

Facebook Awards Grant to Erie Chinese Journal  
2020  
2002  
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

第四一〇期 Vol.410 Nov.30 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.parktohopmarket.com  
俄亥俄州 伊利諾依州 密西根州  
最大華人連鎖超市  
新鮮蔬果 麵包糕點  
游水海鮮 餐館批發  
企城百佳 Tel: (216) 781-3383  
1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

# 民衆要和平 公道在人心

天空沒有停不了的陰雨，人生沒有過不去的坎坷，全世界疫情蔓延，加上總統競選的舞弊，網絡與媒體這一切，都是無烟的戰爭，都是因為走不出的自己。我們不需要戰爭歷史重演，幸福快樂健康平安都需要代價



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

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

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

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

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

**伊利諾州芝加哥分公司:**  
地址: 401 South LaSalle,

Suite 800-C, Chicago IL 60605  
電話: 312-600-6924  
傳真: 312-600-6925

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

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

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

黃唯大律師  
滿足您所有的移民要求

**伊利華報**  
ERIE CHINESE JOURNAL

服務華人社區  
振奮民族精神

交流美華信息  
弘揚中華文化

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

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

**Otani 大谷**  
JAPANESE CUISINE

正宗日本料理

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

我為生命唱首歌  
鳥語花香月色柔  
年年春風戲花笑  
歲歲菊香輕輕飄  
我最愛的春與秋

我為生命唱首歌  
春雨柔柔百花樂  
秋月依依照九洲  
我在月下數花朵  
朵朵都是勿忘我

你問我明月何處去  
我說她藏在淚水裡  
你今夜要悄悄的離去  
我想知道何時是歸期  
你唱一首老歌:大約在冬季  
你為什麼不說:應該在春季~  
是以你我一次次的錯過花期  
寒冬一年年凍結了歡聲笑語  
又是多少年 我在茫茫飛雪裏  
尋找那熟悉的記憶和香氣  
歲月偷走了黑髮 卻留下我的回憶  
在心中刻下痕跡 那是串串笑語...  
多少年的等待花季  
多少年的送走冬季  
直到今天才明白 你從來沒有離去  
珍藏在我淚水裡  
啊 只要還有淚  
就知道你在那裏

你從來沒有離去

我為生命唱首歌  
悲歡離合都嚐過  
也曾悲歡道分手  
歷盡離合又牽手  
笑看君在我左右

你正為我彈首歌  
以歌述情讚美我  
感君知恩淚雙流  
和你一齊共百首  
地老天荒你和我

我為生命唱首歌

劉天擎詩歌園地

**SIA**  
ASIAN SERVICES IN ACTION

辦公室搬遷啟示

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

**Nationwide**  
is on your side

Wherever life takes you, we're there.

Life is full of uncertainties and sometimes you need someone to help guide you through it all. At the Hec Hixson Insurance Agency, we specialize in finding customized solutions for your financial and insurance needs.

**We speak Chinese (Mandarin and Cantonese)**

Amy Lee  
Hixson & Malinowski Agency  
5530 State Rd. Ste 1, Parma, OH 44134.  
216-965-0669; www.nationwide.com

**AUTO | LIFE | BUSINESS**

Products underwritten by Nationwide Mutual Insurance Company and Affiliated Companies. Home Office: Columbus, OH 43215. Life insurance is issued by Nationwide Life Insurance Company or Nationwide Life and Annuity Insurance Company, Columbus, Ohio. Nationwide, Nationwide Is On Your Side, and the Nationwide N and Eagle are service marks of Nationwide Mutual Insurance Company. 2018 Nationwide CPC-0435AO (09/17) 7897739

**黃醫生醫學美容診所**  
Huang Aesthetics  
Health · Beauty · Wellness

讓口罩下的皮膚健康有光澤的三個步驟

戴口罩是在疫情期間保護自己和他人  
的好方法。但是,口罩可能會在小範圍內引起  
對面部皮膚的摩擦,使氣流不通暢在臉部和口  
罩之間的狹小空間淤積,並積聚水分潮氣,這是  
導致粉刺,酒渣鼻和皮疹等疾病發作的“完美  
風暴”。

超過三分之一的線衛生保健工作者  
報告了不良的皮膚反應。術語“maskne”(面具  
瘡)已席捲社交媒體。

《美國皮膚科學院學報》報導,口罩引起  
的皮膚問題發生率最高的是粉刺,面部瘙癢刺  
痛和皮疹。擁有系統的皮膚護理方案可以幫助  
預防和解決這些問題。

黃博士建議戴口罩的人在家中保持這  
種日常皮膚護理程序,以舒緩皮膚並避免皮膚  
皮疹粉刺的爆發。

**第1步:清潔,去除角質和平衡酸鹼度**  
使用溫和的清潔劑。保持皮膚清潔,去  
除油脂,細菌和其他刺激性物質。溫和的去角  
質使皮膚更光滑,清除暗沉和堵塞的毛髮。去  
除角質後,使用平衡水或爽膚水  
將皮膚上的油脂減至最少並平衡  
其最適度的酸鹼度 以方便後續護  
膚產品的吸收。

**步驟2:抗氧化面霜和特定的皮膚  
護理方案**  
使用抗氧化劑乳霜可防止  
由自由基引起的皮膚損傷並支持  
皮膚的天然 DNA 修復,從而使皮膚  
屏障功能最大化。之後再針對您的  
特定皮膚問題(例如衰老,皮膚乾燥,  
痤瘡,酒渣鼻或敏感性)來選擇特定  
的皮膚護理用品和方案。如果出現  
皮疹,皮膚鱗屑般脫落,水泡或腫脹  
灼熱,請停止使用所有護膚產品,並致  
電黃醫生的辦公室進行免費諮詢。

在您的口罩貼到的面部區域  
(例如,口罩邊緣,鼻子,耳朵後面),請使  
用具有豐富潤膚劑的保溼劑,這些保  
溼劑可以與諸如神經酰胺,透明質酸  
和二甲基硅油的成分一起用作隔離

霜。如果這些產品不能緩解疼  
痛或灼熱感,黃醫生可能會建議  
一種適合您需求的醫學級別的  
皮膚護理產品。

**步驟3:化妝代用品和防曬霜**  
考慮避免在您的口罩區  
域化妝。化妝品里面的化學成  
分可能會刺激皮膚 尤其是在空  
氣不流通的口罩下面。如果需  
要的話,可塗抹淡薄的礦物質隔  
離霜。另外潤色防曬霜也是  
很好的選擇,可以同時提供防曬  
和 BB 霜的功能。

黃醫生的診所提供各種  
醫學級別的皮膚護理產品,這些  
產品可以預防和解決因為長時  
間使用口罩而遇到的皮膚問  
題。例如,ZO Skin&Health 的保  
溼霜是皮膚屏障修復和恢復的  
絕佳選擇。它支持皮膚的天然  
DNA 修復過程,並幫助  
新的健康皮膚細胞生  
長。它可以立即減輕瘙  
癢,乾燥,發紅和刺激感。  
持續使用,將減少由口罩  
引起的皮膚問題的出現  
和復發頻率。

黃醫生的診所使用  
有效護膚產品,結合醫學  
美容界最新科學技術 可  
以幫助您科學有效的滋  
養皮膚 不受長期戴口罩的困擾,從而改善質地和健康。

如果這3步基本程序不能緩解您的皮膚問題,請隨時與黃  
醫生的辦公室聯繫尋求免費皮膚諮詢  
(可短信 216-438-0358)。您也可以通過  
Facebook Messenger @Huang Aesthet-  
ics 與我們聯繫,以諮詢其他有關皮膚  
狀況的問題。

我們有信心幫助您恢復健康光  
彩的皮膚,抵禦口罩的傷害。

**Health, Beauty and Wellness begin here.**  
**Huang Aesthetics and Wellness Center**  
Revive and rejuvenate your look and inner  
well-being to bring out the BEST in YOU!  
**216.438.0358**  
support@huangaesthetics.com  
www.huangaesthetics.com  
Contact us for a complimentary consultation

23360 Chagrin Blvd. 13170 Ravenna Rd.  
Unit 111 Suite 108,  
Beachwood, OH 44122 Chardon, Ohio 44024

黃璇醫生

加微信請掃碼

**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 MUNI-  
CIPAL 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



# 感恩節感謝的人

誠所致，金石為開。2020年，《伊利華報》是全美144家新聞媒體機構之一，獲得了Facebook在俄州中文媒體grant。為浦瑛姐獲得這項殊榮而驕傲！

浦瑛姐是我2020年在一起玩得最多，聊得最多的朋友。我兩千年剛到美國時，就讀過川普的《The Art of The Deal》，在書中，他夸讚他的第一任妻子，伊萬卡，“tough”“solid”。浦瑛姐也是這樣的一位女性：“tough” & “solid”。

我感謝Jenny的真誠友情，人是要鼓勵的，我也喜歡與聰明智慧的人交朋友，她的身上有一種能量會激勵你成長。Jenny有一位律師教授的先生，做飯一流，我在她家吃過無數頓她先生做的飯菜，她的女兒在藝術大學攻讀小提琴，Jenny告訴我：由於感恩節她要工作，她的先生與女兒開車到Florida去看了在養老院的96歲的

爺爺，女兒親手給爺爺設計縫製T-Shirt，三代人一起與爺爺慶祝生日過感恩節。先生和女兒去看爺爺三天，每天只能遠距離交談1小時。爺爺曾作為Radio operator，在上個世紀二戰中服役於美國海軍，退役後上大學，畢業後成為註冊會計師。爺爺的祖爺是愛爾蘭的貴族，因愛上了女僕，被逐出宮門，而駛船逃到了新世界，美利堅！Jenny她們一家三口，在歐洲生活3年，在紐約生活過，她說她最喜歡克利夫蘭，全家人快樂生活在克利夫蘭。

Jenny在1990年至1994年就讀首都經貿大學財貿學院金融系，她畢業後從事投資銀行工作，為國企大型企業設計股改融資並購分拆方案。在1998年進入北京大學國家發展研究院國際工商管理專業學習，那是第一屆學生，每一個學生都出類拔萃。她的先生就是她在北大認識的老師，Jenny2000年5月畢業，就赴美，在華爾街工作，當時是受雇於英國渣打銀行為跨國



集團公司信貸分析師。  
Jenny為了女兒學習小提琴，2015-2017工作於Saks Fifth Avenue。考一個執照做美容師，現在她又在學習考高級健康管理師，她現在在學習考取醫療保健治療按摩執照。Jenny是一位為夢想而努力的人。在感恩節前，她送我一一份迷奇臥浴和精緻按摩，我親身體驗：是我第一次高端享受Gingie Spa的奇米臥浴和按摩，美麗環境加腦波音樂還加上她的磁性能量，Jenny給我安排了2小時的享受，我身體與內心徹底放鬆，就像人腳踏雲霧上。  
Jenny是一位她想要什麼就朝那個方向努力的人，克利夫蘭的Gingie Spa，是她開創的第一家，她現在集中精力創新，在她的身上我看到她的捨得與放下，這是她最大的魅力，我期待她的第二家第三家..... (浦瑛)

時光在忙碌中溜走，歲月在奔波中依舊。友誼在問候中加深，真情在祝福中守候。

人生有友情是一大福氣，我喜歡說有朋友的日子陽光燦爛，我們每一個人好像每天都有不少人從你的身邊走過，在忙忙碌碌的生活里，非常難得遇到一位能聽懂你在講什麼話的人，這幾乎是給人一種減壓的能力。

在感恩節前一天，我給Jenny的Spa送了節日禮物，謝謝她對我的支持和友情，晚上，我在她的微信群看到她寫的：

“浦瑛姐冒雨送來的感恩節的美好真誠的祝福~“Happy Fall”的氣球和聖誕一品紅！感恩浦瑛姐一年的關愛和鼓勵。年輕時的浦瑛姐是上海大美女，離開上海前，在上海振興中華辦公室工作，她的老領導是曾慶紅。快三十年了，她隨夫來美伴讀。來美不久，生了一兒一女。2002年，自創辦《伊利華報》18年，她在美採訪過無數人，從政要到囚徒，從億萬富翁到流浪者。風風雨雨的，多少次彈盡糧絕，沒有資金，還要承受高昂的印刷費，她就拆東牆補西壁，信用卡借新還舊。即便是在資金匱乏時，她也不願出賣她的新聞獨立性。

浦瑛姐的言行正是應了那句千年絕句：精



**Zhenni Jackson** Owner and Ohio State Licensed Advanced Esthetician  
Esthetical training completed from Raphael's School of Beauty Culture. Specialized in European facial, HydraFacial, relaxation massage and body treatments.



# Gingie Spa

At Gingie Spa & Massage, our team of sought-after and skilled practitioners is committed to providing our guests with the utmost level of care and comfort. Our devotion to your well-being guides our work and ensures that you luxuriate in complete relaxation.

Gingie Spa, 位于 Beachwood Eton Mall, 主攻保潔美白抗衰老美容，清理粉刺黑頭，去癢除皺緊膚。兼營醫療按摩和迷奇浴體膚保養。歡迎群友惠顧本店和訪問我們的網站：  
[www.gingiespa.com](http://www.gingiespa.com)  
或致電諮詢：216-245-6858  
28699 Chagrin Boulevard, Ste. 300,  
Woodmere, Ohio 44122





Peer-reviewed Journal 学术期刊

Chinese Language Teaching Methodology and Technology (ISSN: 2572-1739)  
《汉语教学方法与技术》杂志(半年刊)(刊号:2572-1739)

A peer-reviewed international journal that publishes empirical research on Chinese language instruction and learning. The Journal of Chinese Language Teaching Methodology and Technology (CLTMT) is a peer-reviewed open-access publication. It publishes research articles on methodology and technology used in the teaching of Chinese as a second language (CSL) at k-16 levels. 《汉语教学方法与技术》杂志是美国正式发行的电子学术期刊,收录大学、中小学中文(含中国文化)教学方法与技术方面的理论和实证研究。

Highlights:

- Originality: Research requested for publication in CLTMT must be conducted by the authors. It must NOT be previously published in any officially registered journals.
- Practicality: Research must be drawn from, or situated in, real contexts, and intended to address empirical problems or issues.
- Relevance: Topics must be relevant with Chinese language and culture teaching methods and technological applications.
- Brevity: A submitted article must be well versed and concise.
- APA Format: The newest APA style must be followed. Refer to <http://www.apastyle.org/>, or <https://owl.english.purdue.edu/owl/resource/560/01/>.
- Bi-lingual: Manuscripts can be in English and/or Chinese.
- Bi-annual: Two issues are launched per year, with one in January and the other in August.

主要特色:

- 研究应为作者原创,要与中文或中国文化相关,研究要有实用性
- 文体采用 APA 格式,文笔简练
- 英文或中文文章兼收
- 半年刊:每年 1 月、8 月各出版一期

Editor in Chief: Huiwen Li, Ed.D., Cleveland State University  
Address: 2121 Euclid Ave RT1237, Cleveland, OH 44115

Submit at 投稿: <https://engagedscholarship.csuohio.edu/cgi/submit.cgi?context=cltmt>  
Email: [cltmt.editor@csuohio.edu](mailto:cltmt.editor@csuohio.edu)

CSU Continuing Ed. Chinese Language and Culture Courses

Spring 2021

COURSE	START DATE	END DATE	Number of Weeks
Elementary Chinese I	Jan. 25	Apr. 26	13
Elementary Chinese II	Jan. 26	Apr. 27	
Intermediate Chinese II	Jan. 27	Apr. 28	
Advanced Chinese II	Jan. 28	Apr. 29	
Tai Chi (Tai Ji)	Jan. 20	Apr. 21	
Chinese Calligraphy	Jan. 29	Apr. 30	

Registration

Deadline: January 20, 2021

Tuition: \$150 per course; Payment Method: by Credit Card

Note for CSU Staff/Faculty: Tuition benefit covers (Use [CSU Staff Development Form](https://www.csuohio.edu/hrd/hrd/) downloadable at <https://www.csuohio.edu/hrd/hrd/>)

Click [HERE](#) for Registration.

Contact  
Dr. Huiwen Li ([h.li84@csuohio.edu](mailto:h.li84@csuohio.edu); [cice@csuohio.edu](mailto:cice@csuohio.edu))



# 東海海鮮酒家

Siam Cafe SEAFOOD RESTAURANT

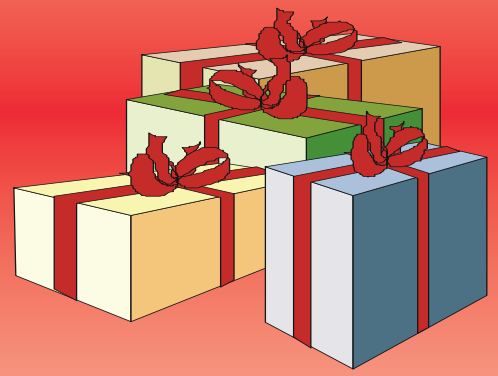


## 健康平安歡度聖誕

祝您福如東海萬事如意

願您壽比南山前程輝煌

感謝東海飯店在疫情期間客人很少的情況下還能堅持開門營業,讓克城的市民在這個艱難的日子里依然有可以放鬆和享用美食的場所。



### 歡迎光臨

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

## 好友相會喜迎新年

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

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today provided the following updates on Ohio's response to the COVID-19 pandemic. HOSPITALIZATIONS & ICU ADMISSIONS

COVID-19 Update: 5,060 Hospitalizations, New Indoor Air Quality Program

Ohio's COVID-19 hospitalizations have hit an all-time high at 5,060 people hospitalized with the coronavirus across Ohio as compared to just under 1,700 COVID-19 patients on November 1. Of Ohio's currently hospitalized COVID-19 patients, there are 1,180 individuals in intensive care units and 682 people are on ventilators.

ing facilities, including nursing homes, assisted living centers, and adult day centers.

The \$28 million program was created using federal CARES Act funding to address indoor air



According to Dr. Andy Thomas, Chief Clinical Officer at The Ohio State University Wexner Medical Center, one-third of ICU patients across Ohio have COVID and one-third of individuals on ventilators have COVID.

"COVID patients are going to start crowding out other people who need that level of care as these numbers continue to rise," said Dr. Thomas. "The reality is that hospitals are making difficult decisions about delaying care. It may be non-urgent care, but it's care that may cause someone to go to the ICU after surgery. A lot of hospitals are delaying those surgeries because they can't afford their ICUs to be overtaxed."

quality through HVAC inspections, portable air filtration systems, new filtration systems, maintenance on current systems, and other interventions. Eligible recipients can receive up to \$15,000.

"As we move into colder months and spend more time inside, proper ventilation and filtration are even more important to stop the spread of COVID-19," said Governor DeWine.

Dr. Thomas reported that rural areas are being hit particularly hard right now, and several hospitals are beginning to voice concerns about their ability to manage such a high number of intensive care patients. As the total number of COVID patients grows, smaller community hospitals will be unable to expand their intensive care capacity.

The program was approved by the Bureau of Workers' Compensation (BWC) Board of Directors at a special meeting Wednesday. BWC will administer the program and applications are available at bwc.ohio.gov. Additional questions about the program should be emailed to grants@bwc.state.oh.us.

For individuals who traveled over Thanksgiving, Dr. Thomas urged them to quarantine upon return to Ohio to break any possible chain of transmission.

STATE OF OHIO EMPLOYEES

Due to the recent spike in COVID-19 cases and hospitalizations in Ohio, Governor DeWine has delayed Ohio's plan to resume in-person work at state-owned facilities. A gradual, phased approach was expected to begin in January. Governor DeWine also encouraged other employers

COVID-19 INDOOR AIR QUALITY IMPROVEMENT PROGRAM

Governor DeWine today announced a new program to help improve indoor air quality and reduce the transmission of COVID-19 at senior liv-

to allow employees to work at home to the extent possible.

ADDITIONAL GUESTS

During today's briefing, Governor DeWine was joined by four nurses who discussed their experiences treating patients with coronavirus.

Stacey Morris, a COVID unit nurse manager at Cleveland Clinic Akron General, discussed the role nurses play when patients are admitted, as they fight for their lives, and, in the worst circumstances, when they must say goodbye to their loved ones.

Carrie Watkins, assistant director for nursing at Genacross Lutheran Services in Holland, Ohio, discussed the surge in COVID cases that are experienced in nursing homes each time there is a surge in community spread.

Dara Pence, ICU nurse manager at Ohio Health's Riverside Hospital in Columbus, discussed the unpredictability of the virus and the tragedies that she has witnessed due to COVID-19.

Jamie Giere, a nurse and team leader for the

COVID unit at Premier Health's Upper Valley Medical Center in Troy, Ohio, discussed the surge in patients over the past three weeks and her concerns that the public does not fully understand what is happening

in Ohio's hospitals.

NATIONAL ADOPTION MONTH

On this final day of National Adoption Month, Governor DeWine encouraged Ohioans to consider fostering or adopting a child. In Ohio, there are 3,000 children waiting for a family, including 11-year-old Alex, who is featured in the video below.

Alex, 11

CURRENT CASE DATA

In total, there are 421,063 confirmed and probable cases of COVID-19 reported in Ohio and 6,429 confirmed and probable COVID-19 deaths. A total of 26,864 people have been hospitalized throughout the pandemic, including 4,682 admissions to intensive care units. In-depth data can be accessed by visiting coronavirus.ohio.gov.

Video of today's full update, including versions with foreign language translation, can be viewed on the Ohio Channel's YouTube page.

For more information on Ohio's response to COVID-19, visit coronavirus.ohio.gov or call 1-833-4-ASK-ODH.



Position Available: Community Health Worker - Bilingual preferred

Location: Cleveland or Akron, Ohio area;

Remote as needed

Pay Rate: Contract position (hourly, 2-10 hours/month)

Summary

Asian Services In Action's International Community Health Center (ASIA-ICHC) is a federally qualified health center with two sites, based in Cleveland and Akron, Ohio. ASIA-ICHC predominantly serves low-income, underserved, limited English-speaking Asian American and Pacific Islander (AAPI) and other immigrant and refugee populations of all ages.

Asia-ICHC seeks a motivated individual with connection to their community members to provide culturally and linguistically appropriate outreach and education to their respective community. He or she must be outgoing, bilingual, available during non-traditional work hours, be proficient with computer usage, adhere to ASIA-ICHC's confidentiality policy, have a good follow-through on assigned projects, and be committed to ASIA-ICHC's mission. The CHW will work directly with ICHC Asst. Director of Operations and any other assigned staff.

Duties and Responsibilities

- 1. Utilize informal networks (faith, business, social media and ethnic social) to outreach and educate ethnic community on specific health issues which include: TB, Type 2 diabetes, High Blood pressure, immunization, childhood lead prevention, breast and cervical cancer, Hepatitis B, HIV and other areas.
2. Conduct program recruitment and outreach to their respective ethnic community.
3. Work with ICHC managers and staff to coordinate health screening and presentation events in the community either virtually or in-person; provide bilingual support at these events.
4. Assist CHP staff in language and cultural communication. This may include activities such as:
a. Providing interpretation or support to CHP staff and others during events.
b. Assist with translating educational documents, flyers, etc.
5. Assist in coordinating client services
a. Assisting people to seek follow-up medical services at the clinic when necessary

- c. Promoting and working with front desk staff to schedule appointments at ASIA's clinic with clients.
d. Informing clients about other community resources
e. Presenting health education in a culturally appropriate format in person, virtual (e.g. Zoom) or social media (e.g. Facebook).
f. Providing social support to improve members' adherence to medical treatment and lessen the risk that they will drop out of program.
g. Helping clients with understanding program eligibility and helping them complete enrollment forms, etc.
6. Participate in trainings and meetings as required for specific grants and planned events.
7. Maintain outreach records and furnish collected information to CHP staff in a timely manner. Maintain all client information in a confidential manner in accordance with policy and HIPAA regulations.

Qualifications

- 1. Must reside in and share experience, language and/or culture of the community to be served.
2. Must have valid driver's license and liability insurance coverage.
3. Bi-lingual preferred
4. Minimum High School Diploma or GED required.
5. Minimum of 1-2 years of experience in health, social or community services or comparable
6. Have access to Internet and computer at home.
7. Familiar with basic computer programs such as word, Excel, and be able to connect virtually for meetings or education events (e.g. Zoom).

General Information

Inquiries should be directed to Sujata Burgess, Assistant Director of Operations - ICHC via e-mail (sburgess@asiaiohio.org.) No calls please.



Support ASIA's Refugee Youth Mentoring Program on #Giving Tuesday

ASIA's Refugee Youth Mentoring Program provides culturally competent case management services and mentoring to refugee youth ages 15 - 24 years old.

We are seeking your generous support to help our refugee youth overcome barriers

to academic success. Your donation will help provide financial support for college applications, testing fees, school supplies, and more. You can make a difference. Please consider supporting the Refugee Youth Mentoring Program today.

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:



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、治療各種病痛、傷痛。(但不化藥、不動手術、因此不會有化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 西醫脊柱神經科 傷痛症專科

治療車禍工傷 電話:216-581-0321 病痛, 提供法 地址:Able Chiropractic Clinic 律索賠報告! (Maple Town Shopping Center) 15751 Broadway Ave., Maple Hts, OH 44137

张涛注册会计师 CPA,MSA,MTAX

报税服务 公司成立 公司变更 酒牌申请 各类牌照 合法省税 改税补税 查税辩护 会计簿记 商业咨询 文件公证 生意买卖 网站设计 国际税务 经验丰富 准确价优 2999 Payne Ave, Suite 114, Cleveland, OH 44114 克里夫兰亚洲商场内(丽华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

寒冬來臨,美國新冠肺炎疫情反彈形勢嚴峻。僅11月,美國新增新冠肺炎確診病例數就超過300萬。持續惡化的疫情給美國社會經濟活動帶來嚴重影響,各地華埠難逃衝擊。

深陷困境,華埠積極尋求“突围”。據美國華文媒體報道,近日,為了幫助紐約曼哈頓華埠經濟復甦,多個華人社團聯合發起“亮麗中國城”計劃,民眾通過在線捐款“認領”一個以自己命名的燈籠,一同點亮華埠,吸引更多遊客與民眾。



不只是紐約,在美國其他華人聚集的城市,一座座歷經風雨的華埠都綁足了勁,直面挑戰,絕地求生。

“商家撐得很辛苦”

“前陣子,商家還是蠻有信心的,覺得生意會好起來,因為政府允許餐廳開放部分堂食。但這兩周,隨著紐約疫情反彈,商家又開始擔心生意會不會垮。現在,大家支撐得真的很辛苦!”和本報記者說起曼哈頓華埠的近況,紐約華僑衣館聯合會副主任邱錦妍話語間難掩無奈。

據報道,隨著紐約市新冠肺炎確診病例數持續飆升,市長白思豪近日再次警告稱,全市或將於12月的第一周陞級為橙色區域,屆時室內用餐和健身房等必須再度關閉。這一消息讓曼哈頓華埠的餐飲業者們憂心忡忡:冬季本來就是餐飲業運營的淡季,寒冷的天氣增加了戶外就餐的困難,如果連有限的室內用餐也無法開放,那對餐廳來說無疑雪上加霜。

在美國西海岸的洛杉磯和舊金山,這兩座華僑華人聚居的城市同樣深陷疫情陰霾之中。

# 美國華埠“復蘇記”

從11月21日起,加利福尼亞州所有處於“紫色”防疫等級的地區開始實行為期一個月的“宵禁令”。在此期間,每天晚上10時至次日凌晨5時,非必要工作、活動和聚集都被禁止。

“宵禁令”對當地華埠的影響是很大的,本來白天人氣就不旺,現在夜間的生意也基本沒法做了。”美國南加州華人聯合總會副會長盧威向本報記者介紹,位於洛杉磯市中心附近的中國城有大大小小的店舖近1000家。今年以來,持續不斷的疫情讓這座擁有130年歷史的老華埠面臨前所未有的挑戰。“前段時間,我去中國城,嚇了一大跳。過去,要在6層的停車場找一個空車位是很難的事,但現在里面空空蕩蕩,想停哪就能停哪。”

生活在舊金山的美國華商總會顧問蔡文耀也為當地華埠的蕭索感到擔憂。“華埠里的小餐廳、小超市受疫情衝擊最大。現在,遊客明顯減少,華人社團也不舉辦大型活動,很少有人到華埠去用餐、購物或觀光。不少商家不得不關門歇業,甚至倒閉。一些中餐廳為了生存,就在室外搭建了臨時餐位,或是提供外賣服務。但是冬天陰雨天氣多,華埠面積又不大,沒有這麼多露天餐位的空間,因此商家面臨的形勢非常嚴峻。”

“度過最難的時刻”

面對生意蕭條、人氣冷落的經濟“寒冬”,美國各地華埠不約而同地選擇抱團“取暖”,在危機中找尋復甦生機。

當地時間11月24日,美東華人社團聯合總會攜手紐約市議員陳倩雯辦公室、紐約華埠商業改進區等機構,向曼哈頓華埠內以經營餐廳為主的小商家贈送了價值1萬元的100套透明擋板。

“商家們在餐桌上放置這些擋板,既可以有效防止病毒傳播,也能滿足經濟發展之需。”作為美東華人社團聯合總會主席梁冠軍的助理,邱錦妍表示,感恩節以及年底的一系列節假日

即將到來,原本一年中經濟最活躍的時期遇上疫情捲土重來,使許多中餐廳老闆和員工都擔心生意受損。聯合總會希望通過捐贈這些擋板起到雪中送炭、振奮人心的作用,也為華埠經濟復甦作出貢獻。

洛杉磯華埠服務中心則在3月疫情暴發之初便成立了一支120余人規模的應急團隊,開展一系列工作來幫助商家應對疫情衝擊。

“服務中心與商場管理部門協調之後,在條件許可的情況下,提供廣場、馬路邊、停車場等場地,並允許商家打開倉庫大門,擺放室外攤位,以解決他們無法在室內經營的難題。同時,服務中心與美國小企業管理局積極對接,幫助華埠有困難的中小企業申請救急補助,僅10月就申請了30多萬美元。此外,服務中心還多次舉辦線上講座,為華埠商家講解疫情之下美國政府出台的相關政策,讓他們更加清楚如何合理利用政策來維護自身權益,緩解經營困境。”盧威介紹,服務中心的工作不僅面向華埠的商家,還包括為住在華埠的華裔老人發放免費食物,並在下屬的診所內為低收入同胞提供免費治療。“最近,這些診所還給華埠內的商家和住家提供免費打流感疫苗的服務,很受大家歡迎。”

蔡文耀介紹,為了有效防控疫情,舊金山華埠內的診所同樣為商家和居民提供免費核酸檢測服務。“可以看到,華埠內的同胞在疫情防控方面做得很到位,都佩戴口罩,並保持社交距離。商家們也在積極改變經營方式,希望通過自救和互助,度過這段最艱難的時期。”

“冬天總會過去的”

“這兩天,我路過華埠的百老匯大街,發現沿街的商舖幾乎都關着大門,商家們千方百計堅持營業。不僅如此,華埠多了好幾棟新建的商住兩用大樓。聽說幾家華人商會還在醞釀疫後華埠的商業復甦計劃,準備進一步擴建商業圈。這些迹象都表明,大家仍然有信心、有盼頭,華埠依然有很強的經

濟活力。”盧威在美國定居已有30年之久,許多朋友都在華埠生活、工作。在與這些朋友的日常交流中,他最深的感觸是,雖然疫情帶來前所未有的挑戰,但大家始終心懷希望。“許多商家都摩拳擦掌,準備在疫情之後好好大干一番,東山再起。”

美國人口普查局雇員焦聖安因為工作需要,每個月都會去曼哈頓華埠做隨機家訪。他向記者感嘆,華人社區的團結讓他印象深刻。“雖然按照目前情況來看,疫情還會持續一段時間,華埠的商家日子過得很煎熬,但我能感覺到大家都在咬牙堅持並相互打氣。我在新聞里看到,中國已經有效控制住疫情,人們的生活都恢復正常。在我的故鄉北京,稻香村開了,新街口等商業街也熱鬧起來了。希望紐約也能像北京那樣,快些從疫情的陰影中走出來!”焦聖安說。

對於舊金山華埠的疫後復甦前景,蔡文耀同樣抱着樂觀態度:“舊金山華埠是美國歷史最悠久的華埠,已經成為當地著名的旅遊景點。這里不僅華人聚集,還是美國西海岸人口最密集的區域之一,具有較大的吸引力和商業價值,所以不用太灰心!”

