



# 伊利華報

## ERIE CHINESE JOURNAL

● 本報在美東北部: 克里夫蘭、哥倫布、匹茲堡、辛辛那提、紐約州、賓夕法尼亞州等地發行 ● Published in Cleveland, Columbus, Pittsburgh, Cincinnati, NY and KY

第四六八期 Vol.468 Apr.30 2023 本報售價 \$1.00

ISSN 1544-7766 發行商/PUBLISHER: ERIE CHINESE JOURNAL, INC.

Website: www.ecjnews.com; E-Mail: echinesej@yahoo.com

Tel: (216) 324-2959; Fax: (330) 405-3480 Add: 3500 Payne Ave, 1-B Cleveland OH 44114



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

**俄亥俄州 伊利諾依州 密西根州**  
**最大華人連鎖超市**

新鮮蔬果 面包糕點  
游水海鮮 餐館批發

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

# 探生命價值 尋人生方向



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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**黃唯大律師**  
滿足您所有的移民要求



**弘揚中華文化 交流美中信息**

**伊利華報**  
ERIE CHINESE JOURNAL

**服務華人社區 振奮民族精神**

Website: www.ecjnews.com  
E-Mail: echinesej@yahoo.com

社長 / 主編: 浦瑛 總編輯: 劉元華  
移民法律顧問: 黃唯 版面 / 網頁編輯: 程 BEN  
特約撰稿人 Columnist: Cynthia Marek Lundeen  
特約撰稿 / 編輯: 冰凌; 艾文  
廣告熱線 Marketing: 216-324-2959 Add: 3500 Payne Ave., 1-B Cleveland OH44114

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

營業 週一至六早 10 點-晚 7 點  
時間 周日休息

俄州執執照技師提供面部美容、護膚、按摩等服務 請預約

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



SHISEIDO  
GINZA TOKYO

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



**花香 天天還有夢**

滿天飛舞的雪花  
灑下美麗的身影  
卻沒有留下方向  
追尋啊追尋  
雪卻溶化了  
迎來是新的春天  
你像深谷的幽蘭  
悠然自盼  
又似春水中水仙  
一塵不染  
我帶著三萬里路和月  
要請你來到萬丈紅塵  
我小心的將你供養  
會不會像夢裡雪花  
和你的清新的花香  
消失得無影又無蹤  
多想進你夢裡面  
說不盡我的情意  
在這滾滾紅塵中  
結一段夢幻塵緣

多少年已過去  
我還是沒有學會遺忘  
離別成了永遠  
愛卻成了春草  
你就是那春風

我永遠學不會遺忘  
你一直在夢裡面  
像春風一輕拂我的臉  
這就是我多少年的夢  
我從不想醒  
天天還有夢

你是天邊的第一顆星  
跟著你就成了繁星滿天  
喔 那是我無邊邊的春夢

歲月畫出含淚的眼睛  
卻畫不出那最初微笑  
多少年又是多少年  
多少夜又是多少夜  
我總是守著天邊第一顆星

原以為相愛的人  
會走在一起  
誰知道留在原地相思  
卻清清楚楚春夢無痕

**劉天擎**  
詩歌園地



**申請法庭免費翻譯服務**

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

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



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

**29th ASIAN FESTIVAL**

**Table Tennis Tournament**  
May 13, 2023  
653 E. 8th Ave.  
Columbus, OH 43201

**Dragon Boat Races**  
May 21, 2023  
Bicentennial Park  
233 S. Civic Dr.  
Columbus, OH 43215

**29th Asian Festival**  
May 27-28, 2023  
Franklin Park  
1755 E. Broad Street  
Columbus OH 43203

**FREE ADMISSION & SHUTTLE**

@asianfest  
@asianfestival  
www.facebook.com/asianfest

asian-festival.org



mycommunity  
mybank  
mynycb.com

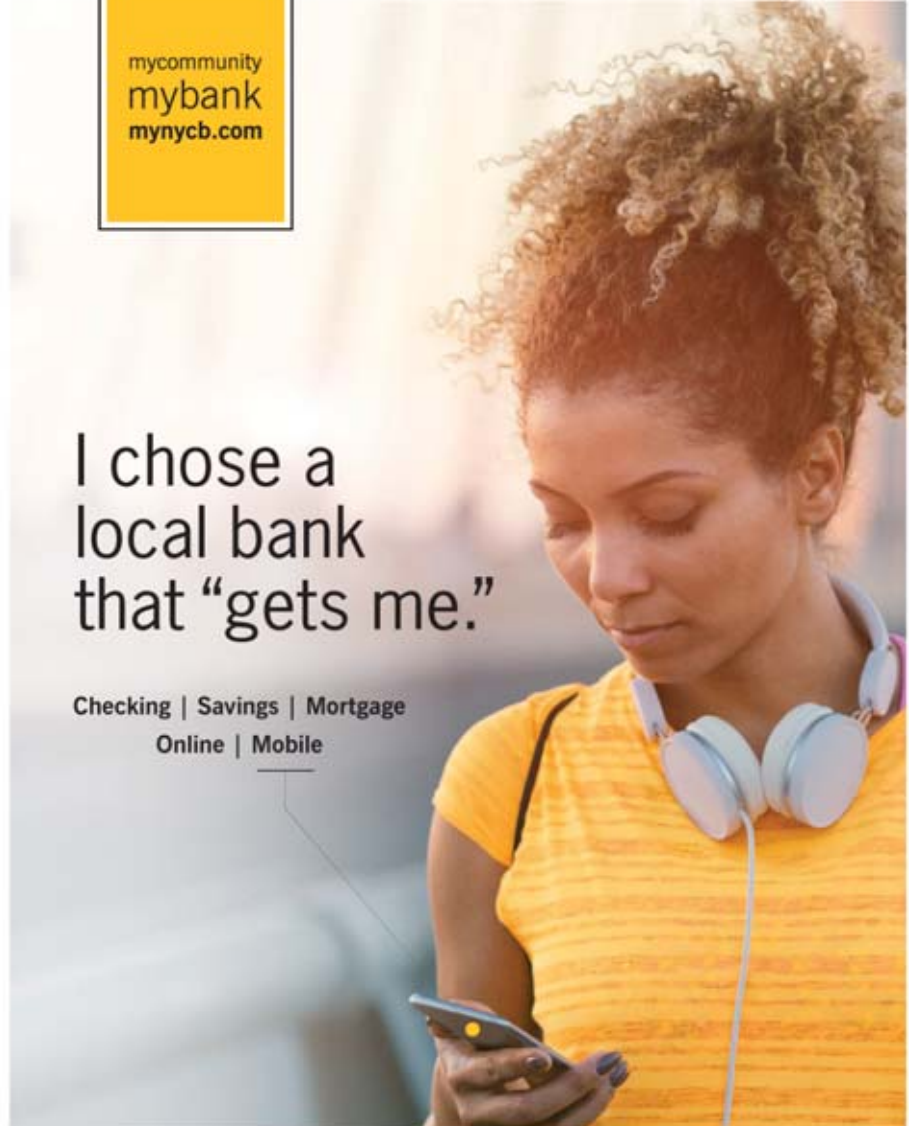
I chose a local bank that "gets me."

Checking | Savings | Mortgage  
Online | Mobile

myNYCB.com • (877) 786-6560

**NYCB OHIO SAVINGS BANK**  
A division of Flagstar Bank, N.A. • Member FDIC

© 2023 Flagstar Bank, N.A. | Equal Housing Lender





# 克利夫蘭亞洲城居民春季聚會



終於度過了漫長的冬季,大家聚在一起聊聊,說說家常,與社區健康服務和防務環保機構人士溝通,增加我們的友誼開闊我們的認知,結交更多的朋友。

4月22日星期六下午1-3點,在38街亞洲城一樓,克利夫蘭亞洲團體舉辦

了亞洲社區社區日活動。團隊還邀請了社區合作夥伴: 亞洲服務協會(ASIA)、ICHC、Lead Safe Cleveland Coalition、United Health Care 和克利夫蘭公共圖書館聯合舉辦了這一活動。

當日來了不少克利夫蘭社區老人還要克利夫蘭廣場舞的隊員,大家其樂融融,感謝社團提供機會給居民互動並共享資源。

一位叫戴維斯的女士,參加克利夫蘭廣場舞後,改變了她的人生方向,她對她的舞蹈老師用中文寫了: 李嵐老師就像太陽一樣照亮我,看着克利夫蘭華人們業餘生活日日開心,感謝克利夫蘭 Middleton 和 Asina 等社團為亞洲城貢獻,完善克利夫蘭亞洲城

當日亞洲商場的 Pho Lee 越南餐廳提供了小吃,還有圖書館提供書籍,居民也填表,並且告訴大家他們的喜愛,希望未來能與志鄰居們建立聯繫,讓我們大家關注 AsiaTown 社交媒體。

AsiaTown 要通知大家: 感謝所有參加活動的人。在5月6日上午8:30 - 1Pm.在跳廣場舞停車場,舉行社區清潔活動。讓我們的城市美麗乾淨起來,希望在那里見到您們。

On Saturday, April 22, AsiaTown residents and several community partners gathered together to share food, resources, and brainstorm about how they would like to be involved in the neighborhood. Our community partners, Asian Services in Action (ASIA), ICHC, the Lead Safe Cleveland Coalition, United Health Care, and the

Cleveland Public Library engaged with residents and shared resources. We enjoyed snacks from Pho Lee's Vietnamese Restaurant and books from Kid's Book Bank. Residents completed a Skills and Talent Profile where they circled their areas of interest in the hopes of connecting to neighbors with similar interests. Folks also had the chance to nominate community members for us to spotlight on the AsiaTown social media. There is so much to celebrate in the AsiaTown community. Thank you to everyone who came out and to our dedicated community partners! We hope to see you at our neighborhood cleanup May 6, 8:30 - 1 at the Square Dancing Parking Lot.



## 健康安全第一

4月26日,Lead Safe Cleveland Coalition、United Health Care,成員 Zack Cofer 邀請我去他們的辦公室開會。

當日開會還有 Carlos Elliott and Donald Collins,我在22日已經在亞洲城見過他們,他們說協會主要幫助社區民衆健康安全措施落實,其中包括房地產

出租,他們表示 Ohio 已經查出是第四大早年房屋沒有達到安全標準,他們希望能幫助到民衆的身心安全,尤其對居住在克利夫蘭老房的民衆進行普及教育,希望大家能得到這方面是知識。

具體地址時間請您關注伊利華報的通知。



## 陳明玉博士(牧師) 婚姻家庭系列特會新聞稿

克里夫蘭地區的華人及同鄉有福了!

克里夫蘭台灣基督教會為加強社區服務,將在五月特別邀請對家庭婚姻及子女教育知識有專攻的陳明玉博士(牧師)前來教會作一系列的講道及坐談,輔導,資訊等各項活動。

如眾所皆知,在美國的生活就業,婚姻家庭,個人職場處處都是壓力,競爭角逐無時不在,令人喘不過氣來,亟待在這方面有極其了解的專家來開導,解讀。陳明玉博士正是對此術業有專攻的人士,應時應景。

克城台灣教會 歡迎對「家庭、婚姻、親子」專題有興趣的華人同胞也能多多邀請親友一起前來參加,相信必會受益匪淺。

陳明玉博士(牧師)獲得美國正道福音神學院教牧學博士。曾在「醫學院性別所」進修,專研兩性婚姻,獲有「哺乳衛教師」國際證照。

在此之前,曾任台北私立再興小學老師、台灣信義會教師、兼任中原大學講師、基督教醫院院牧。

陳牧師擅於輔導青年戀愛、婚姻、夫妻、親子的人際關係;常受邀美、加、法、日、台...多所大學團契演講,並培訓「兩性教育種子師資」,桃李天下。她並伴同夫婿何榮文牧師在北美牧會多年,二個兒子讀多倫多大學期間 曾開拓「U of T 雙語團契」,頗有成效。



人生本來是坎坷不平穩的,有時依靠自己會十分困難無助,以陳牧師的專長,無異在荒漠中得到甘泉,必能因而得到舒困與鼓舞。如有人要求,她也願意做個人輔導。

克城台灣教會為此,鼓勵鄉親華人同胞踴躍參加,機會難得。

陳明玉博士在克城台灣教會的婚姻家庭專題特會時間表如下:

5/14 星期日 母親節 上午

11:15 am - 12:45 pm: 「快樂母親-幸福家庭」

1:00 pm 教會戶外野餐和遊戲

5/21 星期日 上午 11:15 am-12:45 pm 「幸福是從家開始」

12:45 pm 愛宴

下午 2-4 pm 「良好親子關係」+ Q&A 自由發問

5/28 星期日 上午 11:15 am-12:45 pm 「家人美好相處藝術」

12:45 pm 愛宴

下午 2-4 pm 主題座談

克里夫蘭台灣基督教會

地址:138 East Boston Mills Road, Hudson OH 44236

路線: 從 8 號公路向南或向北走都在 Boston Mills Road 出口,到 Boston Mills Road 向右轉,教會就在左邊的白色建築物。

連絡人:林健華長老 電話:440-473-6715



### North South Foundation

Encouraging Excellence in Education

#### Cleveland, Ohio Chapter

In association with



**Announces 2023 NorthSouth Regional Bee Contests**

**On Saturday, May 13<sup>th</sup> & Sunday, May 14<sup>th</sup> At**  
**Tri-C Metropolitan Campus, Liberal Arts Building**  
**2900 Community College Avenue, Cleveland Ohio 44115**

<b>Saturday:</b>		
<b>Vocabulary Bee:</b>	<b>Junior:</b>	<b>Grades 1, 2 &amp; 3;</b>
	<b>Intermediate:</b>	<b>Grades 4, 5, 6, 7 &amp; 8;</b>
<b>Geography Bee:</b>	<b>Junior:</b>	<b>Grades 1, 2 &amp; 3;</b>
	<b>Senior:</b>	<b>Grades 4, 5, 6, 7 &amp; 8</b>
<b>Spelling Bee:</b>	<b>Junior:</b>	<b>Grades 1, 2 &amp; 3;</b>
	<b>Senior:</b>	<b>Grades 4, 5, 6, 7 &amp; 8</b>
<b>Comp. Science:</b>	<b>Senior:</b>	<b>Grades 9, 10, 11 &amp; 12</b>
<b>Public Speaking:</b>	<b>Junior:</b>	<b>Grades 6, 7 &amp; 8;</b>
	<b>Senior:</b>	<b>Grades 9, 10, 11 &amp; 12</b>
<b>Sunday:</b>		
<b>Math Bee:</b>	<b>Level 1:</b>	<b>Grades 1 &amp; 2;</b>
	<b>Level 2:</b>	<b>Grades 3, 4 &amp; 5;</b>
	<b>Level 3:</b>	<b>Grades 6, 7 &amp; 8</b>
<b>Science Bee:</b>	<b>Junior:</b>	<b>Grades 1, 2 &amp; 3;</b>
	<b>Intermediate:</b>	<b>Grades 4 &amp; 5;</b>
	<b>Senior:</b>	<b>Grades 6, 7 &amp; 8</b>

**Contest Info:** [North South Foundation : Regionals](#)

**Schedule:** [RegionalContestCalendar](#)

**Registration:** [North South Foundation Login](#)

**New Parents Info:** [North South Foundation : NewParents](#)



**Early Bird Discounts till February 19<sup>th</sup>, 2023**

**Note: Online Registration for Regional contests has started. All Participants should register online before April 30<sup>th</sup>, 2023. On-site registrations are NOT allowed. For further information, please Contact: [clevelandnsf@gmail.com](mailto:clevelandnsf@gmail.com), [dvijay@aol.com](mailto:dvijay@aol.com) If you are not receiving emails from us, please associate your parent log-in with Cleveland, OH chapter**

North South Foundation (NorthSouth) was established in 1989 as a non-profit and tax-exempt entity to award scholarships to exceptionally qualified and needy students in India entering colleges regardless of religion, gender, caste or geographic origin



## Governor DeWine Announces Nearly \$50 Million for Local Jail Projects

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Ohio Department of Rehabilitation and Correction Director Annette Chambers-Smith today announced funding support for construction, renovation, and security improvement projects at nearly a dozen local jails in Ohio.

Governor DeWine announced the grant awards this morning while meeting with community leaders at the Corrections Center of Northwest Ohio (CCNO) in Stryker, Ohio, which serves Williams, Defiance, Fulton, Henry, and Lucas counties. CCNO will receive more than \$4.6 million to enhance inmate and staff safety through the installation of secure cell doors in a unit of the jail that houses high-security inmates. Funds will also go toward building an operations center for staff between two mini-

mum-security dorms. In total, approximately \$50 million in funding from the Ohio Jail Safety and Security Program will be awarded to 11 county jail projects, including six construction and/or renovation projects.

"It's critical that our jails are safe and secure, but it's also important that our jail environ-

ments can influence positive change and put inmates on a good path upon release," said Governor DeWine. "With this funding, we're helping these local jails move forward with projects that will allow them to better meet the demands of our modern criminal justice system and further support the growing number of inmates struggling with substance use and mental health issues."

### Jail Grant Map

2023 Ohio Jail Safety and Security Grant Recipients Construction/Renovation Projects:  
 Auglaize County: \$2,035,970  
 Columbiana County: \$462,500  
 Greene County: \$15,000,000  
 Lucas County: \$10,065,000  
 Wayne County: \$15,000,000  
 Williams County: \$4,662,756

### Security Upgrades:

Carroll County: \$227,300  
 Hancock County: \$248,480  
 Needs/Feasibility Assessments:  
 Jackson County: \$1,000,000  
 Miami County: \$175,000  
 Ottawa County: \$350,000

MORE: Detailed Summary of 11 Jail Projects

Governor DeWine worked in partnership with the Ohio General Assembly to secure funding for Ohio Jail Safety and Security Grant Program as part of the current capital budget. The program is administered through the Ohio Department of Rehabilitation and Correction's Bureau of Adult Detention.

These grants represent the second round of funding offered as part of the program. The first round of grants included \$45 million for major construction projects at six local jails and an additional \$5 million for smaller-scale projects at six additional facilities.



## Governor Announces 95% of Ohio Schools Offer Prevention-Focused Services

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today announced that his initiatives to increase Ohio students' access to services that help prevent or intervene in emotional, behavioral, and mental health disorders have hit a new milestone with the release of the 2020-2021 Prevention Services Data Report. The report shows that 95% of Ohio schools offered prevention-focused programs and supports, while more than 81% of schools offered prevention-focused curricula.

"Providing students with the tools they need to better cope with life stressors in healthy, safe, supportive ways helps individuals build resiliency and reduces risk factors," said Governor

DeWine. "Prevention services are part of educating the whole child, meeting their wellness, as well as their academic needs. This approach sets them up for success throughout their lives."

"This report shows how Ohio schools are supporting student wellness work through an outstanding increase of prevention programming and supports," Interim Superintendent of Public Instruction Dr. Stephanie Sidens said. "Prevention education helps students build the resiliency skills needed to overcome life's obstacles and fully engage in learning."

Other takeaways from the report include:

Nearly 90% of schools reported partnering with community coalitions, organizations, or other external agencies to provide prevention services and resources to families. This 50% increase from the previous academic year likely is related to additional state funding that was used to build community partnerships with the ultimate goal of providing evidence-informed prevention services for every child, in every grade, in every school.

Almost 90% of schools reported efforts to engage parents and families in prevention-focused services.

More than 93% of schools reported offering some type of prevention-focused professional development and training for school personnel, and 72%

of schools reported participating in some type of prevention-focused professional and peer learning during the 2020-2021 school year.

Governor DeWine established the Student Wellness and Success program, which has dedicated \$1.2 billion in funding for schools to provide mental, behavioral, and physical health programs to their students since 2019. The Student Wellness and Success program now is part of the current funding formula. In addition, Governor DeWine secured \$20 million in funding in the 2020-2021 budget for prevention education and professional development.

April 18, 2023

## Governor DeWine Announces Safety Grants for 600+ K-12 Schools

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today awarded more than \$42 million to support physical safety and security upgrades at hundreds of Ohio schools.

A total of 624 schools will receive funding as part of the fifth round of Ohio's K-12 School Safety Grant Program. This new round of funding brings the total number of schools served by this program to 2,789 and the total amount of funding awarded to more than \$215 million.

"Our educators care deeply about the safety of Ohio students, as evidenced by the thousands of schools that came forward with solid security improvement plans that they intend to carry out with this funding," said Governor DeWine. "There is nothing more important than the safety of our kids, and with today's announcement, every qualifying school that applied for a grant has now received at least one award, including schools in all 88 counties."

DETAILS: 624 Schools Receiving R5

### School Safety Grant Funding

Governor DeWine partnered with the Ohio General Assembly to launch the K-12 School Safety Grant Program in 2021. The program was created to help schools pay for physical security expenses such as new security cameras, public address systems, automatic door locks, visitor badging systems, and exterior lighting.

The Ohio Facilities Construction Commission administered the program in partnership with the Ohio School Safety Center. The program was funded through Ohio's operating budget and with allocations from the American Rescue Plan Act.



### K-12 Safety Grant Map

MORE: Complete List of 2,789 Schools and Grant Amounts (R1-R5)

Since taking office in 2019, Governor DeWine has led several initiatives to support school safety, including the creation of the Ohio School Safety Center, which works to assist lo-

cal schools, colleges, universities, and law enforcement agencies to prevent, prepare for, and respond to threats and acts of violence, including self-harm, through a holistic, solutions-based approach to improving school safety.

Governor DeWine also created the Student Wellness and Success Fund, a \$1.2 billion investment that is now a part of the school funding formula, to provide wraparound services to students. Wraparound services are programming and

supports meant to build skills and fulfill a student or familial need. To date, this funding has launched 1,300 mental health programs and trained 6,500 educators and school professionals.

April 25, 2023

(COLUMBUS, Ohio)—

The following are updates from the State of Ohio regarding remediation work at the site of the Norfolk Southern train derailment in East Palestine, Ohio.

**Fish Collection?** A team from Ohio EPA's division of surface water completed a third day of fish collection on Wednesday from the North Fork of Little Beaver and the Lower Little Beaver Creeks.

The fish tissue will help determine if there is need for fish consumption advisories in these streams.



### Hazardous Waste Removal

According to the Ohio EPA, approximately 12.8 million gallons of liquid wastewater have been hauled out of East Palestine in total. There is currently a pile of approximately 6,800 tons of excavated soil waiting for re-

moval from East Palestine, versus 31,800 tons that have been removed.  
**Private Well Testing**

## East Palestine Update -- 04/20/23

The Ohio Department of Health, working with the Columbiana County Health District, has received verified laboratory results from 7 additional samples from private water systems as of noon Thursday. Five of those wells showed no detectable contaminants. Two wells had trace detections at levels below safe drinking-water standards. There is no evidence that these trace detections are linked to the train derailment. In total, test results from 279 samples have been verified.

### East Palestine Health Clinic

The permanent East Liverpool City Hospital East Palestine Clinic opened April 10 and of-

fers the same services as the former clinic, but will also provide traditional comprehensive primary care, including treatment, prescriptions, lab testing, and consultation with specialists where appropriate. Physicians, registered nurses, and mental health specialists will be on hand to provide services. Referrals will be made if needed.

The clinic is located at 139 North Walnut St. Regular hours are 9 a.m. to 5 p.m. weekdays. Appointments are required and can be made by calling 330-383-6020.

### State of Ohio Updates

Unless an urgent update is necessary, East Palestine train derailment remediation updates from the State of Ohio will be issued only once a week moving forward.





# 國稅局提供多種付款選項,包括為有困難支付的人提供的幫助

FS-2023-12, 2023年4月

納稅人在繳納聯邦稅時可以考慮多種選項。電子支付選項是繳納稅款的最佳方式。

對於無法全額支付的納稅人,美國國稅局鼓勵他們儘可能多地支付稅款,並嘗試使用各種付款選項來支付餘額,包括獲得貸款來支付到期金額。在許多情況下,貸款的花費可能低於國稅局必須依法收取的利息和罰款的總和。

納稅人在欠款時必須儘快採取行動。稅單未付清的時間越長,累積的利息和費用就越多。

國稅局付款選項可在 IRS.gov/payments 上找到。

### 電子支付選項

\* 直接付款 - 個人納稅人可使用直接付款每天支付兩次款項。直接付款選項允許納稅人直接從支票或儲蓄賬戶免費在線支付,並最多提前 365 天安排付款。他們將收到其付款的電子郵件確認。

\* 聯邦電子繳稅系統(EFTPS) - 會進行大額支付的個人納稅人或企業的最佳支付選項是 EFTPS,它每天最多可以支付五次款項。該系統需要註冊。納稅人最多可以提前 365 天安排付款,並選擇接收有關其付款的電子郵件通知。

\* 電子資金提款 - 個人納稅人和企業可以在使

用在線稅務軟件進行電子報稅時付款。如果他們聘請了代報稅人,可以要求代報稅人通過從銀行賬戶中提取電子資金來繳納稅款。

\* 付款處理商 - 個人納稅人和企業可以選擇通過付款處理商使用信用卡、借記卡或數字錢包進行支付。處理商收取的任何手續費,不歸國稅局所有。

\* 國稅局在線賬戶 - 個人納稅人可以選擇創建並登錄國稅局在線賬戶來通過賬戶支付。在線賬戶允許納稅人查看:

- o 任何預定或待定的付款
- o 付款歷史
- o 付款計劃詳情
- o 他們所欠的金額

通過支票、匯票或銀行本票付款  
\* 如果納稅人是在沒有隨附所得稅申報表的情況下支付當前到期的所得稅,通過支票、匯票或銀行本票支付時應連同款項附上《表格 1040-V,付款單據》(英文)。按州或表格將付款郵寄到正確的地址。不要通過郵件寄送現金。在支票備注行中注明國稅局應將此款項用於哪一個具體的納稅年度。

\* 納稅人如果在提交當年的所得稅申報表時付款,不應將付款用釘書釘或曲別針夾在稅

表上。如需更多信息,請訪問 IRS.gov 上的使用支票或匯票付款。

現金支付  
\* 個人和企業如果希望以現金支付,可在參與的零售店進行支付。每筆付款的付款限額為 500 美元,會收取手續費。

如果無法現在支付,大多數納稅人還有以下付款選項:

\* 在線付款協議工具(OPA) - 大多數納稅人符合付款計劃的資格並可使用 OPA 來進行設置,包括可在一段時間內付清餘額的分期付款協議。納稅人完成在線申請後,會立即收到國稅局是否已批准其付款計劃的通知。納稅人可以在幾分鐘內使用 OPA 制定計劃。無需文書作業,也無需致電、寫信或造訪國稅局。某些類型的計劃可能會收取設

置費用(英文)。

\* 折衷付稅提議 - 折衷付稅提議允許符合條件的納稅人以低於其所欠總額的金額來結清其納稅義務。為了幫助確定資格,他們可以使用折衷付稅提議資格預審工具(英文)。為了幫助納稅人自己來準備有效的折衷付稅提議,國稅局創建了一個折衷付稅提議視頻播放列表(英文) - 有西班牙語和簡體中文版本,來指導他們完成必要的文書作業。

\* 暫緩征收程序 - 納稅人可以聯繫國稅局來申請暫緩征收程序。如果國稅局確定納稅人無力支付,則可能會延遲徵收,直到納稅人的財務狀況有所改善。罰款和利息會繼續累積,直到納稅人全額付清。



## 國稅局預扣稅 估算器幫大家為 2024 報稅季做準備; 確保從 2023 年薪水中預扣正確的稅額

IR-2023-87, 2023年4月18日

華府 - 美國國稅局今天建議已提交或即將提交 2022 年稅表的納稅人使用國稅局預扣稅估算器來幫助更新從 2023 年工資中預扣的稅額。

國稅局指出,現在是使用這個在線工具的好時機。預扣稅估算器也提供西班牙語版本,可以幫助大家調整預扣金額、拿到手更多現金或幫助避免 2023 年的稅單。

預扣稅估算器為員工、退休和自僱人士提供了分步指南,來有效地定制他們從工資、養老金和其它收入中預扣的所得稅金額。在生活發生重大變化後,尤其有用(例如結婚、離婚、購房、孩子出生或領養,或收入發生巨大變化)。使用估算器的好處

對於員工來說,預扣稅是從他們的工資中預扣的聯邦所得稅金額。員工可以使用預扣稅估算器估算的結果來確定他們是否應該填寫新的表格 W-4 並將其提交給雇主。例如,檢查預扣

稅可以:  
\* 確保預扣適額的稅款,並防止在報稅時收到意外的稅單或罰款。  
\* 確定是否減少每筆薪水的預扣稅,提高實得工資並減少報稅時的退稅。

需要什么記錄?  
預扣稅估算器結果的準確度取決於所輸入的信息。為幫助做好準備,國稅局建議納稅人收集:

- \* 他們最近的工資單,如果已婚,還有他們配偶的工資單。
- \* 其它收入來源的信息。
- \* 他們最近的所得稅申報表。

預扣稅還是預估稅?

