



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

感謝 Facebook 對
伊利華報的支持

伊利華報

ERIE CHINESE JOURNAL

• 本報在美東北部: 克里夫蘭、哥倫布、匹茲堡、辛辛那提、紐約州、賓夕法尼亞州等地發行 • Published in Cleveland, Columbus, Pittsburgh, Cincinnati, NY and KY
第四〇一期 Vol.401 Jul.15 2020 免費贈閱 FREE
 ISSN 1544-7766 發行商/PUBLISHER: ERIE CHINESE JOURNAL, INC.
 Website: www.ecjweb.net; E-Mail: echinesej@yahoo.com
 Tel: (216) 324-2959; Fax: (330) 405-3480 Add: 3500 Payne Ave., 1-B Cleveland OH 44114

百佳超市
Park To Shop Supermarket
www.parktoSHOPmarket.com

俄亥俄州 伊利諾依州 密西根州
最大華人連鎖超市

新鮮蔬果 面包糕點
游水海鮮 餐館批發

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

和平相隨 養心健康

小時候就朦朧朧知道人與動物的區別，因為動物是禽獸。現在長大了發現世上有很多事是相反了也無法預測。2020年開始，世界不太平，因為大自然變臉，山雨欲來，未雨綢繆，造成世界大災難。疫情給人帶來恐懼，而恐懼也是一種傳染病，加上人心生病，暴力暴動相互制衡。人要健康，世界要和平，人需要和睦活在當下！



中國人夢

詳細內容請見本期有關版面

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

黃唯律師樓

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

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





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

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

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

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

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

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

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

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

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

黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

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:9810 Ravenna Rd.,#8 Twinsburg OH 44087

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

Otani 大谷 正宗日本料理
JAPANESE CUISINE

慶祝開業四十周年新增素食歡迎品嚐



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

人生能飲幾杯酒
莫讓空杯對月愁
前浪後浪何曾留
落葉飄零難回首
滾滾紅塵水自流
來行路上情難捨
風雨來時幾杯酒
醉鄉由我走一走
青山隱隱夕陽休
明月依依照小樓

小路字好
夏日炎炎 冷氣就響
學寫小說 樂在其中
我沒流汗 太太冷汗
怕我出錯 名譽掃地
會友隣我 粉粉支持
餘勇可嘉 一定寫完
結局曲折 會友意見
一定參考 敬請期待
小路字好 回回支持
聲聲言讚 愧不敢當

劉天擎詩歌園地

金太郎壽司火鍋自助餐廳
KINTARO SUSHI & HOT POT

Tel: 216-459-8862; Fax: 216-459-8863
7325 North Cliff Ave, Brooklyn, OH 44144
www.kintaroh.com

金太郎壽司火鍋分店開張
3111 Westgate Mall, Suite A128, Fairview Park, Oh. 44126
Tel: 216-912-8196

所有壽司火鍋任點任食

優惠券
午餐 10% OFF
晚餐 15% OFF

Nationwide
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

Anna Beauty Center 紅袖添香 資生堂 美容專賣店
SHISEIDO COSMETIC BOUTIQUE

俄州特執照技師提供面部美容、護膚、按摩等服務 請預約

Tel 216-574-2288
3030 Superior Ave, Cleveland, OH 44114

Work From Home
Transformative steps for skincare that's as productive as you are.
SOFTEN & STRENGTHEN

在家工作期間軟化強化肌膚

Eudermine Revitalizing Essence
Ultimune Power Infusing Concentrate

辦公室搬遷啓示

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

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

申請法庭免費翻譯服務

您不會講英文並且需要在克利夫蘭市政法庭的聆訊中有翻譯為您服務? 不必擔心, 您可以申請一名免費翻譯

請上網: www.cmcoh.org/ INTERPRETER SERVICES / REQUEST AN INTERPRETER
或致電: 216-664-3952 可儘快得到一名法庭翻譯!

DO NOT SPEAK ENGLISH AND HAVE A HEARING AT THE CLEVELAND MUNICIPAL COURT?
DON'T WORRY AND YOU CAN REQUEST AN INTERPRETER AT NO CHARGE!
Online: www.cmcoh.org/ INTERPRETER SERVICES / REQUEST AN INTERPRETER
Or call: 216-664-3952
Request as soon as possible to get an interpreter in court

(本報訊)自從疫情發生後,政府在各個方面儘可能幫助企業和個人生意以及廣大民衆。克利夫蘭中城社區發展組織(MidTown)這幾年來在華人社區十分活躍,在各个方面幫助華人,參與許多華人社團的活動,也組織華人辦中秋等節日活動。

MidTown 工作人員 Karis Tzeng 積極主動熱情幫助華人,因 MidTown 拿到了政府的 Grant,可以來幫助飯店增加收益,向每一個餐廳訂 100 盒飯,再將 100 盒飯免費送給老人和需要幫助的人。

政府關心廣大民衆,愛心人贈愛心午餐。6 月份愛心午餐已經發送 3 次,6 月 18 日星期四,在 Map of Thailand,6 月 25 日星期四,在四川酒家,當日由於人太多,有些人沒有拿到愛心午餐。合作單位希望以後大家可以先報名,讓組織者有所準備。

7 月 9 日, MidTown 再次組織贈送午餐,這

政府關心廣大民衆 愛心人贈愛心午餐



次午餐有小西小籠 (LJ Shanghai) 發放,由於當日也來了不少人,排在後面的有人就沒有拿到午餐,按照規定:一個人可以代他人拿一份免費



盒飯,但是必須在拿餐時出示那個人的 ID。當日有華人來報社,看到有好幾個人一人拿兩份餐也沒有出示 ID,華人公寓里就有人這麼做了,這

是不對的,前幾次沒有這種情況發生。每次每個餐館提供 100 份免費午餐,數額是固定的,如果沒有那幾個人拿兩份,到場的人就都可以領到午餐。本報社感謝這些善良人提供信息,愛心需要大家共同傳播。

這個幫助餐廳送愛心午餐的項目是 MidTown 的努力得來的, MidTown 通過其 COVID-19 應對基金向社區提供禮券和餐食。這個項目敦煌是第一家試點的餐廳,他們製作了 100 份餐點,送給附近的老年人和需要的家庭。寶龍餐廳、合豐超市和 Koko Bakery 也參與了這個項目,後者為這些餐廳提供禮品卡,幫助在此期間需要額外支持的家庭。

這裡再次感謝 MedTow 負責人 Karis Tzeng,她十分認真負責,她是代表 MidTown 社區的工作人員,由於她的出現,亞洲城增加了不少有意義的活動。

Cleveland Clinic A note from our CEO and President Tomislav Mihaljevic, MD

Together, we've all done a lot to slow the spread of the coronavirus. But it won't be going away soon. Here's how to stay safe this summer.

States have reopened, and many have rushed to reunite with friends and loved ones. Despite the allure of returning to "normal," we can't let our guard down just yet.

COVID-19 is still in our communities. Ohio, Florida and other states have reported a rise in new cases since reopening. To protect ourselves and the most vulnerable members of our communities, we must continue to be mindful of the risks that exist around us.

We care about your family's health and want to help you stay safe

There's no magic formula for determining which events and activities are safe to participate in this summer. We'll all likely face tough decisions about whether to attend barbecues, birthday parties or other gatherings. Of



course, these enrich our lives but also could potentially spread the coronavirus.

As you weigh the potential risks and benefits of these situations, consider these factors:
 - Space: If you're going to be around others, it's generally safer to be outside. If the activity is indoors, is it in a well-ventilated space where you can keep distance between you and others?
 - People: Are others who will be there likely to follow safety recommendations, such as social distancing and wearing a cloth face covering?

Our experts have provided many tips to help you cope with the challenges of this new reality. You can find them all here.

-Time: The longer you're in close contact with others, the greater the risk that the coronavirus could spread.

When you do decide to participate in an activity or event, remember there are things you can do to protect yourself and others as much as possible, including:

- Maintain 6 feet of distance from others whenever possible.
- Wear a cloth face covering when social distancing will be hard.
- Stay home if you are sick.
- Wash your hands frequently.
- Don't touch your eyes, nose or mouth with unwashed hands. -

We hope you are staying safe, healthy and happy.

Tomislav Mihaljevic, MD
 CEO and President
 Cleveland Clinic

1. The Red Backpack Fund —5000 美元贈款給大多數女性擁有的企業和非營利組織。援助金按月發放。申請將於 7 月 6 日至 13 日開放 :<https://www.globalgiving.org/redbackpackfund/>。下一輪申請將在 8 月 3 日至 10 日開放。

<https://survey123.arcgis.com/share/c70ff93e4c1c4592939f92d1e882d442>。如果你想申請,我們可以提供幫助。同時我們有少量的小露臺桌椅,可以借給有興趣的餐廳。

<http://my2020census.gov/> 完成它,並鼓勵你的員工也完成它!如果您(或您的工人)您也可以通過電話周一到周五,上午 8 點到晚上 10 點:普通話:844-391-2020/廣東話 :844-398-2020

完成它,並鼓勵你的員工也完成它!如果您(或您的工人)您也可以通過電話周一到周五,上午 8 點到晚上 10 點:普通話 :844-391-2020/廣東話 :844-398-2020

4 居民新的住房租賃援助項目:由克利夫蘭市和凱霍加縣資助的 CHN Housing Partners 和 EDEN, Inc 管理該項目。請登錄 www.neorenthelp.org 申請,並致電 833-377-RENT(7368)尋求幫助。請注意,應用程序不能通過電話完成。申請人必須是凱霍加縣的居民,家庭收入低於 AMI 的 120%。例如,一個四口之家的年收入不能超過 9 萬美元。申請人最多可獲批三個月的租金。付款將直接支付給他們的房東。

新聞資訊

ASIAN LANTERN FESTIVAL
CLEVELAND METROPARKS ZOO

Presented By
Cleveland Clinic Children's

Wednesdays - Sundays
Now through August 23*

- Over 70 lantern displays
- Live performances
- Animals from around the world

*Excluding August 7

Purchase tickets in advance and save at FutureForWildlife.org/lanterns

克利夫蘭動物園再次舉辦亞洲燈節

今年是克利夫蘭動物園舉辦亞洲元宵燈節這個特別活動的第三年。這次燈盞比以往規模更大,其中包括 70 多個從未見過的燈籠展示;在五三銀行的展台上還有新雜技表演;同時可以品味美食。

為了能使遊客充分地保持社交距離,亞洲元宵節限制每晚的門票數量,強烈建議遊客提前預訂。燈節期間,克利夫蘭動物園還將採取多項安全措施以防止 COVID-19 傳播,包括遊覽路線為單項前行、設置洗手站、頻繁清潔遊覽場所等。

要求到場的遊客必須戴口罩,對 6 歲以下的兒童不做要求。

燈日將以新穎的創意展示為特色,包括遍布水禽湖的 200 英尺長的鳳凰,動態的步行展示和高聳的六層樓高的彩色寶塔。每天晚上在五三銀行的舞臺上可以觀看四場現場雜技

表演,包括雜耍、跳舞和雜技表演。

燈節還將提供各種亞洲美食和飲料,包括當地美食 Li Wah 和 King Wah,以及動物園的一些常規優惠,例如 Kiko's Kitchen,還有 Pizza Hut 可以購買。

燈展活動時間,7 月 8 日—8 月 23 日的每個周三—周日晚上 6:30—10:30。

訂購門票網址:FutureForWildlife.org/lanterns。



在线申请
2020CENSUS.GOV/JOBS

全国范围内有数千份职位可供申请。
成为一名人口普查员,支持自己的社区吧。

- ✓ 赚取外快
- ✓ 按周付薪
- ✓ 时间灵活
- ✓ 带薪培训

塑造属于您的未来
立即申请 >

United States Census 2020

如需了解更多信息,或申请方面的帮助,请拨打 1-855-562-2020
联邦中继服务: 1-800-877-8339 TTY/ASCII www.gsa.gov/fedrelay
美国人口普查局是一个奉行机会均等原则的用人单位。

足不出户快乐云游中国 暑假课程兼顾语言文化

供稿、供图:李顺琴

6月12日至7月13日,克利夫兰州立大学孔子学院完成了线上主题式教学(Topic-based Learning)暑期汉语语言文化课程,带着学生云游中国,行程为湖北-哈尔滨-江西-北京-河南,学生跟随着老师们的脚步到每一位老师的家乡,了解那里不同的特点与文化,学生也用自己所学,写了关于自己和自己家乡的故事书,和大家分享自己家乡的文化。

第一周课上,学生跟随着李顺琴老师游览了湖北,一睹长江、黄鹤楼、武汉雄伟的长江大桥之风采;第二周,跟随着郭宇飞老师游览了黑龙江,感受了“有15个橄榄球场大的”冰雪大世界的壮观;第三周,跟随着王文君老师游览了江西,感受了江西的天气和四个季节的变换;然后,又跟随着栾育青老师游览了北京,了解了一套北京烤鸭有什么、吃涮羊肉有哪些讲究以及北京烤鸭和涮羊肉的历史等文化知识;最后一周,同学们跟随着王华颖老师游览了河南,了解了黄河、少林寺和河南豫剧等当地名胜和文化,还学了河南方言。五周的时间,中国五地风景、文化游,让学生足不出户领略到了中国文化的丰富多彩,学习和运用更多汉语。

历时五周的夏季项目中,每一位老师都精心设计了一本故事书用于本次暑假教学,结合美国外语教学的三种核心交流模式,把重要的语言点融入到故事中,通过图片、故事、动作、表情,帮助学生实现可理解性输入,并通过大量反复练习,掌握并熟练使用语言。为了提高网上教学的有效性和互动性,老师们采用了一系列网上工具,用 Story Jumper 设计教学故事书,图片、文字、声音结合,为学生提供有趣有效学习汉语、了解中国文化的方式;采用 Padlet 教学,实现学生的互动,实时将所学语言结合自己的实际,有效表达;使用 Quizlet、Wordwall、Kahoot 高效学习和复习词语与所学知识,并在竞争性课堂活动中感受到学习的趣味性;使用 Pear deck 将听、说、读、写训练结合起来,有效提高师生互动,提高学生的学习效果。

学生在和老师一起浏览中国的过程中,加深了对中国的感受与体验。以学生为中心的课堂讲究学生的学习和语言能力的提高。本夏季课程的设计也力图使学生成为主角,将学到语言知识转化为应用语言表达自己的能力。根据课程要求,学生也创作了自己的故事书,介绍自己的家乡和自己的故事:克利夫兰、西雅图、华盛顿的旅游景点、美味食品、季节变化,还有自己在城市里的活动和心情。既让学生对比了中美文化,又训练了他们的中文使用能力。

SHUNQIN LI + 5 - 1mo
我爱我的家乡
你的中文名字叫什么?你是哪国人?哪里是你的家乡?你家乡的省会是哪座城市?你的家乡在美国的哪个方位?(东、南、西、北部、中部)?你的家乡有什么地理标志?(有山吗?有水(河、湖、海)吗?)请介绍你家乡的地理标志(山、水);你家乡的什么建筑物(景点)很有名?请简单介绍这些有名的地方。你家乡的什么很美?你爱你的家乡吗?你爱你家乡的吗?

- Anonymous 1mo**
我的中文名字叫江凯凰。我是美国人。
我的家乡是华盛顿特区。它是美国的国会大厦
我的家乡在东海岸
有波托馬Potomac河和Anacostia河。
華盛頓特區有許多著名的建築物。例如美國國會大廈,華盛頓紀念碑,國會,白宮,林肯紀念堂,史密森尼博物館等。
這些地方是著名的歷史古蹟。櫻花是日本的禮物,是最美麗的景。我們每年都有一個節日
有美麗的建築。我最喜歡的人是
- Anonymous 1mo**
我的家乡西雅图
我的中文名字叫马克。我是美国人。西雅图是我的家乡。西雅图在华盛顿州。华盛顿的省会是奥林匹亚。我的家乡在美国的西北部。我的家乡有喀斯特山脉,也有华盛顿湖。华盛顿湖是华盛顿第二大的湖。它有 87.6平方公里。
西雅图是华盛顿最大的城市。他的人口是 608,660。西雅图的太空针塔在美国很有名。太空针塔在西雅图中部。派克市场也很有名,你可以在那买东西。你可以看瑞尼尔山。瑞尼尔山很美。
我爱我的家乡,我爱山和水。
- Anonymous 1mo**
我叫艾森
wo shi mei guo ren我是美国人。
ke li fu lan shi wo de jia xiang克利夫兰是我的家乡。
3
ke li fu lan you yi li hu克利夫兰有伊利湖。
5
ke li fu lan you (key tower) hai you (that other building)克利夫兰有钥匙大厦(Yaoshi Dasha),还有别的建筑(jianzhu)。
我不爱克利夫兰
Wo ai ge ren bu 我爱哥伦布
ge ren bu you (COSI)哥伦布有科学和工业中心(ke1xue2 he2 gong1ye4 zhong1 xin1)。
- Anonymous 1mo**
我中文名字是戴文丽。我是美国人。我的家乡是克利夫兰。克利夫兰在美国的东北部。克利夫兰在俄亥俄Ohio。克利夫兰在伊利湖。克利夫兰艺术博物馆 Cleveland Art Museum很美。我爱克利夫。
2
Anonymous 1mo
你好
我的中文名字叫麦佳林。我是美国人。我的家乡是克利夫兰。我的家乡的省会是哥伦布。克利夫兰在美国的北部。我的家乡有伊利湖。克利夫兰在水边。克利夫兰有摇滚名人堂(Rock & Roll Hall of Fame)和塔城(Tower City)。我到塔城去买东西。摇滚名人堂在克利夫兰市中心。这

学生用 Padlet 介绍自己的家乡的景点

我家的美食
1. 克利夫兰著名的美食是皮耶罗吉。
2. 皮耶罗吉是油炸食品,非常美味。
3. 皮耶罗吉是饺子,是用面团做的。皮耶罗吉里面有土豆。
4. The West Side Market在克利夫兰有最好的皮耶罗吉。The West Side Market有180年的历史了。

我家的美食
在俄亥俄州,最著名的鱼是(walleye)吃烤鸭我会去福海海鲜酒店。在唐人街(中国城)离我以前的中学很近。

江凯凰:美味的蓝蟹!
华盛顿特区最有名的食物可能是蓝蟹。
Huāshèngdùn tèqū zuì yǒuming de shíwù kěnéng shì lán xiè。
Probably the most famous food in Washington, DC are blue crabs. 它们原产于切塞皮克湾和整个城市的其他水道。
Tāmen yuán chān yú qiè cǎi pí kè wǎn hé zhēnggè chéngshì de qítā shuǐdào。
They are native to the Chesapeake Bay and other waterways that surround the city.
生时它们是蓝色的。煮熟后变成鲜橙红色。
Shēng shí tāmen shì lán sè de。Zhǔ shú hòu biàn chéng xiǎn chéng hóngsè。
They are blue when raw. And turn bright orange-red when cooked.
煮熟它们最流行的方法是用老汤

马克:烟熏三文鱼
西雅图只有一百五十年的历史,所以它没有自己特别的美食。但是你可以在那儿尝到来自很多文化的美食。因为西雅图在海洋旁边,它有很多海鲜,例如烟熏三文鱼。
烟熏三文鱼又嫩又咸。
人们常常和奶油奶酪一起吃三文鱼。
最有名的店要数派克市场。它有一百年的历史。

学生用 Padlet 介绍自己家乡的美食

课程结束,学生纷纷对老师表达了感谢,觉得自己在暑假课程收获了很多;有的学生表示非常喜欢课间休息期间的八段锦;有的学生表示,在疫情期间教学受到限制的情况下,有机会上网课,和可爱的老师们一起学汉语,非常享受,喜欢老师们的教学;有的表达了暑假课程增进了老师和同学互相了解;有的表示将会把自己这段学习经历分享给学校的老师和同学。

老师介绍自己的家乡
Hā ěr bīn yīn bīng xuě dà shì jiè ér wén míng, yě jiào zuò "Bīng chéng".
哈尔滨因冰雪大世界而闻名,也叫做“冰城”。

老师介绍家乡的文化
"Huā mùlán" shì zuì yǒuming de Yújué zhī yī.
《花木兰》是最有名的豫剧之一。

学生介绍家乡的天气
克利夫兰的春天常常下雨,夏天常常下雨,秋天常常刮风,天气很暖,人们喜欢在湖边走和游泳。人们也喜欢放风筝。

Edison Jeffers
我点喜欢我的家乡
Jun 26, 2020
Finished

克利夫兰的天气还有季节
Jun 26, 2020

Jessalyn Michaud
克利夫兰美食
Jul 10, 2020
Finished

我的家乡:克利夫兰季节和天气
Jun 26, 2020
Finished

我爱我的家乡克利夫兰
Jun 19, 2020
Finished

学生用 Story Jumper 制作的部分中文小书

学生介绍家乡的景点
华盛顿的省会是奥林匹亚。
我的家乡有喀斯特山脉,也有华盛顿湖。华盛顿湖是华盛顿第二大的湖。它有87.6平方公里。

一旦美國封鎖微信 華人朋友提早準備

本文具有前瞻性,是为了预防微信突然断网。一切基于非常可能发生但是尚未发生的通讯危机。山雨欲来,未雨绸缪。美国封锁微信是大概率事件,提醒华人朋友提早做准备。选择使用电报(Telegram)是解决办法之一!

Q1. 微信怎么了?

A1. 十之八九是要被美国封掉

Q2. 消息靠谱吗?

A2. 靠谱,美国政府放风了。先是印度封了59个中国App,蓬佩7月1日记者会上赞赏,记者问到美国如何是否封,蓬点头。然后是国家安全顾问奥布莱恩7月8日说:微信为中方收集数据,他们不光管他们境内的人,NBA事件说明,境外其他国家的人的自由由也干涉(youtu.be/fwq-jAz-Dsa 补0) 这是美国高官第一次暗示微信给美国国安带来风险。7月12日纳瓦罗指微信对美国发动信息战,将面临美国强力惩罚(youtu.be/8N5VrovFgi 补8)。2月13日何老板说:禁用微信与抖音的文件已在川普桌上(youtu.be/yj-Mu5HawyC 补w)。相信这些都不是随便说说,而是内部都做好封禁准备后安排好的放风

Q3. 切断了海内外微信联系,和国内家人交流回到电邮电话,国内的同胞更得不到真实信息。能否去白宫情愿,让他们只禁抖音别禁微信?

A3. 美国政府顾不了那么多。他们处理的问题都是鱼目混珠,好坏参半。他们要解决的问题是国内对外宣传和情报收集。没有办法区分合理部分和不合理部分。美国政府根本不知道微信对海外华人生活有多么重要,只以为是社交工具,如同脸书,下班以后累了玩儿玩儿。不过,他们纵使知道也不会怜悯

Q4. 谁受影响?

A4. 生活在美国的微信使用者。加、英、澳、日等国很可能跟进。生活在西方的微信使用者都可能逐步受影响。印度已经禁了微信

Q5. 如何受影响?

A5. 美国的中国人不能和国内的人在微信上私聊或群聊交流了

Q6. 美国政府怎么封微信?

A6. 最可能是封微信的服务器IP地址。如果是这样,相当于建起了一座小墙,堵几个点而已,“点墙”堵微信服务器...抖音服务器等。如果不封微信服务器,而是下架微信 WeChat 应用,那就是逐渐耗死微信,只要不换手机就可以继续使用微信。但是我估计这种可能性很小。

Q7. 现在要在其他平台上建立微信群吗?

A7. 下架微信应用是小可能性。就是为了这小小的可能性,也不要太着急行动

Q8. 如果封微信服务器,有没有办法突破封锁?

A8. 有。翻墙返回大陆。国内下架VPN,美国不会下架VPN。但是我不觉得海外有多少人翻墙回去。就因为有点小不便,而且可能要付费。国内的墙本来是单向的,现在不完全是单向的了。我会翻墙返回大陆继续用微信和国内亲友交流。翻墙时美国的很多手机功能不方便,所以翻墙只是偶尔。国内的人私聊美国的人可能反应很慢,也许一天看一次微信。

Q9. 海外的人都翻墙回国,不就解决问题了吗?

A9. 要问服务商是否提供翻墙回国的服务,不是所有的都提供。免费的应该不提供,因为维持国内的服务器很困难,成本高,通量小。VPN可能经常不给力,特别是在最初若干周。大国网警,炮轰VPN火力凶猛,服务经常断断续续没法用。绝大多数群友不会花钱订这种服务。重大事件期间一般几天甚至一两周都没法用,例如两会期间,付费的也经常出问题,就是因为一个公司的力量在对付一国之力,漏船载酒。总之壁垒重重。翻墙VPN最便宜的是80美元5年

Q10. 到其他平台如Telegram重建微信群不就行了吗?

A10. 如果仅仅下架,可能一段时间可以按兵不动。微信还能用,只是大家不要换手机。如果换手机,大概率情形是WeChat App安装不上。如果封服务器,那就要搬家。几个问题:无法和国内的人交流。微信是国内唯一允许用的平台。这是最要命的问题。没法和国内亲友交流,原来群友在国内的也无法交流。海外的平台多,例如Whatsapp,Telegram,Line等。海外会主要迁移到四、五个平台,华人相当于躲在四、五个岩洞里,互相交流很不方便(只能通过手工拷贝IP地址来分享文章)

Q11. 如果封微信,什么时候封?

A11. 据说7月13日已经在等待川普批准。最坏的可能性是突然封不给预警,一觉醒来已经封了。那微信应用突然就找不到服务器了,点开微信时不反应。如果突然封,那大概是为了国际政治的需要,不给对方国留紧急搜罗美国用户手机上信息的机会。突然封可能带来对政府的法律诉讼,因为微信零钱拿不出来。所以可能性不是很大

Q12. 现在群主需要做什么准备?

A12. 收集海外群友的电邮地址。海外群友:在海外读书的国人、华侨、华人,凡是在海外要住一阵子并且使用微信的人。与微信账户用国内手机号注册还是海外手机号注册无关。最高效的收集方法是让所有海外群友将电邮地址发给自

己的介绍人(拉自己人群的人)。如果不记得或者介绍人已经退群,则加群主或管理员微信,私信传递。这样,海外群友的电邮地址就像漏斗一样集中到群主手里。然后让管理员或找志愿者把漏网之鱼捞一捞,就得到所有海外群友的信息:网名,群内昵称,电邮地址

Q13. 如果封微信服务器,微信群会怎样运行?

A13. 国内群友照常,群里美国群友变成僵尸状态,给他们私信也收不到。群主可以考虑把他们中间的多数人移出,除了那些翻墙回来使用微信的海外群友。海外群友通常在海外其他平台(如Telegram)上另开同样的群,有自己的群主。如果群主在美国,而且群主不翻墙回来照顾,那批准新群友(如果启动了入群审批)、踢人等操作就没人能做;群主可以考虑翻墙回来转交群主位子给国内群友,或者终止入群审批,然后永久消遁

Q14. 微信群搬到哪里好?

A14. 一位朋友校友做了比较:比较了WhatsApp,Line和Telegram,属Telegram最好。

https://info.51.ca/life/encyclopedi-

a/2020-07/906806.html

WhatsApp是类似软件中最早的,功能区比较简单,类似于手机短信,手机号码会被所有人看到,没有朋友圈和公众号

Line比较民主,任何人都可以踢人,是个双刃剑,

台湾人和韩国人用得比较多。

Telegram的管理功能比较好,有几个功能是其他软件没有的,一个是可以让进来的人看到前面所有的发言,另一个是可以控制两次发言间隔的时间。其他还有Channel(公众号),用户可以删除自己的发言,群主也可以删除群里的发言等等功能,还比如说可以允许发言但不许发表情包等等。

Q15. 微信钱包怎么办?

A15. 赶快把微信零钱退回银行账户,省得微信零钱不方便取用,因为还要翻墙。腾讯收取0.1%手续费,挺高的,不过值得。自动缴费照常运行,不受影响,例如你国内手机月费(手机带回美国可以免费国际漫游免费接收短信验证码)。但是出了问题可能需要翻回墙内照顾微信钱包,不方便。微信支付手工付款也要翻墙。

Q16. 微信停止工作后,能否让国内亲友帮助登录微信账户处理微信钱包里的钱?

A16. 应该可以。但是没试过。登录手机号码和账户不同,严重盗用嫌疑,一大堆验证、口令、动态验证码,让你手忙脚乱。国内手机:验证码没有国际漫游设置,在美国是收不到的。美国手机:验证码跨越国界,服务商,可能横竖收不到。

Q17. 回国探亲的时候能用原来的微信账户登录吗?

A17. 能。回国和翻墙回国是一样的,都能。

俄亥俄州东北部租房资助计划

如果你因受COVID-19经济影响而在支付租金上有困难,我们可能帮到你

833-377-RENT(7368)
NEORENTHelp.ORG

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

Funded by:

Mayor Frank G. Jackson



Dear Residents,

On Tuesday, July 14, I held an important virtual town hall meeting as part of my "Toward A Great Cleveland: Eliminating Inequity, Disparity and Racism in the City of Cleveland" series. I discussed COVID-19 as well as violence and crime prevention in the City. For this

tele town hall, I was joined by Cleveland Police Chief Calvin D. Williams and Public Safety Director Karrie Howard. We took questions from residents in neighborhoods all over the city on topics ranging from my mask mandate to the consent decree to race relations in the City.

If you missed my tele town hall meeting you can listen to the audio on the City of Cleveland Facebook page.

Thank you and stay safe,

Frank G. Jackson, Mayor
City of Cleveland

TownHouse 房間出租

地點: Macedonia 的 Huntsford Farms
房型: 3 房間的 Townhouse. 有洗衣房和車庫
房間: 樓上兩個房間出租
費用: 房間一: 130 平方英尺, \$400/月
房間二: 208 平方英尺, \$500/月
水電網等分攤
聯繫電話: 217-417-1801

有需要失業援助者請報名

在克利夫蘭的朋友, Pandemic unemployment assistance 失業援助現已接受報名, 有需要者請聯繫 216-881-0330, 分機號碼 8819 或 8807 或 8808

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, 工傷者出具有關所賠必要的診療報告。可以為您找當地好的律師。

趙文寧 醫生
中醫針灸師
西醫骨柱神經科
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
網站設計 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(麗華酒樓和百佳超市之間)
(330) 776-8068 (330) 819-3067
E-mail: tzhcpa@gmail.com
www.tzhcpas.com
Global Capital Management LLC

克城餐館招聘

WahFu Chinese Restaurant, located at 15210 Bagley Road, Middleburg Hts, OH 44130. We are the best Chinese Food in town! We are hiring Chef, kitchen helper and waitress. Required payroll reported. Please contact HR manager: Bill 440-886-3456. Please find us at Wahfurestaurant.com

Please follow us at Facebook, Twitter, Instagrams. Thank you!

