



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

第四七〇期 Vol.470 May.31 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

眼中有世界 心中有夢想



詳細內容請見本期有關版面

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

黃唯律師樓

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

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



黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

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

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

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

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

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

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

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

伊利諾州芝加哥分公司:
地址: 401 South LaSalle,

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

弘揚中華文化 交流美中信息

服務華人社區 振奮民族精神

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

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

Website: www.ecjnews.com
 E-Mail: echinesej@yahoo.com
 Tel: (216) 324-2959; Fax: (330) 405-3480
 廣告熱線 Marketing: 216-324-2959 Add: 3500 Payne Ave, 1-B Cleveland OH 44114

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

俄州特執照技師提供面部美容、護膚、按摩等服務 請預約

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

SHISEIDO GINZA TOKYO

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

淚和傘

炎陽烈烈傘未開
 狂風暴雨傘未開
 為的是痴情未了
 晴傘遮住太陽
 雨傘頂住風雨
 而我在你左右
 你溫柔看著我
 隨風而去是我的夢
 留下的青春換百首
 幾度回首風雨蕭蕭
 自你不告而別
 傘就未曾打開
 我也未曾開懷
 我一直帶著這把傘
 彷彿你還在我左右
 我捨不得用這把傘
 多少痴又是多少年
 是否今生能相逢
 我要不要帶著傘
 如果相逢在夢中
 夢醒猶有淚和傘

鄉紋的雙手

母親的雙手
 在黑暗中輕輕撫著我
 不要怕閃電 天要打雷了
 那雙手 是無比的溫暖
 母親的雙手
 扶起摔倒的我
 那裏摔傷了
 心痛著為我擦藥
 下次要小心啊
 每次你受傷了
 媽媽心中不安
 母親皺紋的雙手
 抄的空心菜可好吃
 長長的菜是綿綿的親情
 吃完了是母親洗的碗
 母親鄉紋的雙手
 教我放風箏 成長的我
 卻成了斷了線的風箏
 好久沒有回家 看一看
 母親鄉紋的雙手
 在夢裡響
 夢醒我喝的是老酒

我的家在醉鄉
 母親鄉紋的雙手
 鄉紋不知不覺
 上了母親臉上
 後知後覺的我
 說媽媽你老了

走路要小心啊
 切記不要摔倒
 兒子身在外鄉
 心時刻也難安
 母親鄉紋的雙手
 是我一生中
 見過最柔軟的雙手
 就像天下母親的心
 也是最柔軟的地方
 母親鄉紋的雙手
 多少月又是多少年
 是我夢中的月亮
 月光依依照床前
 母親鄉紋的雙手
 昨夜夢彷彿又聽見
 母親說我正在抄著
 你喜歡吃的空心菜
 那雙鄉紋的雙手
 誰能忘啊誰能忘

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](http://www.cmcoh.org/INTERPRETER_SERVICES/)
 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](http://www.cmcoh.org/INTERPRETER_SERVICES/)
 Or call; 216-664-3952
 Request as soon as possible to get an interpreter in court

為身體健康 做好準備 了解事實

凱霍加縣衛生委員會和克利夫蘭衛生局是兩個重要資源, 可讓您了解預防新冠病毒和其他疾病的疫苗。

通過規劃身體健康來掌控自己的生活。取得聯繫:

凱霍加縣: 致電 216-201-2000 了解更多信息或訪問 <https://ccbh.net/>

克利夫蘭: 致電 216-664-2324 或訪問 <https://www.clevelandhealth.org/>

如果您對長期護理和支持服務有任何疑問, 訪問 www.areaagingsolutions.org

Western Reserve
 Area Agency on Aging

BIBLE CONFERENCE

YOU SHALL
Renew
 YOUR
Strength

WHEN WE FACE DIFFICULTIES IN LIFE,
 HOW WILL WE OVERCOME THEM?

We often find ourselves worrying about the state of our livelihood, health, family, and much more. When problems and difficulties come into our lives, many people grow faint and weary. Come join us for a sermon series about how God wants to renew our strength through faith in the Word.

Tue-Fri, June 6th-9th, 2023
 7:00 PM

Hosted by
 GOOD NEWS BAPTIST CHURCH

Cleveland Baptist Church
 4431 TIEDEMAN RD, CLEVELAND, OH 44144

For more info, call
 216-956-6838

Pastor Joe Zhou
 Brooklyn Chinese Baptist Church



2023 FLORIDA CHINESE COMMUNITY LEADERSHIP RETREAT



Dear Chinese community leaders of Florida,

UCA (United Chinese Americans)planned a statewide “Florida Chinese Community Leadership Retreat” for leaders and activists of Chinese American organizations in Florida a few months back, as part of a foundation grant. Then the Florida discriminatory land bill was Introduced and everyone was busy engaging in fighting the bill. That fight has shifted into a different direction and gear, which allows us to convene this timely retreat.

The purpose of this retreat is to let leaders of Chinese community in different cities know each other better,and to share with each other what your organization has been doing, and what’s our shared future as a community. The Florida land law has given us a new sense of urgency and purpose.

For this first statewide retreat of Chinese community in Florida, UCA grant covers your one night hotel expenses (double occupancy),some meals,coffee and drinks, parking fee and other conference charges.

We look forward to an exciting get-together and some fun time this Saturday with you from all parts of Florida!!

Warmly,

Haipei Shue

President of United Chinese Americans(USA)

RETREAT AGENDA

- 06/03 10:00am Registration starts
- 06/03 11:30am–1:00pm Welcome lunch
- 06/03 1:00–1:30pm Welcome Remarks by special guests
- 06/03 1:30pm–3:00pm Get to know each other:self introduction
- 06/03 3:00–3:10pm Break
- 06/03 3:10–4:10pm Talk and discussion,led by Prof Wenxian Zhang, on AAPI history, profile and contribution to Florida
- 06/03 4:10–5:30pm Talk and discussion on AAPI and Chinese community’s civic engagement and political participation in Florida
- 06/03 6:00–8:30pm Dinner(Restuarant to be decided)
- 06/03 9:00–11:00pm Party or NetWorking Time
- 06/04 8:00–10:30am The Future of FAAJA (Florida Asian American Justice Alliance)
- 06/04 10:30–10:45am Break
- 06/04 10:45am–1:00pm Visions and Future Action of Chinese Community in Florid
- 06/04 1:00–2:00pm Unofficial Lunch

Gaylord Palms Resort & Convention Center
6000 West Osceola Parkway
Kissimmee, Florida 34746

@ucasocial
<https://ucausa.org>
info@ucausa.org

REGISTER

<https://rb.gy/rtrt1g>

JUNE 3, 11:00AM - JUNE 4, 2:00PM

Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

For the week ending May 26, 2023

Monday, May 22, 2023

Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted announced new user-friendly features to OhioMeansJobs.com, coordinated by InnovateOhio, the Governor's Office of Workforce Transformation and the Ohio Department of Job and Family Services. These new features take a faster, streamlined approach to connect unemployed Ohioans with jobs while helping employers identify new talent. The enhancements are the next phase to improve customer experience with OhioMeansJobs.com.

"This improved resource will help connect Ohioans with a new job, so they are able to provide their families with the best opportunity right here in Ohio," said Governor DeWine.

"Ohio currently has the lowest unemployment rate in our state's history, and we are aggressively working to fill all of the new jobs being created," added Lt. Governor Jon Husted. "These features will enhance the ability of employers to find talent in Ohio while helping unemployed Ohioans find new or better-paying jobs."

"This clubhouse, and others like it are places of hope, growth, and opportunity," said Governor DeWine. "Such clubhouses fit into our commitment to build up the mental health support system in our state, so those who are in crisis, struggling, or recovering can get the level of care they need, where and when they need it."



Governor DeWine and Lt. Governor Husted announced the launch of a statewide, online portal where Ohioans can inquire and apply to become foster or adoptive parents.

"As a state, we must give our children the support they deserve to succeed, and that support includes an adult to care for them," said Governor DeWine. "This new tool will streamline the foster parent and adoption certification process making it more accessible than ever."

"With about 15,000 young people in our foster care system, there's no doubt Ohio needs more foster and adoptive families," said Lt. Governor Husted. "I know firsthand the impact this will have, as I was in foster care and then adopted. Anything we can do to improve this process is going to make a difference in the lives of a lot of kids."

Prospective caregivers can access the portal from Ohio's FosterandAdopt.ohio.gov website.

Ohio Drug Law Enforcement Fund FUNDING AWARDS

Implementing Agency	County	Award Amount
Allen County Sheriff's Office	Allen	\$83,848.50
Ashland County Sheriff's Office	Ashland	\$8,238.37
Auglaize County Sheriff's Office	Auglaize	\$76,385.09
Brown County Sheriff's Office	Brown	\$8,987.90
Butler County Sheriff's Office	Butler	\$22,558.44
Cincinnati Police Department	Hamilton	\$63,716.04
City of Bedford	Cuyahoga	\$78,811.78
Clermont County Sheriff's Office	Clermont	\$96,906.62
Cleveland Division of Police	Cuyahoga	\$137,013.70
Columbiana County Sheriff's Office	Columbiana	\$78,998.33
Defiance County Sheriff's Office	Defiance	\$95,227.72
Delaware County Sheriff's Office	Delaware	\$105,114.58
Fairfield County Sheriff's Office	Fairfield	\$100,824.05
Franklin County Sheriff's Office	Franklin	\$132,013.70
Greater Warren County Drug Task Force	Warren	\$106,980.03
Greene County Sheriff's Office	Greene	\$90,004.47
Hamilton County Prosecutor's Office	Hamilton	\$28,098.84
Hamilton County Sheriff's Office	Hamilton	\$41,198.82
Hardin County Sheriff's Office	Hardin	\$6,421.85
Jefferson County Prosecutor's Office	Jefferson	\$6,328.69
Lake County Narcotics Agency	Lake	\$75,000.00
Lawrence County Prosecutor's Office	Lawrence	\$71,721.47
Licking County Sheriff's Office	Licking	\$133,469.36
Logan County Sheriff's Office	Logan	\$6,095.80
Lorain County Sheriff's Office	Lorain	\$116,120.71
Madison County Sheriff's Office	Madison	\$102,129.87
Mansfield Police Department	Richland	\$132,013.70
Medina County Drug Task Force	Medina	\$92,429.55
Midway Drug Enforcement Agency	Wayne	\$81,609.96
Montgomery County Sheriff's Office	Montgomery	\$27,515.20
Ottawa County Prosecutor's Office	Ottawa	\$68,736.77
Portage County Sheriff's Office	Portage	\$11,138.85
Ross County Sheriff's Office	Ross	\$85,340.86
Sandusky County Drug Task Force	Sandusky	\$8,868.44
Shelby County Sheriff's Office	Shelby	\$6,186.50
SPAN Drug Enforcement Unit	Cuyahoga	\$6,000.00
Springfield Township	Hamilton	\$110,897.46
Stark County Sheriff's Office	Stark	\$124,701.76
Summit County Sheriff's Office	Summit	\$132,013.70
Toledo Police Department	Lucas	\$22,891.14
Trumbull County Sheriff's Office	Trumbull	\$93,735.36
Tuscarawas County Sheriff's Office/LEAD Drug Task Force	Tuscarawas	\$10,078.93
Washington County Sheriff's Office	Washington	\$10,000.00
Western Enforcement Bureau	Cuyahoga	\$90,933.20

"No one knows better than local law enforcement the effects that drugs have on their own communities," said Governor DeWine. "This funding will support our local authorities as they work to take drugs off the streets."

The Ohio State Highway Patrol reminds drivers to "Buckle Up" and "Drive Sober" for Memorial Day. During the upcoming holiday weekend, the Highway Patrol will be highly visible on Ohio's roadways promoting traffic safety. As motorists travel this weekend, troopers are reminding drivers to use their safety belts and to be responsible by designating a sober driver. The effort begins at midnight on Friday, May 26 and continues through 11:59 p.m. on Monday, May 29.



Governor DeWine and First Lady Fran DeWine hosted the Garden Club of America at the Ohio Governor's Residence for a tour of the Heritage Garden.

The Ohio Department of Natural Resources is reminding Ohioans that, no matter your experience level, it is important to focus on safety anytime you're on or near the water. Governor DeWine is emphasizing the importance of safety by recognizing this week as National Safe Boating Week.

"I urge everyone with plans to be on the water this summer to brush up on boating safety skills in advance of boating season," Governor DeWine said. "Ohio's rivers and lakes are great places for family fun when boaters make safety a priority."

Thursday, May 25, 2023

Governor DeWine and the Ohio Traffic Safety Office (OTSO) announced that two more new videos aimed at reducing teen crashes have been released for National Youth Traffic Safety Month in May. The release coincides with what's known as the "100 Deadliest Days" for teen drivers, the period between Memorial Day and Labor Day when teen driver-related fatalities historically spike.

"Drivers under age 24 are involved in 31% of all crashes in Ohio, but only make up about 13% of licensed Ohio drivers," said Governor DeWine. "Most crashes can be prevented, which is why education is key to help young people develop important critical driving skills."

"These videos were designed to create a meaningful impact on young people just beginning to learn to drive," said Emily Davidson, OTSO executive director. "Youth are influenced in different ways than their parents or grandparents, and they expect messages to be relatable and to merge seamlessly with their lives."

See the new teen driver safety videos on YouTube at "The DL on GDL."

Governor DeWine announced \$3 million in funding for 44 local law enforcement agencies to help their drug task forces enforce the state's drug laws and combat illegal drug activity. Grants from the 2023 Ohio Drug Law Enforcement Fund will support drug task forces that impact 42 counties on issues of drug trafficking, pharmaceutical diversion, and other organized criminal activity associated with the drug trade.

"Memorial Day weekend is always a fun time to be in Ohio, but if you're traveling our roadways, I urge you to make responsible decisions," said Governor DeWine. "Buckling up and driving sober are essential to ensuring everyone on our roads is safe this holiday and all summer."

"Too many times our troopers see tragic loss of life on our roadways due to irresponsible decisions," said Colonel Charles A. Jones. "Before heading out, make a plan, designate a sober driver and buckle up."

You can help contribute to a safer Ohio by calling #677 to report drug activity and dangerous or impaired driving.

Friday, May 19, 2023

Governor DeWine, First Lady Fran DeWine, and Lt. Governor Husted honored Ohio's fallen heroes and Gold Star Families with a wreath-laying ceremony at the Ohio Veterans Plaza at the Statehouse in honor of Memorial Day.

"We are truly blessed to live in a land of liberty and opportunity," said Governor DeWine, "but these blessings do not come to us without cost. As we head into this holiday weekend, we remember our patriots, and we think about what Memorial Day is truly about—the men and women of the U.S. military who died securing our freedoms."



Tuesday, May 23, 2023

Lt. Governor Husted delivered keynote remarks on economic development wins in the Dayton area and across the state to Dayton Area Chamber of Commerce members at their annual Legislative Day in Columbus.

Governor DeWine and Lt. Governor Husted visited the Dayton Correctional Institution, where they announced the launch of a new initiative to give individuals leaving incarceration the opportunity to play an important role in building the infrastructure necessary for broadband expansion and 5G deployment across the state.



"Ohio is aggressively looking to expand our broadband infrastructure," said Lt. Governor Husted. "We have free job training programs that any Ohioan can take advantage of, yet we still don't have an adequate workforce to build it," he said. "I commend the industry for their willingness to train individuals who are leaving incarceration so that they can join the workforce and lead lives of hope and purpose while building the infrastructure that will expand broadband access to more Ohioans."



Wednesday, May 24, 2023

Governor DeWine toured the Miracle Clubhouse as part of the continuum of mental health care he is working to strengthen across the state. In addition, Governor DeWine and Nationwide Foundation President Chad Jester, in partnership with the Ohio Opioid Education Alliance, unveiled the next round of "Beat the Stigma" public service announcements, this time focusing on reducing stigma associated with mental health treatment.

Woodmere Village, May 19, 2023 - The Village of Woodmere is buzzing with excitement as we unveil the highly anticipated 2023 Juneteenth celebration, set to take place at the Chagrin Boulevard Gazebo, 28601 Chagrin Blvd, Woodmere, on the electrifying evening of Friday, June 16th.

This year, Woodmere Village is shining the spotlight on the extraordinary B-Buzz Baseball Little League during our Juneteenth festivities. Born over half a century ago in the late 50's, this little league program has experienced an incredible resurgence over the past decade.

Village of Woodmere Presents the 2023 Juneteenth Celebration Highlighting B-Buzz Baseball Little League

only flourished but has achieved extraordinary growth and remarkable success.

Mayor Benjamin Holbert, a proud alumnus of the B-Buzz Baseball Little League and a member of the B-Buzz Advisory Board, exclaims, "I am absolutely thrilled, as the mayor, to host the 2023 Juneteenth celebration, where Woodmere will proudly showcase the B-Buzz Baseball Little League."

For more information, reach out to Felicia Haney at 216-315-3279 or felicia@beechstreet-

publicity.com.

Get ready to experience the most sensational Juneteenth celebration to date!

Event Details:

- * Event Name: Juneteenth Freedom Day
* Date: Friday, June 16
* Time: 5:00 PM - 10:00 PM
* Venue: Eton Gazebo & Parking Lot
Activities:
* Baseball-themed line-up, complete with a thrilling movie screening
* Special appearance expected by the Cleveland Guardians
* Delectable treats from food trucks
* Test your skills in the batting cage and show off

your baseball prowess
* Let the little ones partake in the fantastic bounce house
Don't miss this notable event that unites the community in joy, diversity, and the electrifying spirit of Baseball.

Watch Woodmere Village knock it out of the park!



國稅局稅務提示 2023-72

因應《通貨膨脹法削減法案》,美國國稅局電話服務和在線選項的改進即將上線。這些客戶服務升級讓在線提交文件和回復通知變得更加簡單和便捷,對小企業主來說是個好消息。

這是小企業納稅人在不久的將來可預期看到的。

更多在線服務工具

在下一個報稅季之前,國稅局將推出以小企業納稅人為考量而設計的商業在線賬戶。小型企業可以使用他們的在線帳戶來:

小企業主注意:國稅局即將上線的改進

- * 查看稅務信息,安排和追蹤付款
* 以易於閱讀的格式訪問商業稅務本
到 2024 年,國稅局將為商業在線賬戶添加更多功能。
更多方式來回復通知和提交文件
國稅局最近推出了一個在線門戶網站(英文),供企業以電子方式提交 1099 表格系列稅務資料申報表。過去,企業必須通過郵寄方式提交這些表格。

今夏晚些時候,小企業主將能夠在線回復某些通知,例如《LTR0143C,遺漏簽名》。國稅局將繼續改進和擴展這些功能。到 2024 年,小企業主將能夠對自雇收入的更正、就業相關的身份盜用通知和數十種其它在線通知進行回復。國稅局還將更新通知,明確說明納稅人需要做什么。
表格簡化,適合移動設備
自己報稅的小企業主將通過新的簡化稅

表節省時間。國稅局將改進小企業最常用的稅表,包括表格 940,941 和 944。更新後的表格將支持移動設備,並提供多種語言版本。

- 處理時間縮短,退稅更快
國稅局的以下舉措,將幫助小企業納稅人省錢、加快處理時間以及更快獲得退稅:
* 自動化紙質流程
* 在線提供更多表格
* 按計劃在 2023 年掃描數百萬份稅表
國稅局計劃在在線提供的一些表格包括常用表格 1040 和 941 等。

納稅人安裝太陽能電池板或進行其它家居裝修,或有資格獲得家庭能源抵免

國稅局稅務提示 2023-68

有進行諸如更換舊門窗、安裝太陽能電池板或陸級熱水器等改進的房主,可能有資格獲得家庭能源稅收抵免。他們應瞭解這類抵免所提供的稅務優惠,並警惕那些向其兜售業務的公司的誇張宣傳。

有兩項稅收抵免可幫助房主支付對其主要或次要住宅進行節能改造的費用。在某些情況下,承租人也可是為特定費用提出申請。房東無法將這類抵免用于他們出租房屋的修繕費用。

節能家居裝修抵免

納稅人只能針對現有房屋的改進、增建或翻新申請節能家居裝修抵免。它不適用於新建的房屋。合格費用可包括:

- * 外門、窗戶、天窗和絕緣材料。

- * 中央空調、熱水器、熔爐、鍋爐和熱泵。
* 生物質爐和鍋爐。
* 家庭能源審計。
納稅人可以抵免的數額是安裝當年改善費用總額的百分比:
* 2022 年:30%,最高可達 500 美元的終生限額。
* 2023 年至 2032 年:30%,最高可達 1,200 美元的年度限額。生物質爐和鍋爐有單獨每年 2,000 美元的年度抵免限額,無終生限額。
住宅清潔能源抵免
納稅人還可以為現有房屋或新建房屋的合格費用申請住宅清潔能源抵免。合格費用可包括:
* 太陽能、風能和地熱發電設備。
* 太陽能熱水器。
* 燃料電池。
* 電池存儲。

納稅人的抵免額是根據安裝當年總裝修費用的百分比:

- * 2022 年至 2032 年:30%,無年度最高限額或終生限額。
* 2033 年:26%,無年度最高限額或終生限額。
* 2034:22%,無年度最高限額或終生限額。
要申請這些抵免,納稅人應連同稅表提交《表格 5695,住宅能源抵免》(英文)。訂閱國稅局稅務提示(英文)

災難過後,受影響的納稅人可能有資格獲得稅收寬減

國稅局稅務提示 2023-67

民衆如果居住在聯邦緊急事務管理局宣佈的災區,可享受稅收寬減。要查看某個地區是否符合聯邦災難救助資格,納稅人應查看 DisasterAssistance.gov(英文)。

從國稅局查找災難援助信息

以下的國稅局資源提供了最新信息:
* 針對個人和企業的災難援助和緊急寬減(英文)。為受災人員和企業提供的信息和資源。
* 國稅局推特賬戶(英文)。有關國稅局災難稅收寬減的鏈接和最新信息。
* 國稅局救災熱線 866-562-5227。納稅人可致電查詢災難相關信息。

受影響的納稅人有更多時間報稅和繳稅

如果納稅人居住在符合國稅局災難稅收寬減資格的地區,會自動從國稅局獲得額外時間來報稅和繳稅。

傷亡損失稅務扣除

如果民衆因聯邦宣佈的災難而損壞或丟失財產,可能有資格申請傷亡損失扣除並獲得更多退稅。他們可以在當前或上一年的稅表中申請此

項。使用稅表簿重建丟失的記錄

如果民衆丟失了他們的稅務記錄,可以向國稅局索要稅表簿和稅表的副本。

* 納稅人可使用“獲取簿本”在線獲取稅表簿本或申請郵寄送達。納稅人也可以提交《表格 4506-T,索要稅表簿本》(英文)。

* 要獲得稅表的副本,納稅人可以提交《表格 4506,索要稅表副本》(英文)。國稅局為需要申請災難相關福利、或提交修正稅表來申報災難相關損失的民衆豁免了費用並加速了申請處理。為加快流程,提交表格 4506-T 或 4506 的納稅人應:

- * 在表格上寫明是災難相關的申請。
* 寫明災難類型和發生的州。

搬遷人員需要提交地址變更

災難過後,人們可能需要暫時搬遷。搬家的民衆應通過提交《表格 8822,地址變更》(英文)將他們的新地址(英文)告知國稅局。

小型企業管理局貸款和撥款

小型企業管理局為聯邦宣佈災區的企業主、房主和租戶提供了災難援助(英文)。要獲得小型企業管理局貸款或撥款的資格,納稅人必須提交所有必需的稅表。

更多信息:

受災民衆常見問題解答(英文)
訂閱國稅局稅務提示(英文)

身份保護個人識別號碼幫助納稅人防範稅務相關身份盜用

國稅局稅務提示 2023-70

身份保護個人識別號碼(IP PIN)能阻止身份竊賊提交欺詐性稅表。參與該項目的納稅人會被分配一個六位數的號碼,用于在提交聯邦稅表時證明其身份。國稅局的身份保護個人識別號碼為納稅人增加了一層安全保障。近期,電子稅務管理諮詢委員會將 IP PIN 稱為“納稅人目前可從國稅局獲得的頭號安全工具”。

如何申請 IP PIN

納稅人驗證其身份後,擁有社會安全號碼或個人報稅識別號碼的人可通過“獲取 IP PIN 工具”在線申請 IP PIN。納稅人在嘗試使用獲取 IP PIN 工具之前應查看身份驗證要求。

稅務專業人士應建議遭遇身份盜竊的客戶申請 IP PIN。即使竊賊已經提交了欺詐性稅表,IP PIN 也可以防止納稅人再次成為稅務相關身份盜竊的受害者。

有關 IP PIN 的其它信息

* IP PIN 的有效期為一年。出于安全原因,每年都會生成新的 IP PIN。一些參與者將通過郵件收到他們的 IP PIN,而其他人則必須登錄到獲取 IP PIN 工具才能查看他們當前的 IP PIN。

* 登記的納稅人可以重新登錄到獲取 IP PIN 工具來查看他們當前的 IP PIN。

* 擁有 IP PIN 的納稅人必須在當年提交任何聯邦稅表時使用它,包括前一年的稅表或修正稅表。

* IP PIN 用戶應僅與國稅局及其代報稅人分享他們的號碼。國稅局絕不會通過電話、電子郵件或短信的方式索要 IP PIN。

* 納稅人現在可以獲得 2023 年的 IP PIN。國稅局將從 2024 年 1 月開始發放新的 IP PIN。

無法在線驗證身份的納稅人仍然可以獲得 IP PIN

無法在線驗證身份且收入低於一定門檻

的納稅人可以提交《表格 15227,申請身份保護個人識別號碼》(英文)。2023 年的門檻是個人 73,000 美元或已婚聯合申報 146,000 美元。

國稅局收到表格後,會撥打納稅人提供的電話號碼來驗證其身份。一旦通過驗證,納稅人通常會在 4 到 6 周內通過郵件收到一個 IP PIN。

納稅人如果無法在線或通過電話驗證身份、不符合提交表格 15227 的條件或遇到技術困難,可以跟納稅人協助中心進行預約。他們需要攜帶一份由政府簽發的帶照片的有效身份

證件和另一份身份證明文件來證明自己的身份。一旦通過驗證,納稅人通常會在三周內通過郵件收到 IP PIN。

更多信息:

- 第 5367 出版物,納稅人選擇加入 IP PIN 項目(英文/西班牙文)
第 4557 號刊物,保護納稅人數據(英文)
第 5293 號出版物,針對稅務專業人士的數據安全資源指南(英文)
身份盜竊中心
訂閱國稅局稅務提示(英文)

克里夫蘭傷痛診所
Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician
中/西醫並用。輔以天然藥,營養藥,中成藥,手法,理療,調理,治療各種病痛,傷痛。(但不用化學藥,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,工傷者出具有關賠必要的診療報告。可以為您找當地好的律師。
趙文寧 醫生 中醫師針灸師 西醫脊椎神經科 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

網球夏令營 有 30 年的教練生涯
Summer sessions
Mon through Fri--
\$270 per week
時間:9:00 to 12 Noon or 11:15 to 4:15
Please contact Arun: 216-570-2140. ajetli@msn.com
(can you put the quotes from mary jo fernandes and paul gibbs and traci davis instead of the picture of tennis racquet)

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)

德州華人大獲全勝!禁中國公民買房法案徹底失敗

國家廣播公司新聞網(NBC News)報導,德州備受爭議的禁止中國公民置業的SB.147法案已胎死腹中。

德州參議會4月通過後,這個法案提交州眾議會舉行聽證及投票,日期原定於今天(5月27日),但眾議長費倫(Dade Phelan)已經決定不舉行聽證。

這也就意味著SB.147法案及其他多個參議會提案就此畫上句點。

今年1月15日,德州州長一篇推文引發華人圈大地震。

德州立法機構提出一項法案,禁止中國、伊朗、朝鮮和俄羅斯的公民、政府和實體在德州購買土地。

州長Abbott隨後表示,自己將簽署這項法案,可以防止這些國家威脅我們的基礎設施。

這項法案是去年12月,共和黨參議員

Lois Kolkhorst提出SB 147法案,禁止某些外國政府和與之相關的實體在德克薩斯州購買不動產。

此法案引起了華人以及華裔的不滿和憤怒,全州各地的華人組織及其他亞裔人士,先後在首府奧斯汀及休士頓、達拉斯等地示威集會及抗議。

相關閱讀:

德州華人怒吼!抗議“禁中國公民買房”提案!

隨後在德州華人以及其它族裔的不斷努力之下,該法案幾經

修改,到了三月時候,已經不再限制中國公民買房。但華人社區在其後還在一直為此奔波。整整一個月的時間,整個亞裔群體一直致力於消除SB147法案,他們在德州各大主要城市抗議。

德州華人和活動家Ling Luo在2月一次抗議活動中問道:“如果我們在這裡是合法的,為什麼我們要被排斥?你的目標是沒有公民身

份的人,但如何分辨誰是公民?我們是否必須每天把護照放在我們的手提包里?”

華人的抗議也得到了很多大學的教授的支持。萊斯大學政治學教授馬克·瓊斯就曾表示,這是違反憲法的。他說:他們沒有考慮到,有數量不小的合法永久居民和公民也有來自這些國家的護照。他們也沒有充分考慮到它可能對居民住房或商業地產產生的影響。”

如今該法案正式取消,但這背後的艱辛只有參與過的同胞才知道。

政治就像一場拔河比賽。這最後的角力,是華人的草根志願者們與行會的力量、企業說客的力量、政治捐款人的壓力和華裔議員及同情我方的多名議員的勢力的大集,合力把繩索拉了回來。

目前,雖然該法案已經夭折,但是全美其他州類似的法案還在陸續出現。

其中佛州眾議會今月初以95對17票通過“SB 264”法案,禁止包括中國人在內的七國公民在佛州置業買地,州長德桑提斯(Ron DeSantis)已表態支持,簽署成法毫無懸念,將於7月1日正式實施。

亞裔活動人士表示,他們的抗爭遠未結束,即使一個法案告終,但並沒有消除

一些政客的種族主義和仇外言論。他們會繼續反對任何針對亞裔美國人社區的歧視及種族主義。

華人文化中講究隱忍,但是在美國這個多族裔融合的國家,是個弱肉強食的社會,每一個族裔,每一個群體的聲音被關注不是一瞬間的,都歷經幾代人的不懈努力。

華人要想讓這個社會里擁有自己的聲音,就需要像德州華人一樣用手中的選票,用自己的抗議,用自己的支持去改變和糾正現狀。

謝謝每一位敢於發聲的華人同胞!



這個和拜登合影的華裔女孩 背後的家族不簡單



前幾天,偶然看到一張照片:一名華裔女孩和拜登合影,兩人的笑容都十分燦爛。

對於這個女孩來說,和美國政商界的名流聚會,如同家常便飯。

因為她的爺爺,是“現代建築的最後大師”,被譽為華人(專題)之光的貝聿銘。

哪怕你對建築毫無瞭解,也很可能聽說過貝聿銘的大名。巴黎盧浮宮金字塔,便是他的得意之作。

●法國盧浮宮金字塔

不知不覺間,貝聿銘已經逝世三年。無數媒體講述着他的傳奇,更津津樂道于他的家族:“可能是中國唯一富過15代的家族”。更“恐怖”的是,這個評價還是尚未更新的老版本。

都說富不過三代,哪怕君子之澤,也不過五世而斬。但現在的貝氏家族,已經興盛了17代,而且完全沒有衰落的苗頭。

究竟是什麼秘訣,竟然支撐一個家族興旺了17代,昌盛了近500年呢?從他們的家訓和言行舉止中,或許可以窺見答案。

貝氏家族源起于浙江蘭溪,興盛于江蘇蘇州。

大明嘉靖初年,貝氏始祖貝蘭堂始遷江蘇,以行醫賣藥成功在當地立足。等到第二三代時,他們已經建立了中藥藥號,憑藉着誠信勤勉的經營贏得了廣泛贊譽。

在數代人的努力下,貝家的中藥藥號開遍了江浙,在清朝中期便成為吳中豪門,七世孫貝慕庭躋身“蘇州四富”。當時的蘇州是中國最發達的城市,蘇州的頂級富豪,能夠引領整個中國。



●貝氏全家福(左一是貝聿銘)

到了近代,這個家族更是迸發出萬丈光芒(電視劇),成為叱咤中國的金融世家和商業大亨。

貝聿銘的叔祖貝潤生是著名的“顏料大王”,曾耗資80萬銀元購買了蘇州四大名園之一的獅子林。這座如今蘇州必遊的名園,就是貝家後人捐獻的。

讓人敬佩的是,叔祖並沒有獨佔春色,而是讓家族共享。他還建立了貝氏承訓義莊,用以贍養和救濟孤寡窮困的族人。他心系教育事業,捐資創辦了中國第一所新式幼兒園。

祖父貝理泰,則是中國最早的金融大師,創

建了上海銀行,連任蘇州總商會會長7年。他同樣樂善好施,募資開闢了從閩門到虎丘的馬路。

父親貝祖貽,則在金融領域更上層樓,一度做到了中央銀行總裁。在貪腐橫行的民國時期,他的原則性極強,未曾召用一個同族到銀行工作。人到中年時,他的故事更加精彩而悲壯。

除此之外,還有科學家貝聿渠、教育家貝季瑤、畫家貝聿昭、藏書家貝墉、詩人貝青喬等等,貝氏家族已經璀璨到了耀眼的程度。

如此豪橫的資產,貝家對於族人卻相當苛刻,要求“男丁必須做事”。這條規定,直接抹殺了培育浪蕩公子的土壤,每個人都必須務實。

由於家族勢力縱橫全國,貝聿銘于1917年出生於廣州,隨後在多地生活遊歷。年少時在蘇州住過幾個夏天,怪石嶙峋,水池繁迴的獅子林,無聲地滋潤了他幼小的心田。

不過他正式確立建築師的願望,是因為抵達了上海。

1927年,由於父親貝祖貽擔任中國銀行上海分行主管,10歲的貝聿銘來到上海讀書。摩登的上海號稱“魔都”,似移下一天星斗,繁華得令人心醉。

初到上海的貝聿銘,被一棟正在建造的高樓吸引。聽說要建20多層,還是個老外設計師。當時的人們都覺得不可思議,貝聿銘經常跑去觀看。

最終,這棟樓建了24層,高達83.8米,不僅是中國第一高樓,也是全亞洲的最高建築。它的名字叫:上海國際飯店。

●上海國際飯店

這座引領未來的摩天大廈,把貝聿銘震得心潮澎湃。他小心翼翼地確立了夢想,要成為一名偉大的建築師,不惜為此放棄了自家的祖業。

高中畢業後,父親本想讓他到英國學習金融。他卻執著於夢想,前往美國賓夕法尼亞州立大學,攻讀建築系。

從1935年開始,他輾轉了3所美國大學,最終在哈佛大學深造。由於成績突出,還沒畢業就被這所頂級學府聘為建築系助教。



●年輕時的貝聿銘

1948年,31歲的貝聿銘走出象牙塔,決定到社會上實戰。但那時建築師普遍是白人,貝聿銘的東方面孔格格不入,而且彼時的中國非常落後。

這麼窮的一個國家,怎麼可能有優秀的現代建築師呢?根本沒有公司願意聘用。好在關鍵時刻,一個紐約(專題)的開發商向他伸出了橄欖枝,不經意間打破了美國的慣例,讓一個東方人邁入了美國建築界。

而在一年之後,大洋彼岸的中國正上演最後的戰鬥。由於國民政府大勢已去,各級官員瘋狂斂財,為跑路做準備。

父親貝祖貽身居財政要職,不拿一分公款,堅持清白做人,完美踐行了祖訓。

“以產遺子孫,不如以德遺子孫,以獨有之

產遺子孫,不如以公有之產遺子孫。”

在貝家人看來,德遠比錢更重要。雖然父親不再執掌大權,貝聿銘依然是一身的貴族氣質,哪怕是在最失落的時候。

雖然貝聿銘非常用功,但整整15年過去了,美國的主流建築師仍然不肯接納這個東方人。偏見就像一座大山,壓得人無法喘息。

貝聿銘都已經46歲,馬上就要半百。但一個意外事故的發生,讓他走出了僵局。

1963年10月,美國總統肯尼迪蒞臨母校哈佛大學,為總統圖書館親選場地。結果一個月後,肯尼迪遇刺身亡,這座剛剛規劃的圖書館成為了他的遺願,由妻子杰奎琳挑選設計師。

無數建築師摩拳擦掌,希望贏得這個機會,但杰奎琳卻選擇了年輕名淺的貝聿銘。一時間業內嘩然,貝聿銘名聲大震。

●1964年,貝聿銘和杰奎琳出席新聞發佈會

原來,貝聿銘不僅見解獨到,還很用心地把事務所裝飾成了杰奎琳喜愛的風格。更巧的是,他和肯尼迪同一年出生,這不就是冥冥中的緣分嗎?

