

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

第四五期 Vol.454 Sep.30 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 麵包糕點
游水海鮮 餐館批發

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

愛是世界語 誠為人間情



詳細內容請見本期有關版面

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

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

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

黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

交流 美 中 信 息
弘 揚 中 華 文 化

服 務 華 人 社 區
振 奮 民 族 精 神

伊 利 華 報
ERIE CHINESE JOURNAL

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

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

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

Choose your gift with any \$85 purchase
Exclusive to Shiseido Cosmetics Boutiques

營業 週一至六早 10 點-晚 7 點
時間 周日休息

俄州特執照技師提供面部美容、護膚、按摩等服務 請預約

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

購買任何產品達\$85 美元 * 您可以選擇獲贈精美旅行裝套組禮物一份, 另外獲贈一個經典的 SHISEIDO 包。

Your gift of a complimentary skincare regimen and signature Shiseido cosmetic pouch with any purchase of \$85 or more!

日本の JAPANESE BEAUTY SECRETS INSIDE

冷 冷 風 雨

冷風吹走了我的夢
冷雨留不住你身影
冷月何時知我的心
冷星閃爍我不了情
你帶着緣份去天邊
我卻守着舊夢重溫

你沒有留下一舊痕
教我如何處去找尋
守不住夕陽
守不住黃昏
能守的是冷月冷星
更習慣了冷雨冷風

忽然已百首才明白
你我都是過客匆匆
有情或無情都是空
何不揮揮手送白雲

我已老了隨筆淺談人生才疏學又淺
這個題目很大 自古以來誰能說得清
我只是冰山一角 看看就好不要當真

淺 人 談 生

喜怒哀樂樂字在後頭 人生以快樂為本
春夏秋冬春字為前首 莫教好春逝匆匆
風雪雨霜眼前過 獨愛雨中行 洗去塵緣一身輕
富貴名利也曾求 求不到時任它去 強求也是空
酒色財氣看不開 老了自然清心寡慾 越生血壓越高
其實人生只要 真正努力過 珍惜過 醉過了愛過了 就是了不起
最美的人生就是簡單平凡很高興我是平凡人
詩人說人生如春花之美麗死要像秋葉之沈靜
我生在夏天 走時親人一定會哭 既然做不到詩人所說
何必要遺憾 人生難得糊塗 這個問題糊塗一下也可以

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, FI 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
Ray Antonelli Mortgage Loan Originator T: 216-337-7520
陳群 (Gwen Chen) Mortgage Loan Originator T: 216-218-8818

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 ELIGIBLE FOR SENIOR BENEFITS?

- Healthcare benefits
- Basic income support
- Food stamps
- And more!

Contact Heidi Lum for help to apply for benefits
(216) 881-0330
hlum@asiaohio.org

asiaohio.org

SIA
ASIAN SERVICES IN ACTION



(上、下圖)9月20-26日,我去了紐約和費城,我在費城會見了安良工商會老前輩彭偉權先生,我希望他們的房產投資公司能來克利夫蘭看看,費城的中國城很有規模,而克利夫蘭有老的唐人街和3個有規模的超市,以及幾家飯店和其它店舖,彭偉權先生說願意來克利夫蘭看看,期待他們的投資。

彭偉權先生是老一輩的在美國的成功華人,他是商人更是華人社團的領袖人物,他說東方亮西方亮才能照進我們每個人的心亮。千百年來世界四分五裂,戰爭給每一個家庭和個人都帶來了災難,人們內心期待和平安定。

彭偉權先生對我說:人生如夢,一晃到美國50多年。勤奮刻苦創業到守業,他想的都是東方,他的超市名字和飯店的名字都是東方,在他的心里是崛起的東方。他堅定不移孫中山先生的理念,每一個人都希望生活安定和諧,老一輩留給我們年輕一代很多的智慧。



(上圖)9月22-23日兩天,在平安街上的亞洲公園,克利夫蘭 midtown,美華協會,亞洲行動協會等組織共同舉辦了選民活動,主辦者還提供了免費的春捲每位參加選舉的嘉賓都可以拿到食物。目前的克利夫蘭平安街蒸蒸日上,非常感謝各個社團為中國城的居民提供社區教育和參與社區文化建設的機會。



(上圖)克利夫蘭亞洲商場的負責人是 Steven Hom, 他們家族早年就擁有了這個商場。Steven 先生兢兢業業管着這個商場,他話語不多,但總是面帶笑容。那天他正在打理百佳超市前面的要出租的餐廳,他說,原來已經租下的餐廳,因為

圖片新聞



(上圖)在百佳超市正門對面有一家華人住家,他們家的門口都是鮮花,男主人在餐廳工作,女主人在百佳工作,他們把自己的家門口打理得非常漂亮,我每一次路過那里都感受到花香。還有中國城的每一條街都有人家種蔬菜和鮮花,我也享受鄰居送的新鮮蔬菜和鮮花。

店主身體不好餐廳就沒有開業。

Steven 對我說,我們都努力工作生活。因為最近他的哥哥60歲往生了,我們兩聊起了生命。生活對每一個人都不容易,尤其疫情以後,人們心里或多或少有點陰影,但我

們每天都要迎接新的一天,大家都要开开心心快樂樂平平安安安過好每一天。

中國城住着不同族裔的各族人,伊利華報報社就在中國城最熱鬧的平安街,有華人教堂和還在裝修的佛堂。

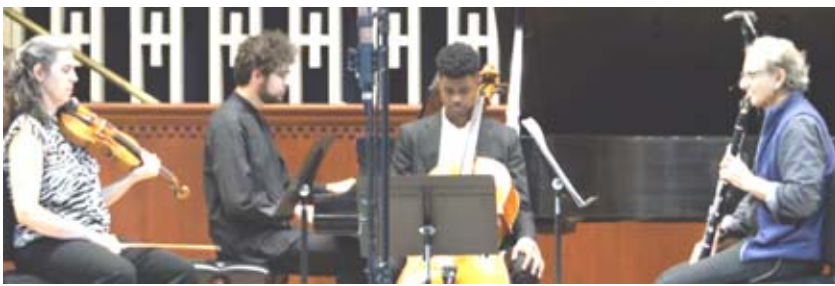
Upcoming event:

FRIDAY, NOVEMBER 4 at 7:30pm Cultural Arts Center of Disciples Church ChamberFest Cleveland presents our very?

Franklin Cohen (clarinet) in concert with Amanda Powell (soprano) and Peter Takács (piano)?at Disciples Church in Cleveland Heights in a performance entitled?Echoes From the Valley: Global Folk Songs

in a Chamber Setting. Join us for works by Schubert, Schumann, Ravel, and more. Tickets on sale soon - stay tuned!

We are so grateful for your support! Donate today to support the music and musicians we love. Every gift, no matter the size, makes an impact. Your generosity helps to make it all possible!



Boris Oicherman named Cleveland Foundation program director for arts & culture Curator, artist and engineer joins the foundation team today



CLEVELAND (Sept. 19, 2022) - Following a national search, the Cleveland Foundation is pleased to announce that Boris Oicherman, Ph.D. will join the foundation as program director for arts & culture, effective today (Sept. 19). Oicherman comes to Cleveland from the Weisman Art Museum, University of Minnesota-Twin Cities, where he was the inaugural Cindy and Jay Ihlenfeld Curator for Creative Collaboration.

"Boris brings a truly unique set of skills to the Cleveland Foundation's program team," said India Pierce Lee, Cleveland Foundation senior vice president for program. "As an artist, museum curator and engineer, his distinctive perspective will have a tremendous impact on the Northeast Ohio arts community."

In his role at the Weisman, Oicherman established and led a new program that supports collaborative practices in the arts. He pioneered innovative curatorial practices that prioritize inclusion, access and the long-term transformative potential of art. Over the course of his five-year tenure, Oicherman spearheaded a strategic direction in support of culturally diverse initiatives that transcend disciplines, media and sectors while combining visual arts, a-

cademic research, crafts, activism, Indigenous knowledge, music, creative writing and performance. Combined with an intentional, focused outreach to artists working in and with communities underserved by the museum, and investment in long-term relationship building, his strategy resulted in uniquely inclusive, sustainable and community-engaged museum programming.

Prior to his time in Minneapolis, Oicherman was an artist specializing in site-specific installation and performance, interdisciplinary collaboration, public art and social sculpture. (oicherman.art) He has created more than 50 site-specific works, participated in international artist residencies in Israel, South Korea, Poland, Spain, Croatia, Bulgaria, and the United Kingdom, and received multiple production and research grants for his work.

Oicherman is also a color scientist. He conducted research for the Hewlett Packard Laboratories, Indigo Electronic Printing Systems and other corporations, registering twelve U.S. and international patents in his field. Oicherman's educational background includes an M.S. in digital color imaging from the University of the Arts London, a Ph.D. in color science from the Leeds University and an M.F.A. in arts practice from Stanford University.

Oicherman will be joined in Cleveland by his partner, Katya, a curator, artist and researcher of textiles; and their son, Michael.



Advertisement for Jin Huo Community Senior Center Open House. Includes text: 'Come See Our New Jin Huo Community Senior Center Open House October 1, 2022 Saturday 11:00am - 1:00pm Light Refreshments 730 Carroll St., Akron OH 44304 RSVP by 9/26/2022 Ajina at (330) 842-6090 or RSVP Here'. Also features logos for Jin Huo and ASIA, and a QR code.

Governor DeWine Announces Support for Community-Based Interventions to Prevent Violent Crime

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today announced that support is now available for non-profits and governmental agencies to establish or enhance community-based interventions to prevent violence and connect crime victims to recovery services.

A total of \$20 million in grant funding is now available as part of Governor DeWine's new Community Violence Prevention Grant Program, which is administered by the Ohio Department of Public Safety's Office of Criminal Justice Services (OCJS). The grant program is aimed at supporting community-based nonprofits, law enforcement agencies, and state and local government entities that have implemented or would like to implement collaborative approaches toward reducing community violence.

"There are many great collaborations all over the state that are working to help victims of

violent crime and prevent future violence," said Governor DeWine. "The goal of this new grant program is to help these entities enhance their work and make an even bigger impact."

Examples of eligible projects include:

Wrap-around services for child victims of violence and their families.

Peer and community support programs that target immediate violence reduction and provide resources for those most likely to be involved in violence.

Civilian-based crisis response teams that support individuals undergoing behavioral crises.

Focused-deterrence programs that discourage specific high-risk offenders from committing crimes while also offering resources and support.

Hospital-based violence intervention programs that focus on reducing retaliatory violence and preventing re-injury by engaging injured victims of vio-

lence crime while they are recovering in the hospital.

Trauma recovery programs that address the needs of underserved crime survivors.

The Community Violence Prevention Grant Program is funded as part of the \$250 million in ARPA funds that Governor DeWine and the Ohio General Assembly dedicated to first responders in December to counter various pressing issues exacerbated by the pandemic, including increased crime rates.

The program is one of several new grant programs developed by Governor DeWine since taking office in 2019. Other programs developed to prevent violent crime and support the work of first responders include the Ohio Narcotics Intelligence Center, Ohio School Safety Center, Ohio Office of Law Enforcement Recruitment, Ohio Of-

fice of First Responder Wellness, Ohio Prisoner Extradition Reimbursement Program, Ohio Body-Worn Camera Grant Program, Ohio Violent Crime Reduction Grant Program, Ohio Ballistics Testing Initiative, Ohio Crime Lab Efficiency Program, Ohio First Responder Recruitment, Retention, and Resilience Program, Ohio Court Backlog Reduction Program, and the new eWarrant database.

Additional Grant Information

The grant application is available via the OCJS grant solicitation website, and all applications are due by November 1, 2022, at 5 p.m. Applicants may apply for up to 24 months of funding, which can be back-dated to September 1, 2022.

Applicants can register for a voluntary bidder's conference training webinar for the American Rescue Plan Act Funding on October 6, 2022, from 10 a.m. to 11 a.m. The training will provide information helpful for both the application preparation and review process.

Governor DeWine Announces Partnership with Midwest Governors to Establish a Regional Hydrogen Coalition to Expand Economic Opportunity

September 19, 2022

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today announced a partnership between six fellow governors in Illinois, Indiana, Kentucky, Michigan, Minnesota, and Wisconsin to collaborate on developing a robust hydrogen market, supply chain, and workforce across the Midwest by signing the Midwest Hydrogen Coalition Memorandum of Understanding (M-H2 Coalition MOU).

"Ohio has always been a leader in innovation and technology, and this partnership will be the start of a new era of energy production that will create jobs and grow our economy," said Governor DeWine. "This is just the beginning of our support for a clean hydrogen market,

and we look forward to relationships like the one announced today developing and expanding in the Buckeye State."

The M-H2 Coalition MOU will support advancing hydrogen production in the region, with little to no greenhouse gas emissions, while leveraging participating states' unique assets. Developing a strong Midwest hydrogen market ecosystem that reduces pollution, enhances energy security, and improves public health outcomes will enable existing industries to remain globally competitive and encourage new industries to build and grow in the Midwest.

View the Midwest Hydrogen Coalition Memorandum of Understand-

ing

The coalition will conduct its work by employing a coordinated multi-state, multi-sector approach to developing a robust and sustainable hydrogen economy across the Midwest, informed by industry, academic, and community engagement. Ohio will utilize its advanced manufacturing, engineering, and research and development expertise to help promote diverse hydrogen production pathways throughout the Midwest region. These innovations and opportunities will be crucial to safeguard the region's manufacturing economy in the long term.



Governor DeWine Orders Flags Lowered in Honor of Sheriff Dale Williams

September 26, 2022

(COLUMBUS, Ohio)—In honor of the life and service of Carroll County Sheriff Dale Williams, Governor DeWine



has ordered that flags of the United States and the State of Ohio be flown at half-staff upon all public buildings and grounds throughout Carroll County. Flags shall remain lowered until sunset on the day of his funeral.

All other public buildings and grounds throughout the state may fly the flags of the United States and the State of Ohio at half-staff at their discretion for the same time period.

Governor DeWine Awards \$7.7 Million for First Responder Wellness

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine announced today that 20 local first responder agencies will receive a total of \$7.7 million to help them boost their staffing levels to ensure thorough coverage for emergency response.

The grants represent the second round of the new Ohio First Responder Recruitment, Retention, and Resilience Program. To date, Governor DeWine has awarded \$9.4 million to 46 Ohio agencies as part of this program, which supports wellness needs of first responders such as stress and burnout caused by understaffing.

"By helping our first responder agencies bring their staffing levels up, we hope to ease some of the stress on current staff who are taking on added responsibilities," said Governor DeWine.

A total of approximately \$75 million will be awarded to law enforcement agencies, dispatch centers, fire departments, and emergency medical services agencies as part of this program in coming months.

Entities receiving grant funding as part of the second round of the Ohio First Responder Recruitment, Retention, and Resilience Program are as follows:

Athens County 911 will receive \$285,893.96 to hire two full-time dispatchers.

Athens County Emergency Medical Services will receive \$341,520.60 to hire two full-time paramedics.

Bethesda Fire Department (Belmont County) will receive \$209,294.40 to hire one full-time EMT, one full-time EMTA, and one full-time paramedic.

Brook Park Police & Fire Departments (Cuyahoga County) will receive \$220,773.84 to hire one full-time firefighter/paramedic.

Chagrin Valley Dispatch (Cuyahoga County) will receive \$556,267.38 to hire three full-time dispatchers.

Copley Township Fire Department (Summit

County) will receive \$472,170.21 to hire two full-time firefighter/paramedics.

Franklin Township Fire and EMS (Clermont County) will receive \$856,554.76 to hire one full-time captain, one full-time lieutenant, three full-time firefighters/paramedics, and one part-time firefighters/paramedic.

Highland Heights Fire Department (Cuyahoga County) will receive \$219,504 to hire one full-time firefighter/paramedic.

Hocking Township Fire Department (Fair-

field County) will receive \$472,170.21 to hire two full-time dispatchers.

Marion Police Department (Marion County) will receive \$194,465.56 to hire one full-time officer.

Metropolitan Emergency Communications Consortium Regional Council of Governments (Franklin County) will receive \$630,474 to hire three full-time dispatchers.

Monroe Township Fire Department (Licking County) will receive \$796,610.24 to hire four full-time firefighters.

The Ohio First Responder Recruitment, Retention, and Resilience Program is administered by the Ohio Emergency Management Agency.

The program awards funding for initiatives that support wellness programs addressing mental, physical, and emotional health issues unique to first responders; recruitment and retention efforts to restore workforce levels; onboarding and training costs; and explorer programs to engage young adults about first responder careers. This funding includes approximately \$1.3 million that was awarded to several statewide service providers in June.

The program is funded as part of the \$250 million in American Rescue Plan Act (ARPA) funding that Governor DeWine and the Ohio General Assembly dedicated to first responders last year to help counter various pressing issues exacerbated by the COVID-19 pandemic, including increased stress and decreased staffing levels.

Governor DeWine has also placed enhanced focus on the wellness of first responders through the creation of the Ohio Office of First Responder Wellness within the Ohio Department of Public Safety. The new statewide office focuses exclusively on the well-being of first responders and provides specialized support and training to help emergency-response agencies proactively address post-traumatic stress and other traumas caused by factors that are unique to first-responder careers.

Other assistance for first responders developed by Governor DeWine since taking office in 2019 includes the creation of the Ohio Narcotics Intelligence Center, Ohio School Safety Center, Ohio Office of Law Enforcement Recruitment, Ohio Prisoner Extradition Reimbursement Program, Ohio Body-Worn Camera Grant Program, Ohio Ballistics Testing Initiative, Ohio Crime Lab Efficiency Program, Ohio Violent Crime Reduction Grant Program, Ohio Court Backlog Reduction Program, and the new eWarrant database.

Ohio First Responder Recruitment, Retention, and Resilience Program
Round Two: \$7.7 million

- Athens County 911
- Athens County Emergency Medical Services
- Bethesda Fire Department (Belmont County)
- Brook Park Police & Fire Departments (Cuyahoga County)
- Chagrin Valley Dispatch (Cuyahoga County)
- Copley Township Fire Department (Summit County)
- Franklin Township Fire and EMS (Clermont County)
- Highland Heights Fire Department (Cuyahoga County)
- Hocking Township Fire Department (Fairfield County)
- Indian Lake EMS (Logan County)
- Kirtland Fire Department (Lake County)
- Lakemore Police Department (Summit County)
- Marion County Sheriff's Office
- Marion Police Department (Marion County)
- Metropolitan Emergency Communications Consortium Regional Council of Governments (Franklin County)
- Monroe Township Fire Department (Licking County)
- North Hampton Police Department (Clark County)
- Port Clinton Fire & Rescue (Ottawa County)
- Stonelick Township Fire Department (Clermont County)
- Wayne Township Fire and Rescue Department (Clermont County)

MIKE DEWINE GOVERNOR OF OHIO
 JON HUSTED LT. GOVERNOR OF OHIO

field County) will receive \$701,515.52 to hire four full-time firefighters/paramedics.

Indian Lake EMS (Logan County) will receive \$222,397.68 to hire one full-time EMT/paramedic.

Kirtland Fire Department (Lake County) will receive \$589,060.17 to hire three full-time firefighter/paramedics.

Lakemore Police Department (Summit County) will receive \$127,021.44 to hire one full-time officer.

Marion County Sheriff's Office will receive \$388,995.56 to hire two full-time deputies and

North Hampton Police Department (Clark County) will receive \$150,047.60 to hire one full-time officer.

Port Clinton Fire & Rescue (Ottawa County) will receive \$220,964.04 to hire one full-time assistant chief.

Stonelick Township Fire Department (Clermont County) will receive \$338,225 to hire two full-time firefighter/paramedics.

Wayne Township Fire and Rescue Department (Clermont County) will receive \$182,575.05 to hire one full-time firefighter/paramedic.

Full List of Grant Recipients: Rounds 1 & 2

所有納稅人都應該瞭解的第三方代表的授權類型

國稅局稅務提示 2022-145
2022年9月21日

在與國稅局打交道時,納稅人有權代表自己。他們也可以選擇第三方代理人來代表他們,例如稅務專業人士或家庭成員。納稅人應確保其代表有權在國稅局面前執業(英文)。

納稅人如果想要讓第三方代表他們,必須正式授予代表許可。

以下是不同類型的第三方授權:

委託書(英文) - 允許某人在國稅局面前代表納稅人處理稅務事宜。代表必須是在國稅局前授權執業的個人。

執業的個人。

稅務信息授權(英文) - 指定任何人審閱或接收納稅人在特定時期、特定稅種的保密稅務信息。

第三方指定人(英文) - 在納稅人稅表上指定一個人,來與國稅局討論特定稅表和特定年度的事宜。

口頭披露(英文) - 納稅人介紹的通過電話或面對面與國稅局討論特定稅務問題的某人,納稅人授權國稅局向其披露自己的稅務信息。

即使有授權的第三方代表他們,納稅人最終也有責任履行其納稅義務。

低收入代表

低收入納稅者服務處獨立於國稅局和納稅人辯護服務處。低收入納稅者服務處代表收入低於一定水平並需要與國稅局解決稅務問題的個人。這些服務處可以在國稅局和法庭面前代表納稅人處理審計、上訴和徵稅糾紛。此外,低收入納稅者服務處可以用不同的語言提供有關納稅人權利和義務的信息。服務是免費的,或者可能會收取少量費用。

項。每個國稅局免費報稅軟件合作夥伴都制定了自己的資格標準,這些標準通常基於收入、年齡和州居民身份。

4. 選擇國稅局免費報稅軟件供應商並點擊其網頁的鏈接來開始報稅。

作為替代方案,免費報稅可填寫式表格(英文)是每個人(無論收入如何)都可以使用的電子聯邦稅表。但是,只有具備足夠知識且能夠輕鬆自如地準備自己稅表的民衆才應使用。

為軍人提供的特殊選項

Miltax(英文)是國防部為軍人提供的免費稅務資源。Miltax是一套適用於軍人、符合條件的退伍軍人及其家庭成員的稅務服務。該選項沒有收入限制。Miltax包括稅表準備以及電子報稅軟件、來自稅務顧問的個人化支持以及有關報稅的最新信息。它旨在解決軍人生活的現實問題,包括派遣部署、戰地和訓練工資、住房和租金以及多州申報。符合條件的納稅人(英文)可以使用Miltax以電子方式免費提交聯邦稅表和最多三個州的稅表。

駐紮在戰區(英文)的現役軍人有更多時間提交稅表。但是,那些有配偶和家庭的人可以選擇儘快報稅,以申請他們可能有資格獲得的各種稅務優惠。如果只有一位配偶來提交聯合稅表,則必須獲得適當授權才能代表其配偶提交聯合稅表。國稅局官網提供了更多的適用於軍人的稅務信息。

其它電子報稅選項

商業軟件也使用問答格式,使報稅變得更容易。納稅人通過使用自選PIN或上一年的調整後總收??人來以電子方式簽署電子稅表。一般來說,稅務軟件會自動輸入之前用戶的信息。首次使用軟件產品的納稅人可能需要手動輸入信息。稅表通過國稅局批准的電子渠道安全傳輸並檢查錯誤。如果發現易於修正的錯誤,例如數學錯誤或不正確的社會安全號碼,國稅局會立即將其發回給納稅人進行修正。這樣可以節省時間並防止了由於一個簡單錯誤而造成的報稅延遲。

被電子報稅項目接受的稅務專業人士,有資格準備、傳輸和處理電子稅表。授權的國稅局電子報稅供應商(英文)數據庫是所有已被接受參與國稅局電子報稅項目的全國範圍內的業者的列表。

國稅局免費報稅軟件可在10月17日之前使用,納稅人應儘快提交2021年稅表

新冠疫情稅務提示 2022-142

尚未提交2021年稅表的納稅人應在準備好後以電子方式提交完整且準確的稅表,而不是等到最後一刻。對於那些想自己準備稅表的人,國稅局免費報稅軟件在報稅延期截止日2022年10月17日之前仍然可以使用。

2021年的調整後總收入不超過73,000美元的任何個人或家庭均可使用國稅局免費報稅軟件。納稅人獲得退稅的最快方式是通過電子方式提交準確的稅表並選擇轉帳直接存款。免費報稅軟件有八個英文版產品和兩個西班牙文版產品。

免費報稅軟件項目讓符合條件的人有機會報稅並申請2021年的紓困金退稅額、子女稅優惠、收入所得稅抵免或其有資格獲得的其它有價值的優惠抵免。納稅人還可以使用免費報稅軟件申請剩餘的子女稅優惠或在2021年未收到的任何預付款項。

此外,如果有欠稅,國稅局免費報稅軟件用戶可以使用國稅局直接付款或其它電子選項來繳納稅款。

通過四個簡單的步驟使用免費報稅軟件:

1. 收集用於支持扣除和抵免的所有必需文件和收入報表。納稅人只有在集齊了所有收入和扣除報表後,才應完成並電子提交稅表。
2. 前往國稅局官網IRS.gov的免費報稅頁面查看所有申報選項。
3. 使用“在線查找”工具查找合適的免費報稅軟件產品或使用“瀏覽所有免費產品”工具查看所有選

與國稅局打交道時,每位納稅人都有聘請代表的權利

國稅局稅務提示 2022-143
2022年9月19日

納稅人有權在與國稅局打交道時聘請他們選擇的授權代表來代表他們。如果他們負擔不起代理費用,他們也有權向低收入納稅人服務處尋求幫助。這是《納稅人權利法案》中概述的所有納稅人的十項基本權利之一。

聘請代表的權利對納稅人意味着什麼:

- * 納稅人有權聘請他們選擇的授權代表來代表他們與國稅局打交道。
- * 前往國稅局面談的納稅人可以選擇某人來代表他們。
- * 聘請代表的納稅人不必與他們的代表一

起出席,除非國稅局正式傳喚他們出席。

- * 在大多數情況下,如果納稅人要求諮詢代理人,例如律師、註冊會計師或註冊報稅代理人,國稅局必須暫停面談。
- * 任何律師、註冊會計師、註冊報稅代理人、註冊精算師或其他獲準在國稅局代表納稅人的人,如果在國稅局沒有被取消或暫停執業資格,則可以提交一份書面授權書,在國稅局代表納稅人。
- * 如果納稅人無力承擔代理費用,他們有權向低收入納稅人服務處尋求幫助。他們可以通過訪問低收入納稅人服務處頁面或撥打國稅局的免費電話800-829-3676找到他們附近的低收入納稅人服務處(英文)。

低收入納稅人服務處獨立於國稅局和納稅人辯護服務處(英文)。這些服務處代表收入低於一定水平並需要與國稅局解決稅務問題的個人。低收入納稅人服務處可以在國稅局和法庭上代表納稅人處理審計、上訴和徵稅糾紛。此外,低收入納稅人服務處可以以不同語言為以英語為第二語言的個人提供有關納稅人權利和義務的信息。服務免費或收取少量費用。

納稅人在選擇代報稅人時應瞭解的方方面面

國稅局稅務提示 2022-144
2022年9月20日

現在到了延期報稅的關鍵時刻了,但急于報稅的民衆在選擇代報稅人時還是應當謹慎。任何人只要擁有國稅局的報稅員稅務識別編號,都可以成為收費的代報稅人。然而,稅務專業人士的技能、教育和專長卻各有不同。

納稅人的需求將決定哪種代報稅人最適合他們。大多數代報稅人提供出色和專業的稅務服務。然而,每年都有一些納稅人被不可靠或不道德的代報稅人拖累。最重要的是,納稅人需要對其稅表上的信息負責,不論是誰準備的稅表。

要選擇能夠滿足其需求的代報稅人,納稅人應:

- 查詢國稅局聯邦稅表代報稅人名錄(英文)。這個可搜索和可分類的公共名錄可幫助納稅人找到具有特定資質的代報稅人。
- 跟商業改進局查詢代報稅人的歷史記錄。納稅人應檢查有資質的代報稅人是否有受到過任何紀律處分。對於註冊會計師,

納稅人應跟州會計委員會查詢。對於律師,他們應該跟州律師協會查詢。對於註冊報稅代理人,他們可以在國稅局官網gov上驗證代理人的身份狀態(英文)。

- 詢問費用。納稅人應避免根據退稅額百分比收取費用或提議將全部或部分退稅存入自己財務帳戶的代報稅人。他們應該警惕聲稱可以獲得比競爭對手更多退稅額的代報稅人。

- 詢問代報稅人是否計劃使用國稅局免費報稅軟件。納稅人應確保其代報稅人有提出使用國稅局免費報稅軟件以電子方式提交稅表的選項。

- 確保能聯絡到代報稅人。一些代報稅人只從事季節性工作。納稅人應考慮在報稅截止日期過後是否還能聯絡到代報稅人。納稅人之所以應這樣做,是因為可能需要代報稅人回答準備稅表的相關問題。

- 確保代報稅人簽名並附上他們的報稅員稅務識別編號PTIN。收費的代報稅人必須有一個PTIN才能準備稅表。代報稅人還必須在稅表上簽名並附上他們的PTIN。

- 瞭解代報稅人的資質。註冊報稅代理人(英文)、註冊會計師和律師擁有無限的執業權利,可以在國稅局面前代表納稅人處理任何稅務問題。但是,參加國稅局年度報稅季項目(英文)的代報稅人的執業權利有限。他們必須已經準備好並簽署了稅表,並且只能在稅表被審查之前代表納稅人進行與納稅人辯護服務(英文)和客戶服務相關的活動。



请注意:9月30日之前提交2019和2020年的稅表,获得新冠疫情罰款寬減

IR-2022-163,2022年9月22日,

華府一美國國稅局今天提醒受新冠疫情影响而遭遇困境的個人和企業,如果他們在2022年9月30日之前提交2019年和2020年的稅表,或有資格獲得逾期報稅的罰款寬減。

這一舉措除了為受新冠疫情影响的個人和企業提供寬減外,旨在讓國稅局將其資源集中處理積壓的稅表和納稅人信件,從而幫助2023年報稅季恢復正常運作。

“在給與此罰款寬減之前,我們認真考慮了罰款的種類、所涵蓋的時間以及期限。我們理解稅務界和其他人士對於9月30日的罰款寬減截止日所提出的的顧慮。”美國國稅局局長Chuck Rettig表示,“國稅局需要對下一個報稅季進行規劃,同時要持續處理積壓的今年早些時候提交的稅表,9月30日的罰款寬減截止日對我們的工作進行了平衡。對我們來說至關重要的是,不僅要為受新冠疫情影响的民衆提供重要援助,而且這個截止日期還讓我們有足夠的時間來準備系統和工作流程,以便在2023年的報稅季為納稅人和稅務社區進行服務。”

上個月宣佈的寬減適用於未報稅的罰款。當聯邦所得稅表逾期申報時,罰款通常按每月5%的比率評估,最高可達未繳稅款的25%。

此寬減適用於1040和1120系列表格,以及IRS.gov上發佈的通知2022-36(英文)中列出的其它表格。

對於在新冠疫情期间拖欠稅款的任何人來說,這是一個很好的機會。想要獲得該項寬減,任何符合條件的所得稅申報表必須在2022年9月30日或之前提交。

在9月30日的截止日之後的幾個月提交的人,仍然可以獲得部分的罰款寬減。這是因為,在這個日期之後提交的符合條件的稅表,將從2022年10月1日開始累積罰款,而不是從稅表的原始到期日開始。由於罰款會依據稅表逾期的每個月或部分月進行累積,儘早申報可以限制任何適用的費用。

與未報稅罰款不同,未繳稅罰款與利息仍將適用於未支付的稅款,依據稅表的原始到期日。未繳稅罰款通常為每月0.5%(百分之零點五)。目前利率為每年5%,每日複利,2022年10月1日利率將增(英文)至6%。

納稅人可以通過及時支付來限制費用。如需更多信息,包括有關快速便捷的電子支付選項的詳細信息,請訪問IRS.gov/payments。罰款和利息費用通常不作用於退稅。

該通知還提供了當申報時進行罰款評估,

某些國際稅務資料申報表的申報人可獲得的寬減的詳細信息。當罰款是查稅的一部分時,適用的國際稅務資料申報表無法獲得寬減。要獲得此項寬減,任何符合條件的稅表必須在2022年9月30日或之前提交。

罰款寬減是自動的。這意味着已經報稅的符合條件的納稅人不需要提出申請,目前正在報稅的人也不需要再在稅表上附上聲明或其它文件。一般來說,那些已經支付了罰款的人會獲得退稅,大部分在9月底之前。

某些情況不提供罰款寬減,例如提交了欺

詐性稅表、罰款是折衷付稅提議或結案協議的一部分,或罰款是最終由法院裁定的情況。

此寬減僅限於通知明確說明有資格獲得寬減的罰款。對於不符合條件的罰款,例如未繳稅罰款,納稅人可以使用現有的罰款寬減程序,例如根據合理原因標準或首次寬減項目來申請寬減。請訪問IRS.gov/penaltyrelief來瞭解詳情。

此寬減不適用於2021年的稅表。無論他們是否獲得了報稅延期,國稅局都敦促每個人儘快提交2021年的稅表,以避免處理延誤。有關報稅提示?,請訪問國稅局官網IRS.gov。

伊利華報惠登廣告

熱線電話:216-324-2959

克里夫蘭傷痛診所
Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician

中西醫並用。輔以天然藥、營養藥、中成藥、手法、理療、調理。治療各種痛症、傷痛。(但不用化學藥、不動手術,因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。
趙文學 醫生
中醫針灸師
中醫師
西醫骨柱神經科
傷痛症專科
接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關賠款必要的診療報告。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

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 準確價優

2999 Payne Ave, Suite 114, Cleveland, OH 44114
克里夫蘭亞洲商場內(華酒樓和百佳超市之間)
(330)776-8068 (330)819-3067
E-mail:tzhcpa@gmail.com
www.tzhcpa.com
Global Capital Management LLC

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

UCLA 最新調查:亞太裔 8%遭新冠仇恨 其中 84%曾受辱罵

洛杉磯加州大學(UCLA)衛生政策研究中心(CHPR)21日公佈「加州健康訪談調查」(California Health Interview Survey, CHIS)發現,加州亞太裔成年人每12人中就有1人或8%,因為新冠病毒(COVID-19)遭遇過仇恨事件,其中84%表示曾經被辱罵或侮辱。

自COVID-19大流行初期以來,美國針對亞裔美國人和太平洋島民的仇恨事件令人震驚地上昇,促使美國通過了拜登總統2021年5月簽署的《COVID-19仇恨犯罪法案》,然而仇恨犯罪行為並未就此結束。

洛加大衛生政策研究中心在2022年2月至5月期間,向加州亞太裔成年人進行了一系列與新冠病毒相關問題的抽樣調查,83.7%遭遇語言侮辱或攻擊,13.9%遭遇身體虐待和攻擊,13.9%遭遇網絡欺凌,10.5%遭遇其他形式的仇恨事件;調查還發現,超過五分之一(22%)的亞太裔成年人,目睹了另一名亞太裔成年人,被施以不同形式的攻擊和侮辱。這些數據現已放在該中心的COVID-19儀表板初步數據上。

該政策研究中心主任兼首席研究員潘思(Ninez A. Ponce)博士說,「2020年加州健康訪談

調查數據發現,由於COVID-19大流行,約4%的亞太裔美國人,因為其種族/民族而受到不公平對待。當天發佈的數據顯示,這一比例翻了一番。仇恨事件會造成長期的心理和身體創傷,因此我們必須及時提供經常被忽視的種族和族裔群體的數據,以便決策者能夠採取措施,制止加州的仇恨事件。」

該中心同時發佈了一系列針對COVID-19相關問題的調查結果,涉及加州人遭遇COVID的經歷、對疫苗和加強針的看法、疫情大流行對個人和財務的影響,以及降低風險的行為。

「大約33%感染新冠的加州成年人,正在經歷長期的新冠症狀。與高收入的成年人相比,低收入者長期感染COVID的可能性是高收入者的兩倍多。52%處於聯邦貧困線(FPL)0-99%的成年人,以及53%高於貧困線100-199%的成年人,長期患有新冠肺炎;而高於貧困線300%及以上的成年人,這一比例僅為22%。」

2022年6月的調查還發現,更多加州成年人不戴口罩,超過五分之一(22%)的加州成年人表示,他們過去一周離家出門時從未戴過口罩,而2月至3月期間這一比例只有8%。

其他發現還包括大流行對個人就業和財務影響:17%加州成年人的收入或工作時間減少,13%加州成年人支付賬單、學費和購買雜貨等基本必需品有困難;高中學歷以下的成年人(20%),比擁有學士(8%)或研究生學位(4%)的成年人,更有可能遭遇經濟困難。21%的低收入的加州成年人,因為裁員、企業倒閉和市場變化而失業,而只有8%高收入加州人失業;換言之,低收入失業者是高收入失業者的兩倍多。

審,以詐欺盜竊與偽裝公務員等罪起訴,即將進入庭審程序。

法院信息顯示,王星20日在賓州Summit鎮的地區法院接受審前聽證,法官麥高恩(Brian McGowan)宣佈他面臨包括共謀參與非法活動(Dealing in Proceeds of Unlawful Activities)與共謀詐欺盜竊等重罪與一項偽裝公務員輕罪起訴,他已交付2萬5000元的保釋金候審,尚未宣佈下次上庭時間。

根據起訴書,王星與50歲的李榮驕(Rongjiao Li)于去年5月21日,用虛假的號碼致電伊利郡(Erie County)一名女性居民,指她參與不法活動,正被通緝;受害人最初判定遭遇詐騙,立即掛斷電話,但被告通過軟件修改電話號碼,偽裝成伊利郡警局電話號碼再度致電這名女性,取得對方的信任。

受害女性隨後按騙徒的指令寄送價值逾1萬元的比特幣與山姆會員商店(Sam's club)的禮卡,以清除她的「犯罪紀錄」,但隨後前往警局確認時,發現自己被騙,報警求助;因王星與李榮驕在新州使用受害者寄送的禮卡,在新州警方的協助下,監控錄像中確認王星的駕駛的私家車,隨後鎖定兩人的身分。

王星於今年年初駕車外出時被警方攔停逮捕,移送回伊利郡受審,本月6日過堂,關押至20日,他在辯護律師的陪同下,同意進入庭審程序,已交付保釋金獲釋;李榮驕依然在逃,若被捕,她將面臨與王星相同罪名被當局控告。

“你被通緝了!” 紐約華裔男子涉假冒警察詐騙逾萬元?



