

“Don't forget: third time is a charm!”
Margaret W. Wong



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

第四七六期 Vol.476 Aug.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

文化有差異 傳承無國界



詳細內容請見本期有關版面

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

黃唯律師樓

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

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

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

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

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

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

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

伊利諾州芝加哥分公司:
地址: 401 South LaSalle,

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

紐約州紐約分公司:
地址: 139 Centre Street, Suite PH 112, New York, NY 10013
電話: 212-266-7011
傳真: 212-226-7008

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

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

黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

弘揚中華文化 交流美中信息 **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

處理案件 您不一定需要親自前往法院
You may not have to go to Cleveland Court

Because of COVID-19, there are different ways to take care of legal matters. Visit www.cmcoh.org to get options for tickets (traffic/ parking/ waste collection)

Also see details about small claims (less than \$6,000) or civil weddings.

由於 COVID-19 疫情, 因此可以通過多種方法來處理法律事務。您可以訪問 www.cmcoh.org 以獲取更多的選項來處理如交通/停車/垃圾收集等相關的罰單

另請參閱有關小額錢債索賠 (少于 6,000 美元) 或民事婚禮等的詳細信息。

Earle B. Turner, Cleveland Clerk of Courts

再哭泣

昨夜的雨在哭泣
昨夜的風在嘆息
風雨中你悄悄離去
沒有去天涯
沒有去海角
尋尋又覓覓
要走的心留不住
要留的夢在夜裏
人生如浮雲
聚散飄零不由己
你有你自由
選擇何時要離去
沒有留下一點音訊
告訴我不要去
你有情無情永遠是迷
有緣無緣要憑天意
我選擇的是等待
等待你回心轉意

朝如青絲暮成雪
相思如海難平息
苦酒就是不能醉了自己
我早已習慣了星稀月迷
只是絲方盡
春蠶心不死
猶化成彩蝶
獻上最後美麗
留下最後回憶
我不是春蠶
卻像那臘炬
流下的淚水
在風裏被吹乾
在灰中留痕跡
別問我情為何物
我早以生死相許
如果此情能連續
來生是否再哭泣

劉天擎
詩歌園地

援心會愛心贈月餅 請大家互相轉告

一年一度的中秋團圓節(9月29日)即將到來, 克里夫蘭援心會(Helping Heart Inc.)已為克城老人們準備好了中秋月餅, 今年總共有 132 盒中秋月餅要在中秋之前贈送給老年朋友, 具體事宜如下:

時間: 9月17日, 星期日, 上午 10:00 開始

地點: 13825 Enterprise Ave., Cleveland Oh 44135

請 55 歲以上的老年朋友前往領取。先到先得, 送完為止。

Helping. Heart. Inc
Sep. 17. Sunday. 10.00 am. 132. Moon cake giveaway. first come first service. Must 55 year older. 13825. Enterprise. Ave Cleveland. Oh. 44135

2023年9月10日 歡迎您參加克利夫蘭龍舟大賽

Welcome to the 2023 CLEVELAND DRAGON BOAT FESTIVAL ~Sept 10th

8am - 3pm
421 Black River Landing Lorain, OH 44052
Website: Cledba.org
Email: cdbainc@gmail.com

7:30 am - 8:15 am, Team Check-In, Registration
7:45 am MC/DJ Announcing
8:00 am Awakening of the Dragon Ceremony
8:30 am CAPTAIN'S MEETING
9:00 am ROUND 1 HEATS
10:00 am Kwan Lion Dance
10:15 am ROUND 2 HEATS
11:00 am BCS/ACS Flower Ceremony
11:15 am Yume Daiko Drums
12:30 pm FINAL HEATS
1:30 pm The Gathering Place's 50/50 Raffle
1:45 pm AWARDS CEREMONY

Thank you Sponsors and Volunteers!

RINGER SCREEN PRINT, INC.
CUSTOM SCREEN PRINTING & EMBROIDERY

Visitors Bureau **LORAIN COUNTY 200th CENTENNIAL**
Celebrating Together Since 1824

伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL

ChoiceLocal
Franchise Marketing. Proven Results.

BIT'S
Catania
The Parma Flower Shop

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

Chinese Vietnamese Hmong Korean Ukrainian Arabic Tagalog Spanish Amharic French Russian Somali

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

FEDERAL TRADE COMMISSION

克利夫蘭市和 KeyBank 宣佈撥款 250 萬美元，為克利夫蘭居民的新的房屋維修計劃提供資金



東南部和整個城市工作的重要組成部分。KeyBank 基金會的贈款將授予 CHN Housing Partners 和 LISC Cleveland, 他們將與克利夫蘭市合作, 向符合條件的居民分配資金。Key-Corp 董事長兼首席執行官 Chris Gorman 表示: “KeyBank 的重大投資證明瞭我們對克利夫蘭民衆和我們目標的持久承諾, 我們提供幫助我們的客戶和社區蓬勃發展。” 他還表示: Key Bank 很高興成爲與克利夫蘭市、LISC 和 CHN Housing Partners 之間這一具有里程碑意義的合作夥伴關係的一部分, 幫助房主獲得資金, 實現逐個家庭、逐個街區地建設和振興我們的社區。

我們期待看到這項投資將在未來幾年對克利夫蘭的社區產生變革性的影響。經濟適用房和住房所有權是 KeyBank 基金會核心使命的一部分, 既通過住房所有權積累代際財富, 又振興和改善貧乏社區的住房。

CHN Housing Partners 總裁兼首席執行官 Kevin J. Nowak 表示: “我們非常感謝 KeyBank 基金會對克利夫蘭家庭和社區的這項投資。” “這項投資最終將爲居民帶來三重優惠, 讓民衆的住房更加穩定, 幫助他們生活在更安全健康

的環境中, 並提高他們的房產價值, 從而爲一代人創造財富。”

當日發佈會後, 市長還挨家挨戶走訪鄰居, 告訴他們市政府是他們的後盾, 幫助他們解決實際問題, 合作夥伴將召開會議最終確定撥款流程, 並討論

如何最好地配合克利夫蘭社區發展部和社區合作夥伴已經完成的工作, 以產生變革性的影響。

LISC 克利夫蘭執行董事 Kandis Williams 表示: “LISC 很榮幸能夠與克利夫蘭市和 Key-Bank 合作, 將家庭維修計劃帶到克利夫蘭。” “該計劃的影響將是深遠的, 因爲它將通過改善住房存量來支持社區的穩定, 同時也支持克利夫蘭個人房主的資產建設和代際財富。”



本月早些時候, 市議會批准了 ARPA 爲克利夫蘭市房屋維護和維修計劃提供的 1500 萬美元首期資金。通過這項投資, 四個非營利組織——CHN、LISC、Habitat for Humanity and Cleveland Restoration Society, 他們合作來管理獲得資金的貸款和贈款, 以幫助低收入居民。居民們知道市議會的 ARPA 投資正在使他們直接受益。

最初的 1500 萬美元投資用於房屋維修貸款, 再加上 Key Bank 的 250 萬美元配套, 將使我們能夠幫助更多業主投資自己的房屋, 特別是在經常被傳統貸方忽視的社區, 市議會主席 Blaine A. Griffin 說道,

這是克利夫蘭人的一場勝利。我們將通過尋找更多外部合作夥伴來支持這項工作, 繼續爲居民爭取利益。

市長召開會議宣佈提陞入職獎金薪水

【本報訊】2023年8月23日星期三, 克利夫蘭市長 Bibb 召開會議: 增強公共安全投資 倡議提高安全部門薪水。

市長 Justin M. Bibb、警察局主席 Jim

的工資上漲了。這次上漲金額超過了辛辛那提市(19.75 美元 / 小時)和俄亥俄州高速公路巡邏隊(22 美元 / 小時)等。同時市長還表示: “今天的會議是本屆政府承諾最新例子, 未來我們期待與工會合作, 並希望進行更多改進。”

克利夫蘭市政府去年同意將警察官員工資提高 11% 後, Bibb 市長和市政府領導的其他努力包括擴大該市的 SAFE SMART 相機共享計劃、擴大 ShotSpotter 技術擴展到所有五個警察區、與凱霍加縣治安部門建立新的合作夥伴關係以加強市中心的安全, 以及擴大與俄亥俄州高速公路的合作夥伴關係, 巡邏隊和美國法警局需要額外的資源和人員來打擊有針對性的熱點地區並協調減少暴力的策略。

迄今爲止, 這些設施已逮捕了數十名重罪人員, 追回了多輛被盜車輛和數十支槍支, 並挽救了多人的生命。注冊攝像頭的數量也幾乎增加了四倍, 政府繼續敦促居民和企業注冊。

克利夫蘭市安全問題已經到了不可理喻的地步, 市政府領導也想盡辦法, 我也回報克利



O'Malley 上尉和克利夫蘭警察巡邏協會主席 Jeff Follmer 達成協議, 將爲警校學員提供 50% 的加薪以及高達 5,000 美元的人職獎金。

根據新協議, 克利夫蘭警察學院學員現在的工資約爲 24 美元 / 小時, 比之前 16 美元 / 小

夫蘭唐人街的安全問題, 在警察局長幫助下, 市政府亞洲代表陳女士、美華協會主席 Lisa Wong、天然寺克利夫蘭代表 Jessica Hom 和 Lisa Gatto 在 8 月 28 日警察局與負責唐人街的警察負責人 Robert Tucker, Commander 召開會議: 社區公共安全至關重要的。

不久前, 克利夫蘭廣場舞訓練後, 其中一位舞者的車窗被砸, 雖然她放了一個空包但在大白天發生這樣的事情, 還是給人帶來不必要的麻煩。Robert Tucker, Commander 也表示, 由於警察現在越來越少, 按照常規他的部門應該有 240 位警察現在只有 60 位, 砸窗還是小事, Jessica Hom 表示: 10 年前她開的可口餅屋, 當時就發生過 2 次, 有人拿槍對着她的腦袋, 這不是小事……

Robert Tucker, Commander 還帶領我們參觀了克利夫蘭 911 中心, 這里是整個克利夫蘭大區的 911 中心, 只要民衆打 911 馬上就有專業人士給您準備好救護車, 火警車, 真是分秒必爭。

Robert Tucker, Commander 伊利華報報社在克利夫蘭也有 4 年了, 讓我們一起來關心我們的唐人街, 未來不久克利夫蘭 Payne Ave 就會有嶄

新佛堂, 這麼一條街, 有華人教堂, 有亞洲商場騰飛商場, 百佳超市合豐超市, 多家飯店, 未來還會有活動中心和診所等等, 都在機會中, 我們衷心希望我們的華人爲自己爲後人, 像黃唯律師講的一句話, Take care of the country is that it is not .your country. 還有她說的: 把你最好的給你的國家。

最後通知大家, 9 月 19 日 2:00pm-4:00pm 在警察局召開第一次會議, 您可以把您的問題您的需要提交給警察部門。

4501 Chester Avenue
Cleveland, Ohio 44103
216-623-5305 Office
歡迎大家參加, 屆時有翻譯!

最後通知大家, 9 月 19 日 2:00pm-4:00pm 在警察局召開第一次會議, 您可以把您的問題您的需要提交給警察部門。

4501 Chester Avenue
Cleveland, Ohio 44103
216-623-5305 Office
歡迎大家參加, 屆時有翻譯!



克利夫蘭藝術博物館將展示 30 個國家 200 多件國際件藏品

【本報訊】克利夫蘭藝術博物館將在九月開幕, 展出來自 30 多個國家的國際收藏品 200 多件。

其中的作品《蘇州虎山的十二景》: 千佛堂和“多雲懸崖”寺的寶塔, 1490 年後。明朝畫家沈周(1427-1509)作品。相冊葉, 紙上墨水或墨水, 紙上略有顏色, 圖像: 31.1 x 41 厘米。克利夫蘭藝術博物館, Leonard C. 小漢娜基金, 1964.371.7

克利夫蘭(2023 年 8 月 29 日)——克利夫蘭藝術博物館很高興地宣佈《中國南方天堂: 下揚子三角洲的寶藏》開幕, 這是一個具有里程碑意義的展覽, 探索了被稱爲江南的關鍵地區的歷史和文化財富。該展覽是西方第一個關注這一領域的展覽, 展出了 200 多件與江南有關的物品, 江南仍然是中國最富有、人口最多、農業肥沃的土地之一。

中國的南方天堂在克利夫蘭藝術博物館獨家展出, 于 2023 年 9 月 10 日開放, 在開爾文和埃莉諾·史密斯基金會展覽館展出至 2024 年 1 月 7 日。

集在一起, 其中一些以前從未向公眾展示過。

江南鬱鬱蔥蔥的綠色風景激發了詩人和藝術家將其想象爲人間天堂。幾千年來, 它一直是農業豐富、貿易和有影響力的藝術生產的地區。來自江南的藝術——杭州、蘇州和南京等大城市的故鄉, 以及沿着河流和湖泊延伸的丘陵風景如畫的家園——爲世界定義了傳統中國的形象。

該展覽的策展人、克利夫蘭藝術博物館的 James 和 Donna Reid 策展人、伊爾蘭藝術臨時策展人和亞洲藝術主席 Clarissa von Spee 說: “我們今天與傳統中國聯繫在一起的許多東西——如大米、絲綢和漆生產、彩色印刷、花園文化、山水畫——要麼起源于或蓬勃發展。” “將這些來自世界各地的稀有、獨特的寶藏彙集在一起, 爲國內外遊客提供了一個千載難逢的機會, 見證來自中國部分地區的豐富和無與倫比的藝術質量, 這些藝術仍然與自然美景、優雅、高級文化和博學聯繫在一起。到達 18 世紀歐洲的江南形象和商品比任何其他地區都更能塑造我們對中國的看法。”

中國南方天堂的展品種類繁多, 從玉石、絲綢、版畫和繪畫到瓷器、漆器和竹雕, 從新石器時代到 18 世紀。

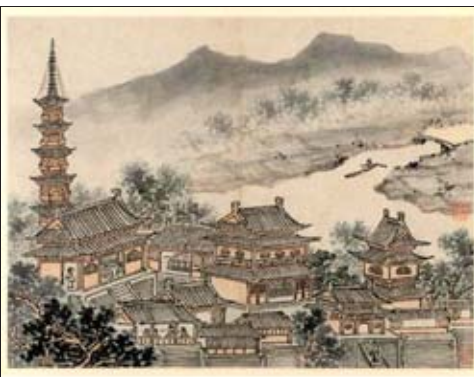
展覽亮點包括:

來自東京國立博物館的 12 世紀國家寶藏——被列爲日本最有形文化財產之一——穿越小湘的想象之旅是一個手卷, 反映了該地區河流和湖泊被薄霧籠罩的山脈的自然美景。

從阿爾伯塔大學藝術博物館借來的康熙皇帝 1689 年從北京經大運河到下揚子三角洲(江南)的南方視察之旅的路線, 82 英尺長的卷軸記錄了迷人的城市和農村生活細節。

克利夫蘭藝術博物館著名的帶有道教遊行的雕刻玉杯, 其形狀和裝飾幾乎相同, 在北京故宮博物院有一個帶有帝國標記的白色杯子, 將首次一起展出。據信是由蘇州工匠製作的, 他們表現出高度的精緻和工藝, 並提供了一個獨特的比較機會。

在美國首次展出, 從現代浙江省新石器時代赫木杜文化遺址天羅山出土的碳化稻米, 代表了浙江考古研究所借來的世界上最早的栽培水稻。



通過來自世界各地 30 多家機構的重大貸款和克利夫蘭藝術博物館世界著名的中國藝術收藏品的精選, 中國的南方天堂探索了揚子河以南的沿海地區, 在那里發現了最早的種植水稻遺迹。來自包括北京故宮博物院、上海博物館和南京博物館在內的六家中國機構的關鍵貸款爲美國帶來了罕見的物品, 說明瞭江南如何在中國藝術生產中發揮主導作用, 並成功地樹立了文化標準。展覽還包括來自日本、歐洲、加拿大和整個美國的物品, 這些物品首次集

美國公眾還首次看到一組大規模的多色印刷品, 這是中國有史以來最好的印刷品。這些來自蘇州的印刷品描繪了時尚美女和著名景點。

新年早晨是一張歐洲風格的掛毯, 描繪了一個大型家庭聚會, 曾經佈置了皇宮的內部。感謝 June 和 Simon K 的慷慨支持。C. 李, 克利夫蘭藝術博物館收藏的這幅稀有掛毯被聖的紡織品保護實驗室保存下來用於展覽。已知只有另一個例子在北京故宮博物院。

克利夫蘭藝術博物館的五弦古箏, 一種古箏, 是中國最負盛名的樂器, 當保護人員清理該物品以供展示並發現銘文時, 發現該樂器是由 Zhang Ruixiu 於 1584 年在蘇州製造的。

威廉·M 說: “這是克利夫蘭藝術博物館唯一有資格組織的展覽。” Griswold, 克利夫蘭藝術博物館館長說, 令人難以置信的中國藝術品收藏激發了我們全球 30 多個合作夥伴對出借藝術品的信心, 這使我們能夠舉辦一個具有前所未有的質量和範圍的展覽。”

主要支持由 June 和 Simon K 提供。C. 李和 MCH 基金會。上海博物館的美國之友和 E 提供了主要支持。Rhodes 和 Leona B. 木匠基金會。匿名支持者和國家藝術基金會提供了慷慨的支持。布萊克莫爾基金會、威廉和特里·凱里、格拉梅西公園基金會、卡爾·M 提供了額外的支持。Jenks, 大都會遠東藝術中心、西陵集團和鄭和管理集團。

克利夫蘭藝術博物館的所有展覽都由 CMA 展覽基金贊助。主要年度支持由邁克爾·弗蘭克和已故的帕特·斯奈德、約翰和珍妮特·沃爾頓展覽基金以及已故的羅伊·L 提供。威廉姆斯。匿名支持者, 已故的 Dick Blum 和 Harriet Warm, Gary 和 Katy Brahler, Cynthia 和 Dale Brogan 博士提供了慷慨的年度支持。Ben 和 Julia Brouhard, Brenda 和 Marshall Brown,



Richard 和 Dian Disantis, Jeffery Wallace Ellis Trust, 以紀念 Lloyd H. Ellis Jr., Leigh and Andy Fabens, the Frankino-Dodero Family Fund for Exhibitions Endowment, Janice Hammond and Edward Hemmelgarn, Carl T. Jagatich, Cathy Lincoln, Eva and Rudolf Linnebach, William S. and Margaret F. Lipscomb, Bill and Joyce Litzler, Carl and Lu Anne Morrison, Jeffrey Mostade and Eric Nilson and Varun Shetty, Tim O'Brien and Brock Platner, William J. and Katherine T. O'Neill, Michael and Cindy Resch, Betty T. and David M. Schneider, Kelvin 和 Eleanor Smith 基金會, Margaret 和 Loyal Wilson、克利夫蘭藝術博物館婦女理事會以及 Claudia Woods 和 David Osage。

中國南方天堂的展覽目錄: 來自下揚子三角洲的寶藏是在 MCH 基金會的慷慨支持下製作的。

翠鳥基金會爲展覽研討會提供了慷慨的支持。

專題研討會
“江南 - 焦點對象”
結合展覽《中國南方天堂: 來自下揚子三角洲的寶藏》
2023 年 11 月 4 日, 星期六, 上午 10:00-下午 6:00, 禮堂, 請購買門票
“Jiangnan-Objects in Focus”是一個爲期一天的國際研討會, 由來自美國、亞洲和歐洲的 15 名學者參加, 他們每人將發表演講, 聚焦各自專業領域。研討會的目標是討論展覽的亮點, 並促進對江南地區及其在中國和其他地區的藝術和文化作用的更好理解。
翠鳥基金會爲展覽研討會提供了慷慨的支持。
講課
PAULINE 和 JOSEPH DEGENFELDER 杰出的中國藝術講座
“天高在上, 皇帝在遠方”: 中國明朝的江南
演講者: Craig Clunas, 牛津大學藝術史名譽教授
2023 年 11 月 5 日, 星期日, 下午 2:00
Gartner 禮堂, 需要門票。

Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

For the week ending August 18, 2023

Monday, August 14, 2023



Ohio Governor Mike DeWine discussed the ReadOhio Initiative, an effort to encourage improved literacy skills at all levels, provided an update on the science of reading implementation in Ohio schools, and observed lessons aligned with the science of reading at Hull Prairie Intermediate School in Perrysburg and Little Treehouse of Knowledge in Cincinnati.

Tuesday, August 15, 2023



Governor DeWine joined local elected officials and business leaders in Warren to break ground on the West Warren Industrial Park.

Governor DeWine announced 299 grantees have been awarded federal funding for the 21st Century Community Learning Center (21st CCLC) program to provide enrichment opportunities for students as they prepare to head back to school. The program creates or expands community learning centers that provide academic enrichment and youth development programs for students who attend predominantly high-poverty and low-performing schools. Quality after-school and summer programming is an important part of Future Forward Ohio, the state's strategic priorities for helping students recover from the impact of the pandemic.

"We are committed to making sure Ohio's students have more opportunities to learn," said Governor DeWine. "These community partnerships are critical to providing students with strong after-school and summer programming that will help them thrive."

Wednesday, August 16, 2023

Governor DeWine discussed the ReadOhio Initiative, an effort to encourage improved literacy skills at all levels, provided an update on the science of reading implementation in Ohio schools, and observed lessons aligned with the science of reading at the University of Dayton's Bombeck Family Learning Center in Dayton.



ort to encourage improved literacy skills at all levels, provided an update on the science of reading implementation in Ohio schools, and observed lessons aligned with the science of reading at the University of Dayton's Bombeck Family Learning Center in Dayton.



Lt. Governor Jon Husted stopped by Swanton Middle School to check out their new Workforce Mural. The mural highlights over 200 businesses in the community, with QR codes so students can scan and learn about businesses they can work at.

Governor DeWine joined Cleveland officials to announce added state support to help local authorities combat a recent spike in crime in the city.

The Ohio State Highway Patrol, Ohio Narcotics Intelligence Center, Ohio Investigative Unit, Ohio Department of Rehabilitation and Correction, and the Ohio Department of Youth Services will partner with the Cleveland Division of Police and other local and federal authorities on a violence reduction initiative for the remainder of the summer and through the fall.



"Our state teams have been in Cleveland, and we plan to stay in Cleveland as long as local officials need us," said Governor DeWine. "We know that most violent crime is committed by repeat offenders who are not legally allowed to possess a firearm, yet they do it anyway. This violence reduction initiative will target those individuals."

Lt. Governor Husted traveled to Delta in Fulton County to participate in a ribbon-cutting for Fox Drive. The road was built



to serve Nature Fresh Farms, but also to open the area to new opportunities. The newly constructed road was named to recognize Ed Fox who led a site selection team while serving as President of North Star BlueScope Steel in the early 1990s.

Thursday, August 17, 2023



Lt. Governor Husted, who serves as the Director of the Governor's Office of Workforce Transformation, hosted the Governor's Executive Workforce board meeting at the Nationwide Insurance Home Office in Columbus. Governor DeWine joined in on the meeting.

Friday, August 18, 2023

Governor DeWine and Lt. Governor Husted announced that with 5,639,200, Ohio now has the most filled jobs in the history of the state, according to data released this morning from the Ohio Department of Job and Family Services.

"Ohio is the heart of opportunity, and today, we are making history," said Governor DeWine. "We have yet another record low unemployment rate in July at 3.3 percent, below the national rate of 3.5 percent. Our formula in Ohio is working, and today's jobs news is proof of that."

"The importance of these numbers is the great career opportunities they represent for the people of Ohio," said Lt. Governor Husted. "We've had six months in a row that our unemployment rate has been below 4 percent, and we have gained 67,700 private sector jobs in the first seven months of 2023. A growing economy is important for more than economic reasons—it allows our children and grandchildren to have great career opportunities without ever leaving Ohio."

Governor DeWine announced an unprecedented increase in the number of children who will now have access to high-quality preschool education. With an investment of \$122 million over the biennium, the state-funded Early Childhood Education Grant will serve an additional 14,901 students from low-income families.

The grant is awarded to early care and education programs that provide developmentally appropriate learning environments that address the outcomes and goals essential for healthy development and academic growth. This year, 435 new grantees will join 339 existing grantees to provide preschool to at least 31,569 3- and 4-year old children across the state.

"The Early Childhood Education Grant demonstrates the state's commitment to Ohio's youngest learners," Governor DeWine said. "Children participating in these programs are more likely to start kindergarten ready to learn."

Governor DeWine, Lt. Governor Husted Announce New Projects Expected to Create More Than 900 Jobs, \$58 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 943 new jobs and retain 160 jobs statewide.

During its monthly meeting, the Ohio Tax Credit Authority (TCA) reviewed economic development proposals brought to the board by JobsOhio and its regional partners. Collectively, the projects are expected to result in more than \$58 million in new payroll and spur more than \$175 million in investments across Ohio. Projects approved by the TCA include:

NORTHWEST

Sheetz Distribution Services, LLC (Hancock County) expects to create 750 full-time positions, generating \$43.5 million in new annual payroll, as a result of the construction of a new state-of-the-art distribution center in Findlay.

The Sheetz distribution center will serve its Midwest locations with food production and distribution. The company operates more than 685 stores in six states, including Ohio. The TCA approved a 1.996%, 10-year Job Creation Tax Credit for this project.

NORTHEAST

Haydon Corporation (Summit County) expects to create 105 full-time positions, generating \$6.6 million in new annual payroll, as a result of the company's new location in the city of Stow. Haydon manufactures framing and baseboards systems such as metal framing, rooftop support and baseboard heating and provides services to a variety of industries including electrical, mechanical, HVAC, and commercial construction. The TCA approved a 1.514%, eight-year Job Creation Tax Credit for this project.

Employers Health Purchasing Corporation (Stark County) expects to create 23 full-time positions, generating \$2.7 million in new annual payroll and retaining \$5.3 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in the city of Canton. Employers Health is a mid-tier group purchasing company with a diverse portfolio including manufacturers, professional service, education and health care firms, utilities, and union organizations. The TCA approved a 1.696%, seven-year Job Creation Tax Credit for this project.

SOUTHWEST

Element Materials Technology Group (Hamilton County, Butler County) expects to create 65 full-time positions, generating more than \$5.6 million in new annual payroll, and retaining \$14.7 million in existing payroll, as a result of the company's new location in the cities of Blue Ash and Fairfield. Element Materials Technology provides testing, inspection, and certification services on products or services in aerospace, medical, automotive, and additional industries. The TCA approved a 1.653%, eight-year Job Creation Tax Credit for this project.



國稅局:夏威夷野火受災民衆有資格獲得稅收寬減; 10月16日截止日及其它日期推遲至2月15日

IR-2023-151, 2023年8月18日

華府 — 美國國稅局今天宣佈爲毛伊島和夏威夷各縣的夏威夷野火受災民衆提供廣泛的稅收寬減。這些納稅人現在可在2024年2月15日之前提交各種聯邦個人和企業稅表並繳納稅款。

國稅局正在向聯邦緊急事務管理局 (FEMA) 指定的任何地區提供寬減。這意味着在這些縣居住或經營業務的個人和家庭有資格獲得稅收寬減。當前符合條件的地區列表可在 IRS.gov 上的災難寬減頁面上找到。

報稅和付款寬減

稅收寬減推遲了2023年8月8日至2024年2月15日(推遲期限)的各種報稅和繳稅截止日。因此,受影響的個人和企業可在2024年2月15日之前提交稅表和繳納原本在此期限內到期的任何稅款。

舉例來說,這意味着2024年2月15日的截止日現在將適用於:

* 可有效延期至2023年10月16日提交其2022年稅表的個人。但是,國稅局指出,與這些2022年稅表相關的稅款應于2023年4月18

日到期,因此這些付款不符合該寬減的條件。

* 通常于2023年9月15日和2024年1月16日到期的季度性預估所得稅款。

* 通常于2023年10月31日和2024年1月31日到期的季度性工資和工商稅申報表。

* 2022年延期到2023年9月15日結束的日曆年合夥企業和S型公司。

* 2022年延期到2023年10月16日結束的日曆年公司。

* 延期到2023年11月15日結束的日曆年免稅組織。

此外,如果在未能繳納工資和消費稅押金,只要在2023年9月7日之前繳納押金,罰款就會減輕。

此外,因未繳納工資與工商稅存款而產生的罰款,如果在2023年8月8日或之後以及2023年9月7日之前到期,只要在2023年9月7日之前繳納存款,就能獲得寬減。

國稅局災難寬減(英文)頁面詳細介紹了符合延遲期限內寬減資格的其它稅表、付款以及稅務相關行動。

國稅局會自動向在國稅局的地址記錄位

有效至2025年12月31日。

傳統意義上,教育援助項目被用于支付員工的書籍、設備、用品、費用、學費和其它教育費用。這些項目現在還可用于支付員工合格教育貸款的本金和利息。直接向貸方支付的款項以及向僱員支付的款項均符合資格。

根據法律規定,教育援助項目下的免稅福利僅限于每位員工每年5,250美元。通常,超過該水平提供的援助應作為工資徵稅。

僱主如果沒有教育援助項目,可以考慮設立一個。在緊張的人材市場中,教育援助項目等有價值的附加福利可以幫助僱主吸引和留住合格的員工。

這些項目必須採用書面形式,並且不能偏袒高薪員工。有關其它要求的信息,請參閱《第15-B號出版物,僱主附加福利稅務指南》(英文)。有關學生貸款資格要求的詳細信息,請參閱《第970號出版物,教育稅收福利》(英文)中的第10章。

國稅局正在採取一系列措施來強調這一重要規定。

免費網絡研討會將於東部時間9月14日星期四下午2點開始,時長75分鐘,包括問答環節。要注冊參加網絡研討會或瞭解更多信息,請訪問 IRS.gov 上的稅務從業者網絡研討會(英文)頁面或小型企業網絡研討會(英文)頁面。

國稅局還將通過面向小企業、免稅機構和稅務專業社區的電子通訊來分享更多相關信息,以及通過國稅局社交媒體頻道來進行強調。

能源之星項目要求

零能耗住宅項目要求

現行工資要求

2023年之前的要求和抵免金額

對於2023年之前到手的房屋,抵免額爲1,000美元或2,000美元,具體取決于符合的標準,其中包括:

證明該住宅的年供暖和製冷能耗水平比符合特定能源標準的同類住宅至少低50%(某些預制房屋爲30%),而其中建築圍護結構的改進至少佔減少量的1/5(某些預制房屋爲1/3)。

滿足特定聯邦預制房屋規定

滿足特定能源之星要求

正確申報抵免

符合資格的承包商在申請抵免之前必須滿足《國稅法》第45L條(英文)所規定的所有要求。第45L條的解釋指南可在《通知2008-35》(英文)(以及《通知2008-36,適用於預制房屋》(英文)中找到。

使用《表格8908,節能住宅抵免》(英文)來申請第45L條下的抵免。如果申請抵免的來源爲合夥企業或S型公司,符合資格的承包商應使用《表格3800,一般商業抵免》(英文)。

國稅局鼓勵符合條件的承包商妥善保存支持第45L條下抵免申請所需的所有文件。

其它資源

適用於節能住宅建築商的抵免(英文)

表格8908的說明(英文)

《2022年通貨膨脹削減法案》下的抵免和扣除(英文)

國稅局提醒僱主和僱員:教育援助項目可用于幫助支付員工的學生貸款;國稅局免費網絡研討會將提供詳細信息

IR-2023-152, 2023年8月24日

華府 — 伴隨大學秋季開學的臨近,美國國稅局今天提醒僱主和僱員,根據聯邦法律,有教育援助項目的僱主可以利用這些項目來幫助其僱員支付學生貸款。

國稅局大範圍努力推廣這項福利,並將於9月14日舉辦免費網絡研討會,來幫助感興趣的納稅人和稅務專業人士更好地瞭解這項特殊規定。

“國稅局希望提醒僱主和僱員,這一特殊功能可以幫助償還學生貸款。”國稅局局長 Danny Werfel 表示,“這項教育援助項目的開放時間有限,國稅局希望確保僱主不會忽視這一選項,因爲它可以幫助企業吸引和留住員工。”

儘管教育援助項目已實施多年,但使用其支付學生貸款的選項僅適用於2020年3月27日之後支付的款項,並且根據現行法律,將持續

國稅局:合格新節能住宅的建築商或有資格獲得第45L條下擴大的稅收抵免

IR-2023-142,

華府 — 美國國稅局提醒建造或大幅重建合格新節能住宅的符合條件的承包商,他們可能有資格獲得每棟住宅最高達5,000美元的稅收抵免。

抵免的實際金額取決于資格要求,例如房屋類型、房屋的能源效率以及購買或租賃房屋的日期。作爲《2022年通貨膨脹削減法案》的一部分,這一重要抵免得到了擴大。

建築商和房屋的條件資格

要獲得資格,符合條件的承包商必須建造或大幅重建合格的新節能住宅。他們還必須擁有房屋並在建造期間擁有房屋基礎,並且必須將房屋出售或出租給他人用于住宅。

這些房屋還必須是能源之星項目下指定類別的單戶(包括預制住宅)或多戶住宅,位于美國,並根據房屋類型和到手日期滿足適用的節能要求。

2023年及之後的要求和抵免金額

對於2023年至2032年到手的房屋,抵免額從500美元到5,000美元不等,具體取決于符合的標準,其中包括:

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)

于災區的任何納稅人提供報稅和罰款寬減。這些納稅人無需聯繫國稅局即可獲得此寬減。

受影響納稅人在國稅局的記錄地址可能不位于災區範圍,原因諸如他們在報稅後搬到了災區。在這些特殊情況下,受影響納稅人在延遲期限內可能會收到國稅局寄發的逾期報稅或逾期繳稅罰款通知。納稅人應撥打通知上的電話號碼以獲得罰款寬減。

此外,如果納稅人居住在災區之外,但其爲了趕上截止日所必需的記錄位于災區,且此截止日在此寬限期內的話,國稅局也將給與協助。居住在災區以外的有資格獲得寬減的納稅人需致電866-562-5227來聯繫國稅局。這也包括協助救災活動、隸屬於公認的政府或慈善機構的員工。

額外的稅收寬減

個人和企業如果位于聯邦宣佈的受災地區、並遭受未保險或未報銷的災害相關損失,可以選擇在損失發生當年的稅表(也就是通常在明年提交的2023年稅表)或上一年(2022)的稅表中進行申報。納稅人可在災難年度的聯邦所得稅表到期日後最多六個月的額外時間內(不

教育工作者新學年提示;2023年教育工作者費用扣除最高可達300美元

IR-2023-150, 2023年8月17日

華府 — 隨著新學年的開始,美國國稅局提醒教師和其他教育工作者,在明年提交聯邦所得稅申報表時,他們能夠爲2023年扣除最高達300美元的自付教室費用。

這與2022年適用的限額相同,2022年是該條款受到通貨膨脹調整的第一年。在此之前,限額爲250美元。根據通貨膨脹調整,該限額將在未來年度以50美元的增量進行增加。

這意味着符合條件的一名教育工作者可扣除一年當中支付的最多300美元的合格費用。如果他們已婚並與另一位符合條件的教育工作者聯合報稅,則限額升至600美元。但在這種情況下,每位配偶不得超過300美元。

誰符合資格?