在種種波折之下,肯尼迪圖書館歷時15年才大功告成,選址還改成了垃圾場。結果建成之後,垃圾場變成了風景名勝區。

這座由幾何圖形組合起來的建築,倚海臨風,氣度雍容,就像大熊貓一樣黑白分明,也像大熊貓一樣受到了狂熱的推崇。

●肯尼迪圖書館

1979年,貝聿銘斬獲了美國建築學院金質獎章,這一年甚至被稱為“貝聿銘年”。肯尼迪圖書館不僅僅是波士頓(專題)市的地標,乃至整個美國的地標。

杰奎琳也對這棟建築極其滿意,甚至成為貝聿銘的粉絲,向外界稱讚:“貝聿銘的唯美世界,無人可比。”

得到主流推崇的貝聿銘,像旋風一樣橫掃世界,將光線、空間和幾何圖形完美融合,成為了現代建築最後的大師。

●香港(專題)中銀大廈

法國盧浮宮的金字塔、美國埃弗森藝術館、日本(專題)美秀美術館、香港中銀大廈、北京香山飯店,以及他晚年回饋家鄉,傾注無數心血,視為掌上明珠的蘇州博物館。

●北京香山飯店

他平生設計了超百項大型建築,斬獲了50多個獎項。最重的一個榮譽,是1983年的普利茲克建築獎,該獎項被視為建築界的諾貝爾。

評委會的評價是:“他創造了本世紀最美麗的內部空間和外部造型。”

更讓人欽佩的是,有些人雖然事業有成,但在教子方面一敗塗地。貝聿銘則在締造偉業的同時,兒女也全都成才,連孫輩都在續寫輝煌。

貝家有一條不成文的規定,在挑選配偶時格外慎重。同父親一樣,貝聿銘迎娶了名門之後盧愛玲。這位女子低調、美麗又大方,畢業于韋爾斯利學院,與冰心、宋美齡是校友。

二人婚後生下了三兒一女,由於對故國的眷戀,分別將三個兒子取名為:定中、建中、禮中,女兒則名為貝蓮。

●貝聿銘與盧愛玲婚禮

他們對於兒女,與其說是教育,不如說是期許。既有西式的放任,也有中式的關愛。用自己的言行,潛移默化地影響着孩子,從不干涉他們的選擇,並且雷打不動地周末聚餐。

媽媽盧愛玲非常知性優雅,給予了丈夫極大的信心。待丈夫揚名之後,她從不接受任何採訪,以煽情炒作的方式博名利。

爸爸貝聿銘,則是像高山一樣的存在。他的名氣太大了,經常登上各種報紙頭條,同學們都知道他們的爸爸。

●貝聿銘全家福

小兒子貝禮中回憶,一開始覺得父親的威名是種很大的負擔。後來轉變思路,每次都拼盡

全力做事,不讓自己淪為負面的例子。

“我哥哥是這樣,妹妹也是這樣。我們暗自都卯足了勁,盡全力實現父母的期許。但壓力不是來自於他們,而是來自於我們自己。”

在這種互相較勁的比拼之下,三個兒子全都考入了哈佛大學。長子貝建中成為了城市規劃師(後因病離世),二子貝建中、三子貝禮中,成為了知名的建築師。

●貝聿銘(右一)與兒子貝建中(左一)、貝禮中

女兒貝蓮畢業于哥倫比亞大學法律系,從事法律相關工作,同樣非常出色。兩個孫女,更是成為了歐美圈的名媛。

貝建中的女兒Olivia Pei也畢業于哈佛大學,2007年時參加世界頂級的巴黎名媛舞會,渾身上下洋溢着自信。

●2007年,Olivia Pei受邀參加了巴黎成人禮舞會

那個與拜登合影的女孩,是貝禮中的女兒Anna Pei,出生於1997年,臉上常駐微笑,更加俏皮可愛。由於媽媽是多國混血,她是典型的混血長相。

從2歲開始,她就跟隨家人周遊世界,出席過許多博物館的落成儀式。尚在懵懂的年紀,就已經認識了許多世界名人。與拜登合影后,她又表示:“下周會跟希拉里碰面。”

●Anna Pei與爺爺貝聿銘

小小年紀就起人來更是了不得,為爺爺過生日時說:“我只喜歡99歲的男人。”

在這樣的家庭環境中,Anna也成長為一名學霸,畢業于哥倫比亞大學藝術史專業。年紀輕輕便創立了兒童藝術史教育項目,未來準備從事感興趣的電影製作設計。



●Anna在爺爺設計的盧浮宮金字塔前

這個世界上有一種風,既看得見,也摸得着,它的名字叫“家風”。家風的核心,就是言傳身教。

可嘆的是,有些家長對孩子千般要求,恨不能每時每刻學習讀書。自己卻極為鬆懈,天天抱着手機不去。

雖然家風不能掀起千尺巨浪,但能夠吹開家中的花蕾。無論走到哪里,都能給身邊人帶來芬芳。

當父母自強、無私、講原則,能夠經營好人生的時候,他們教出的孩子會差嗎?

來源:倍可親(backchina.com)



美國兩唐人街成古迹 當地人抗議長期遭排擠歧視

西雅圖唐人街居民抗議遭受歧視
據美國廣播公司新聞網18日報道,因長期遭受“存亡威脅”,西雅圖和費城唐人街被全美歷史保存信託組織(NTHP)列入年度最須保護的歷史古迹。當地居民批評,近些年來的大型開發計劃越發導致亞裔遭受歧視和排擠。

30年來,NTHP 總共列出 350 個“存亡受到威脅”的歷史古迹集中地,今年選出“全美最受威脅”的 11 處,都是“對少數族裔特別重要”的生存場域。這些社區長期以來一直是華裔和其他移民的避風港,但由於公共交通擴張、體育場館和大型房地產項目等開發項目,這些社區面臨着搬遷的風險。

費城的唐人街是 3000 多名華裔居民的家園,這些華裔在新冠疫情和經濟衰退雙重危機之中,還得抵抗各路開發商的脅迫。居民們擔心新的開發項目會讓事情變得更糟。經營餐廳的林旭(Xu Lin,譯音)表示,大型開發計劃會將傳統小



店趕盡殺絕。他說,每當有關方面宣佈類似巨大的開發計劃前,根本不和住戶商量,結果就是“威脅我們的生存,令人煩不勝煩”。

西雅圖唐人街也面臨類似的生存威脅。“唐人街-國際區”大飯店、大企業和交通轉運站的開發計劃從南北兩端包抄唐人街,帶動當地房價飆漲,本地人已從住宅中被排擠出來,更無力談論購買新樓。

林旭表示,唐人街即使規模不斷縮小,並受到全美城市貴族化的威脅,但仍是華裔美國人的避難所。“目前全美對生了很多種族歧視和暴力事件”,林旭說,“但唐人街仍是安全溫馨的家,我們在這裡可以做自己,講自己的語言,也不會因為外貌遭遇麻煩”。(海外網)

“鐵路華工歷史中心”在舊金山揭幕

新華社舊金山5月12日電:首條橫跨美國大陸的鐵路竣工154周年之際,“鐵路華工歷史中心”日前在加利福尼亞州舊金山唐人街揭幕。

加州和舊金山灣區政要、華工後人和華人社區代表參加揭幕儀式。加州副州長埃萊妮·庫納拉基斯高度評價華工的貢獻。她表示,華工用力量、果敢、勇氣、汗水、淚水,甚至生命修建了鐵路最險峻的路段。該中心的成立“用中國之光照亮了美國和加州歷史的一部分”。

5月10日,美國加利福尼亞州副州長埃萊妮·庫納拉基斯(在舊金山舉行的“鐵路華工歷史中心”揭幕儀式上講話。

“鐵路華工歷史中心”由方李邦琴基金會發起設立。舊金山灣區著名僑領方李邦琴在開幕式上說,上萬名華工為橫跨美國大陸鐵路的建設作出犧牲和重要貢獻,設立“鐵路華工歷史中心”旨在銘記過去,啓迪未來。

據資料記載,截至1867年,華工佔該鐵路西部路段勞動力的80%以上。在鐵路落成典禮上卻沒有一個華工面孔。他們不僅在美國歷史上

被忽視和遺忘,更受到後來排華法案的迫害。中國駐舊金山副總領事潘慶江說,過去針對華人社區的歧視和仇恨犯罪如今仍在繼續。他希望“鐵路華工歷史中心”能提示和啓迪大家共同努力,增進人民之間的相互瞭解和友誼,堅決反對歧視和仇恨行徑,共同推進中美關係在新時代穩定健康發展,更好造福兩國人民和世界。

方李邦琴表示,“鐵路華工歷史中心”選址在唐人街更有紀念意義,將成為人們瞭解華裔和亞裔在美國奮鬥發展歷史的重要窗口。五月正值美國亞太裔傳統月,她希望該中心能讓公眾更多瞭解華人的歷史功績,幫助減少和消除針對亞裔的仇恨和偏見。



美國蒙大拿州宣佈全面封殺TikTok 不許上架

全球多國政府因顧忌中國影音軟體“TikTok”可能造成的資安威脅,陸續禁止在公部門使用。如今美國蒙大拿州宣佈,禁止手機App商店在州內上架TikTok,成為美國州政府首例。

路透社報道,蒙大拿州長吉安福特(Greg Gianforte)當地時間周三宣佈,新頒佈的法案禁止手機軟體商在蒙大拿州上架TikTok。他強調,這項法案將進一步保護蒙大拿州民衆免受中國監控。

對此,TikTok 母公司北京字節跳動回應,稱該法案州非法封殺TikTok,侵犯了蒙大拿州民衆在憲法第一修正案(禁止國會立法剝奪言論自由)上的權利,強調他們會捍衛蒙大拿州內外使用者的利益。

這項法案將於6月1日生效。此外,蒙大拿州也禁止在公務機上使用會蒐集並提供個人資訊給非友好國家的社群軟體。

蒙大拿州州政府表示,若TikTok違反禁令,將會予以開罰,並稱禁令將於2024年1月1日起生效。

蒙大拿州只有略超過100萬的人口。該州表示,如果TikTok違反禁令,有可能因為每一項違法而受到罰款,並每天追加1萬美元罰款。



該視頻分享應用軟件可以從蘋果公司和谷歌設備的應用軟件商店下載。谷歌的母公司是字元表公司(Alphabet Inc.)。蘋果和谷歌如果違反禁令,也有可能因為每項違法而被每天罰款1萬美元。

該禁令有可能面對多項法律挑戰。反對者指稱禁令違反了用戶受到憲法第一修正案保障的言論自由權。時任總統唐納德·特朗普(Donald Trump)曾試圖通過商務部在2020年頒佈的一項命令,禁止對TikTok和微信海外版WeChat進行新的下載,但是該禁令被多家法庭阻止,從未生效。

短視頻應用程序TikTok當地時間22日向美國聯邦法院提起訴訟,要求阻止蒙大拿州對其實施全面禁令。TikTok表示,這項史無前例,將於明年開始實施的禁令,侵犯了受憲法保護的言論自由權,並且是基於毫無根據的猜測。

發言人說,公司已採取實質性措施保護TikTok用戶的隱私和安全,“我們認為,基於無比強大的前例及事實,我們將會打贏官司。”

TikTok在訴狀中寫道:“該州制定這種特別的、前所未有的措施,是基於毫無根據的猜測。”該平台發言人奧伯維特(Brooke Oberwetter)17日曾稱該法案違憲,“侵犯了蒙大拿州人民的言論自由”。她說:“我們想向蒙大拿州人民保證,他們可以繼續使用TikTok來表達自己、謀生、加入社群,因為我們繼續努力捍衛蒙大拿州內外用戶的權利。”

任職天普被誣 指中國間諜 華裔教授 郗小星獲準告FBI

聯邦上訴法院裁定,費城天普大學華裔物理學教授郗小星(Xiaoxing Xi),可以就自己被當局誣指為中國間諜的案件,繼續起訴聯邦調查局(FBI)並追討賠償。

綜合《費城詢問報》與NBC報道,聯邦第三巡迴上訴法院3名法官,聆訊後推翻下級法院的決定,裁定聯邦調查局侵犯了郗小星的憲法權利,因此將案件發還原訟庭重審。在長達37頁的判詞中,3名法官都表示,即使法例容許聯邦調查局探員在一定程度上自由辦案,事後不會受到法院挑戰,但這不代表當局可以肆意調查、搜索、拘捕涉案人。其中法官克勞斯(Cheryl Ann Krause)表示,郗小星羅列了多項具體指控,質疑聯邦調查局故意忽略對他有利的證據,而上訴庭這次決定,只是回應郗小星的指控,他在案件發還下級法庭審理時,仍需提供證據才可索償。

郗小星在裁決後接受訪問,直言裁決讓他感到興奮,自己終於可以要求政府官員在宣誓的情況下,解釋當初查案並且侵犯他憲法權利的決定。

代表郗小星和公民自由聯盟(A-

CLU)的民權律師魯道夫斯基(David Rudovsky)表示,樂見法院確認公義的基本原則,郗小星一家因為政府行為輕率魯莽而承受痛苦,有權為此索取索償。

郗小星的案件源于2015年5月,當局荷槍實彈突襲他的寓所,在其妻女面前將他逮捕,並指責他為中國充當經濟間諜。但同年9月,FBI因查無實據因此撤銷指控。

郗小星表示,自己一度有機會率領天普大學的物理系,後來雖然司法部撤銷指控,自己也能夠重返校園,但系主任的職位空缺已被同事填補。校方則說,當時只是考慮郗小星,人事安排並未作實。

時至今日郗小星認為,他在天普大學的研究工作依然受到當年案件影響,過去率領多名助理,現在只有1人與他共事,也只成功申請到1項政府資助,似乎有人擔心他還會再次受到聯邦調查。文章來源:星島日報



在美僑胞創辦中文雜誌:讓華裔小讀者看到更多中文故事

僑胞程靜及其團隊在美國創辦中文雜誌《小枇杷》——

“中國特產,快樂陽光”。在美國,僑胞程靜和夥伴們創立了專門面向美國華裔兒童的中文雜誌《小枇杷》,10年來出版61期,發行範圍覆蓋全美。他們傳承中華文脈,努力消除華人家庭代際文化隔閡,盡力為華裔孩子打造一個文化樂園。

跨越隔閡 促進交流
“我來美國這么多年,第一次看到編寫質量這么高的中文雜誌!”《小枇杷》的一名讀者感嘆。

從2013年至今,《小枇杷》在重視中文教育的華人父母間頗受歡迎。許多中文學校、沉浸式語言學校和圖書館是雜誌的訂閱客戶。

“20多年前剛來美國時,我房東的孩子會陪父母看粵語片,但這僅僅是出于孝順,他不會說粵語和普通話。”程靜說,“曾經,很多華人父母不重視培養孩子的中文能力,結果孩子長大後對漢語和中華文化感到陌生,造成了華一代和華二代之間的隔閡。”

友人潘輝娟提出想創辦中文兒童雜誌並出資支持,程靜為這種不謀而合感到興奮,立刻緊鑼密鼓地籌備起來。從在中國文學藝術界聯合會朋友的幫助下設計《小枇杷》的內容定位,約出第一期稿件,到馬不停蹄回國考察5個城市的印刷廠,程靜的團隊每天加班到凌晨一兩點,累到開着電話會議也能睡着。

2013年春,《小枇杷》試刊號如期出版。然而程靜發現,對於部分華人家庭來說,孩子學中文並非剛需。市場小、利潤低等現實因素接連向程靜和夥伴們潑來冷水。

宣傳經費捉襟見肘,團隊成員只好採用“笨辦法”:奔波在不同城市,親手向中文學校贈送《小枇杷》。然而,即使雜誌免費,他們還是屢遭冷遇。

“比如,有的學校負責人說,需要通過董事

會開會決定是否接受《小枇杷》,我們就把會議時間換個記上日程,結果發現這件事可能從沒被提上他們的議事日程。”程靜說,“還有一次,我們本來已聯繫好中文學校舉辦講座,結果,我們驅車幾小時趕去,卻得知他們沒有通知觀衆,只好無功而返。”

克服困難 耕耘內容
通過團購形式扭轉銷售低迷的局面,是團隊做出的嘗試之一。早期在得克薩斯州推廣《小枇杷》時,有的志願者會長期隨身攜帶雜誌。遇到僑胞下棋、打牌或練武術,志願者都上前爭取新讀者。只要這些僑胞展現出一點興趣,她就記下對方的郵箱,鼓勵訂閱。終於,《小枇杷》擁有了第一個訂閱者。

經歷了一次次磨礪,程靜倍加珍惜推廣中文雜誌的同行者:“儘管代銷雜誌利潤很低,但有的同胞堅持幫我們銷售。我知道,是對中華文化的熱愛在支撐他們。”程靜的目標是打造適合小讀者的精品內容。起初,團隊缺乏經驗,部分內容“中國風”偏重,超出缺乏中華文化環境的華裔孩子理解能力。在一名華裔編輯的啓發下,程靜的編寫思路由“我想告訴孩子什麼”轉變為“孩子想看什麼”。她通過美籍華裔兒童熟悉的“超級英雄”



文化,引出一些中國古代英雄的傳說;利用“童話童畫”欄目向華裔兒童徵稿,展示孩子們的作文和圖畫。

程靜最喜歡的欄目是“童年記憶”,各年齡段華裔受邀在欄目中分享故鄉童年往事。在以“南京”為主題的“童年記憶”中,程靜邀請南京大學的校友根據兒時經歷創作文章,又邀請江蘇畫家、童書編輯王祖民創作插圖。收到稿件時,程靜看着畫作里無數生動的生活細節和南京地標,不時被勾起回憶,在書稿前淚目,感覺“把這座熟悉的城市又愛了一遍”。

“一個在父母故事長大的孩子是好問多思的,一個在故事成長的民族是豐富成熟的。希望《小枇杷》把我們這輩人的見聞、經歷和心得分享給下一代。”在一期雜誌的卷首語中,程靜寫道。

多維發展 長久陪伴
為了給華裔孩子營造中國文化環境,程靜在創新傳播形式、線下聚合讀者方面下了一番功夫。電子書、電台、雲課堂、讀書會、繪畫和寫作大賽……每年,她都帶領《小枇杷》嘗試一個全新領域。

程靜的團隊連續5年在美國各州舉辦讀書會,累計有數百個華人家庭參與。在華人不

多的州,有時僅有5個家庭到場,但讀書會照常開展。每次讀書會前,一個家庭挑選適合美國兒童的中文繪本,然後組織其他家庭一起到圖書館讀書,並安排學詩詞、猜謎語、講成語和寓言故事。

“我所在的地區每兩周舉辦一次讀書會,我常常帶兩個兒子參加。家長們給了我很多驚喜。他們中有的主持人,講故事時把不同動物的聲音模仿得惟妙惟肖,一下就迷住了孩子們;有的是大學老師或實驗室員工,正講着‘三國’故事,忽然以它為背景出了道數學題。”程靜說。

一片冰心,久久為功,《小枇杷》與小讀者們產生了雙向的愛。程靜跟10年前在雜誌上發表作品的華裔孩子仍有聯繫。一日,一名華裔女孩通過家長告訴她,希望把擺攤賣書所得悉數捐給《小枇杷》。

“投稿時她可能還是小學生,現在要上大學了,居然還記得並實打實支持我們。”程靜說,“還有一些華裔孩子一得到壓歲錢,就捐給《小枇杷》。比起來自成人的捐贈,孩子們對中華文化的認同和對我們的支持更讓我感到欣慰。”

《小枇杷》在程靜的小兒子出生後不久創辦,它與程靜家兩個生於美國的華裔男孩相互陪伴,共同成長。“兄弟倆經常幫我給雜誌貼標籤、打包郵寄。”程靜說,“雜誌中的連載故事《鬼鬼酷酷》以華裔兄弟為主角。每次發稿前,他們都從自己的視角給故事詞提建議,我就會重新思考設計。現在,這個故事很受歡迎。”

再回首,程靜和團隊成員在雜誌創立之初設定的目標在很大程度上已經實現,他們堅持辦好雜誌的信念愈發堅定;曾經的小讀者正向中華文化之海的更深處游去,新讀者以《小枇杷》為牽引正準備啓程。“我正努力完善漢字難度分級庫,建立更科學的分級閱讀體系。未來,我希望《小枇杷》能惠及更多學中文的孩子。”程靜說。

回國注意!有華人親歷“補稅”上萬!行李上鎖

暑期即將到來,歷經三年疫情終於迎來全面放開,小夥伴們都歸心似箭,雖然票價依舊昂貴,但諸多華人同胞還是選擇了暑期回國。

不過要提醒大家的是,通過社交平台上網友們曬出的信息,可以獲知最近海關正在嚴查入境,大家一定要多加小心。

有網友分享了自己驚心動魄的“闖關”經歷,說自己之前看到好多朋友都被查被稅,沒想到自己也難逃此劫——美國回國,上海入境,行李也是被海關扣下,開箱檢查,但所幸沒什麼問題,自己的幾件電子產品也都做了申報,最終順利放行。

另一位網友則表示,自己最近回國時候,看到行李都是一件件過安檢被檢查,自己保健品



多帶了幾瓶,都被海關警告,還留下身份證件做記錄,這是此前從來沒有遇到過的。

更有很多回國網友的箱子被直接上了海關鎖,要求開箱檢查,連身上的背包都要過一遍機器。

據說一是為了查看是不是有違禁品,二是要看看有沒有未申報的物品。

還有一位從羅馬飛成都的網友透露,同機很多乘客的行李都被上了海關鎖,據說查驗的重點是名牌包,畢竟包包目測就能測出價格。

其中一位旅客表示,就表示自己買了兩個包,結果都被海關扣走,還要補交罰款。

目前五一期間入境,看到最貴的被稅額當屬這個從深圳入關的網友——13740元!

她說自己很“幸運”,在生日這天被海關開除了盲盒,20%的補稅,她也從這一刻才知道,原來只有5000元的免稅額。

另一位深圳入境的網友也和她經歷相似,整個航班只有她一個人被開箱,感覺一下子被“稅”回解放前。

根據規定,回國時攜帶的物品有5000元人民幣的免稅限額,若超過需要進行稅務申報。這裡需要提醒大家,以上網友只是補繳稅款,如果超過一定數額,或者涉及數額巨大,還會被進一步審問、拘留處罰或追究刑事責任!要知道數額巨大者,可判7年!

所以,大家不要抱有任何僥倖心理,該申報一定要申報。

並且一旦看到自己的箱子被上了海關鎖,千萬不要自行攜帶行李離開。

海關鎖附帶定位功能,一旦行李被運出指定區域,就會自動發出警告,除非檢查通過,不然絕無帶走行李的可能。

那麼,入境中國海關是真的變得異常嚴格了嗎?

也有網友表示,自己回去的時候並沒有看到工作人員,連安檢機子都沒有運行。

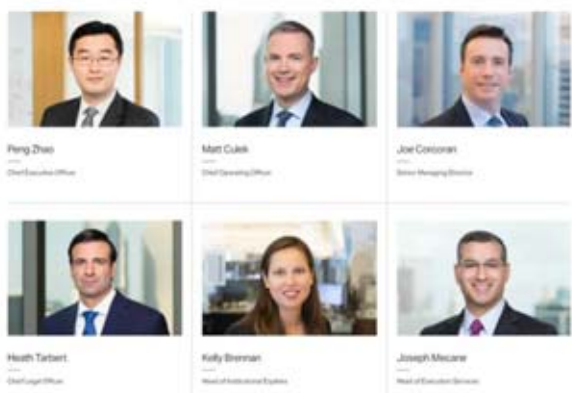
看來嚴查也是屬於抽查,但是三年多的疫情過去了,最近回國探親和放暑假的留學生數量明顯增加,海關的檢查大家必須要認真對待。相關規定瞭解清楚:

回國探親旅遊是開心的事,切勿存有僥倖心理,更不要以身試法。祝大家回國愉快!



華爾街華人 NO.1 開挂的人生從 10 歲就開始了

Our Team



在華爾街的衆多神話里,趙鵬的故事肯定不能算是最具傳奇色彩的一個,但絕對是濃墨重彩的一筆。

隨着“全球對沖基金新王”肯·格里芬的Citadel規模越做越大,旗下對沖基金Citadel LLC登頂2022年對沖基金最賺錢榜單,做市商Citadel Securities也一躍成爲業界的“王者”。Citadel Securities背後的掌門人趙鵬也逐漸爲人們所熟知。

從履歷來看,趙鵬絕對是國內不折不扣的“學霸”:10歲進入少兒班,14歲考上北大數學系;在美國加州大學伯克利分校博士畢業後入職Citadel Securities,不到十年就坐上了CEO的位置。

作爲爲數不多的年入9位數的北美華人,趙鵬神秘又低調,能公開檢索到的信息少之又少。除了在收益上令人咂舌,趙鵬在圈內的地位和聲望也是其它華人難以相比的。

有人形容趙鵬是“天才”,有人形容他爲“天生的企業家”。

如果簡單地把他看做一名學霸不免有些偏狹,因爲學霸層出不窮,而在華爾街風起雲湧間一路乘風而上的傳奇人生卻很難復刻。

1 開挂的人生從 10 歲就開始了

趙鵬的起跑線天生就領先於普通人。1983年,趙鵬出生於北京,從小就表現出了過人的聰慧:10歲進入了北京八中的“少兒班”,用4年時間完成了小學五年級到高中的所有知識,並以優異成績考進了北大數學系,在校期間分別獲得北京大學創新獎、Berkeley Fellow Erich Lehmann Citation 等各種獎項。

從北大畢業後,趙鵬前往美國加州大學伯克利分校攻讀統計學博士,主要研究在線預測、預測損失函數、自然統計、財務數據分析和財務預測等內容。

2006年博士畢業後,趙鵬便加入了Citadel Securities擔任高級量化研究員。憑藉着過人的專業水平,趙鵬一路披荆斬棘,從分析師到合夥人、總經理,最終於2017年擔任CEO,只花了不到10年的時間。

但這條漫長征途的初鮮,卻鮮有人知。趙鵬很早就鎖定了自己的目標。他12歲時,曾在地鐵上讀過一篇文章,描述了物理學家、數學家 and 計算機科學家如何開發系統,在預測市場走勢方面擊敗華爾街專業人士。

趙鵬被這種高風險和潛在的巨額回報迷住了,他當時就想,既然自己也擅長這些領域,那麼有一天也能成爲投資經理或交易員。

趙鵬後來自己談到,正是那篇報紙文章在他心里埋下了對金融感興趣的種子。從那時起,他所走的每一步都在探索自己是否真的對金融領域感興趣。

這一過程也造就瞭如今的華爾街“華人No.1”。

2 帶領 Citadel Securities 聲名鵲起

博士畢業之後,趙鵬面臨着職業路徑的選擇——是繼續深耕學術道路,還是大步向職場邁進?在迷茫之際,趙鵬選擇了進入雷曼兄弟進行暑期實習,主要負責定量研究。而當時,他只有23歲。

通過這段經歷,趙鵬發現了自己真正的天賦所在,以及他的專長可能給金融行業帶來真

正的影響。在深思熟慮之下,趙鵬選擇了曾經接觸過的Citadel Securities。

雖然在當時,投行才是大多數人眼中的香餡餅,對沖基金並不是熱門的選項,Citadel的規模只有現在的一小部分,但趙鵬更看重同事的專業水平和素質。他提到,自己在Citadel Securities遇到的每一個人都給他留下了深刻的印象,他們都擁有極其出色的能力和驚人的工作動力。

事實證明,趙鵬做了人生中最爲明智的幾個選擇之一。自此以後,他帶領Citadel步入了業務高速增長和全球擴張的發展階段。

截止2021年,在任職CEO的4年時間里,趙鵬帶領公司將交易的淨營收額翻了五倍之多,由2016年的12億美元飆升至2020年的67億美元。這使他受到了行業的認可,趙鵬於2019年入選了《財富》雜誌年度商界最具影響力青年榜單,被評選爲“40位40歲以下精英”之一。

Citadel的業務主要分爲兩大板塊,一個是提供投資業務的對沖基金Citadel LLC,一個是提供做市商業務的Citadel Securities。在Citadel因2008年金融危機遭受重創之際,創始人格里芬頂住了壓力,不僅將該公司從瀕死邊緣拉了回來,更是越做越大。

從1990年迄今,Citadel已經發展成爲全球最大的對沖基金公司之一,有“交易領域的亞馬遜”之稱,僅次於橋水。美聯儲前主席伯南克,就加入了這家公司。Citadel的地位也給了其創始人十足的底氣,格里芬曾擲下豪言:“我們不生產汽車,但我們確實生產鈔票。”

Citadel Securities逐漸成長爲美國最大的期權交易機構和經紀交易商之一。去年1月,它完成了創立20年以來的第一筆融資——紅杉資本和Paradigm對其進行了11.5億美元的少數股權投資,估值達220億美元,約合人民幣1400億元。紅杉資本合夥人林君毅 Alfred Lin將加入董事會。

自此,Citadel Securities成爲了2022年的第一只超級獨角獸。這也是該公司首次接受外部投資,意味着它離未來的上市計劃又更進一步了。

而趙鵬,這只超級獨角獸背後的掌門人、領導層中唯一的華人面孔,也逐漸爲人所熟知。趙鵬對此表示:“我們看到了滿足更多市場和更多產品客戶需求的巨大機遇,我們與紅杉和Paradigm的合作使我們處於更有利的地位。”

截至去年,Citadel Securities爲4000多家美國上市期權公司提供做市業務,佔美國期權交易總量的99%,是業內當之無愧的“王者”;目前,36%的美國上市零售交易都通過Citadel Securities的平台執行。

2022年,Citadel Securities實現了75億美元的收入,遠超2021年創下的70億美元的前紀錄;2020年的淨營收額爲67億美元,是2018年的兩倍。

3 領導才能嶄露頭角

Citadel Securities有這樣的成功,背後當然離不開這位“天才CEO”,趙鵬可以說是將自己的領導才能發揮得淋漓盡致。來到公司的一年後,他就開始與格里芬並肩作戰。

那時,美國抵押貸款市場的潛在危機逐步顯現,格里芬開始尋找能夠幫助自己的人。一位同事便推薦了趙鵬。在幾小時毫不疲倦的暢談後,格里芬很快就在趙鵬的辦公室里有了臨時座位。後來隨着公司度過了2008年的金融危機,業務得到了發展,趙鵬的職業生涯也開始起飛。

知情人士透露,在2009年金融危機後,趙鵬從上一任負責手中接過了Citadel HFT高頻交易團隊的爛攤子,僅僅用了兩年的時間便使其重新崛起。

Citadel拓展業務的第一步,就是做市部門的期權業務。最初的方法很簡單:隨着越來越多的量化投資者通過算法交易涌入市場,該公司介入,充當交易的另一方,即提供流動性。

雖然該項業務大獲成功,但趙鵬認爲遠還

不止于此。2014年,Citadel聯席主管David Smith和Jim Knight離職後,趙鵬被委以重任並重新設計了該部門處理訂單的方式,模仿股票交易的演變,即更多地依賴預測分析而非人爲干預。這使得公司的業務量繼續激增。

2012年加入Citadel的首席運營官Matt Culek評價稱:

你需要獲得高層領導和格里芬的信任,這樣才能發展業務。趙鵬就把事情辦好了。

趙鵬在組建公司團隊的過程中把招聘作爲優先事項。他認爲,最優秀的人才最有可賺錢,於是先從他的老同學Fang Wu下手。起初Wu委婉地拒絕稱,自己對金融知之甚少,只懂物理。

然而趙鵬並沒有放棄,他繼續給Wu打電話,並發送一些諸如腦筋急轉彎之類的小問題,引起了Wu的興趣。Wu招架不住,最終同意去Citadel當時的總部芝加哥,但仍沒有全然答應趙鵬的請求。

他很快就被“打臉”了——Wu成了Citadel的一名全職員工。他在談到這件事時笑着調侃道:“(趙鵬)他不是壞人。他的意圖是好的。他只是爲所欲爲。”

4 成爲 CEO 並不是目標

在2008年金融危機中,Citadel憑藉其強項之一的策略基金起死回生——在關注投資價值基本面的同時,通過大量信息以及各種數學模型來分析市場,從中尋找機會。而這正是趙鵬能夠發揮長處的地方。

在伯克利攻讀博士學位時,趙鵬就摸索出了一種處理問題的訣竅——把一些看似主觀或混亂的東西分解成可以被映射和理解的碎片。他正以同樣的方式看待市場。

他表示,在Citadel Securities建立新的業務線總是首先要弄清楚如何利用數學、建模和機器學習,立即找到一項資產的正確價格。一旦解決了這個問題,公司就會設計出一種可以擴大規模、接近該價格的買賣方法。

他的老同事們說,從這些解決問題的細節,到逐步開始管理業務,無一不體現着這位CEO與生俱來的稟賦。雖然他很晚才認識到自己的



關於... (transcription of the text in the image)

領導才能。

2016年年中,格里芬大張旗鼓地招募了微軟前首席運營官Kevin Turner執掌Citadel Securities。此時只能退居首席科學家的趙鵬稱,他並不爲被淘汰而煩惱:

其實成爲CEO並不是我原計劃的一部分。如果我的職業目標是成爲一家金融公司的CEO,我就不會在本科時選擇數學專業了。

但Turner與格里芬的相處並沒有想象中的那麼融洽,而且作爲新人,他不習慣公司的環境。Turner只堅持了幾個月就離職了,趙鵬重新回到了CEO的位置。

Citadel Securities的衍生品主管Roy Kaiser評價趙鵬稱:“他是創新背後的驅動力,負責研究議程和收入。在他身上,你能聯想到關於CEO的一切。”

5 堅持、聰明、低調、務實

回顧趙鵬的人生經歷,可以發現這位被譽爲“天才CEO”的幾個突出特質。

首先就是堅持。這就要提到趙鵬如何進入北大的故事。在少兒班的二年級,作爲班里最優秀的學生,他獲得了參加全國奧林匹克數學競賽的資格。不幸的是,參賽的門票很快就被他弄丟

了。

後來,趙鵬和他的父親在附近的垃圾場里一點一點翻找了近一天一夜,才終於找到了那張門票。他成功參加了比賽,開啓了自己傳奇人生故事的第一篇章。

這場數學競賽就是趙鵬能夠14歲進入北大的“快捷通道”,其候選人可以參加一個讓10歲孩子能夠在4年內完成高中學位的項目。作爲該項目的第一環節,趙鵬需要在一個爲期兩周的訓練營中接受評估。

在一項關鍵的測試中,訓練營的組織者把孩子們帶到一條跑道前,給他們一個簡單的任務——向前移動,他們只能猜測如何給觀察員留下深刻的印象。最終,趙鵬堅持完成了兩個小時的路程,因表現出了過人的毅力而通過了評估。

能以如此快的晉陞速度成爲華爾街的CEO,他的聰慧幾乎是最“不值一提”的優勢。比趙鵬大四歲的北大同學Fang Wu表示:“他在校園里很有名,不僅因爲他的年齡,還因爲他的智力。”

Wu回憶說,當時他們的小組會花幾個星期研究習題,但趙鵬只用幾天時間就能完成,剩下的時間都在玩電子遊戲。

在華爾街的衆多CEO中,趙鵬還一直保持着不同尋常的低調。相較於一直處在聚光燈下的格里芬,趙鵬鮮少引起旁人的注意。Citadel Securities前高管、EDX Markets現任首席執行官Jamil Nazarali表示:

他唯一做得不夠的是,他的公衆知名度不夠高。

雖然格里芬經常在公衆面前發表講話,但彭博援引知情人士透露,格里芬實際上很少訪問Citadel Securities,而是採取遠程監控的方式。在公司各種拓展業務的努力中,是趙鵬在忙前忙後。他在接受採訪時宣傳自己的公司稱:“如果你想做交易,我們應該是你第一個想到的名字。”

從他“視CEO頭銜爲糞土”的態度就可以看出,趙鵬是一個十分務實、專注于技術的人。他曾提到,學習相當重要,他的學術背景和工作經驗本質上是非常偏技術性的。雖然沒有MBA學位,但趙鵬一直通過閱讀公司、人才管理方面的文章不斷汲取前人的經驗。

6 放眼整個交易市場的格局

目前,Citadel Securities正準備加入美聯儲精選的一級交易商名單,這些交易商在紐約聯儲實施貨幣政策時直接與之交易,並承諾參與每一場美國國債拍賣。該機構日益增長的影響力正在引起人們的注意。

穆迪投資者服務公司分析師Fadi Abdel Massih曾表示,在金融行業之外有一種普遍的誤解,認爲做市商相對安全甚至無聊,就像電力公司維持供電一樣。但事實上,做市商的交易是一個“高度複雜的過程,有可能造成巨大損失”。

Massih補充稱:“當創始人的資本被置于風險之中時,雙方的利益就會緊密結合。隨着業務線的增加,該機構的收益將變得多樣化,因此它可以更好地承受業務中任何部分偶爾出現的損失。”

作爲CEO,趙鵬以對指標的痴迷而聞名。他幫助建立了一個Citadel Securities的內部管理門戶網站,實時跟蹤員工和業務部門的表現,統計收入並顯示公司相對於同行的表現。經理們每個月都會回顧業績,決定如何擴張或者削減業務。

對於Citadel Securities的未來,趙鵬表示,該機構將包括分析、工程、軟件和硬件在內的尖端技術帶入金融領域,“我們正從根本上改變和推動未來金融市場的運作方式”。

有網友在社交媒體平台透露,趙鵬在一次聊天中提到,他現在目的已經不是賺錢了,而是致力於改變整個債券市場傳統交易的格局。

他認爲,作爲80後,應該擔負起推動社會發展的重任。從這個意義上來說,趙鵬爲人們樹立了一個從學術向商業應用轉型的好榜樣。

除此之外,Citadel也是第一家完成人民幣融資的外國對沖基金,對中國留學生也是十分的歡迎。

網友透露稱,這是因爲整個團隊都對趙鵬頗爲信服。因爲他的影響力,Citadel的HR也非常願意招中國留學生。



“AI 詐騙”冲上熱搜第一, AI 安全或再成焦點

海內外積極因對 AI 風險

5月19日消息,英國計劃與 OpenAI 和 DeepMind 的高管舉行關於 AI 風險的會議,英國的人工智能峰會最快可能在本月舉行。

5月18日,科學技術部部長王志刚表示,中國積極應對人工智能可能帶來的風險挑戰,推進人工智能倫理治理,髮佈人工智能治理原則和倫理規範,向全球表明負責任人工智能的鮮明立場。

5月16日,OpenAI CEO Altman 呼籲國會對人工智能(AI)系統採取安全標準。他認為,政府可以將發放牌照和測試的要求結合起來,監管開發 AI 模型的公司。

4月11日,據《華爾街日報》報道,拜登政府已經開始研究是否需要對 ChatGPT 等人工智能工具實行檢查。作為潛在監管的第一步,美國商務部4月11日就相關問責措施正式公開徵求意見,包括新人工智能模型在發佈前是否應經過認證程序。徵求意見期限為60天。

4月11日,國家互聯網信息辦公室發佈《生成式人工智能服務管理辦法(徵求意見稿)》,向社會公開徵求意見。該意見稿聚焦生成式人工智能,在算法設計、訓練數據選擇、模型生成和優化、提供服務、生成內容、個人信息和隱私保護方面均做出了限制。

據中信證券研報,AI 可能引發的安全問題主要體現在以下方面:

1)大模型訓練、調優所使用數據的安全問題。

比如前文所述意大利個人數據保護局因年齡審核、數據和隱私安全等問題,宣佈限制 ChatGPT 運營;加拿大聯邦隱私監管機構宣佈,OpenAI 涉嫌“未經同意收集、使用和披露個人信息”。

2)大模型生成內容的可靠性、使用方式等問題。

中信證券指出,由於大模型在生成內容上的基於概率統計的原理,其內容可靠性可能存在問題,如引用的客觀數據是否是最新且來源可靠的,此外,由 AI 生成的新聞圖片出現在互聯網中,真假難辨,或引發傳播風險;歐洲刑警組織提示稱,ChatGPT 可能被濫用於網絡釣魚、虛假信息和網絡犯罪。

華創證券還提到,網絡攻擊方面,搭載了 AI 能力的黑客如虎添翼,ChatGPT 的強大功能降低了網絡攻擊者用於製作惡意軟件和降低技術門檻,使得攻擊手法轉向分布式、智能化、自動化,智能化對抗將成為主要的攻防形式。哪些技術有望用來應對 AI 風險?

中信證券指出,由於大模型在訓練、調優數據過程中涉及用戶數據調用,伴隨生成式 AI 技術熱潮掀起,在數據採集、傳輸、存儲、處理、共享、銷毀等數據生命週期各階段,通過加密、數據水印等技術手段保護用戶數據特別是隱私成為當務之急。

針對大模型生成內容的可靠性、使用方式,中信認為,應對 AI 生成內容進行標記,同時對 AI

生成內容的可靠性及傳播鏈路進行把關。

安信證券提到,當前對 AI 生成內容的判別主要可以由兩種技術途徑來完成:

1) 通過算法識別 AI 模型生成內容的特徵,從而鑒別相應的內容是否由 AI 生成。根據公司公告披露,美亞柏科正在佈局相關取證技術,比如對人工智能合成、生成的視頻圖像內容檢測鑒定。

2) 通過對 AI 生成的內容添加特定的標識,來區分相應內容是否由 AI 生成,這一方向的技术手段包括數字水印等相應的加密技術。

國盛證券指出,AIGC 可能生成的虛假信息,需要類似換臉甄別的技术來鑒別圖像等信息是否由 AI 生成;數據隱私方面,隱私計算可以在不暴露數據的情況下進行計算和分析,以實現數據隱私的保護。

隱私計算是在保障數據隱私安全的同時,實現數據分析計算的技术體系,其價值是打破數據孤島,實現數據的可信流通和價值挖掘。國泰君安稱,隱私計算在政策和需求的雙輪驅動下不斷發展壯大,到2025年,中國隱私計算市場規模有望突破百億級,市場空間巨大。

國盛證券還提到,安全問題不能僅靠 AI 廠商自律解決,還需要外部力量監督。全球 AI 監管處於探索階段,歐盟、英國、美國相關法律法規與指導意見逐步推進。人工智能趨勢不可逆轉,與科學技術的高速發展相比,現有法律和倫理仍處於不斷起步探索的階段。

AI 詐騙屢見不鮮 人工智能如何執好這把“雙刃劍”

人臉效果更易取得對方信任,通過分析公眾發佈在網上的面部信息,並利用 AI 換臉技术,在視頻通話中偽裝成想成爲的人,並通過視頻電話的方式進行信息確認,獲取信任進行詐騙。

近日,“AI 詐騙正在全國爆發”的話題冲上熱搜第一。AI 即人工智能縮寫,此事引起人們對人工智能的熱議。

近日,包頭市公安局電信網絡犯罪偵查局偵破一起使用智能 AI 技术進行電信詐騙的案件。犯罪分子利用人工智能實施電信詐騙,受害人10分鐘內被騙430萬元。

更令人背後冒冷汗的是,AI 詐騙早已屢見不鮮

福州的李先生遭遇了冒充領導的 AI 詐騙,被騙數萬元。騙子通過和李先生打視頻電話,取得了李先生的信任,在後續的聊天中騙子提出想借李先生錢,由於事先有視頻確認,李先生不疑有他,便向“曾某”提供的賬戶轉賬數萬元,後發現被騙。

某公司財務小王接到領導電話,要求立刻給供應商轉款2萬元,並將轉賬信息以郵件形式發送,轉賬理由是避免繳納滯納金。由於老闆的口音十分逼真,小王信以為真,在1小時內轉款完成,後發現被騙。

AI 詐騙事件頻發,令人心生恐懼,我們瞭解

一下 AI 詐騙的幾種主要方式,以此提高警惕

1)利用聲音合成進行詐騙

即通過騷擾電話錄音等來提取某人聲音,獲取素材後進行聲音合成,從而可以用偽造的聲音騙過對方。

2)利用 AI 換臉進行詐騙

人臉效果更易取得對方信任,通過分析公眾發佈在網上的面部信息,並利用 AI 換臉技术,在視頻通話中偽裝成想成爲的人,並通過視頻電話的方式進行信息確認,獲取信任進行詐騙。

3)利用轉發微信語音進行詐騙

在盜取微信號後,便向其好友“借錢”,為取得對方的信任,通過轉發之前的語音,進而騙取錢款。當前微信沒有語音轉發功能,但不法分子通過提取語音文件或安裝非官方版本(插件),實現語音轉發。

通過以上案例及 AI 詐騙方式可以看出,AI 日趨廣泛的應用會引發一些社會問題。為了讓 AI 科技更好的造福人類,我國不斷完善相關法律政策

2019年2月,科技部在北京召開新一代人工智能發展規劃暨重大科技項目啓動會,成立了新一代人工智能治理專業委員會。6月,國家新一代人工智能治理專業委員會發佈了《新一代

人工智能治理原則》。9月,專委會正式發佈《新一代人工智能倫理規範》。

2021年發佈的《倫理規範》中提出了更加細化與嚴謹的6項基本倫理要求。

2022年3月,中共中央辦公廳、國務院辦公廳印發了《關於加強科技倫理治理的意見》(以下簡稱《意見》),明確指出科技倫理是開展科學研究、技術開發等科技活動需要遵循的價值理念和行為規範,是促進科技事業健康發展的重要保障。

科技是把雙刃劍。未來,人工智能應如何約束

1)各方積極發力開發音視頻造假檢測技术

目前,聯合國區域間犯罪與司法研究所、美國賽門鐵克等公司研究檢測虛假音視頻技术。臉書與微軟及麻省理工大學合作,發起了“假視頻檢測挑戰”活動,旨在利用人工智能技术更好地甄別深度偽造和合成內容,開發對抗深度偽造技术濫用的方法和工具。我國互聯網企業和研究機構等也積極開展對換臉換聲、合成語音詐騙等技術的研究和檢測。

2)針對人工智能倫理的高風險場景特別立法

應按照針對不同風險等級制定不同嚴苛程度的管理思路,可以通過分場景監管,做到有收有放,不僅降低人工智能倫理執法的難度,而且

推動實現治理與發展的平衡。

3) 提陞科研機構和企業對人工智能倫理的認知及自律

在規避人工智能可能產生的倫理風險上,科研機構和企業更容易在相關實踐中獲得第一手信息,也應該承擔起構建安全人工智能技术的主要責任。

4)提高全社會科技倫理意識

倫理問題涉及到社會行為準則與規範,而治理倫理問題則需從公共管理的角度出發,在充分瞭解人工智能技術所帶來的潛在社會影響,找到相對應的解決辦法,並形成社會對人工智能倫理的共識。建議利用各種渠道廣泛的進行科技倫理宣傳、活動與交流,提陞公眾的科技倫理意識,進而加強全社會對人工智能倫理的廣泛監督。

結語:科技是把雙刃劍,我們在享受科技帶來福利的同時,也在接受考驗。人工智能時代,有人利用 AI 技术思考的是如何推動人類社會進步,而有的人卻利用 AI 做違法犯罪之事。我們能做的就是加強自身道德修養,守好道德法律底線,積極推動 AI 技术發展不斷為人類謀科技福利,堅決反對利用 AI 技术做違法犯罪之事,同時加強防範意識,做好防範措施,防患于未然,不給不法分子可乘之機。

10 分鐘騙走 430 萬,如何堤防詐騙新技术?

01AI 騙子,防不勝防

AI 進化的速度有多快,騙術也跟着變得更多。

福州一位科技公司的老闆,某天突然接到了個好友的微信視頻,說是自己的朋友在外地競標,需要430萬的保證金,想走他的公司賬戶過個賬。老郭在確認視頻通話里的人和聲音都是他朋友之後,就同意了。

隨後,對方就給老郭發了一張銀行卡轉賬成功的截圖,說是錢已經轉到老郭的戶頭上了,由於老郭之前已經確認了朋友的身份,在沒確認錢到賬與否的情況下,直接就把430萬轉到了好友給的銀行卡上。

結果,這是一場騙局,還是 AI 操控的。雖然接到報警後,福州、包頭兩地警銀迅速啓動止付機制,成功止付攔截336.84萬元,但仍有93.16萬元被轉移。

還有利用 AI 進行聲音合成實施的詐騙。騙子通過騷擾電話錄音等來提取某人聲音,獲取素材後進行聲音合成,從而可以用偽造的聲音騙過對方。

已經有人因爲 AI 聲音被騙了。曾有某公司財務接到領導電話,要求立刻給供應商轉款2萬元,並將轉賬信息以郵件形式發送,轉賬理由是避免繳納滯納金,因爲老闆的口音十分逼真,財務也信了,在1小時內轉款完成,轉完才發現被騙。

AI 換臉早已不是什麼新鮮事,很多短視頻鬼畜博主都精通這種操作,但擬聲技术相對複雜一些,畢竟犯罪分子需要獲取你的聲音,然後通過軟件將聲音變成他們想要的內容。

實際上,如今的騙子想要獲取聲音也並不難,最普遍的方法就是騷擾電話,只要你接電話後並說了幾句話,那麼犯罪分子就會對你的聲音進行錄制,並提取你聲音的信息。

有業內人士表示,犯罪分子通過這套流程進行詐騙的成功率基本是100%,尤其是面向那些並不懂 AI、防範意識可能薄弱的老年群體, AI 詐騙更容易發生。

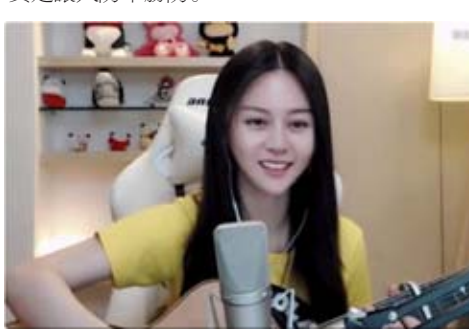
類似的聲音騙局,國外也早有發生。

一個國外的詐騙公司,使用 AI 模擬了“卷福”的音頻,打電話給一家新西班牙的小電影公

司,稱想要和對方合作,並要求對方先打款20萬英鎊才能見面,結果在電影公司付完錢之後,他們才發現這次事件,完完全全就是一場 AI 騙局。

對於 AI 騙局,有律師表示,使用人工智能技术手段模仿真人面容、聲音,冒充親友、熟人、領導等,很容易達到以假亂真的程度,具有極強的迷惑性。與其他類型電信詐騙相比, AI 詐騙迷惑性更強,針對性更強,辨識更困難。

如今,耳聽,眼見都不一定爲實,各種騙局真是讓人防不勝防。



02 AI 有多強大?讓孫燕姿本人都害怕

最近,關於 AI 還發生了一個熱點:孫燕姿本人親自回應 AI 孫燕姿。

對於熱門歌手 AI,孫燕姿自己都承認,“諷刺的是,人類再怎么快也無法超越它。”

她在回應小作文里寫道,“人類無法超越 AI 技术已指日可待,凡事皆有可能,凡事皆無所謂。”就算暫時能夠辨認出 AI 歌手和真人歌手的區別,很快這條護城河也將不復存在。這種被虛擬淹沒真實的感受,如今已經在全世界蔓延。

AI 不光是唱歌可以完全貼近真人,連直播帶貨的活都可以接。

最近有人在直播間里發現,正在賣貨的竟是當紅女星。然而再定睛一看,這些明星居然是使用了 AI 實時換臉技术的普通主播。

AI 實時換臉,正在直播間悄然出現,楊冪、迪麗熱巴、angelababy 等當紅女星,成爲了 AI 換臉的熱門。雖然目前還沒有曝出被騙新聞,但由於明星臉的帶貨主播往往擁有更好的引流效

果,消費者或明星粉絲很可能會冲着明星效應進行消費而被坑騙。

而這種技术門檻也並不高。有媒體報道, AI 實時換臉全套模型購買價僅需3.5萬元。

買不起全套模型,還有“AI 換臉特效插件”供買家選擇,售價數百元,只對電腦配置有一定要求,購買後使用者只需更換素材照片,軟件就能自己運行完成“換臉”。這款軟件不僅能對圖片進行換臉,也能在視頻上進行換臉。

AI 換臉的風靡,還帶來了“AI 脫衣”的新問題。早在今年3月,一則“女子地鐵照被 AI 一鍵脫衣傳播”的新聞冲上了熱搜,一名女性搭乘地鐵時的一張照片被人用 AI 軟件“一鍵脫衣”,遭到惡意傳播,罪犯還廣泛散佈不實信息對該女子進行污蔑。

更可怕的是, AI 深度偽造(DeepFake)內容,可以利用互聯網平台在全球範圍內病毒式傳播。比如 AI 現在居然還能通過發佈假新聞,讓股市抖三抖。

幾天前,多個經過驗證的推特賬戶,齊刷刷分享了一張聲稱在五角大樓附近發生爆炸的假照片,頓時引起轟動,並導致股市短暫下跌。

這張照片雖然具有 AI 生成的所有特徵,但是因爲被許多經過驗證並打上了藍色勾的推特賬戶分享,不少人還是信以為真,謠言一傳十傳百,甚至有人聲稱這張照片與彭博新聞有關。

連印度一家電視台都信了,共和國電視台(Republic TV)報道稱五角大樓發生了爆炸,並在節目中播放了這張假圖片,後來,當發現美國當地官員證實沒有發生此類事件後,共和國電視台快速撤回了這則報道,這一番操作下來也是相當尷尬。

03 AI 騙局,並非沒有破綻

隨着 AI 技术的不斷發展,被 AI 騙的人越來越多。根據殺毒軟件 McAfee 公佈的最新報告,基於人工智能的語音詐騙越發猖獗,在接到 AI 詐騙電話的群體中,有77%的人會上當受騙。

今年3月,一份名爲《暫停大型人工智能研究》的公開信在未來生命研究所官網上發佈,包括特斯拉 CEO 埃隆·馬斯克(Elon Musk)、蘋果公司聯合創始人史蒂夫·沃茲尼亞克(Steve

Wozniak) 等人在內的千名科學家、企業高管簽字呼籲暫緩 GPT-4 以上版本的研發,他們矛頭所指都是強大 AI 技术可能的負面用途。

不過 AI 詐騙雖然逼真,但它並不是沒有破綻,比如 AI 換臉技术會導致臉部變形,一些主播低頭頭頂會發黑, AI 的聲音,也很難表達真實的主觀情緒。

正如不少網友所說, AI 孫燕姿“根本不是孫燕姿的唱法。”“AI 孫燕姿能模仿她的音色,但模仿不到她的感情; AI 孫燕姿能模仿她的聲音,但模仿不了她的現場。”

與此同時,國內與 AI 換臉、換聲相關的法律法規也在不斷完善。

在過去,“AI 換臉”被大量使用到影視劇二度創作、趣味惡搞視頻、表情包製作當中,其中隱藏的法律風險和侵權糾紛,如今都在得到重視,不少擦邊行爲已經得到了及時的懲治。

比如近期,據企查查官網信息顯示,上海魚腥草信息科技有限公同就因旗下一款換臉手機 APP 遭多位網紅博主起訴,很快在監管部門約談後,這款 App 下架,因爲換臉侵犯了公民的肖像權。

去年12月,《互聯網信息服務深度合成管理規定》發佈,對人臉生成、替換、操控,合成人聲、仿聲等都有明確約束。顯然,隨着制度設計更精準,相關立法更健全, AI 肆意換臉的空間將越來越小。

就在4月11日,國家互聯網信息辦公室又迅速起草了《生成式人工智能服務管理辦法(徵求意見稿)》,涉及的生成式人工智能包括基於算法、模型、規則生成文本、圖片、聲音、視頻、代碼等內容的技術,可以說,對當下的 AI 偽造都進行了更爲全面的約束。



中國新任駐美大使謝鋒抵達美國履新

新華社紐約5月23日電(記者楊士龍)中國新任駐美大使謝鋒23日抵達美國履新。他在美國紐約肯尼迪國際機場向新聞媒體發表簡短談話時,敦促美國與中方共同努力,加強對話、管控分歧、推進合作,使中美關係回歸正軌。

謝鋒表示,我是中國人民的代表,爲了捍衛中國利益而來,這是我的神聖職責。我是中國人民的使者,爲了增進中美交流合作而來,這是我的重要使命。

謝鋒強調,習近平主席提出了相互尊重、和平共處、合作共贏三條原則,這是新時期中美正確相處的治本之道。希望美方與中方相向而行,從兩國和世界人民的共同利益出發,朝着這個方向共同努力,按照中美三個聯合公報的原則妥善處理台灣等重要敏感問題,加強對話、管控分歧、推進合作,爭取中美關係回歸正軌。

謝鋒表示,當前,中美關係遭遇嚴重困難,面臨嚴峻挑戰,我既感到使命光榮,更感到責任重大。我和我的同事們將迎難而上,擔當盡責,不辱使命。

謝鋒表示,我上次在美國工作還是13年前。13年來,世界發生了很大變化,美國也發生了很大變化。在接下來的日子裡,我期待與美國各界人士廣泛接觸,近距離觀察和認識美國,同時探討推進交流與合作。我也期待着與包括媒體在內的各界人士成爲朋友,大家一起爲中美關係思與行、鼓與呼。

中國新任駐美大使謝鋒履新 爲美中關係改善帶來新期待

中國新任駐美大使,現年59歲的謝鋒抵達美履新,爲美中關係改善帶來新的希望。

美國駐華大使尼古拉斯·伯恩斯坦(Nicholas Burns)周三(5月24日)發佈推文表示,在謝鋒臨行前爲他舉行了饒有晚宴。伯恩斯坦說,“包括這次晚宴,過去一年兩個月中我們兩人爲中美關係當中的諸多挑戰會面了23次。我很期待在他履新之後繼續和他一起工作。”

中共官媒中國環球電視新聞網(CGTN)則發佈推文中引述謝鋒的話說,“當前中美關係面臨‘嚴峻’挑戰,謝鋒大使敦促美方同中方加強對話、管控分歧、促進合作。”

謝鋒周二抵達紐約肯尼迪國際機場說,他是爲了增進中美交流合作而來。他表示,當前中美關係遭遇嚴重困難,面臨嚴峻挑戰,希望美方與中方相向而行,“按照中美三個聯合公報的原則妥善處理台灣等重要敏感問題,加強對話、管控分歧、推進合作,爭取中美關係回歸正軌。”

謝鋒在履新之前擔任中國外交部副部長,負責監管對美政策。他于1月在北京舉行的中國智庫國際影響力論壇上發表講話時曾說:“中美合則兩利,世界受益;斗則俱傷,全球遭殃。推動中美關係健康穩定發展,是對兩國和世界人民應該切實負起的責任。”

美國國務院發言人馬修·米勒(Matthew Miller)說,美國對謝鋒的到來表示歡迎。

米勒說:“我們期待與候任大使及其團隊合作。正如我們多次說過的那樣,我們仍然致力於與中華人民共和國保持溝通渠道,以負責

親愛的朋友:
歡迎您訪問中國駐美國大使館網站,感謝您關注中國、關心中美關係。

謝鋒大使歡迎辭

您或許喜歡中國的美食和風光,向往去中國旅遊觀光,體驗不同文化;您或許想學習中文,計劃到中國留學交流,尋找人生新發展;您或許看好中國的廣闊市場和商業機遇,希望赴華投資興業;您或許關注中美關係作爲世界上最重要的雙邊關係,將如何影響您及您的家人與朋友;您或許作爲世界公民關注中美兩個大國如何就和平發展等全球議題開展合作,造福兩國、惠及世界。在這里,我們真誠希望與您交流互動,相互支持和幫助。

中國和美國都是偉大的國家,中美人民都是偉大的人民。建交40多年來,中美關係歷經風雨,但不斷克難前行,給兩國和世界帶來了和平、合作與繁榮。面對當前世界之變、時代之變、



歷史之變,探索新時期中美正確相處之道,是我們肩負的緊迫責任,也是國際社會的共同期盼。習近平主席提出了相互尊重、和平共處、合作共贏三原則。中美應該在此基礎上相向而行,推動中美關係重畫健康穩定的發展軌道,爲增進中美兩國福祉、促進全球穩定發展作出新貢獻。

中國駐美國大使館希望成爲大家感知中國、瞭解中國的窗口,成爲中美交流溝通的橋樑、對話合作的平台。歡迎大家常來使館網站看一看,踴躍參加使館舉辦的各類活動。我們一起爲中美關係思與行、鼓與呼。也歡迎大家關注我的推特賬號(@AmbXieFeng)和使館微信公眾號(“中國駐美國大使館”),您的關心、支持和參與彌足珍貴。

中華人民共和國駐美利堅合衆國特命全權大使謝鋒
2023年5月23日于華盛頓

任地管理競爭。”
外界認爲謝鋒此時抵美履新顯示北京可能希望減少雙邊的爭執。本月早些時候,美國國家安全顧問傑克·沙利文(Jake Sullivan)與中國最高外交官員王毅在維也納舉行了爲期兩天的會談,雙方稱會談“坦誠、深入、具有實質性和建設性”。此前,拜登在日本廣島七國集團(G7)會議結束後的新聞發佈會上表示,華盛頓與北京的關係應該“很快”可以解凍。

美國德國馬歇爾基金會亞洲項目主任葛來儀



(Bonnie Glaser)在接受路透社採訪時表示,謝鋒作爲一名經驗豐富的外交官,非常熟悉美國的政策制定者,“如果他願意的話”能夠促進美中更好的溝通。

葛來儀說:“最終決定派遣謝鋒,似乎是爲了防止雙邊關係螺旋式惡化而做出努力的一部分。”

中國新任駐美大使抵美履新,是位“美國通”,多次就中美關係熱點事件嚴正發聲。

謝鋒是繼秦剛之後的中國第12任駐美大使。謝鋒此前任外交部黨委委員、副部長。

謝鋒是一位“美國通”
抵美履新後,謝鋒表示,很榮幸受習近平主席

委派,出任中國第十二任駐美大使。我是中國人民的代表,爲了捍衛中國利益而來,這是我的神聖職責。我是中國人民的使者,爲了增進中美交流合作而來,這是我的重要使命。當前,中美關係遭遇嚴重困難,面臨嚴峻挑戰,我既感到使命光榮,更感到責任重大。我和我的同事們將迎難而上,擔當盡責,不辱使命。

謝鋒表示,我上次在美國工作還是13年前。13年來,世界發生了很大變化,美國也發生了很大變化。在接下來的日子裡,我期待與美國各界人士廣泛接觸,近距離觀察和認識美國,同時探討推進交流與合作。我也期待着與包括媒體在內的各界人士成爲朋友,大家一起爲中美關係思與行、鼓與呼。

目前,中國駐美使館網站已更新了謝鋒大使的歡迎辭。謝鋒在歡迎辭中表示,中國和美國都是偉大的國家,中美人民都是偉大的人民。建交40多年來,中美關係歷經風雨,但不斷克難前行,給兩國和世界帶來了和平、合作與繁榮。面對當前世界之變、時代之變、歷史之變,探索新時期中美正確相處之道,是我們肩負的緊迫責任,也是國際社會的共同期盼。習近平主席提出了相互尊重、和平共處、合作共贏三原則。中美應該在此基礎上相向而行,推動中美關係重回健康穩定的發展軌道,爲增進中美兩國福祉、促進全球穩定發展作出新貢獻。

中國駐美使館網站顯示,5月23日,剛剛抵美履新的中國新任駐美大使謝鋒,第一時間致函全美僑胞,向大家報到並帶去祖(籍)國最誠摯的問候和家鄉最美好的祝願;當天,謝鋒還第一時間致函在美中國留學生,向大家報到,表達最誠摯的問候和最美好的祝願。

公開履歷顯示,謝鋒,男,漢族,1964年4月出生,管理學碩士,中共黨員。長期在外交系統任職的謝鋒是一位“美國通”,曾擔任外交部西歐司科員、隨員,駐馬耳他大使館隨員、三秘,外交部北美大洋洲司三秘、副處長、處長,駐美國大使館參贊,外交部北美大洋洲司參贊、副司長,駐美國大使館公使,外交部北美大洋洲司司長,駐印度尼西亞

大使,外交部駐香港特別行政區特派員公署特派員。2021年起,謝鋒擔任外交部副部長。外交部官網顯示,謝鋒曾多次就中美關係熱點事件向美方發出中方嚴正立場。

去年8月2日深夜,時任外交部副部長謝鋒奉命緊急召見美國駐華大使伯恩斯,代表中國政府就美國國會衆議長佩洛西竄訪中國台灣地區向美方提出嚴正交涉和強烈抗議。謝鋒表示,佩洛西西貢天下之大不韙,蓄意挑釁玩火,嚴重違反一個中國原則和中美三個聯合公報規定,嚴重衝擊中美關係政治基礎,嚴重侵犯中國主權和領土完整,嚴重破壞台海和平穩定,向“台獨”分裂勢力發出嚴重錯誤信號。性質極其惡劣,後果極其嚴重。中方絕不會坐視不管。

今年2月5日,時任外交部副部長謝鋒奉命代表中國政府就美方武力襲擊中國民用無人飛機向美國駐華使館負責人提出嚴正交涉。謝鋒強調,中國民用無人飛機誤入美領空完全是由不可抗力導致的意外、偶發事件,事實一清二楚,不容歪曲抹黑。但美方置若罔聞,執意對即將離開美領空的民用飛機濫用武力,明顯反應過度,嚴重違反國際法精神和國際慣例。美方所作所爲嚴重衝擊、損害巴厘島會晤以來雙方穩定中美關係的努力和進程。

前任駐美大使秦剛,已擔任外交部長
前任駐美大使秦剛,已于去年年底擔任外交部部長。

去年12月30日,十三屆全國人大常委會第三十八次會議決定免去王毅兼任的外交部部長職務,任命秦剛爲外交部部長。當時56歲的秦剛,成爲我國第12任外交部長,同時也成爲周恩來之後我國最年輕的外交部長。外交部官網顯示,秦剛,男,漢族,1966年3月出生,大學學歷,中共黨員,第二十屆中央委員,現任外交部部長、黨委副書記。

秦剛長期在外交系統任職,曾任外交部新聞司副司長、外交部發言人,駐大不列顛及北愛爾蘭聯合王國大使館公使,外交部新聞司司長、外交部發言人,外交部部長助理、禮賓司司長,外交部副部長等職。

當地時間今年1月2日,被任命爲外交部長的秦剛奉調回國。1月4日,秦剛在《華盛頓郵報》發表題爲《穩定的中美關係係關我們星球的前途命運》的署名文章。秦剛在文章中表示,他走訪了美國22個州,發現了華盛頓之外不一樣的美國。駐美經歷是他作爲一名外交官的難忘記憶,也將是他一生的寶貴財富。在新的崗位上,推動中美關係發展仍將是他的重要使命之一。

今年1月5日,新華社發佈消息,國家主席習近平任命駐外大使。其中,免去秦剛的中華人民共和國駐美利堅合衆國特命全權大使職務。

誰將接任秦剛成爲下一任駐美大使,此前一直備受關注。在今年舉行的外交部例行記者會上,有外媒多次問詢。

最近的一次是在昨天。當天,外交部發言人毛寧主持例行記者會。有記者提問,美國一家媒體報道稱,中國新任駐美大使將于周二抵達美國,發言人能否提供更多的細節?這是不是表明兩國關係將有所改善?