來自其他族裔的鼓勵也給華埠復甦注入更多力量。不久之前,一群美國當地的青少年義工來到曼哈頓華埠,在華人商家臨時搭建的露天攤位的隔板及遮雨棚上繪製了許多生動的塗鴉。還有一些大學生義工挨家挨戶發放傳單,幫助商家瞭解政府的補助政策。“這都讓華埠的商家和居民感到很溫暖!大家一起努力,冬天總會過去的!”邱錦妍說。



# 中年出國的悲哀:收獲自由的天空 却失去了大地的重力

最近想要寫的太多了,開頭好幾次寫了又刪,有點不知道從何說起的感覺。想不起來是哪篇文章後有個留言說文章有灌輸雞湯的嫌疑,但其實真不是這麼一回事。寫文章一方面是為了真實的記錄生活,將來可以回憶;另一方面是為了方便和國內的朋友進行交流。楓葉國有很多好的地方(這里就不多說了,之前的文章已經說了不少,之後可能會不斷談到),但是確實也是“好山好水好寂寞”。

一、關於寂寞

五六年前聽到工作中的一位前輩談起過這樣的感受,當時覺得是不是娛樂設施沒有那麼豐富,唱K、看電影、吃夜宵啊不太方便的原因。來了五個月後,深刻的認識到,這種寂寞更多的是因為在當地沒有太多深層次的交流。在國內生活了三十多年,你的青春、記憶、發小、死黨都在國內,隨便找一兩個聊一聊,就是一晚上。

而對於中年出國的我來說,相當於全部都要重頭來過,記憶要慢慢積累,死黨要逐步認識,

s my boy”。

我頓時覺得超級尷尬,趕緊連忙說“sorry”,後面的話也繼續不下去了。

還有更多次,試圖跟當地人聊起中國的一些情況,關於台海、關於漁村之類,他們基本上或者不太關心,或者沒有太多瞭解,話題很快終結。

有一次好不容易遇到一位去過蘇州的韓國人,對中國有些瞭解,本來想和他好好探討一番蘇州園林,但是最終因為英語詞彙以及園林知識的匱乏,只說出了幾句“Suzhou is well known for its Gardens”以及“These Gardens have a very long history”。而作為今年國慶剛去過蘇州的前同事,則可以和大家暢聊拙政園的“與誰同坐軒”名字的出處“與誰同坐,明月清風我”——蘇東坡《點絳脣》。

所以第一語言(母語)的溝通是無法替代的,如果現在有人問我:什麼時候出國比較好?我會建議:如果決定要出,當然是越早越好。在孩提時出國,可以輕鬆習得英語為第一語言,同時把兒時的發小和青春的記憶都建立在當地。

二、關於工作

從國內來到楓葉國,找工作是讓很多人焦慮的事情。沒有當地的學習經歷和工作經驗,再加上語言達不到母語水平,很難直接找到與以前專業相關的工作,所以放平心態很重要。但實際上,如果剛開始放低身段,降低預期,工作機會還是挺多的。從我和身邊華人朋友經驗看,要是不那麼挑剔,語言還過得去,一般的工作還是不難找,畢竟這邊缺乏勞動力,競爭沒有國內激烈。

在投簡歷之前,我在Isans(新斯科舍省的移民服務機構)上了JSS Workshop (Job Search Strategies Workshop,找工作策略工作坊),個人感覺這個課程非常實用,課上會介紹楓葉國的勞動力市場情況,手把手的教你從搜索崗位到寫簡歷、面試、最後找到工作,其中包括了找工作時候應該注意的各種細節。

雖然我在國內也有超過十年的工作經驗,但是從沒有上過像JSS Workshop這麼系統的介紹如何找工作的課程,應對國內找工作面試,全靠自己摸索和經驗積累。而應屆畢業生,往往



缺乏找工作經驗,國內的大學如果要提高真實就業率,很有必要開一個類似的課程。

感覺自己開始找工作沒有多久,也沒有投幾份簡歷(遠遠沒有達到大學畢業時,海投簡歷的量),就接到面試通知,然後就找到哈法本地公立小學Excel項目的group leader的工作。

這個工作主要是在放學後,下午兩點四十分到六點期間,帶學生進行各種文體活動(做手工、做小實驗、體育鍛煉、玩遊戲,不包括輔導家庭作業)。關於Excel項目的介紹參見前一篇公號文章《娃在加拿大上小學2點多就放學,老母親咋不愁》。

關於學校的這個工作機會,一方面因為疫情,楓葉國大大增加了對中小學公立教育的投入,擴招了崗位,現在哈法教育局網站還不時有招聘各種職位的信息。

另一方面,也源于之前在國內機緣巧合(應聘哈法學校Excel崗位不需要教師資格證,但需要帶一群孩子做活動的相關經驗,在社區圖書館講繪本故事、帶娃做遊戲之類也算),我在廣州加入了社區圖書館讀書會的志願者,每周給圖書館的小朋友講中英文繪本、做遊戲,積累了相關經驗。

特別感謝教學經驗豐富的義工們,當時還特意抽時間給我們做培訓,與我們交流如何把讀書會活動辦得生動有趣。加入義工的初衷主要是為了鼓勵家裡的兩個小朋友學英語,在公共場合勇于表達,另外也想做點對社會有意義的事情,沒有想到現在竟然有的意外收穫。

雖然現在這份工作的收入還不及原來工作的三分之一,但好在在工作時間不長,只有一個下午。其他的時間我可以繼續學習原來的專業,希望以後能慢慢找到和自己原有專業相關的工

作。

另外跟小朋友在一起,每天看着他們天真無邪的漂亮面孔,童音十足的跟你說話,這種經歷遠不同于以前搞法律工作,無時無刻不挖空心思防範法律風險,把各種最壞的情況提前想到。這麼不一樣的經歷也蠻有意思。

對於初入兒童教育領域的我來說,要學習的地方還有很多,畢竟語言就是個超大障礙。記得第二天上班的時候,一個小朋友苦着臉跟我說,她要去回教室找/?m?tn/,當時想了半天也沒搞明白她要找什麼,等帶着她去了教室,才知道她要找的是“手套”。心里就一直納悶,手套不是glove嗎?難道mitten這個詞更常用?感覺以前的英語都白學了,遠不夠用。

總之,中年出國有得有失,在國內的朋友焦慮着學位房、各種輔導班的時候,我們也在擔憂着如何融入新環境以及品嚐着寂寞。娃爸曾經說過的一句話很貼切,得到了自由的天空,卻會失去大地的重力。兩者不可兼得,也許就是我們中年出國注定的悲哀。

估計有朋友會問,既然感到悲哀,為何還硬撐着呆在楓葉國?還是用那句話回答:不嘗試過,不甘心。未來會怎樣,誰也無法預知,但我們渴望多一種不同生活的選擇。



然而青春和發小就沒辦法了,只能留在國內了。藍天白雲,只能通過網絡分享,缺乏那種與親人和朋友觸手可及的踏實感。

為了加速這種積累,我幾乎是抓住一切機會認識更多的當地的朋友,但是因為語言和文化的障礙,很多時候都差強人意。

記得有次在遊樂場帶孩子玩耍,看到一個西人媽媽帶着一個黑人小孩在玩滑梯,三歲左右,長長的睫毛,卷卷的頭髮扎成一個個小辮子,穿着一身大紅的衣服,搖搖晃晃走路十分可愛。我就想着small talk一下,於是特意跟她們說“How beautiful she is!”但是聽了我的話後,西人媽媽的臉色明顯有點奇怪,她馬上糾正“That’s

# 出境被沒收手機 FBI 盯上這個中國人群體



不過據 A 同學觀察,沒收手機的情況也不只是學生簽證者,工作簽證、旅遊簽證的中國公民都是可能的檢查對象,五、六十歲來看孩子的華裔遊客,也有被查。

這也令一同交流回國經驗的其他網友擔憂,尤其有華人居民家里有長輩乘機回國,若是將手機沒收了,落地後沒有手機不僅“抓瞎”了,家人也聯繫不上恐會更加焦急。最近也剛送家人回國的 S 女士就表示,美國政府對中國人的這種嚴查如同“白色恐怖”。

她感慨雖然我們覺得“政治正確”不合理、不公平,但好歹還是“正確”着,不亂說話也不會那麼快過不下去,最後華人也得拿“正確”說事。但是歧視、仇恨、病毒和間諜,“這點根本不夠玩的”。

她感慨面對“白色恐怖”,簡直是無處可藏,無論做到老闆、高管還是技術大腕或是教授,若有同事、仇人或是立場極端的人向政府舉報,也是無計可施。目前大學和研究機構的華裔學者們已經首當其衝了,商人也總有競爭對手的。

除了美國政府官方對華人嚴查,類似觀點也有蔓延至民間的趨勢,引發不少歧視事件。例如美國政府不久前關閉休斯頓領事館,很快也有留學生發現自己公寓門上被人塗鴉“間諜”。

而在美生活、上學的華人,不少人遇到被叫“病毒”等。

據中國外交部 10 月的一次記者會,僅 5 月至 9 月初就有近 300 名中國留學生在搭乘臨時航班離開機場時被美方滋擾盤查。外交部表示美方動用司法力量,任意對中國在美留學生滋擾盤查,甚至捏造罪名進行逮捕和起訴。

多名中國留學生在美國機場離境時,受到美執法人員長時間滋擾,他們的手機、電腦等物品被任意檢查甚至被扣留。

外交部認為美方這種行為嚴重侵害中國在美留學人員合法權益,嚴重破壞中美正常人文交流和教育合作。

近年來,美國政府對中國留學生的檢查越發嚴格,最近頻頻有留學生的所有電子設備被美國海關沒收,甚至連遊戲機也一併沒收,且長期不見歸還。對於美國政府官方對華裔留學生的嚴查逼問,有華人感慨如“白色恐怖”。

中國留學生被美國海關刁難的事件已經屢見不鮮,不僅各大媒體都曾報導此類事件,留學生的圈子裡也互相交流經驗。

有留學生的微信聊天紀錄被海關人員以“軍”、“兵”等關鍵詞搜索,希望通過聊天紀錄儘量找出其與軍方有關係的證明。有學生表示從小到大從沒入過黨或參過軍,卻莫名被海關要求承認自己是黨員或是軍人,還有學生被說急了官員圍上來用手銬嚇唬。

被盤查的學生大都反映,海關問話都“帶了缺省立場”,“問的問題都是帶坑的”,認定這些學生就是來竊取技術。也有學生認為,海關問話更像是一次“騷擾”,畢竟若是“真要盜竊的話,雲端發過去就好了”。

不僅僅是理工科,在 BBC 的一篇報導中,也有心理學系的學生被盤問,不少學生都感慨在美國“讀個書也太難了”。

最近南加州一位留學生 A 同學在回中國時也遭收繳電腦、手機、移動硬盤等電子設備,雖然海關表示會在幾周後郵寄歸還,也表示由於疫情可能會比平時久,不過 A 同學在經過 14 日的隔離期後仍未收到歸還的電子設備。

也表示並沒有期待海關會歸還,因為知道好幾位同學都同樣遭遇被沒收電子設備,但長期以來仍未獲得歸還,唯一有人大約在好幾個月後收到了其中的手機。

因中國的防疫政策,入境需要用手機登錄小程序填表獲得二維碼,並且要用該二維碼通過中國海關,因此若是沒有手機恐怕落地後寸步難行。好在 A 同學有一只備用手機,才得以順利通關。



# 美國華人人數已達 508 萬 亞裔總人口已經達 2140 萬

根據聯邦人口普查局發佈的最新數據美國亞裔總人口已達 2140 萬

而華裔以 5081682 人居首(包括了 193642 的台胞)

這 508 萬華人在美國的居住很有規律,集中在加州、紐約和大都會城市。

那麼中國哪些省份的人,在美國最多呢?

第 1 名、福建長樂、連江、福清等地區,在美國人口約 110.2 萬人

福建移民已超過廣東移民,成為紐約最大的華裔移民群體。作為美國最大、最繁華的城市,紐約市區人口 850 萬,華人 100 多萬,並以

早期去美國的華工絕大多數來自廣東的珠三角地區,其中 60% 來自台山,其餘 40% 也來自台山周圍地區,如新會、開平、恩平、南海、番禺、順德、廣州、佛山、東莞、中山、寶安和香港。直到 1965 年,仍有“美國華人半台山”一說,台山話成為美國華人社會通行的語言。

第 6 名上海,在美國人口約 28 萬人

老移民口中的“上青天”,上海排首位。

第 7 名北京,在美國人口約 26.1 萬人

曾經北京人在美國可以躋身“三甲”,一部《北京人在紐約》就掀起了當年的一波移民美國浪潮。《北京遇上西雅圖》更凸顯了北京人在美國的重要地位。北京人在美國基本是通過留學方式,進入互聯網、管理、投資等行業的華人佔絕大比例。

第 8 名河南鄭州、開封、洛陽、信陽等,在美國人口約 17.6 萬人

作為中國人口最多的省份,河南人基本上遍布全國各地。河南人去美淘金大多是在 2000 年以後,當時由於美國比較優厚的簽證政策,大批河南人通過各種各樣的方式抵達美國。特別是河南鄭州、開封、洛陽、信陽是移民美國的主力軍。河南人勤奮、吃苦耐勞、實在的特性,在美國這片土地上開花結果,使其成為美國華人群體中不可忽視的力量。

第 9 名江蘇連雲港及周邊地區,在美國人口約 7.7 萬人

作為亞歐大陸橋的起點,連雲港在江蘇的經濟地位並不突出,但在美的連雲港(及周邊)人口不在少數,特別是東海縣幾乎家家戶戶出國謀生。所以連雲港人在美國排在第 9 名就不足為奇了。

第 10 名山東青島、煙台、威海地區,在美國人口約 6.9 萬人

老移民中“上青天”的說法中,“青”指的就是青島地區。由於這幾個城市處於山東的沿海地區,開放時間早、開放程度高。



福建人居多,而福建人中長樂人又佔絕對多數。近年紐約最有名的中國人落腳點,就是俗稱 New China Town 的法拉盛。那里的中心路段大多是中國餐館和菜市。在美國聽過最響亮的一句口號是:中國怕美國,美國怕長樂。

第 2 名河北石家莊藁城、衡水等地區,在美國人口約 56.3 萬人

河北人出國有其得天獨厚的優勢,離北京駐華大使館近。河北人去美國打工始於 2000 年前後,之後一傳十傳百,一發不可收拾。現在基本上家家戶戶出國淘金,以現在的風頭大有壓倒福建之勢。藁城人在美國的中餐館幾乎變成了“標配”,基本上每個中國餐館的後廚房,都能發現藁城人的身影。

第 3 名東北人(遼寧瀋陽、撫順、鐵嶺地區),在美國人口約 55.5 萬人

有一個段子:在洛杉磯大街上,看到各種說東北話的一問全是瀋陽人!在電影《唐人街探案 2》中,美國海關人員聽的都是東北話。

第 4 名吉林,在美國人口約 36.2 萬人由於吉林梅河口、延邊等地區在美國人口太多,導致簽證一度出現困難,在美國人口之多,可以預見。

第 5 名廣東台山、廣州、江門等地區,在美國人口約 35.1 萬人



# 美國移民局提高入籍考試門檻 想入籍更難了



想拿美國國籍,變得更加困難了!

許多眼尖的網友發現,美國公民入籍考試網站上消息稱,要求申請者回答的問題比以前變多,也更難了!

早在 8 月底,美國公民和移民服務局(USCIS)就宣佈正在修改當前的入籍考試,並確保其作為入籍申請人的公民知識的準確測試。

是的,特朗普政府對入籍考試進行了修改。目前,美國入籍考試的門檻已經提高。想拿美國國籍,變得更加困難了!

美國公民和移民服務局于上周五宣佈:入籍申請者在參加更新後的入籍考試前,需要學習 128 道關於美國政府和歷史的更新版題庫,每個申請者在考試時需要回答 20 道問題,而不再是之前的僅僅 10 道。

考試合格的通過率和以前一樣,也就是申請者必須在 20 道問題中答對 12 題,達到 60% 正確率。

新版入籍考試中,基本的公民問題保持不變,包括“美國參議員有多少名”和“美國憲法有

多少個修正案”。但有些問題的措施變得更加複雜。

申請者會被要求“說出《獨立宣言》和《美國憲法》中的兩個重要思想”,而不是舊版考試中的“《獨立宣言》中的兩項權利是什麼?”

在舊版考試中,申請者只需要說出著名短語中的幾個詞的組合:“生命、自由和追求幸福”。

然而,新版考試的正確答案包括更具體的術語,如“平等”、“社會契約”、“自然權利”、“有限政府”和“自治”。

在某些問題中,“公民”一詞也取代了“人民”一詞。

當被問到“眾議員代表誰”或“參議員代表誰”時,正確的答案必須包括“公民”(citizen)而不是“人”(people)。

新的入籍考試取消了以往的地理試題,並對之的試題進行了改動,比如要求申請者說出在美國政府三權分立是指哪三權,而不是只說出一個政府分支就算正確。

它還將“美國參議員代表誰”的問題的答案從“本州的所有人民”改為“本州的公民”。該問題的準確性遭到了廣泛批評。

總部位於華盛頓的無黨派機構移民政策研究所的政策分析師莎拉·皮爾斯表示,入籍考試的變化可能會使美國公民和移民服務局官員測試申請者的費用增加兩倍。

皮爾斯說,在上一個版本的規定中,如果前 6 個答案回答得完全正確,申請者只需回答 10 個問題中的 6 個就可以結束考試了。但現在,申請者必須口頭回答全部 20 個問題,即使他們前 12 個問題全答對了。

皮爾斯說,這將會造成公民申請的大量積壓,因為單單考試本身就會增加數十萬分鐘的時間。美國公民和移民服務局發言人丹·赫特雷奇在接受採訪時提到,新的考試“涵蓋了各種各樣的話題,為申請者提供了更全面的考試經驗。”

而 65 歲及以上、在美國合法居住至少 20 年的申請者將得到特別關照。

他們的題庫比其他申請者數量少,並且只需在 10 個問題中答對 6 個就可以通過考試。有人提問:我要參加哪種公民考試?

2020 年 12 月 1 日之前申請入籍的人將參加舊版本的考試。

2020 年 12 月 1 日或之後申請入籍的人將參加新版本的考試。

入籍考試的英語部分目前看來沒有變化。申請者必須在測試中通過英語語言的理解測試,包括讀、寫和說基本英語的能力。

這項測試是獲得美國公民身份的最後步驟之一,過程需耗時數月,要求移民在申請之前至少擁有五年的永久合法居留權。

美國政府的統計數據顯示,僅在 2019 財政年度,就有超過 84 萬移民成為美國公民,較上年增長 11%。

近年來,申請入籍的平均等待時間也有所增加。

2019 財年是近 10 個月,而三年前只需等待不到半年。

美國政府在網站上列出了休斯敦預計的入籍處理時間為 14.5 至 26 個月,紐約為 16.5 至 32 個月。

入籍考試說難不太難,說簡單卻也不簡單。

曾經有人對 100 個美國土生土長的本地人提問入籍測試的那些問題,但他們看起來都是啥也不會的樣子。

美國總統特朗普在四年任期當中,一直在盡各種努力試圖限制合法移民、加大入籍的難度、嘲笑出生即成公民的政策,並試圖將公民身份問題納入人口普查。

而入籍考試是移民成為美國公民之前的關鍵一步。

美國移民局每十年更新一次入籍考試,並於 2019 年開始了考試的修訂。

該考試的上次更新是在 2008 年小布什總統任期內,這使得奧巴馬政府在其任期內沒有迫切需要修改該測試的需求。

然而,這次改動卻落到了極其討厭移民的特朗普政府的任期內。

今年早些時候,特朗普政府還將在線入籍申請的費用從 640 美元漲價到 1160 美元。

此次入籍考試的修訂,將會影響到每年數十萬尋求公民身份的廣大移民群體。

新聞來源:北美留學生日報



# 川普要趕在拜登就職前敲定:取消出生公民權 移民局突襲辦公場所嚴查 H-1B 員工

川普要趕在明年1月新總統就職前取消出生公民權  
政府可能對 H-1B 簽證計劃實施額外改革  
移民局不打招呼上門「家訪」嚴查 H-1B 員工



## 川普要趕在1月前敲定:取消出生公民權

川普總統在其第一個任期內多次提及取消出生公民權的問題。  
《國會山報》援引兩位知情人士透露,川普政府已經重啟針對出生公民權採取行動的討論。

據知情人士透露,可能的命令草案已經流傳了一段時間,現在川普政府內部正在討論趕在明年1月總統就職日之前將其最終敲定下來。

一位知情人士告訴《國會山報》,川普政府意識到該命令將迅速在法庭上受到挑戰,但官員們希望得到有關出生公民權是否受第14修正案保護的裁決。許多立法者和專家都認為它是受保護的,但法院還沒有對這個問題做出明確的裁決。

白宮副發言人賈德·迪爾(Judd Deere)在一份聲明中說:“自上任以來,川普總統從未避開利用合法的行政權力來推行大膽的政策並履行他對美國人民的承諾,但我不會對潛在的行政行動做出推測或評論。”

鑒於司法部將處理新政策的法律問題,因此,白宮已就可能的出生公民權命令向該部進行了諮詢。

出生公民權措施被視為是川普政府近期可能採取的多個行政行動之一。

白宮幕僚長馬克·梅多斯(Mark Meadows)在大選日之後告訴助手,要在就職日之前的兩個月內,提出可能的政策重點,以便推動實施。

其它正在進行的工作包括對 H-1B 簽證計劃的額外改革,監管改革和對華措施。

川普總統周五(11月20日)早些時候宣佈了兩項旨在降低處方藥價格的重大行動。

川普在2016年總統競選期間首次提出了取消出生公民權的想法。他在2018年接受Axios採訪時重新提出了這個想法,並表示他將簽署行政命令來頒佈這一改革。2019年8月,川普再次表示,他的政府正在嚴肅考慮採取一個措施來結束出生公民權。

川普政府在今年1月發佈了一項命令,限制對赴美生育婦女的簽證申請。

美國政府在1月底起訴了20名“生育旅遊”經營者,這些人幫助外籍女子赴美旅遊生子,孩子一出生就自動成為美國公民。

無論川普政府針對出生公民權的政策是否能戰勝法律挑戰,專家認為,這都將對那些尋求來美生子的人產生威懾作用。

## 移民局不打招呼「家訪」,嚴查 H-1B 員工

此外,政府還可能對 H-1B 簽證計劃實施額外改革。

灣區移民律師透露,新冠疫情促使美國大部分公司改為遠距工作,聯邦移民官員似乎開始進行家訪,以確定雇主、公司員工與持有 H-1B 工作簽證的外國工作者是否遵守工作許可規定。

舊金山移民律師杜尼(Kelli Duehning)表示,在雇用 H-1B 工作簽證員工的公司,通常會有移民局官員到辦公室確認簽證合法性,但因為目前移民與工作簽證政策緊縮,再加上疫情,家訪似乎是新趨勢。

杜尼透露,她的客戶曾表示,移民局用電子郵件通知 H-1B 簽證持有人,安排在家中或辦公室進行會談。也有山景城與紅木城工作者,在事先沒有被告知情況下,有移民官員出現在家門口。

移民局拒絕透露何時開始家訪,以及現已進行多少次?在何處進行?移民局發言人伯克(Matthew Bourke)表示,移民局檢查並確認簽證持有人是否合乎規定並遵守法律,對於監測 H-1B 簽證與杜絕詐騙及違規行為,至關重要。

現場檢查僅會在雇主指定的工作地點進行。

杜尼表示,H-1B 員工轉換至不在其指定辦公室通勤距離之內的遠程工作,雇主應通知移民局。家訪是為確認雇主遵守規則,並已報備員工已不在先前報告的工作地點工作。由於許多科技和金融業公司大範圍改為在家工作,杜尼相信,大部分 H-1B 持有人現是遠程工作。

杜尼指出,移民局進行家訪,對以家庭申請為主的移民來說,是例行工作。華裔移民律師葛林費德(Andrew Greenfield)表示,他的法務辦公室知曉,移民官員對 H-1B 工作者進行電話或電郵在線家訪,並未聽聞有官員出現在任何人家門口。即使在辦公室,也未曾聽過有大量未經通知的現場訪查。



葛林費德說明,電話與電郵是為確認簽證持有人正從事他們經過核准、在適當地點並且領取適當薪資的工作。對移民官員來說,主要工作是確定外國工作者不會在沒有立即工作職位的情況下,被帶到美國。  
舊金山華人社區

## 駐美使館:赴華乘客勿輕信“雙陰性檢測包過”廣告

據中國駐美國大使館網站消息,駐美使領館《關於搭乘航班赴華人員須進行新冠病毒核酸檢測及血清抗體檢測雙陰性檢測的通知》發佈後,總體執行情況良好。

但駐美使領館近日注意到,一些中介機構通過微信群、微博等社交媒體發佈廣告,聲稱“方便、省錢、省時”,甚至“達標、包過”等,此外也發現一些中小檢測機構臨時改做新冠核酸、抗體檢測,經驗不足。