餐館名稱: 華富中餐館
Wah Fu Chinese Restaurant
@ 15210 Bagley Road, OH 44130. 招聘: 廚師, 廚房雜工, 餐廳服務員。要求可以報稅, 待遇面談。請電話聯繫:
Bill (Manager) 440-886-3456

新冠疫情中赴美生子 近百中國大陸孕婦被直接遣返

核心提要

1. 美國新冠肺炎確診病例超 310 萬，仍難以阻擋中國孕婦赴美生子，一月以來，有近千名孕婦進入美國，也有近百名孕婦被直接遣返。
2. 美國沒有放棄打擊中國孕婦的赴美生子游。1 月特爾普發佈行政命令，規定凡是以赴美生子為目的的一律拒簽，嚴控 B 類簽證。7 月 9 日，美國兩名參議員提出了一項《禁止生育旅遊》法案，將禁止外國公民為了使他們的孩子獲得美國公民身份而前往美國生產。專門從事中國孕婦赴美生子的人士也稱，美大使館或進行電話調查，仍有撤銷簽證的可能。
3. 據新聞報道，特爾普限制簽證，受影響最大的是中國、俄羅斯和尼日利亞。每年有近萬中國孕婦赴美生子，至少 8000 多名她們的孩子在美國出生，形成了一個至少價值數千萬美元的產業鏈。
4. 中國孕婦赴美生子的風險越來越高。6 月 30 日，美國法院判定加州一月子中心負責人陳超入獄 3 年 1 個月，此月子中心短短兩年就從中國收到了 300 萬美元的國際匯款，號稱美國歷史上最大的非法月子中心案。但騙人錢財的月子中心遠非孤例。
5. 特爾普對“出生公民權”的打擊由來已久，但受到多各階層的反擊，稱其違反憲法第十四修正案。

疫情難阻中國孕婦赴美生子游：數百人赴美各地開辦生子

美國自三月至今大爆發的新冠疫情、禁航、封國以及對赴美生子為目的一律拒簽等，似乎都沒能阻擋住中國孕婦赴美生子游的腳步。

7 月初，關島的一家中國孕婦服務中心，在微博上曬出幾張圖片，聲稱有三個孕婦入境美國關島，兩個孕婦入境成功，另一個以疫情不適合旅遊遣返。

據一位熟悉內情，在加州開辦月子服務中心，不便透露身份的業內人士稱，嚴重的疫情並沒有擋住這些中國孕婦。至少有百人左右的來自上海、廣東等地的孕婦，通過關島、紐約、西雅圖、舊金山等地入境成功。更令人匪議所思的是，一位之前曾在美國生過一個男孩並拿到美國“出生紙”的上海孕婦，六月底竟然以自己是美國人的直系親屬的名義，入境西雅圖成功。她所謂的美國人就是之前的第一胎在美國拿到出生紙的孩子。而之前所傳美國政府將取消落地即可入美國籍的情況，並沒有發生變化。目前在美國已生育的部分新生兒，幾乎都可拿到美國的出生紙與回國旅行證件。

今年 1 月 24 日，川普頒發行政命令，規定凡是以赴美生子為目的的一律拒簽。嚴控以去美國生孩子為目的的 B 類簽證，即短期旅遊和商務簽證。從而在事實上消滅父母非美國公民卻專門去美國生孩子的現象。也就是說，“誠實簽”被取消了。

這一法令實施至今已過去了 7 個月，即使是在美國新冠疫情已蔓延至今 310 多萬人，對中國遊客封禁的情況下，這些拿中國護照的孕婦，仍可開關入境成功。

相關信息表明，除了疫情期間美國禁令出台，拒絕非美國國民入境，導致今年同期的中國孕婦幾乎下降了百分之九十以上之外，許多月子中心也因此關閉。那些目前因疫情難以返國的中國孕婦，據不完全統計，至少有千名左右。

有一部分已完成生育，還有一部分待產。但美國政府顯然並沒有放棄對於中國孕婦赴美生子游的打擊。7 月 9 號，美國兩名參議員提出了一項《禁止生育旅遊》法案，將禁止外國公民為了使他們的孩子獲得美國公民身份而前往美國生產。以打擊赴美生子旅遊及移民欺詐。該法案被看做是今年 1 月 24 日出台的禁止向赴美生子的遊客發放簽證的規定陞級為法律，美國還將修訂《移民和國籍法》，使得生育旅遊無法作為獲得 B 類非移民簽證的批准基礎。法



案還需兩院投票通過才能執行。

上海孕婦發帖講述入境美國秘籍，中國護照仍能入境？美大使館電話調查，近百孕婦被遣返

7 月 6 號，一位中國孕婦發帖講述自己入關西雅圖的經歷，火遍孕婦圈。發帖子的孕婦來自上海。她稱自己先在柬埔寨的金邊隔離了 14 天，然後在金邊乘坐韓亞航空飛機；值機就看了孕周證明 eVUS 住址，其他啥都沒問。

“早上七點多過西雅圖海關，誠實相告就是來生孩子的，這塊一定要很誠實，很友好的摺完手印後，被帶進小黑屋。里面人很多，基本上持中國護照沒綠卡的都進來核實資料了，除了我還有一個帶孩子的孕婦。海關態度很好，問的很細，之前生孩子的清賬單、保險、數帶來的現金、租房合同，每一項都拿了資料進去核實了半天，默了快三個小時，以至於我差點沒趕上 12 點的飛機。總體來說西雅圖雖然問的很細，但屋子裡的大部分孕婦都通過了，遣返的應該不多。”

這兩位入境西雅圖的孕婦都是以美國人直系親屬入境的。因為她們之前所生的孩子均有美國出生紙，這個空子鑽得讓美國人沒有話說。當然，出乎意料的是，有月子中心竟然稱，有兩位來自廣東的持中國護照的孕婦入境紐約，再抵舊金山，竟然也沒有被遣返。

這些來自國內的孕婦大多仍集中居住在加州的幾個仍在營業的月子中心以及部分家庭里。但加州目前是疫情高發地區。這使許多孕婦選擇不再聚居，而是分散租房或者住進別人家裡。有未經證實的消息稱，一名孕婦在生孩子後，確診感染新冠病毒，至今仍在醫院。

這些孕婦在美國疫情已居全球第一的情況下，仍在冒險入境美國生子，在華人圈引發震動。據世界日報的消息，一位產科醫生覺得這些中國孕婦簡直令人不可思議。是拿生命在冒險。她警告這些孕婦，在目前情況下，極易感染新冠病毒，且許多產科醫院大都處於小範圍營業狀態，很難保證安全生產，勸大家謹慎從事。

嗅覺靈敏的美國大使館，顯然對這些在疫

情期間換發簽證的人提高了警覺。據一位專門從事中國孕婦赴美生子游的人士，以“赴美生子劉博士”的名字，在社交媒體上發佈了一則信息，稱“最近有三個在《赴美生子群》中的群友接到了美國大使館的電話調查，詢問是否去美國生孩子。在 2019 年之前，接到這個電話的人，90% 會被撤銷簽證。最近，接到電話的人，簽證被撤銷的概率只有 30-40%。”他提醒：“現在赴美生子，必須要冒三個風險：

1. 簽證時，海關有可能問是否去美國生孩子，如果問，必須要冒撒謊的風險。
2. 入境時，要冒遣返的風險。1 月 24 號禁令之前，遣返的概率不到 0.5%，之後，遣返的概率大概是 5-10%。
3. 旅遊簽證赴美生子回來後，再次去續簽，簽證被拒的概率是 20%。以上統計數據是個人統計，每年統計樣本 1000+。”

涉劫中國孕婦非法赴美男被判囚 3 年 幕後：華人專借月子中心詐騙孕婦

有數據表明，中國孕婦赴美生子的風險越來越高。

6 月 30 日，一名叫做陳超的男子，涉嫌於加州歐文開設月子中心，協助中國孕婦赴美生育，被法官裁定，簽證詐騙、婚姻詐騙及申請退稅時虛報 3 項罪名成立，但其已潛逃回國內，只能缺席判處入獄 3 年 1 個月。

這宗號稱美國歷史上最大的非法月子中心案，從聯邦探員和地方執法機構臥底取證至審判，前後歷時五年多，共有 19 人列入被告名單。他們向每位客戶收取的費用在 4 萬至 8 萬美元不等，並於短短兩年內就從中國收到了 300 萬美元的國際匯款。

據當地媒體披露的信息稱，35 歲主謀陳超 (Chao Chen) 與 42 歲合夥人李冬媛 (Dongyuan Li) 協助富有國內孕婦甚至政府官員赴美，讓她們在當地分娩後子女可取得居留權。這家公司會教導她們如何騙取簽證申請、隱瞞懷孕及在中國通過美國大使館的面試等。除了開設以生育旅遊為目的之公司優孕美國月子度假會所 (You Win USA Vacation Resort)，陳超亦涉以假結婚方式騙取美國綠卡。2015 年這個月子中心被警方查封，拘捕陳超等多人，李冬媛去年 10 月承認協助非法移民詐騙，入獄 10 個月並已在美國發出遣返令前，離開美國。其後陳在保釋等待宣判期間，夥同至少 10 名被告潛逃回國內。而其豪宅與名車也均被其拋棄，被法院查封。

這次美國警方對月子中心的打擊與掃蕩，使加州的月子中心遭滅頂之災，有部分月子中心關閉了網站，並暫停接客。但顯然針對赴美生育的騙局並沒有停止。在 2019 年 5 月，加州有一個叫做美寶之家的月子中心，宣佈倒閉。在倒閉之前，這家月子中心以優惠 2-3 萬人民幣為由，一次性收了大概 30-50 個中國孕婦的全款 20-40 萬人民幣，然後卷款跑路。同時拖欠洛杉磯爾灣合作的月子中心 200 萬人民幣，導致月子中心破產。而之後被騙的孕婦們集體向上海警方報案。但這顯然對於這家卷款跑路的在美國註冊倒閉的公司，沒有任何用處。

年初，加州爾灣另外一個月子中心的老闆，因詐騙錢財，一個孕婦將其舉報到警察局和稅務局，被臥底抓住證據，嚇得連夜逃回國內，至今不敢入境美國。在美國生孩子，不但要面對生育風險，還要面對各種人為的騙局風險。

今年疫情期間，更是有近 30 多家月子中心，因幾乎沒有國內客源，而宣佈關閉或者倒閉。

美國嚴控赴美生子法令實施七個月效果如何，2019 年共有將近萬名中國“定錨寶寶”？

今年一月，特爾普政府出台了一項打擊“赴美生育旅遊”的新規定。蓄謀以久的特爾普政府不再挑戰有關“出生公民權”的憲法第十四修正

案，而是直接指示負責簽證事務的美國國務院，嚴控以去美國生孩子為目的的 B 類，即短期旅遊和商務簽證，從而在事實上消滅父母非美國公民卻專門去美國生孩子的現象。法律專家認為，當事人將很難在法律上對這一政策發出挑戰。

據新聞網站 AXIOS 的消息，這一政策出台，受影響最大的是中國、俄羅斯和尼日利亞，這三個國家是赴美生子游最大的客源地。

“赴美生子游”對國人來說並不陌生，很多人都聽說過，甚至有計劃前往美國生孩子，一是享受比較好的醫療條件，二是讓孩子出生後便享有美國公民身份，等孩子長大成人後，再為父母申報在美國長期居留權，也就是俗稱的綠卡。而這樣的孩子，美國有個專門稱呼，叫“定錨寶寶”，意思是他們像船隻岸前拋下的錨，鎖定了父母未來獲得美國居留權或美國公民身份的機遇。

目前，美國並沒有官方數據統計每年來自國外的遊客在美產子的具體數量，與特爾普政府有密切聯繫的反移民團體移民研究中心估算，2016 年 6 月 30 日至 2017 年 7 月 1 日之間的“定錨寶寶”的數字是 3.6 萬人。至於 2018 至 2019，估算的數字則為將近 4 萬人。中國孕婦每年有將近萬人赴美生子。甚至還有一些企業專業從事幫助懷孕的外國人獲得新生兒的出生公民權，形成了一個至少價值數千萬美元的行業。據估計，在 2019 年，至少有八千多名中國孕婦所生的孩子在美國出生。但這一數字並不包括那些訪問學者、留學生等所生的孩子在內。

赴美生子，並不是新的現象，卻是美國新的問題。2015 年，美國聯邦政府多家機構聯合執法，一舉查封了洛杉磯地區 37 家月子中心，此事轟動一時，成為美國國會議員提出取消“出生公民權”的導火索。2016 年，特爾普參加總統競選，從那時起，他就不止一次在競選演講中提出，如果自己當選，將廢除這一制度，以體現“美國第一”的政策，保護美國人的資源不被外來移民所侵佔。

2018 年 10 月，特爾普重新撿起這個話題，突然嚴厲抨擊“出生公民權”，稱認為這種“出生公民權”給美國每年造成數十億美元的經濟損失，對美國公民非常不公平，無論如何自己一定要結束它。但他這種說法立即引發了社會多個階層的反響。美國憲法第十四修正案涉及公民權利和平等法律保護，其重要性有“第二次制憲”之稱，其第一款規定：所有在合眾國出生或歸化合眾國並受其管轄的人，都是合眾國的和他們居住州的公民。任何一州，都不得制定或實施限制合眾國公民的特權或豁免權的法律；不經正當法律程序，不得剝奪任何人的生命、自由或財產；在州管轄範圍內，也不得拒絕給予任何人以平等法律保護。

特爾普政府最後成功繞過美國憲法第十四修正案涉及公民權利和平等法律保護的條文，直接宣佈了這一從源頭卡死的辦法。這一法令自一月底生效後，這個窗口開放期看上去似乎只有兩個月左右的時間，美國於三月開始要求對包括中國在內的其他數個國家，實施禁航。但這期間，通過各種渠道，以及第三國，逃避疫情的方式，仍然有近千名中國孕婦成功進入美國境內。但也有近百名孕婦被從機場直接遣返。而 2019 年，被遣返的孕婦超過 200 名。

上述那位不便透露姓名的赴美生子從業者認為，目前美國並沒有將中國護照遊客全面卡死。在部分城市海關關員自由裁量的尺度很大。各地海關執行政策的鬆緊不一。這也就是為何至今每天仍有人闖關成功的案例。但他也稱要防止被遣返的風險。尤其是 7 月初，一位在仁川轉機後從底特律入境的孕婦，直接被遣返，理由是現在不允許入境美國生孩子。這位孕婦和她先生都曾在美國留學。目前，她們被滯留底特律機場已經一周，因為根本買不到機票。

法律專家：移民局有權遞解 國際學生須按新規做好準備

美國政府最近明令，在大學里只上網課的國際留學生不能留在美國，引起美國高等院校的不滿，並提出訴訟。不過，法律專家表示，移民官員可以依法執行這一指令，將留學生遞解出境。

美國移民海關執法局(ICE)周一公佈的規定，不再允許持學生簽證的留學生在校園關閉的情況下遠程上課。如果他們的學校只開設網課，這些外國學生必須轉往有面授課的學校，或者離開美國。

移民律師吉娜·波羅(Gina Polo)告訴美國之音，這一規定對學生及其就讀的學校都有法

美國修改新政 放寬涉網課規定

美國川普(Donald Trump)威脅要將網上上課的留學生(專題)驅逐出境。此舉遭到批評後，政府讓步修改留學生簽證新政。

美國移民(專題)及海關執法局(ICE)頒佈的留學生新政引來眾怒，受到全美各大高校聯合起訴，而迫於輿論壓力，美國移民及海關執法局終於宣佈，對新政進行部分修改。

修改後的規則如下：身在美國境內的國際留學生，不能全部選擇網上上課；身在

律約束力。她說，“為了能夠接收外國學生，學校必須滿足 ICE 提出的一定的標準。”她說，“其中主要一點是如果學生違反了簽證要求，學校必須通知 ICE。如果持 F1 學生簽證的留學生只上網課……學校就必須通知聯邦政府。”

之後 ICE 會通知留學生到移民法庭出庭，開始將他們遞解出境的耗費時日的法律程序。而如果學校不通知政府有違反簽證規定的學生，ICE 可以撤銷它們接收外國學生的許可。

哈佛大學和麻省理工學院已對 ICE 提起訴訟，希望法庭阻止 ICE 執行新規定。法律專家認為如果不能儘快做出裁決，ICE 的指令將一直有效，而現在離秋季開學不到兩個月的時間，國際學生要做好準備執行新規。

目前美國高等院校有一百萬萬國際學生，佔美國學生總數的 5.5%。據統計，美國近 1100 所高校中有大約 9% 計劃秋季學期全部網上授課。現在還不清楚會有多少國際學生會受到 ICE 新規的影響。

美國境外的國際留學生，可以在當地選擇網上上課；沒有回美國返校，但仍在網上上課的學生，學生身份仍然有效，只需要在 SEVIS 中保持活躍狀態。

與此同時，全美眾多高校也正在計劃應對這一新政的方法，紛紛增開秋季實體課程，例如加州(專題)大學柏克萊分校將新建一門 1 學分(通常為 3 學分)的面授課程，而佛羅里達大學的部分學院將採取 90% 線上授課結合 10% 面授課程的模式。

在這之前，美國移民及海關執法局 7 月 6 日宣佈新規定：美國秋季學期的簽證發放規則調整，如果所有授課均為網上形式，則不向留學生發放簽證

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.

被美國簽證新規困住的留學生：“也許我就不該來”

新冠病毒暴發之初，奧利弗·菲爾考克斯(Oliver Philcox)在普林斯頓大學(Princeton University)讀天體物理學研究生的第一年即將接近尾聲。課程於3月停止，後來轉為線上。到5月，他決定回英國的家。

“長遠來看，這是個糟糕的主意，”24歲的菲爾考克斯說。“但我本以為能在9月回去。”

現在，特朗普政府發出指令，秋季學期全部在線上課的學生將被剝奪簽證，並被要求離開美國。菲爾考克斯以及無數其他國際學生能否返回美國成了未知數。

許多大學將此視為政治性舉動——試圖迫使它們重新開放，而不是在疫假期間把所有課程搬到線上。對於一些國際學生來說，這一指令導致了令人頭痛的行程問題和不確定性。但是對於其他國際學生來說——尤其是那些祖國陷入動亂或通信技術不足以進行線上學習的人——該決定可能會打亂他們的生活，令他們的未來天翻地覆。

根據2019年國際教育協會門戶開放報告(Open Doors Report on International Educational Exchange)的數據，特朗普政府要求國際學生參加面授課程的計劃將影響約100萬學生。中國是輸送留學生人數最多的國家，2018-2019年約有37萬人進入美國大學，其次是印度，該年度的人學人數剛好超過20萬人。

隨着現實的來臨，世界各地的留學生現在有可能無法返回美國或留在美國接受教育，因此越來越憤怒。許多人正在重新考慮，儘管美國學府具有專業知識和聲望，但是選擇來這裡是否值得。

西班牙出生的瑪卡雷娜·拉莫斯·岡薩雷斯(Macarena Ramos Gonzalez)即將結束特拉華大學(University of Delaware)的應用生理學博士課程。她坦言：“如果他們真的不希望我在這裡——政府已經在很多方面非常清楚地表明瞭這一點——也許我根本就不該來。”

她說，這項決定突顯了大多數大學和政府之間的脫節：大學追求學生和教職員工的多元

化，而政府則迴避這些原則。

成千上萬名學生及支持者簽署請願書，要求政府重新考慮這一決定，並敦促其大學保護留學生。一些大學正在重新評估自己的秋季重新開放政策，嘗試開設一些面授課程。

哈佛大學和麻省理工學院已向聯邦法院起訴特朗普政府，要求阻止該指令，它們認為該政策具有政治性，並將顛覆美國的高等教育，而其他大學也試圖緩解學生的擔憂。但是許多人仍然非常擔心。

該指令也引發了困惑，因為目前尚不清楚某些大學是否會提供面授課程，或者該限制是否適用於研究生階段的研究課程。

對於某些國際學生來說，美國一直是一個避風港，為他們遠離祖國的動亂提供了安全保障，而且無需擔心本國基礎設施不支持遠程學習。但是這種安全感現在已被打亂。

去年8月，在伊法特·加濟亞(Ifat Gazia)的家鄉克什米爾，印度政府切斷了互聯網接入，作為加強對爭議領土控制的部分舉措。儘管該服務已于1月恢復，但只有2G網絡可用，因此幾乎不可能通過Skype撥打電話，更無法支持她通過Zoom視頻參加講座的需要。

去年8月，就在印度對該地區進行鎮壓時，加濟亞到達了美國。由於印度政府切斷了克什米爾的固定電話和移動電話服務，她無法給父母打電話，讓他們知道她已安全抵達。

“我着陸時感到很幸運，”加濟亞說。“但是

這星期，當這個命令到來時，我感到的只有絕望。”

她指出，高等教育通常是美國吸引高科技人才的一種途徑。

“這就是美國很棒的原因，”她說。“但是，許多美國人認為我們只是來這裡索取的。他們沒有意識到我們做了多少貢獻。”

庫納爾·辛格(Kunal Singh)正在麻省理工學院攻讀政治科學博士學位，他這樣的學生根本沒有辦法回家。由於印度在3月關閉邊境以阻止新冠病毒的傳播，他一直沒辦法飛回印度。

排外情緒也在某種程度上降低了從美國頂尖大學畢業的聲望。

“如果我在申請美國學校時就知道會發生這種事，我就不會申請了，”辛格說。“我可能會申請去澳大利亞或英國。”

對於某些人來說，繼續下去實在太過勞神傷財。現年48歲的安德烈斯·海梅(Andres Jaime)的兒子今年19歲，是波士頓伯克利音樂學院(Berklee School of Music)的學生。他說，他們已經決定推遲兒子的學業並返回哥倫比亞。

海梅說，他們之前曾請求大學降低一學期的學費，“因為線上體驗是不一樣的，”但大學拒絕了。政府對簽證的決定更加強了他們回家的決心。

其他學生也開始考慮其他選擇，例如來自上海、21歲的安迪·毛(Andy Mao,音)，他正在紐約大學學習生物學。聽到這個消息時，他正在為

GRE做準備。

這是他本科的最後一年，由於美國在研究領域的領先聲望，他曾計劃在這裡學習多年。但是現在，他說他將把加拿大和新加坡的大學納入考慮範圍。

“我仍然喜歡這個國家，”他說。“但是如果特朗普再次當選，我們將面臨巨大的不確定性。”

在許多情況下，研究生和博士生的配偶和子女也隨他們來到美國，這意味著該指令還將導致整個家庭被移出。在某些情況下，孩子們將被迫從他們出生並唯一生活過的國家離開。

正在馬里蘭大學攻讀通訊專業博士學位的娜特·李(Naette Lee)就面臨這樣的情況。來自特立尼達和多巴哥的38歲的李與比利時籍的丈夫，以及出生在美國、身為美國公民的幼子住在一起。由於歐洲禁止來自美國的非居民旅客，他們將無法一起去往歐洲。

如果李不得不回到自己的國家，她將與家人分離——特立尼達和多巴哥在疫假期間禁止外國人——包括她的丈夫和兒子——入境。

“這已經不是校園體驗的問題了，”她說。“我們得拋棄我們的生活。”

許多學生甚至還在努力搞清楚自己是否會受到指令的影響，特別是攻讀以研究為主的高等學位的學生。他們通常沒有面授課程，而是獨立學習。

29歲的加拿大人凱爾西·布賴克(Kelsey Bryk)於3月匆忙離開了特拉華大學，在邊境越來越有可能關閉的情況下，她驅車26小時前往溫尼伯的家。過去四年里，她一直在為博士學位而努力，現在可能回不去了。

“我投入了很多時間、金錢和精力，而現在這些努力可能會被毀掉，”她說。

儘管她的大學仍在設法保證國際學生能夠留下，但不確定性是迫在眉睫的。

“現在，我覺得誰都沒有答案，”她說。“而我們只能做最壞的準備，同時寄希望於最好的結果。”



“世界對我並不友好”：隨著美國簽證限制，約100萬留學生的生活被瞬間打亂。許多人正在重新考慮，儘管美國學府具有專業知識和聲望，但是選擇來這裡是否值得。

又一中美博弈工具!被針對的為何是它?



是白宮為封禁TikTok進行輿論公關和鋪路。

他提到，即便TikTok主動自我拆分為一家美國企業，對美國也沒有幫助，情況還會變得更糟，因為那樣的話美國將不得不向中國支付數億美元，以獲得TikTok在美國開展業務的特許。納瓦羅還提到，TikTok聘用迪士尼(Disney)前高管梅耶(Kevin Mayer)擔任新首席執行官(CEO)，玩的把戲和中國電訊業巨頭華為公司一樣。

換句話說，近1年來，無論字節跳動採取何種「去中國(或中共)化」的自保舉措，比如任用美國人當CEO、將總部遷至海外、乃至出售部分股權，都無濟於事。特朗普政府TikTok禁令呼之欲出，美中高科技領域的又一波較量隨之展開。

特朗普政府封殺TikTok的原因很多，但主要原因在《特朗普封殺抖音的四個原因》中已經有所表述。而且，對於講究互惠性和對等性的特朗普政府，要想封殺TikTok，就從來不缺理由。比如，納瓦羅等鷹派認為，既然中國能夠封殺Facebook和Twitter，美國當然也可以封殺TikTok。

一方面，特朗普政府一直在尋找大選年打中國牌的工具，這種工具很多，比如貿易協議、香港、台灣和新疆議題等等。TikTok也是如此。無論美國是否有確鑿證據，封禁它可以服務於特朗普的選舉目的。

另一方面，字節跳動這樣的中國企業的確給美國帶來了不安，促使美國左右兩翼政客「封」之而後快，以此加大力度應對「中國挑戰」。這種不安或不自信在美國應對華為問題時也有所體現。

也就是說，字節跳動海外影響力之強大，已經足以讓Facebook、YouTube和Instagram等商業對手和美國國會政客所警覺，後經美國各方遊說和政治評估，隨之而來便是所謂的司法及安全調查。1年來，圍繞TikTok內容審查、IP地址、定位和個人數據存儲與處理的安全，美國政客有意將之前對華為的指控套用於字節跳動。

比肩華為的優勢

和華為一樣，字節跳動也是一個擁有「全球戰略野心」的科技巨頭企業。它在東南亞、日本等地受歡迎程度高，可以說是中國企業「走出去」最為成功的案例。除蘋果之外，字節跳動也是唯一一家在中國和西方國家均擁有超過1億用戶的科技公司。

尤其是字節跳動在科技領域的優勢，甚至是部分美國科技企業難以匹敵的。

比如，字節跳動的大數據整合、人工智能應用等能力，包括數據抓取和分析、雲計算以及方法論等，都為客戶提供了最優的產品服務。而且，和其他美國互聯網企業相比，字節跳動最早將人工智能和互聯網技術相互結合，併實現客觀的利潤回報，甚至在文化傳播方面發揮巨大影

響力。

字節跳動剛剛進入美國兩年，就被美國情報、軍方和國安系統盯上，原因除了支持它強大的技術優勢外，還和他對美國年輕受眾的吸引程度有關。這一點是阿裡巴巴和百度及騰訊等其他中國互聯網企業無法相比的。據瞭解，現在TikTok在美國的月均活躍用戶有6,500萬至8,000萬左右，16至24歲的年輕居多。2019年，TikTok在美國的下載量超過1.75億次，全球下載量為10億。

如此大的市場衝擊，足以讓美國鷹派議員擔心中國影響力的滲透。

美國瞄準字節跳動、考慮封禁TikTok，和近年對華全面博弈的大背景相關。這再次體現了美國政府對中國科技企業及產品的不信任。尤其對於發起對華意識形態戰爭的特朗普政府而言，封殺TikTok可能會被包裝為防止「中共意識形態滲透」，即納瓦羅所說的「信息戰」。在蓬佩奧和納瓦羅等人看來，凡是一切和中國共產黨有聯繫的且有競爭力的企業和產品，都可能被封殺。

當然，隨着中國科技崛起，以及更多中國企業「走出去」，還會有更多企業面臨同樣的窘境。比如，封殺華為和字節跳動之後，微信同時也被考量納入封禁名單。所以，兩國在科技及意識形態領域的這種博弈將是一場持久戰。

撰文：黃治金

美國將對抖音微信下重手 海外華人咋看?

繼美國總統特朗普及多位政府高官早前相繼表示，美國正在考慮限制中國短視頻平台“抖音”海外版TikTok及中國社交網絡平台微信後，美國白宮貿易顧問納瓦羅(Peter Navarro)7月12日也透露，預計特朗普將對TikTok和微信“下重手”。

美國總統特朗普、美國國務卿蓬佩奧和美國白宮安顧問奧布萊恩(Robert O'Brien)周一連三天披露，美國正密切關注包括TikTok和微信在內的中國社交媒體應用程序，因為這些社交軟件獲取美國公民的私人數據傳送回中國，進行惡意行為，形容此舉是保護美國公民私人數據行動的一部分。

美國將對抖音、微信“下重手”?

與此同時，美國彭博社12日引述美國白宮貿易顧問納瓦羅表示，美國政府針對TikTok和微信的工作“才剛剛開始”。由於TikTok和微信對美國構成信息安全威脅，不排除封鎖這兩個應用軟件。

美國退役陸軍軍官肖恩告訴記者，美國關注TikTok和微信的出發點從信息安全層面升級至意識形態的對抗：“中國政府的宣傳和假信息活動已經成為美國要遏制的部分，同時也是一個對等原則。從美國聯邦調查局或者美

國司法部的角度來講就是數據安全為理由；如果是國務院層面就是媒體對等原則來應對。”

禁用抖音行動已開始

彭博社的報道說，出于安全原因，美國富國銀行集團(Wells Fargo & Company)已要求員工將TikTok從公司手機上移除。美國亞馬遜公司日前被曝要求員工刪除TikTok，卻在幾小時後撤回命令，說是“誤發”。事件引起納瓦羅的不滿，他批評亞馬遜的決定意味着“中國對美國企業影響力極大”。

不過，美國陸軍、海軍早在今年一月就禁止所屬人員在政府手機上使用TikTok，認為TikTok是“網絡威脅”。

肖恩分析，美國對TikTok和微信禁令很可能擴大至所有政府部門：“比如政府機構不允許把下載了微信、抖音的手機帶到政府部門工作的各個地方。政府也可以和手機平台溝通，以國家安全的理由要求他們採取一些行動。”

海外華人怎么看?