“中方重視中美關係。關於新任駐美大使的消息,建議你關注外交部網站的更新。”毛寧當天表示。

謝鋒大使會見美國前國務卿,百歲基辛格再談中美關係

“不要誤解中國的雄心”,百歲基辛格再談中美關係

在百歲生日前夕,基辛格接受了《經濟學人》、《華爾街日報》等媒體採訪。再次談及中美關係,他呼籲美國在對外政策中避免過度對抗和冷戰思維,並強調了對話、合作和平衡的重要性。他還告誡,不要誤解中國的雄心。

5月27日,美國前國務卿亨利·阿爾弗雷德·基辛格(Henry Alfred Kissinger)迎來百歲壽辰。在長達半個多世紀的漫長歲月里,基辛格一直是國際政壇上最具傳奇色彩的人物之一。

據中國駐美大使館消息,5月26日,新任中國駐美大使謝鋒在康涅狄格州肯特郡會見美國前國務卿基辛格,表達了中方對基辛格博士百歲壽辰的祝賀。雙方就中美關係和共同關心的國際地區問題深入交換意見。

在百歲生日前夕,基辛格接受了《經濟學人》、《華爾街日報》等媒體採訪。再次談及中美關係,他呼籲美國在對外政策中避免過度對抗和冷戰思維,並強調了對話、合作和平衡的重要性。他還告誡,不要誤解中國的雄心。

“人類命運取決於中美能否和平相處”
今年4月底,英國《經濟學人》記者與基辛格就如何防止中美之間的競爭發展成戰爭進行了8個多小時的談話。

《經濟學人》周刊網站5月17日刊登題爲《基辛格解釋如何避免第三次世界大戰》的文章指出,在世的人當中,已經沒人比他更有國際事務方面的經驗了。

環球網在對該文章的摘編中提到,基辛格認爲,避免大國之間的衝突是他一生工作的重點。他確信,防止毀滅性衝突的唯一途徑是不感情用事的外交,最好是共同價值觀得到鞏固的冷靜外交。在他看來,人類的命運取決於美國和中國能否和平相處。

5月26日,中國駐美大使謝鋒在康涅狄

格州肯特郡會見美國前國務卿基辛格。

基辛格也告誡不要誤解中國的雄心。基辛格說,在國際體系中,中國希望作爲其自身利益的最終裁決者而得到承認。基辛格問道:“如果他們獲得了真正可以利用的優勢,他們會憑藉這些優勢將中國文化強加給世界嗎?”他說:“我的直覺是否定的。”

基辛格認爲,人類已經取得了巨大的進步,但這些進步往往發生在可怕的軍事衝突之後,例如三十年戰爭、拿破侖戰爭和第二次世界大戰。但中國與美國之間的競爭可能有所不同。歷史上,當兩個大國相遇時,結果往往是發生軍事衝突,“但這不是一個正常的情况。”而如今有能夠摧毀彼此和人工智能的存在,中美之間不會發生軍事衝突。

他還表示,可以在歐洲、中國和印度都能加入的規則基礎上建立一個新的世界秩序,這樣可以起到實現和平且避免災難發生的作用。

5月26日,在接受《華爾街日報》採訪時,基辛格呼籲美國在對外政策中避免過度對抗和冷戰思維,並強調了對話、合作和平衡的重要性。

據他本人透露,他接下來的兩本書分別涉及人工智能和聯盟的本質。他更喜歡展望未來而不是回顧過去。

基辛格的“現實政治政策”

1923年5月,基辛格出生在德國巴伐利亞州菲爾特市一個猶太家庭。彼時正值德國社會動蕩不安、法西斯勢力迅速膨脹的年代,他在納粹的陰影下度過了童年和少年時代,直到15歲時移民到美國,基辛格隨後在紐約長大。據BBC報道,青少年時期,他非常羞澀,很少開口講話。如今,基辛格仍帶有很重的德國口音。

BBC報道稱,二戰期間曾在德國爲美軍從事反間諜工作的經歷爲基辛格在上世紀50年代成爲一名學者和從事寫作、教學奠定了基礎。返回美國後,他憑藉獎學金在哈佛大學就讀政治

學,並於1954年獲得博士學位。之後,他在哈佛任教,並成爲國際政治領域的知名專家。

隨後美國政府伸出橄欖枝。基辛格先是擔任美國總統肯尼迪的顧問,1969年,尼克松任命其爲國家安全顧問。之後,他還同時擔任國務卿。在尼克松的繼任者福特任下也仍擔任國務卿一職,直到1977年卸任。在此後數十年,基辛格一直扮演著美國外交、特別是中美關係顧問和特使的角色。

不過,基辛格的一生也充滿了爭議。在國際政治界,基辛格外交思想的核心被普遍認爲是在風雲變幻的國際政治中追求現實主義的權力均衡。在他看來,大國外交歸根結底是基於國際政治的現實,而非道德準則。

《紐約時報》評論員巴里·格溫(Barry Gewen)在他對基辛格的評論文章《悲劇的必然性:亨利·基辛格和他的世界》(The Inevitability of Tragedy: Henry Kissinger and His World)中曾表示,基辛格的“現實政治政策”有助於維護美國的實力,同時阻止一場可能吞噬世界的“大國烈灼”。

但這一“現實政治政策”也讓他充滿爭議,即根據眼前的實際考慮追求國家利益,而不是堅持一套固定的原則或意識形態。

2021年4月24日,紀念中美“乒乓外交”50周年活動在北京舉行。圖爲美國前國務卿基辛格通過視頻致辭。

百歲高齡之上,基辛格仍才思敏捷。如今的他患有重聽並且一只眼睛失明,也做過多次心臟手術。儘管如此,基辛格的狀態仍然不錯。

在迎來百歲生日日前,基辛格在紐約經濟俱樂部(Economic Club of New York)的午餐會上吹蠟燭慶生。在慶生宴上,基辛格表示,自己的世

界觀沒有改變,他警告美國要保持在“切身利益”範圍之內。

“中國人民的老朋友”
“中國人民的老朋友”——這個看起來很樸素的頭銜卻特別沉甸甸,因爲中國只會把這個充滿感情的頭銜授予極少數對中外關係發展作出傑出貢獻的人,美國前國務卿基辛格博士是其中之一。“去年,在基辛格99歲生日之際,新華社在一篇時評中如是說。

新華社該篇報道指出,中國人民敬重基辛格,首先是因爲他在半個世紀前中美關係“破冰”階段的開拓性貢獻。

5月27日,美國駐華大使伯恩斯在社交平台用中英雙語發文,致敬、感謝基辛格爲中美關係作出的貢獻。

“美國駐華使團成員在亨利·基辛格國務卿百歲壽辰之際向他致敬。我們感謝他在半個世紀前重新開啓美中關係時,擔任了關鍵性的角色,以及他對美國外交的歷史性貢獻。”伯恩斯寫道。



45,000+ attend 2023 Cleveland Asian Festival

May 24, 2023 Cleveland, OH - Over 45,000 people attended the Cleveland Asian Festival (CAF) on Saturday May 20 and Sunday May 21, 2023. The AsiaTown neighborhood was packed with families and people of all ages to enjoy the annual festival that kicks off summer in Cleveland.



Since inception in 2010 the Cleveland Asian Festival highlights Cleveland's AsiaTown, Diversity, and Asian Culture in Northeast Ohio. It was organized in 2010 by volunteer community leaders to celebrate Cleveland's diversity and Asian Pacific American Heritage month (May). This signature event defines AsiaTown and brings tens of thousands, including many first-timers, to the neighborhood.

neighborhood.

Surveys show that a large percentage of visitors will return to AsiaTown to shop, dine and enjoy the neighborhood. By being in AsiaTown, CAF has led to the creation of new businesses in the area as well as neighborhood beautification with arts and cultural displays and decorations throughout the district.

Attendees enjoyed two stages of performances that featured traditional and modern music and dance as well as martial arts. The Asian Pop Dance competition was especially popular with the younger attendees. The Trivia Contest had an Asian theme.

Johnny Wu, co-producer and one of the founders of CAF says, "The Cleveland Asian Festival has been designed to have something for everyone. Many of the 45,000+ attendees told us that the free health screenings, trivia contest, diverse performances, and games for kids and adults and of course the very popular food options made this one of the best Cleveland Asian Festivals in memory. And it could only happen in AsiaTown."

Asian Pacific American Heritage Month is an important recognition of the contributions of the AAPI community and a chance to stand together against recent anti-Asian sentiments. CAF attracts the Asian community but also groups representing the numerous diverse ethnic heritages of Cleveland.



Lisa Wong, co-producer and another of the founders of CAF, says "We worked hard to implement a near zero waste environment for the festival. Our volunteers helped educate people and separated waste for easy recycling and composting. Attendees appreciated the efforts."

The CAF team is already working on plans to celebrate Asian Pacific American Heritage Month at the Cleveland Asian Festival next May 18 and 19, 2024. About the 2023 Cleveland Asian Festival

Asian Pacific American Heritage Month at the Cleveland Asian Festival next May 18 and 19, 2024. About the 2023 Cleveland Asian Festival

The Cleveland Asian Festival is an annual celebration of Asian Pacific American Heritage month in May in Cleveland's AsiaTown neighborhood. It is a landmark undertaking to unite the community through collaboration and recognition of its culture, diversity, and people. The 2023 Cleveland Asian Festival was held on Saturday May 20 and Sunday May 21. <https://clevelandasianfestival.org/2023/>

Distinguished Sponsors are JACK Entertainment and Cleveland Foundation. Presenting Sponsors are Cleveland Public Power, the City of Cleveland and Ward 7 Councilwoman Stephanie Howse, NEORS, Aids Taskforce of Greater Cleveland and OCA Greater Cleveland. Partner Sponsors include Mazda of Wooster, Mansfield Buick GMC Dealers, Bartell Georgalas & Juarez, LPA, Cleveland Institute of Art, Cleveland Metroparks, First Federal Lakewood, First National Bank of PA, KeyBank, PNC, Third Federal, Tyler Village, Asian Services in Action (ASIA) and the Cleveland Public Library. And many more Associate and Media Sponsors.

The 2024 Cleveland Asian Festival will be May 18 and 19, 2024

Contact
Johnny Wu, Producer johnny@mdifilm.com
Office: 216.539.4634
<https://clevelandasianfestival.org/2023/>
Dan Hanson, Marketing dan@clevelandpeople.com



2023 年克利夫蘭亞洲節活動成功舉辦

2023年5月20日星期六和5月21日星期日，超過45,000人參加了克利夫蘭亞洲節活動。(Cleveland Asian Festival)

克利夫蘭亞洲城隆重舉辦第12屆亞洲節活動，大家一起慶祝亞太裔美國人傳統月，欣賞文化表演，享受亞洲美食，參與購物活動，還提供免費身體健康檢查。

全美各族裔都會舉辦各族裔活動：目的是向世界展示出全新的、整體的文化形象。亞洲節就是為亞洲各國的不同藝術形式提供更多的交流機會，並促進中國和亞洲各國的文化交流。

在亞洲屆上，來自亞洲各社團學校的藝術家



為觀眾帶來了特色鮮明、風格各異的精彩藝術節目。

20-21日亞洲節，活動場地里里外外擠滿了各個年齡段的家庭和人們，他們都在享受在克利夫蘭夏季拉開帷幕的一年一度的節日。



Tell Us What You Think

Help us improve future Cleveland Asian Festivals by completing a short survey online



Scan the QR Code with your Smartphone



一次難忘的華盛頓 DC 學習旅行



一個月前我參加的克利夫蘭 ICC-WIN 社團組織董事會成員 Akilu Demessie 先生邀請我去華盛頓 DC 參加他的原籍埃塞俄比亞僑民社團 30 周年慶祝活動，他說他邀請我去，也為我出了門票，我出于好奇決定去華盛頓 DC 旅行和學習，慶祝活動是 5 月 28 日。

家捐款，報紙上面出售 \$2，他還告訴我里面將有 100 個人，每個人都給錢，所以才能讓報紙生存，我給他 \$10，看着來回的人基本上都給他錢，有的人也不要報紙就給他錢，我也開始想着伊利華報的命運。

還有我在中國城一家小餐廳 WaSai 吃了小籠包和餛飩，味道很好，親眼看著他們拉面刀削麵... 飯店都是很整潔乾淨，但是需要自己排隊自己拿食物包括到不同的調味料，沒有任何服務，當午餐完了以后我看價格是跟我的早餐差不多，我不知不覺就明白好的美國文化就是有良好的服務，讓人感到被尊重，因為其他東西是看不到摸不着，只能用身體會著。

王導演說要帶我去 Old Town Alexandria，美國第一任總統喬治華盛頓的故鄉，亞歷山大港擁有 140 多個與美國第一任總統有關的地點，以及許多展示美國起源的私密博物館。

這環境好服務好食物好的餐廳，一進門就有兩瓶水一瓶白水一瓶氣泡水，服務員告訴我，今天是周末，所以可以吃 Branch 免費酒水，服務非常好，中間只要你吃完就有人來收走空盤子，他們幾乎也不說英文，用餐讓人感受到的是一份享受還有一份尊重。到了 11:00 餐廳開始忙了，當我走進餐廳時，服務員就幫助我存放行李箱，同時也幫我手機充電，餐廳給我收據的同時也給了我一張這家餐廳的明信片，這真的是享受一流的服務。

華盛頓 DC 到處都是博物館，但沒有想到因為我有行李，博物館不能進：女門警對我說：這里都是老的建築，地面都是大理石的，所以你有輪子的箱子就更不能進了，我們也沒有給顧客保管行李的服務，博物館去不了我就去了圖書館了。

華盛頓 DC 公共圖書館有 5 層樓，屋頂還有綠色花園，圖書信息設施完善，有不同時期的人文歷史介紹展示，華盛頓 DC 的圖書館能感受到美國才兩百多年歷史的內涵。我在圖書館休息後參觀了一下展示台，圖書館是一個最佳地方，只要你到一個新的地方，你想找什麼就先到圖書館，那里給您提供一切您要的信息。

下午三點，我見了華人王導演，我倆有緣在藝術家趙瓊為冷軍辦畫展時相識于貴城，她今天為生病的教授代課，課後我們相見在中國城門前。在等王導演時發生了兩件事：在中國城門下我看著一位老美手里拿著一份報紙對來往的人說希望捐款，這份報紙一共 16 頁，是社區報紙，做了 20 年，他告訴我報紙有困難，他們找了 10 多人在不同的地方要大

病。一家人甚至連參加醫療保險的錢都付不出，真好比走鋼絲，是冒著風險干的。”周先生感慨地說。

我坐地鐵在 Rockville 下車，我已經看見林麗和她的先生楊少明，一位為迪拜總統做了 18 年私人醫生的專家，還有她們二歲多的女兒。我非常感謝他們的邀請，這次我將在他們家住 3 個晚上。

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生很成功地創辦第一份報紙，他又在 1997 年秋天，又一份名為《美華商報》中文報紙在美問世了。為了使報紙與華人社會更貼近，便于編輯發行，周氏父女特地將編輯部遷到了馬里蘭的大華埠地區，在這里租房辦報。因為大華埠是華人最集中之地，聚居的華人大約有 14 萬人。

我們都很興奮，因為林麗和她的楊少明先生也都認識周老師，今年周繼庚先生 88 歲，還有比他小 9 歲的太太和美華報傳媒的編輯 Dong Hui，我們在周先生女兒的家，因為周老明天就要去北京，女兒送她上飛機，這是周先生疫情後第一次回國。

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”

周先生即將返回北京，周太太好言勸說丈夫：“你一個人回去讓人不放心，還是留下來，一家人在一起吧。”



在美國改造自己 訪華盛頓 DC 重溫美國夢想

華盛頓 DC 一行給我留下美好的印象：我們每一個人生活在同一個地球。都懷著夢想來到美國。5 月 30 日，一位 Uber 司機 Shah 告訴我，他 1970 年從伊朗來美國求學，讀計算機實現美國夢，他說美國夢就是生活在自由的國土，現在已經退休，有 6 個子女和 6 個外孫和孫子，他開 Uber 賺點錢給兒孫。

再次感謝 Ali 告訴我華盛頓舉辦 75th NAFSA 教育年會，讓由來各世界各國從事教育的人有相互交流的機，我還在會場上遇見 Pittsburgh 專經營留學的陳航先生，今年參加年會的來自中

國的就有上百人，來自世界各地的人都十分有收益，非常遺憾當我問來自中國的不同人員這次感受時，回答我的就是我們不能說她們的想法，但我也採訪來自印度和日本的人士，他們分享他們了這次參與活動的收穫。同時我也非常吃驚在 Convention Center 就有男女同一個廁所。華盛頓 DC，我喜歡你的整潔，寬闊的馬路和不高不低的莊嚴建築，就像 U-CA 主席薛海培說得那樣：美國再這樣自由，社會混亂，不要 20 年美國將不是我們想象自由民主美國。我真诚的希望華盛頓 DC 白宮的領導人管理好美國，正確引領世界。坐在回克利夫蘭的飛機上，我突然想到：休斯頓從事體育的朋友 Cyril White 幾年來因為疫情沒有辦法帶球隊去中國，現在決定 6 月 13-7 月 14 一個月去中國上海北京等十幾個城市比賽，那些年輕的球員就是未來的明星。希望所有的都進入了一個正確的軌道。



在華盛頓 DC 參加非裔社區活動有感

5 月 28 日，在華盛頓 DC Univ. of Maryland College Park Marriott Hotel 隆重舉辦埃塞俄比亞協會 30 周年慶祝，來自美國各地還有從埃塞俄比亞起來的嘉賓 500 多人聚集一堂，從 6:00 正式開始到凌晨，大家都沉浸在鄉情與親情之中，英文和他們本國語，可以感受他們社團組織的實力，Akliu Demessie 先生是本屆協會主席，3 年選舉一次。



Letter from the President:

Welcome to all of you to the 30th Anniversary of SEED, The Society of Ethiopians Established in the Diaspora, SEED, (የግብር ጥገና ዜጋ ልማት) ሳ.ጥ.ፍ. ዜጋ. SEED, was officially established as a 501 (c)(3) registered tax-exempt organization in October 1994. However, SEED has been in existence since 1992. SEED currently operates in Washington DC and DMV area, where an estimated over 300,000 Ethiopians are said to reside.

SEED serves as a national organization committed to empowering and encouraging children of immigrants and refugee youths of Ethiopian heritage to dream, achieve, succeed and be willing to give back to society. In an effort to support our youths in academic and professional successes, instill a spirit of service to their adopted homeland, the USA, their country of heritage, Ethiopia, and in the communities where they reside, SEED exposes the youths to excellent role models from within their own community. In the process, SEED has been able to popularize the idea of thanksgiving role models while they are still alive and not waiting till after they pass away. These role models are those that have excelled in their endeavor, given back to their communities, are exemplary and outstanding individuals with impeccable lifetime achievements. I believe that the Mighty Diaspora will continue to positively impact the future of the homeland. The word "Diaspora" (ጥገና) has been popularized in our communities after the establishment of SEED.

SEED was established by a group of

friends and professional Ethiopian Americans who frequently discussed what would inspire Ethiopians in the Diaspora and to try to answer questions such as:

- * How do Ethiopian children of immigrants and refugees in the Diaspora get exposed to successful role models amongst their own people? Why don't we celebrate the achievements of such role models while they are alive and are able to inspire the youths in our community?
- * Are the immigrants and their children in our community taking full advantage of what is available to them wherever they may reside as immigrants, refugees, or naturalized citizens to succeed?
- * How do we help ourselves in the assimilation process into our new homeland?
- * How do our children and ourselves get involved in community services and give back to society to make the world a better place in which to live?
- * How do we help our children to define their identity and heritage, so that they know who they are and are not defined by others?

These and other thoughts demanded answers; thus, SEED was born in an attempt to answer them. SEED's primary objective is to promote and advance the interests of Ethiopian Americans and their children in the Diaspora. It is also to recognize and acknowledge the contributions of any individual, regardless of national origin, who has made significant contributions to Ethiopia and Ethiopians in such things as humanitarian, scientific, educational, cultural, business, musical, athletic, artistic, and other positive endeavors. SEED achieves these efforts through scholarships presented to exemplary students during annual banquets and other targeted community engagement opportunities. SEED's mission is to empower the global Ethiopian community with knowledge and resources required to make a positive impact in society by connecting, recognizing, and serving all friends and peoples of Ethiopian heritage.

In the last 30 years, SEED has honored 152 adults including 24 posthumously and 36 of them women, 138 outstanding students, 12 organizations, 11 Humanitarian causes, 11 Artists and models, 12 non-Ethiopians, and have given thousands in scholarship to our students and to humanitarian causes that our awardees founded or managed.

Over the last three decades other organizations such as the Bikila Foundation Award in Canada, BEGO-SEW Award in Ethiopia, the Tayetu Center Award in Washington DC, the Menelik society Award and many other organizations have started to follow in the footsteps of SEED. Many families are now expressing their thanks to each other in some form or another. We believe that SEED's vision and mission has influenced positive cultural changes by recognizing, thanking, inspiring, rewarding and connecting those that stand out from among us by dreaming, achieving, succeeding, and giving back to community.

In the years to come, SEED will be more focused on empowering the youths even more. To that end we will be inviting our past student honorees, their siblings, and essential others to come



together to a get acquainted program, funded by your financial support of SEED. The idea is for our young people to network with each other, support each other and develop constructive relationships. We want to encourage our young people to run for local, state, or federal offices, judgship, corporate leadership, be significantly present in the news media etc. To that end, we rely on your financial support to help us organize expert-led activities for our youth to inspire and inform them about the path to success in their futures.

Thank you very much for your continued support. Sincerely, Akliu Demessie President, SEED

來自世界各地不同族裔不同層面的人都帶著夢想到美國，埃塞俄比亞人民也一樣，深深植根于世界各地，包括美國，只有要同族裔人就會有協會來通過共同的語言文化讓子孫後代緊密相傳，就像根深蒂固的樹。

勳貴的埃塞俄比亞人站在世界之巔，如太陽的光芒所描繪的那樣，在這片土地服務耕耘。

這次活動克利夫蘭去了 8 位，很榮幸我也是其中一位，我把活動的消息放在了 Facebook 上面，凌晨 3:00 我看到曾經是 ICC-WIN 到印度族裔的原來在 CSU 擔任國際教育主席的 Ali Soltanshahi 給我留言，他現在是 Everett Community College 感人國際教育部主席，他也在華盛頓 DC，問我有沒有時間喝一杯咖啡，第二天我們在 Marriott Hotel 一起共享早餐，一位穿著講究 Petar Vukotic 他是美聯邦群島聖盧西亞 Primus St. Croix 聖克魯瓦助章的海爾塞拉西教會的一位研究神論拉斯塔里教主教，也是全球正義聯盟秘書，埃塞俄比亞事業 (GAJEK) 代表埃塞俄比亞皇家委員會。他是一位作家、神學家和東非歷史學家，並且是解釋埃塞俄比亞帝國判例法的世界領先權威，出生克利夫蘭，我在 28 日活動時候他坐在我旁邊。

真的是太有緣分了，大家聊的最多是美國夢，Ali 告訴我華盛頓 DC Convention Center 舉辦全球 75 年教育年會，入場券 1000 美金，也許你是媒體可以去採訪，就這樣我和 Ali 一起上車去了 Convention Center，這是萬人大會，來世界各地的人他們以交流教育為主，這是世界的網絡交流活動.....

華盛頓 DC 一行，打開我的眼界，人的命運是安排好的嗎？美國對各個族裔的接受.....

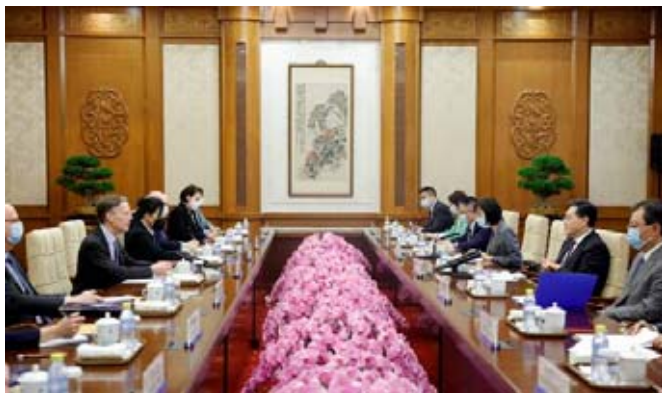


秦剛會見美國駐華大使伯恩斯

2023年5月8日，國務委員兼外長秦剛在北京會見美國駐華大使伯恩斯。

秦剛說，中美關係不僅對中美兩國、對世界都有重大意義。去年11月，習近平主席同拜登總統在巴厘島成功會晤並達成重要共識。但此後美方一系列錯誤言行破壞了中美關係來之不易的積極勢頭，雙方商定的對話與合作議程受到干擾，兩國關係再遇寒風。當務之急是穩定中美關係、避免螺旋式下滑，防止中美之間出現意外，這應該是中美之間最基本的共識，也是國與國、特別是兩個大國相處必須要守住的底線。中方將堅持按照習近平主席提出的相互尊重、和平共處、合作共贏的原則處理中美關係。希望美方深刻反思，同中方相向而行，推動中美關係走出困境，重回正軌。

秦剛表示，美方應端正對華認知，回歸理性，扣好中美關係的第一粒鈕扣，在兩國各



自更好發展中彼此成就。不能一方面講溝通，一方面卻不斷對中國打壓遏制。不能說一套做一套。必須尊重中方的底線紅線，停止損害中國的主權、安全、發展利益，尤其要正確處理台灣問題，停止繼續掏空一個中國原則，停止支持縱容“台獨”分裂勢力。要堅持以冷靜、專業、務實態度處理兩國關係中的意外偶發事件，避免中美關係再受衝擊。要在相互尊重、對等互惠基礎上，推進對話合作。和而不同、和諧共生，各美其美、美美與共，這才是我們應該為之共同努力的中美關係和世界。希望伯恩斯大使在中國多接觸、多交流、多思考，作中美間的紐帶橋樑，作出建設性努力。

拜登預估美中很快解凍 中國外交部卻這樣回應

拜登(專題)總統21日表示，美國與中國的關係可望“很快就會解凍”。中國外交部發言人毛寧22日回應說，中美之間保持著必要的溝通，但美國如果一邊說要溝通，一邊不擇手段地打壓遏制中國，對中方的官員、機構和企業實施制裁，這樣的溝通誠意和意義何在？

拜登21日在日本(專題)廣島G7高峰會後，于記者會上表示，美國與中國的關係可望“很快就會解凍”，並稱G7並不尋求與北京脫鉤，還暗示很快將與中國國家主席習近平(專題)對談。

不過，毛寧在22日下午召開的中國外交部例行記者會上，不只未正面回應中美元首通話安排，還抨擊美方沒有溝通的誠意。

毛寧說，中美之間保持著必要的溝通，但是美國如果一邊說要溝通，一邊不擇手段地打壓遏制中國，對中方的官員、機構和企業實施制裁，這樣的溝通誠意和意義何在？

在？

毛寧表示，中方一貫堅決反對有關非法的單邊制裁，已向美方表明瞭嚴正立場，美方應當立即撤銷制裁，採取實際行動，為對話溝通掃清障礙、營造氛圍，創造有利的條件。

毛寧還說，中方始終按照習近平提出的相互尊重、和平共處、合作共贏的原則發展中美關係。“我們敦促美方端正對華認知，停止干涉中國內政，停止損害中國的主權、安全和發展利益，同中方相向而行，以實際行動推動中美關係重回正軌”。

至於中美元首是否有通話安排，毛寧回應提問媒體說，“關於你提到的兩國元首的具體安排，我目前沒有可以提供的消息。”



美駐華大使伯恩斯歷數美中合作往事 營造氛圍解凍關係？

美國駐華大使尼古拉斯·伯恩斯(Nicholas Burns)近日訪問中國重慶，參觀了重慶飛虎隊展覽館、約瑟夫·史迪威將軍的辦公舊居、二戰期間美國大使館舊址等。伯恩斯赴重慶的同時，正值中國新任駐美大使謝鋒履新，顯示美中雙方似乎有意推進關係解凍。

伯恩斯周二(5月23日)發出推文說，自己正在前往重慶的路上，並說，“二戰期間美國曾經在這裡和中國人民站在一起”。

周三(5月24日)，他在譚必勝館長的導覽下參觀了羅斯福圖書館，並發推文表示，“在羅斯福圖書館欣見富蘭克林·D·羅斯福總統備受重慶人民的緬懷，他在二戰期間展現出了非凡的遠見卓識。”

伯恩斯也參訪了二戰期間位於重慶的美國大使館舊址。他推文說，“我來到這裡為的是向曾經在此的三位美國大使以及諸多外交人員致敬。他們個個都是‘中國通’，對於中國有著精深的理解，在戰時以無比的勇氣與傑出的表現做了諸多奉獻。”

赴約瑟夫·史迪威將軍辦公舊居時，伯恩斯推文表示，“今年是約瑟夫·W·史迪威將軍來到中國81周年，美國駐華使團成員到其二戰期間重慶辦公舊居向他致敬。1942-44年間，他在中緬印戰區展現出了英勇的領袖氣概，我們非常尊敬。永銘於心。”

約瑟夫·史迪威將軍曾在二次大戰期間駐中國接近三年，任中緬印戰區美軍司令，東南亞戰區副司令，盟軍中國戰區參謀長，支持中國物資等職務。

周四(5月25日)伯恩斯則參訪展示曾經駐紮



在重慶、美國志願飛行團“飛虎隊”的展覽館。他推文說，“中美關係當中，飛虎隊的事跡是獨一無二的。在克萊爾·陳納德將軍的指揮之下，來自美國各地的年輕飛行員和地勤人員在二戰期間最黑暗一段的日子里守住了防線。能夠來到位於重慶的飛虎隊展覽館，瞭解他們的英勇事跡，讓我感到非常驕傲。”

伯恩斯在重慶參訪歷史遺址的同時，中國新任駐美大使謝鋒赴美履新。伯恩斯周三也發推文表示，在謝鋒臨行前為他舉行了饯行晚宴，並表示兩人為中美關係當中的諸多挑戰會面了23次。他說，“我很期待在他

(謝鋒)履新之後繼續和他一起工作。”

伯恩斯于2021年12月被任命為駐華大使，他曾對中國做出強硬表態，稱中國是“最危險的競爭者”，並批評“中共在新疆的種族滅絕，在西藏的侵權、對香港自治與自由的窒息和對台灣的霸凌是不公正的，必須停止。”

去年伯恩斯曾表示，美中關係陷入50年來的最低點。不過今年進入五月後，美中高層官員開始互動，有了“融冰”的跡象。5月8日，伯恩斯在北京與中國外交部長秦剛會晤。5月10到11日，美國國家安全顧問傑克·沙利文(Jake Sullivan)與中國最高外交官員王毅在維也納的會談，雙方稱會談“坦誠、深入、具有實質性和建設性”。

前美國國務院政策規劃司成員，華盛頓智庫史汀生中心資深研究員羅伯特·曼寧(Robert Manning)告訴美國之音，由於美中關係持續陷入“死亡螺旋”(a death spiral)，的確有跡象顯示雙方都在努力試圖扭轉局面，避免事態出現失控。

中美建交親歷者 美前副國務卿：中美還有機會修補關係

“1970年代美國首次與中國接觸時，我曾為(時任美國總統國家安全事務助理)亨利·基辛格工作。以下是我認爲中美兩國仍有機會修復關係的原因。”

當地時間5月24日，美國前副國務卿羅伯特·霍馬茨在美國《財富》雜誌網站以此爲題撰文稱，儘管人們在此前很長一段時間里對中美關係改善的前景都不樂觀，但最近已然出現了一些有進展的跡象。

作爲中美關係正常化的親歷者，霍馬茨認爲，中美兩國都將從近期的一系列高級別對話中受益。他敦促美國不要將對華關係看作零和博弈，不要試圖挑戰別國制度和價值觀，而是尋求建立務實、有建設性的雙邊關係。

