

黃唯大律師

生日快樂

伊利華報 敬祝

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

第四七四期 Vol.474 Jul.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 麵包糕點 游水海鮮 餐館批發

企城百佳 Tel: (216)781-3383

1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

鼎力奉獻社區 熱心服務衆生



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

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

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

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

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

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

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

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

相思的畫面

我的夢已被風雪收藏
只怕是看不到雲和月
相識畫面卻依然明顯
是受盡折磨後的享受
過去真的能過去
我還在期待什麼


滿園的落花
何處去飄零
熟悉的花香
是否能相逢
這就像人生

每年的花香隨著微風
輕輕的喚醒我春未老
我迷戀是不同的幽香

水仙般的清新
梅花雪地飄香
菊花嘴中芬芳
涼風習習涼涼
你是我快樂的泉源
那時候青春就是美
我迷失在萬丈紅塵

千古銷魂唯一別
再相逢渺渺茫茫
我是送別
還是懷念
而不是羨慕夕陽
也非那隱隱青山
我的確知道
相思的畫面
還是那麼明?
還是那麼明顯

劉天擎
詩歌園地



PRESQUE ISLE DOWNS & CASINO IS NOW DEALING BACCARAT!

現在 PRESQUE ISLE DOWNS & CASINO 經營百家樂

現在交易

With three ways to wager and two ways to win, Mini-Baccarat is a sure bet for fun!

Featuring over 30 thrilling table games, winning is always in the cards at Presque Isle Downs & Casino!

您最喜歡的迷你百家樂為您提供三種方式和兩種獲勝方式,絕對是您玩樂的好選擇!

Presque Isle Downs & Casino 擁有 30 多種激動人心的桌上遊戲,贏錢就在眼前!

PRESQUE ISLE DOWNS CASINO
YOUR PLACE FOR ALL THINGS FUN!

presqueisledowns.com | 1.866.ERIE.FUN | I-90 EXIT 27, Erie, PA 16514
 If you or someone you know has a gambling problem, help is available. Call 1-800-GAMBLER.
 如果您或您認識的人有賭博問題,可以尋求幫助 致電 1-800-GAMBLER.

2023年9月10日
歡迎您參加克利夫蘭龍舟大賽

Cleveland Dragon Boat Association is a non-profit organization that supports breast cancer survivors. Seeking teams to join us September 10th at the Black River Landing. Seeking volunteers on festival day.

The schedule is painting of the eyes at 8:30-8:45 a.m. Kwan Family Lion Dance. Race begins. Lunch Pacific Paradise Entertainment, Yume Daiko Drums.

克利夫蘭龍舟協會是一個資助乳腺癌幸存者的非營利組織。尋找9月10日在Black River Landing 願意參與我們協會龍舟大賽活動的龍舟團隊。節日當天也招募志願者。

時間安排為上午8:30-8:45 關氏舞獅隊金獅點睛儀式,之後比賽開始。午餐,太平洋天堂娛樂、Yume 太鼓表演。

積極參與支持華報 全力以赴爭奪佳績

屆時伊利華報將有一條龍舟船參加比賽,請大家積極報名加入我們的隊伍!

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL




歡迎參加第77屆同一世界日慶祝活動

2023年8月27日 星期天 11am - 6pm 克利夫蘭文化花園
免費泊車 免費入場

• 國旗游行 • 入籍儀式 • 文藝演出 • 家庭活動 • 正宗各族裔美食 • 兒童樂園 • 和平護照

77TH ANNUAL One World Day
in the Cleveland Cultural Gardens
Sunday, August 27, 2023
11 am - 6 pm

Parade of Flags
Naturalization Ceremony
Cultural Performances
Family Activities

Authentic Ethnic Food
Beer Gardens
Children's Village
Passport to Peace

Free Parking at VA & Cleveland Metroparks

ClevelandOneWorldDay.org
#OWD2023CLE
Peace Through Mutual Understanding

City of Cleveland, Ohio Arts Council, KeyBank, Cleveland Cultural Gardens, Northeast Ohio Regional Sewer District, Cleveland Cavaliers, Cuyahoga Community College, Margaret Wong & Associates, Cleveland Public Library

Media Sponsors: ClevelandPeople.com - Cleveland Photographic Society - Cleveland TV20 - Erie Chinese Journal - Fox 8 Cleveland - FreshWater Cleveland - India International News - Frangis Group - OCA AsiaTown Voice - Public News - WC38 89.3FM - WKYC TV3

OCA Greater Cleveland members attend OCA National Convention to Celebrate 50 Years of Advocacy

By Wayne Wong



OCA Asian Pacific American Advocates celebrated its 50th Anniversary at the National Convention held in Washington D.C. from July 12-15, 2023.

The convention drew AAPI advocates from over 50 chapters throughout the USA, including 17 attendees from the OCA Greater Cleveland chapter for this important celebration. The four day convention concluded with a wonderful Gala that had about 750 attendees to honor the amazing Asian American advocacy pioneers that alzcame before, and the achievements of leaders today. The Gala was honored by congratulatory remarks from U.S. President Joe Biden and Vice President Kamala

Harris, the first Asian-American to hold the office.

OCA Greater Cleveland leaders (President Lisa Wong, VP Johnny Wu, Founder Margaret Wong, Anthony Yen, Oscar Lee) were featured in a gala video. Awards were provided to recognize the amazing accomplishments of these advocates: - Tamlyn Tomita - Actress best known for The Joy Luck Club from 30 years ago, Karate Kid II, Cobra Kai, as well as many others films, and as a dedicated AA advocate and supporter for decades.

- Jeremy Lin 林書豪 - NBA superstar who came to prominence during Linsanity, first Asian American to win an NBA Championship, and is an Anti-Asian racism activist.
- Mini Timmaraju - Advisor to the Biden-Harris administration, organizer, and advocate
- Richard Lui - First Asian American man to anchor a National cable news show, MSNBC news anchor
- Japanese American Citizens League (JACL) - OCA Legacy Award
- And Virginia Ng was honored with The Lifetime

Achievement Award posthumously for her decades long AAPI advocacy.

Additionally, during the OCA Chapter of the Year Awards Luncheon earlier that day, the OCA Greater Cleveland chapter was presented with the 3rd Place Award for "Emerging Chapter of the Year." At this special Chapter Awards event, the local chapter founders were recognized including the wonderful Margaret W. Wong for OCAGC.

The convention started on Wednesday with "OCA Day on the Hill" - an amazing opportunity for OCA Greater Cleveland members to join chapters from across the country to advocate for AAPI equity, inclusion, and rights. We split up into teams to visit the offices of 40 Congressmen, including discussions with the aides for Ohio Senator JD Vance, Ohio Representative David Joyce, Virginia Senator Mark Warner, Pennsylvania Senator John Fetterman, Virginia Representative Rob Wittman, Massachusetts Representative Stephen Lynch, and many others. The OCA teams drew attention to bills regarding AANHPI History in US education, Neighbors Not Enemies to repeal the archaic "Alien Enemies" law, and Mental Health stigma in our communities.

The Youth Recognition Luncheon honored 19 National interns getting DC experience, joined

by local chapter interns including OCA Greater Cleveland interns Alex Wong and Suzie Horejs. Past OCA National interns make up 50% of National's current staff and many others go on to serve as local leaders, chapter presidents, and icons of AAPI advocacy!

In addition to these special events, the convention included Town Halls and panel discussions covering many topics relevant to AAPI civic engagement, equity, creative arts, careers in Government, and many others. The convention also has tracks aimed at youth and college-age advocates. The convention had social events throughout including a reception at the Chinese American Museum, Karaoke, and ice cream social. Cleveland OCA members came back from convention energized to continue our programs and develop new ones. Happy 50th Anniversary, OCA!



克利夫蘭中華婦女聯合會夏季戶外聚餐活動成功舉辦

7月16日中午1點克利夫蘭湖邊公園響起了中國音樂。今天是克利夫蘭中華婦女聯合會一年一度夏季戶外聚餐活動的日子，與過往不同的是：一百多人人數最多。有100歲高齡的奶奶參加年齡差最大，百歲奶奶還親自做了精美甜點，吃到的人都喜歡，沒有吃到的只能望梅止渴。有樂隊現場演奏前所未有。

當第二圓舞曲音樂響起，Anna會長帶動著會眾載歌載舞，體現了女性同胞們積極向上的良好心態。特別感謝：百佳超市，飛騰中餐馆的高质量菜品。當然也感謝婦女會各位理事群策群力在Anna會長領導下力行改革創新切實處處為華人社區服務。特別是最容易被遺忘的老年同胞，看到老媽媽們一個個精心打扮，穿戴漂亮，精神爽利的樣子就知道她們多麼重視、多麼渴望和期待這次活動，媽媽們熱情開心有的打著拍子有的隨著音樂翩

翩起舞，從她們的眼神看到了對生活的熱愛對美的追求向往，有媽媽甚至逼不及待問會長下次活動是什麼時候？Anna會長毫不猶豫答應每月辦活動豐富生活樂趣，這次活動非常感謝張小倫，劉克成，王龍，黃海，還有張小倫二哥及朋友，特

別的嘉賓特別的樂隊組合，演奏水準非一般，大家意猶未盡，沈醉在音樂裏。廣場舞的姐姐們在春華和Melisa的帶領下舞出熱情奔放，音樂，美食期待明年再見。(圖文梅文興提供)



Glenville's Got Talent in the Cleveland Cultural Gardens

Cleveland, OH - Glenville is the home to stars such as Bone Thugs-N-Harmony and Steve Harvey. Who might be the next superstar coming out of the neighborhood?

The Cleveland Cultural Gardens Federation has been hosting a series of World on Stage events this summer at the Centennial Peace Plaza on MLK. The events are free and free parking is available.

On Saturday August 5th from 6-8 PM, the Gardens are partnering with Famicos Foundation for a special Community Night in the Gardens which will feature music and other performances with neighborhood artists playing a prominent role on stage.

The highlight will be the Glenville's Got Talent show. Glenville residents have been submitting videos of their talents and the best 5 will perform live on Saturday in front of celebrity judges and the community.

There will also be a performance by Russell Thompson and Free Agent. Russell Thompson and Free Agent is a native Cleveland band known for their musical blend of instrumental jazz, funk, and R&B. The band was formed in 1984 by saxophonist Russell Thompson. Jeff Lorber, Glen Jones, and Miki Howard are a few artists that the band has backed. They've also

opened for artists such as Charlie Wilson, Bobbi Humphrey, Ramsey Lewis, Wayman Tisdale, and Bob Baldwin to mention a few.

Event producer Johnny Wu says, "The Community Night in the Gardens is always one of the best World on Stage events of summer. It gives a chance for the community to take part in the beautiful Cultural Gardens in their own backyard."

This is the third World on Stage event this summer following the successful African heritage and Middle Eastern heritage events. The next event will celebrate Hispanic heritage on August 12. See more on the entire World on Stage series at <https://clevelandculturalgardens.org/gardens/educational-programming/world-on-stage/>

Watch a 27 second video promo of the World on Stage. <https://youtu.be/kEtZ8RJTPcQ>
World on Stage - Community Night details:
Saturday August 5 6-8 PM
Cleveland Cultural Gardens Centennial Peace Plaza
1051 Martin Luther King Blvd.
Free parking on MLK and East Blvds.
Contact (for interviews, questions, etc.)
Johnny Wu, johnny@mdifilm.com
Office: 216.539.4634
Dan Hanson, dan@clevelandpeople.com
Office: 216-781-1757



2023 CLIENT SUMMER EVENT

BEHAVIORAL HEALTH WELLNESS OPEN HOUSE

FRIDAY, AUGUST 25, 2023
11:00 AM - 2:00 PM

11:00 AM - 2:00 PM
RESOURCE TABLES & FREE HEALTH SCREENINGS

11:00 AM - 1:00 PM
PIZZA LUNCHEON

NO CHILDREN PERMITTED!



FREE BIOMETRIC & HEALTH SCREENINGS

RESOURCE TABLES

PROGRAM PRESENTATIONS

FREE GIVEAWAYS

FREE LUNCH!

LOCATED AT:

ADAMHS BOARD
2012 West 25th St.,
6th Floor
Cleveland, Ohio
44113

Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

For the week ending July 28, 2023

Monday, July 24, 2023



Ohio Governor Mike DeWine and Opportunities for Ohioans with Disabilities (OOD) Director Kevin L. Miller announced that up to \$7,000 per person is available to Ohioans with disabilities for college, training, and credentialing programs for the 2023 fall term.

"Higher education and a successful future should be available for all students," said Governor DeWine. "By supporting college and non-traditional students with disabilities through services from OOD and its partners, they are given a greater opportunity of success as they transition from education and training to in-demand careers."

Ohio Lt. Governor Jon Husted, who serves as Director of the Governor's Office of Workforce Transformation, announced six regional hubs across the state that will help expand the efforts of Ohio's Broadband and 5G Sector Partnership locally.

"In today's economy and workforce, all Ohioans need access to high-speed internet," said Lt. Governor Husted. "Establishing these regional hubs will regionalize the work of our statewide Broadband and 5G Sector Partnership, empowering local communities to help build the broadband and 5G workforce Ohio needs."

Governor DeWine announced a historic investment in high-quality tutoring opportunities intended to accelerate learning for Ohio students. More than \$26 million in Governor's Emergency Education Relief funding is being channeled to six high-quality tutoring vendors who will provide services across the state at no cost to schools and districts. Schools and districts can apply to the Ohio Department of Education to access these state-funded high-quality tutoring programs.

"Ohio is investing in programs that make a difference for students, including high-quality tutoring programs," said Governor DeWine.

nor Mike DeWine. "This is a new, important resource for our



schools and districts."

Tuesday, July 25, 2023

Governor DeWine delivered opening remarks at the start of this year's Ohio School Safety Summit. Following his remarks, he met with members of the Ohio School Safety Center's Student Safety Advisory Council.

The Ohio School Safety Center was created by Governor DeWine in 2019 as a comprehensive, statewide office focused exclusively on enhancing the safety of Ohio schools.

Governor DeWine and Ohio Bureau of Workers' Compensation (BWC) Administrator John Logue announced that local volunteer fire departments are now eligible to receive up to \$15,000 in grants to pay for firefighting safety gear.

"The safety of our first responders in Ohio is a top priority," said Governor DeWine. "Making this equipment more accessible to volunteer fire departments will help protect firefighters who are dedicated to the critical work of serving their local communities."



Lt. Governor Husted provided opening remarks and moderated a panel with artificial intelligence (AI) experts from Ohio, and around the nation, as part of the Ohio Innovation Summit.

AI panelists at this summit shared their expertise on the functions of AI, along with strategies for businesses, educators, and state and local leaders, so that Ohio can continue its legacy of innovation as this new technology emerges.

Wednesday, July 26, 2023

Governor DeWine, First Lady DeWine, and Lt. Governor Husted joined Ohio State Fair General Manager Virgil Strickler to open the gates for the first day of the Ohio State Fair.

The fair runs through Sunday, August 6 and features traditional family favorites such as the famed butter cow, Smokey Bear, Sky Glider, and Natural

Resources Park. There are new exhibits that focus on STEAM (science, technology, engineering, arts, and math) including COSI's new Space Heartland and Rocket Zone and displays from both Honda and Intel.

"The Ohio State Fair is a great opportunity let kids explore STEAM through new hands-on activities and interactive experiences," said Governor DeWine. "Ohio is the Heart of Innovation, and we're working to inspire Ohio's next generation of scientists and engineers who will play a tremendous role in Ohio's ongoing success."

"There's something for everyone at the Ohio State Fair," said Lt. Governor Husted. "It's a great place to bring the family or meet up with friends to see all our state has to offer. From agriculture to entertainment, there's truly something for everyone."



Thursday, July 27, 2023

Ohio First Lady Fran DeWine cooked pizza with kids at the Ohio State Fair inside the Taste of Ohio Café. First Lady DeWine talked with kids about where food comes from, and she shared healthy herbs and vegetables from the Governor's Residence and Heritage Garden for kids to top their pizzas.

Governor DeWine and Kentucky Governor Andy Beshear announced that Walsh Kokosing has been awarded the de-



sign-build contract for the Brent Spence Bridge Corridor Project.

The governors made the announcement during a news conference in Covington, Kentucky, this afternoon. They were joined by officials from the Ohio Department of Transportation (ODOT), Kentucky Transportation Cabinet (KYTC), and Federal Highway Administration (FHWA).

"It's great that Kokosing, an Ohio-based company, will play a pivotal role in the Brent Spence Bridge Corridor Project," said Governor DeWine. "Both Kokosing and Walsh have a long history of working with the Ohio Department of Transportation, and I'm confident that we have the best people on both sides of the river to see this project to completion."

Friday, July 28, 2023

Governor DeWine signed Senate Bill 43, sponsored by Senator Andrew O. Brenner (R-Delaware), which modifies the home- stead exemption for the surviving spouse of a disabled veteran.

Governor DeWine, Lt. Governor Husted Celebrate Opening Day of Ohio State Fair



(COLUMBUS, Ohio)— This morning, Ohio Governor Mike DeWine, First Lady Fran DeWine, and Lt. Governor Jon Husted joined Ohio State Fair General Manager Virgil Strickler to open the gates for the first day of the Ohio State Fair.

The fair runs from Wednesday, July 26 to Sunday, August 6 and features traditional family favorites such as the famed butter cow, Smokey Bear, Sky Glider, and natural resources park.

New features this year include a touch-a-truck display, free entry to the Ohio History Connection and Ohio Village for fair attendees, and new exhibits that focus on STEAM (science, technology, engineering, arts, and math) including COSI's new Space Heartland and Rocket Zone and displays from both Honda and Intel.

"The Ohio State Fair is a great opportunity let kids explore STEAM through new hands-on activities and interactive experiences," said Governor DeWine. "Ohio is the Heart of Innovation, we're working to inspire Ohio's next generation of scientists and engineers who

will play a tremendous role in Ohio's ongoing success."

"There's something for everyone at the Ohio State Fair," said Lt. Governor Husted. "It's a great place to bring the family or meet up with friends to see all our state has to offer. From agriculture to entertainment, there's truly something for everyone."

Following a cabinet meeting at the fairgrounds and a celebratory ribbon cutting ceremony, Governor and First Lady DeWine joined members of their family to enjoy the sights and sounds of the fair and to sample the fair's signature food selection.

This year's Ohio State Fair marks the final fair for Strickler, who has served as the Expo Center and State Fair's general manager since 2004. Strickler announced that he will retire around the end of the year.

A full list of events and attractions with times and locations can be found at <https://www.ohiostatefair.com/events>



Governor DeWine Signs Bill Into Law

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine signed the following bill into law:
* Senate Bill 43, sponsored by Senator Andrew O. Brenner (R-Delaware), modifies the home- stead exemption for the surviving spouse of a disabled veteran.

安全峰會:身份保護個人識別號碼是防範稅務相關身份盜竊的重要工具

IR-2023-134, 華府 — 安全峰會合作夥伴今天在特別夏季系列活動的第二部分中,提醒稅務專業人士和納稅人關注國稅局的身份保護個人識別號碼選擇加入項目(英文),從而幫助保護大家免遭稅務相關的身份盜竊。

身份保護個人識別號碼(也稱為 IP PIN)是針對身份竊賊的重要防禦手段。美國國稅局、州稅務機構和國家稅務業界以安全峰會(英文)的形式協助,需要稅務專業人士的幫助,讓他們的客戶瞭解 IP PIN 現在可提供給任何能夠驗證其身份的人使用。

“這些特殊號碼為納稅人提交稅表提供了額外的安全保障。”國稅局局長 Danny Werfel 表示,“這些數字保護了納稅人敏感的稅表信息,並使身份竊賊提交欺詐性稅表變得更加困難。美國國稅局和安全峰會合作夥伴敦促稅務專業人士鼓勵其客戶通過 IP PIN 項目來保護自己。

這是安全峰會五部分“保護您的客戶;保護您自己”夏季系列的第二篇新聞稿,該峰會是一個公私合作夥伴關係,致力於保護稅務系統免遭稅務相關身份盜竊和欺詐。

該新聞稿系列和本周在亞特蘭大舉行的國稅局全國稅務論壇(英文),提供了重要信息,以幫助保護稅務專業人士所掌握的敏感納稅人數據,同時保護其業務免遭身份竊賊的侵害。這是安全峰會合作夥伴通過“保護您的客戶;保護您自己”活動努力提高人們對這些問題的認

識的第八個年頭。

超過 800 萬納稅人已採取措施獲取 IP PIN。要獲取 IP PIN,納稅人可以訪問國稅局在線工具“獲取 IP PIN”。

電子稅務管理諮詢委員會 (ETAAC) 去年強調了 IP PIN 對納稅人和稅務專業人士的重要性。

“IP PIN 是目前國稅局為納稅人提供的第一大安全工具。”獨立的國稅局諮詢小組在向國會提交的年度報告中指出,“想要讓以納稅人名義提交虛假稅表的犯罪分子難上加難,這個工具是關鍵。在我們看來,增加 IP PIN 的使用有很多好處。”

鑒於 IP PIN 的保護強度,身份竊賊可能會以獲取此號碼為下手目標。峰會合作夥伴敦促納稅人和稅務專業人士小心謹慎,保護 IP PIN 免遭身份盜竊,並指出以下關鍵提示:

- * 納稅人應只與他們信賴的報稅服務商分享他們的 IP PIN。
- * 稅務專業人士絕不應將客戶的 IP PIN 存儲在電腦系統上。如果稅務專家的系統受到身份竊賊或網絡攻擊的侵害,此舉可降低納稅人的風險。
- * 國稅局絕不會致電、發送電子郵件或發短信給納稅人或稅務專業人士來索要 IP PIN。這是詐騙的跡象。

稅務專業人士如果遭遇數據盜竊,可以通過敦促客戶快速獲取 IP PIN 來協助他們。即使竊賊已經提交了欺詐性稅表,IP PIN 仍可以為以

後的年度來提供保護,並防止納稅人再次成為稅務相關身份盜竊的受害者。

以下是納稅人和稅務專業人士應瞭解的有關 IP PIN 的一些其它事項:

- * 這是一個只有納稅人和國稅局知道的六位數號碼。
- * 選擇加入項目是自願的。
- * 當軟件產品提示時,應在電子稅表上輸入 IP PIN 或在紙質稅表的簽名行旁填寫 IP PIN。
- * IP PIN 的有效期為一個日曆年;每年都會生成一個新的 IP PIN。
- * 只有能夠驗證其身份的納稅人才能獲得 IP PIN。
- * IP PIN 用戶絕不應與國稅局及其信賴的報稅服務商以外的任何人分享其號碼。國稅局絕不會通過電話、電子郵件或短信來索要其 IP PIN。
- * 稅務專業人士無法代表客戶獲取 IP PIN。納稅人必須獲得自己的 IP PIN。

要獲取 IP PIN,最好的選擇是使用國稅局在線工具“獲取 IP PIN”。納稅人必須通過 ID.me 驗證其身份才能訪問該工具及其 IP PIN。在嘗試這個徹底、嚴格的過程之前,請參閱如何註冊某些在線自助工具。

如果納稅人無法在線驗證其身份,並且個人收入低於 73,000 美元,已婚夫婦收入低於 146,000 美元,則可以提交《表格 15227,申請身份保護個人識別號碼》(英文)。國稅局將撥打表格 15227 中提供的電話號碼來驗證納稅

人的身份。通過驗證後,納稅人將在四到六周內通過美國郵政局收到 IP PIN。

無法在線驗證其身份或在提交表格 15227 後無法電話與國稅局員工驗證其身份的納稅人,或者是不符合條件提交表格 15227 的納稅人,可以致電國稅局預約前往納稅人協助中心。他們需要攜帶一份帶照片的身份證明文件和另一份身份證明文件來證明自己的身份。通過驗證後,納稅人將在三周內通過美國郵政局收到 IP PIN。

已確認成為身份盜竊受害者的 IP PIN 流程保持不變。這些受害者每年都會自動收到一個 IP PIN。

其它資源
稅務專業人士還可以通過查看國稅局第 4557 號出版物,保護納稅人數據(英文)和美國國家標準與技術研究院的《小企業信息安全:基礎知識》(英文)來獲得有關安全建議的幫助。國稅局針對稅務專業人士、個人和企業的身份盜竊中心頁面也提供了重要的詳細信息。

《第 5293 號出版物,稅務專業人士數據安全資源指南》(英文)提供了 IRS.gov 上的數據盜竊信息的彙編。此外,稅務專業人士應通過訂閱稅務專業人士電子新聞(英文)及其社交媒體網站(英文)來與國稅局保持聯繫。更多信息,請訪問 IRS.gov。



房主請查看這些與房屋相關的扣除及項目

國稅局稅務提示 2023-96

夏季是買賣房屋的熱門時期。新房主搬入新居後的待辦事項,應包括查看其自己資格獲得的稅收扣除、項目以及住房補貼。

可扣除的房屋相關費用

大多數購房者通過房貸購買房屋,然後每月向房貸持有人還款。這筆付款可能包括擁有房屋的多項花費。房主可以扣除的費用是:

- * 州和地方房地產稅(英文),限額為 10,000 美元
- * 房貸利息(英文),在允許的限額(英文)* 內

納稅人必須使用逐項扣除 * 來扣除房屋所有權費用。

不可扣除的付款和費用

- 房主不能扣除以下任何事項:
- * 保險,包括火險、綜合保險和產權保險
 - * 用于減少房貸本金的金額
 - * 支付給家庭幫傭的工資
 - * 折舊
 - * 水電氣等花費
 - * 大部分結算或成交費用(英



- 文)
- * 沒收的押金、首付款或保證金
- * 網絡或 Wi-Fi 系統或服務
- * 房主協會費、公寓協會費或共同收費
- * 住房修繕

房貸利息抵免優惠

房貸利息抵免優惠讓低收入民衆也能買得起房。符合條件的人每年可申請該抵免優惠(英文)用于已支付的部分房貸利息。如果房主獲得州或地方政府頒發的合格抵押貸款信用證書,則可能有資格獲得該抵免優惠。合格抵押貸款信用證書,僅適用於購買主要住所的新抵押貸款。

房主援助基金

房主援助基金(英文)* 項目向符合條件的房主提供經濟援助,用于支付與其住宅相關的某些費用,以防止房貸拖欠、違約、喪失抵押贖回權、喪失水電氣或家庭能源服務,以及 2020 年 1 月 21 日之後遭遇經濟困難房主的流離失所。

牧師或軍人的住房津貼

獲得免稅住房津貼的牧師(英文)和軍警人員(英文),仍然可以扣除房地產稅和房貸利息。他們不必根據津貼減少扣除額。

分居或離婚人士需要注意的稅務事項

國稅局稅務提示 2023-97

當夫妻分居或離婚時,他們關係的改變會影響其稅務狀況。從報稅目的出發,國稅局在一對夫婦獲得離婚或分居撫養費的最終判決前,都將其認定為已婚。

更新預扣稅

當納稅人離婚或分居時,他們通常需要通過向僱主提交一份新的《表格 W-4,員工預扣稅證明》來更新其適合的預扣稅。如果他們收到贍養費,可能需要繳納預估稅款。納稅人可以通過 IRS.gov 上的預扣稅估算器來確定他們是否預扣了正確的金額。

贍養費和分居撫養費的稅務處理

- * 根據離婚判決、分居撫養費判決或書面分居協議,支付給配偶或前配偶的金額,或為視為聯邦稅收目的上的贍養費或分居撫養費。
- * 某些贍養費或分居撫養費可由支付方配偶進行扣除,而收款方的配偶必須將其包含在收入中。

與被撫養子女和撫養相關的規則

一般來說,擁有孩子監護權的父母一方,可在其稅表上申報該子女。如果父母雙方平分

監護權,並且沒有提交聯合申報表,他們將不得不決定由哪位父母來申報該子女。如果父母雙方不能達成一致,納稅人應參考第 504 號出版物,離婚或分居的個人(英文)中的決勝局規則。子女撫養費,付款方不能扣除,也不對收款方徵稅。

並非離婚或分居文書下的所有付款(包括離婚判決、分居贍養費判決或書面分居協議)都屬於贍養費或分居贍養費。贍養費和分居贍養費不包括:

- * 子女撫養費
- * 非現金財產結算 - 無論是一次性付款還是分期付款
- * 夫妻共有財產收入中您配偶那部分的付款
- * 為了維護付款人財產的付款
- * 付款人財產的使用

自願付款

子女撫養費不可扣除,也不被視為收入。此外,如果離婚或分居文書規定了贍養費和子女撫養費,並且付款方配偶支付的款額低於所需總額,則這些付款首先用于子女撫養費。僅剩餘金額被視為贍養費。

如果需要,報告財產轉讓

通常,如果納稅人因離婚而將財產轉移給其配偶或前配偶,則該轉移不存在確認的損益。人們可能需在贈與稅申報表上報告該交易。

更多信息:

第 452 號稅務主題,贍養費和分居撫養費

FS-2023-17, 2023 年 7 月

美國國稅局于 2023 年 7 月宣佈了一項重大政策變化,終止了國稅局收稅專員對納稅人的大多數未事先通知的訪問,以減少公眾的困惑並加強納稅人和雇員的整體安全措施。

這一變化是繼去年通過《通貨膨脹削減法案》和四月份制定新的國稅局戰略運營計劃之後,國稅局大規模運營轉型工作的一部分。

收稅專員不會再進行未事先通知或未事先預約的實地訪問,而是會發送預約信來安排與納稅人的初次或後續會議。收稅專員的未事先通知訪問,只會在少數特殊情況下進行。

國稅局稅款追索徵收流程的其餘部分將保持不變,具體取決於案件的事實和情況。有關

收稅專員訪問情況單

國稅局稅款追索徵收流程的信息,請訪問稅務主題,追索徵收程序。

什麼是收稅專員?

