紋便成爲永久皺紋。雖然玻尿酸注射和某些光能儀器治療可以改善但費時費力而且費用偏高。
- 3. 玻尿酸的注射應用**  
玻尿酸又稱透明質酸, 與我們自身皮膚里的透明質酸非常接近。所以注射後人體不會出現異常反應。面部的輪廓隨着年齡增長由於下垂而逐漸改變, 從而形成法令紋, 嘴角紋, 唇溝, 蘋果肌萎縮等。玻尿酸主要用來做填充面部這些下垂萎縮的溝壑, 增加皮膚豐盈飽滿度, 撑起皺紋和皺褶皮膚, 達到預期的美容效果。另外玻尿酸還可用於豐隆鼻樑等, 避免整形手術的創傷和不確定性。
- 4. 光能治療**  
不同種的能量已經廣泛的被應用在醫學美容領域, 如激光, 射頻, 電磁波 IPL 和超聲波。這些能量的威力是強大的。根據能量的不同, 可以起到不同作用包括去除皺紋, 色素斑及疤痕, 改善膚質, 縮小毛孔, 促進皮膚緊致有彈性, 去痘和痘印痘斑, 改善因血管充盈而引起的皮膚發紅狀況。這種治療的原理是去除老化和問題細胞, 刺激自身細胞增殖生活從而達到由內而外的緊致換膚作用。這種治療創傷恢復期不一, 有經驗的醫生可以幫助選擇最適合客人的光能治療, 達到皮膚重塑美白等效果。

**安全有效的保障**  
微整形之所以得到越來越多的認可是因為所有的操作和治療皆源於堅實的科學做後盾。從面部皮膚結構與功能到血管神經的分布走向, 到藥物作用機理, 以及瞭解我們自身對藥物和治療的機體反應, 都需要醫生紮實的理論基礎和實踐經驗。這些都是治療後達到預期效果延緩衰老永駐青春的保障。

Health, Beauty and Wellness begin here. Huang Aesthetics and Wellness Center  
Revive and rejuvenate your look and inner well-being to bring out the BEST in YOU!

**Huang Aesthetics**  
Health · Beauty · Wellness  
support@huangaesthetics.com  
www.huangaesthetics.com  
Contact us for a complimentary consultation

23360 Chagrin Blvd, Unit 111 Beachwood, OH 44122  
13170 Ravenna Rd, Suite 108, Chardon, Ohio 44024

216.438.0358

黃璇醫生

SKINCEUTICALS  
修麗可紫米精華  
充盈抗老 修護維穩  
23% 11-APC  
AHA BHA 果酸  
HA 玻尿酸  
VC 維他命C

微信掃碼

**Anna Beauty Center**  
紅袖添香  
資生堂金牌專賣店  
SHISEIDO  
COSMETIC BOUTIQUE

營業 週一至六早 10 點-晚 7 點  
時間 周日休息

俄州持執照技師提供面部美容、護膚、按摩等服務 請預約

Tel 216-574-2288  
3101 Superior Ave East,  
Cleveland, OH 44114

送精美禮品

在家工作期間 保養優化肌膚



N St Clair Ave. NE  
新地址  
Superior Ave. E  
Payne Ave.

90  
E 30th St  
E 31st St



2021年2月20日星期六  
 歡迎您參加網上  
 春節慶祝活動



Year of the Ox  
**Lunar New Year**  
 Virtual Celebration  
 Saturday, February 20, 2021 at 3 p.m.



Presented by OCA Greater Cleveland & the Cleveland Asian Festival  
 ASIAN FESTIVAL  
 ADVOCATE Cleveland



**麗華大酒樓**  
 Li Wah Restaurant

Tel: 216.696.6556 Fax: 216.696.6581  
 2999 Payne Ave. Cleveland OH.44114



豐儉隨意  
 晚飯宵夜  
 港式茶市  
 喜灼壽筵  
 名廚主理  
 正宗粵菜  
 高雅舒適  
 廳堂麗



營業時間 週一至四:上午 10 點 - 午夜 12 點  
 週五、六、日:上午 10 點 - 凌晨 1 點半



**Zhenni Jackson** Owner and Ohio State Licensed Advanced Esthetician  
 Esthetical training completed from Raphael's School of Beauty Culture. Specialized in European facial, HydraFacial, relaxation massage and body treatments.



**Gingie Spa**

At Gingie Spa & Massage, our team of sought-after and skilled practitioners is committed to providing our guests with the utmost level of care and comfort. Our devotion to your well-being guides our work and ensures that you luxuriate in complete relaxation.

Gingie Spa, 位于 Beachwood Eton Mall, 主攻保潔美白抗衰老美容, 清理粉刺黑頭, 去癍除皺緊膚。兼營醫療按摩和迷奇浴體膚保養。歡迎群友惠顧本店和訪問我們的網站:  
[www.gingiespa.com](http://www.gingiespa.com)  
 或致電諮詢: 216-245-6858  
 28699 Chagrin Boulevard, Ste. 300,  
 Woodmere, Ohio 44122





# 乘風破浪的鐵女子

殷余民 俄州亞太聯盟

精神和毅力,真是讓人佩服。

她還是我們亞太聯盟(APAPA)在克利夫蘭地區的青年團項目負責人,利用工作、訓練、生活之外的時間,聯繫當地政府部門,每年夏天,把當地的亞裔 8-10 個高中生送去實習。她說,對孩子們的愛,就是她行動的動力。非常感謝她的努力,我們克利夫蘭和俄亥俄亞太聯盟的青年項目,在全國都是名列前茅的。

俄亥俄亞太聯盟希望她的精神和毅力能感染我們每一個在美國打拼的華人,尤其是我們的下一代,我們很榮幸地以她作為組織的形象代表,真誠地支持她,一起走向成功。

當然最大的力量源泉還是來自她的家人,她的丈夫和一對子女。雖然大家都很忙,先生為了自己的公司在中美之間奔波,女兒在大學為了進入醫學院而努力學習,兒子正在為進入心儀的大學而冲刺。但是他們都在默默地支持她,並且會在 9 月份前往馬里蘭,陪她完成夢想。

## Solon TIMES

### City planning for in-person Home Days

The 2021 annual Home Days event is set to take place in Solon and North Olmsted. It is a great opportunity for the community to come together and enjoy the outdoors. The event will feature a variety of activities, including live music, food, and more. It is a great way to spend time with family and friends.



### Iron Man challenge

Superintendent urges vigilance with academics

前幾天看到當地的一份報紙報道我們這裡的一個華裔女子,說她在積極訓練,準備參加 9 月份在馬里蘭舉行的鐵人三項。朋友們在網上看到這個消息,都驚為天人。

其實她是我的一個朋友,網名是花子。我知道她很厲害,經常跑馬拉松,或者一個人背包去登山。但是看了這個報道,我才知道大鐵有多難:要騎車 112 英里(180 公里),跑步 26 英里(即 42 公里馬拉松),還要游泳 2.4 英里(3.8 公里)。

很多人無法理解為什麼要那樣去折磨自己,尤其是對於一個步入中年的女子,兩個孩子的媽媽。我為了寫這篇文章在網上查找資料時,看到下面這個“忽悠”群衆去成爲“一個鐵人”(IRONMAN: Become One)的視頻,有了一點理解。也許,對一個運動達人來說,就是要不停地挑戰自我,實現夢

想。大鐵,對她來說,就是一個夢想。衝着夢想前進,人生才有意義。

她本來是打算去年參加鐵人三項的,是在路易斯維爾,但是因爲新冠疫情,被延遲到今年 9 月 18 日。她多了一年的時間準備,也多了 300 多天的折磨:在華氏 90 度的高溫下騎車,幾英里幾英里地游泳,在雪地里跑步。。。

更多的訓練是在室內進行,每周她要在社區中心進行 15 小時高強度訓練,接近比賽時,會增加到 20 小時。馬里蘭大鐵的遠程成績是 17 小時,她的目標是 15 小時,爲了這個目標,需要付出無數的汗水。

她是一個即將上市的公司 Goldenwell Biotech Inc. 的首席運營官(COO),還有一個上大學和一個上高中的孩子,在平衡工作和家庭之餘,還能拿出這麼多時間訓練自己,這樣的

### INSIDE

#### Chagrin Valley Restaurant Week

News

#### Bainbridge

Chagrin Falls

#### Chagrin BOE

Woodmere

#### Solon

Orange BOE



## 克利夫蘭婦女會活動

克利夫蘭中華婦女聯誼會是一正式註冊非盈利組織,致力於幫助克利夫蘭地區華人和亞裔婦女朋友們,宗旨是:團結,互助,友愛。

克城婦女會微信群的目的在于方便會員之間的溝通與交流,以及發佈活動信息。爲了保證本群健康,輕鬆,活躍,友好的氣氛,請大家務必遵守以下規則:

1. 不刷屏,不拉票。
2. 嚴禁任何有關涉黃影像、圖片等信息及低俗內容。
3. 嚴禁吵架、罵人、人身攻擊等言論。
4. 嚴禁一切恐怖言論及不雅遊戲。

多謝大家合作支持,互勵共勉,和諧互助,團結友愛,悅人悅己,雅致高貴的克城美人婦女團體會群,願大家安好!

祝福大家牛年平安健康,閤家幸福!

2021 年克利夫蘭中華婦女聯誼會迎新春聯歡晚會,將在 ZOOM 線上舉行。

時間:3-20-2021,周六,7:30-9:30pm

誠邀婦女會新老朋友參加並報名現場表演才藝,歌舞、器樂、詩朗誦等。報名節目請先錄像上傳,報名截止時間 2-28 日。聯歡會有猜謎語抽獎活動,歡迎姐妹朋友們帶家人一起踴躍參加。

## 失信行爲害人也害己

每個人都希望生活在一個理想的環境,在一個理想的社區里,大家都平等和諧地生活在一起。由於疫情發生,人們擔心恐懼,心情十分低落,有的人開始着急甚至犯法。最近本報發現了一些餐廳老闆的擔憂:餐廳收到稅務局和有關部門的來信:有些人用他們曾經打過工的餐廳名義申請政府補助,還有人盜用他人社會工號,向政府提出補助,資金到達上萬美元,這已經構成犯法。



我突然想起曾經我有位朋友,他也利用伊利華報的名義報名參加現任總統拜登演講活動,那個時候拜登還是副總統他來克利夫蘭演講,過去我也不是每一次都參加這樣的活動,正巧那一次克利夫蘭華人邢永瑞先生想要參加,他說去聽聽看看,我就和邢先生去了。到了那里才發現已經有人用伊利華報的名字參加了,當時我知道是朋友爲了讓她女兒參加這樣的活動,我當面告訴我的朋友,您做這件事情必須通知我一下。

雖然我的朋友冒充伊利華報參加副總統演講,與那些人拿曾經工作過的餐廳來冒充補助有點不同,第一是自私,第二是犯罪,但希望大家不要因爲自私小事而造成犯罪行爲。也希望大家一起渡過困難期,任何事情都會被查出來的,只是時間的問題。(浦瑛)



魔术-扑克牌



弦乐合奏-雪落下的声音



古筝-晓雾



服装展示-中国姑娘

# 克利夫兰州立大学孔子学院成功举办 2021 年农历春节云端联欢会

(撰稿、摄影:何文彦、栾育青)

当地时间 2 月 13 日,克利夫兰州立大学孔子学院 2021 年农历春节云端联欢会如约而至,在一片欢乐吉祥、温暖和睦的新春氛围中倾情上演了歌舞、器乐组合、武术、魔术等 14 个形式多样的节目。克利夫兰州立大学常务副校长朱建平参加并致欢迎辞,他真诚地希望牛年能给大家扭转乾坤的力量和积极向上的美好生活。春节联欢会由孔院的学生李梦(Morgan Hill)和来自 Solon 高中十一年级学生谢易书共同主持。来自克利夫兰市长办公室代表、克利夫兰州立大学师生、当地学区中文教师以及孔院全体人员参加了联欢会。

春节联欢会在高中十一年级学生 Kathleen Guo 现场演奏的钢琴曲《浏阳河》中拉开序幕,这支具有极高国际知名度的中国名曲,委婉中



副校长朱建平

带着刚劲,细腻中含着激情,中国音乐的美好旋律流动起来,流淌到观众们的心中。

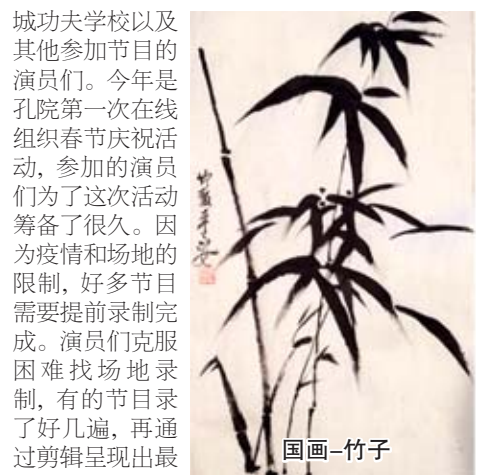
Yihan 舞蹈队带来的《火焰》,给大家带来一股红红火火过年的气氛。国画王老师给大家画了一幅《竹子》,祝愿大家在新的一年里节节高升!年龄最小的演员 Khloe Wang 演唱了《天空之城》,带给了观众美妙动听的歌声。帅气的小魔术师 Frank Yin 表演的扑克牌魔术新颖精彩,惊喜不断。由 Sophia, Kyle 和 Darrel 弦乐组合演奏的《雪落下的声音》,优美动听,给新年冬天带来一缕暖暖的阳光。联欢会中场的有奖问答环节,给大家

带来一波欢乐的互动。春节联欢会的下半场有来自 Saint Ignatius 四位高中学生们带来的吉他弹唱歌曲《成都》,他们在节目最后说着标准的中文给大家拜年,温馨而美好的祝福洋溢在眼前。来自中国温州大学的演奏家尹伊星带来了古筝曲《晓雾》,如行云流水般的演奏,飘动中蕴含坚定,让观众听得心旷神怡。最后是由微云音乐工作室(WeCloud Music)带来的服饰表演,一群穿着古典华服的小姑娘们载歌载舞演绎了一曲《中国姑娘》,她们把中国女孩的温婉美丽、聪慧大方表现的惟妙惟肖。

今年的云端春节联欢,节目多姿多彩,精彩纷呈。特别感谢参加演出的团体:西湖中文学校舞蹈队、微云音乐中心、长



主持人



国画-竹子

城功夫学校以及其他参加节目的演员们。今年是孔院第一次在线组织春节庆祝活动,参加的演员们为了这次活动筹备了很久。因为疫情和场地的限制,好多节目需要提前录制完成。演员们克服困难找场地录制,有的节目录了好几遍,再通过剪辑呈现出最好的效果。

过去的一年极不平凡,愿牛年的到来给人们带来力量和希望,祝愿大家新春愉快!一年胜似一年景!



钢琴曲-浏阳河



舞蹈-火焰



歌曲-天空之城



合唱-成都



# COVID-19 Update: Vaccine Distribution, Nursing Home Cases Drop, ApprenticeOhio Milestone

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted today provided the following updates on Ohio's response to the COVID-19 pandemic.

## VACCINE DISTRIBUTION UPDATE

Governor DeWine announced today that Ohio received a total of 214,525 first doses of vaccine this week. A total of 223,025 first doses are scheduled to arrive in Ohio during the week of February 15.

The federal retail pharmacy program will soon begin allotting doses to Ohio's more than 160



Rite Aid pharmacies. Vaccine distribution will also expand into all 194 Kroger pharmacies.

Those with specific medical conditions that put them at a very high risk of dying from COVID-19 will be eligible for vaccinations next

week.

Ohioans born with the medical conditions outlined below, or those who were diagnosed in early childhood whose conditions continued into adulthood, will qualify to be vaccinated beginning

Public Health Advisory System map. A county-by-county breakdown outlining the presence of COVID-19 in all of Ohio's 88 counties can be found on the Ohio Public Health Advisory System's website.

Advisory System Map

## APPRENTICEOHIO MILESTONE

Lt. Governor Husted shared that the ApprenticeOhio program has reached an important milestone. More than 5,000 Ohioans have officially graduated from the ApprenticeOhio program since the start of the DeWine-Husted Administration.

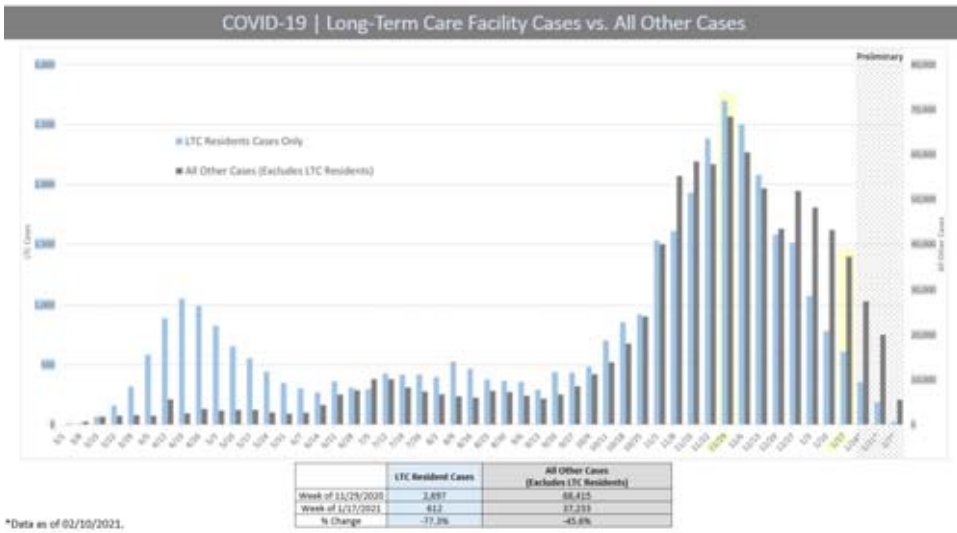
### Ohio's Vaccination Program Phase 1B

Ohioans born with or who have early childhood conditions that are carried into adulthood, which put them at higher risk for adverse outcomes due to COVID-19.

The following group of Ohioans are included, even though they are not age 65 and older, because they were born with or developed in childhood a severe condition that puts them at very high risk for dying from COVID-19.

- Sickle cell anemia
- Down syndrome
- Cystic fibrosis
- Muscular dystrophy
- Cerebral palsy
- Spina bifida
- People born with severe heart defects requiring regular specialized medical care.
- People with severe type 1 diabetes, who have been hospitalized for this in the past year.
- Phenylketonuria (PKU), Tay-Sachs and other rare, inherited metabolic disorders.
- Epilepsy with continuing seizures; hydrocephaly; microcephaly; and other severe neurological disorders.
- Turner syndrome, fragile X syndrome, Prader-Willi syndrome, and other severe genetic disorders.
- People with severe asthma, who have been hospitalized for this in the past year.
- Alpha and beta thalassemia
- Solid organ transplant candidates and recipients.

OHIO GOVERNOR MIKE DEWINE OHIO DEPARTMENT OF HEALTH coronavirus.ohio.gov



### School Model Status Update

Model Type	Number of Districts	Percentage of Districts	Number of Students	Percentage of Students
Full In-Person	401	65.8%	740,278	48.8%
Partial In-Person	177	29.1%	587,756	38.7%
Full Remote	31	5.1%	189,224	12.5%
Total	609	100.0%	1,517,258	100.0%

As of February 10<sup>th</sup>

OHIO DEPARTMENT OF EDUCATION

### Ohio Public Health Advisory System

As of 2/11/2021

- LEVEL 1** Public Emergency: Active exposure and spread.
- LEVEL 2** Public Emergency: Increased exposure and spread.
- LEVEL 3** Public Emergency: Very high exposure and spread.
- LEVEL 4** Public Emergency: Severe exposure and spread.

High Incidence indicates a county approaching Level 4

coronavirus.ohio.gov OHIO DEPARTMENT OF HEALTH

## 俄亥俄州东北部租房资助计划

### 如果你因受COVID-19经济影响而在支付租金上有困难, 我们可能帮到你

833-377-RENT(7368)  
NEORENTHelp.ORG

如果有任何疑问  
请联络亚洲民众服务协会  
电话: 216-881-0330  
分机号码: 8819

Funded by:

SIA ASIAN SERVICES IN ACTION 亚洲民众服务协会  
COUNTY OF CUYAHOGA OHIO  
CITY OF CLEVELAND Mayor Frank G. Jackson

on February 15.

## Phase 1B Conditions

Dr. Bruce Vanderhoff, chief medical officer at Ohio Department of Health, explained these conditions in more detail. His remarks are available on the Ohio Channel's YouTube page.

Approximately 12,000 individuals with these severe medical conditions and developmental disabilities have already been vaccinated, and vaccinations of those in this group will continue.

## NURSING HOME CASES

Governor DeWine announced today that the number of COVID-19 cases in Ohio's nursing homes has dropped more than 77 percent since late November. This dramatic drop in cases follows Ohio's aggressive efforts to vaccinate residents and staff in Ohio's long-term care facilities.

As outlined in the chart below, there were 2,697 COVID-19 cases in long-term care facilities in Ohio during the week of November 29, 2021. During the week of January 17, there were 612 positive cases.

Nursing Home Case Map

## SCHOOL MODEL UPDATE

Governor DeWine shared the latest information on the number of school districts that are physically in school versus those that are fully or partially remote. As a condition to receive priority access to the vaccine, schools were required to commit to full or partial in-person learning by March 1. All but one school district in Ohio have committed to this plan.

School Update

## OHIO PUBLIC HEALTH ADVISORY SYSTEM

There was no change in this week's Ohio

Ohio is currently ranked number one among states who run registered apprenticeships at the state level, and number four among states who run registered apprenticeships at the federal level. Many ApprenticeOhio programs are completed within two to four years. ApprenticeOhio programs provide full-time work during the training period as well as competitive wages - allowing Ohioans to earn while they learn.

On average, apprentices in Ohio earn \$60,000 a year without racking up student loan debt. Ohio offers apprenticeship opportunities in traditional fields like construction and manufacturing, and non-traditional apprenticeship fields like IT and healthcare. Through this program, ApprenticeOhio program sponsors can grow their workforce, improve productivity, reduce turnover costs and increase employee retention.

More information can be found at ApprenticeOhio.gov.

## CURRENT CASE DATA

In total, there are 931,437 confirmed and probable cases of COVID-19 reported in Ohio and 12,577 confirmed and probable COVID-19 deaths. A total of 48,269 people have been hospitalized throughout the pandemic, including 6,908 admissions to intensive care units. In-depth data can be accessed by visiting coronavirus.ohio.gov.

Video of today's full update, including versions with foreign language translation, can be viewed on the Ohio Channel's YouTube page.

For more information on Ohio's response to COVID-19, visit coronavirus.ohio.gov or call 1-833-4-ASK-ODH.

### 克里夫蘭傷痛診所

Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician

中/西醫並用。輔以天然藥、營養藥、中成藥、手法、理療、調理。治療各種病痛、傷痛。(但不用化學藥、不動手術、因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關所賠必要的診療報告。可以為您找當地好的律師。

趙文學 醫生 中醫針灸師 西醫脊椎神經科 傷痛症專科

治療車禍工傷 電話: 216-581-0321  
病痛, 提供法 地址: Able Chiropractic Clinic  
律索賠報告! (Maple Town Shopping Center)  
15751 Broadway Ave., Maple Hts, OH 44137

### 张涛注册会计师 CPA, MSA, MTAX

报税服务 公司成立 公司变更 酒牌申请  
各类牌照 合法省税 改税补税 查税辩护  
会计簿记 商业咨询 文件公证 生意买卖  
网站设计 国际税务 经验丰富 准确价优

2999 Payne Ave, Suite 114, Cleveland, OH 44114  
克里夫兰亚洲商场内(丽华酒樓和百佳超市之間)  
(330) 776-8068 (330) 819-3067  
E-mail: tzhcpa@gmail.com  
www.tzhcpas.com  
Global Capital Management LLC



# 疫情期間,在美華人如何度過春節?

來源:德國之聲

在大華超市、H-Mart等亞洲超市的最顯眼地方,擺放着春聯、福字、象徵着牛年的小牛犢玩偶,來購物的華人幾乎都會採購一些裝飾品回去。而冷凍櫃里的年糕、餃子、湯圓、臘腸、蘿蔔糕等年貨也非常搶手,即使售貨員不斷補貨,依然很快被搶購一空。

雖然亞洲超市里人滿為患,從一月中旬開始,結賬就要大排長龍,但是很多人仍然抱怨這是最沒有年味的一個春節。我所在城市的中國城,每年春節都會組織活動,在廣場中央擺攤售賣傳統中國小吃,請人表演做糖人和寫毛筆字,還有專門訓練過的演員來舞龍舞獅,中餐館還會推出年夜飯包廂預訂,但這一切因為疫情都被取消了。我曾就讀的大學的中國留學生聯合會每年春節都會組織志願者去敬老院里探望那里的中國老人,給他們表演古箏、琵琶等中國傳統樂器,以解他們的思鄉之情,但今年則採用寫卡片替代。鄰里之間走親訪友也儘量避免。更有些開了十幾甚至幾十年的中餐館,在疫情中因為顧客減少而關了門,讓大家唏噓不已。

專注中餐館的送餐程序 Chowbus 貼心地推出了年夜飯預訂的服務,可以選擇時間,在大年三十和年初一送貨上門,但我的許多中國朋友還是覺得這樣在手機上滑動手指的冷冰冰的操作太沒有煙火氣。過去,大家都是十幾號人聚集在一個人的家里,一起動手貼春聯,一起動手包餃子,在一個大鍋里涮着羊肉片和牛肉片,這樣熱氣騰騰的人情味才像是過年。

而許多華人原本都計劃回國與家人團圓,但是執行起來也是障礙重重。

首先是一系列新的規定。比如核酸測試必須在直飛中國那一程飛機的起飛地點做檢

測,而且必須是在中國大使館指定的測試機構。檢驗的方式也有規定,必須要通過靜脈採血。而目前,從美國直飛中國的航班只有舊金山、洛杉

磯、西雅圖、達拉斯、底特律等少數幾個城市有,絕大多數人都是從其他地方飛到這幾個城市進行轉機,這就意味着他們要在這幾個城市逗留幾天,除了支付租車酒店等費用外,還要在人生地不熟的城市來回奔波。

因為中國本土的疫情又有抬頭的趨勢,雙陰證明已經不足以保證可以拿到回國的綠色健康碼,有時候需要“四陰證明”,即找到大使館認證的兩家檢測機構同時做檢測,得到兩份陰性的核酸證明和兩份陰性的抗體證明,一共四份文件。

即使是這樣,還有一道更為模糊的關卡,而這關卡是由大使館人為設定的。

1月6日,西雅圖飛中國的班級上,約有五十人持有陰性檢查結果而因為健康碼是紅碼,無法登機。拿不到綠碼的乘客有些是持有B1/B2 旅遊簽證的乘客,有些是綠卡持有者,還有少數幾位是持有學生簽證。有人出示了國內親屬的死亡證明,有人的家人拿到了綠碼,但最後時刻,大使館依然沒有放行。他們只能留在機場,有些人淚流滿面,有些人不得不讓拿到綠碼的家人上飛機,卻不知道下次什麼時候才有機會團聚。



兩周來,反而有更多的人要買票回國,票價也一度被炒得很貴。因為有些人可以順利登機,所以也有不少人抱着賭一把的心態。

“大使館說給我們提供‘雲端春晚’文藝晚會,但是誰想一個人在海外看着電腦屏幕過春節呢。如果我能陪在我媽媽病床前,握着她的手,給她做頓年夜飯,你讓我花十萬塊我也願意。”李小姐有些哽咽地說,她已經有三年零三個月沒有回國

了。聽了李小姐的傾訴,我特意去看了下所謂的“雲端春晚”,中國駐舊金山領事館的雲端春晚於2月11日大年三十在YouTube上線,一天之後,只獲得了兩百多次觀看。而節目除了官員和工作人員致辭以外,就是許多人獻唱愛國歌曲,讓人毫無觀看的慾望,也顯然不能慰藉李小姐這樣的在美華人的思鄉之苦。反而是剛剛興起的Clubhouse程序中,聚集了很多在美國而不能回國的中國人,他們開了房間吐槽中央電視台的春節聯歡晚會,也講起了各自故鄉的過年習俗。也有人們在推特上發起來曬年夜飯的接龍活動。以期在虛擬世界里找到有相似遭遇的人,彼此慰藉。

再加上,春節期間,美國中西部和東北部遇上百年未遇的寒潮,大部分地區溫度驟降,戶外北風肆虐,雨雪交加,連得克薩斯州這樣的美國南部州都面臨零下十幾度甚至二十度的低溫,有些華人社區組織的無接觸交換新年禮物等活動都被迫取消,讓這個農曆新年更加顯得年味缺缺。



華人再也不能上哈佛耶魯了?! 拜登不讓叫華人病毒把華人當病毒? 司法部為何撤回控耶魯大學招生歧視案? 發起人任加州州務卿 SCA5 會不會捲土重來?!

