

Facebook Awards Grant to Erie Chinese Journal
2020
f
2002
伊利華報

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

第四四五期 Vol.445 May.15 2022 本報售價 \$1.00

ISSN 1544-7766 發行商/PUBLISHER: ERIE CHINESE JOURNAL, INC.

Website: www.ecjnews.com; 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

企城百佳 Tel: (216) 781-3383
1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

尊重宗教信仰 傳承民族文化



詳細內容請見本期有關版面

黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

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

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, I1 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。

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

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

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

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

服務華人社區
振奮民族精神

交流美華信息
弘揚中華文化

Tel:(216)324-2959; Fax:(330)405-3480
Add:3500 Payne Ave, I-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

Read Fraud Alerts
讀者欺詐警報

File Complaints
檔案投訴

Find Trustworthy Businesses
尋找值得信賴的企业

Submit Customer Reviews
提交客户评论

BETTER BUSINESS BUREAU
BBB.ORG

男女有別

女人全是優點!
瘦的叫苗條,
胖的叫豐滿,
妖的叫美女,
靈的叫才女,
柔的叫溫柔,
凶的叫直爽,
傻的叫善良,
土的叫端莊,
洋的叫時尚,
怪的叫個性,
匪的叫靈活,
嫩的叫靚麗,
木納的叫淑女,
老的叫風韻猶存,
牛的叫傲雪凌霜,
直言不諱叫女強人,
深情比酒濃叫痴情,
冒冒失失叫不掩飾,
不像女人的女人叫超女,

男人全是缺點
瘦的叫竹竿
胖的叫肥仔
妖的叫人妖
靈的叫刁民
柔的叫軟弱
凶的叫暴力
傻的叫傻蛋
土的叫土氣
洋的叫洋鬼
怪的叫怪咖
匪得叫土匪
嫩的叫無知
木納的叫木頭
老的叫老臉何在
牛的叫頑固份子
直言不諱叫冒失鬼
深情比酒濃叫花心
冒冒失失叫太莽撞
不像男人的男人叫太監

讀者好
中華文化博大精深 中國文字更是一絕
從文字角度來看一看
我們的女性的地位又是如何呢
太太同意我發表 我絕對是女權擁護者
否則怎能和太太天長地久
抱一抱就抱出了春天
現在又有研究成果 趕快報告
劉天擎

劉天擎
詩歌園地

VERITY LOANS 為瑞貸款

NMLS# 2031727 | OH.RM.804633.000 | FL: MBR4977
31320 Solon Rd #17, Solon, OH 44139
www.myverityloans.com
電話: 440-600-7900 傳真: 440-600-7167

- * 俄亥俄和佛羅里達房地產貸款
- * 買房, 重貸套現, 投資
- * 美國境內外非美籍, 非綠卡, F1 等簽證 OK
- * 不查收入投資房屋貸款(多州) 1-8 Units
- * 為您爭取更經濟, 更適合的貸款方案

趙敏 (Min Zhao)
Mortgage Loan Originator (粵語)
T: 614-327-8376
MLO, NMLS#2046807
MLO-OH.2046807
Email: Min@myverityloans.com

Ray Antonelli
Mortgage Loan Originator
T: 216-337-7520
MLO, NMLS#800476
MLO-OH. 800476 FL:LO100691
Email: Ray@myverityloans.com

陳群 (Gwen Chen)
Mortgage Loan Originator
T: 440-600-7900
MLO, NMLS#2006474
MLO-OH.2006474 FL:LO85584
Email: Gwen@myverityloans.com

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

處理案件 您不一定需要親自前往法院

You may not have to go to Cleveland Court

Because of COVID-19, there are different ways to take care of legal matters. Visit www.cmcoh.org to get options for tickets (traffic/ parking/ waste collection)

Also see details about small claims (less than \$6,000) or civil weddings.

由於 COVID-19 疫情, 因此可以通過多種方法來處理法律事務。您可以訪問 www.cmcoh.org 以獲取更多的選項來處理如交通/停車/垃圾收集等相關的罰單

另請參閱有關小額錢債索賠 (少于 6,000 美元) 或民事婚禮等的詳細信息。

Earle B. Turner, Cleveland Clerk of Courts

Get vaccinated today

Then we can join our friends and play

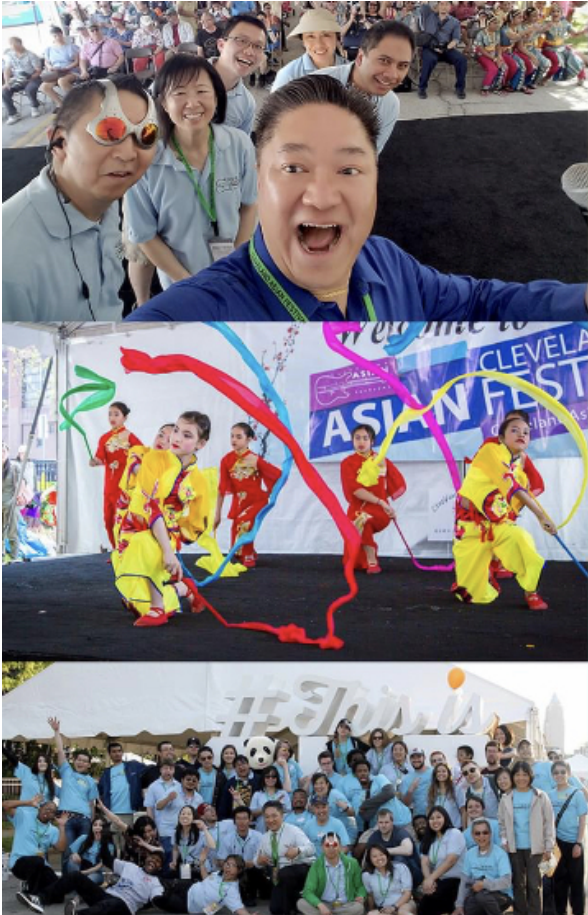
ARE YOU BILINGUAL?

ASIAN SERVICES IN ACTION IS RECRUITING CANTONESE AND MANDARIN TRANSLATORS AND INTERPRETERS IN AKRON AND CLEVELAND.

SEND YOUR RESUME AND COVER LETTER TO CHING LO AT CLO@ASIAOHIO.ORG

asiaohio.org

SIA ICHC
ASIAN SERVICES IN ACTION INTERNATIONAL COMMUNITY HEALTH CENTER



#CAF2022CLE
Cleveland Asian Festival
 Saturday & Sunday
 May 21 & 22, 2022
 11am - 7pm
 E. 27th St. & Payne Avenue
 Cleveland, OH 44114

Free Admission.
 Free Parking.
 No Pets.
 Masks Recommended

ASIAN CUISINE • CULTURAL PERFORMANCES • ASIAN POP DANCE COMPETITION • MARTIAL ARTS

ClevelandAsianFestival.org



歡迎參加亞洲節活動

Join 10's of Thousands of us at the Cleveland Asian Festival, May 21-22, as we return with an in-person event in the heart of Asiatown Cleveland! The Best Showcase of Asian Food & Culture will have diverse cuisines and snacks,

(本報訊) 5月21-22日, 一年一度的克利夫蘭亞洲節 (Cleveland Asian Festival) 就是這周末舉行, 久違了, 因為疫情已經停止了二年, 本次活動節目單見下表, 舞獅, 廣場舞, 腰鼓隊, 功夫, 樂隊, 繪畫, 還有許多日本韓國印度等多種文藝演出。給您提供2天時間親眼目睹亞裔文化。

本屆亞洲節, ICHC 亞洲社區診所于兩日中午12點至下午四點提供新冠疫苗加強針, 無需預約, 詳情請諮詢亞洲社區診所 216 361 1223 Asia Plaza 歡迎您, 期待您的到來!

2 stages of performances and martial arts, shopping, health pavilion, and activities that Ohio has come to expect! See you at the party! #CAF2022CLE #Cleveland #ThisIsCLE #ShowTime

Saturday - May 21, 2022		Sunday - May 22, 2022	
JACK Stage (Raised) (on Payne Ave. at E. 27th)	Dragon Stage (Flat) (SW Parking Lot at Payne Ave & E. 30th)	JACK Stage (Raised) (on Payne Ave. at E. 27th)	Dragon Stage (Flat) (SW Parking Lot at Payne Ave & E. 30th)
11:30 AM Kwan Lion Dance Cleveland's traditional Lion Dance Team (Chinese)	11:30 AM CAP Welcome & Kickoff VIP greetings, Overview, CAP Leadership	11:30 AM JACK Stage sponsored by JACK ENTERTAINMENT	11:30 AM Scan QR Code for Updated Schedule
12:00 PM CAP Welcome & Kickoff VIP greetings, Overview, CAP Leadership	12:00 PM CAP Welcome	12:00 PM CAP Welcome	12:00 PM CAP Welcome
12:30 PM Sree Mayuri Dance Academy Kuchipudi - South Indian Classical Dance (Indian)	12:30 PM Integrated School of Internal Studies Silu John Cosme - Taijiquan / Tai Chi Chuan (Martial Arts)	12:30 PM Sree Kailasa Mandir - Center for Indian Performing Arts Bharatanatyam - Classical Dance from India	12:30 PM Asya's Dance Group Modern/Traditional Fusion
12:45 PM Unhyul Vocalist (Korean-American)	12:45 PM Cleveland Aikikai Aikido (空手道) Japanese martial art (Martial Arts)	12:45 PM Sho-Ju-Ji Japanese Dancers Traditional dance & instruction (Japanese)	12:45 PM AsiaTown Square Dance Team (Chinese)
1:30 PM Sandhyasree Kar (SANSKRIT) Hindu - Classical Dance Style (Hindu)	1:30 PM Counterpoint Musical Performance (vocals & piano) (Chinese)	1:30 PM Marianam Dance Academy Kuchipudi and Bharatanatyam - Classical Dance from India	1:30 PM Pacific Paradise Entertainment Hawaiian, Tahitian, and Polynesian performances (Polynesian / Hawaiian)
1:45 PM Lingyun Rising Star Acrobats Dance & acrobatic performances (Chinese)	1:45 PM To Be Announced	1:45 PM Yume Daiko Powerful Taiko Drum performance (Japanese)	1:45 PM Colling Dragon Chinese Kung Fu School Taichu (Martial Arts)
2:00 PM Stellar Acrobatic Dance Academy Dance & acrobatic performances (Chinese)	2:00 PM Karate Institute of Mentor Martial Arts Demonstration, weapons, self defense (Martial Arts)	2:00 PM Wu Yang Center for Martial Arts 武当太极中心 Tai Chi Performance (Chinese)	2:00 PM Chinese Academy of Cleveland Indonesian Dance & Theater, Ballet, Chinese
2:15 PM Westlake Chinese Culture Association Cultural performances & Kung Fu (Chinese)	2:15 PM Shaolin Kung Fu Institute Northern Shaolin, Southern Hung Gar, Shuai Jiao & Tai Chi (Martial Arts)	2:15 PM CAP Colors of Asia Fashion Show	2:15 PM Glory Drum Team of Cleveland Traditional world drum performance (Chinese)
2:30 PM CAP Asian-Pop Dance Competition A-POP, K-POP, J-POP, All-POP Friends based on video submissions. Complete Line for Cash Prizes: 1st = \$1000, 2nd = \$500, 3rd = \$250	2:30 PM Janice Liu Studio Traditional Music - Erhu Instrument (Chinese)	2:30 PM Happy Every Day 天天乐 Flutes, Dizi (horizontal), and Xiao (vertical) (Chinese)	2:30 PM Stellar Acrobatic Dance Academy Dance & acrobatic performances (Chinese)
2:45 PM A-POP, K-POP, J-POP, All-POP Friends based on video submissions. Complete Line for Cash Prizes: 1st = \$1000, 2nd = \$500, 3rd = \$250	2:45 PM Cleveland Contemporary Chinese Culture Association Various cultural performances (Chinese)	2:45 PM Rosa's Guzheng & Jarice's Erhu Studio Traditional Musical Instruments - Erhu & Guzheng (Chinese)	2:45 PM Lingyun Rising Star Acrobats Dance & acrobatic performances (Chinese)
3:00 PM Groups: SK, ChoonKun, Classic, Phoenix Q, Seou, Solar Dance Team	3:00 PM Aotris Dance Academy Hindu Dance (Indian)	3:00 PM Asian-Pop Dance Encore & Invitational Performances Groups: Solar Dance Team, Seou, Phoenix Q, Heffalee Team, SK	3:00 PM The Indian & Nepali Student Group 2020 (Jazz and Hip-Hop)
3:15 PM	3:15 PM Hanaka - Kabuki - Dance (Japanese)	3:15 PM	3:15 PM Shaolin Kung Fu Institute Northern Shaolin, Southern Hung Gar, Shuai Jiao & Tai Chi (Martial Arts)
3:30 PM	3:30 PM	3:30 PM	3:30 PM
3:45 PM	3:45 PM	3:45 PM	3:45 PM
4:00 PM	4:00 PM	4:00 PM	4:00 PM
4:15 PM	4:15 PM	4:15 PM	4:15 PM
4:30 PM	4:30 PM	4:30 PM	4:30 PM
4:45 PM	4:45 PM	4:45 PM	4:45 PM
5:00 PM	5:00 PM	5:00 PM	5:00 PM
5:15 PM	5:15 PM	5:15 PM	5:15 PM
5:30 PM	5:30 PM	5:30 PM	5:30 PM
5:45 PM	5:45 PM	5:45 PM	5:45 PM
6:00 PM	6:00 PM	6:00 PM	6:00 PM
6:15 PM	6:15 PM	6:15 PM	6:15 PM
6:30 PM	6:30 PM	6:30 PM	6:30 PM
6:45 PM	6:45 PM	6:45 PM	6:45 PM

COVID Home Tests | USPS

NOTE: Image of tests is only representative.

Place Your Order for Free At-Home COVID-19 Tests

Residential households in the U.S. are now eligible for another order of free at-home tests on USPS.com. Here's what you need to know about your order:

- Each order now includes 8 rapid antigen COVID-19 tests
- Your order of 8 tests will come in 2 separate packages (4 tests in each package), each with its own tracking number
- Packages will ship free

可通過以下鏈接註冊領取:
<https://special.usps.com/testkits>

Fill in this form with your contact and shipping information to order your tests.
[Clear form](#)

新消息
 郵局發放新一輪家庭測試盒, 每個家庭可領取2盒(共8個)

WORLD BEE DAY fun day

Save the Bees
 May 20 - World Bee Day

Celebrating the bees and other pollinators!
 Queen Right Colonies invites you to join the fun.

World Bee Day celebration raises awareness on the essential role bees and other pollinators play in keeping people and the planet healthy, and on the many challenges they face today. The United Nations designated May 20 as World Bee Day thanks to the efforts of the Government of Slovenia with the support of Apimondia.

- Opening remarks at 10 a.m. with Alenka Jerak, Consulate General of the Republic of Slovenia Cleveland.
- Starting at 11:00 am with John Rose, on the hour "Opening a Colony" instructions. World Bee Day, April 7 - Virtual Conference video playing throughout the day in the Red Warehouse.
- Scavenger hunt and games for children, including Bee Bag Toss.
- Farm tours, visit the field with Zebu Cattle, Fallow Deer, Red Fox, Sheep, an array of farm animals, exotic birds and more.
- Browse through the Amish Haus, an original Amish starter home, now a quaint antique and gift shop.
- Rides in a custom Amish made buggy.
- Concession stand: donuts, hot dogs, brauts, popcorn, cookies, lemonade, tea, coffee and more.

Saturday May 21, 2022
 10:00 am - 4:00 pm
 Queen Right Colonies
 43655 State Route 162
 Spencer, Ohio 44275
 440-647-2602
 \$2 Admission
 The proceeds from this event will be donated to provide Honey Breakfast on November 18, 2022, for K-12 students in Euclid and Cleveland, Ohio.

HOSTED BY
 Collaborative Chambers Alliance
 REPUBLIC OF SLOVENIA CONSULATE GENERAL OF THE REPUBLIC OF SLOVENIA CLEVELAND
 Euclid Chamber of Commerce
 SBA

SPONSORED BY
 Edward Jones
 Nicky Sulandari 216-447-8970
 Kiwanis GREATER EUCLID
 rooting for you FARM
 Queen Right Colonies Proudly Serving Beekeepers & Honeybees for Decades

Supporting Organizations
 Honorary Consulate of Sweden Cleveland
 Wunderbar Together Germany and the U.S.
 Switzerland

collaborativechambers.org queenrightcolonies.com

Cafe y Conectando
 11 AM
 2804 Archwood Ave.

JULIA DE BURGOS CULTURAL ARTS CENTER UNIDOS POR EL ARTE

¡CAFÉ Y CONECTANDO!

FOR LATINX ARTISTS OF ALL PRACTICES!
 COFFEE-NETWORKING-FREE
 T-SHIRTS-ART + MORE!
 SAT. MAY 21, 11AM
 2804 ARCHWOOD AVE

QUESTIONS?
 EMAIL BRIDGETTMARTINEZ@JULIADEBURGOS.ORG
 OR CALL (216) 894-5664

Governor DeWine Announces Pediatric Behavioral Health Initiative

(COLUMBUS, Ohio)—As part of Mental Health Awareness Month, Ohio Governor Mike DeWine today announced the Pediatric Behavioral Health Initiative, an \$84 million investment, to increase access to care and expand capacity across the state so kids and their families can get services and supports for their behavioral health needs in or near their communities.

“The need to increase access to behavioral health care has been growing nationwide for years. I am pleased that, here in Ohio, we place an emphasis on expanding treatment capacity and increasing accessibility for children and their families,” said Governor DeWine. “When children are mentally, behaviorally, and physically stable and healthy, they are more likely to do better in school, avoid potentially risky behaviors, and make sounder decisions, putting them on paths that will help them reach their full potential.”

This initiative uses dedicated ARPA investments to expand infrastructure and strengthen local partnerships so Ohio kids can get the specialty care they need. The funding was allocated in HB 168, sponsored by Rep. Mark Frazier and Rep. Mike Loychick, passed by the General Assembly last year. It will expand inpatient and outpatient behavioral health supports regionally. Recipients include:

\$7 million: Akron Children’s Hospital to help create regional behavioral health centers to provide psychiatric services, partial hospitalization and intensive outpatient programs, and outpatient therapy. This project will increase access to behavioral health services in local communities and provide opportunities to partner with community agencies to fill gaps in services.

\$10 million: Cincinnati Children’s Hospital Medical Center to help fund their new inpatient facility at the College Hill Campus that will feature private rooms for all their patients, a new neurobehavioral partial hospitalization program, along with a severe behavioral day treatment program, dedicated areas for



therapy, and additional treatment space.

\$25 million: Dayton Children’s Hospital to help build a new mental health building that would double inpatient treatment capacity, expand the partial hospitalization program, increase access to psychology services, and add a bridge service to ensure smooth transitions for children and their families as they transition from one level of care to another.

\$17 million: ProMedica Russell J. Ebeid Children’s Hospital to renovate existing space in their inpatient pediatric psychiatry unit, establish an ambulatory outpatient building with comprehensive resources to better serve families, and work with local partners to develop services and programs to meet the community’s needs.

\$15 million: University Hospitals Rainbow Babies & Children’s to renovate and expand their inpatient Children Adolescent Psychi-

atric Unit, creating sensory-friendly spaces, and leveraging technology to better accommodate patients.

\$6.45 million: Appalachian Children’s Coalition: Integrated Services for Behavioral Health to expand the Youth and Family Wellness Center in Chillicothe, strengthening southeast Ohio’s Behavioral Health System of Care and reducing the need for families to travel long distances to receive specialized care. Integrated Services also expects to use the funding to help renovate the Mary Hill Center for Youth building in Nelsonville, Ohio, and fund family-friendly recovery housing.

\$3.55 million: Appalachian Children’s Coalition: Hopewell Health Centers to renovate space in local schools in southeast Ohio to house fully integrated health centers to help meet the primary care, behavioral health, and therapeutic needs for the schools. In addition, funds will be used to renovate buildings for Hopewell Health Centers REACH

Youth Partial Hospitalization Program.

Nationally, each year, one in five children experience a mental health condition. According to the Ohio Children’s Hospital Association, there are currently 10 child psychiatrists per 100,000 kids and teens; however, it is estimated that nationally we need 47 child psychiatrists per 100,000. The need is growing. Between 2020 and 2021, the number of children hospitalized for a mental health reason increased 163% nationally.

Governor DeWine speaking at a podium

In Dayton, where Governor DeWine joined Dayton Children’s Hospital President and CEO Debbie Feldman to announce their Pediatric Behavioral Health Initiative Project, Feldman explained that their mental and behavioral health inpatient unit opened in July 2019 with 24 beds.

By 2029, it is expected the hospital will need 45-50 inpatient beds to meet the need. In February, 178 kids stayed in regular medical rooms at Dayton Children’s, waiting for a bed in the behavioral health unit.

The Pediatric Behavioral Health Initiative is part of a larger commitment that Governor DeWine has made to increasing access to mental health services in our state. Last week, Governor DeWine announced a Wellness Worker Initiative intended to cover many of the costs for students in behavioral health-care fields so they can complete their studies more quickly and enter the workforce to meet the growing need. Many efforts are targeted specifically at youth. Governor DeWine launched the Student Wellness and Success Funds to provide schools with wraparound resources to better address the social and emotional needs of students. To date, Student Wellness and Success funding has helped pay for more than 6,600 wellness programs, including more than 1,300 focused solely on mental health.

Governor DeWine Awards \$3.6 Million to Help Law Enforcement Combat Illegal Drug Activity

(COLUMBUS, Ohio) -- Ohio Governor Mike DeWine today announced over \$3.6 million in funding for 41 local law enforcement agencies to help their drug task forces enforce the state’s drug laws and combat illegal drug activity.

OCJS Grant List

Grants from the 2022 Ohio Drug Law Enforcement Fund will support drug task forces that impact 67 counties on issues of drug trafficking, pharmaceutical diversion, and other organized criminal activity associated with the drug trade. The program, which is administered through the Office of Criminal Justice Services, is also intended to help local entities enhance the safety of Ohioans through multi-jurisdictional task forces.

“Ohio’s drug task forces play an absolutely critical role in removing drugs from the streets and holding drug traffickers accountable,” said Governor DeWine. “These grants are flexible so drug task force commanders can tailor their plans to the greatest benefit for their local communities.”

Funds can be used by agencies to investigate drug trafficking organizations and disrupt the drug supply through intelligence gathering, information sharing, and multi-agency coordination. Grants can also be used to support local work to help drug overdose victims and their

Implementing Agency	County	Award Amount
Allen County Sheriff's Office	Allen	\$102,941.71
Ashtabula County Sheriff's Office	Ashtabula	\$11,488.21
Auglaize County Sheriff's Office	Auglaize	\$83,852.39
Brown County Prosecutor's Office	Brown	\$8,272.72
Butler County Sheriff's Office	Butler	\$28,671.76
Clermont County Sheriff's Office	Clermont	\$115,739.43
Columbiana County Sheriff's Office	Columbiana	\$97,328.67
Cleveland Division of Police	Cuyahoga	\$166,481.26
Westshore Enforcement Bureau	Cuyahoga	\$150,126.40
City of Bedford	Cuyahoga	\$92,389.20
Delancey County Sheriff's Office	Delancey	\$116,637.52
Delaware County Sheriff's Office	Delaware	\$158,208.17
Fairfield County Sheriff	Fairfield	\$130,557.84
Franklin County Sheriff's Office	Franklin	\$166,481.26
Greene County Sheriff's Office	Greene	\$108,330.23
Springfield Township Police Department	Hamilton	\$136,497.31
Hamilton County Sheriff's Office	Hamilton	\$50,494.44
Hamilton County Prosecuting Attorney	Hamilton	\$33,444.42
Cincinnati Police Department	Hamilton	\$82,542.40
Hardin County Sheriff's Office	Hardin	\$7,546.87
Jefferson County Prosecutor's Office	Jefferson	\$9,683.93
Lake County Narcotics Agency	Lake	\$75,000.00
Lawrence County Prosecutor's Office	Lawrence	\$82,901.00
Licking County Sheriff	Licking	\$161,317.27
Logan County Sheriff's Office	Logan	\$8,330.16
Lorain County Sheriff's Office	Lorain	\$127,518.00
Toledo Police Department	Lucas	\$30,804.56
Mahoning County Sheriff's Office	Mahoning	\$126,965.50

Implementing Agency	County	Award Amount
Medina County Drug Task Force	Medina	\$110,575.44
Montgomery County Sheriff's Office	Montgomery	\$36,102.40
Ottawa County Prosecutors Office	Ottawa	\$83,186.05
Portage County Sheriff's Office	Portage	\$14,889.38
Mansfield Police Department	Richland	\$166,481.26
Ross County Sheriff's Office	Ross	\$103,839.80
Sandusky County Drug Task Force	Sandusky	\$9,186.43
Stark County Sheriff's Office	Stark	\$152,795.45
Summit County Sheriff's Office	Summit	\$166,481.26
Trumbull County Sheriff's Office	Trumbull	\$116,413.00
Tuscarawas County Sheriff's Office	Tuscarawas	\$15,023.60
Greater Warren County Drug Task Force	Warren	\$121,801.51
MEDWAY Drug Enforcement Agency	Wayne	\$88,675.81

families through education, support, and treatment options.

MORE: List of Ohio Drug Law Enforcement Awards

The Ohio Drug Law Enforcement Fund is part of the Drug Interdiction, Disruption, and Reduction Plan that is funded through Ohio's operating budget.

Today's grants are in addition to several other initiatives developed under Governor DeWine to address the issues of drug trafficking and substance use disorder. Immediately after taking office in 2019, Governor DeWine signed an executive order creating the Recovery-

Ohio initiative to support aggressive measures to combat the opiate epidemic by investing in the health and well-being of Ohio citizens. Through the RecoveryOhio Law Enforcement Fund, local drug task forces have received millions to intercept illegal drugs and enhance their role in substance use awareness, prevention, and recovery. RecoveryOhio has also

worked to expand access to specialized court dockets to give judges flexibility to place defendants with mental health or substance use disorders into treatment rather than sentencing them to jail.

Governor DeWine also created the Ohio Narcotics Intelligence Center in 2019 to support local law enforcement agencies in intelligence-focused drug trafficking investigations and secured funding for the development of several Major Drug Interdiction Task Forces that target trans-national drug trafficking cartels. The new Ohio Crime Lab Efficiency Program that Governor DeWine launched last month will also support local crime laboratories to help them efficiently analyze drugs associated with criminal investigations.



First Lady Fran DeWine pictured with community and library partners at the Deer Park Branch Library for Hamilton County’s One Millionth Imagination Library Book Celebration.

(CINCINNATI, Ohio)— This morning, Ohio First Lady Fran DeWine attended Hamilton County’s One Millionth Imagination Library Book Celebration at Deer Park Branch Library in Cincinnati.

First Lady DeWine also presented a proclamation from Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted, which recognizes the milestone of one million Imagination Library books being given out in Hamilton County.

“Hamilton County serves as a role model for how to build strong community partnerships and expand enrollment in the Ohio Governor’s Imagination Library,” said First Lady DeWine. “I am so grateful for the effort to get so many free books into the hands of our littlest Ohioans and their families, because we know this program has so many benefits – from better bonding time to better kindergarten readiness scores!”

First Lady DeWine joined several community partners who have supported the Ohio Gover-

First Lady Fran DeWine Attends Hamilton County’s One Millionth Imagination Library Book Celebration

nor’s Imagination Library program in Hamilton County, including Cincinnati Children’s Hospital, Cincinnati Public Library, and members of the Ohio General Assembly. Afterwards, First Lady DeWine visited Cincinnati Public School District’s John P. Parker Elementary School and read “The Very Hungry Caterpillar” by Eric Carle to a group of preschoolers. She was also

joined by Loren Long, Ohio author and illustrator, who has four books in the Imagination Library collection. First Lady DeWine and Loren read two additional books.



Ohio Author and Illustrator Loren Long joins First Lady DeWine at John P. Parker Elementary School for a book reading.

“Programs like the Imagination Library are incredibly important to Cincinnati Children’s because they are investments into the health of our community,” said Bill Brinkman, MD, Director of

General and Community Pediatrics at Cincinnati Children’s Hospital. “Partnering with parents to promote a love for reading at a young age, which we know is a critical time for brain development, is vitally important for children and for the continued growth and health of our region. We are proud to be a part of this program and celebrate reaching this milestone alongside our funders and community partners.”

Hamilton County’s Imagination Library program began in 2015 with a pilot partnership between Cincinnati Children’s Hospital and Cincinnati Public School District. Following the three-year pilot, Cincinnati Children’s Hospital published a study showing that the percentage of entering kindergarteners who were “on-track” on the Kindergarten Readiness Assessment’s literacy section increased by 15% among those with greater exposure to the Imagination Library program. This increase was significantly greater than similar children who weren’t enrolled in the program.

“Regular reading is a critical part of a child’s development. Just 20 minutes per day is enough to strengthen brain development, build caregiver-child relationships, and build literacy and social skills,” said Paula Brehm-Heeger, the Eva Jane Romaine Coombe Director of the Library. “That’s why it is important to get books into kids’ hands in order to build a foundation of success for starting their education journey.”

The Imagination Library in Hamilton County became available county-wide in March 2020 with support from the Ohio Governor’s Imagination Library and the Ohio General Assembly. Currently, 50% of eligible children (26,486) in Hamilton County are enrolled in the Ohio Governor’s Imagination Library.

Statewide, 45% of eligible children (321,565) are enrolled in the Ohio Governor’s Imagination Library, each receiving a high quality, age-appropriate book every month in the mail. Any child from birth to age five can enroll in the program at no cost to their family.

To learn more about the Ohio Governor’s Imagination Library or to enroll a child, visit OhioImaginationLibrary.org.



First Lady Fran DeWine pictured with the preschool class at John P. Parker Elementary School in Cincinnati.