國稅局收稅專員是不攜帶武器的民事國稅局雇員,其職責包括走訪家庭和企業,幫助納稅人解決賬戶餘額問題。

他們的工作是徵收拖欠和尚未支付給國稅局的稅款,以及向納稅人征討逾期未申報的稅表。

目前,國稅局在全國各地有大約 2,300 名處理案件的收稅專員。

收稅專員對納稅人進行報稅和繳稅義務方面的教育,並就廣泛的財務問題提供指導和服務,以幫助納稅人解決稅務問題。

他們還確保納稅人瞭解自己依法享有的權利,並為他們提供優質的客戶服務。

收稅專員如何工作

收稅專員與納稅人和 / 或其代表面對面或通過電話(如適用)進行預約訪談。這是徵收拖欠稅款和征討拖欠稅表過程的一部分。

通過訪談和調查,收稅專員獲取並分析財務信息,以確定納稅人繳納稅款的能力。納稅人可能是個人或企業。

當納稅人無法全額償還債務時,收稅專員

會考慮替代方式來解決收稅債務問題,並為納稅人提供有所幫助的資源,包括:

- * 設立允許納稅人在一段期限內支付賬單的付款協議
- * 在適當的情況下,豁免逾期繳稅時所帶來的罰款
- * 因經濟困難而暫停收款
- * 國稅局盡一切努力與納稅人達成協議,如果無法達成協議,可能會採取其他執法行動。有關國稅局徵收流程的更多信息,請訪問稅務主題,追索徵收程序。

收稅專員和其他國稅局官員之間的區別

美國國稅局有多種職位,對公眾來說可能聽起來很相似,但他們在與納稅人互動方面有不同的、重要的分工。除了收稅專員外,還有稅案調查員和國稅局刑事調查特工也可以出于不同目的在納稅人的家中或企業與納稅人會面。

稅案調查員是不攜帶武器的民事機構雇員,他們是熟練的審計員,通常進行面對面的實地審計。這些通常安排在納稅人的家中、營業地點或該機構財務賬簿和記錄所在的會計師辦公室。



克里夫蘭傷痛診所

Dr. Wenming Zhao,
Acupuncturist from China, Chiropractic Physician

中西醫並用。輔以天然藥、營養藥、中成藥、手法、理療、調理。治療各種痛症、傷痛。(但不用化學藥、不動手術,因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。

接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關賠賠要的診療報告。可以為您找當地好的律師。

趙文學 醫生
中醫針灸師
西醫骨柱神經科
傷痛症專科

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

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)

伊利華報惠登廣告

熱線電話: 216-324-2959

近年來,美國政府在科學界大搞政治操弄,所謂“中國行動計劃”造成的寒蟬效應持續至今,相當數量的華裔科學家選擇返華,最頂級的青年科學家同樣如此。

7月22日,《南華早報》刊文講述了一名27歲山西籍在美留學生杰基·李(Jackie Lee)于博士畢業之際的人生選擇。

經歷為期數月的艱難抉擇後,就讀於得克薩斯大學奧斯汀分校計算與應用數學專業的杰基·李決定在今年畢業後前往北京的一家研究中心任職。比起金融行業,杰基·李對科學更感興趣,早前他曾拒絕來自美國投行巨頭高盛的錄用通知。

杰基·李直言,鑒於中美關係的惡化以及不確定性的加深,以華裔科學家身份留在美國工作的前景令他感到擔憂。

“在美國工作的好處是我可以賺更多錢”,杰基·李說,“但這裡對於亞洲人來說存在着‘玻璃天花板’(glass ceiling),而且由於地緣政治的原因,這種趨勢正在變得越來越糟。”

他表示,放棄美企高薪工作回國發展的原因之一,是可以通過北京的研究職位更好地發揮他在計算機輔助工程(Computer-assisted engineering,CAE)方面的專業知識。

留學生擔憂在美發展存在玻璃天花板

然而,更深的關切在於,中美兩國在對待和吸引科學家人才方面正走向截然不同的道路,這也推動越來越多的頂尖科學家從美國回到中國。

今年4月17日,中國科技部在天津組織召開國家超算互聯網工作啓動會。按照計劃,到2025年底,國家超算互聯網將可形成技術先進、模式創新、服務優質、生態完善的總體佈局,有效支撐原始科學創新、重大工程突破、經濟高質量發展等目標達成,成為支撐數字中國建設的“高速路”。相關計劃的穩步推進,意味着中國對頂級計算機專家的需求不斷擴大,地方政府也在出於許多人才吸引政策。

《南華早報》提到,在北京,像杰基·李這樣的海歸人才除了獲得高額獎金外,還將享受優厚的福利,比如住房補貼、子女免費入學、創業的話還有基礎設施和貸款方面的支持。

2015年5月20日,幾名來自中國的國際學生在哥倫比亞大學畢業典禮上。新華社圖 大洋彼岸的美國,則在此前的2018年11月啓動臭名昭著的“中國行動計劃”(China Initiative),要求94個地區司法部門每年至少提出一至兩起針對中國的訴訟,以防止中國“從美國竊取信息”。美國聯邦調查局(FBI)亦以該計劃為由憑空捏造“中國學術間諜”,大興冤案。雖然拜登政府上台執政後宣佈終止,但寒蟬效應仍在。

一份涵蓋了1300多名美國大學“終身教授或終身助理教授”等學者的研究報告稱,到目前為止,至少還有150名科學家受到了調查,他們中間有24人受到了刑事指控,“還有更多的科學家受到了秘密調查”。

和杰基·李一樣,考慮到美國對華人學者肆無忌憚的打壓,新罕布爾大學計算機科學專業二年級博士生諾亞·徐(Noah Tsui)也在考慮回國,對他而言,“中美關係惡化帶來的最大影響是人員脫鉤,由於簽證和航班限制,人們在兩國之間的流動極其困難。”

《南華早報》援引加圖研究所(CATO)5月的一份報告稱,美國留學生F-1簽證拒簽率從2014年15%的低點上昇到2022年35%的歷史新高,該簽證允許國際學生在美國以學生身份

生活。諾亞·徐表示,他的一些朋友所在的專業與軍事並無直接關係,但是卻只能獲得1年有效期的F-1簽證,而非首選的5年有效期。這意味着在攻讀博士學位的6年里的部分時間,學生不能離開美國,甚至不能探親。

諾亞·徐稱他仍在回國與留美之間猶豫,其中的一個重要原因是,一旦他放棄在美的研究生涯,他需要在中國重建學術人脈。新聞來源:觀察者網



美國亞裔醫生人數眾多,可為什麼他們升不上去?

亞裔在美國醫學界的佔比非常高,但一個在亞裔醫生和醫學研究者中諱莫如深的话题是:他們中能升到管理崗位的比例卻相當少。是什麼造成了這種現象?

15年來,整形外科醫生查爾斯·戴(Charles S. Day)一直致力於強調他的領域缺乏多樣性,已發表的眾多研究表明,在所有外科專業中,整形外科中黑人、西班牙裔和女性住院醫生最少。

戴本人是亞裔美國人,這個群體在醫學領域人數非常多。但隨着他深入研究,他的數據集和個人經歷開始發生衝突。他發現,在許多醫學專業中,白人醫生晉陞為醫學院系主任的可能性是亞裔美國同事的四倍多,黑人和西裔醫生的晉陞可能性是亞裔的兩倍多。

根據戴的一項新分析,2019年,亞裔美國人佔美國醫學院骨科教師的13%,但在部門主任級別里只佔5%。當戴研究了包括家庭醫學和婦產科在內的一系列專業後,他發現亞裔美國醫生佔據了超過20%的教員職位,但主任職位只有不到11%是亞裔。他還發現,人們對這種領導力差距幾乎完全沉默。

這個問題在很大程度上仍然被忽視,因為亞裔美國人在醫學界的比例被認為過高:他們只佔美國人口的7%,但卻佔醫生總數的20%。亞裔美國人也經常被認為是“模範少數族裔”——統計數據顯示,作為一個群體,他們往往比其他種族群體(包括美國白人)更健康、更富有、受教育程度更高。因此,亞裔美國人在醫學上的進步和挑戰很少被研究或討論。

戴是底特律亨利福特健康系統骨科外科的執行副主任,也是韋恩州立大學的骨科教授,他說:“我一直覺得,在晉陞時好像我從未考慮進去。我對這個問題一無所知,但當我做研究的時候,我明白了。”

竹子天花板

最近幾個月,當戴與亞裔同事談論這種差異時,他意識到他們也有同樣的感受。他們沒有公開談論過這個問題,但他們告訴戴,他們曾多次在更高級別的工作中被拒之門外,而且在醫學界擔任高層職位的亞裔美國醫生也很少。

“我覺得身為亞裔美國人很痛苦,”一名醫生說,他要求匿名,因為他目前正在尋找一份領導工作。“我一直在努力獲得任何形式的領導職位。人們多次告訴我,我擁有的所有的天賦和一切,但我只是‘不是合適的人選’。”

這一差距在許多數據分析中是不可見的。在許多人口統計分析中,亞裔醫生經常與白人醫生混在一起計算。美國醫學院協會公佈的美國醫學院院長的族裔構成就是這麼來統計的,它顯示,在過去30年里,白人和亞裔美國醫生佔據了90%以上的醫學院院長職位,這使得亞裔院長的數量看起來很多。

但事實並非如此。2013年發表的一項研究發現,在1997年至2008年期間,美國沒有一名亞裔醫學院院長。

彼得·余(Peter T. Yu)是加州大學聖地亞哥分校的外科住院醫師,當時他領導了這項研究。他說,當他參加各類面試時,很明顯亞裔醫生在領導層中缺席。“面試時,你看到的是部門主任和院長,”他說,“在這些職位上,亞裔美國人的比例並不高。”

對余來說,最明顯的相似之處是NFL,那里絕大多數球員都是黑人,但黑人主教練卻很少。“一個巴掌就可以數得過來,”他說,“我們這個行業也是如此。”

奧古斯丁·崔(Augustine M.K. Choi)在2017年成為威爾·康奈爾醫學院(Weill Cornell Medicine)院長時告訴STAT,美國有150多所

授予醫學博士學位的醫學院,總共只有兩個醫學院的院長是亞裔,而他是其中之一。崔說,近年來,這個數字一直在五到六名之間徘徊。“我知道,因為我們彼此都認識,”他說。

美國國立衛生研究院最近的一項研究發現,亞裔美國人佔永久勞動力的20%,但只佔高級領導職位的6%。分析顯示,亞裔美國員工在晉陞過程中遇到更多障礙,許多人表示“每天都有被排斥和被忽視的經歷”。

這在商業和科技領域也是一個問題。2017年一份關於硅谷的報告發現,亞裔美國人獲得晉陞的可能性低於其他任何種族群體,包括黑人和西班牙裔。

加州大學舊金山分校生理學家Yuh Nung Jan的一項研究顯示,在生物醫學最負盛名的研究獎項中,90%以上的獲獎者是白人,只有不到7%的獲獎者是亞裔,儘管亞裔在生物醫學教職員工中佔比超過21%。他稱這些數字“相當駭人聽聞”。

對於戴來說,這些數字與他個人的挫敗感相吻合。他在他所在的醫院擔任了兩年的臨時醫療主任,並擔任了近一年的臨時部門主任。在他看來,他長期的外科和教學經驗,他的研究發表水平,他的工商管理碩士學位和對醫院財務的深入瞭解,使他完全有資格永久領導這個部門。

他等到的是用人決定不斷推遲,然後兩名外部候選人加入。“順便說一句,他們

都是白人,”他告訴STAT。他說,其中一名候選人最近被選上了這份工作,他的資歷或經驗顯然沒有戴多。

他知道他的個人經歷不足以證明一種趨勢。但來自全國醫學學術數據庫的數據表明,他還不是一個人,系統性偏見可能在起作用。“你看着數據,你會說,‘這裡存在脫節,’”他說。

“我們足夠優秀,可以成為明星教師、系主任、項目主任和副主席,但對下一個梯隊來說還不夠好,”台裔美國人戴說。“努力工作和取得各種成就可能會讓你進入醫學院或獲得教職,但這並不能讓你進入高層。”

種族主義和刻板印象

要講述這個故事,就必須先指出一個不容忽視的問題:亞裔美國人在醫學界的比例過高,而來自其他非白人種族和族裔群體的許多人卻難以進入這個行業。這種情緒可能是亞裔美國人不願意把自己的擔憂提出來的原因之一。

這個問題在政治上也很敏感。許多人認為,最近關於平權法案的辯論,將亞裔美國人與黑人和西裔美國人對立起來。

接受本文採訪的亞裔美國醫生表示,他們強烈認為,來自未被充分代表的群體的醫生需要並且值得他們的支持,進入醫學領域的渠道需要擴大和多样化。但他們說,這並不意味着影響他們的領導力差異應該被忽視,也不意味著他們的學業成功和努力工作不應該得到獎勵。戴說,提出這些問題“讓亞洲人處於尷尬的境地”。

對於亞裔美國人來說,進入醫學界的管道是敞開的,但對於許多有更高職業抱負的人來說,向上的路徑並不暢通。醫生潘君達說:“我們被排除在DEI的努力之外,因為我們有很好的代表性,但我們有一個人們不談論的玻璃天花板。”

潘是一名兒科醫生,在加州大學戴維斯分校擔任教職。他從助理到副教授再到正教授,獲得了許多研究資助,並擔任了醫學院兒科住院醫師項目的臨時主任。但到了這一步,他的上昇軌跡結束了。

潘是一位著名的社區領袖,他做了一件對

醫生來說不尋常的事——他競選公職。他于2010年當選為加州州會議員,2014年當選為州參議員,直到去年卸任。

作為台灣移民的兒子,潘從小就想成爲一名醫生——這個決定讓他受過高等教育的父母很高興,他們敦促他做一些實用和技術方面的事情。他的父母告訴他,“就算別人歧視你,還是得忍着,因為他們需要你。”

潘君達一直想要獲得亞裔在醫療領導職位上的具體數字,但始終不怎麼成功。“幾年來,我一直在努力研究這個問題,”他說。“真的很難弄清楚,因為他們把白人和亞洲人混在一起。”

現在流出的數據證實了潘的觀點,即系統性因素——種族主義和刻板印象——可能阻礙了亞裔美國人在許多領域獲得領導職位。

潘說,上世紀90年代初他就讀醫學院時,人們普遍認為“亞裔美國人擅長考試,但不擅長與人交往”。“不幸的是,這種說法仍在流傳。”

幾十年來的辛勤工作並沒有讓他們走得更遠。STAT採訪了近12位亞裔美國醫生,他們討論了他們在一次又一次的晉陞中被忽視時所感受到的痛苦、不確定和困惑。

許多人說,他們在成長過程中受到歧視,但在醫學院和早期的職業生涯中都取得了成功,甚至在難度大、競爭激烈的外科專業也是如此。“我一開始就拼命工作,獲得了很多榮譽,所有的機會都向我敞開了,”一名醫生說,和其他一些人一樣要求匿名,以免影響自己的職業生涯。“但當我進入職業生涯的中期和後期,所有的門都開始關閉。”

許多人說他們懷疑自己,認為只要他們更加努力工作,更加閃耀,機會就會隨之而來。

“我想,也許如果我再發100篇論文,就會有人注意到我,”這位醫生說。多年來,他獲得了數百萬美元的資助,並有很長的文章發表記錄。“我爲自己得不到東西找藉口——我認爲我需要改進我的個性,我的說話方式——這是非常亞洲化的事情。”

包括戴在內的其他人說,他們打破了人們對亞裔美國人安靜、矜持的刻板印象,擁有通常與美國領導人相關的自信。“順便說一句,我說話並不溫和,”戴說。但這似乎沒有幫助。“總是有無形的東西——被告知,‘你不是一個真正的領導者。’”

另一位不願透露姓名的亞裔美國醫生告訴STAT,讓他和她其他許多人感到沮喪的是,他們幾十年來的辛勤工作並沒有讓他們走得更遠。他說,“不管怎麼樣,人們總能挑出刺來,比如問你,‘你爲什麼不去參加聚會,每個周末都在實驗室做研究?’”

其他人則表示,隨着時間的推移,在經歷了多次失望之後,他們意識到,領導的大門並沒有向他們敞開。

“有被選中的人和未被選中的人。在我的職業生涯中,我很快意識到我不會被培養成領導者,”另一位不願透露姓名的醫生說。

“我們傾向於做好自己的工作,而不是抱怨,”他補充道。“這種組合讓我們很容易被忽視。”

“我以爲只要我做好自己的本職工作就可以,我太天真了,”這位醫生說。

“這其中有一部分是我們自己造成的”是什麼導致了亞裔美國醫生領導職位的空缺?許多思考過這個問題的人指出,偏見和刻板印象是問題的一部分,但他們表示,他們所在社區的文化也可能發揮了作用。

潘和其他人說,許多亞裔美國人成長的家庭都敦促他們努力學習,低調行事。他表示:“在我的文化中,(爭取領導職位)會被視爲過於激進。我們應該謙虛。”

詹姆斯·康(James Kang)是一名脊柱外科醫生,在哈佛附屬的波士頓布利格姆婦女醫院(Brigham and Women's Hospital)擔任骨科主任。他說,當他坐在一個有50多位系主任的會議室時,他是房間里唯一的亞裔美國人。當他和

醫院的高層領導開會時也是如此。“我說過,‘在這個180人的房間里,我是唯一的亞洲面孔,這對我來說很奇怪,’”他說。

康即將成爲美國整形外科委員會主席。他將成爲該組織90年歷史上第一位亞裔美國主席。這是他反思的問題——爲什麼他能升到領導層,而他的許多亞裔美國同事卻沒有。他認爲很明顯存在潛意識的偏見,但他說:“這其中有一部分是我們自己造成的。”

康出生在韓國,和許多韓國人一樣,他受到的教育是,男人不應該多說話,也不應該亂說話,而應該傾聽。“但如果你想在西方社會出人頭地,你必須發表自己的意見。你必須表現出個人魅力。很多決定都是根據會議和你如何表現自己做出的,很多亞洲人在這方面做得不夠。”

康將他的這種跨越西方領導風格的能力歸功於已故的匹茲堡大學醫學中心傳奇醫生弗雷迪·傅(Freddie Fu),他是最早的亞裔醫學系主任之一。“他非常有魅力。他話很多。他來自香港商界。他的父親是億萬富翁,人們都很喜歡他,”康回憶說。

“我看到了弗雷迪是如何運作他的部門的,”康說。“我學會了直言不諱,並成爲了一名基于西方文化的領導者。”

現在,康說,他看到許多亞裔美國人候選人在面試中表現不佳。“他們很有成就,但他們太安靜了,”他說。“我想把他們拉到另一個房間,對他們說,‘不,你們必須這樣做。’”

“我正在努力成爲一個好榜樣,就像弗雷迪對我來說一樣,”康說。“我告訴他們,‘沒必要違背父母的話,但要大膽一點。’”

彼得·余說,造成這種差異的原因很複雜,文化肯定起了作用。“我認爲我的經歷相當普遍。我想上一所頂尖大學,也想上醫學院,但我從來沒有想過要成爲院長或主任——成爲醫生已經達到了我家族的巔峰。”

需要做更多的研究來瞭解這些文化問題所起的作用。2020年一項關於商業領導力的研究發現,南亞人比東亞人更有可能獲得晉陞,甚至比他們的白人同事更有可能獲得晉陞,儘管他們報告說自己遭受了更多的偏見,而東亞人對領導力同樣感興趣。作者將這種差異部分歸因於南亞人的溝通更加自信。

研究強調,改變行爲的責任不應該落在東亞人身上,而應該落在美國組織身上,讓他們改變對領導力的定義,並認識到東亞人“以群體爲中心、以保護爲導向”的領導風格對他們有益。“竹子天花板不是亞洲的問題,而是文化契合度的問題,”他們寫道。

變化正在發生

一些變化正在發生。西奈山伊坎醫學院的醫生最近成立了西奈山亞洲公平與專業發展中心(Mount Sinai Center for Asian Equity And Professional Development),這可能是讓更多亞裔美國醫生進入領導層的第一次正式努力。該中心首任主任、醫學院麻醉師兼副教授阿曼達·李(Amanda Rhee)說,該項目是在疫情和針對亞洲人的暴力事件激增期間啓動的。

從西奈山的討論中可以清楚地看出,許多人覺得自己被忽視了,因爲醫學領袖和其他人認爲亞裔美國人在教育和經濟上都做得很好。但這並不總是正確的:最近的一項研究發現,紐約市近四分之一的亞裔美國成年人生活在貧困中。“模範少數族裔神話導致了一個盲點,”李說。

詹姆斯·蔡(James Tsai)是該中心的執行顧問。他還是醫學院眼科系的主任,最近被邀請加入教學醫院和衛生系統委員會的董事會。他是20人小組中唯一的亞裔美國醫生。

蔡、李和其他人希望他們的工作能讓新一代亞裔美國醫生成爲醫學領袖。對於許多在醫學領域工作了幾十年卻從未達到系主任或更高級別的人來說,這可能已經太晚了。一位亞裔美國醫生說:“這本來會讓我父親感到非常自豪。”新聞來源:Stat News

聯邦參院壓倒多數表決通過:禁止中國實體購買美國農地

兩黨參議員以絕大多數票通過法案,禁止總部位於中國的企業購買美國農地。

周二,參議院以壓倒性多數的表決結果禁止總部位於中國的企業購買美國農地,並對投資涉及中國國家安全產業的美國人實施新規定,這是新一屆國會為打擊中國間諜活動並削弱其經濟實力所採取的首批立法措施。

與通過出口管制制裁中國經濟、靠封禁TikTok或其他限制措施打擊中國在美國的情報收集和影響行動等更加強有力的舉措相比,這些條款的力度相去甚遠,需要在眾議院獲得通過才能成為法律。但這對參議院來說是一個重要發端,近幾個月來,議員們一直苦於難以利用國會山對中國採取行動的普遍熱情。

兩黨參議員以絕大多數票將這些法案納入了年度國防政策法案。其中一項以91票贊成、7票反對的結果獲得通過,該法案將禁止向特定對手國家出售農地,以防總部設在中國、俄

羅斯、伊朗和朝鮮的企業或其代理人收購美國農地或其他農業企業的控股權。另一項法案以91票贊成、6票反對通過,要求美國人在對上述四國的國家安全產業進行任何投資後,必須在14天內告知財政部,這些產業包括人工智能、半導體和高超音速設備生產。

“這關鍵的一步將確保我們不會把寶貴的美國資產交給那些想要取代我們,成為全球第一軍事和經濟強國的外國實體,”蒙大拿州民主黨參議員、農地禁售法案的聯合起草人喬恩·泰斯特在參議院發言時表示。

隨著議員們尋求在去年一項將大量投資引向美國半導體行業的產業政策法案基礎上再接再厲,這些法案在近幾個月受到了普遍重視。關於農地的法案旨在打擊中國在美獲得有利位置增加情報收集能力,該法案在中國間諜氣球入侵美國領空後受到了特別關注。

“毫不誇張地說,是我們幫他們把經濟發展

到近乎同等的規模,讓他們有資本打造出威脅到我們和我們印太地區盟友的軍隊,”得州共和黨參議員約翰·科寧在參議院表示,他是追蹤投資法案的聯合起草人。“作為政策制定者,我們需要明白到底發生了什麼。”

這項立法反映了拜登政府的努力,長久以來,拜登政府一直在制定一項行政命令,迫使在華投資的風險資本和私募股權公司跟政府分享更多信息,並完全禁止對量子計算和人工智能等可能對軍事實力至關重要的幾個關鍵領域進行直接投資。

支持者認為,該法案對於堵上美國對華經濟防禦的漏洞意義重大:美國目前限制了某些先進技術的對華出口,但並沒有禁止在中國境內為這些技術研發提供資金的夥伴關係。

金融機構和其他企業反對這些限制措施,稱打擊範圍過於寬泛可能會造成經

濟損失,並導致美國企業在全球競爭對手面前處於不利地位,後者可能會搶佔中國市場,取代美國企業的位置。

但據知情人士透露,相關規定已經基本敲定,可能會在未來幾周或幾個月內出台。



華人居民對美國禁買房產的新法律感到擔憂

據衛報7月26日報道,今年早些時候,住在佛羅里達州的勞德代爾堡律師吳玉琳(音)聽說該州提出了一項禁止一些中國人和實體購買房地產的立法提案。她的白人同事告訴她,沒必要為此而擔心。

吳玉琳來自中國浙江省,現年27歲,她說,那些同事認為這是“不可能的”。“他們不相信這種法律能通過。”

5月8日,州長羅恩·德桑蒂斯將SB 264簽署為法律,該措施禁止來自各種“關切國家”,即來自中國、古巴、朝鮮和俄羅斯的個人或實體擁有幾乎所有財產。根據法律規定,除了一些例外,他們不能購買房產,對軍事敏感區域的房產有更嚴格限制。該法律專門針對違反規定的中國人,對其處以更高的處罰,但不適用於那些已入籍美國公民或擁有合法永久“綠卡”居留權的人。

吳說:“我不明白為什麼這項法律能通過。這絕對改變了我對佛羅里達和美國的感覺。我在這裡不受欢迎。”

隨著禁止外國人購買房產的法律(多數針對中國人)在美國各地激增,許多在美華人居民也表達了同樣的看法。據倡導組織APA Justice稱,已有33個州提出或頒佈了類似的禁令,禁止特定國籍的人擁有房地產。由於議員們修改了他們的法案,以解決當一刀切的論點,部分禁令對持有綠卡的合法永久居民開了個購置法產的口。

許多在美國的華人居民像吳女士一樣,對最近的反華事態感到震驚,有些人正在成為活動人士。

吳玉琳是家里第一個上大學的人,她在訪問紐約時通過電話接受了《衛報》的採訪。她現在正在考慮搬到那里去。她通過看《金裝律師》等美國律師節目,決定成為一名律師,並最終在田納西州范德比爾特大學獲得了法律和金融學位。兩年來,她在佛羅里達州定居下來,通過了律師資格考試,找到了一份工作。她和兩個華人朋友在春假期間在邁阿密街頭被一個陌生人騷擾,被對方指責帶來了新冠病毒,但她還是選擇了這個州。

就在佛羅里達州SB 264法案通過之前,吳買了一棟聯排別墅作為投資房產,她現在想知道她是否只能賣掉它。任何違反法律買賣房地產的人的土地都可能被政府沒收。儘管該法案針對的是來自多個國家的人,但該法規對中國人施加了更嚴厲的懲罰。在與“中國的外國委託人”進行的任何交易中,中國買家可能面臨5年監禁和5000美元罰款;賣家可能會被判一年監禁和1000美元罰款。

吳的聯排別墅位於機場附近,她不确定這樣的區域是否屬於所謂的軍事敏感區。

加州大學戴維斯分校的法學教授Gabriel Chin表示,這一最新趨勢遵循了“外國土地法”的悠久歷史。許多聯邦和州法律使用了“沒有資格獲得公民身份的外國人”這一說法。這是

一種委婉的說法,指的是在1952年改革之前,在法律上有權留在美國,但因為不是白人而被禁止成為公民的亞洲人。例如,1859年俄勒岡州憲法保護希望獲得財產的“白人外國人”,但禁止任何“中國人”。

佛羅里達州的外國土地法直到2018年才被廢除,成為最後一個廢除該法的州。Chin曾帶領他的學生們努力廢除現存的類似法律。

“在佛羅里達州,這花了很長時間,”他說。“我們在2001年提請佛羅里達州立法機構注意這個問題,但這是一個非常棘手的問題,因為沒有資格的外國人條款寫進了佛羅里達州的憲法里。”

關於新法律,Chin補充說:“佛羅里達州規定只有公民才能擁有土地是一回事。但挑選出喜歡和不喜歡的群體,這是有問題的。”

他認為,由於國家本身的平等保護原則,該法律將被裁定無效。美國公民自由聯盟已經對佛羅里達州的政策提起訴訟。它認為,這項法律違反了聯邦憲法的平等保護條款和《公平住房法》,可能被誤認為外國人的美國公民將受到歧視。美國司法部最近也加入了訴訟。

在7月18日的法庭聽證會上,來自全美各地華裔美國人前往現場示威抗議該法律。一名法官考慮阻止該法律。

佛羅里達大學教授Zhengfei Guan組織了反對新法律的抗議活動。他在2006年移民到美國,因為他相信“美國是世界的燈塔,所以很多人

想要來……現在燈塔已經倒塌了。”

他指出,最近,“我女兒問,‘我們能搬家嗎?’”他女兒現年17歲,在美國出生,因此是美國公民,她擔心美國對亞裔越來越不友好的環境。Guan是一位農業經濟學家,他對柑橘作物的研究旨在保護佛羅里達州最大的產業之一免受他所說的“不公平競爭”,他感受到了這些變化。儘管佛羅里達州將允許他的孩子作為公民在那里買房,但他認為房產禁令是一種偏見。

這批新出台的《外國人土地法》引發了人們的困惑和遷居念頭,也引發了全美各地的聯合。台灣移民、休斯頓電氣工程教授Steven Pei上周飛往塔拉哈西參加法庭訴訟。雖然已經入籍,但他說:“沒人能光看我的臉,就判斷我是不是美國公民。我非得證明嗎?”

Pei讚揚了黑人政治家,尤其是德克薩斯州的美國眾議員艾爾·格林,他們在5月份擊退德州的外國土地法方面給予了關鍵支持。Pei說:“他組織了這里的主要集會……真正讓我感動的是,自3月以來,他每周六都會與少數族裔領導人會面。”格林鼓勵成立一個新的無黨派多元文化倡導聯盟,該聯盟包括非裔、拉丁裔以及亞裔美國人。

格林回憶起種族隔離的設施,在種族隔離期間,如果有白人走近,他就不得不離開人行道,他補充說:“我很不幸,出生在種族隔離的南方,我知道歧視是什麼感覺。我經歷過很多事情,我不想讓我們再回到過去。”

華人神探李昌鈺被控偽造謀殺案證據,法院判其有責,或面臨巨額賠償

近38年前,美國康涅狄格州發生一起命案,有“華人神探”之稱的美籍華裔刑事鑒識專家李昌鈺在凶宅找到一條據稱沾有血迹的毛巾,成為兩名少年當時被定罪的證據之一,而今案情疑似出現反轉。

綜合美聯社和《哈特福德新聞報》報道,美國康涅狄格州聯邦地區法官當地時間21日裁定,李昌鈺對在該起謀殺案中“偽造證據”負有法律責任,導致兩人“含冤”入獄數十年。報道稱,李昌鈺有可能面臨高達數千萬美元的賠償金額。

該案發生在1985年12月,65歲的退休卡車司機埃弗里特·卡爾被發現陳屍在位於康州新米爾福德的家中走廊。案發現場頗為血腥,卡爾身中27刀,頸靜脈被割斷,頭部也受

到7次重擊,走廊上都是血泊,警方不得不搭建一個臨時坡道才能接近屍體。通過追蹤血迹,警方發現兇手還曾翻找過房中梳妝檯等多處藏有財物的地方。

當年被警方列為頭號嫌疑人的,是年僅17歲的肖恩·亨寧和18歲的拉爾夫·伯奇,兩人有吸毒史和盜竊史,帶著全部家當住在一輛偷來的汽車里。1989年,康州檢察官藉助李昌鈺的證詞說服陪審團,將亨寧和伯奇以謀殺重罪定罪,兩人分別被判刑50年和55年。

事實上,當時並沒有法醫證據表明亨寧和伯奇與案件有關。當年警方在案發現場發現的毛髮和40多枚指紋,均與兩名男子不相符,兩人的衣服上和車上也都沒有發現死者的血

迹。但李昌鈺作證時表示,嫌犯有可能清理了作案痕迹,且現場附近的浴室內發現了一條經“反復檢測”有血迹反應的毛巾,這也成為了定罪的重要證據之一。

審判結束後,亨寧和伯奇提起上訴。在2008年的最後一次上訴中,兩人通過更新的基因檢測手段證明,那條毛巾上沾有的並非血迹,而是某種無機物質。此外,李昌鈺方面法醫實驗室的專家也承認,並沒有任何“書面文件或照片”可以證明李昌鈺當時進行過血迹測試。

2020年7月,一名法官撤銷了對亨寧和伯奇的定罪,之後兩人向聯邦法院提起錯誤定罪訴訟,將李昌鈺、8名警方調查人員及新密爾福鎮列入被告。伯奇此前在2019年案件發回重申時被釋放,亨寧則更早在2018年獲得緩刑,但也都度過了約30年牢獄生活。

2020年7月,亨寧和伯奇及其律師在法院門口慶祝撤銷定罪。圖片來源:美聯社。康涅狄格州聯邦地區法官維克托·博爾登21日

採信了前述證據,並表示由於李昌鈺未及時提出豁免權抗辯,無法主張免責。《哈特福德新聞報》稱,此次裁決意味著,如果原被告沒有達成和解,本案將送交陪審團審理。對於李昌鈺的“偽證”責任,陪審團將通過聽證會決定損害賠償金額,這個數字有可能高達數千萬美元。

美聯社22日稱,李昌鈺尚未對判決做出回應。不過,據台灣“中時新聞網”報道,李昌鈺2019年曾針對此案發聲明表示,這是律師利用媒體攻擊專家證人,希望能重審;重申自己的鑒定結果完全正確,法院判刑是法官與陪審團的職權,他作為科學家,只提供科學證據。李昌鈺現年84歲,生於江蘇如皋,台灣“中央警官學校”畢業,美國紐約大學生物化學碩士、博士,曾任康涅狄格州警政廳長。他鑒識過多個全球重大的案件,如肯尼迪被殺案、尼克松“水門事件”、克林頓桃色案、“9·11事件”、美國橄欖球明星辛普森殺妻案、法醫調查南斯拉夫種族屠殺萬人案及呂秀蓮“3·19槍擊案”等。觀察者網

李昌鈺:白人攻擊華人事件越來越多,自己樹大招風

在美國聯邦法院上周給出“偽造證據”的判決後,台灣“聯合報”26日報道稱,美籍華裔刑事鑒識專家李昌鈺日前回復友人關心發表非正式聲明,指稱此系對方律師炒作而自己“樹大招風”。他表示,白人攻擊華人的事件越來越多,對方將此案視為將他扳倒的好機會。

此案源于1985年發生在美國康涅狄格州的一起入室謀殺案,李昌鈺當時在法庭上作證稱死者家中的一條毛巾上測出血迹反應,成為檢方說服法官將該州兩名男子以謀殺重罪定罪的證據之一。這兩人被判入獄數十年後申請翻案被撤銷定罪,並提起錯誤定罪訴訟。

據報道,李昌鈺在聲明中回顧了當年搜證過程,表示與很多現代案件不同的是,30年前現場由刑警隊主管,他當時只到現場跟實驗室人員做初步化驗,照相和記錄均由刑警

負責,他照的幻燈片存在個人檔案。針對法官認為他沒有任何“書面文件或照片”證明曾進行血迹測試,他解釋稱,30年後幻燈片不清楚、照片褪色是每個人都皆知的科學原理,不能因為照片記錄不清楚,就指控偽造證據。

李昌鈺回憶,他在1985年12月2日半夜去往現場,在現場找到的指紋、鞋印和血迹都屬於被害人及家屬,幾周後刑警根據線人及嫌犯祖母報告破案,當時並沒有用任何實驗室證據作破案證據。他還說,有關8名警察用不當手段偵訊嫌犯的指控,也與他毫無關係,因為該案發生時,自己身份是實驗室主任,到了1998年才開始擔任該州警政廳長。

至於兩男子2008年上訴時提出,有更先進基因檢測手段證明,毛巾上沾有的並非血迹,而是某種無機物質,李昌鈺稱,那條毛巾存放在警察局普通物證室20年後再化驗沒有找到血迹,不代表當時沒有化驗,因為血迹

存放不利狀況及長久時間會造成分解退化。

他還強調稱,當初團隊用標準操作方式,協助刑警找指紋、足跡、兇器、血液,在樓上洗手間發現洗手池及一條毛巾有輕微血迹的化學反應,“那條毛巾完全無關緊要,20年後(嫌犯)祖母及證人都去世,毛巾竟變成了焦點,這是美國律師在利用法律漏洞,找一些跟他們有同情的法官在做這個案件”。

“很不幸我也是樹大招風,”李昌鈺控訴稱,替兩名男子翻案的律師為了賺錢“顛倒黑白”,從5年前開始“炒作”毛巾一事,講來講去還是同樣的事情,但歷史會證明一切。他表示,“白人攻擊華人的事件越來越多,他們也認為這是一個很好的機會,能夠把我扳倒”。

在聲明最後,李昌鈺說,自己從事了半個世紀的鑒識工作,看到太多辦案警察和鑒識人員承受的壓力,現在心態已經很平靜;除感謝朋友的關心,未來兩周會與州政府律師團

隊及他個人討論後,再發表正式聲明。

在針對李昌鈺提起的錯誤定罪訴訟中,由於此案已被批准進行簡易判決,根據判決內容,陪審團將直接通過聽證會決定李昌鈺的損害賠償金額。《哈特福德新聞報》稱,這個數字有可能高達數千萬美元。而對於同樣被列入被告的8名警方調查人員及新密爾福鎮,案件將進入全面審理。



獵熊 + 色情天價旅行團,專門服務中國客!遭同胞臥底一鍋端!

