



“
FORGET ABOUT YESTERDAY, TOMORROW
IS MORE IMPORTANT!
Margaret W. Wong

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
第四五七期 Vol.457 Nov.15 2022 本報售價 \$1.00
 ISSN 1544-7766 發行商/PUBLISHER: ERIE CHINESE JOURNAL, INC.
 Website: www.ecjnews.com; E-Mail: echinesej@yahoo.com
 Tel: (216)324-2959; Fax: (330)405-3480 Add: 3500 Payne Ave, 1-B Cleveland OH 44114

百佳超市
 Park To Shop Supermarket
 www.parktoSHOPmarket.com
俄亥俄州 伊利諾依州 密西根州
最大華人連鎖超市
 新鮮蔬果 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

傳統·文化·發展 祝福感恩



詳細內容請見本期有關版面

祝福各位讀者感恩節快樂!

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

Avvo Clients' Choice 2015 Immigration
 Best Lawyers BEST LAW FIRMS USNews IMMIGRATION LAW TIER 1 CLEVELAND 2016

黃唯大律師 滿足您所有的移民要求

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

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

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

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

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

服務華人社區
振奮民族精神

交流華中信息
弘揚中華文化

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

社長 / 主編: 浦瑛
總編輯: 劉元華
移民法律顧問: 黃唯
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

Amazing Grace
Have a joyful Thanksgiving! 感恩节欢喜快乐
from PTL Music Of The Vineyard

維簡頌主
葡萄園音樂
中英文視頻

YouTube.com/@VirginiaPTL
歡迎觀聽. 免費訂閱. 謝謝分享

我吞了月亮
吐出太陽
掌握着陰陽
比宇宙老
比嬰兒更年輕
看盡了人間的故事
有的故事經常重演
歷經了春花秋月
風雨雪霜眼前過
眼看它起高樓 眼看它樓倒了
生命對我只是一個經驗
老只是一句空話
我沒有朋友
我習慣了獨來獨往
我不知道什麼叫寂寞
我從來沒有想過累,
我也沒有流過淚

我是誰?

更沒有寂寞相隨
我讓人淡然痛苦
讓人歡樂卻不長久
是無情是有情 對我說沒有意義
我希望你和我一樣自由
這人生嗎實在太匆匆
所以要瀟灑走一回
世界萬物我都一律公平
你要老了我也沒有辦法
我是你一生的朋友
天長地久的朋友
一生在你左右
看着你生老病死
再見了我的朋友
如果有來生我們還是好朋友
我是誰你願意告訴我嗎

劉天擎
詩歌園地

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

節日期間特大優惠

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

FOLDED WITH LOVE
#ALIVEwithBeauty

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

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

Equal Housing Opportunity

SCAN ME

All loans are subject to credit approval. Certain limitations apply, call for details. www.nmlsconsumeraccess.org

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

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

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

陳群 (Gwen Chen)
Mortgage Loan Originator
T: 216-218-8818
NMLS#2006474 前註冊會計師
MLO-OH.2006474 FL:LO85584
Email: Gwen@myverityloans.com

Get vaccinated today

Then we can join our friends and play

Call to schedule your COVID vaccine:
- Akron: 1(234) 300-3400
- Cleveland: 1(216) 361-1223

SIA ICHC
ASIAN SERVICES IN ACTION

NEED FINANCIAL ASSISTANCE TO START YOUR BUSINESS?

Microloans
Financial Coaching
Technical Assistance

FOR REFUGEES AND ASYLEES WHO HAVE LIVED IN THE UNITED STATES FOR LESS THAN 5 YEARS

Call (216) 881-0330
asiaohio.org

SIA AFEQ
ASIAN SERVICES IN ACTION ASIA FUND FOR ECONOMIC OPPORTUNITIES

您正在尋 無風險的投資嗎?

我們項目幾乎零風險,同時可擔保您
全家移民,并擁有一棟特制豪華別墅。

Mellott Homes

2168 Rockwell Ave,
Cleveland, OH 44114

預約諮詢:1-440-207-0861

Resort2020@yahoo.com



克利夫蘭 West side market (西區市場)開業 110 周年



(本報訊)11月2日上午,在克利夫蘭 West side market 慶祝 110 周年,在一群孩子手捧氣球高聲唱起:我們是未來,我們有能量,我們有夢想,慶典拉開序幕。

克利夫蘭市長 Justin M. Bibb 祝賀百年 West side market 給社區居民帶來新鮮的食物並且也繁榮這座城市,同時也是克利夫蘭的一個景觀。

West side market (西區市場)擁有 100 多家本地獨立企業。它是社區、克利夫蘭市和俄亥俄州東北部地區不可或缺的重要方面。West side market 提供各種新鮮肉類、奶酪、家禽、海鮮、農產品、烘焙食品、香料、民族特色菜、預制食品、鮮花等。

West side market (西區市場)擁有由優質食品、美好回憶和獨一無二的購物體驗。在居民中贏得了“克利夫蘭公共市場”的稱號。

West side market (西區市場)于 1912 年 11 月 2 日開業,成為該市歷史最悠久、持續運營的市政市場。它最初是為了取代自 1840 年以來一直在對面拐角處運營的珍珠街市場而建造的。與市中央市場一起,West side market (西區市場)在 20 世紀初為克利夫蘭不斷增長的移民人口提供就業機會,在這三個公共市場中,西區市場是唯一一個仍在運營的市場——繼續為購物者提供多元文化和令人耳目一新的相關體驗。

2008 年,西區市場被美國規劃協會指定為“美國十大公共場所”之一。

市長出席 慶祝活動



克利夫蘭中華婦女聯誼會健康講座
Chinese Women Association of Cleveland

走近更年期

人生新階段,你准备好了么?

Perimenopause: What You Need to Know

11/19/2022 Saturday 8 PM
ZOOM ID: 8531769933 Code: 2022

人生下半场,健康最重要。
年过四十,更年期渐渐走近。
我们需要知道些什么?



嘉宾: Gloria Zhang MD
专注女性健康的病理医生
营养学硕士
克利夫蘭醫學中心

WARD 7


THANKS FOOD DISTRIBUTION GIVING

NOVEMBER 21


10:00 AM - 6:00 PM
@ Hough Multipurpose Center
8555 Hough Ave

We will be giving away **one turkey or one ham** to the **first 200 residents**, along with other pantry foods!

FOR MORE INFORMATION:
CALL 216-664-2908



COUNCIL MEMBER
Stephanie D. Howse
WARD 7



Community Drop-Ins with Councilwoman Howse

Wed., November 30th 2:30-4:30 pm at Hough New Library Branch 6530 Lexington Ave Cleveland, OH 44103	Thur., December 1st 1-3 pm at Addison Branch Library 6903 Superior Ave. Cleveland, OH 44103	Thur., December 8th 12-2 pm at Lucky's Charms and Supplies 6408 St Clair Ave. Cleveland, OH 44103
---	---	---

Governor DeWine Announces \$100 Million for Electric Vehicle Charging Infrastructure Now Available

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted today announced that \$100 million is now available to support the implementation of electric vehicle (EV) charging infrastructure throughout the state over the next five years.

DriveOhio, which is a division of the Ohio Department of Transportation (ODOT), today began accepting proposals from companies to install and operate EV charging stations in Ohio.

"Having the capability to support more electric vehicle charging stations is something we've been working on for years," said Governor DeWine. "The development of a statewide network of charging infrastructure will enable EV travel across the state, support private sector investment, and spur even more economic development across the state."

Funding proposals must align with Ohio's EV Infrastructure Deployment plan, which requires that charging stations support at least four direct current fast chargers with at least 150 kilowatts per port. Currently, Ohio has 13 charging stations that meet these requirements and plans to add 30 more locations by 2025.

"This investment gives Ohio another opportunity to compete for the future of the auto industry," said Lt. Governor Husted. "Leading in the automotive sector has been a priority for Ohio for quite some time, and as part of that goal, we'll continue to work towards building up the EV workforce, so that businesses have access to talent, and Ohioans can secure a ca-

reer in a new, innovative industry right here in our state."

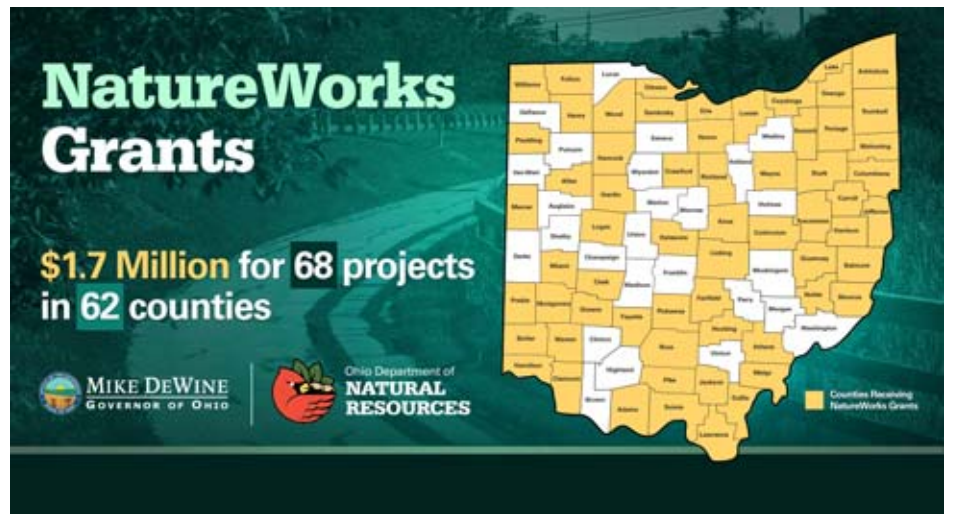
Ohio's EV infrastructure deployment will focus on interstate corridors before moving on to U.S. and state routes. Once charging stations on federally-required corridors are complete, the remaining funds will be used for charging along additional corridors, at state tourist attractions, and freight corridors.

"This network will go a long way toward improving the quality of life for Ohio drivers, giving them initial confidence and flexibility when driving Ohio's roads for personal, professional, or recreational purposes, regardless of distance traveled or location," said ODOT Director Jack Marchbanks.

"Ohio continues to lead in electric mobility, giving us an edge in the procurement process. With states across the country vying for the same equipment, our plan is deliberately crafted to attract the right companies to meet the growing demand for reliable charging across the state," said DriveOhio Executive Director Preeti Choudhary.

Ohio's EV Infrastructure Deployment plan was approved by the Federal Highway Administration last month, making the \$100 million in federal funding available for EV charging infrastructure over the next five years.

ODOT will accept proposal requests until December 21, 2022. Proposal information and full guidelines can be found at drive.ohio.gov/nevi.



Governor DeWine Announces New Outdoor Recreation Projects in 62 Counties

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Ohio Department of Natural Resources (ODNR) Director Mary Mertz today awarded \$1.7 million in grants to support dozens of new outdoor recreation projects in local communities across the state.

"We are excited to help communities all over Ohio create fun, safe, and inclusive outdoor recreation opportunities," said Governor DeWine. "These grants help local parks improve and upgrade their outdoor spaces for citizens of Ohio."

The grants, awarded as part of the NatureWorks program, will support 68 outdoor recreation projects in 62 counties. Projects include the development of playgrounds, natural playscapes, trails, restrooms, dog parks, baseball fields, basketball courts, tennis and pickleball courts, splash pads, and picnic shelters.

"These grants give us an opportunity to partner with local communities and invest in outdoor recreation across the Buckeye State," said Director Mertz. "We are always looking for ways to get families and friends to get out and enjoy the beautiful spaces that can be found right in their own neighborhoods."

DETAILS: List of 68 NatureWorks Grant Projects

NatureWorks grants provide up to 75% reimbursement assistance to local government subdivisions for the acquisition, development, and rehabilitation of recreational areas. Projects are funded through the Ohio Parks and Natural Resources Bond Issue, which was approved by Ohioans in November 1993. Additional legislation authorized the creation of the NatureWorks Grant Program.

Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

For the week ending November 10, 2022

Ohio Tax Credit Authority October 2022	\$152M+ New Payroll	3,104 New Jobs
3 Projects	8,216 Retained Jobs	\$4.7B+ Investments

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

On Monday, Governor Mike DeWine and Ohio Department of Natural Resources (ODNR) Director Mary Mertz awarded \$1.7 million in grants to support dozens of new outdoor recreation projects in local communities across the state.

"We are excited to help communities all over Ohio create fun, safe, and inclusive outdoor recreation opportunities," said Governor DeWine. "These grants help local parks improve and upgrade their outdoor spaces for citizens of Ohio."



On Tuesday, Governor DeWine and the Ohio Department of Education recognized National STEM and STEAM Day. The Governor applauds the innovative ways educators provide dynamic science, technology, engineering, the arts and humanities and mathematics instruction.

On Wednesday, Governor DeWine recognized World Adoption Day. In Ohio, thousands of children are living in out-of-home placement

settings every day. Adoption and foster care can provide a stable, loving home. Learn more by visiting fosterandadopt.jfs.ohio.gov

On Thursday, Governor DeWine and Ohio Department of Job and Family Services (ODJFS) Director Matt Damschroder announced two new services for veterans and military spouses on OhioMeansJobs.com.

Veterans registered on the website are now prompted to complete a brief questionnaire asking if they would like to receive one-on-one help with their job searches. In addition, the resumes of military spouses are now designated with a red and blue "S" to make them stand out to military-friendly employers - much like veterans' resumes that are flagged with a "V."

"We are proud that Ohio is home to the fifth-largest veteran population in the nation and we are always looking for ways to support our military members and their families," said Governor DeWine. "By offering individualized assistance to veterans and military spouses during their job search, we are creating another way to say 'thank you' to our servicemen

and women and continuing our commitment to making Ohio the most military-friendly state in the country."

Also on Thursday, Lt. Governor Jon Husted provided keynote remarks at the Ohio Chamber of Commerce's Impact Ohio Post General Election Conference in Columbus. The event offered an opportunity to hear directly from the leaders who will shape Ohio's policy and political agenda for the upcoming biennium.

Lastly on Thursday, Governor DeWine authorized the use of the State Disaster Relief Program (SDRP) to help several counties impacted by severe storms in February, May, June, and July of 2022.

The SDRP is a reimbursement program that can be used in instances where storm damage amounts do not meet the threshold for federal assistance. The program is intended to provide

OhioMeansJobs

100 (Chillicothe) / For Job Seekers / Build Your Career / Military Service

Military Service Career Center

JUST ANNOUNCED

Governor DeWine Announces New Employment Services for Veterans and Military Spouses



NOV. 16, 2022

PRESS RELEASE

Governor DeWine Authorizes Use of State Disaster Relief Program

supplemental state assistance to local governments and eligible non-profit organizations for costs associated with debris removal, emergency protective measures, and permanent work.



國稅局宣布全美招聘 700 多名新員工為納稅人提供面對面服務

IR-2022-197, 2022年11月9日

華府 — 美國國稅局繼近期為重要的客服代表崗招聘了 4,000 多人後，現在招聘 700 多名新員工，來幫助全美各地納稅人協助中心 (TAC) 的納稅人。

“為即將到來的報稅季提供更多的服務，是國稅局首當其衝的重要職責，”國稅局納稅人體驗官兼工資與投資部負責人 Ken Corbin 表示，“我們正致力於為 270 多個無需預約的站點派駐充足的員工，從而為納稅人提供其所需的、應享有的幫助。這將是十年來首次為我們無需預約的站點招聘到充足的員工。”

此次增員是國稅局大範圍改進工作的努力的一部分，通過 8 月獲批的《通貨膨脹削減法案》撥款得以實現，有關實施此具有里程碑意義的 10 年立法的更多更新，將很快提供給大家。

國稅局員工不僅為該機構服務，而且對國家的稅務管理來說也是至關重要，該部門徵收

了全國近 96% 的收入，用於資助幾乎所有的聯邦政府項目。我們所做的工作支持着全國最重要的舉措，從國土安全到國防，再到社會保障，以及諸如公園和森林、道路和橋樑、圖書館、博物館、學校等等計劃和項目。

針對這 700 多個職位，其中所需的技術崗位包括在國稅局納稅人協助中心辦事處提供面對面幫助的個人納稅人諮詢專家，以及負責迎接造訪納稅人協助中心的納稅人，並確認其需求的初始援助代表。

這些重要職位具有極具競爭力的薪酬和福利，包括在職培訓、晉陞機會、健康和人壽保險以及聯邦退休。

國稅局還提供豐富的工作地點選擇，11 個帶薪假期、13 個假日和病假，來幫助員工平衡事業和家庭。其它平衡工作與生活的項目還包括靈活的工作時間表、育兒補貼項目、員工援助項目、健康服務和帶薪產假/陪產假。

除了面對面的代表和電話專員外，國稅局還致力於在整個機構招聘更多員工，不僅是納稅人服務領域，還包括信息技術與執行崗位，所有一切都是以改善國稅局的工作為目標。

美國國稅局是一個機會均等的雇主，雇用來自不同背景、有才華和敬業的個人。國稅局鼓勵那些正在尋找新機會或剛剛步入職場的人考慮加入。

所有員工必須是美國公民，通過 FBI 指紋確認以及稅務合規驗證。不需要聯邦工作經驗。申請人已有工作經驗可以是在公共部門、私營企業或志願服務。

國稅局鼓勵申請人參加即將舉行的國稅

局職業信息會議，以瞭解更多信息，包括有關職位和要求、如何申請以及從事聯邦工作的福利。

在此處註冊 (英文) 參加東部時間 11 月 17 日下午 1 點的招聘信息會議。

要瞭解有關這些職位的更多信息，請訪問 USA Jobs (英文)。要瞭解國稅局的其它空缺職位，請訪問國稅局招聘頁面 (英文)。此外，請在 LinkedIn (英文) 和 Twitter @RecruitmentIRS (英文) 上關注國稅局。

★ 國稅局招聘活動 (英文)

★ 查找國稅局工作 (英文)

★ 國稅局職業 (英文)

★ 國稅局地方辦事處 (英文)



九百萬人錯過擴大的稅收福利，但仍有時間申領

新冠疫情稅務提示 2022-166

超過 900 萬人可能有資格獲得稅收福利，但他們沒有通過提交 2021 年的聯邦所得稅表來申領。其中許多人可能有資格申領部分或全部 2021 年的紓困金退稅額、子女稅優惠、收入所得稅抵免和其它稅收優惠與抵免。根據去年的《美國救援計劃法案》和其它最近的立法，這些和其他稅收福利都得到了擴大。

獲得有價值的福利的唯一方法是提交 2021 年的稅表。

通常，人們可以獲得這些擴大的稅收福利 (英文)，即使他們從工作、企業或其他來源獲得了很少的收入或沒有收入。這意味着許多通常不需要報稅的人應該為 2021 年報稅，即使他們近幾年來都不需要報稅。

符合條件的人即使沒有收到信件也可以提交稅表。在 2022 年 4 月的正常報稅截止日之後提交的稅表上申領的退稅，不會受到罰款。

擴大的稅收福利包括：

★ 擴大的子女稅優惠。即使家庭在 2021 年下半年收到了每月的預付款，也可以申請此優惠。每個孩子的總優惠額最高可達 3,600 美元。

★ 更慷慨的收入所得稅抵免。法律提高了無子女的員工的收入所得稅抵免。還有一些變化可以幫助到有子女的中低收入家庭。對於無符合條件的子女的員工，該抵免額最高可達 1,502 美元，有一個子女的話可達 3,618 美元，有兩個子女的話可達 5,980 美元，有至少三個子女的話可達 6,728 美元。

★ 紓困金退稅額。那些錯過去年第三輪經濟影響補助金的人可能有資格申請紓困金退稅額。紓困金退稅額通常被稱為刺激計劃補助金，可以幫助到沒有收到全額的第三輪補助金的符合條件的人，包括那些在 2021 年迎來孩子的人。每位符合條件的成年人的最高可獲得 1,400 美元，每位符合條件的子女或成年被撫養人最高可獲得 1,400 美元。

★ 增加的兒童及被撫養人看護費用優惠 (英文)。

家庭如果有支付看護孩子或被撫養人的費用，以便可以工作或尋找工作，如果家中有一個符合條件的人，可獲得價值高達 4,000 美元的稅收優惠，如果有兩個或更多符合條件的人，則可獲得高達 8,000 美元的稅收優惠。

★ 慈善捐贈扣除。大多數採用標準扣除的報稅人，可以扣除他們在 2021 年的符合條件的現金捐贈。已婚聯合報稅的夫婦，最多可以扣除 600 美元的現金捐款，個人最多可以扣除 300 美元的捐款。此外，有大額現金捐贈的採用逐項扣除的報稅人，通常有資格在 2021 年進行全額扣除。

免費報稅軟件開放至 11 月 17 日

為了幫助人們申請這些福利，免費報稅軟件今年將額外多開放一個月，直到 2022 年 11

月 17 日。收入不超過 73,000 美元的人可以使用品牌軟件免費以電子方式提交稅表。

人們還可以訪問 ChildTaxCredit.gov (英文) 來提交 2021 年的所得稅申報表。收入低於 12,500 美元的個人和收入低於 25,000 美元的夫婦，或可提交一份簡單的稅表來申領 2021 年的紓困金退稅額和子女稅優惠。

更多信息

收入所得稅抵免助手

我的孩子/被撫養人符合子女稅優惠或其他被撫養人的稅務優惠的條件嗎? (英文)

我有資格申領兒童及被撫養人看護費用優惠嗎? (英文)

訂閱美國國稅局稅務提示 (英文)



納稅人須知：國稅局會如何與您溝通

國稅局稅務提示 2022-173

面對為竊取個人信息而冒充國稅局的詐騙分子，納稅人的第一道防線，就是知識。以下是有關國稅局如何與納稅人溝通的一些事實：

★ 國稅局通常不會通過電子郵件與納稅人取得聯繫。不要回復自稱來自國稅局的人的電子郵件，因為這個國稅局電子郵件地址可能是偽造或仿冒的。來自國稅局工作人員的電子郵件是以 IRS.gov 結尾的。

★ 國稅局不會發送短信或通過社交媒體進行聯繫。欺詐者會在社交媒體上冒充合法的

政府機構與官員，並試圖與納稅人取得聯繫。

★ 當國稅局需要聯繫納稅人時，第一次聯繫通常是通過美國郵局寄發信件。債務減免公司會通過郵件發送未經請求的稅債減免提案。欺詐者通常會聲稱他們已經通過美國郵件通知了納稅人。

★ 根據情況而定，國稅局工作人員可能會首先致電或拜訪納稅人。在某些情況下，國稅局會提前向納稅人發送信件或書面通知，但也有例外。納稅人可以通過訪問瞭解您的國稅局通知或信件來蒐尋國稅局通知。但是，並非所有國稅局通知都可在該網站上蒐尋，僅僅因為有人

在電子郵件、電話、短信或社交媒體中提到了國稅局通知，並不意味着該請求就是合法的。

★ 國稅局稅案調查員或稅務合規官員可能在郵寄出通知後致電納稅人或稅務專業人士，來確認預約或討論安排審計的事項。國稅局鼓勵納稅人查看《如何知道確實是國稅局的來電或造訪》(英文)。

★ 私人收債公司可能致電納稅人來徵收某些未清償的非活躍的稅債，但只能是在在納稅人及其代表收到書面通知後。不應將私人收債公司與債務減免公司混淆，債務減免公司會打電話、通過美國郵件發送留置權通知、或通過電子郵件向納稅人發送債務減免提案。納稅人應聯繫國稅局來正確提交拖欠的稅款。

★ 國稅局收稅專員和稅案調查員經常會在未事先通知的情況下訪問納稅人的住所或營業地點，討論所欠稅款、拖欠的稅表或企業遲交的工資稅存款。國稅局收稅專員將要求納稅人支付所欠稅款。但是，納稅人應記住，您絕不會被要求向美國財政部以外的機構付款。

★ 當國稅局人員來訪時，納稅人應要求其提供證件。國稅局代表可以提供兩種形式的官方憑證：便攜式派遣證和個人身份驗證憑證

更多信息：

安全支付稅款的選項

消費者警示

報告網絡釣魚和在線詐騙

電話詐騙 (英文)

訂閱國稅局稅務提示 (英文)

國稅局提醒納稅人免費報稅軟件一直開放至 11 月 17 日

華府 — 美國國稅局今天提醒那些仍需要提交 2021 年稅表的人，國稅局免費報稅軟件將一直開放到 11 月 17 日，可以幫助到那些有資格申請子女稅優惠、紓困金退稅額或收入所得稅抵免的人。

根據去年的《美國救援計劃法案》和最近其他的立法，這些以及另外一些稅收優惠得到了擴大。但是，獲得這些有價值的福利的唯一方法是提交 2021 年的稅表。

上個月，國稅局向超過 900 萬個人和家庭發送了信件，這些個人和家庭或有資格獲得各種關鍵的稅收福利，但尚未通過提交 2021 年聯邦所得稅表來申領這些福利。

這其中許多人可能有資格申請部分或全部的 2021 年紓困金退稅額、子女稅優惠、收入所得稅抵免和其它稅收優惠，具體取決於他們的個人和家庭情況。這封信以英語和西班牙語印刷，對這三類優惠抵免分別進行了簡要概述。

通常，個人和家庭可以獲得這些擴大的

稅收福利 (英文)，即使他們從工作、企業或其它來源獲得的收入很少或沒有收入。也就是說，許多通常不需要報稅的人今年應該報稅，即使他們近年來沒有被要求報稅。

在 2022 年 4 月的常規報稅截止日之後提交的稅表上申領退稅不會受到處罰。獲得退稅的最快和最簡單的方法是通過電子方式提交準確的稅表並選擇輕轉帳直接存款。

為了幫助人們免費申請這些福利，國稅局免費報稅軟件今年將持續開放至 2022 年 11 月 17 日。該服務僅在 IRS.gov/FreeFile 上提供，收入不超過 73,000 美元的民衆可以通過國稅局免費報稅軟件使用品牌軟件產品來免費在線報稅。

國稅局免費報稅軟件由免費報稅軟件聯盟贊助，這是國稅局與稅務軟件行業之間的合作夥伴關係，這種公私合作夥伴關係提供了品牌產品供大家免費使用。

國稅局免費報稅軟件為納稅人提供了兩種免費在線準備和提交 2021 年聯邦所得稅

表的方式：

國稅局合作夥伴網站。傳統的國稅局免費報稅軟件在國稅局合作夥伴網站上提供免費的在線報稅選項。調整後總收入 (AGI) 不超過 73,000 美元的個人納稅人有資格使用任何國稅局免費報稅合作夥伴提供的產品。免費報稅軟件讓個人可以在指導的報稅過程中以電子方式在線準備和提交聯邦所得稅表。

免費報稅可填寫式表格。調整後總收入 (AGI) 大於 73,000 美元的納稅人，可以使用免費報稅可填寫式表格 (英文) 選項。它提供了可以免費在線填寫和提交的電子聯邦稅表。要使用此選項，納稅人應該知道如何準備自己的稅表。

從國稅局官網 IRS.gov 開始：

★ 在主頁上，選擇免費報稅。

★ 使用國稅局免費報稅軟件查找工具 (英文)

縮小供應者列表或使用瀏覽所有產品 (英文)

頁面查看供應商的完整列表。

★ 點擊所選國稅局免費報稅軟件供應商網站

的鏈接。

前兩個納稅年度的稅表，只能通過註冊代報稅人 (英文) 以電子方式提交。否則，納稅人則必須打印、簽名並郵寄之前年度的稅表。

國稅局具有證書和精選資質的聯邦稅表代報稅人名錄 (英文) 提供了地方合格的代報稅人名單。

**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、物理、調理、治療各種痛症、(但不用化學藥、不動手術、因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關所賠必要的診療報告。可以為您找當地好的律師。

趙文學 醫生
中醫針灸師
西醫脊柱神經科
傷痛症專科

治療車禍工傷
病痛，提供法
律索賠報告

電話: 216-581-0321
地址: Able Chiropractic Clinic
(Maple Town Shopping Center)
15751 Broadway Ave., Maple Hts, OH 44137

張濤註冊會計師 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.tzhcpas.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

熊貓快餐華人老板 50 年累積 35 億身價:感謝美國

美國中式速食龍頭「熊貓快餐」(Panda Express)創辦人程正昌談起打拚 50 年,創造數十億美元的餐飲王國,源于服務顧客的渴望,「要感謝老天,感謝美國」。

74 歲程正昌與妻子蔣佩琪(Andrew & Peggy Cherng)50 年前隨家人赴美開創事業,在洛杉磯近郊市鎮巴沙迪納(Pasadena)經營中式料理「聚豐園餐廳」(Panda Inn)。

一路打拚至今,程正昌打造全美最大的中式連鎖速食,全球版圖擴及墨西哥、關島、波多黎各、加拿大、韓國與杜拜。根據福布斯(Forbes)網站,兩人資產淨值達 35 億美元。

程正昌今天在柔似蜜市(Rosemead)的總部接待洛杉磯台商會參訪團,與台灣同鄉座談一小時,會後接受中央社訪問。

程正昌回顧 1973 年,父親帶著過去在圓山飯店當主廚的手藝,到美國創業開餐廳,一開始只帶了 2 萬美元。開店幾乎是從零開始,但他說:「我很有信心,因為我爸爸的手藝跟周圍的中餐比起來,實在好太多。」

程正昌坦言,走過這一段艱苦的創業之路,是他日後成就的重要「祝福」。當時餐廳大大小小的事他都要包辦,一天工作 12 小時,每周上班 7 天,「我們只是想把這間店開起來」。

他說,正是走過這從無到有的過程,使他一

直抱持著一種服務顧客的熱忱,凡事都想著「哪里可以多做一點」,他比喻「巴不得把心都挖出來給客人」的服務態度。

他回憶創業初期,曾有一天整個晚上都沒客人,媽媽遵循過去全家曾住過日本的風俗,拿了一把鹽到店門口去撒,希望去除壞運氣。他記得,媽媽撒鹽不久之後,終於來了一對客人,「我到現在都記得他們的樣子」。

程正昌說,這種想要服務顧客的迫切感,讓他經營餐廳時時想著「什麼地方可以多做一點,是不是可以更周到一點,是不是可以更合理一點」。

例如早午餐大排長龍,他為了不讓客人久等,留住顧客,努力做好各個細節與流程,被人稱讚「全世界翻桌最快的餐廳」。他驕傲說,客



人用餐完畢,起身還沒走到餐廳門口,那張桌子就已經整理好了,可以接待下一組客人。

熊貓快餐總部內,掛著中文字「孝順」當作精神標語,但英文解釋卻與傳統上有些不同,這裡的孝順擴大解釋為「給予別人真正需要的東西,而非你自以為他們需要的」,說明熊貓的待客之道,重視傾聽。

經營傢俱燈飾業、從程正昌只有一間餐廳的時候就與他相識的台商會名譽會長葉協豐表示,程正昌白手起家,體會過創業的辛苦,能夠用這樣的同理心對待自己的員工、對待事業上的合作夥伴與身邊的朋友,這也是他成功的地方。

聚豐園餐廳經營有成大約 10 年後,程正昌 1983 年在購物中心開設了第一間的熊貓快餐

(Panda Express),成為了這個中式速食龍頭的起點。

程正昌說,除了認真、負責,一點一滴做好眼前的工作之外,他當時抱著展店的抱負,目的是為了照顧更多人。熊貓快餐的總部經常可見中英標語寫著「人事」(people first),意思是把「人」放在「事」之前,創造尊重員工的職場。

程正昌說,隨著事業發展,人的眼界會不一樣,當他餐廳一步步經營有成,他開始上課學習,想繼續往上爬,做更多事情。他對員工也是一樣期待,提昇員工待遇,設下讓店經理能買房子的目標,「因為擁有房子之後眼界就不一樣,能開始照顧家庭、照顧身邊的人」。

從一間小餐廳一直到立足遍及全美的餐飲集團,程正昌說,拉大時間來看,熊貓看起來一帆風順,但其實每一天都有困難與挑戰,最重要的是建立解決問題的文化,「從今天的問題看到將來的問題怎麼解決」。

程正昌童年在台灣成長,這樣的背景對他日後事業有什麼幫助?他向中央社記者表示,台灣文化中,的確存在一種為別人服務的精神,這是世界有名的,這樣的態度拿到美國很有用,特別是在餐飲業。在台灣餐飲、服務業「利潤相對較薄」的情況下,他鼓勵台灣的業者,多到美國市場試試,美國市場會很歡迎。

中國留學生涉嫌作弊被哈佛退學

根據哈佛本月發佈的一份報告,在 2020-2021 學年期間,有 27 名哈佛本科生因學術誠信問題而被迫退學,這創下了六年來的新高……

哈佛校方報告哈佛在上一個學年共審理了 138 起學術誠信的舉報。經過調查之後,其中大部分學生被證實存在學術誠信問題。這是自 2015 年以來,案件數量和退學人數最多的一年。根據報告,被迫退學的 27 名本科生必須在全職、有償、非學術環境工作至少六個月後才能重新申請進入哈佛。而是否能夠回到哈佛,校方並沒有相關承諾。學生被退學的時間通常在兩到四個學期之間。

根據我們的獨家內部消息,此次被勒令退學的 27 位學生中包括中國留學生以及華裔學生。120 多個學生在涉及科學和工程相關的課程中作弊,理工科是絕對的重災區。人文社科類的課程作弊案例只佔所有案件的 10% 左右。哈佛的情況並非個案,斯坦福同樣在上一學年見到了作弊學生人數的飆升。一共有 296 位斯坦福學生違反了相關的學術誠信規定。這比一年

前的數據高出了 50%。

斯坦福校方報告在常春藤名校賓夕法尼亞大學,作弊事件同樣在去年飆升到了 465 例。而在今年回歸線下之後,作弊案例回落到了「正常水平」,共計 265 例。

小 A 是某 Top30 公立大學的學生,他在上學期的物理期末考試中被教授指控「作弊」。原因是教授規定的「開卷考」只能使用教科書和筆記。然而,班上有大約 30% 的學生使用了搜索軟件以及 Chegg 去查詢答案。這導致了很多人一些題目的答案與標準答案非常相似。

教授把所有這些可疑的答案全部都 report 給了學術誠信委員會。儘管小 A 極力否認,但是教授並不打算善罷甘休。最後,很多課上的人都拿了 F。

「粗心」變「作弊」

小 B 是某 Top20 私立大學的學生,他在一節經濟考試中沒有看清楚考試要求。教授要求

學生在三天內下載考試然後完成。教授明確說明瞭一旦學生下載考試,就意味着考試開始,必須在兩小時內完成並上傳答案。

然而,小 B 怕自己忘記考試,於是在睡覺前把考卷下載到了自己的電腦上(教授能夠清楚看到小 B 下載考試的時間)。在他醒來之後,也就是 8 小時之後,他完成了考試並且上傳。隨後,教授和 TA 指控他涉嫌作弊,他們懷疑小 B 是提前下載卷子並且偷看了題目,這才導致他用了 10 個小時「完成考試」。

「合作」不等於「照抄」

小 C 是某 Top30 私立大學的學生。她在一節國際關係課的作業上栽了跟頭。教授表示學生可以合作並且討論作業。所以,她就和兩位中國學生一起完成了作業。三個學生提交了一模一樣的答案。

然後,教授把這三人直接 report 給了學校,指控他們互相抄襲,違反學術誠信。教授說學生

可以討論作業,但不代表著可以偷懶並且完全抄襲別人的答案。最終,她因此被學校開除,必須重新申請大學。

如何規避類似情況?