# 華人再也不能上哈佛耶魯了?!

作者:劉龍珠律師

美國華人小孩還能上名校嗎?! 發起人任州務卿 SCA5 會不會捲土重來?今天這個話題,如果你家有小孩,你家計劃要小孩,一定要看三遍!“種族多元化”成了旗號,司法部政策朝令夕改

今天來了個大新聞,是那些所有來美國當陪讀媽媽,是那些所有繞地球兩圈砸鍋賣鐵供孩子上名校,是那些所有來美國享受優質教育家庭,是那些所有向往自由民主平等的人士都關心的新聞:

“美國司法部主動撤銷之前對耶魯大學招生涉嫌種族歧視的起訴。去年十月特朗普政府時期,美國司法部根據諸多亞裔家長和學生提供的證據,對耶魯大學在本科生招生過程中存在對亞裔和白人的歧視行為提起訴訟,聲稱“耶魯大學每年錄取新生時,會考慮申請者的族裔和祖籍國等因素而對上百學生不公平。”川普政府去年10月向康州聯邦地區法院提出訴訟案,控告耶魯大學基於種族因素錄取新生,歧視亞裔和白人申請入學者,違反聯邦民權法。當時司法部曾指,耶魯大學招生程序數十年來一直違反聯邦民權法,作法“毫無標準且過度故意基於種族”,對非裔和西班牙裔申請者有利,卻犧牲亞裔和白人申請者;該案曾被認為是川普政府

針對大學以“平權法案”考慮種族因素錄取,所採取的最嚴厲打擊措施。

而拜登政府司法部在周三發佈的聲明里說,“基于目前掌握的事實、環境和法律進程



等因素”,決定撤銷對耶魯大學錄取新生涉嫌歧視的起訴。

劉律師分析:不同的人對法律解讀不一樣,導致這三個月同樣的法律與事實,前後不一。川普解讀“種族多元化”,認為華人亞裔子女應該與白人黑人同樣的權利和自由進入名校,受到高等教育,不能收到不公平的對待,大學

校園應該種族多元,百花齊放。”川普政府因此控告耶魯大學歧視亞裔的入學政策。

而拜登解讀“種族多元化”則認為,美國名校中亞裔所佔比例過多,常春藤學校亞裔和黑人以及猶太人很多,反而黑人很少,老莫很少,為種族多元化,減少亞裔入學率可以作為一個因素考慮。”因此就在2021年2月3日,拜登領導下的美國司法部扯掉了一個對中國人很重要的案件。

川普在任時候曾經狀告耶魯大學種族歧視,歧視亞裔學生的案件,拜登上任後,此事在耶魯大學還沒有任何回應的時候,就撤銷了案件。無論如何解讀,這個亞裔心心念念的好總統,煞費苦心選出來的好總統,這樣解讀,就意味着亞洲人隨便歧視,瘋狂歧視,中國人都是蛀蟲,不能上耶魯,名額給白人,給黑人。意味着亞裔孩子,即便德智體全面發展,賢良淑德,但因為你是中國人,你就不能上耶魯。你只能上PCC。你無論再優秀,只要看到Last name 是中國名字,就刷掉了。如果他是黑人,他不如你,他可以上。

亞裔團體搬起石頭砸自己的腳? 一些白人自發組成了平權聯盟,呼籲不能這

樣對待中國同胞,亞洲同胞。而亞裔團體很奇怪,自己面臨了歧視,對待白人學生平權聯盟,竟然高呼“我們沒有歧視”,白人學生組成了聯盟,為亞裔抱不平,這些亞裔團體居然在反抗平權聯盟的援助。另一方面,這些亞裔團體,還興奮于自己投給拜登的那寶貴一票,為了選自己喜歡的總統,犧牲了後代上名校的機會,大義滅親,那些選擇拜登的亞洲人,現在該如何和孩子交代? 難道說:“你犧牲了去哈佛的機會,換來了華人不是病毒的評論,恩澤千秋。”嗎?

劉律師指出:聯邦數據顯示,耶魯大學本科生有40%為白人,亞裔20%,西語裔14%,非裔8%,另有10%來自其他國家。擴大黑人錄取比例,減少亞裔入學,實現所謂的種族多元化,難道亞裔後代要想上哈佛,要么暴富,擁有個有1500W-2000W美金,要么破產巨窮,要么祖傳哈佛子弟,要么去非洲移民一團嗎?

我們內心是向往公平的,來美國就是為了公平與自由。但是事實不如此,如果種族平等在教育錄取方面成為了旗號,那麼我們華裔同胞為何還坐以待斃,我們華人家長華母八選,繞了地球兩圈,剛把孩子接到美國,接受好的教育,念耶魯念哈佛。但現在被打着“豐富種族多元化的旗號”,被高校名校拒之門外,被說是生性內向不擅表達,膽小羞怯。這就是我們拋家捨業來到美國想得到的嗎? 劉律師強調:科學面前,沒有顏色,技術面前,人人平等。加州理工和麻省理工大學正是因為只看成績,不看顏色,才成為世界頂級大學。如果真的採取種族多元化,減少對亞裔的招生比例,那麼學校的未來令人堪憂。你有什么看法和觀點想交流的,歡迎加入我們。

**生隆精英保險理財公司**  
**Solon Financial Group, LLC**  
 -An independent financial services company  
 Tel: (440) 519-1838 Fax: (440) 519-1878

Bo Li, CFP, ChFC, MBA  
**黎博** Cell: (440) 223-3838  
 Xin Sa, Life Insurance Specialist  
**薩新** Cell: (216) 849-7868

**Solon FINANCIAL GROUP**  
 ONE STEP AHEAD

6200 SOM Center Rd, B21, Solon, OH 44139

人壽保險——定期險,分紅險,儲蓄險,投資險  
 資金積累——個人投資規劃,小公司投資省稅,教育基金  
 財產責任——個人汽車房屋險,公司,餐館生意險

Insurance & Annuities: Prudential, American General, MetLife, ING ReliaStar, Jackson National, John Hancock, etc  
 Investments: American Funds, OppenheimerFunds, Fidelity Investments, BlackRock, T.Rowe Price, ETFs, etc  
 Securities offered through Multi-Financial Securities Corp, member FINRA/SIPC. Solon Financial Group, LLC is not affiliated with Multi-Financial Securities Corp.

**A NAME YOU CAN TRUST**  
**大克里夫兰地区专业地产经纪人**

诚信可靠 买卖房屋  
 代管房屋 装修顾问

**OwnerLand REALTY®**

Tel: (440) 655-1119  
 www.OwnerLand.com/JimChen/  
 Email: JimChen1992@gmail.com

**陈进湧**  
 Jinyong Chen (Jim)  
 Certified Negotiation Expert

RE/MAX REALTOR



# 海外華人回國迎來重大變化!事關簽證護照一定要看!

申請人須本人親自前往領區內中國簽證申請服務中心留存生物信息,偽造或由他人冒充本人留存指紋將導致申請人被拒絕進入中國!新冠肺炎加拿大疫情實時數據

注意了,所有持海外護照人士,申請簽證回中國將迎來全新措施。

持中國護照,目前在境的華人朋友,如果需要換領新護照,也需遵循新的申請步驟和方式。

## 申請中國簽證需採集指紋

2021年02月08日起,所有持海外護照人士,包括澳籍華人、其他觀光、商務簽證人士在內,申請簽證到中國都需採集指紋!

注意:申請人須本人親自前往領區內中國簽證申請服務中心留存生物信息,偽造或由他人冒充本人留存指紋將導致申請人被拒絕進入中國!

### 免指紋採集,以下人員可予免採:

- 1、未滿14周歲或超過70周歲的申請人;
- 2、持外交護照或符合中國外交、公務、禮遇簽證審審條件的人員;



3.5年內持同本護照在中國駐外使領館或簽證申請中心採集過指紋並獲發簽證的申請人;

4、十指手指均殘缺或十指指紋均無法採集的申請人。

如果你正在準備申請中國簽證,必須在網上預約,建議大家提前至少1個月申請簽證。提前在線填表,在中國簽證申請中心官網下載打印申請表(全表)並在確認頁簽字,屆時將上述材料連同護照等其

他申請材料一併遞交至簽證申請服務中心。

**在海外中國公民申辦護照**  
在海外的中國公民如果需要申辦護照、旅行證,也要遵循新的申請辦法“不見面辦理”,即在線預約及雙向郵寄。

根據駐海外各使領館領區的信息,需要登錄“海外申請護照在線預約系統”填寫有關信息,並將您的護照、旅行證預約申請遞交至領區內使領館。

在這裡也提醒大家,要選擇自己所居領區的使領館進行申請。不要跨領區辦理。

舉例:根據(駐悉尼總領館在線預約“不見面”辦照常見問題解答),一般情況下,有效期超過半年的護照可正常訂購機票、延期簽證等,不影響日常使用。疫情期間,辦理護照/旅行證優先滿足以下兩種情況:一、護照有效期不足6個月或空白簽證頁不足4頁;二、旅行證有效期不足3個月。

因為網上預約資源有限,如果護照即將過期,但近期不使用護照,不需要立即申請換發。另外,因為現在為“不見面辦證”,所以無法採集指紋。無指紋信息的護照可正常使用,但在中國邊檢入境時無法自助通關,需走人工通道。受疫情影響,請儘可能將有限網上預約資源留給護照即將到期且急需更換的申請人。如果近期不使用護照,可待辦證大廳恢復對外辦公後再來更換。

疫情期間,護照過期不影響屆時正常換照。

## 申請步驟

**(一) 在線預約打印申請材料並簽名**  
登錄“海外申請護照在線預約系統”,在線填寫個人資料,上傳照片,進入“不見面辦理”預約界面,完成預約。打印並填寫《護照/旅行證申請表》及相關附表。其他有關辦證材料請按照使領館網站公佈的“護照旅行證須知”準備。

**(二) 郵寄材料**  
在預約完畢後,將申請材料、已付

郵資的空白回郵信封等材料郵寄至預約辦理的使領館所在地址,並在郵寄信封空白處標註“護照/旅行證辦理材料”。

**(三) 視頻見面**  
未滿10歲的申請人及辦理館認為有必要的人員需要視頻見面核實身份。相關館會通過電話、郵件等方式與申請人聯繫,約定視頻見面時間和方式。未成年人視頻見面須由父母一方陪同。

**(四) 回郵辦妥證件**  
疫情期間辦理證件所需時間難以確定,且暫不接受加急服務。證件辦妥後辦理館將連同已注銷的原護照/旅行證原件(如有)及收費收據一併寄回。如無特殊情況,無需打電話催詢。

**溫馨提醒:**如您沒有預約上受理號,但確有緊急需要,可以致電所居地區所屬的領事館或發郵件至緊急申請專用郵箱諮詢。



# 海外新生兒取名要注意 否則會影響辦中國護照

姓名作為一個個體的重要符號,凝聚着父母對孩子滿滿的愛意和殷切的期望。每一個新生寶實出生後,父母都想給他/她取一個寓意美好的名字。但是,海外取名和中國內地有着截然不同的習慣,如果忽視掉這些細節,就難免會出現問題。

近日,在西班牙馬德里生活的僑胞陳先生遇到了個難題:陳先生給剛出生的兒子取好了名字,姓氏按照西班牙的當地習慣,為父姓加母姓。

結果,辦好了當地出生證和戶口本後,陳先生在大使館申請中國護照時,發現登記系統里姓氏的一欄中文只能錄入單姓……

使館的工作人員介紹說,登記系統在錄入姓氏的時候,如果姓氏為複姓,會出現漢字與拼音無法對應的情況。考慮到孩子以後可能會回國讀書、就業,護照名字的中文和拼音如果不同,可能會給孩子帶來未知的麻煩,所以使館建議陳先生給兒子改回單姓,確保姓氏的拼音與中文對應。

這下,陳先生只好再跑到馬德里的民政局去改姓,整個過程據說至少需要半年的時間……

為了避免此類情況再次發生,中國駐巴塞羅那總領館發佈了新生兒取名的相關提示,使領館提醒海外華人父母,新生兒取名這些事情不注意,辦中國護照會遇到麻煩!起名字要注意!

### 自己造的複姓不能用

不少家庭感念母親懷胎十月辛苦,並按照當地習俗,在給新生兒取名時希望使用“父姓加母姓”的雙姓。

但根據《中華人民共和國居民身份證法》公民原則上應當隨父姓或母姓。例如孩子父親叫李雷,母親叫韓梅梅,孩子可姓“李”或姓“韓”。但如果想使用爸爸姓+媽媽姓這種自創複姓,姓“李韓”或“韓李”,駐外使領館無法為新生兒頒發含有自造複姓的護照。

當然,中文姓氏中慣有複姓如歐陽、司馬、上官等是可以使用的。

### 中文和拼音必須一致

一些新生兒父母考慮到孩子未來主要生活在國外,希望為孩子取一個洋氣一些的英文名字。

### 這也是不行滴!

根據中國有關法律法規,新生兒的中文姓、名需使用國家標準簡化漢字,姓名拼音使用漢語拼音字母填寫,且二者需對應一致。如果護照名字的使用和辦理帶來麻煩。因此,使領館提醒您在當地醫院和民政局為孩子登記姓名時使用與中文名對應的拼音。

如孩子姓“趙”,取名“四”,拼音處對應為“ZHAO SI”,不能對應“ZHAO NICHOLAS”。

### 名字拼音不能加空格

根據中文拼音習慣,如某人叫“張國慶”,則他的姓名對應拼音應為“ZHANG GUOQING”,國慶兩個字的拼音連寫,中間沒有空格。

但在其他國家,有時會誤在名字拼音中增

加一個空格如“GUO QING”,或增加一個連字符如“GUO-QING”,這都不符合辦理護照的規定。因此使領館提醒您在辦理出生證明時仔細核對信息是否準確。

### 避免生僻字和多音字

有些家長為了彰顯個性而給孩子取名帶有生僻字,雖然在字典里可以查到,但在相關管理系統中卻沒有,因此辦不了出生證明和護照等證件。

但如果您已經給新生兒寶實在醫院或民政局進行了登記,且出生證明上的姓名存在以上幾種情況,該怎麼辦呢?



別着急,您可以到使領館申請辦理一份姓名領事信函,持此文件到民政局申請更改出生紙(Certificado Literal de Nacimiento)和戶口簿(Libro de Familia)上的姓名。該領事信函無需預約,可在使領館對外辦公時間到公認證窗口申請,不收取任何費用。

此外,若新生兒出生紙上的外文姓名與中文姓名拼音不一致,但確有使用外文名的需要,駐外使領館可按照出生紙上載明的外文姓名在護照備註頁上為新生兒做外文姓名加注,但不保證加注的外文姓名可正常使用。此加注如與護照同時申請,不收取任何費用。

### 中文名起的溜,英文名也別亂起

很多在國外生活的人,為了方便歪國人稱呼自己,會給自己起一個英文名。

但有些英文名在歪國人眼里,就好像是中國的“翠花”、“國慶”一樣,俗套的不行,還很容易引起笑話。

就如非著名演員 Anglebaby,這英文名在歪國人眼里是個啥樣,我想大家應該可以猜出來吧。

### “那些年我們取過的沙雕英文名”

想當初自己年少無知不懂事,信了英語老師的邪,取了英文課本里的名字,Lily、Lucy、Mary。

出國之後才知道,這和中文取二丫和小芳是一個效果,一種上世紀五六十年代的既視感。

英語國家的人名通常都是專有名詞(prop-er name)——只承擔名字功能,不作普通詞彙。只有少數例外(如 Rose、Lily),是日常生活中也使用的詞彙。

而中國人取名,注重本身的含義,習慣用「意義美好的」字詞當名字,其中很多都是漢語常用字。

所以,在取英文名的時候,很多中國人喜歡「不走尋常路」,喜歡 Candy、Lucky、Happy、Sug-

ar、Cherry 之類「意義美好的」常用詞。但在老外聽來,要么像脫衣舞女郎,要么像寵物的名字。

### 英文起名大雷區! 請注意繞行

#### 電影電視劇人物名別亂用!

想着自己取不好,那就跟着電影和美劇的人物起名。其實這是個非常奏效的辦法,但前提是你沒有選錯電影或者美劇!

如果你以 Gandalf(甘道夫)的名字行走在多倫多街頭,會有一種妻子牙到此一游的感覺;你叫 Legolas(精靈王子),歪果仁完全不會有英俊飄逸的感覺,他們會覺得你在搞笑!

電影和電視劇還好,動畫才是真正的重災區,不管你是冰雪奇緣里的 Elsa 還是 Mickey 米老鼠,起了這個名字,你就注定要忍受被歪果仁吐槽和嘲笑。

除了電影和課本,天氣或者氣象的名字最好也不要亂起,例如 August、Monday 或者 Rainy、Windy 和 Snow,村民勸誡大家,一定要謹慎,謹慎,再謹慎。

### 水果動物名字並不適合做人名

Apple、Orange、Banana、Cherry、Forest、Flower……再好吃的食物也不適合做英文名;Lion、Tiger、Panther,再威風的動物也不適合做人名。

### 褒義詞並不代表是好名字

有些同學喜歡討彩頭,用褒義形容詞當名字,比如 Lucky、Happy、Easy、Sweet、Juicy、Strong、Sunny……聽起來像寵物的名字,而且自我介紹也不方便。不信嘗試以下對話:

你:Hi, I'm Happy.

老外:????

### 疊字也不要亂用

Cici、Lulu、Coco、Kiki、Momo、Nana。英語名字很少有疊詞,聽起來很廉價。——李玟的英文名 Coco,英語國家的人不會覺得是好名字。

自己起不好,也最好別用名人的名字,尤其是神話人物的。

Kitty(凱蒂貓)、Astro(阿童木)、Zeus(宙斯)、Apollo(阿波羅)這種真的不是你想的那樣……

再比如你喜歡漫威里的雷神,起名 Thor;喜歡《權力的遊戲》中的龍母,起名 Daenerys

而這些名字在外國人看來,就如同中國的張阿貓、王葫蘆娃、玉皇大帝、如來佛祖……

還有很多男生因為崇拜某些名人,把他們具有鮮明特徵的名字挪為己用,比如 Messi、Ronaldo、Kobe、Kardashian。

想象一下,如果老外起中文名叫劉德華、張繼科、佟麗婭,你也會覺得奇怪吧。

### 中文名直接翻譯也並不可取

把中文名直接翻譯成英文,當作英文名,多數情況下不可取。比如,名字帶石或磊的,起名 Rock 或

Stone,姓錢叫自己 Money、名字中有丹,起名 Egg……

但有一些是可以使用的,使用諧音會比較巧妙

比如名字帶「蕾」的,叫 Layla,名字帶「銳/瑞/睿」的,起名 Ray 或 Raymond,都可以。

### 注意中文姓氏和英文名的搭配

普通人,起名 Bruce、Peter、Jackie,都沒有問題。

但是如果你姓 Pan,起名 Peter,就成了 Peter Pan(彼得潘);你姓 Lee,起名 Bruce,就成了 Bruce Lee(李小龍);你姓 Chan,起名 Jackie,就成了 Jackie Chan(成龍)。

### 可以直接用拼音,但要注意 X、Q、Zh

如果不想取英文名,多數情況下,直接拼寫自己的名字完全沒問題。

除非個別情況下,使用拼音會造成困擾,比如名字中含有老外發出來會變味的音,外國人經常不會念 X、Q、Zh 等拼音,比如拼寫出來容易讓人誤會,假如你的名字叫「詩婷」,拼音寫成 Shiting 就很雅觀。

雷區這麼大,怎么才能完全繞開?取一個不出錯的英文名。

今年19歲倫敦政治經濟學院社會人類學專業的一名大學生比歐·杰瑟普 Beau Jessup,也是英國的一個演員兼主持人 Lisa Maxwell 的女兒,從中看到了商機,建立了給中國人取英文名字的網站,已經賺到30多萬英鎊。

家長們只需要付幾塊錢人民幣,然後在12個性格特質中選擇五個你最希望孩子擁有的特質。

系統就會給你推送符合你期待的三個名字,每個名字還會附帶一張證書,上面寫着一整頁對這個名字的解讀,以及歷史上曾經用過這個名字的名人的簡介。

也有很多免費網站,在取英文名之前可以參考。

<https://www.bounty.com> 可以查詢你喜歡的英文名流行程度和背後的意義,也會公佈每年中最受歡迎的男生女生名字。

起名字是個技術活,而且這個名字一旦確定下來,再想改就比較麻煩了。

如果大家對起名字沒什麼信心,建議還是在寶實出生的時候,找一家專門起名的機構去資訊一下,或者查閱一些流行的名字,千萬不要因為名字而鬧出來笑話。

比如在上課的時候,親眼目睹了一位給自己起名叫 Kobe 的印度學生是怎樣被嘲笑的……你的名字還安全吧?





# 拜登為何暫對孔子學院和 TikTok 網開一面？

2月11日,在美國總統拜登(Joe Biden)和中國國家主席習近平撥打越洋電話,傳達彼此發言內容之前,來自華盛頓的一些消息讓外界提起了一些興趣。

在2月10日,拜登政府要求美國聯邦法院暫停抖音海外版(TikTok)禁令,以便重新審查這款移動應用程序對美國國家安全的威脅。同時,亦有傳聞稱拜登當局似已“撤回”此前特朗普(Donald Trump)政府時期針對中國對外漢語教學機構“孔子學院”的禁令。一些北京觀察家因此頗為興奮,認為這可能是中美關係“呈現審慎樂觀的發展趨勢”的信號。

單純從現象層面看,拜登當局此舉似乎的確顯出了溫和的一面,但總的來說,這些“網開一面”也大都是暫時的。

## 家中枯骨何足道哉

就“孔子學院”的風波而言,它的遭遇是中美文化輸出角力過程中在所難免的一部分。儘管北京方面對其投入成本高,“文化輸出”的效率低的局面極為不滿,但這不妨礙美國情報機構發佈的報告認為,中美關係是一種全球性的“意識形態對決”。

對此,美國前總統特朗普即在2018年8月簽署國會通過的《國防授權法案》(NDAA)後,要求美國國防部終止資助設有孔子學院美國大學的中文旗艦項目,很快,即有15所美國大學因此封殺“孔子學院”。

到2019年6月和2020年3月,美國參

議院一致通過了俗稱“孔子法案”的《對各國資助美國大學校園機構的關切法案》和《孔子學院透明法案》,徹底限制了該機構在美國的行動。考慮到,中國政府內部同樣對於孔子學院的財政投入和工作效率感到不滿,北京方面還在2020年7月將該機構從官方直轄轉為民間基金會運營。至此,這一曾在2002年後一度代表中國“大外宣”的機構已由此逐漸改變身份,它在北京眼中的重要性也在不斷下降。

事已至此,外界或許也可以理解拜登當局在確立後,為何“悄悄”撤回特朗普政府時期有關要求美國的學校及大學披露其與“孔子學院”的合作關係的法令。從程序層面上說,這可能是拜登上台後廢除特朗普政府末期行政案行動中的一部分;從實質操作層面看,它也顯示了拜登當局已經認識到了“孔子學院”現今可能無足輕重,宛若家中枯骨的地位。

2020年7月後,“孔子學院是中國海外宣傳機構重要組成部分”的地位已發生了改變。

到2月10日,白宮方面在接受採訪時即稱,此前部分美國媒體有關撤回規定的報道恐嫌不

實”。這也是可以理解的,考慮到美國朝野在特朗普時期就不掩飾對中國尤其是“孔子學院”等機構的懷疑態度,拜登政府又怎么可能輕易放下對“孔子學院”的限制呢?在重重限制之下,美國對“孔子學院”少捆一根繩子和多捆一根繩子又有什么区别呢?