回顧 2022 年 全美小企業周

國稅局稅務提示 2022-71

小型企業在國家經濟中發揮着舉足輕重的作用。美國國稅局提供各種工具和資源來幫助小企業主和自雇經營者瞭解並履行其納稅義務。

以下是今年全美小企業周的一些亮點。

創業信息和資源

- * 小型企業和自雇經營稅務中心: 此在線資源應該是企業主瞭解企業所涉及的稅務問題的第一站。
- * 瞭解開辦企業的稅務責任: 此稅務提示包含幫助企業家開設企業的信息。
- * 零工經濟稅收中心: 對於從事零工經濟的納稅人, 如果他們通過應用程序或網站提供按需工作、服務或商品, 該網站提供相關活動稅務問題的答案、表格和資源鏈接。
- * 小企業表格和出版物(英文): 雇主可以選擇和

羅訴韋德案 (Roe VS. Wade) 之後對亞太裔婦女 的影響

BY RICHARD REN

舊金山 / 洛杉磯 / 華盛頓州 (5月13日) - 在多布斯訴杰克遜(Dobbs v. Jackson's)婦女健康組織案中泄露的最高法院意見草案表明, 大多數法官打算推翻 1973 年具有里程碑意義的裁決羅訴韋德案, 該裁決確立了近 50 年來的憲法墮胎權。如果推翻, 影響將是迅速和毀滅性的, 並將嚴重限制至少 26 個州和地區的墮胎機會, 使近 4000 萬人無法獲得生殖保健的關鍵部分。

在墮胎權力的分裂爭斗之中, 亞太裔婦女大部分是隱形的存在。高等法院準備在多布斯訴杰克遜婦女健康組織 (Dobbs VS. Jacison's Women's Health Organization) 一案發佈他們的決定。法庭的決定~一份草案於上週被洩漏了出來~被認為在全國 22 州中墮胎會被立刻刪除。少數族裔媒體服務中心 (Ethnic Media Services) 5月13日上午邀請國會議員、亞太裔婦女兒童保護機構的代表與各少數族裔新聞媒體舉辦線上會議 ("THE IMPACT OF A POST-ROE WORLD ON AAPI WOMEN"), 圍繞會議的主題“羅訴韋德案(Roe VS. Wade) 之後對亞太裔婦女 的影響” 闡述各自的觀點以及討論期待中高等法院決定的影響。



Opening remarks - Congresswoman Judy Chu, D-California

曾經推動《婦女健康保護法》防止保守州墮胎禁令的加利福尼亞州民主黨眾議員趙美心 (Judy Chu) 在開幕致辭時表示: “現在, 我們比以往任何時候都更有必要保護我們選擇和獲得安全和合法墮胎的權利——尤其是在墮胎獲得越來越多的攻擊中, 而且最近, 阿利托法官泄露的意見草案表明有意推翻羅訴韋德案。

在發現有人試圖推翻羅訴韋德案時, 感到厭惡、震驚之餘更是心碎。她表示, 墮胎不僅是一項權利, 更是一個十分艱難的個人決定, 近四分之一的美國女性都曾經墮過胎, 其中有超過 20% 的亞裔。

趙美心表示, 因此, 她也積極投入到這場鬥爭中, 保護婦女墮胎權。本周參議院未能通過的推動《婦女健康保護法》的投票並未結束。這只是一個開始。近五十年來, 在一次又一次的民意調查中, 大多數美國人支持墮胎。所以, 我們才剛剛開始保護墮胎機會的鬥爭, 我特別投入到這場鬥爭中, 因為我知道這些墮胎禁令的影響在有色人種社區中感受最為強烈, 包括亞裔美國太平洋島民社區。這就是為什麼我們將在在本週末進行以支持墮胎權。我們將爭取對自己的身體做出決定的權利。我們將在今年 11 月參加投票, 以保護每個州的每個人的墮胎權。”

Congresswoman Pramila Jayapal, D-Washington

國會議員 Pramila Jayapal, D-Washington 在發言中指出: “我是這個國家四分之一的墮胎女性之一。終止懷孕是一個艱難的選擇, 但它仍然是我的選擇。如果他們願意, 每個懷孕的人都應該有這樣的選擇。

賈亞帕爾指出, 如果「羅訴韋德案」被推翻, 墮胎也不會消失。然而, 婦女會失去安全、合法的墮胎方式, 將她們置於危險中, 其中包含新移民、低收入人群、亂倫和強姦的倖存者, 並由她們承受這一違憲和不公正的裁決後果。後續受到影響的層面會更大, 像是同性婚姻, 或是種族隔離等法律。因此, 選民在期中選舉投票給維護婦女墮胎權的民意代表, 讓他們在下次參議院表決時跨越 60 票門檻, 保全每個州的婦女都能獲得生殖自由權。

下載多個小企業與自雇經營者表格和出版物, 或致電 800-829-3676 通過郵件訂閱表格和出版物。

為什麼繳納預估值很重要

小企業主、自雇經營者可以繳納預估值。這樣做可以幫助他們明年報稅時避免意外的稅單, 甚至處罰。

個人和企業必須在全年賺取或收到收入時繳納稅款。這是通過預扣稅或預估值來完成的。這也用于支付員工所欠的稅款。對於小企業主和自雇經營者來說, 這通常意味着按季度繳納預估值稅款。

這些稅不僅用于支付所得稅, 還用于支付自雇稅和替代性的最低限額稅。

提前計劃以利用 2022 年的稅收優惠

離明年的報稅截止日還有將近一年的時間。然而, 對於企業家來說, 確認可能的稅收福利並採取行動來獲取福利資格正是好時機。現在這樣做可以讓他們在 2023 年報稅時更容易申領這些福利。這些福利包括加強的商務餐扣除、家庭辦公室扣除等。

我們最脆弱的社區, 包括有色人種、低收入社區和虐待倖存者, 將首當其衝地承受這種非法和不公正地推翻既定先例的後果。由於極端主義的右翼法官試圖侵犯我們的憲法選擇權, 我們不能也不會回到幾十年的生育自由。”

Sung Yeon Choimorrow, Executive Director of The National Asian Pacific American Women's Forum



全國亞太裔美國婦女論壇 (NAPAWF) 執行主任 Sung Yeon Choimorrow 在發言中表示: “泄露的意見說明瞭對我們生殖權利的攻擊史無前例和令人震驚的性質。禁止獲得墮胎護理進一步危及數百萬亞裔和太平洋島民 (AAPI) 婦女和家庭的福祉和財務穩定。在 NAPAWF, 我們致力於基層組織、建立選舉權並支持那些提供和獲得墮胎服務的人。”

Choimorrow 提到近期與芝加哥大學的聯合調查中顯示, 約 35% 亞太裔女性懷孕時曾流產, 在所有種族中佔比第二高。而超過 85% 的亞太裔女性還認為, 在生殖健康方面, 她們應該有權利做出自己的選擇。對亞太裔來說, 墮胎不是一個容易的選擇, 尤其負有文化恥辱的壓力。她並提到, 美國女權還有很長的路要走, 像是避孕藥取得、健保系統的改善、女性帶薪休假等問題。

對於 AAPI 社區來說, 獲得適當墮胎護理的道路已經很艱巨——我們最脆弱的成員充滿了語言障礙、文化污名和低保險率。儘管在法庭上捍衛墮胎權的機會正在減少, 但我們仍然可以逐個州保護墮胎權。

John C. Yang, President and Executive Director, Asian Americans Advancing Justice—AAJC

作為兩個女兒的父親、亞裔美國人促進正義協會 (AAJC) 總裁兼執行董事 John C. Yang 在發言中表示: “墮胎權是公民權利和人權的一部分。推翻 Roe v. Wade 案並禁止獲得墮胎護理將危及數百萬 AAPI 個人和家庭, 尤其是女性的福祉和財務穩定。我們堅定地支持我們的有色人種社區, 以保護所有人的生殖權利和獲得護理的機會。”

Yang 希望大眾能給予婦女追求健康需要的權利, 以及她們有自由和能力來決定對自己最有利的選擇。如果羅訴韋德案被推翻, 將會是民主價值觀的倒退, 並且瓦解民權和女權倡導者數十年的努力成果。

Aliza Kazmi, Co Executive Director, HEART Women and Girls

HEART Women and Girls 聯合執行董事 Aliza Kazmi 表示: “作為這個種族最多元化的信仰團體 (包括美國三分之一的穆斯林是黑人這一事實), 最近一項美國穆斯林民意調查顯示, 墮胎在所有或大多數情況下都應該是合法的。這並不令人驚訝, 這也不違反宗教條例。因為黑人、低收入、酷兒、殘疾人和其他受影響最大的穆斯林已經經歷了幾代人的生活經驗, 在這些經驗中, 我們神聖的身體自主權繼續受到國家監視、警務、刑事定罪和監禁的侵犯。儘管存在這些危害, 我們始終關心我們的社區——並將繼續這樣做。我們不會繼續因為不戰而屈膝地行使我們的身體自主權而被定罪。”

“從歷史上看, 在伊斯蘭社會中進行墮胎的決定, 通常是由個人、孕婦和他們的助產士之間做出的, 干預從來不是伊斯蘭教的做法。”

學校放暑假了, 但稅務規劃可全年進行

國稅局稅務提示 2022-76

四月的報稅截止日已經過去, 大多數人花更多的時間來考慮夏日的假期而不是稅務問題。但是, 夏季是檢查預扣稅的好時機, 來看看自己的夏季規劃是否會影響明年的稅表。以下是一些常見的夏季稅務情況和提示, 納稅人可用來確定是否適用於自己的稅務情況。

結婚

新婚夫婦應向社會安全局報告任何姓名變更。他們還應該向美國郵政局、他們的雇主和國稅局報告地址變更。為了聯邦稅的目的報告地址變更, 納稅人必須填寫表格 8822, 地址變更 (英文) 並將其提交給國稅局。這將有助於確保他們收到報稅所需的文件。

送孩子去夏季日間營

與過夜營不同, 夏季日間營的費用或許可計入子女和被撫養人照護稅務優惠 (英文)。

兼職工作

雖然從事夏季工和兼職工民衆的收入可能不足以達到欠聯邦所得稅的水平, 但應記得提交稅表。他們需要在明年初報稅, 以獲得今年從他們薪水中預扣的稅款的退稅。

零工經濟工作

納稅人通常也可以通過應用程序或網站等數字平台提供按需工作、服務或商品來賺取夏季收入。這樣的例子包括拼車、送貨服務和其

婚禮策劃任務清單: 蛋糕、戒指、鮮花……稅表?

國稅局稅收提示 2022-77

夏季婚禮季節即將來臨。婚禮策劃往往讓人忙的不可開交, 但弄清楚婚姻對新婚夫婦的稅收影響卻很簡單。以下是夫妻在為大喜之日做準備時應該考慮的幾件事。

姓名和地址變更

婚後改名的, 應儘快向社會安全局報告。個人稅表上的姓名必須與社會安全局存檔的姓名一致。如果不一致, 則可能會延遲任何退稅。要更新信息, 納稅人應提交表格 SS-5, 申請社會安全卡。該表格可在 SSA.gov (英文) 致電 800-772-1213 或在當地的社會安全局辦事處獲取。

如果結婚後地址改變, 則需要通知國稅局和郵政局。為此, 人們應該寄送國稅局表格 8822, 地

小企業主請勿錯過免費的在線稅務課程

國稅局稅務提示 2022-68

小企業主如果想要瞭解其納稅義務, 可以觀看小企業虛擬稅務課程 (英文)?。這個在線課程用簡單的方式進行闡述, 讓新的小企業主可以深入瞭解稅務知識, 同時幫助經驗豐富的小企業主復習與其企業相關的議題。該課程免費且 24/7 全天候可用。

大家可以按任意順序觀看視頻課程。課程主題包括: * 聯邦稅和您的新企業



克里夫蘭傷痛診所
Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician
中醫針灸師 西醫骨柱神經科 傷痛症專科
趙文寧 醫生 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。
治療車禍工傷 電話: 216-581-0321
病痛, 提供法律索賠報告! 地址: Able Chiropractic Clinic (Maple Town Shopping Center) 15751 Broadway Ave., Maple Hts, OH 44137

它活動。我們鼓勵這些從事零工經濟的民衆, 訪問國稅局官網 IRS.gov 上的零工經濟稅收中心, 來瞭解更多參與零工經濟如何影響稅收的信息。

通常, 員工會從雇主那里收到一份表格 W-2, 工資和稅務報表 (英文), 說明其夏季工作。他們需要使用此表來準備稅表。他們會在明年 1 月 31 日之前收到該 W-2。即使他們不再為該夏季雇主工作, 員工也將獲得 W-2。

如果夏季工人知道自己正確的申報身份, 就可以避免更高的稅單和丟失福利。雇主將確定為他們工作的人是員工還是獨立承包商 (英文)。獨立承包商不受預扣稅的限制, 他們有責任支付自己的所得稅以及社會安全和醫療保險稅。

如果申請了延期, 記得提交稅表

申請延期至 10 月 17 日或錯過 4 月截止日的人應確保提交稅表。許多納稅人可以使用國稅局免費報稅來免費準備和電子提交稅表。軍人和某些退伍軍人也可使用 MilTax 在線軟件 (英文), 無論收入多少。該軟件由國防部提供。符合條件的納稅人可以免費使用 MilTax 準備並以電子方式提交其聯邦稅表和最多三個州的稅表。

現在調整預扣稅以避免明年的稅收意外

納稅人可以通過現在審查他們的預扣稅來避免下個報稅季的稅收意外。結婚、離婚、生孩子或收入變化等生活事件都會影響稅收。國稅局官網 IRS.gov 上的國稅局預扣稅估算法器 (英文) 可幫助員工評估其所得稅、抵免、調整和扣除, 並通過提交新的表格 W-4, 員工扣繳證明書來確定他們是否需要更改預扣稅。納稅人應該記住, 如果需要的話, 他們應將新的 W-4 提交給他們的雇主, 而不是國稅局。

址變更 (英文)。納稅人還應通過 USPS.com 在線的方式或去往當地郵局, 來通知郵政服務轉寄他們的郵件。

確認預扣稅

結婚後, 夫妻應該考慮改變他們的預扣稅。新婚夫婦必須在 10 天內向雇主提交一份新的表格 W-4, 員工扣繳證明書。如果配偶雙方都工作, 他們可能會進入更高的稅率等級或受到額外的醫療保險稅 (英文) 的影響。他們可以使用國稅局官網 IRS.gov 上的預扣稅估算法器來幫助填寫新的 W-4 表格。納稅人應查看第 505 號出版物, 預扣稅和預估值稅 (英文) 以獲取更多信息。

報稅身份

已婚人士可以選擇每年聯合或單獨申報聯邦所得稅。對於大多數夫婦來說, 聯合申報最為合理, 但每對夫婦都應該審視自己的情況。如果一對夫婦在 12 月 31 日這一天是已婚的, 那麼法律規定從稅務角度出發, 他們這一年都被視為已婚。更多信息: 稅務主題 157, 更改您的地址 - 如何通知國稅局

- * 附表 C 和其它小企業稅
 - * 以電子方式報稅和繳稅
 - * 您的住宅作為商用
 - * 雇用員工或獨立承包商時的聯邦稅
 - * 管理工資, 代扣正確金額的稅款
 - * 納稅存款和申報工資稅
 - * 雇傭居住在美國但非美國公民的人員
- 每節課都鏈接到該課程中更具體的主題, 例如書中的章節。觀眾可以選擇適用於他們的小型企業的課程。他們還可以暫停課程並為課程添加書籤, 以便以後查看信息。
- 除英語外, 點擊演示文稿下方的語言菜單, 課程還提供西班牙文、繁體中文、簡體中文、韓文、俄文、越南文和海地克里奧爾語版本。文本字幕和隱藏式字幕選項也可用。
- 企業主可以在國稅局官網 IRS.gov 上觀看課程。

Otani 大谷 正宗 日本料理
JAPANESE CUISINE
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

张涛注册会计师 CPA, MSA, MTAX
報稅服務 公司成立 公司變更 酒牌申請 各類牌照 合法省稅 改稅補稅 查稅辯護 會計簿記 商業諮詢 文件公證 生意買賣 保險年金 國際稅務 經驗豐富 準確價實
2999 Payne Ave, Suite 114, Cleveland, OH 44114
克里夫蘭亞洲商場內 (麗華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

熊貓餐廳連鎖店 誠聘店長!
熊貓餐廳是美國最大連鎖中餐, 在全美有 2300 多家直營店舖。現因業務需求, 在俄亥俄州內誠聘店長, 要求如下:
1. 會英文, 能流利與客人溝通
2. 對服務行業有熱情
3. 有合法報稅身份
薪資待遇: 底薪 68,000, 獎金上不封顶。保險、養老金等各種福利待遇齊全。
工作地點: 俄亥俄州內任意城市門店。
如果您有興趣: 請聯繫往王小姐 626-321-2500 或添加微信二維碼

送3個孩子進哈佛 華裔媽媽育兒秘訣祇有6個字

每每看到諸如“送子上哈佛”“華裔媽媽”這類的標題，腦海里第一跳出的形象便是蔡美兒——那個“威逼”孩子學習，出版《虎媽戰歌》的雞娃界領軍人物。

儘管蔡美兒成功將兩個女兒送進了哈佛，其嚴苛、高壓的教育方式卻飽受質疑。雞娃只要夠狠，真的就能成才？

恰巧，一位名叫方莉的華裔母親，在2016年也暗戳戳地出了一本書——《我把三個孩子送進哈佛》。不少家長看後感嘆：也許這樣的做法，我們也能複製。



方莉是誰

提起蔡美兒，很多人都知道她是耶魯大學的終身教授，家境優渥。那麼，把三個孩子送進哈佛的方莉，又是何許人也？

其實方莉的起點也不低。她從美國加州大學工程博士畢業後，不久便進入硅谷，從事半導體芯片設備設計相關工作，擁有超24項美國專利。

三個孩子能上哈佛，似乎更像一種“遺傳”，基因里就帶着聰明。

然而，方莉卻坦誠地告訴記者：三個孩子都很普通，二女兒還因為成績不好留過級，中學很長時間都念的“慢班”。

如何把天資平平的娃送進哈佛，還一口氣送進三個？

方莉把自己的育兒秘訣總結為6個字：多說、忌諱、體驗。

多說

在養娃的怪怪陸陸路上，“多說”幾乎是父母的常態，一訓小孩就停不下來，甚至喋喋不休。但從孩子冷不丁的一記白眼，略約知道效果。

與孩子說話，多說什麼才能真正事半功倍呢？

方莉的答案只有三個字——“我愛你”。

- 方莉與慕名而來的家長在分享會上
- 她曾分享過自己與大女兒的一段經歷：在大女兒上初中時，某天突然帶回家一個手工掛鐘，興沖沖地跑到方莉面前，獻寶一樣地送給方莉。

掛鐘是保齡球模樣，很可愛。“我知道孩子在上木工課，這恐怕是用了不少節課才做出來的。”

但彼時的方莉正忙於做飯，將掛鐘往桌子上一放，轉身便走進了廚房。

幾天後，女兒哭着來找她，滿眼失落。

“女兒哭了，哭得很傷心，說是辛辛苦苦給媽媽做的東西媽媽卻不喜歡，連一聲謝謝都沒說。”

那一刻，方莉猛地意識到自己似乎錯漏了什麼。

“其實我當時一看到掛鐘就覺得女兒的手藝很棒，但是傳統習慣性的思維讓我很少去誇讚孩子，總怕孩子因此而驕傲。”

中國人習慣把愛藏在心裡，但“含蓄”的愛對於孩子而言，卻很難立

即體會。一句直白的“我愛你”似乎更有力、更顯效。

這之後，方莉即使催孩子做作業，也會加上一句“我愛你”。

“兒子把作業做完再玩，我愛你。”

“下次不能這樣做了，我愛你。”

這三個字猶如靈丹妙藥，源源不斷地幫方莉向孩子們輸送能量——我嘗試，我能行。

曾有家長問方莉：你和孩子的關係看起來怎麼這麼好？這麼親？

在方莉一旁的9歲兒子聽到了，脫口而出：因為我媽媽愛我們，我媽媽做什麼都是為我們好。

忌諱

父母子女，儘管血脈相連，異常親近，卻並不意味着可以打破界限，不分你我。

有些話還是忌諱說，有些事更是忌諱做。

忌諱說“你不行”，忌諱把孩子的時間佔滿。

在方莉身邊，不少媽媽的都跟她吐槽過類似的話——“我的孩子學習不行，以後考普通學校就好”“我兒腦子不行，以後肯定成不了大事”。

面對兒女，她從來不說這樣的話。

“這些話就如同一個魔咒，會在孩子的心裡形成一種暗示：我不行，我考不上好的大學，我也不會有什麼出息。”

你越強調“不行”，孩子就越缺乏自信，緊隨而來的很可能就是，迷失與放棄。

此外，方莉還見到過一位非常優秀的媽媽，博士畢業，事業有成。

這位媽媽把自己的成功歸結為高度的自律，自然也希望孩子像她，擁有強大的時間管理能力。

於是這位媽媽給兒子製作了詳細的日程表，每一天從晨起到晚睡，各個時段，對應任務，明明白白，精準到分鐘。

可後來她卻氣惱地打電話跟方莉吐槽：孩子太叛逆了，根本不聽她的，什麼都不願意做。

方莉的評價是個問句：“這不是把孩子養成機器人了？”

但凡要給孩子們做規劃的時候，無論時間規劃還是發展規劃，方莉都會先詢問孩子的意見，給足他們自主的空間。

“媽媽希望孩子從小學會管理時間的心願可以理解，但必須留給孩子一定的自由支配的時間。受家長支配太多、指責太多的孩子自我激勵能力很弱，創造力和想象力的發展受到壓制，好奇心也受到打擊，他們很難發現自我價值。”

也許，父母對孩子足夠的尊重，遠比考分更重要。

在人生的慢慢賽道上，能彎道超車的人，前期都積蓄了足夠的潛力。

體驗

父母在子女的成長路上扮演著多重角色，守護者、陪伴者、引導者……

方莉說，當媽媽需要扮演教練，“發現孩子的潛能，並激發孩子做得更好。”

所以，她強調的“體驗”，大致有三個內容：讓孩子體驗到平等、體驗到父母的支持、體驗到自我的潛能。

簡而言之，就是孩子但凡感興趣的愛好，都不妨支持他大膽一試驗。

於是乎，在方莉的支持下，大女兒在高中便獲得了人生第一項專利；二女兒在學習成績下滑時仍繼續“玩”溜冰；兒子在9歲時便寫出了第一本書……

令人佩服的是，方莉說的這種“體驗”，不僅是口頭鼓勵，更是身體力行，多方引導。

在某次飯桌聊天上留意到大女兒的一份比賽報告後，方莉足足花了20天的時間查閱資料、諮詢律師，鼓勵女兒申請專利，並協助準備材料。

在得知二女兒的偶像是關穎珊後，方莉不僅立即滿足了她想學滑冰的心願，還每周堅持開夜車送女兒去學習。

“那些周，我每周四晚上飛到Denver，一般是半夜。然後一個人心驚肉跳地開兩個多小時的車，到駐地常常是半夜兩點，還沒睡多久就又要起來帶孩子溜冰。周一早上把孩子送到冰場就又開到飛機場回加州來上班。”

在瞭解到兒子有寫作天分後，方莉一度堅持每天凌晨5點去上班，下午3點提前下班，只為第一時間做兒子的讀者。



為了女兒上溜冰課前不餓肚子，她堅持凌晨4點起床做早餐。

為了滿足兒子吃餃子的願望，她甘願冒風雪步行30分鐘去買。

為了有效與青春期的女兒溝通，她主動提出孩子每天只給她“5分鐘”。

……

在外，她是一名業績驕人的工程師，在內，她是一位育兒有方的母親。

無數人羨慕方莉的事業家庭雙豐收，但只有她自己清楚，這份“豐收”背後是怎樣的堅守。

為了爭取更多時間陪伴孩子，她在美國20年沒換過工作單位，連續7年沒去度過一天假。面對回國創業的高薪邀約，她一想到“孩子不能只跟着爸爸生活”，便斷然放棄。

丈夫幾度質疑她的育兒理念，溝通失敗後，她一邊“忍”，一邊堅守：

“我實在做不通他(丈夫)的思想工作，但是



我又堅持自己的教育理念是正確的。所以，我只能自己去，然後回來明知會得到他的抱怨，但是只能忍了。

因為教育理念我們已經溝通過多次，始終無法達到共識。沒辦法，他堅持認為做那些溜冰呀，DECA呀，HEARTS呀，是不需要的。

但我認為有需要，有用，能鍛煉孩子。”

當外界把方莉奉為育兒典範，急切地想“複製”成功時，可曾發現，那些“秘訣”之外，處處都是一位母親對自己的“嚴苛”與“高要求”。

當我們在吐槽自己的娃“不行”“不乖”“不懂事”的時候，可曾客觀審視過自己，在“為人父母”的考核里，能不能拿到及格分？

都說好的教育是一棵樹動搖另一棵樹，一朵雲推動另一朵雲，一個靈魂喚醒另一個靈魂。

也許，“哈佛媽媽”的故事，首先啓迪的，不是如何教育好孩子，而是如何扮演好家長。



方莉與兒子

這些“體驗”的過程，對於年少的孩子而言，不僅是興趣探索，更是視野拓展。

“孩子的見識多了，眼光開闊，就能做出很多別人不能做的事情，而我孩子的意識中也完全沒有‘這好像絕對不可能’的意識。”

果然，三個孩子後來各憑本事進了哈佛，方莉也有了另一個更響亮的名字——“哈佛媽媽”。

為人父母的努力

當“哈佛媽媽”把自己的經歷寫成書公之于眾後，不少家長都沖着“哈佛”二字速速購買，急切地想一探究竟。

可仔細一翻，書里並沒有什麼理論，多是方莉與孩子相處的點滴故事，以及作為一位母親自願選擇的“努力”。



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



Tel: (440) 655-1119

www.OwnerLand.com/JimChen/

Email: JimChen1992@gmail.com



陈进湧

Jinyong Chen (Jim)

Certified Negotiation Expert



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



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.

中國多地默認關閉接收國際電話、短信!多倫多領館發重要提醒!

最近,一條跟海外華人、留學生相關的消息在網絡上引發關注:中國部分省市默認關閉國際及港澳台電話、短信接收功能。

據藍鯨財經報道,近日,有網友反映收到了來自中國移動浙江的一則短信,短信內容顯示,根據上級主管部門要求,為防範境外電話詐騙,保護客戶財產安全,浙江移動將默認關閉接聽國際及港澳台電話。

該短信顯示,如果需要卡通接聽國際及港澳台電話,需要在5月20日前發送1219至10086進行確認登記。不登記或登記錯誤的用戶將分批次統一關閉國際及港、澳、台語音接聽功能。

目前,中國移動浙江相關負責人已證實此事實屬實,公司正通過短信形式分批次通知客戶。



全國多省已默認關閉國際短信接收功能。據上游新聞報道,目前,全國已經有多個省份開始實行“默認關閉國際短信接收業務”的操作,其主要目的就是為了避免境外詐騙短信影響居民的財產安全。

近日,河南移動、河南聯通、河南電信聯合發佈了一條關於“國際及港澳台短信接收業務”依申請開通的聯合公告。

公告中指出,近年來,境外詐騙短信引發的詐騙案件高發,為保護人民群眾財產安全,河南移動、河南聯通、河南電信自2022年5月7日

零時起,將國際及港澳台短信接收業務辦理調整為依用戶申請開通,屆時,國際及港澳台短信接收功能默認為關閉狀態。

如果想要開通國際短信接收服務,可以攜帶本人身份證前往當地移動、聯通、電信公司自辦營業廳。或發送短信確認免費開通(移動用戶發送KTGJDX到10086;聯通用戶發送KTGJDX到10010;電信用戶發送KTGJDX到10001)。

除了河南以外,河北也於2022年5月5日零時起將國際及港澳台短信接收功能默認關閉,可依據用戶申請開通。

3月18日,江西電信、江西移動、江西聯通三大運營商聯合發佈公告,為嚴控境外詐騙短信,自3月28日起,江西省內用戶國際及港澳台短信接收業務調整為依用戶申請開通。

據觀察者網報道,遼寧自2022年1月25日零時起實施默認關閉國際及港澳台短信接收功能;貴州已於2021年11月27日零時實施;浙江已於2021年8月10日零時起實施。

有報道稱,上述幾個省份只是試點,未來關閉國際及港澳台短信接收功能或擴大至全國。但上游新聞記者隨後從工業和信息化部的工作人員那裏瞭解到,目前尚未登記有上述相關信息和計劃安排的通知。

對於這項新規,不少國內網友都表示支持。不過,對於海外華人、留學生,以及親屬們來說,默認關閉接聽國際電話、接收國際短信,確實會帶來一定影響。

雖說現在年輕人大部分情況下都是通過網絡通訊工具進行聯絡,但對於不少年齡大或不曾使用網絡通訊工具的父母和親屬來說,平時更多的還是打電話聯繫。因此,在國外留學、工作或定居的人們,需及時提醒國內親友開通接聽國際電話/接收國際短信服務,以免造成聯繫不上的情況!

當下電信詐騙猖獗!警方提醒:近80%詐騙團夥盤互境外!

據新華報業網報道,電信詐騙窩點正在向境外轉移。尤其是假藉“疫情防控”名義實施電信詐騙,已有不少人中招。

據報道,目前電信網絡詐騙主要類型有刷單返利類、投資類、“殺豬盤”、冒充客服和公檢法詐騙及交友類等數十種。讓人稍有不慎就落入圈套。

並且,隨着國內打擊電信詐騙力度持續加大,“電詐犯罪在國內生存空間被大大擠壓,不少詐騙犯團夥已經轉移到境外。”

“目前江蘇警方辦理的案件中,有近80%的電信詐騙團夥盤桓在東南亞國家,他們通過企業化運作、分散多國網絡化管理實施詐騙,其中以投資類的居多。”省反詐中心民警說道。

中國駐多倫多總領館急發警告:提醒華人、留學生防範電信詐騙!

對於加拿大的華人和留學生來說,接到詐騙電話也已經見怪不怪了。但由於騙子太狡猾,頻繁更換詐騙套路,讓人防不勝防.....

前不久,我們剛剛報道過,一名麥克馬斯特大學的中國留學生,因為接到一通所謂“大使館”的來電被騙,險些損失慘重的事情。華人們千萬要注意了!

被殺外賣郎遺孀:紐約欠他一條命,欠華人一個解釋

4月30日晚,45歲的閩籍外賣郎嚴志文在皇后區森林小丘的一條街上騎車送餐時被槍殺。截至目前,兇嫌仍在逃。5月11日晚,嚴志文的遺孀出現在社區為他舉行的紀念活動上,字字泣血地叩問紐約市:為什麼沒人保護我們?華人的命究竟是不是命?



福建人嚴志文在送外賣途中被槍殺於紐約市街頭的第十一天後,皇后區森林小丘的社區人士為他舉行了一場燭光追思會。5月11日晚7點,在嚴志文曾經打工的長城餐廳門口,上百名居民手捧蠟燭靜默哀思,並紛紛在社區小學生們為外賣郎畫的四幅畫上寫下安慰、鼓勵受害者家屬的話。

讓這場哀思會的組織者伊桑·費爾德(Ethan Felder)和臧東慧始料未及的是,原本稱身體原因無法支撐到場的嚴志文的遺孀Eva突然在追思會現場出現,她雖然面色蒼白,行動乏力,但仍然堅持拿起話筒,第一次面對媒體和公眾發聲。

“紐約市,你欠了嚴志文一條命,你欠了我一個丈夫,你欠我們華人一個解釋!”

她語氣堅定,連問三個“為什麼”:

“我想知道為什麼,從去年11月到現在,嚴志文和他的老闆、他的同事三番四次地遭到騷擾、威脅,卻沒有人能保護他們。

我想知道為什麼,當有人用槍指着我們華人,我們報警了之後,卻沒有人因此被捕。

我也想知道為什麼,兇案發生至今已十十多天了,已經有了監控錄像的情況下,犯罪嫌疑人到現在還沒有被找到。”

Eva代表嚴志文年邁的父母和三個未成年的子女,公開對紐約市提出要求:司法機關要儘快履行職責,將兇手繩之以法;紐約市要拿出實際的行動,打擊仇恨犯罪,打擊槍支暴力,還給大家一個安全的家園。

長城餐廳的老闆Ken也拿起話筒,抒發多日來鬱結在心里的悲憤和不安,他說:“到現在為止,我的其他的員工還每日生活在恐懼中,他們害怕黑暗中還有一支槍在瞄準着他們。這種恐懼並不是剛剛纔有的,自新冠疫情發生以來,我們不止一次的被人咒罵,被人騷擾,被人稱為‘中國病毒’,並要求我們‘滾出去’。也是自新冠疫情發生以來,我們的經營舉步維艱,為了養家餬口,我和我的員工們需要加倍的努力工作,來應對當

前的不景氣。”他認為,華人一線從業者們在這座城市最艱難的時候,以自己的努力維係了它的運轉,為社區做出了自己的貢獻,這座城市也應當還給華人一個安全、寧靜的社區。

他告訴記者和社區的居民,華人也是一貫是謹小慎微,息事寧人的。“我們原以為我們的善良和妥協可以換回寧靜的生活,但是嚴志文的悲劇告訴我們不是這樣,我們需要為維護自己的權益發出聲音,我們也需要反抗所有的歧視和暴力傷害。”

代表長城餐廳的員工和他自己, Ken也公開提出了四點訴求:

第一,儘快抓捕犯罪嫌疑人,並且讓他得到應有的懲罰;

第二,紐約市不能再縱容犯罪,尤其需要改變槍支氾濫不受管控的現狀;

第三,妥善安置嚴志文的遺孀和子女,為他們提供長期的安撫和保障;

第四,拿出實際行動保護亞裔弱勢群體,消除針對亞裔的歧視,保護我們的安全。

現場的社區民衆來自各個族裔,有猶太人牧師,有拉丁裔工人,也有華裔的同胞。很多人都認識外賣郎嚴志文,有他的朋友,有他的客人,也有僅僅是跟他打過招呼、被他友好問候過的人,還有一些不認識他,但也願意前來表達自己同情與哀悼的人。

“這就像是森林小丘社區本來的樣子,”費爾德說:“受害人家屬需要今天的集會,居民也需要,我們社區也需要。”

就在嚴志文的悲劇發生後一個星期,依然是紐約,依然是周六晚上9點多的時候,另一名36歲的華裔外賣郎在皇冠高地(Crown Heights)遭到兩個持槍劫匪的暴力毆打、搶劫,在他追出大樓想要追回自己被搶的財物的時候,一名劫匪對他開了槍,所幸並沒有命中。

皇后區參議員約瑟夫·阿達博(Joseph Addabbo)說:“外賣郎的工作已經很艱難了。沒有人應該在工作的時候擔驚受怕於遭到槍擊。民選官員們應該與紐約市警察局及社區密切合作,制止街上氾濫的槍支暴力。我也發誓會繼續努力,讓嚴志文的家人所遭受的悲劇不要在更多的家庭發生。”

“我對嚴志文妻子和孩子的悲痛感同身受,”皇后區市議員黃敏儀說:“我希望那個兇手馬上被逮捕。正義已經遲到了,對他的家庭來說,遲到太久了。”

華裔居民在森林小丘小學生為嚴志文畫的畫上寫下安慰Eva的話。



中國堅持清零阻離境 京滬等地學子留學路受挫

新冠病毒肆虐全球兩年多以來,多數國家開始走向與病毒共存之際,中國仍堅持清零思維並實施嚴厲的封城政策,導致部分留學生及家長出境受限,也引發部分民衆不滿,打算移居國外,雖然目前受限於封鎖,他們連前往機場的路都舉步難行。對此,觀察人士分析,中共防控制出境人數以穩定人民幣匯率,相關的封控措施到年底二十大開幕前恐怕都不會輕易鬆綁。

受到高傳染性的奧密克戎病毒影響,中國各地疫情四起,重災區上海已封城超過一個月以上,但仍未現全面解封的跡象,民衆出行受到嚴格限制。而首都北京疫情也升溫,一周內新增200多名病例後,全市人口2200萬,近九成的人都被要求進行核酸檢測,以實現清零目標,雖然尚未全面封城,但學校、娛樂場所等都已遭封控。

部分中國民衆向美國之音表示,京、滬等地的封控措施已打亂留學生、家屬和部分人士的出國計劃。

疫情、出境“雙清零”
一名位于上海、因議題敏感而不願意透露全名的何先生表示,他的24歲兒子在加拿大留學多年,去年回中國躲避疫情後,原本打算今年返回加拿大,不料遇到封城,別說出境,現在他們“已經都出不了家門了,一切自由都被限制了,動不了了”。

另一位在北京、也是因議題敏感而不願意透露姓名的異議人士透露,北京近三個月來的離境管控緊縮,他身邊許多朋友都反映出國行程受阻,尤其是未滿18歲的小留學生及家長。

這名異議人士告訴美國之音:“18歲以下的孩子未必能出得去,另外他們的親戚、家人,在陪他(她)出去時,(辦理)護照也受到了很大的困難,甚至於辦不了護照。如果孩子的護照可以辦,監護人不能辦,那麼這個孩子仍然是出不去的,所以現在的問題就卡在了這些技術環節,過去都不是問題,現在都變成了非常大的問題。”他說,中國不只疫情清零,現在連“出國也清零了,雙清零”。

對此,中國金融學者賀江兵在接受美國之

音採訪時推測,北京選在此時擴大出境管制,可能目的在穩定人民幣匯率和防止疫情擴大。

賀江兵說:“學生家長如果要陪同(出國),勢必要換匯,你需要的外匯就會更多,這樣外匯儲備會減少。從4月18號開始,人民幣兌美元的貶值非常明顯,貶值會導致大家會爭相去儲備美元,出境的人(多),換匯會更多。因為我們(人民幣)是不可自由兌換貨幣,要保持貨幣、匯率的相對穩定,又想要有限的自由兌換,中間取捨的問題非常艱難。從防疫的角度來說,我們實行的是動態清零,留學生家長如果出去後還回來,人員的交往多了以後,有可能帶進來(病毒)。”

面對美元偏強的走勢,人民幣走貶壓力走升,自3月底以來已貶值4.1%。另據路透社4月28日引述野村證券預測,中國多達46個城市正處於全面或部分封鎖,總計約3.43億人的出行嚴重受困。

出入境“從嚴從緊”?恐持續至二十大前
分析人士說,中國擴大出入境限制已長達數月,短期內恐難鬆綁。

中國官媒新華社報道,中國國家移民管理局新聞發言人陳杰4月27日表示,目前全球新冠疫情“仍處於大流行階段,周邊國家和地區疫情呈暴發態勢,國內疫情多點散發,國家移民管理機構將繼續實施從嚴從緊的出入境政策”。雖從嚴審發證件簽證,但陳杰也說,將“繼續為赴境外留學、就業、商務...提供精準有效的服務。”

對此,位于台北的淡江大學中國大陸研究所助理教授曾偉峰在接受美國之音採訪時表示,中

國並非刻意阻擋民衆出入境,只能說這是中共當局厲行清零政策下所帶來的“後果”,他預測,中國的清零政策和出入境限制恐將持續到今年秋天的二十大前,以達到維穩的效果。

曾偉峰說:“至少到二十大之前,這樣的制度還是會維持。它(中共)有制度之爭,清零政策你現在不能否定它,你否定它,等於(中國國家主席)習近平清零理念就被整個瓦解,這樣的‘錯誤’不能犯。第二個就是社會穩定,這次兩會的基調就是‘穩’,經濟要穩、民生要穩、消費要穩,國內不能有因為疫情而導致大規模的死亡,所以它是避免這樣的情況。”

位于南台灣高雄的國立中山大學政治經濟學系副教授李明軒則認為,出入境限制也可能與避免人才外流有關,疫情告終前,當局不可能放寬。

李明軒告訴美國之音:“這個作法是一石二鳥,借著限制人民的出入境控制疫情,同時達到了減少西方文化輸入與減少本國人才流出的目標。這個情況,只要疫情未過或是獨尊中華文化的氣氛仍在,應該就會維持緊縮。”

疫情阻出國?觀察人士:大批民衆仍盼海外求學、工作

即便出入境限制緊縮,但“常青藤精英教育”、“金吉列留學”和“新東方”等位于北京、上海之留學及海外就業機構的多位員工告訴美國之音,目前的諮詢量並未因封城或防疫措施減少,業務一切正常。

對此,中國金融學者賀江兵表示,雖然中國仍倡導“非必要非緊急不出境”的政策,但嚴格的

防疫限制反而推升了部分民衆的移民意願。

賀江兵說:“我接觸到很多中介機構生意火爆,特別是上海封城3月份以來,他們的諮詢(量)要翻幾十倍地增長。學生、出國務工、商務合同(諮詢量)反而是增加了。”

台北學者曾偉峰也說,即便出行受限,但中國留學生出國意願不會被病毒擊退。

曾偉峰說:“留學要追求的是這個地方的教育,只要不是病毒感染率、死亡率非常高(的國家),我覺得在今後來看,中國應該還會是最大的留學人口輸出國。”

移民查詢量暴增?上海等地釀“移民潮”?