王星涉嫌詐欺一名賓州女性,即將面臨庭審。

報住在紐約市的49歲男子王星(Xing Wang,姓名皆音譯),去年5月與同夥偽裝成賓州當地的警員,欺詐一名女性居民,聲稱對方有犯罪紀錄,要求受害人支付逾1萬元的比特幣與禮卡,他在紐約被捕後,日前引渡到當地受

中國留學生成“錢驢”! 落入騙局要坐牢!

近日,加拿大一位安全和國防專家表示,在加拿大的國際學生正在充當“錢驢”,從中國大陸和香港,洗刷犯罪現金。這裡的“錢驢”,指的是有意或無意地為犯罪組織轉移犯罪資金的人。

安大略省金斯敦的加拿大皇家軍事學院和皇后大學的教授Christian Leuprecht說,每個賬戶的金額從10萬到數百萬元不等。

Leuprecht表示:“這些學生在加拿大開設銀行賬戶,通過電匯接受來自海外人員的大量資金。”

加拿大皇家騎警的女發言人Robin Percival說:“學生往往是招募錢驢的目標。職業洗錢者會專注於一些特定的社交媒體平台。這些社交平台往往是特定種族目標使用的。”

Percival補充說:“犯罪分子會宣傳說,學生可以通過在家工作賺錢。”

她強調由於社交媒體的使用,且年輕人的財務經驗不足,學生會特別容易受到虛假廣告的影響。

收到資金後,錢驢負責將其轉給洗錢計劃中的另一個組織。

Leuprecht解釋說:“有時,學生可以從中得到一部分錢,有時他們什麼也得不到,因為犯罪分子會威脅他們的家人。”

對學生來說,這些金融交易可能會引起調查人員的注意。

加拿大金融情報機構FINTRAC在其年

投資加密貨幣 華人退休工程師被騙30萬

華人(專題)退休工程師張先生最近踏入殺豬盤圈套,以為找到投資加密貨幣的正規網站,從退休帳戶領出將近30萬,卻發現投資金全部進了詐騙網站,有去無回,令全家人懊惱不已。

移民(專題)美國40多年的張先生受訪時說,今年5月初他收到來自Line帳戶名為Coco的女子聊天訊息,Coco自稱住在佛羅里達州,從事服裝設計工作,兩人相談甚歡。這位女士談起自己投資加密貨幣獲利可觀,還捐款給慈善組織,建議張先生也把握時機,嘗試新興的加密貨幣市場。

張先生指出,在Coco的指導下,他先在Coinbase網站設立帳號,並投入大約5萬元,事前他曾對這個網站進行瞭解,確認為合法加密貨幣交易網站。不久後,Coco介紹了另一個貨幣交易網站CBOT的應用程式,他下載在手機上,這個應用程式設計完整,不但即時追蹤加密貨幣市場交易訊息,還列出當日網站上最高的交易金額,以及獲利最高的投資者,其中不乏一日之內資金漲幅高達20%的案例。張先

度報告中說:“他們的銀行賬戶顯示有大量來自各種未知來源的現金存款的進出活動。這些銀行活動與國際學生的正常財務狀況不一致。”

這些資金往往通過賭場和購買房地產、豪華汽車和其他高價值商品來進行洗錢。

Leuprecht說,加拿大官員剛剛意識到這個問題,而他們在澳大利亞的同行已經調查了好幾年了。

他認為:“我們可以假設,這些洗錢者在加拿大已經運作了很長時間,而我們花了一些時間才發現。”

專家敦促加拿大的國際項目對學生進行教育,讓他們瞭解虛假的招聘廣告,並在與不認識的人在社交媒體上聊天時保持謹慎。

此外,他們應該讓學生認識到參與洗錢的風險。如果被發現,洗錢者可能會被送進監獄或被驅逐出加拿大。

所以各位留學生們,千萬不要相信一些能“賺快錢”的招聘廣告,更不要輕易把自己的銀行信息透露給陌生人。



生為提高了獲利率,不但領出退休帳戶里的積蓄,還以自己的進出口公司名義向銀行借貸數萬元,並坦承曾向朋友借錢周轉,但所幸他的朋友都沒有答應。

在家人口中一向精明的張先生,曾試着用CBOT應用程式領出2000元,過程順利有如銀行的電子轉帳一般,因此他認定這個貨幣交易網站值得信賴。

先後投入近30萬元後,張先生的家人發現他從以前每日外出運動,變成整天守在電腦前;張先生還告訴家人他從退休帳戶領出積蓄,可能導致明年的所得稅稅金增加,引起張太太和兒子警覺,仔細詢問後,才發現張先生的貨幣交易應用程式根本是詐騙集團特別設計的圈套,雖然張先生打開手機上的應用程式,可以看到個人帳戶總金額高達40多萬元,但是進一步操作時,應用程式卻顯示「維修中,無法登入」的狀態。

張先生坦承,起初不相信兒子說自己成了詐騙集團眼中的肥羊。他想到銀行匯款時,也曾有銀行人員勸他不要一次進行高金額匯款。

張先生向聯邦調查局報案後得知,美國已有不少人上當,聯邦調查局追查資金流向泰國、柬埔寨等地,被害人追回損失的可能性不高。張先生表示,希望以自己的親身經歷,提醒讀者不要隨便相信通訊或交友軟體上要求加好友的訊息,尤其是有關加密貨幣的投資圈套,背後可能由跨國的詐騙集團操控。

首位華人女性被刻上美國硬幣 經歷好萊塢黃金時代

據《中國日報》消息,今年10月25日,美國造幣廠將發行印有華裔女星黃柳霜(Anna May Wong)頭像的25美分硬幣。黃柳霜將成為被刻上美國硬幣的首位華人女性。

黃柳霜是一位跨時代的傳奇華裔女性,她經歷了好萊塢電影的黃金時代,是許多人心中“20世紀最重要的美籍華裔影星”,同時,黃柳霜也是廣東台山人。

在近日上映的紀錄電影《追光萬里》中,我們可以瞭解到更多關於這位傳奇早起粵籍電影人的故事,同時,關於盧燕、蔡楚生、李小龍、黎民偉等粵籍電影人故事也在其中娓娓道來。這些電影人有着相同的特質,那便是都敢為人先,敢闖敢拼,以他們的追光歷程表每一個時代的家國情懷。



黃柳霜

展現早期粵籍女影人的力量

在翻飛的動畫中,《追光萬里》將黃柳霜的故事娓娓道來:年幼時,黃柳霜和家人在美國唐人街居住,那時對電影有着莫大好奇的黃柳霜常常溜到片場中觀看電影拍攝,被稱為片場CCC(Curious Chinese Child)——好奇的中國娃娃。到了14歲,她首次在電影中扮演了一個小

配角,以此進入了電影世界。

如果細數黃柳霜的生平,觀眾會發現她17歲時出演的電影《海逝》是頗為重要的,在其中,她演出一位中國少女蓮花,蓮花在電影的結局投水自盡,黃柳霜以那個時代東方女性特有的含蓄、細膩表演贏得了莫大的關注。

另一個對黃柳霜至關重要的情節呈現了她回到祖國時的資料影像。那是在她落選由賽珍珠小說《大地》改編的電影中女主角時,賽珍珠的《大地》寫的正是中國人的故事,但外表頗有東方風韻的黃柳霜,最終卻因“太東方了”而落選這個角色。她決定回中國看一看。在那時候的上海和香港,當時的影后胡蝶和京劇大師梅蘭芳等皆熱情地接待了她,她在中國之行中找到了很多慰藉。後來在抗戰爆發之時,黃柳霜變賣珠寶家當,多次發表演講支持抗戰。

盧燕

以她為紐帶看粵籍影人“追光萬里”

黃柳霜突破種族和性別藩籬,在排華風潮和質疑聲中逐漸成為國際明星,成了好萊塢星光大道中的璀璨東方之星。她的堅韌感染過不少人,比如表演藝術界的常青樹、曾出演《末代皇帝》《董夫人》等經典作品的盧燕。

盧燕身上有着和黃柳霜一樣的堅韌,她在30歲時決定學習表演,敬業和專業使得她在當



時華人並不受重視的好萊塢電影圈中頗受好評。20世紀60年代,她出演了一系列經典電影,如唐書璇的《董夫人》,李翰祥的《十四女英豪》《傾國傾城》《瀛台泣血》。

在《追光萬里》紀錄電影的開頭,盧燕將黃柳霜的生平娓娓道來。而電影《追光萬里》正是以演員盧燕作為絲帶,串起了早期粵籍影人的追夢故事。這看似簡單的串聯背後,卻一度難倒了電影導演張同道,導演張同道曾在接受南都記者採訪時說這個過程頗為燒腦:“我要找到廣東電影史里有代表性的人物,找出他們怎樣將電影拍出了世界級的水平。一是地域上包括內地、香港、台灣和洛杉磯;二是時間上要從中國電影的20世紀第二個10年開始,有一個長的時間周期。三是在人物選擇上,你不但要選演員,還必須得有導演。”

於是在盧燕的娓娓道來中,這部紀錄片還帶領着觀眾穿越歷史,看到了關於祖籍廣東江門的電影人黎民偉、祖籍汕頭的中國現實主義電影奠基人蔡楚生、祖籍佛山的華人功夫明星李小龍的精彩電影追光路。

拍攝手法 獨家史料,別致動畫還原影人開拓史

導演張同道曾在接受南都專訪時表示,《追光萬里》不同于其他紀錄電影的一點就在于,電影以獨家史料還原早期粵籍電影人

的電影開拓史。“一個熱愛電影的人會對這個片子感興趣的,甚至會很感興趣!因為別的地方看不到,《追光萬里》里有大量的獨家資料,我擔保絕大多數人包括搞電影的都沒見過。”

在電影中,許多珍貴史料被一一展出,如黃柳霜生前信件中的珍貴掃描件。據《追光萬里》製作組透露,黃柳霜的每封信都帶有其中文字印章,同時她還是位愛貓人士,有一只叫smoky的貓。

除了挖掘珍貴史料來真實描繪早期粵籍電影人的追光路之外,《追光萬里》創作團隊還多次實地走訪影人故里,這源于導演張同道對紀錄片真實性的追求,他認為紀錄片的前提一定是尊重歷史和事實,於是我們能看到電影中呈現出了主角之一盧燕出生的院子、學戲的地方等。

在如此莊重的紀錄片題材中,主創團隊還加入了生動的動畫設計。老年盧燕在動畫中逐漸轉換成年期的盧燕,她一路走,遇上了好萊塢女神雕像中的黃柳霜,在戰場前線拍攝的黎民偉、微電影傾盡心血的蔡楚生和正師從葉問學習咏春的李小龍。五位電影中的主角最後齊聚頗具粵味特色的街道,留下了時空中的珍貴合影。



領聯邦經費隱瞞與華關係 NASA 華裔研究員被判刑

太空總署(NASA)研究員成正東(Zhengdong Cheng,音譯)接受聯邦研究經費後申報虛假資料,隱瞞自己與中國1所大學的關係,被起訴後接受認罪協議,承認檢方提出的2項控罪,被法庭判監13個月,同時需償還研究經費並罰款。

綜合美聯社及德州KBTX新聞報導,根據認罪協議,本身也曾是德州農工大學(Texas A&M)教授的成正東承認違反NASA規定及偽造官方文件2項控罪,法官哈寧(Andrew Hanen)22日頒佈的刑期,相當於成正東被捕待審期間拘禁的時間,實質上不再需要服刑,但是他仍需向NASA歸



還8.6萬元研究經費,並支付2萬元罰款。

成正東2004年獲德州農工大學聘任進行太空研究,但其小組2013年獲得NASA撥出近75萬元經費時,他本人卻秘密維持並隱瞞多項與中國的關係。

領聯邦經費隱瞞與華關係 NASA華裔研究員被判刑

NASA研究員成正東因申報虛假資料,隱瞞自己與中國大學的關係,被判監13個月,並需償還研究經費和罰款。德州農工大學圖片

據悉NASA設有嚴格規定,禁止任何人將政府經費用於與中國、中國機構或中資公司之間的合作。德州農工大學也要求雇員申報利益及收入來源。

起訴書指控成正東刻意採取措施,隱瞞他與中國1所大學和至少1家中資公司的合作關係,期間他多次向NASA保證遵守規定,但是依然“故意呈交虛假及誤導資料”。案情顯示,成正東除了在美國的職務外,也是廣東某所科技大學軟物質研究所所長,該大學由中國教育部設立。

華人訪問學者回國,因為帶回這種“紀念品”被捕

這些年我們報道了很多新聞提醒華人朋友來美國,要注意不要攜帶違禁品,從中藥,補品,盜版光盤到月餅,大家踩的雷也不少。

如今因為疫情,往來兩國的航班減少,這樣的新聞少了不少。不過今天要說的是,回國帶東西,華人也需要注意。

原來有華人近期帶了“子彈”回國。據悉,在威斯康辛州麥迪遜大學做訪問學者的一位女士,近日完成訪學,要回國,她就將所有的行李打包,通過海運帶回去了。

因為現在回國需要隔離,很多準備長期回國的民衆都會選擇海運,便宜也不用包裹跟着人隔離。當時這位女士想着反正也是海運,就將50多枚.22子彈打包了。

結果可想而知,這位女士的做法已經觸犯了中國的法律,在被捕時,她表示,自己只是想給孩子留個紀念。

據芝加哥(專題)僑網報導,當時因為是海運,這位女士還找了另外一個不認識的華人一起拼單打包回國,結果也因此受到牽連,遭到警方逮捕,協助調查期間不得釋放。

其實關於這個問題在華人圈已經討論過很多次了。任何槍支彈藥類的物品都不要帶回去,即使是空彈殼也不要挑戰。



美國首例被判死刑的中國人? 中國留學生怒殺北大博士夫妻

今天刷新聞,忽然一則消息映入眼簾:中國留學生連捅80刀殘殺華人夫婦,或成美國史上首個被判死刑的中國公民!

雖然此案還沒完成終審,但據知情人士透露:

美國案發地的大陪審團已經一致同意,對這名中國留學生發起6項蓄意謀殺的指控,而且他還面臨着“在末滿14周歲的兒童面前蓄意謀殺”,會進一步加重刑罰。



這個名叫王卓斌(Zhuobin Wang)的年輕中國留學生,或將成爲全美首個被判死刑的中國公民。

美國,目前有一半的州,要麼廢除死刑,要麼禁止或暫停執行死刑。

但阿拉巴馬州,仍存在電刑或注射死刑,這里也是美國死刑率最高的州,沒有之一。

如果12名陪審團成員中有10人以上建議判處死刑,則法官就可以在“陪審團意見不一致”的情況下判處罪犯死刑。

爲何曾風華正茂的中國留學生會舉起屠刀?頃刻間,北大博士夫妻倒在血泊中……

隨着慘案被揭開,原因令人唏噓。沒有深仇大恨,一切本可避免。

2020年10月22日晚,美國阿拉巴馬州奧本市,門羅大道700號街區突然被大批警車包圍。

一對高知華人夫婦宣李俊(Lijun Xuan,音譯)和吳崢崢(Zhengzheng Wu,音譯)在自己家中遭人襲擊,倒在血泊中……

據說兇徒一共砍了80多刀,現場“慘不忍睹”。

這是一個典型的高知家庭,男主人宣李俊,40歲,北京大學碩博畢業,案發時正在奧本大學攻讀博士後,計算流體力專家。

女主人吳崢崢也是名校畢業,兩人還育有兩個孩子,分別是5歲和8歲。

警方趕到現場時,這對夫妻已經身中數刀,倒在血泊中。

一名渾身是血的年輕人坐在屋外,主動報了警,“我殺了人,我殺了一家人!”

隨後,身中20多刀的男主人宣李俊死亡,身中60多刀的妻子吳崢崢在哥倫布的一家醫院中

搶救了數月後,于2021年2月13日因氣管破裂死亡……

兩個年幼的孩子,成了孤兒。

殺人者名叫王卓斌,當年剛剛21歲,是奧本大學的大二中國留學生,曾是這家的房客。

王卓斌被關押在當地監獄,不得保釋。他被追訴指控六項謀殺罪,或將面臨死刑。

案發當晚,他乘坐Uber前往宣李俊家,還在車上設想過“如何處理這兩個孩子”。

幸好,他沒有對兩個孩子下毒手,但目睹父母慘死並淪爲孤兒的兩個孩子,將終生難以走出夢魘。

殺完人,王卓斌主動報了警,在報警電話的錄音中,他的聲音陰森冰冷,“這不是意外,我就是想殺了他們!”

他真的殺了,刺了80刀,在兩個年幼的孩子面前。

同爲在美國打拼的華人同胞,房東和房客之間並無深仇大恨,爲何一定要趕盡殺絕?

矛盾的導火索,都是雞毛蒜皮的小事。

2020年的春天,中國留學生王卓斌與宣李俊一家商量好要租房住,但是誰都沒有料想到,4月23號,美國的疫情來了。

於是,房東太太吳崢崢提出了要求:你來住可以,但需要隔離14天,畢竟家里有兩個孩子。

當時的王卓斌雖然一口答應:好,沒問題。但是他心里開始不舒服,因爲他一直在美國,期間沒去過其他國家,所以覺得自己其實可以不用隔離。

之後,兩人談好了接機的價格120美金,但是之後因爲“上坡路多,且比實際距離遠”,女房東吳崢崢覺得“虧了”,於是坐地要價200美元……

這一切,都在王卓斌心里扎下了刺。

王卓斌入住後,就開始了14天的隔離,他心里很不情願,就問“是否可以下樓”,但得到的答復是“只能在自己的房間內隔離。”

因爲擔心感染,吳崢崢關閉了家里的空調,這讓只能在自己房間內隔離的王卓斌分外“煩躁”,雖然房東給了他兩颱風扇,但仍然不太管用……

在他的“強烈不滿”下,吳崢崢只好又非常

不情願地“開了空調”,但心中非常不快。

雖然期間,她每天給王卓斌做菜送飯,但王卓斌並不領情,因爲他覺得都是因爲房東限制了他的自由不讓他進廚房,否則自己手有腳手可以做飯,更何況所有買菜錢都是自己出……

14天隔離後,王卓斌戴着口罩,到外面的樹林散步,回家後吳崢崢又對他說:“不要往公路那邊走,你戴着口罩,鄰居看見會害怕。”

這一切,都讓王卓斌無比憤懣。

而一張床的坍塌,徹底點燃了矛盾的導火索。

隔離的第10天,體重168斤的王卓斌竟然將床“睡塌了”!

房東太太吳崢崢要求賠償700美元,但王卓斌認爲,“這是張舊床,之前不知道睡過多少人了”,而且只是床架垮了,又沒損壞床墊,所以不同意賠償。

之後,他在亞馬遜查詢:同樣的床架,售價爲114美元。

諸如此類的矛盾,不斷發生,房東和訪客終于徹底撕破了臉。

無法相處後,吳崢崢要求王卓斌趕快搬走。

王卓斌稱自己搬走那天,爲損壞的床賠償了100美元,但吳崢崢又扣留了他的物品,理由是“王卓斌踩花了房東二樓的地板”。

最終,兩人鬧得不可開交,喊來了警察,這才放走了王卓斌。

原本,事情到此就可以告一段落了,但王卓斌搬走後越想越氣,就在當地的各種微信群、論壇上發帖“控訴無良房東”。

得知此事後,吳崢崢頓感“萬分委屈”,在朋友圈和各種群里發長文回應,不僅爲自己喊冤,還直指“中間有一位小三上位的華人在挑唆、給王卓斌支陰招”。

後來,房東房客的糾紛變成了吳崢崢和“支招小三”的網絡罵戰!

兩人從私聊對罵一路罵到了微信群里,接下來,參戰的三方在各種微信群、論壇上互揭老底,大肆曝出對方的隱私。

期間,房東家的男主人,曾經的北大博士宣李俊也下了場,他找到王卓斌要求他“刪帖、道歉”,但顯然更加劇了王的不滿和恨意。

然後王卓斌遠在中國的母親郭女士也參

與了進來,開始她想“息事寧人”,於是選擇了賠禮道歉,但這些道歉內容隨後又被吳崢崢截圖發到了各種群里,以證明自己沒錯。

這一切,徹底激怒了王卓斌,他在爆料中指出“吳崢崢威脅他的父母”。

而吳崢崢對此也有自己的說辭。

沒有深仇大恨,但這些日常瑣事擰成了一支毒箭,直往人心里鑽。

最終,21歲的王卓斌趁夜來到了前房東家,兩條人命,一個死囚,兩名孤兒。這場戰爭,只有鮮血,沒有贏家。

談起此案,我們都不勝唏噓,其實這起悲劇完全可以避免。

只是,沒人願意退讓一步,哪怕明知將是海闊天空。

曾有孔子和魯哀公談到治世,講過一個故事。

曾有兩個小國,虞國和芮國爲爭土地邊界,糾紛數年,僵持不下。

聽說周文王仁德,就想請他做評判,主持公道。於是,兩位國君來到了周文王管轄的地方,周文王遲遲未到,兩人就各自閒逛起來。

之後,他們還沒有見到文王,就羞愧不已。

這里的人,種地謙讓邊界,走路謙讓道路,士大夫謙讓做官,根本沒有他們這種煩惱。

於是二人各自退讓,把所爭的田地作爲閑田,化干戈爲玉帛。

“虞芮之讓”,也成爲了一段歷史佳話。

“行不去處,須知退一步之法;行得去處,務加讓三分之功”。

人情翻覆,世路崎嶇。

但人生就是如此,爭了未必贏,退一步未必輸。

面對尷尬危機,退步抽身,是緩兵之計,它積聚着持久的力量,讓人走得更遠。

若遇到一些爛人爛事,也請記得:別糾纏,快抽身。

讓一步爲高,寬一分成福。

滾滾紅塵,原本就是泥沙俱下。

“水至清則無魚”;“人至察則無徒”。

一個人不成熟的標誌之一,就是不懂變通,與朋友爭得面紅耳赤,與家人辯得雞飛狗跳,讓自己痛苦糾結。

其實有時候,活得糊塗才是真精明。

如果房東吳崢崢能多一分寬仁,如果王卓斌能多一點理智,如果宣李俊能多一分規勸,其實悲劇都不會發生。

但人生最悲哀的就是,沒有如果。

這時候,退一步不是畏懼,而是智慧和涵養。

A NAME YOU CAN TRUST
大克里夫兰地区专业地产经纪人

诚信可靠 买卖房屋
 代管房屋 装修顾问

OwnerLand REALTY

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

陈进湧
 Jinyong Chen (Jim)
 Certified Negotiation Expert

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

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

Solon FINANCIAL GROUP
 ONE STEP AHEAD

6200 SOM Center Rd, B21, Solon, OH 44139

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

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

恐懼于政治迫害 大批華人科學家返回中國

美國媒體突然發佈了專題報道，稱中美之間的摩擦讓華人科學家離開了美國的大學。美國媒體說越來越多的華裔科學家與工程師放棄了在美國頂級大學的終身職位，返回中國。並認為這一現象表明美國對推動創新的科學家群體的吸引力正在減弱。

美媒在報道中選列出數字，指 2021 年有 1400 科學家放棄了在美國的工作返回中國，比 2020 年增加了 22%。

老牌反華美媒華爾街日報也發佈了相關的報道。

當然，美媒的重點可不僅僅是列出華裔科學家紛紛返回中國，而是有意的給我們中國扣帽子，認為是我們中國製造了和美國的衝突才導致了華人科學家離開了美國返回中國。

總之，在美媒的話術里，這是中國的罪！

可惜，這個鍋美國政府再怎么甩，恐怕也甩不掉。因為近些年來，美國政府一直的對在美國工作的華裔科學家進行種族歧視甚至是赤裸裸的迫害，最惡劣的是直接將一些華裔科學家給暗殺了。

現在，韜哥就把近年遭到美國迫害甚至是暗殺的華裔科學家盤點一下，記住美帝的罪惡。

第一個：天才物理學家張首晟

張首晟是楊振寧的首席弟子，是美國斯坦福大學物理系、電子工程系和應用物理系終身教授，被楊振寧寄予厚望。他致力在拓撲絕緣體、量子自旋霍爾效應、自旋電子學、高溫超導等領域進行潛心研究，2010 年獲得歐洲物理獎，2013 年包攬了物理界所有重量級獎項，2014 年獲得美國富蘭克林獎。楊振寧的評價則是：張首晟拿諾貝爾獎只是時間問題。

他的研究團隊在 2006 年提出了量子自旋霍爾效應，被世界著名《科學》雜誌評為 2007 年“全球十大重要科學突破”之一。張首晟在國內提出了國產芯片跨越式發展的構想，利用“量子自旋霍爾效應”生產出“拓撲絕緣體”，這將領先美國整整一個時代。

他還和華為公司合作，2018 年他稱即將取得重大突破。可是宣佈不久，在當年的 12 月 6 日，他卻不可思議的“自殺”了。美國警方給出的解釋是張首晟因抑鬱而自殺。

離奇的自殺，恐怕是美國暗殺了張首晟吧。

第二，天才熱核專家肖翔

肖翔是中科院的博士，被譽為中科院天才熱核專家，下一代核物理接班人，負責我國的核潛艇研發任務，是該項目最重要的科學家之一。與此同時，他還將參與核動力航母的研發任務，發揮巨大作用。

可是在 2009 年 6 月搭乘航空客 A330 客機時，卻突發墜機事故。該空難的發生，疑點太多，背後可能就是美國的黑手。畢竟沒有了肖翔，中國的核動力航母服役時間就會被大大推遲。

第三，“自殺”的天才數學家任偉

任偉是我國的天才數學家，被稱作是在數學領域內百年難得一遇的天才人物。芝加哥大學數學博士，他獨特的算法對於 IC 及芯片、通信產業都會產生重大影響。

詭異的是，就在他回國的前一天，本性活潑開朗，大大咧咧、陽光樂觀的任偉，卻沒有任何徵兆的死亡了。美國警方給出的死因仍是“抑鬱自殺”。

得不到就毀掉，本來就是美國政府的拿手好戲。特別是任偉根本就不抑鬱。

第四個，遺傳學家李曉江夫婦

李曉江和李世華夫婦是頂級的遺傳學家，在美國埃默里大學有自己的實驗室。可是在 2019 年 5 月，他們的實驗室被突然關閉。然後就沒有然後了。

第五個，被槍殺的生物學家劉兵

劉兵是天才的生物學家，是美國匹茲堡大學醫學院“計算機與系統生物學系”的研究助理教授劉兵(Bing Liu, 音譯)。

2020 年他對於新冠病毒的研究有重大發現，可能會揭露新冠病毒系人工製造的重要證據。然而在他的研究正在開展之時，在當年的 5 月 2 日，他被侵入家中的槍手開槍殺害。

不過，據後來披露的槍殺現場，分明就是美國 FBI 經典的暗殺現場啊。

第六個，遭 FBI 迫害的華裔教授胡安明

胡安明是美國田納西大學諾克斯維爾分校機械、航空與生物工程系著名的教授。2018 年即被美國聯邦調查局(FBI)探員誣告為“中國間諜”，更于 2020 年 2 月被 FBI 逮捕下獄。

今年 2 月 1 日，判處無罪的胡安明被釋放，可是他卻已經失去了他的實驗室。他說“這讓我每晚都想哭。”

第七個，被 FBI 迫害的超導專家郝小星

郝小星是美國天普大學物理系教授，世界知名超導專家，在超導界是頂級專家。

可是在 2015 年 5 月 21 日清晨 6:30 時，十幾名全副武裝的 FBI 特工沖進他的家，用黑洞洞的槍口對準郝小星和他的妻子、兩個女兒，然後把他逮捕了。

郝小星被關押了 4 個月後，實在是找不到證據的 FBI 說搞錯了，關了烏龍，然後在當年 9 月撤銷了對他的起訴。

對於這麼一起明顯是迫害導致的冤案，無論是 FBI 還是美國政府，別說給郝小星賠償了，連道歉都沒有。郝小星現在在美國要進行“維權”，可惜，這是美國，沒用！

第八個，水文專家陳霞芬

陳霞芬，是美籍華裔科學家、水文專家，就職于美國國家氣象局。在 FBI 逮捕郝小星的半年前，也就是 2014 年的年底，她在位於俄亥俄州的辦公室內被 FBI 逮捕，FBI 稱她是中國政府的間諜。

FBI 經過長達兩年半的調查，甚至把陳霞芬來美國後二十年的銀行帳目、私人和工作電子郵件記錄都所有記錄、個人信息查了個底朝天之後，也沒找到任何證據甚至是可疑的地方，無奈將陳霞芬放了，並撤銷指控。

可是陳霞芬卻在這麼長的調查期間被開除了，還因為證明自己的清白被搞的傾家蕩產。

第九個，化學家陶豐

陶豐，是美國堪薩斯大學環境有益催化中心擔任終身副教授，本人綠卡，妻兒均美國公民。

2019 年 8 月，陶豐遭 FBI 逮捕並被指控電信欺詐、項目欺詐等重罪。經過長達兩年的調查，雖然沒有找到任何證據，可是卻仍被裁定有所謂的“虛假陳述”行爲，將可能面臨 5 年監禁的刑罰。典型的“欲加之罪、

何患無辭”。

第十個，數學家肖明慶

肖明慶，1991 年前往美國定居，2006 年加入美籍，是美國南伊利諾伊大學(SIUC)應用數學系終身教授肖明慶，著名的數學家。

2021 年 4 月，肖明慶被 FBI 逮捕，被美國司法部扣上三項“欺詐”罪名，一度可能面臨 20 年的刑期和 25 萬美元的罰金。

調查了一年多後，找不到什麼證據的美國政府，給肖明慶按上了一個所謂的“未正確披露賬戶信息”的罪名，判肖明慶一年的緩刑。

雖然肖明慶沒有被判刑入獄，可是這起明顯是迫害的訴訟，也讓他欠下巨額債務。

不過肖明慶還是深深地表達了他對美國的熱愛，希望能重返南伊利諾伊大學的課堂教書。

第十一個，半導體材料專家陳剛

陳剛，是美國麻省理工學院教授，最頂級的半導體材料專家。

2021 年 1 月 14 日清晨，正在家里泡咖啡的陳剛被十幾個突然登門的 FBI 特工拷走。下午被釋放，他在回家的車上“全身顫慄”。

經過長達一年的調查，沒有找到任何罪證的 FBI 於今年 1 月被迫撤回對陳剛的指控。

今年 7 月，陳剛領導的團隊發現了“迄今為止最佳半導體材料”立方砷化硼，不過生活在被迫害恐懼中的陳剛，卻宣佈遠離美國聯邦政府資助的研究項目。

可是美國政府卻拒絕向陳剛道歉，檢方甚至叫囂稱(對陳剛的“政治迫害”)起到了“殺雞儆猴”的作用。

那麼，為什麼美國的檢察官會公開對被迫害的華裔科學家說什麼“殺雞儆猴”呢？

這和美國特朗普政府于 2018 年在美国司法部搞的一個針對在美国工作的華裔科學家進行政治迫害的所謂“中國行動計劃”的“國家安全”項目有關。

這個項目，打着“抓間諜”的旗號對以華裔為主的科學家進行瘋狂迫害，不僅拿着放大鏡從這些科學家與中國的科研合作中“挑刺”，還通過歪曲事實等方式羅織罪名，將 20 多位知名華裔科學家控罪。