疫情結束,全球各國的旅遊業都在復甦,不少商家期待着有錢中國人的再度光臨。

然而,美國司法部門最近成功偵破了阿拉斯加的非法獵熊團夥。他們起訴阿拉斯加一名華人男子,指控他非法經營打獵行程,以富有的中國遊客或在美華人移民為目標。

這名男子為 40 歲的被告梁俊(音譯)。

這次行動中,精通中文的華人臥底探員功不可沒。華人臥底探員化身為遊客,經過多天的潛伏,掌握了大量的罪證。

據《野獸日報》報道,臥底探員從去年 2 月 4 日開始,通過華人常用的社交平台 xhs 和 wx,與此案的主要嫌犯梁俊取得聯繫。他們假裝有意參加他的“二人同行”狩獵團。

梁俊以“AK 極光旅遊有限公司”(AK Aurora Travel)的名義,介紹了整個行程,共計 9 天,每人收費 2.43 萬元,而狩獵訓練費用在 1100 至 1300 元之間。

臥底探員後來諮詢了獵熊的價格,梁俊回答是 6 萬元。梁俊表示,成功獵殺野熊的話,他會購買熊膽然後製成中藥,但由於打獵難度甚高,客戶也能以每個 \$5000 的價格,直接向他購買熊膽,價格比黑市稍微便宜。

梁的生意做得很大,在 xhs 上有很多粉絲關注,每天也接到眾多客戶諮詢。

然而根據阿拉斯加法律,非法狩獵不是小事,民眾更不得買賣熊膽,阿拉斯加野生動物保護部門此前接到多個民眾報案。

2020 年 8 月曾有一群中國遊客,未經許可組織大型野生動物狩獵團。

於是當局從 2021 年 10 月開始展開刑事調查。去年 6 月下旬,臥底向梁俊支付了 1.5 萬



元的獵熊訂金,大約一個月後,他和另一名臥底同事一起到達阿拉斯加的費爾班克斯(Fairbanks)。

他們與梁俊和他的同夥費蘭(Brian)在 8 月 21 日在當地一家中餐館會面,商討了行程後,梁俊帶著他們去了州府的漁獵局辦公室,購買了狩獵黑熊和棕熊的許可證。

由於阿拉斯加對狩獵有嚴格的限制,外州居民必須在本地導游的帶領下才能進行狩獵活動。然而,梁俊和費蘭都沒有導游執照,因此費蘭在申請過程中謊稱與客戶有親屬關係,最終幫助臥底獲得了許可。

調查人員表示,由於梁俊以信用卡購買狩獵許可證,因此留下了犯罪線索。

隨後,臥底再次向梁俊支付了 4.5 萬元的餘款,並用 2 萬元購買了一輛越野車並接受了射擊訓練。

據瞭解,四人到達石英湖營地後,花了 3 天的時間等待野熊出現的蹤迹。期間,梁俊還介紹了妓女“伴游”服務,價格為每晚約 1800 美元或每次 500 美元。

到了 8 月 27 日,費蘭(Brian)退出了此次行程,只剩下梁俊和兩名臥底探員。次日,臥底探員以家人生病為由退出,並向梁俊支付了 1500 元的小費。

今年 3 月,梁俊已承認一項輕罪罪名,未經許可帶領旅遊團進入聯邦土地。至於非法打獵方面,記錄顯示梁俊通過這一手段致富,曾以部分收益購買一輛奔馳汽車。

51 歲的費蘭也被列為被告,在這次的臥底行動中,費蘭曾有 4 天時間與梁俊一起工作,但費蘭自稱不知犯罪內情,並且強調自己不會中文。不過梁自己的社交賬號上曾經有一段關於辦旅行團的初衷,里面也提到了費蘭(Brian,美國導游)。

梁俊已于 7 月 14 日被捕,目前被拘留在費爾班克斯(Fairbanks)懲教中心,預定 21 日出席聆訊。梁的律師 Gary Colbath 在一封電子郵件中表示目前不接見記者採訪案件細節。

檢方表示,40 歲被告梁俊已經犯案多年,他自己也簽證逾期非法居留,在美屬於無證居住。

在檢方公開的起訴書中,梁俊目前被控多項洗錢及電匯欺詐罪名,以及 3 宗野生動物販運罪,此外由於他的旅遊簽證已于 2016 年到期,也須支付 400 元罰款。

建議各位華人朋友,選擇合法、安全、可靠的旅行團出遊,以免捲入法律糾紛,更應該誠實勞動合法經營,不要鋌而走險,最後人財兩空。

留學生亂帶行李被罰 \$2000 3 年禁入境!這些千萬不要帶

時間來到了 7 月底,對於已經拿到 Offer 準備前往美國讀書的留學生來說,現在已經拿到了簽證或者即將拿到簽證。不少的學生和家長已經準備好了行李,填滿了錢包,只待時間一到就踏上征程,正式開啓前往“未來”的生活。出國留學的沒那麼簡單...我們來一起按步驟再排査一下

打開學校發給我們的郵箱,隔幾天看一看

趁着這個時間也申請一個自己的郵箱,最好是 Gmail,沒別的原因,咱們國內大部分用郵箱,在美國不一定好使,多申請一個又不虧。

打開錢包,看看里面:這真不是吹,美國的移動支付真不太行,現金的使用頻率還是很高的,備着點吧。順手在看看有沒有家附近銀行的國際信用卡,沒有的話去辦一張,方便美國銀行卡下來之前用。有條件的話也可以再搞一個預付費電話卡,金額不用太多,夠用到美國卡辦下來就行。

照照鏡子:不是臭美,看看牙該補的補,該拔的拔,做做美白洗洗牙,在國內的時候都處理了吧,美國太貴了,虧。看看學校所在的州法律就搜搜視頻,能幹什麼不重要,不能幹什麼很重要!美國一個州一個法律,該防要防啊!好了,現在我們可以把視線移到行李上了。

分類證件:這其中護照、I20、通知書格外重要。丟了什麼,這三樣也別丟。國內身份證、駕照可以帶着。萬一真丟了護照,這兩個多少還能起點作用。

設備:什麼沒寫 PAD、手機之類的呢?因為我建議這些隨身帶着,下點電影,下點遊戲,不然這十幾二十個小時挺難熬。

物資:到現在為止,相信各位小夥伴們的行李箱已經滿滿登登了吧,那我們下一步要做的就是給行李箱,也是給自己——減負。看好下面這些,把它們請出去吧。

首先是愛美食的吃貨小夥伴們要注

意了,幾乎所有含肉製品的食物,如肉湯、湯料等都不允許帶入美國。舉個例子,牛肉醬,含有肉的下飯醬之類的...我知道很好吃,但沒辦法,拿出去吧。

肉類被禁止了,那水果呢?這個同樣建議不要帶。

因為如果攜帶未向美國入境口岸申報農業產品,初犯將面臨 300 美元處罰,第二次罰款高達 500 美元。

但如果真的特別想帶的話,記得把要帶的提交給海關和邊境接受檢查,來確保這些食物可以進入美國。

最後就是違禁物的重災區了,藥品。除非是針對糖尿病等情況開具有相應處方,否則將醫藥器具帶入美國違法。美國海關與邊境保護局將沒收任何非法的醫藥器具。禁止進口、出口、製造、銷售或運輸醫藥器具,如果被判犯有上述罪行,將面臨罰款和監禁。麻黃鹼類、土的寧類、嗎啡類、易制毒藥品類更是會被直接請進小黑屋。

而對於一些慢性病患者,有不得不帶的藥品的話,就要遵守美國海關與邊防局(US Customs and Border Protection, CBP)規定:

如果你服用的是常用藥但其中包含麻醉或成癮成分,對於美國市場內非法而國外可以合法獲得的藥品,攜帶藥品入境的人員必須:

- 1 提前向海關申報你所攜帶的所有藥品和相關產品。
- 2 將藥品保存在原包裝內進行攜帶。
- 3 同時攜帶醫生處方,以證明你在美期間必須服用該藥品且服用量在醫生監督內。(CBP 攜帶藥品的數量不要超過 90 天的用量)
- 4 不要攜帶明顯超過個人服用量的藥品。不要為他人攜帶大量的藥物,避免不必要的麻煩。如此一來我們就可以安心的關上行李箱,等待起飛那天的到來了。

在最後,主頁君想在多說幾句:小夥伴剛到美國生活上肯定會有很多不適應的地方,會感到孤獨、會時而彷徨。

這時一定不要自己沉默,儘量打開心房,去擁抱新事物新環境,多結交朋友,多參加活動。

但交友時務必多觀察,畢竟美國作為大移民國,人員複雜,各個階層和風格的人的有。這其中就不乏諸如私生活混亂、吸食大麻/毒品、擺爛躺平的。與這種人交往,有害無利,務必留心!

華裔少女征服全美首秀奪冠 + 斯坦福全獎 父母來自瀋陽

Who is Rose Zhang? Everything you need to know about professional golf's new star

Rose Zhang, just 20 years old, has already secured her place in the annals of golf history as the first golf player in 12 years to win on her debut.



繼谷愛凌之後,又一個華裔背景的女孩在美國火了!20 歲華裔高爾夫天才少女張斯洋(Rose Zhang),成爲 72 年以來第一個,職業生涯首秀就贏得 LPGA 冠軍的選手!美媒甚至將其譽為“女版伍茲”。

她的背景,更是讓我們身在美國的華人驕傲。張斯洋的父母是 20 年前從瀋陽移民到美國,現居住在洛杉磯灣的她,算是妥妥的“移二代”。

她還是名副其實的一名學霸,斯坦福大學全獎大二學生。

可以說她是在美華人移二代的天花板代表了!

01 高爾夫神童打響“第一桿”

2023 年 6 月 5 日,LPGA 瑞穗銀行美洲公開賽(LPGA Mizuho Americas Open)在澤西城自由全國高爾夫俱樂部落下帷幕,美國華裔女子球員張斯洋(Rose Zhang)贏得了她作為職業選手的首勝。

她也同時創造了歷史,在 72 年來,首秀就獲勝的張斯洋(Rose Zhang)在取得了 LPGA 瑞穗銀行美洲公開賽冠軍。

LPGA 賽場中,張斯洋(Rose Zhang)在取得了 54 洞後領先,帶著 2 桿優勢進入了決賽輪。

張斯洋(Rose Zhang)連續完成 3 個標準桿後卻在 4 號洞,吃到了一個博基(得分是比標準桿多一桿的得分)。

轉場後,也遲遲見不到小鳥球。在收官的 18 號洞,張斯洋(Rose Zhang)又吃到一個博基,以 -9 的總成績完賽,與詹妮弗·卡普秋(Jennifer Kupcho)一共進入了延長賽。

延長賽的第一個加洞,張斯洋(Rose Zhang)頂着巨大壓力與卡普秋(Kupcho)打平。在第二個加洞,張斯洋(Rose Zhang)一舉擊敗卡普秋(Kupcho),贏下了個人轉業餘轉職業首戰的首場勝利。

雖然 LPGA 是張斯洋(Rose Zhang)個人業餘轉職業首戰,但 20 歲剛過的張斯洋(Rose

Zhang)的名字其實早已聞名遐邇。

早在 2020 年 9 月,年僅 17 歲的張斯洋(Rose Zhang)就曾通過 38 個洞的鏖戰,獲得了美國女子業餘錦標賽的冠軍獎杯。

隨後的大小比賽中包括美國青少年 PGA 錦標賽、丰田青少年世界盃、勞力士冠軍錦標賽等等大賽中,張斯洋(Rose Zhang)都曾拿過冠軍獎杯。

2023 年 4 月,張斯洋(Rose Zhang)在的奧古斯塔國家女子業餘賽上再次奪冠,成爲賽事歷史上首位華裔冠軍。緊接著 5 月,她成功衛冕了 NCAA 錦標賽總冠軍。

2023 年 5 月 26 日,也就是 LPGA 瑞穗銀行美洲公開賽的 9 天前,張斯洋(Rose Zhang)才正式宣佈決定從業餘高爾夫選手轉爲職業選手。

張斯洋(Rose Zhang)奪冠後的第一時間,前輩泰格·伍茲(Tiger Woods)立刻發帖恭喜她奪冠,對其讚不絕口。“對張(Rose Zhang)來說,簡直是難以思議的幾周,她捍衛了自己的 NCAA 冠軍頭銜,然後在她的職業首演中取得勝利。”

02 天才選手背後是“雞娃”

2 年的張斯洋(Rose Zhang)才剛剛過完 20 歲的生日,她的父母都是瀋陽人,家中還有一個比她大 10 歲的哥哥比爾(Bill)。她的父母在 2001 年的時候,從瀋陽移居至美國。

她的父母初到美國時,一家人在加州洛杉磯阿卡迪亞(Arcadia)租了一所小公寓。2003 年張斯洋(Rose Zhang)出生後,她就和爸爸媽媽一起住在公寓的主臥,並靠出租公寓的一間客房來維持生計。

“可能和大家心目中的移民不太一樣,其他人可能都是比較有錢的富人,移民美國開始新的生活。但是我們有些不一樣,”張斯洋(Rose Zhang)的哥哥在談論妹妹時說道。

2008 年,一家人從阿卡迪亞(Arcadia)搬到了 60 英里以外爾灣(Irvine)地區。在這里,在張斯洋(Rose Zhang)9 歲那一年,她第一次接觸到了高爾夫球。

張斯洋(Rose Zhang)第一次拿起的球杆,正是她父親張海濱的球杆。雖然她的父親是右撇子,而她是個左撇子,但這絲毫不沒有阻擋“高爾夫天才少女”的誕生。

張爸爸稱,斯洋(Rose)是一個很有運動天賦的孩子,嘗試過羽毛球、網球、籃球等等,都學的不錯,可以說是“天生的運動員”。練習高爾夫球沒多久,就可以一個接一個全部打在一條直線上。

高爾夫球算是一個“費錢”的運動,雖然家庭條件並不優越,但是張爸爸非常支持女兒繼續訓練下去,不但自己會陪着女兒訓練,還爲女

兒請了專門的教練。

距離張斯洋(Rose Zhang)第一次揮杆一個月後,她就打出了第一個 9 洞。短短的 3 個月後,她帶著 200 美元的“七杆套裝”參加了她的第一場錦標賽並獲得了冠軍。

張斯洋(Rose Zhang)取得瞭如此大的進步,更是令張爸爸信心百倍,甚至辭去了工作專心陪女兒練習高爾夫。張爸爸表示,張斯洋(Rose Zhang)每天放學後都會聯繫 4 到 5 小時的高爾夫球,周末有時會練習 10 個小時,風雨無阻。

這也說明瞭爲什麼張斯洋(Rose Zhang)可以在幾個月里能夠做到從奧古斯塔女子業餘賽冠軍→NCAA 大學總冠軍→LPGA 職業首冠,完成三級跨越。

03 斯坦福大學全獎學霸

剛剛在新澤西州贏得 LPGA 瑞穗銀行美洲公開賽的張斯洋(Rose Zhang)並沒有舉辦瘋狂的派對,而是直接乘航班飛回了斯坦福大學,繼續她的大二生活。

對於她來說,無論在球場上取得了多大的勝利,讀書仍是這位“大學明星”的首要任務。

張斯洋(Rose Zhang)曾經就讀于爾灣太平洋學院,雖然高強度的高爾夫球訓練佔據了她生活中的很大一部分時間,但是她從未忽視過自己的學業。

2020 年,張斯洋(Rose Zhang)不但斬獲 2020 年全美女子業餘高爾夫錦標賽冠軍以及女子業餘高爾夫錦標賽的冠軍,成爲第一位在 115 年中獲得冠軍的美籍華裔高爾夫球手,還被斯坦福大學全獎錄取。

進入斯坦福大學後,張斯洋(Rose Zhang)進入了女子高球隊繼續練習和參賽。大學期間她繼續着自己的“開挂”表現,幫助斯坦福大學贏得了第二座 NCAA 校隊冠軍。

今年 4 月份的“大師賽”(The Masters)中,張斯洋(Rose Zhang)遇到了和她同有業餘愛好者的斯坦福老校友泰格·伍茲(Tiger Woods)。

“說實話,當時伍茲(Woods)向我伸出的時候,我感到很敬畏,我在聽他說什麼。他只是說,‘祝賀你,我在電視上見過你,我爲你感到無比驕傲’,”張斯洋(Rose Zhang)在接受採訪時笑着描述當時的經歷。“他也是在斯坦福,真的不可思議,我想我們之間有一點點相似之處的。”

張斯洋(Rose Zhang)還在斯坦福大學創下

了 20 場比賽 12 勝的學校記錄,成爲第一個以卡片形式贏得多個個人全國大學冠軍的女性。這個記錄甚至超過了泰格·伍茲(Tiger Woods)在斯坦福大學期間的 26 投 11 中的記錄。

據《體育報》報道,張斯洋(Rose Zhang)目前還沒有選擇專業,所學課程包括普通話(她說得很流利,但不會讀和寫)。

張斯洋(Rose Zhang)表示,自己在認真練球的同時也非常享受自己的大學生活。接受採訪的時候張斯洋(Rose Zhang)被問到下一場要參加的比賽時,她回答稱,“我還有一篇論文要寫,還有 CS 學科的 PSAT 考試要準備。”

“很多球員後來在職業生涯中基本上耗盡了精力,還有一些受傷了。我覺得我需要一些能讓我變得更好的東西,而不是讓我僅僅把自己定位爲一名高爾夫球員。作爲一名大學

高爾夫球手,和我這個年齡的人在一起,被他們自身的不可思議所激勵——這真的是推動我自己變得更好的原因,”張斯洋(Rose Zhang)說到。

04 美國華人家庭正“量產”谷愛凌

在美國,光學習好的孩子體育不好還真有可能被群嘲,因此中產和精英家庭已經開始“雞娃雞體育”。

從最基本的田徑、棒球、足球到中級的滑雪、體操、冲浪再到高級的風帆、馬術、潛水等等,只要孩子入門後覺得喜歡,家長會“不惜一切”代價,培養孩子們在體育方面的發展。

體育鍛煉給孩子們帶來的堅韌不拔、永不服輸的精神以及強健的體魄,都是老美很看重的部分。誇張一點說,體育優等生在申請美國學校時甚至可以壓到一個 GPA 很高的全優成績學生。

最近幾年,很多灣區的“雞娃”都走上了“體育特長”的賽道,而事實證明,“雞體育”也確實行得通。不少灣區家長都在琢磨,如何能讓自家孩子也可以成爲下一個“青蛙公主”谷愛凌。

據瞭解,95%的中產階級華人家庭,孩子都至少有一項多年堅持的體育運動。

在國內,孩子父母們見面可能會聊“你家孩子背了多少單詞啊、報了多少個補課班啊等等”,到了北美,話題可能會變成,“你家孩子都學了哪些體育項目啊,在哪里學的,價格怎麼樣?”

“雞體育”的同時,華人家長也會抓文化課成績,可謂是“文化課、體育課兩不誤”。當今時代,卷文化在輸出到美國的時候開始越卷越深,已經不像曾經人們聽到的“歐美快樂教育,孩子 3 點放學沒有作業”了。

“沒有辦法啊,社會壓力太大,雞娃迫不得已!資源有限,要想成功,就必須參與競爭,贏得競爭!”不少父母稱,雞娃非本意,但目的都是希望自家孩子能變得更加優秀。



冰凌幽默小說：一個海外“粉粉”關於振興傳統粉幹的若幹條建議構想

題記：閩籍散文家蘭紅說過，福州人的胃就是粉幹的胃

福州的小吃,最好吃的是粉干,什麼糟菜炒粉干,熟魚煮粉干,番鴨煮粉干,海鮮粉干,可以百吃不厭。還有一道叫泥鯱煮粉干,也好吃的不行。但是這道粉干,已經很少見了。如有朋友請我吃飯,問我喜歡吃什麼菜,我會脫口而出:粉干。我覺得一桌菜里,能上一道粉干,才算圓滿。如果缺少粉干,我會相當失落。但是,我吃粉干有個挑剔,一定要吃傳統的桐口粉干,因為桐口粉干口感好,味道正宗。我的味覺,對桐口粉干,有一個驚人的辯識度,只要吃上一兩口,便知道是不是正宗的桐口粉干。

出國前,自己經常煮粉干吃,先把粉干放進水里泡開,把花蛤、芹菜段倒進油鍋,炒一炒,倒水燒開,倒入粉干,扔一把蝦米,攪鹽,大火燒開,攪些味精,盛進碗里,往往可以吃上兩三碗。鍋里剩下的粉干,自然是晚飯時熱了再吃。如果你是一個資深“粉粉”,就會知道,回鍋熱過的粉干,那才叫好吃。這時候的粉干已經被鮮湯浸潤,形成碎段,甚至糊狀,而且完全入味,你可以將粉干全部喝完,有一種上了境界的享受。有一次我和老報友在餐桌上聊起粉干,他們對回鍋粉干也深有同感,異口同聲說道:沒錯沒錯。那真是遇見了粉干界的知音。

到了美國後,以為自己再也吃不到粉干,哪想到去紐約唐人街,到處可以吃到粉干。就在康州紐黑文的香港超市,也可以買到粉干,而且牌子多,有桐口粉干、福州粉干、閩清粉干、連江粉干、長樂粉乾等等,讓人眼花繚亂。我都會把各種牌子的粉干買上一兩包,自己煮著吃。在美國,最經常用高壓鍋壓大排骨,壓好的大排骨,撈起來紅燒,排骨湯用來下粉干,將西芹切切片,放入排骨湯,再抓一把蝦米撒進湯里,把泡開的粉干放進鍋里,煮開後,盛進大碗里。在他鄉異國吃上家鄉的粉干,那種感覺相當好。

但是,總覺得自己怎么也煮不出在家鄉吃到的地道的粉干味道,這讓自己百般無奈,更讓自己深懷期待,期待回到福州去尋找地道的粉干味道。後來終於回到福州,我就找各種粉干吃,盡情過癮,慢慢我發現福州的粉干也變了味,大多多的粉干變白了,變得滑溜了,色澤好看,但是吃到嘴里就不是傳統粉干那個味。這種改良的粉干更像是外省來的米線。看到大街小巷的店鋪擺點賣的都是這種米線似的粉干,我心里就透著悲涼,每次我去店里吃粉干,總要事先看看粉干,並詢問店主有沒有傳統的桐口粉干,答復總是令人失望。一些店主抓起一把粉干,說都是一樣的啦。但是我知道,煮出來的味道那是兩碼事。現在要找一家飯店,吃正宗的傳統粉干已經是非常困難的事了。只有到新開的“閩清館”,才能吃到正宗

的傳統粉干,所以到“閩清館”吃飯,上來先點一道糟菜炒粉干,往往轉盤轉一圈就吃光了,總會再點一盤。有時候,我自己獨自打車去“閩清館”,點一盤糟菜炒粉干,再點一大碗海蠣豆腐湯,又吃又喝,大吃一頓,然後像帝王一般走出“閩清館”。

夜里經常想想粉干的事,心里不免焦慮,覺得應該為振興傳統粉干做點實事!我把這個想法和一些“粉粉”們說了,大家都表示支持。我自高奮勇,說我來起草一個方案,然後請大家討論,大家一致表示贊同。我默在家里,先把方案構想整理出來,塗塗改改,整理了十條構想。

如何振興福州的傳統粉干?首先,要給福州的傳統粉干重新定位,而且要高端定位。就是要突破傳統粉干地域性,要把它上昇到國際層面,上昇到人類飲食文化結晶的高度,來重新做一個嶄新的高端定位。過去,我們始終把傳統粉干當作一個民間的小吃來對待,所以人們就把它局限在一方地域里,不能得到廣泛的推廣。實際上喜歡傳統粉干的不僅僅是福州人,包括福州周邊地區的福建人,包括在世界各國的閩籍同胞和華人華僑,所以,喜歡傳統粉干的人數遠遠超出我們的想象,所以我們要從國際的層面來看待福州的傳統粉干。

第二,福州的傳統粉干不僅僅是一種小吃,這種傳統粉干可飯可菜,可炒可湯,可以給食客多層次全方位的美食享受。特別是傳統粉干有一個特殊的美妙,中午吃剩的粉干,晚飯時回鍋熱過再吃,那才叫一個好吃。這時候的粉干已經被湯浸潤,形成碎段,甚至糊狀,而且完全入味,讓人欲罷不能,非得一口气吃光。對於這樣一種飲食個體,它應該在群星璀璨的萬千飲食世界里佔有一個特殊的地位,所以我們應該從中華飲食文化這個高端的層面來關照它。充分肯定它的飲食實用與美學的雙重意義。

第三,因為任何的推介應該是自上而下,而不是自下而上,應該站在一個國際最高的制高點,來進行高端的推介,以確立福州傳統粉干這個高端的國際文化品牌,這樣才能做到真正有效的推介。我們的推介就是要採取大力度、滾動式的推介,而不是一時一地的一次性的推介,要不斷地在高端滾動中大力度的推介,確立福州傳統粉干的國際高端文化品牌。我們要做高端推介一定要掌握一個面,面向全球的高端推介;第二個是高度,在最高端的層面來做,這樣高端的推

介才能達到效果。

第四,我們現在首先要建立一個振興傳統粉干的機構。這個機構是一個鬆散型機構,沒有官方背景,但是要得到官方的認可。這個機構是一個面向國際、面向海內外的機構,要獲得官方的認可,還需要生產廠家的支持,還要獲得海內外振興傳統粉干的粉絲們(簡稱:粉粉)的熱情響應和加盟。組建這樣一個機構,完全是出于自願,完全是出于公益,這是一個鬆散型的為振興傳統粉干的機構,他不帶有其他目的,是一個非常純粹的民間機構。

第五,有了一個組織機構,就能有效地統一組織推介和振興活動。在這個方面我們一定要確立一個核心班子,擔任這個核心班子的會長和副會長,一定要具備以下幾個條件:福州本地出生,上至數代為福州本地人,有根脈可尋;如非福州本地人,要對福州傳統粉干發自內心的無限喜愛,起碼要有二十年粉齡的資深“粉粉”。協會最好要請一些退休的領導、海外閩籍僑領、文化名人等來擔任名譽會長和顧問。這樣能產生更大範圍的影響力。協會的名稱可以請大家商定,我的建議是,叫國際傳統粉干振興辦公室,簡稱振興辦。接下來很多具體的工作要做,首先我想還是要有一個辦公處,設一個秘書處。秘書處由上面的振興辦直接領導。秘書處要設立一個傳統粉干粉絲團(簡稱:粉粉團)。粉粉團成員主要是年輕粉粉,要把年輕人培養起來,我們這項事業就會找到後續的力量,培養他們對傳統粉干的感情,因為年青一代他們由於不太熟悉傳統粉干,對傳統的東西就會有排斥心理和抵觸情緒,所以粉粉團要發揮他們獨特的教化推動作用。接下來我們需要一個方案,就是整個推動振興的一個規劃實施的步驟和具體操作的方案,這個很重要,我們該怎么做?做什么事情?現在需要做什么準備?然後如何具體運作?

第六,振興和推介,首先我們要有自己的平台,我們要建立自己的宣傳渠道。我的建議就是在海外辦一個《東方粉干》雜誌,另外我們需要公眾號,這樣形成線下線上、國內國外、紙媒網媒相結合,每天隨時都可以發佈有關傳統粉干的新聞消息,以及我們需要推介的各個方面的信息,使廣大的海內外華人華僑,特別是喜歡傳統粉干的同胞們,能夠及時獲取各種信息,這些信

息不僅要包括傳統粉干的歷史,營養價值,製作的過程,製作的品種,包括烹飪風味等等,我們都要把它宣傳出來,讓海內外廣大粉粉們瞭解傳統粉干的各種信息,造成傳統粉干和廣大消費者的密切的聯繫,並且在這個過程中形成良性的互動,這樣產生一種綿綿不盡的影響力,就像綿綿細雨滋潤著乾涸的土地。

第七,我們要每兩年舉辦一次國際傳統粉干研討會,當然現在召開線下會議比較難,花費也多,在這種特定的時期,可以召開線上會議,就可以把活動的範圍擴大,甚至全球範圍的人都可以參加,然後提交論文,從傳統粉干的歷史淵源,粉干的營養價值,粉干的健康元素,回鍋粉干的奇妙,等等,從科學的高度來研討傳統粉干,強調傳統粉干的科學性。然後出版論文集,以後每開一次會議就出版一本論文集。另外,我們還要發動廣大粉粉,從情感出發,請大家回憶對粉干的種種記憶,全部收集起來,然後出版散文集,每年出版一本,十幾年就形成了一個固定的品牌。

第八,傳統粉干受到擠壓,和外省市的一些粉類麵食的大舉進入有關。當然,我們首先要感謝兄弟地區帶來各地的飲食文化和先進的經驗,比如說螺旋粉,比如說跨河米線,他們那些成功的經驗,他們的一些現代配料和製作,他們的一些行銷的技巧,這些都值得我們學習借鑒的,我們要把他們這些經驗化我所用,改進和提陞傳統粉干新的科學做法。但是,我們也要向相關部門提出建議,為更好地保護好傳統粉干的生存和發展,我們也要加強外地粉類店家的有序管理,建議將這些店家集中在某幾個固定的場所,這樣,既容許他們來榕開店,顯示我們榕城民衆的決決胸懷,又能適度地為我們傳統粉干拓展生存的空間。

第九,建議每年邀請海外華文媒體來福州採訪,專門採訪傳統粉干的製作基地,採訪他們的製作過程和製作經驗,採訪他們的產品種類和烹飪方法,介紹給全球的熱愛傳統粉干的同胞們,同時也影響其他的華人華僑來認識我們的傳統粉干。

第十,我們要借鑒匈牙利每年舉辦魚湯節的做法,我們要舉辦一年一度的傳統粉干烹飪大賽。粉干可以當飯當菜,可炒可湯,我們要讓粉干呈現出千姿百態萬般風情,這樣我們需要搭建一個展示和競賽的平台。一個魚湯都能辦出花樣來,而我們的傳統粉干,可以創新更多的品種,更多的製作的方法,堅守傳統,又不斷創新,讓海內外廣大的民衆更加熱愛我們的傳統粉干,達到振興福州傳統粉干的終極目標。

2023年6月1日



冰凌幽默小說： “車輪滾滾”

當年,黃君感到三百美元購得一部不知是四手還是五手車。美國車寬寬大大,甚是結實,別看車年紀一大把,里程數也高過15萬邁,跑起來照樣不含糊。上學、打工、購物,從不誤事。黃君助人為樂,屋友們尊其為屋長。黃君也深感屋長責任,每有外出採購,總逐個通知。於是載著滿車屋友,浩浩而去。

這天周末,屋友們提議,明天休息,能否遠征紐約,到唐人街去採購食物,再到中國餐館一飽口福。黃君估計車技和車況後,欣然答應。屋友們高呼黃君萬壽無疆,一夜歡騰。

次日晴空豔陽天,黃君駕車載著滿車屋友,向紐約挺進。車在高速公路上穩穩當當行駛,屋友們在車上輪流高歌。姜君望著窗外的風景,觸景生情,唱起“駿馬奔馳在遼闊的草原……”贏得滿車喝彩。黃君以駕車不得分神為由,獲準免唱。他手握方向盤,耳聽屋友縱情高歌,感覺如開歷史巨車,面露幸福紅光。

突然,黃君感到車下一顛,便見車前左下方,孤零零滾出一個車輪。黃君驚得目瞪口呆,欲叫又止,怕嚇著高歌的屋友們。所幸車雖少去一輪,但因慣性和後排屋友們的重壓,三輪尚能平衡而行。黃君緊張萬分,腦海頻閃現英雄人物,如王杰、歐陽海門,漸漸沉著應戰,緊握方向盤,慢慢點刹。車由快而慢,由慢而停,那離車之輪,繼續向前滾,越滾越慢,終於打了個彎,躺在離車十來米處。

黃君打開車門,小心翼翼下車,跑去抱起車輪,扛在肩上,跑回車來。屋友們尚不知真情。姜君還祝賀黃君,說沒到紐約,就撿了個車輪,若進了紐約保不準還會撿到汽車。屋友們紛紛給車輪估價,有說30美金的,有說40美金的。黃君如實相告後,屋友們默若木鷄。黃君不敢懈怠,取出工具,安上車輪,並將車輪螺帽死死擰緊,然後繼續駕車。屋友們不再高歌,黃君甚感歉意,頻頻檢討,說這個輪子紀律散漫,擅自脫離組織,回去定當嚴格教育。友們又樂,再高歌,但歌聲已不如先前嘹亮了。

此事黃君當時尚能沉著應付,過後卻越想越怕,夜里常常夢見車子三輪、兩輪,甚至獨輪而行,如耍雜技。十年後,黃君已今非昔比,進入主流社會,所購均是名車,最近又購得凌志豪華車。但駕車時,黃君常常下意識斜視車前左下方,看看車輪是否脫離。

冰凌幽默小說： 報案

理論室發生盜竊案,小岳老尤老阮的辦公桌抽屜被撬。小岳塞在信封里的570塊錢,老尤夾在辭典里的800塊錢,老阮藏在墊紙下1200塊錢,全被竊賊偷去。

小岳搖頭嘆道:“下半年的煙錢全泡湯了。”老阮苦笑:“細水積成河,一朝付東流。”老尤鎮定地說:“現在不是嘆氣的時候。我認為,首先要保護現場,其次到保衛科去報案。”老阮擺手道:“罷罷罷,暗藏私房錢畢竟不雅,倘若張揚,豈非授人以笑柄?”