中國厲行清零,也常傳出對民衆的不好對待,讓部分人士興起移民念頭。

住在遼寧省大連市、因議題敏感而不願意透露全名的Thomson向美國之音表示,因防疫之故,當地火車、客運站和機場乘客稀疏,整座城市陷入“一種靜止狀態”,他認為這是“政府不合理的管控,錯誤政策”。Thomson原本就對中共政權不滿,現在當局又防疫過度,他打算申請簽證長居日本,無奈疫情爆發出行受限,只能暫緩出國。

和Thomson一樣想移民的中國民衆,可能為數不少。根據一份網上流傳的“百度檢索移民熱搜”數據顯示,從3月28日至4月3日,移民海外的相關搜尋比過去激增數十倍,包含“加拿大”、“美國”及“澳大利亞”都成熱門的搜尋關鍵字,引發部分網民調侃,上海人解封後,有三件事要做:回家返鄉、大量囤貨以及出國移民。

對此,中國學者賀江兵表示,上海嚴格的封城措施已迫使不少人打算“出走”,遠赴他鄉定居。

賀江兵說:“上海人沒有遇到過這樣的(封鎖)情況,他們又是中國最開放、最國際化的城市,所以他們反彈的指數是最強的,想移民的佔(全中國)的比重是最高的。”

不過,台北學者曾偉峰認為,上海封城引發的“移民出走潮”可能只是少數,因為網絡上仍可看到記錄上海防疫生活的貼文和影像,代表中共認為社會秩序大致可控,仍不需要封鎖言論。

美國南加州華人教堂血案更多細節曝光



釀成 1 死 5 傷的美國華人教堂槍案今天又了更多的細節，令人沒有想到的是，68 歲的槍手周文偉，出國前竟曾在多所大學任教。

他在拉斯維加斯做保安，卻也曾魄力出手投資 12 間公寓，賺租金供兒子上學，自己則蝸居儲藏室；又在一次收租中，被惡租客打到骨折入院，差點死亡。

有同鄉指出，他平時對人很友善，但近年來似乎被抑鬱症折磨，不知是否因此喪失理智。

但也有拉斯維加斯的華人表示，周文偉是台灣來美的外省第二代，喜歡被稱為周教授，個性比較偏激。

簡單回顧一下案情：周日，南加州橙縣一華人教堂發生致命槍案，槍手後被證實為周文偉。他攜帶了 2 把手槍進入教堂，並用鐵鏈反鎖了大門，于午餐後突然對教堂內約 40 人開始無差別掃射，釀成 1 死 5 傷，後在給槍換子彈之際，被牧師用椅子擊倒在地，眾人將他制服。

據加州橙縣檢察官，他還攜帶了一些類似汽油彈的爆炸物，“他是要殺死所有人，然後把教堂炸了。”

今天，周文偉已被以謀殺等罪名起訴，並可能面臨死刑。

曾在大學任教台灣 移民美國

周文偉的背景在槍案後被陸續挖出——有消息指出他曾在中華科大、屏科大、輔仁大學等多所大學任教，屏科大與輔仁大學今日都證實了這項消息。

屏科大翻閱資料後指出，不過這已是將近 30 年前的往事，且時間非常短，應聘一年後，周文偉即因病

假後未復職而被校方以曠職為由不續聘。

《蘋果新聞網》則採訪輔仁大學指出，周文偉曾在輔大任教達 18 年，離職原因不明，周文偉當初因擁有調酒師執照，而受聘于生活應用科學系任業界講師。

此外，周文偉曾出版過多本書，包括《國際調酒學》、調酒師的聖經、心靈調酒學、買家的隱形密探、空姐導游託福美語聽力必勝秘訣等書，自 1985 年至 2001 年他都有在持續寫作、出版。

擁有 12 套房 遇房客攻擊險沒命



周文偉移民美國初期的生活無可考。但在 2012 年，他的名字和照片被登上世界日報，這一次，他是無辜受害者。

原來，周文偉 2009 年從佛州搬家到拉斯維加斯，且投資了 12 間舊公寓，由自己管理，每間每月以 700 余元的租金出租，以此供兒子上大學。

沒想到，一次遭遇惡租霸的經歷讓他險

些喪命。

2012 年 4 月，周文偉在收租時被房客以請他查看馬桶漏水而引入室內，結果被男女白人租客一頓暴打，揮拳打臉、鐵棒打頭、剪刀刺手臂……

周文偉當場昏死，租客還奪走了他的汽車逃走。等他再醒來時，已經在醫院了——頭頂上、眼眉心各縫了幾十針，左手肘骨被打斷，鼻梁骨碎，腦內有血塊。

為供兒子讀醫 他蝸居儲藏室

雖然是擁有 12 套公寓的房東，周文偉卻是相當節儉——自己蝸居在一個儲藏室里。

他曾說，這是為了爭取更多一間房用來出租，來供正在念牙醫的兒子完成學業。

他的妻子曾經受訪時還曾表示，心疼先生為了讓家人無後顧之憂努力爭取增加收入機會。有報道指出妻子已在去年因癌症去世。

這樣的男人，放到任何家庭，都是好好先生和父親，但誰能想到，這樣一個好老公好爸爸，竟能狠心對着一群同樣是別人的父母而開槍掃射呢？

英雄醫生捨命 全城悲泣

在本案中悲慘死去的，是一名鄭姓醫生。

他甚至平常都不來教堂，這天是陪媽媽前來。

看到周文偉開槍，他立即沖上去制止，一人擋了 3 槍倒在血泊中當場死亡，留下兩名還在讀書的兒女。

培養一個醫生有多難，槍手

周文偉再清楚不過，但他幾顆子彈就毀了鄭醫生一家。

據悉，當時鄭醫生年幼的兒子也撲了上前，幸好被牧師丟椅子攔住，否則恐怕也難逃槍擊。

報道指，52 歲的鄭醫生鄭達志出生在台灣，1 歲時隨父母移民來美，父親也是醫生，曾在德州行醫多年。

鄭醫生在德州取得醫學學位後，到洛杉磯加大實習，並在南橙縣開業行醫。

他育有一兒一女，18 歲的兒子今年將進入洛杉磯加州攻讀預醫科，女兒仍就讀高中……

據悉，鄭醫生的父親在半年前過世，鄭母一直無法走出傷痛。

這一次，兒子好心陪伴自己參加教會活動，竟然遭遇死劫，這樣的傷痛與悲哀，讓年邁的鄭母如何度過？！

槍響之後，子彈再無法回頭。

周文偉做的惡，即使最終會受到的法律的懲罰，但對於鄭醫生和那些備受創傷的人們來說，這將是永不磨滅的痛。 **環球資訊**



美國華裔教授：中美“帝國”之間并非“新冷戰”

RFA 自由亞洲

美國約翰霍普金斯大學政治經濟學教授孔誥烽(Ho-fung Hung)。(美國約翰霍普金斯大學網站)

中美之間漸行漸遠，在某些領域甚至衝突頻繁。這種衝突背後到底是經濟利益驅動，還是安全利益或者意識形態的矛盾？美國約翰霍普金斯大學政治經濟學教授孔誥烽(Ho-fung Hung)最近在劍橋出版社出版的新書《帝國的衝突：從“中美國”到“新冷戰”》(Clash of Empires: From 'Chimerica' to the 'New Cold War')，從馬克思和韋伯的結構理論出發，為闡釋中美衝突提供了新的視角。以下是本台記者王允對孔誥烽的專訪。

帝國的結構性衝突

記者：您在標題中把中美稱為帝國。您是認為美國和中國相當於昔日的帝國，還是這種借用便於您的分析？

孔誥烽：中國和美國在廣義上就是帝國。一般現在社會科學定義帝國，就是指任何國家有能力和意願將自己的政治和軍事影響力投射到它的主權範圍以外。很多社會學家、政治科學家長期以來都把美國稱為帝國，或者說非正式帝國(informal empire)，因為它的政治、經濟影響力已經遍及全球。

隨着中國政治、經濟影響力遍及世界各個角落，它的軍事力量也能投射到很遠的地方。從這個意義上，中國也是一個帝國，雖然它沒有美國或傳統上的大英帝國那麼龐大。有趣的是，中國的官方學者也早已開始用帝國這個詞來形容中國，只是他們說的帝國沒有貶義，而是從正面的角度來看中國作為一個帝國。例如強盛也認為，中國應該為世界治理提供一個出路，所謂的帝國 2.0 版。

十多年來，中共的政治局開過一個會，找了一些學者來講歷史上大國崛起的經驗有什麼是中國可以學習的。他們講到的大國崛起的經驗包括了從羅馬帝國，到西班牙帝國，到英帝國、法帝國，都是一些帝國。所以，現在中國的官方學者也很有意思地用帝國來理解中國在世界的角色。

記者：您在書中強調這是對中美對抗的一種結構性分析，這裡所謂的結構是指什麼？

孔誥烽：所謂結構性，就是強調經濟上的原因很重要。並且中美關係從蜜月期到出現摩擦其實是從奧巴馬政府時期開始的。奧巴馬推行重返亞洲，並且推動 TPP(跨太平洋戰略經濟夥伴關係協議)，要把中國排斥在外。接着在 2011 年，奧巴馬與胡錦濤會面時，奧巴馬首次提出了美國公司在中國受到不公的待遇。根本的原因在於，美國和中國從 1990 年代開始，在地緣政治包括南海問題、台灣問題上，還有南海間諜機事件上，都有很多摩擦。但這些摩擦沒有發展成更大的衝突，就是因為當時美國和中國的企業都是在一種合作賺錢的關係中，在海外市場也是如此。所以，美國企業都變成中國的說客，把美國軍事和外交體系里認為中國是競爭對手的看法給抵消了。

但 2008 年金融風暴以後，尤其是近十年以來，中國的經濟政策改變了。中國政府和中國有企業對美國和其他國家的企業在中國和世界市場的擠壓逐漸加強。很多美國企業雖然沒有公開表達不滿，但有證據顯示，他們對中國的投資環境是持批評態度，所以它們停止了為中國擔當說客。這是美國對中國的態度越來越強

硬的重要原因。

記者：您在這里提到美國公司停止為中國擔當說客，而您在書中指出，這些公司成為了美國對中國採取強硬立場的推動力，這種推動是怎么形成的？有什麼典型案例可以說明這種情況嗎？

孔誥烽：一個有趣的例子是特朗普就任總統以後，美國商會曾經發表一個報告，介紹說他們遇到了中國的挑戰和問題。美國商會和很多大企業實際上是通過這個報告向特朗普施加壓力，希望他在和中國談判時更強硬。

特朗普開啓貿易戰後，媒體訪問了一些公司。一個比較有名的案例是美國超導體公司 American Superconductor Corporation (NASDAQ:AMSC)。我在書中提到，它本來是和中國有企業華銳風電合作生產風力發電機，AMSC 和那邊做很多生意，他們也認為中國的市場很厲害。但後來，他們忽然間失去了中國所有的生意，後來調查發現，華銳風電通過一個員工非法下載了軟件和硬件的設計圖等商業機密，所以華銳風電就有能力自己生產那些零件和軟件。AMSC 很生氣，所以就控告並且勝訴。那個員工被抓捕，華銳風電也被罰了很多錢。

特朗普發動貿易戰的時候，媒體就去採訪 AMSC 的老總，問他怎么看貿易戰。他說得很清楚，貿易戰很早就開始了，其實是中國最先對美國採取貿易戰的做法，去偷美國的商业機密。現在在特朗普提高關稅，他其實是支持的。這不是一個單獨的案例，我在書中提到很多美國公司去告中國政府和中國公司。這類型的案例過去十年越來越多。這些公司就算不是去推動美國對中國採取強硬態度，起碼也是沒有像過去那樣為中國當說客。

并非“新冷戰”

記者：您強調商業公司在美中對抗中的角色，但我們聽到的比較多的是中美之間的意識形態對抗。那麼，意識形態的對抗在中美對抗之間是什麼角色，只是一個陪襯嗎？

孔誥烽：意識形態的對抗在中美對抗中是一個必要條件，但不是一個充分條件。中美之間意識形態的分歧源頭其實是 1989 年天安門事件之後，到 90 年代初，美國很多政治人物或者是官員都覺得人權是一個很重要的問題；1996 年台海危機之後，他們也明顯看到中國對當時走民主化道路的台灣構成威脅。但問題是 1990 年代、2000 年代，意識形態的分歧並沒有阻止中國和美國在經濟和其他很多方面形成良好的關係。那就是因為企業的關鍵作用在壓制着兩國因為人權和價值觀不同導致的對抗。但現在在企業的因素，企業的反製作用變弱了，所以意識形態的分歧就凸顯出來。

記者：您在副標題上使用了“新冷戰”這個說法。這個說法近幾年很流行，但您似乎並不太滿意這種說法。

孔誥烽：對，對新冷戰我使用了引號，即所謂的新冷戰，我並不同意這種說法。

記者：您不同意的原因是什麼？

孔誥烽：新冷戰是相對於舊冷戰而言的，主要強調意識形態的分歧。我剛纔講，意識形態的分歧和政治體制的不同，並不是忽然間兩個國家關係惡化最主要的原因。因為如果意識形態和政治是原因，兩個國家的對抗應該在 90 年代就開始了，甚至在 1989 年天安門運動之後就開始了。現在的對抗主要還是兩國在經濟上從合作到競爭。所以，這是兩個資本主義帝國之間的競爭和對抗。

記者：您在書中也提到“修昔底德陷阱”的理論，這個詞背後指涉的理論主張在國際關係學中有很多擁護者，但您並不滿意這種理論對中美關係的解釋力，為什麼？

孔誥烽：“修昔底德陷阱”的理論說崛起的國家和現在主宰的國家必然會發生衝突，這種說法有道理，但並不能解釋所有的事情。看歷史，二十世紀初，德國作為一個崛起的國家與英國作為一個主導的國家發生了衝突。但當時美國也是崛起的國家，但它當時並沒有和英國發生衝突，相反它和英國成了盟友。

並且崛起的國家和主導的國家之間的關係不斷在變化。比如，二十世紀初，日本是一個崛起的國家，它在第一次世界大戰的時候，和英國作為主導國家的立場是一致的；但在第二次世界大戰的時候，它和英國的關係就是對立的。熟悉的韋伯和馬克思

記者：您借用了韋伯和馬克思的理論，這兩位社會科學巨人為中國學者甚至民衆所比較熟悉，您主要借用的是什麼理論？

孔誥烽：馬克思的理論就是經濟決定論，就是從企業、跨國公司的利益的角度去解釋美國或中國的外交政策。根據韋伯的理論發展出的外交關係的理論就是強調國家的自主性，就是外交關係決定於國家利益，要讓一個國家在全球舞臺上的影響力和聲譽最大化，這跟企業的利益不同。所以，我的觀點就是把韋伯和馬克思的理論結合起來。美國的對中政策有韋伯的方面，就是美國的外交和軍事精英從 90 年代開始就把中國作為一個競爭者，傾向於採取競爭甚至對抗的態度。但這個取向在 1990、2000 年代沒有成為主要的取向，因為經濟和企業的利益在起作用。企業要和中國合作的時候，就反制政治精英的美國對中強硬的立場。但是在美國國家利益和企業利益趨同後，也就是 2010 年代企業也對中國不滿以後，對中國強硬的政策才成為一個共識。

記者：這里問一個題外話，在中美對抗中，香港成了風口浪尖的爭奪之地，您來自香港，您對香港前途的基本估計是什麼？

孔誥烽：過去幾年香港發生的事情就是中國和美國走向對抗的一個鮮明的體現，從 2019 年的反修例抗爭一直到香港國安法。現在體現在香港的中美之間的抗爭，或者說中國和美國資本的抗爭還沒有完結。雖然現在表面上看起來，國安法下香港的局勢已經決定了，但在表面的穩定下面，我們還是看到一些暗湧。比如去年，中國一直說要把反外國制裁法適用於香港，在香港的外國企業和中國企業都要選擇是依據美國法律接受美國制裁，還是依據中國法律不接美國制裁。這種狀況下，很多企業在香港都無法生存下去。後來有報道說，香港的外國企業，包括一些在美國有生意的中國企業，比如中國銀行都去遊說北京。結果是在最後一分鐘，北京方面說暫時擱置將反外國制裁法在香港施行的計劃。所以體現在香港的中美對抗還在拉鋸，香港的命運在中美對抗還沒有結論之前還有變數。

記者：看來這是一場持續的大戲了。

孔誥烽：是的，沒錯。

美國赴華新冠檢測措施又變了!

近日，中國駐多國大使館陸續發佈通知，對赴華人(專題)員新冠檢測措施進行調整。

中國駐美國大使館：自駐美使館領區離境赴華人員行前檢測具體安排

5 月 17 日，中國駐美使館公佈自駐美使館領區離境赴華人員行前檢測具體安排。根據國內主管部門要求，自 2022 年 5 月 20 日起，駐美國使館在審核健康碼時，將適用以下規則調整：

(一)取消登機前 7 天核酸檢測。

(二)取消自我健康監測要求，鼓勵自覺行前自我健康監測。

(三)所有乘客，不論接種滅活疫

苗、非滅活疫苗、未接種疫苗，行前 48 小時內檢測均改為“雙核酸”，不再要求任何 IgM 抗體檢測。“雙核酸”中，仍須交叉使用不同實驗室，其中一次須為登機前 24 小時內。

(四)登陸船員取消額外隔離要求，與普通赴華人員採取相同標準。

此次調整系對疫情、病毒變異特點等多個因素做出的安排，將視疫情形勢和境外輸入情況動態調整。請擬赴華人員務必做好行前防護，自覺行前自我健康監測，避免因登機前檢測陽性造成滯留或入境後造成輸入。

人際交往的黃金定律！

無論和誰交往，雙方心中其實都有一把尺，在相互丈量。也許是在考量對方的人品，也許是在衡量對方的價值。

生活中，要想能游刃有餘地處理好人際關係，一定要知道這四條黃金定律。

圈子定律

如果把人一生的社交關係流動，劃分為上下兩場：

前三十年是上半場。這期間你會遇到無數個人，和一些人成為好朋友，和一些人成為過客，之後你會經歷聚散離別，弄丟一些人，又遇到另一些人。

三十歲之後是下半場，社交圈子基本成型，和你來往的那些人，一定是得到過歲月的淬煉和洗禮，能夠和你聊到一處彼此珍視的人。

無用的社交，當斷，繁雜的社交，反而是塊絆腳石，攔住了自我提陞的腳步。能斷就斷，時間精力，留給自己。

費力的討好，當捨，選擇討好一個人，就是把自己放在了低位，沒了朋友間的平視，往後都是仰視。久而久之，心也累了。

三觀不同，當離。人與人之間參差不齊，性格各異，看不順眼，不需解釋，也解釋不清。既然不合，不必強融，默默遠離，就是最大的尊重。

面子定律

得饒人處且饒人，山不轉水轉，人生在世，

誰都會有馬高銜短，山窮水盡的時候，留一些餘地，是給自己一些退路。

和同事之間留一些餘地，就不會為了一個客戶鬧得不愉快；和愛人之間留一些餘地，就不會因為一句狠話彼此記恨許多年；和朋友之間留一些餘地，就不會因為一點不滿擦肩而過成路人。

人生如棋，變幻莫測，誰都無法預料，你今天種下的因，明天會結什麼樣的果。俗話說：“凡事留一線，日後好相見。”

當你趕盡殺絕，不留情面時，很難保證以後你陷入困境時，別人不會落井下石。

懂得給別人留餘地，其實是給自己留了



條路，給別人留情面，也是給自己留體面。

互惠定律

心理學家韋納曾說過：互惠原則是成年人社交的核心。

一段舒服的感情，貴在彼此不計較，更貴在相互不消耗。

在生活中，總有人喜歡拿別人當傻子，絞

盡腦汁，機關算盡：

上學時，生活用品能蹭就蹭；工作後，聚餐結賬能躲就躲；職場里，蠅頭小利能爭就爭……殊不知，這些微不足道的小便宜，背後是更昂貴的代價。

《禮記·曲禮上》里說：“往而不來，非禮也；來而不往，亦非禮也。”好的感情，有來有往，如

人際關係中成年人應有的清醒

人與人之間，關係是複雜的，感情是相互的，長久是有條件的。

後半生，無論和誰在一起，都一定要謹記這些忠告。

01 好的關係，也要保持距離

有一個刺猬法則。

當兩只睏倦的刺猬，因為冷緊緊地擁抱挨一起時，反而他們彼此都感到不舒服，因為各自身上都長着刺。

當他們給彼此留一些空隙和距離，反而既不會傷到彼此，還能取到對方的暖。

人和人的關係，需要把握一個分寸和尺度。

再熟悉，也不要逾矩，再親密，也不要無間。

保持該有的距離，彼此的關係，才能進退自如，才能細水長流。

02 一個人的成就，取決于“均值原則”

心理學上有個著名的“均值原則”。大意是：你的成就，就是你身邊5個朋友的平均值。

也就是說，你最接近的五個人的平均值，就是你的價值。

和優秀的人同行，他會把見過的風景，瞭解的知識都分享給你，為你帶來光芒；

和積極的人攜手，他會給你傳遞更多的能量，讓你有勇氣面對人生的坎坷；

和靠譜的人一起，他會永遠堅定地站在你身後，讓你安心向前走；

和善良的人相伴，他會讓你看到愛與溫暖，永遠不會迷失方向；

和真誠的人並肩，他會帶來真心與感恩，給你最實在的依靠。

03 世上沒有100%的感同身受

同山鳴谷應，你投之以木桃，我報之以瓊瑤，人生在世，誰都不可能一帆風順，都會有遇到困難的時候。願意在別人遭遇困苦時，伸出援助之手的人，他日也會得到別人的幫助。所有的付出都是相互的，幫人其實就是在幫自己。

分享定律

真正好的關係，都需要“分享欲”。它不是敷衍式的尬聊，而是從心里彼此牽挂，互相認同，同頻共振。

分享的實質，就是在接納、傾聽中建立連接和共鳴，從而加深感情。

有人說：“永遠不會對我已讀不回的，就是父母”。

親人之間的溝通，很多時候講的不是效率，而是細節的交換和往來，哪怕只是瑣碎地說些廢話，也能讓人覺得幸福。

長大後，大家越來越忙，對友誼也是考驗。見面要靠湊，屢約不成很正常，回復常常不及時，但無論如何，未曾斷裂的分享，其實就是一種對彼此的惦念和對彼此生活的參與。

得益於此，在朋友一路走一路散的今天，才有些人能陪伴我們那麼久。

家人也好，朋友也好，愛人也罷，有分有享，感情才能相伴長久；互通有無，關係才能生生不息。來源：勵志正能量

氣場強大的人有這三個特徵

氣場，是一個人獨一無二的精神名片。

它不是與生俱來的，而是經歷歲月洗禮，內心修煉的結果。

當一個人身上出現這三種迹象時，說明他的氣場越來越強。

懂得控制音量，有教養

一個人，心平氣和，做事妥帖，做人禮貌，我們都會稱讚其為有教養的人。

一個人，吐沫橫飛，強詞奪理，做事不留情面，我們自然會選擇遠離他，因為這樣的人，很討厭，惹人煩。

他們自以為，語言上佔了上風，就是氣勢十足的表現，以為這就是氣場強大，殊不知，這種遇人有理沒理先吼三聲的行為，不過是一種毫無教養的行為。

實際上，一個人的氣場，不是靠你的音量來支撐的，若只會破口大罵，那麼這樣所謂的“氣場”不過是虛張聲勢。

古語云：“謙謙君子，溫潤如玉。”

一個真正有教養的人，如同玉石一樣溫潤，不刺眼，不炫耀，謙和守下，不咄咄逼人。

這樣的人走在哪里都自帶光環，而讓他們的人生發光的，就是一個人教養的積累。

他們無需過多的言語，來彰顯自己的存在，他站在那里，怡然自得，自成風景。

真正的氣場是你深入骨髓的教養，處世一派從容，待人謙遜有禮，無需裝腔作勢，自然會有人崇拜你，喜歡你，敬重你。

懂得控制脾氣，有靜氣

古人說：“靜以修身，靜以養心”

面對紛擾的世界，唯有靜下來，才不會被現實裹挾，才可以在自己的內心修籬種菊。

有一個內心深受困擾的小和尚請教禪師說：“東街大伯稱我為大師，西街大嬸罵我是禿驢。有人把我捧上了天，有人卻把

我摔在地上踩，我究竟是好是壞呢？”

禪師不語，只是指了指身旁的一塊石頭，又指了指一盆花。

聰明的小和尚一點就通，瞬間明白了禪師的意思：石頭再怎么罵，它還是石頭，花再怎么夸，還是那朵花。

不論是夸讚還是詆毀，自己還是那個自己。

楊絳先生曾說：“世界終究是自己的，與別人無關。”

靜氣，可以讓我們對自己有個清晰的評判，處變不驚。

不因讚揚而眉飛色舞，也不因詆毀而方寸大亂。

靜氣，像一味良藥，使我們產生強大的免疫力，對於世間紛爭，功過榮辱，不困于情，不亂於心，使得我們目光堅定，步履從容，一路向前。

懂得收斂傲氣，有骨氣

孫權的堂弟孫皎，能徵善戰，卻心氣傲慢，對於異姓的東吳將領很是不屑，經常對他們出言不遜，還曾經侮辱過大將甘寧。

為了調和孫氏與異姓大將們的矛盾，孫權給孫皎寫信進行規勸。他在信中寫道：“夫居敬而行簡，可以臨民，愛人多容，可以得衆。”

孫皎聽從孫權的建議，向甘寧賠禮道歉，兩人握手言和，後來還合作無間地共同作戰。

孫權對孫氏和異姓採用不偏不倚的態度，矯正了孫氏家族的驕橫任性毛病，也為吳國政權的穩固打下了好基礎。

有一句話說得好：“傲氣是失敗之源，傲骨是立身之本。”

傲氣之人，往往自命不凡，目中無人，驕橫任性，而失去人心，親手為自己挖掘陷阱。

謙遜之人，往往有敬畏之心，尊重他人，做事低調，吸引他人靠攏，故而成就大事。

收斂傲氣，修養一身傲骨，一個人就如虎添翼，千磨萬擊更堅勁，吸引力會越來越強！



肺腑之言，要說給對的人聽；埋怨之語，說給自己聽就好。

04 好人有好報，但爛好人沒有

對一個人太好，就是一種沒有底線的付出。

這種態度，也決定了別人對你索取的程度，終有一天會讓你輸到一無所有。

你不斷降低底線，他們得一寸還要進一尺，步步緊逼，你卻只能步步後退，最後墜入無底深淵。

你若好到毫無保留，對方就能壞到肆無忌憚。

好人有好報，但“爛好人”卻往往沒有好結果，只會考慮別人的感受的人，自己注定不會好受。

行走於人世，別慣壞，只會索取的人，別喂飽，不懂感恩的心。

做人要善良，但要的是一個堅守底線的善良，而不是委曲求全的“爛好人”。

善良要有尺，忍讓要有度，真心要留給值得的人。

著名心理學家阿德勒說：“人的一切煩惱，都來自於人際關係。”

年歲漸長，學着看透一切關係，看淡所有煩惱。不高估人與人之間的感情，不低估人性中難以避免的規則。

怎樣讓自己過得快樂？莊子：三個方法，教你越過越快活

你過得開心嗎？你過得快樂嗎？如果突然問這樣的問題，很多人的第一反應肯定是要想一下才能回答，因為真正知道自己快不快樂的人，其實很少。

大部分人都不清楚自己當下真實的感受，如果仔細思考，可能大家會說“生活就是喜憂參半”，既有快樂的時候，也有悲傷和痛苦的時候。

生活中，我們總會遇到一些悶悶不樂的人，人總會有不快樂的時候，對於生活，我想每個人都希望快樂，大家也都在追求快樂，那為什麼還是有過得不快樂的時候呢？要怎樣讓自己過得快樂？

關於這個問題，我們可以通過莊子找到答案，在《莊子》一書中他給出了這些問題的答案：過得不快樂的原因，只因不懂以下這3點，只要讀懂了就會幸福一生！這三點，教你越過越快活的三個方法。《莊子至樂》中說：

夫天下之所樂者，身安厚味美服好色音聲也；所下者，貧賤天惡也；所苦者，身不得安逸，口不得厚味，形不得美服，目不得好色，耳不得音聲；若不得者，則大憂以懼。其為形也亦愚哉。

在這段話當中，莊子點破了世人所追求的快樂不過都是“俗樂”而已，比如追求舒適的生活、追求漂亮的衣服、好吃的美味等等……

相對於辛苦的勞動，我們覺得“躺平”就

是一種快樂；相對於粗茶淡飯，我們把大快朵頤一頓人間美味當作是快樂，把身上樸素的衣物換成華麗的新裝，當然也會興高采烈……

但莊子提醒我們，這些世俗之樂最終並不能帶給人真正的快樂，反而是痛苦的根源，當你沒有安逸的時候，當沒有美味佳肴，沒有聲色享受的時候，人就會開始憂愁開始焦慮，甚至開始痛苦。

記得我畢業以後，用自己的第一份收入買了一個很貴重的首飾，當時我特別地高興，每天都佩戴着這個首飾，但很快煩惱也隨之而來，因為太過於貴重，在生活中我不得小心翼翼，生怕不小心磕碰到，偶爾有不注意撞倒的時候，還特別地心疼。

後來乾脆放在家裡好好收起來，但是收起來也照樣很煩惱，因為，既然不能佩戴在身上，那當初買的時候花那麼多錢也就變得毫無意義，經過很多類似這樣的事情以後，我才明白莊



子所說的道理：

追求世俗之樂，並不會讓人真正快樂，世俗的美好，我們當然可以去追求，但卻不要被這些外物所綁架，一旦對這些慾望過于沉迷或執着，帶來的最終一定就是痛苦。

讀過莊子的人經常會提到一句話，叫“至樂無樂”，這是一種超越世俗的境界，達到了不以物喜不以己悲的層次，我想普通人是很難達到這樣的高度，但我們至少可以不讓世俗所定義的“快樂”約束自己。

莊子所處的時代，其實和現代並沒有什麼兩樣，人們都以獲得名利為快樂，莊子當時隱居在一個很偏僻的小地方，楚威王派兩個大臣來請莊子出山輔佐自己，並許以高官厚祿的待遇。

莊子對來請他的人提了一個問題，他說，在楚國的宗廟里，供奉着一只死去的千年老龜，如

果你是那只老龜，你是希望被這樣供奉起來，還是希望繼續在水中遊玩呢？來請他的兩個大臣異口同聲地回答：那當然是繼續在水里自由地遊玩好啊！

於是莊子笑了：那就請你轉告大王，我還是繼續遊玩遊玩。就這樣拒絕了楚威王的邀請。通過這個故事我們可以看到，在莊子眼中，世俗所約定的那些名利地位都不是快樂，反而是約束自己的繩索。

我們沒有莊子那樣的境界，很難做到不受外物的誘惑，但我們可以慢慢嘗試不讓世俗標準束縛自己，不讓自己活在別人的眼光之中，這就是莊子關於快樂的第二個道理。

最後和大家分享莊子的一句名言：至人無己，神人無功，聖人無名。這句話說的是人生修為的三種境界，在“至人”這個層次可以忘掉自我天人合一，到了神人這個境界就不會刻意地想要有什麼作為，而到了聖人這個層次就已經完全不在意功名利祿，活出了真我。

所以，莊子傳遞給我們的第三個道理——快樂，就是源自於我們可以放過自己！如果你總是認為“我應該得到什麼、我必須獲得什麼”，那你就很難得到真正的快樂，“至人無己，神人無功，聖人無名”，實際就是一種放過自我執念的方式，當我們擺脫了世俗功利的控制，才能活出真正的自我與快樂。