駐美大使館和各總領館特此提醒近期赴華中外乘客,不聽信不法中介廣告,謹慎選擇檢測機構,如實進行規範檢測:

一、當事人應對採樣、檢測和檢測證明的真實性承擔責任,包括法律責任。建議選擇聯邦或州、市官方認可的醫療或專門檢測機構,事先確認檢測機構資質,並與檢測機構明確責權。

二、檢測必須按美官方標準和國際上通行的標準進行採樣,須為當事人本人,檢測須符合科學規範,出具的證明需符合駐美使領館要求。

三、謹慎對待各類廣告宣傳,尤其要當心那些“方便、省錢、省時”的非檢測機構的中介服務廣告。為避免上當受騙,耽誤行程,請務必自行聯繫檢測機構,到正規檢測機構採樣檢測。

四、駐美使領館目前沒有指定,也未以任何方式授權任何機構承擔檢測工作。任何打着駐美使領館名義的廣告宣傳均不可信。

五、駐美使領館將加強對檢測機構資質、檢查證明的審核,並對檢測結果進行追溯回訪,將拒絕受理違規檢測、檢測質量無法保障檢測機構的證明,及偽變造、虛假證明。如偽變造、虛假證明一經查清,檢測機構或當事人將可能承擔相應的法律責任。

六、採樣、檢測不符合規範標準,報告不符合駐美使領館通知要求的,或在不可靠機構進行檢測,可能需要更長時間進行核實、審批,如屬實將致申請無法通過。

**A NAME YOU CAN TRUST**  
**大克里夫蘭地區專業地產經紀人**

誠信可靠 買賣房屋  
代管房屋 裝修顧問

**陳進湧**  
Jinyong Chen (Jim)  
Certified Negotiation Expert

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

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

- 免費副卡機
- 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  
1-800-496-8043  
公司地址: 5005 Rockside Rd., Suite 600, Cleveland, OH 44131  
電郵: jp@sarmientoimmigration.com 網址: www.sarmientoimmigration.com





# 悲壯!任正非在榮耀送別會上的講話



已受難，而要拖無辜的人下水。

但分布在170個國家的代理商、分銷商，因渠道沒有水而乾枯，會導致幾百萬人失業；供應商也因為我們不能採購，而貨物積壓，銷售下滑，拖累股市。他們有什麼錯，我們為什麼不能承擔一些犧牲，你們就是去與他們同甘共苦的，使乾枯的

渠道在水源未斷時，補充滿流水。

但你們不是救世主，要擺正對客戶宗教般虔誠的心態，忠實地去維護客戶利益，真誠地尊重對供應商的承諾。契約精神是你們立於不敗的基礎。

榮耀是生產中、低端產品的，剝離後的榮耀在智信公司的領導下迅速恢復生產，解決上、下游合作夥伴的困難。

我們曾經十數年的相處，我們近似嚴苛的

管理，將你們一批天真浪漫年青的小知識分子改造成能艱苦奮鬥的“戰士”，過去我們有些方法過於生冷，對不起了。今天送別你們，同樣是一樣的依依不捨。正當秋風起，杏葉一地黃，出門也許是更冷的寒風，我們再不能為你們遮風擋雨了，一路走好，多多保重。

**如何做好這件事**

首先儘快地恢復渠道的供應，渠道干久了，小草枯了，就難恢復生命了。水、水、水，倭族為什麼喊這句口號，說明渠道的水是救命的水。

全力擁抱全球化產業資源，儘快地建立與供應商的關係，供應是十分複雜而又千頭萬緒的問題，你們難度比任何一個新公司都大。如何克服困難，就是擺在你們這些英雄豪傑們面前的事情。

堅持向一切先進的學習，包括向自己不喜歡的人學習。堅定不移地擁抱全球化，加強擁抱英、美、歐、日、台、韓的企業；美國是世界科技強國，它的許多公司很優秀，你們要堅定大膽與他們合作；同時也要與國內合作夥伴合作，與他們一同成長。

你們要保持已經形成的優良傳統，幹部、專家要全球化、專業化、多元化，除了職本本地化外，要慎重地分權，以免你們不能全球一盤棋，使諸侯林立，擁兵自重，令不能行。合理的淘汰機制，是激活整個隊伍正向激勵的補充，既要尊重人，又要考核科學，又要堅持責任結果導向，脫離大隊後獨立運營，會有難處的地方，慎重又堅決，又不能還就。

堅持奮鬥的目標與方向，堅持有所為、有所不為；堅持創新不動搖，決不允許隊伍腐爛。

一旦“離婚”就不要再藕斷絲連

做華為全球最強的競爭對手，超越華為，甚至可以喊打倒華為，成為你們一個自我激勵的口號。



堅持改進自己，在方向大致正確的路上努力前進；堅持使組織充滿活力，員工具有堅強的意志與對勝利的渴望。堅決反對內部的腐敗，反對一切貪污、盜竊的行為。

堅持過去有益的習慣與制度，流程科學全面的管好隊伍，沉着鎮定地前進。挫折會有的，不要驚慌失措。多發揮集體思維的力量，要大膽決策，又不要獨斷專行。團結一致向前進。

今天是我們的“離婚”典禮，我就不多說了。一旦“離婚”就不要再藕斷絲連，我們是成年人了，理智地處理分開，嚴格按照合規管理，嚴格遵守國際規則，各自實現各自的奮鬥目標。不能像小青年一樣，婚姻戀愛，一會熱一會冷，纏綿綿綿，劃不清界限。也不要心疼華為，去想你們的未來吧！

未來我們是競爭對手，你們可以拿着“洋槍”、“洋炮”，我們拿着新的“漢陽造”，新的“大刀、長矛”，誰勝誰負還不一定呢？我們對你們不會客氣的，你們有人在競爭中罵打倒華為，他是英雄好漢，千萬不要為難他們。

相處時難別亦難，秋風送寒杏葉黃，你們走好。

2020年11月25日，任正非在榮耀送別會上表示，一旦“離婚”就不要再藕斷絲連，我們是成年人了，理智地處理分開，嚴格按照合規管理，嚴格遵守國際規則，各自實現各自的奮鬥目標。

他稱，未來我們是競爭對手，我們對你們不會客氣的，你們要做華為全球最強的競爭對手，超越華為，甚至可以喊打倒華為，成為你們一個自我激勵的口號。

以下為任正非在榮耀送別會上的講話全文，來源華為心聲社區。

我們將分別，曾經相處的十數年，心中有依依不捨的難受與興奮。我們處在一個偉大的時代，也處在一個最艱難的時期，我們本來是一棵小草，這兩年的狂風暴雨沒有把我們打垮，艱難困苦的鍛煉，過幾年也許會使我們變成一棵小鐵樹。鐵樹總會開花的。

你們要走了，沒有什麼送你們的，除了秋風送寒吹落的一地黃葉。

**為什麼要剝離榮耀**

華為在美國的一波又一波嚴厲的制裁下，使我們終於明白，美國某些政客不是為了糾正我們，而是要打死我們。華為短期的困難，我們有能力克服。我們不因自



# 悲傷的 2020: 華裔企業家謝家華感恩節火災重傷過世

編輯部綜合 俄州亞太聯盟

2020是無比悲傷的一年，新冠病毒肆虐，奪去無數人的生命，更是強行改變了億萬人熟悉的生活方式。年初著名 NBA 球星 Koby Bryant 不幸墜機身亡，年僅 41 歲；年末 60 歲的一代球王馬拉多納因心臟病突然去世，令無數球迷悲痛不已。

對美國華人來說，昨天傳出一個更令人悲傷的消息。美國鞋類購物網站 Zappos 共同創辦人謝家華(Tony Hsieh)，感恩節期間因火災造成的外傷和並發症不幸去世，年僅 46 歲。謝家華本月 18 日赴康州拜訪家人時遭遇火災受傷，27 日在家人陪伴下去世。他創辦的 Downtown Partnership (DTP) 公司發言人梅根·法齊歐證實了謝家華的死訊。今年 8 月，謝家華卸下擔任 20 多年的 Zappos 首席執行官職務，打算過“退休生活”，其目前個人財富約在 8.4 億美元。此前他將自己的商業帝國以 12 億美元的價格賣給了 Amazon 但一直留任 CEO 直到今年夏天。

原本再過十幾天，謝家華就將迎來自己的 47 歲生日。他於 1973 年 12 月 12 日出生於美國



伊利諾伊州，在舊金山長大，是一名華裔美國人。謝家華是家中長子，其父母早年從中國台灣到美國定居。

1995 年，謝家華從哈佛大學獲得計算機學士學位後，曾短暫進入 Oracle 從事程序員工作，僅 5 個月之後，他於 1996 年年初離開了 Oracle，以兩萬美元作為初始資本跟好友一起創業，創辦了 LinkExchange 公司，後於 1998 年 11 月，將其以價值 2.65 億美元的股票賣給了微軟。

賣掉 LinkExchange 後，謝家華和大學同學、同樣來自台灣的林君一起，創辦了風險投資公司“冒險青蛙”，為初創企業提供啓動資本。謝家華說：“要成爲一家成功的創投公司，就要像青蛙一樣有活力！”

事實上，他從很小就展現出商業的天分，9 歲時，夢想是大量繁殖和出售蚯蚓來賺取大筆財富(把蚯蚓截成兩段)；讀小學期間，曾賣舊貨，做檸檬水賺錢，研究橋牌和學習國際象棋；初中時，被迫學習樂器，承包送報紙的路線，開展郵購業務，製作照片徽章賺錢(每個月 200 美元收入)；大學期間，跟室友

盤下一家瀕臨倒閉的比薩店，又在畢業時將其賣掉。

這似乎也爲他後面的創業路徑做了鋪墊：創辦一家公司，然後把他賣掉。

1999 年的時候，他認識了比自己更年輕的創業者尼克·斯威姆(Nick Swinburn)，後者提出了一個網上賣鞋的思路。

最開始，謝家華不以為然，但在收到斯威姆的一封信後，他給後者的網店 ShoeSite 注入了 50 萬美元，不過他嫌“ShoeSite”太過直白，於是更名為 Zappos

(根據西班牙語“鞋子”一詞 Zapatos 演繹而來)。6 個月之後，謝家華開始同斯威姆一同經營這家公司。不久之後，謝家華進一步向 Zappos 追加投資 1000 萬美元。2000 年，謝家華成爲 Zappos 的首席執行官(CEO)。

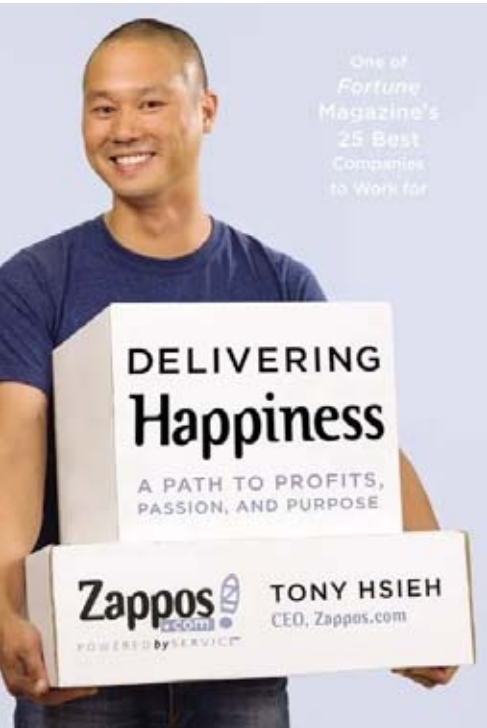
2009 年亞馬遜斥資 12 億美元收購了 Zappos。當時謝家華在這筆出售交易中直接獲利超過 2 億美元，而且亞馬遜是以全股票方式支付的這筆收購交易。

2012 年，謝家華出了一本自傳“Delivering Happiness”(散播幸福)，中文譯名《三雙鞋》，宣揚自己“散播幸福”的經商理念。

謝家華生前一直致力於振興拉斯維加斯地區，於 2009 年創立了 Downtown Partnership (DTP) 公司。2013 年他捐出 3.5 億美元用於重建該市市中心。同年，他將 Zappos 的總部搬進了前拉斯維加斯市政廳大樓。

內華達州州長西蘇拉克(Steve Sisolak)昨晚在推特上發文：“謝家華在協助改造拉斯維加斯市中心上扮演關鍵角色。在這艱難的時刻，我和太太凱西(Kathy)向謝家華的至親好友致上慰問之意。”

聲明還說：“謝家華的善良與慷慨感動了他周圍的每個人，永恆照亮這個世界。散播幸福是他一貫的信念，因此與其悼念他的逝去，我們請你們加入我們一起頌揚他的生命經歷。”



# 坐了40年冷板凳，現在拯救美國就靠她

原創 李立強 美加雙城記

全球都在等待新冠肺炎疫苗。

最值得期待的，是一種基于信使 RNA 技術的疫苗，正在美國 FDA 的綠色通道審批中。相比傳統疫苗，它更安全、快速、副作用小，可以說是汽車和馬車的區別。（中國在測試自己的信使 RNA 疫苗，也有企業跟美國企業合作生產）

這個技術不僅能生產疫苗，也能治療中風、癌症、流感等。新冠疫情將這一技術的變革，提前了至少一代人。

這項技術的奠基人，Katalin Kariko，匈牙利裔美國科學家，也終於進入大眾視野。

她已經在冷板凳上坐了近40年。30歲失去工作，漂洋過海赴美，被辭退，被降級，無數次申請經費被拒，終於等到了歷史的機遇。

Katalin Kariko 的人生，沒有“容易”兩個字。

她生在匈牙利，博士畢業後，在匈牙利南部城市 Szeged，匈牙利科學院下屬的生物研究中心工作。

Katalin Kariko 痴迷于信使 RNA。這是一種很特別的 RNA，它告訴細胞，要為人體製造哪些蛋白質。理論上，如果能操控製造信使 RNA，告訴它要製造哪些蛋白質，人類就能獲得一個最厲害的武器，去抵抗疾病。

想法很美好，但這只是理論。人類對它的瞭解剛剛開始，在1980年代，這是一個遠遠還



了第一筆經費，10萬美元。巧合的是，也就是那一年，他遇到了人生貴人。她在複印機旁遇到了一個新同事，Drew Weissman，他剛從美國國家衛生研究院(National Institutes of Health)跳槽到賓大。兩人在複印機邊閒聊，Katalin Kariko 告訴他，我能造出任何一種信使 RNA。

Drew Weissman 慧眼識珠，看到了 Katalin Kariko 研究的無限價值。兩人一拍即合，成為合作夥伴，探索用信使 RNA 技術在生物醫藥上的應用。

2005年，他們終於找到解決人體免疫反應的辦法，用弱化的版本替換了一個 RNA 的模塊。

這樣，人造的信使 RNA，就像神偷一樣，不知不覺的潛入人體細胞，而不會驚醒人類的免疫防禦系統。

他們的成果被另一個高人注意到了，斯坦福大學幹細胞生物學博士後 Derrick Rossi，讀到了他們的論文，驚嘆這是諾獎級別的發現。

他感覺到其中巨大的商機，找到投資後，于2010年成立了一家公司，Moderna。在德國，另一個團隊也看到了這項技

人員便開始工作，試圖用這一技術快速製造出新冠肺炎疫苗。

BioNTech 與輝瑞達成合作，投入了數十億美元生產疫苗。

Katalin Kariko 終於迎來了事業的高峰。

Katalin Kariko 的成功，一是選擇了合適的土壤。

35年後，回憶當年的決定，Katalin Kariko 慶幸自己離開了匈牙利，如果還在那，現在就是一個“不停抱怨的平庸科學家”。



疫苗系統起反應，來抗擊外來病毒。

傳統疫苗，將滅活或者減活病毒，注射入人體。這需要很長時間培育和優化病毒，而且，注射進人體的病毒，可能給人帶來風險。

信使 RNA 疫苗，並不需要真正的病毒注射到人體，而是人造了一個 RNA 片段，引發人體同樣的免疫反應，從而達到抗體的作用。一是安全，副作用小。並沒有真正的病毒注射到人體，只是激發了人體免疫反應，因此，人不可能因為注射病毒而感染病毒，副作用要小很多。

二是有效性强。一般的流感疫苗，只有超過50%的有效性。此前，醫學界預計信使 RNA 疫苗有效性在60-70%。兩家公司大規模試驗接種結果顯示，超過95%的有效性。

三是研發生產速度快。常規疫苗的製造，雞蛋培育等過程需要幾個月，信使 RNA 疫苗不需要這些步驟，大大加快了研發時間，只需幾周時間。

唯一的問題，是儲存分發。輝瑞的疫苗需要存儲在極冷的環境中，在美國就有幾個巨大的疫苗儲存中心，環這個有一個美式橄欖球場大，擺滿了巨大的冰櫃。

全程都需要隔溫箱加乾冰運輸，但只要運到了醫院，就能在普通的冰箱中保存5天。

新冠疫苗的分發，將是有史以來規模最大的。光是輝瑞公司，就計劃每24小時20架飛機，在美國境內運送疫苗。

Moderna 的保存條件沒有這麼苛刻，但也需要全程冷藏，而且，其生產能力沒有輝瑞那麼強大。

所以，信使 RNA 疫苗目前只能提供給美國等發達國家，可以說是富人的專利。廣大的發展中國家和農村地區，可能還得依賴傳統的疫苗，或者等待生產能力提陞。



她相信，到美國後，那種一切從頭開始，一切要靠自己，為了更好生活的掙扎，促成了自己的成功。在匈牙利，“關係”是非常關鍵的成功要素，整個國家，不是最好最聰明的人取得財富和名聲，而是靠關係來運作。

美國對基礎科學的寬容和慷慨，也給了她助力，儘管她的研究常年沒有成果，拿不到研究經費，但依然能維持生活。中後期，大量的研究經費讓她能笑到最後。對基礎研究的寬容和慷慨，美國確實是全球做的最好的之一。

二是，做自己熱愛的事情，無條件相信自己。基礎研究很辛苦、很沉悶，研究者要甘於寂寞和清貧，只有真的

是熱愛學術研究的人，才能堅持下來。

在哈佛的一次演講中，Katalin Kariko 強調她的成功“特別的依賴於失敗”，因為她所研究的是未知領域，路上遭遇了無數的障礙。

但她沒有放棄，她是個工作狂，經



術的巨大潛力，並組建了一家新公司 BioNTech，其美國總部位於麻省劍橋。該公司將開發基于信使 RNA 的癌症疫苗。2013年，BioNTech 聘請 Kariko 擔任高級副總裁，幫助監督 mRNA 工作。

這兩家公司的技術，都是基于 Kariko 和她的合作者 Weissman。

雖然技術很前衛，但影響還只是局限在小圈子，直到2019年底，武漢爆發新冠疫情。

中國科學家于1月10日在網上發佈了其基因序列。因為信使 RNA 技術不需要病毒本身來製造疫苗，Moderna、BioNTech 和其他公司的研究



看不到成果的基礎研究。

不出意外，沒有科研成果的 Katalin Kariko，在她30歲那年，被單位 University of Szeged 解雇了。

她想在歐洲找個近一點的工作，但一直未如願。結果，只有位於遙遠的美國賓夕法尼亞州的天普大學，給了她一個工作機會。

1985年的一天，她和丈夫帶著才兩歲多的女兒，踏上了赴美漂泊之路。

1980年代的匈牙利，是前蘇聯陣營里自由開放度最大之一，但經濟發展水平依然遠遠落後於西歐。

他們家唯一值錢的資產，是一輛汽車。賣掉後，在黑市上換了900英鎊。她把這900英鎊，縫在女兒的泰迪熊里，進入美國。

從1990年開始，科學家嘗試用信使 RNA 來製造新藥，但結果都很不理想。

那個年代，人類對信使 RNA 瞭解太少。這個技術致命的缺陷是，它在到達靶細胞之前，就被人體的防禦系統破壞了。更嚴重的是，人體會本能的反擊外來入侵者，產生嚴重的免疫反應，甚至導致死亡。

經過很多次失敗，多數科學家都放棄了，信使 RNA 領域被稱為“科學上的一潭死水”。

Katalin Kariko 拿不到經費，團隊解散了，1989年，她加入賓大藥學院。

那些年，是她職業生涯的最低谷，沒有人相信她。

1995年，因為拿不到經費，沒有項目，也沒有成果，她在賓大又被降級到最低級別。

換個人，此時都會想去別的地方，或者換一個方向，但 Katalin Kariko 很執，她堅持下來了。

1998年，時來運轉，Katalin Kariko 終於熬到



Drew Weissman



疫苗儲存中心



# 辭舊迎新 福禍相依 買車有感

時間瞬間即逝,2020年只剩下1個月就要結束,艱難的一年,有一段話說得很好:人靜時,躺下來仔細想想,明知以後會死,還要努力的活着,人活一輩子到底是為什麼?複雜的社會,看不透的人心,放不下的牽挂,經歷不完的酸甜苦辣,走不完的坎坷,越不過的無奈,忘不了昨天,忙不完的今天,想不到的明天,最後不知道會消失在哪一天,這就是我們活着的目的。

11月10日,我去Honda車行換機油,沒有想到又換了一輛新車,我的2019的車開了6萬Mile,而且我在商場停車場車後被人撞過。那天我換機油,一位工作人員對我說:我的車需要換這換那需要\$2200左右,還說再開一萬Mile就需要換輪胎了,我這車的輪胎也至少要花上千美元,我謝謝她並告訴她:今天就換機油,其它以後再說。

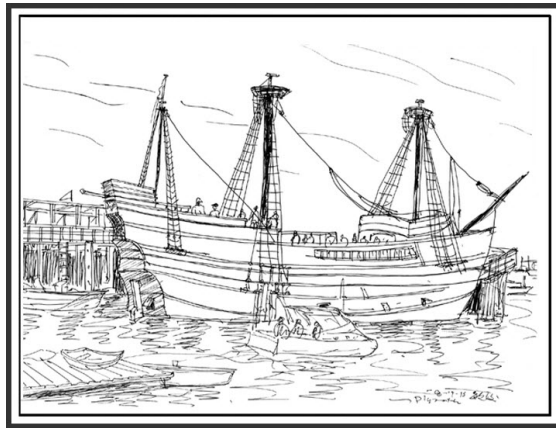
這家車行是Bedford Joy Honda,我在這裡已經購買了6輛車,幾乎是一年一輛,從購買舊車到新車,這家車行的人我基本認識,是因為我在Streetsboro Honda認識的一位Gail姐姐轉到這裡上班,Gail姐姐工作在修理部,認識她十幾年了,Gail至少幫我購買了10輛車,Gail喜歡聽我給她講人生故事,她去年失去了工作,現在在密西西比祖父的莊園,開始種地,人生變化無常,但Gail非常快樂,Gail在車行的時候,她人緣好,現在她不在,大家還是很照顧我。因為在等換機油,我就想去和熟悉的人打招呼,我看到Tony,Tony是幫助我購買5輛車的銷售員。



# 歷史回顧

他鄉已成故鄉,故鄉已是他鄉,只能說我們同住一個村  
**地球村**

1620年11月11日,從英國倫敦出發的五月花號來到了美洲大陸,船上102名新移民中的41名清教徒簽署了《五月花號公約》離今年2020整整400年,今年的美國疫情與總統大選又會帶給人新時代。  
自英國倫敦出發的五月花號簽署了《五月花號公約》。這



# How Romeo and Juliet May Shed Light on the Unprecedented U.S. Presidential Election 2020

A Personal Perspective - Cynthia Marek Lundeen



Yet insight on this situation may be gained from another drama, the Shakespeareanfictional tale of Romeo and Juliet, a classic of western literature. While most well known as a tragic tale of star crossed lovers, the story of Romeo and Juliet contains an overarching, symbolic representation of tragedy which may ensue when parties, be they anywhere on the spectrum from individuals to nations, refuse to set aside their enmity and work toward peace.

The characters Romeo and Juliet are members of very powerful rival families whose age-old vendetta resulted in a cycle of vengeance and bloodshed as we see from the opening lines of the play:

"Two households, both alike in dignity, In fair Verona, where we lay our scene, From ancient grudge break to new mutiny, Where civil blood makes civil hands unclean."

Fortunately, U.S. Presidential elections are not known to result in bloodshed, however, as the wise and late historians Will and Ariel Durant have noted, civilized people now consume each other through the legal process, writing:

"Animals eat one another without qualm; civilized men consume one another by due process of law."

Indeed, we now see that multitudinous lawsuits have been filed contesting President Trump's loss with President Trump expressing his opinion that President-elect Biden

could not have won fairly. Here again, we may look to Romeo and Juliet for a parallel, as a mere four years ago, President Trump's then opponent, Hillary Clinton, while promptly conceding her loss, none-the-less expressed her opinion that Russia had interfered in the U.S. election, favoring Donald Trump. Fortunately, not through bloodshed, but through the legal process an investigation was instituted which in the end determined that there was not sufficient evidence to conclude that either Donald Trump or his associates colluded with Russia. Similarly, I believe it is fair to predict that when all of the current lawsuits resolve, it will be more than clear that President-elect Biden has won fairly, indeed, there is overwhelming evidence of that now.

The story of Romeo and Juliet ends in heartbreak, and it is only through the death of the young lovers that their families, the Montagues and the Capulets reconcile, with Juliet's father exclaiming "O brother Montague, give me thy hand" and laments the deceased couple as poor sacrifices of their enmity.

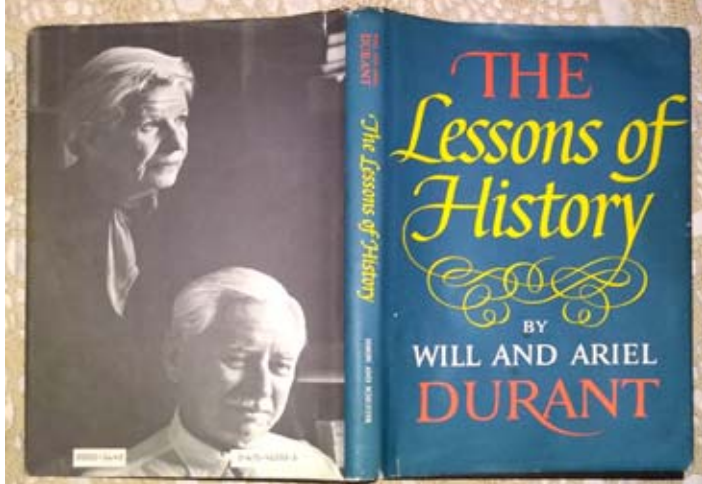
The United States is a young country and history shows there are people, cultures and nations which have born animosity toward each other for literally thousands of years. Yet the entire world now stands at a precipice, for life is being lost throughout the globe due to the pandemic caused by the novel coronavirus, and it is time for all to reconcile, to reach out their hands, from individuals to nations.

President-elect Biden is calling for unity and common purpose, delivering the important message: "We need to remember we're at war with the virus, not with one another. Not with each other."

It is my hope that before he leaves office, President Trump may see that it is through strength that reconciliation occurs and that even when out of office, he can play a significant role in uniting the country, if only he will choose to do so.