## 網開一面的真相

至於拜登當局在TikTok問題上的懷柔,這種動作更像是一種延遲。環顧美國司法部在向聯邦法院提交的文件,外界只能發現一點,即拜登政府也要審查它,也要就TikTok對美國國家安全的威脅”評頭論足一番。此外,目前拜登政府對TikTok和其他與中國科技公司有關問題的審查甚至還沒有一個具體的時間表。

有關TikTok命運的問題,已經成為從北京到華盛頓最熱的議題之一

拜登政府看起來是講規矩的,是注重商業利益的,不會像特朗普政府那樣,既要勒索中國企業,又要勒索美國企業;不僅要求禁止該移動應用程序,還要和相關利益方將其瓜分。

特朗普集團的行為邏輯可能是基於勒索而來。譬如其貿易戰就是要勒索各國企業。美方此舉

是在徵收“邊境調節稅”,即對全部輸美商品加徵20%關稅不成後才開始向他國索要關稅,藉此平抑美國國內赤字。而拜登集團相對而言作為老牌政客,可以採取妥協、讓步或交換的談判策略,這一切比起前任自然是相當的利好。

從某種意義上來說,拜登政府如果對TikTok網開一面,這種看似寬容的做法可能與TikTok背後依託的華爾街投資者集團有很大關係。

TikTok依託的母公司字節跳動公司背後有紅杉資本(Sequoia Capital)、海納(SIG)、老虎基金、泛大西洋資本(GA)等活躍在華爾街的投資巨頭。這些資本大鱷在美國大選前支持拜登,並在選後取得了拜登團隊中的位置,譬如美國銀行、推特、Youtube、紅杉等企業均有相關人士在拜登麾下。作為利益交換,拜登也有必要向盟友輸誠,而對TikTok的懷柔就屬於其中相對合理的一環。

當然,環顧中美大勢,留給拜登的選項也是有限的,中國的國內生產總值(GDP)從2001年加入世貿時只及美國13%,到2021年的今天已增至超過七成,未受特朗普的貿易施壓打擊。美國對這個快速崛起的競爭對手進行打壓遏制,以繼續維護美元霸權、主導多邊規則、獲取最大經濟利益是長期目標。中國成為美國最大挑戰的這一現實也是一目瞭然。既然中國的發展無法停止,拜登的“網開一面”也終究只能是暫時的。

# 拜登總統祝賀農曆新年 在華人社區引起截然不同的反響？

2021年2月12日是農曆大年初一,白宮播發了拜登總統夫婦祝賀農曆新年的視頻。在這兩分鐘的視頻中,拜登夫婦首先祝賀農曆新年快樂,然後強調在新冠疫情出現的越來越多的針對亞裔的種族歧視,騷擾和仇恨的言論甚至攻擊,指出這些是違反美國精神的,每一個人,無論族裔,信仰,語言,都應該受到平等尊重,因此他在1月26日就簽署行政命令,指示聯邦機構打擊針對亞裔美國人的種族歧視言論和行為。最後,拜登夫婦祝願牛年給所有人都帶來幸福,健康和繁榮。

拜登總統夫婦祝賀農曆新年視頻在華人社區的截然不同反響

這本是一段極為正常的視頻,以往的總統在農曆新年都會發表類似的問候和祝福。但是令筆者詫異的是,到目前為止,竟然有超過一萬個踩。

筆者隨意在YouTube搜索了一下,看到四個奧巴馬祝賀農曆新年的白宮公佈的官方視頻:

2010年2月12日,奧巴馬祝福虎年,258個點贊,36個踩。

2012年1月19日,奧巴馬祝福龍年,超過1200個點贊,141個踩。

2014年1月31日,奧巴馬祝福馬年,267個點贊,46個踩。

2015年2月18日,奧巴馬祝福羊年,682個點贊,74個踩。

但是看不到川普關於農曆新年的視頻,唯一有的是伊萬卡帶著她的女兒在2017年2月2日到中國駐美大使館參加春節歡慶活動,而且這個視頻不是白宮的官方視頻。

不過,谷歌蒐尋,可以找到2019年2月6日白宮公佈的川普祝賀農曆新年。因此,還是可以斷定白宮祝賀農曆新年的傳統一直是持續的,無論黨派。

但是今年的拜登的祝辭視頻引發反響,與往年看來非常不一樣。點贊與倒贊的比例竟然高達26K比10K。而且昨天晚上筆者第一次看這個視頻的時候,點贊與倒贊是9.2K比6.3K,於是加入轉發行列,讓更多的群友看到。到目前為止按照正常邏輯,我們可以作出判斷:

點贊與倒贊的,絕大部分都是亞裔,而且是以華裔為主。

因為倒贊一方竟然有那么多,引起點贊一方的急起直追,才反超。

那么倒贊一方為什麼要這樣做呢?筆者在一個家長群看到以下的對話,發言者的名字換為漢語拼音字母,以尊重隱私,時間是昨天晚上東部的時間。

XL 22:54 點贊才被人看不起,支持一個偷選票的總統,是非不分,華左最噁心!

XL 22:55 點踩沒商量!

XL 22:56 左派政客瘋狂反川,不擇手段!偷選票竊國成功,卻還要繼續迫害川普和正義人士!實在邪惡無底線!

XLI 23:22 那幫人在全美大亂時給黑命貴下跪,混淆是非黑白,惡化法制秩序環境,置勤勞守法的華人于非常不利的境遇。現在戲子們給亞裔拜年了,看把有些人給激動的

XL 00:01 看看偽總統簽的那些行政令,他們是有多恨美國呀,不毀了美國不罷休啊!而且,大過年的,不要看臟東西(偽總統和偽付總統),因為看見他們不吉利!

DH 00:07 就事論事,總統和總統夫人在反對歧視亞裔,我點了 &#128077;&#127799;即便白思豪做了好事也應該給 credit

從以上發言中可以看到,倒贊的基本上可以肯定是支持川普的華人同胞,他們依然認為

拜登當選是通過大選舞弊,其次是將Black Lives Matter 故意翻譯為“黑命貴”,而不是“黑人的命也是命”。

關於2020大選結果,可以從五個方面來考量。

拜登以美國歷史上最高普選票8100萬,超過川普706萬,選票人票306比232,優勢明顯。

拜登以明顯優勢獲勝,但是民主黨在眾議院選舉中卻輸掉了12席位,儘管民主黨眾議院選舉獲得的普選票比共和黨多了473萬普選票。總統候選人和眾議員候選人都是列在同一張選票上的,因此說明全國範圍有233萬選民支持拜登反對川普,但是在眾議院選舉投了共和黨。如果有一方進行大規模舞弊操作,就不可能出現這樣的分票結果。

選舉是由50個州和華盛頓特區的選舉局各自執行的,選舉結果一般由每個州的州務卿和州長簽署,其中超過半數的是共和黨人擔任州務卿和州長,例如翻藍的亞利桑那州和佐治亞州。特別佐治亞州點票三次結果,都是確認拜登獲勝。

前聯邦司法部部长巴爾是川普欽點任命的,對川普忠心耿耿,但是在2020年12月2日指出沒有大規模舞弊的證據。

根據今日美國USA Today2021年1月6日的報道,川普團隊總共發起了62個大選舞弊訴訟,61個敗訴,這些判決既有來自民主黨任命的法官,也來自共和黨任命的法官,包括特朗普任命的聯邦法官。

最後,再讓我們看看除了川普以外共和黨的最重要的四位領袖的關於2020年大選結果發言。

前副總統彭斯在1月6日國會受到攻擊之後:今天是黑暗的一天...感謝所有的執法人員平定了暴亂,我們以最強烈的態度譴責暴力...暴力永遠不會得逞...全世界將見證我們的民主...我們在這里捍衛憲法。事實上,那些攻擊國會的暴徒不僅高呼吊死彭斯,還建起了一個絞刑台。而且幸好特勤護衛將副總統彭斯及其夫人和女兒及時撤離,暴徒們當時距離他們不到100英尺。

參議院共和黨領袖麥康奈爾,(Mitch McConnell,R-Ky)肯塔基州聯邦參議員,目前共和黨國會最高級別的官員,過去四年里一直支持川普,先後發表三次講話。

第一次,1月6日在國會受到攻擊之前...沒有證據顯示大規模的選舉舞弊足以改變這次大選結果。。我們不能變成吃了興奮劑然後無視憲法地宣佈自己是全國選舉委員會推翻各州的選舉結果。全國選民,各級法院和各個州選舉局都已經在確認了這次選舉的結果...如果我們推翻它們,將永遠損害我們的共和國...如果這次選舉被失敗者的單方面指控所推翻,我們的民主將進入死亡漩渦。

第二次,1月6日在國會受到攻擊之後:我們國會不會屈服於暴徒和威脅,我們會履行憲

法賦予我們的神聖職責,在今天晚上完成對這次大選結果的認證程序,尊重全國選民的選擇。這些暴徒企圖破壞阻止我們的民主程序,他們的叛亂失敗了。

第三次,在1月19日:攻擊美國國會大廈的叛亂暴民是川普和其他當權者挑撥煽動的,這些暴民被喂飽了謊言,他們試圖利用恐懼和暴力來停止國會聯席會議對選舉人票數的認證以確認喬·拜登在總統大選中獲勝。明天1月20日的就職典禮將會安全成功,權力和平過渡這一傳統將會繼續。

另外,美國聯邦眾議院議員伊麗莎白切尼(共和黨在眾議院黨團的第三號領袖)在今天的福克斯新聞周日接受採訪中說:“關於選舉被盜或選舉被操縱的說法是謊言,人們需要明白這一點。”

共和黨眾議院共和黨領袖麥卡錫1月13日在眾議院還明確指出:“有人說1月6日的騷亂是由安提法造成的。絕對沒有證據表明這是真的,保守派應該是第一個這樣說的人。”

面對支持川普的華人同胞以上的表現,筆者有以下幾點感想。

首先,以上列舉的事實證據,足以說明拜登當選總統是民主選舉的合法結果。如果到此依

然相信川普關於大選舞弊的謠言,這只能說明喪失了對客觀事實最起碼的認知能力。

其次,拜登總統夫婦祝賀農曆新年,體現多元族裔多元文化,自由平等寬容共榮的價值理念。我們在美華裔是絕對的少數族裔,更是唯一被聯邦立法排斥的族裔(1882年排華法案),而且至今依然面臨各種各樣的種族偏見,歧視和暴力事件,沒有多元文化的價值理念的保護,就無法安居樂業。拜登總統為此簽署了反對歧視亞裔言行的行政命令。相比之下,川普及其團夥無數次故意使用“China Virus”,“Chinese Virus”,導致這一年來針對亞裔華裔的種族歧視事件明顯上升。對於每一屆總統的各項政策,每個人有不同的看法,非常正常。但是如果與奉行白人至上主義的政客者站在一起,無異於與虎謀皮,被人賣了還幫着數錢,可謂喪失最基本的理性。

第三,逢年過節,本應是喜慶和祥,其他族裔的人向我們表達祝福,這是友好善良的表示,按照最基本的禮儀,我們應該致謝回復。我們中華文明一直以禮儀之邦著稱,但是如此多同胞的倒贊,這就喪失了起碼的禮儀,也對我們整個在美華裔社區也造成非常負面的印象。

還想支持川普的華人同胞們三思。最後向各位讀者拜年祝福,牛年吉祥!

## 繼續圍觀:拜登新春祝福華人成爲另類民意調查

原創:美華視角

拜登2月12號在油管的白宮官方頻道上貼出一個暖暖的向美國華人和亞裔祝賀新春的兩分鐘視頻。在這個視頻里,拜登和第一夫人除了向華人和亞裔表達新春祝福,還譴責了過去一年針對華人和亞裔的種族主義攻擊。但視頻發佈後出現了意想不到的結果,這個充滿善意的視頻卻成了2020大選華人挺川反川之爭的延續,引發了一場油管點贊和點踩的大戰,凸顯美國大選雖然結束,但因為川普造成的分裂卻依然如故,無法彌合,華人社區亦不例外。

那么這個視頻是怎麼回事,這場點贊點踩大戰又是怎麼開始的?

事情還要從AADC (Asian American Democratic Club) 主席羅玲發給AAPI(Asian American Pacific Island)的創辦人之一和現任副主席Bel Leong Hong的一個電郵說起。在這個電郵里,羅玲特意提出希望拜登能借農曆春節之際給華人和亞裔發個節日祝福,Bel Leong Hong隨後通過DNC向白宮轉達了這個建議。

但是令羅玲和Bel Leong Hong都沒想到的是拜登給出的答案是一段經過精心準備、精心製作的兩分鐘視頻。眼尖的朋友則從視頻的背景佈置中找出多個中國元素,顯示拜登夫婦爲了這個視頻一定做足了準備,當然這些中國元素的佈置大概率是第一夫人的傑作。

這個視頻於2月12號正式發佈在油管的白宮官方頻道上,立即引發華人朋友在微信群和社交媒體轉發。也難怪,經過四年川普時代美國華人終於迎來一個對華人和少數族裔

充滿尊重的總統,過去四年高懸在少數族裔頭頂的白人至上種族主義陰霾終於散去,而這個精心製作並選擇在華人和多數亞裔最重視的節日里發佈的問候正是這個變化的最佳體現。

然而,令人意想不到的事情發生了。晚上7點左右一個帖子開始在微信群里轉發,立即引發群友情緒爆炸,一個美國總統充滿善意的視頻居然引來惡意點踩,完全令人意想不到。一場點贊點踩大戰由此爆發。

"拜登總統大年初一祝農曆新年賀辭。一開始點[ThumbsDown]的竟然比點[ThumbsUp]多很多,讓我們亞太裔特別是華裔一起來大力轉發點贊?? <https://youtu.be/rfJr5ksFBgo> 走起!"

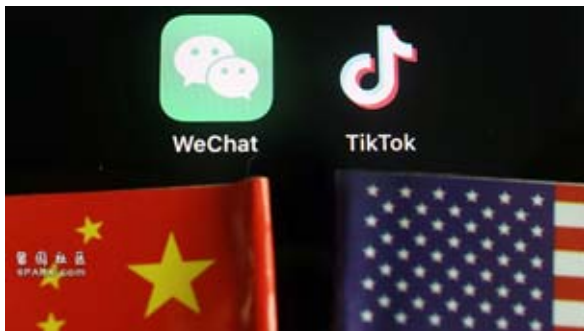
羅玲和AADC大群的朋友迅速行動起來動員微信群朋友前去油管註冊點贊。最初的動員帖也變成多個版本在微信群里流傳。大約兩個小時的時間里視頻統計從一千多點贊對將近四千點踩迅速超越到五千八百點贊對五千六百點踩。隨後點贊數量逐漸拉大和點踩的距離,並一直保持點贊比點踩高出兩倍半的差距。這個比例似乎也正好反映了華人選民挺拜和挺川的比例。截止到本文發稿時爲止,點贊和踩的比例3.6萬點贊對1.4萬踩,保持大約兩倍半的差距。

而在華人挺川群里,此事也不斷發酵,各種動員挺川華人前去拜登視頻點踩的信息也不斷在挺川群里轉發。

一個來自美國總統和第一夫人在農曆新年善意滿滿的視頻居然引發一場社媒的點贊點踩大戰,至今沒有停下的跡象,而且隨着關注此事的人越來越多還有繼續升級的趨勢,實在令人吃驚。想必拜登夫婦和白宮工作人員在製作這個視頻的時候肯定想不到這個視頻會成爲華人社區另類民意調查。

目前華人圈這場點贊點踩大戰依然在繼續。如果您不想做旁觀者,請點擊下面的白宮官方視頻頻道的新春祝福視頻表達您的立場: <https://www.youtube.com/watch?v=rfJr5ksFBgo>

社媒時代會有太多想不到事不斷地發生,您做好思想準備了嗎?



we wish you happiness, health, and prosperity.



# 用畫筆祝福中美關係的于成松先生

浦瑛



于成松先生筆下的吉米卡特和鄧小平



于成松與浦瑛在飛虎隊陳納德將軍巨幅畫像前



于成松和陳納德將軍女兒

在中國新年來臨之際，畫家于成松先生帶着家人朋友在八達嶺手拿百米橫幅標語祝賀中美友誼，祝福97歲的原美國總統卡特新年快樂健康長壽。于畫家代表和自己一樣願中美兩國友誼天長地久的人們做了一件很有意義的事情。

2020世界面臨疫情，改變了經濟文化和中美兩國的關係。目前來看，作為21世紀全球兩大強國，中美既是夥伴又是對手。現在美國仍是全世界頭號經濟強國，在國際政治舞臺上也扮演着決定性角色。中國經濟騰飛，中美之間關係密切而複雜。作為百姓希望看到的是和平相處，這也是于畫家的目的與目標。于畫家感謝卡特家人，對美方對中國新年的祝福表示感謝。

2015年，我參加休斯敦美南新聞舉辦的紀念二戰活動，認識了于成松畫家和來自中國的支持中美友好使者。于畫家1958年生，四川省西充人，一級美術



師。中國美術家協會會員。中華環保任四川省南充市文化館美術工作者。創造出獨特的綠新畫種，中國美術家協會原主席吳作人先生命名“複合油版畫”。1989年被授予有突出貢獻的拔尖人才稱號(享受國家專家待遇)。

于成松重要作品：1990年，共青團中央、中華全國總工會在北京舉辦《于成松畫展》，1993年，應人民中國出版社等單位之邀，用獨特的複合油版畫藝術形式，潛心創作《中國風光畫集》。該套系列畫集共35卷

(台灣省二卷)。2000年，中國文聯(外發278號)報經國務院台灣事務辦公室(交流字1036號)批准，以該套畫集為載體，以台灣中華兩岸世紀發展協會邀請“于成松藝術交流訪問團”赴台學術交流，收集《中國風光畫集·台灣卷》創作素材為契機，中國國際文化交流中心、中國文聯、中國國家博物館、北京市人民政府台灣事務辦公室、中國風光畫集編務辦公室等單位在北京人民大會堂、天安門廣場、西藏布達拉宮廣場、北京八達嶺長城、海南省海口市、三亞市天涯海角風景區、廣東省廣州市舉行了重要的大型歷史性活動：“中華魂《中國風光畫集·台灣卷》海峽兩岸萬人簽名百家寄語徵集活動”和新浪網民寄語活動。另外在國家外交部的支持下，于成松發起舉辦了“和平·發展·友誼《中國風光畫集·台灣卷》徵集世界百位元首、著名人士新世紀寄語，祝願美麗中國早日統一”活動，得到了多位外國元首和駐華大使的友好回應。



于成松先生接收浦瑛採訪

在中國辛醜牛年春節前夕，2021年2月9日上午，北京八達嶺水關長城，藍天，暖陽，更奇特的是基本無風。

春節福祖拜年傳福活動倡導者、著名畫家于成松攜家人和朋友30余人拉舉“春節福祖拜年啦！向為中美友誼作出重大貢獻的吉米·卡特先生拜年！祝您身體健康！春節快樂！向天下追求和平美好的人們拜年！祝春節快樂！吉祥如意！”



## 世界著名肖像畫家中美民間友好使者 于成松攜朋友在北京長城給卡特拜年

中英文百米橫幅、捧舉《習近平與卡特》《鄧小平與卡特1979》藝術

瓷屏、春節福祖落下閣畫像，和特製的春節福祖紀念九鼎(國窖1573紀念酒鼎)，向卡特老人拜年。

活動現場，在中央美術學院附中學生於其安用英文敬頌“春節福祖拜年啦！向為中美友

誼作出重大貢獻的吉米·卡特先生拜年！祝您身體健康！春節快樂！”的帶領下，眾人齊聲用中英文高呼“祝您身體健康！春節快樂！”

2月10日22時，于成松與美國卡特中心在北京與美國卡特中心視頻拜年。

卡特中心馬美真女士代表卡特總統夫婦及卡特中心全體員工向于成松畫家、他的家人及所有參加活動的中國朋友拜年。在視頻會上，陶行知教育基金會理事長蘇新穎說，在世界八大文化遺產地之一的地方，為一位國外老人舉行盛大的祝福新春拜年活動，這是人類文明史上第一次。2021/02/13 香港衛視





# 美國老人烏托邦城 13 萬人入住 徹夜狂歡

來源：英國報姐

或許很少有人知道，美國佛羅里達州中部無垠的土地中，隱藏着一個幾乎等同于“天堂”的地方。

像進入烏托邦一樣，沒有痛苦，沒有家庭煩惱，一切都積極向上，每天只會發生好事。你可以盡情享受 100 個娛樂中心，89 個游泳池、11 個狗狗公園、一個馬球場、50 個一望無際的高爾夫球場，14 家雜貨店、2700 個社交及興趣俱樂部和連綿的別墅區。



這里夜夜笙歌，交友輩素不忌。這里就是奧蘭多西北 70 英里處的 "The Villages" (直譯“村莊”)——世界上最大的退休養老社區，面積超過曼哈頓。村莊擁有自己的廣播電台、報紙和電視頻道，就像是一座擁有私人政府的國中國。

13 萬富裕的美國老年人在此過上紙醉金迷的生活，沒人害怕失業、衰老、疫情、家愁、國難、死亡...

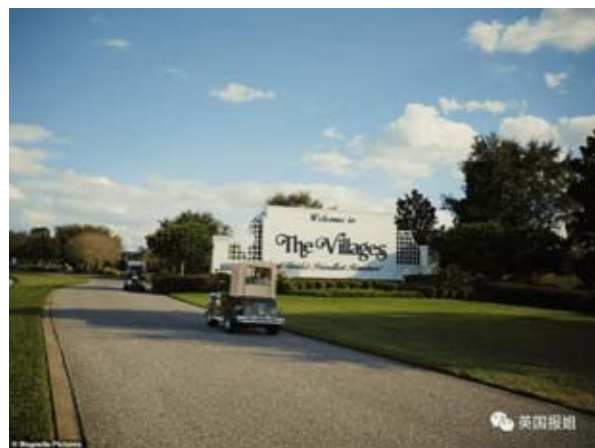
但這座洋溢着幸福的烏托邦的背後卻隱藏着種種黑暗，它的存在，本身就是對美國最無情的諷刺。

## 13 萬人活在烏托邦的美國人

這座佔地 33000 英畝的“村莊”由億萬富翁家族莫爾斯建造。他們的定位很明確，給老年中上階級建造一座他們夢想中的城市。

如今的美國老年人，絕大多數都出生在二戰後的嬰兒潮時期，也就是 1946-1964 年生人，所謂的 boomer 一代。這代人生長在美國最輝煌，國力和經濟都最難以匹敵的時代，大部分人的童年青年比起現代年輕人要輕鬆太多。

而隨着時代的改變，美國再也不是 boomer 熟悉的繁榮景象。看着如此多中上階層老年白人拿着大筆的退休金無處可去，莫爾斯家族發現了商機——將一個普通的養老社區，包裝成 boomer 的美國夢社區。



說是社區，但這裡與美國的其他地方完全割裂。這裡的 78 個小社區所有的別墅、建築，都是六七十年代的模樣，這裡有許多歐洲殖民時期的街區，甚至有 50 年代才會見到的海報和標誌性建築。

這里綠草如茵，可以終日在棕櫚樹和沙灘海風中沉醉。

人們口中說着上個世紀的流行語，聽着上個世紀的音樂。這里只接受 55 歲以上的居民，甚至不允許他們不到年齡的家人暫住。boomer 們與同代人在停止流動的時光中，徹夜不停地派對和娛樂。

早上 11 點就開始的酒吧促銷時間，高爾夫球場上隨時可以打到心滿意足。

每月每人都要交 164 美元的娛樂活動費。社區會給他們提供 200 多種娛樂學習項目。老年的你可以免費學花樣游泳、空手道、肚皮舞、園藝、做火車模型。

如果你喜歡披頭士，單口喜劇，喜歡戲劇和寫作，或者喜歡縫紉甚至燒玻璃都能找到自己的社團。

每周三晚上，會有“廣場舞”時間，老頭老太太可以盡情跳舞，不用怕被投訴。

一名住戶說：“這里的興趣社團多到就像去上大學一樣，每個人都可以成爲他們想成爲的人。”

生活也絕對便利，村莊有美國大城市中擁有的一切設施：不重樣的餐廳、酒吧、夜總會、禮品店、珠寶店、教堂、電影院、沃爾瑪、醫院，數不清的中老年熱愛的服裝品牌店。

一切的通行都可以用高爾夫球車來進行。球車有點像咱們的老年人代步車，不過速度更快，外形被改裝成了悍馬、Hot rod、tank 等深受歡迎的樣子。

這里的老人都不是買不起真悍馬的人，但他們覺得，只要住進來，就根本沒必要再出去，既然如此，買車做什麼？

你人生的最後幾十年，就將在這樣的夢境中度過？根據美國人口普查局的數據，2010 年至 2019 年間，這里的人口激增 37.8%，超過美國任何一個城市。村莊一直在擴張，平均每月就能出售 250 套新房和 200 套二手房，但還是無法滿足 boomer 們火爆的需求。

一個男人正開着高爾夫球車說：“這里的一切都那么正能量，你看不到貧民窟，看不到死亡和毀滅，看不到謀殺，也看不到熊孩子。”

世界其他角落髮生的苦難，美國正經歷的浩劫，在村莊之外子孫的安危，一切與他們無關。村莊是給 boomer 們建造的迪士尼樂園，是赫胥黎筆下，吃一顆唆麻才會進入的“美麗新世界”。

唆麻是美麗新世界中的一種藥物，吃後會進入幸福的幻境

但正如所有反烏托邦小說那樣，任何一個標榜自己爲天堂的地方，都共存着荒誕與陰暗。鎖住 13 萬人的美國夢泡沫後，當無盡的享樂成了毒藥，又會發生什麼？

## 年輕人更糜爛，偉哥一顆難求

村莊的住戶，不光永遠留在了美國的黃金年代，也永遠留在了自己的黃金年代。這里天天都像美國校園青春片里一樣，從酒吧出來的醉漢倒成一片，每個人都有七八個情人，整夜 party。

每天只有：休閒——狂歡——休閒——狂歡。即便是疫情期間，排隊也不會停歇。衆所周知，天堂是沒有新冠的(手動狗頭)。

不過這倒是也不太令人驚訝，畢竟住戶們青年時經歷了嬉皮士文化的鼎盛時期。他們在這里回到了 18 歲，把村莊當成了生命最後一次狂歡。

村莊以開放的性活動著稱。20000 多名單身或喪偶老人，圍繞着三個大廣場進行社交。

從晚上 6 點到 9 點，女士們穿着性感的上衣、不合適的短褲和平底鞋眼觀六路，男士們在酒攤附近徘徊尋找約炮對象。夜里十點後，一群 60 到 70 歲的大爺大媽還在晃晃悠悠，邊走邊往嘴里灌酒。

玩法也非常花哨，热衷于換妻盪交的夫婦在家里召開派對。男的把各家的球車鑰匙扔到一個碗里，抽到那家的鑰匙，就和哪家交換妻子。

而他們的老婆就在車上等着“驚喜”。約炮的信號還有很多。比如在球車的天線上插一個絲瓜，

比如穿紅色鈕扣的衣服或金色的鞋子，比如把襯衫的標籤露在外面，都是代表你正在尋求肉體關係的信號。

所以黑市里的偉哥也成了村莊的第一熱銷品。住戶貝琳達表示，如果你不喜歡這樣的生活，那的確



英國報姐

很累，因爲到了晚上，很可能只要一轉眼，丈夫就多了 8 個炮友。

迷亂、無度放縱的生活，讓《紐約郵報》稱這里爲“老年病的原爆點”(原爆點：指大規模爆炸的中心點)。

而作家 Blehman 則開玩笑到：“每天晚上都是周六夜，大家都在猜下一個懷孕的會是誰。”

這樣以性和酒精包裝成的幸福世界，導致了村莊里真正想獲得安寧，想要找到老伴的老人遭到無盡的打擊和排擠。

Barbara 是一個來自波士頓的寡婦，因爲夢幻般的廣告詞在 12 年前搬進村莊。幾年後她厭倦了村莊里虛假的生活，一心想回老家做個正常人，可如今已經心有余力不足。

Barbara 到了村莊後，曾經有喜歡上一位男性。但對方卻充分融入了村莊的生活，每日與不同的女性大跳艷舞。十二年了，內向的 Barbara 仍然無法融入村莊，也得不到村莊承諾的，膚淺的幸福。

## 沒有壞新聞的虛幻世界

當鏡頭對準這里的俱樂部，無盡的酒精狂歡、舞蹈、迪斯科音樂都是真實生活的假象。這個不真實的天堂，住着真實的生活支離破碎的人，與這座樂園形成強烈的對比。

“我認爲當你住在村莊時，你就進入了一個角色，每天你需要扮演快樂的自己，假裝自己生活在一個幸福的世界，你是這座烏托邦的演員”。

這里的環境是假的。模擬舊時代西部、南方奴隸制時期，或西班牙殖民的風格就像是走在環球影城。

這里的歷史是虛構的。莫爾斯家族用民間傳說和“喝了一瓶威士忌後編出來”的故事，讓所有居民相信他們住在一個輝煌充滿故事的古城，而不是商業樓盤。

這里的新聞是假的，也不能說全是假的，因爲這里只允許播報好消息。村莊專屬的報紙和電台不會播報窮人、壞天氣、死亡率、新冠、民主黨的好消息。

電台的標語上寫着：“不指責，不抱怨”。正能量二字就像村莊里的高爾夫球車一樣無處不在。每天早上，廣播站都要用一句“又是美好的一天”開場。

在這里拍攝紀錄片的導演說：這里我們所屬的真實世界似乎並不存在。他們有自己的內部電視台和報紙，只播報正面新聞，比如村莊房價上漲和某對夫婦的結婚紀念日。他們的電台只播放上世紀五六十年代的音樂。