方便面的國籍之爭：日本最偉大的發明 屬於華人

今麥郎

百分百民营企业 没有一分钱外资

近日突然涌现大量账号质疑今麦郎是日资企业，提醒大家不要听信传言。

对此，我们再次澄清如下：
今麦郎是100%的中国民营企业，没有1分钱外资。
今麦郎坚持“产业报国、造福社会”。
今麦郎是农业产业化国家重点龙头企业。
2021年今麦郎上榜中国民营企业500强排名第483位，中国制造业民营企业500强排名第273位。

今麦郎将一如既往，踏踏实实地为广大消费者带来物超所值的健康好面！

1. 方便麵的國籍之爭

最近方便麵行業因為國籍的問題鬧得比較兇。

原來是因為有人把“白象”和“今麥郎”兩家公司做了對比，對比的結果是，“白象”是良心的民族企業，而“今麥郎”是日資企業。

在如今的輿論環境下，被扣上“日資企業”會影響自身的品牌，“今麥郎”也迅速做出回應，說自己是完完全全的“民族企業”。

“今麥郎”說的其實也是實話。雖然“今麥郎”的成立，是由日資企業日清公司與河北華龍麵業合資成立的，但在2015年，“今麥郎”的中國公司就通過股權回購的方式，與日清解除合作，再沒有日資什么事了。

其實這個問題根本沒啥可爭吵的。

不管是“民族企業”還是“日資企業”，踏踏實實做好產品，在盈利的同時為社會造福，那就身正不怕影子斜。而且方便麵本來就是華人發明的，它在日本誕生，在中國發揚光大，在美國監獄里是“硬通貨”，在全世界掀起過一場飲食革命。

在日本，方便麵多年以來蟬聯該國民眾心目中“最偉大的發明”，超過了新幹線高鐵、卡拉OK和筆記本電腦(日本人認為第一台筆記本電腦是東芝公司發明的)。



而做出這一項“偉大發明”的人，名叫吳百福，日本名字為安藤百福，是一位日本華人。

安藤百福這一生充滿了傳奇，他坐過牢、破過產，又頑強地東山再起。靠著發明方便麵成為了日本家喻戶曉的企業家，他的故事多次被改編成漫畫和影視作品，日本人還為他建造了“紀念館”。

方便麵並不是什麼高科技產品，也沒有多少高大上的技術，但是它對於社會的貢獻卻一點不比高科技要少。

即便是在“外賣發達”的今天，方便麵依然是很多人聊以慰藉的食品，更不要說在它的“黃金時代”，不知道溫暖過多少人疲憊的身心。日本人覺得它是本國“最偉大的發明”，可以說是當之無愧。

借著大家對於方便麵行業的關注，今天，就來講一講這位華人發明家的故事。

2. 方便麵之父的故事

1910年，中國台北出生了一名男嬰，因為一雙“招風耳”，被家人認為是有福之相，取名為“吳百福”。

吳百福的家境優渥，雖然父母在他很小的時候都離世了，但祖父是名服裝商人，有足夠的實力給孫子提供良好的生活條件。

因為出生在一個商人家庭，從小吳百福就耳濡目染，對經商很感興趣。

1932年，22歲的吳百福從家里拿了一筆錢，開了自己的服裝店。他從日本進口針織品到台灣售賣，生意非常成功。第二年他乾脆跑

到日本大阪開公司，開始了在日本的商業生涯。

在日本經商的頭幾年，還算是比較順利。他除了繼續經營針織品，還拓展到了機械製造行業。同時他作為一個20多歲的年輕人，還順便讀了一個大學的經濟科。

年輕的吳百福

但過了幾年之後，吳百福的生意受到了第一次沉重的打擊。先是在二戰尾聲階段，盟軍轟炸東京，他的工廠付之一炬。不久之後，他又因為“涉嫌逃稅”被捕入獄，坐了兩年牢才放出來。等到他出來的時候，已經從一個“富二代”變成一無所有的窮光蛋了，經歷了人生的第一次破產。

為了能夠東山再起，他藉助了女人的力量，並且加入了日本國籍。

1948年，吳百福“嫁給”了一位日本女子安藤



藤仁子，這裡說“嫁”而不是“娶”，因為吳百福算是入贅，婚後還把名字改成了安藤百福。

靠著妻子家族的資金支持，安藤百福又重新開始了創業。他做過很多生意，比如海水制鹽、海產養殖等等。他重新開辦了一家公司，這家公司後來叫做“日清”。還記得前面說過的“今麥郎”曾經的日本合資方嗎？就是這家公司。

不過比當時的日清公司還沒有做方便麵，安藤百福在倒騰了多個項目之後，又進入了金融行業，成立了一家“信用合作社”。滿懷信心的安藤百福，卻沒能經營好這家企業，在苦心經營了7年之後，“信用合作社”倒閉，安藤百福的所有資產都被拿去還債，再度破產。

他和妻子搬出了原來的大房子，寄居在大阪的一間小公寓內。有一天，他看到寒風中有一群人在一家拉麵館門口排隊，只為了能夠吃上一碗熱騰騰的拉麵。他心中忽然一動：“要是能夠發明一種即食的拉麵，就不用等這麼久了”。

此時是1957年，這個時候的日本，經濟還沒有開始高速發展，民衆的生活還是十分貧窮，很多人依然在溫飽線上掙扎，對於食物有著強烈的渴求。安藤百福自己也是這樣的處境，破產後的他，對於飢餓也有著深刻的認識。但他在飢餓中看到了商機，開始潛心研製一種新的食品，他打算稱這種新食品為“即食面”。

1958年8月25日，在安藤百福搭建的10平米小屋里，誕生了世界上第一包“即食面”，也稱作“方便麵”。



關於“方便麵”的發明過程，這是官方的說法。不過在民間也流傳著另一種說法，那就是安藤百福並非方便麵的發明者，他只是買了台北同鄉張國文的專利，然後大量生產。

不管哪一種說法是正確的，有一點目前是公認的，那就是真正把方便麵量產並向大眾推廣的人，就是安藤百福。靠著方便麵這個產品，安藤百福的人生迎來了重大的轉折。從一開始的日產400袋家庭作坊生產，到日產6000箱的小型工廠，再到購置24000平米的廠房，僅用1年，就在食品行業開闢了一片新天地。

不過真正讓這款全新的食品被大眾接受並喜愛，安藤百福還要花上多年的努力。世界上第一款方便麵

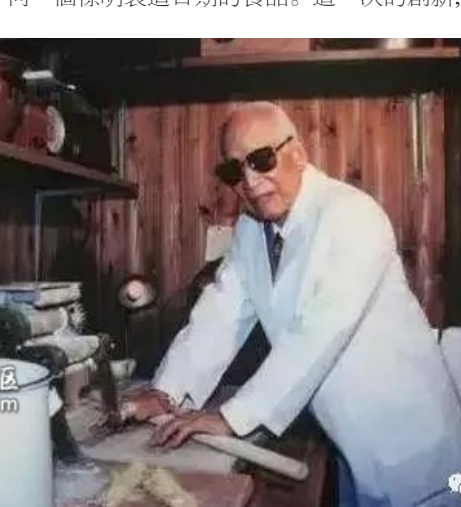
3. 改變世界的方便麵

雖然方便麵是1958年就被“發明”出來，也讓安藤百福實現了東山再起。但是真正到在日本爆紅，風靡世界，還要經歷一段漫長的改良。

一開始，安藤百福就遇到了模仿者們的激烈競爭。商人們都看到了這款新產品的市場價值，紛紛山寨模仿，有的不顧及質量，消費者吃了之後食物中毒，導致方便麵剛出來沒幾年，在人們心目中的印象就很不好。

面對這種情況，安藤百福決定改良。

他又發明瞭一項措施，就是在方便麵的包裝上標明製造日期。在此之前，世界上沒有任何一個標明製造日期的食品。這一次的創新，



形成了食品行業的規則，此後所有食品產品都沿用了這個做法。

然後，他又從包裝上下手，將原來的袋裝改成了杯裝，也就是現在我們看到的杯面。

1969年，安藤百福在花費了大量成本和精力研發，終於生產出了能承受熱水泡煮而不損壞的大容量紙杯。還在日本最繁華的銀座街頭舉辦了杯面試吃大賽來宣傳造勢，僅僅4個小時，2萬份杯面銷售一空。

在發明瞭方便麵之後，安藤百福再次憑藉著創新的包裝而製造出了一個“爆款產品”。

1972年，日本發生了震驚全國的武裝分子劫持人質事件，當時警方與歹徒激烈交火，還造成警方傷亡。由於事件鬧太大，各家媒體紛紛出動，各電視台也全程進行直播，當時收視率高達50%以上。

也由於雙方僵持，讓事件持續數天，加上2月天氣寒冷，負責圍捕的警察們疲累不堪，結果日清就免費提供大量杯面，讓員警們輪班休息時，泡個熱水享用熱騰騰的方便麵，這個畫面被媒體們拍到傳播出去，成了全國傳播的免費廣告。

經過這兩次“事件營



銷”之後，安藤百福的杯面打敗了眾多的模仿者，也改變了過去人們心目中對於方便麵的負面印象，產品暢銷全國，經久不衰。並隨著日本文化的強力輸出，方便麵杯推廣到了全世界，也傳到了剛剛改革開放的中國。

1991年，一位名叫魏應行的中國台灣商人來大陸考察，在火車上，吃了從台灣老家帶來的方便麵，香味引來眾人圍觀，紛紛詢問這種面哪里能買到？

魏應行回台後將這件事告訴了大哥魏應州，後者看到了巨大的商機，帶著800萬美元到大陸投資興建方便麵工廠，生產出來的面就取名為“康師傅”。

靠著中國巨大的市場，方便麵在這里的銷量達到了頂峰。至今，中國依然是方便麵銷量的第一大國，第二是印度尼西亞，第三才是日本。

2007年，安藤百福過世，結束了他97年的生涯。

雖然他這個人“私德”上爭議不斷，比如有爭議的“發明”，為了娶日本老婆做了“負心漢”等等。但作為一位企業家，他的創新改變了世界。我們常聽到一個詞叫“企業家精神”，顯然，安藤百福的身上就有着典型的“企業家精神”。

用創新、勇氣、堅持去經營企業，在盈利的同時為社會做出貢獻。這就是不折不扣的“企業家精神”。

我們無法要求一個企業家成為一個“道德模範”，用有點政治不正確的說法：“一個在道德上完美無缺的人，是沒有辦法在激烈的商業競爭中存活下來的。”這話雖然不好聽，但卻是事實。

在當今世界，一個國家最重要的實力就是經濟實力，而經濟實力的主要來源就是有大量擁有“企業家精神”的人湧現出來。他們的智慧和手段，能夠在激烈的商業競爭中脫穎而出。在這個過程中，他們可能要藉助投資，哪怕是外資，也是正常的商業運作，不應該成為被攻擊詬病的事情。

只要他們能夠創造出改變世界的產品，創造出大量的工作崗位，貢獻豐厚的稅收，賺取豐厚的外匯。

這才應該是我們對企業家們最大的期望。





OBITUARY Annesa Leung Mars

馬太太安息

SEPTEMBER 11, 1935 – MAY 14, 2022

ANNESA LEUNG MARS of Mayfield Village, Ohio passed away on May 14, 2022 at the age of 86 after a short illness.

Born in Hong Kong, she met and married John S. Mars in 1963 and together moved to Cleveland, Ohio shortly thereafter. She is survived by her beloved husband John of 58 years with whom she created a beautiful family and shared a lifetime of happy memories. She was the dedicated and loving mother to Susan (James) Yue of Guilford, Connecticut, Eva (Joseph) Juse of Los Angeles, California and Sara (Mark) Waldron of West Hartford, Connecticut. Her pride and joy were her grandchildren Lauren, Emily, Olivia, Alexander, Christian, Liam and Quinn.

She is also survived by her sister Leung Wing Yee, nieces Emma Ho, Carol, Carmen, Carrie, Colleen Yuen and nephew Fai Yuen of Toronto, Canada and Hong Kong. She was preceded in death by her father Leung Ming, mother Cheng Lai Wah and sister Leung Kam Ling.

She lived a full life as a wonderful wife, mother, grandmother and friend. She was an avid gardener, loved to cook traditional Chinese dishes, sing Cantonese Opera and cherished her many friends in the Cleveland Chinese community.

Family will receive friends on Thursday, May 19, 2022 from 4:00 pm–7:00 pm at the DiCicco & Sons Funeral Home, 5975 Mayfield Rd. Mayfield Hts. OH 44124.

A Celebration of Life will be held at the funeral home on Friday, May 20, 2022 at 10:00 am. Interment to follow at West Park Cemetery in Cleveland.

家住俄亥俄州 Mayfield Village 的 Annesa Leung Mars (梁婉玲)女士,在克利夫蘭人們都叫她馬太太,她于 2022 年 5 月 14 日在短暫生病後去世,享年 86 歲。

她出生于香港,于 1963 年結識并嫁給了 John S. Mars,此後不久一起搬到俄亥俄州的克利夫蘭。她和愛人 John 一起生活了 58 年,他們共同創建了一個美好的家庭,并分享了一生的幸福時光。

她是一位十分敬業和慈愛的母親。

她是一位出色的妻子、母親、祖母和朋友,她過着充實快樂的生活。

她是一位熱愛生活的園丁,她喜歡做中國傳統菜肴,喜歡唱粵劇,她擁有一群在克利夫蘭喜愛唱粵劇的朋友,她的朋友十分珍惜的她。

家人將為她舉辦葬禮儀式,具體事宜如下:

時間:2022 年 5 月 19 日,星期四 下午 4:00 至 7:00

地點:DiCicco & Sons Funeral Home 5975 Mayfield Rd. Mayfield Hts. OH

2022 年 5 月 20 日,星期五,上午 10:00 在殯儀館舉行生命慶典,並在克利夫蘭的西公園公墓進行安葬。

全家人和朋友十分懷念她,安息!

WIN YOUR SHARE OF \$30,000 IN PROMOTIONAL CHIPS

在高達\$30,000 的促銷獎勵籌碼中贏取您的那一份!

Sunday, May 22

Earn entries all day | Drawing at 8:30pm

5 月 22 日 星期天
全天贏取獎券 當晚 8 點 30 抽獎



J·A·C·K
CLEVELAND
CASINO

RSVP required. To reserve your spot, contact Nghia Dao at 216-308-6717 or nghiadao@jackentertainment.com

參與者需要確認:
請撥打 216-308-6717 或電郵
nghiadao@jackentertainment.com
與 Nghia Dao 聯繫預留您的位置





相互尊重宗教種族文化



5月11日,在克利夫蘭市政府,相關組織隆重舉辦了伊斯蘭教的開齋節,當日在華人專業歌手黃麗清唱一曲美國國歌後,活動拉開了序幕,市議員 Blaine Griffin 致辭,他祝賀活動成功舉辦,感謝所有社團宗教領袖的參與。

當日社區關係委員會亞洲聯絡員,也是本次活動組織者之一的陳家敏致開幕詞,歡迎所有來賓和政要。她表示:這是難得的機會,來自克利夫蘭的宗教和其他社團在疫情發生後第一次舉辦活動,目前世界發生戰爭,疫情還沒有徹底結束,感謝能有這麼多人來參與活動。她感謝所有幕前幕後人對本次活動的大力支持。宗教是人類離不開的精神領域,各大宗教有他們的共同經歷。

我也有幸採訪了克利夫蘭回教領袖 Imam Abbas,他的爺爺 1937 年在克利夫蘭創辦了第一個 mosque,這本《Black Pilgrimage to Islam》介紹了他的爺爺(非裔),那年他 35 歲(書封面最後一人是他)。他在克利夫蘭高中當了 10 多年校長,並且他也是籃球教練。他本人重視教育,在採訪中他提到一個問題,他讓我看今天到會者有沒有非裔,一個沒有,我不得不思考宗教,因為宗教是人的靈魂深處需要依靠的肩膀,我們稱政治宗教都是世界領導者。

當今世界,影響力最大的有三大宗教:基督教、伊斯蘭教和佛教。伊斯蘭教的穆斯林他們和許多亞洲人一樣使用陰曆,所以今年伊斯蘭教最著名的開齋節是在 5 月 1 日至 5 月 2 日,是鑒于五月是所有在美國的亞洲人慶祝他們文化的亞洲月,Salaam

Cleveland 的創始人, Zarina Siddiqi 和 Zahid Siddiqi 希望與他們的一些朋友和來自不同國家族裔的人一起慶祝今年的開齋節。

當日印度、巴基斯坦、埃及、孟加拉、敘利亞、巴勒斯坦、加拿大和美國血統的亞洲穆斯林領袖都來了,伊瑪目也來了。這是亞洲人第一次在克利夫蘭市政廳慶祝他們最神聖的節日。

參加本次活動的社區關係委員會主任 Grady Stevenson 發表了講話,社區和政府事務高級顧問 Grady Stevenson 和 Angela Shute-Woodson 向 Zarina Siddiqi 和 Zahid Siddiqi 發表了一份聲明,以表彰 Siddiqis 幾十年來默默地為人民和廣大社區服務和做出的貢獻,使大克利夫蘭地區更好更安全。參議員 Sherrod Brown 辦公室的區域代表 Mycheala Holley 也向 Siddiqi 夫婦表彰並贈送了一封特別揚信。

克利夫蘭 Salaam 組織是在 9/11 襲擊之後成立的。由於伊斯蘭極端主義基地組織襲擊了世貿中心南北塔樓、五角大樓和美國航空公司在賓夕法尼亞州向克斯維爾的 93 號航班,人們害怕穆斯林,尤其是外國出生的穆斯林。Zarina 立即通知她的老闆和她在 Metro Hospital 的同事,她是一名穆斯林,這樣人們就知道穆斯林不是他們應該害怕的人。更重要的是,伊斯蘭教是一種宗教而非種族。世界各地的穆斯林都信奉伊斯蘭教,他們不分種族,不分國籍。

本次活動非常成功,感謝來自市長辦公室和政府部門的 Angela Shute-Woodson,也感謝提供美食,感謝前後忙碌策劃的組織人員。我們不分宗教不分種族,人人和人需要相互尊重。



2022 Eid al-Fitr Celebration at Cleveland City Hall of Asian Muslims in NE Ohio

By Chia-Min Chen

Eid al-Fitr marks the end of Ramadan. This religious holiday is celebrated by Muslims worldwide because it marks the end of the month-long dawn-to-sunset fasting. The fast of Ramadan encourages Muslims to practice self-restraint from not just eating and drinking, but more importantly from evil thought, speeches and actions. They are reminded to be compassionate and conscious of God and worship Him altogether. As the Prophet Muhammad had reported stated "Fasting is not just for the stomach, but also of the tongue, mind, and heart, so if someone insults them, let them recall within themselves that 'I am fasting'."



their holiest holidays at Cleveland City Hall. Chia-Min Chen, Asian Liaison from Community Relations Board opened the event by welcoming all the guests and dignitaries, followed by Ying Huang, who sang the National Anthem. Then, Ms. Chen introduced Grady Stevenson, Director of Community Relations Board, and he gave his remarks before introducing Blaine Griffin, Council President of City of Cleveland, who gave his speech. A proclamation was presented to Zarina Siddiqi and Zahid Siddiqi by Grady Stevenson and Angela Shute-Woodson, Senior Advisor Community and Government Affairs, to recognize Siddiqis' leadership and contributions over the decades in servicing people and community-at-large quietly yet dedicated to make greater Cleveland a better and safer place for all. Mycheala Holley, Regional Representative from Senator Sherrod Brown's office also presented a special letter of Recognition to Mr. and Mrs. Siddiqi.

Because the Muslims use a lunar calendar, like many Asians, this year's Eid al-Fitr fell on May 11th - May 2nd. Given May is Asian Heritage month for all Asians in America to celebrate their heritage, the founders of Salaam Cleveland, Zarina Siddiqi and Zahid Siddiqi wanted to celebrate this year's Eid, the Festival of Breaking the Fast, with some of their friends and Imams from several mosques in greater Cleveland at Cleveland City Hall Rotunda.

Asian Muslim leaders of Indian, Pakistani, Egyptian, Bangladeshi, Syrian, Palestinian, Canadian, and American descent all came; Imams came too. It was the first time that Asians celebrated one of

Salaam Cleveland was founded after the 9/11 attack. Due to the Islamic extremist al Qaeda's attacks of the World Trade Center's north and south towers, Pentagon, and American Airline flight 93 in Shanksville, PA, people were afraid of Muslims, especially foreign-born Muslims. Zarina immediately informed her boss and her colleagues at Metro Hospital that she is a Muslim, so that people know Muslims are not people they should be afraid of. More importantly, Islam is a religion and not an ethnicity. Islamic



在美國改造自己



最美的風景在心裡

人有三樣東西,這三樣東西無法挽留:時間,愛和金錢,昨天和今天,上一分鐘和下一瞬間只要你心情改變,天堂與地獄就在你的心裡呈現。

這幾天發生的事,在加利福尼亞州的一個台灣裔教會的槍擊案,打死一名醫生並打傷其他五人的男子是移民自中國的美國公民,他仇恨台灣,帶著槍、鐵鏈和大量燃燒瓶,從拉斯維加斯開車來到位於加州爾灣的教會行兇。

我的朋友 May 電話告訴我,她朋友平時時也去這個教堂,那天她有事沒有在現場,她說原來都是在電影里看到的東西都成了事實。我最難過的就是那一位當場被兇手打死的醫生,他是陪母親前來參加教會聚餐的,這位醫生平時不去教會的,是因為父親剛往生不久,孝心陪母親去教會聚會,看中安排是不是有點過分,可就是這麼巧合,那位醫生還和兇手搏斗。

這個世界變了,是因為人心變了,在疫情防控和戰爭遲遲不結束,物價怎麼飛漲,人的心情就和股票一樣起伏不定,人在恐懼中生活,但這個世界上最好的良藥還是善良。好朋友在上海有高級住宅出租,他告訴我,因為疫情他沒有收房租,客戶們沒有出門,他們說他們沒有錢付房租,如果我朋友一定要他付房租,他們把房子弄得一場糊塗。倒楣的還是我朋友,他是智慧的人,已經知道問題和解決問題的方法,看到一則不確定的消息,說中國把全世界生產線都停止了,接下來就會暴漲賺一筆錢,但是到底能賺不賺錢還要看結果,許多在中國獨自開工廠都紛紛準備遷移,當然最後還是看利益。在這個年頭,當下最重要。

我們還聊到許多其他的,尤其是他讓我申請一下重要的證件,這對我有幫助,我是連聽都沒有聽過,我做了報紙都 20 年了,慚愧。

現在發現許多事情都是因為自己的無知無能又找不到智慧的鑰匙,在迷茫中打轉,因為心裡找不到目標,又因為自己是情緒化,而往往最瞭解的就是自己,我問自己是找公平,這個世界沒有公平,是為爭一口氣

伊利華報

還是掙錢,想想一口氣要比錢貴,也許錢能解決的都不是大事。

這幾天發生的事,在加利福尼亞州的一個台灣裔教會的槍擊案,打死一名醫生並打傷其他五人的男子是移民自中國的美國公民,他仇恨台灣,帶著槍、鐵鏈和大量燃燒瓶,從拉斯維加斯開車來到位於加州爾灣的教會行兇。

我的朋友 May 電話告訴我,她朋友平時時也去這個教堂,那天她有事沒有在現場,她說原來都是在電影里看到的東西都成了事實。我最難過的就是那一位當場被兇手打死的醫生,他是陪母親前來參加教會聚餐的,這位醫生平時不去教會的,是因為父親剛往生不久,孝心陪母親去教會聚會,看中安排是不是有點過分,可就是這麼巧合,那位醫生還和兇手搏斗。

這個世界變了,是因為人心變了,在疫情防控和戰爭遲遲不結束,物價怎麼飛漲,人的心情就和股票一樣起伏不定,人在恐懼中生活,但這個世界上最好的良藥還是善良。好朋友在上海有高級住宅出租,他告訴我,因為疫情他沒有收房租,客戶們沒有出門,他們說他們沒有錢付房租,如果我朋友一定要他付房租,他們把房子弄得一場糊塗。倒楣的還是我朋友,他是智慧的人,已經知道問題和解決問題的方法,看到一則不確定的消息,說中國把全世界生產線都停止了,接下來就會暴漲賺一筆錢,但是到底能賺不賺錢還要看結果,許多在中國獨自開工廠都紛紛準備遷移,當然最後還是看利益。在這個年頭,當下最重要。

我們還聊到許多其他的,尤其是他讓我申請一下重要的證件,這對我有幫助,我是連聽都沒有聽過,我做了報紙都 20 年了,慚愧。

現在發現許多事情都是因為自己的無知無能又找不到智慧的鑰匙,在迷茫中打轉,因為心裡找不到目標,又因為自己是情緒化,而往往最瞭解的就是自己,我問自己是找公平,這個世界沒有公平,是為爭一口氣



參加辛辛那提首屆亞太裔活動

早在 2 個星期前,辛辛那提著名華人房地產經紀人徐曉潔在休斯敦考察投資項目,真巧他遇到休斯頓媒體大俠李蔚華,曉潔說她來自俄州,李大俠問認識伊利華報浦瑛嗎?曉潔馬上給我打了電話,並且說希望我能去看看辛辛那提在 2022 年 5 月 14 日的首屆亞太裔文化傳統晚會,她會幫我租好酒店,我答應一定去學習。

晚會在百年劇院 Memorial Hall OTR 隆重舉行,中西部第一位亞洲市長印度裔後裔 Aftab Pureval 給予晚會高度評價,當晚節目主持是當地電視台主播。

本次晚會由俄州裔裔聯盟(AACO)與俄州南部非裔美國人協會(FASO)、印度文化協會(I-CA)和美中文化藝術聯盟(ACCA-US)聯合舉辦。AACO 為辛辛那提分會主席叢浩女士十分熱情地介紹他們舉辦這次活動花了 5 個多月時間,大家都很出力支持,尤其主講人和贊助單位都非常到位,曉潔表示辛辛那提華人積極參與主流社會活動,現任印度裔市長競選的時候,她為他拉了捐款 \$25,000,她本人參與各個族裔社團董事會,辛辛那提的商會她也是創辦人之一。

當日看到幾百名來自華人社區、印度裔社區、菲律賓裔社區和其他社區的參與者和朋友在在劇院觀看高品質的文藝演出。感謝 Aftab Pureval 市長、Stephanie A. Smith, Chantel Raghu 博士和 Roy Nickerson,感謝他們鼓舞人心的演講。

叢浩女士表示:我們要感謝所有讓這次活動成功舉辦的志願者,他們使我們的社區組織成爲一個積極向上的團體,還要特別感謝贊助商(五三銀行、寶潔公司、



NEXXUS 地產公司、孟博士學院和辛辛那提金融公司的鼎力支持。

當晚,藝術家們表演了一台讓人難忘的精彩節目,特別是現在疫情還沒有真正結束,在這樣一個困難的時刻,他們帶來的藝術和音樂給人欣慰。見到 2008 年創辦



生是她的房東,自從她住進這個房子 24 年沒有搬出來,她的先生比她大 16 歲,他們有 3 個孩子,有着很和諧的幸福生活。

當晚我們聊到上海,聊到現在的上海疫情,因為我們都不在當地,沒有辦法證明到底清零到如何,她告訴我,她的舅舅因為沒有及時治療,61 歲走了。我們都是 2019 年後,就沒有回上海,很想念上海和家人,我離開辛辛那提回克利夫蘭的時候,她邀請我喝早茶,她還邀請一群自願者一起和我們共享午餐。曉潔感謝我到辛辛那提,感謝自願者們爲這次有意義的活動付出她們的時間。

曉潔,她也是上海人,十分直白好客,我到了辛辛那提讓她把酒店地址給我,她說酒店滿了就住我家。我去了她百萬豪宅,她給我下了湯圓,並且和她的先生還有一位藝術家聊天到深夜。

曉潔在辛辛那提是一位風生水起的人物,她 1994 年來美國,她是上海同濟大學高材生,要保送她去北京大學,她選擇到美國,我問她是怎么與先生認識的,她說她的先

生是她的房東,自從她住進這個房子 24 年沒有搬出來,她的先生比她大 16 歲,他們有 3 個孩子,有着很和諧的幸福生活。



nese Performing Arts Center 的創始人楊冰,多年不見,楊冰培養了一批批優秀舞蹈人才,楊冰告訴我,今晚表演的就是 10 年前還剛剛學舞的小不點,時間飛快,看到楊冰教了這麼一群可愛的學生,楊冰告訴我,她的一位學生現在已經在好萊塢了。

當晚還有爲年輕人頒獎活動,他們是積極參與、爲公共服務做出貢獻的亞裔青年,獲得亞太裔青年領袖獎,他們是希望是未來。



This is first AAPI heritage Gala was a huge success. The Gala was organized by Asian American Coalition Ohio (AACO), in partnership with Filipino American Association of Southern Ohio - FASO, India Cultural Association Cincinnati, and @Alliance of Chinese Culture & Arts USA (ACCA-US).

It is amazing to see several hundred participants and friends from the Chinese American community, Indian community, Pilipino community, and other communities all united under one roof. Thank you, Mayor Aftab Pureval, Fifth Third Bank Stephanie A. Smith, Dr. Chantel Raghu, and Roy Nickerson, for your inspiring speeches. We would like to thank all volunteers. It is you who have made our community a better place. It is assuring to know that our sponsors (Fifth Third Bank, Procter & Gamble GO Cincinnati Procter& Gamble - Cincinnati Xiaojie Shau Zaven, Keller Williams Advisors, Nexxus Property, Dr. Meng Academy, and Cincinnati Financial Corporation) have believed in us.

Special thanks go to all the wonderful performers and artists Bing Yang Chinese Performing Art Center Winton Woods High School @Joy Flower Music Center NrityArpana School of Performing Arts, Julie Spangler, Shuo Feng and Filipino American Cultural and Performing Arts - FACPA. It is comforting to have you heal our hearts through art and music at such a difficult moment. We are especially inspired by the Asian American youth who have actively contributed to civic engagement and public service. We extend our warmest congratulations to Sam Cao, Harsha Ramesh, and Daphne Constantinides on winning the AAPI Youth Leadership Awards. You are our future.

This is just the beginning of the wonderful journey we embark on. Our Asian community will become stronger by sustaining our unity while maintaining our differences. We look forward to working with all of you again!



久違的老朋友葉素芳 陸麗東夫婦也來參加活動



花絮:

徐曉潔,她也是上海人,十分直白好客,我到了辛辛那提讓她把酒店地址給我,她說酒店滿了就住我家。我去了她百萬豪宅,她給我下了湯圓,並且和她的先生還有一位藝術家聊天到深夜。



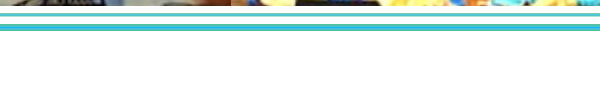
AACO 辛辛那提分會主席 叢浩女士 講話

This is first AAPI heritage Gala was a huge success. The Gala was organized by Asian American Coalition Ohio (AACO), in partnership with Filipino American Association of Southern Ohio - FASO, India Cultural Association Cincinnati, and @Alliance of Chinese Culture & Arts USA (ACCA-US).

It is amazing to see several hundred participants and friends from the Chinese American community, Indian community, Pilipino community, and other communities all united under one roof. Thank you, Mayor Aftab Pureval, Fifth Third Bank Stephanie A. Smith, Dr. Chantel Raghu, and Roy Nickerson, for your inspiring speeches. We would like to thank all volunteers. It is you who have made our community a better place. It is assuring to know that our sponsors (Fifth Third Bank, Procter & Gamble GO Cincinnati Procter& Gamble - Cincinnati Xiaojie Shau Zaven, Keller Williams Advisors, Nexxus Property, Dr. Meng Academy, and Cincinnati Financial Corporation) have believed in us.

Special thanks go to all the wonderful performers and artists Bing Yang Chinese Performing Art Center Winton Woods High School @Joy Flower Music Center NrityArpana School of Performing Arts, Julie Spangler, Shuo Feng and Filipino American Cultural and Performing Arts - FACPA. It is comforting to have you heal our hearts through art and music at such a difficult moment. We are especially inspired by the Asian American youth who have actively contributed to civic engagement and public service. We extend our warmest congratulations to Sam Cao, Harsha Ramesh, and Daphne Constantinides on winning the AAPI Youth Leadership Awards. You are our future.

This is just the beginning of the wonderful journey we embark on. Our Asian community will become stronger by sustaining our unity while maintaining our differences. We look forward to working with all of you again!





越南花園是我們的夢想

“Why this Vietnamese cultural garden? What are our goals? What are our hopes?”

These are the questions all ask about this new garden. Here are the responses from the Executive Director Gia Hoa Ryan, Founder of the Friendship Foundation of American-Vietnamese.

“First, we have wanted to build this garden for all the Vietnam Veterans who gave their lives for us. Except for their sacrifice we would not have been able to come to America. Many millions of lives around the world owe their freedom to America veterans.

“Second, this garden is dedicated to the veterans of Vietnamese background who gave their lives for us as well as so many others who fought for freedom in Vietnam, such as Chinese Nungs, Cambodians, Koreans, Irish, Australians, New Zealanders, all the Montagnard Tribal nations, Laotians, Philippinos, Taiwanese, Thai, and so many others.

“Third, in the future when people see this garden, especially our youth, they will recall the sacrifice of all our veterans. This garden will be a tribute to all our Vietnamese people and families.

“Next, the Garden will celebrate our 4,000-year-old culture and achievements. It will educate future generations about the heritage, beauty and traditions of Viet Nam.

“Remembering Dr. Martin Luther King whose boulevard is the home of our garden and some forty other nationalities, we say, ‘This is our dream.’”

This garden as a mark of our community like all the other gardens needs our support. Two years ago just as the Covid epidemic attacked our world, the Vietnamese community conducted an opening ground breaking ceremony. (We especially thank Mama Hanson—now passed away in peace and her son Dan Hanson who attended this ceremony as well as Sister Debbie who could not attend but sends out a thousand prayers a day for our success. We particularly thank Dan Hanson who devoted all of his expertise and talents to recording and memorializing this ceremony with his photographic talents. Here is the ceremony DVD and photos produced at Clevelandpeople.com. See <http://www.clevelandpeople.com/groups/vietnam/2020/vietnamese-garden-groundbreaking.htm>)

“We had wanted to have a major event for our Vietnamese Cultural Garden,” stated Director Gia Hoa Ryan, “during the special Month of May which is our nation’s Asian Heritage Month. That was why we had scheduled this ground breaking ceremony for May 30.”