微信和TikTok在中國人的心目中有着舉足輕重的位置，微信更是海外華人與國內家人聯繫、還有獲取新聞信息的主要渠道。美國計劃限制微信和TikTok的計劃將會對他們產生什

么樣的影響呢?

不願透露真實姓名的在美中國留學生Kim向記者表示，社交軟體的選擇本來就繁多，相信若美國真下令禁止微信和TikTok對海外華人也不會有太大的影響：“不用微信可以用其它聊天軟件，不看抖音也可以看別的短視頻軟件，微信的行動象徵意義更大。眾所周知，微信和抖音是受到中國政府審查的，美國民衆的信息不應該受到外國政府的監視。”

另一名中國留學生黃同學也因安全考慮不願透露全名。他說，自己從來不用抖音，但為了方便和親朋朋友聯繫，需要使用微信。然而，微信監控用戶等一系列問題讓他考慮以後徹底“拋棄”微信，同時表示支持美國政府的決定：“我覺得，這樣做可以有效削弱、遏制中國官方對海外的宣傳洗腦影響力，是阻止當局對自由世界滲透破壞以及顛覆活動的必然選擇。不過今後海外華人和留學生群體將被迫逐漸放棄微信和抖音，這有個適應過程。”

Kim也說，雖然可以將美國禁抖音和微信看作反洗腦的契機，但很多人不願踏出舒適區和融入西方社會而依舊選擇看中國的媒體，所以還是要取決於個人希望追求自由民主和不同

價值觀的心願。

那麼，面對美國的舉

動，中國會採取反制措施嗎?

肖恩接受本台記者採訪時說，中國能有所作為的空間非常有限：“國外比較活躍的平台，像谷歌、油管、推特、Instagram這些已經被中國封鎖了。這些公司對於進入中國市場其實也有很多疑慮，畢竟到處都有很多陷阱。”

彭博社的報道說，面對美國的指控，TikTok始終矢口否認。一名消息人士更提到，該公司正變更公司結構，意圖拉遠與中國的距離。

納瓦羅對此則不“買賬”，認為就算TikTok被出售給美國買家也無法解決問題，“情況反而會變得更糟”，因為美國不得不向中國支付數十億美元來換取TikTok在美國的運營權。他還以中國電信巨頭華為公司聘請前迪士尼執行長梅耶爾(Kevin Mayer)為例，如果TikTok“照葫蘆畫瓢”找一位“美國傀儡”也不能解決問題。



特朗普將簽署移民評分制,全面改革美國移民生態

近日川普接受了美國西語媒體 Telemundo 的獨家專訪,作為美國西語族裔主流新聞媒體,川普在節目上爆料:他和白宮正在準備一份大型移民改革行政令,行政令將徹底改變當前美國移民制度,之後美國將進入“移民評分制時代”,行政令中還將包括 DACA “夢想者”身份的解決問題,也許會直接為他們提供公民身份。

又是移民改革行政令,又是移民評分制,又是 DACA,聽起來各個都是川常用慣了的老梗,不過最近川普在移民圈里大小動作不斷,距離 11 月大選僅剩 4 個月不到的時間,人人都能看到川普正在為了實現自己連任的道路上全力奔跑。

川普專訪播出後白宮出面確認了川普的爆料內容,這份計劃徹底改變美國移民生態的總統行政令預計將在未來四周內揭曉。

白宮第一時間澄清總統“口誤”

美國西裔向來和民主黨更親近一些,民主黨向來主張“助小扶弱”,美國西裔中不乏非法入境、從事底層社會勞動、長時間沒有合法身份的情況,但他們同胞中同樣也有大量人員已經轉化為公民擁有投票權。

西語族裔是數量僅次於白人的美國第二大族群,5990 萬人口佔美國總人口的 18.3%,其中大約有 4700 萬人是美國公民,為了贏得大選川普不得不想辦法吸引這部分人群的選票。所以接受像 Telemundo 這樣的西語主流媒體,在熒幕前打造正面形象、傳遞積極態度以爭取西裔選票對川普非常重要。

在接受採訪時川普表示:“這將是一個非常大的法案 (a very big bill), 非常好的法案(a very good bill),一個以評分制為基礎的法案(a merit-based bill),其中會包括 DACA,我認爲大家會非常高興...法案中會包括 DACA,我們將爲 DACA 提供一條通往公民身份的道路”。

可能是在專訪中聊嗨了川普這次又說了不該說的話,專訪一結束白宮迅速發表聲明快速修正澄清了川普的“口誤”:

正如總統在接受採訪時透露的,他正在

準備一份總統行政令以確立美國未來移民評分制移民生態體系,以便長期保護美國工人的就業利益。另外總統長期以來一直願意與國會合作以協商解決 DACA 的立法問題,其中



可能包括爲其授予公民身份,但這並不意味着總統將對 DACA 夢想者提供大赦。另外在解決 DACA 問題時同時也需要包括解決邊境安全問題和評分制移民改革。關於給 DACA 提供公民身份是總統單方面的建議,是否能落實這個想法總統需要與國會達成最終協議。

經常會好奇這些時時跟在川普後面爲他“擦屁股”的工作人員心情如何,爲這樣的老闆工作是幸運還是悲哀,幸運的可能是他們的專業技巧會被不停磨煉,業務水平可能會被迅速提高,悲哀的可能是他們不得不一直打着十二萬分的精神,因爲老闆不知何時就會炸下一顆大雷。

進入死衚衕的綜合移民改革

早在川普參加 2016 年總統大選時,他就提出應該全面改革美國移民制度、引入評分制度,2017 年在他入主白宮幾周後的國情咨文演講中,他首次以總統身份正式談到移民評分制度。

當時他說:“世界上其他國家,例如加拿大、澳大利亞等,有着一套移民評分體系。這套系統的基本原則是希望申請移民這個國家的申請人可以經濟自理,但在美國我們沒有執行這樣的規定,這損害了本來那些需要公共資源幫助國民的利益。

改變現行的低技能移民制度,用評分制度

進行替代有很多好處:節省大量資金、提高工人工資水平、幫助那些需要幫助的家庭,其中包括移民家庭以及整個中產家庭。

我相信真正的、積極的移民改革是可行的,只要我們專注於這幾個目標:改善美國國民的工作和工資、加強我們的邊境安全以及重塑我們對法律的尊重。”

經過了一段時間的籌備後,去年 5 月川普在白宮玫瑰花園宣佈了受他認可的綜合移民改革提案,內容主要包括:

大幅度調整移民配給制度

將擁有高技能、通過職業僱傭方式的移民綠卡配比將激增至近 60%, 33% 的名額留給核心親屬(僅包括配偶和子女),10% 的名額留給人道主義原因申請者。

實行移民申請打分制

實行移民申請打分制度,學歷、年齡、健康狀況、英語水平、在美國投資、是否有美國公司的僱傭 offer 等,都成爲評分選項。爲“高技能”移民設立特殊簽證

新提案中對“高技能”(high skilled)進行分類,其中包括具有杰出能力的人才(extraordinary talent),美國急需的專業人才(professional and specialized vocation),以及杰出學生(exceptional students),杰出學生將被允許在美國高校就讀期間就提出移民申請。

取消多元化綠卡抽籤以及打擊非法移民

後來川普將提出移民改革方案的重任交給了女婿賈里德·庫什納(Jared Kushner),庫什納忙了幾個月後提交了一份長達 620 頁的移民改革方案,不過庫什納的辛勤工作並沒有換來積極成果。

一方面主張限制移民的保守勢力擔心庫什納的計劃不能有效限制移民,反而會增加美國每年的綠卡發放數量。

他們更傾向於阿肯色州參議

員湯姆·克頓(Tom Cotton)和喬治亞州參議員大衛·普度(David Perdue)聯合提出的《RAISE 法案》。這份堪稱近十年最嚴苛的移民改革提案,主張從減少 40% 移民名額開始,在未來 10 年內減少 50% 移民名額。

另一方面,持着衆議院的民主黨對川普上台搞出的取消 DACA、邊境零容忍等一系列爛攤子已經忍無可忍,民主黨已經反復強調他們不支持取消多元化綠卡抽籤項目、不支持縮減親屬移民、不同意減少發放難民簽證。

所以川普的全面綜合改革像是走進來一個死衚衕。

不過川普本人是完全沒有在乎死衚衕這件事的,爲了爭取選票先把牛吹出去,到底能不能實現改革比起能否成功當選對川普來說根本不重要。

川普這般自吹自擂連共和黨內部都很頭痛,很多人第一時間出來打臉川普:總統根本無權在繞開國會的情況下進行美國移民制度立法改革,川普的所謂計劃已經超出了憲法賦予總統的權力。

現在目測這份綜合移民改革行政令川普 100% 是要簽的,不過行政令簽完了再去落實每一項法案、公佈、生效、打官司也要消耗很多時間和精力。2020 年川普的連任競選活動已經鐵定要主打移民改革牌,對有着投票權的移民選民們也是打一棒子再給顆蜜棗。

接下來咱們就一起拭目以待川普的下一份移民改革行政令能唱出什麼花兒來吧!



A NAME YOU CAN TRUST
大克里夫兰地区专业地产经纪人

诚信可靠 买卖房屋
 代管房屋 装修顾问

OwnerLand REALTY

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

陈进湧
 Jinyong Chen (Jim)
 Certified Negotiation Expert

Universal PROCESSING 環球商務
 VISA MASTERCARD DISCOVER

12+ YEARS 專注信用卡處理12年
 老品牌值得信賴

免費刷卡機 免費諮詢 免費帳單分析
 無違約金 無雜費 24/7 客服

利率最低,服務最好的信用卡公司
 美國商務信譽局 A+ 認證

歡迎對比,保證最低利率,保證滿意服務!
 商業顧問:abby lin 電話:9179513317 歡迎掃碼加微信諮詢

安托移民律師事務所
 SARMIENTO IMMIGRATION LAW FIRM
 * 聯邦上訴第二,三,六巡迴法庭認可

精辦: 國家利益豁免、傑出人才、教授研究員、L1 跨國經理、護士、物理療師、及技術和非技術勞工證等職業移民;投資移民;J-1、J-2、I-601A、I-601 豁免;親屬、結婚、超齡子女等家庭移民;未婚妻簽證;H1B 工作簽證;入籍;保釋、政治庇護、出庭、上訴、開案、十年豁免綠卡等。
 精通: 國語、粵語、韓語、塔加拉語、英語

個人化、重誠信、高品質
 的全方位移民法律服務

電話: 216-573-3712 公司地址: 5005 Rockside Rd., Suite 600, Cleveland, OH 44131
 1-800-496-8043 電郵: jp@sarmientoimmigration.com 網址: www.sarmientoimmigration.com



時尚就像大自然一樣可以生活

文: 浦瑛

—Angel Chang 美國時裝設計師

2000年,我還是世界日報駐克里夫蘭記者,張安麟爸爸打電話給我,說張安麟要到克城大學鋼琴系做系主任。我對她做了第一次的採訪,她年青漂亮,才華橫溢。世界上還有這麼巧合的事情,2003年,我們全家在加州度假,我們會在加州的一家餐廳巧合相遇,那天我認識他們全家人,這是一個具有典型中國傳統美德教育的家庭,就這樣我們從相遇相知到今天20年,友情已經成了親情。

近日,張德光先生給我講張安麟妹妹 Angel Chang 成功的服裝設計故事,同時96歲的張爸爸興奮地告訴我,他會用中文打字了,並且用中文給我寫了:明月照天涯,祝福多彩似雲霞。火紅楓葉帶給您快樂,潔白秋雲帶給您好運,絢麗短信帶給您祝福,闔家團圓。還說因為疫情已經有4個月沒有出門了.....

鋼琴家張安麟,曾經榮獲格萊美獎,現在她也是格萊美獎的評委,她做服裝設計的妹妹對我和伊利華報的讀者來說還很陌生。張安麟(Angel Chang)美國時裝設計師,是時尚和技術之間跨界的創始者之一,Angel Chang 于2007年獲得 Ecco Domani 時尚基金會獎和卡地亞婦女倡議獎。將瀕臨滅絕的中國傳統手工藝復興為現代設計是她目前的女裝品牌 ANGEL CHANG 的經營理念。

設計師張安麟(Angel Chang)的工作室總部位于紐約市,她經過十多年的研究和開發,于上個月推出了自己的同名服裝系列。她說,“可持續發展”簡直就是一種生活方式。張女士于2010年前往中國貴州省參加一次面料製作



公司擔任助理設計師。三年之後,于2006年自行創立 Angel Chang LLC 時尚設計公司。她首創“時尚與科技結合”之風,為時尚界開一新紀元,首次在紐約展出,獲得紐約全美五大青年時尚設計師獎(Ecco Domani Fashion Foundation),繼而獲得巴黎的世界五大女性青年企業家獎(Cartierwomen's Initiative Award)。

Angel Chang 的設計新穎,富有創意,譽響國際。她的時尚設計獲得紐約日報、新聞周刊、法國時尚(Vogue)、英國時尚、Esquire、Visionaire、婦女雜誌(W)等報導及佳評,為巴西、日本等國轉載。她曾往歐亞各國深入考察,彙集原始資料,足跡遍及俄羅斯、蒙古、圖瓦,以及中國的貴州苗族地區。

她曾獲得邀請到丹麥、法國、德國、日本舉行的國際會議上就時尚發展發表演講。她以“圖瓦時尚展”在2006年於日本福岡舉行的國際政治學會第二十屆世界大會上提出論文,又於2009年7月在智利首都聖地亞哥舉行的國際政治學會第二十一屆世界大會上就時尚發展觀點以“東西文化比觀”為題提出論文。

Angel Chang 時尚發展是建立在深入探討的學術基礎上的。她已獲得紐約巴德研究院獎學金,今秋開始就讀為她特設的“時尚設計博士”學位。

Angel Chang 出生在印地安納州蒙西市,祖籍福建省長汀縣,是印地安納州立博爾大學政治學教授張德光及張金幗婦會計師的最小女。

講習班,不久後獲得史密森尼基金會的贈款,開始了一個培訓計劃,在那里她與村民合作創建了手工編織服裝的原型,其中一些作品後來在檀香山史密森尼亞太美國中心的一次展覽中展出。她執著地追求這種工藝,以至於她在過去十年中的大部分時間都與唐安(Tang'an)村的婦女一起工作,以保持她們的制布傳統。

Angel Chang 被中國傳統自然美吸引,正是這些刻骨銘心的文化推動了 Chang 品牌的推出,該品牌由無化學製品,可持續生產的襯衫、連衣裙和褲子組成,這些襯衫,連衣裙和褲子全部由有機棉製成,有機棉製作工藝經過了幾代工匠的傳承。他們使用大型的木制織機,

將織物在盛水和靛藍植物或 garden 子花的大桶中手工染色,這些大花草木在附近的山上野野生長,有時一件衣服的製作可能要花六個月的時間。Chang 表示:這就像您在摘棉花和花朶,然後將它們戴在皮膚上一樣,但風格無可挑剔。

Angel Chang 特別喜歡手工縫製的法式接縫和棉布結鈕扣,該品牌推出輕盈的超大號襯衫裙。她希望它可以全年穿着,無論室內還是室外,因為正如她所說的那樣,時尚就像大自然一樣可以生活。

Angel Chang 在哥倫比亞大學獲得碩士學位,在紐約的當納凱倫(Donna Karen)時尚設計



Angel Chang is an American womenswear designer who has been working with ethnic minority artisans in southwest rural China for the last eight years. She began her career designing for Donna Karan Collection in New York and Chloé (See by Chloé) in Paris.

Her first eponymous label (2006 - 2008) incorporated smart textiles into hi-tech garments and received several accolades including the Ecco Domani Fashion Foundation Award and the Cartier Women's Initiative Award. The collection's use of innovative materials, including color-changing prints, light-up fabrics, and self-heating linings, was a first for the American designer market.

Disillusioned by technology's unfulfilled promise for future dressing, she sought to understand the future of clothing better by studying the ancient past.

Since 2010, Angel has worked closely with ethnic minority fabric masters in the rural mountain villages of Guizhou province, China. Atelier Angel Chang was created in 2012 to bring global appreciation for indigenous

craftsmanship and to revive traditional fabric-making practices in need of urgent safeguarding. She became the first recipient of Pernod Ricard China's Le Cercle Fund, an artist award for social responsibility to support the preservation of traditional craftsmanship in China.

As a TED Resident and Smithsonian Artist, Angel now speaks to global audiences about fashion, sustainability, and indigenous knowledge. As a NEST Professional Fellow and Member of the Artisan Alliance, she provides design expertise to artisan groups around the world.

She has been featured in American publications The New York Times, VOGUE, ELLE, W, Women's Wear Daily, PAPER, and foreign publications VOGUE China, L'Officiel, Jalouse, Madame Figaro, Die Welt, South China Morning Post. Her has been collected by The Museum at FIT and the Smithsonian Asian Pacific American Center.

She received an MA in Modern Art from Columbia University, and BA cum laude in Art History & Visual Arts from Barnard College in New York City.



《新華社新聞報道禁用詞(第一批)》規定出臺 媒體關注

新華社在《新聞閱評動態》第315期發表《新華社新聞報道中的禁用詞(第一批)》中規定了媒體報道中的禁用詞,到處都體現了人道主義和主權意識。

新增的時政社會生活類詞彙中強調,對國內領導幹部和國有企業負責人,不使用“老闆”。報道中一般不有意突出某一類型群體或某一種身份。如災禍報道中,不使用“死難者中有一名北大學生,其餘為普通群衆”的類似提法。

另外,新聞媒體和網站應當禁用的不文明用語有38個,例如“裝逼、草泥馬、特么的、撕逼、瑪拉戈壁、爆菊JB、獸逼、本屆、齊B短裙、法克鱿、丟你老母”等。

法律法規類詞語中,不宜稱“中共XX省省委書記”“XX市市委書記”,應稱“中共XX省委書記”“XX市委書記”。除對過去特定歷史時期的表述外,不再繼續使用“少數民族上層人士”的稱謂。

在表述民族宗教類詞語時,不得將香港、澳門與中國並列提及,如“中港”“中澳”等。不宜將內地與香港、澳門簡稱為“內港”“內澳”,可以使用“內地與香港(澳門)”,或者“京港(澳)”“滬港(澳)”等。

此外,“村長”“村官”“解放前(後)”“新中國成立前(後)”“前蘇聯”“深港一體化”“一帶一路”戰略等過去慣用語,也在禁用詞之列。

百度搜索“一帶一路”,從網媒到政府官網,錯用比比皆是。

以下為最新修訂版全文 一、時政和社會生活類

1、對有身體傷疾的人士不使用“殘廢人”“獨眼龍”“瞎子”“聾子”“傻子”“默子”“弱智”等蔑稱,而應使用“殘疾人”“盲人”“聾人”“智力障礙者”或“智障者”等詞彙。

2、報道各種事實特別是產品、商品時不使用“最佳”“最好”“最著名”“最先進”等具有極端評價色彩的詞彙。

3、醫藥產品報道中不得含有“療效最佳”“根治”“安全預防”“安全無副作用”“治愈率”等詞彙,藥品報道中不得含有“藥到病除”“無效退款”“保險公司保險”“最新技術”“最高技術”“最先進制法”“藥之王”“國家級新藥”等詞彙。

4、通稿報道中,不使用“影帝”“影后”“巨星”“天王”“男神”“女神”等詞彙,可使用“著名演員”“著名藝術家”等。

5、對各級領導同志的各種活動報道,慎用“親自”等詞。除了黨中央國務院召開的重要會議外,一般性會議不用“隆重召開”字眼。

6、對國內領導幹部和國有企業負責人,不使用“老闆”。

7、報道中一般不有意突出某一類型群體或某一種身份。如災禍報道中,不使用“死難者中有一名北大學生,其餘為普通群衆”的類似提法。

8、不使用“踐行‘八榮八耻’”的提法,應使用“踐行社會主義榮辱觀”。

9、報道中禁止使用“哇噻”“媽的”等髒話、黑話等。近年來網絡用語中對各種詞語進行縮略後新造的“PK”“TMD”等(新媒體可用“PK”一詞),也不得在報道中使用。近年來“追星”活動中不按漢語規則而生造出的“玉米”“網絲”“涼粉”等特殊詞彙,我社報道中只能使用其本義,不能使用為表示“某明星的追崇者”的引申義。如果報道中因引用需要,無法迴避這類詞彙時,均應使用引號,並以括號加注,表明其實際內涵。

10、新聞媒體和網站應當禁用的38個不文明用語:裝逼、草泥馬、特么的、撕逼、瑪拉戈壁、爆菊JB、獸逼、本屆、齊B短裙、法克鱿、丟你老母、達非雞、裝13、逼格、蛋疼、傻逼、綠茶婊、你媽的、表砸、屌爆了、買了個婊、已摺、吉跋貓、媽蛋、逗比、我靠、碧蓮、碧池、然並卵、日了狗、屁民、吃翔、XX狗、淫家、你妹、浮屍國、滾粗。

二、法律法規類

11、在新聞稿件中涉及如下對象時不宜公開報道其真實姓名:

犯罪嫌疑人家屬;案件涉及的未成年人;採用人工授精等輔助生育手段的孕、產婦;

嚴重傳染病患者;精神病患者;被暴力脅迫賣淫的婦女;艾滋病患者;有吸毒史或被強制戒毒的人員。

涉及這些人時,稿件可使用其真實姓氏加“某”字的指代,如“張某”“李某”。不宜使用化名。

12、對刑事案件當事人,在法院宣判有罪之前,不使用“罪犯”,而應使用“犯罪嫌疑人”。

13、在民事和行政案件中,原告和被告法律地位是平等的,原告可以起訴,被告也可以反訴。不要使用原告“將某某推上被告席”這樣帶有主觀色彩的句子。

14、不得使用“某某黨委決定給某政府幹部行政上撤職、開除等處分”,可使用“某某黨委建議給予某某撤職、開除等處分”。

15、不要將“全國人大常委會副委員長”稱作“全國人大副委員長”,也不要將“省人大常委會副主任”稱作“省人大副主任”。各級人大常委會的委員,不要稱作“人大常委”。

16、國務院所屬研究機構、直屬機構和其他相關機構,稱謂要寫全,不得簡稱為“國務院”。

17、“村民委員會主任”簡稱“村主任”,不得稱“村長”。大學生村幹部可稱作“大學生村官”,除此之外不要把村幹部稱作“村官”。

18、在案件報道中指稱“小偷”“強姦犯”等

時,不要使用其社會身份或者籍貫作標籤式前綴。如:一個曾經是工人的小偷,不要寫成“工人小偷”;一名教授作了案,不要寫成“教授罪犯”;不要使用“河南小偷”“安徽農民歹徒”一類的寫法。

19、國務院機構中的審計署的正副行政首長稱“審計長”“副審計長”,不要稱作“署長”“副署長”。

20、各級檢察院的“檢察長”不要寫成“檢察院院長”。

21、不宜稱“中共XX省省委書記”“XX市市委書記”,應稱“中共XX省委書記”“XX市委書記”。

22、一般不再公開使用“非黨人士”的提法。在特定場合,如需強調民主黨派人士的身份,可使用“非中共人士”。“黨外人士”主要強調中共黨內與黨外的區別,已經約定俗成,可繼續使用。

23、除對過去特定歷史時期的表述外,不再繼續使用“少數民族上層人士”的稱謂。

三、民族宗教類

24、對各民族,不得使用舊社會流傳的帶有污辱性的稱呼。不能使用“回回”“蠻子”等,而應使用“回族”等。不能隨意簡稱,如“蒙古族”不能簡稱為“蒙族”,“維吾爾族”不能簡稱為“維族”,“朝鮮族”不能簡稱為“鮮族”等。

25、禁用口頭語言或專業用語中含有民族名稱的污辱性說法,不得使用“蒙古大夫”來指代“庸醫”。不得使用“蒙古人”來指代“先天愚型”等。

26、少數民族支系、部落不能稱為民族,只能稱為“XX人”,如“摩梭人”“撒尼人”“穿(川)青人”,不能稱為“摩梭族”“撒尼族”“穿(川)青族”等。

27、不要把古代民族名稱與後世民族名稱混淆,如不能將“高句麗”稱為“高麗”,不能將“哈薩克族”“烏孜別克族”等泛稱為“突厥族”或“突厥人”。

28、“穆罕默德”通常是指伊斯蘭教先知。有一些穆斯林的名字叫“穆罕默德”。為了區別和避免誤解,對這些穆斯林應加上其姓,即使用兩節姓名。

29、“穆斯林”是伊斯蘭教信徒的通稱,不能把宗教和民族混為一談。不能說“回族就是伊斯蘭教”“伊斯蘭教就是回族”。稿件中遇到“阿拉伯人”等提法,不要改稱“穆斯林”。

30、涉及信仰伊斯蘭教的民族的報道,不得提及與豬相關內容。

31、穆斯林宰牛羊及家禽,只說“宰”,不能寫作“殺”。

32、香港、澳門是中國的特別行政區。在任何文字、地圖、圖表中都要避免讓人誤以為香港、澳門是“國家”。尤其是與其他國家名稱連用時,應注意以“國家和地區”來限定。

33、不得將香港、澳門與中國並列提及,如“中港”“中澳”等。不宜將內地與香港、澳門簡稱為“內港”“內澳”,可以使用“內地與香港(澳門)”,或者“京港(澳)”“滬港(澳)”等。

34、“台灣”與“祖國大陸(或‘大陸’)”為對應概念,“香港、澳門”與“內地”為對應概念,不得弄混。

35、不得將港澳台居民來內地(大陸)稱為來“中國”或“國內”。不得說“港澳台遊客來華(國內)旅遊”,應稱為“港澳台遊客來內地(大陸)旅遊”。

36、中央領導同志到訪香港、澳門應稱為“視察”,不得稱為“出訪”。中央有關部門負責同志到訪香港、澳門應稱為“考察”或“訪問”。

37、稱呼包含香港、澳門的國際組織如世界貿易組織、世界氣象組織成員時,應統稱為“世界貿易組織成員”“世界氣象組織成員”等,不得稱為“成員國”。

38、在國際奧林匹克委員會或其他體育事務中,原則上按相應章程的要求或約定稱呼。如“中國奧林匹克委員會”可簡稱為“中國奧委會”,“中國香港奧林匹克委員會”可簡稱為“中國香港奧委會”,“中國國家隊”可簡稱為“國家隊”,“中國香港隊”可簡稱為“香港隊”。

39、區分“香港(澳門)居民(市民)”和“香港(澳門)同胞”概念,前者指居住在港(澳)的全體人員,包括永久性居民和非永久性居民,也包括中國籍居民和外國籍居民,後者則指中華民族大家庭成員。

40、區分國境與關境概念。國境是指一個國家行使主權的領土範圍,從國境的角度講,港澳屬“境內”;關境是指適用同一海關法或實行同一關稅制度的區域,從關境的角度講,港澳屬單獨關稅區,相對於內地屬於“境外”。內地人員赴港澳不屬出國但屬出境,故內地人員赴港澳納入出國(境)管理。

41、將港澳台業務單列為國內業務的特殊類別加以規範管理,將往來內地及港澳台之間的交通線路稱為“港澳台航線”或“國際/港澳台航線”,將手機“港澳台漫遊”業務單獨表示,或稱為“國際/港澳台漫遊”,也可稱為“跨境漫遊”

或“區域漫遊”。

42、不得將港資、澳資企業劃入外國企業,在表述時少用“視同外資”,多用“參照外資”。

43、內地與港澳在交流合作中簽訂的協議文本等不得稱為“條約”,可稱為“安排”“協議”等;不得將適用於國家與國家之間的專屬名詞用于內地與港澳。

44、涉及內地與港澳在司法聯繫與司法協助方面,不得套用國際法上的術語,如內地依照涉外民事訴訟、刑事訴訟等程序與港澳開展司法協助,不得使用“中外司法協助”“國際司法協助”“中港(澳)司法協助”等提法,應表述為“區際司法協助”或“內地與香港(澳門)司法協助”等;對兩地管轄權或法律規範衝突,應使用“管轄權衝突”“法律衝突”等規範提法,不得使用“侵犯司法主權”等不規範提法;不得使用“引渡犯罪嫌疑人或罪犯”的表述,應稱為“移交或遣返犯罪嫌疑人或罪犯”。

45、不得將香港、澳門回歸祖國稱為“主權移交”“收回主權”,應表述為中國政府對香港、澳門“恢復行使主權”“政權交接”。不得將回歸前的香港、澳門稱為“殖民地”,可說“受殖民統治”。不得將香港、澳門視為或稱為“次主權”地區。

46、不得使用內地與港澳“融合”“一體化”或深港、珠澳“同城化”等詞語,避免被解讀為模糊“兩制”界限,不符合“一國兩制”方針政策。

47、香港、澳門特別行政區的官方機構和制度安排,應按照基本法表述。如“香港特別行政區區長官”不得說成“香港特別行政區政府行政長官”,“澳門特別行政區立法會”不得說成“澳門特別行政區政府立法會”;香港、澳門實行行政主導的政治體制,不得說成“三權分立”。

48、對港澳反對派自我褒揚的用語和提法要謹慎引用。如不使用“雨傘運動”的說法,應稱為“非法‘佔中’”或“違法‘佔中’”;不稱“佔中三子”,應稱為“非法‘佔中’發起人”,開展輿論論爭時可視情稱為“佔中三醜”;不稱天主教香港教區退休主教陳日君等為“榮休主教”,應稱為“前主教”。

49、對1949年10月1日之後的台灣地區政權,應稱之為“台灣當局”或“台灣方面”,不使用“中華民國”,也一律不使用“中華民國”紀年及旗、徽、歌。嚴禁用“中華民國總統(副總統)”稱呼台灣地區正(副)領導人,可稱為“台灣當局領導人(副領導人)”“台灣地區領導人(副領導人)”。對台灣“總統選舉”,可稱為“台灣地區領導人選舉”,簡稱為“台灣大選”。