以上案例證明瞭作弊現象在名校學生中同樣非常普遍。他們往往承受著更大的壓力去拿到最好的成績。這更是為所有留學生敲響了警鐘。

首先,留學生不能夠抱有僥倖心理。美國大學對於學術誠信的要求都非常嚴格,千萬不要鋌而走險!

其次,一定要看清楚考試和作業的要求。如果有不明白的地方,一定要及時向教授或者 TA 詢問。因為,現在很多課都是線上遠程考試,學生反而更容易「犯錯」。

當然,如果你遇到了學術誠信的指控,一定要及時和教授和校方溝通,儘快把問題解決。美國大學一般都會給予學生申訴的機會。

總之,學術誠信是一條絕對不能碰的紅線!大家一定要引以為戒!

顏寧宣布離美回國任職引熱議 父親講述歸國細節



11 月 1 日,在「2022 深圳全球創新人才論壇」上,著名結構生物學家、美國國家科學院外籍院士顏寧宣佈,將從普林斯頓大學辭職,加盟深圳醫學科學院。顏寧「二次回國」的消息一經公佈,便迅速成爲熱搜。

「一年之前就徵求過我們意見,我和她媽媽全力支持。」11 月 2 日,顏寧父親顏景君接受齊魯晚報·齊魯壹點記者專訪,講述了顏寧「二次回國」相關細節,以及顏寧與家鄉的深厚情感。

「之前就徵求過我們意見我和她媽媽全力支持」

11 月 1 日,在「2022 深圳全球創新人才論壇」上,山東濟南章丘籍生物科學家顏寧宣佈,將從普林斯頓大學辭職,加盟深圳醫學科學院。

2017 年 5 月,顏寧接受母校普林斯頓大學邀請,受聘分子生物學系雪莉·蒂爾曼終身講席教授,同年 11 月,她在普林斯頓大學的實驗室正式開始運行。

顏寧在 1 日的演講中表示,她已經向普林斯頓大學遞交了辭職申請,爲實驗室的現有成員做了妥善的安排,在不久的將來就會全職回國。顏寧還現場招兵買馬,在 PPT 中放出了人才招聘郵箱。

談及回國初衷,顏寧演講中提到,她已經走過了吸納、證明的人生前兩個階段,「來到人生的第三階段,輸出」。

「想把自己的所學所感傳遞、幫助、扶持更

多人,去搭建一個平台,去支持更多優秀的學者,應對人類健康挑戰,發掘、挑戰生物醫學難題,做出原創突破,回饋社會。」顏寧說,「正當此時,深圳向我伸出了橄欖枝,簡直是一拍即合!於是,我麻溜地向普林斯頓大學遞交了辭職申請……」

「之前,她就徵求過我們的意見,我跟她媽媽都全力支持!」談及女兒回家一事,11 月 2 日,顏寧父親顏景君在接受記者採訪時表示,顏寧回國此事其實運作已久,「不過,就像當初她出國一樣,她都徵求過我們的意見」。

「困擾了世界上結構生物學家 50 年的課題,顏寧和她的團隊只花了不到六個月的時間就破解了。」「她這段時間很忙,除了工作,其他都顧不上!」……雖然對女兒的具體科研工作所知甚少,但顏景君對於自己女兒卻保持着時刻關注——女兒科研成果、科研榮譽的相關報道,他一篇不落都看過。

「咱不是自己夸自己的孩子,作爲山東章丘人,不論她走到哪里,家鄉情懷始終在她心裏面扎了根」。在顏景君看來,女兒「二次回國」並不意外,「不論是在美國還是回祖國,她都是爲了祖國乃至世界生物科學事業的發展」。

「希望她把身體照顧好爲祖國多做些貢獻!」

根據公開報道,顏寧現年 45 歲,2000 年本科畢業於清華大學生物科學與技術系,此後赴美國普林斯頓大學讀博,師從施一公,2004 年獲博士學位,後留在該係從事博士後研究。2007 年 10 月,不滿 30 歲的顏寧回到母校清華大學,組建實驗室,成爲清華大學醫學院當時最年輕的教授和博士生導師。

2017 年 5 月,顏寧又接受母校普林斯頓大學邀請,受聘分子生物學系雪莉·蒂爾曼終身講席教授,2019 年當選美國國家科學院外籍院士。2021 年當選美國藝術與科學院外籍院士。在普林斯頓大學官網,顏寧目前仍還是分子生物學系雪莉·蒂爾曼終身講席教授。

據悉,顏寧主要從事與疾病相關的重要膜轉運蛋白、電壓門控離子通道的結構與工作機理及膜蛋白調控膽固醇代謝通路的分子機制方面的研究,帶領研究團隊取得了一系列具有里程碑意義的科研成果。

在全世界範圍內首次解析了人源葡萄糖轉運蛋白 GLUT1 的三維晶體結構,被譽爲「攻克了 50 年不解難題」。2009 年以來,以通訊作者身份在國際最有影響力的頂級學術期刊《自然》《科學》《細胞》上發表了 19 篇論文,其中兩篇被《科學》「年度十大進展」引用。

獲評「中國科學之星」「影響中國 2017 年度科學人物」、美國霍華德休斯醫學研究所首屆「國際青年科學家」。

「她是個很自律的孩子,求知慾很強,我們做家長的沒起太大作用。」提及女兒的求學成長經歷以及科研成果,顏寧君坦言自己並沒有任何竅門,「就是填報志願時,我跟我媽媽商量之後,建議她學習生物醫學」。

「現在就是希望她把身體照顧好,爲祖國多做些貢獻!」雖然自己年近七十,但作爲父親,顏景君最放心不下孩子的起居生活。

將通過合適的合作方式爲家鄉盡一份力量

「很多人說我是萊蕪人,如果說出生地的話,我是章丘人。」早在 2019 年 9 月,顏寧在給章丘四中學生們作演講報告時,曾這樣說道。

1977 年,顏寧出生在濟南章丘一個歷史文化厚重的國家級傳統村落——普集博平村。6 歲的時候,顏寧隨着父母搬遷到北京。儘管自此在北京定居,但顏寧在內心卻早已烙下「自己是章丘人」的觀念。

「她章丘話說得特別溜,對章丘歷史更是熟悉。」顏景君說,近年來,自己每年都會帶着顏寧回家鄉看一看,「這孩子特別喜歡章丘泉水。百脈泉、墨泉的泉水咋來的?去哪了?她都盤根問底弄個明白。」

顏寧與家鄉的互動遠不止于此。近年來,趁自己返鄉的空閑時刻,顏寧都會爲家鄉孩子、科

研機構作報告,扶持章丘科研教育事業的進步發展。「爲家鄉學校的孩子捐贈書籍,更是經常的事兒。」顏景君說。

得知顏寧回國的消息後,章丘區也沒有「閒着」。1 日晚 11 點,顏景君就收到了章丘區區長邊祥爲的一份歡迎信,希望顏景君能將此信轉至顏寧。

「家鄉人一直還掛記着顏寧,感謝家鄉人的關注。」看到這份歡迎信,顏景君十分感動。

歡迎信中這樣寫道,「尊敬的顏寧教授:欣聞您即將回國,參與創建深圳醫學科學院,致力於我國醫學科學事業的創新和探索。我們爲您濃濃的愛國情懷而感動,也對您執着于更好地促進我國醫學科學發展而敬佩。在此,章丘區委、區政府向他表示熱烈的歡迎和誠摯的敬意!」

信中還提到,「希望您繼續關心支持家鄉的發展,爲章丘多提寶貴意見,邀請您常回家鄉走一走、看一看,尋找鄉愁,放鬆心情」。

「你看,她回信了!」微信轉發給女兒沒多久,顏景君便收到了回復。

「希望以後深圳醫學院也有機會通過合適的合作方式,爲家鄉的科技經濟發展和人才培養盡一份力量。」顏寧在回復中這樣說道。

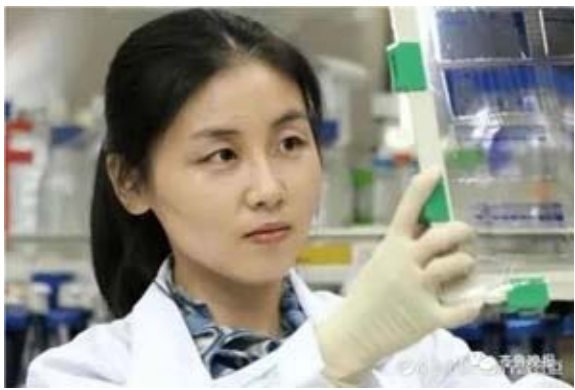
顏寧發文回應離美歸國「行勝於言」,請再給我們一些時間

11 月 2 日,顏寧 @nyouyou 在微博平台發文對此進行回應。

顏寧在回應中表示,現在正是最忙碌的時候,「我們清華一直講究「行勝於言」,請再給我們一些時間。」

顏寧稱,關於接受深圳邀請,創建 SMART 的初心,她在十分鐘的演講里開篇就已經說過了,「捫心自問,我今日取得了一些成就,並不見得是因爲我更聰明、更勤奮,在很大的程度上是因爲過去二十幾年我很幸運。」

此外,顏寧還稱,SMART 正處於創建之始,除了科研人員以外,還有各種崗位在招聘。



海外華人研討會 第4代亞裔移民嘆:永遠不能成為美國人?



舊金山州立大學亞裔研究系教授張華耀認為,「這是一個集體種族創傷的時期」。(記者張曼琳/攝影)

亞裔研究中心(Asian American Research Center)、柏克萊加大亞裔和僑民研究計劃(AAADS)、洛杉磯加大亞太中心(Asia Pacific Center)與中國暨南大學(Jinan University)聯合主辦的第30屆世界海外華人研究學會(ISSCO)研討會,11日在舊金山日本城舉行,會期兩天。

研討會由前加州公共教育局副總監及民權領袖謝國器(Henry Der)擔任主持,被美國「時代」雜誌列入2021年度全球最具影響力的百大名人、停止仇視亞裔(Stop AAPI Hate)的兩位創始人張華耀(Russell Jeung)和崔貞文(Cynthia Choi)11日擔任主講人,兩人探討近年來針對亞裔仇恨的興起及其根源,公眾應如何採

取行動防止仇恨和歧視。當張華耀在講演中提到,一位經歷歧視的71歲第四代亞裔移民感嘆「永遠不能成為美國人」時,聽眾發出一陣唏噓;張華耀還說,「歷史上亞裔曾被認為是疾病的攜帶者,」他希望,這樣的種族主義和排外政策,終有一天會消失。

舊金山州立大學亞裔研究系教授張華耀在疫情初期仇亞浪潮興起時,推動創立「停止仇視亞裔」組織。作為11日首位嘉賓發言,他表示,多數歐美國家,包括澳洲、加拿大、英國「普遍存在對黃禍(Yellow Peril)的恐懼」。他認為,首先我們必須瞭解,像這樣的跨國傳播刻板印象和特定國家的民族主義勢力是如何形成,以及這種政治修辭如何造成政策影響,才能明白種族主義是如何影響到華埠社區和社區的每個人。

張華耀表示,作為相關領域的研究者,他深刻瞭解到,「無論是什麼樣的疾病來自亞洲,亞裔都會因此受到指責,歷史上亞裔就被認為是疾病的攜帶者。」此次也不例外,新冠疫情在中國武漢的爆發,之後蔓延到美國,是導致兩年來仇視亞裔風潮的根源,亞裔社區因此面臨暴力的人際關係,以及種族主義政策。

在查閱「停止仇視亞裔」收集到的數據和報告後,張華耀對種族主義仇視的廣泛性感到非常震驚。他舉了三個亞裔長者遭受歧視真實事例。其中之一,有監控拍到67歲生活在舊金山的亞裔長者在街頭行走時,被一名白人男

子用手肘擊打背部,隨後還發生口頭攻擊,白人男性用污穢的語言,讓亞裔長者「閉嘴,回中國去」,並聲稱,是亞裔「把中國病毒帶到了這裡」。



第30屆世界海外華人研究學會研討會11日在舊金山日本城Kabuki酒店舉行。(記者張曼琳/攝影)

另一例子:生活在聖路易-奧比斯堡(San Luis Obispo)的71歲第四代亞裔,在超市排隊買東西時,被一名顧客無緣無故地大喊大叫。這位長者說,「我們保持了6英尺距離(向我吼叫)主要因為我是中國人。」他在報告中寫道:「我的家人自1860年代以來一直在聖路易-奧比斯堡生活,到我這兒是第四代了,但我想我永遠不會成為美國人。」

一位70歲生活在加州貝克斯菲爾德(Bakersfield)的亞裔長者表示,他在購物時被一個孩子抓住胳膊,孩子跟他說「滾回你的國家!」這孩子還說,他的父親去世了,就是因為亞裔;當時孩子的媽媽走過來,把手放在長者胳膊上,但她並未試圖阻止她的孩子。這位長者表示,在貝克斯菲爾德偶爾會有一些無知的人嘲笑他的口音和長相,「但這次遭遇是我在美國最可怕和最悲傷的一次經歷。」

張華耀認為,多位長者談到的「恐懼和抑鬱」,實際上是「種族創傷」。他還表示,「這是一個集體種族創傷的時期」。在他進行一項研究中,有五分之一的受訪者表現出的種族創傷,具有三個或更多的長期症狀,如焦慮、抑鬱、恐懼、高度警惕和避免某些地方,更有居住在華埠的長者,至今因暴力不敢外出,與社區脫節。

根據張華耀的調查,五分之一的亞裔,在去年經歷過種族主義歧視或仇恨,這類似於二戰時期對日裔社區的監禁。他強調:「不是說情況完全相同,而是說會產生同樣的代際影響。」他認為目前在心理健康上的影響最大,並很有可能會代代相傳。

張華耀表示,南亞人、東南亞人和太平洋島民比東亞人更容易遭受種族主義。他認為,很多亞裔因為疫情導致精神疾病和失業,「但比起殺死上百萬人的新冠病毒,亞裔最害怕的還是種族歧視。」

去美國陪讀的中產媽媽:砸錢 抱團 教育豪賭

近幾年,陪年幼的孩子去國外讀書的媽媽們越來越多。當「砸錢雞娃」已經成為日常,陪讀媽媽們才發現,有更多問題等着自己。

選學校,更是選常住地

Faye的老公是外國人,她的兩個孩子先後從4歲起就在上海就讀最好的外籍子女學校。由於外籍子女學校的課程設置、上課氛圍都和美國完全一樣,Faye本來打算讓兩個孩子在國內念完12年級再考美國的大學,對孩子們來說,也並不會存在什麼文化衝擊。

但疫情改變了她的想法。以前,外籍子女學校的教師每年都大規模地流動,但自2020年起,離開學校的外教越來越少,卻很少有新的外籍師資補充進來,Faye一直考慮提前讓兩個孩子出國讀書。

上海今年春天的疫情過後,Faye加快了這個決定。對常年做國際貿易的夫妻兩人來說,搬家只是裝兩個箱子就能走的事,重要的是孩子的申請,學校直接影響着他們的常住地。

和大多數國內的媽媽不同,教育資源的優劣似乎並不在Faye考慮的首選項里。她評估了自己的三個備選地:

加州:陽光充足,但水很幹,那里的人也很忙碌,她不喜歡。紐約:學校好,教育成本低,貿易資源多,文化生活豐富,可以備選。佛羅里達:教育質量一般,親戚多,稅少,太陽好,又不乾燥,每天下午會下一場大雨,「像被上帝親吻過的地方」,適宜長住。

不過最終讓Faye決定搬到佛羅里達的重要原因是:「不想卷了」,暫時也不想讓孩子體驗那樣的日常。她回想了自己40多年的生活,一直都停不下來。等孩子們上了大學,自然會過上快節奏的日子,所以在中學這幾年,她更希望自己的孩子可以享受世界,多感受佛州的鄉下生活。

6月份,上海解封。Faye賣了上海的房子,7月末就和一家人去了美國。

教育成本不升反降??

「Work hard, play hard。」這個被國內中產奉為金句的傳統,也一直流淌在美國藤校學生的基因里。雖然心里想着「不卷了」,但從國內去讀書的小孩,其實更要付出加倍的努力,才能看起來跟得上美國同學們「Work hard, play harder」的節奏。

這對Faye家的兩個孩子沒太大問題,畢竟她的小兒子在國內時就有日常的游泳課、籃球課的訓練。

到美國後,剛開學的一個多月,Faye的小兒子就被選進了游泳校隊。每周六天,每天要跟隨校隊訓練兩個小時,早上6點開始。除此以外,學校每周還有兩天單獨對學生運動員進行力量訓練。

Faye早6:30送孩子上學

美國大學申請十分看重學生是否有一門出色的運動項目,初高中的學生運動員就已經在為大學做準備了,這些小孩要非常自律,才能保證學習和運動兩不耽誤。

Faye認為,這是對孩子非常重要的培養,能做到的話以後無論做學術研究還是做商業,都不會有什麼問題。她的兒子也因為愛運動、性格又開朗,很快成了學校里的「紅人」。

令Faye驚喜的是,她發現孩子的教育成本竟然和國內相比沒什麼差別,體育投資更是相差甚遠。在上海,光是體育培養上的支出一個月就要近一萬塊錢,而在美國,一個月不超過500美金。

另一位陪讀媽媽,曾是大學老師的欣欣,在2017年放棄了體制內的穩定工作,陪着當時上六年級的小女兒去了美國洛杉磯。

欣欣的大女兒曾在北京上學,先後在人大附中、北大附中唸書,申請到了藤校讀大學。欣欣反思,大女兒是被自己推着,走了一路「特別卷的人生」。她不希望小女兒再經歷一遍,所以打算給孩子換種教育模式。

雖然想得不錯,但她們去了美國後,被當地學生豐富的課餘生活擊中了。好在欣欣的小女兒在國內學過彈鋼琴,欣欣就為她找了西海岸最好的鋼琴老師,每天放學回家後要練琴三小時,還要抽時間去補習英文。

全職陪讀,兼職讀書

大多數陪孩子去美國唸書的媽媽們,都會經歷從被依賴到依賴孩子的角色轉換。為了儘可能地避免這樣的落差,欣欣巧妙地找到了另外一種模式。

欣欣大學期間學習的是工科,畢業後在大學當老師,教市場營銷。她年輕的時候也想留學,只是一直沒有機會,反而是這次陪讀讓她能重新體驗當學生的感覺。在陪女兒讀書的過程中,她申請了大學的課程,社會學、文學、藝術史她都去讀,如今還在選修素描和油畫。

所以,每天晚上女兒唸書的時候,她會在旁邊做自己的功課。這是她無聲地督促孩子上進的小心思。「媽媽都這麼大年紀了,都還在努力學習。」

Faye的工作性質決定了她對美國文化的瞭解

欣欣的第一周,欣欣已經打理好了一切,租了一間不錯的辦公室,還給周邊鄰居送去了自己做的糕點。

但欣欣不是,在國內,欣欣家有保姆,自己什麼都不用操心,可剛到美國的時候,她對這里的一切都不熟悉,語言不通,沒有朋友,買個東西都很困難。孤獨、無助、崩潰,欣欣都體驗過。有一次,她帶女兒去郊區參加鋼琴比賽,地圖顯示40分鐘的車程,她不放,提前三個小時就出門了,導航她看不懂,繞了一大圈,母女倆直到比賽開始前十分鐘才到場地。晚上比賽完,欣欣又硬著頭皮把車開上高速,旁邊的車流飛快,燈光又暗,咬着牙開完了這40分鐘的路。

回家後,一種無力感油然而生,前三個月,欣欣每天都在這樣的情緒中度過。直到五六個月後,她感覺自己度過了最難的階段。到現在,欣欣已經能獨自從容地處理家中的一切。

親身經歷過後,她才知道陪讀媽媽這個群體有多不容易,對所有的陪讀媽媽都心生敬意。「有一種被連根拔起,重新成長的感覺。」

陪讀媽媽圈,隱形的階層差異

雖然都是以「陪讀媽媽」這個標籤在海外生活,但媽媽們的差距依然體現在一些隱形的地方。

Faye和當地人相處時十分自信,她給兩個孩子都申請了私立學校,因為她看不上公立學校的魚龍混雜。她還同時考察了另一家同樣給了offer的私立學校,有很多富豪家、明星家的孩子,但聽說這些孩子「行為都有些問題」,於是就放棄了。

如今的私立學校里,她接觸到的家長都是「見過世面」的,交流的時候,她發現家長們對孩子也都有相似的教育理念和規劃,Faye很滿意。而另一邊,欣欣的孩子在公立學校唸書,她極大程度地依賴自己所處的華人群體,手機里的華人群就有不下十個。當地的華人大群、女兒學校的家長群,還有和關係好的陪讀媽媽們的小群等等。

在提到和當地人相處的問題上,欣欣覺得,這個團體抱團取暖已經足夠,自己沒有什麼必要融入當地外國家長們的圈子。

像欣欣一樣,每個陪讀媽媽都會和其他媽媽們保持極其緊密的聯繫,這個小團體可以滿足她們在異鄉的一切社交需求。

她們共享學校的通知,幫語言不好的媽媽翻譯學校的英文郵件,互相約着在感恩節去學校做義工,或者在籌款活動上一起做中餐。

「對公益項目的貢獻」,這也是美國大學申請中重點考察的一項。有些陪讀媽媽很愛組織這類活動,她們張羅人手,準備材料,安排流程。通常持續多天的活動要求她們面面俱到,很耗費精力,但媽媽們也毫無怨言。久而久之,在陪讀媽媽的圈子裡,這類媽媽的聲望也是最高的。新去美國的陪讀媽媽都會聯繫她們,願意和她們交朋友。

此外,陪讀媽媽們也高頻率地組織着姐妹們的聚會:下午茶、晚餐,互相串門學烘焙、插花等等。

欣欣認識的陪讀媽媽們大多數都不工作,她們全職陪讀的一天已經非常忙碌:每天準備一日三餐,早晚接送孩子上學,有的媽媽中午還要給孩子送飯,回家後要做家務,只有少許空閑的時間會去參加一下這樣的聚會。

在這些聚會上,她們才能短暫地休息一下。談論的內容不再只是圍繞着孩子,而是自己。

如今,小女兒已經快要步入大學,明年申請結束後,欣欣打算回國生活,陪伴一直因為疫情無法來看她們的家人。

至於女兒們的未來,她已經盡力做了能做的,剩下的,就要靠她們自己了。新聞來源: ELLEMEN



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
出租房屋 装修顾问

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

陈进湧
Jinyong Chen (Jim)
Certified Negotiation Expert

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

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

6200 SOM Center Rd, B21, Solon, OH 44139
人壽保險——定期險,分紅險,儲蓄險,投資險
資金積累——個人投資規劃,小公司投資省稅,教育基金
財產責任——個人汽車房屋險,公司,餐館生意險

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

中國駐美使館發布赴華新規

俄州亞太聯盟

隨着中國國家衛健委發佈最新防疫優化措施20條,華人終於等來了中國駐美使館發佈正式的《自美赴華乘客行前檢測具體安排》,其中多項規定已經進行優化調整。

回家之路,一切越來越好!

為進一步做好新冠肺炎疫情防控工作,落實國內最新防疫要求,自本通知發佈之日起,請自美國出發赴華乘客根據以下要求向中國駐美使館領館申請健康碼:

一、檢測要求

搭乘自美始發赴華直航航班乘客須在登機前48小時內完成1次核酸檢測,憑此次檢測陰性證明申請健康碼。

例:如您離美赴華直航航班日期為12月10日,核酸檢測可在12月8日、9日、10日任一天完成,但建議預留足夠時間申請健康碼。

美國境內合法檢測機構出具的核酸檢測證明均可接受。檢測機構應具備CLIA資質(CLIA資質可通過<https://www.cdc.gov/clia/labsearch/h.htm>查詢)。

檢測報告應包含個人姓名、出生日期、採樣時間(time of collection)報告出具時間、檢測機構聯繫方式等具體信息。

二、申請健康碼

(一)所需材料

1、核酸檢測陰性報告
2、赴華航班機票或行程單;3、有效護照或旅行證首頁,外國公民還須持有有效赴華簽證或居留許可。

(二)申請渠道

1、中國公民(含持中國護照、旅行證、“回鄉證”、“台胞證”人員):通過微信搜索“防疫健康碼國際版小程序或掃描以下二維碼申請;2、外國公民:通過外國人健康狀況聲明書二維碼網頁<https://hrhk.cs.mfa.gov.cn/H5/>申請;3、請根據核酸檢測機構所在地所屬領區選擇對應駐美使領館申請健康碼。

三、中轉乘客

自美始發經第三國(地區)轉機,或自第三國(地區)始發經美轉機赴華乘客,可根據自身行程在中轉地或始發地中任一地按要完成核酸檢測、申請健康碼,轉機乘客僅須在最後中轉地



首頁 > 重要通知

自美国赴华乘客行前检测具体安排 (2022年11月12日更新)

登機時(即乘赴華航班時)確保健康碼仍在有效期即可。

四、取消對有既往感染史、密切接觸者、有疑似症狀、檢測結果不確定等人員的健康碼申請額外交

新規中:

- * 取消中轉二次檢測
- * 取消二次申請健康碼
- * 取消對曾確診患者額外交

改變後對於轉機客人更加方便。只要行程始發按要完成核酸檢測就可以。

比如選擇韓國/日本轉機,到了以後直接轉機就飛,此前大家都要至少停留6小時等着做核酸甚至過夜,現在只需確認轉機登機前綠碼保持有效。

如何保持綠碼有效?買連程航班,大家要特別注意48小時這個時間。

綠碼一般是最後一次採樣時間起算48小時有效。

1.核酸檢測48小時一次,但不僅限於48小時,實際上是精確到天,兩天內核酸檢測都算,



比如11/17下午兩點起飛的航班11/15,11/16做核酸檢測都可以,不一定要11/15下午2點才算。

2.核酸檢測機構不一定要去領館指定或者航司指定機構,只要CLIA承認機構都可以,可以到CDC官網查詢資質或者直接致電

該機構詢問是否有這個資質。之前南航廈航都規定了指定機構,目前南航已經取消,廈航還有待通知。

最後大家也不用糾結自己得沒得過新冠,只要走的時候陰性,所有人政策都一樣。

【申請健康碼,特別注意】

(一)請赴華乘客嚴格遵守上述要求,如因個人填報信息錯誤、材料不全、提交不及時等原因導致審核無法通過、乘機延誤、滯留、遣返等情況,申請人自行承擔相應後果。如出現材料造假等行爲,申請人將無法獲得健康碼並被追究相應法律責任。

(二)駐美使領館審核健康碼工作時間為每

天9:00-21:00(含節假日),請在材料準備齊全後儘快提交申請,審核結果可自行在線查詢。中國駐美使領館將盡最大努力加快審核,請您耐心等待,無需頻繁致電催問。

(三)美航線、機場、檢測機構衆多,具體情況各異,請赴華乘客綜合研判,審慎評估赴華方案,以免延誤行程。

途風旅遊網機票顧問表示,申請健康碼的民衆要特別注意總領館審核健康碼時間為每天9:00-21:00(含節假日)。21:00以後提交的申請,原則上將於次日早上9:00起審核。同時,為避免耽誤乘機,請在航班起飛前至少5個小時提交申請。

建議赴華乘客在符合檢測時間要求的前提下儘早完成檢測,並在獲取報告後儘早提交健康碼申請。提交後請保持耐心,自行在線查詢結果,無需致電催問。

附:檢測機構所在地對應駐美使領館領區劃分

駐美國使館:華盛頓特區、特拉華、愛達荷、肯塔基、馬里蘭、蒙大拿、內布拉斯加、北卡羅來納、北達科他、南卡羅來納、南達科他、田納西、猶他、弗吉尼亞、西弗吉尼亞、懷俄明、亞拉巴馬、阿肯色、佛羅里達、佐治亞、路易斯安那、密西西比、俄克拉荷馬、得克薩斯、波多黎各

駐紐約總領館:康涅狄格、緬因、馬薩諸塞、新罕布爾、新澤西、紐約、俄亥俄、賓夕法尼亞、羅得島、佛蒙特

駐舊金山總領館:阿拉斯加、北加利福尼亞、內華達、俄勒岡、華盛頓

駐洛杉磯總領館:亞利桑那、南加利福尼亞、夏威夷、新墨西哥、太平洋島嶼

駐芝加哥總領館:科羅拉多、伊利諾伊、印第安納、艾奧瓦、堪薩斯、密歇根、明尼蘇達、密蘇里、威斯康星

注:SAN LUIS OBISPO, KERN, SAN BERNARDINO 三個郡以北為駐舊金山總領館領區,以南(含)為洛杉磯總領館領區

雖然如今機票比疫情前還是貴很多,但是回想下,我們曾經經歷的日子,那真是一段艱苦的歲月...