列出的，也僅僅是其中 11 個而已。2022 年 2 月，由於該活動明顯是對華裔學者進行“種族主義迫害”，被批對美國華裔科學家產生了寒蟬效應，且加劇了對美籍華人和華裔居民的偏見，美國司法部被迫宣佈結束該計劃。

不過美國政府特別是美國的那些反華政客是不會放過在美国工作的華裔科學家的。比如美國前國務卿邁克·蓬佩奧曾公然宣稱“華人科學家、學者和學生為中國政府做間諜工作”，還叫囂說共產黨每年送 40 萬中國學生進入美國“偷竊技術”。

美國共和黨參議員湯姆·科頓(Tom Cotton)早在 2020 年 4 月時就污蔑稱“華人科學家和學生在美求學後會把知識產權偷回中國”，還聲稱中國學生“可以來學莎士比亞，但不需要從美國這里學習量子計算和人工智能”。

就在肖明慶被判緩刑的 5 天前，英國軍情六處前副處長奈杰爾·英克斯特(Nigel Inkster)還在《紐約時報》極力鼓動西方國家要加大對所謂“中國間諜”的打擊，說雖然“中國行動計劃”出了問題，但西方國家“不該害怕做出大膽的舉動”。

這是赤裸裸地鼓吹對在美西方的華裔進行種族歧視與政治迫害！

2021 年 10 月美國的一項研究顯示，美國 50% 以上的華裔科學家“感到相當恐懼或焦慮”，因為他們認為自己受到美國政府監視。這才是在美國工作的華裔科學家越來越多的返回中國的最重要原因。

除此原因之外，美國反復大流行的新冠疫情，特別是大量美國人(所說有至少 1200 萬人)有新冠後遺症。

出于健康特別是家人的生命安全原因，也會有大量的、越來越多的華人科學家選擇返回中國。

所以，這個時候不去反思自己卻還想着給中國甩鍋、扣帽子，就是典型的不要臉。

1400 多名華裔科學家離開美國！遭不公指控與誣陷！

越來越多的華裔科學家和工程師選擇放棄頂級大學的終身職位，離開了美國。

根據普林斯頓大學、哈佛大學和麻省理工學院的研究人員收集的數據，2021 年，有 1,400 多名在美國接受培訓的中國科學家放棄了在美國學術單位或企業的工作，轉而回到中國，該人數比前一年增加了 22%。

其中就包括數學界最高獎項，菲爾茲獎得主丘成桐。

他于 4 月離開哈佛，前往清華大學任職。丘成桐也曾嘆惋，認為中國學生和教授在美國受到猜疑。

特朗普曾在任期內推出“中國行動計劃”(China Initiative)，聲稱要對涉嫌從事商業秘密盜竊和經濟間諜活動的公司和個人展開調查並起訴。

然而，該計劃卻助長了對美國亞裔教授的懷疑，冷卻了科學研究的熱情，滋長了反亞裔情緒的高漲。

“中國行動計劃”導致針對學術界研究人員的調查和起訴顯着增加，而多起案件卻因證據不足自行撤銷。結果是毀了一個又一個美國華裔學者的職業生涯，並讓更多美國亞裔生活在恐懼和焦慮中。

這些調查不成比例地針對華裔研究人員，使得許多華裔學者不願來美或留在美國。

堪薩斯大學(University of Kansas)化學工程教授陶豐就是受到影響的華裔科學家之一。

他被指控在進行聯邦政府資助的研究時隱瞞與中國的關係。

幸運的是，在 9 月 20 日的庭審時，堪薩斯州堪薩斯城的地方法官 Julie Robinson 裁定，檢察官提供的證據不足，因此今年 4 月陪審團在法庭上對陶豐的 3 項遠程詐騙指控不能成立。

檢察官表示，陶豐與福州大學于 2018 年簽訂了一份全職合同，而當時的陶豐正在堪薩斯大學從事可再生能源項目研究。

因此，檢察官指控陶豐向堪薩斯大學和兩個為其研究提供資助的聯邦機構，隱瞞了他與中國福州大學的關係。

法官 Julie Robinson 說：“沒有證據表明陶豐通過所謂的欺詐計劃獲得了金錢或財產，而這正是遠程欺詐罪名所要求的”。

不過，不過 Julie Robinson 仍維持了一項作出虛假陳述的罪名。

陶豐是因為在特朗普執政期間發起的“中國行動計劃”而遭受指控的 20 多名學者之一。陶豐的律師 Peter Zeidenberg 認為這次的裁決對於華裔科學家非常有利，他說：“這有望撼動涉及‘中國行動計劃’案件的核心部分。”

曾經被被誣陷從事間諜活動的華裔教授陳剛及其團隊，近期宣佈發現性能最佳半導體材料立方砷化硼，這個材料也被麻省理工學院稱爲“有史以來發現的最好的半導體材料”。

陳剛曾于 2021 年 1 月遭到美國當局的逮捕，原因是他被指控隱瞞與中國機構的關係。美國學界特別是麻省理工學院，強烈譴責了逮捕行爲。

美國司法部在今年 1 月撤銷了對陳剛的指控。陳剛控訴司法部“爲學術界帶來無端恐慌”。

司法部在今年 2 月結束了“中國行動計劃”，因爲之前的多起訴訟都以失敗告終，而且此舉還助長了對亞裔偏見。這也導致了華裔科學家在美国科研領域的生存處境越來越困難。

隨着爭奪科學人才的全球競爭加劇，頂級研究人員越來越搶手。優秀的人本來就有可能會離開，爲什麼還要推他們一把呢？

相關報道：美核武實驗室 154 名華裔科學家被召回中國

Strider 報告指出，中國政府通過系統性行動，聘任曾在能源部科研機構“洛薩拉摩斯國家實驗室”工作的華裔科學家；該實驗室是首次研發核武之地。

能源部科研機構“洛薩拉摩斯國家實驗室”美國廣播公司新聞網(NBC News)報道，根據新創公司 Strider Technologies 的情報報告，至少 154 名華裔科學家在美国頂尖國安實驗室從事政府資助的研究後，過去 20 年間相繼被聘去在中國進行科學研究，有些人還協助研究可能威脅美國國安的先進軍事技術。

Strider 報告指出，中國政府通過系統性行動，聘任曾在能源部科研機構“洛薩拉摩斯國家實驗室”(Los Alamos National Laboratory)工作的華裔科學家；該實驗室是首次研發核武之地。

根據該報告，該實驗室許多華裔科學家之後被吸引回中國，協助研發能鑽入地層的彈頭、超音速飛彈、無聲潛水艇與無人機。

這些科學家參加中國政府招募華裔科學家回國的“人才計劃”，可獲得多達 100 萬美元；NBC 指出，這類計劃向來引發擔憂，但美國官員表示，他們之前沒見過如此詳細闡述此一現象的非機密報告，其中點名特定科學家與其研究計劃。

該報告主要作者雷斯韋克(Greg Levesque)表示，人才轉移對美國國安構成直接威脅，“中國在玩弄一場我們毫無防備的把戲，我們真的得開始動員”。

NBC 報道，雖然洛薩拉摩斯一名前科學家對參與中國招募計劃一事諱報並在 2020 年被判刑，但該報告描述的多數行動看似合法。美國官員和專家表示，多數移民到美國的華人科學家仍留在美國，而且許多人對美國國防科技貢獻良多。

洛薩拉摩斯在二戰時研發出原子彈，其致力科學工程支持美國國安，但多數研究並非機密內容，而且內部有很多外國科學家。洛薩拉摩斯官員將問題交由能源部回應，但後者拒絕評論該報告。

能源部回應 NBC 說，雖然能源部捍衛公開科學研究，但是美國須嚴密保護關鍵技術發展，才能維護國安與國防。

“爲回應日益增加的研究安全威脅，能源部近年採取諸多步驟，包括嚴格審查、反情報調查，並限制參加國外人才計劃。”能源部指出：“能源部也運行諸多程序，確保符合美國出口許可要求，包括管轄向在美國的外籍人士公佈的管制技術。”

中國駐美大使館未對此回應。

Strider 報告指出，能源部 2019 年實施一項規定，禁止職員和約聘人士參加與中國、俄羅斯、伊朗和朝鮮有關的人才招募計劃，此規定似在減少人才流失。

國家反情報與安全中心(NCSC)前總監伊瓦尼那(Bill Evanyina)表示，他這些年來見過許多機密報告，談論通過挖角轉移技術的問題，但這是首次看到來源公開的完整報告，其中列出因國家實驗室前科學家而受惠的中國人名、地點、服務單位和機構。

伊瓦尼那和其他官員表示，洛薩拉摩斯絕非個案，中國仍持續招募在美国各地國家實驗室和大型研究中心的科學家。新聞來源：俠客棧



美中关系基金会使华裔科学家离开美国大学，回到中国



When Caring is Important

Since 1939

33650 Solon Road
Solon, OH 44139
248-3320

Michael D. Komorowski, Licensed Funeral Director
Cremation Services Available • Pre-Planning
www.KomorowskiFuneralHome.com

從 1939 年起，
家族企業三代人
盡力爲社區各族
裔民衆提供貼心
葬禮服務八十餘
年，根據客戶意願
盡心策劃隆重儀
式，助逝者安息，
幫家人告慰，讓親
友釋懷

人生老病死是自然規律，Tabone Komorowski 殯儀館爲往生者送上最後一程……現在環球華人服務公司與 Tabone Komorowski Funeral Home 合作，爲您提供一條龍服務。

Our family serving you family
我們的家人爲您的家人服務

現任負責人 Michael D. Komorowski

電話(Tel): 216-405 7819; 216-324 2959
地址(Add): 美國克利夫蘭 3500 Payne Ave.,
1-B Cleveland OH 44114 USA

美國環球華人服務公司
GLOBAL CHINESE SERVICE LLC

中共外交史上有位著名的才子，他就是70年代做過外交部長的喬冠華。我與喬冠華沾點親帶點，我的姐姐嫁給了喬冠華的兒子喬宗淮，我算是宗淮的內弟。由於這點特殊的關係，因此當朋友告訴我喬的第二任太太章含之寫了一本有關喬冠華的書時，便找了來看。



查理彭談喬冠華往事

漢嘉女

章含之與喬冠華的婚姻當初就是北京從高層到民間廣泛流傳的閒談話語。至今看來，喬、章二人的結合稱得上珠聯璧合。章含之是個有才華的女人，尤其是她對喬冠華的感情，深沉真摯。只是，俗語說“金無足赤”，自古至今十全十美的故事從來就沒有。雖然《我與喬冠華》一書給人的印象是主人公的純真與追求，但這並非故事的全部，它還有另外的一面不為庸俗而不為人知。下面我講的只是那另一面的一部份而已。



(一)

70年代的中國，一個30幾歲的女人選擇了一個有着兩個成年子女的60歲男人作為終身伴侶，這種婚姻的悲劇性質在一開始就已經注定了。喬、章兩人違反世俗常規的婚姻遭到了子女的反對。喬冠華的兒子喬宗淮是一個沉着、聰敏且具備知識分子氣質的青年。女兒喬松都是父母的寵兒，單純而任性。父親要娶一個只比宗淮大8歲的後母，這令宗淮兄妹十分尷尬。

很早就具備政治家氣質的喬宗淮知道章含之不是出身於政治圈中，年紀輕輕且個性突出，曾以“章政治上不夠成熟，父親應考慮全面，挑選一個能在政治上幫助並保護父親的配偶”為由表示過反對。這對當時正值熱戀的喬、章二人無疑是火上再添一油，宗淮的做法其實有些愚蠢。女兒松都更是激越而單刀直入：“你對不起我媽媽！”是她送給父親的回答。

長時間的拉鋸戰使雙方都有點失去耐心，最慘的是喬冠華，夾在中間左右為難。當宗淮最終對父親表示只得接受父親的決定，接納章含之而試着與她相處時，章含之已失去可能與喬的子女和平共處的信心。父親給他的回答是：喬、章的結合只能是兩人世界。子女必須搬出。這面有一個在70年代的中國無法解決的難題，子女搬出，搬到何處？試想那是多事之秋，1973年，中國大陸有哪個個人能輕易找到一間可以棲身的房屋？租一間？沒可能。循例向單位去要？至少等幾年，憑藉工齡、貢獻、級別而有幸分到房子的人們把搬家當成天大的事去處理。

宗淮兄妹都受到過外交部運動的牽連而下放到農村去勞動鍛煉，剛剛調回北京不久，他們決沒有工齡貢獻之類的優勢，父親的決定使宗淮十分迷茫。他問：“爸爸，您的意思是……要我們搬到哪兒去呢！”喬冠華的回答具現代意識：“我年輕時很早就出家獨立，我自己離開父母外出闖世界時候比你現在要小得多啦。”

緊跟着的一件事逼使宗淮兄妹不得不被迫切搬遷。一天，松都下班回家，掏出鑰匙開門，插入鎖孔卻久久不能轉動……她驚訝地發現門鎖已被換過了！她不知所措地默立門外，直到老保姆梅阿姨買菜回來，為她開了門，無奈地支吾：“松都，是喬部長……唉……”事實十分清楚，父親已破釜沉舟，新的家庭是一把利劍，要將已失去母親的舊家庭斬斷情緣，被隔離在換了新鎖的大門以外的成員是：兒子喬宗淮、女兒喬松都、兒媳也就是我的大姐彭燕燕，還有她懷孕8個月還未出世的兒子、我的小外甥喬小澎。

迫在眉睫的情勢，使得子女們在最短時間內想出解決辦法：松都必須搬入她當戰士的北京262醫院集體宿舍去。哥哥宗淮已有家庭，不可能去住集體宿舍。於是軍人出身的生性爽直的我大姐提出搬到我家去，但父親的絕情傷盡了子女的心，宗淮決定搬家而不必通知父親。

1973年9月底的一天，是中共第十次黨代會召開的前夕，忙碌的喬冠華不在家，宗淮、我大姐，還有一位宗淮和我兄姐共同的朋友、北京電影學院學生王立行，三人乘坐一輛卡車回到北京報房衛衛的外交部宿舍準備搬家，車子的提供者也是宗淮的朋友，當時的總參謀部副總參謀長兼第四機械工業部部長王錚的兒子王蘇民。

嗚嗚當當的搬家舉動惹來了外交部宿舍

一大群人駐足圍觀，兩個男丁和一個孕婦從屋子裡吃力地搬動物品，人們只是看卻不幫忙，後來當時駐日大使韓克華的兒子韓燕生走出人群幫一把手，再後來駐捷克大使曹瑛的兒子曹吉東也幫了忙。大約一小時後，裝得挺滿的中解放牌卡車呼嘯着絕塵而去，車上裝載着我姐姐姐夫的小家當：一張木製雙人床及被褥，一套桌椅，宗淮的一個箱子，松都的兩個箱子和姐姐姐夫結婚時作為陪嫁的四個箱子，外加屬於他們去世的母親翼澎女士的兩個箱子。

還有一個紅木雙門玻璃櫃，那是在宗淮結婚時外交部駐緬甸大使姚仲明作為禮物送給宗淮的，哦，還有宗淮和我大姐賭氣拿走父親的一打唱片，但頂多是二三十張之多而非像章含之書中所說的500張。章含之是著名民主人士章士釗的養女，曾擔任毛澤東的英文教師，中國著名外交家。1935年生於上海，2008年1月26日上午8時20分在北京朝陽醫院病逝，終年73歲，她的女兒洪晃陪伴她走過了生命的最後一刻。

有一件東西沒能搬到車上去，而這造成了松都一生不能擺脫的痛苦，那是在她幼年時母親送給女兒的一架淺色鋼琴，很快在她父親結婚搬出外交部宿舍時這架鋼琴不知下落，沒有人知道為什麼喬冠華遺棄了這件屬於他們的私人物品的妻子的遺物。直到多年後，松都再見到父親時仍含着淚水直斥：“我最不能原諒的就是你弄丟了媽媽送給我的鋼琴！”

卡車上的物件除了松都的箱子外全部運到了我家。那時我家情況並不好，母親帶着除大姐二姐外的3個孩子住在父親留下的位於北京北海後門的一座小小四合院里。父親死後，靠母親一人的工資支撐一家的生活，記得那時我們已有很長一段時間沒有交房租了。

然而姐夫一家人仍然受到母親展開雙臂的擁抱和我們全體兄弟姊妹的歡迎，宗淮曾對母親說：“媽媽，如果不是您收留我，我會像街上的一條流浪狗一樣走投無路。”

而這次相當魯莽的搬遷顯然使喬冠華及章含之怒火中燒，因為很快，當時的公安部長李震的兒子知會我家：喬部長的夫人（其時章還未嫁入喬家）打電話找到他父親，稱：在黨的“十大”期間，外交部發生了一起嚴重的政治事件，喬部長家被盜，所有東西洗劫一空。

犯首是喬宗淮，要求公安部立即拘捕喬宗淮。記得宗淮十分緊張，而我母親，平時十分和悅樂觀的一個人，突然間把手向桌上“啪”地一拍，操着她的湖南口音大聲說：“他敢！公安部不是他喬冠華家開的！”當時我被母親的舉動嚇了一跳，從沒見過她發那麼大的火。

緊接着，松都也遭到報復。松都那時已通過天津醫學院的人學考試，正在準備從北京軍區262醫院升入大學。

而在此時北京軍區司令部值班室接到了一個電話，電話記錄上這樣寫着：外交部喬部長家一位婦女來電，轉達喬部長對女兒上學一事，要求軍區領導改變喬松都升入大學的決定，希望喬松都繼續留在基層鍛煉。北京軍



區領導的意見是尊重基層的原有決定，這個電話沒有起到任何作用。之所以我們得知了這個電話的內容，是因為當時北京軍區副政委陳正湘中將恰巧是我二姐的公公。

從那時起，宗淮一家在我母親的小院裡度過了幽幽七個年頭。

光陰似水，22年悄然流過，從1982年出國至今，身為中國共產黨第一代元老後代的竟突然變成了美國公民，有時自己也覺莫名其妙。不過自認見過一些世面，決非持僵化觀念之輩。想當年的喬、章之戀，其實是天之使然，俗語說命里注定，而當時所發生的一切，根本無法辨其誰是誰非。我寫這篇文章，並非要埋怨任何人，也不想澄清什麼事，只是有一種想述說往事的沖動，而我所說的這些內容在章含之的書中未見記載。

我以為，喬、章二人有權提出婚後必是“二人世界”的條件。

喬冠華有權將子女驅出門外。喬宗淮有權回家將屬於自己的物品搬走。

喬、章二人有權只顧自己而漠視子女的存在。

章含之有權按照自己的感受和角度去寫回憶丈夫的文章。

而我，也有權將我想說的往事敘述成文。就讓熟悉這些人物的讀者們從這些事件的回憶中去尋找各自的體會與心得吧。

(二)

喬冠華，那時候我是叫他喬叔叔的。在人們的記憶中，喬冠華的奕奕神采，瀟灑碩長的風度是最深刻的印象。從1970年左右我的大姐變成了他的兒媳，這前後我曾有機會見到喬叔叔很多次。但真正構成我寫這篇喬冠華印象的，卻為數僅有4次。第一次，是在1970年的初春時節，那一天，浙浙瀝瀝下着濛濛細雨。

那時，喬家唯一的兒子喬宗淮正值中國大陸許多年輕人都面臨的一個關鍵時刻：畢業後的出路何在？宗淮當時是北京清華大學數力系學生。身為副部長的喬冠華一面要主持外交部的日常工作，同時在部里還要接受批判；“文革”初期的極左派們批判以陳毅為代表的外交路線餘波未平，那段時期大概整個中國百分之九十的人日子都不好過，喬冠華也不例外。

由於父親是受批判對象，宗淮的前途很渺茫。當時宗淮在東北國防工業辦公室所屬的一個農場勞動，而他已得知自己將被分配到外地



工作。記得我大姐心急火燎的打長途電話給家里，那時她也在張家口勞動。

我母親一向視宗淮為親子一般，立刻發動了全家人為她未來女婿的工作出路奔走，終於從過往的記憶中想到了一位父親的老朋友，通過這位叔叔作出多種努力，終於打通了調宗淮回京的關卡。當時國防工辦通知我家急需一份宗淮的簡歷，這件任務落到了只有13歲的我的身上。

當我蹬着自行車穿過初春的雨水來到喬家在北京報房衛衛的外交部宿舍時，渾身已淋得濕漉漉的，喬家的老保姆梅阿姨為我開了門，進入書房時，感覺光線很暗，煙霧繚繞，一只小小的桌式檯燈從一張深紅色的寫字檯上發出幽柔的光芒。

一個人背沖門的方向俯在寫字檯上讀着或寫着什麼，在他頭上方的燈光里，一股股渺渺的煙霧輕盈飄舞着向上翻飛，這孤獨的燈光和屋子里瀰漫着的薄薄雲霧給我一種不真實的虛幻感覺。我試着叫了聲：“喬叔叔？”那人轉過頭來，立刻，是那個熟悉的富有生命力的嗓音：“哦！是細毛來啦！”（細毛是我的小名）她站起身走向我，是那個闊步向前的一貫姿態，書房的光影里，一個瘦長的影子順着牆壁延伸。

我那時是個唇紅齒白的小男孩兒，喬叔叔一向對我很慈愛，每次見到他都會為我拿糖果，和我說幾句話，這一次也不例外。我簡短地把來意講了，他十分欣喜，把他的妻子翼澎阿姨也叫了出來。翼澎阿姨是個風度幽雅姿態文靜的女人，她和喬叔叔有個共同的習慣：“嗜煙”。

當她從里屋走來時，和喬叔叔一樣手裏夾着一支煙，只是她拿煙的姿態是手指緊閉，煙夾在指尖部位，而喬叔叔卻是五指張開，煙捲被攔腰夾在指根部分。翼澎阿姨搖頭嘆道：“瞧這孩子衣服都濕了，趕快歇歇，吃點東西。”

我說不行，材料必須儘快送到國防工辦，我得馬上走。喬叔叔這時將我的頭按入懷中，在我的前額處親了一下，說：“真好孩子。”之後他拿來資料並送我走出房門，那虛幻的煙霧從始至終

纏繞着他，隨着他步子的向前移動，那個瘦長的影子便從牆壁一直延伸到天花板上了。

再一次見到喬冠華是幾個月之後，那是喬家歷史上一個不幸的時期，翼澎阿姨腦溢血病發後陷入昏迷，終日躺在北京醫院。那天，我和大姐一起前往醫院去探望一向尊敬的翼澎阿姨，在病房門口遇到了推門而出的喬冠華，喬叔叔的狀態和以往大有不同，他背脊微駝，臉色已沒有往日的光彩，平日喜歡大笑的嘴巴緊閉，醫院里不能抽煙，他周身失去了繚繞的雲煙，因而使他的存在顯得真實。

當我低聲喊他“喬叔叔”時，他抬起頭來，我一下攝到他深色的秀琅眼鏡後面泛着淚光。我開始抽泣，用手掌要抹眼睛，卻被他一把攔向胸口，另一只手撫摸一下我的頭髮，之後又在我前額上親了一下，喃喃說道：“好孩子。”他抬腿走了，緩慢，失重，欠缺一貫的敏捷與自如。我望着那瘦長的背影，感覺到我所熟悉的風度中有什么東西消失了，是隨着翼澎阿姨的離去而消失的……

一晃就是9年之後。多難的中國穿過雨雪，踏過泥濘，是1979年的初夏了。喬冠華第一次肺癆手術後出院不久，我去他北京史家衛衛的居所探望，是和我的二哥一起去的。那時我已22歲的青年，9年中經歷過參軍、復員、工作、學習，已非昔日的小兒童。而喬叔叔自失去翼澎阿姨之後，又已建立了新的家庭。史家衛衛的居所是一個三進的四合院，花草樹木，鬱鬱蔥蔥，舒適清幽，養病是絕好的地方。

進入北屋時，見喬叔叔坐在一張寬背沙發里面，我首先感覺到他的頭髮已有灰白，消瘦是當然的，雙肩陷在沙發靠背里，衣着卻依然規整，他看到我們進來時，似乎眼前一亮：“呵！小毛，細毛，長這麼大了！”當我們向他問候時忽聽得他長嘆了一聲：“唉……你喬叔叔……犯錯誤啦。”我心中暗吃一驚，見過他揮着手高談闊論，見過他擰着眉毛髮脾氣，見過他面無表情擺架子，見過他手執香煙朗聲大笑，可就是沒見過他搖頭嘆息。這時他的第二任太太章含之端着兩杯冰淇林蘇打水走來，這是我第一次見到這位喬太太。章含之正當盛年，一頭厚厚的黑髮，笑意盎然，她的體態苗條而不乏豐滿，給人玉樹臨風之感，我們從她手中接過飲料，大家坐下閒談。誰知我二哥與章含之之間爆發了一場極不愉快的爭執，使和諧的氣氛為之改變，話題似乎是從喬叔叔的女兒松都身上談起的。

喬、章的婚姻造成了喬與子女的分離，這是當時人人皆知的事情。1973年之後的喬冠華似乎異常忙碌，他很少和子女聯繫。松都曾因淋巴腺腫腫作切除手術，一個人孤伶伶地躺在醫院時，父親竟從未去看望過她，想到昔日松都在家中被父母嬌寵的情形，每個人都覺於心不忍，記得個性剛直而絕不圓滑的二哥說：“如果沒有你，松都會失去父愛嗎？你們想到過她的情形有多可憐嗎！”

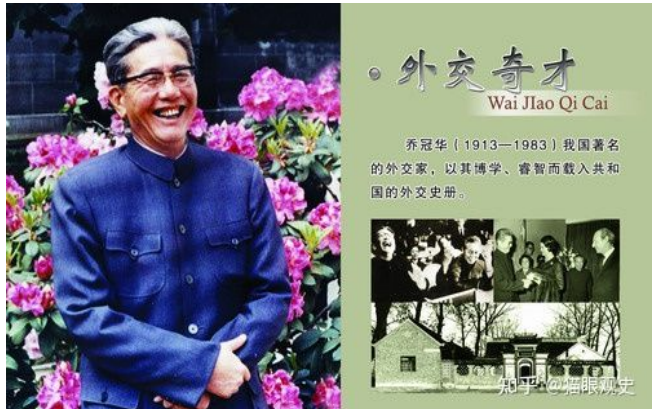
章含之試圖解釋她對喬家子女從無惡意並十分關心，這之間誤會太多，而二哥不想聽她的解釋，最後章含之淚流滿面，而喬叔叔在一旁長吁短嘆，我趕緊拉着二哥知趣地撤退，我沒有強行去阻止二哥的責難，因為內心深處我有着和他同樣的感受。

回去的路上，我們默默無語，我沒有心思再說話，腦際里充滿了喬叔叔的嘆息之聲。最後一次見到喬冠華，是1982年初我赴美留學的前夕。喬冠華已是第二次住院治療癌症，我自知這次離國或許為時很長，不知何時能再見到喬叔叔了，便去探望他。這一次，喬叔叔是躺在病床上和我談話了，重病中的喬冠華精神已不復從前，他的手臂吊着點滴，章含之在一旁照顧他。進入他的單人病房，只覺一片白色襲人，白牆壁，白屋頂，白被單。加上喬叔叔蒼白的臉，這無處不在的白色將世間的一切隔絕在病房之外，繁雜的熙攘換來了潔白的寧靜，使我意識到一種反璞歸真的意義。

當他得知我即將遠赴美國時，用一種不再有力卻是柔和的嗓音緩緩敘述起當年他赴日本及德國留學的往事。我注意到他的目光有些迷惘，思緒彷彿走得很快，聲音逐漸減弱，似乎是在自言自語，靜穆的病房中，只有他微弱的聲音輕輕回蕩。我忽然想起十幾年前的一個雨夜，那個被煙霧繚繞的渾身充滿虛幻的身影。

我離開了醫院，後來又離開了中國，我再也沒有見到過喬叔叔，我再也可能見到喬叔叔。我早就知道，我心目中的喬叔叔已不復存在了。

來源：海外供聞



人類醫學一大進步！

克利夫蘭 Clinic 公布 2022 年十大醫療創新成果！

近日，克利夫蘭醫學中心公佈了 2022 年十大醫療創新成果。突破性技術名單是由克利夫蘭醫學中心主題專家委員會選出的。

美國科學諮詢委員會 Advisory Board 也發文，在這份名單中，由克利夫蘭醫學中心科學家和醫生組成的小組在衛生系統創新執行主任和生物醫學工程主席 D. Geoffrey Vince 的領導下，採訪了近 100 名克利夫蘭醫學中心的領袖，彙編了 150 多項提名。

上榜的技術必須擁有以下條件：

首先，具有重大的臨床影響，通過改善結果、降低成本、滿足未滿足的需求等因素，使患者更受益。其次，在未來一年內有很大的機會在整個醫學系統中被採用。另外，如果適用，它必須正在進行或已經結束臨床試驗，並且公佈了卓越的結果，而且在未來一年內獲得批准的可能性很大。

作為世界最著名的醫療機構之一，克利夫蘭醫學中心 Cleveland Clinic 集合醫療、研究和教育三位一體，提供專業醫療和最新治療方案的非營利性機構。它連續多年在《美國新聞與世界報道》的“全美最佳醫院”排名中位于前列。克利夫蘭診所所有 3,000 多名醫生和科研人員，年間診量近 600 萬人次。就連許多中東富豪都會專程做自己的私人飛機來這裡看病。

今天，我們就來看看人類醫學界又有哪些進步吧！

美國 2022 年十大醫療創新



在美國，每 10 個人中就有 1 人患有糖尿病，這影響了身體如何將食物加工成能量。一種潛在的療法是在每周注射一次的雙重葡萄糖依賴性胰島素多肽 (GIP) 和胰高血糖素樣肽受體激動劑 (GLP-1)，旨在控制血糖。在皮下注射，GLP-1 和 GIP 受體使胰腺釋放胰島素並阻斷胰高血糖素，限制了餐後血糖的飆升。此外，它還能減緩消化速度，使個人保持更長時間的飽腹感，吃得更少。到目前為止，晚期 III 期臨床試驗顯示，該療法可顯著降低 2 型糖尿病患者的血紅蛋白 A1C，並支持減肥，使其可能成為迄今為止最有效的糖尿病和肥胖症療法。

1. Next Generation of mRNA Vaccinology



1. 下一代的 mRNA

疫苗學 RNA 的生成、純化和細胞遞送方面的進展讓 mRNA 疫苗的開發跨越了廣泛的應用範圍，如癌症和 Zika 病毒感染。該技術具有成本效益，製造相對簡單，並且以一種新的方式激發免疫力。此外，COVID-19 出現表明，世界需要快速開發一種可在全球部署的疫苗。由於之前的研究為這項技術奠定了基礎，因此在不到一年的時間內，有效的 COVID-19 疫苗被開發、生產、批准和部署。這項改變格局的技術有可能被用來快速有效地管理一些醫療保健領域最具挑戰性的疾病。

2. 前列腺癌的 PS-MA 靶向治療

每年有超過 20 萬名美國男性被診斷為前列腺癌，使其成為美國男性中最常被診斷的癌症。準確的成像對於腫瘤的定位、疾病的分期和檢測復發至關重要。PSMA 是一種在前列腺癌細胞表面發現的高濃度抗原，是該疾病的潛在生物標志物。PSMA PET 掃描使用一種放射性示踪劑附着在 PSMA 蛋白上，然後與 CT 或 MRI 掃描相結合，使前列腺癌細胞的位置可視化。2020 年，這項技術在 III 期臨床試驗的基礎上獲得了美國食品和藥物管理局的批准，試驗顯示，與傳統的骨掃描和 CT 掃描成像相比，檢測前列腺癌轉移的準確性大大提高。當被 PSMA PET 掃描早期發現時，復發的前列腺癌可以通過立體定向體外放射治療、手術和/或系統治療的個性化方式進行針對性治療。

3. 降低低密度脂蛋白的新療法

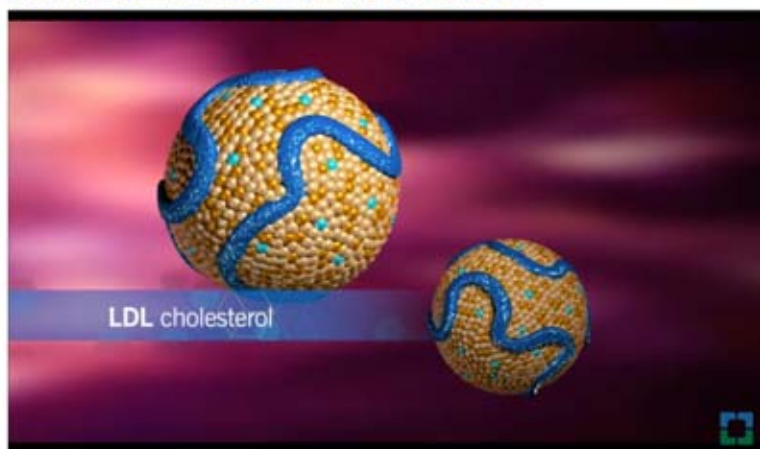
衆所周知，血液中的膽固醇水平高，特別是低密度脂蛋白 (LDL-C)，是導致心血管疾病的一個重要因素。2019 年，FDA 審查了 inclisiran 在治療接受最大耐受劑量他汀類藥物治療時 LDL-C 升高的成人原發性高脂血症的申請。Inclisiran 是一種可注射的小干擾 RNA，針對 PCSK9 蛋白。與他汀類藥物相比，它不需要經常用藥 (每年兩次)，與他汀類藥物一起使用可有效地持續地降低 LDL-C。它的長期效果可能有助於緩解不依從藥物治療的情況，這是導致膽固醇水平下降失敗的主要原因之一。Inclisiran 于 2021 年 12 月獲得 FDA 批准。