小岳說:“這倒是,讓人知道了,非得取笑我們不可,特別是那幾個姑娘。”

老尤昂首凜然:“我無所畏懼。我認為,在家庭生活中,當丈夫和妻子還沒有達到足夠的坦誠和理解之前,為了巧妙地避免家庭經濟糾紛,藏點私房錢不失為過渡時期的良策。”

老阮說:“有理。不過,萬一賤內獲知,那如何是好?”

“就是,”小岳說:“我老婆知道,非吵不可。”老尤一愕:“這……哎,我們可以在報案時,鄭重地告訴保衛科的有關同志,說這起案件涉及到物質和精神兩個方面,希望他們給予充分的同情,秘密偵破,做到既破了案,又不聲張出去。”

小岳終於覺悟。老阮仍有顧慮。老尤也不強求老阮,領著小岳走向保衛科。

兩人剛走到樓梯口,老阮急步趕來:“深思再三,還是鼓起勇氣,回去報案。這筆錢,畢竟蓄之不易啊!”

冰凌幽默小說： 和睦鄰居

春節前夕,振興化肥廠畢廠長率全廠職工,四路縱隊,開進一牆之隔的萬家美麵粉廠。

萬家美麵粉廠鮑廠長早已帶人候在廠門口,夾道歡迎鄰客。

“老畢,歡迎歡迎!”鮑廠長迎上前去,緊握畢廠長的雙手。

“老鮑,今天我們一是來聯歡;第二,是來感謝的。幾年來,你們廠對我們的支持,那是太大了。大的不說,單你們廠食堂,無條件向我們開放,解決了我廠職工吃飯問題,就要好好地感謝你們。”畢廠長說完,向身後一招手:“獻匾!”兩位姑娘抬著一塊匾,盈笑著走到鮑廠長面前。

畢廠長揭下蓋匾的紅綢布,指著匾上的燙金楷字,念道:“‘有牆壁如同無牆壁,非兄弟勝似親兄弟。’老鮑,請收下。”

鮑廠長接過長匾,抱在懷里:“老畢啊,要說支持,也是互相的。去年,我們趕任務超計劃生產,倉庫不夠,你們騰出半座倉庫,給我們存放麵粉,還撥了兩輛‘解放牌’,幫我們搶運麵粉……”

畢廠長揮揮手:“哎,應該的應該的。”

鮑廠長感慨地說:“難得啊!我們兩家,真是和睦相處的好鄰居。”

畢廠長拍拍鮑廠長的肩:“勝似親兄弟!”

鮑廠長連連點頭:“對對,親兄弟!走,到禮堂聯歡去,今天我們好好開一鬧!”

冰凌幽默小說： “四菜一湯”

會議結束,顧廠長抓起話筒說:“會後請大家吃頓便飯。只是便飯啊,因為市里下文件,不準超過四菜一湯,而且不擺酒,這個,我們要嚴格執行,只四菜一湯。另外備了點可樂和‘礦泉水’。不成敬意,請大家諒解啊!”

來賓們魚貫步入職工餐廳,圍桌而坐。餐廳人員端上一個搪瓷茶盤,高聲報菜名:“頭道菜,十全拼盤。”盤內堆著荔枝肉、燻魚片、五味肝卷、爆蝦仁、牛肉絲、清蒸蟹塊、海蜆皮、涼拌茄絲、松花蛋和油炸春卷。

接著,“鱔鱸編魚爭艷”、“石鱗海參奇戀”、“扒雞烤鴨閃婚”三道菜先後上桌。最後,“百味火鍋”壓陣。

來賓們情緒頓時高漲,紛紛舉箸夾菜,盡情品嚐。

顧廠長抓過兩個空杯,對身旁的易經理說:“老兄,去年多虧你大力支持來,干三杯!”

“哪里哪里。”易經理抓起可樂罐飲倒。

顧廠長按下易經理的手,抓起一個沒有商標的酒瓶:“喝這個,‘礦泉水’。”

易經理說:“這玩意淡而無味。”

顧廠長說:“哎,這可是真正的‘礦泉水’,喝到肚子里就有味。”

易經理皺眉喝一口:“嗨——夠勁!”他舒眉噴噴,連喝了三杯:“不假,是真正的瀘州……‘礦泉水’。噴,你老弟,在執行市里文件方面,不墨守成規,敢於開拓,值得借鑒,很值得借鑒。來,兄弟我回敬你三杯……‘礦泉水’!”

冰凌幽默小說： 生活

為兒子工作事,黎雲夫婦傷透腦筋。終於,妻子朱憲探得本園大班方盾的爺爺,是一家公司的經理,夫妻倆商量半天,決定托他幫忙。

黎雲說:“總不能空著手去吧?”

“聽說,方盾他爺爺愛喝酒,我看,就買兩瓶酒帶去吧。”朱憲說。

夫婦倆來到商店,花了七十多塊錢,買了兩瓶“杜康”酒,放進提包里。然後,按抄來的地址,找到方經理家。

方經理剛吃過晚飯,滿臉油紅,正坐在客廳的環形沙發上,抱著孫子逗樂,見孫子的老師來訪,忙起身迎客,倒茶敬煙。

方盾更是歡天喜地,一頭紮進朱憲懷中。

閑聊一陣後,朱憲硬著頭皮說明來意。方經理極爽快,一口答應。

黎雲夫婦感動得連連致謝。

臨走時,朱憲從提包里拎出“杜康”酒:“方盾爺爺,這是我們一點心意……”

方經理按住朱憲的手:“萬萬收不得!老師平時對盾盾的照顧,我們謝謝還不完呢。”

黎雲搓著雙手:“不成敬意,不成敬意……請方經理務必笑納。”

朱憲兩眼噙淚:“盾盾爺爺,無論如何,您要收下來。盾盾,聽老師話,請爺爺收下來。”

“朱老師,不要嘛不要嘛。朱老師帶回去自己喝。爺爺不喝這種酒。”說著,方盾跑到牆角的躺椅前,一把拉開櫃門,指著滿櫃的茅台酒:“爺爺就喝這種酒。”



美國 8 月 1 日起禁售這東西 幾乎所有家庭都受影響

這一改變將影響幾乎所有家庭！從下周開始，美國人將只能從全國各地的零售商那里購買 LED 燈，因為對白熾燈泡的官方禁令將全面生效。

自 19 世紀托馬斯·愛迪生(Thomas Edison)發明燈泡以來，白熾燈就一直為美國家庭提供照明。但現在，這個國家尋求更加節能，LED 燈已經成為新的標準。

從 8 月 1 日起，雖然擁有白熾燈泡並不違法，但商店銷售白熾燈泡、公司生產白熾燈泡都將成為違法行為。

美國能源部於 2022 年 4 月宣佈，從 2023 年 8 月 1 日開始實施這項禁令，並於今年 1 月就這一變化向製造商和零售商發出了警告。屆時違反禁令的製造商可能會面臨每個非法燈泡最高 542 美元的罰款。

拜登政府稱，禁止生產和銷售白熾燈泡



將幫助美國人省錢並保護環境。今後，每個人都將不得不購買節能的 LED 或緊湊型螢光燈(CFL)。

能源部表示，LED 燈可以比白熾燈泡節能 75%，壽命長出 25 倍，還能提供更多光線。此外，據估計，LED 燈每年可為每個家庭節省約 100 美元。

根據關於生活黑客和軟件的博客 Life-hacker 的一份報告，LED 燈泡的平均成本從每個 5 美元到 7 美元不等，而白熾燈泡通常為每個 2 美元到 3 美元。不過，從長遠來看，還是 LED 燈泡省錢，因為它們運行時耗電更少，壽命更長。

能源部還稱，停用低效的白熾燈將每年總共為美國人節省近 30 億美元，並在 30 年內大幅減少二氧化碳的排放量。預計在未來 30 年內，更換燈泡的舉措將導致減少 2.22 億公噸的二氧化碳排放，相當於 2800 萬個家庭一年的排放量。

儘管有長期的好處，但該禁令的反對者表示，換燈的決定應該由他們自己做出，而不是政府。

一些批評者稱，這是政府越權行為，並呼籲國會立法，讓美國人自己來決定家中的燈泡。**新聞來源：華人生活網**

研究表明：超 6 成美國人對“小費文化”持負面看法



據 nbcnewyork 7 月 28 日報道：在餐館和美容院給小費可能對某些人來說是標準的禮節，但一項新的研究表明，大多數美國人已經對這種社交禮儀感到厭倦，而且對給多少小費也感到困惑。

Bankrate 最近的一項調查發現，大約三分之二(65%左右)的美國人對小費持負面看法。不到一半的參與調查者認為，企業應該向員工支付更多的工資，而不是依靠加小費。

根據調查結果，三分之一的人認為小費文化已經失控，越來越多的商店、餐車甚至航空公司櫃檯都鼓勵顧客支付小費。

紐約居民以賽亞(Isaiah)說：“這有點像把你推向他們希望你支付的金額，而不是讓你給你想要的或者他們覺得他們應得的。”

在這項研究中，超過 30% 的受訪者在購買了從一頓正餐到一杯咖啡的任何東西後，對自助服務機和平板電腦上預設的小費內容感到惱火。

研究還發現，女性往往比男性更頻繁地支付小費，而年齡在這一趨勢中也起到了一定的作用。在所有世代中，59 至 77 歲的人給小費最多，千禧一代和 Z 世代給小費最少。

雖然沒有關於小費文化的官方指南，但小費膨脹和負面感小費等術語卻越來越常見，因為人們正試圖瞭解什麼是適當的消費金額。

紐約本地人赫克托說：“這就像一個安靜且尷尬的時刻。你看著屏幕，他們看著你。賬單上面寫著 15%、20%、30% 小費。”

不同場合給小費的社交禮儀

計算正確的小費數額可能會讓人感到困惑，這使得預設的機器很有幫助，但這裡有一些關於何時給小費以及給多少小費的例子。紐約市的銷售稅為 8.875%。

餐廳：給服務員的小費佔賬單總額的 15% 到 25%。有些餐廳會在當晚結束時將所有小費匯總。

酒店：根據所要求的服務，每天給女傭和管家 2 到 5 美元的小費。搬運工和行李員每拎一個包到房間，可獲得 1 到 2 美元的小費。

水療中心、沙龍、按摩師：服務費的 15% 至 25% 為小費，洗頭助理的小費約為 5 美元。

食品櫃檯、熟食店、超市：按訂單的 10% 給小費，但如果只是快餐，留下 1 美元也不錯。**新聞來源：NBC**

明年美國護照去歐洲要辦電子簽證了

不久前公佈的全球護照自由度排名中，美國位列第 8，普通個人護照可以免簽進入全球 184 個目的地。但這個排名可能很快要改變了，美國最大的盟友——歐盟開始對美國護照進行限制。

從 2024 年開始，美國護照進入歐洲需要提前申請電子簽證。

這個電子簽證被稱為“歐洲旅行信息和授權系統”(ETIAS)，可以登錄官網或者使用 app 申請，費用為 7 歐元(約 7.79 美元)，所有溝通通過電子郵件完成，並不需要到某個國家的大使館去面談。

需要 ETIAS 包括歐盟申根國家，歐洲自由貿易聯盟成員等，幾乎囊括了整個西歐、南歐和北歐，西班牙、德國、法國和希臘、荷蘭、意大利、丹麥等等都包括在內，只有英國不包含在內。

獲得 ETIAS 授權後，允許美國遊客在 180 天之內，在任何需要 ETIAS 的國家最多停留 90 天，並且在整個停留過程中必須保持有效的 ETIAS。

換句話說，ETIAS 比簽證還嚴格。比如美國簽證的到期時間是 9 月 30 日，那麼即使是 9 月 29 日仍可入境，入境時如果給的是半年停留期，可在美國停留半年，即使此時簽證已經過期。而 ETIAS 也要求在歐洲停留期間，ETIAS 必須保持有效。

根據 ETIAS 的規定，大多數申請會在幾分鐘內得到處理，但如果申請需要更長的時間，決定將在四天內發送，如果要求申請人提供額外文件，則最多 14 天內發送決定。

歐盟希望旅行者在計劃旅行之前儘早申請 ETIAS 授權，申請之後會通過電子郵件發送申請編號。申請者在收

到 ETIAS 授權後，務必要詳細核對姓名、出生年月、護照號等其他信息，來確保順利入境歐洲。

根據歐盟的規定，ETIAS 旅行授權的有效期限為三年，或者是護照的有效期限，以先到者為準。

歐盟還表示，ETIAS 授權與個人的旅行證件(例如美國護照)相關聯，登上航班、公共汽車或輪船進入任何需要 ETIAS 的歐洲國家都需要這兩種證件。

同時，即使有 ETIAS 授權，也並不保證自動入境權。歐盟表示，“邊防人員將核實您是否符合入境條件”，任何不符合條件的人“將被拒絕入境”。

丟臉 拜登政府把美國帶到溝里去了 在網上，許多美國網友都表示丟臉，明擺著越活越倒退，美國花費納稅人的巨額資金在歐洲駐軍，保護歐洲免遭侵略，但歐洲卻嫌棄美國人，連去歐洲都要辦簽證，而拜登政府無動於衷，任由美國人被刁難。

哥倫比亞廣播公司新聞旅遊編輯彼得·格林伯格(Peter Greenberg)表示，這不會很複雜，只是一種煩惱。“大多數美國人，事實上，所有美國人，都不習慣這樣去歐洲，所以如果這一政策生效，登機口將會出現很多意外，人們會在頭幾周內被拒絕登機。”

明年再進行護照自由度排名的話，美國的免簽國家僅剩 184 個，將至少減少 30 個，排名將跌至 25 名左右，甚至不如墨西哥護照和巴西護照。**新聞來源：大洛杉磯**



全美 38 州近 400 萬人失去白卡 多數人因此喪失補助

在疫情結束後，隨著各種解除緊急狀態，各州也開始逐步恢復資格審查，這也導致全美 38 州估計約有 400 萬人失去白卡；非營利醫療研究團體“凱瑟家庭基金會”(Kaiser Family Foundation, KFF)指出，絕大多數失去白卡的民眾並非資格不符，75% 是因為諸如程序、表格問題等官僚因素而喪失這項補助。

根據周一早前公佈的報告，加州醫療援助計劃(Medi-Cal)預計，到 2024 年底，1500 萬

個參保人中，將有 180 萬至 280 萬人因不符合標準，而失去白卡。

在未來一年里，參保人會陸續收到續保通知，要求填寫收入、家庭規模等個人信息。

根據白卡標準，參保人年齡必須在 65 歲以上或 21 歲以下，個人年收入不可超過 20,121 美元，四口之家每年不超過 41,400 美元，而對於孕婦和殘疾人，則會相應放寬要求。

華盛頓郵報分析，根據先前各界估計，恢復資格審查後約有 380 萬民眾失去白卡，但這個數字有低估之嫌，因為數據只包括自願公佈數據的 38 州喪失白卡的人數。

報導指衛生部長貝西拉致函各州長對此問題表達憂心，聯邦衛生官員已連續數月提出警告，要求各州提早準備，因應白卡資格重新審查的連帶影響，結果卻還是出現各種狀況。

據悉，在辦理白卡延續期間，經常出現知函沒有寄到正確地址、白卡持有人看不懂通知，或者州政府機關出現疏失或積案。

有關部門提醒大家：白卡資格每年必須更新，但 2020 年起受到疫情影響改為自動延長；截至今年 4 月為止，參加人數高達 8500 萬人。今年 4 月有 5 州開始剔除資格不符民眾，到了 7 月則除了俄勒岡州之外，全美各州都把喪失資格者排除；俄勒岡州今秋將開始剔除喪失資格民眾。**新聞來源：華人生活網**



持綠卡回美，華人一家被請進“小黑屋”，交了 585 刀！

很多在美華人喜歡保留綠卡，選擇不入籍，主要原因是因為往返中美兩國更加方便，無需簽證。

但說走就走的背後，也是要有條件的。

昨天，一位網友在網絡上分享了自己持有綠卡入境洛杉磯被請進“小黑屋”的经历，所幸的是這位網友有驚無險，最終順利入境，但是還是被罰款了 585 美元！

究竟發生了什麼呢？

原來這位網友持有綠卡，長期居住在中國，疫情前經常會去美國小住一段時間，但趕上疫情這幾年，就一直沒回來過，這次帶著美國出生的寶寶回美國。

這位网友的经历可以说有驚無險，但是他也在最後提醒大家如果長時間離開美國，綠卡申請者要申請回美證。

回美證是華人的統稱，細分又分成回美證，英文叫做 Re-entry Permit，還有一種叫做回美紙 Advance Parole，兩者的區別是前者是必須

綠卡，後者可以等待綠卡身份的民眾(485 身份調整中)。

如果美國永久居民(綠卡持有者)預計將在美國境外連續呆超過 6 個月，或者最近 1、2 年



在美國境外累計時間超過 80% 以上，或者最近一次入境被美國海關警告出境時間過多，對於這些人群建議申請回美證。

對於 10 年永久綠卡持有者而言，如果提交

申請前 5 年內或者獲得綠卡開始到提交申請之日截止這段時間內(以時間較短者為準)，在美國境外的時間沒有超過 4 年，則獲得兩年有效的回美證，如果超過 4 年，則獲得一年有效的回美證。

對於 2 年臨時綠卡持有者而言，獲得的回美證的過期日期等同於綠卡過期日期。對於正處於 2 年換 10 年綠卡階段的申請者而言，獲得的回美證的過期日期等同於綠卡延期信上的過期日期或者護照上 I-551 臨時綠卡章的過期日期。

如何申請回美證？

需要填寫 I-131 表，其它就是按照規定提交一些證明，包括護照、簽證，入境信息等等，當然還需要申請費用。移民局收到後會要求打指模，有些人有記錄就不用打了。

在回美證是否可以在海外申請的問題上，多數律師都表示不可以，也有些律師表示一些特殊情況，比如緊急人道主義之下，可以在海外提交。

一旦收到，就可以馬上離開美國了。當然，現在移民局壓力这么大，可能辦理會有延誤，有長期回國打算的，需要民眾提早做出規劃。

長期以來，是否申請回美證問題上，网友們的态度不一。

有些人認為，完全沒必要，每次長期離境都能順利入關，而且網上順利入關的確實很多。

也有人有些血淚史，甚至不少人分享了自已因此被要求放棄綠卡，當然這也是一個漫冗長的过程，也不是海關說讓你放就放的。

事實上，沒有人敢給大家做一個 100% 的保證，我們還是鼓勵大家遵守要求，長期離境，申請回美證。

持有綠卡者大部分都是在美工作和生活的華人，但是也有不少兩邊跑的跑卡族，除了有人在兩邊的工作外，很多移民的老人也是兩國來回跑，往往會遇到在哪里生活 183 天的問題。

隨著航班慢慢的恢復，我們會看到更多類似的经历，也希望大家根據自己實際情況早做規劃，該申請證件還是要申請，不要存在侥幸心理。**新聞來源：華人生活網**

全美Noble第47屆大會在克利夫蘭舉行

National Organization of Black Law Enforcement Executives 47th Annual Training Conference

2023年7月22日上午7點左右,我收到克利夫蘭舉辦全美大會的主辦方新聞部負責人 Jessica Vega-Eugene 女士電話:7月22-25日舉辦 National Organization of Black Law Enforcement Executives 47th Annual Training Conference at Cleveland Hilton Hotel and Huntington Convention Center 年會,當時我也不知道是什麼組織和規模,我只知道參加會議的是來自全美的警察,我非常感興趣想去看學習,沒有想到第一天我就被吸引:上千警察在克利夫蘭遊行,近2000名警察參與這四天的年會,我在現場親眼目睹參與這次會議,感慨美國不僅是白宮政府領導指揮大眾,更是各個社區文化社團協會組織引領民衆。本次活動是全美的黑人警察第47屆年會。



盛頓參加的華人大會,台下的講話聲超過台上的講話聲,記得是與我同桌的藝術家一聲"XX去你媽的"才讓整個會場一下安靜下來,我參加這個年會,我想到黑人社團在美國的地位,我也想到了黑人與華人社團的不同之處,雖然我沒有去參加今年7月美華協會50周年活動,但我深知協會能走過50年的艱辛歷程。

我參加過無數的Conference,記得第一次參加的是 Mary kay cosmetics. 那應該是1997年,全場也是女的,第一次在美國參加這樣的活動被感動得五體投地,我深知Conference是最好的課堂,那里都是精華,參加者是求知,演講者是精英,那晚給了在工作中表現出色的女子頒獎。

National Organization of Black Law Enforcement Executives (簡稱 Noble)。克利夫蘭凱霍加社區學院校園警察托馬斯·麥克米倫主席(Thomas McMillan)在台上講話,他說:全美各地

加者是求知,演講者是精英,那晚給了在工作中表現出色的女子頒獎。

NOBLE 活動中,我採訪了本屆45任主席也是整個47年來第七個女士擔任主席的 Brenda Goss Andrews,她是底特律警察局退休副局長,是一位充滿激情的人,她表示: NOBLE 一直被邀請為美國政府最高層提供建議和支持的組織,在保障公民安全和爭取公平司法方面,我們將繼續戰略性地提醒我們思想領袖的地位,每一位領袖都是被大家選出了的,我們提供良好的服務,追求卓越、奉獻和誠信,我們要繼續重新定義全美執法和公共安全,美國是每一個人的家園,她也希望未來有更多女士能擔任領導職位。今年被新任的主席是 Rodney Bryant。

NOBLE 協會由遍布美國六個



警察聚集克利夫蘭舉行47屆活動,選擇克利夫蘭舉行是展示這座城市的魅力。同時他也表示:“團結起來,通過合作和戰略夥伴關係減少和預防犯罪。”這也是本次活動主題之一。活動有許多不同課程還有展覽會。

NOBLE 第二天,星期一早8:00,當我走進大堂好像進了教堂,牧師的禱告 morning service, and Blessing of the Badge,無數警察上台將警徽放在點亮蠟燭的長桌上,警察的責任是保護人民生命安全,他們一樣也是普通人,只是他們選擇這份可以保護他人安全的職業,我也去上了一課有關警察自殺的課。我們都是人,這個社會需要不同職業的人來服務社會。

NOBLE 在23日晚宴是紅色女警在 Hilton hotel 舉行 Women's Symposium 婦女研討會之夜,晚會由 Woodmere Mayor Benjamin Holbert 支持,氣氛非常熱烈,全部是女性警察,我想象她們工作時候身穿警服的颯爽英姿,Benjamin Holbert 主持人說:紅色代表血液和心……

7月25日晚上的晚宴活動拉下47屆年會的帷幕,那個晚宴讓我深受啟發,也許都是警察,非常有紀律,當每一個演講者在舞台上演講時,台下只有聽到刀叉聲,讓我想起上一次在華



地區的54個分會組成。他們在加拿大、加勒比地區、英國和非洲的幾個國家也有成員。會員的義務是參與和服務社區法律,為兒童學生教育頒發獎學金,與年輕人談論安全問題——包括交通安全、槍支安全、互聯網安全,還有有關欺凌、艾滋病毒等社會需求。

協會宗旨是確保司法公正,為所有社區提供公共服務,並以行動踐行正義,良心執法。

協會目標:是被公認為一個高素質的公共服務組織,處於為執法問題以及社區不斷變化的需求提供解決方案的最前沿。

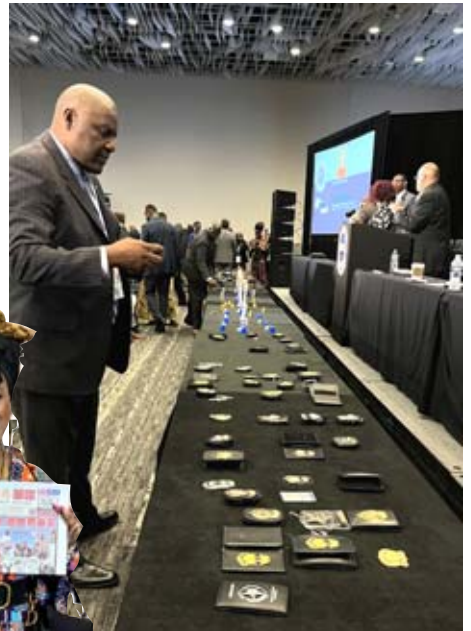
本次活動讓我看到學到許多自己從沒有碰到過的新知識,目前非裔在美國佔13%,他們在政界、藝術體育領域都是領先這個時代。來自哥倫布的主管警察 Gray Bexley 對我說:自從疫情以後犯罪率更高,人的精神狀態不好,這個社會需要大家共同努力來爭取更高更好的生活水平。

協會介紹:

The National Organization of Black Law Enforcement Executives (NOBLE) was founded in September 1976 during a three-day symposium to address crime in low-income urban areas. The



symposium was co-sponsored by the Police Foundation and the Law Enforcement Assistance Administration (LEAA). The Joint Center for Political Studies (JCPS) coordinated this unprecedented event in which sixty top ranking black law enforcement executives representing twenty-four



U. Reneé Hall

Former Chief of the Dallas Police Department



Ulysha Reneé Hall is an American police officer. She served as the chief of police of the Dallas Police Department from 2017 through the end of 2020. Hall grew up in Detroit. Her father was a police officer with the Detroit Poli... Wikipedia

effective impact upon the criminal justice system through a unified voice, the symposium participants departed from the planned agenda to create NOBLE. They unanimously elected Hubert Williams, then Director of the Newark, New Jersey Police Department, and the first black police chief of a major city, temporary chairman of NOBLE. During that meeting, the initial purpose and the objectives of the organization were developed and a working committee to devise the organizational structure was formed.

states and fifty major cities gathered in the Washington, D.C. area to participate. They exchanged views about the critically high rate of crime in the black urban communities and the socio-economic conditions that lead to crime and violence. They raised questions about relevant issues such as fairness in the administration of justice, police community relations, the hiring and promotion of black police officers, and the unique problems of the black police executive.

Recognizing black law enforcement executives could have a significantly more

Region & Chapter Directory →



诈骗者可能会说您使用的语言。

我们提供十几种语言版本,供您了解如何发现/避免/举报骗局。

ftc.gov/languages

要求您必须用礼品卡、加密货币或电汇付款的全是骗子。

了解更多有关如何识别诈骗的信息,请访问:

ftc.gov/languages

Chinese

Vietnamese

Hmong

Spanish

Korean

Amharic

Ukrainian

French

Arabic

Russian

Tagalog

Somali



參加豐富多彩的社團活動

7月29日 International culture community BBQ Party, 和8月1日 National Night Out Against Crime, 這二個活動讓明白克利夫蘭華人社團在克利夫蘭的地位, 這一切的發生都不是偶然的, 無數前輩和後代為社區的貢獻華人社團才有可能成為社會關注的焦點。

我很感動, 當看到克利夫蘭湖邊設計計劃中有中文, 更讓我感

動無比欣慰, 華人在美國的地位是點點滴滴靠努力獲得的。 BBQ party 最引人矚目的是克利夫蘭華協會的投票選擇攤位, 我還記得來美國的時候, 有人告訴我在美國做兩件事情: 鈔票和選票。當然華人對教育的重視是其關鍵的作用。

National Night Out 真讓我激動無語, 整個舞臺演出的演員基本上都是來自中國社團的, 腰鼓隊, 蒙古舞, 還有三姐妹的早期創辦現在已經有一定規模的新星舞蹈學校, 三劍客樂器加克利夫蘭婦女會主席 Anna 夫婦的舞蹈音樂合作之美, 表演者服裝靚麗奪目, 我由衷地喜悅和自豪, 克利夫蘭華人的文化生活越來越棒.....



還有2018年我有幸被 ICC-WIN 社團主席 Kenneth J Kovach 邀請, 希望我能成董事會成員, 這樣可以為各個族裔的人的服務。我非常感謝 ICC-WIN 全體人員, 大家就像一家人來關心各個社團的人和事。

伊利華報



在美國改造自己

不管做什么事情, 都不要急于回報, 因為播種和收穫從來不在一個季節, 中間隔着一段時間叫堅持。

早在6月14日在中國城的教堂里, 舉行了社區會議, 我們的市議員和 Middleton. 美華協會主席和社區居民一起參加了這次會議。目的是改變中國城的面貌。

其實我們每一個人都生活在社區里, 鄰里之間需要互動和相互瞭解, 目的是提供給人安全, 有利服務民衆的生活。

當日市政府管理人員 Jennifer Kipp 上台介紹她是來自市政專門管理樹木管理主管, 大會結束, 居民 Kitty Lee 找到 Jennifer, 說明中國城大部分居民區的馬路都是百年大樹, 影響居民生活。

雖然這事情已經反映過社區, 市議員 Stephanie 也親自來看過, 最後還是沒解決問題。

當 Jennifer 和 Kitty 交流並付諸行動, Jennifer 親自來觀看克利夫蘭中國城的樹木問題, 並在近日派人來修樹木, 讓31街更換了面貌。

Jennifer 表示: 31街是剛剛開始修第一條街, Kitty 再次感謝她, 同時也要謝謝 Middleton 小賈和我們的市議員 Stephanie.

請大家一起打造一個整潔美麗的中國城。



打造整潔美麗的中國城

銘記奉獻社區的卓越先驅



College of Fellows of the American Institute of Architects. He is the recipient of numerous honors, including an honorary Doctor of Humanities from Howard University (1987), the Cleveland Arts Prize (2000), the American Institute of Architects Ohio Gold Medal Firm Award (1994) and induction into the Northeast Ohio Business Hall of Fame.

Madison is a member of Alpha Phi Alpha, Sigma Pi Phi and Epsilon Delta Rho Fraternities. Mr. Robert Madison 是一位優秀的有卓越成就的人。人們紀念他對社區的貢獻。

美國真正的核心是各個社區的協力和居民生活水平的指數。

7月28日, M 美國真正的核心是各個社區的協力和居民生活水平的指數。

7月28日, Mr. Robert Madison 100歲紀念, 我參加了, 人雖然不在了, 紀念活動讓人們記得他為社區的貢獻, Mr. Robert Madison 是第一位拿到駕照和第一位拿到建築師設計執照的人。

Architect and entrepreneur Robert P. Madison was born in Cleveland, Ohio in 1923. He graduated from Cleveland's East Technical High School with honors in mathematics and science in 1940. He attended the School of Architecture at Howard University, but left to serve in World War II as a second lieutenant. He was wounded in action in the Italian three Campaign, receiving the Purple Heart and combat ribbons. He received a B.A. in architecture from Case Western Reserve University, an M.A. in architecture degree from Harvard University, and completed additional studies as a Fulbright Scholar at L'Ecole des Beaux Arts in Paris, France in urban design and pre-stressed concrete.