50、不使用“台灣政府”一詞。不直接使用台灣當局以所謂“國家”“中央”“全國”名義設立的官方機構名稱,對台灣方面“一府”(“總統府”)“五院”(“行政院”“立法院”“司法院”“考試院”“監察院”)及其下屬機構,如“內政部”“文化部”等,可變通處理。如對“總統府”,可稱其為“台灣當局領導人幕僚機構”“台灣當局領導人辦公室”;對“立法院”可稱其為“台灣地區立法機構”;對“行政院”可稱其為“台灣地區行政管理機構”;對“台灣當局行政院各部會”可稱其為“台灣某某事務主管部門”“台灣某某事務主管機關”,如“文化部”可稱其為“台灣文化事務主管部門”;“中央銀行”可稱其為“台灣地區貨幣政策主管機關”,“金管會”可稱其為“台灣地區金融監管機構”特殊情況下不得直接稱呼上述機構時,必須加引號,我廣播電視媒體口播時則需加“所謂”一詞。陸委會現可以直接使用,一般稱其為“台灣方面陸委會”或“台灣陸委會”。

51、不直接使用台灣當局以所謂“國家”“中央”“全國”名義設立的官方機構中官員的職務名稱,可稱其為“台灣知名人士”“台灣政界人士”或“xx先生(女士)”。對“總統府秘書長”,可稱其為“台灣當局領導人幕僚長”“台灣當局領導人辦公室負責人”;對“行政院長”,可稱其為“台灣地區行政管理機構負責人”;對“台灣各部會首長”,可稱其為“台灣當局某某事務主管部門負責人”;對“立法委員”,可稱其為“台灣地區民意代表”。台灣省、市級及以下(包括台北市、高雄市等“行政院直轄市”)的政府機構名稱及官員職務,如省長、市長、縣長、議長、議員、鄉鎮長、局長、處長等,可以直接稱呼。

52、“總統府”“行政院”“國父紀念館”等作為地名,在行文中使用時,可變通處理,可改為“台灣當局領導人辦公場所”“台灣地區行政管理機構辦公場所”“台北中山紀念館”等。

53、“政府”一詞可适用于省、市、縣以下行政機構,如“台灣省政府”“台北市政府”,不用加引號,但台灣當局所設“福建省”“連江縣”除外。對台灣地區省、市、縣行政、立法等機構,應避免使用“地方政府”“地方議會”的提法。

54、涉及“台獨”政黨“台灣團結聯盟”時,不得簡稱為“台聯”,可簡稱“台聯黨”。“時代力量”因主張“台獨”,需加引號處理。“福摩薩”“福爾摩莎”因具有殖民色彩,不得使用,如確需使用時,須加引號。

55、對國民黨、民進黨、親民黨等黨派機構

和人員的職務,一般不加引號。中國國民黨與中國共產黨並列時可簡稱“國共兩黨”。對於國共兩黨交流,不使用“國共合作”“第三次國共合作”等說法。對親民黨、新黨不冠以“台灣”字眼。

56、對台灣民間團體,一般不加引號,但對以民間名義出現而實有官方背景的團體,如台灣當局境外設置的所謂“經濟文化代表處(辦事處)”等應加引號;對具有反共性質的機構、組織(如“反共愛國同盟”“三民主義統一中國大同盟”)以及冠有“中華民國”字樣的名稱須迴避,或採取變通的方式處理。

57、對島內帶有“中國”“中華”字眼的民間團體及企業單位,如台灣“中華航空”“中華電信”“中國美術學會”“中華道教文化團體聯合會”“中華兩岸婚姻協調促進會”等,可以在前面冠以“台灣”直接稱呼,不用加引號。

58、對以民間身份來訪的台灣官方人士,一律稱其民間身份。因執行某項兩岸協議而來訪的台灣官方人士,可稱其為“兩岸XX協議台灣方面召集人”“台灣XX事務主管部門負責人”。

59、對台灣與我名稱相同的大學和文化事業機構,如“清華大學”“故宮博物院”等,應在前面加上台灣、台北或所在地域,如“台灣清華大學”“台灣交通大學”“台北故宮博物院”,一般不使用“台北故宮”的說法。

60、對台灣冠有“國立”字樣的高校和機構,使用時均須去掉“國立”二字。如“國立台灣大學”,應稱“台灣大學”;“XX國小”“XX國中”,應稱“XX小學”“XX初中”。

61、金門、馬祖行政區劃隸福建省管理,因此不得稱為台灣金門縣、台灣連江(馬祖地區),可直接稱金門、馬祖。從地理上講,金門、馬祖屬於福建離島,不得稱為“台灣離島”,可使用“外島”的說法。

62、對台灣當局及其所屬機構的法規性文件與各式官方文書等,應加引號或變通處理。對台灣當局或其所屬機構的“白皮書”,可用“小冊子”“文件”一類的用語稱之。

63、不得將中華人民共和國法律自稱為“大陸法律”。對台灣所謂“憲法”,應改為“台灣地區憲制性規定”,“修憲”“憲改”“新憲”等一律加引號。對台灣地區施行的“法律”改稱為“台灣地區有關規定”。如果必須引用台灣當局頒佈的“法律”時,應加引號並冠之“所謂”兩字。不得使用“兩岸法律”等具有對等含義的詞語,可就涉及的有關內容和問題進行具體表述,如“海峽兩岸律師事務”“兩岸婚姻、繼承問題”“兩岸投資保護問題”等。

64、兩岸關係事務是中國內部事務,在處理涉台法律事務及有關報道中,一律不使用國際法上專門用語。如“護照”“文書認證、驗證”“司法協助”“引渡”“偷渡”等,可採用“旅行證件”“兩岸公證書使用”“文書查證”“司法合作”“司法互助”“遣返”“私渡”等用語。涉及台灣海峽海域時不得使用“海峽中線”一詞,確需引用時應加引號。

65、國際場合涉及我國時應稱中國或中華人民共和國,不能自稱“大陸”;涉及台灣時應稱“中國台灣”,且不能把台灣和其他國家並列,確需並列時應標注“國家和地區”。

66、對不屬於只有主權國家才能參加的國際組織和民間性的國際經貿、文化、體育組織中的台灣團組機構,不能以“台灣”或“台北”稱之,而應稱其為“中國台北”“中國台灣”。若特殊情況下使用“中華台北”,需事先請示外交部和國台辦。

67、台灣地區在WTO中的名稱為“台灣、澎湖、金門、馬祖單獨關稅區”(簡稱“中國台北單獨關稅區”)。2008年以來經我安排允許台灣參與的國際組織,如世界衛生大會、國際民航組織公約大會,可根據雙方約定稱台灣代表團為“中華台北”。

68、海峽兩岸交流活動應稱“海峽兩岸XX活動”。台灣與港澳並列時應稱“港澳台地區”或“台港澳地區”。對海峽兩岸和港澳間舉辦的交流活動,不得出現“中、港、台”“中、澳、台”“中、港、澳、台”之類的表述,應稱為“海峽兩岸暨香港”“海峽兩岸暨澳門”“海峽兩岸暨香港、澳門”。不使用“兩岸三(四)地”的提法。

69、台商在祖國大陸投資,不得稱“中外合資”“中台合資”,可稱“滬台合資”“桂台合資”等。對來投資的台商可稱“台方”,不能稱“外方”;與此相對應,我有關省、區、市,不能稱“中方”,可稱“閩方”“滬方”等。

70、台灣是中國的一個省,但考慮到台灣同胞的心理感受,現在一般不稱“台灣省”,多用“台灣地區”或“台灣”。

71、具有“台獨”性質的政治術語應加引號,如“台獨”“台灣獨立”“台灣地位未定”“台灣住民自決”“台灣主權獨立”“去中國化”“法理台獨”“太陽花學運”等。

72、對台灣教育文化領域“去中國化”的政治術語,應結合上下文意思及語境區別處理。如“本土”“主體意識”等,如語意上指與祖國分離、對立的含義應加引號。

73、荷蘭、日本對台灣的佔領和殖民統治不得簡稱為“荷治”“日治”。不得將我中央歷代政府對台灣的治理與荷蘭、日本對台灣的佔領和殖民統治等同。

74、涉及到台灣同胞不能稱“全民”“公民”,可稱“台灣民眾”“台灣人民”“台灣同胞”。

75、不涉及台灣時我不得自稱中國為“大陸”,也不使用“中國大陸”的提法,只有相對於

轉下頁

中國公職人員取得外國國籍或綠卡 將被撤職開除？



3. 國有企業管理人員；
4. 公辦的教育、科研、文化、醫療衛生、體育等單位中從事管理的人員；
5. 基層群眾性自治組織中從事管理的人員；
6. 其它依法履行公職的人員。

這6類公職人員可以說是遍布我們的生活中，所以這部法律一時間不知道要讓多少人手忙腳亂起來了……

我們知道，一些公職人員在擔任公職之時同時擁有中國之外其他國家或地區永久居留權，甚至擁有其他國家的國籍。

甚至我們還聽人說過——“參加華人社交圈活動，不要打聽別人的來歷，也不要聊及國內官場，會讓人聽了緊張。”

這是因為，在這部“公職人員政務處分法”正式出爐之前，在公職人員海外居留權的領域，法律上的解釋還比較模糊。

一些公職人員即便有了國外永居證，甚至是國外國籍，也可以鑽法律空子，讓自己順利“脫身”。

舉個例子來說，在“公職人員政務處分法”出爐之前，由於條例模糊，一些擁有海外定居權的公職人員最多不予提拔重用，但是，只要沒有具體的違法行為，也不會被撤職或開除。

所以，個別不到正式退休年齡的內退老同志還可以大大方方出國定居，包括出現在澳大利亞各個房產拍賣市場上……讓中國的群眾有了很大的意見。

《中華人民共和國公職人員政務處分法》或多或少會對在澳的一些華人產生影響，相信以後澳洲各個大house的拍賣現場，出席的買家會少不少。

遵紀守法、以身作則、為民喉舌，才是公職人員應當盡到的義務，遵守國家法規，也就不必在華人聚會上聞風而慌了。

同樣，受到該法律影響的還有出入境政策、國際政策、外匯政策、原中國公民回國留學政策、跨國稅收政策。

所以，對於有關移民留學、海外置業、國際資產配置、稅務身份轉變等問題的管理將越來越嚴格，總之，這部法律讓中國法律的灰色地帶越來越少，許多不法之人將無處可躲！

雙重國籍！罰！

“公職人員政務處罰法”明確了對於公職人員違規獲得國外永居證或國籍行為的處罰，

這是歷史上第一次以法律形式規範公職人員行為，然而，中國是一直不允許持有雙重國籍的，在“處罰法”出爐之前，就有不少“公職人員”被罰了。

· 80後澳洲畢業的人大代表被查

這一天，微博上一位用戶爆出猛料稱，河北某企業家及公職人員擁有雙重國籍！

除中國國籍外，還擁有聖基茨和尼維斯聯邦國籍……這啥國家啊……怎麼入籍人得這麼非主流啊……

被爆料者名叫孫某，1982年出生，擁有澳大利亞昆士蘭大學工商管理碩士，還是多家集團公司總裁。另外，他還擔任人大代表等公職。

同時，他的個人財產也是一大亮點，2015年，由私人財富諮詢機構Wealthx.com發佈的“2015年全球最富有的20位35歲以下億萬富豪排行榜”顯示，孫某榜上有名，排第12名，擁有26億美元資產。另外，在2017胡潤“80後”財富繼承富豪排行榜上，孫某排名第12名。在《2018胡潤全球富豪榜》榜單中，孫某及父親以130億元人民幣排第364位。

他取得雙重國籍的信息剛一被披露，就受到了應有的制裁，而後官方也證實了該消息，對其

進行了處分。依法罷免了孫某的河北省第十三屆人民代表大會代表職務。

· 上海高管挑戰雙重國籍

在2019年時，上海一名外企高管知法犯法，挑戰“雙重國籍”底線，為5歲澳籍女兒辦上海戶口，偽造文件被拘役2個月10天，並罰款2000元。

高某是一名在上海工作的外企高管，本享受着相當優渥的薪資、得天獨厚的經濟條件，以及美滿幸福的家庭。他妻子是華裔的澳洲公民，5年前女兒出生時也因此順理成章入了澳籍。

而後來，為了幫女兒辦理上海戶口，方便她以後在財產、房產方面的繼承，高某走上了一條違法道路。

想辦中國上海戶口，但又不想丟掉女兒的澳大利亞國籍。

因不想放棄外籍，於是高某委託別人以“非正規手段”偽造材料，包括兩份文件和三枚公章。然而這份材料在遞交後被警方核實發現。

隨後，高某被以偽造事業單位印章罪提起公訴，被判拘役2個月10日，並處罰金人民幣2000元。

實在是“偷雞不成蝕把米”，犯罪記錄成為了他人生的污點，女兒的戶口也無疑辦不成了。

· 網紅美國女兵，原來是雙重國籍

高某是一名25歲的華人妹子，而她卻做了大部分妹子都沒想過去做的事——去美國當兵……才25歲的她已經是美國現役空降兵，這個中國妹子身材火辣，相貌清純，當兵的消息一被傳出就受到廣泛關注，成為了不少少女們的偶像。

然而，她火了沒多久之後，身份就遭到了反轉：據網友爆料，高某原本是個藝術家，她為了獲取美國國籍，同時又不放棄中國國籍，還改了一次名掩人耳目。

不光如此，她還在論壇上教廣大網友如何保留中國國籍的同時加入他國國籍，原來，高天某先是為了拿到美國綠卡，假結婚，接着為了快速拿到美國國籍，才中途退學參軍，因為美國有個“緊缺人才募兵計劃(MAVNI)”，在計劃成功後，還不願意退出中國國籍，繼續持有中國護照……

“緊缺人才募兵計劃(MAVNI)”顯示，外籍人士只要在美國服役3到6個月便可成為美國公民，不但解決身份、軍隊工資、福利，也同時解決就業和未來保障問題。

隨後這名姑娘因為持有雙重國籍而被注銷了中國國籍，為了入籍美國，她走過的路可謂是山路十八彎……

入籍國外無可厚非，但依舊想保有中國國籍，不是有點太貪心了。

對於雙重國籍，由於中國此前關於這一塊的法律一直不太明確，所以給了太多人鑽空子的機會。

如今“處分法”公佈，不法之徒就不要想再有機可乘了。

依法守法，杜絕雙重國籍

在外的華人小夥伴們一定要看仔細了，可能你並沒有持有雙重國籍的意思或意願，但有時一不小心就可能被認為持有雙重國籍，對於國籍法律，我們一定要熟知啊。

首先，海外華人一定要知道，怎樣才算中國國籍，怎樣不算中國國籍。

1980年9月10日頒佈的中華人民共和國國籍法第四條規定：

“父母雙方或一方為中國公民，本人出生在中國，具有中國國籍。”

第五條規定：

“父母雙方或一方為中國

公民，本人出生在外國，具有中國國籍，但父母雙方或一方為中國公民並定居在外國，本人出生即具有外國國籍的，不具有中國國籍。”

第五條給出兩個限制條件：

“即一為‘定居國外’，二為‘具有外國國籍’，只要二者同時不符合，便可以獲得中國國籍。”

在明白了這一點之後，我們還要知道，什麼樣的行為會導致你放棄中國國籍。

在《中華人民共和國國籍法》中明確規定了喪失中國國籍的幾種情況：

“第九條：定居外國的中國公民，自願加入或取得外國國籍的，即自動喪失中國國籍。”

“第十條：中國公民具有下列條件之一的，可以經申請批准退出中國國籍：

一、外國人的近親屬；二、定居在外國的；三、有其它正當理由。”

“第十一條：申請退出中國國籍獲得批准的，即喪失中國國籍。”

弄明白這些之後，你應該知道自己屬於什麼國籍了吧。

然而，倘若你是海外國籍，那麼還需注意，外籍華人留宿中國，24小時內必須要報備！

這並不是什麼新政了，而是早在1986年，這個規定就已經開始實施了！

悉尼總領事館的官網上也明確說明：所有澳籍華人，無論是回國住酒店，還是回國住父母、朋友家，都必須在抵達後24小時之內，(農村可在72小時內)由本人或者親友帶上住宿人護照、證件，和流蘇人的戶口簿，到派出所報到登記！

假設，你已經加入了澳洲國籍，明天打算回國與家人團聚，那麼當你入境中國後的24小時之內，需由你本人或你的家人，帶著你的護照證件和家人的戶口本，去居住地公安機關登記；並填寫一份《臨時住宿登記表》；

這份表格長這樣：

如果你回國之後，不住家而是住酒店的話，那麼酒店按照旅館業治安管理规定，為你辦理住宿登記，並將你的登記信息報送所在地的公安機關；

如果以上兩項中任意一項都沒辦理的話，公安機關有權對你給予警告及處以2000元以內的罰款。

情節嚴重的非法居留者則以每天500元、總額不超過1萬元予以罰款！甚至還有可能處以5-15日的拘留！

寫在最後：

2020年7月1日起，《中華人民共和國公職人員政務處分法》正式生效。

毫無疑問，這代表着那些在職公職人員，又持有國外永居證、國外國籍，同時又想做官不想放棄中國國籍的“蛀蟲”、“吸血鬼”；

從此將徹底暴露在陽光之下，無路可走，真正的無處可逃了！！

真的是大快人心！無數年的翹首以盼，今天這一刻，終於等到了！！



《新華社新聞報道禁用詞(第一批)》規定出臺 媒體關注

接上頁 台灣方面時方可使用。如不得使用“大陸改革開放”“大陸流行歌曲排行榜”之類的提法，而應使用“我國(或中國)改革開放”“我國(或中國)流行歌曲排行榜”等提法。

76、不得自稱中華人民共和國政府為“大陸政府”，也不得在中央政府所屬機構前冠以“大陸”，如“大陸國家文物局”，不要把全國統計數字稱為“大陸統計數字”。涉及全國重要統計數字時，如未包括台灣統計數字，應在全國統計數字之後加括號註明“未包括台灣省”。

77、一般不用“解放前(後)”或“新中國成立前(後)”提法，用“中華人民共和國成立前(後)”或“一九四九年前(後)”提法。

78、中央領導同志涉台活動，要根據場合使用不同的稱謂，如在政黨交流中，多只使用黨職。

79、中台辦的全稱為“中共中央台灣工作辦公室”，國台辦的全稱為“國務院台灣事務辦公室”，可簡稱“中央台辦(中台辦)”“國務院台辦(國台辦)”，要注意其在不同場合的不同稱謂和使用，如在兩岸政黨交流中，多用“中央台辦(中台辦)”。

80、“海峽兩岸關係協會”簡稱為“海協會”，不加“大陸”；“台灣海峽交流基金會”可簡稱為“海基會”或“台灣海基會”。海協會領導人稱“會長”，海基會領導人稱“董事長”。兩個機構可

合併簡稱為“兩會”或“兩岸兩會”。不稱兩會為“白手套”。

81、國台辦與台灣陸委會聯繫溝通機制，是雙方兩岸事務主管部門的對話平台，不得稱為“官方接觸”。這一機制，也不擴及兩岸其他業務主管部門。

82、對“九二共識”，不使用台灣方面“九二共識、一中各表”的說法。一個中國原則、一個中國政策、一個中國框架不加引號，“一國兩制”加引號。

83、台胞經日本、美國等國家往返大陸和台灣，不能稱“經第三國回大陸”或“經第三國回台灣”，應稱“經其他國家”或“經XX國家回大陸(或台灣)”。

84、不得將台灣民眾日常使用的漢語方言閩南話稱為“台語”，各類出版物、各類場所不得使用或出現“台語”字樣。如對台灣歌星不能簡單稱為“台語”歌星，可稱為“台灣閩南語”歌星，確實無法迴避時應加引號。涉及台灣所謂“國語”無法迴避時應加引號。涉及兩岸語言交流時應使用“兩岸漢語”，不稱“兩岸華語”。

85、對台灣少數民族不稱“原住民”，可統稱為台灣少數民族或稱具體的名稱，如“阿美人”“泰雅人”。在國家正式文件中仍稱高山族。

86、對台灣方面所謂“小三通”一詞，使用時須加引號，或稱“福建沿海與金門、馬祖地區直接往來”。

87、對南沙群島不得稱為“斯普拉特利群島”。

88、釣魚島不得稱為“尖閣群島”。

89、嚴禁將新疆稱為“東突厥斯坦”，在涉及新疆分裂勢力時，不使用“疆獨”“維獨”。

五、國際關係類

90、有的國際組織的成員中，既包括一些國家也包括一些地區。在涉及此類國際組織時，不得使用“成員國”，而應使用“成員方”，如不能使用“世界貿易組織成員國”“亞太經合組織成員國”，而應使用“世界貿易組織成員”“世界貿易組織成員方”“亞太經合組織成員(members)”“亞太經合組織成員經濟體(member economies)”。

應使用“亞太經合組織領導人非正式會議”，不應使用“亞太經合組織峰會”。中方在亞太經合組織中的英文稱謂為 Chinese Taipei，中文譯法要慎用，我稱“中國台北”，台方稱“中華台北”，不得稱“中國台灣”或“台灣”。

91、不得使用“北朝鮮(英文 North Korea)”來稱呼“朝鮮民主主義人民共和國”，可直接使用簡稱“朝鮮”。英文應使用“the Democratic People's Republic of Korea”或使用縮寫“DPRK”。

92、不使用“穆斯林國家”或“穆斯林世界”，可用“伊斯蘭國家”或“伊斯蘭世界”。但充分尊重有關國家自己的界定，如印尼不將自己稱為“伊斯蘭國家”。

93、在達爾富爾報道中不使用“阿拉伯民兵”，而應使用“民兵武裝”或“部族武裝”。

94、在報道社會犯罪和武裝衝突時，一般不要刻意突出犯罪嫌疑人的衝突參與者的膚色、種族和性別特徵。比如，在報道中應迴避“黑人歹徒”的提法，可直接使用“歹徒”。

95、不要將撒哈拉沙漠以南的地區稱為“黑非洲”，而應稱為“撒哈拉沙漠以南非洲”。

96、公開報道不要使用“伊斯蘭原教旨主義”“伊斯蘭原教旨主義者”等說法，可用“宗教激進主義(激進派、激進組織)”替代。如迴避不了而必須使用時，可使用“伊斯蘭激進組織(成員)”，但不要用“激進伊斯蘭組織(成員)”。

97、在涉及阿拉伯和中東等的報道中，不要使用“十字軍(東征)”等說法。

98、對國際戰爭中雙方戰鬥人員死亡的報道，不使用“擊斃”“被擊斃”等詞彙，也不使用“犧牲”等詞彙，可使用“打死”等詞彙。

99、不要將哈馬斯稱為恐怖組織或極端組織。

100、一般情況下不使用“前蘇聯”，而使用“蘇聯”。

101、應使用“烏克蘭東部民間武裝”不使用“烏克蘭親俄武裝”“烏克蘭民兵武裝”“烏克蘭分裂分子”等。

102、不使用“一帶一路”戰略的提法，而使用“一帶一路”倡議。

The Way of Life

文：楊東芳



這幾日的種種相聚，惜別與重相識讓我思緒萬千，心潮澎湃，彷彿按捺不住內心深處隱隱的懷念。鄉思鄉愁和回憶的大開時，有這樣一篇轉載印入了我的眼帘：“北街上的‘半蘭舊廬’——撐起過蓬鎮文化高度的胡石予先生的故居，如今依然是古鎮最重要的文化符號。當然讓這幅畫氣韻貫通的，一定是正在褪去混濁，水色有望再次變清的瓦浦河。銀古樹早就上了省里古樹名木保護名單，環龍橋修葺一新，胡石予故居被列為市級文保單位。城鎮的發展開始重視自身的歷史價值，重視本土文化的價值。畢竟，我們的成長與過去無法完全割裂，城鎮的發展亦是如此，最佳方式是能找出一種歷史與未來融合發展的道路。那么，隨著原住民的陸續撤出與老房子的迅速衰朽，老街該何去何從呢？”

這報道敘述的不就是生我養我的故鄉——蓬朗嗎？突然一下子它把我帶回到了千百回夢繞我的故鄉，江南水鄉古鎮蓬朗。原名“蓬閣”(即“蓬萊閣苑”之意)，早在明代《昆山嘉靖縣誌》中便有記載。兒童時代的記憶躍入眼帘。

本人原姓楊名潔，文化大革命改名為楊東芳，生於江南水鄉古鎮的世代道教名家，從我母親的祖父輩就知道是傳道的道士，以傳道，做道場為業。可惜從我懂事起，好像道士就是一個不光彩的形象，文化大革命顛覆了一切美好的文化和事物，在我該上大學的年齡卻被迫插隊種田。恢復高考制度後，一九七八年我考入江蘇師範學院，現在的蘇州大學，英語系，八二年大學畢業並獲文學學士學位，成為了專業教師，之後來美國洋插隊，經歷種種後才得以考入凱斯西儲大學商學院繼續深造，獲得了機構發展管理碩士學位，和高管輔導師資證書，並在凱斯西儲大學醫學院作管理專家工作。近期又成立了自己的諮詢公司。

最近，有次偶然的機會與浦瑛社長重逢，我們談論了健康修身養生生活理念與實踐的意義和方向。這話題激發了我對它很大的熱情。健康的靈、身、性對不管那個年齡段的人來說都非常重要，這將是一個很有內涵和值得期待研究的人生感悟課程。

回想起兩年前的一個凌晨，老父親撒手人寰，駕鶴西去。他曾經是那麼威武健壯，不能說久經沙場，那也是經過浴血奮戰



戰火考驗的中國人民海軍官兵，風雲變幻的人生幾十年里，他始終是我們的後盾和依靠，突然還沒時間，來得及好好回憶我們的人生軌迹和價值，怎么他說就走了？頓時讓我陷入無限悲哀的深淵，無法自拔。整個世界在我看來都變得淒涼悲哀，失去了光彩。同時也將我驚醒了，思考着人生究竟有啥意義？感悟到人生幾十年，一幌就過，生命是如此脆弱，不小心匆匆就走了，尤其是到了老年，有多麼的無奈和無助，值得我們探究怎樣才能保持夕陽無限好的景象。這又喚醒我思考，回到我們祖先研究的“道”義上。道 - The Way of Life!