4. 用于治療 2 型糖尿病的新藥

5. 產後抑鬱症的突破性治療

專家認為，產後抑鬱症的發病率可能至少是目前統計數字的兩倍，因為許多病例沒有被診斷出來。目前，諮詢和抗抑鬱藥物是主要的治療方法，但一些婦女對這些療法沒有反應。2019 年，美國食品和藥物管理局批准了一種旨

3. New Treatment for the Reduction of LDL

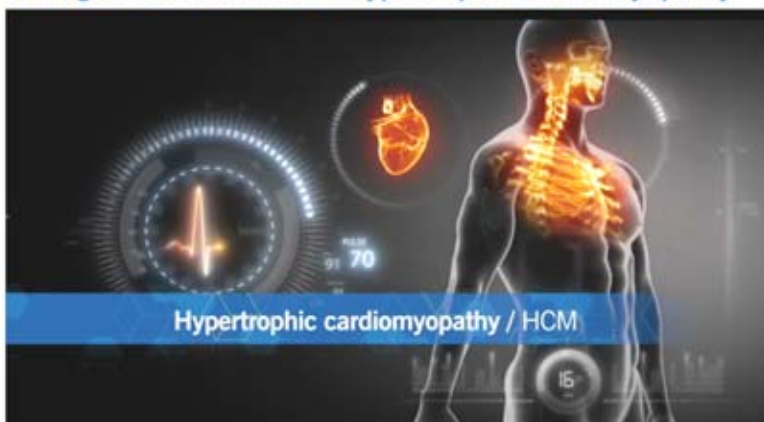


在專門治療產後抑鬱症的靜脈輸液療法。這種新穎的療法，晝夜不停地進行 60 小時的治療，使用一種神經類固醇來控制大腦對壓力的反應。此外，這種治療方法似乎很快就能顯示出效果，而傳統的抗抑鬱藥通常需要兩到四個星期才能產生明顯的效果。對於患有這種經常被忽視的疾病的婦女來說，這種快速治療方案將是一種突破。

6. 肥厚型心肌病的靶向藥物治療

幾十年來，臨床醫生只能使用為治療其他心臟疾病而開發的藥物來治療患者的肥厚型心肌病 (HCM) 症狀，但效果有限。一種新的治療方法能夠減少許多患者的問題根源。一種一流的藥物專門針對心肌，以減少由基因變異引起的異常收縮，使心臟進入超負荷運轉。通過專門作用于 HCM 患者的這種機制，這種新型治療方法不僅可以改善症狀和生活質量，而且有可能減緩疾病的進展。美國食品和藥物管理局已將這種療法的目標行動

6. Targeted Medication for Hypertrophic Cardiomyopathy



日期定為 2022 年 4 月 28 日。如果獲得批准，這將是第一個明確用于治療 HCM 的藥物，並為患者和醫生提供新的希望。

7. 更年期的非荷爾蒙替代品

雖然在適當使用激素是有效和安全的，但激素療法涉及一些風險，而且不是所有病人都是合適的人選。幸運的是，一組新的非激素藥物，即 NK3R 拮抗劑，已經成為激素治療的一個可行的替代品。這些藥物破壞了大腦中與潮熱發展有關的信號通路。

8. 植入式治療重度癱瘓

大約每 50 個美國人中就有一個，即 540 萬人，患有某種形式的癱瘓。大多數患者的整體健康狀況顯著下降。最近，團隊為這些患者提供了新的希望，他們利用植入式腦機接口技術恢復失去的運動控制，使患者能夠控制數字設備。該技術利用植入的電極收集來自大腦的運動信號並將其解碼為運動指令。它已被證明能夠恢復因大腦、脊髓、周圍神經或肌肉功能障礙而嚴重癱瘓的病人的自主運動沖動。雖然接口技術還處于起步階段，但美國食品和藥物管理局已將這種植入式設備指定為“突破性設備”。

8. Implantable for Severe Paralysis



9. 用于早期檢測敗血症的人工智能

敗血症是對感染的一種嚴重的炎症反應，是全世界住院和死亡的主要原因。因為敗血症休克的死亡率非常高，所以敗血症的早期診斷很關鍵。人工智能 (AI) 已經作為一種新的工具浮出水面，可以幫助快速檢測敗血症。該工具使用人工智能算法，通過在醫生輸入信息時監測患者的電子醫療記錄，實時檢測幾個關鍵的風險因素。標記出高風險患者有助於促進早期干預，這可以改善結果，降低醫療費用並且拯救生命。

10. 預測性分析高血壓

通常被稱為“無聲殺手”的高血壓，通常沒有任何症狀，同時增加了嚴重健康問題的風

險，包括心臟病、心力衰竭和中風。然而，許多成年人仍然不知道他們有高血壓。利用機器學習 (一種人工智能)，醫生能夠更好地選擇更有效的藥物、藥物組合和劑量來改善對高血壓的控制。人工智能還將使醫生能夠預測心血管疾病，並使醫生能夠在疾病發生之前集中進行干預。

看到這些美國醫療的進步，尤其是在一些疑難雜症上給許多在國內的病患帶來了希望。

那么，如果國內的患者想要聯繫美國的醫生看診，有什麼方法？

MORE Health (愛醫傳遞) 是 2011 年成立于美國硅谷的互聯網醫療機構，由加州大學舊金山分校醫學中心前腫瘤外科主任 Dr. Robert Warren (羅伯特·沃倫醫生)、前血液腫瘤科主任 Dr. Marc Shuman (馬克·舒曼醫生) 等一些美國頂級專家和其他聯合創始人共同創立。

作為一家致力於推動醫療行業互聯網全球化與醫療無國界事業的專業醫療服務機構，MORE Health 愛醫傳遞與丹娜法伯癌症研究中心、紀念斯隆凱特琳癌症中心、克利夫蘭、UCSF、UPenn、波士頓兒童、費城兒童、Baylor 醫學院等美國知名醫院以及多家中國三甲醫院建立戰略合作關係，擁有 30000+ 美國醫生資源庫，為全球 180 多個國家和地區的用戶，提供受法律和保險雙重保障下的遠程會診和定制化診療服務。

自 2014 年進入中國以來，MORE Health 愛醫傳遞憑藉領先的雲智能系統和安全的數據交互會診平台，得到了衆多知名三甲醫院和廣大醫生的認可和採用。截止目前，已經完成上萬例患者的中美會診，並服務了大量的赴美就醫患者，用戶滿意度達到 95% 以上。

為什麼這麼多人關注 MORE Health? MORE Health 愛醫傳遞目前提供三類業務，1. 共同會診，2. 保險及員工福利產品，及 3. 新型業務包括但不限於 (學術教育，SaaS 服務，及大數據應用等)。就主營業務共同會診來說，MORE Health 愛醫傳遞獨創 Co-diagnosis 共同會診的服務：即一個海外頂級專家，一位本地專家，與患者共同進行會診。專家們就患者的詳細情況進行討論，並確定最適合患者的最佳治療方案。這是與市場上其他行業從業者最大的不同點。MORE Health 愛醫傳遞是唯一一個覆蓋全球

頂級醫療資源，作為在美國具有 clinic 的資質且擁有醫生集團的醫療機構，可以合法合規的進行跨境共同會診。本質上市場其他從業者提供的是二次診療意見，這是一個諮詢服務，非醫療行為。而 MORE Health 愛醫傳遞提供的共同會診，則是一個醫療行為。患者和醫生是建立了醫患關係，可以直接在 MORE Health 愛醫傳遞的平台上給患者開具處方。患者可以放心地在 MORE Health 愛醫傳遞的平台上進行會診。同時 MORE Health 愛醫傳遞為平台上執業的醫生 / 專家提供 180 個國家及地域的 malpractice insurance。醫生可以放心的在 MORE Health 愛醫傳遞的平台上無後顧之憂的進行診療。同時 MORE Health 自主研發的醫生協作平台作為被 FDA 認證的醫療器械，遵循 HIPAA 及 ISO27001 的標準嚴格保護病人的數據信息。目前 MORE Health 參與會診的醫生均是具有 15 年及以上經驗的副主任及主任級別的醫生。MORE Health 與美國多家醫生集團簽訂了 master service agreement，可以聯繫到 10 萬 + 的專家。MORE Health 自主研發的平台也作為 SAAS 服務提供給美國醫院供其使用。在共同會診的過程中，為了更好的服務患者，MORE Health 開始以保險附加險的形式及員工福利的形式，儘可能多的覆蓋健康的人群。為客戶帶來大病保障。MORE Health 致力於用最合理的價格，提供最頂級的醫療資源。共同會診作為橋樑，不僅僅鏈接了醫生及病患。同時建立了醫生與醫生專業交流的健康環境。隨着醫生與醫生交流的升華。藥廠、藥房、企業等均可以在 MORE Health 的平台上找到自己需要的醫療資源。

MORE Health 專家庫里有着衆多關於肺癌、消化道腫瘤、乳腺癌、卵巢癌和兒童疾病的頂級的專家，歡迎入群諮詢：

9月24日，我從紐約開車到費城，在路上我給在華盛頓UCA活動時認識的一位令我非常敬佩的表演者宋飛鴻女士打電話。當時她在舞臺上邊唱邊揮毫潑墨，書寫了愛字和福字的書法，給我留下深刻印象。過後我們在微信里聊過幾次，我與她只是短短一面之交，我告訴宋飛鴻，我要到費城去見費城的名人彭偉權先生。

在電話上我說因為彭偉權沒有趕上今天的飛機，他要明天才能到費城，宋飛鴻馬上說：我今天現在在忙，6:00以後才有空，你不要到外面吃飯到我家來我給你做菜，並且今晚上就不要住酒店住我家，因為我有狗怕不方便，她說沒有關係，她也有一只狗。這位宋飛鴻大姐快語直爽，讓我馬上就答應，我還沒有到費城就感受到宋飛鴻的熱情。

我曾經去過費城多次，費城的華人和亞裔人口有10多萬，費城的中國城也有規模，這次讓我驚喜的是韓國超市，他們經營很好的品牌，我在超市里看到精緻蛋糕和精品酒，這樣的品質在亞裔的超市里很少見到。我6點整到了宋飛鴻的家，好漂亮好風水的大房子，我知道宋飛鴻曾經在費城開過大型新華書店，她是一位非常成功的文化教育傳播者，我也知道她的父親宋保羅是中國京劇界一代大師。

熱情樸實直率的宋飛鴻看我進了她的家門，就點上火邊說開始烹飪：我們吃簡單的晚餐。家里院子的韭菜炒蛋，絲瓜雪菜，滷雞還有



情系中美頌飛虹

費城拜訪著名京劇表演藝術家宋飛鴻女士

她自己做的梅子酒，她還給我做了桂花酒釀湯圓，桂花樹也是她親自種的。從我進門到晚上12:00，她演示給我她的唱戲經歷，我也在電視銀幕上享受她的風采。從她到美國創業，培養女兒，她的家庭，她坦然真誠把我帶到另外一個空間，人有無限的可能，宋飛鴻就是把不能變為可能，她是一位活出極品的才女。

宋飛鴻出生在杭州的一個梨園世家，父親宋保羅曾被譽為京劇神童，譽滿梨園，祖父宋永珍、祖母宋鳳雲也都是一代名伶。宋飛鴻告訴我，她的父親6歲那年，因為當時條件很差，化妝品有限，當時使用鍋底灰化妝，父親不小心灰進了眼睛，有人告訴他的祖父祖母說有一位算命先生你們去看看，那個算命先生看到她父親，馬上告訴他，要帶孩子去醫院看病，10天以後我會給你兒子的命書，父親去了基督教醫院看病，父親的眼睛治好了，父親也改了名字叫保羅，而父親的命書寫了父親的壽命是84歲。

也許在外人看來，宋飛鴻從小耳濡目染，理應傳承走父親的路，宋飛鴻對我說他們兄妹八個，沒有一個走父親唱戲的路，她是因為父親病重，她也許她想學戲父親的病就會好，果然宋飛鴻說要學唱戲，她父親的病好了一半，她開始“女承父業”，從零開始自學和學習京劇，在她學習過程中，遇到不少貴人，更重要的是她的勤奮和天賦，宋飛鴻的唱戲延長了

他父親的壽命，96歲的父親還參加了央視的表演。

宋飛鴻父親當年的收入是680人民幣，那時候毛澤東的收入是300人民幣，宋飛鴻的青年時代撞上了文化大革命，不僅父親慘遭批鬥，長兄們還被流放到外地，從當地被人敬仰的大家族，變成人人喊打的黑戶，年少的宋飛鴻被迫成了一家“頂梁柱”。每天除了兼顧學業，她還要照顧弟弟妹妹們的生活，洗衣、做飯、還要照顧在醫院長達8年的糖尿病姐姐，她說她姐姐的康復是奇迹，她感謝醫院讓她父親欠着錢給姐姐治病，父親平反後把所有的錢都還給了醫院，父親教育她：誠實守信是做人標準。

宋飛鴻是一位自信積極向上的人，恢復高考的消息一傳來，宋飛鴻便抓住機會，刻苦學習，英語更是從零開始學起。功夫不負有心人，宋飛鴻到了她人生中的第一個高峰。經過7個月的挑燈夜戰，她以優異的成績考到了杭州當地的一所師範大學。畢業後，她如願在杭州一所重點高中當上了英語老師，開始了她十幾年的英語教學生涯。

一向有抱負的她，在任教期間大膽創新，八十年代便自創英語教材，堅持全英語環境教學，在當地頗有名氣，電視台也爭相邀請她上節目，傳授英語教學經驗，本以為會一直教育育人的

宋飛鴻，又迎來了轉折點，人生被迫重啓。90年代初，宋飛鴻的丈夫遠赴美國俄亥俄州辛辛那提大學攻讀藝術史，1992年她帶著小女兒來美探訪，先生四年畢業後，知道在美國找不到工作，他便回了中國。而宋飛鴻開著一車她的家當，從辛辛那提出發到芝加哥還有其他一些城市。最後她選擇了一個人都不認識的費城，再次從零開始。

宋飛鴻從中國當教師到美國做清潔，自己開餐館當老闆，宋飛鴻經歷了好幾次的身份轉換。一般人追求的安定生活，對她來說卻是催促她求變的信號。中餐館運營良好，宋飛鴻有了人生第一桶金，她又有了新的想法。一向愛看書的她，有勇氣，在1998年，宋飛鴻在費城華埠開了第一家“新華書店”，成為當地中華文化的交流集中地，2017年，父親病了，她要盡孝心，她把心愛的新華書店關了。

早在2010年，宋飛鴻的父親，在國內因身體不適突然被推進了醫院，奄奄一息。宋飛鴻與父親的感情深厚，每天都與他打越洋電話。意識到可能再也聽不見父親的聲音時，她一下子坐不住了，連夜飛回國內，在見到老父親的那一刻起，她再次改變了職業生涯。

宋飛鴻已經成為了知名藝術家，在費城京劇社擔任京劇老師，每年在美中國兩國參與的演出無數，去年累計共參演49場，今年還將飛回自己的家鄉杭州，開個人演唱會《百年戲緣J20—2020》。幾度浮沉，身份轉換，宋飛鴻仍保留了她的赤子之心，不怕嘗試、不怕挫折。

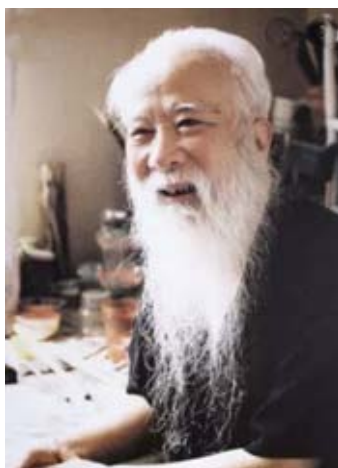
宋飛鴻有一個夢想：她想到當代京劇表演家演智取威虎山的楊子榮，紅色娘子軍的洪常青，還有紅燈記的表演者，讓他們再次登上舞臺，但由於2020年的疫情，宋飛鴻夢想沒有實現，演員的往生讓宋飛鴻也無能為力。不過宋飛鴻有一個非常優秀懂事體貼的女兒，給母親送來非常聰明的小狗。還有母親開始種花種草……



文：蒲瑛

著名京劇表演藝術家宋飛鴻和她的父親宋保羅

宋飛鴻，祖籍中國杭州市，是一位多才多藝的藝術人才，其父宋保羅是中國京劇界一代大師。宋保羅2005年90歲時，在中央電視台春節戲曲聯歡晚會上，宋保羅邊唱京戲，邊畫中國畫“鷄”，令在場觀眾嘆為觀止。出身于梨園世家的宋保羅，自幼學習京劇、民族樂器、書法、篆刻等中華文化藝術，演唱京劇深得家傳，彈奏琵琶技藝精湛，潑墨揮毫飄逸瀟灑，篆刻治印氣韻靈動。宋飛鴻秉承了父親的優秀素質，加上自己天資聰穎，來美後，在費城商界奮力開拓出一片廣闊天地，先後成功地創辦費城新華書店及上海之家，極大地擴展了費城華埠的知名度，在費城華埠營造了頗具特色的中國文化藝術氛圍，成為費城華埠的一道亮麗風景線。



訪費城華埠時，除了上中餐廳吃中餐外，同時還應欣賞、領會、體驗具有5000年悠久歷史的中華文化藝術魅力。經過多年認真、細緻地籌備，宋飛鴻于2005年4月10日，在費城新華書店的基礎上，又創辦了一家中國工藝品銷售中心——上海之家。費城華埠的上海之家，是大費城以及周邊地區規模最大的中國工藝品銷售中心，環境清淨雅致，格調古樸典雅，藝術氛圍濃厚。上海之家的銷售項目主要包括，一是中國傳統工藝精品，二是中國民間手工藝品，三是中國民族服裝樂器，四是日常生活文化用品。費城新華書店及上海之家，吸引了許多中美各族裔民

眾光顧造訪，流連忘返，尤其是在周末和節假日，門庭若市。

宋飛鴻現為大費城華人工商聯合總會常務副會長，費城京劇社董事。宋飛鴻熱心公益事業，多次慷慨解囊，捐款贊助公益事業和公益活動，努力回饋社會。在名聞遐邇的費城京劇社創辦的歷程中，宋飛鴻作為費城京劇社董事，經常為費城京劇社歷次演出活動捐款捐物，深受費城京劇社成員贊譽和好評。宋飛鴻不僅親自到費城珍惜青春藝術表演活動中表演大極拳，而且還為該項藝術表演捐款捐物，努力推廣中華藝術活動。此外，宋飛鴻還積極捐款贊助賓州華人舞蹈協會的演出活動。當中國四川發生大地震時，宋飛鴻不僅在費城華人社區舉行的募捐活動中，積極為中國四川災區捐款賑災，而且在大費城華人工商聯合總會舉行的募捐活動中，宋飛鴻再次為中國四川災區捐款賑災。

宋飛鴻的父親宋保羅1916年10月21日生，今年一百歲，中國著名京劇表演藝術家大師。宋保羅出生於北京一個梨園家庭，其父信仰基督教，就讓牧師給宋老起名為保羅。6歲時宋老開始學戲，兩



三個月就學會了《黃金台》、《魚藏劍》等不少戲。7歲正式登台，哄動北京，被稱為“神童”。解放後，宋老多次為毛主席、葉劍英等黨和國家領導人演出。現因眼力、體力所限，篆刻封刀了。

西湖是有名的詩湖，歷代文人墨客留下很多讚美的詩句，最有名的，莫過於東坡先生那首《飲湖上初晴後雨》。詩中那句“欲把西湖比西子，淡妝濃抹總相宜”，成為歷代傳誦，最為有名的頌西湖佳句。正是有了這首詩，西湖才被稱為“西子湖”。我非常喜歡東坡先生這首詩，就決定以她來傳達我對西湖的熱愛、歌頌之情。

幾年前，我看到了杭州西湖的G20宣傳片。如詩如畫的西湖，一如我記憶中那般美麗動人。世上所有美妙的音符為她歌頌為之不過，一曲西湖頌歌有感而生。

《飲湖上初晴後雨》是一首非常柔美的詩。京劇唱腔較為陽剛，即便用旦角兒的唱腔，仍比其他劇種更加陽剛。為了將詩句的柔美與唱腔的陽剛調和到恰如其分，我特意在前奏部分加入了纏綿悱惻的越劇《梁祝》曲調，可以說，這是創新。正式演唱時，我又將《飲湖上初晴後雨》改為《頌西湖》。如此改，一來是通俗易懂，可作為西湖的名片傳遞出去；二來則是我覺得這首《飲湖上初晴後雨》是頌西湖最好的一首詩，完全當得起“頌西湖”這名字。

我演唱的《頌西湖》，獲得了很多人的喜愛。有人問我還會用京劇來演繹更多的詩詞嗎？我的回答是“會”。不過在唱了柔美的《頌西湖》後，再唱，我可能會唱陽剛的西湖了。這是因為西湖既有柔美的一面，也有陽剛的一面。民族



墨香京韻《頌西湖》

宋飛鴻

英雄岳飛、于謙和張煌言都長眠于西子湖畔，古人留下“青山有幸埋忠骨”的詩句。民國時期的鑿湖女俠秋瑾也曾葬于西泠橋邊，現在俞樓邊上還有她的塑像，這都是西湖陽剛的一面。我想，如果用京劇來演繹這種陽剛，一定也會很美！

我之所以要一唱再唱西湖，是因為我對西湖有着極為特殊的情感，這源自于兒時跟隨父親出入西泠印社的記憶。我出生於梨園世家，祖父祖母均為梨園名伶、伯伯、姑姑們，也都是一代名家。我的父親宋實羅，更是享譽海內外的京劇、書畫大師，他七歲登台，八歲與“冬皇”孟小冬同台，多次與梅蘭芳、程硯秋、金少山和周信芳等名家合作演出。新中國成立後，他又多次為毛主席、葉劍英等黨和國家領導人獻藝。父親最令人稱頌的，是他有一手邊唱邊畫



的絕技，他時常在舞臺上，以戲中角色的身份，一邊演唱優美動聽的唱腔，一邊揮毫撥墨洋洋灑灑畫出一幅精美的國畫兒。張大千、齊白石、于非闇和陳半丁等畫界大師，均曾對他給予指點與教誨，此外，他還是一位製印高手呢！我兒時就跟随父親出入西泠印社。在他的影響下，我從小就開始學中國書畫，我的楷體作品，曾在西泠印社展示了多年。

大學畢業後，我在杭州十四中教英語。我的創新教學法曾經以公開課方式引來全國同行前來聆聽。杭十四中就坐落在西子湖畔，抬腿即可走人這張名為西湖的精美“畫卷”。我喜歡站在辦公室窗前，眺望近在咫尺的西湖：春天桃紅柳綠，夏天接天蓮葉，秋天滿眼金黃，冬天湖山皆白。每天放學

後，我就用自行車馱著年幼的女兒，從湖邊一路騎回家。我們一路觀賞著西湖的美景，講述著西湖的故事。後來我們旅居美國，女兒又將對杭州、對西湖的熱愛，延續到了下一代身上。她不僅教孩子中文，也教他們那些頌西湖的詩詞。在我們眼里，西湖就是杭州的靈魂。旅居美國這些年，我們從沒一刻忘記過杭州，而西湖，更是讓我們魂牽夢縈！

在滿耳“abc”中，我特別懷念中國方塊字。為了這份牽掛，這份惦念，我在費城開了第一家中文簡體字新華書店。為了讓外國人感受到中國文化的魅力，我刻意將中國元素融入了書店的佈置中。書架上陳列的是簡體中文書，牆上掛的是中國傳統樂器，耳邊流淌的是中國民樂，當然也有我熱愛的京劇元素。在這間中國味道十足的書店裡，寄託了我對杭州、對西湖的思念。我不但在我的書店裡售賣很多跟杭州、西湖有關的東西，甚至一度想將我的書店起名為“Hangzhou Bazaar”。我的書店有很多熟客，很多是土生土長的美國人。有時候他們進來也不是為了買書，就是為了感受這種讓他們覺得舒服的中國氛圍。就這樣，我的書店成

為了宣傳中國文化、宣傳杭州西湖的基地，我也踏上向世界宣傳中國文化、傳播中國國粹之路，成為傳播中國文化的使者。多年來，我經常在海內外舉行個人演唱會，無論在美國一些城市的藝術節還是春晚、傳統的中國節日，都留下了我演唱京劇的身影，當然，每次我都飽含深情演唱這段《頌西湖》。



被感動的無語

9月19日來自韓國的200多位演員和工作人员在Akron E.J. Thomas Hall 上演 Christmas Cantata, 這是星期一的晚上, 全劇院幾乎座無虛席, 在今天這個時代,高科技,人都活在手機里,就像May Chen說的:希望出現奇迹,真的出現奇迹,再次謝謝Kim先生的大膽舉動。

這場演出太精彩了,我邀請的所有朋友看完後都希望他們下次再來克利夫蘭演出,Kenneth J.



Kovach, 先生, 他是 ICC-WIN: International Community Council / Worldwide Intercultural Network 主席,他表示:這是一場高品質的演出,演員來自韓國,能唱出這樣的高水平,真讓人贊嘆。

全體演員當日上午 5:00 坐大巴從紐約到 Akron,演員只是在車上睡覺,當我 5:20 趕到後台時他們在排練,講的都是韓語,我看到指導老師手里拿着聖經,他們是在為上帝工作。



當他們精彩的演出謝幕後,他們又趕緊拆舞臺,整理行裝,打包裝箱。坐大巴趕下一場演出,他們都在車上睡覺,他們的言行讓我感動的無語。

一群來自韓國的專業演員,演唱出地道的英文,我還是第一次在舞臺上看到上帝是怎么出世的,演員表演的淋漓盡致。一曲大合唱「美麗的美國」,台上台下觀眾一起合唱達到高潮,這不是一場普通的演出,是帶著上帝的力量。



氣質高雅的藝術家艾倫趙瓊

在參加華盛頓 UCA 大會上,媒體前輩燕姐介紹給我一位知性氣質高雅的雕塑家艾倫趙瓊,她是榮獲 UCA 大會的優秀華人,那一天我們聊的不多。這次到費城,在燕姐的介紹下,我拜訪了這位著名的大藝術家,而她也剛剛完成「世紀之約」國際華人藝術家名畫展雲展。這次雲展是中國美術史上的一次群星齊聚。



艾倫趙瓊是「世紀之約」策展人之一,她說:藝術無國界,藝術有靈魂。藝術因為承載著人類最活躍的思想,所以它始終是一個社會活力的刻度表,那個不斷移動的指針記錄了文化的命運。無論人們生活在地球哪個角落,還是哪一種不同文化、不同語言,藝術都能引起人們的觀賞和共鳴。

艾倫趙瓊是「世紀之約」策展人之一,她說:藝術無國界,藝術有靈魂。藝術因為承載著人類最活躍的思想,所以它始終是一個社會活力的刻度表,那個不斷移動的指針記錄了文化的命運。無論人們生活在地球哪個角落,還是哪一種不同文化、不同語言,藝術都能引起人們的觀賞和共鳴。

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊是「世紀之約」策展人之一,她說:藝術無國界,藝術有靈魂。藝術因為承載著人類最活躍的思想,所以它始終是一個社會活力的刻度表,那個不斷移動的指針記錄了文化的命運。無論人們生活在地球哪個角落,還是哪一種不同文化、不同語言,藝術都能引起人們的觀賞和共鳴。

艾倫趙瓊是「世紀之約」策展人之一,她說:藝術無國界,藝術有靈魂。藝術因為承載著人類最活躍的思想,所以它始終是一個社會活力的刻度表,那個不斷移動的指針記錄了文化的命運。無論人們生活在地球哪個角落,還是哪一種不同文化、不同語言,藝術都能引起人們的觀賞和共鳴。

艾倫趙瓊在百忙中帶我看她的辦公室,畫廊,這是我有生以來在她的畫廊親手摸到畢加索的雕塑和自己在宋美齡的梳妝檯前留影。

艾倫趙瓊博士 (Qiongzhao Ellen. Schick-tanz),著名美籍亞裔公共藝術家,文學美術史博士,羅丹國際藝術家基金會副秘書長。1959 年生於中國北京,自幼習畫,受浮土繪版畫影響,先後在日本、美國留學工作,從事藝術研究和創作。



艾倫趙瓊在百忙中帶我看她的辦公室,畫廊,這是我有生以來在她的畫廊親手摸到畢加索的雕塑和自己在宋美齡的梳妝檯前留影。

艾倫趙瓊在百忙中帶我看她的辦公室,畫廊,這是我有生以來在她的畫廊親手摸到畢加索的雕塑和自己在宋美齡的梳妝檯前留影。

艾倫趙瓊在百忙中帶我看她的辦公室,畫廊,這是我有生以來在她的畫廊親手摸到畢加索的雕塑和自己在宋美齡的梳妝檯前留影。

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

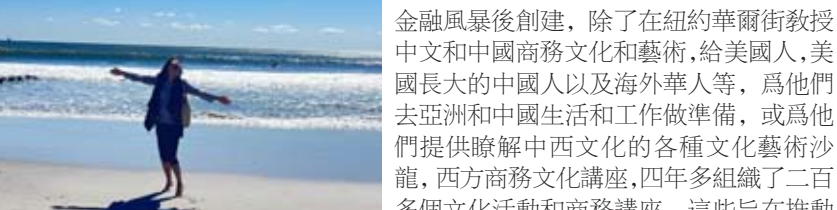
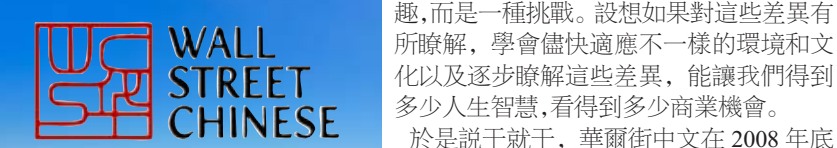
艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」

艾倫趙瓊的藝術成就得到了社會各界的高度評價。美國革命歷史博物館的約翰·德維特副館長曾表示:「艾倫趙瓊的青銅雕塑獨一無二,氣勢磅礴,征服了美國自由鐘聲敲響的地方,美國的開國首都,美國最有歷史和文化底蘊的名城——費城。」



「華爾街中文」諮詢與培訓公司

是由劉漢英(英文名 Helen Liu)女士於 2009 年初在美國紐約的華爾街金融區創立的。劉女士於 1992 年赴美,讀完財務碩士學位後,她於 1999 年開始了十年的在國際公司,商業諮詢及文化藝術領域探索的旅程,先後在德國法蘭克福,新加坡,香港,上海工作和生活。這十年的國際人生不僅給了她遠遠超出會計師工作的經驗,還給了她先後在不同的外資公司的項目管理,高級行政,雙語教育,商務培訓,人力資源諮詢,融資投資顧問,私人銀行等部門工作的難得的經歷。後來她又在上海創立了自己的藝術策展和藝術顧問公司,這些國際經驗讓她深深地體會和瞭解了不同國家不同城市的文化特點和它所帶來的精神震撼和商業機會。



漢英創辦 華爾街中文

2008 年 Helen 回到了美國,紐約的華爾街似乎在偶然和必然之中成為了她的第一個落腳地,同時在金融和藝術兩個領域工作,上海和紐約在很多方面驚人的相似,中國文化背景帶來的意想不到的許多種工作機會,在東西文化之中的來來回回給了她一個強烈的感覺——瞭解中西文化差異的重要性以及它的價值。東方老式式的智慧和中國人的直覺和深沉而又迂迴的態度,西方的文藝復興所帶來的科學態度和開放,他們的直截了當和輕鬆享樂,這些差異不只是非常有



改造社區人人有責

9月17日,應 OSU 李敏備老師的邀請,我去參加了一個很有趣,有意義的有規模的第二屆 Northland Unity Festiva 活動。



在美國各個族裔各個社團都會在夏季組織這樣的活動,聯絡鄰里之間的社交和友情。本次活動主辦者之一是一位陽光的女青年 Judith Cockrell,她曾經和李敏備一起去武漢教英文,她是一位有目標有理想的人。

這位有夢想的年輕人告訴我:她的爸爸媽媽住在這個城市已經 40 年,她對這個城市很有感情,因為這個城市治安和條件都不那么好,她要改變,第一從教育開始,她帶著團隊做了計劃,現在政府包括州政府都十分重視改造社區環境。



每一個人生活在社區里,鄰里之間的互動,相互理解,目的是提供給人安全感。這次活動有許多參展機構,有警察局,學校和保險公司等,他們提供免費諮詢服務,有利民衆的學習和生活。她在做一件非常有有意義的事情。

Anyone who comes out to the second Northland Unity Festival on Saturday should come away

我不少紐約朋友。於是今晚乾脆「一網打盡」,由熱情好客的陳紹恭作東,一呼百應,叫來現職新澤西州州立羅格斯大學生物化學教學實驗室主管梓櫻及其夫婿劉水旺,梓櫻剛卸任紐約女作家協會會長,無官一身輕。今天又剛好可以早下班,夫妻雙雙來赴約。

我原來並不知道梓櫻認識浦瑛,直到 9 月 16 日,梓櫻熱心地在「紐約華文作家協會」微信群,貼出《伊利華報》全文轉載我的公眾號文章《我曾全程採訪女王訪華》,我才知道她倆平時有互動。

with a sense of the neighborhood's diversity thanks in part to a host of local vendors, music and dance acts, and food trucks, organizers say.

The free event is a partnership between the community development nonprofit Elevate Northland, Columbus Recreation and Parks and the Columbus Department of Neighborhoods. It will take place Saturday from 3-7 p.m. at the North YMCA, 1640 Sandalwood Place.