Madison served as an assistant professor of architecture at Howard University until he opened his office, Robert P. Madison International, in Cleveland in 1954, the first such office in Ohio opened by an African American architect and only the ninth in the country. Major building projects for the firm have included the United States Embassy in Dakar, Senegal, the Nuclear Facility at Tuskegee Institute (Alabama), and the Cleveland Browns Stadium.

His professional affiliations include the American Institute of Architects, Cleveland Chapter, the Architects Society of Ohio and the



Midtown 隆重舉行克利夫蘭 Clinic foundation 剪綵典禮



2023年7月15日 11:00AM - 8:00PM, 在 Midtown 隆重舉行了克利夫蘭 Clinic foundation 剪綵典禮。克利夫蘭市政府及各社區領導人與大家歡聚一堂一起慶祝, 這是鄰里之間的大喜日子, 也是建立合作夥伴的重大組合。

自中國城有了 Midtown 組織的參與幫助後, 有了許多娛樂活動, 為廣場舞撰寫 Grant, 廣場舞是人們健身, 相互交流的好平台。

Midtown 還幫助支持各個餐廳, Midtown 同時也關心幫助伊利華報。他們的目標是: 努力規劃各個項目, 他們為居民提供小公園, 他們在未來有20項策略來實現 Midtown 的共同願景, Midtown 的策略不是單一, 而是相互關聯的, 他們針對每個策略採取的行動都有可能推動中國城社區實現目標。

Midtown 位於多個街區之交匯處, 尤其亞洲城, 這裡有3家超市, 眾多的餐廳和各個族裔居民居住地, 離克利夫

蘭市中心特別近, 有了 Midtown, 繁榮了中國城, 這次我朋友 Helen 從克利夫蘭回紐約後給我寫了《紐約人眼里的克利夫蘭》。

我在紐約住了15年了, 也走了世界三十多年。第一次去克利夫蘭只是為了看望好友「伊利華報」浦瑛社長。沒承想我這個地球人居然被大大地「驚艷」了一把 - 這里有大都市的氣派, 規模和規劃, 又有小鎮的親切放鬆, 整潔有序的氣氛。這里有保持完好的古典建築, 各種獨特的文化藝術博物館, 還有壯闊的大自然, 有大湖和大片大片的草地, 它重視歷史的保留, 把品味和生活和諧地融合在一起, 真讓我流連忘返。

一下飛機就注意到克利夫蘭機場有去 downtown 直達的公共交通, 這是紐約到現在也一直在解決的問題呢! 回來下了飛機進入亂糟糟的紐約, 懷念這幾天的美好經歷, 唉! 又要面對紐約這沒有什麼質量的奔忙日常啦。

其實克利夫蘭有世界頂級的醫院, 有好學校, 交通方便, 相信不久的未來中國城會更好。

About Cleveland Clinic

Cleveland Clinic is a nonprofit multispecialty academic medical center that integrates clinical and hospital care with research and education.

Cleveland Clinic was at the forefront of modern



medicine when its founders opened it as a multi-specialty group practice in 1921. In its first century, Cleveland Clinic has introduced many medical firsts, opened facilities around the world and is proud to be ranked among the top hospitals in the country. Now, 100 years later, the vision of the founders remains Cleveland Clinic's mission: caring for life, researching for health, and educating those who serve.

From a small outpatient clinic, it has grown to become the world's first integrated international health system. With more than 65,000 caregivers worldwide, Cleveland Clinic has almost 6 million patient visits per year, at more than 200 locations.



應 Global Cleveland 的邀請, 我去參加了烏克蘭難民喬遷活動。這是上帝的手幫助他們獲得了新的家園。位於克利夫蘭西 82 街的一處來美國 6 個月的新難民在 Global Cleveland 和人道主義組織的關懷和幫助下, 在 7 月 21 日星期五下午 1:30 舉行喬遷儀式, 場面感人。給了一家人新的生命。

我常喜歡說: 這個世界發生的一切都不是偶然的, 中國人說天時地利人和, 還有我們常說的「物以類聚, 人以群分」, 是宇宙萬物的同類相吸現象, 你處於什麼樣的頻率狀態, 即能量級, 就會吸引到同等頻率狀態的人、事、物到你的身邊來。也就是說, 任何事情的發生都不是偶然的。

「福禍無門, 惟人自召」, 人就是能量, 能量的高低起伏



與心境息息相關。說得明白一點能量就是情緒, 每一個人的能量層級都是由這個人的信念、動機和心靈境界所決定的。

從 2020 年疫情開始, 世界變化, 俄烏戰爭還在繼續, 人心恐懼浮躁, 政治走向慾望統治。世界的改變是讓人民更好的生活嗎? 我想從政治教育文化談我在實踐中的認知:

記得肯尼迪總統在 1960 年就職演說上的那句名言: "不要問你的國家能為你做些什么, 問問你自己能為國家做些什么。" 科學家給這個世界帶來了科技物質, 從馬車到現在無人駕駛, 人隨着物質財富的積累而不知道要干什么, 就連 Walmart 原來 24 小時營業的店, 現在晚上開到 9:00, 有一次我去克利夫蘭附近的一家 Walmart, 3:00 就關門了, 我還以為是停電, 最後知道是因為沒有足夠的員工上班。

有人說: 人類是自私和同理心、抱負和聰明才智、求知和困惑、競爭與合作的複合體, 並進而認為, "我們的經濟行為是在所有這些因素的影響和塑造下完成的。" 還有人說: 歷史就是反反覆覆就像環繞地球轉, 而人心壞了, 世界就真的變了。

烏克蘭難民迎來喬遷之喜



《中文拼圖:我在美國學中文》電視紀錄片(英語版)即將上映

"The Chinese Puzzle: Unraveling the Intricacies of Learning Mandarin"

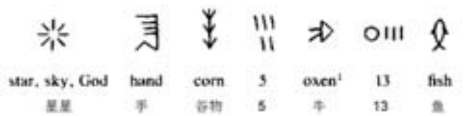
5000年歷史,孕育出五彩斑斕的中華文明。漢字,作為其中最燦爛的篇章,將華夏民族的精彩傳播到全世界。

Five thousand years of history have fostered the vibrant Chinese civilization. Chinese characters, as the most magnificent chapter of this civilization, have brought the brilliance of Chinese culture to the world.



Chinese Puzzle——“中國迷題”,是西方對中國傳統益智玩具的統稱。七巧板、九連環、孔明鎖……和這些玩具一樣,學習中文,這門被譽為世界上最難的語言,何嘗不是一道“中國迷題”?

Chinese Puzzle is a collective term westerners used for traditional Chinese toys, such as tangram, nine-linked ring, and kongming lock. And just like those toys, learning Chinese, the world's most difficult language, can also be seen as a "Chinese puzzle."



1) 揭開中國迷題:美國中文教育全景洞察
1) Unveiling the Chinese Puzzle: A Panoramic Insight into Chinese Language Education in the United States



紀錄片《Chinese Puzzle——我在美國學中文》即將與您在哥倫布市見面。

The documentary Chinese Puzzle will soon meet you in Columbus.

紀錄片由上海廣播電視台(SMG)出品,SMG融媒體中心美國報道團隊耗時半年多時間,行程超10萬公里,前往美國15個州的數十座城市,採訪和拍攝了40多名學習中文和中國文化的美國人。該片也是首部全景式、系統化展現中文“教與學”在美國發展的歷史,現狀以及變化的紀錄片。

This documentary was produced by Shanghai Media Group (SMG) and filmed by the SMG News US team. The team spent more than half a year to report, traveling more than 100,000 kilometers and visiting dozens of cities in 15 states across the United States. They interviewed and filmed over 40 Americans learning and teaching Chinese and Chinese culture. This documentary is also the first panoramic and systematic portrayal of Chinese language education's history, current situation, and prospects in the United States.



紀錄片以個體故事串聯,梳理了中美兩國建交以來,中文在美國的發展變化,全景式展現了中文在美國的歷史、現狀和前景,以及學中文給個人、社區、學校、政府,乃至中美關係等方面帶來的影響。



Chinese Puzzle presents the history of Chinese

language education in the United States since the establishment of the Sino-US relationship by telling those individual stories. It also provides a panoramic view of the history, current situation, and prospects of Chinese language education in the United States and the impact of learning Chinese on individuals, communities, schools, governments, and even Sino-US relations.

2) 語言之外:吳偉克教授的“體演文化教學法”之影響

2) "Beyond Language: The Impact of Professor Galal Walker's 'Performed Culture' Approach"



俄亥俄州立大學的吳偉克(Galal Walker)教授是片中的重點人物,他是美國“體演文化教學法”創始人,其創建的獨特的“體演文化教學法”,培養出大批從事中美經濟文化交流的高級人才。

Professor Galal Walker from The Ohio State University is a key figure in the documentary. His unique "Performed Culture" approach of learning Chinese has trained many advanced-level professionals in China-US economic and cultural exchanges.

吳偉克教授是“中國語言文化友誼獎”的獲得者,迄今為止他仍是全美乃至全英語世界唯一獲此殊榮者。

Professor Galal Walker is the recipient of the "Chinese Language and Culture Friendship Award" and remains the only recipient of this honor in the United States and even the English-speaking world.

3) 探索中國教育:多元觀點與旅程的織錦
3) Exploring Chinese Education: A Tapestry of Perspectives and Journeys

紀錄片的其他拍攝對象,既有八九歲剛學中

文兩三年的小學生,也有攻讀中文或漢語教學碩士、博士專業的大學生;既有致力於在全州推廣中文雙語教學的前參議員和教育部官員,也有曾在中國生活和工作多年,如今回美國教中文和推廣中國文化的老師拍攝對象,還包括沉浸式中文教學學校的校長、數十年鑽研中文教學法的大學教授、娶了中國媳婦如今致力於促進中美文化交流的企業主等等。

Other participants in the documentary include a primary school student who just started learning Chinese for two or three years at the age of eight, university students pursuing master's and doctoral degrees in Chinese studies or Chinese language education, a former senator and education department official who dedicated to promoting Chinese education throughout the state, teachers who have lived and worked in China for many years and are now teaching Chinese and promoting Chinese culture in the United States, principals of Chinese-immersion schools, a professor who has developed Chinese teaching methods based on research of successful learners for decades, and an entrepreneur who has married a Chinese wife and is committed to promote the cultural exchanges between China and the United States.



在分享他們的中國故事時,片中被訪問的主要人物都希望早日到中國來看看。他們坦言,只有親身去看、去聽、去感受,和中國人面對面地交流互動,才能認識真正的中國、瞭解普通的中國人民。

When sharing their Chinese stories in the documentary, most interviewees said they hope to visit China soon. They admitted that only by going to China in person to immerse themselves in that cultural environment and engage in face-to-face conversations with Chinese people, can they truly achieve a living understanding of China by getting to know Chinese people.

失去 OHIO MEDICAID 而需要健保計劃

您與家人或許能符合資格在 HealthCare.gov 找到低價、優質的健保計劃。基於新的法例,每 5 位客戶就有 4 位能藉助財務補助,找到每月 \$10 或更低收費的健保計劃。

今天就投保,以便於下個月一日起獲得承保。



HealthCare.gov



1-800-318-2596

由美國衛生及公眾服務部資助

原來隨和是一種能力

人人心中一坵田,各自耕耘不得閑。《道德經》中講:“夫唯不爭,故無尤”。

隨和的人如水一般,看似柔軟,實則力量無窮,不僅能包容世間萬物,還能改變自己的命運。正所謂滴水穿石,無論石頭多么強硬,終究會被柔軟的水所貫穿。人,亦是如此,過於強硬早晚會招惹災禍,唯有隨和,才能在人生道路上越走越遠。

隨和,不是沒有原則 而是一種智慧

孟子言:“君子莫大乎與人為善。”隨和,不是說話唯唯諾諾,不是所謂的老好人,而是一種與人為善,樂於助人的優秀品質。《紅樓夢》中的劉姥姥,可謂是聰明隨和的典型,她深知自己只是賈府的遠方窮親戚,因此言語謹慎,步步留神。王熙鳳與鴛鴦故意捉弄她討好賈母,事情過後,才向她道歉,劉姥姥聽完則笑着說道:“爲了老太太開心,有啥可惱的,不過下次提前知會一聲。”第二次來到賈府時,本想給大家講個冬天偷柴火的笑話,可突遇賈府失火,她便立馬換了話題。

劉姥姥的隨和機智,讓大家從剛開始的不

待見,到後來逐漸接受她。就連尖酸刻薄的王熙鳳,最後都能信任于她,將自己的女兒巧姐託付于她。正所謂:“精明不如厚道,計較不如坦誠,強勢不如和善。”隨和的人,極其聰慧,眼睛可以洞察世界,靈魂可以窺探人心。他們擁有“難得糊塗”的智慧,在苦難的人生中尋找樂趣與機會,有着高瞻遠矚的思想和境界。

隨和,是一種了不起的能力

古人云:“天下無難事,有志者成之;天下無易事,有恆者得之。”志氣、恆心都是一種了不起的能力,而隨和,則是一種被低估的能力。

三國時期,人才輩出,而草根出身的劉備卻能夠殺出重圍,成爲人生贏家,很大原因都是因爲自身隨和的品質。劉備統領衆人,卻從不標榜自己的身份,低調又謙遜,甘於居下,深得民心,許多百姓對他生死相隨。爲求人才,他捨棄尊嚴,三顧茅廬,最終得到諸葛亮這一人才。

他不僅會識人,更會用人,因此諸葛亮爲感激知遇之恩,爲其鞠躬盡瘁,死而後已。隨和,不僅是難得的素養,更是一種了不起的能力。

在生活中,我們經常低估隨和的力量,總以爲,強勢才能得人心,剛硬才能征服別人。殊不知,當你放下狂妄與自滿,待人親切,爲人隨和,才能贏得別人的尊重與敬佩。

隨和的人,到哪都有福氣

《左傳》中講道:“禍福無門,唯人所召。”災禍和福氣都不是命中注定的,而是源于自身,世上所有的福氣,都是你的善良,努力所積攢下來的。

晚清重臣曾國藩,被後人譽爲“古今第一完人”,他的一生在別人眼里可謂是福氣滿滿。其實初入官場時,曾國藩曾多次言語衝撞他人,經過別人的提醒後,曾國藩才開始反省自己,改善自己的脾氣。從此,他不僅待人和善,遇事更

是懂得冷靜思考,不隨意苛責他人。改變後的曾國藩人緣極好,官運也是一路亨通。正所謂:“隨和的人總是有福的。”

隨和之人,爲人寬厚,待人友善,上天自會多降下福報于他;刻薄之人,待人刻薄,上天則會收走他的福氣。人這一生,快樂始于隨和,幸福源于寧靜。隨和,如此簡單的兩個字,卻涵蓋了做人最高級的修養。我們常說以和爲貴,隨和,才是一個人一生中最了不起的能力!



人生是一場相逢,也是一場遺忘



人生是一場相逢,我們在這個世界上遇見許多人,他們有的讓我們喜歡,有的讓我們厭惡;

有的給予我們啓迪,有的使我們沮喪;有的讓我們感到欣慰,有的讓我們感到悲傷。這些相遇讓我們的人生變得豐富多彩。

但是,人生也是一場遺忘。時間的流逝會不斷地讓我們忘記曾經的事情和曾經的人。我們可能會找不到曾經喜歡的人,或者我們曾經認識的人可能已經變得陌生,不再與我們有所交往。我們可能會在某個時刻開始懷疑我們曾經經歷過的一切,甚至懷疑我們曾經認識過的人是否真實存在過。

但是,不管經歷過什麼,生命還是繼續着。那些曾經相遇的人或者事物可能已經深深地印在我們的心中,即使有一天時間抹去了這些印記,這些人和事物在我們的人生道路上留下的存在感也是非常重要的。假如沒有這些相遇和經歷,我們的人生也許會變得單調無味。所以,珍惜這些相遇,也珍惜這些遺忘,讓它們成爲你人生中的記憶,永遠銘刻在心。

走自己的路,嘗自己的喜與悲

任何事都有消極與積極的一面,想讓自己開心,總會找到開心的理由;想要悲傷,總能看見不如意的地方。生活的喜與悲,全憑自己的想象。

走自己的路,看自己的風景,然而現實中,我們更多的是,選擇一條路,眼里卻儘是別人路上的風景。

觀望別人的人生,只會錯過自己的風景,人生中的煩惱與悲傷,大多來自我們對別人的羨慕與嫉妒之心。

它讓我們忽略了自己路上的美景,總是企及他人的人生,勞累了自己,悲傷了歲月。

每個人都是獨立的個體,你有你的悲傷,他有他的喜悅,期待不同,選擇的路不同,而能否抵達向往的終點,全憑自己一路的熱情。

人生的路,選擇了就不後悔,即使走到了盡頭,無路可走,那麼換一條路也是不錯的選擇。

一生沒有誰不會犯錯,我們無需去羨慕別人,讓自己徒增悲傷,堅定地做自己,終將會收穫

屬於自己的美好。

漫長的人生,有苦有甜,經歷了人生的低潮,走過了悲傷的歲月,要相信,未來迎接你的便是人生的高潮。

不要氣餒,不要煩惱,痛苦與悲傷誰都會遇到,只不過誰能儘快的抗到終點,結束傷心的日子,誰就會早一天看到黎明的曙光。

如果此時你無力改變現狀,那麼或喜或悲都是自己的選擇,悲傷對於困難的解決,沒有一點幫助,而消化它,才是我們最應該學會的本能。

每個人都是在摸索與嘗試中前行的,當人生中遇見不得不去做的事情時,那我們就應該要學會面對現實。用積極的心態去面對,那麼一切的難題也許就會迎刃而解。

舒適並不是生活的主旋律,走自己的路,不必總是遵循別人的期望,更無需企及別人的人生,爲自己的生活做好準備,那麼一切的發生,就不會引起不必要的恐慌。

成全自己,成就自己,不需要水隨波逐流,人云亦云,而需要強大的內心,悲與喜都是生活的贈予,想要拓寬心靈,就要學會去探索新的篇章。

一個人對生活懷有熱切的期望,它就會帶給你超乎想象的能量,激發你的潛能,去領略人生路上的獨特與美好。

你的運氣,需要你的努力來創造

人生是一場冒險的旅行,每個人都需要對自己的未來負責,你越努力,運氣就會越容易找到你。

如果你並非生而顯貴,那麼努力就是你人生走向美好的最便捷之路。用你的天賦,去創造出你想要的生活,比依賴任何人都要更實際。

看似幸運的生活,都是努力的結果,想要保持健康,無時無刻都要對自己的飲食起居做到自律。光鮮亮麗的外表,俊俏迷人的身材,都是抵擋住美食的誘惑換來的,有付出才有回報,沒有白來的成功,更沒有僥倖的凱旋。

想追求自己想要的東西,不去努力爭取,便是白日夢,你若敢於嘗試,生活才會充滿可能性。

魯迅先生曾說過:“前途很遠,也很暗,然而不要怕。不怕的人的面前才有路。”

人生需要大膽地去追求,勝利了皆大歡喜,失敗了就是買來的教訓,如果不去嘗試,那麼只剩下無路可走的自己。

梅耶·馬斯克在六十歲的時候擔任《時代》雜誌健康封面模特,在六十九歲時成爲美國暢銷彩妝品牌代言人,曾經一度登上紐約時代廣場的四塊廣告牌,她擁有兩個碩士學位,是加拿大著名的營養師。

單身四十年的梅耶,培養出了特斯拉創始人埃隆·馬斯克三姐妹,不僅成人,而且成才。她美麗、聰明、強大並且成功。72歲的她仍然是活躍在舞臺上的模特和網絡紅人。

梅耶看似出生幸運,實則都是她辛勤工作和奮鬥爲自己創造出來的成功。十五歲開始走秀。

成年後的梅耶,曾經在三個國家,九個城市生活過,一頭白髮時才成爲超級名模,七十一歲才進入事業黃金期。當你別無選擇的時候,敢於冒險,也許可以獲得更加精彩和幸福的人生。

做自己人生幸運的使者,用自己的努力來創造出自己的運氣,敢於在痛苦中掙扎,人生才會有幸免于難的驚喜。

擁有一個好心態,即使人生充滿了各種問題,相信你也會有一步一步解決好的辦法。無論眼前的障礙是什麼,全力以赴,就能找到人生最佳的解決方案。

餘生,認真地活着,優雅地老去

餘生,是生命長河中的最後一塊流石;餘生,是生命的金色鐘聲,喚醒日出日落中的每一個時刻。一旦過了而立之年,心中便有了濃濃的餘味,帶着絲絲縷縷的詩意,從指尖便流淌開來,直到深深地鑄入骨髓之中。

人生路上,我們都會遇到許多變故與不幸,但這並不是餘生寫照的全部。餘生中有許多美好的事情,需要我們來珍惜,好好去愛,從而在有限的時間里過一種自己想要的人生。

餘生需要認真地活着,需要用心感受生活的每一份美好。細雨中的浪漫,陽光下的微笑,人間煙火中的香花……別讓時間匆忙流逝,在餘生中定下目標,勇敢地朝着它前進。

別忘了,餘生也需要優雅地老去。歲月的痕迹,鋪滿了我們的臉龐,手掌甚至整個身子。請接受它們吧,它們是生命歷程的印記,標誌着我們

經歷過風雨,掙扎過磨難,走出了滄桑和成熟。餘生也需要我們勇敢地接受它們,讓它們成爲我們上升之路中的智慧之花。

餘生,不是爲了盲目地追求什麼而存在,而是我們在這個世界上留下的記憶,讓我們生命更有價值、更有意義,也是對我們曾經擁有過而不願錯過的歲月的答謝。讓我們滿懷感恩的心,用餘生的時光去創造屬於自己的美好,也讓她成爲我們人生中最珍貴的一段記憶。



“鄰居兩不交,親戚三不走”,老祖宗的忠告!

樂府詩《太行路》中講:“行路難,不在水,不在山,只在人情反復間。”行走于世間,遇見的人形形色色,結識的人各式各樣,人情冷暖無常,讓人應接不暇。有人靠近你,是別有用心;有人對你好,是利益驅使。

老祖宗曾說:“鄰居兩不交,親戚三不走”。人際交往中,若遇到這幾類人,請提高警惕,趁早遠離,以免錯付真心,深受其害。

家風不正的鄰居

古語雲:“德澤源流遠,家風世澤長。”家風端正的鄰居,如鮮花在側,沁人心脾;家風不正的鄰居,如毒瘤隱患,臭氣熏天。他們游手好閑,惹是生非,不願與人爲善,常常與人爭吵。和這樣的人朝夕相處,心情很難不被影響,生活定會麻煩不斷。

《三字經》中講:“昔孟母,擇鄰處。”孟母正是意識到,鄰里環境和人際關係會影響到孩子的健康與成長。所以才多次搬遷,尋找良好的鄰里作伴,爲孩子營造一個團結友愛、互助互助的良好氛圍。很多時候,我們可能無法像孟母一樣,靠搬家來遠離家風不正的鄰居。但我們可以謹慎對待,盡力遠離,以免讓自己和家人受到影響。

亂嚼舌根的鄰居

常言道:“做飯注意火候,做人講究分寸。”鄰里之間關係緊密,但也要注意分寸,尤其是自家的隱私,千萬不能推心置腹,說與別人聽。有的鄰居缺乏隱私觀念,喜歡捕風捉影,造謠生

事。更有甚至,會不斷添油加醋,你的事情逐漸就成爲了衆人茶余飯後的談資。這樣的人,不是心直口快,而是踐踏別人的善意。

你自以爲與之親近,可以無話不談,實則是給了他人傷害自己的機會。從此,那些流言蜚語,不僅會影響生活,更會殃及家人,而且它所造成的後果,是難以控制的。

富蘭克林有言:“如果你想對敵人保守你的秘密,就不要把它告訴你的朋友。”與人交往,別自揭傷疤,別自曝家常,多說無益,不如沉默。學會緘口不言,保持適當距離,是對自己和家人最好的保護。

嫌貧愛富的親戚

《增廣賢文》中講:“窮在鬧市無人問,富在深山有遠親。”手足相連,血脈相親,親戚之間本該互相扶持,彼此呵護。

但有一種親戚,喜歡拜高踩低。你若家財萬貫,他便想方設法,巴結討好;你若一貧如洗,他便疏遠嘲諷,避之不及,生怕會禍及自己。

商人李達在成爲富豪之前,家中貧苦,生活艱難,沒有一個親戚願意幫助他。可在他名利雙收後,身邊的人立馬對他點頭哈腰、畢恭畢敬,就連多年從未聯繫的親戚,也開始對他噓寒問暖。正所謂:“人情似紙張張薄,世事如棋局局新。”這樣的親戚,眼中只有錢財,心中只有利益。

所謂的親情,在他那里一文不值,即便你付出全部真心,也換不來他半分真情。身邊若有這種親戚,定要減少來往,甚至劃清界限,及時止損,以免落得人財兩空的下場。

忘恩負義的親戚

古語雲:“升米恩,斗米仇。”在這世間,感情如玻璃一般,易碎不堪;人心如迷霧深沉,難以考量。有些人,你傾其所有幫助于他,他卻不知感恩,索取無度,變本加厲。倘若你稍有怠慢,便會對你道德綁架,刻意糾纏,甚至把你當做仇人,打擊報復。

宋磊投資失敗,資金周轉困難,打算賣掉自己的房子,卻遭到妹妹的極力阻攔。當初妹妹走

投無路,宋磊好心收留她,如今妹妹聽說房子要賣掉,非但沒有搬走,反而還想將房子佔爲己有。正如人們常說:“蛇暖不熱,狼喂不熟。”

面對忘恩負義的親戚,你付出的越多,越換不來他的感激之情,反而會讓他更加理所當然。這樣的親戚,不如不幫,拒絕最好,以免浪費了真情,卻得到寒心的結果。

看不起你的親戚

常言道:“妒人之能,幸人之失。”在這世間,有一種惡,是見不得別人好。只要看到親近的人比自己過的好,就會憤憤不平,心生嫉妒,一心只想把對方拉垮。即便你沒得罪他分毫,他會詆毀你,看不起你,甚至想要毀滅你。你買房買車,出人頭地,他尖酸刻薄,惡語相加;你家庭美滿,孩子優秀,他暗自咒罵,盼你婚姻破碎。他們寧願看到外人好,也容不得身邊的親戚比自己好。這種傷敵八百自損一千的做法,只會魚死網破,兩敗俱傷。

愚蠢的人,自建圍牆,堵住別人前行的道路,同時斷掉自己的後路。聰明的人,會彼此欣賞,互相成就,爲別人搭橋的同時,也爲自己鋪路。往後餘生,難見不得你好的親戚遠一點,難愛你護你的人近一點,好好珍惜當下,過好自己的日子。

孔子有言:“道不同而不相爲謀。”鄰居也好,親戚也罷,無論與誰來往,都應真心換真心。唯有彼此惦念,互相關懷,才能患難與共,久處不厭。



海老 KK 2023 年 7 月 15 日到 7 月底詩作



匹茲堡華人老朽
海老 KK

《七言.歷史今天.馬嵬驛》

讀白居易《長恨歌》，公元 756 年 7 月 15 日，安史之亂後，唐明皇逃離長安，至馬嵬驛（今陝西省興平市以西）士兵嘩變，要求唐明王處死奸相楊國忠和楊國忠的妹妹貴妃楊玉環。唐明王作為一國之君，處死楊國忠。最後連自己最寵愛的女人也都保護不了，逐賜白綾縊死。在老朽看來，什麼“在天願作比翼鳥，在地願為連理枝。”不過是白居易自己的一個意淫。足為世人訓戒也。

一千二百六十七，一條白綾玉奴縊。
倉皇失威求自保，比翼連理空哀恤。
盛世從民斂掠來，喪亂由奸佞惡弼。
不從專制進民主，旋回難逃此卒律。

注：
馬嵬驛～又稱馬嵬城，今陝西省興平市以西。一千二百六十七～公元 756 年至今為 1267 年。

玉奴～楊貴妃的小字
弼～輔佐。
卒律～短促的規律。

2023 年 7 月 15 日于匹茲堡女兒家

《打油詩.生德載物》

女兒家庭出門，吾代伴三狗兩貓。後院常有群鹿覓食，見狗貓亦不驚跳，和睦相處。三只小狗兩只貓，吃喝拉撒每暮朝。上天生德地載物，覓草小鹿不驚跳。

注：
生德～“上天有好生之德”。查《尚書.大禹謨》：“與其殺不辜，寧失不經，好生之德，洽于民心。”或《詩經》：“天生烝民，有物有則，民之秉彝，好是懿德。”

載物～“大地有載物之厚”。出自《易經》：“地勢坤君子以厚德載物。”

2023 年 7 月 16 日于匹茲堡雪兒鎮女兒家

五言二首

其一《留守》

留守，需溜犬、撿貓、喂魚、觀鹿……

晨風送清氣，夜雨留早涼。
犬貓嬉野鹿，池魚投食忙。

其二《樓台》

樓台半嶺上，林樹高凌空。
倚闌花浮彩，俯觀草籠葱。

2023 年 7 月 17 日于匹茲堡雪爾鎮女兒家

《霜葉飛.無眠》

閑愁難了。

飛鴻去，離恨嗟悔難表。

滿頭稀絲憶當初，嘆息人已老。

尋夢不成待天曉，子規影遠聲也杳。

初月正無月，孤星猶被亂雲罩，夜空盲盲。

悄悄。

獨自啜飲，消愁更愁，次第有誰知道。

院里瓜藤莖纏繞，恰如心煩惱。

莫道三伏秋還早，團圓卻已剩葉杪。

不如移步江微，青蘆紅蓼，山空水渺。

注：
初月～月初。（2023 年 7 月 18 日農曆六月初一）

孤星～指金星，古代稱太白星，早晨東出稱“啟明”，晚上西出稱“長庚”。

盲盲～幽暗。
江微～江邊。

紅蓼～一年生草本植物，葉披針形，花小，淺紅色，生長在水邊或水中。亦稱“水蓼”。

2023 年 7 月 18 日于維羅納阿拉根尼河畔

七言兩首

其一《江夏》

碧水蜿蜒繞空山，青荻中流抱汀洲。

野村蔭下憩午暉，柳岸隱處觀鳧游。

時有夏雨潤早麓，合無閑情弄扁舟。

冰消暑暑莫非酒，留得半盞盡盟鷗。

注：
青荻～多年生草本植物，生在水邊，葉子長形，似蘆葦。

鳧～野鴨。
麓～山腳下。

溽暑～潮濕悶熱的夏天。
盟鷗～結為伴侶的鷗鳥，謂與之訂盟同住水鄉。喻退隱。

2013 年 7 月 19 日于維羅納阿拉根尼河畔

其二《獨酌》

樹杯獨酌心自寬，世事浮雲等閑看。
皓首未曾窮七經，強仕惜無勇三冠。
閑來臨紙如椽筆，興時甩江釣魚竿。
人情冷暖早了知，詩情酒意任闌珊。

注：
七經～歷來所推崇七部經典。七經名目說法不一。

儒家七經：
東漢，《易》、《詩》、《書》、《儀禮》、《春秋》、《公羊》、《論語》；

唐，《詩》、《書》、《禮》、《樂》、《易》、《春秋》、《論語》；

宋，《書》、《詩》、《周禮》、《儀禮》、《禮記》、《公羊》、《論語》；

清，《易》、《書》、《詩》、《春秋》、《周禮》、《儀禮》、《禮記》。道家七經：《仁經》、《禮經》、《信經》、《義經》、《智經》、《德經》、《道經》；佛家七經：《無量清淨平等覺經》、《大阿彌陀經》、《無量壽經》、《觀無量壽經》、《阿彌陀經》、《稱讚淨土佛攝授經》、《鼓音聲王陀羅尼經》。

強仕～四十歲的代稱。《禮記.曲禮上》：“四十曰強，而仕。”

臨紙～面對紙或字帖。

如椽筆～《晉書.王珣傳》：王珣夢見有人給他一支像椽那樣大的筆，要他寫重要文章。不久皇帝死了，所有的文件都由王珣寫成。後用“如椽筆”指文筆雄健道勁。此反諷自己拿支大筆寫不出好東西。