所得稅通常必須是納稅人在一年當中賺取或獲得收入時通過預扣稅或預估稅的形式來繳納。如果從工資或養老金中預扣的所得稅金額不夠,或者如果他們收到其它類型的收入,如利息、股息、贍養費、自僱收入、資本利得、獎金和獎勵,他們可能需要繳納預估稅。

2023 年,從第三方結算機構(包括流行的支付應用程序)收到超過 600 美元收入的納稅人可能會收到表格 1099-K。個人納稅人可以使用國稅局在線交互式稅務助手(英文)查看他們是否需要繳納預估稅。良好的記錄保存是關鍵。

稅務情況複雜的人則是應該使用《第 505 號出版物,預扣稅和預估稅》(英文)中的說明。這包括欠替代性的最低限額稅或某些其它稅款的納稅人以及擁有長期資本收益或合格股息的人。

- 更多信息
- \* 預扣稅估算器常見問題解答(英文)
- \* 薪水檢查(英文)



## 錯過了報稅截止日? 納稅人應該這樣做

國稅局稅務提示 2023-54, 2023年4月20日

錯過了最近 4 月報稅和繳稅截止日的納稅人,應瞭解其納稅義務以及如果不報稅或有欠稅可能帶來的後果。

### 欠稅的納稅人

在 2023 年 4 月 18 日之前拖欠未繳的稅款將被處以罰款和利息。任何未報稅和有欠稅的人都應儘快報稅,並儘可能多地繳納稅款,以減少罰款和利息。包括國稅局免費報稅在內的電子報稅選項,2023 年 10 月 16 日之前仍然可在 IRS.gov 上使用,用於以電子方式準備和提交稅表。

儘快報稅非常重要,因為逾期報稅和逾期繳稅的罰款以及未繳稅款的利息會很快累積。一些在截止日後報稅的納稅人可能有資格獲得罰款減免。被處以罰款的民衆,可以撥打通知上的電話來聯繫國稅局,解釋無法按時報稅和繳稅的原因。

有按時報稅和繳稅歷史的納稅人通常有資格獲得行政罰款減免。在過去三年有及時報稅和繳稅並滿足其他要求的納稅人,通常符合資格。有關詳細信息,納稅人應訪問 IRS.gov 上的首次罰款減免頁面。

如果納稅人發現他們欠稅,可以查看可用的付款選項。國稅局為無法繳納所欠稅款(英文)的納稅人提供了多種選擇。有關減少所欠利息金額的信息,請訪問 IRS.gov 上的利息減免頁面。

### 軍隊人員仍然可以使用 MilTax

軍人社區也可以使用 MilTax (英文) 來報稅,這是國防部提供的一項免費稅務資源。符合條件的納稅人(英文)可以使用 MilTax 以電子方式免費提交聯邦稅表和最多三個州的稅表。

### 一些納稅人有額外的時間

一些納稅人可能有額外的時間來提交稅表並支付任何到期稅款。這包括一些災民(英文)、居住在海外外的納稅人(英文)、某些軍人以及在戰區符合條件的支援人員(英文)。

### 不被要求報稅的納稅人

有些人可能會選擇不報稅,因為他們的收入不達到報稅要求(英文)。一般來說,如果他們能拿到退稅,就不會受到罰款,但他們不報稅的話可能因此錯過退稅。

## 2019 納稅年度 15 億美元退稅申領即將結束,截止日為 7 月 17 日

IR-2023-79, 2023年4月12日

華府 - 美國國稅局今天宣佈,全國有近 150 萬人在 2019 納稅年度有未申領的退稅,而申領的最後期限為 7 月 17 日,必須在此截止日之前提交稅表。

國稅局估計由於民衆未提交 2019 年的稅表,仍有近 15 億美元的退稅未被申領。這一年退稅的平均中位數為 893 美元,國稅局特別針對各州進行了計算,以查看有多少人可能有資格獲得這些退稅。

“2019 年的稅表是在新冠疫情間到期的,許多人可能忽略或忘記了這些退稅。”美國國稅局局長 Danny Werfel 表示,“我們希望納稅人申領這些退稅,但時間不多了。他們提交稅表的截止日是 7 月 17 日。我們建議納稅人儘快行動,以確保不會錯過機會。”

根據法律規定,納稅人通常有三年時間來報稅和申請退稅。如果他們不在三年內報稅,這筆錢將成為美國財政部的財產。

但針對 2019 年的稅表,民衆比平時有更多時間來報稅從而申領退稅。通常申領早年退稅的常規報稅截止日是在 4 月的報稅截止日前後,也就是今年提交 2022 年稅表的 4 月 18 日。但由於新冠疫情的因素,2019 年未提交稅表的三年窗口期被推遲到 2023 年 7 月 17 日。國稅局於 2023 年 2 月 27 日發佈了第 2023-21 號通知(英文),為延期提供了法律指導。

國稅局估計 2019 年末申領退稅的中間數為 893 美元。這意味着一半的退稅超過 893 美元,一半低於 893 美元。

“2019 年稅表的原始到期日當下正發生新冠疫情,人們面臨極其不正常的情况。大家可能只是忘記了申領退稅,因為當年的截止日一直延期到 7 月。”Werfel 表示,“我們經常觀察到學生、兼職工和其他收入微薄的人忽視了報稅,沒有意識到他們可能有退稅。我們鼓勵大家查看自己的記錄,現在就開始收集記錄,以防錯過 7 月的截止日。”

如果錯過提交稅表,大家損失的不僅僅是 2019 年預扣或支付的稅款的退稅。許多中低收入員工可能有資格獲得低收入家庭福利優惠(EITC)。2019 年,該優惠金額高達 6,557 美元。低收入家庭福利優惠幫助 2019 年收入低於特定門檻的個人和家庭。2019 年可能有資格獲得低收入家庭福利優惠的民衆的收入門檻如下:

\* 有三個或以上符合條件的子女,\$50,162 (已

婚聯合申報為\$55,952);

\* 有兩個符合條件的子女,\$46,703 (已婚聯合申報為\$52,493);

\* 有一個符合條件的子女,\$41,094 (已婚聯合申報為\$46,884),以及;

\* 沒有符合條件的子女,\$15,570 (已婚聯合申報為\$21,370)。

國稅局提醒想要申領 2019 年退稅的納稅人,如果他們尚未提交 2020 年和 2021 年的稅表,他們的支票可能會被扣留。此外,退稅會被用於欠國稅局或州稅務機構的任何款項,並可能用於抵消未支付的子女撫養費或逾期未付的聯邦債務,例如學生貸款。

想要獲取當年和上一年的稅表(例如 2019 納稅年度的表格 1040 和 1040-SR) 以及說明,可查看 IRS.gov 表格和出版物(英文)頁面或撥打免費電話 800-TAX-FORM (800-829-3676)。

需要提交 2019 年稅表嗎?獲取關鍵文件的幾個選項

儘管自 2019 已過去好幾年了,但國稅局提醒納稅人,他們仍然可以通過多種方式收集提交此稅表所需的信息。但大家應該儘早行動,以確保有足夠的時間在 7 月的截止日之前報稅來獲取 2019 年的退稅。以下是一些選項:  
\* 索要關鍵文件的副本: 缺少 2019、2020 或 2021 年表格 W-2、1098、1099 或 5498 的納稅人可以向其雇主、銀行或其他付款人索取副本。

\* 使用 IRS.gov 上的“在線獲取謄本”功能。無法從雇主或其他付款人處獲得這些缺失表格的納稅人可以使用 IRS.gov 上的在線獲取謄本工具免費訂購工資和收入謄本。對於許多納稅人來說,這是最快、最簡單的選項。

\* 或索要謄本。另一個選項是向國稅局提交表格 4506-T,來索要“工資和收入謄本”。工資和收入謄本顯示了國稅局收到的稅務資料申報表中的數據,例如表格 W-2、1099、1098、5498 以及 IRA 供款信息。納稅人可以使用謄本中的信息來提交稅表。但要提前規劃,因為這些書面請求可能需要數周時間處理;因此強烈建議大家首先嘗試其它選項。

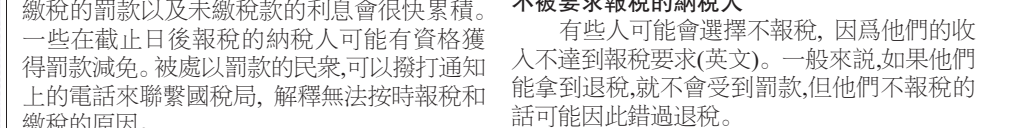
根據目前所掌握的稅務信息,國稅局預估了每個州有多少人可能有資格拿到退稅。實際退稅金額根據一個家庭的稅務狀況而異。

可能會拿到 2019 年所得稅退稅的個人的各州預估

**克里夫蘭傷痛診所**  
Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician  
中西醫並用。輔以天然藥、營養藥、中成藥、手法、理療、調理、治療各種痛症、傷痛。(但不用化學藥、不動手術,因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。  
接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關賠款必要的診療報告。可以為您找當地好的律師。  
趙文學 醫生 中醫針灸師 西醫脊柱神經科 傷痛症專科  
治療車禍工傷 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

**伊利華報惠登廣告**  
熱線電話:  
**216-324-2959**

**餐館出讓**  
位于 CANTON, OH, 外賣堂吃生意穩定。20 年老店,面積 2000 尺,60 位。餐館有酒牌,接手即可營業。只賣 8.9 萬。業主計劃退休。  
誠意請電 (330) 323-5221  
(如工作繁忙無接聽電話,請發短信,有空必復)





# 波士頓馬拉松爆炸案十年 一名中國學生成破案關鍵

2023年4月12日,在距離第127屆波士頓馬拉松開跑還有5天時,Netflix正式發佈波士頓馬拉松爆炸案紀錄片《American Manhunt: The Boston Marathon Bombing》,以此紀念波士頓馬拉松爆炸案10周年。這部長達3小時多的紀錄片,記錄了波士頓警方和FBI長達101小時的追兇記錄。其中,還包括波士頓馬拉松爆炸案追兇過程中,幫助破案的關鍵人物,被媒體和執法人員譽為“英雄”的中國留學生Denny Meng。

2013年4月15日,第117屆波士頓馬拉松開賽5小時後,Tsarnaev兄弟(哥哥塔梅爾蘭,弟弟焦哈爾)引爆安置在終點線的2枚自製高壓鍋炸彈,造成包括23歲中國留學生Lingzi Lu在內的3人死亡,281人受傷。

這起恐怖襲擊,是波士頓警察局史上動用最多資源的一次調查,同時也是美國執法史上最大規模的搜查行動。整個大波士頓和周邊城市,實施了前所未有的封城令。

爆炸後第39小時,警方確認2名嫌疑人樣貌,但第4天案情依舊毫無進展,FBI不得不公佈照片尋求公眾幫助。照片公佈後,遊覽量突破千萬次,卻依舊無人提供身份線索。

當晚,Cambridge一名巡警在MIT校園遭2名嫌犯殘忍殺害。不久後,剛從NEU畢業回來創業的Denny Meng(丹尼·孟),遭嫌犯挾持劫車。對他來說,這是一生中最艱難的2個小時。

2009年,中國留學生丹尼來到NEU讀研,追尋美國夢。2012年1月,丹尼完成學業回國等待工籤,在2013年2月重返美國。他租了輛奔馳,和兩名朋友合租公寓,在波士頓建立了一家初創科技公司。

4月18日晚上,丹尼下班後開車沿著查爾斯河兜風,期間,無數輛警車呼嘯而過。不久後,丹尼為了回短信,把車停在Brighton Ave路邊。

2分鐘後,他注意到一輛轎車突然停在他車後,一名陌生男子(塔梅爾蘭)上前敲了他的車窗。丹尼以為對方需要幫助,便搖下了車窗。

但塔梅爾蘭直接把車伸進車窗解開門鎖,坐上了副駕,拿槍指著他。“我隨時可以殺了你,快開車”塔梅爾蘭向丹尼要錢時,丹尼祈禱這是一場快速搶劫。

但整輛車里,只有45美元現金。塔梅爾蘭顯然對這點收穫不是很滿意,於是讓丹尼開車,弟弟焦哈爾則開舊車跟在後面。他們繞過Brighton,沿著查爾斯河一路進入水鎮,來到東邊一個安靜街區。“別看我!你記得我的臉嗎?”“不,不,我什麼都不記得”

為增加求生機會,丹尼開始誇大自己在美國局外人的地位,假裝英語不好,並淡化自己擁有的財富。他聲稱這輛奔馳其實很老,波士頓租金超乎想象得高,自己還是名學生,剛來波士頓不到1年。塔梅爾蘭有時甚至都聽不太懂丹尼在說“CHINA”一詞的發音。但弟弟焦哈爾卻像是終於想通了一般,“哦,所以你的英語不太好,好吧,你是中國人,我是穆斯林,”“中國人對穆斯林非常友好!”

兄弟倆下車後命令丹尼待在副駕上,假如

敢動,就朝他開槍。幾分鐘後,他們將舊車上的重物全部搬到丹尼的SUV上。“你知道我們是誰嗎?”“不知道”“我們是波士頓馬拉松炸彈犯,剛在Cambridge殺了個警察。”

接下來,塔梅爾蘭負責開車,丹尼坐在副駕駛,焦哈爾坐在丹尼身後。他們停在ATM前,焦哈爾用丹尼的借記卡取了現金。得知兄弟倆身份後,丹尼整個人彷彿墜入冰窖。他並不相信塔梅爾蘭不會殺他的承諾,假如不能成功逃脫,他很可能會命喪于此。當時只有塔梅爾蘭看守丹尼,他本想找機會,但看到四周全關的商店,只能放棄。丹尼嚇得渾身發抖,和塔梅爾蘭說自己很冷,希望能拿一下後座的夾克。

塔梅爾蘭同意了,丹尼則解開安全帶,穿上夾克,然後試著把安全帶系在身後,以備逃。塔梅爾蘭立即識破,打量著他說,“別那樣做,你可別犯傻。”焦哈爾取錢回來後,他們警告丹尼,“我們都有槍。”

那一瞬間,丹尼絕望地認為,自己再無生還希望。兄弟倆用英語問他,他的車能不能開出州外,比如紐約。丹尼立刻意識到,這對炸彈客,將紐約市列為了一個襲擊目標。

注意到油箱快見底,丹尼主動提出先去加油,再出發去紐約。當時,附近加油站油泵都已關閉,他們只好原路返回Watertown,從舊車上拿了點東西,再找加油站。



Netflix紀錄片《American Manhunt: The Boston Marathon Bombing》

元紙鈔給弟弟。丹尼看著焦哈爾走向商店的背影,開始激烈思想鬥爭。他清楚地明白,一旦這輛車啓程開往紐約,自己或許再無逃出生還的可能。停止思考後,丹尼條件反射開始行動,他速度很快,左右手同時行動,成功打開車門解開了安全帶,跳了出去。當時,塔梅爾蘭差一點點就抓住了他,

丹尼全力衝刺,頭也不回地衝到街道上,朝著對面加油站跑去。丹尼並不知道對面加油站是否開著,但那一刻,他只能祈禱。“當時我在想,我必須做2件事,解開安全帶同時打開車門,儘快跳出去。如果沒成功,我會馬上殺了我,馬上。”幸好,上帝眷顧。

向加油站店員說明情況後,對方立即打了911報案,把丹尼藏在小房間,直到警察抵達。報

案時,丹尼的聲音止不住地顫抖,這是他一生中漫長的2小時,也是他做過最艱難的決定,但他成功了。警方幾分鐘內到了加油站,而丹尼則給警方提供了一個本案當中至關重要的線索——車載GPS定位系統。這輛奔馳SUV是丹尼第一輛車,愛車如命的他背下了自己GPS定位系統號碼,可以通過奔馳衛星系統,快幫助執法人員快速鎖定嫌犯位置。在不清楚炸彈犯身份的情況下,警方能成功追蹤到他們的確切位置,全靠丹尼提供的這條關鍵線索。如果沒有丹尼,警方只能繼續大海撈針,甚至有可能成功讓他們逃到紐約,犯下更多罪行。

這一點,確實在後續行動中印證了。丹尼逃脫1小時後,水鎮警察與炸彈犯兄弟進行了激烈交戰,現場發現了至少210枚子彈,許多流彈飛進居民住宅內。兄弟倆使用了大量自製炸藥、管狀炸藥以及又一枚高壓鍋炸彈。如果不是高壓鍋氣閥鬆動,威力減弱,現場警察恐怕非死即傷。塔梅爾蘭在槍戰交火時被警方逮捕,卻被焦哈爾開車碾過重傷不治身亡。不僅如此,焦哈爾開著丹尼的SUV,成功突破重重警圍,負傷躲進了附近一戶住宅後院的船隻中。

然而,在大波士頓封城+地毯式搜索18小時的情況下,警方都沒有找到焦哈爾,最後全靠屋主報案,才發現他的位置。當焦哈爾被捕,丹尼終於徹底鬆了一口氣,他安全了。但在那之後很長一段時間里,丹尼都被困在恐懼中,甚至拒絕離開自己的房間。

在親友,愛人,導師的幫助下,丹尼終於重回人生軌道。直到《Patriots Day》電影在2016年12月上映,丹尼的英雄事迹才被更廣泛地曝光,所有人都讚譽丹尼的勇氣,將他視為美國英雄。

丹尼曾提過,他並不覺得自己是英雄,當時的他,只是想自救而已。但他的勇氣和果敢,切實地避免了更多無辜傷亡。

祝他在未來的歲月里,平安順遂,喜樂安寧。

## 幸運華人受邀去白宮參加活動 路費自付全靠捐款

據《華盛頓郵報》4月11日報道,當地時間4月10日,拜登及其夫人吉爾·拜登在白宮主持了復活節“滾彩蛋”活動,當天白宮招待了3萬名遊客,其中就有來自舊金山華人社區的一對母女。

只不過,邀請她們的白宮和亞太裔社區發展全國聯盟(National CAPACD)只負責出門票,昂貴的路費和住宿費難倒了這個擠在10平米不到的“盒子公寓”的三口之家,最終,差運費靠唐人街社區發展中心籌款支付。

這個“幸運”家庭由唐人街社區發展中心選中。名叫“Xiaoping Su”的女士與丈夫及兩個女兒擠在10平米不到的舊金山唐人街單間公寓(SRO)里,廚房和衛生間都是公用的。租下這樣逼仄的生活空間,他們每個月要花700美元(約合4812元人民幣)。

Su不怎麼會說英語,她用粵語告訴翻譯,全家生活在這樣的單間公寓十分困難,她15

歲和9歲的女兒為了寫作業還得搶桌子,並經常因此發生爭吵。

Su稱,她和丈夫2012年搬到舊金山,一來就住進這間公寓,一住就是11年。

唐人街社區發展中心執行董事馬爾科姆·楊(Malcolm Yeung)稱,這些單間公寓面積通常是80-100平方英尺(約合7.4-9.3平方米),沒有私人廚房和衛浴,只能使用公用的。楊稱,大約有350個有孩子的家庭居住在舊金山唐人街這樣的公寓中,新冠疫情爆發前,約有500個家庭在此空間中度日。

“你想象一下在那種環境下撫養孩子。沒有隱私,沒有生存和呼吸的空間,這比人們送孩子去大學住的宿舍還要小。試試在那種環境下養整個家。”楊說道。

他稱,前不久白宮和名為“亞太裔社區發展全國聯盟”的組織聯繫到他們,給了三張白宮復活節“滾彩蛋”活動的門票。以前,這些門

票他們會用來給非營利組織員工當“福利”,今年決定做點不一樣的事。

於是,他們挑中了在唐人街艱辛維持生活的Su一家,最終由唐人街社區發展中心員工Sandy Jiang陪同Su及其小女兒Fifianna一起去,Jiang給母女倆當翻譯。

但是,白宮只負責給門票,差運費無人過問,而此行的機票、短程交通和住宿大概需要花費6000美元。當地時間4月5日,唐人街社區發展中心在網上發起了捐款活動,最終籌到了10725美元。

於是Su母女開啓了華盛頓之行,上飛機前,做接待員工作的Su剛剛值完夜班。她們于當地時間4月9日抵達華盛頓,4月10日參加了白宮活動,11日就回舊金山。這是Su9歲的小女兒第一次離開加州,美媒稱,她們在華盛頓入住的酒店房間面積是一家四口在舊金山所住公寓的三倍大。

中新社華盛頓電:坐落於美國首都華盛頓市中心16街,美國華人博物館在一座有著百年歷史的建築中,講述著美國華人歷史和中國文化的故事。這座開放不到3年的博物館,既把目光聚焦華人移民的美國奮鬥史,也把視野投放到中美人文交流的當下和未來。

中新社“東西問”近日專訪華盛頓美國華人博物館副館長兼策展人Jenny Liu,探尋這座“年輕”的博物館如何講述中國文化的“古老”故事。它又是如何喚醒塵封和散落的族群記憶,讓散發著文化魅力的東方故事走出“唐人街”。

華盛頓美國華人博物館2017年註冊成立,2020年正式對外開放。該館致力於收集、保存、研究和展示美國華人的歷史和東西方文史資料,同時通過每年舉辦競賽的方式,評選和展示中美青少年的優秀藝術作品。自成立以來,該館已舉辦《華人在美奮鬥史》《傑出的美國華裔婦女》《上海:二戰期間猶太人的避風港》《京劇藝術在美國》以及《道教:追尋天人合一》文化展等展覽。

現將訪談實錄摘要如下:中新社記者:華盛頓市區可謂博物館林立,美國華人博物館設立的初衷是什麼?

Jenny Liu:建立這座博物館的設想是從2017年開始的。華盛頓不僅是美國政治中心,同時也是各類博物館和展覽的文化傳播中心之一。在華盛頓設立美國華人博物館,至少我們有一個“立足之地”。因為華人在美國這多年來對美國社會的貢獻很大,但很多人基本上都不太重視這一點,主流媒體更不會宣傳,所以我們一定要搭建一個平台,推介華人的文化,講述華人的故事和對美國社會的貢獻,從正面角度一點點讓主流社會認識到華人群體在美國的作用。

中新社記者:在全美諸多以華人或華僑為

## 如何讓中國文化走出“唐人街”?

主題的博物館中,華盛頓美國華人博物館是成立較晚的。貴館在策展和運營方面有何不同之處?

Jenny Liu:目前美國有六七座以華人為主題的博物館,主要分布在華人族裔較為集中的大城市,如紐約、芝加哥、舊金山、洛杉磯和西雅圖等。這些博物館因為成立較早等原因,基本上都選址在唐人街,陳展主題也多以唐人街歷史和當地華人歷史為主。

華盛頓美國華人博物館在最初選址和策展時,考慮到儘管陳展主題以華人為主,但這個博物館不能僅僅是屬於唐人街的博物館,也不能僅僅是屬於華人的博物館,而是希望面向美國主流社會。在表達方式上,我們對收集到的華人歷史進行了數字化,同時以介紹中國文化和華人在美髮展的當代故事為主。華人在美國的貢獻很大,但主流媒體沒有意識到。在美華人是少數族裔,這些故事如果我們自己不講,更沒有人為我們講。

華盛頓美國華人博物館內的美國華人數字照片牆。中新社記者:華人博物館既面向在美華人,也面向美國觀眾,它在介紹中國文化時如何做到兩者兼顧?

Jenny Liu:中國文化對於在美華人而言多多少少是有基礎的,但對美國觀眾而言,他們基本上是沒有基礎的,所以我們的展覽以普及性的展覽為主,這樣面對美國觀眾比較合適,他們也更容易接受。

對於新生代的華人,我們希望通過這個平台,讓他們更親近中國文化,從而對中國文化感興趣。從2021年開始,我們每年舉辦初高中藝

術競賽,從最初參賽學生以大華府地區為主,到今年300多位參賽者涵蓋美國東西海岸,還有來自深圳、香港和台灣的學生。

中新社記者:貴館近期正在舉辦《道教:追尋天人合一》文化展。道教相對於世界其他宗教,美國觀眾要陌生許多。貴館又是如何向美國觀眾講述這個“陌生”的話題?

Jenny Liu:我們採用了實體和線上相結合的方式,在舉辦實體展覽的同時,在展期中分別以“道教與中國哲學思想”“道教與中國文化藝術”“道教與養生”為主題,舉辦了三場網絡研討會,分別邀請學者、醫生向美國觀眾介紹道教和中國文化。通過這個展覽,我們發現美國其實有2萬多人對道教非常感興趣,其中有的還是道教徒,這是我沒想到的。

博物館目前正在展陳的《道教:追尋天人合一》文化展。

中新社記者:美國華人博物館已經不僅僅是個博物館,它在走出唐人街的同時,是不是也希望走進美國的社區,通過不同的形式去接觸到更多美國觀眾?

Jenny Liu:是這樣。如果僅僅局限於通過展覽讓觀眾來參觀,這是很被動的。我們希望通過主辦各類活動,讓美國的年輕人不僅僅是華裔,都能夠積極參與其中。現在不少韓裔、日裔和越南裔的青年,也對我們的展覽很感興趣。我們還藉助這座博物館的場地,定期舉辦“Bamboo Circle”文化沙龍,邀請大華府地區已經參加工作的華人青年共同交流聯誼,增加華人社區的互動。

中新社記者:相較於國家廣場附近的美國大型博物館,貴館在講述華人歷史、傳播中國文化時有哪些優勢?

Jenny Liu:美國大型博物館展覽的標準高,展品品質也高,但我們的優勢在於靈活,而且展覽方向很明確,就是介紹中國的文化。在這一點上,美國的國家級博物館是比較欠缺的,我們正好是一個補充。

中新社記者:以博物館為媒介,在美國介紹和推廣中國文化,有何現實意義?

Jenny Liu:其實美中之間要互相溝通,要彼此瞭解。雙方要瞭解,就要從瞭解文化開始,這是最自然的。我們的初衷也是希望通過展覽介紹中國的文化,讓更多美國民眾瞭解中國。

博物館口號:美國華人的故事也是一段美國故事。

中新社記者:貴館算是一個相對“年輕”的博物館,未來有什麼樣展覽計劃?

Jenny Liu:近期我們正在策劃“中國旗袍展”,準備在今年五六月份以旗袍時裝秀的方式來呈現,屆時將邀請華盛頓部分大使館的使節夫人來參加。我們希望通過推廣中國的文化,讓更多人瞭解中國文化的豐富多彩。

同時,中國有很多優質的博物館資源,但如果要等待美國大型博物館的展期,可能要5年到10年才能赴美展出。而華盛頓美國華人博物館是一個現成的平台,與中國博物館在展期合作上周期更加靈活。同時我們也是美國博物館協會會員,希望今後能夠更多、更全方位地和中國的博物館合作。

受訪者簡介:華盛頓美國華人博物館副館長JennyLiu。

Jenny Liu,美國華盛頓美國華人博物館副館長兼策展人。她是該博物館項目的創始成員之一,負責該館早期選址、籌建和策展等工作。Jenny Liu旅美已有35年,曾在中美兩國企業從事諮詢工作,後在非營利機構擔任負責人,致力於通過藝術和音樂幫助美國殘疾兒童。





# 傳中餐館“殺了幾百只狗做菜”?真相曝光令人氣憤.....

近日,盛傳“中餐廳殺野狗做菜”的文章再現江湖...其實這個“傳說”至少從2017年起經久不衰。還是熟悉的配方,還是熟悉的術語...如



如果你還沒看過,這次來免疫一下... 根據美國野鷄媒體《Nevada News Alert》報道,2023年3月7日上午,食品安全與檢驗局(FSIS)和美國農業部動植物衛生檢驗局(APHIS)特工陪同警方到訪紐約唐人街的“白蓮皇家自助餐 White Lotus Royal Buffet”,因為調查顯示餐廳老闆常殺附近野狗供應給食客。經調查,在現場發現了大量狗肉,樣本被帶到法醫實驗室進行分析。 據警方發言人 Fred Jameson 上尉說,餐廳老闆 Tengdo Hueng 承認與 16 歲的兒子一起在當地抓野狗烹飪。“我們至少發現了 6 只不

同狗的殘骸,其中 3 只對應過去 2 周被報告遭竊的狗。” 一年多來,社區大部分電線杆都貼滿了各種尋狗海報。唐人街附近,流浪狗不見蹤跡已有多年,2021 年 1 月開始,甚至寵物狗也開始失蹤。1 月 27 日,也就是中國新年前一天,共有 12 只狗被報告失蹤。接下來幾個月里,更多動物消失,於是“連環狗殺手”的故事開始傳播。

據人道協會的數據,餐廳 1 英里範圍內,2019 年有 150 多只狗消失,2020 年前 3 個月,100 多只狗消失。當局稱,被告和其孩子,用網、拉索和簡陋長矛可能謀殺了數百只狗。警方稱,這家餐館老闆長期以來一直屠宰和烹調流浪動物,隨著業務增長,又將目光瞄準了狗主人們的後院。

儘管失蹤動物數量巨大,但當局只能指控 Hueng 先生殺害 11 只動物。他現在面臨高達 95 年的監禁和總共 47 項刑事指控,6 月出庭。事情說的是有模有樣,作為吃瓜群眾的我差點就信了!可是當我想搜索“白蓮皇家自助餐 White Lotus Royal Buffet”究竟在何時,卻發現紐約根本“查無此店”?!以及查到了很多鬧騰的貼。

網友熱議 # “我質疑這個故事的真實性。你從哪個論壇看見的,我有興趣看看來源,求鏈接,謝謝” “通貨膨脹就是這樣,如果真是這樣,我也並不驚訝。我吃過最好的一餐是在紐約唐人街。” “整個人類歷史上,狗一直被吃。不過顯然在美國幾乎非法:2018 年 12 月 20 日,作為 2018 年農業法案的一部分,聯邦狗肉和貓肉貿易禁令被簽署生效——禁止在美國屠宰狗和貓作為食物,美洲原住民儀式除外。” 惡意抹黑中國人形象行為必須嚴厲譴責!

# 美國種族偏見 仇恨犯罪案件創歷史新高

美國仇恨犯罪案件創歷史新高,美專家表示“我們正處於一場支離破碎的暴力風暴中”

近日,美國聯邦調查局公佈的年度仇恨犯罪報告補充文件顯示,2021 年美國仇恨犯罪案件數量同比激增 11.6%,64.5% 的受害者因為種族偏見成為被攻擊的目標。有分析指出,愈演愈烈的仇恨犯罪凸顯美國人權痼疾,包括原住民、非洲裔、亞裔、拉美裔等在內的少數族裔長期遭受普遍性、系統性的歧視,美國政府應正視國內種族歧視、仇恨犯罪、槍支暴力等人權問題。

根據美國聯邦調查局的定義,仇恨犯罪是指全部或部分犯罪行為是基於種族、宗教信仰、性別等實施的刑事犯罪。根據最新文件,美國仇恨犯罪案件從 2020 年的 8120 起上升至 2021 年的 9065 起,受害者數量達 1.24 萬。美國反歧視聯盟首席執行官喬納森·格林布拉特表示,美國聯邦調查局的文件證實了仇恨犯罪在 2021 年達到了“創紀錄的高水平”。

儘管此次公佈的數字令人觸目驚心,但美國輿論認為這只是冰山一角,報告數據並不能全面反映美國仇恨犯罪激增的嚴峻形勢。美國沃克斯新聞網報道說,這份最新文件顯示,美國的仇恨犯罪正在上升,而且情況可能被低估了。美國普林斯頓大學公共與國際事務學院研究員雅各布·卡普蘭表示,由於多重原因,美國聯邦調查局的數據並不完整,按照該機構定義,被視為仇恨犯罪,需要證據表明犯罪是由偏見所驅

動,但這是很難被證明的。而且受害者在遭遇這些犯罪活動時必須在第一時間向警方報告,但研究表明這種情況並不多,有時受害者甚至不知道自己遭遇了仇恨犯罪。

美國科羅拉多州亞裔圓桌會議成員喬治·桑村說:“人們不太願意向警方報告仇恨犯罪,因為他們認為這不會有結果。”反歧視聯盟在科羅拉多州的一名成員杰里米·謝弗說:“讓我擔心的是,很多人開始認為‘仇恨行為只是日常生活中的一部分’。當人們出門去雜貨店、坐公交車時,已預感到自己可能會被騷擾,成為被攻擊的目標。”

美國沃克斯新聞網稱,儘管關於仇恨犯罪的數據不完整,但這些數據也是“可怕的”。美國聯邦調查局的文件顯示,非洲裔是該類犯罪最常見的目標,針對這一群體的仇恨犯罪從 2020 年的 2871 起增加至 2021 年的 3277 起。此外,2021 年成為反亞裔仇恨犯罪最嚴重的一年,亞裔受害者數量是前一年的兩倍多,從 2020 年的 249 起飆升至 746 起。美國加州州立大學聖貝納迪諾分校仇恨和極端主義研究中心主任布萊恩·萊文認為,10 年來,美國仇恨犯罪的表現形式雖有所不同,但都受到了充滿敵意的政治和文化環境以及社交媒體的影響。

雖然美國司法部已將針對仇恨犯罪的執法工作作為首要任務之一,美國國土安全部將白人至上主義確定為美國最持久、最致命的威脅,但未能改變美國社會對仇恨犯罪加劇的擔憂。“這種趨勢令人憂心。”萊文表示,他所在的研究中心收集了美國 32 個大城市的數據,顯示仇恨犯罪案件在全美範圍內持續上升。萊文說:“這些城市實際上是全美數據的晴雨表。無論你以哪種方式分析數據,都令人震驚。我們正處於一場支離破碎的暴力風暴中。”來源:人民日報

早期,我讀書的南方城市,商店退貨沒有任何限制,任何商品多長時間,只要不滿意都可以退貨,也沒有費用。我在美國買的第一台電腦,1600 美金,對於依靠獎學金的學生不是一筆小數目。曾經有不止一個鄰居和朋友說,你怎么那么傻,根本不用花這個冤枉錢。你去商店買一台電腦,等寫完論文退了就可以了。我知道可以這樣,但是把心自問,這樣做屬於欺詐,別人不說,自己不知道嗎?這跟偷東西有什麼區別?難道沒有被人抓住就不算偷?

