

“Try to dress as if you're meeting a VIP person, it says a lot about you.”
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
第四八三期 Vol.483 Dec.15 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 OH44114



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

文化教育盛典 大餐喜迎聖誕



詳細內容請見本期有關版面

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

黃唯律師樓

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

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



黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

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

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



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

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

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

伊利諾州芝加哥分公司:
 地址:401 South LaSalle,

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

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

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

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

弘揚中華文化 交流美華信息

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

Ryan Homes

Spring Run

BEST-PRICED NEW HOMES IN WOOSTER

Scan for more information

獵楓 遊子淚

何必登山去獵楓
 家中楓葉滿家園
 樹上秋艷滿地紅
 春來百花秋有楓
 春秋本是一家親
 楓去猶留楓葉紅
 要為人間留七彩
 老友賞秋話古今

慈母眼中淚
 遊子心上血
 不知何時歸
 天寒起飛雪
 臨別淚雙垂
 寸草念春輝
 衣上娘親淚
 滴滴為了誰

劉天擎
詩歌園地

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

營業 週一至六早10點-晚7點
 時間 周日休息

俄州持執照技師提供面部美容、護膚、按摩等服務 請預約

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

2024 YEAR OF THE DRAGON
NBA NEW YEAR EVENTS

芝加哥公牛隊農曆新年
龍年之夜

CHICAGO BULLS

電話查詢:
216-324-2959
www.ecjnews.com

BRUCE LEE FOUNDATION 2024.02.22

\$5,000 SIGNING BONUS AVAILABLE

POLICE RECRUITMENT WEEKEND

COMPLETE ALL THE STEPS TO BECOME A PATROL OFFICER IN ONE DAY!

PRE-REGISTRATION ENCOURAGED
 SCAN TO REGISTER

APPLICATION & NTN EXAM PHYSICAL ASSESSMENT PRE-CONDITIONAL OFFER

DECEMBER 15, 16, 17 8:00AM - 5:00PM
 CLEVELAND CITY HALL 601 LAKESIDE AVENUE
 PARKING AVAILABLE AT WILLARD PARK GARAGE SURFACE LOT

QUESTIONS? CONTACT THE PUBLIC SAFETY RECRUITMENT TEAM
 (216) 623-5233

歡迎你參與伊利華報在芝加哥的龍年春節活動!

克利夫蘭警察招聘

日期: 12月15\16\17日 早8:00 - 晚5:00
 地點: 克利夫蘭市政廳

12月8日周五,在常青老人公寓,克里夫蘭美華協會的主席 Lisa Wong, Tony Midtown Cleveland Inc. Karis, Hope, Anthony, Naomi 一起在長青公寓與老人一起同慶祝節日來臨。

克利夫蘭社區服務機構與老人做聖誕節手工掛件,大家一起快樂玩遊戲有獎活動,大家一起歡歡喜喜歡度節日。

節日來臨之際,祝大家安全第一健康第一過一個幸福快樂的節日。



圖片新聞

常青公寓

UCA 主席薛海培與俄州華人在哥倫布聚會

2023年12月10日,星期六,美國華人聯合會(UCA)主席薛海培與來自克利夫蘭、辛辛那提和哥倫布的華人代表在哥倫布聚會,為俄州乃至全美華人社區的建設共商大計。

除了包括筆者在內的十幾位志同道合的俄州華人協會的成員,參加活動的有因維權而聞名全美的陳霞芬女士,還有兩位來自加州原籍寶島台灣的教育界女士。大家分享了自己的故事,在美國為個人、為下一代、為社區奮鬥的心路歷程。陳霞芬的故事尤其讓人感動,大家感謝她團結了整個華人社區。

最後,薛海培先生回顧了UCA近年來為提陞華人社區所做的艱苦卓絕的努力,指出目前美國華人面臨的困境,鼓勵大家團結起來,為把我們的社區建設得更加美好而奮鬥。

聚會地點是哥倫布明月餐廳(Main Moon)。感謝召集人邱紅,感謝所有的參會代表。

By: 殷余民



Governor DeWine Announces Details for New \$150 Million Welcome Home Ohio Program Grant, tax credit applications open January 9 for home purchases, rehabs, and construction.

(COLUMBUS, Ohio)— Ohio Governor Mike DeWine, Lt. Governor Jon Husted, and Ohio Department of Development Director Lydia Mihalik today released official program guidelines for the new \$150 million Welcome Home Ohio program, which was developed to improve access to affordable housing across the state.

“Housing needs are present all across Ohio,” said Governor DeWine. “Through this program, we have the opportunity to support new investments in housing construction that will help cultivate vibrant neighborhoods and stimulate economic vitality.”

The program will provide \$100 million in grants over the course of the biennium for landbanks to purchase, rehabilitate, or build qualifying residential properties for income-eligible Ohioans. Additionally, \$50 million in nonrefundable tax

credits will be made available to landbanks and eligible developers over the biennium for qualifying rehabs and new construction once a property is sold.

“By ensuring all current and future Ohioans have access to affordable housing, we are not only meeting the basic needs of our residents but also laying the foundation for sustainable economic development,” said Lt. Governor Husted. “As companies continue to invest in Ohio, we will need the housing stock to support that growth and prepare our communities for the opportunities those businesses bring.”

MORE DETAILS: Program Information and Guidelines

The Welcome Home Ohio program was created in partnership with the Ohio General Assembly in the biennium budget bill, House Bill 33.

The Ohio Department of Development will administer the program and will begin accepting applications for both the grants and tax credit on Jan 9, 2024.

“Ensuring Ohioans have a home they can afford brings our families stability and allows them to have a place where they can stay healthy, raise their children, continue working, and live their best lives,” said Director Mihalik. “Our ultimate goal is to increase the affordable housing stock across Ohio so that more residents can realize the dream of homeownership.”

The application period for the

grants will close at 11:59 p.m. Feb. 9, 2024, with rolling applications accepted from Feb. 12 to May 31, as funds are available. Tax credit applications will be accepted on a rolling basis until funds are expended.

Development staff will host a webinar at 1:30 p.m. on Dec. 18 to present the guidelines in detail and allow interested parties to ask questions.

Program information and full guidelines can be found on the program webpage.



Welcome Home Ohio Program Applications open Jan. 9



The Welcome Home Ohio (WHO) program is designed to provide grants for the purchase of qualifying residential properties, the cost of construction or rehabilitation, or a nonrefundable tax credit for qualifying activities.

The Ohio General Assembly funded the program in House Bill 33, with \$100 million in General Revenue Funds for grants and \$50 million in nonrefundable tax credits. Governor Mike DeWine signed the bill into law on July 4, 2023. The program will be administered by the Ohio Department of Development.

Each of the three Welcome Home Ohio program offerings will be funded up to \$25 million in each fiscal year. This opportunity has the potential to fund the incorporation of 2,150 affordable, owner-occupied single-family homes across the state of Ohio.

* Welcome Home Ohio - Purchasing (WHO-P)
o Grant funds to cover the cost of purchasing a qualifying residential property.
o Eligible entities are land banks and land reutilization corporations.

o \$25 million in each fiscal year with the ability to roll funds forward into the next fiscal year.

* Welcome Home Ohio - Rehab/Construction (WHO-RC)

o Grant funds to cover the cost of rehabilitation or construction of a qualifying residential property.

o Eligible entities are land banks and land reutilization corporations.

tions.

o A maximum of \$30,000 can be applied to each qualified residential property.

o \$25 million in each fiscal year with the ability to roll funds forward into the next fiscal year.

o At least 1,600 homes could be built/rehabbed in the two years of the program (\$50 million/\$30,000).

* Welcome Home Ohio - Tax Credits (WHO-TC)

o Tax credit that is issued once the qualifying residential property is sold to a qualifying individual.

o Eligible entities are land banks, land reutilization corporations, and eligible developers.

o A maximum of \$90,000 or one-third the cost of rehab/construction, whichever is less.

o \$25 million in each fiscal year with the ability to roll funds forward into the next fiscal year, with no funds expended after June 30, 2025.

o At least 550 homes could be built/rehabbed in the two years of the program (\$50 million/\$90,000).

鳳凰俱樂部誠摯邀請您參加

Happy New Year 2024 跨年派對

時間: 2023.12.30 晚上 5-9 點

地點: 宝龙大酒家 3922 St Clair Ave NE

晚宴: 蟹肉魚肚羹 梅菜扣肉 淮山木耳王子菇
清蒸游水魚 貴妃雞 炒八珍
椒鹽蝦 牛仔粒 干炒牛河

遊戲: 心有靈犀, 吸管傳遞, 傳聲筒, 倒著說

卡拉OK

集體跳舞: 步子舞, 恰恰, 三步, 四步, 交誼舞

報名(只限成人, 且所有報名以28號前交錢為準):

電話: 440-715-5984

微信: lifeng273136

微信接龍: 鳳凰俱樂部群, 老人幸福群

網上註冊: <https://bit.ly/CPC-2024NewYearParty>

費用: 會員\$30, 非會員\$35

歡迎捐贈葡萄酒

Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

For the week ending December 8, 2023

Monday, December 4, 2023



Ohio Lt. Governor Jon Husted provided remarks at the Ohio Contractors Association Annual Winter Conference, the association's largest in-state event.

Ohio Governor Mike DeWine, in collaboration with the Ohio Department of Higher Education, announced the official launch of the Governor's Merit Scholarship Program.

The Governor's Merit Scholarship was included in the most recent state budget - House Bill 33 - in an effort to increase the number of high-achieving high school graduates who remain in Ohio for college. A total of \$20 million was appropriated for the first year of the program, which is open to seniors graduating in 2024 in the top 5% of their class.

"With so many world-class higher education institutions in Ohio, we want to encourage all students to stay in-state as they continue their education and transition into careers," said Governor DeWine. "Ohio is truly the heart of opportunity, and we want all Ohioans to find the path that is right for them, right here at home."



The Ohio Department of Natural Resources has named 12 recipients of the Recreational Trails Program grant, including several cities, villages, metro parks, and even Ohio's national forest. "We're fortunate in Ohio to have so many beautiful, natural wonders to enjoy," Governor DeWine said. "These projects will help more people around the state get out on the trail and enjoy everything Ohio has to offer."



Governor DeWine announced that \$4 million in grant funding is now available to help local law enforcement agencies implement new violent crime reduction strategies in their communities.

Governor DeWine prioritized continued funding for the Ohio Violent Crime Reduction Grant Program in the state's 2024-'25 operating budget that was passed by the Ohio General Assembly in June. Since the launch of the program in 2021, nearly \$80 million has been awarded to 170 local law enforcement agencies for targeted programs and technology that aid in preventing and solving incidents of violent crime.



"We know that there is no one-size-fits-all strategy to combat violent crime, and that's why

this is a flexible grant program designed to fund initiatives tailored to individual communities," said Governor DeWine. "Over the first 12 rounds of this program, every agency that applied for funding to support a qualifying crime reduction project has received an award, and we encourage agencies that haven't previously asked for funding to seriously consider applying."

Governor DeWine and First Lady Fran DeWine were honored to help kick off the holiday season at the Statehouse.

Tuesday, December 5, 2023



Lt. Governor Husted provided remarks at the Delaware County Economic Development Summit to local businesses and economic development leaders about the importance of bringing jobs to our communities so that Ohio can continue to thrive and win economically.

Governor DeWine, Lt. Governor Husted, and Ohio Department of Development Director Lydia Mihalik announced that nearly \$175 million in grant funding is now available to help communities clean up contaminated properties and prepare them for new development opportunities.

Governor DeWine Announces Availability of \$175 Million for Brownfield Remediation



"Many of the brownfield properties in Ohio once played an important role in the industries that shaped our great state's legacy of innovation," said Governor DeWine. "By supporting more of our communities through this transformative program, we're giving these sites a second chance and clearing a path for Ohio's next great economic success story."

"Reviving brownfield sites isn't just about clearing the past, it's about sculpting a promising future," said Lt. Governor Husted. "Cleaning these sites opens up residential, commercial, and industrial locations that are already connected to the necessary infrastructure to redevelop. This unlocks the potential for vibrant communities, breathing new life into forgotten grounds to become a place where history greets innovation."



Governor DeWine and the Ohio Department of Transportation (ODOT) Director Jack Marchbanks announced an investment of \$73.8 million into more than two dozen projects that will reduce the risk of crashes and increase safety on Ohio roads.

"Since 2019, we've worked to grow this program into one of the largest traffic safety programs in the country," said Governor DeWine. "Every project that receives funding will be constructed in a manner that puts the safety of those traveling Ohio's roads at the forefront."

Governor DeWine announced the appointment of James (Jim) Anderson to the Toledo Municipal Court.

Anderson will assume office on Jan. 2, 2024, and will be taking the seat formerly held by Judge Amy Berling. He will serve the remainder of the unfinished term and will need to run for election in November 2025 to retain the seat.

Wednesday, December 6, 2023

Governor DeWine announced that Ohio Sobriety Treatment and Reducing Trauma (Ohio START), the program that helps stabilize families struggling with substance use, is the first in the na-

tion to receive national certification from Children and Family Futures (CFF).

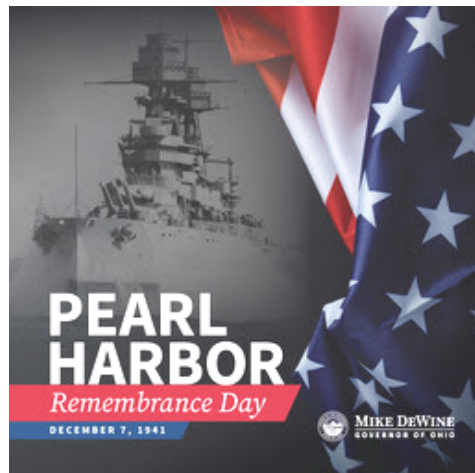


"We launched Ohio START when I was attorney general, and since then, hundreds of families have benefited from access to both treatment and recovery," Governor DeWine said. "Many families have found hope and healing through Ohio START, and I congratulate our partners at the Public Children Services Association of Ohio and across the state for this recognition."

Governor DeWine, with Ohio Department of Commerce Director Sherry Maxfield and Ohio Department of Public Safety Director Andy Wilson, at his press conference on recreational marijuana amendments

On the eve of the start of legalized recreational marijuana in Ohio, Governor DeWine urged the General Assembly to pass amendments regarding the implementation of the new law that would respect the will of the voters yet protect children and the rights of those who don't want to be exposed to the substance.

Thursday, December 7, 2023



In honor of the lives lost on December 7, 1941, in the attack on Pearl Harbor, and in accordance with orders from the President of the United States, Governor DeWine ordered that the flags of the United States and the state of Ohio be flown at half-staff upon all public buildings and grounds throughout the state of Ohio from midnight to midnight on December 7, 2023.



Lt. Governor Husted spoke at the Ohio Concrete Annual Meeting about Ohio's booming economy. Construction is at record-high employment with 253,000 jobs here in Ohio.



The Lt. Governor also spoke at the County Commissioners Association of Ohio and County Engineers Association of Ohio Winter Conference about the many investments the Administration has made in counties through the State Operating

Budget and how our counties play a part in that.