大家最難的日子都熬過來了,未來還有什麼可怕的!不知道您和家人是否有過疫情期間,艱難的回國經歷?

海外華人親述歷時一個月的回國心路歷程

旅法華人(專題)親述“平和回家路”

11日,淑芬向我們講述了歷史一個多月的回家路。

淑芬:我是在今年9月底回國的,走的是被很多人詬病的香港(專題)路線。

此前,曾經聽說了很多入因為搶不到香港飛內地的航班或者是沒有抽中“金巴”或者是“深圳口岸通關”的票,大批人滯留在香港。且黃牛氾濫,一張50元的金巴車票被炒到3000的高價。

我買香港的票時已經很晚了,巴黎飛香港的票好買,難得是後半程,不過我幸運地買到了國航香港飛北京的票,且9月26號以後,香港取消了強制酒店隔離三天+四天居家的人境政策,只需要找一個地方居家三天即可。

幸運搖到號 臨通關又被卡

雖然有北京後半程的機票在手,我還是抱著嘗試的心開始搖號,現在的規定是通過搖號獲得從深圳口岸離境的健康碼的名額,因為家人都在廣州,如果可以從深圳口岸走,就不用從坐飛機從南到北再到南。幸運的是,真被我搖到了!

我退了酒店,退了北京的機票,在香港的民宿蟄居三天,按照當地政府要求,定時去做社區核酸。第三天,拿到社區核酸檢測結果以後,我歡天喜地地坐上了去深圳灣口岸的公家車。預約了下午三點通關,但可能之前的幸運值用完了,通關之路從這裡開始就變得不順暢了。

抵達深圳灣以後,按照要求,我拿著電子版核酸檢測陰性證明去排隊通關,一個工作人員攔住我的路,“你的核酸檢測報告不行,需要紙質版,而且不可以做免費的,必須是付費核酸。”

我不理解,因為我完全是按照政府網站上的指示,從網站里找到了被認可的社區核酸檢測點,做的是PCR的鼻咽拭子檢測,而且電子版和紙質版的唯一區別,難道不是電子版更加環保嗎?為什麼不行呢?

“就算你從我這裡過了,大陸那邊也不會認的。”工作人員告訴我,我目前只有一個辦法,準備一千港幣現金,馬上從深圳灣打車到香港國際機場,去那邊做499港幣的機場快速核酸,然後兩小時拿到結果後,再打車在六點前回到這裡,因為六點深圳灣將關閉,我就無法過關了。

我傻眼了,工作人員給我一種港式的愛拼就會贏的鼓勵,“妹妹,你聽我說,六點前,一定要回到這裡。祝你好運。”

我從浩浩蕩蕩的隊伍中段離開,坐上了的士,三點半以後,我抵達機場,付了近260港幣的出租車費,核酸做完後,我在候機區域等待結果。

在此期間,我感覺自己非常平和,甚至覺得有些想躺著,感覺藍天啊,白雲啊,都很美,雖然我躺下來只能看見航站樓的天花板。周邊大叔非常大聲的放鐵齒鋼牙兒繞風電視劇的視頻,一開始還覺得煩,後來聽的人入迷,還忍不住笑出聲來。

時間一分一秒地過去,一個半小時後,我收到短信提醒,時間是5點,我拖著行李箱加一個大包,狂奔向的士區,坐上車後,師傅用粵語和我交流,“回家啊?”

“嗯。”

“挺不容易吧”

“嗯。”

“每多插一次鼻子,就能感覺離家人越近”半小時後,隊伍已經沒有人了,我趕緊將核酸結果給工作人員看,工作人員用一種姑娘你做到了的鼓勵眼神看著我,將我一路引到做人境核酸的地方。

沒錯,剛剛做完核酸的我鼻子還痛著,已經來到了一個白色棚區,棚區的牆上貼著一張紙,其他的內容我忘了,只記得一句話:此棉簽長10厘米,可能有出血情況,請不要害怕。

說實話,在看到這段話前,我是怕的。謝謝你的友情提醒。

做完核酸後,我去等待去等待結果,拿到結果以後,我開始排隊過海關,出了香港的海關以後,進入深圳境內,感覺自己離家人又近了一點,而且實實在在在地感受到了回家的感覺,因為此時此刻,我已經用不了ins了。

進過九曲十八彎的排隊,我掃了很多碼,做了各項申報,手上像經過檢疫的動物一樣,套上了檢疫的環,護照上貼了二維碼,終於過完關了,你猜怎麼著,我又要做核酸了。

好在這次是咽拭子,做完核酸後,我們靜靜地等待接我們的大巴車,靜靜地刷著手機,靜靜地接受消毒噴霧的噴射。

最後,我終於入住酒店了。已經是晚上九點,有人敲響了我的門:開門,做核酸。

以上,就是我家的心路歷程,其實我很平和,我一直都是一個很平和的人。

剛剛準備結束訪問時,淑芬發來最新進展。剛從廣州抵達杭州的她,在當地時間晚上11點接到一通電話,稱她是“疑似密接”。但新措施出台,她已經“看到了希望的苗頭”,繼續保持平和。

感覺“如釋重負”看到了希望

艾琳這段日子來的心情也猶如坐過山車,計劃11月底回國的她幾乎以為行程要泡湯了。

艾琳:今天早上我看見新政策的時候,有一種“如釋重負”的感覺,因為我這幾天最擔心的事情,其實就是航班熔断,因為11月初巴黎飛廣州的航班已經熔断了,新政策里取消航班熔断,一是解決了我個人的一個巨大的擔憂,二是我覺得航班的價格未來會下降。

新政策的另一個重大利好就是隔離時間的縮短,因為回國的目的都是為了見家人,縮短隔離時間可以讓我們早點見到家人,也能節省費用。

總得來說,我覺得新政策是給我們的一陣強心劑,看到了未來生活回歸疫情前的希望。

11月11日,中國官宣優化防疫工作二十條新措施,取消熔断,隔離縮短等重磅利好消息一出,雙十一雙秒變雙狂歡!購物平台不閉用說,國



際機票的購票平台搜索量也沖上了峰值,連港股應聲高漲!世界期盼的中國遊客回歸指日可待!11日,大參採訪到兩名旅法華人——9月底開始“闖關”回國的淑芬和預定11月底回國的艾琳(均為化名),請她們講講這段時間來的心路歷程。

01 重磅:取消熔断,1次檢測、入境只需“5+3”!

11月11日,中國國務院網站刊登了疫情聯防聯控機制綜合組發佈的《關於進一步優化新冠肺炎疫情防控措施 科學精準做好防控工作的通知》(以下簡稱《通知》),其中涉及入境人員的重磅內容包括:

取消入境航班熔断機制;

登機前48小時內的核酸檢測陰性證明從2次減少為1次;

入境人員隔離期由“7+3”縮短為“5+3”。

按照新規,“7天集中隔離+3天居家隔離”,期間賦碼管理,不得外出。入境人員在第一入境點完成隔離後,目的地不得重複隔離。集中隔離醫學觀察的前5天各開展1次核酸檢測,居家隔離醫學觀察第1、3天各開展1次核酸檢測。

02 國際機票搜索量大漲? 法媒: 影響將非

常積極!

據中新網報道,新二十條優化措施一公佈的當天,中國各大旅行平台上的機票搜索量暴增。

“去哪兒”的國際機票即時搜索量沖上近一年的峰值。截至當天北京時間下午12時,該平台的實時搜索量環比前一天增長3倍,而且仍在增長中。

攜程網的機票搜索量環比前一日增長超過一倍,酒店搜索量增長近7成。14點-15點中國入境機票訂單較昨日同時段翻番。

同程旅行國際機票1小時內搜索量較前日同一時段上漲448%。

據中國旅遊業專家表示,取消熔断機制對國際航班流量恢復產生利好影響,而縮短隔離時間也將提振酒店接待能力。

▲11日,在天巡(Skyscanner)網站上搜索巴黎直飛上海的機票,價格還未有明顯變化。(網站截圖)

據法新社報道,11日,香港股市受防疫新措施的刺激猛漲,收市高升超過7%。

除了上述改變,法新社還特別指出,新增的對重要商務人員和體育代表團等有條件免除隔離的規定;並表示這些新規對欲返國的中國人或欲前往中國的外國遊客來說都是“好消息”。

▲今年暑假,巴黎著名景點聖心教堂前看不到中國遊客的身影。(歐洲時報視頻截屏)

新加坡大學管理學教授 Henry Gao 向法新社表示,他相信這意味着中國踏出了漸進放鬆“零新冠”政策的“第一步”,這“將對市場起到十分積極的影響,並提振投資者的信心”。

▲幾天後還為中國遊客缺席的法國旅遊業者盼來曙光,回復往日旅遊盛景指日可待。

When Caring is Important
TABONE KOMOROWSKI
FUNERAL HOME

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為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 殯儀館為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, 為您提供一條龍服務。

Our family serving you family 我們的家人為您的家人服務

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 OH44114 USA

美國環球華人服務公司
GLOBAL CHINESE SERVICE LLC

我的岳父賀福華

袁南生



晚年的岳父賀福華

岳父賀福華是我妻子的養父，並非生父，但他老人家不是生父，勝似生父。中國人自古以來把岳丈稱之為“泰山”，在我的眼里，岳父的恩德和風範，實實在在是一座永遠的泰山！

岳父賀福華去世已32年，他老人家要是健在，今年112歲了。1990年6月，我從北京大學碩士研究生畢業，當年7月1日，我就到中共湖南省紀律檢查委員會研究室報到上班了。本來，我打算在妻子麗娜從益陽市調往長沙工作、兒子加貝從益陽市曙光小學轉學到長沙市大同小學後，立即將岳父也接到長沙一起生活。誰也沒想到，我在長沙上班不到一個月，當月27日，岳父就因腦溢血不幸在益陽市去世，享年80歲。岳父的突然去世，使全家，特別是和他老人家相依為命的我的妻子非常難過。



中年時的岳父賀福華

岳父是益陽市赫山區新市渡全民村人，是益陽市建築公司的八級木工。在毛澤東時代，工人實行八級工資制，技工最高等級是八級，岳父是當時益陽市最高等級的木工，也是全國最高等級的技工。當時，岳父的月工資是92元，跟當時益陽市的領導人工資不相上下，是我父親工資(43元5角)的2倍多。岳父的妻子劉淑蓮是瀏陽人，他們兩口子結婚多年，三、四十歲了，一直未能生下一男半女。妻子麗娜6歲時，成了賀福華夫婦的養女。

麗娜是一個苦命的孤兒，她生身父親叫殷志敏，江蘇蘇州人，抗日戰爭期間，因躲避日寇的燒殺搶掠逃難到益陽。麗娜的生母叫羅恩求，益陽縣石笋人，麗娜的生身父母都是苦命人。生父是會計，常年過度用眼，視力很低，1960年國家三年困難時期，為減少城市面臨的失業、供應等壓力，國家下放城鎮人員，把相當一部分城鎮人遷到農村自食其力，殷志敏、麗娜父女倆也遷到了農村，城裡人一下子變成了鄉下人，收入也沒有了，父親因營養不良而雙目失明。麗娜生母羅恩求，祖上是讀書人出身，中過功名，她身材苗條，相貌端莊，會拉二胡，40多歲生下麗娜，三年困難時期，缺食少醫，不惑之年竟被活活拖死。後來，國家形勢好轉，麗娜的表姐羅賽群出面，殷志敏、麗娜父女得以遷回城裡，恢復了城市戶口。麗娜生父因雙目失明，失去了勞動能力，晚年被安排到敬老院，70年代不幸去世。麗娜在母親去世時年僅幾歲，父親自己成了殘疾人，不可能養活麗娜，麗娜跟蔡霞蘇、羅賽群夫婦生活了不長的一段時間，羅賽群自己也只有20來歲，麗娜初期跟表姐夫生活在一起有不便之處。於是，由羅賽群出面，將麗娜送給益陽市大碼頭一戶人家收養。這戶人家在中華人民共和國成立前是有錢人家，他們很喜歡麗娜。但不知怎么回事，麗娜就是不喜歡住在這戶人家，於是，羅賽群將麗娜轉送給賀福華、劉淑蓮夫婦收養，這年麗娜6歲。

應該是菩薩保佑，麗娜做賀福華夫婦的養女，是找對了人家。如果賦在上一戶人家，因為以前是有錢人，屬於剝削階級，在社會上普遍受歧視，後來在隨之而來的十年動亂中又受到衝擊，麗娜難免也會受到牽連。做賀福華的養女，賀出身好，是實實在在的工人階級一員，工作有保障，麗娜從此過上了無憂無慮的生活。當然，年幼的麗娜不知道她的生父當時也住在同一條街上的敬老院里，時代的一粒灰落在生父殷志敏



養母劉淑蓮與童年時的麗娜

一家身上，自然變成了一座山，凡人難以承受：當父親的城市戶口注銷了，工作沒了，收入斷了，眼睛瞎了；當母親的40來歲死在鄉下，唯一的女兒不得不送給他人撫養。

養父夫婦和養女麗娜，一家三口，人均生活費30多元，是當時益陽市城市人口平均生活費(5元)的6倍多。這是麗娜一生中開始走上擺脫苦命、感受甜頭的時期。可惜麗娜被領養不久，有一天，養母的老家瀏陽來了親戚，準備一大早趕長途汽車回瀏陽，養母很早起為親戚做飯，突然口吐鮮血不幸而死，年僅36歲。養母去世後，養父既當爸，又當媽，與麗娜相依為命。養父有個小弟弟，對麗娜來說，就是她的叔父，解放前被國民黨軍隊抓了，此後一直沒有消息。估計死於戰場上或死於疾病，否則，如果到了台灣，後來也會有消息。這個弟弟有個女兒，解放前出生的，年紀比麗娜大，在農村生活，多次來養父家，提出要住到養父家來，要伯



岳父賀福華

伯撫養她。一個是有血緣關係的親姪女，一個是沒有血緣關係的養女，如不答應，畢竟是親弟弟遺下的孤兒；如答應，又擔心這會給麗娜帶來不便，養父思之再三，一直沒有答應。麗娜懷着感恩之心曾多次對我言及此事。

養母去世後，養父未到知天命之年，身強力壯，他和一鄰居劉姓女友(麗娜和我均稱呼“劉媽”)擬再組家庭，兩人領了結婚證，在法律意義上，麗娜從此有了繼母。然而，他們自始至終並沒有住到一起。為什麼呢？養父忽然擔心繼母會對麗娜不好，畢竟麗娜不是親生女兒，面對新來的繼母，擔憂處於弱勢的養女麗娜難免產生疏離感、被邊緣感。為了麗娜有一個好的家庭環境，養父毅然選擇了還是經濟獨立，繼續過既當爹、又當媽的生活方式，只是過年過節在養父家、繼母家分別吃一頓飯。

岳父有很強的生活自理能力，洗衣、洗被褥蚊帳、做飯、燻制臘魚臘肉、做米酒，樣樣都會。即使退休了，有的是時間，他也從不午睡。他雖然是一個普通工人，因為工資很高，家里負擔很輕，日子始終過得比一般人滋潤。他每天喝三頓酒，早、中、晚三餐餐餐不斷。每隔一段時間，他就會提一個大瓶子去打幾斤當地產的酒，當時7毛5分錢一斤，益陽土話稱之為“七五寸”。他特喜歡吃小魚干下酒，益陽人把這種魚叫做“淡干魚”，或叫“苦淡干”。無論什麼新鮮蔬菜上市，他都會儘早買回家吃，只重新鮮，不管價格。

我和麗娜登記結婚後，開始準備置辦傢具。當時還是計劃經濟時代，新婚夫婦憑結婚證可以買一張床、一個立式三門櫃。岳父作為八級木工，嫌買的式樣不好看，質量也不過硬，主動提出為我們倆做一套傢具。我和麗娜高興壞了，通過熟人找市計委批了木材指標，買來了幾根木材。木頭從資江河里拉上岸，岳父請朋友

幫忙鋸開，然後，從鄉下叫來正在當木匠學徒的孫子，做了7件傢具：一個立櫃、一張床、一個床頭櫃、一個食品櫃、一個書櫃、一張圓桌、一張方形飯桌。繼母的大兒子劉春林是業餘木匠，他在我岳父(他繼父)指導下也為我們做了四條凳子。

戀愛結婚過程中，幾件事情永遠地留在了我的腦海中：

一是岳父從沒有向我提出過要彩禮，我也從來沒往那邊想過，所以一分錢彩禮也沒有花。

二是沒搞迎親儀式，新婚那天，我騎自行車，麗娜坐在自行車後面的座位上，就這樣到了新房。

三是新婚沒有辦喜酒，只是請我原工作單位——益陽市醫藥公司的丁菊開老廚師，來我當時的工作單位湖南省工藝美術職工大學(湖南省服裝工業學校)辦了一桌酒席，請朱輝生、聶夢仙等我原單位的老領導聚餐。在岳父家也辦了一桌飯，請岳父的左鄰右捨熱鬧一下。岳父其實很想辦喜酒，想風風光光嫁女，此外，他老人家也說了一句實話，說他以前為其他人辦喜事不知送來多少禮，他就麗娜這一個女兒，如果麗娜結婚不辦酒請客，送出去的禮就回不來了。但是，岳父看我對辦喜酒真不感興趣，也就放棄了他的想法。

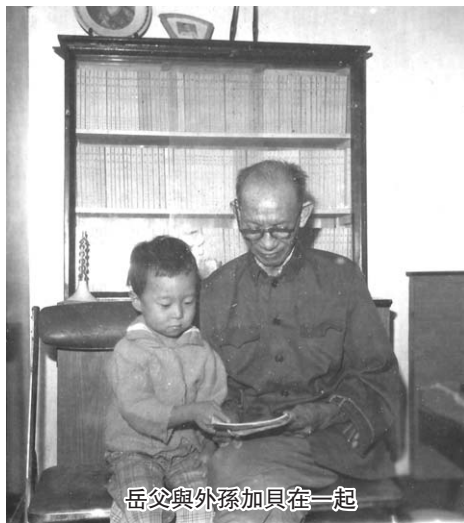
四是麗娜有一輛非常漂亮的女式彩色自行車，當時，買到一輛“鳳凰”、“永久”、“飛鴿”牌的普通自行車都要憑票，女式彩車更難買到。

麗娜當時有一輛女式彩色自行車，騎上顯得颯爽英姿、非常洋氣，特別吸引眼球。麗娜看到我需要一台當時非常流行的日本產三洋錄放機學習英語，沒同我打招呼，毫不猶豫地把他心愛的女士彩車賣了，用這筆錢買了一個錄放機送給我。岳父對此一點意見都沒有。

1981年年底，我們有了小孩，一開始，我給孩子取名“袁賀”，妻子說：是不是太直白了一點。於是，我把“賀”字拆開，取名“袁加貝”。岳父非常高興，逢人就說：“加貝、加貝”，加起來就是一個“賀”字，就是他的姓。

那時候，我們住在學校，在校內先後搬過3次家，三次都是住新房子，住房條件一步步改善，這3處宿舍，岳父都和我們一起住過。岳父和我們住一起時，是外孫的保護神。遇到媽媽威脅要批評、懲罰兒子加貝時，加貝就會一溜煙似地跑到外公身後，用益陽土話高喊“爹爹做保”(益陽方言里，爹爹指祖父)。遇上麗娜真生氣了，岳父有時會拿起一條小板凳，說：你敢打我孫子，看我敢不敢打你！

多數時候，岳父喜歡一個人住在自己家里，因為他在那兒生活了幾十年，左鄰右捨儘是朋友，那里逛街、買菜、看戲、釣魚、打麻將……，都比和我們一起住在學校方便。這種情況下，岳父經常會自己動手做肉餅、蒸糕以後，裝在一個有蓋的特大杯子里，端着一路走過益陽資江一橋，送給加貝吃。有時也送湯圓等糯米甜



岳父與外孫加貝在一起



岳父賀福華與外孫加貝

芙蓉照相 FURONG

食給麗娜，因為麗娜生父是蘇州人，生來喜歡甜食。不管是酷暑，還是寒冬，從未間斷。每到周末，我們也帶着加貝去看望岳父，一般都是麗娜動手做午飯和晚飯，然後再回家。

岳父來自於益陽縣(現在為益陽市赫山區)新市渡，他的弟弟一家人一直生活在那裡。退休以後，岳父每年都會回鄉下，和弟弟一家人生活幾個月。我和妻子會帶着加貝一起送岳父下鄉，回來時，我們又會去接。無論是送，還是接，我們也都會在那裡住上一、兩個晚上，鄉下親戚又總是忙着殺雞宰鴨。城裡長大的加貝看到新奇的農村景象，聽到雞叫、貓叫、狗叫的聲音，追着麻雀，捉着蝴蝶、螞蚱和蟋蟀，吃着從地里採摘的新鮮瓜果蔬菜，總是顯得特別興奮。每每見此，岳父又總是顯得特別開懷。

我到中共湖南省紀委工作後，一段時間麗娜還在益陽市金屬材料公司工作，兒子加貝還在益陽市上小學。在麗娜調往長沙工作之前，我一般每隔兩個星期利用周末回一次益陽。沒想到，我第二次回益陽在岳父家裏時，岳父忽然說頭痛，我和繼母的兒子劉春林等把岳父送到不遠的益陽市中醫院，岳父在那裡很快就

不幸去世了。岳父的靈堂設在他家面對的資江大堤上。岳父所在單位益陽市建築公司領導在追悼會上的悼詞中說：麗娜有幸作為賀福華的養女，從此結束了孤苦伶仃的生活，賀福華有幸領養了孤兒，從而有了了一個快樂的晚年。市建築公司除了按規定給撫恤金外，另外給了我們家屬一筆錢，作為我們恪盡孝道的獎勵。

岳父沒有想到，他老人家魂歸道山22年之後，年僅57歲的麗娜也撒手歸真，追隨養父來到了天國。我們把麗娜的墳墓特意安排在了岳父的家鄉，天上的岳父從此不再寂寞。

願岳父在地下安息！
2022年11月14日



湖南益陽市赫山區新市渡鎮全民村岳父孫子賀連生家。前排中為麗娜母子，左二為岳父賀福華，後排右為賀連生夫婦。



本文作者：袁南生



岳父親手做的傢具 (1)



岳父親手做的傢具 (2)



岳父親手做的傢具 (3)



岳父親手做的傢具 (4)

十年冤屈,十年抗爭,陳霞芬終獲歷史性勝利



2022年11月10日,美籍華人科學家陳霞芬(Sherry Chen)就在過去十年中所遭受的不公正待遇與政府達成了和解。

前美國國家氣象局華裔科學家陳霞芬(Sherry Chen)的律師今天宣佈了一項歷史性的和解協議,分別涉及陳霞芬被聯邦政府錯誤起訴和被不當解雇的兩起民事訴訟。

2012年,美國商務部下屬的威脅和調查管理局(Investigations and Threat Management Service,簡稱 ITMS)開始對陳霞芬進行非法調查,這是針對華裔美國人的一個典型歧視的例證。

後來,陳霞芬被 FBI 和司法部毫無根據地逮捕和起訴。從此開始了十年冤屈,十年抗爭之路。在包括 UCA 在內的亞裔民權組織的強烈抗議之下,ITMS 于去年正式解散。此前,參議院的一份報告曾詳細描述了該部門如何在法律之外運作,變成了一支“無法無天”的執法部隊,並在沒有證據的情況下,對商務部工作人員(尤其是亞裔員工)展開輕率的調查。

在陳霞芬尋求正義的道路上,UCA 是第一個站出來支持她的民權組織。UCA 曾在紐約時報頭版報道了陳霞芬冤案的當天,首先聯繫國會亞太裔黨團的華裔和亞裔議員,並在四天後在國會山上發起了有數十位國會議員參加的陳霞芬事件第一次新聞發佈會。UCA 並幫助陳霞芬設立了“陳霞芬法

律保護基金”。之後,UCA 發起“A Christmas Gift for Sherry”全美義捐,並多次為她募款。薛海培會長更是奔波於許多城市為陳霞芬募捐。UCA 同時尋求積極法律幫助,在國會層面為她奔走相告,聯絡民選官員和其他各界人士,共同支持她。

在陳霞芬尋求正義的道路上,UCA 是第一個站出來支持她的民權組織。UCA 曾經多次為她募款,尋求法律幫助,並在國會層面為她奔走相告,聯絡民選官員和其他各界人士,共同支持她。

以下為陳霞芬的公開信:

今天是一個值得慶祝的日子。在這裡,我向大家公佈一個有關我的歷史性和解協議。此前,我起訴政府針對我的歧視性不公調查,以及之後對我的錯誤起訴。我還起訴國家氣象局錯誤地終止我的就業合同。

該和解協議是商務部歷史上支付給個人的最大一筆賠償金之一。作為賠償,商務部將付給我 55 萬美元;我將在十年的時間里,從美國政府那里獲得總共 125 萬美元的年金。此外,商務部正在組織一個我和一名高級官員之間的私人會議;商務部還會向我提供一封表彰信,承認我在擔任美國政府水文學家期間所取得的一系列成就。

今天的和解不僅是我個人的勝利,也是我

們社會和法治的勝利。這清楚地表明,針對特定族裔的歧視是不可接受的,像商務部 ITMS 這樣的不合理調查在民主社會里是沒有立足之地的。政府不能逃脫這些錯誤行為所導致的後果,最終將被追究責任。

當然,再多的錢也無法完全彌補我所經歷的不公正。但是,今天的和解是為我和眾多遭受政府不公調查的華裔在伸張正義方面所邁出的至關重要的一步。

今天的結果離不開各位對我堅定不移的支持。雖然我不能和你們親自慶祝這一好消息,但請記住,我一直銘記着你們每一個人的幫助,我非常感謝你們在這場漫長的鬥爭對我所給予的善意和慷慨支持。您的支持是我堅持走到今天的力量。

My dear friends:

Today is a day for celebration. I'm writing to announce a historic settlement in my two lawsuits seeking accountability for the government's illegal and discriminatory investigation of me, its wrongful prosecution, and its termination of my employment with the National Weather Service. The settlement is one of the largest paid to an individual plaintiff in Commerce Department history. As compensation, the Commerce Department is paying me \$550,000, and I'll receive an annuity from the U.S. government valued at \$1.25 million over ten years. In addition, the Commerce Department is hosting a private meeting between me and a senior agency official, and it is providing me with a letter that acknowledges my extensive accomplishments during my tenure as a U.S. government hydrologist.

Today's settlement is not only a victory for me; it is also a victory for our community and for the rule of law. It makes clear that profiling and discrimination are unacceptable, and that

rogue investigative units like ITMS have no place in a democratic society. The government cannot escape the consequences for these wrongs. It will be held to account.

Of course, no amount of money can ever fully repair the injustices I've experienced. But today's settlement is a critically important step toward achieving justice for myself and for so many Chinese Americans who have been subjected to unjustified government scrutiny.

Your unwavering support has been essential to this fight every step of the way. Although I'm unfortunately unable to celebrate with each of you in person, please know that I'm thinking of each of you, and I am so grateful for your kindness and generosity over this years-long fight. You've given me the strength to go on. Thank you so much!

Sherry
非常感謝!
陳霞芬



UCA 會長薛海培,數年來一直對陳霞芬事件費盡辛苦和努力。在聽到陳霞芬和聯邦政府達成和解協議後,他激動地說,“這是我與UCA 同仁們盼望了七年之久的大喜事!是美國華人歷史上在歷經了多次最高法院的勝訴,二十多年前李文和案件的勝訴之後,華人維權史上又一可歌可泣的重大勝利。”



儘管獲得讓人欣慰的成果,維權人士認為在防範虐待方面仍存在許多進步空間。

身為奧斯汀德州大學(University of Texas at Austin)的新鮮人,塔克(Deborah Tucker)發現,校園生活並不像她長大的家那樣安全和充滿愛。

有一個可怕的傢伙騷擾塔克和她兩名室友,他跟踪她們,並不斷嘗試闖入她們的公寓。她們向警方報案。警方在她們的住處周圍監視了一周,未能逮到這名男子,因為這名跟踪狂一直在暗處看著。

塔克 10 月 28 日在少數族裔媒體服務中心(Ethnic Media Services)舉行的記者會上說:「警察一撤離,這個傢伙就再度闖入。不幸的是,那個周末剛好有一個朋友留宿,他攻擊了她。」



順時鐘方向上排左起:加州藍盾基金會公關連恩、洛杉磯市府律師辦公室家庭暴力政策主任達旺、少數族裔媒體服務中心健康編輯索拉布吉、全國家庭暴力與性暴力中心董事會會長塔克、終結家庭暴力全國網路安全網計劃主任歐森。

自此,塔克就一直倡導反對對女性使用暴力。她創辦了奧斯汀性侵危機中心(Austin Rape Crisis Center)和奧斯汀受虐婦女中心(Austin Center for Battered Women),現在是「全國家庭暴力與性暴力中心董事會」(National Center on Domestic and Sexual Violence, 簡稱 NCDV)會長。

塔克說:「我的滿頭白髮都是從事這項工作得來的。」

加州藍盾基金會(Blue Shield of California Foundation)公關連恩(Jenna Lane)表示,家庭暴力

家庭暴力是可治癒且可預防的

By Peter White Nov 2, 2022

和性暴力存在於世界各地每個文化中,包括加州,加州一半以上的人都有近距離目睹或親身的經驗。她說:「它真的無處不在,讓人非常不安。」

一般想到受虐女性時,通常會聯想到她們遭受的身體傷害。但是,家庭暴力包括了許多造成其他傷害的虐待行為。

連恩說:「它可能是情緒傷害,或是財務傷害,例如控制某人的金錢或讓他人被解雇。它也可能是法律上的傷害,好比威脅他人要打電話給移民局。」最大的問題是,該怎麼辦?