任何人走進你的生活都是有原因的。7月11日，我帶狗在 Hudson 公園遇到 Don and Monica, Dan 手里拿着一個小小的 Jesus of Cebu，我非常好奇 Don 的紫色鬍子，我便主動與他倆交流。Don 是在教堂認識 Monica 的，28年前，教堂有一項活動，大家一起為無家可歸者禱告3個月，3個月後 Monica 想，既然上帝要我幫助無家可歸者，我就該用行動帶一個無家可歸者回家。當時我想是巧合嗎？我來美國也是28年，他倆一定有故事，我約了第二天在咖啡店與他倆見面，我要採訪 Don。

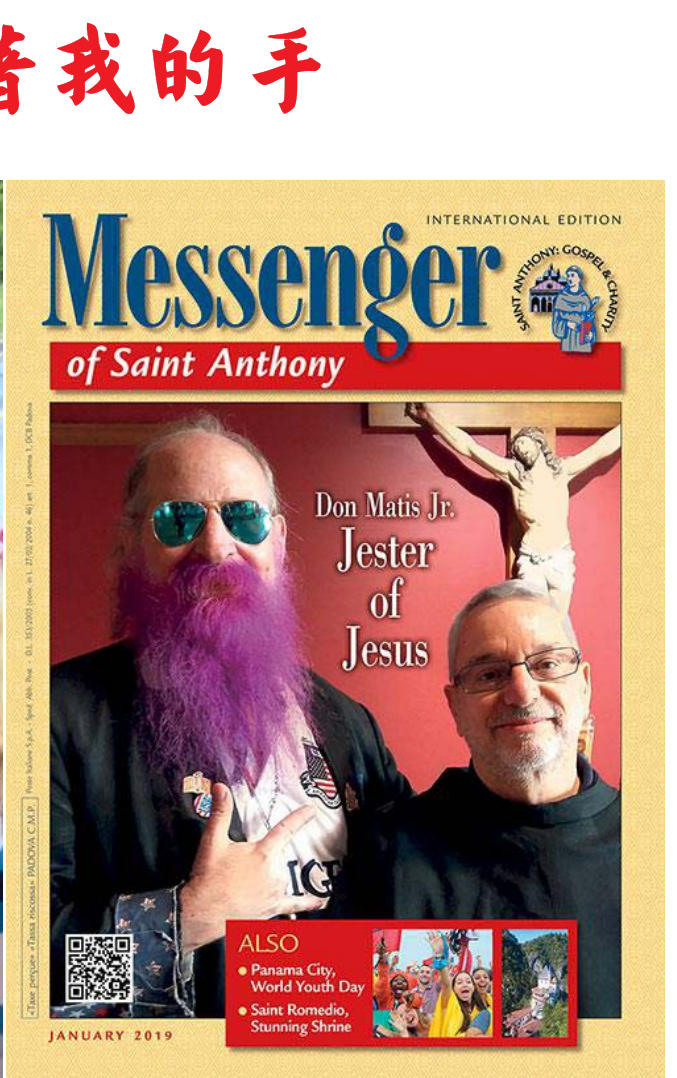


7月12日，我在 Hudson 的 Starbucks 咖啡店見到他倆，Don 故事讓人驚嘆：出生在克利夫蘭動物園附近（貧窮區），10歲被一個比他大16歲的男子強姦，徹底改變命運，11歲成了一個吸毒並出售毒品的人，15歲搬家到了 Hudson，只有30多分鐘的路程，完全不同的文化和人群，讓他變得更壞，沒有家沒有親人。故事還得從頭講起：

Don 出生於一個不幸的家庭，父母有精神疾病，父親又是酗酒者。在他6歲那年他去了一所天主教堂，第一天他看到在學校二位高年級的同學毆打欺負低年級的同學，學校給他上了第一堂暴力課，這一幕深深地影響了他。即使他是上的一所天主教堂，他的生活也充滿了不確定性、恐懼和焦慮，他有一個姐姐和妹妹還有一個弟弟，父母從來不管他們，他們很自由。

在 Don 10 歲時，發生了一件非常可怕的事情。那年，他送報是一個報童，他認識許多鄰居，有一天他認識的一個鄰居，比他大6歲，這人在寵物店里工作，他邀請 Don 到他地下室看魚缸，後來這個人強姦了 Don。作為一個10歲的男孩，這種影響在心理上來說是毀滅性的。而且父母又認為是鄰居，還不到18歲，父母就默認，就當沒有發生過一樣，可是他們沒有想到 Don 在這段經歷中以及之後，他絕望了，他只是想死。Don 將經歷保密，作為一個男人，被一個男人強姦，奪走尊嚴，那時 Don 不知道自己是男人還是女人。

Don 15 歲時奶奶去世，留了一點錢給他們，他們一家搬到 Hudson, Don 的高中是在 Hudson 畢業的。Hudson 是一個非常好的社區，好環境沒有改變父親酗酒和對母親的暴力行為，Don 也奇怪為什麼父母從未離婚，他們仍然生活在一起。Don 父親在汽車廠工作，他是一名工程師繪圖員。父親希望兒女接受良好的教育，一個對生活絕望的人再好的環境也改變不了他的惡習，被強姦後的 Don，變本加厲自己吸毒，還出售毒品，干了許多壞事，過着非常混亂的生活，Don 高中畢業，在一次毒品交易中，被送進監獄。



在美國改造自己

中國人夢

30年前浦瑛漂洋過海尋找夢想

浦瑛開講



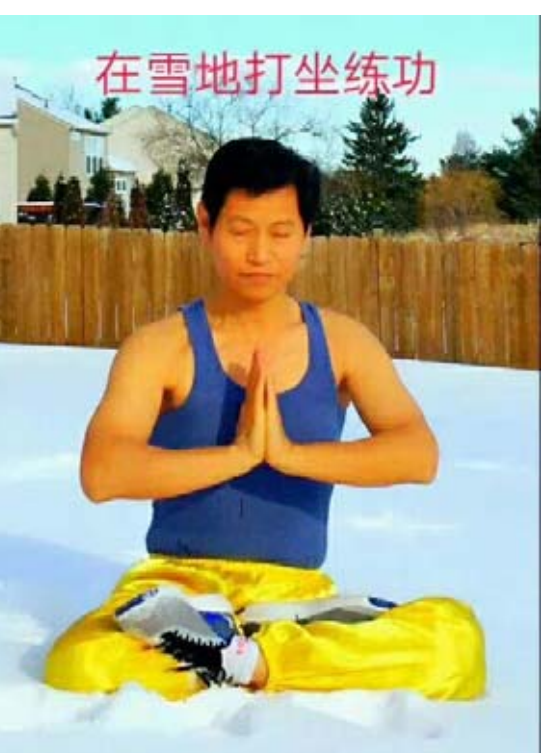
心善交得真朋友



世界變化微妙又複雜，變化萬千。再多的變化總藏有不變的規律。有一只無形的手控制着社會的輪回，這就是道。一個偶然，我認識了 Don and Monica, Don 的故事驚人，Monica 用行動讓無家可歸的 Dan 在她家一住就是28年，Monica 53歲，從來沒有結婚，也沒有碰過任何男人，因為她是虔誠的天主教徒，一個十分善良的人，也是帶給 Don 溫暖的人。Don and Monica 又讓我認識他們共同在教堂認識的朋友 Chelsea Whitley 和她的妹妹，熱情善良的 Chelsea Whitley 大學社會公共關係畢業後，再去當兵，學了新的知識，我開玩笑說，如果在大學期間當兵，學費免費還有學分，Chelsea Whitley 笑着說。那個時候我沒有那麼聰明。地球是圓的，交好一個朋友就會給你一團朋友，想要交到好朋友，關鍵是自己要心地善良，樂於助人！

養生就是養心

我練習瑜伽至少有15年了，我上一堂課最期待就是最後5分鐘的冥想，起先不知道為什麼，後來上了不少課，有靈氣，有陰陽冥想等等課程。由於現在自己已經到了更年期，像早上起床會發現腳後跟有點痛，人也不像過去那樣不會累了，我的健康給我提醒了：要好好養生了。

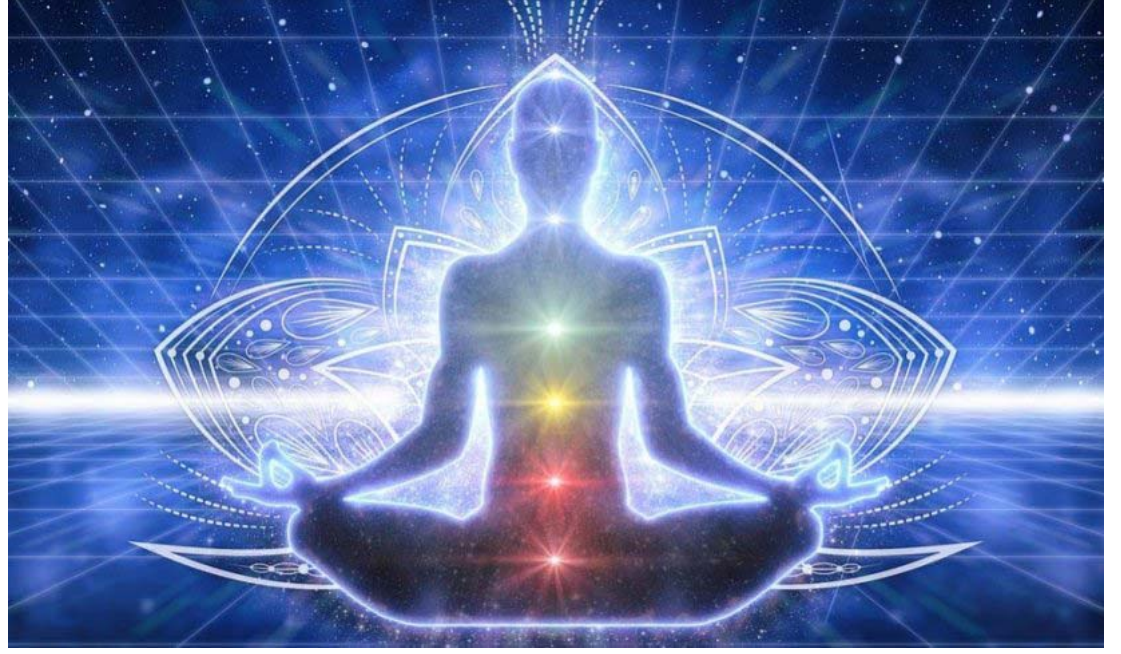


我曾經在 Hudson 圖書館上由 Akron 大學教授習娟教的禪座冥想，其實認識習娟前，已經認識她的先生魏廣波，我也上過幾次魏老師的冥想打坐課，整個打坐班只有我一個中國人，其他都是美國非裔，來的人都是因為有病，跟魏老師一坐就是幾年。最近我也碰到認識很久的教育出身的楊東芳，我有念頭搞一個養生班，就這樣，馬上行動。疫情蔓延，社區動蕩，人的恐懼就像傳染病一樣，人變得越來越情緒低落，養生就是養心，養心功效與每天生活息息相關，我希望我得到的好方法與您一起享用。請您來吧，2020年8月4日下午1:30pm-3:00pm 在伊利華報社舉辦講座：魏老師帶您一起冥想打坐 參加人數不超過12人。地址：3500 Payne Ave. 1-B Cleveland Oh 44114 電話：216-324-2959

冥想的好處

冥想有利於增強記憶力和專注力。冥想可以讓大腦摒棄外界喧囂而只專注於當前時刻，因此能防止思想過於跳脫而無法集中，使我們的思維高度集中於某一事物而增強對其的記憶。冥想有利於心血管健康，當人們進入冥想狀態時，血壓會明顯下降，同時還保護心臟，平靜地呼吸，將自己的思緒專注於呼吸與吸氣的動作，一切煩惱

都在遠離自己。冥想有利於增強免疫力，焦慮感會降低，增加我們應對逆境的能力，因為壓力積攢身體內會產生鬱結之氣，而這些鬱結之氣會對免疫系統造成損害，導致內分泌紊亂，疾病的患病風險。冥想，可以找到內心的力量從而祥和地度過我們的每一天。



上帝拉著我的手

績多久，1987年離婚，Don 失去了對兒子的監護權。婚姻的失敗，是因為他們是一對情緒激動的人，吵架打架常有的事情，Don 認為，因為他們心里沒有上帝，兩人都還上癮的可卡因吸毒者。1986年1月25日，改變 Don 的命運，Don 在得克薩斯州休斯頓，就是在挑戰者號航天飛機災難發生之前，那場事故於1月28日殺死了7名機組人員。他和一個做生意的人在一起，那人請 Don 去參加一個酒會，他們在一起喝酒吸毒。第二天早上 Don 醒來，幾乎感到自己精神崩潰了：他忽然看到他自己的前世，就像電影一樣講述他人生中每一次經歷。Don 說他好像快要死了，他正要打911時，他聽到一個聲音在他耳邊：我的兒子趕快去教堂，當時 Don 從永恆的維度中感受到一種對上帝的和平與愛的狂喜。Don 興奮：這是上帝正在向我撒下恩典的種子。Don 馬上離家跑向約2英里半遠的聖約翰維尼天主教堂，到了教堂 Don 聽到上帝向他說話，“我的兒子，我要重建您”，當時 Don 不知道那是什麼意思。不過他知道上帝拉住了他的手。採訪中，我十分好奇 Don 的鬍子，Don 說：鬍子是紫色的，代表對美國和全世界的祈禱，同時也是對罪惡的賠償。他手拿耶穌像，是因為他愛耶穌，在他的心裏，他表示他是有任務的，上帝要他讓人們快樂，我更好奇地問他：您住在麵包車里，無家可歸，您自己快樂嗎？Don 說：我確實不容易，因為我無家可歸，而且我又戒掉了所有的惡習，上帝保佑我，讓我認識在一起禱告的 Monica。經過三個月

的祈禱，Monica 不僅為無家可歸的人祈禱，還要求 Don 搬到她家的公寓，1992年7月，Don 搬進了 Monica 的客廳，Don 一住就是28年，他們的友情就像兄妹。Don 平時畫畫，他渾身充滿了能量，Don 說他的一切都是上帝給的，上帝是純潔的愛。上帝有巨大的創造力，創造了這個美麗的世界和整個宇宙的巨大星系。採訪後我發現 Monica 太了不起了，她是一個善良的人，是帶給 Don 溫暖的人，Monica 平靜地說：我向上帝禱告三個月，幫助無家可歸的人，Don 戒賭戒酒4年，我是用行動才對得起我向上帝禱告

可歸的人祈禱，還要求 Don 搬到她家的公寓，1992年7月，Don 搬進了 Monica 的客廳，Don 一住就是28年，他們的友情就像兄妹。Don 平時畫畫，他渾身充滿了能量，Don 說他的一切都是上帝給的，上帝是純潔的愛。上帝有巨大的創造力，創造了這個美麗的世界和整個宇宙的巨大星系。採訪後我發現 Monica 太了不起了，她是一個善良的人，是帶給 Don 溫暖的人，Monica 平靜地說：我向上帝禱告三個月，幫助無家可歸的人，Don 戒賭戒酒4年，我是用行動才對得起我向上帝禱告



美國華人聯合會(UCA)加入起訴移民局(ICE)聲援留學生

七月十四號下午,在美國各界的巨大壓力下,尤其是各大學、企業和社會團體(包括UCA)紛紛對聯邦政府移民與海關執法局(ICE)提起了諸多法律訴訟和聲援後,使得行政當局面臨千夫所指的局面,ICE終於宣佈撤回了一周前於七月六號剛宣佈的針對國際學生的新法規。這將使得在美留學生們得以繼續在瘟疫期間能正常地生活和學習下去。

美國華人聯合會(UCA)在得知ICE頒佈的針對留學生的新法規後,認為此法規完全沒有考慮到在美的留學生的實際情況,一旦執行,將會對包括最大留學生群體的中國留學生在內的大量外國留學生產生非常不利的影響。UCA同時認為目前中國留學生在美國沒有全國性或專業組織幫助,而UCA的許多成員都是老留學生,他們感同身受,幫助小留學生們發聲,保護他們的合法權益,認為這是責無旁貸的。UCA立即與



各界移民律師進行了聯繫,為在第一時間發起法律行動和其他幫助做好充分準備,以便聲援留學生。

在新法規頒佈後的兩天之內,也即七月八號,哈佛大學和MIT兩所大學以驚人的速度,向

在波士頓的聯邦法庭提交了他們的起訴書,要求聯邦法庭針對新法規頒佈臨時限制令和臨時禁令。UCA隨即發佈了新聞稿譴責行政當局的新法規,要求當局收回成規。同時,UCA在理事會的授權下,正式加入哈佛和MIT的法律起訴,準備以法庭之友的身份,遞交從中國留學生這個最大留學生群體的獨特角度看待這項新法規的法庭之友的陳述(請點擊閱讀 Amicus Brief)。在確定聘用 Porter Wright 律師事務所後,UCA隨後就通過社交媒體和一些移民律師的幫助,廣泛收集了中國留學生所面臨的許多困境和故事。在經過僅僅兩天的非常緊張的準備後,在昨天七月十三號中午向聯邦法庭提交了華人社區的第一份聲援哈佛和MIT大學法律訴訟的UCA“法庭之友”的陳述。

正當我們在繼續聯繫中國留學生社區,準備和行政當局“打持久戰”的關鍵時刻,今天傳來了川普當局撤回ICE的新法規的好消息。這

無疑對廣大在美留學生和即將來美的中國留學生都是一大好消息。UCA在此感謝過去幾天內給予了我們幫助的中國留學生和學生組織。UCA也將一如既往繼續關注事態的發展,為中國留學生在美國能有一個安詳和良好的學習環境而努力。如果中國留學生在目前瘟疫期間碰到針對留學生的歧視事件,或者其他不公正的法規和事態,請繼續和我們聯繫(202) 642-5060,或者電郵我們:info@ucausa.org

本次事件在一周內所發生的巨大變化,是我們所知川普當局第一次在社會各界的反對聲中,在法律訴訟程序啓動之前,不得已撤回已頒佈的行政法令,而不是選擇繼續在法庭上爭辯下去。這再一次彰顯了美國社會民主和法治的力量,和美國人民對身處疫情中的外國留學生的關心。



聖地呀 GO 俄州亞太聯盟

移民新規下,在美留學生如何避免強制離境?

美國政府周一(7月6日)表示,秋季學期只上網課的大學,其國際留學生必須強制離境。根據新聞稿,國務院將停止向這些只上網課的學生發放簽證,海關和邊境保護局也將不允許他們入境。

2020年7月6日,美國海關和移民總署(USICE)在官方發佈了新的關於2020年秋季學期非移民持有F1/M1學生簽證的學生上網課的規定(點擊閱讀原文鏈接進入),具體內容如下:

第一,持有F1或者M1非移民簽證的學生,不能留在美國進行全課時的網課學習。移民局也不會向秋季只上網課的這些學生發放簽證,學生也不能進入美國境內。現在在美國境內的學生,如果你的學校今年秋季學期只開設網課,那麼你必須要離境或者轉學去其他提供面對面或混合授課的學校。如果不遵守上述規定,將會被強制離境,包括但不限於啓動遣返程序。

第二,提供面對面課程的學校里,F-1學生上網課將受到現有聯邦規定的約束。持有F簽證的學生最多只能上一門或者3個學分的網課。

由於新冠疫情,3月份學生和交換學者管理局(SEVP)對春季和夏季學期的網課進行了臨時豁免,允許留學生參加比聯法法規允許的更多的網課,以保持他們在COVID-19緊急情況下的非移民身份。不管學生是否離境,學生只要按照學校要求完成網課就可以保持學生身份,簽證也不會失效。

該最新政策,意味着3月份豁免政策的取消。

第三,如果學校採用的是混合授課模式(網課+面對面授課),持有F1簽證學生可允許註冊多於一門或3個學分的網課。這些學校必須通過I-20表格向SEVP證明學校不是完全線上授課,學生秋季學期選修課程並不全是網課,且學生的學位課程中選修了最少的網課。英語語言培訓課(English language training programs)的F-1學生和拿職業學位的M-1學生不允許參加任何網課。

像加州大學聖地亞哥分校(UCSD),2020年秋季就將採取線上線下混合的授課形式,因此對於想留下的留學生,則必須在選修網課的同

時選修至少一門線下課程。

不過對於像哈佛大學和普林斯頓大學這樣,目前決定採取分批上學,學生來學校,但還是上網課的學校兩可的授課方式,還不知道會最終被認為是哪種授課方式。

另外,政策中還要求如果學校在開學時提供面對面授課,然後再更改授課模式至網課,或者持有F1簽證的學生本人更改為上網課,那麼學校應該在變更後的10天內更新學生系統記錄(SEVIS)中的這些學生或訪問者的信息。

另外要注意的是,照目前美國的疫情情況和海關政策來看,離境後還不知道什麼時候才能重新回來。而國際學生在美國境外停留超過5個月,就需要重新申請I-20表格,因為超過五個月不在美國,學生的系統記錄將不再被美國土安全局視為暫時離開。而重新申請新I-20的記錄,可能被美國公民及移

民服務局(USCIS)解讀為全新的F-1簽證。申請新I-20也可能會對申請OPT資格造成負面影響。

所以對於廣大留學生來說,選課時一定要特別注意,和學校以及導師保持聯繫,隨時瞭解最新情況,避免失去學生簽證,甚至強制離境。



白宮回懟哈佛、麻省理工起訴:上網課要什麼簽證?

相信大家在前幾天的推送里,已經得知了國際生完全網課將被取消簽證的事,小編在這里就不再贅述了。

美東時間7月8日,白宮針對哈佛和麻省理工的起訴做出了回應:參與線上課程的學生,沒有拿簽證的必要,並表示“國際交流學生應該起訴他們的學校,而不是聯邦政府”。

給大家解讀一下,白宮新聞秘書的話外音:如果學校提供了線下授課的選項而你去不去,那麼被取消簽證就是你的問題;如果你因為沒有線下課能上而被驅逐,那就是學校的問題。

在白宮發佈會快結束時,有記者尖銳提問,如何保障校園重新開放後,不會導致疫情爆發?

特朗普卻直接無視了提問,假裝沒有聽到並轉身離開。

看來這次,特朗普政府是打算把鍋徹底甩給高校了。好一個避重就輕!

然而話不能都讓他們說了。來看看美國高校是如何對待留學生的。

7月8日,在政策修改後的短短幾小時內,哈佛和MIT聯合上訴了移民局。

其實在哈佛和麻省理工上訴前,移民局已經暗戳戳修改了一次政策。

最初大家看到的政策是這個版本:

修改後的政策,你可以理解為,留在美國境內的學生,必須選擇一門線下課程;不在美國境內的國際學生,可以選擇網課,並且學生身份不會受到影響!

通過比較,大家可以發現:這政策改不改沒什麼區別啊?不都是逼着大家去上線下課嗎?

要知道就在新政策宣佈的前一天,哈佛大學才宣佈2020-2021學年全部採用網上課程……

這可能是美國高校最團結的一天……

看到哈佛和麻省理工如此硬氣,各個高校也先後表明瞭自己的態度。截止發稿前,已經有多所美國頂級大學,申請加入了哈佛和MIT的抗議隊列。

*東北大學宣佈將加入訴訟,用法律手段為國際學生爭取應該有的權力。

*南加州大學發表了意見陳述書,強烈支持哈佛、麻省理工對美國政府的訴訟。

*加州大學決定起訴這項政策,並稱“這讓在美國的國際生陷入了更深的焦慮和不確定中,這是非法的”。

*斯坦福、康奈爾、普林斯頓、賓夕法尼亞大學紛紛站隊,公開支持這場聯邦上訴。

還有一些大學針對最新的ICE政策修改

了授課計劃,表示會盡全力捍衛留學生留在美國的權利:

*耶魯大學校長表示,耶魯將盡一切努力確保國際學生不受新政干擾地完成學業,並強烈敦促國土安全部採取更靈活的簽證方式。

*賓夕法尼亞大學在2019年秋季招收了5,333名國際學生。針對2020年秋季的開學計劃,賓大表示將和其它十幾所大學一樣,採用混合模式。並且賓大正在密切聯繫其在常春藤聯盟和美國政府的合作夥伴,會儘快給大家提供信息。

*哥倫比亞大學表示,將採用線上與線下混合授課的模式。

*加州大學伯克利分校表示,會創建一門1個學分的面授課。

*針對“遠程上課取消簽證”政策,密蘇里大學表示,目前在美國境內的大二、大三、大四以及研究生和博士,必須選擇至少1門或以上的線下課程。已經回到美國境內的這些學生,需要聯繫學校的ISSS Adviser。在美國境內的大一新生,需要聯繫 International Admissions 或 Graduate School 的 Adviser 來進行下一步的安排。

*邁阿密大學校長表示,計劃在校園中提供在線和混合課程結合的教學模式。

*東北大學官方回應:我們支持混合教學模式,留在校園的國際學生不太可能受到影響。

*杜克大學將在2020年秋季學期提供線下授課、混合授課以及線上授課的組合課程。未獲得有效簽證或未入境美國的國際新生,可以在國外上杜克的全部在線課程。

*約翰·霍普金斯大學教務長表示,迫切希望美國高等教育在今年秋天恢復正常。

*北卡羅萊納州立大學表示,秋季學期將採用混合授課模式。

*加州大學歐文分校表示,學校一定會提供更多的線下課程,目前還在討論課程設置的具體情況,近期會以電子郵件的形式通知。

*南加大發佈了修改後的最新課程安排,包括了大部分在線課程和小部分的現場授課或混合授課。一些課程的上課時間和地點有所變化。

*喬治華盛頓大學表示,2020年秋季留在美國境內的新生,將需要推遲SEVIS記錄。計劃留在美國的學生必須參與“返回學校計劃”,即混合教學模式。兩類學生都需要通過ISOGateway填寫“2020年秋季學習計劃”表格。

*弗吉尼亞大學正在與其他大學寫作,承諾提供線上和線下混合的學習方式,確保所有學院的學生都有一定的線下課堂體驗,同時正在研究

新的授課方式來滿足新政策對線下課的要求。

*賓州州立大學表示,在美國以外的留學生應該盡一切努力在秋季返回美國;已經在美國的準大一留學生秋季可以修滿三個以上的在線學分,但不能全網課;沒有抵達美國的新生可以選擇 defer,但賓州州立大學會提供大量的遠程課程選擇。

*馬里蘭大學已經開始討論應對ICE新政策的措施。

*擁有110萬名國際學生的紐約大學在周二宣佈,秋季開學計劃將會採用 in-person 結合 online classes 的混合模式。NYU正在聯繫聯邦官員,敦促他們撤銷或修改這一規定。

*羅格斯大學表示將與國際生同在,會竭盡一切去捍衛他們留在美國的權利。

*凱斯西儲大學遵循線上與線下混合授課的模式,會儘可能同時提供面對面和線下授課。

*埃默里大學周二表示,將與國家高等教育組織合作,倡導“徹底修改這份指南”;

*佛羅里達大學CSA也發起了請願活動,考慮到大家可能不存在入境限制、簽證困難、機票短缺等問題,希望能夠和國內大學對接,去保證大家的學習質量。

總之,各個大學都表示,會優先考慮留學生的簽證和課程問題。

並且各大高校也回應,將會站在留學生這邊,保證大家的簽證有效性和課程體驗!如果政策有任何變動,WST也會第一時間在推送中告訴大家!

由65所頂尖研究型大學組成的AAU美國高校聯合會,于周二表示,ICE如若再針對國際學生,將會採取法律手段來維護學生的利益。

所以大多數頂級院校都是在協助大家保持F-1學生身份的。有調查顯示,有91%的高校不會採用純網課的形式。

像聖母大學就是那9%的奇葩,堅決不remote,強制實地開學。

布朗大學在周二宣佈,會將本科生分配到三個學期:大二大三學生將在秋季和春季學期參加,而大一學生可以在春季和夏季學期上課。

有人分析說,特朗普的這一步棋是在倒逼學校開學,以便帶動美國經濟,如果真的是這樣,那只能說特朗普本人非常計劃通了。

不過還有一些大學,偏偏不吃特朗普這一套,他們特別考慮到了那些留在中國的學生,從他們的角度出發去解決開學問題。

今年不赴美,也可以完成學業?

抗議ICE是一方面。另一邊,美國各高校也在不斷調整入學計劃,最大程度地來改善大家的留學體驗。

留學生想讀個書,真的

太難了……

針對學業這塊,還記得之前被全網diss的“留學生入學高職高專”政策嗎?

或許是受到這項政策的啓發,目前有眾多海外高校,已經官宣將和中國的名校展開合作,讓留學生在國內也能夠上學。確實這也不失為一個好的解決辦法。

果然,真相定律雖然會遲到,但永遠不會缺席。

目前有很多大學,已經官宣了和國內大學牽手成功,實施了了“Go Local”計劃,還有一些則是正在商量合作的路上。

康奈爾大學提供的Go Local大禮包,給國際生的校區選擇也是非常豐富:北大、清華、交大、浙大、中國農業大學、首都師範大學、東華大學一共7所……這是要上遍985,211的節奏啊?

NYU的校方郵件明確表示,選擇在美國境外上網課的學生,不會在學術層面上受影響。並且NYU的校區遍布全世界,這不國內就有上海紐約大學嘛!

大玉米地UIUC,一直和浙江大學有着合作,所以UIUC的大家可以無縫對接到浙大,也是美滋滋呀。

康涅狄格大學的國際本科生中,有88%來自中國。UConn官宣,會和華東師範大學、諾丁漢大學合作,既改善了國際學生的上課體驗,又保證了入學率。

*除了UConn,華東師範大學還將容納杜蘭大學、PSU、雪城大學。或許今後留學生見面第一句:華師大面基嗎?

文理學院Trinity College的同學們,下學期可以在復旦大學讀書。

熱愛學習的同學們,快去查看自己的學校是否提供Go Local項目,及時提交申請吧~

由於政策變化實在太快,特朗普政府又是三天五天搞一次事,大家也知道今年歇在美國境外的H1B持有者,一整年都被禁止入境了……

所以,當下最合理的辦法還是留在美國,並且參加一門線下課。

前面也講到,有不少高校已經制定了相應的in-person課程,加上回國上網課,你的CPT和OPT都會受到影響,所以小編還是在這里勸大家,不要亂跑啦!