Governor DeWine and Ohio Department of Natural Resources Director Mary Mertz announced \$8.2 million in grants to support 12 new wetland projects.

The funds are being awarded as part of Governor DeWine's H2Ohio initiative through the H2Ohio Statewide Wetland Grant Program, which provides up to 100% funding for wetland projects across Ohio.

"We have made water quality a No.1 priority in the state through H2Ohio, and our wetlands program has been vital to that mission," said Governor DeWine. "Adding more wetland projects around Ohio is just one more way to help keep our lakes and rivers clean."

May all Ohio families who celebrate, enjoy this Hanukkah season filled with love and light.

Friday, December 8, 2023



Governor DeWine and Lt. Governor Husted announced that Saturday, December 9, 2023, will be recognized as Columbus Crew Day in Ohio.

"Ohioans are behind the Columbus Crew as they play in the MLS Cup Final on Saturday at Lower.com Field," said Governor DeWine. "They've had a great season, and we wish them luck as they work to bring home a third championship! Glory to Columbus!"

Lt. Governor Husted provided remarks at the Ohio Farm Bureau's Annual Meeting during the Foundation Breakfast about the importance of the agriculture industry in our state. Ohio's food and ag industry provides \$124 billion to the economy and provides jobs both on and off the farm to 1 in 8 people.

Governor DeWine announced the appointment of Timothy W. Clary to the Cuyahoga County Court of Common Pleas.

Clary will assume office on Jan. 2, 2024, and will be taking the seat formerly held by Judge Michael Russo, who died. He will serve the remainder of the unfinished term and will need to run for election in November 2024 to retain the seat.

Governor DeWine announced that Ohio's first electric vehicle (EV) charger funded through the National Electric Vehicle Infrastructure (NEVI) program is now online, making Ohio the first state in the nation to activate a NEVI charger.

The new NEVI charging station is located at the Pilot Travel Center along Interstate 70 at U.S. Route 42 in Madison County, west of Columbus. The station is equipped with fast chargers installed by EVgo that are capable of providing up to 350 kW when charging a single vehicle. When four vehicles are charging simultaneously, each port will receive up to 175 kW, which is enough power to charge an EV up to 80% in 20 to 40 minutes, depending on the vehicle's battery.

"Any industry that focuses on innovations for the future is a priority for Ohio," said Governor DeWine. "Electric vehicles are the future of transportation, and we want drivers in Ohio to have access to this technology today."

Ohio Governor Mike DeWine, Lt. Governor Jon Husted, and Ohio Office of Budget and Management (OBM) Director Kimberly Murnieks announced that S&P Global Ratings upgraded the state's issuer default and general obligation bond ratings to "AAA," citing Ohio's demonstrated commitment to active budget management, building and maintaining reserves, significant state-supported economic diversification efforts, and a belief that the state can maintain better credit characteristics than the U.S. in a stress scenario. This is the first time that Ohio has been rated "AAA/Aaa" by all three rating agencies.

"Achieving this rating from not just one, but all three major credit agencies is historic," said Governor DeWine. "This remarkable financial milestone underscores that Ohio is at the forefront of financial excellence and economic innovation. Our strategies are yielding tangible benefits, making Ohio a prime destination for businesses and families."

"This third Triple-A rating is a testament to Ohio's unmatched economic strength and fiscal responsibility," said Lt. Governor Husted. "Our budgetary leadership, combined with strategic investments in diverse sectors, has paid off immensely. We're not just maintaining a balanced budget, we are fostering a flourishing economy that promises limitless opportunities for every Ohioan, now and in the future."

國稅局擴大了針對激進的員工留任稅收抵免申領的工作；已郵寄 20,000 封拒絕信，更多行動和自願披露計劃即將推出

IR-2023-230, 2023年12月6日
 華府 — 美國國稅局持續努力打擊可疑的員工留任稅收抵免 (ERC) 申領，正在向納稅人發送第一輪 20,000 多封信函，通知他們員工留任稅收抵免申領被拒絕。國稅局不允許在資格期間不存在的實體或在資格期間沒有支付雇員的實體提出申領，以防止不符合資格的實體領取不當的員工留任稅收抵免款項。

這些信件是在國稅局繼續加強對員工留任稅收抵免申領(英文)的審查、以回應針對小企業和其它組織的誤導性營銷活動之際發出的。國稅局的郵寄是擴大合規工作的最新舉措，其中包括針對那些意識到自己可能提交了

不準確稅表、而未決申領的人制定的特殊撤消申領計劃(英文)。本月晚些時候，一項單獨的自願披露計劃將公佈，即時那些收到可疑付款的人可以採取行動，以避免今後國稅局的追責。

經過今年秋天的初步審查，國稅局確定大量納稅人不符合稅收抵免的基本標準。從本周開始，不符合抵免資格的納稅人將開始收到信函 105 C “申領被拒絕”。

這組信件將涵蓋沒有資格獲得員工留任稅收抵免的納稅人，因為他們的實體在申請抵免期間不存在或沒有員工。

“我們看到了針對此信用證的積極營銷，

因此出現明顯不符合法律要求的申領也就不足為奇了。”美國國稅局局長 Danny Werfel 表示，“我們今天採取的行動是我們在這一領域合規工作的初步步驟，不久的將來將會發出更多信件，包括拒絕信函和要求返還錯誤申領和收到的資金的信件”。

“隨著涉及員工保留積分的審計和刑事調查工作繼續進行，我們繼續敦促提交申領的人與值得信賴的稅務專業人士一起審查規則。如果他們提出的申領不準確，我們敦促他們考慮撤回未決申領，或使用即將推出的披露計劃來償還不當退稅，以避免未來被追責。”

國稅局出于對稅務專業人士和其他人激進的員工留任稅收抵免營銷的擔憂，於 9 月 14 日宣佈，至少在 2023 年底之前暫停處理新的員工留任稅收抵免申領。國稅局指出，加強對暫停之前提交的現有申領的合規審查至關重要防止欺詐，並保護企業和組織免于因發起人提出的不良申領而面臨處罰或利息支付。

支持其資格或申領金額的文件進行回應，或者可以提出行政上訴。

在付款之前識別不合格申領的拒絕信有多種目的，可以幫助納稅人和稅務管理部門。信件旨在：

- * 幫助不符合資格的納稅人避免審計、還款、罰款和利息，
- * 通過防止員工留任稅收抵免發起人收到錯誤退稅來保護納稅人，以及
- * 在進入審計流程之前停止錯誤的抵免，從而節省國稅局資源。

國稅局除拒絕信外，還計劃發出更多信件。涉及員工留任稅收抵免申領的特別自願披露計劃也正在敲定，該計劃將於本月晚些時候公佈。

國稅局還將繼續審查員工留任稅收抵免申領，並可能要求納稅人提供更多支持其員工留任稅收抵免申領。

國稅局提醒：仍有時間撤回未決的員工留任稅收抵免申領

國稅局還將繼續接受並處理根據特殊撤消申領流程撤回納稅人全額員工留任稅收抵免申領的請求(英文)。納稅人至少可以在今年年底前申請撤消申領。

此撤回選項允許某些已提交員工留任稅收抵免申領、但尚未收到退稅的雇主撤回其提交的申請，並避免未來的還款、利息和罰款。提交員工留任稅收抵免申領但尚未付款的雇主可以撤回申領，並避免獲得他們不符合資格的退稅。如果他們收到支票但尚未存入或兌現，也可以撤回申領。

國稅局設立撤消申領選項是為了幫助小企業主和其他受到員工留任稅收抵免營銷人員或發起人壓力或誤導的人提出不合格的申領。撤回的申領將被視為從未提出過。國稅局不會處以罰款或利息。

在此期間，國稅局提醒納稅人在申請員工留任稅收抵免之前要格外小心，因為營銷人員和詐騙者繼續採用激進的伎倆。此外，國稅局繼續敦促提交申領的納稅人審查員工留任稅收抵免要求，並與值得信賴的稅務專業人士討論他們的資格，以應對有關該抵免的誤導性營銷。

有關員工留任稅收抵免資格的更多信息，請參閱員工留任稅收抵免常見問題(英文)和員工留任稅收抵免資格清單。該清單可通過交互式工具(英文)或打印指南(英文)獲取。

國稅局:2024年彈性開支計劃繳款限額提高 150 美元

IR-2023-234, 2023年12月8日
 華府 — 在彈性開支計劃 (FSA) 的開放註冊季節期間，美國國稅局提醒納稅人，他們或有資格通過其彈性開支計劃使用免稅金額支付其它健康計劃未承保的醫療費用

2024 年，這些賬戶的繳款限額將增加 150 美元。

選擇參加彈性開支計劃的雇員可以在 2024 計劃年度通過工資扣除最多繳納 3,200 美元。供款金額無需繳納聯邦所得稅、社會保障稅或醫療保險稅。

如果計劃允許，雇主還可以向雇員的彈性開支計劃供款。如果雇員的配偶通過雇主制定了計劃，則配偶也可以向該計劃繳納最多 3,200 美元。在這種情況下，夫妻倆可以共同為家庭貢獻最多 6,400 美元。

對於允許結轉未使用金額的彈性開支計劃，2024 年結轉至 2025 年的最高金額為 640 美元。對於 2023 年未使用的金額，可以結轉到 2024 年的最高金額為 610 美元。

對於納稅人來說，每年在醫療保健開放

註冊季節審查他們的醫療保健選擇並最大限度地節省開支非常重要。

提供健康彈性開支計劃 (FSA) 的公司的合格員工需要在其醫療計劃年度開始之前採取行動，才能在 2024 年期間利用彈性開支計劃。個體經營者不符合資格。

需要考慮的費用

納稅人全年都可以使用彈性開支計劃資金支付其健康計劃未承保的合格醫療費用。這些可以包括自付額、免賠額和各種醫療產品。還涵蓋從牙科和視力保健到眼鏡和助聽器的各種服務。有興趣的雇員應向其雇主查詢有關合格費用和索賠程序的詳細信息。

在註冊之前 (如果雇主提供彈性開支計劃)，請審查本年度預計的任何預期醫療保健費用。參與雇員在計算其繳款金額時應計劃醫療保健活動。考慮：

- * 藥櫃必要用品更新。
- * 高頻費用。
- * 季節性需求，如抗過敏產品、防曬霜或溫熱蒸汽蒸發器。
- * 常規保險計劃不承保的常規檢查或專科醫生就診。
- * 許多非處方藥均符合彈性開支計劃資格。
- * 眼科檢查或牙科就診：牙科和視力保健的自付費用也由彈性開支計劃承擔。

雇主不是必須提供彈性開支計劃的。有興趣的納稅人應諮詢其雇主，瞭解他們是否提供彈性開支計劃。有關彈性開支計劃的更多信息，請參閱 IRS.gov 出版物 969《健康儲蓄賬戶和其它稅收優惠健康計劃》(英文)。

員工留任稅收抵免如果正確申請，是一項可退還的稅收抵免(英文)，專為在新冠疫情期間繼續向員工支付工資、但其業務運營因政府命令而全部或部分暫停、或在資格期間總收入大幅下降的企業而設計。

今年 7 月，國稅局表示，正在將重點轉移到審查員工留任稅收抵免申領的合規問題上，包括加強對發起人和提出可疑申領的企業的審計工作和刑事調查。國稅局正在處理數百起刑事案件，數千起員工留任稅收抵免申領已提交審計。

20,000 封信件重點落在兩個員工留任稅收抵免問題領域

該郵件僅反映了國稅局正在進行的對這些申領的審查的一部分工作。在該組信件中，已確定並禁止兩類聲明：

- * 實體在資格期間不存在：員工留任稅收抵免適用於 2020 年 3 月 13 日至 2021 年 12 月 31 日期間的合格工資。根據國會通過的法律，2021 年 12 月 31 日之後成立的實體無權享受員工留任稅收抵免。
- * 資格期內沒有受薪雇員：員工留任稅收抵免旨在作為已付合格工資的抵免額。不支付任何工資的實體沒有資格獲得員工留任稅收抵免。

美國國稅局尊重納稅人的權利，在該信件中說明，不同意拒絕申領的納稅人可以提供

準備好在 2024 年報稅:新變化以及需要注意的事項

IR-2023-235, 2023年12月11日
 華府 — 美國國稅局今天敦促納稅人現在採取重要行動，以便明年提交 2023 年聯邦所得稅申報表。

這是幫助納稅人為即將到來的報稅季做好準備的一系列提示中的第二個。IRS.gov 上的“準備就緒”頁面概述了納稅人現在可以採取的步驟，以便在 2024 年更輕鬆地進行報稅。

以下是新內容以及明年提交申請之前需要注意的事項。

國稅局在線帳戶增強功能

納稅人和個人納稅人識別號 (ITIN) 持有者現在可以訪問其在線帳戶，並查看、批准和以電子方式簽署稅務專業人員的授權書和稅務信息授權。

通過在線帳戶，個人還可以：

- * 查看其所欠稅款和付款歷史記錄並安排付款。
- * 索取稅務記錄。
- * 查看或申請付款計劃。
- * 查看一些國稅局通知的數字副本。
- * 查看最近提交的稅表中的關鍵數據，包括調整後的總收入。
- * 驗證銀行帳戶並保存多個帳戶，從而無需在每次付款時重新輸入銀行帳戶信息。

避免退稅延遲並瞭解退稅時間

許多不同的因素可能會影響國稅局收到稅表後的退稅時間。儘管國稅局會在不到 21 天內發放大部分退稅，但國稅局提醒納稅人不要依賴在特定日期之前收到 2023 年聯邦退稅，尤其是在進行大額採購或支付賬單時。如果國

稅局系統檢測到可能的錯誤，稅表缺少信息或涉嫌身份盜竊或欺詐，某些稅表可能需要額外審查，並且可能需要更長的時間來處理。

此外，國稅局無法在 2 月中旬之前為申請低收入家庭福利優惠 (EITC) 或附加子女稅優惠 (ACTC) 的人發放退稅。法律要求國稅局扣留全部退稅，而不僅僅是與低收入家庭福利優惠或附加子女稅優惠相關的部分。如果納稅人選擇經轉賬直接存款並且稅表沒有其它問題，國稅局預計大多數低收入家庭福利優惠和附加子女稅優惠相關退稅將在 2024 年 2 月 27 日之前存入納稅人銀行賬戶或借記卡。

2023 年最後一個季度付款將於 2024 年 1 月 16 日到期

納稅人可能需要考慮因失業、自營職業、年金收入甚至數字資產產生的非工資收入而產生的估計或額外稅款。IRS.gov 上的預扣稅估器(英文)可以幫助工薪階層確定是否需要考慮額外繳稅，以避免在報稅時出現意外的稅單。

收集 2023 年稅務文件

納稅人應該開發一種記錄保存體系 (電子或紙質文件)，將重要信息保存在一個地方。這包括年終收入文件，例如雇主提供的 W-2 表、銀行或其它付款人提供的 1099 表、第三方支付網絡提供的 1099-K 表、非雇員補償表 1099-NEC、雜項收入表 1099-MISC 或表 1099-INT 用於支付利息，以及記錄所有數字資產交易的記錄。