十月是家庭暴力意識月(Domestic Violence Awareness),加州藍盾基金會剛推出一個名為「讓我們終結家庭暴力」(Let's End Domestic Violence)的新網站,提供預防、治癒和其他資源的訊息。

連恩說:「家庭暴力無處不在,但它是可治癒的,也是可預防的。」

1996 年與他人共同創辦國家暴熱線(National Domestic Violence Hotline)的塔克,1974 年協助時任聯邦參議員的拜登總統進行《暴力傷害婦女法》(Violence Against Women Act,簡稱 VAWA)的第一次修訂,這項法律多年來已重新修訂多次,最近一次是在 2022 年 3 月。

這項法律授權許多支持性服務,包括提供各項家暴計劃資金,讓受害者選擇是否上法庭而非強制仲裁,增加對弱勢和邊緣化社區受害者的服務和支援,包括多元性別群體(LGBTQ+)的家暴倖存者。

準確的家暴統計數據很難獲得,因為許多家暴事件發生在親密伴侶之間,這些事件通常不會被舉報。

此外,美國各州對家暴的定義也各不相同,這個問題甚至存在於同一州不同的州級單位之間。以加州法院為例,刑事法負責處理刑事案件,家庭法控制家庭法院,民事法則控制民事法

院。達旺(Pallavi Dhawan)說:「甚至同一個州的法律對家庭暴力並沒有統一的定義。」

達旺是洛杉磯縣地檢長辦公室的家庭暴力部門檢察官,她說:「過去 13 年,我處理過許多非常可怕的謀殺、強暴和謀殺未遂案件。」達旺優秀的工作表現讓她在 2019 年獲得洛杉磯律師協會(L.A. County Bar Association)頒發年度最佳檢察官獎。

達旺現在任職於洛杉磯市府律師辦公室,洛杉磯市府律師辦公室支持加州參議會第 1141 號提案(Senate Bill 1141),這項提案建議將高壓控制(coercive control)列入《家庭法》(Family Code)的家暴定義中。

這項提案的根據是,有研究指出,六成到八成的女性家暴受虐倖存者都曾經歷過被高壓控制。

達旺說:「我已厭倦聽到人們說身體虐待和傷痕才是家暴。我在法庭上聽到很多人這麼說,很多陪審員和法官也這麼說。」

這一類型的受害者現在可以要求法院對高壓控制者發出禁令,並可要求法院在決定兒童監護權時考慮高壓控制的證據。

高壓控制的常見形式包括隔離、剝奪資源、監控行動和行為。達旺表示,這些形式都剝奪了一個人的自主權,讓他們淪為自己的影子。歐森(Erica Olsen)是全美終結家庭暴力網路

(National Network to End Domestic Violence, 簡稱 NNEDV)安全網計劃(Safety Net Project)主任,全國終結家庭暴力網路有近 2000 個地方家暴計劃,歐森主要負責科技在家暴案中扮演的角色。

歐森說:「施虐者會濫用科技作為虐待工具,一些施虐者可能會在受害者不知情的情況下,在受害者的設備上安裝隱

藏的應用程式或監控軟體。一些人可能濫用家中的社群媒體網站或智能設備來進行騷擾或跟蹤。」

手法包括在某人不知情的情況下追蹤其所在位置、駭入受害者財務或社群帳戶進行詐騙或冒充帳戶所有人、在未經同意下私自散發私密影像、在網路上張貼威脅或騷擾內容等。對於多元性別群體倖存者,施虐者會特別威脅要在網路上公開他們,歐森說:「這是非常常見的手法。」

新修訂的《暴力傷害婦女法》新增一條「非自願影像共享」(Nonconsensual Image Sharing)的民事訴訟條款,提供受害者上法庭追討金錢損失和獲得保護令的選擇。

司法部表示,自 1980 年到 2015 年,美國被逮捕的強暴犯從 2 萬 6000 人減少為 1 萬 5000 人,說明對抗家庭暴力的工作正在發揮作用。為了終結家庭暴力,維權人士表示,必須在預防方面主動採取更多措施。

談到可預測虐待行為進而改變人們生活的措施時,塔克說:「幾年前,我們在德州對犯下謀殺或嚴重暴力罪行而入獄的人進行過一項大規模研究,得出一個 80% 的規則。」根據她的發現,研究中 80% 的家暴犯都是在家暴的環境中長大的。

因此,每當塔克與立法者合作時,她都會提醒對方:「80% 犯下謀殺罪行的囚犯,都是在自己或他們所愛之人被暴力對待的家庭中長大的。」

在改善立法方面,塔克補充說:「如果我們想制止最嚴重的暴力,我們就必須制止家庭暴力和性暴力,它們都是相互關聯的。」



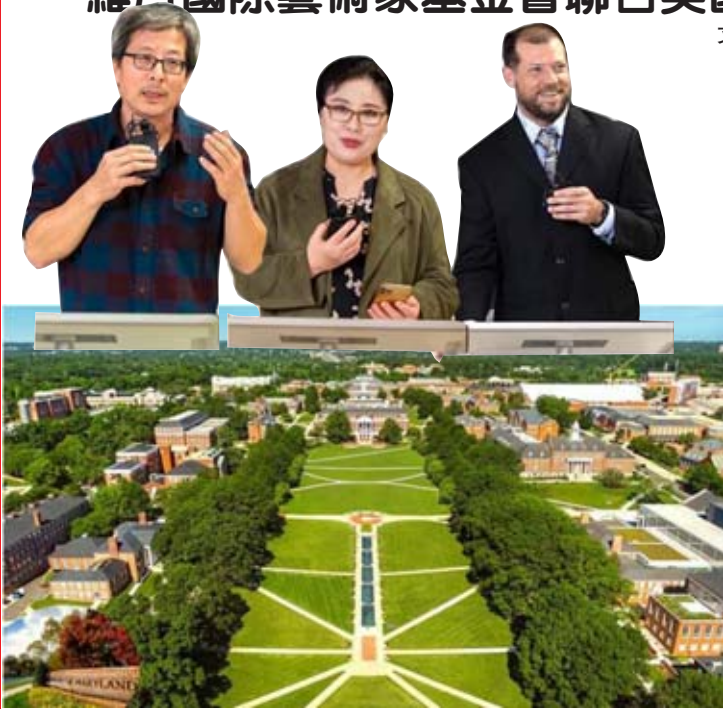


中國藝術家走進美國大課堂,文化共識卓有成效

候爾 2022-11-13 19:07 北京

羅丹國際藝術家基金會聯合美國八所大學成功舉辦中國藝術家冷軍[免費公益大師課]

文/ 聖哲 王怡心 攝影/時光文藝沙龍, 馬大學生會



【免費公益大師課】中國著名超限繪畫藝術家冷軍寫生觀摩再次走進美國課堂

EVENT DATE: 9:00AM-6:30PM, SATURDAY, NOVEMBER 5TH
 EVENT LOCATION: 4490 ROSSBOROUGH LN, COLLEGE PARK, MD 20742
 ARMORY 0131 馬里蘭大學帕克分校

近日,中國著名藝術家冷軍寫生觀摩[免費公益大師課]在被譽為“公立常春藤”(Public Ivy)的馬里蘭大學美國大課堂拉開帷幕。主辦方羅丹國際藝術家基金會聯合大華府地區美國八所大學 11 月 5 日成功舉辦中國著名畫家冷軍 [免費公益大師課],中國藝術家走進美國校園,文化共識卓有成效。美國的八所大學是:(University of Maryland, College Park, Maryland Institute College of Art, Georgetown University, Johns Hopkins University, George Mason University, George Washington University, American University, Catholic University of America.) 馬里蘭大學帕克分校,馬里蘭藝術學院,喬治城大學,約翰霍普金斯大學,喬治梅森大學,喬治華盛頓大學,美利堅大學,美國天主教大學。

冷軍藝術寫生觀摩今年再次走進美國校園,美國大課堂,300 人的教室座無虛席。這是羅丹國際藝術家基金會與德雷塞爾大學、賓夕法尼亞大學、天普大學等合作之後又一次美中大學國際學術交流和國際藝術公益活動。美國大華府地區 8 所大學之一馬里蘭大學帕克分校 (University of Maryland, College Park, 簡稱 UMD 或 UMCP),始建於 1856 年,坐落於美國馬里蘭州,是世界知名學府,美國著名公立研究型大學。曾孕育出 6 名諾貝爾獎獲得者,15 名普利策獎獲得者,60 位國家科學院院士和數十位富布萊特學者。馬里蘭大學是象徵世界一流大學的美國大學協會 61 個成員校之一 (Association of American Universities, AAU),也是美國知名的十大聯盟(Big Ten)成員校之一。馬里蘭



大學作為美國最優秀的公立大學之一,被譽為“公立常春藤”(Public Ivy)。

上午 9 點,特邀主持人王瀟陽正式宣佈活動開始。模特安娜和藝術家冷軍先生各就各位進入角色。10 點整特邀嘉賓和觀眾陸續到齊,主辦方和嘉賓上台發言致辭。首先,羅丹國際藝術家基金會副秘書長艾倫趙瓊博士,也是本次活動的總策劃人代表基金會致辭:“很榮幸邀請到當代中國著名畫家冷軍先生在馬里蘭大學舉辦 [免費公益大師課]。感謝八所美國大學和學生會選擇這裡並為此活動做出的努力。馬里蘭大學藝術傳統深厚,有着優質的教育資源和更國際化的平台,中國藝術家今天之所以能在美國校園里大放異彩,與美國的社會環境也有很大的關係。我們這一代人與中國改革開放之前的中國藝術前輩們所獲

得的社會經驗不同,我們幸運地趕上了美國的民權運動在近幾十年來對社會進步帶來的深刻變化,以及美國大學校園倡奉多元文化交融,超越種族偏見這一歷史機遇。

“藝術無國界,文化有共識”是羅丹國際藝術家基金會一貫倡導的活動宗旨,本次寫生觀摩藝術交流對於美國大學生來說是一次近距離的與大師接觸和學習。羅丹國際藝術家基金會希望在多元文化社會中建立一個開放的國際學術平台,並且以藝術的形式與學生和社會公眾長期展開積極的對話。讓更多的美國藝術機構和主流人群更深層次地瞭解亞洲文化、中國文化和藝術。

馬里蘭大學代表 (Brian Jackson) 布萊恩·杰克遜教授發言:首先歡迎藝術家冷軍先生,歡迎他的油畫寫生觀摩走進美國大課堂。他非常欽佩中國藝術家能夠在短短的 30 多年將中國現代藝術帶入世界殿堂。如今在美國最著名的藝術展館中經常可以看到中國的藝術家作品。中國藝術品已經逐漸被世界所接受並呈現出了非常頑強的生命力,這離不開中國藝術在學術界的探索。早有耳聞,在美國的學術界有這麼一批中國藝術家,他們在雙重文化的探索中穿越,讓中國藝術在國際舞臺上走得更深更遠,羅丹國際藝術家基金會應該就在其中吧,希望東西方文化多元並存向前發展。

馬里蘭大學張穎教授以及學生代表先後發言,他們是馬里蘭大學中國學生學者聯合會主席侯勝澤,喬治城大學中國學生學者聯誼會主席康譚馨,喬治梅森大學中國學生聯合會主席陳治

甫,馬里蘭藝術學院學生代表張錫玥等。

羅丹國際藝術家基金會亞洲部主任孫利達發言中談到了未來的藝術項目和計劃,疫情之後基金會將與中國八大高等藝術學院開展國際公益藝術和公共藝術項目的交流展覽。本次中國藝術家冷軍寫生觀摩會再一次在美國校園激起熱烈的學術反響,我們相信八



所美東高校藝術類學生和來賓們會在冷軍先生的油畫寫生示範中領悟到學院派藝術之外的繪畫經驗。

藝術家冷軍被公認為是當代國際超限寫實繪畫最具代表性的人物之一。他在發言中表示:感謝主辦方羅丹國際藝術家基金會聯合美東八所高校的熱情邀請……並闡述了藝術家對社會的功能,藝術家的哲學思維以及當代哲學與藝術雙重融合之路,必然會為當代美學創新帶來非凡的推動力。同時回答解析了學生們提出的諸多東西文化藝術方面的問題。

寫生觀摩活動中,冷軍先生為美國學生和藝術愛好者們再次展示了他“傳統與創新”獨特的繪畫技巧和藝術經驗,與學生對話交流氣氛熱烈和諧。寫生觀摩對話結束後,一些藝術學院學生紛紛上台也把自己的現場寫生作品拿到冷軍面前請求指教,與大師交流切磋認真活躍,把現場氣氛推向高潮。學生們體驗到了藝術的快樂、魅力和文化共識。

我們深信這場中國藝術家 [免費公益大師課] 在國際藝術教學和學術交流上將會產生廣泛的影響,之後還會有更多的亞洲著名藝術家們參與走進我們的[免費公益大師課]。我們希望東西文化多元並存、互相借鑒學習、共同繁榮發展。

[注:冷軍先生是中國當代著名藝術家,1963 年出生於四川。1984 年畢業於武漢師範學院漢口分院藝術系。原武漢畫院院長。現為武漢市文聯副主席,中國國家畫院油畫院研究員,武漢美術家協會主席,中國油畫藝術委員會委員,中國油畫學會理事,中國美術家協會會員。是中國寫實油畫的重要代表人物之一。作品曾多次入選全國美展並數次獲一、二、三等獎項。也多次應邀在法國、日本、意大利、美國等國家舉辦展覽和各種學術活動。近年來開始接受國內外藝術院校的邀請進行授課及藝術專題演講。2018 年被英國伯明翰城市建築學院授予榮譽博士學位。]

我還記憶猶新:2020年3月15日晚上12點,美國俄亥俄州州長宣佈餐廳和娛樂場所關門,我記得那天我在哥倫布與一位新開門的米線飯店老闆談廣告,老闆說了:飯店都關門還做什么廣告?



我還記得我將要在3月24日 Union Club 晚上為時任美國交通部部長趙小蘭舉辦活動,這個活動我與趙小蘭的助理準備很久,因為她告訴我:是趙部長親自安排要到俄州克利夫蘭來與華人面對面交流,也是因為疫情活動取消,趙小蘭秘書說:趙部長說我忙了這麼久,就給我寄來10套趙小蘭部長父母寫的書,表示感謝。

疫情幾乎讓我們停止一切活動,我們都改在網上進行活動,就在今年8月份,休斯敦的媒體大俠李蔚華先生來電話問我:你的朋友趙小蘭要來休斯敦,要不要來,我說有時間一定來,我11月9日去了休斯敦,我去參加美南集團在11月11日舉辦的 International trade center 20 周年盛會。



Turner),國會眾議員 Al Green 及席拉·傑克森·李等政要及國際貿易中心的創始人、主席李蔚華,國際貿易中心總監 Gazahgen Kebede,「台北經文處」羅復文處長夫婦及休士頓政治、經濟、文化、金融、貿易、法律、地產、保險、網絡、媒體等各界人士逾五百人出席盛會。前哈里斯郡郡長 Robert E. Eckels 擔任晚會主席,休士頓市長特納擔任晚會的共同主席。晚會由當地電視台著名新聞節目主持人、記者周璇明(Shem-min Chow)擔任主持人。我從心里佩服李蔚華在休斯敦出人頭地,這是華人主流社會的一次重大慶典。

當晚由美南新聞傳媒集團董事長、國際貿易中心主席李蔚華先生首先上台致詞,他說:美南國際貿易中心二十週年慶典,我們中外國際友人共聚一堂,大家情義相挺,成為他畢生之榮幸。他也提到:美南新聞創刊迄今四十四年,他始終兢兢業業,不敢有絲毫鬆懈。他回憶父母在戰亂顛簸的步履中,將他們六個小孩撫成人,父母的奮鬥精神,影響了他一生,他也非常感謝他的太太朱勤勤,43年來前,他倆帶了五百元美金來美打天下。歷經學習、創業各階段,美南新聞也由初創業時的周報,而每週三、四而日報,並在全美十個城市建立新聞中心及在美國三個人城市(休士頓、達拉斯、華盛頓 DC)發行日報,有新聞、電視、出版、實業投資等業務,成為休士頓乃至全美具有較大影響力的報業電視傳媒集團。李主席也提到他當初創建國際貿易中心和金融中心,發展成集媒體、國際貿易和金融為一體的綜合性實體,其間所付出的汗水和辛勞,也是獨一無二的,我還記得2012年到休斯敦參加紀念二戰勝利七十周年活動李蔚華就是媒體大俠。



11月11日上午8:00左右李蔚華來我住的旅店接我,因為原來安排接我的記者前一個晚上出了很大車禍,李蔚華說一起去飛機場接趙小蘭,李蔚華想得非常周到,找了一位很小的時候從台灣來的警察一起前往,當日還

的深耕,在美國主流社區及各族裔族群中有很大聲譽,當晚邀請了美國前勞工部長、交通部長趙小蘭(Elaine Chao)親臨現場,與會的還有休士頓市長特納(Sylvester



傳統.文化.發展 祝福感恩

身在克城 着眼美國 展望世界 放飛思緒

等一群人帶著鮮花到機場去熱烈歡迎趙小蘭女士。當晚在慶典上:趙小蘭女士在致詞時對休斯敦國際貿易中心過去十年所取得的成就和現狀表示衷心的祝賀!她也提到自身的遭遇:八歲時隨父母移民美國,當時,不會講英語,生活條件極其困難,一家子人擠在一房一廳的小屋裡,受到各方面的種族歧視。她認為自己是亞裔美國人,也是真正的美國人,她喜歡這個公平、公正、民主、自由的國家。趙小蘭女士還非常自信地說,他認識李蔚華

主席已經超過25年,在她眼里李蔚華從來沒有失去信心和勇氣,勝不驕,敗不餒,不屈不撓地奮鬥,他憑著自身的努力獲得輝煌的成績,他是華人的驕傲!亞裔的驕傲!也是美國人的驕傲。看著在台上精神面貌正能量滿滿,有智慧的趙小蘭,我突然想到我從2004年第一次採訪她,後來也採訪了她幾次,她一次比一次精彩...慶功宴會上,休士頓特納市長在致詞時高度讚揚李蔚華先生領導休士頓國際區取得的重大成績及成果。他表示李蔚華先生以卓越的遠見,攜手共贏的理念,通過實力、努力和奮鬥,成功打造了媒體平台、經貿平台和金融平台,服務於多元民族、多元文化的大都市,是休士頓媒體界、經貿界、金融界叱咤風雲的領軍人物,是亞裔的領軍人物。Green,及席拉·傑克森·李也上台致詞,並送上褒揚狀和美國國旗。當晚「國際貿易中心」李蔚華主席也將「頂峰獎」(Zenith Award)授予趙小蘭部長,將「全球商業影響獎」(Global Impact Award Business)授予網絡技術 Phonoscope 公司的創始人 Lee Cook,將「全球社區服務影響獎」(Global Impact Award-Community Service)授予《休士頓紀事報》的發行人 Nancy Meyer。



我非佩服李蔚華,記得當日在接趙小蘭飛機的車上,我



國新聞》、《華盛頓新聞》、《芝加哥時報》、《亞特蘭大新聞》、《達拉斯時報》、《波士頓新聞》及英文《美亞新聞》和美南華語電視公司在內的美南報業傳播機構,任董事長。1984年榮獲全美杰出青年獎。曾被休斯敦市長任命為該市公共電視委員會委員,並被推選為休斯敦中華總商會主席。1992年入選《美國企業家名人錄》。李蔚華當之無愧是休斯敦名人。我把我在休斯敦做體育生意的朋友 Cyril White 先生介紹給李蔚華,兩人一談就碰撞出合作的火花,Cyril 在20年前,造了一個籃球館,現在是叔叔做了教會。Cyril 自1999年以來,曾與中國各地的體育聯合會和公司/團體合作,與許多前 NBA 球員的名人在中國開展各種項目,並參加中國的活動和項目,他到過中國55個城市,他熱愛中國,原本今年5月,如果不是疫情我也和他一起去中國參加 NBA 籃球明星賽。



1991年,蘇聯這個看似強大無比的畸形龐然大物,一夜之間轟然倒塌;那個時候,東方巨龍中國剛剛從那場對全民族傷筋動骨的慘痛浩劫里走出來,休養生息了十多個年頭,百廢待興;那個時候,是改革開放的發軔期,是中國的未來由朦朧走向清晰,由迷惑走向明朗的關鍵年代,封閉了差不多四十年的國門終於決然打開,並開始影響到大街小巷每一個人。國人開始以極大的好奇、熱情,以及骨子裏的才華,創造力,去觀察、對話和擁抱這個原來五彩斑斕的世界.....



人們明白:歷史像水一般的流淌,國家領導者能瞭解百姓生活冷暖,這是國家社會和諧進步的方向,因為有多少曾經以為是真理的東西被歷史和科學證明為謬誤,中國百姓經歷無數的苦難,現在百般珍惜已經過上的好日子。總之疫情讓我覺醒,人類需要重啓我們的認知,就像我這次在休斯敦看到的趙小蘭精神面貌,健康快樂,她的言行不知不覺吸引著我。



COVID-19 To G20

2022年11月15-16日,G20峰會在印度尼西亞的巴厘島舉行,這是世界領袖參加的會議,被媒體稱為「全球最大的經濟論壇」。面對當今疫情,俄烏戰爭,經濟增長乏力,通貨膨脹高企,能源危機,糧食短缺等一系列挑戰,G20也被視為是解決全球面臨的危機與風險的關鍵平台,而今年的G20是最困難的一次峰會。疫情和俄烏戰爭還在進行中。昨日一位山東朋友說他的家又被封了,他問我,每天要到樓底下一起排隊測試,是不是也很危險會被感染,這樣有沒有盡頭。我無語,因為我沒有在現場,沒有發言權。我只能用哥倫布的李兆良先生說的:打從1840年鴉片戰爭,中國走了180年艱辛的復興路。其勢猛,其速高,打破了西方的圍堵,污蔑,輕視,到他們意識到,已經無法遏制。21世紀必將是中國的世界。當然中國也經歷了無數運動,從1957年反右運動:中共中央發了一個指示叫做《關於整風運動的指示》,全國上下就有許多人被打成右派,打了四百多萬右派份子,其中最小的只有16歲。任何一場運動包括這次疫情清零也一樣,時間會給人民啓示,21世紀人類經濟科學已經一步一步發展到頂峰,人們追求的不就是平安健康快樂的生活嗎?



在伊利華報創刊 20 周年重大日子來臨之際,我衷心感謝長期支持華報生存和發展的各界朋友鼎力幫助并向大家祝福感恩節快樂!

Ellen 趙瓊
Rodin International Artist foundation
羅丹國際藝術家基金會

祝福伊利華報
造福華社
不斷進取
再創佳績

著名畫家陳逸飛油畫中的
妻子宋美英

宋美英祝賀好友浦瑛和
伊利華報創刊二十周年

美南集團董事長 李蔚華

孟子學院
Dr. Meng Academy
Math, STEM, Chinese Learning

完整的數學教育體系
一條龍高中升學輔導

恭賀
伊利華報
成立20周年!

孟子學院衷心祝賀
伊利華報
創刊二十周年!

詩人之名非朝夕
感恩惜福華報情
報慶人慶心同慶
社長艱忍新女性
風雪兩霜華報挺
報慶人慶讀者慶
無限敬佩人興奮

劉天擎祝福浦瑛社長
和伊利華報二十年慶



G20 中美元首會晤，十個很不尋常的細節！

毫無疑問，這是一次舉世矚目的會晤。世界幾乎所有重要媒體，都報道了這次中美元首的會晤。因為這次歷史性的會晤，歷時三個多鐘頭，至少“三個第一次”：這是中美元首三年來第一次面對面會晤；這是拜登總統執政後兩位領導人第一次面對面會晤；這也是中美各自完成今年國內重大議程後兩國最高領導人的第一次互動。中美的官方通報和新聞稿，我一大早又看了很多遍，真是別有一番感慨。外交無小事，細節很重要。至少10個值得銘記的細節吧。

細節一，會晤氣氛有三個關鍵詞。氣氛怎麼樣？看現場的視頻，兩人見面，微笑握手。似乎是為了表示某種親近，拜登還伸出了兩隻手，緊緊握住中國領導人的右手。然後，中國領導人引領拜登走入會場。如果我沒弄錯的話，這次會晤是應美國之約發起，拜登一行也特意來到了中方代表團的駐地。新華社的通稿則說，“兩國元首就中美關係中的戰略性問題以及重大全球和地區問題坦誠深入交換了看法。”通稿最後，還有這麼一句，“兩國元首都認為，會晤是深入坦誠和建設性的……”三個關鍵詞：坦誠、深入、建設性。這應該都有點外交辭令。個人的理解：坦誠，大家都不藏着掖着，深入，進行了充分討論；建設性，應該是取得了某些進展。看新華社通稿，拜登還很感慨地說了這樣一句話：我同習近平主席相識多年，保持着經常性溝通，但無論如何也代替不了面對面的會晤。祝賀你再次連任中共中央總書記……看來，對這場會晤，拜登確實是很期待的。

細節二，一上來就說“兩個不符合”。有些話，非常坦率。比如，開場講話中，中國領導人就說了這句話：“當前，中美關係面臨的局面不符合兩國和兩國人民根本利益，也不符合國際社會期待。”“兩個不符合”，怎麼辦？他的答案是：我們作為中美兩個大國的領導人，要起到把舵定向的作用，應該為兩國關係找到正確的發展方向，推動中美關係向上提陞……看視頻，他還說了一句很哲理性的話：政治家要思考和明確本國的發展方向，也要思考和明確同他國、同世界的相處之道。我注意到，CNN也全文引述了這句話，然後解讀這應該是意有所指，儘管拜登“已經在世界舞臺度過了半個世紀”。但這就是講話的藝術。不知道拜登聽明白了沒有？

細節三，誰不光明磊落？這句話，不容置疑，擲地有聲。根據新華社通稿，中國領導人向拜登介紹了二十大的主要情況和重要成果，指出，中國黨和政府的內外政策公開透明，戰略意圖光明磊落，保持高度連續性和穩定性。這段話，尤其是這個“光明磊落”，顯然是極有針對性。誰不夠光明磊落？誰在不斷抹黑中國？我就不多說了，你懂的。

不由想起不久前王毅和布林肯通電話。布林肯說，美方密切關注中共二十大。王毅當即對他說：美方如果真想瞭解中國，請認真研讀二



十大報告……美方不要再戴着有色眼鏡主觀臆測，更不要讓意識形態偏見蒙蔽雙眼。不知道布林肯等美國官員，是不是認真研讀了二十大報告？

細節四，這是中美第一條紅線。這段話，同樣不容置疑，也是世界各大媒體報道的重點。中國領導人明確告訴拜登：台灣問題是中國核心利益中的核心，是中美關係政治基礎中的基礎，是中美關係第一條不可逾越的紅線。請注意：是紅線，而且是第一條不可逾越的紅線。他接着對拜登說：解決台灣問題是中國人自己的事，是中國的內政……任何人想把台灣從中國分裂出去，都違背中國的民族大義，中國人民都絕不會答應！我們希望看到並始終致力於保持台海的和平穩定，但“台獨”同台海和平穩定水火不容。他並且明確提出了要求：希望美方將總統先生的承諾落到實處。什麼承諾？

總統先生多次講過不支持“台獨”，無意將台灣作為謀求對華競爭優勢或遏制中國的工



當地時間11月14日下午，國家主席習近平在印度尼西亞巴厘島同美國總統拜登舉行會晤。

習指出，中美兩國從接觸、建交走到今天，歷經50多年風風雨雨，有得有失，有經驗也有教訓。歷史是最好的教科書。我們應該以史為鑒，面向未來。當前，中美關係面臨的局面不符合兩國和兩國人民根本利益，也不符合國際社會期待。我們作為中美兩個大國的領導人，要起到把舵定向的作用，應該為兩國關係找到正確的發展方向，推動中美關係向上提陞。政治家要思考和明確本國的發展方向，也要思考和明

確同他國、同世界的相處之道。

習強調，當前，時代之變正以前所未有的方式展開，人類社會面臨前所未有的挑戰，世界站在十字路口。何去何從，我們關心，世界各國都關心。國際社會普遍期待中美處理好彼此關係。我們今天的會晤舉世矚目。我們應該同各國一道，為世界和平增強希望，為全球穩定增加信心，為共同發展增添動力。我願同總統先生就中美關係中的戰略性問題以及重大全球和地區問題一如既往地坦誠深入交換看法。我也期待同總統先生共同努力，推動中美關係重回健康穩定發展軌道，造福兩國，惠及世界。

具。那美國，你就不能說一套做一套。**細節五，從“寬廣的太平洋”到“寬廣的地球”。**看新華社通稿，就中美關係，中國領導人還說了這樣一段話。他說：世界正處於一個重大歷史轉折點，各國既需要面對前所未有的挑戰，也應該抓住前所未有的機遇。我們應該從這個高度看待和處理中美關係。

他接着說：中美關係不應該是你輸我贏、你興我衰的零和博弈，中美各自取得成功對彼此是機遇而非挑戰。寬廣的地球完全容得下中美各自發展、共同繁榮。雙方應該正確看待對方內外政策和戰略意圖，確立對話而非對抗、雙贏而非零和的交往基調。以前我們經常說，“寬廣的太平洋，容得下中美”，現在則是“寬廣的地球，容得下中美”。什麼是格局？這就是格局。有些人總是着眼于零和博弈，但我們更要抓住機遇。這麼大一個地球，中美完全可以各自發展、共同繁榮。不知道在座的美國官員，作何感想？

細節六，拜登又加碼了承諾。很有意思的一個互動，也是一個重大動向。看新華社通稿，中國領導人告訴拜登：我高度重視總統先生有關“四不一無意”的表態。確實，之前幾乎每次視頻會晤，拜登都把“四不一無意”挂在嘴邊，即：美國不尋求同中國打“新冷戰”，不尋求改變中國體制，不尋求通過強化同盟關係反對中國，不支持“台獨”，無意同中國發生衝突。既然美國挂在嘴邊，那我們自然要認真，所以，中國領導人說了，“我高度重視……”拜登啊拜登，要言而有信啊。拜登的反應呢？

反正看新華社通稿，可能拜登覺得“四不一無意”不夠了，又作出了更多的承諾，感覺可以稱為“五不四無意”，即在原來的基礎上，又增加了幾條：不支持“兩個中國”“一中一台”，無意尋求同中國“脫鉤”，無意阻撓中國經濟發展，無意圍堵中國。還是那句話，拜登啊拜登，既然是承諾，就不能言而無信啊。

細節七，中國不干涉美國內政。美方提出了“五不四無意”，中方呢？感覺也可歸納為“兩不一無意”，即中國領導人告訴拜登：中國從來不尋求改變現有國際秩序，不干涉美國內政，無意挑戰和取代美國。美國你放心，這就是我們的相處之道。尤其是中國“不干涉美國內政”，讀來還真是別有感慨。美國啊美國，中國跟你們不一樣，己所不欲勿施於人。當然，中國領導人還有一句話，非常重要。他告訴拜登：