送外賣間隙備戰考研，在三輪外賣車上背書的杭商學子考上研究生了！

“你知道徐海棟么？”“聽說他掛過好多科竟然還考上了研究生！”“知道，我們學校的外賣團隊就是他創建的，後來好像還成立了公司。”“是之前在三輪外賣車上背單詞的學長么？”“他和我同一批考研上岸了！”看似矛盾的事跡，他卻完美融合在自己身上。這位在老師和同學眼中具有傳奇色彩的人物就是杭州商學院經濟16級的學生徐海棟，在日前剛結束的研究生考試中被錄取為浙江工商大學法學（非法碩）研究生。近日，這位同學大學四年里因創業耽誤學業卻又考研成功的事跡，在校園里被大家津津樂道。

入學“迷茫”是主旋律，但不甘如此平淡過四年。大一剛入學，徐海棟和大多數同學一樣陷入了無所事事的困境。“每天看到身邊的同學都在忙進忙出，我卻一直很悠閑。沒有目標也沒有方向，不知道该怎么過好大學生活，也沒有太多的想法，即使有也不敢輕易去嘗試。”因此他大的一日子過得十分枯燥，“每天教室、食堂、寢室三點一線，沒有高中緊張的學習氣氛，在學習上沒怎么上心。”徐海棟說道。他的每天只是按部就班，除了上課，就是在寢室，偶爾去圖書館看會兒書或是去體育館打乒乓球，過的很迷茫。他知道這不是他想要的生活，卻不知從何改變。此時的徐海棟缺少的只是一個讓他起沖的契機。

從校園外賣到智能外賣公司，他迎來大學轉折點。在一次機緣巧合下，一直想要通過經濟獨立減輕家里負擔的他接觸到了外賣兼職。談起

第一次送外賣，他笑道，“當時運氣有點差，正好趕上了十月的大雨，一趟下來全身濕透。”儘管如此，他的胸中卻有一團燃不盡的火，為用自己的雙手賺到了第一桶金而感到無比興奮。

做了一段時間外賣兼職後，他並不甘于此，組建外賣團隊的想法應運而生，同時也得到了同學的響應。至此，兩人一拍即合，從一無所有到奮力“打拚”，從最初的二人到最後的十人再到最後的上百人，經過一年的打拚，團隊發展迅速，規模最大時單日訂單量近2000單，月營收超3萬元。

然而創業的過程並非一帆風順，徐海棟也遇到過各式各樣的問題，諸如：創業前期兼職人員不足，因此需要平衡；每日的配送人員安排因課業緊張、天氣惡劣等不可控因素需要反復協調等等。“有時遇到訂單量集中的雨天，渾身濕透對於我而言是家常便飯。但出于對同學和工作的責任感，也只能咬咬牙接着做。”他笑道。



除此之外，他也同樣面臨着同行的競爭壓力和團隊建設等問題。然而憑着自身的那股衝勁和合作夥伴的支持與鼓勵，徐海棟並沒有在困難前停步，他不斷完善團隊內的規章管理制度，提高配送效率，解決各方面矛盾衝突。終於，在大三上學期迎來創業巔峰，他組建的“北星配送”創業團隊也成為全校規模最大的外賣團隊。藉助學校創業學院這一平台，他和同學洪武星、盧山一起成立了“杭州鳳毛科技有限公司”，立志將校園外賣做得更加安全智能。至此，智能外賣在大學校園嶄露頭角，而徐海棟的重心也因為一條意外的通知，不得不從創業轉移到學業。

本為學位補授做“三手準備”，最終跨考成為法律碩士。由於前期的懈怠，加上創業過程中花費過多時間和精力，徐海棟怠慢了學業，相繼收到的

“學業警告”與“取消學位證書授予”的通知更是敲醒了這位“一頭紮進創業”的大四學生。

“為了學位補授，我作了三手準備，備戰研究生考試、備考六級和提高專業成績排名。”談及選擇考研的動機，他表示：“最開始是想通過考研‘上岸’進行學位補授，出于對法律的喜愛，我決定放手一搏。”憑藉大學里對法律的良好印象和自身興趣，在結合個人職業規劃後，他決定報考法律（非法學）碩士。

7月中旬，剛確定報考院校的他在起點就和同學拉開了差距，當時也是外賣工作收尾之際，除去上課和考試，平均每天仍需要留出4個多小時在送外賣上。時間不充裕的他只能抓住等待外賣派單的空隙準備考研。“路過校門口或是在校園里，經常能看到他抱着書，一邊看一邊等待外賣派單，無論酷暑還是暴雨。”提起徐海棟，學院負責考研工作的盧寅老師說道。

“我一直夢想着自己將來有一天能夠在浙工商的圖書館里學習。”徐海棟笑着說起當初堅持的動力。準備考研的過程中，他過得規律又充實——早晨6點起床背書，背到8點直奔圖書館復習專業課，晚上回寢室後堅持背到十一點，有條不紊的復習計劃帶來了令他“意外”的成績。徐海棟的堅持成就了自己——不僅成就了他的創業夢，也成就了考研夢。

“歷盡天華成此景，人間萬事出艱辛”是他的個性簽名，正是由於徐海棟堅毅的品質與敢想敢做的精神，他一步接着一步完成了屬於他的“逆襲”。

通訊員：譚夢珂 孫悅 徐夢圓



MV「AZUMA」旅日華人新銳導演張時偉作品

日中通信

由津輕三味線、尺八、箏、太鼓這四種日本代表性的傳統樂器集結而成的新·純邦樂組合“WASABI”最新發行的MV在日本音樂界大獲好評。

旅日華人新銳導演張時偉特別為新曲「AZUMA」拍攝製作了精彩MV。

拍攝前，導演精心研究了攝影棚的佈局。那里的空間並不是很大，用梯子爬到二樓，把鏡頭放到各個角落，為了在狹小的空間表現出音樂的廣闊煞費苦心。如何將四個男人拍得更帥，如何將聲音變得更加立體化……為了達到

最佳拍攝效果，張導絞盡腦汁，選取了各種角度拍攝。

整首MV用單調的影像空間襯托出WASABI成員們煥然一新的形象，卓越高超的演奏伴隨著迸發的動感而展開。讓人充分感受到他們向世界展示新生代日本音樂那獨一無二的存在感、堅定的自信和嶄新的飛躍。

請用視覺與聽覺共同感受一下，只有WASABI才能創造出的世界。

【PROFILE】WASABI的「WA」取自日文的「和」(わ，讀

WA)、「SABI」取自日文的「サビ」(讀SABI，意為歌曲的高潮部分)。該組合最初以吉田兄弟的兄長吉田良一郎為中心，與元永拓(尺八)、美鵬直三朗(太鼓·打擊樂)一起從2008年開始活動，2010年又加入了市川慎(箏·十七弦)。作為與津輕三味線/尺八/箏/太鼓等最具代表性的和樂器組成的“新·純邦樂組合”，于2012年發行了首張專輯。美妙的樂曲旋律和緊湊的樂章結構，不僅表現了日本傳統樂曲優雅抒情的世界觀，也創造出充滿震撼力的現代“和樂隊”魅力。從學校到日本國內外公演，活動範圍

非常廣泛。

~MEMBERS~
吉田良一郎(Yoshida Ryoichiro)
著名津輕三味線組合「吉田兄弟」中的大哥。
元永拓(Motonaga Hiromu) 尺八
市川慎(Ishikawa Shin) 箏、十七弦
美鵬直三朗(Bihou Naosaburo) 太鼓、打擊樂

來源：日中通信
作者：夜紫 編輯：嵩森





哥城華人愛心中餐日活動感言

5月23日,俄州華人協會派义工們向YMCA等四家收留無家可歸者的慈善機構運送了最後一批愛心中餐。5月28日,華人協會把組織“全美愛心中餐日”活動募集的部分現金捐贈給救世軍(The Salvation Army)和俄州中部食品銀行(Mid-Ohio Food Bank),借助他們的价格優勢購買的食品給受到新冠疫情影响的人。至此,由俄州華人協會聯合十四個社團響應美國華人聯合會(UCA)號召一起舉行的愛心中餐活動圓滿結束。在俄亥俄的活動總共向為受到疫情影响的困難人群服務的二十三家慈善機構提供愛心中餐超過一萬三千份,彰顯了美國華人關愛社區、服務社區的精神,促進了俄州亞裔社團的合作,宣傳了華人在美國歷史上的貢獻,讓今年的“亞裔傳統月”更加有意義。這次活動的口號“50個州,100個城市,萬眾一心”也在媒體和主流社會引起了共鳴,讓人们在危機時刻感受到人性的溫暖。

哥倫比亞亞洲節創辦人、在地區領導社區服務多年的魯永振教授从一开始听说俄州華人協會與美國華人聯合會一起在俄亥俄推動“美國華人愛心中餐日”,就非常支持,鼓勵亞洲節、亞裔社區服務社參與支持這個活動,并在非華裔社區、媒體做了大量宣傳。魯教授說,“美國華人愛心中餐日”是一項非常有意义的慈善活動;在疫情影響下,很多人失去工作,無法照顧自己和家人。華裔社區在此危難关头深出援手,功德無量,有助於減少美國社會對華裔存在的種族偏見,提高華人地位。魯教授還向富蘭克林郡的New American Council匯報了這個活動,讓他們了解華裔社區的愛心善舉,并讚賞伊利華報和英文媒體對這個活動的報道,認為這有助於宣傳華裔社區的正面形象。

俄亥俄州立大學的李敏儒教授也是多年的社區义工,為這次“美國華人愛心中餐日”獻計獻策,推動社

團、群眾參與。他說,“很高興看到各個年齡段的華裔都積極參與這次活動,尤其是青年一代。我們通過自己的努力和為社區服務的精神,在歷史的長河裡留下了積極正面的印記,為提高華人的地位做出应有的贡献。”

俄州華人協會理事、哥倫比亞華裔社區(CCC)負責人邱紅博士說,“美國華人愛心中餐日為華裔社區提供了一個絕好機會,展示我們的同情心、愛心和責任心。”張曉艷女士負責CCC的外聯工作,也深表贊同,“CCC從疫情一開始就籌款買防疫用品,為戰鬥在一线的醫生護士們購置了十幾萬只醫用口罩;接下來我們組織50多名义工手工縫製了近2000個布口罩捐贈給10多處敬老院,警察局,交通局,市政府辦公室,食品救濟站等地。當我們看到全美華人組織Food of Love Day活動時,非常認同這一義捐活動馬上積極支持和參與。我們和哥倫比亞華人各個組織一起籌款,目標是捐贈千份熱餐

給收容所里無家可歸的弱勢群體,我們CCC很高興很榮耀能參與這次活動,為提升整體華人社區的公益事業和形象出一份力。”

哥倫布熱心人士劉景耀帶自己三個兒子Victor、Brandon和Jack負責义工招募和發放中餐,不辭勞苦。他說,華人社區在關鍵時刻挺身而出,為抗疫做貢獻,向弱勢人群雪中送炭,對鼓舞人心,帶動全社會戰勝目前遭遇的困難有積極正面的影響。兩次參加送餐活動的熱心义工王晓麗非常高兴能參加這個活動,“愛的力量是无穷的,它能使我們在困境中獲得希望,在痛苦中找到安慰,在挫折中奮起前行。”

亞太聯盟哥倫布青年分會的首任會長余凌江(Andy Yu)負責與十幾家媒體聯絡,

宣傳這次全美愛心中餐活動。哥倫布的CBS、FOX和NPR都做了積極正面的報道。他說,“作為在校大學生,我雖然沒有能力捐款,但是很高兴可以作為一名义工參與媒體外聯工作...目前社會上存在對亞裔的負面印象,這個活動可以讓整個社會都認識到華人和其他族裔一樣,關心周圍的每個人。”

接受愛心中餐捐贈的LSS Faith Mission和YMCA都送來了感謝信。LSS Faith Mission負責協調的Mollie說:“非常感謝你們給我們的客人送來的愛心中餐,也非常感謝你們的周到安排和按時送餐。我可以告訴你,華人愛心中餐是我們這周最大的亮点!”YMCA的感謝卡片封面由那里接受幫助的小孩子手繪,里面說:“謝謝你們在新冠疫情影响期間給我們的幫助和支持。”

俄州華人協會項目主任冷俊芳從四月份開始與俄州華人協會主席王文奎、美國華人聯合會會長薛海培一起討論怎樣在俄亥俄及全國範圍內開展“美國華人愛心中餐日”活動,積極推動俄亥俄各個華裔社團一道籌劃,提出了在全州範圍內向無家可歸人士收容機構、免費食物發放所、食品銀行等捐贈5000份食物的目標,以幫助那些在這次百年一遇的疫情中碰到困難的人。他們說,這次全美愛心中餐活動,從啟動到結束只有短短三周時間,有來自哥倫布、辛辛那提、代頓和克利夫蘭四地的十五個社團的參與組織,近百名义工參與了籌劃、外聯、籌款、送餐等工作,反映了美國華裔在社區服務方面從自發到自覺的轉變,獲得了包括伊利華報、世界日報以及CBS、FOX、NBC和NPR等媒體的俄州本地分支機構的報道,促進了主流社會對華裔社區的了解,有助於提高美國華人的地位。這次活動也開啟了俄州各亞裔社團相互合作的新篇章,令人振奮。這次活動的詳情可以在俄州華人協會的網站上看到:<http://ohiocaa.org/food-of-love/>。俄州華人協會(OCAA)供稿 2020.5.28



Dear Ohio Chinese American Association,
Thank you so much for the special meal you provided for our shelter clients! We also appreciate the extra care you took in coordinating and the timely delivery. I can tell you that meal was the highlight of the week!
Sincerely, Mollie Thable
Volunteer Services

Chinese American Food of Love Day

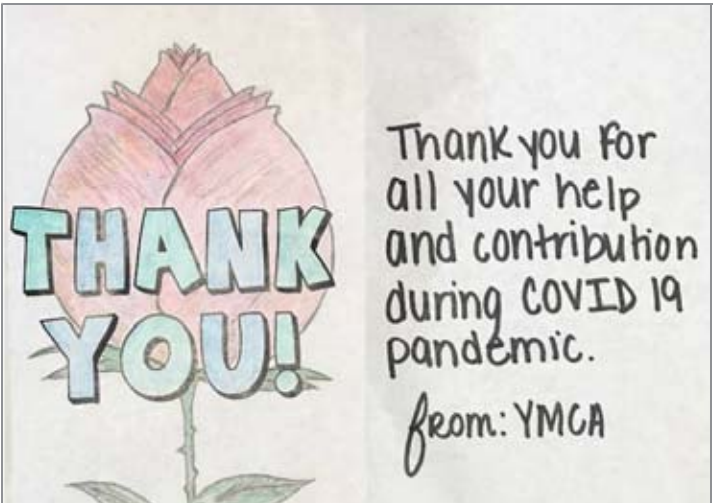
Support Fellow Americans during challenging times

Celebrate Asian Pacific Islander American Heritage Month
151st Anniversary of the Completion of the First Transcontinental Railroad more than 15,000 Chinese workers helped build

Ohio Chinese American Association

Asian American Community Service Council | Columbus Chinese Community (CCC) | Chinese Women Association of Cleveland (CWA) | Ohio Contemporary Chinese School (OCCS) | Ohio Multi-Frac Asian Association (OHFA)

National Sponsor UCA



被控欺詐, 又一名華人科學家被捕

聖地呀 GO 俄州亞太聯盟

美國司法部周四(7月9日)稱,57歲的俄亥俄州立大學醫學院風濕病和免疫學專家鄭頌國(Song Guo Zheng)于5月22日乘坐包機回中國,在阿拉斯加的安克雷奇國際機場中轉時被捕。

他在機場被捕時,先是告訴調查人員他正要“回家”,後來改口說他只是想去看望生病的父親。調查人員發現他隨身帶有三件大的行李、一個小手提箱、一個裝有兩台手提電腦的手提箱、三部手機、幾個USB硬盤、幾塊銀錠,以及他家人的過期中國護照和中國的房產證等物品。

鄭頌國9日在聯邦法院過堂時,法官認為他存在潛逃的風險,拒絕其交保釋放的請求。

被控刻意隱瞞和欺詐

美國司法部的聲明中指出,鄭頌國2013年加入了中國的“人才計劃”,他在俄亥俄州大學,以及他之前在南加州大學和賓夕法尼亞州立大學工作期間隱瞞了其獲得了中國的資金。他還有意隱瞞了與中國一所大學的合作關係。據資料顯示,鄭頌國在2014年被聘為華中科技大學同濟醫院的客座教授,以及擔任中山大學教授。

“在一項複雜的陰謀中”,鄭頌國還被指控將美國國立衛生研究院(NIH)的約400萬美元研究經費用於幫助中國在風濕病學和免疫學領域的研究。

俄亥俄州立大學對鄭頌國發起調查後讓其休行政假。緊接著,鄭頌國動身回國,因為疫情航班減少,他便購買了包機服務。俄亥俄州南區檢察官辦公室檢察官David M. DeVillers說:“在得知雇主已經開始行政程序、要瞭解他是否有遵守納稅人資助的贈款規則後,鄭頌國準備逃離美國;在這過程中,我們發起了起訴。”

美國聯邦司法部負責國家安全事務的助理部長德默斯(John C. Demers)表示,“我們不得不再次面對一個美國大學教授和‘千人計劃’成員被指控,美國的研究經費是為了讓美國民眾的健康和福祉受益,不是為了給別國的研究提供幫助”。

美國聯邦調查局反情報局助理主任科勒(Alan E. Kohler)也表示,這些被捕的人才計劃成員利用了美國納稅人的資金來為外國政府服務。

鄭頌國的律師尚未直接對檢方指控作出

回應。根據代理律師的筆錄顯示,鄭頌國是美國永久居民(綠卡),他否認了檢方對他的所有指控。鄭頌國通過翻譯告訴法庭,“我理解”這些指控,“但我不同意所有這些指控”。如果罪名成立,他將面臨最高15年監禁。

聲名顯赫成績斐然
鄭頌國祖籍安徽池州,本科就讀于安徽醫科大學,1999年復旦大學研究生畢業後,赴美國加州大學洛杉磯分校(UCLA)和南加大(USC)從事博士後研究,期間在NIH擔任短期訪問科學家。2003-2012年任美國USC助理教授,副教授和免疫耐受和調節中心主任、大學教授晉陞委員會委員等職務。2014年,鄭頌國成為賓夕法尼亞州立大學(Penn State)醫學院終身正教授及自身免疫性疾病研究中心主任,博士生和博士後導師。2019年,鄭頌國加入俄亥俄州立大學(OSU),該校形容他是“在國內外享有盛名的研究人員”,也是他所從事領域的先鋒。

他還曾在法國奧爾良大學暨法國國家科學中心攻讀並獲得分子免疫學博士學位,兼任法國國家科學研究中心正教授。

鄭頌國是國際上發明TGF-β誘導調節T細胞工作的領先科學家,在自身免疫性疾病的治療和預防器官移植的排斥方面成果顯著。

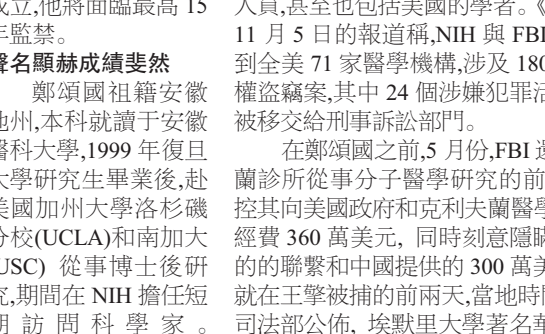
他是美國心臟病協會、關節炎基金會、詹姆斯基金會、風濕病協會、澳大利亞MS研究基金會等多國基金會終審評審專家,還擔任中國自然基金委重點項目、科技部863和973等項目評審專家。

鄭頌國曾獲得過多項國際科學家獎,還在J of Mol Cell Biology等多個國際知名學術雜誌和組織中擔任主編和學術兼職。他還曾參加全美海外華僑華人聯合活動。

多名華人科學家被捕
近幾年來,在中美貿易戰的大背景下,美國對



鄭頌國



王擎

華裔科學家忠誠度的質疑聲不斷。美國聯邦調查局與美國國立衛生研究院等部門開始在美國高校中調查為中國收集情報的學者,或是參與“千人計劃”而沒有據實以報的學術機構和研究人員,甚至也包括美國的學者。《紐約時報》去年11月5日的報道稱,NIH與FBI的調查已擴大到全美71家醫學機構,涉及180起潛在知識產權盜竊案,其中24個涉嫌犯罪活動的案件可能被移交給刑事訴訟部門。

在鄭頌國之前,5月份,FBI還逮捕了克利夫蘭診所從事分子醫學研究的前研究員王擎,指控其向美國政府和克利夫蘭醫學中心申請研究經費360萬美元,同時刻意隱瞞了與中國高校的聯繫和中國提供的300萬美元研究經費。就在王擎被捕的前兩天,當地時間5月11日,美國司法部公佈,埃默里大學著名華人科學家李曉江被判處一年監禁並執行緩刑,並罰款35089美元。起訴書中指控,李曉江欺騙美國政府,隱瞞參與“千人計劃”在中國幾所大學里任教獲得至少50萬美元的海外收入,騙取美國國立衛生研究院(NIH)研究經費。

同一時間,阿肯色大學華裔教授、電機系高密度電子中心主任洪思忠(Simon Saw-Teong Ang)被捕,也是被控,在申請NASA的經費時,隱瞞了自己與中國政府和企業的關係。

還有去年的美國堪薩斯大學的華裔化學家陶豐,弗吉尼亞理工大學教授張以恆等都是涉及隱瞞與中國政府和企業的關係,涉嫌欺騙美國政府研究經費而被判刑。

FBI否認針對華人



俄州州長新聞更新總結

州長沒有透露任何具體的新規定,但他懇請每位俄亥俄人注意安全,戴上口罩,並在確診病例呈指數級增長的情況下保持適當的社交距離。

- 陽性病例數:69,311例
- 死亡人數:3,075人
- 我們正進入抗擊COVID-19的最關鍵階段
- 在俄亥俄州每天的病例數超過了1,000例
- 我們現在的處境與幾周前佛羅里達和亞利桑那的處境相似,我們決不能變得和它們一樣
- 無論你所在的縣處於何種警戒級別,請戴上口罩
- 如果人們不戴口罩,情況繼續惡化,我們可能不得不再次關閉,但現在採取行動可以避免這種情況
- 如果我們不阻止這種病毒,經濟將再次受到破壞,學校可能無法在秋季開學
- 總之,作為俄亥俄州人,我們可以通過戴口罩和遵循適當的行程變得強大,阻止病毒

在克利夫蘭亞洲城生活工作的朋友,如果你外出或在工作環境遇到了不戴口罩並感到自己是健康受到了威脅,請勇敢地要求Ta戴上口罩;如果你不好講出口,隨時聯繫小崔631-988-8375。亞洲城團隊和大家一起,保護自己、保護他人、保護我們的社區。

一站式的服務,省心又省錢
State Farm Jonathan Yu 辦公室

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

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

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

向更好邁進 現在就打電話給我!

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

1205078

M&M 律師和會計師事務所
168 Dorchester Square, Suite 207, Westerville OH 43081
電話: (614)358-3590 傳真: (614)358-8572 微信: MTang_OH 郵箱: tangming@tanglawoffice.com

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

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

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

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

哥倫布綜合醫療中心
Columbus Center for Integrative Medicine
地址: 2931 Donnylane Blvd., Columbus, OH 43235
614-760-0622 (英文) 614-506-3135 (國語) www.ohio-ccim.com

內科 婦女保健 家庭科 移民體檢

中醫 針灸 推拿 理療

提供優質醫療服務
接受各種醫療保險
優惠自費病人
可當天預約
周六預約應診

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

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

OwnerLand REALTY

Min Zhao (趙敏)
REALTOR®
Award Winning REALTOR®
OAR President's Sales Club Award Winner

房屋買賣 地產投資 免費諮詢 服務周到

15年以上全職資深房地產經紀經驗
Columbus REALTORS 10 Million Dollar Club
獲獎會員

國粵英語優良服務
微信號: luckystarhome 電話: 614-327-8376
zhaomin@ownerland.net www.luckystarhome.com

隨著新冠肺炎疫情在全球蔓延，越來越多的人不得不改變原先的生活習慣。《讀者文摘》(亞洲版)近日分析了新冠肺炎疫情可能會對文化、社會和衛生習慣產生的影響。他們預測，以下幾個日常生活習慣會發生改變。

打招呼時不再握手。在這一特殊時期，人們放棄了握手、擊掌、擁抱和親吻等問候方式，以把手放在胸前、點頭或任何能夠避免直接接觸的動作代替。

多數公共場所會提供手部消毒液。疫情爆發後，手部消毒液在公共場所中變得常見。

找到另一種按下按鈕的方式。我們日常觸碰的地方多是充滿細菌的，比如自動取款機上的按鈕，以及電梯中的按鈕等。因此有專家建議，人們應該用衣服遮住手部或用肘部按按鈕。萬一不得已直接用手指按了，應避免摸臉，直到有機會用肥皂等洗手。

被疫情改變的習慣

更加重視個人空間。疫情期間，最有效的應對政策之一就是“自我隔離”。雖然疫情結束後，我們可能不會看到這一政策繼續生效，但它的一個影響可能會繼續存在——人們將更加注意在個人空間中接近自己的人，並且在大多數文化中，社會可接受的人際距離會發生變化。

養成勤洗手的習慣。疫情爆發以來，關於預防新冠病毒傳播，我們聽到最多的一件事就是“勤洗手”。我們應該儘可能頻繁地洗手，每次洗足 20 秒鐘，並使用酒精濃度至少為 60% 的洗手液。

避免擁擠。當你快要遲到時，總會遇到這樣的情況：乘坐地鐵，或者等電梯時，里面即便

擠滿了人也不得不硬着頭皮擠進去。但是自從新冠肺炎疫情爆發以來，人們就對擠人擁擠的空間一事三思而後行了。

更好地理解公共衛生道德。“自我隔離”的目的不僅在於保護自己，還在於確保自己不會將病毒傳播給其他人，尤其是那些特別脆弱的人(例如老人和免疫力低下的人)。這次疫情給大家上了一節公共衛生道德課——為了更大的利益，有時必須將自己的自主權置於身後。

另外，疫情可能還會對我們處理工作和學習的方式產生影響。例如，公司會快速回應客戶及其需求，以增強在危機中脫穎而出的能力；更多公司將允許員工遠程工作；學校將為遠程教學做更多準備等。(作者：蔣力)



逆反心理 VS 脾氣倔強

逆反心理是指，人們彼此之間為了維護自尊，而對對方的要求採取相反的態度和言行的一種心理狀態。青少年中常會發現個別人就是“不受教”、“不聽話”，常與教育者“頂牛”、“對着干”。這種與常理背道而馳，以反常的心理狀態來顯示自己的“高明”、“非凡”的行為，往往來自於“逆反心理”。

不少父母心中有着苦惱，孩子長大了脾氣倔強，不象以前那樣聽話，與父母的關係變得不那麼和諧，甚至十分緊張，父母為孩子作出種種安排，孩子卻偏不高興去做，喜歡頂牛，這種逆反心理的產生，有來自孩子生理和心理的內在因素，也有因為父母教育不當，不理解孩子造成的。

孩子從小學進入中學，生理上發生劇烈變化，心理上也發生着巨大的變化，表現在成人感、獨立感的增強、產生認識自己、塑造自己的需要，及情緒“閉鎖症”等方面。少年從自己的身體變化意識到自己不再是孩子，而是大人，對父母的反復叮嚀、包辦代替感到厭煩，他們常

常喜歡發表自己的意見，並且按照自己的意志行事，對父母的話不僅不太聽得進去，有時還會有意無意地頂撞父母。

從心理角度來看，孩子在小學時注意力和興趣主要集中在自身以外的周圍世界，而到中學，他們把目光開始轉向自己，從外貌、性格特點到別人難以察覺的內心世界，都要自我審視，生活中往往崇拜一些偶像，如電影明星、體育明星和歌星。小學兒童對父母往往無話不談、無事不說，心中的喜怒哀樂皆可在臉上顯現，到了青少年時期，隨語言能力和認識能力的提高，控制情緒的能力也大大提高，孩子開始學會如何恰當地表達情緒和控制感情，做父母的如果忽視孩子的這些生理變化，彼此之間感情就會疏遠，產生矛盾。

因此，做父母的首先要順應孩子的生理和心理的成長，逐步改變教育方法，不要老是採用撫育嬰幼兒的那種包辦、監護的方式。其次，應尊重孩子的獨立性，給他們一定的自主權利，與孩子談話應平等商討，如果孩子脾氣倔強，也要耐心教育，不要用命令、訓斥的口氣，粗暴和強迫的方法更是錯誤的，切忌霸道作風。第三，要做孩子的知心朋友，要瞭解孩子的內心世界，採取熱情關懷的態度，親切溫和的語氣，尊重理解的氛圍，此時，孩子便可感受到父母是自己的知心朋友，是最可信賴的人，父母和孩子的感情才能得到交流，孩子也容易接受教育和指引。

免疫力為何如此重要

有人說，在研發出有效疫苗和藥物前，免疫力是預防和治療新冠肺炎的唯一“武器”。在公共衛生事件面前，免疫力為何如此重要？

新發傳染病通常有一個特點，即身體沒有針對性的抗體。在這種情況下，英國有人提出了“群體免疫”策略。群體免疫是指某個人群集體對傳染病的抵抗力，但前提是此類人群先感染上病毒，這種做法的代價太高。

人體免疫可分為非特異性免疫和特異性免疫。非特異性免疫又稱先天免疫或固有免疫，是指機體先天具有的正常的生理防禦功能，對各種不同的病原微生物和異物的入侵都能作出相應的免疫應答。它和特異性免疫一樣都是人類在漫長進化過程中獲得的一種遺傳特性。簡而言之，就是沒患病產生的免疫。

特異性免疫又稱獲得性免疫或適應性免疫，是人體經後天感染(病癒或無症狀的感染)或人工預防接種(菌苗、疫苗、類毒素、免疫球蛋白等)而使機體獲得的抵抗感染能力。一般是在微生物等抗原物質刺激後才形成的(免疫球蛋白、免疫淋巴細胞)，並能與該抗原起特異性反應。簡而言之，就是患病後產生的免疫。

當抗原物質入侵機體以後，首先發揮作用的是非特異性免疫，而後產生特異性免疫。人體內免疫系統有很多的“哨兵”，當病毒入侵後，免疫系統首先對病毒進行攻擊、吞嚥和識別，然後把識別

信息通過細胞發送給後方“工廠”，最後由“工廠”產生大量抗體和攻擊性 T 細胞，接着融合併消滅病毒。對於特別小的病原體，抗體特別重要。對於那些抗體不能完全“剿滅”的病毒，T 細胞就會特異性的對病毒進行攻擊。

關於如何提高心理免疫力，醫學上有一個“社會—心理—軀體”模式，指的是社會上很多因素會影響心理變化，從而刺激身體產生相應的激素。人類在進化過程中，適量的身體和心理刺激對於提陞免疫力是有利的，但是極大的壓力會對身體造成惡劣影響，比如迅速生長的白髮。對於這種情況，找朋友聊天、提高自己心理承受能力、換一個環境、間接性身體鍛煉、讀讀古代哲學書籍都能夠緩解。

免疫力就是自己最好的醫生。保證營養豐富的飲食、積極的心理狀態、適當的身體鍛煉，就能提陞免疫力。



簡單的牛痘苗與複雜的疫苗

天花疫苗的出現，把人類慣壞了。全世界公認的第一款天花疫苗——牛痘苗，是由英國醫生愛德華·琴納在 18 世紀末發明的，距今已有 200 多年的歷史。根據古籍記載，中國人甚至早在宋朝時就開始嘗試用“人痘”接種法來預防天花。這兩件事讓不少人產生了錯覺，以為疫苗很容易製造。

一個簡單的解釋是：老祖宗們太幸運了！天花疫苗的出現是各種巧合的結果，古人只要膽子夠大就可以了。可惜的是，這樣的巧合在歷史上只出現過一次，後來的人類就沒有這麼好的運氣了。所以我們必須先努力把疫苗的作用機理搞清楚，才能製造出像天花疫苗這麼好用的疫苗。

疫苗的原理說起來並不複雜，它利用了人體免疫系統的記憶功能。通過接種的辦法讓免疫系統誤以為自己正在受到某種病原體的攻擊，從而記住這個病原體的樣子，並對未來可能發生的同類型感染做好準備。這與各國進行國防軍事演習的道理是一樣的。

問題在於，想讓免疫系統形成記憶是需要很多先決條件的，這些條件為疫苗的研發製造了很多困難。下面就以病毒為例，解釋一下這些條件是如何影響疫苗製造的。

首先，病毒必須始終維持基本的樣貌，否則免疫系統的記憶力就沒有用武之地了。艾滋病疫苗之所以至今未能研製成功，流感疫苗之所以必須每年換一種型號，就是因為艾滋病病毒和流感病毒的突變率太高。天花病毒是 DNA 病毒，突變率很低，所以天花疫苗取得了成功。新冠病毒雖然是 RNA 病毒，但它自帶一個糾錯系統，所以突變率比較低，至今尚未出現足以改變病毒基本形態的基因突變。因此，起碼從理論上說，研製新冠疫苗是可行的。

其次，用於接種的疫苗必須達到一定的量才能激活免疫系統的記憶功能。傳統疫苗通過兩種不同的手段來達到這個目的，一個是滅活疫苗，一個是減活疫苗。二者各有千秋，且都已是非常成熟的技術。

所謂滅活疫苗，就是先制備出大量活病毒，再用某種方式(比如用甲醛)將其滅活(殺死)，然後把病毒屍體(主要是蛋白質外殼)通過注射的方式引入健康人體內，以激活人體免疫系統，並使之產生足夠強的記憶力。

因為接種的是死病毒，其蛋白質外殼很容易在人體內被降解，從而失去效力，所以滅活疫

新冠疫苗為何還不來

苗通常需要接種好幾次，有時還必須添加一些佐劑來增加免疫反應的強度，操作起來非常複雜，對疫苗的需求量也相當大。

再說滅活疫苗。其工作原理是，用一株和原來的病毒外觀極其相似，但毒性非常低的病毒株去感染人體，從而使人體獲得針對高毒性病毒株的免疫力。但在實際操作中，低毒性病毒株在自然界極其罕見，牛痘幾乎是唯一的例外，所以說古人的運氣實在是太好了。