他們只能和想法類似的同齡人接觸。boomer 這一代普遍認爲後代的年輕人都是垃圾。他們認爲現在的年輕人“佔用資源，自私自利，是社會的寄生蟲”。集體聚居更加重了這種想法。

同樣加重的還有白人至上、排外等保守主義。村莊里 98% 的居民都是白人，70% 是共和黨人。2016 年就開始搖旗支持川普。

對於他們來說，那

句“make America great again”過於誘人，這是他們美國夢與現實世界的唯一延續。只可惜，除了關於川普的好新聞，他們不關心一切負面消息。

去年 6 月，2000 名居民開着球車支持川普，並大喊“白人力量，白人領導”。

“村莊故意在他們的世界和我們的世界之間製造了一道牆。”正所謂無知即力量。不管是環境、文化、還是 6 位數的房價。

在到處都在逼你快樂的村莊，人們不敢不快樂，也沒有能力去思考、批判、質疑。

Kincer 夫婦搬進來後，丈夫仍然感覺不到幸福。於是每天吸食大麻和可卡因，以及一些暫時不違法的精神類藥物。他說，讓人們到這就爲了避免思考，逃避真實生活中遇到的問題。

搬進村莊時，你就買下了一種生活方式和規定好的身份。每個人都會暗示自己，我花了這麼多錢來到一個幸福的地方，就一定要做個幸福的人。



如果做不到一直幸福，那你必須離開，以免掃其他人的興。

一旦進入村莊，你是誰，退休前做過什麼都不重要。每個人都是平等的“幸福人”，每個人都能享受同樣的設施，無論你是花 10 萬還是 100 萬買的房子。

你們共享同一套價值體系，共享同樣的公共設施，也遵從於同一個家族的規章制度。

不像大部分美國的獨棟住宅區，有着極大的裝修自由。在這里，任何細枝末節的東西，都在村莊管理人員，或者說莫爾斯家族的掌控範圍內。

重新給房子刷漆需要董事會批准，顏色只能在規定內選擇，每個車道不許停超過兩輛車，每輛車每周只能用兩次。

禁止安裝電視天線，衛星天線。花園的植被要按照規定統一造型，不能隨意養喜歡的植物。

草坪上不許放任何裝飾品，聖誕節萬聖節也一樣，所有人，都要一樣。

你也不能實現寵物自由。規定聲明每家只能養一條狗，體重不能超過 40 磅。

這些所有的規定，都會在搬進來的一刻由一本《指南》詳細列出。它甚至會要求每一個住戶定期用漂白劑清理窗臺。

如果不遵守這些準則，將會被處以罰款，並成爲鄰居中的賤民，受到排擠。

“之所以吸引這么多人住在這里，是因爲這些人希望別人告訴他們該做什麼、如何生活。”



13 萬人用錢買來了極端同質化的生活，追求着需求金字塔最低端的快樂，身處災難，卻漠視一切災難。

莫爾斯家族利用 boomer 一代對美國盛世的懷念，建造了一個用錢就能買來的烏托邦。現在他面向 boomer，將來會不會有針對所謂 90 後、00 後的新美式烏托邦呢？

但無論如何，烏托邦並不存在。無論他們相信與否，整個去年，他們幾十公里外的世界，有無數人因無知而死去，因相信陰謀論和歧視陷入混亂。與此同時，也有無數想要逃避現實的人，正在拼命擠入村莊，繼續選擇無知與幻想。

疫情期間的村莊正在蔓延的村莊，逃避人性與災難的中老年，站在矛盾爆發交叉口的美國...村莊的出現，告訴我們，現實已經像《黑客帝國》那樣，給出了人們選擇一顆藥丸吃下去的權利。

有時會感到不安和殘酷，活在現實中的“紅色藥丸”

保持愚昧，過着無知幸福，虛幻生活的“藍色藥丸”

美麗的監獄和不完美的現實之間，你會怎麼選擇呢？

對於他們來說，那

英國報姐





# 從小診所到世界頂級醫院之二：夢想起飛

俄州亞太聯盟 同語軒 Author 杜玫

歷經百年,至今仍在,是現在的 T 樓。默默站在周圍的高大現代的建築群里毫不顯眼,也不違和。



Better care of the sick, investigation of their problems, and further education of those who serve.

## 2 夢想成真?The Dream Takes Shape?

從最開始,Cleveland Clinic 就不是一個簡單意義上的門診,而是一個脫胎於全新理念的醫學中心,一個有教育和科研加持,致力於病患服務的非營利性的醫療機構。



其一,四位創始人既是業界大咖又是一戰老兵,都曾經擔任早期美國醫學會的主席,其格局和視野毫無疑問是廣闊而高遠的。醫學的迅猛發展,醫生們必須或多或少地依賴於其他專業的醫生的知識和技術來為病人提供更好的服務,所以多學科合作成為必然趨勢。

其二,創新是克利夫蘭診所的 DNA,是流淌在血液里,銘刻在骨子裡的。完全不同于當時醫生單獨行醫的模式,戰地醫院的高效協同工作提供了一個可以借鑒的模型。這個模式是變革性的,各學科通力合作、醫生年薪制、醫生主導加專業管理人員輔佐。從第一天起,沒有股東也沒有分紅,所有的人都拿着固定的薪水,包括創始人。而且,醫生的年薪跟他們帶給診所的收入沒有直接聯繫。在最開始那幾年里,創始人們自己捐款籌建診所,而且用私人財產做作為抵押。董事會確保所有的這些以及以後的所有財產都永遠不會成為任何私人的財富。

在開業典禮上幾位創始人醫生講述了建院宗旨和目的。總結起來就是:我們要救治病人,要教育和培訓年輕醫生並幫助他們發展,還要不斷探索創新。我們考慮的不僅是對今天的病人的責任,還要同樣地考慮對明天的病人的責任。

“Better care of the sick, investigation of their problems, and further education of those who serve.”

建院目的並不是要跟家庭醫生們競爭。相反,是要建立一個普通家庭醫生可以把病人送來會診的醫療機構。

1921年2月21號,正式簽署法律文件。2月26號舉辦了開業典禮。2月27號開門迎接了1500名來訪者。2月28號正式接待病人,有42個病人來就診。



最早的診所是這棟四層白色大樓。



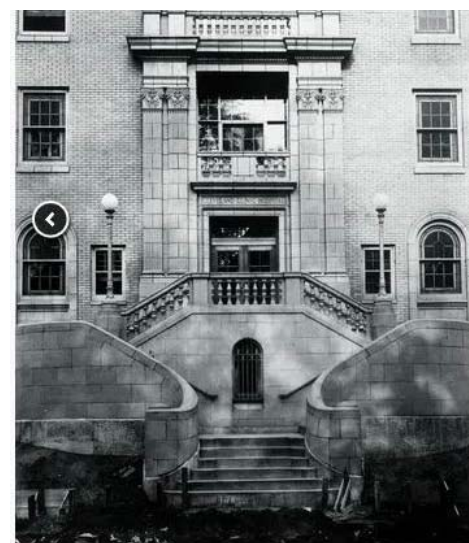
### 診所大樓內部

從第二層一直到四層天花板,是天井一樣的結構(上圖)。周圍雕梁畫棟的拱門後是各種診室,環繞着中間一方開闊天地。陽光,直接穿過樓頂的玻璃照到二樓中央的主候診室,灑在漂亮的瓷磚地板上。醫生辦公室和診療間都直接通到二樓的候診區,其間有走廊相連,還可以走到到陽臺上。一樓是放射科、臨床實驗室和藥房。在四樓有一個專門的藝術和照片室、編輯辦公室、檔案室、圖書館和會議室。除此之外,還有 Crile 醫生的生物物理實驗室。也就是說從最開始的時候,這裡就有着診療、教育和各個部門。

公眾張開雙臂熱情擁抱克利夫蘭診所的出現。地方很快就不夠用了,1922年,創始人買下了周圍的土地和四棟房子,用作醫院和放療室。



在 1924 年建成了另外一座有 184 張病床的醫院。



### 醫院大門入口處

然而,這些還是不能滿足需求,克里夫蘭診所的病床似乎總也不夠用。到 1928 年的時候,這種短缺變得尤為明顯。於是他們開始興建另外一家有 275 張床的醫院。生物物理實驗室也太小了,因為科研工作也在不斷地擴展,所以,另外建了一個八層的科研樓。



1922 年的外科手術準備室



1925 年,住院醫和護士

### 最早的實驗室

當時,診所的建築不僅設計經典而且都是防火的。寬敞的候診室,明亮的天窗,檢查室合理佈局,如果需要進一步診療,醫生們會親自帶着病人去見下一個醫生。



1923 年,放射科醫生在讀片



1922 年,員工們在診所外候車,參加醫院組織的年度



野餐



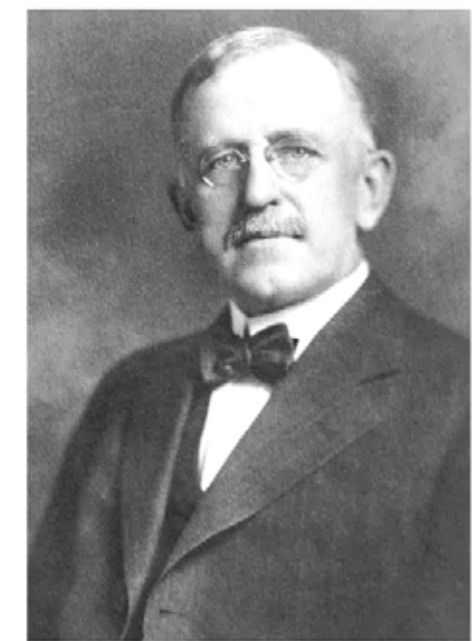
醫院頂層露台,這個頂層露台也是傳統之一



1923 年,住院醫和護士

### 1925 年,住院醫和護士

1928 年,看起來還很健康而且照常工作的 Bunts 醫生,突然死於心肌梗塞。他的去世讓所有認識他的人都感到極為震驚,震驚之餘,是深切的悲痛。12 月 5 號,Bunts 醫生的葬禮舉行。他德高望重,有着高山仰止的人品和成就。他是一個既可以交心也可以交流思想的人。他從來沒有自滿過,他也從來沒有任何出格的事。一個很年輕的醫生接替了他的位置,他後來成為了他那個年代最出色的外科醫生之一。



Dr. Frank E. Bunts 1861-1928

### 德高望重,高山仰止。

1921-1928 年,新成立的診所一片欣欣向榮。持續增長的對門診和住院部服務的需求,推動了克利夫蘭診所的發展壯大。醫務人員在增加,各個科學的力量也在不斷增強。它擁有很多在那個年代最頂級的醫學人才,增加了內分泌科,而那個時候,這個學科還處在嬰兒期,但是發展很快。在這個時間段,外科越來越專業化,細化出了骨科和神經外科。它接待了許多來自當地、全美各地和國外的病人和來訪者。



1930 年,院區建築群

### 生活如此美好,未來一片光明,直到一場滅頂之災突然襲來。美國醫療史上最慘的悲劇即將上演。

生活如此美好,未來一片光明,直到一場滅頂之災突然襲來。美國醫療史上最慘的悲劇即將上演。

下一集:滅頂之災,還原歷史事件。













周瑜(圖中者,攝于長沙)



Chinese volunteers

# 俄亥俄州立大學“語言文學文化中心”辦網絡“春晚”

李敏儒



Rebecca Bias 博士(圖左一)

辛醜牛年春節,首先給您送上一張“全美中華語言文化聯盟/全美東亞語文資源中心”的賀卡,祝您及家人過個快樂、健康、和睦的(Happy, Healthy and Harmonious)牛年春節。再給您獻上一副春聯:“人世從世眾世和睦;牛年祥年壽年吉祥。橫批:牛人興旺。”承蒙同事兼好友李國慶教授不棄,筆走龍蛇,化腐朽為神奇,使拙聯拿得出手,在下十分感激。最後奉上一台俄亥俄州立大學 Hagerty 大樓的網絡“春晚”。

從 2007 年起,我們就開始在本中心所處的大樓(Hagerty Hall)舉辦慶祝春節的活動。每

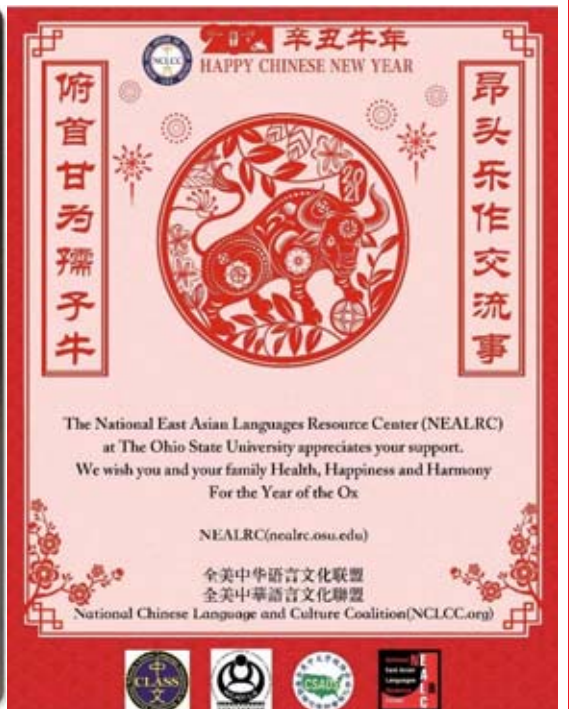
年都有一兩百人共度新春佳節。時光荏苒,今年已是第十五屆。由於疫情,大樓里肯定不能辦了。同事 Rebecca Bias 博士從 2007 年就與我及其他同事在 Hagerty Hall 一起辦春節活動,于元月二十六日建議今年改為網絡慶新春。與俄州大同事合作進行文化交流活動,我最高興的就是同事們有興趣、有熱情,一起來慶祝春節,共同建設一個和睦多元的社會。

中華文明是世界文明的一部分。我在這里不是個人去推廣或弘揚,而是與同事們一起有商有量,合作達到共同目的,共享人類文明。我馬上去聯繫節目。我們請來了書法大師李國慶教授

寫春聯,武術大師高森及其學生展現精湛的武術,高森大師的“川劇變臉”,古箏大師李婧雯演奏“錦鯉抄”,剪紙大師趙文鳳表演剪窗花,俄州大“好聲音”大賽冠軍得主王欣睿唱“大魚”,俄州大 Diva 舞團及 J2K 舞團獻上熱舞。網絡突破了時空限制。除本地人才外,我們還請來了印地安那州的琵琶大師李佳、明尼蘇達州的二胡大師謝振剛、月琴大師胡梅,通過李佳引薦,還請到了日本的琵琶大師王

曉東及夫人吉元美意子。在此對他們的無私奉獻表示誠摯的感謝。2019 年我有幸認識了家鄉“瑜樂團”的靈魂人物周瑜,他專注于用東西方音樂來表達中國題材,我非常感興趣。這次他允許我們使用他創作、瑜樂團演奏的“絲路” Silk Road,表示感謝。感謝 Mr. Sujan Manandhar 和楊揚的技術支持。

請欣賞這台有特殊意義的異國“春晚”。  
<https://u.osu.edu/lunarnewyear/events>



金牛報春,在全球華人歡度新春佳節之際,俄亥俄州哥倫布市的美國華人決定把慶祝農曆新年的快樂分享到更廣泛的社區去。亞太聯盟俄州分會 (Asian Pacific Islander American Public Affairs, APAPA)和俄亥俄華人協會 (Ohio Chinese American Association, OCCAA)強強聯手,開啓了一項新的春節傳統:為無家可歸收容所人員提供熱騰騰的中餐,藉此傳播中國文化,也把我們節日的喜悅分享到需要幫助的人群中去。

自 2020 年初百年一遇的疫情肆虐,食品短缺問題成爲美國社會面臨的嚴峻挑戰之一。食品救助機構的捐助來源出現顯著下降,然而需要幫助的人群卻大幅攀升。APAPA 和 OCCAA 響應美國華人聯合會 (United Chinese Americans, U-CA)的號召,在 2020 年的五月亞太裔傳統月,開展了“全美華人愛心中餐日”活動,為無家可歸者以及戰鬥在抗疫第一線的醫護人員和警察機構提供美味的中餐。此舉得到俄州華人社區包括克利夫蘭、哥倫布和辛辛那提等主要城市華人的熱烈響應,我們不但籌措到捐贈熱餐所需資金,更爲救世軍 (Salvation Army) 和食品銀行 (Food Bank)籌措到超過 1 萬美元的捐款。

下面是相關活動的幾篇報道:  
**哥城華人愛心中餐日紀實**  
**盒盒中餐 顆顆愛心**  
**彙集成流 無堅不摧**  
**華人愛心中餐日:**  
**母親節的愛**

## 春節愛心餐,真情暖人間

哥城華人 俄州亞太聯盟

“愛心中餐日”活動樹立了華人熱心公益,關心本地社區的形象,加強了華人社區和主流社會社區服務機構的聯繫,增強了我們對主流社會的影響力,也爲我們將來和其他社區的合

供 300 份熱餐。贈餐組織者們立刻兵分兩路,一方面向華人社區發起籌款倡議,另一方面積極聯絡餐館,落實訂單。

一年以來,俄州華人社區已經多次慷慨解

選的三十幾大盤熱騰騰的中餐準時送到 Van Buren。黑椒雞柳、牛肉西蘭花、炒飯、炒麵都是廣受歡迎的中餐菜品, Van Buren 的餐廳工作人員欣喜不已。在中餐之外,志願者們還送去了近 1 萬只一次性口罩和 48 瓶消毒洗手清潔液。

目前,新冠疫情仍然形勢嚴峻,但我們希望在華人社區歡慶新年之際,當大家在享受這個快樂祥和、充滿希望的時刻,能讓更多的社區來分享農曆新年的精神。在此我們倡議全美華人一起加入到這個春節新傳統:在農曆新年爲需要幫助的社區送去愛心中餐,展示華人關愛社區的情懷,宣揚中華文化,讓主流社區對華人社區更加瞭解和支持,讓這個新傳統成爲美國華人慶祝農曆新年的標誌性活動之一。2021 年是牛年,牛代表着力量,堅韌,忠心和財富。相信我們一定能衆志成城,扭轉乾坤,戰勝新冠病毒,恢復生活原本的美好。祝大家闔家安康,快樂美滿,恭喜發財,牛年大吉。在此特別鳴謝以下捐款個人:

Y. LuY. JiaJ. LengG. ShenH. LuoH. YaoK. LingL. ChenW. WangX. YuanY. ZhangW. ZhaoY. DengF. TangG. WangH. ChenH. QiuL. CaoN. LiT. HuangY. MuZ. ShenZ. Li



作交流打下了良好的基礎。5 月的活動給我們這次春節活動提供了成功經驗。從我們決定給無家可歸者贈餐到中國新年只有一周的時間。鑒于時間緊迫,我們將目標定爲一家收容所: Van Buren Homeless Shelter。Van Buren 是全美最大的無家可歸收容所之一,每天可向最多 800 人提供食宿服務。該收容所的宗旨是儘快幫助住戶安頓到永久住址,致力於從根本上解決無家可歸問題。當我們提出贈餐意向後, Van Buren 考慮到我們的負擔,建議僅向女生部提

囊。2020 年社區爲抗疫捐贈數十萬元。近期許多人爲資助幾位被起訴的華人教授,再次大力相助。“我們是不是還能夠得到大家的支持?”一組織者們心中並無把握。然而廣大華人總是在最需要的時候挺身而出,伸出援助的手,短短一周就籌集到近千美金,基本解決了 300 份熱餐的資金來源。“衆人拾柴火焰高!”一聽着來自捐款人的留言,我們堅定了這個倡議將取得成功的信心。2021 年 2 月 12 日,農曆新年如期而至, APAPA 和 OCCAA 的志願者們把精心挑





《望江南》七首

多年遍游神州，年來因疫情止步，情生懷念。辛醜年春節將臨，以此致意各處的至親好友，恭祝新春快樂！身體健康！闔府安吉！盼早日相見！

人不見，相見是還非？農家別院瓜果累，家常小菜酒一杯，情誼兩行淚。

人不見，相見笑還哭？雲翔寺前肉包鋪，香花橋畔雙塔豎，蘊藻水清無。

人不見，相見苦還甜？自釀美酒居家宴，靜謐綠翠西郊院，旗袍裹嬋娟。

人不見，相見喜還悲？南街古雅麻花脆，馬場小樓藏權貴，河沿夜色美。

人不見，相見樂還愁？寬面泡饃串牛肉，秦磚漢瓦盛唐都，旌旗古城樓。

人不見，相見歡還憂？麻婆豆腐小鍋粥，三星都江上古游，諸葛稱武侯。

人不見，相見悅還怨？六朝金粉唱秦淮，石城虎踞又龍蟠，皇氣紫金山。（每首指一處，想必一猜就中）

2021年1月29日于匹茲堡女兒家

《孤鸞》立春

寒報偏準，風雪一時來，隨處飛紛。烏帽遮鬢，倉忙破襖添襯。俯看窗外僻路，白絮印，雀鳥爪痕。道邊披紗老梅，居然細蕾嫩。

立春到，酷寒需暫忍。便再有風雪，莫作擊呻。

清掃欄杆，尋猜春意多怎？切勿怠慢春意，寒意回，春意誰問？謹即端立梅下，待花亂翹。注：(翹 ben 同飛)

2021年2月2日于維羅納自寓 (翌日立春)

《阮郎歸 道邊一樹冬梅待放》

一冬梅素迎酷寒獨開，不與百花爭春。天邊江水西流長，灰雲遮夕陽。月映殘雪色如霜，依稀似故鄉。

杈桠紫，細蕾黃，殷懃待芬芳。無為寂寞嘆悲涼，任誰來日狂。

2021年2月5日于維羅納江畔道邊

《思遠人》

今匹茲堡華人社區舉辦網絡春晚，每逢佳節倍思親也。

紅日白雪春意初，萬里望天舒。亂雲飛渡，歸雁去無，誰攜我尺素？

思念不盡強忍住，無奈寫此書。寫到別來事，卻又無語，

都在情深處。 2021年2月6日于維羅納自寓

辛醜年(2021)初一日感懷

庚子世界大疫，延辛醜未見了期。未將新桃綴新歲，卻與舊曆續舊年。親朋多禮證身老，唯求涵蓋合坤乾。

注：涵蓋合坤乾—佛教語“涵蓋乾坤”，原指天地混成無間。後指語言詩文契理或專志一心而絕無雜念。

2021年2月12日于維羅納自寓

《二郎神》

辛醜正月初三日，黃昏江邊散步。憶過往事，思今時局，夜竟不寐...

嶙嶙寒蘆，晃動江水依舊。向夕陽余暉影里，展縮身姿更瘦。寂寞年節終過了，再挨到傷春時候。知明日，依然老，馮唐易白首。

回頭，不堪往昔，悲情總又。久游異域尋自由，卻遇鬼魅合後。星淡月黯夜不寐，倚軒窗，不解衣釦。向闌殘雪分外淨，解愁唯酌杯酒。

2021年2月14日農曆年正月初三日(是日逢西方情人節)于維羅納自寓小樓

《蘇幕遮》

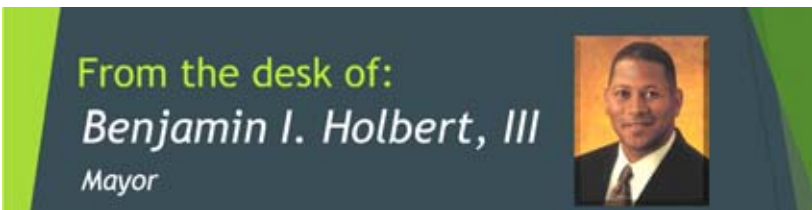
辛醜正月初五，凌晨始大雪，至午方住。即攜寬窄鏟，鏟自家門前雪。

按此地法律法規，雪止時應當即鏟除私人房產或樓宇外人行道之冰雪，以防行人滑倒。否則將對不慎滑倒者負有賠償責任。余每次需鏟清四棟沿街樓前約150米之人行道，鏟清後還要撒鹽防滑。自去歲入冬以來，已鏟除約八次較大積雪。

樓後巷，樓前路，依然雪來，依然雪又住。一派白茫無盡處，白遍天涯，白遍天涯樹。

窄鏟推，寬鏟掘，莫叫溜滑，莫叫溜滑步。身衰力薄意乃篤，鏟鏟有看，鏟鏟有看處。注：掘：讀 ku，揚起。

2021年2月15日(是日辛醜正月初五日)余維羅納自寓小樓



Hello, Today, Americans celebrate Presidents Day. The Federal holiday was established to recognize the birthdays of President George Washington and Abraham Lincoln. Both men were born in the month of February. Washington and Lincoln were deemed to be two of the nation's greatest leaders. They provided pioneering management and proved to be a guiding force for the populous. Conversely, both had detractors. Yet, Washington and Lincoln's commitment to the Republic were undeniable. President Washington was quoted as saying, "The Constitution is the guide which I never will abandon." More likely, most school children are probably more familiar with Mr. Lincoln's statement, "A house divided against itself, cannot stand." Yet divided we often find our nation and local governments. History books suggest, Washington had many political enemies, some who were jealous, and others who cast blame against the President for things he did not do. Massachusetts governor John Hancock snubbed Washington suggesting as governor he had more importance than the president. Furthermore, some critics assailed Mr. Lincoln in political cartoons describing him as an ape. Senator Joseph McCarthy of Wisconsin accused President Eisenhower of being a communist. On September 9, 2009, during a joint address to congress by President Barack Obama which was nationally televised, Congressman Joe Wilson of South Carolina shouted "You lie!"

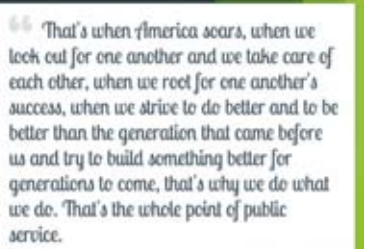
President Obama was outlining his proposal for reforming health care. Political derision has always been rough on leadership. Many believe the Presidency deserves respect. How far can one go to demean a leader before it actually becomes demeaning to the office? Is anything fair game? Is it okay to lie about them? What are the limitations?