雙方應該堅持相互尊重、和平共處、合作共贏，共同確保中美關係沿着正確航向前行，不偏航、不失速，更不能相撞。遵守國際關係基本準則和中美三個聯合公報，這是雙方管控矛盾

分歧、防止對抗衝突的關鍵，也是中美關係最重要的防護和安全網。

什麼是最重要防護和安全網？那就是遵守國際關係基本準則和中美三個聯合公報。別整那些花里胡哨的，這才是關鍵。**細節八，什麼是真正的競爭？**這是很意味深長的一段話。美國領導人整天講，要和中國競爭。在上



月美國發佈的國家戰略安全報告中，美國政府更是認定中國是“美國最重要的地緣政治挑戰”，並稱中國是“唯一一個既有重塑國際秩序的意圖，又有經濟、外交、軍事和技術實力來推進這一目標的競爭對手”。但顯然是污蔑，所以，我們提出了有針對性的“兩不一無意”。那什麼是真正的競爭？中國領導人告訴拜登：任何時候世界都有競爭，但競爭應該是相互借鑒，你追我趕，共同進步，而不是你輸我贏、你死我活。這應該是極具針對性的，因為美國政客現在所鼓吹的，更多是後者。但即便是後者，中國怕了嗎？不怕。所以，中國領導人還有接下來這句話：

中國有自強不息的光榮傳統，一切打壓和遏制只會激發中國人民的意志和熱情。打貿易戰、科技戰，人為“築牆設壘”，強推“脫鉤斷鏈”，完全違反市場經濟原則，破壞國際貿易規則，只



會損人不利己……

或許，正是這樣嚴正的表態，就有了拜登增加的承諾，“四個無意”中的三個無意：美國無意尋求同中國“脫鉤”，美國無意阻撓中國經濟發展，無意圍堵中國。對於美國的承諾，我們還是觀其言看其行吧。

細節九，烏克蘭危機三條啓示。前兩次視頻會晤，兩人都談到了烏克蘭危機。沒辦法，戰火熊熊，生靈塗炭，影響深遠。這次在巴厘島，中國領導人談了很多。他說：危機爆發後，我就提出了“四個應該”，前不久我又提出“四個共同”。面對烏克蘭危機這樣的全球性、複合性危機，有這麼幾條值得認真思考：一是衝突戰爭沒有贏家；二是複雜問題沒有簡單解決辦法；三是大國對抗必須避免。

這三條啓示，確實很值得思考。他並且告訴拜登：中方始終站在和平的一邊，將繼續勸和促談，支持並期待俄烏雙方恢復和談，同時希望美國、北約、歐盟同俄羅斯開展全面對話。美國特別看重的，還有中方的表態，如中方強調開展對話談判，和平解決危機是當務之急，核武器用不得，核戰爭打不得，應防止亞歐大陸出現核危機等。記得此前的一次視頻通話中，就烏克蘭危機，中國領導人引用了兩句中國老話，一句是“一個巴掌拍不響”，另一句是“解鈴還須系鈴人”。很形象，也很妥帖，應該也不僅僅只指俄羅斯和烏克蘭。不知道拜登聽懂了沒有？

細節十，成果其實也不少。這是歷史性的會晤，成果還是不少的。根據新華社通稿，兩國元首同意了不少事情，包括：

1. 同意雙方外交團隊保持戰略溝通，開展經常性磋商；
2. 同意兩國財金團隊就宏觀經濟政策、經貿等問題開展對話協調；
3. 同意共同努力推動《聯合國氣候變化框架公約》第二十七次締約方大會取得成功；
4. 同意雙方就開展兩國公共衛生、農業和糧食安全對話合作達成一致；
5. 同意用好中美聯合工作組，推動解決更多具體問題；
6. 同意中美人文交流十分重要，鼓勵擴大兩國各領域人員交往；
7. 責成兩國工作團隊及時跟進和落實兩國元首達成的重要共識；
8. 責成兩國工作團隊採取切實行動，推動中美關係重返穩定發展軌道；
9. 同意繼續保持經常性聯繫……當然，別忘了，還有拜登的一系列承諾。而美國方面隨後就宣佈，美國國務卿布林肯將訪問中國。最後，不想多說什麼了。

這次會晤，全世界高度關注。看了一下，對於會晤結果，國際輿論普遍高度評價，並認為會對中美關係產生深遠影響。與以前一樣，這一系列細節中，我們可以看到，什麼是大擔當，什麼是大格局，什麼是大情懷，當然，還有折冲樽俎的外交風雲和人格魅力。不由想起以前與拜登的視頻會晤，中國領導人對拜登講過的一些擲地有聲的話。

歷史是公正的，一個政治家的所作所為，無論是非功過，歷史都要記上一筆。中國講究言必信、行必果，說了就要做到，做不到就不要說。比口號，更要比行動……

今天的中國，確實不是以前的中國了。世界正處於一個重大歷史轉折點。但我們更要看到，世界既不太平也不安寧，美國人一方面各種承諾，另一方面還在不斷搞事。我們怎麼辦？我總覺得，我們還是要淡定和自信，淡定看待風雲變幻，自信時與勢在我們這一邊。領導人之前就說過，依靠頑強鬥爭打開事業發展新天地，最根本的是要把我們自己的事情做好。中國發展到這個地步，只要做好自己的事情，上下同心，何懼之有？中國人的自信，美國人也看在眼里。這次巴厘島會晤後，CNN最新的一篇報道，有一句話就引述“美國高級官員”的感嘆和預期：“他們（中國人）在世界舞臺上更加自信了”……這個世界，確實變了。

建設宜居宜業和美鄉村



11月15日出版的《人民日報》,刊發胡春華署名文章《建設宜居宜業和美鄉村》。全文如下。

習近平總書記在黨的二十大報告中提出“全面推進鄉村振興”,強調“建設宜居宜業和美鄉村”。這是以習近平同志為核心的黨中央統籌國內國際兩個大局,堅持以中國式現代化全面推進中華民族偉大復興,對正確處理好工農城鄉關係作出的重大戰略部署,必將為新時代新征

一、深刻認識建設宜居宜業和美鄉村的重大意義

我們黨高度重視鄉村建設,黨的十六屆五中全會提出“生產發展、生活寬裕、鄉風文明、村容整潔、管理民主”的社會主義新農村建設目標和任務,黨的十九屆五中全會提出“產業興旺、生態宜居、鄉風文明、治理有效、生活富裕”的實施鄉村振興戰略總要求。黨的十九屆五中全會提出實施鄉村建設行動,強調把鄉村建設擺在社會主義現代化建設的重要位置。黨的二十大進一步提出“建設宜居宜業和美鄉村”。這一以貫之地體現了我們黨對鄉村建設規律的深刻把握,充分反映了億萬農民對建設美麗家園、過上美好生活的願景和期盼。新時代新征

程全面推進鄉村振興、加快農業農村現代化指明前進方向。

(一)建設宜居宜業和美鄉村是全面建設社會主義現代化國家的重要內容。習近平總書記強調,全面建設社會主義現代化國家,實現中華民族偉大復興,最艱巨最繁重的任務依然在農村,最廣泛最深厚的基礎依然在農村。當前,與快速推進的工業化、城鎮化相比,農業農村發展步伐還跟不上,城鄉發展不平衡、鄉村發展不充分仍是社會主要矛盾的集中體現。實施鄉村振興戰略,是關係全面建設社會主義現代化國家的全局性、歷史性任務。新時代新征

程,要以全面建成小康社會為新起點,做好全面推進鄉村振興這篇大文章,補上“三農”短板,夯實“三農”基礎,促進農業全面升級、農村全面進步、農民全面發展,建設宜居宜業和美鄉村。這是農業農村發展新的歷史方位,也是“三農”工作新的歷史使命。

(二)建設宜居宜業和美鄉村是讓農民就地過上現代生活的迫切需要。習近平總書記強調,要牢記億萬農民對革命、建設、改革作出的巨大貢獻,把鄉村建設好,讓億萬農民有更多獲得感。這些年,農村生產生活條件已有很大改善,鄉村面貌發生煥然一新的變化。農村不是凋敝落後的代名詞,完全可以與城鎮一樣,建設成為現代生活的重要承載地。2021年,我國農村戶籍人口7.6億人、常住人口4.98億人,未來即便是城鎮化率達到70%以上,還將有數億人生活在農村,他們與城鎮居民一樣,也向住在居住地就能過上現代生活。要順應農民群眾對美好生活的向往,通過堅持不懈地推進宜居宜業和美鄉村建設,持續提高農村生活質量,縮小城鄉發展差距,努力將農村打造成農民就地過上現代生活的幸福家園。

(三)建設宜居宜業和美鄉村是煥發鄉村文明新氣象的內在要求。習近平總書記強調,農村是我國傳統文明的發源地,鄉土文化的根不能斷,農村不能成為荒蕪的農村、留守的農村、記憶中的故園。農村優秀傳統文化是我國農耕文明曾長期領先於世界的重要基因密碼,也是新時代提振農村精氣神的寶貴精神財富。在城鎮化和市場經濟的衝擊下,一些優秀傳統鄉土文化逐漸衰落凋零,一些各具特色的傳統村落正在加速消失,農村高價彩禮、人情攀比、封建迷信、厚葬薄養、鋪張浪費等陳規陋習亟待糾正治理。推進宜居宜業和美鄉村建設,必須堅持物質文明和精神文明一起抓,把我國農耕文明優秀遺產和現代文明要素結合起來,賦予新的時代內涵,讓我國歷史悠久的農耕文明在新時代展現其魅力和風采,進一步改善農民精神面貌,提高鄉村社會文明程度。

二、準確把握建設宜居宜業和美鄉村的基本內涵

建設宜居宜業和美鄉村,其目標任務是全方位、多層次的,涉及農村生產生活生態各個方面,涵蓋物質文明和精神文明各個領域,既包括“物”的現代化,也包括“人”的現代化,還包括鄉村治理體系和治理能力的現代化,內涵十分豐富,總體上要把握好以下要求。

(一)農村要逐步基本具備現代生活條件。現在農村生活條件已有很大改善,但離基本具備現代生活條件的要求還有不小的差距。農村道路、供水、能源、通訊等公共基礎設施還不健全,廁所、垃圾污水處理、村容村貌等人居環境條件還需持續改善,教育、醫療衛生、養老托幼等基本公共服務水平有待提高。需要緊緊圍繞逐步使農村基本具備現代生活條件這一目標,努力實現:農村基本生活設施不斷完善。鄉村水電路氣信和物流等生活基礎設施基本配套完備,農村住房建設質量穩步提高,生產生活便利化程度進一步提高。農村基本公共服務公平可及。全民覆蓋、普惠共享、城鄉一體的基本公共服務體系逐步健全,城鄉基本公共服務均等化紮實推進,教育、醫療、養老等公共服務資源縣鄉村統籌配置、合理佈局,農村基本公共服務水平不斷提高。農村環境生態宜居。農村人居環境持續改善,衛生廁所進一步普及,生活垃圾和污水得到有效處理,農村生態環境逐步好轉,綠色生產生活方式深入人心。鄉村面貌各具特色。村莊風貌突出鄉土特徵,文化特質、地域特點,既個性鮮明、富有特色又功能完備,設施完善,保留鄉風鄉韻、鄉景鄉味,留得住青山綠水,記得住鄉

愁。

(二)農村要創造更多農民就地就近就業機會。現在越來越多農民選擇離土不離鄉,在縣域內就近就地就業。2021年農民工監測調查報告顯示,有1.62億農民工在縣域內就業,佔全國2.93億農民工總數的55%。需要全面拓寬鄉村發展空間,增加縣域就業容量,帶動更多農民實現就地就近就業增收,努力實現:鄉村就業更加充分。農業多種功能、鄉村多元價值得到有效開發,鄉村產業發展提供更多就近、穩定的就業崗位,農村勞動力穩定外出務工就業,農民生產經營能力、就業技能和質量顯著提高。農民增收渠道更加多元。農民增收长效机制進一步健全,農民生活水平不斷提高,城鄉居民收入差距逐步縮小。鄉村發展空間更加廣闊。農村營商環境顯著改善,政策支持和服務保障不斷強化,各類人才留鄉返鄉入鄉就業創業,成為帶動鄉村發展的主力軍。

(三)農村要保持積極向上的文明風尚和安定祥和的社會環境。鄉村不僅要塑形,更要鑄魂,不僅要“富口袋”,更要“富腦袋”。鄉村振興不能僅盯着經濟發展和物質生活改善,忽視鄉村治理和農村精神文明建設。需要在加強“硬件”建設的同時,更加注重在滋潤人心、德化人心、凝聚人心的“軟件”上下功夫,努力實現:鄉村治理效能顯著加強。

農村基層黨組織進一步抓實建強,黨組織領導下自治、法治、德治相結合的鄉村

胡春華

鄉村進行了全面部署,提出了明確要求。要從政治高度和全局高度,抓緊抓好重點任務落實落地,推動宜居宜業和美鄉村不斷取得新進展新成效。

(一)構建現代鄉村產業體系。產業是發展的根基。鄉村“五大振興”,產業振興是第一位的。只有產業興旺了,才能讓農業經營有效益、成為有奔頭的產業,才能讓農民增收致富,成為有吸引力的職業,才能讓農村留得住人、成為安居樂業的美麗家園。要做大做強種養業。始終紮緊糧食安全這根弦,大力推進農業強國建設,全面落實好藏糧于地、藏糧于技戰略,不斷提高糧食和重要農產品供給保障水平。要促進農村一二三產業融合發展。依託農業農村資源,發展鄉村二三產業,延長產業鏈、提升價值鏈,推動鄉村產業發展向深度和廣度進軍,提高質量效益和市場競爭力。要樹立帶動農民就業、促進農民增收的發展導向。立足整個縣域統籌規劃產業發展,充分發揮各類產業園區帶動作用,科學佈局生產、加工、銷售、消費等環節,把產業增值環節更多留在農村,增值收益更多留給農民。要完善聯農帶農機制。正確把握工商資本在發展鄉村產業中的作用定位,設置好“紅綠燈”,加強全過程監管,引導工商資本發揮自身優勢,形成與農戶產業鏈上優勢互補、分工合作的格局,帶動農民致富增收。

(二)鞏固拓展脫貧攻堅成果。鞏固脫貧成果是鄉村振興的前提,不僅要鞏固下來,還要有進一步的發展,讓脫貧群眾生活

提陸、農產品倉儲保鮮和冷鏈物流、防汛抗旱、數字鄉村等設施建設,優先安排既方便生活又促進生產的建設項目。要堅持不懈改善農村人居環境。因地制宜推進農村改廁、生活垃圾處理和生活污水治理,深入推進村莊綠化美化亮化。

立足鄉土特徵、地域特點和民族特色,提陸村莊風貌,注重保護傳統村落和特色民居,傳承好歷史記憶,把挖掘原生態村居風貌和引入現代元素結合起來,打造各具特色的現代版“富春山居圖”,防止機械照搬城鎮建設那一套,搞得城不像城、村不像村。

要促進農村基本公共服務提質增效。加快填平補齊農村教育、醫療衛生、社會保障、養老托育等基本公共服務短板,不斷提高服務能力和服務水平。適應農村人口結構和社會形態變化,加大縣鄉村公共服務資源投入和統籌配置力度,推動形成縣鄉村功能銜接互補、分級解決不同問題的一體化發展格局,促進縣域內基本公共服務體系持續健康發展。

需要強調的是,鄉村建設主要是解決“有新房沒新村、有新村沒新貌”問題,不是要另起爐灶搞新村建設,更不能違背農民意願搞大規模村莊撤並、趕農民上樓。

(四)加強和改進鄉村治理。鄉村治理事關黨在農村的執政根基和農村社會穩定安寧。必須以保障和改善農民民生為優先方向,樹立系統治理、依法治理、綜合治理、源頭治理的理念,不斷提高鄉村治理體系和治理能力的現代化水平。要發揮農村基層黨組織在鄉村治理中的領導作用。堅定不移地加強農村基層黨組織建設,全面提陸農村基層黨組織的組織力、凝聚力、戰鬥力。旗幟鮮明地堅持和加強基層黨組織對各類鄉村組織的領導,健全黨組織領導的鄉村治理體系,派強用好駐村第一書記和工作隊,把群眾緊密團結在黨的周圍。

要健全縣鄉村三級治理體系功能。牢固樹立大抓基層的工作導向,推動治理重心下移、資源下沉,發揮縣級在鄉村治理中領導指揮和統籌協調作用,強化縣級黨委抓鄉促村職責。整合鄉鎮審批、服務、執法等各方面力量,提高為農服務能力。更好發揮村級組織基礎作用,增強村級組織聯繫群眾、服務群眾能力。要創新鄉村治理方式方法。綜合運用傳統治理資源和現代治理手段,推廣應用積分制、清單制、數字化等治理方式,推行鄉村網格化管理、數字化賦能、精細化服務。

(五)加強農村精神文明建設。農村精神文明建設相對城市滯後,主要在於適應農民群眾特點的載體平台少。要創新農村精神文明建設的工作方法。積極探索統籌推進城鄉精神文明融合發展的具體方式,大力弘揚和踐行社會主義核心價值觀,加強農民思想教育和引導,有效發揮村規民約、家教家風作用,培育文明鄉風、良好家風、淳樸民風。要加強農村公共文化陣地建設。結合農村受眾和對象,增加更多具有農耕農趣風味、充滿正能量、形式多樣接地气、深受農民歡迎的文化產品供給。要深入推動農村移風易俗。明確頂層設計和系統謀劃,找準實際推動的具體抓手和載體,劃清傳統禮俗和陳規陋習的界限,旗幟鮮明地反對天价彩禮、反對鋪張浪費、反對婚喪大操大辦、抵制封建迷信,引導農民群眾改變陳規陋習,樹立文明新風。

(六)加快縣域城鄉融合發展。與大中城市相比,在縣域範圍內打破城鄉分割格局,率先實現城鄉融合發展,成本更低、更具現實可行性。要推動形成縣鄉村統籌發展的格局。賦予縣級更多資源整合使用的自主權,加大縣鄉村統籌發展力度,強化產業、基礎設施、公共服務等縣域內統籌佈局,持續推進縣域內城鄉要素配置合理化、城鄉公共服務均等化、城鄉產業發展融合化。要加快建立健全城鄉融合發展體制機制和政策體系。加強統籌謀劃和頂層設計,推動在縣域內基本實現城鄉一體的就業、教育、醫療、養老、住房等政策體系,逐步在縣域內打破城鄉的界限,淡化市民農民概念,推動形成農民在工農之間自主選擇、自由轉換,在城鄉之間雙向流動、進退有據的生產生活形態,把縣域打造成連接工農、融閤城鄉的重要紐帶。

(七)健全宜居宜業和美鄉村建設推進機制。建設宜居宜業和美鄉村是一項長期任務,系統工程,必須穩扎穩打、久久為功,一年接著一年干、一件接著一件抓,不可一蹴而就、急于求成。要堅持鄉村建設為農民而建。堅持數量服從質量、進度服從實效,求好不求快,真正把好事辦好、實事辦實,讓農民群眾在全面推進鄉村振興中有更多獲得感、幸福感、安全感。要建立健全自上而下、村民自治、農民參與的實施機制。充分發揮農民主體作用,更好發揮政府作用,政府要切實提供好基本公共服務,做好規劃引導、政策支持、公共設施建設等,農民應該幹的事、能幹的事就交給農民去干,健全農民參與規劃建設和運行管護的機制。要切實加強和改進工作作風。

我國農村地域遼闊,各地情況千差萬別,社會風俗習慣不同,再加上農村工作直接為農民服務,隨時接受農民檢驗,來不得半點虛假。必須從實際出發,求真務實、尊重規律,緊密結合實際謀劃和推進,堅決防止和反對各種形式主義、官僚主義,堅定維護農民物質利益和民主權利,以優良作風全面推進鄉村振興。

建設宜居宜業和美鄉村意義重大、任務艱巨。要更加緊密地團結在以習近平同志為核心的黨中央周圍,進一步學懂弄通做實習近平新時代中國特色社會主義思想,深刻領悟“兩個確立”的決定性意義,堅定不移維護習近平同志黨中央的核心、全黨的核心地位,不斷增強政治判斷力、政治領悟力、政治執行力,進一步強化做好新時代新征

程的使命感責任感緊迫感,真抓實幹、埋頭苦幹,奮力開創全面推進鄉村振興新局面,為全面建設社會主義現代化國家、實現中華民族偉大復興作出新的歷史貢獻。——END——

來源:《人民日報》編輯:紀海濤 / 審稿:王運實



治理體系不斷健全,鄉村善治水平顯著提高。鄉風文明程度明顯提陸。社會主義核心價值觀深入人心,優秀傳統文化繁榮發展,農村移風易俗取得紮實進展,農民精神面貌全面振提,良好社會風尚蔚然成風。農村社會保持穩定安寧。農村各類矛盾糾紛有效化解,平安鄉村建設紮實推進,農村社會環境始終保持穩定。

(四)城市和鄉村要各美其美、協調發展。現代化進程中城的比重上升,鄉的比重下降是客觀規律,但城鄉將長期共生並存也是客觀規律。需要強化以工補農、以城帶鄉,加快形成工農互促、城鄉互補、協調發展、共同繁榮的新型工農城鄉關係,努力實現:農民在城鄉之間可進可退、自由流動。農業轉移人口市民化紮實推進,城市基本公共服務逐步向常住人口全覆蓋,進城落戶農民的土地承包經營權、宅基地使用權和集體收益分配權得到有效保護。城鄉融合發展體制機制更加完善。城鄉要素自由流動制度性通道基本打通,城鄉發展差距和居民生活水平差距不斷縮小,以縣城為重要載體的城鎮化紮實推進,縣域城鄉融合發展取得顯著進展。

三、建設宜居宜業和美鄉村的重點任務

黨的二十大報告對建設宜居宜業和美

更上一層樓。要牢牢守住不發生規模性返貧的底線。強化防止返貧監測幫扶機制落實,及時發現、及時預警、及時干預,把風險消除在萌芽狀態,防止出現整鄉鎮返貧,切實維護和鞏固脫貧攻堅的偉大成就。要更多依靠發展來鞏固拓展脫貧攻堅成果。把增加脫貧群眾收入作為根本措施,把促進脫貧縣加快發展作為主攻方向,統籌整合各類資源補短板,促進發展,確保兜底保障水平穩步提高,確保“三保障”和飲水安全水平持續鞏固提陸,不斷縮小收入差距、發展差距。要健全農村低收入人口和欠發達地區常態化長效化幫扶機制。健全完善農村社會保障制度,強化救助資源整合,實施分層分類幫扶救助,築牢兜底保障網,提高農村低收入人口抗風險能力。加大對鄉村振興重點幫扶縣等欠發達地區支持力度,健全支持政策體系,形成相互促進、優勢互補、共同發展的區域發展新格局。

(三)紮實穩妥實施鄉村建設行動。以滿足農民群眾美好生活需要為引領,重點加強善後性、基礎性、兜底性民生建設。要推進農村基礎設施現代化建設。繼續把公共基礎設施建設的重點放在農村,統籌推進城鄉基礎設施規劃建設,紮實推進農村道路、供水保障、清潔能源、農房質量安全

《五言.月食》

2022年11月8日(壬寅十月十五)凌晨逢月全食,謂千年一遇之天象。

初冬冰壺月,蒼色照山川。拂曉天狗出,昏夜倦客眠。不為催圓缺,皆因促翻聯。乞鄉總是夢,夢醒淚漣漣。

注:天狗~古人认为“月食”为天狗吞月。圓缺~宋苏东坡《水调歌头》词:“人有悲欢离合,月有阴晴圆缺。”句。翻聯~展翅共飞。乞乡~旧时官吏求调往故乡任职。此指向往故乡。

2022年11月8日于维罗纳自寓



《七言.小岗》

小岗登临需三休,望眼无处不伤秋。唯见傲立松柏在,越经凌寒枝越稠。

注:三休~休息三次。汉贾谊《新书退让》:“翟王使使至楚,楚王欲夸之,故飨客于章华之台上。上者三休而乃至其上。”后因以“三休”为登高之典。

2022年11月9日于维罗纳东山小岗

十一月第二周詩詞數首

海老 KK

《南乡子.小院荒秽》

小院气初凉,只剩茼蒿一枝香。葱蒜韭柿瓜薯叶,枯黄!丛残围圃已秽荒。

人生总迷茫,算来都是梦一场。不如草木虽秋衰,经霜!来年又是花芬芳。

注:茼蒿~俗称“蓬蒿”。菊科。一二年生草本,高达1米。茎直立,柔软。叶倒卵形。花黄色或白色。原产中国,南北各地都有栽培。嫩茎叶有香气,可作蔬菜。围圃~指围起来种植的地方。

2022年11月10日于维罗纳自寓

《五言.冬雨》

西风吹寒雨,小院衰残枝。阁中半醉人,纸上几句诗。

注:衰~读 cui。唐 贺知章《回乡偶书》有句:“少小离家老大回,乡音无改鬓毛衰。”

2022年11月11日于维罗纳自寓

《行香子.庀年》

初更已尽,寒雨仍霖。银屏里,满是凶讯。庀年乱世,僂声器音。

2022年11月13日于维罗纳自寓

鼠亦无皮,人无义,权无禁。

几篇侷诗,卑微谁信。倒不如,摺开烦心。整点蔬荤,玩个刀砧。烫一壶酒,一只杯,一个斟。

注:庀年~庀,读 e。遭厄运的年岁。僂声~仅依耳闻,不察实情。器音~喧嚣之音,噪音。鼠亦无皮~《诗经 邶风 相鼠》:“相鼠有皮,人而无仪;人而无仪,不死何为?相鼠有齿,人而无止;人而无止,不死何俟?相鼠有体,人而无礼,人而无礼,胡不遘死?”原意是,有些人还不如一只老鼠,此说现在的老鼠也跟人一样不堪了。侷诗~辞意诡异,语调激切的诗。《荀子.赋》:“天下不治,请陈侷诗。”杨倞注:“荀卿请陈侷异激切之诗,言天下不治之意也。”也指荀况的侷诗。刀砧~刀和砧板。

2022年11月12日于维罗纳自寓

《七言.无题》

连日寒雨降温,终至零下。

强捺闲心望前山,了无逸兴赏秋阡。村头云动乱飞鸟,江上风起少渔船。世间满眼离乱事,纸上方寸奈何天。酒酣乡梦梦不消,繆悠荒唐又一年。

注:秋阡~秋天的阡陌。闲心~作约束心思解,非悠闲之心。繆悠~虚妄不实。

2022年11月13日于维罗纳自寓

《七言.入冬时事有感》

西风已无回转意,松柏尚有傲霜枝。满地黄叶埋幽径,拘宜翔集举色斯。



注:拘~读 gou,遮掩的意思。翔集~群鸟飞巡。色斯~《论语 乡党》:“色斯举矣,翔而后集。”何晏集解引马融曰:“见颜色不善则去之。”后以“色斯”指远遁以避世。《论语 乡党》是历来众说最难解的一章。此再举朱熹的解释“色斯举矣,翔而后集”说:“言鸟见人之颜色不善,则飞去,迴翔审视而不止。)我取“避世”说。

2022年11月14日于维罗纳自寓

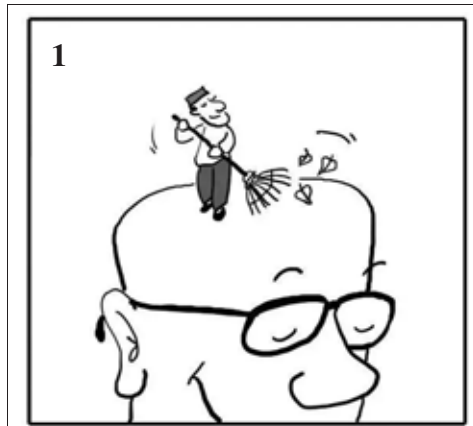


匹茲堡華人老朽 海老 KK

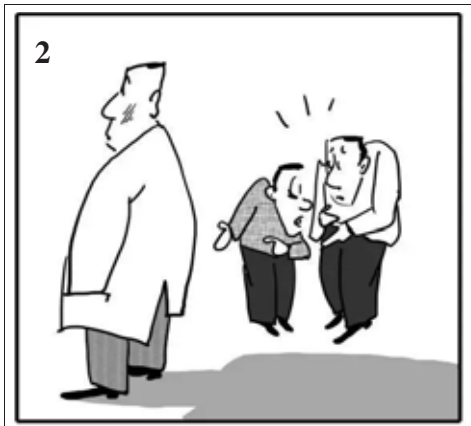
這 12 幅漫畫,值得一看!

山水寫意,漫畫傳神。一幅簡簡單單的漫畫,寥寥幾筆之間,就能刻畫出許許多多的人生道理。這 12 幅漫畫,蘊含着 12 個深刻的道理,值得收藏!一幅漫畫,一種人生。它在扎

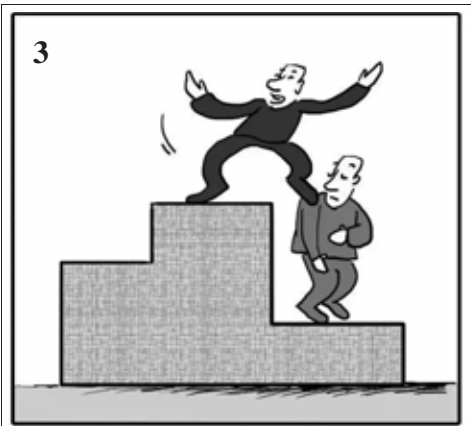
心的同時,卻也告訴了我們許多想說卻沒說出口的道理。願我們都能看懂漫畫里的世界,然後,開心地去過好每一天的生活!



