



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

第四六〇期 Vol.460 Dec.31 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

感恩過聖誕 歡樂迎新年

2023年祝福大家: 日出有盼, 日落有念, 心有所期, 慈悲喜捨, 善良有度, 平安健康, 心想事成。



HAVEN
of Portage County

MAY YOU AND YOUR FAMILY HAVE A WONDERFUL AND BLESSED HOLIDAY SEASON!
AUSTIN, BRENNAN, TED AND BETTY LIEU 2022

詳細內容請見本期有關版面

黃唯律師樓

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

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

中文網 <http://www.cimwong.com>
英文網 <http://www.imwong.com>
Email wong@imwong.com

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

精辦各類移民: 國家利益豁免, 杰出人才, 教授及研究人員移民, J1 回國豁免, 勞工卡, I1 跨國經理, B, E, F, H, J, K, O, P, R, V 簽證, 親屬移民, 職業移民, 投資移民, 入籍, 廚師, 管家, 技工等均可申請綠卡, 超齡, 十年綠卡, 政府庇護, 遞解出境, 上訴, 出庭至聯邦巡回法庭, 監獄保釋, 刑事綠卡等。

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

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

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

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

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

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

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

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

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

服務華人社區
振奮民族精神

交流美中信息
弘揚中華文化

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

社長 / 主編: 浦瑛
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
新年蒙福! 平安喜樂! 信. 望. 愛!
Have a blessed New Year (2023)!

維簡頌主
葡萄園音樂
中英文視頻

YouTube @VirginiaPTL
歡迎觀聽. 免費訂閱. 謝謝分享

QR codes and video thumbnails for "Amazing Grace" and "No Thine My Vision".

聖誕節愉快獻首詩
大家同樂共渡佳節
平安喜樂梅開添香

社長讀者大家喜樂

聖誕節

窗外白雪一片銀
室內壁爐火送暖
家人團聚處處歡
聖誕歌聲曲調美
平安夜裡頌平安
聖誕鐘聲人間祥

Merry Christmas
If my Valentine you won't be, I'll hang myself on your Christmas tree

劉天擎
詩歌園地

處理案件 您不一定需要親自前往法院
You may not have to go to Cleveland Court

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

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

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

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

Earle B. Turner, Cleveland Clerk of Courts

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 INTERNATIONAL COMMUNITY HEALTH CENTER

GET A FREE FLU SHOT AT ASIA'S INTERNATIONAL COMMUNITY HEALTH CENTER

CALL TODAY TO MAKE AN APPOINTMENT

ASIA'S ICHC CLEVELAND 2999 PAYNE AVENUE STE. 140 CLEVELAND, OH 44114 216-361-1223	ASIA'S ICHC AKRON 370 EAST MARKET STREET AKRON, OH 44304 234-312-3607
---	---

asiaohio.org/ichc

SIA ICHC
ASIAN SERVICES IN ACTION INTERNATIONAL COMMUNITY HEALTH CENTER

公開信

在今天人人都是個媒體的時代，伊利華報在克里夫蘭已經生存 20 周年，這實在是很不容易的事情。無論在付出成本和人工時有多麼難，我們都用心堅持來為社區人提供這麼一個方便的窗口，我們常常在亞裔社區聽到，我們要走進美國的主流，而媒體就是主流，它可以給你提供舞臺參與政治經濟文化活動，同時它還能體現一個城市的精神文明。

今天想和大家講一件非常不愉快的事情，在 12 月 15 日，我去 sandusky 拿了印刷好的報紙，開車回到克里夫蘭中國城，我就在 36 街的華人超市送放報紙，放完以後我到里面去買一點菜，沒有想到我剛出來就看到了商店有人拿了 20 份左右報紙放在了他們的收銀台前，他們是拿報紙來幫助客戶包裝瓶瓶罐罐容易摔壞的東西，我當時就跟他們說了：你們這樣做是非常不對的，你們想過沒有，如果我在你店里拿走任何東西不付錢就這麼走出去的話，你是不是要報警，我同時也跟他說了報紙上面寫了每份 \$1，我是可以跟你打官司的，這是企業財產。

我離開商店心里確實非常難過，

其實這些事情我也不是不知道，有些事情也就開一個眼閉一眼了，我只是想如何來保護我們社區的唯一的文化窗口。

最近一位名叫 Lisa 的讀者來電，記得她的哥哥開的明園飯店是我到美國後最早的工作地方，她告訴我，她家離克里夫蘭較遠，每次來中國城就是想買菜時拿一份報紙，她看報架上沒有報紙，但是看到收銀的地方有伊利華報，她問人要結果沒有給。

今年我們是想過只在網絡上發行，這樣可以節約 \$3000 多印刷費用。但我們更想到我們擁有一大批讀者，讀者們陪伴了我們 20 年，還有客戶。我們真心希望你們能和我們一樣愛護社區唯一的一份媒體，讓這份華報能繼續健康地生存發展。同時我們也相信更多的華人朋友是愛護這份報紙的，因為人們希望獲得信息和瞭解社區所發生的事情，更希望必要時社區能有這樣一個平台可以交流、互動。



3D MOVIE: DINOSAURS ALIVE!

Walk among prehistoric giants

11:35am, 1:25pm & 4:05pm daily

WHERE

Murch Auditorium

WHEN

12/7/2022 - 2/28/2023

NOW SHOWING IN MURCH AUDITORIUM

Join us on a global journey that brings

to life creatures from the Triassic to the Cretaceous Period as paleontologists search for clues buried in Mongolia's Gobi Desert and Ghost Ranch, New Mexico, and uncover fossilized evidence that dinosaur descendants may still walk (or fly) among us. Nar-

rated by actor Michael Douglas. Run time: 27 minutes.

Dinosaurs Alive! is included with general admission.

Showtimes are subject to change based on Museum programming and events. Please call our Box Office at 216.231.4600 for more information.



GCADA Announces New Leadership and Honors its Past

Cleveland, OH - The Greater Cleveland Automobile Dealers' Association (GCADA) has named a new Executive Committee for 2023. The announcement was made by Louis A. Vitantonio, Jr., President of the GCADA, at the organization's recent board meeting.

Vitantonio welcomed Barry Axelrod, president of Axelrod Buick GMC in Parma, Ohio, as the Association's next Chairman.

"I've spent over 40 years in the automobile business, and have faced many challenges in that time," said Axelrod. "The changes we're currently experiencing in the industry, with the adapting to the growing popularity of EVs, and of course inventory shortages, are going to take some time to get a handle on. But with the support of our dealer association, franchised dealerships will continue to bolster the economy by selling new motor vehicles for years to come."

The Association, which provides support and acts as an advocate for its members, is also a source of charitable contributions made on behalf of the dealers. Last year, the GCADA contributed nearly \$200,000 for scholarships, post-secondary education, and disaster relief. The GCADA also supports many businesses and organizations that provide valuable programs and services to its

member dealers, who encompass dealerships across Northern Ohio.

Vitantonio also noted that with Axelrod's tenure, the Association has its third father-son chairmanship, beginning with V. Blake Qua and Stephen Qua, who served in 1967 and 1973 re-

spectively. Axelrod also commented on his family connection, acknowledging his father Lawrence who was chairman in 1974 and his own son Mitchell, who were both in attendance, "I'm proud to continue the legacy of resilience and dedication that my dad Larry modeled for me. I'm also proud to

have my son alongside me, and the rest of our hard-working staff, as we navigate the future of the car business."

The committee also includes 1st Vice Chairman Nathan Lancry of Jay Honda and Jay Buick GMC and 2nd Vice Chairman Patrick O'Brien of Firelands Auto Group. The GCADA Executive Committee's newest member, Pat Preston of Preston Superstore begins his duties as Treasurer of the organization.

(Pictured, left to right: Hrnchar, Axelrod, Lancry, O'Brien, Preston, Vitantonio. High-resolution photo available upon request.)

About the GCADA

The Greater Cleveland Automobile Dealers'

Association (GCADA) has served the retail automobile industry and community with integrity and distinction since 1915. Today, located in Broadview Heights, GCADA represents over 280 franchised motor vehicle dealers, which include new-car, truck, motorcycle and RV dealers in 32 Ohio counties along the Lake Erie shore and beyond. More information on the GCADA can be found at www.gcada.org.

About the Cleveland Auto Show

The Cleveland Auto Show features concept, pre-production and production vehicles from the world's auto manufacturers. The Show also features an array of entertainment including sports and celebrity appearances throughout the ten-day run. The Cleveland Auto Show is a consumer show and a favorite family tradition since 1903. Find us online at clevelandautoshow.com. **Contact:** Sara Panza / spanza@gcada.org / 440-746-1500

If you no longer wish to receive email advertisements from GCADA, please call 440-746-1500, send a fax to 440-746-1504, or send an email to gcada@gcada.org and provide the following information so we can process your request: your name, the name of your company (if applicable), your email address (es), and that you do not wish to receive email advertisements from GCADA. We must process your request within 10 days. GCADA is located at 9150 South Hills Blvd. Suite 150 Broadview Heights, OH 44147



"This business started with families, building relationships, and passing down knowledge to the next generation," said Vitantonio. "Our outgoing chairman Paul Hrnchar worked in every department in his dad's dealerships, learning everything he could."

Paul S. Hrnchar became president of four dealerships in 2017, after the passing of his father, Paul J. Hrnchar who served as GCADA Chairman in 1996.



Mayor Bibb's Rescue & Transformation Plan

OVERVIEW

In 2021, the City of Cleveland received the eighth largest allocation of American Rescue Plan & Recovery Act (ARPA) funds, totaling \$512 million over two years. The City received half of these dollars in Fall 2021 and will receive the remainder in Summer 2022.

Mayor Bibb's Rescue & Transformation Plan outlines a priorities and process for maximizing the use of federal funds including ARPA, the Infrastructure Innovation and Jobs Act (IIJA) and other legislation still under development that is expected over the next few years.

Center for Economic Recovery

A key part of Mayor Bibb's plan is the launch of the Center for Economic Recovery, a strategic policy team that will engage with Cleveland City Council to shape and evaluate ideas for ARPA-funded projects that address our most urgent challenges.

The Center for Economic Recovery will equitably and strategically assess applications for ARPA-funding using the same evaluation criteria to make strategic decisions to achieve our long-term vision.

PRIORITIES

Mayor Bibb's Rescue & Transformation Plan identifies ten priorities for federal funding that will make an impact on the everyday lives

of Clevelanders.

Stabilizing the Budget

ARPA-funds were primarily intended to assist cities with revenue replacement that was lost due to the impacts of COVID-19.

Inclusive Economic Recovery

We're moving away from managing decline to making investments that drive growth in Cleveland's neighborhoods that have been overlooked or excluded in the past.

Housing For All

Affordable housing and investments that drive wealth creation and homeownership.

Violence Prevention & Public Safety

A comprehensive approach to public safety invests in initiatives that address the root causes of violence and crime. We must invest in proven programs focused on proactive intervention and prevention.

Closing the Digital Divide

Thirty percent of residents don't have internet or reliable Wi-Fi or broadband services. We're committed to making targeted investments to close the digital divide and make internet access more af-



CITY OF CLEVELAND
Mayor Justin M. Bibb

fordable and accessible.

A Modern & Transparent City Hall

Residents of Cleveland deserve a responsive City Hall that embraces the best practices in constituent engagement. Achieving this requires investment in new technologies, services and process improvements.

Education for Everyone

From newborns to adult learners, from students to CEOs, improving education is the foundation of our future. We must support learning at all ages, inside and outside the classroom to improve literacy

rates, college and work readiness.

Lead-safe Cleveland

Cleveland is facing a lead crisis. Nearly 90% of our housing stock was built before lead paint was outlawed. We must put a stop to this public health emergency and make properties lead-safe to ensure no more children are impacted by the dangers of lead exposure.

Arts & Neighborhood Amenities

Cleveland is a city on the rise and our arts, recreation, parks, cultural treasures and other amenities should reflect that.

Civic Participation Fund

Cleveland's 17 wards can identify important neighborhood projects and advocate for change at the hyper-local level in partnership with City Council.



Governor DeWine Awards 11th Round of Ohio Violent Crime Reduction Grant Awards

December 23, 2022

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine announced today that 13 local law enforcement agencies will receive a total of \$9.1 million to help prevent and investigate incidents of violent crime in their communities.

The grants represent the 11th round of the Ohio Violent Crime Reduction Grant Program. To date, Governor DeWine has awarded over \$79 million to 159 Ohio law enforcement agencies as part of this program. Approximately \$100 million will be awarded to local law enforcement agencies as part of the grant program in total.

"We must ensure that local law enforcement agencies have the resources they need to prevent and investigate violent crime, and these grants support that mission," said Governor DeWine.

Map of Grant Awards

Agencies receiving grants to implement violent crime reduction strategies as part of this latest round of the Ohio Violent Crime Reduction Grant Program include:

The Akron Police Department (Summit County) will receive \$4,954,443 to establish a crime center, purchase dash cameras, pay for overtime costs related to the department's gun violence reduction efforts, and to hire individuals for 18 new positions, including 12 officers with bonuses.

The Cleveland Heights Police Department (Cuyahoga County) will receive \$658,197.17 to purchase new technology to assist in preventing and investigating incidents of violent crime and for retention bonuses.

The Columbiana County Sheriff's Office will receive \$101,983 to pay for training to establish its own crime scene unit and to purchase a crime scene scanner and other equipment to document and process crime scene evidence.

The Crawford County Sheriff's Office will receive \$53,928.16 to purchase new technology to assist in preventing and investigating incidents of violent crime.

The Mansfield Division of Police (Richland County) will receive \$194,000 to purchase new technology to assist in preventing and investigating incidents of violent crime, to hire a crime ana-



lyst, and to fund a strategic recruitment campaign to boost its staffing levels.

The Montgomery County Sheriff's Office will receive \$185,000 to purchase new technology to assist in preventing and investigating incidents of violent crime.

The Muskingum County Prosecutor's Office will receive \$349,169.35 to purchase new technology to assist in preventing and investigating incidents of violent crime; create a pre-arrest diversion program and hire a diversion coordinator; and build community collaboration and engagement to reduce violent crime by hosting a series of awareness events.

In addition, the following entities will also each receive grants to pay for retention and/or hiring bonuses to help maintain current law enforcement staffing levels, recruit new officers, and continue ongoing public safety services to prevent and investigate violent crime.

Coal Grove Police Department (Lawrence County): \$16,328

Cuyahoga Metropolitan Housing Authority Police Dept. (Cuyahoga County): \$411,615

Franklin County Prosecutor's Office: \$1,598,041.82

Marietta College Police Department (Washington County): \$193,395.06

McConnellsville Police Department (Morgan County): \$16,848

Washington Court House Police Department (Fayette County): \$327,750.46

MORE: Full List of Violent Crime Prevention Grants Rounds 1-11

Governor DeWine, in partnership with the Ohio General Assembly, created the Ohio Violent Crime Reduction Grant Program last year to give local law enforcement additional tools to address

violence, including increases in crime associated with law enforcement retirements and resignations.

The program is funded through both the state operating budget and with American Rescue Plan Act (ARPA) funds that Governor DeWine and the Ohio General Assembly have dedicated to first responders to counter various pressing issues exacerbated by the COVID-19 pandemic, including violent crime. The grants announced today are all funded through ARPA.

The program is administered by the Ohio Office of Criminal Justice Services within the Ohio Department of Public Safety.

Other assistance for first responders developed by the DeWine-Husted Administration includes the creation of the Ohio Narcotics Intelligence Center, Ohio School Safety Center, Ohio Office of Law Enforcement Recruitment, Ohio Office of First Responder Wellness, Ohio Prisoner Extradition Reimbursement Program, Ohio Body-Worn Camera Program, Ohio Ballistics Testing Initiative, Ohio Crime Lab Efficiency Program, Ohio First Responder Recruitment, Retention, and Resilience Program, Ohio Court Backlog Reduction Program, Community Violence Prevention Grant Program, and the new e Warrant database.

Governor DeWine Signs Bills Into Law

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine signed the following bills into law:

House Bill 223, sponsored by Representative Brett Hillyer allows vendors to deduct sales tax remitted for certain bad debts charged off as uncollectible by credit account lenders.

Senate Bill 210, sponsored by Senator

Theresa Gavarone, regards agreements affecting legal relations between spouses; domestic violence protection orders in a dating relationship; courts maintaining Social Security numbers of parties in divorce, dissolution, annulment, or spousal support proceedings; and removes the population limit and in-territory residency preference for appointing acting judges.



On Monday, the Ohio Department of Education awarded \$5 million to libraries across the state to expand learning opportunities for students in preK-grade 12. Awardees will use the funding for programming that supports student learning, particularly in literacy, with the goal of accelerating learning for students who have been most impacted by the pandemic.

On Tuesday, Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted announced state support for 54 rehabilitation projects that will restore 57 historic buildings across Ohio. The projects are expected to leverage approximately \$1.01 billion in private investment.



The projects are being awarded funding as part of the Ohio Historic Preservation Tax Credit Program (OHPTC), administered by the Ohio Department of Development. In total, 21 communities across the state are receiving awards, which total \$64,132,847 in tax credits.

"By rehabilitating these historic buildings today, we can preserve the heart of our communities for future generations of Ohioans," said Governor DeWine. "Once restored, these sites will help renew local communities and create additional opportunities for Ohioans."

"In many cases, it's more expensive to revitalize an historic structure than it is to build a new one. Historic tax credits generate opportunity for communities by attracting investment that would not make financial sense otherwise," said Lt. Governor Husted. "When we preserve buildings that are part of a community's historic legacy, we're

Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

For the week ending December 23, 2022

preserving the past and investing in the future of our great state."

Also on Tuesday, Lt. Governor Husted, who serves as Director of the Governor's Office of Workforce Transformation, announced that 12 training providers located throughout the state will receive a total of \$2.58 million in awards through the Individual Microcredential Assistance Program (IMAP). This program helps Ohioans who are low-income, partially unemployed, or totally unemployed participate in a training program and earn a technology-focused credential at no cost to them.

The selected training providers, which include four-year universities, career centers, and private businesses, will be reimbursed up to \$3,000 per earned technology-focused credential.

"We continue to see a growing number of Ohioans find rewarding careers as a result of earning new tech skills through IMAP," said Lt. Governor Jon Husted. "In many cases, credentials rather than degrees are what employers are looking for when making hiring decisions—credentials are the currency of the modern economy."



On Wednesday, Lt. Governor Husted joined Medpace, JobsOhio, REDI Cincinnati, and the City of Cincinnati to announce Medpace's \$150 million expansion, which will create 1,500 new jobs.

On Thursday, Governor DeWine announced that he is appointing Hamilton County Prosecuting Attorney Joseph T. Deters to fill the vacancy on the Ohio Supreme Court that is occurring because Justice Sharon Kennedy was elected as Chief Justice of the Ohio Supreme Court.

"Joe Deters has the right combination of experience, legal knowledge, and passion for public service that will serve the citizens of Ohio well as an associate justice of the Ohio Supreme Court,"

said Ohio Governor Mike DeWine. "Joe is a long-serving and well-regarded public servant who is known for his legal intellect, reverence for the rule of law, and his accessibility."

Also on Thursday, Governor DeWine signed the following bills into

law:

* House Bill 223, sponsored by Representative Brett Hillyer allows vendors to deduct sales tax remitted for certain bad debts charged off as uncollectible by credit account lenders.

* Senate Bill 210, sponsored by Senator Theresa Gavarone, regards agreements affecting legal relations between spouses; domestic violence protection orders in a dating relationship; courts maintaining Social Security numbers of parties in divorce, dissolution, annulment, or spousal support proceedings; and removes the population limit and in-territory residency preference for appointing acting judges.

Also on Thursday, Governor DeWine signed Executive Order 2022-17D to label tianeptine, a Schedule 1 controlled substance, classifying it as having no accepted medical use in treatment and to prohibit its use.

Finally on Thursday, Governor DeWine cautioned Ohioans for Winter storm Elliot.

"I encourage Ohioans to take this winter storm seriously, and update your emergency preparedness kit with food, water, medicine, and other essential items," said Ohio Governor Mike DeWine. "I also encourage Ohioans to make a list of people to check in on, especially during the Christmas holiday weekend."

On Friday, Governor DeWine announced that 13 local law enforcement agencies will receive a total of \$9.1 million to help prevent and investigate incidents of violent crime in their communities.

The grants represent the 11th round of the Ohio Violent Crime Reduction Grant Program. To date, Governor DeWine has awarded over \$79 million to 159 Ohio law enforcement agencies as part of this program. Approximately \$100 million will be awarded to local law enforcement agencies as part of the grant program in total.

"We must ensure that local law enforcement agencies have the resources they need to prevent and investigate violent crime, and these grants support that mission," said Governor DeWine.

現在為退休儲蓄，以後獲得稅收抵免：提高的儲戶抵免額度可以幫助中低收入務工者在 2023 年儲蓄更多

IR-2022-224, 2022年12月21日

華府 — 美國國稅局提醒中低收入務工者，他們現在可以為退休儲蓄，並可在 2022 年及未來幾年獲得特別稅收抵免。

退休金儲蓄供款抵免，也稱為儲戶抵免，可用于抵消務工者自願為個人退休安排、401(k) 計劃和類似的工作場所退休計劃供款的前 2,000 美元中的一部分。該抵免額還幫助有資格的殘障人士，如果他們是“實現更美好生活體驗”(ABLE) 賬戶指定受益人，該抵免幫助他們向該賬戶供款。有關 ABLE 賬戶的更多信息，請參閱 IRS.gov 上的出版物 907(英文)。

納稅人除了任何其它適用的稅收優惠外，還可以享受儲戶抵免。

還有時間採取行動

符合條件的人仍有時間進行合格的退休供款，並在 2022 年的稅表中獲得儲戶抵免。人們必須在 2023 年 4 月 18 日(提交 2022 年申報表的截止日期)之前建立一個新的 IRA 或為現有的 IRA 增加 2022 年的資金。Roth 和傳統 IRA 都符合條件。

另一方面，個人如果參與工作場所退休計

劃，則必須在 2022 年底之前採取行動，以便計入今年的供款。這意味著必須在 12 月 31 日之前將選擇性延期(供款)提交給：

- ★ 401(k) 計劃。
- ★ 403(b) 計劃適用於公立學校和某些免稅組織的雇員。
- ★ 州或地方政府雇員的政府 457 計劃。
- ★ 聯邦雇員的節儉儲蓄計劃(TSP)。

對某些其它工作場所退休計劃的供款也符合條件。有關詳細信息，請參閱表格 8880(英文)的說明。

今年無法存錢的員工應儘快安排 2023 年的供款，以便他們的雇主可以在 1 月份開始扣款。

誰有資格

儲戶抵免基于納稅人收入限制，該限制基于調整後的總收入，及婚姻或申報狀態的。但由於通貨膨脹，額度將在 2023 年顯著增加。

因此，儲戶抵免可以由以下個人申報：

- ★ 2022 年收入不超過 68,000 美元或 2023 年收入不超過 73,000 美元的已婚夫婦共同申

報。

- ★ 2022 年收入不超過 51,000 美元或 2023 年收入不超過 54,750 美元的戶主。
- ★ 2022 年收入不超過 34,000 美元或 2023 年收入不超過 36,500 美元的單身人士或已婚分別報稅個人。

與其它稅收抵免一樣，儲戶抵免可以增加納稅人的退稅或減少所欠稅款。儘管儲蓄者的最高抵免額度為 1,000 美元(已婚夫婦為 2,000 美元)，但國稅局提醒說，它通常要少得多，而且部分由於其它扣除和抵免的影響，實際上對於某些納稅人來說可能為零。

納稅人的抵免額度取決於他們的申報狀態、調整後的總收入、納稅義務以及對合格退休計劃或 ABLE 賬戶的供款額。表格 8880 (英文)用于申報儲戶抵免，其說明包含有關正確計算信用額度的詳細信息。

在 2020 納稅年度(可獲得完整數據的最近一年)，約有 940 萬份個人所得稅申報表申請了總計超過 17 億美元的儲戶抵免。每個符合條件的回報平均約為 186 美元。

儲戶信貸補充了為退休儲蓄的人可以獲

得的其它稅收優惠。例如，大多數務工者可能會扣除他們對傳統 IRA 的供款。雖然 Roth IRA 供款不可扣除，但符合條件的提款(通常在退休後)是免稅的。通常對 401(k) 和類似工作場所計劃的供款在提款之前不會徵稅。

一些限制

儲戶抵免的其它特殊規則包括：

- ★ 符合條件的納稅人必須年滿 18 歲。
- ★ 在稅表上聲稱為他人被扶養人的個人都不能獲得抵免。
- ★ 學生不能獲得該抵免。在一年中的 5 個日曆月的任何時間註冊為全日制學生的人都被視為學生。

來自退休計劃或 ABLE 賬戶的任何分配都會減少用于計算信用的供款金額。對於 2022 年，此規則適用於 2019 年之後和 2022 年申報表到期日(包括延期)之前收到的分配。表格 8880 及其說明包含有關進行此計算的詳細信息。

要瞭解有關為即將到來的報稅季做好準備的其它方法，請訪問 IRS.gov/getready。

國稅局宣布推遲對第三方支付平臺 1099K 表格 600 美元報告門檻的實施

IR-2022-226, 2022年12月23日

華府 — 美國國稅局今天宣佈推遲對第三方支付結算機構報告門檻的實施措施，該門檻原定在即將到來的報稅季施行。

因為這一推遲，第三方支付結算機構無需在 1099K 表格上向國稅局或收款人報告 2022 納稅年度 600 美元以上的交易，該降低的 600 美元門檻是 2021 年美國救援計劃的一部分。

同時，國稅局今天發佈指南，指出 2022 日曆年將成為第三方支付結算機構 (TPSO) 實施降低報告門檻的過渡期，這包括了 Venmo、PayPal、CashApp 等須為納稅人提供 1099K 表格的機構。

“美國國稅局和財政部獲悉了實施美國救援計劃下改革內容的時間進度的一些擔憂。”國稅局代理局長 Doug O'Donnell 表示，“為了幫助順利過渡並確保納稅人、稅務專業人士和行業的清晰度，國稅局將推遲實施有

關 1099-K 的變更。額外的時間將有助於減少在即將到來的 2023 年報稅季的混亂，並為納稅人提供更多時間來準備和瞭解新的報告要求。”

2021 年美國救援計劃改變了 TPSO 的報告門檻。商業交易的新門檻是每年 600 美元；而之前的門檻則是每年超過 200 筆交易、總金額超過 20,000 美元。該法律的目的不是為了追蹤個人交易，例如分攤乘車或用餐、生日或節日禮物的費用，或支付家庭成員或他人的家庭賬單。

根據法律，從 2023 年 1 月 1 日開始，TPSO 必須報告在 2022 年支付給任何參與收款人的第三方支付網絡交易，無論交易數量多少、總付款超過最低門檻 600 美元則須報告。TPSO 通過向個人收款人提供國稅局表格 1099K，支付卡和第三方支付網絡交易來報告這些交易。

第 2023-10 號通知指出，過渡期推遲了對超過 600 美元交易的報告，推遲為 2022 日曆年之後發生的交易。過渡期旨在促進 TP-SO 稅收合規的有序過渡，以及個人收款人所得稅申報的合規性。第三方支付網絡交易的參與收款人，指的是為商業交易而接受第三方支付結算機構付款的任何個人。

法律規定的變更是極其重要的，因為如同 1099K 表格的情況，當金額受信息報告約束時，稅收合規度會更高。然而，國稅局指出，必須對其進行謹慎管理，以幫助確保 1099K 只

發放給應該收到此表格的納稅人。另外，納稅人瞭解根據此報告應該做什么，代報稅人和軟件供應商掌握他們幫助納稅人所需的信息，也是很重要的。

有關此推遲以及幫助納稅人和行業的更多詳細信息，將在不久的將來提供。由於法定變更而可能已經收到 1099-K 的納稅人，國稅局正加快速度提供指導說明，幫助納稅人明確瞭解怎么做。

國稅局還指出，當前的 1099-K 報告門檻，也就是超過 200 筆交易、總金額超過 20,000 美元，將繼續有效。



Governor DeWine Names Anne Vogel as Nominee for Director of the Ohio Environmental Protection Agency



(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today announced that he is nominating Anne M. Vogel to be the next director of the Ohio Environmental Protection Agency (OhioEPA). If confirmed by the Ohio Senate, Vogel will replace outgoing director Laurie A. Stevenson who announced her intent to retire at the end of the year.

“Anne Vogel brings a wealth of knowledge and experience to the helm of the Ohio

EPA,” said Governor Mike DeWine. “Because she worked with me as Policy Director, Anne knows my priorities and will provide leadership to this important agency charged with protecting Ohio’s air, land, and water.”

Serving as Policy Director for Governor DeWine during his first term, Vogel was charged with implementing the vision for the major initiatives of the DeWine-Husted Administration. Chief among them is the creation and launch of H2Ohio, the governor’s water quality initiative that brings together the Ohio EPA, Ohio Department of Agriculture and Ohio Department of Natural Resources to improve Ohio’s water quality through the creation of wetlands, the reduction in phosphorus runoff, and access to clean drinking water and quality sewer systems.

Vogel holds a law degree from Capital University and an MBA from The Ohio State University.

A statewide news service for Ohio

In Ohio, Tobacco Use Remains a Public Health Challenge

Smoking, mostly in the form of e-cigarettes or vapes, continues to pose serious public-health threats to Ohio communities, according to the latest America’s Health Rankings Report. Amy Bush Stevens, vice president of the Health Policy Institute of Ohio, said

smoking is one of the main drivers of the state’s poor health outcomes. She said 2019 data show 30% of Ohio high school students reported using e-cigarettes within the past 30 days. “The high use of e-cigarettes is still concerning, because it can lead to a lifetime of struggles with nicotine dependence,” Stevens explained.”