教育工作者可以申請這項扣除,即使他們採用標準扣除。符合條件的教育工作者包括幼兒園到12年級的教師、講師、輔導員、校長或助手,在學年期間在學校工作至少900小時。公立和私立學校的教育工作者都有資格。

哪些可扣除?

教育工作者可以扣除以下未報銷的費用: 教室中使用的書籍、用品和其他材料。設備,包括電腦設備、軟件和服務。

國稅局宣佈針對羅斯追加供款新規定的行政過渡期;2023年之後仍允許追加供款

IR-2023-155, 2023年8月25日

華府 — 美國國稅局今天宣佈將針對羅斯追加供款新規定的行政過渡期延長至2026年,此新規定要求,401(k)和類似退休計劃的高收入參與者的任何追加供款必須指定爲稅後羅斯供款。

同時,國稅局還澄清,年滿50歲的計劃參與者無論收入多少,都可在2023年之後繼續追加供款。

今天的公告已包含在通知2023-62(英文)PDF中,現已在IRS.gov上發佈。該通知爲2022年12月頒佈的《SECURE 2.0法案》的第603章節提供了初步指示。根據該條款,從2024年開始,新的羅斯追加供款規定適用於參加401(k)、403(b)或政府457(b)計劃以及上一年的社會保障工資超過145,000美元的僱員。

此行政過渡期將幫助納稅人順利過渡到

考慮任何延期報稅時間)進行選擇。請務必在任何申報損失的稅表中注明 FEMA 聲明編號 DR-4724-HI。詳細信息,請參見第547號出版物。

符合條件的救災款通常不計入總收入。一般來說,這意味着受影響納稅人可從其總收入中排除從政府機構收到的用于合理和必要的個人、家庭、生活或喪葬費用以及用于修繕或復原其房屋,或用于修繕或更換家居物品的金額。詳情請參閱第525號出版物(英文)。

參與退休計劃或個人退休安排(IRA)的受影響納稅人或可獲得額外寬減。例如,納稅人可能符合特殊災難發配金的資格,該發配金無需繳納額外10%的提前發配金稅,並允許納稅人將收入分攤到三年內。納稅人還可能符合特殊困難提款的資格。每種計劃或IRA都有特定的規則和指南供其參與者遵循。

國稅局未來可能會提供額外的災難寬減。

此稅收寬減是因應此這些野火所造成的損害、聯邦協調反應的一部分,並基于 FEMA 對當地損害所作出的評估。有關災難恢復的信息,請訪問 disasterassistance.gov(英文)。

新冠疫情防護用品,用于阻止疾病在教室中傳播。這包括口罩、針對新冠疫情的消毒劑、洗手液、消毒搓手液、一次性手套,或爲了指導社交距離而使用的膠帶、塗料或粉筆、物理屏障(如透明有機玻璃)、空氣淨化器以及疾病控制和預防中心推薦的其它物品。

與其教授的科目或教授的學生相關的職業發展課程。但國稅局提醒,對於這些費用,申請另一項教育稅務優惠可能更有利,尤其是終身教育費抵稅優惠。詳細信息,請參閱第970號出版物,教育稅務優惠(英文),特別是第3章。

合格費用不包括在家上學費用或健康以體育課程中的非運動用品費用。國稅局提醒教育工作者,與申請所有抵免和扣除額一樣,請保存好記錄,包括收據、已兌現的支票和其它文件。

現在正提交2022年稅表的民衆:請不要忘記申報教育工作者費用

納稅人如果申請了報稅延期、符合災難情況下延期的資格、或因任何其它原因仍在準備提交2022年的稅表,國稅局提醒這些人當中的教育工作者,申請扣除的規則與2023年的相同。對於獲得延期的納稅人,報稅截止日爲2023年10月16日。但納稅人如果在該截止日之前申報可以避免處理延誤。

準備好後以電子方式報稅。報稅軟件使用問答格式,使報稅變得更容易。無論是自行準備稅表,還是在稅務專業人士或受過培訓的社區志願者的協助下準備稅表,國稅局都敦促大家電子報稅並選擇經轉帳直接存款來獲取退稅。詳細信息,請訪問適用於個人的電子報稅選項。

此外,國稅局敦促任何欠稅的人選擇快速便捷的電子支付方式,例如使用國稅局直接付款,這是一項僅在 IRS.gov 上提供的免費服務。有關此付款方式和其它支付選項的信息,請訪問付款。

新的羅斯追加供款規定,旨在促成有序過渡來遵守新的規定。該通知還澄清,《SECURE 2.0法案》並不禁止計劃接受追加供款,因此滿50歲的計劃參與者仍然可以在2023年之後進行追加供款。

財政部和國稅局未來計劃發佈指南來幫助納稅人,該通知闡述了指南中預計會包含的幾大主張。此外,該通知還就所討論事項徵求公眾意見及未來建議。該通知詳細介紹瞭如何提交意見。



克里夫蘭傷痛診所

Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician

中/西醫並用。輔以天然藥,營養藥,中成藥,手法,理療,調理,治療各種傷痛。(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。也可爲車禍、工傷者出具有關賠款必要的診療報告。可以爲您找當地好的律師。

趙文寧 醫生
中醫針灸師
西醫脊柱神經科
傷痛症專科

治療車禍工傷
病痛,提供法律援助報告!

電話:216-581-0321
地址:Able Chiropractic Clinic (Maple Town Shopping Center)
15751 Broadway Ave., Maple Hts, OH 44137

伊利華報惠登廣告

熱線電話:216-324-2959

大批留學生突然被拒絕入學?“退貨”風波愈烈,真相是什麼?

6-8月可以說是留學圈子裡一個特別繁忙的季節,因為很多海外的大學都是9月中旬和10月初開課,所以在6-8月,同學們必須提交自己合格的語言成績單,換取 uncon offer(無條件 offer)和CAS,去辦理簽證。

不曾想到,最近的一條消息可是讓留學圈都炸鍋了,有不少已經拿到 offer 和 CAS 的同學表示,自己竟然被學校通知撤銷了 offer,這是怎麼回事?

消失的 offer

這簡直就是留學圈大地震啊,為什麼辛苦申請到的成功果實會突然被學校撤銷呢?這還要從 PTE ?Online 成績被復查的事情說起。

PTE 全稱是 Pearson Language Tests,是英國培生集團主導的培生語言測試,致力於評估和驗證非英語母語人士的英語語言使用情況。PTE 學術英語考試適用於英國和新西蘭學生簽證的申請。

除了以上國家,美國、加拿大、德國、法國、西班牙、意大利、新加坡和馬來西亞的部分學校也接受 PTE 學術英語考試的成績。

在兩個小時的時間裡,考生需要完成聽說讀寫四項測試,包括三個部分:口語和寫作、閱讀以及聽力,而且考生在5個工作日之後便可查詢成績。

其實 PTE 也就是相當於雅思一樣的語言能力測試,只有語言成績這種硬性指標達到學校標準了,才有後續拿 offer 辦簽證的一切。

不過,之前因疫情的影響,不能在線下進行考試,於是 2022 年 1 月,PTE 推出了線上考試,也就是 PTE Online。

學校為何突然復查成績?

在今年6月底的時候,在社交平台上有很多之前收到南安普頓大學 23 年秋季入學 offer 的同學,表示自己突然被學校要求復查 PTE 考試成績,還有不少小夥伴的成績已經被取消了。

之後陸續有不少小夥伴都說自己的賬戶被鎖,無法查詢成績。

最近,PTE 官方又給考生發送了一封郵件,稱考生參加過的那次考試存在漏洞,現補發一張 PTE Online 考試券,考生可在收到郵件後的 30 天內自行完成考試。

學校為什麼會突然復查成績呢?原因很簡

單,就是因為發現了幾名疑似 PTE Online 成績作弊的學生。

這也導致了在今年4月和5月參加 PTE Online 考試並把成績提交給學校的幾乎所有申請人,都被學校復查了成績,學校為了嚴打這種學術不端的行為,甚至復查了去年8月參加考試的學生。

不光是 PTE

線上考試的學生被查,這次復查還包括了在大陸參加 PTE 線下考試的學生,可以說是人在家中坐,鍋從天上來。

如果真的有通過作弊這種令人不耻的行為拿到了 offer,那學校確實該懲此人。不過有人也認為,大規模的復查行為,也是有點傷及無辜了,這讓那些辛辛苦苦花了大把時間準備考試最後拿到了一個理想成績的考生們情何以堪,考試成績說沒就沒了。

畢竟,如果成績真的被判定為無效,那就算拿到了 offer,甚至拿到了 CAS 和簽證,學校都是沒有權可以隨時撤銷的。怪不得學生們都慌張不已,只希望老天保佑自己的成績還是有效的。

有小道消息說,其實根本就不是因為有人作弊,是南安普頓大學自己把今年秋季入學的 offer 發多了,遠遠超出了預期的數字,然後學校無法讓這麼多學生同時入學,但又不想啪啪打臉,只能聯合培生,做出這種成績復查的事情,希望從語言成績上刷掉一部分學生。

也有人說確實是有一些留學和代考中介趁機利用線下考試的機會做出一些偷雞摸狗的事情來,然後又在網上賊喊捉賊,演了這麼一齣戲博取同情。

蝴蝶效應

但不管事情真相如何,事已至此也只能接受了。如果 PTE 成績被認定是作弊,那麼南安普頓大學不會錄用該考生,即使以後考出的成

績滿足學校要求,學校也不會錄用,目前學校給出申請語言延期的截至時間是7月31日。

這件事情甚至影響到了澳大利亞,墨爾本大學已經在7月15日發表聲明,稱不再接受 PTE Online 以及其他一切以線上形式進行的語言能力測試成績。

既然事情

已經到了這個地步,那麼焦慮也是沒有用的,對於23年秋季入學的小夥伴們來說,現在唯一能做的就是儘快和已錄取的大學取得聯繫,說明自己語言成績被鎖的事實,申請延遲提交語言成績的日期,並儘快準備其他語言考試,比如說雅思,以達到學校給 offer 和 CAS 的語言要求。

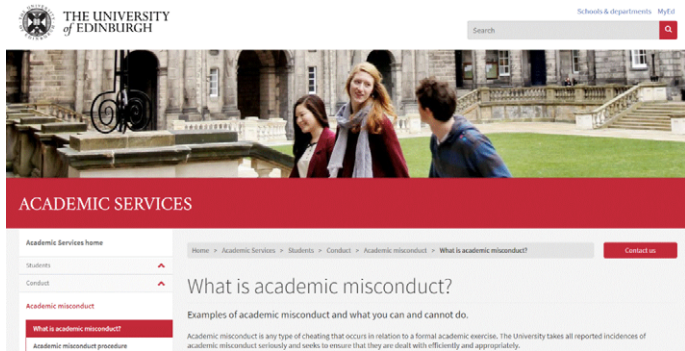
學術不端有多嚴重

這次的 PTE Online 成績復查,也給所有學生敲響了警鐘。不管出于什么原因導致此次的復查成績出現,包括作弊這樣的學術不端的行為都是萬萬不可取的。

事實上,在留學生中,也有部分人為了走捷徑不擇手段的選擇各種學術不端,被發現之後還找中介幫忙申訴實慘的。

愛丁堡大學的官網列出了瞭如指掌幾個學術不端的行為以供大家參考。

- * 抄襲是最常見、最著名的學術不端行為,指將他人的作品當作學生自己的作品,在沒有適當注明來源的情況下,無論是否經過創作者的許可,有意或無意地進行。
- * 共謀。串通是剽竊的一種形式,這是學生在一項經過評估的作業中未經授權且未注明來源的合作。
- * 證偽。偽造是指試圖提供虛構或扭曲的數據、證據、參考文獻、引文或實驗結果,和/或故意使用此類材料。
- * 作弊。作弊是指在未經適當承認的情況下試



圖在考試或評估中獲得或提供幫助的行為。這包括提交不屬於自己的作品。

- * 欺騙。欺騙是為了獲取利益而採取的不誠實行為。例如,重新提交自己之前評估過的作業。
- * 假冒。也就是冒充他人的身份,意圖欺騙或獲得不公平的優勢。

大學的教育資源有限,每年就只能招收特定數量的學生,用作弊和代考換來的 offer,實際上是剝奪了另一個學生的受教育資源。通過造假,有些人來到了自己可能申請一輩子都成功不了的優質學校,佔着一個原本不屬於自己的名額。

除了代考等作弊行為,還有那些令人氣憤不已的論文代寫和成績單造假等服務也是留學圈子裡的一大毒瘤。寫論文是考驗一個學生是否掌握獨立辨別能力、研究能力和批判性思維能力的重要指標。既然前期花了那么多時間精力和金錢拿到了這個出國深造的機會,為什麼不能自己寫,非要干出這些學術不端的行為呢?

現在很多無良機構專門幹這種代考代寫的勾當,而且價格還便宜,一旦考生的成績真的出了什麼問題,想要索賠或者退款的時候,他們就會把之前和考生的聊天記錄上報給考試機構或學校為由以此威脅考生。考生自己也知道代考代寫是違法的,所以也就只有打碎牙齒往肚里吞,自己默默承受。

一旦被發現代考,受罰的當然不止是槍手,僱傭槍手的學生當然也不能幸免於難。對於嚴重違紀者來說,就是終生禁考的懲罰。此後還要一直擔心,就怕哪一天自己做過的這些事會東窗事發,良心不安。

還有一些學生明明做了虧心事,還要找中介去和學校申訴,希望神通廣大的中介可以幫助自己,希望甩鍋給學校,這難道不可笑嗎?

寫在最後

隨著疫情的不斷好轉,線上考試的認可度越來越低,小夥伴們還是選擇線下考試比較靠譜一點,這次的 PTE Online 成績復查事件,最大的贏家也許是雅思吧。

假的真不了,真的假不了。真金不怕火煉,投機取巧不可取,在學術這個圈子,踏實努力才是正道。雖然此次大學和培生的操作可能會誤傷一些人,但為了維護整個圈子的公平正義,也許傷害在所難免。

中美關係改變 中國學生赴美留學黃金時代走向終結?

從一開始,留學就是呈現中美關係改變的一個符號。而同樣,當中美關係出現波折時,留學也會受到影響。

伊利諾伊大學厄巴納-香檳分校(UIUC),是世界上第一個給中國學生人數買保險的大學。



2017年,出于對中國學生可能減少的恐懼,UIUC 商學院和工程學院買了一份為期3年的保險,在中國學生減少導致學校收入明顯下降的情況下,學校可以獲得最高6100萬美元的理賠。

UIUC 非常依賴中國學生,其商學院五分之一的經費來自中國學生繳納的學費。

不少人質疑這是“杞人憂天”——UIUC 是最受中國學生歡迎的美國大學之一,2017年,吸引了超過5900名中國留學生,且這個數字此前一直在增長。

但校領導擔心,隨着中美關係前景變得不明朗,即使是 UIUC 這樣的世界名校(當年泰晤士世界大學排名36位),對中國學生的吸引力也會下降。

事實證明,買保險是有先見之明的事——校領導們擔心的事變成了現實。

2021年,中國赴美留學人數暴跌14.6%,此前連續20年的增長就此畫上句號。這很大程度上是因為新冠疫情導致的旅行限制。但在疫情前,赴美留學市場就已經不景氣了。從2017年開始,中國赴美留學人數增速明顯下滑,增長趨于停滯,維持在36萬人左右的規模。

留學生的數量增長迅速,甚至變得越來越卷。在疫情爆發前的2019年,赴美留學中國學生只增加了0.8%,遠低於2006-2016年間17%以上的平均增速,也低於當年中國6.5%的留學生總增長速度。

赴美留學狂瀾突進時代似乎要結束了。國內一家知名教育機構的調查顯示,2015-2022年,留學目的地中,傾向美國的人數比例從51%下降到30%;選擇英國的人數大幅增加,佔比從32%上升到41%,新加坡和中國香港的吸引力也明顯提高。

這既與留學目的地的選擇多元有關,也有疫情的催化。然而,除此之外,還有着更重要的

原因。

2021年8月19日,上海,留學生與家長在浦東機場T2航站樓內有序排隊,等待辦理登機手續。(@ 視觀中國 圖)

“犧牲品”

開頭提到的 UIUC,其中國留學生人數也從2018年開始持續減少,“恰好”在這一時期,特朗普宣佈對中國發動貿易戰。

在2017年就任美國總統後,特朗普實施了一系列極具爭議的排外措施。除了禁止穆斯林佔多數的伊拉克等7個國家的公民入境,在美國邊境建牆阻止移民,以及退出跨太平洋夥伴關係(TPP)談判,他也沒有放過被視為最大競爭對手的中國。

特朗普一直在“污名化”中國。他聲稱,“中國正在偷走美國人的就業機會”以及“盜竊美國知識產權”,還發動了對中國的貿易戰。新冠疫情爆發後,特朗普更是把疫情問題歸咎於中國。

特朗普的排外措施有不少都收效甚微,或者不了了之,但對中國的態度,卻催化了美國社會部分民眾仇視華裔甚至亞裔的情緒。

皮尤研究中心調查發現,從2018到2021年,美國人對中國持負面看法的比例,從46%上升到67%,近9成美國人把中國看作最大競爭對手。

仇恨亞裔犯罪也開始激增。據 FBI 統計,相關案件從2018年的161起,飆升到了2021年的746起。與此同時,美國社會的“頑疾”——大規模槍擊事件也有增無減。從2018到2022年,相關案件幾乎翻了一番,從336起增加到647起。2021年,美國每天有約50人死于槍擊暴力。

2019年6月24日,美國皮奧里亞,章瑩穎的父親在法庭外用中文宣讀一份聲明,母親悲傷不已,章瑩穎在2017年前往伊利諾伊大學厄巴納-香檳分校訪學,後不幸遇害。

當這些信息頻繁出現,在包括留學生在內的很多中國人看來,美國似乎正變得越來越不安全。而且,現實中,留學生群體也確實受到這波排外浪潮影響。

2020年,特朗普頒佈總統令,禁止和軍工企業有關的中國研究人員進美國高校學習,理由是懷疑他們可能“盜竊”美國軍事技術,從事“間諜”活動。

在禁令生效後3個月內,美國吊銷了超過1000名中國學生的簽證,還有更多人的簽證申請被拒絕。

拜登接任總統後,延續了特朗普的部分對抗政策,針對中國研究人員的這道簽證限制也被保留。

美國政府辯稱,這一禁令只針對百分之一的中國學生簽證申請者。但無疑又是把對中國學生的猜忌擺在明面上的做法。

2021年,著名“鷹派”共和黨參議員湯姆·

科頓更是提出立法,希望全面禁止 STEM(科學、技術、工程和數學)專業的中國學生獲得美國簽證,法案雖然沒有得到足夠多支持以獲得通過,但讓在美中國留學生的前景更加不明朗。

試圖驅逐中國留學生的行為還有很多。2021年,美國前國防部副部長多夫·扎克海姆在《國會山報》發表文章稱,“中國學生一直以來被認為是對美國知識產權的潛在威脅”,他主張增加國家獎學金,用美國學生替換37萬中國留學生,這樣美國大學的收入不會因此減少。

面對着美國從政府到民間與日劇增的猜忌、敵意甚至暴力行為,不少中國學生擔心,他們正在成為中美關係惡化的“犧牲品”,“獵巫行動”的受害者,美國不再是留學的首選。

從“派10萬”到“中國行動計劃”

吉米·卡特擔任美國總統期間,曾在凌晨3點被電話吵醒。當時,他心里一沉,想着,天吶,一定是美國“某處發生了災難”。接起電話,對面傳來的是國家科學顧問弗蘭克·普萊斯的聲音。

這通電話是在鄧小平堅持下撥打的。那是1978年,普萊斯正在出訪中國,鄧小平希望通過他轉達“派遣5000名學生到美國”的想法。對此,卡特回應稱,“讓他派10萬”,然後昏昏沉沉地掛斷了電話。



1872-1875年間,清政府先後派出120名幼童赴美留學,是中國歷史上首批官派留學生,其中包括後來被譽為“中國鐵路之父”的詹天佑、中華民國首任國務總理唐紹儀等人。

1979年1月1日,中美正式建交,而就在5天前,52名中國學生搭上飛往美國的航班。這52人中,就有李衍達、陳俊良等6人,他們後來成為中國科學院或中國工程院院士。迄今為止最大的一波赴美留學浪潮也就此閉幕。

從一開始,留學生就是呈現中美關係改變的一個符號。而同樣,當中美關係出現波折時,他們也會受到影響。

“一旦中美關係惡化,這種‘中國威脅論’或者‘中國學生學者都是間諜’等捕風捉影的刑事指控就會冒出來。”國際移民研究學者、雲南大學社會學系副教授游天龍在二期播客中提到,在1999年,美國就曾發生了震動華人社區的

“李文和案”。當時,華裔科學家李文和被指向中國泄露核武器機密,被無辜拘留9個月。“那時候美國已經開始將中國視為戰略競爭對手。2000年美國大選,小布什在大選中打中國牌,無端指責中國,認為中國是美國的敵人。”

不過,“9·11”爆發後,美國在應對全球反恐問題上,需要中國的支持。雙方關係再次改善。加之中國私人留學數量增加,美國在反恐態勢逐漸穩定後也放開了對留學簽證的限制,中國赴美留學人數開始暴增。到2019年,有超過37萬中國學生在美國大學讀書,佔美國國際學生人數的35%,也為美國貢獻了159億美元收入。

40多年的赴美留學熱,更是為中美搭建了一座交流的橋樑,但現在,這座橋的地基愈發不穩。

游天龍分析認為,事實上,這種態勢從奧巴馬政府時期就開始了。“到奧巴馬執政後期,特別是特朗普執政這四年,訴訟成了打擊中國學生、學者的一種常規性操作。”游天龍說,“比如最著名的‘中國行動計劃’(China Initiative)。根據這個計劃,幾千動員了全美的檢察院,在聯邦層面進行協調,在各個檢察院層面採取行動,檢察官們也推出了各種各樣的針對中國學生、學者的訴訟。很多訴訟其實都立不住腳,但這種人人自危的震懾效果已經產生了。”

據新華社報道,雖然到2022年初,美國司法部終止了實施超過三年的“中國行動計劃”,但其帶來的“寒蟬效應”,為中美之間正常的科技交流與合作豎起了一道無形的幕牆。

另一面,中國人對美國的好感也在下降。《環球時報》援引國外2023年一項調查稱,中國77%的人對美國缺乏好感。

“我這一代的中國人仰望美國,”在寫給《紐約時報》的專欄文章中,中國人民大學重陽金融研究院院長王文表示,“但經過多年觀察美國的海外戰爭、魯莽的經濟政策和破壞性的黨派偏見——最終導致去年(2021年)對美國國會大廈的可耻襲擊——許多中國人,包括我在內,幾乎再也認不出那座閃亮的燈塔了。”

中國學生正在把目光轉向同樣有世界名校,但留學環境更安全,成本更低,畢業後更容易獲得當地就業機會的英國、新加坡等地。2023年,英國有17所QS世界大學排名前100的高校,僅次于美國的27所,從2017到2022年,中國赴美留學人數增長了50%。

不過,美國也在依靠印度、越南等地的留學生填補中國留下的空缺。2022年,印度赴美留學人數增長了19%,總數接近20萬人——和中國在2006-2013年間赴美留學人數的增長率相當。

“或許短期內我們能通過保險獲得補償,”在談到中國留學生減少趨勢時,UIUC 商學院負責人表示,“但長遠來看,必須讓國際學生來源更多樣化。”

華人幫朋友帶物品回國，海關發現後竟被判死刑！怎麼回事？

1 不是死刑就是重判，這些事情不能幹

先說說這幾年一些血淋淋的案例。就在2023年6月21日，北京四中院宣判了一個案子：一男子非法攜帶24公斤可卡因入境，被判處死刑。雖其認罪認罰，但涉案毒品數量淨重遠超判處死刑的標準，法院堅決判處死刑。

陳某某在1998年移居巴西後染上毒癮，經常吸食K粉、搖頭丸、海洛因等毒品，並多次向他人販賣毒品，是一個典型的“以販養吸”的例子。

2019年，他在巴西期間認識了某個販毒集團的小頭目，對方讓他帶毒品回中國深圳，然後給他一些好處。所謂好處，無非就是給他供點“貨”而已。

陳某某就成了典型的“驢子”，就是給毒販帶毒的人頭工具。這些“驢子”如果被抓獲、被槍斃了，對毒梟來說也只是損失一批“貨”而已。

也就是說，“驢子”們只是一堆可以隨意送命的耗材。



這一次，陳某某乘坐國際航班抵達北京首都國際機場，走無申報通道入境，未向海關申報任何物品，想要稍後轉機前往運毒目的地——深圳。

在首都機場出海關時，海關工作人員開箱後發現箱子里裝有30個奶粉罐，用膠膜封好了，外邊還有很多防撞泡沫，然而罐子裏的內容並不是奶粉，而是“蜂膠味白色粉末”。

英國近些年最大的“驢子”是在秘魯被捕的。他攜帶了價值450萬英鎊的可卡因。24歲的英國利物浦人肖恩·伍茲（Sean Woods）拖着一個裝有70磅可卡因（約31.75公斤）的手提箱穿過秘魯首都利馬購物中心時被警方抓獲。他面臨15-25年刑期，出獄時（如果沒被毒梟在獄中滅口，能活着出獄的話）不是中年就是老年。

2011年，一名外國人利用與中國女孩交友的方式，獲取了這位女大學生的信任，將毒品通過郵寄的方式從國外運到中國進行販賣。最終，這

名年輕女子被法院判處死刑。

需要特別注意的是，這並不是個案，而是一個成熟的套路。

2018年，18歲的香港青年楊某在社交網站上看到一則非常吸引人的內容，聲稱只要從加拿大攜帶物品返回香港，就可以獲得約10萬港元的報酬，外加“加拿大免費游”。楊某禁受不住誘惑，毫不猶豫地聯繫了對方，對方還真給他安排好了去加拿大的行程。

在加拿大遊玩幾天後，最後一天返回香港前，對方把兩個行李箱交給他，囑咐他把行李箱原封不動帶回香港就行。到香港機場後，楊某迎來的是警方聯同海關的搜查，他們在行李箱中搜出了30公斤大麻。

楊某當然被逮捕了，他面臨的是終身監禁及500萬港幣的罰款。

說起“驢子”，一位美女“毒驢”在這幾年備受歐美媒體的關注，甚至成為了大網紅。

2013年8月，米凱拉·麥科勒姆（Michaela McCollum）因試圖與同夥梅麗莎·里德（Melissa Reid）一起將11公斤可卡因走私出境而在秘魯利馬（想運毒去西班牙）被捕，當時她剛滿20歲。由於麥科勒姆是愛爾蘭人，里德是蘇格蘭人，而且考慮到前者已經被報遺失而成為頭條新聞，所以這事立即成為英國的頭版頭條。

兩個女孩子起初說是販毒集團用槍逼迫她們干的，但事實並不是。她們純屬是因為貪婪和愚蠢而心甘情願成為販毒集團的毒驢。

多年後，米凱拉·麥科勒姆（Michaela McCollum）出獄回到愛爾蘭都柏林，結婚生子。因為人長得比較好看，她迅速成為各國粉絲無數的女網紅。網飛也找她拍紀錄片，讓她陳述經歷，警示後人。

上面只是個別幾個案例，但這樣的例子在世界各國都不勝枚舉。

出入境是一件很嚴肅的大事，一定要認真對待，切不可隨意幫人帶東西，甚至連在機場、火車站等場所幫陌生人看行李都要避免。

2 為什麼吃大虧的人總是貪小便宜？

中國有兩句古老的名言：“便宜就是當（四聲）”；“佔小便宜吃大虧”。有很多人會上當。其實它就是利用了人性中“佔小便宜”的原理，於是就總有人會上當受騙的。

舉上面那個香港青年的例子，別人與你非親非故，甚至連面都沒見過，憑什麼請你免費游加拿大還外加高額獎金？

這都不是“天上掉餡餅”了，這是“天上掉金磚”啊！做慈善也沒這麼做的啊！

對於帶毒的青年來說，這種“好事”確實不是要他的錢，而是要他的命啊。

有些時候，貪婪與愚蠢是一對孿生兄弟。

3 目前最需要注意什麼

說到今後在出入境方面與每個旅人的安全都相關的重大問題是什麼？

那就是，近些年越來越多的國家將娛樂用的大麻合法化的問題。這讓更多的國家有了更多擺在明面上的合法大麻產品可以被輕易買到。

大麻產品並不只是葉子或球狀物本身，還有很多衍生品，比如蛋糕、飲料、酒等等。

不知不覺，美國加州休閒用大麻合法化已有5年多了。

在這些年，大麻類新款產品層出不窮，尤其大零食和大電子煙，因為外形隱蔽便於攜帶，令越來越多人產生僥倖心理，想要偷帶少量上飛機。

甚至也有華人將其作為“土特產”，攜帶或郵寄回國，但其中有不少在層層檢查中被美國機場安檢、美國海關、中國海關等發現，面臨長期的牢獄之災。

大麻並不是土特產，它怎麼可能是土特產？把大麻說成土特產的，要么就是黑色幽默，要么就是滿肚子壞水兒，但絕不可能是愚昧無知。

目前，娛樂性使用大麻合法化的國家包括加拿大、喬治亞州、馬耳他、墨西哥、南非、泰國和烏拉圭，以及美國的23個州、3個地區、哥倫比亞特區和澳大利亞的澳大利亞首都特區。荷蘭雖然一直沒明確合法，但其實荷蘭的大麻是歷史最久的準合法化狀態。



這些地方其實也都是全球性的熱門旅行目的地。

休閒大麻的商業銷售在三個國家（加拿大、

泰國和烏拉圭）全國範圍內合法化，在美國，多個州也已經和上述三個國家一樣。

怎樣能避免無意中釀成大錯呢？

很簡單，只需認清楚大麻製品的標識，不要購買或幫別人帶這些物品就可以了。

前幾天我們還說過這樣一個故事，今天再講一遍：

一位身在國外的華人朋友某次回國前夜與幾個朋友搞離別派對，他們食用了一些大麻（在當地合法），然後在雲山霧罩中竟鬼使神差地把剩下的半包扔進了敞着口，正在收拾的行李箱。

他根本就没意識到，第二天去了機場。辦理值機前因為行李超重不得不開箱整合物品時才發現了那半袋大麻。

他趕緊把大麻扔進垃圾桶了，着實嚇出了一身冷汗。因為如果他自己沒發現的話，一旦落地就基本上直接去蹲大獄了，此生也差不多就算交代了。

有些時候，一個普通人鑄成大錯真的就是一念之差的事情。

最後咱們還是嚴肅地敲一下黑板，大家一定要好好看：

《中華人民共和國刑法》第347條規定，走私、販賣、運輸、製造毒品，無論數量多少，都屬刑事犯罪，要追究刑事責任，最高可被判處死刑。

走私、販賣、運輸、製造毒品，有下列情形之一的，處十五年有期徒刑、無期徒刑或者死刑，並處沒收財產：

(一)走私、販賣、運輸、製造鴉片一千克以上、海洛因或者甲基苯丙胺五十克以上或者其他毒品數量大的；

(二)走私、販賣、運輸、製造毒品集團的首要分子；

(三)武裝掩護走私、販賣、運輸、製造毒品的；

(四)以暴力抗拒檢查、拘留、逮捕，情節嚴重的；

(五)參與有組織的國際販毒活動的。對多次走私、販賣、運輸、製造毒品的，未經處理的，毒品數量累計計算。

總結一下：

出入境時不要貪圖小便宜幫人帶東西，在機場、火車站等場所不要答應陌生人幫其看行李，對於主動搭訕的人一定要心存戒心，隨時看管好自己大小行李，行李箱用密碼鎖鎖好。不給壞人一切可乘之機。被別人利用了，即便你是好人，在法官面前也是百口莫辯。

重磅提案：華人入外籍將被徵稅！追溯十年，網絡全球監管！

這些天海外華人討論最廣的話題是什麼？那就是，放棄中國國籍的人很可能要被收稅了！為規避稅收漏洞，中國可能將會開始徵收放棄國籍稅。



一個法定載入史冊的提案

為了打擊避稅行為並防止資產外流，並發揮稅收調節經濟發展和收入分配的功能，人大代表陳晶瑩提出建議：加強富豪移民海外的稅收清算和開徵棄籍稅。

由於中國法律不承認雙重國籍，所以，海外華人如果想要加入外國國籍，必須先放棄中國國籍。

而現有的移民規定之中，更改國籍之時，華人可以將自己的資產和財富轉移到國外。

這其中可能會出現一些為了避稅或者逃稅而更改國籍的情況。

為了避免這種情況發生，在上個月的大會上，這位人大代表提出了修改稅收規定，增加棄籍稅的提案。

陳晶瑩的發言如下：

“鑒於目前我國針對富豪移民的稅收徵管、漏洞以及部分富豪移民逃稅後仍在國內賺錢的現象，建議修訂《企業所得稅法》和《個人所得稅法》，在棄籍者的稅收清繳、個稅徵管和徵管流程等方面加以完善。

隨着中國經濟快速發展，富豪數量也持續增長，然而部分富豪以避稅及將資產及財富轉移國外為目的而移民。與此同時，與發達國家相比，我國針對富豪移民的稅收徵管存在漏洞。”

陳指出，世界上主要國家都加強了富豪移民的稅收清算並開徵棄籍稅。她舉了兩個既定的例子：

1.51年前，德國（當時還是聯邦德國）頒佈了《涉外稅法》，那些以避稅為目的而移民去他國的德國公民，只要稅務機關認定在放棄國籍的前10年里有5年與德國保持實質經濟聯繫，則在未來10年對該公民（已放棄德國國籍）依然視為國內稅收居民。

2.15年前，美國通過了《英雄報酬補助救濟

稅法》(Heroes Earnings Assistance and Relief Tax Act of 2008)，放棄美國國籍的特定人群需要對超過60萬美元的未實現資產收益繳稅：放棄國籍前五年的年收入稅超過14.5萬美元；淨資產至少200萬美元；或者無法提供過去5年的足額交稅證明。

(注釋：未實現資產收益指的是，在資產儲存過程中，因物價變動而增加的面價值，對企業/個人來說並沒有增加現時收入，只有當該項資產銷售出去或領用消耗後從現時收入中收回才能獲得真正的收益。換句話說，就是沒有變現。)

另外，美國公民即便放棄美國國籍，美國政府也可追溯5年，要求這個人補齊放棄美國國籍前5年擁有的海外資產隱匿不報而逃避的稅收及罰金。

那么本次提案中所提到的棄籍稅將會是一個獨立的稅種嗎？

陳晶瑩說，棄籍稅實質上並非一個獨立稅種，而是一項稅收制度，是對放棄既有國籍者（包括企業和個人）的稅制安排，屬於稅收特別措施，旨在保衛國家稅收主權，抑制資產外逃，保障國家稅收收入。

雖然5年前新修訂的《個人所得稅法》已增加了注銷中國戶籍辦理稅款清算條款，但還是沒能就其未實現資產收益徵稅，也未延長棄籍後稅收徵管，造成一些富豪可以輕鬆通過移民棄籍逃稅和將資產轉移海外。