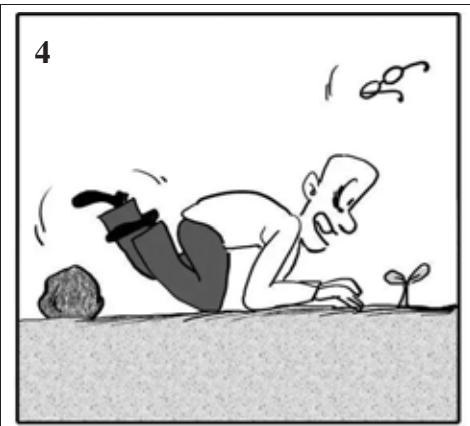
健忘是一種病態,善忘是一種境界。感悟:人生煩惱就 12 個字:放不下、想不開、看不透、忘不了。願我們都能做到,過去的,別再遺憾;未來的,無須憂慮;現在的,加倍珍惜。



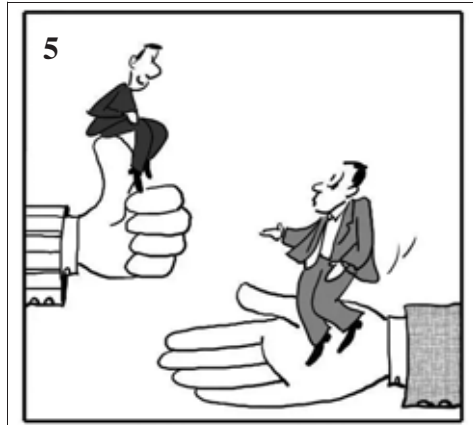
不責人之過,不揭人隱私,不念人舊惡。感悟:不要活得太通透,有時糊塗一點更好。等你經歷多了,就看開了;等你看得開了,就放下了。人生起起落落,生活跌跌撞撞,別為往事擾,餘生別將就。



不要太樂觀,也不要太悲觀。因為我們本來什麼都沒有,多的就是賺到,少的只是時候未到。感悟:你從 80 樓往下看,全是美景,但你從 2 樓往下看,全是垃圾。人若沒有高度,看到的全是問題。人若沒有格局,看到的全是雞毛蒜皮。所以,做人,心寬最要緊。



一個快樂的失敗者,本身就是另一個勝利者。感悟:生活有苦有甜,才叫完整;愛情有鬧有和,才叫情趣;心情有悲有喜,才叫體會;日子有陰有晴,才叫自然;聯繫時有時無,才叫珍貴。以樂觀之心看日子,天天都很好。



埋怨別人,天昏地暗;改變自己,風和日麗。感悟:與其埋怨世界,不如改變自己。管好自己,做好自己的事,比什麼都強。人生無完美,曲折亦風景。



活著一天,就是福氣,就該珍惜。感悟:快樂與否,取決於我們計較的多少,傷心與否,取決於我們在意的多少。活著一天,就要攢夠一天的幸福。



當你快樂時,你要想,快樂不是永恆的;當你痛苦時,你要想,痛苦也不是永恆的。感悟:把眼淚留給最疼你的人,把微笑留給傷你最深的人。人在悲傷的時候,不管聽多少歡樂的曲子,都會止不住流淚。在漫長的人生里,我們不要害怕未知,不要憂慮過去,微笑着去等待,做最好的你。



要有光,太陽的光是不夠的,還要有心靈的光。感悟:在我們的靈魂中,住着惡與善,勤與懶,它們相互撕扯,互相爭鬥,誰佔了上峰,我們就變了誰的樣子。願我們都始終心向陽光,心懷善良。



自己不曾擁有,卻快樂地欣賞別人的擁有。這就是樂觀。感悟:什麼是欣賞?欣賞是樂別人所樂,善於為他人鼓掌。我們在肯定自己的同時,更要有欣賞別人的能力,這才是真正的豁達。



好心態來自三個地方:助人為樂,知足常樂,自得其樂。感悟:心中沒有過分的貪求,自然苦就少;口里不說多餘的話,自然禍就少;腹內的食物能減少,自然病就少;思緒中沒有過分欲,自然愛就少。大悲是無淚的,同樣大悟無言。緣來儘量要惜,緣盡就放。人生本來就空,對人家笑笑,對自己笑笑,笑着看天下,看日出日落,花謝花開。



快樂可依靠幻想,幸福卻要靠實際。感悟:一個人最起碼要具備兩種能力,對未來充滿幻想,對現實腳踏實際。活在當下的人,會過得安心;幻想未來的人,會活得悻悻。



當一個人什麼都不缺的時候,健康就成爲他最重要的東西。感悟:疾病是最好的雞湯,怕死是最好的雞血,而死亡,是最精準的教育。人到中年,唯一輪不起的,是健康。

2022 杭州國際人才交流與項目合作大會開幕

本報杭州11月12日訊(記者劉樂平 劉健)12日上午,2022杭州國際人才交流與項目合作大會開幕。全國人大常委會副委員長、民盟中央主席、歐美同學會會長丁仲禮致辭,省委書記、省人大常委會主任袁家軍宣佈開幕。



丁仲禮在致辭時指出,習近平總書記在中共二十大報告中把“實施科教興國戰略,強化現代化建設人才支撐”擺在前所未有的突出位置,為新征程上推進人才工作高質量發展指明瞭前進方向,提供了重要遵循。廣大留學人員作為人才生力軍,理應走在前面,作出表率。浙江是習近平新時代中國特色社會主義思想重要萌發地,在這片創新創業創造的熱土上,歐美同學會持續搭建了一系列留學人才工作的載體平台。我們將持續引導廣大留學人員進一步走進浙江、瞭解浙江、貢獻浙江,為浙江高質量發展建設共同富裕示範區、加快打造世界重要人才中心和創新高地的戰略支點集歐美同學會和留學人員的智慧力量。浙江省留學人員要學習好、宣傳好浙江沿着習近平總書記親自擘畫實施的“八八戰略”,干在實處、走在前列、勇立潮頭的輝煌歷程,作為向世界講好中國共產黨故事的生動案例,作為講好中國人民故事的經典案例,作為講好中國與世界合作共贏故事的精彩案例,通過浙江這個重要的窗口讓世界更好地瞭解中國。相信廣大留學人員一定能在浙江搶抓更多機遇,成就遠大夢想,在推進中國式現代化的火熱實踐中留下踏實精彩的奮鬥足跡。

劉捷致辭,王成爲杭州城西科創大走廊高層次人才綜合服務中心、杭州技術轉移轉化中心授牌,陳奕君、高興夫、李火林、馬衛光、任少波出席開幕式,劉忻主持。

中國科學院副院長、中國科學院大學黨委書記、校長李樹深,加拿大工程院院士、西湖大學講席教授薩萬作爲嘉賓代表發言。

開幕式現場發佈了《杭州市構建科技成果轉移轉化首選地實施方案(2022-2026)》《杭州國際人才吸引力報告》及“杭州人才科創數智平台”。

本屆大會以“開放、合作、創新、創業”爲主題,將舉辦中國留學生論壇、“揭榜掛帥·全球引才”科洽會、“創客天下”大賽總決賽、鄉村人才振興促進共富大會等30余場系列活動。

據悉,大會由中共浙江省委、浙江省人民政府、歐美同學會主辦,中共浙江省委組織部、浙江省人力資源和社會保障廳、中共杭州市委、杭州市人民政府承辦。

功以才成,業由才廣。11月12日,由中共浙江省委、浙江省人民政府、歐美同學會(中國留學人員聯誼會)主辦的2022杭州國際人才交流與項目合作大會盛大開幕,來自27個國家(地區)的7100余名海內外人士齊聚錢塘江畔,共襄盛會。美麗杭州再次聚焦全球目光,成爲“磁吸”海內外高層次人才的主陣地。

不拒衆流,方爲江海,這是一句城市廣納群賢的寬闊胸襟和非凡氣度。自2009年,杭州已連續14年成功舉辦國際人才交流與項目合作大會。過往13屆大會累計吸引58個國家(地區)5970名海內外人才攜5900多個項目來杭參會,累計簽約項目近2000個,簽約金額超380億元,爲杭州乃至全省廣聚天下英才,推動經濟社會發展作出積極貢獻。

科技是第一生產力、人才是第一資源、創新是第一動力。本次大會以“深入學習貫徹黨的二十大精神和習近平總書記關於做好新時代人才工作的重要思想,奮力打造創新創業新天堂,加快建設世界重要人才中心和創新高地戰略支點”爲主題,圍繞打造全球人才蓄水池、構建科技成果轉移轉化首選地、助推實體經濟發展等戰略部署,精心策劃展會、論壇、項目推廣和人才交流等多種類型的活動。

創新成果展吸睛無數,人才項目對接火熱、創客大賽“神仙打架”……有限的時間里,30多場富有特色的活動逐一亮相,杭州以一場高規格、高水平的大會,集中展示了人才工作近年來的綜合性成果,展現了聚天下英才而用之的氣度。

以大會爲契機,杭州進一步跑出聚才、聚智、聚勢加速度,推動人才鏈、創業鏈、產業鏈、資金鏈、政策鏈交織相融,也讓更多海內外人才走進浙江、紮根杭州,在與詩畫江南、人間天堂的雙向奔赴中共創未來,書寫城市與人才共生共榮的絢麗華章。

聚才篇 一個海納百川、廣聚英才的引才強磁場

打造全球人才蓄水池,離不開來自全球不同領域的高層次人才。本屆大會圍繞戰略科學家、海歸人才、青年人才等各支人才隊伍發展,舉辦多項突出人才主角、精準適配人才需求的活動,更充分地發揮大會舞臺、平台的功能,大力招引海內外人才資源和高能級項目。

廣大留學歸國人員是人才隊伍的生力軍。作爲大會重要項目,2022中國留學生論壇搭建了留學生與政府、企業、學術界的溝通橋樑,幫助留學生群體深入瞭解國家的政策與機遇,呼籲更多人才歸國貢獻所學,發揮自身優勢,參與創新創業。

新型內窺鏡手術機器人平台,促進器官修復的新型材料、能感知人體生命體徵的戶外運動服……“創客天下·杭向未來”杭州海外高層次人才創新創業大賽於大會期間迎來終極角逐。大賽聚焦生命健康、互聯網+、新材料等重點領域,緊扣杭州產業轉型升級需求,1446個特色項目各領風騷,最終“法國G1航空產能轉移及大型無人機項目”從15個頂尖項目中脫穎而出,斬獲桂冠。

作爲大會常年品牌,大賽從2015年初創至今,歷時8年,始終以“高起點、國際化、重市場、強實效”爲原則,招引培育了一大批國家、省、市級人才,已有數百個項目在杭落地,注冊資金近15億元,其中不乏迅速發展成長爲準獨角獸的優秀企業,爲杭州的“雙創”發展注入了強勁動力。

精準發力,靶向引才。2022“高端引領 杭向未來”重點產業人才招聘大會聚焦杭州重點產業和重大平台。設有一個線上發佈平台,一個線下洽談主會場(博士後工作站專場)以及人工智能、現代服務業、生命健康、數字醫藥4大特色產業分會場,助力杭州高能級產業與高層次人才交匯觸碰,共謀發展。當天,線上平台共有517家參會單位推出崗位1.3萬餘個,線下博士後工作站專場發佈千餘個高端人才需求崗位。

一位清華大學化學專業的博士向哇哈哈集團投遞了簡歷,他表示,自己一直想留在杭州發展,期待借著本次活動找到一份適合自己的工作。畢業於中國科學院大學材料物理與化學專業的羅倪博士看好杭州的創新創業平台和人才服務,希望能找到新能源、新材料方向的相關工作,在這座令他向往的城市紮根。

聚智篇 一場探索科技成果轉移轉化新路徑的高能級盛會

科技成果轉移轉化是實現高質量發展的關鍵,今年大會重點圍繞“推進科技成果轉移轉化”主題,舉辦人才項目對接會、人才創新成果展、西湖對話圓桌論壇、揭榜掛帥·科洽會等重點活動,推動創新要素交織、交流、交易。

首次舉辦的人才項目對接會邀請到了中科院16個科研院所、10個浙江省實驗室、30家在杭(新型)研發機構和56個海內外高層次人才項目到場展示推介,精準邀約省內高校重點學科的800余名博士參觀觀摩、洽談交流,磁吸高端緊缺人才來杭創新創業,助力科技成果在杭落地轉化,促進創新要素集聚交流。

“長三角是我國高端製造業重要基地,杭州則有著優異的人才生態,中科院理化技術研究所正是看中這一點才落子杭州。”中科院理化所杭州實驗室特聘副所長邵明非介紹了一項打破國際壟斷的靜電紡絲技術,可應用於體內止血材料,與國外競品相比止血速度更快、組織相容性與促癒性能更好,“技術只有充分轉化才能發揚光大,希望通過大會和更多產業界夥伴達成意向,加速技術轉化。”

太空中最精確的“探針”、打破國外壟斷的國之重器、填補杭州產業空白的無人直升機……今年首次設置的人才創新成果展精彩亮相主會場。127家參展單位展出近150件人才創新成果,以“實物+圖片+視頻”的形式,全景展現了黨的十八大以來,全省各市和杭州各區縣(市)人才創新成果,高度濃縮“浙”十年人才引育、科技創新、文化傳承的成就。

創新是引領發展的第一動力,走好實驗室到產業化的創新之路是動能轉化效能的關鍵所在。2022“西湖對話”集聚了國內外知名院士、科技成果轉移轉化效果顯著國家的頂級專家學者,爲杭州建言獻策。杭州也將以此爲契機,奮力推進科技成果轉移轉化首選地建設,深入貫徹國家重大戰略,積極打造以科技創新帶動產業發展的“杭州樣本”。

圍繞電子信息、生命健康、先進製造三大產業方向,來自杭州的18家企業在2022“揭榜掛帥·全球引才”科洽會現場集中發佈關鍵核心技术需求和資金支持,向全球招募破難揚標項目,發榜項目的最高出資額超10億元,促進國內外創新資源有效對接,爲人才、技術、企業、產業的交流轉化搭建了專屬平台。

聚勢篇 一次全方位展示人才生態最優市的絕佳契機

黨的二十大報告提出,加快建設世界重要人才中心和創新高地,促進人才區域合理佈局和協調發展,着力形成人才國際競爭的比較優勢。杭州正努力跑出人國際化“加速度”,吸引和集聚世界優秀人才,率先打造世界重要人才中心和創新高地的戰略支點。

舉辦杭州國際人才交流與項目合作大會,正是貫徹黨的二十大精神、落實習近平總書記重要講話精神、實施新時代人才強國戰略的重要載體,是助力杭州集聚起高質量發展磅礴之勢的重要舉措。

本屆大會統籌成果展示、賽事論壇、項目洽談、人才招聘等內容,給人才提供最好的時代舞臺。除主會場外,各區縣(市)還舉辦了2022杭州全球人工智能技術大會、大運河人力資源峰會、鄉村人才振興促進共同富裕大會、中科院科

學節(杭州)、2022千島湖論壇等活動,集中展示了杭州優良的人才生態環境和優質的人才服務水平。

以更好的環境和服務吸引全球人才來杭創新創業,是杭州多年來始終秉持的人才工作理念。近年來,杭州深入學習貫徹習近平總書記關於做好新時代人才工作的重要思想,在省委、省政府領導下,堅持把人才工作擺在極端重要的位置,全面推進科技創新和人才強市首位戰略,實施多輪人才新政,着力打造一流人才生態,人才資源加快集聚,人才活力競相迸發,“才以城聚、城以才興”的生動局面不斷鞏固發展。

目前,杭州市人才總量達306萬名,佔常住人口的1/4,人才生態涵養力持續優化,人才引育成效顯著。大會開幕式上,科技部國際人才研究中心發佈了《杭州國際人才吸引力報告》。報告顯示,近兩年杭州在外籍人才投票評選的城市榜單中連登前三,十二年穩居前十。

大會期間,全球人才紛紛點贊杭州——加拿大工程院院士、西湖大學講席教授薩



萬深情表白杭州,“杭州的人才生態環境非常不錯,我在養老、醫療、安居等服務方面都獲得了保障,這使得我和我的科研組的項目得以更好開展。最近,我獲得了‘2022年度中國政府友誼獎’,這與杭州不無關係。”

法國駐上海總領事館科技領事安澤維點贊杭州對年輕創業者的吸引力,“杭州爲吸引年輕創業者提供了很多基礎設施,像大會期間的創新創業大賽也能吸引到更多留學生和外籍人才,這些都將爲城市發展帶來新鮮血液。”

日本科學技術振興機構(JST)執行總監米山春子對這次大會非常滿意,她說感覺到杭州對人才的引進力度很大,效果好。這次會議的主辦方參觀安排非常到位,讓他們充分理解了城西科創大走廊的目標,今後如何爲大走廊的發展做好科技交流合作確立了明確的方向。

中國科學院分子細胞科學卓越創新中心主任劉小龍對杭州的愛才之心頗爲感嘆,“杭州對科技、人才、創新的重視令我感觸特別深,這是一個可以讓人才快速安心來推進行科技發展的地方。”

務實、周全,是法國G1航空公司董事、2022創客天下大賽一等獎項目負責人潘大鵬對杭州政府最直觀的印象,“很多問題想到、做到了我們前面,讓人倍感親切。另一方面,杭州科技環境好、周邊配套產業齊全,人才濟濟,有利於企業長足發展。”

浩渺行無極,揚帆但信風。站在新歷史起點,杭州將高舉習近平新時代中國特色社會主義思想偉大旗幟,全面學習貫徹落實黨的二十大精神,全面貫徹省委人才強省戰略,以數字化改革引領人才體制機制創新,積極探索高水平培養、團結、引領、成就人才的新路徑,着力打造教育科技人才融合發展的鏈路,着力打造英才集聚、創新活躍的高能級平台,着力打造全周期、全過程服務的最優人才生態,加快建設創新創業的新天堂,努力成爲全球人才蓄水池和創新策源地,在全省加快建設世界重要人才中心和創新高地戰略支點中扛起省會擔當,在“兩個先行”中展現頭雁風采。

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

我們正在爲哥倫布 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。

Beachwood place 26200 Cedar road Beachwood Oh 44122, Tel: 216-378-2121
上網申請 [Apply at careers.nordstrom.com](http://careers.nordstrom.com).

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.

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

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

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

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年戶平均年度節省金額是以 年全國性問卷調查中轉購在轉用 State Farm 後獲得的節省金額。新保單人、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

先吃早餐還是先刷牙？



每天早上，刷牙是不可或缺的一項清潔行為，不過每個人的習慣不同，刷牙的時機點將會有所改變，但早餐前、飯後刷牙，究竟是哪一種對身體健康的益處比較多呢？這個問題即使是牙科領域的專家，也會抱持不同的意見，來看看不同時機的刷牙會有什么樣的益處吧！

早餐前刷牙

一大早剛甦醒時，難免會感覺到自己口氣不好，可想而知口腔中的細菌是多么活躍。許多人習慣會將麵包、麥片、餅乾等食物作為早餐，當中含有的發酵性碳水化合物是細菌的最愛。假如在飯前沒有事先刷牙，直接吃早餐的話，口腔中的細菌遇上發酵性碳水化合物，等於提供它們孳生的完美環境。

北卡羅來納大學教堂山分校的生物學家兼兒科牙醫生的盧貝若博士表示，如果發生上述狀況，產生的酸性將會損壞牙齒上的琺琅質，使人更容易蛀牙。反之，如果在用餐前就刷牙，能達到清除細菌的效果，能讓細菌沒有機會將口腔中的早餐作為幫助自己繁殖的食物。

盧貝若博士表示享用早餐以前建議先刷牙還有另一個原因，就是能夠促進唾液的產生，因為唾液對於牙齒而言，有着絕佳的保護力。細菌可能會在人體進入睡眠時吃掉的礦物質，可以藉由唾液進行補充。此外，唾液含有的碳酸氫鹽，能夠幫助中和口腔中的酸度。

最後他補充，如果刷牙使用的牙膏含有氟化物，能夠強化牙齒的琺琅質，並且中和食物中的酸性，提陞避免蛀牙的效果。

兒童牙科教授羅西奧·奎諾內斯表示，許多家長為了照顧小孩，因而總是匆忙上班，早餐也是急急忙忙地吃完。因此如果事先刷牙，也能避免發生忘記刷牙的窘境。

早餐後刷牙

有些人會選擇享用完早餐後才刷牙，對此密歇根大學的牙科學院教授兼副院長卡洛斯·岡薩雷斯－卡貝薩斯提出看法，他表示許多人刷牙並沒有將牙齒刷乾淨，即使事先刷牙，口腔中仍然可能殘留細菌。這些細菌將會在早餐時光與整整一天的時間里繁殖並產生酸性，所以如果在早餐後刷牙，能夠儘可能地減少口中殘留的食物。

岡薩雷斯－卡貝薩斯教授表示，如果刷牙後沒有立刻咀嚼食物，牙膏中的氟化物可能得以保留下來，並在接下來的一天中發揮更好的效果。用餐中喝了咖啡或柳橙汁等酸性飲料，飯後太早刷牙可能會損害琺琅質，岡薩雷斯－卡貝薩斯教授認為實際可能造成的損害非常小，不會真正地影響牙齒健康，因此他表示早餐後刷牙的益處是大於潛在負面影響的。

盧貝若博士對於飯後刷牙的人建議，至少等半小時後再刷牙，如果想擺脫牙縫中的食物碎片，可以先喝水去除。

到此，學者眼中早餐前後刷牙各有利弊，沒有絕對一致的答案，因此最重要的是哪種習慣能讓自己維持良好的清潔習慣，持之以恆地刷乾淨自己的牙齒，就是自己的最佳解答！

冰箱裏的肉凍多久就不能吃了？

長期吃久凍的肉，危害有3個

首先，肉在冷凍的狀態下不會有大量細菌繁殖，但在化凍時則比新鮮肉更容易會滋生細菌，特別是一些經常化凍、復凍的情況。再加上，冷凍時的低溫雖然可以抑制細菌繁殖，但卻無法阻止脂肪、蛋白質出現氧化，肉類的變質不會因此而延緩，很多肉在放久了後會逐漸變成褐色、發黃，產生大量容易加速人衰老的脂肪氧化產物。

其次，長時間冷凍肉製品，容易讓肉的口感發生變化，吃起來會非常柴、硬，肉類原先的鮮味和鮮嫩的口感將不復存在。

最後，冷凍肉內含有的B族維生素、蛋白質等成分會大量流失，導致食用後也無法補充到營養，還可能有一定的健康隱患。

冰箱里的肉凍多久就不能吃了？

1、不同肉類在進行冷凍前需要進行的處理也不同，家禽、海鮮類食物應該要掏乾淨內臟後清洗乾淨後再進行冷凍，肉類和其他食品在放入冷凍之前也要清洗乾淨表面，避免細菌殘留。

2、豬牛羊肉等紅肉的保質期一般在

10~12個月，雞鴨鵝等禽內的保質期一般為8~10個月，海鮮建議最好在4個月內食用，玉米板栗以及豆類這些蔬菜建議在5個月內食用完，速凍的主食一般建議在1~2個月內吃完。

3、冰凍肉類之前，可以將肉類分成

注意三個細節，做到健康吃肉。

1.不要解凍後又冷凍

解凍肉類時最好先在冷藏室放一夜，自然冷藏進行化凍，這樣做可以減少風味和肉汁的流失，同時也能減少細菌的滋生。注意，在化凍之後要及時烹飪食用，不要再次進行冷凍。

2.存肉時建議貼個標籤

儲存凍肉的時候最好貼個標籤，讓自己能明確知道肉的保質期和購買日期，先存放的要先吃完。如若放置時間過久的話，也要及時丟棄。

3.採用紅燒或炖煮的烹飪方式

儲存時間較長的凍肉，可以選擇紅燒、炖這類的烹飪方式，肉類內含有的微生物會在長時間的烹飪下被殺滅，且這種烹飪方式可以幫助提陞肉類的口感。

新鮮的食物不論是在口感還是營養價值上都會比冷凍的食物要好，但不可避免的有時候會需要吃凍肉，吃的時候注意上述的幾件事即可。



小袋，根據實際需要，分成一次食用的量，避免反復解凍。注意，不同的肉類要分開存放，建議用保鮮袋、保鮮膜包裝仔細，避免讓水分流失影響食物的口感。

科學吃凍肉，做好這3點

日常建議肉類還是現買現吃最好，但有些時候還是不可避免地會出現吃不完的情況需要凍起來。食用凍肉時要

“老年痴癡”有迹可循 出現這些要警惕

“老年痴癡”的專業醫學名稱為阿爾茨海默病(Alzheimer disease,AD)，是一種起病隱匿的進行性發展的神經系統退行性疾病。除了我們熟知的記憶力減退，還有哪些症狀？疾病前期有哪些信號預示疾病的發生？

阿爾茨海默病早期，患者並沒有出現明顯的症狀，很容易被忽略，可能僅有記憶力下降、做事丟三落四、心理波動等情況。但從整個疾病過程來說，確實有一些徵兆有助於我們識別阿爾茨海默病。解放軍總醫院神經內科主任錢海蓉醫生表示：“臨床中更偏向于用‘CAB’來描述疾病的整體臨床表現，在不同的疾病階段，症狀表現會差別較多。”其中，“C”代表認知功能損傷，是阿爾茨海默病最常見的臨床表現，也是最早出現的問題；“A”代表日常生活能力的受損；“B”代表有一些患者會出現的精神行為異常。

一般來說，有十個徵兆可以提示阿爾茨海默病的發生。錢海蓉將其簡單總結為：記不住事(忘記告訴孩子有人打過電話)、干不了活(以前勝任的工作不能完成)、出不了門(不知道怎樣開門、回不了

家(迷路)、說不了話(表達困難)、性格改變(溫文爾雅變暴躁)、失去判斷(胡亂花錢)、疑神疑鬼(幻覺及懷疑)、興趣喪失(昏昏欲睡不再愛玩)、行為異常(衣服放進冰箱)等。

按照疾病進展，每個徵兆還有各自不同時期的特點。如“記不住事”，在開始時表現為近期記憶減退，遺忘日常所做的事和常用的物品，隨着病情的發展，可出現遠期記憶減退，即對發生已久的事情和人物的遺忘。

當記憶障礙持續加重，患者原已掌握的知識和技巧出現明顯的衰退，會出現邏輯思維、綜合分析能力減退、言語重複、計算力下降、明顯的視空間障礙等症狀，如在家

中找不到自己的房間，出現較明顯的行為和精神異常等，甚至會慢慢喪失與外界(包括親友)逐漸喪失接觸能力。

有些症狀聽起來似乎很奇怪，但這的確就是阿爾茨海默病患者真實發生的。如果家中有老人，一定要注意生活中的異常表現，包括情緒突變、興趣愛好改變等，發現異常建議及時就診。



疲憊無力的時候，多聽聽身體的“抱怨”

很多人都覺得自己非常平凡普通，其實，我們都擁有一個完全無法複製、獨一無二的、極其精密和聰明的身體。身體是真正的無價之寶。

而且，我們的身體比想象中的更聰明、更愛我們。你可能不知道：孕婦在生產前幾天，血液中的凝血物質會升高幾十倍，是為了防止生產過程中可能出現的大出血。

你的胃酸酸性非常強，強到可以把鋼制刀片溶解掉，可是胃也會分泌一種黏液來保護自己，讓自己不會被消化；

當你的心臟最主要的部分不會跳動後，你的“房室結”和“心室”會相繼自主跳動。雖然那時候你的心臟已經慘不忍睹，但它們始終不放棄，保證你的身體不會死去，等待援兵的到來。

海藍老師說：“我們一直低估了身體的智慧，人體里有着一套精密的免疫系統。這不僅是醫生所說的免疫能力，還包含自我診斷、人體資源管理、自我修復及再生。”

現代社會，大多數人都過多依賴大腦，而忽略了身體的智慧。大多數人說到身體，都是吃飽穿暖、規律作息、堅持運動，保持身體健康，但實際上我們的身體的作用不止于此，遠比我們想象地要智慧得多。

1 負面情緒會通過身體來表達

生氣的人會面紅耳赤，怒髮沖冠；緊張的人會腸胃敏感，拉肚子，其實都是情緒引起的身體反應，是身體發來的信號。

如果我們忽略了身體的信號，沒有及時化解負面情緒，久而久之，就會淤積在身體內形成病症。

每一種疾病都是身體的呼喚，呼喚我們需要得到關注、得到肯定、得到感謝、得到接納。

也許你身邊就有，因為長期處在負面情緒之下，罹患疾病的人。

當我們壓抑一些負面情緒時，它便會通過身體來表達。身體是不會說謊的，它忠實地幫我們貯存所有的情緒。可以說，疾病是負面情緒沒有化解的身體吶喊！

人最值得信賴、最忠實可靠的永遠是來自你身體的感受。如果你的身體感到不舒服，一定是你內在有需要關注和調整的地方。不管任何人，包括你自己，覺得這個不舒服多么不重要，多么小題大做，多么過分敏感，不管他們說什麼，怎么看都不重要，重要的是你的身體感受。

身體有多放鬆，心情就有多放鬆。身體緊，心就緊。對人最忠實的是身體，不是思想。遵循身體的需求，聆聽身體的呼喚，你就會離快樂和健康越來越近。

2 身體不會忘記過去的傷害

30歲的王辛是一位外科大夫，很多常人看都不敢看的血腥場面，她都可以泰然自若的面對；但就是不能看雞蛋羹，一看就覺得“毛骨悚然”，緊張、焦慮、心跳加速、胃部不適、恐懼。像蜂巢、蓮蓬、帶點點的密集圖案都會引起她的這種感受。

剛開始，王辛以為大家都會有這種感受，後

來一打聽，周圍就她一個人這樣。其他人可能會有一點“密集恐懼”，但不至於看一碗雞蛋羹就“毛骨悚然”。

發現自己的“與眾不同”後，王辛特別想知道原因：我為什麼會這樣？到底是什麼造成的？會不會遺傳給孩子呢？



後來，海藍博士幫她梳理時，王辛看到，小時候，為了給自己補身體，媽媽每天都會給自己蒸一碗雞蛋羹，她必須要吃，不吃不行，不然媽媽會生氣。在她的記憶深處有一個畫面：媽媽大發雷霆，她嚇得渾身發抖，眼淚止不住往下流，一勺一勺往嘴里填雞蛋羹……

我們的身體有一套自動記錄危險信息的報警裝置，會記錄一切讓我們感到不愉快或危險的人、事和場景，並且會把事件發生時相關的形狀、顏色、味道、氣味、環境中的一切，都記錄下來作為不安全信號。

每每遇到相關信號，身體就會自動反應，提醒我們遠離和逃避危險。身體本能的趨利避害，可幫我們避免再受傷害。

時間並不會療愈一切，身體從未忘記。

3 聆聽身體的智慧

在人體接收的所有信號中，第一個接觸的都是身體的信號，而不是大腦的信號。當身體感到放鬆的時候，它就會傳送一個信號到大腦，告訴它現在是安全的，身體就會安靜下來。

在很多時候，身體都比我們的大腦有智慧。

身體潛藏着我們內心深處和過往的秘密，也蘊含着所有的智慧。任何一場和身體的對抗，最後失敗的一定是你。我們需要的是靜下來聆聽她的聲音，敬畏她給我們的信號。

靜觀自我關懷中感恩身體的練習，通過與身體部位的對話，來與自己的身體進行連接，充分地接納和欣賞自己。

感恩我們的眼睛，讓我們可以看到美好的景色，看到所有親人的臉龐，看到世間美好……

感恩我們的耳朵，讓我們可以聽到這個世界的聲音，聽到愛人的關懷，聽到美妙的音樂……

感恩我們的鼻子，讓我們聞到大自然的味道，美食的香氣，過濾有害空氣……

感恩我們的身體，覺察我們的身體，和我們的身體保持連接。

如果你靜下來，真的靜下來聆聽你的身體，它會告訴你需要什麼。身體從不欺騙我們，經常欺騙我們的是頭腦，可人往往聽大腦的，不聽身體的，直到有一天，觸及身體的底線，再也無法回頭。

我們的身體中有一個與生俱來的指南針，它總能引領我們走出人生的迷途。

身體的智慧都指向了一個目標：探索自己，瞭解自己，愛好自己。

好好敬畏你的身體，聆聽他，覺察他，他才是你真正的老闆！

文章來源：海藍博士

調整生活狀態的四種方法 (外一篇)

1. 收回分散的精力

很多時候,我們常習慣于把注意力放在外界的諸多人與事上。要么盯着別人的成就與所得,在攀比中日漸失衡;要么太過在意別人的看法,從而心生種種焦慮。人的能量場是一個整體,若你的心思不在自己身上,能量就會無形中流向別人。特別在自信不足的情況下,分散的精力容易讓人的狀態不斷下滑,變得越來越消極。有句話說得好:“世上只有三件事,自己的事,別人的事,老天的事。”分得清這個界限,自會消除很多煩惱。