當納稅人準備好所有文件後，就能夠提交準確的稅表並避免處理或退稅延遲。

1099-K 報告門檻延遲實施

根據納稅人、稅務專業人士和支付處理機構的反饋，並為了減少納稅人的困惑，國稅局將將第三方結算組織 600 美元的 1099-K 表格報告門檻推遲到 2023 日曆年實施。

國稅局致力於實施新法律，將把 2023 年視為額外的過渡年。這將減少因將 1099-K 表格發送給許多不希望收到表格、且沒有納稅義務的納稅人而造成的潛在混亂。因此，除非納稅人在 2023 年收到超過 20,000 美元且交易超過 200 筆，否則不需要報告。

鑒於新規定的複雜性以及受影響的個人納稅人數量眾多，國稅局計劃在 2024 年納稅年度將起徵點定為 5,000 美元，作為逐步實施根據美國救援計劃 (ARP) 制定的 600 美元報告起徵點的一部分。

對於納稅人來說，瞭解他們收到 1099-K 表格的原因非常重要，然後使用該表格和其它記錄來幫助計算並在稅表上報告他們的正確收入。對於納稅人來說，瞭解如果收到了本不該收到的 1099-K 表格(英文)該怎麼辦也很重要。

收入的納稅義務沒有變化。所有收入，包括兼職工作、副業或商品銷售收入，仍需納稅。納稅人必須在稅表上報告所有收入，除非法律排除，無論他們收到的是 1099-K 表、1099-NEC 表、1099-MISC 表還是任何其他信息申報表。

瞭解能源相關抵免

在 2023 年購買車輛的納稅人應審查 2022 年《通貨膨脹削減法案》(英文)的變化，以確定他們是否有資格獲得 2022 年或之前購買的新電動汽車(英文)或 2023 年或之後購買的新清潔汽車(英文)的抵免額。納稅人如果要申請任一抵免，需要提供車輛的 VIN 並提交 8936 表《合格插電式電動汽車抵免》(英文)以及稅表。

如果納稅人對其房屋進行了能源改進，則部分合格費用可以獲得稅收抵免。2022 年《通貨膨脹削減法案》擴大了合格費用的信貸金額和類型。要申請該抵免，納稅人需要將 5695 表《住宅能源抵免》(英文)第二部分與稅表一起提交。

通過經轉賬直接存款快速退稅

電子申報和選擇經轉賬直接存款是納稅人獲得退稅的最快方式。經轉賬直接存款使個人能夠比紙質支票更快地獲得退稅。

沒有銀行賬戶的人可以學習如何在 FDIC 承保銀行(英文)或通過國家信用合作社定位工具(英文)開設賬戶。退伍軍人應該查看退伍軍人福利銀行計劃(英文)，以便在參與銀行獲得金融服務。

預付借記卡或移動應用程序可能允許直接存入賬戶退稅。預付借記卡或移動應用程序必須具有與其關聯的金融機構識別號碼和賬戶信息，才能輸入稅表。請諮詢移動應用程序提供商或金融機構，以確認要使用哪些號碼。



伊利華報惠登廣告

熱線電話: 216-324-2959

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、中藥、手法、理療、調理，治療各種痛病、傷痛。(但不化藥、不動手術，因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。接受大多數醫療保險、車保、工保。也可為車禍、工傷者出具有關所賠必要的診療報告。可以為您找當地好的律師。

趙文寧 醫生 中醫針灸師 西醫脊椎神經科 傷痛症專科

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

餐廳出讓

位于 Chagrin Falls
 外賣堂吃生意穩定，餐廳有酒牌。店主退休，接手即可營業。

聯繫電話 4402891623

推出 AI 視頻製作軟件 Pika 的天才哈佛女孩郭文景



新一代的華人女孩頭腦比顏值更吸引人。父憑女貴的神話還在繼續。短短八天內，信雅達的股票已經收穫了六個漲停板，公司總市值達到 83 億元，創下新高。

這一切都是因為 25 歲的郭文景。這個高顏值的女孩子，在美國硅谷，帶著 4 個人的團隊，出了一款 AI 視頻製作軟件 Pika，被科技圈熱捧。而她另外一身份，是信雅達董事長郭華強的女兒。

一夜之間，郭文景被貼上天才少女、哈佛女孩的標籤，被國人所認識，甚至取代谷愛凌。她成爲又一個被家長圈、被媒體熱烈追捧的“別人家小孩”。

但仔細看完她所有採訪資料和社交平台日常動態後，我們也發現，普通中產家庭想要復刻出另一個“郭文景”，幾乎不可能。

01 低調謹慎 ins 上僅 2380 好友可見

郭文景在哈佛大學讀完了本科和碩士，攻下了數學和計算機雙學位，之後轉去斯坦福讀博，繼續學習計算機。讀博期間退學創業，和同學一起做出了 Pika 這一 AI 視頻製作軟件，沒想到爆火中、美科技圈。雖然父親國內公司的消息不斷的刷上熱搜，但是她本人異常低調。

目前只接受了一兩家媒體的採訪，甚至在自己的社交媒體上也並不活躍，完全沒有趁着這波熱度大力營銷自己的意思。郭文景的 INS 賬號沒有完全對外公開，關注需要通過加密申請。之前僅有 1000 多位朋友可見，這幾天漲到了 2380 位。這個漲粉速度跟國內這個曝光量的博主相比完全不是一個量級。

看得出來，她很注重保護自己的隱私，並沒有刻意把自己打造成網紅。在這個賬號里，她記錄了很多在國外生活學習的時光，定位大多在哈佛或者劍橋，日常十分豐富。平時，她會和同學們一起做學術研究、不定時聚餐，氛圍融洽。

學校里的社團活動中，也有郭文景積極參與的身影。在舞蹈團的演出海報里，站在 C 位的是她身著簡單的白 T 搭配牛仔短褲，看起來充滿

青春活力。好玩的萬聖節更不會錯過，她戴着面具拿着刀 cos 成《V 字仇殺隊》中的主角。這一不同于以往的形象，好像在釋放個性里酷酷的那一面。聖誕節出遊，也會開心地和朋友們在法尼爾大廳門口的聖誕樹拍合影。當時站在她身旁的是任正非的小女兒姚安娜。

和家人不多的相處時間里處處透露着溫馨。家庭聚會吃大餐、逗逗小狗、在陽臺寫作業、和妹妹一起扮鬼臉，郭文景的狀態更像是一個鄰家女孩。獨處時，她也曾用音樂和文學給自己充電。戴着

耳機讀一讀美國十九世紀著名女詩人艾米莉·狄金森的詩歌。或者坐在長椅上翻看自己喜歡的作家的書，背景是校園的教學樓。在她的鏡頭里，不僅有家人、朋友、小狗，也有誘人的美食、紅透的楓葉、看過的藝術展、城市的夜景……

僅從郭文景展現出來的這一小部分生活里，可以看出她是一個從物質到精神都很豐裕的女孩。

02 因哈佛女孩被追捧 在谷歌、微軟都實習過

這位全網都在追捧的天才少女，其實早在七、八年前，因爲是浙江省第一個被提前錄取的哈佛女生而受到眾多媒體報道。當年《錢江晚報》報道中提到，哈佛面試官對她讚不絕口，“在中國區面試 6 年，她是最優秀的學生之一。”但是當時，也有媒體指出，郭文景的哈佛女孩成功模式，普通家庭無法複製。

有人犀利評論：“這不過是一個一所美國大學錄取了一個美國中學生，一群中國人跟着起哄的美國故事而已。”

郭文景是 95 後，出生於美國。媽媽畢業於浙江大學計算機系，是麻省理工學院的博士生。父親郭華強畢業於中國廣播電視大學金融專業，之後又去浙江大學進修讀研。在組建信雅達之前，郭華強曾任浙江省科技處軟件科長和杭州新利電子有限公司總裁。信雅達於 1996 年

成立，短短 6 年內，這家民企成爲了浙江首家在國內主板上市的軟件公司。這樣來看，郭文景算得上是實打實的“科二代”。在學習編程上，她有着得天獨厚的優勢，畢竟媽媽從小遞給她“看着玩”的書，就是編程相關的。

不過在她們姐妹中，也只有她對編程產生了濃厚的興趣。在優越的家庭條件支撐下，郭文景在高中時期就拿下了這一領域很多競賽獎項，在一份過往簡歷里羅列了近 10 項。

在享譽國際計算機競賽盛名的 USACO 公開賽中，她連續兩年拿下冠軍。其中一年，她是全場唯一一個滿分。之後，郭文景還連續四次入選美國計算機奧賽集訓隊。這樣近乎完美的成績，成爲了她提前進入哈佛有力的敲門磚。正如當時《新京報》所說：“郭文景們代表了這樣一個群體——他們有着一般人難以企及的良好家庭背景，父母是社會精英，他們能爲孩子從小提供良好的教育，並懂得如何一步步開發孩子的潛能。”

進入校園後，郭文景攻讀了數學和計算機雙學位的同時，選修了很多人文類課程。在 2023QS 世界大學學科排名中，哈佛大學的人文藝術領域排在第一。

放假期間，郭文景在美版知乎 Quora、谷歌、微軟、Facebook AI 等 Top 級別大廠都實習過。這不僅讓她接觸到了這一行業前沿的信息，也結識了科技圈的上層人脈，Pika 的領頭人 Nat Friedman 就是由 Quora 的 CEO 牽線介紹的。

03 搶佔市場先機 技術仍是難題

郭文景做的這個創業公司，其實剛纔幾個月，只有 4 位成員，憑什麼會讓這麼多硅谷圈科創大佬興奮，紛紛投資？主要是在 AI 生成視頻行業這個新興且極具發展潛力的賽道，Pika 搶佔了先機。用 AI 算法生成文字、圖片、聲音、視頻對技術要求依次遞增，郭文景直接突破了最難的一關。

她的投資方之一，Lightspeed 合夥人 Michael Mignano 毫不掩飾對這個項目的看好，指出速度是這個公司最大的武器和優勢。之前領頭人 Nat Friedman 在某天下午對 Pika 提出了一個修改建議，沒想到 Pika 團隊凌晨 3 點就

調整好了，效率驚人。實際上，這個高效率的團隊包括同有斯坦福 AI Lab 博士生背景的孟晨琳，擅長軟件工程思維的高中同學陳思禹，還有一位成員曾在以色列經營過自己的創意工作室。忙不過來的時候，會有一些麻省理工和哈佛的學生幫忙協助。？就是這樣一支小而精的團隊，使得 Pika 在創立僅半年時間內，體驗用戶就超過了 50 萬。在這幾日輿論影響下，又激增了近 10 萬。

然而這只是一個好的開始。文本生成視頻領域存在的普遍問題是，應用的優化迭代速度和商業化進程均較慢，連谷歌這樣的人工智能巨頭都很難快速推進。比如在這個由 Pika 生成的“白鴿繞着女孩飛舞”的場景里，女孩脖子扭轉的時候就處理得比較粗糙，在圖片右側，裙子飄起來的時候甚至直接變成了白鴿。並且，由於短時間內涌入大量新用戶，現在注冊的賬號，不得不排隊進入候補名單。真正要落地讓大部分人都能使用上，還需要一些時間。

前期，Pika 的功能對於用戶基本免費，後期會推出更多付費功能，而大眾的接受度如何，尚不確定。對於郭文景來說，這些都是未知的挑戰。而她也準備明年將 Pika Labs 擴大成一個 20 人的團隊，不知道後面她還會給我們帶來什麼樣的驚喜。想要在這條需要最硬核能力的賽道上突圍，家庭提供的豐富條件、頂配的教育資源、以及孩子自身的天賦努力，缺一不可。

不少入將郭文景與谷愛凌相比較，參考她們家庭的培養模式，試圖批量複製。從某種意義上來說，郭文景和谷愛凌本質上是一樣的，“別人家的小孩”也有着“別人家的家長”。新星們發出的亮眼光芒掩蓋了資源條件上原本就存在的巨大鴻溝。

只有勵志，真的不夠。

新聞來源：外灘 TheBund



又一位華裔女性(Lily Wu)成爲美國主要城市市長

2021 年，華裔女性吳昇 Michelle Wu 創造歷史，成爲波士頓第一位民選的女市長和少數族裔市長。華人社區引以爲榮，奔走相告。

兩年後的今天，另一位華裔女性也創造了歷史，當選爲一個主要城市的第一位亞裔市長。

與 Michelle Wu 不同的是，她的選區位于保守的美國心臟地帶。這里沒有大量少數族裔，華裔選民更是難得見到。根據 2010 年的人口普查數據，該市人口 72% 是白人，非裔和西裔各佔 10% 左右，亞裔不到 5%。

另一方面，之前我們聽說的亞裔政治人物以民主黨居多。比如 Michelle Wu，舊金山曾經的市長李孟賢，奧克蘭曾經的華裔市長 Jean Quan，現任苗裔市長 Sheng Thao，無一例外是民主黨人，而這位華裔女性是獨立無黨派人士。

這個華裔女性是誰？她有什麼樣的背景？畢業於那間名校？11 月中旬，趁 APEC 在舊金山召開，美國公民領導力(Civic Leadership USA)和亞太聯盟(API Coalition)兩大組織在舊金山舉辦了第一屆全美亞太裔民選官員峰會。好友 Michelle 創辦的愉園社是峰會協辦組織。她邀請我一起參加了峰會。

峰會上群星閃爍，各種大腕做主題演講，酒會期間隨便跟人攀談都是赫赫有名的人物，可謂“談笑有鴻儒，往來無白丁”。但最大的收穫，還是結識了前面提到的這位創造歷史的華裔女性 Lily Wu。

39 歲的 Lily 是第一代移民。她父母來自中國大陸，1983 年移民中美洲的危地馬拉，Lily 在危地馬拉出生。

1993 年，她父母帶著只會講廣東話和西班牙語的九歲的她和弟弟移民美國，定居在位于美國正中心的威奇塔(Wichita)。

中西部人口不如東西兩岸稠密，除了芝加哥、底特律幾個大都市外，人口超過五十萬的城市寥寥可數，威奇塔有四十萬人口，是堪薩斯州第一大城市。

Lily 的父親是廚師，媽媽是髮型師，都沒上過大學。Lily 是家中第一個大學生。她從威奇塔州立大學畢業後，又獲得獎學金在香港大學完全

成了新聞碩士學位，然後在 ABC 和 CBS 電視台做了 12 年主播和記者。今年四月，在她來到威奇塔整整三十年那天，她從電視台辭職，宣佈競選市長。Lily 跟選民說，職業政客給我們留下了創紀錄的赤字和警力的不足，而且熱衷于玩政治遊戲。我是一個局外人，我將帶來新的視角，確保市政廳爲所有威奇塔人服務。

她競選綱領的三大支柱是：確保公共安全、加強經濟、恢復民衆對政府的信任。選舉結果，Lily 以 16 個百分點的優勢 (58.4% 對 41.6%) 擊敗現任市長，大獲全勝。

作爲一顆閃亮的政治新星，Lily 是峰會上的明星，也是討論會嘉賓之一。討論會一結束，她就被一幫人包圍起來，有要採訪她的，有要照相的。我幸運地得到主辦單位引薦，事先有約，才不受干擾地跟她談了一個多小時。