Gia Hoa Ryan 她是一位著名在克利夫蘭亞裔的領袖人物，她對我說：她來美國克利夫蘭50多年來，她在成功地代表亞裔走進政界企業和教育文化界。

她來自越南但她代表亞裔的聲音，她創建基金會，還幫助自己國家越南無家可歸者設立學校，還有她在克利夫蘭著名的世界公園里設立越南公園，她過去現在都在做，她表示只要她還活着她會繼續努力工作下去。

早年克利夫蘭企業家洛克菲勒捐贈了一大片土地，現在全球人可以在美國設立自己國家的地標：“越南花園是我們的夢想”，這是 Gia Hoa Ryan 和她的合作夥伴 Joseph Patrick Meissner 齊聲說的。

當我問他們：為什麼要建這個越南文化園？您的目標是什麼？您的希望是什麼？”以下是美越友誼基金會創始人、執行董事 Gia Hoa Ryan 的回應。“首先，我們想為所有為我們獻出生命的越戰老兵建造這個花園。如果沒有他們

的犧牲，我們將無法來到美國。全世界數以百萬計的生命的自由歸功於美國退伍軍人。“第二，這個花園是獻給那些為我們獻出生命的越南退伍軍人，以及許多在越南為自由而戰的人，如華人、柬埔寨人、韓國人、愛爾蘭人、澳大利亞人、新西蘭人等等。山嶽部落民族、老撾人、菲律賓人、台灣人，還有很多其他的。“第三，未來人們看到這個花園，尤其是我們的青年，會想起我們所有退伍軍人的犧牲。這個花園將是：向我們所有的越南人民和家庭致敬。

不久將來，越南花園將慶祝我們擁有4000年歷史的文化和成就。它將教育後代瞭解越南的遺產、美麗和傳統。記住在克利夫蘭黑人領袖馬丁路德金博士的林蔭大道留下我們花園和其他四十個國家的家園的地標。越南花園這是我們的夢想，這個花園像其他花園一樣，是我們社區的標誌，需要我們大家的支持。

ting wall—all in the midst of a garden of beautiful Asian flowers, shrubs, and trees. We also are planting a beautiful bamboo forest complete with a time capsule to be opened one hundred years from now as a witness to our current Vietnamese-American Community in Greater Cleveland.

In providing testimony to the hearing of the Cleveland City committee for this garden, Landscape Designer Charlene Crowley noted. “The garden site was chosen due to it being reminiscent of the hilly and river topography of Vietnam. The wooded area above the site is being retained. A plaza with an egg shape design is in the center and the primary statue in that center represents an iconic Vietnamese woman. The hat on the statue head is specific to Vietnam.”

Gia Hoa Ryan at this hearing added background to the meanings of the symbols. “The plaza is mostly level but has a pitch to MLK Boulevard. The ‘egg’ in the center represents the cultural mythology of the beginning of Vietnam and is visible to all driving by on Dr. King Boulevard. There is a solid concrete walk around the plaza. There are three main elements to the garden: the statue of the woman in the center; a gently curving stone wall and sitting area on the wall; and Asian inspired plantings including bamboo behind the wall.”

“Joining the main statue,” states Foundation Treasurer Joseph Meissner, “will be four marble benches, an entrance greeting stone with Vietnamese literary writings and an exit stone showing a map of Vietnam where veterans can point out historic Vietnam cities and cultural sites where they served. Also the garden displays a marble model of the large Dong Son Drum which is a cultural symbol dating back four thousand years.”

“The center statue of a Vietnamese woman will be 9 feet tall on a five-foot pedestal,” Dr George McCarthy, Foundation President, reports, “it will be of beautiful white marble from historic Marble Mountain near Da Nang.”

Of course, our Vietnamese community with the leadership of our garden committee, the Friendship Foundation, and Veteran Vice-President David Thi, Mr. Cao in charge of the vegetation, and others, will be working to raise the necessary donations. We estimate we will need at least half a million dollars or even more for the Garden Construction Fund.

All donations, which are IRS tax deductible, can be sent to the Vietnamese Cultural Garden Fund-raising Committee. 2234 West Boulevard, Cleveland, Ohio 44102.



THIS GARDEN IS OUR DREAM!

By Joseph Patrick Meissner -- “Bac Hai” which means “Uncle Number Two” in Vietnamese. (There is no Uncle Number One.)

nity leaders speak to us including Dr. Wael Khoury, Chair of the Cleveland Cultural Garden Federation, who said, “We all must praise the Vietnamese community for all your great work in construction of your garden. We look forward to your Grand Opening with the installation of your center Statue of the Vietnamese woman and all the other marble art works.”

Here was a tribute from a major leader to our

tional Network.

From Phi Doane, “I was so sad that I could not journey to join all of at this great event. We salute all and especially that includes my Sister Gia Hoa Ryan who has worked so hard for so many years on this Project. This is a legacy to Vietnam and all the people who have come from our First Motherland to this Our Second Motherland. We pass this on to all future generations.”



“Our garden,” said Vietnamese Community President Kha, “is open to the world. We must not be selfish. This garden is not only for the Vietnamese and Cambodians and Laotians, but we welcome all.”

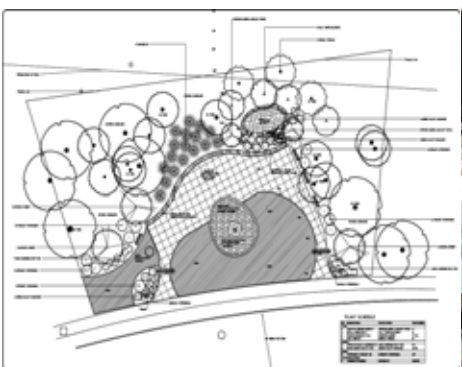
That ceremony attended by the Vietnamese community began with singing the American National Anthem and the Vietnamese National Anthem as both flags were proudly raised high above the crowd. The American Pledge of Allegiance was then recited. We next had ten major commu-

work at this initial opening: “To Friendship Foundation of American-Vietnamese. Thank you for including me in the wonderful ground-breaking ceremony today! It was great to see all the supporters of the Vietnamese Community! Everything worked out very well - especially the warm sunny weather!!! May the Saints (and the Good God) guide all of us to find the funds to continue our work in the Cleveland Cultural Gardens. Best Regards!” From Ken Kovach, Chair of International Community Council-Worldwide Interna-

This ground breaking ceremony was historic, but it is not the end of our efforts. Much more work is needed. Right now the statue of “Our Lady” is almost finished being carved in Vietnam from exquisite white Vietnamese marble by our team of Vietnamese artists and others. We are hoping it will be completed very soon and then safely transported by sea to America and to Cleveland. We will then work to install the statue of approximately twenty-five tons in the center of our area with other marble works and a concrete sit-

We also want to mention that our charity and education work continues in Vietnam. We have just completed our 8th Educational Construction project for the students. We have included four photographs showing the students standing in front of their new school as well as seated at their desks as they learn inside the building. We expect also to continue our scholarship programs in Viet Nam during this present year.

Thank you to all for your generosity and support. Pray for us and our humanitarian work.



導演山佳弘：在紀錄片裏追逐光影

劉慧



山佳弘，姓山佳名弘，爺爺賜給他的這個本該姓崔的名字，就這樣獨一無二地誕生了。這位95後新銳導演、攝影師，游走于地球的各個角落，游弋在世界的各種舞臺，亦如他無數次在國內外獲獎的作品一樣——無問東西，橫跨中外，穿越古今，遼闊無界。

01
無論極夜還有多久，你想要的光亮總會來——堅強的意志和毅力是因為山佳弘心中有夢想。

值得關注！近日山佳弘執導的紀錄片《追龍的扎西頓珠》在2022年第55屆休斯頓國際電影節評選中，榮獲了紀錄片雷米獎。

值得信賴！休斯頓國際電影節作為世界矚目的電影節之一，與紐約電影節、舊金山國際電影節並稱為北美地區三大評選性質的電影節，被譽為“明星導演誕生地”，也是斯皮爾伯格、喬治盧卡斯、李安等世界著名導演作品首次獲獎的電影節。

值得一提！紀錄片《追龍的扎西頓珠》已在亞洲、美洲、歐洲、澳洲多個電影節中獲獎，其中包括了聖佩德羅國際電影節、環球國際電影節等國際重量級獎項。此番入圍，是國際對於中國紀錄片的又一次認可，將提陞中國紀錄片在國際上的影響力。

——《追龍的扎西頓珠》是一部與西藏傳統文化相關的紀錄片，以一名叫扎西頓珠的藏族男孩為主線。記錄了男孩的藏戲追夢之旅——一個純粹、簡單，卻不平凡的故事，是有關於高原上的精神信仰，有關於現代潮流與傳統文化的碰撞，也有關於對自然與生命的熱愛。

故事的開篇，那位名叫扎西頓珠的拉薩男孩，沒能得到雪巴拉姆藏戲團到青海演出的機會。落選的扎西頓珠感到很失落，因此決定到納木措朝聖，去尋找關於小時候和爺爺見到的能帶來好運的——龍。

在母親的鼓勵下，扎西頓珠帶上他的滑板出發了，但在崎嶇的路上意外腳骨折，但一切都沒有影響他的朝聖。

到達納木措後，他雖然沒有見到幼時記憶中的那條“龍”，但這歷經500公里的朝聖之旅，卻讓他探索到了自己的精神世界。

他回到拉薩之後，再一次到藏戲團爭取，最終如願得到了去青海的演出機會，所有的轉機都會出現在你想努力的此時。

一條龍，一位少年，一個藏戲團——現實而超脫世俗的追夢之旅。

起初，山佳弘扛起重機從西子湖畔出發的時候，本來是去跟蹤一位藏戲專家的，不料卻被身邊做藏語翻譯的小演員扎西頓珠所吸引。於是山佳弘臨時改變主意：將鏡頭對準這位17歲少年。

古老藏戲，年輕劇團，17歲少年，25歲導演，如此碰撞——

如果生命迎來倒計時，你會以何種方式度過？如果愛無法走到終點，你又將如何選擇？在紀錄片《追龍的扎西頓珠》里，你會找到不一樣的回答。

這部“最純粹”的紀錄片，除了簡潔自然的

畫幅，更令人震撼和觸動的是一位17歲少年追夢的身後，竟然還有這樣一群為世界文化遺產——藏戲的傳承和光大而共同追夢的人。

在山佳弘的鏡頭里，西藏同時也是一個包容的地方，這里人與自然和諧共處，這里現代文明和古老習俗互不衝撞。一方心靈淨土，讓人熱淚盈眶。

當紀錄片《追龍的扎西頓珠》一幀一幀地隱現，你絕對會為山佳弘鏡頭里的人和事點贊。他們集夢幻與現實于一身的追龍之路，告訴了我們有關藏戲、生命和信仰的崇高。

如是，西藏雪頓節作為中國的非物質文化遺產，是藏族人民最重要的節日。同時也是雪巴拉姆藏戲團去青海演出和朝聖的日子。為了爭取去青海的演出機會，17歲的藏戲演員扎西頓珠決定只身前往納木措。

紀錄就是行走
一路跟蹤，一路拍攝，一路思索。

“同時我們也被驚到了！風大的讓我們睜不開眼睛。地上的牛羊和狗都在冲着天空低吼，平時很靜的聖湖也掀起了巨浪，天空中一條足有30米長的“龍”劃過，只有短短幾秒，便消失在天邊。

此時此刻，山佳弘彷彿從隨風飄颻的各色經幡中找到答案：如火的紅色，如天的藍色，如哈達的白色，不，就是17歲少年扎西頓珠眼中的龍，不，就是藏民族的理想和信仰！

也許，正是雪巴拉姆藏戲團選角者的會議上，邊巴斯暖團長那句“現在的人太多了，要不他就算了。”激起了扎西頓珠的勇氣。

蒼穹之下，追龍的路上，扎西頓珠獨自滑着滑板，即使摔傷的腳打着石膏，也決不放棄。

“上初二時候，爸爸已經去世了。”扎西頓珠說，爸爸曾給他買過一本倉央嘉措的書，雖然那時不懂得詩里的含義，但讓他感受到一個不一樣的世界：“你見，或者不見我，我就在那里；你念，或者不念我，不來不去，或不減。”扎西頓珠覺得這就是他開始尋找信仰的啟蒙吧！
一路跟蹤，一路拍攝，一路思索。

十分古老而又十分年輕的藏戲，被譽為藏文化的“活化石”，它用特有的舞蹈、聖歌和戲劇來講述這個不朽的故事。講述故事，山佳弘從來沒有懷疑過自己的眼睛和記憶，他用鏡頭詮釋《追龍的扎西頓珠》就是因為敬畏自然的力量。

短暫而漫長的兩個月里，當片子拍攝完成告別藏戲團時，山佳弘好像是落在了夕陽的後面。發現自己的身影混在了扎西頓珠追趕落日的余暉里。

歷史與人性是兩條長河，真正的記錄者能同時趟過。
你或許看見，片子的最後，鏡頭中層雲疊嶂的天空緩緩遠去，大山大川穿過西藏高原，藏戲團的人生，幾十載眨眼間。

紀錄片《追龍的扎西頓珠》告訴世人：比起服從，堅守更重要。比起日子，信仰更重要。

也許，這就是山佳弘和扎西頓珠當代年輕人的入世哲思。

02
這個時代，其實人們越來越缺乏耐心了。紀錄片在功利的現實面前，顯得渺小，輕如鴻毛。但總有人視它為月光。

山佳弘，在時光的細縫中駐足。尋找自己，尋找跨界，尋找更多的機會。

有時候，拍紀錄片很慢。慢到你能聽到一個腳步聲，一滴雨聲落在荷葉上，還有人的心跳聲——好比一場追溯藝術源頭的求學之旅。

令人驕傲！這是山佳弘的個人標籤：紀錄片、電影導演、攝製、舞臺藝術策劃、創意、對外文化傳播；

——《天籟之聲》榮獲多倫多國際紀錄電影節，好萊塢電影獎等專業電影節獎；

——《面魂》榮獲2019 DOC NYC 紐約紀錄電影節(奧斯卡資格賽)官方展映；

——《追龍的扎西頓珠》榮獲第55屆休斯頓國際電影節紀錄單元雷米獎、美國紀錄片和動畫電影節(奧斯卡資格賽)、洛杉磯聖佩德羅國際電影節、環球(柏林)國際電影節等20余項專業電影節獎；

……

喜歡就是熱愛

令人羨慕！自幼受家庭環境熏陶，山佳弘對視覺藝術產生了濃厚興趣。初中畢業後，進北京中央美術學院附中學習，對造型藝術有了進一步瞭解，並奠定了定的造型能。

附中畢業後，山佳弘進英國倫敦藝術學舞臺戲劇設計專業學習。在校期間，曾多次參與倫敦西區各劇院的舞美設計實踐，從理論與實踐中，對造型藝術有了更深刻的認識。

帶著?時對影視藝術的夢想，山佳弘又考?美國紐約視覺藝術學院紀錄專業攻讀研究生。在校學習期間，從學習造型藝術到參與創作實踐，成為他極其重要的學習途徑。

去尋找，去發現；去記錄，去探索。
山海蒼茫，人性柔軟人心。漫漫長路，山佳弘在光影的幻夢里認識了前所未見的真實世界——這或許是山佳弘拍攝紀錄片最純粹的打開方式。

一次次行走，一次次實踐，一次次論證，不僅開拓了山佳弘對視覺藝術觀察的視野，而且充分打開了新的想象。
這期間，結合學校佈置的藝術實踐作業，山佳弘拍攝了多部紀錄片及微電影，在世界多個國家展映並獲得了多方面的獎項，累積了比較豐富的藝術創作實踐經驗。重要的是，山佳弘通過藝術實踐加深了對優秀民族文化的理解與熱愛，也對西方文化的發展過程有了?較深刻地認識。

想什么呢
也許，這就是山佳弘心中懷揣的藝術夢想：每一個瞬間都值得被記錄，每一部紀錄片都應該熠熠生輝。
在山佳弘的心里，一部都用真摯情感拍攝的紀錄片，在不知不覺中遇見了許多陌生又熟悉的面孔。
比如，佔有相當大比重的人物紀錄片中，需要着重刻畫被拍攝的人物，通過對其生活狀態、內心世界、社會環境等方面的關注，反映被拍攝者內心最真實的世界。
不是嗎?人物紀錄片所要展現的，就是打破個體所處的生活環境，通過影片讓觀眾與被拍攝者在情感上產生共鳴。

——《面魂》是山佳弘在美國紐約視覺藝術學院紀錄?專業攻讀研究生時的作品。該紀錄片拍攝了一位每年都受邀到美國紐約大都會表演的阿好哥——一位在唐人街擁有6家面館的華人老闆。
“在這部紀錄片里，面如生命一樣具有靈魂。”山佳弘用鏡頭講述了關於中國人阿好哥，如何在美國成家立業背後不為人知的故事；阿好哥是上世紀80年代在“出國熱”的驅使下，沒有辦理正規手續就前往別國的，在歷經千辛萬苦的兩個月後，他選擇在紐約唐人街定居，終于擁有了一家自己的中國拉麵館。

阿好哥，就是一代中國人的縮影。
“我記錄阿好哥，仿佛也看到了大多數當年中國人漂泊海外打拼的一生。”其實每個人都希望明天的世界能給出更好的答案。而身為紀錄片創作者，山佳弘想給世界自己的答案。

有人說：生，是死的異鄉；客鄉，是家的異鄉；子女，是父母的異鄉。

而面館，就是阿好哥在異鄉的家——這個家會好嗎?

所幸，山佳弘紀錄片敘述方式最多的，是生活中的極苦和極甜——這苦與甜的比照中，觀眾看到了過去生活那種很圓滿的自給自足的状态，不僅為阿好哥的堅韌和樂觀鼓掌，也為那一輩人、這一家人共有的勤勞和情義流淚。

這碗麵，就是中國人飲食觀最好的表達方式。它隱藏在街巷，醞釀在家中，蒸騰在路上，植根于生活。是一座城市最接地氣的“面子”，更是源自華夏文明的味道精髓。

這碗麵，山佳弘說非常值得記錄。從穀物到麵粉，從食材到食物，這條充滿智慧的創造之路，中國人豈止走了千年。

不可想像，這位腳踏異國土地，肩扛大炮攝影器材，吃着漢堡的中國學子，用真實的紀錄方式告訴自己：

人們總執着于探索，生活對我們的苛?刻?，往往過了半生才發現，原來最想做的事情，就在身邊。

03
其實，生活就是不停地告別。

距離，第一次遇見山佳弘已六年有餘。那天，在西子湖畔採訪杭州G20國際峰會開幕式?藝演出《最憶是杭州》導演張藝謀，身邊微笑着的山佳弘只有21歲。

山佳弘與張藝謀
或許，“跟名導拍大片”是每一個紀錄片人的夢想，即使現實的條件再窘迫，也無法阻擋他們前仆後繼的腳步。

學會一個人走，不管有沒有人陪——山佳弘常常停下來打量他在世界各個角落的人們。

行走就是最好的紀錄
除了導演和拍攝紀錄片，從杭州G20國際峰會開幕式，到全國學生運動會開幕式，導演山佳弘的得心應手，或許都源于他從英國倫敦藝術?學舞臺戲劇設計專業學習，到美國紐約視覺藝術學院紀錄?專業攻讀研究生打下的堅實基礎。

沒有一個經歷會白費。對山佳弘而言，每一束光影的折射，都彷彿在其中看到自己的生活狀態。

也許，正是因為多種藝術門類的綜合與跨界，才讓山佳弘的藝術潛能從舞臺美術設計、紀錄片導演、攝影剪輯等具有更多樣式的元素呈現。

生活的美，不是小資的小情小調，而是日常瑣碎里，每一刻對生活最本真的堅持和表達。

作為導演，山佳弘鏡頭下的人物，始終在陽光下前進。他營造的豐富世界，永遠保有一絲光亮，用來引燃內心的陰影。

——《記憶商人》是一部帶有科幻色彩的微電影。故事圍繞一位在一家遊戲設計公司工作的中年男人展開。由於這家公司充滿了年輕的工作者，男主麥克面臨了被邊緣化以及裁員的危機。麥克在一次深夜加班的時候，看見了一張寫有“出售記憶，換取你想要物品”的海報。麥克抱着懷疑的態度，去到了這家商店。

因為面臨裁員危機，麥克在和兩位小女孩店主交談之後，選擇販賣了自己嬰兒時期的記憶。在這一成功的之後，麥克的慾望隨之加重，他一步步出售了自己青年、中年時期的記憶，以換取更好的生活。為此麥克也付出了沉重的代價。

如果，一個時代能留給後來者什麼東西，那么人性可能是其中最珍貴的。在時空推移中，導演山佳弘帶着金子般的品質滾滾向前，從不動心。

也許，正是因為心懷對中華民族優秀傳統文化的深切眷戀，山佳弘才會相信他為大英博物館導演拍攝的紀錄片《尋找中國》非常值得。

中國從哪里來?如何走到今天?祖先在締造國家的時候，如何塑造了這片土地的精神氣質?

文物，是最好的見證。
眾所周知，大英博物館珍藏着數萬件中國文物，作為全球三大博物館之一，大英博物館內藏豐富的中國文物精品。“我拍攝這部作品，敦促人回望祖國的豐厚遺產和豐富的歷史文化。”在《尋找中國》的敘述中，觀眾們看到一個不曾見過，卻又一直在你我身邊的人和物。

歷史中國是現代中國的源頭，追尋歷史中國的美。因此我們在《尋找中國》里看到了中國文物的精美……歷史中國的演進，就是中國文明的發展；中國文明的發展，就是中國人生活方式的變與不變

學業有成
時光，飛逝又來，山佳弘用了近10年的光景完成了在國外的求學經歷——跨越千山萬水，不只需要勇氣，還要一身本事。

或許，明日太陽西下倦鳥已歸時，山佳弘已經踏上舊時的歸途，英國倫敦美國紐約的師生們只會在遠方遙遙相望。

師生合影留念
這段回憶，如今提起，山佳弘仍會眼神閃躲，出神片刻。回望來路，必定也渺小過，苦悶過，追求過——千萬別小看了這個即將在“六一”兒童節迎來27歲生日的年輕人，看似單純卻又多思，充滿智慧的力量。

提及眼下，導演山佳弘並未詳談太多細節，只是表達了會堅持自己的初心：用國際語言講好中國故事，讓全球更多的人瞭解中國。

初心，就是不忘來時的路!
路有多麼山高水長，夢想就有麼多麼美妙!這位95後新銳導演山佳弘要摘取夜空中那束最美的星光——

獻給你!
行走的力量
放飛自我

來源：今日頭條 慧眼識大家 商務傳媒



UCA 主席薛海培先生光臨, UCA AZ 籌備會議召開

鳳凰導報 話 AZ

【本報訊】(記者: 雅鴻) 五月亞裔傳統文化月, 總有許多驚喜等待着大家, 圖案華人文化中心、錢德勒市、華人社區都以不同的方式來紀念和慶祝這個節日。此時 UCA 的主席薛海培先生也來到我們中間, 他首先參加了錢德勒的慶祝活動, 並參加了亞利桑那為歡迎薛先生舉辦的歡迎晚宴, 暨 UCA AZ 籌備活動。

薛先生去年曾經來到亞利桑那州, 遍請賓客, 探訪了鳳凰城和圖案, 並於當地的華人華僑見面, 介紹 UCA 及理念。今年當薛先生再一次造訪, 亞利桑那人以亞利桑那的熱情, 歡迎這位遠方的朋友。在鳳凰城酒家, 一場華人社區前所未有的大團結景象, 展現在人們的眼前。

薛先生首先介紹了 UCA 這幾年的發展和在美國所做的事情, 最令人感動的是, 令美國政府撤銷了對華人學者的迫害, 並通告即將召開“2022 年 UCA 第三屆美國華人大會”和“第一屆全國青年大會”。屆時會有白宮官員、國會議員、華裔民選官員、智庫學者、工商領袖、社會組織、社區領袖以及數百位關心華人社區發展的華裔朋友和下一代代表們聚集一堂, 共商

大計。這將是全美華人參政議政、培育下一代、彰顯華人價值觀和優良傳統的又一里程碑。“美國華人大會”是一個全美華人的盛會, 是一個開放的全美華人社區的交流平台; 而“UCA 全國青年大會”也是面對全美華人下一代的開放交流平台。UCA 全面推動對華裔下一代的培育, 尤其是培育他們的領導力以及身份和文化認同。今年 UCA 舉辦的首屆全國青年大會就是實現三大願景的行動之一和長期機制。我們期待數百名華裔青年(高中和大學)齊聚華盛頓特區, 探索美國聯邦立法和行政機構的高層運行和運作, 相互結識瞭解, 相互探討學習。他們還將有機會分享參政議政、輔助弱勢群體、參與社區活動的經驗, 提出建設全美華裔青年的交流合作平台的倡議和計劃, 最終催生一場華裔青年自身和社會變革的青年運動。

亞歷桑那華人基金會主席徐國富, 告訴記者: UCA 就如他的名字一樣, 把美國的華人都團結起來, 為美國華人發聲。他們過去幾年做了很多特別的工作, 帶領華人迫使政府停止視華人學者為間諜的迫害, 並給華人道了歉。更

讓我們看重他們的是: 他們很注重培養我們華裔的下一代。我們華裔青少年的培養, 在今年的選舉備成立了一個華人的青少年的組織, 就是把各地的青少年帶動起來, 青少年是未來……我們亞利桑那州同意並準備籌備成立 UCA AZ, 各項籌備工作正在進行中……

華商會會長李江也很興奮的告訴記者, 第一次看到今天華人社區的團結和凝聚, 看到幾平亞省的每個社區都派人來參加了這個活動。雖然當天由於節日的緣故, 餐館里的人非常多, 但參加活動的人更是熱情, 大家前所未有的積極參與, 看到了華人覺醒、華人發聲、華人不再做啞雀的覺悟和動力……

記者也採訪了薛先生, 他告訴記者, 他非常榮幸的得到大家的歡迎, 也感受到了亞利桑那的熱情。看到了亞利桑那各個僑團的團結

和彼此的尊重。對亞利桑那州成立 UCA AZ 很有信心。並感謝 Garry Ong 會長、李江會長和徐國富主席的組織和款待……

UCA AZ 已經在籌備中, 歡迎有識之士, 有志之士積極踴躍加盟, 一起為華人在美國爭取應得的權益和尊重, 讓我們的下一代真正的融入美國社會的方方面面, 焉知將來在美國, 不會出現華裔的總統嗎? 千里之行始於足下, 讓我們“雄關漫道真如鐵, 而今邁步從頭越!”



圖: UCA 會長薛海培

UCA 會長薛海培專訪 介紹美國華人大會

第三屆美國華人大會暨首屆 UCA 全國青年大會將於 7 月 14 日至 16 日在華盛頓特區召開。為了讓大家更加直觀瞭解目前的籌備進展, 今天小

編採訪了大會總負責人、UCA 會長薛海培。

問: 聽說第三屆“美國華人大會”即將在 DC 召開, 請介紹下什麼是“美國華人大會”。

答: “美國華人大會”是從 2016 年開始 UCA 主辦的兩年一度的華人社區的盛會。它的目的是給華人社區提供一個開放的交流與聯絡平台, 讓華人里各行各業的關心華人社區未來和下一代未來的朋友們、社區領袖、積極分子們能有個機會共聚一堂。可以讓大家凝聚共識, 加強橫向聯繫, 形成華人命運共同體, 以便華人更積極地參與和學習美國民主, 回饋美國社會, 培育下一代青年領袖, 潤育華人的獨特文化、價值觀和身份認同, 讓華人的生活更為精彩, 讓華人的生活更有意義。

問: “那這一次大會和以往兩次有什麼不同之處嗎?”

答: 從形式上講, 最主要的不同之處是這次大會, 我們新增了“National Youth Convention”(全國華裔青年大會)。這是美國華人社區的第一次大膽嘗試, 目的很簡單, 就是要培育和鍛煉我們的下一代, 尤其是他們的領導力, 讓他們學會自己組織自己, 學會相互聯絡, 尋找共同話題, 民主協商, 形成一個每年或每隔一年能舉辦全國規模的華裔青年聚集大會的共識、基礎和骨幹隊伍。UCA 希望通過這次大膽嘗試和創舉, 能把培育培訓我們下一代的專業推向一個全新的高度。這次大會還有許多的以往沒有的內容, 比如針對這兩年華人社區在抗疫救災方面的卓越表現和貢獻, UCA 正在和聯邦政府商議對各州有卓越表現的華人組織給予表彰和肯定。另外, 本次大會也將會宣佈成立“UCA 社區基金”, 幫助華人社區各種不同的和急迫的需

要給予小額和及時的資助。本次大會還將倡議成立“美國華裔民選官員協會”以及“華裔大學生聯盟”, 這些都是事關華人社區生存和發展的重大舉措。

問: “作為大會主辦方, 你們最希望看到什麼樣的人來參加大會?”

答: “標準答案是什麼關心華人社區和美國未來的華人甚至非華人。但是說具體點的話, 我們最期望看到各地華人社區組織和機構的負責人; 社區的積極分子或者熱心人; 需要更多人脈的企業家和創業者; 各類參與主流社會活動和組織的華人。最後, 我們急切地尋找華人社區的理想主義者和夢想者, 那些正在實踐“從我做起, 從現在做起”的華人, 那些想從“小我”走向“大我”的華人, 那些積極尋求生命的價值和意義的人。”

問: “能否介紹下為期兩天半的華人大會和青年大會的具體會議內容(program)?”

答: “謝謝你問到這個許多人都在問的問題。第一, 我們將組織與會代表前往自己所在州的國會議員辦公室和議員們會面, 向他們表達華人社區的心聲。這已是 UCA 華人大會的一個傳統。第二, 美國華人大會一共有六個大會全會議題。他們是“中美關係”、“民權和中國行動計劃”、“中國印度猶太文化對話”、“基層活動指導”、“精神健康”, 以及杜維明老師的訪談; 第三, 我們將推選出十幾位卓越的個人和組織予以表彰, 希望他們的榜樣力量能讓更多的華人對社會做出更多的貢獻。大會還將組織許多華人團體前來和大家分享他們的成功經驗(show case)以便相互學習。”

問: “大會在盛夏舉辦, 這和一些家庭的暑假安排有沒有衝突?”

答: “多少肯定是會有些衝突的。尤其是今年夏天大家憋了兩年沒有出門, 不少人家有計劃外出旅遊。但是我們建議大家可以做如下考慮: 你可以帶孩子來東部開會前後去一些孩子們想去的校園看看, 也可以去東部的一些旅遊景點、甚至考慮去加勒比海或佛羅里達旅行, 把開會作為一個整體出遊計劃的一部分。另外, 東部暑期各類針對孩子的夏令營也很多, 可以考慮讓孩子們在大會前或大會後參加這類的活動。”

問: “目前華人社區組織繁多, 並被黨派意識弄得四分五裂, 這對‘美國華人大會’有沒有什麼影響?”

答: “肯定是多少有些影響的。不過新移民社區經過過去這五六年的政治磨練, 已經成熟不少, 不少人也開始反省和質問自己的黨派意識是否太強, 是否需要從更多角度看問題。大家都認識到我們需要保留一塊不做黨派爭執的社區淨土。假如我們社區, 今天是因為民主黨或共和黨鬧得一分為二, 明天為俄羅斯‘入侵’烏克蘭再分裂一次, 後天再為上海疫情分裂一次, 我們這個弱小的少數民族, 還剩下多少相互認同的地方? 還剩下啥實力來捍衛我們的權益, 增加我們在美國社會的影響力? 所以, 大家都逐漸認識到我們需要保留一塊不做黨派爭執的社區淨土。華人社區有許多兩黨人士都參加過 UCA 主辦的美國華人大會。我相信他們都會認同這一點: 美國華人大會和兩黨沒有任何關係, 這個大會對推動華人社區建設是件大好事。”

問: “最後, 想問問作為大會的主辦方給大家講講 UCA 這兩三年來的主要成就。”

答: “這兩三年可謂是美國華人的多事之秋。我們主要是圍繞維護華人的權益和華裔在美國的社會政治影響力和話語權做了一些有意義的工作。過去兩年多時間里, UCA 作為法庭之友直接參與了兩場司法訴訟, 一場是支持了華人律師發起的訴訟, 反對特朗普政府違反憲法權利, 武斷決定要取消徵信在美國的經營和使用權; 第二場是特朗普政府國土安全部在新冠疫情最嚴重期間, 提出要求外國學生必須在大學上實體課才能合法保留或簽發留學簽證。我們配合 MIT 和哈佛大學發起了訴訟, 是所有提交聯名信中的第一個也是華人社區唯一的組織。這兩場訴訟都以政府敗訴而結束。”

“另外, 我們組織、協調和發起了美國十九所著名大學的校長髮表正式聲明重申校方保護外籍學生, 保護在校的華裔教授以及他們和國外進行科學交流和合作的正當權益。最後, 我們從三年前就開始反對司法部“中國行動計劃”(China Initiative)的一些歧視性做法, 幫助受“中國行動計劃”起訴的華裔學者有能力在法庭上為自己辯護, 並與其他許多亞裔、學者協會、民權組織一道呼籲指出“中國行動計劃”的不公, 最終迫使該計劃在幾個月前被取消, 這是華裔維權史上的又一里程碑。我們為 UCA 和 UCA 大家庭代表美國華人社區所做的一切和取得的成就感到無比自豪。”

“最後, 我們這兩年逐步增強我們對青年一代的‘投資’, 重點投資培育下一代的領導力和他們對中華文化的認同。比如我們有暑期的實習生計劃; 我們成功創辦了頗受歡迎的“UCA Summer University”; 我們正在籌備成立“華裔大學生聯盟”; 以及今年暑假期間的“全國華裔青年大會”。所以這些與青年相關的計劃整合起來, 必將會把培育青年一代的事業推向一個新高度!”

來源: 美國新世界時報 商務傳媒



2016 年第一屆美國華人大會部分與會代表合影

紐約時報評論: 我們還能對美國保持樂觀嗎?