現在的科學家們沒有古人那麼好的運氣，只能先想辦法找到一種合適的動物宿主，用人工方式讓其感染病毒，然後一代一代地進行篩選，希望能篩到一株像牛痘這樣的低毒性病毒株。這個過程很費時間，還不一定能成功，風險很大。不過，一旦成功，剩下的事情就好辦多了，只要把這種滅活病毒直接製成疫苗就可以了。

其接種過程相當於一次輕症感染，病毒會在人體內繼續繁殖，持續對免疫系統造成刺激，所以通常只需接種一次，對疫苗的需求量相對要小一些。

再次，疫苗畢竟只是一次對身體的“欺騙”，不是真的感染，所以即使人體對疫苗產生免疫反應，生成了相應的抗體，也不一定能起到保護

作用，甚至可能有害。所以必須先進行大規模人體試驗，才能確定一款疫苗是否可用。

綜上所述，免疫系統的這 3 個特徵決定了疫苗研發是一項非常複雜的系統工程，每一步都需要耗費大量的時間和金錢。

疫苗從研發到使用需要經歷一個漫長的過程，通常至少要花 10 年的時間。目前的疫苗最快研發速度紀錄是由埃博拉疫苗保持的，時間是 5 年。但這個紀錄有點投機取巧的成分，因為埃博拉疫情早在 1976 年就在蘇丹爆發。那次疫情雖然很快得到控制，但後來在非洲又斷斷續續地出現過很多次，科學家們早有準備，前期已經進行了大量基礎研究，對這個病毒的基本特徵已有所瞭解。所以，當 2013 年西非爆發大規模埃博拉疫情時，科學家們手里已經掌握了很多相關知識。但即便如此，埃博拉疫苗直到 2017 年年底才終於被批

準上市，那時疫情已經過去一年了。

總之，現代醫學雖然大大提高了疫苗的效力，但有一個問題始終沒能很好地解決，那就是時間。

不過，在各國科學家們的努力下，最近出現了多種全新的疫苗技術，有望在不遠的將來徹底解決這個問題。

蛋白質疫苗與核酸疫苗

2020 年 3 月 16 日，一個名叫詹妮弗·海勒的西雅圖居民在左臂上接受了針劑注射，正式開啓了新冠疫苗的人體試驗。第二天，一批來自武漢的志願者也接受了新冠疫苗人體注射。此時距離研究人員正式開始疫苗研發僅僅過去了 63 天，創下了人類疫苗研發史上從開始研發到進行人體試驗的最快紀錄。

這個驚人的紀錄是如何被創造出來的呢？答案就是技術創新。老一代疫苗大都是基於蛋白質的，操作複雜，研發速度緩慢。新一代疫苗則大多是基於核酸的，研發速度比基於蛋白質的快了好幾個數量級。

對外行來說，這兩種方法沒什麼區別，前者似乎還更可控一些。但對專業人士來說，兩種方法天差地別，因為人類已經掌握了很多種操控核酸的技術手段，但操控蛋白質就沒那麼得心應手了。

用大家熟悉的電影做個類比：蛋白質疫苗相當於膠片電影，核酸疫苗相當於數碼電影，雖然最終結果差不多，但前者剪輯起來非常麻煩，而且很多特效都只能實拍，耗時相當長；後者只需在電腦上移動幾下鼠標就可以隨心所欲地修改影像或者加特效了，無論是拍攝速度還是創作空間，都比前者提陞不少。

事實上，新一代疫苗專家們還真就是這麼做的。2020 年 1 月 10 日，中國科學家率先測出了新冠病毒的基因組全序列，並向全世界公佈了測序結果。得知這一消息後，美國國家過敏與傳染病研究所的疫苗專家巴尼·格拉姆博士立刻打開電腦，開始進行各種複雜計算。3 天後，一種針對新冠病毒的最佳抗原靶點序列便被公佈出來。(作者：袁越)





三泡茶

成都的茶館我只去過一次。從飛機場下來，我提着行李直接到杜甫草堂，一進門就是一個露天茶館，我坐下來要了一杯綠茶，為的是歇歇腳。

相比吾鄉潮州來說，這綠茶的沖法技術含量不高：杯子大了，沖泡時間就短了，喝茶人的交流密度自然就不夠。

突然意識到吾鄉工夫茶的設置可謂煞費苦心。三個杯子那麼小，人多的話，不但要輪流喝，喝一次還要洗一次杯。我們來廣州後，就使用改進式的茶盤，即使人多，也各自認杯，不用每次都洗杯。以老家的話說，這種改進的泡茶法叫“半干泡”。因為按老家最傳統的泡法，茶盤上永遠是濕漉漉的才對，那樣泡茶雖然麻煩，但泡出來的茶有靈魂。

一件事稍有難度，就會形成一股凝聚力。坐在一起的人，在某種程度上都在關注喝茶這件事，再陌生的人也不會大眼瞪小眼，再無話可說，也起碼能聊聊眼前這杯茶。

吾友鍾哲平曾說，一個地方如果有喝茶的習尚，這個地方的人的語文都不會差。回味她這句評論，越想越有道理。因為喝茶的時候，需要表達出很多微妙的感受。那些表達我們習焉不察，就算鄉間不識字的農民也這麼交流，但若把它們轉為文字，就會發現竟是如此雅致。比如：“這條茶有喉底”“這個香氣太霸道”“回甘很好”“沖了茶膽了，太苦”“這道水軟馴”。

這些評語羅列出來看，幾乎像詩句，而這也是喝茶人日常的語言。所以吾友鍾哲平認為有喝茶習慣的人感受上也會細膩一些，因為你要說出自己的感受，讓對方也能領略你的感受，然後這些表達變成你們之間能共同理解的固定橋樑，你們的舌頭能體會到這個共同的感覺，你們起碼能擁有這種默契，不可與外人道也。

關於喝茶者之間的默契，我見過最極致的一個例子是一個朋友與裝修隊包工頭的談判。我本以為那會是一場刀光劍影、腥風血雨的交流，因為在房子裝修過程中雙方有諸多不愉快，現在要結賬，朋友想把原先定好的價錢往下再壓一部分。

誰知他們坐下來，只是不斷地沖茶，讓對方喝茶以及自己喝茶。除了偶爾幾句日常閑聊，其他時間基本都在沉默。能在喝茶時沉默的人，是最熟悉的老朋友或者家人，誰能想到這是一場談判。

不知對飲了多久，茶湯淡了又換新茶，半個晚上就要過去了，還沒有提到正題。他們到底是沒有勇氣直接談論，還是還沒想好？

突然間，全無鋪墊地，朋友報出一個數，他一邊說，一邊如常沖茶，彷彿這個數字是特務間的接頭密碼。包工頭也如常地喝茶，沉吟好一會兒，回了一個數字，並加三個字：行不行。

朋友又沉吟了好一會兒，又回了一個數字。包工頭這次只說了一個字：行。

那場“腥風血雨”的談判，就在這樣簡單的幾句對話里完成了。(作者：陳思呈)

窺探他人隱私雖不光彩，卻令人着迷。一對生活在大都市里的普通中年夫妻，被一日三餐、孩子的屎尿折騰得精疲力竭。他們偶然地發現，對面大樓里搬進來一對新婚宴爾的小夫妻。後者時常你儂我儂，激情似火，而他們的窗戶毫無遮掩。中年夫婦不由自主地想要時不時窺探一下對面的窗戶，甚至翻出許久不用的望遠鏡。這是第92屆奧斯卡金像獎最佳真人短片《鄰居的窗》中的情節。

一段時間後，中年夫婦發現，對面的丈夫臉色蒼白，好像消失了一陣子。又過了一段時間，妻子發現對面的丈夫剃光了頭髮，臥床不起。夜幕降臨，萬家燈火時，妻子看到對面的丈夫溘然離世，殯葬車停到了樓下。她來到對面大樓前。不料對面的年輕女子竟然認出她來，問她是不是住在對面的大樓里——年輕女子和她剛過世的丈夫，經常看着對面大樓里這一家五口，覺得這家的三個孩子特別可愛。他們也曾想要孩子……說到這里，兩個妻子相擁無言。《鄰居的窗》道出了一種反向的“圍城”——你在嫉妒別人的生活時，別人也在羨慕你的生活。那一刻，你成了我，我成了你。

說實話，在如今的城市里，幾乎沒有人關心別人家發生了什麼。即便是住在同一屋

鄰人之窗

檐下的一家人，也多半拿着手機各自“刷屏”。而在剛剛過去的這個春節長假，手機好像突然變成了別人的窗戶。通過手機，我們看到的不是對面的大樓，而是另一座城市的千家萬戶——嘆息的、謾罵的、網上求援的、捐獻的、千里馳援的、病中跳舞的、陽臺敲鑼的、雪中值守的、睡車庫的、直播吃雞腿的……方寸間，見眾生，見天地，也見自己。

英國詩人約翰·多恩說過：“沒有人是一座孤島，可以自全，每個人都是大陸的一片。”同理心大概不單屬於人類，更是高級哺乳動物共有的能力。不過“己所不欲，勿施於人”無疑是人類“軸心時代”的偉大成果。同理

同心，而後才有同類，但無法反過來。兩個隔窗相望的人，只有走到一起，才發現彼此是同類。凝望無法代替相擁。有人說，人間不值得；有人說，要讓人間值得。

如果沒有同理心，即便走遍世界，你也看不到人，而只能看到你的工具、手段、代價和障礙；如果有了同理心，即便世上所有的窗戶都被堵死，你也能看到一個個活生生的人。你在看別人的時候，看到的其實是自己。鄰人之窗就是自己的窗。(作者：郁喆隹)



記在心上

紅山熟食中心有個賣海鮮的小攤，生意極好。那天中午，我等了足足半個小時，還不見食物端上來，忍不住前去提醒。那位攤主儘管忙得不可開交，還是抽空抬起頭來，溫和淡定地看着我說：“你剛纔點的是豆腐魚片米粉湯，我已經記在心上了。”

“我已經記在心上了。”這句話真叫人安心，叫人放心。

雖然客似雲來，可是，每一個顧客在他心目中都佔有同樣的分量。他把他們的話都“記在心上”，像履行一份份重要的合約。他依照“先來先得”的原則，有條不紊地把食物煮好端上，誰也不會被遺漏，誰也不會被忘記。只要你等，就一定有。

這便是他成功的最大秘訣了。有些人，對別人的事漫不經心，許過的承諾轉瞬即忘，唯一放在心上的，是他自己的事，還有別人對他的許諾。漸漸地，失去友誼、失去信任，而他在失意之餘、沮喪之際，卻還不忘憤憤不平地詰問：

“為什麼他們都不把我的話放在心上？為什麼？為什麼啊？”(作者：尤今)

傻氣與福氣

有一部電影，內容是關於婚姻的。

影片剛開始，是年輕夫妻的蜜月期。冬天的深夜，妻子忽然咳嗽不止，丈夫起身，悄悄熱了一杯牛奶，端到床前。妻子還未伸手去接，便先嚶嚶哭泣。

於是，影院中笑聲此起彼伏，觀眾們都笑那個婦人傻氣。

影片即將結束，已是五十年後，主角們都垂垂老矣。同樣是冬夜，同樣是咳嗽，只是聲

音更濁重些。昏黃的燈光亮起，鏡頭拉得很遠，佝僂的丈夫小心翼翼地端着一杯熱氣騰騰的牛奶。

這時，觀看影片的女子不免默默揮淚，為的是那老婦人的福氣。(作者：張曼娟)

鞋子

短文精選



有一天我逛鞋店，發現凡是樣式入時、顏色鮮明，並且高跟的男鞋，價錢都較低。反而那些形色普通的矮跟皮鞋標價都不便宜，就問鞋店老闆原因。

“前者是賣給年輕小伙子穿的，他們不求舒服也不問材料，只求時髦，所以東西差、容易

壞，標價也低。後者是賣給中年人的，買主但為適體，不求耀眼，所以形式不特別，但用料好，價錢也貴。”老闆回答。

年輕與老成，在本質上的差異有多麼大啊！(作者：劉墉)

輪回

兒時，我做夢都想得到一輛腳踏三輪玩具車。

父親無奈地說，咱家窮，買不起這玩意兒。七歲生日那天，父親送給我一件禮物，一輛腳踏三輪玩具車。可惜是木制的三輪車，這是父親雇木匠打造的。雖然這輛車有些粗糙和醜陋，但我還是有點驚喜和滿足。

生日那一天，我就沒歇息過。騎着木制的三輪車，不停地在曬穀場上轉着圈，我在前面騎着車，父親跟在後面跑，生怕我有個閃失。我轉十個圈，父親就轉十個圈；我轉一百個圈，父親就轉一百個圈。

光陰荏苒。我長大了。父親年邁了。去年，父親期盼地說，咱想買一輛電動三輪車。

爹，摔了，碰了，咋辦？我勸您還是別買了，那玩意兒危險。父親沉默無語。

可有事沒事的時候，父親總望着隔壁趙大伯的電動車發呆，甚至偷偷地貼到車的跟前，左手摸摸開關，右手摸摸剎車。

今年，父親七十歲生日那天，我送給父親一件禮物，一輛電動三輪車。父親激動得只說一個字，好。

生日那一天，父親就沒歇息過。騎着電動三輪車，不停地在曬穀場上轉着圈，父親在前面騎着車，我跟在後面跑，生怕父親有個閃失。父親轉十個圈，我就轉十個圈；父親轉一百個圈，我就轉一百個圈。(作者：唐波清)

與母親相守 50 天

前幾日，看到武漢的女友莉君發朋友圈，才知道，她因為武漢封城，已經在娘家——湖北天門的一個小山村里度過了整整 50 天。

莉君與母親都是能幹且脾氣湖北“九頭鳥”，秉承的人生哲學是：我的地盤我做主。因此，往年春節，莉君回娘家過年，待上 5 天，便是她忍耐的極限。她 40 來歲的人了，工作與婚姻都經歷過大風大浪，拿現在的時髦話說，也算是“御姐”一枚，可一回娘家，她一定會被 60 多歲的老母親當 14 歲的小姑娘管着。

早上睡個懶覺，挨管；晚上 11 點鐘還在刷劇，挨罵；怕胖，少吃一口肉菜，要管，說是白白胖胖才吉利；做瑜伽伸展得像一只軟腰貓，要管，說是萬一閃了腰，村醫那里可有幾帖土膏藥，拍個 X 光片還要上鎮醫院。

1 月 23 日，莉君剛到天門娘家兩天，平地一聲雷，武漢封城了。見女兒一臉的震驚和恍惚，母親脫口道：“這下可好，你不得不多陪媽一陣子了，可走不脫了！”莉君略有不快地說：“留在這兒幹嗎？留在這兒跟你吵架呀？”話一出口，她就有點後悔：父親已經故去多年，母親從村小退休後，獨自在山中過活，家里空曠而冷清，盼着兒女們春節回來多陪陪自己，也是人之常情。況且，自己回老家忍受着網絡不穩定、洗澡沒浴霸的不便，難道母親就沒有不便嗎？按母親的話說，兩個兒子一個女兒，加上媳婦孫輩，光是坐下來吃飯，就是整整一桌酒席。武漢一封城，兒女們都回不去了，光是張羅那麼多吃食，和兒孫要用的文具、電池、拖鞋、睡衣，就夠母親忙的了。

莉君的心，被愧疚扯了一把。依照她的脾氣，也不可能說什麼軟話。儘可能幫襯母親，維持這一家子的正常運轉，就成了莉君給自己分派的主要任務。

每天，她幫母親將 100 多斤臘肉、咸火腿扛出去晾曬。母親欣慰地說：“幸虧今年沒嫌土豬肉貴，依舊腌了這麼多肉，不然這會兒村鎮都封了，可上哪兒去買肉。”莉君聽得慚愧，往年，回武漢前母親要往她車的後備廂里裝滿米、油、臘肉，她的內心可全是嫌棄。

每天，她還幫母親侍弄小菜園。往年，母親



四處張羅菜種、糞肥的時候，她都要取笑母親，說沒事干還要往武漢兒女家快遞蔬菜，快遞一公斤 10 塊錢，比青菜價錢貴兩倍多，當真是不會算賬啊。母親卻總是說：“勞動不休，筋骨不銹。再說，你爸走了，去菜園還能聽聽鳥兒歌唱，曬曬太陽，解個悶兒，你們年輕人不懂的。”這一回，菜園終於派上了大用

場。莉君與母親收菜鋤地，忽見菜園里的一株野茶樹生出新芽，她那麼多天焦慮悶悶的心情，忽然也透入了一股清氣。她猛然理解母親不想閑在屋里，非要出門勞作的心情了。

莉君接過青蛙，看到母親的牽挂和叮囑，彷彿在木雕的每一線光影中流轉。(作者：明前茶)

憤怒



生理反應始終如舊。由此我又想到3歲時發生的一件事。那時比我大3歲的姐姐被鄰家大男孩欺負了。我聽了這個消息氣得要命,便將此事牢記在心里。終於有一天,那個調皮的男孩來我家門口玩,我一看見他就發抖。我慢慢接近他,趁他彎下腰去躲藏時,猛地往他背上打了兩拳,然後發瘋一樣地跑回家。奇怪的是那個男孩根本就沒來追我。後來我當然平安無事。現在回想起來就清楚了:一個3歲的小女孩,在一個大男孩背上打兩拳算什麼呢?也許他根本就沒有覺察到。可是我當時的預謀,我的緊張,我鼓起勇氣時的那種感覺,以及報復的實施,一直到今天仍然歷歷在目。我估計當時整個過程也就不到5分鐘,那5分鐘也許是我生命的一個轉折點吧。

1985年,兒子上小學了。學校離家不遠,但是我還是不太放心,因為他才6歲,長得也矮小。中午11點多我就去接他。剛走出家門便看見兒子狂奔而來。他跑得滿臉通紅,頭上冒汗。一問呢,原來是被同學追打,是那些同學“欺生”。我舒了一口氣,分明看見歷史在重演。不過那一次,我並不那麼憤怒,我知道這種經歷對兒子將來的成長是很寶貴的,我也沒有天天去接他,或報告給老師。(作者:殘雪)

我剛上一年級的那幾天,老師叫我們排隊回家。我記得我們這一隊有六七個同學,我們都是住在山坡上的,但我之前並不認識他們。那天很冷,我戴着毛線帽,我們走在山間小路上。我像往常一樣默默地走路,因為同他們不熟,我不好意思說話。忽然有個男同學嘲笑我來,我不記得是什麼方面的話題了,反正大家都開始笑我,扯我的衣服。我是很倔強的,於是回嘴。這一下,他們更起勁了。兒童如果沒有教養,一旦受到鼓動就會獸性大發。當時有五個人圍上來打我,將我毛線帽上的毛球都扯掉了,布書包也被他們扔到地上踩了幾腳。我一走他們又圍上來追着我打,後來他們到家了才散去。我家最遠,一路上我都在哭,不是因為被打痛了,而是因為屈辱和憤怒,我氣得全身發抖。

終於到家了,外婆問我是怎么回事,我便號啕大哭起來。哭過之後也並沒有什麼辦法,就不了了之了。幸虧後來也不再排隊了。而我也不那麼精明,一直沒搞清楚欺負我的到底是哪幾個人。

“氣得全身發抖”是我在真正遭到侮辱時的生理反應。不論我的理智在後來漫長的年頭里如何發展,也不論我的自製力有多麼驚人,這個

大學時上游水課,體育老師只教了我們幾個動作,就讓大家下水,只要能夠浮起來,游到對面的岸邊,就算及格過關。

就這樣,我自己摸索着學會了游泳。我就像一隻青蛙,笨拙地游到了對岸。

畢業之後的十幾年,我常去游泳。每次都筋疲力盡,堅持得非常辛苦。

去年年底,我家附近新開了一家游泳館。我在里面游了一千米,一身疲憊地爬上岸。

旁邊那個年輕的救生員終於忍不住了,他問我:“我看你每次都游得好辛苦,你是剛開始學游泳嗎?”

我有點兒不高興地說:“當然不是啊!我游了十幾年了。”

他問:“那你是不是感覺游得很吃力?”

我吃了一驚,點頭說:“是啊!”

他告訴我:“那是因為你游泳的動作和姿勢錯了!”

我心里在想,這傢伙該不會是爲了推銷自己的教練課程吧!

這個救生員接着說:“你可以找教練上游水課,學一下正確的姿勢。我們都是體育學院畢業的,可以教你。”

我笑了,果然如此。我正打算拒絕他,他已經直接趴在地上,一邊示範,一邊解釋應該怎樣劃水。



這是一個很年輕的男孩,估計是臉皮太薄,雖然公司培訓了怎麼推銷課程,但他還是不好意思對我死纏爛打。也許另外一個原因是,他熟知正確的游泳動作,對我的錯誤游法,實在是看不下去。

“動作不要太匆忙,換氣的時候等待3秒鐘,自己利用水的浮力,浮上來換氣。劃水的時候,大腿要收攏,小腿要打開畫圓圈。這樣才能保證重心一直在下半身,依靠反推力往前。”

我照着他教我的游起來。

第一次覺得彗扭,還有點兒手忙腳亂。

第二次糾正了換氣,但是沒有糾正小腿的動作,更加費力。

第三次都糾正過來了,但還是沒能找到那種感覺。

我休息了10分鐘,他下水又示範了一下。第五次時候我找到了感覺。就這樣,不知不覺,我居然游了二三十個來回。最後上岸的時候,全身很舒服,並且覺得精神抖擻,一掃過往的疲憊不堪。

直到這次經歷後,我才真正喜歡上了游泳。原來,我可以專注地游泳,得到鍛煉,並且精力充沛,身體還不累。以正確的辦法去做一件事情,從中得到快樂和良好的回報,下一次再去,根本就不必強迫自己,而是巴不得一有時間就去。

要想學習到正確的東西,就必須克服偏見,改變僵化思維。

哪怕掌握了知識和方法,我仍然是不完美的,仍然還會犯錯,但我的糾錯能力超過了從前的自己,也超過了很多固執的人。這令我有機會成爲更好的自己,這才是真正的成長。(作者:沈嘉柯)

疲憊是因爲姿勢錯了

你不是世界的中心

上次和中學同學見面,有些人已經不止十年沒見了。老胡原來是我的小組長,輪到我們小組打掃衛生的那天,他負責分配工作:誰掃地,誰擦地,誰倒垃圾。畢業之後,在我們班所有同學之中,老胡第一個從事金融工作,用錢掙錢。他對匯率和北京房價的判斷永遠比那些著名的經濟學家準確。他第一個結婚,找了一個長得像觀音的姑娘。他第一個生孩子,是個男孩兒。老胡曾經非常得意地和我們說:“我兒子非常壯實,五歲時就追着打我。”

這次中學同學在火鍋店見面,我估算了一下,老胡的兒子應該二十歲左右。我和老胡說:“國家放開二胎了,你不要再要個孩子?”

老胡回答:“不要了。兒子十九了,還追着打我,學習不好,我太累了。”

“兒子學習不好,你累什麼啊?”

“兒子得抑鬱症了,純宅,社交恐懼症。他研究了全球一百多個大城市,認定地球上只有東京這座城市適合人類居住。”

“他要我給他在東京買房子,如果住習慣了,就滿足父母和爺爺奶奶及姥爺姥爺的要求,在東京找個大學上。”

“你兒子在東京能自己生活?”

“兒子對於自己有切實的理解。他說

自己無法生活,要求他媽去東京陪他。”

“如果你不答應呢?”

“精神科醫生說,不能刺激他,他是個病人。”

聊到這個時候,火鍋已經吃得很熱鬧了,一



瓶茅台也快喝完了。我索性更坦誠一點兒,接着問老胡:“咱們理論推演一下,如果你兒子五歲的時候打你,你也打回去,讓他知道世界其實是有一種秩序的,他現在還會打你嗎?如果你兒子十歲之前狂耍的東西,你有理有據地拒絕,讓他知道諸事無我,他現在還會逼你買東京的房子嗎?”

“他上學很苦,總是學習不好。爺爺奶奶把他安排到了北京最好的小學,然後是

最好的中學。他一直在班上排名倒數第一,回家總是哭,我覺得應該多體諒他一點,多滿足他一點,他太不容易了。他經受的這些痛苦,是你們這種學霸體會不到的。”

我忽然意識到,老衞衞學在教育孩子上犯了成年人常犯的兩個錯誤:生活上太縱容,學業上太嚴苛。

讀《了不起的蓋茨比》時,我腦海中一直在想,一些了不起的年輕人(比如蓋茨比)第一個需要明白的是:“即使盡了全力,即使有了全部的運氣,即使做到最好,你還是得不到你想要的一切,甚至一個女子,甚至一個夜晚的安寧。”

再延伸想,所有小孩子第一個需要明白的是:“你不是世界的中心,哭鬧得不到一切。”

父母應該做的第一點,就是讓孩子們明白:你得不到你想要的一切,世界不是圍繞你來旋轉的——儘管你偶爾有這種錯覺——你最好平靜地接受這一點。

父母應該做的第二點,就是和孩子們說好,不必成材。人生三個基本目標:不作惡,開心,自己養活自己。如果能達到,就是很好的一生了。(作者:馮唐)

戈爾丁的《蠅王》講述的是,有一群孩子因爲飛機失事,被困在一座孤島上。一開始,這群孩子還能夠團結在一起,並努力建立起紀律和秩序。但是很快,孩子們就分成了兩派:一派孩子代表理性和文明,另外一派則代表野性與原始。拉爾夫是一名海軍軍官的兒子,成了理性派的代表。杰克是唱詩班的大孩子,代表着野獸本性。杰克把打獵時得到的野豬頭插在尖木樁上,逼着其他孩子像野蠻人一樣,把臉塗得花花綠綠,跳舞狂歡。野蠻派的孩子逐漸佔了上風。兩派孩子最終陷入互相殺戮,整座小島陷入恐怖和火海。

戈爾丁因爲這部小說獲得諾貝爾文學獎。

“響尾蛇”和“飛鷹”

1954年,也是《蠅王》發表的同一年,俄克拉何馬州立大學的幾位社會學家做過一項社會實驗。他們精心挑選了22個孩子,這些孩子要儘可能地一樣:他們都是11歲的男孩,學習成績在班上都是中等;沒有戴眼鏡的孩子,沒有胖得引人注目的孩子,孩子們都沒有不良嗜好;這些孩子來自不同的學校,之前互不熟悉。研究者將孩子分成兩組,每組11個孩子。一組叫響尾蛇,另一組叫飛鷹。

孩子們並不知道自己是實驗對象,他們以爲要參加一個爲期3周的夏令營,然後分別坐着不同的公車來到一個國家公園的童子軍宿營地。頭一周,他們各自活動。到第二周,研究者才告訴他們,還有另一組男孩。這才是實驗的真正目的。研究者想看看,當兩組男孩互相接觸之後會發生什麼變化。果然不出所料,兩隊男孩看到對方,都本能地產生了敵意。他們剛開始也一起打棒球、拔河、玩尋寶遊戲,但很快就出現了衝突。當響尾蛇隊看到飛鷹隊踢球

的時候,就想趕他們走。棒球比賽獲勝之後,響尾蛇隊把自己的旗幟插在球場上,憤怒的飛鷹隊隊員把旗幟撕碎、燒掉。飛鷹隊贏了拔河比賽,響尾蛇隊認爲這是一種侮辱,他們夜襲飛鷹隊的營地,把床掀翻,將蚊帳撕碎,搶了一條藍色的牛仔褲來當他們的新旗幟。飛鷹隊的報復是,第二天白天襲擊響尾蛇隊的營地。要不是研究者干預,局勢就會失控,因爲孩子們已經帶着棍子和球棒傾巢出動了。在研究者的勸說之下,他們才各自歸隊,但回去之後,兩隊都在自己的營地外邊挖了壕溝。

怎麼讓孩子們和解?研究者告訴男孩,可能出現了新的敵人,因爲營地的水管被人破壞了。他們需要把供水系統修好,得齊心協力,把卡車推上山坡。讓這群男孩彼此仇視的原因,

是在“我們”之外,出現了“他們”。讓這群男孩再度合作的原因,是出現了更厲害的“他們”,所以,所有的男孩都成了“我們”。

著名作家吉卜林寫道:所有的好人都同意,所有的好人都這樣說,所有的好人都在我們這

們,那肯定是“非我族類,其心必異”。

爲什麼會這樣呢?