Lily 不喜歡用 politician (翻譯得好聽是政治家，翻譯得不好聽是政客) 這個詞來稱呼自己。我問她爲什麼要從記者轉換跑道到 politician，她糾正說她更願意稱自己爲“公僕”(public servant)。競選公職前，她就在社區擔任志願者多年。我們談到是否應該鼓勵更多亞裔從政時，她也說與其鼓勵更多亞裔美國人競選公職，不如鼓勵他們活躍于非營利組織中，以志願者的方式爲社區做貢獻。有了這種回饋社區、服務他

人的心態，更多的領袖人物自然會出現。

事實上，Lily 強調說，每個人，無論是哪個種族，都應該更多地參與公民活動，關注當地政治。

Lily 曾經注冊爲共和黨人，現在的選民注冊的黨派登記爲自由黨(Libertarian)。但我從媒體上讀到，自由黨並不認可她的競選。比如她競選綱領的第一大支柱，增加警察來維護城市安全，就被以小政府爲圭臬的自由黨批評。但威奇塔市長的位置是非黨派的，候選人不需要獲得黨派提名，也不必受黨派意識形態的限制。Lily 認爲自己的職責是回歸根本，回歸常識，解決民生問題，爲市民提供核心服務。

城市街道上的坑坑窪窪有黨派嗎？她問我。當然沒有，也不應該有。

Lily 重視社區和家庭。她記憶中的童年的威奇塔是一個對家庭友好、對移民包容的地方。她也非常喜歡我們亞裔尊重長者、重視家庭的傳統。“我有很深的感恩之心。我每天醒來都充滿感激。我很慶幸我活着，我生活在美國，我和我父母住在同一個社區，我每天可以看到我的家人。”

她有一個對自己影響深遠的導師，她的“第二個媽媽”，她上中學時學校的心理輔導員。老師本人是心理學家，丈夫是律師。她和丈夫都受過良好教育，在 Lily 的生活起到了她的家人不能起的作用。她教 Lily 吃西餐時怎樣用刀叉，付錢給她上游泳課，爲她打開了很多扇門，展示了很多她自己沒有意識到的機會。

這位心理老師收了三名女學生到自己羽翼下，現在三人都很有成就：一個是醫生，一個是藥劑師，而 Lily 直到今年初都是一名記者。

當 Lily 考慮要選市長時，她第一個就去問這位導師。這是我應該做的事嗎？導師告訴她能行。“如果她告訴我不要參選，我不會在這里。”

幸虧導師的支持和鼓勵，明年一月 Lily 就要成爲威奇塔市長了。據峰會介紹，現在美國有超過一千名亞太裔民選官員，而 50 年前民選官員



中幾乎完全看不到亞太裔面孔。

但亞太裔參政雖然進步很大，民選官員的比例還是相當低。本來亞裔在美國就是少數民族，出頭露面的社會精英中身影又更少。我們的孩子從小就注意到自己與社會主流有所不同，又沒有太多榜樣可以學習效仿，其他種族的人也容易對亞裔視而不見。

所以這次峰會中最常聽到的一句話就是“有自己的代表很重要”(representation matters)。坦白地說，美國社會是相當公平開放的。經過近幾十年的苦幹，在法律層面各族裔的平等基本得到了保障。但要改變一個社會的文化，讓各個族裔消除隔閡，相互瞭解，和諧共處，則革命尚未成功，同志仍需努力。

亞太裔積極參政競選公職就是這種努力的一部分。而且正如 Lily 所說，從政不是爲了當官，而是爲了服務。我們既然選擇在這里安居樂業，就應該把自己當主人。既然是主人，就應該主動站出來端茶送水爲社區服務。

所以她們站了出來。從一個不會說英語的移民小女孩，變成一個專門用英語講述社區故事的記者，又從一個工薪階層家庭出來的第一代大學生和政壇新人，在一個幾乎沒有亞裔的地區當選爲當地有史以來第一個亞裔市長，Lily 希望自己的故事可以啓發他人，讓他們看到一切皆有可能，每個人都有機會實現美國夢。

俄州亞太聯盟



研究發現:亞裔美國人仍然面臨全美的偏見和歧視



資料照片:2022年1月18日,人們在紐約時報廣場舉着支持亞裔太平洋島民社區的標語,參加紀念地鐵襲擊事件受害者米歇爾·阿麗莎·戈(Michelle Alyssa Go)的燭光守夜活動。(美聯社照片)

皮尤研究中心(Pew Research Center)的一份新報告顯示,對於大多數亞裔美國人來說,面對偏見是生活中再熟悉不過的一部分。

這項研究基於對7000多名受訪者的調查,發現大多數亞裔美國人認為全美國對他們遭受歧視的經歷關注太少。

報告發現,大約三分之一的亞裔美國人曾被人要求返回他們自己的祖國。44%的18至29歲的亞裔美國人表示,他們有認識的亞裔人士自新冠病毒大流行爆發以來曾受到人身威脅或攻擊。

亞裔美國人約有2350萬,佔全國人口的7.1%。2021年,美國的反亞裔仇恨犯罪罪率升至歷史新高,2022年則是有記錄以來第二嚴重的一年。

“針對亞裔美國人的歧視並不是什麼新鮮事,”皮尤新研究計劃(New Research Initiatives)負責人、該研究的合著者尼爾·魯伊斯(Neil Ruiz)說。早在1800年代,亞裔美國人就一直忍受着無情的刻板印象,魯伊斯的研究凸顯了其癥結所在的一個悖論。

幾十年來,亞裔美國人社區一直被視為模範少數族裔:正如一位受訪者所說,“忠誠且勤奮”。另一方面,亞裔美國人發現自己遭到排斥,被視為學者和活動人士所稱的“永遠的外國人”。

“永遠的外國人”形象

魯伊斯自己也是亞裔美國人,他告訴美國之音(VOA):“我們發現,78%的亞裔美國人在某種程度上被視為外國人,即使他們出生在美國。”被視為外國人的標準包括被告知返回自己的祖國、因在公共場合說英語以外的語言而受到嘲笑或他人念錯他們的名字。

魯伊斯承認,念錯某人的名字可能是一個無心的錯誤。但他說,對於這項研究的許多參與者來說,這往往近乎不尊重,甚至是徹頭徹尾的冒犯。

魯伊斯講述了一位印度裔美國女性在一次焦點小組中的經歷,她說她有一份清單,上面列出了200多種她的名字被念錯的方式,這讓她感覺永遠受到侮辱。一些人表示,他們覺得自己被迫採用英語化的名字。

舊金山州立大學亞裔美國人研究教授張華耀(Russell Jeung)表示,打擊反亞裔偏見意味着創造空間,讓人們“可以自由地分享自己受到的傷害或他人可能受到的傷害”。

活動人士表示,更棘手的問題是,當發表嘲諷言論的不僅是同事,還有前總統唐納德·特朗普(Donald Trump)或其他公職人員(例如機場保安人員)時,他們如何應對,根據這項研究,機場保安人員明顯更多地審查亞裔美國人。

在特朗普在大流行期間使用攻擊性語言(包括將新冠病毒稱為“中國病毒”)後,非營利組織“停止歧視亞裔”(Stop AAPI Hate)發現網上反亞裔的誹謗有所增加。

張華耀說,擁有一個寬容的全國榜樣是“生死攸關的問題”。9/11事件發生幾天後,時任總統喬治·W·布什(George W. Bush)在一座清真寺發表講話,呼籲尊重伊斯蘭教。根據仇恨與極端主義研究中心(Center for the Study of Hate & Extremism)的數據,在那之後針對阿拉伯和南亞裔美國人的仇恨犯罪立即有所下降。

加州民權律師兼社區組織者鄭賢哲(Charles Jung)表示:“美國領導人對亞裔美國人這樣多元化的群體的經歷和需求不甚瞭解。”鄭賢哲說,國家領導人有責任鼓勵寬容,並通過強調共同價值觀而不是感知差異來將社區團結在一起。他說:“至少,這意味着不要說種族主義的話和煽動仇恨。但這是最起碼的事。”

模範少數族裔的刻板印象

亞裔美國人是其他少數群體的榜樣的觀念在大眾媒體中已經延續了幾代人。1966年,《紐約時報》(The New York Times)雜誌刊登了一篇文章,稱讚日裔美國人是“成功故事”。1987年,《時代》(Time)雜誌刊登了一篇封面故事,將亞裔美國兒童描述為“神童”。

但鄭賢哲表示,“模範少數族裔”的刻板印象“肯定是扁平化和簡單化的——對整個民族極其多樣化的卡通化看法。”

皮尤調查發現,大多數亞裔美國人,尤其是印度裔美國人,沒有聽說過“模範少數族裔”這

個詞,儘管大多數受訪者表示,身邊的人們認為他們擅長數學或缺乏創造力——這是與亞洲人相關的兩種刻板印象。

加州大學河濱分校公共政策教授、“亞裔美國人數據”(AAPI Data)創始人卡蒂克·拉馬克里希南(Karthick Ramakrishnan)表示,與東亞裔美國人相比,“南亞人並沒有那么多地因模範少數族裔的迷思而困擾或擔憂。”

拉馬克里希南補充道,“南亞人和東亞人在種族主義和種族歧視方面的經歷不同。”他指出,9/11事件後,南亞裔美國人受到了不成比例的安全檢查和監視。

在熟悉這個詞的亞裔美國人中,42%的人表示模範少數族裔刻板印象是有害的。

亞裔美國人之間並沒有達成共識:17%的人認為模範少數族裔刻板印象是積極的,而共和黨亞裔美國人相對更有可能認同這種立場。

張華耀說自己是認為這種刻板印象具有破壞性的42%人之一。他說,這“在亞洲人和其他種族群體之間造成了隔閡。它還掩蓋了亞洲人面臨的問題:如果我們被視為榜樣,我們就會被視為沒有任何特殊困難。但顯然,我們面臨種族主義。”

張華耀表示,模範少數族裔刻板印象掩蓋了許多亞裔美國人在日常生活中面臨的廣泛社會問題,從工作場所歧視(根據皮尤的這份調查,大約五分之一的亞裔美國人表示他們經歷過工作場所的反亞裔歧視)到成績優異的期望等等。

儘管反亞裔仇恨問題普遍存在,但大多數亞裔美國成年人表示,在他們的成長過程中,家里人很少討論種族主義帶來的挑戰。

鄭賢哲說:“有時,亞洲移民父母採取的適應方式是吞下苦澀和痛苦。”

新聞來源:美國之音

華人如何成功地維護我們的合法權益?12月5日,我應紀念取締排華法案80周年組委會的邀請,參加了其在國會山莊的紀念活動,並在下午有關華人如何聯合起來維護的討論會上發表講演。下面是我講稿,跟大家進行分享:

謝謝小彥、春貴和其他會議組織者,給大家舉辦這樣一個盛會。

下面我就跟大家分享一下我們美國亞裔教育聯盟 AACE 在過去九年來,如何成功進行維護抗爭的經驗,並就如何提高華人在美國的政治地位拋磚引玉,提出幾點建議。

第一、要勇于發聲,敢於抗爭。

亞裔多年來一直做啞巴的亞裔,不敢站出來發聲,所以任人宰割,在教育,就業等方面備受歧視。由於哈佛等名校的歧視,亞裔孩子需要付出好幾倍的努力才能進入自己理想的大學。這超高壓的學習負擔導致了不少華人和印度裔孩子產生了抑鬱症等心理疾病。今年九月我在國會聽證時引用的一份調查顯示,亞裔青年(20-24歲)因為心理疾病自殺是死亡的最主要原因,而教育是亞裔青年心理疾病的最主要原因。

為了消除這一歧視,我們 AACE 的創始人從 2014 年開始站出來,發動亞裔社區發聲,支持學生公平組織起訴哈佛大學。終於在今年六月贏得了最高法院的判決,消除了美國所有大學使用種族因素對亞裔孩子的人學歧視。我們的經驗表明,華人如果想要獲得平等的權利,不能只顧自己的一畝三分地。一定要敢於發聲,參與美國社會規則的制定和改善!

第二、要團結儘可能多的組織,聯合維權。

2015年,我們聯合64個亞裔組織申訴哈佛,創造了亞裔教育維權前所未有的聯合行動,震撼了美國和世界媒體。去年,我們聯合了美國360多個組織向最高法院遞交陳述,支持 SFFA 起訴哈佛及北卡大學。

這也是盛況空前。不但眾多的華裔組織參與了我們的抗爭,還有40多個韓裔組織,還有包含了數十個印度裔組織的全美聯合會。

在此,我要向很多在座的,還有未能參加的360多個亞裔社團領袖及志願者表示衷心的感謝。在你們的參與下,我們為學生公平錄取組織起訴哈佛及北卡大學,提供了至關重要的支持。今年6月最高法院哈佛案的判決,是亞裔和所有美國人歷史性的勝利!它對改善華人政治地位,繼取締《排華法案》,民權運動之後產生了又一重大影響。80年前,在賽珍珠的領導下,美國取締了第一個根據種族進行歧視的政策《排華法案》。今年,在 Blum 先生的領導和亞裔的參與下,美國取締了最後一個根據種族進行歧視的政策:Affirmative Action。

第三、要有勇氣衝破極左的阻力,做合乎美國憲法精神的事,理直氣壯地維護華人的合法權益。

中國學生學英語,美國學生也學中文。學英語難,學中文也不容易。我剛來美國時,所在的小城市中國人不多,很多同事對於中文感興趣,不是因為他們有多喜歡,而是覺得不可思議:難道每個中國孩子都能學會這種看起來跟繪畫一樣的文字?加州則完全不一樣,華裔很多,瞭解中國文化,熟悉中文的人也很多。所以在加州,千萬不要因為對方的老外面孔,假設對方不知道你在說什麼。有一次我在斯坦福大學附近一家川菜館吃飯,後面一桌子人在聊對北京的印象,覺得很親切,但是仔細一看,沒有任何一個是華裔面孔。用筷子吃中餐,用中文聊天,這就是加州的老外。附近的中文學校,並非只有中國家庭孩子,也有其他族裔。

Las Altos?高中,中文是很多學生的選項,分為好幾個等級,最高是 AP,這次講課的對象是四級學生,屬於課外興趣,旨在增加學生對中國文化的瞭解。原先預計人不會太多,但是最後報名的人有50多名學生,還有一些感興趣的工作人員和其他教師,所以臨時換了大教室,全新的教學樓,光線很好。

中醫的地位在美國地位很特殊,傳統醫學

華人如何成功地維護我們的合法權益?

一紀念取締排華法案80周年 美國亞裔教育聯盟主席趙宇空

大家都知道,黑人和西裔在美國大學代表性不足的根本原因是管理美國大城市的政客們無力解決他們中小學落後的現狀。於是,美國的精英統治階層就在大學錄取使用種族因素,限制勤奮求學的亞裔孩子,把他們當作其政策失敗的替罪羊。

這一政策違背馬丁路德金的夢想和美國憲法保護人人平等的第十四修正案,並違反美國民意。從2016年到2023年,Gallup,皮尤研究中心多次調查顯示,接近四分之三的美國人,包括黑人、西裔、亞裔中的大多數都反對大學錄取使用種族因素。然而,極左勢力和主流媒體,不向這些導致黑人和西裔社區中小學落後政客問責,卻把在大學錄取恢復人人平等,擇優錄取的抗爭抹黑成爲政治不正確的右翼行爲。

但我們 AACE 的創始者,雖然來自沒有任何政治背景草根家長,但毫不畏懼極左勢力。我們還抵禦了個別華人的身攻擊和抹黑,勇敢地與 SFFA 結成聯盟,歷時九年地抗爭,終於爲亞裔子孫後代贏得了平等的教育權益。

維護華人的合法權益,需要膽識和勇氣,不



能向政治正確低頭,也不能跟着媒體的指揮棒轉!