闌珊～將近、衰落。

2023 年 7 月 19 日于維羅納自寓



《念奴嬌.少年鼓手》

昨晚女兒女婿經營之“呼啦吧”(HULA BAR)舉樂隊演出。吾十二歲八個月大的外孫，首次出任鼓手，其僅自學數月。

夏雨才住，一空清，夕陽染紅林綠。
酒肆幡旗，書道是，今夜鼓樂歡度。

男風女，村西村東，自前來淹駐。

傳杯弄盞，嬌侍充忙傾酌。

俄許音振聲動，撥弦擊鼓，剎那止喧訴。

貝斯節奏，歌如溯，鼓鑼顛狂奮怒。

回牟少年，原來吾孫，十二月八日足。

孫兒含笑，更顯青澀天嬌。

注：
傾酌～斟酒入杯。
天嬌～美盛。

2023 年 7 月 20 日于維羅納 HULA BAR

《七言.坐江》

江流彎處易聚沙，岸挂小徑去無涯。

水淺魚多引白鷺，蘆深荻茂藏野鴨。

舟楫往來穿雲霧，枝頭開合向陽花。

不枉老來方外意，隨性小酌且品茶。

注：
舟楫～《詩經.衛風.竹竿》：“檜楫松舟”。毛傳：“楫所以棹舟，舟楫相配，得水而行。”後以“舟楫”泛指船隻。

方外～塵世之外。
2023 年 7 月 24 日于維羅納阿拉根尼河畔

《定風波.觀舟》

夏川水平映一天，休日遊人鬥競船。

穿波破浪星電馳，爭先，何懼身後飛珠濺。

莫笑老朽坐石岸，趣看，幾片小布遮屁股。

或有剗艇險翻側，好懸，技高藝勝再著鞭。

注：
休日～休沐日，假日。（暑假）
剗艇～獨木舟。（今單人皮艇類）

2023 年 7 月 25 日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言.即情》

網掀“羅刹國”故事。

滿眼蒼翠陋室居，雖無華飾冷暖余。

少問世間煩心事，只道名利是子虛。
閑時江邊行舟數，饑來廊下丕酒釀。
情取自得方外樂，一醉方可夢華胥。

注：
夢華胥～《列子.黃帝》：“黃帝晝寢，而夢游于華胥氏之國。華胥氏之國在弇州之西，台州之北，不知斯齊國幾千萬里。蓋非舟車足力之所及，神遊而已。其國無帥長，自然而已；其民無嗜欲，自然而已……黃帝既寤，怡然自得。”後指理想的安樂和平之境，或作夢境的代稱。（試與“羅刹國”比）

2023 年 7 月 26 日于維羅納自寓

《千秋歲.山外水邊》

世交小輩今搭機回台灣，

山外水邊，紅串蓼草芽。

鶯聲碎，柳絲妍。

人去意纏綿，是若不了緣。

歸巢燕，騰空飛上九重天。

昨日踐行酒，明朝白雲篇。

憑誰問，何時見？

遙祝神垂眷，此心一乘虔。

千萬里，莫忘時時共嬋娟。

注：
白雲篇～南朝齊謝朓《拜中軍記室辭隨王箋》詩中有“白雲在天，龍門不見”之句，後以“白雲篇”喻思念親人之作。

2023 年 7 月 26 日于匹茲堡國際機場

《七言.凌晨雷雨》

夜靜電光聲來遲，敲窗斜滴驟雨時。

潺潺檐流金玉碎，嘯嘯疾風瓜架支。

醒臥翻轉四體懶，坐起審讀二韻詩。

最是此地清暑水，日明團圓應華滋。

注：
金玉碎～如金玉被撞擊破碎發出的聲音。
二韻詩～指絕句。近體詩首句可不用韻，即使入韻，亦不算在韻數之內，故稱絕句為“二韻詩”。（附“兩韻詩”～詩體之一種。一首詩中押平仄兩韻。如唐韋諷《變體詩》“東南路盡吳江畔，正是窮愁暮雨天。鷗鷺不嫌斜兩岸，波濤欺得逆風船。偶逢島寺停帆看，深羨漁翁下釣眠。今古若論英達算，鷗夷高興固無邊”，就是一首兩韻詩。）

清暑～消除暑熱。
華滋～枝葉繁茂、潤澤；也形容姿色豐美滋潤；還比文辭優美。

2023 年 7 月 27 日于維羅納自寓

《五言.垂老》

因左腳傷，兩個月來右腿多用至膝蓋乏力。

垂老知淪暮，齒衰鬢髮疏。

逆旅了已盡，順情尋世度。

且將百年憂，化作二韻賦。

三生皆幻化，四空猶參悟。

遇樂應謔歡，得酒當酣醑。

注：
淪暮～衰老。
逆旅～旅居。喻人生匆遽短促。

世度～出世超凡（塵）。
二韻～絕句，此指詩詞歌賦。

酣醑～暢飲。
三生～佛教語。指前生、今生、來生。白居易有一首《贈張處士山人》：“世說三生如不謬，共疑巢許是前身。”巢（巢父）、許（許由）都是傳說中的賢人。

幻化～有兩個意思，其一變化、變幻；其二佛教語，謂萬物了無實性。

四空～四大皆空。佛教指世上一切都是空虛。參悟～領會。

2023 年 7 月 28 日于維羅納自寓

《鳳凰台上憶吹簫.讀李清照》

和誠慧詩友《鳳凰台上憶吹簫.謁李清照紀念館》，步李清照同詞牌韻。

李清照，其一生先後境遇有重大反差。先是名門閨秀，婚姻幸福；後逢戰亂，且成孤寡，境況悽慘。唯此才有風格迥異，膾炙人口的創作。

嬌倩旖旎，麗影秀朗，垂髻擁起雲頭。
書靈霞紙滿，韻譜雙鈎。

淬磨言雋句苦，賞心事，勾描丕休。
詩肩瘦，未消淡酒，卻道涼秋。

啾啾。
歸雁過也，九曲總《陽關》，西風斷留。

夢斷鄉路遠，漢陵秦樓。
蓬萊長山斷水，唯叫我，淚垂低眸。

笛聲處，簫聲再添，訴許多愁。

注：

垂髻～古代兒童未冠，頭髮下垂。陶淵明《桃花源記》有：“黃髮垂髻，並恬然自樂。”句。

雲頭～秀美的頭髮。
書靈霞紙～靈妙的書法、彩色的紙張。（表示優美的文字）

韻譜～合仄押韻。
雙鈎～書法的一種執筆方法。（表示字體精美）

淬磨～磨礪、磨煉。
言雋～語言智慧、幽默。

句苦～錘煉句子。
丕休～極其美善。

詩肩瘦～李清照詞有“新來瘦，非干病酒，不是悲秋”（《鳳凰台上憶吹簫》）、“知否、知否？應是綠肥紅瘦”（《如夢令》）、“莫道不銷魂。簾卷西風，人比黃花瘦”（《醉花陰》）三句，故人稱“李三瘦”。

（賈寶玉《訪妙玉乞紅梅》有：“槎枒誰惜詩肩瘦，衣上猶沾佛院苔。”句。）

未消淡酒～李清照《如夢令》有：“濃睡未消淡酒”句。

卻道涼秋～辛棄疾《醜奴兒（又名採桑子）.書博山道中壁》：“少年不識愁滋味，愛上層樓。愛上層樓，為賦新詞強說愁。而今識盡愁滋味，欲說還休。欲說還休，卻道天涼好個秋！”

雁過也～李清照《聲聲慢》有句：“雁過也，正傷心，卻是舊時相識。”句。

啾啾～讀 xiū。感嘆詞，悲感。

陽關～《陽關三疊》，又名《陽關曲》、《渭城曲》。該曲取材自王維的七言絕句《送元二使安西》：“渭城朝雨濕輕塵，客舍青青柳色新。勸君更盡一杯酒，西出陽關無故人”。于唐代被編成琴歌，歌曲分三大段，疊唱原詩外，加入由原詩詩意所發展的若干詞句，為當時的梨園樂工廣為傳唱。詩中“西出陽關無故人”一反復吟唱三遍，故名《陽關三疊》。（李清照在多首詩詞中用“陽關”一詞表達離愁。）

斷留～前後分離，不相啣接。

漢陵秦樓～李白《憶秦娥》：“簫聲咽，秦娥夢斷秦樓月。秦樓月，年年柳色，灞陵傷別。樂游原上清秋節，咸陽古道音塵絕。音塵絕，西風殘照，漢家陵闕。”

訴許多愁～李清照《武陵春.春晚》：“風住塵香花已盡，日晚倦梳頭。物是人非事事休，欲語淚先流。聞說雙溪春尚好，也擬泛輕舟。只恐雙溪舴舺舟，載不動許多愁。”

2023 年 7 月 29 日于維羅納自寓



李清照原詞：

《鳳凰台.憶吹簫》

香冷金猊，被翻紅浪，起來慵自梳頭。

任寶奩塵滿，日上簾鈎。

生怕離懷別苦，多少事、欲說還休。

新來瘦，非干病酒，不是悲秋。

休休，

這回去也，千萬遍《陽關》，也則難留。

念武陵人遠，煙鎖秦樓。

惟有樓前流水，應念我、終日凝眸。

凝眸處，從今又添，一段新愁。

《聲聲慢.雷雨早晨》

黑雲深廣，閃電蛇光，西天一陣暴響。

疾風到處，樹折花遭摧戕。

忽來豆大雨點，滌甌瓦、敲洗樓窗。

是誰支，使雷公電母，清晨作場。

瞬間雲開日耀，熱瀟氣騰升，一碧芙蓉。

團圓承漿，似見枝葉豐長。

三伏大暑節上，摘兩只、黃瓜品嚐。

加些醋，拌些醬，喝口高粱。

注：
高粱～高粱酒。

2023 年 7 月 30 日于維羅納自寓

美國國稅局局長指出員工留任稅收抵免工作進入新階段;伴隨積壓案的消除,國稅局將採取額外措施,應對日益增長的欺詐風險

IR-2023-135

華府 — 隨著美國國稅局在員工留任稅收抵免相關的努力中持續取得實質性進展,局長 Danny Werfel 表示, 國稅局已進入一個新階段,即加強對可疑提交材料的審查,同時再次針對激進的營銷發出消費者警報。

Werfel 周二在亞特蘭大舉行的稅務專業人士特別圓桌會議上發表講話時指出,國稅局在成功清理完積壓的有效員工留任稅收抵免(ERC)申請後,已經轉換了工作方向。目前,國稅局正在加強合規執行工作,並為項目制定額外的程序來處理欺詐行為。

與會的一些稅務專業人士正在處理員工留任稅收抵免激進申請所帶來的不良後果, Werfel 告訴他們,國稅局已加大對這些申請的審計和刑事調查工作,包括針對推廣人以及那些提交可疑申請的企業。

“我們相信隨着疫情過去的時間越久,合法申請的比例正在下降。” Werfel 在亞特蘭大舉行的國稅局全國稅務論壇上對與會者表示,“但是,伴隨着推廣人鼓勵企業申請該抵免的猛烈誤導性營銷,我們持續看到有越來越多的可疑申請被提交。為瞭解決這個問題,國稅局繼續加強在這一方面的合規執行工作。”

員工留任稅收抵免, 有被稱為 ERC 或 ERTC, 是一項為在新冠疫情期間為幫助企業而設立的稅收抵免,頒佈後國會對其進行了三次修改。許多企業合法地申請該抵免,但激進的營銷活動卻給該項目蒙上了陰影。受影響的企業申請該抵免的資格期限非常有限,僅涵蓋 2020 年 3 月 13 日至 2021 年 12 月 31 日之間的範圍。

根據現行法律,企業通常可以在 2025 年 4 月 15 日之前繼續提交該抵免的申請。Werfel 表示,這帶來了未來的擔憂。

“圍繞這項抵免的誤導性營銷數量驚人,它給稅務專業人士和國稅局帶來了一系列問題,同時也增加了企業不當申請該抵免的風險。” Werfel 表示,“一個可怕的場景正在上演,傷害了所有當事人,但推廣人除外。”

“這不是法律正確的運作方式,國會能夠幫助解決這一情況。” Werfel 補充,“我們將與財政部合作,探索可以與國會分享的立法解決方案,以解決欺詐和錯誤事項,具體措施或包括企業申請該抵免的截止日期提前,以及加強國稅局對代報稅人的監督。”

國稅局繼續敦促企業、免稅組織和其他考慮申請此抵免的人在申請前仔細審查此有限項目的官方要求。與此同時,國稅局會繼續加強涉及員工留任稅收抵免申請的合規執行工作。

自該項目實施以來,國稅局收到了超過 250 萬份申請,由於修正稅表的複雜性,國稅局

的申請處理速度有所減慢。國稅局今年在這些申請方面取得了實質性進展,截至 7 月中旬,99% 的申請大約三個月處理完畢。這些額外的努力對於幫助合法企業收到可依法領取的資金至關重要。

然而,鑒於虛假和誤導性公共廣告,以及利用納稅人的詐騙行為的日益猖獗,國稅局對員工留任稅收抵免項目中的詐騙和潛在欺詐行為愈加擔憂。

國稅局已培訓審計員來審查構成最大風險的員工留任稅收抵免申請,而國稅局刑事調查部門正在努力查識欺詐行為和欺詐性申請的推廣人。

國稅局提醒任何不當領取員工留任稅收抵免的人,他們必須償還抵免額,而且可能還有罰款和利息。如果企業或免稅團體必須償還抵免額,他們所處的現金狀況比從未申請過該抵免的情況要糟糕得多。因此,避免被騙很重要。

在正確申報的情況下,員工留任稅收抵免是一項可退稅的稅收抵免,旨在為冠疫情期間的部分企業提供,這些企業因政府命令而全部或部分暫停營業或在資格期範圍內總收入大幅下降,但仍繼續向員工支付工資。該抵免不適用於個人。

為了幫助稅務專業人士和其他人,國稅局繼續提供員工留任稅收抵免相關規定的更多法律清晰解釋。7 月 20 日,國稅局發佈了一份法律建議備忘錄,將法律規定應用於五種不同的情況。該備忘錄強調,經歷了供應鏈中斷的雇主只有在特定情況下才有資格獲得員工留任稅收抵免,此特定情況是因政府命令導致其供應商暫停運營而無法提供關鍵貨物或材料,因而他們不得不暫停其業務運營。與不道德代報稅人的建議相反,該指南明確指出,供應鏈中斷並不代表雇主有資格獲得抵免,除非是由於政府命令所造成的。

Werfel 告訴稅務論壇的參與者,國稅局仍然深切關注員工留任稅收抵免對稅務專業人士的影響,這些專業人士做正確的事情,但他們的客戶卻被激進的營銷說辭所誘騙。

“遵守規則、辛勤工作的稅務專業人士看到他們的客戶被虛假承諾和夸大的說辭誘騙而轉向他處。” Werfel 補充,“由此造成的申請數量使國稅局無法開展其它重要工作。但承擔最大的風險是推動這些騙局的發起人和提交這些申請的企業。就此我們呼籲大家謹慎行事,那些不當申請稅收抵免的人可能會面臨國稅局的後續行動。”

員工留任稅收抵免激進營銷的警訊

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

*根據申報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。

*代報稅人拒絕簽署企業提交的員工留任稅收抵免申報表,讓申請該抵免的納稅人自己面臨風險。

*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。

不道德的推廣人可能會在資格要求方面撒謊,包括拒絕提供其員工留任稅收抵免計算的詳細文件。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,或被攫取不當申請的抵免額。

推廣人如何誘騙受害者

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,要獲得薪資保護項目貸款豁免,他們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。

*索取詳細解釋了員工留任稅收抵免資格以及用於確定抵免額計算方式的工作表。

*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人》,並將填妥的《表格 14242,報告涉嫌濫用型稅務宣傳或代報稅人》(英文)以及任何支持材料郵寄或傳真至國稅局推廣人調查辦公室下屬的領導發展中心。

郵寄:

Internal Revenue Service Lead Development Center

Stop MS5040

24000 Avila Road

Laguna Niguel, California 92677-3405

傳真:877-477-9135

正確申請員工留任稅收抵免

申請員工留任稅收抵免有非常具體的資格要求。這些是需要審查的技術領域。對於在 2020 年 3 月 13 日至 2021 年 12 月 31 日期間支付的合格工資,雇主可在原始或修改後的就業稅申報表上申請員工留任稅收抵免。但是,要符合資格,雇主必須:

*在 2020 年期間或 2021 年前三個季度,由於新冠疫情相關政府機構下令(英文)限制商業、旅行或團體會議,而導致經營全部或部分暫停,

*2020 年期間總收入大幅下降(英文)或 2021 年前三個季度總收入下降(英文),或

*2021 年第三或第四季度符合恢復型初創企業(英文)的資格。



Governor DeWine, Lt. Governor Husted Announce New Projects Expected to Create More Than 700 Jobs, \$85 Million in Payroll

(COLUMBUS, Ohio) - Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted today announced the approval of assistance for four projects set to create 781 new jobs and retain 156 jobs statewide.

During its monthly meeting, the Ohio Tax Credit Authority (TCA) re-

viewed and approved economic development proposals from JobsOhio and its regional partners. Collectively, the projects are expected to result in more than \$85 million in new payroll and spur more than \$47 million in investments across Ohio.

Projects approved by the TCA include:

CENTRAL

Wells Fargo Bank, National Association (TBD) expects to create 585 full-time positions, generating \$73 million in new annual payroll and retaining \$5.4 million in existing payroll, as a result of the company's new location at a to-be-determined site. Wells Fargo provides banking, insurance, investment, mortgage, and consumer and commercial finance services through more than 8,400 locations, 13,000 ATMs, and Internet and mobile banking. Wells Fargo has offices in 42 countries and territories. The TCA approved a 2.582%, 15-year Job Creation Tax Credit for this project.

NORTHEAST

R.E. Warner & Associates (Cuyahoga County) ex-

pects to create 88 full-time positions, generating \$6.3 million in new annual payroll and retaining \$9 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in North Olmsted.

R.E. Warner provides full-service, multi-discipline engineering, architecture, and surveying for facilities and infrastructure from pre-project planning through design to construction close-out. The TCA approved a 1.538%, seven-year Job Creation Tax Credit for this project.

SOUTHWEST

Mattr US Inc. (Butler County) expects to create 48 full-time positions, generating more than \$2.7 million in new annual payroll and retaining \$1.7 million in existing payroll, as a result of the company's new location in Fairfield. Mattr US Inc. designs, manufactures, protects, and manages critical assets for customers in the industrial, auto-

motive, and oil/gas industries. The TCA approved a 1.28%, six-year Job Creation Tax Credit for this project.

WEST

Michigan Metal Coatings Company (Shelby County) expects to create 60 full-time positions, generating \$3.57 million in new annual payroll as a result of the company's new location in Sidney. Michigan Metal Coating is an accredited applicator of the Geomet and Doerken systems. They are a leader in the application of chromium-free, corrosion-resistant coating systems for Tier 1 automotive customers. The TCA approved a 1.357%, seven-year Job Creation Tax Credit for this project.

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@asiaamericallaw.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



錯誤吃法一:主食只吃粗糧

很多人聽說吃粗糧有利於降血糖、減肥,就頓頓主食光吃粗糧。但如果餐餐吃粗糧,很易引起腹脹、消化不良,甚至影響胃腸功能,會給正常的飲食添亂。

錯誤吃法二:愛吃油炸主食

油條、油餅等油炸麵食是營養最差的主食吃法之一。油炸燒烤澱粉類食物,如油條、炸饅頭片等,不但油脂和能量升高,而且在油炸等過程中,維生素和礦物質等遭到大量破壞。此外,澱粉類經過高溫煎炸後會產生丙烯酰胺,對人類可能是致癌物。

錯誤吃法三:主食只吃一種

很多人只喜歡吃米飯,或者只喜歡吃饅頭,但別盯着一種主食吃。成人每日主食中需要包含全穀物、雜豆類、薯類。全穀物包括小麥、稻米、玉米和燕麥等,雜豆類多指紅豆、綠豆等豆類,而薯類主要是紅薯、土豆等。

錯誤吃法四:減肥不吃主食

不少人在減肥期間拒絕攝入米飯等澱粉類食物,這種做法是錯誤的。人體每日至少需要150克葡萄糖(相當於八兩熟飯)維持日常的基礎代謝,葡萄糖是機體吸收利用最好的單

主食的這6種錯誤吃法,趕緊改

糖,可由米飯、麵食等分解而來。

雖然蛋白質、脂肪也可以提供能量,但腦細胞、腎髓質細胞、紅細胞等缺少線粒體的細胞只能利用葡萄糖作為能量來源,若每日攝入的主食不足,很容易導致以上三類細胞功能受損,進而導致記憶力衰退、貧血、內分泌失調等症狀。

錯誤吃法五:吃飯先吃主食

不少人吃飯時都是先選擇吃主食,但是,這種飲食順序不是很健康。專家建議遵循以下順序:蔬菜、湯→肉類→主食。

空腹時,食慾旺盛,進食快,很難控制脂肪和蛋白質的攝入量,最好先吃蔬菜,然後喝完湯胃已快半飽,可吃些高蛋白食物,比如肉類,補充每日所需的蛋白質。這時再吃米飯,可延緩血糖的上昇,還能減少熱量攝入。

錯誤吃法六:把土豆不當主食

土豆、山藥、藕、苕苔、芋頭、紅薯等“跨界”主食,它們的澱粉含量偏高,可以代替部分主食。不過,建議採取蒸、煮等方式,少油少鹽。

50歲後,要更重視吃“主食”

2020年《美國國家科學院院刊》上發表的一篇研究證實,主食的攝入量與不同年齡的死亡率有明顯關聯。尤其在50歲後,適當增加主食攝入量,可以最大限度地降低死亡率。研究發現:

1,20歲以下,蛋白質供能佔比16%,碳水化合物和脂肪功能各佔42%,死亡率最低;

2,20歲以後,逐漸增加碳水化合物,逐漸減少脂肪供能比,蛋白質變化不大;

3,晚年時(男性約60歲,女性約70歲),蛋白質供能降至11%,脂肪供能比降至22%,而碳水化合物佔比增加至67%,這時死亡率最低。

中老年人相對來說胃腸道比較弱,碳水化合物相對來

說是比較容易吸收的。如果吃了肉和油的話,脂肪對於老年人來說代謝是比較緩慢的,血脂、血壓的升高跟油和肉吃多了也有關係,所以老年人儘可能多吃一些容易消化吸收的碳水化合物類主食,肉和油的攝入量就會隨之減少。



小細紋很礙眼先別找醫美 養成4個好習慣再說



紐約大學朗格尼醫學中心(NYU Langone Health)醫生史蒂文森(Mary Stevenson)說,皮膚乾燥時會出現脫水紋(dehydration lines),通常很細小。一般皺紋多半是長期因素所致,例如老化、接觸紫外線、吸煙、同樣的臉部表情經常重複。

脫水紋屬於短期問題。兩種皺紋最大差別在於,一種是臉部休息狀態就存在的細紋,另一種則是偶爾出現的細紋。

導致皮膚缺水原因有好幾個,包括攝取水份不足、在寒冷環境待太久、過度清潔皮膚等等。

保持四個好習慣

1,體內能用的水分都用於維持身體機能運作的時候,皮膚就會變得乾燥,很顯老,所以要攝取足夠的水,但是光是攝取大量水分無法完全達到幫助皮膚保水的效果。

2,史蒂文森建議,避免使用磨砂類的潔膚用品以防刺激皮膚。新冠肺炎爆發流行以來,不少人養成過度洗手的習慣,這對皮膚有害。

3,史蒂文森特別提醒,洗澡習慣也會影響皮膚健康。沖澡或泡澡時間均不宜過長,特別是用熱水洗澡的時候,洗澡後很多人把身體徹底擦乾,“這是一大錯誤,其實只要拍乾水分就好,有助皮膚留住一些水分”。

4,適當使用保濕產品有助於滋潤皮膚,治療乾燥皮膚、濕疹的潤膚,保濕用品可收鎖水之效。此外,乳霜比乳液的滋潤效果更好。

美國明尼蘇達州梅約醫學中心(Mayo Clinic)指出,皮膚乾燥的其他症狀包括皮膚緊繃、粗糙、發癢、片狀剝落、脫皮、龜裂,皮膚龜裂時可能會流血。

隨著年齡增長,額頭、眼周冒出顯老的細紋,不少人花大錢打肉毒桿菌設法修補。然而有些小細紋可能並非老化所致。美國紐約大學醫學中心醫生提醒,皮膚小細紋往往起因於乾燥,所幸這種問題完全可以預防,只要攝取足夠水分,避免過度清潔,洗澡時間別拖太長,適當使用潤澤護膚品,就能防止皮膚脫水導致皺紋出現或加深。

英國《每日郵報》報道,皮膚脫水引發的細紋常見於一年之中某些特定時節,例如冬季,這個季節最常出現皮膚乾燥的情況。

一,飯後避免情緒激動

高血壓患者平時一定要儘量避免情緒激動,不管是飯前或飯後。一方面,情緒緊張、激動、憤怒等會刺激我們的神經系統,導致血管收縮,使血壓驟然升高。另一方面,長期高血壓的患者可能血管條件不佳,血管壁較脆弱,也很容易破裂出血。

為什麼高血壓患者,飯後情緒激動尤其會發生危險呢?因為進食以後,為了保證消化系統有效的運轉,人體血液供應會重新分配,腦部血液供應會產生波動,且受植物神經影響,血液循環會加快,所以血壓也有一定程度的升高。建議此時高血壓患者更需要將心態舒緩一下,可以在飯後看看書或看電視,休息放鬆一下。

二,避免洗頭、洗澡

進食以後,由於血液多往我們的胃腸道走,導致心臟、腦部的血供相對減少,這時候如果立刻洗澡或洗頭,會刺激皮膚的感受神經,反射性的使全身和

頭部的血管收縮,血流就會加速,增加腦出血的風險。

如果想要洗澡、洗頭,最好在飯後2小時左右進行。對於高血壓患者而言,洗澡的水溫要適度,也不宜過熱或過涼,最好是先清洗身體再洗頭。

三,避免劇烈運動

雖然醫生會建議高血壓患者通過運動來控制血壓,但是運動的時機和強度非常重要,不然可能適得其反。

飯後立即運動的話,不但不利於血壓的管理,還會影響胃腸道的功能。如果運動的強度很大,還會導致心率和血壓急劇上升,刺激到腦部血管引起破裂,非常危險。

因此,高血壓患者飯後最好休息30分鐘以上再開始運動,留一些時間和血供給消化系統,而且一定要根據自身的承受情況,選擇中等強度的有氧運動即可,例如游泳、慢跑、散步等,千萬不要進行高強度運動。

高血壓患者在日常生活中必須多加注意,除了以上所述飯後注意事項之外,也要隨時保持平和的心態,遵從醫生的建議,規律服用降壓藥物,並定期監測血壓,把血壓控制在目標的範圍內,時時注意,才能避免心腦血管疾病發生的風險。



高血壓患者飯後應該避免的事

心情不好?可能是你的腸胃在求救

有一句英語俗語是:“Have butterflies in one's stomach”直接翻譯的話,就是一個人胃里有很多很多只蝴蝶在飛,常用來形容一個人超級超級緊張,心情忐忑不安,七上八下。

不得不說,這個比喻也太形象了。不過,越來越多的證據證明,這樣的說法可能還不夠準確,一方面,肚子與情緒相關的恐怕不只是胃,而是整個消化道;另一方面,消化道與腦子的聯繫,比我們原來所以為的,要深得多得多。

100多年前已發現“腸-情緒”關聯

早在1915年,生理學家沃爾特·坎農(Walter Cannon)就在《消化的機制》(The Mechanical Factors of Digestion)中寫道,當動物感到害怕時,動物的胃功能會發生變化,而近似的情況,在人類身上也能觀測到。

一方面,胃腸的感受會影響情緒,比如,吃了高糖高鹽高熱量的“罪惡”食物,會感到心情愉悅,而飢餓時脾氣會暴躁;另一方面,情緒似乎也能反過來影響胃腸道的反應,比如,見到讓人恐懼、害怕的事物,會感到噁心、作嘔,遇到緊張的事情,會感覺沒有胃口;但“酒逢知己千杯少”,遇到開心的時刻,又忍不住食慾增加。

是什麼造成這樣看起來毫無關聯的器官之間的聯動呢?

在19世紀中葉,人們發現了腸神經系統(Enteric Nervous System,簡稱ENS),這是理解神經系統與消化系統互動的一個重大科學突破。科學家提出,腸道神經系統並不是僅存在於人類或哺乳動物中,它的同源物可以在整個動物界中找到,包括昆蟲、蝸牛和海綿動物。

因此,為了確保對我們內部環境對更原始的動物而言,則是其腔內環境所提出的挑戰做出最佳反應(如戰或逃反應),在演化過程中,

不論是蛔蟲原始大腦的神經節,還是更高級哺乳動物的大腦,都可能是原始但同源的腸道神經回路演化而來的。

存在100億個神經細胞的腸系統

隨著科技發展和研究手段的進步,這種假設得到了進一步的證實。

不同于我們既往的知識,現在有不少科學家提出,自主神經系統除了包含我們熟悉的交感神經系統和副交感神經系統以外,還包含腸道神經系統這第三個分支。基於其大小、複雜性以及在神經遞質和信號分子方面與大腦的相似性,腸道神經系統甚至被稱為“第二個大腦”。

這個“第二大腦”,存在超過100億個神經細胞,這些神經細胞分布在食管到直腸的胃腸道壁內,它們控制著我們整個消化過程,嚥下食物、分解食物的酶的釋放、營養物質吸收時的血流控制,以及糞便排泄等功能,都離不開它們的相互協同。

在過去的二十年中,消化道與腦神經之間的聯繫,受到了越來越多的關注,現在已經出現了很多相關的學科和研究方向,包括腸神經科

學、神經影像學、腸道微生物學和宿主微生物相互作用,以及最近的微生物腸-腦信號傳遞等垂直分支了。

腸胃疾病用情緒藥物醫治

上面的解釋或許太過理論化,下面我們來看一個實例吧。

消化科里,有一種可能算是比較“難搞”的疾病——腸易激綜合徵(Irritable Bowel Syndrome,簡稱IBS)。這其實是一種常見的胃腸道疾病,全球10個人中,可能就有1個人患有這種症狀。

這是一種功能性疾病,以慢性腹痛和排便習慣改變為特徵。據估計,雖然腸易激綜合徵不是致命的,但它會對患者的生活產生負面影響。例如,它可能會對患者的工作、學習和社交生活造成影響,甚至會導致患者心理健康的問題,如抑鬱和焦慮。

說它難搞是因為它病因尚未查明,它可能與腸道和中樞神經系統之間的複雜交互作用失調相關,但具體失調的機制尚未明確,另一方面,一百個患腸易激綜合徵的人,可能有一百種不同的治療方法,這些非常個性化的方法,包括改變飲食習慣、增加鍛煉、減少壓力和接受心理治療。

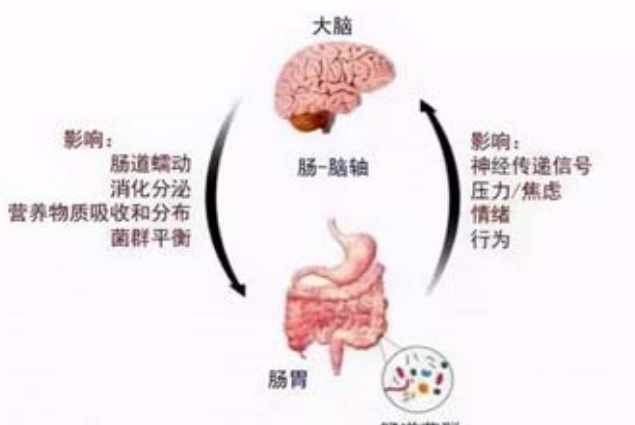
除了常規手段,部分患者可能還需要用到抗抑鬱藥物減輕症狀。多年來,研究人員和醫生認為是焦慮和抑鬱導致腸易激綜合徵。然而,有一些研究卻得出截然相反的結論,研究者發現,胃腸系統中的刺激,反過來向中樞神經系統發出信號,從而引發情緒變化。而抗抑鬱藥物,可能參與中斷這種傳導過程,同時改善情緒和胃腸表現。

除了腸易激綜合徵之外,還有其他胃腸道疾病需要使用精神科藥物治療。其中包括功能性消化不良、功能性胃腸症狀、胃食管反流病等。這些疾病都是通過神經、內分泌、免疫調節網絡而導致的,與精神疾病有關聯,因此精神科藥物可以改善相關的症狀。

時至今日,我們對腸、腸聯繫知曉得越多,就越發現我們不知道的更多。儘管科學家推斷,多種慢性疾病和腦、腸道神經系統的聯繫失調相關,但拿得出手的確鑿證據的,卻僅有幾種疾病,比如功能性胃腸疾病、炎症性腸炎、飲食紊亂(特別是肥胖症和厭食症)。而更多的研究,還在探索腸道活動如何影響人體新陳代謝,例如腦、腸失衡是否增加或減少患2型糖尿病等健康問題的風險?是否和阿茲海默病的早發有關聯?