「伊利」二字取之北美五大湖之一的伊利湖。伊利湖(Eric Lake)是北美五大湖的第四大湖。《伊利華報》于 2002 年 11 月在俄亥俄州克里夫蘭創刊。



常走出去 廣結善緣

9月5日,已經很久沒有聯繫的朋友宋美英(已故陳逸飛太太)突然給了我電話,她對我說:感謝我十多年前的他的新書,他說:這是送給你的精神月餅,新書標題是:人類文明脈絡走向,縱橫宇宙洪荒,空曠·遼闊·孤絕。

我回想這幾個月發生的事情,就像做了一場夢,但人一定要有熱情,當我看到在龍舟比賽的人們,一批癡症病人,她們對生命的渴望...在紐約看到朋友那么有溫度的熱情,開車需要三個多小時來和我們相聚,我再次被感動的無語。



住在我在華盛頓認識的朋友漢英家里,她也剛和女兒一起從歐洲度假回來,一進屋看見她為我做的菜,那道蝦和我做的幾乎相同味道,我們聊到很晚,她說明天可以陪我去一起認識我的朋友,早上我倆去見了宋美英,宋美英她要去見律師,我在雨中看着自由女神模糊的影子,美國還是我 1991 年來得

菩提家園啖素食

今晚(22日)一眾新舊雨在法拉盛菩提家園素食餐廳歡聚,由國際佛教華嚴會會長陳紹恭、黃平夫夫婦作東。陳紹恭上周末應菩提家園老閩、鄒長泰邀請,花了六小時,由晚上 9 時至凌晨 3 時,在該餐館入門左邊牆壁上一氣呵成「般若波羅蜜多心經」(10 米 X2 米),他視此「壁書」為得意之作,也是他第一次的「大手筆」,正好讓朋友們現場欣賞一下他的杰作。

陳紹恭對「心經」雖然倒背如流,但爬在梯子上書寫此「壁書」頗有難度,尤其不能有絲毫敗筆,更顯真功夫!

說來世界真細小。自從 2018 年我應美國華人聯合會(UCA)會長薛海培邀請,前往華盛頓參加大會,因此在會上認識了浦瑛,但沒想到她認識

我不少紐約朋友。於是今晚乾脆「一網打盡」,由熱情好客的陳紹恭作東,一呼百應,叫來現職新澤西州州立羅格斯大學生物化學教學實驗室主管梓櫻及其夫婿劉水旺,梓櫻剛卸任紐約女作家協會會長,無官一身輕。今天又剛好可以早下班,夫妻雙雙來赴約。

我原來並不知道梓櫻認識浦瑛,直到 9 月 16 日,梓櫻熱心地在「紐約華文作家協會」微信群,貼出《伊利華報》全文轉載我的公眾號文章《我曾全程採訪女王訪華》,我才知道她倆平時有互動。

陳紹恭赴約的另一對夫婦是詩人黃翔,張玲夫婦,原來黃翔早在匹茲堡當駐訪作家時,就不滿

「伊利」二字取之北美五大湖之一的伊利湖。伊利湖(Eric Lake)是北美五大湖的第四大湖。《伊利華報》于 2002 年 11 月在俄亥俄州克里夫蘭創刊。

浦瑛告說,《伊利華報》之所以用湖的名字命名,而非像其他華文報刊以城市、地區命名,因地期待該報能打破一般華文報章局限某一地區的發行模式,擁有更大影響力。



【慧言燕語】



冰凌推薦

閔紅濤經典小說兩章：《吃豆腐》；《“憨石磙”》

原創 杜甫故鄉人 河南小小說

吃豆腐



“兒生(生日)娘受苦,不吃肉吃豆腐”。娘的話小五一直記在心里。小五姓丁,家住洛水鎮英育村。上有三個姐姐,一個雙胞胎哥哥。他是家中老幺,名字就順口遂了排行。哥倆的十歲生日,在家正趕上星期天。

快晌午時,聽到院外不遠處有“豆腐,賣豆腐”的吆喝聲傳來。媽媽開鎖從箱子里取出一元錢,交給小五讓出去買一斤豆腐,中午改善改善伙食,也算給他哥倆過過生日。小五接過錢跑了出去。“豆腐多少錢一斤?”“不貴,一斤兩毛。”小五看着賣豆腐老趙給切的一斤豆腐是這麼大一塊,就調皮地吐吐舌頭,朝老趙笑笑。

老趙結婚多年膝下無子,看小五虎頭虎腦、活潑可愛的模樣,心中便有幾分喜歡,便指着一塊大約五斤左右的豆腐,逗小五說:“小朋友,這豆腐還熱着哩,好吃的很。咱倆打個賭吧,你要能把這一大塊吃了,我不要錢;如果吃不了,把你手里的八毛錢給我,你看咋樣?”聽到這,周圍的幾個人都笑了,別說小孩,大人也肯定吃不完。小五咽了下水,用手搔了搔頭,眨巴眨巴眼睛,問道:“叔叔,那中間允許上廁所嗎?”“可以呀,你上幾次都行!”老趙哈哈一笑,爽快地回答道:“好,那咱一言為定!”小五拍着手說。

圍觀的幾個人都咂嘴搖頭:“孩子肚子里沒油水,是真饑了。可咋也吃不完呀!”小五剛開始還狼吞虎嚥,吃得津津有味,慢慢地就比較吃力了。

吃到大約兩斤時,就抱着肚子說要回家上廁所。一會兒,人回來後,二話不說,就又吃開了。吃飽後,說再回去上趟廁所。看熱鬧的人都笑着說,別把孩子撐壞了肚子。又過了一會兒,小五慢悠悠又回來,艱難地把剩下的豆腐吃完了。老趙和人們都驚詫他的大肚量。小五用手抹抹嘴,憨笑着掂起豆腐,接過老趙遞給他的八毛錢,活像一個得勝的將軍一樣回家了。

沒過多久,一個中年婦女帶着小五,給老趙端來了一碗熱氣騰騰的臊子面,並塞給他八毛錢。老趙是丈二和尚摸不着頭腦。小五他媽說話了:“他叔,剛纔回家,倆孩子都不吃飯,一問才知此事。這個淘氣鬼和他雙胞胎的哥哥吃了您的豆腐,俺不能讓您吃虧。這會兒正好晌午,家里做的麵條,您趁熱吃碗吧。”老趙如夢方醒,死活不要錢,說小五聰明可愛,剛纔真後悔逗他,老擔心孩子吃出毛病,現在放心了。小五媽不依,硬又把錢塞給老趙,說:

“您做的豆腐真好吃,錢您一定得收下,要讓小孩子記住,咱做人得本分實誠,不能從小養成投機取巧、說瞎話的壞毛病呀!”

一來二往,每達到英育村,老趙都要給小五家割塊豆腐送去。有時遇到飯點,也會在小五家吃頓飯,拉拉家常。隨着兩家的不斷交往,半年後,小五也自然而然地認給老趙當了乾兒子。高中畢業後,小五幫乾爹磨豆腐。老趙手把手把選黃豆、浸泡、撈豆(別除雜質)、打碎、磨豆、煮漿、點鹼、壓製成型等磨豆腐的

手藝,毫不保留全傳授給了小五。

娶妻生子後,小五和老婆幾乎天天給爹媽送塊熱豆腐,還不時捎兩碗豆腐腦。他對乾爹乾娘視如親生父母,悉心照料,百般孝順,對磨豆腐更是精益求精。他倆承包了英育嶺上的五六十畝農田,全部種植黃豆,不打農藥,不上化肥,用鄰村養牛場的糞便上地;同時把現代的水磨機和傳統的滷水點豆腐工藝相結合,用心揣摩,不斷改進,做出的豆腐鮮香嫩滑、色正味純;他還請鎮里有名的木匠師傅把壓制豆腐的木板刻成花紋圖案,這樣壓成型的豆腐像工藝品一樣,煞是好看;給人稱豆腐時,他要么秤高些,要么收錢時把零頭去掉;來他家買豆腐的鄉親或開飯店上門取豆腐的固定客戶,他還免費贈送豆腐渣,並耐心教他們用啥菜配着炒才好吃的做法。酒香不怕巷子深。

丁小五豆腐在洛水鎮十里八村首屈一指。他每天的四百斤豆腐不到上午十點就早早賣完了。有人捨近求遠,開車跑很遠路,非要吃他做的豆腐。更有不少好心人多次勸他莫要辜負了這響當當的“小五豆腐”品牌,建議他擴大規模、增加人手,說生產再多肯定也能銷出去,這樣就能賺更多錢。每每聽到這些,他都會微笑點頭稱謝。磨豆腐期間,小五還會不時哼唱一首老歌:“沒有花香,沒有樹高,我是一棵無人知道的小草。從不寂寞,從不煩惱,你看我的夥伴遍及天涯海角……”一串歌聲穿過或疏或密的樹幹和枝條,慢悠悠地在小院的上空回蕩,老婆也開心的不得了。不管別人怎么鼓動,小五有自己的主意,他不想把攤子鋪太大,因為他心里清楚:人生在世,一個人有多造化,穿多少衣,吃多少飯,那是有數的,人要懂得惜福。他和老婆兩人商量好了:不操恁多心,也不受太多累,清晨起得早,下午就歇歇,幹活有規律,手頭有餘錢,這樣的日子,是上輩子燒高香,咱該非常知足幸福了。

“好漢沒好妻,癩蛤蟆娶個嬌滴滴”。這俚語就像說“憨石磙”和春桃似的。

“石磙”大名叫趙寶貴,家住虎山坡村,因是家中獨子,被父母視為寶貝疙瘩,好吃好穿的沒受過半點委屈。春桃是他村山腳下羊角溝的,她可是班上,也是這三里五莊出了名的俊姑娘,中等個,大眼睛,皮膚白晳,身材勻稱,更讓人喜歡的是她心地善良,性情溫柔。兩人初中到高中都在一個班上學習。上世紀六七十年代的學生們,常給長相另類之人取綽號尋開心,像“瘦猴”、“豆芽菜”、“煤炭部長”,不一而足,趙寶貴因長得個矮敦實,得了“石磙”這麼個“雅號”。

不知班主任是有意還是無意,排座位時,他倆竟鬼使神差地成了同桌。同學們都覺得太不搭配,唯有“石磙”樂不可支,做夢也沒想到自己運氣會这么好,這可把那幾個學習拔尖,嫉妒心強的帥男生鼻子給氣歪了。

“石磙”近水樓台,主動出擊。此後,春桃的桌屜中、書包里就會變戲法似的不時出現一個或兩個煮雞蛋、蘋果、桔子、豆包、糖等饞人的吃食,有次居然還有兩根香蕉,這可是春桃以前沒見過的稀罕物哩。春桃起初都拒絕了,直接把東西還回到“石磙”的桌屜里,但“石磙”不干,說這不是自己送的,又理直氣壯地把吃食退了回去。反復了幾次,春桃心知肚明,又不便聲張,只好聽之任之,權且一飽口福。其實,這都是“石磙”在家沒捨得吃,藏着專門給春桃捎來的。

高二那年秋天,一個周日的下午,兩人結伴返校。莊稼都快成熟了,玉米白了苞,穀子黃了眼,綠豆黑了角,一派秋色美景。正走着,冷不丁從玉米地里跳出三個二流子,嘻嘻哈哈要調戲春桃,春桃嚇得直打哆嗦,“石磙”想都沒想,沖上去就和他們廝打起來,並大喊:“金貴哥,你們快過來呀!”二流子被嚇跑了,“石磙”卻挨了不少拳腳,鼻子也給打出血了。春桃自此喜歡上了其貌不揚的“石磙”。

高中畢業,春桃回本村小學當了代課教師。“石磙”承包了一個沒人願要的杏園,整天打枝澆水,松土施肥,忙得不亦樂乎。賣杏時“石磙”更憨,不僅讓人隨便吃,稱尾巴翹得老高,碰到老者還要再給多抓一把。有次,村里的“一根筋”蒜蛋買了他三斤杏,八分錢一斤,蒜蛋非說“三八二十三”,他也不爭辯,腼腆一笑說:“好,三八二十三。”圍觀的人們掩口竊笑。隨後,按“三八二十三”來買杏佔便宜的人

“憨石磙”



越來越多,他也不說二話,“憨石磙”的外號由此便一傳十,十傳百地傳開了。

當人們意外得知天仙般的春桃要嫁給“憨石磙”的消息,不少人都搖頭咂舌,扼腕嘆息:“可惜一朵鮮花,插在牛糞上嘍!”

中原一帶有大年初二媳婦回娘家“逗”新女婿的習俗。通常是女方村的青年人伺機在半道上截住新女婿,讓買糖買煙買酒,還惡作劇地抽去新女婿的皮帶或脫掉其鞋子,要不就給戴頂紙糊的高帽子,要么就給塗個大花臉,等等。

“憨石磙”和春桃婚後第一次回門,為免遭戲弄,兩人合計了半夜。天不亮,他倆就掂着禮品抄小路悄悄回到了娘家。中午快吃完飯,正在暗自得意平安無事時,被一群久等不見尋上門來的人們逮個正着。大伙像終於捕獲到獵物的勝利者一樣,打算好好熱鬧一番:一是讓這個不該吃天鵝肉的癩蛤蟆吃吃苦頭;二是讓“憨石磙”女婿出洋相丟人大家解

解氣;三是在貓耍老鼠眾人笑足笑夠後讓新女婿出出血,大伙打打牙祭。

於是人們不由分說一哄而上,七手八腳將準備好的驢夾脖套在“憨石磙”脖子上,再栓上驢套,前邊有人牽,後邊有人趕,就到了大街上。街坊鄰居,男女老少耍猴一樣圍觀起哄,鬧成一團。“憨石磙”女婿憨得真可以,他不急不惱,還十分配合,過了一會兒,他問大伙:“嗨,你們想不想聽驢叫喚?見沒見過驢驚炮蹶子?”大伙更來勁了,有拍手的,有跺腳的,大呼小叫:“放開他!”“讓開路!”“快學驢叫!”“讓驢炮蹶子!”

“真是信球憨子貨!”有人笑着小聲議論。被牽拉着放開後的“憨石磙”走着學着驢叫。

有人嚷嚷:“快點驢驚炮蹶子!”“驢不跑不驚咋炮蹶子?!”“憨石磙”嘟囔道。

大伙遂自動閃到兩邊,“憨石磙”戴着驢

夾脖拉着驢套,一邊學驢叫一邊小跑起來,蕩起一路煙塵……

滿街人笑得前仰後合,有人腿笑軟了,有人笑得捂着肚子,有人眼淚都笑出來了,大家開心極了。

“憨石磙”跑開人群一段距離,趁人不備,摘下驢夾脖驢套拿着,向村口風一樣跑走了。

大伙這才回過神來,沒料到“憨石磙”女婿還會耍詭計,但要追已經攔不住了。

時間一天天過去,人們漸漸地開始淡忘這件事了。

冬去春來,轉眼又到了麥收農忙時節,人們才忽然記起,驢夾脖驢套還在“憨石磙”家里。大家面面相覷,誰都不願去討沒趣,隊長不得不親自提着點心糖果去向“憨石磙”賠不是,這才討回了隊里的驢夾脖驢套。

“憨石磙”由此成了這一帶人茶余飯後津津樂道的“活寶”。



作者:閔紅濤,漢族,河南省鞏義人,研究生學歷,人大任職。曾在全國多家報刊雜誌發表文學作品,2017年,長篇小說《歲月的河》由中國文聯出版社出版。

駐紐約總領館舉辦國慶 73 周年線上慶祝活動

中國駐紐約總領館



江建軍代表總領事致辭

為慶祝中華人民共和國成立 73 周年，中國駐紐約總領館舉辦線上慶祝活動，邀請領區各界人士一道暢叙合作、共話友誼。

中國駐紐約總領事江建軍和史帶集團董事長、中國改革友誼獎章獲得者格林伯格、美中關係全國委員會會長歐倫斯、美國外交政策全國委員會會長埃利奧特、華美協進社社長賀志明、俄亥俄州西切斯特市理事黃良華、紐約大學校長漢密爾頓、茱莉亞學院榮譽院長波利希、史蒂文斯理工學院校長法瓦爾丁、紐約電影學院院長楊、拿騷郡藝術博物館館長萊利、紐約舞蹈嘉年華執行總監米勒、美國中國總商會會長、中國銀行美國地區分行行長胡威、紐約中國和平統一促進會會長馬粵、紐黑文大學榮譽教授李昌鈺、中美青年學生代表等參加活動。大家通過視頻共同慶祝中華人民共和國成立 73 周年，並就中美關係及兩國人民友誼表達良好祝福。

江建軍在致辭中表示，2022 年是非凡的一年。我們堅持統籌疫情防控和經濟社會發展，既最大程度保護了人民生命安全和身體健康，也最大程度穩住了經濟社會發展基本盤，更為世界經濟企穩復甦提供強大大動力。中國共產黨第二十次全國代表大會將於 10 月召開，這將為中

國未來發展擘畫新的宏偉藍圖。今年北京冬奧會成功舉辦，我們兌現承諾，向世界奉獻了一屆簡約、安全、精彩的奧運盛會。今年也是“上海公報”發表 50 周年。歷史啟迪我們，順應時代潮流，就能作出正確的戰略抉擇。堅持求同存異，就能實現不同社會制度國家的和平共處。堅持國際關係基本準則，就能為中美關係構建起真正的護欄。

江建軍表示，當前世界進入新的動蕩變革期。站在新的歷史起點，我們將堅定不移推進高質量發展，紮實推進全過程人民民主，不斷增加人民的獲得感、幸福感、安全感。我們願以兩國元首的重要共識為指引，找到新形勢下中美兩國相互尊重、和平共處、合作共贏的正確相處之道。我們將繼續做世界和平的建設者、全球發展的貢獻者、國際秩序的維護者、公共產品的提供者。

江建軍表示，心合意同，謀無不成。讓我們共同為兩國人民交流合作架橋鋪路，一起向未來。

史帶集團董事長、中國改革友誼獎章獲得者格林伯格致賀並表示，美中兩國持續通過對話增進兩國關係、確保雙方經濟繁榮至關重要。

美中關係全國委員會會長歐倫斯、美國外交政策全國委員會會長埃利奧特、華美協進社社長賀志明、俄亥俄州西切斯特市理事黃良華致辭。

美中關係全國委員會會長歐倫斯表示，今年是“上海公報”發表和中美關係全國委員會接待中國乒乓球代表團 50 周年。“上海公報”

為富有成效的中美關係打下政治基礎。乒乓球運動員的訪問開啓了人文交流。讓我們從今天開始一起努力，共同面對全球挑戰。

美國外交政策全國委員會會長埃利奧特表示，美中合作十分關鍵，美國外交政策全國委員會致力於與中國人民保持良好關係。華美協進社社長賀志明表示，該社旨在幫助美國人通過語言、藝術、歷史、文化和商業活動更好地瞭解中國。俄亥俄州西切斯特市理事黃良華表示，



史帶集團董事長、中國改革友誼獎章獲得者格林伯格致辭

西切斯特市與中國膠州市結好，為雙方人民帶來很多機會。相信美中攜手合作，將打造更多成果。

紐約大學校長漢密爾頓、茱莉亞學院榮譽院長波利希、史蒂文斯理工學院校長法瓦爾丁、紐約電影學院院長楊致辭。

紐約大學校長漢密爾頓表示，上海紐約大學的蓬勃發展讓我們看到全球學生和學者一起學習、思考和研究的價值，也讓我們深刻認識到合作可以取得巨大成就。

茱莉亞學院榮譽院長波利希表示，美中關係關係到兩國人民福祉，也關乎全球繁榮。茱莉亞學院和天津茱莉亞學院努力增進音樂、舞蹈

和戲劇等領域人文交流，推動和改善雙邊關係。史蒂文斯理工學院院長法瓦爾丁表示，中國學生的學術研究、文化和傳統豐富了校園文化，也為營造學校的國際化氛圍作出貢獻。期待未來有更多中國學生就讀。紐約電影學院院長楊感謝總領館為促進美中交流所作努力，表示該校幾十年前就同中國結緣，願與中美友誼長存。

拿騷郡藝術博物館館長萊利、紐約舞蹈嘉年華執行總監米勒致辭。

拿騷郡藝術博物館館長萊利展示該館展品中的中國文化元素，並表示，精美的收藏、對藝術的興趣和對彼此文化的熱愛，是美中搭建橋樑的重要方式。我們熱烈歡迎來自中國的遊客。

紐約舞蹈嘉年華執行總監米勒表示，當前最適宜以舞蹈來頌揚文化和友誼，並讓我們從這次新冠疫情中恢復過來。期待在北京舉辦舞蹈嘉年華。

美國中國總商會會長胡威、紐約中國和平統一促進會會長馬粵、紐黑文大學榮譽教授李昌鈺致辭。

美國中國總商會會長、中國銀行美國地區分行行長胡威向中美各界朋友致以誠摯問候和節日祝福，表示希望創造更多合作機會，拓展更大發展空間。

紐約中國和平統一促進會會長馬粵表示，中美兩國的密切友誼和成功合作不僅符合兩國人民的利益，也為世界各國創造了巨大的利好和機遇。我們應繼續努力，讓友好、健康、穩定的中美關係為世界和平與繁榮貢獻力量。

紐黑文大學榮譽教授李昌鈺表示，我們應從歷史中汲取經驗，友愛共處、相互尊重，共同努力解決全球性問題。

北京語言大學留學生伍淡然表示，作為一名在中國生活的美國青年，希望中美人民能在各方面加強合作，希望兩國青年能為構建人類命運共同體添磚加瓦。

王毅赴紐約賀基辛格百歲誕辰 力贊“老朋友、好朋友”

中國外交部網站 20 日報導，中國國務委員兼外長王毅當地時間 19 日在紐約會見美國前國務卿基辛格。王毅祝賀基辛格將迎來百歲誕辰，表示他是中國人民的老朋友、好朋友，為中美關係的建立和發展作出了歷史性貢獻。中方讚賞他始終對華友好，對中美關係抱有信心。希望繼續發揮獨特重要作用，助力兩國關係早日重回正軌。

和長期挑戰，一些人甚至把中美交往成功的故事描繪成失敗的敘事，這既不尊重歷史，也不尊重自己。

王毅指出，基辛格曾警告，中美關係已經處在“冷戰的山腳”。中美之間爆發“新冷戰”，不僅對中美，對全世界都將是災難。美方應回歸理性務實的對華政策，回歸中美三個聯合公報的正軌，維護好中美關係的政治基礎。

王毅強調，當務之急是妥善管控台灣問題，否則將對中美關係產生顛覆性影響。裴洛西眾議長訪台、美參議院審議“台灣政策法案”、有關協防台灣的言論，都嚴重挑戰中美三個聯合公報，嚴重破壞中美關係的政治基礎。實現和平統一是一我們的最大願望，也將為此盡最大努力。但必須看到，台獨越猖獗，和平解決台灣問題的可能性就越消滅。

中國有句老話：寧失千軍，不丟寸土。這就是中國人的意志和決心。如果觸犯《反分裂國家法》，中方必將依法採取堅決行動，捍衛國家的主權和領土完整。王毅強調，要維護台海和平穩定，美方就應認真認真回歸一個中國本義，明明白白反對和制止台獨。

基辛格回顧了當年同中國領導人達成《上海公報》的歷史經緯，表示應充分認識台灣問題對於中國的極端重要性，美中之間要對話而不要對抗，應打造和平共處的雙邊關係。

沙白：作為“中美文學絲綢之路的引駝人”，你在很多場合講過“要發揮中美文化交流的正能量”，拋出這個論調的理由是什麼？怎麼做才能贏來正能量？

冰凌：中國是我的祖國，美國是我的居住國，我在祖國生活了 38 年，在居住國生活了 20 年，目前，我來往於中美兩國之間，為中美文學、文化交流做事。以我這樣的僑居身份，自然希望中美兩國關係健康穩定發展，中美兩國人民友好相處，為世界和平和人類發展做出更大的貢獻。

應該說，中美兩國關係總體是健康發展的，特別兩國人民是相互友好的，我僑居美國 20 年了，在我接觸那麼多的美國朋友，還沒有碰到對我不友好的人。特別是聽說我是一個中國作家，對我更多了一份尊重。

當然，美國是西方社會的中心，是當今世界頭號強國。中美兩國文化各異，分別代表著東西方主流文化。而文化具有與人類本身同樣古老的歷史，不同地域和民族之間，存在着形形色色的文化形態差異。中國文化歷史悠久，融合力和同化力非常強；美國文化歷史雖短，但他是一個多民族的移民國家，具有天然的包容性，能容納多元文化包括中國文化。因而博大精深的東方文化和燦爛輝煌的西方文化在這裡能夠良性互動，在這個國際大家庭，大家基本上能和睦相處，融合大於衝突。

中國文化對美國的影響是多方面的，包括哲學思想、飲食、中醫針灸、中文、武術、園林藝術等等，而中國飲食文化對美國和世界的影響，應該說是最直接深入的，無疑是中國對外文化交流中的生力軍。我們不僅要看到麥當勞、肯德雞、可口可樂等對中國的影響，更應該看到中國飲食文化對美國的影響。據統計，目前在

冰凌：自覺發揮中美文化交流的正能量

美國的中餐館有數萬家，一條街上有七八家中餐館很正常。各色美味可口的中國菜肴由口入心，將中國飲食文化最直地傳達給美國民眾，這種在歡愉狀態下所傳達的文化信息是極為深入人心而卓有成效的。我們可以把筷子和刀叉做個比較。筷子簡潔而富有美感，從操作效率、健康衛生、審美趨向看，優勢顯著。隨著中國飲食文化的深入影響，筷子也為越來越多的美國民眾所接受。我寫了一批新移民題材的小說，小說不僅寫到了衝突，更寫到了融合，這樣才能更準確地反映這種真實的現狀。

中美兩國關係總體是健康發展的，但不等於說沒有衝突，在國家層面上要維護國家利益甚至集團利益，因此衝突不可避免。歸根結底還是文化的衝突，所以文化的衝突與交融共存。外交上的博奕非常重要，文化上的交流同樣重要。文化的力量能發揮特殊的效力和作用。從這個意義上，我提出了“發揮中美文化交流的正能量”的論調。

從我們從事 20 年中美文學、文化交流大量實例來看，文學和文化交流所體現的作用是非常明顯的，對中美兩國人民從瞭解到理解，起到直接的作用；對中美兩國關係的健康穩定發展起到潛移默化的內力作用。我們為中美文學、文化交流做事，從自發行為上升為自覺行為，在全球化背景下的多元文化狀態中找準自己的位置，多做一點實事，自覺地發揮中美文化交流的正能量，從而促進中美兩國關係的健康穩定發展和兩國人民的友好相處——為世界和平和人類發展做出更多的貢獻。

發表時間：2014-01-23



王毅表示，今年是尼克森總統訪華和《上海公報》發表 50 周年，中美應該認真總結好 50 年交往的有益經驗。中國對美政策保持連續性和穩定性，中國國家主席習近平提出中美應相互尊重、和平共處、合作共贏，既是中美關係 50 年經驗的積累，也是下一步發展應共同遵循的基本原則。拜登總統也作出“四不無意”的承諾，但美方的所作所為卻與此背道而馳。美方出於錯誤的對華認知，執意把中國視作最主要對手

洛杉磯華人僑團舉辦系列活動 慶祝中華人民共和國成立 73 周年



洛杉磯市(2022年9月27日) - 中華人民共和國成立國慶日臨近，洛杉磯地區的華人社團、包括歷史悠久的百年僑團陸續舉辦了升旗典禮、午宴、晚宴、以及座談會等多種形式的系列慶祝活動。中國駐洛杉磯總領事館總領事張平、副總領事李春林，以及加州眾議會議長蘭登、華裔州眾議員方樹強等多次參與慶祝活動，與當地的華人、華僑共同祝賀中華人民共和國 73 周年國慶。

張平總領事最近一次在洛杉磯市中心中

國城內的升旗典禮和慶祝午宴上分別發表講話。張平總領事表示，看到五星紅旗徐徐升起，回想新中國成立 73 年來走過的極不平凡的歷程，對祖國的崇敬之情油然而生。經過 73 年的建設發展，中國面貌發生了翻天覆地的變化，用幾十年時間走過了發達國家數百年的發展歷程，如期實現了全面建成小康社會的第一個百年奮鬥目標，歷史性地解決了絕對貧困問題，開啓全面建設社會主義現代化國家的新征程，中華民族迎來了從站起來、富起來到強起來的偉大飛躍。新中國所取得的偉大成就增強了海內外中華兒女的民族自豪感，堅定了中國人民實現中華民族偉大復興的信心和決心。

當天的升旗典禮在洛杉磯中國城歷史悠久的百年僑團羅省台山寧陽會館和台山寧僑公會的大樓前舉辦，張平總領事回顧了上世紀 90 年代中國城僑胞舉行升旗典禮的歷史，指出，今天僑胞們在中國城再次舉行升旗典禮，不僅表達了對祖國的美好感情，也表達了對中美關係和兩國人民友誼的美好期待。中美友好是廣

大僑胞的共同心願。希望僑胞們發揮自身優勢，做中美友好的使者，推動中美關係早日重回正軌。

加州眾議會議長蘭登在多次出席慶祝活動的致辭中祝賀中華人民共和國成立 73 周年，並強調加州致力於發展同中國的友好關係，中美在教育、文化、經貿等領域的交流對加州至關重要。中美人民之間的友誼是加州與中國關係的基石。

李春林副總領事在參加美國南加州華人聯合總會舉辦的“歡樂金秋 喜迎國慶”茶話會時表示，“中華人民共和國成立 73 年來，我們的國際地位和國際影響力得到了很大的提高，相信海外的僑胞對此是有感受的。再過一個多月中國共產黨也將二十大，將對中國未來五年的發展進行一些規劃。我們每個中國人都對這次大會充滿期待，我們每個中國人也對都對中國的未來充滿了信心。”

九月中旬，南加州廣府人聯誼會舉行的“慶中秋、迎國慶”晚宴為本年度洛杉磯華人社團慶祝中華人民共和國成立 73 周年系列活動揭開序幕。

今年的慶祝活動在時隔兩年後恢復為大型現場參與，吸引力眾多華人的參與，在中國城內知名的金龍酒家內舉辦的午宴，出席的僑胞人數超過六百。在中國城內具有人數絕對優勢的百年僑團“羅省台山寧陽會館”首次提供升旗典禮場地並參與協辦，可以成為今年慶祝活動的一大亮點，具有相當的指標意義。(AACYF/LAPost 訊)



警惕!美國在打一場“根”的戰爭

引言 變異的戰爭

俄烏戰爭的第1天,可能與軍事有關。俄烏戰爭的第10天,已經是科技的PK。俄烏戰爭發展到今天,這已經是“根”的較量。

前線的每一次爆炸,絕不僅僅與TNT當量有關,而是在科技之根、金融之根、文明之根、法律之根的全方位較量。

時代變了,不能再沉迷於冷熱兵器的“亮劍”。

大國之間的博弈,軍事只是其中一個因素,更重要的是“根”力量的綜合較量。

俄烏戰爭中,每一次“鳳凰幽靈”無人機的出擊,每一枚“鎊瑪瑙”超音速巡航導彈的發射,後面是芯片製造、電子操作系統、電腦超算、衛星導航、雷達跟蹤、光學感應、軟件集成等多方面技術的PK。

如果不從底層邏輯來理性探討,僅僅逞口舌之快是看不到真相的。



01 看不到的“根”力量

俄烏戰爭剛一開打,有三件事值得思考:

第1件事:甲骨文 Oracle 用3個小時“屏蔽”了俄羅斯的所有用戶,甲骨文擁有全球最大的關係型數據庫,佔據俄市場半壁江山。

第2件事:全球統一金融結算系統SWIFT 系統將俄羅斯許多銀行從中移除,在金融上切斷俄羅斯對外貿易。

第3件事:SpaceX 創辦人馬斯克宣稱啓動“星鏈”在烏克蘭的服務系統,烏克蘭可以通過“星鏈”衛星連接上因軍事行動而被中斷的互聯網。

這三件事有一個共同的特點,都是“根”力量展示。

數據庫是互聯網技術的“根”,SWIFT 是金融系統的“根”,星鏈是通信系統的“根”。

在和平發展的時代,這些根被埋藏在“全球化”表象下,被包裹在城市的繁華夜色里。

但一旦出現戰爭情況,“根”的力量展露無遺。從俄烏之間的這場戰爭,梳理美國的八種“根”力量。看這些根,是如何影響戰爭的走向。



02 芯片製造:“技術之根”的對抗

先從根技術談起,以最熱門的芯片製造為例。

沒有芯片的現代武器,基本就是一堆廢鐵。擁有高精芯片的武器,越是在戰爭中處於金字塔尖。

美國的“彈簧刀300”,電子系统集成化程度很高,使用了精密芯片和電容原件。

俄羅斯的匕首高超音速導彈(Kh-47M2 Kinzhal),同樣也密布微電子電路及超算芯片操控。

如果最後失去了精尖芯片的支持,戰爭怎么打?

誰是芯片技術之根,大多數人看到的只是幾家明星芯片企業,例如三星、台積電等。

美國的芯片企業有多少?包括英特爾、高通、博通、microchip、霍尼韋爾、IM Flash、IXYS、Skyworks、TowerJazz。還有 Vishay、TSI、Skorpios、X-FAB、TowerJazz、TI、Kokomo、MA-COM、Elmos、Skywater、Sanken、NXP 等。

就算台積電這樣 TOP1 的全球芯片製造龍頭,基礎材料來自於美國 AMAT、LAM 公司,同樣操縱於美國之手。

這也是中國科技企業在俄烏戰爭如此謹慎小心的原因,這是真正的現實困境,不是由鍵盤俠能夠改變的。

若沒有高能芯片補給,武器不過是移動的標靶,俄羅斯芯片一旦消耗太多,沒有根的支撐,戰爭越打到後面越被動。所以芯片技術,一定是需要努力開拓的。

03 操作系統:現代科技的軟體基石

除了硬件基石,軟體基石同樣重要。而軟體中最核心的技術,那就是操作系統。每一個

硬件後面,總有軟件代碼在後面支撐。沒有優秀的軟件系統,再好的肉體也沒有靈魂。

以手機操作系統為例。美國的 Android 與蘋果的 IOS 系統,構成了現代手機應用平台的兩大基石,它連接着整個代碼和數據終端。

優秀的操作系統可以讓軟件流暢的運行,流暢運行的軟件可以讓硬件多出1秒的打擊時間,這1秒的時間可能就能決定某次戰術的成敗。

為什麼俄羅斯戰士的手機,在戰場上成為被對手定位的可怕機器,而烏克蘭的手機則是一個特別好用的分布式通信終端?這後面就是操作系統和各種軟件在共同作用,俄羅斯有些高級將領被清除,正是因為有 AI 軟件和計算終端協作完成。

操作系統的落後,軟件體系的缺乏,可謂錐心之痛。

當然,俄羅斯也有自己的極光 AuroraOS 移動操作系統。

可誰又知道 AuroraOS 移動操作系統基於開源 Sailfish OS。Sailfish OS 是哪里的?它是俄羅斯此次的對手之一的芬蘭 Jolla 公司開發,真是悲哀且荒謬。

因為這里涉及到另一個根——開源體系。

04 開源體系: 構建統一的技術價值觀

毫無疑問,美國又是“開源世界”的中心。

開源軟件最重要的發起者並不是美國人,但這些組織將基金會設在美國,他們仍然將美國視為開源世界的“堡壘”。為什麼呢?