霍馬茨表示，如果加以明智的利用，中美之間的會談將使兩國更好地瞭解彼此的基本目標，闡明各自認爲的主要分歧和重要利益，並找到建立尊重和信任的方法。他提到，在去年中國新一屆領導班子誕生、今年初美國眾議院控制權易手後，這種會談尤其重要，雙方都能借機互相瞭解、發展關係。

霍馬茨首先指出，美國不能在對華關係持

續緊張的基礎上組織管理雙邊關係和所謂新的全球秩序，也不能將這個過程看作一場零和博弈，更不能試圖通過言辭挑戰或批評另一個國家治理體系的合法性來完成其政策目標。中美兩國的歷史文化和政治制度存在着深刻的差異，這點必須得到承認和尊重。

在他看來，爲富有成效的未來關係，美國必須尊重每個國家的文化和制度，並尋求合理的目標。例如，對華盛頓來說，阻礙中國經濟增長發展並不是一個現實的或有建設性的選擇。他認爲，中國有技術能力和人力技能在未來很長一段時間內保持大幅增長，而中國取得的技術進步則應鼓勵美國加強本國的各級STEM教育。

霍馬茨還指出，試圖阻撓中國與其他國家經濟關係的增長，同樣是不現實和沒有建設性的。大多數國家，包括美國的盟友，都在尋求與中國建立建設性的貿易投資關係。對許多國家來說，中國現在是，並將繼續是它們最大的貿易夥伴。

美國前副國務卿羅伯特·霍馬茨(資料圖)圖片來源：美國亞洲協會網站

不過，霍馬茨同時強調，美國應當認識到未來中美不可能繼續維持像過去幾十年間的雙邊

關係，兩國在各種問題上的政治對抗會更爲激烈。反過來，認識到這些新現實和新機遇也可爲今後建立可靠、有建設性和現實的雙邊關係打下基礎。

霍馬茨稱，爲了更深入解決部分關鍵問題，中美之間就此進行更高強度、更定期的高級別對話是至關重要的。他表示，這不一定能在短時間內帶來重大變化，在某些領域取得重大進展可能需要好幾個月，甚至幾年；在很多情況下，中美官員將不得不求同存異，並找到一個建設性的框架來管理分歧。

“但在這一點上，即使是小變化也是受歡迎的。”霍馬茨回憶，上世紀70年代初中美對話剛開始時，中美早期會談更多的是關於兩國的廣泛目標而非細節，這才促成了接下來幾年間在目標上的一系列諒解。“我們的領導人並沒有從一開始就着手解決所有問題，在廣泛領域達成協議爲未來邁向更大的正常化奠定了基礎。”

文章提到，令他“感到鼓舞”的是，現任美國總統國家安全事務助理沙利文和中共中央政治局委員、中央外事工作委員會辦公室主任王毅本月10至11日進行了會面，就許多共同關心的雙邊和國際問題交換了意見。霍馬茨強調，最重要的是，雙方同意“繼續用這一戰略性溝通渠道”，這是“健康的一步”。



謝鋒就任中國駐美大使 美中關係能否“起死回生”？

2023年5月23日，中國新任駐美國大使謝鋒抵達紐約(專題)肯尼迪國際機場。

中國新任駐美大使謝鋒已在本周二抵達美國。現年59歲的謝鋒到華盛頓走馬上任，是否意味着中國的對美政策將有所改變？

謝鋒就任中國駐美大使，兩國關係緩和的信號？

謝鋒曾于中國外交部北美大洋洲司美國處工作，後來在2000年前往中國駐美大使館，並在那里先後擔任多項職務。2008年，謝鋒出任中國駐美大使館公使。2010年，他就任中國外交部北美大洋洲司司長。2021年，他又擔任了中國外交部副部長。

美國華盛頓智庫德國馬歇爾基金會(GMF)印太項目主任葛來儀(Bonnie Glaser)在接受本台採訪時表示，與上一任中國駐美大使秦剛相比，謝鋒有所不同。她說：“謝鋒與美國打交道已經有相當長的時間了。他是一位一直在外交部負責美國事務的專家，而秦剛在美中關係方面沒有很強的背景。所以我認爲這是一個重要的區別。”

在去年11月美國總統拜登(專題)與中國領導人習近平(專題)的視頻會晤中，謝鋒曾作爲參會人員出席。近年來，謝鋒也曾多次與美國工商

界、華僑界及地方州市代表進行交流和會晤活動。美國《華爾街日報》的報道提出，謝鋒出任中國駐美大使“有可能釋出一個信號”，也就是在近期的一連串外交摩擦下，“中國政府仍願意改善溝通”。

中國的上一任駐美大使秦剛已經於今年1月2日離任。葛來儀表示，由於中國已有好幾個月沒有派出駐美大使，這在某種程度上阻礙了美中兩國政府之間的溝通。她說：“有一位中國大使來討論所發生的各種進展，並與普通公眾見面，與智庫交談，到別的州去與商界交談，這是重要的。”

2023年5月23日，中國新任駐美國大使謝



峰抵達紐約肯尼迪國際機場。

學者觀點：大使是一個執行者 並不是政策的決定者

葛來儀也指出，實際上大使所能起到的作用是有限的：“大使可以幫助爲兩國關係設定一個積極的基調，但大使並不真正做出有關政策的決定。這不是大使的角色。他將是一個執行者，但他仍然可以對關係產生積極或消極的影響。”

據多家媒體報道，謝鋒此前在中國駐美大使館任上，曾與前任中國外交部長楊潔篪建立牢固的關係，成爲楊潔篪的親信。在2019年的香港(專題)反送中運動期間，擔任中國外交部駐

港署特派員的謝鋒因爲“敢於鬥爭”，而受到高層的賞識。此外，謝鋒在2021年陪同拉美和加勒比國家駐華使節訪問新疆時，曾表達過強硬的外交立場，說“反華勢力爲了搞亂新疆、挑動宗教民族矛盾、破壞中國穩定、遏制中國發展，精心設計了一條從製造謊言到發動攻擊的‘全產業鏈’。”

美國華盛頓“對話中國”智庫負責人王丹認爲，謝鋒就任中國駐美大使一事，並不能被判斷成美中兩國關係緩和的信號。他說：“現在的中國在習近平連任以後，(外交態度)基本上變成習近平一個人的態度了。他換什麼樣的人當大使，我覺得都不能當作一些政治信號來看待，主要的還是要看習近平的態度。”

王丹說，在習近平採取與美國對抗、競爭戰略的背景之下，就算原本比較溫和的外交官也會“綿羊變戰狼”。他表示：“我們過去也都看到過類似這樣的經驗，相信謝鋒也會走同樣的路。”

記者也向中國駐美大使館發送郵件，希望對方就謝鋒出任中國駐美大使一事對中國對美外交政策的影響進行評論。中國駐美大使館方面在回復郵件中，未對這一事件進行直接評論，並表示：“我們會及時發佈有關消息。請關注我館網站和官方社交媒體平台。”

真正聰明的人,都懂一生“兩不爭,兩不問”,越早醒悟越好

季羨林:活到90歲才醒悟!真正聰明的人,都懂一生“兩不爭,兩不問”,越早醒悟越好

“性命是以時間為單位的,揮霍別人的時間即是謀財害命;糟蹋本人的時光,等於慢性自殘。”——季羨林

人生如同行駛的列車,誰也知道自己的終點在哪,所以儘量放平心態,努力做個聰明的人,季羨林老先生曾在《時間從來不語卻回答了所有問題》一書中提到:真正聰明的讓人,都懂做到“兩不爭,兩不問”,過好自己的小日子,幸福才會悄然而至,越早醒悟越好!

“兩不爭”

一不爭面子

季羨林曾說:“自古及今,海內海外。一個百分之百完美的人生是沒有的,所以我說,不完美才是人生。”

在我們的生活中,往往為了爭取面子和一時的得失而產生糾紛。這類衝突只會使我們陷入困境,影響我們與他人的關係。聰明的人們明白,生活中不是非黑即白的局面,他們知道要寬容和尊重別人,接受不同的意見和看法,贏得別人的信任和尊重。

二不爭對錯

季羨林曾說:“時間從來不語,卻回答了所有問題;歲月從來不言,卻見證了所有真心。”

在與他人相處時,往往對對錯斤斤計較。聰明的人們理解,在不同的情形下,事情有不同的解釋和解決辦法。他們深知,正確的看待問題,不是把事情看做是對錯,而是要透過別人的角度思考問題,善於包容和接受不同的觀點。

“兩不問”

一不問曾經

季羨林曾說:“打碎的回不到從前,遺忘的找不到當初,我在這裡守候,你從那里離開。”

過往的經歷可以讓我們成長,但它無法被改變。人生中不如意的事情總會發生,我們不能沉溺於過去的愉悅,也不能止步於成功的喜悅。相反,我們應該用它們來給未來鋪路,創造更好的自己,把過往的經驗和教訓化作前行的動力,向未來更堅定地前進。

二不問未來

季羨林曾說:“人生短短幾一年,不要太計較



得失,好好活着,讓自己開心,自己過得開心,身邊人也舒心。”

未來是未知的,它既充滿可能,也充滿挑戰。人們往往為未來的不確定性而憂慮,但這種焦慮只會增加我們的壓力,對我們的未來毫無幫助。聰明

的人們不問未來,他們只專注於當下,利用當下的資源和機會,做好現在的準備,才能更好地迎接未來的變革。

回顧季羨林的一生,他成就了在國內外文化界的一眾獎項,更是被授予諸多榮譽稱號,可謂我們應該去思考怎樣讓自己的人生更為充實、有意義和有價值,在此過程中,不斷地挑戰自我,才能成為真正的人生贏家。如果你還有什么困惑,不妨讀讀這本《時間從來不語卻回答了所有問題》,正如這本書的名字所示,時間有自己獨特

的方式回答了所有問題,也是唯一真正值得我們信任的答案。

正如季羨林先生所說:“我們的意識和時間是息息相關的。有意識的人,才能更充分地感受到時間的流逝”。

毫不誇張地說,《時間從來不語卻回答了所有問題》是一本哲學讀物,季羨林先生用他深刻的見解、優美的語言和廣博的知識,引領我們領略時間的奧妙和它對於人類生命的影響。

最值得一提的是,書中不僅是理論的探討,更是一部集哲學、歷史、文化于一身的作品,通過季羨林先生的獨特視角,讓我們重新審視時間的本質。

季羨林先生強調人生真正的富有來自於我們心靈的飽足,而這個飽足感來自於我們自己生命中的深度和廣度。

當讀完這本書,你會發現自己對時間有了全新的認識,會更加珍惜時間,更加有意識地過好每一天,更加知道如何管理自己生命中的時間和精力。您的每一步、每一次選擇背後,都是對時間的感恩和尊重。

季羨林老先生的書籍多年來一直暢銷,很大原因就在于任何人,都能在其書中找到自己的境遇,對於個人的成功,思維的提陞都很有幫助。不僅是一本偉大的讀物,而且是一個有價值的生活伴侶!

猖狂的文人

猖狂,有很多種意思,包含一個人隨心所欲無所束縛,又包含一個人狂妄而放肆,也包含一個人氣勢猛烈,還包含一個人的思想、感情和境界方面的釋放。

猖狂的人,須分二個方面來說,一種是對別人和大眾猖狂,一種是對自己和內心猖狂。

對別人猖狂,在大庭廣眾之下猖狂,是一種輕浮的表現,很令人討厭。對自己猖狂,警醒自己的內心,是一種睿智的舉動,很讓人欽佩。

今天我介紹一些猖狂的,是讀者朋友們心目中一向儒雅俊逸的文人。

李白,奉皇帝李隆基的徵召,進京任職,在離別兒女時,作了一首《南陵別兒童入京》,其中有二句“仰天大笑出門去,我輩豈是蓬蒿人”,大致意思是:我仰天大笑,出門登程去,想想自己,滿腹詩書經綸,豈能埋沒民間,豈能甘做庸人。

杜甫,在泰山眺望,寫了一首《望岳》,其中有二句“會當凌絕頂,一覽衆山小”,大致意思是:我登山,一定要登上泰山的頂峰,然後俯瞰四面八方的山嶺,而衆山就會顯得極爲渺小。

王昌齡,文才很高,常常出行邊塞,寫了一篇《從軍行》,其中有二句“黃沙百戰穿金甲,不破樓蘭終不還”,大致意思是:在荒涼的沙漠里,戰鬥繁多,將士身經百戰,連身上的鐵盔鐵甲都磨破了,但是只要邊塞隱患沒有肅清,我就決不解甲還鄉。

黃巢,一直都有志向,寫了一首《題菊花》:其中有二句“他年我若爲青帝,報與桃花一處開”,大致意思是:有朝一日,我要當了神仙,我將安排菊花和桃花同在春天盛開,美滿人間。

王維,以詩書畫三絕聞名於世,寫了一首《老將行》,其中有二句“射殺中山白額虎,肯數鄴下黃須兒”,大致意思是:我年輕時,曾射殺山中白額虎,論天下英雄,豈止鄴下的黃須兒?

歐陽修,又從政,又寫文章,起起落落,他在滁州寫了一首《醉翁亭記》,其中有二句“醉翁之意不在酒,在乎山水之間也”,大致意思是:我在亭子里喝酒,真意不在喝酒,而在于欣賞山里的風景,在意別的方面。

蘇軾,博學多才,樣樣精通,且常常不拘小節,他寫了一首《江城子》,其中有二句“酒酣胸膽尚開張,鬢微霜,又何妨”,大致意思是:我酒意正濃的時候,胸懷更開闊,膽氣更豪壯,雖然兩鬢已生出白髮,這又算得了什麼!

辛棄疾,能文能武,經常馳騁沙場,寫詩填詞,他作了一首《賀新郎》,其中有二句“我見青山多嫵媚,料青山見我應如是”,大致意思是:我看青山的姿態那樣秀美可愛,猜想青山看我也應該是這樣吧!

岳飛,會寫字,會作詩,更會打仗,他寫了一首《滿江紅》,其中有二句“壯志飢餐胡虜肉,笑談渴飲匈奴血”,大致意思是:我滿懷壯志,信心百倍,打仗餓了就吃敵人的肉,談笑渴了就喝敵人的血。

李清照,一個命薄的女人,以曠古絕今的才情,征服了世人,曾經寫了一首《鷓鴣天》,其中有二句“何須淺碧輕紅色,自是花中第一流”,大致意思是:花當然是以紅爲美的,至於碧牡丹之類的就更爲名貴了,但桂花(其實是稱她自己)無需粉飾的自然,已是第一流的了。

劉克莊,一邊研究詩詞,一邊當些地方小官,寫了一首《一剪梅》,其中有二句“癡拍手笑疏狂,疏又何妨,狂又何妨”,大致意思是:周圍的看客,拍手笑我狂放不羈,其實,我狂放不羈又礙誰什麼事!

唐寅,才華橫溢,可惜仕途不順,曾寫了一首《桃花庵歌》,其中有二句“別人笑我太瘋癲,我笑他人看不穿”,大致意思是:俗世的人,常常譏笑我瘋瘋癲癲的樣子,其實我的內心是已經頓悟了的,只能苦笑他們不明白罷了。



斷了世俗哀愁,獨與天地精神往來

任和享受自己的生命時,我們會發現生命的意義不僅僅在於那些表面的成就和金錢的積累。更重要的是,它能讓我們感受到一些內心深處的愉悅和滿足。

斷了世俗哀愁,獨與天地精神往來,這是一種讓我們遠離塵囂煩惱,重新發現生命中那些美好的精神感受的方式。或許我們不能夠永遠生活在這種感受之中,但是我們可以在擁有這樣的經歷和感悟的同時,更加深刻地認識到生命中真正重要的東西,從而讓我們在沒有空閒時間和機會去感受天地精神的時候,也能保持自己內心的平和與堅定。

在喧囂的都市中,人們往往被繁瑣的工作和生活所困擾,無法真正地與自然親近,也無法深刻地思考生命的真諦。而這個主題,正是呼喚人們放下世俗的束縛,去感受大自然的美好,去尋找內心的平靜與寧靜。

當我們切斷與世俗的聯繫,走進大自然的懷抱,我們會發現一種全新的生命體驗。大自然是那么的廣闊,那么的深邃,它容納著萬物,也孕育著生命的奇迹。在這樣的環境中,我們可以感受到人與自然的和諧,也可以重新審視自己的生命。

當我們獨處時,我們的思維會變得更加清晰、更加敏銳。我們會思考人生的意義,生命的價值,我們會思考自己的夢想和追求。在這樣的思考中,我們可以更加深刻地認識自己,也可以更加明確自己的方向。

當我們回到世俗生活中,我們會發現自己的思維更加開闊,更加積極。我們會更加珍視自然,更加熱愛生命,也會更加努力地工作和生活。在這樣的心態下,我們會過上更加充實、更加有意義的生活。

斷了世俗哀愁,獨與天地精神往來,這是一種追求內心平靜,追求自我發現的精神之旅。我們需要在自然中感受生命的意義,在獨處中審視自己的生命,在天地之間的精神聯繫中感受宇宙的力量。只有這樣,我們才能真正地與自己、與自然、與宇宙和諧相處。

30句大實話,道盡了社會真相

- 1、我人前人後不揭穿你,你張口閉口就是我不好,這就是我們的差距,不是你的狂妄讓我沉默。而是你的無知讓我無語。教養這東西,不是人人都有的。
- 2、最好的家風:大事商量,小事原諒,不爭對錯,不翻舊賬。今生是親人,來生不一定。
- 3、多與高人來往,勤與能人共事,常與福人相處。物以類聚,人以群分,和誰在一起,真的很重要。
- 4、成熟,並不是翻起臉來,顯得自己多老道,而是躬下身去,體諒別人的多不易……
- 5、真理告訴我,因爲人性的存在,任何一種關係,都是商業模式,如果你不能給對方創造價值,那么你将面臨淘汰……
- 6、做人,不可奸,坦坦蕩蕩才心安。做事,不可懶,踏踏實實走得遠。
- 7、翻書翻的多了,翻臉就翻的少了,因爲你什麼都能悟透了。人活着不在於世界讓你高興,而在于你選擇了高興,讀些書吧,記住了成爲你的知識,記不住的成爲你的氣質……
- 8、人這一輩子,只欠父母的,其它的任何關係,都是禮尚往來。
- 9、不要花太多時間去處理關係,有了錢有了本事,一切關係都會很順暢。如果沒順暢,是因爲錢和本事還不夠!
- 10、人有千面,心有千變,見人少說話,見事少掺和,守嘴不惹禍,守心不出錯,修好自己心,立好自己德……

- 11、簡單的人,千萬別在複雜的圈子里混,否則,弄亂的不僅是生活,還有原則和底線……
- 12、個小不拉架,人窮不說理。沒錢不人衆,言輕莫勸人。力微不負重,遭難莫尋親。苦盡甘來時,再講來時路。
- 13、生氣見人品,低谷見格局,得意見教養。往後餘生,看人品、辨格局、識教養,願你我都能與良人同行。
- 14、人本無貴賤之分,使你高貴的並不是你的長相,地位和身價,而是你的人格,素質和心態。
- 15、這個時代,不缺笑話,缺真話;這個時代,不缺感情,缺真情。願以後的路有人待你如初,疼你入骨,深情不被辜負。
- 16、人到中年,最大的安全感,不是連綿十里的



- 人脈,也不是百依百順的兒女,而是銀行賬戶里有一個能讓你餓了有飯吃,倦了有房住,病了有藥醫的數字。
- 17、天狂必有雨,人狂必有禍。做人與做事,千萬別太過。飽谷總彎腰,智者總溫和。行走天地間,低調沒有錯。
- 18、沉默氣人,講話傷人,真話也有可能得罪人。但,無論是沉默,講話還是得罪人的真話,都比討人歡心的謊言乾淨一千倍。
- 19、交朋友,貧富不重要,地位不重要,重要的是品德端正、心地善良!
- 20、會說話,話是開心的鑰匙;不會說,那便是扎心的刀子。
- 21、人吶,不要羨慕任何人的生活,其實……誰家的鍋底都有灰,不是別人風光無限,而是他們一地雞毛沒給別人看。
- 22、利益到位,陌生人就是朋友,利益消失,朋友就是陌生人。人走茶涼,是自然規律,人沒走,茶就涼,是世態炎涼。
- 23、解決問題最好的方法,就是遇事懂得換位思考……
- 24、人活着呢,千萬要入戲,大家都在認真演,你不要老是一副看透人生的樣子不配合,這樣會很累……
- 25、教養的最高境界,就是讓人舒服;而教養最直接的體現,便是不讓人難堪;所謂教養,就是尊重別人,能換位思考!
- 26、家庭最好的相處方式:長輩有溫度,晚輩有規矩,平輩有分寸。
- 27、錢是照妖鏡,也是良心尺,窮時見人性,富時知人心,一富遮百醜,一窮毀所有。
- 28、你學到的東西,或許不會帶給你直接的財富,但是它會轉化成你的思想、你的格局,和你融爲一體。你每學到一項技能,懂得一些道理就多一份直面這個世界的底氣……
- 29、人性最大的愚蠢,就是相互爲難。很多時候,爲別人搭橋其實也是在爲自己鋪路。人與人最好的關係,是彼此成就……
- 30、煩惱由心起,不檢自然無。總盯人過錯,人人皆錯;總尋人短處,處處不滿。能容人才能度人;能恕人,才能感化人。

海老 KK 五月第四周(22~28日)詩詞

《五言·阿江吟》

東來阿江水,西屏華君山。
誰知萬里意,哪堪一念懸。
山林已向晚,霞雲去不還。
乘物化成句,喃喃吟不斷。

注:
阿江~流經賓夕法尼亞州的“阿拉根尼河”。
華君山~匹茲堡三江之俄亥俄河西岸一排峻嶺如屏,稱華盛頓山。故曰“華君山”。
乘物~駕馭事物。
2023年5月22日于維羅納阿拉根尼河畔

《如夢令·暮》

水鴨沙鷗相呼,
遠山近雲有無。
柳煙遮夕曛,
兩三扁舟匿蘆。
失途!失途!
只我身影孤。
2023年5月23日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·江暮》

幽躡小徑阿江西,回望柳岸路已迷。
風帶雲岫變幻色,地轉日落及山齊。

翠荻叢中隱狎鷗,水灣靜處浮濡鷗。
當此暮景誰人共,且留鳥迹胡亂題。

注:
幽躡~獨自徘徊。
阿江~橫貫賓夕法尼亞州的“阿拉根尼河”。
狎鷗~指隱逸。出于《列子·黃帝》:“海上之人有好瀕鳥者,每旦之海上,從瀕鳥游,瀕鳥之至者百住而不可止。其父曰:吾聞瀕鳥皆從汝游,汝取來,吾玩之。明日之海上,瀕鳥舞而不下也。”瀕,同“鷗”。
濡鷗~于出《詩·曹風·候人》:“維鷗在梁,不濡其翼。彼其之子,不稱其服。”鄭玄箋:“鷗在梁,當濡其翼;而不濡者,非其常也。以喻小人在朝,亦非其常。”比喻享受高官厚祿、不理朝政、貪污腐敗者也。
暮景~黃昏之時,也指人的晚年。
鳥迹~指文字。相傳“倉頡”根據鳥足印在地上的痕迹造字。
2023年5月24日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·傷》

今上盜磚台階,不慎踩空,致左腳踝及膝蓋受損,腳背紫腫,落地甚痛。經急症拍片,幸無骨折,僅軟組織損傷也,暫拄拐代步。

不是卜卦不逢時,陡然滑跌悔也遲。
老骨光解雖無恙,暫拄雙拐充傷肢。

注:

光解~靠輻射能(如光)作用的化學分解或解離。这里指X光。
2023年5月25日于匹茲堡大學醫學中心(UPMC)瑪格麗特醫院急診室

《五言·仰承》

腿傷,獲親友勞乏及“海風詩社”眾詩友慰懷,不勝感激,比止痛藥有效!

年老腿力衰,階高不勝登。
一朝傷筋骨,百日挨疼懲。
雖只皮肉苦,卻常鑽心痛。
勞乏有親友,慰懷眾詩朋。
神藥唯精神,邀拜謝仰承。
2023年5月26日于維羅納自寓

《七言·感》

不慎腿腳傷,獲幫助和安撫,有感。

不慎遭逢傷腿脛,剎時足面腫泛艷。
四肢百體忍負疼,五內千念陷孤輿。
親朋丹衷心存撫,吾當乃誠腰折磬。
人身誰無無妄災,事到難處有依憑。
注:
艷~青黑色(傷處內出血之淤青)。
折磬~彎腰如磬狀,表示恭敬。
2023年5月27日于維羅納自寓

愣看着。

突然,母牛後身一擺,只聽“撲通”一聲,公牛滑落下來。大家紛紛吐氣搖頭,甚感遺憾。但公牛毫不氣餒,甩頭打了一個響噱,穩穩豎起兩個前蹄,又搭在母牛背上。大家又振作,聚神再看。依稀緊握着拳頭,為公牛使勁。公牛顫動着,下身漸漸突起。“不好看,不好看……”白雪連連跺腳,背過身子。

“這有什么?我就看。”淑琴瞟了白雪一眼,又昂頭看牛。

這時,中年人走到公牛身旁,一手抓住公牛下身,一手將竹筒套入。公牛“哼哼”歡吟一陣。中年人抽出竹筒,舉起看了看,便走進磚房。公牛從母牛背上跳下來,圍着母牛,悠然踱步。

隊伍已亂。大家涌進磚房,看着中年人在試驗桌上操作。中年人全神注視着試管里的液體。大家爭着要看,便互相推擠。我體弱,幾下便被擠出人群,只好走出磚房,心里非常沮喪。忽見窗口處人

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

“往事”

冰凌 作于 1985 年 9 月 16 日



少,便跑去看,因為近,看得更真切。我正細細琢磨試管里的液體,就聽見旁邊夏老師柔聲問二排的宋老師:“人的不是這樣?”宋老師捏着辮梢說:“不知道。噓,學生。”夏老師側頭看了我一眼。我裝着沒聽見,轉身離去。

一會兒,就見大家擁着中年人,涌出磚房。中年人抓着一個針筒樣的東西,走到母牛身後,小心地將那東西伸進母牛的後體內,一陣後,抽出那東西,看了看大家,說:“完了。很簡單。”大家紛紛點頭,顯得極其莊重。

參觀結束。趙連長召集好失散的隊伍,宣佈休息午餐。大家終於盼到此刻,十分激動,相約要好的同學,欲找地方共進午餐。猛聽到夏老師叫聲:“四排原地不動!”大家掃興地原地站着,忍着食慾,睜眼望着別排同學聚餐。

夏老師背着手,厲聲說:“不要看!現在佈置作業,是做作文。根據今天參觀的所見所聞,每個同學寫一篇記敘文。明天是禮拜天,大家在家里寫,禮拜一交給各班的班長。注意,作文要中心思想集中,段落層次清楚,語言生動活潑。大家要先打草稿,然後抄在作文簿上,抄寫要工整,潦草的全部退回去重抄。每篇作文不得少于九百字……”

大家紛紛叫苦。華福說:“一天怎么也不夠,起碼要三天。”依佛說:“寫死了也寫不到九百字啊。”我雖好作文,也只擅長駁論文,什麼“階級鬥爭熄滅論”、“讀書做官論”等等,可以批四五次不重複。記敘文就寫不順,常勞父親替筆。此時見大家叫苦,心中暗喜,也跟着鼓譟。

夏老師跨前一步:“吵什么?吵什么?”大家立刻肅靜。夏老師嘶聲叫道:“沒見過你們這樣子!過去我們上高中的時候,老師一佈置作文,我們都高興得不行了,馬上就構思,列大綱,找詞彙,一晚上就寫出來了。有的同學放學後,就在課堂里寫,一個多鐘頭,一揮而就。哪像你們這樣,一天時間還叫少……”

大家聽後,個個汗顏,不敢再鬧。散後午餐時,大家只是默默地吃,毫無野餐情趣,返校路上,更是垂頭喪氣。

當晚,我便伏案作文。面對白紙,卻無從下筆,幾次想求父親,因涉及“人工授精”問題,又不敢開口,只是苦想。到夜深,終於擬好題目:《我們邁着堅定的步伐,向北郊畜牧場參觀》,大為得意,又寫開篇,便翻“紅寶書”,找一條語錄鎮頭,翻來復去找了半天,不是用過,就是不貼切,不禁泄氣。偶抬頭,

個共同的革命目標,走到畜牧場來了,我們的幹部要關心每一個戰士……”說着,他指指淑琴腰上的行軍壺。淑琴滿臉漲紅,解下行軍壺,遞給華福,忍痛看着我們輪喝,眼眶漸潮。我們邊喝邊夸排長是愛兵模範,跟門合差不多。淑琴直揉眼睛,說:“風怎么這麼大?”白雪站在一旁,粉嘴緊抿着,斜瞪着華福。

“四排集合!”猛聽到一聲叫喚,我循聲望去,見夏老師站在草場上,一手直舉,一手橫伸,便跟着大家跑到夏老師面前,迅速列隊。

夏老師兩眼掃視着隊伍,說:“下面參觀……大家看,不準講話,不準議論,不準交頭接耳。男同學站一邊,女同學站一邊,不準走動。全排要繼續發揚高度的組織性紀律性……”說着,她邪了我們一眼:“剛纔,有個別同學,毫無組織性紀律性,到處亂跑。希望他們回校後,要斗私批修。我們四排再也不允許無政府主義的現象繼續氾濫下去。”

夏老師說完,便領着全排,跑到一座磚房前。

各排也陸續到達。隨着趙連長的口令,全連男女各列一隊,女隊原地不動,男隊向前走十步,又向後轉。男女生突然鮮明對立,彼此格外規矩,不敢對視。惟有依佛睜着眼睛,逐個檢閱女生。華福難忍,按了按依佛的頭。

這時,就見一個中年人牽着兩頭黃牛走來。黃牛們突着眼睛,瞪着夾道的人們,略顯驚恐。中年人輕抖牛繩,把一頭黃牛引進一個長方形木柱框架里,牛繩緊緊繫在橫柱上,又把另一頭黃牛系在旁邊的一根立柱上。然後,他拍拍手,看了看兩邊隊伍,高聲說:“等等做的事,叫人工授精。就是,取出公牛的精子,優選一下,再放進母牛體內,叫它生出優良種牛,很簡單。木架里這頭是母牛,外面那頭是公牛。”說完,他走進磚房里。

隊伍一陣混亂,大家低聲議論。依佛面露疑色,轉身問夏老師:“老師,精子是什麼?”夏老師滿臉通紅:“回去問你爸爸。”

大家暗笑。夏老師斥道:“笑什麼?不要笑!”大家立刻肅靜。

華福指着依佛:“這傢伙,精子都不懂,你有沒有‘打過草鞋’?就是那個……”我們攔向華福,正要聽他深入介紹,猛聽到夏老師一聲喝:“華福!你還不注意!”華福急忙住嘴,扭頭望山。

夏老師的話,深有意義。一次,在上課時,華福抱着《赤腳醫生教材》,正盯着女性生殖系統圖,被夏老師當場抓獲。那本教材,作為“黃色書籍”,被沒收上交。校革領組高度重視此事,認為是階級鬥爭新動向,專門召開大會,進行大批判。如今夏老師一吼,立刻鎮住華福。

這時,又見中年人走出磚房,手握一節嵌有玻璃片的竹筒。他走到公牛前,解開繫在立柱上的牛繩,牽着公牛,繞着母牛慢慢地走着。母牛溫順地靜立着,深懷期待。公牛繞了幾圈,漸漸亢奮起來,四蹄蹬地,頻頻靠向母牛。中年人依然緊抓着牛繩,牽着公牛繼續繞圈。公牛越走越急,四蹄亂跳,不停地甩頭,欲掙脫牛繩。突然,中年人把牛繩往牛背上一扔,閃向一邊。公牛一個急返,冲到母牛身後,急促跳騰一陣,牛頭一昂,前身凌空躍起,將兩個前蹄搭在母牛背上。

全場靜極。男生們瞪圓兩眼,直刺刺地看。女生們紛紛低頭,悄悄地看着。白雪兩手捂着臉,偶爾松開指縫,窺視一下。華福盯着兩牛,低聲罵着:“他媽的,他媽的……”我怕夏老師聽見,回頭看了看夏老師。夏老師站在一塊磚頭上,微微抬頭,正愣



匹茲堡華人老朽 海老 KK

《七言·修慎》

腿腳傷不利于行,減無謂之出行,亦增來時之謹慎,豈不禍福相依。

莫常忘形悔也遲,禍福相依有誰知。
人生百年唯修慎,不教五苦累傷時。

注:
禍福相依~《老子》第五十八章:“禍兮福之所倚,福兮禍之所伏。”
修慎~注重修養,處世謹慎。

五苦~佛教語。指生老病死苦,愛別離苦,怨憎會苦,求不得苦,五陰盛苦。道教亦沿用此說。
傷時~因時世不如所願而哀傷。漢王逸有《九思·傷時》篇。
2023年5月28日于維羅納自寓

《七言·醉眸》

因傷飲浸泡年余之雲南三七藥酒。
傷疾難散暮江頭,身自躺平水自流。
卻道酒緒騁更遠,萬里山水一醉眸。
2023年5月28日于維羅納自寓

猛見牆上毛主席像兩對的對聯:“春風楊柳萬千條,六億神州盡舜堯”驚喜萬分,當即抄下。接着,寫了一段國內外大好形勢,想想不妥,又塗去。人又疲又困,便爬上床睡去。

次日醒來,已經九點多,我急忙起床,草草喝了一碗粥,伏案又寫。塗塗改改,歷盡艱辛,寫了兩節,便再也寫不下去,索性棄筆,起身溜到華福家。敲了一陣門,華福才來開門,身子堵着門,問我有什么事。我往他身後掃了一眼,見房間里有一條身影,頓時大悟,便拍拍他的肩,說:“你們忙。”抽身溜到亞民家。見亞民也在苦寫,奪紙便看,一看開頭,我就責問亞民:“你怎么學我?‘春風楊柳萬千條’我已經用了,你不能再用。”亞民反問:“怎么是我學你?我今天一早就寫了。”我說:“我昨天晚上就寫了。”亞民又說:“我昨天晚上也想好了。”我們互相不服,便猜指。結果,亞民出食指,我出拇指。亞民見輸了,心疼地抓起筆,剛去開頭兩句。我見他難受,便講了剛纔在華福家碰到的事。亞民聽罷大樂,拖住我就跑。我們跑到華福家對面樓房,遠遠望着華福家。大約半小時後,便見華福家門慢慢拉開,華福伸出頭,左右探望一陣,往里一招手,就見白雪衝出門,急走一程,又若無其事地緩步而去。

我們哈哈亂笑。亞民推了我一把,說:“比《海岸風雷》還他媽的精彩。”

次日上午,一進教室,班長們便向大家催討作文簿。到放學時,全排五十多人,只交了十幾本。夏老師大怒,把十幾本作文簿往教桌上——摔:“沒交的全部留下來,不寫完,不準回去!”