伊利華報惠登廣告

熱線電話: 216-324-2959



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

克里夫蘭傷痛診所
Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician
中/西醫並用。輔以天然藥、營養藥、中成藥、手法、理療、調理。治療各種痛症、傷痛。(但不用化學藥、不動手術，因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關賠賠必要的診療報告。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

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

美國可控核聚變重大突破背後有一位華裔女科學家

12月13日,可控核聚變的里程碑終於到來。史上首次,人類實現了輸出能量大於輸入能量的可控核聚變。這一過程被稱為“點火”(ignition)。

人類歷史上第一次意義重大的能源進步,是對火的控制和利用。如今,我們再次舉起火把,讓人造太陽不再是天方夜譚。

核聚變反應與太陽和其他恆星釋放能量的原理相同,因此被科學界稱為“小太陽”,也被喻為能源領域的“聖杯”(holy grail)。

加州的勞倫斯·利弗莫爾國家實驗室(Lawrence Livermore National Laboratory, LLNL)宣佈,首次成功在核聚變反應中實現“淨能量增益”(即產生的能量超過了消耗的能量),在可控核聚變的道路上更進一步。勞倫斯利佛摩國家實驗室主任金·布迪爾(Kim Budil)博士表示:“這是一項歷史性的成就……在過去60年中,成千上萬的人為這項努力做出了貢獻,我們需要真正的遠見才能走到這裡。”

相比較於核電站目前採用的核裂變技術,核聚變產生的能量更高,而且只會產生少量的放射性廢料,並不會產生溫室氣體排放,因此不會導致氣候變化。



這次“點火”成功,讓全球物理學界沸騰。這表明新科學的大門正在敞開。值得關注的是,LLNL實驗室的慣性約束核聚變項目(Inertial Fusion Energy Institutional Initiative, IFE)的負責人,是一位華裔女性。她的名字叫Tammy Ma

在發佈會上, Tammy對於IFE項目做了詳細介紹。她表示,單從可控核聚變的角度來說,幾乎沒有碳排放,能讓人類得到免費的清潔能源,並且由於氫在自然界的豐富儲量,全世界的能源危機都能解決。

Tammy Ma說,這個爆炸性事件發生時,她還全然不知情。當時,她正準備登上飛機,去參加部門年會,好為核聚變項目的下一步計劃做好準備。

就在此時,她接到了老闆的電話,老闆告訴她:“我們點火成功了!”(I think we got ignition)

Tammy Ma開心地在原地跳了起來!瞬間喜極而泣!候機區的人們都驚訝地看着她。她想起這麼多年的辛苦工作終於有了回報,眼淚根本停不下來。

Tammy Ma表示,這次LLNL的成功,無疑會給其他公立和私營機構極大的鼓舞,會有更多機構大膽投入更多的資金和研究力量,與

LLNL一起攻克更多的科研難關。她也非常期待在接下來的幾十年內,共同實現慣性約束聚變的規模化。

她激動地回憶道:激光誘導核聚變的想法,還是LLNL的先鋒科學家在60年前想到的。美國的科學家花了60年,終於把這一想法變成了現實。

Tammy Ma於2005年在加州理工學院獲得航空航天工程學士學位;於2008年和2010年分別在加州大學聖地亞哥分校獲得碩士和博士學位;

畢業後,她來到LLNL從事博士後研究,並於2012年正式入職。入職後, Tammy Ma成就不斷。她是2013年總統科學與工程早期職業獎(PECASE)的獲得者;

2016年,她在量化ICF內爆中的流體力學不穩定性組合的工作而獲得美國物理學會頒發的Thomas H. Stix等離子體研究杰出早期職業貢獻獎;

2018年,她獲得能源部早期職業研究獎;

2021年,她獲得聚變能源協會卓越聚變工程獎。

作為一位等離子體物理學家, Tammy Ma博士是美國物理學會的成員,也是勞倫斯利弗莫爾國家實驗室(LLNL)國家點火設施(NIF)和光子科學局的高強度激光高能量密度(HED)科學的先進光子技術項目的負責人,並擔任LLNL實驗室指導研究與開發(LDRD)計劃的副主任。

此外,她還是聚變能源科學諮詢委員會(FESAC)成員,為與聚變能源和等離子體研究有關的複雜科技問題向美國能源部科學辦公室提供建議。

Tammy Ma曾經接受採訪表示,她的母親在十幾歲時就移民到了加拿大,並且她沒有機會上完高中,更不用說大學。

但她的父母非常重視教育,與此同時,他們也從未給過她任何壓力。

“他們只是希望我們能找一個喜歡的職業,同時還能過上一個穩定、舒適的生活。”

現在, Tammy Ma和她的哥哥都成了一名物理學家,並對自己所做的工作充滿激情。

她對年輕的科學家和在校學生說:科學是艱難的,也是具有挑戰性的,這就是科學本質。

有些時候,你的成績可能會不那麼理想,你的實驗可能會遭遇失敗,你甚至想放棄,轉到另一個更容易的領域。

但如果你喜歡科學,就一定要堅持下去。



罪犯盯上華人,專偷中餐館老闆住宅

去年聯邦檢察官起訴了一個涉嫌入室盜竊的八人團夥。他們的目標通常是亞裔餐館老闆的住宅。該團夥在賓州、新澤西州、紐約州和特拉華州多次入室盜竊。新澤西州聯合縣(Union County)的一名男子承認他參與了針對亞裔房東的住宅盜竊案。

根據起訴書,從2016年12月2日到2019年3月20日,41歲的巴爾(Randi Barr)和同謀偵察亞裔聚居區的住宅,鎖定一個人後,又到其上班的企業(通常是亞裔餐館)進行監視。

在瞭解了受害者的行為模式後,巴爾等人就挑受害者不在家的時間入室盜竊,獲取大量金錢、貴重珠寶和其它物品,然後通過各州之間的貨物運輸,把贓物運送到巴爾在新澤西州沃克斯豪爾(Vaux-

hall)的住所,或者運到賓州東區。

巴爾被控一項串謀跨州運輸所盜財產的罪名,最高可判處5年監禁和25萬美元罰款,或犯罪所涉金額的兩倍,以較高者為準。法庭定於明年4月25日量刑。

賓州警方:做餐館的華人被盯上 據稱,盜賊團夥從賓州中餐館業主的家中,已盜竊了近百萬美元的現金和財物。賓州警方11月中



旬在調查該系列盜竊案時,曾警告華人社區採取預防措施。

警方的聲明說,竊賊似乎是三到四個人的團夥行動,行動時有一個人負責望風,一到兩個人進入被盜者家中行竊,偷走能找到的所有現金和珠寶,另外還有一個人等在車中,準備隨時逃跑。

警方稱,這些盜竊案作案時間往往不到30分鐘,竊賊通常偽裝自己,偶爾穿黃色安全背心或冒充園丁。

警方稱,在這些案件中,竊賊通過跟踪下班的餐館老闆找到住址,或進入他們的汽車偷看汽車登記卡的信息,甚至在他們的車上安裝跟踪設備來找到餐館老闆的住所



三名華人釣了10條魚,遭重罰近兩萬+禁令

當局對三名華裔釣魚者於2021年在溫哥華鮑威爾河以北非法捕撈石斑魚(rockfish)和華人常稱的龍躉魚(花鱈魚, lingcod)做出處罰,禁止捕魚一年,並被罰款17,500加元。

要知道,這三個人一共才釣了10條魚,這會兒應該腸子都悔青了。

加拿大漁業和海洋部 DFO 於上週四發佈一份新聞稿,公佈省法院法官於上個月對三名華裔違反休閒漁業法規和妨礙司法做出的處罰決定,並分享了有關法院裁決的細節。

根據 DFO 的說法,調查始於2021年8月10日上午,當時一名公眾致電執法部門熱線,稱有一群人在省北部 Lund 的 Divers Rock 地區公園附近釣魚,“似乎超過其每日限額的釣魚”。漁業執法官員接報後,即刻前往海灘上進行檢查。

加拿大漁業和海洋部稱,當這群垂釣者看到官員後,就頭頂沿著海岸線朝相反方向逃跑,還想丟棄所釣上的魚。隨後,三人被拘留,但他們拒絕配合調查。

經過當局調查,漁政人員共繳獲了9條石斑魚和1條尺寸不足的龍躉魚。然後根據《漁業法》提出了指控,包括阻撓行為。

11月16日,BC省 Powell River 法院裁定三人犯有妨礙司法和違反《漁業法》的罪名,勒令他們支付總計

17,500元的罰款,並禁止他們在未來一年內釣魚,還沒收了與違規行為有關的所有釣魚裝備,包括釣竿、卷線器和魚餌。

DFO說,“BC省每年頒發大約30萬份潮汐水域休閒釣魚許可證(Tidal waters fishing licence)。所有垂釣者都有責任在出發前瞭解他們釣魚區域的規定,因為這些規定可能會在季節中發生變化。在所有漁業中,重複、過度的捕撈會對加拿大水生資源的可持續性構成重大風險。”

根據 DFO 的規定,獲得許可證的



休閒垂釣者每天只能釣一條石斑魚和一條花鱈魚,而花鱈魚的長度必須達到至少為65厘米。

類似案件並不罕見

在加拿大,這樣的事情還真是經常發生。今年夏天 BC 省選對垂釣者發出了30年來的第一個“終身禁令”。

一名叫做 Steer 的釣客,被法院裁定,終身不能從事這項活動。

因為法院經過審理發現,2020年3月2日午夜剛過,溫哥華渡輪舉報後,發現 Steer 在溫哥華港非法捕撈鱈魚,海上巡邏漁業執法船要求他接受檢查,但他並沒有停下,反而加速跑路,在高速追捕之後,他和他的兩名船員被捕。

他的船、一輛卡車和一輛拖車都

被沒收,官員們在船上發現250只活螃蟹,而這些全都是非法捕獵的。

除了終身禁止垂釣外,Steer 的判決還包括:禁止登上漁船,入獄六個月,75小時的社區工作,禁止購買或出售漁船等。

之所以處罰如此嚴厲,是因為他並不是第一次因非法垂釣和捕撈被捕,他過去因多項罪名被定罪,並面臨司法處罰,包括24個月的捕魚禁令、監禁和巨額罰款。

自2008年以來,Steer 身上有15個不同的加拿大漁業和海洋部案底,他的船員也是如此。

在溫哥華之外,今年4月的卡爾加里,四名華裔男子也承認了非法持有28條白魚的指控,最終每人都被處以1,000加元的罰款。

Cross Coulee 水庫位於卡城以南約260公里,加拿大阿爾伯塔省 Parkland 草原區,白魚是這裡最受歡迎的休閒釣魚魚種之一。

2021年11月23日,魚類和野生動物官員發現到這些人在 Raymond 南部的 Cross Coulee 水庫進行非法捕魚。其中三名男子在用網捕魚,而另外兩名男子拿著兩個冷藏箱,其中一個裝有19條魚,另一個裝有9條魚。

檢察官布魯斯·安斯科解釋說,“這種用網捕魚的方式,不被認為是釣魚運動,是非法的。這些人是在天黑後到達現場,為了避免被發現,在夜色的掩護下從事這種非法活動。”

最終五人都對商業運作方面的控訴提出了異議,但四人承認非法捕魚的事實,並接受罰款,另一人持有異議。

所以說,入鄉隨俗,來到加拿大就一定要遵守本地法律法規,千萬別抱著僥倖心態。要知道違法釣魚、釣蟹、偷挖貝類,罰款罰款從幾百到上萬不止,嚴重的還會坐牢哦!

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.

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



陈进湧

Jinyong Chen (Jim)
Certified Negotiation Expert

Tel: (440) 655-1119

www.OwnerLand.com/JimChen/

Email: JimChen1992@gmail.com



中國留學生自導自演綁架視頻勒索父母

“爸媽,我被綁架了!” 試想一下,某年某月某日,你的父母收到這樣一條觸目驚心的視頻,視頻中你滿身傷痕,痛哭流涕,告訴他們綁匪說不給錢就撕票。

畫面、聲音無比真實,你覺得父母會怎么做?這樣的情況正在加拿大上演。

近日,加拿大皇家騎警發佈了關於虛擬綁架騙局(virtual kidnapping)的公共警報,因為最近發生了一起針對中國留學生的詐騙事件。

據報道,學生A是一名中國公民,今年8月下旬,有兩個人通過電話與他聯繫,說他們是中國警察,並聲稱他是一項調查的嫌疑人。

在幾個星期的時間里,犯罪嫌疑人指導小A拍攝了一系列的人質視頻,並告訴A這將有助於他的法庭案件。

小A還被要求轉賬,他用一個在線匯款軟件向嫌疑人支付數萬刀,嫌疑人告訴A這些錢將用於他的法庭案件的法律費用。

今年11月初,小A在中國的家人收到了一段視頻,視頻中小A正在呼救,並強調了綁匪要贖金。A的家人對這些情況表示懷疑。他們聯繫了本拿比皇家騎警,警官確認了小A的安全。

在此之前,小A聽從犯罪嫌疑人指示躲起來了。皇家騎警調查支持小組的Freda Fong周二說:“這個勒索騙局在兩個多月的時間里不斷升級,騙子不惜一切代價向受害者和他的家人索要金錢。”

“雖然這類欺詐行為看起來十分真實,但

我們敦促每個人,包括留學生和生活在加拿大的中國公民,都注意虛擬綁架詐騙。”

然而就在這起案件發生的幾個月前,一名在英國讀書的中國留學生也經歷了相同的詐騙,當時這個事件被多家媒體報道轉發。

2022年8月22日凌晨,浦東公安分局上



鋼新村派出所接到居民鄒先生報案,稱收到女兒小鄒微信發送的一段視頻,視頻中女兒竟被蒙住雙眼遭人綁架了!

視頻中女兒滿身是傷痕,哭訴自己賭博欠債100萬,更是強調:“不知道還能不能再見到你們了!”

小鄒說她現在被綁架,需立即轉賬人民幣100萬元到指定賬戶作為贖金,同時對方還發送一張疑似其女兒高達百萬元的借款圖片。看到這里鄒先生和妻子已經接近崩潰,從小捧在手心里長大的女兒,如今竟被綁架勒索,

還慘遭毒打,甚至可能被撕票。

思前想後,鄒先生還是決定報警,上海警方隨後聯繫了小鄒英國學校的老師,老師又直接在英國報警。終於在8月22日下午13時30分,英國警方成功找到了女兒小鄒。

據報道,女兒小鄒接到了詐騙電話,對方恐



嚇其涉及洗錢需交一筆錢才能洗脫嫌疑,不配合就要將她遣返。

年紀還小的女兒很快遭騙子洗腦,輕信了對方還配合他們自導自演拍攝一出“綁架”戲碼。

所幸,警方到場及時報警人及女兒均未向對方轉賬無財產損失,人也無事。事件在曝光之後,很多網友紛紛留言表示這種詐騙手段實在太缺德!有網友說:“這種視頻得讓父母多擔心啊!”也有網友表示,留學生應該具備最基本的

防詐騙知識,有一點自衛能力,能夠謹慎行事。

“就這樣別說出國了,出家門都難搞!” 據媒體報道,虛擬綁架是一種旨在向受害者及其家人勒索金錢的騙局。這些騙局針對在加拿大的中國公民,犯罪分子往往冒充中國警察或政府官員。

虛擬綁架騙局的目的是欺騙受害者的家人,讓他們相信受害者已經被綁架,如果不支付贖金,可能會受到傷害。

為了讓人相信這一點,詐騙者可能會命令受害者不要接電話或與家人或朋友聯繫。此外,受害者可能會受到威脅,要求其拍攝照片和視頻提供給騙子,這些照片和視頻將被用於勒索家人。

受害者往往會被告知他們因在中國犯罪而被通緝,並被告警要避開警察。

對此,加拿大皇家騎警敦促任何可能成爲目標的人採取以下步驟。

1. 不要滿足來電者的要求。
 2. 掛斷電話,並向當地警方報告這一事件。
 3. 不要在電話中提供個人信息。
 4. 提醒你的親人注意這種精心策劃的欺詐行爲。
- 在加拿大的留學生們,特別是來上中學的“小留”一定要警惕再警惕!很多孩子被家長呵護得很單純,可能一聽到對方是“警察”或“大使館”就會立刻相信。
- 類似的騙局層出不窮,可惡的騙子永遠在暗處等待良機。加拿大警方強調,在危急時刻,一定要直接撥打911緊急呼救電話尋求幫助!

華人送老師禮物卷上天!網友:別來帶壞風氣

聖誕節要送禮給老師嗎? 送什麼禮物啊? 每個老師都要送嗎? 送多少錢的合適?

.....

如果你最近一段時間去看看小某書,那么大範圍內最熱鬧的一條話題一定就是關於“聖誕節給老師送什麼禮”了。只要跟它有關的,立刻引發巨大關注和爭論。

有家長爆料說,列治文一個西人Daycare的老師嫌棄家長送的聖誕小禮物巧克力。就連學校也公開給學生家長髮了集體郵件:指明希望家長送老師Richmond Centre的禮品卡。

再看這位家長,娃只有20個月,去Daycare已經3個月了,這波聖誕節給經常接觸的6位老師,再加上校長、前台、Supervisor以及沒有怎麼接觸的老師、13位同班小朋友都準備了禮物。其中包括費列羅巧克力、歐舒丹小禮盒套裝、亞馬遜\$25元的禮品卡,以及各種文具用品、賀卡,幾乎是應有盡有。

你給老師送過禮嗎? “馬上要過聖誕節了,我需要給女兒的老師送禮嗎?應該送什麼禮物好呢?”這是最近一個月來林麗女士向周圍的朋友熟人們提出的最頻繁的問題。

林麗一家人今年4月份才登陸多倫多,經過半年多的適應和磨合,老公已經找到一份收入還算穩定的全職工作,3歲半的小女兒也順利進入政府辦的Daycare上了全托,生活已經漸入正軌,即將來臨的聖誕節將是他們在加拿大度過的第一個重大的“洋節日”。

但隨着節日腳步的臨近,林麗卻開始慌了手腳:她剛聽說原來在加拿大,家長們也紛紛給老師準備禮物,而且有些華裔父母準備的還是大手筆的重禮!

就拿林麗在LINC班上認識的一位姓王的女士來說吧,她已經爲8歲兒子的班主任準備了價值過百元的SPA禮品卡!但也有朋友告訴林麗,其實在加拿大送老師禮物沒那么多講究,哪怕只是一張表達感謝的聖誕卡片,也算是盡了自己的一份心意。

有網友表示:她們家是根據“重要性”來劃分送禮等級:比如兒子5年級班上的主管老師(就相當於國內“班主任”)就送20-30元左右的Gift Card,普通的學科老師送一張10元以下的Tim Hortons卡就可以了,而課餘時間兒子學習鋼琴的老師就比較重要了,一般他都會精心挑選一份價值在50元左右的個人禮品送出。

網上還有一位家長是新手,她表示自家的孩子比較膽小,總是會被其他孩子欺負,導致孩子都不願意去學校了。這位家長就想着是否可以用借借聖誕節送校長或者老師點禮物,讓他們在學校多多關照自家的孩子,這樣也能避免孩子被欺負。或是買一些零食讓孩子帶去學校分給同學,以此來多交些朋友?

求助一發就引來了許多網友的共鳴,新手家長們都表示也在糾結要不要送點禮物。

有網友提出建議,這得向同校的其他家長們瞭解一下情況,要看學校有沒有這個氛圍,同時也要從根本上解決孩子被欺負的問題。

許多網友直接提出了反對,表示加拿大老師們不吃這一套,對所有學生都是相同的關照,就算家長給了禮物,老師也不會因此對你家孩子額外關照。

有人則表示送禮物給老師是應該的,但出發點是爲了感謝老師這一年來的辛勤付出,而不是爲了讓老師對自家孩子額外關照。

有些人表示確實需要送,還分享了自家每年都會送些啥。不少人直接抨擊該家長的送禮想法,認爲加拿大的風俗就是不用送老師禮物,別來破壞規矩,帶壞風氣。

除了新手家長對送禮物感到迷茫以及萬分糾結,不少老手家長也發帖表示,現在送禮物越來越卷了,真爲家里孩子多的捏一把汗。

比如這位家長就發出質疑:“聽說以前送給關係比較近的老師一張賀卡就夠了,現在怎么每個老師都要送,而且還要加上禮品卡。如果家里還有幾個孩子,每個孩子幾個老師,光是買禮品卡就至少要花幾百刀,這樣好嗎?”

不少網友直言送貴重的禮物完全沒必要,老師更看重的是感謝的心,但就是有家長喜歡攀比。

不少網友一看帖主這一把的禮品卡就被嚇到了,完全不知道竟然還需要送賀卡以外的禮物。也有網友表示,從來沒給老師送過禮物,也沒見哪個老師對自家娃另眼相看。

有網友表示送的禮物價格太高,可能會被當作是行賄。

不僅老手家長們已經默默在卷,甚至連開始送禮物的孩子年紀也開始卷了起來。比如這位家長髮帖驚呼道:“我以為要到孩子小學才開始送,誰知竟從daycare就開始了!?”

這位家長還表示,“有的地方還有家長專門組織,湊錢買張大面值的禮品卡送,不想送的家長也只能加入其中。”

總而言之,家長們一方面在是否送禮以及送什麼樣的禮物上相當困擾,但也有不少家長更擔心的卻是“如果不送禮物,如果送的禮物沒別家的好,如果別家都沒送但就我家送了,那老師會對自家的娃有看法嗎?”越想越複雜,最後變得送也不是,不送也不是,進退兩難。

給老師送禮其實是一種“禮儀”

對於一貫講究“尊師重道”的華人來說,“給老師送禮”好像是天經地義,然而近年來在中國國內越演越烈,幾乎失控的給老師“送大禮”的現象讓大多家長們深受其害,當整個社會大環境都認同、助長這種歪風邪氣的時候,絕大多數家長們只能深陷其中不能自拔。

而對於移民的華裔家庭來說,則很容易走極端。一部分家長或者是因爲語言的問題,不太願意或者不敢和老師有交流。也有的可能認爲加拿大是免費教育,這里不會有中國那么多“潛

規則”,既然到了加拿大這個“純淨”世界,乾脆就與老師老死不相往來,省了多少麻煩!

另一部分家長則繼續保持跟老師搞好關係的原則,或者擔着“不送禮老師就會歧視、冷淡孩子”的心,把“給老師送禮”這種中國傳統文化原封不動地移植到加拿大的土壤上來。於是就引發了本地教育界的一些口誅筆伐,認爲近年來就是因爲越來越多的華裔家長崇尚送老師禮物,甚至互相攀比送禮的價值,才把加拿大原本純潔的教育界風向漸漸改變,論起根源,華裔移民難辭其咎。

其實還真不要冤枉華裔家長們,在加拿大,一直有着送禮這個傳統。加拿大人很重視節日,每年情人節、復活節、萬聖節、聖誕節之類的節日,孩子們之間、孩子和老師之間都要互贈禮物,以表心意。可以這麼說,重大節日或特殊日子(比如老師生日、畢業禮)給老師送禮,已經成爲一種“加拿大禮儀”。

當然,和國內給老師送禮相比,加拿大式“敬師禮”通常不會以金錢的多少來衡量,而是一種表達謝意、祝福的意思。所以華裔家長們也要轉變思想,送禮絕對只是想要表示感謝,如果覺得沒有什麼好感謝的,不送也理所當然,沒有什麼不好意思的。而且送的都是小禮物,像國內那種“沒有個千八百的都不好意思拿出手”的顧慮在這兒也不會發生。

文化差異造成送禮尷尬,監管協會相信教師的職業操守

那么,對於教師收受學生禮物的“度”,監管部門有沒有具體的規定和準則呢?“安省教師協會 Ontario College of Teachers”(此協會是安省教師行業管理機構,教師的資格證書從這里獲得,並且負責監督教師的職業操守)的相關人員。他們表示,目前協會發佈的教師職業操守規則里尚沒有對於教師收受學生禮物的任何規定,也從未收到過此類事件的投訴。因爲教師不是民選官員,接受學生和家長贈送

的感謝禮物不存在利益衝突問題,所以教師協會不予設限,也不會要求其申報。但如果家長發現老師經常性地收大禮,並有違背職業操守的行爲,可以向校長、本區的教育委員或安省教師協會提起投訴。

教師協會強調,協會相信每一位安省經過資歷認證的教師都是經過專業培訓的,具有職業操守,不會因爲家長沒有送禮就有不平等待遇。而且,加拿大長久的教育史所保留看重的質樸遺風,不是短時間可以改變的,老師們不會因此而失去職業操守。

一所公立高中任職的李先生則表示,相比其他族裔,亞裔族群學生、家長或受傳統影響,確實更“多禮”,令老師感覺自己辛苦工作得到肯定和尊重,情理上難免對這些學生更喜愛,但在教學中,老師們對學生們都還是一視同仁,沒有區別對待的現象。這是因爲加拿大學校的風氣和中國的風氣是完全不同的,沒人送東西,老師們一樣樂呵呵地工作,一樣對每個孩子一視同仁,不會因爲送了就另眼相看。

李先生還給廣大華裔家長提出建議:與其挖空心思糾纏送什麼樣的禮物,不如多花費時間精力用在與學校、老師的交流溝通上,多配合學校的活動,比如參加家長委員會、主動做義工,爲如何跟學校老師合作管理好自己的孩子出一份力等等。



俗就是不用送老師禮物,別來破壞規矩,帶壞風氣。

除了新手家長對送禮物感到迷茫以及萬分糾結,不少老手家長也發帖表示,現在送禮物越來越卷了,真爲家里孩子多的捏一把汗。

比如這位家長就發出質疑:“聽說以前送給關係比較近的老師一張賀卡就夠了,現在怎么每個老師都要送,而且還要加上禮品卡。如果家里還有幾個孩子,每個孩子幾個老師,光是買禮品卡就至少要花幾百刀,這樣好嗎?”

不少網友直言送貴重的禮物完全沒必要,老師更看重的是感謝的心,但就是有家長喜歡攀比。

不少網友一看帖主這一把的禮品卡就被嚇到了,完全不知道竟然還需要送賀卡以外的禮物。也有網友表示,從來沒給老師送過禮物,也沒見哪個老師對自家娃另眼相看。

有網友表示送的禮物價格太高,可能會被當作是行賄。

不僅老手家長們已經默默在卷,甚至連開始送禮物的孩子年紀也開始卷了起來。比如這位家長髮帖驚呼道:“我以為要到孩子小學才開始送,誰知竟從daycare就開始了!?”

這位家長還表示,“有的地方還有家長專門組織,湊錢買張大面值的禮品卡送,不想送的家長也只能加入其中。”

總而言之,家長們一方面在是否送禮以及送什麼樣的禮物上相當困擾,但也有不少家長更擔心的卻是“如果不送禮物,如果送的禮物沒別家的好,如果別家都沒送但就我家送了,那老師會對自家的娃有看法嗎?”越想越複雜,最後變得送也不是,不送也不是,進退兩難。

給老師送禮其實是一種“禮儀”

對於一貫講究“尊師重道”的華人來說,“給老師送禮”好像是天經地義,然而近年來在中國國內越演越烈,幾乎失控的給老師“送大禮”的現象讓大多家長們深受其害,當整個社會大環境都認同、助長這種歪風邪氣的時候,絕大多數家長們只能深陷其中不能自拔。

而對於移民的華裔家庭來說,則很容易走極端。一部分家長或者是因爲語言的問題,不太願意或者不敢和老師有交流。也有的可能認爲加拿大是免費教育,這里不會有中國那么多“潛



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 盡力爲社區各族裔民衆提供貼心 葬禮服務八十餘年, 根據客戶意願 盡心策劃隆重儀式, 助逝者安息, 幫家人告慰, 讓親友釋懷

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

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

現任負責人 Michael D. Komorowski

電話(Tel): 216-405 7819; 216-324 2959
地址(Add): 美國克利夫蘭 3500 Payne Ave., 1-B Cleveland OH44114 USA

美國環球華人服務公司
GLOBAL CHINESE SERVICE LLC

代購全球搶藥 大批量退燒藥進中國恐遭海關沒收!

最近,國內的疫情緊張,退燒藥出現緊缺,一藥難求。

有網友表示,一瓶在國內三甲醫院售價為13.17元人民幣的布洛芬混懸液(美林),竟被賣到2500元甚至3000元人民幣以上的天價。

不少人開始尋求海外購藥,海外華人們也紛紛開始寄藥回國。

代購們更是早就下場,狂囤各種退燒藥、維生素C等等,網友爆料稱有的代購甚至直接到Costco,上小車把泰諾全部搬空。

一時間,加拿大、美國、日本、澳大利亞等地的媒體都有報道,最近很多超市和藥房的非處方藥都被搶購一空。

目前,加拿大人正處於新冠奧密克戎(Omicron)變種、嚴重流感以及兒童RSV(呼吸道合胞病毒)的三重威脅之下,感冒及退燒藥在卑詩乃至整個加拿大本來就已持續短缺,一件(5瓶)兒童Advil上個月在加拿大亞馬遜上的售價加完稅超過300加元,超過1500元人民幣!

在亞馬遜上銷售的兒童Advil和泰諾(Tylenol),幾乎全都缺貨!

現在,這種情況已經擴展到了成人藥物,只要是和感冒相關的,很多超市和藥店都是貨架上空空如也,統統沒了!

不少快遞公司的工作人員也表示,自從國內放寬防疫限制之後,最近寄出的很多包裹都是寄

回中國的藥物。明報報道,昨天(周六,17日)下午的列治文PriceSmart Foods(佳廉超市),擺放感冒及退燒藥的貨架幾乎被清空,只剩下少量兒童止咳糖漿、感冒沖劑及成人Advil。

不僅如此,貨架還貼着中英文提示:“兒童止痛退燒藥供應短缺,每戶家庭限購一盒”,還有的標識更直言:“抱歉,我們沒有任何幼兒或兒童Tylenol及Advil”。

現場還不斷有來碰運氣尋找藥物的顧客,不過他們看着空空如也的貨架,也只能長嘆一聲無奈離去。

Lansdowne購物中心的一家藥房仍有少量成人Tylenol供應,Advil數量相對較多。有藥劑師表示,兒童藥物短缺情況已經持續了最少一個月,現成人感冒藥同樣開始出現短缺。

藥劑師還透露,確實有不少顧客表示要買感冒及退燒藥寄回中國,或趁回國時順便帶過去。

本那比Shoppers Drug Mart提醒顧客,限購一盒Tylenol及Advil。

最近美國很多超市和藥房也遭遇了不同程度的“退燒、感冒藥荒”,很多非處方藥被搶購一空,線上的藥物銷售渠道也面臨嚴重缺貨。

不少網友直指,這其中很大一部分原因是

因為代購為牟利大批量採買感冒藥、止癆藥和退燒藥,這種行為甚至導致了真正需要藥物的病人根本買不到藥。

有網友在小紅書上爆料稱,代購將Costco的泰諾成箱成箱搬走:“今天去Costco碰到了一個代購,竟然推着倉庫里專用的大型推車掃藥。現在是非常時期,美國病患也很多,寄一點回中國救急可以理解,但這樣成箱買,讓這里生病的人反而買不到藥,真的很過分。有時他們甚至邊買邊直播!”

另一位網友也目睹了類似的一幕,一個代購用大型推車搶藥,瀟灑付賬,貨架上僅剩的幾箱也被另一個穿白衣服的人全部搬走了。

在一個社交平台上,現在還有人表示,自己可以代購藥品。

澳大利亞的一位網友也表示,以前打折都沒人藥的藥現在竟然開始限購了。

還有一位北京媽媽說,她曾經想讓澳大利亞的朋友給她的小兒子買點退燒藥,可朋友告訴她,墨爾本她家附近藥店的所有發燒藥都賣光了,因為有太多的中國人在買。

法國的華人網友也表示,當地也開始限購了。

日媒也爆料稱,中國代購正在瘋狂地大量購入日本“大正感冒顆粒”,導致這種感冒藥在日本藥材店脫銷或限購,日本當地人也是一臉懵...

不得不說,代購這種大規模搶空的行為實在讓人無語,有網友說:“前幾天我閨蜜家孩子發燒,所有退燒藥都沒有...還有華人做直播帶貨賣,也真不嫌丟人,這樣賺的錢也不怕遭報應。”

“這些代購都做個人吧,我已經三個星期了買不到退燒藥感冒藥了,真的天天提心吊

膽,真怕哪一天就在學校被感染瞭,然後沒藥。”另外需要提醒大家的是,疫情期間快遞到中國的時間也不確定,而如果是裝有感冒藥的包裹被抽查,甚至有可能被中國海關沒收。

世界日報報道,在美國紐約法拉盛經營近10年的37大道快遞業者康先生表示,近期郵寄回中國的泰諾等退燒藥與止痛藥激增;但他強調,郵寄回中國的快遞時間較長,目前無法確定抵達時間,如果裝有感冒藥等非處方藥的包裹被抽查,恐無法通過清關。

明報的報道也稱,加拿大郵政公司(Canada Post)工作人員也表示,最近收到了很多寄感冒藥到中國的查詢,“是可以寄,但實際上並不確定中國那邊會不會沒收,有聽說過包裹到海關就不見了,而且疫情後跨國包裹的郵寄時間也不穩定,有時寄過去甚至可能需要一、兩個月的時間,費用也不便宜。”

話說,對眼下這種瘋搶藥品的行為,不知大家怎么看?