Our nation is led by the President, and local governments are led by Mayors and City Managers all who have difficult jobs and task. The work is often thankless and tedious. While citizens should expect government leaders to cooperate for the greater good of those that are served, that principle is



not always the result. Following the State of the Village address, Feb 11, 2021, a Woodmere employee inquired why I did not use my platform to assail those who have attacked me, in print and in public? Simply put, I choose to never diminish the sanctity of this office by responding to every insult, groundless accusation, and assault on my administrative agenda. President Obama famously stated: "When America soars, when we look out for one another and we take care of each other, when we root for one another's success, when we strive to do better and to be better than the generation that came before us and try to build something better for generations to come, that's why we do what we do. That's the whole point of public service." Servant leadership is my calling; I choose to do it with dignity, honor and my respect for the office of mayor. We salute Presidents Day; we recognize the significant sacrifice and accomplishments to advance our nation from George Washington to Joe Biden Jr. God bless, and God bless the United States of America. Respectfully, Your Mayor Benjamin I. Holbert, III



美國總統日一般指總統日(英文:Presidents' Day)聯邦節日,美國的10個法定節日之一,定在每年二月的第三個星期一,與陣亡將士紀念日,感恩節等享有同等地位;每年的這一天美國人都會用一些特殊的方式來重溫歷史,緬懷人們心中備受尊敬的偉大總統,學校和家長也會在這一對孩子進行愛國主義教育,讓他們瞭解和熟悉美國的歷史。中文名總統日外文名 Presidents Day 節日時間每年二月的第三個星期一節日類型聯邦節日流行地區美國節日意義瞭解和熟悉美國的歷史說起美國的"總統日",人們一般想到的就是美國歷史上兩位偉大的總統,這就是喬治·華盛頓和亞伯拉罕·林肯,因為他們不但是最受美國歷代人民尊敬和愛戴的兩位總統,而且剛好都是出生於2月。喬治·華盛頓



喬治·華盛頓 1732年2月22號生於美國弗吉尼亞州。在獨立戰爭中,華盛頓作為大陸軍總司令,率領

殖民地人民浴血奮戰,迫使英國于1781年宣佈投降。1789年,華盛頓被推選為美國第一任總統。在兩屆總統任內,華盛頓為這個新生國家的鞏固做出了巨大貢獻。最高法院、國務院、財政部以及政府其他重要機構都是在華盛頓當政時設立的。1797年,華盛頓功成身退,拒絕擔任第3屆總統,為美國確立總統內閣制、廢除世襲制起到了決定性作用。由於華盛頓為美國獨立做出了卓越貢獻,他深受全國人民愛戴,而他的生日2月22號就成為全國性的節日。因此"總統日"的正式名稱也被定為"華盛頓誕辰日"。

亞伯拉罕·林肯 亞伯拉罕·林肯于1809年2月12號出生在肯塔基州哈丁縣一個伐木工人的家庭,先後干過店員、村郵務員、測量員和劈柵欄木條等多種工作。1860年,林肯當選為美國的第16任總統。林肯當政期間,親自起草了具有偉大歷史意義的《解放黑奴宣言》草案,也就是後來的《解放宣言》,並領導北方軍隊在1865年贏得了美國南北戰爭的勝利。1865年4月14號晚上,林肯在華盛頓福特劇院觀劇時遭到刺客槍擊,第二天清晨與世長辭。華盛頓和林肯都是美國歷史上值得尊敬的偉大總統。1968年,美國國會通過一項"星期一節日法案",將華盛頓誕辰紀念日挪到2月份的第三個星期一。當時有個提案要將這個節日改為總統紀念日,紀念生日在2月12日的林肯總統,但遭到否決。後來美國國會通過了統一假日法案,將兩者合併,取兩位總統生日的中間日子,而這一假日也推而廣之,包括了所有已故的總統。因此美國總統日就定在了每年2月的第3個星期一。據說1971年當時的美國總統理查德·尼克松(Richard Nixon)就曾號召要把這一天定為紀念日包括自己在內的所有美國總統的節日,但是因為美國是一個兩黨制的國家,代表一個政黨的總統無論作出多大的功績都顯而易見的難以被另一個政黨完全接受,所以直到現在"總統日"在官方文件中仍常被稱作"華盛頓誕辰日"(Washington's Birthday)。

有關於美國總統日

有關於美國總統日



# 爭取 10 萬人簽名,為華裔青年陳智博討回公道,請發動更多人參與



2020年12月30日,19歲的賓夕法尼亞華裔青年 Christian Hall 在一座高架橋上被警察連開數槍擊斃。當地警方隨後聲稱警察是在 Christian 持槍威脅警察的情況下開槍。可是有路人偶然拍下來了當時的視頻顯示警察開槍時他已經高舉雙手,對警察完全沒有威脅。

請為無辜被警察槍殺的 19 歲華裔簽名請願書 <https://act.bencrump.com/a/christian-hall>

美國警察濫殺無辜已經成為一大社會問題,事發後偽造證據掩蓋事實也成了“常態”。此文深刻揭露了美國警察文化的問題所在。

美國華人華僑聯合總會(ACUA)辦公室啓  
請為陳智博 Christian Hall 維權。

### 事件導讀

2020年12月30日,賓州發生了一起州警察在高速公路,槍殺華裔青年案件。

從案件的網絡現場視頻看,該華裔青年在現場已經舉起雙手,但仍被警察槍擊。

在美國,警察暴力執法已經成為社會頑疾,去年的多次全美暴亂皆由此引發。

黑人居民發起的 BLM 遊行響徹全球,爭取族裔平等的聲音得到了社會的重視。如類似事件發生在華裔居民身上,而不了了之,會危害到未來華裔居民的安全生活。

華裔居民需要讓美國司法體系對事件,給出公證的判決。

### 警方說法

賓夕法尼亞州 19 歲華裔青年陳智博,英文名:Christian Hall;去年 12 月 30 日疑似抑鬱症發作,走上高速公路意圖輕生,警方接獲通報到場。警方說法是,他一度舉槍對警員,後來聽命把槍放在地上,但又突然拿起槍,不肯配合警方命令,所以州警才對他開槍。

### 事實情況

根據目前瞭解的情況:死者家庭的代理律師克隆普(Ben Crump)發佈的一段視頻顯示,影片中 Christian 雖一度舉槍,但隨後高舉雙手求饒,警方卻開槍了。該視頻為高速公路橋下目擊者提供,警方說法與目擊者提出影片似乎有出入。

律師接受媒體採訪時也表示,當地警方沒有說實話,所做之事也與公平正義相悖,目擊者拍

攝的視頻顯示,陳智博當時已舉起雙手,沒有對警方構成威脅。

死者的母親表示,死者有精神問題,需要幫忙,“他當時正在尋求協助,警員沒幫他,反而還開槍殺了他。”

### 陳智博簡要背景

陳智博為母親 Fe Hall 和丈夫 Gareth Hall,在 2002 年 10 月赴中國上海領養。陳智博小時被診斷有「注意力不足過動症」(ADHD)和「反應性依戀障礙」(RAD),常要尋求他人的肯定。

或為去年爆發的新冠疫情,加重了陳智博的情緒障礙,他還因確診新冠被迫隔離兩周等。

### 維權通道

賓州記者會譴責事件 討論維權工作  
“抗議賓州警察暴力槍殺陳智博行為記者會”

Solemnly condemn the Police violence in Pennsylvania, Steven Wong is inviting you to a scheduled Zoom meeting.

2:30pm to 4:00pm 2/9/2021  
Join Zoom Meeting  
<https://zoom.us/j/2661356678>

MeetingID: 266 135 6678  
One tap mobile  
+19292056099,,2661356678# US (New York)  
+13017158592,,2661356678# US (Washington DC)  
Dial by your location  
+1 929 205 6099 US (New York)  
+1 301 715 8592 US (Washington DC)  
+1 312 626 6799 US (Chicago)  
+1 346 248 7799 US (Houston)  
+1 669 900 6833 US (San Jose)  
+1 253 215 8782 US (Tacoma)  
Find your local number: <https://zoom.us/u/aY-hX3NEks>



# 這個襲擊 91 歲亞裔老年的凶手抓到了 政府回應

最新消息顯示,此前華裔明星吳彥祖聯合韓裔影星金大賢懸賞 2.5 萬美元尋求的嫌疑人,抓到了。

這起懸賞是針對一位襲擊 91 歲亞裔老年人的男子。

根據統計數據,自 2020 年 3 月 19 日至 12 月 31 日,美國相關組織累計收到針對亞裔美國人的種族主義和歧視報告超過 2800 起。

當地時間 2 月 12 日,美國副總統哈里斯就最近針對亞裔美國人的暴力襲擊激增事件回應稱,“我們必須繼續致力於打擊種族主義和歧視行為”。

儘管如此,在美國前總統特朗普屢次將新冠病毒稱作“中國病毒”(China Virus)的背景下,亞裔美國人的處境仍不容樂觀。

由於警方逮捕了嫌疑人,吳彥祖和金大賢提供的 2.5 萬美元將捐贈給各個社區,以及那些關注亞裔美國人遭受暴力襲擊的組織,例如“停止對亞裔美國人的仇恨”(Stop AAPI Hate)及“仇恨是一種病毒”(Hate Is A Virus)等。

亞裔美國人遭襲擊事件頻發  
據美國哥倫比亞廣播公司報道,當地時間 2 月 8 日,現年 28 歲的雅哈·穆斯里姆(Yahya Muslim)因襲擊亞裔美國人被逮捕。目前,仍在保釋期間的他再次面臨攻擊、毆打和虐待老人等 5 項指控。

案件經過還要追溯到當地時間 1 月 31 日,當天中午 12 時左右,一名 91 歲的亞裔男子在加利福尼亞州奧克蘭唐人街附近行走時,遭到穆斯里姆的襲擊。

根據現場視頻,穆斯里姆從背後將這名老人推倒,導致老人面部朝下摔倒在地,隨後穆斯里姆就走了。當天,穆斯里姆還用同樣的方法襲擊了另外兩人,分別是 1 名 60 歲的男性和 1 名 55 歲的女性,受害者為華人夫婦。

隨後,這幾段視頻在社交媒體上流傳,引發大量關注。華裔明星吳彥祖開始聯合韓裔影星

金大賢在社交媒體上發聲,並懸賞 2.5 萬美元尋求該男子信息。吳彥祖表示,“我們必須做更多的工作來幫助數以千計的美國人,他們遭受了這種毫無意義的暴力行為,我們必須站出來。”

經過多方努力,當地時間 2 月 8 日,加州舊金山灣區阿拉米達縣警察局局長勒羅·阿莫斯特朗表示,已經逮捕了發動 3 次襲擊的嫌疑人穆斯里姆。

阿拉米達縣地方檢察官南希·奧馬利表示,“此前犯罪率均有上升,這並不是唐人街或亞裔社區獨有的。但是,在過去 2 周時間里,僅奧克蘭唐人街附近,就記錄了 18 起針對亞裔美國人的犯罪,這一數字有了非常具體的上升。”

為了防止亞裔美國人再次遭到襲擊,奧馬利已宣佈成立一個特別應對單位,專門負責針對亞裔美國人,尤其是年長亞裔的犯罪。

吳彥祖在其最新一條關於亞裔美國人遭到暴力襲擊的帖子中呼籲,人們應在關鍵時刻保持團結。

美國副總統呼籲打擊種族主義



當地時間 2 月 12 日,美國副總統哈里斯就上述案件回應道,“我們必須繼續致力於打擊種族主義和歧視行為。”

哈里斯在推文中寫道,“新冠疫情期間,針對亞裔美國人和亞洲移民的仇恨犯罪和暴力事件激增,所以我們的政府已經採取行動來解決這些攻擊。”

還有一些政客注意到了這一問題。當地時間 2 月 11 日,美國國會亞太裔核心小組(CAPAC)主席朱迪在一份聲明中表示,“隨著農曆新年的來臨,這是一個充滿文化自豪感的時刻,也是數以百萬計的亞裔美國人共度佳節的時刻,但唐人街襲擊案件的增加,給我們的社區產生了令人不寒而慄的影響。”

眾議員朱迪表示,“自新冠肺炎疫情爆發至今,‘中國病毒’和‘功夫流感’等言論給亞裔美國人帶來了恐慌和憤怒情緒,美國疾病控制中心和世界衛生組織曾多次呼籲不要發出仇外言論。儘管如此,美國前總統特朗普和一些共和黨人仍然堅持利用這一說法,來轉移他們對危機發出錯誤判斷的注意力。雖然特朗普已經卸任,但他煽動的反亞裔種族主義情緒仍在高漲。”

據美媒 CNBC 報道,當地時間 2 月 8 日,有記者就美國總統拜登是否看過上述視頻進行提問,白宮新聞秘書詹·普薩基表示,“我不知道他是否瞭解這些案件的情況,但是,他對歧視亞裔美國人的行為十分擔心,拜登總統也反對任何形式的襲擊,並且認為這些是不可接受的。”

CNBC 還指出,當地時間 1 月 26 日,在上任幾天後,拜登曾簽署

一項行政命令,旨在消除針對亞裔美國人的種族主義和仇外心理。在談到針對亞裔美國人的敵意時,拜登表示,“這不能接受的,而且也不是美國人應該做的。”

分析稱反亞裔情緒高漲與特朗普言論直接相關  
據《紐約時報》報道,2020 年 3 月 19 日,美國亞太政策與計劃委員會(A3PCON)、平權行動組織(CAA)和舊金山州立大學亞裔研究系發起了一項運動,旨在追蹤和應對針對亞裔美國人的暴力和歧視事件。

根據統計數據,自 2020 年 3 月 19 日至 12 月 31 日,該運動累計收到針對亞裔美國人的種族主義和歧視報告超過 2800 起,其中,大約 71% 為口頭攻擊,身體攻擊佔 8.7%。

舊金山州立大學亞裔研究系主任 Russell Jeung 表示,加州出現襲擊亞裔美國人的事件已經非常普遍,但這仍然可能是“冰山一角”,更多事件尚未得到報告。他還指出,數據顯示,60 歲及以上的亞裔美國人受到身體攻擊的比例很高,女性也是如此。

美國哥倫比亞廣播公司報道稱,在新冠疫情背景下,亞裔美國人遭到襲擊的頻率激增,反亞裔情緒高漲。分析人士認為,這與特朗普發佈的種族主義言論有直接關係,一些襲擊者受到相關言論的影響,對亞裔美國人表現出強烈的敵意,甚至模仿特朗普發出“中國病毒”一詞。

平權行動組織(CAA)聯合執行主席 Cynthia Choi 曾在 2020 年 7 月接受採訪時表示,“來自美國最高職位的種族主義言論,正在給亞裔美國人的生存環境帶來威脅。”



## 注冊會計師事務所

### National Tax and Accounting Inc

公司地址: 92 Northwoods Blvd, STE A, Columbus, OH 43235  
中英文電話: 614-962-0868 郵箱: fred@nationaltax.net 微信號: Nationaltax

成立於 1999 年,具有豐富的稅務和會計經驗,人力資源雄厚,價格合理。多年來為公司、個人提供完善、精準的稅務申報和其它會計服務,為客戶合理合法省稅。

事務所提供以下服務:

- \* 個人稅務申報
- \* 公司會計服務
- \* 員工工資及相關稅務
- \* 公司稅務申報
- \* 公司稅務計劃
- \* 公司成立登記註冊

## M&M 律師和會計師事務所

168 Dorchester Square, Suite 207, Westerville OH 43081  
電話: (614)358-3590 傳真: (614)358-8572 微信: MTang\_OH 郵箱: tangming@tanglawoffice.com



**唐鳴, 移民及稅法律師**  
Ming Tang, Attorney  
親屬移民, 工作移民, 投資移民, 入籍, H1/L1, 政治庇護, 出庭, 豁免, 上訴, 高中及大學留學

**Mary Sun, CPA**  
注冊會計師  
公司個人報稅, 公司註冊, 會計稅務, 財務報表, 酒牌申請, 生意買賣

## 哥倫布綜合醫療中心

### Columbus Center for Integrative Medicine

地址: 2931 Donnylane Blvd., Columbus, OH 43235  
614-760-0622 (英文) 614-506-3135 (國語) [www.ohio-ccim.com](http://www.ohio-ccim.com)

內科 婦女保健  
家庭科 移民體檢



**李柯娃 醫師**  
Kewa Li, M.D. Board Certified  
美國內科專家文憑  
俄亥俄州行醫執照

中醫 針灸  
推拿 理療

提供優質醫療服務  
接受各種醫療保險  
優惠自費病人  
可當天預約  
周六預約應診



**陶煉暉 醫師**  
Lian H. Tao, D.Ac. Board Certified  
美國中醫針灸專家文憑  
俄亥俄州中醫針灸醫師執照

## 李侑真 Jane Y. Lee 國語, 英語

移民和商業法律師 Immigration & Business Lawyer  
614-452-4915 Cell Call to Schedule an Appointment

服務包括: 家庭移民, 工作移民(H-1B&L), 入籍申請, 投資移民(E treaty), 豁免申請(Waiver), 庇護

**PETERSON CONNERS LLP**  
545 Metro Place South, Suite 435, Dublin, OH 43017  
Web: [www.petersonconners.com](http://www.petersonconners.com); [www.attorneyjanelee.com](http://www.attorneyjanelee.com)



## 一站式的服務, 省心又省錢

### State Farm Jonathan Yu 辦公室

Yu Ins and Fin Svcs Inc  
Jonathan Yu, Agent  
1930 Crown Park Ct, Ste 140  
Columbus, OH 43235  
Bus: 614-885-9507  
我們精通中文

State Farm 提供各種保險的一站式服務, 讓您 省時省心更省錢, 如果您把汽車和房子一起投保, State Farm 就可平均節省 \$761 保費!

沒有保險的可以幫您做下報價。有保險的話可以重新幫您做報價, 或許能幫您省一些錢。汽車, 房屋, 人壽保險, 銀行, 理財都可以呦!

向更好邁進 現在就打電話給我!



2019 年每戶平均年度節省金額是以 年全國性問卷調查中報稱在轉用 State Farm 後獲得節省的新投保人為標準。State Farm 保險的保單、申請表格, 以及必要通知均以英文書寫。  
State Farm - Bloomington, IL



# 右側左側還是仰臥? 不同人不同選擇

## 兩類人建議右側臥睡

### 1.大部分的心臟病人

雖然說“左側臥會壓迫心臟”的說法是錯誤的，對於普通人並沒有什麼影響。不過，右側臥位對大部分心臟病患者確實優於左側臥位。

人體心臟並不是位於正中，而是1/3在偏右，2/3在偏左。左側臥位時，由於心臟位於身體中線(重心)下方，這時有更多的血液因為重力作用回到心臟，心臟的負擔就比右側臥位更大。

所以心臟病患者為了減輕心臟負擔，建議採用右側臥位。

同樣的道理，如果心臟病患者上半身抬高，下肢下垂，可以進一步減少回心血量，從而減輕心臟的負擔。這也是為什麼，很多心衰患者睡覺躺不下來、感覺不舒服，必須要半坐着才行。

### 2.有胃炎、消化功能差的人

胃部在整個腹部的上面，而且位置偏左，對於一些胃部有炎症、消化功能低

下的人，建議採取右側臥位，有助於胃內食物的吸收和消化。

### 三類人建議左側臥睡

#### 1.反酸燒心的人

對於有燒心、反酸的胃食管反流病患者而言，傾斜左側臥位可緩解症狀。

睡覺時採用抬高頭部的體位或抬高床頭、使用床楔等方法能加快胃酸消除，減少9%~52%的食管酸暴露時間；同時，左側臥位能減少反流事件的發生，降低13%~76%的食管酸暴露時間。

#### 2.胃酸過多的人

胃酸分泌過多者也是建議採取左側臥位進行休息，假如朝右側休息，會導致食管的位置比胃部低，胃酸反流入食管腔內，可能會引起患者出現嗝噎甚至窒息。



孕婦，建議左側臥位

而且胃酸分泌過多還容易造成胃部的不適，所以建議胃酸分泌過多的人儘量選擇朝左邊休息，可以很好地加速胃酸流入消化道里。

3.懷孕後期的人  
孕中晚期的孕婦建議左側臥位。對於孕中後期女性來說，如果仰臥，增大的子宮會壓迫下腔靜脈，導致回心血量減少，會導致仰臥位性低血壓，這會使胎盤血供減少，嚴重的會造成胎兒宮內缺氧。

也不建議右側臥位。因為懷孕中晚期，增大的子宮呈右旋狀態，會壓迫右側輸尿管，導致輸尿管擴張，甚至腎積水。

### 三類人建議仰臥睡

### 1.有腦血栓的人

腦血栓最佳睡姿是仰臥，枕頭最好高5厘米，不宜過高或過低，以保證頸動脈不受壓迫，使腦部供血充足，這樣有利於病情的恢復。

側臥可能會加重血液循環障礙，特別是頸部血流速度減慢，容易在動脈內膜損傷處逐漸聚集而形成血栓。為消除這一隱患，仰臥睡眠較為妥當。

### 2.關節不好的人

仰臥位身體的受力面積最大，不容易對局部造成壓迫。蜷着睡容易腿伸不直，側臥可能肩袖撕裂，抱着睡可能損傷手臂神經。

### 3.腰間盤突出的人

對於腰間盤突出的患者而言，仰臥睡覺能有效緩解腰部不適。

人在平躺時，脖子能保持一定的生理弧度，腰部能緊緊地貼着床，上肢的血液循環會更加暢通，不會感到麻木，腰能更加舒適，長此以往腰間盤突出就會有所改善，疼痛發作的次數會越來越少。

# 關於鼻炎 常見的 3 個誤區



阿阿...阿嚏!

鼻炎是一種讓人很煩躁的疾病，有的人不停地流鼻涕，有的人不停地鼻塞，有的人不停地鼻癢。鼻炎是由病毒、細菌、過敏原、各種理化因子以及某些全身性疾病引起的鼻腔黏膜炎症。由於鼻炎實在是太過於常見了，很多人不把鼻炎當成一種疾病。

雖然鼻炎稀鬆平常，但是大家對於鼻炎瞭解得並不多，甚至存在很多誤區。

### 3 個常見鼻炎的誤區

#### 誤區一：鼻炎不會遺傳

不完全正確，具體情況需具體分析。按照病因分類，鼻炎可分為過敏性鼻炎和非過敏性鼻炎。過敏性鼻炎多由過敏原(如塵蟎、霉菌、花粉等)引起鼻腔黏膜過敏性炎症反應，本身具有一定的遺傳傾向。非過敏性鼻炎多由病毒、細菌、刺激性氣味及溫度變化等引起的鼻腔黏膜炎症反應。

#### 誤區二：鼻炎危害小，不需要治療

很多人認為鼻炎是小病，甚至不把它當成病。如果發作起來，只要適當忍忍，等下就會自然有所緩解。

對於鼻炎的危害，大家沒有正確的認知。第一，由於鼻腔黏膜長期炎症反應，還會出現鼻塞、鼻癢、流鼻涕、打噴嚏等症狀，影響日常生活和工作。第二，長期鼻炎不治療，可引起頭痛、頭暈、影響記憶力等。

#### 誤區三：鼻炎手術一勞永逸

目前，鼻炎治療以藥物治療為主。當藥物治療後症狀沒有改善，嚴重影響生活質量或合併慢性鼻竇炎、鼻息肉等疾病的患者，可考慮手術治療。

針對不同類型的鼻炎，手術治療效果有所不同。比如，過敏性鼻炎手術治療，其主要目的是為了緩解相關症狀，很難起到根治鼻炎的效果。

你應該保持獨自散步的習慣，每天至少一個小時，最好一個半小時，如果有可能，兩個小時更好。散步是生命中最人性化的生活節奏。散步的人，不會想去任何地方，因為抱着目的上路，就不是散步，而是趕路了。

散步的人在途中的每一刻都在朝着目的地進發，那永遠不會是一座房子、一棵樹，或是一片美麗的風景，而只會是空氣與這個世界發生的間接接觸。一個慢慢與土地融合為一體的人，將成為一座森林或一片天地的一部分，逐漸地將自己交給自然之境中永恆的真實，那無盡的塵世空間。

散步時的每一刻，他都感覺自己回到了家中。散步是純粹的孤獨。在房間里，你被書和其他物品環繞，它們提醒着你生活的責任和義務，還有工作或職業。

散步的人，能從工作中解脫出來，與世界獨處，將靈魂和身軀交給古老的元素。只要想着你在这片土地上行走着，還能在星空下散步便好。

這多么美妙啊。

# 散步有益



作者：(美)馬洛伊·山多爾

對很多人來說，春節象徵着閤家團聚，是歡快和喜悅的。但對於另一部分人，假期也可能因為社交、事業、情感等原因引發緊張、沮喪和不安。

1967年，美國精神科醫生托馬斯·霍姆斯(Thomas Holmes)和理查德·拉赫(Richard Rahe)檢查了5,000多名患者的病歷，以此確定生活中哪些壓力事件可能引起疾病。出乎意料的是，能對人造成負面影響的壓力事件中，不光有丟掉工作、夫妻矛盾一類的壞事，「度假」和「重要節日」這類普遍被認為是幸福快樂的事也位列其中。

在歐美，「重要節日」特指從感恩節到新年這段日子。傳統上，人們會在這段時間放假回家，與久別的家人團聚，裝飾屋子，做大餐，向親戚朋友互贈禮物、互相問候，與中國的春節頗為相似。

但其樂融融的表象背後，潛藏着容易被忽視的心理危機：

心理學家發現，很多人會在這段時間集中出現沮喪、焦慮等心理問題。據美國精神疾病聯盟(NAMI)2014年的一份調查，64%患有精神疾病的人報告說節假會使他們的病情惡化。

儘管沒有正式的診斷標準，集中在節假日爆發的心理問題已經被廣泛認識到。人們為此發明瞭好幾個詞：

### 節假壓力(holiday stress)

### 節假抑鬱(holiday depression)

### 節假憂鬱症(holiday blues)

這些心理問題部分是出於季節原因。無論是歐美的感恩節、聖誕節，還是中國的新年、春節，都集中在日照較短的冬天。這會影響到下丘腦的激素分泌，讓人更容易感到沮喪。

不過，更主要的因素在於人在節假日期間的遭遇和負面情緒。

### 一

春節可能引發心理問題的負面情緒中，首當其衝的或許是孤獨感。

孤獨感很大程度上源於落差。媒體和商家營造的節日氛圍和圖景，總是喜氣洋洋的暖色調，充滿家人團聚、事業豐收的喜悅。這些圖景年復一年的重複，早已內化為我們對新年的標準想象。但每個人面臨的現實當然不可能總是如此美好。

在我們身邊，有人會因為工作安排，就地過年不能和家人團聚，只能獨自過節；有人會因為親人、子女不能回家，而空守家宅。當那些圖像再次轟炸到他們時，很難不讓人感到失落、感傷。

類似的心理壓力其實年年都存在於那些被忽視的人群中，2007年的一項研究就發現，春節會加重住院病人的焦慮。

事實上，人的孤獨感不光源於情緒，它有着自己的生理基礎。

人體皮膚上有一種叫C觸感(C-tactile)的傳入神經元，在後背、肩膀分布最密。觸碰它，能促使大腦分泌一種叫後葉催產素的荷爾蒙，進而促進多巴胺和5-羥色胺的分泌，可以讓人感到幸福、愉悅，降低壓力。

二十多年來，研究發現，C觸感對於緩速(每秒3~5厘米)、接近人體體溫的觸碰最為敏感，在實際生活中，這對應着親人朋友間的擁抱、愛撫、嬉鬧。

牛津大學的進化心理學教授羅賓·鄧巴認為，身體接觸對我們的身心健康至關重要，人對身體接觸的需求是與生俱來的。成年後，每個人平均會有5個能勾肩搭背的親近同伴，這和靈長類動物完全相同。