在美國, 這是一個悲觀的季節——事實上, 是一個悲觀的時代。

悲觀有多種表現形式。進步派悲觀主義認為, 這個國家正在走向頭戴“讓美國再次偉大”帽子的法西斯主義, 或者是新版《使女的故事》(The Handmaid's Tale)。保守派悲觀主義認為, 從小學到五角大樓, 所有的機構都被覺醒革命佔據。黑人悲觀主義認為, 黑人一直被系統性的、無法消除的種族主義排斥在外。白人中產階級和工人階級的悲觀主義認為, 這個國家和他們幾代人熟知的價值觀正被自以為是、中飽私囊、對他們不屑一顧的精英們劫持。

還有中間派的悲觀主義: 我們正在失去制度能力、文化規範和道德勇氣, 這些都是在社會的幾乎各個層面達成務實妥協所必需的。零和競爭現在成了我們的默認設置。

各種悲觀主義可能會得出相互矛盾的結論, 但它們都建立在不可否認的現實基礎上。2012 年, 美國大約有 4.1 萬人因吸毒過量死亡。去年, 這一數字超過了 10 萬。2012 年, 每 10 萬人中有 4.7 人被謀殺。去年, 該數字估計達到了約 6.9 人, 增長了 47%。十年前, 你很少聽說劫車的事。現在這種事已經司空見慣。入店行竊也是。在疫情之前, 美國的心理健康水平就已急劇下降, 2007 年至 2019 年期間, 青少年重

度抑鬱發作增加了 60%。我們對封鎖和學校關閉所造成影響的瞭解表明, 情況已經變得更糟。

經濟學也說明瞭類似的情況。美國企業研究所的尼古拉斯·埃伯施塔特在 2017 年一篇具有里程碑意義的評論文章中指出: “21 世紀的美國在某種程度上設法為其財富所有者創造了明顯更多的財富, 同時為工人提供的工作明顯減少。”正是由於失去了有意義的工作——勞動帶來的驕傲、目標和尊嚴也隨之蒸發, 我們才看到中年美國白人的死亡率驚人地上昇, 通常是因為自殺或濫用藥物。

這樣的例子還有很多, 但你也已經明白了。即使沒有日常的迹象讓你想到卡特時代的通貨膨脹, 這感覺也已經很像另一個卡特式的萎靡時代, 再加上一個不受歡迎的總統, 他往往會激發更多的同情, 而不是信心。

那麼, 為什麼在談到美國時, 我仍然是一個樂觀主義者? 因為當我們充滿韌性的時候, 我們的敵人卻是脆弱易碎的。當我們設法靈活變通的時候, 他們卻只能保持原狀, 或是分崩離析。

本周, 有兩件事有力地提醒了我們這一點。在莫斯科, 普京按慣例發表了 5 月 9 日的勝利日演講, 在演講中, 他懷念一個一定程度上

經過虛構的過去, 只為維持眼前完全是虛構的謊言, 而這一切, 都是為了繼續一場對他不利的戰爭。

普京遲鈍地發現, 羞辱、顛覆和摧毀的力量, 遠不及魅力、激勵和建設的力量——後者幾乎是自由國家與生俱來的。克林姆林宮或許還能以強勢手段取得某種可以稱之為勝利的東西。但它的回報將主要是它所製造的廢墟。烏克蘭的其他地區將找到繁榮發展的方法, 理想的情況是成為北約和歐盟的一員。

與此同時, (刪掉兩段對中國的批評) 相信自己宣傳的統治者不可避免地會做出錯誤的判斷, 其結果往往是災難性的。再看看普京, 他真的相信自己擁有一支強大的軍隊。

這又把我帶回美國。就像獨裁統治宣傳自己的優勢卻隱藏自己的弱點一樣——無論是對人還是對己——民主國家的做法恰恰相反: 我們沉迷於自己的弱點, 甚至忘記自己強大的優勢。這是我們悲觀主義的根源。但矛盾的是, 這也是我們最深刻的力量: 拒絕把目光從我們的缺陷上移開, 我們不僅承認它們, 而且開始修復它們。

我們重新考慮。我們開始適應。在充滿彈性的靈活中, 我們找到了新的成長方式。

我們有一個削弱右翼煽動者、駁斥左翼空想家、促進種族公正、扭轉犯罪浪潮、重振政治主流和重振美國理想等方面的歷史記錄, 我們的問題可能很困難, 但它們既不是無法解決的, 也不是新的。

那些沒有我們的自由的人就不會這麼幸運了。

作者 Bret L. Stephens 自 2017 年 4 月起擔任《紐約時報》觀點與評論版面的專欄作家。他於 2013 年在《華爾街日報》工作時獲普利策評論獎, 此前還曾擔任《耶路撒冷郵報》主編。歡迎在 Facebook 上關注他。翻譯: 晉其角





多數美國人對美國經濟持悲觀態度

美國有線電視新聞網 CNN 發佈的一項民調發現,美國公眾對於當前國家經濟的態度為近 10 年來最糟糕的時期。受訪者當中,僅有 23% 的人認為美國經濟情況還不錯,這一比例與去年 12 月的 37%,和去年 4 月的 54% 大幅下降。

上一次在 CNN 的民調中,公眾對經濟的看法如此糟糕是在 2011 年 11 月,當時僅有 18% 的人認為經濟狀況良好。按黨派劃分,將近 94% 的共和黨人認為當前的經濟狀況糟糕,在獨立人士和民主黨中,這一比例分別為 81% 和 54%。另外,民調還顯示,53% 的民眾對自己當前的財務狀況滿意,其中僅 35% 的人表示比一年前的狀況更好。

美生產率創 1947 年以來最大降幅

勞工部最新發佈的資料顯示,第一季度非農工人生產率下降 7.5%,創 1947 年以來最大降幅。與此同時,以生產力衡量的勞動力成本飆升 11.6%,使過去四個季度的增幅達到 7.2%,是約 40 年來的最快增幅。此外,每周申請失業救濟的人數升至 20 萬,高於華爾街經濟學家的預期。

分析師認為,在經濟萎縮的同時,勞動力成本飆升並說明就業市場非常緊張。全美的經濟上一季度自 2020 年以來首次收縮,主要是由於企業進口更多商品和服務以支撐強勁的消費者需求,使得貿易逆差擴大。這種放緩壓低了政府的生產率增長指標。

抵押貸款利率重拾升勢創 2009 年以來最高

房地美最新發佈報告顯示,30 年期平均利率由上周的 5.1% 躍升至 5.27%。該數據表明,抵押貸款利率重拾升勢,並創下 2009 年 8 月以來最高。美聯儲周三把基準利率上調 50 個基點,為 2000 年以來最大上調幅度,為通脹和過熱的房地產市場降溫。

抵押貸款成本的上昇,導致今年已上升逾 2 個百分點,此舉可能會令越來越多的潛在買家止步,對供應短缺的房產的競爭也會減少。同時全美庫存偏緊開始抑制購買。但房地產經濟學家表示,鑒於過去幾年有大量積壓需求,且現金買家比例上升,預計住宅銷售出現大跌的可能性較小。



美國總統拜登支持率跌至新低

NBC 新聞的一項最新民調顯示,總統拜登的支持率再次下降,只有 39% 的美國人認可他的工作表現。此次調查是在 5 月 5 日至 7 日、9 日至 10 日對 1000 名受訪者進行的。民調顯示,大部分美國人在通貨膨脹、經濟和邊境安全問題上表示不滿。

在 NBC 新聞的最新民意調查中,59% 的美國人支持拜登對新冠疫情的處理,這是他一直獲得好評的部分。但只有 33% 的美國人支持他對經濟的處理,只有 23% 的人支持他對通脹問題的處理,這兩個問題可能是 11 月選舉中最重要的議題之一。民調結果指出,美國人將生活成本、經濟、投票權和墮胎權利列為美國面臨的四大問題。

美國 4 月機票價格漲幅破紀錄!

據金融時報(Financial Times)報道,在機票價格正以最快速度上漲時,美國民眾卻毫不在意,繼續為他們的夏季旅行計劃作準備。而美國航空公司則準備進一步提高機票價格。

根據美國勞工統計局的數據顯示,4 月份機票價格環比上漲了 18.6%,是消費者物價指數(CPI)歷史上最大的單月漲幅。與去年同期相比,航空票價指數上漲了 33.3%,是自 1980 年以來最大的同比漲幅。

星空聯盟(Star Alliance)是一家包括美國聯合航空公司(United Airlines)和漢莎航空公司(Lufthansa)在內的全球航空聯盟,其首席執行官杰弗里·吳(Jeffrey Goh)表示:“我們希望客戶能接受不斷上漲的價格。但就該行業復甦而言,生活成本和不斷上升的通脹水平將會是一個風險。”

萬事達經濟研究所(Mastercard Economics Institute)的首席美國經濟學家米歇爾·梅耶(Michelle Meyer)表示,由於需求強勁,航空公司有足夠的定價權將高額的燃油費和勞動力成本轉嫁給消費者。目前,旅遊支出正在全面增加,其中機票價格的增長速度最快,機票預訂勢頭應該會繼續持續下去。



儘管消費者面臨着通脹壓力,但他們的旅遊需求仍然強勁,所以美國航空公司對夏季旅行及其整體復甦持樂觀態度。

與此同時,商務旅行也在逐步恢復,截至 3 月底,美國國內商務旅行收入大約已恢復 85%。

美國航空公司(American Airlines)首席執行官羅伯特·伊索姆(Robert Isom)在 4 月的財報電話會議上稱:“目前消費者的旅遊需求是我們所見過最強勁的。美國航空、美聯航和達美航空(Delta)這三家美國最大的航空公司,預計將在第二季度實現盈利,其中美聯航預測季度收入將創下新高。”

根據美國瑞杰金融(Raymond James)的數據顯示,5 月 9 日,所有美國航空公司在旅行前一週預訂的國內機票的平均價格為 208 美元,高於 5 月 2 日的 188 美元,但低於 4 月 11 日的 214 美元。

瑞杰金融的分析師薩凡提·塞特(Savanthi Syth)稱,美國航空公司在第二季度的飛行座位數比 2019 年同期減少了 7%。然而,由於燃油價格上漲和飛行員培訓等人員配置問題,座位數量還將受到限制。

另外,高宏(Cowen)的分析師海倫·貝克爾(Helene Becker)預測,至少到今年 6 月,機票價格將每月上漲 7%,而美國民眾在夏天結束前仍將能夠容忍這種價格上漲。但分析師對 9 月和 10 月的機票預訂情況感到擔憂。

據報道,由於航空公司提高工資以吸引並留住雇員,它們的勞動力成本也在上升。此外,由於飛機短缺,飛行計劃也受到了進一步影響。

據悉,在波音 787 夢幻客機(Boeing 787 Dreamliner)延遲交付後,美國航空公司削減了其航班時間表,而佔美聯航運力 10% 的波音 777 機型,在去年的一次發動機事故後仍處於停飛狀態。

美國嬰兒奶粉嚴重短缺!拜登宣佈將進口海外奶粉!

據衛報(The Guardian)報道,白宮表示,美國總統拜登今日已與 Target、Walmart 及 Gerber 等零售商和嬰兒奶粉廠商高層會面,希望儘快解決嬰兒配方奶粉短缺問題。

美國政府將計劃監控價格欺詐行為,並與墨西哥、智利、愛爾蘭和荷蘭的貿易夥伴合作進口嬰兒配方奶粉。美國食品和藥物管理局(FDA)將很快宣佈,加大從海外進口嬰兒配方奶粉的計劃。



數月來,全美各地的商店都在努力儲存足夠的嬰兒配方奶粉。製造商也表示,他們正在盡力生產更多的配方奶粉,但仍不足以滿足當前的需求。

2021 年上半年,嬰兒配方奶粉的缺貨率徘徊在 2% 至 8% 之間,但缺貨率從去年 7 月開始急劇上升。根據 Datasembly 的數據顯示,從 2021 年 11 月到 2022 年 4 月上旬,缺貨率躍升至 31%。

據統計,這一比率在今年 4 月份又增加了 9 個百分點,目前缺貨率為 40%。Datasembly 表示,在愛荷華州、南達科他州、北達科他州、密蘇里州、得克薩斯州和田納西州等六個州,從 4 月 24 日開始的一週內,超過一半的嬰兒配方奶粉全部售罄。

此前,一家嬰兒食品製造商雅培公司(Abbott)因其製造的奶粉可能導致嬰兒死亡,所以召回了其在密歇根工廠生產的嬰兒配方奶粉產品。據 FDA 稱,此次召回了該公司生產的三個品牌的嬰兒配方奶粉,其中有 Similac、Alimentum 和 EleCare 品牌。

Datasembly 首席執行官稱:“供應鏈問題、產品召回和歷史性通貨膨脹加劇了奶粉短缺的問題,我們預計嬰兒配方奶粉將繼續成為市場上受影響最嚴重的產品之一。”

在嬰兒奶粉持續短缺的情況下,美國超市 CVS 和 Walgreens 開始實施嬰兒配方奶粉限購,每個消費者每次只能購買三罐奶粉。

同時,Target 和 Walmart 也開始實施限購措施。Target 負責人表示,該零售商已將每位顧客在網上購買嬰兒配方奶粉的數量限制在 4 罐,但在實體店內購買沒有數量限制。而 Walmart 店內目前限購 5 罐。

醫生和衛生工作者呼籲有奶粉需求的父母可以聯繫食品銀行或兒科醫生,並警告稱,不要稀釋配方奶粉以延長供應量或自製配方奶粉。

美國通脹問題愈發嚴重!食物價格繼續飆升!

據 ABC 報道,美國 4 月份生產者價格指數(PPI)較去年同期飆升了 11%,這表明未來幾個月,高通脹仍將給消費者和企業帶來負擔。

周四,美國勞工部(The Labor Department)表示,4 月份生產者價格指數比 3 月份上漲了 0.5%,較上月 1.6% 的漲幅有所放緩,是 7 個月以來的最小漲幅。而當月 11% 的增幅也低於 3 月份的 11.5%,這是自 2020 年 12 月以來首次出現回落。



然而,物價仍在以歷史性的速度上漲。4 月份的食品批發價格較 3 月份上漲了 1.5%,運輸和倉儲價格上漲了 3.6%,而新車批發價格上漲了 0.8%。

生產者價格指數(PPI)被認為是一種前瞻性的通脹指標,能夠根據它來預測最終到達消費者手中的商品和服務價格。

就在 PPI 數據發佈的前一天,美國政府公佈了 4 月份消費者物價指數(CPI)。該數據顯示,上個月的通脹率較去年同期躍升了 8.3%,這一增幅略低於 3 月份 8.5% 的 40 年最高點。按月計算,4 月份的通脹率較 3 月份上漲了 0.3%,為 8 個月以來的最小增幅。

儘管如此,CPI 報告中仍有大量迹象表明,通脹將頑固地維持在高位,並很可能持續到 2023 年。目前,美國各地的租金正在飛速上漲,食品價格仍大幅飆升,而機票價格的漲幅也創下歷史新高。

為了應對物價飆升的問題,美聯儲于上周將基準短期利率上調了 0.5 個百分點。美聯儲主席杰羅姆·鮑威爾(Jerome Powell)暗示,該機構可能會在 6 月和 7 月各加息 0.5 個百分點。

幾位美聯儲官員曾表示,他們希望在今年年底前將基準利率提高到大約 2.5%,這將是 33 年以來加息速度最快的一次。

疫情期間全美涉槍兇殺案激增 35%!

據國會山報(The Hill)報道,美國疾病控制與預防中心(CDC)的一項分析顯示,在新冠疫情期間,全美的涉槍兇殺案達到了近 25 年來的最高水平。

根據 CDC 周二發表的《發病率和死亡率週報》,在疫情爆發的第一年,全美涉槍兇殺案飆升了 35%,創下了自 1994 年以來的歷史新高。2020 年,槍支暴力案件的死亡率上升到了每 10 萬人中有 6.1 人,而 2019 年則為每 10 萬人中有 4.6 人。

報告還顯示,不包括自殺,2020 年有超過 1.9 萬人被槍殺,而 2019 年則有超過 1.4 萬人死于槍擊。無論是按照年齡段、種族群體、性別,還是城市和農村地區進行劃分,全美各個地區,槍支暴力造成的兇殺案都有所增加。

CDC 發現,年齡在 10 至 24 歲之間的黑人男性的槍殺率是同齡白人男性的 21.6 倍。研究表明,槍支暴力和持槍自殺與生活貧困密切相關。貧困水平最高地區的槍支兇殺率和槍支自殺率分別是貧困水平最低地區的 4.5 倍和 1.3 倍。

2020 年,持槍自殺人數也增加了 1.5%,達到每 10 萬人中有 8.1 人。美國原住民的持槍自殺率最高,為每 10 萬人中有 10.9 人;而白人的持槍自殺率為每 10 萬人中有 10.4 人。



此外,男性的槍殺率是女性的 5 倍多。而就年齡而言,25 至 44 歲因槍支暴力死亡的人數最多。

該研究沒有就槍支案件上升的原因得出任何結論,但疫情很可能是造成這個結果的原因。據悉,新冠疫情導致全美數百萬萬人失去工作,在 2020 年 4 月疫情最嚴重時,全美失業率達到了 14.7%。經濟衰退對少數族裔群體,特別是非洲裔的打擊尤為嚴重。

CDC 國家中心的主任黛布拉·霍里說:“失業、經濟不穩定和社會孤立都可能是暴力的風險因素,但槍支暴力是可以預防的。”

霍里指出,兒童保育補貼和經濟適用房等政策有助於減少貧困並減輕家庭的經濟壓力,而收入所得稅抵免已被證明可以將暴力和暴力犯罪減少 10%。另外,在社區層面,通過植樹種草來擴大綠化面積減少大面積空地,也被證明可以減少暴力事件的發生。

目前,CDC 正在資助 18 個不同的槍支暴力研究項目。霍里還稱,希望能獲得更多的資金來擴大研究。



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

成立于 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

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; 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轉入轉用 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

這7個習慣趕緊改,看完才知道有多危險(下)



(接上期)
05 上廁所玩手機 讓你從頭傷到腳

現如今,手機成了人們最親密的“夥伴”,上廁所也不離身,於是一蹲就是二三十分鐘。長期如此,危害可能悄悄遍布全身。

影響大腦供血

不論是蹲坑還是坐便,時間久了,血液會集中在下肢,猛然起身時容易發生一過性腦缺血,尤其一些本身體質比較弱的高血壓患者、老年人,有可能出現暈倒,甚至腦血管意外。

頸椎、腰椎曲度改變

如廁時,身體會不自覺地前傾,此時還低頭看手機,頸椎受到的壓力成倍增加,久而久之,頸椎曲度容易發生變化,甚至誘發頸椎間盤突出等。

尤其是蹲便,由於腰椎缺乏足夠支撐,椎間盤受力更大,容易誘發腰間盤突出。

增加痔瘡風險

一方面,人體肛管的黏膜下有一層環狀的肛墊,它有彈性收縮的作用,可以開閉肛管,控制排便。但較長時間的腹壓升高,會導致肛墊彈性回縮作用減弱,下移形成痔瘡。

另一方面,蹲廁過久,直腸靜脈、末端血液回流受阻,可以導致靜脈血管淤血擴張,形成痔瘡。

便秘

排便是機體反射的動作之一,當乙狀結腸通過蠕動將糞便推至直腸,產生便意時,人體的中樞神經參與了這個反射活動。而玩手机會干擾大腦對排便傳導神經的指揮,延長排便時間,久而久之,很容易形成排便困難,或是習慣性便秘。

增加下肢靜脈血栓風險

長時間蹲着或坐着不動,血液容易瘀滯在下肢,不僅會出現腿部腫脹、麻木,還會增加下肢靜脈血栓風險。特別是下肢靜脈曲張者,更要警惕血栓脫落,引發肺栓塞等危急疾病。

另外,廁所里的大腸桿菌、沙門氏菌等也容易附着在手機上,並通過接觸沾到手上,從而傳播疾病。

【建議】上廁所儘量不帶手機,排便時間最好控制在10分鐘以內;如果帶了手機,出來後記得用75%的酒精棉片給手機消毒。

06 衣物穿不對 竟也會影響血管健康

天氣一冷,很多人會把自己裹得嚴嚴實實的,但也有人爲了追求美麗,還在露着腳踝。然而,這兩種做法對於健康來說,都不大合理。

衣領或圍巾勒太緊,影響腦供血

有的人爲了保暖,會穿衣領很緊的衣服,或者把圍巾裹得緊緊的,但這很可能會引起“衣領綜合徵”。

我們的脖子上有個頸動脈竇壓力感受器,如果壓迫到它,可通過神經反射導致心率下降、腦供血不足,從而引起心悸、頭暈、兩眼發黑等症狀,體質差的人甚至可能直接暈過去。

露腳踝易致寒氣入體,升高血壓

腳是人體的“第二心臟”,而腳踝是腳部血液流通的重要關口,又很難抵禦寒冷。一旦寒冷從此處入侵,血管遇冷收縮,血管壓力變大,就會導致血壓升高。如果本身有高血壓、冠心病等,可能引發更嚴重的後果。

此外,腳踝處還分布着淋巴管、神經等重要組織,它們也都很脆弱。如果本身患有關節炎、痛經等,露腳踝導致受寒,還可能加重病情。

07 脖子不舒服,扭一扭就好?後果你可能想象不到

現代人長期久坐對着電腦,頸椎多多少少都有些不舒服,有些人就習慣扭扭脖子。

損傷頸椎

適當扭脖子確實可以讓緊張的韌帶得到放鬆,釋放頸部關節壓力。但長期頻繁扭脖子,韌帶經常被拉扯,韌性就會下降,就像彈簧降低了彈性一樣,而這容易引起炎症滲入,導致頸椎酸痛。

如果扭脖子用力過猛,還容易導致頸椎錯位、關節挫傷,嚴重的甚至導致癱瘓。

增加腦卒中風險

扭脖子時,血管也會發生扭曲,而血管有內膜、中膜、外膜三層,就像同時在擰幾條毛巾,容易導致內膜脫開、膨出,甚至破裂,導致血液灌注進血管壁夾層,阻塞血液流通,增加卒中風險。

本身有頸動脈斑塊的,也要切忌劇烈扭脖子,以免壓迫斑塊,引發破裂、血栓,導致腦卒中。

【建議】用頭寫米字,能放鬆頸部肌肉,但要注意動作幅度別太大。

除此之外,像經常掏耳朵、戴耳機睡覺、彎腰搬重物、背單肩包等等,也都容易損害健康,平時要注意避免。

信息來源:人民網科普

出汗是夏天最好的「保養品」

夏天來臨,許多人成天躲在空調環境里,這就導致了夏天本該是出汗的季節,卻出不了汗!

其實,出汗才是夏天最好的“保養品”。

1、出點汗,祛除濕氣

北京中醫藥大學東方醫院婦科主任醫師金哲 2020年在健康時報刊文表示,夏天出汗本是一個散濕的途徑,而空調營造的涼爽環境會使身體毛孔自動閉合,汗排不出來,濕氣也就散不出去。

2、出點汗,預防感冒

正常人的身體上分布着300萬左右的汗腺,一般氣溫超過30°C,人就開始冒汗了。通過汗液的揮發帶走體表的熱量,使體溫保持恆定。因此,出汗的首要功能就是充當體溫調節器的角色。

中日醫院皮膚科主任醫師白彥萍在2017年接受健康時報採訪時介紹,“冬天受點冷、夏天出點汗,才能保證人體的這種體溫調節機制常用常新。經常躲在空調房中,就會導致不知冷熱、免疫力下降,更容易感冒。”

3、出點汗,有利於心血管

河南中醫藥大學第一附屬醫院心內科主任醫師劉新燦在2009年在健康時報刊文表示,常碰到一些患者說自己入夏後經常莫名地心煩、胸悶、四肢乏力,血壓也控制不好。在詢問病情後,發現這些患者都有一個共同點:

怕熱,入夏後很少出門,整天躲在空調屋裡。

其實,造成心煩胸悶的根本原因是“出汗太少”。夏天出點汗,才能保證人體體溫調節正常運作,而這也是預防心血管疾病重要因素之一。

4、出點汗,促進代謝



閔存雲表示,人體排出廢物的途徑主要是大便、小便,通過呼吸則可以排出廢氣,出汗也是人體排出廢物的主要途徑。因爲人體的體表面積較大,每天通過汗液的蒸發可以排出大量的對人體有害的物質,減輕腎臟的負擔,促進新陳代謝。

5、出點汗,不易中暑

有些人天生出汗少,可能比其他的人容易中暑。因爲出汗有助於散熱,降低體溫;反之,如果不出汗,散熱不及時,就增加中暑的可能。
夏天學會“熱着過”

當然,出汗不是讓我們烈日下暴曬,而是學會健康出汗,才是夏季最好的養生法。

山西中醫藥大學附屬醫院治未病中心主任陳燕清 2019年在健康時報刊文分享了幾個幫助身體健康出汗的方法。

1、運動出汗

現代人的生活方式大部分是多吃少動,容易形成脾虛滯阻的體質,這樣的體質最需要鍛煉出汗,夏天早晚天氣涼爽的時候,在戶外鍛煉半小時。年老之人可以選擇太極拳、瑜珈等和緩運動,年輕人可以打籃球、踢足球,達到出汗的效果即可。

2、運動前喝杯溫水

運動前可以喝杯溫水,鍛煉出汗後及時補充水分,汗出透了,一通百通。運動後切忌受涼,要耐心等汗消退。

3、定時關空調

長時間吹空調會引起不適,不妨每天定時關掉空調,讓身體適應自然界的炎熱氣候,該出汗時就出汗。

4、洗個熱水澡

無論是什麼季節,洗熱水澡對身體都有好處,多沖沖後背,腳心等,讓身體出汗。

最後提醒一句:出汗太多也不好。過度出汗則會傷津液、耗氣血,若大家發現自己的出汗量或出汗時間明顯有異常,這可能是身體發出了求救信號,要及時就醫。

你會用小拇指托住手機嗎? 收下醫生的提醒

大家有沒有仔細觀察過,自己拿手機的姿勢?

是用整個手掌握持手機,還是用小拇指托住手機呢?

近日,“長時間握手機導致小拇指變形”話題引發網友熱議,有網友發現,自己的小拇指出現明顯的彎曲,記者也觀察發現,一直托着手機的左手小拇指,即使不拿手機時,也有明顯凹陷。

東南大學附屬中大醫院康復醫學科副主任治療師馬明表示,這確實很有可能與長時間握持物品有關,骨骼在長時間的受壓之後產生一定的形變。短期沒有明顯疼痛、

如果長時間握持手機引發了腱鞘炎,就需要及時治療。馬醫生表示,腱鞘炎第一反應就是疼痛,第二是活動受限、有功能障礙,比如抓握或者輕微捏一個東西,有受限表現。

醫生提醒,握持手機時,應勤換姿勢,避免單一手指長時間受壓,以減少手指凹陷、變形或者腱鞘炎的發生,平時要適當活動手部。

手指局部有不適的地方,可以做一些簡單的按摩,讓軟組織和肌腱產生一定的張力以後,它會產生正常的肌腱的滑動,就會減少組織累積性的損傷。



吃了燒焦的食物易得癌?

日常烹飪過程中,總難免會遇到食物燒糊、烤焦的情況,若只是輕微的焦糊,很多人還是會選擇繼續吃,但如果整個都變焦黑了,往往會直接扔掉整個食物。當然,也有少數人喜歡這種焦脆感,比如說烤紅薯,有的人就喜歡吃烤焦的部分;買烤餅時也喜歡烤焦一點,又酥又脆又香……

但是網上盛傳,“焦了的食物不能吃,會致癌!”真相到底如何呢?

一、燒焦的食物中含有多少致癌物?

對於食物而言,成也“溫度”,敗也“溫度”。合適的溫度,不僅可以殺滅食物中的致病菌和寄生蟲等,還能讓纖維被軟化,蛋白質變性,口感更好,很多營養素也更容易消化吸收了;但當食物被加熱到過高的溫度,其中的維生素C、B族維生素,以及不飽和脂肪酸等健康成分被破壞,還可能生成一些有害物,其中就包括致癌物。而且不同溫度下,產生的致癌物還不同:

1 加熱到 120°C,丙烯酰胺(2A 類致癌物)在向你看來

含有碳水化合物和氨基酸的食物(如土豆、麵包、饅頭等),經過120°C以上高溫烹製後,很容易出現“美拉德反應”。

這種反應在烹飪界,一直倍受歡迎,因爲其可以讓食物呈現褐色,同時還能生成吡嗪、吡嗪、噁吩、噁嗪等香味物質,讓人更有食慾。但在此過程中也會產生一些有害的副產品,最主要的就是丙烯酰胺。

不過,丙烯酰胺雖然具有一定的神經毒性作用,但對人類致癌證據不足,且一般食源性的丙烯酰胺的量,是安全的,不足爲懼。

提示:油炸、烘烤後的高澱粉食物含有的丙烯酰胺相對更高。如果對食源丙烯酰胺真的

非常介懷的話,建議少吃薯片、薯條、烤麵包、炸土豆等。

2 加熱到 200°C,雜環胺(1 類致癌物)在向你看來

高溫及長時間烹調禽肉、魚肉等蛋白質含量豐富的食物可能會產生雜環胺。一般來說,加熱溫度越高、時間越長,水分含量越少的食物,產生的雜環胺越多。

研究發現,雜環胺具有致癌性和致突變性,與肝癌、腸癌、乳腺癌、前列腺癌等癌症有關。

3 加熱到 300°C 時,苯並芘(1 類致癌物)出現

油溫過高,尤其是超過300°C時,會讓脂類物質發生熱裂解反應,產生多環芳烴類化合物,其中最臭名昭著的,就是“苯並芘”,屬於強致癌物。而且食物在被烤糊的時候所產生的苯並芘總量,大大超過沒有烤焦的時候。

經驗證,長期接觸苯並芘,不僅能引起肺癌,還會引起消化道癌、膀胱癌、乳腺癌等。

因此,食物有沒有致癌風險,不能光看是否燒焦了。

二、吃了燒焦的食物一定會得癌嗎?

不一定。日本癌研究會曾做過一項實驗,將焦黑食物直接投給倉鼠食用,的確能誘發倉鼠的肝癌,但如果是將食物烤焦後拌到飼料中再喂,哪怕終其一生(倉鼠壽命爲2年左右)地投喂,試驗中沒有發現倉鼠因此得癌。

正所謂“離開劑量談毒性都是耍流氓”,所以平時吃的一點點燒焦的食物並不會誘發癌症。

雖然不一定就會致癌,但食物燒焦部分的營養成分幾乎全部被破壞,對健康沒有任何好處。所以,能少吃就少吃,能不吃就別吃了。

三、日常烹調如何減少有害物質生成?

除了燒焦的食物,其實做菜過程中的錯誤操作也會悄悄傷害身體,甚至提陞患病風險!因此下面這些注意事項要牢記:

1 水瀝干再下鍋

炒菜時食材如果不瀝干水分,和油接觸的一瞬間劇烈迸濺,很快發生汽化,會變成很多細小的微粒,以至於PM2.5的值可能比油炸還高。而人體吸入這些細小的顆粒物,很可能對肺造成損傷,時間久了,就可能引發肺炎甚至肺癌。

2 熱鍋冷油

很多人喜歡等油冒煙了再放食物,但油鍋冒煙時,油溫很可能已經達到200°C以上,此時把菜下鍋,不僅會破壞食物的營養,還可能讓食物中的蛋白質、脂肪和碳水化合物發生異變,產生一些致癌物。

所以炒菜時建議熱鍋冷油。

3 不同烹飪方式的小技巧

最好選擇蒸、煮、拌的方式烹飪,而在炒、炸、烤的時候要學會掌握小竅門,減少危害:

①炒菜時,熱鍋冷油,大火快炒;炒之前還可以先將食物焯水到半熟,減少高溫烹飪的時間。

②煎炸食物,可以先將食物煮熟,縮短炸的時間;還能用掛糊的方式隔絕一些溫度;每次都應該用新鮮的油。

③烤的時候,別用明火炭烤,改用電烤;用錫箔紙將食物包起來,讓食物免受“煙燻火燎”。

4 及時刷鍋

不刷鍋就直接炒下一道菜,這樣做也是錯誤的!

因爲看似乾淨的鍋表面會附着油脂和食物殘渣,當再次高溫加熱時,可能產生苯並芘等致癌物;而且不刷鍋再接着炒菜的時候,你會發現食物殘渣很容易燒焦,這又增加了致癌物的生成。





殺死親密關係的 10 條真相

1, 親密關係中的第一大殺手: 爭執誰對誰錯
親密關係中,你總認為你是對的,別人是錯的。在關係中,特別是有矛盾的時候,不要去爭對錯,誰是誰非。爭對錯是一個陷阱,只要進去就是兇多吉少。
問自己究竟想要的是什麼? 盯着自己的目標,絕大多數人的目標其實都是寧靜和諧,別讓一時之氣,把自己帶入陷阱。

2, 親密關係中的第二大殺手: 我的心是好的
當我們說“我的心是好的”,大多數時候是因為我們做了傷害他人的事或事與願違的事。
誰的心是壞的?
我們常用“我的心是好的”為傷害他人、

3, 親密關係中的第三大殺手: 你應該.....
當我們說:“你應該這樣想, 這樣說, 這樣做”時,就把自己當成了老師、法官、父母、老闆、聖者。認為自己是絕對正確的,地球應該繞着你轉。
有誰願意在親密關係中被教育、訓斥、指點、命令呢?每個人所為都自有緣由。請帶著好奇去瞭解,不是要求,你會發現新的世界!

4, 親密關係中的第四大殺手: 嬰幼兒綜合症
等着要,要不到就鬧,鬧不到就離開。在親密關係中,我們總是期待那個人永遠愛自己,永遠給自己肩膀靠,而事實卻是:當你等着別人給你、靠別人給你、要別人給你時,早就把人

嚇跑了。現在不跑,將來也會跑。
不管是誰,“等靠要”不會得到幸福。

5, 親密關係中的第五大殺手: 比較
你看某某人,比你能幹,比你能賺錢,比你會來事,比你脾氣好.....
我們不能安於當下,不停的比較和期待,失去了每日每刻的美好。
讓心安於當下,是修煉。不要在比較中,失去了對方的愛!