中國多個駐外國大使館調整赴華防控措施

12月27日,國務院應對新型冠狀病毒感感染疫情聯防聯控機制外事組發佈《關於中外人員往來暫行措施的通知》(下稱《通知》),從遠端檢測、入境檢疫、國際客運航班、來華簽證、口岸運行和出入境旅遊六個方面發佈措施。

如在遠端檢測層面,自2023年1月8日起,來華人員在行前48小時進行核酸檢測,結果陰性者可來華,無需向我駐外使領館申請健康碼,將結果填入海關健康申明卡。如呈陽性,相關人員應在轉陰後再來華。

如在出入境旅遊層面,根據國際疫情形勢和各方面服務保障能力,本着試點先行原則,有序恢復中國公民出境旅遊。

上述《通知》發佈後,據不完全統計,超過20個中國駐外大使館發佈新通知調整赴華防控措施。

中國駐美國大使館發佈《關於自美國赴華乘客遠端防控措施調整的說明》,自2023年1月8日起,中國政府實施新型冠狀病毒感感染乙類乙管後中外人員往來暫行措施。根據有關通知要求,自美國出發赴華乘客仍需在行前48小時進行核酸檢測,結果陰性者可赴華。如呈陽性,相關人員須在轉陰後再赴華。赴華乘客行前無需向中國駐美使領館申請健康碼。赴華乘客需將登機前48小時內核酸檢測結果填入《中華人民共和國出/入境健康申明卡》。

此外,入境後,不再實施全員核酸檢測。海關健康申報正常且海關口岸常規檢疫無異常者,可進入社會面。健康申報異常或出現發熱等症狀人員,由海關進行抗原檢測。結果為陽性者,可採取居家、居所隔離或自我照護。結果為陰性者,由海關依法依規實施常規檢疫。

中國駐加拿大大使館、中國駐新加坡大使館、中國駐意大利大使館、中國駐捷克大使館、中國駐波蘭大使館、中國駐匈牙利大使館、中國駐馬耳他大使館、中國駐蒙古國大使館、中國駐孟加拉國大使館、中國駐文萊大使館等則轉載了中國外交部或國家衛健委的最新相關通知。

相關報道:中國駐美國、日本等超20國大使館調整赴華防控措施!交通運輸部:逐步有序恢復國際道路客運服務

據交通運輸部27日消息,為深入貫徹黨中央、國務院決策部署,做好新型冠狀病毒感感染實施“乙類乙管”後中外人員往來國際道路客運服務工作,近日,交通運輸部印發《逐步有序恢復國際道路客運工作方案》,明確自2023年1月8日起,調整公路口岸國際道路運輸“客停貨通”政策,在公路口岸恢復客運入境服務後,逐步有序恢復國際道路客運服務。

27日,國務院應對新型冠狀病毒感感染疫情聯防聯控機制外事組發佈《關於中外人員往來暫行措施的通知》(下稱《通知》),從遠端檢測、入境檢疫、國際客運航班、來華簽證、口岸運行和出入境旅遊六個方面發佈措施。

如在遠端檢測層面,自2023年1月8日起,來華人員在行前48小時進行核酸檢測,結果陰性者可來華,無需向我駐外使領館申請健康

碼,將結果填入海關健康申明卡。如呈陽性,相關人員應在轉陰後再來華。

據第一財經不完全統計,超過20個中國駐外大使館發佈新通知調整赴華防控措施。

交通運輸部:逐步有序恢復國際道路客運服務

逐步有序恢復國際道路客運線路。交通運輸主管部門要密切關注本省(自治區)公路口岸恢復客運出入境的有關安排,組織國際道路客運企業統籌歷史客運量、市場需求和企業發展實際等情況,研究提出有關國際道路客運線路和通行口岸等恢復方案。要加強與外方主管部門協商溝通,瞭解外方有關國際道路客運線路和通行口岸等恢復意向。中外雙方就恢復有關國際道路客運線路和通行口岸等磋商一致後,交通運輸主管部門將有關恢復運營方案按程序報批,及時向社會公告有關信息。要做好恢復國際道路客運線路運營準備。交通運輸主管部門組織核實確認有關運輸企業道路運輸經營許可證、

國際道路客運車輛道路運輸證、國際道路客運線路許可等是否有效,已超期的應當依法及時予以更新,確保有關證件均合法有效。行業主管部門做好行車許可證核發等準備工作。運輸企業加強運輸組織管理,全力做好運營前的各項工作。

加強國際道路客運運輸組織。要制定完善運輸組織方案。有關地方交通運輸主管部門指導運輸企業根據批准的恢復運營方案,制定國際道路客運線路的具體運行方案,加強與合作的外方運輸企業、汽車客運站等協作,確認運營線路涉及境外停靠站點、加油點和有關服務設施等事項。要加強從業人員配備管理。運輸企業優先安排身體健康、責任心強、經驗豐富、安全駕駛經歷長的道路運輸駕駛員從事國際道路客運服務。運輸企業要主動加強與中外雙方口岸管理部門的溝通協調,熟悉國際道路客運入境等各項手續,恢復運營前對國際道路客運駕駛員進行專門培訓,進一步強化車輛駕駛技能、國際道路客運政策、外事紀律、疫情防控等要求。要加強車輛運營技術保障。按規定做好國際道路客運車輛的維護保養,配備必要的安全設施設備,確保車輛技術安全。組織對國際道路客運車輛技術狀況進行全面排查,嚴格車輛動態監控,保障車輛運行安全。要組織開展線路恢復試運行。對行駛線路等情況進行重新全面勘察,重點評估道路通行條件、客運停靠站點及運營服務設施等情況是否滿足運行需要。結合試運行情況,進一步優化完善有關運輸組織方案,確保運輸服務安全有序。試運行評估具備正式運營條件後,向社會公告提供正式運輸服務。

落實國際道路客運疫情防控措施。認真落實疫情防控優化措施及新型冠狀病毒感感染實施“乙類乙管”等部署,結合當地實際進一步細化相關要求。來華乘客在行前48小時進行核酸檢測。按規定落實乘客乘坐交通運輸工具實名制管理,行程中全程佩戴口罩。從業人員落實好個

人防護、疫苗接種和健康監測措施。加強從業人員關心關愛和心理疏導,實施症狀管理上崗,密切關注身體健康狀況,出現發熱等症狀及時報告,必要時可開展抗原或核酸檢測,恢復健康後正常返崗。

強化國際道路客運安全監管。督促和指導國際道路客運企業加大安全生產投入,全面維護擬投國際道路客運設施設備,加強從業人員安全教育,確保運輸安全監管能力與恢復國際道路客運服務相適應。開展安全風險管控和隱患排查治理,組織企業自查和行業安全檢查,及時查找安全風險隱患,最大限度消除風險隱患,堅決遏制重特大安全事故發生。建立完善應急預案,出現規模化疫情後及時妥善處置,保障國際道路客運正常運行。要高度重視、有效防範極端惡劣天氣帶來的不利影響,建立與氣象部門的快速通報與預警聯動響應機制,加強天氣監測和預警,出現極端惡劣天氣時,及時停止運營,堅決杜絕冒險運輸作業。

駐美使館等超20個我駐外使館調整赴華防控措施

中國駐美國大使館發佈《關於自美國赴華乘客遠端防控措施調整的說明》,自2023年1月8日起,中國政府實施新型冠狀病毒感感染乙類乙管後中外人員往來暫行措施。根據有關通知要求,自美國出發赴華乘客仍需在行前48小時進行核酸檢測,結果陰性者可赴華。如呈陽性,相關人員須在轉陰後再赴華。赴華乘客人行前無需向中國駐美使領館申請健康碼。赴華乘客需將登機前48小時內核酸檢測結果填入《中華人民共和國出/入境健康申明卡》。

此外,入境後,不再實施全員核酸檢測。海關健康申報正常且海關口岸常規檢疫無異常者,可進入社會面。健康申報異常或出現發熱等症狀人員,由海關進行抗原檢測。結果為陽性者,可採取居家、居所隔離或自我照護。結果為陰性者,由海關依法依規實施常規檢疫。

外交部:請來華人員密切關注中外人員往來暫行措施

12月27日,外交部發言人汪文斌在舉行的例行記者會上表示,疫情發生三年來,中國政府高效統籌疫情防控和經濟社會發展,本着科學精準、因時因勢的原則優化疫情防控措施。根據“二十條優化措施”“新十條”規定和新型冠狀病毒感感染乙類乙管措施精神,國務院聯防聯控機制相關單位制定了中外人員往來暫行措施。有關內容與國內疫情防控措施相接軌和協調,這有利于更好統籌疫情防控和經濟社會發展,使中外人員往來更加便利、安全、有序、高效。

汪文斌介紹了國務院應對新型冠狀病毒感感染疫情聯防聯控機制相關單位制定的關於中外人員往來暫行措施。汪文斌表示,暫行措施將於北京時間2023年1月8日起實施,中國各駐外使領館亦將發佈相應通知,請來華人員密切關注。同時請注意加強個人防護,降低感感染風險。中方將根據疫情的新發展、新形勢,持續提高防

控的科學精準水平,為中外人員安全健康有序往來創造更好的環境。

12月27日,中外人員往來暫行措施發佈,明年1月8日起實施。同時,國務院聯防聯控機制26日發佈了《關於對新型冠狀病毒感感染實施“乙類乙管”的總體方案》。2023年1月8日起,對新型冠狀病毒感感染實施“乙類乙管”。

中方是否從下月開始發放旅遊簽證?外交部回應

環球網報道,會上,法新社記者提問說,中方發佈了關於中外人員往來的新措施,這是否意味着中方從下個月開始發放旅遊簽證?你能否證實?

汪文斌表示,目前新冠大流行尚未結束,中方將繼續根據疫情形勢發展,科學動態調整外國人來華簽證政策,為不同目的來華的各國人士提供便利。

國家移民管理局:有序恢復受理審批中國公民因出國旅遊、訪友申請普通護照

今天(12月27日),國家移民管理局網站發佈《關於新型冠狀病毒感感染“乙類乙管”後優化移民管理政策措施的通告》。

為高效統籌疫情防控和經濟社會發展,積極適應疫情防控新階段新形勢新要求,維護人民群眾生命健康安全,保障促進中外人員交流交往,國家移民管理局自2023年1月8日起優化移民管理政策。現公告如下:

一、有序恢復受理審批中國公民因出國旅遊、訪友申請普通護照,恢復辦理內地居民旅遊、商務赴港簽證。

二、恢復受理審批外國人申請普通簽證延期、換發、補發,停留證件簽發、換發、補發,居留證件簽發、延期、換發、補發。申請人確有緊急需求的,可備加急程序辦理。

三、恢復口岸簽證簽發,恢復執行24/72/144小時過境免簽政策,依法簽發臨時入境許可。

四、恢復簽發中華人民共和國出入入境通行證,恢復簽發邊境地區出入入境通行證。

五、逐步恢復陸路口岸(通道)客運通關,有序恢復陸路口岸、邊境通道旅客、邊民出入,邊民通道按照有關規定恢復開通,依法實施出入入境邊防檢查。

六、恢復毗鄰港澳口岸邊檢快捷通道,持內地居民往來港澳通行證、港澳居民往來內地通行證等符合條件的出入入境人員可經邊檢快捷通道通關。

七、逐步恢復水運口岸客運通關,允許符合條件的水運口岸恢復客運班輪旅客出入,試點恢復國際郵輪旅客出入,依法簽發登輪、搭靠證件,對符合入境條件的外國籍船員依法簽發臨時入境許可。取消“不登陸、不登輪、不搭靠”管理措施。

八、繼續運行空港口岸重點貨運航班“綠色通道”、陸路口岸和邊境檢查站重點物資車輛“快速通道”、水運口岸“邊檢登輪碼”網上自助辦理等便利措施。

每日經濟新聞綜合自第一財經、交通運輸部、環球網、中國駐美國大使館等



九福婆拎着菜籃，從菜市場回來了。從來是女兒趕早去買菜，九福婆在家燒弄。今天例外，她攔下女兒，執意要去。今天，農曆正月二十一，是九福婆丈夫九周年祭日。按舊俗，須備些供品，向亡靈祭祀，以求神明保佑，在陰府安生。

菜籃里所裝，便是供品。兩副香，一疊紙錢，一袋“傻子瓜子”，五個福桔，一包精裝特級茉莉花茶。但這幾樣東西，九福婆不太稱心。香是衛生香，細直直的一段，看了不如粗香爽眼，好在以檀香冠名，地道一級品，將就了。一疊紙錢，錢貴不說，卻是草紙制的，上面戳了幾彎月牙道，非常粗糙。但是，塗金抹銀的紙錢沒地方買，就是這疊粗製品，還是在前樓一位老依姆的指引下，摸到一條無名深巷里的一戶人家才買到的，也湊合。“傻子瓜子”，雖領導中國瓜子新潮流，終不及葵花子，雅淡悠香，無奈市上斷貨，只好以此代彼。唯有這五個福桔，果大，色紅，皮薄，最叫九福婆稱心。這是個體攤上的貨，賣主叫價很高，她毫不猶豫，掏錢就買。丈夫生前患氣管炎，一犯病，剝幾瓣桔片，放杯里開水浸一浸，乘溫一咬，化痰止咳。丈夫最喜歡吃福桔。

這些供品，全塞在菜籃底處，上面蓋了張舊報紙，鋪滿了豆芽菜，不露痕迹。往年在鄉下，每到祭日，在廳堂設下神龕，擺滿供品，上香點蠟，請幾位耆髮和尚，敲敲木魚念念經，超度一番，是堂堂正正的事。但在城里不同，一派文明，而且女婿又是機關里的局長，九福婆覺得，萬不能給局長臉上抹黑。所以，今日所做，須悄悄進行，不可告人。九福婆一手拎着菜籃，一手按着樓梯扶手，幾步一歇，爬上樓去。才走到一半，樓上已飛下六歲的外孫小歲。他睜着眼睛，抓住菜籃，伸手就翻。“哎哎，不動。”九福婆按住外孫的手，眼睛向四周一掃，俯身說：“小歲乖，回家去看啊。”回到家里，關上門，九福婆這才放下菜籃，由着外孫翻找。

“噢，噢，一點點好吃的都沒有……啊，啊呀……”小歲眼睛一亮，抓起一個福桔，伸到鼻子前，使勁一聞，便要剝皮。九福婆一把奪下外孫手中的福桔：“這是給外公吃的。”

“外公外公，外公早死了。”小歲鼓着腮幫說。

“亂講！”九福婆厲聲一喝。丈夫永遠活在她的心中。

“啊——”小歲閉起眼睛，張嘴干噎。

“噢——，先供給外公‘吃’，然後小歲再吃。”九福婆哄道。

“外公能吃嗎？”小歲睜開眼睛問。

“噴，真不懂事，做個意思的。”

“意思，外公又不是小孩了，像小歲那么小。”

“走，走……”九福婆揮揮手。

“我要吃桔子！”小歲不動，堅決要求。

九福婆無奈，嘆了一口氣，抓起瓜子袋，咬破袋口，倒出一小把瓜子，遞給外孫。

祝賀冰凌先生從事幽默小說創作 50 周年(1972 年——2022 年) 經典回顧系列：

“供品”

小歲捏緊拳頭，盯着福桔。
“先嗑瓜子，瓜子脆，香。”九福婆扳開外孫的手，倒出瓜子。
小歲捏緊瓜子，又伸出另一只手。
九福婆捂住瓜子袋：“不行，嗑多了上火。”
“我不。”小歲手掌伸到外婆面前。
九福婆搖搖頭，又抓了一小把瓜子給外孫。
小歲這才罷休。他一邊嚼着瓜子，一邊抓過舊報紙，從抽屜里摸出一支鉛筆，滿紙畫着桔子。
九福婆趁這時候，忙將供品抱進自己的房間。她關上門，插上鐵鎖，又拉上窗簾，以防對面樓人家望見。她點上幾炷香，抓在手中，在房間四處散發，驅驅晦氣。然後，她整理出小方桌，桌紋順門，挪到靠牆處，鋪上淡色素花塑料布，又從牆上取下丈夫的遺像，正正地靠牆放着。接着，她在遺像前擺下兩個小瓷碟，一碟倒滿瓜子，一碟擺放福桔，又泡了杯濃淡適宜的茉莉花茶，放在兩碟之間。最後，她用一個薄瓷小白碗，舀了大半碗水，抹抹平，擺在茶杯前，劃火點燃三炷香，小心地插進米中。頓時，香煙裊裊而起，檀香瀰漫。



這時，九福婆端過一個臉盆，放在桌前地上，準備燒紙錢。突然，她想到靈牌未制，忙開門到廚房，抓起一個地瓜，用水洗淨，削去皮，切成兩半。她翻過半個地瓜，倒扣在桌面上，又削尖兩根竹篾，插進瓜里，再到女兒房間，尋來一張紅紙，按樣裁開，糊成信封狀，套入兩根竹篾上。然後，她取下紅紙袋，招來正在畫桔的外孫：“小歲啊，過來幫外婆寫幾個字。”

小歲近來學會寫不少字，正愁學而無用，一見外婆有求於他，立刻跑來：“寫什麼字？”
九福婆想了想，說：“寫……外公靈位。”
“外公靈位？”小歲提提褲子，捏緊鉛筆，用盡渾身力氣，對着紅紙，念一字，寫一字：“外、公、靈……靈……靈……嗚——哎呀，這個字……”他不會寫，便空了一格，寫了“位”字。

“這里呢？”九福婆點着空格問。
“這、這……不要也行。”
“不行，要寫。”
“好好。”小歲略略一想，眼珠一轉，抓筆在空格外穩穩畫了一圈：“○”。
“怎麼畫個蛋啊？”九福婆莫名其妙。
“不是蛋，這個讀零。不是外、公、‘○’、位嗎？‘○’什麼都能替，爸爸看完文件，只要畫上一個‘○’就行。”小歲更正。
九福婆聽外孫言之有據，便默然了。她套上紅紙袋，豎起靈牌，正正地擺在丈夫遺像前。

一切就緒，九福婆一絲不苟地重新梳了發髻，換了身整潔的衣服，平心靜氣，排除雜念，進入虔誠的狀態。她蹲下身，挪過臉盆，開始燒紙錢。
“老頭子啊，給你寄錢啦。”
九福婆輕聲喚道。
小歲蹲在一旁，看着外婆把紙錢一張一張引燃，投入臉盆里。

“外婆，這一張，是多少钱？”小歲問。
“十塊錢。”
“那給外公寄多少錢？”
“三百塊。”
“喲！”小歲驚得睜圓眼睛，心想：“錢都燒成灰了，外公收到了還怎么用？……就算能用好不好，這么多錢，三百啊！外公一個人能用得完嗎？”他感到不平，不平則鳴：“外公一下子就給三百塊，給我一個月才兩毛錢。”

“外公要用一年啊，買米買菜，又要喝茶吃水果，衣服臟了，還要花錢請人洗呢。”說完，九福婆在臉盆前攤開報紙，擱上枕頭，按按平：“小歲，給外公磕三個頭。”
小歲想起鄉下小姨結婚拜天地的情景，覺得有趣，極想照樣跪拜一次。於是，他兩腿一曲，雙掌按地，悶頭就磕。磕了三下，似乎不過癮，又磕了三下。仍有餘興，還要再磕，被外婆制止了。
小歲這才戀戀地直起身，用手一抹額頭。這

一抹不要緊，視線所及，恰是疊起的五個福桔。他盯了一陣，魂靈便被福桔所勾引。

九福婆哄走外孫，然後默默地望着丈夫遺像，憶起丈夫生前待她的好處來，不禁老淚縱橫。她撩起衣角，朝眼窩里按了按，便嘮嘮叨叨地向丈夫傾訴着家里的情况，城里鄉下，兒輩孫輩，大事小事，不漏絲毫——告之，以免丈夫挂念。然後，她又交代衣食住行等等注意事項，一遍又一遍，不厭其煩。最後，她指着桌上的供品說：“都是些你喜歡吃的，你慢慢‘吃’吧。”

九福婆恍惚惚惚，仿佛看見丈夫端坐在供桌前，剝桔，品茶，嗑瓜子……便寬心走出房間，拉上門，由着丈夫盡情“享受”。

一如往日，九福婆在廚房淘米擇菜，忙弄家務。照例，小歲在客廳陽臺玩耍。

一陣過後，小歲不見了。
“小歲！小歲！”九福婆叫了兩聲，沒有應聲。她想出去尋找，煤爐上悶着乾飯，不能脫身。正猶豫着，隱約聽見自己房間里，有斷斷續續的聲音。她以為外孫在房間里，又叫了一聲：“小歲！”沒人答應。她猛然覺醒起來，便咳了一聲，邁着蹣跚步走上前去，打開房門，掃了一眼，房間里空無人影。她心里頓生疑竇：“難道老頭子……”她望着丈夫遺像，香煙瀰漫，丈夫如置身雲霧間，飄移不定，大有呼之欲出之感。霎時，她的心口“嘭、嘭、嘭”激跳起來，不敢久留，疑疑地走出房間，掩上門。

過了一陣，小歲出現了。
“你到哪里去啦？”九福婆問。
“我、我到那邊去玩，那邊樓……”小歲指了指樓外說。
“你有沒有到外婆房間去？”
“沒有。”
“天……”九福婆心里發慌，忙用手按住心口。

小歲雙手插在褲袋里，在客廳里踱着。突然，他在外婆房間門口站住，側耳聽了聽，驚叫道：“外婆，房間里有聲音，好像有人吃東西。”

“啊！”九福婆一驚，急步走來，手掌豎在耳朵邊，屏氣聽着。
小歲說：“啊呀，又沒有了。”
九福婆手腳發抖，輕輕推開門。小歲伸臂直指供桌，大叫：“外婆，桔子少了三個。”
“噢！”九福婆叫了一聲，手不停地拍着心口。
“一定是外公吃的。”小歲強調。
“菩薩保佑，菩薩保佑……”九福婆一邊禱告，一邊拉着外孫，慢慢走進房間。

突然，小歲掙脫外婆的手，指着床底，叫道：“啊呀！看！外公還把桔子皮扔在床鋪底下。”
九福婆一震，眯眼俯視床底，果然有堆桔皮。她抓起桔皮，細看一陣，皮筋還潮，可見棄之不久。頓時，她臉色刷白，皮肉痙攣，默住了。

小歲嚇得亂搖外婆。
九福婆緩緩醒來，兩腿一松，跌坐在床沿上，嘶聲大哭：“……一吃就是三個桔子啊……老頭子啊，我不在你身邊，你受苦啦……再熬幾年吧，我就來，你等着我啊……”

夏小爽自己打了個食品櫃。木料是五顏六色、七拼八湊的，但深漆一塗，遮去雜色，光亮可鑒。櫃里漆上淡天藍色，兩塊五厘厚玻璃往兩條活動溝槽里前後一豎，里面擺物一一可見。

一套潔白如玉的景德鎮茶具，兩個深棕色玻璃糖缸，四個高腳酒杯，一聽茶葉罐。靠最里邊，依次擺着三瓶名酒：一瓶貴州茅台，一瓶山西汾酒，一瓶國產金獎白蘭地。

但是，這三瓶酒名不副實，酒瓶是真的，里面所裝的卻是茶和水。茅台酒白瓷酒瓶是小爽花三毛錢，從一個地攤上買來的，裝潢古雅，商標封條，完好無損，里面灌滿水，往櫃里一擺，依然顯示出名酒之冠的絕對氣勢。汾酒是小爽同事送的，因為小爽幫他勉強及格的兒子從一般中學“活動”進重點中學，故以名酒贈謝。汾酒清香綿軟，回味生津，令小爽難以收杯，三天後便喝盡，只剩下個空瓶。平心而論，汾酒瓶實在不怎麼樣，透明玻璃瓶，與一般酒瓶大同小異。但小爽認為，汾酒歷史長，名氣大，牌子響，曾被人推崇為“液體寶石”，酒如此，裝酒的瓶理應享有些名氣，如名人的衣褲鞋帽總要送進博物館一樣。空酒瓶被他灌滿水，重新封蓋，擺進櫃里。金獎白蘭地是小爽妻子珊珊單位年終發的，珊珊滴酒不沾，這酒自然由小爽喝，也是三天，酒盡瓶空。這酒瓶瓶頸瘦長，造型別致，富有洋態，是不可多得的酒瓶。小爽酒後茶余，乘剔牙工夫，往瓶里灌飽了剩餘茶水，封蓋入櫃。

這三瓶“名酒”一擺，增添了櫥櫃的光彩，也常令貪杯而不明真相者駐足留步，這么狠看幾眼。

這天，小爽的父親老爽從外地來探望兒子，一進門，坐入沙發，立刻注目狠看，久久不移。小孫子斤斤搖了搖爺爺的膝蓋腿：“爺爺看什麼啊？”

老爽驚醒，一把抱過孫子，用滿是鬍子的嘴朝孫子嫩白的臉蛋上猛扎了一口：“爺爺沒看什麼，沒看什麼。爺爺看看這矮櫃子，有意思……”

老爽滿面生光，精神格外飽滿，抱着孫子，沒完沒了地逗樂。

廚房里，小爽夫婦忙得不亦樂乎。父親的到來，兒子兒媳是非常高興。大清早，夫婦倆本着“數量少而品種多”的採購精神，兵分兩路，買回許多食物，肉魚禽蛋，應有皆有，準備好好孝敬父親大人，報答養育之恩。珊珊忙着手洗，擇洗切剝。小爽腰系圍巾，一絲不苟地對照菜單，配方調料，掌勺炒菜。

中午，珊珊挪好桌椅，擺上碗筷。小爽端菜

祝賀冰凌先生從事幽默小說創作 50 周年(1972 年——2022 年) 經典回顧系列：

“名酒”

冰凌 作于 1983 年 11 月 19 日

上桌。菜非常豐盛，擺滿一桌。一切就緒，小爽珊珊便請父親上桌。
老爽滿臉喜色，抱着孫子就坐：“哎呀，搞這么多菜啊！”

一斤坐在爺爺的腿上，瞪着眼睛，手指數着菜：“……荔枝肉，鷄，炒魚片，魚丸，大蝦，我最愛吃大蝦。”話音未落，他伸手就抓。

小爽拍了一下兒子的小手：“讓爺爺先吃。”說完，他走到櫥櫃前，拉開玻璃，取出兩個酒杯，往父親面前擺一個，又往自己面前擺一個。

老爽捏着酒杯，往櫥櫃瞟了一眼，懷着深切的期待。

小爽向廚房走去，一會兒，他拿着一個沒有背帶的行軍壺走來，拔起壺塞，往父親杯里倒滿酒：“爸爸，您品品，地道‘四特’，別看是散裝，還是託人走門路買的。”說着，他也往自己杯里倒滿酒。

老爽臉色驟然陰沉。他慢慢舉起酒杯，悶頭呷了一口酒。

“怎麼樣？爸爸。”小爽問。“嗯……”老爽含糊答道。

珊珊端上最後一碗鷄湯，也入席就坐。她抓起筷子，給公公夾菜。接着，小爽給父親夾菜。接着，斤斤給爺爺夾菜。

老爽碗里的菜層層疊疊，危如累卵，他揮揮筷子：“好，謝謝了。”說完，他悶頭喝了一大口酒。小爽珊珊感到異常，看了父親一眼，兩人又對看了一眼，有點莫名其妙。

小爽問：“爸爸現在還常喝酒吧？”

“常，不常，回去後不喝了。我老了，喝酒的歲月過去了。”老爽說。

小爽說：“不喝也沒必要。爸爸以後買些好酒喝，少喝點，每天喝它这么一杯，對身體還是有好處的。”

“好，好，好！”老爽昂頭喝干了一杯酒。

小爽珊珊又對看了一眼，真莫名其妙了。

小爽給父親倒滿酒，小心翼翼地問：“爸爸，菜燒得不對胃口吧？”

“對，對胃口。”老爽答。

“那爸爸多吃菜。”小爽說。

老爽抬頭盯了兒子一眼，抓筷夾起一塊荔枝肉，抖抖地塞進嘴里，嚼了好一陣，卻嚥不下去。

整個過程，老爽喝酒多於吃菜。他悶着頭，大口大口地喝酒，喝得滿臉鐵

青，老筋暴突，兩眼散着迷糊的光。最後，他昂頭喝干了杯中酒，把酒杯往桌上一擱，站起身說：“你們吃吧。”

小爽說：“爸爸還沒吃飯呢？”

老爽說：“飽啦，我已經……飽啦。”說完，他走進里屋，往藤椅上一坐，一動不動。

珊珊扭頭問丈夫：“爸爸今天怎麼啦？”

小爽搖搖頭，他起身倒了一杯茶，走進里屋，遞給父親：“爸爸不舒服？”

“舒服，很舒服。”老爽連頭都沒抬。

小爽回到桌前，問妻子：“你今天跟爸爸講過什麼話沒有？”

珊珊搖搖頭：“沒啊，我一直在你身邊忙啊。”

小爽扭頭問兒子：“你有沒有惹爺爺生氣？”

斤斤驚恐地望着父親：“沒，沒有。”

“沒有？不說我揍你。說！”斤斤覺得委屈，眼淚滾下來。珊珊一把抱過兒子，責問丈夫：“你搞什麼‘逼供信’啊？你

怎麼不問問你自己有沒有？”

小爽想了想：“沒有，沒有。”

問題懸而不明，全家不得安寧。一頓豐盛的家宴，歡歡喜喜開始，卻冷冷清清告終。

飯後收拾完畢，小爽叫妻子帶兒子出去玩。然後，他走到父親身邊，問：“爸爸，您今天怎麼啦？”

老爽兩眼直勾勾瞪着，不吭一聲。

小爽又問：“您老人家為什麼不高興嘛？”

老爽說：“問你自己。”

“問我？”小爽一愣，低頭一想，又搖頭一笑：“嘿嘿，我不清楚。”

老爽狠狠瞪了兒子一眼。

小爽急了，哭喪着臉說：“爸爸，您說呀，兒子到底有哪些對不起您的地方嘛？”

“說！說！說！”老爽猛然站起來，伸臂直指兒子：“你小子，你、你、你，留着櫃子裡的名酒自己享受，用那些三等白干來灌你老子，你這小子……”

話音剛落，“啪！”老爽揮手朝兒子臉上甩了一記響亮的耳光。

作者簡介

冰凌，本名姜衛民，旅美幽默小說家。祖籍江蘇海門。1956年生於上海，1965年隨家遷往福州。復旦大學新聞學院畢業。曾任《法制瞭望》雜誌編輯部主任。1994年旅居美國。現任全美中國作家聯誼會會長、紐約商務傳媒集團董事長、紐約商務出版社社長兼總編輯、《紐約商務》雜誌社社長、《文化中華》雜誌社社長、《國際美術》雜誌社社長、海外華文媒體協會榮譽主席、杭州冰凌文化傳媒有限公司董事長、福州大學客座教授、浙江工商大學杭州商學院人文學院名譽院長、兼職教授、福建中醫藥大學客座教授、河北美術學院終身教授、浙江中華文化學院客座教授、陽光學院客座教授等。1972年開始小說創作，主要從事幽默小說創作與研究，出版《冰凌幽默小說選》《冰凌自選集》《冰凌幽默藝術論》《冰凌文集》等著作。

社長：冰凌
總編輯：欣聞
副總編輯：白玥 程挺松



冰凌推薦 叩問一座大山的非凡特質 (散文連載二)



作者：張林華

體味兩種全然不同建築文化的交融碰撞，無疑是一件很有意思的事情，也是我們瞭解、理解世界各國建築文化的一個極好的一個切入點與着重點。不過，在我看來，建築與人的關係，或者具體來說是從建築來探究它的主人的性情愛好，也許是一件相對較難，卻也更有意思、更值得做的事情。比如我曾在許多人的莫干山遊記與朋友的訪談中，提及位於山腰的547號別墅“杜月笙公館”，這更是勾起了我強烈的好奇心，讓我當年心心念念：相比山上星羅棋佈的名人別墅，杜公館有什麼獨特之處呢？何以讓人多有牽挂？我因此曾多次造訪，雖總有所得，卻感受不深。這次參加單位組織的療休養上莫干山，我們一行入住的賓館，恰緊挨着杜月笙的別墅，小住幾日間，遂有反復多次從容不迫踏勘品味的機會。

正是江南四月春風乍起，時晴時雨，初陽還寒，最難將息的時節，雲霧籠罩山體。雲霧不是一般的濃密，幾步之外，路旁的竹林與建築皆朦朧朦朧，若隱若現。沿着蜿蜒盤山公路側旁的一條窄窄石板路下行幾十步石階，再直轉拐一個彎，一幢主體青磚色石建築就聳立在眼前，這就是赫赫有名的杜公館。略感意外的是，杜月笙的別墅建築風格頗為簡潔、樸實，毫不張揚，完全與臆想中霸道、奢華的模樣挨不上邊。整個杜公館連帶閣樓只是三層三開間結構，整個建築以山石砌築外牆，人工開鑿的山石平整光潔，石牆轉角處選用大石塊縱橫咬合砌築，起到很好的拉結穩固作用。牆體由下而上，選用石材逐漸顯小，石縫變密，顏色漸深，產生明顯的色澤變化之退量效果，故顯得十分耐看。牆體石材多為絳紅色，柱子和陽臺欄杆則為白色，灰色屋頂與石階一樣，布滿青苔。總之是粗看之下沒有一點特別之處。杜公館左側是山體，右側是蔓延而下的林海。門前，一片平地面積不大，中央為圓型草坪，中間一棵玉蘭樹樹冠大張，鬱鬱葱葱，這棵樹栽于門前當庭中央位置，特別紮眼，不禁令人生疑，莫非有什麼講究嗎？果然，2019年，89歲的杜月笙女兒杜美如上山探訪杜公館，才揭開這一謎底：“樹是我父親特地叫人種的，因為我母親名字叫玉蘭”。另兩棵紫薇樹栽在兩側，據說樹齡都在百年以上。紫薇樹在民間又被叫做“癩瘡樹”，倘以手指輕輕摩挲樹皮，樹梢的葉子便會微微顫抖，頗為神奇。兩棵百年老樹，它們同樣見證了于1934年改姓杜的這幢別墅公八十年的歷史滄桑。