社交隔離，無法團聚的直接影響，就是我們無法再與親朋好友擁抱、嬉鬧。缺少身體接觸會導致抑鬱水平的上升，讓人沮喪、焦慮。

尤其對於那些與子女分居而渴望親情的老人和與父母分居的留守兒童，加劇的孤獨感更容易造成心理危機。

### 三

除了無法團聚的孤獨感，過年前後的其他一些遭遇也可能給人造成額外的心理壓力。過大的心理壓力會讓你更容易感冒、增加心血管疾病和癌症的風險，甚至損害大腦健康。

如果你能像往年一樣順利回家，讓你焦慮的或許不再是孤獨，而是過度社交。

被眾多並不那麼熟的親友包圍、問候，禮貌地寒暄，有一搭沒一搭地尬聊，或被父母、親戚突然拉進他們的社交圈，介紹給他們的朋友或朋友的子女……光想想就夠讓人心累了。

和眾多親戚共處一室，不免讓人感到自己的時間和空間都被擠佔，常見的逃避方式就是低頭玩手机。但長輩一抬頭，髮現晚輩都在低頭玩手机，言語衝突或內疚不安都在所難免。

春節社交的內容也常常是負面情緒的源頭。買房買車、婚戀狀態、職業規劃、學習成績、隔壁家的子女……這些話題往往讓年輕人避之不及，更不用提在許多問題上普遍存在的差異和地域差異。

因為過年，大家更喜歡保持積極溫暖的氛圍，而那些分歧和矛盾就更顯得刺眼，無論任由們爆發或自己默默忍，都會加劇心理壓力。

社交之外，節假日源頭很可能是一大壓力。財務緊張的調查，在報告節假日會導致沮喪和不滿的人群中，有68%的人會感受到經濟壓力。

對廣大打工者來說，回家過年至少意味着來回交通費、給父母長輩的禮物、給親戚晚輩的紅包禮品。

除了這些，過年前後操持一大家人吃吃喝喝，創作節日氛圍的額外家務也會讓人感到疲憊、低落，女性是主要的高發群體。

美國心理學會(APA)在2006年進行的一

項調查發現，女性在感恩節到新年的長假期間會比男性感受到更高的壓力，這很可能是因為與假期相關的許多準備活動都是由女性來操持的。

在中國家庭過年的過程中，類似的現象也普遍存在。在代際上，長輩操持了更多的家務，在性別上，女性操持了更多的家務。這不僅會帶來身體上的勞累，也會帶來「連過年都沒法享福」的心理落差。

如果你因為面對陌生的親戚而尷尬緊張，不妨去父母、伴侶那里主動承擔些家務，別再低頭玩手机了。

### 四

面對春節期間或多或少又很難避免的心理壓力，我們應當怎麼面對？

這里有一些要點和建議，希望能幫到你。節假壓力或所謂的節假憂鬱症並不是一種精神疾病。但這類短期的心理問題也應當認真對待，因為它可能導致真正的焦慮症或抑鬱症。已有心理或精神問題的人更容易受到它的影響，值得你和家人付出更多關注和陪伴。

在感到孤獨失落時，你依然可以找到陪伴。通過線上視頻和家人共同度過這個節日，和朋友聯機打打遊戲。你的陪伴對他們也同樣重要。更注重當下的感受、交流，別沉浸在對往年的回憶和對未來的焦慮里。你也可以多找找本地同城的朋友聚一聚。

不必太在意商家、媒體塑造的過年氛圍或親戚間的攀比。在不那麼輕鬆寬裕的今年，你需要為自己設置合理的預期，無論是心理上的或是物質上的。為此過度勞心勞力甚至是揹負債務，對你和家人都不必要。稍作計劃，有一些積極的想法，就足夠了。

如果你因過度社交不安，不妨多留點時間給自己。春節假期固然是家庭團聚的時刻，但自己的需求也是重要的，積極的心理狀態對所有人都有好處。所以，不妨和親友坦率交流自己的需求，留點時間給自己喜歡的事，看看書，聽聽歌，散散步。

不要因為過年過節打亂正常的生活規律。暴飲暴食、飲酒、守歲、熬夜打遊戲、放棄日常運動，都會導致生物鐘的混亂，進而造成失眠、頭疼、煩躁、肥胖等身心健康問題。按時睡覺，遠離煙酒、定期運動，在任何時候都是打工人的健康守則。

文章來源：公眾號 迴形針

# 節假日壓力





# 自律所需要的不過是你足夠的耐心和堅持

你想象中自律的人,是什麼樣子?大概是可以時刻管住自己,每天都在努力,都在精進,都在不斷完善自我的人。

遺憾的是:有時,你也很想讀書學習,但可能讀不了幾頁就很難再繼續;有時,你也很想早睡早起,但可能嘗試了兩三天就無法再堅持;有時,你也很想運動健身,但可能鍛煉了一兩周就輕易要放棄。

自律的難,並不是你做不到簡單的事,而是你要把看似簡單的事在單調枯燥且重複的每一天都堅持做下去。

其實,自律和不自律都是一種習慣。不同的是,從自律到不自律很容易,但從不自律到自律卻非常難。就像如果你想偷懶,只需要隨便找個理由就可以讓自己過得輕鬆安逸。但如果你想堅持下來,就要克服許多困難,並且整個過程你可能都會感到不那麼舒適。

我們之所以佩服自律的人,並不是佩服他們比我們更有天賦、更聰明,或者更有好運氣,而是佩服他們憑藉超凡的堅持和

毅力,做到了原本我們也可以做到的事。

很多時候,我們在自律這件事上特別追求完美。我們以為,自律是能隨時隨地管住自己,事實上,當你意識到自己不夠自律時,及時改正比徹底放棄更有意義。

比如,你下定決心睡前不玩手機,剛開始你確實控制住了自己,但總有那麼一些時刻你忍不住掏出手機玩到半夜,這時你突然想起自己的承諾,越在這個時刻越考驗一個人的反省力和自覺性。有些人會想,既然玩了,就繼續玩吧;有些人則會立馬關掉手機。也許他們一開始都沒有做到自律,但後者值得肯定的是能夠立馬改正。

集天下第七行書作者歐陽詢字

# 自律

自律需要一個循序漸進的過程,很少有人真的能說到就完全做到,一次性就從不自律到自律。想要成為自律者,需要不斷挑戰自己,然後一次次反復糾正和完善自己。

在自律這件事上,千萬不要失敗一次就放棄。你再堅持幾次,或許就離成功不遠了。

譬如,你只讀了幾頁書,當然學不到很多知識,也長不了太多見識;你只鍛煉了兩三次,當然無法更充分地體會到運動給自己帶來的身心放鬆和愉悅。你只有不斷堅持、不斷克服困難,才能慢慢體會到自律帶給你的巨

大改變。

堅持讀書一年或十年,堅持運動一年或十年,自會有天壤之別。堅持的時間越久,你才越能收穫更多的果實,看到更大的蛻變。

許多人都渴望成為一個自律的人,但在實際生活中卻往往很難做到。如果你懂得把大目標分解為小目標、把大任務分解為小任務,就更容易在循序漸進中遇見更好的自己。

自律是一件任重道遠的事,關鍵不在於你一次做了多少努力,而是你能否做到每天都能比昨天的自己進步,哪怕進步一點點。

自律最容易的是可以落實到每一天,但它最難的也是需要落實到每一天。一個好的習慣,看似平凡普通,但只要加上“每天”這三個字,就會變得特別了不起。

所以,與其說自律是一個變好的自己,不如說是一個不斷變好的自己。因為真正的自律永無止境,它需要的不過是你足夠的耐心和堅持。

作者:李思圓

# 週年要有儀式感

過年時人的表情和心情,各有不同。懷舊是一種,悵然凝視的,收到禮物是一種,欣喜而感動的。總結經驗教訓是一種,莊嚴且若有所思,也許夾雜着忿忿不平。洗心革面下決心從頭再來又是一種,捶胸頓足咬牙切齒都是年的附加值,和年無關。

年最樸素的意義只有一種——對於每個人來說,又長大了。這一條,不管你樂意不樂意,年都專橫地讓你受納。

長大這個詞,似乎專屬少兒。你對一個小孩子說“長大”,那是誇獎。你對一個老太婆說“長大”,那是揶揄。不知從哪個年齡段始,人們不再說長大,改用了它的陞級版:“老了。”

我瞎估計——這個分水嶺,大概是在20歲到30歲之間吧。你對一個40歲的人說,哈!你又長大了。除非你是他爺爺,不然他跟你急。

無論你怎么看,年總準時地頑強地站在一旁,等着睜見你。它像高速公路上的里程碑,不動聲色地提醒着我們,你離出發地愈來愈遠,離目的地越來越近了。

中國古代說到人的發展,很有些惟年齡是舉的專橫。比如說“四十不惑”。不能提前到“38”嗎?或更超前些,乾脆“29”?從前的人,“人到七十古來稀”,現在平均壽命提高了,不惑的年齡也該提前了吧?不惑來自什麼?經驗嗎?苦難嗎?見多識廣嗎?

照此推斷,眼觀六路耳聽八方多走走多想想多吃糠咽菜倒海翻江,把一年當做兩年甚至幾年來過,跑步進入不惑,似乎也不是沒有可能。

然而,不成。人的惑,隨着社會的發展和進步,不見減少,反而是越來越多了。到了過年,就像從本子的最後一頁往前翻,會看到很多錯漏和疏忽的地方,打着紅叉。

聽人說,對時間的感覺,同你已

經享用過的年齡成反比。比如說幼兒,從2歲到3歲,他覺得漫長。若對於一個81歲的老人來說,也就是1.25%,豈不如一個哈欠?所以,年就像失手滾下坡的鐵環,越旋越快,擋不住的。

年要有儀式感。這種儀式感,過去多集中在掃房祭祖。現在,屋子雖然還要掃,因為雙層玻璃密閉性好,加上吸塵器的功能強大,還有隔三岔五不斷裝修,房屋煥然一新的潔淨感,幾乎變成了常態,不再屬於年的專利。

於是,只剩下了團聚和吃。親朋們圍攏一處燈紅酒綠推杯問盞,年成了食物和酒精的閱兵式。可惜,現在生活水平提高了,頓頓吃好的東西,大家的口頭禪是“天天都跟過年似的”,食物多了,一不留神吃出了糖尿病和“三高”。

年節前,報紙的保健版如臨大敵,急赤白臉地提醒大家不要淹醉了肝膽,累癩了腸胃鬧得年好像成了兇地。年被剝奪了吃的快感和美感,成了瘦肉型的年。約束了吃,人們不知道用什麼來彰顯年,年味就淡了,薄了。

也許有人會說,如果馬上進入生命的冬至呢,等待我的豈不是滴水成冰?別忘了冬天有雪,雪兆豐年,你可以在白色的原野下安睡,期待生命的又一個輪回。不管位於生命的哪一個季節,年都是值得善待的。成長會一直持續,直到蒼茫一刻。無論對3歲還是81歲,年都是平等而吉祥的,不同的只是我們的心情。

作者:畢淑敏



# 平常心不平常

我第一次聽到“平常心”這個詞,記得是在數十年前。旅日圍棋高手林海峰出戰阪田九段,他的老師吳清源告訴他:下棋的要訣就是“平常心”,急切求勝或怯場懦弱者必敗,臨陣要“陽陽如平常”,才不致舉動毛躁、表現失常。

“平常心”最早是中國禪宗所倡導的,趙州禪師問南泉禪師:“如何是道?”南泉禪師就說:“平常心是道。”平常心看起來只如平常,卻不平凡,高度原來是與“道”相等。在《景德傳燈錄》里,有僧人問招賢禪師:“如何是平常心?”招賢禪師說:“要眠即眠,要坐即坐。”僧人直率地再請教禪師道:“我學不會,該怎麼辦?”招賢禪師又告訴他:“熱即取涼,寒即向火。”平常心就是稀鬆平常,不做作,不勉強,天性自然,連學習都是不必的。

禪宗最早講平常心,主要是說“大道”並非在日常庸事之外,“修行”並不是要超出本性。因此,“飢來吃飯倦來眠”就是修行要道,以此昭示人們不要到自身之外去覓仙佛。可惜世人往往弄不明白,常常拿着燈去找火。

現在流行的“平常心”是什麼含義?我無從確定。但我認為,至少應含有三重意義。

## 第一是從容輕鬆

不疾不徐,葆有心靈的常態。事情一件一件,從容去做,不在做一件事時又兼做另一件,臨到大事尤其要舒緩輕鬆一些。解除時間的緊迫感,不必以心跳來計數光陰,允許浪費一些時間,作為正常進程的一部分。

史書上稱讀曹操幾乎要笑劉群雄,平定

## 第二是忘懷得失

不驕不妒,維持情緒的穩定。這其實是極難的,誰能“受聘無喜色,被黜無憂色”?一個人除非在“道”上真有所得,否則無法忘懷得失的。

普通人為了強調一個論點,想把另一個論點比下去,都會提高音量,一反平常舒緩的語氣,更何況在面臨大有影響的輸贏競爭時。

要想忘懷一些得失,至少先要懂得一點“淡”。好勝者必爭,貪榮者必辱。淡一些才能自得其樂,不忌妒別人才能使自己得到許多安寧。淡一些才能謹守本分,聞賢譽而喜就謙躁,聞謗而怒就謙暴,懂得守本分的人,才有資格說平常心。一切不假外求,才能自我滿足,忘懷得失。

## 第三是隨遇順處

不苛求,目標與手段都很平和。我很佩服清代大學士張英的一句話:“費心挽回的事決不做。”因為,超越能力、違反大勢,要求特殊且強烈,非如何如何不可,都不是平常心。

平常心就是要有些忍受不完美的氣量。凡是苛刻地評估自己,限期逼迫自己,非要“直搗黃龍”而後痛快者,其實反而失去了工作的真諦與生活的美意。

許多自覺萬事已在掌握中的人說大話,說平常心不過是善於隱藏心機罷了。佛家說:飢則飽之,困則臥之,臥則不復憶醒時,飽則不復憶飢時。此種平常心,旨在強調隨緣乘勢,妙合天然。平常心是進不想爭奪,退可以靜守。平常心在今天,可真不平常。

作者:黃永武

# 既然豆腐心 何必刀子嘴

“刀子嘴,豆腐心”,這句耳熟能詳的俗語,成了很多人為自己壞脾氣找的藉口。似乎只要是為別人好,自己說話難聽點、過分點也沒關係。

特別是對待親人,明明有一顆愛他們的“豆腐心”,話一出口卻總變成傷害他們的“刀子嘴”。以“愛”的名義把自己的想法強加給對方,把自己的壞情緒無休止地宣泄在親人身上,這樣做的結果只會在親人心里留下難以撫慰的傷痛。

既然豆腐心,何必刀子嘴呢?語言是有力量的,“良言一句三冬暖,惡語傷人六月寒”,真正懂得關愛別人的人,不會帶着負面的情緒和挑剔的眼光,拿一張“刀子嘴”去傷害別人。

一次家長會上,老師讓家長、孩子匿名寫小紙條,說說對方什麼言行最讓自己難過。家長的答案五花八門,孩子“不聽話”、“同樣的錯誤犯好幾次”、“太貪玩”、“犟嘴”……孩子們的答案卻驚人一致,“就你這樣,長大了也沒出息!”“天天就知道吃和玩,看看別人家的孩子,再看看你!”“要你用什麼用,學習不好,一點兒小事也辦不好”……

看到這樣的答案,家長們都很詫異,甚至不記得自己有過這些言行。絕大部分父母都真心愛孩子,但生氣時的口不擇言,何嘗不是對孩子的傷害呢?

身體的傷疤有癒合的時候,心靈的傷疤往往更難以釋懷。語言暴力的危害有時超出你的想象,所以要學會控制自己,不要讓自己沖動的情緒傷害到身邊最愛的人。

生活中,我們好像很容易發現別人的缺點,但經常忽視自己的錯誤。所以,我們往往很會指責別人,卻很少反思自己。特別是在家庭中,這種挑剔的“愛”只會讓彼此的距離越來越遠。而真正高情商的人、懂得珍惜和體諒的人,不會只對別人的行為說三道四;相反,他們會盡量把過失攬在自己身上。

聽過這樣一個故事:一對夫妻出遠門,少帶了行李,別人以為他們會互相埋怨,但令人驚訝的是,丈夫立即向妻子道歉:“親愛的,對不起,我最近總是丟三落四。”妻子也不好意思地說:“不能怪你,是我磨磨蹭蹭,沒提前整理好行李。”他

們誠懇地向對方道歉,很快就言歸于好了。

如果你真的愛對方,就要包容他(她)的不足,不隨意指責、不過分挑剔,凡事多從自己身上找原因,這樣關係才會越來越好。

好的語言,就像春風一般,讓人十分溫暖。有時候,你一句關懷、一句鼓勵、一句諒解,就可能給人心帶來希望,甚至徹底改變一個人的思想和命運。

看過這樣一個故事。有個小男孩非常淘氣,9歲時,他的父親把繼母娶進門。父親一邊向繼母介紹他一邊說:“親愛的,你要注意這個最壞的男孩,他說不定會拿石頭扔你,或者做出別的什麼壞事,讓你防不勝防。”

出乎男孩意料的是,繼母微笑

着走到他面前,托起他的頭說:“你錯了,他不是最壞的男孩,而是最聰明的但還沒找到用武之地的男孩。”繼母說得男孩心里熱乎乎的,眼淚幾乎滾落。他開始和繼母建立友誼,這句話也成為激勵他的動力,甚至改變了他的人生。

古人云:“君子成人之美,不成人之惡。”語言是可以塑造人的,與其用惡毒的怨言把人逼向歧途,不如用充滿愛的語言導人向善。常懷一顆“豆腐心”,更要一張“豆腐嘴”,好好說話,才能讓幸福無處不在。

作者:明心君





# 和我們息息相關的新發現

## 睡覺時間會影響記憶效果

學到新的知識後，睡覺的時間點可能會影響我們對所學知識的記憶情況。

研究人員讓 200 多名受試者記住互相關聯或互不相關的詞組，例如“火和煙”“昆蟲和真相”。一部分人在上午 9 點記憶，另一部分人則在晚上 9 點。在記憶時間後的 30 分鐘、12 小時和 24 小時，研究人員對受試者的詞組記憶情況進行了測試。結果發現，睡覺對相關詞組的記憶情況影響甚小；但對於非相關詞組的記憶，在兩組測試之間睡了一覺的受試者要明顯好於完全沒合眼的人；而在記憶後 24 小時的測試中，也就是所有受試者都睡了一整晚之後，記憶詞組後不久就上床睡覺的受試者，要比經過整整一個白天再睡的人表現得好得多。

## 年輕的大腦可以忘記痛苦的記憶

作為成年人，引發我們不安情緒的事件往往會烙印在大腦中。這些記憶會在之後反復浮現，引起焦慮與恐懼，甚至創傷後應激障礙。但是，年輕的大腦可塑性更強，甚至能消除不愉快的記憶。

為了更好地理解年輕大腦的這種遺忘機制，科學家研究了幼鼠和成年鼠的大腦，發現在成年鼠的

大腦中，杏仁核(與情感記憶相關的大腦結構)內某些細胞的周圍會形成一個物理網絡，經過訓練的成年鼠能將輕微的足部震動與特定的聲音關聯起來，在聽到這種聲音時它們會退縮；但在使用藥物溶解掉這種屏障後，成年鼠消除恐懼記憶的能力得以恢復。因此，接受了這種物理網絡破除療法

的成年鼠能在聽到特定聲音時仍然保持鎮定。  
**蓋更重的被毯有助於改善失眠狀況**  
失眠可能引發一系列心理健康問題，包括抑鬱、情感障礙和焦慮，但現有的治療方法對很多失眠患者來說療效並不顯著。瑞典的一項研究發現，相比蓋着輕薄被毯入睡的人，

蓋着較重被毯的人群，失眠緩解的程度有了顯著提高。

研究人員對 120 名具有臨床失眠症狀的受試者進行了實驗，實驗組所蓋的加重被毯質量為 6 千克至 8 千克，對照組為 1.5 千克。持續 4 周後，加重被毯組的失眠緩解率為 42.2%，對照組僅為 3.6%，而實驗結束後選擇加重被毯的受試者在 12 個月後的失眠緩解率達到了 8%。研究人員認為，加重被毯可能作為一種深層壓力刺激作用于全身，起到鎮靜的作用。

## 疲憊的大腦會扭曲感知的時長

我們對時長的感知會受到多種因素的影響，此前的研究利用行為學方法和計算模型探究了這些影響因素的特性，而最近的一項研究找到了大腦中與主觀性時間感知表徵相關的腦區，發現大腦對時間長短的感知或與相關神經元的疲倦程度有關。

大腦緣上回的活躍程度，對應着人在主觀上對時間長短不同程度的感知。實驗中，當測試的時長相近時，受試者大腦緣上回的活躍程度會顯著下降；緣上回的神經元越疲倦，受試者對測試時長的估計就越不準確。  
文章來源：微信公眾號“領研網”



# 身體是一件太大的衣裳

前幾年，有一部深受年輕人喜歡的日劇《賣房子的女人》，劇中講到，有一家人的兒子多年來把自己鎖在房間里，從不見任何人，包括自己的父母。那他靠什麼生活呢？吃的方面，他母親會把一日三餐放在他的房間門口，他會等母親離開後，再把食物拿進去；至於洗澡、上廁所，他都會等到家人不在時才出來。他就這樣年復一年地把自己閉鎖起來。

做一個設想，如果把故事背景放在當今中國的某座城市，這樣的生活能不能行呢？當然是可以的，而且連父母都沒必要勞動。一個房間里，有張床，有獨立的衛生間，再加上電腦和手機，足矣。餓了，點外賣；生了小病，在手機 App 上選要吃的藥，很快就有人送藥上門；想看書、想穿新衣服、想要買這買那，通過手機或電腦，都能實現，不需要你出門。想聊天了，微信、QQ，還有其他的聊天工具，隨你選；想瞭解外界，打開各種網頁，隨你看……這樣的生活，在年輕人看來是常態，雖然不至於如日劇中的那個兒子那般極端，但宅在家里幾天不出門，卻是不足為怪的。

這是一個生活如此便捷的時代，手機從過去單純的交流工具變得越發智能，生活方方面面的需求幾乎都可以通過手機實現。無論是購買東西、查閱信息、分享圖片，還是收聽音樂、網上閱讀、地圖導覽，都只需要點點手指即可。走在路上，放眼望去，大家都是低頭族，哪個人不是在刷手機？

短短幾十年里，我們的生活方式變化如此之大。在信息時代成長起來的年輕人，早已習慣瞭如今的生活方式。如果請他們看看前一個時期(其實也算是不久前)，大家還在用紙和筆寫信，寄東西要自己去郵局，去另外一

座城市可能需要坐十幾個小時的綠皮火車，生活的節奏比起現在可以說是緩慢、遲滯和低效。那樣的日子現在的他們還能過嗎？無法想象。

我們正好經歷了兩個時代的變遷。上一個時代還延續着幾千年來的生活方式，人與人要打交道，而且必須當面打交道，才能滿足生活需求。而現在，卻是人與機打交道。當然，機背後也是人，卻不再需要人與人直接交流，就能滿足需求。

人是情感動物，人與人打交道時，會產生關係和感情，需要注視、聆聽和回饋。當然，不免也有很多糾紛、煩惱和苦痛，可生活是聯結的，有情感的溫度和關係的複雜度。而到了人與機打交道的時代，生活似乎一下子簡單了，就像我們最開始設想的，一個人完全可以生活在自己的房子里，不需要依賴其他人的切身關照。只消一個訂單，就可以啓動一個買賣行為，也不用記住送貨人的臉，關上大門，自成天地。人與人之間的關係越發隔絕起來，每個人都可以成爲一個孤島。

能不能說這是一個生命如此孤獨的時代？一定會有人來反駁：你看網絡上是多麼熱鬧啊！有各種平台任你發聲。可在熱鬧之後，回溯到現實中的個人，孤獨感往往揮之不去。年輕一代與上一輩人，往往有巨大的鴻溝。他們是兩代人，也正好是處於信息時代前後的兩代人。在這個時代，人的關係超越了地域的限制，在網絡的世界里交織糾纏。而在現實的世界中，人與人交流得越發少了，與家人、與親戚，漸漸成了陌生人。

2020 年諾貝爾文學獎得主露易絲·格麗克有一句詩我特別喜歡：我的靈魂枯萎，縮小 / 身體于它就成了一件太大的衣裳

在這個信息時代，不也是如此嗎？有人會問，在這個時代，我們年輕人該如何自處？這又回到了那個古老的問題：我是誰？我從何處來？又要到何處去？這個疑問，只能靠自己去找尋答案。

作者：鄧安慶

# 成爲新的自己



在此前的人生旅途中，我總覺得自己將成爲別的什麼人，似乎總想去某個新的地方，開始新的生活，在那里獲取新的人格。迄今爲止不知重複了多少次。這在某種意義上是成長，在某種意義上類似於改頭換面。但不管怎樣，我是想通過成爲另一個自己，將自己從過去所懷有的什麼當中解放出來。

我一心一意、認認真真地這樣求索不已，並且相信只要努力遲早會實現的。然而最終我想我哪里也未能抵達，無論如何我只能是我。我懷有的缺憾無論如何都依然如故。無論周圍景物怎樣變化，無論人們搭話的聲音怎樣不同，我也只能是一個不完整的人。我身上存在着永遠一成不變的致命缺憾，那缺憾帶給我強烈的飢餓和干渴。這飢餓和干渴以前一直讓我焦頭爛額，以後恐怕也同樣使我焦躁不安。因爲在某種意義上缺憾本身即是我自身，這一點我心里明白。如果可能，現在我想爲你而成爲新的自己，這我應該是做得到的。可能並不容易，但努力下去，總還是可以獲得新的自己的。

作者：村上春樹 林少華

# 光明正大地小氣 vs 小心翼翼地大方

麻省理工學院的一對夫妻，以及他們的一位同事，他們花了 20 年的時間，奔走於 18 個國家和地區，發現了一個現象：有錢人可以光明正大地小氣，窮人卻常常小心翼翼地大方。

就因爲這個發現，他們仨奪得了 2019 年的諾貝爾經濟學獎。

3 位諾貝爾經濟學獎獲得者的研究成果，可以簡述爲以下 6 個方面。

## 1. 窮人更擅長浪費錢

比如，非洲有些貧民，世界許多機構給他們提供資助，想讓他們成爲有產者，從貧困狀態中走出來。但他們拿到這些錢，“吡嘰”一聲，舉辦一個盛大的葬禮，錢就沒了。

## 2. 窮人更愛消費

非洲有些窮人，拿到錢既不用來擴大生產，也不投在孩子的教育上面，而是用來買電視機。

問他們爲啥不擴大生產，非要看電視，答案是：電視機比食物更重要。

還有很多的小額信貸，起初的目的也是爲了扶貧。但有些人貸到款之後，不是把錢投入生產，而是用來購買奢侈品——手機、包包什么的，結果債轉債、利滾利，很快形成個大黑洞，把自己套了進去。