腸腦相互作用是一個新興的領域,我們仍然有很多要學習的,將消化道比喻為“情緒器官”甚至不足以描述它在身體中的特殊性。當然,更多的時候,思考如何讓它感到滿意,比瞭解它的複雜來得更迫切,比如,今晚吃什麼?

作者 | 陳墨藝





離念

暫且忘記，把能忘的東西忘到不能再忘。這是在干什么？這是為什麼？如果真的可以把能忘的都忘掉，人心還剩下什麼？

借用一下禪宗的概念。禪宗里有兩個很重要的人物，慧能和神秀，分別是南宗和北宗的創始人。有一個流傳很廣的故事，神秀作偈：“身是菩提樹，心如明鏡臺。時時勤拂拭，勿使惹塵埃。”慧能也寫了一首：“菩提本無樹，明鏡亦非台。本來無一物，何處惹塵埃。”五祖弘忍認為慧能更勝一籌。當然，神秀後來也取得了非常大的成就。

後來，人們談論南宗和北宗的分歧時，常常會提到兩個概念：無念和離念。

慧能主張“無念”，就是人的本性是念念相續，不可能念盡除卻。況且此念斷而他念生，依舊擺脫不了輪回。所以慧能主張的是發現作為根本的佛性，有了佛性，便可以“于念而不念”“于一切境上不染”。但神秀主張“離念”，就是使心念不起、煩惱不生，杜絕心中一切妄念，以求解脫。因為神秀認為，眾生有真心、妄心，所以需要息妄修心，擺脫妄心才能找到真心。

在無念與離念上，我們多少也能看到當年慧能與神秀在菩提樹和明鏡臺中顯露的差異。無念和離念都是關於“忘”的境界，忘掉什麼、實現什麼。無論哪種“忘”，其本質都更多的是一種個人的修行，一種自我內心的追逐。但如果將這種“忘”推及人與人之間的關係呢？

人與人之間，人們更多追求的是“苟富貴，無相忘”，“念念不忘，必有迴響”。人們希望不忘，希望永遠把彼此裝在心里。不過莊子也寫過一句很有名的話：“泉涸，魚相與處於陸，相濡以濕，相濡以沫，不如相忘于江湖。”因為魚兒在江湖中可以自由快樂地生活，當然比在乾涸的地上相濡以沫、苟延殘喘來得幸福。這可能就是“你若安好，便是晴天”的歡喜。

這背後是道家的思想，道存于世，則世人富足舒適，彼此相忘；道崩，則鉤心斗角、爭名奪利。只有這時，才需要聖人去拯救世人。所以，莊子認為：“與其譽堯而非桀也，不如兩忘而化其道。”這也是道家和儒家之間的分歧。時忘。

忘我，內心有光。
忘你，萬物生長。

作者：馮唐

我沒有吃過河豚，但據吃過的人講，味道不錯，卻也沒好到可以為吃它而不惜性命的地步；我不抽煙，但據抽過幾千元一條香煙的朋友說，抽起來感覺與抽100多元一條的也差不多；我也沒有去過許多熱鬧無比的地方，但據在黃金周遊玩過的人說，連上趟廁所都要排半小時隊……看景不如聽景，對我們來說，得不到的永遠是好的。但得到了呢？多半也就那麼回事兒。

《列子·楊朱》記載了春秋時宋國的一個農夫，他穿亂麻破絮才勉強挨過寒冬，不曉得天下還有高屋暖房、絲綿綢緞、狐皮貂裘。春天耕種時，農夫在太陽下曝曬，他對妻子說：“背對太陽，暖極了。別人都不知道，若我去告訴君主，一定會得到獎賞。”這位農夫不知道，君主有的，他永遠無法想象；但農夫得到的，君主似乎也難享受到。而且，皇帝也未必活得不憋屈，想當年，道光皇帝想在紫禁城里喝一回片兒湯都是一種奢望。

許多人對初戀念念不忘，這其實是一種“蔡氏效應”。發現這個效應的人是蘇聯心理學家蔡格尼克。意思是說，相對於已經完成的事，無論結局如何，人們都會對未完成的事印

得到與得不到

象更加深刻。人的記憶天生就對未完成的事更敏感。所以人們對初戀也是一樣的，兩個人第一次談戀愛就能白頭偕老的概率太低了。

大多數人的初戀是未完成的、不成功的，所以才會被深深地刻在人們的腦海里，揮之不去。

其實，“得到”說到底很可能只是一種“暫時擁有”。徐悲鴻是畫家，也是收藏家，他收藏的名家書畫有1200餘幅，其中不乏《八十七神仙卷》《朱雲折檻圖》等國寶級珍品。徐悲鴻有一枚印章，刻有“暫屬悲鴻”四字。他叮囑家人，這些藏品自己只是暫時保管，一旦時機成熟，就捐獻給國家。徐悲鴻去世當天，他的妻子廖靜文就將全部藏品無償捐給國家。

亞里士多德說，羨慕是別人的好運給自己造成的痛苦。在當下，有些人衡量人生價值的標準，不是

自己本身的內在價值，而是環境與他人等參照物——別人得到的你沒得到，卻不去想一想，你得到的別人也未必擁有。

《呂氏春秋》中說：“登山者，處已高矣，左右視，尚巍巍焉山在其上。”這就是“這山望着那山高”的出處。其實，在別的山頭上的人同樣會望着你所在的這座山頭，也會心心念念地想爬上這座山頭。



2007年我第一次去埃及，因為擔心治安，報了旅行團，而旺季房間有限，我必須和團里一位陌生的女遊客拼房，由於太想去，我答應了。

機場集合時，第一次見到我的室友。

她比我年長，穿著隨意而閑適，妝容淡雅，話很少，和氣地向我打招呼。我們把登機牌放在一起，落座後，不約而同各自拿出一本書：她帶的是德國傳記作家埃米爾·路德維希的《埃及艷後》，我帶的是阿加莎·克里斯蒂的《尼羅河上的慘案》，我們兩都很驚喜，準備看完後和對方交換。

經歷轉機到達開羅的酒店，已是十幾個小時後。旅友們疲憊不堪地拿到房卡，迫不及待回房間休息，可是打開門，我們兩愣住了：客房里堆滿各種傢具，顯然久未使用。

長途奔波後遇到意外，我心里無名火起，立刻找導游交涉，導游在前台協調很久沒有結果，於是先把他的房間讓給我們。他房裡是單人床，意味著我們兩個陌生的女人要在陌生的國家同床共枕，蓋一床被子。我有點受障礙，看看室友，她雖然滿臉疲憊，卻微笑着說：“小姑娘，我睡覺很老實，沒有亂翻身打呼嚕的習慣，能委屈你和我擠一張床睡一晚嗎？”

我也笑了：“榮幸啊。”回到房間，她讓我先洗漱，自己整理行李，當我走出浴室，吃了一驚。

房間里瀰漫著薰衣草的氣息。她的行李只佔用了一個角落，物品擺放得井井有條，處處為我留足空間，床上放著她的絲質睡袍、枕墊和眼罩。

然後，她輕手輕腳去洗漱，生怕驚動準備入睡的我。

那一晚，我睡得並不踏實，我們兩都努力

對意外保持彈性

給對方留空間和被子，也讓自己保持心理安全距離。

坦率地說，這次旅行並不順利。當時的埃及經濟落後，治安也混亂，我們穿越沙漠到西奈半島度假，由政府軍隊一路護送遊客大巴車隊。酒店條件時好時壞，客車也常出狀況，餐飲完全不習慣，旅行團里的人經常抱怨。



每當這時，我的室友就幫導游打圓場：“他已經盡力啦，大家出來是看風景和尋高興的，旅行本來就是一件有彈性的事情，身體吃點苦，眼睛沒吃虧就好。”

奇怪的是，她並不兇悍，卻自帶氣場，每次打圓場都很有效。

室友的睡衣和日用品都很精緻，外衣講究卻找不到一個明顯的商標。她一點也不嬌氣，同吃同住12天，她總照顧我，在女王神殿給我拍照，在金字塔下幫我背包，出門還會多帶一瓶水給我們做儲備。

我也知趣地反饋，分享有意思的埃及歷史，著名法老的緋聞、正史和宮斗逸聞，一路上

我們都樂呵呵的，即便吃壞了肚子也沒有影響心情。

等到和她逐漸熟起來，我才知道，她和丈夫一起創立公司，規模不小，但是後來，丈夫和秘書結了婚。她帶著孩子自己過，每年除了親子旅行，也單獨給自己留個假期。

她說得很輕鬆，但我不敢猜想她經歷這些事情時的心境。她拍拍我的肩膀，笑著說：“女人得有彈性，掉在地上才摔不爛。就像這次旅行，好的壞的都接受，突發的意外的都時刻準備應付，才能看到你想看的景色啊，世界本來就和我們想象的不一樣。”

我見過很多別人口中的“女強人”，可我絲毫不覺得她們“強”，我甚至感到她們的心細得太緊了，完全沒有彈性，對自己和別人都很苛刻，所以，反映在臉上也是硬邦邦的表情。

而真正“強”的女人，她不抗拒必須承受的事情，比如：暫時或者長期的誤解、無法改變的衰老、逃不掉的忙碌、階段性甚至永久性的貧窮；或者永遠不能出人頭地的老公，一輩子都考不上名牌大學且注定平凡的女子。

她們心平氣和地接納生活和想象的不同，理想和現實的差距，努力在力所能及的條件下把自己拾掇得好一點。

內心沒有崩壞，臉上才能輕鬆。就像我在埃及遇到的室友。

我至今記得她在女王神殿下仰望著藍天與巨石，說：“人與命運死磕是以卵擊石，現實像塊冰冷的石頭，我們則像不自量力的蛋，死命撞上去，石頭好好的，蛋碎了一地。可是，假如是枚煮熟的雞蛋，最多撞出幾道裂痕，從此明白此路不通，但不會有玉石俱焚的慘烈。”

那次分開時，我送了她《尼羅河上的慘案》，她把《埃及艷後》留給了我。

作者：李筱墨

父親把輪椅轉向那個房間

這幾天大哥來電話，說父親經常念叨我，問我最近回不回去。

父親已經93歲了，身體還不錯。不過，自從母親7年前過世，本來就不擅言談的他變得更加寡言少語，就算我回到家想和他多聊幾句，他也是聊不了多久就對我說：“你去休息一會兒吧，我也眯一會兒。”他不像母親，母親和我總有說不完的話，我們可以聊一整天。

父親晚年得了糖尿病，一直要吃藥。母親把他的生活照顧得很好，飲食上也讓他注意，所以靠口服藥就控制住了病情。但是，不知道從什麼時候開始，父親突然開始喜歡吃一種用塑料袋簡易包裝的餅乾。這種老牌子的餅乾很甜，酥脆可口，但顯然，對糖尿病患者來說是不合適的。

早些年回家，我都會看見父親“偷吃”這種餅乾。每一次父親從自己房間的枕頭底下偷摸出一袋餅乾，吃不了幾口，就會被母親發現。母親從她的房間里急匆匆地出來，快步來到父親的房間，聲色俱厲地數落：“老頭子，你還真是改不了這個壞習慣呢。你也不是個小孩子，還偷吃餅乾？”於是，父親只好訕訕地把餅乾放好，說：“我就是嘴里有些泛苦，嘗一口，也沒吃多少。”

但是，正像母親說的那樣，父親偷吃餅乾成了壞習慣。他並沒有因為母親的數落就不再去吃，而是幾乎每天都要摸出來吃一兩塊。母親也總能很神奇地迅速發現，並嚴厲制止。於是，這種“貓捉老鼠”的遊戲總在上演。老兩口

兒都是高級知識分子，卻整天為這一點小事情發生不愉快，我覺得母親有些小題大做了。

但很快，我便覺察出諸多不合理之處：比如，那一小袋餅乾為何總是吃不完，為何一直存在於父親的枕頭底下？還有，父親為何不是悄無聲息地摸出餅乾，再悄無聲息地獨自享用？那撕開袋子和吃餅乾發出的脆響，每回我在家都能聽到。因此，我得出這樣一個結論，讓照顧他們的阿姨去門口的小賣部買餅乾，應該是母親默許的；那偷吃時的“聲勢”，應該也是父親故意為之的。那麼，這到底是為什麼呢？

直到有一天，我看見一個場景，頓時全明白了。那是一個寒冷冬天的星期四，母親突然病

重，大哥看情況不好，立即給我打來電話。我們送母親去醫院的時候，一向沉默寡言的父親突然開口對我說：“你媽如果住院，就託人帶話回家，好讓阿姨送飯過去。”

這一走，母親就再也沒有回過家……忙亂中，我似乎忘記了父親的存在。處理母親的喪事期間，我有一次回家拿東西，父親看見我，急忙問：“你媽怎麼樣了？住上院了吧？你怎么不託人回來，讓阿姨給你媽做飯送去。”我無法回答，因為母親已經過世，而我也不知道怎麼對父親說這件事情，所以只能含糊地說：“不需要送飯，醫院里什麼都有。”然後就匆匆地走了。

幾天以後，母親的喪事全部處理完畢，我才

拖着疲憊的身軀回到家。當我用鑰匙打開大門後，發現父親一個人靜靜地坐在輪椅上，斜側身背對着我。

夕陽照在他的身上，有一層金色的光暈籠罩着他，曾經在我的眼里非常高的身軀如今卻顯得那麼瘦小。他回頭看了我一眼，並沒有說一句話。我也說不出一句話來，只能癱坐在他身後的沙發上發呆。

不知道坐了多久，突然，我聽到一陣窸窣窸窣的聲音，原來是父親在撕他手中拿著的那袋餅乾。他撕開塑料包裝袋時發出了很大的聲響，比我以前聽到的任何一次都響亮、刺耳。父親一邊撕那袋餅乾，一邊不斷地望向母親房間的方向，直到他顫抖地抽出一塊餅乾，只咬了一口，那塊餅乾就碎了，散落在父親身上。父親卻並沒有理會，他又慢慢地掏出一塊餅乾，這次他沒有去咬，而是緊緊地攥在手里，慢慢地揉搓著。我看著餅乾屑從父親的指縫里慢慢地掉落下來，彷彿看著那慢慢逝去的時光和生命。

餅乾屑掉落一地。父親把輪椅緩緩轉了一個方向，這樣，他就可以對著母親的房間。他就一直深深地望向那里，一句話也不說。那小小的“遊戲”，是他們之間的默契。這一次，我知道，父親注定要失望了，因為母親再也不會從那個房間里衝出來，走到他的面前大聲地數落他了。

我再也忍不住，淚流滿面，但我不能發出一丁點兒聲音……

作者：梅雨墨



改變人生的小習慣之二：思維習慣，決定層次高低

《腦袋決定錢袋》一書中，有這樣一個故事。有兩個人，窮得叮嚀響，政府給他們每個人發放了100元的生活補貼。

第一個人，以每雙2元的價格，進購了50雙拖鞋。拿到地攤上每雙賣3元，一共得到了150元。然後留下50元作為生活費，其他的又拿去投資，於是錢生錢，最終走向了富裕的道路。

而另一個人把這100元全部拿來買大米和油鹽。結果不到一個月，這些油鹽吃完了，窮人依然是窮人，依然在原地飢腸轆轆。

窮人和富人之間，不僅僅是口袋的距離，更是思維的差異。富人思來年，窮人想眼前。

作家王巧說：很多窮人即使你給他錢，他也不會按你給他安排的致富道路前進。

為什麼？因為你給他100元，他會去買米；給他200元，他會去買酒買肉。給他500元，他會去買套體面的衣服，最後剩下幾塊錢也要買兩注彩票。哪怕一個窮人一下得到了100萬的巨款，也只會立刻買房買車，好讓自己看起來光鮮闊氣。

但這些東西是不能增值的，只會不斷消耗。有了房，還要裝修、添置家具、交物業費等等。

有了車，就有了汽油費、養路費、修理費、保險費等等。

即使你停着不動，幾年的停車費累積下來數目照樣驚人。擁有再多錢，如果不改變思維習慣，錢只會出不會進，最終只能坐吃山空。

而富人之所以富，是因為他們從來不用固有的思維限制自己。他們善於思考，善於創新，善於行動。

石油大王洛克菲勒說：即使你們把我身上的衣服剝得精光，然後扔在撒哈拉沙漠的中心地帶，但只要有一支商隊從我身邊路過。我就會成爲一個新的百萬富翁。

思想決定行爲，行爲決定習慣，習慣決定命運。能主動打破固有思維習慣的人，才能不斷提高人生上限。

如何改變習慣呢？

喬布斯說：在你生命的最初30年中，你養成習慣；在你生命的最後30年中，你的習慣決定了你。那麼如何改變習慣呢？兩個方法送給你：

1. 永遠不要抱怨你的工作。

網上一直流傳的一張時間表：

蘋果 CEO 庫克每天晚上9點半睡覺，凌晨4點起床處理工作。

華為 CEO 任正非，吃住都在辦公室，每天工作超16個小時。

小米 CEO 雷軍，早上9點上班，一直到凌晨兩點。

……
這世上最可怕的事情，不是有人比我們優秀，而是比我們優秀的人還比我們更努力。所以，與其把時間花在無用的牢騷上，不如以積極的心態去精進自己。當你不再抱怨自己的工作，就是你強大的開始。

2. 擺脫貧窮思維最好的方式，是先建立“富人思維”。

有位司機跟在一位大老闆身邊，給他開了數十年的車。離開的時候，老闆爲他準備了200萬，作爲多年付出的辛苦費。司機卻拒絕了。

因爲在多年開車的過程中，他跟着老闆學習到豐富的股票知識。靠着腦海中的知識，他炒股早已淨賺幾千萬。

猶太人有這樣一個理念：要想變得富有，你就必須向富人學習，在富人堆里即使站一會，也能夠聞到富人的氣息。擺脫貧窮思維最好的方式，就是學習富人的思維和手段。在模仿中，不斷調整自己的做事方式，不斷刷新自己的賺錢理念。這樣的良性循環，才能讓我們變得更強，才有機會突破現有的圈層。

作家半山，曾在多家知名企業任職高管。中年之後，他將自己在職場和生活感悟匯



總下來，寫成了一本《半山文集》。書中有這樣一段話，看完深有感觸：

人生任何一種成功都是一種習慣的成功，任何一種失敗都是一種習慣的失敗，任何一種現實都是一個人的習慣所表現出來的現實。一個人最好和最不好的部分，都在自己的習慣里，選擇什麼樣的習慣，你就選擇了怎樣的人生。

改變思維上的習慣，才能促使行動上的轉變；

改變行動上的習慣，才能實現階層上的躍遷。

不要抱怨階層固化，固化的不是階層，是你的習慣。

社會學家一向認爲，少於200人的企業能通過信息自由流通實現運營管理。一旦超過這個規模，便需要某種層級結構或生產線管理系統來防止溝通失敗所造成的大混亂。實行這種架構管理有它的弊端：一方面是信息只能沿着特定渠道流通，因爲只有部分個體彼此保持定期聯繫；另一方面是缺少人性化的聯繫，就會缺乏個人歸屬感。而小群體世界的運作，依賴的正是這種歸屬感。人們只有清楚地看到回報，才願意出手相助，投桃報李。大機構尾大不掉，不夠靈活。



解決上述問題的一個辦法，是將大機構重組成一個個緊密團結的小團體。小團體間建立起互惠互利的關係，才能形成更大的機構。然而，小團體，比如150人規模的團隊，並非解決機構問題的靈丹妙藥，還需要相關人員之間建立起直接的人際關係。人們自在地相處，信息才能自由流通。架構關係過於僵硬，必然會妨礙機構運轉。

幾年前，一位電視製作人提醒了我這一個的重要性。她所在的製作部門負責某電視台的教育類節目。不知是機緣巧合還是有意爲之，部門的人數剛好是150個（按照本文作者提出的“鄧巴定律”，人的大腦認知能力有限，所提供的認知能力只能使一個人維持與大約150個人的穩定人際關係——編者注）。整個部門的工作一直進展順利，直到他們搬到新定制的辦公室。隨後無緣無故地一切都開始散架，工作難度增大，工作結果也不盡如人意。

一段時間後，他們才弄清楚問題所在。原來是設計師在設計辦公樓時，認爲大家午間吃三明治的咖啡間是不必要的，於是將它撤掉了。設計

咖啡間的閑聊

師的想法是，大家坐在辦公桌前吃三明治，工作會更賣力，還不浪費時間。無意中，這個決定瓦解了支撐整個機構的親密社交網絡。顯然，當大家隨意聚在咖啡間吃三明治時，彼此交換了零星的有用信息。遇到解決不了的難題時，在午餐時間和其他團隊的同事聊天討論，也許某位同事正好知道誰能幫上忙；也可能旁邊的人可以幫你出主意；或是聽到這件事的人一兩天後外出剛好碰到了能幫忙的人，給你打一通電話就能解決問題；還可能是雙方隨意聊幾句，就能啓發一個新項目。

類似這種咖啡機旁的偶遇、複印機旁的閒談，正是機構成功的關鍵。通過鼓勵員工隨意地接觸，傳統的系統編織出一張員工之間的人際關係網絡，宛如一台平行運作的超級計算機：幾個頭腦同時獨立運作，解決同一個問題。

語言如同科技與藝術一般支撐着人類社會的發展。我們可以藉助語言成就卓越的事情。然而，人類大腦有局限性，其預設的認知能力只能處理小規模社會問題，而小規模社會正是人類進化史上近些年出現的特點。
[英]羅賓·鄧巴

這一輩子，兜兜轉轉，哪可能一直一帆風順？總會出現滿足不了期待的遺憾，經歷沒有結局的故事。可不管曾經面對了什麼，是那些過往，譜寫了我們人生的故事，而且帶來了很多意料不到的驚喜。如果你覺得事與願違，請一定相信，上天另有安排。

1 不要輕易說放棄

堅持，是一件很困難的事情。一路上可能會遇見各種阻礙，比如懶惰，比如焦慮。雖然磕磕絆絆不斷，也不要輕易放棄自己的目標。上天給你的歷練，是爲了確定你值得更好的結果。當你真心想做一件事情時，全世界都會爲你讓路。能夠咬緊牙關、堅持不放棄的人，最終都會得到人生的獎賞。峰頂風光無限，但谷底的痛苦和無奈只有走過的人才懂。當你感到疲累時，說明你正在走上坡路，正在一步一步遠離原來的泥沼。很多事情再堅持一下就可以看到曙光，只不過走向光明的道路總是黑暗，有些人堅持不下去，選擇了中途放棄。但正是因爲黑夜足夠黑暗，黎明才更加令人向往。

2 勇敢與過去告別

有一句歌詞寫得很好：揮別錯的，才能與對的相逢。

人生這麼長，總有走彎路的時候。沒

有必要沉浸在過往的回憶里，那些離開的，終將會消失。不用哀嘆命運的不公，對的人，不過是來得遲了些；好好修煉自己，讓自己也成爲對的那個人。這才是故事最美好的結局。成年人的生活，沒有幾個是輕鬆的。想走得更遠，看到更多，就要懂得減重前行。有些包袱，沒必要一直背着；有些人、有些事的存在，不過是讓你成長，讓你勇敢，這樣才會更有底氣、有能力去迎接真正的未來。與過去揮別，與自己和解，當你破解了命運給出的難題，會發現路的盡頭，站着那個披荆斬棘、爲你而來的人。生活無法時時如你所願，若是目前不太如意，請相信美好還在趕來的路上。命運給你做出的一切鋪墊，都是爲了讓你明確自己內心想要的。它樂於在人生路上埋下小驚喜，不要着急，時間會爲你證明一切。生活不會永遠安穩，也不會永遠動蕩，每一個當下，都是最好的安排。

作者：渡蘭君



人生最高級的活法，是接受事與願違



“看你日記，還不是爲了你好？”與其偷看，不如俯下身，與孩子平等溝通

從今天開始，和孩子說話時，我要學着有分寸感，注意尊重孩子的隱私。我相信，我對孩子的態度越是尊重，孩子越樂於親近我；當我俯下身子和他們平等溝通，孩子才更有可能

退一步，孩子就能前進十步，放手是所有父母都必須攻克的課題。

所以，我要學着克服自己的控制欲，講話時多給選擇，而不是下指令；多給建議，而不是直接提要求。

無論大事小事，只要是孩子的事，都讓他參與其中，和我們一起決策。因爲父母最重要的使命，就是幫助孩子成爲自己國土上的國王。

“啞了嗎？怎麼不說話啊？”

從今天開始，從好好說話開始

從今天起，我一定多注意自己和孩子講話時的語氣，堅決不用挖苦、嘲諷的話語刺激孩子敏感的神經。因爲我知道，對孩子來說，他寧願被仙人掌刺傷，也不願聽見大人對他的冷嘲熱諷。

父母不經意的一句“玩笑話”，都可能是射

孩子變好，從父母戒掉這10種說話語氣開始(下)

六、不冷漠

“一個巴掌拍不響，怎麼就光欺負你？”認真傾聽孩子的聲音，TA可能需要你的幫助

從今天開始，如果我的孩子希望得到我的幫助，我絕不再用冷漠的話語把他推開，讓孩子陷入孤立無援中。因爲我知道，這樣的情感忽視，不是體罰，卻是比體罰更冰冷的懲罰。就像拿一把鈍刀子在孩子身上劃，不會流血，但痛感真實。

冷漠不會打倒孩子，卻會打退孩子。他們會心中築起一座高牆，自我保護的同時，也把父母隔離在外。所以，我要蹲下來，真實走進孩子的世界，看見他內心深處的不安，用心聆聽他每一次的發聲。因爲我是孩子最重要的人，當疾風驟雨侵襲孩子小小的世界時，他能依靠的只有我罷了。

七、不侵犯隱私

對我敞開心扉。而像偷看孩子日記、手機的行爲，其實是我打着愛的名義，在行侵犯之事。

它讓愛變成了監視和窺探，最後留給父母的，唯有孩子緊閉的心門。

所以，從今天起，我要尊重孩子的隱私，給他空間；尊重他的話語權，平等相待；尊重他的選擇，支持幫助。只有父母懂得適度親密，彼此獨立，孩子才能越來越好。

八、不過度控制

“我是你親爸/媽，還能害你不成？”

孩子的人生，別“攪”得太緊

從今天起，我不要再說“我是你媽媽，我還能害你不成”這類試圖控制孩子的話。因爲我知道，成長需要自主感。唯有經歷過自主選擇的孩子，才會體會到主動成長的樂趣，繼而被激發出強大的自驅力。

而那些活在父母掌控下的孩子，像被枷鎖禁錮，小小年紀，就失去了生機。我相信，父母後

九、不人格侮辱

“你真是長者一個豬腦袋。”

TA可能不會停止愛你，卻會停止愛自己

從今天起，如果孩子犯錯，我一定拒絕使用不堪入耳的話來刺激、羞辱我的孩子。

因爲我知道，再調皮的孩子都有自尊心。父母的咒罵會如一把隱形的尖刀，攪碎他們幼小的心靈，造成一生的隱痛。

每個犯錯的孩子，都是一個等待被救贖的天使。我的包容會化作一縷清風，吹散孩子心頭的愧疚和不安；我的理解會成爲孩子成長的底氣，幫助他直面錯誤，快速成長。

所以，如果我的孩子犯了錯，我會試着把自己還原成一個孩子，去用他的想法思考問題，分析他錯誤的原因。最後用溫和的語氣指出他的問題，並給出有建設性的建議。因爲我知道，我必須時刻和孩子站在一起，打敗問題，而不是和問題站在一起，打敗孩子。

十、不暗諷挖苦

向孩子心頭的利箭，讓他畏縮不前。

所以，面對孩子，我要時刻提醒自己：不能因爲他是我的孩子，就肆無忌憚地說話。

當孩子犯錯、淘氣時，我要把他想象成我的朋友或者同事。用對待朋友的語氣，表達我的關切；用對待同事的態度，讓他感覺到理解和包容。

唯有我充滿溫度的關懷，才能幫孩子安頓好內心，獲得重新出發的勇氣。

有句話說得好，每個孩子，都是站在父母的舌尖上舞蹈。

生活中，我們難免要面對各種焦慮，面對孩子時，也不免會有口不擇言的時候。

但我們需要時刻記得：父母好好說話，孩子成長的道路才能光明通暢，親子關係的橋樑才能順利搭建。

希望未來我們說的每一句話，都能變成一股連綿輕柔的細流，推動孩子無畏向前。

文章來源：帆書

* 颶風 " 杜蘇芮 " 肆虐中國



周五,颶風 " 杜蘇芮 " 席捲中國南部,引發狂風暴雨,衝擊電線,引發火災,連根拔起樹木。周六,雨水浸透了中國北部地區。北京數千人被迫撤離。中國國家氣象預報員稱,未來三天,首都周邊廣大地區將面臨中高暴雨災害風險。" 杜蘇芮 " 是今年登陸中國最強颶風,迫使學校、企業關閉,海上油田的工人撤離。

Typhoon Doksuri swept into southern China on Friday, unleashing heavy rain and violent gusts of wind that whipped power lines and sparked fires, uprooted trees. Rain soaked northern China on Saturday, prompted thousands to evacuate in Beijing. A broad area encompassing the capital faces medium to high risk of rainstorm disasters over the coming three days, China's national forecaster said. Doksuri, the strongest storms to hit the country this year, forcing the closure of schools, businesses and the evacuation of workers from offshore oil and gas fields.

* 美議員再 " 施壓 " AI 芯片出口



眾議院中國問題特別委員會主席、共和黨眾議員 Mike Gallagher 和該委員會資深成員、民主黨眾議員 Raja Krishnamoorthi,在給商務部長雷蒙多的一封信中,呼籲"進一步加強"去年10月實施的一套全面的出口管制規則,該規則切斷了中國獲得英偉達、AMD 和英特爾等美國公司生產的頂級人工智能芯片的途徑。

Representative Mike Gallagher, a Republican and chair of the House of Representatives select committee on China, and Representative Raja Krishnamoorthi, a Democrat and ranking member of the committee, in a letter to Commerce Secretary Gina Raimondo called to "further strengthen" a sweeping set of export control rules implemented last October that cut off China's access to top AI chips made by U.S. firms such as Nvidia (NVDA.O), Advanced Micro Devices (AMD.O) and Intel (INTC.O).

* 中國希望在 2030 年前成為 AI 領域領導者

中國希望在 2030 年前成為該領域的領導者,並於本月公佈了管理該技術的新規則。信心來源於包括從數字支付到電子商務的大量數據,以及政府的支持和不斷壯大的企業家隊伍。但不夠開放的網上生態系統、對互聯網內容的審核以及美國對中國半導體出口的限制將阻礙進展。

China wants to be a leader in the field by 2030 and this month unveiled new rules governing the technology. Reasons for confidence included troves of data spanning everything from digital payments to e-commerce as well as government support and a growing army of entrepreneurs. But closed online ecosystems, controls on internet content and U.S. curbs on semiconductor exports to the world's second largest economy will hamper progress.

* 哈佛大學再遭調查



美國教育部正在調查哈佛大學在招生過程中是否存在種族歧視,偏袒與捐贈者和校友有聯繫的申請人。三家民權組織提出投訴,認為

各地消息 匯總

龍鷹瞰世界 DETV 2023-07-30

哈佛大學對 " 有親屬關係 " 本科生申請者的偏好絕大多數有利於白人學生,違反了聯邦民權法。The U.S. Department of Education is investigating whether Harvard racially discriminates by favoring applicants with ties to donors and alumni in its admissions process. The complaint filed by three civil rights groups, who argued that Harvard's preference for "legacy" undergraduate applicants overwhelmingly benefits white students, in violation of a federal civil rights law.

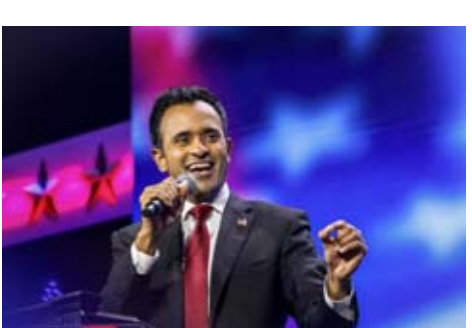
* 楊紫瓊訂婚 19 年後終於完婚



俗話說好事多磨 --60 歲的奧斯卡獲獎女演員楊紫瓊和 77 歲的法拉利前首席執行官托特等了近 20 年才正式結婚,而這對情侶在戀愛之初等了不到兩個月就訂婚了。今年早些時候,楊紫瓊憑藉在電影《瞬息全宇宙》中備受贊譽的表演,成為首位獲得奧斯卡最佳女主角的亞洲女性,創造了歷史。

They say good things come to those who wait - While the Academy Award-winning actress, 60, and former chief executive for Ferrari, 77, waited nearly two decades to officially wed, the couple waiting less than two months to get engaged at the beginning of their relationship. Earlier this year, Yeoh made history as the first Asian woman to win an Academy Award for best actress following her acclaimed performance in the film, "Everything Everywhere All at Once."