第四、提高華人政治地位要以華人的切身利益爲重點。

我們 AACE 之所以能夠贏得亞裔社區空前的支持,就是因爲我們聚焦于亞裔最關心的切身利益,孩子的教育問題。今天,不少發言者談到了由於中美關係緊張給華人帶來的影響。我們應該爲在美華人的合法權益抗爭。我今年早些時候在爲居住在佛州的有工作簽證和學生簽證的華人買房的合法權益,也做出過努力。

但與此同時,我們還要看到,華人在美國的生存還面臨着更多的,巨大的挑戰。在紐約、舊金山、洛杉磯、費城、芝加哥等大城市,由於犯罪率急劇上升,華人常常被搶,被殺,被推下地鐵,就在幾天,洛杉磯羅蘭崗一位華人被搶,被匪徒用車拖了幾十尺,差點喪命。此外,極左還在華人就業比較集中的高科技和教育機構,大搞種族配額,試圖限制華人的就業。最近某高科技企業招人,就要求黑人、西裔和婦女各有一個候選人,亞裔男性和白人就只有四分之一的機會。

這些關係華人在美國生存和發展的問題,需要得到大家的重視,參與,發聲才能夠解決。如果大家願意就如何改善華人的社區安全,爭取平等的就學和就業權益做深入的探討,歡迎在會後與我聯繫。只有華人社區勇敢地維護我們切身利益,華人才能爭取到安全的生存環境和平等的發展機會,以實現我們的美國夢!謝謝大家!

請大家慷慨捐助美國亞裔教育聯盟(AACE),爲亞裔孩子的平等教育權益繼續抗爭! 作者:YukongZhao

我在美國給高中學生講中醫

在很多歷史悠久的民族都有傳承,爲何只有中醫會在美國得到承認並且在整個醫療系統中佔據一席之地?中醫進軍美國的故事有點傳奇味道。當時有個地產大亨娶了一個華裔太太。此君來自紐約,但在賭城買了房產,他還是一名律師。他太太患有偏頭痛,一直醫治無效。1972年,他們旅遊去了香港。在香港,他們去拜訪了一名很有名的中醫,效果很顯著。這位地產大亨覺得不可思議,在診所錄制了視頻,並且想把中醫推薦給美國人。起初他的努力很不成功,中醫不被接受,特別是遇到了來自美國醫學界強烈反對,這其中既有醫學問題的爭論,也涉及到中醫對美國醫生職業的威脅。最後,他動用自己的名脈,爲那香港中醫申請了一個特別許可,兩個星期的免費特別行醫執照。診所就在內華達州議會大樓對面。在此期間,有多名議員和家人到診所接受了治療,親自見證了中醫的效果,所以有關中醫立法合法化的議案毫無懸念立即通過。此後,加州和

紐約跟進。在此之前,中醫屬於違法行醫。

有關中醫立法基本都秉承了1973年內華達立法原則:中醫行醫屬於獨立醫療健康行業,不受現有西方醫學系統監管和領導;各州頒發的針灸執照涵蓋其他中醫治療手段,包括中藥,灸療,拔罐和推拿等(但不包括國內用的中醫藥靜脈注射治療)。目前,全美有50000餘名執照針灸師,有15000家中醫診所。現在很多醫院設立有自己的針灸治療。疫情前去旅遊,發現郵輪上也配備了針灸師。目前,針灸師的工資中位數大約77000美元。加州針灸師相當於碩士學位,部分授予博士學位。

中醫的問題很複雜。比如說,由於歷史原因,中醫資格審核並不統一,打着中醫旗號行騙的各種養生保健人員和事件很多,中醫的理論和解說相對陳舊,有一些缺乏現代醫學論證。有的也是中醫的特點所限。比如說,中醫爲人詬病的一個重要原因,是中醫治療效果缺乏統計學數據支持。問題是,中醫的特點就是個性化治療,強調的是針對個體特點,抹去了這個特性,中醫不可能有很好的效果。個性化治療在科學上更合理,也是未來醫學發展的方向。現在醫學治療無法實現個性化是因爲條件不具備,無論是人員的培訓還是醫療資源都無法滿足個性化治療的需要。同時,中醫在美國屬於個體戶,在

最大滿足患者利益的同時維持商業利益並不容易。現在,雖然很多保險開始支付中醫,但是金額非常有限。同時,中醫的成功也使得其他人眼紅,美國護士協會,美國理療協會等多個職業協會都在全力遊說,希望允許他們從事針灸治療。

我其實很懶,講課的事我並不想參與。活是領導攬下的,結果非要塞給我。最近電腦又出了問題,新買的電腦遲遲到不了,直到最後一天才做好Powerpoint,基本上沒時間準備,好在沒卡殼。我也不用知道他們能不能聽懂,但是反應還不錯。學校提議以後將這部分內容納入教學計劃,成爲中文課程一部分。有意思的是,很多學生排隊等體驗針灸。也有老師和工作人員詢問聯繫針灸治療事宜。



中國永居“五星卡”正式啓用!哪些外國人可申請?

綜合中國國家移民管理局網站、央視、環球網消息,12月1日,新版中華人民共和國外國人永久居留身份證正式簽發啓用。

因爲加入了體現國家標識的五星元素,新版永居證被稱爲“五星卡”。在此命名以前,不少人習慣地把中國的外國人永久居留身份證稱爲“中國綠卡”,但其實這種說法是不正確的。現在要記住,“五星卡”才是它的正確稱呼!

據報道,新版永居證正式啓用首日,共有 50 名取得在華永久居留資格的外國人領取到了首批“五星卡”。

拿到首批“五星卡”的外籍人士,來自美國、德國、英國、法國、俄羅斯、瑞典、新加坡、韓國等二十餘個國家,均爲在經濟、教育、科技、文化、衛生等多個領域爲中國經濟社會發展做出了突出貢獻人員。

其中包括中國政府友誼獎獲得者,在華長期任職工作的外籍高層管理和專業技術人員,在重點院校、科研機構長期從事教學科研的外籍教授學者等。

泉州發佈消息,在福建省泉州市公安局出入境管理支隊窗口辦證大廳,新西蘭籍高層人才 YU HAIFENG(于海豐)喜領泉州首張“五星卡”。

他喜悅地說:“我本身祖國是中國,多年前移民新西蘭。拿到這張卡後,我覺得我似乎變回了中國人,歸屬感瞬間提升。”

“五星卡”啓用當天,在北京、天津、上海、廣東等地公安機關出入境辦證窗口,還有不少在華永居人員前來諮詢申請換發“五星卡”。

12月1日,部分在華永居人員在北京、天津、上海等地公安機關辦理領取首批“五星卡”。據中國國家移民管理局相關負責人介紹,“五星卡”由國家移民管理局簽發,是經批准在中國境內永久居留外國人的法定身份證件。

該證作爲個人身份證件可單獨使用,持證人可在住宿登記、購買車(船、機)票等需要證明個人身份的場合作爲合法憑證,無須再出示其外國護照,令其日常生活的便捷程度大大提高。

按照有關部門要求,中國鐵路部門對 12306 網站(含 APP)進行了優化,持“五星卡”旅客可在

線上註冊、購票,通過車站閘機自助完成實名制驗證、進出站檢票,與持居民身份證的旅客同等享用鐵路部門提供的網上和自助服務。

中國國家移民管理局表示,會同有關部門大力推進各相關行業領域應用系統、設施設備的適配性陸級改造,便于持證人在交通出行、生活消費、金融通信等公共服務、政務服務領域和互聯網平台使用。

當然,有一說一,一名外國人想要擁有“五星卡”可並不是一件容易的事情:

《外國人在中國永久居留審批管理辦法》第五條規定,受理外國人在中國永久居留申請的機關是設區的市級人民政府公安機關,直轄市公安分、縣局;審核外國人在中國永久居留申請的機關是各省、自治區、直轄市公安局、審批外國人在中國永久居留申請的機關是公安部。

第六條規定,申請在中國永久居留的外國人應當遵守中國法律,身體健康,無犯罪記錄,並符合下列條件之一:

- 1、在中國直接投資、連續三年投資情況穩定且納稅記錄良好的;
- 2、在中國擔任副總經理、副廠長等職務以上或者具有副教授、副研究員等副高級職稱以上以及享受同等待遇,已連續任職滿四年、四年內在中國居留累計不少於三年且納稅記錄良好的;
- 3、對中國有重大、突出貢獻以及國家特別需要的;
- 4、本款第一項、第二項、第三項所指人員的配

偶及其未滿 18 周歲的未婚子女;

5、中國公民或者在中國獲得永久居留資格的外國人的配偶,婚姻關係存續滿五年,已在中國連續居留滿五年、每年在中國居留不少於九個月且有穩定生活保障和住所的;

6、未滿 18 周歲未婚子女投靠父母的;

7、在境外無直系親屬,投靠境內直系親屬,且年滿 60 周歲,已在中國連續居留滿五年、每年在中國居留不少於九個月並有穩定生活保障和住所的。

由此可見,申請中國永居卡的難度還是挺高的。

不過,華人如果想要獲得中國永居卡,後面的五六七項相對比較簡單,只要在中國有配偶或直系親屬,居住滿五年,每年不少於九個月即可,屆時就可以自由在兩國之間選擇最適合自己的生活方式。加國創業生活



華裔男子涉嫌實施禮品卡詐騙被捕 涉多家 Target

據 CBS 新聞 12 月 7 日報道,加州首府沙加緬度警長辦公室向準備在節日期間購買禮品卡的購物者發出警告。警方近日在一起涉及全加州 50 多家 Target 超市的大規模禮品卡詐騙案中,逮捕了一名華裔嫌疑人。

警方表示,在該部門的“壞精靈行動(Operation Bad Elf)”期間,便衣警員前往沙加緬度的 Target 超市進行調查,以幫助遏制加州近期嚴重的有組織零售盜竊活動。

在上周的一次行動中,調查人員發現一名華裔男子在禮品卡貨架前行跡十分可疑。

警方稱,該名嫌疑人先是將禮品卡從貨架上取下,然後鬼鬼祟祟地“做了些手腳”,又將禮品卡放回貨架上。

警方隨後在超市外與該名男子對峙,發現他身上有 200 多張禮品卡,他的車內還有高達 5000 多張 Target 和 Apple 的禮品卡。

警方的大衛·德魯恩 (David Derouen) 說:



“如果不是此次‘壞精靈行動’,如果我們沒有去那家 Target, 那麼去那里買禮品卡的人就會成爲受害者。”

經沙加緬度警長辦公室確認,該名嫌疑人名爲孫寧寧 (Ningning Sun, 音譯),現年 38 歲。警方稱,孫寧寧曾在加州和鄰州的多個地方居住過。

警長辦公室在一份新聞稿中說,警探看到孫寧寧把禮品卡放進自己的外套里,然後換上另一張看起來幾乎一模一樣的禮品卡。新聞稿中還說,調查顯示,孫寧寧篡改了禮品卡上的條形碼,並盜走了禮品卡上的錢。

警方對此表示:“受害者完全察覺不到,錢往往在幾秒鐘內就被轉到了一個離岸賬戶。”

調查人員稱,通過這些禮品卡追蹤到了全加州 12 個縣的 54 家 Target 超市。現在在洛杉磯、灣區和中央山谷地區的 Target 貨架上,可能仍有數千張假的禮品卡。

安迪·卡特 (Andy Cater) 警官說:“零售商需要把這些禮品卡放在貨架後面,他們需要控制它們的訪問權限,或者完全把它們從貨架上拿下來。”

這種禮品卡騙局的作案手法是,騙子會先撕下禮品卡的條形碼,並刮掉銀色塗層獲得下面的安全碼,之後再把銀色的塗層貼回去,重新封好放回貨架。

沙加緬度商業促進局的丹尼爾·斯廷納 (Daniel Stiner) 說:“當消費者購買禮品卡結賬時,收銀員會在不知情的情況下將消費者的資金存入騙子偽造的條形碼。”

警方提醒居民,在零售商店購買禮品卡時應謹慎,並仔細檢查所購買的禮品卡是否有損壞的痕迹,如條形碼附近是否有刮痕或劃痕。警方還請潛在的受害者站出來,因爲他們相信嫌疑人曾在其他商店修改過禮品卡。來源:信可親

下調赴華簽證費用!中國駐美使領館發佈通知

周五,中國外交部宣佈階段性減免赴華簽證收費,按現行收費標準的 75% 收取。同日,中國駐美大使館發佈通知稱,對赴華簽證費進行調減。全文如下:

爲便利中外人員往來,自 2023 年 12 月 11 日至 2024 年 12 月 31 日,中國駐美國使領館對赴華簽證費進行調減。調減後的費用如下:

中國駐美國使領館簽證費用表

入境次數	美國公民	第三國公民*
一次	140 美元	23 美元
二次		34 美元
半年多次		45 美元
一年及以上多次		68 美元
常駐記者 J1/ 短期記者 J2	171 美元	

注:1. 此表有效期爲 2023 年 12 月 11 日至 2024 年 12 月 31 日。

*2. 部分第三國公民申請中國簽證的收費標準不同,具體請以使領館解釋爲準。

3. 此表適用於普通件,加急件每件加收 25 美元。

2023 年 12 月 11 日前受理的簽證申請,仍按原標準收費。

中國駐美國大使館領事證件大廳地址:2201 Wisconsin Avenue NW, Suite 110, Washington, D.C., 20007, USA

對外辦公時間:9:30-14:30 (週一至週五,週末及節假日休息)

簽證業務郵箱:washington Visa@csm.mfa.gov.cn

領事證件查詢電話:001-202-855-155 (人工接聽時間:工作日 12:30-16:30)

進入證件大廳人員請全程佩戴口罩,服從現場工作人員指引。大華府網

華人大麻種植網絡遍布全美 涉及洗錢等多種犯罪行爲

隨着大麻在許多州合法化,美國各地出現了華人經營的大麻農場,儘管有些是由擁有商業種植許可證的投資者團體經營,但無證種植也在激增。華人犯罪集團運營的大麻種植場不僅僅涉及大麻種植,還包括洗錢、剝削勞工、販運人口、經營妓院等多種犯罪活動。

一則天文數字般的電費賬單引起了人們對緬因州卡梅爾小鎮發生的不尋常事件的關注。這個位於 95 號州際公路旁,擁有 3000 人口的小鎮,曾經是養雞場的一片土地,在一家麻薩諸塞州註冊的建築公司于 2021 年購買後發生了巨大變化。而這片 5.5 英畝的土地上,不是看到施工設備,而是新的電線杆拔地而起。到了 2022 年 12 月,電費用量從一年前的每月 600 美元飆升至近每月 7000 美元。