具體細則已然脈絡清晰

在具體細節方面，陳晶瑩提出了5個建議以完善徵管。

細讀之下不難看出，這5個建議的可行性是非常大的。

1.借鑒美國棄籍稅經驗並根據新修訂的《個人所得稅法》加強棄籍者的稅收清繳。

建議稅務機關嚴格執行2018年新修訂的《個人所得稅法》第10條“因移居境外注銷中國戶籍”及第13條“納稅人因移居境外注銷中國戶籍的，應當在注銷中國戶籍前辦理稅款清算”等規定，並借鑒美國棄籍稅經驗，即如果中國公民退出中國國籍，退籍時的所有財產都將視為以公允價出售，包括房產、股票、股權、債券、個人物品如汽車等，而為之產生的收益或者虧損，都需繳納個人所得稅。

2.借鑒德國經驗強化棄籍稅實施的事中事後的個稅徵管。

根據新修訂的《個人所得稅法》第8條關於反避稅條款的規定，對通過境外手段逃稅行為，稅務機關有權要求對在境外避稅的個人補徵稅款。可借鑒德國的經驗，完善相關制度：以避稅為目的移民的中國公民，中國稅務機關有權認定在放棄國籍時點往前十年中有五年與中國保持有實質經濟聯繫，則在未來十年對該公民仍視為國內稅收居民。

3.完善棄籍稅的稅收徵管法律法規和流程。

建議在《稅收徵管法》中明確規定企業放棄國籍進行清算前向稅務機關報告的義務，通知稅務機關參加清算，並在注銷登記前繳清稅款。同時，明確稅收優先權，保留稅務機關對放棄國籍的企業一定期限內追徵稅款的權力，保障國家稅收利益。於現有基礎上，完善個人納稅申報制度，做好稅源登記，依託財產實名制、財產申報登記和出境管理制度，加強對個人放棄國籍的稅收徵管力度。

4.對棄籍者進行徵稅還需要完善多部門法律規定。

例如：修訂完善《企業所得稅法》和《個人所得稅法》，在法律中明確規定企業及個人放棄國籍應負的申報及納稅義務。同時在實施條例中進行詳細規定，規定企業及個人應稅資本及財產的範圍、計稅依據、納稅期限等稅收要素。其次，還要做好國籍法與公司法、稅法等法律的銜接，對企業及個人放棄國籍時，規定清稅為前置條件，加強監管。另外，企業與個人財產信息的獲取是這項制度得以順暢施行的保證，因此應從法律角度完善落實部門間信息共享機制，暢通稅務機關獲取涉稅信息的渠道。通過部門的協作，及時、完整獲取企業和個人資本和財產信息，為稅務核實、稽查等掃除障礙。

5.通過CRS(金融賬戶涉稅信息自動交換標準)系統加強對放棄國籍的個人及其關聯企業的涉稅信息收集，除了獲取其國內應稅資本和財產信息外，還應當全面獲取其全球海外資產信息。

通過CRS加強國際稅收徵管合作和情·報·交換，充分獲取我國居民海外金融賬戶數據和其他涉稅信息，完善信息處理和運用機制，專門打擊“移民+離岸信託”進行的逃稅行為。



在這裡我們重點介紹一下CRS。

CRS，全稱Common Reporting Standard，翻譯為共同申報準則或金融賬戶涉稅信息自動交換標準，是受20國集團委託，於2014年7月15日由經濟合作與發展組織制定用於金融賬戶信息互換的標準。其資訊交換的法源是“多邊稅收徵管互助公約”。

提案大概率會通過，實施只是時間問題

雖然目前該政策只是提議階段，但理性分析

的話，這個提議的通過並實施基本上只是一個時間問題。

因為這不僅是大勢所趨，也是未來方向，基本上是一個必然要推進並落到實處的政策。

其實，如果你一直對政策敏感，你早就已經發現這個趨勢了。

早在2018年，個人購匯每年不超5萬美元政策就已經出台了。這個專門限制外·匯·出·鏡(諧音字，非錯別字)的政策在當時曾引起國內外的熱議，現在早已經是常態了。

而在去年(2022年)，中國人民銀行、中國銀行保險監督管理委員會、中國證券監督管理委員會三部門聯合印發了《金融機構客戶盡職調查和客戶身份資料及交易記錄保存管理辦法》，其中第10條規定：自2022年3月1日起，到銀行存款、取款超過5萬元人民幣以上的，均需登記說明資金來源和用途。

此舉為的是防止不法資金進入流通渠道，當然同時更嚴厲地限制了國內資金外·流。

這可不是小小5萬塊錢的事，而是把資·金·監·管範圍又瞬間成幾何倍數的細化與擴大了。

現在看來，上面提到的2018年與2022年的兩個政策都只是“小試牛刀”，真正的大刀闊斧還要看2023年，看幾天前的這個新提案。

海外華人最關心的是什麼？

如此地震海嘯級的提案，當然引起了“行走世界”的網友山崩地裂般的討論。

其中，海外華人的巨大討論尤其激烈。我們看了一下，集中在兩點：

1.會不會倒查？比如，通過CRS往回倒查5年或10年。也就是說，即便一個人早已注銷中國國籍而入了外國籍，他/她也依然要根據自己的情況補上稅。

2.對於不是富豪的移民有沒有巨大影響？如果有，影響多大？

這個問題就比較複雜了。在具體條款出台之前，誰也無法預判。

關鍵在於怎樣定義“富豪”，有沒有一個資產標準。海外華人里身價數億以上的有多少不知道，但是有好房子好車子，能定期全球旅行的可是大有人在。

如果這些人也被定義成“富豪”的話，那可以說是把海外華人的主力全涵蓋了。

如果這樣的話，該提案會成為今後很多人都面臨的一個課題。

當然，依法納稅是每個公民的義務，無論身在哪里。而打擊違法犯罪的黑色產業也絕對應該支持。

關於新提案的事情，我們今天就聊到這了。如上所述，目前很多具體的規章還遠未成型，但是大方向肯定是已經坐實。後面的規章制度還需要到時候再做分析。

也希望搞黑色產業的違法犯罪分子在新規定下無可遁形，社會得以長治久安。

震驚全美!中國留學博士生投毒鄰居 更多細節曝光

一個震驚全美的案件!在周五成爲全美的社會新聞頭條。

一名在美國留學讀到化學系博士的中國留學生(專題)李旭明(Xuming Li,音譯),嫌樓上鄰居太吵,竟然用針筒朝鄰居門縫里注射藥物,導致鄰居剛出生不久的孩子經常生病。

鄰居在門口安裝了一個隱形攝像頭,將李旭明的作案經過全程拍了下來。目前李旭明已經被逮捕,被指控多項重罪。李旭明目前不認罪,其律師表示真相很快會浮出水面。

受害者名叫奧馬爾·阿卜杜拉(Umar Abdullah),他與懷孕的妻子在2022年6月搬入位於佛羅里達州坦帕市棕櫚泉大道(Palm Springs Boulevard)的一個公寓,很快阿卜杜拉的妻子生下了一個女兒。

在搬進新居之後,阿卜杜拉收到了樓下鄰居李旭明的投訴,根據報章稱,李旭明給阿卜杜拉發來短信,投訴他發出太大的噪音,包括開門聲、腳步聲,甚至移動馬桶座圈的聲音,稱自己無法入睡。

阿卜杜拉也誠懇地想解決問題,並約房東進行了噪音測試,結果並未發現任何聲音,他認爲李旭明在無事生非,不再理會他。

幾個月之後,阿卜杜拉一家人開始生病,感

到噁心和頭暈,尤其是剛出生不久的女兒,經常眼睛里滿是淚水,但去看醫生卻查不出原因是什么。



阿卜杜拉剛開始並不知道原因,直到有位探訪的朋友指出他房間里有化學品味道,阿卜杜拉才開始調查原因,他約了維修師傅,先檢查熱水器,再檢查空調,並更換了熱水器和清潔了空調管道,化學味道仍在,他甚至打電話給消防局上門檢查,但仍然一無所獲。

阿卜杜拉只能靠最原始的方式——用鼻子聞,最終發現異味來自於門口的門縫,他懷疑遭人下毒了,於是在門口的盆栽安裝了隱形攝像頭。

最近,阿卜杜拉的女兒再次生病,他立即查看了攝像頭,髮現竟然是樓下的鄰居李旭明用針筒在他大門的縫隙注射某種物質。

阿卜杜拉立即報警,並將監控錄像提供給警方。於是,李旭明被警方逮捕。

根據坦帕警方表示,李旭明“惡意、非法、故意地使用裝滿液體的注射器,多次將液體注入受害者的住所,對受害者進行騷擾”。這家人經歷了一個多月的“呼吸短促、眼睛和皮膚刺激”。這些行爲給受害者及其家人帶來了痛苦和安全擔憂。

經過檢測,李旭明往阿卜杜拉門縫里注射的是含有美沙酮和氫可酮(鴉片類止痛藥)的液體,美沙酮和氫可酮是一種麻醉劑,吸入高濃度的麻醉劑會導致呼吸淺、脈搏減弱、行走困難、迷失方向、言語不清和噁心。

這和阿卜杜拉一家人之前的症狀一模一樣。調查還顯示,這種化學藥物在阿卜杜拉的家里揮發得到處都是,甚至一名參與調查的警察都出現了“皮膚刺激”的症狀,需要接受治療。

李旭明被指控包括持有管制物質和嚴重跟蹤的重罪,除此以外還被指控三項針對家庭成員使用化學藥物攻擊,以及對執法人員使用化學藥物攻擊的罪名。

嫌犯其人:有才華的化學系博士

根據領英(LinkedIn)資料顯示,李旭明是一名“優秀”的化學系學生,2011年至2014年在天津大學獲得有機化學碩士學位,師從趙康教授和杜雲飛教授。

2015年至2017年在邁阿密大學再次獲得化學碩士,2018年至2023年在南佛羅里達大學獲得化學博士學位,研究“以鎘陽離子作爲溫和氧化劑的金氧化還原催化”等。

也就是說,在與樓上鄰居阿卜杜拉發生衝突的時候,李旭明還未畢業。

李旭明在領英的自我介紹中寫道:是一位創新且目標明確的化學家。“我喜歡在研究中面對新的挑戰,我相信學習新事物的能力將是我提陞的最重要因素,“我希望在和諧的氛圍中工作,大家共同努力解決具有挑戰性的任務。”

除了面對檢方的刑事指控外,李旭明還面臨阿卜杜拉的家庭暴力訴訟和公寓協會的違約訴訟。李旭明已經被保釋出獄,下次出庭時間爲12月5日。

紐約華埠 2 億假貨被繳!買家竟然還有外交官 +CEO

爲了防止商販跑路,警察這次特意搞了突襲,直接冲向曼哈頓運河街(Canal Street)開始大規模搜捕行動。

商販們完全沒預料到這次行動,措不及防就被“端了”。滿地的各大品牌A貨數不盡數,YSL、Gucci、LV、Dior等等,只有想不到的沒有他們不賣的。警察一邊查一邊收,總共算下來,價值竟然高達3000萬美元,足足裝滿了3輛卡車。這還沒完,警察還順便把手機、手錶和運動鞋也都拖走了,完全不給小販們留半點東山再起的機會。還發了一條Twitter:“假冒貿易傷害了合法企業,違反了我們的法律。”

一個警員表示:“我們到那的時候都沒地方走路,人行道被堵住了,到處都是假貨,這確實對當地企業產生了負面影響,也降低了生活質量。”

然而小販們卻不服:“我們沒有打擾任何人,沒有強行買賣,我們老老實實本分賺辛苦

錢,礙着誰了?”

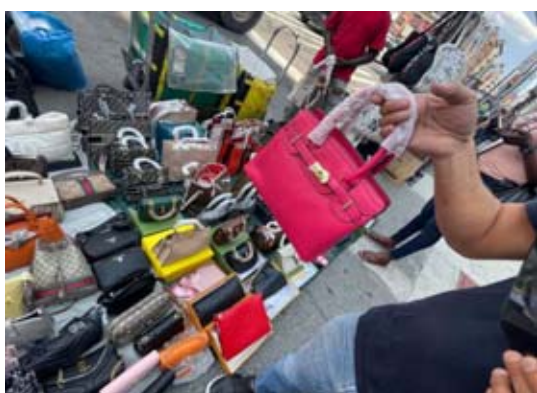
據悉,被捕的小販年紀在33-55歲,他們都被指控偽造商標。一些人還面臨無牌小販的指控。有關官員說,其中一名嫌疑人還被控拒捕。

消息人士稱,此次打擊行動在一定程度上,是由於大量社區投訴造成的。

其實,紐約警察局此前曾多次搜查同一地點,去年8月查獲價值200萬美元的商品,11月查獲價值1000萬美元的商品。然而,幾周之內,這些小販又開始兜售了。真是野火燒不盡,春風吹又生啊...

據知情人說,假貨攤販以非洲裔的數量居多,砍價空間極大,華人商販的數量只能位居第二位,他們通常更謹慎,不會直接把假貨擺出來,而是拿着海報、圖片招攬路人,成交後再交付實物。

那么,這些假貨到底都是誰在買呢?



根據2021年的一項假貨商鋪消費者調查,其中有幾位“老客戶”竟然是首席執行官、風險投資家、一名外交官和一名大型科技公司顧問!事實上,這個群體似乎主要由擁有正品包的富

有女性組成,她們絕對買得起更多的正品包,但同時也不間斷的購買假貨,往往一個背膩了就拿淘幾個包。

“這很酷,但也不奇怪。我看電視真人秀,我的最愛是《家庭主婦》系列,紐約女士們喜歡山寨包。最大的是鉑金包,是的,他們可以負擔得起,但他們的生活方式是購買起價1萬美元的包,沒有多少空間買其他東西。我自己也考慮過,我會考慮一些仿冒品,不過要在我的價格範圍內,這樣看起來就不會太離譜了。”

“我訂購了一個山寨的香奈兒,但還沒有使用,因爲我買不起一個真的,儘管可能很快就能買得起了,但這是一個很好的複製品,如果我看到有人拿着它,我也不知道它是假的,哈哈。”

“是的,我知道運河街是一條大魚,但和市中心相比簡直是鳳毛麟角。”

新聞來源:紐約消費指南

美國包租婆痛訴:中國留學生普遍都是“巨嬰”

7月暑假,對於很多已經手握學校offer的孩子們來說,是一段用以各地旅行和走親訪友的愜意時光。在衆多即將啓程的準留學生里,有兩個孩子卻收到了美國準房東發來的郵件,要求他們必須在抵達美國之前完成電器使用、垃圾分類等關於在美國生活方式的學習,並且還要進行考核,如果考核不通過,就不能把房子租給他們。

這不禁讓他們倍感困惑——

花錢租房還需要考試嗎?房東的行爲是不是太過分了?沒住之前就提這麼多要求,等入住了還不得百般刁難!

赴美留學生第一課——學會垃圾分類!

Susan就是這個難搞的刁鑽房東,一個在洛杉磯擁有三套可出租房屋的“包租婆”。當房東十年,Susan接觸了近50個房客,而且清一色都是中國來的留學生。對每一個房客進行衛生的培訓和考核,是Susan租房前必經的一個環節。

她說:“我看似是在爲難中國留學生,實際上是在幫助他們——把一些生活習慣的問題給解決了,孩子們一到美國,就可以游刃有餘地應付海外生活了。”

家長們對Susan的行爲很是不理解,花了錢爲什麼不能自由地使用房子?美國的房子租出去還有這麼多附加條件,是不是在歧視中國留學生?這麼愛惜自己的房子乾脆供起來得了,別拿出來出租呀!

“唉,給留學生房客進行培訓,其實是我太多事了!我完全可以把人住手冊發給他們,讓他們自行學習。我只要定期來檢查房子,出了問題就在房租押金中扣除或者起訴到法院。後來發現真不行,有些留學生的壞習慣如果不改,會深深影響到他們未來的生活,所以我是該出手時就出手,哪怕擔個惡房東的壞名聲,也要把所有租我房子的孩子們的不良生活習慣給改過來。”

Susan是三十年前從北京來到美國的,在洛杉磯的一所大學教書。她接觸的中國留學生普遍都是學習上超級高能,但在生活上相當低能。

她在第一次出租房子的時候,遇到了三個小伙子,他們住了兩個月,就被鄰居投訴了。Susan趕到房子一看,原來是因爲三個小伙兒不會垃圾分類,把廚余垃圾和礦泉水瓶等可回收垃圾混在了一起,結果垃圾就被拒收了。他們只能將沒有收走的垃圾放到院子裡,時間一長就臭了,鄰居就受不了了。

小伙子也很委屈,在國內特別說垃圾分類,他們連倒垃圾都沒有干過;而且美國垃圾分類又這麼嚴格,也需要給他們適應的時間。

Susan說,她也想給孩子們適應的時間,但是鄰居們是無法理解和等待的。有個鄰居曾經對她大喊:“不要把房子租給黃皮膚!”除了狠狠把鄰居的話懾回去之外,Susan當下決定一定要

把租自己房子的留學生都培訓好,第一是希望她自己作爲房東能夠少些麻煩;第二是希望租她房子的留學生能夠以乾淨整潔的形象在美國生活,不會無緣無故被歧視。

富二代家長不忍孩子受苦,僱傭人打掃衛生?

中國父母都是愛子的,出國在外都會給孩子準備足夠的錢,捨不得他們吃一點苦。也有很多父母寧願花錢解決,也不願意讓孩子費力適應海外的生活習慣。



Susan在三年前接待過一個留學生租客,是一位考上了UCLA的富二代。家長爲了讓女兒住得舒服一點,一次支付了一年的租金,租下了Susan一整棟兩百平米的別墅。

就在Susan要給孩子進行租客培訓時,卻遭到了家長的極力反對。他們說孩子是去留學的,不是去干家務的,如果按照Susan的安排,成天要做垃圾分類、打掃房間、清理地板,孩子還有時間去學習嗎?最後他們告訴Susan不用培訓了,自己會請一個傭人,每天負責房間的打掃和女兒的飲食起居。

看到家長消極的態度,Susan很是感慨。在美國三十年,她見過太多溺愛孩子的家長,出了問題就拿錢來解決,根本無視孩子健康、良好的生活習慣的建立。對於家庭教育來說,這種態度太可怕了!直到現在遇到這樣的事情,她的心情仍然無法平靜。

在她的教育觀念里,獨立是留學時期的必修課。她說:“我也可以市儈一點,反正你有錢,只要不影響我作爲房東的收益,你想怎麼折騰都行。但是我過不了自己這一關,只要是在我能力範圍之內,我都會去管,哪怕是別人的孩子。”這種想法很折磨人,但是Susan一直在堅持給所有的留學生房客進行衛生習慣的培訓。

她也發現,所有的孩子都是渴望獨立的。富二代女孩入住後,她找到女孩講了培訓衛生習慣及適應美國生活的事情,孩子馬上就答應了,並配合她完成了所有的培訓。

女孩告訴Susan,父母從來不要求她做任何家務,包括在學校里打掃衛生,都是喊家裡的傭

人來完成。她讀的是國際學校,很多有錢人家的孩子也都是這麼干的,老師也就習以爲常了,她也覺得不做家務是一種正常狀態。

但是看到網上經常有房東吐槽留學生的文章,她感覺自己也會成爲那樣的留學生,不是不講衛生,而是真不會收拾,不會干家務。

看着孩子成爲生活白癡絕非父母本意,但無數有經濟能力的家長卻因縱容造成了這樣的後果,這種縱容有百害而無一利。

畢業棄養寵物,成爲引發歧視的源頭

每年一到畢業季就會有流浪的小動物出現在大學附近,這種現象已經成爲加州大學周邊的“頑疾”。

在洛杉磯開了五家連鎖寵物店的Rosy是Susan的小女兒,她說店裡主要的客源就是留學生,最主要的服務是幫助留學生辦理回國寵物寄養及畢業生寵物收養等。

“我做寵物的生意是受到我媽的啓發,自從她將房子出租給留學生,每年只要有退租的,都會有房客找到我媽,讓她幫忙處理那些帶不走又沒人要的寵物。有人甚至拿出一萬美金,跟我媽說讓她找人把狗狗進行安樂死。這顛覆了我媽的三觀,她就脆脆拿着錢,把狗狗帶回家里養着。但是一條狗可以養,超過三條我媽就應付不過來了,於是我就從中發現了商機——開一家寵物店既可以賺錢,還可以爲留學生解困。從一家店開到瞭如今的五家店,生意非常好,這得感謝留學生了。”

Rosy認爲,她把寵物成爲一門生意,但媽媽卻一直在爲留學生棄養寵物的行爲到處奔走,甚至在大學里專門爲留學生開了關於養寵物以及在畢業之後如何處理寵物的講座。

Susan來加州留學生活已經快三十年了,剛開始她只想著教教聖賢書,然後收租過安逸的生活。但留學生棄養寵物的問題越來越嚴重,她就職的UCLA經常有學生會發起關於棄養寵物的遊行。

她有個白人學生曾經當面質問她:“是不是華人都這麼不負責任?和這樣的群體在一起上課我感到十分羞耻!”

聽着這番發泄,Susan非常憤怒,立刻投訴了學生的種族歧視言論,但是心里卻也非常難受。在她手上有一份關於留學生棄養動物的數據,排在第一位的就是中國留學生。在龐大的留學生群體里面,這些棄養寵物的雖然只是極少數,但卻因爲這樣的行爲造成了種族歧視,實在太冤枉了。

不僅是數據上的證明,在現實生活中她幫助處理的房客棄養寵物被抓、被罰款事件也不止一例了。

“大家都覺得我喜歡管閑事,包括很多留學生。我在各個留學生聚集的社區和活動中都宣傳過,依然很難減少棄養動物的情況。現在感覺

很無力,我只能要求我所有的房客儘量不要養寵物,即便是要養我也會幫他們做好登記,並且告訴他們在美國棄養寵物輕則罰款,重則判刑。希望通過我的微薄之力,能夠改變留學生群體愛棄養寵物的不光彩形象吧!”

暴力使用家電和房屋,房東只能不斷漲房租

美國的房東對中國留學生是又愛又恨,愛他們捨得花錢,憑他們的支付力就保證了洛杉磯各大學校附近的房租每年都在穩步提陞,而且還經常出現一房難求的情況;恨的是這幫留學生在使用家電和房屋時簡直太兇了!

他們好像跟房子有仇一樣,住上幾個月,整個房子就像被恐怖襲擊了一樣。Susan也感嘆,留學生對房屋和家電的損耗太大了。她總結了十年來,三套房子事故的發生情況:小型火災有33次,平均一年一套房子至少發生1次。這還不包含她不知道的情況,因爲只有火勢不可控的時候,才會招來消防警察處理。

微波爐、烤箱等小家電的更換率是每年一次,都是因爲使用不當和過度使用導致的。還有一任房客,擅自改造了房子的排水系統,導致整個社區都被水淹了……

Susan笑稱,如果她成立一家處理事故的公司,就專門幫助她這些房客處理生活上的麻煩,就完全可以實現盈利了。

她有個洛杉磯房東群,里面有一百多個房東。只要說租房子的是中國留學生,他們就會立刻將價格提陞10%以上。她發現所有的房東都遭遇過關於暴力使用家電和房屋的問題,不得已只能靠提高房租減輕風險。

中國留學生真的有这么差嗎?Susan認爲也不全是這樣。首先,留學生是真不會使用美國的家用電器,對於從中國富裕家庭出來的孩子來說,美國的電器稍顯落後。

“我有個房客,家在浙江,住的別墅都是指紋鎖。我給她送鑰匙的時候,她根本就不會用。後來,她出門經常不鎖門,導致了幾次失竊事件。她自己也說,這是習慣問題不是她故意的。”

其次,有些人情況比較惡劣,會故意弄壞家電和房屋。曾經有個房客對Susan漲房租表示不滿,就在退房的時候將所有小家電都浸泡在水里。表面上看不出來,但是等到再次使用的時候,家電全都因爲短路報廢了。

Susan承認,她是個難以相處的房東,對留學生的要求比較高。但初衷是希望他們能夠改變一些不好的習慣,在美國的社會少遭遇一些歧視。但往往事與願違,教育並非那么容易,教育者百分百的傳授,受教育者只能接受百分之

Susan說絕大多數房東的態度就是拿錢解決問題,教育不是他們的責任。但她實在是不做到,作爲一個初代留學生,她還是要大聲疾呼:留學生的家長們也要積極起來,正確面對孩子們在留學中遇到的生活困境,同時培養孩子獨立、良好的生活習慣!新聞來源:國際教育視界

改變命運的法寶，就是改變自己。

《易傳》有言：“窮則變，變則通，通則久。”好的人生，在於不斷成長。身處低谷，唯有改變認知，才能認清自己；改變圈子，才能成就事業；改變人生態度，才能過好今生。

改變認知

《道德經》有言：“知人者智，自知者明。”生活中，我們時常會產生偏見，尤其是對自己認識不清，從而影響判斷。

有這樣一個故事。一個青年向慧能禪師求教：“大師，我有件事情搞不明白，整夜都睡不好覺，請您給我指點迷津。”禪師點點頭。青年苦惱道：“有人夸我是天才，必有一番作為；也有人罵我是笨蛋，這輩子都不會有出息。您覺得我是什麼呢？”禪師反問：“你是如何看待自己的？”青年搖搖頭，一臉茫然。禪師語重心長地說：“舉個例子，同樣的一斤米，眼光不同，價值也不同。在主婦眼中，它能做兩三碗米飯；在賣粽子的人眼中，它可賣出三元錢；在釀造商看來，做成酒可以賣到四十元。”青年還是不太明白。禪師接着說：“這世上，有的人把你抬高，有的人將你貶低，但你就是你，究竟有多大出息，取決於你自己如何看待自己。”青年豁然開朗。

其實，人這一生，最大的認知陷阱，就是自己。我們不是陷在別人的偏見里，就是落在自己的執着里。如同，被布蒙上眼睛的驢子，誤認為走了很遠的路，其實是繞着磨盤在打轉。一旦將布拆下，就會發現真相。

作家劉潤曾說：“認知突破，是一個人立於不敗之地的根本，也是人生逆襲的最佳途徑。”不因一時低谷，妄自菲薄，就能突破認知壁壘，做出更明智的決定，發揮更大的潛能。《心經》有言：“觀自在菩薩，行深般若波羅蜜多時”。所謂的行深，就是我們要站在更高的維度上，去看待別人的評價，站在一生的場景下，去評價當下的自己。

世間一切皆是幻象，我們究竟是誰，皆源於我們內在的認知。當我們改變了認知，正確地評價了自己，就能成為生活背後的編劇，從而改變人生。

改變圈子

《後漢書》中曾說：“與善人居，如入芝蘭之室，久而不聞其香；與惡人居，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭。”

結交的朋友，所處的平台，會影響我們的發展方向。圈子，就是人的溫室，它往往決定着我們的能走得有多高，活得多好。

諸葛亮就是如此。他之所以能夠成功，得益的可不僅僅是他的個人才華，更重要的是他有一個好圈子。他在游學期間，常常到龐德公家中拜訪，相處久了，龐德公欣賞他這個後生，便將他推薦給了名士司馬徽。司馬徽桃李滿天下，在他的提攜下，諸葛亮成了諸侯圈里炙手可熱的人才。而諸葛亮足不出戶，便能說出天下三分，並建立

改變認知、改變圈子、改變人生

日後的蜀國偉業，則離不開他的老丈人，名士黃承彥給他的眼界。

不得不說，圈子的成敗，決定着一個人的成敗。



敗。正如荀子有言：“蓬生麻中，不扶自直；白沙在涅，與之俱黑。”研究表明，人是最容易接受暗示的動物，身邊人潛移默化的影響，恰好處處的推崇，令一個人的人生不斷升級。圈子更像一個能量場，周圍都是勤快的人，我們就很難懶惰；身邊皆是智者，我們也會增長心智；旁人都是樂天派，

我們總能笑對人生。正所謂，和什麼樣的人在一起，將決定我們是什麼樣的人。想要改變不濟的命運，當下的困境，就要致力於改變所處的圈子。

圈子就是一個人的信息源、加油站，能夠助力更好的人生，創造更優質的生活。多給自己一些挑戰，勇敢地跳出舒適區，去多接觸一些好人、好事情吧！當你改變了圈子，也就是改變人生。

改變人生

曾看過這樣一個真實的故事。有一個女人生活非常不如意，於是找到了心理學家。心理學家聽了她的經歷後，一言不發，轉身從書架上拿了一盤磁帶。他說：“這里面有三段錄音，來自於三個求助者。現在請你認真聽，然後找出三段錄音中都有的，一個兩字詞語。”心理學家見女人有些疑惑，“請放鬆，照我說的做就好。”女人聽完錄音，內容是生意失敗的男人，埋怨自己缺乏遠見；多年未嫁的女人，後悔自己錯失良緣；還有孩子坐牢的母親，不停地自責，他們三人都很不開心。

心理學家問道：“這三段錄音里，有個詞出現了6次，危害極大。就在剛剛聽你講述時，我也聽到過3次，你發現了嗎？”女人搖搖頭，心理學家將磁帶盒遞給她，女人念出了標籤上的兩個字：“要是”。

原来老天爷让你生病、受苦和变穷，是有这三个目的的

人生的旅途充滿了起起落落，其中的坎坷和挫折常常讓人感到困惑和痛苦。

有時候，我們會不禁問自己，為什麼老天爺要讓我們生病、受苦和變窮？然而，如果我們從更深層次去思考，就會發現這些困難背後隱藏着一些意義和目的。

培養堅韌和毅力

生病、受苦和變窮，雖然讓人感到痛苦，但也是培養堅韌和毅力的不二途徑。面對健康問題，人生困境和財務挑戰，我們需要堅持走下去，不放棄。這種堅持不僅是對自己的一種鍛煉，也是一種積極的心態。通過克服困難，我們會逐漸變得堅強，學會適應和應對各種不同的情況，從而更好地面對未來的挑戰。

培養感恩和珍惜

生病、受苦和變窮，讓我們更加懂得感恩和珍惜。當我們身體不適或處於困境中時，會更加意識到健康、幸福和穩定生活的珍貴。這種體驗讓我們對生活中的小事更加感激，同時也會更加關心和關愛身邊的人。通過經歷困難，我們學會感受生命的脆弱，從而更加深刻地珍惜所擁有的

培養智慧和成長

困境是人生成長的催化劑，生病、受苦和變窮也不例外。面對困難，我們會思考和探索，尋找解決問題的方法。這種過程培養了我們的智慧，讓我們在逆境中不斷成長。經歷了磨礪，我們會更加清晰地認識自己，更加理解人生的複雜性和多變性。這種智慧和成長，會在未來的生活中帶來更多的優勢和機遇。

儘管生病、受苦和變窮帶來了痛苦和挑戰，但它們也有着深刻的意義和目的。老天爺讓我們經歷這些困難，是為了培養我們的堅韌和毅力，讓我們學會感恩和珍惜，同時也為了培養

“對，就是‘要是’。要是我能更明智些，事情就不會那樣；要是我不那麼挑剔，現在的生活可能會很幸福；要是我能多管管他，或許他就不會被抓。”心理學家喃喃道。

他頓了頓，突然說：“可‘要是’能解決任何問題嗎？‘要是’只能讓你向後看，而不是向前看。”女人贊同的點點頭，身體前傾，“請問，有什麼補救的辦法嗎？”心理學家肯定地說：“當然有！你只要去掉‘要是’，換成‘下次’就好了。”“下次？”“是的，我已經多次在這個房間里，看到它創造出的奇迹。”

人生不如意常有，每當遇到阻力的時候，我們總會不由自主地想起“要是”，而它正是人生最大的絆腳石。一味地沉淪於過去的錯誤中，人就會陷入抱怨、悔恨之中，無法自拔。是人就難免犯錯，在錯誤中吸取經驗教訓，才能在未來做得更好。

“要是”永遠屬於過去，“下次”才是面向未來。下次更明智些，下次好好把握機會，下次再做得好一些，當我們改變了對待生活的態度，人生就會悄然改變。《金剛經》有言：“過去心不可得，現在心不可得，未來心不可得。”

一切都將流逝成空，所有的存在，不過當下的一呼一吸。凡事看開點，淡然些，我們所經歷的那些人和事，皆是自我提陞的契機。不再回頭，把眼光都放在前方，纔能看清前路，走好此生。

古人有言：“君子有造命之學，命由我立，福自己求。”人人皆手握改變命運的法寶，那就是改變自己。提高認知，提陞自信，潛能得以釋放，拓展圈子，打破舒適，自有貴人相助；不計得失，把握當下，好運不請自來。人生是一場修行，其意義就在於，不斷尋求最好的自己，願你我皆能日日精進，過得如意，活得順意。

我們的智慧和成長。在人生的旅途中，困難和挫折是無法避免的，但正是這些經歷讓我們更加深刻地理解生命的價值和意義。通過積極地面對困境，我們可以在痛苦中成長，在挑戰中收穫，最終走向更加充實和幸福的人生。



老祖宗留下的 10 句箴言，看完醍醐灌頂

老話雖老，智慧永存。俗話說：“不聽老人言，吃虧在眼前。”老人說的話，雖然淺顯易懂，但是句句都蘊藏生活和做人的大智慧。因為這是他們從自己吃過的虧、走過的路里總結出來的，值得反復研讀。能流傳至今，也證明有一定的道理。老祖宗留下的 10 句話，幫你看清人性，看透人生。

0 不跟渾人辯理，講話要順人心。

《道德經》中說：“善者不辯，辯者不善。”

層次越低的人，越喜歡與人爭辯，彰顯優越感；而層次高的人，都懂得最好的爭辯方式，是不辯。人這一生，難免會遇到一些無法接受不同觀點，講話缺乏邏輯的“渾人”。和這類人爭辯，不僅爭不出是非對錯，還會白白浪費我們的時間和精力。真正聰明的人，說話時會關注對方的感受，順着對方的心意說。這不是圓滑，是人際交往中的大智慧：既讓對方覺得自己被重視，也能幫你積攢好人緣，獲得他人的幫助。

0 寧打金鐘一下，不打破鼓千聲。

《太子少傅箴》中有雲：“近朱者赤，近墨者黑。”無論生活還是工作，寧願只和能人打一次交道，也不要與低劣的人多來往。因為人與人之間，是有磁場的。和什麼樣的人在一起，慢慢就會成為什麼樣的人。

和能人相處時，你能學到他們的做人原則，做事方法。面對困惑，可能只要他的一兩句話，就能幫你解開煩惱，為你指點迷津。但低劣的人，只會教你耍小聰明。與這種人待久了，自然會被他們影響同化。未來切記：只與優秀的人同行，只和靠譜的人做事。

0 用心計較般般錯，退步思量事事寬。

周國平曾說：“人生要有不較勁的智慧。”可生活中，卻隨處可見較勁的人：他們有的爭強好勝，追求完美；有的對凡事

都很在意，導致自己每天生活在內耗中。但人生又不是戲劇，哪能事事如意？

事與願違，才是常態，酸甜苦辣，才是人生。若對每件事都在意，不但會時刻感到壓力，還容易陷入消極的情緒中，進而做出錯誤的選擇。相反，如果能後退一步，學會以退為進，以平和的心態看待問題。自己的視野就會越來越開闊，路也越走越寬。往後餘生，專心生活，別想太多。盡人事，然後聽天命。