十幾個同學昂頭走出教室。留下的同學,趴在課桌上,趕寫作文。夏老師背着手,在黑板前來回踱着,不時抬腕看表。突然,她慢慢踱出教室,又急步冲向學校食堂。

教室里大亂。大家七嘴八舌吵嚷。亞民揮着手說:“這是管卡壓!是修正主義教育路線的回潮!我們應當高舉革命的旗幟,進行大批判!大鬥爭!”依佛也拍案而起:“她知道肚子餓,難道我們就不知道肚子餓嗎?我們也回去吃飯!”大家拍桌響應,可沒人敢出教室。

一會兒,就見夏老師捧着一個小飯盒,遠遠跑來。大家如驚弓之鳥,飛回各自的座位。夏老師走進教室,把飯盒放在教桌上,拍拍飯盒,說:“我陪着你們。”依佛揮揮手,說:“老師,飯會涼的,你先吃吧。我們保證不看你吃。”大家也紛紛保證不看。

夏老師說:“不要你們關心。你們趕快給我寫。”說完,她沿着過道,逐個巡視,走到依佛身旁時,依佛用手捂住作文簿,笑嘻嘻抬起頭,指着教桌上的飯盒,問:“老師,你飯就吃這麼一點點啊?太少了,老師要保重身體。”大家哄笑。夏老師大叫一聲:“依佛,你給我站起來!”依佛扭着身子,慢慢站起來,歪立着。

夏老師點着依佛的腦門:“就你話多,你說吧!讓你站着說個痛快。作文寫不出來,亂七八糟話倒不少。怎么不說啦?你說,你作文為什麼沒寫完?是不是昨天去玩啦?”

依佛說:“我沒有玩,是不會寫。我去問我爸爸,他、他、他打了我一巴掌,說學校搞封資修,叫學生看流氓事情。我還說,還說……”

夏老師急問:“還說什麼?”

依佛抬眼看了看夏老師:“還說,說,看了還不夠,還要寫出來。他準備向學校工宣隊彙報。他說,工宣隊齊隊長他認識,是他一個廠的。”

夏老師一陣驚慌,大步冲到教桌前,抓出一本作文簿,說:“誰叫你們寫那個啦?我根本沒叫你們寫那個嘛。你們看看白雪寫的。”她翻開作文簿,比劃着說:“白雪,大部分都是寫參觀牛房和草場的經過,參觀那個,只是略寫,就那么一句,你們聽,‘最後,我們還參觀了科學實驗’,是不是?科學實驗嘛,我什麼時候叫你們寫那個啦?”

我如獲至寶,急忙抓起筆,仿照夏老師所念,寫下:“最後,我們還參觀了科學實驗。”寫完,我抓起書包,走到教桌前,把作文簿交給夏老師。

夏老師兩眼發呆,愣坐着。
我剛走出教室,依佛也嘻嘻哈哈跑出來,又有一些同學陸續跟出來。

選擇合適的第三方薪資服務商有助於保護企業

國稅局稅務提示 2023-65

並非所有第三方薪資服務商都是一樣的。一家值得信賴的合格公司可以幫助確保企業安全和稅務合規。一家不可靠或欺詐的公司可能會導致存款丟失、盜竊或稅表未被提交。

雖然許多第三方薪資服務商提供優質服務，但不專業或欺詐的公司會卷款潛逃 - 接受客戶的薪資並在無預警的情況下關閉。這對受影響的企業來說代價高昂，因為企業對報告和繳納到期稅款負有法律責任，即使它已匯款給第三方薪資服務商來支付所需的存款和款項。

企業可以通過聘請以下值得信賴的服務商來保護自己：

* 經認證的專業雇主機構(CPEO)。通常，這些機構全權負責提交就業稅表，並為其客戶報告的工資和其它補償稅款進行存款和支付。CPEO 提交就業稅表和存款，並使用 CPEO 的雇主身份識別號碼支付其客戶的綜合稅負。雇主與 CPEO 簽訂服務合同，CPEO 向國稅局提交《表格 8973, 經認證專業雇主機構 / 客戶報告協議》(英文)。雇主可以在 IRS.gov 上的公開列表中找到 CPEO (英文)。

* 報告代理人。這是第三方薪資服務商，必須通過聯邦電子繳稅系統存入客戶的稅款。報告代理人通常可以與國稅局共享客戶信息以解決問題。他們還必須向客戶提供書面聲明，提醒是雇主而非報告代理人有責任按時提交稅表和繳稅。要告知國稅局其與客戶的關係，報告代理人需提交客戶簽署的《表格 8655, 報告代理人授權書》(英文)。

* 第 3504 章節代理人。此第三方薪資服務商為雇主預扣、報告和支付就業稅。第 3504 章節代理人與雇主一起分擔雇主的社會保障、醫療保險和聯邦所得稅預扣責任。代理人合併其雇主客戶的所有稅表，並將其用代理人的雇主身份識別號碼進行提交。一般來說，使用第 3504 章節代理人的雇主仍需使用自己的雇主身份識別號碼提交《聯邦失業保險稅法案》稅表。要請求國稅局授權第三方作為雇主的代理人，雇主需提交《表格 2678, 雇主 / 付款人指定代理人》(英文)。

國稅局鼓勵雇主註冊聯邦電子繳稅系統並確保其第三方薪資服務商使用聯邦電子繳稅系統進行稅款存款。它是免費的，並可以讓雇主安全、輕鬆地在線訪問他們使用雇主身份識別號碼存款的付款歷史記錄。這有助於他們監控其第三方薪資服務商是否有履行稅款存款義務。

雇主應就他們收到的任何賬單或通知聯繫國稅局，尤其是當賬單或通知涉及第三方管理的付款時。撥打賬單上的號碼，寫信給發送賬單的國稅局辦公室或撥打國稅局企業稅熱線 800-829-4933。

- 更多信息：
- 就業稅
- 外包薪資和第三方付款人(英文)
- 第三方安排圖表(英文)
- CPEO 客戶須知(英文)
- 報告代理人文件(英文)
- 訂閱國稅局稅務提示(英文)

國稅局向國會提交直接報稅報告;財政部指示試點評估關鍵問題

IR-2023-103

華府 - 美國國稅局今天向國會提交了一份報告(英文)PDF,對為納稅人提供直接報稅選項做出了評估,並按照財政部的指示採取措施,於 2024 年報稅季開始試點項目。

根據《通貨膨脹削減法案》的要求,向國會提交的此份報告評估了為納稅人提供免費、自願、由國稅局運行的電子報稅系統(常被稱作"直接報稅")選項的可行性。

該報告發現,許多納稅人有興趣使用一個免費的國稅局提供的工具來準備和提交稅表,而且國稅局在技術上有能力提供直接報稅項目。報告還得出結論,直接報稅項目的有效執行需要持續的預算投入以及對該潛在項目操作複雜性的精心管理。

該報告側重於三個方面:納稅人意見、成本和可行性。根據法規要求,該報告還包含由獨立第三方進行的分析。該報告還列出了國稅局實施直接報稅項目相關的潛在好處和挑戰。

"國稅局致力於向納稅人提供工具、信息和協助來大力改善服務,從而使納稅人更

容易履行其納稅申報義務。世界各地許多稅務管轄區都在使用的直接報稅,長期以來都被作為改善美國納稅人客戶體驗的一個選項而進行討論。"美國國稅局局長 Danny Werfel 表示,"國稅局的審查著眼於此類系統的潛在運營和管理要求。最終,結果顯示納稅人對可選的直接報稅項目感興趣,並且這樣的項目在技術上是可行的。任何前進的道路都應該從有限的試點開始,以評估本研究中提及的運營因素。"

根據財政部指示,國稅局將通過在 2024 年報稅季實施規模化的直接報稅試點來收集更多信息,以進一步評估客戶支持和技術需求以及克服報告中指出的潛在運營挑戰的能力。有關直接報稅試點的更多詳細信息將在未來幾個月內公佈。

國稅局的報告依賴於從該機構納稅人體驗調查 (TES) 獲取的信息,該調查就這些主題對數千名納稅人進行了民意調查。國稅局還審查並納入了 MITRE 公司進行的獨立調查的結果。國稅局通過使用基礎內部原型進行的用戶研究和可用性測試來補充從這些納稅人調查獲取的數據,以更好地瞭解第一手納稅人的看法。

國稅局報告還包含 New America 和 Ariel Jurow Kleiman 教授對直接報稅概念所做出的單獨、獨立的分析。

國稅局期待在未來幾個月內圍繞這一重要主題與利益相關者進行接觸。

隨直接報稅報告附上的是美國國稅局局長 Danny Werfel 至財政部部長 Janet Yellen 的信函(英文)PDF。

IR-2023-105

華府 - 伴隨持續猖獗的市場營銷,美國國稅局今天再次發出警告,提醒企業提防涉及員工留任稅收抵免(英文)的具有誤導性的說辭。

國稅局和稅務專業人士持續觀察到一連串涉及員工留任稅收抵免的激進廣播廣告、直接郵件招攬和在線推廣。雖然這是一項真正的抵免,但激進的推廣人卻在嚴重地歪曲和夸大誰有資格獲得抵免的事實。

國稅局已加強涉及這項抵免的審計和刑事調查工作。考慮申請此項抵免的企業、免稅組織和其它機構在申請前需仔細審閱此有局限的項目的官方要求。國稅局對於提出不當申請的納稅人將採取後續行動。

"對於員工留任稅收抵免的各種激進營銷,繼續將無辜的企業及其他機構作為下手目標。"國稅局局長 Danny Werfel 表示,"激進的推廣人對這一抵免進行極具誤導性的宣傳。不但可以從中賺取可觀的費用,同時又讓那些申請該抵免的人面臨申請被拒風險或需償還抵免額的情形。"

員工留任稅收抵免(ERC,或稱被為 ERTC),是一項合法的稅收抵免。許多企業合法地申請此項新冠疫情時期的抵免。國稅局增加了人手來處理耗時的員工留任稅收抵免申請,因為它們涉及修正稅表。

"持續不斷的廣告營銷意味著許多無效的申請涌入國稅局,也意味著辛勤工作的國稅局員工需要花費更長時間才能處理到合法的員工留任稅收抵免申請。"Werfel 表示,"國稅局瞭解這些抵免的重要性,我們感謝企業和稅務專業人士的耐心等待,將繼續努力儘可能快地處理有效申請,同時防範欺詐。"

自去年以來,國稅局一直在針對員工留任稅收抵免的激進騙局發出警告,並將其列出了國稅局年度"骯髒十二條騙術"稅務詐騙清單來提醒大家提防注意。

國稅局繼續加強涉及員工留任稅

國稅局提醒企業、免稅團體警惕具有誤導性的員工留任稅收抵免騙局;簡單步驟即可避免不當申請

收抵免的執法工作,並在許多方面將其作為持續工作重點。國稅局已對審查風險最大的員工留任稅收抵免申請的審計人員進行培訓,國稅局刑事調查部正在努力追查欺詐和欺詐性申請的推廣人。

國稅局提醒任何不當申請員工留任稅收抵免的人,他們必須退還該抵免,並可能面臨罰款和利息。企業或免稅團體如果需要退還此項抵免,可能會比一開始從未申請過該抵免而陷入更糟的資金狀況。因此避免此類騙局非常重要。

如果申請得當,員工留任稅收抵免是一項可退稅的稅收抵免,旨在幫助新冠疫情期間關閉企業但繼續支付員工工資或在規定資格期內總收入大幅下降的企業。此項抵免不適用於個人。

激進的員工留任稅收抵免營銷的警訊

大家應該瞭解涉及員工留任稅收抵免的重要提示。需要留意的警訊包括:

未經請求的電話或廣告提及"簡單的申請流程"。推廣人或公司可在幾分鐘內確定員工留任稅收抵免資格的說辭。

申請抵免額的大筆預付費用

根據申請的員工留任稅收抵免退稅額的百分比來收取費用。對普通納稅人來說,這是一個通用的警訊,他們應避免根據退稅多少來收取費用的代報稅人。

在對企業本身的稅務狀態有任何討論之前,推廣人就聲稱被推銷的這家企業符合資格。實際上,員工留任稅收抵免是一項複雜的抵免,需要在申請前仔細審查。

國稅局還觀察到營銷人員極其激進的建議,敦促企業提交申請,因為從中沒有損失。但事實是,那些不當獲得此項抵免的人可能需要償還抵免額,同時支付高額利息和罰款。

這些推廣人可能會在資格要求方面撒謊。此外,使用這類公司服務的納稅人可能會面臨風險,被人以申請抵免為藉口來竊取身份,或被攔取不當申請的抵免額。

推廣人如何引誘受害者

國稅局繼續觀察到推廣人通過多種方式來引誘企業、免稅團體等來申請此項抵免。

激進的營銷。這可在無數地方看到,包括廣播、電視和網絡以及電話和短信。

直郵。一些員工留任稅收抵免工廠從一個不存在的團體(如"員工留任稅收抵免部門")向納稅人發送虛假信件。這些信件被偽裝成國稅局的官方信函或政府的官方郵件,其中包含敦促立即採取行動的語言。

遺漏關鍵細節。員工留任稅收抵免的第三方推廣人通常不會準確解釋資格要求或抵免額的計算方式。他們可能會給出廣泛的論調,表明所有雇主都有資格,無需評估雇主的個人情況。

例如,在 2021 年第四季度,只有恢復型初創企業才有資格申請員工留任稅收抵免,但推廣人不會解釋這一限制。

另外,推廣人可能不會告知納稅人,其企業聯邦所得稅表上申報的工資扣除額需要減去員工留任稅收抵免額。這會給企業帶來稅收問題的多米諾骨牌效應。

參與薪資保護項目。此外,許多推廣人不會告訴雇主,如果他們有獲得薪資保護項目貸款豁免就不能就申報為工資成本的工資來申請員工留任稅收抵免。

企業和其他人如何保護自己

國稅局提醒企業、免稅團體以及其他受到過這些發起人推銷的人,可以採取簡單的步驟來保護自己,從而避免提交不當員工留任稅收抵免申請。

與值得信賴的稅務專業人士合作。需要幫助申請此抵免的符合條件的雇主應與值得信賴的稅務專業人士合作;國稅局敦促大家不要聽信那些兜售此項抵免的人的建議。推銷此抵免的推廣人最終有賺錢的既得利益;在許多情況下,他們並不會考慮申請人的最佳利益。

除非您認為您能夠合法申請此項抵免,否則不要申請。有關此抵免的詳細信息可在 IRS.gov 上找到,另外,值得信賴的稅務專業人士(而非推廣此項抵免的人)可以提供有關員工留任稅收抵免的重要專業意見。

要舉報員工留任稅收抵免濫用行為,請提交《表格 14242, 報告涉嫌濫用型稅務宣傳或代報稅



國稅局寄發信函提醒納稅人可疑的身份盜竊

國稅局稅務提示 2023-74, 2023 年 5 月 31 日

詐騙者有時會使用竊取的社會安全號碼來提交欺詐性稅表和領取退稅。為了防止這種情況的發生,美國國稅局會掃描每一份稅表來查找欺詐跡象。如果系統監測到可疑的稅表,國稅局會審查該稅表並向納稅人發送信函,告知其可能的身份盜竊。在納稅人回复此信函之前,國稅局不會處理該可疑的稅表。

國稅局可能會向納稅人寄發以下身份欺詐相關的信函:

* 第 5071C 號信函,潛在身份盜竊,提供在線選項(英文):此信函告知納稅人使用在線工具來驗證其身份和稅表信息。如果納稅人沒有報稅,可以使用在線工具來告知國稅局。

* 第 4883C 號信函,潛在身份盜竊(英文):此信函告知納稅人致電國稅局來驗證其身份和稅表信息。如果納稅人沒有報稅,可撥打信函上的納稅人保護項目熱線電話。

* 第 5747C 號信函,潛在的身份盜竊,需當面核

實(英文):此信函告知納稅人親自到當地的納稅人協助中心核實其身份和稅表信息。如果納稅人沒有報稅,可以撥打信函上的納稅人保護項目熱線電話。

* 第 5447C 號信件,美國境外的潛在身份盜竊(英文):此信函告知納稅人使用在線工具或致電國稅局來驗證其身份和稅表信息。如果納稅人沒有報稅,可通過在線工具告知國稅局。

納稅人應遵照信函中的步驟操作

身份盜竊信函將告知納稅人需要採取的步驟。納稅人應遵循這些步驟來聯繫國稅局解決問題。

身份盜竊的受害者可通過聯邦貿易委員會查找更多關於報告身份盜竊以及身份修復的資源:identitytheft.gov(英文)。

納稅人如果收到國稅局身份盜竊信函,不需要提交身份盜竊宣誓書

如果納稅人需要提醒國稅局他們是身份盜竊的受害者,或者他們認為自己可能是受害者,可以提交《表格 14039, 身份盜竊宣誓書》。如果納稅人已經收到關於身份盜竊的國稅局信函,就不需要提交宣誓書。

更多信息:

身份盜竊中心
國稅局身份盜竊受害者援助如何運作

ASIA-AMERICA LAW, LLC
美亞律師事務所
 Daniel Conneen, Esq.
丹紐·柯恩律師
 Attorney at Law 法學博士

移民法與商業法
 Te: 215-259-3072 Cell: 215-908-6688
 WeChat: 215-432-2530
 Web: www.AsiaAmericaLaw.com
 Email: dconneen@asiaAmericaLaw.com
 1237 Lancaster Avenue, Berwyn, PA 19312, USA
 美國費城西郊柏文市蘭卡斯特大道 1237 號

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



世衛組織建議停止使用無糖甜味劑



想喝飲料、吃甜食，又怕長胖怎麼辦？很多小夥伴會留意營養標籤，選擇成分中含有無糖或低糖的甜味劑。然而令人震驚的是，世界衛生組織5月15日發佈一份關於非糖甜味劑的新指南，建議不要使用安賽蜜、阿斯巴甜、糖精等非糖甜味劑來控制體重或降低非傳染性疾病風險。

那麼無糖可樂等飲品還能繼續喝嗎？
世衛組織：長期使用甜味劑更易患糖尿病、心血管病。

世衛組織指出，對現有證據的系統性回顧表明，使用非糖甜味劑在降低成人或兒童體脂方面沒有任何長期益處。長期使用非糖甜味劑可能存在潛在不良影響，如增加2型糖尿病、心血管疾病患病率和成人死亡率的風險。

常見的非糖甜味劑包括安賽蜜、阿斯巴甜、愛德萬甜、紐甜、糖精、三氯蔗糖、甜菊糖和甜菊糖衍生物等。

世衛組織指出，該建議適用於除糖尿病患者以外的所有人，以及所有添加非糖甜味劑的食品和飲料，但不適用於牙膏、護膚品、藥物等含有非糖甜味劑的個人護理和衛生產品。

這份關於非糖甜味劑的指南為世衛組織一套不斷修訂的健康飲食指南中的一部分，該指南旨在幫助人們養成健康飲食習慣，改善飲食質量並降低非傳染性疾病風險。

或會增加肝腎負擔，影響幼兒記憶力。
“長期服用非糖的甜味劑對人體來說並沒有什麼太多的益處，可能還有一些潛在的風險，包括可能會刺激胰島素的分泌。”廣州中醫藥大學第一附屬醫院內分泌科劉敏主任醫師介紹。

廣東藥科大學附屬第一醫院臨床營養科主任趙泳誼主任醫師接受羊城晚報採訪介紹，在過去，為了幫助糖尿病患者、肥胖人群滿足他們對甜味的需求，又能控制熱量攝入，醫生會建議他們用些甜味劑。但最近幾年，醫生們也發現甜味劑與他們想象的不一樣，雖然它們沒有熱量，有減少血糖波動的優勢，但隨著時間的推移，也有大量的研究證實了，長期攝入甜味劑對身體的弊大於利。

以常用的甜味劑安賽蜜為例，是含有有機化合物，會導致身體里有機氣增高，代謝時會增加肝腎的負擔，如果攝入的量大會導致肝腎疾病的發生。

甜味劑阿斯巴甜代謝時會分解出一些有害物質，對人體神經造成損害，導致頭痛，甚至會導致幼兒記憶力下降。甜菊素和甜菊素的衍生物攝入量過大的話可能會導致代謝紊亂，同時也會加重肝腎負擔。

黃心、白心、紅心、紫心... 哪種土豆升血糖更慢？

現在土豆的品種越來越多了，有大有小，有黃有白，有脆有面……哪種升血糖更慢，更適合糖尿病病友吃？黃、白、紅、紫，哪種土豆升糖慢？

1. 營養對比
土豆中含有豐富的鉀元素（比香蕉含鉀量還高）、維生素C及膳食纖維，有“地下蘋果”的美譽。

不同品種的土豆，營養價值稍有不同，如：

黃心土豆，含維生素B2比較豐富；
紫心土豆，含花青素豐富；
紅心土豆，也含有較豐富的花青素；
白心土豆，水分含量高，營養價值相對低一些。

2. 升糖能力
土豆的口感越軟綿細膩，澱粉含量越高，升血糖能力越強。

黃心土豆，澱粉含量最高，口感最軟綿，適合炖煮；

紫心土豆，澱粉含量也比較高，口感較軟綿；

白心土豆，澱粉含量少，口感爽脆，適合醋溜；

紅心土豆，根據品種不同，有的軟綿

有的脆爽。

以黃心(費烏瑞它)、紫心(黑玫瑰)、白心(夏波蒂)3個品種的土豆為例：

澱粉含量：黃心(費烏瑞它)> 紫心(黑玫瑰)> 白心(夏波蒂)[2]

膳食纖維：白心(夏波蒂)> 紫心(黑玫瑰)> 黃心(費烏瑞它)[2]

對比後我們會發現，白心土豆澱粉含量低，升糖速度更慢，更適合糖尿病病友吃。

教你兩招，吃土豆不升糖

第一招，讓土豆變脆
把土豆變脆，能延緩升糖速度。

一是土豆切絲，多淘洗幾遍，洗去一些澱粉(不過同時維生素C等營養物質也會被洗掉)。

二是先加醋浸泡一會，下鍋後再加醋快炒。醋和澱粉發生化學反應，使土豆絲硬度更高，口感更脆爽，降低土豆的升糖指數，有利於控制餐後血糖。

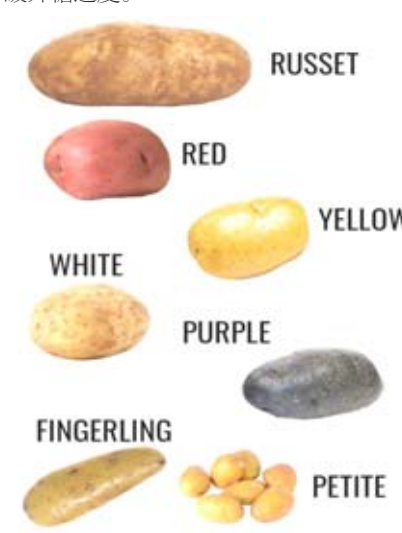
一個小知識：新土豆含水量高，吃起來更脆。

第二招，把土豆放涼
把熟土豆放涼，能降低升糖指數。

土豆中的澱粉有兩種，直鏈澱粉和

支鏈澱粉。直鏈澱粉有一個神奇的特性：煮熟放涼後更容易“回生”，對澱粉酶產生抗性，變成抗性澱粉。

抗性澱粉被認為是一種膳食纖維，在小腸中不能被吸收利用，即使再加熱也難以被消化吸收，從而降低吸收率，延緩升糖速度。



水果雖好 吃錯了也會加速衰老

水果含有豐富的營養，但過量食用反而可能會加速衰老。如何吃水果才能更健康呢？

雖然人體衰老的過程是不可避免的，但我們可以通過一些方式來對抗衰老，比如科學飲食。有意識地攝入一些具有抗氧化、抗衰老的食物，比如新鮮的水果。

新鮮的水果中含有豐富的胡蘿蔔素、維生素C和維生素E。胡蘿蔔素是抗衰老的明星營養素，能保持人體組織或器官外層組織的健康，而維生素C和維生素E可延緩細胞因氧化所產生的老化。此外，水果普遍含有膳食纖維，具有促進胃腸蠕動和代謝廢物排出，防便秘的功效。

因此，適當吃水果對於保持機體健康、防衰老是有好處的。但如果水果吃得太多，可能會讓人老得更快。

首先，如果只吃水果，其他食物吃得少，會缺乏蛋白質和脂肪酸。這樣的人，往往不耐餓，常有強烈的飢餓感，進而進食更多，導致越吃越胖。不僅如此，如果長期這樣吃，容易出現必需脂肪酸和脂溶性維生素缺乏，使人容易衰老。

其次，無論哪種水果，都含有糖分，超大量吃水果時，就會給人體帶來相當多的糖分，而水果里的果糖如果攝入過多，會催人老。

最後，長期超量吃水果，營養不均衡，人體內的蛋白質、碳水化合物、脂肪就會

失衡，免疫力下降，記憶力下降、貧血、消化不良就會接踵而至。

小貼士：

1、最好不要長期吃某一種水果，而是應該多種水果交替著吃；

2、果汁不能代替水果，儘量少喝果汁，因為在製作過程中會損失大量營養



成分。

蔬菜和水果不能相互替代

它們在營養成分和健康效應方面確實有類似之處，但營養價值各有特點。比如蔬菜的品種遠多於水果，特別是深色蔬菜的維生素、礦物質、膳食纖維等含量高於水果。同時，水果中的碳水化合物、有機酸、芳香物質比新鮮蔬菜多，其營養成分也不受烹調因素的影響，所以水果蔬菜不能互相替代，推薦每餐有蔬菜，每日吃水果。

挑選水果注意這幾點

水果是平衡膳食的重要組成部分，每一種類都有不同的優勢，從營養均衡的角度來講，各種水果輪換著吃效果更好。根據甜度和熱量可以分為3大類。

1、很甜，但熱量不高

對於要控制飲食熱量，擔心水果糖分高又喜歡吃甜食的人來說，可以選擇吃起來很甜但總熱量不高的水果。

代表水果：草莓、木瓜、杏

2、很甜，且熱量高

這些水果不但吃起來很甜，含糖量也很高。如果正在減肥或控制食物攝入總熱量，那麼這些水果應該適當少吃。

代表水果：香蕉、鮮棗、荔枝

熟透的櫻桃、菠蘿、葡萄含糖量為10%~14%，柿子、石榴、鮮棗、荔枝、榴蓮、菠蘿蜜、甘蔗、香蕉含糖量高於15%。

3、不甜，但熱量高

石榴和百香果吃起來酸酸的，但含糖量都大於15%，熱量很高，它們富含有機酸，遮蓋了甜味。

代表水果：山楂、人參果、百香果、山竹

注意：還有一部分水果，脂肪含量很高，比如牛油果、椰子，含有10%以上的脂肪。

研究癌症 40 多年院士總結：人體至少有 7 種自然力

研究癌症 40 餘年，中國工程院院士、中國抗癌協會理事長樊代明，是著名的消化系統疾病專家，擅長消化內科疾病診斷與治療、消化系統腫瘤診斷與治療。

樊代明院士表示，“自然力”是人體保證生命健康的、相互聯繫依存的所有力量和因素的總和，是人與生俱來的，隨着人生命的消長而消長。人離開這個世界，意味着“自然力”全部消失了，反之亦然。

七種“自然力”包括：

第一種：自主生成力

每個人最初的生命都是爸爸媽媽孕育出一個受精卵細胞，這個細胞不斷分裂，一分二、二分四，經過約 41 代分裂形成了 50 萬億左右的細胞，由這些細胞最後長成了一個人體，無數個體再經過若干年形成了人類族群。

自主生成力還有一個特點，就是有自組織的功能，能把不同的細胞組織成不同的器官、系統等，最後形成具有各種功能的完整人體，而不是簡單地把細胞堆積在一起。

因此，自主生成力值得我們在治療疾病和養生保健中好好利用。

第二種：自相耦合力

人的身體，細胞與細胞之間、器官與器官之間、系統與系統之間等等是相互協調的、相互耦合的。

比如說馬拉松運動員比賽時，要想拿冠軍，就要跑得很快，心跳、呼吸等都得同步加快，自相耦合。如果心臟還是保持平時的跳動節奏與力量，甚至不跳了，就是馬拉松的猝死。

第三種：自有代謝力

人活着，就會不斷新陳代謝。比如，水喝

多了，可通過汗液、尿液排出來，不就成了“水人”。還有，你去年見到的我，和今年見到的我，其實不是同一個人。

為什麼？我每天都在吃飯吸收能量，每時每刻都在呼吸交換氧氣，身上的細胞在不斷死去，也在不斷新生。嚴格來講，過了一段時間，我就是一個完完全全的新人。包括骨頭、骨細胞，都和原來的完全不一樣。骨頭的存在是破骨細胞和成骨細胞兩種細胞平衡的結果。

第四種：自發修復力

人體和其他生命體不一樣，哪個部位、器官壞了，在一定限度內，能自發生長修復起來，功能也會有所恢復。比如皮膚表面有傷口，傷口長到原正常皮膚的程度後不長瞭；如果繼續長就是增生，形成疤痕；再過度增生就長成腫瘤。腫瘤是人體自發修復功能不能適度遏制的結果，這在身體表面、身體內部，道理都是一樣的。研究表明，百歲男性老人基本上每人都有前列腺癌。

第五種：自控平衡力

生命的存在，人的健康，是以總體、大致的平衡為必要前提的。這種平衡，既包括物質的平衡、結構的平衡，也包括功能的平衡等。

一方面，失衡就容易生病，失衡越多，程度越高，病情越重，失衡超過一定限度可能致命；另一方面，健康是高水平的平衡狀態，但人生病了，人體會從失衡狀態又慢慢走向低水平的平衡態。

因此，真正的健康，是保持高水平的平衡態。治療，就是儘可能恢復人體的平衡態，最好是恢復到高水平的平衡態。

什么是高

水平的平衡態？什么是低水平的平衡態？舉個例子，高血壓、高血糖的治療。人體內部有升血壓、血糖的物質，也有降血壓、血糖的物質。人在健康狀態下，如果由於一定原因血壓、血糖暫時升高，人體內部有升血壓、血糖的物質，最後血壓、血糖自動恢復正常，反之亦然。高血壓、高血糖病人，就是難以自動分泌相關物質，自我平衡調節的功能減弱甚至缺乏。

治療有兩種思路，一是通過相關方法手段，恢復人體自我分泌相關物質、自動平衡的功能，這種恢復的狀態就是高水平的平衡態；二是人為服用各種藥物，人為降壓降糖。後一種方法，屬於外部介入干預，並未有效恢復人體“自控平衡



力”，長此以往人體會最終喪失這種“自然力”，造成終身服藥。這只是人為恢復了血壓血糖指標的“平衡”，長期看會對身體造成其他方面更大的傷害，這種平衡態就是低水平的平衡態。

第六種：自我保護力

有一種觀念認為，人生病，是因為細菌病毒等這些人體外部不好的東西，進入了人體，所以，“保護”意味着“消滅”。

其實，人生病時表現出的症狀，都是在保護自己。比如咳嗽、嘔吐、腹瀉等，都是人體自我保護的反應。醫生應該在此基礎上幫助你把不好的東西排出體外，讓身體更好、更快恢復健康。

科學研究表明，每個人身上的細菌病毒，加起來都有 2-3 斤重。腸道、呼吸道、泌尿生殖道，有“道”就有細菌；口腔、鼻腔，有“腔”就有細菌。我們要學會與生物共生，與微生物共生共贏。所以，自我保護力，不是人類消滅細菌病毒，而是一種平衡狀態下的共生能力。

對於腫瘤的治療，也是如此。對腫瘤的手術放化療等，都是以殺死癌細胞、消滅腫瘤為目的，但通常都會影響病人的自然力，所以醫生施行治療時，一定要權衡利弊。

第七種：精神統帥力

為什麼人人身上都有癌細胞，但有人長成癌，有的不長成癌？為什麼癌症病人有人活得長有人活得短？有的病人感染了用抗生素效果不佳，而有的不用抗生素都可以康復？其中一個重要原因是，這些病人的精神統帥力較為強大，能有效增強“自然力”。當然，這個力量受到損害，就可能得抑鬱症，甚至精神病。

在北大荒的時候，我見過一位守林老人。我們農場邊上，靠近七星河南岸，有一片原始次生森林。老人一輩子在那里守林。他住在林子里的一座木刻楞房中，我們冬天去七星河修水利的路上，必要路過那座木刻楞，常會進去烤烤火，喝口熱水，吃他的凍酸梨，逗逗他養的老貓，和他說會兒閒話。他話不多，大多時候，只是聽我們說。附近的村子叫底窩，清朝時是燒窯製磚的老村，那里的人們都知道老人的經歷，從清朝到日寇入侵，是受了不少苦的，一輩子孤苦伶仃一個人，守着一只老貓和一片老林子過活。

我一直對老人的經歷很好奇，但是，問他什麼，他都是笑笑，搖搖頭。後來，我調到宣傳隊寫節目，有一段時間專門住在底窩，每天和老人泡在一起，心想總能問出點兒什麼，好寫出個新穎些的憶苦思甜之類的節目。可是，他依然什麼也沒有對我說。不說，不等於對往事沒有記憶，只是不願意說罷了。我這樣揣測。和老人告