當你不再把寶貴的精力浪費在不必要之處,不再過度關注別人的動態,你會發現,原來生活可以回歸簡單自在的模樣。

2. 整理好自己的情緒

在生活中,我們會遇到有違心意的事,會做錯一些事,或者錯過一些重要的機會。但是,沒有任何一種選擇,會帶來一個十全十美的人生。既然總會有遺憾,也總會有缺陷,就不必去糾結那些已經無法回頭和重走的路。

調整好自己的情緒,做到“有事心不亂,大專心不亂,小事心不怠”。別讓壞情緒毀了我們用心珍惜的關係,也別讓壞情緒拖累了你的人生。

3. 管理好自己

自我管理是多個方面的,包括對外在形

象的管理,對作息節奏的管理,還有對思維方式的管理。這都體現了一個人自我約束的自律能力,而自律是治愈一切的良藥。

正如有句話所說:“人生是一連串的難題,解決人生問題的首要方案,乃是自律。”有時候,不是生活不會變好,而是你沒有給自己變好的時間和機會。所有令人羨慕的成就背後,都是不一般的自律。當你能夠做到高度自律,你的生活將更加健康,靈魂將更加充實。沉下心來管理好自己,你會從中慢慢找到生活的掌控感。等心態變樂觀了,心胸變開闊了,即使面對再複雜的問題,也能從容有餘。



4. 去做你一直想做的事

如果有些事是你一直想做卻沒有付諸行動的話,大概是因為你害怕失敗。那何時適合開始呢?一個可供參考的答案是,在你對生活感覺迷茫找不到方向的時候。有句話說:“身陷低谷時,往往就是人生轉折點的開始。”人在低谷時,可以嘗試主動去迎接挑戰,尋求改變。很多事,你不試一試,都不知道自己可以有多優秀。人生起起伏伏,很多現實的事情我們無法改變,但可以改變自己從而改變結果。無論你面臨什麼樣的困境,只要堅持自我調整,就不會被困

作者:念念

寬容的幸福

寬容別人,也是給自己的心靈讓路。只有活在寬容的世界里,才能奏出和諧的生命之歌。原諒,不過是將傷痕悄悄掩埋,忘記,才是最深刻徹底的寬容。

寬容就是忘卻。忘卻昨日的是非,忘卻別人先前的無理和冒犯,過去了,就讓它真正成為過去,時間是最好的良藥。因大肚能容的雅量,使自己生活在和煦的陽光里。

生活于塵世,我們慢慢發覺,一些沉睡已久的純真在逐步甦醒,一些誘惑你、糾纏你的欲壑正日趨剝離。以前不能寬恕的人與事,現在已經能夠容忍與接納;昨天還在抵觸與抗拒,今天卻懂得了釋然與笑對。歲月如書,時間是藥,教會我們許多無字的真理,治愈我們許多精神的頑疾,讓我們身心俱安。

努力做一個溫暖的人,不卑不亢,清澈生活。生活如海,寬容為舟,泛舟于海,方知海之寬闊;生活如山,寬容為徑,循徑登山,方知山之高大。

維護他們的尊嚴

“日出”是美國最大的老年生活輔助護理公司,經營了多家老年公寓和療養所。公司允許老人們在公寓和療養所里從事諸如餵養寵物等個人行為。從開業的那天起,創辦者特里·克拉克森和保羅就將“日出”的服務原則定為老人們永遠是對的,任何情況下的勸說,都要“維護他們的尊嚴”,尊重老人。

一天剛下班時,一個員工找到了特里,稱有住戶賴在公寓的酒吧里不走,怎麼勸說都不行。特里於是趕了過去,然後他看到了自己最熟悉的一名住戶。此人退休前曾是常青藤大學里的知名教授,獲得過諾貝爾獎,雖然現在患有早期阿爾茨海默症,但舉止依然很有風度。

特里看到教授穿著考究,裝扮得體,里面的襯衫燙得得非常平整,胸前打着完美的溫莎棕色領帶。他已經在酒吧里待了很長時間,也沒完沒了喝了不少酒,負責照顧護理他的日出陪護人員,已多次勸說他回到自己的房間里去,以免他繼續喝酒傷害到身體,可是他就是不願意,越勸他越堅持不回去。

在瞭解情況後,特里想了想,然後對教授說:“我有一件事需要您的幫忙,今晚我有一個非常重要的約會,但我不知道該穿什麼才能給對方留下深刻的印象,您可以去我的房間幫我搭配一下衣服嗎?”教授聽後馬上變得驕傲自信起來,他非常開心地跟特里走了。

之後,這位教授開始認真地幫特里搭配衣服,整個過程花了一個多小時,然後愉快地答應了回到自己的房間里去。

“日出”還遇上過一件非常棘手的事,他們的療養院里有一個患有幻想症的女人,叫瑪利亞,她總喜

歡跑到白宮附近的拉法葉公園里溜達,往往一待就是一整天,連中午飯都不願意吃。她覺得自己有一天會成為總統夫人,所以不願意錯過任何一次接觸到總統的機會。

保羅得知此事後,想到了一個既尊重且又能說服她的辦法。一天,他帶著瑪利亞來到白宮警衛室,警衛認得瑪利亞,想跟她打招呼,但保羅卻偷偷朝他做了不要說話的暗示。

然後他對警衛說,這是總統夫人!警衛愣了一會兒,但隨即反應了過來,連忙向瑪利亞敬禮。

“總統夫人準備和我共進午餐,能否給我紙筆,夫人需要給總統留個紙條,好讓他放心。”保羅朝警衛擠了擠眼。

警衛會意,立即取來了筆和紙,瑪利亞當即給“總統丈夫”寫了留言,然後高興地跟著保羅回到了療養院。之後,在療養院請來的高級心理治療師的幫助下,瑪利亞漸漸治好了幻想症,不再去白宮了。

在36年的發展歷程中,類似的故事在日出公司有很多很多,如今,日出已經有4萬多名員工,在全球4個國家,為超過10萬老人提供了500處居住的公寓和療養社區。在特里和保羅看來,公司的成功秘訣就是懂得如何去維護老人們的尊嚴。

“維護他人尊嚴,需要花費時間、精力和智慧,在這方面投入的每分每秒都是值得的。”



供盒飯。

阿琴呢,不吃黃瓜。她和黃瓜之間,有着一段不堪回首的往事。

她憶述,父親早逝,母親在公廁當看管員,她的零用錢少得可憐,每天上課時,肚子里好像平白長出了七八只手,一下一下地掐着她空空的胃囊。放學後,阿琴走在路上,氣勢磅礴地吞食着空氣,試圖給那空曠如大漠的胃囊注入一點東西,然而,她敏感地感受到的,是胃囊空無一物而帶來的痛楚。

有一天,上學途經菜市場時,她注意到,有一個攤販把黃瓜放在一個角落的木箱里,當攤販忙着做生意時,這個角落沒人看管。阿琴起了歹念,伸手偷拿,一得手,便快步走開。到了學校,在休息時間,她躲進廁所,大口大口地吃。有將近一年的時間,她每天都去偷黃瓜吃。後來,母親給她的零用錢增加了,她這才停止了偷竊的行為。然而,這件事,一直是她心里一道滴血的傷口。

一年後,阿琴攢了足夠的錢,鼓起勇氣找到那個攤販,向她道歉、還錢,萬萬沒想到,那個攤販居然說:“我早就注意到你了,你穿着校服,每天偷一根黃瓜,倒也不貪心多拿。我知道,如果不是深陷困境,你是不會出此下策的,所以,我任由你偷,沒戳穿你,更不抓你現行,就權當是幫助你了。今天你回來找我,那就證明我當初沒有看錯人啊!”瞬間,一股暖流涌遍阿琴全身,她淚流滿面。原來,“不動聲色”也是一種助人的美德和方式。

如今,從事教職的阿琴,總在暗地里向貧寒學生伸出援手。

不幸的經歷,不是人生道路上的蛇蝎,它是心房里的一顆種子,只要有愛的澆灌,便會開出芬芳的鮮花來。

作者:〔新加坡〕尤今

蛇蝎與鮮花

許多人都有被食物“傷害”的經歷,這些不愉快的記憶,多半與家境拮据有關。

一提起豆腐,阿薇便雙眉緊蹙——就算是由米其林餐廳的大廚烹制的豆腐佳肴,也無法勾起她的食慾。

“我吃傷了。”她說,“我7歲時,當建築工人的父親在工地跌傷,腿落下殘疾,他一直找不到工作,變得十分消沉。自此,撫養5個孩子的擔子,便沉甸甸地落在母親身上。她在家裏為他人照顧襁褓中的嬰孩以維持生計,收入低微,捉襟見肘,常常三餐不繼。鄰居張大嫂是豆腐攤販,她賣的豆腐都是自家做的。張大嫂知道我家的窘境,每天都把賣不完的豆腐送給我們——長大後回想,興許她是刻意多做一些來送給我們的。這些豆腐對於當時缺糧的我們來說,等同于及時雨。豆腐營養豐富,易於烹調,蒸炸煮炒,燻燒炖燉,鹵燴烤燙,無一不可。此外,豆腐可冷吃,也可熱食;可當菜肴,也可做成甜食。於是,我們的餐桌上,便天天有豆腐。每天的食材貧乏而單調,漸漸地,母親也無計可施了,於是,同樣的菜式一再重複。後來,一看到豆腐,我就沒有任何胃口。當然,和飢腸轆轆相比,有得吃,就算再厭、再膩,也還是幸福的,只是長大以後,我的胃囊便和豆腐勢不兩立了!”

現在,不吃豆腐的阿薇卻有着一顆比豆腐更為柔軟的心,她成了別人的“及時雨”——每個月都出錢出力,為多戶貧寒人家提

害怕后悔



布洛尼·韋爾是一名臨終關懷工作者,在臨終安養院有着多年照顧絕症患者的經驗。後來她寫了一本書,談到將死之人在生命最後幾周向她講述的最常見、感受最強烈的憾事。她說,男人一般後悔的是一生工作太操勞以及多年來失去的故交,女人則後悔沒有縱容自己多

開心一些,只是太賣力地討人歡心。無論男人還是女人,都後悔沒有敞開心扉向別人表達自己的情感。

其實我們每個人多多少少都假想過自己臨終前的感想。臨終感懷這件事對我們生活也產生了強烈的影響。這樣的心理被稱為“後悔效應”,也就是害怕後悔。我們害怕回首人生時覺得自己虛度了光陰,所以才會拼命學習工作;我們也會害怕沒

有好好陪家人,所以才一有機會就和家人在一起。

臨終那一刻雖然從時間上說非常短暫,但對我們卻實實在在會產生影響。

不想後悔的觀念,對於人的決策影響甚大,

例如你想從股市取出一筆資金,那麼你是會賣掉賺錢的股票還是虧錢的股票?每一個有類似經歷的股民,答案大多是拋售那些已經賺錢的股票,仍然持有那些虧損的股票。原因就是人們總是害怕後悔,一旦虧損的股票拋售後上漲,人們會感到極度後悔,而上漲的股票拋售後繼續上漲,後悔的感覺則沒這麼強烈,因為這只是賺多賺少的區別。

害怕後悔影響著我們生活的方方面面,人們懊悔的事情也隨著時間的流逝會有很大的不同。人在短期內對於自己的失敗會有強烈的懊悔感,可是從長期來看,卻經常懊悔自己沒有做某件事。在短時間內(幾天或幾星期),人總會深深後悔自己作出的錯誤選擇,做了不該做的事。可是經過長時間的沉澱之後(幾年甚至十幾年),人們反而會比較後悔自己“錯失良機”,後悔當初怎麼沒有做自己該做或想做的事。

如果有人問你,最近幾個月內最令你感到後悔的是什麼事情,你可能回答自己已經做了但結果卻不如預期的某件事,比如你去了一個門票昂貴但沒什麼特色的景點;如果有人問你,人生中最讓你感到後悔的是什麼事,你應該會

遺憾自己當初沒有做的某件事,例如沒有在身體好的時候去多看看這個世界。

短期內我們會後悔選擇了一個自己不喜歡的興趣班,但從長遠來看我們更後悔沒有為自己當初的愛好去堅持和努力;短期內我們會後悔剛買的房子物業不好、環境太吵,長期看,我們會更後悔十多年來沒有在價格更低的時候買房;短期內令我們感到心痛的是被喜歡的人拒絕了,可是回首人生,我們會更懊悔當初沒有盡力去追求自己愛的人。

我們會對自己已經做的事情敞開心扉,慢慢釋懷,但是隨著時間的推移,沒做成或沒去做的事造成的悔意,卻會像雪球一樣越滾越大。

因此,年輕人在遇到自己真正喜愛的人時,無論覺得自己配不配得上對方,至少表白一下,爭取一下,以免餘生沉浸在後悔中——我當初應該告訴她(他)我愛她(他)。

害怕在回首人生時感到碌碌無為,恐怕是人類特有的思維。人生不易,我們還是要努力讓自己活得更主動、更精彩,敞開心扉對待家人和朋友,這樣在回首整個人生時,才不會感到後悔。

在家鄉,他是一名底層建築工;在地球另一端,他卻是家喻戶曉的超級巨星。這是真實發生在紀錄片《尋找小糖人》的主人公羅德里格斯身上的故事。

在南非海邊一條蜿蜒的公路上,一位司機開著車,哼著他最喜歡的歌《小糖人》。這是一首流行於 20 世紀 70 年代的老歌,由一位叫羅德里格斯的歌手演唱,之後有人說他死了。總之,沒人再見過他。

大家會奇怪,他是怎麼火的?答案是,這張唱片的母版,最初是由遊客帶入境的。專輯封面上的歌手戴著墨鏡,誰也不知道他真實的模樣,但這不影響唱片的複製版在南非賣出幾百萬張。

直到 20 世紀 90 年代,幾個粉絲突發奇想,希望找到傳奇歌手羅德里格斯去世的真相。幾經周折,他們竟找到了羅德里格斯——他沒有死,他的真實身份是一個生活在美國的墨西哥裔人。

是凡人,也是英雄

20 世紀 70 年代,熱愛音樂的移民窮小子羅德里格斯,被唱片公司相中,出了兩張專輯,但唱片銷量不好,公司迅速和他解約。接下來的 20 多年里,他一直住在美國底特律,靠四處打零工過日子。他的女兒們回憶,小時候家里很窮,他們搬過 26 次家,父親卻依舊帶她們去博物館、圖書館,讓她們在精神上保持富足;當地的瓦匠說,羅德里格斯就像一個詩人,會穿著燕尾服去工地報到,將自己收拾得乾乾淨淨。

發現羅德里格斯沒死,激動的粉絲們邀請他去南非開演唱會。在飛機場,蜂擁而至的媒體團、歌迷,以及酒店的加長豪華車在等著羅德里格斯父女。遲到了 20 多年的世俗名利淘

涌襲來,這個有點兒內斂的“巨星”,站在人生第一場超大型演唱會的舞臺上,面對台下流淚的歌迷,深深地鞠了一躬,深情地說“謝謝你們讓我活著”,然後,平靜開唱。

羅德里格斯回到家鄉後,把開演唱會獲得的收入贈給女兒和朋友,自己繼續住在破房子里,依舊給雇主家鋪草皮,閑時彈心愛的吉他,去參加小型演唱會。

從落魄的窮人到萬眾矚目的超級巨星,這樣的成功對羅德里格斯而言,卻只是一顆意外獲得的小糖果。他平淡的生活沒有因之改變。這個故事最打動人的部分,不是“一夜成名”或“懷才不遇”,而是一個人生活在落魄之中,卻過得像一個修身齊家的賢者。

很多人都被辜負過,也許有一天會得到上天的賞識,也許一輩子都不會。但總有一些人,能保持精神富足與平靜的自我,他們不會因為狂喜而忘形,也不會因為行至低谷而停滯。對他們來說,人生沒有“逆襲”,只有前行。

借用紀錄片中的說法:這些凡是 zero(不起眼的小人物),也是 hero(英雄)。



遇一位事業有成、家庭幸福的成功人士,問他有什么秘方可以共享。他淡淡地說:“没什么經驗,我只是喜歡按常識去認真做事而已。”

按常識做事

我覺得他太低調、太謙虛,他卻認真地說:真不是謙虛。常識是成年人應具備的工作生活基本知識,大多書上學過,長輩教過,日常交往也接觸得多。按常識做事,就是按照職業、生活、交往、健康等常識,去把相關的事認真做

好。這些常識,經實踐檢驗過,是可行的經驗和做法。比如,我喜歡讀書思考,不經常熬夜,做事

專注和有恆心,工作有張有弛,感情交流以誠相待,鍛煉身體注意方法,手機娛樂不過度等,天天堅持做,並認真做好。長此以往,不斷有收穫。

他的話引起了我的思考。這些大家都懂的生活常識,很多人卻沒有切實做到,而他做到了;很多人沒有堅持做下來的事,他卻堅持下來了;很多人沒有做好的事,他卻做得無可挑剔。如果說要有創新,可以把常識運用在不同領域和階段,跨界融合,觸類旁通,常做常新。

輕視按常識做事的人,不屑回答簡單的問題,總是痴迷於高難的挑戰,結果眼高手低,做事

不踏實。還有一種人把習慣當常識,明明過去許多人那樣做效果不佳,但習慣了,仍然不加甄別地照舊做,結果重蹈覆轍,還抱怨常識不靠譜。

按常識做事,並不是說就不用學習思考和接受新知識了。同一個常識,在人生的不同階段、事物的不同領域、所處的不同高度上的理解和做法是不一樣的,只有不斷深化學習和思考,才能不斷拓展按常識做事的新境界。

我覺得,能充分理解常識並做好,也是以不變應萬變的好方法。我們追求的極簡生活,本質也是按常識做事。不要為物質所困,不要為紛繁的思慮所擾,在學常識、悟常識、按常識做事上花心思,把平常事做到極致,把低級錯誤降到最少,高效工作、幸福生活、健康身體、良好心態就隨之而來了。

我每年都會為很多公司做管理培訓。有次,我在研討會上討論如何留住高素質的員工,這對很多管理者來說都是個挑戰。

在那次討論中,我問一名參加培訓的女經理,她叫辛西亞,在一家酒店里工作已經 17 年了。我問她說:“是什么原因使你留在了這里?”她輕聲地回答說:“是因為一雙 19 美元的棒球手套。”

辛西亞接著為大家講述關於這雙手套的故事。那時候,她的丈夫剛剛離開了她,她的兒子杰西才 9 歲,她一個人帶著杰西生活。她沒有工作,非常貧困。杰西想要一雙棒球手套,但是她沒有錢購買。辛西亞心里很難過,她覺得自己需要一份工作,就來到這家酒店當侍應。在這里工作的第二天傍晚,杰西在放學時路過這里。他看到了媽媽,就非常高興地說:“媽媽,你有工作了,你可以幫我買雙棒球手套了嗎?”

留下來的原因

辛西亞的周薪非常低,只有 80 美元,而且她還欠著很多外債,所以她的第一份薪水必須用來償還欠款。不過,如果順利的話,她可以用她的第二份或第三份薪水給他買棒球手套。但辛西亞不能直接這樣對杰西說,所以她告訴杰西說:“孩子,我會的,發了薪水我就給你買。”

一周很快過去了,該發薪水了。那天下班時,老闆把辛西亞叫到辦公室,給了她 80 美元。就在她想離開的時候,老闆又喊住了她。辛西亞以為自己做錯了什麼,但是老闆卻從櫃子里拿出了只盒子給她,盒子上畫著棒球

手套的圖案。“抱歉,那天我無意中聽到你和你兒子的對話,我覺得你可能暫時沒有足夠的錢購買這雙手套送給你的孩子,我知道你會很難向孩子解釋,這是我送給他的棒球手套,我只是希望你和孩子面前永遠是個答應了的事情就一定會做到的媽媽。”

說完了這個故事,辛西亞告訴大家說:“這就是我為什麼會在這里留下來的原因,我這 17 年來從來沒有想過要離開,而且我也從侍應成爲了經理,所以我從我的老闆身上學到的是,留下員工最重要的東西不是錢,而是體現在細微處的愛心。”



主流與非主流

真正接受兒子患有孤獨症這件事,我花了十幾年。

確診那天是在 2007 年的 9 月,他 5 歲。在去兒科醫院的路上我的腿都在發抖,我特別怕,就好像去參加一場法庭審判,要等待命運的判決。他被診斷患有阿斯伯格綜合徵。

下一步,我就要去改變他。

作為一名老師,我相信後天的力量,相信文化、教養的作用。但這條路實在是太令人絕望了。他在學校,不吃飯,不睡覺,上課也不看著老師,就看著窗外。到了二年級以後,他在各方面跟同齡孩子的差距都越來越大。他還容易情緒化,不舒服了就大喊大叫,干擾其他人。

很長一段時間,我最怕電話鈴聲響起。電話鈴一響,我的心就怦怦狂跳,無論當時在干什么,我都要放下手頭的事情,跑到他的學校處理問題。我自己雖是老師,卻每天都要被他的老師責備。我有一種強烈的負罪感,感覺對不起他的老師和同學,對不起那些同學的家長,給他們拖後腿了。

在“矯正”他的問題的過程中,我經常處於無助和崩潰的狀態。我從小很聽話,是“別人的孩子”,鄰居總跑來家里學習和誇獎,我的家長永遠開心得不得了。我沒有經歷過任何的指責、打罵,甚至鞭策、鼓勵。我不理解他的問題是從哪來的。最開始我希望他能上一所普通大學,再找一份普通工作。後來期望值一步步降低。

現在想來,當時最大的不快樂,是因為我想讓他跟上主流:上好小學、上好中學,然後上一所好大學,再找一份好工作。好像如果不照著這條路走,我們就跟時代脫節,就非主流了,在自己的朋友、親戚和同學面前,我們就抬不起頭來。我後來越來越孤獨,這時候反而跟他走近了一些,好像有了共情,就覺得我們都好可憐,就相依爲命,團圓取暖吧。

我承認他不是天才

最痛苦的是,我常常看著他,不知道他所在的時空是怎樣的。於是,我一直在想辦法跟他建立一種共情,一條連通管道,這樣我們可以在同一個時空分享情感。

剛開始他沉迷於海洋生物,我跟著努力瞭解。但當我欲罷不能時,他卻沒興趣了。他又喜歡在電

視俯瞰整個博斯普魯斯海峽的壯麗美景,看古城君士坦丁堡的落日,心醉神迷。那一瞬間,我感覺我和他之間沒有障礙了,我們在同一個時空當中。

我也有過幻想,他對歷史地理這麼感興趣,將來能不能做個學者。但他喜歡得很零散,比如他喜歡一條河流,一條古代的海岸線,很詩意但不成系統。像坐過山車一樣,那種情緒很複雜,有時絕望,有時

他的心不在這個世界

子地圖里探索世界,我跟著玩,他卻又跑了。

他還被診斷出感覺失調,運動協調性、小肌肉的敏捷度都有些問題。學校要求做廣播體操,我就想辦法學廣播操,花了一整年時間都沒教會他。另一個可能的途徑是音樂,我和我父親都很喜歡音樂,但他一開始好像沒興趣。還有遊戲,他只對某些遊戲有興趣,玩法也跟人家不一樣,我都是個“遊戲大王”了,卻教不會他。

他一直喜歡古代歷史和地理,特別喜歡涉及古建築的遊戲。古建築、古代地理,這些東西本來不是我喜歡的事物,我是學文學的。我就只好幫他打通關,給他使勁造城市,造了給他玩。

他喜歡一款 3D 動作冒險遊戲,這款遊戲需要冒險、打鬥,手眼要高度協調,他玩不來,有一天他說:“爸爸,你玩給我看吧,我就在你邊上,看君士坦丁堡(今伊斯坦布爾)的落日。”我們父子倆一下子穿越到中世紀,他看著我爬到教堂的尖頂。我們一



能看到奇迹,我對他很敬畏。

有段時間他真的有點兒像個天才。我們隨便問他,這條河、這座山在哪兒,他馬上能在地圖上找出來,不需要藉助文字。但後來,他的這種能力好像突然消失了,他又變成一個普通孩子了。我只好承認,他不是天才。

外界對孤獨症患者有一種刻板印象,以為他們感情冷漠,缺乏共情。其實他們有很強烈的感情,但他們共情的對象跟一般人不太一樣。我兒子上幼兒園的時候,聽到巴西亞馬孫森林裡有一棵樹被砍掉,瞬間就淚流滿面。

2011 年,他特別關心“世界末日”的事,每天都在哭鬧,一說就眼淚、鼻涕全都流下來了。2012 年來了,他突然就好了。我看著他,有時會頭皮發麻,我們家住著一個穿越過來的人,一個身上凝固了整個地球的歷史的人,一個關心人類命運、心中有大愛的人。

海鷗喬納森·利文斯頓

現在,我看他的視角有了很大的轉變。我們已經不再去做任何量表了,核心症狀好不好不重要,我不再想糾正他。以前我總想改變他,但失敗了。其實每個家長都想去改造孩子,有的成功了,有的失敗了,但是所謂的成功不一定是成功,所謂的失敗也不一定是失敗。

兒子的事帶給我很多感動、很多啓示。他教會我,先天的力量很強大。這在每個人身上都會有體現,只不過被文化的東西遮蔽了。

我現在更相信孩子的自主成長,家長在旁邊給的只是助推。原以為主流的世界很大,非主流的世界很小,但其實所謂主流世界也不過是更大的一個世界中的世界。感謝兒子把我從思維定式里解救出來。

更重要的是,我認識到自己的局限性。孤獨症就像一個光譜,我們的世界有不同的顏色,孤獨症患者也是一樣的,只是每個人的程度不同而已。我小時候也有一些社交障礙,不知道怎麼去跟別人打招呼,對人群有迴避,也有癖好。我父親跟我兒子更像,他迷音樂迷得不得了,甚至可以廢寢忘食,而且非常不愛社交,老朋友來到家里,他都不理人家。

我看過一篇小說叫《海鷗喬納森·利文斯頓》。它講一只海鷗跟其他海鷗不一樣,怎麼不一樣呢?它整天琢磨的是怎麼飛得更快、飛得更高,但是它的同伴都在研究怎麼找東西吃,就很鄙視它。

海鷗喬納森·利文斯頓不喜歡吃飯,甚至忘了吃飯,只喜歡飛,它就越來越瘦,也越來越孤獨。書里有一句話:“吃是為了活著,活著卻不是只為了吃。”

我小時候讀這本書,雖然看不懂,卻莫名地被深深吸引。現在想來,這本書可能在我的生命當中也是一個預兆。我將遇到這樣一只海鷗——他就是我兒子,他可能飛翔到海底,飛到遠古,飛到宇宙的盡頭。他的心不在這個世界。

作者:嚴鋒口述 鍾瑜婷 撰寫

拜登宣布美國現行新冠防疫政策 再延長至明年4月

拜登政府針對新冠疫情所實施的公衛緊急狀態在明年4月前將不會取消，全國民眾仍可接受免費篩檢、疫苗接種和治療。

拜登政府11日宣佈，針對新冠疫情所實施的公衛緊急狀態在明年4月前將不會取消，全國民眾仍可接受免費篩檢、疫苗接種和治療。

一名公衛官員解釋，有鑒于新冠確診病例在即將來臨的冬季預料將大幅增加，以及將防治新冠的責任由公衛體系轉移給民間醫療保險市場之準備工作尚未完成，因此有關單位決定不會在明年1月就結束公衛緊急狀態。

新冠病毒入侵美國不久，當時的川普政府即在2020年1月底宣佈全國進入公衛緊急狀態，並且每90天重新檢討和發佈一次。隨着疫

情逐漸趨緩，政府相關部門從今年8月起便開始釋放出解除警報的風聲，準備在明年1月終止緊急狀態。

聯邦衛生與公共服務部(Departments of Health and Human Services)先前承諾各州政府，會在宣佈解除緊急狀態前60天預告此項決定。目前的緊急狀態即將在明年1月11日屆滿，因此政府必須在本月11日做出是否延長的決定。

矛盾的是，拜登總統本人在9月接受電視專訪時，才宣稱“疫情已經結束了”，結果遭到白宮首席防疫顧問佛奇(Anthony Fauci)也在電視上公開打臉，批評他這種講法“有問題”，恐怕會



造成部分民眾降低戒心，並且不再接種疫苗。

最近許多公衛專家紛紛表示今年冬天可能會再出現另一波新冠疫情高峰。“我們可能在1月又會身陷嚴重疫情之中”，該名官員表示，“那不是你會想要解除公衛緊急狀態的時刻”。

在公衛緊急狀態下，與新冠病毒相關的篩檢、疫苗注射和部分治療方式都是由政府埋單；一旦解除，相關醫療費用支出便將轉由民間保險或政府健保計劃支付。該名官員指出，相關轉換工作浩大且繁瑣，目前正在進行中，但尚未全部運行完畢。

新聞來源：世界日報

別小看病毒！解剖死于新冠感染屍體 發現驚人結果

澳洲科學家解剖死于 COVID-19 病毒感染的屍體。

澳洲科學家最近解剖死于 COVID-19 病毒感染的屍體，以及死于 H1N1 病毒感染的屍體，最後發現了驚人結果。胸腔暨重症專科醫師黃軒今(26)日在臉書上發文，表示死于 COVID-19 的屍體，整體有更嚴重和更多器官的受損。

黃軒今日在臉書上發文，他表示有媒體詢問“為何 COVID-19 死亡比一般流感病毒，有更嚴重的死亡後果？”也許最近澳洲科學家們也嘗試解釋這種謎題。

黃軒提到澳洲科學家最近解剖死于 COVID-19 病毒感染的屍體，以及死于 H1N1 病毒感染的屍體，結果發現和 2009 年造成全球大流行的 H1N1 病毒相比，2019 年出現的 COVID-19 病毒，在人體內造成更嚴重和更多器官受損的狀況。

黃軒透露在屍體解剖下，COVID-19 病毒引起的心臟破壞，比 H1N1 病毒引發的心臟破壞，受到更嚴重的影響。針對心臟解剖方面，COVID-19 病患的心臟組織內，發現更多 DNA 嚴重受損、熱休克反應和 M1

巨噬細胞極化浸潤破壞現象，H1N1 病毒感染的心臟解剖並沒有如此發現。

為何 COVID-19 病毒攻心為上，黃軒指出研究人員引述其他人的報告，因為 COVID-19 病毒釋放的蛋白有抑制干擾素的作用，由於心臟組織內無法啟動抗病毒的干擾素，導致心臟組織內 DNA 也明顯被 COVID-19 病毒大量破壞。

黃軒解釋干擾素為一組細胞信號傳送蛋白，是動物細胞在受到某些病毒感染後，分泌具有“觸發”免疫系統防禦病毒功能的宿主特異性糖蛋白。然而，細胞感染病毒後分泌的干擾素，能夠與周圍未感染細胞上的相關受體作用，促使這些細胞合成抗病毒蛋白，防止進一步感染，因此產生抗病毒作用。

黃軒表示病毒引發的心臟爭議，不是只有 COVID-19 病毒為主，其他像 A 型流感病毒，也常常引發心臟的受損。在貼文的最後，黃軒不忘提醒“完成三劑 COVID-19 疫苗接種，也要記得完成流感疫苗接種，這樣才能真正保護自己的身體，間接也保護了家裡的每一個成員健康”。



今冬將現致命變種！所有先前獲得免疫盡失效！美首席怒發警告！

美國衛生官員 Anthony Fauci 于近日對美國人發出警告：如果在即將到來的冬天出現一種新的、更危險的 Covid 變種，請不要感到驚訝。“我們應該預料到，我們很可能面臨另一種變體，這將逃過我們從感染中或從疫苗接種中獲得的免疫完全失效！”Fauci 補充道。

Fauci 敦促美國人不要放鬆警惕，因為在冬季總是存在“病例上升的風險”。並且，我認為突然說“我們已經完全擺脫了大流行有點為時過早。”

Fauci 指出，2021 年夏天，美國曾出現過低流行趨勢，但 omicron 變種出現導致去年冬天的病例激增。從那時起，omicron 的多個子變體已經在美國傳播並成為主導。

根據 CDC 的數據，這包括 BA.5，目前佔所有流通病例的 81.3%。研究表明，BA.5 及其前身 BA.4 對來自原始 Covid 疫苗的抗體的敏感性甚至比原始 omicron 毒株低三倍。

新研究表明，一些新的子變體，包括一種稱為 BA.4.6 的子變體，似乎比 BA.5 更有效地逃避免疫。

“不要自滿”“不要過早宣佈戰勝疫情大流行”，已表示即將於年底卸任的美國國家過敏症和傳染病研究所所长、總統首席醫療顧問安東

尼·福奇近日發出警告，稱美國正處於“潛伏的”公共衛生緊急狀況——數百萬甚至數千萬人遭受“長期新冠”影響。

這種被漠視的危機和可能即將到來的新一波冬季疫情，與美國眼下幾近“躺平”的抗疫態度對比鮮明。

福奇所說的“長期新冠”是指新冠後遺症，又被稱為新冠長期症狀。《衛報》稱，世界衛生組織認為，10%至 20%的新冠病毒感染者留下了呼吸困難、疲勞和認知功能障礙等症狀，這些症狀可能在急性感染治癒後持續很長時間。

據估計，750 萬至 2300 萬美國人已發展為“長期新冠”。在某一定時間內，可能有超過 100 萬人無法再工作，導致 500 多億美元(約合 3600 億元人民幣)的收入損失。

“它帶來的不幸、挑戰和令人沮喪中的一部分是，它有太多元素不符合已知或可識別的致病過程。”福奇說，比如，如果一個人嚴重疲勞到無法工作，沒有任何實驗室測試、X 光、CT 掃描或核磁共振能指出病源。為什麼一個智力敏銳、精力充沛的人，突然之間就無法在任何事情上集中注意力超過半小時呢？為什麼那些出色的運動員不再有運動耐力呢？他承認，在這種情況下，試圖治療或治癒“長期新冠”變成一場“賭博”，因為“我們甚至不知道治療的目標是什麼——這是在黑暗中游泳”。

福奇說，“如果你宣佈勝利，你就是在宣佈一場假想的勝利，因為我們還沒有贏得這場戰鬥。”

疫情這幾年，普通人的生活質量真的是直線下降，美國權威專家又發出警告，今冬可能出現新的致命變種，讓以前努力獲得的一些免疫全失效……這到底什麼時候是個頭啊！

美國 6 變異株肆虐、外加一個“噩夢變異株”...