0 弟兄不和鄰里欺，將相不和鄰國欺。

自古以來，小到一個家庭，大到一個國家，和睦都是最重要的。正所謂：“兄弟齊心，其利斷金。”一個家庭要想興旺發達，兄弟姐妹就要團結起來。只有這樣，才能勁往一處使。

但實際上，卻有很多兄弟姐妹，常因為分不清金錢利益，或相互攀比，而產生矛盾，形同陌路。要知道，兄弟姐妹之間一旦不和睦，像一盤散沙一樣整天爭鬥，便很容易被外人鑽空子，奪走原本屬於你們的利益。同時也會成為鄰里之間的議論對象，飯後談資。

0 不怕虎狼當面坐，只怕人前兩面刀。

孫臏和龐涓，是同拜於鬼穀子門下的師兄弟，私交甚篤。後來，龐涓為了實現政治理想，下山投奔魏王。臨行前，兩人揮淚分別，十分不捨。然而，當他發現孫臏的才能遠勝於自己時，竟然設下毒計，誣陷孫臏私通齊國。以至於魏王一怒之下，下令挖掉孫臏的膝蓋骨。

老話說：“畫龍畫虎難畫骨，知人知面不知心。”我們最該警惕的，就是那些當面一套背後一套的小人。他們雖然表面上和氣，但說不定什麼時候在背地里使絆子，遠比虎狼更可怕。因此，與人交往時，記得留個心眼，以免被

小人利用算計。

0 不做中人不做事，一生一世無煩惱。

不知道你是不是也經常看到這種情況：中間人非常努力地在兩方之間牽線搭橋，結果雙方的合作並不愉快。於是，他們都埋怨中間人沒給自己介紹靠譜的合作對象。都說做中間人或擔保人時，一定要三思而後行的確，在合作過程中，如果雙方都能按契約中的內容行事，萬事大吉；可一旦有一方毀約，中間人就必須站出來說公道話。這時無論他說真話還是說假話，都會得罪其中一方，吃力不討好。所以，切不可因為抹不開面子，或一時沖動，就隨便答應做中間人。

0 險山不絕行路客，水深也有渡船人。

世上無難事，只要肯攀登。人生在世，只要你想，就沒有做不成的事。

神州十六號航員桂海潮，出生在一個 2020 年才脫貧的縣城里。但有限的教育資源，從來都沒能阻擋住他對航天夢想的追逐與熱愛。高中期間，桂海潮一直努力學習，以優異的成績考入北京航空航天大學。在之後的 9 年里，他一路從本科攻讀到博士。如今又突破重重篩選，成為我國第一位進入空間站的荷載專家。困難與挫折，從來都不是限制夢想的決定性因素。只要你信心堅定、持續付出，終能踏平荆棘，收穫成功。

0 知過不難改過難，言善不難行善難。

有句話說：“一切的知道都毫無意義，除非我們能做到的。”深以為然。人與人之間的差距，是由一個又一個的行動拉開的。比如同樣面對過錯，有的人會因為害怕丟面子，或羞於否認過去的自己，而選擇逃避；也有的人，總能直面錯誤、



冰凌幽默小說：《經典婚姻》

王愛萍明天到深圳出差，要去三天。出差前一天的晚上，丈夫馬東一如既往，鞍前馬後圍着妻子轉，幫着整理行李箱，把一件件日用品往箱子塞。王愛萍在他的身後說：“現在賓館這些東西都有。”

馬東說：“帶上了備用，萬一缺牙膏香皂呢？我上次出差，住的那家賓館就沒香皂，還三星級的呢。”

王愛萍說：“你呀，恨不得把家裏的東西都讓我帶走。”

馬東說：“我都恨不得跳進箱子里讓你帶走。”

王愛萍說：“帶走你，麗麗怎麼辦？”

馬東說：“一齊帶走。”

王愛萍說：“你還別說，我還真放心不下你們。”

馬東說：“那你就別去了，叫局里換一個人去。”

王愛萍說：“盡說傻話。”

馬東說：“你一走，我這心里就空空的。”

王海萍說：“就三天。”

馬東說：“一天都嫌長。”

王愛萍說：“很快就回來的。”

馬東一把抱住妻子，把她放倒在床上，說：“我想……”

王愛萍拍拍丈夫的臉說：“我還沒準備呢。去吧，你先去洗澡，把短褲換了，刷個牙，等麗麗睡覺以後……”

馬東說：“又要讀‘老三篇’。”

王愛萍哄道：“去吧去吧，衛生重要。”

這一夜夫婦倆似難捨難分，反復交代了許多注意事項，不知不覺中竟忘了做愛。第二天馬東早起來，把稀飯做好，和女兒先吃瞭，然後對妻子說：“我帶麗麗上學去，再回來送你。”

王愛萍親了親女兒說：“別回來送了，10點鐘局里來車送我到機場，你把麗麗弄好就行了。”

王愛萍和丈夫女兒告別，目送着丈夫騎着摩托載走女兒。她回到房間，從衣櫃上的皮箱里取出一件黑長裙，展開看了看，摺疊好了，放進行李箱里。

10點鐘，局里小車準時來接王愛萍，送她到了機場。等過了安檢，到了候機大廳，她才知道飛機晚點兩小時。

王愛萍想了想，從包里掏出手機，按了一組號碼，把手機放在耳邊，一會兒就聽到官向民的男中音：“喂——喂——怎么不說話——愛萍！一定是你。”

王愛萍臉上飛起紅雲，輕吐一聲：“向民——”

官向民的男中音變成了男高音：“愛萍，真的是你，你在深圳？”

王愛萍說：“你怎么知道我在深圳？”

官向民說：“今天我就有預感。再說你聲音那么清楚，說明你在深圳，說不定啊，你已經深入敵後，就在我附近。快告訴我，你在哪里？”

王愛萍說：“我還在福州。不過，我正要飛到你的身邊。”

官向民說：“果真如此！哪一班飛機？我到機場去接你。”

王愛萍說：“不讓你接。”

官向民說：“那我到賓館等你？”

王愛萍說：“不嘛，7點半，在凱悅大廈西餐廳見。”

官向民說：“老天，我還得煎熬八個小時。不過，我聽你的安排，我就打電話到凱悅，訂個好位置。”

王愛萍說：“那，晚上凱悅見。”

官向民說：“晚上我在凱悅迎接你——親愛的公主。”

王愛萍已經進入甜蜜狀態了。官向民真是一個好情人，輕鬆到位而又恰到好處。她所以不讓他到機場和賓館去，就是不想讓好事來得太草率，她要讓兩人都懷着一段期盼，從容的享受這段期盼的過程。去年她到深圳出差，官向民在賓館等她，結果一進房間，兩人就急不可待，互相幫助脫光衣服，上床做愛了。沒有幾個回合，官向民就鳴鼓收兵，他卻還在七上八下階段，方興未艾。這次，她就主動安排見面時間和地點，把握住約會的進程，以達到圓滿的高潮。她對自己主控局面的能力暗自得意。

開始登機了，王愛萍給丈夫單位打了個電話，接電話的人說馬東出去辦事了。她又撥通丈夫的手機：“你跑哪里去啦？”

馬東說：“跑書店，還能跑哪里去？”

王愛萍說：“你也跑不到哪里去。哎，別騎着摩托到處跑，汽油費貴着呢。晚上早點到學校接麗麗啊？”

馬東說：“哎，哎？現在幾點啦，你還沒飛啊？”

王愛萍說：“飛機晚點了。”

馬東說：“這飛機怎么回事啊！要不要我打電話告他們航空公司？”

王愛萍說：“就你事多，你管好你自己就行。”

馬東說：“我關心你嘛。哎，你出差一人在外，一定要當心。現在外面搶劫的，強姦的多得不得了。”

王愛萍說：“你放心吧。你還是當心你自己，把麗麗弄好。”

馬東“啪”地把手機合上，插進腰間的皮套里，鎖好摩托車，大搖大擺地走進一家書店。說是書店，實際上是一塊窄長的小店面，有一個閣樓，樓梯旁、過道上堆着捆書。

收錢小姐依杉見到馬東，甜甜一笑：“馬總，好幾天不見了，芳姐在樓上，你上去吧。”

馬東說：“知道啦。”然後扔下頭盔，幾步跨上閣樓。

芳姐正趴在桌子上記帳。這是個豐滿的姑娘，二十五、六歲左右，顯得精幹成熟。一見到馬東，她眼神一勾，抿嘴笑起來。

馬東的兩手從她背後的腋間伸進去。

芳姐縮身“咯咯”笑起來，然後就勢倒在馬東的懷里。

馬東用腳合上門，抱起芳姐。

兩人纏綿一陣，馬東說：“走吧，到我家去，她今天到深圳出差去了。”

芳姐說：“不去嘛。”

馬東問：“為什麼？”

芳姐說：“感覺不好。”

馬東說：“有什麼不好？上次不是好好的嗎？”

芳姐說：“在你和她的床上做愛，會想起她。”

馬東說：“你不想我想起她。嘿嘿，有意思。”

芳姐說：“馬哥，人家怕嘛。在外面，名份上我還是一個沒有出嫁的姑娘，你還是她的老公嘛。你說對吧？馬哥，在你家裏，你是她的人，在外面，就是一家門口，你就是我的人。今天在我的房間里，我要讓馬哥有一種帝王般的享受。”

芳姐拉上窗簾，插上門鎖，將長沙發一拉，就彈出一張大床來，她從櫃子里拖出墊被，往上一鋪，然後把馬東按倒在床上：“忙了一個禮拜了，今天啊，我就給自己放一天假，陪我的馬哥。”

馬東說：“就在這里啊？樓下……”

芳姐說：“沒事情，這依杉精明得很。”

剛說到這，就聽見有人問話：“芳老關在嗎？”

依杉說：“不在啦！”那人又問：“到哪里去啦？”依杉說：“到天上會神仙去啦！你有事嗎？有事就跟我說。我是代老關。”

芳姐朝馬東一笑：“聽見了沒有？”

馬東說：“我真服你們了！你和她都是小妖精！”

七點半，王愛萍坐着出租車，準時來到凱悅大酒店。她正要付錢，沒想到車外早有個人遞給司機一張50元票子，隨後，車門穩穩打開，官向民站在車外，笑臉相迎。王愛萍一陣幸福，情不自禁把手伸給官向民。她要的就是這種感覺。

官向民捏着王愛萍的手，走向西餐廳一個臨窗的雅座，他把她送進座位里，然後自己在對面落座。

王愛萍看着桌上一束紅玫瑰，說：“好漂亮。”

官向民說：“送給你的。”

王愛萍捧起花束聞了聞，從心里覺得香。

官向民注視着王愛萍，說：“你也好漂亮。這身黑裙子，穿在你的身上，特別合適，特別好看，雍容華貴。”

王愛萍說：“這也是你送給我的。”

官向民說：“這我就不得不自己夸獎兩句了，我的眼力還是不錯的。你知道為什麼嗎？”

王愛萍問：“為什麼？”

官向民盯着王愛萍，說：“那是因為愛。”

王愛萍美滋滋的躲開官向民的熱眼，望向窗外。窗外是一灣湖水，湖中的噴泉，在彩色射燈的照耀下，噴出千姿百態的夢幻。

官向民說：“有人說，黑色衣服穿在身上是一種性感，呈現在臉上卻是一種悲傷。而你恰恰不同，穿在你的身上是既性感又優雅。”

王愛萍一陣心醉：“真的嗎？”

官向民說：“千萬真確。”

王愛萍閉上眼睛，一臉深情，說：“向民……我好幸福。”

官向民遞過菜譜，說：“幸福再加上法國美味佳肴，那就是完美。”

王愛萍說：“我還是點上次吃的那道菜。”

官向民收回菜譜，淺露微笑，說：“我已經點好了。”他向侍者一招手，侍者提了一瓶紅葡萄酒過來，啓蓋倒酒。

官向民舉起酒杯，說：“祝我們在這個魅力四射之夜，能創造出輝煌來。”

王愛萍也舉起酒杯，但她又收回酒杯，說：“不過，你得把上次故事講完，你把求愛信寄出去以後，你的初戀情人有什麼反應？”

官向民笑了起來：“啊，你還在為這件事耿耿于懷啊？那純粹是我的單相思吧。她馬上回了一封信，說她已經有男朋友了。弄得我痛苦萬分，好幾天都沒有緩過來。”

王愛萍關切地問：“怎麼啦？”

官向民說：“我呢，也死心了，人家有男朋友了嘛。但我也個男人啊，於是我就寫了一封信給她，信中就寫了八個字。”

王愛萍問：“八個什麼字？”

官向民說：“讓它永遠成爲謎吧。你不要介意，這八個字並不重要。當我把這封信寄給她後，很快就收到她的回信。我拆開信一看，傻眼了，里面是我寄給她的信，沒有拆，原封不動的塞進另一個信封里，寄還給我。”

王愛萍抓住官向民的手，說：“向民，你一定要告訴我，你寫的八個是什麼字？”

官向民笑了笑，喝了一口酒，說：“八個字：把信撕了。祝你們好。”



封面人物 冰凌

身，又往右邊翻了個身，心里說：“一個人睡張大床真他媽的舒服！”他定神再想想，說：“得有個女人。”他抓起手機，調出一個號碼，一撥，就聽到楊玲娜溫柔的聲音：“東東啊？”

馬東笑着說：“楊姐，還沒睡啊？”

楊玲娜說：“在看電視劇呢，叫什麼《妻子來了自由走了》，名字挺怪，可內容還不錯，一個男人和倆女人談情說愛。”

馬東說：“看得你淚流滿面了吧？”

楊玲娜說：“哪那么多眼淚，好玩吧。哎，一個人在家啊？”

馬東說：“你怎么知道？我就不行在外面給你打電話啊？”

楊玲娜說：“你有幾根筋，我還不清楚？”

馬東笑了：“講不過楊姐的火眼金星。她去深圳出差了。”

楊玲娜說：“你這是跟那電視劇名字倒着來，是妻子走了，自由來了。”

馬東說：“楊姐現在說話，越來越經典了。”

楊玲娜說：“說吧，什麼事？”

馬東說：“明天上午有空嗎？來我家裏。”

楊玲娜想了想，說：“好吧，明天一上班，我先到機關門診部拿點藥，就過去。”

馬東說：“我等楊姐。”

楊玲娜說：“你呀，一只小饞貓。”

放下電話，馬東往床上一躺，順手抓起床頭的一本雜誌，看到上面一篇文章《王謝姐弟戀正“熱火朝天”》，他把雜誌一攤：“我是姐弟戀的老祖宗！十年前，楊馬姐弟戀就熱火朝天了。”

吃完飯，官向民開車送王愛萍，回到了賓館。美酒點燃的慾望，已經燒起熊熊大火。王愛萍掌握着火候，讓大火繼續漫延，然後降成溫火，煲一鍋老湯，把情愛和性欲燙得滾瓜爛熟。

官向民渾身燥熱，脫下西裝，兩眼上下欣賞着王愛萍。

王愛萍踢掉高跟鞋，走到立櫃前，取下

兩個杯子，說：“喝咖啡還是喝茶？”

官向民走到王愛萍的身後，兩手扶住她的肩膀，說：“喝你。”說着，他輕輕拉開王愛萍背上的裙鏈。

王愛萍閉上眼睛：“向民，我老了嗎？”

官向民說：“老了。”

王愛萍微皺眉頭。

官向民貼着王愛萍耳邊說：“你過去比現在老多了。”

王愛萍抿嘴一笑：“你嚇我。”

官向民說：“客觀的說，你的氣質和魅力，是與時俱進，這是你年輕的標記。”

王愛萍說：“安慰我？”

官向民說：“百分之十是安慰，百分之九十是闡述事實。”

王愛萍說：“你的話總是說到我的心里……”

官向民說：“歸根結底，還是愛。愛使我們心相印，使我們的每一根神經相通，使我們相隔千山萬水，卻能同唱一首歌。”

王愛萍說：“你心里只愛我嗎？”

官向民說：“這是一個愚蠢的問題，但是卻讓我非常感動。這說明你非常在乎我對你的愛。親愛的，這時候我的任何表達都是蒼白的，唯有時間來證明我對你的愛。”

王愛萍低聲一叫：“向民……”

官向民應了一聲：“嗯？”

王愛萍說：“等什么……”

官向民說：“等這句話。”

王愛萍轉過身，昂着頭。官向民輕輕抱過王愛萍，慢慢挪向床沿。

馬東送女兒上學後，給科長掛了個電話，說上午在外面辦事，下午再到單位去。然後掉過摩托車就回家。到家剛把家裏整理清楚，就聽到門鈴聲，馬東打開門，楊玲娜提着一袋龍眼走進來。

楊玲娜放下龍眼，說：“剛上市的，給你和麗麗嘗口鮮。”

馬東說：“還是楊姐疼我。”

王愛萍頓時淚如泉涌。

馬東哄女兒睡覺後，掏出手機，給妻子打了個電話：“哎，你住下啦？”

王愛萍說：“住下了。很好。”

馬東說：“飯店電話號碼多少？我打到你的房間去。”

王愛萍說：“喂，喂，我現在在車上，信號不好。”

馬東看了一眼牆上的鐘，說：“都快十點了，你還在外面啊？”

王愛萍說：“會議安排宴會，剛吃完飯，現在回賓館呢。喂，喂……”

馬東關上手機，也關閉自己的思路。他到衛生間，痛快快沖了個澡，然後躺到床上。他往左邊翻了個身，心里說：“一個人睡張大床真他媽的舒服！”

他定神再想想，說：“得有個女人。”他抓起手機，調出一個號碼，一撥，就聽到楊玲娜溫柔的聲音：“東東啊？”

馬東笑着說：“楊姐，還沒睡啊？”

楊玲娜說：“在看電視劇呢，叫什麼《妻子來了自由走了》，名字挺怪，可內容還不錯，一個男人和倆女人談情說愛。”

馬東說：“看得你淚流滿面了吧？”

楊玲娜說：“哪那么多眼淚，好玩吧。哎，一個人在家啊？”

馬東說：“你怎么知道？我就不行在外面給你打電話啊？”

楊玲娜說：“你有幾根筋，我還不清楚？”

馬東笑了：“講不過楊姐的火眼金星。她去深圳出差了。”

楊玲娜說：“你這是跟那電視劇名字倒着來，是妻子走了，自由來了。”

馬東說：“楊姐現在說話，越來越經典了。”

楊玲娜說：“說吧，什麼事？”

馬東說：“明天上午有空嗎？來我家裏。”

楊玲娜想了想，說：“好吧，明天一上班，我先到機關門診部拿點藥，就過去。”

馬東說：“我等楊姐。”

楊玲娜說：“你呀，一只小饞貓。”

放下電話，馬東往床上一躺，順手抓起床頭的一本雜誌，看到上面一篇文章《王謝姐弟戀正“熱火朝天”》，他把雜誌一攤：“我是姐弟戀的老祖宗！十年前，楊馬姐弟戀就熱火朝天了。”

吃完飯，官向民開車送王愛萍，回到了賓館。美酒點燃的慾望，已經燒起熊熊大火。王愛萍掌握着火候，讓大火繼續漫延，然後降成溫火，煲一鍋老湯，把情愛和性欲燙得滾瓜爛熟。

官向民渾身燥熱，脫下西裝，兩眼上下欣賞着王愛萍。

王愛萍踢掉高跟鞋，走到立櫃前，取下

兩個杯子，說：“喝咖啡還是喝茶？”

官向民走到王愛萍的身後，兩手扶住她的肩膀，說：“喝你。”說着，他輕輕拉開王愛萍背上的裙鏈。

王愛萍閉上眼睛：“向民，我老了嗎？”

官向民說：“老了。”

王愛萍微皺眉頭。

官向民貼着王愛萍耳邊說：“你過去比現在老多了。”

王愛萍抿嘴一笑：“你嚇我。”

官向民說：“客觀的說，你的氣質和魅力，是與時俱進，這是你年輕的標記。”

王愛萍說：“安慰我？”

官向民說：“百分之十是安慰，百分之九十是闡述事實。”

王愛萍說：“你的話總是說到我的心里……”

官向民說：“歸根結底，還是愛。愛使我們心相印，使我們的每一根神經相通，使我們相隔千山萬水，卻能同唱一首歌。”

王愛萍說：“你心里只愛我嗎？”

官向民說：“這是一個愚蠢的問題，但是卻讓我非常感動。這說明你非常在乎我對你的愛。親愛的，這時候我的任何表達都是蒼白的，唯有時間來證明我對你的愛。”

王愛萍低聲一叫：“向民……”

官向民應了一聲：“嗯？”

王愛萍說：“等什么……”

官向民說：“等這句話。”

王愛萍轉過身，昂着頭。官向民輕輕抱過王愛萍，慢慢挪向床沿。

馬東送女兒上學後，給科長掛了個電話，說上午在外面辦事，下午再到單位去。然後掉過摩托車就回家。到家剛把家裏整理清楚，就聽到門鈴聲，馬東打開門，楊玲娜提着一袋龍眼走進來。

楊玲娜放下龍眼，說：“剛上市的，給你和麗麗嘗口鮮。”

馬東說：“還是楊姐疼我。”

楊玲娜說：“你別不知足，愛萍對你不錯的。”

馬東一把抱住楊玲娜。楊玲娜拍拍馬東的背，說：“我先洗個手，把衣服脫了，醫院到處是人，別把細菌帶回來。”

楊玲娜到衛生間洗了手，又脫下衣服。馬東坐在床上，望着楊玲娜，贊嘆道：“楊姐這身材是沒治了。當年楊姐要不是摔傷了腰，早就是本省舞蹈界的大姐大了。”

楊玲娜說：“這是命中注定的事。人太紅了，一定會在哪个節骨眼上出差錯。所以人啊，知足常樂吧。”

馬東說：“我馬東可是因禍得福。要不然我也碰不到楊姐。”

楊玲娜一點馬東的腦門：“小饞貓。躺里面去。”

馬東笑嘻嘻地往里面躺好，看着楊玲娜脫衣服，說：“我第一次看到楊姐，是在小食堂里，楊姐穿着那種抖抖的什麼紗的白襯衫，里面的胸罩清清楚楚，真大性感了。我當時就跟人說，要是能跟楊姐睡上一覺，我去死都值得。”

楊玲娜一把抱過馬東。馬東把臉埋進楊玲娜的胸懷。

楊玲娜抱着馬東的頭：“剛聽到人傳說你的話，我還挺生氣的。後來想想也挺得意，連小年輕都迷上我了。我當時還真想見見你，看你長得什麼模樣。”

馬東抬起頭，像從水里冒出來，深吸一口大氣，說：“味道好極了！”

楊玲娜說：“哎，我當時把你堵在房間，你心里怕嗎？”

馬東說：“嚇壞了。真嚇壞了。怕你把我拖到保衛科去。”

楊玲娜說：“我說什麼話了？”

馬東說：“你說，好吧，我成全你，讓你去死！我一聽，這話不是叫我……啊啊，不是命令我上嗎？我一咬牙，沖到你的面前，就狠狠地抱住你！”他一個翻身，把楊玲娜壓在身子下，說：“從此，偉大的楊馬姐弟戀吹響了戰鬥的號角！”

楊玲娜一把抱住馬東的頭。

官向民下午打電話給王愛萍，說今晚有急事，不能來看她。她明天就要回福州，今天不見面，就不能再見到官向民了。王愛萍不免掃興，但想想也無奈，這類地下情場的事，往往身不由己。

武漢大學海綿城市建設水系統科學湖北省重點實驗室主任、水利水電學院教授張翔及博士研究生楊逸帆、郭舟、劉書穎于8月14日-8月26日應俄亥俄州立大學食品、農業及生物工程系 Ryan Winston 副教授邀請赴俄亥俄州立大學進行訪問交流。雙方圍繞可持續城市雨洪管理研究，包括中國海綿城市最新發展理念和“藍圖哥倫布”城市雨洪管理計劃展開了廣泛深入的交流。張翔教授團隊同時也訪問了俄亥俄州立大學研究生院、俄亥俄州立大學國際交流部，探討了兩校學生培養和國際交流合作計劃。

武漢大學水利水電學院張翔教授團隊赴俄亥俄州立大學訪問,探討可持續城市雨洪管理問題

合中國海綿城市建設經驗與“藍圖哥倫布”計劃的實施情況,進行了充分探討。團隊在水土保持研究中心 David Reutter 工程師、Ryan Winston 副教授和 Joey Smith 博士研究生的帶領下,實地考察了“藍圖哥倫布”的生物滯留系統實施情況,參觀了俄亥俄州立大學伊利湖 Stone 實驗室、俄亥俄州立大學食品、農業與生物工程系生物化學實驗室。

(一)深入交流,推進兩校合作

8月24日武漢大學訪問團隊與俄亥俄州立大學研究生院院長 Stromberger 教授、環境科學研究生項目負責人 Basta 教授和 Gardiner 教授進行了座談交流,俄亥俄州立大學全美東亞語文資源中心(NEALRC)原助理主任李敏儒博士、俄亥俄州立大學食品、農業及生物工程系 Ryan Winston 副教授和 Joey Smith 博士研究生參加了座談。



武漢大學-俄亥俄州立大學合作團隊與俄亥俄州立大學研究生院領導合影



武漢大學-俄亥俄州立大學合作團隊與俄亥俄州立大學國際交流部領導合影

Stromberger 教授介紹了俄亥俄州立大學研究生院交流項目,希望通過國際交流項目給

予學生更寬廣的視野,加強學生對於國際前沿學科發展的認識,張翔教授表示武漢大學和俄亥俄州立大學的友好關係由來已久,應深入推進兩校合作,為學生提供更加廣闊的學習交流平台。隨後武漢大學訪問團隊相繼拜訪了負責國際交流的副教務長助理 Fernando Unzueta 教授、俄亥俄州立大學食品、農業與生物工程系主任 Scott Shearer 教授、俄亥俄州立大學食品、農業與環境科學學院國際項目主任 Luis Canas 副教授,進一步瞭解了俄亥俄州立大學的國際交流計劃和在低影響開發綠色基礎設施研究方面的發展規劃,雙方均表達了期待尋求進一步合作的意願。

(二)學術暢談,共謀學科發展

8月22日張翔教授應邀做了以“海綿城市與綠色發展-以武漢市為例”的學術報告,介紹了中國海綿城市理念以及其發展歷程,交流了生物滯留設施和“綠-灰-藍”耦合的系統化應對城市水問題的研究成果,並與到場專家學者進行問答和討論,探索了城市雨洪管理和綠色發展的未來方向。



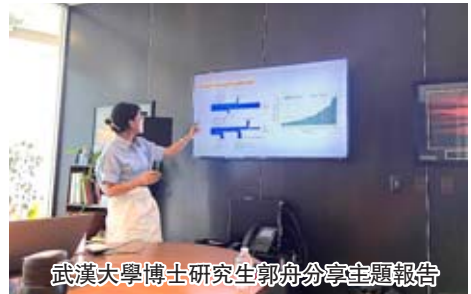
張翔教授應邀做學術報告



武漢大學-俄亥俄州立大學合作團隊討論交流

武漢大學-俄亥俄州立大學合作團隊開展了學術交流,RyanWinston 副教授及團隊 Joey Smith 博士研究生等對其在哥倫布市的“藍圖哥倫布”計劃進行了深入介紹,包括計劃理念,實施方法,具體設計等,展示了“藍圖哥倫布”計劃的城市雨洪管理的綠色方案,同時雙方就綠色基礎設施的具體設計、區域 LID 系統分析等學科前沿問題進行討論,在激烈的思維碰撞中尋求雙方進一步進行科研合作的方向。

(三)實地考察,助力海綿建設



武漢大學博士研究生郭舟分享主題報告



武漢大學博士研究生楊逸帆分享主題報告

8月17日-18日團隊受邀參加了俄亥俄州克利夫蘭市雨洪管理措施監測和維護課程,系統學習了包括生物滯留池,透水鋪裝,綠色屋頂等十餘種雨水管理措施的監測和維護方案,同時瞭解了俄亥俄州對於城市雨洪管理人才的培訓方法,對於國內海綿城市建設有較大的啓示。

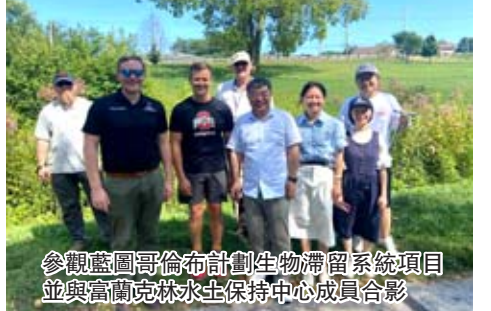
8月23日-25日武漢大學訪問團隊先後訪問了富蘭克林(SWCD)水土保持研究中心和 MS 諮詢公司,博士研究生郭舟做“不同自然區域下 LID 系統設計-基于海綿試點案例的 PLS-SEM 模型構建”主題報告,楊逸帆做“海綿城市綠色基礎設施設計”主題報告。針對區域海綿城市設計,城市灰-綠-藍設施統籌共建等熱點問題,結



參觀俄亥俄州立大學伊利湖 Stone 實驗室



考察藍圖哥倫布城市雨洪管理計劃的生物滯留設施



參觀藍圖哥倫布計劃生物滯留系統項目並與富蘭克林水土保持中心成員合影

此次交流得到武漢大學-俄亥俄州立大學合作支持計劃培育類項目的支持,以及國家自然科學基金委聯合基金重點項目和重大項目資助,延續了兩校 40 年姐妹學校合作交流的傳統,為今後兩校進一步加深在可持續城市雨洪管理方面的學術交流合作打下了堅實基礎。

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



衆人服務爲上帝

我們常常聽到一句中國人喜歡說的話“有錢出錢有力出力”。自己報紙做了 20 多年,深有感受。中國人是在 2016 年突然大面積開始有參政議政的行動,到 2020 年 *Stop Asian Hate*,一下華人社團個人十分踴躍參加政治活動,這是一件大好的事情,當然華人不團結,歧視已經有歷史年頭了。

這兩天我在寫世界日的一篇文章,讓我想起許多往事,克利夫蘭華人的一年一度亞洲節搞得這麼成功,就是有这么一批年輕人一投入就是 10 多年,還有世界日的組織負責人就是亞洲節負責人之一的 John Wu:一句話,多年來華人華僑組織是只有對自己社團,不是代表自己的社團去融和當地來自不同國家、代表不同族裔人民之間的好友往來,去參與融合,去交流爲和諧溝通彼此。

美國原本就是一個多民族、多元文化的移民國家,民間交流是常態化,爲國家的融和產生深遠影響,我在回看世界日看到 2018 年,華人參與世界日,有特邀嘉賓美國華人華僑聯合總會主席林建新先生參與了遊行活動,我認識林建新也有多年,是因爲當年他創建了社團爲了宣傳來找我,2022 年 9 月我去了費城在林建新開的華僑博物館跟他見面,沒有想到今年 8 月 2 日(周二)晚間被發現在皇后區法拉盛王子街一間臨時租住的公寓內死亡。年僅 51 歲。林建新的去世引起社區熱議,除了惋惜和痛心,更多人表示相信他會選擇自殺。(這是網上報道的)

8 月 2 日(周三)晚間 9 點左右收到報警,急救人員趕到事發地點王子街 36-36 號大廈 5 樓某單元,發現當事人已經死亡。另據知情者引述警方現場報告稱,現場有用床單結成的繩套,死者看似是用繩套挂在床上自殺。但是否真爲自殺或現場有他人介入,這些目前都無法判定。市警總局表示,死因將由法醫進行解剖分析後才能確定。

我記得當年林先生參加世界日遊行後對我說:非常榮幸受邀參加活動,活動豐富多彩,儀式感很強,比如升旗儀式、入場儀式等,各國各族民眾身穿五顏六色的傳統服飾,高舉旗幟,沿途邊舞邊唱。特別是走在隊伍最前面,代表中華文化的腰鼓和武術表演隊,人數最多、陣容最大,鑼鼓喧天,引人注目。

林建新先生是一位活躍於全美華人社區的知名企業家,我知道他非常忙,好像他說正籌備拍電影、成立華爾街經濟學院等項目。林建新在 1971 年 8 月出生於福州連江一個貧苦的家庭,他從 1990 年開始創業,成立了闔富集團,1995 年他來到美國發展,主要業務是在紐約和賓州的酒店和地產業。同時,他活躍於僑團活動,生前是美國華人華僑聯合總會主席。他的拼搏精神令人敬佩。

林建新是一位地地道道的商人,自從他創辦華人協會後他曾經對我說:華人社區太難了,我記得對他說:當領袖要做好 3 點,第一出錢,第二出力,第三要接受他人罵你,不然很難當好華人領袖。一位克利夫蘭服務華人社團的人告訴我:她只有爲華人發放棧就頭髮變白了許多……華人朋友們,我們讓自己胸懷大一點。希望你們支持。這一位牧師,十多年前他拿出了 10 million Dollar 說要把上帝的快樂喜樂帶給人們,Christmas Cantata 是上帝贈送的聖誕節禮物,免費一場完美舞臺音樂劇。

就在 8 月 26 日,我和一群來自韓國和中國的牧師一起在百佳超市門口從 10:00Am-4:00Pm 宣傳,2023 年 9 月 12 日來自韓國的專業團體將在克利夫蘭 Key Bank State Theater 舉辦 Christmas Cantata,團隊是榮獲無數國際獎牌的合唱團,這次上帝提前把聖誕禮物帶給俄亥俄州的哥倫布,克利夫蘭和 Toledo 民眾。希望得到大家的支持,那天除了認識我的朋友愛心捐款,絕大多數亞裔人連看一看都很勉強。

現任 Good News church 的韓國人牧師 Kim 去年找我,我免費做了一下宣傳,當我去年看了

演出,太精彩了,台前台後都感動我,今年 Kim 又來找我,希望這次我能爲上帝工作,而我想能爲上帝工作是我的榮幸。看着 Kim 熱情自信,我開始和他們一起奔忙,沒有錢,看着這場租金都 3 萬,就像 Kim 說的:上帝會幫助我們,我們相互鼓勵相互支持。

8 月 30 日一早收到 Kim 牧師的留言,“蕩”。近 1 個月和他們一起爲這場上帝

提前贈送俄州民衆的聖誕禮物,免費演出能圓滿成功,免費的後面是大量的工作。我記得 Kim 找我說這是爲上帝打工,我無條件接受……免費的背後是沒有免費的,劇院要 3 萬多租金,來自韓國的志願者(年輕的牧師)他們讓我感受到他們無條件愛上帝的精神……我們期待這場精彩的演出,同時也期待您的愛心和支持……

還在我記憶里:那場讓我非常難忘的合唱團在 2022 年 9 月 19 日從韓國來的 200 多位演員和工作人員在 Akron E.J. Thomas Hall 上演 Christmas Cantata,那是星期一的晚上,全劇院幾乎座無虛席,在今天這個時代,高科技,人都活在手機里,那場演出就出奇一致好動了大家,那一次我對 Kim 先生的大膽舉動欽佩得五體投地。

更讓我感動的是:全體演員是當日早上 5:00



大巴從紐約到 Akron,演員只是在車上睡覺,當我下午 5:20 趕到後台他們在排練,講的都是韓語,我看到指導老師手里拿着聖經,他們是在爲上帝工作。

當他們精彩的演出謝幕後,他們又趕緊拆臺,整理行裝,打包裝箱。坐大巴趕下一場演出,他們都在車上睡覺,他們的言行讓我感動的無語。

一群來自韓國的專業演員,演唱出地道的英文,我還是第一次在舞臺上看到上帝是怎么出生的,演員表演得淋漓盡致。一曲大合唱“美麗的美國”,台上台下觀衆一起合唱達到高潮,這不是一場普通的演出,是帶著上帝的力量。因爲他們內心有神靈,每一年在美國巡迴演出 25 個城市,他們只有在美國演出是免費,其他都要購買門票,去年認識 Kim,不得不佩服 Kim 他說爲上帝工作,今年我就和他的團隊一起合作,爲這場在克利夫蘭的演出積極做準備。