出國以後,最不習慣的不是跟外國人打交道,是跟周圍的某些中國人。也許因為自己天真,也許因為自己幸運,我從上大學到在北京工作,接觸到的人大多給我留下了很好的印象。到了國外,也許環境變了,覺得中國人怎麼會這樣?比如說,圖書館的中文報紙,每天都有人撕,看到有的中國學生談笑風生的時候,把圖書館報紙塞進書包帶走,感覺非常不好,難道非要被人制止才知道自己不應該這樣做嗎?所以,國內書店都不允許翻閱,即使如此,經常有書籍被撕缺頁。早期,中國學生和華人都很少,學生會經常組織活動,大家帶點吃的來聊天看電影。但是後來人多了,無法再組織活動,新來的年輕、學生,參加活動都是空手,帶吃的,人總是那么幾個人,最後就不夠吃了。而且,活動結束,一拍屁股走了,打掃衛生收拾房間似乎跟自己無關。這樣的人多了,自然而然就無法組織活



# 華裔在美國被歧視了嗎?

動了。所以,我不歧視中國人,但是的確有成見。這絕對不是我一個人這樣看。中國同胞如何,問問在中餐廳打工的華人自己的印象。有一次在加州,在一家相當不錯的中餐廳用餐,隔壁一桌,兩男兩女,準備考離開前,男的問,要給小費嗎?女的說,咱們中國人,按中國習慣,不給了。後來,看着打工小妹失望的表情,實在不安心,我叫她過來,給了她 20 美金,說那一桌小費我給。這不是有錢沒錢的事情,是一個人的道德良心。不給小費,違法嗎?絕對合法。但是這就是公民社會運行的基石,每個人的良心道德。沒有這個,什麼憲法法律都不會起作用。

前些年,加州有很多月子中心。月子中心,顧名思義,就是為新媽媽和寶寶提供服務的職業。但是,最後,大批月子中心被關閉,一些組織者被拘留,更多的逃回中國躲避。這些人,在某種程度上,成了人口販子,利用簽證欺詐帶大批中國產婦來美國生孩子,然後再聯合欺詐申請聯邦政府補貼。

我知道有人會說,這些人不代表中國人。不,不是說所有中國人都如此,但是她們也是中

# 生命最後一刻 還在幫別人, 退休華裔警察不幸身亡



一名有着二十多年警齡的退休華裔老警察近日在一次清除塗鴉作業中摔落軌軌,並因此重傷身亡,留下妻子和 3 名子女在身後。

在失去了這個家庭支柱後,22 歲的長女為給父親舉辦一場葬禮而發起募捐。這項募捐在民衆獲悉了老警察的故事後得到了積極響應,僅一天的時間里便籌得了超過目標款項一倍的善款。

目前這項募捐已結束,家人表示,超過目標額度的善款將用在可能存在的任何緊迫財務需求時。

據女兒張米娜(Mina Chang, 音譯)介紹,父親張林(Lin Chang, 音譯)於 2018 年從市警隊中退休,曾是一名有着 22 年警齡的市警巡官(Lieutenant)。

在女兒眼中,父親樂善好施,即使是退休後,也不停歇地向他人施以援手,無論對方是否為陌生人。

她寫道:“我父親是紐約警察局的一名中尉,在服務 22 年後於 2018 年退休。即使在退休後,我父親從未停止過想要幫助別人。他活着就是為了成為每個人的幫手,無論他是否認

# 中國人赴美找代孕,被指“威脅美國國家安全”?

據美國“福克斯新聞”22 日報道,美國智庫“傳統基金會”生命、宗教和家庭中心的助理研究員艾瑪·沃特斯(Emma Waters)在採訪中聲稱中國人赴美找代孕“威脅美國國家安全”。

她表示,這一“威脅”源于美國政府根本無法“調查父母是誰、孩子是誰,以及中方參與程度”。

美國只有部分州允許有償代孕,包括人口規模前兩名的加利福尼亞州和得克薩斯州,相關法律也沒有要求申報代孕合同信息。沃特斯認為,美國政府應通過法律要求披露所有與境外人士簽署的代孕合同,以進一步瞭解“問題規模”。

她還表示,根據目前已知的信息,加州似乎是中國人赴美代孕的一個主要地區,並特別渲染一些加州代孕中心提供中英雙語服務,以及在中國有辦公室。據 NPR 新聞報道,在美國代孕合同費用可高達 10 萬美元。

美國憲法第十四條修正案確立所有在美國本土出生的人都可自動獲取美國身份,這也包括在美代孕產生的孩子,後者年滿 21 歲後,其父母也可以獲得美國綠卡。沃特斯認為,讓“實際上是中國人”的人獲取美國護照身份,是

識他們。他是我們社區的一個積極成員。任何人給他打電話,他都會放下一切來協助,無論是徵求意見、安裝攝像頭、清理街道、照顧寵物和房屋,還是只是聊天。”

我的父親是我認識的最無私和最有愛心的人。每天,我都期待着與他在晚餐時談論我們這幾天發生的事情。對於我們的任何問題,他總是有一個答案,如果沒有,他一定會找到一個。對於我的弟弟、妹妹和我來說,他是我們做任何事情的最大支持者。我們和他一起度過的 19 年、21 年和 22 年,這是遠遠不夠的,但將永遠是我們最珍惜的時光。”

4 月 16 日,張林在進行塗鴉清除作業過程中,不慎從天橋上摔下,頭部撞在水泥路面上,最終重傷不治。

張林的離世讓這個家庭失去了主要的支柱,在沉浸於父親離世的悲痛的時候,張米娜作為長女,於 18 日為父親的葬禮發起了募捐。在聽聞了這一悲劇後,社區紛紛做出響應。

據張米娜說,在募捐發起的 5 小時內,便達到了目標金額的 8000 元。

儘管在她宣佈不再需要更多捐款後,來自社區的關愛卻並未停歇。截至 4 月 19 日,已有 261 人為此捐款,募得的善款總額更是達到 1 萬 7971 元,超過目標金額的 8 千元一倍還多。

張米娜代表家人向社區的關愛表示由衷的感謝。而父親張林的葬禮已定於 4 月 21 日舉行。感謝社區為送父親最後一程所提供的幫助



“中國對美國社會全方位滲透的進一步延續”,因為他們可以在美國的一些核心產業工作。

實際上,代孕在中國是政府強力打擊的非法產業。根據 2001 年中國衛生部發佈的《人類輔助生殖技術管理辦法》第 3 條以及第 22 條,醫療機構以及醫務人員不得實施任何形式的代孕技術。“中央政法委長安劍”曾於 2021 年 1 月 19 日發文表示,“因為代孕在中國被禁止,就鑽法律空子就跑去美國”,“絕不是違紀守法”。

沃特斯也承認,她沒有任何證據證明中國政府與代孕產業有任何“瓜葛”,但仍然毫無依據地猜測中國的鼓勵生育政策是在“鼓勵”中國人赴美代孕“滲透”美國。

對此,觀察者網專欄作者林立曾表示,代孕、人口販賣等黑色產業的根源是合法“市場”供給不足,而如果所有夫妻都可以生育子女或合法、有效地領養孩子,那么相關黑市自然沒有生存的空間,因此“鼓勵生育將推動代孕產業發展”的說法“沒有多少理論和事實依據”。



家實驗室,有人系統的為中國政府培養人才同時組織學者去中國,打着學術自由的名義。美國應該堵住這個漏洞嗎?這違反人權嗎?涉及種族歧視嗎?你都可以懷疑,但是這並不重要,因為國家實驗室是美國的,如何管理美國人說了算。會有華人因為這些事情受到不公平對待嗎?肯定會有。但是這就跟打仗會有無辜平民受到傷害一樣,罪魁禍首是發動戰爭的人。

美國有種族歧視嗎?有,雖然這個問題很敏感,很多話不能公開說,但是你無法強迫別人接受你尊重你,尊重必須是自願的。抗議有用嗎?抗議只能讓人不敢說,並不能改變別人對你的印象,否則黑人的地位早就提高了。你有沒有歧視?你買房子不看鄰居?整體來說,華人在美國並沒有受到歧視,無論是升學找工作還是社會保證。有針對華裔的犯罪嗎?有。美國人知道華裔喜歡帶現金,膽小。但是針對任何族裔的犯罪都有,針對華裔的犯罪並不比其他族裔高。對於華裔有偏見嗎?有,但是有好有壞,基本符合事實。比如,華裔數學好,算偏見嗎?華裔比較自私,不太關心社區和社會問題,算偏見嗎?總體來說,華裔重視教育,能吃苦,在美國過得不錯。比如說,高收入的醫生中,華裔比例相當高,名校錄取比例華裔也遠遠高於其他族裔。即使偷渡美國做餐飲的福建人,大部分人也過得不錯。

華裔希望得到尊重,不是寄希望於祖國強大,也不是什麼華人團結,而是每個人自己努力,這在哪里都一樣,跟你是中國還是美國也沒多大關係。但是,在美國,普通人會有更多的機會,這是很多人選擇了美國的原因。擔心被歧視的,其實是因為擔心自己已被發現是社會蛀蟲。對於這些人,別人只是鄙視你的行為,不是歧視你的種族和皮膚。送交者: DNA 聲望助衛



# 有人教唆偷渡華人開車撞人快速拿綠卡

上周,我們報道了加拿大有華人建微信群,教唆如何坑房東的惡劣事跡(詳情點擊:華裔女子建群教人怎樣毀掉房子,還能讓房東賠錢,專坑華人房東)。

然而,令我們意想不到的,這還不是最壞的,最近大量非法移民通過“走線”的方式來到美



國,有人教唆他們可以通過開車撞人,實現長期留在美國的目的,並稱“這是美國法律漏洞”、“只要沒撞死就可以快速獲得美國綠卡”。

目前尚不清楚這種謠言的傳播範圍有多廣,但洛杉磯華人圈已經人心惶惶,因為在2016年發生類似事件,一名來自黎巴嫩的非法移民,在得知自己將被遣返時,故意開車將正在晨跑的華人邵琪撞死,以此來實現留在美國的願望。

根據瘋傳于洛杉磯華人朋友圈和微信群的截圖顯示,這又是在推特上,有人發了一個“教你一個快速拿美籍的方法,不用謝”。

點開圖片後,里面的對話令人不寒而慄——這段對話顯示,“來美國,開車撞人,沒撞死,然後你就需要負責他以後的生活”、“綠卡就來了”。還說:被撞的那個人,必須是美國國籍。還大言不慚地稱:這是美國的法律漏洞。並稱這是“走線”的人留在美國的辦法。然後,對話的畫風一轉,就變成了研究如何“掌握撞擊力度和角度”了,因為“萬一撞死,要坐牢。”

根據對話內容顯示,這是一名來美國快40

年的老律師發現的美國法律漏洞。令人膽寒的是,在評論中還有人“熱心提醒”:別撞警察。有網友表示:完犢子了,美國最近車禍要瘋了啊。

對此,移民法庭律師黃笑生怒斥這是“瞎說”!移民法從來沒有規定可以通過這種方式拿到綠卡。黃笑生律師表示,從一般法律原理上來說,這種違背社會公德,擾亂社會秩序,侵害他人權利的行為,移民法怎麼能去鼓勵呢?還給他辦綠卡??想得美!!

黃律師說,唯一和這種情況擦邊的可能是:如果是他是車禍受害者,被撞傷了,而肇事司機逃跑的話,可以申請U簽證留在美國,但這個簽證也不是那麼容易申請的,必須滿足一定的條件。

真實事件:“撞死一個華人,拿綠卡”這些言論嚴重刺激了洛杉磯華人的神經,因為類似的事件幾年前就真實發生在華人身上,令人毛骨悚然。

那是在2016年2月15日,住在核桃市的華人邵琪在家附近跑步的時候,被36歲的黎巴嫩籍男子Haissam Massalkhy開車撞死,而Haissam Massalkhy撞人的目的,僅僅是為了自己非法滯留在美國,很快面臨驅逐出境,所以選擇開車撞人,求刑坐牢,以避免被驅逐。

並且,Haissam Massalkhy為了徹底把人撞死,在撞倒邵琪後還一直加速,衝破一戶人家的圍牆後,導致邵琪死亡。

Haissam Massalkhy的目的是達到了!最初被指控為一級謀殺罪,然後最終卻以“汽車過失殺人罪”定罪,只判了4年刑期,且由於監獄中“表現良好”,只坐了2年多的牢就出獄了。

但是邵琪一家的生活徹底毀了,他的大兒子原本有望進入警隊成為警察的,因為父親的事件被暫停,小兒子即將高中畢業,一家人還有房貸要支付,邵琪作為家裡的主心骨突然沒了,最終不得不賣掉房子搬走。

如今,這樣恐怖的言論居然再次出現,在微信群廣泛傳播,許多華人心生恐懼。

一個關於“新移民考駕照賄賂考官還發帖炫耀”的話題在洛杉磯華人圈瘋傳,不管是微信群還是小紅書,許多華人都在批判這種行為,還有人網友表示已經舉報給DMV(車管局)了,最終該網友刪掉了所有關於這個話題的帖子。

根據網友的截圖顯示,其在推特發了多張在DMV考駕照時的圖片,並曬出了護照,護照內夾著多張美元現金,最上面一張是面額10美元的。

其在推特上說:“陪一個兄弟過來路考,護照夾一點美金,效果杠杠的”。

此舉引發了華人圈的這波大波!雖然DMV也曾經傳出過腐敗的醜聞,但像這么明目張膽賄賂,並且還在網上炫耀的,實屬少見。

從上圖也可以看出,有網友已經用Google翻譯將其自動翻譯成了英語。

有網友在回復中寫道:“車管局路考考官主動或者被動收小費都是絕對嚴禁的,我已經向加州車管局內務部反應了。”

該網友曬出了DMV的回信,顯示DMV內務部已經收到了舉報,並且會向主管反映。

還有網友直接舉報給了FBI澄清:“早就被中國人玩壞了”

眼見事情鬧大,該網友開始在推特上“澄清”,稱大家“誤解”了,但提了更嚴重的問題,就是“800美金包過”,還稱“早就被中國人玩壞了”。

該網友辯解稱:“大家不要誤解,不是要賄賂考官,考官也不會因為你這一點錢,就給你放水,但是也有包過的,800美金,指定考官,隨便問一個教練,都建議你包過的,他們賺的多,早就被中國人玩壞了,美國是一個小費的國家我們也要入鄉隨俗嘛。”

這下引起了網友更大的憤怒。有網友表示,美國是由小費的國家,但公職人員無論何時都不能收小費。

舉報的網友更是接二連三,有網友

在回復中說:“這事鬧大了,現在加州交通部估計要炸鍋了,這么多人都發了舉報信。”

最終,該網友又辯解稱“關於護照夾小費一事,純屬為了流量,瞎編亂造,就是圖一樂,開個玩笑,擺拍而已我不應該拿這個開玩笑,考官都是非常廉潔,依法辦事,當天的路考並沒有通過,我給大家造成的誤導,我深感抱歉。再一次給大家道歉,對不起”。

隨後也辯解所謂的“包過”,稱“是教練教你上路幫你預約,用教練的車一直讓你考,直到考過為止,只付一次錢,我也打聽了幾個朋友都是考了幾次才通過,說考官放水純屬謠言,請大家不要再誤解了。”



Accompanying a brother to take the road test, with a little dollar in the passport, the effect is great



# 中國大陸移民考駕照疑賄賂考官竟上網炫耀

# 留學斷供潮 風險 其實從出國那天就已經埋下

以國內的生存競爭方式,把孩子送到國外以獲取競爭優勢,這個出發點的立場,原本就有很大的偏差。

消息好像對於中產家庭越來越不利了。《三聯生活周刊》近日發了一篇報道,《“留學斷供”,當中產家庭突然跌落》,其中舉了三個例子,一些在國外留學的孩子,突然發現家里無法供應他們留學的費用了。不同的人採取了不同的策略,有的選擇在國外勤工儉學,堅持讀完;有的選擇回國,開始艱難地重新適應過程。

不過,我仔細看了報道發現,這些家庭從某種意義上說都不是中產家庭,而多數是原本曾經在商業中獲取了成功的人,甚至有人曾經資產過億。這和兩個月前鳳凰網的一個報道大同小異:隨着商業環境的日趨嚴苛,有些私營企業從巔峰跌落,於是家庭的命運隨之改變,留學斷供成爲了附加犧牲品。

這並不普遍,因為從私營企業巔峰跌落的人畢竟是少數。但是我猜想的,並且相信的一件事是:更加普遍的情況一定在普遍發生,那些真正意義上的中產家庭,如今恐怕面臨着更加嚴峻的留學斷供潮。

2016年的時候,海清曾經主演過一個電視劇《小別離》,討論的就是中產家庭面對留學潮時所面臨的財務、心理與家庭困境。如今想起來,如同隔世。

## 01

中產家庭把孩子送到國外留學,曾幾何時是一種幾乎可謂普遍的選擇。我的許多前同事,基本上都採用了相同的策略,只是他們更加幸運:他們的孩子基本上現在都已經順利完成了留學,或者在國外展開了新生活,或者回到國內,找到了不錯的大廠工作:至於未來會如何,就是一無從預測的事情了。

他們中的多數人把孩子送出去的原因與我理解的差不多:在經歷了自己如同地獄一般的中學教育競爭之後,無法忍受國內無窮無盡的教育心靈撕扯和雞娃競爭,希望讓孩子有一個完整而愉快的教育經歷。

我所見過的這些人的孩子,多數健康且陽光,人生態度積極,與父母輩抱負家國天下和文化薪傳的沉重內心不同,他們選擇的都是專業性很強的職業,藝術、科學、心理等領域。其中我一個好朋友的孩子,在工作幾年之後,現在在朋友圈中分享的,是自己辭去工作之後的旅行與心靈體驗,看着真是讓人心情愉快。

讓自己得以解放,獲得自由,這永遠是作爲人而言,最爲艱難的一件事情。我不知道這些孩子中有多少人真正能夠獲得這樣的自由,但是哪怕只有其中的幾個,都是令人欣慰的事情。

然而,也是我所知道的是:中國的許多父母把孩子送出去的理由卻遠遠與此相異:或者是爲了逃避國內的教育競爭,或者是爲了逃避國內的職業競爭。他們在自己的教育和職業生涯中看到了太多的風險與掙扎,知道自己從農村或小城市之中輦路藍縷實現了階層跨越是么艱難的一件事情。

他們把孩子送出去的原因,是因為要給孩子尋找一個更加優秀的競爭位置,從而至少能夠讓孩子們穩定住自己所奪取的中產地位,甚或能夠在這個社會中更上一層樓。

前一段時間有一個北美的教育熱聞:那些各個方面極其“優秀”的華人孩子,普遍被藤校所拒絕。他們雖然擁有完美的成績,完美的課外成就(實習、實踐等),以及完美的個人素質修養(鋼琴、繪畫等),然而藤校卻因爲他們過於完美,而把他們拒之門外。

這的確與我在海外的見聞頗爲吻合。不僅僅是在國內的父母,那些已經移民到了海外的父母,都深切地認爲,藤校所需要的是一個完美的履歷,因此他們往往不惜重金,全方位培養自己的孩子以切合藤校的需求,從而完美地符合藤校所公佈的招生要求。然而,這其中的理解差異在于:藤校對於優秀學生的定義,與華人父母們所理解的“優秀”大相逕庭。藤校的優秀不是標準,而是對於自由與熱愛的追求。有個簡單的案例是:一個孩子在實驗室中花了三年時間實踐,寫出了一個堪稱完美的論文,與另外一個國外的孩子讀了七年卻一無所成,藤校最終選擇了後者,因爲他們從那個孩子的身上看到了熱愛。華人的父母仍然以升學競爭來看待藤校標準,而藤校早在100年前,就已經摒棄了出於生存競爭的教育理念。以國內的生存競爭方式,把孩子送到國外以獲取競爭優勢,這個出發點的立場,原本就有很大的偏差。

當然,留學斷供的原因雖然並不是因爲留學目的所引發的,卻與此息息相關。留學是一個非常沉重的財務負擔,這是任何人都可以理解的一件事情。對於最近的財務負擔我並沒有研究,但如果僅僅從我個人十多年前的海外生活經驗,就大致可以算出一個基礎的費用規模。

在美國,一個中等以上的大學的年度學費,大致都在5萬美元左右。四年下來就是20萬美元。在紐約那樣的城市,房租負擔很沉重,每個月基本上都在1000美元左右。

學校所能提供的宿舍非常有限,基本上要靠搶,所以很多的學生都搶不到,只能就近租房,多人宿舍非常艱難,一般也就是兩三個人合租,合租的人多了學校、社區都會管,也很難找到合租人了。所以每個月500-800美元的房租是不可避免的。

生活費用如果節省一點的話,也可以打到800-1000美元左右。再加上一些雜七雜八的其它開支,再怎么節省,每個月2000美元總歸是需要的,也就是一年下來還要4-5萬美元,四年也就是另外一個20萬美元。

旅行費用當然也是非常沉重的。就算每年只回來一次,也就是幾萬塊錢沒有了。總的算下來,4年的教育費用怎么也要50萬美元,也就是300萬人民幣左右。如果還要繼續研究生的學業,那就差不多要500萬人民幣了。這個數目,

大概一個中產家庭就得砸鍋賣鐵了。但是問題的關鍵核心並不在這里,而是國外的孩子與國內的孩子分別如何完成學業的問題。

華人孩子的教育,是讀書的時候就要好好讀書,不要做什么亂七八糟的事情。十年寒窗苦,換得人上人。這還是競爭教育的思路。300萬也好,500萬也好,那都是教育投資。



很不幸,據我所知,50萬-80萬美元的教育費用,多數的美國家庭也負擔不起。可是國外的家庭往往都輕輕鬆鬆完成了大學教育,那是怎么一回事呢?

多數的美國家庭,在孩子上學之後,依靠的是教育貸款。也就是說,大多數的孩子一上大學,就已經負債累累了。這還不算,他們多數情況下都要打工來負責自己的日常費用。

請記住,他們打工的目的不是勤工儉學,作爲一個補充,而是他們必須養活自己。上大學並不是一個教育投資的事情,而是一個開始進入社會的預備期。

從上大學開始,因爲教育貸款負債,因爲要打工養活自己,所以孩子們從大學開始,就已經開始了人生。

沒有人會認爲父母狠心。他們依舊和父母之間保持良好的關係,並且從父母那里時不時地收到資助,但是他們非常清楚的一件事是:他們已經長大成人了。父母給的是補充,而自己養活自己是天經地義。這不是競爭思路,這是人生思路。

所以,國外的孩子不存在斷供這回事,因爲從那個時候開始,他們就已經沒有再被人供養了。

的確,教育貸款對於國內的孩子來說可能是一件比較困難的事情,因爲多數情況下是不提供給國外學生的,但也並非沒有辦法。我所知道的事情是:如果你足夠用力,足夠明白這是生存思路,這是人生思路,你便不會失去學業的道路。

況且,很多的國外孩子也都因爲生存問題中途肄業,打幾年工再回去上學。既然是生存,既然是生活,你有什么可抱怨的呢?

但是對中國人而言,這是一件不能想象的事情。把孩子送出去是錯,把孩子“回收回來”更加是錯。他們從一開始就沒有想明白送出去的目的是什麼。

在很長時間以來,國內一直喜不自禁地用“中產階層”來形容那些進入了職業生涯的人群。他們,包括我,多數擁有農村或者中小城市的成長經驗,通過高考改變了自己的命運,從而進入了職業人群,獲得了穩定的收入,甚至在城市

中產階層突然跌落,本身就是一個錯誤的描述。因爲在中國語境內,本沒有中產階層這回事。

在很長時間以來,國內一直喜不自禁地用“中產階層”來形容那些進入了職業生涯的人群。他們,包括我,多數擁有農村或者中小城市的成長經驗,通過高考改變了自己的命運,從而進入了職業人群,獲得了穩定的收入,甚至在城市

中產階層突然跌落,本身就是一個錯誤的描述。因爲在中國語境內,本沒有中產階層這回事。

在很長時間以來,國內一直喜不自禁地用“中產階層”來形容那些進入了職業生涯的人群。他們,包括我,多數擁有農村或者中小城市的成長經驗,通過高考改變了自己的命運,從而進入了職業人群,獲得了穩定的收入,甚至在城市

中擁有了自己的房子、車子和看上去良好的職業前景。

這樣共同經歷的人,都被認爲是“中產階層”,這樣的家庭是被定義爲中產家庭。而這樣的一批人,都極其執著于保存自己的社會階層,於是希望通過孩子的留學經歷,穩固這種階層地位,甚或能夠繼續躍遷。畢竟,誰也不願意“下流”。

然而這都是一種幻夢而已。進入中產的條件是十分嚴苛的。中國的“中產階層”所擁有的最大的資產,是房子。這是他們最大、最穩固的資產。而多數人的流動資產其實是存疑的。

在發達國家中,中產階層的資產構成是非常複雜的,而房地產在他們的資產配置中所佔的比例并不高。他們資產組合往往由幾個重要的部分構成:穩定的職業結構、組合式保險(包括個人、財產和教育、社會福利保障),以及必要但是並不充分的流動資金。

除非社會出現大規模的動蕩,能夠把中產階級的整體資產產生動搖的情況並不多。房地產斷供對任何一個國家的人來說都是巨大的風險,2008年美國金融危機的出現之所以嚴重,就是千萬人的房產按揭出現問題,以至於許多人變成了負資產。

但是這種情況顯然是罕見的。由於社會福利制度和保險是雷打不動的,所以中產階級的普遍跌落是極其罕見的。在美國的歷史上,只有大蕭條造成了中產階級的普遍破產。

但是對中國的所謂中產階層而言,除了房地產之外,缺乏其他多元的資產保障。醫療、養老、父母、子女、職業,其中一個環節的斷裂,都可能造成個人與家庭的資金斷裂,從而引發財務危機,僅僅留學斷供甚至算是相對好的結果了。

只有房子的資產配置,竟然可以說是中產嗎?中產是一種社會結構,一種權利結構,一種保障結構,而不是收入結構。我們所謂的中產,很多都只是“僞中產”而已。

當這些中產一旦進入經濟的下行期,首先發生困境的就是職業風險,一旦個人收入發生風吹草動,地產資產立即進入危機,且不说醫療危機、撫養危機、保障危機……又有哪個危機是中產家庭可以安然度過的?

教育危機其實只是其中帶來整體性危機不大的一個危機而已。只是中國人向來因爲子女爲大,所以這個危機顯得特別深重而已。

留學斷供對於一個家庭而言,的確是一個深重的災難。但這個災難,其實送孩子出去那一刻開始就已經注定了。以競爭意識出發的留學教育,本身所帶來的風險就很大,收益也不高。那些真正出於熱愛,和給予孩子自由思路的留學,從來就不會失敗,也不會帶來危機。因爲孩子們自己能夠想到和找到生存和生活的道路。

這個危機的本質,是“中產家庭”本身的危機。中產家庭的脆弱性與生俱來。從前年開始在各種自媒體上頻頻爆出的“中年失業危機”,就已經在預示這個虛幻的中產生活方式是如何地搖搖欲墜。

中產生活方式原本就只是一個幻夢而已,所只是夢做得時間長了,大家都信以爲真了。



# 霸權與赤貧：兩面英國的文學側寫

## ——勃朗特家世世露的英國平民悲歌

海龍

### 一. 英國：皮袍下的虱蚤

“盜撒”這個字眼最近兩年突然變得很流行。其實卅年以前我就幾乎每天跟它打交道了。我那時候在高校教歐美文學，英國是重點，盎格魯撒克遜是英國人的根，他們的祖先是西日耳曼蠻族，典型的島民和森林人，中世紀後期盎撒才慢慢血腥翻身。11世紀以後它才漸漸形成邦族，英語才因之起源。他們的文學也是14世紀以後才形成的。在此以前，唯一算得上“文學”的是它追溯自己古丹麥祖先家譜的粗糙史詩《貝爾武夫》（像現代動畫片情節那樣的粗糙）和一些幼稚的宗教詩。

但是18世紀以後，盎撒英國靠圈地運動掠奪國內貧民和攻搶外邦並利用新興的工業和科技力量等陸陸續富，成了世界級強權。暴富後的盎撒是有狼性的，在外面打家劫捨，在國內它也靠欺壓本國窮人致富。當時它雖然在國際上人前顯貴暴起害人，但其實內囊里卻也非常空虛，英國國內赤貧者比比皆是。盎撒的強大和光榮是靠暴力和嗜血堆積的。正派的學者認為，如果血腥是換得這一切的必要條件，這樣的“光榮”和“成功”不要也罷。

到了19世紀，英國開始以超前速度發展。但是它的底層甚至一般百姓都還是貧困的。何以見得？一般百姓的日子和生活流水賬我們很難得知，我們不妨查查一下名人的傳記或家史。我們當然不必查王室貴族也不必查暴富的資產者和靠搶劫起家的軍人，就看看那時的讀書人和作家的情況吧。

全是窮人故事；只看題目就知道寫的是社會底層小人物：《艱難時世》《孤星血淚》《老古玩店》《大衛·科波菲爾》《荒涼山莊》《雙城記》……。

印度那時候已經是英國朝野關注的最大話題。它幾乎成了英國這個最大吸血鬼的救贖。那時候百姓被輿論驅使，已經在想象中把印度和整個東方當成了殖民地和半殖民地。盎撒霸佔印度嘗到甜頭後胃口打開，對南亞、東南亞甚至整個東亞都起了覬覦之心。蟒蛇吞象，小小島國英國此刻已經有了稱霸世界和吞並全球的野心。《簡·愛》里面有印度情節，在簡·愛故事結尾獲得遺產後她虔信宗教的表哥是狂熱的宗教信徒，想跟她結婚帶她去印度傳教；而狄更斯的文學起步甚至在他9歲時的處女作就是寫印度的《印度君主米斯納爾》。為什麼都是印度呢？——印度就是他們稱霸世界的試驗田。

（圖2：掠奪印度的成功刺激了英國殖民世界的野心）

雖然那時英國已然是世界頭號工業大國，但它文學的主流是寫貧窮。狄更斯去世後，他的墓碑上寫道：“他是貧窮、受苦與被壓迫人民的同情者；他的去世令世界失去了一位偉大的英國作家。”——當時世界上最富有的英國為什麼有那麼多的窮人和窮人故事？這個問題不得不啓人深思。那麼，就讓我們以勃朗特一家那時的悲催遭際作為一個個案，讓讀者從中去細細體會一個平民家庭在嗜血的盎撒雄起階段的亂世是怎樣生活、怎樣度過那艱難時世的吧。

\*\*\*

在文學史上，從古到今，父子作家、兄弟作家史不乏書，甚至有父女作家和母子作家，但一家幾乎所有子女都成作家的不多。特別是——這是怎樣的一個家庭啊！說起來讓人心碎，這樣一個連溫飽都不繼的家庭卻培養了三個世界名

著的作者，還培養了一個為姊妹畫像和寫故事的兄弟。

這一家人是世界文學史上最為獨特的一家。你相信石頭上會開花嗎？你相信這個世界真的有海枯石爛？大概您猜出來了，這就是19



（圖01：盎撒靠大航海和殖民掠奪起家）

19世紀初到中葉英國已然把印度、美洲大部變成了殖民地，在它那樣張揚和欺負全世界人的時代，它的國民應該是富有或至少享受正常生活的吧？其實不然。查看一下本期的英國文學史，連那些名作家的身世都極度貧困，由此我們可知當時的英國霸權主義和殖民者對自己國民和對海外是一樣的殘酷和沒有人性。英國靠殖民起家，海外掠奪和貿易是其原始積累的重要途徑。16世紀以後，英國陸續組織許多貿易公司，進行海盜掠奪。殖民帶動了相關的碼頭官吏、海關人員、海軍官兵，甚至地方高級官吏，都勾結海盜發財。他們殖民印度和美洲，亦憑藉東印度公司將印度變為殖民地，策劃向亞洲殖民，這一切看似烹油烈火，其實百姓赤貧。何以見得？

當時英國文學史上最著名的作家狄更斯、薩克雷以及勃朗特三姐妹等的作品皆以描寫當時社會混亂、貧窮和不幸為世人所銘記。就以大家熟悉的勃朗特三姐妹和她們兄弟的赤貧遭遇讓我們看看大英帝國這華麗旗袍下的寒酸和苦逼吧。英國文學史上最璀璨的三星勃朗特姐妹生活的時代正是鴉片戰爭前夕。此時英國已然霸佔了印度，他們下一個目標是中國。《簡·愛》里面提到印度，而寫世界名著《名利場》薩克雷直接就生在印度。跟他們同時代為世所公認的英國文學巨匠狄更斯小說的主角多為赤貧、孤兒和受苦下層百姓，主題幾乎



世紀地處英國窮鄉僻壤的窮牧師勃朗特家族。

那時候，整個人口的90%都不識字，特別是女孩子，能認字簡直就是個異數。因緣際遇，這家的父親是個窮副牧師，算是讀書人，巧了，孩子有機會僥倖認字。一夥孩子就像風裏的雛鳥，嘰嘰喳喳在半飢半飽的童年中慢慢學着起飛了。

那時的“日不落國”正在冉冉升起，



人們卻難以想象它的百姓中卻有這樣寒素的群體。勃朗特家因為女主人早逝，女兒們幾乎都不得不上條件極差的寄宿學校，獨留兒子在家，這個唯一的兒子名叫布倫威爾·勃朗特。全家姊妹都自覺地寵着這個兄弟，甚至把他當成唯一。

他們的生活不只是貧瘠，而等於是生長在困苦和災難里。幼小的勃朗特們在渠溝里企盼倒映的明月，在垃圾堆上仰望天邊的彩霞。但是他們頑強地成長着，以驚人的毅力和能量在竄高，向往和夢幻着外邊的世界。

（圖03：夏綠蒂·勃朗特肖像）

結果是，三個女兒為世界文學史抹上了最亮麗的一筆。但天妒英才，幸運之神眷顧過卻又沒放過她們。她們經歷過什麼樣大喜大悲的煎熬，沒人得知；但最後，三姐妹都幾乎是以生命為代價為她們鍾愛的文學殉情。文學，是她們的起點和終點。不止三姐妹，這里面還有她們兩個早夭的姐姐的貢獻，雖然她們沒能參與寫作，卻也貢獻了文學的基因。據考這兩個姐姐的溫婉敏感和善良、她們的孤兒院故事成了《簡·愛》故事中萌發海倫原型的種子……

兩百年了，人們仍然不能忘記這些早夭的文學天才。最近，紐約圖書館正在展覽夏綠蒂·勃朗特童年的創作手稿。去年，她創作于13歲時的一本15頁的童書被以125萬美元拍賣。對於她們痛苦的童年，這是一筆不能想象的天價。那時候如果她們能得到這個數目的百分之一，勃朗特全家的命運或許應該就是另一個樣子了。

### 二. 近二百年手稿亮相紐約，再續輝煌

紐約公立圖書館是個寶藏，它的精華不止是圖書，還藏有世界著名作家、畫家、音樂家等名人的手稿。最近它舉辦了一個紀念展，展出了一些19世紀作家手稿。其中讓我眼前一亮的是《簡·愛》作者夏綠蒂·勃朗特的早年創作手稿和畫稿。

對於《簡·愛》作者的生平，喜歡文學的讀者大多都耳熟能詳。她出身寒素，父親是個鄉村副牧師，夏綠蒂幼年喪母，她跟姐妹和一個弟弟由姨母照料長大。由於家庭窮困她和姐妹被

送到寄宿學校，精神物質上都倍受艱辛煎熬，這造成了他們終身的心理陰影和病痛。後來夏綠蒂的兩個姐姐皆童年病逝，而她和被稱為“勃朗特三姐妹”的妹妹艾米麗（寫《呼嘯山莊》）安妮（寫《荒野莊園的房客》）都成了世界著名的作家。弟弟布倫威爾也是出色的畫家和作家，死于31歲，艾米麗30歲去世，安妮29歲去世；夏綠蒂是六個孩子中

活得最大的，可她去世時還不到39歲。

但是，夏綠蒂創造了文學史甚至創造了歷史。她的小說《簡·愛》成了影響文學史進程的杰作，其影響不止是在文學上，而且影響了後來的哲學、宗教、社會學甚至在如女權主義等社會運動上都由此發其端倪，成了一种不可忽視的人文現象。

人們不禁要問，閉塞于窮鄉僻壤的這樣一個家庭，又囿于貧困和低劣的寄宿學校環境，當年的夏綠蒂是怎樣成為作家的呢？——那麼多有權有勢有資源的上等家庭都沒能培養出作家，而貧困不堪的勃朗特們卻成功了，這不啻為一個異數。其實還不止夏綠蒂呢，這個貧困家庭里一出就是三個！而且家中唯一的男丁布倫威爾也是個藝術家。這里埋藏了一個謎，我們不禁要想瞭解一下這個寒門何以能夠創造這樣一種奇蹟。

我讀過不少相關的傳記書甚至學術著作，都沒有尋找到答案，在這次紐約圖書館的手稿展上我依稀看到了謎底和曙光。我看到了童年夏綠蒂的書稿和畫作

（圖04是夏綠蒂·勃朗特童年手稿。圖05是她早年的繪畫作品。此二圖為作者拍攝）

出生在這樣一個困窮的家庭，兩個姐姐伊麗莎白和瑪利亞都在同一年病逝，一個12歲，一個11歲。那一年，夏綠蒂才剛剛9歲，貧窮的困厄給勃朗特家的孩子們刻上了暗且深的童年印痕。但是，物質上的貧窮並沒有殺死這孩子們渴求幸福和浪漫愛情的憧憬和希望，甚而因為物質上的貧困更加刺激和放大了這種渴盼和希望。幼年的勃朗特子女們都苦學，雖然他們都沒受過什麼正規教育，基本上靠自學成才。夏綠蒂童年聰穎多才，還精通法語，能用雙語寫小說甚至寫法語詩歌。

兩個姐姐逝後，夏綠蒂成了家里的大姐大，帶着姊妹們艱難生長。她自幼充滿冥想，這劫後餘生四個孩子苦讀詩書、畫畫、習音樂，余下的時間就是編故事，在童年創造神秘幻想的國度和世界。夏綠蒂15歲起就跟姊妹們創辦了手寫本家庭雜誌《青年雜誌》並堅持了好幾年。

那時，最小的妹妹安妮才10歲就參加了雜誌編寫。他們的作品都受到了當時流行神秘玄幻的哥特式作品的影響，加上他們童年經歷，都有一層晦暗和撲朔迷離的影子在。這種風格成了三姊妹和弟弟後來作品的總基調和母題。

為了謀生，夏綠蒂19歲就出外當家庭教師，艾米麗也是20歲就當家庭教師，這些經歷為她們後來小說提供了材源。夏綠蒂·勃朗特被譽為在故事里最早表達女性自我意識的作家，具有社會批判精神，被詹姆斯·喬伊斯和普魯斯特等文學大家尊為前輩。《簡·愛》塑造了一個史無前例的文學典型，主人公具有高度的個性化和意志力，深刻地呈現並討論了階級和性別歧視、宗教、女權主義等超前的話題。