記不住的日子

別，是在一個春雪消融的黃昏，他對我說，不是不願意和你嘮，是真的記不住了。我不大相信。他望着我疑惑的眼神，又說，孩子，不是啥事都記住就好，要是都記住了，我能活到現在？這是他對我說話最多的一次。

守林老人的話，說實在的，當時我並沒有完全聽懂。五十多年後，我讀到馬爾克斯的一句話：“記得住的日子才是生活。”忽然想起了守林老人，覺得記憶這玩意兒，對作家來說，是一筆財富，記得住的東西，都可以化為妙筆生花的文字；對歷盡滄桑的普通人來說，記得住的東西太多，恐怕真的難以熬過那漫長而跌宕的人生。我讀中學的時代，人們經常引用列寧的“忘

記過去，就意味着背叛”。其實，對普通人而言，過去要是真的都記住了，過去的暗影會壓迫今天的日子，也可以說是壓迫今天的生活，記憶會如夢魘般纏繞身邊，這是可怕的。

前些日子，讀到英國詩人莎拉·蒂斯代爾的一首題為《忘掉它》的短詩，其中有這樣幾句：“忘掉它，永遠永遠。/ 時間是良友，它會使我們變成老年。/ 如果有人問起，就說已經忘記，/ 在很早，很早的往昔 / 像花，像火 / 像靜靜的足音，在早被遺忘的雪里。”我



覺得這詩寫的就是那位守林老人。記得住的日子，是生活；記不住的日子，也是生活。作者：肖復興



素直之心

什么是素直之心？簡單說，就是沒有束縛的心，即不被情感、經驗、偏見、利害關係等束縛，客觀而真實地看待事物的心。

這就像戴着有色眼鏡或球面鏡片看東西——如果鏡片是紅色的，那么白紙也會被看成紅紙；如果鏡面是凹凸的，筆直的棍子也會呈現彎曲狀態。

也就是說，當我們被一些旁的東西束縛時，就難以把握事物的真相或真實形態，從而影響判斷和決策。相反，擁有素直之心，看東西時不受外物干擾，所有的東西就都能以原貌呈現。如此，我們可以少走很多彎路，降低成本和風險。

做生意要順應天地自然之理，傾聽世間大眾之聲，廣集員工下屬之智，做該做之事，就一定能獲得成功。

何為遵循天地自然之理？我認為，這就好比下雨要打傘，這是自然的；天冷了多穿點兒，這也是自然的。因為和某人賭氣就不打傘，或者為了顯示自己的風度凍得瑟瑟發抖也不肯多穿衣服，這就是心被某種事物束縛。

虛心傾聽顧客和員工的心聲，這也是擁有素直之心的表現。那些狂妄自大、獨斷專行的經營者，也許在短期內能夠獲得成就，但絕對不可能獲得長久的成功。一旦被“我是老闆，必須聽我的”這種心態束縛，就會錯過很多

好的點子和建議，也難以留住人才。

被一時的利益蒙蔽而做出錯誤決策的例子並不在少數，甚至有的人因為別人幾句話就搖擺不定、全盤否定自己，這都是因為沒有素直之心。

以素直之心看待事物，才能看清事物的真相，從而知道什麼該做、什麼不該做。該做的就努力去做，不該做的堅決不做，一個人的勇氣、決心、判斷力由此產生。

與此同時，寬容之心、悲憫之心也將相伴而生，從而使得人盡其才、物盡其用，即使一時受挫，也能再次崛起。換言之，素直之心能夠使人變得公正、堅強和明智。

然而要擁有一顆素直之心絕非易事，尤其是在誘惑眾多的今天。人有七情六欲，有好惡，這是無法抹殺的天性，因而人也更容易被人情世故和利害關係束縛。而且，隨着社會的發展，各種知識衝擊着我們的大腦，成為新的束縛。因此，心無旁騖說起來簡單，做起來是非常困難的。

我聽人說，圍棋這東西，就算沒有老師的特別指導，只要能堅持下到一萬盤，邊下邊鑽研，也能達到初段水平。因此，每天都以素直之心度過，那么一萬天後，即三十年後，你的素直之心不也可以達到初段水平了嗎？到那時，你就能做到遇事不慌張，從而避免出現重大失誤。我就是以這樣的心態自我反省的。

年輕人，希望你們在追逐夢想的路上，能夠抽出一點兒時間來靜思冥想，排除無謂的干擾，保持純正的內心。希望你們不被五光十色的世界迷惑，不被物欲和金錢左右，能夠始終不忘本心、一心一意。

[日]松下幸之助

灰帽子

有一頂帽子，被做出來的時候忘記染顏色了，所以它來到商店時，還是灰撲撲的。

整整一季它都沒有被賣出去，這不能怪顧客瞧不上它——他們甚至從來沒注意過那兒還有一頂帽子。

商店清倉的時候，店主看灰帽子實在礙事，便順手把它給了夥計，讓他戴着回家。夥計沒好意思戴，把帽子揣在懷里帶走了。

回到家里，夥計把帽子送給了妻子。妻子嫌這頂帽子太土，生氣地跟他大吵了一架，把帽子丟在椅子上便出門而去。

不一會兒，他們的小女兒蹦蹦跳跳地回來了，看到帽子，就把它帶到空地上，和夥伴們玩丟石子兒的遊戲，誰能把石子兒扔進帽子就算誰贏。她玩得正開心，突然聽到母親略帶憤怒的呼喊聲，便急急忙忙地跑回家，把灰帽子忘得一干二淨。

夜晚來臨，一身塵土、半埋在石子兒堆里的灰帽子覺得自己的生命已經走到了盡頭。但這時，一只野鳥停在它的身邊，把它拽了出來。

“我正需要這麼一個窩！”野鳥高興地自言自語。它把帽子妥當地安置在高高的樹杈上，呼喚着自己的伴侶。兩只鳥兒都很滿意，因為這個鳥窩一點兒都不引人注目。

說話高手

說兩個我親眼所見的真實故事給大家聽。幾個人一塊兒出差，其中一個女生對某男生有興趣，吃晚飯的時候，她小聲對男生說：“小心我夜里敲你的門喲。”沒想到那個男生很優雅地回答：“小心開門的不是我喲。”

還有一個故事，也是一群人出差，接待方的一個男士對其中一位女士很有興趣，他對那位女士說：“晚上可以請您出去喝點酒嗎？”猜猜這位女士怎么答的。她說：“看樣子我得再來一趟。”

拒絕人真是一門藝術。作者：劉墉

短文精選

甩

每當我從全自動洗衣機中取出甩干的衣服時，常想及人生。干衣筒只有在高速旋轉時，才會把水分甩得乾乾淨淨。人生也是如此。

當你全部身心撲在事業上，你就高速旋轉起來，把各種雜念甩得一干二淨。我無法查證漢字中的“閒”字是不是黃帝的史官倉頡所創。不過，這個“閒”字確屬構思巧妙：門里望月，焉能不“閒”？

晏殊詞雲：“乍雨乍晴花自落，閑愁閑悶日偏長。”這詞味，跟李清照的“守着窗兒，獨自怎生得黑”有同樣的旨趣！

閒人愁日長，志士嫌夜短，忙人無閒情。快節奏的生活，高效率的工作，甩掉了長吁短嘆，甩掉了聊天磨牙，甩掉了無事生非，也甩掉了無病呻吟。人生匆匆，不過白駒過隙。只要發光，一瞬流星也會留下一道光華。

法國物理學家皮埃爾·居里曾說道：“當我像喻喻作響的陀螺一樣高速旋轉時，就自然排除了外界的干擾。”

我想，他的話從另一個角度道明瞭這一人生哲理。

作者：葉永烈



兩年前的春天，我朋友小曹的父母重建了農村的老房子。原先中規中矩的平房被推倒了，小曹的父母建起兩層樓房，還裝修成民宿的樣式——在合圍結構的房子中央裝上落地玻璃窗，並預留了一個天井，天井里種上細細的水竹，放上父親這些年從山上撿來的奇石。

小曹吃驚地發現，整棟房子上上下下安排了3個衛生間、2個廚房、2個茶室兼小書房，還有5個臥室。每個臥室都放着父親從網上淘來的樟木衣櫥和實木床。

為什麼要建這座大房子？她父母的想法是，人老了，只盼着兒孫能多回家陪陪他們。他們執拗地認為，只要老家房間夠多、被褥夠多，衛生間里裝上了智能馬桶，有足夠的衣櫥可以掛孩子們的大衣，有拍照好看的餐桌與茶几，孩子們就願意回來小住。

果然，小曹與哥哥、弟弟發現，新房子造好之後，父母就陷入無盡的等待，他們翻曬被褥、腌制臘味、澆灌菜園，就等着兒女的汽車喇叭在院門前摳響。這份沉甸甸的期待，也變成了一家人的精神壓力——小曹與哥哥、弟弟都有些愧疚，以前每兩個月才長途跋涉開車回家一次，但現在父母用一輩子的積蓄翻建房子，他們都掂量着回家的次數是不是太少了。

然而，人到中年，做兒女的也事務繁忙，加班、做家務、輔導孩子，幾乎所有的時間都被填滿了。為了騰出周末去探望父母，小曹每周一到周五都過得緊張，可能凌晨還在趕制標書，深夜還在廚房里對付油漬。

小曹單身4年，獨自帶着10歲的兒子。疲困至極時，她心里也有抱怨，父母肯定不清楚，自己為了每周回家而疏遠了許多朋友，因為

沒有時間與他們聚會、郊遊、看電影。終於有一天，小曹鼓足勇氣對母親說：“既然所有的愛都是雙向奔赴，你們也不能總站在原地不動啊，也不能總是眼巴巴地等着我們回家啊，我們也很累。”

話剛說出口，小曹就後悔了。在視頻里，小曹明顯看到母親的臉色像大晴天里飄來一片烏雲，倏然暗下去了。之後，回不回家就變成了一個“話題沼澤”，雙方都得繞着走。小曹整整一個月沒有回家，父母也不再接二連三地以“筍子已經幫你們挖好了，鷄已經殺好了”“臘肉已經可以吃了，再晚一步你們就看不到臘梅花了”等理由來催促兒孫們回老家了。在雙休日，小曹終於可以睡到自然醒，也終於有時間去美術館看展覽、與孩子去遊樂園了，但是，這份自在輕盈為什麼又夾雜着說不清道不明的空茫呢？



愛的角力

以小曹的細膩，怎么可能沒有意識到父母

無法來探視也是有理由的。偌大的房子需要打掃，而房前屋後還有那么多菜畦和花圃需要照料，更何況家里還養了鷄鴨，甚至父親為了讓兒女能上純天然的蜂蜜，還在後院養了3箱蜜蜂，實在是走不開呀。

幸而，轉機在不知不覺中到來了。某一天，父親突然主動給她打電話，說村委會邀請到一位給孩子們講授風箏製作方法的老師，在村里找尋教室未果，看中了他們家敞亮的天井和客廳，遂前來商議，想租用客廳作手工課教室。外聘的老師很志志，因為這種公益性課程經費有限，之前問過幾家民宿，都因為價錢談不攏而作罷。

誰想，父親一聽就答應了，說：“你們儘管來，有孩子們在，大房子就有生氣。租金多少都無所謂，我們老了，要這麼多錢做啥用？”他還說，孩子們搭風箏的骨架肯定需要竹篾，後面山坡上的竹園也是他們家的，看中什麼竹子他就替他們砍來用。他還給來上課的師生準備了烘青

豆和蜜薯干當茶點，那蜜薯與毛豆也都是自家菜園的收成。

這件事好像給父母的生活鑿開了一條縫。這條縫里透出月光、清風和竹子的清香，也透出一份活力。

三

於是這一年來，父母家的大客廳就成為課外講習所，老師在這里教孩子們寫春聯、染布、彈尤克里里、做青團和鮮肉月餅。連父親也被村委會聘請加入了課外教師的隊伍。

從母親發來的小視頻里，小曹看到父親在教孩子們識別如今已成老古董的農具與漁具，教他們如何點豆腐、曬柿餅、收桃膠。小朋友們還戴上手套與斗笠面罩，學着父親的樣子避開“嗡嗡”縈繞的蜜蜂，躡手躡腳地在蜂箱里撈下一點兒色如琥珀、狀如軟膠的蜂蜜，放進嘴里品嚐。頓時，他們被那濃稠的甜味齣到，小臉上堆滿驚訝。父親在一旁笑着，猶如惡作劇得逞的小夥伴一樣。小曹被愧疚捏攏的心終於舒展開來。

兩位老人也發現，有了大房子，迎接的也不一定是自家兒孫，當他們幫助做事卻沒有場地的年輕人時，自己的生活也從枯索蕭瑟變得豐沛飽滿起來。年輕一輩的到來使河岸上的老柳樹忽然有了腰身，有了青綠之色，有了明媚的生氣。

有意思的是，當父母不再那么盼望兒孫回家時，孫輩卻約好了要回爺爺家，因為爺爺要教村里的孩子玩“植物敲拓染”。小曹的兒子和姪女聽說後，提出了小小的抗議：“別人家的孩子都學會了，咱們曹家的小孩倒不會，這怎麼說得過去？”

小曹笑起來。她知道，在兩代人“愛的角力”中，這一回，是父母贏了。

作者：明前茶

留在心田上的“水印”



20多年前,我參加高考,考了個不錯的分數。但那時還是估分填志願,結果過於自信的我,將總分多估了15分,最終以4分之差,沒能被所填報的大學錄取。

12年的寒窗苦讀付之東流,煩悶之極的我,想第二年春季再去復讀,於是便對上過初中的父親說,書上的知識,我已掌握得滾瓜爛熟,下半年在家自習就行了。

父親本不同意,但看我態度堅決,性子又倔,最後只好皺着眉答應了。

此後,每天早上我都睡到自然醒,然後拿着書,戴着耳機去屋外的山邊,尋一塊草地坐下,邊聽音樂邊看書,時不時再看看山的青翠,鳥的振翅,泉的涌流……其實,我看不進書的——沒被錄取的懊惱、煩躁,像根牢牢捆綁着我的粗壯繩子,勒得我胸悶氣喘,難以解脫。同時,又百無聊賴地覺得考了高分,基礎紮實,自習放鬆懈怠點,沒事。

父親呢,有空時會過問我的學習情況,流露出對我自習的顧慮和擔心,他也不敢多說,怕我心情不好,對他發脾氣。

一天清晨,父親一反常態地將我從床上拽了起來,帶我去田邊巡水。從初中起我便在縣

城里住校了,很多農事都忘了,巡水,就是查看田埂有沒有漏水,如有,要及時堵上,“秋季雨水少,山塘里的灌溉用水也不多,田里的水如漏了,麻煩就大了,可能前功盡棄!”父親說。

但一圈巡下來,並沒發現漏水的地方,我便打算回去,可父親卻讓我等等——他扒開稻叢,用鐵鍬鏟了一些半干半濕的泥,在田埂旁做了個方形的小平台,並讓平台高度與水面齊平,“這叫做‘水印’,記錄稻田里的水位高度。”他解釋道。

次日,父親再次帶我去巡水,依然沒發現漏水。“這田埂堅實牢固得很,沒必要總浪費時間去巡!”我有些不耐煩地對他說,“田里的水,跟昨天相比,一點也沒見少啊。”

父親沒接話,將我帶到做“水印”的地方。扒開稻叢,讓我驚訝的一幕出現了——小平台已露出水面半指甲蓋高了,大約有5毫米!也就是說,田里的水,已漏掉5毫米深了。如果不是有“水印”,很難發現!

看我一臉驚訝,父親說,再牢固的田埂,即

便沒黃鱔、螃蟹去打洞鑽漏,也會經常有極小的細縫,悄悄地日夜朝外漏水,肉眼很難發現,而它們會越漏越大,越漏越多,再多的水也經不住這麼漏,“如果不做‘水印’記錄,等最後發現,就遲了。”

“你肚里的知識,跟這田里的水一樣,”堵上漏子後,父親語重心長地對我說道,“你自個在家,沒老師教,沒旁人檢查,再多的知識,也會悄悄被漏掉,而你可能渾然不知,更不會去堵。你得去學校,去考試,去給自己做個‘水印’,那樣,才能檢查出身上有沒有‘漏子’,學問是不是漏少了,成績有沒有退步呀!”

原來,父親早就看出我學習心不在焉了,我羞愧地恍然大悟,決定重返課堂。

果然,復課後的第一次月考,我的成績便下降了,好幾道題錯得連自己都難以相信。好在,父親用“水印”,及時點醒了我,使我意識到學如逆水行舟,不進則退的道理,並及時返校投入到復習中去,第二年考上了理想的大學。

父親已離我而去多年,老家的田幾年前也流轉了出去,規模化的現代農業,完善的灌溉補水監控系統,讓稻田里再也沒必要做“水印”了。

但父親做的“水印”,卻一直留在我的心田上,時刻提醒和激勵着我。

洞明與練達

《紅樓夢》第五回寫道,有一副對聯“世事洞明皆學問,人情練達即文章”懸掛在寧府上房。“洞明”的意思是指通曉、透徹地瞭解,“練達”是指對事物反復琢磨、推敲、練習等,它們是認識事物的兩種方法。如果用通俗的話來形容,可將“洞明”定義為透射思維方法,即從表及里,從現象到本質、剔除假象發現真理的思維方法,它不再是靠感官而是以悟性理解事物的真諦。至於“練達”,可以反思思維來概括,因為練達就是反復練習。它之所以重要,正如荷蘭哲學家斯賓諾莎所說“反思是認識真理的高級方式”。

自然科學家要重視“洞明”,把握事物內在的對立統一規律,以發現新的真理。人文社會科學家則更應當重視“練達”,唯有透徹地瞭解人際關係,才能夠寫出好的文章。

法國社會學家托利得認為:判斷一個人的智力是否屬於上乘,就看他的腦子里能否同時容納下兩種不同的思想,而無礙於處世行事。托利得的這個觀點,被稱為“托利得定律”。很顯然,《紅樓夢》中這副對聯里的“洞明”和“練達”,就是具備了兩種不同的思維方法,

任何人只要掌握了這個定律,都有可能成為杰出人才!

作者:劉道玉



如果金錢買不到幸福,那可能是因為錢花在了錯誤的事情上。

現在有大量研究表明,人們從金錢購買體驗而非物質財富中獲得更大的滿足感,這就是“存在”與“擁有”之間的區別。

心理學家湯姆·吉洛維奇指出,人們從度假、聽音樂會和外出就餐等體驗式消費中獲得的滿足感,往往比購買奢侈品、珠寶和電子產品等物質產品所獲得的滿足感持續時間更長。

這種滿足感來自對體驗的期待,也來自事後的回憶。因為記憶不是一成不變的,而是會隨着每一次復述重建。經過一次又一次回憶,我們最終無法區分現實和幻想。在復述經歷時,這些體驗會成爲我們身體的一部分。

作者:[英]布魯斯·胡德

怎樣寫簡歷

話說英國作家奧威爾有這麼一句話,他說:“一個人如果將他自己描述得很好,他十有八九是在撒謊,因爲任何生命從內



存在與擁有(外一篇)

部審視只不過是一系列的失敗。”對啊,我們在簡歷上把自己介紹得那么好,真的符合我們內心對自己的感受嗎?我們通常都是覺得自己這個事沒干好,那個事不盡如人意,每天的生活過程,其實就是在解決那些還沒能解決的問題啊。

那怎麼處理這個矛盾呢?我想,沒準將來會有人這麼寫簡歷,比如說:我能熟練使用辦公軟件,

但是正在努力學習視頻剪輯;我當過學生幹部,但是組織活動的能力還有欠缺,我正在參加一個讀書會,就是想鍛煉這種能力;我有某個方面的相關知識,但是我在這方面列出來的閱讀書單,還有20本書有待完成。

我覺得將來的學生要是這麼寫簡歷的話,即使挑剔的奧威爾看到,估計也不會有什麼意見了。作者:羅振宇

心理免疫力

哈佛大學講師、兒童心理學家丹·肯德隆表示,如果孩子不曾體驗痛苦的感覺,就無法發展“心理上的免疫力”。“這就像身體免疫系統發育的過程,”他解釋說,“你得讓孩子接觸病原體,不然身體不知如何應對進攻。孩子也需要接觸挫折、失敗和掙扎。”

我認識這樣的父母:一旦孩子沒有人選棒球隊或者在全校演出里獲得角色,他們就給學校打電話抱怨。

還有一個孩子,說他不喜歡跟他一起乘車上學的另外一個孩子,而父母沒有讓孩子學會如何容忍他人,卻乾脆親自開車送孩子上學。

這些孩子直到青春期的時候都沒有體驗過任何困苦。所謂文明,就是學會適應不夠完美的情況,但父母常常遇到不快即刻出手,爲孩子鋪平道路。

洛杉磯臨床心理師溫迪·莫格爾,10年前出版了《放下孩子》一書後,成爲美國多所學校的顧問。

她告訴我,過去幾年間,大學招生部主任們都說,現在“茶杯”式新生越來越多——他們是如此脆弱,稍稍碰壁,就有可能碎掉。

“父母出于好意,在其整個童年期替他們消化掉了所有的憂慮,”莫格爾評論說,“結果他們長大後不知如何面對挫折。”這也許就是麗齊那樣的病人,最終會出現在心理醫生面前的原因。

“即便擁有世界上最優秀的父母,你還是會經歷不那么開心的時光,”洛杉磯家庭心理師杰夫·布盧姆說,“一個孩子應該體驗正常的焦慮,才會有適應性。如果我們希望孩子長大後更加獨立,就應該每天爲他們將來的離開做好準備。”

布盧姆認爲,很多父母根本捨不得讓孩子離開,因爲父母依賴孩子來填補自己生活中的感情空洞。不錯,我們在孩子身上付出了無數時間、精力和財富,但那是爲了誰?

“我們把自己的需要和孩子的需要混淆了,並認爲這是最佳育兒之道。”布盧姆說着嘆了一口氣。

我問他爲什麼嘆氣,他解釋道:“目睹這種現象令人傷感。我曾無數次告訴家長,他們因爲自身的心理問題而在孩子的身上投入過多的關注。”

近幾年,有很多文章探討爲什麼那么多二十幾歲的年輕人拒絕長大,但問題往往不在於孩子拒絕分離和個體化,而在于父母阻撓他們這樣做。

也許是當今父母繁忙的工作加劇了這種現象。

“如果你每天只能跟孩子相處20分鐘,”哈佛大學的肯德隆問,“你是想因爲他沒收拾好房間而跟他拌嘴,讓他生氣,還是一起玩遊戲?”

“我們不再給孩子立規矩了,因爲我們想讓孩子時刻喜歡我們。”

肯德隆還觀察到,由於我們比祖輩生的孩子更少,每個孩子都變得更加珍貴。與此同時,我們從孩子身上索求的也更多——更多陪伴,更多成就,更多幸福,在此過程中,無私(讓孩子幸福)與自私(讓我們自己高興)的界限越來越模糊。

我回憶起和一名夏令營營長的對話。她當時在對我介紹我兒子那個年齡組的活動,當說到籃球、壘球、足球等時,她飛快地說:“當然都是非競賽性的,我們不鼓勵競賽。”我忍不住笑起來,競賽原來是洪水猛獸啊,孩子們唯恐避之不及。

我們採納的其實是“魚和熊掌兼得”的態度:既渴望孩子取得高成就,又不要他們付出取得那種成就所必

需的犧牲和努力。

選擇與安全感

諷刺的是,在很大程度上,自信與一個人將來是否開心關係不大,特別是當自信心來自不停的寬容和表揚,而不是來自真正的成就時。

研究表明,能預示一個人將來是否充實和成功的是穩定性、適應性和接受現實檢驗的能力,具備了這些品性,人們才能順利過日子。

但是現在,很多孩子沒有機會學習這些品性。幼兒園

孩子不是我們的作品(下)



老師簡對此深有感受,她舉例說:“一位母親送孩子來上學,她忙着簽到時,孩子跑到一邊玩,跟另一個孩子發生了衝突。她的孩子先拿到了卡車,但另一個孩子把它搶走了。”

“二人爭吵了一會兒,那個孩子拿了一輛舊卡車扔給她的孩子。她的孩子看到取勝無望,也接受了這種安排。

“但媽媽不干了,跑過去講道理,說‘這不公平,要求那個孩子把卡車還回來。你看,孩子本來沒事了,她的孩子很有適應性,但她破壞了這一切。’”

另一位從教17年的幼兒園老師則說,這些年來,父母越來越多地干涉孩子的成長之路。

“每年都有家長找到我,問:‘爲什麼孩子不聽我的話?爲什麼她不能接受拒絕?’我會說:‘孩子之所以不能接受拒絕,是因為你們從來不拒絕。’”

斯沃斯莫爾學院社會學教授巴里·施瓦茲認爲,那些充滿愛意的父母每天給孩子很多選擇,結果卻出乎意料。

“我們這個時代的理念是,有選擇是好的,選擇越多越好,”他說,“但這不是事實。”

研究顯示,專注於某項工作會給人更大滿足感,那些總是面對很多選擇的人常常落在後面。施瓦茲告訴我:“我的意思不是說別讓孩子嘗試各種興趣或者活動,而是應該理性地給予他們選擇。很多父母告訴孩子,你可以做任何想做的事,可以隨時退出,如果不是百分之百感興趣,可以去嘗試其他。那麼,當他們長大後以同樣的方式生活,有什麼好奇怪的呢?”

他在斯沃斯莫爾學院畢業班的學生身上看到了同樣的現象。“他們不能忍受這樣的想法:選擇一種興趣或者機會就要放棄其他,所以他們花費多年,希望能找到完美答案。他們沒弄明白,他們應該尋找‘過得去的’答案,而不是完美答案。”

而當我們給孩子提供無數選擇的同時,就向他們傳達了這樣的信息:他們有資格過完美生活。恰如哈佛兒童心理學家丹·肯德隆所言:“當他們感覺不爽,就會有另外一種選擇擺在面前。”

父母的焦慮之下潛藏着一種信仰,那就是:如果我們做對了,孩子不僅會成長爲快樂的大人,而且會成爲讓我們快樂的成年人。這是一種誤會,養育雖然重要,卻無法勝過天性,而且不同的養育方式適用於不同的孩子。

我們可以讓孩子接觸藝術,但不能教給他們創意;我們可以保護他們免受下流同儕、糟糕成績等各種因素的傷害,但在人生中心他們總會遇到不快。事實上,在我們不遺餘力爲他們提供完美童年的時候,我們讓孩子的成長變得更加艱難。

就像溫迪·莫吉爾說的:“孩子不是我們的作品。”

作者:[美]洛里·哥特利布

上海，為什麼是上海？



1914年6月14日，上海租界區摩肩擦踵，人流如梭，七名操着廣東香山口音的男子，行色匆匆地走在馬路上。他們左手拎着一個鏝子，右手提着一個麻袋，每人都挑了一個通向外灘的路口守着，把鏝子擺在前面，面無表情地盯着來往的行人，每走過去5個路人，就從麻袋里掏出一顆黃豆，扔進鏝子里。

這些人的古怪行爲，其實大有深意：他們是在計算每個路口的人流量，堪稱手工大數據。

領頭者是廣州先施公司經理黃煥南，他受老闊馬應彪的委派，來滬考察地段，籌建上海第一家百貨。黃煥南根據“黃豆選址大法”，選定了一處靠近外灘的風水寶地，這里北通火車站，南鄰富人區，車水馬龍，客流如潮。

這個地址門前的那條鋪了鐵藜木的馬路，就是日後大名鼎鼎的上海南京路。很快，中國第一場現代零售戰爭將在這條馬路上爆發。

經過三年的建設，五層高的先施大樓拔地而起。這座由德和洋行設計的鋼筋混凝土建築，融合了巴洛克和廣式騎樓風格，成爲南京路上最耀眼的明星。

1917年10月20日，先施百貨正式開張，喊出“始創不二價，統辦環球貨”的口號，一時間盛況空前，整條南京路都被前來消費的顧客堵得水泄不通。

先施前腳剛登錄上海灘，老對手永安後腳也來了。永安的老闆郭樂也是廣東香山人，在香港便和馬應彪針鋒相對地競爭。

他參考了黃煥南的“黃豆選址法”，派兩個人站在南京路的南北兩側，用豆子來統計行人流量，最後發現南邊兒的客流更大。於是永安便在南京路南側買了一塊地皮，與先施百貨隔路相望。

永安大樓還是施工期時，馬應彪前去拜訪，郭樂拿出一份圖紙給他看，上面顯示永安大樓的設計造型不如先施，馬應彪心里竊喜。結果腳手架和籬笆拆掉後，馬應彪才發現上當，永安的新樓雄偉大氣，六層的建築比先施還要高一層，樓頂更是有個高聳的“綺雲閣”，居高臨下俯視着先施。

兩家隨即展開了商業大戰：永安的樓比先施高一層，先施便在1924年加蓋兩層；

先施打造自己品牌的牙膏、雪花膏和花露水，永安便推出了可以記賬的“摺子”，風靡上海豪華紳階層；

先施開創性的聘用女售貨員，永安乾脆組織起了一支服裝模特隊，每天在商場內表演，吸引顧客紛紛來圍觀……

這廂還沒分出勝負，那廂又冒出新的玩家。1923年，發明“黃豆選址法”的先施百貨高管黃煥南和先施經理劉錫基等人自立門戶，聯合澳洲華僑李敏周，籌資300萬元創辦新新百貨，于1926年開業。新新百貨的店址也選在南京路，樓高7層，夏季開放冷氣，很快就能跟另外兩家分庭抗禮。

1936年，第四家百貨公司大新百貨也登陸上海，幕後老闆仍然出身廣東香山，是曾經與馬應彪一起經營先施的蔡昌。

大新選址位于南京路西藏路路口，樓高十層，由華人建築師設計，光蓋就蓋了足足七年，不僅配備有18扇臨街的大櫥窗和全天候開放的空調，更是引進了兩座輪帶式自動扶梯，乃是全亞洲首創。

這兩部投資20萬大洋的美國Otis自動扶梯，讓上海百貨公司的硬件水平躋身全球前列，直到1949年仍是中國唯一的自動扶梯。無論是慕名而來的遊客，還是進城探親的鄉眷，都排着隊來參觀，大新公司爲了控制流量，規定需憑門票才能進商場，票價4角，可以抵牒購物消費，前來體驗者仍然絡繹不絕。



大新百貨和Otis電梯，1936年

白先勇先生曾這樣回憶道：“（上海）是個魔術般變化多端層出不窮的童話世界，我踏着自扶電梯，冉冉往空中升去，那樣的電動扶梯，那時全國只有大新公司那一架，那是一道天梯，載着我童年的夢幻……”

自此，南京路已經集齊了先施(Sincere)、永安(Wing On)、新新(Sun Sun)和大新(The Sun)四家百貨公司，並有無數的化妝品、鐘錶眼鏡、銀樓珠寶、成衣綢布等店鋪，77米的和平飯店和83.8米的國際飯店雄踞上海之巔，南京路從東到西一片繁華，霓虹燈徹夜明亮，“十里洋場”的美名開始響徹全國。

四名廣東香山人，用百貨公司重塑了南京

路，南京路則重塑了上海，而上海則將重塑全中國的消費文化。

1 西風東漸：1917~1949

上世紀30年代，永安百貨面臨其他三家百貨公司的激烈競爭，但永安第二代掌門人郭琳爽是個商業奇才，創新的營銷屢出不窮，甚至無意中培養出了中國第一代帶貨網紅：康克令鋼筆小姐。

在那個年代，合金筆尖的“金筆”是跟蘋果手機一樣的爆款商品，四大百貨公司均有自己的品牌筆。

永安獨闢蹊徑，開設“康克令(Conklin)金筆櫃檯”，售貨員清一色都是明目皓齒的美女，燙着時髦的捲髮，穿着合體的旗袍，戴着精緻的胸針，講着流利的英語，人稱“康克令小姐”，一下子就紅遍了上海灘。



“康克令小姐”和鋼筆廣告文案

這種營銷方式非常切中鋼筆的目標客戶群——男性知識分子的心理。

1936年，後來成爲《文彙報》主編的徐鑄成從武漢出差來上海，特地跑到永安公司，花了四塊大洋買了一支金筆，就是爲了一睹康克令小姐的風姿。據他回憶：“果然明眸皓齒，不負衆望。康克令櫃檯，顧客獨多，蓋多爲慕名而來。”



《永安月刊》前三期，人物分別爲：

郭志媛(郭琳爽之女，左，1939.5)

吳麗蓮(康克令小姐，中，1939.6)

鍾鳳華(康克令小姐，右，1939.7)

她撰存寫過一篇小說叫做《特呂姑娘》，主人公貞娥是漂亮的百貨公司的售貨員，綽號Miss de Luxe，每月業績高達6000大洋，帶貨能力超強，她的原型就是“康克令小姐”。

據施撰存自己講，爲了把小說人物刻畫的飽滿生動，他親自去“康克令小姐”那里買鋼筆，花費不菲，頗爲心疼。

康克令小姐當年在上海灘的地位，不亞於今天受追捧的網紅和主播。民國雜誌《上海生活》創刊號，便以康克令小姐作爲封面女郎[2]，而據說一位陳姓公子，與一位叫談雪卿的康克令小姐共墜愛河，談女士生下一女，卻無法嫁入陳家，後將女兒交于女士劉撫養，就是後來大名鼎鼎的章含之[16][17]。

富家公子追網紅，這有現代氣息的時髦事物，其實都是上海灘玩剩下的。

在1937年，永安的郭琳爽籌劃開辦“國貨商場”，調集了全國2000多家生產商，將這些優質產品在上海首發，張家口的皮貨，景德鎮的瓷器，雙妹牌香水，正字牌絲襪，永安不僅是單純的轉賣商品，更是跟廠家一起把控質量培育品牌，這些零售思想放到現在，仍然不顯得過時。