此番細察的關鍵成果還有，在杜公館左側的山壁上，鑲嵌着如同滿月的一個圓形石壁，細察表面殘留的石壁塗色痕迹，尚可依稀辨識為金黃色，圓形石壁的四周還有一個陰陽八卦圖案的更大面積的石壁，被漆成青褐色，緊緊環繞着中間那個圓心。相信這應該不是一個隨意而為的設計，但是否大有深意尚未可知，遂急忙上網查考，果然找到了其與青幫的某種聯繫，原來當年上海青幫的幫會標識即為圓形帆船，青褐色亦為青幫幫會用具的基本用色。於是不免有些暗自慶幸，既為這一新的發現，亦為保持原始風貌的青幫石壁歷經歲月打磨未受根本破壞。如今，大概只有這個不再明顯的徽記，才能提醒踏訪到此的人們，眼前這一掩在山林里的靜逸別墅與當年那位青幫風雲人物的關聯。這個季節，爬山虎正綠，以黃色徽記為中心向四周蔓延，從山底一直爬至二三十米高的路旁。整個山壁全是水靈剔透的綠色。爬山虎、青苔、紫薇綠葉，烘托出杜公館一片靜謐與涼爽，更平添了杜公館某種肅穆與清冷、落寞的味道。

如果站在山路俯瞰，與公路另一側的“張公館”相比，杜公館一點兒不顯山不露水，低調沉穩，甚至有些冷僻肅穆之氣。比較杜月笙與張嘯林兩幢別墅的選址和建築風格，是一件很有趣味的事情。一條山道，令杜公館和張公館分居上下，而杜公館，則無不透出其低調內斂而不事張揚的

良苦用心。中國傳統文化向有“文如其人”之說，如果把建築也看作是人創作的一種有形文章的話，則是否可稱道“屋如其人”呢？

迷人獨特的莫干山，自然會吸引文人墨客來此吟詩作畫，更留下許多膾炙人口的名篇佳作。從民國到現代，郭沫若等詩人遊歷莫干山，無不吟誦唱和，禮贊莫干山。這其中，數將軍詩人陳毅的一首《莫干山游詞》流傳最廣。1952年7月，陳毅元帥入莫干山探視病友，留住十日，也激賞莫干山的風物之美，遂賦詩《莫干山游詞》，以七個“莫干好”起句，多角度多層次贊譽莫干山。江山如此多嬌，詩人的贊嘆是由衷的，不過令作者感慨萬千的恐怕更在於“換了人間”，曾經喪權辱國，“江山信美非吾土”（元代虞集詩句）的歷史一頁早已翻過去了，“林泉從此屬人民，清風明月不用買”，怎不令戎馬一生的將軍心中充滿豪情？

一員馳騁沙場的武將，竟將莫干山的景觀描述得如此細膩真切，飽含深情，令人稱道不已。我只能相信，是莫干山的清麗文氣，讓這位硬漢也化作了“繞指柔”。

一、莫干好，遍地是修篁。夾道萬竿成綠海，風來鳳尾羅拜忙。小窗排隊長。

二、莫干好，大霧常彌天。時晴時雨渾難定，迷失樓台咫尺間。夜來喜睡酣。

三、莫干好，夜景最深沉。憑欄默想透山海，靜寂時有草蟲鳴。心境更安平。

四、莫干好，雨後看堆雲。片片層層鋪白絮，有天無地剩空靈。數峰長短亭。

五、莫干好，最好遊人多。飛瀑劍池滌俗慮，塔山遠景足高歌。結伴舞婆娑。

六、莫干好，請君冒雨游。千級石磴試腰腳，百尋洞底望高樓。天外雲自流。

七、莫干好，好在山河改。林泉從此屬人民，清風明月不用買。中國新文采。

好一個“夜景最深沉”！我曾經多次客宿莫干山武陵村飯店，對此頗有體會。入夜走出房間在山林間徘徊，隨意尋石覓靜坐。月色朦朧，夜風婉婉，像一條小溪，在松林間穿行（好奇怪，遍地修竹的莫干山，偏偏在此地栽種了幾棵松樹）。此時，心是寧靜的，適合“憑欄默想透山海，靜寂時有草蟲鳴，心境更安平”，惟感覺，詩情文意正碎步向我走來，而且外化為一種聲音、一種力量，呼喚着我，激勵着我，似乎融入到我的身心里，我在這一刻彷彿得到某種心理暗示。我想所謂的“朝聖”大抵不過就是這樣的情狀、這樣的效能吧！

央視主持人白岩松也對莫干山情有獨鍾。某一年我陪他在莫干山小住，當夜，借着清風明月和啤酒黃茶，和幾個新聞界文學界的朋友一起，海闊天空地閑聊了半夜，興緻頗高。其間，當然不可避免地扯到了莫干山的歷史與未來，雖無宏大紀事卻不無趣聞軼事，我在其間提到了動亂結束後，文學泰斗巴金老人曾經在山上療養的事，白岩松若有所思，並未接口。沒想到他早已注意到這段歷史，第二天臨別，他竟掏出一冊《上海文學》送我保存，向我推薦其中作家李輝的一篇紀念文章，詳盡敘述文學泰斗巴金在莫干山休養的這段歷史，強調“莫干山真是文化寶藏，太值得多多挖掘了。”我大致瞭解當年發生於莫干山的這段文壇掌故，所以是由衷認同他的話的。

1981年夏，劫後重生的巴老即來到莫干山武陵村飯店，一邊療休養，一邊醞釀他那部偉大的反思文革的《隨想錄》。酷暑時節，竹海清風帶來涼爽，僻靜舒適的“夷白樓”讓他為之心安，可以在此靜靜思索。與此同時，巴老痛感文革誤人，時刻不忘同時抓緊提攜文學晚輩。從這個意義上來說，莫干山是《隨想錄》的襁褓，是出生地，或者從另一個維度來說，巴金關於民族痛史的深刻反思，是在莫干山重點進行的。

重要的是，這一年，巴金的《隨想錄》寫作漸入佳境，他所提倡的講真話、歷史反思與自我懺悔，越來越引起文化界、乃至全社會的廣泛關注。可以說，走上莫干山的巴金，其精神狀態與寫作

狀態，在動亂結束後，正處在一個反彈期與高峰期，正是在這樣的情形下，他把對社會、對人生的審視，用他那如椽之筆記錄下來，才成為可能。住在莫干山期間，1981年8月10日這一天，巴金為自己的專輯《序跋集》寫完一篇跋。《序跋集》彙集巴金從事寫作以來的幾十篇序跋，不妨視之為一個作家思想與寫作的全景式呈現。巴金為此書寫跋，其實是在審視自己的一生，他沒有迴避自己“文革”被批判時的惶恐不安，沒有隱諱自己面對“五十四年來留下的包袱和繃子”的猶豫。所有這些都照實記錄存世。巴金的偉大，恰在於此，在於他能夠勇敢地面對自己，願意把心交給讀者。

他曾經這樣寫道：
但是我終於把它們閱讀完畢了。我回過頭重走了五十四年的路。我興奮，我思索，我回憶，我痛苦。我彷彿站在雜技場的圓形舞臺上接受批評，為我的寫作生活做了徹底的交代。《序跋集》是我的真實歷史。它又是我心里的話。不隱瞞，不掩飾，不化妝，不顧眼，把心赤裸裸地掏了出來。不怕幼稚，不怕矛盾，也不怕自己反對自己。事實不斷改變，思想也跟着變化。當時怎麼想怎麼說就讓他們照原樣留在紙上。替自己解釋、辯護，已經成為多餘。……

值得一提的是，巴金寫《隨想錄》系列文章，通常只在文末注明寫作時間，唯有這一次，他卻例外地在跋後寫上注明“八月十日在莫干山”。足見在他心中，莫干山有一種特別的意味。

還有一件值得一說的事是，一大批嶄露頭角的青年作家也實屬有幸，借莫干山的風水寶地，得到文學前輩的悉心關懷。風華正茂的張張青濛面孔，讓這位劫後餘生、年近八旬的文壇老人，彷彿找回了自己的青春歲月，在銳氣十足的年輕作家們身上，他看到動亂結束短短三年之間形成的新時期文學，雖經歷風雲變幻，仍然生機勃勃。

確實，“這三年，既是寫作《隨想錄》的三年，也是巴金身為《收穫》主編，參與新時期文學編輯、不斷鼎力推出新人的三年。”（李輝《風雲莫干山》見《上海文學》2013年9期）

李輝的回憶文章內容，我很快就在當事青年作家之一的汪浙成先生的一篇紀念文章里，得到了印證。而今也已步入老年的汪先生曾經詳盡回憶道：“在3號別墅（即“夷白樓”），經常傳來大聲談笑。年屆七十七歲的（巴金）老人，除了創作、散步，大多時間都跟年輕人在一起。他總是面帶微笑，仔細地聆聽而絕少插話。不過，句句擲地有聲。在莫干山上的這幢小樓，老人曾經語重心長地對年輕人說過：不管寫詩還是寫小說、散文，都要抒發真情實感。我寫作，是在傾訴我的感情，講我的心里話。在筆會的十多天中，常能看到作者和編者圍在巴老身邊閑聊，大家都願意把自己的心里話講給巴老聽。大家在食堂的同一桌上吃飯，有說有笑，儼如一家。《收穫》的老編輯孔柔待人隨和，平時愛喝點酒，所以，大家也愛與他開個玩笑。進餐時，常有人敲他‘竹杠’，要他請空啤酒，巴老聽後，總樂呵呵地附和着大家的話說：‘孔柔買酒，我來加菜。’經巴老這麼一說，飯桌上的氣氛就更熱烈了。我曾看到一張在莫干山拍攝的照片，巴老身穿圓領汗衫，很隨意地坐在藤椅上，身周圍圍着一群中青年作家，有站有蹲，個個臉上都綻露着发自内心的歡笑，真像是一個和睦大家庭的合影，而巴老便是這個大家庭的慈祥的長輩。”（汪浙成《永遠是參天的文學大樹》）

2021年底，因為疫情，所有參加全國作家代表大會的浙江代表均困守在北京湖南大廈，我因此起意叩訪“忘年交”朋友汪浙成先生房間，並有充裕時間閑聊。寒暄不久，話題即不由自主地扯到了莫干山，年已85歲的汪老馬上聯想到了巴金先生，隨即深情地向我傾訴了當年在莫干山接受巴老親切教誨的情景，滿臉滿目深情無比。老實說，那一刻作為晚輩，我是既感動又感慨，一方面為兩代作家之間的情誼深深地感動感慨，另一

方面也由衷地為這樣純粹的由文學結緣的故事羨慕讚美。

我如此關注這段往事，事實上於我而言，也因有一種特別的情愫，也可以說是我的一種永遠的遺憾。1981年夏，我剛大學畢業，回到家鄉一所高級中學任教。周末來到莫干山，有山上工作的同學悄悄告我，巴金老人恰在莫干山，而且還告知了具體地點：武陵村“夷白樓”。作為文學愛好者的我當然很激動，幾乎沒有半點猶豫與畏懼，便貿然前去叩訪。不料未及進門，即為一工作人員以“巴老正午休，待傍晚再看情況安排時間”為由擋駕。其時我因為還是在夜校兼課的任務，不得已久候才悻悻然下山，從此成為永久的遺憾。若干年後讀到李輝的《風雲莫干山》文始知，1981年，正是“巴老創作《隨想錄》的第三年，他所提倡的講真話、歷史反思與自我懺悔。越來越引起文化界與全社會的廣泛關注。”而且，當年還默默無聞，今日已鼎鼎大名的謀容、張辛欣、水運憲、汪浙成等青年作家都應《收穫》之邀，都在山上參加“筆會”。讀到這段文字，我的遺憾變得更多了。我相信，巴老一定會同樣的熱情，接待我這個初出茅廬的文學青年，同樣會給予我文學教誨，進而成為我終身得益的精神財富，儘管我當年拜會巴老的動機很單純，除了出于崇拜而希望獲得一個簽名外，就是還想請教關於閱讀小說《家》的某個問題，也不可能知道“收穫”開辦筆會這些內情。當年的錯失，一或遺憾，就永難彌補了。

聽聞今天的莫干山麓，在幾家別有風味的高端民宿中，創建了“莫干山作家村”，接納來自上海、杭州等地的作家採風走訪、體驗生活，以及休養創作，我對此事雙手叫好，因為這是廣續莫干山文脈的紮實舉措之一。相信莫干山的秀氣、文氣，定能激發創作者的無窮靈感，假以時日，將有眾優秀的小說、散文等文學作品，將帶有獨樹一幟的莫干山鮮明特質。

據此我要說，莫干山的文氣，不是賣弄學問式的掉書袋，不是一知半解式的功利實用，而是深得中國文化精髓的凸顯。它既形象直觀，又生動含蓄，既飽含學問，彰顯傳統文化的精髓，又撫慰人心，充滿溫暖的力量。

三、莫干山的貴氣

——貴氣，是莫干山歷經百年風雲激蕩而難能可貴的歷史積澱

有別於莫干山的秀氣，是先天就有的自然賦予，莫干山的貴氣，則並非是原生性的，而基本形成於後天孕積的一種氣質，尤其是它總免不了與貴人的各種關聯。這其中，偉人毛澤東尤其為人所矚目。

前文已提及，毛澤東的莫干山之行，就發生於1954年在杭州主持《憲法》修訂這個特殊時期，具體時間大約為1954年3月中旬，毛澤東在汪東興等人的陪同下，興緻勃勃地坐一輛七座蘇式嘎斯轎車（“七人房”）來到莫干山，下榻在126號“皇后飯店”。毛澤東的短暫光臨，使得這座舊別墅名聲大震，其後慕名來訪這里的不絕於途，甚至可以毫不誇張地說，皇后飯店成了來莫干山遊覽的必經之地。

皇后飯店原由浙江興業銀行金融家蔣抑卮先生所建，已有50多年歷史。這幢別墅雖然體量不算宏大，但牆體簡潔，突出直線條，顯得特別挺拔，蔚為壯觀。尤其門內側旋轉樓梯和寬敞的內陽臺更具特色，為不少前來考察的建築學家所稱道。我感覺最為別致的是窗戶的設計，整體造型頗似延安“靠山窗”窗洞的形狀。窗框上部設計為拱圓形狀，呈放射狀的木窗格，使得窗框整體造型猶如太陽放光芒一般，如果貼上鵲登梅枝的窗花，幾乎讓人疑惑，恍惚間似乎來到了黃土陝北；如此造型的建築在山上絕無僅有，偏偏由它來承接了接待領袖的重任，不知道這是不是有關方面的刻意安排，還是無心插柳？無從考證當年毛澤東有無注意到這個細節，但相信這應該是一種能夠令毛澤東特別中意的安排。歷史總會在某個不經意之間，發生着一個個機緣巧合。

毛澤東僅於1954年3月的某個中午來此小憩，回到杭州不久，憶及短暫的莫干山之遊，不禁詩興大發，提筆寫下莫干山記游詩一首：

翻身復入七人房，回首峰巒入莽蒼。
四十八盤才走過，風馳又已到錢塘。

這是《七絕·莫干山》，是詩人毛澤東在幾十年革命生涯里，揮毫寫就的無數詩歌之一。這首詩，出乎意料地並沒有直接從山中美景落筆，而是跳出大山在看山，取曲折回首、留戀往返之勢，仍然是表現莫干山山色之美，卻未涉一處實景、一件掌故或一個小地名，而更含蓄，更有大意境。（未完接下期）



陳霞芬維權勝利 國會舉辦慶祝酒會

Original UCA 編輯部 UCA 行動



12月13日是一個美國華人維權史上應該記住、值得大書特書的日子。

陳霞芬女士在歷經了十年的被美國政府相關部門誣陷、調查、起訴和解職以及她的堅韌不拔的司法抗爭後，上個月終於和商務部以及司法部達成和解協議，由聯邦政府賠償180多萬美金，並由商務部給陳霞芬發給一封特別表彰她在職期間工作卓越的信函，等於承認了商務部和司法部十年以來認為陳霞芬是「2國間諜並將她解職的嚴重錯誤。至此，陳霞芬在極低的贏面概率下，和政府對簿公堂，三戰三贏：第一次對司法部，她贏了；第二次對商務部，她又贏了；第三次她同時起訴商務部和司法部，她與兩個聯邦部委最終達成有利她的協議，基本上也贏了。

12月13日晚，在首都華盛頓特區的國會山為陳霞芬事件畫上了一個圓滿的句號。

由美國華人聯合會(UCA), APA Justice, 俄亥俄華人協會(OCAA)三個組織聯合發起的「為陳霞芬爭取正義國會慶祝招待會」(Justice for Sherry Chen Congressional Reception) 當晚在國會眾議院辦公大樓里舉辦，由UCA會長薛海培、APA Justice 共同發起人王文奎主持。國會議員、亞太裔黨團主席趙美心、國會議員、民主黨眾議院第四把手劉雲平出席，並做了主題演講。這兩位國會議員以及由他們領導的國會議員亞太裔黨團從2015年以來一直是陳霞芬的主要支持者。他們為陳霞芬事件多年來在國會和聯邦政府奔走呼籲，責問政府，充分發揮了華裔議員為華人社區在關鍵時刻保駕護航的重大作用。

同時出席招待會的還有陳霞芬前後幾次訴訟的律師團隊數人，他們分別來自著名非政府組織ACLU；著名律師事務所Cooley LLP, Tobias, Torchia & Simon, Arent Fox LLP, 還有民權律師Michele Young and Peter Toren。前任國會議員亞太裔黨團CAPAC的執行主任和白宮亞太裔委員會執行主席Krystal Ka'ai；現任國會議員CAPAC執行主任Nisha Ramachandran；馬里蘭州華裔參議員Susan Lee；孟昭文國會議員辦公室主任；紐約大學Brennan Center for Justice的Michael German；美國大學協會(AAU)高級副總裁Tobby Smith；商務部部分華裔職員；十多位俄亥俄州華人支持者，華人及亞裔組織百人會、美洲同源會、APA Justice, OCAA, UCA-MD, AAJC, AASF, TAAF, O-CA-DC, NCCA, 大華府清華校友會、中西部美中商會的數十位代表，以及紐約時報和南華早報等媒體的幾位記者。

陳霞芬能走到今天，和華人社區的鼎力相助

是分不開的。打過複雜官司的人都知道，打官司是多麼難熬和艱難的一件事，更何況是有無窮資源和巨大權力的聯邦政府。陳霞芬在贏得司法官司但卻又被商務部解職後，巨大的官司債務和失去家里唯一的一份收入使得她精神上上和財務上雙雙喘不過氣來。華人社區從2015年起就投入到聲援陳霞芬的行動中。俄亥俄地區的華人在OCAA的帶領下，在寒冬中組織聲援陳霞芬和商務部打官司的活動，並問寒問暖，讓陳霞芬體會到了什麼是一個真正有溫度的華人社區。從華盛頓DC，到波斯頓，到底特律，到加州的灣區和洛杉磯等地，各地熱心的華人，還有清華校友會，北大校友會，科大紐約校友會，UCA, APA Center, 80-20等組織都紛紛伸出援手，幫助籌集資金。UCA連續兩個冬天在網上舉辦了長達數周的全國性的「A Christmas Gift for Sherry Chen」的募捐活動，共籌集到二十萬美金的善款，並幫助啓動了「Sherry Chen Legal Defense Fund」。陳霞芬的名字，在李文和案件之後，也日漸成爲了華人社區爭取平等待遇、反對歧視的同義詞了。

但是陳霞芬能走到今天並贏得勝利，是和她的堅韌、決心和犧牲精神直接相關的。在她打贏了和商務部的行政官司後，她本來是可以歇歇的，或就此結束。可是她越來越覺得她的官司是和整體華人的利益和命運聯繫在一起的。她就是有一股一般人沒有的「倔勁」，像秋菊打官司一般，不計成本，無怨無悔，因為她堅信自

己做得是對的。她知道她的身後有一幫不棄不捨的鐵哥們鐵姐們，有一個和她難捨難分的華人社區；她知道有一股正義的力量在她身後推着她往前走。就是這股「倔勁」和使命感推動着她又發起了對商務部和司法部的刑事訴訟。最終，在ACLU等組織和人權律師的幫助下，在上個月和政府達成了最後的協議。然而，爲了這一晚來的正義時刻，她整整等了十個年頭。

一部美國華人歷史可以說就是一部華人維權抗爭的歷史。

陳霞芬事件這一歷史性的勝利告訴美國華人以及所有美國人：自由和法治不是天生賦予我們的，這是要靠我們每一代人不懈努力和奮鬥才能維系的。陳霞芬爲美國華人又添寫了值得我們驕傲、值得歷史記住的維權新一頁！12月13日，華人社區和陳霞芬一道走完了這艱辛正義之旅。但是請大家記住，這並不是華人維權的結束，這僅僅才是個開始。



1月7日，和陳霞芬一起慶祝新年



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。(好消息：陳霞芬與美國政府達成和解，得到補償)

12月13日，美國華人社區代表齊聚華盛頓，參加美國國會招待會，慶祝陳霞芬的勝利。

2023年1月7日，俄州華人社區將在辛辛那提組織一個活動，歡迎陳霞芬的支持者們聚集到一起，與陳霞芬一起共慶新年。

下面是美國華人2017年3月14日在俄亥俄州辛辛那提市參加陳霞芬聽證會和支持陳霞芬示威活動的視頻及報道：

節選報道：團結起來，用我們的热情和溫暖融化冰霜！
作者：瓜瓜-Guoguo
日期：2017/03/16

已經是陽春三月的 Cincinnati，很多花牙開始露頭卻被突然而來的嚴寒肆虐。好像是要考驗新城華人的決心。3月14,15日這兩天剛好是 Sherry Chen 案在 Cincinnati 聯邦法庭的聽證會。就是在這最冷的兩天，新城華人中的科學家、工程師、老師、公司職員，放下手中的工作從早上 8:30- 下午 5:30。一直在凜冽的寒風和零下的低溫中支持着 Sherry Chen。美麗的面龐被凍成了盛開的花朵。更有甚者，還有從加州，華

Celebrate New Year with Sherry Chen

JANUARY 7, 2023 2:00-5:00
9277 CENTRE POINTE DR SUITE 200, WEST CHESTER TOWNSHIP, OH 45069

ORGANIZED BY : OCAA & AACO
HOSTED BY AACO YOUTH CHAPTER
Key Contact: Owen Liu and Bill Guo

REGISTER HERE!

CONTACT: AACOYOUTHBOARD@GMAIL.COM
INSTAGRAM: AACO_YOUTH_CINCY
TWITTER: AACOYOUTH_CINCY
WEBSITE: AACOHIO.ORG

New Year "In this new year, there is a new spirit and new adventure in your life." 2023

上拭淚。感謝自己也還有這顆赤子之心，也在第一天趕到現場讓我認識和見證這些令人難忘的人和瞬間。

沒有參加任何組織，我得知這個消息的時候是聽證會開始的前幾天。Sherry 的案子，可以說在華人世界影響最大的幾個案件之一。我看過以前的一些報道也給她捐過錢，依我而言，Sherry 的案在刑事訴訟中，聯邦政府對她的所有控罪都被推翻，她沒有任何錯誤。可是 Sherry 仍然沒有能夠回去重新工作，仍然是被開除公

職。換句話說，被證明無罪之後，她仍然被這個不存在的罪名處罰。

因爲太忙，雖然我沒有參加任何華人組織，卻一直關心着華人的動態。得知她要回娘家聽證，我是一定要支持她的！原因非常簡單，離開了故鄉，在地球的這邊，和我長得一樣，彼此擁有相同成長背景的我們，就互爲兄弟姐妹和親人，我們就要互相支持。

Sherry 是否違法犯罪，法律的事，由法庭去決定。法律已經還 Sherry 公道，她根本沒有錯，對她的任何控罪都不成立，她就該回去上班！現在幫助她，也就是在幫助我們自己。而且即使今後我的同胞有做錯什麼事，如果需要我也願意站在她旁邊給與她溫暖。誰都有可能遇到難事。

14號，我在法庭里坐了一個小時，聽到律師問的一個到現在都無法迴避的問題，就是如果 Sherry 是白人，他會懷疑她要的這些數據是想當間諜嗎？！

Sherry 是一位在單位歷年獲得獎勵的員工，工作成績突出。現在在她離開後，她原來的單位還沒有找到比她更勝任這個工作的人。她從來沒有想到過，會這樣禍從天降。來參加聽證會的很多華人在聽證過程中受益良多，更加瞭解如何用法手段維護自己的合法權益，今後如何規避再次發生類似事件。

當然嚴寒中一直在支持 Sherry 的同胞們，也招來了新城主流媒體的關注，當天整個華人的支持活動在當地電視新聞的黃金時段播出。中央電視台的中文，英文頻道也做了報道。

我們還在繼續等待着法律最後還是給 Sherry 一個最後的公道。Sherry 所做不僅僅爲她自己，在整個艱難的過程中，她也在爲不僅僅是華人，也是每個美國公民的一個很好的範例：沒有錯就不需要指黑鍋，不懼艱難抗爭到底！

Sherry 說，

和剛開始孤軍奮戰相比，現在有那么多人的支持，真是非常感動和感謝！由於她的堅持，原來政府的起訴方曾經一直給過她不斷的「讓步」，從剛開始面臨40年牢獄之災的控罪到最後只承認有小錯。Sherry 面臨着人生最大的挑戰，一邊是接受小小的不公平，避免有可能的40年的牢獄之災，一邊是漫長的訴訟程序，和未卜的將來。Sherry 最後堅持：沒干就是沒干！一定要真相。她選擇了一條可以真正可以還她清白的華山之路。幾年下來打官司讓她債台高築，她幾乎失去全部，走到今天。現在曙光漸現，就讓我們和她一起堅定地走到天光大亮的一天！這個意義不僅對華人，對每個美國人都重要的。沒有人可以用莫須有的罪名把你打倒，更不應該要莫須有的罪名受罰！

兩天很快過去，在我們華人支持 Sherry 站在寒風中瑟瑟發抖地堅持時，我們看到了支持隊伍中還有黑人，白人，拉丁裔的美國人都駐足參加舉牌支持，完全跨出了族裔的界限。因爲 Sherry 除了是華裔更是一個美國公民。維護公平和公義一直是美國人追求的普世價值觀。除了來參加支持她的人群，出來爲 Sherry 出庭作證的同事也一樣出于公義精神。正是基於這樣的完善的法律框架和人文精神，我相信 Sherry 一定可以找回公道。這大概是參加這次活動讓我深深體會到美國法律精神的偉大。

在支持隊伍中有兩位日裔的長者，也一直在站立在寒風中。真心希望看到華人的身影更多地出現在這樣維護公民權利和各種義務活動，而且不僅僅只是維護我們華人自己的利益。讓我們都更加擁有情懷。



我也不是醫生，我也不明白為什麼中國一放開，說全國都在感染，我不知道全國是不是都被感染，至少我們在上海的3代同堂家人全部中標，我母親躺在床上已經有一陣子了，我弟弟最嚴重，一個星期基本好了許多，但想想這病毒的擴散太快。



我的大專教授潘玉民是鄧小平扮演者，他告訴我現在全國開放了，他的一些朋友戰友和同學都陽了，不過他自己還好，因為他早就做了準備，有人告訴他用紅糖薑片葱白大蒜煮湯，所以他一直沒有得病。另外他也很高興很感謝政府提供免費服務人員上門給它提供幫助，潘老師腳不好，有人上門來幫助給他按摩或者幫忙做飯做家務，有一周五天，因為潘老師身體還好，也是一周三天上門服務，潘老師感謝政府

世界病態

關心他。每一次他跟我交流，他總是加一句話，感謝政府，他生活的非常好。

潘老師也說了由於他腳不方便，所以他不需要天天做核酸，其實大疫三年，其他國家，解封也一兩年了，據說全球76億人，感染6億，不到10%。就中國，解封僅僅15天，據說有10億人感染，我還是將信將疑，因為我們家人四個全部100%，還有我的上海朋友張小倫上海家人也是100%中標，這種感染速度正常嗎？為什麼國外放開，十個里面只有一個感染。為什麼中國人放開，幾天時間內，十個里面有8個陽了。

我打了兩針得了一次陽性，我的兒子打了3針打了3次，聖誕節前夕，他感冒咳嗽，說測試了，沒有陽。女兒打了3針，也陽了一次，那段時間正好我去英國看她，我回來的時候必須要去正規的醫院檢查才能回美國，我考慮還是去，女兒天天和我一起，最後我也沒用陽。

中國親朋好友，他們這次感染的，是奧密克戎嗎？現



在一下子冒出130多種奧密克戎。看看剛剛結束的世界杯足球，多少人在那里歡呼，幾乎現在還可以刷到微信視頻人們的喜悅心情。這到底是怎麼了？從2019年武漢到今天全國發生的事情，是不是政府部門用事實來說話，這樣就不用恐懼了。

這里我說說我女兒，她們現在在越南，離開美國5個月了，11月他們到泰國住了一個月，現在在越南，他們非常喜歡越南，對越南人的淳樸及社會人文發展很贊同。女兒說：越南也是共產國家，他們的首都也熙熙攘攘，也很現代化，但人很淳樸，很明顯政府以人為本，他們的物價沒有那麼貴，她的先生請裁縫定制一件上好的西裝才80英鎊，這是量身定做的24小時完成，把他們樂得合不攏嘴。

女兒也和我談到，社會的發展讓環境非常污染，尤其對動物沒有慈悲心，女兒告訴我，大象非常聰明和善良，它們知道人對它們好，還會和人互動，我看了他們給大象洗澡的視頻，很感動，也就像女兒說的：這個世界也許只有人不尊重大自然才災難頻繁，還有人的慾望，如果大自然給我們一點災難，人類真的沒有退路。

家好，2023年就要到來，羊年新氣象萬象更新，在中國大地一片喜慶迎接新春佳節日子里，我聯線了在美國俄亥俄州，克里夫蘭美國伊利華報創刊人，華人知名媒體人浦瑛社長，和她作一次跨年對話交流。

浦瑛：早上好！感謝世界文化導演艾文給我這個機會，2022歲末已至，不管這一年好還是不好，都將結束，無論有多糟糕，我們在經歷和成長，在無法預知的未來，只要我們平安健康就好，願過往歲月可回首，來年依舊迎花開。

我想說說心里話：中國經歷了太多的事情了，你想想中國經歷封建社會，殖民掠奪到今天中國已經崛起，這30-40年來的變化，中國開始建立繁榮正規的建設道路，中國是太不容易了，但只要百姓的日子好過就最重要的了。

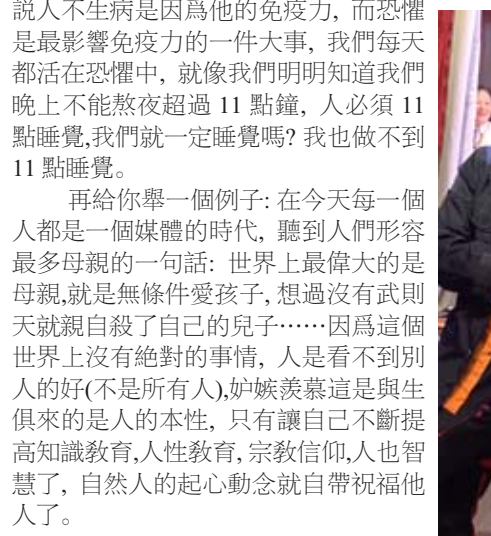
3年疫情讓我們悲痛哀傷，失去太多太多的朋友和親人。也許是上天給我們帶來了一個提醒：保護大自然，其實當人心變了這世界就變了，一切來自於慾望，想想中國我小的時候我還記得我們要用的是糧票油票，到今天中國人只要用一個手機解決問題。

當國家強大了，自然會被嫉妒還有自身驕傲自滿，這些都難免發生，我們每個人都會犯錯誤，就像我們吃五穀雜糧，怎么能不生癩。還有人是非常矛盾的，人往往記得的是不好的東西，疫情的發生，防控制到全面開放，我相信國家領導人自有安排。但同時讓我們坐下好好去思考一下：我們人與大自然的關係，當下人的品行

對話艾文

是歷史的積澱，美國因其先天不足，歷史短暫，屬於文化的東西，少得可憐。所以，從文化的角度，中國和美國，幾乎沒有可比性。美國強調個人英雄主義，主要是為了與美國世界霸權、世界警察的

自己的健康負責，我們學會認知，這個世界沒有如果只有結果，這個世界是沒有絕對的事情，只有不同角度看問題，只要讓我們自己內心平衡，對自己好一點，管好自己就好。如今社會，聰明有才的人很多，勤奮刻苦的人也很多，但是品行端正才是最難能可貴的。艾文：2023一個新年開始，“鞭炮聲歡迎新年，妙聯橫生貼門前。笑聲處處傳人耳，美味佳肴上餐桌。談天論地成一片，燈光通明照殘夜。稚童新衣相夸耀，舊去新來氣象清。”也期望新的一年，不再有任何災難和瘟疫。讓人類生活在“和平”“進步”的世界里，更加和諧健康的發展。



市政府工作人員與華報簽署會場使用合同

中國夢

浦瑛開講

在美國改造自己

衷心感謝克城市政府

為我們提供活動場所

伊利華報 20年

伊利華報創刊 20 周年慶祝活動

定于 2023 年 3 月 24 日下午 5-8 點在克利夫蘭市政大廳舉辦，地址：601 Lakeside Ave E, Cleveland, OH 44114 敬請各界支持華報的朋友繼續關注下期消息！

HAPPY HOLIDAYS

Beloved: This is the message that we have heard from Jesus Christ and proclaim to you: God is light, and in him there is no darkness at all.