Gracias Christmas Cantata 向公衆免費開放,讓各種各樣的人聚集在一起慶祝聖誕節。Gracias Christmas Cantata 爲許多人帶來了難忘的體驗,並通過其多樣化的藝術元素給人留下了持久的印象。

我知道我是在爲上帝工作,我更知道這是我生活的修行,因爲修行就是行在道上,是修理自己殘缺的心,請您加入我們隊伍,一起加油。

2023 年 8 月 27 日,俄亥俄州克利夫蘭第 77 屆一年一度的“同一世界日”打破了出席率和參與度的紀錄。據克利夫蘭警方估計,當天超過 50,000 人參加。來自各個族裔的遊行隊伍也打破了紀錄,53 個各裔族代表,超過 1500 多名遊行者,他們穿着色彩繽紛的各民族民族服裝,舉着自己國家旗幟遊行,中國的五星紅旗引人注目,在



浦瑛開講 在美國改造自己

別是 1924 年、1936 年和 2016 年。此外,該市還主辦過激進共和黨全國代表大會。另外克利夫蘭城市俱樂部成立於 1912 年,爲全國和地方辯論和討論提供了平台。該論壇被稱爲克利夫蘭言論自由堡壘,是美國歷史最悠久、持續運營的獨立言論自由和辯論論壇之一。

克利夫蘭建於 1796 年 7 月 22 日,由康涅狄格州土地公司的測量員將康涅狄格州西部保護區劃分爲鄉鎮和首府而成。他們以他們的領導人,獨立戰爭老兵摩西·克利夫蘭將軍的名字將新定居點命名爲“克利夫蘭”,以公共廣場爲中心的現代市中心區的新英格蘭風格。

早在 1832 年俄亥俄和伊利運河建成後,它迅速發展。這條伊利運河是俄亥俄河與五大湖之間的重要紐帶,通過伊利運河和哈德遜河,然後通過聖勞倫斯海道,將克利夫蘭與大西洋連接起來,伊利華報也是因爲伊利湖而起名“伊利華報”,是巧合還是冥冥之中就有使命,讓時間作證。

根據百度資料:2020 年人口普查,該市的種族構成爲 47.5% 非洲裔美國人, 32.1% 非西班牙裔白人, 2.8% 亞太島民, 0.2% 美洲原住民, 西班牙裔或拉丁裔佔其人口的 13.1%。19 世紀和 20 世紀初,克利夫蘭接收了大量來自愛爾蘭、意大利、奧匈帝國、德意志帝國、俄羅斯帝國、奧斯曼帝國的移民,他們大多被稻田所吸引,還有製造業工作崗位。因此,克利夫蘭和凱霍加縣現在有愛爾蘭人(特別是西公園)、意大利人(特別是小意大利)、德國人和中東歐人,如捷克人、匈牙利人、立陶宛人、波蘭人和羅馬尼亞人。它擁有豐富的多民族社區。俄羅斯人、魯森人、斯洛伐克人、烏克蘭人以及斯洛文尼亞人、克羅地亞人和塞爾維亞人等前南斯拉夫群體。克利夫蘭市的匈牙利人曾經非常多,該市是布達佩斯以外世界上匈牙利人最集中的城市。

2020 年的一項分析發現,克利夫蘭是俄亥俄州種族和種族最多元化的城市。克利夫蘭全年舉辦許多民族節日,其中克利夫蘭亞洲節日,二天數也達到 5 萬人。克利夫蘭蒂亞拉賈音樂節每年春天在克利夫蘭州立大學舉行,是印度以外世界上最大的印度古典音樂和舞蹈節。

克利夫蘭還有一個歷史悠久的猶太社區,1910 年至 1970 年間,由於第一次和第二次大遷徙,克利夫蘭的黑人人口大幅增長,主要集中在該市的東區。

克利夫蘭自 1946 年以來,每年都會在洛克福勒公園舉辦慶祝“同一世界日”。回顧 2018 年 8 月 29 日,俄亥俄州克利夫蘭市舉辦慶祝第 75 屆“同一世界日”遊行活動。共有來自中國、巴西、越南等 40 多個國家的代表不同文化背景遊行隊伍參與,吸引了超過萬人居民觀看。

舉辦這項活動目的是爲融和當地衆多來自不同國家、不同種族的人民間的友好往來、交流、和諧共居,該會秉承“互相理解、和平共處”的宗旨。“同一世界日”遊行活動也是各國族裔人的夢想成真的日子,來自各國國家的入宣誓入籍是神聖莊嚴的一幕,讓許多人激動不已,這個遊行已成爲當地重要的節日活動之一。

中國代表中華文化的組委會成員、全球友誼基金會主席倪學凌,克利夫蘭當代中國文化協會理事長湯發博士等表示,當地華裔居民有兩萬多人,爲融合主流,彰顯中華文化博大精深和悠久歷史,我們也在大公園內建成了“中華文化園”,並年年參加活動。

融融入群體,又展示中華文化,也能瞭解其他國家的不同文化,活動更成爲廣交朋友的社交平台。

每年的“同一世界日”遊行活動對於克利夫蘭市都非常重要,因爲美國是一個多民族、多元文化的移民國家,常態化的民間文化交流也成爲美國的融和發展產生深遠影響。

克利夫蘭歷史上曾三次主辦共和黨全國代表大會,分別



Record Breaking One World Day in Cleveland Cultural Gardens

Cleveland, OH – The 77th annual One World Day broke records for attendance and participation. Cleveland Police estimated that over 50,000 people attended at some point during the day. The Parade of Flags was also a record breaker. Over 1500 marchers from 53 heritages marched in colorful costumes carrying flags. Video and a list of the 53 groups at <https://youtu.be/jYNEwgC3S8s>

The Parade Grand Marshal was Cuyahoga County Executive Chris Ronayne who led the Parade with Cleveland Cultural Gardens Federation President Dr. Wael Khoury. In a sign of unity, the MCs for the Parade were from the 4 major TV stations in Cleveland: Danielle Wiggins from WKYC, Kelly Dobeck from WOIO, Nadeen Abusada from WEWS and Tino Bovenzi from Fox 8 TV. Media coverage was local, regional, national and even international with Middle East News, TV Asia and more on site.

Efforts were made to attract visitors to some of the new gardens (French, Uzbek, Colombian Ethiopian, Egyptian, etc.) toward the south end of MLK with the placement of the popular Children’s Village located there. Adults relaxed at 4 beer gardens spread out in the German, Irish and Serbian gardens. Many gardens had their own food, beverages and desserts available and there were lots of food trucks. Ethnic shopping was available in three market places.

Kids of all ages visited the 40 gardens that participated in the Passport program and learned about the country or completed a task before getting their passports stamped and turning them in for prizes.

The Consul General of Pakistan from Chicago raised the flag for the first time in their garden. Almost 200 women in saris gathered in the India Garden. The Native American Garden made their first appearance. Other first-time communities included Iran, Kazakhstan, Palestine, Dominican Republic, Morocco, Bangladesh and more.

The Naturalization Ceremony where 25 new citizens (from about 20 countries) were sworn in brought many to tears. New citizens were so proud and happy and shared their joy with family members.

Thousands watched ethnic and cultural performances on the main stage at the Centennial Peace Plaza but also in most of the Gardens.

Find out more about the 77th One World Day at <https://clevelandoneworldday.org/2023/>

Platinum Sponsors include Cuyahoga Arts & Culture, City of Cleveland, Cuyahoga County, Cleveland City Council and Key Bank.

Contact us for photos and post-event interviews.

One World Day Producer
Johnny Wu johnny@mdifilm.com
216-539-4634

Cleveland Cultural Gardens Federation Executive Director Lori Ashyk
l.ashyk@clevelandculturalgardens.org
216-220-3075.

OWD Branding and Marketing Chair
Dan Han



2023 年 8 月 27 日,俄亥俄州克利夫蘭第 77 屆一年一度的“同一世界日”打破了出席率和參與度的紀錄。據克利夫蘭警方估計,當天超過 50,000 人參加。來自各個族裔的遊行隊伍也打破了紀錄,53 個各裔族代表,超過 1500 多名遊行者,他們穿着色彩繽紛的各民族民族服裝,舉着自己國家旗幟遊行,中國的五星紅旗引人注目,在藍天下颯颯。當日代表克利夫蘭中華公園出席的腰鼓隊和明日之星學校的舞蹈隊整齊壯觀。

記得 2016 年 8 月 28 日,那天也是陽光明媚,克利夫蘭中國文化公園主席愛國華僑嚴雲泰先生將主席位傳遞承給克利夫蘭凱奎集團董事長 Eddie Ni 先生。

凱奎集團董事長 Eddie Ni(倪學凌)先生接任美國克利夫蘭中國文化公園主席,成爲繼美國商務部地區出口委員會委員、克利夫蘭州立大學孔子學院主席、知名美籍愛國僑領 Anthony Yen 之後該公園的第二任主席。

克利夫蘭文化花園是在美聯邦政府的領導下,秉持“Peace through mutual understanding(相互

理解,共創和平)”的原則,以促進各國友誼爲出發點而構建的國際花園。

克利夫蘭是美國各個族裔最多的城市,感謝世界第一富人洛克菲勒捐贈的這個花園,我想洛克菲勒做夢都沒有想到,他捐贈的公園現在讓世界各個展示文化,世界上最富有的財富莫過於文化了,讓各族裔有他們國家的地標,讓時代人記得名揚天下。

我時常在想一個問題,克里夫蘭有世界頂級的醫院,克利夫蘭有最好的交響樂團,克利夫蘭有世界級別的藝術博物館,世界唯一多個劇院聯體,還有克利夫蘭是搖滾樂故鄉。克利夫蘭也被譽爲“森林城市”,是克利夫蘭城市公園保護系統的核心。

克利夫蘭市的運行是以市長和議會的政府形式運作,市長擔任首席執行官。從 1924 年到 1931 年,該市在威廉·R·霍普金斯 (William R. Hopkins) 和丹尼爾·E·摩根 (Daniel E. Morgan) 的領導下短暫嘗試了市議會經理政府,然後又恢復了市長和議會制度。從 2022 年起,市長一職由賈斯汀·比伯 (Justin Bibb) 擔任。

克利夫蘭市政府的立法部門是:克利夫蘭市議會。議員們從 17 個選區選舉產生,任期四年。克利夫蘭爲美國俄亥俄州北區地方法院提供支持。法院設在 Carl B. Stokes US Court 和歷史悠久的 Howard M. Metzbaum US Court.

曾經克利夫蘭是全球首富的城市,克利夫蘭是俄亥俄州民主黨的主要據點。雖然選舉是兩黨參與的,但民主黨仍然在各級政府中佔主導地位。在此之前,從內戰時期到 20 世紀 40 年代,克利夫蘭一直由共和黨統治。

20 世紀 40 年代,克利夫蘭前市長雷·米勒 (Ray T. Miller) 領導的凱霍加縣民主黨贏得了該市歐洲人和非裔美國人的支持。社區除了有組織的工人的既定支持,此後一直由民主黨主導。在政治上,克利夫蘭及其一些鄰近地區組成了俄亥俄州的第 11 個國會選區。該選區的代表爲肖特爾·布朗,他是美國衆議院俄亥俄州的五名民主

黨議員之一。克利夫蘭歷史上曾三次主辦共和黨全國代表大會,分別是 1924 年、1936 年和 2016 年。此外,該市還主辦過激進共和黨全國代表大會。另外克利夫蘭城市俱樂部成立於 1912 年,爲全國和地方辯論和討論提供了平台。該論壇被稱爲克利夫蘭言論自由堡壘,是美國歷史最悠久、持續運營的獨立言論自由和辯論論壇之一。

克利夫蘭建於 1796 年 7 月 22 日,由康涅狄格州土地公司的測量員將康涅狄格州西部保護區劃分爲鄉鎮和首府而成。他們以他們的領導人、獨立戰爭老兵摩西·克利夫蘭將軍的名字將新定居點命名爲“克利夫蘭”,以公共廣場爲中心的現代市中心區的新英格蘭風格。

早在 1832 年俄亥俄和伊利運河建成後,它迅速發展。這條伊利運河是俄亥俄河與五大湖之間的重要紐帶,通過伊利運河和哈德遜河,然後通過聖勞倫斯海道,將克利夫蘭與大西洋連接起來,伊利華報也是因爲伊利湖而起名“伊利華報”,是巧合還是冥冥之中就有使命,讓時間作證。

根據百度資料:2020 年人口普查,該市的種族構成爲 47.5% 非洲裔美國人, 32.1% 非西班牙裔白人, 2.8% 亞太島民, 0.2% 美洲原住民, 西班牙裔或拉丁裔佔其人口的 13.1%。19 世紀和 20 世紀初,克利夫蘭接收了大量來自愛爾蘭、意大利、奧匈帝國、德意志帝國、俄羅斯帝國、奧斯曼帝國的移民,他們大多被稻田所吸引,還有製造業工作崗位。因此,克利夫蘭和凱霍加縣現在有愛爾蘭人(特別是西公園)、意大利人(特別是小意大利)、德國人和中東歐人,如捷克人、匈牙利人、立陶宛人、波蘭人和羅馬尼亞人。它擁有豐富的多民族社區。俄羅斯人、魯森人、斯洛伐克人、烏克蘭人以及斯洛文尼亞人、克羅地亞人和塞爾維亞人等前南斯拉夫群體。克利夫蘭市的匈牙利人曾經非常多,該市是布達佩斯以外世界上匈牙利人最集中的城市。

2020 年的一項分析發現,克利夫蘭是俄亥俄州種族和種族最多元化的城市。克利夫蘭全年舉辦許多民族節日,其中克利夫蘭亞洲節日,二天數也達到 5 萬人。克利夫蘭蒂亞拉賈音樂節每年春天在克利夫蘭州立大學舉行,是印度以外世界上最大的印度古典音樂和舞蹈節。

克利夫蘭還有一個歷史悠久的猶太社區,1910 年至 1970 年間,由於第一次和第二次大遷徙,克利夫蘭的黑人人口大幅增長,主要集中在該市的東區。

克利夫蘭自 1946 年以來,每年都會在洛克福勒公園舉辦慶祝“同一世界日”。回顧 2018 年 8 月 29 日,俄亥俄州克利夫蘭市舉辦慶祝第 75 屆“同一世界日”遊行活動。共有來自中國、巴西、越南等 40 多個國家的代表不同文化背景遊行隊伍參與,吸引了超過萬人居民觀看。

舉辦這項活動目的是爲融和當地衆多來自不同國家、不同種族的人民間的友好往來、交流、和諧共居,該會秉承“互相理解、和平共處”的宗旨。“同一世界日”遊行活動也是各國族裔人的夢想成真的日子,來自各國國家的入宣誓入籍是神聖莊嚴的一幕,讓許多人激動不已,這個遊行已成爲當地重要的節日活動之一。

中國代表中華文化的組委會成員、全球友誼基金會主席倪學凌,克利夫蘭當代中國文化協會理事長湯發博士等表示,當地華裔居民有兩萬多人,爲融合主流,彰顯中華文化博大精深和悠久歷史,我們也在大公園內建成了“中華文化園”,並年年參加活動。

融融入群體,又展示中華文化,也能瞭解其他國家的不同文化,活動更成爲廣交朋友的社交平台。

每年的“同一世界日”遊行活動對於克利夫蘭市都非常重要,因爲美國是一個多民族、多元文化的移民國家,常態化的民間文化交流也成爲美國的融和發展產生深遠影響。



文化有差異 承傳無國界



並年年參加活動。既融入群體,又展示中華文化,也能瞭解其他國家的不同文化,活動更成爲廣交朋友的社交平台。

每年的“同一世界日”遊行活動對於克利夫蘭市都非常重要,因爲美國是一個多民族、多元文化的移民國家,常態化的民間文化交流也成爲美國的融和發展產生深遠影響。



沉痛悼念 My Sister Ms. Theasha Daniely

安息 Rest in peace

September 6, 1946–August 15, 2023

善良
美麗
自信
智慧

Kindness
Beautiful
Confidence
Wisdom



我認識 Theasha Daniely 已經有 10 多年了，她給我的感覺是一個很平靜的人，她總是面帶微笑，講話總是慢慢地，她平易近人，和每一個人相處得很好，大家都很尊重她。

她畢業後就在克利夫蘭市政府工作，Community Relations Board 到今年 9 月，她在市政府工作就是 53 年了，通常在市政府工作 30 年就有好的退休待遇，而 Theasha Daniely 喜愛她的這份職業，她服務大眾，她單身一人，家住在我們常見面的我們共同去健身的 lifetime 附近。

我感謝她，她是最初一位幫助我把“慶祝伊利華報 20 周年紀念活動”安排在克利夫蘭市政廳舉辦的人。

2022 年 10 月的一天，我無意對她說，想辦一個伊利華報 20 周年年慶，我一直在克利夫蘭藝術館舉辦，但太貴，我也去了伊利華報 10 周年舉辦慶祝的 Agora 劇院，那里租金要 7 千美元，Theasha 告訴我，只要我們的領導 Director of Community Relations Board, Angela Shute-

Woodson 同意，你可以在 (Rotunda in Cleveland City Hall) 在市政廳舉辦。因為我認識的華人 Chia -Min Chen 在市政府工作 10 她們都在同一個部門，這個部門就是為全市市民提供最佳服務部門。她們三人一致同意並且我們開始準備，每一件事情都是她們熱心幫助伊利華報。

Theasha 對伊利華報特別關愛，也許我們很有緣份，Theasha 是 1946 年 9 月 6 日出生，而我是 1991 年 9 月 6 日到美國，我到美國的那一天是 Theasha 生日，相



Certain individuals shimmer with unparalleled elegance, grace, and a deep sense of duty in the vibrant panorama of Cleveland's legacy. Theasha Daniely was one such radiant figure, embodying integrity in every word spoken and every decision made. Knowing Theasha meant witnessing an epitome of refinement. Every strand of her hair whispered tales of meticulousness, and her attire always embodied professionalism and propriety. Her smile wasn't just a mere curve of lips but a luminescent beacon that illuminated any space she graced.

Born, September 6, 1946, amidst the rich tapestry of life on 144th and Glendale, in the heart of Cleveland, Theasha was a cherished gem in the illustrious lineage of Elrod and Eleanor Daniely. As one among the nine resilient branches of the Daniely tree, Theasha grew alongside her beloved siblings—Elrod II, Delores, Samuel, Rodger, Glenderlene, Elisa, Eleanor (Carrie), and Tommie Jean—in the nurturing embrace of the Mt. Pleasant neighborhood.

Theasha wasn't just an individual; she was an institution in herself. Her astounding 53 years of unwavering service to the city bore testimony to her unparalleled commitment. Observant yet tender, she possessed an innate ability to nurture both herself and her cherished family. To many, she was the back-

bone—the unyielding pillar that provided strength in times of need and joy in moments of celebration. At familial gatherings, Theasha was the pulsating heart, her joy infectious and her traditions memorable. Those family dinners, where she would thoughtfully reserve a portion for her next lunch, echo memories of her enduring practicality.

Her footsteps graced the soils of numerous nations, yet every heart she touched, regardless of the geography, felt an immediate warmth. Though soft-spoken, Theasha's words carried weight, directness, and profound meaning.

In celebrating Theasha's life, we don't just reminisce about a person; we honor an era, a legacy of grace and duty, that beckons us to emulate and remember. Her spirit, forever etched in time, is a call to uphold the values she cherished and lived by.

In the radiant tapestry of Cleveland's history, those shining threads stand out, weaving together community, compassion, and commitment. Theasha Daniely's life was one such thread, glittering with a brilliance that will never fade. Beginning her remarkable journey on September 23, 1970, she embarked on a tenure with the City of Cleveland that saw her serve with unwavering dedication under eight mayors, commencing with the Stokes administration and continuing with esteemed individuals like the current and 58th mayor,



差整整 55 年，也就是今年 9 月她在市政府工作超過 50 年。

我要感謝 Theasha 這次舉辦伊利華報 20 周年慶祝，她幫助我第一次讓外送晚宴公司送到美味佳肴放在辦公室里面，因為原來晚宴食物只能在過道上準備給嘉賓，由於外送單位要在過道上做窗簾才行，Theasha 就讓外送晚宴的公司把食物設台在白天法庭辦公室，她對我說：你們用完後給打掃乾淨就行，她為我減少許多負擔。在籌備活動前，她給

予我許多關心，即使我們在健身房鍛煉遇見，她還關心伊利華報 20 周年的活動。

我還特別感謝她，是因為她對每一個族裔人一視同仁，早在 10 多年前，我去找她是在克利夫蘭市政府大廳舉辦藝術大師楊曉東全美美術大賽，當時 Theasha 介紹給我她的同事 Blaine Griffin 認識，他們倆一起帶我們去見了當年的市長 Frank G. Jackson.

時光匆匆流逝，實在想不到無常發生在 Theasha 的身上，我們 8 月 7 日，在健身房見面，我們約好還請 Angela Shute-Woodson 一起準備在 8 月最後的一個星期五去敦煌宮午餐，而這頓飯我們會少了您 Theasha Daniely.

今天參加您的告別儀式，已經凌晨，那雨水和閃電像是我對您的思念，而我們的健身房前台小伙說她在 8 月 21 日晚上看到您走進健身房...這是您說靈魂留在人們心靈深處...

Theasha Daniely
鞠躬
浦瑛合十



Justin Bibb.

Theasha was the very essence of what it means to lead with grace, poise, and unyielding character. In her presence, everyone felt acknowledged, their voices echoed in her heart, and their narratives were intricately stitched into the story she wove for Cleveland. Her mastery in public administration was unparalleled, but it was in Community Relations where she truly became legendary. Each interaction she had was not just a meeting, but a chance to cultivate a resource that would further elevate the Cleveland community, which she loved deeply and passionately.

As the Downtown District Community Representative/Supervisor, Theasha was a lighthouse of leadership. Her influence touched the Community Relations Board Chair and Board, the Chief of the Cleveland Police Department, commanders from all districts, Community Development Corporations, and businesses of all sizes. But Theasha wasn't just a leader but a masterful connector, skillfully bridging gaps and knitting together diverse community threads.

Her initiatives were the heartbeat of the city. She spearheaded vital community dialogues on race relations, co-orchestrated community-building galas, and initiated forums that courageously tackled pressing concerns like human trafficking. Beyond recognizing the laudable efforts of the police and local residents through award ceremonies, she uplifted the spirit

of neighborhoods with events that celebrated community pride - from the best-kept yards to gardens that blossomed with love and home-cooked recipes that nourished the soul.

Every call she received, every meeting she attended, and every event she organized, Theasha was always at the epicenter, armed with a wealth of knowledge and an unparalleled passion for making her visions come to life. Her final event, the Night Out Against Crime, is a powerful testament to her unyielding dedication to her community her presence persisted from the first light until the last soul departed.

Let us remember Theasha not merely in sorrow but as an unwavering beacon calling each of us to action. In her honor, let's continue to build bridges, foster understanding, and cultivate the love she sowed for the city of Cleveland. Emulate her spirit, for in doing so, we ensure that her legacy forever illuminates our path.

She is survived by her siblings Rodger, Eleanor (Carrie), and Tommie Jean. Her nieces and nephews Monica Daniely-Green, Elrod Daniely III, Danielle Wright, Dijon Brittain, and Lelett Houston. Great Nieces and Nephews Christian, Shonda Jr.Shani, Alexandria, Issiah, Joseph, Kingston, Daniel, Gabrielle, Mathew, and Anaya, and a host of cousins and friends who she loved and cherished.



IN LOVING REMEMBRANCE OF THEASHA DANIELY: A Beacon of Light and Legacy



一個人成大器的三個潛質:做好小事、熬過難事、靜成大事

做好小事、熬過難事、靜成大事。古人講：“不經一番寒徹骨，怎得梅花撲鼻香。”意思是梅花要想香徹四野，讓人們驚艷喜愛，就只有做好三件事情：

承受着風吹雨淋日曬，吸收每一份養分；忍受刺骨的寒冷與風雪；忍受孤獨，靜待花開。不僅梅花是這樣，人亦是如此。如果欲成大器，走向成功就必須經歷做好小事、熬過難事、靜待大事。

做好小事
《道德經·第六十三章》中雲：“圖難於其易，為大於其細。”做好身邊雜七雜八的小事，小事是你走向成功的積澱。

漢朝時有一位能臣，叫陳蕃。他小時候曾經獨住一個庭院，讀書學習。他父親的至交好友薛勤來看他，見到庭院凌亂不堪，他非常不滿，就對陳蕃說：孺子何不灑掃以待賓客。陳蕃回答道：大丈夫身處天地之間，應當掃除天下，怎么能只掃一間狹小的房屋呢。他聽後驚訝感嘆他志向遠大，但是還是勸道：一屋不掃，何以掃天下？

泰山不讓土壤，故能成其大；河海不擇細流，故能就其深。俞敏洪認為在事業中，通常需要從小事情開始逐步推進。如果沒有打下穩定的基礎，那么就難以在大事業中一飛沖天。他在創業初期會做到事無巨細，跑業務、上課、處

理公司內部事務，每一件都儘量做到盡善盡美。不積跬步，無以至千里。不積小流，無以成江海。做好當下的小事，才能觸摸未來的成功。

熬過難事
常言道：世上無難事，只怕有心人。每個人都會經歷自己人生中的那一段艱難的時光，無論生活、情感或是工作。可越是艱難的時候，就越應該堅持不懈，克服困難。有那麼一兩道劫難，只有你自己能行。經歷過風雨磨難，才能看到彩虹。

《當幸福來敲門》的男主是一位瀕臨破產、老婆離家的落魄業務員。白人的歧視；老婆即將與他離婚；沒有工作，還需要照顧小孩。這些困難讓他走到了窮途陌路，但是他沒有放棄依舊堅持不懈，最終找到了一份滿意的工作。寶劍鋒從磨礪出，梅花香自苦寒來。

秦國之前是七國之中最弱小的國家，六國弱秦，尤其他的鄰居魏國經常打它。秦國忍辱負重，歷經艱難，在商鞅變法之後，逐漸強大起來，最終吞並六國，一統天下。文王被拘而作《周易》，韓非被囚而作《說難》，司馬遷宮刑而作《史記》。

現在的磨難僅僅是黎明前的最後一絲黑暗。當你忍受過挫折與磨難，你就會成長為更好的自己。
靜成大事

真正的強者總是高深莫測，不顯山不露水。默默揮灑汗水，靜待花開。亦舒曾說過：“做人凡事要靜：靜靜努力，靜靜收穫，切忌喧嘩。”

韓信在他年輕時經常遭到周圍人的歧視和冷遇。一次，在韓信過橋時，一位屠夫攔住了他，並當眾羞辱到：“雖然你喜歡掛刀佩劍，但你膽小如鼠。”說着讓韓信用劍刺他，否則就是默認自己說的話。韓信深思熟慮後選擇了從那個屠夫胯下鑽過去。就是這般的鎮靜沉着，忍常人之不能忍，讓他後來戰必勝，攻必取，成為劉邦的常勝將軍。他最後被漢高祖封為淮陰侯，與蕭何、張良並稱為漢初三杰。

當你心中有足夠高的山峰想要攀登時，就不會在意腳下的塵埃。

吳越爭霸，吳國大獲全勝。勾踐使計讓夫差答應了自己的求和，並通過各種行為向夫差表忠心。但他在薪柴上睡覺，在坐臥的地方都掛着苦膽。不圖國恥，立志報仇雪恨。最終越國由弱變強，並打敗了吳國，得以報仇雪恨。韓信勾踐如此，我們亦是如此。

在生活中經受磨難，不要灰心着急。默默堅持，靜靜等待。不論何種境地，不畏艱難，戒驕戒躁。只要持之以恆，那必定將衝破迷霧，迎來柳暗花明。

人的一生是一場孤獨的旅行，自己是唯一會陪伴終身的觀眾。你會經歷三個階段：少年、中年、老年。你也會經歷三種事情：小事、難事、大事。當你在每個階段都處理好這三類事情，你就會發現，自己早已浴火重生，脫胎換骨！



和正能量的人在一起,放心,順心,舒心

知者樂水，仁者樂山。科學家們曾做過一項調查：他們用了二十餘年，跟蹤研究了數百名幸福指數高的人，發現這些人身邊的親友大多都是正能量、品性好的人。

想起唐代詩人鮑溶也有詩雲：“山河不足重，重在遇貴人。”可見，山河美景常在，貴人賢友難覓。人生最幸運的事，莫過於能和正能量的人在一起，事事放心，時時順心，常常舒心。

和誠信的人來往,放心

《論語·顏淵篇》中有言：“人無信不立，業無信不興。”做人不講信義，無法立足；做事不遵信用，難以興盛。誠信是一切的根本，真正有所作為的人，言出必行，行必有果，事事有回音，件件有着落，讓別人放心，也讓自己安心。

古時候，有一個讀書人叫梁宏，家貧父母早亡，僅靠幾畝薄田度日。飢困交迫時，借得鄰居三升稻米飽腹，秋來一有收成就趕忙來償還，鄰人說：“這點糧食你恐自己都不夠，不急著還。”梁宏說：“言出有信，您豈是讓我做個不言之人？”並執意多還了一升。後來，梁宏每有困難，旁人資助後，他都按時歸還，從不拖欠。於是，鄰里親如一家，關係愈加和睦。

《孟子·滕文公上》中曾說過：“父子有親，君臣有義，朋友有信。”與人相處，最離不開的就是“誠信”二字，“誠”是事實就是的態度，“信”是說一不二的擔當。縱使人生海海，世事變遷，誠信之人也會不欺初心，守言如金，內心堅如磐石，讓人倍感踏實可靠。

和感恩的人結識,順心

作家王符說：“生活需要一顆感恩的心來創造，一顆感恩的心需要生活來滋養。”人與人相處，不僅需要物質的交換，更依賴情感的流動。接受善意是彼此的信任，感恩回饋是人性光輝的展現，一來一往，一送一還，是對感情最好的滋養，也是對善良最大的回應。

早年間，曾國潘進京考試，缺少路費，捉襟見肘，而一旦錯過這次機會，就要再等上三年。曾國潘的五舅聽說後，義無反顧的賣掉了家里耕田的牛，以此贈他路費，曾國潘因此到達京城，考中了進士。對於五舅的恩情，他一直銘記在心，後來入朝為官拿到第一筆津貼，就寄給了家里，讓家人轉贈給五舅，並囑託：“若是五舅不收，就買幾畝田

轉贈給他。”也正是因為他知恩圖報的品性，在家族中聲望很高，無論是後輩子侄，還是長輩宗親，對他也均是信服信任。

《禮記》有云：“禮尚往來：往而不來，非禮也；來而不往，亦非禮也。”生而為人，每個人都不是孤島，需要在連接中找到價值，在交流時感受溫情。

所以說，遇到困難時，坦然接受幫助；境遇好轉時，真心報答恩情，做感恩的事，交知恩的人，情誼會越來越濃，路也會越走越順。

和豁達的人相交,舒心

《論語·雍也》中說：“知者樂水，仁者樂山。”智慧通透的人，如水一般清澈明淨，靠近便會心生喜悅；仁厚寬廣的人，如山一樣包容廣博，接近就會心胸開闊。和這些豁達的人相處起來，世界彷彿豁然開朗，感到舒心自在。

東坡先生便是這樣一個人。一次，和幾名好友一同外出遊玩，回來的途中，下起了大雨。有人躲躲閃閃，不斷找地方避雨；也有人情緒鬱悶，抱怨不該此時下雨。唯有東坡一人拄着拐杖、穿着

蓑衣，從容自如的走着，還興緻高昂的作詩道“竹杖芒鞋輕勝馬，一蓑煙雨任平生。”這時眾人也被他感染，紛紛高歌前行。正是這份豁達，他雖一生漂泊，但上至名人權貴，下到乞丐小兒都樂意與他結交，活成了無數人向往的樣子。

《小窗幽記》里說：“大事難事看擔當，逆境順境看襟度。”人生之境遇，事事如意是偶然，出乎意料才是常態。與其絞盡腦汁逃避，不如平心靜氣面對。當你胸襟寬廣了，格局擴大了，自會遇到同樣達觀的人，一起無懼前程風雨，笑着百態人生。

《孔子家語》有言：“與善人居，如入蘭芷之室，久而不聞其香；與惡人居，如入鮑魚之肆，久而不聞其臭。”人為萬物之靈，最能感知宇宙信號，也最易受環境和他人的影響。

與修為低的小人相處，會損耗能量，消滅福運；和品性高的君子結交，能淨化自身，共同進步。多交誠信之人，言而有信，方能得人心；善交感恩之人，知恩圖報，才能行得順；廣交豁達之人，寵辱不驚，便能常自在。餘生，願我們講誠信，知感恩，心豁達，做一個正能量的人，然後遇到同類共振的人，彼此照亮，相伴同行。

一個家最大的悲哀:把日子過反了

大事不糊塗，小事不爭對錯。時光如白駒過隙，轉瞬即逝。我們馬不停蹄地奔到了中年，回首卻發現：家在我們的經營下陷入了“過反”的境地。生活在這樣家中，我們不僅心緒不寧，還愈加疲憊不堪。

故而一位作家說：“一切事物都是有順序的，如果沒有順序，那就會出錯。”當我們在家中過得不順時，不如調回順序，便能面朝陽光。



工作第一,孩子第二

曾在一個綜藝節目中，主持人和孩子們玩問問題遊戲，有個孩子問到：“在爸爸媽媽眼里，我真的是最重要的嗎？”幾乎現場所有父母都不約而同說“最重要”。但是小孩隨意哭着反問道：“真的嗎？”這句充滿憂傷的反問，不禁令所有人沉默。

最近在網上有一個視頻引無數父母深思。一個五六歲的孩子用自己零用錢買父親一個小時陪自己吃飯。這幕場景觸動了多少父母的心弦。

時間總是不經意間溜走。對於子女來說，卻是無盡的等待。許多人都有相似的苦惱：“工作太忙，沒有時間顧及家庭。”最後將最親的家人過成了不如見面能打个招呼的路人。忙忙碌碌的工作，是我們生活的常態。但工作和孩子有時就像是不停丟擲的兩個球。在這過程中我們很快發現：工作，只是一個橡皮球。就算不甚落下，它仍會彈回來。但是孩子卻是用玻璃做成的。一旦落下，它們就會缺少一角，留下永遠無法復原的記號。

工作是為了生活，更好地工作，是為了能帶來更好地享受和幸福。倘若這些反因工作缺缺，那我們的人生永遠都是失敗的。也不要想着等忙完了在來彌補，等到了那天，猛然就會發現我們的孩子早已長大成人。老來回憶起與他們共度的美好時光，卻痛苦地只能撿回些殘破的片

段。

曾由一位教育局的局長接受採訪坦言道：我每天都很忙，下面有着數千人的事情都要我親自來管，但是我仍會在每個禮拜，抽出一天時間來陪陪孩子和妻子，寧願自己苦一點，否則就覺得對不起他們。”

幸福的生活永遠是累了有家回，在外有人念，在某個城市的角落中有盞燈為你而留。生活是不易，但只要家人相互依存，再苦再累也能常帶欣慰。無論多忙，多為家庭做加法，為生活做減法。多年以後，我們不會因為少賺多少錢而遺憾，而會因有一個孝順出眾的孩子而自豪。

對外人和氣,對家人發脾氣

曾有一個機構做了幾十萬份調查問卷：“你的謝謝、對不起最常和誰說起？”他們把家人放在了第一個選項。然而在數十萬的答復中，有朋友，也有路人，卻唯獨沒有家人。多少人，把水果獻給路人，刀口對準家人。在外文質彬彬，和和氣氣；在家冷麵相對，傲慢無禮。有恃，則無恐。我們享受着家人的偏愛，同時也成為我們辜負、挑剔的依仗。

常言道說：“弱者無情，而強者，懂得溫柔。”家人，是我們在外奮鬥的動力，而越是只會窩里橫的人，越是在外隨和厚道，卻在家中將陰暗袒露，讓家人再次承受他們的傷痛。

在電影《大內密探零零發》中有大概這麼一個場景：主角零零發在外受氣回家後，見到妻子便呵斥道：“我在外面有多累你懂嗎！”妻子盡力平復情緒道：“我不是垃圾桶，誰得罪你，你罵回去。”零零發卻理直氣壯說：“我和你熟啊！不服，你走啊。”妻子卻強忍淚水笑着說：“餓嗎，我給你下面吃。”

外人，不會容忍我們的過錯，包容我們的脾性。但是親人，卻總是忍讓我們。故而有心理學教授分析：“對外人好，是因為我們會受到外人的傷害。”再深厚的感情，也受不住日復一日的冷遇。說話難聽，臉上難看，就像拿槍，一次次用子彈擊碎他們的心。最後縫縫補補，卻難在如初。

在《四十自述》這篇文章中胡適寫道：“世間最可厭惡的事莫如一張生氣的臉，世間最下流的事莫如把生氣的臉擺給旁人看。”生活中，有超過半數以上的家庭問題都源於我們的脾氣。

家在大，人再多，有笑聲的地方纔是家。人間煙火氣，最撫凡人心，沒有什麼，能比一個溫馨

的家更能治愈人心。把好的情緒留給親人，我們的家里將少一半雞飛狗跳，多一倍歡聲笑語。強些把控，多些冷靜，多給予家人愛與耐心，不要傷感了家人的心，才追悔莫及。

小事計較,大事豁達

劉震雲在自己的著作《一日三秋》中描述了這麼一個故事。陳長杰和櫻桃二人因戲生情，兩人的結合讓身邊的人十分艷羨，可朝夕相處間，二人的摩擦卻漸漸愈演愈烈。一次，因為一把的韭菜陳長杰買貴了，二人便起了爭執。最後櫻桃氣憤之下在家直接上吊自殺。

一把韭菜，便可以毀掉一個家庭。其實生活中這樣的事隨處可見：燒菜油放的太多，洗碗水沒擦乾淨，吃飯飯粒掉在地上……隨便一件小事，便可以在一個個家庭中上演一幕幕腥風血雨。生活不是奧數題，不能靠計算。柴米油鹽，只是生活的一部分，太過計較的人總是追着幸福跑，用盡全力也追趕不上它離去的腳步。

《紅樓夢》中探春說：“一個家族，從家里自殺自滅，才能一敗塗地。”生活在同一屋檐下的人，容易針鋒相對，家中的一些雞毛蒜皮，便斤斤計較。生活本就不堪重負，而我們的強勢，又在生活上互添砒碼，壓垮着彼此的脊梁。

White American Male seeking a similar loving faithful girl

White American Male. 56 years old. Non Smoker. Non Drinker Health conscious, industrious, happy talkative. caring humble.sensitive, humorous, romantic, marriage minded

I enjoy nature, beaches, swimming, sunshine, Animal lover, picnics, Asina foods and soft mellow music.