女店員現場演示製作香皂，永安，1935年

中國的第一盞照明路燈，第一個抽水馬桶，第一座現代商場，第一家現代銀行，第一所教會大學，第一份報紙雜誌，第一次模特大賽……在上海灘充斥着光怪陸離的排開奇談的同時，這座城市以前所未有的速度奔向現代化。

81年後的2018年，上海市重提要打全球新品首發地，天貓也決定把20萬個全球品牌新品研發中心放在上海，一時間六神雞尾酒、大白

兔奶糖做的潤唇膏、奧利奧餅乾唱片機刷爆朋友圈。

其實無論在哪个年代，上海都是開全國消費風氣之先的地方。

上海得天獨厚的地理位置，爲這種風氣之先，提供了基礎：一是上海依託通商口岸的便利位置，彙集全球精品貨物；二是由於江浙多年戰亂，來自江浙的富戶涌入上海，形成龐大的高端消費人群。另外，上海本地的部分城市中產，也成爲消費的中堅力量。

一對叫做李九皋和陳素任的上海本地夫妻，就是其中的典型代表。

李九皋畢業於上海華童公學，1936年在上海的一家加拿大電台擔任頻道英語播音員，英俊帥氣。陳素任是李九皋的聽衆和粉絲，美麗大方，兩人通過電台熱線相識，並於1937年1月在衡山路國際禮拜堂結婚。

兩人的家庭，是典型的受消費文化熏陶出來的富裕中產，消費觀非常現代：雖然家境優渥，但從不揮霍浪費，他們既去街邊小店定做旗袍和皮鞋，也去南京路購買名牌手錶和鑽戒；夫妻倆的主要娛樂活動，是每周去百樂門跳兩次舞；他們住一套四室兩廳的房子，打理的有條有理。

陳素任婚後做了家庭主婦，生了兩個兒子，爲了應付家庭的開銷，李九皋辭去電台的工作，開了一家棉花進口公司。憑藉自己的奮鬥，他在香港路有了自己的辦公室和小轎車，家里冰箱、鋼琴、收音機等一應俱全，在大部分的中國陷入動蕩和硝煙的年代，這個家庭提前幾十年跨入了中產。

李九皋和陳素任的故事還遠未結束，但在當時，像他們這樣的千千萬萬的城市中產消費者，是塑造上海消費文化的重要力量，也是上海城市精神的重要承載者。

1936年，美國《時代周刊》雜誌這樣評價上海：“這個城市不靠皇帝，也不靠官吏，而只靠它的商業力量發展起來。”

以四大百貨公司爲代表的商業力量，通過充足的貨源供應、卓越的硬件環境、科學的商場佈局等重塑了上海市民的消費文化。百貨商場大規模使用廣告櫥窗、玻璃櫃檯、升降電梯、降價促銷、海報廣告等工具，培育消費文化和消費習慣，對整個中國的消費文化都產生了巨大的影響。

以商場佈局爲例：百貨公司一樓通常以高頻消費的食品、化妝品、牙膏、香皂爲主；二樓爲服裝綢布，寬敞明亮供客戶試穿比較；三樓爲貴重商品，如首飾、珠寶、鐘錶等；四樓爲皮箱、傢具、電器等大中型商品，人流相對較少，可慢慢挑選。在未來的幾十年里，無數中國城市的商場將複製這種佈局。

1936年，五家百貨公司(四大百貨+麗華百貨)營業額高達2674萬元[6]，遠超全市700家中規模零售店銷售額的2000萬元，百貨公司業態徹底主導了上海零售業。

不過民國時代上海商業繁華，終究只供少數精英階層享用。上海的貧民階層，多數居住擁擠的石庫門和簡陋的木棚屋中，在煤爐上燒飯，在水斗里洗衣。現代人對於民國上海的美妙幻想，大都來自于包裝精美的影視劇，如《偽裝者》里那些一塵不染的街道和服飾精美的路人，令歷史尷尬。

1937年8月13日，淞滬會戰打響，硝煙籠罩上海。8月23日，日軍飛機對南京路進行了轟炸，炸彈擊中了先施和永安的大樓，造成包括店員和行人在內的250人死亡，570人負傷。永安有15名員工被炸死，總經理郭琳爽跪地大哭，而從大樓底層到四層的設備和商品悉數損毀，損失慘重。

從1937年8月淞滬戰役爆發，到1941年12月偷襲珍珠港，上海租界地區進入“孤島”時期，大量富商、難民和資金涌入，反而造成了一種畸形的繁榮景象。由於人口大量增加，百貨公司的商品供不應求，永安的淨利潤率從1937年的9.7%漲到1941年的25%，大新的淨利潤率也從1.89%漲到29%。[5]

太平洋戰爭爆發後，日軍進駐租界，孤島繁榮結束。日軍向四大百貨公司派駐“監督官”，對採購、庫存、銷售、價格等方面進行嚴格監管，現金全部強制存入橫濱正金銀行。四大百貨公司一方面暗中抵抗管制，一方面積極維持運營，百貨主業竟然未因戰爭而崩潰過，反而實力略有增強。

1945年抗戰勝利，上海的商業似乎出現了重新繁榮的曙光，但滾滾長江東逝水，屬於南京路的紙醉金迷，屬於上海灘的風花雪月，屬於民國時代的所謂羅曼蒂克，都已徹底結束了。

2.國貨鼎柱：1949~1978

橫跨蘇州河的外白渡橋，頻繁出現在各類影視劇里：《色戒》里王佳芝在橋上行色匆匆，《上海灘》里許文強在橋上相會戀人，《情深雨濛濛》里陸依萍在這里爲愛跳河，甚至在矛盾的著名小說《子夜》里，它也佔據了開頭的最佳位置：

“……蘇州河的濁水幻成了金綠色，輕輕地，悄悄地，向西流去……暮靄挾着薄霧籠罩了外白渡橋的高聳的鋼架，電車駛過時，這鋼架下橫空架挂的電車線時時爆發出幾朵碧綠的火花……”

不過對於1949年5月24日清晨攻入上海市區的三野27軍來說，瀰漫在這座鋼筋骨架的

大橋上的不是浪漫，而是血腥。

上海戰役打響後，三野主力部隊攻入上海市區，到5月24日早晨，蘇州河以南基本解放。27軍意圖強渡蘇州河，卻遭到外白渡橋北面的碉堡壓制，衝鋒多次都無法過橋。戰士們想拉出重炮轟擊，卻被軍長聶鳳智喊停，並給部隊下了死命令：即使付出重大傷亡，也不能在市區使用重武器。

代價是慘重的，當年“渡江第一船”的27軍79師235團1營3連5班，12名戰士在橫渡長江時毫髮無損，卻全部犧牲在渡蘇州河的戰鬥中。但聶鳳智的命令，來自于更高決策層，總攻前陳毅從丹陽特意打來電話：“一定要軍政全勝，一定要把人民的損失減少到最低限度。”

最後，陳毅用四川話重重的強調：“這是上海啊，曉得嗎？”

其實早在“丹陽集訓”時，陳毅就對即將進駐上海的5000余名南下幹部這樣講：

“共產黨不是沒有進過上海、南京等大城市，大革命時代進入過上海、武漢、南京等地，但是又被趕出來了。這次進去是否還會被人家趕來呢？現在還不敢大膽的說一個‘不’字，主要是看我們自己……入城紀律是入城政策的開始，是市民的見面禮。”

無論是不使用重武器的部隊，還是露宿南京路街頭的戰士，都代表了新政權對這座遠東第一大城市的謹慎。當然，上海灘的紙醉金迷和聲色犬馬，老同志批判起來也毫不含蓄，華東局書記饒漱石就曾說過：上海是寄生蟲的城市，是罪犯和難民的城市，也是冒險家的樂園[7]。

這意味在溫和和禮貌的過渡期之後，一定跟隨者對舊上海徹頭徹尾的改造，而上海獨立全國的消費文化，必然會首當其衝。

1952年的一天，李九皋和陳素任得到消息：上海的營業性舞廳將被全面取締，家庭舞會原則上禁止。在禁令生效的前一夜，這對從1936年就開始跳舞的夫婦，在大都會舞廳跳了個通宵。曲終人散時，舞廳的樂隊特意演奏了一曲《最後的華爾茲》，向所有的顧客告別。

除了娛樂休閒場所被關閉和改造之外，煙館和妓院也被徹底禁絕。巨大的上海跑馬廳被拆除，在原址上建設了人民廣場和人民公園；大世界被改爲“上海人民遊樂場”；百樂門舞廳被改造成紅都戲院；而南京路上的百貨公司也開始運行計劃配給模式，商業和消費屬性急速降低。

年輕人跳舞的場所沒有了，約會的聖地就變成了外灘的“情人角”和電影院的最後排。帶着紅袖章的糾察隊員遇到親熱的青年，會扭送派出所通知單位來領人。他們甚至會截住髮型或穿着時髦的路人，前去質問：“爲什麼穿尖頭皮鞋？爲什麼穿緊身褲？爲什麼留大背頭？”

著名配音藝術家蘇秀老師在《我的配音生涯》中回憶道：“1945年5月上海解放了……我是多么羨慕那些剪着短髮、帶着藍布帽、穿着藍布列寧裝的女幹部啊！我渴望自己也能那樣穿着……”但很快她就會發現，在四大百貨公司的櫥窗里，中山裝、布拉吉和列寧裝是唯一能找到的服裝了。

隨着社區改造的成功，以及群眾革命熱情的日益高漲，街頭上穿西裝的人越來越少，而穿着中山裝的人越來越多。而女士的服裝也從旗袍變成了工裝褲。這種藏藍色的背帶式長褲，有心計的姑娘會把寬鬆的褲腰往里縫上幾寸，把腰束出線條，再配上紅白格子的長袖襯衫，儼然是新的時髦。

1956年1月2日，在郭琳爽的主持下，永安百貨成爲第一家合營的百貨公司。在這之前，永安的業務就已經陷入到困境之中：外國商品的供給基本上中斷，糧油等日用品被納入統購統銷的軌道。在當晚的聯歡會上，郭琳爽親自上場表演了一段粵劇《金馬鞍》，以示慶賀。

李九皋的棉花進出口公司，在1956年也被合營，被並入紡織品進出口總公司，作爲私方人員每月領工資160元。爲了負擔家庭開銷，李九皋去夜校教英語掙外快，沒想到英語能力受到組織重視，把他調到了北京一所高校專門教進出口函電英語，夫妻此後兩地分居。

無論是作爲資本家的郭琳爽，還是作爲消費者的李九皋，他們的生活和命運，跟這個城市的消費文化一起，迎來了天翻地覆的變化。



永安合營，1956年（來源：黃浦區檔案館）

這種變化是如此的迅速，以至於上海《青年報》在1955年發表了一篇叫做《支持姑娘們穿花衣服》的文章，含蓄地批評上海女青年們的衣服太單調了，要么是軍裝綠，要么是工裝藍，鼓勵她們打扮的色彩豐富一些。這種倡議要是放在十年前的上海，恐怕是一件不可思議的事情。

舊的事物被掩埋，新的事物也在誕生，作爲“消費型城市”的上海逐漸褪色，它的另外一個身份就變得耀耀起來：“生產型城市”。

儘管蘇聯援建的156個大型工業項目沒有一個落在上海，儘管上海向內地遷移了數不清的工廠、高校和技術人員，上海仍然憑藉雄厚的工業基礎，成爲計劃經濟時代的消費品牌高地。

(上接 P21)鑽石牌手錶,永久牌自行車,上海牌縫紉機,中華牌香煙……上海貨的名聲傳遍大江南北。

全國人民都對上海生產的商品稱讚有加:款式新穎、質量優秀、價格合理、假貨很少。這甚至開啓了中國最早的代購行業:滬淘。

在外地工作或者插隊的上海人,每當回家探親時,都會接到周圍人委託的購物清單,從的確良到麥乳精,從大白兔到燈芯絨,凡是能人肉搬運回來的,都會被搶光。

但在“上海貨”馳名中國的同時,上海本身的建設卻慢慢掉隊。

1950到1979年間,上海的稅收的87%上繳,向中央上繳的財政收入超過了上海自身市政預算收入的13倍。與此同時,上海卻有超過一百多萬人生活在棚戶區或茅草屋裡,直到70年代末,人均居住面積才大體上恢復到1949年的水平。

因為貢獻了全國六分之一的財政收入,上海這個“錢袋子”毫無疑問地被死死看住,成了計劃經濟管控最嚴格的城市。而由於資本主義橋頭堡的歷史包袱,上海始終需要在政治上表現出更加可靠和更加積極,才能獲得信任。這一點在十年動亂中,體現地淋漓盡致。

1969年,李九皋和陳素任痛失了大兒子。大兒子是上海第二醫科大學的高材生,在瑞金醫院工作,師從著名內分泌專家鄭安堃。動亂開始後,李九皋因為以前的職業被投入監獄,一關就是6年。大兒子因為父親的問題被牽連,沒能熬過衝擊,在醫院的心電圖室裡選擇了觸電自殺。

陳素任得知兒子自殺的消息時,正在家裏剝毛豆,聽到消息後,愣了一下,平靜地對醫院前來通知的人說:“謝謝你。”然後低下頭繼續剝毛豆。等人走了之後,才放聲痛哭。時代沉浮面前,沒有人能幸免。

儘管南京路上響徹的《玫瑰玫瑰我愛你》變成了《大海航行靠舵手》,商業文化由大眾消費主導變成國家權力主導,但根植於上海人心中的消費基因,卻無法被徹底消滅。60年代後期,百貨公司牆上被貼大字報,旁邊群眾不滿道:往哪兒帖都行,但請別糊住櫥窗。

這些被壓抑的需求和慾望,一旦被解放,便會釋放出無窮的能量。

3.消費天堂:1978-2015

上海之所以成爲上海,1949之後30年的歷史,跟之前30年的歷史相比,幾乎同等重要。

前者根植了它的消費基因,後者鑄造了它工業情結,這兩種路線交錯糾纏,形成了全世界獨一無二的格局:這座城市既根深蒂固的消費文化,也有深入骨髓的製造精神。改革開放之後,上海的製造業雖然仍在快速發展,但更令人矚目的,是消費文化的迅猛復位。



城市景觀,上海,1978年

1978年的一個夜晚,南京路的一家飯店前,四五個裝修工人踩着梯子,將“廣州飯店”的招牌摘了下來,取而代之的是一塊新的牌匾,上面寫着“新雅粵菜館”五個紅色大字。

新雅粵菜館的前身是新雅茶室,在30年代被譽爲上海的“文藝沙龍”,名氣很大。飛虎隊陳納德在上海居住時,便經常派飛機從新疆、四川等地運送哈密瓜、燻臘等特產到新雅粵菜館,被權貴圍追捧。李宗仁擔任代理總統後,也在新雅設宴50桌,招待各界名流。

在1966年的“炮轟南京路”中,新雅首當其衝,“店堂擺戰場,狠批封資修”,菜品被稱爲“封建遺毒”,服務被批判“爲一小撮地主資產階級分子專用”。而南京路也被稱爲“散發封建迷信、腐化沒落臭氣”的源頭,90%以上的名特商店招牌,都被人群砸了個稀巴爛。

南京路只是上海商業受到重挫的一個縮影。建國初期,上海共有各類批發商8300多家,零售商業、飲食業、服務業22萬戶,從業人員50多萬人,是全國最發達的商業城市。然而,歷經各種波折,到了1978年,市區僅存商業服務網點2萬多戶,僅爲最初的十分之一。



上海南京路,1936年(左)1980年(右)

重新開張的新雅,吸引了大批的顧客,人們開始逐漸感受到“十里洋場”消費文化的回歸。1978年7月14日,上海天氣酷熱,新雅決定開放冷食,同時上調菜價20%。當時,物價局認爲漲價會導致顧客大幅減少,然而出乎意料的是,聞訊而來的食客把飯店擠得水泄不通,之後更是一座

難求。上海人那種追求美好事物的基因,被壓抑了三十年,但始終沒有褪掉本色。

在新雅重出江湖之後,距它兩公里的一家叫做潔而精的川菜館,也迎來了兩位老客人:李九皋和陳素任。

1976年,李九皋被平反釋放,三年後退休,回到了他思念已久的上海。此後,他每天都會跟陳素任一起,從南昌路136弄的小洋樓出發,步行3分鐘來到這家川菜館吃晚餐。

這家川菜館也曾是上海灘的知名食肆,創建於1927年,不僅接待過周恩來,還擁有蘇步青、劉海粟、趙丹等常客,同樣歷經滄桑。因此,儘管李九皋夫婦每次來只點兩個半菜,但這家川菜館特意爲他們設置專屬座位,每天晚上爲他們擺上兩套餐具和一份《新民晚報》,他們吃完,別人才能坐。

他們從1952年就開始在此吃晚飯的習慣,被時代打斷,又在1979年重新續上。李九皋和陳素任從六十歲到九十歲,同一個時間,同一家飯店,同一個位置,幾十年如一日,幾乎每天都牽手前來,攜攜離去。兩人從98年開始收集發票以做紀念,足足攢了1600多張。

春去秋來,星霜荏苒,這個城市有些東西被永遠改變了,有些則沒有。

在消費文化重新復甦的同時,上海的城市定位也在回歸。1980年,《解放日報》刊登了上海社科院沈俊坡的文章,他用“十個全國第一”和“五個全國倒數第一”來概括了上海的現狀,引起了極大的反響,《解放日報》當天竟然賣到脫銷。上海基礎設施嚴重落後,已是公開的秘密。

汪道涵曾遺憾地回顧:“在我當上海市長期間,上對得起朝廷,每年上繳佔國家財政收入的六分之一,但下對不起黎民百姓。每天早晨我看到馬路上有那么多多的煤球爐在生火,到處是煙霧騰騰,那么多馬桶在馬路上刷洗,我真感心痛,上海實在沒有多餘的資金來改善和發展市民的生活了。”[8]



推公車的人,上海,1986年

1979年,可口可樂準備在大陸設廠,首選的就是上海,因爲早在1927年,上海就有了可口可樂的灌裝廠,甚至一度是最大的海外工廠。但出乎意料的是,“賣國主義、洋奴哲學”的反對聲浪讓上海猶豫退卻,可口可樂只好另覓廠址,最後是北京騰出了一間烤鴨廠讓其落戶,令人深思。

意大利導演安東尼奧尼在1972年的紀錄片《中國》里,用旁白一針見血地指出:“如果北京是革命的純潔的首都,上海則是改造最明顯的城市。”



城市景象,上海,1981年

情況一直到90年代才有所改觀。首先是一批上海幹部北上,朝堂里有了娘家人;其次是本地一批水平高、腦子活、作風猛的幹部被提拔,他們踩着黃浦江的石頭摸出條路來。

當然,這一切離不開總設計師:“我已經退下來了,但還有一件事,我還要說一下,那就是上海的浦東開發,你們要多關心。”

揮別失落的80年代,上海迎來了迅猛發展的90年代:1990年地鐵一號線開工,1991年南浦大橋通車,1993年楊浦大橋通車,同年內環高架全線貫通,1995年東方明珠矗立江畔,1997年金茂大廈拔地而起,1999年浦東機場建成啓用……歷經滄桑的城市用一日千里的速度更新,試圖找回歷史的位置。

群眾的消費熱情也全面迸發。1995年,中日合資的第一八佰伴商場試營業,人山人海,當天共有107萬消費者涌入購物,創造了世界吉尼斯紀錄,媒體驚呼“上海重現當年南京路先施百貨開業的盛況”。在此後很多年里,這家商場都牢牢佔據上海百貨銷售榜首的位置。



八佰伴開業情景,上海浦東,1995年

1996年,法國家樂福開辦了中國第一家大型綜合超市,麥德龍、歐尚、易初蓮花等品牌紛紛跟進。

這一年,中日合資的上海華聯羅森便利店也進入中國,全家、7-11等品牌也遍布每一個社區。瑞典宜家、英國百安居、香港海龍鎮廣場、久光百貨等等,各種現代化商業公司攜帶著國際品牌,紛紛進駐上海。

六七十年代,上海人在盛夏期間買個西瓜,都需要憑醫院開出的發燒證明,而到了90年,水果在集市、大型超市、便利店等地方,已經唾手可及。如今,甚至不用出門,便可以通過外賣買到可口美味的水果、海鮮。盒馬鮮生、餓了麼這類新零售業態肇始於上海,可謂其來有自。



盒馬機器人餐廳,上海進博會,2018年

1978年至今,上海人均可支配收入從600元大幅上升到了6萬元,消費支出高達4萬元。與此同時,消費結構,也從生存型消費逐步發展爲享受型和服務型消費,食品佔消費支出比從63%下滑至30%,而娛樂教育文化類也在1997年突破了兩位數。

2017年,上海社會消費品零售總額達到11830億,這也是多年來上海社零額首次超越北京位居全國第一,成爲中國最能賺會花的城市。中國的消費天堂身份,逐漸在上海身上復位。

4.未來城市:2015-至今

南京路上的永安百貨,從1966年開始,就根據當年合營的規定成爲全民所有制公司,一度更名爲“第一百貨”和“華聯商廈”,直到2005年才重新改回“永安”的名字。它是四大百貨公司唯一留存姓名的一家,而昔日的老對手大新百貨,已經更名爲“第一百貨”,兩家同屬上海百聯集團。

隨着上海消費版圖的擴張,這兩家昔日南京路上的文化符號、上海消費文化的塑造推手,逐漸淹沒在上海不斷涌現的新商圈里。

永安和大新重新登上了新聞頭條發生在2017年初,它們的總公司百聯集團,跟阿里巴巴簽署了新零售戰略合作協議。這是一場頗爲穿越的合作,一方是塑造上海消費文化的百年老店,一方是崛起於互聯網時代的零售巨頭,新老的兩種力量,打破時空結合在一起。

馬雲在簽約儀式上這樣評價上海,“如果說要有一個城市能夠代表改革創新和發展的高度,我覺得只有上海。”在他看來,“上海是橋頭堡,杭州是後花園。”後花園可以承載中國互聯網的速度和創新,而高度和質量,得靠上海。

力主跟百聯戰略合作的,是站在馬雲身邊的上海人張勇。出生於1972年的張勇,加入阿里11年,卻一直住在杭州的五星級酒店里,每個周末返回上海家中。“上海人”張勇一手締造了天貓和天貓雙11,在擔任阿里巴巴CEO之後,愈發顯示出對商業的獨到見解和從容。

張勇後來找來另外一個上海人侯毅,張勇告訴侯毅,要探索一種線上線下一體化的新零售模式。不過如此重資給的產品,其誕生並非易事。幾次關鍵時候,張勇給侯毅吃了定心丸,“你大膽嘗試,錢我來給你解決。”

如今風靡全國的盒馬鮮生由此誕生,以算法驅動運營、分揀、配送系統,能夠實現“3公里內,30分鐘送達”的高效率。

這也給上海的消費文化增添另外一個符號:盒區房。

80年前,郭琳爽主持的永安提出“代客送禮”的送貨服務,深受上海灘富豪階層歡迎,永安甚至會將商品收貨人賞給送貨師傅的“腳力費”,提前用商品折扣的方式(通常是九折)返給客戶,這其實是變相的“包郵”和外賣。細節考慮到這種地步,已經令人有種穿越到現代的感覺。

正如南京路上的四大百貨公司重塑上海的消費文化一樣,網購,快遞,外賣和新零售也在培育出新一代的消費文化。

新一代零售人,繼承了80年前零售前輩們的創新開拓,也延續了他們對客戶體驗細節的極致追求,在上海的各個區域,新零售的實驗在如火如荼地展開。

北大光華管理學院發佈的《新零售城市發展指數報告》顯示,上海新零售指數綜合評分居榜首,高於北京、杭州和深圳。“上海爲什麼留不住馬雲”曾經讓上海人深思,如今新一輪的新零售業態紮根上海,由此複製到全國,也讓很多互聯網觀察家感到困惑:爲什麼是上海?

在知乎上,有這樣一個熱門問題:上海有什麼好?在3000多個回答中,出鏡頻率最高的是三個詞:規矩,公平,效率。

筆者經歷過這麼一件事情:某天在虹橋機場排隊打車,隊伍很長,有兩個大漢突然冲到前面插隊,卻被一名負責引導的保安攔下,用瘦小的身軀擋在他們面前,死活都不讓插隊。兩人逮到空隙鑽到一輛出租車上,司機直接熄火下車,跟保安一起對插隊者喊話,毫不退讓。



這是上海精神的一個縮影。有規矩,就要遵守,有契約,就得履行。很多人體會頗深:跟上海人合作,敲定前繁瑣麻煩,但敲定後違約率很低。“談判時拍胸脯,出事後拍屁股”的事情,在上海極少發生。

今年在徐匯區發生過這麼一件事,一位送孩子上學的車主,把車停在了路邊,留了一張紙條:“尊敬的民警同志,我是去對面幼兒園接我孩子的,5分鐘就回來,請不要給我貼罰單。謝謝您的理解!”民警在車旁等了10分鐘,沒等到車主回來,才開了罰單,並留言:我等了10分鐘。

而上海老百姓經常說,“拿工資做生活,就要對得起這錢銀票。”這種態度,深入到城市的每一條血管里。

契約精神是商業文明的基礎,在上海,這種基礎誕生於西風東漸的民國時代,復興於改開之後的消費盛世,它歷久彌新,它固若磐石。

規矩帶來公平,公平提高效率,正是這種契約精神,讓上海擁有了極度發達的商業文化,賦予了上海寬闊的胸襟,給予新的業態足夠萌芽和發展的空間。這些守規矩的契約精神,可能對培育互聯網創新有障礙,但對於商業文明和消費文化,卻是核心的要義。

所以,上海在新零售領域獨佔鰲頭,是一件必然的事情。這座城市的商業故事,遠遠還沒看到邊際。成就上海輝煌過去的那些因素,正在成就它的未來。

5.尾聲

上海是什麼?不同的人有不同的答案:是張愛玲筆下繁華蒼涼的上海,是王安憶筆下煙火人間,是陳丹燕筆下優越西化的上海,是程乃珊筆下精緻玲瓏的上海。寫上海寫出彩的作家,幾乎都是女性,她們細膩的筆調,才能展現這座城市的精緻和溫柔。

但6340平方公里的上海,有的豈止是精緻?1949年前的30年,塑造了消費主義的上海,是風姿綽約的上海;1949年後的30年,塑造了工業製造的上海,是大江大河的上海。每一個上海,都是獨一無二的上海。

在北面,長興島有全球最大的造船基地,055萬噸驅逐艦和國產航母正在此緊鑼密鼓地建造;橫沙島的填海工程已經進行到第八期,將填出超過100平方公里的土地,令新加坡眼紅無比。

在南面,超級工程洋山港的第四期已經投入運營,使上海港的集裝箱吞吐量佔據全球的十分之一;吹着海風的臨港新基地雖然偏遠,但已有了龐大的規模,而特斯拉工廠的落戶將錦上添花。

在東面,浦東機場未來將鋪出第7條跑道,成爲超級巨無霸,而國產大飛機正在毗鄰的祝橋航空基地進行製造;川沙的迪士尼夜間煙花璀璨,在隔壁的張江,芯片和醫藥研發中心鱗次櫛比。

在西面,嘉定有中國最大的汽車製造基地,零配件企業密集,整車龍頭輻射整個長三角;巨大的虹橋樞紐繁忙而有序,空鐵聯運效率極高,正在舉行的進口博覽會,也設在了虹橋。

在中部,中央商務區無比繁榮,南京路上遊客熙熙攘攘,陸家嘴的高樓摩天林立,外灘的百年建築風雨蕩然。傳統的商業和新興的零售正在碰撞,最終將改變這座城市的空間和格局。

這種工業與商業的共存共榮,既精緻婉約,又曠達豪邁,兩種氣味交織在一起,賦予了上海獨特的氣息,也潛移默化地影響着這座城市的每一個普通人。

從2007年開始,潔而精川菜館就再也沒有迎來牽手同至的李九皋和陳素任。李九皋先生於2007年8月辭世,享年96歲,陳素任女士于2011年12月仙逝,享年102歲,兩個人的一生,經歷了跟這個城市同樣長的滄桑和沉浮,他們的晚年是平靜和幸福的。

一個普通的上海家庭,組建于西風東漸的十里洋場,燻陶在消費文化的萌芽年代,在改天換地的歷史潮流中歷經坎坷,又在風浪平靜後重新找回了自己的本根。一個家庭的命運,也是一座城市的命運。

這座襟海帶江,舟車輳集,人煙浩穰,工商鼎盛的偉大城市,它屬於一個急速崛起的古老國家,也屬於每個兢兢業業的平凡市民,這就是上海。

2023年05月03日 07:05

世界三大中心:紐約 倫敦 上海



上海:東方之珠



Q&A咨询问答栏目

问



留下你的问题

从小到大我就一直很努力，就是为了脱离我的原生家庭。我妈指望我给她养老，我就想着以后多挣钱，离开这个地方，每个月给她打钱就好，我们各过各的。疫情前我研究生毕业，拿到了一份四大的工作。挺开心去入职，结果入职体检出来肺结核，必须隔离治疗，工作也不知道留不留得住。吃药真的好苦，我不想吃又不得不吃，一想到吃药就难受得想哭，想到自己的前途更觉得一切都完了。我妈也一天到晚骂我怎么就得了这个病。我想就是在我天天熬夜考证那段时间，去打了肺结核疫苗的原因。我妈当时还劝我不要打，我哪知道会这样。而且这个病治好了之后去体检，还是会被很多医院认定不能通过体检，我以后根本找不到工作，只能去扫大街。现在经济压力也大，和其他亲戚关系也闹得很僵。为什么我这么不幸呢？凭什么我这么努力就是这个结果？

答



查看更多

谢谢你分享你的故事，可以看出来你最近承受了很多痛苦，一下子觉得生活失去了意义。“人生不如意事，十有八九。”当我们如意的时候，我们很少去问问什么是我。当我们不如意的时候，经常会抱怨，为什么是我。有没有试着问问，“为什么不是我？”

我没有好的答案，现在的你确实是不如意，但不代表你一直会如此。此刻的生活不是过去二十年的努力追求的结果，所以觉得之前的生命像是玩笑吗？

我不知道你之前的二十年是什么样子的，但是我猜想你一定是一个十分努力积极向上的人。那个过程是美好的，是谁也拿不走的经历。现在的痛苦迟早回过去，你现在的不是你想要的样子，但是你还有生活，也许试着放下那个自己想要的结果，好好的仁慈的对待你的每一天，会更好。看似无药可救的生活也许有你意想不到的惊喜。今后，你不放弃自己，也会是一份属于你自己的生活和美好，或许不是你原本的想要的样子，可是谁说过那就不好呢。希望你早日找到适合你的治疗方式和办法，慢慢从心理和身体上适应你的新的自己和生活。

再次感谢你分享内心深处感受。

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

- 5月12日 季节性忧郁
Summer Seasonal Affective Disorder
- 6月9日 心理相关影视作品分享
Mental health-related movies
- 7月14日 刻板印象
Stereotypes
- 8月11日 社交媒体与心理健康
Social Media and Mental Health

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



@asiaohio

新鲜和当地食物



EVERY WEDNESDAY

每周三

2023年7月5日至9月27日

下午4点至晚上7点

同一地点

743 Gaylan Dr

Akron, OH 44310



补充营养援助计划(SNAP)

1美元兑换1美元



如需志愿者和供应商信息，请联系 Malissa Xiong
(330) 535-3263 分机 5313或 mxiong@asiaohio.org



2999 Payne Ave Ste 140
Cleveland, OH 44114
(216) 361-1223

Get vaccinated today

Then we can join our friends and play



提供 COVID-19 疫苗和加强剂! COVID-19 Vaccines & Boosters available!

每逢星期二

Every Tuesday

欢迎预约和上门

Walk-ins and appointments welcome

五月克利夫蘭舉辦活動花絮

5月31日,在克利夫蘭市政府隆重舉辦了2023 Asia Heritage Day Celebration.celebration.

本次活動主持人 Chia Min Chen. 在一曲美國國歌後,有 ICC-WIN 主席 Kenneth Kovach 主講移民在美國的經歷和貢獻,隨和是由 Angla Shut-Woodson 表彰為社區貢獻的義工,最後來自亞裔社區表演的精彩節目。感謝黃唯律師事務所的還有 China Sea Restaurant. Himalayan Restaurant. Asian Liaison advisory board members.

五月是亞裔美國人傳統月!由美國國會在20世紀90年代創立的亞太裔美國人傳統月聚焦着美國亞裔或太平洋島民後裔的故事。這包括來自亞洲大陸和南太平洋諸島的人,包括夏威夷、美屬薩摩亞、密克羅尼西亞聯邦群島、關島等。

來自亞洲國家或太平洋島嶼的人在許多方面為美國作出了貢獻。在加利福尼亞州發現黃金後,許多中國移民作為淘金熱的一員來到加州,後來,又繼續從事橫貫大陸鐵路工作。美國奴隸制度結束後,中國移民又在路易

斯安那州定居,因為種植園主想要新的勞動力來取代解放的奴隸。在夏威夷,制糖企業引進了中國、日本和菲律賓的工人來管理他們的種植園。

然而,“亞裔美國人”一詞相對較新。由於亞洲移民的來源國各不相同,他們身上帶着本國的政治色彩,更不用說跨越不同語言進行交流的困難了。他們沒有立即把自己看作一個共同體。直到1968年,舊金山州立大學(San Francisco State University)的學生們才提出“亞裔美國人”一詞,以加入第三世界自由

陣線。在黑人權利運動和反戰運動的推動下,他們用“亞裔美國人”來指代美國種族主義和殖民主義的共同經歷。這段共同的歷史讓來自不同種族背景的人們團結起來,並促成了更大的制度變遷。

5月在Asian在哥倫布舉辦的AAPI ADVOCACY DAY Ohio在哥倫布州政府參加AAPL活動,滿屋來自克利夫蘭Akron的亞裔,不一樣的活動,亞裔有力量。還有克利夫蘭上千參與的Welcome Senior Day!給大家提供了健康有意義活動。



2023 Asian Heritage Day Celebration



AAPI ADVOCACY DAY



Welcome Senior Day!