因爲人是群居動物。所有的群居動物都有一個共性:在團體內部會有很多利他主義行爲,但在小團體之間存在着激烈甚至殘酷的競爭。我們會爲親人犧牲自己,我們會熱心幫助自己的朋友,我們會爲保衛祖國獻出生命。但是,要是遇到“非我族類”的“他們”,我們會立刻進入警戒狀態。

人總是寬于律己,嚴以待人。如果你上班遲到了半個小時,你會跟老闆說,這是因爲街上有交通管制,或是昨晚忘記設置鬧鐘了。總之,你會從具體的情境解釋自己的行爲。不是我這個人不好,而是有某些特殊的原因。要是你的下屬遲到了半個小時,你肯定覺得這個人不靠譜,對工作不負責,沒有敬業精神。同理,對待小團體內部的成員,我們會在具體的情境中解釋他們的行爲,不會輕易地評判這個人是好人還是壞人。但一旦要評價團體外部的成員,我們就容易按照某種刻板的印象,武斷地下結論。

有人覺得,隨着全球化的發展,最後會出現世界大同,大家用同一種語言,成爲好朋友。這是不可能的。就算大家都學會了同一種語言,也一定會出現不同的方言。方言之所以存在,就是爲了刻意和其他“部落”分開。我們會高估群體內部的一致性,同時也會高估群體之間的差異性。群體內部的成員會互相模仿,但他們會刻意尋找和其他群體之間的差異。

找同伴是人類的本能,區分“我們”和“他們”本無可厚非。爲了保護自己,爲了“部落”內部的團結,我們會有意無意地尋找來自外邊的假想敵。這是一種強大的黑暗力量。這種黑暗力量強大到如果我們不瞭解,不時時刻刻地提醒自己,就會把我們自己吞噬掉。(作者:何帆)

我們和他們



在冠狀肺炎(COVID-19)大流行期間給移民家庭的信息

移民家庭理應 活得有尊嚴

#PROTECTFAMILIES



移民家庭理應 活得有尊嚴

#PROTECTFAMILIES



6) 收到刺激經濟的資助,失業保險,COVID-19 測試和治療或 Pandemic EBT, 是不會算在公共負擔內對您不利。這意味著申請這些計劃不會對您將來獲得綠卡產生負面影響。

要知道誰可以在 COVID-19 疫情危機期間有資格參加聯邦公共計劃,請訪問快速參考指南 www.protectingimmigrantfamilies.org。還可能會為您和您的家人提供州或地方救濟。請與您的本地服務提供商聯繫,以

COVID-19 對包括移民家庭在內的有色人種造成的影響最大。您需要了解您現在可能有資格參加的計劃,包括醫療保健,現金援助,食品援助和失業保險。

1) 移民官員澄清說,每個人都可以尋求對 COVID-19 的檢測,預防和治療,而不必擔心移民後果。

2) 您仍然可以在沒有醫療保險的情況下看醫生。如果您沒有醫生,請致電當地的社區保健中心以尋求幫助。可在 <https://findahealthcenter.hrsa.gov> 網上找到。

3) 如果您的納稅家庭中的每個人都

有社會保險號,並且您每年的收入少於\$ 75,000,則您可能有資格獲得一次過現金每位成人\$ 1,200 和每名兒童\$ 500。

4) 《 CARES 法案》將失業保險擴大到包括獨立承包商在內,並且持續時間更長,但是您仍然需要獲得在美國工作的許可才成。

5)大流行 EBT (Pandemic EBT) 是一項新的營養援助計劃,該計劃允許各州為失去免費或減價學校餐的家庭以每個孩子每月約 114 美元的餐點作取替福利。現在,無論您的移民身份如何,有資格的人都可以 在 40 多個州獲得。

獲取更多信息:

<https://www.immigrationadvocates.org/nonprofit/legaldirectory/>。

這些該諮詢由保護移民家庭贊助。這是一項全國性運動,旨在保護和捍衛在本地,州和聯邦移民及其家庭提供醫療保健,營養計劃,公共服務以及經濟支持。



Over the past several months, the COVID-19 pandemic has continued to spread, silently, without a trace, despite all efforts to control it.

So what can we learn from this disease? That we need to right our past wrongs and manifest our sincere faith in our daily living. People of different religions need to work together to protect innocent lives in the name of love, whether it is the love of Islam, Christianity, Buddhism or any other religion. Then, all humans and animals can live in peace and harmony on Earth.

There is a wish that I have kept buried in my heart for more than half a century. Even today, I still cannot tell everyone I encounter, "You have to become vegetarian." It would be useless to say this, so I would rather not say it for fear of making people feel uneasy.

However, this pandemic is giving humanity a great lesson, and now is the time for everyone to awaken.

Anyone who listens to my teachings should be familiar with this card and these statistics. Every second, more than two thousand lives are consumed by humankind. Every day, more than 200 million panicked, miserable creatures are killed because of human beings' craving for the taste of meat. Every year, more than 77 billion lives are lost; this is nearly ten times the human population of Earth!

Isn't this shocking? This means that on average, each human being is responsible for the loss of ten lives. What people are not taking into account is that we will have to pay this debt with interest when it comes due in the future.

Every day, these 77 billion living beings are living in terror, sensing it will soon be their turn to be slaughtered. The cries of misery and hatred from these innocent animals will be carried along by their spirits, wherever they go. Like vengeful ghosts, the karma of all this killing accumulates to bring about our collective retributions. I keep saying this again and again, hoping everyone can truly comprehend the pain that comes with the loss of each life. Just as we love ourselves, we should also love all living beings. Only humans have the power to protect life on Earth.

If humankind does not accept the warning from this pandemic, the next wave will likely be even more severe. Many people nowadays are highly educated and have a strong sense of figures and numbers.

If all of us could adopt a vegetarian diet, how many fewer animals would need to be bred? Further-

上人甘露法語
大哉教育 善益教育—莫負生命債

Great Lesson of Our Times

Teachings by Dharma Master Cheng Yen

Translated by Dharma as Water Dev. Dept, Tzu Chi USA

這波病毒無息無蹤,非人力能抵擋;唯有大家改往修來,將心靈虔誠的信仰,表現在日常生活中。不同宗教信仰者,彼此發揮仁愛、博愛、大愛的精神,庇護無辜的生命,讓人與動物在地球上平安和諧的生活。

師父有個埋在心裡,超過半世紀的心願;至今仍無法見人就說:「你們都要吃素。」因為說了無用,不如不說,免得讓人產生掛礙。而今這一波疫病給予人類「大哉教育」,是人應該覺醒的時候了。

有聽我說話的人,應該都熟悉這張卡片和數字(註1)。一秒鐘二千多條生命被這個大嘴巴吞食;一天二億多的生靈,因為人類的口欲,在惶恐、哀怨中被殺;一年累積七百七十多億生命消失,約是地球人口數的十倍。可怕啊!等於一個人平均要負十倍的「生命債」。還沒算上,今天吃人四兩,來日要還一斤的「禮尚往來」。

這七百七十多億的生命,因為人類的一張「大嘴巴」天天驚慌、惶恐,唯恐下一輪門開,就輪到自己被送上刀架。動物無辜的哀嚎、怨恨,隨著牠們的靈魂四處徘徊,幽靈反撲,殺業累積成眾生共業。我不斷重複地說,期待各位能真心體會生命的痛,愛自己還要愛眾生,唯有人類能保護大地生命。

假如人類不接受這一波警訊,再來的一波可能會更嚴厲。現代人學問都很多,很有數字觀念,一換算就可以知道,若人人茹素,可以減少多少動物養殖;養殖愈少,環境愈淨化。

人類生活已經污染大地,還要養殖高於人口十倍的牲畜,造成空氣污染、水源污染、大地污染。專家表示,素食是保護生態最有效的方法;何況佛陀教育我們,尊重生命、珍惜生命,不只保護自己的生命健康,更要愛護所有動物的生命。佛法看重因果報,《地藏經》說,過去生多造殺業,則此生總在病痛(註2)。師父也天天懺悔,不知道前世吞食,傷害了多少生命;幸好今生,從年輕就發願茹素。

請大家有信心推動茹素,保護地球,也保護自己身心健康。過去沒有因緣,很難帶動勸素;現在借力使力,要積極地廣說。「大哉教育、善益教育。」有善,有利益眾生;期待人人深信因果報,以慈濟人的大愛,不只是愛自己、愛人人,還能尊重生命、護惜眾生。

(恭敬整理自 2020 年 5 月 3 日全球慈誠委員精進研習,5 月 30 日、31 日大陸慈濟人溫馨分享,6 月 5 日馬來西亞雪隆慈濟人溫馨分享之上人開示)

more, as livestock populations are reduced, the environment will become cleaner as well.

Human activity has already polluted the earth, and on top of that, we raise an amount of livestock that is ten times greater than the human population. All of this results in the pollution of the air, the water, and the land. Experts have said that vegetarianism is the most effective way to protect the environment. Moreover, the Buddha taught us to respect and cherish all life. This means not only protecting our own health and our own lives, but also cherishing the lives of animals as well.

The Buddha's teachings place a great emphasis on the law of karma.

The Earth Treasury Sutra teaches that it is due to our past karma of killing that we suffer from illnesses in life. I am repentant every day, because I do not know how many living beings I consumed or harmed in my previous lifetimes. Fortunately, in this lifetime, I made a vow to become vegetarian when I was still young.

I encourage everyone to have the confidence to promote vegetarianism, to protect the earth, and to protect your own physical and spiritual health. In the past, without the right causes and conditions, it was difficult to encourage people to promote a vegetarian diet. Now we must make use of this situation to speak up.

This pandemic has brought us a great lesson, but it is a lesson that can bring great benefit. This lesson, if we can learn it, is beneficial to all sentient beings. I hope for everyone to have deep faith in the law of karma. For Tzu Chi volunteers, having great love not only means cherishing ourselves and all people, but respecting, protecting, and cherishing the lives of all living beings.

Compiled from Master Cheng Yen's Dharma teaching at the Global Tzu Chi Faith Corps and Commissioners Camp on May 3, 2020, a conversation with volunteers from China on May 30-31, and a conversation with volunteers from Kuala Lumpur, Malaysia, on June 5.

Tzu Chi USA
tzuichi.us | daw@tzuichi.us



Across the planet:

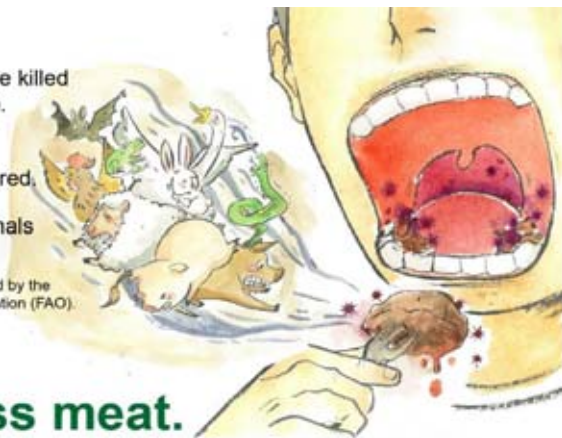
Every second, **2,443** animals are killed (not including marine creatures).

Every day, over **210 million** innocent creatures are slaughtered.

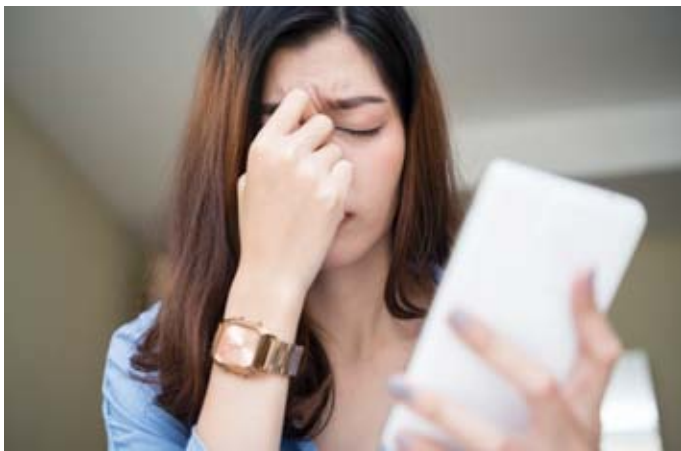
Every year, over **77 billion** animals lose their lives.

Figures are based on 2018 statistics published by the United Nations Farm and Agriculture Organization (FAO).

Save lives, Eat less meat.



用手摸臉更易中招新冠,不自覺每小時會摸23次 教你4招防止



摸身體十分危險

冠狀病毒可在表面存活長達9日!《The New York Times》報道指,流行病學專家Mary-Louise McLaws表示,眼、鼻和口,就是病毒進入人體的渠道,例如新冠病毒或沙土病毒。利茲大學教授史蒂芬·格里芬(Stephen Griffin)就表示,在手不乾淨的時候,摸臉是最主要的感染途徑。

不建議戴手套:除非更換次數和洗手一樣頻繁

大家可能會認為,戴手套或能提醒自己不要摸臉,不過其實手套也可能是另一個被污染的表面。除非大家換洗手套的次數,和洗手一樣頻繁,否則不建議大家戴手套。

最重要:勤洗手

總而言之,最為老生常談的防疫方式,「勤洗手」才是最重要的方法。2019年就曾有研究發現,如在所有機場提高旅客的雙手衛生,潛在的大流行病被抑制的百分比,就可由24%增加至69%。《世界衛生組織》就指出,雙手是病菌傳播的主要渠道,因此洗手是預防有害病菌傳播及感染的最重要方式。

美國疾病管制與預防中心(CDC)建議,洗手的時間最少要有20秒!你第一時間反應可能是:為什麼要20秒這麼久?其實是因為看似簡單的洗手,要達到殺菌防疫的目的,有幾個步驟,一個都不能少。

洗手不只是手掌,連手背、手指縫及指甲都不能忽略!

20秒洗手法:

1. 用清水(冷熱皆可)沾濕雙手,並使用洗手液
2. 用泡沫搓揉雙手,要仔細清潔手掌、手背
3. 把其中一只手疊在另一只手上,雙手手指互相穿插清潔指縫
4. 把指尖按在另一手的手掌上揉搓清潔指甲
5. 以清水洗走泡沫
6. 用乾淨紙巾或毛巾擦乾雙手



防止感染新冠病毒,不摸臉,勤洗手,提陞免疫力是關鍵!

新型冠狀病毒疫情持續,大部分人都戴了口罩,或使用酒精乾洗手的習慣。不過,有一種習慣,大家似乎未能輕易改掉,就是經常「摸臉」。你有曾留意過自己摸臉的習慣嗎?或是喜歡揉眼及擤鼻?但如果雙手已鋪滿病毒,再接觸面部,就可能增加感染風險。

根據《BBC News》的報道,2015年的研究,以澳洲的醫科學生為分析對象,發覺連衛生意識較高的他們也控制不了會觸摸自己。他們每小時摸自己的臉,不少於23次,當中包括經常接觸眼、鼻和嘴。其實不少公共衛生機構,包括世界衛生組織,及專業人士都指出,「自摸」是危險的。

為什麼會觸摸自己?

2014年的研究發現,自摸主要原因是源自壓力,而這些動作一般並不是為了溝通,而且只是有小小意識這樣做,甚至是無意識下進行。

美國加州大學伯克利分校(UC Berkeley)的心理學教授達赫·凱爾特納(Dacher Keltner)指出,觸摸自己是某個舒緩或撫慰的機制,甚至大家有時也會下意識地透過觸摸臉部來調情。而其他行為學的專家就判斷,觸摸自己是一種幫助控制情緒和注意力較長的方式。

淨的時候,摸臉是最主要的感染途徑。

另外,接觸沾有病毒的物件或表面時,也會可能受感染。刊于The Journal of Hospital Infection的研究審視過去22份報告,科學家針對SARS及MERS進行22項研究,發現在特定溫度範圍內,人類病原體在物體表面能夠存活的時間,最大值為9天(病毒量1000萬,塑膠表面,室溫),而作為對照,麻疹病毒在物體表面的存活時間通常為2個小時(病毒量5000,鋁表面,21度)。

在新型冠狀病毒如此頑強之際,如果大家還有經常觸摸臉部的習慣,就會大大增加感染風險。

如何減少摸臉?

即使在洗手後,也要保持警覺,在洗手後,只有在未接觸任何東西前,雙手才是潔淨的。當你接觸到手柄或門把時,你的雙手就已經被污染了。在此情況下,你再接觸眼、鼻和口,就很容易受感染。

哥倫比亞大學教授、行為學家邁克爾·霍斯沃思(Michael Hallsworth)就指,如果大家瞭解自己想摸自己的原因,就可以加以控制。

- 戴眼鏡或太陽眼鏡(防止揉眼睛)
- 將手壓在屁股下(制止自摸的感覺)
- 使用事先消毒的指尖陀螺或減壓球
- 使用便條紙,提醒自己不要摸臉



俄州男稱「不買該死的口罩」 聚會後三天病逝

Richard Rose was a US army vet who loved NASCAR and his two cats. He died from covid-19 on July 4th and is now being dragged all over the internet for his refusal to wear a mask. The urge to mock is strong, but so should be the impulse to be kind. MASK UP! <https://t.co/tfCJ7ddPB4> pic.twitter.com/Ow9A5MnUE9

— Perry Barber (@perrybarber) July 10, 2020

得年37歲的美國俄亥俄州男子羅斯,生前相當排斥戴口罩。

美國的新冠肺炎(COVID-19)疫情延燒,但依然有很多人堅決不戴口罩。俄亥俄州一名男子十分排斥戴口罩,還曾在臉書揚言「不會買該死的口罩」,而且疫情期間仍繼續參加派對、上酒吧,結果確診感染冠肺炎,短短3天就一命歸西!

綜合外媒報道,37歲男子羅斯(Richard Rose)是反口罩人士,疫情發生後,一直在網路上強調自己不會買口罩、戴口罩,並認為戴口罩是「炒作」,他認為電視上充斥肺炎的假消息和新聞,充滿負能量,他也將口罩比擬為穆斯林的布面紗。

臉書上更可見他多次打卡參加派對和聚會,例如去酒吧和朋友喝酒、遊船河及泳池。其中從6月的一張泳池照片可見,參加者眾多,而且都沒有戴口罩。

7月1日,他在臉書宣佈自己在過去數日病得很重,並有肺炎症狀,並相信是參加泳池時感染的。結果當日下午,他便收到自己確診的消息,需要隔離14日。有網友問他感染後有什麼感覺,他表示「幾乎無法呼吸」,2日沒睡過覺。結果,他於7月4日逝世。

這一切發生的太快,羅斯的家人和朋友們震驚到完全無法相信,更讓他們難以接受的是,羅斯去世後,網友們開始對他各種冷嘲熱諷,紛紛指責及留下刻薄的留言:「多麼諷刺」、「你尊重這個垃圾?」、「世界上最危險的事,是真誠的無知,以及勤奮的愚庸」。也有人對此事表示遺憾,希望大家引以為鑑,記得戴口罩。

華人警惕! 15種場所最易染新冠 這些行為極度危險

8日,美國新冠確診人數突破300萬大關!從200萬到300萬,美國只用了短短1個月……這一數據震驚了世界。

在這樣的背景下,美國疫情重鎮德州,其醫學協會新冠工作小組和傳染病委員會,特別列出一張「新冠感染風險表」,名列37種可能染疫的情況和場所,並以1-9的風險等級,標明瞭各種情況下的感染風險。

表單一目瞭然,給普通民眾起到警示作用——當我們開始放鬆,認為可以回復到日常生活時,殊不知,有些行為可稱極度危險!

從這張表單我們可以看出,風險等級最高(9)的活動是去酒吧、參加大型宗教聚會、去體育場、和參加音樂會。

其次(8分)是吃自助餐、去健身房、去遊樂園、以及看電影。

這8種活動被標明為「高風險」,也是感染案例里最為常見的情形。

以染疫風險最高的場所酒吧為例,「事故」真的是太多了——最近的一起,7月2日,密歇根州立大學附近一個酒吧發生聚集性感染,確診至少152人。

佛州,16個美女在解封之後一起去酒吧慶生,結果集體中招!之後還有更多病例不斷傳出。一次狂歡,放倒一片!

疫情算是比較「溫和」的大溫也難逃酒吧魔咒,在BC宣佈進入第3階段解封之後,短短幾天內,已經有3家酒吧爆疫情!包括Main街的No5 Orange酒吧、市中心的Brandi's以及Belmont酒店內的酒吧。迷離的光影、曖昧的氣氛、親密的人群……幾杯黃湯下肚,誰還記得社交距離,巴不得能更親密更嗨,徹底釋放這壓抑了數月的苦悶。而此時,正是新冠病毒展露獠牙的時候。是的,新冠病毒就是這麼殘忍,你敢忽視它,它就能輕易吞噬你。

對於這一點,美國一位確診華人刻骨銘心:「誠心建議不要信邪,如果讓我再選一次,我絕對乖乖待在家里。」

這位華人坐標加州,美國疫情最嚴重的地方之一。

他是一個健身愛好者,已經連續堅持鍛煉了3年多,從未間斷。疫情一來,雖然心里也



很害怕,但是總覺得這麼倒霉的事不會輪到自己。於是,他依然每天去健身房健身,在使用器

材前瘋狂消毒,警惕周圍是否有咳嗽的人。然而病毒還是盯上了他——咳嗽、喉嚨

痛、呼吸困難……加上每天刷各種疫情信息,他都要絕望了:「真的咳得很慘,整個人都不舒服。沒有人想拿自己的身體開玩笑,如果能再選,我絕對乖乖在家!」

和他一樣遭遇類似情況的還有美國新州華人何先生。同樣也是健身愛好者,不希望被疫情中斷了鍛煉,而且,健身的人,多少對自己的健康和身體素質有點信心……

然而,在一次鍛煉後,何先生也中招了。剛開始還以為是運動過度身體疲勞,沒有放在心上。過兩天,頭疼、咳嗽的毛病全來了。再過2天,他開始發燒了。當時的家醫只是給他一點藥,就讓他回家了。結果一周後,他的身體情況急轉直下,直接確診。他說,咳嗽咳到整夜不眠:「每一次咳嗽,都像是要把五臟六腑都咳出來一樣。整個人就像溺水一樣,整天浸在水里,吸氣都吸不了,很恐怖。」何先生被送到醫院。幸運的是,他熬過來了。

誰能想到呢?本來去健身是為了讓自己的身體變得更健康,卻因此從鬼門關走了一回。就是這麼一些平平無奇的活動,暗藏風險,一放鬆就中。

回看這張表格,染疫風險為「中等到高等」的活動包括:去美髮沙龍、在餐館內用餐、參加婚禮或葬禮、乘坐飛機旅行、打籃球、踢足球、與朋友擁抱或握手。風險為「中等」的活動:去別人家裡吃飯、參加後院燒烤會、去沙灘、逛商場、把孩子送往學校或託兒所、在辦公室工作、公眾游泳池游泳、拜訪親朋。

風險等級比較低的則包括:收郵件、拿外賣、加油、打網球和露營。

都是一些日常活動,隨着解封和重啓,估計很多人已經沒有把這些當回事了。

但是,確診超過300萬的美國卻給了我們一記警鐘。疫情沒有過去,一旦美加邊境重開,或今秋疫情海嘯重來,我們又將面臨新的危機。

沒有人希望出現「再選一次」的情況,如果疫情沒有過去,社交距離不能忘,口罩先別摘。



REPUBLICAN NATIONAL COMMITTEE COMMUNICATIONS

PRESS RELEASE

FOR IMMEDIATE RELEASE | 202-863-8614

喬·拜登(Joe Biden) 不想讓美國亞太裔父母有教育選擇的權利

「我們為有選擇學校的權利而戰,這實際上是這個國家有史以來的公民權利。坦白說,選擇學校的權利是當年、本世紀甚至今後一段時間的民權宣言,因為所有兒童都必須接受高質量的教育……絕不能讓郵政編碼決定美國兒童的未來,這就是目前正在發生的事情。因此,我們在選擇學校的權利方面非常、非常強勢。」- 唐納德·J·川普總統

「在喬·拜登的美國,亞太裔父母沒有教育選擇的權利。拜登(Biden)允許學生在表現不佳的學校中受苦,而其原因則僅僅因為這些學生住家的郵政編碼所限。他不在乎學生,因為他更感興趣的是,從老師工會獲得選票和捐款。」- 共和黨全國委員會亞太裔媒體主任張曼君博士



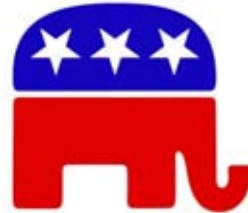
「選擇學校的權利使父母有權使用為子女的教育指定的稅款,將子女送往最能滿足其需求的公立或私立學校。總起來說,您是支持還是反對選擇學校權利的概念?」

種族與種族:
白人:64.4%
黑人:67.6%
西班牙裔:63.4%
亞裔:55.5%

黨派:
民主黨:59%
共和黨:75.2%
獨立選民:60.2%

區域:
城市:69.3%
郊區:62.6%
小鎮:52.5%
鄉村:68.2%

在校兒童:
公立學校:67.7%



非公立學校:77.4%

學校裡沒有孩子:62.3%

喬·拜登(Joe Biden)在選擇學校權利這一重要問題上是個偽君子,他通過其所謂的針對美國人民的教育政策,繼續玩弄政治。

* 在民主黨的激進左派認為選擇學校權是邪惡的想法之前,拜登為特許學校辯護(defended)。

* 現在,喬·拜登(Joe Biden)贊成取消特許學校,並說如果他當選總統,特許學校將「消失」(gone)。

* 拜登將阻止美國亞太裔家庭擁有他和兒子所擁有的相同選擇,因此只能進私立學校。

* 喬·拜登(Joe Biden)的兄弟利用其家族的姓氏,獲得了經營特許學校的合同(contracts to operate charter schools)以牟取利潤。

* 拜登(Biden)對特許學校的敵意有悠久歷史,稱他們「從公立學校吸取金錢」。

底線:美國亞太裔有機會在11月做出選擇:如果他們想要一位將繼續投資、為父母和家庭提供更多選擇和機會、使學生獲得教育上的成功並擁有為實現美國夢而努力奮鬥的機會的領導人,那麼唐納德·J·川普就是這樣的領導人。無論是支持早期教育中的學校選擇,還是擴展和加強科學、技術、工程和數學教育,川普總統都是美國亞太裔無可爭辯的教育候選人。

喬·拜登(Joe Biden)向左翼全國教育協會(NEA)提出的建議表明,他將父母和學生放在最不重視的地位

「你在白宮不僅有一位合夥人,還會有全國教育協會的成員。」- 喬·拜登

美國的父母呢?我們的學生呢?教育選擇的權利呢?

全國教育協會在倡導極端自由政策方面

已有數十年的歷史,其中包括堅決反對美國父母選擇學校的權利。毫不奇怪,這個龐大的教師工會沒有提出一個關於讓父母選擇教育的問題,而父母選擇教育權是大多數美國人,不論持何立場,都關心的問題,卻不是喬·拜登團隊和全國教育協會所關心的問題。

根據 RealClear 民意調查機構最近對 2,122 名登記選民的調查,有 64% 的美國人支持選擇學校的權利。

America Can't Afford Tax Day Under a Biden Administration

Real Clear Politics
Chairwoman Ronna McDaniel
July 15, 2020

"Today is Tax Day, which serves as a fitting reminder that with less than four months until the November election, never has there been a clearer contrast between two candidates' tax plans as exists between President Trump and Joe Biden.

"While President Trump has time and again delivered on his pledge to cut taxes and expand opportunities for American families, Joe Biden is doubling down on his plan to impose massive tax increases on millions of middle-class families.

"The kind of tax increases Biden envisions would throw a big wet blanket on the great American comeback President Trump is leading, and is

just one of the many reasons voters overwhelmingly trust the president to rebuild our economy a second time.

"Over 80% of middle-income Americans saw a tax cut thanks to President Trump, with lower-middle-class households actually experiencing the largest tax cut.

"Nearly 30 million American households are now better off taking the simpler standard deduction, which the president and Republicans doubled -- a change that saves taxpayers \$5 billion each year.

"In the wake of tax relief, unemployment

dropped to a 50-year low and the economy added so many jobs there were millions of more jobs available than there were workers to fill them.

"Biden is on record saying his first action in office would be to raise taxes on the middle class, which is completely consistent with his 40-plus years as a career politician where he didn't meet a tax hike he didn't like.

"No tax is popular, but Biden would bring back perhaps the most unpopular tax of all by restoring the Obamacare individual mandate tax. This would lead to 5 million low- and middle-income households choosing to pay the penalty for

forgoing big-government run health care.

"These combined with all the other tax hikes Biden supports, such as raising the income tax by \$2,000 on a typical American family of four, would place a \$4 trillion burden on American families, businesses, innovators and job creators.

"While Biden has made a career in Washington out of putting our country last, President Trump has put hardworking Americans first throughout his entire tenure in office, something he will continue to do when the American people reelect him to a second term on Nov. 3."

美國亞太裔小企業主受益于《美國 - 墨西哥 - 加拿大協議》(USMCA)

在7月4日假期到來之前,亞太裔(APA)工人、農民和製造商今年更有理由慶祝這一節日,因為經過川普總統和共和黨人多年的艱苦談判,《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》今天生效。

隨著我們的經濟在被冠狀病毒瘟疫人為地打斷後開始反彈,這個嶄新並經過改進的貿易協議為我們經濟的所有部門帶來提振,這一時機來的正是時候。

《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》(USMCA)是全美的勝利,它有可能增加 50 萬個工作崗位,並增加超過 2350 億美元的經濟活力,而美國亞太裔社區將從這項現代化、更自由和更公平的貿易協議中獲益。

這項新貿易協定中的條款對美國亞太裔來說是一個勝利,它將創造經濟機會並提高所有領域的薪資。

《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》將確保美國工人的平等,並在未來幾十年為美國的繁榮做出貢獻。

《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》取代了四分之一世紀以前談判達成的《北美自由貿易協定》(NAFTA),這個協定是前任政府失敗的貿易政策導致美國工作大量外流的明顯例子。

替換 NAFTA 來反映 21 世紀技術和商業變化的需求早就應該成為現實,而我們的首席



談判代表和他的團隊所表現出的政治勇氣以切實完成這項工作而應受到讚揚。

然而,《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》不僅

是一項改進的、互惠的貿易協議,還標誌著思維方式的巨大變化。

在本屆總統的領導下,美國將不再在貿易

方面舉手投降,屈服於其他國家的要求。

川普總統一次又一次地表明,他有政治勇氣擺脫對美國不利的協議,同時作出不懈努力以達成對美國有利的協議。

川普總統倡導的美國優先貿易政策與喬·拜登(Joe Biden)在華盛頓擔任職業政治家 40 餘年所支持的政策之間,存在天壤之別。

喬·拜登(Joe Biden)投票通過減少美國工作機會的北美自由貿易協定(NAFTA),並允許中國加入世界貿易組織(WTO),導致成千的美國工廠倒閉、數百萬美國工作機會流至海外。這表明,拜登沒有判斷力,或領導美國進行貿易戰的能力。

《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》的實施,證明了川普總統的能力。

儘管在整個《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》的推動過程中,不作為的民主黨國會議員在國會進行了數月的不必要的拖延和反對,但川普總統最後還是能夠為美國的工人、農民和製造商提供更好的貿易協議。

自由和公平貿易成為美國繁榮的基礎已有一個多世紀了。在川普總統的領導下,《美國 - 墨西哥 - 加拿大協定》將在 21 世紀餘下的時間及今後為美國亞太裔和整個美國帶來繁榮。

讓我們 一起去做 一件事。

即日 上網完成 2020年人口普查。

立即完成人口普查，你的回覆有助影響社區未來十年的發展，
例如每年該如何運用數十億元資金在醫療保健、交通和教育等方面。
花幾分鐘的時間上網、打電話或郵寄完成人口普查，開展你我未來。

即日上

2020CENSUS.GOV/zh-hant

完成人口普查。

本廣告由美國人口普查局提供

你我未來
由此展開 >

United States®
Census
2020