If you have questions or comments, feel free to contact me at ecj2@cynthiascenturies.net

1 Durant, Will and Ariel. The Lessons of History. New York: Simon and Schuster, 1968 p. 19



份公約成為美國日後無數自治公約中的首例,它的簽約方式及內容代表着"人民可以由自己的意思來決定自治管理的方式,不再由人民以上的強權來決定管理。"

上帝似乎比較眷顧這片美洲大地,這裡的地理位置極其優越,東西分別有太平洋、大西洋環繞,讓這裡避免了第一次和第二次世界大戰的生靈塗炭,也讓這裡種出世界上70%以上的農作物品種。

1776年7月4號,在來自歐洲各國的移民努力下簽署了《獨立宣言》,美利堅這個歷史上的國家宣告成立。自此,美國成為世界各國人民推翻封建王朝,建立起現代文明社會的燈塔,這一切似乎都是上天注定的安排。

近200多年來,世界各國經歷了現代社會的變革,第一次世界大戰,第二次世界大戰,越南戰爭,朝鮮戰爭,中東戰火,蘇聯的變化,這一切的變革過程,都充滿了正義與邪惡的鬥爭,無數人在這個過程中失去了生命。

也有很多幸運的人,通過各種努力來到美國,追求更自由、安全、穩定、幸福的生活。

1848年,為了躲避歐洲大饑荒,舉家前往美國的安德魯·卡內基,後來成為鋼鐵大王、世界首富,成立世界第一個慈善基金卡納基基金會。

1862年,從匈牙利移民美國的約瑟夫·普利策,看名字就知道了,他是普利策獎的創始人。

1884年,從撒爾維亞移民到美國的尼古拉·特斯拉。1940年為了躲避德國納粹移民到美國的愛因斯坦。

1948年,由於其父被控從事顛覆國家的活動,全家從捷克移民美國的馬德琳·奧爾布賴特,她是美國歷史上第一位女性國務卿。

1968年,從奧地利來到美國阿諾德·施瓦辛格,成為一個健美運動員、演員、州長。

1972年,為了更自由的生活,跟家人從蘇聯移民美國的謝爾蓋·布林(Google)的聯合創始人;

1978年,從台北移民到加利福尼亞的杰里·楊,後來創辦了雅虎,成為最早投資阿里巴巴的股東之一。



# 不幸之年 天災人禍 憂國憂民

今天的美國就像一個炸彈,總統大選,疫情蔓延,加上網絡媒體每時每刻毫無邊際的真相難辨的新聞,還有每天可以收到用中文打來的騙子電話,人在恐懼中度日。

疫情選舉給每一個人都帶來了精神和身體上的傷害。不過我們也知道黎明前總有黑暗,沒有人可以控制太陽升起,就像正義戰勝邪惡,需要的是時間。

我們明白疫情是傳染病,因為沒有人能控制空氣的傳染,在今天的科技如此發達的時代,人都可以造一個假人,我們被恐懼控制沒有了安全感,人生老病死,意外事故是自然的事情。在近日,在我家附近Hudson一位7歲孩子,父母帶著他去吃冰淇淋,一輛車就在停車場壓死了這位小孩,許多得知這一消息的人,在我家附近Hudson一位7歲孩子,父母帶著他去吃冰淇淋,一輛車就在停車場壓死了這位小孩,許多得知這一消息的人,在出事的地方放了許多小動物悼念這位才7歲的小孩....

我們沒有能力去改變已經發生的事情。今天的美國已經不是30年前的美國了,據說:在美國,民主黨是左派,共和黨是右派,左派和右派的劃分,是啟蒙運動以來兩大思想分流的劃分。回顧歷史,創立美國的國父們,基本屬於右派,也就是"保守主義"。從法國大革命誕生的思想理論,基本屬於左派,也就是"激進主義"。左派為了給自己好名聲,又稱自己為"自由主義"。

現在美國的民主黨到共和黨就像一個人對一個人的偏見,到一個人對一個群體的偏見,到一個群體對另外一個群

體的偏見,他的發展是不受人的意志情緒控制,因為偏見,可以讓別人沒有安全歸屬感,那些對各政黨狂熱讓我想起一個問題,我們離動武開槍有多遠,當一個政黨對另一個政黨開始仇恨,我親眼目睹不同黨派夫妻吵架到離婚,親兄弟大罵:哥哥對弟弟說:我死了不許你來參加葬禮。

一旦不同黨派各自形成了狂熱發展到信仰,那么就只差一個導火線,因為人性是可怕的,現在人人都是媒體的年代,可以將假的說成真的,因為慾望權利讓人們慢慢失去思考的能力,我們不能只用耳朵和眼睛去聽去看,我們要用腦袋去思考,世界變了是因為人心變了,我們應該堅定地成為自己,同時關心他人的命運,學會愛這個世界,但也要學會與之抗爭來保護自己。

自由與民主是每一個人向往的,強大的國家就是有良好的教育體系,有豐富的資源,可以為自己打造夢想,靠自己的努力和才能過平平安安,健康快樂的生活,這就是所有來美國學習生活的目標。

今年的美國總統選舉是改造美國和影響世界的,人們思考在一個世界最強的國家發生瞭如此不文明的行為,可以讓總統發聲,人們認知的主流媒体可以把控天下,這一切的發生都讓成長在中國的我迷茫,我希望早一點可以看到正義。



早在1896年6月18日,孫中山由夏威夷乘輪船抵達舊金山,首次踏上美國本土,實現了他夢寐以求的願望,孫中山在此建立美洲同盟總會,提出"三民主義"思想,成立中華革命軍籌備局等。

15年後,1911年10月10日,孫中山的帶領下發起了辛亥革命,結束了幾千年的帝王封建社會。

思考這些歷史,似乎能明白世界各國的人們移民美國的目的,以及美國對於這些移民,對於這個世界到底意味著什麼?

不可否認,這個世界上絕大部分人的一生,都不可能像那些名人一樣精彩。但可以確定的是,無論來自哪里的移民,選擇美國的原因簡單又樸素,無非是為了一個更自由、穩定和幸福的生活。

中國人作為這個世界上,最有家國情懷、最有鄉土情結的民族,我想他們無論懷揣着什麼理想或什麼原因來到這裡,除了追求自由和幸福的生活,還會經常情不自禁的回想中國人從淘金到太平洋鐵路,從默默承受受到氣宇軒昂。

華裔在美利堅的土地上,經歷了什麼?現在都好嗎?

1785年,乾隆朝時期,3名華人船員來到美國。接着從"淘金熱"到修建太平洋鐵路,從第一份華語報紙到參政議政,如今華裔人口已超過500萬,成了美國人數最多的少數族裔之一。

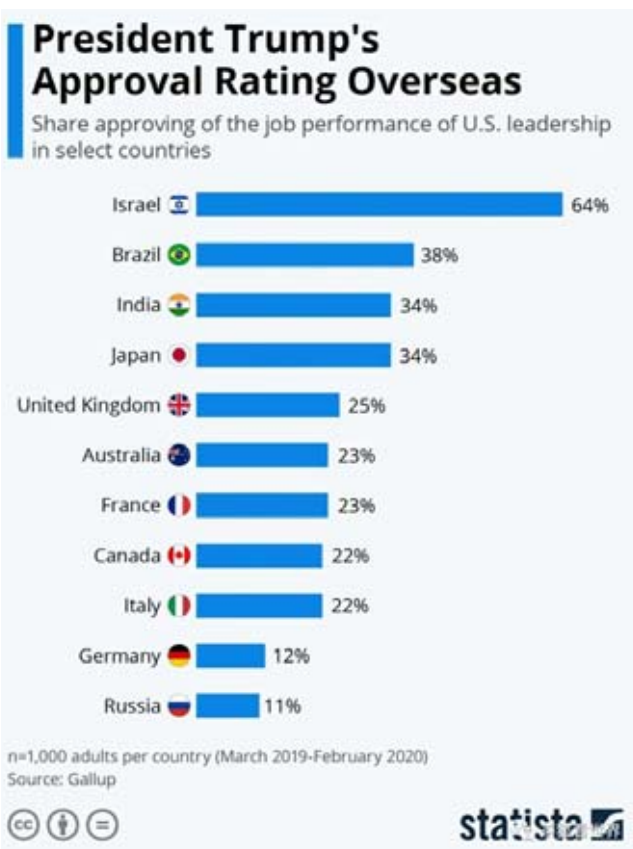
華人在美國的地位也今非昔比,無論在教育、文化、經濟、科技、政治參與度,都有了舉足輕重的地位。華人的移民經歷書寫了一部充滿曲折與艱辛,磨難與崛起的歷史。

前幾天,一個朋友傳給我一個視頻,視頻里,6個華人聲淚俱下,為川普禱告。懂王本人反而逍遙自在,依然天天高爾夫,真是皇帝不急,急死太監。

最近很多人問我,為什麼這麼多美國華人,支持川普?甚至很多朋友私下對我說,因為討論川普而產生矛盾,和美國華人的友誼小船,說翻就翻,甚至幾十年的朋友突然就不說話了。其實,這也符合我的個人經驗,我認識的美國華人里面,很多人都是川粉。支持川普的美國華人到底多不多?是一個值得研究的話題。

讓我們先從大數據分析一下川普在全世界的認可度。

蓋洛普民調: 川普在世界各國的認可度



根據蓋洛普民調,除了以色列,全世界各大主流國家,幾乎都是壓倒性反感川普。甚至在傳統親密的英國,認可度也只有 25%。在鄰國加拿大,只有 22%。而在德國,川普的認可度只剩下 12%。在懂王治下,美國世界燈塔的人設欲搖搖欲墜,不過懂王也不在乎,他在乎的只有他的腦殘粉——只有他們手里有選票。

可以說,討厭川普是全世界人民的共識。2020年這場選舉,本質上不是川普 VS 拜登,而是“川普”VS“不是川普”,民主黨換一個人上場也許贏得更多,拜登實在有點老朽了。

### Aapidata 亞裔 2020 年總統意向民調

根據美國民調公司 Aapidata 統計,華人中,川普支持者佔 20%,而拜登支持者佔 56%。華人是美國亞裔里面支持川普比例最低的。而華人的不表態率最高,達到 23%。說明華人依然對選舉冷感,但確實非常討厭川普。越南裔支持川普的比例高達 48%,只有 36%支持拜登,越南人也是亞裔中最支持川普拜登的族群。

從統計數字看,支持川普的美國華人,其實比例上並不高,那麼為什麼我們會感覺這麼多美國華人支持川普呢?

這個問題,我和很多朋友討論過,加上我自己的親身經驗,我認為有兩個原因。

首先,支持川普的人聲量比較大,存在感強。他們更願意在公眾場合表達自己的想法。這一點,從川普和拜登的競選造勢場合就可以看出。川普的場子,人聲鼎沸,哪怕是在深夜的寒風中,川普的粉絲都是苦苦等待,無怨無悔。而民主黨的粉絲呢,都比較斯文,拜登的場子,支持者稀稀拉拉,如小貓三兩只,如果光看現場人氣,拜登和民主黨簡直不堪一擊。

在美國的大街小巷,川普支持者成群結隊,招搖過市。而民主黨的支持,動不動就陷入川粉的海洋里,如羊入群狼。總的來說,民主黨粉絲,相對高冷,而共和黨支持者,則是熱情如火。兩者氣質完全不同。

其次,華人二代 ABC,年輕人,支持川普的比例非常低。川普的華人支持者,主要為中老年新移民,相比華人二代和年輕人,這些人的英語不算好,本身並不完全融入美國社會,現實生活中很難融入,虛擬世界也同樣很難融入,他們不大用 Twitter 和臉書,比較依賴微信。我們用微信,他們也用微信,在微信中這些川普粉絲,喜歡發聲,嗓門大。我們接觸這一類人的概率比較高。接觸多了,就產生一種刻板的印象,

# 茶狐: 有多少美國華人支持川普?

發表于 2020 年 11 月 22 日 本文由讀者 William Lin 提供

以為美國華人普遍支持川普。我經常去美國,認識一些美國華人,我把支持川普的華人分為 4 類。

## 第一類,宗教迷信型

英語原始聖經提到 2 次川普,分別是哥林多前書第 15 章 52 節。以及帖撒羅尼迦前書第 4 章第 16 節。

In a moment, in the twinkling of an eye, at the last Trump: for the trump will sound, and the dead shall be raised incorruptible, and we shall be changed. (1Cor 15:52)

For the Lord himself shall descend from heaven with a shout, with the voice of the archangel, and with the Trump of God: and the dead in Christ shall rise first: (1Th 4:16)

這兩段經文講了同一個故事:當末世審判到來之前,耶穌基督會將其虔誠的教徒帶入天國,而那些死去的虔誠信仰者,也將入天國獲得榮耀之身……依然活著的基督徒,也將被接入天國,其肉身將直接獲得不朽的榮耀。Last Trump 意味著,基督徒被提陞所聽到的“最後的號角”,意味著他們得救了。所以,這個 Trump(川普),在 4:16 的原句中被寫作了 Trump of God(神之川普)。

在美國華人中,教徒很多,而他們也堅信,川普是帶著神的使命降臨的。這批人,中老年居多,文章開頭的視頻里,就全部都是中老年人。他們信仰非常虔誠,當然你也可以說執迷,雖然身在美國,卻不能融入美國主流社會,他們集體抱团取暖,性質上,和中國大爺大媽去居委會打麻將也差不多,總比閑在家里無所事事要好。這個群體人畜無害,世界改變不了他們,他們也改變不了世界。別說學黑人去零元搶購,他們就算集體散步都走不了太遠。

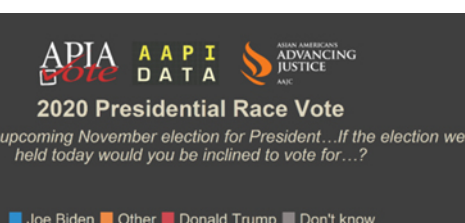
## 第二類,利益驅動型

川普對於非法移民的態度,精確命中某些華人的痛點,這些人可以說是奮鬥一輩子,好不容易成為美國人,就怕源源不斷的非法移民搶走他們的蛋糕。其實這群人中,很多也是從非法移民過來的,但屁股決定腦袋,這是一種典型的“公交車心態”。在上公交車之前,都高喊“前面的,再擠一擠,後面還空着呢!”等上了公交車後,心態就立刻變了,巴不得司機馬上關門,後面的人最好一個都不要再上。

另外,民主黨為了討好黑人和拉丁裔,推出“取消教育平權的禁令”,也觸動了他們的蛋糕。“平權運動”的核心就是給予少數弱勢群體申請學校或者工作時錄取條件的優待,讓每個族裔看起來都很平等。簡單地說,就是按照種族比例錄取,成績好並沒有什麼卵用。華人成績再好,也要把錄取名額讓給成績差的黑人。

## 加州伯克利大學錄取種族發佈圖

2017-2019 三年加州伯克利錄取學生族裔的展示,你細品。加州大學是美國公立大學排名第一,世界排名前十的名校,非洲裔人數佔加州居民人數的 7%,而 2019 年秋季錄取的非洲裔美國學生僅 2.8%,同時錄取的華裔學生高達 17.3%,亞裔合計(華裔和印巴等南亞裔學生為主)高達 39.8%,華人要求平權的壓力當然是首當其沖!



這批人經濟條件不差,普遍是中產,一方面,他們希望川普管住非法移民,另一方面,不需要搞教育資源的“種族平等”。說來說去,都是惦记自己家的一畝三分地,他們支持川普,純粹是利益驅動,但這也是他們的權利,無可厚非。

## 第三類,優越感崩塌型

這群比較優秀,但又不是特別優秀。當年

能考到美國,都還算讀書比較好的,經過艱苦奮鬥,好不容易在美國社會立足,慢慢進入中產,但因為華人的身份,要想突破中產的天花板,難如登天。而與此同時,當年在國內那些不如他們的同學,反而混得更好,有的已經拿到原始股,實現財務自由,有的當了大老闆,飛黃騰達。還有的狗屎運冲天,遇到拆遷,徹底翻身。他們以前回國,衣錦還鄉,走路帶風,現在回國,低調做人,不敢張揚。

還有一些人,有點錢,又不是太有錢。他們一般通過投資移民美國。比如把國內的房子賣了,去美國買一個小旅館,苦心經營。結果一場疫情,幾乎陷入破產的邊緣。而國內當初賣掉的房子,如今都已經升值了好幾倍。這些人心態當然是不平衡,優越感的崩塌,讓他們把自己的祖國當成甩鍋的對象,久而久之,甚至處對自己的祖國產生恨意,但又不能在檯面上明說。看到川普,彷彿看到了自己的代言人。聽到川普罵中國,罵“中國病毒”,他們心里可能比美國人還幸災樂禍。

我一個朋友對我說,他的一個大學微信群,群里有個美國大學的教授,居然每次提到新冠,都要說“中國病毒”或者“武漢病毒”,口氣比川普還刻薄。結果,當然是被踢走,老死不相往來。

這些人本來還有一點殘存的優越感,那就是美國的社會體系,民主而自由,保障完善。結果,一場疫情,自由女神瞬間崩塌,宇宙第一強國,淪為疫情的重災區。如果你說,美國處理疫情的水平,甚至不如越南。他們就會說,越南是熱帶國家,拜託,佛羅里達的溫度不比越南低,照樣疫情肆虐。然後他們會說,越南是專治社會,好吧,那么新西蘭呢?同樣是“自由”社會,新西蘭

## UC Berkeley Fall Enrollment Data (New Students)

Ethnicity	2017 Fall	2018 Fall	2019 Fall	2017 Fall	2018 Fall	2019 Fall
African American/Black	186	188	178	2.9%	3.1%	2.8%
Mexican American/Chicano	633	652	742	9.9%	10.8%	11.5%
Other Hispanic/Latino	238	231	233	3.7%	3.8%	3.6%
Native American/Alaska Native	24	20	24	0.4%	0.3%	0.4%
Pacific Islander	11	11	8	0.2%	0.2%	0.1%
Chinese	1,185	1,074	1,119	18.6%	17.9%	17.3%
Filipino	203	187	218	3.2%	3.1%	3.4%
Japanese	94	82	96	1.5%	1.4%	1.5%
Korean	291	249	307	4.6%	4.1%	4.7%
Other Asian	67	73	91	1.1%	1.2%	1.4%
South Asian	664	650	746	10.4%	10.8%	11.5%

也可以完全控制疫情。

其實,在我眼里,就算處理不好疫情,美國依舊是第一強國,只要誠實面對錯誤,向其他國家虛心學習,美國依然偉大。但問題就是,這些人不願承認這一點。

## 第四類,憂國憂民型

當然,這些人憂的是美國的“國”,而不是中國的“國”。我認識一個在西雅圖的博主,他也是一個碼農,在美國生活條件不錯,還是一個丁克。他立場偏左,不反對移民。家里沒有小孩,所謂教育平權,也傷害不到他的切身利益。他支持川普,完全是同情底層失業的工人階級。比較尷尬的是,他支持的川普是一個大資本家。

他的邏輯是這樣:如果民主黨上台,很有可能採用楊安澤的政策,用最低的保障津貼,把這群底層失業養起來,也就是給這些人塞一個奶頭,好好吸着,別鬧就行。其實成本也不高,提供一個安身之處,每人發一個手機,每天陷在沙發里,一邊看抖音,一邊傻笑,然後越長越肥,直到行動困難,人數短短幾十年,一晃就過去了。最後死在房間里,都沒有人知道。

而川普上台,還會向全世界宣戰,毛衣戰烽火連天,製造業還有可能回到美國,這些人還可能重新找回工作,找回做人的尊嚴。他可能是象牙塔里默了,理想很豐滿,現實很骨感。製造業重回美國?真的有可能嗎?

舉個例子,懂王任內念茲在茲的製造業項目,就是他嘴巴里的世界第八大奇迹——富士康威斯康星州工廠,到現在為止已經成了一個徹底的爛尾樓。其中主要原因就是美國兩黨惡斗。當初不惜血本招商郭台銘的共和黨州長 Walker,拍胸脯答應富士康 40 億美元的補貼。但是,沒多久民主黨的 Tony 勝選,取代 Walker 成為新州長。

本來富士康項目就有很大的爭議,威斯康星我去過,屬於美國中西部農業州,方圓幾百公里內都咩有配套的電子產業鏈,在平地起高樓,搞一個規模巨大的 10.5 代液晶生產線,別的不說,招工和零配件供應就是一個極大的問題。

40 億美元的巨額補貼,現任民主黨州長 Tony 當然不樂意,憑什麼前任共和黨的屎,讓他去擦屁股呢?暗地里 Tony 各種拆台,無數次扯皮之後,世界第八大奇迹,終於成了爛尾樓。這次川普威斯康星敗選,和這個項目也有很大關係。

中國世界第一的製造業是十幾億人,勒緊褲帶奮鬥 40 年的成果,不僅有幾億背井離鄉農民工的血汗,還有幾十億人民堆出來的基礎設施,更有無數吃苦耐勞的基層工程師的打拼,還有舉國上下齊心協力的推動。美國經過 40 年的去工業化,要重新發展製造業,談何容易?產業生態已經徹底枯竭,工程師和產業工人已經斷層。更別說,無處不在的兩黨惡斗,互相扯皮。

美國下崗工人的技能都停留在幾十年前,而美國已經是人均 GDP 超過 6 萬美元的超級富國,怎麼可能走回頭路呢?同樣,你讓中國月入 8 千的小白領,重回血汗工廠,和孟加拉工人拚吃苦耐勞,也是不現實的。

美國政客選舉時許下的承諾,其實就是一張永遠無法兌現的支票而已。對於政客來說,發展製造業太難,罵中國最容易。兩黨目前唯一的共識就是遏制中國,把所有的怨氣,都化成一桶桶臟水,往中國身上潑就是了。面對選民,兩手一攤,我已經盡力了,你看,一切都是中國的錯!總結

川普當一個商人或者真人秀演員還算夠格。但作為總統,簡直就是全世界的災難。川普公開場合,三番五次用 Chinese Virus, China Virus, Wuhan Virus, 這種人,作為華人,怎麼可能舔地下去呢?川普的“美國優先”,本質上就是白人優先,一個華裔美國公民,默默投票給川普,還可以理解,但高調公開支持川普,不就是自取其辱嗎?

前段時間在推特上看到一個視頻:紐約長島,川普支持者集會。一華人開著皮卡,車上插著讓美國再次偉大的旗子,這是川粉的標準動作,興沖沖帶著全家去參加。人多,停車時發生爭執,被白人責罵:“滾回中國去!”意思就是,呸,你華人也配挺川普?!

國家之間的競爭難以避免,但就算交戰也

有一個基本規範。而川普就像你在大街上遇到的一個潑婦,他撩起袖子,叼著牙籤,當街就對你破口大罵。如果你不理他,自顧自趕路,她還以為你怕她,就繼續粘著你,一路追罵。如果你停下腳步和她對罵,在眾目睽睽之下,就算罵贏了,你也感覺特別丟人。

川普就用各種自殘式的手段,瘋狂攻擊中國,他也不在乎傷敵八百自損一千。朝三暮四,今天達成的協議,明天就可以撕毀,昨天說過的話,今天就可以否認,不但否認,還理直氣壯說你栽贓。

另外,新冠疫情對川普的打擊太大。本來連任在望,現在卻墮落人推。

首先,通過大放水、大減稅,寅吃卯糧,在新冠疫情之前,美國的經濟看起來欣欣向榮,就業率非常亮眼,連創歷史新高,GDP 增長率在發達國家一枝獨秀。但他應對疫情不力,導致美國 2020 年經濟負成長,就業率更是一夜回到解放前。

其次,川普家族的產業都集中在傳統服務業,比如酒店、高爾夫球場、葡萄酒莊園,在疫情下,這些產業首當其沖。據英國《金融時報》早前報道,美國現任總統特朗普至少有 11 億美元債務,幾乎全是用房地產抵押;如果他取得連任,其中約 9 億美元的債務,將在他的第二任期(2021—2025)內到期。一旦敗選特朗普很有可能破產,甚至遭到對手的清算,外界有評論稱,連任或是特朗普唯一出路。

所以,懂王在競選期間歇斯底里地甩鍋中國,內心深處,絕對是國仇家恨相互交織。民主黨和共和黨一樣反華,但是,最基本的體面,他們還是要的。前段時間,民主黨就在國會通過決議,反對將新冠疫情的名稱,種族化和地域化。拜登不見得比懂王對中國心慈手軟。但這些人是職業政客,做事情有比較可預測性,不想懂王,整天抽瘋一樣。

就算退一萬步,拜登和懂王一模一樣,這也可以讓美國內耗一下,懂王上任,把前朝奧巴馬的政策幾乎全面推翻,然後拜登上台先花一年時間清理戰場,再花 2 年時間把懂王的政策推翻,剩下 1 年該干什么干什么。很難期待拜登有什麼突破性的進展。搞不好 2024 年,78 歲的懂王捲土重來,再把拜登的政策推翻一次。

未來的五到十年,對於中國來說,是非常關鍵。時間站在我們這一步,只要我們做好自己的事情,一旦兩國的國力達到平衡,美國再不情願,也要接受中國的崛起。到時候,雙方坐下來好好說話,一起賺錢,有什麼不好呢?

本文源自互聯網 與本報立場無關

# 伊萍：美國國會議員的學歷、職業、和種族等背景資介紹

目前當政的美國國會是美國第一百一十六屆國會，由 431 名眾議員和 100 名參議員組成，另外還有 6 名美國海外領土派駐眾議院的無投票權代表。在 431 名有投票權的眾議員當中，232 名為民主黨人，198 名為共和黨人，最後 1 名來自自由至上黨 (Libertarian)，參議員當中則有 53 名共和黨人、45 名民主黨人、以及 2 名獨立黨派人士。眾議員的平均年齡是 57.6 歲，參議員的平均年齡為 62.9 歲，國會議員中最年輕的議員是出生於 1989 年、來自美國紐約州的民主黨女眾議員亞歷山蒂亞·奧卡休·柯泰茲 (Alexandria Ocasio-Cortez)，她當選時年僅 28 歲。最年長的議員是來自美國加利福尼亞州的民主黨女參議員黛安·費恩斯坦 (Dianne Feinstein) 和來自阿肯色州的共和黨眾議員唐·洋 (Don Young)，兩者年齡皆已高達 85 歲。

從學歷上看，94.8% 的眾議員和 100% 的參議員至少擁有大學畢業學士文憑，同時，68% 的眾議員和 77% 的參議員擁有學士以上文憑，其中，有 136 名眾議員和 53 名參議員獲得過法律學位，還有 21 名眾議員和 4 名參議員擁有醫學學位，最高學位為碩士的眾議員有 99 名、參議員有 18 名，而擁有博士學位的眾議員則為 21 名，參議員是 4 名，另一方面，有 17 位眾議員只獲得高中畢業文憑，還有 6 位眾議員只有大專學位 (美語叫做 Associate Degree)。

從職業角度分析，有 50 名參議員之前做過眾議員，34 名眾議員和 7 名參議員之前當過市長，12 位參議員和 1 名眾議員當過州長，4 位參議員和 3 位眾議員當過副州長 (美語叫做 lieutenant governor)，203 名眾議員和 43 名參議員之前做過州級立法者，另各有一名參議員和眾議員做過前總統內閣部長，還有 3 位眾議員當過美國駐外大使。除了政界，法律界也是議員的一大來源，有 15 名眾議員和 1 名參議員當過法官，32 名眾議員和 10 名參議員當過檢察官，3 名眾議員當過郡政府警長 (美語叫做 sheriff)，1 名眾議員做過市警察局局長。從事教育事業出身的人當選為國會議員的比例也相當高，目前的國會議員中，有 75 位眾議員和 20 名參議員之前當過老師、教授、或從事過其他教育領域的工作。

雖然政治、法律和教育領域是國會議員在當選之前所從事的最大三個職業領域，但是，國會議員的職業並不局限於這三個領域，而是來自幾乎各行各業，在目前的國會議員中，有 16 人是醫生 (美語叫做 physician)，還有 5 位牙醫、3 位獸醫。其他職業包括 2 名心理醫師、1 名眼科醫生、1 名藥劑師、2 名護士、1 名醫生助理、3 名警察、1 名消防隊員、3 名前中情報局工作人員和 1 名前 FBI 工作人員，還有一位物理學家、一位化學家，以及 11 位工程師、6 名軟件公司高管、12 位銀行高管、29 名房地產經紀人、3 名廣播電台談話秀主持人、4 名電台或電視台廣播員、和 6 名記者，有 27 位保險業經紀人或高管、6 位餐館業主、27 位農場主或牧場主、1 位空姐或空哥 (性別不詳)、位飛機駕駛員，還有 3 位職業橄欖球運動員、1 位冰球運動員、1 位棒球運動員和 1 位混合武術運動員，3 名和平志願隊工作者、7 名教會牧師、6 名社會工作者、3 位工會代表、1 名畫家、1 名圖書出版商、1 名影片製作人等等。

從宗教角度看，54.9% 的國會議員是新教徒，30.5% 的國會議員是天主教徒，6.4% 是猶太教徒，1.9% 為摩門教徒，還有 2 位佛教徒、3 位穆斯林、和 3 位印度教徒。

從性別上區分，24% 的國會議員是女性，包括 101 位眾議員和 26 位參議員，共 127 位女性，其中，104 人屬於民主黨，其餘 23 人屬於共和黨。

下面，讓我們來查看一下美國國會議員的種族成分分布。在目前的國會議員中，共有 54 名非洲裔 (又稱黑人) 議員，其中 51.5 位是眾議員和 2.5 位是參議員 (各有一位眾議員和參議員屬於非亞混血兒)；拉美裔國會議員總數為 45 人，其中眾議員 41 位，參議員 4 位，亞裔國會議員人數總共為 16 人，其中 13.5 位是眾議員，2.5 位是參議員。美國人口中少數民族實際所佔比例分別為非洲裔 13.4%、拉美裔 18.3%、亞