If we say, "We have fellowship with him," while we continue to walk in darkness, we lie and do not act in truth.

But if we walk in the light as he is in the light, then we have fellowship with one another, and the Blood of his Son Jesus cleanses us from all sin.

If we say, "We are without sin," we deceive ourselves, and the truth is not in us.

If we acknowledge our sins, he is faithful and just and will forgive our sins and cleanse us from every wrongdoing.

If we say, "We have not sinned," we make him a liar, and his word is not in us.

My children, I am writing this to you so that you may not commit sin.

But if anyone does sin, we have an Advocate with the Father, Jesus Christ the righteous one. He is expiation for our sins, and not for our sins only but for those of the whole world.

Gospel Mt 2:13-18

When the magi had departed, behold, the angel of the Lord appeared to Joseph in a dream and said, "Rise, take the child and his mother, flee to Egypt, and stay there until I tell you. Herod is going to search for the child to destroy him."

Joseph rose and took the child and his mother by night and departed for Egypt.

He stayed there until the death of Herod, that what the Lord had said through the prophet might be fulfilled, Out of Egypt I called my son.

When Herod realized that he had been deceived by the magi, he became furious.

He ordered the massacre of all the boys in Bethlehem and its vicinity two years old and under, in accordance with the time he had ascertained from the magi.

Then was fulfilled what had been said through Jeremiah the prophet: A voice was heard in Ramah, sobbing and loud lamentation; Rachel weeping for her children, and she would not be consoled, since they were no more.

慈悲善良 心想事成

生活中一定要和你同類的人在一起，和不斷鼓勵你前行的人和熱愛生活的人在一起。這樣，你會越來越快樂，越來越進步，越來越有趣，同時你自己也要學會用行動來證明自己慈悲善良。我常常去張小倫家，這位上海老鄉是才子，我喜歡喝他做的咖啡，更喜歡吃他的太太包的餛飩，他們連皮都是自己親自做的，他們的狗多多顏值高，並和我的 Keke 玩得很好。

12月27日我先到張小倫家後又去見了黎華趙，我認識黎華趙很多年了，他原來是台灣國樂團的才子，人真有命，黎華趙來美國30多年，他自稱自己是世界潮州音樂第一人，他收藏100多種不同的樂器，古琴、琵琶、揚琴、古箏三弦，還有好多把二胡，他自稱自己是一位史學家，他在美國做過許多工，甚至當過電台播音員等。

上個月他成了無家可歸人，現住在 Haven homeless shelter. In portage county. 12月27日我帶著他平時來克利夫蘭喜歡購買的烤鴨中國日曆和報紙去了收容所看他，因為這幾天他給我傳信息說他快要凍死了，他無依無靠，我在收容所見了他，他可是比我想象的好的多，精神面貌煥然一新，過去常見他總是喝得醉醺醺的，他的口頭語是我沒有醉。這是他已經第二次被管理公司趕出門，因為他的家全部擺滿書盆花等東西，連走路都不能走，有過一次警察對他說：你出事我們沒有辦法進去救你。

Haven 收容所非常乾淨，也許是個小鎮，人都很善良，收容所的負責人 Anna Marie Noble 帶我參觀整個收容所，他們有自己的廚房洗衣房洗澡間還有睡覺的地方，都非常乾淨。黎華趙能在那里過冬，真是上天眷顧他。

黎華趙送我出門，他告訴我里面人歧視他，他12:30去吃

飯，就沒有飯吃了，而其他人有飯吃，我問他是同一天嗎？如果規定12:00開飯你就得12:00去吃飯，黎華趙馬上上火對我說，你是沒有人歧視你，我對他說：我不歧視我自己……

在我回家的路上，我在想人總是自以為是的，包括我自己，我這次送張小倫的酒，我自以為酒有木箱，而且我把酒放在狗的棉床上，上面還有我的大棉襖，在車上是不會有問題的。當我拿到張小倫家的時候，外面已經有紅酒的顏色，當時我想可能是酒瓶爆了，張小倫馬上打開木箱，4瓶酒其中2個瓶蓋爆開，也許酒度數不同，一瓶好好的。

我的無知造成的，如果把酒放在家里就沒有事了，因為我們的人都有意無意高估了自己。有一天我與張小倫聊起來，有一天我也在他家享受他做的咖啡，正好他的朋友從上海打電話來說，他的太太兩天聯繫不上，張小倫夫婦馬上就去朋友家看看，推開門那位在上海是心臟內科的52歲醫生躺在地上，身體已經冰冷，女兒一下沒有辦法接受，我記得後來還是我幫她女兒弄的簽證。世間無常，還有一位準備訂婚34歲良。黎華趙能在那里過冬，真是上天眷顧他。收容所地址是：2645 Oh 59, Revenna Oh. 44266. 可以獻上您的愛心



艾倫趙瓊:悼念趙青大姐

來源:美中時報



總以為來日方長，沒想到三年疫情讓我們悲痛哀傷，失去太多太多的朋友和親人。今天十二月二十四日偉大的人民藝術家趙青大姐永遠離開了我們。

十多年前她曾率團六十多人首次來美國舉辦畫展，當時我代表美國女神藝術博物館、羅丹國際藝術家基金會為他們的畫展做組織總策劃人。在費城、紐約國際藝術巡展中，我們建立了姐妹一樣的友誼，每次去中國我都會去她家拜訪她和兒子趙彤秘書長。

我還曾親自為趙青大姐和她的父親中國影帝趙丹父女二人畫了一幅油畫，這幅油畫隨趙青大姐去了台灣、日本、法國巴黎等地參展，法國前任總統還在畫前與他們留影。多年前，他們父女二人在中國歷史博物館的藝術展覽非常轟動，遺憾太忙未能前去參加。

2019年十一月是我最後一次去她家，她送給我的衣服和圍巾都是紅色的，在北美寒冷的冬天穿帶着它格外暖心。

冬天又來了，趙青姐姐卻永遠離開了我們和愛她的親人朋友們。無盡的哀思讓我們更加懂得珍惜，永遠懷念這位偉大的人民藝術家，我尊敬摯愛的大姐。



舞蹈家趙青:人生何其難,她算是一個幸運兒

作者:山佳

還記得初中上地理課時，老師忽然講起“趙青”來，說她是我國民族舞劇《寶蓮燈》的女主角，結婚後與丈夫說好“不生孩子”，要一輩子專注于舞蹈事業。但文革來了，她既不能跳，也不讓練功，那么就生孩子吧，一氣生了兩個……人到中年的我，已想不起當初地理老師為何要講“舞蹈家趙青”，但老師的眼神分明流露着對“趙青舞藝”的推崇。帶着對趙青的“探索”之情，我觀看了《寶蓮燈》舞劇，又閱讀了她與外婆、父母、繼母相處的點點滴滴，深覺“這一生，趙青算是一個幸運兒”……

01

趙青的老爸趙丹，1934年憑藉着《十字街頭》、《馬路天使》等影片大紅大紫，成為上海灘炙手可熱的明星。老媽葉露茜，當時是上海南洋高級商業中學的校花。趙丹受朋友金山委託，來到商業學校的業餘劇團擔任指導老師時，對又甜又嗲又漂亮的葉露茜一見鍾情，兩人陷入熱戀。1936年4月26日，杭州六和塔下，趙丹與葉露茜、唐納與藍蘋，顧而已與葉小媚舉行了集體婚禮，由大律師沈鈞儒親自證婚，轟動全國。六和塔下，六人婚禮，良辰美景，趙丹激動地宣稱：我擁有了世界上最美麗的新娘！趙青，1936年11月出生，她是愛情的產物。

俗話說“女兒像爸爸，兒子像媽媽”，趙青活脫脫就是老爸的複製品，趙丹親切地稱女兒“阿囡”。可是，抗戰的炮火隨之而來，趙丹夫婦作為抗戰演出三隊的成員，離開上海，輾轉各地。年僅11月大的趙青，就交給了外婆撫養。外婆大名韋慧鈿，大家閨秀。曾外公韋樵，是中醫出道又研讀西醫，當年在廣州開有醫館。外公葉舒濤，畢業于南洋公學。曾祖父葉叔薇，西醫世家，早已在上

海開業。因曾外婆劉利秋與曾祖母是親姐妹，兩人分別嫁到了葉家與韋家。於是親上加親，曾外公想將自家的七女兒嫁給一表人才的葉家長子葉舒濤，但葉舒濤硬是看上比他年長三歲、韋家最漂亮的三女兒韋慧鈿。於是，1917年4月13日，葉家長女葉露茜出生。外公先在北京任職，後到哈爾濱專門學校擔任總務長和訓育主任，深受師生的愛戴。

九一八事變後，東北淪陷，外公拖家帶口回上海定居，那是1932年10月。外公終因積勞成疾，被肝病奪去生命。剛過41歲的外婆開始守寡，她肚子里還有一個遺腹子，就是趙青口中的黑舅舅。老媽葉露茜只有17歲，下有三個弟弟、一個妹妹。作為家中的老大，她比最大的弟弟都要年長九歲。葉露茜就如同台灣作家林海音一樣，幫助外婆撐起了一個家。趙青，是家中第三代中的第一個孩子，她不僅受到了外婆的寵愛，三個舅舅一個姨都心疼這個外甥女，認為她從小就離開了父母，應給她更多的關愛。但趙青還是很想念她的老爸老媽，烽火連三月，但戰爭期間收到家書的機會又何其稀少？

02

趙青三歲時，就登上舞臺開始演出，補貼家用。五歲那年，在電影《梅娘曲》中，趙青扮演女兒，劇中的台詞“我要媽媽”要哭着喊出。但趙青就是哭不出來，後來導演啓發她：從小的你，就被父母扔給外婆，他們什麼樣，你未見過；現在的他們，是死是活，你也不知道，難道你不想他們嗎？導演的話刺痛了趙青幼小的心靈，她“哇”的一聲大哭出來，“我要媽媽”永遠定格在鏡頭中，那時的趙青多想見到她夢中的爸媽啊！此時的趙丹與葉露茜已前往新疆，尋找創作、演出的機會。但現實給

了他們迎頭一擊，趙丹被軍閥盛世才關進監獄。1942年12月，葉露茜被告知“趙丹等人已死，她們家屬必須離疆”。

第二年一月，葉露茜才到達蘭州，後輾轉來到重慶。此時的重慶，已為趙丹開過追悼會。作為兩個孩子的母親葉露茜咬緊牙關，回到了熱愛的舞臺上。又是在金山的介紹下，葉露茜與劇作家杜宣結為夫婦。後來，趙丹從新疆回到重慶已是1945年。他第一件事，就是尋找妻子小葉和自己的孩子。在昆明，趙丹見到了身懷六甲的葉露茜。葉露茜早已從報紙上得知，她的阿丹沒有死。想見又不敢見，她天天哭。如今，趙丹就在她的眼前，跪着懇求她“打掉孩子，回到我的身邊來”。葉露茜拒絕了，“我已經毀了一個家庭，我不能再毀另一個。”趙丹只能帶着兒子趙子，含淚而去。經年之後，趙青問過老媽“當年，你為何選擇杜伯伯，而不是老爸趙丹”。葉露茜則答：你杜伯伯願意我出去工作，而你的阿爹只願意我當一個全職主婦……

03

1948年，趙丹在出演《幸福狂想曲》一片時，結識了甜姐黃宗英，他要與她結婚。而為趙青找個新媽媽，趙丹需要女兒的支持，於是他請趙青來到大飯店，點上女兒愛吃的羅宋湯及各種佳肴。“酒足飯飽”之後，趙丹才說出自己的想法。而趙青就問了一句“漂亮嗎”，趙丹誠實地回答“長得像你”。“聽到這話，趙青放心了，自己是好看的，那么新媽媽也是好看的。哪知，趙青見到的黃宗英，發現她跟自己一點兒也不象，但還是很清秀。趙丹深知當演員的苦，他不希望女兒步自己的後塵，而是希望趙青將來成為鋼琴家。於是，鋼琴搬回家，趙青成為琴凳上的孩子。

一天，趙丹帶着趙青來到上海蘭心大劇院，觀看芭蕾舞劇《天鵝湖》。幕布徐徐打開，美妙的音樂如同天籟之聲，趙青一下子就迷醉了，什麼鋼琴不學了，我要學舞蹈！趙丹絕對大力支持，爸爸媽媽跟你一起學！為了女兒的舞蹈夢，黃宗英連夜為趙青做了一件紅色的舞衣，又為自己做了一件綠色的。看着繼母熬紅的雙眼，趙青打心眼里感激自己的宗英媽媽。當時在上海學芭蕾舞，老師大多為白俄，需要支付昂貴的學費，且為美元結算。但宗英媽媽二話不說，對趙青就是支持二字。感情不是說的有多好，而是做的有多少。訓練班，老爸趙丹在前，宗英媽媽殿後，趙青穿着紅舞衣在中間，三個人隨着老師翩翩起舞，那是趙青永遠忘不了的畫面。當然，三人中只有趙青一人，長久地堅持下來。

04

1951年，趙青考入中央戲劇學院舞蹈團，正式開啓自己的舞蹈生涯。隨後的一年，中央歌舞團成立，趙青成為團里的頂梁柱。1954年，趙青又來到戴愛蓮擔任校長的北京舞蹈學校學習，這里有非凡的蘇聯專家。當莫斯科芭蕾舞團來北京公演《天鵝湖》時，提出要在北京舞校選拔一位跳西班牙舞的女演員，幾經篩選，趙青被選中。在排練過程中，蘇聯專家依肖拉斯，是趙青的指導老師。趙青一個貓跳，蹲下去，腳腫了，如同饅頭一樣大。趙青想，我應該休息了。但依肖拉斯就是要求趙青再來一次，再來一次。最後排練結束後趙青連樓都上不去。為這場西班牙舞，趙青付出實在太多了。周公也就是看了這場舞，才知道趙青。他來到北京舞校，見到了趙青，“你就是趙青，就是趙丹的女兒啊！你這西班牙舞跳得真好，為國爭光了！”

(下轉 P15)



十二月下半月詩詞數首

海老 KK

除癘疫于赤淨
驅邪惡至途殫
緩戰亂使龕靖
斬兇魁酬民怨
鐘惡政尊民意
還天下共寧寬

注：

平安夜~基督教紀念耶穌誕生的節日。耶穌降生的事迹記載在新約聖經的馬太福音和路加福音中。馬太福音和路加福音都記載耶穌是瑪利亞所生的兒子,當時瑪利亞已經與大衛家族的約瑟訂婚,卻奇迹般地由聖靈的能力懷孕,約瑟並非耶穌真正的父親。天使向一群牧羊人宣告耶穌的降生,至少40天之後來自東方的三個占星術士也由於一個特別亮星引導前來祝賀。

在基督教的聖誕節慶典中,中心內容就是回憶、再現耶穌降生的場景。在羅馬天主教和其他一些基督教團體中,聖誕節主要的宗教慶典就是教堂儀式午夜彌撒或聖誕節早晨的禮拜儀式,聖誕節確定在12月25日。12月24日晚被稱為“平安夜”。途殫~窮途末路。龕靖~龕 kan,同“勘”;靖,平靜。

2022年12月24日(平安夜)于維羅納自寓



《七言·最寒冷聖誕》

據天氣預報,此極地寒流為四十年來最烈。

四十寒冬此最寒
凜冽嚴冰渡聖誕
無端兵劫市為墟
狂勃獨夫腦已殘
三載災疫倉囤空
一朝窮盡冤殍殞
天道有序遁常道
莫叫愚氓妄勝天

注：

兵劫~俄侵烏之戰爭。

2022年12月25日于維羅納自寓

《折桂令·憑窗》

聖誕假期長,嚴寒,窗外靜寂。

崔嵬巍巍雪崖,青松翠柏,默默棲鴉。
郁幽結憑窗,望眼靜寂,風輕無嘩。

三兩根霜鬢稀發,八十年春夢秋華。
今又一剎,陰陽參差,心潮如麻。

2022年12月26日于維羅納自寓



匹茲堡華人老朽
海老 KK

《江城子·聖誕崇拜》

《聖經 馬太福音 第二章》:當希律王的時候,耶穌生在猶太的伯利恆,有幾個東方博士來到耶路撒冷說:“那生下來作猶太人之王的在哪里?我們在東方看見祂的星,特來拜祂。”

二千二前一嬰誕,風雪冽,馬槽暖。
裔承天庭,光降人間。
巨輝照耀曉八字,牧者驚,博士憾。

與神同容性至善,行神迹,傳吉言。
犧牲自己,拯救人寰。
衆徒此日聚凝念,齊聲贊,頌仙梵。

注：

祂~即“他”。基督教《聖經》中文譯本,多用此“祂”以示尊重。
仙梵~教徒唱讚美詩頌揚神恩。

2022年12月21日于維羅納自寓

《五言·冬至》

此夜夜至長,明日日漸贏。
凌霜移無暇,失衡又持衡。
天道無必然,必然生憤爭。
人定不勝天,不持為俊英。

注：

至長~冬至日是北半球夜晚最長的一天。
漸贏~冬至日開始,白天將逐漸增長。
凌霜~古人利用日光照射柱子的影子測定時間的工具。
天道~《老子·第一章》:“道可道非常道。”這裡指自然界變化的規律。
憤爭~激憤相爭。
不持~《老子·第二章》:“生而不有,為而不持,功成而弗居。夫唯弗居,是以不去。”(創造萬物而不據為己有,向他人施與而不謀求回報,事成而不居功。)
俊英~才能出眾,真正優秀的人。

2022年12月22日于維羅納自寓

《浣溪沙·暴風雪後鐘雪》

昨夜極地寒流南下,驟然降溫,達20余度(C)。暴風夾細雪橫掃天涯。晨起掃門前雪。

玉屑冰晶掃塵沙,疾風寒雪撲面頰。
滿山白樹勝梅花。

揮弄神鏘清路積,來回鼓車撒鹽巴。
莫叫行人捧八叉。

注：

鼓車~指揮作戰用的鼓車。所謂“擊鼓進軍,鳴金(鑼)收兵”。《後漢書·循吏傳序》載,漢光武帝劉秀,治民以輕法,修身以儉樸,“建武十三年,異國有獻名馬者,日行千里,又進寶劍,賈兼百金,詔以馬駕鼓車,劍賜騎士。”“駕鼓車”本用以稱頌光武帝不務玩好、崇尚節儉的美德。後用作大材小用之典。此指用來撒鹽的半自動小推車。
撒鹽~匹茲堡冬天寒多冰雪。在冰雪上撒鹽,促冰雪盡速融化,以防溜滑。

2022年12月23日于維羅納(HULA BAR)

《六言·平安夜的祈禱》

仰上天誠祈禱
願普世得平安

無怨載我坐爾中。

2022年12月17日于維羅納自寓

《七言·凌晨起雪》

匹茲堡入冬來第二場雪。

夜冥山影接大荒,滿天愁雲正蒼茫。
寒風亂颭傾柯木,凌雪斜侵庭戶墻。
瓊林重披千里素,江水曲流九迴腸。
遙來西洲久客地,又自俗句思邦鄉。

注：

颭~顫抖。
邦鄉~故國、家鄉。
俗句~平庸熟濫的詩句(自謙)。

2022年12月18日于維羅納自寓

《相思兒令·此去幾時還?》

近日衆友多詢,幾時可回?

此來幾時還?相問祇無言。
鴻雁南去北歸,屈指有三年。

盈虛孤媚娟,淚潛潛,淒淒容顏。
只教傾杯莫停閑,醉夢尋三山。

注：

三山~傳說中的海上三神山。晉王嘉《拾遺記·高辛》:“三壺,則海中三山也。一曰方壺,則方丈也;二曰蓬壺,則蓬萊也;三曰瀛壺,則瀛洲也。”

2022年12月19日于維羅納自寓

《五言·夜半》

改書稿至夜半。

舊壁孤燈暗,紅爐炭火燠。
無月窗外白,殘雪映寒心。

2022年12月20日

十二月二十日崇拜詩詞各一首

匹茲堡城北“果園山教堂”,信徒頗衆,聖誕聚會超萬人。故教堂在聖誕日前後分十數日舉辦崇拜聚會紀念耶穌誕生。我同女兒家預約于十二月二十日參加崇拜。



會末,一點亮蠟燭儀式頗激動人心。每人執一支蠟燭,聖堂燈燴全黑,牧師以一蠟燭點亮另一人蠟燭,一變二、二變四、四變八、八變十六,如此以級數發展...。全堂樓下樓上瞬間蠟燭全點亮,速度之快出乎意料!其中寓意,不言自明!

《五言·燭光》

一支燭光燃,衆燃只瞬間。
莫只為己善,相傳才是緣。

《七言·眼底檢查》

多年醫囑檢查眼底,覺尚無不適,未曾應約。今由保險公司安排作一眼底及視力檢查,所幸一切均好,十幾年前所配眼鏡依然適用。晶體無雲翳內障,囑一年後再約。感謝上帝。

幾回醫囑測目焦,都因尚可視迢遙。
忻幸清晶無雲翳,一載為期再赴邀。

注：

目焦~眼球焦距。
雲翳~眼鏡水晶頭渾濁或白內障。

2022年12月13日于維羅納自寓

《憶王孫·江行》

蕭殺西風掃蘆洲
夕陽斜照獨倚樓
惆悵歲月何時休
莫煩憂
琴書忘機學鷺鷥。

注：

琴書~陶淵明《歸去來兮辭》:“樂琴書以消憂。”
忘機~忘世俗機巧之心,淡泊名利,與世無爭。
《莊子·天地》記載,子貢游楚返晉過漢陰,見一老者一次次抱瓮澆菜,建議用機械汲水。老者忿然作色曰:“有機械者必有機事,有機事者必有機心。”後以“忘機瓮”喻沒有機心。
鷺鷥~比喻隱退。

2022年12月14日于維羅納阿拉根尼河畔



《憶王孫·冬雨》

冬暄竟日夜雨稠,
水自天外匯西流。
三聲孤鴻不忍聽,
黯凝眸,
獨擁寒衾暝淑瀉。

注：

冬暄~冬日陽光溫和。
淑瀉~寂寥。《管子·水地》:“耳之所聽,非特雷鼓之聞也,察于淑瀉。”尹知章注:“淑瀉,與寂寥同。”

2022年12月15日于維羅納自寓

《訴衷情·無題》

傷心莫望斜陽急,堆墨築雲台。
寒鴉啼處草黃,西風簫鼓哀。

氣長嘯,淚空垂,鬢已皤。
明月何時,相照故地,復歸來?

2022年12月16日于維羅納自寓

《七言·棄座駕》

座駕日久,修舊如舊。年檢不過,只好廢棄,如人生也。

殘老豈能充上駕,
心疼也祇棄廢棄。
輾過多少不平路,



(上接 P14)“1957年,新中國第一部大型舞劇《寶蓮燈》上演,趙青擔任女主角三聖母。要知道,為了女兒能勝任這個角色,趙丹充分演繹了什麼叫“功夫在詩外”。趙丹啓動他的人脈,令趙青拜師京劇名家“小翠花”。拜師儀

式,由夏衍主持。出席的嘉賓有梅蘭芳夫婦、裘盛戎、白楊、吳祖光等人。乾媽新鳳霞,一直在現場張羅。師傅領進門,修行在個人,趙青在《寶蓮燈》中的精彩演出,令她成爲中國民族舞劇表演“第一人”。當然,也令我初中的地理老師念念不忘。

05

1959年,趙青結婚了,她在舞校的同學兼舞伴劉德昌,成了那個“幸運的傢伙兒”。結婚後,趙青就分別給親媽親爸發了電報。葉露茜郵來了禮金,趙丹的錢也到了。但弟弟趙予的電話哭着打來,“姐姐,你怎么結婚了?”令趙青感到大事不妙。原來,老爸趙丹當年就對年幼的趙青提出要求,一輩子不要結婚。口說無憑,他硬要趙青寫下小紙條“我一輩子不結婚”,並交與弟弟趙冲保管。當看到電報上女兒結婚的消息時,趙丹在家大發雷霆,看什么都不滿意,滿腔的怒火隨時都像火山一樣,四處噴射。直到周公出面,親自宴請從國外演出歸來的趙青及其舞團成員,趙丹出席。周公對着趙丹說:“你阿丹21歲就結婚了,爲何趙青就不能結婚?”

這時的趙丹,才與趙青握手言和。還有消息稱,趙丹不是不同意女兒結婚,而是不滿意姑爺的人選。趙丹看中了康泰,就是電影《青春之歌》中飾演盧嘉川的演員,也是一位大家。康泰與趙丹在電影《李時珍》中合作,他飾演李時珍的學生龐惠。康泰曾對趙丹說:“戲里,你是我的老師,生活里,你也是我的老師。”但姻緣一事,由月下老人的紅繩決定,身爲老爸的趙丹,也無計可施。在趙丹身患重

病時,是姑爺劉德康與兒子趙予貼身陪護。路遙知馬力,日久見人心,趙丹對着女兒趙青傾吐心聲:“阿囡,你找了個好丈夫,我有個好姑爺兒!”

06

文革中,在中央歌劇院工作的趙青不允許再上舞臺,甚至練功都不被允許。本來與丈夫說好一輩子丁克的趙青,對事業已是心灰意冷,蒼茫的日子望不到頭,那就生個孩子點亮生命之燈。於是,趙青成爲兩個男娃的媽媽。1971年,周公接見中央歌劇院的工宣隊成員,問起“趙青還能跳嗎?”並叮囑“在政治上,你們要關心趙青”。當同事將周公的話轉告給趙青時,趙青意識到:我這一身本事都是國家給的,我一定要堅持跳下去。於是,下到農場的趙青開始復功,一年三百六十五天,她天天早上五點開始練功,夏練三伏,冬練三九,沒有一天是苟且而過,人們都叫她“趙瘋子”。

文革結束後,趙青迎來了她藝術的第二春,出演了《小刀會》、《霸王別姬》、《駱駝祥子》等一系列不同風格、不同情調的舞蹈作品。本來趙青也想活到老,跳到老,像舞蹈家陳愛蓮一樣跳到八十歲。趙青認爲自己已被十年文革耽誤了,一旦登上舞臺後,她又想超越自己,想想騰空怎么飛,並很勇敢地做這件事。結果54歲那年,趙青的左腿因過度勞累而不得不動了手術,從此她就不能再跳了。告別

舞臺後,趙青又拿起了畫筆,用另一種形式表達對藝術的追求,就如同老爸趙丹一樣,不能在銀幕上傳遞自己的情感,就用色彩表達自己對生活的熱愛吧。

趙青對自己的學生輩坦言:做人再苦再難都要把心態擺正,苦難是人生的常態,只有經得起重重苦難磨礪出來的人生,才是意義非凡的人生!2022年12月24日,是西方的平安夜,趙青走了,享年87歲。回望這一生,有團聚,也有離別,有歡笑,也有淚水,有精彩,也有遺憾,但總歸而言,她是一個幸運兒……





哥倫比亞地下鹽礦大教堂 獨一無二 神秘壯觀

2022-12-19 泉深

【美南新聞泉深】哥倫比亞首都波哥大，是一個平凡而又偉大的大都市，周圍有無數的景點供遊客觀賞。我們驅車一小時遠離大都市，到達一個小鎮錫帕基拉(Zipaquirá)，參觀聞名世界的地下鹽礦大教堂(Salt Cathedral)，這是一座地下天主教教堂，一座讓人為之震撼而驚訝的神聖之地。

鹽礦大教堂的門口有一座早期鹽礦開拓者的雕像，該男子肌肉發達，威武雄壯，雙手握著鐵鍬用力挖掘岩石，開採鹽礦，是鹽礦大教堂標誌性建築物，也是遊客來訪的留影之地。

進入這個鹽礦大教堂與其它教堂不一樣，需要購買門票。基本入場門票 6 萬哥倫比亞元，約 15 美元，在哥倫比亞算比較貴的門票了，因哥倫比亞的物價相當便宜，在高級的餐廳吃一餐高級德州牛排或紐約牛排，也只要 20 多美元，但在美國需要 60 美元。

我們進門前，在門口領取中文講解器，工作人員告訴我們，門票已經包含租

講解器的費用，要留下身份證掃描存檔，出來後歸還，不收任何費用。工作人員說輸入每個站點的編號，講解器對每個站點進行詳細的中文講解。

地下鹽礦教堂的建立，是因為這裡本來是一座鹽礦，當地人把鹽礦挖光後，便為了向他們的神靈羅莎女王祈禱，而別出心裁的建造了這個大教堂。

這座巧奪天工的地下大教堂建于 1952 年至 1954 年間，入口處設在原鹽山採鹽坑道口的山洞內，洞口周圍長滿高大的桉樹林，一片鬱鬱蔥蔥。

從入口到地下教堂，需經過 500 米左右的寬大坑



道。從長長的坑道往下行走，是一個完全不一樣的小教堂，小教堂的精緻讓每個遊客都感慨不已。順著山洞和岩壁的走向造的立體的走向造的小教堂，後面都是深不可測的山洞深處。因為礦洞一側平坦一側是洞，所以兩邊都有完全不一樣的小教堂的景色。小教堂里，有聲控，

固定。教堂正中有一祭台，是由一塊 18 噸重的鹽岩建成，上有金色十字架。台下教堂的正廳中擺著一排排座椅，以供祈禱者使用。教堂兩側還有許多側廳，廳內陳列著各種聖像雕塑，有神女、神牛等等。教堂內，特別是祭台上，懸掛了各種各樣的彩色電燈泡，祭台、甬道和一幅幅聖像，在五彩繽紛的燈光照耀下閃閃發光，而大教堂那空闊的穹頂和四周猙獰的岩壁卻仍然留在一片幽暗之中。這明暗對比，使整個教堂顯得格外深邃，無限神秘，使人不由得肅然起敬。

除了參觀地下鹽礦教堂外，這裡的工藝紀念品同樣不容錯過，非常的精緻小巧，讓人喜歡。

從鹽礦出來後，雖換了新鮮空氣，但仍然對洞內的精彩回味了很久，人類的智慧和創作能力實在驚奇！

這座地下鹽礦大教堂已成為哥倫比亞重要的旅遊熱點區之一，每天遊客排著長隊進入地下鹽礦大教堂。

泉深微信號:VictoryVictoryZhu

但當整個小教堂都安靜下來的時候，燈光褪去，唯有十字架閃爍著色彩。

大教堂位於 137 米深的地下，高約 23 米，長 90 米，寬 70 米，可容納 8000 人，完全用黑色鹽岩建造，整個教堂由 15 根巨大的正方形柱子支撐，柱子上部用大鋼索



The Zipaquirá Cathedral, a mine of light and salt

This block is broken or missing. You may be missing content or you might need to enable the original module.