Seeking a similar loving faithful girl for possible life mate. No limits on age or nationality.

Could you please send a photo to:

Ronnie Reitter
135 Lehr Ave
Pittsburgh, PA. 15223-1421

《青玉案·感秋》

西風吹亂岸邊樹，密雨濕透未了處。
滿身世塵滌洗去。
七情如水，思情如故，何處是歸路。

百年舊事，一江流水，又是秋陽暮。
注：世塵～塵世、人間。
七情～人的七種感情或情緒。說法不一，如《禮記·禮運》以喜、怒、哀、懼、愛、惡、欲為七情；《普濟方》以喜、怒、憂、思、悲、恐、驚為七情。
庸虛～學識淺陋，才能低下。
2023年8月15日于維羅納阿拉根尼河畔

《五言·醉暮》

心隨流水去，身與白雲飛。
綿綿叢山遠，一醉夢里歸。
2023年8月15日于維羅納阿拉根尼河畔

《唐多令·秋江寄愁》

野岸蓼蕭紅，清江煙氣空。
和雨濛，秋草蔥蘢。
誰道閑愁無貯處，水里兩皺眉峰。
心事總眷忡，隨流漂向東。
思慮人，最怕秋濃。
翹首待信歸去難，早已是，“老大”翁。

注：
蓼蕭～蓼蕭～蓼草。出自《詩經·小雅·蓼蕭序》：“蓼蕭蕭斯，零露漙漙……
蓼蕭蕭斯，零露漙漙……
蓼蕭蕭斯，零露漙漙……”均已蓼蕭沾露起始。
和雨～細雨，相對於暴雨。
貯～遠望。“貯美目其何望！”
眷忡～思慕憂傷。
待信～誠信相待和等待音信。
老大～賀知章有詩：“少小離家老大回，鄉音無改鬢毛衰。兒童相見不相識，笑問客從何處來？”
2023年8月16日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·祝藍月亮姑娘生日快樂》

賞讀美詩千百首，編撰女賢是俊秀。
夜空藍天一明月，遙祝佳日逢誕壽。

注：
藍月亮姑娘～《藍月亮詩刊》之主編，是涼山中一位當老師的姑娘。
2023年8月16日于美國賓夕法尼亞州，匹茲堡維羅納自寓

《五言·秋蟲鳴》

無月不見山，有風感動樹。
起伏蟲鳴和，古今聲色賦。
聞之秋心結，思啓醉迷驚。
萬里願共聽，誰與相依訴。



注：
古今聲色賦～古《秋聲賦》，北宋歐陽修作。文以各種描摹秋聲，將秋聲化為具體形象，引發出對人生、自然的感慨。語言誇張，聲勢宏大，音節優美，寫景、抒情和議論巧妙結合，是歷來被人傳誦的名篇。
今《秋色賦》，散文集，峻青作。1963年出版。秋天是豐收的季節，膠東半島到處是金黃的穀子、火紅的高粱；果林像綠色的海洋，串葡萄綴成一個琥珀和珍珠的世界，一派欣欣向榮的歡騰景象。作品抓住

海老 KK 2023年8月下半月詩作



匹茲堡華人老朽 海老 KK

一個“秋”字，層層展開，着力鋪叙，以歐陽修《秋聲賦》中的悲秋情思反襯今日農村的秋色之美。
迷驚～又作“迷瞢”，迷亂。
2023年8月17日凌晨于維羅納自寓

《七言·失眠》

無由事頭獨不眠，乃心因何轉悽然。
恰來西風帶夜雨，遙去萬里是關山。
若教生無離別恨，爭如死絕醉紅顏。
料得黎明難再睡，白髮明朝又一鬢。
注：
死絕～效死，死干。
鬢～脫落。
2023年8月17日于維羅納自寓

《菩薩蠻·秋日江邊》

半晴半雨清江邊，原來濕林雨鳩喚。
小停鶴頸長，西風秋草黃。
青山為何在，心意莫浪猜。
唯我僅識之，匹夫一愚知。

注：
小停～暫時停留。
雨鳩～鳥名，即斑鳩。謂斑鳩呼啼能降雨，故名。
2023年8月18日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·凌晨接機》

西風秋涼月朦朧，更闌夜靜中衢通。
歸客喧沸空港鬧，只喜鶯友再相逢。

注：
中衢～主要道路。
空港～機場。
鶯友～《詩·小雅·伐木》有“伐木丁丁，鳥鳴嚶嚶……嚶其鳴矣，求其友聲”之句，遂以“鶯友”比喻意氣相投之友。
2023年8月19日凌晨于匹茲堡機場回程道上

《一剪梅·苔岑邀歸》

寂寞清樽唱一闕，萬里鄉洲，三山五嶽。
易逢秋意嘆為別，人生有情，不關風月。
蒼顏涼酒腸寸結，莫說歸期，歸期難決。
雲誼豈可違期契，一腔熱血，苔岑意切。

注：
苔岑～同長在山崖上的蘚苔。出處，晉郭璞《贈溫嶠》詩：“人亦有言，松竹有林。及余(爾)臭味，異苔同岑。”後以“苔岑”為志同道合的朋友。(苔：隱花植物，根、莖、葉區別不明顯，陰濕的地方生長，如青苔、苔蘚等；岑：小而高的山或崖岸。)
崖岸。
為別～分別、相別。
雲誼～高厚純潔的情誼。
期契～約期，誓約。
2023年8月19日于維羅納自寓

《五言·出伏》

今日出伏。
出伏涼氣生，皆因一雨成。
初月入軒窗，秋山更綠擘。

注：
一雨～一場雨。佛教教法之“一味之法”，眾生隨機緣而有差別，如草木、季候之于雨。
2023年8月20日于維羅納自寓

《五言·瀏覽“維京”展》

匹茲堡科學館內舉辦“北海的維京戰士”(VIKINGS Warriors of the north sea)相關文物圖片展覽。展現現代所謂斯堪的納維亞人的來源和部分文化。1986年曾親臨參觀斯德

哥爾摩皇家博物館，反映維京文化大而全。其不拘反映歷史“海盜”行徑，有自省能力，實可贊也。
比起明明淪為蒙古之亡國奴而自詡歷史大國，且把最大規模殺戮賊頭成吉思汗認作民族英雄者，強多矣！



注：
維京人～(古諾斯語：ví kingr)是諾斯人(意即“北方人”，現在則稱為斯堪的納維亞人)在北歐區域的一支，主要由探險家、狂戰士、商人、水手、海盜、巫師和工匠組成一類族群集合體。來源于現代的挪威中部和南部、丹麥全境以及瑞典中部和南部，北歐未形成“國家”之前，以一鬆散部落聯盟形式存在，並非統一國家或民族。
氈帆～船帆用動物毛織成，禁得起強風惡浪。
縐襪～黑色長袍。(維京人造船術、建築學、重型進攻武器、針織花紋造詣處於歐洲的頂尖地位，帶動歐洲在這些技術上發展。
占卜盧尼文～維京人有傳統的北歐神話體系占卜用的特有文字體系“盧恩符文”。
同化日耳曼～其防禦型武器、狩獵、禮服體系、社交文化、飲酒習俗、文學和奢侈工藝品與歐洲相比較原始野蠻，反而受到歐洲基督教-日耳曼文明的同化。維京人在接受基督教後，逐漸被歐洲人同化，但未完全消失。北歐的維京人三國(丹麥、瑞典、挪威)至今仍然保有大量有別於其它基督教歐洲國家的獨特文化遺產。
2023年8月21日于匹茲堡科學展覽館

《八月圓·牛郎織女事》

自古無譴責以王母為代表之天庭統治者的專橫、殘酷、無情…。既允兩人相會，何只給一夜，且迢迢河漢卻不給橋？與其歌頌牛郎織女愛情，何不譴責天庭之邪惡？
不譴責邪惡權勢的傳統要改一改！

悲喜千古痴情夢，銀漢何迢迢。
鵲來搭橋，雲來弄巧，我來驚囂。
王母假善，既允鳳詔，實卻阻撓。
權勢虛偽，滿是謊詞，天上老妖。

注：
牛郎織女事～萌于《詩經·小雅·大東》有織女、牽牛星宿記載，無故事。班固《兩都賦》：“臨乎昆明之池，左牽牛而右織女，似雲漢之無涯。”言漢

宮昆明池邊有牽牛、織女兩座石像。最早將牛郎、織女配為夫婦之文字為三國曹魏的《文選洛神賦》。《淮南子》：“烏鵲填河成橋，渡織女。”東漢崔寔《四民月令》明確牛郎和織女身份：“七月七，河鼓(即牛郎)、織女二星神當會。”

完整描述牛郎織女愛情故事，東漢文人五言詩《迢迢牽牛星》：
迢迢牽牛星，皎皎河漢女。
織織擢素手，札札弄機杼。
終日不成章，泣涕零如雨。
河漢清且淺，相去復幾許？
盈盈一水間，脈脈不得語。
此，牽牛、織女已擬人化，分隔銀河故事情節也被提到，可作牛郎織女故事完整版本。

魏晉南北朝志怪小說高速發展，牛郎織女的故事也得到了極大充盈。
驚囂～桀驁不馴。
鳳詔～詔書。
2023年8月22日(是日為農曆七月初七傳統“乞巧日”也)于維羅納自寓

《七言·秋江暮》

千里澄江萬里天，億片閃鱗百條船。
秋山依然青翠滴，夕陽斜照五色煙。

注：
閃鱗～夕陽照水面如鱗之閃耀。
五色煙～彩色晚霞。
2023年8月23日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·恆大歌舞團》

聞最大之“房地產”企業“恆大”養一二百美少女之“歌舞團”，專事以色賄賂權勢…。
恆大圈養歌舞團，二百娉作伴鳳鸞。
爛尾詐騙狗內客，絡腦買倖豬仔官。
泡沫強充鷄的屁，豆渣虛誑華表桓。
竟此大賊逍遙樂，世道這樣吾心寒。

注：
娉婷～女子容貌姿態嬌好的樣子；娉婷揚袖舞，阿那曲身輕。也指美女：赤節引娉婷。出處：《樂府詩集》卷四十四《清商曲辭·子夜四時歌七十五首》，本詩為《春歌二十首》。
鳳鸞～鸞友，比喻男女情誼。也作夫妻解。
爛尾～爛尾樓。指沒有建好，因故不能在建成的樓宇。
狗丙～二狗，二。廣東人罵人“丙”有傻子的含義。
買倖～金錢代替派徵的實物。或金錢、實物相互派徵。
豬仔～軍閥時代對被收買、利用的國會議員的鄙稱。引申到被資本收買的官員。
鷄的屁～國內生產總值(GDP)
豆渣～俗稱偷工減料的工程為“豆腐渣工程”首創似為當年朱熔基總理在批評偷工減料被衝垮的某水壩時引用。
華表～古代宮殿、陵墓等大建築物前面做裝飾用的巨大石柱，柱身多雕刻龍鳳等圖案，上部橫插着雕花的石板。
桓～柱。
2023年8月24日于維羅納自寓

《蘇幕遮·音樂會》

八月二十六日晚，七十八歲高齡美國歌手 Rod Stewart 在匹茲堡舉辦演唱會。上世紀八十年代就開始在銀屏欣賞他的演唱，可以說是聽着他的歌變老。
這是首次親臨 Rod Stewart 演唱現場觀賞。誰知現如此高齡經一個半小時的亦歌亦舞的演唱，依然精力十足，絕無疲態，出乎意料。且樂隊和配歌配舞演員實力強大，與 Rod Stewart 配合天衣無縫。
有一萬九千座位的匹茲堡冰球館座無虛席，加上場地平面臨時設置逾千特別嘉賓坐席，共約超過兩萬人觀賞此次演唱會。

《七言·秋來無題》

朝沾塵露晚披霞，東風西流白雲涯。
閑時喘汗理園圃，倦來迷眼享清茶。
夏暑常避樹底蔭，秋爽更掃叢下花。
憑誰又作廉頗問，能飯即獲天許嘉。
注：
廉頗問～辛棄疾《永遇樂·京口北固亭懷古》：“千古江山，英雄無覓孫仲謀處。舞榭歌臺，風流總被雨打風吹去。斜陽草樹，尋常巷陌，人道寄奴曾

住。想當年，金戈鐵馬，氣吞萬里如虎。元嘉草草，封狼居胥，贏得倉皇北顧。四十三年，望中猶記，烽火揚州路。可堪回首，佛狸祠下，一片神鴉社鼓。憑誰問：廉頗老矣，尚能飯否？”
2023年8月25日于維羅納自寓

《水仙子·秋夜思》

一聲蟲鳴一度秋，一片丹葉一懷愁。
三更風雨五更後。
亂花落，誰來收，瀟湘妃子知去留。
人生百年事，喜喜復憂憂，都付東流。
注：
瀟湘妃子～紅樓夢里林黛玉因所居“瀟湘館”，故在大觀園詩社中以“瀟湘妃子”作昵稱。林黛玉著有“葬花吟”詩。
2023年8月26日于維羅納自寓

附：葬花吟
花謝花飛花滿天，紅消香斷有誰憐？
游絲軟系飄春樹，落絮輕沾撲繡簾。
閨中女兒惜春暮，愁緒滿懷無釋處。
手把花鋤出綉簾，忍踏落花來復去。
柳絲榆莢自芳菲，不管桃飄李飛；
桃李明年能再發，明年閨中知有誰？
三月香巢已壘成，梁間燕子太無情！
明年花發雖可啄，卻不道人去梁空巢也傾。
一年三百六十日，風刀霜劍嚴相逼；
明媚鮮妍能幾時，一朝漂泊難尋覓。
花開易見落難尋，階前愁殺葬花人，
獨倚花鋤淚暗灑，灑上空枝見血痕。
杜鵑無語正黃昏，荷鋤歸去掩重門；
青燈照壁人初睡，冷雨敲窗被未溫。
怪奴底事倍傷神？半為憐春半惱春。
憐春忽至惱忽去，至又無言去未聞。
昨宵庭外悲歌發，知是花魂與鳥魂？
花魂鳥魂總難留，鳥自無言花自羞；
願儂此日生雙翼，隨花飛到天盡頭。
天盡頭，何處有香丘？
未若錦囊收艷骨，一抔淨土掩風流。
質本潔來還潔去，強于污淖陷渠溝。
爾今死去儂收葬，未卜儂身何日喪？
儂今葬花人笑臉，他年葬儂知是誰？
試看春殘花漸落，便是紅顏老死時；
一朝春盡紅顏老，花落人亡兩不知！

《新荷葉·秋意》

時節有序，細聽聽鳴秋噫。
赤夏已去，初見林樹葉稀。
南山太遠，陶令菊、含苞東籬。
向暮涼氣，享爽須添袂衣。
柿瓜落蒂，西風枯藤無依。
黍豆臨期，摘來烹箇鄉味。
酒過心迷，只作得、醜詩醉句。
平仄韻體，難譜歡悲合離。

注：
秋噫～秋聲。
陶令菊～籬下的菊花。語本晉陶潛《飲酒》詩之五：“採菊東籬下，悠然見南山。”
臨期～臨到(採摘)其時。
鄉味～家鄉特有的味道。
2023年8月27日于維羅納自寓

《蘇幕遮·音樂會》

八月二十六日晚，七十八歲高齡美國歌手 Rod Stewart 在匹茲堡舉辦演唱會。上世紀八十年代就開始在銀屏欣賞他的演唱，可以說是聽着他的歌變老。
這是首次親臨 Rod Stewart 演唱現場觀賞。誰知現如此高齡經一個半小時的亦歌亦舞的演唱，依然精力十足，絕無疲態，出乎意料。且樂隊和配歌配舞演員實力強大，與 Rod Stewart 配合天衣無縫。
有一萬九千座位的匹茲堡冰球館座無虛席，加上場地平面臨時設置逾千特別嘉賓坐席，共約超過兩萬人觀賞此次演唱會。

金秀髮，鱗片衣，無袖短裙，
娉婷顯腰細。
簇擁老漢配密契，舞也鳳飛，
歌也似鶯啼。
毫耄年，卓絕藝，琴瑟號鼓，
和弦聲綺麗。
最是銅號相踵繼，婉轉一曲，
催我熱淚滴。
2023年8月27日于維羅納自寓

Today, the Bidens visit a public school in Washington, D.C., to welcome students back for another year — or, at least, those kids who actually show up.

Nowhere is America's current education crisis quite as acute as the District of Columbia. Now, in the aftermath of COVID and the subsequent Democrat-mandated lockdowns, the problem is getting so much worse:

- * D.C. students have fallen behind by an average of five months in math and four months in reading — while minority students have fallen even farther behind.
 - * 19 percent of all students were proficient in math last year — down from 31 percent in 2019.
 - * 31 percent of all students were proficient in reading and writing last year — down from 37 percent in 2019.
 - * The decline in test scores was most evident among Black and Hispanic/Latino students.
 - * Almost half of ALL students are "chronically absent," or absent for more than 10 percent of the entire school year — up from 29 percent three years ago.
 - * More than one-third of all students reported feeling "sad or hopeless" last year.
 - * The estimate percentage of ninth graders who will earn a college degree within six years of high school graduating has plummeted to just eight percent.
- Meanwhile, Republicans have a solution —

expanding Washington, D.C.'s highly successful "opportunity scholarship" program. Over the past two decades, tens of thousands of District students — primarily from low-income neighborhoods — have received scholarships to attend private schools — and it works. Nearly 90 percent of scholarship recipients graduated high school. As students continue to reel from the pandemic's effects, it's no secret how we got here.

Democrats did this and they're hoping Americans forget. They won't.

President Biden visits D.C. middle school to mark the start of classes

The president was joined by first lady Jill Biden, a longtime English professor, at Eliot-Hine Middle School

President Biden and first lady Jill Biden greet students at Eliot-Hine Middle School in Washington on Monday. (Manuel Balce Ceneta/AP)

"Oh, my God, it's really you!" shouted a student at Eliot-Hine Middle School in Northeast Washington, where President Biden stopped by Monday to mark the

new school year. There was so much squealing and excitement that one staffer marveled, "This is like the Beatles."

Fast, informative and written just for locals. Get The 7 DMV newsletter in your inbox every weekday morning.

Biden, accompanied by first lady Jill Biden, first visited the lunchroom — where a big banner touted the school's valued traits of "excellence, responsibility, integrity and communications." Then they dropped by an eighth-grade math class at the 300-student campus.

In the classroom, decorated with colorful posters that displayed math symbols and the order of operations, one student proclaimed loudly, "Joe Biden!" The president hugged one excited child and talked about whether she could someday be-

come president.

"The hardest thing is to come back after three months of not doing any work, not doing any homework," Biden told the students. Their teacher, Heather Thomas, explained that the class would spend the day reviewing concepts from last school year to see what everyone remembered.



Join Our Super Travel Research Study: Share Your Insights and Shape the Future of Super.com!

Hi there,

At Super.com, we are committed to providing every client with exceptional experiences. To ensure we are delivering on this, we value your feedback and promise to listen, so we can continuously improve the service we provide. We invite you to share your voice with us by completing the following 10-minute survey with our research team!

Survey Link: <https://survey.alchemer-ca.com/s3/50207754/>

To thank you for your time in completing this survey, you will be entered into a draw for the chance to win 1 of 3 randomly drawn prizes of a \$150 Amazon.com gift card or 1 of 2 \$50 Amazon.com gift cards! Winners will be notified after September 7, 2023. Please note: you must be 18 or

older to participate.

Please see here for the terms and conditions of this study.

Best Regards, The Super.com Research Team

If you have any questions about Super's Research Panel,

please don't hesitate to contact our research team at customerinsights@super.com

At Super.com, we believe in the power of our incredible community and the valuable insights you bring to the table. That's why we are excited to invite you to join our exclusive Super.com Slack



Feedback Channel! Our Slack page is a dedicated space where you can connect with fellow customers, engage in exciting research initiatives, and have the chance to win amazing prizes! We highly value your input and want to create a platform where your voice can be heard and where we can work together to shape the future of Super.com. If you're interested in joining in, please feel free to register via this link: https://join.slack.com/t/slack-feed-back-space/shared_invite/zt-1wwzx6qxc-4UXnHgSQE0eD-JVPZn2Qx7w



Biden-Harris Administration Seeks Nominations for Non-Federal Negotiators to Continue Rulemaking Process on Student Debt Relief

Representatives of 14 constituency groups will start discussing regulatory ideas on October 10

The Biden-Harris Administration today announced the next step in its work to open a new pathway to student debt relief by soliciting nominations for negotiators who will participate in public rulemaking negotiation sessions this Fall. The Department is seeking nominations from 14 different constituency groups for the Student Loan Relief committee, which will meet for three virtual sessions beginning October 10.

"When the Supreme Court ruled against the Biden-Harris Administration's student debt relief

plan, we did not waste a moment opening up a new pathway to debt relief," said U.S. Secretary of Education Miguel Cardona. "As we pursue debt relief through this process, one of the most important steps is bringing together diverse perspectives to help us craft the strongest possible regulations for borrowers. The Student Loan Relief committee will include students, borrowers, state officials, civil rights advocates, representatives from colleges and universities, and other stakeholders so we can make sure all voices are heard and the needs of borrowers are fully considered."

These nominations are the second step in a process known as "negotiated rulemaking," which is required under the Higher Education Act for any regulations related to the Federal student financial aid programs. This process started with a public hearing held by the Department on July 18 and a request for public comments, which solicited more than 24,000 responses. Next, negotiators selected by the Department will meet virtually on October 10-11, November 6-7, and December 11-12 to discuss ideas for regulatory reform. Sessions will be open to the public and include opportunities for public comment.

The Department is seeking negotiators representing the following categories, each of which will include a primary and alternate representative:

Four spots for current students and student loan borrowers based upon the level of program attended. The Department is particularly interested in a variety of experiences with student loans and postsecondary education, including attending different types of institutions, receiving a Pell Grant, and borrowing a Parent PLUS loan.

Four spots for different types of institutions of higher education, including Historically Black Colleges and Universities and minority serving institutions.

Two spots for State officials and Attorneys General. Two spots for civil rights organizations and legal assistance organizations.

One spot for a U.S. military service member or veteran.

One spot for a representative from the Federal Family Education Loan program.

The Department will publish proposed rules for the public to comment on in the months following the conclusion of negotiations. We will then consider public comment and produce final regulations next year.

Nominations can be sent to negregnominations@ed.gov and must include clear information about the nominee, their constituency group, resume and experience, and contact information. Any nomination must be received by September 14, 2023. Please see an unofficial copy of the Federal Register Notice here for additional

details on requirements for nominees.

The Department will provide updated information on this negotiated rulemaking committee on an ongoing basis here.

The Biden-Harris Administration remains steadfast in its commitment to use all available tools to deliver students, borrowers, and their families the relief they are entitled to under applicable law. Overall, the Administration has approved debt relief for more than 3.4 million people and over \$116 billion in loan discharges. This includes fixes to ensure that borrowers get relief promised by Congress through income-driven repayment programs, Public Service Loan Forgiveness, and discharges for borrowers with a total and permanent disability.



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

小百貨店轉讓

俄亥俄州哥倫布小百貨店轉讓! 因本人事物繁忙照顧不過來,現轉讓小百貨店,新店,接手可盈利!

有意者請聯繫:
(646)509-6658

注册會計師事務所 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



肌少症高發 四個老人中就有一個



率約 25%，即每 4 個人中就有一個肌少症患者，而 80 歲以上人群肌少症患病率則更高，已經達到了 60%。

你的肌肉少不少！

在進行肌少症的明確診斷前，我們可以在家先做一些簡單的自我篩查，判斷一下自己的肌肉少不少，是不是肌少症的高危人群。

1 出現明顯凹陷

肌少症患者由於肌肉支撐力下降，所以從外觀上看，虎口、鎖骨上窩、太陽穴等部位常常會出現凹陷，且凹陷非常明顯。

2 蝴蝶臂

肌少症患者肌肉鬆弛，雙臂張開時，皮下脂肪會下墜，甚至形成一個小扇形，就像蝴蝶的翅膀，因此被稱為蝴蝶臂。

3 突然使不上勁

雙手突然感覺沒有以前有力氣了，比如原本可以輕易地將毛巾擰干，可以將瓶蓋擰開，但是現在感覺使不上勁，毛巾擰不干了，瓶蓋也打

不開了，這時就要警惕肌少症了。如果家里有握力計，那麼還可以進行更準確的測試，男性握力小於 28 公斤，女性握力小於 18 公斤時表示上肢肌肉明顯減少。

4 走路變慢

正常成年人在步行時速度應該可以達到 1.1 米到 1.5 米每秒，肌少症患者因為運動能力下降，走路會比較緩慢，如果步行速度低於 1 米每秒，就有可能是下肢肌肉明顯減少的表現了。

5 小腿過細

用雙手的拇指和食指環繞住小腿最粗的部位，如果指環能夠很輕鬆的把小腿最粗的位置環繞住，甚至還留有空間，就提示可能存在肌少症。

如果出現以上表現，一定要儘快就醫，進行更精確的檢查，明確是否患上肌少症。

好好吃+好好練，幫你治療肌少症

患了肌少症，應該如何治？很遺憾的告訴你，目前臨床上還沒有專門治療肌少症的藥物！雖然一些激素類藥物可能有增加肌肉的作用，但是長期使用會帶來一些副作用，如腫瘤、心血管病發生風險增加，因此並不推薦肌少症患者使用。

既然沒有藥，肌少症是不是沒法治了呢？

其實不用擔心，只要好好吃，好好運動就能起到很好的治療效果。

1 好好吃

骨骼肌最重要的基礎成分就是蛋白質，肌少症患者大多數存在蛋白質攝入和合成減少的問題，所以在飲食上一定要重視蛋白質的攝入，尤其是動物蛋白、乳清蛋白等優質蛋白，建議每天每公斤體重補充的蛋白質質量要在 1.5 克-2.0 克。如果肌少症患者有腎功能不全的情況，那麼需要在醫生的指導下進行蛋白質補充。除此之外，維生素 D 的補充也不容忽視。

2 好好練

肌少症患者要採取以抗阻運動為基礎的綜合性的運動方式。即在進行抗阻運動的同時，還要適量加入一些有氧運動和柔韌性訓練，這樣才能在增肌的同時，增強患者的柔韌性和平衡性。

對於老年肌少症患者，出于安全考慮，抗阻運動可以採取一些柔和的方式，例如選取 1 公斤重的啞鈴（也可以用同等重量的礦泉水等替代）向上平舉，30 次一組，每天做 20 組即可。

下肢肌肉的鍛煉可以採取在床上平臥的方式，將腿和腳背拉直後向上抬高 25 厘米左右，保持五秒再放下，30 個一組，每天做 3 組即可。

都說千金難買“老來瘦”！瘦一點彷彿就離高血糖、高血壓和高血脂等老年人高發疾病遠一點。然而，真相是怎樣呢？可是“老來瘦”也未必是好事，如果你瘦的不是脂肪，而是肌肉，那有可能會帶來更大的危害。

肌少症

肌少症，即肌肉減少症，是指因骨骼肌持續大量流失而引起的骨骼肌力量、質量和功能下降的臨床綜合徵。骨骼肌關乎人體的核心力量，一旦出現問題，老年人會出現站立困難、步履緩慢、容易跌倒等情況。而跌倒，對於老年人來說可能是致命的。

目前全球 60 歲以上人群中肌少症發病

桃子的健康優勢

從現代營養學角度看，桃子有兩個突出的優勢：它是一種“血糖友好型”水果，糖負荷較小；富含抗氧化物質，有助對人體慢性炎症。

在眾多水果中，桃子的健康優勢，主要體現在兩個方面。

一、對血糖很友好

桃子含糖量較低（10%左右），升糖指數（GI）只有 28，而蘋果、葡萄、獼猴桃的 GI 值分別為 36、43、52。

桃子的糖負荷（GL）也不高。糖負荷比較真實地反映了攝入食物中碳水化合物總量對血糖的影響，≤10 為低糖負荷食物。吃一個中等大小（200 克）的桃子，糖負荷在 6 左右。

所以，桃子是一種“血糖友好型”水果，很適合糖友食用。

二、富含抗氧化物質

與蘋果、葡萄相比，桃子具有更強的抗氧化能力，酚類化合物種類更加豐富。

到目前為止，科學家們從桃子中分離鑒定出了 30 多種酚類化合物，包括綠原酸、新綠原酸、兒茶素、表兒茶素、蘆丁、槲皮素等。

這些抗氧化物質，對人體有哪些好處呢？

- 1、有助清除自由基，減少氧化損傷，抵禦衰老。
- 2、可以對抗慢性炎症。慢性炎症不僅是誘發

糖尿病、高血壓等慢病的重要因素，也是促使慢病惡化的因子。

也就是說，攝入足量的抗氧化物質，對防治慢病有一定好處。

桃子真的“養人”嗎？

一直以來，民間都有“桃養人”的說法。其實，除了上述兩個優勢外，單從營養素含量的角度看，桃子並不算突出。

比如，桃子維生素 C 含量不到 10 毫克/100 克，跟蘋果、梨差不多，遠遠比不上鮮棗（243 毫克/100 克）、獼猴桃（62 毫克/100 克）等水果。

膳食纖維含量在 1.5 毫克/100 克左右，在水果中算是中等水平。雖然也含有 B 族維生素和鎂、鉀、鐵等礦物質，但含量也不突出。

不過，相對很多水果而言，桃子也適合高血糖、高血壓、高血脂、尿酸、便秘等人群食用。



越來越多的國際研究表明，山火煙霧污染會導致認知缺陷、創傷後應激障礙，甚至可能增加患癡呆症、阿爾茨海默氏症和帕金森氏症的風險。

直到最近，人們還在研究山火對患者肺部、心臟和血液的影響。然而，一些研究人員已經開始研究山火煙霧中的細顆粒物如何進入人體並進入大腦。

加州大學戴維斯分校兒科教授 Kent Pinkerton 表示，鼻子通常是一個很好的過濾器，可以將大量吸入的顆粒阻擋在肺部之外。但人們擔心，在山火期間，煙霧中的微小煙灰顆粒和其他化學物質有能力進入鼻子的細胞和神經。科學家已經證明這兩者都與大腦有直接聯繫。

平克頓說，連接鼻腦通道的細胞和神經可能會因山火煙霧而發炎和受損。“野火煙霧中的一些顆粒已被證明能夠穿過血腦屏障並引起大腦炎症。”

今年是加拿大山火最嚴重的一年，近 13.7 萬平方公里的土地被燒焦。目前，西北地區和卑詩省山火失控，迫使數千人逃離家園。山火煙霧不僅由燃燒的樹木和其他植物的植被組成，還包括被火焰捕獲的日常產品，包括車輪和房屋的金屬、塑料和衣服。

紐約羅徹斯特大學神經學教授多爾西 (Ray Dorsey) 表示，山火煙霧中的一些顆粒物足夠小，可以進入大腦的嗅覺中心。

他在接受採訪時表示：“搭在這些微小顆粒物上的是有毒金屬碎片——含鉛汽油中的鉛、剎車片中的鐵和催化轉化



器中的鉛。”

多爾西說，帕金森氏症和阿爾茨海默氏症患者的大腦中重金屬濃度更高。他說，患有這兩種疾病的患者幾乎普遍發現大腦嗅覺中心受損。

他指出 2018 年 7 月發表在《環境研究》雜誌上的一項研究，其中一組國際研究人員發現，暴露在墨西哥城空氣污染中的人的大腦中出現了阿爾茨海默氏症和帕金森氏症的特徵。