這次紐約圖書館展出的是夏綠蒂15歲時的小說手稿《歐內斯特·阿朗伯特歷險記》。在這里，這位天才少女已然呈現了她的文學才華和編故事的能力。這本手稿密密麻麻寫滿了她的冥想和奇幻憧憬，是《簡·愛》作者最早的練筆之作。這部小說寫的是主人公歐內斯特渴望訪問仙境，在一個秋夕，仙女魯弗斯華納降臨帶他見證了超自然世界的奇觀：由青金石和液態鑽石組成的壯麗宮殿、天堂般的花園、寶石鑲嵌街道的城市。戀棧經年後，歐內斯特酷思故鄉，後由一種魔藥把他帶到了一個綠色的山谷，在那里他遇到了同樣一位被仙女俘虜但經歷過海底恐怖的老人。歐內斯特決定在這個似乎擁有永恆夏天的山谷中度過餘生。（接下頁）





(接上頁)小說故事雖然簡單魔幻,但結構和描寫已臻一定境界。這部手稿被挖掘後,今天的夏綠蒂研究者在研究其文學道路形成和靈感基礎時,都不能忽略這部早期手稿的意義和它對夏綠蒂寫作生涯的影響。而她的這部手稿在完成176年以後,2006年由牛津大學出版社出版,是對勃朗特姐妹研究史的又一貢獻。今天,在紐約圖書館能得以瞻仰手稿真迹和繪畫原稿,無疑對研究和瞭解這一文學天才具有深刻的意義。

### 三. 只用筆說話,“社恐”的夏綠蒂

雖然童年生活艱窘,勃朗特姐妹卻不乏夢想。特別是夏綠蒂更是早熟,她自早年就渴望成功。夏綠蒂20歲時就曾經向英國桂冠詩人羅伯特·騷塞寫信詢問過文學創作。騷塞是跟英國詩聖華茲、柯勒律治齊名的“湖畔派詩人”三巨頭之一。他的文學觀比較保守,雖然承認夏綠蒂有文學才具,但是勸她作一個女人應該安分守己。對女性而言,“渴求名望”是一種疾病,而回歸家庭的“義務”有如一劑良藥,藥到病除。

但是夏綠蒂並沒有因為打擊而放棄文學

堅強的夏綠蒂卻沒有停步,她把自己對文學的愛更加深深地裏藏在了心底深處。

1847年夏,艾米莉的《呼嘯山莊》和安妮的《阿格尼絲·格雷》被倫敦的出版商托馬斯·紐比接受。夏綠蒂以“柯勒·貝爾”為筆名的《簡·愛》也在同年10月16日出版,兩個月內就加印了第二版。此時的她並不知道,這部小說今後注定了要轟動了整個英語世界的;而兩個妹妹的作品同樣也會名垂史冊。

《簡·愛》出版當年就因其內容和題材的新穎和內在力量引起了轟動。最為引入矚目的是竟得到了名作家薩克雷的讚許。薩克雷是英國文學史上跟狄更斯齊名的作家。他家境優渥,是劍橋大學畢業生,他較早開始寫作並結識過大文豪歌德。他最著名的小說是《名利場》。

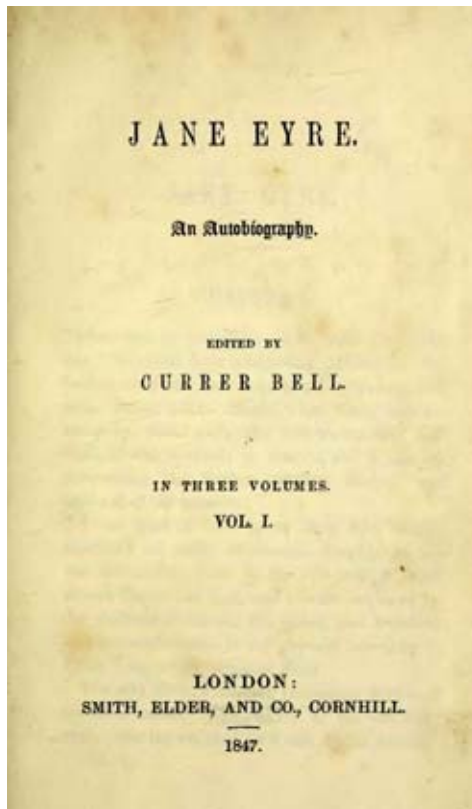
(圖06:《簡·愛》第一版扉頁)

(圖07:薩克雷名著《名利場》第一版封面)

(圖08:《簡·愛》手稿的第一頁)

(圖片09,10,11,12 為幾種版本的《簡·愛》封面)

《簡·愛》剛出版就引發了薩克雷極大的閱讀興趣。他立刻給出版商威廉·史密斯·威廉斯寫信問“這是女人的手筆,但會是誰呢?”他們都憑借敏銳的直覺發現了“柯勒·貝爾”的筆名

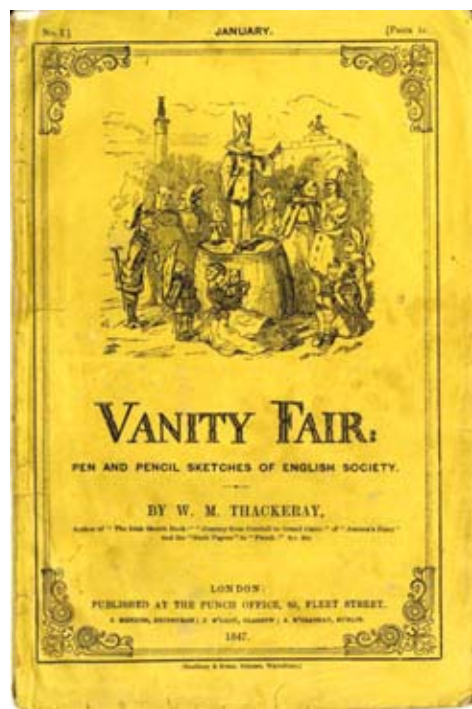


下掩藏着的是應是一位女性作者。其後,薩克雷對這部作品給予了盛贊。巧合的是,薩克雷自己的身世跟《簡·愛》中男主人公情節有相似處,他有一個精神失常的太太。作為初出茅廬新人作家夏綠蒂當然希望處女作有人首肯。所以她特別感謝社會聞人薩克雷的鼓勵和稱讚,在這本書第二版時題獻給薩克雷。沒想到當時文壇卻拿此事做八卦影射並攻擊夏綠蒂跟薩克雷有私,甚或污衊作者就是他的家庭女教師。

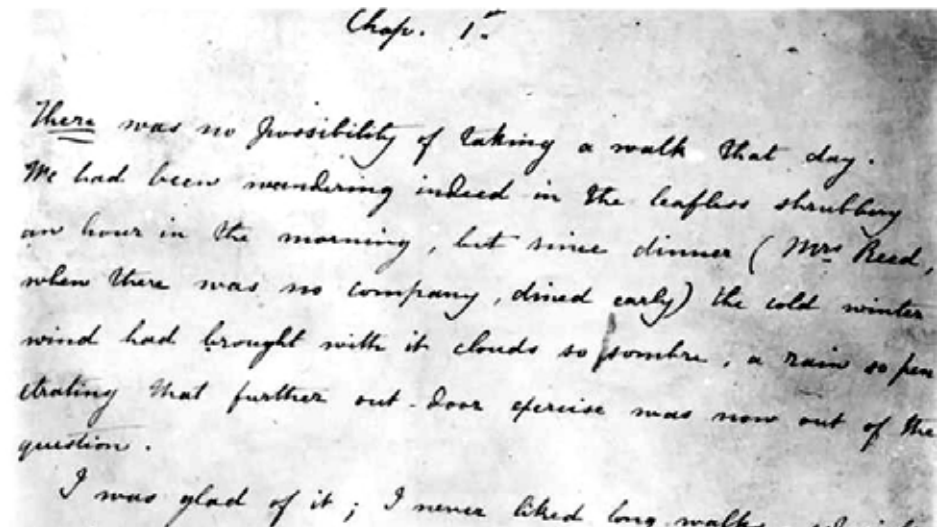
這場無妄之災極大激怒了無辜的夏綠蒂和薩克雷。他們根本從來就沒有見過面。為了闢謠,1849年,出版商安排二人首次見面。他們的目的達到了,世人都看到了他們互不相識,但是這次見面卻非常尷尬。夏綠蒂是個遠離都市荒僻小鎮羞澀敏感的嬌小文學村姑,薩克雷是個體型高大食量驚人的城裡大加士紳。據薩克雷傳記描述,出于禮貌,身材高大的薩克雷彎下腰,張開雙臂,想要給勃朗特小姐一個擁抱,可惜他“卻連她的胳膊肘也沒碰到”。此後,薩克雷又曾經設宴招待夏綠蒂,但有社交恐懼症的夏綠蒂卻在宴會時躲開一眾名流到他家書房里只跟他家女教師說話,讓主人薩克雷非常尷尬。最後薩克雷竟不得不中途逃席,這場豪華社交宴會只能以難堪和失望收場。

據傳記載,夏綠蒂是位約150厘米的小個矮女子,但她卻是文學上的巨人。她有着堅強的意志力和巨大的能量,是位跟命運爭鬥的不屈的女神。雖然她不善於社交長袖善舞,但她習慣是用筆說話的,凡是讀過她著作的人,誰都不能忘卻這擲地有聲的話語:

——你以為因為我窮,低微,矮小,長相不美,我就沒有靈魂沒有心嗎?你想錯了!我的靈魂和你一樣,我的心也和你完全一樣。這是我的心靈在跟你的心靈說話,就好像我們兩人已經穿越了墳墓,站在上帝的腳下,我們是平等的。



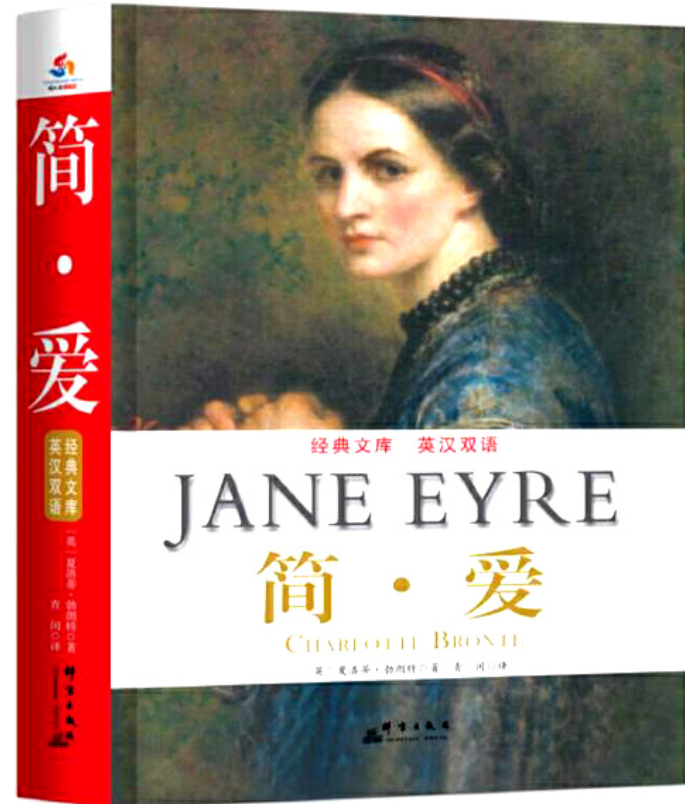
探索。其後她還將自己的小說寄給前面提到的著名詩人柯勒律治的兒子小柯勒律治求教。但她跟這位文學名流的交往也不讓人愉快,她的文學起步在當時十分坎坷。大概就是這樣的原因成了她的心理陰影,她們三姐妹寄出處女作時都起了一個男人的筆名。但表面柔弱卻心性



的。因為我們是平等的!



### 四. 未曾開放就凋謝的家中的男丁



文章憎命達,魑魅喜人過。勃朗特家的孩子幾乎算得上是悲劇性集體早逝的天才。他們家共有六個孩子,前兩個姐姐在夏綠蒂9歲時夭亡,這對下面活着的弟妹們是永遠的痛。夏綠蒂一下子變成剩下來孩子的大姐,陡然認識了人生的蒼涼。這些經歷後來都寫到了《簡·愛》當中。



雖然後面姐妹都是早慧的天才,她們幾位成功和運氣來的不算晚,但幸福失去得卻又太容易。勃朗特姐妹被命運女神光顧只佔生命中極為短暫的時光,像彗星一樣劃過最黑暗的夜照亮過整個天宇,但旋即湮滅了。1847年下半年她們三人共同發表處女作走上文壇,她們的起點幾乎就是最高點,處女作發表後就贏得關注,接着出版了第二部和第三部作品。

但隨後這兩年也是他們家最悲劇的時日。先是他們家唯一的男丁布倫威爾事業蹉跎加上情場失意而酗酒罹病在1848年9月驟逝。僅過兩個多月,與哥哥感情深厚的艾米莉身心倍受打擊也于年底12月謝世。遭受連連的傷痛,最小的妹妹安妮不久也罹患肺病,次年5月含恨夭亡。自她們投稿到作品出版不過一年多

時間,勃朗特四弟中三人去世,她們根本沒有機會享受成功的喜悅,就帶着永生的遺憾走向了天國。到此時,勃朗特家六位子女中只剩下了唯一的夏綠蒂與父親相依為命。

除了未成年早夭的大姐二姐,勃朗特孩子們讀者所知較少的是家里的男孩布倫威爾。我們不妨在這兒多說幾句。

勃朗特家五個姐妹中有四個被送往考恩橋寄宿學校,而布倫威爾則有幸在家中接受父親的教育。他與夏綠蒂年齡只差一歲,感情也最近。他們少年時就熱愛文學和藝術,一起辦雜誌,排戲演戲,寫哥特式科幻小說,使他們的童年生活清苦但不寂寞。父親為子女請了繪畫老師,布倫威爾初步職業是畫肖像畫。現在唯一那張勃朗特三姐妹的肖像就是出自她們的兄弟布倫威爾之手。這幅肖像成了勃朗特姐妹們最著名的存世形象,現在挂在國家肖像畫廊中。

布倫威爾有着很好的文學素養,也敏感細膩。他曾經翻譯過一些西方經典作品,也跟著名作家德昆西、名詩人柯勒律治的兒子小柯勒律治有過文學交往。後來,他他在曼徹斯特和利茲鐵路

公司找到工作。但生性多情羞澀的他很難是一個好員工。後來他依附妹妹的雇主做過家庭教師,但據說他因愛上了學生的母親而被解約。其後布倫威爾酗酒,欠債並吸食鴉片,最後死于疾病和困厄。在他身後,留有他創作的

詩歌,有的是他跟姐妹們合作的作品。其中有些已經發表,有些迄今尚未發表,還有一些軼文至今尚未被發現。文學史家們還經常呼籲如有新發現請聯繫相關的文學組織。

快200年了,有人會問,有沒有可能還有勃朗特孩子們的文學遺迹被新發現?有可能的。去年紐約古董書拍賣會,發現了夏綠蒂·勃朗特的一本13歲時的少作。這是小小的一本書,比撲克牌大不了多少,卻是她童年詩歌的珍本。那時候物質奇缺,紙張很貴,苦寒的姐妹們的習作不是儘量開本小就是寫得密密麻麻。這也是當年她們日子過得清苦的寫照。這本15頁的小書據說上次露面是在1916年,這次被慈善組織以125萬美元的價格買到並捐獻給了勃朗特家鄉的手稿博物館,讓它終於回到了家……(圖片13:紐約2022年拍賣的夏綠蒂勃朗特13歲時自己裝訂的書稿)

今天,喜歡拾人牙慧者往往說不能讓孩子“輸在起跑線上”云云。勃朗特家族的孩子童年甚至困頓到根本無權參與而沒有“起跑線”,他們是用生命和志氣去跟上流社會乃至於中產社會競爭和拼搏。他們不止是沒有起碼衣食飽暖和教育的良好機會,甚至連起碼的醫療和生命保障都沒有。兩個苦命,敏感且同樣多才的姐姐都夭折在童年,其他劫余的四人也都沒有活過中年,但他們都沒有抱怨也沒有放棄夢想,而用超乎常人數倍的努力肩起了自己的夢想並把它托舉到了世人難以想象的高度。

人生有別,世上的確有幸運兒是“含着金鑰匙”出生,但大多數人都是平常百姓家的孩子。特別是文學史上大部分真正有成就的作家很少貴族王侯將相,能寫出不朽作品者不少是歷盡坎坷、深味人生甘苦和生命偉大的賢者。當有人抱怨自己生不逢辰、成長在貧瘠的土地上時,不知您想過沒有,勃朗特家的孩子甚至連在貧瘠的土地上都沒有幸運落腳,他們就是被命運降生和成長在石頭上的。古諺雲只要心誠,石頭也能開花。勃朗特家的孩子就是石頭上開的花,它們峻厲、絢爛、悲壯且發人深省,是人性永不言敗的最好證明。





# 新中醫藥領域开拓者崔國安

世界文化導演艾文 2023-04 上海

在我將要對這篇文章中所採寫的這位傳奇人物展開前,不妨先來瞭解一下什么叫“現代新中醫藥學”?

衆所周知,祖國傳統中醫藥文化是我國傳統文化重要組成部分,涵蓋中醫理論、藥物、醫療技術、保健、心靈,融入科技等方法。傳統中醫藥文化具有悠久歷史深厚文化底蘊,是中華民族智慧結晶和中國特色文化代表之一。

傳統中醫藥文化在國內外作用影響顯著增強,呈現出良好發展態勢。但是,中醫藥文化建設工作仍處於起步階段,中醫藥文化的發展現狀與人民群眾的需求尚有一定的差距,高效順暢的中醫藥文化工作機制和發展體系需要進一步創新和發展的今天,中醫藥文化發展規律和特點需要進一步深入研究,專業隊伍需要進一步充實,素質需要進一步提高。

而“當代新中醫藥”在此背景下,是近年來出現,也算是一個“新名詞”。它在傳統中醫藥文化基礎上,進一步繼承發展傳統中醫藥文化,在實踐中結合由古代人早已發明的,而現在目前中國早已失傳的“祝由術”身上,發現並找回了進一步優化成爲中國現代中醫藥文化的“金鑰匙,而經過長達十多年努力不惜找到了這把“金鑰匙”的人,他的名就叫崔國安,80後今年40歲。

出生常州,早年畢業於山東大學崔國安教授,在上海開了四家公司。他現在是聯合國千年發展目標城市文奧世界華人健康長壽專業委員會上海平台首席會長,香港中國健康文化產業平台,中國老教授協會(北京)醫藥專業委員會專家委員、斯里蘭卡傳統醫藥國際交流大學終生教授,被坊間人士親切稱爲“上海人間通靈火星老頭”。

爲了發展長壽健康事業和祖國的傳統醫藥,崔國安毅然將自己一手創辦起來的科技公司委託專人打理。退休後從事這方面研究二十年,其間投入了上百萬元資金在上海黃浦區西藏北路上租借整層樓作爲百歲健康研究平台,一步步出成果,其腳印遍及二十多個國家,建立了廣泛的人才和數據庫,惠及了無數患者爲大家帶去了健康福音。

我認識崔國安教授也有近十多年,看他一步一個腳印走出大上海,當初和他一起創業熟悉他的朋友有一次和我說道,崔國安老師總是沒日沒夜地翻閱查找相關歷史資料;或是到國內外考,或是爲大家講課,把他掌握的健康理念和康養方法傳授給大家。他執著鑽研的學術理論以及理論聯繫的實戰勁頭,不亞於當年數學家陳景潤勇敢摘取“歌德巴赫猜想”的勁頭。

2008年至2020年間,我先後在滬策劃上海第一屆健康養生國際論壇、NHCEXP02008健康產業大會新太陽國際養生論壇、2008世界健康博覽會、2010世博健康論壇、2018香港世界百歲論壇、2019深圳世界百歲論壇大會中,崔國安教授從未缺席過,熱情爲與會中外嘉賓分享最新健康養生成果的主題演講。

最近,崔國安教授研究和現代新醫藥領域緊密聯繫的“祝由術”學術課題,不僅在實踐中出案例出成果,而且在國外也引發了關注。祝由術這個名字聽上去就像是巫術。那這個我們都不瞭解的祝由術到底是什麼來頭,它又爲什麼失傳呢?

祝由術是古代一種精神療法,以現代人的眼光來看是咒語畫符的迷信道術,但在中醫眼裡是一種歷史悠久的治病招數。其實“祝由術”存在已久,最早可追溯到上古時期。“祝由術”最初是與巫術同源,主要用來醫治心靈不健全所致之症。到唐宋時期“巫”“醫”慢慢分離成獨立的分支,最後才形成現代所謂的“心靈學”,美國有靈魂科學家。因此,劇中道士用“祝由術”治病符合當時時代背景,古代自隋朝開始就納入官方醫學範疇,應與“迷信”相區別。

祝由術在古代是一種心靈學和官職。在古代的時候皇帝會設立一個專門的官員,專門爲皇帝觀察天象來預測自己國家和皇帝命運變化的一種官職,而祝由術也是這樣的一種官職,只不過它和星官所掌管的不太一樣,它主要是通過和你談話的方式來窺探你內心的想法,說白了它其實就是一種心靈學。

據說古代很多江湖騙子就喜歡用算卦這樣的事情來騙人,之所以能夠騙到人就是因爲他們多少明白點心靈學,說到人們心坎上人們才願意相信他們。

而他們所以能夠得到皇帝的青睞,願意爲這類人設定特定的官職就是因爲他們有的時候能夠成功窺探到皇帝心里的想法,以至於這些皇家貴族相信他們是一些可以通靈的人物。

我們在看一些反映古代的電視劇或者連續劇的時候老是會聽到一些大夫對病人說這是心病,心病難治。像中國這樣一個優秀的民族遇到了難題就一定會解決。凡是能夠遇到的病卻是目前沒有辦法去治療的,中國人一定會想出辦法去解決。既然心病難治當時醫學界就慢慢的演變出一個新的治療方式,那就是心靈學。

通過談話方式找到病人的病因,從而更好地疏導病人去解開心結。古代時候有很多的醫生他們是略懂一些心靈學的和祝由術相互滲透存在。

漢朝的時候漢武帝非常痛恨巫蠱術,於是祝由術這樣的職業類型,其實和巫術也是有關係的,所以他們就此遭到了封殺。加上這樣的職業本身就是比較神秘的,平常



人想去接觸也比較難,他們的傳承就成了一個大問題。

後來在唐朝時候有人試圖把祝由術和醫術分離開來,但是顯然這是不太可能的,就算是現在醫生看病時候也總是會涉及到病人的心理和心靈方面問題。因此祝由術和醫術的統一,應該才是現代新醫藥發展必由之路。

現在,崔國安教授又將祝由術和醫術統一,高舉新醫藥大旗,走出了一條解決當下民間一些百姓們疾病困惑的問題,這才是崔國安教授倡導新醫藥發展的初衷。

2023年4月13日上海第4屆中醫藥傳承創新發展大會暨國際中醫藥科技成果展示交易展在上海舉辦期間,在綠地公館1101室崔國安教授在彙報相關成果後,對當面見到原中央警衛局中南海門診部醫學教授,曾在中南海從事首長保健工作25年的胡維勤教授對他說道,你現在研究的新醫藥絕對正確,這也是祖國傳統醫學發展瑰寶,這項研究加上你現在導入了科學的數字概念決非易事你做到了,這樣會造福和惠及到更多的服務人群,胡教授評價後連連稱讚他的精神。據悉,至今這項新醫學研究,崔國安教授被稱爲國內先驅者。

宇宙中物質總量佔有4.355%,非物質佔有95.645%,非物質總量是物質總量近約22倍……

宇宙是空中生有的(不是無中生有),即物質是非物質變化(是中爆炸不是大爆炸……)的產物……。崔國安教授如數家珍,滿腹經綸,娓娓道來。

有一次,一位中醫師高教授請教崔國安問他新中醫藥同類共振療法3~5分鐘內能化解全身結節爲0的數字療法,他告訴這位高教授:(新中醫藥同類共振療法3~5分鐘內能化解全身結節爲0,全身任何部位和組織上的結節,只有1種振動頻率,即等於6.6666萬HZ;找到其相同的振動頻率,就可以產生同類共振,而被快速化解爲0。

方法有1,默念9位神數(9999-99999),≥5分鐘後,會產生振頻6.6666萬HZ,與結節振頻一致,共振化解爲0。

方法2,蒲公英(全株陰乾)4克、紅2克,沸開200克,合計206克。服法:上午8:30-9:00間喝,喝一次即可。其它時間不可。3分鐘後0。上述二法的《數字化效果》是:  
協同率100%,  
顯效率100%,  
有效率100%,  
痊癒率100%,  
復發率0%,  
有害率0%,  
副作用0%,  
後遺症0%,  
有益率100%。  
看看患友對此評論。

蘇州28微友:我昨晚通過不停念9999-99999今早發現右下肋下的一個肝淤小硬塊基本消失,右側肩胛的一個雞蛋大的纖維縮小成紅棗大小了,真是非常的神奇和感恩。尊貴的父親早安吉祥。

江蘇105微友:9999-99999念着非常舒服感覺肚臍都在動。蒲公英茶也非常好有這麼多功效。感謝敬愛的崔教授分享。

不一一舉例。上述病人經

《新中醫藥同類共振療法》3-5分鐘內能化解全身結節爲0)從患者衆多感受評語中,我們似乎感受到了一種神奇的力量。新醫藥全數字化治療方法,病例能化解全身結節爲0的數字療法案例只是冰山一角,筆者我是根本理解不了,也需要深入學習。

這種新醫藥也改變了傳統中醫藥原先看病治病,在外人看來沒有數字化概念的弊端,使傳統醫藥得到傳承發展。而崔國安鑽研的新醫藥所又賦予祝由術後,就像航行在漆黑茫茫大海中的航船看到了燈塔一樣,照亮了現代新醫藥領域前進航向。

崔國安教授不僅對新醫藥學術突出貢獻以外,還體現出他不計名利熱心爲民服務高尚品德。他表示,我們平台研究團隊,不申請任何專技術,不設任何技術秘密,一切全公開公益活動,歡迎大家微信諮詢,一般不接任何電話。也歡迎有興趣的有緣人共同深入探討,一起驗證,日趨完善,在發展“新中醫藥新佛醫藥宇宙全息醫藥”中,堅持“同類共振化解的原理”,爲人類一切醫藥守中創新添磚加瓦。這就是我們團隊的宗旨。

老子、愛因斯坦、錢學森、楊振寧等科學家告訴我們,看問題,解決問題,都必須去究其陰陽兩個方面的合一。當代的計算機的基礎理論是二進制,通與不通,0與1,就源于老子的《一陰一陽之謂道》。

人類最偉大的科學愛因斯坦和錢學森,以及諾貝爾獎得主楊振寧的佛教科學觀,都分別告訴人類,宇宙中的萬事萬物都在振蕩,中醫藥要用現代語言來描述,佛教是世界上最偉大的科學。

新中醫藥就是陰陽信息科學,可以用陰陽兩方面《同類共振化解的原理》來治療和調理各類疾病問題,這是21世紀最前沿的解釋,也是這一領域理論和實踐最完美的結合發展。

與此同時,經十多年深入研究,崔國安團隊與德國等國外朋友共同探討,堅持守中創新,于2018年5月20日在蘇州團隊研發工作室發現了測量萬物萬事振動頻率的工具《伏羲易經通靈全息尋道針(Dowsing rod)》,簡稱《伏羲針》,或《尋道針》。

我國明朝李時珍,編寫《本草綱目》用37年時間,其中他運用《伏羲尋道針(第5代)》研析中藥的功效,就有7年之久……。運用該針對患者的病竈或不健康部位,測量它的振動頻率(萬HZ),再在宇宙中或地球上找到同類的物質或非物質,就可以在一定的條件下用於人類個體毛病的治療或調理康復……。

崔國安教授又大膽的說,目前,人類大約有1500種毛病和不健康的現象,常見的有150種左

右,老天又讓我們在宇宙中和地球上都能找到一種或一種以上的植物或礦物或非物質即“同類共振的化解方法”……。

再則,崔國安教授把他18年來來的研究成果整合後分爲5份。

- 1 字信元炁水與康壽之道;
- 2 《健康長壽系統測查與調理》;
- 3 《茶調康壽不藥之道》;
- 4 人類各種醫藥同走《同類共振醫藥》融合之路;

5 前世今生後世與《靈魂對話》。  
現在其中僅取上述第③項作爲“知識產權上市融資”的嘗試,其它暫不上市,作技術秘密封存,他希望得到大家的批評指正,攜手共進。

崔國安教授最後認爲,他所鑽研的新醫藥和回歸祝由術結合測量萬物萬事振動頻率的工具“伏羲易經通靈全息尋道針(Dowsing rod)”,簡稱《伏羲針》,或《尋道針》。必將會給人類帶來一種全新的信息療法,造福世界。

隨着手機普及化,崔國安的手機也玩得很溜,他利用手機同患者和大家聯繫架起新醫藥學和大家交流的橋樑。迄今爲止,通過手機被稱爲上海人間通靈火星老頭崔國安現收發有重要微信之總第13277條,這也是他的奉獻和利用手機微信進行統計服務成爲數據化,相當于他已經在民間服務了患者諮詢者已有13277人,由此可見,用便捷的手機和社會快速及時交流,他想的周全做事相當負責認真。

另據統計從2022年6月1號他在微信中公示後,至昨天4月14號止,崔國安信息已被全球184個國家約1840多萬人知曉,已有18.4多萬人從中獲益。而國內對新醫藥大多數人還不太瞭解,因此,有緣人只佔近25%,海外有緣人卻佔75%以上。

崔國安曾在不同的場合公開表示,歡迎有興趣的專家和有緣人,向我們平台深度詳細諮詢,全係公益活動,分文不取的。向與有《追尋健康長壽認知理念》們一起向未來,活過百歲,服務衆生,延年益壽,無疾而終,頤養天年,含笑往生,回歸本源。

毫不誇張地說,崔國安教授他無論在對事對人執着認真負責方面都有口皆碑,凡是接觸過他的人都對他的專業和學術精神而由衷的敬佩和贊譽,我更對他紮進新醫藥領域全身投入研究實戰的精神五體投地。

從客觀上評價崔國安教授爲新醫藥領域的領軍人物和开拓者也不爲所過。我寫下這篇文章也是向這位不畏艱險在這領域艱難前行的跋涉者致敬。

本文作者:世界文化導演艾文,“世界百歲論壇”及“上海第一屆養生健康國際論壇”創始人,資深創意活動策劃人,美國伊利華報駐滬首席撰稿人,世界家庭電影協會及好萊塢國際影業(香港)有限公司聯合創意顧問,上海協申聯合企業大學家庭教育學院客座教授,上海電影評論學會會員。



本文作者艾文和崔國安在桃花島



## 提供 COVID-19 資源!

疫苗仍然是對抗 COVID 的主要方法  
如果您错过了 2023 年 5 月 11 日免費獲得 COVID 检测试剂盒和疫苗接种的最后期限, 訪問您當地的藥房 或克利夫蘭公共衛生部 社區衛生診所自付費用或購買 COVID 資源保險。

您還有一個選擇: 今天接種疫苗, 這將最大限度地降低您感染 COVID-19 的風險。

掃描此鏈接以獲取您附近的 COVID-19 疫苗、加強劑和用品



凱霍加縣: 致電 216-201-2000  
了解更多信息或訪查閱: <https://ccbh.net/>  
克利夫蘭: 致電 216-664-2324 或查閱 <https://www.clevelandhealth.org/>

如果您對長期護理和支持服務有任何疑問, 查閱 [www.areaagingsolutions.org](http://www.areaagingsolutions.org)





# 張安麟夢游仙境的鋼琴音樂會

沒有藝術這個世界就不會生動,沒有音樂這個世界就會枯槁,因為藝術讓人生多彩,音樂讓生活動感。

三年多的疫情改變了我們很多生活方式,不見家人,遠離朋友,雖然在電話里能聽到聲音還是留言,不是零距離的見面,總感覺到缺了什麼。

4月15日我收到張安麟的留言: I have fascinating concert on Friday 4/21 in Lorain. On Wednesday, my birthday, giving educational program masterclass there 5:30 pm. Concert with 3D immersive projection-like Van Gogh immersion art but more interactive. Can I email you press release tomorrow to help spread word? I think many may like to experience it.