First there was the light of day, then darkness. Little by little, a multicolored phosphorescent light appeared and illuminated the walls of the Zipaquirá's Salt Cathedral, a monumental architectural masterpiece built by the miners' own hands and which became a beautiful temple.

Before entering the cathedral, the first thing you see is the plaza of flags where you will find the sculpture of the Virgen de Guasá (meaning salt and water). She is the miners' patron saint and has a miner at her feet. In the Ceremonial Plaza you will see the Cardinal Cross, the mining monument, the bell tower and the fountains.

The mine's lighting dazzles tourists.

This wonderful salt mine is in the town of Zipaquirá, capital of the department of Cundinamarca, only 48 kilometers from Bogotá. It is buried deep in the hill of Zipa (the name of the most important indigenous chief), at 2,652 meters above sea level with an average temperature of 14C.

First Wonder of Colombia

This underground attraction has received more than 13 million visitors from all around the world. Ten thousand foreign tourists and 40 thousand Colombian tourists go there every month. Its structure, a mix of precise engineering and interesting history, led it to be declared the First Wonder of

Colombia on February 4, 2007.

In 1995, the new site of the Salt Cathedral was inaugurated, as the first mine was unstable. This new construction is 180 meters underground. To build it, 250 thousand tons of rock salt had to be extracted. This mine is the largest deposit of rock salt in the world.

When entering the Cathedral you can smell the minerals and the darkness takes hold of everything. Shortly after, a set of lights uncovers the carved rock and the tunnels that house the Stations of the Cross. At the end are three naves representing Jesus' birth and baptism, his life and death and, finally, his resurrection. Each one has an altar.

Every nave has beautiful sculptures carved by miners and sculptors. Among them is La Piedad which sharply stands out. Her face has strong indigenous features, in honor of the Muisca who were the first to take advantage of and use salt. There is also the Guardian Angel carved in 1950 by Italian sculptor Ludovico Consorte and an enormous cross in the entry hall.

The salt mine was declared Colombia's First Wonder in 2007.

Another one of the main attractions is the mirrors of water, previously full of brine water (where the salt was saturated). The surroundings are illuminated by the reflection of the light on the water creating a fascinating optical effect of swimming in an underground cavern. The mine has bilingual guides

for foreign tourists.

History of Zipaquirá's Salt Mine

The use of this mine has a history going back to pre-Columbian times and continuing in colonial and republican eras to the present day. The ancient Muisca indigenous people were the first to benefit who from this enormous salt deposit, which turned them into one of the most prosperous pre-Hispanic societies of their time.

This salt deposit in the middle of the eastern Andean mountain range was formed 70 million years ago when an inland sea covered the region. As the Eastern Mountains were forming, the sea dried out and left an enormous deposit of salt buried below the earth and mud. It solidified until it became rocks of salt.

The salt deposits were exploited by the Muisca indigenous people prior to colonial times.

The Spanish declared the site the "City of Whites" by vice regal decree. Later, the salt was used to finance the campaigns of the liberators Naríño and Bolívar who brought independence to Colombia, Ecuador, Peru and Venezuela 200 years ago. Decades later, writer and Nobel Prize winner Gabriel García Márquez started his life as a writer when he lived in Zipaquirá.

The city preserves many of the buildings from colonial times and the main plaza (the great plaza or plaza of the people) is protected by the Town Hall. The architecture is notable for its balconies,

decorative colonial windows and thick walls. The exclusive El Libertador Inn was built in 1948 in a neo-colonial style with Moorish influences.

Attractions and features inside the mine

The tour inside the Zipaquirá Salt Cathedral lasts 60 minutes. Weddings are also held in the cathedral.

The miner's route is a guided tour during which tourists can experience life as a miner, with staff and security teams. It lasts 30 minutes.

The Brine Museum, in the old structures where salt was processed. Tour lasts 20 minutes.

3-D video taking a trip through the different geological stages to show tourists how salt developed. 15 minutes. "Guasa, treasure of a people". Food hall with capacity for 300 people.

Auditorium and convention center with capacity for between 260 to 800 people. Perfect for seminars, launches, events, corporate meetings, etc.

The Coffee Chamber has ambient music and serves delicious Colombian coffee.

Rock climbing wall: the highest in Colombia.

Opening hours and rates

Opening hours:

Monday to Friday from 9:00 am to 4:30 pm, Saturdays and Sundays from 9:00 am to 5:00 pm. Sunday Mass at 1:00 pm.

Website:www.catedraldesal.gov.co/

It is forbidden to take in pets or food, or to smoke or consume alcohol inside.



美中“乒乓外交”51周年紀念活動洛杉磯舉行



LAPost 洛杉磯 (2022年12月20日訊) - 由美國乒乓球協會、中國駐洛杉磯總領事館和美國南加州華人華僑聯合總會聯合主辦的紀念中美“乒乓外交”51周年晚宴20日在加利福尼亞州洛杉磯工業市舉行。中國駐洛杉磯總領事張平、新當選的美國奧委會主席 Gene Sykes、國際乒聯主席佩特拉·索林(Petra S'rling)先後在晚宴致辭。美中關係全國委員會副會長白莉娟發表視頻致辭。

美國南加州華人華僑聯合總會會長蔡成華、當年曾親身參與“乒乓外交”的美國運動員戴爾·斯威里斯和康妮·斯威里斯夫婦(Dell Sweeris and Connie Sweeris)、美國乒協主席理查德·查爾(Richard Char)、美國乒協首席執行官沈偉妮、剛剛結束在南加州參與美國乒乓球公開賽的美國國家乒乓球隊隊員與當地各界人

士近六百人出席晚宴。

離任前最後一次參與公開活動的中國駐洛杉磯總領事張平在致辭中表示,對於中美關係而言,乒乓球不僅是一項體育運動,更是友誼的象徵和外交智慧的縮影。51年來,“乒乓外交”精神代代傳承,為推動中美兩國關係發展和兩國人民交往注入源源動力,令兩國人民和世界都從中受益。

美國奧委會委員、美國乒協首席執行官沈偉妮在致辭時表示,“這是在今年在美國舉行的第七場“乒乓外交”活動之一。我們都從我們的傳奇人物、政治家、奧運選手的故事中得到啟發。我們也為分享他們的故事、以及這一歷史性事件如何影響他們的生活和觀念的普通人而感動。

“今晚,在我們慶祝“乒乓外交”51周年之際,我們想起了友誼和體育精神的持久價值。儘管我們來自不同的文化,可能擁護不同的哲學,但我們的相似之處仍然遠遠超過我們的差異,外交總是讓我們有機會找到共同點。雖然在座的不是每個人都是外交官,但我們仍然可以為增強我們的集體團結感做出很大貢獻,並在日常生活中做一名外交官,結識任何人,無論他們身在何處。我很自豪我們的運動可以成為將人們聚集在一起的平台,激發我們之間的社區,並為我們所有人提供歸屬感和希望。”

美國奧委會主席 Gene Sykes 在致辭中說,

幾天剛剛在瑞士見到中國奧委會主席,他指出,美中兩國的友誼始於體育,體育開啓了兩國人民的交流、分享與合作。

國際乒乓球聯合會主席佩特拉·索林也在致辭中強調了“乒乓外交”為促進人類和平與友誼帶來的啟迪。她表示,向參與“乒乓外交”的運動員們表示致敬。乒乓球運動成為促進對話與增進友誼的載體。

紀念活動的主辦方、參與支持剛剛結束的美國乒乓球公開賽的南加州華人華僑聯合總會會長蔡成華在致答謝詞時表示,將致力推動乒乓球在美國的普及和發展,增進兩國人民之間的互動,構建兩國人民之間更為廣泛的友誼。

張平總領事向戴爾·斯威里斯夫婦頒發“乒乓外交貢獻獎”

加州眾議員方樹強到場致辭並頒發加州眾議院賀狀

前加州眾議員伍國慶代表正在首都華盛頓的國會眾議員趙美心到場致辭並頒發國會賀狀

中美“乒乓外交”親歷者美國運動員戴爾·斯威里斯夫婦回顧了當年訪問中國時收到周



恩來總理接見時的場景和對話。

活動開始前播放了1971年美國乒乓球代表團訪華、1972年中國乒乓球代表團訪美的紀錄片,重溫這段歷史佳話。紀念和回顧51年前中美“乒乓外交”的難忘歷程,重溫“小球轉動大球”的歷史佳話的同時,如何以民間外交有效推動目前的中美關係發展,也是在美華以及華人社團的一項新課題。與會嘉賓認為,促進中美友好交流需要一批瞭解文化差異、熟練掌握不同話語體系的新朋友,讓人文交流和民間往來繼續為中美關係發展增添更多正能量。(By Richard Ren)

關於新冠病毒的十大解答!免疫力在為我們的身體拼命,一旦得了新冠後我們如何康復?

1. 新冠病毒沒有特效藥。新冠是病毒,不是細菌。細菌有完整的結構—細胞壁、細胞質、細胞核,有自己的房族與旺。一個大腸桿菌,10個小時能複製出十個自己來。

2. 新冠病毒只有一個蛋白質的外殼和代表它是誰的遺傳物質,是一種介乎於生命與非生命之間的物質,四處遊蕩找宿主來寄生。

3. 人體細胞稍不留神就被新冠病毒附體,立刻就變成了病毒細胞。新冠病毒利用人體的細胞膜來打掩護,抗生素殺不死人體細胞,面對新冠病毒乾著急沒辦法。

4. 這個時候大量被新病毒入侵的人體細胞向人體免疫細胞高喊—我被感染了,向我開炮。人體開始自救,首先和新冠病毒戰鬥的是白細胞,大量白細胞和病毒細胞同歸於盡,會變成痰和鼻涕,被排出體外。

5. 病毒在37度以下的體溫最適合複製。為了減緩病毒的複製速度,人體無奈下令提高體溫,儘管高燒也會殺死常細胞,但此刻已別無選擇。吃退燒藥有利於緩解症狀,但這也無異於幫新冠病毒的忙。

6. 為了集中優勢兵力對付新冠病毒,大腦下令減少消耗能量最大的肌肉的能量分配,這個時候就會感覺到肌肉酸痛,渾身沒勁兒。

7. 戰鬥進一步升級。體內的重武器—T細胞和B細胞登場了。T細胞大量分裂制,集結在淋巴結里,淋巴結會腫脹,T細胞通過血液循環,殺到病毒最密集的主戰場—嗓子。喉嚨的血管因為要輸送大量的兵員,必須得強行加寬,於是喉嚨會變得腫脹。因為壓迫了神經末梢,喉嚨就會劇痛無比,甚至有刀片過喉的感覺。

8. 戰鬥進入白熱化。人體終級重武器免疫B細胞登場。它就像戰鬥機群,以排山倒海之勢向病毒發送導彈,屍橫遍野,血肉橫飛,細胞屍體就會通過劇烈的咳嗽噴射到體外。

9. 這場史詩級的戰爭會持續5-7天,有的人時間會短一些。對付病毒不需要藥物,主要靠自身強大的免疫力。經過了這場戰爭之後,身體里的免疫細胞T細胞、B細胞都會記住新冠病毒的鬼樣子。它們膽敢再次入侵,身體就會迅速培養出一群紀律超群的T細胞和B細胞,迅速主外病母。這就是我們的免疫力。

10. 新冠病毒並不想殺死宿主細胞。而是想和宿主細胞和平相處。但因為初來到,下手沒輕沒重,容易把宿主細胞給殺死,結果自己也死了。現在新冠病毒正在向感冒病毒學習,怎樣才能和人類好好相處,共存共榮。於是,和平的曙光來到。友好的新冠病毒將與人類永久共存,而不是有你沒我,有我就不能有你。



天生不會感染新冠的人

俄州亚太联盟



英文原文:
<https://www.nytimes.com/2022/12/14/briefing/never-covid.html>
Who Are the ‘Never-Covid’ers?

2022年伊始,美國奧密克戎變種病例的激增接近頂峰:1月20日,近16萬名新冠患者住院,是大流行期間住院人數最多的一次。2月2日,新報告死亡人數的七天平均值達到2669人的峰值。

臨近年末,預期中的新冠病例季節性增長已經開始。七天平均每日死亡人數比兩周前增加了65%。

由於流感和呼吸道合胞病毒(RSV)病例也很高,包括紐約市和洛杉磯在內的多個城市和縣都建議人們戴口罩。

但大流行病最令人困惑的謎團之一仍未解開:有些人從未感染過新冠,無論是以前還是這一季。

雖然許多人可能通過預防措施或因為運氣而避免了感染,但科學家認為,真的存在“永不感染者”(never Coviders):他們天生具有免疫力,對他們的遺傳學研究可以為治療提供線索。

喬納森·沃爾夫與紐約時報同事阿普爾瓦·曼達維利談到了科學家們如何努力尋找這樣的人,以及我們能學到什麼。

這是真的嗎?
可能是。我們已知有些人天生對其他病毒具有抵抗力。

我能想到的最突出的例子是艾滋病毒,其中有一種突變使一些人不會感染這種病毒。它實際上已經成為極少數已治愈的HIV患者的治療關鍵。

The year began as the surge in the Omicron variant in the U.S. was nearing its peak: On Jan. 20, nearly 160,000 Covid patients were hospitalized, the most at any point in the pandemic. On Feb. 2, the seven-day average of new reported deaths peaked at 2,669.

As the year comes to a close, an expected seasonal increase in Covid cases has begun. The seven-day average of daily deaths is up 65 percent from two weeks ago.

With cases of the flu and respiratory syncytial virus, or R.S.V., also high, several cities and counties, including New York City and Los Angeles, have advised people to mask up.

But one of the most confounding mysteries of the pandemic remains: Some people have never had Covid, this season or ever.

While many people may have avoided infection through precaution or luck, “never Coviders,” scientists believe, are truly out there: People who are naturally immune and whose genetics could hold clues for treatment.

Jonathan Wolfe spoke with Times colleague Apoorva Mandavilli about how scientists are trying to find them, and what we might learn.

Does this really happen?
It probably is a real thing. There are other viruses for which we know there are people who are naturally resistant.

The most striking example I can think of is H.I.V., where there is a mutation that makes some people resistant to getting infected with the virus. That’s actually been the key to curing the very few people that have been cured of H.I.V.

伊利華報惠登廣告

熱線電話:216-324-2959

極信資本

做人講誠信,貸款選極信

立即撥打:(888)510-1218

極信資本全美50州小額商業貸款(不查收入貸款|住房貸款|過橋貸款|SBA貸款;3分鐘輕鬆申請,生意周轉最快 24小時到賬

網站:www.xpfunding.com 微信號:xfunding

極信資本
Kuper Funding

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。多年來為公司、個人提供完善、精準的稅務申報和其它會計服務,為客戶合理合法省稅。

事務所提供以下服務:

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

一站式的服務,省心又省錢

State Farm Jonathan Yu 辦公室

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

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

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

向更好邁進 現在就打電話給我!

State Farm

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

花生能讓血管更健康 每天吃多少好?

每天一把花生，是升血脂還是降血脂？

花生被稱為“長壽果”，是人們常吃的堅果和下酒菜食材，關於花生的研究有很多，那花生到底是升血脂還是降血脂呢？

2021年，《Stroke》雜誌曾發表了一項研究，研究人員通過對74793名年齡在45-74歲之間的日本成人，進行了15年左右的調查隨訪。

結果發現：平均每天吃4粒左右花生的人，要比不吃花生的人，患缺血性中風、全腦卒中、心血管疾病的風險，分別降低了20%、16%以及13%。

實際上，花生中含有單不飽和脂肪酸、多不飽和脂肪酸等物質，這些物質都有助降低膽固醇，預防心血管疾病。

另外花生還能增加飽腹感，起到益智健腦、延緩衰老等功效。《中國膳食指南》建議，成年人每天花生攝入量應該控制在10克左右，不宜食用過多。而鄭先生之所以吃花生會升高血脂，和過量食用花生有很大的關係。

吃花生能“軟化血管”嗎？

在眾多的堅果中，花生價格便宜又烹飪方法多，深受人們的歡迎，相信不少人都聽過花生能軟化血管、清除血管垃圾等的說法，那吃花生真的能“軟化血管”嗎？

首先血管是不能軟化的。

尤其是由於年齡增長導致的血管動脈粥樣硬化，是使用什麼辦法都不能逆轉的。一般少數人或可實現斑塊的回縮，大多數人能穩住就是萬幸了，對於動脈粥樣硬化，有效的辦法就是做好預防。

而用醋泡花生也不能軟化血管，其實醋泡花生和普通的花生相比，營養是一樣的，只不過味道不同而已，用醋可以消除花生帶來的油膩感，起到增強食慾、開胃的功效而已。

提醒：幾類人常吃花生，或有害

花生雖然營養價值高，性價比高，但有些人並不適合吃花生。

花生的嘌呤、蛋白質、油脂、脂肪含量比較高，吃多了會增加痛風的發作風險。對於蛋白質代謝異常的慢性腎病患者也不利於病情恢復。

因此，高尿酸及痛風患者、慢性腎病患者、肝膽疾病患者，以及肥胖、血脂異常的人群，不適合吃花生。那平常怎麼吃花生才算健康呢？

- 1. 儘量吃水煮花生，少吃油炸花生，2. 莫貪嘴。



男人的眉毛變長說明長壽嗎？



一、眉毛的存在有什麼作用？

人的五官包括了眉毛、眼睛、鼻子、嘴巴和耳朵，其中眼睛可以看世界，鼻子可以聞味道，嘴巴可以吃東西，耳朵可以聽聲音，那眉毛作為五官之首，又有什麼作用呢？

其實，眉毛對人體來說，大有作用呢。

作用1、遮擋汗水

眉毛最主要的作用就是遮擋汗水。出汗是人類的正常生理現象，天氣炎熱、運動、

吃辣等因素都會導致出汗。當汗水流下來的時候，位於眼睛上方的眉毛就會擋住汗水，並將汗水分流到鼻子和臉頰上，從而保護眼睛不受到刺激和傷害。除了防汗之外，眉毛還可防頭皮屑和風沙。

作用2、表達表情

眉毛的各種形態，例如上挑、下垂、舒展、緊湊等，都能實時地反映一個人的情緒，是很多微表情的關鍵。

可以說，除了眼神外，眉毛是最能暴露一個人真實想法的器官。

美國的FBI人員在跟人接觸時，就總會盯着對方的眼睛和眉毛變化，從而觀察着對方的內心世界。

作用3、影響顏值

眉毛對一個人顏值的影響，可謂是整容級別的。如果眉毛好看了，那麼整體五官看上去也會更精緻。這也是為什麼從古至今，不同文化背景下的女性都會在化妝時對眉毛進

行勾勒描畫的原因。

二、中老年男人的眉毛變長，意味着什麼？

首先，眉毛長短真的能看出壽命長短嗎？沒有科學依據說明瞭長壽和長眉毛之間的因果關係。一個人的眉毛長短，主要跟年齡和激素這兩個因素有關。

年齡

眉毛的生長周期是比較短的，每隔3-4個月就會更新一次。年輕人由於新陳代謝快，眉毛會不斷地更新，所以長不了太長，每根眉毛最多約長到0.4-1厘米的長度。

而老年人由於新陳代謝變慢了，眉毛就會漸漸停止更新了，所以就變長了。也就是說，眉毛變長其實是身體機能調節機制開始出現功能衰退的表現。

激素

另外，眉毛還會受到體內激素的影響。特別是對男性來說，如果體內雄性激素水平過高，辜酮指數偏高，那麼毛髮的生長速度就會變得更快。而且隨着年齡的增長，毛囊也會變得更為敏感，於是更難抵擋住辜酮的刺激，從而讓毛髮的生長期變得更長，所以眉毛長得更為旺盛。

後疫情時代一定要養成的7種生活習慣(上)

余秋雨在《借我一生》中寫道：人生的路，要靠自己一步一步去走，真正能保護你的，是你自己人生的選擇。

疫情三年，看着眼前瞬息萬變的世界，越來越理解這句話的意義。過去這幾年，漸漸明白：在無法預料的日子裡，平安健康就是最大的幸福。一路走過來，慢慢懂得：安頓好自己的身心，打理好自己的生活，比什麼都重要。

從現在開始，當好自己健康的第一責任人，才是對人生真正的負責。

後疫情時代，這7種生活習慣，請逼自己養成。

1. 有規律：營養均衡，早睡早起

古語有言：飲食有節，起居有常。吃好每一頓飯，睡好每一個覺，看似簡單，實則是人生一大修行。一個人的生活如果沒有規律，打亂了正常節奏，身體也會隨之出現各種問題，時常覺得疲憊不堪。經常熬夜、晨昏顛倒、暴飲暴食、吸煙酗酒等自我放縱的習慣，或許能讓人感受到一時的快樂，但給自身造成的傷害卻是持久的。

人生下半場，別再抱有僥倖心理，別再繼續透支生命。

《睡眠革命》中說的很對：一個真正厲害的人，會主動控制自己生活的節奏，提高自己的睡商，如此才能永遠以積極的狀態應對工作和生活。

日常生活中，記得做好這3件小事：

- 1. 每天按時吃飯，葷素合理搭配，保證蔬菜和水果攝入的同時，也要注重粗糧和細糧的分配，儘量保證多種營養物質的攝入。

2. 早睡早起，作息規律，睡前早早放下手機，儘量在十一點前入睡，保證7-8小時以上的睡眠時間。

3. 戒煙限酒，提陞自控力，不要隨性而為。後疫情時代，一個規律的生活節奏，一個安然無恙的身體，是獲得幸福的前提。

2. 多運動：保養好身體，增強免疫力

疫情三年來，給人人都敲響了一個警鐘：

3. 不久坐：長期久坐，會造成身體各個部位的負擔，可以設定鬧鐘提醒自己，經常站起來活動活動筋骨。

周嶺曾說：時常運動的人，體內生態系統猶如一汪清泉；而久坐不動的人，體內生態系統則更像是一潭死水。

請相信：堅持鍛煉，是富養身體最好的方式。

3. 穩心態：不慌不亂，靜能生慧

有句話說的好：心態始終保持平衡，情緒始終保持穩定，此亦長壽之道。面對疫情的各種變化，有人瞬間慌神，有人從容應對，有人抱怨連連，有人積極生活。

究其根本，其實正是：不同的心態，造就不同的結果。不管遇到什麼坎坷，你越慌亂，就越容易出錯，你越冷靜，才越容易找到出路。人這輩子，只有擺正心態，穩住自己，扛得住事，才能讓生活保持井然有序，終能等到“關關難過關關過”的美好結局。

心態好的人，往往都練就了這3個能力：

1. 遇事冷處理：靜能生慧，慧能生智。凡事先冷靜下來，做出正確的判斷，尋找解決的辦法。

2. 不精神內耗：不必為沒有發生的事情憂慮，更無需為無法改變的過去後悔，學會清空心里的垃圾，輕裝上陣。

3. 永遠保持樂觀：既然無處可逃，不如喜悅；既然沒有如願，不如釋然。

你既能經得住多大的風浪，就能成就多麼美好的人生。作者：枳為橙 來源：讀書未完待續

睡眠始終是一件頭等大事。但生活在現代社會，能否睡好卻逐漸超出了個人的掌控範圍，我們為工作和學業煩憂，為不可預測的環境焦慮，睡個好覺變得越來越難。每夜躺在床上，渴求得到美夢和治愈。梁文道將為大家帶來一篇“入睡旅途指南”，從世界各地的寢室與床品出發，最終，祝你睡個好覺。

一份來自梁文道的“入睡指南”(上)

里面無論是室也好，還是房也好，都是給人休息的地方。房跟室稍微有點不一樣。

雖然都是起居的場所，但在古代，家里面老人、長者住的地方叫室，身份低一點的住的地方叫房。封建社會男性娶妻妾，妻叫正室，妾叫偏房，大概都是這樣的意思，它是一個空間概念。

02. 什麼時候開始有臥室的？

這一點中國跟很多國家的軌迹不太一樣。比如我們看日本傳統的家居和室，它所有的牆都是可以移動的，把每間房都打通，它便是一個比較大的廳堂，都圍起來，又成為每一個相對獨立的房間。整個房間就是一個展開的平面，里面的傢具通常是很輕便、能夠移動的。房子是充滿彈性的，所以日本人比較偏好輕盈的傢具，也是因為要方便隨時佈置。西方也是如此。當然今天能夠留下來的多半是我們能夠看到遺址的，也都是有一些錢人家的宅邸。哪怕是古代羅馬的貴族住的房子，也能看到它



的佈局特點，它幾乎沒有房間，通常都是一個比較大的廳堂，最多加上旁邊的幾個小偏廳，但沒有一個明顯的臥室。你可能會問他們的臥室在哪？答案是他們沒有臥室，睡在大廳、偏廳都可以。但這不是沒有隱私嗎？是有，但那時候他們好像不太關心這個問題。今天我們對待家居空間的概念受到了不少來自西方的影響，但其實在西方，臥室出現得很晚。

在中世紀的年代，歐洲大部分人都睡大廳的，如果是一般人家，臥室、書房、工作間、廚房，反正都是同一個打通的空間。他們要睡，就在地上鋪一些乾草或布，用一些東西把它們包起來，像個最原始、最粗糙的床墊，直接睡上去。醒了之後再把它們搬起來，挪開或者扔在原地。非常有錢的人才有所謂的睡床。歐洲人開始意識到睡覺要有個專門的臥室，跟他們的樓房高度有關。當房子能建成二樓，就開始有公私之分了。樓下是公共的，樓上是

私人的。而有了樓梯出來之後，樓梯總會還有很多的轉角對不對？轉角中間又能夠出現很多介乎于公共與私人之間的曖昧的空間。再發展下來，終於有了我們現在都還能看得到的排房。這有點像我剛剛開始講的，我以前在農村見過那種樓房的臥室佈局，每一間房間沿着一條水平軸線排開，但是沒有走廊。如果要去你住的那個房間，比如在最尾端那間房，就要先穿過人家的房間。每個房間彼此能貫通，有個最多有個門隔着，是不是還是沒有什麼隱私？但其實是有辦法做成有隱私的，英國、美國、法國、德國很多大宅，甚至是法國的凡爾賽宮，英國的白金漢宮，都是這種佈局。

你是一個17世紀的人，被國王或貴族邀請，經過樓下幾何構型的大花園，走進宅院的大門，侍者帶你走進樓梯間的大堂。如果你是一個貴客，會看到一連串橫排着的一條軸線。侍者帶你穿過一間間房，沿路就像欣賞畫廊一樣，去看每間房間的精心佈置，匠心獨運的傢具設計，桌上、牆上掛着的畫、擺放的藝術品等等。一路走到最里面，那是最重要的房間，也是整個排房最私密的空間。國王也好，貴族也好，就在那個地方等着你。英劇《王冠》里，白金漢宮就是這樣子，一間房間穿過一間房間其實是為了達到一種劇場效果，表示官邸宏偉，讓人一眼看到不盡頭。

講述 | 梁文道 來源 | 看理想《八分》未完待續



人生有三把鑰匙:接受,改變,放下

人生不如意事,十之八九。很多人說自己過得不快樂,歸根結底,是想要的太多,不喜歡的事情太多。人生有三把鑰匙:接受,改變,放下。如果學會這三點,我們將會快樂很多。

第一把鑰匙:接受

哲學家托馬斯·卡萊爾在40歲那年終於完成了第一本書,他迫不及待地將書稿交給了自己的好友穆勒看。穆勒不敢辜負朋友的重託,他將自己關在書房,花了整整四天,將全書

仔細而完整地閱讀了一遍。當他讀完最後一頁,抑制不住內心的激動,將書稿放在椅子上,走出書房,來到花壇,思考該如何用自已的影響力,使得這本偉大的著作儘快引起外界的關注。

當穆勒離開書房後,一陣風吹來,將椅子上的書稿吹落了一地。前來送甜點的女傭看到後,以為是被主人丟棄的廢紙,便將它們撿拾乾淨,並順手將它們投了火爐。當穆勒來到卡萊爾家中,將這個難以啟齒的壞消息告訴卡萊爾後,卡萊爾一下子驚住了。許久,兩個人都沉默不語。最終,從震驚中清醒過來的卡萊爾對愧疚難當的好友說道:“好了,我的朋友,你不必那麼痛苦。我決定從現在起,重寫這本書。”

世上總有太多不夠圓滿的事,既然已經發

生,且難以改變,就學會平和地地面對和接受。如果去強求,最終為難的是自己。

第二把鑰匙:改變

三毛曾寫過一句話:“偶爾抱怨一次人生可能是某種情感的宣泄,也無不可,但習慣性地抱怨而不謀求改變,便是不聰明的人了。”

成年人的世界里,沒有“容易”二字。與其去發無意義的牢騷,做無意義的消耗,不如學會去做積極的應對和改變。“人都是被逼出來的,本事都是熬出來的。”只有多吃苦,多受累,多種本事傍身,才能有更多的選擇和餘地。

人生從來沒有所謂的窮途末路,不過是你沒有竭盡全力,才以為前方無路。

第三把鑰匙:放下

一位小伙子到山上去請教禪師,說:“我放不下一些人,也放不下一些事。”禪師說:“世上沒有什麼東西是放不下的。”小伙子說:“可我偏偏放不下。”於是,禪師遞給他一個茶杯,然後往里面倒

熱水,水滿溢出,小伙子被燙到,馬上鬆開。禪師說:“世上沒什麼放不下,滿了,自然就放下了。”

在生活中,我們越執著,越容易越陷越深;越執著,越容易讓自己走向泥潭。適當放開手,一切才會變得舉重若輕。

或許每個人在一生當中都會遇到一些讓自己無法釋懷、無法放下乃至無法罷休的事。但越計較,越心如刀絞;越銘記,越痛不欲生。當我們放下對他人的怨念,才能解開自己的心結;當我們學會放下對他人的怨恨,才能減輕和消除對自己的折磨。

其實,每個人的一生,都各有各的苦,各有各的傷。有一句話說:“物隨心轉,境由心造,煩惱皆由心生。”當接受必須接受的,就沒有翻不過的山;當改變可以改變的,就沒有過不了的關;當放下應該放下的,就沒有解不開的結。

年終歲初:關於極簡生活的建議 (中)

2.情緒極簡

人到中年內心變得更加敏感,常常因為一點小細節陷入不安。每天的時間和精力就廢在了情緒內耗里,走不出來。只有懂得簡化自己的情緒,人生才不至於被消極的情緒所拖垮。不要輕易給某件事貼上“情緒標籤”

生活中的很多事情,就像一枚硬幣的兩面,沒有絕對的好與壞。但是我們卻很容易因為某件事,結果還沒有蓋棺定論,卻早早充滿焦慮。然而,好事中也許隱藏着危機,壞事中可能蓄含機遇。保持這樣的心態,收斂情緒,讓一切順其自然地發生。

轉移視線,不在負面情緒中沉浸

人生在世,難免有大大小小的事情,惹我們不開心。但同樣的情緒,有的人會很快走出來,也有的人卻深陷其中,無法自拔。懂得及時轉移注意力,是治愈負面情緒的一劑良方。打掃自己的房間,掃去情緒的陰霾;看一部電影,不被情緒支配自我。擺脫情緒的泥潭,當你敢於抬頭望,你就會發現生活更多的美。

跟生活的不確定共舞

聽過這樣一句話:“生活最大的確定性,就是難以確定。”人生無常,萬事難料。也因此,不為過去煩惱,更無需為未來擔憂。

3.物質極簡

如今,生活條件越來越好。我們的腳步不斷加快,揹負的東西卻也越來越多。

直到被壓得疲憊不堪時,才猛然發現,自己扛着太多無謂的東西。

學會去繁就簡,精簡自己的物質生活,才是最舒服的生活狀態。

幾次:我真的很在當下,十分需要它嗎?學會審視自己的需求,才能在根源上做到物質極簡。

控制數量,把控質量

在能力範圍內,購買最心儀,最合適,最優質的那一個。謹記兩條購物規則:品質比款式更重要,質量比數量更重要。

斬斷執念,定期清理

當給房間來一次大掃除才知道,自己到底“收藏”了多少東西。那些被物品佔據的空間,也在剝奪着我們的心理空間。

越被物質佔據,心里的匱乏感越強。懂得選擇和取捨,放下對物品的執念。定期清理不必要的物品,清理被堵塞的空間,也是清理自己的內心。

4.關係極簡

以前總是希望身邊有很多人,希望認識很多人,就好像這才是融入社會的標誌。

但是越來越多人際關係需要維持和處理時,才發現過於繁雜的社交,並不是幸運,而是一種累贅。

好的關係對自己是一種滋養,壞的關係卻是一種負擔。保持邊界感,熟不逾矩

所謂的邊界感說到底是分寸,社交生活沒有邊界感,就會失去自己的原則。

然而最好的關係,不是不分你我,而是熟不逾矩。

人與人相處,給自己和對方適當的空間,才是一種修養、一種智慧。

文章來源 有書

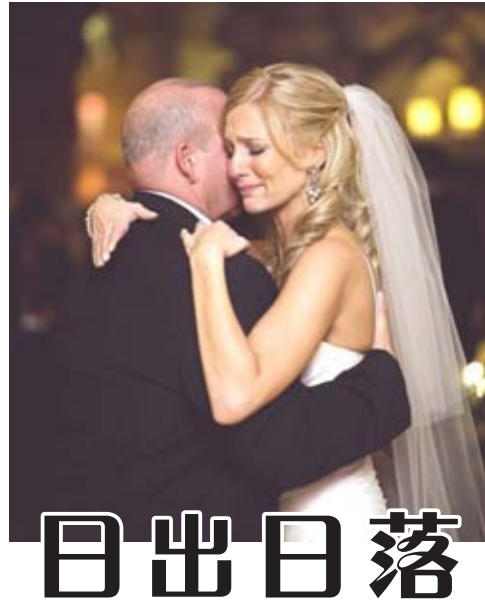
未完待續



審視需求,精挑細選

物品的價值,一定是在最需要它的人身上,才得以體現。然而我們在面對琳琅滿目的商品,常常被吸引駐足。卻忽略了這個東西,自己是否真的需要。

等到回過神才發現,家里堆滿了各式各樣的物品,卻沒有一件用得上。每當想買一件物品時,多問自己



日出日落可是簡單的重複?