多爾西說，他最近看到的報告表明，山火造成的空氣污染的顆粒物濃度比車輛交通造成的空氣污染更密集或更高。“簡而言之，無論你是新生兒還是患有阿爾茨海默病的老年人，空氣污染都可能對你的大腦有害。”

1 月份《PLOS Climate》雜誌上發表的一項研究發現，接觸 2018 年坎普大火（加州歷史上最致命、最具破壞性的野火）煙霧的人與那些沒有暴露在火中的人相比，明顯出現更嚴重的創傷後應激障礙、焦慮和抑鬱等慢性症狀。

?? 加州火災研究的主要作者、加州大學聖地亞哥分校精神學副教授米甚拉 (Jyoti Mishra) 表示，接觸山火還會導致認知能力下降，即抑制干擾和專注于手頭任務的能力。

吸入山火煙霧等同吸進大量塑膠金屬

人老眼先衰 小心眼部“老年病”

生活中，經常聽到中老年朋友抱怨：我的眼睛為何越來越疲勞？越來越睜不大？看東西越來越不清楚？這都與視疲勞有關。

視疲勞這個概念，如今被廣泛提及。患者症狀多種多樣，常見的包括近距離工作不能持久，出現眼部及眼周疼痛、視物模糊、眼睛干澀、流淚等，嚴重者會出現頭痛、噁心、眩暈等症狀。

視疲勞不是獨立的疾病，而是因各種原因引起的綜合徵。隨着電視、平板電腦、智能手機的普及和生活節奏的加快，人們使用眼睛越來越頻繁，往往在不知不覺中誘發了視疲勞。

在日常生活中，患有近視、遠視或眼睛本身有炎症（如患沙眼、角膜炎等）的人群更容易發生視疲勞，老年人及更年期女性因自身調節能力下降，也更易發生視疲勞。

眼瞼皮膚鬆弛可引起視疲勞及異物感

臨床觀察發現，老年性眼瞼皮膚鬆弛很容易使中老年朋友出現視疲勞。眼瞼皮膚鬆弛已成為很多中老年朋友視疲勞、視野變窄、甚至視力下降的重要原因，必須重視。

老年性眼瞼皮膚鬆弛，發病率很高，幾乎每位中老年朋友都會發生。疾病主要表現為瞼皮鬆弛，伴皺褶，肥厚鬆弛的皮膚向下懸垂，會使眼睛變小，形成“三角眼”，造成假性或真性的上瞼下垂，從而遮擋視軸。人看物時，感覺視

野縮小，視物特別疲勞。此外，“三角眼”會使人感覺很不精神，容易顯得老態。

一般情況下，出現視疲勞後，醫生會建議嘗試一些人工淚液，但往往效果甚微。這種情況下，一定要關注病人有沒有出現眼瞼皮膚鬆弛，遮擋了視線（視軸），如果情況確切如此，那麼點多少眼藥水都不能從根本上解決問題。

部分老年性眼瞼皮膚鬆弛患者還常有異物感。這是因為，眼瞼皮膚鬆弛明顯時，會引起眼瞼皮膚內翻和倒睫毛，眼睛容易出現溢淚、刺痛、誘發角膜炎、角膜潰瘍等，不僅讓人形成“眼睛里有東西”的錯覺，還會導致視力下降。

目前，眼瞼皮膚鬆弛的唯一治療方法是手術治療，即行瞼皮鬆弛矯正手術。如果患者合併眼瞼內翻、倒睫毛，可一併手術解決，不但能滿足外觀需求，更重要的是能明顯緩解視疲勞和異物感。

“擠眉弄眼”可能是眼睛痙攣

生活中，還有一類人群喜歡“擠眉弄眼”，尤其是和人交談時，或者在關鍵時刻，比如橫穿馬路、開車時，頻繁而不自主地瞬目眨眼，甚至突然雙眼緊閉，嚴重時完全睜不開眼睛，根本無法看外界，伴痛苦的面部表情。

這種疾病被稱為特發性眼瞼痙攣，主要指眼、眼眶和眼輪匝肌的自發性痙攣性收縮。痙攣的主要表現為，非意志性強烈閉眼的不斷重

複。這些患者很容易被誤診為干眼、視疲勞，從而耽誤了及時治療。

特發性眼瞼痙攣通常為雙眼發病，中老年人發病多，部分患者還有面部或身體其他部位的局限性痙攣。該病尚無明確病因，但與精神緊張、情緒壓力大、睡眠不良等因素相關。

眼瞼皮膚鬆弛也會導致特發性眼瞼痙攣加重。這和視疲勞也有關，長時間近距離工作或者盯着電子屏幕，眼睛睫狀肌會一直痙攣收縮容易導致眼睛疲勞，刺激眼輪匝肌出現陣發性不自主小抽搐，休息後症狀有所好轉。有些患者可能和眼表疾病刺激有關，比如眼瞼內翻伴倒睫、慢性結膜炎伴結膜結石、瞼緣炎、角膜炎等。

特發性眼瞼痙攣的危害性，首先是影響外形，也影響和別人的交流，在社交時不停“擠眉弄眼”會給人不禮貌、不嚴肅的印象，嚴重的患者會出現“功能性盲”，因此一定要及時治療。

大部分特發性眼瞼痙攣無法自愈，多數患者的痙攣症狀可以通過藥物來控制，但也無法實現完全治愈，因此需要反復多次注射肉毒素進



行治療，或者直接通過手術治療，使患者眼睛能睜大。

另一種嚴重影響中老年人視力的常見眼科疾病就是白內障。患了白內障時，主要表現為視物模糊，感覺眼前一層霧，導致視力下降，影響生活質量。

由於白內障不可逆轉，一旦患病，只會越來越重。因此確診後，必須及時就診手術治療。有些患者抱着“等一等”的想法，要知道“太老太熟”的白內障摘除時，手術難度明顯增加，術中更容易出現並發症，且患者術後反應大，恢復慢。在此建議患者一定要及早就醫，醫生會根據病變的實際情況制定合適的手術時機和方案，千萬別拖延。

幸福的便箋

一、寫下在意的人的名字

把在意的人的名字寫在筆記本上,這么一個簡單的動作,就能勾起千絲萬縷的情感。此時,我們會心跳加速,覺得分外浪漫。

這個“在意的人”可以是男人,也可以是女人,或是父母、子女,只要是你在意的人就行。寫下父母的名字,想象他們有多麼愛自己。書寫在意的人的名字,寄託我們對他的思念。在這個過程中,你內心的情感也可以得到釋放。

書寫一個人的名字,會讓你深刻認識到“我是真的在意他”,當然也可能讓你發現“我也許是誤會了”,自己並沒有預想的那般心動。說不定,當你提筆想寫下某個名字的時候,手會瑟瑟發抖,甚至下不了筆。或者,在寫下名字的那一刻你可能會瞭解自己內心的真實情感。

“寫下那個人名字”,更像在直面那個人時進行的某種思考。

二、與珍視之人做約定

我說的不是“最近要和誰見面”“過兩天要辦什麼事”之類的約定,而是與珍視之人定下的更抽象的約定。比如“我們都要幸福啊”這種約定,會在人生某個時刻帶給我們巨大的力量。“在我離開人世的時候,你要握住我的手啊”,這是約定;“要一直珍惜對方”,這也是約定。彼此保密是約定的基本屬性,所以這些約定都是不能讓別人知道的。不可思議的是,與珍視之人的秘密約定將會給我們的人生帶來極大的鼓舞。

人都是孤獨的。只有覺察並接受這一點,才能腳踏實地地活下去。不過,人之所以能在孤獨中活着,正是因為我們心有所托,是“有人愛着自己”和“自己也愛着別人”這樣的念頭給了我們精神上的支撐。

其實與珍視之人的約定正是這樣的存在。因為跟他約好了,所以不能輕易放棄。約定能成爲一個人“活下去”的強大動力。希望大家都能和自己珍視的人做些約定,這是一件非常幸福的事情。

三、把等待自己的人放在心上

看到這個標題,大家可能會納悶:什麼叫“等待自己的人”?在這裡,我要告訴大家,每個人都是有人等的,只是“等法”各不相同罷了。等着見你的人,等着你收穫幸福的人,等着你成長的人……

一直等待你的莫過於你的父母。他們時刻關注着你,守望着你,等待着你收穫幸福、長成頂天立地的人。

我們每天都要面對許許多多的困難,難免會心生孤獨之情。但只要想起“還有人在等我”,你就會有克服困難、迎接挑戰的勇氣和動力。

面對艱難困苦時,想想有人在等待自己,便會點燃心中的希望。當你深陷苦惱與絕望時,“等待你的人”就是看得見、摸得着的希望。

作者:[日]松浦彌太郎



世事如雲烟,如何留得

“秋陰不散霜飛晚,留得枯荷聽雨聲”,是李商隱的不朽詩句。聽雨有多種途徑:欲求響亮,宜鐵皮屋頂;欲求龐大,宜芭蕉葉;欲求細膩,宜堆積的落葉;欲求淒冷,自然要效蔣捷,困于江闊雲低的客舟,西風里夾一聲雁唳。不過,沒有什麼比得上繁盛過、綽約過的枯荷,更能在霜飛階前的秋陰黃昏,曲盡雨聲的意韻。

“留得”,無疑是關鍵詞。怎樣“留”,大有講究。塘中枯荷可以靠人的手下留情,也可以假手于風雨及節令;至於“留得青山在,不怕沒柴燒”,人所能做的,只是留住植被。

世事如雲烟過眼,如何“留得”?且檢視一生中最要緊的幾樁事。

留得初戀嗎?最後閱讀火熱的情書的,是電腦里的火苗。留得婚禮嗎?如果那個年代的照相機和菲林膠片的質量上乘,鏡框和家庭照相冊里還能僥倖存下婚紗照。如果當年的夾克還在,也許還能留得襁褓中兒女的奶香;如果火車站的月台還在,也許還能留得父親從即將開行的港九直通車上跳下的姿態;如果人行道旁邊玫瑰叢下的泥土還在,也許還能留得陪兒女

上學的影子;如果電腦硬盤有人的記性,也許留得我靈感驟至時敲鍵盤的吟哦。田塍旁的流水,留得我還鄉路上對着祖屋



歡呼的倒影嗎?波羅的海的碧波,留得我與老友在郵輪上憑欄拍落日的動作嗎?家中起居室的地板,留得我孫女騎在我肩膀上的笑聲嗎?

“留得”憑藉的是記憶,鋼筆、鍵盤、鏡頭,不過是記憶的外化、固定和延長。

然而,記憶不是絕對聽話的奴僕,它的功能未必限于留聲機式、錄像機式、雲端硬盤式原原本本的回放,它還會加入自

作主張的篩選和修改。記憶與遺忘的合謀,使“留得”從單純的紀實變爲現代主義的魔幻。進一步說,連當時馬上記下的日記,也可能部分地失去原汁原味。我還沒提到,多少人改寫過日記,將既成事實塗改得完全迎合他人的口味。

如此推論,“留得”莫非是一廂情願?是的,只有一次的生命,指向了無從複製。船過水無痕,每一條波紋都不同於另一條,漸次消遁,而後浪隨之。無論是刻意所爲,還是自然發生,所有經歷都在記憶里分門別類地一一排列。當你反刍往事時,它們便被挑出。記憶也許聽話,哪壺開了提哪壺。你悲嘆人生易老,它響以落花隨水流逝;你讚美愛情常新,它提交兩只緊緊牽着的長滿老年斑的手;你堅信人類的前途,它畫出滿天朝霞。記憶也有不聽話的時候,當你爲“不負此生”而自鳴得意時,它便讓你

看當年偷偷寫下的後悔事。午夜夢回,你驚訝地悟出,這世間有無數的“留得”並不因你的意志而存滅,天地良心在悄悄地、冷峻地做證,誰也瞞不過,抹殺不了。“每個人的記憶都是自己的私人文學。”英國作家赫克斯科如是說。

96歲那年,王鼎鈞先生在《不一樣的雨聲》中說:“最後的呼籲,只有一個地球,留得地球聽雨聲。”

作者:劉荒田

當塵埃落盡

保羅是一位漫畫家,每年夏天,他都會和妻子以及女兒蘿絲前往岳丈羅蘭·博里厄在魁北克郊外的小木屋,與親人們一起歡度假期。羅蘭有三個女兒,都已各自成家。他是女兒們眼中的慈父,對孫輩也有着無限的包容,一家人其樂融融,小屋內充滿歡聲笑語。

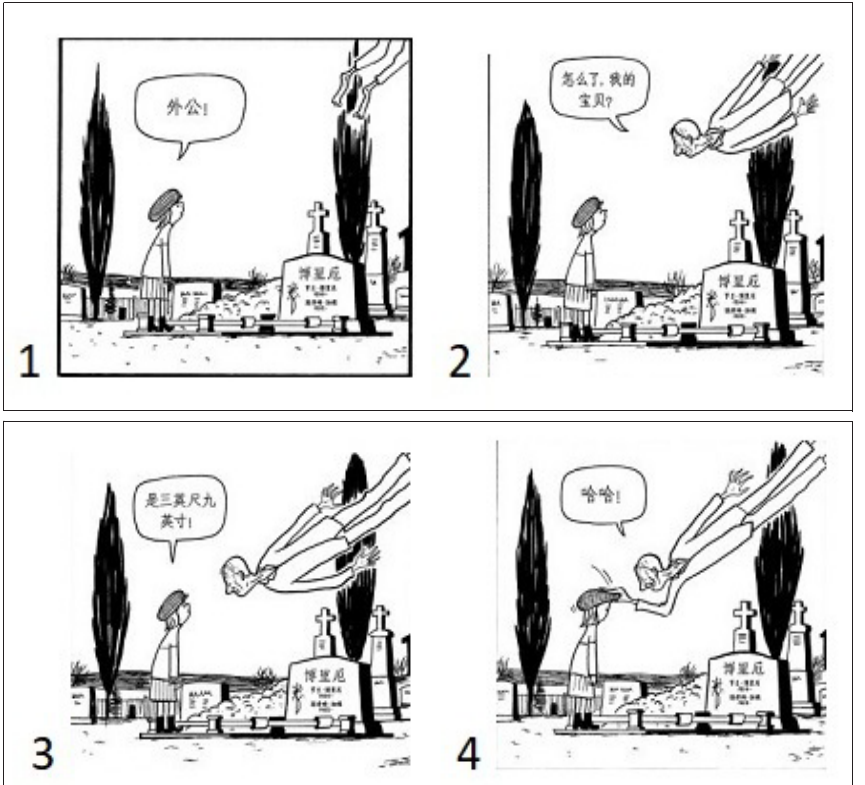
然而,家人們並不知道羅蘭的身體狀況不是很好。當癌症發展至晚期,藥物治療已經不起作用,他們才知曉羅蘭一直在和病魔做鬥爭,於是他們放下手中的事情,在療養院陪伴羅蘭走完最後一程。

故事的最後,當葬禮結束,其他人都在屋內吃飯,只有蘿絲獨自留在墓碑旁。她對外公的靈魂說:“是三英尺九英寸!”

原來外公在世時問過蘿絲的身高,蘿絲當時的回答是“我已經一米一五了!”羅蘭又問她那是多少英尺,但沒有得到確切的回答。在最後,小女孩依然記得這件小事,專門在墓碑旁等待羅蘭的靈魂,告訴他多少英尺。

當塵埃落盡,每個人都在以自己獨有的方式和該說再見的那個人告別。

作者:[加]米歇爾·拉巴利亞蒂 繪/著



“最漫長的告別”,記不得是哪本書里這樣形容認知症患者和他們親人的別離。

親人在毫無預兆的情況下突然離世,如天塌地陷,令人悲痛欲絕。但如果還有足夠的時間準備,卻要眼看著親人身體猶在,心魂早已飄然遠去,那又該是怎樣的一種痛苦呢?

這半年,在外人看來,媽媽的身體似乎沒有多大變化,甚至還讓人感覺“精神”了。但是只有我們知道,她正以一種不易覺察的速度繼續衰弱下去:她走路更慢了,說話的聲音更小了,在床上的時間比以前多了。看着她的樣子,我常會想到近些年很流行的一個詞——能量。媽媽的能量快要無法支撐她身體的運轉了。

但比身體衰退得更快的是她的心魂。我已經真切地感覺到,她的心魂正在漸行漸遠,慢慢地離開我們,離開她熟悉的家,向着那片陌生的、神秘的、生者難以觸碰的世界飄去。

是的,我回家的時候,她還會露出笑容,不過直覺告訴我,她並不是對着“我”——她的大女兒笑,而是對着一個向她表示友好的人笑。對她而言,“我”和院子里那些老同事、老鄰居,大概沒有多少不同了。和她並排坐在沙發上的時候,我也分明感覺到,她其實已經“感覺”不到我的存在——不是看不見我這個“人”坐在那里,而是理解不了我對於她的特殊意義。原本就不太會主動親近孩子的媽媽,現在的情感就像秋冬時節沙漠中的河流一樣,正在變得越來越細,不知道哪一天就會徹底斷流。

阿姨總是安慰我說:“她還是分得出來家人的,你們回來她就會圍着你們轉。”

“轉”,是媽媽現在生活中最常見的行爲。在天氣不好無法散步的日子,早已不能讀書讀報、早已看不懂電視的媽媽,便以這樣一種姿態在家里轉來轉去,睜着有些空洞、有些憂傷的眼睛,攏着嘴,緊緊捏着自己的衣角,從這個房間轉到那個房間,用手摸一摸床單、碰一碰掛着的毛巾、拽一拽晾衣架上的衣服……我總覺得,這些看似無意義的動作,對她其實是有意義的,能讓她在恍恍惚惚中,感覺到自己還在生活,甚至好像還在操持家務。

我給媽媽當媽媽

有時間,我會跟着我,我去別房,她也跟過來;我去上廁所,她站在廁所門口不走。我會忍不住猜想,她是想和我這個女兒在一起呢,還是因爲無聊才做我的影子?或者是由於不安,才出于本能跟在一個移動的物體後面?我注意到,這兩個多月來,她多了一個動作:沒事的時候,就會緊緊拽住自己的衣角,就像一個來到陌生之地的小女孩。這個下意识的動作,讓我意識到,她變得更加不安了。

慰藉物,我想到這個詞。網上說,慰藉物是一種物件,用來提供心理上的慰藉,尤其是在不同尋常的環境里。

妹妹小的時候總要帶一塊小手絹在身邊,尤其是晚上睡覺的時候,必須吻着小手絹方能入睡。那時我還不懂什麼叫慰藉物。等自己有了女兒,人們已經發明瞭安撫奶嘴,我也知道帶女兒去別人家住的時候,一定要帶上她的小被子,那會緩解她在新環境中的焦慮。

現在,84歲的媽媽也需要慰藉物了,因爲她每天都處在“不同尋常”的環境里——衰退已經讓她不能識別出熟悉的信息,哪怕是在住了近30年的房子、住了半個世紀的院子里;當一切都變得陌生,陌生到讓她不知身處何方時,那捏在手里的衣角,成了她抵禦惶恐的秘密武器。

我收拾抽屜的時候,發現了一塊小手絹,我想,媽媽會不會更喜歡小手絹呢,就像妹妹小時候那樣?於是洗乾淨,告訴阿姨讓她試着塞給媽媽。誰知道,半個小時之後,這條手絹就不見了。

也試過給媽媽一個玩偶娃娃,但媽媽始終對娃娃不感興趣,從未主動抱過娃娃。我想這也不奇怪,我們幾個孩子都不是媽媽親自帶大的,她缺乏抱孩子這樣的軀體記憶和心理體驗,內心沒有的東西如何投射到外部啊!

媽媽的心臟、血壓都很正常,也許還能活很久,但我們怎么才能留住她的心魂?對我來說,一想到這個被我稱作“媽媽”的女人再也認不出我,再也感受不到兒女們的關心,再也不知道自己是谁,我就覺得非常惶恐:我該怎樣和這樣一個身還在、心已遠的媽媽相處?

語言早已不能幫到我們,能夠幫助我們維係聯結的只有身體了。好在,幾年來我陪伴着媽媽,給她洗澡、帶她散步,我們彼此已經從不習慣身體接觸,變得能夠自然地給予和接受身體的接觸了。從清洗身體到拉着手,再到撫摸和擁抱,我們在童年未曾得到滿足的肌膚飢渴

此時都得到了滿足。

在家和媽媽坐在沙發上的時候,不管說不說話,我一定用自己的手拉着她的手。我想,比起手絹,這只有溫度的手,應該更能讓她感覺到陪伴的溫暖吧?

我們常常就這樣拉着手坐着,通常是我故意找個話題逗她說話,然後她就開始用我聽不懂的話“回答”,我再抓住一兩句能聽清的話,故意詢問,然後她又開始一段語言“神遊”。我一直很好奇,她說的這些我聽不懂的話,她自己明白嗎?是否她擁有一套自己的內心語言,其實她知道自己在說什麼,只是不知道自己已經無法組織起句子了?

其實媽媽在語言“神遊”的時候,我也很難集中注意力,就像一個聽不懂老師講課的孩子,會開小差或者打瞌睡一樣,聽同鴨講的對話真的很難堅持。我也早已沒有什麼“功利心”了,這樣和媽媽聊天,不是要聊出什麼,只是爲了和她坐在一起,拉着她的手,讓她感到不寂寞、不孤單,有人陪伴而已。

當然,外出散步的時候,我一定會拉着她的手,倒不是怕她丟,因爲以她現在的走路速度,無論如何也跑不出我的視線了。拉手,既能增加身體上的安全系數,讓她不會摔跤,也能增加她心理上的安全系數,讓她知道無論走到哪里,她都不會丟掉。

每次散步回來,我的手都紅紅的,那是被媽媽攔的。有時因爲被媽媽攔得太疼了,我也會抽出手來,再換另一隻手“值班”。拉着我的手的媽媽,其實就是一個害怕失去媽媽的孩子,她要使出吃奶的勁兒,不讓我這個“替代媽媽”離開啊!

我知道,她想拉住的不僅僅是我的手,也是和這個世界的關係。媽媽在努力,用她的方式努力和這個世界保持聯結。我們也在努力,用我們的手,緊緊地拉住她,拉住她的身體,也拉住她的心魂。

作者:陸曉姪



孩子被“罵”以後的幾種反應(下)



達娜·薩斯金德在《父母的語言:3000萬詞彙塑造更強大的學習型大腦作者》中提到:人的智力或心理是遺傳與環境交互作用的結果,早期的語言環境,對兒童智力發育產生重要影響。

語言環境並不單單只跟詞彙的輸入有關。肯定語言和負面語言的使用,也會拉大孩子智力發育的差距。

“你是對的”“你很好”“做得好!”正確地運用這些肯定語言,會幫助孩子相信只要努力,他們能做成任何事。

而整天被負面暗示所淹沒,孩子就會相信自己如父母所說,是個“壞孩子”“笨孩子”,他

會重複那些不好行為,畢竟他對自己的認識決定了他的行為。

人們常說:“孩子越罵越笨”,就是這個道理。

父母每天都在用語言定義孩子,孩子也逐漸變成了父母所描述的樣子,他們遭受的痛苦也會隨着成長不斷加深,最後越來越自卑。

4.孩子被罵後的第四種反應:他們會更加黏你

沒有安全感,是孩子在被罵之後最為常見的一種反應。

記得很久之前有個新聞,一個2,3歲多的孩子被親媽虐待,警察趕到時,孩子已經奄奄一息,但是嘴裡卻依然念叨着:“媽媽抱,媽媽抱。”

在公共場所,有時候也會遇到那些被爸爸媽媽責罵之後哭着追上去的小孩,那副可憐的模樣,着實令人心疼。

人們都說,天下父母無條件地愛着孩子,其實孩子也在無條件地愛着父母,甚至可以說,父

母對孩子的愛遠遠沒有孩子對父母的愛來得純粹。

當孩子不聽話、不優秀、不聰明、不配合時,我們會表現出拒絕、失望和嫌棄。

早上還在親吻孩子的臉頰說着“媽媽最愛你”,晚上就可能因為孩子惹自己生氣,收回愛,讓他走開。

但孩子不一樣。這個世界上,不管你怎麼兇,怎麼罵,還能不假思索擁抱你、黏你,恐怕只有孩子。

他們好像從來不會記仇,在經歷過吼罵之後,會害怕、會恐懼、會擔心你不再愛他,會馬上變乖,甚至會討好你。

這種反應就是一種沒有安全感的體現,因為無法忍受你表現出來的冷漠而選擇了主動示好。

他無論如何不會停止愛你,但不被愛的陰影卻一直跟隨着他,他們的主動擁抱,本質是恐懼在作祟。

讀到這,有的朋友會說:“吼罵有這麼多負面影響,那平時孩子犯錯,我們還不能罵嗎?”

回答這個問題之前,父母請先反思一個問題,那就是:當我們大人犯錯時,希望別人怎麼對待自己的錯誤?

作為大人,出現失誤的時候最不希望聽到別人過多難聽的苛責。相反,我們會給自己

打氣,同時我們還渴望別人的理解和同情。

對待孩子的錯誤也是一樣,如果我們的反應越是消極的、惱火的、沮喪的、過激的,就越容易把孩子推到一種孤立無援的境地。

所以,面對孩子諸多不得體的行為,家長首先要學會管理憤怒的聲音。

正如所說羅娜·雷納:相比給自己一些時間冷靜而言,修復一段被憤怒的言辭和叫罵傷害的關係需要花費更多的時間和心力。其次,學會包容你的孩子。

孩子犯錯,有時候只是在錯誤的時間,做出了錯誤的選擇,他們的秉性並不壞,甚至可以說是有積極動機的好孩子,我們真正的“敵人”不是孩子,而是孩子身上的問題。

家長能意識到這一點,在糾正孩子的行為時,就會帶着同情心,你就不會攻擊他的人格和品質,重責其事,輕責其人。

家庭教育有時候會陷入一種困境:輔導孩子寫作業,越是大聲,他就錯得越多;孩子做事磨蹭,你越催他越拖拉;孩子越罵越笨,越笨越被罵,.....

孩子的毫無改變,實際上就在提醒你要反思並改變你的說話方式。

下一次孩子犯錯、闖禍,別再大聲罵他了,蹲下來,擁抱他,陪他一起直面問題,也許會有意想不到的驚喜。

文字討好癥

如果你回復一件事時只說“嗯”,那就是態度冷漠;但如果改成“嗯嗯”,瞬間就親和力拉滿,甚至有些討好的意味。

這就是目前已出現人傳人現象的“文字討好症”,而我就是重症患者。

@小雅,這邊陸級操作完成了,麻煩辛苦看看文檔還有問題嗎?同事問我的時候,我正忙得不可開交。雖然我只需要回復“確認”兩個字即可,但我還是“通話膨脹”地說了一堆:“嗯嗯,收到,感謝啦~”緊接着,同事以一句“好嘞,小雅老師,有問題隨時溝通哈~”結束了這次對話。

從疊詞到語氣詞,再到波浪符,三連助攻,一氣呵成。如果說這是一場“社交內卷”,那麼誰不“卷”,誰就是不合群。

就連領導層也紛紛加入這場“社交內卷”:“小雅,這次格式不對,下次按照正確的交哈~”看領導如此“卑微”,作為員工的我只能更加討好:“嗯,好的好的。”但凡我只說個“嗯”,就顯得不知好歹了。

有時候,職場上的“文字討好症”十分嚴重。領導讓你加班,你明明心已經涼了一大截,卻偏要裝出自己超愛加班的樣子:“好嘞~”同事給你的文件出了錯,你明明可以直接指出來,卻要挖空心思去照顧對方的情緒,小心翼翼地說:“如果改成這樣,你覺得怎樣呢?”

為了讓對方感覺到自己的友善,大家就連日常聊天也逃不過這些“討好文字”。朋友發來了好玩的

對話是這樣滴

再問一下哈,這圖第一張圖好可愛
好呀,下次再問哈

這周再問一下哈?有點懶哈
好呀了哈

表情包要這樣發哦

哈哈哈哈哈

“哈哈”要多一些才好耶

哈哈哈哈哈

救命

笑死了

文字,如果只回復“哈哈”就顯得十分敷衍,標準答案是:8個“哈”起步,然後再加一句“頭都要笑掉了”。

有一次,閨密拿着她和男朋友的聊天記錄來找我評理:“我給他分

享好玩的東西,他就給我發了‘哈哈’3個字!”我大為不解。見我不說話,閨密開始給我講:“3個‘哈’代表敷衍,6個‘哈’代表關係不錯,8個‘哈’才是真的覺得有意思!”

但“文字討好症”有時真的會讓人倍感疲憊。記得某天我下班到家很累,快睡覺時,客戶發來信息,說對這次提交的方案不是很滿意,需要大量修改。

我立馬從床上坐起來,開始給客戶逐字逐句地發信息安撫。“x x您好”,邊寫還要邊加“~”,在必要的語句後加上“噠”“滴”等看似熱情洋溢的語氣詞,並在適當的位置加上“抱拳”的表情符號,寫完後,再逐字逐句檢查,整體又讀了3遍。

深更半夜,只見我的雙手在手機上不停地敲字,心里不斷地默念,又在手機上不斷地刪除,但凡略顯嚴肅的詞語都要通通替換成溫柔的詞語。在我最終按下發送鍵的那一刻,我感覺整個人都要被“抽干”了。而我當時內心的情緒和文字傳遞的情緒有着天壤之別。

互聯網時代,“文字討好症”背後是人們想要努力消除冷漠和敵意的心理,所以令人不忍苛責。只是原本正常的對話在這種“文字討好症”的對比下,反而被誤會成冰冷、突兀了;本來傳達信息的語言,由於承受了太多廢話,增加了溝通成本,也降低了溝通效率。

作者:李雅



硅谷近年來最熱門的話題,已經不是人工智能,而是它的陸級版——“智能增強”。與此同時,數據科學的廣泛應用,將使我們的工作更加高效,也會引發大批工作的消失和調整。未來的高等教育可能會有以下幾點改變:

第一,教育的“邊界”將被打破。未來,人們可以不受時間、地域、年齡等條件的約束,學習一切想學的知識。隨着各類線上公開課程的出現,這一點其實已經成為現實。未來“訂閱式在線教育”將會更加普及——只要你想,就可以在職業訓練營里同時學到人文科學和計算機知識。

第二,“專業”選擇將變得越發不重要,程式化的技能會被淘汰。隨着高科技的發展,任何專業技能都存在被淘汰的風險。所以,以後人們會儘可能汲取不同專業的知識,從而在社會上長期立足。各種非“正式”學歷的“微學歷證書”會在未來更受歡迎

迎。第三,實習越來越重要。未來社會對創新能力有更高的要求,比起坐在課堂上聽課、記筆記,實戰練習的經歷對學生會更有吸引力。

這樣的變化帶來的一個最直接的結果是,未來,人們有機會嘗試更多份工作。根據美國勞工統計局的數據,美國人現在每份工作持續的平均周期是4.2年。而未來的職業轉換率應該會顯著增加——一個2020屆的大學畢業生,在一生中很可能會從事不下15份工作。

與此同時,為了彌補高度智能化的“缺陷”,未來的教育反而會更加注重人文學科和批判性思維。確實,機器雖然會越來越聰明,但是人生有太多的問題,並且沒有唯一的答案。越是高度智能的時代,我們就越要學會思考。

作者:黃徵宇

在硅谷聊教育的未來

為什麼外星人一直不來地球?

儘管我們並沒有確鑿的證據來證明宇宙中存在其他的智慧生物,但這並不意味着他們肯定不存在,與之相反,從我們對宇宙的認知來看,宇宙中很可能存在着各式各樣的智慧生物,我們將統稱為“外星人”。

我們甚至還可以合理地推測出,宇宙中有一些外星人出現的時間比人類更早,他們的科技水平也很可能比人類的更加先進,他們已經擁有星際航行的能力。而如果真是這樣,那他們早就應該來到地球了,但正如我們所知,這樣的事情並未發生。

為什麼外星人一直不來地球?對於這個問題,人們提出了各種各樣的猜測,有些觀點可謂腦洞大開,有些觀點則顯得樸素而合理。比如有一種樸素的觀點認為,外星人一直不來地球的原因,可能是他們遇到了與人類一樣的難題——遙遠的距離。

當我們描述地球表面的較大距離時,通常會用到“公里”這個單位,但在描述太陽系範圍內的天體距離時,公里就不方便了,所以我們通常會使用地球和太陽之間的平均距離來作為單位,這也被稱為“天文單位”,其數值大約為1.5億公里。

如果我們把範圍擴展到太陽系之外的廣闊空間,那天文單位也不方便了,比如說距離太陽系最近的恆星——比鄰星,它與我們的距離就大約為266877個天文單位,此時我們就需要用到更大的距離單位——光年。1光年就是光在宇宙真空中直線前進1年的距離,其數值

大約為9.46萬億公里,簡單換算一下可知,比鄰星與我們的距離約為4.22光年。

雖然我們對“光年”這個距離單位已經習以為常,但實際情況是,對我們人類而言,就算是1光年的距離,也是可望而不可即的。

到目前為止,速度最快的人造物是一個名為“帕克”的探測器,其峰值速度可達200公里/秒,以這樣的速度,飛完1光年大約需要1500年的時間。不過這是一個太陽探測器,它的速度有很大一部分來自太陽引力的幫助,所以要瞭解人類跨越宇宙空間的真實能力,還得看那些有望飛出太陽系的探測器。

作為距離地球最遠的人造物,美國于1977年發射的“旅行者1號”探測器目前已經飛了大約230億公里,其當前速度約為17公里/秒。

這種速度可以說已經達到現代人類能力的極限,因為它在飛行過程中,還連續藉助了木星、土星的“引力彈弓”,即使以人類今天的航天能力再發射一個類似的探測器,當它達到“旅行者1號”目前所在的位置時,其速度也會與“旅行者1號”相差無幾。

在太陽引力的作用下,“旅行者1號”在未來還會不斷減速,就算不考慮太陽引力,它也需要大約1.76萬年的時間才可以飛行1光年的距離。而以這樣的速度,想要抵達4.22光年外的比鄰星,則需要大約7.43萬年的時間。

比鄰星不過是距離太陽系最近的恆星,而根據目前的觀測數據,比鄰星附近有沒有生命存在都是一個問題,所以人類想要造訪外星人所在的星球,就必須走得更遠。有多遠呢?

要知道宇宙中像地球這樣適合生命生存的星球並不多,而在地球長達45.5億年的歷史中,智慧生物只出現了一次,所以一個合理的推測就是,外星人所在的星球很可能距離我們非常遠,可能是幾百光年,也可能是幾千、幾萬光年,甚至更遠……可以看到,在浩瀚的宇宙中,人類可以說是舉步維艱。毫不誇張地講,在可以展望的未來里,就算是前往距離我們最近的恆星系統,人類都無法做到,就更不用談造訪外星人所在的星球了。

可能有人會說,隨着時間的推移,未來的人類可以發展出更強大的科技,能夠使宇宙飛船以接近光速的速度飛行,甚

至可以發展出像“曲速引擎”“蟲洞穿越”這樣的超光速技術。

然而這終究只是一種美好的想象,從實際情況出發,這些技術都似乎是虛無縹緲的,能不能實現誰也不知道。或許一個冰冷的現實就是,這些技術根本就無法實現,或者說要實現這些技術,需要極為漫長的時間,以至於直到人類文明消失,這些技術都無法實現。

是的,這就是人類遇到的難題。同樣的道理,外星人一直不來地球,最大的可能是他們遇到了與人類一樣的難題。或許就在此時,某一顆遙遠星球上的外星人也在思索:為什麼一直沒有外星人來造訪我們?