4月19日星期三我去了Lorain Episcopal Church 觀摩張安麟的教學。對我來說這是一個嶄新的體驗,舞臺上展示3D的背景伴隨張安麟的鋼琴音樂,我仿若Alice in Wonderland的感覺。

Episcopal Church 是有一百多年歷史的教堂,a琴聲,舞臺不一樣的3D滾動背景讓教堂帶有一種獨特神秘的視覺,學生們很熱情,提問一個接一個,而我還沉浸在夢幻般的視覺里。

星期三張安麟生日,張安麟教課後,我特別在中國城東海飯店為她過生日,那天正好送了她一張3D的鋼琴生日卡片,那晚視頻項目藝術家Kevin Jackson也來和我一起慶祝張安麟生日。

我們聊得非常快樂,我告訴張安麟:我好朋友Jenny他的先生名字也名Kevin Jackson, Jenny和她先生會參加4月21號張安麟的音樂會。

4月21日Jenny和她的先生Kevin Jackson盛裝帶著鮮花來觀看音樂會。Kevin也彈鋼琴,是一位深受尊重的商業倫理和法律哲學領域的世界領先學者。他的數篇研究論文發表在頂級期刊上,其中包括《商業道德季刊》、《布魯克林國際法雜誌》、《哈佛法律與公共政策雜誌》以及《法律與哲學》。



# 相互鼓勵 共勉前行

在伊利華報慶祝20周年活動後,我們特別設立了金筆獎,來感謝和鼓勵那些送筆桿的人。艾文這上海老鄉,多才多藝,動作神速,每次叫他做的事情,他是立竿見影完成任務,他為伊利華報先後在上海採訪了匹茲堡的KK,盲人老師凱文和數學家唐同濟,還要哥倫布的唐可。

伊利華報感謝他並且寄給他金筆獎獎牌時候,他寫了感言:“美國伊利華報金筆獎”,在我心目中它就是“諾貝爾文學獎”,我將是中國獲獎第一人,期望這個獎項能成為中西方文化共榮榮起推動作用,也期望由此評選出更多的世界不同語言不同膚色的人獲得此殊榮。



# 慶祝美國《伊利華報》創刊20周年 專輯圓夢新家居

世界文化導演艾文 慶祝美國《伊利華報》創刊20周年專輯圓夢新家居 撰文/美國華人知名媒體人浦瑛 上海黃浦江畔來到美國的伊利湖畔,不知不覺,我在美國已生活了30年。三十年,在歷史長河中只不過是短促一瞬,但在我的生命當卻十分漫長。每一年的年底都會回顧一下自己這一年里的成長,總會感到別有一番滋味在心頭。我發現了我離開上海時,同學們為我舉辦歡送會的照片,我忽然發現了曾經的自己,突然明白“當下”兩字,我總是對自己說“把握當下”。我還記得同學為我告別,因為我當時一直借在上海振興中華讀書辦公室,這個辦公室人員基本都是借來的,

有的只有一個星期,而我借在那里幾年,卻給我打開了視野,原來這個社會有那么多才華出眾的人。 1991年浦瑛飛美國剛下飛機照

當時我借在振興中華讀書辦讓讓認識許多當時名人,像李燕杰,他是共和國十大杰出演講家之一,《教育藝術》雜誌社社長。李燕杰曾代表國家教育藝術界,出訪一百多個國家,演講3800多場次,轟動海內外。在北京大學建校100周年慶典大會上的演講,載入了中華史冊;2017年,他也離去,我一直牢記著“當下”二字,把握當下努力前行。

我常常問自己“我是誰?”,我是細胞粒子能量的組成,來美國後,有機會與各個宗教接觸,我要吃五穀才能生存,而人的心靈一樣也要有精神的糧食,我認知的宗教,上帝講的是愛,菩薩講的是慈悲。他們啓發教導我們愛他人愛自己,我的師傅說過:這世界沒有一樣東西是你自己的,連自己都不是自己的,我也明白,有你有沒有你明天還是明天。

在來到美國十年後我創辦了伊利華報,這20年辦報一路走來感嘆萬千,也讓我在人生道上不斷的改變自我,努力砥礪奮發前行。 2019年世界文化導演艾文和浦瑛在上海。 2019年10月我在上海逗留期間,匆忙中約見了中國特邀撰稿人世界文化導演艾文先生,他是我的好朋友,江南才子,知名策劃策劃人,他還是導演及主持人。因為是老鄉,而且他是我見到的少有的不是那種一談目就要馬上談錢的人。很快我們彼此找到信任,他樂意擔當《伊利華報》在中國的特邀撰稿人及編輯,並且他採寫的文章也常常在美國伊利華報發表,介紹中華文化。他是一位很有創意有激情有個性的人,而且也很具有典型上海男士精緻風採的一面,穿衣搭配很講究。去年10月我與艾文相逢上海,他讓我觀看上海那場



# 在美國改造自己 浦瑛開講



我坐在報社里,總結舉辦的20周年慶祝活動,看報桌上堆放一堆眼單還有20多年已經發黃的報紙,我看看眼單,有一種無名的味道,我看看報紙,突然心里有一種莫名的喜悅,自己從什么都不懂,能堅持20多年在美國創業,我感謝自己這份毅力與勇氣,也有這份擔當,20多年甜酸苦辣,求知識,得智慧。我從無知無能走進感悟,我明白了努力要靠靠自己。 20多年前選擇做報紙,是因為當時華人有一句話口頭語:走進美國主流,既然媒體就是美國主流,我嘗試一下當主流,同時我也明白媒體它是主導人的思想與靈魂的。 20年後伊利華報能在市政府舉辦20年慶祝,並且在市政大樓升起五星紅旗,證明媒體就是主流。做了20年伊利華報奠基了我與社會的關係,也讓我們的能力得到了提高。 20年報慶後,我尊敬的Lee老師認我做妹妹,著名的黃唯律師也說她要重新開始新的夢想,人能影響別人,鼓勵自己,生命的價值與意義是人生成長最重要的方向。

佳樂器獨奏獎。格萊美獎是全球最具影響力的音樂大獎之一,素有“音樂奧斯卡”美譽,每年都會吸引全球數億樂迷的關注,是無數音樂人心中的皇冠。 其實,張安麟並不僅僅以出色演奏家的身份傳承古典音樂,她還是杰出的音樂教育家和研究者。現任美國俄亥俄州克里夫蘭大學鋼琴系主任,終身教授的張安麟,與其他職業演奏家不同,她首先是個學者。對張安麟來說,研究和教學是她的本職工作,而演奏只是其研究成果的展示。如今,張安麟經常擔任衆多國際音樂賽事的評委,但她對音樂比賽的看法與衆不同:“其實,第一名不一定是最好的,每個評委的口味、標準相差很大,勝者往往只是妥協、平衡的結果”。 張安麟非常謙虛低調,記得她2007年拿了格萊美大獎後就幫助伊利華報舉辦了第二屆鋼琴伊利華杯活動。看到當年這張照片,我非常感慨,當年參加比賽的人,有的人已經成了企業界老開,有的成了鋼琴教授,還有學者,還有人自殺…… 在這個動亂的時代有不確定的明天,我們一定要好好珍惜自己身邊的人,過好今天。 我特別高興,那在音樂會上見到了張安麟的學生,她也寫了一段中英文她的故事,與親愛的讀者分享: My name is Alex Zhang. I am 12 years old music student at CSU. I have been playing piano for 8 years and am now studying with Dr. Angelin Chang who is a GRAMMY winner as well as one of the world's most distinguished pianists and educators. I was accepted into her program at the School of Music of Cleveland State University after submitting audition videos of my past performances. Since beginning lessons

with Dr. Chang, I have made significant progress in my piano skills. Her teaching style is technically efficient, and she has helped me become more comfortable with playing musically. Recently, I competed in the Buckeye Auditions with NEOMTA and was awarded as an alternate winner. Additionally, I was chosen as one of ten performers for the NEOMTA Young Artists recital, which is highly selective. I have also participated in three recitals hosted by NEOMTA. During our lessons, Dr. Chang and I start with a brief chat, and then we get straight to work on whatever piece is the priority at the moment, be it a competition or jury piece. We also work on scales and arpeggios in between compositions, and I have seen a huge improvement since beginning lessons with her. Dr. Chang has various tips and tricks for memorization and fingering, which has helped me learn concepts more quickly. She is also teaching me ensemble skills and how to analyze music for patterns to make it easier to play. I am extremely grateful for the opportunity to study with Dr. Chang. Her musical, technical and efficient teaching style has helped me make tremendous progress in my piano skills, and I have developed more confidence in my abilities. I am excited to see where my musical journey takes me in the future and am thankful to have Dr.



Chang as my mentor. 我的名字叫Alex Zhang,我已經彈鋼琴8年了,現在正在跟隨Dr. Angelin Chang學習,她是一位葛萊美獲獎者,也是世界上最著名的鋼琴家和教育家之一。我從去年秋天開始錄取到克利夫蘭州立大學音樂學院的她的課程。 自從開始跟隨Dr. Chang學習以來,我的鋼琴技能有了顯著的進步。她的教學風格技術高效,讓我更自如地演奏音樂。最近,我參加了NEOMTA的Buckeye Auditions比賽,並獲得了Alternate Winner。此外,我還被選為非常有競爭力的選拔NEOMTA Young Artists演奏會的十位演奏者之一,併參加了NEOMTA主辦的三次演奏會。 在我們的課程中,Dr. Chang和我會先進行簡短的聊天,然後立即開始處理當前無論是比賽曲目還是評審曲目中最重要的曲目。我們還會在作品之間練習音階和琶音,並且自從開始跟隨她學習以來,我已經取得了巨大的進步。Dr. Chang有各種技巧和竅門來幫助我快速學習記憶和指法等概念。她還在教我如何進行合奏技巧和如何分析音樂模式以便更自然地演奏。 我非常感謝能夠跟隨Dr. Chang學習。她的音樂、技術和高效的教學風格幫助我在鋼琴技能方面取得了巨大的進步,並且我也更有信心了。我期待我們的音樂之旅會帶我去哪里,並感謝Dr. Chang成為我的導師。



伊利華報20周年活動,得到市政府大力支持,也讓我深深體會到機會和能力一定要相等。

我們圓夢·家園伊利華報20周年慶祝活動搞得轟轟烈烈,令我很快樂。送來自加拿大和費城的演員,我靜下心來想着如果沒有各方援助那能有這麼多美好畫面產生。

來自匹茲堡Lee老師對我說,我們是家人,昨晚我們3人,Lee老師,黃唯和我,我們三人談夢想談家園,他們都是成功人士,用她們的人生來給我們希望和鼓勵,她們倆50多年前前往香港是隔壁鄰居,而且都是新聞界的泰斗,過去做媒體的艱難,今天的人是有辦法理解的。我們三人各相差13歲。

那天一早我趕到旅店看他先生89歲開車回匹茲堡,從開始決定在克里夫蘭市政府做這活動,到在市政府大樓旗杆挂著五星紅旗,讓來自加拿大的客人開車找家在賓館喝茶,我帶他們看了搖滾樂的博物館,在Flats吃了吃地道美食,最後他們到報社小聚。 這次來自底特律,費城,哥倫布匹茲堡,還有Eddie飛機來接嚴巖泰先生, Akron Stem 學校花了\$1200租車趕到表演舞廳,匹茲堡的小波腰鼓隊的热情艷艷表演,還有哥倫布高森武術表演,他們是飛機下來直奔來演出,在現場茶道與新穎的扮演,就像在拍電影我唯一要檢討的是自己忙後不再思考。



這個活動讓我不明白兩件事情,我不是沒有抓住機會,是自己能力不到,我們的眼睛功能往往是往外看,唯一我們的心看自己.....這就是今天飲茶的時候加拿大來的張濟平先生說他自己配音5100多部電影與電視劇的感言,早年香港電影進內地,那么多演員,他被看上是真誠、一個努力砥礪奮發前行的人。

《夢想家園》慶祝伊利華報20周年活動,得到市政府大力支持,深深體會到機會和能力一定要相等。 我剛來的城市Akron市政府支持提供開放烟花,這次報慶來自Akron的學校,又為我們表演舞龍,2條帶LED的龍,在老師的努力下,學校協力校車護航,匹茲堡來20人黃小波腰鼓隊,底特律漢服茶道哥倫布專業古箏



伴奏,費城宋飛鴻京劇書法表演,哥倫布高森的武術,真感謝大家支持厚愛。

叫阿姨的茂茂變臉.....非裔的傳統舞蹈,在克里夫蘭橄欖球場唱國歌的人參與,我一看來演出的人就有100人,更重要的是我們的主講人黃唯,她是全美大律師,還有伊茲堡來的Pier Lee 80多歲還穿高跟鞋我的老師, Lee說:我已經80歲了我想說什麼就說什麼。更重要的是她們倆隔早期在香港是鄰居,兩位的老公都是創辦報業媒體的人,請她們來講主要是在今天人人都是媒體的時代,如何不忘初心,這個活動我策劃了兩年,我今天明白一個道理,人脈就是錢脈。

在這萬變的世界,不確定的明天,我們聽到是要和平,而我們看到的是戰爭還在進行,今天我們和美國人一起慶祝伊利華報創刊20周年慶,我們更要重啓我們的夢想,有夢想就有家園。克里夫蘭曾經是全世界最繁榮的城市,今晚我們要留下印記,讓文化傳承,讓友情永恆。

編後:浦瑛社長領二十年之力,我們《伊利華報》打造成海外華文名報,搭建了中美文化交流的高端平台,為中美文化交流作出杰出貢獻,為此全美中國作家聯誼會和紐約商務傳媒集團特別向浦瑛社長頒發“中美文化交流杰出貢獻功勳獎”金質獎章。

# 世界文化導演艾文獲美國伊利華報“功勳卓著金筆獎”

原標題:有夢想就會不斷進步世界文化導演艾文獲美國伊利華報“功勳卓著金筆獎”

北京時間2023年4月18日上午(克里夫蘭時間2023年4月17日晚),世界文化藝術導演艾文教授意外收到美國伊利華報社長浦瑛社長簽發的榮譽證書:“世界文化導演艾文,值此伊利華報創刊20周年之際,鑒于您在對美國華人社區5位有影響的美籍科學家、藝術家和文化名家的系列採訪報道中所做出的貢獻,本報授予您“功勳卓著人物金筆獎”。

《伊利華報》是美國東部知名的華文報刊。“伊利”二字取之北美五大湖之一伊利湖(Erie lake)是北美五大湖的第四大湖,東、西、南面為美國,北面為加拿大。《伊利華報》于2002年11月在伊利湖的主要港口



台給我用武之地實現我的願望。

艾文青年時代從事廣告業,曾在多家4A廣告企業和電視台任職;在他擔任香港新太陽房地產集團公司時,對開發灤山湖太陽湖500畝超大容積量的新太陽大花園別墅的文化創意功不可沒,在北京和成都由中國醫師協會和四川省人民政府主辦第四屆世界養生大會和成都第一屆國際健康大會發表多篇論文,廣受好評。

其間他首創的“養生地產”概念一詞被新聞晨報地產專刊引用作過報道。1992年至2019年間先後獨立創意策劃百餘項文化主題活動,重要創意活動“上海東亞運文藝大型活動”、“上海首屆國際健康論壇”、“激情飛躍上海灘北京現代汽車中國形象展”、“蘇州河龍舟大賽”、“首屆世界百歲論壇”、上海南京路世紀廣場“九子”大賽,2018年在香港國際會展中心舉行的“香港世界百歲論壇”及“新太陽國際論壇”、“2019香港文化藝術大賽”等等。

《伊利華報》的版面語言主要是繁體中文,僅有兩三個版面是用英文。據浦瑛社長解釋,這主要是考慮廣大讀者的閱讀習慣,因為《伊利華報》所發行的地區來自港臺省的華人比較多。另外,留出兩個版面用英文,這是因為現在的華子女多傾向於閱讀英文報紙,同時,也希望《伊利華報》能引起美國主流社會的關注。

《伊利華報》主要在克里夫蘭周約50英里範圍內的中國城、公共圖書館、華人餐館、超市、商店及公寓等處發行。此外,《伊利華報》還發行至俄亥俄州的首府哥倫布市、賓夕法尼亞州的匹茲堡市以及不固定的其他城市。

《伊利華報》已經贏得華人朋友的關心和支持。作為俄亥俄華人交流的平台和弘揚中華傳統文化的窗口,《伊利華報》正在發揮著獨特的作用。作為一座連接中美兩國文化與經濟的橋樑,為廣大華人提供諮詢、中國旅遊一條龍服務,從原來的信息平台擴大到服務大眾生活的方方面面。

浦瑛告訴筆者,這次本報創刊20周年舉行的盛大慶祝活動中,我們為本報採訪中有成就華人土領發了“伊利功勳卓著金筆獎”,中國的世界文化藝術導演艾文先生是第一獲獎人,以表彰他對美國華人社區5位有影響的美籍科學家、藝術家和和文化名家的系列採訪報道中所做出的貢獻。

當聽到獲得這一榮譽稱號的世界文化藝術導演艾文表示,獲得這一殊榮感到很開心,一份耕耘一分收穫,成績來自對夢想的不斷追求,也感謝美國伊利華報這個平







On April 18, 2023, invited by my dearest friend Ying Pu, I attended the Induction Dinner Ceremony for the 2023 Class of the Cleveland International Hall of Fame (CIHF) at Windows on the River. The purpose of the ceremony was to induct individuals who have made significant and lasting contributions to their own ethnic culture's heritage, and beyond that to Cleveland multicultural society as a whole. The 2023 inductees are Pierre Bejjani (Lebanese), Sudarshan Sathe (Indian), Councilman Mike Polensek (Slovenian), Mayor Georgine Welo (Serbian), Pat Dowd (Irish), and Joyce Mariani (Italian). The inductees and speakers were all well prepared for their speeches. The listeners were attentive. As a sold-out event, the energetic and enthusiastic crowd of over 450 from different ethnic backgrounds shared a blast of a night. I was humbled to be introduced by Ying to organizers, inductees and many other distinguished people.

# It Is All About People

Zheni Jackson



### Dan Hanson

Dan and his sister Debbie are founders of Clevelandpeople.com. In 2010, they initiated the Cleveland International Hall of Fame. The mission of both organizations is to promote Cleveland cultural diversity and community volunteer work and leadership. As seen in the event night, Dan and Debbie have a magic wand to bring people together to celebrate diversity.

The first time I met Dan was at his novel - Murder in the Cultural Gardens - book signing event on March 8, 2020, right before the pandemic. (At that time, my hair was very long.) At the Hall of Fame Induction Event, Dan told me his newest novel - Murder in Asian Town-- will come out soon. Looking forward to reading it!

### Debbie Hanson

Ying introduced me to Debbie. She seemed to prefer keeping a low profile and shied away from the spotlight. But I can tell Debbie is the power lady behind the scenes. I felt so privileged to take a photo with both Debbie and Dan.

It amazes me that, in the United States, individuals like Dan and Debbie can execute people power and organize a largescale social gathering, which includes politicians, religious leaders, different ethnic groups (Jewish, Arabic, European, Latino, Asian), artists, business people, and social activists. In China, and in many other countries, one would either need to obtain a permit from a government agency or it would have to be a government agency organizing such an event itself. But in the United States, the grassroots ownership of real people power can balance out the government bureaucracy, protecting the foundation of the democratic society.

### Bishop Edward Malesic

Bishop Edward Malesic, who has been serving as bishop of the Diocese of Cleveland since 2020, gave the invocation to the induction ceremony. My husband Kevin Jackson and my daughter Wenlan Jackson are both

Catholic. Bishop Malesic has been working to enrich Catholic elementary education throughout the diocese. His Keeping the Faith Initiative brings together teams of experts to study and recommend models to make sure Catholic education remains accessible and affordable.

Ying told me that she visited The Cathedral of Saint John the Evangelist on Easter this year. Bishop Edward Malesic proclaimed that no matter what religion you happen to believe in, we are all family.



Ying appreciates the way that Bishop Edward Malesic aims to bring people together cross their religious differences, rather than isolating people on the basis of their separate faiths.

### Pierre Bejjani

Pierre is one of the inductees for the 2023 class of CIHF. Ying and I congratulated him with a bouquet of flowers. Ying introduced Pierre and his wife Mary to me at an event of CAMEO (the Cleveland American Middle Eastern Organization) two years ago. Pierre is the president

for CAMEO. Since then, I have come to know Pierre as a well-connected, highly respected leader. His influence is not limited to his native Lebanese community and Arabic circles, but also reaches far beyond. Pierre is the 2022 recipient of the Trail Blazer Award from Arab America Foundation, Washington DC and the 2020 recipient of Crain's Cleveland Business notable Immigrant Leaders. In 2020 he was appointed to the Governor Board for Reopen Ohio for the Bar and Restaurant Committee; in 2019 he was appointed to the Governor Board and Commission for the 2020 census; and in 2019 he was assigned to serve on Ohio Secretary of State Frank La Rose's Diversity and Empowerment Council.

I am honored to know Pierre at a personal level since he became Gingie Spa's client in 2021. He is a very compassionate and amiable person, treasuring traditional family values and genuine friendship.


### Sudarshan Sathe

It was pleasant to see Mr. Sathe as one of the six inductees for the 2023 class of CIHF in the event. Mr. Sathe has patronized Gingie Spa before. Before the event, I only had the impression that he was a dapper-dressing, courteous and generous gentleman. Through the introduction of Baiju R. Shah, the President and CEO of Greater Cleveland Partnership, I acquired the complete portrait of Mr. Sathe: businessman, inventor, philanthropist, and leader for the Indian American community. As an inductee, Sudarshan delivered an eloquent, thoughtful, and well-structured speech, shining his virtuosity in business, philosophy, history, engineer, culture, language, and math. He expressed a deep gratitude towards American society contributing to his own success, while he saluted his Indian heritage and legacy. I appreciated Mr. Sathe concluding his speech with philosophical enlightenment: "The clarity and calming of the mind is indispensable even in the modern age. Because after all the battles and conquests, all the gadgets and scientific discoveries, one last struggle remains, and that is for the moment of pure inner peace and containment."

### Joe Cimperman

Ying introduced me to Joe Cimperman, President and CEO of Global Cleveland. Global Cleveland helps to incorporate immigrants, refugees and foreign-born entrepreneurs into Cleveland society, workforce and business. Mr. Cimperman is charismatic. His light radiates out to people around him. He has won many awards including the Temple Emanu El Tikkun Ha'Olam Award, LEDI International Life-Changer award, the Morton L. Mandel Leadership in Community Development award, Crains' Cleveland Business Power 150 list, the 2023 Charles Eisenman Award for exceptional civic contributions, the Rotary Club of Cleveland's International Service Award, and the Greater Cleveland Partnerships 2022 Best in Class and Hall of Fame awards for Board Diversity.

I just couldn't agree with Mr. Cimperman more on the idea and idea that **we strengthen our city by welcoming our world.**

**Your:** \_\_\_\_\_ **Appointment**

**Date:** \_\_\_\_\_ **Time:** \_\_\_\_\_

**WITH YOUR PERSONAL THERAPIST**

Dana	David	Gary	Kevin
Nathan	Ra' Shawn	Sarah	Zheni



**Gingie SPA & MASSAGE**

A REJUVENATING ESCAPE FROM THE EVERYDAY

FACIAL • HYDRAFACIAL  
BODY CARE • MASSAGE

(216) 245-6858 • [www.gingiespa.com](http://www.gingiespa.com)



# 婚姻的本質，是看見自己

作者：十點甘藍藍

幸福的婚姻應該是什麼樣子？每個人都有自己的理解。

作家基爾·凱斯勒說：“婚姻就好比橋樑，溝通了兩個全然孤寂的世界。”

哲學家杜威說：“美滿的婚姻好比一筆異常豐厚的退休金：盛年時，你將一切所得放入其中，經年累月，它便會從白銀變成黃金，再從黃金變成白金。”

在離婚率不斷上升的今天，有人把婚姻當作愛情的墳墓，在勉強和湊合中過著沒有溫度的日子；

有人把婚姻當成小店來經營，規模不大，但是認真對待每一天的生活，也過得熱熱鬧鬧，一天比一天好；

有人把婚姻當成一處避風港，可以讓自己安心躲在里面，只是沒有想到，等到有一天一陣大風吹來，避風港也可能轟然倒塌；

更多人把婚姻當作人生圓滿的工具，別人有的我也要有……

其實，婚姻幸不幸福，就取決於你把婚姻當成了什麼，是依賴，還是成長的平台？

你把婚姻看成什麼，就會獲得怎樣的人生。茨威格被稱為“世界上最瞭解女人的作家”，高爾基看過他的《一個陌生女人的來信》之後，寫信給他說：“由於對您的女主人公的同情，由於她的形象，以及她悲痛的心曲，使我激動得難以自製，我竟然毫不羞恥地哭了起來。”

“我只有你，你從來也沒有認識過我，而我卻始終愛著你。”

這是小說中的一句話，寫盡了女主人公在愛情中的心酸與卑微。

主人公13歲的時候，有一天正在和同學聊天。她撞見了剛從汽車上跳下來的作家R先生，便一見鍾情喜歡上了他。

女孩腼腆羞澀，不知道怎麼表達自己的愛，做了許多傻事，比如親吻過作家摸過的門把手，撿起他丟掉的煙頭，每晚跑到衛生間，看作家屋里的燈是不是還亮著……

18歲時，少女初長成，女孩跑到作家窗下，主動走到他身邊。

風流倜儻的作家，對愛情的態度是輕佻的，

主張“萬般花叢過，片葉不留身”。

這個自己送上門的年輕女孩，更逃不過他的手掌，兩個人一起廝混了三天，作家就消失了。

作家不知道，這個女孩有了孩子，並且生下了孩子，開始了悲慘的一生。

為了養活這個孩子，女孩變賣了首飾生活，後來錢財被偷走，她不得不在簡陋的醫院里生孩子，被陌生人欺負。

為了讓孩子接受教育，她委身於一個個有錢的男人……

直到孩子因病去世，直到她自己的生命也走到了最後，她用全部的力氣，把這些年的經歷，寫成一封長信，講給R先生聽。

寫到暗戀的酸楚時，茨威格這樣寫道：

“你從來都沒有認出過我，你從我身邊走過像是從一條河邊走過，你踩在我身上如同踩著一塊石頭，你總是走啊，不停地走，卻讓我在等待中消磨一生。”

如果問她這樣沒有結果的愛情值不值得賠上一生，女人說：“我不怪你，我愛的就是你這種熱烈而健忘的樣子，愛的就是你到處留情、不專注一人的樣子”。

這樣的愛情在今天看來非常不可思議，人們把這種不管你愛不愛我、我只偏執地愛你的行

為，稱為“跪舔”。

但愛情對有些人來說，只是自己的獨角戲。他們不需要對方配合演出，只想自己感動自己。

毛姆的《刀鋒》里也有一個這樣的女人。

男主人公拉里有一個好朋友名叫索菲，索菲嫁給了一位律師，兩個人感情甚篤，即使已經有了孩子，還是會像熱戀的情侶一樣膩歪在一起。

一場車禍終結了這個完美的家庭，索菲的丈夫和孩子在車禍中當場死亡。

一夜之間，索菲失去了所有重要的東西，生活也陷入了無序混亂，只有不斷用酗酒買醉、任性放縱來麻木自己。

作為她的朋友，拉里試圖想要以和她結婚的方式來拯救她，但是曾經滄海難為水，索菲對世間的一切都提不起興趣了。

她沉浸在失去愛人的痛苦里不可自拔，最終在放縱中被人殺害。

同樣和拉里一起長大，伊莎貝兒對愛情要現實得多。

她和拉里有著相似的背景，原本可以順利地步入婚姻。

但是一場戰爭，讓伊莎貝兒和拉里的人生觀發生了分歧。



拉里在戰場目睹最好的朋友為救自己而丟掉了性命，這極大影響了他的人生觀。

回到美國後，他不再期待財富、美滿的家庭、不想要世俗的成功，只想過自由自在在世界各地穿梭、“晃膀子”的生活，他想尋找對自己來說真正重要的東西，而不是別人所有的東西。

伊莎貝兒向往成為物質富足、能在朋友圈曬幸福的賢惠妻子，她和拉里談過之後，很快意識到兩個人想要的生活不同，不如和平分手。

拉里繼續四處遊蕩，伊莎貝兒則嫁給了富家公子格雷。

在伊莎貝兒眼中，愛情應該是為生活服務的，而不是生活的全部。

多年以後，她有了兩個可愛的女兒，丈夫有一份體面的工作，過著讓自己滿意的生活。

林語堂曾說：“所有的婚姻，任憑怎麼安排，都是賭博，都是茫茫大海上的冒險。婚姻猶如一艘雕刻的船，看你如何去欣賞它，又怎樣去駕駛它。”

既然是冒險，就意味着一定的風險。你必須認真經營，同時做好應對浪頭打過來的打算。

理想中的婚姻總是美好的，每個人都會高估自己有能力去守護最美好的愛情。

但現實卻往往最殘酷，因為人性都有自己的弱點，在婚姻中暴露得更加真實和徹底。

對婚姻不同的態度，造就了不同的人生。有人把婚姻當作賭注，孤注一擲，不到家財散盡不下“賭桌”；

有人發現苗頭不對後及時止損。其實，沒有最好的選擇，只有自己最願意承擔後果的選擇。

而所有的選擇考驗的都是我們如何看待自己。

作家梁文道曾說：“男人也好，女人也好，如果沒有自己過好日子的能力，那他也沒有和別人過好日子的能力。”

藉助婚姻，藉助伴侶，看見真實的自己、真正的自己，看見自己的脆弱與哀傷，看見自己的潛能和力量，才是婚姻的本質。

# 一切順其自然，老天自有安排！

古語云：“人生天地之間，若白駒過隙，忽然而已。”歲月匆匆，瞬間即逝。人生一路匆匆而過，一直都在忙碌奔波。得失貧富、恩怨冤讎，都是不可預知的。如果我們把寶貴的時間都被這些瑣碎事糾纏，必然會陷入痛苦之中。一切順其自然，才能明朗豁達，體驗生活的樂趣，找到生命的真諦。

最終成為了他們成功的基礎。世事無絕對，善惡相間，得失並存，人生常態。不可沉溺於得失之中，否則只會自討苦吃。人生財富不在於你擁有多

執病？”許多人為了追求名利和財富，不惜付出生命的代價。然而，命里有時終須有，命里無時莫強求。名利和財富命中都有定數，我們絕不能過分追求。學會看淡，懂得知足常樂，才是持久之道。張良是著名的謀士，曾輔佐劉邦建立了漢朝，成為當時的開國功臣。但他沒有沉迷於權力和地位，而是選擇了隱居田園，過上了簡樸的生活。張良一生以修身、齊家、治國、平天下為宗旨。關心人民疾苦，解決人們的困難，獲得了大家的尊敬和愛戴，成為歷史上著名的名臣。而明朝宰相魏忠賢卻相反。他年輕時貪圖權力和財富，通過巧舌如簧和結交高官顯貴的手段，一步步爬到了最高權力的位置。然而，他的殘暴無情，壓榨民衆，將國家利益置之不理。最終，魏忠賢的惡行被揭發，慘遭罷官，被逼自殺，名聲掃地，成為後世貪官污吏的代名詞。

門檻，是引發紛爭不斷的根源。唯有看淡自我，放下煩擾與恩怨，才能擺脫痛苦，享受自己想要的生活。“詩仙”李白，年輕時才華橫溢，名聲遠揚。他與唐玄宗關係密切，時常前往宮廷朝賀，並因此獲得了不少榮耀和名利。但隨著時光流逝，李白逐漸覺得過於依賴宮廷的賞識和恩惠並非自己真正的追求。於是，李白決定放下與朝廷、與力士的恩怨，順其自然，過自己想要的生活。他放下了功名利祿的追逐，遠離了宮廷，開始游走於山林間，感受自然之美，揮灑自如的創作。李白不再為了名聲和地位而勞累，而是將精力和心思放在了寫詩上，不斷地追求更高的藝術境界。雖然在後來也遭受到一些挫折和打擊，但他依然保持著看淡恩怨、順其自然的態度，堅定地走著自己的道路，創造出了無數不朽的詩篇。



少，而在于你能否看淡。失去了，不要絕望，因為黑暗中必有一線光明；得到了，不要張揚，因為順境之後難免有坎坷。得之淡然，失之從容，凡事看開一些，福氣自來。

看淡名利，知足常樂

老子云：“名與身孰親？身與貨孰多？得與亡

在生死面前，名利和地位都虛幻泡影。懂得知足、看淡名利，是一種豁達的人生態度。它會讓我們把在功名利祿、金錢財寶面前，看得更加通透。因此，在有限的生命里，我們不應讓名利佔據我們的全部。聰明的人懂得知足常樂，才能過上幸福生活。

看淡恩怨，順其自然

莊子說：“物無非彼，物無非是，自彼則不見，自知則知之。”個人只見如同人與人之間的一道

人生如逆旅，有時相遇，有時別離。彼此之間，保持一定距離，未嘗不是一件好事。冤冤相報何時了，恩怨情仇，如過眼雲煙，不必太過在意。看淡、放下，不要讓自己傷得太深。擁有一顆寬容淡泊的心態，可以治愈內心的一切煩惱。▽古語云：“大道至簡，繁在人心”。內心深處的寧靜才是最寶貴的，只有放下煩惱，才能過得輕鬆自在。世間煩惱紛雜，心緒難安，所以要多看淡，多包容。在生命的長河中，放下煩惱和恩怨，讓生命更加輕鬆愉快。放下心中執念，讓心靈更加純淨明澈。學會寬容和諒解，多看淡，多包容，讓心境更加平靜。擁有一顆豁達淡然的心，才能在紛繁的人生路上游刃有餘。

# 遇大事要靜，遇難事要變，遇爛事要遠，遇順事要斂

遇大事要靜，遇難事要變，遇爛事要遠，遇順事要斂。

唐宋八大家之一蘇洵曾說：“泰山崩于前而色不變，麋鹿興于左而目不瞬，然後可以制利害，可以待敵。”人在遇到事情時的第一反應，展現出他的學識、見識、品格和修養水平。人生的好壞並不僅僅取決於我們處理事情的能力，更在於我們面對問題的心態。生活每天都是一場現場直播，誰都無法預測下一秒會發生什麼。但我們對待事物的角度和態度，影響著我們生活的溫度，也決定了我們人生的高度。

遇大事要“靜”

《大學》中講：“靜而後能安，安而後能慮，慮而後能得。”只有身心寧靜的人，才能夠思慮周全；只有思慮周全，才能夠取得成功。在面臨重大事件時，我們必須保持冷靜，沉思冥想。只有先安心靜氣，才能謀劃出正確的行動方案，然後再行動。這樣問題就會迎刃而解，成功克服困難。安定的心態可以克服人類內心的焦躁和急躁，避免受情緒的影響和支配。在情緒的支配下，即使微不足道的小事也會被放大成一個巨大的問題，甚至可能撼動整個世界。靜下心來，才能看清問題的本質和關鍵所在，找到突破口，快速解決問題。通過沉靜冷靜的思考，才能制定出可行的解決方案，進而取得成功。

《道德經》中講：“致虛極，守靜篤。”保持靜心，是個人磨練毅力，培養品德的根基。

遇難事要“變”