裔 5.9%，他們在眾議院的代表人數分別佔 12%、9.5%、和 3.1%，在參議院所佔比例分別為 2.5%、4%、和 2.5%，也就是說，除黑人在眾議院所佔比例接近於黑人實際人口比例外，拉美裔人和亞裔人在參眾兩院以及黑人在參議院的議員人數比例遠遠低於這些族群的總人口比例，反過來，少數民族在參眾兩院所未得到的足夠份額被非拉美裔白人超額獲取，非拉美裔白人目前佔美國總人口的大約 60.4%，而他們在參議院所佔比例高達 91%，在眾議院所佔比例為 75%。從政黨成分分析，非洲裔國會議員中除一名眾議員和一名參議員之外，其他 52 名非洲裔國會議員均為民主黨人；拉美裔議員中共和黨人比例較高，共有 9 名拉美裔議員屬於共和黨，其餘 36 名拉美裔議員是民主黨人；亞裔國會議員中的 16 名議員全部是民主黨人，沒有一個是共和黨人。通過以上數據我們可以看見，共和黨選民們更傾向於選舉白人來掌管國家大事，美國少數民族當中拉美裔共和黨議員比例相對比較高，恰恰是因為拉美裔人當中有不少人同時為白人，比如，在美國媒體上出鏡率比較高的佛羅里達州共和黨參議員盧比奧和得克薩斯州共和黨參議員克魯茲皆屬於既是拉美人也是白人，從照片上判斷，幾乎所有拉美裔共和黨議員看上去與白人沒有明顯區別。美國國會議員中亞裔共和黨議員人數為零的事實說明，對共和黨選民來講，在拉美裔、黑人、和亞裔三大美國少數民族族群中，亞裔人是他們最不願意推舉做領導的族群。有意思的是，黑人投共和黨一票的比例只有 8%，共和黨選民卻至少選出了一位黑人眾議員和一位黑人參議員，相比之下，亞裔人投共和黨一票的比例是 29%，可是，他們或他們的孩子卻無法獲得共和黨選民的擁戴，作為華裔美國人去支持共和黨，是不是有點等於是用自己滾燙的熱臉去貼共和黨人冰冷的後背？事實是，越是崇拜白人的人往往越容易被白人從心底里看不起。

還值得提醒人們注意的是，從政治傾向上看，黑人、猶太人、和印度裔美國人是美國各族群中向民主黨傾斜得最厲害的人群，他們也是相對來講在美國政壇比較成功的族群，猶太人只佔美國總人口的大約 2%，他們卻在國會中佔據了 6.4% 的席位，以上國會議員數據以及奧巴馬當選美國總統等事實則證明，黑人是少數民族中政治上相對比較成功的族群，印度裔國會議員數量目前趕不上黑人，但是，印度裔人作為少數民族中來美國最晚的族群，他們在美國政壇非常活躍，取得了令人矚目的成果，美國已經出過兩位印度裔州長，印度裔人在美國法律界的成功率也正在大踏步提陞，近幾年經常出現在美國政論電視節目中的前美國司法部紐約南區聯邦檢察官普瑞特·巴拉拉 (Preet Bharara) 和擔任過奧巴馬總統任期內美國司法部副檢察長 (在司法部內名列第四號職位) 的尼爾·卡提亞 (Neal Katyal) 均為印度裔美國人。

如果說黑人和印度裔美國人是支持民主黨比例最高的少數民族族群，那麼與他們形成對照的是，古巴裔美國人和越南裔美國人分別是拉美人和亞裔人當中支持共和黨比例最高的族群。有意思的是，這兩個族群的母國皆為共產黨國家，也許有些習慣於紅色中國式思維

的華人對此的解釋是，來自這些國家的人對共產主義禍害有着最深刻的體驗，因此痛恨左派，我倒是認為我們應該反過來理解這一現象。

這個世界上尚存在的或曾經存在過的、除蘇聯以外的共產黨國家大多由蘇聯人直接插手建立起來，東歐和北朝鮮的共產黨政權是蘇聯紅軍刺刀下的產物，中國的共產黨政權是由蘇聯人出資出力在中國創建發展第五縱隊所導致的後果，相比之下，共產黨在古巴和越南的勝利卻主要由當地人主動引進造成，與蘇聯人插手沒有關係或關係不大，這說明，這些國家的傳統文化思維存在着某種缺陷，使得當地人更易於支持一些具有簡單、強硬、極端等特點的理念和政策，這些特點恰恰是列寧主義以及越來越走向極端的美國共和黨理念的相通之處。

最後，讓我來介紹一下美國國會參眾兩院議員人數與他們實際代表的美國選民人數之間的關係。美國人大多以美國是民主國家為自豪，但是，美國政治制度中實際上存在着許多非民主機制，以美國國會為例，雖然國會中的眾議院制度是一種民主體制，但參議院制度卻是一種非民主體制。所謂民主，從具體操作角度講就是得到大多數人支持的黨派獲得掌控權，英語叫做 Majority rule，美國眾議院正是如此，每個州派駐眾議院的代表人數按照該州人口多少進行分配，選民人數越多的州，分配到的眾議員人數也越多，比如，加利福尼亞是美國人口最多的州，總人口約為三千九百萬，加利福尼亞派駐眾議院的代表人數在各州中也最多，共有 53 名，每一名眾議員代表的選民為 73.6 萬人左右，而懷俄明州是美國人口最少的州，只有不到五十九萬人，分到 1 名眾議員，每一名眾議員代表大約 59 萬人，人口大州加州有點吃虧，但在我看來，畢竟差別不大，總不能不給小州以代表人數，作為大州選民，這是我願意接受的小虧。眾議院制度設計的民主性，使得眾議院代表在兩黨間的分配基本上反映了實際選民人數在兩黨間的分配，眾議院里的多數黨即為得到多數美國選民支持的政黨，比如，目前眾議院里有 232 名民主黨人和 198 名共和黨人，各佔眾議員總數的 53.8% 和 45.9%，我們由此大致推論說，眾議院民主黨人得到了 53.8% 的美國選民的支持，是代表多數美國人的政黨，而眾議院共和黨人得到了 45.9% 的美國選民的支持，是代表少數美國人的政黨。可是，我們不能用同樣的方法來解釋參議院代表在兩黨之間的分配數額，因為美國每個州派駐參議院的代表人數與該州選民多少無關，有着三千九百萬人口的加州與只有五十九萬人口的懷俄明州分到同樣數額的參議員人數，都只有 2 名，這就造成每一位加州參議員所代表的選民人數多達 1950 萬人，而每一位懷俄明州參議員所代表的選民人數只有 29.5 萬人，前者是後者的 66 倍！可是，參議員在參議院投票時，不管來自哪個州，地位平等，這等於是說，每一位加州選民在參議院投票的份量只有每一位懷俄明州選民投票份量的六十六分之一！美國參議院目前有 53 位共和黨參議員和 45 位民主黨參議員，表面看上去共和黨佔多數，可是，53 位共和黨參議員背後所代表的選民總數為一億五千萬左右，佔美國人口的 47.5%，而 45 位民主黨參

議員背後所代表的選民總數是一億六千六百萬左右，佔美國人口的 52.5%，荒唐的是，代表着 47.5% 選民的共和黨參議員領袖米奇·麥康納爾被稱為是“多數派領袖”，而代表着 52.6% 選民的民主黨參議員領袖查克·舒默卻被稱為是“少數派領袖”，使得美國參議院成為各種符合常識的法案難以獲得通過的瓶頸，比如受到大多數美國人民支持的嚴格管制進攻性武器法案就卡在參議院的阻擾上，進而導致美國與其他發達國家相比不僅謀殺率高而且社會維穩費也奇高，美國納稅人的錢被極大地浪費在維穩上而不能被更多地用來為美國人民提供更好的福利。另一個更廣為人知的在美國選舉中以少勝多的事實是，川普于 2016 年當選為美國總統時也只得到 46.1% 的全民選票，而輸給川普的希拉里實際得票率為更高的 48.2%。

雪上加霜的是，非民主性的參議院握有任命美國最高法院大法官的大權，使得美國最高法院大法官的天平正在朝着向代表美國少數人的極端保守勢力一側傾斜。可以說，美國制度缺陷造成一個代表美國少數人的政黨掌握了總統府、參議院、和最高法院三大控制權，而一個代表大多數美國人的政黨，卻只能屈居於僅僅掌控眾議院的不利地位。美國相對於其他發達國家更加保守，美國的社會問題比其他發達國家更嚴重，正是由於美國制度中這些非民主因素使得反理性力量可以以少勝多造成。有人爭辯說，美國不僅是一個民主制國家，還是一個共和制國家，參議院制度正是州與州之間共和關係的一種反映。在我看來，如果選民選票的份量講共和，那麼選民交聯邦稅時也應該講共和，你不能說投票時講共和，交稅時卻按人頭算了。而且，美國民主黨州大多為富裕州，是美國的交稅大戶，共和黨州則大多為貧窮州，其所得到的聯邦補助多於民主黨州，可以說，是民主黨州養活了共和黨州，民主黨州手里掌握的政治權利卻遠遠不如共和黨州，為此，我建議民主黨州的選民們應該奮起反抗，要求“少代表意味着少交稅”。當然，我的最終目的不是為了少交稅，我也不是說大州或富裕州不能給小州或貧窮州以一些讓步，我只是主張將州與州選民之間政治權利分配差別限制在一定範圍內，比如限制在小於 10 倍的範圍內，美國剛建國時，人口最多的州與人口最少的州之間的差別即為差不多十倍。問題是，隨着歷史的發展，人口從貧窮州逐漸流向富裕州，去富裕州的新移民也比較多，使得富裕州的人口越來越多，貧窮州的人口越來越少，貧窮州每個選民手中一票的份量卻反而變得越來越重，富裕州每個選民手中一票的價值則被貶得越來越低，導致一種在政治上獎勵不成功之州和懲罰成功之州的劣勝優敗局勢。我最不明白的是為什麼恰恰是非民主的參議院擁有最高法院大法官的任命權，所以，不少美國人抱怨說美國制度設計是為了給少數人以操縱機會是頗有道理的。有意思的是，一般人說少數人操縱政治時，會以為這些少數人是富人或精英，可是，在美國政治中頗有操縱優勢的卻是貧窮州的選民，也是平均文化水平更低的選民，正如我以前曾經戲稱的那樣，美國正在實現少數無產階級專政。

需要說明的是，我指出美國制度的缺陷並不是為了要證明天下烏鴉一般黑，美國與中國一樣壞，而是，第一，希望提醒海內外中國人不可過於崇拜美國，第二，希望人們不要因為某黨在美國佔據政治優勢就以為他們代表着大多數美國人民，第三，告誡美籍中國人珍惜自己在美國所享受到的更平等的權利，美國社會迄今為止所取得的進步來之非常不易，是一代又一代優秀美國人逆着不利于進步的制度艱難爭取才換來的。我還想要說明的是，哪怕是有缺陷的民主制度仍然比專制制度更好，雖然在美國要取得進步比在其他發達國家更難一些，但仍然有可能，如果 51% 的選票不足以帶來進步，那就去爭取 60% 的選票，至少不會像在中國那樣想要改進幾乎不可能。每一個美國選民應該珍惜自己手中的一票，為自己和家人尤其是後代的未來着想，在現有制度下行使一份應盡的政治權利和義務。杭州伊萍發表於 2020 年 10 月 28 日 本文由讀者 William Lin 提供



# 明代中國 - 印尼 - 美洲的關係

李兆良 2020-11-29

明代中國環球航行,把一些沿途國家的民族也帶到美洲。有些是友邦的使團,有些是當地募集補充的船員。他們把文化也帶到美洲。

巴拿馬至委內瑞拉之間的土語有印尼語的殘餘。中南美洲一個詞音義與印尼語完全一致,全世界沒有另一個語言類似。另一個例子是一次國際會議中委內瑞拉的一位懂土語的學者能聽懂

作南巫里。南浮里國,東接黎代,西與北臨大海,海中有帽山(今草島),山之西是南浮里海;國南邊是山,山之南又臨海。15世紀初,南浮里全國僅千餘戶,信奉伊斯

16世紀西方地圖上,一個用拉丁文拼寫的地名,全世界兩百多種語言中唯一音義完全一樣的是印尼語。後來被歐洲殖民者改了,這地名沒有再出現,文化關聯斷了400年,我在排查上千張地圖時發現。語言具文化特異性,印人沒有接觸美洲原住民不可能有音義相同的現象。16世紀前,印人如何來到美洲?李兆良



裹被擒,獻于朝,伏誅。時進卿適遺婿丘彥誠朝貢,命設舊港宣慰司,以進卿為使,錫誥印及冠帶。印人排華年代,很多華僑經香港回內地。我曾經教過幾個印尼學生英語。他們只懂

歐洲殖民美洲後,許多民族剩下人口少,東南部民族合併為 Catawba 族,與 Lumbee 族的面貌,膚色,服裝相似,特別是頭飾與女性的衣冠。Catawba 傳承了中國景德鎮的陶藝,造陶鼎,類宣德爐,自稱傳承了4500年的工藝。他們古代沒有曆法,這說法是從開始沿襲至今。中國今天稱5000年文化,他們接觸鄭和的年代正是500多



印人學者之間的交談。

南卡羅萊納的 Lumbee 族,很可能與南浮里 Lambri 有關。

南浮里(Lambri),13世紀至15世紀蘇門答臘島西的一小國,《爪哇史頌》作 Lamuri,《馬可波羅遊記》作 Lambri,宋代《諸蕃志》作蘭無里,《島夷志略》作喃誣哩,《瀛涯勝覽》作南浮里,《西洋番國志》

蘭教,國王也信奉伊斯蘭教。國王居所用大木架高三四丈,樓下放牛羊等牲口。明永樂七年(1409年)南浮里王曾率領臣下數十人,隨鄭和寶船到京師,進貢降真香等物品。

印人渤泥國王與明代中國友好,在中國逝世。Brunei 世代與中國交往甚密。中國與西亞通商,船都經印尼,黑石號在印尼沉沒,滿載唐代瓷器。Aceh 舊港是鄭和船隊必經之地,1407年朱棣在舊港設立大明舊港宣慰司,為大明在南洋的最高行政機

構。舊港宣慰司,明代行政建置,位於今印度尼西亞蘇門答臘巨港(Palembang)。

《明史列傳第二百二十二 外國五》:

四年,舊港頭目陳祖義遣子士良,道明遣從子觀政並來朝。祖義,亦廣東人,雖朝貢,而為盜海上,貢使往來者苦之。五年,鄭和自西洋還,遣人招諭之。祖義詐降,潛謀邀劫。有施進卿者,告于和。祖義來

一點漢語,荷蘭語,主要講印尼語。

美國北卡羅萊納與南卡交界處有 Lumbee 族,族徽是中國的社稷(青龍、白虎、朱雀、玄武),顏色改了,可能是顏料來源問題。美洲原住民的主要特徵是普遍用社稷作族徽,不止 Lumbee。這是中國天圓地方的寓意,外圓是天,地分四個方向,以四色代表四極,中國稱為社稷,北京故宮西邊的中山公園有社稷壇。

原住民稱美洲為龜山(Turtle Mountain),歐洲人翻譯

為龜,即中國傳說的巨鯨。李白“懷仙”詩:“巨鯨莫載三山去,吾欲蓬萊頂上行”。巨鯨,中國古傳說女媧補青天,斷巨鯨足以立四極。《淮南子·覽冥訓》:“往古之時,四極廢,九州裂,天不兼覆,地不周載,火熾炎而不滅,水浩洋而不息,猛獸食頹民,鷩鳥攫老弱,於是女媧煉五色石以補蒼天,斷鯨足以立四極”。就是說,美洲是一塊龜足撐起來的大陸。



年前左右。

美國東南部民族最複雜,最聰明,語言最多,中國文化遺存最多,原居住地集中在方圓400英里內。Cherokee, Chickasaw, Choctaw, Creek (Muscoogee), Seminole 被稱為五大最有文化的原住民族。明代中國,印尼與美洲的關係,目前還不明朗,有待進一步研究。



# 沒有北京、上海的現代中國地圖?

李兆良 2020-11-29

沒有北京、上海的現代中國地圖,你信嗎?

如果你不信,為什麼你相信《坤輿萬國全圖》是利瑪竇的作品?

利瑪竇(Matteo Ricci, 1552-1610)生於當時的教宗領地 Macerata。1571年,利瑪竇不顧家里反對,到羅馬學院唸書,成為耶穌會會士。1578年,利瑪竇離開葡萄牙里斯本,出發到中國傳教,在印度果亞逗留了一段時間,1582年在澳門登陸,以後沒有離開過中國,1610年,在北京去世。1602年,他向明朝獻了《坤輿萬國全圖》,地圖上有他的序言:“萬曆壬寅孟秋吉日歐羅巴人利瑪竇謹撰”,根據這段文字,還有利瑪竇帶來的 Abraham Ortelius 的 1570 年世界地圖,過去幾百年來,大家都相信利瑪竇繪製《坤輿萬國全圖》,所有教科書,媒體都是一個說法。

今天大家可以看到高清地圖,《坤輿萬國全圖》的意大利,明顯有點不對勁。教宗領地,梵蒂岡在哪里?文藝復興時代最出名的托斯卡納,佛羅倫薩在哪里?意大利的形狀為什麼不是靴子?

讓我們比較一下當時的地圖與利瑪竇的環境。

如果你沒有去過意大利梵蒂岡,起碼知道米開朗基羅在聖彼得大教堂天花板和牆壁上的《創世紀》油畫。他從 1508 年開



《坤輿萬國全圖》的意大利部分



梵蒂岡地圖廊的意大利地圖

始,每天爬上爬下,在高高的手腳架上繪製這幅名畫,花了整整4年。

聖彼得大教堂于 1506 年開始興建,米開朗基羅的畫與大教堂幾乎同時動工。利瑪竇沒有道理在羅馬不知道這全世界最大的教堂,最宏偉的壁畫。很可能他就是看到这么大的工程,才動心加入耶穌會。當年的羅馬,很多人會經常看到這位 20 歲出頭的年輕人,用敬仰的眼光看着教堂工程的進行。

1610 年,利瑪竇在北京去世,16 年後,梵蒂岡的大教堂才竣工。一個花了 120 年的龐大工程,在利瑪竇的心中不可能消失。

梵蒂岡有一個地圖廊,由教宗 Gregory 十三世發起,于 1580 年開建,1583 年完成。1578 年,利瑪竇離開葡萄牙,沒有機會看到,但是地圖廊里面的意大利地理,利瑪竇不應該不知道吧?如果他是《坤輿萬國全圖》的作者,為什麼他畫的意大利如此糟糕,沒有靴子的形狀,沒有梵蒂岡,沒有米開朗基羅與很多著名的藝術家活躍的佛羅倫薩。打從 1400 年開始,沒有一張歐洲地圖會漏掉佛羅倫薩,這是 Medici 美第奇家族隆興之地,歐洲文藝復興的中心。

利瑪竇,作為文藝復興時代,出生在教宗領地,在羅馬唸書的耶穌會會士,目睹梵蒂岡聖彼得大教堂的建造工程,對意大利如此陌生,對自己熱衷的宗教如此藐視,還被教廷欽點為中國教區的領袖?

再說,利瑪竇不是帶著 Ortelius 的世界地圖來中國嗎?

1570 Ortelius 世界地圖集的意大利是靴子形狀,地理形狀相當正確,教宗領地用特別顏色標示。托斯卡納另有專頁。如果是利瑪竇繪製《坤輿萬國全圖》,意大利應該是這個樣子。



梵蒂岡地圖廊

略的罪名。

利瑪竇的年代,歐洲對地球的概念是模糊的,沒有製作《坤輿萬國全圖》的土壤。

東與西是相對一個參照命名的,世界上沒有一個地名既是東,又是西的。1542 年教宗訂制的地球儀把東洋與西洋合二為一,這可是利瑪竇小時候學習的地理啊。Ortelius 1589 年的地圖把北海標注在南美的南端,都到南極了。美國立國前十年(1766 年),法國的皇家地圖學家 Bellin 的地圖,赤道之北到阿拉斯加,還稱南海。這是《坤輿萬國全圖》之後 160 年了。西方世界地圖命名海洋,連東西北都搞不清楚,完全亂套。《坤輿萬國全圖》能抄白錯誤的地圖而自動更正嗎?

今天,地平說不止存在,歐美還有國際地平學會。這可不是鬧着玩的學會,他們完全相信地球是平的。今天看到他們的網站 tfs.org,最後更新日期是 2020 年 6 月 28 日,報道了一則 2 月 23 日的新聞:會員 Michael Hughes 為了證明地平說,自製蒸汽動力火箭把自己送上太空,結果喪生了。

《坤輿萬國全圖》沒有一處講天圓地方,李之藻在《坤輿萬國全圖》明白記載了中國漢代張衡的渾天說。只有歐美才繼續相信地平說。

你還相信利瑪竇繪製《坤輿萬國全圖》嗎?

有人問:都過去 600 年了,談這個有意



佛羅倫薩 Santa Croce 聖十字教堂里的伽利略像和墓。(李兆良攝于 2012 年)

# 中國移民局通知 將嚴審中國公民因私出入境



由於新冠疫情在全球範圍內的蔓延,據中國移民局最新通告表示,中國將嚴控不必要人員跨境活動。與此同時,有多名海外赴華的旅客儘管手持檢測報告,但仍在抵達中國後被確診新冠。中國駐英使館明確指出,英國衛生部門(NHS)出具的新冠病毒檢測陰性報告將不再被用于回國登機證明。

從洛杉磯出發的國航 CA988 近日被官方報道出有 10 名旅客確診新冠,根據中國民航局的規定,一個航班累計確診 10 人之後,將觸發 4 周熔断。為此,洛杉磯華人資訊網記者對該航班是否已經被熔断進行了調查。

## 中國公民出入境將嚴審

11 月 14 日,中國國務院僑務辦公室轉發了中國國家移民局的一份最新聲明:嚴格控制不必要人員跨境活動。

為外防輸入,國家移民管理局嚴格控制不必要人員跨境活動。從嚴審批中國公民旅遊等非必要事由的出入境證件申請,勸阻和限制內地居民旅遊、探親、訪友等非必要、非急需出境活動。

中國國家移民局副局長表示,根據近期國際疫情形勢,國家移民管理局把外防輸入作為當前工作的重中之重,結合冬季口岸邊境季節性的特點,繼續強化移民出入境管理措施,主要體現在“四個嚴”上。

### 一是嚴格口岸通道管控。

疫情爆發以來,已經關停了 46 個陸地口岸、66 條邊境通道,並且加強了值守看管,嚴防境外人員繞關避卡入境,並且從嚴限制仍在運行的陸地口岸及邊境通道的人員通行,僅保留貨物運輸功能。

### 二是要嚴格控制不必要人員跨境活動。

繼續暫停外國人持部分有效簽證、居留許

可入境,繼續暫停口岸簽證和區域性免簽政策。從嚴審批中國公民旅遊等非必要事由的出入境證件申請,勸阻和限制內地居民旅遊、探親、訪友等非必要、非急需出境活動。

三是嚴密邊境地區人員和交通工具通行管理。

### 四是嚴厲打擊非法出入境違法犯罪活動。

非法入境是屬於妨害國家、國邊境的犯罪的行為,今年以來共查獲毗鄰國家人員偷渡來華的案件 700 余起,查處非法入境的外籍人員 5000 多人,有效地防範了疫情經過非法入境的渠道輸入。

英國衛生部檢測不再用作登機證明

北京時間 11 月 14 日,據中國駐英使館發佈的最新通告明確指出:英國衛生部門 NHS 出具的新冠病毒檢測陰性報告不可被用于回國登機證明。

通告表明,近期有多名自英國出發赴華的旅客,在抵達中國後確診為新冠肺炎患者。有關旅客大多持有英國衛生部門(NHS)出具的檢

測報告。

按照英國政府規定,NHS 檢測不適用於國際旅行目的。一般情況下,只有出現新冠肺炎症狀人員才能預約進行 NHS 檢測,檢測場所出現新冠肺炎感染者的可能性較大,健康人員前往檢測將面臨接觸感染者的可能。如因此感染,不僅損害個人健康,產生經濟負擔,更會給同機乘客的健康造成嚴重威脅。

為保障赴華旅客的健康安全,同時避免因報告不符合要求而影響行程,現提醒如下:

一、自即日起,中國駐英國使領館在健康碼審核工作中,將不再接受 NHS 檢測報告。

二、檢測報告須體現乘客個人信息(除姓名外,還應包括出生日期或護照號碼)、檢測機構信息(至少包括地址、聯繫電話、電子郵箱)、採樣時間(Date of Test)、報告時間(Date of Report)、檢測項目(PCR 核酸、IgM

抗體)、檢測結果等要素。中國駐英使領將隨機聯繫檢測機構核實檢測報告真偽,對無法核實或核實為偽造的,將不予核發綠色健康碼。

請近期赴華人員關注上述要求,選擇符合條件、衛生消毒有保障的檢測機構進行檢測,並提醒檢測機構及時回復中國駐英國使領館的電話或郵件。來源:中國移民局



# 中國留美學生人數十餘年來首降 STEM 領域最受熱捧

留美學生人數自 2006 年以來首次出現了下降,降幅主要是來自印度、韓國、沙特阿拉伯的留學生減少。

11 月 16 日,美國國際教育協會(IIE)發佈了最新《2020 美國門戶開放報告》。該報告顯示,2019/2020 學年(從當年 9 月到次年 6 月),留美學生人數下降 1.8%,約 108 萬名學生。

此外,從政策和國際關係上看,2020 年美國大選前,特朗普政府曾提出不少針對學生簽證和工作簽證的限制,如擬取消 H-1b 抽籤,也在一定程度上限制國際生赴美留學。

儘管留美學生數量整體下滑,但中國大陸學生相比 2018/2019 學年增長 0.8%,留美學生總數為 372532 人,佔全部國際生數量 34.6%,連續第 11 年成為美國最大的國際學生來源國。

美國國際教育協會去年發佈的報告顯示,2018/2019 學年,中國赴美就讀本科和研究生的的人數較上年分別減少了 2%和 1%。

中國留學生人數分別是印度、韓國的 2 倍和 7 倍。緊隨其後的依次是沙特阿拉伯、加拿

大、越南。

留學專業方面,STEM 領域最受熱捧,主要包括工程、數學和計算機專業。其中,工程專業



依舊排首位,學生數量逾 22 萬,佔總人數的 20.5%。但就讀人數較去年再次減少,下降幅度 4.4%。

學習數學及計算機科學專業的國際學生人數逾 20 萬人,相比前一年增長 0.9%,佔國際學生總人數的 19%。

對於中國學生來說,留學人數最多的領域也是數學及計算機科學類,學習該領域的中國國際學生總人數連續 9 年上漲,自 2010/2011 學年的 10.6%,上升到 2019/2020 學年的 21.2%。其次是商科佔比 17.5%、工程佔比 17.5%、社會科學佔比 9%、物理和生命科學 8.4%。

報告還顯示,赴美讀本科的學生約 42 萬,讀研人數約 37 萬,但赴美讀研的人數連續兩年增長,較前一年同比增長 0.4%;讀本人數日益減少,較前一年同比下降 1.8%,這也是自 2015 年以來第四次下降。

在留學院校選擇上,紐約大學繼續佔領榜首,東北大學、南加州大學和哥倫比亞大學形成第二梯隊,留學生人數都達到 17000 以上,且三所學校留學生數量非常接近。

今年留美人數最多的十所院校中,U.S. News 綜合排名 TOP30 的有 4 所, TOP50 的有 8 所。吸引國際生入讀的原因包括招生人數、地理位置、教學質量、財政能力等。

數據還顯示,2019 年國際學生為美國經濟貢獻了約 410 億美元,比上一年有大幅降低。

**一站式的服務,省心又省錢**  
**State Farm Jonathan Yu 辦公室**  
 Yu Ins and Fin Svcs Inc  
 Jonathan Yu, Agent  
 1930 Crown Park Ct, Ste 140  
 Columbus, OH 43235  
 Bus: 614-885-9507  
 我們精通中文

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

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

向更好邁進™ 現在就打電話給我!