— 美國在二戰後是世界上最強大的國家,將數據放在這里是相對安全的;
— 美國政府必須在法理允許的範圍內行動,不能肆無忌憚、為所欲為;
— 美國有許多強大的技術公司,這有利于開源技術的實現;
— 美國有數量龐大的優秀程序員,這些人本身就是“開源運動”的參與者;

……

“開源”難以戰勝,因為“開源”是一個世界系統,大部分人都建設者,這才是美國的強大之處。

俄羅斯有非常厲害的程序員,但沒有一次真正的“開源運動”,沒有一個強大的“開源項目”,沒有一個全球或者企業自己合作的“開源系統”。

開源體系設定了一個世界觀,全世界的技術員都來這里創造屬於自己的世界。不僅僅是技術的力量,它還在心靈上統一了技術員的價值觀。它像巨人播下的種子,發芽開花結果,最後長成參天大樹。嚴絲合縫,易守難攻。而這背後,又是現代文明之根的力量。

05 文明之根:現代文明積累的百年底蘊

為什麼美國的開源項目能夠一呼百應,這也不完全是技術實力。還有很大一部分原因在於,這是近代以來國際對英文文明繼承權的認可。

這是文明積累的力量,且夕之間難以改變。

客觀回溯一下現代史上的技術之“根”,大部分都由歐美科學家接力而成,這些天才專注於科學世界,以無與倫比的智慧,將人類文明拓展到一個新高度。

歐洲數代積累,才催生了牛頓、愛因斯坦這樣的巨匠。

近代科學的百年沉澱,才有了黃金時代的量子力學群星。

牛頓定律、電磁力學、薛定諤方程、香農定律、馮諾依曼架構這些根中的“根”,永遠是人類文明的前進之源。

技術誕生了文明,而世界性的開源社區,基

本上都由英文在主導。至少目前其它語言還做不到。這是現代文明的百年積累。其實也不僅僅只是技術文明,包括人文哲學同樣如此,康德、黑格爾、馬克思、尼採、伏爾泰、盧梭、孟德斯鳩、洛克、培根、斯賓塞、休謨等等。

雖然俄羅斯也出現了一些偉大人物,但俄語在現代已經被邊緣化了。這種現代文明之根,還延伸出了以下更多的根。

06 認知之根:站在全球的道德高點

因為有了文明之根,所以就能站在道德的高點上。

這與中國唐代有相似之處,四夷之內無論對錯,王師都可以問責。他什麼都是對的,你什麼都可能是錯的。在認知作戰上,俄羅斯幾乎毫無還手之力。沒有話語權,世界很難聽到俄羅斯發出的聲音。

失去了最優秀的人才,那就失去了競爭的根本。

08 法律之根:長臂管制中的程序正義

文化之根,已是過往。

人才之爭,其中最重要的是讓人才擁有安全感。所以,如何保證當權者不破壞規則,便涉及到法律之根。制定嚴密的法規行為來約束當權者,才能保證自己立于文明高地。

只有讓更多人相信正義,相信法律存在的力量,才能擁有說服世界的邏輯。此次俄烏戰爭中,美國想方設法地針對俄羅斯,但仍然是需要在法律允許的範圍內行動。不能肆無忌憚、為所欲為。此次聯合國五常一票否決權被限制,美國表態支持。

這一舉動美國不可能沒有在其中攪渾水,但即便如此,美國也不可能直接去廢除一票否決權,依然需要在聯合國的規則內進行。美國在實施國際法中經常談到“長臂管制”,是要遵循自己的法律。如果沒有了程序正義,那么文明將面臨巨大災難。

09 經濟之根:SWIFT 的金融威力

沒有經濟的支撐,別說打仗,吃飽肚子都難。

先不說全球經濟的供應鏈,它的主體還是掌握在歐美世界。

可以舉一個更具體的例子——SWIFT 支付體系,便掌控在美國手中。

1977年SWIFT 發佈,當年全世界就擁有會員國150多個,會員銀行5000多家,日處理SWIFT 電訊300萬筆,高峰達330萬筆。現在日處理的金融電訊達到了三千多萬條,資金以萬億美元計算。

今天,幾乎所有金融機構都接入SWIFT 平台,SWIFT 為200多個國家和地區的11000多家銀行、證券機構、企業與客戶提供交易服務。

而現在運行在SWIFT 平台上的主要貨幣是美元,美國可以通過截獲交易資金來控制SWIFT 交易。

所以,當俄烏戰爭爆發時,美國一聲令下,就可以將俄羅斯銀行踢出SWIFT。

當美國扔下這枚金融核彈對俄羅斯進行經濟制裁時,俄羅斯儼然成爲了一座金融孤島。

因為支付體系被切斷,便再無法與世界進行貿易。

所以這也能夠理解,為什麼其他國家在美國指揮下紛紛對俄羅斯進行經濟制裁。

幾乎所有國家的經濟命脈都掌控在美國手中,難道哪個國家願意閉關鎖國,成爲金融孤島?

這也是需要去思考的一大難題。

目前在SWIFT 系統之中,如果想要擺脫經濟的控制,必須重構一張支付網絡。

結語 透過俄烏戰爭,要構建自己的“根”力量

當俄烏戰爭剛剛打響時,不少人認爲,俄羅斯不費吹灰之力就可以拿下烏克蘭。甚至於有人說出了1小時22分佔領基輔的“神話”。

然而當戰爭長線拉長後,俄烏戰爭背後,是美國打響的一場“根”的戰爭。技術之根、開源之根、經濟之根、法律之根、文明之根……

這哪里是軍事的對抗,最終是“根”的較量。簡單的敲擊鍵盤宣泄情緒是無能的顯示,戰爭的背後是什麼?

全球任何一台第五代戰機,都有數十萬行代碼;

任何一枚制導導彈,最終都由各種軟件在控制;每一枚IC 芯片背後,是全球頂尖人才的智慧;

……

現代戰爭,最終還是要回歸到鍵盤上。當然,此鍵盤非彼鍵盤。

透過俄烏戰爭,必須時刻警惕,該如何構建屬於自己的“根”?成爲更強的“根”的國度,只有一個辦法,那就是要擁有更多“根”。

這決不是靠嘴炮或者軍事可以戰勝的,靠的是什麼呢?

一個智慧民族,一定會知道答案。如果不知道,那你得反思一下。來源“大魚說小事”



To See Where Immigration in the US is Headed, Look to Where It's Been

By Peter Schurmann Sep 23, 2022

Immigration is quickly emerging as a key issue in the upcoming mid-term elections. Recent stunts by Florida Gov. Ron DeSantis and Texas Gov. Greg Abbott to ferry migrants to "sanctuary cities" in the north underscore the division over who and how many we allow into this country. Hasia Diner is professor of American Jewish history at NYU. Carl Bon Tempo teaches history at the University of Albany. In a new book, *Immigration: An American History*, the pair look at the role immigration has played in America's history, and what that history tells us about our current moment. (Image: Welcome to All! J. Keppler, 1880, Library of Congress)

It's generally accepted that America is a nation of immigrants. What prompted you to look at this question of immigration anew?

Carl Bon Tempo: The last two to three decades of scholarship by historians and others on immigration history has been wonderful and has taken the field in new directions. Our book tries to bring that new knowledge to the public to help us better understand this history and this idea of the US as a nation of immigrants. Take as an example the centrality of migration from Mexico in US history. We've seen a lot of great work in the last 20 to 30 years about that question... and it explains the world we live in today. Forty to fifty years ago scholars didn't think in that way.

very little ability to engage in surveillance to the mighty enterprise that it is now. And that comes out of a long frustration with the desire to patrol who is coming in. The ability to do this and the funding for it has grown exponentially.



Authors Hasia Diner (L), professor of American Jewish history at NYU, and University of Albany History Professor Carl Bon Tempo.

What fueled that exponential growth in funding for border surveillance?

CBT: In the 1970s border funding resembled what the budget was for a small city's police force. It was just not well funded or thought of as all that important. And yet over the last four decades other changes in American life, including the War on Drugs and the War on Terror, helped accelerate and build up surveillance along the border. Likewise, these events changed the bureaucracy in the United States and how it deals with homeland security, and a lot of that had to do with immigration and migration.

How does the climate crisis tie into this? Do you anticipate an increased flow of migrants as a result?

HD: You can never ask a historian about the future (ha!). But it is inevitable. But again, like anything else, there are other moments in time when climatic and environmental disaster spurred migration. The Irish migration of the mid 19th Century really gets charged up when a fungus kills the potato crop upon which people lived, making their homes uninhabitable. In the 1890s a fungus in grape crops in Northern Italy also spurred migration onward. Famines in Lithuania in the 1850s and 1860s... so this is not new, but the sheer size of what this new disaster is going to be is ominous.

Given the anticipated uptick in climate-migrants, what is the appropriate response?

HD: America has benefited so much from immigration. The country's economic growth was

fueled by these millions of people who considered it in their interest to work often hideous jobs, who within a generation had integrated and created fusion cultures that enriched American civic life. If the US behaves smartly, if it creates mechanisms so these people aren't living in the shadows for generations, preventing them from making the contributions they can make, it could be an upbeat story in the end.

You wrote in a recent op-ed that "optimism should guide policy" when it comes to our borders? Is that what you meant?

CBT: The immigration system the US has, as confusing as it is, is a system we created. And if you make something you can unmake and reform it. The question is, does the country have the political will and the emotional will to tackle that big question. Immigrants have helped build this country and turn it into a marvelous place with marvelous experiences. This climate crisis and climate migration should be viewed as an opportunity to carry on in that path. And how do you do that? You set up systems that help those who come, that welcome them rather than reject them, and think about how we integrate these people.

Data show America's essential work force is imploding. Do you see any evidence that this is affecting people's views on immigration?

CBT: There is a historic push-pull on this issue. On the one hand there has always been a need for these newcomers in the American economy. But the other side of the equation is their arrival can at times really spike concern among some in the US that these newcomers are taking their jobs. This has become an even more important dynamic in the last few decades as we think about the growing centralization of wealth, and the stagnation of the working class. When the issue of jobs is placed on top of immigration, it makes for tricky politics, and it makes for very tricky answers to the question of who and how many people we should welcome.

Historically, that's often been a very fraught question, hasn't it? Who do we let in and on what basis?

HD: In the 1920s the US passed legislation that attempted to bureaucratize the flow of migrants into the country. It was a tremendous turning point in our history. Passed in 1921 on an emergency basis and finalized in 1924 the law set a

ceiling on the number of immigrants allowed in and created a quota system on the basis on national origin. It gave power to US consular officials in other countries to grant visas and to decided who could come and who could not, and to separate the acceptable from the unacceptable. It was a horrendous reality for the Jews of Central Europe and for others who wanted to escape the war and had no place to go.

In your view is there a way to slow the flow of migrants while at the same time adopting a more humane immigration policy?

CBT: One of the things Biden has tried to do and Obama did this as well is they recognized that conditions in other countries... can be very bad. And so, what they tried to do was to send funding and aid to these countries and try to reconstruct them. And the problem is: that is a hard thing to do. You can't change a country like Guatemala in two years. A lot of these countries around the world are the way they are because of economic forces the US has unleashed. It's created a lot of wreckage and so to think about, how do you make it so folks in other parts of the world say to themselves, I can stay here. That involves really rethinking how the US acts in the world, and questioning choices the US has made.

How does Americans' lived experience with immigration, with immigrants, differ from the policy and political rhetoric?

CBT: Data from Pew show something like 60% of Americans have a favorable view of immigration. They believe it makes America stronger. So, something is happening here. But the tension for many is in thinking about this individual experience and then thinking about the numbers, which are large. And they can't navigate that gap. They might remember their own family members coming to this country... they may know an immigrant family that is part of their child's sports team or church. But then there are the many hundreds of thousands or millions arriving, and that is the gap people struggle with, and struggle to make sense of in their own lives. That is the challenge that immigrant advocates have. How do you extend these individual experiences to the bigger picture.

Immigration: An American History, by Carl J. Bon Tempo and Hasia R. Diner | 416 pp. | Yale University Press



Arrests along the US's southern border have topped 2 million annually. Is what we are seeing today unprecedented in terms of scope?

Hasia Diner: It is unprecedented in terms of the sheer numbers, but one of our points in the book is that the presence and role of the state in monitoring immigration has also grown and has moved from being an underfunded enterprise with

Hello Editors,

I hope you're having a great week. Beginning tomorrow, the highly-praised second edition of **FRONT International: Cleveland Triennial for Contemporary Art** will celebrate the final weekend before the exhibition's close on October 2, 2022 with a full slate of artistic activations, special performances, and additional public programming planned for its final days.

I wanted to make sure these exciting events were on your radar for potential coverage. If of interest, I'd be happy to arrange interviews with FRONT leadership and/or provide additional assets.

Featuring over 100 artists at more than 30 sites across Cleveland, Oberlin, and Akron, the closing weekend offers a last chance to visit the exhibition, as well as to



attend special events, artist performances, film screenings, and closing receptions.

Sarah Oppenheimer and Tony Cokes, SM-2N: sldrty, 2022. Installation view, FRONT PNC Exhibition Hub at Transformer Station, July 16 - October 2, 2022. Commissioned by FRONT International: Cleveland Triennial for Contemporary Art in partnership with VIA Art Fund and The Andy Warhol Foundation for the Visual Arts Photo: Brad Feinkopf. the artists.

The triennial's closing events underscore FRONT's efforts to illuminate overlooked histories within the Northeast Ohio region. On Saturday, audiences will have the rare opportunity to visit the Oberlin studio of the late artist Audra Skuodas, whose work has been noted as being among the standouts of FRONT 2022.

Several artists will also return to Ohio

this weekend to stage groundbreaking performances that promise to transform the civic landscape. On Sunday October 2nd, Joe Namy will conclude his *Songs for a Set* (2022), the last of a series of live music and sound performances staged beside Isamu Noguchi's Portal. This series extends Namy's ongoing engagement with the life and oeuvre of legendary composer, musician, ethnomusicologist, and educator Halim El Dabh. A pioneer of electronic music, El Dabh taught at Kent State University for many decades and frequently performed in and around Cleveland.

Abigail DeVille, *The Dream Keeper*. Installation view, Quincy Garden, July 16 - October 2, 2022. Courtesy of the artist. Photo: Field Studio. Commissioned by FRONT International: Cleveland Triennial for Contemporary Art, with support from The Andy Warhol Foundation for the Visual Arts, Joanne Cohen and Morris Wheeler, Fleischer Family Charitable Foundation, and Arts Midwest. Abigail DeVille.

Additional special events and performances include spoken-word performances by artist Nora



Turato; a double-feature film screening, including several new artist films; a professional with live musicians and dancers, led by artist Abigail DeVille, and much more.

I have attached a release with additional information on the closing weekend schedule below. Please don't hesitate to reach out if you have any questions.

Looking forward to your thoughts!
All best, Emma

哥倫布Nordstrom Easton Town Center
N 誠聘裁縫、熟練工 N

我們正在為哥倫布 Nordstrom Easton Town Center 商店尋找有才華的裁縫、熟練工。如果您致力於讓您的客戶看起來和感覺都很棒，請加入我們的團隊。您將享受豐厚的福利和絕佳的員工折扣。

NORDSTROM We're hiring now. As in right now!
We're looking For talented tailors, sewers, and fitters For our Nordstrom Park Meadows store located in Lone Tree, Colorado. If you're dedicated to making your customer look and Feel amazing, join our team. You'll enjoy great benefits and a Fabulous employee discount.

Beachwood place 26200 Cedar road Beachwood Oh 44122, Tel: 216-378-2121
上網申請 Apply at careers.nordstrom.com.

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

注册會計師事務所
National Tax and Accounting Inc
公司地址: 92 Northwoods Blvd, STE A, Columbus, OH 43235
中英文電話: 614-962-0868 郵箱: fred@nationaltax.net 微信號: Nationaltax

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

事務所提供以下服務:

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

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 年客戶平均年度節省金額是以 年全國性問卷調查中轉購 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

運動一定要大汗淋漓才到位嗎？

一項研究表明，長期參加無汗運動的人，比不參加任何運動或偶爾進行劇烈運動的人，死亡率可降低 75%。心血管病、糖尿病、阿爾茨海默病的發病率可減少 35% 左右。

不僅增強抵抗力，“輕運動”還能降血壓。運動容易導致出汗，特別是天氣比較熱的情況下，大量的出汗容易導致脫水，有可能使有效血容量出現不足，出現胸悶、乏力、頭暈等不適；出汗也會導致機體電解質紊亂，尤其是低鉀，心臟病患者可能出現心律失常，甚至猝死。而劇烈運動亦會使血壓升高，增加心臟血管的突發、加重風險。

因此，氣溫較高的情況下運動應更加注重

養心，心血管病人量力而行，不能不動，不能過度運動，宜做一些“無汗運動”。

無汗運動即輕運動、低能耗運動，也稱為適度運動、適度鍛煉或輕體育。

在有限的時間和空間內進行一些簡單、容易掌握的肢體動作，運動強度較輕，基本上不會出汗。另外研究表明，無汗運動還能幫助降低血壓，減少骨折和患乳腺癌、結腸癌的危險。

這些活動對心臟更“友好”

無汗運動只是將運動強度降低，散步、步行、慢跑、跳舞等都可以成為無汗運動的選擇。心血管病人可以做以下這些運動保護心臟、維持心臟活力。

慢跑 有研究指出，每周慢跑 2-3 次，每次 20 分鐘左右就可完成。慢跑亦可演化為快走，根據個人情況選擇速度和距離。對於心血管病人來說，慢跑對增強心臟活力、血管的彈性有好處。

室內運動 如果天氣太熱，不想出門可以在室內做一些簡單的四肢活動。如抬腿、伸展肩臂、提腳跟等，做好時應注意配合呼吸。心血管病人最好隨時注意自己的身體狀況，若感不適，可以將運動分段分次進行，不要強求。

家務活 如果沒有時間運動，就動做家務吧。千萬不要小瞧洗衣服、做飯、掃地、擦地這些家務給人帶來的益處。一些發達國家也異曲同工地提出“非運動活動”，就是說不必刻意追求到健身房、使用專業器械進行運動，而是把運動貫穿在生活中。比如，每天擦地板 15 分鐘、洗衣 20 分鐘、陪孩子玩 15 分鐘、騎自行車 15 分鐘、上下樓 15 分鐘等，都對身體健康有好處。

運動雖輕鬆 也得悠着點兒

無汗運動雖然溫和和安全，但也有幾個需要特別注意的地方：

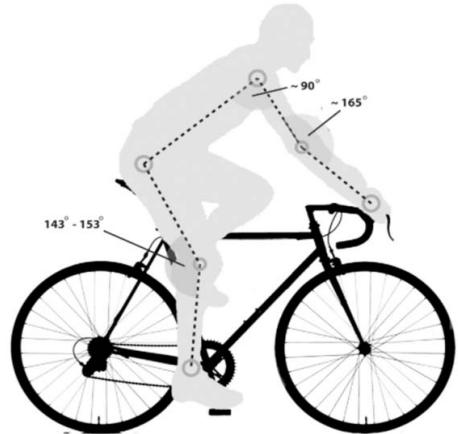


不要運動過度 老年人生理功能衰退，承受能力有限。判斷運動是否過度，可用翌日清晨心率、血壓是否異常、睡眠質量、食慾好壞，以及有無厭惡運動心理存在等加以衡量。最終選擇個性化的運動方案。

運動時避免出現不適症狀 如果運動時出現胸悶、悶氣、心悸、頭暈、胸痛等，應立即停止，注意監測，必要時就醫。由於每個個體的基礎病不同，心臟病的種類和病症不同，注意選擇適合自己耐受的運動模式為宜。

不對抗、不比賽。經常有老年人不服老，自尊心好勝心強，但大都是心有餘而力不足，對抗性運動容易激發逞強好勝心理，造成超心臟負荷運動，使機體過度疲勞，免疫力下降，易患疾病，或加重心臟病，甚至發生意外事故。

騎車其實是一項「膝蓋友好型運動」



騎車，公認的“黃金有氧運動”。它能強健心肺，提高下肢肌肉力量，還能減壓。無論是室內的動感單車，還是戶外騎行，都能給身心帶來極大愉悅。

然而這樣一項幾近完美的運動，卻有個讓人長久困惑的問題：騎車到底會不會傷膝蓋？

其實騎車對膝蓋的壓力，遠遠小於日常生活中的跑步、爬樓梯等運動。

半蹲，對膝蓋造成的壓力是體重的 7 倍；

下樓梯，對膝蓋造成的壓力是體重的 5 倍；

慢跑，對膝蓋造成的壓力是體重的 4 倍；

騎自行車、走路，對膝蓋造成的壓力是體重的 0.5~1 倍

儘管騎車是一項“膝蓋友好型”運動，但長期不正確的騎行姿勢，也可能造成膝蓋勞損。

如果車座太低：膝關節屈曲角度越大，膝蓋處所承受的壓力也越大，對軟骨的磨損也越厲害。

如果車座太高：可能引起膝關節後方大腿肌肉疼痛，或者膝關節外側肌肉疼痛。

調整好把手和車座高度：車座高度以腳掌踩到踏板，踏板蹬到底，膝蓋仍保持有一點彎曲為宜。這樣可保證騎車時不會過分屈膝或踮腳，且有利于發

力。踩踏腳板時，腳的位置要恰當，用力均勻，注意保持一定的節奏，否則會使踝關節和膝關節疲勞。

剛入門者不要追求大運動量和速度，否則可能傷害膝關節，嚴重的甚至會出現膝蓋積水。

堅持騎車的好處

1 增強心肺功能

騎自行車是最佳有氧運動之一，可以全面鍛煉人體的內臟器官，尤其提高心肺耐力作用明顯。

騎行時下肢血液供給量較大，強度大時心率可達到平時的 2~3 倍。長期堅持

騎車能使心肌發達、收縮有力，血管壁彈性增強，肺活量增大，提陞呼吸系統功能。

2 鍛煉下肢肌肉

騎車相對於慢跑等運動，對下肢衝擊小。騎車不但能有效鍛煉下肢肌肉關節，還可以鍛煉軀幹和上肢肌肉。

3 穩定持續地減重

以每小時 20~24 公里的速度騎行 1 小時，能燃燒 500~600 千卡熱量。照此速度每天騎 1 小時，每周能減輕 1 斤體重。

4 睡眠更香甜

堅持騎行鍛煉，有助於改善植物神經功能，從而獲得更高質量的睡眠。美國斯坦福大學醫學院研究人員發現，久坐不動的失眠患者每隔一天騎車 20~30 分鐘，他們入睡前的時間減少了一半，總睡眠時間增加了近 1 個小時。

但是睡前 2 個小時內不要騎車鍛煉，因為劇烈運動可能會讓人過度興奮，反而影響睡眠。

5 改善情緒

美國博林格林州立大學的研究人員發現，騎車僅 10 分鐘就可以改善情緒，實現減壓效果。

騎車還能增加血清素和多巴胺的分泌，對一些人來說，它和抗抑鬱藥一樣有效。

反應慢、易疲勞、記性差 警惕大腦“亞健康”

易疲勞、反應能力降低、記憶力下降、精神不易集中……這可能是大腦處於“亞健康”狀態的表現。

“精神壓力長時間積累，大腦長期超負荷運轉，會妨礙大腦細胞對氧和營養的及時補充，使內分泌功能紊亂，從而出現腦疲勞，引起‘亞健康’症狀甚至患病。”大腦如果長期處於“亞健康”狀態，極易患腦血管疾病。

如果生活中經常感覺容易疲勞、反應能力下降、難以集中精神、記憶力下降、話到嘴邊卻忘了要說什麼、找東西卻忘了自己在找什麼等情況，就要警惕了。可以通過以下方式來改善大腦亞健康狀態。

規律生活，調整好心態

日常生活中調節好心態。當前，在工作、家庭等社會壓力極大的環境下，要遵循健康的生活規律，以免造成生物鐘的紊亂失調，尤其要保證睡眠充足，不要過度用腦。壓力過大時應學會放下，心境開闊一些，跳出圈子看問題。

讓大腦“動起來”

大腦常用常新，勤用腦是防止大腦功能衰退的根本。可選擇下象棋、

圍棋等益智遊戲，使精力集中，腦細胞也會處於活躍狀態。

多進行戶外運動

運動能調節和改善大腦的興奮與抑制過程，使大腦功能得以充分發揮，延緩大腦老化。同時，運動時由於精神奮發，心情舒暢，還可促進大腦釋放出特殊的化學物質，這對促進記憶力和智力的發展都有良好作用。

咀嚼鍛煉

經常進行咀嚼鍛煉也有益於大腦健康。使用咀嚼肌時，刺激會傳到腦干、小腦、大腦皮質，提高腦部活動。充分咀嚼還有助分泌膽囊收縮素，這種荷爾蒙能隨血液流動進入大腦，提高記憶力和學習能力。



“衰老是一個被灌輸的概念。”

她說，“老年人的虛弱、無助、多病，常常是一種習得性無助，而不是必然的生理過程。”關於衰老的很多思維定式是經不起推敲的。比如人老了，記憶一定會衰退嗎？

腦神經科學的證據顯示，一半以上的老年人，其大腦活躍程度與 20 多歲的年輕人並沒有區別。他們在短期記憶力、抽象推理能力以及信息處理速度等方面的能力都不應差於年輕人。

那麼，到底是什么抑制了老人真實的潛能？根據朗格教授的分析，這是因為：我們身處一個崇拜青春而厭棄老年的社會。是這樣灌輸的集體意識的觀念，讓我們的意識先衰老，身體隨即配合我們。

年輕的時候，我們想當然地以為自己永遠不會老。與此同時，我們固執而輕率地認定衰老和能力減弱有着必然的聯繫。某天早上我們醒來，驚恐地發現自己已步入老年，這種思維定式往往極具殺傷力。

當我們發現自己記性越來越差時，最現成的解釋似乎就是——我們老了，而很少再去尋找其他的可能性，比如也許是我們失去了記憶的動機和意圖？

事實上，很多心理實驗都證實，一個人衰老的速度與環境暗示很有關係。與一個比自己年輕的人結婚，往往長壽；相反，與一個比自己年老的人結婚，往往短壽。

社會經常規定了，什麼樣的年齡應該穿什麼樣的衣服，否則就是為老不尊。因此一個經常穿制服的人往往不容易顯老，因為制服沒有老少之分，沒有年齡暗示。

“如果我們不是將‘變老’看成是一種時間的遺失，一條單向的下坡路，而是一個時間的過程，一種自然的變化，我們會發現年老的許多

好處。”

在 20 多年前的養老院的實驗中，她發現，當一個老年人對自己的生活有更多的控制權時，比如他能決定在哪里招待客人，玩什麼娛樂節目，自己照顧房間里的植物——他會比那些被全方位照顧的老人更加快樂，更愛社交，記性

更好，而且活得更久。

有人問朗格教授，是否想過讓自己回到 30 年前？她笑着說：“如果你是一個懂得專注力的人，年齡從來不是問題。無論你 20 歲，30 歲，或者 60 歲，你都是在體驗當下，你在自己的時間里加入生命的體驗。這是一種生活的藝術。”

這也證明瞭，衰老不單單是機體的老化，也來自心理的暗示。生理會引起心里的變化，心念更能導致生理的改變。壓力的產生並不來源於事情本身，而是取決於我們對事物的看法。

三 什麼是專注力？

人是習慣的動物。我們如此容易被僵硬的世界觀、慣例、偏見或者刻板印象所麻痺，我們的很多行為往往是先入為主、不假思索，或者想當然的結果，而沒有經過任何思考或者認知

過程。

很多時候，我們以為自己知道，其實，我們並不知道。大部分的人日常生活中的許多行為都是“自動”狀態下做出的。他們自動的跟隨自己的慣性、社會的集體意識、集體價值觀行動——幾乎從不思考。

所以，我們需要時不時地停下腳步，思考一下我們正在做什麼。以及，為什麼要這麼做：這是否真正是對我們生命有益的。學會獨立思考，辯證的看待問題：為什麼會這樣的反應？還有沒有別的選擇？這就是所謂的“專注力”。

在朗格教授的學術生涯中，這是一個核心概念。用她自己的話來說，“專注力”其實是一種很簡單的實踐——留意新事物，積極尋找差異。無論是關於你自己的，還是關於周邊環境的，無論這個新事物看上去很傻，或是很聰明。

只要它是新的，是不一樣的，就會將你置于“當下”的狀態，讓你對人和環境重新敏感起來，向新的可能性敞開，形成新的視角。

當你開始這樣做，那些我們多年來稱之為

“智慧”和“習慣”的東西也會變得可疑起來。

從這個角度而言，“專注力”是一種批判性的思維方式，它並不意味着否定，而是存疑和追問，從傳統、權威、成見、慣例、約定俗成中，收復自己的頭腦，對塞給自己的信條問一句：“真的嗎？”“為什麼？”“萬一呢？”

物質決定意識，意識反作用於物質，這是上學時代課本的知識。但是在這些年的心理學上，意識的威力是不容小覷的，在我們不以為然之時，方方面面受到意識、潛意識的影響！另一位心理學家做了另一個實驗，把一組人組織起來上課，講課的內容多含有“老”方面的詞彙，例如：拐杖、蹣跚、蒼老等等。等到了下課後，這些人所呈現的症狀都有些“老”樣，比如走到電梯口的速度明顯比沒有被污染的人慢，形體狀態也更加佝僂；短短的時間能快速地影響了人的思維模式，可想而知，如果我們一直被負面情緒、言語包裹着，又會有怎樣的體驗和結果呢？很多理所當然的行為選擇背後，是意識的決定啊！

年齡只是一個數字而已。媒體的報道中，不乏 86 歲的老人溜冰，68 歲的老人當 DJ，78 歲的老人跳傘、當滑雪手等等，這些人的共同特點幾乎都是從六十歲以後才開始嘗試並堅持練習，他們沒有被年齡所嚇倒，沒有被很多的定式思維所束縛，活到老，學到老。

這樣說來，“專注力”更像是一種思維方式。它並不意味着否定，而是存疑和追問，從傳統、權威、成見、約定俗成中向自己問一句：“真的嗎？”一旦我們看清自己是如何被束縛在文化、範疇、語言和思維模式的陷阱里的時候，就會發現，人生中我們可以控制的部分，包括健康和快樂，可以遠遠超出我們的想象。（全文完）

你的心念决定了你的健康(下)



願你的心像羽毛一樣輕盈

記得曾經看過一段文字說,如果一個人是快樂的,心的分量就很輕。一個人有着羽毛般輕盈的心,便可上天堂。相反,如果一個人的心很重,被諸多罪惡和煩惱填滿了皺褶,就會下地獄。

我一直記得這個片段,覺得心像羽毛樣輕盈真的是太美妙了。有段時間,我給朋友寫贈言時,就經常寫這句:願你的心像羽毛樣輕盈!在我看來,這是最美好的祝願。最近我常常聽到別人說,願你被世界溫柔以待。可事實上,每個人都不可能總是被世界溫柔以待,很多時候,我們被這個世界的明槍或者暗箭所傷。但如果你的心像羽毛樣輕盈,你遭遇的刀槍劍戟便會收斂起鋒芒,也不會給你留下任何疤痕。以柔克剛,從來都是巧妙的處世之道,也是種了不起的人生智慧。

願你的心像羽毛樣輕盈,多么詩意美好的境界!羽毛的質感和姿態都是美的,輕盈,柔軟,溫暖,滑過臉頰時彷彿輕輕的一個吻,讓人感到無比愜意。人心如果能像羽毛樣輕盈,定會有柔和親切的溫柔感與自由飄飛的暢快感。

古人說:“若無閒事挂心頭,便是人間好時節。”心像羽毛樣輕盈,不為俗世所擾,不為名



利所困,不為紛爭所亂,人便真的是活出了屬於自己的境界。錢鍾書說:“洗一個澡,看一朵花,吃一頓飯,假使你覺得快活,並非全因為澡洗得乾淨,花開得好,或者菜合你口味,主要因為你心上沒有挂礙。”心無挂礙,一切都是美好的。相反,心若是有太多挂礙,多美麗的花朵你都會視若無睹,多美味的食物你都會覺得食不甘味。

紛紛擾擾是尋常,心中無事天地寬。誰的生活不是團團麻?心胸開朗的人能把一團亂麻化于無形,淡然處之;心胸狹隘的人則會用一團亂麻把自己困住,作繭自縛。我身邊有個人,心眼很小,她倒也有自知之明,自稱“敏感體質”,一點小事就能把她折磨得徹夜失眠。前段時間,她總覺得辦公室所有的人都在跟她作對,她會因為

別人的一個眼神生一整天悶氣,會因為領導的一句話焦慮萬分。她把所有的事都放在心上,並且無限放大,每天都心事重重的樣子。心中有事,煩惱便總是如影相隨,所謂“剪不斷,理還亂”。

學會釋然,心才會了無牽挂。記得我的祖母有句口頭禪:值什么呢?與鄰居發生糾紛,她退讓一步,說“值什么呢”。莊稼遭了災,她說“值什么呢”,然後重整旗鼓,開始新一輪的播種。在祖母看來,只有開心是最值得的,犯不上為一些事讓自己不開心。

我們都是平凡人,都有心情鬱悶的時候。只要你不糾纏在煩惱里,煩惱就會很快離開。心情沉重的時候,不妨對自己說:心像羽毛樣輕盈!然後深呼吸,一遍遍,慢慢把鬱結的壞情緒呼出來,直至心像羽毛樣輕盈。放空一切,給心一片海闊天空,就真的能夠做到笑看成敗,淡看風雲。心胸寬廣,便能容得下天下事。得失隨緣,淡泊名利,榮辱不驚,即在漫長的時光里,不斷修煉身心。

世事多艱,生活難遂人願,你我都是在紅塵中辛苦掙扎的人。但即使這樣,我們也要溫柔地對待世界。

4 毫米的生命差距(外一篇)

非洲西南部的納米布沙漠,是世界上最古老、最乾燥的沙漠之一。這裏的氣溫長年保持在攝氏 70 度,氣候炎熱,想要在這里生存就需要想出一種躲避炎熱的方法來應對。對於大多數動物來說,那就是晚上活動,白天藏匿在沙子底下。然而,沙漠中的熱蟻卻反其道而行之,充分利用中午的炎熱,出外覓食。