* 最年輕亞裔美國人總統候選人 " 說唱 " 上熱搜



美國共和黨總統候選人維韋克 - 拉馬斯瓦米(Vivek Ramaswamy)最近試圖在電視上說唱,卻遭到社交媒體上一些人的抨擊。拉馬斯瓦米是一位來自俄亥俄州的印度裔美國人,現年 37 歲,是生物技術領域的千萬富翁,今年 2 月宣佈參加 2024 年總統競選。拉馬斯瓦米在全國共和黨初選中的民調中排名第三。

GOP presidential candidate Vivek Ramaswamy's recent attempt to rap on television got roasted by some on social media. Ramaswamy is 37-year-old biotech multimillionaire, an Indian American from Ohio, announced his 2024 presidential campaign in February. Ramaswamy is polling in third place nationally in the Republican primary field.

* 幣安申請駁回對其起訴

美國商品期貨交易委員會(CFTC)周四在一份法庭文件中表示,幣安及其首席執行官趙長鵬已申請駁回交易委員會對幣安的起訴。美國商品期貨交易委員會於今年 3 月起訴幣安,稱其違反了 " 商品交易法 " 和某些相關的聯邦法規,並運營着監管機構所稱的 " 非法 " 交易所和 " 虛假 " 合規計劃。幣安是全球最大的加密貨幣交易所,它表示此項起訴應該被駁回,因為它試圖監管居住在美國境外並在美國境外運營的外國個人和公司。

Binance and its CEO Changpeng Zhao have

filed a motion to dismiss a complaint against the cryptocurrency exchange by the U.S. Commodity Futures Trading Commission (CFTC), the company said in a court filing on Thursday. The CFTC sued Binance in March, alleging they violated the Commodity Exchange Act and certain related federal regulations, and for operating what the regulator said was an "illegal" exchange and a "sham" compliance program. Binance, the world's largest cryptocurrency exchange, said the CFTC's case should be dismissed because it sought to regulate foreign individuals and corporations that reside and operate outside the United States.

* TikTok 加入電商大戰 主推中國製造

據知情人士稱,TikTok 計劃於 8 月推出一項幫助中國商家在全球銷售商品的計劃,並將首先正式向美國消費者推出。這位人士表示,通過全面的服務計劃,中國商家將發現在美國銷售產品變得更容易,因為 TikTok 將在清關、倉儲和物流等方面為他們提供幫助。但 TikTok 在美國發展電子商務之際,正面臨美國官員因數據安全擔憂而加強審查。在立法者提出一項法案後,該公司正在努力阻止其實施,因該法案將授予拜登政府禁止構成安全風險的應用程序的權力。



TikTok plans to launch a program in August to help Chinese merchants sell goods globally, and will officially roll it out first to consumers in the United States, a person familiar with the matter said. With the full service program, merchants in China will find it easier to sell products in the U.S. as TikTok will help them in areas such as customs clearance, warehousing and logistics, the person said. TikTok's move to grow its ecommerce business in the U.S. comes at a time when it is facing heightened scrutiny from U.S. officials over concerns about data security. The company is fighting to prevent a ban after lawmakers introduced a bill that would grant the Biden administration authority to ban apps that pose security risks.

* 美國出現罕見 " 腦病 "



佐治亞州衛生官員周五表示,一名本州居民死於一種罕見的腦部感染,俗稱 " 食腦阿米巴 "。州衛生局證實,這名受害者感染了瑞格勒氏菌,這種阿米巴會破壞腦組織,通常會導致死亡。官員說,受害者很可能是在淡水湖或池塘游泳時被感染的,當含有阿米巴的水進入人的鼻腔時,就會受到感染。但吞食並不會感染,也不會在人與人之間傳播。

A Georgia resident has died from a rare brain infection, commonly known as the "brain-eating amoeba," state health officials said Friday. The victim was infected with Naegleria fowleri, an amoeba that destroys brain tissue, causes brain swelling and usually death, the Georgia Department of Health confirmed in a news release. Officials said the victim likely was infected while swimming in a freshwater lake or pond but did not say where. People can become infected when water containing the amoeba goes up a person's nose. It cannot infect people if swallowed and is not spread from person to person.

* 福特召回 87 萬輛皮卡

福特汽車公司周五表示,由於潛在的線路問題可能導致電動停車制動器意外啓動,該公司將在美國召回 87 萬輛 F-150 卡車。根據向美國國家公路交通安全管理局(NHTSA)提交的文件,此次召回涉及 2021 至 2023 年款的 F-150 卡車。召回範圍包括配備單排氣系統的卡車。該廠商表示,與後車橋外殼的接觸可能會損壞線束,導致電動停車制動器意外啓動。



Ford Motor said Friday it is recalling 870,000 F-150 trucks in the United States because of the risk of an unexpected activation of the electric parking brake due to a potential wiring issue. The recall covers 2021 through 2023 model year F-150 trucks, according to a filing with the National Highway Traffic Safety Administration (NHTSA). It covers trucks equipped with a single exhaust system. Contact with the rear axle housing may damage the wiring harness, causing the electric parking brake to activate unexpectedly, the automaker said.

Local News 地方新聞

底特律唐人街古建築在呼籲考慮保護的情況下仍被拆除周六上午,底特律一座擁有 140 年歷史的建築被夷為平地,儘管許多人呼籲停止拆除進程,而且市議會的一致投票也未被採納。這座建於 1883 年的卡斯大道建築是當時底特律市中心亞裔企業(其中大部分來自中國)繁榮時期的最後遺迹之一。該建築是華商協會和其他團體的所在地,也是舉辦婚禮和電影等文化活動的聚會場所,甚至還為移民家庭開設了健康診所。



A 140-year-old Detroit historic building (3143 Cass Ave) was razed Saturday morning despite many calls for the demolition process to be halted and a unanimous city council vote that went unheeded. Built in 1883, the Cass Avenue building was one of the last relics of a time when Asian-owned businesses, a majority of them with roots in China, thrived in downtown Detroit. Home to the Chinese Merchants Association and other groups, the building served as a gathering space for cultural events, such as weddings and movies, and even hosted a health clinic for immigrant families.

激發潛能 共築輝煌 - 龍鷹衛視青少年培育工程

7 月 28 日 # 龍鷹衛視新聞採訪培訓班帶領青少年團來到當地法院,警署,與法官,議員,警署官員,展開了長達三小時的深度訪談。官員們傾聽了華二代的心聲,對他們的未來表示關注並給予高度重視。通過訪談使他們學到有關領導者和司法系統的知識和經驗,為將來走向社會奠定了堅實的基礎,官員們對龍鷹衛視培育下一代的計劃給予高度讚揚,龍鷹衛視青少年培育工程旨在幫助青少年發展潛能,增強能力,成為對社會有益的複合型人才!為我們優秀的華二代點贊!

On July 28, Dragon Eagle TV Youth Team went to a local court, with Michigan State Representatives, Judges, and Police Bureau representatives conducted a 3-hour in-depth interviews. Through this activity youth team members learned about leadership, justice and potential usable experience. Dragon Eagle TV Youth Team in the future will utilize the information learned that day. The youth group interviewed State Representative Mike McFall, Judge Brian Hartwell, Magistrate Tanya Bowers and three representatives from the police department.

中國外交人事震蕩 美方:中美接觸不會因此發生改變

一個月來未公開露面的中國外交部長秦剛星期二(7月25日)被免去外長職務,由其前任、現擔任中共政治局委員、中共中央外事辦主任的王毅重任外長。美國國務卿安東尼·布林肯(Antony Blinken)對此回應說,誰擔任中國外長是中方自己的決定,美方將會繼續與中國接觸。白宮也表示,華盛頓與北京的關係與溝通,不會因中國外交高層人事變化而發生改變。

美國國務卿安東尼·布林肯(Anthony Blinken)星期二說:“談到中國,當然,這是中國的主權決定來決定由誰擔任他們的外交部長。”

他是在訪問湯加期間與首相肖西·索瓦萊尼(Siaosi Sovaleni)舉行的聯合記者會上被問及中國外長被免職的問題時說的上述這番話。

布林肯表示,他在秦剛擔任中國駐美國大使時認識他,也在秦剛出任中國外長期間與其有過建設性的對話,同時他與王毅也有過十多年的接觸,包括最近在雅加達東盟外長會議間隙與王毅的會晤。

他說:“我期待能夠像過去一樣與他(王毅)開展良好的合作。我們將繼續與他接觸,我們將繼續與其他中國官員接觸。正如我們所說,負責任地管理這種關係對我們來說非常重要。這要從外交,從接觸開始。我將與任何相關的中方對應官員合作。”

美國國務院副發言人韋丹特·帕特爾(Vedant Patel)星期二在華盛頓的例行記者會上

被問及中國外長秦剛被免職的問題時也說:“決定誰是他們的外交部長,是中國自己的事。”

他說:“我們將繼續與王毅外長和其他中國官員進行接觸。我們仍然相信,保持溝通渠道非常重要,這是負責任地管控這種關係的重要途徑,這也是國際社會對我們的期望。”

記者問帕特爾,在布林肯的北京之行後,雙方正在討論秦剛訪問美國事宜,北京的這次人事變動對雙方高層互訪會有什么影響。他回答說:“我要重申的是,幾乎每次美國官員對中國的訪問結束時都會重申,我們期望我們將繼續看到太平洋兩岸的高層訪問接觸。我們仍然預計情況會如此。我沒有什麼具體的訪問可以宣佈,而且任何前來美國的訪問最終要由中華人民共和國宣佈,至於這究竟可能是誰,他們的某個頭銜或更多頭銜是什麼,我不想搶在程序之前。”

白宮發言人卡琳·讓·皮埃爾(Karine Jean-Pierre)同天也表示,中國外長秦剛被免職不會影響到美國與中國之間的關係。

她在星期二的白宮例行記者會上說:“我們清楚地瞭解到這個決定,最近的這個變化,這是中華人民共和國的內部事務。因此,我們讓他們就這一變化、以及評論和任何問題做出回應。美國致力於深化與中華人民共和國的溝通渠道,以防止任何誤解和誤判。因此這不會改變任何事情。”

還有記者問到,拜登總統此前曾表示願意

與中國國家領導人習近平通話、甚至會面,如今中國的外交高層人事震蕩是否會影響到後續兩國領導人或高層官員之間的互動,讓 - 皮埃爾強調不會發生變化。

她說:“我們將繼續採取一直以來的動作,繼續保持這些溝通渠道的暢通。這一點沒有改變。”

中國官媒新華社星期二報道說,中國第十四屆全國人大常委會第四次會議經過表決,決定免去秦剛兼任的外交部部長之職,任命現年69歲的王毅為外交部部長。中國國家主席習近平隨即就此簽署第八號主席令。目前,秦剛的國務委員頭銜仍然未動。

當被問及北京是否先向華盛頓通報了這個人事變動時,美國國務院發言人帕特爾表示,除了公開報道的內容之外,沒有其他任何進一步的信息。

現年57歲的秦剛去年底剛從駐美國大使任上被任命為外交部長,並在今年加升國務委員頭銜,成為“國家領導人”。

但他自6月25日會晤斯里蘭卡外長、越南外長和俄羅斯副外長等人後,就一直未公開露面,中國在那之後的重要外事活動,包括東盟外

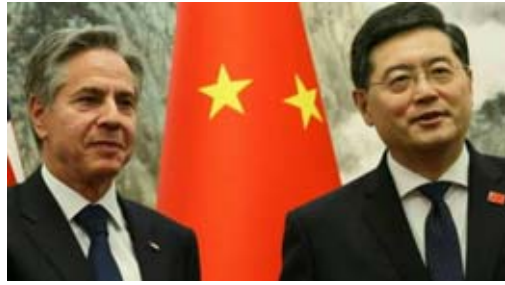
長會議以及正在南非約翰內斯堡舉行的金磚國家安全事務高級代表會議,都由王毅代為出席。

自從秦剛從公眾視野消失後,有關他的傳聞不脛而走。中國外交部最初曾表示秦剛缺席外事活動是因為“身體原因”,但之後再未提及這一原因,而是表示沒有信息可以提供,並強調中國外交活動如常進行。

有記者上個星期曾在北京舉行的外交部例行記者會上問秦剛的消失是不是因為與鳳凰電視台記者、最近在美國生了孩子的傅曉田有染而受到調查有關時,外交部發言人毛寧回答說:“我不瞭解你所說的情況。”

中國官方星期二在通報秦剛被免去外長職務時,沒有提及原因。

中國外交部網站上也出現了變化,部長專頁現在顯示“信息更新中……”,在有關“部領導活動”專頁,有關外長秦剛所有的過往信息,包括他今年6月在北京會晤美國國務卿布林肯的官方新聞稿,全都消失不見了。在中國國務院網站上,秦剛的簡歷顯示他仍是“國務委員”,“外交部長”的頭銜已被刪除。新聞來源:美國之音



沙利文:中國認為兩國關係“不綁安全帶”可能更安全

美國國家安全顧問杰克·沙利文(Jake Sullivan)7月21日在阿斯彭安全論壇(Aspen Security Forum)上說,中國似乎認為美中兩國關係“不綁安全帶”,不設“護欄”,才會更加安全。稍早時候,美國國務卿安東尼·布林肯(Anthony Blinken)在同一個論壇上為拜登政府與中國的最近接觸進行了辯護。他說,接觸是為了其建立一個底線,以確保競爭不會陷入衝突。

中國不希望為兩國關係綁上“安全帶”

沙利文在阿斯彭安全論壇上被問到他與中國最高外交官員王毅今年5月在奧地利維也納的對話以及中國是否也像美國一樣認為為美中關係建設“護欄”非常重要。



沙利文回答說,相對於在媒體聚光燈下的對話,這樣的交流可以更坦誠、更直接。他說,兩人的會晤也為後來國務卿布林肯、財政部長珍妮特·耶倫(Janet Yellen)以及美國總統氣候特使約翰·克里(John Kerry)最近對中國的訪問鋪平了道路。

為兩國關係設立底線和護欄是布林肯訪華的主要目的。稍早時候,布林肯在阿斯彭安全論壇上也再次強調他與中國的接觸是為了設立

底線和護欄。“從我們的角度來看,這非常簡單。對我們來說,重要的是讓這個關係恢復一些穩定,為其建立一個底線,以確保我們現在的競爭不會陷入衝突。”

在被問到中國是否也希望為兩國關係設置護欄時,沙利文說,他的印象是中國似乎並不希望為兩國關係“綁上安全帶”。

“這只是我的印象,中國的整體態度大概是這樣的:如果你在車上系上安全帶後,你就會被激勵開得更快、更瘋狂,然後,就會發生車禍。因此,在某種程度上,最好不要系安全帶。”

沙利文說,實際上,“安全帶”是一個很好的類比,因為綁上安全帶大大降低了車禍成本和後果。他說,美國隨時準備在各個層面進行軍事交流,以避免錯誤、誤判和階級,坦率地說,中國沒有這樣做。

中國方面多次表示,除非美國解除對中國國防部長李尚福的制裁,否則中國不會與美國恢復軍事交流。李尚福在2018年因購買俄羅斯武器而受到美國制裁。

沙利文對此也作出了回應。他認為,制裁不

應該是中國拒絕交流的原因。首先,中國軍方有很多人並沒有被制裁;第二,他自己和拜登內閣的很多人也被俄羅斯制裁,但這並不妨礙他們在必要時與俄羅斯方面進行交流。

他說,幾十年來,美國和俄羅斯就減少核風險、戰略軍控等進行對話,但是,美中之間還沒有進行過類似的對話,這是不穩定的因素之一。他希望將來某一天能與中國就其核能力進行對話,因為這是核大國的責任。

“小院高牆”VS“過時的游泳衣”

沙利文今年4月曾在美國智庫布魯金斯學會發表題為“重振美國經濟領導地位”的重要演講。在演講中,他表示美國正在用“小院高牆”(small yard, high fence)來保護我們的基礎技術。在阿斯彭安全論壇上,沙利文也被要求再次解釋“小院高牆”的意義。

“所以從我們的角度來看,繼續關注‘小院’內應用於國家安全的基礎技術,我們將繼續證明這一點,我相信隨着時間的推移,美國和中國之間的絕大多數貿易和交流將不會受到這些國家安全應用的影響。但我們也不會迴避基本的東西,即美國及其盟國的技術不應被用來破壞美國及其盟國的安全。因此,我們將繼續對涉及國家安全和軍事應用的技術進行非常有針對性、非常具體的限制,並做出嚴謹、仔細、有條不紊的判斷。”

他強調說,美國企業依然從中國市場獲利,以及美中之間的貿易並沒有因為對中國的出口禁令而減少足以證明,拜登政府執行的是“小

院”,即小範圍。

中國駐美國大使謝鋒兩天前在在一個論壇上指責美國“芯片禁令”不公平。他說,禁止向中國出口14納米以下芯片,就像在游泳比賽里自己穿上最先進的泳衣,別人只許穿過時的泳衣,還有起碼的公平嗎?

針對謝鋒的說法,沙利文回應道,中國大使在喊不公平很有意思。中國有一系列的不公平政策:限制對外投資、限制出口、進行網絡經濟間諜以及強制技術轉讓等等。

終極目標:與中國共存

沙利文在論壇上還被問到美中競爭的終極目標是什麼?對此沙利文回答說,美國並不尋求“結束”中國,美國所做的一切是為了與中國共存。

他說:“我們將不得不與中華人民共和國共存,中國將永遠是世界格局的一部分。作為大國,我們將必須學會共存。這是我們(對華)策略的基本戰略前提。我們尋求的不是結束一個國家,而是建立一個穩定的國家,一個從根本上有利于美國以及我們的盟友和夥伴的利益和價值觀的穩定國家,因為我們認為這樣世界會更加穩定、繁榮和安全。”

他說,美國現在所做的一切都是基于與中國共存的目標。不管是應對人類歷史上最大規模的和平時期軍事建設,以及在關鍵供應鏈方面擺脫對中國的依賴,以及與盟友聯手,共同對抗來自中國的侵略、脅迫和恐嚇等。新聞來源:美國之音

基辛格再次訪華的後面

美國軍機在南卡羅來納州海岸附近擊落那隻任性地飄過阿拉斯加和北美大陸的(中國大陸)氣球後,美中關係急速惡化,兩國政府部門間的聯繫幾乎完全停擺。為防意外,拜登政府一直嘗試着重啓與中國大陸同行的高層接觸,並有所進展 -- 國務卿布林肯、財政部長耶倫和總統氣候特使克里分別於6月和7月前往北京訪問。7月下旬,早已不在其位、不謀其政的百歲老人,前(共和黨政府)國務卿、(共和黨總統)國安顧問基辛格(Henry Alfred Kissinger)也舟車勞頓地飛往中國大陸訪問(下圖 The New York Times)。

在這些訪華的美國政府高官中,布林肯國務卿見到了國家主席習近平,雖然見面時的規格不能讓布林肯完全滿意。耶倫財長和克里特使則與對應的大陸政府官員會面商談。可純屬私人訪問的基辛格,卻在大陸得到了遠高於美國政府高官的接待 -- 他不僅會見了中國大陸最高領導人習近平,還會見了大陸最高外交官王毅和國防部長李尚福。尤其是他與大陸防長李尚福的會見,讓人頗感意外。畢竟,基辛格乃美國一介平民,卻能與大陸防長會見。而國防部長奧斯汀一直都希望與大陸國防部恢復聯繫並與大陸國防部長李尚福會談,卻不得要領。基辛格非但在中國大陸受到超規格的接待,他還收到來自大陸集體領導層的讚揚。如大陸前國家副主席王岐山表示,基辛格“為打破中美關係的僵局作出了歷史性貢獻,在增進兩國間的瞭解方面發揮了不可替代的作用。”大陸國家主席習近平更是對基辛格評價頗高:他(基辛格)“以卓越的戰略眼光,作出中美合作的正確抉擇,開啓了中美關係正常化進程,既造福了兩國,也改變了世界。……中國人民永遠不會忘記他們的老朋友,中美關係將永遠與亨利·基辛格的名字聯繫在一起。”基辛格則回應說自己是“中國的朋友”。英國廣播公司甚至暗示,“鑒于他在中國的巨大地位,(基辛格)可以充當美中談判的幕後渠道。”

那麼,為什麼在美國政界早已式微的基辛格,會選擇在這個時候訪華?

基辛格本人在與大陸國防部長李尚福會面時說,“我此訪是作為中國的朋友而來。”基辛

格希望幫助美中雙方“消除誤解、和平共存、避免對抗”。當7月20日大陸國家主席習近平在釣魚台國賓館會見他時,基辛格表示,美中關係對於美中兩國和世界和平繁榮至關重要,“我願繼續為增進美中兩國人民相互理解作出努力”。基辛格雖然是一名過氣政客,他似乎有着一顆赤誠之心,願意為消除中間誤解鋪路搭橋,為世界大同做貢獻。

那麼,中國大陸高層明知基辛格在美國政界影響力不再,為何依然對他如此不吝贊賞呢?在過去十年里,政治氣候急劇轉向的美國,儘管兩黨在幾乎所有的政策上惡斗,但在對華政策方面卻達成少有的共識 -- 中國大陸是美國的競爭對手而非合作夥伴。在上任的頭兩年里,拜登政府基本退出了對華接觸,轉向戰略競爭。拜登政府的一系列政策和行動表明,美國非常認真地對與中國大陸的戰略競爭 -- 建立了抗中的安全《四方會談》(QUAD);並啟動了排除大陸在外的《印太經濟框架》(IPEF);明確表示台灣有事時美國將介入;在日本、韓國、澳(大)利亞、新(西)蘭)的基礎上逐漸將北約擴大至亞洲。

面對前所未有的壓力,大陸政府多半更加懷念美中處於“蜜月”或“友好”時的兩國關係。彼時的美國政府更感興趣的是向美國出口開放中國大陸市場,而非對中國大陸出口關閉美國市場大門。對基辛格的超規格接待讓北京發出信號,如果華盛頓恢復十年前的外交政策,兩國關係會好得多。中國大陸同時也表明瞭其偏好的外交風格 -- 美國政府指派一名負責人來處理中國大陸事務。如喬治·W·布希政府的財政部長保爾森;奧巴馬第一個任期的國家安全顧問湯姆·多尼隆。

於是,就有了中國大陸對於來訪、願意幫助促進美中關係的“美國朋友”的熱烈歡迎,如習近平6月時接見2023年訪華的“第一位美國朋友”比爾·蓋茨,和7月接待基辛格這位“老朋友”。對於中國大陸來說,代表科技界的蓋茨和

曾經馳騁美國外交界的基辛格訪華談美中友好,符合中國大陸團結美國有識之士繼續為推動中美關係重回正確軌道發揮建設性作用的策略。因為中國大陸認為與美國友好相處符合中國的利益。

美中友好也符合比爾·蓋茨和基辛格的利益,要不他們會頂着政治不正確的巨大壓力,大老遠的訪問中國大陸給自己找麻煩?咱今兒個主要說說基辛格在“促進美中兩國人民相互理解”的“大我”之外的個人利益“小我”。

弗萊徹法律與外交學院(Fletcher School of Law and Diplomacy)國際政治教授、芝加哥全球事務委員會(Chicago Council on Global Affairs)非常駐研究員德雷茲納(Daniel W. Drezner)認為,基辛格此次訪華是為了“保持他的相關性和影響力”。

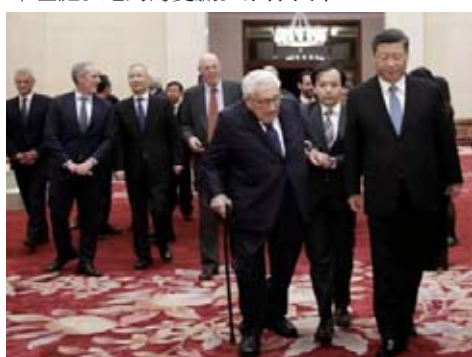
由於離開政壇多年,以及外交界新戰略家的湧現,基辛格在美國政壇,尤其在外交界的影響力早已式微。但對術業有專攻的基辛格來說,大國政治仍然是他擅長的領域。隨着美中關係的惡化,睿智的基辛格可以在兩個超級大國間扮演一個重要角色,即以自己的關係幫助欲去中國大陸投資的美國企業和希望繼續留在中國大陸賺錢的美國企業。所以,基辛格一直抵制美國對俄羅斯和中國大陸外交政策的鷹派轉向;這樣的轉變威脅到他接觸世界領導人的特權(下圖)。沒有了這些接觸,基辛格也就失去了他的“相關性和影響力”,相應地,他賺錢的能力。基辛格的這種賺錢能力可說是一種創新 -- 一條完全不同於傳統上前政府高官將其執政經歷變現的路徑。

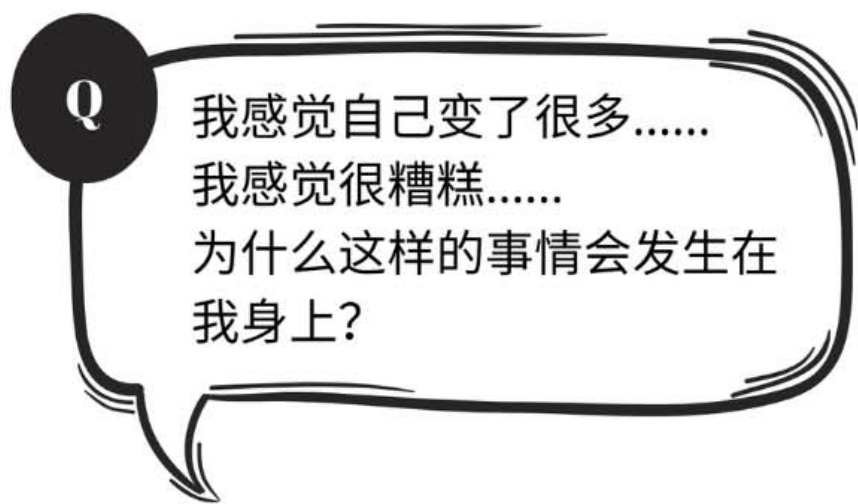
通常,美國政府退下來的高官或政策負責人以寫回憶錄,偶爾發表外交政策演講,或成為一家非營利組織如智庫的負責人的方式賺錢。但那是辛苦錢,且機會有限。從國務卿位置上退下來的基辛格,創建了另一種賺錢方式 -- 為企業或政府機構提供贏利性諮詢。1982年,基辛格

(Henry Kissinger)和已故外交大師斯考克羅夫特(Brent Scowcroft)創立了基辛格協會(Kissingers Associates)(下圖?FP),為企業客戶提供有償諮詢服務。基辛格對客戶的賣點是他能夠進入權力走廊 -- 不僅在華盛頓,而且在北京、莫斯科和其它國家的首都。

無論在任何國家,企業都需在政府政策的指導下經營。即使知名高科技公司如英特爾、高通、和英偉達,也得服從美國政府的對話半導體限制令(下圖?SEMI14)。這也是這些公司的老總近日到華府打探拜登政府關於對華半導體政策的最新規定,以及遊說的原因。而基辛格協會自建立以來的最大吸引力,便是其大力宣傳的接觸(美、中、俄等國)高層內幕的能力。這意味着,基辛格最近在北京的逗留不僅會給他帶來大量的新聞報道,還會得到企業的持續支持。可以預測,他返回美國後的日程安排會滿滿的。已經確定的是布林肯國務卿將見基辛格,分享他從中國大陸帶回的信息。之後,他將受邀與一些公司的首席執行官們聚餐告訴他們一些“內幕”消息(當然,那是需要付費滴)。很有可能他會至少接受一次黃金時段的電視採訪,並為某知名雜誌撰寫一篇備受矚目的文章。

無論美中關係最終走向何處,基辛格可以微笑着說,我為之努力過了,問心無愧。亨利·基辛格博士的確是一位大師,在為美中兩國關係殫精竭慮的同時,美中受益企業也不會讓他囊中羞澀。絕對的雙贏。作者:國華





匿名向咨询师提问——

任何心理学问题、心理健康的相关困扰、对生活的忧虑..... 都可以告诉我们。 心理相关专业工作人员将回应您的疑虑!

扫码匿名提问, 回应将被刊登在本栏目及亚协网站



您或您的家人如有任何紧急的自杀风险, 请立 即拨打国家心理危机热线**988**求助! (7天24小时在线)



添加微信 关注更多活动



asiaohio.org

facebook twitter instagram @asiaohio



Do you want to work as an interpreter? 你想做口译员吗?

接受在线培训, 学习口译模式、技巧和基本医学术语, 成为一名合格的医学口译员!

课程费用 \$650, 提供奖学金 发送电子邮件至 its-info@asiaohio.org 了解更多详情



3631 Perkins Ave Ste 2A-W
Cleveland, OH 44114
216-881-0330

asiaohio.org

facebook twitter instagram @asiaohio

您准备好投票了吗?

请致电 ASIAN SERVICES IN ACTION 社区与公民参与团队, 开始行动!

- 登记投票
- 更新您的地址
- 查找您的投票地点和时间
- 了解更多关于投票的信息



俄亥俄州的下一次选举将于 2023年8月8日(星期二)举行



370 E Market St
Akron, OH 44304
(330) 535 - 3263

asiaohio.org

facebook twitter instagram @asiaohio

在 ASIAN SERVICE IN ACTION'S 国际社区中心接种 COVID-19 疫苗可获赠品一份!

- 保持饮料热或冷
- 洗碗机安全
- 适合汽车杯架
- 不锈钢

送完为止 每个病人一个杯子 欢迎上门拜访和预约



2999 Payne Ave Ste 140
Cleveland, OH 44114
(216) 361-1223

伊利諾州、俄亥俄州、密西根州最大最乾淨最豪華最齊全華人超市



PARK TO SHOP SUPERMARKET GROUP Cleveland 百佳超市 Tel:(216)781-3383;1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

熱烈祝賀百佳集團芝加哥北郊香港超市隆重開業

北郊香港超市 美中地區規模最大

拼搏奮鬥前途輝煌興旺百業

躊躇滿志大展宏圖再傳佳音



位于芝加哥北郊奈爾市 (Niles, IL) 的香港超市,8月1日起試營業! 大家期盼已久的北郊香港超市,總購物面積 8.8 萬平方英尺,將成為美國中西部地區規模最大的華人超市。

百佳香港超市集團 (Park To Shop) 已獨資收購當地韓國超市“新娘超市”(Assi Plaza), 將華麗變身為“香港超市”華人品牌,成為百佳香港超市集團旗下的第十

家超市。

新娘超市所在的大樓也將陞級為百佳廣場(J Plaza), 衆多商舖將集美食、娛樂、文教、辦公為一體, 打造芝加哥北郊中國城、北郊亞洲城!

原韓國超市 Assi Plaza,百佳香港超市集團獨資收購

芝加哥北郊跨國公司總部雲集、工商業繁榮,諸多北郊市鎮華裔及亞裔居民衆多。多年來,北郊亞洲超市由韓國超市獨佔鰲頭,如今北郊華人居民終於盼來了香港超市的華人品牌。北郊香港超市位于北郊奈爾市(Niles,IL),是連接芝加哥市與北郊市鎮的戰略樞紐位置,近 94 號高速、294 高速,交通便捷。

北郊香港超市地址:
8901 N Milwaukee Ave,
Niles, IL 60714



Cleveland	Columbus	Detroit	芝加哥南華埠	芝加哥總店	芝加哥北華埠	芝加哥南華埠	Aurora	Westmont
Tel:(216)781-3383 1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114	Tel(614)789-1889 2757 Festival Lane Dublin, Oh 43017	Tel:(313)274-3100 8641 N Telegraph Rd Dearborn Herghts, MI 48127	Tel:(312)881-0068 2121 S. Archer Ave CHICAGO IL 60616	Tel:(312)791-9111 2425 S. Wallace St. CHICAGO IL 60616	Tel:(773)334-3838 4879 N. Broadway CHICAGO IL 60640	Tel:(312)846-1188 1835 S. Canal St. CHICAGO IL 60616	Tel:(630)340-3163 4334 E New York St. Aurora IL 60504	Tel:(630)974-6007 665 Pasquinelli Dr Westmont IL 60559