今年 6 月,由於鄰居的投訴,佩諾布斯科特縣警局進行了一次搜查,結果查獲了大約 3400 棵大麻植物和 111 磅的加工大麻。麻州政府表示,他們正在起訴兩名中國公民和兩名歸化的中國裔美國公民,罪名包括非法種植和販運大麻。

據法庭文件顯示,卡梅爾的大麻種植園是緬因州衆多由華人網絡經營的無證大麻種植場之一。案件的一名被告告訴警方,在 I-95 的 130 出口到 244 出口之間,長達 100 多英里的距離上,所有的中國人都在從事大麻種植。

隨着大麻在美國多個州合法化,出現了由中國人經營的大麻農場。然而,就像非法大麻商店激增一樣,無證種植也在不斷增加。無論規模大小,無證種植大麻在美國並非新現象。一位在緬因州獲得執照的種植者表示:“我們都曾經是非法的。”

近幾個月來,華人種植大麻的業務引起了特別關注,尤其是來自保守派新聞網站的報道。執法官員表示,一些大規模的非法種植活動與墨西哥販毒集團和其他國際網絡有關,但大量

非法種植活動是由華人跨國犯罪組織經營的。

俄克拉荷馬州緝毒局發言人伍德沃德 (Mark Woodward) 表示,自 2020 年底以來,俄克拉荷馬州已關閉了近 1000 個大麻農場,其中 80% 至 90% 與華人有組織犯罪團夥有關。他說:“這是一種公開的全現金交易,需要購買大量土地。”

南部和西部各州的打擊行動或許可以解釋爲何這樣的行爲在緬因州如此盛行。

保守派新聞機構《每日來電新聞基金會》(Daily Caller News Foundation) 今年 8 月援引國土安全部的一份備忘錄報道稱,執法機構在緬因州發現了 270 處疑似用於華人非法種植大麻的地產。國土安全部並未回應置評請求。

緬因州執法官員拒絕透露該州涉嫌華人大麻種植活動的數量。法庭文件顯示,卡梅爾還有兩處房產涉嫌無證種植大麻,緬因州正在單獨起訴另外兩名華裔嫌疑人。

新移民代表中國員工的律師亞倫·哈勒瓜 (Aaron Halegua) 說:“華人經營的大麻農場通常嚴重依賴中國移民,他們的工作條件相當於人口販運和強迫勞動。這些中國員工稱在大麻行業受到剝削。”

在新墨西哥州,州檢察官正在調查一家有執照的大麻農場。員工們表示,涉嫌偷竊工資和

販賣人口,目前正在配合調查。

一位華人工員表示,其於今年 3 月離開中國。最初,在紐約市有一份餐館的工作,後經職業介紹所介紹前往新墨西哥州。介紹人表示,生產草藥的工作每天 150 美元。於是,他花了 600 多美元買了一張 8 月初飛往阿爾伯克基的機票。

一位華人經理到機場去接他。剛到農場不久,他就開始擔心有問題。員工們吃的是冷水泡方便麵,睡的是硬木板,有些人說自己沒有拿到報酬。在他到達農場幾天後,兩架無人機和一架直升機降落在農場上,執法官員用普通話宣佈了一次突襲行動。

州檢察官辦公室發言人表示,正在調查新墨西哥州埃斯坦西亞 (Estancia) 的一個大麻農場。她以調查仍在進行爲由,拒絕提供更多消息。

利潤豐厚

加州默塞德縣警局的雷蒙德·弗拉姆斯塔德 (Raymond Framstad) 中尉指出,華人在加州已經利用豐厚的大麻種植黑市抓住商機。弗拉姆斯塔德已經調查了 20 多起涉及華人無證運營的案件。

弗拉姆斯塔德表示,許多華人擁有足夠的設備,可以滿足大型住宅運營商的需求。他們找到適合的房子,在警察突襲之前種植大麻一年甚至更長時間,然後在翻修好後將房子賣掉以獲取利潤。一個住宅黑市種植基地一年可以收

穫多達 6 次大麻,根據規模大小,每年可以帶來數百萬美元的利潤。

執法官員表示,即使一些華人經營的種植業務有執照,有時也會出現非法活動,比如跨州交易大麻(根據聯邦法律是非法的)、洗錢或販賣人口。

根據俄克拉荷馬州緝毒局在社交媒體上發佈的消息,該州以販賣人口罪名起訴了兩名中國男子,稱他們在俄克拉荷馬城經營一家妓院,去年末至今年初期間拐賣了約 12 名女性。調查證據顯示,妓院的許多客戶是商業大麻農場的經理和管理者。然而,《華爾街日報》無法聯繫到這兩名男子以獲取評論。

由於對俄克拉荷馬州的大麻種植業務進行了多次調查,該州已開始限制種植許可證的批准。發言人伍德沃德指出,到目前爲止,活躍的種植許可證數量從 2021 年的約 9400 個下降到今年的 3200 個。去年提交的申請中只有一半被批准。他表示:“我們真的改變了這裡的情況,不再是狂野的西部。”

在緬因州,成年人只能種植少量的植物供個人使用。一些城市已將商業種植合法化,但卡梅爾不在其中。法庭記錄顯示,緬因州的華人企業通過 I-95 向南運送大麻,包括運往波士頓和紐約。

儘管最近的一個下午在卡梅爾居民們在吹微風、擺放節日裝飾品,但自從 6 月份發現大麻以來,不安的情緒一直揮之不去。卡梅爾的一位店主表示:“當我們第一次聽到這個消息時都很驚訝。在這裡,你真的不會預料到這樣的事情。”

在距離約 20 英里的班戈附近,一家銷售大麻種植用品的商店里,一位顧客正在給 8 個銀色罐子注入種植大麻植物所需的二氧化碳。在收銀台旁,商店的政策以中英文顯示。至於經營該商店的公司,尚未回應關於華人顧客數量是否增加的置評請求。新聞來源:華爾街日報



多種語言版本的發現、 避免和報告詐騙新說明資訊



詐騙者會說您的母語。因此 FTC 現在以多種語言接受詐騙報告。要以中文普通話、他加祿語、越南語、法語、阿拉伯語、韓語、俄語、葡萄牙語、波蘭語及許多其他語種報告詐騙，請致電 FTC，號碼為：(877) 382-4357。按 3 與口譯員交談。要報告身份盜用，請致電 (877) 438-4338 並選擇您的首選語言選項。電話開通時間為東部時間上午 9 點至下午 5 點。

希望能線上舉報？請訪問英文網站 ReportFraud.ftc.gov 或 IdentityTheft.gov 或訪問網站的西班牙語版本 ReportFraude.ftc.gov 或 Robodel-identidad.gov。將立刻指導您需要進行的後續步驟。

可是，還有更多資訊。現在，您可以在網站 ftc.gov/languages 訂購多種語言版本的免費出版物。通過網站，您將學習如何避免詐騙，如果您已向詐騙者付款該怎麼辦，以及如何避免針對您的小型企業的詐騙。甚至專門為最近抵達美國的人們提供了一本反欺詐手冊。

希望得到列印版本的資訊？您可以在網站 ftc.gov/bulkorder 訂購多種語言版本的免費出版物。現可訂購簡體中文、韓語和越南語版本的《避免詐騙的方法》以及《詐騙與您的小型企業》。並且，您可以和以前一樣通過 ftc.gov/order 訂閱西班牙語版本。

無論您是線上獲取 FTC 材料還是印刷版，我們都希望您能與社區的家人和朋友分享。通過分享您對詐騙的瞭解並報告您的經歷，您可以幫助阻止詐騙並保護您的社區。



**FEDERAL TRADE
COMMISSION**

中國人走線拿綠卡越來越難 美國在堵入境“漏洞”



由於越來越多的中國走線客越境進入美國，國會參議員喬尼·恩斯特(Joni Ernst)和眾議員尼爾·鄧恩(Neal Dunn)正在敦促美國國土安全部堵住這個漏洞，即禁止無合規簽證的中國公民進入美國領土。

上述兩位國會議員警告說，這項例外規定可能會被外國間諜利用，滲透到關島的美國軍事設施中。

根據該政策，某些中國公民可以在數周內無需商務或旅遊簽證即可進入距菲律賓約 1,600 英里的美國領土北馬里亞納群島。參議員恩斯特在一份聲明中表示：“他們不惜一切代價滲透並超越美國，我們必須努力堵住間諜活動的漏洞。”

恩斯特是參議院軍事委員會的成員，今天(11月30日，周四)她與鄧恩一起致函國土安全部部長亞歷杭德羅·馬約卡斯(Alejandro Mayorkas)。

美國國土安全部有關免簽證計劃的網站解釋說，2009年，時任國土安全部長珍妮特·納波利塔諾利用“自由裁量權”允許“商務或休閒遊客”的俄羅斯和中國公民無簽證入境。

根據該網站，這項豁免簽證的政策將根

據“具體情況”予以批准，並且只允許在北馬里亞納群島短期居留。

該部門表示，這給該島帶來了“巨大的經濟利益”，該島的人口剛剛超過 55,000 人。

恩斯特和鄧恩在信中聲稱，美國海關和邊境保護局在 2019 年制定了一項具體政策，允許中國公民免簽證訪問馬里亞納群島 14 天。

“北馬里亞納群島是唯一一個中國公民無需簽證即可進入的美國領土。目前的法規允許中國公民免簽證進入該島 14 天，”鄧恩在一份聲明中說。

“執法部門出色地抓獲了那些懷有惡意來到這些島嶼的人。然而，我們必須落實 B-1/B-2 簽證進入美國領土的要求，才能成功遏制敵國的侵略和跨國鎮壓。”

恩斯特和鄧恩最擔心的是，該政策可能會使美國領土島鏈容易遭受有組織犯罪和販毒等無數風險。

恩斯特和鄧恩還指出，此前曾發現中國公民進入北馬里亞納群島首府塞班島，然後乘坐非法運輸工具前往擁有許多敏感軍事地點的關島。

另據紐約郵報報導，美國國會眾議員卡洛斯·希梅內斯(Carlos Gimenez)也在今天(11月30日，周四)寫信給美國海關和邊境保護局，讓該局就“中國公民非法進入美國的趨勢不斷增長”做出答復。

他在給美國海關和邊境保護局的一封信中寫道：“我今天寫信是為了表達我對拜登政府邊境政策的持續關注，這些政策給我的選區和整個社區造成了嚴重破壞。”

他告訴美國海關邊境保護局代理局長特洛伊·米勒(Troy Miller)：“隨着我們的對手

越來越大地尋找獨特的方法來利用我們的弱點，美國邊境巡邏隊必須做好應對這些人非法入境美國的準備。”

紐約郵報援引《邁阿密先驅報》的報導稱，上個月有 19 名中國公民和 3 名厄瓜多爾公民抵達佛羅里達群島，並指出更多 CBP 數據顯示中國公民越境進入美國的人數呈“增長趨勢”。

希梅內斯表示，2023 財年有超過 52,000 名中國公民進入美國，這一數字“遠遠高於 2021 年和 2022 年的數量”。

“他們正在與地理上靠近美國的拉美和加勒比國家建立關係，顯然正試圖為了自身利益滲透我們的開放邊界。”

CBP 數據顯示，2020 年有 18,395 名中國公民在試圖進入美國時被捕，2021 財年有 23,471 中國人被捕，2022 財年有 27,756 中國人被捕。

自拜登總統上任以來，這一數字穩步攀升，令國會議員感到震驚。

“我們不知道有多少恐怖分子或外國間諜利用拜登的開放邊境非法進入美國，”參議員瑪莎·布萊克(Marsha Blackburn)本在今年八月告訴《華盛頓郵報》。

“過去三年來，他們變得更加厚顏無恥，開放邊界導致敵對國家派遣特工很容易就潛入我們的國家。”

這位出生於古巴的共和黨國會議員要求米勒在 12 月 22 日之前做出回應，提供有關中國走線客抵達佛羅里達州的詳細信息，以及這些來自中國的走線客有多少已經在美國申請了庇護。

希梅內斯還要求提供美國海關與邊境保護局提供有關入境佛羅里達州線路的更多信息，他們是否與敵對國的政府或軍方有聯繫，以及他們目前被關押在哪里。：亞特蘭大華人網

拉斯維加斯大都會警局文件顯示，一名曾在拉斯維加斯因賣淫被捕的女子最近交代，她曾趁着一名中國遊客熟睡時從其酒店房間偷走其行李箱，里面裝有價格不菲的物品，這名女子因此面臨新的指控。

根據涉案女子 Arreanna Ubando 的逮捕令，本起犯罪發生在 8 月 7 日上午拉斯維加斯大道以東的威斯汀溫泉酒店。警方被叫到酒店調查一起可能涉及一名客人和兩名婦女的“Trick roll”事件。Trick roll 是一種美國俚語，指妓女涉嫌從顧客那里偷錢。

在中文翻譯的幫助下，一名警察詢問了一名男子，該男子稱，當他上午 11 點左右在酒店房間醒來時，發現自己昂貴的銀色手提箱不見了，里面有信用卡、身份證、Balenciaga 拖鞋、價值 5 萬美元的 Hublot 鑲鑽手錶、衣服和現金。這些物品的估計價值為 64,000 美元。

受害人告訴警方，他是凌晨 5 點左右在凱撒皇宮(Caesars Palace)偶遇這兩名女子的，他隨後邀請她們到他在威斯汀酒店的房間喝酒。他給這兩名女子拍了一張照片。文件顯示，第二名女子的身份尚未確定。

警探找到了監控錄像，錄像顯示這兩名女子離開酒店後，提着手提箱沿着弗拉明戈路行走。錄像還顯示她們上了一個出租車。視頻還拍到了 Ubando 在停車場上了一個車位的畫面，經確認，這輛車是屬於她的。

Ubando 目前面臨以下指控：重大盜竊，價值 2.5 萬美元但低於 10 萬美元入室盜竊，初犯妓女從事賣淫或拉客活動 Ubando 已被保釋，她的案件將於 2024 年 1 月 9 日出庭。

中國遊客在美國嫖娼損失慘重

疏婉一家三口一直住在筒子樓里。女兒紫茵上中學了,才在帶廚房的宿舍樓里分到一套底樓的住房。這棟樓房後面是一片凹下去的三合土坑,危險而單調。鄰居老郭建議:“我們去搬些泥土來,填平屋後的陷坑,你們覺得怎樣?”都說這主意不錯,便一起動手填平了坑。

可大家工作都很忙,哪有心思去裝扮那片薄土,任由稀稀落落的雜草在泥地上隨意生長。

一天,疏婉在回家時看到路邊躺着一段短短的玫瑰花枝,她愛花,便拾起來帶回家。女兒等不及,拉着爸爸的手,說:“爸,我們趕快去種下它吧!三個人便開始迫不及待地干起來。

丈夫在屋後松了松土,挖出一個坑。女兒紫茵小心翼翼地這支柔弱、有幾片綠葉的小枝插在坑里,再用土培好。疏婉澆上水。做完,他們拍拍手上的泥,笑了,心里燃起了希望。誰知就這麼一插,女兒不時澆點水,它便活了過來。有房子陰影的遮擋,夏天不被火辣辣的太陽西曬,玫瑰長得很快,第二年就開花了。綠葉托出粉紅色的花朵,花顏嫵媚,略帶嬌羞,香味也清淡,這足以讓疏婉全家高興得不得了。丈夫把雙手擡在女兒和妻子的肩上看着玫瑰,全家心里都美滋滋的。

花開了,雖然它只在春天開一次花,但花謝

之後,茂盛的綠葉點綴着屋後的單調,給全樓的人帶來不少欣喜。他們一家每天進進出出,都少不了用它打招呼;疏婉有什麼不可為外人道的心事,也蹲在它面前小聲傾訴。玫瑰好像懂得似的,輕搖枝葉用它的綠意告訴她:有我呢,不用煩惱。

疏婉白天忙工作,回家做家務,沒空特別細心地去照顧它,除了澆水,幾乎是由它自生自滅。它似乎也知悉全家忙、壓力大,一點不讓人操心,長得精神神神的。每年春天來臨,滿枝頭的花兒便成了他家屋後的一景,引來同樓的同事觀看和稱讚。儘管春寒料峭,粉紅色的玫瑰卻一年比一年開得繁茂,一年比一年燦爛,一陣風過,玫瑰歡悅帶潤,隨風搖曳生姿,向喜歡他的人點頭招呼。真可謂:“枝枝見人搖,淺笑彎腰,艷花輕擺熱情邀;俯仰西東皆嫵媚,共度春潮。大家享受



草木有情

(微型小說)

李涵芳(澳大利亞)

一年一度的美色,不願採下一支,怕它疼啊!