熱蟻是世界上最耐熱的昆蟲之一,它們不僅耐熱,而且爬行速度也相當快,能適應的溫度比其他種類的螞蟻高 10 攝氏度。令人驚訝的是,熱蟻的活動在中午達到高峰,那時的地表溫度超過 70 攝氏度。這麼做的理由很簡單:那些被熱死或在炎熱中瀕死的昆蟲是很容易捕到的獵物。



為什麼熱蟻能夠在 70 攝氏度下的氣溫中輕鬆覓食呢?昆蟲學家經過多年的觀察揭開了秘密。原來,熱蟻為了在炎熱的沙漠中生存下去,快速跑動讓它們進化出了大長腿。獨特的長腿使得它們的身體比地面高出 4 毫米,能夠遠離灼熱的沙子。別不在意這 4 毫米,對於熱蟻來說,4 毫米的高度能夠使地面的氣溫降低 10 攝氏度。而且這種螞蟻較高,跑得很快,這也能減少它們每條腿接觸地面的時間。

熱蟻利用自己腿長的優勢,超越了其他昆蟲的耐熱極限,得以在炎熱的沙漠中成功地生存下來。

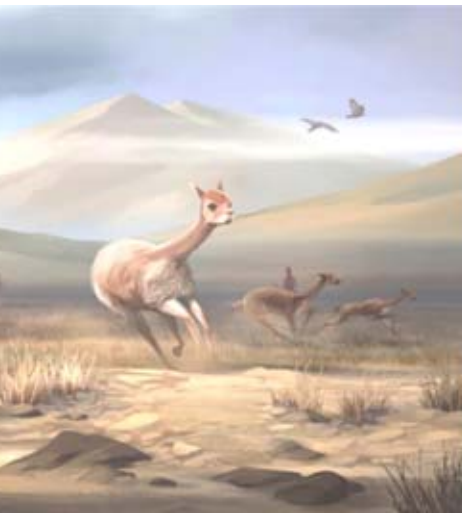
在充滿壓力和競爭的生活和工作中,善於

培育並利用自己的長處來超越他人,就能獲得更為廣闊的生存空間。

兩個獵戶

從前,在一座大山的腳下,有一個小山村,小山村里居住著兩個獵戶,他們常年以狩獵為生,過著平淡而幸福的生活。

在這兩個獵戶中,一個獵戶槍法很準,一個獵戶則槍法欠佳。槍法準的獵戶發現獵物時基本上是百發百中,獵物往往是一槍斃命。槍法不準的獵戶,則往往只能把獵物打成重傷或者輕傷,他就把這些受傷的野豬、野兔、野雞帶回家,重傷的獵物就吃掉,輕傷的獵物就慢慢地飼養起來。就這樣,槍法不準的獵戶家里飼養了



許多獵物,這些獵物在他家里繁衍後代,後來他家里的獵物便越來越多。他就將這些獵物帶到集市上去出售,慢慢地他們家就成了村里最有錢的人家,過上了比較富裕的生活。

而槍法很準的那個獵戶,因為獵物都是一槍斃命,便只能帶獵物到家里一家人慢慢地吃掉。許多年以後,他還是一個槍法很準的獵戶,但是他也過著普通人的生活。

兩個獵戶的家庭生活狀況有了明顯的變化,一個貧窮,一個富裕,形成了鮮明的對比。

看來,如果用自己的智慧來靈活地安排自己的生活,運用自己手中的資源,劣勢中也暗藏著機遇。

嗨一個電話

“你是哪位?”晚上,我接到一個電話,看號碼是老家那邊打過來的。“我是于亮。”對方說。“于亮?你是于亮啊!”我腦海里瞬間來了個幾千轉,一下想起來了,于亮是我中學時最要好的同學。“二十多年了,我們沒有聯繫了,還好吧?”“都好,一切都好。”“你怎么突然想起來給我電話了呢?”“沒什麼,就是想和你說聲對不起。”“對不起?為什麼說對不起?”我愣了一下。于亮和我說了一件事,讓我曾經封閉已久的心房突然洞開。

我和于亮以前是很要好的同學,由於他家里比較窮,每餐都是帶鹹菜吃,我家里生活條件好一點,所帶的飯菜里經常有肉,我們就把菜放在一起吃。那個時候他很感激我,我也很樂意幫他。可是,到後來不知怎么了,于亮開始不和我一起吃飯,漸漸和我疏遠起來。當時我也年輕氣盛,心里想你不理我,我也不理你。所以,初中畢業後我們就失去了聯繫,不過我一直也沒搞清楚當時我們之間是怎么有了隔閡。這一次,他在電話里說了一件事:有一次,一個同學請我去下館子“吃點好的”,我當著那個同學說:“于亮他家里窮,讓他和我們一起去吃吧。”就是因為我在別的同學面前說他“家里窮”,讓他感覺到很受傷而漸漸疏遠了我。後來,他又經歷了很多事,如今覺得我是“好

意”而不是“惡意”,當時完全是自己的自卑和小心眼作怪。他和我道歉,但一直聯繫不上我,後來他從同學那里知道了我的手機號碼,就馬上打電話過來了,一分鐘也沒拖。我聽了于亮的話,十分感嘆,十分熨帖。20 多年了,這件事對我來說僅僅是一個疑問,對他來說卻是心頭上的一座大山。還好,20 多年後他終於說了出來,說出來也就釋然了,輕鬆了。

老同學的心願了,但我有一個心結卻藏在心里很久了,一直耿耿于懷。在幾年前的一個筆會上,我認識了一個筆友,他對人比較熱心,嘴巴也甜,我對他印象非常好,他對我也不錯。後來,我們經常在電話、微信、QQ 上聊天。不過後來,我和他聊天的次數慢慢變少了。原因是以前他經常稱呼我為“老師”,但是熟悉之後,他便稱呼我為“老倪”,還“老倪老倪”叫得特別親熱,但是我聽著不舒服,感覺這很刺耳,感覺這個人油嘴滑舌的,不尊重我,於是不再理他。剛開始,他很著急地問我是不是家里出了什么事?工作不順利?情感出了問題?我在 QQ 上說我很忙,沒閒空在 QQ 上聊天。他沒有理我的茬兒,還是在 QQ 上和我頻頻聊天。最後,我說你這個人煩不煩啊?我之後就把他拉黑了。

想想于亮的電話,再想想自己,唉,不就是一件芝麻綠豆大的小事,非要讓自己心里不痛快,讓人家也莫名其妙嗎?解決這件事的方法也很簡單,不就是一個電話嘛。我拿起了電話,撥通了筆友的號碼,電話剛接通,就聽到筆友的大嗓門叫:“哎呀,老倪啊,你這些年出國了嗎?這麼久都沒聯繫了,想死我了……”他還是那麼熱情,還是“老倪老倪”地叫著,但這次聽到了“老倪老倪”,我卻不再感到刺耳,反而感到親切得很,我有點淚眼模糊了……

有時候,人與人之間的距離就是這樣製造的,一個小小的問題就製造了無限的距離。其實,人與人之間哪里有那么多的距離呢?拿起電話,按幾個號碼,心與心之間的連線就通了……



富有的家庭

我永遠不會忘記 1946 年的聖誕節。那時我 14 歲,我的妹妹歐斯 12 歲,我的姐姐達達娜 16 歲,我們和母親住在一起。

我的父親是在我 9 歲的時候去世的,媽媽沒有錢,卻要養育我們三個孩子。在那年聖誕節的前一個月,教堂的牧師宣佈,有一個貧困家庭需要幫助,所以他希望每個人都要為此而存錢並捐款。

回到家以後,我們開始談論我們能做些什麼。媽媽決定買 50 磅土豆,然後用它們生活一個月,這樣我們可以節省很多錢。媽媽還說她可以幫助別人清除院子里的雜草,那樣她可以賺到些錢。我們提議說如果我們儘量不開電燈,不聽收音機,就可以省下些電費。達達娜說她可以在放學以後帶著我和妹妹做棉布手套,每隻賣一美元。我們共做了 20 隻,後來讓一個探險者買走了,我們整整賺到了 20 美元。

那個月是我們人生中最美好的一個月。我們每天數錢,看看我們存了多少。每天晚上,我們在黑暗中談論那個貧窮的家庭將如何享受教會捐助給他們的錢。聖誕節前天的晚上,我們興奮得幾乎睡不着覺,我們不關心聖誕節會不會有新衣服,但我們會有 54 美元的捐款。

聖誕節的早晨,雨下得很大,但是我們沒有雨傘。教堂離我們家有一英里遠,但我們不介意身上會被雨淋濕。達達娜的鞋底有個大洞,她剪了塊硬紙板墊在鞋底,但是地上太濕了,鞋底的硬紙板也糟了,她笑著告訴我們她的鞋子裏好像塞了團泥。

我們抵達了教堂,驕傲地坐在那里。我聽到一些和我們一樣大的孩子們在談論他們的舊衣服和破鞋子,但是我知道媽媽的口袋里正揣著 54 美元,這是用來捐助給那個貧困家庭的,所以我一點也不為我們的破衣服而難過。我覺得我們很富有。

捐款的時候,我們坐在前面第二排。媽媽把錢分給了我們三個孩子,讓我們把錢放進募捐箱里。我們從教堂一路唱歌回家。那天下午晚些時候,牧師來到我們家門口。媽媽走過去跟他談了會兒,然後手里拿著個信封回來了。我們問是什麼,但她一句話也沒說。她打開信



封,從里面拿出來很多錢。我們數了數,共有 1400 多美元。

媽媽把錢放回信封里。我們沒有說話,只是坐在那里盯著地板。“原來牧師是在替我們募捐。”姐姐說,“可是我們是貧窮的家庭嗎?”我頓時哭了。我們感覺像百萬富翁變成了貧窮者。在我心里,我們生活得如此幸福,雖然我們的父親離世了,但是我們全家人是如此相互深愛,我們的家里充滿著歡笑,可牧師帶給我們的錢卻在告訴我們:我們是窮人。

“我們一定很窮。”我說。我不喜歡貧窮,我看着我的衣服和破舊的鞋子,感到非常羞愧,

我甚至覺得我不會再想要回到教堂里去,那里的每個人可能都已經知道我們是窮人。我也不願意再回學校,教堂里的人或許會把這個消息告訴學校里的人,他們會說他們都為我家捐助了些錢。

我們沉默地坐了很長時間。天黑了,我們上床睡覺,但是我們都睡不着。最後,媽媽問我們想用這筆錢做什麼。“窮人會用這些錢做什麼?我們不知道,因為我們永遠沒有覺得我們是窮人。”我說。

媽媽沒有再說話。第二天,媽媽沒有讓我們去上學,而是帶著

我們去往教堂。雖然天氣晴朗,但我們沒有在路上交談。在教堂,我們見到了牧師,媽媽問他誰比我們更需要錢,牧師告訴我們非洲是如何用曬干的泥巴建築教堂的,可是有所教堂,牆壁已經壘好三年了,但一直沒有錢買屋頂……媽媽把信封遞給牧師說:“希望我們能幫助他們。”

在回來的路上,媽媽說:“我們是富有的家庭,你們看,我們用了一個月就賺到了 54 美元,下個月我們依舊這樣做,我們或許會有錢買新衣服和新鞋子。”

一個人的氣質是先天形成,還是可以更改的?

從進化論的視角來看,人類的發展總是按照環境的需要發展出來新的技能。比如人類沒有尖牙利齒,發展出工具,可以捕獵動物,還可以抓捕體型很大的猛獁象。

人類的能力,總是會根據環境的需要培養出來新的能力。並且人類進化出來的能力會傳遞下去。不僅人類,幾乎所有的生物都是根據環境需要,結合自身特點,發展出相應的能力。比如水獺學會建築水壩捕魚。

按照生態進化理論,孩子的成長,也是需要按照環境的需要,做出相應的反應。

新的生態理論認為,生物不是簡單地應對環境,而是根據環境需要進化出相應的能力,同時也會改變環境。人類也不是簡單地對環境妥協,而是不斷改造環境。

這樣的生態理論比進化論更樂觀一些,同時,也對個體提出了挑戰,即怎麼樣才能找到適合環境的能力,並且按照適合自己特點的方式發展。

差別易感模型強調個體因氣質差異對外在環境的敏感性不同,一些氣質傾向在遇到積極的撫養方式時會促成積極的發展結果,比如有音樂天賦的孩子,着重培養音樂才能,彈鋼琴、唱歌等總是容易出成果的。而在遇到消

極的撫養方式時會導致更加糟糕的社會適應。

在教育心理學里面,有一個非常知名的實驗。

一幫心理學家來到小學,做一些智力測驗,然後對老師說,有一批學生非常有潛質。但其實,心理學家只是在學校里面隨機找到了一些學生,給這些學生貼上了“有潛質”的標籤。過了幾個月後,心理學家又回到學校,發現這些被貼了“有潛質”標籤的學生,成績普遍提高了。這是著名的羅森塔爾效應。

這個實驗不斷被重複驗證。這個實驗說明瞭說明:說明人們對於孩子的期望,孩子真的有可能按照期望的方式去發展。因此,在教育行業里面,有一個理念,始終影響着我:永遠不要對孩子失望。



當然,對於成人,也應永遠保持樂觀和希望。

期望是什麼?期望是一種目標,一種結果。如果說期望孩子健康成長,“身體健康”是一種期望,也是一種氣質。如果說期望孩子能夠很好適應社會,“適應能力”是一種期望,也是一種氣質。適應能力良好的人能夠遇到新環境也能適應,適應能力弱一些的人適合生活在相對穩定的環境。

先看一個實驗,有研究發現,那些氣質困難的一歲半幼兒,如果家長對孩子太敏感,有求必應,並且還沒有任何的管理手段,那麼有可能6個月後幼兒的問題更多。相反,如果氣質困難的一歲半幼兒,如果家長對孩子不要太敏感,不

要有求必應,並且採取管理手段,那麼有可能6個月後幼兒的行為問題會減少。

這個實驗證實,對於孩子的培養教育,真的需要因人而異。人類現在的教育,不能達到因材施教的原因,在於教育成本太高。班級里學生多,老師不可能逐個瞭解孩子的性格特點,即使能夠瞭解,也沒有精力逐個培養教育。老師的目標,重點在於讓大多數孩子能夠從教育中學會社會適應,掌握基本的知識。

而因材施教的方式,顯然會加大老師的教學投入,教學投入會加大消耗老師的資源,人的資源是有限的,消耗了資源會導致各種身心健康問題。大量的研究已經發現,教育工作者的身心健康問題不容樂觀,職業倦怠是常見的現象。

因此,靠老師對孩子進行因材施教顯然是難以實現的目標。那麼,只能靠家長自己努力找到孩子的氣質特點,按照孩子的氣質特點進行培養教育。

每個孩子都有氣質特點,要找到這些特點也不難。

如果孩子已經學會了識字,那麼就能夠進行較高級的認知溝通了。家長可以按照科學的方法,去引導孩子找到自己的教養目標。

猶太人傳世名言

1. 時間是治療心靈創傷的大師,但絕不是解決問題的高手。
2. 如果你只是等待,發生的事情只會是你變老了。
3. 人生有三種東西會傷人:苦惱、爭吵和空的錢包。
4. 父親幫助兒子時,兩人都笑了;兒子幫助父親時,兩人都哭了。
5. 並非每個人都滿意自己的長相,但每個人對自己的心靈都頗為自滿。
6. 一個不想蹚過小河的人,自然不想遠涉重洋。
7. 只有傻瓜才會持續犯錯,聰明的人是從傻瓜所犯的錯誤中吸取教訓。
8. 不勞而獲之物只有貧困。
9. 一杯清水因滴入一滴污水而變污濁,一杯污水卻不會因一滴清水注入而變清澈。
10. 馬在鬆軟的土地上易失蹄,人在甜言蜜語中易摔跤。
11. 人群總是在歡樂着。只不過有時候這部分

人在歡樂,有時候另一部分人在歡樂。

12. 點子就是財富。你把思維訓練得越靈活,獲利的機會就越大,成功的機會就越多。

13. 不要為灑在地上的牛奶而哭泣。

14. 不可能人人都當公主,但那並不值得羞愧。假如你做不了太陽,那就做一顆星星吧!只要你覺得自己重要,你的人生就充滿了意義。

15. 施比受更有福,愛比恨明智。

16. 關鍵的時候要依靠自己的判斷,千萬不能隨波逐流。



椰子郵局

電子時代,郵局似乎與一般人的生活漸行漸遠。但許多酷愛旅遊的人都有個習慣,當到了一個目的地之後,總是喜歡郵寄一張明信片給親友。

莫洛凱島是美國夏威夷州一個偏遠的島嶼,風景奇特,民風淳樸,堪稱世外桃源,人間天堂。這裡有未被污染的白色沙灘,世界最高的海崖,有長長的瀑布,原始風貌完整的峽谷,還有一個奇特的郵局——霍奧萊胡阿郵局。

郵局很小,兩三間房子,一扇象徵性的大門,從外表看,一點也不起眼。但每個踏上莫洛凱島的遊客最後一定會到郵局來一趟,因為這裡提供一項特殊的服務,幫你給親友郵寄一個椰子。椰子是莫洛凱島的標誌性水果,只要你用熒光筆在一個成熟或者弄

干的椰子上寫上祝福語,畫幾筆風景畫,它就會像明信片一樣被寄出去。郵寄範圍不僅包括美國所有的州,甚至遍及世界各地,就連南極洲都能送達。讓一個椰子代表自己的心意,在漫漫長路上旅行,這真是一件好玩的事情。

據說,該郵局的這項業務是由當地前任郵政局長瑪格麗特·凱希·李里于1991年開創的。當時,郵局的業務已經江河日下,一天不如一天。瑪格麗特是一個很有想法的人,她想開拓一項新的業務,幫郵局渡過難關。一個偶然的機緣,她看到遊客紛紛購買椰子的場景,突然想到一個好主意,何不為遊客們提供一種方式,讓他們得以向朋友寄送一個莫洛凱島上不同尋常的、真實可信的小物件,比如椰子?

說干就干,瑪格麗特絕不是一個只想不做的人。當她嘗試着推出這項業務的時候,心中忐忑不安,不知道遊客是否買賬。沒想到,這項業務一經推出,馬上受到大家的歡迎,這些椰子被用作生日賀卡、婚禮請柬、出版商發售新書的新聞稿,還被用于無數其他特殊場合。多年來,它已發展成為島上遊客必做的項目之一,在貓途鷹網站上的“在莫洛凱島上要做的事情”清單上曾被列在第3位。如今,這個小小的郵局每年要寄出3000多個椰子,其中大約700個會寄去美國之外。寄送椰子的郵資為其帶來的年收入也每年都在增加,目前已接近60000美元。

說到這里,你一定好奇,如何郵寄一個椰子呢?其實很簡單,客戶僅需支付郵寄椰子的郵費,而不必花錢購買這個椰子。根據椰子的重量,每郵寄一個椰子的郵費在12美元到20美元之間。郵局會免費為顧客提供椰子與裝飾材料。裝飾好後,他們通常會以多彩郵票的形式在上面貼上郵資,並蓋上農業檢驗戳記。該郵局已獲得美國農業部的授權,可以自行檢查這些椰子並批准進行裝運。

用椰子當明信片的獨創創意,使每一個到過莫洛凱島的遊客都能享受到這種新奇古怪的快遞服務,使夏威夷的旅程更加難忘。

情商,不是什麼深奧、神秘的東西,簡單點說,就是一個人調節自身精神狀態、與他人交往的能力。一個孩子健康成長所需要的全部良好品質,比如獨立、善良、有同情心、勤奮等,其實都屬於情商。

在孩子的成長道路上,智商只起20%左右的影響作用,剩下的80%都是由情商來決定的。而且相比較起來,智商這東西,有很大一部分是由基因決定的,後天“升值潛力”一般;而情商,則基本全靠後天培養建立起來。孩子成長中最重要八項情商:

1. 獨立性

包括獨立的意識、獨立的行為,也就是說:孩子要能夠獨立思考一些問題並自己拿主意;孩子能承擔起自己分內的家務、料理自己的生活。

獨立性是孩子在新環境中生存、發展的必備心理素質。

孩子自己的事情,最好自己完成;自己收拾玩具,自己整理書包、文具,孩子自己的事情,讓他學會自己做決定:你想買這條小狗,你就得保證天天遛狗、清理便便,你自己決定買不買;你想報繪畫班,周六就不能玩了,還要堅持下去,你自己決定報不報……

2. 同理心

可以簡單理解為“換位思考”。在人際溝通中,“同理心”扮演著極其重要的角色。

為什麼有的孩子很受同學們歡迎,而有的孩子卻被同學們評價為“自私”“不合群”?就是因為有些孩子還沒有同理心,從來不會站在別人的立場上考慮問題,也從不體會別人的感受;

為什麼有些家長總覺得,自己整天那麼辛苦,孩子卻絲毫不理解?其實也是因為你還沒有幫孩子建立起同理心,孩子還不習慣從你的角度上體諒你。

孩子同理心的培養,是個漸進的過程,媽媽可以嘗試一下這個方法:每當你覺得孩子有

點“自私”時,先穩定住談話氛圍,讓孩子自由說出他的想法,然後你蹲下來,認真、平靜地說出你的想法,最後讓孩子就你的想法做出回應:“聽完媽媽的話,你覺得接下來應該怎麼做呢?”

3. 自信心

包括兩部分:外部的認同感和自身的成就感,缺一不可。

孩子做了件很得意的事,但是被家長、老師一通否定,孩子肯定不會有自信;有時候孩子雖然收到了家長、老師的鼓勵,但他內心有些懷疑自己的能力,或者不喜歡這件事情,那麼孩子也不會有自信。

所以說,孩子自信心的建立要從兩方面來著手:要多跟孩子溝通,瞭解孩子特長、興趣所在,以便能夠及時、恰當地鼓勵他;要注意平時跟孩子溝通的方式,多些包容理解,不要輕易否定孩子。

4. 責任心

是孩子對自己應遵守的規範、應履行的義務的正確認知。

一個沒有責任心的孩子,習慣以自我為中

心,無法跟同伴友好相處,也就沒有穩定的人際關係;也正是因為沒有責任心,孩子也往往缺少必要的奮鬥動力。

孩子責任心的培養,一般從兩方面進行:一是讓孩子學會對自己的行為負責,對自己犯的錯誤負責;二是對自己的承諾負責。

比如:打掃自己的房間算是對自己負責;

智商重要 還是情商重要?



當初答應了媽媽一周只吃一次冰淇淋,就要履行承諾,這算是對自己的承諾負責。

5. 自律

就是抵抗外界誘惑、自我約束的能力。一個不自律的孩子,對自己該做什麼、不該做什麼沒有什麼概念,往往在一些娛樂、消遣的事情上浪費大量時間,很容易一事無成。孩子自律能力的提陞,單純靠提醒、訓斥是沒什麼效果的,必須要跟“合理的目標、成就感、興趣”三方面結合起來。

有一個實現起來比較容易的目標,孩子才感覺有奔頭;學習過程中嘗到一點甜頭後,才能激發進一步努力的興趣;當孩子為自己的興趣而努力的時候,抗干擾能力也便增強了。

6. 抗挫折能力

也算是一種自我保護的能力,能讓孩子在

經受失敗打擊的時候,不至於出現精神、身體上的不正常反應。

抗挫折能力差的孩子,常因為一次成績沒考好就大哭一場,甚至好幾天都悶悶不樂;工作中抗挫折能力差的孩子,動不動就怨天尤人,喜歡抱怨,熱衷於散播“負能量”。

提高孩子的抗挫折能力,家長一方面要在生活中給孩子一些磨煉的機會,讓他們面對一些壓力;另一方面,不要對孩子過分強調“成功”的概念,以免給孩子過多壓力。

7. 時間管理能力

意味着效率,是學習、工作的基本技能,也是生活的基本技能。

最能體現這一能力的,可能就是家庭作業了。同一個班,同樣的作業,總有一部分孩子要寫到半夜,到頭來孩子累得不行,家長還抱怨老師佈置作業太多。

時間管理能力是需要慢慢培養的,最開始可通過“倒計時”的方式,讓孩子在一些小事情上意識到時間觀念,比如跟孩子一起計劃好洗腳要幾分鐘、洗澡要幾分鐘、起床要幾分鐘,然後慢慢地過渡到學習中,比如完成一道題大約幾分鐘。

8. 情緒管理

更側重於對負面情緒的處理能力,孩子最終會形成怎樣的性格、人際關係如何、社會適應能力的強弱,都與此相關。

情緒控制力差的孩子,在幼兒園、小學階段往往表現為不分場合的大哭大鬧,對家長依賴性過強、跟小朋友矛盾多。初中之後,情緒管理能力仍然低的孩子,問題相對更加嚴重,他們對家長、老師的叛逆心比正常孩子強很多,更容易厭學、逃學、打架。

所以,在孩子小的時候,一定不能讓他養成“通過哭鬧、發脾氣來達到目的”的習慣;當孩子有情緒時,教他說出自己憤怒、生氣的原因,而不是通過發脾氣來發洩。

美國亞裔並非龐大的單一群體？ 維權人士呼籲對其健康數據進行細分

By Sunita Sohrabji Sep 23, 2022



美國華裔的癌症罹患率高於總人口；越裔的B型肝炎罹患率最高；南亞裔的心臟病和糖尿病罹患率更高得驚人。

然而，以上說法都是傳聞，並沒有實際研究結果數據可以佐證。醫療專家表示，亞裔一直被美國衛生系統視為一個龐大的單一群體，到目前為止，沒有人嘗試過對亞裔的數據進行細分，導致讓能夠解決醫療差距的重要資訊被忽略。

此外，國家衛生研究院(National Institutes of Health)的資金只有不到1%是用來研究亞裔社區的醫療問題，導致資訊差距進一步擴大。亞裔是美國人口增長最快的族裔，預計到2050年將增加到近3400萬人。

史丹福大學醫學院教授布萊恩特·林(Bryant Lin)說：「我們被視為一個龐大的共同體，但事實並非如此。」林教授2018年和帕拉尼亞潘教授(Latha Palaniappan)共同創立了亞裔醫療研究與教育中心(Center for Asian Health Research and Education)，旨在增進美國亞裔民眾的健康。

系統性種族主義阻礙獲得更好的數據

在9月16日由少數族裔媒體服務中心(Ethnic Media Services)與史丹福大學醫學院亞裔醫療研究與教育中心聯合舉辦的會議上，林教授指出，對數據進行分類不像在診所登記表上添加一個選項那麼簡單。他說：「即便在史丹福，我們也遇到麻煩。鑑於長期系統性種族主義讓人們對自我報告產生憂慮，問題絕對是存在的。」

洛杉磯加大凱瑟醫療平等中心(UCLA Kaiser Permanente Center for Health Equity)教授溫斯頓·王(Winston Wong)說：「我們在電子醫療紀錄中細分亞裔數據的能力，但整個醫療系統仍缺乏政治意願和領導力。」

王教授表示，美國主要使用的醫療紀錄系統Epic，擁有每日收集數兆數據元的龐大容量，但那些負責收集數據的人，必須要有能力以一種具備文化敏銳度的方式，來詢問病人屬於亞裔中哪一個族群。

在新冠疫情期間，對數據進行細分的需求變得特別迫切。新聞標題大聲疾呼，病毒主要造成非裔和西語裔民眾死亡或住院。

但是，王教授指出，在疫情初期感染率最高的紐約，住院率最高的其實是華裔。他說：「這項事實從未成為新聞標題。」他將其歸因於缺乏數據。

王教授指出，在阿肯色州西北部，感染新冠肺炎住院和死亡的第一大群體是來自密克羅尼西亞(Micronesia)的馬紹爾人(Marshallese people)，因為他們大多是在家包裝工廠工作的勞工，住家居住環境也十分擁擠。在紐澤西州，孟加拉裔民眾的住院率很高。

王教授說：「這種數據只有服務特定群體的維權人士、社區服務提供者、醫師和護士才給得出，因為這些人具有這個群體的文化背景和語言能力。」王教授補充，這類數據並沒有進行全國性收集，只被當作向受災嚴重的社區分配資源的工具。

「社區自我隱藏」

亞裔醫療服務(Asian Health Services)會長夸克(Thu Quach)指出，新冠疫情對亞裔人口的另一個影響是：針對亞裔的仇恨犯罪增加。夸克說：「我們的亞裔人口被指責是疫情的罪魁禍首，但他們對社區提供的服務卻被人忽視，這是因為前任政府口出種族主義言論，指責病毒是亞裔造成的。」

夸克還說：「許多亞裔民眾，包括我們的病

人和員工，都受到不同方式的人身和語言攻擊。因此，我們的社區基本上決定自我隱藏。」

「將近四分之三的人表示，他們害怕離開住家，為的是躲避攻擊，但這造成了他們錯過重要的醫療服務，包括接受新冠檢測和許多其他服務。」

夸克還指出，亞裔社區獲得的資源比較少，因為一般的說法是，受重創的是非裔和西語裔社區。

夸克說：「我們的社區也同樣受創，但沒有人報導。因此，我們的社區持續在沉默中受苦。」新招募行動

舊金山加大護理學院教授朴範達(Van Ta Park,音譯)表示，缺乏分類數據主要原因可能是亞裔民眾參與研究的比例太低。朴教授也是NIH/NIA R24 贊助計劃「亞裔研究與教育協作方式」(Collaborative Approach for AAPI Research and Education, 簡稱 CARE) 的首席研究員。CARE的目標是招募1萬名亞裔民眾參與研究，這項計劃將以六種語言進行。

CARE註冊系統在新冠疫情期間推出，目前已透過網路招募到約9300名會說普通話、粵語、印度語、韓語、越南語和薩摩亞語的參與者。

朴教授表示，到目前為止，註冊系統已經將500多人推薦給27項研究。

為了提高參與者與研究的匹配性，註冊人員會詢問參與者的社會人口資料、健康狀況和護理經驗。

朴教授最關心的領域之一是阿茲海默症研究。在美國，每三人就有一人罹患阿茲海默症，但參與臨床研究的亞裔人數僅占7%。CARE，這是一項美國與加拿大合作的研究，研究主題是生活方式遺傳因素對亞裔美國人和亞裔加拿大人的阿茲海默症風險的影響。

潘愉獲美國參議院批准為華盛頓特區聯邦上訴法官

俄州亞太聯盟

美國參議院周二(2022年9月20日)投票決定將美國聯邦地區法官潘愉(Florence Pan)提陞到華盛頓特區有影響力的聯邦上訴法院，接任前任最高法院大法官杰克遜(Ketanji Brown Jackson)留下的空缺。

參議院以52-42票批准潘愉成為第一位任職美國哥倫比亞特區巡迴上訴法院法官的華裔美國人，許多人認為這個法院的重要性僅次于美國最高法院，因為它有大量涉及政府決定和法規的案件。

潘愉出生於美國紐約市。其父親潘無競、母親羅丹玲皆來自台灣，1961年赴美國留學。她的祖父潘培敏早年曾任中華民國行政院推事、司法行政部政務次長。她於1988年畢業於賓夕法尼亞大學，以最優等成績(summa cum laude)獲理學士(B.S.)以及文學士(B.A.)學位。

此後進入斯坦福大學法學院深造，1993年以優等成績(cum laude)畢業，獲法律博士學位。

潘愉於1995年至1998年間任職於美國司法部。此後進入美國財政部工作，曾任負責國內金融的財政部次長的資深顧問。1999年至2009年間，她擔任哥倫比亞特區的聯邦助理檢察官。2009年起，出任哥倫比亞特區高等法院(英語：Superior Court of the District of Columbia)法官。



2021年，拜登總統提名潘愉出任美國哥倫比亞特區聯邦地區法院法官，以填補杰克遜升任聯邦巡迴上訴法院法官後留下的空缺。最終參議院以68票比30票通過了她的提名，她也由此成為了哥倫比亞特區聯邦地區法院歷史上的首位亞裔女性法官。

相關英文報道：Sept 20 (Reuters) - The U.S. Senate on Tuesday voted to elevate U.S. District Judge Flo-

rence Pan to the influential federal appeals court in Washington, D.C., where she will fill a seat that was recently vacated by now-U.S. Supreme Court Justice Ketanji Brown Jackson.

The Senate voted 52-42 in favor of Pan becoming the first Chinese American to serve on the U.S. Court of Appeals for the District of Columbia Circuit, a court many consider second only to the U.S. Supreme Court in importance thanks to a docket heavy with cases concerning government decisions and regulations.