6, 親密關係中的第六大殺手: 猜疑
你和誰通電話?給誰發短信?和誰微信聊天?
經營親密關係,就像農民種地一樣,好好呵護才有收穫,呵護好親密關係,別讓抱怨、批評、指責和猜疑這些“殺手”像風霜和閃電摧殘它。

7, 親密關係中的第七大殺手: 欺騙
關係的基石是誠信。欺騙破壞的是基石,所以破壞力最大。生命非常短暫,我們不需要騙他人騙自己。
每個人都值得擁有全心全意的愛,我們彼此坦誠,彼此誠信,彼此學會全心全意的愛。

8, 親密關係中的第八大殺手: 改變對方

很少有人真正能為愛情改變本性,試圖改變和感化對方,是一個幻夢!
很多人在親密關係中,把關注點放在對方做了什麼,試圖改變對方,用愛感化對方。親愛的們,方向錯了!
不管對方是誰,你要問自己到底想要什麼?能接受什麼?願意付出的代價是什麼?對方是否能夠滿足你的需求?
試圖改變和感化對方,是一個幻夢!因為很少有人真正能為愛情改變本性,討好和忍耐都不會長久!

9, 親密關係中的第九大殺手: 攥在手里
當你想把對方攥在手里時,攥得越緊,跑得越快,就像手里攥着沙子一樣。
不要干涉對方的選擇,給對方足夠的空間與自由做自己喜歡的事、陪伴他實現他的夢想。

10, 親密關係中的第十大殺手: 數落
當你是你苦苦地追求我,當年要不是我幫你,你怎麼會有今天?當年是我.....
當你看不慣對方的時候,靜下來問問你自己,你願意跟你這樣的人相處嗎?跟這樣的你相處感受到的是什麼?是溫暖、支持、愛,還是?

每逢花期去賞花

無論生活在多么繁華的城市,只要用心尋找,就能在我們周圍找到大自然的縮影。每逢夏季,那個公園的綉球花就會盛開,這個地方的玫瑰花真的很美,那里可以欣賞郁金香和各色香草.....瞭解自己居住的城市有哪些花正在盛開,去哪里可以看到,也是生活中的小幸福。
“離下一項安排還有兩個小時的空當,干點兒什麼好呢?現在是櫻花盛開的時節,去公園走走看看吧。”我覺得,能冒出這種念頭的人,他的精神世界一定非常豐富。一年四季,每個時期都有某個品種的花在某處傲然綻放。比起窩在某個角落刷手機,或是漫無目的地逛街購物,欣賞當季的花朵顯然要美好得多,不是嗎?
細細觀察,你便會發現,花草之美格外動人。秋天的銀杏葉和楓葉,擁有任何顏料都無法還原的色澤;櫻花競相綻放、爭相凋落,也是那樣令人着迷。這些光景即便只是看兩眼,都會有心靈被治愈的感覺。每個人對治愈人心的東西可能有不一樣的標準,但是,大自然治愈人心的力量絕對是不可低估的。
作者: [日]松浦彌太郎



小懶

兩分鐘的短歌

她喜歡音樂,在十五歲時,就開始為了音樂而努力,同時放棄了很多東西。
原來可以拿去買新衣服、化妝品的錢,交了學費;原來可以去爬山、游泳的時間,變成每天十小時的音樂練習;原來交往的很多朋友,因為忙碌而慢慢疏遠。
那麼多年,她不斷地努力,只為能在台上唱好一首只有一分鐘或者兩分鐘的短歌。要從第一個音到最後一個音都是完美無瑕的,她才釋懷,才能夠在萬人矚目的舞臺上,優雅鞠躬並且微笑。
她終於成功了。在一家著名的劇院唱了一年,一切都向着她人生的巔峰發展。
可是,她不肯再續約了。
親人苦苦地追問她,甚至哀求她,要她答應聘約

再唱下去,放棄實在是很可惜的一件事。
她卻說:“開始的時候我是很興奮的,可是慢慢地,日復一日,在別人的安排之下,每個月拿着薪水唱着同樣的歌時,心里的感覺就不對了。我學音樂的目的並不是這樣的。”
是啊,我們為之堅持的東西,在生命里會不斷地被附加上另外的東西,直到初心面目全非。在很多個晚上,我們無法不追問自己,那曾經想要的東西到底在哪里呢?比如那自由而純粹、精緻與絕美的歌聲。

對方的心思,給對方表達的機會,這才是兩相宜的溝通方式。
獨處,也得帶點小懶。忙忙碌碌,俗務纏身,這是很多人的常態。但再忙,總得有那么一些時光,一個人,一本書,一盞茶,靜享閒暇之樂。緊繃與小懶,勞與逸,兩相結合,人生的路才能走得更遠。
養兒育女,其實也需要小懶。能幹的父母,容易養出懶惰的兒女。事無巨細,大包大攬,自然會讓兒女養成依賴的習慣。久而久之,習慣就成了本性。到那時,再怎么怨嘆,也無濟于事。
人生的小懶,不同于徹底躺平的大懶,也不是任由本性的放縱。一路奔跑之餘,總得留有那么一點兒時光,來放任自己的小懶。這樣的小懶,如春日的陽光,又似秋日的微風,不多不少,卻剛剛好。
作者:郭華悅

比堅持更難的,其實是放棄

比堅持更難的,其實是放棄,尤其在我們已經付出了漫長的努力之後。但是,沒有什麼比我們內心的聲音更加值得服從。
作者:李碧華



它是黑色的,筆身粗大,外觀笨拙。全裸的筆尖,旋轉的筆帽。膠皮筆囊內沒有夾管,吸墨水時,需要捏一下,才會緩慢鼓起。墨水吸得太足,寫字時筆尖常常“嘔吐”,弄髒紙和手。我使用它,已經二十多年了。筆尖磨過,斷過,被我磨齊了,也磨短了。筆尖也很粗,寫一個筆畫多的字,大稿紙的兩個格子也容不下。我已不能再用它寫作,只能寫便箋或信封。
它是我使用的第一支鋼筆,是母親給我買的。那一年,我升入小學五年級。學校規定,每星期有兩堂鋼筆寫字課。某些作業,老師要求學生必須用鋼筆完成。全班每個同學,都有一支嶄新的鋼筆。有的同學甚至有兩支。我卻沒有鋼筆可用,連一支舊的也沒有。我只有蘸水鋼筆,每次寫完作業,右手總被墨水染藍。染藍了的手又將作業本弄髒。我常因此而感到委屈,做夢都想得到一支嶄新的鋼筆。
一天,我終於哭鬧起來,折斷了那支蘸水筆,逼着母親非立刻給我買一支吸水鋼筆不可。
母親對我說:“孩子,媽媽不是答應過你,等你爸爸寄回錢來,一定給你買吸水鋼筆嗎?”
我不停地哭鬧,喊叫:“不,不,我今天就要。你借錢去給我買。”
母親嘆了口氣,為難地說:“你這孩子,真不懂事。這個月買糧的錢,是向鄰居借的;交房費的錢,是向領導借的;給你妹妹看病,還是向領導借的錢。為了今天給你買一支吸水鋼筆,你就非逼着媽媽再去向鄰居借錢嗎?這叫媽媽怎麼張得開口啊?”
我卻不管母親不好意思再向鄰居開口借錢,哭鬧得更兇了。母親心煩了,打了我兩巴掌。我賭氣哭着跑出了家門.....
那天下雨,我沒有回家,在雨中遊蕩了大半天,衣服淋濕了,頭腦也被淋得清醒了,心中不免

後悔自責起來。是啊,家里生活困難,僅靠在外地工作的父親每月寄回的幾十元過日子,母親不得不經常向鄰居開口借錢。母親是個很顧臉面的人,每次向鄰居借錢,都需鼓起一番勇氣。
我怎么能夠為了買一支吸水鋼筆,就那樣為難母親呢?我覺得自己真是太對不起母親了。
於是,我產生了一個念頭,要靠自己掙錢買一支鋼筆。這個念頭一產生,我就冒雨朝火車站走去。火車站附近有座坡度很陡的橋,一些大孩子常等在坡下,幫拉貨的手推車夫們把車推上坡,可討得五分錢或一角錢。
我走到那座大橋下,等待許久,不見有手推車來。雨越下越大,我只好站到一棵樹下躲雨。雨點噼噼啪啪地抽打着肥大的楊樹葉,雨水冲刷着馬路。馬路上不見一個行人,只有公共汽車偶爾駛來駛去。遠處除了幾根電線杆子,就迷迷糊糊地看不清楚什麼了。

我正感到沮喪,想離開,雨又太大,可等下去,肚子又餓。忽然我發現了一輛手推車,裝載着幾層高高的木箱子,遮蓋着雨布。拉車人在大雨中緩慢地、一步步地朝這里拉來。看得出,那人拉得非常吃力,腰彎得很低,上身幾乎俯得與地面平行了,兩條褲腿都挽到膝蓋以上,雙臂拼力壓住車把,每邁一步,似乎都使出了渾身的勁兒。那人沒穿雨衣,頭上戴頂草帽。由於他上身俯得太低,我無法看見他的臉,也不知他是個老頭兒,還是個小伙兒。
他剛將車拉到大橋坡下,我便從樹下一躍而出,大聲地問:“要幫一把嗎?”
他應了一聲。我沒聽清他應的是什麼,但明白是他正需要我“幫一把”的意思,就趕快繞到車後,一點兒也不隱藏力氣地推起來。木箱子里裝的不知是何物,非常沉。還未推到半坡,我便一點兒力氣也沒有了,雙腿發軟,氣喘吁吁。那時我才知道,對有些人來

說,錢並不容易掙到的。即使一角錢,也是不容易掙到的。我還空着肚子呢。我又推着走了幾步,實在推不動,便產生了“偷勁”的念頭,反正拉車人是看不見我的。我剛剛鬆懈了一下,就感覺到車輪傾倒。不行,這車不容我“偷勁”。那拉車人,也肯定是憑着最後一點兒力氣在堅持,在頑強地向坡上拉。我不忍心“偷勁”了,咬緊牙關,憋足一股力氣,發出一個孩子用力時的聲音,一步接一步,機械地向前邁動步子。
車輪忽然迅速轉動起來。我這才知道,我已經將車推上了坡,車子開始下坡了。手推車飛快朝坡下沖,那拉車人身子太輕,壓不住車把,反被車把挑得懸起來,腳離開了地面,控制不住車的方向。幸虧車並未偏往馬路中間,始終貼着人行道邊,一直滑到坡底才緩緩停下。
我一直跟在車後跑。車停了,我也站住了。那拉車人剛轉過身,我便向他伸出一只手,大聲說:“給錢。”那拉車人呆呆地望着我,一動不動,既不掏錢,也不說話。我仰起臉看他,不由得愣住了。“他.....原來是母親。雨水,混合着汗水,從母親憔悴的臉上直往下淌。母親的衣服完全被淋透了,像從水里撈出來的一樣,濕漉漉地貼在身上,顯出她那瘦削的兩肩的輪廓。她的胸口劇烈地起伏着,臉色蒼白,大口大口地喘着氣。
我望着母親,母親也望着我,我們母子完全怔住了。就在那一天,我得到了那支鋼筆,夢寐以求的鋼筆。母親將它放在我手中時,滿懷期望地說:“孩子,你要用功讀書啊。你要是不用功讀書,就太對不起媽媽了.....”在我的學生時代,我一刻都沒有忘記母親滿懷期望對我說的這番話。如今,二十多年過去了,我已經是個成年人,母親也已變成老太婆。那支筆,可以說早已完成它的歷史使命,但我要永遠保存它,永遠珍視它,永遠不拋棄它。
作者:梁曉聲

第一支鋼筆



上世紀50年代是我的童年時期，那時生活條件不行，別說大魚大肉了，就是炒勺一年也動不了幾次，吃飯有點兒鹽味兒就不錯了。

舊時，家家都有鹹菜缸子，努力收了工回家，從缸里撈一根鹹菜就能對付一頓飯。記得那時，父親端鐵飯碗，每月都有工資，家里條件在村里還算好的，加上母親節儉持家，我家隔三五還能夠動一下炒勺。

集市上有賣魚末兒的，就是賣魚剩下的碎片和腌魚的鹽粒，價格便宜，母親經常買回家，用油炒一下，就飯吃別提多香了，有時運氣好了，還能從里面撿到一塊碎魚肉呢。而且吃完身上和嘴里一股兒腥味，不知道的還以為吃魚了，引來很多孩子羨慕呢。

那時鄰居家的栓子聞到我們家“吃魚”也饞，央求母親給他也買魚。他家姊妹多，家里壯勞力少，生活相對困難，他母親捨不得給他買魚末兒，便從集上稱了一包魚鹽回來。魚鹽是腌魚用過的鹽，里面是純鹽粒兒，即便有中彩票的運氣，也篩不出一丁點魚肉來，但魚腥味還

歲月“鍋底”，留有“魚”香

是有的。用油鍋炒一下，還能嘔巴出那麼點兒魚香味兒來，身上也自然帶有腥味，也可冒充吃過魚。

後來，我們都長大了，家里條件好了些，魚末兒也陞級為小干魚了，母親做飯時往鍋里放六條小干魚，我們姐弟每人一條，但小干魚有大有小，母親便分魚：年齡大的吃小的，年齡小的吃大的。本以為這樣分魚是照顧幼小，但小弟卻不同意，他願意吃小的，但鍋底歸他，因為他看到了鍋底里有魚末兒。小弟鬼精明，其實小干魚大小相差不了太多，還能白賺一鍋炒魚末兒。

既然他願意這樣分，大姐便和他換了。那天小弟吃完了小干魚，又開始吃魚末兒，最後連鍋底都用飯擦乾淨了，真是比水洗了還乾淨。大姐那條魚吃得很慢，最後剩下了半條說

吃不了了，讓母親吃。我們這時才明白過來，母親一口魚也沒吃呢，估計母親是想就著“鍋底”吃一頓飯的，可鍋底也被小弟“清”光了。

有一年，父親漲了工資，買回家一條大干魚，足有半米多長。父親將大干魚懸掛在耳房，吃的時候用斧頭砍一塊，用油煎了，香飄滿屋，一家人再也不用互相禮讓了，因為家里“富有魚”了。

現在再跟孩子們說起過去我們“吃魚”的事兒都成故事了，現在的孩子魚頭不吃，魚尾不吃，而且吃魚都是買活魚回來做，又清蒸又糖醋又紅燒，既講究新鮮營養又講究品味味道，一道魚上桌，夾完魚肉，剩下的魚骨上的肉，也夠過去我們一家人吃三天的。和老友談起這些，她們說，別說剩魚肉了，就單是“鍋底”放在過去也夠一家人美餐一頓的。

憶苦思甜嗎？其實也不是，那些存活在時光里的味道，如今我們回想起來，味蕾依然留有“魚”香，這也是歲月饋贈的禮物呀。



一年多前我回到倫敦，一位好友熱情地邀請我一同吃晚餐。

我是素食者，所能選擇的菜品有限。不湊巧的是，當天好幾種蔬菜都臨時無法供應，而各種肉類菜品都很充足。他享受着美味，看到我吃的菜少，於是鼓勵我：“嘿，吃點肉吧！這雞肉，還有這個，味道可棒了！”

“謝謝，不過你知道的，我是素食者。”我微笑着回答。

“就嘗試這一次。我知道你不吃肉，但今天吃一次，僅此一次，以後再也不吃了，也不會有什麼大礙吧？”

我沉默了一下，思考怎麼禮貌地拒絕好朋友的邀請。過了一會兒，我說道：“你知道嗎？做到堅持不吃肉，其實比允許自己破例吃一次要容易得多。”朋友笑了，沒再勸我，這頓晚餐

破例

也吃得很愉快。而這件事讓我想起了哈佛大學教授克里斯坦森的一句名言：“100%的堅持比98%的堅持更容易實現。”

很多時候，我們會允許自己偶爾地違反自己的準則，並且告訴自己“下不為例”，或者安慰自己，這次就是那2%的例外，在98%的情況下，我是能堅持原則的。

就這樣，我們自己為這些破例做了辯護。但是，接下來，我們會碰到一個棘手的難題，那就是，在未來遇到類似的情況時，我們如何判斷這是屬於可以破例的2%，還是應該堅持的98%呢？

很可能的結果是，我們一而再，再而三地破例，尤其是面對某些利益誘惑的時候。從修改幾個小合同上的記錄到大規模的財務造假，我們很可能就會從2%的破例開始，陷入100%的困境當中。

未來，如果有朋友或者商業夥伴請你破例做某事，而你自己也反感這種破例行為，那麼可以告訴對方：“100%的堅持比98%的堅持更加容易。”

作者：田林

“我們”是誰？

“全球化”究竟是什麼？

在一次講座中，美國哥倫比亞大學的著名教授巴格沃蒂曾給出一個自稱“最為準確的定義”，那就是“戴安娜王妃之死”。

何以如此？他的解釋是：“一位英國的王妃，帶著埃及的男朋友，在法國的一條隧道里撞車，開的是一輛德國車，車上安裝著荷蘭的發動機。司機是一個比利時人，喝多了蘇格蘭的威士忌。追趕他們的是意大利的狗仔隊，騎著日本的摩托車。為她治療的是一位美國醫生，用的是巴西的藥品。這個消息是一個加拿大人傳出的，使用的是比爾·蓋茨的技術。而

你可能正在一台電腦上閱讀這個消息，這台電腦用的是中國台灣造的芯片、韓國產的顯示器，由一個印度的卡車司機運輸，由硅谷的工人卸貨，然後一個墨西哥非法移民運送給你……我的朋友，這就是全球化。”

我們今天享有的物質和文化“產品”，有相當大的部分源自異國他鄉。幾乎每個人的生活都超越了原有的地方性，與更遙遠、更開闊的世界交織在一起。以地理疆界為標識的那個“本土文化”逐漸失去了清晰的輪廓，匯入了正在浮現的新的地平線。那麼，“我們”是誰？我們追求的理想生活圖景究竟是什麼？在新的地平線上，許多確定無疑“原本如此”的信念與感知，會遭到“為何如此”的疑問，甚至“不必如此”的否定。

我們生逢多變的世界，身處思想激變的時代，每個人都可能淡忘節制與審慎的智識美德。對這種節制和美德，我“雖不能至，然心向往之”。

作者：劉寧



沒有人可以靠高分貝的斥責走進另一人的內心，想要教育好孩子，不是靠音量。

最近，看到這樣一則視頻：

一位媽媽陪孩子練琴時，因為孩子老是彈錯，媽媽沒忍住脾氣，急得吼了起來，結果孩子的回應亮了：“我覺得你還是溫柔一點吧。”

視頻中，孩子可憐兮兮地“勸導”媽媽要溫柔點。

無獨有偶，一位爸爸正在輔導兒子寫作業，眼看著馬上就要失去耐心，兒子小心翼翼地提醒爸爸：“爸爸，你別吼我了，寶貝會寫，會寫。”

討好的眼神，令人心疼。

這是很多孩子在被吼之後真實的表現，帶著深深的恐懼感，小心翼翼地討好著父母。

當孩子沒能讓我們滿意時，衝著孩子大喊大叫幾乎成為父母每天的習慣，一位家長開玩笑地說：“吼娃兩敗俱傷，不吼敗出內傷”。

然而，在孩子成長之路，我們真的只能靠吼才能讓他們配合嗎？

1.經常被大聲吼叫的孩子最後都怎麼樣了

經常吼孩子，帶來的負面影響有很多，比如：喪失安全感；產生自卑感；導致叛逆，越來越不“聽話”；孩子會模仿，會學習，學會了同樣的表達……

這其中，最惡劣的影響是對親子關係的破壞。

網上有這樣一則故事：教授問他的學生們“為什麼人生氣時說話要用喊？”

一位同學舉手回答說：“因為喪失了‘冷靜’，所以要喊。”

教授又問：“可是，為什麼別人就在你旁邊，你還是要喊呢，難道不能小聲點說嗎？”

學生們七嘴八舌地議論著，但沒有一個答案是令教授滿意的。

最後，教授解釋說：“當生氣的時候，兩個人的距離很遠，為了穿越心的距離，使對方能夠聽見，於是人的聲音很大。然而，彼此聲音越大，就會更生氣，更生氣，距離就更遠，距離更遠就又要更大聲地喊……”

換句話說：聲音越大，彼此的間隔就越大，心也越遠了。

當我們總是大聲教育孩子，實際上，也是在把孩子的心越推越遠。

低聲教育，才是父母給孩子最好的禮物

很多家庭的親子關係，就毀在了這種過於粗暴的溝通模式上，而一旦親子關係出現問題，也是教育失靈的開始。

等孩子到了一定的年齡，你就會發現，你吼得再大聲，說得再多，孩子也不願意聽，教育就陷入巨大的迷茫之中。

教育中，有一條至關重要的原則：關係大於教育，只有先跟孩子建立情感連接，孩子才能信任大人，願意合作。正如教育學者詹大年說：關係建立，教育才會真正發生。

當父母在孩子幼年時期習慣提高音量來讓孩子合作，其實背地里已經輸得徹底。

生活中，許多父母都有一種誤解，以為聲音越大，越顯強勢，越能讓孩子聽話。

我們先是扯著嗓子吸引孩子注意力，發現孩子沒有改變，接著一聲比一聲大，開始吹鼻子瞪眼。

然而，靠音量真的能“壓制”住調皮的孩子嗎？並不一定。

面對你的吼叫，孩子的反應無非以下三種順從、反抗、當耳旁風。

不要以為順從就是好事。孩子選擇順從，是因為他怕你，他們戰戰兢兢地看著父母臉色，越來越小心翼翼。副作用就是，這樣的孩子越來越愛隱瞞出現的問題或在外的遭遇，因為你的吼叫，常常讓他沒勇氣說真話。恐懼導致了孩子的不誠實。

有的孩子選擇反抗。你吼一句，他回兩句，你大聲，他比你更加大聲，我們身邊很多叛逆的孩子都是如此。

心理學家默娜·舒爾說：“如果父母的管教方式是呵斥和命令，孩子很容易在心理和言辭上表現出攻擊性。”

“哪里有壓迫，哪里就有反抗”，我們吼得越大聲，越兇，帶來的反抗也越激烈，親子衝突就會更加突出。

有的孩子是當耳旁風，他們感受到的是麻木。只要你一吼，孩子的大腦就啟動逃生機制：“罵吧，罵完就好了。”等你講完，孩子毫無改變。

這也是一種消極的反抗。老話說：“有理不在聲高”。如果打一頓、罵一頓、吼一聲，孩子所有的行為問題都迎刃而解，養育一個孩子就不會那麼難了。

某檔綜藝節目中，曾出現過這樣一幕：一位媽媽還沒下班就開始一遍遍打電話催兒子寫作業。

回到家後，發現孩子的作業竟然還未動筆，媽媽一下子就爆發了，怒吼道：

“為啥一個字都沒寫？”“打了多少電話，我催了多少次！”“你想氣死我嗎？”

面對媽媽的怒火，孩子先是眼里含著淚水，隨著媽媽聲音越來越大，他開始用手捂著耳朵，一邊往角落里躲。

最後，無論媽媽說什麼，孩子都倔強著不說話。

在孩子早期成長中，你的聲音越大，孩子因為恐懼會短暫地安靜下來。但這種方法是有時效的，用久了，就會失去正面的教育意義，留下的只有傷害。

沒有人可以靠高分貝的斥責走進另一人的內心，想要教育好孩子，真的不是靠音量。

3.低聲教育，更能讓孩子配合

《正面管教：不兇不吼教出好孩子》一書中寫道：“大人批評孩子，用低聲調孩子更

容易接受。

第一，低聲調可以使人理智一些、情緒平和一些，也可使孩子抵觸、逆反的心理防線有所鬆弛，有利於溝通。

第二，低聲批評孩子，不僅可以集中孩子的聽力，而且也可以先發制人，不讓孩子使用高聲調。

第三，低聲調可以趕走憤怒。

當我們下定決心改變語氣，降低分貝，你會發現低聲遠比吼叫更有力量。

最近，抖音上一位媽媽的教育方式贏得了數百萬網友的點贊。女兒不小心打翻了飯盒，戰戰兢兢地喊來媽媽，媽媽問：“你把媽媽的飯打翻了？”

孩子似乎也嚇到了，支支吾吾地說：“不要罵”，看到孩子害怕的樣子，媽媽把孩子抱在了懷里：“媽媽不說你，就是問你一下，是你不小心嗎？”“你下次小心點好不好？”“下次不要再隨意弄媽媽的飯盒好嗎？”“提不動是不是可以讓爸爸媽媽幫忙？”“你看這樣就浪費了，是不是？”

原本即將爆發的親子大戰，就這麼溫和地揭過了。你看，不是所有的錯誤都要靠大吼大叫才能解決。

有時候，把聲音放低，大人的話才更可能被孩子真正聽進去，教育才會少一些情緒，多一份理智。

當我們願意放低聲音教育孩子，也為孩子樹立了榜樣，孩子觀察到父母處理憤怒的方式，這對他們很有教育作用。

教育是為了喚醒孩子，而不是站在孩子的對立面和他分個勝負。

看到這，有的父母會說：“父母也是人，父母也有脾氣，我們難道一輩子都要對孩子和顏悅色嗎？”

幸福的家庭里，對成員最基本也是最難的要求是：好好說話和情緒穩定。

我們想說的是，你可以有脾氣，但一定要學會發脾氣，你可以吼孩子，但是不要把吼變成家庭的日常；這是真正考驗父母的地方。

養育孩子，態度比方法更加重要，好的態度才能建立起好的關係，關係壞掉了，方法無疑是失敗的。作者：錢志亮



美國研究稱,奧密克戎變異株毒性與以往的一樣強!



據韓國《中央日報》5月10日報導,韓國新增5例奧密克戎BA.2.12.1變異株感染病例,截至目前已累計報告6例該變異株感染病例,均為美國輸入病例。

韓媒指出,這種“超強變異新冠病毒”已

登陸韓國,其傳染性比現有的奧密克戎變異株高30%,甚至比傳播速度最快的BA.2亞型變異株還要高20%左右。

韓國中央防疫對策總部表示,正在對所有境外輸入的BA.2.12.1變異株感染病例進行調查。韓國首位BA.2.12.1變異株感染者于4月16日入境,4月17日確診。該感染者已完成3次新冠疫苗的接種,出現了咽喉痛、流鼻涕等感染症狀。之後,4月18日、22日、24日、28日(2人)共有5人從美國入境,分別在入境的第二天被確診感染BA.2.12.1變異株。除4月18日入境的感染者只接種過2次新冠疫苗之外,其他4人均已完成3次新冠疫苗接種。韓國防疫部門正在對新增的5名感染者的14名密切接觸者進

行醫學觀察,目前尚未發現被感染者。

奧密克戎BA.2.12.1變異株為奧密克戎BA.2亞型變異株的變異體,2021年12月首次在美國被發現。由於該變異株,美國的感染人數已連續5個星期增加。

奧密克戎變異株毒性有所降低?美國一項大型研究有了新發現

《參考消息》11日刊登路透社報導《大型研究發現,奧密克戎變異株的毒性與以往的新冠病毒變異株一樣強》。報導摘要如下:

美國的一項大型研究發現,新冠病毒奧密克戎變異株的毒性本質上與以往的變異株一樣強。此前的研究得出的假設是,奧密克戎變異株的傳染性更強,但毒性有所降低。

4位科學家基于13萬名新冠患者的病歷開展了這項研究。他們說:“我們發現,不同時期的住院和死亡風險幾乎相同。”他們指的是過去兩年不同新冠病毒變異株相繼成為全

球主流毒株的各個時期。

這份研究報告正在英國《自然》期刊與服務集合網站接受同行評議,且已于5月2日發佈在美國“研究廣場”網站上。該研究計入了一些干擾因素,包括人口結構、疫苗接種狀況以及“查爾森合併症指數”。“查爾森合併症指數”可用于預測患有特定共患疾病的患者住院一年內的死亡風險。

這些來自美國馬薩諸塞綜合醫院、米納瓦大學和哈佛大學醫學院的科學家說,此前假設奧密克戎變異株毒性不那麼強的研究是在南非、英國的蘇格蘭和英格蘭,以及加拿大等地進行的。

這些科學家還說,他們的研究可能存在一些局限性,包括可能低估了最近幾波新冠疫情中已接種疫苗的感染者人數以及感染總人數,因為它沒有將那些在家中接受快速檢測的患者計算在內。

美新冠死亡病例破100萬 不同族裔死亡數據差異明顯

當地時間5月12日,美國總統拜登通過白宮官網宣佈,美國新冠病毒相關死亡人數達到100萬人,標誌著“一個悲慘的里程碑”,他敦促美國人在持續的疫情中“保持警惕”以挽救更多生命。根據聯邦數據,美國新冠死亡數據呈族裔間差異,其中非洲裔、亞裔、拉丁裔和美洲原住民因新冠死亡的可能性是白人的一到兩倍。

數據顯示,儘管疫苗接種率很高,但老年人仍在新冠相關死亡病例中佔大多數,其中65歲以上的死亡病例佔新冠總死亡病例的四分之三以上。在奧密克戎變異株迅速傳播期間,73%的死亡病例發生在65歲及以上人群中。

根據美國疾病控制和預防中心的更新數據,新冠病毒是2021年美國第三大死亡原因,僅次於心臟病和癌症。部分醫學專家認為,當前的新冠相關死亡人數可能已經被大大低估,這是由於各州和地方的報告不一致導致。

美國密歇根大學日前發佈公報說,研究人員在分析校園內採集的環境樣本後發現,新冠病毒通過氣溶膠傳播的風險可能達到物體表面接觸傳播的上千倍。這一發現有助於加深理解新冠病毒的主要傳播途徑,並為減少病毒傳播制定更有效的防控策略。

從2020年8月至2021年4月,密歇根大學公共衛生學院研究團隊分別使用生物氣溶膠採樣器和拭子持續從該校園內採集空氣和物體表面樣本,採樣地點包括教室、餐廳、校內公共交通工具、體育館、學生活動大樓和通風管道等,總共收集到256份空氣樣本和517份物體表面樣本。這期間,位於密歇根州安阿伯的密歇根大學校園處於“封鎖”狀態。

研究人員分析發現,他們採集的空氣和物體表面樣本新冠陽性率分別為1.6%和1.4%。對模擬場景的估算顯示,如果暴露在含有新冠病毒的氣溶膠中,通過吸入感染新冠的幾率約為百分之一;接觸一次被新冠病毒污染的物體表面

新研究!新冠通過氣溶膠傳播的風險是物體表面接觸的上千倍



後,感染的幾率約為十萬分之一。分析還顯示,在採集到陽性環境樣本的各周內,校園內新增新冠感染病例數顯著高於沒有採集到陽性環境樣本的各周。

相關論文已發表在英國《自然》雜誌子刊《暴露科學與環境流行病學雜誌》上。論文通訊作者里克·奈策爾說,這項研究有助於評估新冠病毒的主要傳播途徑,確定傳播風險更高的“物理空間”,在這些空間採取防控措施對減少病毒傳播至關重要。

研究人員表示,這項研究是在密歇根大學校園“封鎖”期間開展的,他們沒有從人員聚集的空間收集樣本,一些樣本是很少人在場時收集到的。因此,將研究結果外推應用到一般的人群和衛生保健設施時需要謹慎。

誤診孩子死于新冠 復檢檢結果拯救無數生命

有時,我們以為已經知曉一切;事實上,我們根本沒有提出正確問題。

“父母不信孩子是死于新冠,堅決要求屍檢。”

美國佐治亞州迪卡爾布縣助理法醫雷切爾·蓋勒(Rachel Geller)回憶,收到5歲湯姆(化名)的屍檢請求之初,很多人勸她“沒必要”。

宣佈湯姆死亡的醫院已經出具死亡報告,稱“沒有問題”。地方驗屍官也認同醫院文件,拒絕驗屍。

蓋勒還是決定接手。抽絲剝繭下,她發現,湯姆更像是死于細菌感染而非新冠病毒。

她將組織樣本寄到美國亞特蘭大格雷迪紀念醫院。該院臨床微生物、臨床免疫及分子診斷檢驗室主任王雲峰教授從中培養出一種致命的革蘭氏陰性細菌:類鼻疽伯克霍爾德菌。

這種細菌在泰國、馬來西亞等熱帶地區多見。它廣泛存在于當地潮濕的土壤中。感染後會導致類鼻疽病,也被稱為“泥土病”。這是一種嚴重的傳染病,若不及時診治,死亡率達50%。

每年,美國會報告10余例感染病例,確診者都有熱帶地區旅行史。“截至湯姆,我們發現4例感染病例,都沒有海外旅行史。這很不正常。”蓋勒表示,因為湯姆父母的堅持,美國疾病控制和預防中心(CDC)最終解開該國中部暴發熱帶傳染病之謎。

相關病例報告于近日發表在《新英格蘭醫學雜誌》。蓋勒是文章作者之一。

“我記得湯姆媽媽的一句話。她說,希望我們可以從湯姆的死亡中,學到一些東西,保護其他孩子。”

“如她所願。湯姆拯救了無以計數的生命。”蓋勒說。

錯判死因

2021年7月12日,一貫身體強健的湯姆被送進醫院。父母告訴急診醫生,孩子已經病了3天,非常虛弱,心率很快,呼吸急促,有持續嘔吐、喉嚨痛、舌頭腫脹等症狀。

就診時,湯姆正發著燒,體溫38.9°C。血檢顯示,他的白細胞計數升至每立方毫米1.3萬個。

此外,他的新冠病毒核酸檢測呈陽性。胸片結果正常。

急診醫生將其收入院,進行補液治療,觀察病情進展。

僅僅一夜後,湯姆因血氧飽和度持續走低,有呼吸衰竭風險,被轉入兒科重症監護。隨後再做胸片,提示雙肺下葉有積液,雙側混濁。

醫生給他用上瑞德西韋和地塞米松,以治療新冠感染。考慮到並發細菌感染的可能,醫生開了萬古霉素和頭孢曲松。後因效果不佳,又把

萬古霉素換成利奈唑胺。

但湯姆發燒不退,呼吸狀態越來越差。住院第4天,他的雙側瞳孔放大、無反應。CT掃描顯示,左側大腦皮層和中腦有大面積梗死。

醫生盡全力復甦,卻無力回天。最終,醫生宣告湯姆不治身亡,記錄為“由於新型冠狀病毒肺炎而死”。

“若是死于新冠肺炎,肺部會出現灰白色病竈,有暗紅色出血。這在成年新冠肺炎逝者中很常見,是肺泡損傷、炎症反應的典型特徵。”蓋勒說。

屍檢顯示,湯姆的肺和上呼吸道組織能檢出新冠病毒。但在其肺部,蓋勒沒有找到上述“標誌性損傷”。

相反,湯姆的肺下葉出現大量瀰漫性、綠白色珍珠狀膿腫,提示為化膿性壞死性肺炎。

他的腦干有軟化和出血區域。大腦和肝臟有微腫脹。蓋勒還發現了出血性腎上腺炎,這可見於嚴重細菌感染。

蓋勒意識到,醫院錯判了湯姆的死因。“不是新冠。細菌感染可能才是罪魁禍首。”