2019 年客戶平均年度節省金額是以 2019 年全國性問卷調查中報稱在轉用 State Farm 後節省的金額。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

**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®  
 OAR President's Sales Club Award Winner 2012

**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



睡不好,飲食難均衡

睡得好主要是指睡眠充足和睡眠質量好,否則不僅會增加焦慮、抑鬱、高血壓、糖尿病、腦卒中、心臟病以及肥胖等疾病風險,還會影響我們的飲食偏好。

試驗條件下,一個人連續4天睡眠不足或睡眠質量下降,即可影響到飲食,具體包括以下4個方面的改變。

1.偏好不健康食物

加州大學伯克利分校對大腦進行磁共振掃描成像後發現,睡眠不足會嚴重損害大腦額葉的活動,使人偏好選擇不健康的食物,如高熱量、高脂肪食物,以致膳食纖維和優質蛋白攝入降低,整體飲食質量下降。

2018年,亞利桑那大學研究人員針對3000多名成年人的調查也發現,睡眠不足會加大夜間時段對“垃圾食品”的渴望。

西北大學的一項研究則顯示,與早睡早起的人相比,晚睡晚起的人夜間會多攝入幾百千卡的熱量,水果和蔬菜攝入減少一半。

2.進食量增加

睡不好對進食量的影響可能源於多種原因:清醒時間增多,進食機會增加。睡不好導致心理壓力增大,而進食有助緩解

睡不好可能是“吃”出來的

壓力。睡眠不足會刺激大腦的獎勵系統,使食物帶來的滿足感增強。

飢餓感增加,導致吃太多。有研究發現,睡眠不足與代謝率降低、飢餓感增加以及熱量攝入增加有關。

3.飲食節律改變

睡眠差可造成人體激素分泌的改變或紊亂,包括食慾素的分泌增加和飢餓感的增強,導致飲食習慣發生改變,尤其傾向在非正常時間進食。

研究發現,晚睡晚起的人更易養成多次進食的習慣,部分人的夜間攝入熱量甚至高達全部攝入量的20%。

4.酒精依賴

多項研究發現,睡眠不足者相對更偏好飲酒,產生酒精依賴的風險更高。吃不好,晚上睡不香



睡眠與飲食的關係從來不是單向的,不健康飲食習慣同樣能夠“反噬”睡眠。特定的食物可能影響睡眠節律,如:咖啡因、能量飲料會降低睡眠質量。牛奶有助睡眠作用。

澳大利亞弗林德斯大學的研究則發現,大量攝入飽和脂肪和碳水化合物會增加白天過度嗜睡的風險。

飲食量也會影響睡眠周期,如睡前吃過飽不利于正常入睡。

躲開7個不良飲食習慣

①太飽

健康養生提倡每餐七八分飽,若吃得太多,身體所需的消化時間就會增加,由於晚餐到睡覺的時長較長,晚上吃太飽會令腸胃負擔過重,導致入睡困難。

②太油或太素

第一次報警:無聲的報警

如果生活不夠健康,就容易離冠狀動脈粥樣硬化越來越近,離冠心病越來越近。

這是第一次報警,但這次報警,不是那麼聲勢浩大,而是潛移默化的在報警:長期抽煙酗酒,久坐不運動,肥胖,不健康飲食,熬夜壓力大。如果這些習慣越多,那麼說明得冠心病的風險越高,所以一定要儘快改掉不良生活習慣。如果父母在55歲之前得過心肌梗死或放過支架打過橋,也需要注意養成健康的生活方式。

上述這些人都應定期查查血壓、血糖、血脂,如果發現三高一定積極正規控制,並長期監測。

所以有家族史、高危因素、三高等,是心梗第一次報警,這次報警很友善,不會造成很大傷害,只要足夠重視,就不會發生心梗。但如果若無其事,心血管狹窄就可能進一步加重,甚至發展為冠心病,甚至發展為心肌梗死。

第二次報警:明知三高不控制,或已知冠心病而未正規治療

有很多人明知有高血壓、糖尿病、高血脂,但是卻從不在意。殊

心梗有二次報警

不知,三高會導致血管垃圾加速增加,進而導致心血管狹窄,引起冠心病。

或者已經確診了冠心病,不按照正規的方案治療,甚至選擇什麼保健品來治療冠心病。最終會導致冠心病加重,甚至形成血栓,引起冠心病。

所以,要主動的測量血壓、血糖、血脂;三高不控制就是心梗早期的報警;冠心病不正規治療,就是心梗在報警。

第三次報警:反復發作心絞痛

心肌梗死最典型的症狀就是心絞痛,每一次心絞痛都可能是心肌梗死最後一次報警!

但為什麼還是有很多人,錯過了一次次報警,最終導致心肌梗死發生,甚至導致有人死亡呢?

原因可能在于,有些心梗症狀,被患者忽視了。就好比上面的患者,最近心臟報警了好多次,可是他一直以為是後背疼痛,根本不覺得是心臟病,於是就沒有去醫院看病。

事實上,心絞痛並不僅僅是胸前區疼痛,有一些心梗預兆,完全意想不到,但是卻能要命!

有一位醫學心理專家認為:“世上所有的病,都是免疫系統打了敗仗。”

1 負面情緒是疾病的幕後黑手

我們一直低估了身體的智慧,人體里有著一套精密的免疫系統。這里說的免疫系統,不僅是西醫所說的狹義的免疫能力,還包含自我診斷、人體資源管理、自我修復及再生。當我們產生各種各樣的情緒的時候,最先攻擊到的是身體的免疫系統。

70%以上的人,會以攻擊自己身體器官的方式來消化自己的情緒,這是導致出現病症的最大原因之一。

有人做過一個實驗。把猴子吊起來並不時給予電刺激,使猴子一直處於焦慮不安的情緒中,不久猴子便得了胃潰瘍。

採用纖維胃鏡、X光、腦電圖及生化對胃病的病理機制進行研究,發現胃病的發生與大腦皮層的過度興奮或抑制,植物神經功能紊亂密切相關。

研究表明,導致免疫系統出現問題的情緒排名,前七名的依次是:生氣、悲傷、恐懼、憂鬱、敵意、猜疑,以及季節性失控(如夏季頻發爭執和摩擦,冬季抑鬱患者會比平時多)。

很多時候,經常性的負面情緒才是疾病的幕後黑手。

2 所有的委屈、糾結、憤怒終將化作一場免疫風暴

知名的心理諮詢專家約翰·A·辛德勒曾碰到過一個病人,當時她所有的病症和膽囊炎一模一樣。所以約翰為她注射了三針止痛劑,在她病情日益嚴重的情況下,還為她進行了膽囊摘除手術。

但這始終沒有治愈她的疼痛,最後才發現她的疼痛是兒子前往部隊,情緒緊張所引發的腹部疼痛。等她兒子回到家里,她的病痛就不藥而愈了。

這聽上去是不是覺得很神奇,不可思議?但不為人所知的並不代表着不存在。

情緒正在以一種悄然的方式,主宰著你的健康。

如生氣憤怒的時候,胃出口處的肌肉會

被擠壓引起消化道痙攣,心臟中的冠狀動脈擠壓嚴重將引起心絞痛,甚至是致命的冠狀動脈痙攣。

情緒像水,穩定的情緒是涓涓細流,滋養萬物,不穩的情緒則是咆哮波濤。人們只喜歡好的情緒,比如快樂,而把負面的情緒比如悲傷、恐懼壓抑下來。我們不知道,所有的負面情緒,比如:委屈、憋屈、壓力、全都累積在身體里,終有一天,一場免疫風暴,就能帶走人的性命。

別等到來不及時,才想起,我們本該好好珍愛自己的內心。

3 身體的不適和病症是內心的呼喊和求救信號

有位朋友和我嘮嗑,聊起關於情緒和疾病時,她很感興趣。

她問我:我弟弟少年白頭是什麼情緒引發的?

我說:可能是“我已經非常盡力了”。

她問:怎麼緩解?

我答:做自己,把別人的願望還給別人。

她點點頭,又問:我爸在我媽去世當晚一夜白頭也是因為情緒吧?

我說:是的,太過悲傷,絕望。

她問:最近我無緣無故掉頭髮的原因是什麼?

我答:焦慮。

她問:我也不想焦慮,可是“臣妾做不到

超市挑選醬油 注意兩點

在超市買生抽醬油時,不少人因為不知道如何挑,會直接買瓶最便宜的,或閉着眼睛隨便抓上一瓶就走,但實際上,挑生抽可是很有講究的。

首先,生抽可是知名的「含鹽大戶」。超市隨手一瓶,鈉含量基本都超過了1000毫克/15毫升。如果烹調時再放些鹽,味精,一不小心鈉含量就會超標...所以注意醬油的鈉含量是很重要的。

另外,用生抽就是為了給食物增鮮,這時「鮮味」就顯得尤為重要了。如果買回家的醬油不夠鮮,烹調、拌菜時很可能只是多加了點鹹味和水分而已.....

所以生抽的選購指南,就看兩個維度——「鮮味」「減鹽」。

想要「鮮味」看準「氨基酸態氮」

氨基酸是蛋白質分解後產生的,氨基酸態氮可以反映醬油的「鮮味強弱」「質量好壞」。它通常會標註在產品的包裝上,仔細找找就能看見。

特級 氨基酸態氮 ≥0.8克/100毫升	
一級 氨基酸態氮 ≥0.7克/100毫升	
二級 氨基酸態氮 ≥0.55克/100毫升	
三級 氨基酸態氮 ≥0.4克/100毫升	

在《國家標準 GB/T 18186-2000 釀造醬油》中,也是根據氨基酸態氮的含量,對釀造醬油進行分級。

醬油的氨基酸態氮含量高,就可以認為它的味道更鮮,所用原料的品質也可能更好。

但某些醬油也可能會用鮮味劑(如X-甘氨酸二鈉)來增鮮,雖然屬於添加劑,但只要符合規範使用,就不用太過擔心。

想要「低鹽」鈉含量越低越好

上面有說到,醬油也是含鹽大戶,10毫升醬油換算成鹽大約是1.6~1.7克,接近每日建議攝入量的1/3了。

購買前不妨比對一下貨架上的醬油,選擇鈉含量相對更低的那一瓶。主要方法就是看包裝上的營養成分表。看生抽鈉含量時,一定要注意營養成分表標註的每份是多少毫升。

大多數醬油都是按照每份15毫升標註,但有些品牌也會按每份10毫升標註。這樣操作會顯得鈉含量少,但實際上一點也不少,只是「障眼法」而已。

另外很多醬油品牌也推出「淡鹽」「低鹽」「減鹽」款,可以通過包裝上的信息篩選。

養生先養心



憤己的心聲。

很多疾病都是我們自己的情緒引起的,即使好了一點,我們的情緒再上來的時候,健康又沒了。

古人云“心病還須心藥醫”,現在看來不無道理。

暢銷書作家何權峰曾在書中講過一個故事。一位知名大學心臟學系主任心臟病發作,病情十分嚴重。經歷瀕死的絕境後,他開始認真思考自己的人生,住院的3個月,他整理了自己的生活心得,然後總結出兩條生活守則。這兩條生活法則,不是什麼保健養生醫學良方,而是特別簡單的兩條為人處世的方法:

守則一,別為芝麻小事耗力氣;

守則二,所有事情都是芝麻小事。

人生在世,很多身體的問題都是情緒上的問題,而情緒的問題都可以歸結為四個字:“庸人自擾”。很多煩惱,都是因為執念於眼前的小事,在潛意識里把不如意的事放大了。

如果為了一件小事而大發雷霆,為了一次誤解而深陷悲傷,為了一個批評而自我懷疑,于己無益,於事無補。

如果你終日被情緒所擾,幸福生活也會從此不再。

5 惜命更好的方式,不是養生而是管理情緒

良好的情緒,可以緩解因壞情緒而產生的壓力,以恰到好處的方式刺激腦下垂體,從而使內分泌功能達到最佳平衡狀態。一旦內分泌處於平衡狀態了,我們就會感覺到內心充滿了無限活力。

懂得愛自己,不僅僅是住最好的房子,吃最精緻的佳肴,忠於內心,超越自我,而是你比誰都能更關心自己的情緒,比誰都更敏銳的察覺身體發出的信號。

你要比誰都更清楚知道自己的情绪和身體正在哪個點上,然後去消化它。

痛苦的時候哭出來,發泄情緒並不是一件丟臉的事。

愉快的時候笑出來,你會發現活着是一件再好不過的事情。

文章指出每500名持續進行腸道病治療的病人中,有74%的患者被發現患有情緒性疾病。耶魯大學的醫療診療也曾於1951年在一篇研究報告中表示,有76%的病人被診斷曾得過情緒性疾病。

換句簡單的話說,很多病人其實不是真正地生病了,而是情緒生病了。當我們腸胃不適,只是大把吞下胃藥,卻逃避壓力和緊張的根源;當我們皮膚上的各種紅疹,猶如一座座小火山的爆發,但卻沒有發出:我很生氣,請看看我的

# 戰勝焦慮最有效的方法

一個準備考研的同學說，她總是懷疑自己，覺得自己能力差，本科學校不好，怕在面試時不被看好。也因為此，她聽課學習時容易胡思亂想，無法專心。越是懷疑自己，壓力就越大，怕考不上，怕失敗，怕努力了還被別人笑話。她問我該怎麼辦。

我想了一下，這個問題不好回答。如果只是簡單地說一句“要自信”，可能用處不大。誰不知道自信很重要，問題是怎麼建立自信。既然如此，不妨換個思路：先暫時承認自己的不足。

有了這個前提，接下來就可以回答這位同學的疑問了。胡思亂想、嚇唬自己，是解決不了問題的。解決問題的第一步應該是：找出問題，認清問題。

與其懷疑擔心，不如按照考試要求先來個自測。如果差距不大，就不必太過擔憂。如果差距很大，就需要搞清楚自己究竟差在哪些方面。找到薄弱的板塊，然後抓緊時間學習練習，一項項攻克。這樣做，比盲目自信或者擔憂害怕更有意義。

當你解決了一個小問題或是取得了一些小進步時，不要忘記鼓勵自己。畢竟，決定你人生高度的一定不是起點，而是努力之後可以達到的終點。

我當輔導老師時，習慣每節課後給學生留作業，久而久之發現一個奇怪的現象。如果我要求交作業的時間是一星期後，那麼最終交上作業的那些人中，很大一部分是在最後一天晚上熬夜趕完的，而更多人則在我收作業的時候面面相覷，他們早就不記得還有作業這回事了。

一個老人，撿破爛的老人，不時向熱氣騰騰的米粉店內張望，喉結上下蠕動，顯然是餓了。

一個年輕人，帶著女兒的年輕人準備要吃米粉。年輕人隨意往外瞥了一下，準備動筷子的他叫服務員拿來一只大碗，攤出了大半碗米粉。

吃着米粉的女兒仰着小腦袋問，爸爸，你不是說自己是胃王嗎？年輕人微微一笑說，爸爸今天胃口不好。

餐畢，父女倆離去，那大半碗米粉卻留了下來，遲遲沒有人來收。

老人勾著頭進店，落座，拿筷端碗，



後來，我調整了策略，要求他們當天課後兩小時內提交作業。結果，超過90%的人都能按時完成。更好玩的是，他們不僅沒有因為我的嚴格要求而抱怨，反而表現出更多的幸福感，夸我負責。可見，對待缺乏自律的人，最有效的方式是立好規矩，執行到位。

聽網課其實就是在挑戰一個人的自律性。有好多同學聽課時，當天有事沒跟直播，準備第二天補回放，結果第二天又有事，準備第三天補前兩天的回放，然後就沒有然後了。

讀一本書，常常也是類似的情形。開始一段時間內讀不完，後面再讀的概率就越來越小了。

可如果我們總是這樣三天打魚兩天曬網，就永遠無法完成。日子久了，就更容易陷入感覺自己一事無成的焦慮中。？

有時，你覺得自己太難了，但是向上爬的路沒有人會覺得輕鬆。你可以放棄努力、放棄堅持，可一旦選擇放棄，也就放棄了讓自己變得更好的可能。還是那句話，今天不努力爭取自己想要的生活，明天就不得不花費更多時間去應付你不想要的生活。

戰勝焦慮最有效的方法，就是直面那些讓你焦慮的事，努力想辦法去改變它。

每個人都會有犯懶的時候，怎麼辦？不妨這樣勸自己，學就比不學強，多學就比少學強，儘量別讓自己太過閒著。

我始終覺得，人的很多煩惱都是閑出來的。當你不夠努力時，自然會把時間花費在各種胡思亂想上。而當你開始真正行動起來努力提陞自己時，哪還會有時間和精力去懷疑自己呢？ 作者：石雷鵬

## 恰到好處的善良

風卷殘雲般幹掉了那碗米粉，然後用手抹抹嘴巴，滿意地走了。

這期間，老闆埋頭算賬，食客低頭用餐。服務員靜靜地收拾碗筷，好像老人根本沒有進來過。

有個新來的夥計忍不住抓起幾根油條追出去，被老闆使眼色攔住了。老闆低聲說，這樣他會很沒自尊，以後就不會來了。明早，你就坐那個位置，給你煮雙倍的米粉。這世上有一種善良，不動聲色卻暖人心脾。而給出這種善良的人，往往更能體會別人的疾苦。

他尊重人體貼人，說話有善意；他有方圓守規則，做事有尺度；他盡最大同理心，對人不追問。這種人，不製造難堪，不窺探隱私，不揭露人短，不強人所難，以洞察力、玲瓏心，溫暖了他周圍的小世界。兩只刺猬，如果想要相互取暖，只能是，不遠不近地擁抱；我們不是刺猬，但如果想要善待生命中的每一個人，也可以用恰到好處的善良為彼此讓渡出舒適的空間。

我們常說，善良要帶點鋒芒。很多時候，善良也要恰到好處。

感謝這世間，所有不動聲色的善良！

家附近有一擔賣油面的小攤子，我平常並不太注意，有一回帶孩子散步路過，看到生意極好，所有的椅子都坐滿了人。

我和孩子駐足圍觀，這時見到賣面的小販，把油面放進燙面的竹撈子里，一把塞一個，剎那之間就塞了十幾把，然後他把疊成長串的竹撈子放進鍋里燙。

接着，他以迅雷不及掩耳的速度，將十幾個碗一字排開，放作料、鹽、味素等等，很快的撈面、加湯，十來碗麵煮好的過程還不到五分鐘，我和孩子看呆了。更令人贊嘆的是，那個煮麵的老闆還邊與顧客聊着閑天。

在我們從面攤離開的時候，孩子突然抬起頭來說：“爸爸，我猜如果你和賣面的老闆比賽賣面，你一定輸！”

對於孩子突如其來的談話，我感到莞爾，並且立即坦然承認，我一定輸給賣面的人。我說：“不只會輸，而且會輸得很慘，這個世界上能贏過賣面老闆的人大概也沒有幾個。”？

後來我和孩子談起了，他的爸爸在這世界上是輸給很多人的。

接下來的幾天，就玩着遊戲一樣，我帶着孩子到處去看工作中的人，我們在對角的豆漿店看夥計揉麵粉做油條，看油條在鍋中脹大而充滿神奇的美感，我對孩子說：“爸爸比不上炸

# 林清玄：承擔是生命裡最美的東西

油條的人。”

我們到街角的餃子店，看一位山東老鄉包餃子，他包餃子就如同變魔術一樣，動作輕快，雙手一捏，個個餃子大小如一，煮出來晶瑩剔透，我對孩子說：“爸爸比不上包餃子的人。”

我們在市場邊看見一個削梨子與芭樂的小販，他把水果削好切片，包成一袋一袋準備推銷到戲院去賣，他削水果時，刀子如同自手中長出，動作又利落、又優美，我對孩子說：“爸爸比不上削水果的人。”

就在我們放眼這個世界的時候，如果以自我為中心，很可能會以為自己是頂尖人物，一旦我們把狂心歇息下來，用赤子之心來觀照，就會發現自己是多渺小，在人群之中，若沒有整個市井的護持，我們連吃一套燒餅油條都成問題呀！

這是為什麼連聖賢都感嘆地說：“吾不如老農，吾不如老圃”的緣故，我們什麼時候能看清自己不如人的地方，那就是對生命有真正正心的時候。

看到人們貌似簡單，事實上不易的生活動作時，我覺得每一個人都值得給予最大的敬意，努力生活的人們都是可敬佩的。

他們不用言語，而以動作表達了對生命的

沿著清晨的查爾斯河，我依照自己的步調信步慢跑，卻被大概是哈佛新生的女生們從背後一一趕超過去。她們大多嬌小玲瓏，苗條瘦削，身穿印有哈佛標誌的深紅色T恤，一頭金髮扎成馬尾辮子，一面聽著嶄新的i-Pod，一面英姿颯爽地沿著道路向前直奔。

人們無疑從中感覺到了某種具有攻擊性和挑戰性的東西。她們似乎習慣一個個地超越別人，而不習慣被別人超越。她們一望便知是優秀的，是健康的，深具魅力，嚴肅認真，而且充滿自信。她們的奔跑怎麼看都不是適合長跑的跑法，而是典型的中距離跑，步幅很大，步伐矯健有力。一邊優哉游哉地跑步，恐怕與她們的思維方式格格不入。

與之相比，我對敗績早已習以為常。這絕非自夸。人世間令我徒嘆無奈的事情多如牛毛，使盡吃奶的力氣都無法戰勝的對手也不計其數。然而她們恐怕還不曾體驗這樣的苦痛，當然，不必非得現在就體驗。瞅著她們那蕩來晃去、搖曳不已，似乎有些揚揚自得的馬尾辮，以及修長而好鬥的雙腿，我不著邊際地思考著諸如此類的事兒，保持自己的步調，優哉游哉地跑在沿河的道路上。

我的人生中也曾有過這等輝煌的日子嗎？是呀，或許有過那麼幾天。但即便那時我也有一條長長的馬尾辮，恐怕也不曾像她們那般搖來蕩去。當時我的步伐肯定也不像她們那般堅強有力。這本是理

所當然。任怎麼說，她們可是名揚天下的哈佛大學簇新的一年級學生啊！

眺望她們的奔跑姿態，不失為一件賞心樂事。你會樸素地感受到，世界就是這麼實實在在地傳承下去的。歸根結底，這就是類似於傳承交接的東西。所以，雖然被她們從背後趕上、超過，也不會萌生出懊惱之情來。她們自有其步調，自有其時間性。我則有我的步調，我的時間性。這兩者本是迥然相異的東西，我與她們相異也是理所當然的事情。

早晨，在沿河的跑道上，大致在相同的時間，我會遇到一些人。一位矮小的印度婦人在散步，年紀大約六十歲，雍容典雅，穿戴整潔。奇怪的是（或許絲毫也不怪）她每天的穿著都不相同，有時身纏瀟灑的紗麗，有時則穿著印有大學校名的大號運動衫。如果我的記憶無誤，我一次也沒有看見她身穿同一件衣服。看她今天穿什麼衣服，也成了我每天清晨跑步時的小小樂趣。

人總有一日會走下坡路。不管願意與否，伴隨著時間的流逝，肉體總會消亡。一旦肉體消亡，精神也將日暮途窮。此事我心知肚明，卻想把那個岔口（即我的活力被毒素擊敗與凌駕的岔口）向後推遲，哪怕只是一星半點。這就是身為小說家的我設定的目標。

眼下我暫時沒有“憔悴”的閒暇。所以，即使人家說我“那樣的不是藝術家”，我還是要堅持跑步。

作者：〔日〕村上春樹 圖：李娟

# 即便那時的我有一條長長的馬尾辮

## 兩棵樹，你砍哪一棵？



老教授問：“如果你去山上砍樹，正好面前有兩棵樹，一棵粗，另一棵細，你會砍哪一棵？”

問題一出，大家都說：“當然砍那棵粗的了。”老教授一笑，說：“那棵粗的不過是一棵普通的楊樹，而那棵細的卻是紅松，現在你們會砍哪一棵？”

我們一想，紅松比較珍貴，就說：“當然砍紅松了，楊樹又不值錢！”

老教授帶著不變的微笑看著我們，問：“那如果楊樹是筆直的，而紅松卻七歪八扭，你們會砍哪一棵？”

我們覺得有些疑惑，就說：“如果這樣的話，還是砍楊樹。紅松彎彎曲曲的，什麼都做不了！”

老教授目光閃爍著，我們猜想他又要加條件了，果然，他說：“楊樹雖然筆直，可由於年頭太久，中間大多空了，這時，你們會砍哪一棵？”

雖然搞不懂老教授的葫蘆里賣的什麼藥，我們還是從他所給的條件出發，說：“那還是砍紅松，楊樹中間空了，更沒有用！”

老教授緊接著問：“可是紅松雖然不是中空的，但它扭曲得太厲害，砍起來非常困難，你們會砍哪一棵？”

我們索性也不去考慮他到底想得出什麼結論，就說：“那就砍楊樹。同樣沒啥大用，當然挑容易砍的砍了！”

老教授不容喘息地又問：“可是楊樹之上有個鳥巢，幾只幼鳥正躲在巢中，你會砍哪一棵？”

終於，有人問：“教授，您到底想告訴我們什麼？測試些什麼呢？”

老教授收起笑容，說：“你們怎麼就沒人問問自己，到底為什麼砍樹呢？雖然我的條件不斷變化，可是最終結果取決於你們最初的動機。如果想要取架，你就砍楊樹；想做工藝品，就砍紅松。你們當然不會無緣無故提著斧頭上山砍樹了！”

這個故事告訴我們：一個人，只有心中先有了目標，做事的時候才不會被各種條件和現象迷惑。你的目標明確了嗎？想清楚了，那就加油吧！

地方以後，孩子感到疑惑，他問：“爸爸，那麼你有什么可以比得上別人呢？”

我說：“如果比寫文章，爸爸可能會比得上那賣油面的老闆吧！”

孩子說：“也不會，油面老闆幾分鐘煮好十幾碗麵，爸爸要很久才寫完一篇文章！”？

父子倆相對大笑，是呀，這世界有什么東西可以相比，有什么人可以相比呢？

事實上，所有的比較都是一種執著。



# 看不見的網絡

人類社會是一個不斷變化的世界，或者一個網絡化的世界。

不過，網絡化並不等於互聯網化，互聯網只是一種工具。考察歷史，人類社會的網絡一直存在，從過去的書信到電子郵件，從火車到飛機，從電報到電話，變化的是工具，網絡的本質並沒有變。即使當下無處不在的微信、微博等社交媒體，也只是加速了人類的網絡化而已。

《人類網絡》這本書，就從不同層面審視了看不見的人類網絡。作者馬修·杰克遜是斯坦福大學經濟學教授、美國國家科學院院士，可以說是經濟與社會網絡學界的領軍人物。

人類網絡的效率，可能超乎你的想象。《人類網絡》中舉了一個例子。假設一個小社群有30人，如果其中一人，比如李雷，和其他29人都是朋友，另外一人，比如韓梅梅，和其他28人是朋友，以此類推，小社群可以結合的朋友關係數量是435。

從30到435，已經非常多了，但是再設想兩種極端情況：第一種，假設這個社群里所有人彼此都不是朋友，那麼這就是一個“空網絡”；第二種，假設這個社群里所有人彼此都是朋友，那麼這就是一個“全網絡”。介於上述二者之間，則存在着各種類型的網絡。這樣的網絡有多少？其數量不僅超過恆星總數，甚至比所有原子的數量還要多很多。

在馬修·杰克遜看來，整個社會和經濟網絡都屬於“人類網絡”，其作用體現在就業、婚姻、階層、社會等不同層面。現在流行的六度分離（六度區隔）理論其實不是新事物。古代儘管等級森嚴、交通不便，任意兩個人之間還是可

以拉上關係的，只不過可能比現在的“六度”再多三個度左右。

談到網絡在古代社會的利用，最典型的就統治佛羅倫薩幾百年的美第奇家族。這個家族出了不少教皇、王后這樣的大人物，其實，他們的起家並非偶然，其中網絡就曾發揮了重大作用。

在15世紀30年代之前，美第奇家族並沒有那麼富有、顯赫，甚至還遭受過放逐。對手在佛羅倫薩的執政團中佔多數，但在投票中美第奇家族還是勝利了，反過來放逐了對手。關鍵在哪里？

美第奇家族的核心是族長科西莫，他通過聯姻和商業（也就是銀行業）等手段，精心編織



網絡更鬆散、更分散，因此難以集中力量。這使得雙方實力對比出現了逆轉：乍看起來，對手人多勢眾，但是沒有一個領導家族。

這就是網絡的秘密。連接不同家族的最短距離，往往需要通過美第奇家族，這就體現了比較高的中介中心度，也就是其他各對節點之間最短連線通過該節點的比例。因此，美第奇家族不僅成為商業的局中人，而且是政治的核心

組織者。而網絡的特性在於，通過不斷反饋，信號可以不斷加強，往往強者恆強。

民國時期流行“我的朋友胡適之”，事實上，這體現了一個典型的網絡規律：你的朋友往往比你更受歡迎。比如在社交媒體上，98%的人的被關注數少於他們所關注的人數。因此，我們常說找工作需要靠熟人推薦，因為通過推薦獲得工作的概率是直接申請的大約兩倍。

網絡視角對我們理解當下的不平等，很有意義。很多人認為富人賺錢就是靠資本，這其實不是事實。事實是，他們收入中的2/3屬於勞動收入，只有1/3屬於資本回報。我常說知識經濟時代是一個軟階層時代，這意味着什麼？這個時代與工業革命時代、工業經濟時代都不同，回報不僅僅來自於資本和人力資本，更取決於你在網絡中的位置。