許多年前,我參加一個外國朋友的婚禮,新娘請出年邁的父親,在舞池中翩然起舞。父親年過七旬,腿腳不大靈便,女兒遷就父親,兩個人緩緩起舞但配合默契。這時,台上的女歌手在輕柔的樂曲的引領下,演唱起《日出日落》。這是風靡全球的名曲,出自電影《屋頂上的小提琴手》。影片中,一對猶太老夫婦和新婚的女兒、女婿在火車站道別——喜悅與傷感交錯的場景,所配的音樂就是這首歌。

“這是我帶大的小女孩嗎?這是在玩耍的小男孩嗎?我不記得他們長大了啊!他們是何時長大的呢?她是何時變成個美人的?他是何時長這麼高的?昨天他們不是都還很小嗎?”

全場肅靜,只有歌聲低回。我的心劇烈跳動。

“日出,日落,日出,日落,時光飛逝。幼苗在一夜之間成長為向日葵,在我們的注視下綻放。日出,日落,日出,日落。歲月飛逝,季節更替,滿載着歡欣與淚水……”

台上的主人席,一排十多人,先是老一輩低下頭,用餐巾或手帕擦眼淚。小一輩看着家長,逐漸也起了情緒變化。旋律激越起來。台下二十多桌客人,一雙雙眼睛閃着晶瑩的淚光。新娘終於忍不住,在歌曲的復調中,緊緊抱着父親,哭泣起來。父親一臉是淚,卻笑容燦爛。最後,賓主全體

起立,高唱《日出日落》,大家離開座位,與親友擁抱。歌手一次次地唱,謝幕時臉上濕漉漉的。

每一次這樣面對東方,《日出日落》這首歌必在我耳畔響起。我也有兒女啊!42年前端午節剛過,我與妻兒在廣州長堤和故鄉的朝陽告別,坐上開往遠方的直通車。車廂里,六歲的哥哥和一歲多的妹妹哪里知道愁滋味?一個勁兒地玩鬧。一位仁慈的乘客,在鄰座吃荔枝,分了幾顆給他們。太太教他們感謝大方的叔叔。他們吃了,使勁把核扔出窗外,那依然是家鄉的土地。前方呢,是嶄新的第二故鄉。從此,太平洋上的日出日落如走馬燈,轉到如今。

一樣的日出日落,一樣的季節變換,一樣的升沉生滅。我坐在這個位置上,所擁有的,卻是不一樣的年歲,不一樣的人間與心境。

唯太陽永恆。
作者:劉荒田

十幾年前,我在北京參與一座寺廟的修繕工作。寺廟是文物保護單位,所以監管嚴格,規矩很多,比如修舊如舊,大殿要有如法的佛像。

佛像是一定要“裝藏”的,就是在正式安置時通過佛像背後預留的小口,由具德高僧把經卷、珠寶、五穀等放入,再封上。

他們請到一位持戒、實修都久負盛名的高僧來主持裝藏,我侍立一旁,為他服務。裝藏有一整套儀軌,高僧會有如法念經等一系列操作,大約需要兩個小時。

儀式開始,高僧和同伴渾厚的念經聲在大殿響起,氣氛莊重。不一會兒,高僧側過臉吩咐我:“清水不夠,再要一盆。”我如離弦之箭,跑到前院接了一盆清水。高僧接過,放在面前,又說:“還需要一些米,一碗即可。”我又迅速跑到前院的廚房,盛了一碗米。高僧接過,放在面前,又說:“再取一些麵粉,也是一碗。”

從大殿到前院有一百多米,那天我跑了七八趟。步伐從起初的如離弦之箭一般,到後來的拖拖沓沓;心情從新鮮雀躍,到後來滿腹牢騷。但我不好發作,只得隱忍。高僧倒是始終如一,下每一道指令時,語氣都平和而堅定,不容置疑。

裝藏儀式結束已是中午。我與高僧共進午餐,院裡現搞幾棵青菜素炒,還有一碗手擀清湯麵。高僧專注于吃,一言不發。吃完放下碗筷,他笑咪咪地問:“剛纔裝藏的時候,你對我意見很大吧?”

雖然已經過去一個多小時了,但不滿仍堆積在我心間。我本不打算說出來,既然

他問了,也就毫不客氣地脫口而出:“是啊,我覺得您的工作效率有問題。”高僧問:“什麼意思呢?”我打開話匣子:“裝藏這件事,是您今天的工作。我在一旁服務,是我的工作。需要什么物品,我去取,這沒問題,但是,您可以一次性吩咐完,我一次性取來,這樣可以少跑好多趟,也會節約很多時間。可是您呢,一會兒要一樣,一會兒要一樣,反反覆復,這就是沒有效率的表現。”

高僧沒有感到一絲意外,也沒笑,反而探身過來,故作神秘地神情一凜,壓低嗓音問:“然後呢?節約出時間做什么?”我答:“可以去讀幾頁書啊,哪怕做幾個大禮拜都可以。”高僧問:“讀什麼書?”我答:“佛教經典。”高僧說:“就是學佛嗎?念經重複不重複呢?大禮拜?不也是一會兒一個,一會兒一個,不重複嗎?”說完這句,高僧樂得像剛成功地捉弄了一個小夥伴。

從那天起,我對效率有了新的認識、新的體

會。絕大多數人,從小到老,始終默認高效率就是花費更短的時間做更多的事。“一寸光陰一寸金,寸金難買寸光陰”,這是我們兒時就銘刻在心的話。這個說法一點兒問題都沒有,但是,然後呢?節約出時間做什么?人們默認的是:做事,做有意義的事,不浪費生命。可是,問題來了,什麼事是有意義的呢?答案必定千差萬別,有人覺得事業成功是有意義的,有人覺得清靜無為是有意義的,有人覺得健康長壽最有意義,有人覺得如火柴一樣,只要發光發熱,生命短暫也在所不惜……舉

個當下最常見的例子,有人覺得天天去健身房,或者爬遍世界名山意義非凡;有人覺得那純屬浪費時間,不如辛勤工作,多掙點兒錢以改善家庭生活。

然後呢?



從那天起,我對效率有了新的認識、新的體

最近聽到許多人說,手機真不是個好東西,每天在手機上看很多短視頻,太浪費生命,都想戒手機。我就會問一句:“戒了手機挺好啊,但是,然後呢?”回答千差萬別,意思卻相近,無非好好工作,好好讀書,好好健身,好好創業,諸如此類。

繼續追問一句:“再然後呢?”答曰,然後就能實現自我價值,讓這一生更快樂、更幸福。是啊,如果說大家有終極目標,可能就是這句話。天天看手機,就是因為它能帶來快樂、帶來幸福,不然,為什麼老看?問題在於,這種快樂和幸福比較短暫,不能持久。很多人都有這樣的體會:不知不覺就在手機上刷了一天短視頻,看的時候有滋有味挺快樂,看完很空虛。依我看,出現這種現象有兩個原因:一個是,文化的基因令我們對耽迷于手機短視頻有負罪感;另一個是,那些手機短視頻提供的快樂也確實淺薄,無法令我們內心豐盈。

書是媒介,手機是媒介,事業也是媒介,關鍵在於這些媒介如何影響我們的內心。令人心緒散亂的內容、行爲,都會讓我們有點兒不安;反之,令人一心專注的內容、行爲,都會讓我們的喜悅之情綿綿不絕。不安和喜悅都自帶滾雪球氣質,越不安就越不安,越喜悅就越喜悅。

所以,說效率,說專注,好像都是在說“戒”,都想著戒這個戒那個。追問一句“然後呢”,會發現“戒”只是手段,再往前走一步就是“定”。說到這里,好像又是老生常談,人人都知道,還可以繼續追問“然後呢”,答案就是“慧”。這是後話,千萬別因此就停在這里不追問了,先回到“戒”,塌下心來開始做。

作者:楊葵

歡迎來到成人世界

我接待過一個處在青春期的來訪者。一開始我見到他的時候，他穿着一條有很多破洞的牛仔褲，留着長髮，像個搖滾歌手。他跟我講了很多他對這個社會的憤怒。比如，他覺得周圍的大人都很虛偽、勢利，只知道讓他好好學習，卻從不關心他是什麼樣的人。我問他將來想做什么，他猶豫了一下，說想去學藝術。

後來，我們的聯繫就中斷了。我第二次見到他是在三年以後，他已經在國外的一所藝術院校讀書了。他問我有什么減壓的方法。

我很奇怪，問他這幾年的經歷。原來，他爸看他不上進，就送他去學畫畫，覺得這是一個考學的捷徑。在學畫畫的過程中，他遇到了一位美術老師。他很佩服這位老師，老師對他很好，堅信他很有才華，並鼓勵他好好學英語，去考美國的一所藝術院校。老師跟他說：“你現在覺得孤獨，是因為身邊沒有像你一樣有想法的年輕人，等你去那所學校就好了。”老師還說：“藝術家都會有很多想法，關鍵是要學習自我表達的方式。”

學了一年多美術後，他真的去了一所藝

術院校學設計，遇到了很多和自己相似的年輕人。這些特立獨行的年輕人讓他找到了歸屬感。同時，他開始認真地學習專業知識，參與競爭。他來找我諮詢，就是因為學業壓力很大，他經常做功課到深夜兩三點。

我問他：“你不是覺得這個社會不公平嗎？不是覺得學習和工作沒什麼意義嗎？那幹嗎這麼努力？”

他好像忘了當年的事兒，說：“是啊，社會是很不公平，可是我只管做好自己的事情就好了。”

這句簡單的話代表他的思維有了重大的進步。他以前幻想的那些類似“社會不公”“成人世界很虛偽”的“敵人”轟然坍塌了。從今以後，就算還有敵人，也是類似“功課繁重”這類真實的敵人。

“社會是很不公平，可是我只管做好自己

的事情就好了”這句話表明，他已經意識到兩個重要的道理。首先，他的人生需要他自己負責。就算他再埋怨社會不公平，再反抗社會，都改變不了這個事實。其次，就算他對主流社會的價值觀不滿，也不需要說出來，只要做好自己的事就行了。這時候，他發展出一種難得的能力——能夠容納矛盾，並在這種矛盾中培養出對自己的忠誠。這種忠誠是很堅實的，不需要通過順從或反抗來確認，只需要容納這種矛盾就可以了。

我認為，一個人獲得身份認同的標誌，就是對自己負責以及學會容納矛盾。

獲得了穩定的身份認同以後，他就不會過度地關注自我，過度在乎別人的評價，而是逐漸克服青春期以自我為中心的心理，開始參與真實的成人社會。

在諮詢結束的時候，我跟他握了握手，說：“歡迎來到成人世界！”

作者：陳海賢



霍金，這個 21 歲時被確診患有“漸凍症”醫生斷言“只能活兩年”的男人，活到了 76 歲。

他的成就毋庸置疑：創建彎曲時空中的量子場論，發展了黑洞理論，寫下《時間簡史》等一系列著作。

宇宙是一口幽深的礦井，那些在黑暗中閃耀的寶石，只留給最勇敢、最執著的人。同時，宇宙也索取它的報酬。對於那些泄露天機的人，命運的報復似乎來得酷烈無情。

自患病以來，霍金的肌肉逐漸無力和萎縮，最後，他只剩下右眼珠能勉強轉動，每分鐘只能表達一個字母。

儘管如此，霍金並沒有被身體的不便限制，相反，他總能以另一種方式吸引公眾的眼球。他在卡通片《辛普森一家》中拯救女孩；他在《星際迷航》中扮演自己，和牛頓、愛因斯坦一起打橋牌。

有人說他是輪椅上的“圖騰”，是“被縛的普羅米修斯”；也有人質疑他頻繁作秀，利用媒



霍金的笑容

體炒作自己。在我看來，霍金不過是在證明，他是一個正常的人。

霍金不需要憐憫。病魔打不垮他，也改變不了他。哪怕只剩下一只眼珠能轉動，他也一樣熱烈地活着。

為了描述黑洞理論，霍金講過一個故事。鮑勃和愛麗絲是一對宇航員情侶，在一次太空行走中，兩個人接近一個黑洞。突然，愛麗絲的助推器失控了，她被黑洞的引力吸引，飛向黑洞的邊緣（視界）。由於越接近視界，時間流逝得越慢，鮑勃看到，愛麗絲緩緩地轉過頭，朝着他微笑。那笑容又慢慢凝固，定格成一張照片。愛麗絲面臨的卻是另一番景象——在引力的作用下，她飛向黑洞的速度越來越快，最終被巨大的潮汐力（引力差）撕裂成基本粒子，消失在最深的黑暗中。這就是生死悖論。愛麗絲死了，可在鮑勃眼中，她永遠活着。

有一次，我在課堂上講起這段生死悖論，突然哽咽。我彷彿一下子明白了，愛麗絲不是別人，正是霍金自己。他見過最深的黑暗，經歷過最徹底的絕望，依然懷有巨大的勇氣。在萬劫不復到來之前，他轉過頭，用盡力氣微笑。

作者：路明

卓有成效的管理者

才華橫溢往往極其無效，因為人們沒有意識到，真知灼見本身並不是成就。他們不明白，只有藉助勤勉而又系統的工作，洞見才能轉化為高效。相比之下，每個組織都會有一些踏實工作的人做到了高效。那些聰明人干得熱火朝天，自以為是在發揮創造力，而這些踏實工作的人一步一個腳印地干，反而像寓言故事《龜兔賽跑》里的烏龜那樣先到達目的地。

我一年級的算術老師出過這樣一道題：“挖一條溝，如果兩個人挖，需要兩天挖好，那麼四個人挖，需要幾天才能挖好？”一年級學生的正確答案當然是“一天”，但在管理者的工作中，正確答案可能是“四天”，甚至是“永遠”。的確，有時候相對於任務來說，人手太少，工作就算能完成，質量也會打折扣。不過，這不是常態。常見的情況是，人太多導致有效性差，因為越來越多的時間被用於“交流”，而不是工作。

有效管理者會讓長處富有成效。他知道，不能寄望於短處。要想取得成功，必須運用所有人的長處，包括同事的長處、上級的長處、自己的長處。眾人的長處才是獲得成功真正的機會所在。無論為人員安排職位還是為職位物色人選，如果都只想著規避短處，最後頂多取

得平庸的結果。如果認為能夠找到“全面”的人，那就是開出方子尋找平庸之輩，甚至是尋找無能之輩。

有峰就有谷，真正有長處的人，短處也總是很明顯。沒有人能在很多領域都很突出，而且就算是最杰出的天才，站在整個人類的知識、經驗和能力面前，也會顯得微不足道。世上沒有“能人”這回事，“能在哪里”才是關鍵所在。組織面臨的考驗不在於找到天才，而是要有能力讓平凡的人做出不平凡的成績。

下級，特別是那些聰明、年輕和志向遠大的下級，通常會把有魄力的上級作為自己的榜樣。因此，一個富有魄力但品德敗壞的管理者，對一個組織來說是最具破壞力的。良好的品格和正直本身並不足以成事，但缺少它們會搞砸一切。

作者：〔美〕彼得·德魯克 辛弘譯



人工氣泡水的艱難誕生

在活火山比較多的歐洲，很多泉水天然含氣。在西方歷史上，含氣的天然礦泉水一直被視為珍品，人們相信它具有魔力，可治百病。16 世紀 60 年代，就有人記錄過英國巴斯的“神泉水”產地。這些泉水的周邊開設了大量溫泉浴場，成為人們休閒養生的好去處。商人們起初也想像這些天然氣泡水運到集市上去賣，賺個盆滿鉢滿，沒承想，到了集市開蓋一看，水里的氣泡早就跑光了。

氣泡礦泉水除了用於泡澡，後來又被擺上餐桌——大家發現帶有氣泡的水喝起來似乎特別清涼解渴，便猜想，氣泡水一定對身體有益。

既然做不了“大自然的搬運工”，不如想辦法模仿大自然。如何製作出有氣泡的水？歷史上有不少人就這個問題進行過研究。一般認為，英國人布朗明哥是往水里加氣造“汽水”的第一人。但是，他的目的是分析煤礦里的氣體成分，所以這個“汽水”不能喝。

18 世紀 70 年代，英國化學家約瑟夫·普利斯特里對啤酒發酵桶上的氣體產生了濃厚的興趣。他把一碗水放在了啤酒發酵桶的上面，以研究“固定空氣”與水的作用情況。結果出人意料，他發現碗里的水竟然有一種令人愉快的酸味。普利斯特里認為，這一定是“固定空氣”溶解於水的緣故，這里所說的“固定空氣”後來被證明是二氧化碳。

普利斯特里首次用實驗證實了空氣並非一種氣體，而是由不同成分構成的，因此被稱為“氣體化學之父”。1772 年，普利斯特里改進了人工氣泡水的生產過程，發明瞭利用化學反應產生二氧化碳的方法，並發表論文解釋瞭如何人工製作碳酸水。他還為此製作了一個裝置，並把裝置的構造和使用方法寫進一個小冊子。普利斯特里的裝置利用豬膀胱來收集產生的二氧化碳，並通過擠壓豬膀胱讓二氧化碳進入一個倒扣在裝滿水的托盤上的瓶子里。二氧化碳溶于水，可產生冒泡的“飲料”，普利斯特里由此成為公認的碳酸飲

料發明者。

普利斯特里沒有把這一科研成果據為己有，很多生產廠商將其用於製作人工氣泡礦泉水。1783 年，出生於德國的瑞士人約翰·雅各布·施韋普在已有技術基礎上，用水中混合碳酸氫鈉和酒石酸的方法來再現碳酸水的口感，然而由此產生的飲料口感很不理想。施韋普專注於碳酸水製作工藝的改進，通過添加果汁和人工香料的方法解決了口感問題。同時，他還對酒石酸和碳酸氫鈉的添加工藝進行了改進。這實際

上就是現代汽水的前身。

施韋普還發明瞭世界上第一種商用碳酸水製造技術，生產出了蘇打水，即碳酸氫鈉的水溶液，這是人類歷史上第一次出現蘇打水。此後，施韋普創辦了以自己名字命名的施韋普公司，專門生產和銷售蘇打水。1792 年，他移居倫敦，其公司生產的碳酸飲料得到英國頂尖醫生的認可，被作為治療多種疾病的藥物出售。這家公司入駐中國市場時，中文名為怡泉。

1832 年，英國人發明瞭新型蘇打水機器，使得量產瓶裝蘇打水成為現實。

去藥店喝一杯蘇打水

美國人一開始也想複製歐洲的做法，生產瓶裝蘇打水進行售賣，但無奈瓶裝工藝跟不上，

而且美國國會禁止國民從歐洲進口瓶裝蘇打水。1806 年，耶魯大學教授本杰明·西利曼從歐洲買進了製作蘇打水的設備，將設備搬到了藥店里，並按杯出售生產出的蘇打水，而且規定只能堂食。在當時的美國，喝蘇打水擁有一種去酒吧或者咖啡店的儀式感。

19 世紀中後期至 20 世紀初，美國的蘇打水只在藥店售賣。1908 年的製藥學出版物《製藥時代》中如此寫道：“上檔次的藥店會精心準備藥劑。無論它們原本的味道如何令人難以接

伯頓無意中把糖漿倒進蘇打水，而熬制出的新型藥水。這種藥水口味奇特，後來經過改良，定名為可口可樂。今天的人們也喜歡稱它為“肥宅快樂水”，因為它是糖和咖啡因的結合物，能夠刺激人類神經，提陞人們的愉悅感。飲料中的碳酸氣體，則會給人帶來爽快清涼的快感。

人人都能自製“荷蘭水”

汽水進入中國的時間，可以追溯到晚清。到了民國時期，時髦男女們早已習慣碳酸飲料帶來的清涼之感。研究者們對民國飲品的關注點以往大多集中在咖啡、茶和酒上，少有對汽水飲料進行論述的。

傅靈犀所寫的《民國時期汽水風俗考》一文對這一領域進行了詳細介紹。《清稗類鈔》記載，汽水初入中國時被稱為“荷蘭水”，至少在 1887 年已出現在上海街頭，汽水呈淡綠色，被裝在帶蓋子的瓦盆里，作為街邊飲料進行售賣。當時人們習慣把從西洋進口來的貨物稱為“荷蘭某某”，例如荷蘭豆、荷蘭豬、荷蘭芹等，大概是因為中國早期的舶來品大都是荷蘭商人帶來的。

1906 年，蘇州瑞記汽水廠成立，成為中國最早的汽水廠之一。

在飲食上動手能力極強的中國人，不僅樂於購買成品汽水，還開始琢磨如何在家里自製。報紙上還刊登過自製汽水的配料表：碳酸氫鈉、稀鹽酸、糖漿和涼白開，同時注明製作者可以根據個人喜好自行添加檸檬糖漿、香蕉糖漿等，以製出自己滿意的口味獨特的汽水。自製汽水在民國時期的大城市中屢見不鮮，還由此湧現出一大批在街頭巷尾售賣各式汽水的小商販，他們所售汽水的價格自然比品牌汽水的低廉很多。汽水這種洋貨通過民間自製的方式，在中國迅速完成了本土化改良。

有趣的是，除了人類，其他動物對氣泡水並不感興趣。二氧化碳溶于水後，其口感帶有刺激性，這可不討動物們喜愛。人類之所以喜歡喝氣泡水，可能跟喜愛吃辣椒的原因“不謀而合”吧。

作者：周冉

碳酸飲料簡史



受，顧客在櫃檯邊拿到的，都會是令人愉悅的成品。“藥劑師們在這些蘇打水里加上幾勺糖漿、椰子酒，充分攪拌後，倒入高腳杯——藥店的藥劑師簡直成了最早的調酒師。1875 年，冰激凌和蘇

打水相遇了，雪頂系列飲料在藥店賣得更風生水起。售賣蘇打飲料的藥店，都在短短幾年內獲得了高額收益。

傳奇飲料可口可樂也是醫生發明的，其最初的配方里還添加了少量可卡因，Coca-Cola 這一名字中的“Coca”，就取自可卡因(Cocaine)。直到 1903 年，可口可樂才將可卡因從配方中去除。

可口可樂源自 1886 年鄉村醫生約翰·彭

為什麼美國要重啟免費新冠檢測?看來這是持久戰

美國則宣佈,重啟免費新冠檢測。專家們不是說,奧密克戎的毒性已經降低到感冒級別了嗎?為什麼比中國更早放開的美國,卻又在這時候重新免費新冠檢測了呢?推動這一政策的直接原因是:美國新冠死亡率上升了。

自感恩節以來,美國新冠確診病例和住院人數迅速攀升。在過去一周里,美國就有 45.9 萬人確診,其中 3000 多人死亡。眾所周知,新冠病毒的擴散具有季節性。越是到了冬天,擴散速度越快。美國的免費新冠檢測計劃曾在 9 月份叫停,而今恢復,是入冬後,美國新冠病毒重新活躍起來了。

為避免新冠病毒在冬季大規模擴散,對小孩和老年人造成重大傷害,拜登(專題)政府便重啟了免費新冠檢測。

不僅重啟免費新冠檢測,拜登還打算在美國設置 1.5 萬個免費社區篩查站,類似於中國的免費核酸檢測亭。很多人不理解,我們剛叫停大規模核酸檢測,怎麼美國就加強新冠檢測了呢?

這是因為美國的抗疫政策和中國有着很大的不同。

在許多中國人的理解中,美國放開就等於躺平,徹底不管了。這是不對的。美國的放開是有前提的。即,提前準備好藥物供應,抗原檢測供應,老年人等高危人群免費治療等。尤其是對老年人

等高危人群免費治療這一塊,美國一直做的還可以。

輝瑞研發的 Paxlovid 新冠抑制劑都是免費提供的,為此,美國政府支付了至少 73 億美元的採購費用。美國政府把錢主要花在老年人的新冠治療上,而不是大規模核酸檢查上。

相比于大規模核酸,美國在新冠檢測方面,主要採用抗原自測。每個家庭都可以在線申請免費抗原檢測盒,填好個人信息後,美國政府就會給你寄抗原檢測盒。這樣做的好處是,有病的人就去治,沒病的人就去上班。如果有老年人需要用到輝瑞新冠抑制劑,可以由美國政府買單。

有一家名叫“九安醫療”的中國公司,在美國賣抗原檢測試劑,2022 財年前三季度淨賺了 160 億。美國防疫是,美國民眾躺平,但美國政府不躺平。

美國是在一個相對寬鬆的環境下,與新冠持久戰。不過,這主要是拜登政府的政績。在特

普時期,美國新冠剛開始大流行時,由於懂王不尊重科學,瞎指揮,直接導致了美國上百萬人的死亡。這個鍋是特朗普甩不掉的。

作為建制派的拜登,無論是防疫,還是對華芯片封鎖以及俄烏戰爭等,一系列政策都更符合美國利益,也更好地得到了執行。對於美國恢復

抗原免費檢測,其實大家不必大驚小怪。

新冠病毒有兩個特徵:一是變異性。二是季節性。

大家不要覺得,感染過一次,就闖關成功了。對比於國外已經感染過好幾輪,經歷過好幾

個波峰,國外的經驗很值得我們借鑒。我們現在走的路,國外已經走過了。在某些方面,我們很有必要摸着鷹醬過河。

就拿這次美國恢復新冠免費檢測來說,中國難道再也不需要免費新冠檢測了嗎?隊長不這麼認為。

在新冠的“變異性”和“季節性”下,我們要對

新冠病毒進行長期監測,用科學的數據來指導實踐。隊長給大家舉一個例子。假如明年冬天,奧密克戎又進化出新的變異種,傳播率極強,我們是否需要對居民免費發放退燒藥呢?我們是否需要提供免費抗原檢測呢?我們是否需要將新冠治療費用全面納入醫保體系呢?

在需要重點保護的兒童和老年人等高危人群方面,我們是否能夠做得更好呢?我們能否研製可靠性更高的國產新冠病毒抑制劑?我們的醫護人員能否得到更加妥善地保護呢?

我們有沒有為新冠的下一波大流行做好準備?新冠病毒不是一次性就能徹底解決的,它會長期與人類共存。我們應對新冠病毒的方法也應該常態化。夏天的時候,新冠病毒活躍性較低,我們可以減少對新冠病毒的干預,集中資源在冬天防疫。這樣既可以節約資源,又能更加精準,更加科學地應對新冠病毒。

在抗擊新冠病毒上,我們要做好長期抗戰的準備。今年冬天過去了,誰能預料到,明年冬天奧密克戎不會捲土重來?