《易經》云：“窮則變，變則通，通則久。”當面臨困境時，必須學會變通。隨著事物的發展，都會遇到瓶頸期。只有通過變化，才能找到出路，通過出路才能獲得持久的發展。只有打破固有的現狀，才能開闢前進的道路。

要想成就大事，需要擁有格局和遠見，注重結果，而不拘泥於過程。一條路不通，那就換一條路走；如果第二條路也不通，可以考慮轉個彎。一條道走到黑，最終只會讓你撞得頭破血流。只有學會變通，人生路上才能“彎道超車”。沒有走不出的死衞衞，只有不願轉彎的固執心態。擁有變通的智慧，事情可能並不如你所想的那般糟糕。

遇爛事要“遠”

《漢書》中講：當斷不斷，反受其亂。在生活中，不好的事情好像相互吸引，形成一個負能量的磁場。慢慢地，它會消耗你的更多精力，讓你無法集中精神去做正事。

這也是著名的費斯汀格法則。一件事長遠來看，雖然可能會佔到一時的便宜，但也注定會輸在後面。對於不好的人和事，最明智的方法是置身事外。如孔子所說的那樣“非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動”。不聽、不問、不去理會。不要因過去的經歷而陷入憂慮，不要浪費時間在瑣事上。保持冷

靜與平衡，專注於目標，才能收穫豐盈充實的人生。時間如白駒過隙，不要在爛事上糾纏。不想做某件事情，就不要勉強自己；無法解決的問題，就要及時遠離。學會放下過去，讓自己的心靈得到解脫，活得更輕鬆自在。

遇順事要“斂”

曾國藩曾說：“謀大事者，首重格局。”戰國時期，藺相如是趙國的朝中重臣，一人之下，萬人之上。有一次外出辦事，巧遇廉頗將軍的馬車。

廉頗命令馬夫把車開到路中間，不讓藺相如通過，並準備再次羞辱他。然而，藺相如卻命馬夫將馬車調轉方向，避免與廉頗發生正面衝突，且離開了現場。這種做法讓他的門客感到不滿，他們認為藺相如是一個高官，為什麼要怕廉頗呢？藺相如說：“我連都秦王不怕，為什麼要怕廉頗呢？但是，如果我和廉頗對抗，趙國將受到損失，甚至可能出現內亂。到那時，最受益的肯定是秦王。”為人處世，應當保持低調，謙虛待人。一個格局大的人，越能懂得低調為人。因為只有謙和禮貌、虛心待人，才能贏得他人的認可和支持，成人達己。只有低調不張揚，才能踏實走得遠，實現更大的成功。藺相如深諳官場之道，他堅持不張揚、不炫耀，因而成就了一番事業，永留青史。

俗語說：“天有不測風雲，人有旦夕禍福。”

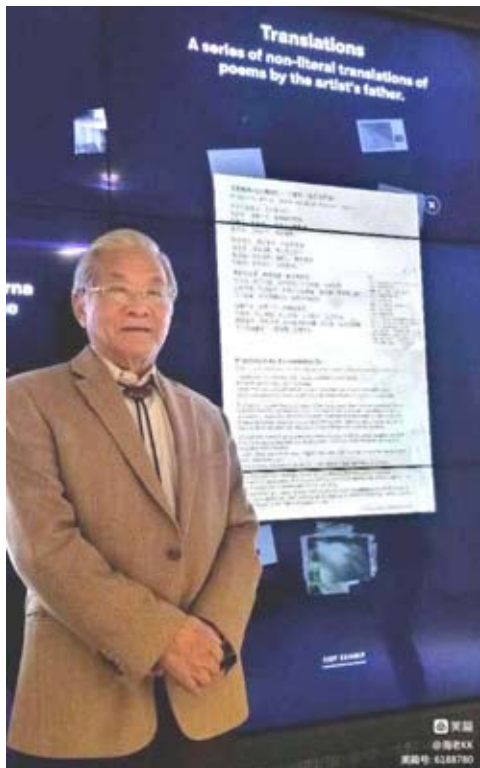
有時事情我們無法控制，但我們能做的就是調整好自己的心態。

遇大事，要冷靜應對，沉着處理；遇難事，學會變通，靈活處理；遇爛事，避而遠之，一路向東；遇順事，保持低調，謙虛待人。

改變自己看待事情的態度，才能超越人生的極限。只有保持一顆高於生活的心態，才能遇見更好的自己。







### 天下大疫，我自安然。天下安然，我卻抱病。

自三月赴紐約只身參會，長途車連續顛簸兩夜，未稍休息又參加一聽證會，實感疲憊。未尚恢復，又作加州之行。回，見後院雨篷吹損，未作休息，自行費力修復。

多日積累疲勞或使免疫力下降。至四月初出席一公眾場合後，開始感覺喉嚨不適，逐漸到疼痛。

心知不妙，即遵醫囑去“匹茲堡大學醫療中心”謀特定檢驗處檢測是否感染“新冠病毒”。

檢驗結果是“陰”性，心中稍安。但幾天內低燒、喉嚨痛，免不了。醫囑多喝水多休息，並按華人習慣，在華人超市買“川貝枇杷膏”、“板藍根沖劑”等。雖知無特別治療作用，做個心理安慰或也有精神治療之功效。



已經忘記上一次患病是幾時了。尤其是這三年多，世紀大疫，患者無數，我卻幸免，三年來連一聲咳嗽都沒有過。而大疫過後，自己不明不白染起病來。真所謂“天下大疫，我自安然；天下安然，我卻抱病！”

自知年屆耄耋，風燭殘年。當接受至此教訓，體力不可透支、營養盡力平衡、保持心情愉悅、注意科學防範。

此次病前尚能堅持寫作，所謂病去如抽絲，儘管症狀已消失，但體力精力尚待恢復，寫作只好順勢而為。

本篇把病前“落”下，沒能發表的幾篇詩詞做成一篇，以期早日恢復正常寫作。

2023年4月17日于維羅納自寓

### “世界讀書日”



今天是“世界讀書日”。但其實全稱應該是“世界圖書與版權日”，又稱“世界圖書日”。最初的創意來自於國際出版商協會。由西班牙

# 海老 KK 新近詩文作品

牙轉交方案給了聯合國教育、科學及文化組織。

995年11月15日正式確定每年4月23日為“世界圖書日”。其設立目的是推動更多的人去閱讀和寫作，希望所有人都能尊重和感謝為人類文明做出過巨大貢獻的文學、文化、科學、思想大師們，保護知識產權。每年的這一天，世界一百多個國家都會舉辦各種各樣的慶祝和圖書宣傳活動。

所以，我們在讀書的時候，要想想那些孜孜不倦，埋頭作文字創作的人們的辛苦！珍惜爬格子人的勞動成果！

當然也要鄙視和唾棄那些投機取巧、急功近利，靠抄襲剽竊別人文字成果的文字匪盜！

也要抵制和詛咒那些用文字傳播反人類普世價值，靠造謠、污蔑，和製造反人類罪的文字流氓罪犯！

好好讀點書吧！不要只靠那些短視頻、“踢嗑養生”之類的碎片知識！那種只能讓人類沉淪，到世界末日！

### 《十六字令·匹茲堡四月天》

前數日，匹茲堡高溫已達攝氏30度，儼然盛夏。昨晚突降溫接近攝氏零度，雨中夾霰。

以前英語成人班老師雲：匹茲堡有諺語大意“Change rapidly as Pittsburgh April day”(變化之快像匹茲堡四月天)。

變！  
昨日試暑今雨霰。  
須臾間，  
寒熱兩重天。

注：  
試暑～初夏。  
雨霰～細雨和雪珠。

2023年4月17日于維羅納自寓

### 《菩薩蠻·春寒人瘦》

灰雲初破柳橋冷，夕陽斜投孤鴻影。  
三月眾芳香，墮溪水流長。

花謝馨依舊，人病東陽瘦。  
且莫倚欄杆，欄杆都拍遍。

注：  
東陽瘦～《梁書·沈約傳》：“永明末，出守東陽……百日數旬，革帶常應移孔；以手握臂，率計月小半分。”原謂沈約因操勞日漸消瘦，後以“東陽銷瘦”為形容體瘦的典故。

2023年4月18日于維羅納阿拉根尼河畔

### 詩詞二首：

#### 其一《七言·世塵》

讀“某鳥”國際商貿城突然蕭條之信息。

笑看世塵知仙機，一網糊塗腦漿稀。  
取巧直跨任九過，急功莫及着三衣。  
舊年微績豈僥倖，今日奢傲有兇飢。  
莫違遠近親疏意，君輕民貴我為祈。

注：  
腦漿稀～俗稱“腦子進水”。  
仙機～神仙異人所作的預言或暗示。  
九過～九種過失。謂過失之多。  
三衣～梵文 Triśvara 的意譯。佛教比丘穿的三種衣服。一種叫僧伽梨，即大衣或名眾聚時衣，在大眾集會或行授戒禮時穿着；一種叫郁多羅僧，即上衣，禮誦、聽講、說戒時穿着；一種叫安陀會，日常作業和安寢時穿用，即內衣。亦泛指僧衣。（這裡指應該有所顧及的方方面面）  
兇飢～穀物不收，年成不好。指饑荒災害。

2023年4月19日于維羅納自寓。

#### 其二《一落索·春花》

百花春山爭秀，凝露浸透。  
惜花莫待花落後，殘芳瘦、隨溪流。

知音識趣難有，何況為久。  
西眺阿江亂雲驟，莫相問、幾多愁。

2023年4月19日于匹茲堡女兒家



### 《一落索·谷雨》

今日谷雨。

青山聲聲鷓鴣喚，喚春歸去。  
柳絲葉翠豐如瓣，花盡落，是谷雨。

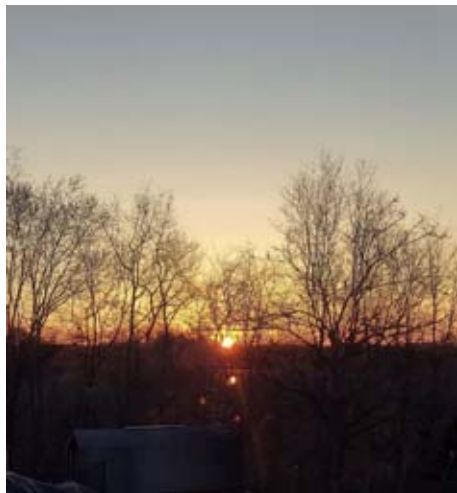
斜暉紅雲江樹，系舟野渡。  
賓雁向北難留駐，竟無意，傳尺素。

注：  
賓雁～暫時停留的大雁。也指賓客。  
尺素～小幅的絲織物，如絹、帛等：“呼兒烹鯉魚，中有尺素書。”故書信稱尺素。亦寄相思之意。

出之兩漢佚名詩《飲馬長城窟行》原詩如下：

青青河邊草，綿綿思遠道。  
遠道不可思，宿昔夢見之。  
他鄉各異縣，輾轉不相見。  
枯桑知天風，海水知天寒。  
人門各自媚，誰肯相為言。  
客從遠方來，遺我雙鯉魚。  
呼兒烹鯉魚，中有尺素書。  
長跪讀素書，書中竟何如。  
上言加餐飯，下言長相憶。

2023年4月20日于阿拉根尼河畔



### 《醉花陰·春瘦》

春花漸瘦春也瘦，卻襯江邊柳。  
細葉相對皺。  
翠色更嫩，也把春水透。

歸鴉怨啼黃昏樹，鶯囀凌曉囿。  
把酒語東風。  
偷寒送暖，莫來撩豆蔻。

注：  
偷寒送暖～指暗中照顧冷暖。（元曲中常用：指暗中為男女私情牽線撮合。也指男女偷情苟合，幽會叙情。）後比喻奉承拍馬。也比喻對人關切。此處指東風送暖莫讓植物秧苗儘快成長（正話反說）。  
豆蔻～多年生草本植物，外形似芭蕉，花淡黃色，果實扁球形，種子像石榴子，有香味。果實和種子可入藥。  
也指年華，“豆蔻年華”，比喻處女，或指女子十

三四歲時。  
此處指所種植物秧苗。

2023年4月21日于維羅納阿拉根尼河畔

### 《春雨落花》詩詞三首

匹茲堡今陰雨降溫，春末如冬。

#### 其一

燕子歸旋桑榆晚，一川煙雨落花殘。  
斜倚亭臺惆悵望，落日離鴻春意闌。

注：  
桑榆～落日之處。相對，東隅～日出之處。故有“東隅已逝，桑榆非晚”、“失之東隅，收之桑榆”之說。  
離鴻～匹茲堡水系有按季南來北往的鴻雁暫作停留。  
闌～將盡。

#### 其二

水映青山水映村，又逢煙雨近黃昏。  
只怨東風無情意，滿川落花聞啼魂。

注：  
啼魂～杜鵑鳥。古代傳說杜鵑鳥乃上古蜀王望帝（杜宇）所化，至春啼鳴，故稱。

#### 其三《少年游》

暮雲重重夾雨絲，青山隱秀姿。  
柳垂花落，優雅飄蕩，香軀滿回池。

春去杜鵑報人知，且莫歸去遲。  
水擊三千，扶搖九萬，敢馭野馬馳。  
注：  
回池～回曲的水池。  
杜鵑～杜鵑叫聲似“不如歸去”。  
後三句～“水擊三千”、“扶搖九萬”、“野馬”均採自莊子《逍遙游》中句。此表達盼歸之心情。

2023年4月22日于匹茲堡克倫貝利鎮



### 《浪淘沙·倒春寒》

今夜匹茲堡降至攝氏零度。

夾江落花殘，順水流丹。  
新蘆脈銳刺雲天。  
敝裘難除仍瑟縮，倒卷春寒。

凄惶憶悲歡，偷把淚彈。  
人間離恨年復年。  
何時龍騎無策鞭，風電車驚。

注：  
龍馬～李白詩《草創大還贈柳官迪》中有“鸞車速風電，龍騎無鞭策。一舉上九天，相攜同所適。”

2023年4月24日于維羅納阿拉根尼河畔

### 《浪淘沙·探春》

稍暖出江行，探察春情。  
夾江堤岸皆落英。  
水鳥啾啾窩蓬瀛，雲寒晚晴。

密林淨無塵，初月中明。  
酒肆客喧捉對醒。  
猶制小肴慰五臟，獨樽滿傾。

2023年4月25日于維羅納阿拉根尼河畔



匹茲堡華人老朽  
海老 KK



# 幫助納稅人追蹤退稅的在線工具

國稅局稅務提示 2023-53,

能獲得退稅的納稅人報完稅後，通常急盼在銀行賬戶上收到這筆錢。他們可以在IRS.gov/refunds和IRS2Go移動應用程序上使用國稅局“我的退稅在哪裡？”工具來輕鬆方便地查看退稅狀態。在國稅局確認收到電子稅表後的24小時內，納稅人即可查看退稅狀態。在國稅局處理稅表並批准退稅後，該工具還會提供納稅人針對個人的退稅日期。

- 要使用該工具，納稅人需要：
- \* 社會安全號碼或個人報稅識別號碼
  - \* 報稅身份
  - \* 稅表上申請退稅的確切金額
- 該工具顯示三種狀態：
- \* 已收到稅表
  - \* 已批准退稅
  - \* 已發送退稅

當狀態變為“已批准退稅”時，國稅局正準備將退稅以經轉帳直接存款的形式發送到納稅人的銀行賬戶，或者直接將支票郵寄到納稅人在稅表上提供的地址。

納稅人不需要每天多次查看狀態。國稅局大多數情況下是在夜間更新“我的退稅在哪裡？”。致電國稅局不會加快退稅速度。“我的退稅在哪裡？”上提供的信息，與國稅局電話專員提供的信息是一樣的。退稅打到納稅人的銀行或信用合作社賬戶，或郵遞寄達都需要一定時間。

退稅時間  
國稅局會在不到21天的時間內發放大部分退稅。有的稅表需要更多時間進行審查，這可能會延遲退稅。以下情況會花費更長時間來處理稅表：

- \* 紙質報稅。
- \* 納稅人期待從修正稅表中獲得退稅。使用“我的修正稅表在哪裡？”查看修正稅表的處理時間。
- \* 納稅人提交了受連累配偶(英文)申報。
- \* 納稅人將ITIN申請附到退稅申請中。納稅人可以查看《稅務主題857，個人報稅識別號碼》瞭解詳情。
- \* 提交表格1040-NR(英文)來申領在表格1042-SI(英文)中預扣稅款的退稅。在這種情況下，從1040-NR申報表的原始到期日或提交1040-NR的日期(以較晚者為準)算起，最多可能需要6個月才能拿到退稅。

# 不道德的代報稅人可能會誘使納稅人進行欺詐

國稅局稅務提示 2023-57, 2023年4月26日

不道德的代報稅人和稅務欺詐推廣人會做出誇張的承諾，並收取高額費用，但納稅人卻要對他們稅表上的內容負責法律責任。納稅人應只聘用信譽良好的稅務專業人士，並且清楚他們稅表上的內容。雖然詐騙者在報稅季最為活躍，但他們其實全年無休，納稅人應時刻警惕這些濫用型的騙局。

\* 員工留任稅收抵免申請 - 納稅人應警惕詐騙者的大肆推廣，他們會宣傳與員工留任稅收抵免相關的大額退稅。隨著廣告遍布網絡、社交媒體和廣播，欺詐性推廣人試圖誘騙不符合資格的人申請抵免。這些推廣會提供有關誰符合資格以及國稅局如何計算抵免額的虛假信息。其中一些廣告的唯一目的僅僅是向納稅人收取費用或盜取納稅人的個人信息和身份。

\* 燃料稅抵免優惠的虛假申請 - 燃料稅抵免優惠適用於非公路業務和農業用途，大多

數納稅人都不符合資格。不道德的代報稅人和推廣人誘使納稅人錯誤地申請該抵免來增加退稅。

- \* 針對高收入申報者的騙局 - 這包括濫用慈善剩餘信託(英文)和貨幣化分期付款銷售等騙局。
- \* 虛假的避稅策略 - 這包括濫用微型專屬保險安排和聯合保護地役權。
- \* 具有國際元素的騙局 - 這類騙局包括各種逃稅策略，例如：
  - o 將資產隱藏在離岸銀行、經紀賬戶、數字資產賬戶和代理人實體或持有數字資產(如加密貨幣)的賬戶中。
  - o 試圖通過向在馬耳他或其它可能的東道國的外國個人退休計劃供款來逃避美國稅收。這些交易的參與者通常與東道國沒有任何當地聯繫。
  - o 與波多黎各人或其他外國公司(美國企業主在當中擁有經濟利益)參與到一個所謂的保險計劃。這些計劃缺乏合法保險的許多屬性。

國稅局將質疑此類交易中所聲稱的稅收優惠並處以罰款。國稅局刑事調查部一直在追查此類騙局的推廣人和參與者。納稅人在稅表中加入有問題的申請前應三思而行。



# 納稅人和稅務專業人士應瞭解的常見稅務詐騙

國稅局稅務提示 2023-56, 2023年4月25日

雖然騙子在報稅季會猖狂作案、試圖竊取金錢、個人信息和數據，但其實他們在一年中剩餘的時間里也不閒著。納稅人和稅務專業人士應保持警惕、留意這些常見的騙術騙局，從而避免損失金錢、個人信息或客戶數據。社交媒體：欺詐性表格申報和不良建議

社交媒體可以傳播不準確或誤導性的稅務信息，國稅局最近觀察到鼓勵大家提交虛假、不準確信息來獲取退稅或申請抵免優惠(例如員工留任稅收抵免)的騙局。納稅人應記住，如果某件事聽起來好得令人難以置信，那它可能就是假的。

來自第三方騙子的在線帳戶幫助  
騙子會偽裝成“樂於助人”的第三方，主動提出幫助納稅人在IRS.gov上創建一個國稅局在線帳戶。提供這類幫助的騙子試圖竊取納稅人的個人信息。納稅人應直接通過IRS.gov來訪問他們的國稅局在線帳戶。  
網絡釣魚和魚叉式網絡釣魚

# 納稅人收到國稅局信件無需恐慌，應仔細閱讀

國稅局稅務提示 2023-55, 2023年4月24日

收到來自國稅局的信件可能會讓許多納稅人緊張，但其實無需恐慌。當國稅局需要詢問有關納稅人稅表的問題、告知其賬戶的變動或要求付款時，就會發送通知和信件。

當國稅局的信件或通知通過郵寄送達後，納稅人應該這樣來做：

仔細閱讀這封信。大多數國稅局信件和通知都是關於聯邦稅表或稅務賬戶。每份通知處理一個的特定問題，並包含納稅人需採取的任何措施。通知可能會提及納稅人賬戶的變更、所欠稅款、付款請求或稅表上的特定問題。立即採取行動可以最大限度地減少額外的利息和罰款。

查看信息。如果信件是關於更改或更正稅表，納稅人應審查信息並將其與原始稅表進行比對。納稅人如果同意，應當在自己的稅表副本上注明更正情況，留作記錄。通常情況下，納稅人只有在不同意這些信息、國稅局需要更多信息或他們有欠稅時，才需要採取行動。

按要求的採取行動，包括付款。國稅局和其授

權的私人收債機構確實會通過郵遞來發送信件。納稅人還可以通過登錄其國稅局在線帳戶查看某些國稅局通知的電子副本。國稅局提供了多種選項(英文)來幫助有困難支付稅款的納稅人。

僅在被要求回復時才回復。除非被特別告知需要回復，否則納稅人無需回復通知。通常不需要致電國稅局。如果納稅人確實需要致電國稅局，應使用通知右上角的號碼，並準備好其稅表和信件的副本。

如果對通知有爭議，應告知國稅局。如果納稅人不同意國稅局的立場，應按照通知上的指示來對當中的內容提出異議。納稅人在考慮提出質疑時，應包含信息和文件，以供國稅局審查。

保留信件或通知留作記錄。納稅人應保存他們從國稅局收到的通知或信件。這包括國稅局對納稅人賬戶採取行動時的調整通知。納稅人應自提交稅表之日起保存三年的記錄。

提防詐騙。國稅局絕不會使用社交媒體或短信聯繫納稅人。國稅局第一次聯繫通常是通過郵遞信件。不確定自己是否欠國稅局稅款的納稅人可在IRS.gov上查看其稅務賬戶信息。

更多信息：瞭解您的國稅局通知或信件  
稅務詐騙 / 消費者警示

# 中國正式宣佈取消入境旅客的核酸檢測要求 有抗原檢測結果即可

中國方面周二(4月26日)宣佈，從本週六開始，將不再要求入境中國的旅客登機前進行核酸檢測證明，只需要有48小時內作的抗原檢測(個人使用的快檢盒)結果即可。這是中國放棄清零政策後為進一步放開旅行限制而採取的又一個措施。

這個消息是中國外交部發言人毛寧在周二的記者會上宣佈的。毛寧說，為了進一步便利中外人員往來，中方將進一步優化遠端檢測安排。自4月29日起，所有到中國的旅客可以用登機前48小時內抗原檢測代替核酸檢測，航空公司不再檢驗登機前檢測證明。

在三年多的新冠病毒大流行期間，中國一直強硬推行所謂“不可動搖的”“動態清零”防疫總方針，通過嚴厲的大規模封城、大規模隔離和全員核酸檢測等手段以達到遏制疫情蔓延、消滅病毒的目的。

這種被人們廣泛稱為“野蠻”的防疫方式不僅給中國民眾造成了罕見的人道災難，同時也讓中國付出了巨大的經濟代價，全球生產供應鏈也因此遭受嚴重的衝擊。

去年12月，中共當局在民眾抗議活動和經濟急速下滑的強大壓力下突然取消了幾乎所有的防疫措施，將十幾億中國民眾置於新冠病毒的包圍之中，一場震驚世界的疫情海嘯發生了。在一個多月的時間里，中國有十幾億人感染了奧密克戎病毒，醫院人滿為患，殯儀館外送屍車大排長龍。

兩個月多月後，中國疫情海嘯高峰過去，中國逐步進入復甦階段。各種簽證恢復使用，旅遊業率先活絡起來。但是，對海外旅客的核酸檢測要求一直沒有取消，給他們前往中國構成了一個不小的障礙。

核酸檢測雖然準確度較高，但做起來費時

費錢，讓許多不是那麼急迫的遊客改變了前往中國旅遊的計劃。而抗原檢測方法簡易方便，解除了遊客前往中國的心理負擔。

中國國家疾控中心周二表示，中國各地的疫情處於“局部零星散發狀態”，個別地區近期疫情有“小幅上升”的跡象，但總體上短期內出現規模性疫情的可能性較小。

疾控中心說，四月上旬，疫情將至2022年12月以來的最低水平，但四月中旬以後，單日陽性病例和陽性比例均呈小幅上升態勢。

中國知名專家張文宏則預測，今年五六月份，中國將會出現新冠病毒感染高潮，發生第二波疫情。他希望人們提前準備些藥品，以避免去年因疫情管控突然取消而引起的

混亂狀態再次發生。

中國國家疾控中心巡視員賀青華近日表示，即將到來的“五一假期”的大規模人員流動可能會增加疫情傳播風險。但造成規模性疫情傳播的可能性不大。



## 伊利華報惠登廣告

熱線電話: 216-324-2959

## 極信資本

做人講誠信，貸款選極信  
立即撥打: (888) 510-1218  
極信資本全美50州小額商業貸款|不查收入貸款|住房貸款|過橋貸款|SBA貸款; 3分鐘  
輕鬆申請，生意周轉最快 24小時到賬  
網站: www.xpfundina.com 微信號: xpfunding

## 專營國際機票

公務 頭等 經濟艙機票  
(微信同号): 18661342850

- 訂金出票, 驗後付款
- 全程對公, 售後無憂
- 可接團體, 可開發票

## 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

移民律師 Immigration Lawyer  
614-452-4915 Call to Schedule an Appointment

服務包括: 家庭移民, 工作移民, 入籍申請, 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



# 千萬不要小看一個堅持運動的人

運動能帶來更好的心情、更充沛的能量、更佳的記憶、更強的專注力。千萬別小看一個堅持運動的人，因為他們在運動過程中，流下的每一滴汗，邁開的每一步，都是在為更好的人生助力。

運動，是最好的“保健品”

強健的體魄，是好好生活的基礎，讓我們從容應對世事的刁難，扛住病痛的打擊。多運動，你燃燒的每一千卡能量，都在增加你抗風險的能力；你花費的每一分時間，都能轉化成你健康賬戶上的儲蓄。養成運動的習慣，你才能更好地未雨綢繆，用充沛的精力，面對人生的風雨。

運動，是最佳的“抗衰老”

運動能激活身體的元氣，讓你重新煥發年輕。想要擁有更棒的身材、更美的容顏，沒有比運動性價比更高的方法了。堅持運動一個月，腰間贅肉會減少；堅持運動一年，臉上皮膚會更彈潤；堅持運動十年，身體形態會更年輕。長期運動，身體能傳達出你想要的精神美學。當你將運動堅持成習慣，你就會發現，自己早在不知不覺間，比同齡人修煉出了更美的模樣。

運動，是最棒的“解憂藥”

《運動改造大腦》里曾說：“運動能為大腦製造更換零件，誘發神經新生。在治療抑鬱和無助感方面，運動的效果和抗抑鬱藥一樣好。”有研究發現，人體中能產生“愉悅感”的激素，比如多巴胺、血清素、內啡肽等，都可以被中等強度的運動激活。有空多運動，情緒便可以輕而易舉，達到快樂的狀態。成年人的工作壓力都很大，有時候難免會抑鬱、不高興，但是適當運動後心情馬上就能愉悅起來。有句話說得好：“跑步產生的多巴胺，僅次于談戀愛，三公里專治各種不爽，五公里專治各種內傷，十公里跑完內心全是坦蕩和善良。”生活難免沉悶，但跑起來就會有風；日子難免顛簸，但動起來就有能量。在練功房練到大汗淋漓，在綠茵場打得興盡而歸，再美美沖個熱水澡。沒事多運動，時間一定會回饋給你快樂的犒賞。



運動，是最有效的“健腦丸”

《美國國家科學院院刊》曾發表過一個報告：與久坐的同齡人相比，那些經常鍛煉的人的海馬體，體積增加了2%。作為負責大腦記憶存儲的重要器官，海馬體的長大，意味着

神經元數量的增多和記憶力的提高。通過小白鼠實驗，科學家還發現，運動能提高大腦的專注力和靈活性，讓一個人的學習力大幅增加。可以說，運動不僅能激活身體的元氣，也能喚醒大腦的活力。競爭日益激烈的當下，一個人想要提陞腦力，運動是必不可少之助力。千萬別覺得運動浪費時間，長期久坐，你的大腦可能會慢慢萎縮；也千萬別覺得運動很累，癱坐着玩手機，你的身體可能更加疲憊。快節奏的社會里，捨得花時間鍛煉身體，你才能最大程度開發你的大腦，讓思維更加活躍。

“醫學之父”希波克拉底說：“人類最好的醫生，就是空氣、陽光和運動。”運動的重要性，就像大自然的氧氣和陽光，無時不刻，都在滋養身心。它能給身體築起免疫防線，也能讓肌膚抵禦衰老，永葆青春；它能給壞情緒釋放的空間，也能為大腦打開視角，激活思路。運動，讓我們煥發新生，也讓我們在翻過人生的每一道坎時，都能有更從容的姿態去應對。捨得花時間投資自己的身體，它一定會給你最豐盛的獎賞。所以，趁着時光正好，身體未老，去運動吧！相信我，不弛不倦，不惰不懈，你將從內至外，散發出更明媚的光芒。

## 一顆莓果發霉 整盒都得扔掉嗎？



底下，看起來“就像是瘦小的洋菇”，絲一樣的根部，會入侵到水果、食品的內部，帶有孢子的枝干在表面。查普曼說，某些霉菌會產生毒素，吃進肚里不安全，對某些人會造成過敏反應。

加州大學收成後科技中心主任米禪 (Elizabeth Mitcham) 說，莓類水果的愛好者可稍微放心的是草莓、藍莓等的霉菌通常沒毒，核果、穀類和蘋果長出來的霉菌比較危險。

她說萬一不小心吃到發霉的草莓、藍莓，大概也不會生病住院。“如果吞進嘴里了，趕快吐掉，因為發霉的莓子，味道一定很不好。”

環境到處都有霉菌的孢子，孢子隨空氣漂浮、隨流水漂流，農田里免不了也會有，它會先藏在花里或果皮上面，等果子成熟了，特別是溫度夠高的時候，就會找機會發芽、滋長，還會順便往旁邊的水果發展。

霉菌孢子既然無處不在，我們所吃的新鮮水果可能也有微量的孢子，查普曼說，“我可能一直吃進孢子，還好我沒有因此病倒。”

比較危險的是長在大型或潮濕、柔軟、隙縫大的食品上的霉菌，例如剩飯剩菜、肉類或果醬、起司、麵包上面的，農業部說，如果這些食物上發現有霉菌，應假定已遭污染，丟掉不要吃。

新鮮草莓、黑莓和藍莓是民眾之愛，但保鮮期不長。假如一顆莓果發霉，是否整盒都得扔掉？專家說，壞掉的那顆不要吃，沒有明顯霉菌孢子的，還可以吃，但要快點吃掉。

北卡州立大學食安專家查普曼 (Benjamin Chapman) 說，莓子類的水果發霉，肉眼就看得出來，不像其他食品，可能須動用儀器來檢查。“如果一盒里面有一兩顆壞掉，我不會整盒丟掉。”

他說，把發霉的莓果挑掉之後，他會仔細檢查四周的果子，看看有沒有毛絨絨的東西，特別在破損或蒂頭部分。如果沒有，他會趕快在一兩天內全部吃掉，以免霉菌的孢子擴散，開始滋長。

農業部指出，霉菌是一種菌類，在顯微鏡

為什麼人會生病？為什麼疾病與人終生相伴？

我的答案是，因為疾病是人類進化的遺產。

從地球上出現第一個真核細胞開始，過了上億年的時間，人類才出現。經過上百萬年的進化，人類才逐漸成為我們今天的樣子。我們的身體里處處保留着進化的痕迹，但進化並沒有幫我們消除疾病。

比如，眼睛擁有這個世界上最精密的光學系統，卻可能患上 820 多種眼病的任何一種。再比如，在人的一生中，心臟可以“撲通撲通”地跳 25 億至 30 億次，把血液精準地輸送到身體的各個部位，但是供應心臟自身用血的血管卻非常細，容易變狹窄甚至堵塞，導致心絞痛和心肌梗死。另外，人類需要尿道和腸道兩個通道排泄廢物。多一套系統，也就多了一重患病的風險，所以醫院設泌尿科和消化科，分別治療這兩條通道上的疾病。但是鳥類只需要一個排泄通道，進化讓鳥類和人類走上了不同的道路。

醫學要做的是接受進化帶來的一切，從結果去反推過程，推導人類與進化、疾病與進化的關係。這樣我們就可以站在一個更高的時空角度去審視疾病，為疾病的預防和治療提供更高維度的理解。

### 基因的不完美

絕大多數的疾病與基因具有相關性。很多慢性病的風險基因在我們出生之前，就已經潛伏在我們的基因組中，等待發病年齡的到來，或者等待被激活的時機。就

## 疾病：人類進化的遺產 (上)

拿 2 型糖尿病來說，目前已有研究表明，有 243 個基因位點與 2 型糖尿病的風險相關。很多遺傳病也都與基因有關，比如血友病、地中海貧血症。基因是包含着我們生命遺傳信息的最基礎的東西，它在傳遞人類基本性徵的同時，也將疾病或者疾病的風險傳遞了下來，這是基因不完美的一個層面。

人類的基因能在細胞分裂時精確地複製自己，儘管在複製過程中會出現個別位點的錯誤，但整體而言，這一過程是相對穩定的。如果基因組中產生的某種致病基因會讓人在生育年齡之前發病，那麼攜帶這種致病基因的人，很可能還沒來得及生育就因病去世了。這種致病基因自然無法傳遞下去，從而消逝在進化的長河中。但是，像高血壓、糖尿病、冠心病、癌症這些疾病，多數情況下是在人 40 歲以後才發病的，攜帶引起這些疾病的風險基因的人仍然可以生育，因此這些基因雖然不健康，但依然順利地傳了下來。也就