網絡是一個很好的視角，讓我們洞悉事件背後的結構和傳播。全球化之下人們的觀點往往極端對立，其實這也可以從網絡角度解讀。原本分散的不同意見通過自身網絡擴大之後，加大了聚集效應，發生同質化的同時也加大了極端化，造成衝突加劇的現象。因此，對於那些站隊事件，你和你的朋友往往觀點接近，但是你要意識到，這容易使你們陷入意見的“同溫層”。如果要瞭解真實的世界，一個人應該嘗試多關注自己圈子之外的變化。

理解人類網絡，需要人類學、社會學、經濟學、數學、物理學、計算機等多學科的知識儲備。探索只是剛剛開始。但可以肯定的是，看不見的網絡決定了你的位置。理解了網絡，才能為未來做好準備。作者：徐瑾



## 最後一擊

年輕人決定到一個傳說中盛產天才藝術家的國度探訪，他想知道，天才究竟是怎樣誕生的。

在一家小旅店住下後，年輕人來到藝術市場。許多工匠把自己的作品陳列在那里，可年輕人所見到的都是一般性的作品，他多少有些掃興。

年輕人離開了喧囂的市場，繼續往

前走，這時，從一扇木門里傳出的輕微的敲擊聲吸引了他的注意力。年輕人透過虛掩的木門，向里面看去。

各種各樣的動物石中間，坐着一位年輕的女子。雖然那些石雕還沒有完工，但這絲毫不妨礙它們透出不凡的氣度。

只見女子站起來，從圍裙口袋裏拿出一把小錘子，年輕人想，她一定是個學徒。看她輕輕地向石雕敲擊，他甚至為她的無知感到耻辱，但是接下來發生的事情讓年輕人驚訝得目瞪口呆。

突然，石雕上有十來片石屑嘩嘩落下。起先年輕人還以為是她敲錯了，毀了石雕，但是很快他就明白了，她沒有毀掉石雕，而是成就了這個石雕不為人知的品格。

那最後一擊不僅揭開了純白大理石材質的美麗，而且成就了天鵝優雅的脖頸，多么神奇啊！

“請原諒，”年輕人情不自禁地走進去，“您以這麼小的錘子，如此輕輕地一擊，為何成就瞭如此了不起的作品？”

“哈哈，”她笑了，“我想你是剛來吧，就看到了最後幾分鐘？在你到來之前，我已經在石材的同一個地方輕輕敲擊了上千下。你所見到的只是最終的結果，是幾十個心平氣和、苦心孤詣、精心雕鑿的日子彙集的結果。”作者：[美]蓋伊·芬利

人們傾向於遵循相互間“投桃報李”的行為規範，這就是所謂的互惠效應。按照進化心理學的觀點，互惠效應具有進化上的適應性——在人類進化過程中，最有可能生存下來的人，是我們那些能與鄰居互惠互利、守望相助的祖先。

有研究認為，人類之所以會進化出感激與內疚這兩種情緒，就是為了讓互惠效應發生作用。具體地說，他人的恩惠會讓我們心懷感激，從而產生適時予以報答的感情。如果沒有做到禮尚往來，一種會給人們帶來心理壓力的內疚感就會油然而生。互惠效應如此強大，甚至成為引導他人按照有利于引導者的方式行事的一種有效策略。

舉一個日常生活中常見的例子。商家們經常讓消費者免費試吃食物的樣品，銷售人員總是熱情地遞上樣品。不少人覺得，如果自己最後什麼東西都不買，只是把牙籤或小紙杯丟進垃圾桶然後揚長而去，那也太過分了。於是，他們往往會從銷售人員手中買點兒什麼，即使他們對那種產品並不是特別感興趣。

商家們對互惠效應還有一種更隱晦的運用，那就是所謂的“互惠式讓步”策略——面對顧客

## 互惠效應

的詢價，銷售人員一般會首先報出一個較高的價格。顧客當然知道這一點，於是會砍價。銷售人員起初偽裝得很強硬，不過最終會顯得極不情願地報出一個更低的價格。互惠效應現在開始發揮作用了——顧客感覺有必要回報對方的這種讓步，而回報的方式自然是爽快地掏錢購買。有時，銷售人員還會“加戲”，那就是向所謂的上級打電話，懇求上級給自己報出低價格授權。加上這一齣戲，“互惠式讓步”策略幾乎無往不勝。

作者：浙雲



# 離開了家長的配合，教育能走多遠？

沒有家長支持的教育，就如單腿走路，走不好，也走不遠。

有人說，孩子成長過程中，有兩類人對孩子的言行關注最密切：一是孩子的家長，二是孩子的老師。這一說法可能有偏頗，但不否認，符合絕大多數。

1

父母在與孩子的日常相處中，會敏銳地察覺到孩子的一些細微變化。比如，由飲食量上的變化，可以察覺孩子的健康狀況；孩子忽然學會爆粗口，就要注意孩子結交的玩伴或接觸人群；孩子習慣上的變化，就要關注孩子的情緒是否異常；孩子言行發生了改變，就要考慮孩子心理上是否有變化。

孩子上學後，大部分時間和老師在一起，在師生教學活動中，老師對每一個孩子的性情習慣等逐漸熟悉，當孩子在某些環節出現異于平常的言行或神情，老師也能很快地捕捉到，並結合孩子的表現或通過與家長的溝通，瞭解孩子變化的原因。

從孩子細微的變化里關注成長，在孩子教育和引導方面，家長和老師合作得越默契，越有利于孩子的成長。

從事多年教育的老師，對這一點認識得尤其深刻。家長關注孩子成長，首先就要關注孩子的班級。不管是班主任下發的通知，還是任課老師交代的作業，家長都要及時查看並回復，然後根據老師的提示逐一實施，不需要老師反復提醒，也不會在接龍上出現控錯等情況，做到回應及時，不添亂。這就是對班級工作最起碼的支持，也是對孩子學習的最大支持。這是從大的方面來配合學校和班級工作。

在孩子成長的一些細節上，孩子在家

長也未必明瞭。

如果孩子在家里出現了與平時不同的表現：原先認真寫作業，現在拿着手機不放下，而且設置了家長也不知道的密碼，這就是異常情況。

這種情形下，如果家長給老師打電話，一經交流，保準老師也會告訴家長，孩子在課堂上的聽講也不如之前專注。

為什麼會這樣？迷戀手機的孩子，心魂都被遊戲攝走了，課堂上走神，課下哪又會安心寫作業？這就是孩子的細微變化，只有關注到了這點變化，才能尋根求源，發現問題出在了哪里。幾乎任何一個小孩，都會在知錯後認錯，並因為家長和老師的共同引導，讓孩子感到雙向的督促，不管在學校還是在家里，都會因敬畏而收斂玩心。



2

一個向來書寫認真的孩子，作業忽然潦草起來，孩子一定是遇到了什麼事情。如果班主任或任課老師發現了這一現象，就可以找時間問詢一下家長，說說孩子在學校的異常表現。

如果是家里出現了什麼問題，那就由家長去解決；如果是學校里發生了什麼事情，就由老師來調查處理。

能影響孩子情緒和心理的事情，在家長和老師的溝通交流中，一般能很快找到原因。孩子生活

的世界畢竟是單純的，只要用心，就會發現孩子變化的原因。

如果一時沒有發現，也不要緊。一個被老師和家長同時關心的孩子，應該是不會有大問題的。只要持續關注，問題一定能得到妥善的處理和解決。

3

勤于溝通，營造出孩子成長的安全氛圍，不管在家里還是在校期間，都能找到心靈的歸屬感，這樣更有利于孩子身心健康成長。

一個簡單的例子。女孩子一般在十幾歲就會來例假，因為每一個女孩都會遇到不同的情況，所以，當情況來臨時，如果是在家里，媽媽自然會引導孩子如何去處理，有哪些注意事項，並對孩子的驚惶情緒進行及時地撫慰，這當然是最好的。

如果發生在學校里呢？求助同伴？求助老師？這當然也是很好的方式。但是，如果孩子內向呢？會不會給自己造成很大的惶恐感？

一般學校或者細心的班主任老師，都會對青春期邊緣的女孩子進行早期引導，但理論的瞭解和實際的相遇，畢竟還是不一樣的。這個時候，家長和老師的交流就顯得很關鍵了。

如果家長和老師能提前溝通，雙方會及時關注孩子的變化，並對孩子進行適當地引導，讓孩

子安然迎接自己生理的變化，有條不紊地照顧好自己，這不就是成長的最大意義嗎？

4

如果家長忙于自己的工作或其他，疏于對孩子關心，甚至處于一種對孩子放養的狀態，除了吃喝，對孩子的生活學習漠不關心，看不到孩子的成長，也跟不上孩子的成長，這是最悲哀的事情。

這樣的家長，有的甚至不知道自己的孩子現在的學段，不知道孩子的學習情況、交友情況，更無處知道孩子心理成長的變化，又從何談起對孩子的教育引導？

他們很少主動和老師去交流孩子的情況，對於班級工作也不熱心，局外人似的游離于孩子的成長，意識不到自己角色的重要，體察不到孩子對自己的需要。

在孩子成長的過程中，忽略了陪伴的重要性，錯失了與學校老師合作的最佳時機，對於孩子來說，是莫大的遺憾，是孩子成長路途

中一段蒼白無風景的階段。孩子並不會因為陪伴的缺失而停止成長，但有缺失的成長過程，很容易出現各種狀況，這些狀況的出現，都是因為陪伴的缺失而沒有能及時解決的遺留問題，它們伴隨着孩子長大了，鑽了家長忽略的空子。在應該陪伴的年齡，請一定要牽好孩子的手。

5

每一個出色且進步快的孩子，家長一定很注重和學校老師的溝通。有的家長總擔心會耽誤老師工作，因此與老師溝通得很少。為了能更好地引導教育孩子，老師們都願意和家長進行有效的溝通，並希望得到家長的積極配合。

因為老師們都懂得，有家長支持的教育，才會事半功倍，相互扶持的家校關係，才能讓教育走得快，走得遠。作者：梁祝君

# 紐約時報為何刊登傅瑩“論美中關係”的文章

新聞來源: 紐約時報



美中兩國的農業部長於2017年在北京舉行會談。兩國關係在過去四年中受到了損害。

20世紀即將結束的時候，十幾歲的我，在一個演講廳里聽亨利·基辛格(Henry Kissinger)宣稱，中國很快將成為下一個全球超級大國，而所有的美國年輕人都需要更多地去瞭解它。

冥冥之中，這個信息引起了我的共鳴。同年，我開始學習普通話，並且第一次到亞洲旅行，就在英國將香港移交給中國統治的兩天，我到了香港。之後我曾多次去上海、北京和香港，在那里生活和報道。

當然，基辛格是對的，儘管有人可能會說，他從來沒有完全理解他在中國問題上的導師理查德·尼克松(Richard Nixon)所看到的威脅——這是一個無情的威權政權，其存在是為了“培育自己的幻想、懷抱仇恨、威脅鄰國”。

正如時報的新聞版面和觀版廣泛記錄的那樣，在中國的經濟和產業政策推動代際更迭的同時，中國將多達100萬維吾爾人和其他虔誠信教的少數民族關進拘留營。它剝奪公民的基本人權，扼殺了任何政治反對的苗頭。此外，中國還通過軍事化和掠奪土地，對美國及中國的區域競爭對手採取威脅性行動。

今天，我們發表了一篇由中國政府官員傅瑩撰寫的專欄文章，其內容和言外之意讓我們得以深入瞭解2020年北京的想法。傅瑩是中國政府中的重要人物——比她的頭銜所傳達的重要得多。她是中國地位最高的女性之一，被普遍視為溫和派。

到目前為止，這篇專欄文章是中國政府關於喬·拜登(Joe Biden)當選總統的唯一官方聲明，超越了通常的陳詞濫調，因此我們認為它值得發表。不可否認，美中關係在過去四年中受到了損害。傅瑩是在闡述她的政府計劃與

拜登新政府合作的條件。

這些條件既包括含蓄的威脅，也包括橄欖枝，可能會對美國今後的外交政策產生重大影響。傅瑩認為，中美兩國軍方應該在戰略層面進行對話。她認為兩國在氣候變化、公共衛生和數字安全方面有合作的空間。“中美如能攜手與其他國家同心協力應對這些挑戰，多邊主義將繼續為人類進步帶來希望。”她寫道。

這是一種極為重要的想法——需要進行多邊合作，而拜登和他的團隊似乎也致力於此。與此同時，自理查德·尼克松以來的每一位美國總統都會告訴你，與中國打交道的問題永遠是：要付出什麼樣的代價？

## 傅瑩：中美構建合作-競爭關係是可能的

北京——正所謂大國政治無邊界。未來美國政策的方向成為許多中國人熱議的話題。毋庸諱言，過去四年中美關係受到嚴重損害，雙方都表達了許多不滿和關切。

美國認定中國要爭奪世界霸權，而中國人看到的是美國處處阻擋中國前進和人民追求美好生活的進程。

似乎雙方都確認對方是錯誤的一方，一方提出的倡議總會被視為對己方利益的損害。

例如，中國提出“一帶一路”倡議作為全球公共產品，旨在促進更多的經濟增長和更大的互聯互通，而美方視之為一種謀求地緣政治主導力的戰略。

隨著兩國關係近年變得更加緊張，華盛頓開始打壓中國科技企業，給中國留學生製造麻煩。我遇到許多曾經在美國留學的中國青年企業家，在兩國經歷了多年富有成效的合作夥伴關係之後，他們現在被美國視為安全上的威脅，這使他們感到很困惑。將人文交流也都政治化的做法，令很多人擔心曾經惠及雙方的紐帶還能否再現活力。

重新激活中美關係時，重要的是準確判斷對方的意圖。中國無意取代美國在世界上的主導地位，也無需擔心美國改變中國的制度。

中美這樣兩個強大的國家若因誤判而滑向衝突，那將是歷史性悲劇，必然要損害兩國的根本利益，讓許多企業乃至普通民眾付出代價。

中美兩國政府各自都有重要的國內議程去關注，即便競爭不可避免，也需要

合作管控好。兩國是有可能通過解決彼此關切來發展某種“競合”(合作與競爭)關係的。

在經濟和技術領域，規則和法律須得到遵守。北京重要的是傾聽和解決在華美企提出的合理關切，比如更好地保護知識產權、網絡安全和隱私。中國一直在這些領域做出努力，不斷完善法律、從嚴執法。中國全國人大常委會剛剛通過了對著作權法的修改，其中就包括了加大對侵權行為的處罰力度等內容。

而華盛頓則應該為在美經營的中國企業提供公平的環境。美方對華為公司在尖端領域擁有優勢的恐懼，不應該以政府霸凌的方式表達，這樣做不僅傷害到相關企業，也阻礙了人們從新技術進步中獲益。美國政府應該做的是鼓勵自己的企業與華為開展合作和競爭。

以國家安全為理由試圖禁止頗受歡迎的社交平台TikTok的做法也是很不公平的，美方並沒有能夠公開證明其所謂違反安全的說法，而TikTok承諾了要遵守美國的所有法律和規則。

華盛頓以所謂國家安全為藉口打壓中國企業的論調在中國人看來都是很虛偽的。因為中國在過去40多年的改革開放中引進了各種西方技術，也歡迎美企進入中國。這並沒有妨礙中國維護國家安全。

所以，如果雙方能夠進行平等和坦誠的談判，應能為長久互利交往奠定堅實基礎。

在政治領域，美國早該放棄干涉他國內政的習慣了。多年來美國的全球干預行為屢屢碰壁，例如在阿富汗、伊拉克和利比亞，華盛頓應該從中吸取教訓。美國擔心外國干預自己的總統大選，那麼是否也應理解為何他國對美國的干預如此敏感。

美方指責中國制度或者針對中國的國內政策採取行動令中方反感。當然，中方也需要



更加主動地向外部世界提供第一手信息，讓外界更好地瞭解中方的立場和行為的緣由。

中美應當相互尊重、承認各自政治制度不同、各美其美，從而營造一種更加平和的氣氛。

在安全領域，雙方都有責任維護和保持亞太地區多年來所享有的和平、安寧局面。美方需要尊重中國人對國家統一的信念，不要在台灣等問題上挑戰中方，或是介入南海領土爭議。

毋庸置疑的是，中國海軍的成長給美國在西太平洋地區帶來壓力——美國海軍一貫自恃是該地區的主導力量，中國這個強大本土力量的出現令其感到不安。美軍針對中國申明擁有主權的領土進行抵近活動遭到中國軍隊越來越強的反對。

美方漠然對待中國在台灣和南海領土爭端問題上的關切，不能不讓中方懷疑其動機何在：美國是否想幫助台灣實現獨立，是否想在(南海)爭議中選邊站隊幫助其他爭議方，要像過去的帝國主義者那樣欺侮中國？

為了避免誤解和意想不到的衝突，兩國軍方可以在戰略層面開展對話，以建立有效管理潛在危機的機制，找到和平共處的路徑。

這並非不可能。上個世紀90年代末期中美就建立了海上安全磋商機制，後來還建立了處置海空意外相遇的規則和平息可能發生的危機的熱線系統。近年兩軍建立了重大軍事活動相互通報機制。

現在需要的是坦誠談話以更好地瞭解彼此意圖和培育信任。

最後是在全球層面，中美合作的空間和需求很大，最緊迫的是抗擊新冠疫情的合作。

兩國科學家以往在應對衛生危機上有着堅實的專業合作經歷，應鼓勵他們再度最大限度

地發揮相互交流和聯合研究的潛力。中國和美國在疫苗研發方面都有豐富的資源，如果兩國能夠攜手提高全球疫苗的可獲得性和可負擔性，整個世界都會因此而獲益。

氣候變化是另外一個迫切需要關注的領域，世界期待中美發揮引領作用，兩國有許多事情可以一起做。至於其他全球議題，諸如經濟穩定、數字安全、人工智能治理等，也都需要團結協作來應對。

中美如能攜手與其他國家同心協力應對這些挑戰，多邊主義將繼續為人類進步帶來希望。

## 《紐約時報》解讀傅瑩文章 華向拜登提合作條件



傅瑩是中國著名的女外交官。

(星島日報報導)美國民主黨拜登如無意外將入主白宮，他的外交及國安班子主張與中國建立“競爭合作”關係。美國的《紐約時報》本月二十四日刊登了前中國外交部副部長、現任全國人大外事委員會副主任傅瑩題為《中美構建競合關係是可能的》文章。《紐約時報》還刊登評論稱，傅瑩的文章向美方拋出了橄欖枝也定出了紅線，是“中國政府首度系統地向拜登政府提出合作條件，深具參考價值”。

傅瑩在文章表示，中美關係在過去四年受到嚴重受損。重新激活中美關係時，重要的是準確判斷對方的意圖，中國無意取代美國在世界的主導地位，也毋須擔心美國改變中國的制度。中美兩個強大國家若因誤判而滑向衝突，那將是歷史悲劇。

傅瑩認為，兩國即使競爭不可避免，也有可能通過解決彼此關切來發展某種競爭與合作關係。在經濟和技術領域，規則和法律須得到遵守，北京要更好地保護知識產權、網絡安全和隱私，華盛頓則應該為中國企業提供公平環境。在政治領域，美國“早該放

棄干涉他國內政的習慣”，美方指責中國制度或者針對中國的國內政策採取行動令中方反感，中方也需要更加主動地向外部世界提供第一手信息。

傅瑩還在文中劃下中美關係紅線，稱美方需要尊重中國人對國家統一的信念，不要在台灣等問題上挑戰中方，或是介入南海領土爭議。

在未來中美合作空間上，傅瑩指出，中美合作的空間和需求很大，最緊迫的是對抗新冠肺炎疫情的合作，如果兩國能夠攜手提高全球疫苗的可獲得性和可負擔性，整個世界都會因此

而獲益。

《紐約時報》社論版執行主編金斯伯利(Kathleen Kingsbury)之後發表評論表示，傅瑩這篇文章是到目前為止，中國政府關於拜登當選總統的唯一官方聲明，“超越了通常的陳詞濫調”，“不可否認，美中關係在過去四年中受到了損害。傅瑩是在闡述她的政府計畫與拜登新政府合作的條件”。

金斯伯利指出，這些條件既包括含蓄的威脅，也包括橄欖枝，可能會對美國今後的外交政策產生重大影響。

金斯伯利認為“這是一種極為重要的想法——需要進行多邊合作，而拜登和他的團隊似乎也致力於此。”

### 傅瑩簡歷

傅瑩(1953年1月-)，蒙古族，內蒙古通遼人，中華人民共和國政治人物、職業外交官。北京外國語學院英語系畢業，英國肯特大學國際關係學碩士研究生。曾任第十二屆全國人民代表大會常務委員會委員、兼全國人大外事委員會主任委員，中華人民共和國外交部副部長，是繼王海容之後中國第二位女副外長。先後擔任過駐菲律賓、駐澳大利亞、駐英國等國特命全權大使，是中國第一位少數民族女大使。

### 早年經歷

傅瑩1953年1月出生在呼和浩特市。她的父親阿民，是著名蒙古族哲學家艾思奇的學生，曾官至中共內蒙古軍區宣傳部副部長。16歲時，傅瑩“響應號召”，到內蒙古的一個農場進行勞動；1970年，進入當時的內蒙古生產建設兵團廣播站工作，並自修高中課程；1973年，作為“工農兵學員”，被推薦到北京外國語學院英語系學習，選擇第二外語為法語，後又學習羅馬尼亞語。

1977年，大學畢業後，傅瑩進入中國外交部工作，開始了職業外交官生涯；曾先後在中國駐羅馬尼亞大使館和外交部翻譯室工作；1985年，被派赴英國肯特大學進修，並獲得國際關係碩士學位。回國後，傅瑩回到外交部翻譯室，逐步獲得陞遷；歷任三等秘書、二等秘書、培訓處副處長、英文處副處長等職。在此期間，她曾為

鄧小平、楊尚昆、江澤民、李鵬等中共高級領導人擔任翻譯工作，陪同出訪，參加重要會議。

在外交部亞洲司工作期間，傅瑩獲得重要外交工作歷練，於1992年至1993年間，赴柬埔寨參與聯合國的維和工作。自柬埔寨回國後，傅瑩繼續在亞洲司工作，先後擔任綜合處處長、亞洲司參贊，主管綜合調研、東盟事務以及亞太安全等方面的工作。1997年，調任中國駐印度西亞使館，任首席館員公使銜參贊(德語：Gesandter-Botschaftsrat)。

1998年11月，江澤民頒佈主席令，任命傅瑩為中國駐菲律賓第八任大使。這使她成為中國第一位少數民族女大使，也是當時中國最年輕的女大使[4]。一年後，傅瑩升任外交部亞洲司司長，是該司成立以來的第二位女司長。2004年，她再次出使，任中國駐澳大利亞第十任大使；三年任期結束後，又改任中國駐英國大使。2007年6月12日，英國女王伊麗莎白二世在白金漢宮接見了傅瑩。

2010年1月，傅瑩回國，升任外交部副部長，成為中國第二位女性副外長。2013年，卸任。

2013年3月，傅瑩被第十二屆全國人大主席團任命為大會副秘書長、兼大會發言人，成為全國人大第一位女性發言人；在這屆人大會議上，她當選為全國人大常務委員，並兼任人大外事委員會主任委員。2018年3月，連任

第十三屆全國人大常委會委員，並擔任外事委員會的副主任委員。

2019年4月，傅瑩受聘為清華大學兼職教授、清華大學戰略與安全研究中心主任，後又兼任人工智能國際治理研究院名譽院長。

### 重要外交事件

\* 1991至1992年間，傅瑩參與了聯合國五個常任理事國就有關解決“柬埔寨問題”的談判工作。

\* 擔任外交部亞洲司司長期間，經歷了東帝汶危機、阿富汗戰爭、中國與東盟建立戰略夥伴關係等事件，並參與處理朝鮮半島核問題、積極推動六方會談。

\* 在澳大利亞擔任大使期間，經歷了駐悉尼領事館政治參贊陳用林以及原天津市國內安全保衛局工作人員郝鳳軍等人的叛逃事件，努力消滅這兩起事件給中國造成的負面政治影響，並積極推動中國和澳大利亞的雙邊關係。

\* 在2008年西藏騷亂發生後，北京奧運火炬傳遞在英國受阻，傅瑩以中國駐英大使的身份在英國《每日電訊報》撰文，對示威者試圖奪取火炬的暴力行為加以譴責，並抨擊西方傳媒企圖把中國“妖魔化”；同時，她還警告“中西間瞭解的鴻溝愈來愈大”；而中國則更需要“保持耐性”，“等候世界瞭解”。

\* 2009年4月，傅瑩和澳大利亞總理陸克文及英國外交大臣米利班德一同參加英國廣播公司的電視訪談節目，就中國對2009年倫敦金融峰會的看法和期待進行闡述，並為中國的立場進行了辯解。她表示“中國還是一個發展中國家；當西方用‘富裕’、‘有錢’和有大量外匯儲備等此來描繪中國時候，中國的民眾感到是在吹捧中國，甚至是在忽視中國”。

\* 2020年2月，在當年舉行的慕尼黑安全會議上，傅瑩利用提問機會，當面駁斥美國眾議院議長佩洛西向歐洲國家宣傳抵制華為5G網絡技術的立場，在中國國內獲得關注。



# 福奇:感恩節後三周,更新一輪的疫情激增



據哥倫比亞新聞網、CNN 網站等網站報道,11月26日是美國的感恩節,美國著名傳染病學家安東尼·福奇博士向美國人發出“最後的呼籲”,希望大家能夠在感恩節遵循新冠肺炎防疫方針。否則,三周以後美國疫情數字將在當前的基礎上出現更嚴重的“激增”。

福奇博士在接受採訪時指出,感恩節是美國重要的傳統節日,我們希望把各種聚會特別是室內聚會規模控制在最小的規模。人們應該避免與家人以外的親人聚會。這一點很難,但希望大家能做出一些犧牲,防止自己或他人被感染。

福奇分析,在聚會的時候大家避免不了吃東西、喝酒,就需要摘下口罩,增加了感染風

險。如果這個聚會上有一個或幾個無症狀感染者,儘管他完全沒有惡意,就有可能造成其他人感染。一般來說,感染的窗口期約為一至兩周,那麼我們很可能在三周以後看到更強的一波疫情來襲。

約翰霍普金斯大學數據顯示,11月25日,美國報告了2046例死亡,這是5月以來美國報告的最多的單日死亡人數。同時,新增住院人數也達到了89954人,連續16天創下了疫情的紀錄。

明尼蘇達大學傳染病研究和政策中心主任 Michael Osterholm 無奈表示,這肯定不是最糟糕的情況,本次的感恩節啣接此後的聖誕節,還會出現更嚴重的激增。我們當前的局面非常危險,人們必須停止接觸。

儘管美國公共衛生官員和疾控中心一再建議美國人不應該在感恩節外出旅行,不建議不同家庭的成員一起過節,但與疫情前期相比,航空旅行仍然十分強勁,上週日航空旅行數量達到了3月以來的最高值。上週日共有105萬人出行,而本週二還有90多萬人出行。

當前的數字一再刷新感染數和住院數的紀錄,接下來的幾周將會更加艱難。休斯頓聯合紀念醫療中心主任 Joseph Varon 博士說由於疫情,他已經連續工作了251天。我們的護士不停在哭訴,因為他們每天都要護理太多的

病人,而且永遠看不到希望。

Varon 說,如果我們只想着等待疫苗,而不是認真對待公共防疫措施,保持社交距離、戴好口罩,醫院的工作量還將進一步加劇。目前,該醫院已經開闢了兩個新的院區緩解當前的緊張局勢,也在為感恩節之後的高峰做準備。他說,未來的6—12周,美國將迎來現代醫學史上最黑暗的日子。

日前,美國納什維爾市長 John Cooper 宣佈更嚴格的禁令,餐廳和酒吧將限制在50%以下的使用率,且顧客保持社交距離;晚上10點以後施行宵禁,不得進入任何場所,此禁令將於11月30日生效。

在紐約,由於市民檢測陽性率達到3%以上,當地的學校已經關閉。紐約市長 Bill de Blasio 表示,他在與州長制定重新開放學校的計劃,包括加強在學校的測試力度。過去是一個月一次,希望孩子們能夠適應更高的測試密度。

德克薩斯州埃爾帕索縣負責人 Ricardo

Samaniago 宣佈,將從每日晚10點至次日早5點施行宵禁計劃,禁止社會娛樂活動,為社區健康和經濟建立新的平衡。我們希望所有的人呆在家里,如果需要做一些必須外出的工作,每個家庭只有一個人可以外出。

路易斯安那州州長 John Bel Edwards 宣佈,餐館、健身房、理髮店、美甲店和電影院等非必要企業容量需限制在50%以下。他說,該州所有地區都出現感染數、住院數的增加,疫情軌跡令人擔心,一旦醫院住滿病人,我們將無法保證有效的醫療能力。