隨即,她採樣並發往美國亞特蘭大格雷迪紀念醫院。王雲峰收到後,要求實驗室技術人員儘快培養、分析。

2021年7月24日,那是一個周六。實驗室致電王雲峰:“找到了,是類鼻疽伯克霍爾德菌。”

“我們馬上聯繫CDC實驗室響應網絡,通報病例。”王雲峰說,2021年7月底,美國國家生物安全實驗室經復核,在湯姆的肺、肝、脾和腦中都檢出該細菌。樣本又被送至CDC實驗室,幾天後得出同一結果。

2021年8月9日,美國CDC發佈聲明稱,截至當時,該國共報告4例類鼻疽伯克霍爾德菌感染病例,分布在佐治亞州、堪薩斯州、德克薩斯州和明尼蘇達州。其中2人死亡,湯姆是逝者之一。因家住佐治亞州,湯姆在CDC聲明、媒體報導中被稱為“佐治亞男孩”。

抓住真兇

阻截傳染病的重要手段之一,是切斷感染途徑。

全基因組測序顯示,4名感染者的菌株具有序列同源性,說明彼此間有流行病學聯繫。同時,這些菌株與亞洲,尤其是南亞發現的類鼻疽伯克霍爾德菌高度同源。

“但詢問病史發現,4人生活在不同州,素昧平生。都沒有國際旅行史。彼此的發病時間相隔數月,症狀差異也很大。”美國CDC流行病學小組成員威廉·鮑爾(William Bower)分析。鮑爾所在團隊專司細菌性特殊病原體追蹤。

的呼吸急促、咳嗽、不適而就診。住院第9天,她被檢出類鼻疽伯克霍爾德菌陽性,確診為類鼻疽。同日不治離世。

第2名感染者是個小女孩,年僅4歲,住在德克薩斯州。2021年5月31日,她因發熱3天,伴活動和食慾下降、偶有嘔吐,去看兒科醫生。就醫時,除體溫38.1°C,其他體格檢查無異常。

兒科醫生認為是病毒性腸胃炎,開了些藥。兩天後,她因持續發燒39.5°C,被送往急診。根據尿液分析,醫生診斷為大腸桿菌致尿路感染。

使用抗生素後,女孩病情初步好轉。但兩天後,她又因間歇性發熱、嘔吐復發、進行性嗜睡、心動過速和呼吸急促,被送進醫院。這一次,醫生診斷為感染性休克和腦膜炎,她被收入兒科ICU。

6月11日,醫生從她的下呼吸道樣本中,分離出類鼻疽伯克霍爾德菌。她接受了8周抗生素治療,出院回家。但3個月後,她仍然很虛弱,出入全靠輪椅,不能說話。

第3名感染者是一名男性,53歲,于5月底因急性代謝性腦病入院治療。6月15日,醫生在他的右髖關節血液和抽吸物培養中,檢出類鼻疽伯克霍爾德菌陽性。

再接着就是5歲湯姆。

根據2021年8月9日發佈聲明,CDC努力挖掘4名感染者的關聯,從其家中、周邊土壤和水源,收集、測試百餘個樣本。沒有一個檢出類鼻疽伯克霍爾德菌陽性。

與導致大多數食源性疾病暴發的細菌不同,類鼻疽伯克霍爾德菌感染後,有2-3周潛伏期。這明顯延長了調查的時間窗口。“很多家屬都記不得,感染者在生病前接觸過什麼。”鮑爾說。

檢測範圍不斷擴大。由於這一細菌能在潮濕環境中繁殖,CDC調查團隊把目光投向食品、飲料、個人護理或清潔產品,以及液狀藥品。

“線索全斷了。我們把堪薩斯州首例患者的家都翻遍了,連肥皂、洗手液都沒放過。一無所獲。”CDC流行病學家詹妮弗·麥奎斯頓(Jennifer McQuiston)回憶八九月時的經歷,如是說。

轉機出現在2021年10月6日。

麥奎斯頓等人第二次登門湯姆家。“這將是我們最後的努力。”

這一次,他們發現了一瓶空氣清新劑,標籤寫的是“香薰噴霧”,產自印度,經由沃爾瑪超市實體店和網店銷售。

麥奎斯頓清晰記得,第一次採樣時沒見過這款噴霧。

“取樣分析提出,類鼻疽伯克霍爾德菌陽性。我們找到了!”鮑爾說,“我們馬上聯繫各州衛生部門,要求其回訪患者和家屬。得克薩斯州

患兒的家人說,他們用過類似產品,和這個很像。但時間太久,沒有保留瓶子。”

2021年10月22日,美國CDC發佈聲明,建議所有使用過該款產品的人:“立即停止使用。不要打開瓶子,也不要扔掉或私自處理該噴霧,以免造成環境污染,引發新一輪感染。應使用雙層、透明密封袋包裹瓶子,再放入紙箱,然後退回沃爾瑪任意門店。”

同期,沃爾瑪聲明正在召回已售出的該款噴霧,達3900瓶。相關產品將停止銷售。出于謹慎考慮,同一品牌下,同種規格、同一產地的其他5種香型也已下架。

4天後,CDC再發聲明,稱全基因組測序顯示,從另一瓶未開封的召回產品中,也檢出類鼻疽伯克霍爾德菌。兩次檢出細菌和4名感染者所帶細菌,高度同源。

“類鼻疽伯克霍爾德菌感染後,症狀多樣且具有非特異性,可能出現肺炎、膿腫、血液感染和神經系統受累等。因此,感染者極可能被誤判。”CDC聲明建議醫療保健提供者,對曾接觸過“香薰噴霧”者,要保持高度臨床懷疑。

“如果沒有屍檢……”

“感染途徑確認後,我們立即與印度工廠取得聯繫。後者一直在進行測試,以確定細菌來源。我們基本可以確定,它來自外源環境污染。但具體是什麼,尚未有定論。”鮑爾說。

有專家推測,相關噴霧產品添加了一種岩石成分,廠家稱之為“寶石”,很可能是污染源頭。

麥奎斯頓解釋,如果“寶石”是從含類鼻疽伯克霍爾德菌的環境中收集的,且在生產過程中沒有充分消毒,那種可能攜帶病菌。

另一種可能是,“香薰噴霧”中的其他成分受到細菌污染。而噴劑瓶中的“寶石”形成一個微環境,造成細菌大量繁殖。

“我們還不確定,岩石在其中扮演的角色和重要性。但把岩石放進液體,密封起來,絕不是好主意。”麥奎斯頓說。

“能找到真相,我最想感謝的是湯姆和他的父母。”蓋勒說。

蓋勒有個孩子,很年幼。她特別理解,給孩子做屍檢是多難的決定。“即使悲痛欲絕,湯姆的父母仍敞開大門,歡迎調查人員進入家中,四處翻查。還要回答各種問題,讓自己一遍遍回憶喪子之前的細節。”

但,如果沒有湯姆和那場屍檢,“問題噴霧”浮出水面的時間必將延遲。由此導致的生命代價無法估量。

“湯姆的故事提示屍檢重要性。”蓋勒說,“有時,我們以為已經知曉一切。事實上,我們根本沒有提出正確問題。”新聞來源:醫學界

布法羅槍擊案警示：華人必須與種族主義劃清界限

5月14日下午，美國紐約州布法羅市(水牛城)發生一起大規模槍擊案，造成10人死亡、3人受傷。警方已控制了18歲白人嫌犯佩頓·根德隆(Payton Gendron)，他將被指控謀殺罪。

目前所有證據表明，這是美國社會一起白人種族主義動機的極端暴力恐怖案件。

據布法羅市警方介紹：14日下午2點30分左右，一名18歲的白人男子頭戴頭盔、身穿軍用裝備，“全副武裝”地進入當地連鎖商超Tops Friendly Market，用步槍向人群開火。警方稱，他還帶着一個攝像頭，疑似在網絡直播作案過程。該超市位於當地以非洲裔居民為主的社區，嫌犯並非來自該社區。13名受害者中有11人是非裔美國人，有4人(其中一人死亡)是超市雇員。

警方說，嫌犯在進入商店之前，在停車場向四人開槍，殺死了三人。他一走進去，就遇到了一名在店內做保安的布法羅市退休警察。保安開了多槍，且擊中了嫌犯，但由於其身穿軍用裝備，這幾槍並沒有影響到他。嫌犯隨後殺死了這名保安。布法羅市長拜倫·布朗在周六(5月14日)晚間的新聞發佈會上說：“槍手驅車幾個小時，從他的社區來到布法羅，對市民犯下了這一罪行……人們在超市購物，子彈如雨點般落下。人們的生命瞬間被無緣無故地終結。”

當地媒體《紐約每日新聞》(Daily News)報道，嫌犯根德隆在行兇前，在網上發佈了180頁的“殺人宣言書”，自述瞭如何謀劃這起兇案的種種細節，包括如何殺死儘可能的黑人、在射殺黑

人顧客前殺死入口的保安。這份宣言書的“自問自答”部分筆調冷靜，看得人不寒而慄。

根德隆的文字中充斥着白人至上主義的思想。他自稱對他“影響最深的人”是2019年在新西蘭清真寺槍殺51人的布倫頓·塔蘭特(Brenton Tarrant)。其他幾個“啓發他”的人有2015年在美國南卡羅來納州的教堂殺死9名黑人的迪倫·魯夫(Dyllann Roof)，2011年在挪威殺死77人的安德斯·布雷維克(Anders Breivik)。”

宣言書中，嫌犯自稱一輩子都住在紐約州南部，他是當地一所社區大學的工程系學生。那家超市也是他挑選的——“布法羅的郵政編碼14208(注：案發地Tops Friendly Market的郵政編碼)的黑人比例最高，離我住的地方足夠近”，根德隆寫道。

根德隆的宣言書里包括大量的反猶主義言論，但他的攻擊計劃只針對黑人。“我從未被診斷出患有精神殘疾或精神障礙”，他寫道，“我相信自己是完全清醒的。”



報告顯示，“對嫌犯根德隆影響最深的人”是恐怖分子塔蘭特，就是受到“替代理論”的啓發，犯下殘殺50多名穆斯林所謂“入侵者”的暴行。該陰謀論稱白人和“西方文明”面臨被削弱並最終被移民“篡奪”的可怕威脅，這些移民“包括有色人種、穆斯林、女權主義者和同性戀者”。根據布法羅當地有關機構的說法，根德隆覺得他必須開車到約200英里外，用步槍射殺無辜黑人，因為美國白人正在被有色人種“取代”。美國哈佛大學肯尼迪學院教授科內爾·布魯克斯(Cornell Brooks)在推特上發佈一張疑似是嫌犯行兇時的直播視頻截圖，並指出他“不僅把‘N’開頭的字母”(一個代表黑人的侮辱性單詞)寫在槍上，還寫了數字14。而14是一個白人至上主義的標誌。”

西方民主國家保障思想言論自由，社會生態存在左右到各種異端與極端思潮不足為怪。但是，因為二戰後基本國際秩序奠定的文明理念，以納粹為代表的極右法西斯主義種族主義，被釘上了歷史耻辱柱。正如共產主義並沒有隨著蘇聯垮台而在俄羅斯中國以及包括歐美民主國家絕迹

一樣，其他形形色色的以種族主義為核心基調的納粹思潮排外主義，也在世界氾濫。連蒙古國都出現宣揚法西斯種族主義的“光頭黨”可見一斑。

美國以黑奴制度排華法案為標誌的種族主義歷史是不可否認的。美國戰後最大的成果是通過反法西斯與反共，在社會思潮以及法律制度層面反思包括美國社會自身的黑暗殘酷慘痛歷史，確立了民權不分種族膚色信仰原國籍到性別性取向的平等公民權，進一步夯實了美國民主制度的社會根基。這也是美國在冷戰期間以世界民主自由燈塔效應吸引接納全球向往追求民主自由平等的人們，令蘇聯不得不建造柏林牆把自己的民眾關起來封閉在美國主導的西方民主自由世界之外，令蘇聯最終垮台的重要因素。

因此，美國人，特別是在美國西方的華人，應該認真客觀看待美國的歷史與現實，不要忘記美國社會自身複雜危險的社會思潮以及歷史病毒瘡疤與現實的膿包，極右白人至上種族主義思潮與組織勢力，是對華人在內的所有美國人的現實與長久的危險和恐怖威脅。

政治上左右分野，與宗教自由一樣，是民主自由國家自然合理存在。但是，不要忘記這些分野與自由，有着法律與基本良知的規範；針對任何族群的仇恨暴力恐怖思潮，都是反人類的，也是徹底反美國民主自由制度的。美國人來自世界各地，因此美國也就有着世界各地的良莠。萬頃良田是事實，里面毒草毒蛇蠍也蠻多的，人人得小心警惕提防，不要讓自己的良心良知被毒化。

布法羅槍手的白人至上主義在美國是主流

佩頓·根德隆(Payton Gendron)在薩斯奎漢納谷高中(Susquehanna Valley High School)度過了因新冠疫情而改變的高三，在快到期末時，他登錄了經濟學課堂上的一個在線學習項目，有一個問題是：“你退休後打算做什麼？”

“先殺人，再自殺。”根德隆回答。

儘管他聲稱這只是一個玩笑，但他因可能的威脅而受到州警察的詢問，然後被拘留，並根據州精神健康法被送往醫院進行精神評估。

但一天半後，他被釋放了。

一年後，這名18歲的白人男子買了一把Bushmaster XM-15步槍，花了3個小時來到布法羅，並在周六在一個擁擠的超市進行了種族主義仇殺，導致10人死亡。他對這起殺案進行了現場直播。

來自紐約康克林的18歲的根德隆被當場逮捕。

根德隆在一份自白書里聲稱自己是單獨行動，他的極少數朋友也認為他符合那種典型的“獨狼”恐怖分子的描述：與周圍格格不入，安靜、古怪。

根德隆與父母和兩個弟弟居住在一個舒適的社區里，家中房產佔地17英畝。網上紀錄顯示，他的父親保羅·根德隆和母親帕梅拉都在紐約州交通部從事穩定的土木工程師工作，收入加起來接近20萬美元。

同學們說，根德隆成績很好，在科學方面表現出色，曾在州化學競賽中獲得最高分。但近年來轉向了在線流媒體遊戲，痴迷於槍支。

去年年初，在學校重新部分開放時，根德隆穿着從頭到腳都被蓋住的防護服返校。他的同學馬修·卡薩多說，根德隆認為這是一個“無傷大雅的玩笑”，其他學生並不喜歡這樣，在學校他幾乎沒有朋友。

專家指出，雖然根德隆的此次行為看似是一次孤立的襲擊，但槍手並不是憑空行動的。他來自一個極右生態系統，這個生態系統比大多數美國人願意承認的更深蒂固、更普遍。

對種族主義極端主義的分析人士來說，布法羅槍擊案凸顯了最近國內恐怖襲擊浪潮中最有害、最不為人所周知的方面之一。即使這些罪行是單獨的極端分子犯下的，犯罪者也認為自己是代表一場運動。“有一群志同道合的人給這些人力量，讓他們覺得自己是更偉大事業的一部分。”前國土安全部高級分析師達里爾·約翰遜(Daryl Johnson)說，他曾在2009年撰寫了一份報告，對右翼和白人至上主義極端主義的崛起提出警告：“當你有了社區意識，你的事業看起來就更正當了。”

有消息稱，執法部門對所謂的獨狼殺手越來越擔心，而白人至上主義者一直是其中的主要人物。

種族主義信念來源于互聯網周一公佈了一份長達589頁的網絡日誌記錄文件，有關當局認為這份文件是根德隆寫的。他在網志中詳細解釋了自己的種族主義信念來源。

“另一次糟糕的經歷是，我不得不去醫院急診室，因為我在經濟學課上寫了‘謀殺/自殺’這個詞，”其中一條寫道。“我愚蠢地把它寫了下來，但又成功脫身。這就是我相信我還能買到槍支的原因。我從未被診斷出患有精神殘疾或精神障礙，我認為自己完全正常。這不是開玩笑，我把它寫下來，因為這就是我打算做的。”

“你現在的信念是從哪里得到的？”他對自己提問。

答案是：“主要來自互聯網。我生活中認識的人對我的個人信仰幾乎沒有影響。我從所有意識形態中閱讀了多個信息來源，並認為我目前的信息是最正確的。”

作者說他是白人至上主義者和法西斯主義者。“是的，我會稱自己為白人至上主義者，畢竟，哪個種族對我們今天生活的世界負責？我相信白人在大腦方面優于所有其他種族，”他寫道。“是的，我是種族主義者，因為我相信種族之間的能力差異。”

他描述了他是如何形成種族主義信仰的：“在我開始之前，我會說我不是天生的種族主義者，也不是後天的種族主義者。得知真相後，我變成了種族主義者。在極度無聊時，我於2020年5月開始瀏覽4chan，記住，這是在新冠疫情爆發期間。在那里，我通過信息圖表、垃圾帖子和表情包瞭解到白人正在消亡，黑人正在不成比例地殺死白人……”

而在他撰寫的一份長達180頁的宣言中，根德隆以一篇長篇大論開篇，闡述了白人女性“生育率偏低”可能帶來的世界末日後果，將黑人和其他少數族裔移民稱為“替代品”。他聲稱自己是單獨行動，但同時也承認，“我受到了他人的很多影響。”宣言基本上是拼貼的，一頁頁的種族主義和反猶主義表情包；種族主義群體之間智商差異的科學研究；證實他偏見的新聞文章截圖和鏈接。

他詳細解釋了為什麼選擇了這個超市——它位於黑人佔多數的社區，顧客以黑人居多，之後，他覺得有必要解釋為什麼他沒有選擇襲擊猶太人。“猶太人)可以及時處理，但高生育率的替代品將摧毀我們，我們必須首先摧毀他們，這一點關乎生存，”他寫道。他也曾考慮襲擊教堂或小學，但最終選擇了超市，因為去超市的人數眾多，他甚至三次踩點，並根據谷歌集編的超市每小時客流量數據，精心選擇了在人員最集中的時間實施槍擊。

根植于美國的傳統

這位兇手所撰寫的宣言中表達的世界觀的核心特徵——害怕移民入侵改變這個國家，對白人出生率的痴迷，把美國黑人想象成國家內部的人口癌症——經常是美國主流白人政治的內容。

1845年，約翰·奧沙利文(John O'Sullivan)代表了萌芽中的白人共和國的許多人，他描述了“一支不可阻擋的盎格魯-撒克遜移民大軍”，並宣稱其“將在整個大陸擴張”。

隨着所謂的種族科學在隨後的幾十年里逐漸成熟，專家們說種族是解開歷史意義的鑰匙。歷史學家威廉·斯文頓(William Swinton)的暢銷教科書上寫道：“歷史只關注一種高度發達的人類……白種人是唯一真正具有歷史意義的種族。白人創造了歷史；其他人都是旁觀者。”

但到了19世紀80年代中期，在這些宣揚種族勝利的宣言中，漸漸出現了一種不安和恐懼。因為大規模移民時代已經開始，數以百萬計的東歐和南歐人——他們被認為在種族和宗教上不如盎格魯-撒克遜新教徒——進入美國。

在20世紀早期，這些擔憂加劇了。1905年，日本在與俄國的戰爭中獲勝，震驚了白人世界。與此同時，商品、思想和人口都在以前所未有的規模流動。由於擔心人口“猛攻”，世界各地的白人國家在之後的幾十年採取行動，加強種族等級的邊界，要麼試圖排除或驅逐被認為是種族低人一等的人。

近幾十年來，特別是在民權運動在重要方面改變了美國的政治文化之後，大眾媒體的敘述往往認為，美國已經擺脫了種族主義的過去，進入了一個更加開明的現代。這種對進步的敘述強調了真正的進步，但也讓人們更難看到美國白人政治文化中令人不安的連續性。在現實中，今天的白人至上主義恐怖主義是昨天白人至上主義的病態延續。

他的想法實際上非常主流

五年前，當白人至上主義者走在弗吉尼亞州夏洛茨維爾的街道上，高呼“猶太人不會取代我們！”，很少有人明白他們的意圖——事實上，他們指的是替代理論。這個想法似乎很奇怪，甚至難以理解；當時，它是一個相當模糊的集會口號，源於法國小說家雷諾·加繆(Renaud Camus)2012年的一本書，書中散佈了對非白人佔多數的歐洲的恐懼。對許多白人至上主義者來說，正是猶太人策劃了加繆所說的對白人國家的“反向殖民化”，以更容易地操縱非白人的普通民眾。

根德隆公開的反猶主義和對白人出生率與人口變化的執著既不是邊緣化的理念。在過去的五年里，對美國少數族裔人口擴張的恐懼已經完全吞噬了保守主義政治，造就了一個全新的保守主義政策，它對本土主義和白人生育能力的雙重迷戀，催生了一系列旨在改變這個國家本質的政策。

美國的人口結構正在發生變化，白人比例持續下降。根據布魯金斯學會的一項分析，由於美國非白人口明顯更年輕，生育率更高，這一變化比預期的要快。這種死亡、出生和移民的融合本身在道德上是中立的，是人隨着時間而發生自然消漲。但是，隨着白人佔多數的時代接近尾聲，一種復仇主義和種族主義的右翼勢力把人口統計的事實當作引發大規模、暴力的道德恐慌的契機。

川普的崛起是白人種族恐慌力量的一個關鍵標誌；從他參選的那一刻起，他公開的種族主義就設定了該黨的議程，從一開始，他的言論就直接引發了種族主義暴力。然而，儘管川普已經不再是共和黨唯一的中心，但這股白人敵意的浪潮非但沒有消退，反而在新一屆國會議員和候選人中變得更加重要。

共和黨對本土主義的擁抱，與其說是緩慢下滑，不如說是全速前進。對選民身份的擔憂在共和黨候選人中已經成為老生常談的競選話題：俄亥俄州參議員候選人J·D·萬斯(J.D. Vance)最近宣稱，民主黨人正在“引進大量新選民來取代已經在這里的選民”；在亞利桑那州，極右翼州參議員溫迪·羅杰斯回應了一篇關於移民的文章，傳達了不祥的信息，“我們正在被取代和入侵。”就在布法羅槍擊案發生幾小時後，參議院候選人布萊克·馬斯特斯(Blake Masters)發佈了一段視頻，他在視頻中宣佈，民主黨的選舉策略包括吸引“數百萬”移民為他們投票。國會女議員瑪喬麗·泰勒·格林(Marjorie Taylor Greene)在一則視頻宣稱，“左翼分子、資本家和猶太復國主義者組成的邪惡聯盟，陰謀促進移民和種族通配，其蓄意目的是讓我們在自己的祖國滅絕。”來自政客和權威人士、候選人和陰謀論者的喧囂，已經成為右翼政策的中心。

一個令人不安的未來？

有消息稱，執法部門對所謂的獨狼殺手越來越擔心，而白人至上主義者一直是其中的主要人物。

布法羅槍手的宣言充斥着反猶和種族主義的表情包和虛假信息，讓人忍不住將其描述為一個瘋子的妄想癡語。但是，前美國極端主義官員和專家告訴《時代》周刊，這些說法無論多麼荒唐，都需要被理解為一個連貫的政治意識形態的一部分，他們的影響力遠遠超出了邊緣的互聯網論壇。根據一項新的民意調查，大約三分之一的美國成年人認為，為了贏得選舉，少數精英正在努力用移民取代美國白人。

前國土安全部高級分析師達里爾·約翰遜告訴《時代》雜誌：“我們不應該將這些人視為精

神疾病或僅僅是個別行動。有很多很多人都在沿着彼此的道路走向極端。”

據聯邦調查局稱，自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播謊言的人。

拜登表示，他的團隊正與司法部保持密切聯繫，相關部門將循仇恨犯罪和種族主義極端行為的方向對該案進行調查。拜登稱，“在美國，邪惡不會勝利，仇恨不會佔上風，白人至上主義不會得到最終發言權。”

近年來，美國發生了多起涉種族主義的大規模槍擊事件。《華盛頓郵報》說，拜登曾在競選總統時承諾要“重築美國的靈魂”，而布法羅槍擊案的發生不禁讓人對他的承諾產生質疑。有分析人士稱，拜登團隊也意識到此次不能僅擺出“善解人意”的姿態，他在講話中需要強硬的表態，以向外界發出堅定應對挑戰的信號。

自9/11以來，國內極端分子——其中許多是出于種族動機——在美國殺害的人比任何其他組織都多。

“在過去幾年里美國經歷了持續的暴力事件，這些人主要是通過消費在線內容與極端主義發生聯繫，”美國廣播公司新聞撰稿人、前國土安全部高級官員約翰·科恩說。

科恩指出，造成這種危險環境的幾個因素聚集在一起：美國話語的兩極分化，一些人將不同意自己觀點的人視為敵人；公眾人物模仿暴力極端分子的言辭；還有一個“充滿陰謀論和其他信息”的網絡生態系統，其目的是“挑撥離間，煽動暴力”。

“這些都共同構成了我所經歷的最不穩定、最複雜的威脅環境。”科恩警告說。“正是這些發展讓執法部門非常擔心，這一趨勢不僅會持續下去，而且會變得更糟。”

聯邦調查局局長克里斯托弗·雷(Christopher Wray)等人也警告，疫情期間，美國人購買了創紀錄數量的槍支和彈藥，同時在網上花費了大量時間吸收恐怖主義理論，陷入虛假信息和極端主義宣傳的海洋。

在疫情發展了兩年之後，美國人感到焦慮、憤怒，同時手上還有槍。這種有毒的組合，再加上惡毒的種族主義言論，才剛剛開始抬頭。現在我們需要哀悼，但同時，我們無助地等待下一次襲擊的消息。

拜登抵紐約布法羅：白人至上主義是“毒藥”

美國總統拜登17日攜夫人吉爾·拜登抵達紐約州布法羅市。他在講話中說，該市日前發生的大規模槍擊案，是以白人至上主義為名義實施的恐怖主義行為，他並直指白人至上主義是“毒藥”。

當天，拜登夫婦在紐約州官員的陪同下，前往案發地附近的臨時紀念碑獻花，與受害者家屬見面表達慰問，並向執法人員和急救人員表示感謝。隨後，拜登在當地社區中心發表講話。

“失去親人的感受，就好像胸口出現了一個黑洞，”拜登說，“我們感到憤怒、痛苦和深深的失落。”

14日下午，一名18歲白人男子驅車來到布法羅市一個非洲裔聚居區的超市，他使用半自動步槍在超市內外掃射，造成10人死亡、3人受傷，其中11名中槍者為非洲裔。當天，警方在逮捕嫌疑犯佩頓·金德倫後，認定其作案動機為種族仇恨。目前，金德倫已被控以一級謀殺罪。

“簡單明瞭地說，發生在這里的行為就是恐怖主義，”拜登說。他指出，這種卑鄙的行為由仇恨引發，是以白人至上主義為名義實施的國內恐怖主義。一些別有用心的人散播所謂白人會被其他族裔取代的“替代理論”，我呼籲所有美國人拒絕這種謊言。白人至上主義是“毒藥”，我譴責那些為獲得權力、政治利益和其他好處而散播



“潑”出“珍”奇色彩 “推”出絕美畫卷

——記當代潑彩手推油畫第一人胡宗玢先生

作者:江河

認識胡老師，是通過我的一位學生介紹，見到胡老師本人之後，我的心頭產生一震，眼前的這位老人頓時讓我肅然起敬。高大俊朗的外表，長髮齊肩。黑土地一般的膚色，配上他那身青色的唐裝布衣，讓人一看就知道，這位畫家與眾不同。胡老師有着雷厲風行的舉止，幹練爽朗的外貌，即像一個武術練家，又像一個藝術大家。他兩眼睿智有光，精神抖擻。走起路來像疾風，說起話來像驟雨，聲如洪鍾，滔滔不絕。所談話語讓聽者通俗易懂，方言土語其詞彙層出不窮。胡老師非常的好客，他請我到客廳坐下，為我斟上一杯濃茶，和我慢慢地聊了起來。聽胡老師講生活雜談，真是一種樂事。交流中，我感覺到自己就像一個井底之蛙，聽他講啥都是喜歡。他的那些對繪畫的獨特感悟，思路飛馳，讓我茅塞頓開，坐在他的對面，我根本插不上嘴。只能用心領會，洗耳聆聽。

胡老師今年已經 78 歲了，他德高望重，不愧為一個重量級的當代潑彩手推畫藝術家。他見識多廣，性情果敢擔當。年輕的時候，胡老師當過區體校的業餘教練，每天帶著學生長跑，自己摸索出一種培養學生的技法，所有付出勝過正規學院派教練。

七十年代初期，經過他親手培養的學生蔣秀英，在奧爾良舉辦的 1500 米世界長跑比賽中榮獲了世界冠軍，打破了當時的世界紀錄，為咱們瀋陽人掙了光，為胡老師掙了氣。說到這里，胡老師興奮的像個孩子，臉上綻放出一種笑容，那笑容帶着童真，帶着一種爭強好勝不服輸的精神。

胡老師是一個吃得苦中苦的人。他在工廠當過軋鋼工，那滾燙的爐火，練就了他一身的剛強意志。就像他現在的作品一樣，經過幾十年的歷練，最終達到了爐火純青。胡老師性格如鐵，心如豆腐，他理解別人的困苦，他有一個最大的心願，那就是要在晚年，在拼搏多年的繪畫仕途上，讓自己的作品再一次蝶變騰飛，更上一層樓，繼續不斷突破，未來的他要和大家一起

做公益。用一顆公益之心修為自己，幫助需要幫助的人。

善良，是中華民族的傳統美德，祖先的訓導胡老師永遠牢記在心。胡老師經常復述祖先的名言，謙卑地做人，低調地做事，經過千萬次的歷練，他的畫風不斷地在創新。他用唯美的藝術，牽動着觀賞者的靈魂，那一雙巧手每天都在不停地潑、潑、潑！潑出一幅幅江河壯美萬里，潑出一片片群山錦綉巍峨。潑出一條條魚兒在水里游走，潑出山花爛漫，五彩紛呈，彩雲



漂泊。

聽老人們常說，如果一個人，他形象長的獨特，性格也獨特，思維更獨特，那他一定不是一般之人，此人一定有着自己的獨門絕技，一定有着的一雙常人沒有的慧眼。我想，胡老師就是這樣的一個人吧。

走進胡老師的畫室，讓我心門大敞、腦洞大開。眼前的無數幅作品讓我心頭一震，心中湧起陣陣波瀾。如果不是我親眼所見，我絕對想象不出這些經典的藝術精品，是出自於人類之手。這分明是神來之筆啊，是上帝賜予人間的大美杰作！

那宇宙飛龍，彩雲錦綉，群山遠至雲里，天水一泄清流。那霧氣纏綿，群龍走秀。棵棵樹枝如一只只神來小手，在天地間和大自然頑皮地交流。遠山聽濤，仙氣游走。天空上繚繞的淡淡雲朵，和那翠藍的天體相融，讓煩躁的人心立即得以安眠、停泊、靜修。

雲中有天眼，金蟾畫中逗。蛟龍遊戲淺海

底，小蟲樹上蕩悠悠。在看那畫面的着色：綠翠欲滴，紅顏似火，黃彩高貴，嬌藍雅綉。

胡老師把大自然的七彩光芒浸透在自己的靈魂里，他運籌帷幄，信手拈來，創造出一幅又一幅人間美景，美不勝收。

潑一片“玢”芬，瞬間就是山河凸起。拋一把潔白，一片片雲朵到天上傲游。捧一捧新綠，譜寫一句句青葱歲月之曲。灑一片紅火，彷彿生活立刻變成幸福快樂。彈幾粒鵝黃，高貴的靈魂就被渲染得嫵媚多姿，彰顯風流。





鄧曼芝

Mizilain

#CAF2022CLE
**Cleveland
 Asian Festival**

Saturday & Sunday
May 21 & 22, 2022
 11am – 7pm

E. 27th St. & Payne Avenue
 Cleveland, OH 44114

**Free Admission.
 Free Parking.
 No Pets.
 Masks Recommended**



Follow us:

ClevelandAsianFestival.org

ASIAN CUISINE • CULTURAL PERFORMANCES • DANCE COMPETITION • MARTIAL ARTS • FASHION SHOW
 ACTIVITIES • ASIAN POP DANCE COMPETITION • HEALTH SCREENING (inside Asia Plaza) • WORLD MARKETPLACE



ASSOCIATE SPONSORS: ASIAN AMERICAN BUSINESS RESOURCE GROUP • CLEVELAND ASIATOWN • CLEVELAND CAVALIERS AND CLEVELAND GUARDIANS • CLEVELAND PLAYHOUSE • CLEVELAND STATE UNIVERSITY
 LEVIN COLLEGE OF URBAN AFFAIRS • DOMINION ENERGY • MARGARET WONG & ASSOCIATES • THE FINCH GROUP • ST CLAIR SUPERIOR DEVELOPMENT CORPORATION

SPONSORS: ACE TAXI • ASIA PLAZA • ASIAN SERVICES IN ACTION • CUYAHOGA ARTS & CULTURE • DISTILLATA • HI-CHEW • IMAGE MEDIA LAB • MEDIA DESIGN IMAGING • MIDTOWN CLEVELAND

MEDIA SPONSORS: A SPRINKLE OF SEOUL • ASIATOWN VOICE • CLEVELAND PHOTOGRAPHIC SOCIETY • CLEVELAND INTERNATIONAL HALL OF FAME • CLEVELAND SCENE MAGAZINE • CLEVELANDPEOPLE.COM • ERIE
 CHINESE JOURNAL • INDIA INTERNATIONAL • 19 NEWS • OHIO CHINESE AMERICAN NEWS • THE LAND • THE LOTUS • TV20 CLEVELAND • WCSB • WKYC