## 3. 窮人不太相信教育

研究數據表明，教育是最靠譜的長線投資，每增加一年的教育投入，平均工資就會提高 8%。

但窮人不信這個。

他們認爲，讓孩子讀書這件事，就跟買彩票是一個道理。萬一孩子書讀得好，這就等於摸到了大獎，全家就可以躺下啥也不干了，只等讀

書的孩子來養。

可萬一孩子沒有讀書的天分，那這錢就白花了，還不如讓孩子早點去打工，掙一點是一點。

所以，窮人更喜歡宣揚讀書無用論，無論多少人從教育中獲得了收益，他們都選擇性忽略。

說到底，他們也不是不信，而是教育無法滿足他們的短期需求。

## 4. 窮人更相信一些奇怪的東西

曾有諾貝爾經濟學獎獲得者在非洲，勸說窮人給孩子接種免費疫苗，遭到果斷拒絕。

因爲村民們不相信他們說的。但是等到孩子病了，再把孩子送到醫院，就得花好大一筆醫療費。

相反，富人的日子過得相對省心。他們該打疫苗就打疫苗，該鍛煉就鍛煉，身體棒，可以精力充沛地做他們該做的事兒。

## 5. 窮人比富人還愛面子

富人覺得自己的命值錢，你踹他兩腳、罵他兩句，他可能會趕緊閃開。

你打了他他要進醫院，他打了他他要去法院，這些對富人來說都是虧錢的事兒，划不來。

富人肯用面子換錢。但窮人中氣性大的多，有人就聽不得別人說他窮，哪怕你一個眼神掃過，對他都可能是一種冒犯。

這意味着窮人與人發生衝突的概率更大，因而需要更多的時間和金錢，用來應付人際衝突和訴訟。

這一條，就是有人光明正大地小氣，窮人小心翼翼地大方。

## 6. 窮人更缺乏耐性

窮人的生活壓力特別大，所以更需要頻繁地釋放壓力。

所以，更需要吃、吃、吃，買、買、買。窮人需要不時地吃頓大餐，或是湊錢買貴重物品，犒勞犒勞自己。

這樣就容易陷入惡性循環：本來就沒錢，還要花費時間和精力在不賺錢的事情上，就更沒心思賺錢了，於是就更賺不到錢，賺不到錢就更焦慮，就需要更多的錢去釋放壓力……

如此反復，周而復始。

2 3 位學者花了 20 年的時間，走訪了 18 個國家之後，得出一個結論：窮人要想脫貧，最需要的不是錢，而是改變信念。

3 位學者能夠奪得諾貝爾經濟學獎，就在於他們道破了貧富的本質。

世間之人，不乏白手起家者，也不乏已經登上財富巔峰，又被人家“割了韭菜”打回原形的。

一個人的終極貧富，不在於他爹是不是“富一代”，而在於他的信念。

什麼是信念？信念的第一個要點，是你信什麼。就是你的世界觀、人生觀是什麼。

信念的第二個要點，是你心里在念叨些什麼，就是你對什麼有執念。

如果一個人相信頹廢的、混吃等死的人生，那麼他心里念叨的，無非是用最小的付出，佔到最大的便宜。

那麼他對於投資、教育這些長線的事情，一定不會感興趣，因爲這些事情意味着要付出較高的成本，這不



符合他的人生理念。所以這類的人生，自然很難有什麼積累。什麼事都是淺嘗輒止，只計算眼前的

一點小利益，只要感覺還需要付出一點點，他就不願意干。

而財富意味着長線的經營，這類人賺不到長線的錢，長遠看難免會陷入困境。

這也會讓他們背負巨大的心理壓力，不時惦念着要多吃兩口、多買個包包，以撫慰自己那顆失落的心。於是，他們陷入了人生的惡性循環，連諾貝爾經濟學獎獲得者都幫不了他們。

反之，如果一個人追求高質量的人生，追求知識與技能，他們就會以年爲周期，專注於提陞自己。

這類人未必都會大富大貴，但也不會淪爲要被全社會救濟的弱者。

念念不忘，必有迴響。你念叨頹廢，必是落拓無依。你念叨努力，人生自然富足。

3 最後要說的是：你永遠賺不到超出你認知範圍的錢，除非靠運氣。但是靠運氣賺到的錢，往往會靠“實力”虧掉，這也是一種必然。

你所賺的每一分錢，都是你對這個世界認知的變現。

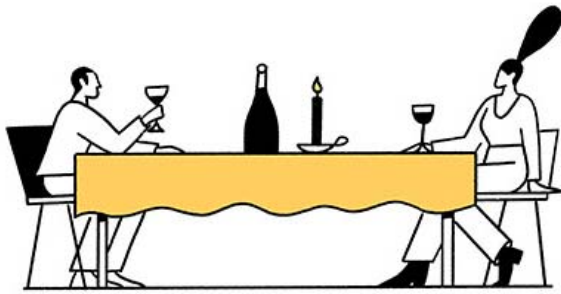
你所虧的每一分錢，都是你對這個世界認知的不足。

這個世界最大的公平就在於，當一個人的財富大於他的認知能力時，這個世界會有上萬種法子“收割”你，直到你的財富與認知相匹配爲止。

而避免讓我們陷入絕境的辦法只有一個，那就是看準目標與方向，沉靜地努力並持續下去。

文章來源：微信公眾號“霧滿攔江”





# 中國人的擇偶觀：明碼標價婚姻交易市場

“三無產品嘛！”年薪 50 萬家有 5 套房小伙上海相親遭棄，剛說老家在北京大媽態度立變

上個月，兩個視頻在互聯網廣泛傳播，一男一女兩個視頻博主暗訪上海人民公園相親角，為我們揭開了上海相親視鏈神秘的面紗，也讓人們重新開始審視城市中“相親角”這個奇特的存在。

1  
視頻一開始，男博主言語中帶着興奮，拿着一張寫了自己個人信息的 A4 紙，上面清晰地寫着：  
“性別：男  
身高：186cm  
體重：80kg  
年收入：50 萬(稅前)  
老家有房有車  
性格熱情，無不良嗜好”

他想着，應該能在相親市場上成爲“搶手貨”。  
然而，上來一個穿着一身大紅色毛襖大衣，畫着精緻妝容的阿姨劈頭蓋臉的：“你外地人？戶口哪里？有房子嗎？”三問就把博主問得氣焰全無，問完還用“三無產品”給博主下了一個定義，直擊要害。

能做到的博主也不是吃素的，博主很快反應過來，反問阿姨：“那您女兒在上海有房嗎？”  
阿姨挺起胸脯，很自信地說：“我們就一套房，我和她爸爸自己要住的。”

這把博主疑惑到了：“那你女兒也沒有房子嘛，爲什麼要求男方一定要有房子？”這句話說出來把旁邊圍觀的阿姨們也逗樂了。

阿姨想也不想就理直氣壯地回道：“就是因爲沒有，所以要求男方要有呀！”

小伙子不甘心，想着或許可以折中下：“那如果男方付首付，兩個人一起還貸款呢？”

阿姨翻了個白眼，搖搖頭拒絕道：“不行，這樣子我女兒的壓力太大了！”

博主聽到這里噁住了，哭笑不得：“我壓力也很大啊。”

但很快他就迎來了第二輪暴擊，他蹲了回來，一個大爺問他：“看着年紀不大啊。”

博主哭笑不得：“也快 30 了。”

大爺仔細瞅了他一眼，問：“上門女婿可以嗎？”

博主顯然沒想到大爺如此彪悍，問了回去：“那孩子隨誰姓啊？”

大爺一看有戲，說到：“可以商量。”

“行吧。”博主此刻已經沒有了剛來時的氣焰，可憐、弱小又無助地嘆了口氣。

第三個光顧博主的阿姨穿着白色的羽絨服，圍着圍巾拎着 MK 包，看起來也是相當有涵養，她看了一眼博主面前的 A4 紙，還是問了句：“你一年掙多少啊？”

剛在上海戶口和上海本地房產上備受打擊的博主好不容易找回了一點自信，很謙虛地搓了搓手，說：“我一年掙 50 萬吧。”

阿姨聽了笑了笑：“你這個收入在我們上海不算高呀！”

博主遭受了連環打擊顯然也受不了了，問阿姨：“那您女兒現在掙多少錢？”

阿姨昂了昂頭，很自信地說：“她一個月 7 千，是護士，工作非常穩定呢。”

阿姨顯然對博主稍微有點興趣，接着問道：“你有沒有車呢？”

博主還是將謙虛進行到底：“我開一輛小奔馳。”

“小的好像不太行，不過奔馳倒是還可以……那種國產的三十幾萬。”

接連受到打擊，博主顯然有點蹲不下去，太受刺激了只要出去吃個雪糕壓壓驚，順便看看連小奔馳都看不上的阿姨大爺們都開着什麼車來爲自己的女兒擇偶，但只看到滿地的電動車和兩輪電瓶車，博主也很疑惑：“你說這些騎電動車的怎麼就看不起開奔馳寶馬的？可能人家有戶口吧。”



吃完冰淇淋，博主換了一個人少的地，又來了一個阿姨，上來就問：“上海有房子嗎？”  
哪壺不開提哪壺，博主苦笑道：“沒有，但是我在老家有五套房。”

阿姨一臉鄙視：“老家小地方五六套，上海一個閣樓都買不到。”說完轉頭要走。

小伙子坐了下來，無奈說道：“我老家是北京……”

阿姨猛然回頭，眼里冒了光，看着博主的眼神也多了幾分尊重：“加個微信吧，北京可以。”

看到這里視頻也就結束了，想起了劉辰希的《專屬情歌》，這一刻彷彿 SO 姐又相信了愛情。

2  
年入 50 萬的男博主因爲沒有上海戶口上海房子在人民公園相親角接連碰壁，而另一個視頻中的女網紅境遇可大不相同。  
視頻一開始，一個女網紅畫着精緻的妝容來到了人民公園相親角，一進公園她就被各樣優秀的“招親啓示”打擊了一下。

四處學習後，她找了個地方蹲下來，寫上了自己的“招親啓示”：

“94 年  
本科 163cm  
年薪：25w+  
職業網紅  
不生孩子”

開始擺攤後，女網紅姣好的外貌很快吸引了阿姨們的，一個阿姨上來問她：“90 年的自己創業的你要嗎？上海人啊，房子車子都有。”

女網紅顯然有些不敢相信，回道：“我不是上海人。”

阿姨旁邊的另一個阿姨大手一揮：“沒關係！她長得這麼漂亮，人家肯定會喜歡。”

女網紅有點受寵若驚：“我們也沒有房子和車子啊。”

阿姨很豪爽，說：“女孩子什麼都不要，只要長得……人好。”

說完阿姨也很熱情，拿起手機給女網紅看照片：“90 年，180，自己創業，他年入至少 100 萬。”

女網紅看了眼照片，肯定了一下：“蠻帥的。”

阿姨開心地說：“她長得漂亮，所以我跟她說的。”

沒過多久，又來了一個阿姨，問：“幾歲了？”

女網紅回道：“94 的。”

阿姨說：“我兒子就是大了點。”鏡頭一轉到阿姨的“招親啓示”，上面寫着：“83 年，學歷同濟大學建築碩士，工作建築設計副總監，收入年薪 100 萬以上，身高 170，有內環獨主婚房。”

女網紅顯然覺得 37 歲大了一些，阿姨拿起照片：“我兒子很帥的，我家里什麼都有，房子車子都有，我家有四套房，我兒子他要長相好看的。”

如此令人心動的條件，但女網紅顯然很忐忑，說：“就是……不想要生孩子。”

這句話顯然把阿姨鎮住了：“啊哦！不要生孩子？！不生孩子不行。”

又過了一會，幾個阿姨圍了過來，有個戴着粉色帽子的阿姨來者不善，顯然是來趕人的：“美女，你們別在這坐行不？這麼漂亮的都來圍上了，你擋着我們的資料了，我把你的拿掉啊。”

被迫轉移陣地，女網紅來到另一處台階上，在包包前放上自己的“招親啓示。”

有個穿粉色羽絨服的阿姨路過看了一眼：“丁克家庭，上海人有的就不生孩子的，有這樣的就各取所需唄。”

女網紅好不容易以爲找到了知己，說：“現在好多年輕的都不想生。”

另一個阿姨問道：“不想生你將來咋辦，你老了誰照顧你？”

女網紅被問得啞口無言：“emmm。”

阿姨趁勝追擊：“你網紅的這個職業，你就是吃青春飯呀，你過段時間還能再吃這個飯嗎？”

這時，又有個大爺路過，也看了樂子，說到：“不生孩子你到老了，可以節約五六百萬。”

然後開始算了一筆賬：“小孩從生出來到大學畢業，少說三百萬。”

“如果你再生個兒子給他娶個媳婦的話，再三五百萬。”

“然後小孩生出來你給他帶，小孩大了你又老了。”

最後，大爺總結：“生不生就是要看離異不離異，離異的話你是省很多錢的。”

又一位阿姨路過，看看網紅妹子的條件，說：“你把‘不生孩子’去掉，你就找着了……”

女網紅表示：“不生孩子是硬性要求。”

阿姨說：“到老了你就後悔了……”

女網紅提到：“現在應該有不少丁克的男生吧。”

阿姨立馬無情又犀利地吐槽：“男生那扯淡呢，看那爾 D 升沒有？不丁克嗎？五十多歲找個年輕人生了，原來那個就不要了。”

這個時候，後方一個大爺突然語出驚人：“不生孩子就不用嫁老公啦，找個鴨玩玩算啦。”

阿姨繼續苦口婆心講人生經驗：“你這想法不對啊孩子，我們這都過來人，現在年輕啊你就要一個。”

“你這樣的男的都樂意找，樂死那幫男的，他不用負責任。”

看，誰說大爺阿姨們觀念傳統思想保守，也是語不驚人死不休。

3  
雖然有些人質疑這兩個視頻的真實性，覺得這無非是兩個嘩衆取寵的“小丑”爲了名利做的秀而已，但 SO 姐確認爲，或許這些看似浮夸到不真實的戲碼，才恰恰反映了現實。

在各種約會軟件、相親網站氾濫的今天，仍有不少人躲在自己的小角落里，需要通過父母在相親角物色這種最原始的方式，來幫助自己尋找伴侶。

年齡、身高、外貌、籍貫、戶籍、學歷、工作、收入，甚至到屬相……所有的這些一個人的特徵，都在相親角被明碼標價。

看到之前“外灘 The Bund”公眾號做過的一個調研，他們抽取了上海人民公園相親角 500 份相親資料發現：尋緣的男女比例正好爲 1:2

男士平均年齡爲 39.7 歲，其中 68% 爲 80 後，幾乎沒有 90 後；女士平均年齡爲 30.9 歲，其中 70% 爲 80 後，90 後佔到 17%。

男士中有過婚史的爲 12.6%；女士中有過婚史的爲 5%。

男士本科佔 26.9%，碩士以上學歷高達 47%，19% 有海外留學經歷；女士本科佔 37.5%，碩士以上學歷達到 30%，11.2% 有海外留學經歷。

有房的男士爲 66.7%，有房又有車的男士爲 20%；女士有房的僅爲 35%，有房有車的爲 9%。相應的，要求男方“本地有房”的女士佔 15%，另外有 5% 的女士在資料上寫明“可(與男方)共同買房”。

其他標準上，部分女士對於理想男士的要求中，都包含“人品好”、“有上進心”；而男士的理想女性則是“勤勞本分”、“工作穩定”、“長相清秀文靜”、“溫柔賢淑善解人意”，甚者更要求另一半“不能胖”、“必須是漂亮女生”、“無紋身爲佳”。

即使離開上海人民公園相親角，在其它角落，婚姻也是被貼上了各種價碼。

本地人大於外地人，有戶口的大於沒戶口的，有市區房產的大於有郊區房產的大於沒有房子的，海歸大於博士大於碩士大於 985/211 本科，不同地方對職業傾向也不同，例如山東就愛公務員，上海更愛企業高管。

每個人心里都有一桿秤，自己值多少，他人值多少，算得比支付寶年度賬單還清晰。

這不禁讓我想起了前段時間有個朋友，93 年的，身高不到 175，是北京本地人，二本本科畢業，想要衝着結婚去個對象，托了很多人最後問到我這里。

而我剛好認識個姑娘，91 年的，身高 165，來自二線城市但家里條件挺好，從小學習鋼琴，出國留過學，還是北大研究生畢業，進了一家央企的她拿到了北京戶口，也是衝着結婚想個伴侶。

我覺得他們兩個挺合適，性格都挺開朗，而且也都愛小動物，問男生介意女生不是北京本地的，比他大，學歷比他高，男生擺了擺手，笑到：“女大三，抱金磚，有啥好介意的，再說我房子車子戶口都有。”

於是，我給他們牽了紅線，當時擔心這姑娘學歷這麼高，樣貌也挺好的，可能還看不上這個男生。

沒過多久，女生來和我說，加了好友發了照片，男生把她拒絕掉了，來問我原因。我也很疑惑，問男生有什麼不合適的，他支支吾吾半天，什麼也沒說出來。我理解這個姑娘未必看上了這個男孩，只是不服氣。

後來，我和同事在吃飯時偶然說起這件事，有個同事看了照片以後搖了搖頭：“你這姑娘看起來太好嫁了，長得是不错，但怎麼也不知道 P 圖呢，這個年紀的北京男孩都想找更漂亮的。”頓時我啞口無言。

又想起另一個好友，才 24 歲，攢錢跑去墊了鼻子，她和我說：“以我現在的條件，在北京找對象只能找 40 歲以上的二婚大叔。”我說她太悲觀了吧，現在想起來卻又覺得她才是看得清的那個。

但我常常想，當婚姻變成一場明碼標價的交易，我們對婚姻的嚮往和憧憬又還剩下些什麼？



阿姨



戶口上來了嗎？



你一年賺多少啊



還小呢



那您女兒在上海有房嗎



# 疫情一周年,中國留學生的美國夢還在嗎?

新聞來源: 紐約時報

一個極其難熬的鼠年終於過去了,而接下來的牛年會更好嗎?也沒有人可以給出答案。我所採訪的七位留美的中國學生當中,有些受到重大影響,有些則沒有那麼嚴重,但是他們都已不是一年前的同一個人了——都表示,對中國與美國的看法以及自己的計劃變了許多。他們有着對未來的強烈的擔憂,但是他們也在用自已的方法去探索,如何在美國這樣一個動盪的社會中生存,並且自我實現。以下是他們的故事。

## 回國的艱難逼得我從政

1月8日,大學畢業的 Tina Li 拖着大大小小一共五件行李來到西雅圖塔科馬國際機場。為了遵守中國大使館近幾個月一系列檢測方面的規定,住在波特蘭的她提早三天到了西雅圖,一共去了四家檢測機構,終於得到了“雙陰性”的檢測報告。

但是,隨着登機的時間愈來愈臨近,她卻遲遲沒有收到綠色的健康碼。她說,她幾次三番給中國駐美國的領事館發郵件,都沒有得到回應。她只能先趕去機場,在值機櫃檯前才發現,有數十乘客都沒有拿到綠色的健康碼,儘管他們的核酸檢測結果都符合取得綠碼的標準。“大概有五十多個人沒登上飛機,有的人連死亡證明都拿出來了還是不給飛,”她在朋友圈寫。

2020年2月,北京首都國際機場外,往常擁堵的通道如今幾乎空無一人。

“祖國母親是你最堅強的後盾之類的话,都是一句笑話,”她有些無奈地說。她現在滯留在西雅圖,正忙着預定舊金山或者洛杉磯起飛回國的機票,也在絞盡腦汁想該如何證明自己回國的必要性。

“我畢業了,在美國找不到工作,想家人了,想回家和他們團聚,你說我要怎麼把這些寫得緊急一些呢?”她問。

Tina 說,18歲那年出國的時候,她和父母關係並不融洽,寒暑假也總是報名參加社會考察和實習,就為了有藉口不回家。但是經過疫情一年,什麼都要靠自己,也沒有家人的孤獨,她和父母的關係逐漸和解了。這次連工作簽證都顧不上申請,只想儘快回到父母身邊。

但同時,她感到很矛盾。她說,自己來美國的時候,是一個非常愛國的“小粉紅”,在大學校園里,她還因為2019年香港的遊行事件和來自香港與台灣的同學激烈辯論過。而這次她和周圍的中國同學難以回國的經歷,讓她開始反思中國的一些政策和社會現狀。她的朋友盡盡艱辛從美國回到了國內的時候,遭到鄰居在小區的微信群里不斷指責她“千里投毒”的做法,甚至在居家隔離期結束之後,仍然在公眾場合辱罵她和家人,讓他們滾回家歇着。

Tina 認真反思道:“我覺得這個社會出了一點問題,人們實在太憤怒了,而且動不動就把我們這樣的留學生和‘境外勢力’掛上鉤,但其實我們也是中國國民,也應該享有基本的權利和自由。”

這現狀更加堅定了她想要從政,然後從政策上改變社會的想法。原本,她的父母對她的要求是回國之後要找高薪的工作,最好是做金融,要買車買房。但是現在,她的父母對她的要求更寬鬆,只要她健康和快樂就可以了。聽到她說想要從政,可能會從最底層的公務員或者村官干起,她的父母也表示會全力支持她。

“現在的政客都太腐敗了,他們和底層的百姓脫節太久了,不知道人們真正需要的是什麼。”Tina 說。“我們需要的是大使館可以把回國的規定說清楚,不想讓我們回國就不回國,而不是天天改變政策,或者用一些很模糊的話來搪塞我們發過去詢問的郵件。”

“美國的政客也是,採取一些根本沒有用的社交隔離措施,苦的是老百姓和小商販們,受益的是大企業,”她說。“我希望可以做一个真正能夠傾聽老百姓疾苦的政客,然後推行一些方便最底層最邊緣的群體的政策。”

## 見識了美國的另一面

如果沒有疫情,Eric Ma 會於2020年暑假在美國進行實習,然後為畢業之後找工作做準備。他在哥倫比亞大學進修遺產保護學碩士,生長在北京的他從小對古建築與城市歷史充滿了興趣。2020年3月時,他已經面試了好幾家博物館、政府機構等,一切進行順利。

但是當疫情來臨,所有的面試都沒有下文。他畢業的學長學姐們也找不到工作。政府停擺,建築項目停工,博物館關門,對建築專業的他們的打擊是巨大的。

有一段時間,他很焦慮,精神壓力很大。他也羨慕在國內讀研的大學同學們,許多人去了故宮等地實習,他也想過要不要回國,花了很長時間研究怎麼買飛機票。但 Eric 最終決定留在美國。我問他,回到2019年再選擇一次,還會來美國讀研嗎?他說還會,因為在持續近一年的疫情中,見識到了世界完全不一樣的一面。

疫情期間,哥倫比亞大學碩士生 Eric Ma 留在了美國。他說自己有一段時間很焦慮,精神壓力很大。

“新冠肺炎大流行帶給我個人的不僅僅是煩惱和不便,它有時也意味着新的觀察世界的角度,”Eric 說。“在這場波及每一個人的歷史性事件里,我看到了混亂,矛盾,人性的險惡,也見證

了氣壯山河的偉大勝利,還有來自社會基層的人性光芒。”

他說,他見證了紐約市把教堂改造成醫院,見證了志願者在口罩最緊缺的時候在街上發免費的口罩,見證了救護車在馬路上川流不息。他觀察到了許多令人感動的細節,比如每天晚上七點鐘,大家自發去窗口鼓掌表達對醫護人員與其他必要工種的人員的敬意。

但是他也對美國體制感到非常失望。“在來美國之前,從未懷疑過美國是一個強大的國家,是當今世界上最強大的國家,覺得美國解決問題的能力是這個世界上最強的之一,”他說。“實地經歷過之後,覺得美國的表現配不上它的國際地位。覺得政府部門和應該為之負責的高層領導人是完全失職的,覺得他們辜負了底層人民的表現。”

如今,美國的疫情還在持續,他已經找到瞭如何在疫情中努力過好生活與保持求知慾的方法,比如多去觀察一些平時被忽略的角落,用相機去記錄下平凡人的生活。

但 Eric 坦言,看兩個國家的政府彼此攻擊



甚至謾罵,卻是不會好受。“我作為中國學生,想要多瞭解美國,想要從這里學到一些東西,我身邊的很多美國人也想多瞭解中國,”他說。“但是在敵對的大背景下,我和很多美國人的這些微小的願望就越來越無法得到滿足。”

在美國“黑”下來了,特朗普的支持者卻給我送溫暖

一場疫情徹底讓 May Fang 徹底醒悟過來——“原本以為自己是天之驕子,後來才知道自己是天之棄子,”她自嘲說。

就在一年前,她還是得州大學奧斯汀分校的高材生,而且早就找到了上海一家諮詢公司的工作,只等着6月份拿到畢業證書,然後回國入職。也正因為如此,她並沒有申請可以讓她的畢業之後繼續留在美國工作的 OPT 簽證。

武漢暴發疫情的時候,她連續三天開車出門,買光了周圍超市的口罩和消毒水,通過武漢大學校友會捐給武漢的醫護人員。她天天晚上刷微博上和疫情有關的信息,李文亮去世那天,她哭了很久很久,第二天都沒辦法去上課。

“當時覺得自己在美國很幸福,也竭盡全力地幫助國內的人,”她說。“沒想到後來,美國的情況更糟糕十倍一百倍,而我在國內的朋友生活逐漸恢復正常,我的生活卻完全被毀了。”

她在疫情前,早就買好了6月份回國的機票,但是在值機的時候,得知因為其他幾班航班被取消,所以這班航班超賣了,她和許多乘客無法值機,拿不到登機牌。而當時,她的學生身份已經到期,必須在90天的寬限期里離境,車已經賣了,房子也退了,大件的行李和冬天的衣服也都打包寄給了家人。她的生活一下子就亂了套。

雪上加霜的是,她因為連續好幾天奔波各地找房子,最後8月感染了新冠肺炎。她的症狀並不嚴重,但看到了檢測報告上的陽性字樣,她的眼淚止不住地流下來,渾身發冷,抖得像篩子一樣。

病好之後,10月初,她的母親不再放心她留在美國,取出積蓄給她買了11月中旬九千多美金的商務艙機票,等待她的卻是最新的雙陰政策——核酸陰性和血清抗體陰性。她身體里還有新冠抗體,測了許多家都測不出來抗體陰性,這樣一來,她回國的路算是徹底堵死了。

她也試過在網上抱怨自己的處境,說自己曾經給武漢捐物資,憑什麼不讓自己回到祖國。回國都是罵她自私和不顧大局的,直到現在,還有人私信她,問她怎麼還沒死。

現在,沒有簽證,沒有駕照,沒有合法身份的她在美國“黑”了下來。她沒有辦法工作,只能靠父母每月給她一些零花錢,也沒有社會保險和財產證明,沒辦法長期租房,只能在網上找各種短租房或者群租房。她以後要申請美國簽證都可能會影響,但是她說,自己顧不上考慮這麼多,因為原本也沒有準備留在美國工作或者讀博,她只想儘快和父母團聚。

“我一個人美國,真的是叫天天不應,叫地地不靈。”

聖誕節期間,她終於放下面子去領取餐館發放的免費食物,冷風中,她站在長長的隊列里,周圍都是因為新冠而失去工作甚至無家可歸的人,她想,自己到底是哪一步走錯了,才陷入如此的境地呢?