隨著冬天步伐逼近、室內活動增加，全美各地 Covid-19 病例下降趨勢已緩，而亞利桑那等多州確診相關的住院人數也正在增加中。新變種病毒株免疫逃逸能力和傳染性增加，也令人倍感不安。

根據美國《紐約(專題)時報》報導，目前美國至少有 6 種變種病毒株，正在競逐主流病毒株“霸主”寶座。耶魯大學公衛學院流行病學家柯亞伯(Albert Ko)指出，它們都屬於同一個家族，“都是 Omicron 的後代”，雖然有略微不同突變，但似乎尚未出現像 Delta 和 Omicron 變異株首次現蹤時那般明顯變異。

目前流行哪些？哪個是“噩夢變異株”？

美國疾病防治中心數據顯示，推動夏季病例激增的 BA.5 現在仍佔全美近半數感染病例。但另兩個亞變異株勢力正在迅速增長，預計很快就會超過 BA.5，分別是 BQ.1 和 BQ.1.1。

截至上周五，BQ.1 佔全美病例 14%，BQ.1.1 則佔 13.1%。此外，BA.4.6 的變異株自 8 月以來也持續增長，現在佔病例的 9.6%。

BF.7、BA.5.2.6、BA.2.75 和許多其他變異株也加入這場競賽中。至於 XBB 變異株，在美國尚未猖獗，但在新加坡導致病例激增，甚至被稱

作“噩夢變異株”，所幸 10 月底為止，相關病例數和住院人數已經下降。

我應該擔心這些新變異株嗎？

新冠病毒的進化並非新鮮事，病毒和病原體都會不斷地試圖適應和逃避免疫壓力。在出現新的、更能逃避免疫的亞變異株後，即使已接種疫苗或因先前確診有抗體的健康成年人，仍有可能被感染。

不過，加州(專題)大學洛杉磯(專題)分校醫學院免疫學研究員楊奧圖(Otto Yang)說，免疫系統的其他部分仍然可以發揮效用。他表示，新突變主要聚集在與抗體相互作用的關鍵區域，但並不足以影響 T 細胞識別病毒序列的地步，而 T 細胞則是預防重症的主因，“那些已接種疫苗並及早接受奈瑪特韋(Paxlovid)或瑞德西韋(remdesivir)治療的人，基本上都沒什麼太大問題。”

專家也稱，只要死亡人數持續減少，重症和住院病例減少，就算有新變種病毒肆虐也不需擔心。不過，對於免疫功能低下或對疫苗沒有強烈免疫反應的人而言，新變異株的免疫逃逸能力是更大問題。這些族群通常仰賴單株抗體藥物保護，但單株抗體治療只針對一種特定病毒，

變異株有可能導致治療不再有效。

感染新變異株有什麼症狀？

目前沒有迹象顯示，感染 BQ.1、BQ.1.1 或任何其他亞變異株的病患會出現任何新或不尋常的症狀。最常見症狀仍然包括輕度流鼻涕、頭痛和喉嚨痛。專家也說，目前還很難斷定究竟是病毒實際變異的關係，或是人們多半已接種疫苗或確診過而受到更多保護的關係，導致重症情況減少。

如何自保？

最好的辦法就是接種疫苗和加強免疫，特別是高風險族群，以及在過去 4 至 6 個月內沒有接種過疫苗或未感染病毒者。

輝瑞研究顯示，針對 BA.5 變異株，其 9 月份推出的更新版雙價加強針可以讓 55 歲以上人士產生更強抗體反應。其他獨立數據顯示，已經接種 4 劑疫苗的相對年輕和健康人士來說，該款疫苗或許不會帶來太多額外好處。雙價加強針雖然可以訓練免疫系統識別新冠病毒原始病毒

株及 Omicron BA.5 變異株，但對於 BQ.1 和 BQ.1.1 等新亞變異株的效果如何，仍有待觀察。

根據以色列研究顯示，T 細胞保護力似乎在 6 個月左右開始減弱，因此即使年輕健康者也可以考慮追加注射。

此外，高風險族群者或其家庭成員也應考慮戴口罩、避開擁擠室內場所，並在參與聚會前瞭解其他人是否有 Covid 症狀或接觸史。如果不幸確診，他們也應該經常檢測，並儘早服用抗病毒藥物。



全球新冠死亡人數下降 90%，美國新冠病例數再次上升

根據約翰·霍普金斯大學(JHU)統計的數據顯示，截至 11 月 9 日發稿，全美共有 97,837,855 例新冠病例，1,073,416 人死亡。24 小時內新增 19,272 例新病例，新增死亡人數 197 人。

疾控中心(CDC)的最新數據顯示，美國已有 227,377,753 人(68.5%)完成接種；266,401,911 人(80.2%)至少接種了一劑新冠疫苗；以及 26,290,124 人(8.4%)接種了新版疫苗加強針(二價疫苗)。

世衛：自今年 2 月起全球新冠死亡人數下降 90%

據 Fox 報道，周三，世界衛生組織(WHO)總干事譚德塞稱，與 9 個月前相比，近期全球新冠死亡人數下降了近 90%。儘管如此，隨着新冠變體不斷出現，他們呼籲各國保持警惕。

譚德塞指出，今年 2 月，全球每周死亡人數超過 7.5 萬人，而上周全球新冠死亡人數已下降至 9,400 人。但他表示：“對於一種可以預防和治療的疾病來說，每周死亡近 1 萬人還是太多了。”

世衛組織稱，截至上週日的一周，全球新增新冠病例超過 210 萬例，比前一周下降了 15%。每周新冠死亡人數也較前一周下降了 10%。其中新增病例數最多的國家是日本，已超過 40.1 萬例，比前一周增加了 42%。緊隨其後的是韓



國、美國和德國。

今秋新冠病例數再次上升

據 Fortune 報道，美國疾病控制與預防中心

(CDC)的數據顯示，新冠病例數在今年秋天再次呈上升趨勢，目前有近 75% 的縣處於新冠傳播高風險級別。

哈佛大學和斯坦福大學的科學家最近發佈的一項健康研究表明，失去嗅覺已不再是新冠最常見的症狀。現在感染 Omicron 變體的人最常見的症狀則是打噴嚏、喉嚨痛、鼻塞、持續咳嗽和頭痛。該研究的作者指出，如果已經接種了新冠疫苗，並發現自己在沒有任何原因的情況下開始打噴嚏，就應該立即接受新冠檢測。

專家表示，新冠病毒可能越來越類似於季節性流感，症狀較輕，而且在冬季更常見。但現在下結論還為時過早，並補充稱病毒可能會發生變異。

新冠疫情期间飲食失調的住院人數激增

根據周一發表的一項研究顯示，在新冠大流行的第一年，青少年和年輕人在飲食失調上的就診次數激增。該研究的作者表示，神經性厭食症、神經性貪食症、迴避/限制性食物攝

入障礙(ARFID)和暴食症等飲食失調症會影響各個年齡段和種族的人，美國目前就有高達 10% 的人正在與上述其中一種疾病作鬥爭。

據統計，在大流行之前，進食障礙住院患者每月會增加 0.7%，而在大流行爆發後，到 2021 年 4 月，這一數據則增加到了 7.2%；到 2021 年 12 月，每月又下降了 3.6%。

Novavax 稱其二價疫苗顯示出強烈的免疫反應

據《路透社》報道，疫苗製造商 Novavax 公司周二表示，其針對 Omicron 亞型變體 BA.1 的新版疫苗加強針(二價疫苗)可顯示出強烈的免疫反應。數據顯示，與 Novavax 最初的新版疫苗相比，新版疫苗產生的中和抗體作用是其初始疫苗的 1.6 倍。

今年 10 月，美國食品藥品監督管理局(FDA)允許該公司的疫苗作為成人的第一次加強劑使用。之後，Novavax 公司的股價上漲了近 13%。目前，Novavax 公司與競爭對手莫德納和輝瑞公司一樣，也在開發一種針對新冠和流感的聯合疫苗。

海外藥聞藥事按語:新冠席卷全球已經兩年多,醫療界在預防治療方面都有了長足進展,許多地區新冠與人的博弈已經進入共存階段,人的生活不再被病毒左右,《新冠之吻》是美國明尼蘇達州才女陶蓓蓓從普通人的角度描述她與新冠的相遇。

作者:陶蓓蓓
詭異的新冠病毒,看不見摸不着,卻影響甚至從此改變了全球的常態。當切身與之為伍時,究竟會是一種怎樣的體驗?

過程遠比我想象得快,快得讓我來不及全面部署防疫政策,已經塵埃落定。陽過復陰的我先生說,你可以寫一下這個經歷,這樣的題材會有人讀的。從他早年對我寫作的麻木不仁,到如今成為我文字的忠實擁護;不忍讓這樣的讀者失望,趁記憶還鮮明着,我趕緊碼字。

十月,我們選擇在這個北國最美的金秋季節出發,去紐約看兒子,然後同住手指湖度假,一直北上至尼加拉大瀑布。天公沒有負我們,氣候溫和得到好處。白天我們會開車周遊,觀碧水映藍天,賞層林染霜紅,看瀑布飛萬丈……傍晚我們會並排坐在湖畔度假屋的玻璃房裡,等天黑——這時的夕陽無限好,落日一半已經掉入水里,一半還浮在水上……整個旅程完美得好像不出點小蛾子都不夠真實了。

果然,回家第二天我出去買菜回來,一進家門就聽見先生夾着咳嗽聲說:“我提早下班回家了。我陽了!嗓子很痛!”

“你陽了?你測了?在哪里測的?”一連串的問題出口之間,我隱約感覺喉嚨痛起來。腦海里呼嘯而過的是,該來的終於還是來了!

“你沒有看見我給你和兒子的短信? 兒子已經給我打過電話了。就家里自測的呀!你也測一下。”

出遊一個禮拜,我倆睡一張床,坐一輛車,甚至親熱得喝一個水瓶,用一個牙杯,我找不出理由我可以陰。篤定陽,也就不急吼吼了。等把買來的食品都歸類放入冰箱,我才測。十五分鐘後,那條顯示陽性的紅杠竟然沒有如期而至!而更意外的是,陰性並沒有讓我有解脫的喜悅,甚至還有點失望:同一屋檐下一陽一陰,生活多不方便!

先生這時已經自覺戴上口罩,後退三步:“我戴,你不用戴了!”

我倆一起回憶、討論、分析可能的病毒來源。這次出遊,我們比起老美可是小心太多了!機場里,飛機上幾乎只有我倆戴口罩,找飯店儘量找有室外桌子的,堂吃的話也會儘量遠離他人……一番過濾下來的最可疑活動,應該是去參加一對沖基金的年會晚宴。這樣杯觥交錯的場合,想遠離他人是不可能的。戴口罩更不可能,沒有人戴的。鄰座的華爾街大亨 Chuck Royce,八十多歲的老人了,都不戴,倒是不忘戴

着他標致性的玫紅領結。我注意到他的襪子也是玫紅的,連手錶和錶帶都是玫紅的,有趣的石頭!這幾句是題外話,言歸正傳,算起來這個時間也對得上。距離宴會的五天後,也就是回家的前一天晚上,在兒子住處,兒子加班,我玩手机,兒子奇怪總是精神抖擻的他爸為何躺在沙發上閉目養神。他爸說累,其實應該就是已經有症狀了。這個人會是我們之所以選擇這個時間點去紐約的主要原因之一。認識到事件發生的必然性,也就落得心安了。

回過神來,我倆開始分別陸續通知家人和好友們。我馬上找了我們的家庭醫生。她曾是上醫的尖子,醫術自不必說,還很負責。她一邊讓我們不要緊張,囑咐了注意事項,包括多休息、多睡覺、兩人儘量分開、用蘋果手錶測氧飽和度、吃泰諾或 Ibuprofen 等;一邊幫忙安排好第二天的網診時間。先生也馬上通知了來機場接我們的朋友,慶幸我們都戴了口罩。朋友是小心,我是不想讓她有顧慮,我先生本來這種情況肯定不戴,他沒有按他的常規出牌應該是無意識中已經有所感覺。但回家的當天晚上他還是和我同床共寢的,應該也是無意識中有預感他老婆就是屬於傳說中的那種不易感人群吧?

聽醫生的話,他吃了泰諾,我們再共同制定了隔離措施:晚上,一人一臥室,一人一衛生間;白天,他佔領書房,其餘都是我的地盤;吃飯,不再對面坐餐桌,而是並排坐吧台,方向一致,間隔三椅。

至此,他除了咳嗽,嗓子疼,還有輕微頭疼、低燒症狀,氧飽和度一直正常,保持在97%以上。聽說鋅片有助提高免疫力,我諮詢了家庭醫生後,當晚就趕出去買回來了。有用沒用塞給他一片,也塞給自己一片。然後各就各位,睡覺。

躺下卻睡不着。想起來今晚還沒給我媽打過電話,我基本每天早晚都打,怕老人記掛又起身打過去。果然我媽接起電話後話題就圍繞着病毒,怎么也拉不開了。女婿到底病得厲不厲害啊?女兒是不是怕媽媽擔心才說沒染上啊?會不會有後遺症啊?無數的問題,我費盡口舌寬慰,一直說到半夜。放下電話更睡不着了,越想越懷疑我的測試結果,陰得太匪夷所思了!我和先生都只打了三針疫苗;他陽,我陰?我是他老婆,密接



得不可能更密了!從小體弱單薄的我,啥時搖身一變成百毒不侵之身了?一定是假陰!頓時,感覺喉嚨更疼了,頭也開始疼……一夜輾轉反側。

第二天早晨起來再測,還是陰。喉嚨不疼了,頭疼繼續,吃了泰諾也不見好。他一夜沒

睡好,咳嗽,嗓子疼、頭疼、低燒,所有這些症狀沒什麼變化。兒子一大早已打電話來過關心,建議他爸吃新冠特效藥 Paxlovid。他爸聽話,中午在網上見醫生時就要求配藥。醫生看了腎功能指標後,同意了她的要求。晚上兒子又打電話來,知道他爸吃過藥了才放心。他爸早早睡去了。我和我媽打過電話,吃下兩顆 Tylenol PM 後,一天就過去了。

第三天是禮拜六,本來有朋友邀請去他們家吃飯的,當然是泡湯了。其餘基本照舊,我再測再陰,先生的症狀變化無幾。家用測試劑被我每天測用完了,去政府官網續訂了免費測試劑。第四天一早,我被咚咚咚踩地板的腳步聲吵醒。睜眼,發現他已裸臉站在我房間里:“我明顯感覺好起來了,The worst is over!(最壞的時候過去了!)”

“出去出去!你也太不注意了!”他邊退到房門口邊狡辯:“你都測過三次了,沒有染上就不會再染上了!”

報告過老婆,他又去報告兒子。周末一貫睡懶覺的兒子竟然秒回他爸的短信:“I'm just relieved that it doesn't sound too bad for dad!(我松了一口气,爸爸病情沒有太糟糕)”

下午,秋高氣爽,萬里無雲。先生拉我去村里湖邊走走坐坐。Pleasant Lake,湖如其名,一個令人愉快的地方;它是我們村的私有領地,景色秀麗,遊人稀少。我倆懶懶地坐在湖畔的長椅上,看暖風吹拂湖面,陽光在清波里盪漾着,心旌隨之搖曳。我寫詩,他讀書。病毒漸行漸遠……第五天,他病情每況愈上,別的乏善可陳。

第六天,家里換暖氣爐。他自覺已經好了,但畢竟沒有測試結果,故還是避免和工人接觸,全程由我出面和工人打交道。等下午安裝完畢,免費測試劑也到貨了,整一打。他先測,陰了,陽性後的第六天就陰了!他對結果深信不疑,甚至覺得要不是家里測試劑斷貨也許更早就陰了。於是他迫不及待地宣告一切恢復正常,並將

好消息分享給了家人和好友們。我也測了,陰性。我膽兒小,加上我媽的話對我多少是有影響的,故一意孤行:“慢着!不差這一天,等明天再測一次再說吧!小心點總是好的!”

第七天,我倆再次測試,結果再次陰性。我們終於達成共識,立即廢除所有隔離制度。到這時我才後知後覺想起來,儘管上樓我倆一人一衛生間,但白天在樓下我們一直是共用一間廁所;家里的電話座機,他和他母親剛好電話,我拿過來接着給我媽打……看來咱的隔離政策是漏洞百出,不禁啞然失笑。我在經歷了五次測試陰性後,六天的頭疼戛然而止。這些個日子,我靠吃 Tylenol PM 睡覺,他也沒睡好。當晚,我終於回到了自己的床上,熟悉的味道,一夜踏實。他說也睡好了。原來同床異夢比異床同夢還是好,又有新認知。

我們家仁,除了我,他們爺倆都感染過新冠了。他倆都吃了新冠特效藥,症狀都像一般感冒。

日子逐漸回歸常態。先生已經去公司上班;其實他陽性期間一直在上班,只是在家里上。我也慢慢恢復懶惰;一度用心做飯過,想給他多補點蛋白質。

又有朋友來喊一起出去吃飯了,先生自認幽默地答曰:“可以!現在不是我怕美帝,而是美帝怕我了!”至少我看他把自己逗笑了。

朋友的幽默從來張口就來:“我也不怕!被別人搞死,還不如被你搞死呢!”把我也逗笑了。

一場撲朔迷離的有關新冠的經歷,就此畫上句號。

作者介紹



陶蓓蓓, 杭州人。1983年畢業於杭州大學數學系,獲學士學位。二十世紀八十年代來美國生活、學習,獲計算機碩士學位。酷愛寫作,已有作品由正規出版社出版、或發表在權威報刊雜誌上,包括:《浙江大學報》上的報告文學;《浙大校友》季刊雜誌上的文章;《世界日報》上

的文章、新體詩;由中華慈善研究會主編、中國文聯副主席馮驥才題寫封面、天津人民美術出版社出版的《中華百善圖》一書中收錄的格律詩;北京語言大學出版社出版的兒童系列叢書中的12本書;浙江攝影出版社出版的《超越優異的人生故事》一書中的文章;杭大人出版社出版的人生詩詞和文章集子《一襟煙雨訴悲歡》……其中《一襟煙雨訴悲歡》一書已經被國內最頂尖的北京國家圖書館永久收藏。

鄭成月去世的消息傳出,很平靜,平靜到大家甚至都不知道,其實他5月5日就離開這個世界了,甚至大家還有疑問,鄭成月是誰?

每一個平凡的人,都需要知道鄭成月是誰。因為你無法保證自己的生命之中永遠不會遭遇“溺水”之際,而一旦你的人生溺了水,只有鄭成月這樣的人民警察才會拉你一把。

鄭成月的一生,就是“殺人放火金腰帶,修橋鋪路無屍骸”這句老話的縮影。

提示一下,以下為真實事件,情節雖然過於黑暗、曲折、離奇,小說都寫不出來,但它鋪展開來,就是事實。

1994年8月份,正值夏日酷暑,河北省石家莊市西郊的玉米地里,女性康某被奸殺。

僅僅一個多月的時間,才20歲的青年聶樹斌被帶走,7個月後,該20歲青年聶樹斌被槍決。

整個過程充斥着兩個字眼,“倉促”。如果非要再加兩字眼兒的話,我只能說,“詭異”。

這就是聶樹斌,1995年他被認定為奸殺女性康某,執行槍決。

鄭成月是什麼情況呢?

可能是踩着七彩祥雲出現的英雄,是上天派來的人物。聶樹斌被槍決後三個月,鄭成月意氣風發的成為河北廣平縣公安局的一名刑警。

年輕時候的鄭成月真的是有一身本事,曾一個人擒住8名窮兇極惡的罪犯。人家都是刀口舔血的混人,而鄭成月單槍匹馬把賊窩掀了,說“英雄”一點也不過分。

正因為他有這樣的一身本事,交到他手上的第一個案子就是重案“奸殺”,可偏偏就這么巧,這個嫌疑人王書金聞風逃掉了。鄭成月不可能全世界去找王書金,他是刑警不是哮天犬,所



當年的英雄去世,當年的蒼蠅高升!

以這事兒只能擱置。僅僅三年時間,憑藉屢屢立下大功,鄭成月被破格提拔為副局長。

說實話,照他這本領和速度,將來能成為市公安局局長都說不定。可偏偏這時候,那個奸殺後跑路的王書金被鄭成月逮住了,也正因為逮住了這個王書金,鄭成月的前程深陷沼澤,一步走“錯”便全盤傾倒。



鄭成月一身病痛,去世前的照片。

你可能看不懂了,抓住一個兇手,應該是再立大功,怎麼就前程不保了?

王書金是鄭成月在河南滎陽親手抓獲的,但在把他帶回河北的途中,由於鄭成月為人正直,不僅沒對王書金暴力相待,還給他買了一只燒雞並親手喂他。

在鄭成月看來,王書金罪大惡極也該由法律懲治他,自己作為個人沒那權力。可在王書金看來,感動的一場糊塗,以至於王書金直接交代,他手上不止一條人命,而是3條。

這讓鄭成月大為震撼,可更讓鄭成月頭皮炸裂的是:10年前被執行死刑的聶樹斌根本沒殺人,玉米地里被奸殺的女子康某,就是王書金下的手。

回到局里,鄭成月立刻核對所有證據以及王書金招供的細節,發現全都對上了。同時,鄭成月通過渠道拿到了當年的部分卷宗,才翻了幾頁就怒火中燒,把文件重重摔到了地上,因為其中貽誤連連,根本無法作為定罪依據,更別說槍斃了。

鄭成月是正直,但他不蠢,反而智商相當高。這明顯有高層搞鬼,通過司法途徑解決不了。於是,他豁出去了,一篇《一案兩兇誰是真兇》發佈到了河南商報上,頃刻間,舉國震動,輿論嘩然。

按理說,全國目光集聚,再大冤也給你破了。然而無論是過去,還是現在,這種話都極其可笑。

有人找到鄭成月,這事兒你不用管了,也

不準管了。同時王書金翻供,說自己沒殺康某,口誤。

連作為看客的我們都知道,這是背後牽扯太大,涉及大人物了,鄭成月怎麼可能不知道。如果此時他放棄的話,那麼他的身份,他的榮譽都能保住,然而他拒絕。

這讓我想起了《長夜難明》里的檢察官江陽,拒絕之後,淪落街頭。曾經少年堅毅,榮譽風光,如今掉了個錢包就能嚎啕大哭。

鄭成月不僅放棄了前程,還自掏腰包幫聶樹斌的父母請律師。連罪大惡極的王書金得知這個消息後都大為感動嚎啕大哭,王書金居然悟了,死則死矣,也要將實情全盤托出。

王書金一定是個畜生,但彼時彼刻他是個漢子。

有人在監獄里折磨王書金,木板腳腳心,鐵椅坐半月,怎麼殘酷怎麼來。結果法庭上,王書金陡然暴起高喊:明明殺了三個人,怎麼就變成兩個了?

法官懵逼,全場嘩然,記者爭相報道,整個場面一度混亂。於是中國司法史乃至世界司法史上都絕無僅有的一幕出現了:檢方力證聶樹斌案非王書金所為,而王書金的辯護方則力證王書金就是真兇。



到這里,很多人覺得,都這樣了,總不可能再把事情按下去吧?

然而你又錯了,2013年二審判決,駁回王書金的上訴,你就只殺了兩個人,沒有第三個。人定勝天不存在的,很多時候,你再堅定也沒用,你再堅定你連人都勝不了,還想勝天,你以為你是誰? 祁同偉嗎?

聶樹斌不是祁同偉,鄭成月也不是,所以他們不可能勝天半子,甚至連棋盤都被砸了。

經此一役,聶樹斌的家庭,以及鄭成月的家庭,支離破碎。鄭成月捲鋪蓋離開了公安部門,他的妻子工作沒了,多次喝農藥自殺,他的兒子考到第一,名字卻被刷,工資被凍結,房子被查封

……報復或許會遲到,但從來不會缺席。王書金作為這樣一個十惡不赦的人聽聞此情此景,他感受到了黑暗的可怕,他絕望了。鄭成月也絕望瞭,如今的他早已不復當年意氣風發,一身病痛躺在醫院里,孤家寡人,黑夜涼涼……



這種時候,已經沒有誰能把結局翻盤了,除非是老天。

還真是老天開了眼,2016年,河北“政法王”張越忽然落馬。一番調查,媒體居然曝出了他在聶樹斌案件之中,操控了整個司法系統。這里我插一句,當年的媒體也確實有幾分風骨,如今,呵呵。

之間的過程我就不細說了,反正現在網上也有。結局就是說張越之所以插手聶樹斌案,主要和另一位老領導有關。當時公檢法的確提出聶樹斌案證據不足,要求改判。結果那位老領導下了令,必須要殺,而且要快殺。

當時有一些傳言是說為了給某位大領導換腎,不知真假。

總之,因為張越突如其來的倒台,聶樹斌案被平反了。2016年12月2日,法院正式宣判“聶樹斌無罪。”

聶樹斌全家洗去強姦殺人犯的污名喜極而泣,可聶樹斌回不來了,當年那個意氣風發的鄭成月,也回不來了。因為此時的鄭成月早已風燭殘年,成了一個身患9種疾病,躺在醫院里的等死之人。

鄭成月去世之前,留下了遺言:埋到聶樹斌的墳墓旁邊,樹一個碑,寫上人民警察愛人民。

寫到這里,連我都差點沒崩住,拳拳少年的赤子之心,至死都沒變。這就是鄭成月,人民警察。也希望這個世道如他所願,人民警察愛人民。

互聯網是有記憶的,而互聯網的記憶,也就能在此處體現它的價值罷了。

鄭成月放棄了他的的大好前程,用那一腔熱血,撞向腐朽陰暗的大門。頭破血流,至死方休。而當年那些誤判聶樹斌案,導致聶樹斌被誤殺的人呢?此刻又在何方高就,內心可曾感到不安?

想必不會吧,兩類人而已。一類出自魯迅口中,是“寄意寒星荃不察,我以血薦軒轅”的英雄,另一類也出自魯迅口中,是“冷漠的看客,完美的蒼蠅”。

每 **5** 位客戶 就有 **4** 位能藉助財務補助

得到每月 **\$10** 或更低收費的健保計劃



**新的法例
保健現在更易負擔**

報名投保 1-800-318-2596

HealthCare.gov

THE POWER OF TESTIMONY

THE WORD THAT DEFEATED THE SCORPION POISON

FROM DEATH TO LIFE

Pastor John Choi
Traveled around the world to share his testimony to over 200,000 people annually
'Including Gracias Christmas Cantata US Tour

**NOV 29TH -30TH (TUE-WED)
7:00PM (EST)**

EMANUEL MYANMAR CHURCH
12601 DETROIT AVE, LAKEWOOD, OH 44107

☎ 317-294-5329

2022 DALLAS WINTER CAMP

DEC 25-29, 2022
SUNDAY-THURSDAY

- **VENUE**
HYATT REGENCY DFW INTERNATIONAL AIRPORT
2334 N International Pkwy
Dallas, TX 75261
- **PROGRAMS**
Worship, Bible Conference, Gospel Classes, Music Concerts, Christmas Cantata, Group Fellowship Sessions and more!
- **FEE OPTIONS**
 - \$200/person: 4 people share a room.
 - \$300/person: 2 people share a room
 - \$500/person: private room
- **CONTACT**
888-466-9846 | www.gnmusa.org

*The fee covers all room and board, registration, and programs (does not cover travel to venue).

GOOD NEWS MISSION NORTH AMERICA



東海海鮮酒家

Siam Cafe SEAFOOD RESTAURANT



願
您
壽
比
南
山
前
程
輝
煌

Siam Cafe

感恩平安歡度聖誕

祝
您
福
如
東
海
萬
事
如
意

歡迎光臨

OPEN 7 DAYS
11:00 AM. TO
12:00 MIDNIGHT



朋友聚會喜迎新年

Tel:(216)361-2323 Fax:(216)361-9191
3951 St.Clair Ave.Cleveland, OH 44114

東海海鮮酒家全體員工同仁 祝賀伊利華報創刊二十周年



伊 利 湖 水 連 東 海
同 舟 共 濟 二 十 載
報 恩 社 區 做 貢 獻
服 務 華 人 顯 風 采