到今天為止,全球還沒有任何專家能預測新冠病毒的變異方向,也沒有任何專家能預測新冠疫情的結束時間。為了更好地保護每一個人,我們必須盡可能地做好準備,打贏這場防疫持久戰。



美最新研究:經常做這件事,感染新冠後不嚴重



12 月 15 日發表在《美國預防醫學雜誌》上的一項研究顯示,感染新冠前經常鍛煉的人,患病後得重症、住院或者死亡的風險較低。據瞭解,該研究對南加州地區凱撒醫療機構約 20 萬名新冠患者的電子健康記錄進行分析,所有患者均在 2020 年 1 月至 2021 年 5 月期間確診過新冠。

最新研究表明,經常運動的人,罹患新冠

後不容易得重症、住院或者死亡

研究人員根據運動情況將所有人分成 5 組,運動最少的一組患者中,每周運動時間的中位數為 0 分鐘;運動最多的一組患者中,每周運動時間的中位數為 300 分鐘。

結果發現,患者在感染新冠前運動量越大,確診新冠後 90 天內住院或死亡的風險就越低。運動量最大的患者面臨的風險最低,而運動量每降低一個級別,風險就會逐步增加。此外,和運動量最大的一組患者相比,從不運動的患者住院的可能性高 191%,死亡的可能性高 391%。

研究結果顯示,“運動越多越好”這一結論適用於各種人口群體,不論種族、民族、性別和年齡。對於患有高血壓、肥胖症、心血管疾病等慢性病的患者來說,多做運動能降低得新冠後的住院率或死亡率。

但研究結果也顯示,運動的效果因人而異。該項研究的主要作者德博拉博士補充稱,“雖然運動益處多多,但對於

年齡較大或者身體質量指數(BMI)較高的群體來說,效果不那么明顯,但也有好處。”

近期越來越多的研究表明,運動能幫助人們更好地抵禦新冠。研究人員也呼籲公共衛生部門,將運動視為重要的策略,並鼓勵公眾更加積極地保護自己。該研究的資深作者之一羅伯特·薩利斯特博士稱,系列研究突出了兩件事情的重要性:接種疫苗和增加鍛煉。

新冠病毒會影響視力和深度知覺,但無後遺症

據報道,科學家們使用動物模型證實,新冠病毒會影響感染者的眼睛視力,引發視網膜炎,導致視力模糊和深度知覺差。

據悉,該項研究由澳大利亞格里菲斯大學孟席斯健康研究所和韓國新興病毒感染融合研究中心、韓國化學技術研究所共同領導研究,旨在研究新冠病毒將如何影響人們的眼睛。

研究發現,眼睛和三叉神經對新冠病毒敏感,並且在動物模型中,新冠病毒可以通過呼吸道和大腦感染眼睛。

首席研究負責人和共同主要作者蘇雷什·馬哈林加姆教授認為,當視神經發炎,異常液體積聚和免疫細胞浸潤導致視網膜變厚時,該病毒會開始影響視力。

“病毒可以通過眼睛後部的神經組織感染眼睛,這些神經組織在眼睛的視覺方面發揮作用,並為視網發送信號。”馬哈林加姆教授說,“這種視網膜炎是由於視力模糊而導致深度知覺的降低。”

據悉,這種視力模糊似乎只是一種症狀,而不是眼組織的永久性退化,它也可能只影響極少數人。馬哈林加姆教授強調,在他們的動物模型和人類患者的報告中,當感染消失時,視力問題也會隨之消失,沒有留下後遺症。

格里菲斯大學博士生吳文漢(音譯)說,他們發

現病毒與眼睛和視神經中的 ACE2 受體發生反應,這與身體其他部位引起炎症的方式相同。

“ACE2 受體是病毒所附着的,以便感染組織或器官中的特定細胞。”吳文漢說,“這種受體在肺、扁桃體、鼻腔、腎臟和心臟中大量存在,我們發現 ACE2 受體也存在于眼睛中,因此造成了感染。”

這篇發表在《自然通訊》上的研究結果為新冠病毒提供了新的見解,並可能為患者治療策略的制定提供幫助。

眼科醫生提醒:感染新冠病毒後不宜再戴 OK 鏡

OK 鏡是目前市場上的近視矯正器械之一,用戶主要是兒童和青少年。眼科醫生介紹,感染新冠病毒後,眼睛的抵抗力下降,此時佩戴 OK 鏡或造成眼睛感染。醫生提醒,OK 鏡不佩戴時需清洗後放入保存液妥善保存,若長時間不佩戴,建議準備框架眼鏡。

OK 鏡是目前市場上的近視矯正器械之一,用戶主要是兒童和青少年。眼科醫生介紹,感染新冠病毒後,眼睛的抵抗力下降,此時佩戴 OK 鏡或造成眼睛感染。醫生提醒,OK 鏡不佩戴時需清洗後放入保存液妥善保存,若長時間不佩戴,建議準備框架眼鏡。



對於已經從新冠感染中恢復過來,也就是“陽康”的人來說,再次感染(也就是“重陽”)的風險有多高?哪些因素可能影響再感染風險?兩項最新研究探討了疫苗接種和不同症狀這兩方面因素與再感染風險之間的聯繫。

據 Medscape 報道,根據一份新的報告,對於從新冠感染中恢復過來,也就是“陽康”的人來說,與單純的自然免疫相比,接種疫苗可將再次感染的風險降低一半。

意大利研究人員在研究了來自世界各地 1800 多萬人的數據後還發現,接種疫苗可以將再次感染期間出現嚴重新冠症狀的風險降低一半。也就是說,接種疫苗後,既可以顯著減少你再次感染的風險,也可以減少再感染後出現重症的風險。

研究作者、醫學流行病學家、意大利博洛尼亞大學公共衛生與衛生學院院長蘭伯托·曼佐利(Lamberto Manzoli)醫學博士告訴 Medscape 醫學新聞說:“我們的結果證實,在康復者中,接種了

兩到三劑疫苗的人再次感染的風險比未接種疫苗的人低 50%至 60%。”

他說:“考慮到目前全球已有數億人康復,這些結果似乎特別令人鼓舞,並為未來的大流行控制政策提供了戰略信息。”

這項研究發表在 11 月 9 日的《醫學前沿》(Frontiers in Medicine)雜誌上。

完全接種者再感染風險降低 55%

曼佐利和同事分析了截至 2022 年 7 月在全球進行的 18 項研究的數據。這些研究納入了 1800 多萬參與者,評估了接種疫苗和未接種疫苗的患者再次感染新冠的風險。研究組將重症疾病定義為不需要重症監護室而需要住院的疾病,

關於新冠再感染風險的最新研究

將危重症定義為需要重症監護室或導致死亡的疾病。這些研究在亞洲、歐洲、南非和美國進行,包括這些國家批准的相關新冠疫苗。

研究小組評估了再感染和嚴重疾病的幾個方面,包括接種 1-3 劑疫苗的人之間的差異,最後一次感染後 12 個月保護的持久效果,以及不同變種的嚴重程度和傳染性。大多數再感染是在德爾塔和奧密克戎疫情期間報告的。

總的來說,研究人員發現,與未接種疫苗的患者相比,接種疫苗的患者再次感染的風險降低了 53%。值得注意的是,他們發現,自上次感染後,疫苗在 12 個月間的保護水平相似。

完全接種疫苗的患者獲得的保護力稍高。他們再次感染的風險降低了 55%,相比之下,部分接種疫苗的人再次感染的風險也能降低 42%。

再說變種。接種疫苗的人在德爾塔期間再次感染的風險降低了 60%,在奧密克戎期間再次感染的風險降低了 42%。

再次感染重症風險也降低

在七項涉及 230 萬人的研究中,包括有關疾病嚴重程度的信息,接種疫苗的人如果再次感染,發生嚴重並發症的可能性降低了 55%。

曼佐利說,儘管新冠大流行期間的再感染總數似乎令人擔憂,但出現嚴重或致命症狀的病例相對較少,只有不到千分之一。

曼佐利說,“值得注意的是,再感染後本來出現重症的風險就較低,而疫苗進一步降低了本已很低的風險。因此,這些發現可以用于為已經感染新冠病毒的人規劃具體的免疫策略。”

該研究的作者寫道,需要更多的研究來瞭解這種保護的長期持久性,特別是需要對新的新冠變種進行具體研究。他們說,就目前而言,證據似

乎表明,通過初始感染加上疫苗接種,保護力可能持續一年,並保護人們免受奧密克戎變種的侵害,比單獨的自然感染具有更強的保護作用。

羅德島州普羅維登斯市布朗大學公共衛生學院的公共衛生和生物統計學教授約瑟夫·霍根博士(Joseph Hogan)在評論這個發現時說:“這些信息對於制定何時接種加強針的指導至關重要。”

霍根沒有參與這項研究,他研究了美國的新冠疫苗接種和再感染,特別是羅德島居民。他和他的同事們發現,陽康後接種疫苗可使長期護理居民的再感染風險降低 49%,長期護理員工的再感染風險降低 47%。

“疫苗仍然是我們預防新冠感染的最重要工具之一。這一信息很容易被忽視,因為我們中的許多人都已經煩透了再提起大流行。但新冠感染仍有導致嚴重疾病和死亡的風險,預防感染需要繼續成為公共衛生優先事項的高度。”

據 Everyday Health 報道,一項新的研究表明,一些因感染新冠而失去味覺或嗅覺的人未來可能更容易對抗病毒。

這項研究于 2020 年在紐約市紐約長老會 / 哥倫比亞大學歐文醫學中心進行,科學家們在 266 人的症狀基本消失、不再表現出感染迹象後至少兩周對他們進行了新冠抗體檢測。在接受抗體檢測時,所有受試者都不是重症患者,也沒有任何急性感染的迹象,除了潛在的味覺或嗅覺喪失之外,他們沒有任何持續的症狀。

總的來說,近三分之二的參與者報告說他們的嗅覺或味覺受損,58%的人說兩種感官都被病毒改變了。

研究人員在《公共科學圖書館·綜合》雜誌上報告稱,與從未失去味覺或嗅覺的人相比,失去味覺或嗅覺的人抗病體檢測呈陽性的可能性大約是正常人的兩倍。

發燒、咳嗽、流鼻涕與抗體保護無關

2020 年主要出現的其他新冠症狀,如發燒、咳嗽、打噴嚏、流鼻涕和呼吸困難,似乎對人們從急性感染中恢復後是否有抗體不產生任何影響。

研究小組得出結論,這表明喪失味覺和嗅覺這一項,是能更持久對抗病毒的有力預測因素。

研究人員指出,這項研究的一個局限性是,他們依賴於患者準確地回憶和報告他們是否在生病時失去了味覺或嗅覺。另一個缺點是,有些人失去味覺可能只是因為他們的嗅覺發生了改變,這削弱了他們區分所吃食物中不同味道的能力。

這項研究也不是一個對照實驗,因此無法證明喪失味覺和嗅覺是否能直接帶來更高的抗體水平,或者始終有助於預防未來的感染。另外需要指出的是,這項研究針對的是 2020 年流行的原始毒株,在奧密克戎變種流行後,報告出現味覺嗅覺喪失的人明顯減少。

抗體真的有助於預防新冠再感染嗎?

儘管這項研究存在局限性,但它確實與其他研究相吻合,這些研究發現,新冠發作後抗體的存在與再次感染風險較低之間存在聯繫。

2021 年發表的一項研究發現,抗體檢測呈陰性的人在三個月後再次感染新冠的可能性增加了 10 倍。2021 年發表的另一項研究對輕度新冠感染後 3 至 6 個月的個體進行了跟蹤,發現沒有一個攜帶抗體的人再次感染,而且幾乎所有這些人在 6 個月後都保留了高水平的抗體

研究人員在《公共科學圖書館·綜合》雜誌上報告稱,與從未失去味覺或嗅覺的人相比,失去味覺或嗅覺的人抗病體檢測呈陽性的可能性大約是正常人的兩倍。

總的來說,近三分之二的參與者報告說他們的嗅覺或味覺受損,58%的人說兩種感官都被病毒改變了。

研究人員在《公共科學圖書館·綜合》雜誌上報告稱,與從未失去味覺或嗅覺的人相比,失去味覺或嗅覺的人抗病體檢測呈陽性的可能性大約是正常人的兩倍。

總的來說,近三分之二的參與者報告說他們的嗅覺或味覺受損,58%的人說兩種感官都被病毒改變了。

研究人員在《公共科學圖書館·綜合》雜誌上報告稱,與從未失去味覺或嗅覺的人相比,失去味覺或嗅覺的人抗病體檢測呈陽性的可能性大約是正常人的兩倍。

總的來說,近三分之二的參與者報告說他們的嗅覺或味覺受損,58%的人說兩種感官都被病毒改變了。

研究人員在《公共科學圖書館·綜合》雜誌上報告稱,與從未失去味覺或嗅覺的人相比,失去味覺或嗅覺的人抗病體檢測呈陽性的可能性大約是正常人的兩倍。

總的來說,近三分之二的參與者報告說他們的嗅覺或味覺受損,58%的人說兩種感官都被病毒改變了。





美國傳染科醫生：得了新冠怎麼辦？

俄州亞大聯盟 美華醫師



王瑾醫師
美國聖路易斯 Mercy hospital 感染科
美國傳染科專家王瑾醫師，疫情以來一直工作在最前線，直面新冠三年，診療經驗豐富，同時保護自己及家人安。此外，王醫生一直為其他專業的醫生提供

最新信息和進展，並多次為社區提供科普講座。疫情期間，她用自己的專業知識和大愛，幫助了無數的人。

2022年的寒冬剛剛開始，新冠奧米克隆變異株在如同一場傾盆暴雨突然降臨，每個人或多或少都要直面新冠病毒。

這一期，我們請王醫生跟大家分享，在日常生活中如何去應對這場疫情高峰呢？如何去保護自己和家人呢？



奧米克隆變異株

首先我們需要瞭解我們面對的這種有超級傳染力的上呼吸道病毒。從2022年開始，全世界流行的新冠病毒株都屬於奧米克隆家族。而奧米克隆家族的變異株也每幾個月就在進化。目前歐美地區主要流行的是由BA.4和BA.5進化而來的BQ.1.1, BQ.1.1.1。北京目前主要流行的BF.7毒株，以及廣州主要的病株BA.5.2就是從這一個分支而來。而東南亞地區流行的毒株主要是源於印度BA.2.75進一步進化而來的XBB毒株。

這些不同的變異株，最大的特點就是有越來越強的免疫逃逸性。也就是說在過去的三年里，當全世界大部分人體內都有了應對新冠病毒的抗體的時候，新冠病毒為了佔領傳染的市場，不斷變化，以圖能夠感染已經被感染過或打過疫苗的人群。而目前免疫逃逸性最強的病毒就是BQ.1.1和XBB。而BA.5及BF.7和這兩種毒株相比起來還是小巫見大巫。

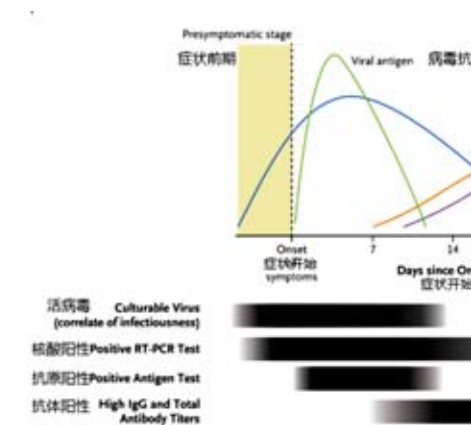
感染奧米克隆後的表現

目前新冠奧米克隆變異株的感染和2020年武漢新冠感染的臨床表現是有差異的。

首先，它的潛伏期要比以前的病株更短，大約是2-3天。

其次，是它的活病毒傳播的時間比較長，接近8天。比以前的毒株更快更長地進行播散，所以能導致更強的傳染性。

另外，在症狀上，它更多地表現為上呼吸道的類似感冒的症狀，而且是重感冒。即使很多人無需住院吸氧，仍然會經歷非常難受各種症狀。包括持續好幾天的高燒、嚴重的咽痛、失音、比較嚴重的咳嗽等等。每個人都可以有不同的症狀表現。這些上呼吸道感染的症狀的輕重也並不一定和患者的基礎免疫力直接有關係。在沒有接種過新冠疫苗的或者從未感染過的人群，它依然會引發肺炎和危重症感染。和早期的病毒株感染相比，奧米克隆引起的味覺或嗅覺喪失的比例要少很多。當病人有發燒、打噴嚏、咽痛和肌肉酸痛這些症狀時，一般都會攜帶比較高的病毒載量，也就是說具有比較強的傳染性。新冠感染如果進一步就會引起全身免疫反應，導致肺炎的時間一般發生在發病的第二周，即使有些人一開始會有好轉的跡象。所以對於沒有免疫力的高危人群，需要在得病以後的兩周都密切觀察病人的症狀和血氧水平。



在感染新冠以後，症狀的出現、病毒的活性和傳染性、測試陽性結果，以及抗體的產生過程略有時間的差異。

病人的傳染性可以根據抗原試驗的陽性來大致推斷。一般在抗原試驗轉陰2次以後(相隔24小時測試)，病人的傳染性就很低了，可以不再隔離。人體針對新冠感染產生的特異性抗體



一般在感染後的1-2周時慢慢地開始產生。IgM一般在3周以後達到高峰，IgG抗體持續更久。對於免疫功能正常的人，IgG可以持續至少6到9個月的時間。人體還能產生細胞免疫的功能，持續6-9個月，對於降低再感染後的重症死亡率有非常重要的作用。

跟以往的病株相比，奧米克隆感染導致的重症死亡率在全世界都有明顯的下降。目前的重症率大概在1%左右，病死率在0.1-0.5%之間。然而它在人群中的傳染是非常廣泛的。尤其是在兒童中的傳播比以往病株有非常明顯的增加。幸運的是它在兒童中的重症死亡率非常低。但是兒童可能成爲很常見的家庭感染的源頭。

高危人群的防護

目前，最要緊的就是保護家庭中的高危人群。哪些人是高危人群呢？

我們列舉了各種高危健康因素。我們可以看到高血壓、肥胖、慢性肺病、心血管病、代謝綜合徵(包含了糖尿病)在成人中都構成了影響比較大的危險因素。孕婦和初產婦也是一個常見高危因素。在兒童中，中重度的哮喘和肥胖是比較重要的高危因素。

還有一個非常重要的高危因素是年齡。老年人的新冠感染重症死亡率比年輕人要高出很多。圖5就對比了不同年齡階段的重症死亡率和18-29歲年齡組的比較。60-75歲年齡組的死亡率已經是年輕人的60倍。而85歲以上老人的新冠死亡率是年輕人的340倍！

所以，在新冠疫情中，對於高危人群的保護是減少整個重症死亡率的關鍵。高危人群需要儘量及時接種疫苗，堅持正確地戴口罩，保持社交距離。對於高危人群，最常見感染的源頭來自他們的成員。因此對於老少同住的，其他低危的家庭成員也要及時打疫苗、做好防護，來保護家里的高危人群。在疫情嚴重的時期，如果需要拜訪高危的家庭成員，應該避免共同進餐。在拜訪時也儘量戴口罩。如果需要一起進餐，可以考慮拜訪前進行抗原檢測。

高危人群一旦感染了新冠病毒，一定要密切觀察。很多高齡老人的新冠感染症狀非常地隱秘，不典型。他們可以感染後有了肺炎而沒有咳嗽或者發燒，而只表現爲意識的改變、乏力和嗜睡。有些老人表現爲腹瀉、嘔吐等胃腸道症狀，或者是無法解釋的皮疹。老年人在感染新冠病毒後，免疫力和自我保護功能都會明顯下降。出現繼發的各種細菌感染，容易摔跤、脫水等等。所以高危人群在患病後的護理也要特別地小心。

家庭預防新冠措施

面對疫情，我們每個家庭應該做好以下的準備：除了準備N95口罩和普通醫用口罩、手套、消毒用品外，準備指夾血氧儀、體溫計也是非常有助。如果有血壓計就更好。家中也要準備好基本的退燒藥(例如泰諾、美林、布洛芬)和止咳藥。

口罩，在在高危密集人群的環境下需要使用N95或KN95口罩。在普通環境下，使用普通醫用口罩。布口罩幾乎無法阻擋奧米克隆感染。對於奧米克隆株，口罩的防護作用已經比較有限。普通醫用口罩對於奧米克隆病毒傳染的保護效率已經降低到了只能減少大約20%被感染的幾率。所以在密閉房間中僅僅依靠普通口罩，很難保證不被感染，尤其是病毒密度很高的情況下，或者暴露的時間很長。

在家里，我們也儘量要保持清潔無病毒的環境。如何避免將社區中流傳的病毒帶回家中呢？第一步我們推薦的是在家中分出一個污染區。如圖

6. 可以用膠帶或特別的標誌設立一個特別區域作爲“污染區”。一般選擇在靠近入門的位置，或者陽臺、車庫。在污染區放置以下物品：一個用來放臟外套的掛鉤
一個垃圾桶
一個放置外面使用的鞋的區域

一些用來懸挂你想循環使用口罩的掛鉤
消毒紙巾或消毒液
潔手液

如果我們在疫情期間需要一直在高危的環境中工作，有可能接觸各種陽性或者可能陽性的人員，我們應該如何保護自己不被感染呢？

首先上班前建議去掉手錶和首飾，並將頭髮梳離面部。穿容易用洗衣機清洗的衣服去上班。平時要及時剪指甲，勤洗手。在工作環境中用餐前要清潔環境，避免和高危人群或不瞭解的人一起用餐。在使用公用物品(例如電腦鍵盤、電話等)前後都要進行物品和手的消毒。回家立刻將工作場所衣服更換，放在污染區或者袋子里。外面用的鞋子回家後放在污染區或留在車里，考慮表面消毒擦淨。將手機、工作的胸牌、眼鏡、鑰匙等都消毒擦淨。回家後馬上洗澡、漱口，可以考慮清洗鼻道。定期清洗涼曬衣服。同時記住每天至少一小時放鬆心情，保持心理健康。

及時地接種新冠疫苗一直是預防新冠重症和死亡的關鍵手段。

目前如果有可能，儘快去接種新冠疫苗，無論是第幾針疫苗還是哪種疫苗。因爲疫苗接種後到產生有效保護抗體還需要至少1-2周的時間。在疫情迅速擴大的情況下，及時做好準備非常重要。如果上一次疫苗接種已經超過6個

月，也應該再次接種。因爲一般無論是既往感染還是疫苗接種的產生的有效保護時間大約是4-6個月。如果你可以選擇，選一種可靠的加強疫苗。怎樣判斷可靠不可靠？我通常根據發表的

研究文章來判斷，國產疫苗中，根據發表的研究結果，我偏向于智飛的重組新冠疫苗、康希諾吸入疫苗、或者三葉草重組蛋白疫苗。比起肌注疫苗來，口服疫苗的優勢是能產生粘膜表面特異的IgA抗體，起到減少感染的作用。

感染了新冠怎麼辦？

如果你周圍出現確診新冠的病例或者有人出現典型症狀：

★馬上進入家庭隔離狀態。家庭內部也要戴口罩，保持家里的通風，分開吃飯。注意公用區域和設施的消毒。有可能的話，使用單獨房間和衛生間(尤其是高危人群)。
★密切觀察每一個家庭成員的體溫(一天早晚測兩次，或者任何時候覺得畏寒和發燒的時候)並記錄在案。
★密切觀察每一個家庭成員的症狀(任何一項發、咳嗽、呼吸困難、寒戰、咽痛，等等呼吸道感染症狀)。
★一旦有人出現症狀，馬上按可疑病例或確診病例處理。兒童很難隔離，只有讓風險最低的成人照顧可疑兒童。如果有可能進行抗原檢測來診斷。

無症狀的家人里，最需要保護的是高危人群：包括老人 > 65歲，有慢性疾病比如慢性支氣管炎、高血壓、糖尿病、慢性免疫功能抑制的病人等等。高危人群最好不要看護兒童或照顧寵物。貓科動物是最容易被新冠感染的動物之一。

如果你自己出現任何新冠症狀：
1. 首先馬上隔離到一個單獨房間。嚴格隔離是保護家人最重要的辦法。奧米克隆感染對同一住宅中其他人的感染幾率是56%。
2. 馬上測量體溫、心率、血壓、血氧，記錄每一次結果。心率可以自己數脈搏一分鐘。血氧和血壓是在你有儀器的條件下不可測。沒有也可以。每天測2次，或者感覺非常不適的時候。
3. 做新冠測試診斷(核酸或者抗原檢測)。有問題就聯絡你的醫生。

4. 什麼時候需要馬上去急診室：當你的醫生讓你去；當你感覺病情非常嚴重，支撐不住；當你去上廁所或進行很輕微活動時也會呼吸困難；如果指尖血氧飽和度兩次小於92%；突然新出現的嚴重低血壓或高血壓的情況；長時間無法進食進水，等等。

新冠感染早期的抗病毒治療

目前，針對新冠的有效藥物治療包括早期的抗病毒治療。在確診病人中，抗病毒藥物越早用越有效。這些藥物都是在醫生指導下使用的處方藥。能減少重症和死亡的特效藥物包括輝瑞公司的口服 Paxlovid(nirmatrelvir/ritonavir)、默克公司的口服 Molnupiravir 和吉利德公司的靜脈用藥 Remdesivir (人民的希望)。目前市場上的單抗藥物已經對當前流行的變異株沒有效果。

Paxlovid:
效果：
★在患新冠3天內使用，可以降低重症死亡率約60-90%
★可以降低病毒載量10倍
★降低新冠後遺症幾率26%
適應症：
★>12歲，新冠輕症(沒有低氧)，發病後5天內用藥。
★主要用于高危人群和老年人，不適用於嚴重腎病病人
副作用：
★口苦、腹瀉、肌肉痛等
藥物交叉反應：
★和很多藥物都有交叉反應，使用時需要醫生指導。

國產的抗病毒藥阿茲夫定在2022年7月獲批。對於中度新冠，主要作用是改善症狀，縮短病毒清除時間。建議在感染後9天內用藥。使用時需要醫生指導用藥。

新冠病毒的再感染

得了新冠以後依然會再次感染，而且會多次感染。新冠變異株在Delta以後，就越來越朝向免疫逃逸的方向發展。所謂的免疫逃逸就是在已經被感染過或打過疫苗的人身上再次引起感染。在全世界各個國家在過去的3年中已經有很多人反覆地被感染。人類無法形成持久有效的群體免疫屏障，所以我們不得不和新冠病毒長期共存。

再感染和復陽的概念是不同的。在很多免疫抑制人群，由於體內無法產生有效免疫反應，病人在感染一種新冠以後無法有效清除病毒。所以會長期攜帶同一種活病毒。有些病人可以持續陽性或短期內的測試反復陽性幾周甚至幾個月。而再感染是指同一個人在既往感染過一種病毒株並恢復後，再次感染不同的新冠病毒株。

再感染在奧米克隆病毒株的家族中更加常見。首先，奧米克隆的感染通常引起輕度的感染。能夠躲避體液免疫和細胞免疫的免疫反應，無法建立很有效的人體免疫屏障。所以奧米克隆家族的病毒感染以後更容易發生再次感染。其次，自然感染以後產生的抗體滴度在四到六個月以後就會減少，無法產生持久的保護。

圖8是有關加州監獄系統在奧米克隆疫情時對新冠再感染的研究。在監獄這樣的人口密度比較高的環境下，如果從未打過疫苗，既往感染如果超過了6個月，既往感染對奧米克隆毒株的感染保護力大約只有20%。如果既往感染是在6個月以內，同樣沒打過疫苗，保護效力就能達到近60%。最理想的保護效力是近期自然感染加上接種3針mRNA疫苗，這種情況對於再次感染的保護力到達85%以上。

再次感染以後，症狀通常比前一次感染要輕一些。

奧米克隆感染導致的新冠後遺症依然存在，但是比起其它毒株來，要少很多。在最近的一項瑞士近3000醫護人員的跟蹤研究中，原始株導致的新冠後遺症的比例大約是17%，而奧米克隆感染的新冠後遺症的比例下降到了近5%。

新冠疫情期间的心身健康

在疫情期間，很多人容易產生焦慮、恐慌、抑鬱等情緒。在瞭解新冠知識、保護自身安全以外，我們要注意保持心理的平靜。不要花太多時間關注網絡新聞。要分出時間來鍛煉、舒緩壓力。可以和自己的親人朋友多通電話、視頻聯絡，互相鼓勵。多正面地思考，相信疫情一定會過去，未來依然充滿希望。

最高法院暫時保留第 42 條移民規則

摘要:最高法院暫時保留了大流行時期對庇護的限制,這粉碎了那些來到美國邊境,試圖進入美國的人們的希望。

(綜合報導)12月27日(週二)最高法院的一項裁決,保留了川普時代的一項重大政策,該政策原定於12月21日到期。此案將於明年2月進行辯論,首席大法官 John Roberts 上周宣佈的暫停執行將繼續執行,直到大法官們做出決定。最高法院以5票贊成、4票反對,做出了以上裁決。

最高法院的決定表示,法院將審查各州是否有權幹預關於第42條的法律鬥爭。聯邦政府和移民宣導者都認為,各州等待幹預的時間太長了,即使他們沒有等待太長時間,他們也沒有足夠的理由進行幹預。

Neil Gorsuch 和 Ketanji Brown Jackson 法官在反對意見中表示,即使法院發現各州有權幹預,憲法第42條也被合法採用,“這些命令所依據的緊急情況早已失效。”

這些限制通常被稱為第42條,指的是一項公共衛生法,是在大流行開始時由時任總統唐納德·川普實施的。美國官員以防止新冠病毒傳播為由,在美國境內驅逐了250萬名非法移民。

移民宣導者提起訴訟,要求終止這項政策,稱這違反了美國和國際社會對逃往美國逃避迫害的人的義務。他們還認為,隨著冠狀病毒治療的改進,這項政策已經過時了。

美國公民自由聯盟(American Civil Liberties

Union)的律師 Lee Gelernt 說,“我們對所有絕望的尋求庇護者深感失望,他們將繼續因為第42條而受苦,但我們將繼續努力,最終結束這項政策。”該聯盟一直主張結束第42條的使用。

希望保留《憲法第42條》的州對這起訴訟表示歡迎。在星期二的新聞發佈會上,愛荷華州州長 Kim Reynolds 讚揚了法院的裁決,同時表示這不是解決美國移民問題的永久性辦法。

“我很感激第42條仍然有效,以幫助阻止非法進入美國南部邊境。但是毫無疑問,這隻是否暫時解決拜登總統和他的夥伴們兩年來忽視的危機。”

法官們表示,“目前的邊境危機不是 COVID 危機。”

白宮新聞秘書 Karine Jean-Pierre 星期二說,拜登總統的政府“當然會遵守這一命令,並為法院的審查做準備”。

Jean-Pierre 補充說:“與此同時,我們正在推進我們的準備工作,以便在第42條最終取消時以安全、有序和人道的方式管理邊境,並將繼續擴大移民的合法途徑。”“第42條是一項公共衛生措施,而不是移民執法措施,不應該無限期延長。”

去年11月,一名聯邦法官站在了支持者一邊,將12月21日定為終止該政策的最後期限。傾向保守的州向最高法院提出上訴,警告說,移民人數的增加將對公共服務造成損害,並導致一場“前所未有的災難”,他們說聯邦政府沒有應對計畫。

首席大法官 Roberts 負責處理來自首都聯邦法院的緊急事務,他宣佈暫緩執行,讓法院有時間更充分地考慮雙方的論點。

聯邦政府要求最高法院駁回各州的努力,同時也承認,突然結束限制可能會導致“非法越境的混亂和增加”。

擺在最高法院面前的確切問題是一個複雜的、主要是程式性的問題,即各州是否應該被允許幹預訴訟。美國疾病控制與預防中心(Centers for Disease Control and Prevention)今年4月宣佈將停止使用該政策後,類似的一些州在另一個法院地區贏得了下級法院的命令,阻止了限制的結束。

在法官去年11月對維權人士的訴訟作出裁決之前,這些州一直沒有尋求參與此案。但他們表示,政府基本上已經放棄了對第42條政策的捍衛,他們應該能夠介入。奧巴馬政府對該裁決提出了上訴,但在法律案件審理期間,它並沒有試圖保留第42條。

拜登政府仍有相當大的迴旋餘地,可以根據自己的選擇,積極或寬容地執行第42條。例如,當一名法官去年下令恢復川普讓尋求庇護

者在墨西哥等待美國移民法庭聽證會的“留在墨西哥”政策時,該政策的範圍非常有限,幾乎沒有什麼影響。

拜登政府對第42條的使用包括了一系列豁免,這些豁免本應適用於被認為在墨西哥最脆弱的移民,可能是性別認同或性取向,或者是特別受到暴力威脅的移民。美國海關和邊境保護局(U.S. Customs and Border Protection)與合作夥伴合作,但它沒有公開說明,也沒有說每個合作夥伴有多少名額。

墨西哥是另一個不確定因素。使用第42條來迅速驅逐移民,在很大程度上取決於墨西哥是否願意接受被美國驅逐的某些國家的人。目前,除了墨西哥,墨西哥還接受瓜地馬拉、洪都拉斯、薩爾瓦多和委內瑞拉的被驅逐移民,但不接受古巴等其他國家的移民。



2022 was a big year. It was the first time since 1934 that every Senator from the President's party won their re-election campaign — plus we flipped a seat in the Senate!

We also took historic climate action, passed the first gun safety measure in decades, and invested in working families. But the year's not over yet, and here at Team Lieu we still have one last hurdle to cross: meeting our end-of-year fundraising goal. What we raise between now and the end of the year will set the course for 2023 so we need all hands on deck. Are you with us?

DONATE \$250
DONATE \$100
DONATE \$50
DONATE OTHER

Ted is a critical voice for our communities in California and around the country. From serving in the Air Force to serving as a House Impeachment Manager to his new role as House Democratic Caucus Vice Chair, he has spent his entire career fighting for our democracy. He knows what's at stake, and he'll continue to fight with everything he's got.

Will you stand with him by making a contribution today?

We had some real wins in 2022 — and we're just as ready for 2023.

Let's get to work!

Team Lieu

www.tedlieu.com

Ted Lieu for Congress • United States

This email was sent to echinesej@yahoo.com.

To stop receiving emails, click here.

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



**歡迎刊登廣告
精誠交流合作
攜手共創雙贏**



伊利華報

創辦 20 年

ERIE CHINESE JOURNAL

服務為華人

We greatly appreciate your support of community newspapers

感謝您支持伊利華報繼續為社區服務!

2023 年支持伊利華報的人

黃唯



我永遠支持你, 浦瑛
黃唯大律師
MARGARET W. WONG
ASSOC. CO., LPA
ATTORNEY AT LAW

Kitty



Ketty Lee
利是會計事務所

Irene



克利夫蘭天然寺

Jenny



Gingie Spa

劉天擎



感謝您!



您也可以成爲其中一員!

敬請您關注 需要您支持
華人撐華報 困境見真情



感謝您!

伊利華報全體成員向讀者朋友祝賀新年!