是說，這些風險基因引起的疾病不會影響人類的繁衍，加上基因複製的相對穩定性，這些不健康的基因會隨着人類繁衍傳遞下去。

基因不完美的一個層面是基因突變。也就是說，健康的基因也可以突變成致病基因。基因突變是進化的“原材料”，沒有基因突變，也就不会产生人類和其他物種的進化。絕大多數基因突變不會產生顯著的影響和意義，一些基因突變甚至因為具有先進性，而得以在人類進化的過程中迅速傳播。

但是，如果某些關鍵基因發生突變，就有可能使原本健康的基因變成致病基因。比如，癌症基因就是我們基因組中正常的“原癌基因”，在細胞分裂過程產生了複製錯誤，突變，就變成癌基因，然後引發癌症。再比如，研究發現，我們的祖先可能在 200 萬到 300 萬年前丟失了一個基因 (CMAH 基因)，這

## 這兩種肉適合三高人群

### 二，科學吃肉

#### 1. 吃夠一定量

《中國老年人膳食指南(2022)》建議，老年人每餐都要攝入一定量的肉類和大豆類食物，每天要吃夠 120—150g，其中魚、禽肉為 40—50g。同時建議每天要喝 300—400ml 的牛奶及其奶製品，補充蛋白質。

#### 2、這 2 種肉要多吃

##### 一是魚肉

魚肉的蛋白質含量高，脂肪含量低，其富含的不飽和脂肪酸有利于加快膽固醇代謝，防止脂質沉積，一定程度上能幫助降血脂。同時魚肉的結締組織纖維比較少，柔軟的肉質也比較好消化，對於咀嚼吞嚥能力下降的老年人來說，是個不錯的選擇。

##### 二是瘦豬肉

瘦肉也含有較高的蛋白質，每 100 克瘦肉中含有 20 克左右的蛋白質，所以一餐可以吃上兩個指頭大小的瘦肉，補充每日所需蛋白質。

總的來說，肉不是洪水猛獸，無論年輕人還是老年人都要吃，最好餐餐都吃點。科學吃肉，才能營養均衡，身體健康。







# 臉頰

看着身體衰弱、已經有些糊塗的母親，我頭一次感到了對母親的依戀。我是那麼依戀母親，恨不得將她緊緊擁在懷裡。

母親在外有工作。那是一份作息很不規律的工作，她有時甚至要徹夜上班。每逢那些日子，她的勤務表上就寫着“傍晚開始”。

對年幼的我來說，“傍晚開始”是很可怕的字眼。母親傍晚出門，意味着我放學回來，她已經離開家了。這樣一來，我就有好長一段時間見不到她。凡是“傍晚開始”的日子，母親都會下午四點左右開車出門。如果我在學校，到了那個時間便會認命；若不在學校，就會一直惦記着時間。

那天時間真的很緊，還在上小學一年級的我一放學就跑了出去。

如果像平時那樣走路回去，就絕對趕不上了。我背着叮噠作響的書包，悶頭使勁往前跑。我跑啊跑，終於氣喘吁吁地回到家，在停車場里看不到母親的車，頓時陷入絕望。那種感覺我至今記憶猶新。母親一言不發地丟下我離開了，這讓我感到無比悲傷。

按照排班，母親有時會深夜回家。上小學那段時間，我還跟母親寫過交換日記。我把每天發生的事情畫在本子上，母親回家後在底下回復。我最期待的事情，就是早上起床翻開那個本子。

一天夜里，我突然醒了，發現母親跟我貼着臉頰。她是平時都這樣，只是我睡着了不知道，還是那天偶然如此？我無從知曉。母親並不知道我發現了這件事，但是，那一刻的記憶，支撐了我很長時間。

此生道別時，我對母親做了同樣的事。那是我第一次主動觸碰母親的臉頰，觸感那麼柔軟，就像剛搗好的年糕。正如我奢望着母親的愛，母親也奢望着我的愛。母親多麼希望我能夠愛她，可她又是那麼笨拙，無法表達自己的心意，只能用完全相反的行動將我越推越遠。

得知母親被確診患有癌症後，我切換了自己的感情，反過來成為她的“母親”。我已經不能再尋求母親的愛，並且有自信在沒有母愛的情況下活下去。現在，我只對母親有着無限的依戀。從感受愛的一方變為傾注愛的一方，讓我無比輕鬆。

現在我想，母親一定也希望得到愛吧。

作者：(日)小川糸

外公眼神不好，雖然戴了一副“酒瓶底兒”眼鏡，但矯正視力仍很差，世界於他依然是朦朧一片。當時，外公在外縣小學教書，那是交通不發達的年代，外公要步行十里路趕到火車站，坐火車到縣城，再從縣城步行一個多小時才能到家。

外婆說，外公每月回家一趟，每次到家都是深夜。外婆耳朵靈，外公到家門口，門環叩兩下，外婆就聽到了，便蹣跚着小腳去給外公開門。有一年冬天，下了特別大的雪，外婆算着日子，外公該回家了——第二天是外曾祖母的生日，外公肯定會趕回家，還要給外曾祖母割一斤牛肉，包餃子吃。這在那個年代可是大餐，僅在外曾祖母生日時，外公才捨得如此花錢。

外曾祖母卻說，外公不會回家，讓外婆門門睡覺。外婆和衣而睡，耳朵一直聽着門外的動靜，一直等到深夜，外公也沒回家。第二天，外曾祖母對外婆說，我說他不會回來，你現在信了吧。外曾祖母見外婆一臉疑惑，便解釋道，我的兒子我瞭解，雪天路滑，他視力又不好，趕夜路回家，肯定害我擔心牽挂，這不是孝順。真正的孝順是他平安，我心安。

一周後，外公回來了，給外曾祖母割了牛肉，補過了生日。外曾祖母問他，下雪天你在學校咋過的？外公說，和學校的男老師一起圍着火爐吃燙豆腐，還用干牛糞烤了紅薯，吃完飯躺在炕上看書。

外曾祖母對外婆說，你看看，他在外面過得比在家里自在。

從那以後，一有雪天，外婆便安心睡覺去

# — 外公的雪夜歸途 —

了，再也不熬夜等外公。因為她終於信了外曾祖母的話，外公是不會在風雪天趕夜路的。

不做風雪夜歸人，後來成了外公家的家風。雖然外公家孩子的視力都很好，但外婆說，有了孩子才知道外曾祖母的心，雪天路滑再走夜路，為娘的真是擔心得要命。

記得我上小學時的一個雪天，外公家的鄰居大牛半夜突發急病，嚇得大牛爹趕緊求助外公，並央求舅舅開拖拉機把大牛送去縣醫院。外公二話沒說便喊醒舅舅，然後跟着去了醫院。等醫生診斷完，大牛住了院，外公讓舅舅待在醫院幫着大牛爹護理大牛，他回家報平安。

那一夜，外公一路出溜着回了家，外婆一直敞着大門，外公披着一身雪進了屋。進屋沒來得及擲落身上的雪，他便差外婆去告訴大牛娘，大牛沒事，只需要住院觀察幾天便可

回家。

我問外婆，外公咋成風雪夜歸人了？外婆說，他回來了，家里人才能放心呀。要知道你舅舅雪夜開拖拉機送人，我一直揪着心，怕路上出問題。更別說大牛娘了，她牽挂生病的兒子，肯定如坐針氈。

彼時沒有電話，有事還靠郵差，近鄉人傳話。外公那些雪夜歸與不歸的往事，如舊時爐火，溫暖着光陰。

作者：馬海霞



# 靜。能。量。

美國洛杉磯有個不怎么出名的男演員，名叫查克·麥卡錫。大概他收入不高，因此想賺取外快。有一天，他突發奇想，開發了一個生意渠道：以預約的方式陪陌生人走路回家，每英里收費7美元。

這種看似滑稽的生意，竟然非常紅火，甚至供不應求。查克·麥卡錫就是單純地陪預約服務的客人步行回家，偶爾聊聊天，聽對方傾訴。更多的情況則是，他們一路沉默，肩並肩，走一段路。

著名的情感自療專家素黑說，肩並肩地走，不用說什麼、分享什麼，僅僅是一起靜靜地走路，已經是一種療愈，同行者心里會踏實並覺得幸福。她稱這種效果為“靜能量”。

生活中，有時的確需要這種靜能量。我家樓上一位40多歲的大姐，兩年前查出乳腺癌晚期。她的兒子之前為了上班方便，住在城市的另一頭。自從知道媽媽得了這種病，他每天下班後坐公交車轉地鐵又坐公交車，花上近2個小時回家來，第二天早上6點

多就出門往公司趕。我有時在路上看到他們母子散步，跟在他們後面很長時間，也聽不到他們說一句話。有時去他們家，看到母子坐在客廳里，媽媽看電視，兒子讀書，母子倆幾乎也沒什麼言語交流。

有一天清晨，下着大雨，看到他出門，我讓

的小伙子明子。中巴車剛到縣城，就和另一輛車追尾了。車上的乘客紛紛下車離開，但我媽一直帶我坐在那兒。好久好久，她偶爾給明子扇扇風，安慰他不要急。我實在不耐煩，催我媽走。我媽卻偏要等到交警來，處理好事情才帶着我離開。事後，我媽對我說：“明子才開車不久，出了這種事肯定有些緊張，對方車主又很強勢。我們在那兒陪着他，雖然說不上什麼話，但至少能給他一點力量。”

多年後的今天，明子早已有了自己的運輸公司，每次見到我媽，非常尊敬，總是說：“您那次在馬路邊靜靜地陪伴我那麼久，我一輩子也忘不了。”

有孩子的朋友可能都有過這樣的體驗，孩子在嬰兒時期，如果有你陪着，他可以一直熟睡。可是，哪怕你悄悄地起床，不過幾分鐘，他就會醒來，哭鬧。如果你再睡過去，他又會繼續睡。也就是說，他的身體在熟睡，但他能感覺到你的陪伴。

顧城在《門前》里這樣寫道：“草在結它的種子 / 風在搖它的葉子 / 我們站着，不說話 / 就十分美好。”這種靜靜陪伴的意境，真的十分美好。

有時候，我們什麼也不缺，就缺這樣靜靜的陪伴，就缺這樣一份微妙的靜能量。

作者：王月冰



他坐我的車。我說：“其實你這樣每天趕回來，也沒陪你媽說幾句話吧。”他笑了笑，說：“是的，其實也沒什麼說的，但就是覺得陪在她身邊，她會好一點，哪怕什麼話也不說。”我點點頭，表示理解他的話。

我上初中那年的暑假，我媽帶我坐村上的中巴車去縣城買書，中巴車司機是我們村

# 到不了的“幸福終點站”

2004年，威尼斯電影節開幕式上，一部首映電影贏得了專業評委們的陣陣掌聲。好萊塢著名導演斯皮爾伯格收起了往日天馬行空的想象力，溫情脈脈地講述了一個男子被困在機場航站樓9個月、看盡世間百態的故事。這部名為《幸福終點站》的電影，最終拿下了2.19億美元的全球票房。

與影片中湯姆·漢克斯飾演的男主角歷經艱辛最終走出機場、收穫自由與愛情的大團圓結局相比，《幸福終點站》的故事原型——邁赫蘭·卡里米·納賽里的命運則殘酷很多。

1988年，法國戴高樂機場迎來了一個奇怪的旅客。這名自稱納賽里的中年男子想前往英國倫敦，但無法提供身份證明——他說自己“意外丟失”了全部證件。

沒有證件，納賽里不僅無法正式進入法國，更不能離開法國。法國警方一度以“非法入境”為由，逮捕了納賽里。但由於他無法提供任何能證明身份的信息，警方對他束手無策。在這種進退兩難的局面下，納賽里開始了在機場的流浪歲月，而這一待，就是18年。

長期在機場生活何等艱難，但納賽里做到了。經歷了起初的慌亂後，納賽里儘可能地讓自己的生活過得井井有條：他在機場的盥洗室里洗滌，還不忘刮鬍子，為數不多的幾件衣服也洗得很乾淨。白天，他喜歡閱讀報紙、雜誌和各類書籍，還和機場書店的員工分享當月好書；夜里，他睡在一張紅色塑膠長椅上，在不時響起的播報聲中安然就寢。

納賽里慢慢和機場的工作人員及商店老闆成了朋友。這些瞭解到納賽里所遇

困境的善良“陌生人”，在力所能及的範圍內，為他提供了方便——他們樂於傾聽納賽里的故事，作為回報，他們偶爾會請納賽里喝杯咖啡或吃點什麼。納賽里也被允許在員工廁所內洗滌。機場的醫生還不時幫納賽里做身體檢查。

據機場工作人員介紹，納賽里個性嚴謹，但為人和善。捨金不昧的他，不止一次將旅客丟失的財物交給警察。這樣傳奇的經歷自然吸引了不少文藝工作者的目光，不斷有人找到納賽里，願意付費聽他訴說自己的傳奇經歷，這也讓他的生活不至於陷入窘迫。

納賽里成了戴高樂機場的“另類招牌”，甚至有遊客專門來機場找納賽里合影，作為來到巴黎的“打卡”紀念。他來者不拒，但不接受拍照旅客給他的衣物和錢財，因為他認為自己並不是一個乞丐。

納賽里出名後，願意援助他的人越來越多。在律師的幫助下，1992年，法國法院承認納賽里是“合法入境”，並表示不會驅逐他，但因他既沒有身

份證明，也沒取得難民身份，他依然哪里都去不了。

逃霧一般的身世 對於納賽里的出身，媒體報道眾說紛紛。納賽里稱自己1945年出生於伊朗石油重鎮馬斯吉德蘇萊曼市，他的父親是一名內科醫生，在當地稱得上收入頗豐。

1972年，納賽里的父親因癌症去世後，納賽里的母親告訴他，自己並非納賽里的生母。按照“母親”的說法，納賽里是其父親與一個蘇格蘭護士所生，為了避免丈夫因此受到懲罰，她只能假裝自己是納賽里的生母。

爭吵過後，納賽里以不得返回伊朗為代價，換取了由養母資助前往英國留學的機會。或許因為生母是蘇格蘭人，納賽里給自己取了“阿爾弗雷德爵士”這個名字。

3年後，納賽里突然無法聯繫上家人，於是打算返回伊朗看看。不料，他剛落地便被逮捕並遭拘禁，原因是他曾參與反對伊朗當局的遊行示威活動。

最終，納賽里失去了他的伊朗國籍並被遣送出境。他不得不向歐洲各國尋求難民身份，並最終在

1981年獲得了比利時批准的難民身份。此後多年，納賽里過着漂泊無依的生活，不止一次因非法入境而遭到逮捕或驅逐，直到最終被關在戴高樂機場。

多年以後，法、比兩國都做出了妥協，願意為納賽里提供居留權。但他以兩國均未承認他是英國人，且身份信息上的名字不是“阿爾弗雷德爵士”為由拒絕。

到不了的“幸福終點站” 2003年的一天，納賽里就寢的長椅旁，一家藥店的電話響個不停。納賽里接起來後，電話那頭的男人自稱是好萊塢導演斯皮爾伯格，他對納賽里的經歷很感興趣，希望買下故事的改編權，於是就有了後來的《幸福終點站》。

2006年，偻了小半輩子的納賽里終究拗不過自己的身體。他因病被送往醫院，此前他也曾短暫離開機場，但很快就重新回來。然而這次不一樣，病癒的納賽里不再堅持，出院後安靜地在法國生活。

十餘年間，媒體上再也見不到這個倔強的大叔的身影。或許是上天對他顛沛半生的補償，納賽里離開機場後的日子，雖不像電影里那般美好，但總算平淡如水、波瀾不驚。

無國無家、無牽無挂的納賽里就像一只“無腳鳥”，“飛”了一輩子，卻無法回到故土，也去不了英國，但他可以選擇在何處離開這個世界。

2022年9月中旬，或許是預感到自己大限將至，闊別16年後，納賽里再次回到他生活了18年的戴高樂機場，最終在這里病逝。

作者：麟青





# 一次針對“時間”的恐怖襲擊

1894年2月15日下午，英國倫敦格林尼治公園附近發生了一場恐怖襲擊。一個26歲的法國男人穿過公園，來到格林尼治天文台的門口，引爆了他棕色手提袋中的一大盒炸藥。一時間現場慘不忍睹，恐怖分子當場死亡。

沒有人知道他的確切動機是什麼，但一些評論家推測，這場恐怖襲擊的目標是“時間”。確切地說，是在1884年確立了世界時的格林尼治天文台。這個推測並非毫無來由，在那個精確時間體系剛剛被發明出來的年代，不少進入現代社會的國家都爆發了針對時間，或者說針對時間的恐怖襲擊。理由很簡單，人們對精確的時間感到憤怒。

作為一個21世紀的讀者，你可能感到奇怪，甚至不能理解這種憤怒，事實上這恰恰說明瞭一點：時間已經異化了我。

在現代時間體系被發明前的千百年間，人類的大多數社會活動，並不嚴格遵從時間來進行，而是與自然的運轉息息相關。以農耕為例，二十四節氣並不嚴格指導農民什麼時候該做什麼，在幅員遼闊的古代中國，因為地域間的差異以及年與年之間的氣候差異，農民們必須觀察真實的自然迹象而非謹遵固定的曆法。學會看天，比死記硬背曆法對務農更有用處。

在古代，秋季並不一定從8月(立秋)開始，它是由第一片黃葉來定義的；對正午的定義，則是“太陽位于頭頂，沒有影子”的那個瞬間。

但隨着14世紀精確計時工具的發明，以及天文測量水平的提高，大多數社會生產和交際活動脫離了自然節律，開始遵循人類定義的節奏進行。

“時間”的發明，有助於人類改造和利用自然，造福社會。我們無法想象在一個沒有精確時間體系的世界，該如何實現現代化，因為幾乎一切生產活動，其底層都是一條被精確計時的流水線。但時間這種工具被發明出來之後，最先被異化的卻是人類自己。

我們無法用時間來精確計算四季的流轉，但是，發明瞭時間以後，我們卻精確地對人進行行為上的管理。

標準化時間的推廣是一個很有意思的過程。

在時鐘發明之後的很長一段時間里，時間

並不是統一的，各地都採用自己的時間來達到與自然界更加貼合的狀態。

比如，即便在同一個時區內，同一經度上不同地點的落日時間都是不同的——一個山陰之處的小鎮，可能與山峰另一側的城鎮在距離上並不足以導致顯著的時差，但如果沒有強制的劃分，兩地的居民可能會遵循完全不同的時間，因為對山陰小鎮來說，太陽在每天的正午才會出現。

歐洲最先使用標準化時間的是各大鐵路公司，為保證列車時刻表的高效運轉，鐵路公司要求鐵路沿線各鎮採用國際標準化時間。其後，標準化時間隨着鐵路在整個歐洲傳播開來，隨之帶來的憤怒，引發了前文提到的恐怖襲擊。

標準化時間的推廣過程，就是對生活的異

化過程。

最初，我們日出而作，日落而息；然後，我們有了精確的計時工具，為協調整個社會的運轉，開始規定每天早上8點開始勞作，無論那時的

天候是否適合勞作；再之後，我們有了標準化時間表，開始規定人必須按照時間表到達指定的地點，比如趕火車。

父母們一定對如下場景不陌生，那就是當孩子玩遊戲或看電視時，如果你與他約定“再玩/看5分鐘”，那往往是一個無效的約定。大多數情況下，這種約定並不能被很好地履行。因為實際上我們玩遊戲有“一局”之說，看動畫片有“一集”之說，時間並不能規畫我們的一切生活。

再比如，在午飯時間之前或之後吃午飯，是一種令人羞愧的職場行為，即便領導沒有提出批評，這樣做的員工仍然會有一種壓力。我們將午餐時段規定為從中午12點開始，是因為大多數人會在這個時間感到飢餓。但在實際的現代生活中，我們卻以12點來判斷是否該開始吃飯，而幾乎不考慮人們是否會提前或錯後感到飢餓。

自精確計時工具被發明出來，人就成為了被時間主宰的客體——我們掐着時間勞作，對着時間表追趕交通工具，為了自律精確地限制娛樂生活——因此精確的時間與不精確的肉體(我們不是齒輪)之間的矛盾，會在現代生活的每一處表現出來。

作者：王健飛



## 中文打字機

我最近看了一本書《中文打字機：一個世紀的漢字突圍史》。我從來沒用過中文打字機，也從來沒見過中文打字機，因為這東西從來沒有進入過“家用”行列。在19世紀90年代，世界上大多數語言都有了自己的打字機，它們都是根據拉丁字母打字機改造而來，中文被隔絕在打字機世界之外。當時就有人激憤，說這正是廢除漢字的理由之一。其隱含的意思是，中文是指向過去的，越學中文，越要向古代學，而打字機的發明都是基於英文的。廢除漢字，這是魯迅、錢玄同等人當年的想法。

《中文打字機》一書中有意大利奧利維蒂打字機1950年的一則平面廣告，畫面上方是一塊黑板，寫滿了商周時期的甲骨文和金文，畫面下

方是一排漂亮的打字機，廣告語是“從古代到奧利維蒂”。顯然，甲骨文和金文代表着“古代”，新型打字機代表着文字處理的現代。1900年1月，《舊金山觀察家報》刊登過一篇小品文，說唐人街附近的一家報社里，存放着一台中文打字機，配有一個長達12英尺(約4米)的鍵盤，其上共有5000個按鍵，需要一個打字員拿着喇叭發號施令，4個打字員在鍵盤上操作，才能打出漢字來。這篇文章還配有一張漫畫來嘲笑“中文打字機”。那時候，“中文打字機”是一個諷刺性的比喻，是空想出來的一種極大極笨拙效率極低的機器。

外國人對漢字的認識，有3個手段。第一個手段是統計字類。他們發現儒家經典《論語》，用了3000多個不同的漢字；中譯本《舊約》全文503663字，但印刷所需的漢字是3946個；《新約》全文173164字，只有2713個不同的漢字；《康熙字典》中的漢字有4萬多個，但常用的三五千個漢字就足夠寫文章搞印刷了。傳教士相信，把一套中文金屬活字排布得更緊湊，就可以讓排字工人在一步之內拾取所需的任何漢字，其中500個最常用漢字放在一起，會極大提高工作效率。最早發明的中文打字機就是以這個思路弄出來的，一個大圓盤，包含4000個常用字，中間一圈是最常見的700余字。後來商務印書館開發的中文打字機，也是以常用字構建鍵盤。

第二個手段是拼合漢字。英文單詞由字母構成，那漢字是不是由部首構成的呢？他們發現，部首並不是漢字的“字基”，而是一種分

類成分，用來查字典可以，作為組字的工具卻有很多不便。比如“明”和“昔”中都有一個“日”，但大小並不相同。歐洲的字體設計師和印刷工匠硬生生將漢字拆開再拼合，其結果就是太難看了。拼合漢字破壞了漢字書寫的連貫性、整體性和美感。

第三個手段是“代碼”。1871年，上海與香港之間開通了電報通信。兩個外國人發明瞭中文電碼，選取6800個常用漢字，按順序編碼為0001到9999的四位數，在電碼本中預留3000多個空位置，以供電報員根據工作需要輸入一些不常用的漢字。

林語堂設計的“明快打字機”是最像英文

打字機的中文打字機。它只有72個按鍵，每個按鍵看上去都是漢字的一個“字基”，打第一下、第二下、都不會出字。打第三下，會出現8個漢字，要從中挑出你要打的那個字。這種交互模式不是“所打即所得”，中間加了一個“搜索”的過程，現在我們使用的輸入法，其實就是這種交互模式。林語堂耗費巨資研究的打字機從未量產。

周有光到了晚年在一次接受採訪時還說：“我到如今還認為中國的文字不太方便，在電腦上使用不能跟人家競爭……”

大家都知道，一切早已改變。

作者：苗煒

## 八勝七敗

在日本相撲比賽中，相撲力士在決定排名的“名人賽”中，要參加十五回合比賽。勝出八回便有資格晉級。因此，“八勝七敗”是最美妙的勝利，勝利者與失敗者都能感受到比賽的愉悅。

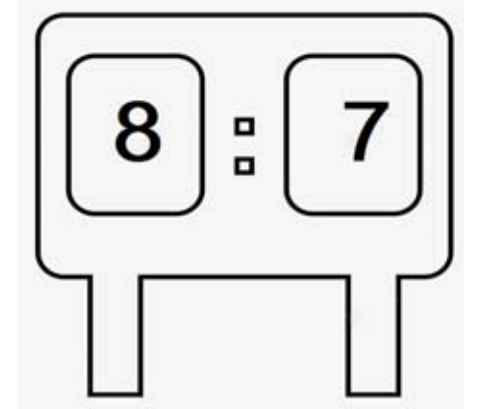
維持相對的平衡，是世間萬事得以永續的秘訣。因此，有時候故意輸掉“比賽”，將勝利讓給對方，也是必要的。如此一來，就不會遭人嫉妒，就算偶爾發生矛盾，也能在最小限度內化解。

當你覺得一切都太順利的時候，就故意讓自己小小地跌一跤，把勝利讓給別人；嚐一嚐失敗的滋味，既警示了自己，也給別人留出餘地。比如，開會時不用處處表現，偶爾保持暫

時的沉默，都是便捷的“跌倒”方式。

8:0和8:7，前者會讓你得到一個死敵，後者會讓你交到一個朋友，這或許是很多人會忽視的職場智慧。

作者：(日)松浦彌太郎



## 如何跟人競爭

競爭是商業世界的常態，不少人甚至會用戰爭來比喻商業競爭，而作為大師級的領導者，蘋果公司的創始人史蒂夫·喬布斯和微軟創始人比爾·蓋茨，他們是怎麼處理商業競爭問題的呢？

第一種策略是“小狗戰術”。

小狗戰術這個說法，來自2014年諾貝爾經濟學獎得主讓·梯若爾和經濟學大師朱·弗登伯格。它的意思是，儘可能讓自己看起來人畜無害，讓競爭對手對你的意圖完全不知情，甚至可以通過偽裝和誤導，讓市場搞不清楚你的真正意圖。

當你進入一個新領域時，被市場和競爭對手低估，會給你帶來優勢。

喬布斯是一個強硬的企業家。但是，他也是採用小狗戰術的高手。比如，喬布斯在做iTunes音樂商店時，就採用了這種策略。

當時，喬布斯需要跟大型音樂公司談判，讓這些手中掌握着很多音樂作品版權的公司，同意每首歌以99美分的價格在蘋果的線上商店出售。大型音樂公司其實並不喜歡這個方案，他們更喜歡以專輯為單位來銷售音樂作品，價格也更高。

喬布斯在跟他們談判時會強調，蘋果電腦的市場份額當時只有2%，因此，“授權蘋果電腦使用能有什么損失，就當作一個實驗好了”。

當時大型音樂公司的領導者，也根本不認為蘋果會對音樂行業產生什麼大的影響，所以同意了喬布斯提出的方案。

喬布斯也經常會在公開發言中誤導競爭對手。最典型的一個例子是，2003年6月，喬布斯參加《華爾街日報》的活動，斷然否認蘋果會考慮製造手機和平板電腦。他說，平板電腦這個產品不會成功，還說，他不相信人們想在一

個能到處攜帶的小屏幕上觀看視頻。要是他說的是真的，就不會有iTouch、iPhone和iPad了。

第二種策略是競合，保護自己的同時，跟敵人建立合作關係。

蓋茨和喬布斯都是競合大師，能夠同時跟對手競爭和合作。

在微軟變成巨頭之前，蓋茨一直小心翼翼地和IBM維持着合作關係。IBM(國際商業機器公司)是當時當之無愧的科技巨頭，正是開始時和IBM的合作，讓微軟有了後來的成就。蓋茨的策略是，在自己擁有足夠的實力和資本之前，儘可能地和IBM保持合作。同時，為未來的對抗做準備。

喬布斯在1997年回到蘋果之後，做的最重要的決定之一，就是宣佈和微軟合作。雖然之前這兩家公司是死對頭，之後很長時間還會

是死對頭。當時喬布斯說，必須放棄蘋果要贏，微軟就必須輸的想法。事後看來，這是一個極為重要的決定。這項交易為蘋果帶來了微軟的1.5億美元投資，解決了長期的法律爭端，還讓微軟同意為蘋果電腦開發軟件。

第三種策略是向對手學習，擁抱對手的優勢，並且把它變成自己的優勢。

在商業世界里，尤其在硅谷，模仿競爭對手，通常會被視為承認失敗的標誌。但是，像蓋茨和喬布斯這樣的頂尖企業家認為，應對挑戰的最好方法之一，是去學習對手的優勢，然後發揚光大。

喬布斯一向以創新著稱。但是，在2010年的內部郵件中，他在談到同安卓系統的競爭時，非常直白地說：“我們落後於安卓的部分要趕上，並且要超過他們，要趕上谷歌雲服務並且超過他們。”



1995年，微軟受到互聯網衝擊，新興的公司網景搶走了微軟很多風頭。網景瀏覽器當時佔據了90%以上的市場份額。蓋茨的反應，不是捍衛公司已經投入了很多資源的私有網絡服務，而是選擇擁抱網景開拓的網絡技術。蓋茨公開說，微軟準備放棄自己的技術，接受和適應“所有受歡迎的互聯網協議”“任何一項有眾多發佈者使用的技術，我們都會支持”。之後的故事是，微軟開發了IE瀏覽器，通過把瀏覽器跟自己壓倒性優勢的操作系統綁定，最後贏得了這場生死之戰。

第四種策略是利用自己的市場地位，“仗勢欺人”。

在這點上，微軟相當成功。在網景和微軟的瀏覽器大戰中，後來司法部因為微軟涉嫌壟斷而調查微軟。結果發現，微軟當時採用的策略就是“仗勢欺人”。

在一份備忘錄中，微軟宣佈自己的戰略是：去前五大網站問問，怎樣做才能讓它們使用微軟的IE瀏覽器，“不惜一切代價”。比如，蓋茨就對美國在線的首席執行官史蒂夫·凱斯說：“我可以買你20%的股份，全部收購你的公司，或者我可以自己進入這個行業並且打垮你。”

蓋茨還會利用微軟的市場統治力，提前預告自己的新產品或者給產品進行升級，目的是讓消費者期待市場領袖要推出的產品，從而阻止他們購買競爭對手的產品。

以上就是像蓋茨和喬布斯這樣的頂尖企業家採用的四種競爭策略：知道什麼時候保持低調，什麼時候和對手合作，什麼時候學習競爭者的優勢，什麼時候“仗勢欺人”。希望這些策略對你有所啟發。

作者：徐淮杰



# 美國兒童和青少年死亡率驚人上昇 專家解析為什麼?

舊金山/洛杉磯 (4月21日) - 最近的兩份報告指出了一個令人擔憂的趨勢:在美國,兒童和青少年已經在過去幾年裡的死亡率一直在上昇,與 COVID 無關。2019年至2021年間,不論死亡原因的兒童死亡率上昇了10.7%,之後一年的死亡率達8.3%,是幾十年來的最大增幅。之間主要原因:自殺、他殺、吸毒過量和車禍。

槍支是年輕人死亡風險的重要主角。因槍擊死亡美國兒童的死亡率在兩年內上昇了50%,今年到目前為止,在校園內已發生42起槍擊事件,在全國造成17死32傷亡。因此,令這個國家的預期壽命有所下降。

2023年4月21日上午少數族裔媒體服務中心(Ethnic Media Services)邀請專家與少數族裔媒體舉行網上簡報會議("Why are More U.S. Kids Dying? Alarming Rise in Mortality Rates of Children and Adolescents")。圍繞會議的主題:為什麼越來越多的美國兒童死亡?兒童和青少年死亡率驚人上昇。演講者討論、介紹最新研究並討論其增加的主要原因,以及可能有助於



解決該問題的可能政策。

**Steven H. Woolf, MD, MPH, a Professor of Family Medicine and Population Health at Virginia Commonwealth University School of Medicine**

醫學博士,公共衛生碩士,弗吉尼亞聯邦大學醫學院家庭醫學和人口健康教授 Steven H. Woolf 表示:大多數工業化國家的嬰兒、兒童和青少年的死亡率多年來一直在下降,這要歸功於兒科醫學的進步以及在預防兒童傷害死亡的主要原因方面取得的進展,這在歷史上一直是車禍和其他傷害死亡的主要原因如溺水、火

災等。所以這通常是個好消息。

然而,最近的數據表明,1至19歲兒童因各種原因死亡的人數開始增加。這是非常不尋常的。在過去的半個世紀里,這種情況根本沒有發生過。最近在2020年和2021年發生的增長幅度可能是自1918年流感大流行以來我們從未見過的。所以基本上上一個世紀以來我們都沒有看到這種幅度的增長。

人們可能會認為這與 COVID-19 有關。這顯然是發生這種情況的時間段。但我們的分析發現,COVID-19 實際上對這種增長的解釋相對較少。這些是由大流行之前的趨勢造成的,在某些情況下比大流行早很多年。

造成全因死亡率上昇的主要原因有四種,分別是他殺、自殺、吸毒過量和車禍。

因此,COVID-19 大流行並沒有導致這種趨勢,但它卻火上澆油。從2019年到2021年,10歲到19歲的人死于兇殺案的人數增加了39%,死于藥物過量的人數增加了114%,死于車禍的人數增加了16%。槍支在這一增長中發揮了主導作用。



**Kim Parker, Director of Social and Demographic Trends at PEW Research Center**

PEW 研究中心社會和人口趨勢總監 Kim Parker 在發言中指出:在2019-2021年期間,我們看到美國的槍擊死亡人數總體增加了23%。在美國的孩子中,他殺是最常見的槍殺類型。2021年,這個年齡段兒童因槍支死亡的60%是他殺,而32%是自殺。