文章來源:公衆號“魅力科學君”



美國華人參加華盛頓民權大游行,紀念馬丁路德金演講 60 周年

美國中文網 俄州亞太聯盟



編者按:本文內容來自美國中文網,作者鄔田,圖片來自活動微信群,版權和觀點屬於原作者,不代表本平台立場。

2023年8月26日,周六,馬丁·路德·金“我有一個夢想”演講60周年紀念儀式在首都華盛頓特區林肯紀念堂舉行。作為本次活動的合作夥伴之一,美國華人聯合會(UCA)同其他亞裔和少數族裔社團共同參加了當天的集會和遊行活動,近百名來自全美各地的華人,用自己的實際行動表達了對維護自身權益和反對種族不公的抗爭。

殷余民

來自加州的華裔律師華強表示,她來參加此次活動並不是為了代表某個社團或是黨派,而是為了華人下一代能夠在美國社會得到公正的待遇。

華強說:“我是為了我們的子孫後代。這是一個難得的機會,我希望我們華人能夠向社會發出我們的心聲。”

此前一直在為佛州禁止華人買地法案 SB264 訴訟案件而努力的佛州華裔律師金美聲也參加了周六的活動。她表示,雖然佛州地方法院用毫無道理的藉口駁回了原告方要求暫停 SB264 法案的緊急動議,但該案原告方的佛州華人已經做好準備上訴至位於亞特蘭大的聯邦巡迴上訴法院。她強調說:“我們一定會為這起訴訟而抗爭到底。”



紐約藏裔警官白瑪達杰·昂旺則向記者講述了他遭到司法部“中國行動計劃”針對的遭遇。雖然檢方已經對他撤訴,但昂旺表示他希望能有更多的華人通過他的親身遭遇明白一個道理,那就是只有團結在一起並勇敢地發聲才能讓整個美國社會重視華人的權益。

美國華人聯合會會長薛海培表示,當天有來自 10 多個州的近百位華人趕到華盛頓特區參加集會和遊行。在美國華人近年來不斷遭遇歧視,且未來仍不明朗的情況下,美國華人聯合會還將與其他華裔組織共同發起維護華人的民權運動。



《我有一個夢想》發表 60 周年 馬丁·路德·金的演講促使美國更接近最佳風貌

(美中報道)



1963年8月28日,在華盛頓國家廣場上舉行的“華盛頓就業與自由遊行”期間,馬丁·路德·金向支持者揮手致意。在這次遊行中,他發表了著名的“我有一個夢想”的演講,激勵了種族融合的支持者,並促成了1964年的《民權法案》。

60年前的1963年8月28日,馬丁·路德·金(Martin Luther King Jr.)牧師發表了一篇演講,幫助推動了《民權法案》(Civil Rights Act)在不到一年之後獲得通過。

馬丁·路德·金的演講風格受到他的牧師事工的影響。圖中為1968年3月31日,馬丁·路德·金準備佈道,籲請華盛頓國家大教堂的會眾關心貧困民衆。

馬丁·路德·金在那天說過的一些話現在似乎已經隨著時間的流逝而被遺忘了——關於“種族隔離和種族歧視的桎梏”的嚴厲措辭並不是大多數美國人都能記得的話語。

但正是馬丁·路德·金即興發表的話語流傳史冊,使這篇演講成為美國最具標誌性的演說之一。

喬納森·艾格(Jonathan Eig)在今年出版的他所著的傳記《馬丁·路德·金的生平》中說,馬丁·路德·金曾計劃在“華盛頓就業與自由遊行”(March on Washington for Jobs and Freedom)中向全國發出一個當時還很激進的挑戰。他事先準備好的講稿要求美國人兌現美國憲法的承諾,讓黑人公民享有平等。

然而,作為當天眾多演講者中的最後一位,馬丁·路德·金在林肯紀念堂前的廣場上,面對聚集在那里的 25 萬人,決定超時發表演說,儘管聽眾已經感到疲倦。作為一名浸禮會牧師,他能夠輕鬆自如地即興演講。

艾格說,當馬丁·路德·金站在大理石台階上時,他決定要“帶領人群去教堂”。通過即興增加的片段,他令人鼓舞地描述了一種美國可能展現的最佳風貌。在以後的歲月里,美國人開始將他的這篇演講稱為《我有一個夢想》的演說。

這位民權領袖說:“我夢想有一天,我的四個孩子將在一個不是以他們的膚色,而是以他們的品格優劣來評價他們的國度里生活。”這是他反復提到的關於平等的夢想的一部分。

馬丁·路德·金在兩次之前的演講中也發出過類似的“夢想”的呼喚,但這一次,人群顯然被感動了,而且全國觀眾都在通過電視轉播觀看。

詩人和回憶錄作家埃塞爾伯特·米勒(E. Ethelbert Miller)因其專輯《黑人是寶貴的》(Black Men Are Precious)而獲得格萊美獎提名。他表示,馬丁·路德·金的公開演講從黑人靈歌和布魯斯音樂中借鑒了重複和押韻等技巧,而這些音樂原本植根於非洲口頭敘事傳統。像其他有感召力的黑人牧師一樣,馬丁·路德·金採用了“呼喚與回應”的方式來激勵人群,他從讀演講稿中抬起頭並提高嗓音,以與觀眾建立聯繫。

米勒表示,馬丁·路德·金不斷重複“我有一個夢想”以及“讓自由之聲響徹”,使他詩一般的語言容易被記住。

馬丁·路德·金向前傾身,微笑地看着瑪哈莉亞·杰克遜在林肯紀念堂前的“華盛頓就業與自由遊行”中演唱。



這篇演講成為了 20 世紀最著名的演說之一,也成為美國文化的一塊基石。儘管馬丁·路德·金在沒有準備的情況下表達了一些情感,但他仍然謹慎地選擇了自己的措辭。艾格說:“《我有一個夢想》與美國息息相關,這對於這個國家來說至關重要。他在呼喚愛國主義。他在呼喚宗教信仰。他在呼喚我們最好的天性。”

米勒表示,馬丁·路德·金還借鑒了詩人朗斯頓·休斯(Langston Hughes)關於夢想延遲的意象。一些人認為與馬丁·路德·金一同站在擁擠的台上的歌手瑪哈莉亞·杰克遜(Mahalia Jackson)起到了鼓勵他“談論夢想”的作用。(她之前可能已經聽他談到過他的夢想。)但艾格澄清了有關事實。雖然杰克遜當時確實曾發聲,但馬丁·路德·金已經開始即興演講了。

這是許多美國白人第一次看到黑人牧師的力量。當馬丁·路德·金後來到白宮與約翰·肯尼迪總統見面時,總統顯然已深受感動,並重複了他所說的“我有一個夢想”。

艾格說:“這在很多人中間引起了共鳴,因為這是第一次有人在電視上看到這種黑人和白人手拉手的景象。通過這幅美麗的畫面,馬丁·路德·金的演講確實展現了美國可能擁有的未來。”

1963年8月28日,約翰·肯尼迪總統在白宮微笑着與“華盛頓就業與自由遊行”領導人合影。左起為馬丁·路德·金、約翰·劉易斯、拉比約阿希姆·普林茨、牧師尤金·卡森·布雷克、A·菲利普·蘭道夫、肯尼迪、沃爾特·勞瑟和羅伊·威爾金斯。勞瑟後面是副總統林登·約翰遜。(Three Lions/Hulton Archive/Getty Images)

艾格表示,如今這篇演講已成為中小學教材,作為一幅鼓舞人心的藍圖,教導他們要摒棄偏見。演講的結尾部分頌揚了民主所承諾的自由,並提到了美國的一些多元化的種族和宗教群體,經常被引用。

當我們讓自由之聲響起,當我們讓自由之聲響徹每一個大小村莊,每一個州和每一座城市,我們就能加速這一天的到來——那時,上帝的所有孩子,黑人和白人,猶太人和非猶太人,新教徒和天主教徒,都能夠攜手同唱那首古老的黑人靈歌:終於自由了!終於自由了!

感謝萬能的上帝,我們終於自由了。米勒指出,60年過去了,馬丁·路德·金的生日已成為全國假日,“他與美國的開國元勳一樣重要。”(連線美國)



北卡羅來納大學中國留學生校園內槍殺教授,多人受傷

美國華人聯合會 UCA



據北卡羅來納大學教堂山分校官員和警方稱,今天下午(8月28日),來自中國的留學生齊太雷(音譯, Tailei Qi)槍殺了該校的一名教職人員,導致校園被緊急封鎖了幾個小時,隨後他被警方逮捕。

據警方透露,槍擊事件發生在東部時間下午 1:02 左右,地點位於該校的考迪爾實驗室。該大學向校園社區發送了卡羅萊納州警報信息。學校立刻取消了所有課程和活動,包括北卡羅來納大學教堂山分校董事會的特別會議。學生、教職員工躲在教室、圖書館、實驗室和宿舍內等候警方的到來。

警方最終在今天下午 2 點 31 分在威廉斯圓環(Williams Circle)距離校園約一英里處將齊太雷逮捕。在確保他沒有同夥之後,警方在下午 4 點解除了警報。

根據警方最新的公告,本次槍擊案件涉及的人數還在統計中,但目前已確定至少一名教職人員遇害。

據瞭解,犯罪嫌疑人齊太雷是北卡羅來納大學教堂山分校的應用物理科學研究生,自去年開始一直擔任該校的研究助理。

由於事發突然,警方尚未確定其行兇動機,但從齊太雷的社交媒體推文可以看出他近期充滿了失落、壓力和沮喪情緒。

近年來,他曾多次發佈模糊的帖子,涉及與其他學生以及他的“PI”或首席研究員之間的衝突。值得注意的是,“PI”通常是由大學指派給學生,共同開展研究項目的導師。在過去一年里,他在社交媒體上發表了一系列帖子,暗示着



與“PI”和其他人的衝突和矛盾。

例如,在 2022 年 7 月 18 日的一條推文中,齊曾經寫道:“我只是感覺我的隱私受到了侮辱。當我在工作時,我不應該覺得我在向教授展示我的工作成果,而不僅僅是在表達興趣,這才能充分體現我工作的重要性。這樣的做法實在讓我感到不愉快。我的自尊心受到了傷害,影響了我的工作效率。接着,我不得不努力說服自己,我所做的一切只是因為我喜歡。”

齊的同學表示,齊太雷平常是一個老實不愛說話的人,有點“書獃子”。可以推斷出齊太雷日常生活中朋友較少,他

也曾曾在社交媒體上發佈交友的推文。北卡羅來納大學教堂山分校和當地警方正在加強學校的周邊警力以確保學生的秩序與人身安全,目前案件正在進一步的審理中。

看到發生在北卡羅來納大學教堂山分校的這起華人參與的悲劇事

件,UCA 在此深表遺憾和悲傷。這類發生在我們同胞身上的事件令人痛心和震驚,我們對遇難者表示深切的哀悼和同情。

這次事件也是對我們的警鐘,提醒我們無論身處何地,安全問題都是需要高度重視的。作為在國外學習和生活的華人,我們更要時刻保持警惕,注意自身安全。同時,我們也要關心身邊的同學、朋友和同事,共同維護一個和諧安全的環境。

讓我們在這個時刻,為逝者默哀,同時也呼籲大家關注個人安全,守護彼此。願逝者安息,願校園安寧,願我們每個人都能夠平安健康地前行。



王陽明：修一個好脾氣，就是修一世好福氣

越是強大，越是從容。胡適先生曾經說過：“世間最可惡的事，莫過於一張生氣的臉；世間最下流的事，莫過於把生氣的臉擺給旁人看，這比打罵更難受。”我們每個人都有自己的脾氣，宣洩在自己的興趣愛好上是高雅，發洩在別人身上就是庸俗。借着怒氣任性妄為不光會誤事，還會傷害親人的感情。人生在世，哪有那么多的事情值得我們暴跳如雷？

越是深愛，越要溫柔

心學宗師王陽明和他的妻子感情和睦，可是他們之間也有一個不為人知的苦衷：其實，王陽明的妻子無法生育。這在婦女地位低下的封建社會，無疑是一個女性和一個家庭的大危機，給了旁人，或許就會開始打罵虐待妻子，甚至就此休妻，另尋良人。可是王陽明並沒有這麼做，為了保護妻子的內心，甚至從未想過納妾。他從家族中過繼了一個孩子繼承香火，之後的日子，就和妻子相互扶持，共同渡過。

著名學者周國平先生曾說過：“對親近的人挑剔是本能，但克服本能，做到對親近的人不發脾氣，是一種教養。”

對於陌生人，我們或多或少都有戒備心理，生怕自己的一句話不對，就會冒犯對方。而在家人的面前，我們放下了戒備，要求也變多了，只要親人們的反應稍有不如意，有些人就會大發脾氣。

老話說：“升米恩，斗米仇”。有些人在外懦弱如綿羊，回家狂躁如惡犬。總是覺得自己的怒火就該得到無條件的包容和諒解。至於親人有沒有因為他的暴行而受傷，這類人根本不在乎。這個世界上最大的惡不是不知感恩，而是恩將仇

報。家人幾十年如一日的為我們付出，我們就更不應當將他們當做出氣筒。就算是在外面受盡了委屈，心里的火氣再大，也不該用極端的方式發洩在無辜的家人身上。學會經營親情，是我們每個人的必修課。每一次的大發脾氣，都是在透支我們自己的感情賬戶。一個人唯有懂得感恩，知道在親人面前收住脾氣，才會擁有更高質量的感情生活。

越是強大，越是從容

在我們身邊有一個很有趣的現象：越是優秀的人，就越是脾氣和順。越是那些無能的膽小鬼，就越是容易火冒三丈。一個總是發怒的人，說到底，是在為了自己的無能和自卑而生氣。

當年寧王在濠州造反，王陽明只用了四十三天就結束了這場歷史的鬧劇，立下了汗馬功勞。可是他卻因此招致朝中奸佞們的嫉妒，有人懷疑他勾結寧王，見事不成，才賣掉寧王以求自保。而當朝的天子明武宗，更是出了名的性情乖張。他竟然因為王陽明過早的戰勝寧王，自己沒有機會與寧王較量而生氣，聽信了讒言。王陽明出生入死平定了叛亂卻沒有得到相應的封賞，不僅如此，還受到了陷害。這件事情給

了旁人絕對是當場暴怒的理由，可是王陽明並沒有因此惱火。他先是找到了張永，將自己的功勞交給他，拉攏宦官一派。然後，他就此搬進寺廟居住，以示與世無爭，在無聲之中化解了這場災禍。王陽明的這次經歷，被後世評價為：“危疑之際，神明愈定，智慮無遺”。在王陽明的觀念中，人生於天地間，心中就一定要有自己的主宰，腦子可以快速運轉，心思卻要不動不搖。

因為動腦可以幫助我們迅速找到解決問題的方法，動心只會讓我們被自己的情緒左右。面對不順心的事情時，一個人越是暴跳如雷，就越會方寸大亂。憤怒解決不了任何問題，只會讓事情朝着更加無法控制的方向迅速惡化。關鍵時刻，我們更該穩住自己的本心，控制情緒，泰然處之。本事越大的人脾氣就越小，正是因為他們深深知道：在大局面前，每一次的暴跳如雷，都是將自己推向了火坑！

人生，絕不是用來生氣的
王陽明的四句教里有這樣一句話：“無善無惡心之體，有善有惡意之動”。萬物共生共存，天地本沒有善惡之心。這個世界上本就沒有什麼

好壞之別，是在人內心不同的關照下，才產生了好壞之別。

曾經有個學生向王陽明請教：“天下無心外之物，如此花樹，在深山中自開自落，于我心亦何相關？”如果天下沒有心外之物，春花開謝，秋葉枯榮本是樹木自己的變化，這又和我們的內心又和關係呢？王陽明答道：“你未看此花時，此花與心同歸于寂，你來看此花時，則此花顏色一時明白起來。便知此花不在你心外。”

心中相信花團景簇，眼前的世界也便芬芳明朗起來；心中沒有花朵，自然不花事正濃。你心里有什麼，眼前就看到什麼。花是如此，我們的人生也是如此。那些讓我們生氣的人和事物，也不過是我們自己心中執念的映射。

最好的人生態度，莫過於范仲淹所說的：“不以物喜，不以己悲。”對於身外之物，我們沒必要放在心上產生執念，保持內心的平靜，才能享受美麗的人生。再繁華的花事，春天過去了，也會開到荼靡；再漫長的人生，過了百年，也就該面臨結束了。況且我們都不敢保證自己能成為那百歲老人，很多人的人生，其實只用六七十幾年就結束了。

人生苦短，我們尋找幸福都還來不及，又怎麼能用來生氣呢？佛家把發脾氣稱為“火燒功德林”，一把怒火，能燒盡一切福緣功德。遇到不順心的事，碰到不順眼的人，我們不妨提醒自己：“心中有花，自然會盛開”。

人生是寶貴的，在快樂和幸福中渡過每一天，才算是沒有辜負自己！同意的點個“在看”，請您轉發分享給身邊更多的朋友，弘揚中華傳統文化！



壽有三不過，後代福氣多

過壽不能隨便過，“壽有三不過，後代福氣多”，三不過具體指的是什麼？

在人們的生活中，壽命的長短往往被看作是一種祝福和幸運的象徵。古人常說：“過壽不能隨便過，壽有三不過，後代福氣多。”這句古語傳達了對長壽的尊重與珍視，以及在追求長壽的同時，應該注意的三個方面。讓我們一同來深入探討這句話背後的深意。

三不過

1、不過虛歲

“過壽不能隨便過”，這句話中的第一個“不過”指的是過虛歲。在古代，人們通常按照虛歲來計算年齡，虛歲是以農曆的歲數為準。然而，過於強調年齡的增長，可能會讓人們陷入對年齡的焦慮，影響心情和心理健康。因此，雖然慶祝生日和長壽是一種美好的願望，但不應過於追求虛歲的增長。

2、不過自然年

第二個“不過”是指壽命不應該超過自然年的範疇。自然年是按照陽曆的年份計算，超過自然年的壽命可能會使人們陷入生活的不平衡，過於執著于延長壽命而忽視了生活的質量。人生應該追求健康、幸福和充實，而不僅僅是延長年齡。

3、不過享福

最後一個“不過”是指壽命不應該過於追求享福。雖然長壽是一種美好的願望，但過於追求物質享受和奢華可能會使人忽視了精神層面的充實和成長。人的一生活該注重內心的修養和精神的滿足，而不僅僅是外在的物質。

後代福氣多

“壽有三不過，後代福氣多”，這句話強調了長壽不僅僅是個人的幸福，更關乎家族的未來。長壽的祝願也是對後代的祝願，意味著後代會因為長壽的祖輩而受到祝福和保佑。一個長壽的祖輩會在道德、智慧和家風方面給予後代很多的啓示和教誨，使得後代在人生的道路上能夠受益匪淺。

雖然長壽是值得祝願的，但不應過於執著于虛歲的增長，不應追求超越自然年，更不應過於追求物質享受。同時，長壽也是對後代的祝福，是對家族幸福的延續。在追求長壽的同時，我們也應該注重心靈的培養，傳遞給後代正確的價值觀和生活態度，使家族的福氣代代相傳。這是對長壽最好的致敬。



人生歷程失信終將導致寸步難行！曾子曰：“可以托六尺之孤，可以寄百里之命。一個值得信任的君子，可以以家國性命相托。信任是一種力量，力量之源就是人品。人活一輩子，人品做底子，人生最後，拼的都是人品。人品好的人，值得傾心託付！”

人品，永遠第一

古人說：“子欲為事，先為人聖。”人想成事，先做好人，有德無才，可以勤能補拙，但有才無德，卻終會敗落。好的人品，就是一個人最強大的底牌。如果人品出了問題，“得道多助，失道寡助”，會被所有人瞧不起。金山銀山，生不帶來，去不帶走；權勢煥天，百年之後，都歸塵土。

唯有高尚的人品，是生於世最寶貴的財富。常言道：“易漲易退山溪水，易反易復小人心。”不怕強大的對手，就怕首鼠兩端的小人。對手彼此尊重，也能成為良師益友；人品低劣的小人，卻叫人防不勝防。沒了人品，只手遮天的能力，也沒有用武之地。一個人，人品正，得眾人親賴；人品好，有上天庇佑。做人，人品永遠放在第一位，人品比學問重要，比才能可貴。人品好，自然贏得信任，深受器重。

信任，源於人品

有人說：“一個人值不值得信任，看他的人品就夠了。”真誠待人，自然會被真誠相待；寬和處世，自然懂得以理服人。能力固然重要，但真正讓人信服的，還是一個人

信任源於人品！



的人品。《道德經》說：“天下難事必作于易，天下大事必作于細。”

生活里的點點滴滴，反映着一個人刻在骨子里的人品。有修養的人，不會恃強凌弱，出言不遜；素質高的人，不會自高自大，輕視別人。

細節看人品，日久見人心。人品里，藏着一個人心底里的善良。寬容大度，就不會斤斤計較；心地善良，就不會對不起別人。簡簡單單，光明磊落，就不怕遭人無端猜忌。

《史記》說：“得黃金百斤，不如得季布一諾。”

人品的最高處，就是言出必行。有一諾千金的人品，又何愁得不到別人的信任。

古人說：“人品有高下，爵位有崇卑。”人品高的人，地位尊崇，因為受人信任，所以做什麼都順風順水。人生在世，最可貴的是人品，最難得的是信任。餘生，願你我皆做一個人品高潔的君子，不辜負信任，擔得起責任！

中年以後，常點頭，多低頭，莫回頭

俗話說：“人到中年萬事休，只道天涼好個秋。”光陰易逝，轉眼年過半百，經歷了事事浮沉，看淡了人情冷暖，逐漸明白了：中年以後，把關係處好，把心安頓好，把生活過好，常點頭，多低頭，莫回頭，就是最好的人生狀態。

常點頭，讓出步子

一位作家說過：“在舒服的關係里，沒有爭論辯駁，只有體諒和慈悲；一個有智慧的人，懂得笑着讓步，懂得看淡隨緣。”的確如此，每個人的經歷認知各異，修行程度不同，若是事事爭辯，句句計較，到頭來只會丟了情分，不歡而散。真正智慧的人，懂得包容不同，無關緊要之事多認同對方，瑣碎毫末之事多退讓理解，彼此才能相處舒服，走得長久。

楊絳和錢鍾書曾一起坐輪船出行，在船上，兩人就一個法語的發音爭論起來，誰也不讓誰，說了許多傷感情的話。後來，還是在一位法國夫人的裁判下，才結束了這場爭執。事後，兩人都高興，楊絳雖然贏了，但是覺得特別沒意思，而錢鍾書輸了也自然不開心。後來，楊絳感慨道：“這些小事的爭吵是完全沒有必要的，不僅壞了興緻，也傷了感情。”

《論語·顏淵》中有雲：“君子有成人之美。”成熟理智的人，能夠成全別人，適時退讓，不過多計較得失，不過分爭論對錯，這不僅是換位思考的修養，也是悅人悅己的智慧。所以說，中年之後，收斂爭鋒相對的鋒芒，展露與人為善的柔軟，多

微笑常點頭，多贊賞少否定，便能廣結善緣，收穫人心。

多低頭，放下面子

《論語·衛靈公》中有言：“小人無錯，君子常過。”目光狹隘的人，總是追求面子，固執己見，即使錯了也不願承認改變，活得執拗拗巴；而格局高遠的人，能夠放下面子，反思自己，出現偏差及時認錯糾正，從而收穫他人真心的尊敬。

人人都有不足之處，能夠放下身份，多低頭反省，才能調整自己，走上更光明的大道。民國時期，沈尹默的書法名揚在外，很多人都向他求過字。一次，他在朋友家做客，即興寫了一首五言小詩。第二天，陳獨秀看到了評價道：“詩寫得不錯，只是字流利有餘，深厚不足”，於是，就去見



了沈尹默，剛到門口就大聲說：“我看了你寫的詩，不同凡響，只是字俗在骨。”聽後，沈尹默非但沒有生氣，反而向陳獨秀請教起來，而後勤加練習，造詣更深，成爲了一代書法大師。

《一代宗師》中有句話：“人活在世上，有的活成了面子，有的活成了里子。”然而一味維持虛假的面子，不過是掩耳盜鈴，讓人止步不前；而能夠放下面子，多關注自己，才能取得長足的進步。人生的下半場，拋開所謂的“面子”，精進內在的修爲，不被外物牽絆，不被他人左右，就是人生的大自在。

莫回頭，過好日子

《莊子》有雲：“用心若鏡，物來則應，過去不留。”事多了心就累了，事雜了心便亂了。年過半百，時時擦拭內心，讓心變得如明鏡般澄澈乾淨，事情來了之後，坦然面對；事情過去之後，及時放下。不回頭，不留戀，不遺憾，輕鬆上陣，才能領略路上的百般風景。

百，時時擦拭內心，讓心變得如明鏡般澄澈乾淨，事情來了之後，坦然面對；事情過去之後，及時放下。不回頭，不留戀，不遺憾，輕鬆上陣，才能領略路上的百般風景。

《活着》一書中的主人公富貴，年少輕狂之時，輸掉了家產，醒悟之後，妻子兒女又相繼離世，人到暮年，唯一的外孫因為吃豆子，脹壞了肚子，也離開了人世。他只能與一頭老牛相依爲伴，當記者問他：“生活這麼苦了，您怎麼還能笑着唱歌。”富貴講完自己的故事後，笑着說：“人總要向前看的”。

正如季羨林先生說的：“人生在世要想得開，如果不能‘忘’，那么痛苦就會時時刻刻都新鮮生動。”人生是一場不斷前行的修行，人事物是我們修行的助緣，而非前進的負擔。因此活在當下，珍惜眼前，做好當下的每一件事，過好現在的每一天，用心感受生活，不斷修煉自己，就是對過往最好的回應，對生活最大的誠意。

曾仕強先生說：“人到了一定年紀，糊塗一些，點兒錯都沒有。”深有感觸，其實人人皆有缺點，事事都可遺憾，不完美才是常態。

所以說，總是較真難免身心疲憊，懂得放下才會活得自在。與人相處時，常點頭少爭辯，彼此才能舒服；有所不足時，多低頭多反思，自身才會進步；面對過往時，莫回頭清內心，日子才可安穩。餘生，願我們對人多退讓，對己多反思，對事多放下，不爭不擾的修好自己，不悔不忙的過好日子。

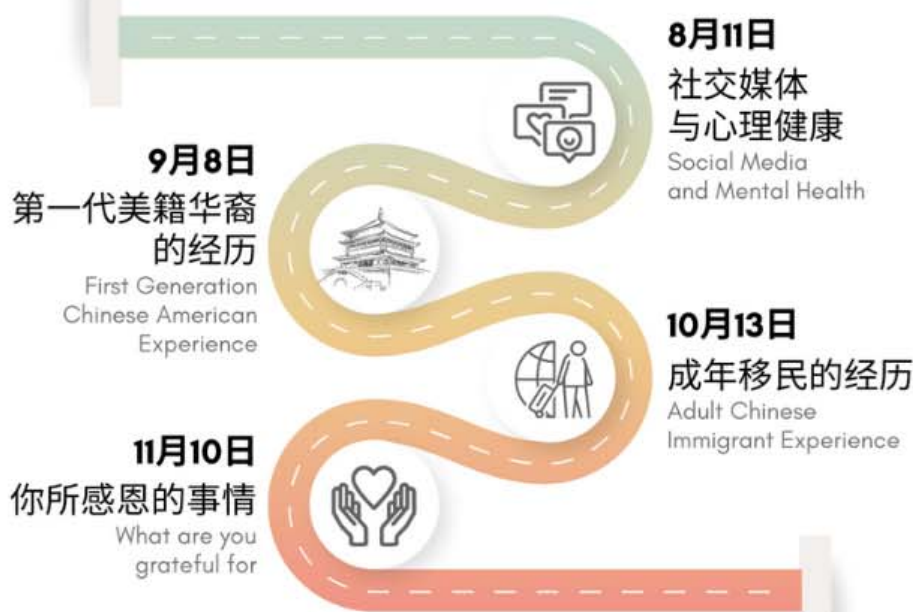


asiaohio.org



2023 中文普通话疗愈小组 Chinese-Mandarin Healing Circle

每月 (除12月外) 第二个星期五 下午4-5点 EST东部时间
通过线上会议进行, Zoom会议信息将在微信发布



主持人: 段雪怡 俄亥俄州执照社工师
协作主持: 李菲 俄亥俄州执照独立社工师兼督导



扫码添加微信 **ichc-outreach**, 关注更多活动信息
发送消息“中文疗愈小组”报名入群
发送“提问”获取匿名提问表

Funded by U.S. Administration for Community Living (ACL)

Gift Card Giveaway

Receive a gift card when you get the flu or COVID-19 vaccine as well as complete a survey.

AVAILABLE May 29, 2023 to April 30, 2024



This promotion is available for individuals who:

- Are 65 years or older
- Have a disability

Contact Heidi Lum at (216) 881-0330 Ext 8807 for questions or to make a vaccination appointment.

Vaccine appointments can be made at ASIA's International Community Health Centers by calling (234) 312-3607 (Akron) or (216) 361-1223 (Cleveland).



ASIA Akron & ICHC
570 E Market St
Akron, OH 44304
(330) 535-3263 - Social Services
(234) 312-3607 - Health Center

ASIA Cleveland
3551 Perkins Ave Ste 2A-W
Cleveland, OH 44114
(216) 881-0330

ICHC Cleveland
2999 Payne Ave Ste 140
Cleveland, OH 44114
(216) 361-1223

Do you know your HIV Status? 你知道你的艾滋病毒状况吗?

提供免费和匿名的艾滋病病毒检测!

Visit ASIA's International Community Health Center to test or to receive a self-test kit.

访问ASIA's International Community Health Center 来做测试或接收自测工具包。

2999 Payne Ave Ste 140
Cleveland, OH 44114
(216) 361-1223



邀请您参加 2023 晚会及筹款活动



发展社区, 维持邻里关系

什么时候

星期五, 10月20日
下午6点至晚上9点

在哪里

THE TANGIER IN FAIRLAWN
507 S CLEVELAND MASSILLON RD
FAIRLAWN, OH 44333

bit.ly/ASiAGala23

敬请回复:



上帝提前給俄州民衆贈送聖誕大禮 榮獲世界級榮譽的演出團體



金碧輝煌的豪華演出場地

精彩演出
免費入場



歡迎贊助
感謝支持

您好,

我是 Gracias【聖誕主題音樂會】的市場部代表周虹越,很高興在這特別時期和您聯繫。2023年對於我們來說是特別的一年,【聖誕主題音樂會】是我們向您和克利夫蘭這座美麗的城市獻上的禮物。

時間:2023年9月12日(周二)晚上7:00

場所:KEYBANK STATE THEATRE

1519 EUCLID AVE, CLEVELAND, OH 44115

成立於2000年的 Gracias 合唱團是享譽國際的合唱團。2015年, Gra-

cias 合唱團在最負盛名的德國 Marktoberdorf 合唱比賽中獲得了最高獎項,是公認的世界頂級合唱團。

Gracias【聖誕音樂劇】近十年來在全世界40多個國家演出過,感動了無數的觀眾。特別是北美的巡演,從2013年的9個城市不斷擴展。2019年一個月期間,環繞美國一周,公益巡演29座城市,把滿滿的正能量送給超過13萬名觀眾,克利夫蘭成爲我們最愛的城市之一。過去10年當中 Gracias 合唱團不忘初心,【聖誕音樂劇】每一場都是免費入場。我們希望通過音樂,消除人們的隔閡,使家庭變得更幸福,社會變得更和諧。

我們是一個501(C)(3)非盈利組織,我們的EIN號碼是:27-1313830。

爲了給更多的人帶去歡樂,這場演出也需要得到您的幫助。您的慷慨解囊將讓更多的人欣賞到這場精彩絕倫的演出,幫助我們傳播歡樂和希望。



俄州演出三場 詳細時間地點

Sep 12, 2023. 7:00Pm
Keybank State Theatre
1519 Euclid Ave.
Cleveland, Oh 44115

Sep 13, 2023 7:00Pm
Ohio Theater,
39 E State St,
Columbus, OH 43215

Sep 14, 2023 7:00Pm
Stranahan Theater,
4645 Heatherdowns Blvd,
Toledo, OH 43614



精彩紛呈的視聽藝術盛宴

"Gracias Christmas Cantata" is an internationally renowned music event. The event aims to spread the joy of Christmas to people around the world. It combines excellent music with dance, theater, and multimedia elements to create a unique and spectacular performance.

Part of the acclaimed Gracias World Tour, the Gracias Christmas Cantata features hundreds of artists, musicians, dancers, and actors. It presents a variety of songs encompassing different music genres, delivering the message of Christmas and love to the audience.

The event showcases elaborate stage setups, lighting, dazzling costumes, and powerful acting and dance performances, creating a festive atmosphere and bringing joy to the audience. It is designed to share the joy of Christmas and its meaning with people of all backgrounds.

The Gracias Christmas Cantata is open to the public, with no admission fee, allowing a wide range of people to come together and celebrate the spirit of Christmas.

Gracias Christmas Cantata offers a mem-

orable experience, bringing the Christmas atmosphere to many people and creating lasting impressions through its diverse artistic elements.

Christmascantata.us Donation and Collaboration Request - Gracias Christmas Cantata

We hope this email finds you well. I am writing on behalf of Good News Indiana Church to request your support for our upcoming Christmas Cantata events. This year, we have planned to hold the Cantata in three locations in Ohio: Toledo, Columbus, and Cleveland. Our goal is to share the true meaning of Christmas, spreading love and happiness to the community, free of charge.

Organizing such events requires significant expenses, including venue rental fees, e-



quipment rentals, and marketing costs. Therefore, we are seeking donations to assist us in covering these essential expenses and providing the best experience for attendees. We estimate the total cost to be around \$35,000.

As we have not yet completed the 501(c) registration process in Ohio, we are currently operating under the name of Good News Indiana Church. Our mission is to provide strength and assistance to those in need within our community,

based on faith and love.

The purpose of this email is to provide you with detailed information about our church's objectives and activities and to request your collaboration. We believe that through do-

nations, we can make a positive impact on our local community, and your support would be invaluable.

If you have any interest or can offer assistance in any way, we would greatly appreciate it. Your guidance and advice regarding the legal procedures, tax benefits, and agreements associated with donations would be immensely helpful.

We express our deepest gratitude for your interest and support. We eagerly await your prompt response.

Best regards,
Peter Kim

Director of Christmas Cantata
Pastor of Good News Church
216-956-6838

To whom they should mail
(Peter Kim / yooub Kim)
Cleveland Cantata Office

3916 W 21st ST, Cleveland, OH 44109

Check title :

GOOD NEWS INDIANA CHURCH INC

or Yooub Kim

3642 N. Emerson Avenue

Indianapolis, IN 46218

Information from IRS Business Master File:

GOOD NEWS INDIANA CHURCH INC

United States

U.S. Tax ID/EIN: 844196573

https://www.ecjnews.com/PDF_FILES/ECJ472/ECJ472-24.PDF

注意事项:

衣冠整洁

每人凭正式票入场

小孩要超过5岁以上