紫茵考大學那年,玫瑰照常怒放。疏婉習慣了它的習慣,花開時享受它的美麗,花謝後欣賞它的翠綠;也不免要向它說說心里的期盼和焦慮,女兒也少不了澆水。高考前一天,紫茵從屋後興奮地跑進家,一跳老高,她拉着爸媽說:“快,我們去後面看看,玫瑰又打了三朵花苞啦!”

啊,太奇怪了,今年玫瑰竟然要開二度。它想告訴他們什麼?那時,高考的錄取率不高,全家都緊張,希望玫瑰花快點開放帶來好運。而花卻毫不在乎地悠悠然生長着,直到花苞長得很大,花瓣卻仍然裹得緊緊的,沒有打開的跡象。高考分數就要下來的時候,那花瓣開始鬆動、有開的意思了,但還是遲遲不放。一天晚飯時鄰居在外面大聲喊:“高考分數下來了!”全家每個人的

第一沖動便是飛奔出後門看花。哇!玫瑰中午還是老樣子,現在居然朵朵盛開,嫩嫩的粉紅正朝着大家張開笑臉,疏婉立即明白女兒考上了。她情不自禁地對玫瑰說:謝謝你啊,玫瑰,你用獨特的方式,和我們一起分享喜悅。

這年後,玫瑰又恢復原狀,一年一次,年年盛開。兩年過去,疏婉的母親來看她們,卻生了病。說來也怪,玫瑰居然開始枯萎,它不再是綠油油的;綠葉開始變黃,缺少了精神。丈夫每天忙着為媽媽的病延醫治療,疏婉每天也必不可少地抽時間去照顧玫瑰。潛意識里把希望寄託在玫瑰身上,想着,只要玫瑰再露生機,媽媽的病一定會好。後來,他們把媽媽送回老家治療,可最後媽媽還是離開他們走了。從老家回來,三個人做的第一件事就是去看玫瑰。啊,玫瑰沒有了,它丟下家人走了!這些年,玫瑰總是春來屋後爛漫撩,魂醉香嬌;現在,卻冬寒枝葉瘦容憔悴,悵悵殘紅情更切,遇難同凋。

望着玫瑰枯死的殘枝,個個淚如泉涌;不由自主大喊:草木有情,草木真的有情啊!

現在,在墨爾本這花的世界里,一年四季看不盡的姹紫嫣紅,享不盡的閑適安寧,疏婉一家在前院種了好多玫瑰,並精心伺候它們,盡情延續着和玫瑰的情緣。

一場告別

(微型小說)

雅蘭(德國)

思來想去,如一如打算就在最近幾天,去見一下她。要是明天沒有時間,那就在後天,反正是越快越好。與她之間,必須做個了斷。

不能再這樣下去瞭,如一如對自己說。見到她,如一如最想做的是,讓她先拿出那幅畫。

那是一幅巨佛,之所以送給她,是因為她的床頭,有一張小木桌,上面有一尊錦藍色的香爐。只要進入她的房間,都能聞到一股瀟灑的禪香味。

既然她信佛,如一如就想着,抽空到甸池的極樂寺去。主持的書畫,很有功底。度着誠心,求得巨佛,應該能如願。

打開卷起的巨佛,她很驚喜。而現在,如一如要收回巨佛。

帶上一把小剪刀,當着她的面,三下五除二,用鋒利的刀刀,將巨佛,剪割得支離破碎。

如一如剪過之後,跟她說,你想要的,就是這樣。

他離世不到一個月,她就讓如一如,把她曾經穿過的羽絨衫,拿走。如一如說,那是為你們買的,一人一件。

幾年前,如一如也為她,買了一雙布鞋。

送去,如一如蹲在她的面前,親手為她穿上。時隔不久,她跟如一如說,布鞋不合腳,讓如一如拿回去。那時,如一如只是單純地認為,那雙布鞋,真的是不合她的腳。

如一如拿回了鞋,放在自己住處的書櫃下面。如一如看見淺橙色的綉花布鞋,心里都會想,是給她買的。每次想,如一如心里,都會滋生絲線暖流。

兩年前的冬天,遭遇極寒。既然布鞋不能穿,那就為她買一雙保暖鞋。

如一如打着傘,頂着風雪,去專賣店,買了一雙暗花棗紅的保暖鞋。如一如想,她的腳,不會再受凍了。半月有餘,她對如一如說,穿保暖鞋,走起路來,不舒服。如一如擔心,萬一,她踏到,絆倒,跌倒了,都是不好。拿走,就心安了。

那件呢子大衣,她又說,有點小了。她打如一如的手機,讓如一如去拿。

如一如說,不用拿。穿不上身,坐在沙發上,可以蓋腿。但她,仍然讓如一如去拿。

她的堅持,連同她的語氣,在十二月的空氣中,讓如一如的神經,凌冽,清亮。

瞬間,如一如有了明白。原來,她的心里,一直都在拒絕如一如。這讓如一如,泛起痛楚。

回想過往,如一如的心頭,冒着莫名的怒火。以其被表象掩藏着,不如就撕破了它。如一如想,在剪碎巨

佛後,再把心里滴出的血,一點一點的講給她聽。

如一如在講的時候,不用顧及她的感受。講完,轉身離開。

又或者,如一如不用帶剪刀,只把巨佛帶走。在走之前,心平氣和地跟她說一些話。就說,那些為她買的衣服,她不要,沒關係。那是如一如的一片心,只要心意盡到,就行了。如果她不想看見,直接扔掉。

如一如說完這些,會擁抱她。臨走時,也會讓她多保重身體。

這兩種可能性,在幾個失眠之夜,不時交替地浮現在如一如的腦海。白天,有工作要做,當月的計劃,還沒完成。市場難做,同行的競爭,較為激烈。

還有更重要的事情,在等着如一如。幾天的忙碌,似乎淡化了憂戚。待如一如有了清閑,靜了心,不由得還是想起了她。

縱然是受了傷,且是她的言行,逐次地在瓦解僅存的親情。但又想到,她是一個母親,母體為大。大道天成。

天為一。一為道。道為萬物本源,即為無。無,就是沒有。就是放下。消失。

想到這里,如一如決定,不去見她了。自此,她是她。

如一如是如一如。

志願者

劉居上(澳門)

疫情稍緩。

赴G市辦事前,我給家住那里的表哥發了微信。表哥回話,他太太外出旅遊,家里沒人,但仍建議我住到他家。他家距市中心近,辦事方便,鑰匙就藏在門前的小地毯下。

到G市後直奔他家,卻被管理大廈的老伯攔住:“房東夫婦沒留下話,你不能進去。”

我只好讓他看我手機里的聊天,還讓他登記我的身份證和手機號碼。

稍事休息,發現情況不妙。原來,就在我進入大廈後不久,醫務人員便把大廈封堵了。據說,那是因為有人核酸驗出陽性,因而必須對大廈實行封閉管理。懊惱之餘,卻見門縫塞進一張紙條:“知道你剛從外地來,有什麼需要的可以找我。”其後附手機號碼,署名“志願者”。

我沒好氣地發去微信:“我需要晚飯!”

半小時後,熱騰騰的飯盒送來了。很可口,價錢也公道,我心甘情願地用“紅包”付了款。

日子就这么一天天過去。每次收到飯盒,都會附送一句祝福的話,字迹端正、秀麗,顯然出自女孩的手,讀得人心暖的。

抗日勳章,與心愛的黃銅軍號偷偷回了湖北通城,回了家。

解放後,鄧通生務農為生。後來被查出來當過國民黨兵,差點逮捕吃官司。幸好那枚抗日勳章救了他,當時的公安局長見了那枚抗日勳章後,就去請示了縣委書記,書記考慮再三,一錘定音:監督勞動,不許亂說亂動!但那枚抗日勳章與軍號必須交出來。鄧通生雖然捨不得,還是很不情願地交了。

後來,一有運動,鄧通生就被揪出來成活靶子,罪名是國民黨兵痞!國民黨孝子賢孫!……

改革開放後,政治逐漸清明,鄧通生多少看到了點希望。

隨着年歲上去,背脊里的那顆子彈讓他受了大罪,一到颶風下雨天,就又酸又疼。鄧通生去了縣殘聯,說:我是抗戰老兵,現獨居,無業,生活無着落。抗戰受了傷,子彈還在背脊里呢,能否領個證,好擺個攤,自謀出路。最好能免費安排去檢查一

綉彩

(微型小說)

郭燕(澳大利亞)

赤腳走在青石板的小路上。天空中烏雲翻涌,似乎一場暴雨要來了。蓮瑩加快了步子,沿着青石板快速走着,穿過青醬色的的墻垣,她來到衣綉坊,來取三姨太定制的秀袍,夥計阿東認得蓮瑩,他謹慎地包裹好衣服,師傅也再三叮囑蓮瑩別淋濕了,因為細密的雨點已經開始飄灑。

蓮瑩小心翼翼地撐起油紙傘,將布包摟緊在懷中,作為一個傭人,對三姨太的細軟物件是十分愛護的,而三姨太也是對蓮瑩反復叮囑,要把旗袍和長衫趕緊拿回來。

其實三姨太茗文,也不比蓮瑩大多少,作為鎮子上的客棧老闆,老爺娶進三姨太后就十分寵愛她,可是茗文似乎沒有太多的愉悅,她總是表情淡雅,看不出太多悲喜憂傷,蓮瑩只知道茗文是讀過書的女子,這位知書達理的少奶奶比大姨太和二姨太溫和多了,或者

這天,送來的不止飯菜,還有小蛋糕,再加上張手繪的生日卡,上面寫着“祝您生日快樂!”

心一熱,隨之而來的卻是困惑。竟然知道我的生日,她到底是什麼人?想象中,我曾作過上百次的假設,但又一一自我否定了。

掐着指頭數,好容易熬到第十五天。清晨,手機鈴聲大作,“志願者”給我打來電話,祝賀我完成隔離,可以自由活動了。

我愣住。電話那頭的聲音蒼老而帶點磁性,完全不是我想象中的那種語聲清脆有如小鳥的女孩子。

忽而感到聲音有點耳熟,啊,他不就是那天把我攔住的老伯嗎!我驚奇問道:“那些紙條都是你寫的?”

“我的小孫女寫的。沒煩着你吧?”電話另一頭傳來一陣爽朗的笑聲。

剛出電梯,老遠地就見到老伯和小女孩在咕噓,那女孩,大約十三四歲吧,這下子,心中所有的疑團全解開了。

很想向他兩當面道謝。疫症期間,像他倆那樣的熱心人很多很多,他們有一個共同的名字:“志願者”。

下背脊的子彈。殘聯的頭回答得很乾脆:“你應該去台灣問國民黨要殘疾證,要補貼”。

鄧通生無話可說,認命了,不再去找有關方面。他開始了撿垃圾撿塑料瓶為生。

不知為什麼,隨着年齡的老去,他越發想念當年的抗日犧牲的戰友,他有生之年最大的願望,就是去上海四行倉庫,去祭奠一下謝晉元團長,祭奠一下那一個年輕的亡靈,為他們掃一下墓,就算了卻了最後的心事,就死而無憾了。

為了實現這個願望,鄧通生開始積錢。他每天起早貪黑去翻撿垃圾箱,去撿拾塑料瓶。幾年後,省吃儉用的他積了近一萬元錢,他算算去上海夠了,他準備買點通城的

土特產甌蒸糕、麥市干子、鄂南糍粑等去祭奠團長與通城出去的戰友。但就在他做準備時,他那搭建的家被拆了,說是違章建築。最要命的是他的那些瓶瓶罐罐等全被鏟掉了,包括他藏得好好的一包錢,近一萬元,就這樣沒了,鄧通生失聲痛哭,他不是傷心家沒了,而是傷心或許這輩子不可能再積攢到這麼多錢了,去上海,去四行倉庫的願望就泡湯了。他的心死,他就此瘋了。從那天後,他時常會拿着木棍或掃把當槍,嘴里發出:“沖啊!殺啊!”“報告,鬼子上來了!”有時會扯着破嗓門高唱《中國永不亡》。

一個落日的黃昏,鄧通生爬上了一幢五樓的樓頂,似乎是要跳樓自殺,有人發現了他,樓下聚了不少看熱鬧的人。有的說是個瘋子,有的說是個抗戰老兵。

這事驚動了尋找抗戰老兵網的志願者,志願者確定他身份後,發起了募捐,並送他去了醫院。經過治療,鄧通生清醒了許多,他常常自言自語說:“我要去四行倉庫!我要去祭奠謝晉元團長!”

尋找抗戰老兵網的志願者準備幫助鄧通生完成這個心願,默默地做着準備,遺憾的是鄧通生他的身體已徹底垮了,在一個秋風蕭瑟的夜晚,靜靜地走了。

鄧通生的追悼會上,沒有放哀樂,而是放了他生前最愛唱的《中國永不亡》。

近日,有人把管虎導演的電影《八百》的海報焚燒在了鄧通生的墓前,給了他最後的告慰,可惜,他看不到了。



一個人的夢想可以把你帶多遠,祇要你敢想!