黑人兒童和青少年比白人、西班牙裔和亞裔兒童死于槍支相關傷害的可能性要大得多。兒童槍擊死亡的類型存在種族差異。2021年,大多數黑人兒童因槍支死亡是他殺,而

大多數白人兒童因槍支死亡是自殺。

我們的調查發現,到目前為止,父母最關心的問題是心理健康。大約76%的父母表示,他們至少有點擔心他們的孩子在某個時候會與焦慮或抑鬱作鬥爭,而40%的父母對此表示極度或非常擔心。

22%的父母非常或非常擔心他們的孩子可能會被槍殺。42%的西班牙裔父母表示他們對此非常或非常擔心。大約三分之一的黑人父母表達了同樣程度的擔憂。幾乎70%的家長至少在某種程度上擔心他們孩子的學校可能發生槍擊事件。

我是一個相對較新的媽媽,我期待著我們的小女兒在7月滿兩歲的那一天,我希望看到她過渡到成年期。但對於這個國家的許多父母來說,他們已經失去了這個機會,正如今天分享的數字所表明的那樣。

兒童的福祉和安全是一項普世價值。眾所周知,兒童應享有特殊地位,需要得到保護和照顧,不僅是他們的父母,而且是我們社會上的所有人。

然而,當我們考慮今天分享的數字時,似乎我們的孩子是寶貴的普世價值正在被拋在後面。

我們真的已經達到了一個臨界點,這些死亡人數如此之高,以至於它抵消了我們國家和我們的世界在治療兒科疾病方面取得的許多令人難以置信的成就。我想向大家強調,我們的孩子正在死于可預防的原因,這些是我們的死亡的人為原因,而不是生物學原因。這意味著我們的孩子,像我的小女兒一樣的孩子,他們不會長大成人。



我們必須讓家庭更容易參加公共福利計劃並獲得他們需要的健康、食物、住房和其他

支持。因為所有這些影響我們家庭心理健康的問題——壓力、抑鬱、更大的焦慮,當父母負擔不起孩子的飯錢,當父母付不起房租,當父母不能帶他們的孩子去看醫生。這些都是相互關聯並與貧困鬥爭相關的問題,以及貧困對今天這些數字的貢獻。

**Mayra Alvarez, President at The Children's Partnership**

兒童合作研究中心主席 Mayra Alvarez 表示:



**Kelly Sampson, Senior Counsel and Director of Racial Justice for Brady United**

Brady United 高級法律顧問兼種族正義總監 Kelly Sampson 表示:我們的社會如此依賴槍支,並且在許多方面與其他國家不同,部分原因與我們的歷史和持續存在的白人至上主義文化有關。其中很多與我們的白人至上和種族主義歷史有關。

例如,最高法院背離了幾個世紀以來的先例,將第二修正案從捍衛國家的公民權利轉變為與自衛相關的私人權利。在美國文化中,自衛是種族編碼的。

通常,當我們談論自衛和持槍好人和公民時,這些人都被標記為白人,而且通常是男性。例如,《自然》雜誌上有一篇文章研究了社會如何對人們在公共場合攜帶槍支進行編碼,白人編碼為愛國者,黑人編碼為威脅。

社會對你需要保護自己免受誰傷害的看法也存在差異。槍支行業已經灌輸了這樣一種觀念,即有可怕的人,而那些可怕的人不是白人,因為他們推銷槍支的方式是在某種程度上誘使害怕想保護自己的人認為他們需要購買槍支。

甚至在感覺需要武裝自己的人數的絕對數量與我們描述威脅和安全的方式之間也存在相互作用,這是社會上所有槍支文化的基礎。

## 加州領導人一致採取行動打擊仇恨犯罪的綫下及網路直播研討會

(加州消息)「行動反仇恨聯盟」於4月1日主辦綫下及網路直播研討會。主題是:加利福尼亞州參議員 Josh Newman 撰寫 SCR 15 參院共同決議 15 號永久反對仇恨行動日 - 案

加利福尼亞州:2023年4月1日,來自全州的政府、企業和社區領袖與媒體成員齊聚一堂,紀念加利福尼亞歷史上的一個時刻:參議院一致通過的第15號決議(SCR 15)將1月28日定為永遠反對仇恨行動日。SCR 15由加利福尼亞州參議員 Josh Newman(D-Fullerton)提出,他與所有其他加利福尼亞州立法者一起強烈譴責加利福尼亞州和美國各地記錄的仇恨犯罪上升。

何美涓在會議中說,我們在此紀念參議院當前決議 SCR 15 的通過,該決議指定1月28日為加州永久性的「抵制仇恨行動日」。參議院和議會一致通過的 SCR 15 證明了我們州的領導層齊心協力就仇恨犯罪發表堅決的聲明,表示這些仇恨犯罪摧毀了每一個以加利福

尼亞為家的人。1月28日將是反思我們在日常生活中可以而且必須採取的行動來打擊仇恨的一天。通過這項決議,加利福尼亞繼續其使命,照亮變革之路,而 SCR 15 的影響將在全州範圍內引起反響。

我們所做的行為不是暴力行為;而是是充滿善意的行為。作為一個社會,我們需要團結起來,與來自各個種族和各行各業的兄弟姐妹團結一致。我們需要在不同社區之間架起理解和同理心的橋樑,共同努力為所有人創造一個更加包容和公正的社會。

與參議員 Newman 一同出席的還有國會議員 Lou Correa、桔縣郡長 Donald P. Wagner、桔縣第5區郡長 Katrina Foley、爾灣市市長 Farrah Khan、爾灣市副市長 Tammy Kim、鑽石吧市議員 Steve Tye 和 Ruth Low、Lake Forest 議員 Benjamin Yu、Flintridge 預備學校學生 Aidan Chao,以及媒體及社區成員。

前加利福尼亞州參議員 Bob Huff 和 Mei

Mei Ho Huff 共同創立了 ACT Against Hate Alliance 行動反仇恨聯盟,以專注於仇恨犯罪的解決方。他們主持了這次活動,以慶祝他們對 SCR 15 的提議。他們說這是對每個加州公民的呼籲,在1月28日採取個人行動反對仇恨,並讓這一天及其代表的內容成為今年剩餘時間採取行動的靈感。

參議員 Newman 強調了令人不安的統計數據,這些數據顯示加利福尼亞州的仇恨犯罪急劇增加。這包括專門針對亞裔美國人社區成員的犯罪增加了95%以上,令人無法接受。

桔縣郡長瓦格納 Don Wagner 強調了加州接受移民的歷史,並強調了「不可分割」一詞在效忠誓言的深層含義中的重要性。

「只要我們保持不可分割,我們就會保持強大,」瓦格納說。「我們不要放棄它。我們不要分裂。讓我們團結起來支持紐曼參議員的決議。」

桔縣第五區郡長福利 Foley 表達了同樣的觀點,感謝參議員 Newman 在提議 SCR 15 時的勇氣和大膽。

「我認為每一天都應該是反對仇恨行動日,」福利說。「作為一個社區,我們真的需要做出承諾,我們將反對仇恨。」

Aidan Chao 是就讀於 La Cañada Flintridge 的 Flintridge Prep 預備學校的學生。他對 ACT Against Hate Alliance 的工作表現出堅定的承諾。他熱情地談到了讓學生參與進來以培養明天有效的仇恨領袖導力的重要性。

Chao 將與加利福尼亞州及其他地區的學校合作,建立其他 ACT Against Hate Alliance 在校園的分會,並在該領域教育和激發學生領導力。

Mei Mei Huff 何美涓會計師對加州政府領導人在 SCR 15 的通過中發表的這一兩黨聲明的力度表示讚賞。她認為這代表了對仇恨犯罪不會被容忍的統一回應。她呼籲所有加州人譴責仇恨犯罪,並採取行動表明他們致力於製止這些犯罪。

## 健康家庭小貼士 助您快樂享春日 「We Can Do This」預防新冠肺炎公共教育活動



時值春季,白晝漸長,氣溫回暖,最適合進行春季大掃除,呵護全家健康。在這萬象更新、萬物復甦的時節,只需一些簡單的方法,就可以改善您的整體健康狀況。

為此,我們總結了春季清潔、健康和保健的重要小貼士,為一整年的快樂時光做準備:

- ★ 清潔頻繁接觸的表面。清潔家中的各類表面,有助於防止可能致病細菌(包括新冠肺炎病毒和其他病毒)的傳播。應定期清潔頻繁接觸的表面(如電燈開關、門把手和檯面),尤其是在客人離開後。使用含肥皂或洗滌劑的家用清潔劑,確保真正清除可能致病的細菌。
- ★ 擦拭電子產品。大多數人都會記得給手機消毒,但很容易忽略遙控器、鍵盤、平板電腦和其他電子產品,這些物品也應擦拭乾淨,防止細菌滋生。清潔過程中,請務必遵循製造商的說明和建議。
- ★ 大事化小、化整為零。大掃除是一件很繁瑣很辛苦的事情,無需一次性里外全部搞定。可以將它分解成每天每項10分鐘的小任務,比如擦拭檯檯、洗衣服或用真空吸塵器清理百葉窗。「小目標」

易於完成,又不會感到壓力,讓您保持輕鬆愉快的狀態。

★ 通風更健康。春季是檢查空氣過濾器的最好時節,檢查它的狀況如何,必要時進行更換。這樣做有助於減少家中的空氣污染和病毒微粒,防止疾病傳播。此外,可以考慮增加一台便攜式空氣淨化器,改善通風的同時,減少人們在呼吸、說話、唱歌、咳嗽和打噴嚏時排到空氣中的細菌。

★ 整理藥箱。花點時間查看藥物的有效期,購買可能需要的藥品,如鼻噴噴霧劑、抗過敏藥和急救用品。考慮多準備幾個新冠肺炎的家庭檢測試劑盒。許多醫療產品(包括家用新冠肺炎檢測試劑盒)都涵蓋在保險或靈活醫療開支賬戶中,春季是囤藥的最好季節。

★ 接種最新新冠肺炎疫苗。今年春天,相信沒有人願意再受新冠肺炎的困擾,建議接種最新疫苗,保護家人健康。無論兒童還是成人,如果您最後一劑新冠肺炎疫苗是在2022年9月前接種,現在就可以接種最新版本疫苗。

「隨著天氣變暖和春天的全面到來,現在是確保您健康和福祉放在首位的好時機。」加州大學聖地亞哥分校的神經科醫生 Dillon Chen 博士說:「做到這一點的一個重要方法是確保您獲得了免費的、更新的 COVID 疫苗,即使您已經感染了 COVID,它也可以增強您的免疫系統。」

如需瞭解關於新冠肺炎疫苗的更多信息,查找您附近的疫苗接種點,請訪問 [vaccines.gov](http://vaccines.gov), 或將您的郵編以短信形式發送至 438829。



向內尋求於心,向外尋求於道。不知你是否聽過:鯨魚效應。

在挪威,人們喜食沙丁魚,但由於沙丁魚喜好群集,生性懶惰,捕到活魚往往不是一件容易的事情。漁民們想盡一切辦法,想讓沙丁魚活著到漁港,常常事與願違。然而有一條漁船卻總是能捕到活魚,直到後來大家才得知其中奧秘。原來,這位船長每次捕魚時,都會在魚槽里放幾條生性好動的鯨魚。沙丁魚受到影響後便會加速游動,促進了空氣的流通,捕到活魚的幾率就大了很多。人也是如此,靠近怎樣的圈子,就會成就怎樣的人生。行走于世,和正能量的人在一起,到底有多重要?

和積極的人同行,是最好的養生

《荀子·勸學》中寫道:“蓬生麻中,不扶自直,白沙在涅,與之與黑。”蓬草生長在麻地里,不用扶持也能挺立;白沙混進了黑土,就會變得和土一樣黑。由此可見,你身邊的人,你所生存的環境,會很大程度影響你的生活質量。著名作家史鐵生在20多歲時,因腰腿病重導致雙腿殘疾,從此以後只能依靠輪椅度日。剛坐上輪椅的那些年,他整日鬱鬱寡歡,對人生路充滿了迷茫。直到有一天,他聽到了柳青誠懇的一番話:“你為什麼不寫點東西呢?我看你是有能力寫點什么的。”史鐵生聽後,陷入了思考,慢慢走出了陰霾,沒過多久便開始動筆,記錄下自己對於生命意義的探索。隨後,寫出了影響無數人的著作《我與地壇》。每當柳青去北京時,都會去看望史鐵生,鼓勵他嘗試電影劇本,創作小說。一開始,史鐵生寫的劇本雖然篇幅很長,但距離拍攝用還差的很遠。柳青

去靠近擁有正能量的人

見狀會繼續鼓勵他:“我看你行,依我的經驗看你肯定可以干寫作這一行。”正因為一次次的肯定,讓史鐵生多了一份自信,也讓他的生活一次次重燃希望。後來,史鐵生在書里寫道:“柳青,是我寫作的領路人。”正能量的人,就像黑暗中的一縷光,讓你明白生命的價值。他們的積極向上,會幫你找回人生的方向,伴你走向更大的世界,看到更廣闊的天地。正能量的人,總能讓人看到好心態,縱然人生多苦難,也可以自有一份力量。他們的從容淡定,是前行路上難能可貴的良藥,讓內心多一絲安寧。與智者同行,路自然寬;與高人為伍,走的更遠。與鳳凰同飛,必是俊鳥;與虎狼同行,必是猛獸。積極的人像太陽,照到哪裡哪亮,消極的人像月亮,初一十五不一樣。和積極的人在一起,就是最好的養生。

和消極的人相處,是最大的消耗

《莊子·知北游》有言:“人生天地之間,若白駒之過隙,忽然而已。”時光猶如白駒馬,稍縱即逝,一生更是十分短暫,一定要遠離消耗你的人,也不要消耗別人。一著名心理學家在《垃圾車法則》中講了一個故事:打車去機場的路上,我們乘坐的出租車在正確的車道上行駛。突然,一輛黑色轎車從停車位上沖了出來,幸好出租車司機及時踩了剎車,不然就撞上了。沒想到的是,黑色轎車的司機竟然回頭,兇狠的對我們大吼大叫。而出租車

司機見此情形,只是微笑着對他搖了搖頭,還表現出友善的樣子。我疑惑不解,便問司機:“你剛纔為什麼那樣做呢?他差點撞壞你的車,把我們送進醫院。”司機慢慢解釋道:“許多人就像垃圾車,他們滿載著垃圾,挫敗、憤怒四處奔跑。當他們的垃圾堆滿時,就需要傾倒,如果你給了他們機會,他們就會把垃圾倒在你身上。所以,千萬別接收他們的垃圾,真正成功的人不會讓垃圾車主導自己的生活。”人這一生中,要遇到形形色色的人。總有一部分人,怨命運不公,怨世道不順,怨他人不幫,怨家人不好。怨天怨地,除了不怨自己。消極的人,生活里陰雲密布,沒有半點生機可言。朋友之前生病住院的時候,隔壁床有位病人每天都蒙著被子哭。原本她的病治愈的可能很大,但因為她的心態實在太過消極,身體情況越來越差。她平日不是躺在床上哭,就是對著家人發脾氣。偶爾和大家聊天,挂在嘴邊的都是:“花錢買罪受,還不如不治了。”“為什麼別人都活的好好的,只有我要受這些罪.....”時間久了,其他人或多或少受到她的影響,病房的氣氛變得沉重起來。沉浸在負面情緒中,不僅消耗著自己的能量,也在消耗著別人的光亮。作家蘇岑有句話說得很對:不必把所有人,請進生命里。如果你看到一個飄在海上的人,你努力想拉他上岸,但他卻不願意伸出手自己的手,只一味地哭泣,那么耗費太多的時間,只會讓你陷入危險中。

餘生苦短,遠離消耗你的人,才是真正的明智。

圈子決定人生,心態改變生活

《名賢集》有言:“居必擇鄰,交必良友”。居住要選擇好的鄰居,交友則要交賢德之人。有研究表表明:你最常接近的幾個人的平均值,就是你的價值。與什么人結伴,你就會成為什麼樣的人,進入什麼圈子,就會擁有怎樣的人生。和正能量的人同行,一生中晴天總多過雨天,驚喜總會大於痛苦。世界的美好有很多種,缺少的是發現美好的眼。在積極向上的環境中便能發現美好,在消極沮喪的情緒里只能看到怨氣。很喜歡《超級演說家》里,旗袍先生崔萬志的一段話:

“世界是一面鏡子,照耀著我們的內心,內心是什麼樣,世界就是什麼樣。選擇抱怨,內心就會充滿痛苦、黑暗和絕望。選擇感恩,世界就會充滿陽光、希望和愛。”和優秀的人在一起,彼此成就,互相照耀,就是最好的選擇。

古語雲:向內尋求於心,向外尋求於道。所謂“心”,便是改變心態,戒掉垃圾情緒,學會自渡。所謂“道”,便是走近正確的圈子,潛移默化改變命運。後半生,靠近正能量的人,成為正能量的人,讓溫暖常駐身邊。正如作家盧思浩曾提到的那樣:你是一什麼樣的人,就會聽到什麼樣的歌,寫出什麼樣的字,遇到什麼樣的人。你能聽到治愈的歌,看到溫暖的文,寫著倔強的字,遇到正好的人,會相信那些信念、溫暖、夢想和堅持這些早就老掉牙的字眼,是因為你就是這樣的人。



“每個人都是社會影響所推出去的圈子的中心,被圈子的波紋所推及的就發生聯繫。”人生的圈層,凸顯著生活的千姿百態。有人困在圈中,裹足不前,任由視野變得狹隘;有人破圈而上,勇渡急流,收穫一次次成長。真正的智者,都懂得拓寬自己的圈子,讓生活變得游刃有餘。

戒掉安逸的拖延圈,立即行動

很多人都聽過寒號鳥的故事。北風呼嘯,寒號鳥因為沒做巢穴,凍得直打哆嗦。它立下誓言:明天一定做巢穴。結果突如其來的大雪,讓寒號鳥來不及應付,只能凍死在崖縫里。這只寒號鳥何嘗不是我們在生活里的縮影?

很多時候,我們總會習慣性拖延,結果被現實打個措手不及。

一位博主分享過自己朋友小宋的故事。小宋參加工作兩年了,雖然工作認真,但她習慣所有的事情都拖到最後一刻才完成。每天踩著點打卡上班,常常到了下班時間還完不成當天的工作,只能留下來加班。一次,小宋參與的一個項目要在周一早上簽約,結果她卻賴床到最後一刻才起。因為起床太晚,收拾得匆匆忙忙,結果將合同漏在了桌上。於是,走了一半的她又急急忙忙掉頭回家,心慌意亂下竟不幸發生追尾。等處理完事故趕去公司,客戶早已氣沖沖地走了。上級也是忍無可忍,直接喊話讓她走人。

正如作家劉墉所說:“再玩一球,再賭一局,再睡一分鐘,聽起來都是小事,那里面自我妥協的細菌,卻可能侵蝕你的骨髓,使你一輩子都站不直。”“拖延,無疑是一場‘慢性自殺’。一時的拖延看似沒有大的影響,但當量變發展成質變,就會遭到反噬,給人造成實質性的傷害。它不僅會讓你錯失很多機會,還會讓日子變得雜亂無章,意外頻出。那些被荒廢的時間,都是我們追悔莫及的瞬間。唯有戒掉拖延,立即行動,才能在人生路上揚帆起航,滿載而歸。

人這一生,拼的是破圈能力

打破固有的交際圈,懂得借力

人生路上險灘暗礁遍布,一個人能力再強,也無法處處周全。所以,聰明人都懂得借人所長,補自己的短板。

股神巴菲特從小就對數字特別敏感,經商天賦更是異於常人。讀高二時,巴菲特發現了遊戲機的巨大潛力,但是自己手裡的錢只能買一些舊機器。於是,他找了一位擅長修機器的朋友,邀請對方與自己合作。巴菲特負責收購故障的遊戲機,他的朋友則負責翻修機器。維修完畢後,巴菲特再拿去出租。沒過多久,巴菲特手中的錢就翻了好幾番。

在組建團隊時,他也很注重人才的選拔,查理·芒格就因為和他有著完全相反的優勢而被器重。一方面查理·芒格有著巴菲特沒有的細心、慎重,能讓他避免重大損失。另一方面,查理·芒格又有着巴菲特沒有的冒險精神。2008年,巴菲特原本沒有投資比亞迪的意願,但查理·芒格卻覺得新能源汽車會是未來的潮流。受查理·芒格的影響,巴菲特投資了比亞迪,幾年後,比亞迪為他帶去了巨大的收益回報。

正如那句話:“一個人夠藉助多少外力,就能

擁抱多大的成功。”個人的努力固然重要,但要想取得更大的成功,就離不開他人的助力。

把自己不擅長、做不好的事交給合適的人去做,才是智者的選擇。協調好各種力量,不僅能事半功倍,還能讓彼此的利益達到最大化。唯有藉助巨人的肩膀,我們才能一路高瞻遠矚,從最短的路線走到山頂。

跳出設限的思維圈,創造轉機

在管理學中,有個定律叫“摩斯科定理”。“摩斯科定理”指處理問題時,不能僅從單一角度定論。一旦隨意行事,就容易困於當下,脫離原本正確的軌道。相反,懂得從受限的思維掙脫出來,反而會出現轉機。

聽過這樣一則故事。一位德國工人在生產紙張時,不小心調錯了原料比例,結果生產出了一堆無法書寫的廢紙。看著那堆廢紙,他一時不知如何是好。正當他想把這些廢紙都扔掉時,突然發現,紙張把垃圾桶邊的水都吸干了。他茅塞頓開,既然這批紙的吸水性这么好,或許可以吸干傢具上的水。他立馬做了幾次測試,實踐證明他的想法是對的。於是,他把這批紙拿去市場上賣,沒想到非常暢銷。後來,他申請了專利,還因此發了家。

當你問身邊的人,“1+1等於多少?”他一定很輕鬆就答出“2”。但你問他“生活的意義是什麼?”我想他很難立即答上來。

沒有儀式感的家庭,養不出有幸福感的孩子

生活的不確定性與重複性,讓我們很難想清楚自己整日忙碌究竟是為了什麼。你永遠不知道,下一秒會發生什麼,故事會走向何方。我們看起來漫長的一生,也許明天就戛然而止。當我們面對虛無與荒誕,付出不一定有回報,努力不一定看到結果時,儀式感讓我們能感受到自己,真切的活在這個世界上。

生活儀式感,讓孩子更幸福

聖埃克蘇佩里,作為一個浪漫的法國人,在《小王子》里這樣講道:“儀式感就是使某一天與其他日子不同,使某一時刻與其他時刻不同。”

在《做家務的男人》中,王祖藍女兒 gabby,絕對是被父母寵愛的小公主。節目中,記錄下他們為女兒籌備生日趴的全過程。媽媽李亞男在廚房里做寶寶可以吃的蛋糕,手法嫺熟,輕車熟路。爸爸王祖藍負責佈置生日會現場,徒手打氣球,甚至要掂起腳尖才能擺好氣球造型。等女兒醒了,媽媽為她換上新衣服,梳着小辮子,慶祝自己第十八個月的生日。祖藍還說想在女兒兩歲前,每月為女兒慶生,看到女兒、老婆開心的樣子一切都是值得的,你快樂,所以我快樂。儀式感里,承載的滿是父母的愛。

或許有網友持不同意見:“一歲多的孩子,懂什麼,這不是瞎折騰嘛?”“孩子這麼小,不記事,整這麼多沒用!”“現在小朋友的東西多貴啊,以後花錢的地方還多著呢.....”

孩子成長的每一天都是值得被記錄的。正是有這些儀式感,這些“沒必要”可以讓他們感受到在這個跟以往不同的時刻,父母對他的愛、重視和用心。在這種對待生活的態度潛移默化的影響下,孩子明白,在每一個平凡而重複的日子里,可以過得不一樣,可以活得更有意思,更幸福。

儀式感成為了平淡生活的標記,讓孩子們記得去年這個時候自己在做什麼。它能給每一個普通的日子,每一個無意義的動作作賦

予內涵。它使孩子活在當下,使孩子常常滿懷期待,等待某個特別的時刻來臨。就是這些對別人來說可能無意義的時刻,卻可以讓孩子們內心被幸福感填滿,有力量踩碎巨石。這樣,即使孩子們回首往事,驚覺自己的人生故事無頭無尾,也無需害怕。因為早在逝去的無數日夜里,父母為孩子做的那些充滿儀式感的事,就已為孩子們標定了生活的意義。

家庭儀式感,讓孩子更懂愛

王雪的家里是沒什麼儀式感的。過生日是唯一和儀式感沾點邊的事情,一家三口例行公事般的出去吃個飯。蛋糕也不是每年都吃,她的父母總說自己歲數那麼大,過生日沒什麼用。更別提父母的結婚紀念日了,即使有假期也很少特意做點什麼,能在家歇歇,她爸媽經常說:上班太累了,好不容易放兩天假,出去干嘛?人那么多,閑得湊熱鬧,瞎講究。小時候她以為其他家庭都一樣,“過節”是少數有錢閒人的做作。可是漸漸的,她發現周圍很多人都會為了家中每個成員的生日精心籌備;為每一個特殊的日子慶祝,甚至有固定項目,還會為了家庭聚會期待和打扮。逢年過節,朋友團里大家刷屏,燈火輝煌地吃著家宴,而她家還是和平常沒兩樣。那感覺就好像家里燈泡壞了,頹廢極了,對生活沒一點熱情和新鮮感。從小到大,王雪家對儀式感的漠視,讓她好像已經失去融入歡慶氣氛的能力,甚至有些畏懼。

對於任何慶祝特殊日子的行為,都有一種很矛盾的心理,既瞧不上又羨慕。別人生日 party 上她會很不自在,也不敢主動把自己生日告訴別人,覺得是個麻煩要偷偷摸摸地過掉。朋友祝她生日快樂,一邊說謝謝,一邊內心尷尬到發酸。

生活是什麼樣子,完全取決於一個人的態度,而那些家庭里的儀式感,教會孩子在蒼白枯燥的日子里,享受時光。如果一年365天,沒有什麼區別,那過起來多麼無聊啊!

現在的年味不如以前足,每一個假期的感覺都一樣,全部意義只不過是休息而已。不同的家庭儀式感,會讓一年中的某些日子變得和平時不一樣,就像在平靜的水平上蕩起一點漣漪,讓生活變得有趣起來。比如端午節,和孩子一起這里買米,那里買葉子,一起包,一起煮,一起吃。家庭儀式感會讓孩子更熱愛生活,而且這種儀式感也給他身邊的人帶來幸福。

正如王小波所說:“一個人只擁此生此世是不夠的,他還應該擁有詩意的世界。”家庭儀式感就是生活的詩意符號,流淌出父母對生活的用心和努力。孩子心無旁騖地體驗和實踐,生活才會變得回味綿長,孩子更懂得愛。

教育儀式感,讓孩子更好學

大學時,授課導師有個習慣,每天中午吃完飯,都會看一會兒書。後來發現他兒子每天也是這樣,就問兒子,為什麼飯後要看書。兒子說,從小見你每天飯後都看書,我以為吃完飯就應該看會兒書。並且每周日的晚上,是他們一家人的閱讀時間,雷打不動。一家人坐在客廳的沙發上,關掉電視,手機,互相探討趣事。

教育中的小小儀式感,讓孩子更加好學,更願意去學習。孩子學習的最有效方式是模仿,而不是被命令。模仿所帶來的學習效率,要比直接下抽象的命令,容易並且有效太多倍了。與孩子一起學習,父母陪伴他們時,讓他們感覺到愛他們,重視他們。當然制定教育儀式感的前提是,孩子能夠接受這些信息。

如果不能接受,父母千萬不要去強迫孩子。父母徹底的瞭解孩子的期望和需求之後,再去決定和孩子一起做什麼。父母引導他們做正確的事,他們由此而有了安全感,這個感覺和過程,很重要。寫作業的時候,保持桌面的整潔;引導孩子在便簽條上寫下每日的代辦事項,完成後打個勾,製作孩子的專屬“效率手冊”。陪孩子寫作業時,家長

不玩手機,它可以輕易的摧毀醞釀幾十分鐘的狀態,把思緒勾引的漫天飛舞。

學習中小小的儀式感,幫助孩子清空思維,更加專注與投入。

教育孩子不是灌輸所謂的知識。知識可以由學校來主導傳授,但是行為、意識、品德等等的教育,大部分是需要靠父母來完成的。孩子對這個世界的認知是有限的,他們並不能立刻就理解很多事情和要求,需要靠家長言傳身教去探索。而教育中的那些儀式感,就起到了很好的示範作用,並且能夠讓孩子更積極的去學習。

小時候我們每個人都意氣風發有著遠大志向,向往美好的愛情。可現在回頭看看,發現自己已經變成了最不顯成為的普通人。日子就這樣潦草地過著,今天好像過得像昨天,如今好像過得像從前。我們感覺時間過得越來越快,一轉眼一年就過去了。很少有人會扭頭看看自己在生活,儀式感究竟有多麼的匱乏。

村上春樹說過:儀式是一件很重要的事情。好多時候,聽到許多人在抱怨,生活忙碌辛苦而又平淡如水,似乎沒幾件事情值得回味,連過年都提不起興趣了。還能留下點記憶的,幾乎每個人都會提到:在畢業典禮上起立唱國歌;在結婚登記時鄭重宣讀誓詞;在孩子百日宴上點燃蛋糕蠟燭;在告別逝者時淚流滿面;.....

讓人記憶猶新的,往往是充滿儀式感的時刻,一個人百分百地投入虔誠和感動,生活才會鮮活的存在。正因為如此,父母需要通過儀式,來表達對孩子的情感;父母也需要通過儀式,讓孩子接受我們的情感。

所以如果在一起請把每一天當成新的一天天來過,如果要分離請用力道別,後會無期。一輩子太短,我們需要和孩子一起儲存一些回憶,歲月靜好,不負過往。



TALK ABOUT



# KNOW MORE ABOUT MARIJUANA

May. 17th, 2023 11:00a.m.-12:30p.m.

Nepali In-person

Do you really know what is Marijuana and how to use it?  
Do you really know its impact on us?

# SCREEN TIME USE DISORDERS AND GUIDANCE FOR PARENTS

Jun. 14th, 2023 11:00a.m.-12:30p.m.

English & Online

Understand what is Screen Time Use Disorder and how it affects your body



Presented by  
**Dr. Priya Shrestha, M.D., Psychiatrist**

दर्ता गर्न, मार्क्स बिस्वालाई कल गर्नुहोस्  
(330) 676-2545 मा वा  
mbiswa@asiaohio.org

Scan the code to sign up online for  
**Children's Mental Health Seminars**



asiaohio.org

f t i @asiaohio

# Do you know your HIV Status? 你知道你的艾滋病毒状况吗?

提供免费和匿名的艾滋病毒检测!

Visit ASIA's International Community Health Center to test or to receive a self-test kit.

访问ASIA's International Community Health Center 来做测试或接收自测工具包。



2999 Payne Ave Ste 140  
Cleveland, OH 44114  
(216) 361-1223



# 2023 中文普通话疗愈小组 Chinese-Mandarin Healing Circle

每月 (除11月外) 第二个星期五 下午4-5点 EST东部时间  
通过线上会议进行, Zoom会议信息将在微信发布

6月9日  
心理相关影视作品分享  
Mental health-related movies

8月11日  
社交媒体与心理健康  
Social Media and Mental Health

5月12日  
季节性忧郁  
Summer Seasonal Affective Disorder

7月14日  
刻板印象  
Stereotypes

主持人: 段雪怡 俄亥俄州执照社工师  
协作主持: 李菲 俄亥俄州执照独立社工师兼督导



扫码添加微信 **ichc-outreach**, 关注更多活动信息  
发送消息“中文疗愈小组”报名入群  
发送“提问”获取匿名提问表

asiaohio.org

f t i @asiaohio

# 您需要法律帮助吗?

- Citizenship Naturalization (公民入籍)
- Green Card Application & Renewal (绿卡申请和更新)
- Victim of Crime (罪行受害人)
- Family (家庭)



致电 216-881-0330 与我们联系 法律服务部





3631 Perkins Ave Ste 2A-W  
Cleveland, OH 44114  
216-881-0330



#CAF2023CLE



# Cleveland Asian Festival

Follow us:   

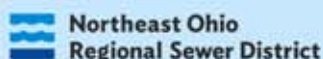


E. 27th St. & Payne Avenue  
Cleveland, OH 44114

**Free Admission**  
**Free Parking**  
**No Pets**  
**Family Friendly Fun**

Saturday & Sunday  
**May 20 & 21, 2023**  
11am – 7pm  
**ClevelandAsianFestival.org**

ASIAN CUISINE • CULTURAL PERFORMANCES • ASIAN POP DANCE COMPETITION • MARTIAL ARTS  
TRIVIA CHALLENGE • HEALTH SCREENING (inside Asia Plaza) • WORLD MARKETPLACE



ASSOCIATE SPONSORS: CLEVELAND CAVALIERS • CLEVELAND GUARDIANS • CSU LEVIN COLLEGE OF PUBLIC AFFAIRS EDUCATION & THE OFFICE OF CIVIC ENGAGEMENT • CLEVELAND WATER POLLUTION CONTROL • DESTINATION CLEVELAND • EXTRASPACE STORAGE • FIRST FEDERAL LAKEWOOD • JUMPSTART • LUBRIZOL • MARGARET W. WONG & ASSOCIATES • MIDTOWN CLEVELAND • ST. CLAIR SUPERIOR DEVELOPMENT CORP • TAFT • T MOBILE

SUPPORTERS: ASIA PLAZA • ASIATOWN CLEVELAND • DISTILLATA • DOMINION ENERGY • MEDIA DESIGN IMAGING • NESTLE

MEDIA SPONSORS: ASIATOWN VOICE • CLEVELANDPEOPLE.COM • ERIE CHINESE JOURNAL • FOX8 CLEVELAND • INDIA INTERNATIONAL • 19 NEWS • TV20 CLEVELAND • WCSB • WKYC