去年聖誕節,困境中的 May Fang 終於放下面子,領取了餐館發放的免費食物。

好在周圍的鄰居在聽了她的情况之後,紛紛給她送來食物和禦寒的衣服。她暫住的地方是一個支持特朗普的社區,住戶很多都是商店收銀員、巴士司機等,收入不高,但是社區里每周都會有人把舊衣服、舊傢具和多餘的食物拿去社區的教堂,供有需要的人免費取用。

從1月下旬開始,她通過在教堂里做一些義工來換取免費的食物,也可以免費使用教堂里的廚房,這讓她的生活稍微穩定了一下。她有機會和美國不同階層的人打交道,互相幫助,這樣的經歷讓她想要在將來做一個社工。

May 說:“我原本很害怕那些特朗普的支持

## 把健康與快樂放到學業與事業之前

金珊妮和楊錦憶是一對來自武漢的閩蜜,在康奈爾大學學習建築。她們永遠都不會忘記黑色的1月和2月。

“我和我也是武漢人的室友天天抱頭痛哭,”錦憶說,那段時間,抱怨那些上層領導人的不作為所帶來的憤怒就成了情緒的出口。憤怒的背後是身處千里之外,什麼也做不了的無力。她曾經參與一個網絡上的籌款組織,很快就群策群力募集到了上百萬人民幣,他們花了其中的幾十萬購買當時武漢急需的口罩,但是卻被對方給騙了,凝聚着大家的關懷的捐款就這麼石沉大海。

珊妮的父母都是湖北省中醫院的醫生,是最早和病毒搏鬥的那一群人,亦在最早被感染的那一群醫護人員中。1月底2月初,父母相繼感染,而他們在病好後,又立刻投入到了繁忙的工作中。珊妮在講述那段往事仍然會傷心落淚,她記得父母都確診之後,聲音有些虛弱和沙啞的父親打電話給她,用前所未有的嚴肅口吻告訴她要好好學習,好好生活。但是父母確診的消息,也讓她心態從之前的恐慌和擔憂變得堅定。

似乎是一開始就經歷了疫情最糟糕最無助最恐慌的階段,所以珊妮與錦憶在後來的一年里,遇到其他的困難和障礙,都有了些游刃有餘的成熟。

經歷了疫情之後,在康奈爾大學學習學習景觀設計的金珊妮說,想要向療愈景觀的方向發展和研究。

她們說,現在自己已經能夠比較從容地面對那些“武漢病毒”和“中國病毒”的歧視,不再把別人的侮辱當成一回事。她們也逐漸從夜夜流淚,不能入眠的情緒中慢慢走了出來,甚至開始有意識地去關心住在宿舍里的那些落單的同學們;她們會約學弟學妹一起做飯,也會給老師過生日。面對中美關係的惡化,中國媒體上對於美國抗疫之糟糕的渲染,和美國媒體上對於中國的敵意,她們也都能夠保持一顆平常心。

她們也開始把健康、快樂這些概念放到學業有成、事業有成之前。如今,她們選擇在康奈爾繼續自己的學業,學校給同學和教職員工每周進行一次核酸檢測,只允許核酸陰性的人進入教學樓,還有好幾個心理輔導平台供她們傾訴,所以她們在生理和心理上都覺得很安全。

但是經歷了疫情之後,珊妮說,她更想要畢業後回國,在一個和父母家人見面更方便的城市。而在職業規劃上,學習景觀設計的她開始想要向療愈景觀(therapeutic landscape design)的方向發展和研究。療愈景觀目前在醫院、療養院等應用得更多。珊妮說,父母在家隔離了很長一段時間,是樓上院子裏鬱鬱蔥蔥的綠色植物讓他們有了堅持下去的動力。她自己也經歷了學校的突然關閉,能夠保持樂觀,和堅持戴口罩去戶外跑步中與大自然的接觸分不開。所以,她認為後疫情時代,公共區域的設計會更加考慮怎麼給人更多的空間,怎麼讓人們放鬆身心。

## 還是相信民主比權威制度好

梁曉晨是加州大學聖塔克魯斯分校的社會學博士。她說,過去的一年里,疫情、BLM(“黑人的命也是命”)運動、大選等許多問題漸次出現,也讓她覺得自己難以融入中國留學生的圈子,她開玩笑說:“我和我的男朋友應該是留學生里面最討厭特朗普的。”

她所面臨的最主要挑戰可能是針對她的社會與政治價值觀。據她介紹,身邊很多中國留學生都是社會達爾文主義者。他們反對BLM遊行,反對政府派福利給非法移民,他們拒絕任何幫助少數族群和弱勢群體的行爲,覺得那是人家咎由自取。他們中的許多都是學計算機專業,也有人已經有了硅谷的實習或者工作經歷。他們覺得中國疫情的表現很不錯,因此看不起別人。但是他們也不願意因為疫情的原因回國工作,因為自己都可以在家學習或者工作,收入也沒有減少。

他們在梁曉晨詢問起來說,自己很小的時候就被家里人灌輸了一種要做“人上人”的觀念——要去名牌學校讀書,要去名牌公司工作,要買豪宅,住大房子。而在美國,因為房價車價相對中國的北上廣更低,名牌公司也比中國更多,所以他們在美國更能夠實現童年就有的夢想——住別墅,開特斯拉,生幾個孩子等。

在武漢舉行的一個展覽,紀念這座城市與新冠病毒的鬥爭。

好在疫情本身並沒有給梁曉晨的生活帶來許多改變,想要做老師的她在疫情期間積累了遠程教學的經驗。對她未來的事業和家庭計劃影響更大的,恐怕是特朗普政府10月宣佈對H-1B簽證政策的重大改變,新規將大幅度提高薪水的門檻,嚴格限制申請人專業背景要求等。她以後想要做教師,而這個職業可能拿不到可以申請H-1B的基礎工資,這個可能會很大程度影響她未來的計劃。如今,她在等待拜登政府能否出台新政策。

她說,雖然中國疫情時期的管理方法很高壓,但還是有成效。她對特朗普這個人和共和黨也有了進一步的厭惡,尤其是他們在疫情期間製造種族歧視的無恥舉動。但相比較而言,她仍然更喜歡美國的政治和社會。

“(我)還是相信民主是比權威更優越的政治制度,只是目前美國的民主制度不完善,”她說。“但是就個人而言,(我)在美國感受到了更多的包容和理解。”



者會歧視我,會叫我滾回中國,但是他們都很熱情。而且因為大家的生活都受到了疫情的影響,所以很是有種抱團取暖的感覺。知道我不會車之後,他們爭着開車載我去超市採購物品。我原本不知道在這個城市里有這麼多志願者機構,有幫助流浪漢的,有幫助少數族裔的,有幫助單身媽媽的。我覺得,回到中國之後,可以在中國的城市里建立起類似的互助機構。”

但她現在也不排斥再有機會的時候留在美國工作。因為自身的遭遇,她對中國政府和美國政府都失望至極,後來又因為素昧平生的人帶來的溫暖,覺得社會也不是那麼糟糕的。她說,“我過去一年學會了不要給複雜的事情下結論。”

## 疫情對我是難得的機會

過去一年的艱難似乎並沒有那麼影響到安鉅的生活——因為她拒絕讓疫情改變她的計劃。

安鉅在沃頓商學院就讀 MBA,2020年1月,正在上海探親的她在中國疫情徹底暴發前順利地改簽機票回到了美國。之後,美國疫情迅速惡化,學校轉成了網課,她又於5月份乘坐私人包機回到了中國。但是在家裏呆了快半年之後,她10月份又回到美國費城了。(回美國前,她接受了中國國產的疫苗注射,當時需要有關係才能輪到。)

疫情期間空蕩的哈佛校園。一些大學計劃重啓線下教學,但僅對少部分學生有限開放。

“我回來美國,是因為早就規劃好的創業項目要開始啓動,”她說,“當然,如果我留在中國的話,日子會舒服很多,可以正常出門吃飯,看電影,但是我不希望因為疫情而改變我的人生規劃。”

應該說,她是因為家里條件好才比較容易這樣去安排。安鉅的父親是商人,家境殷實,母親則來自官員家庭,她很小就去了美國,在家人的支持下開公司,做投資,生活風生水起。談到疫情對她的影響時,她笑着說交了非常貴的學費,希望可以拓展一些人脈,卻變成了全網授課,同學之間連面都見不到,更別說進行社交了,也少許許多嘉賓講座等課餘活動。但她說自己在課業輕鬆下來之後,還開始自學編程和投資股票。

安鉅現在甚至有點後悔在美國疫情暴發的時候回到國內去躲疫情了。她說,自己認識的幾位在美國的創業者或者投資人,都因為疫情期間房價和股價的飛漲,身家翻了幾倍。“我現在意識到了,全球疫情這麼巨大的事件,對大多數人來說都是災難,但是對最聰明最頂尖的那群人來說,是很難得的機會。”

從小在商場耳濡目染的她也改變了自己的職業規劃。她原本希望自己線上教育的初創企業可以在三年里盈利,但是她現在的計劃是18個月內實現盈利;她原本希望可以做大公司的女高管,但是她現在希望做一個連續創業者——不斷在危機中發現機會。



# 剛剛美國向她致敬！而今天是她離去的日子

Original 華人星光 華人星光

就在2021年2月11日,美國在紐約發行新的紀念人物的“永久郵票”,向一位出身中國的女性致敬,這也是第一位登上美國郵票封面的華人,她叫吳健雄。



美國“永久郵票”這是一項比獲得諾貝爾獎更難的榮譽,美國自開國245年來,受此待遇的人,只有愛因斯坦、費米、費曼等著名科學家。那么,如今獲此殊榮的吳健雄是誰?絕大部分中國人都不知道,她是“世界原子彈之母”、“核物理女皇”、“東方居里夫人”,是她親手將楊振寧、李政道推向諾貝爾的領獎臺;她還有個鮮為人知的身份:袁世凱的孫媳婦。

今天,是一個特殊的日子,她不光值得美國人致敬,更值得所有中國人銘記.....

不讓鬚眉,積健為雄,1912年生於江蘇太倉瀏河鎮的她自小就被父親寄予厚望,健雄,這個最男兒的名字伴隨她走過一生的輝煌。

17歲,吳健雄考入南京大學,當她偶然間翻開一本關於物理學家的書時,頓時被居里夫婦、愛因斯坦等人的故事深深吸引。那時她,心里燃起對科研的無盡渴望!

1936年,她來到美國加州大學伯克利分校深造,她在原子實驗室獲得的成就,受到了美國導師的高度肯定。一篇報道描述吳健雄稱:“在進行原子撞擊研究的實驗室中,一位嬌小的中國女孩,和美國一些最高水準的科學家並肩工作。”

獲得博士學位後,由於她出色的科研能力,1944年被獲準參與美國最核心的機密:曼哈頓原子彈計劃。這里集合了當時來自西方最優秀的科學家,而吳健雄是參與這一計劃的唯一一位中國人,並且她負責的還是最核心的部分:原子核的分裂反應。

外籍人員參與美國最高軍事機密,無論在過去還是現在這都是不可想象的待遇。美國人在這方面從來都不大度,之所以願意為吳健雄破例,原因只有一個:這個中國女人實在優秀的

可怕。短短幾個月後,吳健雄的實驗成功解決了鏈式反應無法延續的重大難題,世界上第一顆原子彈很快誕生了。

她的科學研究,製造出的並不是武器,而是帶來了和平。1945年,美國在日本投下原子彈,迫使日本無條件投降,第二次世界大戰提前結束,中華民族也終於擺脫了被日寇欺凌的日子。從此,她被公認為“世界原子彈之母”、“原子核物理女王”、“東方的居里夫人”。

事業上,她一生和核物理結緣,所展現的智慧與堅強已然超越了性別。而愛情上,她的一生只與那個叫袁家驛的男人有關。

袁家驛的身世十分特殊,爺爺是袁世凱,父親是袁克文,而他的母親情韻樓。由於出身青樓地位低賤,導致袁家驛一直不被袁家所喜。袁世凱去世後,生計凋敝,袁家驛被指責為“賣國賊的孫子”,日子過得越發艱難。好在他選擇了科學,作為人生救贖的大道。

1930年,他帶著僅有的40美元,前往美國加利福尼亞學院留學,在近20天的航程中,他每天只靠充滿腥臭味的便宜鹹魚果腹。生活的苦難過後,他迎來了愛情和事業的雙豐收。1935年,上天賜給他一份珍貴的禮物,他和自己的命中注定相遇了,她叫吳健雄。

她擁有最男兒的名字,亦擁有最男兒的志向。在美國同學會初次相見,她的談吐不凡,精明幹練,就給他留下極深的印象。她吸引着他,他亦讓她心動,受眾星捧月的吳健雄,獨鍾鍾情于沉默寡語的他,他們經常一起聽課,一起去圖書館看書,一起吃飯,常常會就一個學術上的問題交流到深夜。科學報國成為彼此心照不宣的共同志向。

1937年,聞聽祖國七七事變,抗戰烈火炙烤着吳健雄和袁家驛的愛國之心。他們當即準備動身回國效力。恰巧胡適來到洛杉磯,聽說他們有此想法,胡適思考了很久後相勸:“你們所學專業現在回去用處不大,何況北平、天津已落入敵手,科研無法進行。但中國必將勝利,戰後國家建設需要許多人才,你們應當好好讀書,以便戰後建設新中國。”

苦于學識在國內難以發揮作用,他們接受



了胡適的建議。1942年5月30日,他和吳健雄舉行了簡單的婚禮,他們的愛情,志向促使夫妻二人一起邁向更高的科研高峰。

1956年,吳健雄續寫了又一段傳奇,楊振寧和李政道提出了“在弱相互作用中守稱不守恒”理論,但苦於實驗太困難無人能完成。最後,楊振寧找上了吳健雄,很快,吳健雄成功用實驗證實了該理論,幫李政道和楊振寧贏得了諾貝爾獎,



按理說,她也應該站在領獎臺上。但因為她是一名女性,又是一名出身中國的女性,諾貝爾獎名單上,沒有她的名字.....此後的1958年、1959年、1960年、1964年與1965年,吳健雄數度獲得諾貝爾物理學獎提名,但都與諾貝爾物理學獎失之交臂。

對於這樣不公平的待遇,吳健雄輕描淡寫,從未作出任何回應。後來的幾十年里,她拿遍了除諾貝爾之外的全球最高獎項,橫掃物理領域,成為名副其實的“世界物理女王”。

諾貝爾從不是她的遺憾,她最大的遺憾,是在那些無法規避的歷史中這樣那樣的錯過回國的機會。

直到1972年,我國剛剛和世界建起溝通橋樑,吳健雄和丈夫袁家驛第一時間千方百計托關係,獲得陪同中國代表團參觀西歐核子研究中心的機會,他們激動詢問代表團祖國的情況,提出要回國去看看。

第二年一得到國內批准,吳健雄和袁家驛就迫不及待踏上回國旅途,當他們得知,祖國核物理事業亟需更進一步時,這對老夫妻馬上向西歐核子研究中心提出,向中國提供核物理研究設備的建議。

那時西方仍沒放鬆對中國的封鎖,他們這樣做,完全是冒着極大風險。可為了推舉祖國往前走一點,他們義無反顧。經過長達一年的奔波交流,兩人終於說服了西歐核子研究中心,將一批核物理實驗設備運至中國原子能研究所,如果不是吳健雄和袁家驛,我國核物理研究,走不出和西歐接軌的最關鍵一步。

1980年後,吳健雄和袁家驛的大部分時間都留在中國。他們的年紀已經很大了,在中美間來回奔波,致力於國內科技事業發展。那時的國內條件,遠遠比不上美國,只能住在狹小的房間里,可他們從沒提過什么特殊待遇和條件。吳健雄受聘為南京大學、北京大學的名譽教授,為祖國培育新一代的棟樑之材。在她回到母校明德學校的時候,拿出了在美攢下的半生積蓄為母校捐蓋了紫微樓。

也是在這對夫妻的推動下,北京正負電子對撞機同步輻射加速器研製正式啓動。這一里程碑式的成果奠定了中國人在該領域與歐美三分天下的地位。

每一次吳健雄出現在鏡頭前都穿着她鍾愛的一身旗袍,簡單、樸素,卻又落落大方,這是她一生都捨不掉的國產牽絆。

她和丈夫的生活也十分簡樸,袁家驛的睡衣、睡褲都是打了補丁的,補丁的針腳粗大,而且歪歪斜斜,這是吳健雄親手一針一線縫補的。

曾在1984年,鄧小平在人民大會堂接見他們。宴會間,袁家驛發現自己的舊皮鞋開了線,裂開一個大口子,露出了里邊的襪子,他很不好意思,悄悄用另一只腳,擋住裂開口子的鞋面,幸好當時沒被人發現。宴會結束後,在返回賓館途中,他悄悄問秘書:“附近哪里有修鞋的?”他也是和妻子一樣聞名世界的大科學家啊,卻連一雙破舊的皮鞋都不捨得換,那次修補後,這雙鞋子,他又穿了十幾年.....

而他們省吃儉用省下的錢,成了捐贈給國內明德中學的500餘萬元;成了九十年代初送給明德中學的最先進的數十台電腦;他們捐贈給祖國的其餘錢物已無法計算具體數字.....

1997年2月16日,吳健雄因病離去。科研界,一顆明亮閃爍的星星消逝了,從此世間再無核物理女王的身影。遵照她生前遺囑,骨灰安放在明德樓,她的墓誌銘上寫着:一位卓越的世界公民,和一個永遠的中國人。

而帶着對妻子無盡的哀思,也帶着對祖國學子的殷殷期盼,88歲的袁家驛,用妻子和自己的最後積蓄,在中國建立了“吳健雄、袁家驛自然科學基金會”,專門邀請國外知名學者,來華講座。

2003年年初,江蘇南京“吳健雄紀念館”落成,袁家驛病重無法前往,當地政府為他送來了紀念館的光盤,播放光盤時,他睜大眼睛盯着屏幕,自始至終,一言不發。當電視熒屏上,映出妻子吳健雄的特寫鏡頭時,老人渾濁的眼里閃過亮光,努力伸長了手想要觸摸,他說了一句讓人心碎的話:“健雄,你好嗎?”

從來思念苦,寸寸斷肝腸.....

2003年2月11日,袁家驛在北京協和醫院因多臟器衰竭與世長辭,他的骨灰和吳健雄的安放在一起,夫妻一體,生同衾,死同穴。

今天,吳健雄登上美國“永久紀念郵票”封面,被鄭重的紀念和致敬,她的成就和才幹值得這樣的肯定。而為祖國所做的一切,也更值得我們中國人去銘記她。

以女子柔弱身軀,成頂天立地的事業;將畢生所有盡付,化作對祖國的赤誠。

2021年2月16日,是她離去24周年祭日,民族之魂,屹立東方,她的名字叫:吳健雄!



## 《全美華人發展大綱》- 美國華人華僑聯合總會 編制委員會

目錄 100 篇文章,各界代表參與著作,100 個人署名,每篇內容 1500 個字左右

- 主題 1. 凝聚華人團結力量,建立華人利益共同體。(譚捍衛)
- 主題 2. 推動華人參政議政爭取應有的權益。
- 主題 3. 提高政治領袖比例,爭取更多資源給予發展。
- 主題 4. 彰顯華人社會地位提高,獲得其他族群民眾尊重。
- 主題 5. 建立與維護政府公共關係,促進華裔事業發展。
- 主題 6. 制定全美華人合作宣言,引導華人事業發展。
- 主題 7. 在美華人群體的終極目標 - 攜手合作為華人爭取最大權益。(朱楓)
- 主題 8. 團結互助,爭取權益,為亞裔群體服務。(陳善莊)
- 主題 9. 通過“護異尋同”和聯盟推動華人社區發展。
- 主題 10. 提陞華人族裔存在價值,如何融入美國主流社會。
- 主題 11. 融合各個族裔群體,相互學習共謀發展。
- 主題 12. 猶太裔、非裔、華裔,相互學習取長補短。
- 主題 13. 三人行必有我師,向猶太民族取長補短。(李全)
- 主題 14. 團結亞裔集體力量,均衡多元族裔發展。
- 主題 15. 融入主流的概念分析
- 主題 16. 如何提陞同其他華人以及主流社會交往
- 主題 17. 在美華人如何融入主流社會爭取權益(仰文奎)
- 主題 18. 融入主流,為後代鋪就更尊嚴之路。(陳姿)
- 主題 19. 淺談華人融入美國主流社會(林煜)
- 主題 20. 凝聚共識,攜手合作。
- 主題 21. 深化討論,推動發展。
- 主題 22. 融入主流,爭取權益。
- 主題 23. 共襄盛舉,共創未來。
- 主題 24. 美國的歷史應該體現華裔是重要組成部分
- 主題 25. 華人從“金山客”到“美國人”的歷史轉變過程。
- 主題 26. 早期漂洋過海踏入美國的華人
- 主題 27. 初期的華人為什麼移居美國
- 主題 28. 太平洋彼岸的美國 --- 金山夢
- 主題 29. 西部大開發 --- 太平洋鐵路
- 主題 30. 違背憲法的歧視 --- 排華法案
- 主題 31. 華人移居美國生活,過客念頭不應存在。(JasonLam)
- 主題 32. 華人不同群體來美國的歷程和境遇以及各個群體如何

- 溝通交流
- 主題 33. 華人移民組成的演化過程和未來展望
- 主題 34. 華人在美國移民中的獨特文化以及優劣之處
- 主題 35. 美國華人的發展與挑戰
- 主題 36. 華裔在美國的崛起之路(張小彥)
- 主題 37. 現代移民歷史以及移民面對的機遇與挑戰
- 主題 38. 華裔的歷史、現狀與未來。
- 主題 39. 美國當前移民策略研究對華人的影響
- 主題 40. 中美關係對在美華人影響 (貿易戰 / 冷戰)
- 主題 41. 目前華人在美國的處境和面臨的挑戰以及未來發展的方向
- 主題 42. 華裔是否能夠歸化為真正的美國人
- 主題 43. 在美留學生是否能夠融入華人社區
- 主題 44. 華裔女性的生存能力與參與社會的貢獻
- 主題 45. 華裔女性的生存環境如何取得良好發展(林浣花)
- 主題 46. 在美國投資與工薪階層的差別
- 主題 47. 旅美中華兒女謀生,追求自由富裕生活。
- 主題 48. 年輕華裔一代對新移民的生活思考
- 主題 49. 在美生長的華裔青少年對祖籍國的認知
- 主題 50. 華裔美國人如何看待祖籍國
- 主題 51. 年青華裔對參政議政及祖宗發源地的認識 (許蜀)
- 主題 52. 居美華人應該給美國這個國家和社會貢獻什麼樣的價值觀和理念。(李春貴)
- 主題 53. 華裔 ABC 對祖宗發源地的認同感。
- 主題 54. 如何理解華裔在美國的根?
- 主題 55. 初期移民的華裔至今能否脫離華裔群體?
- 主題 56. 政黨政治與華人利益
- 主題 57. 參與黨派政治對華人社區的影響
- 主題 58. 華人的不同黨派立場與華人利益共同體的關係
- 主題 59. 整合資源,為華人參政議政助力。(梁鴻生)
- 主題 60. 華裔要成為關鍵少數(孟憲軍)
- 主題 61. 總統大選的困惑帶來了改善機會
- 主題 62. 提高國家政治領袖的比例對華裔的作用
- 主題 63. 如何培養華裔青少年參政議政?
- 主題 64. 華裔怎樣才能得到與其他族裔相同的發展

- 主題 65. 華裔何時才能得到同其他族裔相對平等的對待
- 主題 66. 成立 PAC 基金會對參選人的意義(尹導)
- 主題 67. 參與學區委員對華裔權益的提陞
- 主題 68. 和為天下先(謝峰)
- 主題 69. 相互尊重是不同觀點和立場下,攜手合作的基本準則。
- 主題 70. 個人利益與整體利益的關係與權衡
- 主題 71. 個別團體的利益與華人整體利益的關係與合作
- 主題 72. 如何以積極的態度參與,來達到共贏共享。
- 主題 73. 全方位整體規劃與運用對在美華人發展的必要性與重要性
- 主題 74. 華裔青少年心理健康問題 (缺乏組織機構)
- 主題 75. 如何對抗欺凌 ?(學校,社會,工作)
- 主題 76. 亞裔孩子所遭受的教育歧視和我們的抗爭(趙宇空)
- 主題 77. 為什麼會產生種族歧視,面對種族歧視的反響與應付。
- 主題 78. 美國華裔遭受種族歧視問題之思考 (王玉明)
- 主題 79. 反種族歧視浪潮下華人的機遇和挑戰(陳夢)
- 主題 80. 美國華裔事業發展任重道遠(林建中)
- 主題 81. 中國經濟政治的崛起對美國華人的社會經濟構成和地域分布的影響
- 主題 82. 如何扶持為華人群體服務的新型企業
- 主題 83. 華人從飲食文化佔領美國文化市場(胡曉軍)
- 主題 84. 唐人街在美國歷史及旅美移民貢獻
- 主題 85. 傳統“中國城”和新型“中國城”
- 主題 86. 籍貿易糾紛之機,解決產業轉型難題,提陞經貿水平。(陳遼瑞)
- 主題 87. 綠屋子的寂靜時光(孫曉光)
- 主題 88. 《公民權利法》之平權運動
- 主題 89. 美國聯邦憲法的作用與效力
- 主題 90. 探討美國的立國精神
- 主題 91. 美國獨立戰爭爆發的原因
- 主題 92. 少數群體的華裔之生存危機意識(原文彬)
- 主題 93. 美國聯邦參議員競選之路(周麗君)
- 主題 94. 建立美國華人華僑博物館對華人的意義
- 主題 95. 美國華人華僑博物館、尋根溯源家國情懷
- 主題 96. 成立華裔未來合作俱樂部的深遠意義(李偉)



創辦 18 年 **伊利華報** 服務為華裔  
 ERIE CHINESE JOURNAL

We greatly appreciate your support of community newspapers  
**齊心抗疫風雨同舟 幫助華報共渡難關!**

Hallman, Stasko & Strunk

CERTIFIED PUBLIC ACCOUNTANTS

利是會計事務所

**Ketty Lee**  
 利是會計事務所



克利夫蘭天然寺

明日之星技巧舞蹈艺术学校  
 LingYun Rising Star



幫助華報 共渡難關



Gingie Spa

喜愛華報  
 支持華報



克利夫蘭 方江鳳 女士



ITM 公司

互相支持 合作互惠



合豐食品公司

GOOD HARVEST FOOD MARKET INC.  
 3038 Payne Ave. Cleveland, OH 44114  
 Tel:(216)861-8018 Fax(216)861-8032



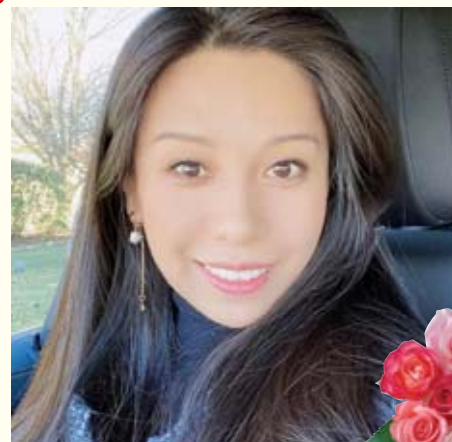
伊利華報  
 一生朋友  
 一次相識



VERITY LOANS

為瑞貸款

**顧記車行**  
 B&E AUTO BODY & REPAIR  
 B&E AUTO SALES  
 Tel: 216-283-0988 Cell: 216-310-4395  
 地址: 15215 Kinsman Road, Cleveland, OH 44120



支持華報

哥倫布美女姜姜

感謝那些讀者朋友默默无闻的支持  
 希望您也可以成爲他們其中一員!