Go to the following link for more details. <https://www.reuters.com/legal/government/us-senate-approves-pan-succeed-us-supreme-courts-jackson-dc-circuit-2022-09-20/>

2022年美西南學聯創業大賽 助力留學生創業者

加利福尼亞州聖蓋博市(2022年9月25日) - 美西南中國學生學者聯誼會(SW-CSSA)、南加州中華高校校友會聯盟創新投資委會及美中創投機構、風險基金聯合承辦的「2022美西南創業大賽」，經過歷時一個多月的徵集、初選等預選程序後，9月25日下午在聖蓋博市進行了最終輪決賽，同時邀請優秀青年創業者進行了主題分別為「關於創業那些事兒」、「後疫情時代投資說」的兩個圓桌會議。中國駐洛杉磯總領事館教育組王群、郭晉領事應邀出席。

美西南中國學生學者聯誼會主席、加州大學爾灣分校學生錢天慧在開場致辭時表示，在時代迅速發展的今天，與時俱進，建立創業意識，培養創新精神，符合未來對於新一代年輕人的要期待！為了幫助所有擁有創業精神的留學生和畢業生們，我們舉辦了本次2022年美西南美西南創業大賽，本次大賽還有65所大學的中國學生學者聯誼會(CSSA)共同參與協辦！希望本次大賽為留學生、創業者和投資人打造零距離交流平台。

滿建營為一等獎獲獎項目聯合創始人刑天一領獎，張鳴為二等獎獲獎項目代表彭影彤領獎，劉佳科為三等獎獲獎項目創始人孫鄰家領獎

通過初選進入決賽輪的八家新創企業當天先後進行了路演、回答現場專業評委的提問，再由評委無記名投票和評分後。由華人新生代創立、專注于智能無針注射藥物遞送和長期遠程居家醫療數據管理的NovaXS生物科技公司獲一等獎；革新傳統農業種植技術，依託新型種植基質「水基綿」(自主研發的高分子材料)打造全套工業化解決方案的Plan-T草木計劃獲

二等獎；用Pet Tech+SaaS的雙模式，以流量和工具為產品設計核心的AI智能化寵物培訓互動平台Traini Inc獲三等獎。

郭威專程從舊金山來出席大會的威誠資本(Uphonest Capital)創始合夥人郭威在發言中指出：在近五年看到第一代新移民和留學生創業項目的成長態勢良好，他看好未來十年來自中國的第一代創業者不僅是在美國、而且是在全世界的創投圈內建立起越來越大的影響力。

他為留學生們提出了幾個可以考慮的創業方向，包括：跨境(供應鏈)出海項目，有比較明顯的機會，這方面有領先半年以上的優勢；中國有明顯的人才優勢(AI、遊戲)、有較強的實力、經驗；以及服務項目；目前他的公司已經參與投資了一百多家第一代的華人初創公司。他指出，創業是少數人做的，但是創新是大部分人都可以做的，即使去大公司工作，在工作中也應該具有創新思維。

賽後的「關於創業那些事」以及「後疫情時代投資說」兩個專題圓桌會議，在全美留學生



創業者生態圈展露頭角的優秀青年創業者劉佳科、滿建營、孫驥野、唐三強等與現場的留學生們分享了各自的創業心得，包括失敗的經驗，同時面對近期的世界經濟下行趨勢，他們也各自提出了展望和應對預案。

孫驥野、唐三強、滿建營、劉佳科、孫鄰家曾入選全美華人30歲以下青年精英榜的連續創業者、本次大賽評委、庭院生活用品公司 OUTER 創始人劉佳科在分享時以自身首次創業的失敗經驗，提醒留學生創業者要重視創始團隊的組成，應該考慮選擇技能互補、價值觀相同、明確股份和職責的團隊成員。曾入選全美華人30歲以下青年精英榜的連續創業者、本次大賽評委、兒童玩具跨境電商 SUNTISFY 創始人孫驥野指出：創業過程中的各種錯誤不可避免，試錯本身不可怕，但是要避免重複同樣的錯失，減低試錯成本，考驗自我糾錯的能力。

面對所謂的資本乾涸期，劉佳科建議，保持創業者之間的分享，保持創業初心的原始動力、樂觀，做好自己的事情，同時對於自己項目的估值可能會更正確。而該創業者還是會去創業。



(AACYP 洛杉磯訊)

新冠大流行“終結論”何以被提上日程？

在2022年結束新冠的全球公共衛生緊急狀態,仍是一個非常艱巨的任務

開始探討大流行是否已經結束,一是因為新冠的病死率、死亡人數都在下降,與以往比有明顯改善;二是因為如今有更多的手段應對這個疾病。

在疫苗接種及自然感染提陞了全球人群免疫背景的基礎上,輔以高效的治療藥物,新冠作為疾病的危險性是可控的,這讓我們看到了大流行終結的曙光。

自2019年底以來,新冠病毒一直影響全球。整個2020、2021以及2022年至今,病毒嚴重威脅了人們的健康,在全球造成的死亡人數超過600萬。與此同時,疫情或直接或間接地擾亂了我們日常生活的每一個部分。這種對生活的嚴重干擾,也促使我們不斷提出這個問題:疫情什麼時候結束?

9月14日,世界衛生組織(WHO)總干事譚德賽表示新冠大流行的終結在望,而美國總統拜登則在9月18日播出的一個新聞採訪中直言,新冠大流行在美國已經結束。9月23日,在聯合國大會上還開了一個通過公平分配疫苗、檢測與治療來結束新冠大流行的專題會議。當然與會方只是強調了在這些資源的分配上還有很大改善空間,並未提及具體何時能結束大流行。



為什麼大流行結束的聲音在國際上越來越多?是什麼讓世界衛生組織及多個國家認為可以走出大流行?大流行結束又意味著什麼?大流行結束後還需要擔心新冠病毒嗎?本文將就這些問題展開討論。

大流行終結有標準可循嗎?說新冠疫情處於大流行狀態很容易理解,新冠感染遍布全球,都不用考慮學術定義,從形象角度就很容易被我們接受。可是,當我們聽說新冠大流行即將終結時,卻難免產生類似疑問:究竟以什麼標準來定義大流行及其終結?

實際上,大流行沒有絕對的標準,從定義上來說,大流行是指一個疾病病例大幅上升,範圍超越國界,影響了大量人群。可是我們沒法說某個疾病病例到了多少就是大流行,低於多少就結束。

當WHO與美國疾控中心(CDC)等機構從公衛角度定義某個疾病是流行(epidemic)還是大流行(pandemic)時,固然會考慮疾病病例數多少(流行與大流行都需要病例數增加且超出正常水平)與影響範圍(大流行往往要涉及更廣的地理範圍,屬於國際間傳播),也會考慮疾病的危害性與需要採用什麼措施來控制。

近幾年來流行、大流行的確立也越來越多地參考其所需的應對措施,不再拘泥於傳統公共衛生的定義。過去,流行與大流行都是指傳染病,可在2017年,美國將鴉片類藥物成癮也定義為流行?這種看似有些不合常理的定義,其背後邏輯是鴉片類藥物成癮在美國不斷增加,危害日益嚴重,需要通過緊急的公衛手段來應對。

為什麼視新冠為大流行?一是因為新冠造成的影響很嚴重,二是為了應對病毒,我們在使用超常規的疾病控制手段。這兩條最終又讓我們為新冠付出了巨大代價:大量感染造成的重症死亡的重大健康代價;為防疫投入大量人力物力用於密切接觸者排查、患者治療以及社會日常運作的中斷,帶來的沉重經濟代價。

困境還在於,大流行之下,我們沒法通過撤回超常規的防疫手段來減少“損失”。比如,為防疫將學校教育改為線上教學,這影響到教育質量,可在大流行下為保障教育質量堅持線下教學可行嗎?很可能會因為疫情在學校爆發而不可持續,甚至會危害到學生教師及其家人的健康。也就是說在大流行階段,病毒佔據了主導地位,很多應對措施即使有“不良反應”,我們也不得不採取。

把這些大流行的特徵、條件反過來,也可以想象當新冠病毒的威脅與影響降低時,在應對病毒的方法上我們就能有更多選擇時,或許就不需要採取太多超常規的措施。在這種情況下,我們自然也就具備了終結大流行的可能。

現在的疫情態勢讓終結大流行有希望了嗎?那麼,現在的疫情發生了什麼樣的變化,讓WHO看到了終結大流行的希望,甚至讓拜登直接說出大流行已經結束了呢?

在9月14日譚德賽說出新冠大流行終結在望時,WHO正好發佈了9月5日-11日的新冠流行病學更新。那一周,全球新增新冠感染病例高達310萬例,此外由於很多國家降低了檢測力度,感染有嚴重低估。單看病例數好像看不到走出大流行的希望。可是在這一週,全球新冠死亡人數約1.1萬人,這是自2020年3

月以來的最低水平。更為重要的是疫情的整體走勢,在最近幾個月以來,全球新冠死亡人數一直在穩步下降,相對於感染病例的波動而言,死亡人數沒有出現大的反復。

Figure 1. COVID-19 cases reported weekly by WHO Region, and global deaths, as of 11 September 2022**

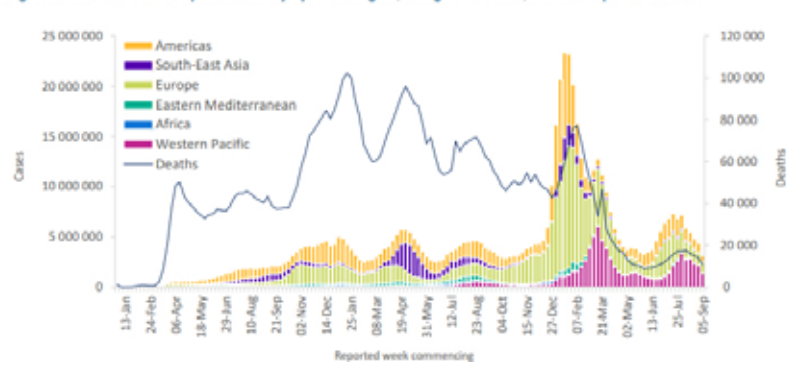


圖 截至2022年9月11日全球新冠新增感染與死亡人數變化,藍線為死亡人數

死亡人數甚至在大幅下降,與前一周比,9月5-11日全球死亡人數下降了22%。而在9月21日發佈的新一期全球新冠流行病學更新里,9月12-18日新冠全球死亡病例比上一周再度下降17%,總數為9862人,低於一萬。細分到全球各個區域,每處的新冠死亡都在下降。

死亡的下降趨勢比感染更為穩定,意味著新冠的感染與重症及死亡在穩步脫鉤。即使感染病例數因為防疫措施的放鬆、人的行為變化、甚至是新突變株的出現而發生波動,重症與死亡可能也不會再如以往隨感染病例的增加而急劇上升了。

如果這一趨勢保持穩定,那麼我們在新冠即將到來整整三年之際,或許可以看到新冠對人類的直接健康威脅顯著下降。正是由於疫情出現了重症死亡與感染脫鉤、死亡病例穩步下降的良好趨勢,大流行終結才能被提上日程。

終結大流行的前提是防疫目標的調整由此可見,國際社會期待的新冠大流行的終結,一個最關鍵的前提是將防範新冠重症、死亡而非防感染作為防疫的首要目標。

如果單看感染病例,全球新增感染數在嚴重低估的情況下仍然是每周數百萬計。更大的挑戰還在於,我們沒有好的工具能在合理的代價下穩定防範感染。2021年末,奧密克戎變異株出現並迅速成為這場全球大流行的主流株型後,新冠病毒的進化出現了重要變化,免疫逃逸成為了主流病毒株更替的關鍵。

很多人聽到免疫逃逸往往聯想到疫苗的有效性降低,可奧密克戎變異株的免疫逃逸並非只針對疫苗建築的免疫屏障,也在衝擊過往感染帶來的免疫防護。例如,奧密克戎 BA.2.12.1、BA.4/5 亞株對過往 BA.1 的感染有明顯的免疫逃逸。這種免疫逃逸上的進化帶來的一個現象是主流新冠變異株的快速更替。在美國,自奧密克戎 BA.1 出現後,幾乎是三四個月換一個主流病毒株,感染人數也因不斷有新的變異株出現一直維持在較高水平。

而無論是三針最高效的 mRNA 疫苗接種,還是疫苗接種加突破感染的混合免疫,當下的主流突變株 BA.4/5 亞株的血清中和和抗體滴度都要比其它各突變株更低?加之中和和抗體隨時間還會自然下降,如今,依靠免疫屏障阻斷感染已是不可能任務。

很多人或許也在關注當下多國正在進行的疫苗更新,歐美日韓等都開始用含奧密克戎抗原的二價疫苗作為加強針接種。即便是更新後的二價疫苗,對 BA.4/5 的免疫反應提陞仍是有限的。例如,輝瑞/BioNTech 以及 Moderna 的 BA.1 二價疫苗相對原始疫苗,在臨床試驗中對 BA.1 中和和抗體滴度的提陞不到兩倍,動物模型中,BA.4/5 二價疫苗對 BA.4/5 的中和和抗體滴度的提陞相較原始疫苗也只有兩倍多。這種程度的改變,不太可能讓更新版疫苗成為阻斷免疫逃逸越來越強的新冠病毒感染的利器。

當免疫屏障指日可待時,有什麼工具能阻斷新冠的傳播嗎?只有物理防疫。可奧密克戎自身的傳播力又非常強,從今年年初香港 BA.2 疫情的經歷可以發現,除了嚴格的封鎖措施,物理防疫對感染的壓製作用非常有限。在這種現實下,絕大部分國家地區在權衡利弊後,均逐步將防疫目標從控制感染轉向防範新冠引發重症、死亡。

這種防疫目標的調整也在獲得越來越多的專業支持。今年3月30日,WHO推出了一份關於如何在2022年結束新冠疫情緊急狀態的方案建議,其中兩大防疫目標,第一個目標仍是減少感染病例,但強調了要更關注高危人群中的感染防護,實質已把焦點轉向感染後的重症風險,而非單純阻斷感染。第二個目標則是通過預防、診斷與治療來減少新冠的疾病與死亡,直接針對疾病防護而非感染阻斷。9月14日《柳葉刀》在回顧至今新冠疫情經驗教訓的長篇報告中,更是直言今後新冠防疫的重點應是針對有實際臨床意義的疾病(clinically meaningful

disease)。將防疫目標從壓制感染調整為減少新冠感染導致的嚴重疾病,是如今國際社會能開始討論終結新冠大流行的前提。雖然免疫屏障對阻斷奧密克戎系列毒株的感染捉襟見肘,可對重症以及死亡的防範仍高度有效。再加上奧密克戎的致病性比德爾塔要弱,在奧密克戎時代,各國普遍觀察到感染者的重症、死亡風險在下降。

例如,9月16日發佈的一份美國 CDC 周報中,發現因新冠住院的患者病死率從德爾塔時期(2021年7-10月)到奧密克戎早期(2022年1-3月)再到奧密克戎晚期(2022年4-6月),出現了明顯的下降趨勢?。

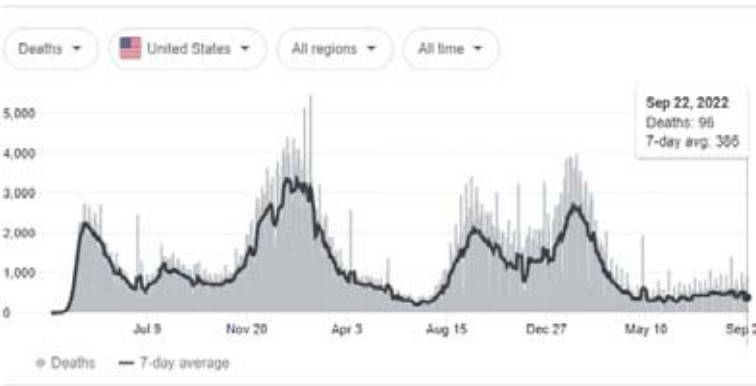
在2022年4-6月的奧密克戎晚期(包括BA.2、BA.2.12.1與BA.4/5),新冠住院病人死亡的風險下降到了德爾塔時期的四分之一。此外,在這一時期超過80%的死亡是發生在65歲以上老人,而德爾塔時期這一數據剛過50%。也就是說,通過疫苗接種、推廣抗病毒藥物等有效的預防和治療手段,新冠作為一種疾病,它的重症與死亡幾乎是可以避免的。這也為以降低新冠的實際危害作為目標而終結大流行提供了可能性。

新冠大流行已經結束了嗎?在最近幾個月全球疫情發展的形勢下,譚德賽提出新冠大流行結束在望似乎是合理的。但這個“在望”到底何時才能成為現實?正當公眾猜測時間線時,拜登突然提出大流行在美國已經結束,引起一片嘩然。

拜登的言論更像是在訪談節目中的表達失誤。在他的這句話引發爭議後,美國政府發言人、公衛專家紛紛嘗試澄清。美國首席傳染病學家福奇在9月19日解釋說拜登的說法是一種語言修辭,同時說美國目前的狀況並不理想。拜登也在另一個場合解釋說自己指的是疫情現狀和以前不同?。

其實在文章開頭我們就提到,大流行沒有一個客觀的標準。雖然現在新冠死亡病例在下降,感染病例也不在上升期,但沒法說因為死亡病例下降到多少例,所以大流行就結束了。還是參考我們認為新冠是大流行的兩大因素:疫情直接的健康威脅與超常規的應對方案。

美國每天因新冠死亡的人數仍然在400-500間徘徊,自5月以來變化很少。圖:美國每日新增新冠死亡病例



過去,當某個新冠突變株導致感染大幅攀升時,美國新冠死亡人數也會同步增加。可今年5月以來,BA.2.12.1與BA.4/5的交替出現都導致了大量感染,死亡人數卻沒有顯著波動。美國的新冠住院率自2022年年初的BA.1疫情後起伏也變平緩,特別是除70歲以上老人外,住院率幾乎沒有增長。

問題是,每天400-500的新冠死亡仍然是一個非常高的數字,如果換算到一年,相當於每年有近15-18萬人因新冠死亡,這會比美國2020年的新冠死亡人數35萬、2021年的41萬低很多。可對比新冠疫情爆發前的2019年美國全年死亡數據,這可能仍將是僅次於心血管疾病與癌症的第三大死因?。

如果參考流感數據,一般而言最嚴重的流感季節美國因流感死亡的人數也只是每年5萬多,正常年份會在2-3萬。如果哪一年流感在美國造成15-18萬死亡,或許也得是流感的大流行了。

從新冠的疾病負擔來看,美國如今的狀況固然比以往有了很大改觀,主要是不再出現突如其來的住院死亡高峰衝擊,但整體負擔仍然非常高。因此,福奇與拜登澄清時提到的,疫情在一個與過往不同的階段,但大流行並未結束,這是更合理也更符合實情的分析。

不僅新冠在美國的情況如此,全球也有相似性。每周近一萬人的死亡仍然讓我們在為新冠付出巨大的代價。考慮到如今疫苗以及抗病毒藥物對新冠重症、死亡的良好防護作用,這一萬人的死亡幾乎每一個都是可以避免的。也正是考慮到這種遠不理想的形勢好轉,在拜登“口誤”說大流行已經結束之後,幾天前剛說

“結束在望”的譚德賽也重申了雖然疫情有了大幅改觀,但大流行仍遠未結束?。

從新冠造成的健康負擔看,我們很難認為大流行結束了,那麼從我們應對疫情的措施看,大流行還存在嗎?

拜登提出“大流行結束”的依據是美國已經沒有人戴口罩,大型活動(如體育賽事)也恢復正常。確實很多國家的防疫已經從日常生活中逐漸撤出,不少民衆的生活已看不出疫情影響。可這是否意味著我們沒有在對新冠做超常的防範?

如今,WHO仍然將新冠歸於國際關注的突發公共衛生事件(PHEIC),而美國也在不斷延續新冠的公衛緊急事件狀態——甚至在拜登表示大流行結束後,美國政府還表態近期不會撤銷緊急狀態?。這意味著仍然有很多緊急的超常規措施在執行,比如政府直接負擔檢測、疫苗接種與新冠治療。

如同新冠的健康負擔,防疫措施現在也處於一個轉型期。那些對日常生活影響更大的措施逐步撤出,比如大部分國家不再因新冠而暫停學校教學,疫情後出現的出入境限制也逐漸裁撤——像香港宣佈將取消入境隔離要求。可是針對新冠的公衛緊急措施仍然存在,像香港入境前仍有抗原快速檢測的要求,入境後也需3天自我健康觀察。從這些延續的舉措看,也很難說大流行已經結束。

以什麼樣的狀態走出大流行更為關鍵新冠疫情即將迎來三周年,絕大多數人已經對疫情感到厭倦,再也不希望因為病毒而改變自己的日常生活。或許也是出於此類因素,我們對大流行結束、疫情即將結束等說辭異常敏感。我們似乎期盼著一個開關,宣佈大流行結束,如同開關被打開時那種瞬間的改變,突然一切就恢復正常,新冠不復存在。

可這種想法是不現實的。隨著突變株的不斷涌現,新冠病毒寄生人體的適應性越來越強,普遍的科學共識是新冠病毒將長期與我們相伴。而新冠作為疾病對社會的影響,也不可能像有開關一樣,一關就消失了。

相對於WHO以及美國說大流行即將結束或已經結束,更值得思考的是這種結束意味著什麼,我們將以什麼樣的狀態走出大流行。福奇就提到,雖然美國的疫情現狀與過去不同,但現狀遠未達到合適的境地。如上文所提到的,考慮到美國目前的新冠死亡人數,即使強行定義大流行結束,新冠仍會是一個無法迴避的嚴重健康問題,需要進一步的應對。拜登在提到大流行結束的同時也指出,新冠仍是一個問題,還有很多工作需要做。

開始探討大流行是否已經結束,一是因為新冠的病死率、死亡人數都在下降,與以往比有明顯改善。二是如今有更多的手段來應對這個疾病。在疫苗接種及自然感染提陞了全球人群免疫背景的基礎上,輔以高效的治療藥物,新冠作為疾病的危險性是可控的,這使得我們看到了大流行終結的曙光。

我們希望,宣佈大流行結束時,是因為新冠對我們的影響確實變得可以承受,而非因為我們對緊急狀態感到厭倦。眼下,如果從個體的風險考慮,某種意義上大流行對很多接種過疫苗的年輕人來說早已結束。因為他們的疾病風險在很早以前就變得非常低。但對於老年人、免疫抑制人群以及有很多基礎疾病的人呢?這些人可能在很長的一段時間內還要面對不小的風險。

在譚德賽提出大流行結束在望的同時,WHO也發佈了加速結束新冠緊急狀態的政策建議,從檢測、疫苗接種、臨床治療、公衆溝通、醫療機構等敏感單位對新冠的防控以及應對新冠虛假信息這6個方面提出了意見?。

從這些建議中,我們可以嘗試勾勒出這樣一個理想狀況:全球都能達到極高的疫苗接種率,特別是高危人群也能通過較高的疫苗接種率完善免疫防護。在這種良好的免疫基礎之上,人群對新冠感染的重症風險大幅下降;在一些高危人群較集中的地方如醫院、養老院,採取更積極的防護措施以降低感染風險;而任何人發生感染之後能通過快速的檢測及時確診,減少病毒的進一步傳播,同時檢測與治療有效結合,讓高危人群儘早通過抗病毒藥物的治療,進一步降低住院與死亡風險。

如果這種理想狀況得以在全球成為普遍現實,那麼新冠對社會的健康威脅將大大降低。而如果這一切還能在正常的醫療系統運作中完成,不藉助各種緊急措施,那我們的防疫也將不再是額外的巨大負擔。

這才是我們需要的走出大流行的狀態。可是在當下,無論是疫苗接種、檢測還是治療藥物,全球的利用與分配都遠非理想。在非洲,疫苗接種率僅為20%,在中低收入國家檢測至今仍較為有限,更不必說上市較晚的抗病毒藥物?。關於新冠的各種虛假信息還在全球很多地方阻礙了疫苗接種率的進一步提陞。這也意味著,在2022年結束新冠的全球公共衛生緊急狀態或者說是走出大流行,仍是一個非常艱巨的任務。撰文 | 周葉斌

NCAA ATHLETES LIGHTING UP THE SPORTS WORLD WITH GLOWBALLS

When it comes to NCAA basketball players, sports fans know that sharpshooters Antoine DAVIS and Armaan Franklin are players that commentators say can "light it up".

That is basketball language that translates to being able to score a lot of points, and being able to excite the crowd with excellent shooting performances.

But now, with their new name, image, and likeness agreements both of these young players can truly "light up" the basketball scene.

Both Antoine DAVIS and Armaan Franklin have their own customized glow basketballs, basketballs that light up and glow on the camera lighting. The glow basketballs have been a huge success in China once they were brought to the market by former NBA superstar Stephon Marbury.

The NCAA passed a rule in July 2021 that allows amateur athletes to benefit from their name image and likeness,

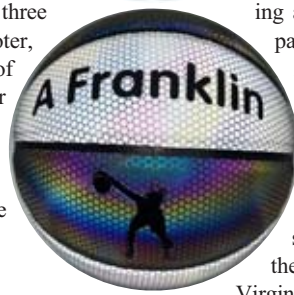
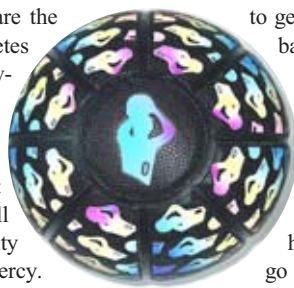


and Davis and Franklin are the first to American Athletes to have their own Glow-Ball products

Antoine DAVIS is a 6 foot one point guard that plays basketball at the University of Detroit Mercy. An excellent three point shooter, Davis broke all of NBA superstar Stephen Curry's three point shooting records for freshman in the NCAA. Davis needs 81 three-pointers this season so

to become the NCAA's all-time leading three point shooter in history, and needs a little over 3000 total points to become the NCAA's all-time leading scorer, breaking the record of pistol Pete Maravich.

Davis was the first NCAA athlete



to get his own custom glow basketball through the name image and likeness agreements. His basketball features his trademarked logo of him shooting a jump shot.

The black leather blend texture ball has his glowing logo throughout, creating a colorful exciting pattern when used. His GlowBall is available at chinahoops.net. Armaan Franklin is a 6 foot 4 inch shooting guard at the University of Virginia. Franklin transferred to the Virginia Cavaliers after playing as a starter for the Indiana Hoosiers. Franklin is one of the most exciting players in the conference, and one of the leading scorers for the Virginia basketball team. He is always a three point threat, and his intensity makes him a fierce defender to all of his opponents.

Franklin's basketball is a two toned ball, with a white and gray is rainbow texture. GlowBall has a silhouette logo of himself crossing a basketball over, with his hair flopping up from the momentum of the wind. His name "A FRANKLIN" is across the paneling of the ball above the logo. The ball is available at armaanfranklin-

hoops.com

With the players being on teams in different cities, the basketball will be marketed to the fan bases of each respective team.

With the NCAA basketball season starting soon, sales are expected to peak between the month of October and April. The name, image, and likeness Agreements made for these NCAA players has been arranged by TGBTG Sports, a sports management group with offices in Houston Texas and Shanghai China. TGBTG Arrange the manufacturing terms with the factories in China to produce the products, and got the agreements for the players to get paid to get approved through each schools NCAA compliance office. According to the NCAA rules, all of the agreements where amateur players receive compensation have to be reviewed and approved by a compliance officer at each school

"I am glad to work with Antoine DAVIS and Armaan Franklin with this glow basketball project," said Cyril White, director of TGBTG Sports management group. "I have known these young men before they were NCAA players, and it is a privilege to work with them in this professional way. I hope people will go and support them and buy their basketball so they can earn as much as possible from this opportunity."



咱節目很棒!~ 匹茲堡中華文化語言學院 參加第七屆“匹茲堡文化節”的演出



咱節目很棒! 第七屆“匹茲堡中華文化節”於今天開鑼!

“匹茲堡中華文化語言學院”對這個匹茲堡華人自己的文化活動一向十分支持並每次選派文藝節目。

今天的為文化節貢獻的節目是少兒合唱“早春風吟蒲公英”，這是一首關於中國古典詩詞“韻”的傳唱。

對中華文化的傳承，是“匹茲堡中華文化語言學院”全體師生家長的任務，她們的追求是：“培養未來世界需要的華語人才，探索屬於未來世界需要的中華文化。”

這次節目的安排讓校長、老師、家長和學生有點犯難，原本安排演出的幾位學生，都因有另外更重要的安排不能參加這次演出。校長老師家長們，進過緊張的調整，對參演學生重新安排。並採取分散練習在演出前集中配合，之後有條不紊上台演出。

我們一位家長校董在看完演出後，給我微信里發了一個笑臉和五個字

“咱節目很棒!” 是的，在學校老師群里在因故對演出做出調整安排的時候，我就預料，咱們的孩子很棒，她們的演出一定很棒!

對孩子有充分信任，孩子便有充分自信! 自信加認真，沒有做不好的事情!

為我們學生驕傲!
為我們家長驕傲!
為我們老師驕傲!
為我們學校驕傲!

海老 KK 2022年9月24日



又見楊玲

《蝶戀花 又見楊玲》

第七屆匹茲堡中華文化節，幸請楊玲老師，到場演出。一段昆曲《遊園 皂羅袍》唱段，給文化節帶來傳統和高雅。與楊玲老師兩年八個月沒見。此見驚嘆楊玲老師駐顏有術，竟然年輕許多。

藍青衣裳眉目秀
姣若仙女，雖聲繞依舊。
真似香閣遊園倦
秋風一日皂羅袖

台前一曲一醉耐。
台下娉婷，人比黃花瘦。
因何麗娘是豆蔻。
我嘆臨年伊駐壽。

注：遊園倦~遊園指昆曲戲目“遊園驚夢”；倦，讀zhou，愁苦、煩惱。
皂羅袖~指昆曲“遊園”中的“皂羅袍”唱段。袖代袍為押韻。
人比黃花瘦~借李清照詞義，形容楊老師的美貌。
麗娘~“遊園”曲目中的主角杜麗娘。

娘。
豆蔻~女孩子十三、四歲時。
臨年~指老年。
駐壽~卻老，凍齡。

海老 KK 2022年9月25日
于維羅納自寓。



Full of compelling stories of fellow travelers on paths to a more courageous and engaged life.

Vanessa Ogle,
Founder & CEO
Enseo & Higherhill Studios

Helpful stories for those waiting on the "perfect" time to take a risk.

Michele Morris,
Philanthropist, Author, Chef

Everyone has two stories, the highlight reel we all can see, and then the real story. The bumps, bruises, failures, luck, and a relentless determination to succeed. This book unlocks those stories.

Brandon Schwertner,
CEO, Priority Power

I love this book. Reading about the risks and adventures that lead people to great success are so fun and inspiring.

Scott Lawrence,
Founder, Breakside Brewery

The Risk Paradox is a treasure trove of insight, inspiration and story-telling that helps leaders view risk in new and productive ways. It's a must read!

McKay Christensen,
CEO, Thanksgiving Point Institute

Tells the honest, authentic, unvarnished stories of risk from penetrating interviews with amazing people.

Eileen Brophy,
President, Brophy Services

Addresses an important topic with analytic rigor, real life experiences, and storytelling flair.

Michael Weintraub,
Co-Founder, Ardan Equity

Succeeds at putting the complexity of taking risk into practical focus.

Lauren Reed,
Founder & CEO, Reed Public Relations

Sheds light on both the adventurous path of life and the risky trajectory of business.

Richard Fiedotin,
Co-Founder, Epocrates

Inspiring models for how to cultivate risk-taking as a practice.

Nick Jekogian,
Founder, Walden Monterey

This recalibrates the concept of risk and elevates it to a completely different level. The stories about the emotions that hit when you take that leap are all too real and reaffirm the importance of the risk paradox.

Brad Deutser,
Best Selling Author, *Leading Clarity*

A guidebook for how to live life on your own terms.

Jennifer Maanavi,
Founder & CEO, Physique 57

Incredible stories of courage; vulnerability, setbacks and triumphs.

Alton Butler,
Founder & CEO, Line 204

Will change how you think about risk-taking, obstacles, challenges and success.

Ivo Nelson,
Author, *Love Based Culture*
3x Successful Entrepreneur

The avoidance of risk is an illusion, this book reveals risk as something to embrace as a fundamental condition of progress.

Gene Gebolys,
Founder & CEO, World Energy

Vivid stories that help you consider the most important question – what do you want out of the rest of your life?

Paul Dickerson,
Managing Director,
Southwestern Petroleum

Full of counterintuitive suggestions about risk-taking that make sense. A pleasure to read.

Blair Garrou,
Founder & Managing Director,
Mercury Fund

Great stories about lived success that combines joy, purpose, and risk.

Michael Knigin,
Chairman, Freestone Forest Products

Stories that help us think about, 'what are you doing with your one and only life?'

Daniel Miller, MD
Chairman, Eye Partners

Shows how regular people become risk-takers through self-awareness and perseverance.

Andrew White,
President, Sweat Equity Partners

Even for a risk-taker, the stories challenge me to find and face the next opportunity rather than hide in safety.

Kirk Craig,
Co-Founder & CEO,
Agape Development



The RISK Paradox

From two risk researchers comes a groundbreaking study that sheds light on the advantages of embracing uncertainty.

ON SALE OCTOBER 4, 2022

A wealth of thought-provoking material on risk-taking.

Jim Fallon,
Executive Coach,
The Conscious Leadership Group

Takes the messy topic of risk and simplifies it without being simplistic.

Sandi Webster,
Co-founder, Pandi

Hi Margaret, I hope your summer was awesome! My publisher is sending this because I wrote a book and I told them we're friends!

Actually, Doug Schneider did the writing, and I did the interviews and editing and narrated the audiobook. This is me just after I finished smelling the pages :)

Here's how the book happened. Doug and I worked together at a big company that bought my first business, and then I convinced him to jump ship to run another company where I was on the board.

He retired after we took it public, and got into writing. I enjoyed his first book about life lessons from running marathons.

Over the years we looked for books about real life risk. Jobs, families, hopes, fears, dreams, disappointments, and how they mix with money, achievements, and life fulfillment—squishy topics that jumble together in everyone's lives.

We looked and found... nothing. All the books discussing risk were biographies, or focused on stats or investment strategies. So we decided to write something we wanted to read.

I love real stories from the lives of interesting people, and new insights backed by credible research. We combined those interests and started hunting for fascinating risk takers.

We found 102 people, split evenly between

men and women, and conducted hundreds of hours of interviews. Most had never shared their stories or discussed the turning points and risks in their lives.

We didn't start off with any theories. We just collected and analyzed information, looking for patterns in the feelings, decisions, events, and backgrounds in the lives of these incredible people.

That's how we came upon "The Risk Paradox," that taking risk is the least risky thing you can do to live a fulfilling life.

"Why a whole book, Alan, if the main message is one sentence?" Well, psychology research finds that people learn best from someone else's experience when they can actually see and feel themselves in their situations, emotionally, financially, logistically, and demographically.

How did we do that for readers? Read the book and find out!

That's the purpose of this email—me asking you to support the book! We think there's a message, or quote, or story, or insight, somewhere in the book for everyone. The stories are life affirming, inspiring, uplifting, and real.

Book Cover October 4, 2022 Pre-Order Now
Amazon Barnes & Noble Amplify Publishing Audible

As one of our early readers, a successful author and entrepreneur, noted:

"At the end of the day, risk is the single biggest driver in our lives. Your book nailed it by giving the reader a perspective on risk from all possible angles and articulated by people who have been there and spilled the blood that risk creates. Real world—not academic conceptual models."

Buy lots of copies! Your relatives may want a hardback, the management of your businesses may want the Kindle version, you may want the audiobook. I'm not on Facebook or Instagram or Twitter, so we're sending out this email :)

Also, I'll be donating a portion of the proceeds to support early childhood education nonprofits I'm involved with, so "buy it for the kids!"

The book will be officially released on October 4, 2022. Pre-order it on Amazon.

For bulk orders, contact, Heather (heather@amplifypublishing.com).

Thanks for your support, and I look forward to hearing your thoughts on the book!

Sincerely,
Alan Ying



October 4, 2022
Pre-Order Now



\$26.00

OCTOBER 4, 2022

Alan Ying dropped out of the cardiothoracic surgery residency program at Duke University to start a software company when he was twenty-eight years old. Since selling that business, he's enjoyed leading, investing in, and serving on the boards of start-ups to public companies. Alan grew up in Ohio and now lives in Texas. He is married with three children.

www.riskparadox.net in