## 美國醫生用親身經歷呼籲民眾警惕疫情

美國有線電視新聞網近日採訪了密歇根州一家醫院的急診科醫生大衛·伯卡德,伯卡德見過很多新冠肺炎患者不治身亡,自己也感染了新冠病毒,伯卡德希望通過自己的經歷告誡人們重視新冠肺炎疫情。

28歲的急診科醫生大衛·伯卡德身體健康,並保持着每周運動五天的習慣。他曾認為自

己即便感染了新冠病毒,也不會有什么大事;但當他真正感染了新冠病毒後,發現事實並不是這樣。

急診科醫生大衛·伯卡德:感染的第六天,我起床後想去做三明治,我想在屋子裡走一走,但是我發現我根本不能呼吸。

大衛·伯卡德因病情嚴重住進了自己所在的醫院。儘管如今他已經

康復了,但是目前就連簡單的走路也能讓他氣喘吁吁。伯卡德說,自己是幸運的,因為在急診科,他見過很多新冠肺炎患者最終沒能走出醫院。

急診科醫生大衛·伯卡德:我覺得最難的部分是我見過生離死別,我曾與患者進行過這樣的對話,告訴患者,你該跟你的妻子打電話了,我們要給你呼吸機,現在該同你的家人告別了。

這種與病人的對話,伯卡德講了很多遍,但很多美國人仍然不重視新冠肺炎。伯卡德也因此呼籲,每個人都應該採取防護措施。

急診科醫生大衛·伯卡德:為了防止聽到這樣的告別對話,你應該戴好口罩,你應該在節假日也不聚集。



## 新冠病毒在污染嚴重地區傳播更快

海外網11月14日電一項新研究稱,新冠肺炎病毒在美國污染最嚴重的地區傳播速度更快。

據報道,聖路易斯華盛頓大學的研究人員發現,一個地區的環境質量似乎是該地區病例增長速度是否會相對更快的一個強有力的指標。在這項研究中,拉曼·查

克拉巴蒂博士 (Dr. Rajan Chakrabarty) 和他的同事們在美國全國各城鎮對40多個因素進行了考察,包括人口密度、年齡分布以及該地區被下令封鎖花費的時間。

在一份聲明中,查克拉巴蒂博士提及他在思考,“為什麼美國大多數州的病毒傳播速度如此之快”,隨後研究團隊在認識到R率(估計單個病毒感染者感染的人數)與該地區PM2.5水平之間可能存在的聯繫後,決定將重點放在空氣質量上。

通過計算機模型,他們確定,危險化學物質(如硫酸鹽、二氧化氮或PM2.5顆粒中的鉍)每增加10%,R率就會增加0.25。

該論文的作者表示,還需要進行更多的研究以確定長期暴露在污染環境中與感染該病毒的風險因素(如呼吸系統問題)之間的聯繫。但他們指出,研究結果表明“長期接觸污染使美國全國人口易受病毒傳播的影響。”他們寫道:“儘管我們的研究設計不能提供對潛在生物機制的深入瞭解,但結果表明,長期接觸空氣中的細顆粒物會加劇新冠病毒的傳播。”

## 美國頂級冠狀病毒專家認可未來疫苗

美國兩位主要的冠狀病毒專家周日表示,他們個人不會擔心接種正在接受最終審查的兩款疫苗,但對美國公眾對疫苗的持續懷疑態度表示擔憂。

“這些疫苗非常有效,”美國政府研發新冠病毒疫苗的“曲速行動”的首席科學顧問蒙塞夫·斯勞伊 (Moncef Slaoui) 在美國廣播公司的“本周”節目中說,“我對打疫苗沒有任何不舒服。”

輝瑞生物科技 (Pfizer BioNTech) 和莫德納公司 (Moderna) 的製藥團隊分別研發的新冠疫苗在測試中顯示了95%的有效性,目前正在等待美國政府的批准,以便普遍使用。目前美國每天都有數以萬計的新感染病例。

但美國的全國民意調查顯示,大約十分之四的美國人對接種疫苗仍不確定。政府的審查很可能在未來幾周內完成,數百萬劑的疫苗可能在今年年底前可供使用,最初施打對象是針對醫護人員和養老院中最脆弱的老年人。

“我非常擔心這種懷疑態度,”斯勞伊說。

美國頂級傳染病專家安東尼·弗契醫生在哥倫比亞廣播公司的“面向全國”節目中說,他也不怕接種疫苗。

他說:“如果我是被推薦的施打人群的成員,我肯定會接種疫苗。”“我會毫不猶豫地接種疫苗。我也會毫不猶豫地把疫苗推薦給我的家人。”

他說,假設食品和藥物管理局在審查後批准了這些疫苗,“當美國公眾聽到這個消息時,你應該確信”它們是安全的。

他說,“從12月中旬到年底,2000萬人可以接種疫苗,1月和2月甚至更多。我們需要讓儘可能多的人接種疫苗。”

他說,如果大量的人接種疫苗,國家將得到“全面保護”,但如果只有45%或50%的人接種疫苗,情況就不會如此。

他說,目前美國每天有近20萬新感染者,“我們的處境非常非常艱難。”

他強調,需要繼續採取“防疫措施”,比如與他人保持兩米以上的社交距離,戴上口罩等。

他說:“如果你不遵循這些建議,病例數量可能會呈指數級增長。”



# 首批新冠疫苗 12月10日發送,美國明年實現群免疫

美國亞裔快訊 俄州亞太聯盟



美國首批新冠疫苗12月10日發送,快遞公司UPS為搶運疫苗做萬全準備

美國政府衛生官員預期在年底前發放4000萬劑疫苗到全國各地,首批640萬劑疫苗將於12月的第二周發送。美國快遞公司UPS在11月25日表示,他們正在為搶運疫苗做萬全準備,包括準備足夠的乾冰與超低温冷凍櫃。

美國新冠疫情嚴重,為有效抑制疫情擴散,聯邦疫苗研發與發放計劃“神速行動”(Operation Warp Speed),將在美國輝瑞藥廠(Pfizer)與德國生物科技公司(BioNTech)共同研發的疫苗獲批准緊急使用後,首批向全國分發640萬劑。疫苗有望在12月10日獲准提供緊急使

用。這種疫苗需要保存在攝氏零下70度超低温,快遞公司UPS已開發出帶有乾冰的特殊容器,讓疫苗可在超低温下保存長達15天。UPS在一項聲明中指出,為滿足運輸疫苗需求,公司已在各處設施增添每小時可製造1200磅乾冰的設備。這些疫苗能在生產後的24小時內分送給美國與加拿大的醫院。

此外,UPS也宣佈與冰櫃製造商斯特林超冷公司(Stirling Ultracold)合作,配送最低可達攝氏零下80度的冷凍櫃,提供給可能需要長期存放疫苗的診所、藥房以及緊急照護機構。

聯邦新冠疫苗研發與發放計劃“神速行動”負責人斯拉維(Moncef Slaoui)在11月25日接受哥倫比亞廣播公司(CBS)訪問時表示:到明年2月,將有1億1千萬美國民眾可接種疫苗,明年5月到12月之間,可用的疫苗劑量將可以涵蓋全美國人口。

白宮首席防疫專家福奇:民眾普遍接種新冠疫苗,美國明年實現群體免疫

美國將推動史上最大規模的疫苗配發與接種行動,可望於12月11日起為優先族群接

種疫苗,明年5月前為70%美國人接種疫苗。白宮首席防疫專家、國家過敏和傳染病研究院(NIAID)院長福奇(Anthony Fauci)表示,美國有可能在明年達成群體免疫,從而讓國家恢復正常。

CNN等媒體報道,聯邦疫苗分發計劃“神速行動”負責人斯拉維表示,根據目前的時間表,輝瑞藥廠已經申請緊急許可,食品與藥物管理局(FDA)將在12月10日開會,一旦疫苗獲得授權,可在24小時內開始運往各州,換言之最早11日或12日就能開始注射。

福奇接受哥倫比亞廣播公司《面對國家》(Face The Nation)節目訪問時,表示疫苗的出現猶如救援,他說:“美國現在的疫情非常艱困,只要再撐一下,就馬上能使用疫苗。”

雖然目前莫德納(Moderna)和輝瑞(Pfizer)疫苗評估效力極佳,但若達到群體免疫,只有40%或50%的民眾接種仍不足夠。福奇表示有民調指出,美國人仍對疫苗抱有懷疑,許多人持觀望態度或無意接種。他表示:“我們必須盡力

提高接種疫苗的人數,因此,必須讓疫苗研發與核準的過程更加透明,幫助民眾瞭解疫苗。”

福奇說:“如果大批民眾踴躍接種疫苗,我們將在適當的速度下,逐漸達到群體免疫,讓國家恢復正常。”

一年一度的感恩節假期,據估計全美有5000萬人外出旅行,因此福奇特別呼籲大眾做好防疫。他說儘管航空公司有防疫措施,但旅客在機場群聚仍有感染風險;在家庭聚會中,老年人或已有健康問題的家人,更將成為高危險群,必須格外謹慎。

福奇表示感恩節的幾周後,恐怕會出現確診潮。但他說目前確診人數不斷提陞,並不代表沒有希望。福奇奉勸美國人勤洗手、戴口罩和保持社交距離,減少感染風險。



# 副總統彭斯在佐治亞州共和黨捍衛參院多數集會上的演講

佐治亞州蓋恩斯維爾市 2020年11月20日 翻譯/推薦:關學君

邁克·彭斯:佐治亞州,你們好啊!很高興回到“桃州”。感謝大家的到來。這看起來好像——佐治亞州將在1月5日的舉行一場牛仔競技。我想感謝——大家能不能和我一起感謝咱們的前州長索尼·普度(Sonny Perdue),他是我所知道的最偉大的美國人之一。以及布巴·麥克唐納(Bubba McDonald)專員。感謝共和黨主席大衛·沙弗(David Shafer)。我必須說明的是,這對我來說是一個非常特別的榮幸,能來到一個稱得上是這屆政府在美國國會內的最偉大的盟友的家鄉。他是一個勇敢無畏的人,是一名有原則的保守派,也是一為正直而有信仰的人。現在,請大家和我一起感謝道格·柯林斯(Doug Collins)國會議員,謝謝你為佐治亞州和美國所做的一切。不過最重要,是我真的很開心今天能和這麼多朋友在一起,謝謝大家的到來。而說起我的朋友,請允許我帶來來自我的另一個朋友的問候,說實話,當我告訴我我今天要去佐治亞州時,我覺得他有點嫉妒。所以,請允許我帶來來自總統的問候,他每天都在為履行對佐治亞州人民的承諾而奮鬥。是的,我帶來了美利堅合眾國第45任總統唐納德·特朗普總統的問候。和你們大家一樣,我之所以出現在這裡是因為我和唐納德·特朗普總統站在同一戰線,但我出現在這裡也是因為特朗普總統和我以及大衛·普度(David Perdue)參議員與凱利·勒夫勒(Kelly Loeffler)參議員站在一起。我真的很感謝大家的到來,真的難以言謝。總統先生和我都非常感謝偉大的佐治亞州人民在過去四年以及過去兩周的支持。一想到在這次大選中,截止目前為止,特朗普總統獲得了超過7300萬張選票,這比歷史上任何一位共和黨總統候選人選票,比歷史上任何一位現任總統選票都要多。這也是60年來共和黨人中少數族裔選票比例最高的。但我要告訴你們,隨着我們在佐治亞州和美國各地法院的對此次競選的公正性與合法性的抗爭繼續進行,我承諾我們將繼續抗爭,直到每一張非法的選票都被計算在內。我們將繼續抗爭,直到每一張非法的選票都被扔掉,無論未來會發生什麼,我們都不會停止抗爭,直到讓美國再次偉大。這就是為什麼除了你們大家對這位總統的支持之外,這也是為什麼佐治亞州和美國需要戴維·普度和凱利·勒夫勒重新構成美國參議院的共和黨多數。我們需要咱們的“桃州”來捍衛參議院,而通往共和黨多數的道路就是經過佐治亞州,大家同意我說的嗎?



通往共和黨參院多數的道路就是經過佐治亞州,大家同意我說的嗎?

我們需要佐治亞州將這兩位偉大的參議員送回共和黨多數的參議院,這是因為他們是能擔負重任的人選,是因為我們目前完成的所有的成就,也是因為共和黨參議院的多數很可能成為維護我們為保衛這個國家所做的一切的最後一道防線:振興我們的經濟並維護上帝賦予我們所有人的自由。但我之所以站在這裡,首先是因為他們的為人和能力,就像這位梅肯之子,他高中畢業後進入佐治亞理工學院,通過從事倉庫和建築行業的工作來支付他的大學生涯,而他最終在商業界打拼出了非凡的事業,達到了商業世界的頂峰,即40年的成功商業生涯。但他還是一個有信仰的人,他感覺到了身為人民公僕的召喚,所以六年前他站了出來。我可以直接告訴大家,他是我們的張以及唐納德·特朗普總統在華盛頓特區的最大盟友之一。所以大家能和我一起感謝大衛·普度參議員嗎?他真是一個不可思議的人。他是佐治亞州和佐治亞州價值觀的堅定捍衛者。就像另一位領導人一樣,身為她家農場的第四代傳人,她從零開始在佐治亞州建立起自己的公司,她創造了歷史,為女性群體打破了商業和體育領域的障礙,成為了佐治亞州有史以來最成功的女企業家之一,而她也願意站出來為這個州服務。而我可以告訴大家,每天她都在美國參議院內奮鬥。她一直是我們的張的不折不撓的擁護者,也是她身說法展現了佐治亞州的偉大保守價值觀,凱利·勒夫勒參議員,感謝你的偉大領導。因此,這是關於他們的為人和能力,但也是關於通過這些我們在華盛頓特區的盟友們所完成的一切。所以我們要感謝他們所做的一切,這太驚人了。記得四年前,我們繼承了一支被毀滅性的預算削減所掏空的軍隊。經濟正在掙扎着走出自大蕭條以來最緩慢的經濟增長。恐怖主義在世界各地興風作浪。我們目睹了我們最珍視的價值觀不斷受到攻擊。但有了這些盟友,以及唐納德總統的領導,我們重建了我們的軍隊,重振了我們的經濟,保護了我們的邊境。我們始終與執法部門站在一起,為生命、自由和美國的憲法而戰。而一切都要從我們的國防開始做起。大家可能不知道我們彭斯家族是個軍人家。而我的兒子,我可以很自豪地說,我的兒子是美國海軍陸戰隊的一名上尉。在我的兩個不肖女婿中,有一個是美國海軍中尉,目前正在服役,為國家服務。我可以告訴你,能與一位深切關心我們武裝部隊的男女同胞的總統並肩作戰,我是多么的不勝欣喜。唐納德·特朗普總統在我們的盟友與國會的大力支持簽署了自羅納德·里根時代以來最大的國防增長計劃——我們終於能給我們的士兵、水手、空軍、海軍陸戰隊和海岸警衛隊提供他們所需的資源和支持,以保衛這個國家。讓我說,當我們從參議院軍委會的座位上恢復軍火庫民主時,參議員大衛·普度就一直在那裡推動着每一步的發展。但這不僅僅關乎那些服役者,也關乎你們所有曾在美國穿制服服役的人。

如果我們站在佐治亞州的這樣一個愛國的人群中,我相信有很多婦女和男人一樣,在我們的武裝部隊中服役。所以,如果你

不介意的話,如果你是我們武裝部隊的一名老兵,可以你把手舉在空中嗎?給我們一個機會,讓我們感謝你的付出...感謝你的貢獻。感謝你為我們的自由而戰。你知道嗎,其實我們都記得,尤其是這些退伍軍人在上屆政府里看到了許多關於退伍軍人健康管理局(VA)的醜聞,違背了國家的良心。但在退伍軍人事務委員會的大力支持下,參議員凱利·勒夫勒在那裡協助特朗普總統,實施了50年來最徹底的退伍軍人健康管理局的改革。我們解雇了1萬名退伍軍人健康管理局的員工,因為他們沒有給我們的退伍軍人提供應得的醫療服務,但所幸的是現在我們可以為美國的每一位退伍軍人提供所需服務。謝謝你,參議員勒夫勒。有了這一新的美國力量,在過去的四年里,我們站起來了,正對我們的敵人並與我們的盟友站在同一戰線。我們三軍統帥糾正了這些錯誤,使武裝部隊拿下了ISIS黑旗下的最後一寸領土,並消滅了他們的領袖,而且在整個過程中沒有一個美國人傷亡。在美國參眾兩院的大力支持下,這位總統強勢地站在了伊朗的對立面,我們退出了伊朗核協議,伊朗將軍卡西姆·蘇萊曼尼(Qasem Soleimani)也被送去西天。所以我們堅強的站在了那些受到威脅的人面前,我們為自由與和平而戰。我們還與我們最珍視的盟友們站在同一戰線,這都是前所未有的。

在連續四任總統都沒能兌現承諾的情況下,是唐納德·特朗普總統信守承諾,將美國大使館遷到了以色列國的首都耶路撒冷。所以,這關係到我們的安全,但也關係到過去四年的繁榮,關係到自大蕭條以來最緩慢的復甦。唐納德·特朗普總統與普度參議員和勒夫勒參議員進行合作,重振美國的經濟。我們全面減稅,在歷史性的階段撤銷監管,並且爭取自由公平的貿易,從而釋放了美國的經濟潛力。在短短的三年時間里,大大小小的企業創造了700萬個高薪工作崗位。哪怕是在今年這個充滿挑戰的一年,在場全球疫情中失去2200萬個工作崗位後,我們仍與我們在國會的盟友一起傾力,和普度參議員與勒夫勒參議員一起,為恢復家庭和救濟企業做出前所未有的努力。現在我們可以看到,超過1200萬美國人已經重返工作崗位,其中也包括桃州的35萬人,而大衛·普度和凱利·勒夫勒在這一過程中的每一份努力都值得被肯定。這超越了我們的繁榮,超越了我們的安全事業,我今天能與兩位領導人站在一起,一起為總統先生服務,我真的感到不勝榮幸。而總統先生每天都與那些在藍線上執法服務的男女同胞們站在同一戰線。特朗普總統、大衛·普度和凱利·勒夫勒將永遠支持藍線上的執法人員。除此之外,我們還將前所未有地支持法官,這也是參議院如此重要的原因。請記住,總統提名男和女候選人在我們的聯邦法院任職,而經由參議院確認,與佐治亞州參議員進行合作,我們實際上已經看到超

過220名保守派人士被任命到我們的各級聯邦法院,這些人無論男女,都是的優秀人選,他們將維護上帝所賦予我們的憲法中的自由,如宗教自由、言論自由以及第二修正案中提及的權利,保留和攜帶武器,220名法官包括尼爾·戈薩奇(Neil Gorsuch)法官,布雷特·卡瓦諾(Brett Kavanaugh)法官和艾米·科尼·巴雷特(Amy Coney Barrett)法官。這不是很棒嗎?我是說,在她的確認聽證會上,當他們問到:“你面前的那張紙上寫的是什麼?”,而她回答道:“什麼也沒寫。”時,你們大家是有多開心?她真是一個了不起的人。我想告訴大家,普度參議員和勒夫勒參議員始終都處於美國總統履行職責填補這一席位的過程中,每一步都在為之努力。事實上,請讓我借此機會感謝勒夫勒參議員,她是美國參議院中第一個要求對艾米·科尼·巴雷特大法官進行確認投票的參議員。謝謝你,參議員。你是當之無愧的參議院內強大的司法先鋒。大家還記得在上屆政府是怎樣持續不斷地攻擊我們最珍視的自由,包括宗教自由。我的意思是上屆政府居然損害了宗教慈善事業中工作的醫生和護士的良心權利。接下來,他們竟然把幫助窮人的修女們拖進聯邦法院來迫使她們在奧巴馬醫改的規定下,妥協自己的信仰。大家可能還記得幾年前,當法官艾米·科尼·巴雷特被確認的時候,法務委員會的民主黨領袖居然說她很擔心巴雷特法官那虔誠的天主教信仰。她說,我來引用一下:“信條活在你的內心深處。”他們在好萊塢的朋友從那時起就開始攻擊艾米·科尼·巴雷特法官和她的價值觀。我有個消息要告訴華盛頓的民主黨人,以及他們在好萊塢的朋友們,當然還有那兩位民主黨人,他們正企圖從佐治亞州加入他們的行列,那個信條根植在我的心中,而那個信條也根植在你們心中。根據我們信仰和崇拜的自由權利,教條信仰更根植在美利堅合眾國憲法中。那就是另外一個原因,為什麼我們需要這兩個偉大的參議員回到美國參議院。我們已經完成了這麼多:繁榮,安全,加強保衛我們自由的基礎。但我要告訴大家,也許最重要的是,我很自豪今天能和美國參議院的兩位議員站在一起,和一位為人類生命的神聖性毫無褻瀆的總統站在一起。佐治亞州的人們,是因為他們的為人和能力,也是因為我們所取得的成就。我們需要大衛·普度參議員和凱利·勒夫勒參議員重回共和黨在美國參議院的多數席位。我們需要佐治亞州在2021年1月5日的時候捍衛多數派。大家支持我嗎?

我們擱置任何分歧,全力投入戰場戰鬥吧!至於我自己,即便有時會因誤會和不理解,可能會受到一些來自背後、或者兩側打來的冷槍,我不會顧及,也沒有時間顧及,我的槍口只能對着前方,而不會在任何情況下都不會調轉。在沒有獲得勝利之前,我只會一直衝鋒!時間會回答一切,自己人終歸是自己人,總有一天會明白過來的,即便真是需要解釋,也只能容我1月5日晚上7點之後再說了! 關學君



關學君在集會現場

國防以資助他們新的大政府項目了。而拉斐爾·沃諾克卻要貶低我們的軍隊。他一再為反猶太主義言論辯護,甚至嘲笑我們最珍視的以色列盟友。大衛·普度和凱利·勒夫勒支持減稅,他們要繼續捍衛人民保留更多收入的權利。喬恩·奧索夫和拉斐爾·沃諾克要對工薪家庭和大小企業加稅。他們也正在討論取消對警察的經費。大衛·普度和凱利·勒夫勒將永遠支持藍線上的執法人員。而喬恩·奧索夫和拉斐爾·沃諾克曾經支持激進派法官,他們會在法官席上立法,支持納稅人對墮胎的資助,一直到孩子出生的那一刻。戴維·普度和凱利·勒夫勒每天都站在憲法的原則和生命權的立場上。你們都知道現在佐治亞州的舉足輕重的地位。查克·舒默前幾天說過:“現在只要我們拿下佐治亞州,然後就能改變美國。”但我要給查克·舒默和華盛頓的民主黨人帶個話,我們要保住佐治亞州,我們要拯救美國。我們要做的是致力於讓美國再次偉大。而他們要做的是導致美國的衰落。當我們開放美國的時候,我向你們保證,不會再把美國鎖起來了,他們不會有任何機會。事實上,還記得民主黨人說過,今年年底前不可能有真正的疫苗。那我來給大家帶來一個消息,輝瑞公司今天已經把他們的疫苗交給了食藥監局,在今年年底之前,我們將在全美看到4000萬支疫苗。這就是唐納德·特朗普總統的領導力。我們在創造奇蹟。我的意思是,你們都知道喬恩·奧索夫和拉斐爾·沃諾克要做的是高稅收、開放邊界、醫療社會化、綠色新政、按需墮胎、取消警察經費、包裝法院。喬恩·奧索夫和拉斐爾·沃諾克對佐治亞州和美國來說都是錯誤的選擇。這就是為什麼我們需要佐治亞州在1月5日對奧索夫和沃諾克說“不”,對參議員大衛·普度和參議員凱利·勒夫勒說“是”。所以佐治亞州,我今天來這裡是想說,請繼續戰鬥吧。繼續為這次選舉的誠信而戰。繼續為捍衛共和黨的多數席位而戰。直到1月5日投票結束,讓我們把大衛·普度和凱利·勒夫勒送回共和黨在美國參議院的多數席位。這就是為什麼我今天上了巴士,來到你們這裡,和這兩位偉大的領導人站在一起,也和你們所有人站在一起。在接下來的幾周里,我有幾件事想拜託你們去做。我需要你們做的第一件事就是在佐治亞州投票,給大衛·普度和凱利·勒夫勒在美國參議院的連任投票。我被告知12月14日星期一開始就可以提前進行個人投票。而我在上一站,聽他們說當地辦公室是早上8點半就會開門的。所以讓我來懇請今天所有來這個集會的人,請你們帶上自己的鄰居,帶上自己的家庭成員,記住啊朋友們,不要讓朋友單獨投票,一起出動,去給大衛·普度和凱利·勒夫勒投票吧。

其次,我想讓大家告訴別人,你今天為什麼出來,為什麼你覺得這有激情,佐治亞州的人民應該知道這次選舉是有多重要。我們需要大家繼續戰鬥,並鼓勵其他人繼續戰鬥。毫無疑問的,佐治亞州將決定本屆參議院的未來。我知道佐治亞州能夠勝任這項任務。我知道佐治亞州會堅持下去。所以,請儘快投票,告訴朋友這次選舉的利害關係。最後,我希望大家一定要有信心。請對我們的總統有信心,他會讓美國再次偉大,並且永遠不會停止戰鬥,讓美國仍然偉大。對像大衛·普度和凱利·勒夫勒這樣的領導人有信心。他們是正直的一男一女兩個人,當聚光燈和攝像機都關閉的時候,我也可以告訴你,他們還是每天都在堅持着自己的原則。他們一直在捍衛佐治亞州的價值觀,以及我們所知道的讓這個國家變得偉大的一切。他們應該去和你的鄰居與朋友們談談,要對這個偉大國家的人民有信心。你知道嗎,我真的相信,深入的歷史研究表明,每次當美國人民面臨一個選擇:一個擁有更多自由的未來還是一個擁有更少自由的未來的時候,美國人民每次都會選擇更多的自由。所以去告訴他們,1月5日的選擇關係到大家的自由。最後,我鼓勵大家也要有另一種信仰。前幾天有人給我發了一句話,是科里·廷巴(Corey Timba)說的,他說:“你可以把對一個未知的未來的相信依託於一個已知的上帝。”我們可能不知道未來會怎樣,但我們知道上帝主宰着未來。試着鼓勵大家在這些日子里,利用自己的那股力量源泉和佐治亞州,以及美國的人民一起,在我們今天所處的更具挑戰性的時代,永遠保持堅強。請記得那個古老的應許,如果他的子民被他的一名字呼喚,將保持謙卑,祈禱並回轉,他將像他名字做的那樣,恢復這個國家的歷史。他必從天上垂聽,醫治這片土地。上帝庇佑下的這個國家是不可分割的,人人享有自由和正義,所以為美國祈禱,為所有的美國人民祈禱吧。

下面我要馬上再登上巴士,回到華盛頓特區,繼續我的戰鬥,而你們大家則留在這裡進行你們的戰鬥。要知道,我們永遠不會停止戰鬥,你們今天的支持即意味着整個世界。我迫不及待地想回到白宮,告訴他們我今天見到的所有偉大的人們。感謝大家的到來,這對我們來說是非常榮幸的。今天我會帶着新的信心離開這裡,如果我們所有人都做了我們需要做的,那麼我們就會繼續取得勝利。佐治亞州的男男女女們,我們將為這一代和下一代維護自由。在你們所有人的擁護下,在這場至關重要的參議院競選中,在你們的祈禱下,我知道我們將為特朗普總統贏得每一張合法的選票。在你們的支持和上帝的幫助下,我們將讓參議員大衛·普度和參議員凱利·勒夫勒送回美國參議院。我們將繼續讓美國再次偉大。非常感謝大家,上帝保佑你們。上帝保佑美國。現在就讓我們去完成它吧,佐治亞州!



# 了解華報動態 聆聽您的聲音

## 2021年伊利華報繼續為社區服務

# 華人撐華報

# 伊利華報

  
ERIE CHINESE JOURNAL

# 疫情見真情



時間飛快伊利華報創刊已經有 18 年，為了讓華報在 2021 年繼續為您提供服務，伊利華報社長 / 主編浦瑛將于 12-12-2020 中午 12:00- 下午 6:00 在克城亞洲商場舉辦交流活動：在這裡我們將講述目前疫情下的華報動態並聆聽您的聲音，歡迎華報讀者踴躍參加！



地址：1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

## 感謝您支持伊利華報繼續為社區服務！

### 2021 年支持伊利華報的人

黃唯



我永遠支持你，浦瑛  
黃唯大律師  
MARGARET W. WONG  
& ASSOC. CO., LPA  
ATTORNEYS AT LAW

Kitty



Ketty Lee  
利是會計事務所

Irene



克利夫蘭天然寺

Jenny



Gingie Spa

## 您也可以成爲其中一員！