12月8日,我有幸去了位於13440 Lorain Ave 的克利夫蘭 Global Ambassadors Language Academy 學校, (簡稱 GALA), 他們是俄亥俄州唯一的雙語學校, 這次採訪, 我感慨萬千, 一個人的夢想, 一群人八年的努力, 從第一年只有 60 學生到現在 300 位學生, 從第一年 kindergarten first grade 到今天開課到八年級, 在克利夫蘭教育不完善的鄰里之間真是脫穎而出, 是一所學生受益的學校。

當我走進學校時, 校長 Meran Rogers 已經在學校的簽到處等我, 她帶我直接去了她的第一個 8 年級學生的教室, 眼前, 我第一看到的是老師在用中文教學生打麻將, 學生們在老師指導下玩麻將, 還有幾位學生在紙上寫中文字。那一瞬間我的思緒好像停住了: 沒有走錯地方吧? 牆上貼着“好好學習, 天天向上”, 這些讓我觸景生情。我不由自主問校長能不能讓我講幾句感言: 一個教室不到 10 個學生, 學習環境優越, 我在他們的年齡, 我們的教室是 50 位學生, 我們的學習方式和他們完全不一樣, 同時我也講了 12-13 歲是人生轉折選擇自己未來命運的年齡, 12 歲 -13 歲的夢會改變人的一



生, 制定你們的夢想, 朝着你們的夢想去努力, 一切的源起是愛, 愛同學愛家人愛老師愛朋友愛自己, 我還告訴她們耕耘和收穫中間隔着的季節是堅持。

當我在與學生互動的時候, 我得知八年級學生 Nadia McKay 和 Katie Perkins 代表俄亥俄

州參加 2023 年中國成都 - 美國姐妹城市青少年辯論挑戰賽。兩位學生和她們的老師在 11 月 19 日 -11 月 27 日在中國學習和體驗生活, 她們參加為期 3 天的文化學習, 隨後進行了為期 2 天的激烈辯論比賽, 主題為“博物館應該免費嗎? 我問 Nadia McKay 和 Katie Perkins 去中國的感受, 我從他們的眼睛里看到了光, 這是她們改變人生軌迹的一次機遇, 她們親眼目睹親身體驗的過程。

今年是 GALA 進入第八個年頭, 他們有目標有眼光有責任, 最近他們已經購買了歷史悠久的麥金利學校, 這是一棟空置的 CMSD 建築, 距離現在租的教堂不到一英里。校長 Meran Rogers 正在牽線需要耗資 1600 萬美元對學校進行翻修, 目標是在 2025-2026 學年有屬於自己的學校, 這個將是超過現在學校 3 倍面積的學校, 這一變革性的改變將使 GALA 目前 300 名 K-8 學生的入學人數增加一倍, 這將是擴大克利夫蘭學生享受優質語言課程的機會。

Global Ambassadors Language Academy

(GALA) 承諾對學生提供高質量基本基礎教育, 以及奉獻, 學校有 7 位來自大陸和台灣的老師, 他們年輕陽光, 學校教職員工 35 人, 目前他們學校已經成為克利夫蘭教育領域卓越的引路人。

Meran Rogers 校長把我送出校門, 我需要消化一下我的感動心情, 我感受到了 Meran Rogers 的年輕熱情聰明和智慧。

我想起了八年前, 我曾經來參觀這個學校, 當時我知道 Meran Rogers 的父親是台灣人, 母親是西班牙裔, 她從小就在雙語的環境里成長, 她結婚嫁了非裔, 在一個多元化環境下成長的 Meran Rogers 也許希望她的一對兒女能夠接受不同文化教育。這些年來我看到只要社區有活動, 她們的 GALA 就會有一個攤位去介紹她們的學校, 是學習是夢想成全了 Meran Rogers 今天的一番成就, 她就是面對現實, 改變現實一步一腳印朝前行的人。



CLEVELAND'S GALA STUDENTS RECEIVED INVITATION TO CHINA

Global Ambassadors Language Academy (GALA) proudly announces that Nadia McKay and Katie Perkins, eighth grade students from GALA, represented Ohio in the 2023 Chengdu, China - U.S. Sister Cities Youth Debate Challenge. The students, accompanied by their teacher, Zhangjie Chen, departed on November 19 and just returned on November 27. The GALA team participated in 3 days of cultural experiences followed by 2 days of spirited debate competition on the topic "Should museums be free?"

Nadia McKay's family brings a unique story to this journey. Yolanda McKay, Nadia's mother, recently achieved a significant milestone by becoming a Cleveland firefighter. She stands as one of only three Black women among the 764 members of the Cleveland Fire Department. Nadia's journey to China is not only a testament to her academic talent but also a celebration of her family's tradition of breaking barriers in the community.

Katie Perkins, the oldest of four siblings, contributes another inspiring narrative to the GALA team.

Two of Katie's siblings were adopted from China, enriching the Perkins family with a diverse cultural heritage. As Katie engages in the cultural exchange in Chengdu, her family's commitment to fostering cultural understanding and unity is palpable.

Zhangjie Chen, GALA's dedicated Mandarin teacher, plays a crucial role in shaping the students' linguistic and cultural development. Chen's guidance and commitment to excellence in language education have been instrumental in preparing Nadia and Katie for this international platform.

Meran Rogers,

GALA's Founder and Executive Director, expresses admiration for the students, stating, "Nadia and Katie, embody the spirit of GALA not just as students but as representatives that inspire us all. Both of them joined GALA in 2017, as second grade students in the Mandarin immersion program. Their dedication to learning Mandarin and academics has led them to this great achievement, and I couldn't be more proud. They are both model ambassadors for the rest of our students."

GALA is a tuition-free public K-8 language im-

mersion school in Cleveland. GALA provides students with a bilingual education in Mandarin or Spanish. At GALA, students receive daily instruction in Mandarin or Spanish for 50% of the day, covering Math, Science, and Language Arts. The remaining 50% of daily instruction is in English, focusing on Social Studies, ELA, and Specials.

Now in its eighth year, GALA continues to grow and outperform nearly all schools in Cleveland. GALA recently purchased the historic McKinley School, a vacant CMSD building located less than a mile away from its current site. Meran Rogers is leading a \$16M effort to renovate the school, with the aim of opening its doors for the 2025-2026 school year. This transformative project will allow GALA to double its current enrollment of 300 K-8 students and expand access to a quality language immersion program for Cleveland students.

GALA's dedication to language immersion, combined with its commitment to high quality education, makes it a beacon of excellence in Cleveland's educational landscape.



聖誕活動豐富多彩



Youth will decorate the Christmas tree in the Rotunda of City Hall to kickoff the program, followed by performances by the Theater of Life and John Marshall High School Drumline. A DJ will be playing holiday music and Santa and Mrs. Claus will be in attendance for photo-ops throughout the event.

一年一度在克利夫蘭市政府舉辦聖誕節活動，來自克利夫蘭各個社區的娛樂中心的鄰里之間的學生家長聚集在市政府過聖誕節，孩子們享受著聖誕老人贈送禮物，每一個人與聖誕老人和市長一起同框合影，克利夫蘭市長，市長媽媽，市長姑媽給社區小孩贈送節日禮物。在歌聲歡笑聲中感受到克利夫蘭這座城市的溫暖和喜慶。



Happy holiday, beautiful night!
Mayor Bibb, the Garland Family, and City officials will be on hand to welcome nearly 200 youth from across the City of Cleveland for the City's annual toy giveaway and tree trimming ceremony. Darius is donating hats and \$10,000 via gift cards for all participants.



12月7日在 Ariel International Center, 隆重舉行了 Global Cleveland 年會, 來自克利夫蘭的各個協會企業個人在節日來臨之際, 帶著喜慶參加了這個有意義的年度活動。

Global Cleveland 總裁 Joe Cimperman 對來賓表示歡迎, 並講述了今年取得的一些成就。他感謝即將離任的董事會成員並歡迎新成員。



當今年會表彰了來自各個社區做出貢獻的優秀人士。 Global Cleveland 是一個關心國際新移民並將其與克利夫蘭和凱霍加縣的經濟、社會和教育機會聯繫起來的非營利組織機構, 成立於 2011 年, 以包容性和數十年向移民和難民敞開大門的傳統為基礎, 成立的目的是促進國際新移民之間的團結和集體社區建

a storytelling lens. Who Do They Serve? Immigrants Refugees International Students Secondary Migrants Expats Organizations & Individuals Who Welcome Newcomers 大家可以到 Facebook 上面 Global Cleveland 的主頁瞭解更多。

2023 年 Global Cleveland 慶祝年會



在美國改造自己

HANSON WELCOME CHRISTMAS Event

By Joseph Meissner



早在 2012 年, 還是克利夫蘭市議員的 Joe Cimperman 說, Debbie 和 Dan 姐弟倆創辦了 clevelandPeople.Com, 只要有社區活動, 他倆都無處不在。幾年前姐姐 Debbie 中風, 幾乎都是弟弟 Dan 到處探訪, 他們就是克利夫蘭各個族裔的指南。得過州政府市政府等各個協會的認可, 獲得無數的表彰, 他倆積極服務社區, 是人們心中的模範。

We are all gathered in friendship at the Bo Lounge Restaurant to enjoy the opening event of Cleveland's Christmas Holiday season. This is Number 25 the Hanson family has sponsored this remembrance of the Baby in Bethlehem and another time when the Hanson's invite Cleveland's best and brightest to this annual celebration.

Some sixty people have been invited to join in the Pro Bono grand luncheon tasty Chinese Foods. Formerly Mama Hanson, and her two children Danny and Debbie were our hosts. But Mama passed away several years ago and now enjoys endless Christmas's. The high point of this year is the "resurrection" of Debbie after several year's absence. Though still in her wheel chair, she's as feisty and loving as always.

"Debbie," I give her a big Irish Kiss, "How good to see you." For five years she has had to join us in spirit from her hospital bed. But today she is real.

"Debbie, my speech today only contains 34 points," my usual way of marking off my Cicerone speeches."

"No, no," Debbie exclaims. "Okay," I apologize. "For you, I reduce it to thirty-three."

Soon the short speeches from all sixty begins. Dan acts as Ringmaster, throwing in comments about somebody's background. Some speakers recall their accomplishments this past year, using their two minutes to laud all who helped them. Some discuss old businesses they fostered of computers and technology. Dan had been one grandfather of the Cleveland tech revolution. Some told how their childhood contributed to their evolution. Some relate their dreams for Cleveland's future and our prayer that she regains her former greatness.

After 35 speeches, some grow listless. A few even try to sneak out. Dan won't allow that. He insists they offer some wisdom before escaping.

Some 56 have spoken. Now my turn. "I have 6 points to present, three of sadness and three of hope." I warn my audience.

"Our area faces 3 serious challenges. First is the statistic I read this week that one out of four of our students are chronically absent from school. How disheartening when you think of children in other lands who would give anything to attend our schools.

"The second sad number is half of our children fight losing battles against the two enemies of fitness and worse, obesity. "More exercise, less sweets—here is our victory recipe." One Defense Department says 84% of our young people will never make good soldiers because of their physical, mental, drug, and moral flaws. Discipline and dedication are the cures. If

war does descend on threatened Taiwan, who will defend these freedom loving people?

Third concern: our military forces are now falling 20% short of their modest recruitment goals. If we do not fight for our freedom, who will?"

But, I turn the corner. "There are some signs of hope. I mention a few. Let me first begin with Halloween. I love the evening. I remember how my family would watch at the door as the young came by in their costumes shouting: "Trick or Treat." This year I sat on the porch of Director Giahoa Ryan. Over one hundred climbed her porch stairs, their open bags waiting candy treats.

"Hoh," I murmured as one young lady came up the porch stairs. "We are running out of candy." She reached down into her prize collection, pulled out 6 Hershey bars and handed them to us.

"Here," she said, "More for you to handout."

The second happy event is the installation of our Miss Vietnam statue in our cultural garden on Dr. King Boulevard which now contains 40 gardens all dedicated to peace and friendship. Miss Vietnam stands tall on her six-foot high marble cube. From her fourteen feet high angle, she greets visitors, altogether weighing 8 tons of white marble from Marble Mountain, near Da Nang.

"Stunning," has been the judgment about the lady in her cone hat with her long hair and silk ao gia softly caressed by the wind.

The third hopeful sign has been the completion of the Friendship Foundation's tenth educational school building for the Vietnamese and minority Montegnard and Tai children near the famous battle site of Dien Bien Phu. (When I see the photos of happy students in their new classrooms, I must confess these students seem to study harder than ours.

"To conclude, we have three serious challenges confronting us and three achievements to celebrate."

"Our last speaker will be Giahoa Ryan," Dan introduces. "She has worked on the Vietnamese garden for the past eight years and wants to tell you the importance of this garden and of the Vietnamese lady."

Ms. Ryan begins: "When I began this mission eight years ago, I had a dream. I wanted a garden to celebrate the culture and history of my First Motherland and all our great people, three million of whom now live in this country, but I also wanted to remember all those who fought in my country. Without their sacrifices I and millions of others would never be here. The Miss Vietnam statue built from beautiful white marble recalls all who warmly greeted you at the Da Nang beaches. She stands for the strong friendship between Americans and Vietnamese that will endure and thrive forever.

Dan closes by saying good-by to all after another successful luncheon and in vites everybody back again in twelve months for more great Asian cuisine.



突聞兒子訂婚亦喜亦憂

今天上午兒子給我傳了一個 Message 說他今天訂婚了, 晚上有時間一起吃個飯, 他說只有女方 Katelyn Manda 的媽媽爸爸, 我兒子和, 並且他說晚上 Katelyn 的母親 Tonya 生日, Tonya 12 月 13 日, 我 10 月 13 日, 還有 Katelyn 的父親與我同生日, 與這家人真有緣份。我恭喜他, 因為今天是他們拿到新房子的鑰匙。今年年初他們在



近日我有幸採訪了 James Thomas Garrett III, 他連續兩次酗酒吸毒, 並販賣毒品, 2 次從人生的低谷爬起來, 他從毒品和酒精以及心理健康中恢復重生。

James 1962 年 12 月 24 日出生在波士頓, 當他來到這個世界後, 他的父母開始關係不好, 不久他們離婚了, 他的母親與家人一起搬回克利夫蘭, 母親家是一個大家庭, 有 15 個兄弟姐妹, 家住宅是 3311 East 130th, 那棟房子現在仍然矗立在那里, 親戚都住在很近的距離, 所以這個小區幾乎是親戚社區。

現在 60 歲的 James 回憶過去的往事, 他 6 歲上小學, 不大會唸書, 在他六年級的時候, 他的體重為 298 磅, 都快 300 磅的人, 他不知道他肥胖, 因為家人從來沒有說過他胖。他在家裡似乎比家裡的任何人都更有更多的問題, 而且他的母親必須花更多精力照顧他, 好在他們家是個大家庭, 常常他們會在他們的祖家開 Party, 一大家庭 30-40 個孫子在院子裡在一起, 在家庭裡還是可以感受到溫暖。

James 六年級畢業時才知道自己的體重有問題, 在七年級夏天即將到來時, 他去波士頓看望父親, James 的父親是軍人, 5 年多沒有見兒子, 發現兒子肥胖症, 父親非常嚴格, 直接帶 James 去看醫生, 然後醫生告訴父親那是孩子青春

期, 醫生讓 James 多運動。James 說, 他們是一個基督教家庭, 他在教堂長大, 在父親那生活讀書有規律, 在波士頓八年級到九年級暑假他一直在打工。

當 James 回到了克利夫蘭後, 讀十年級, 在約翰·肯尼迪高中。James 16 歲在 Shaker 廣場上的一家名為 Our Gang's 的餐廳找到一份工作, 那年是 1978 年。這家餐廳位於加油站旁邊的 Shaker 廣場, 他的第一份工作是從洗碗開始的, 平時 James 常常看其他師傅在烤肉機上工作, 他一直夢想自己能變成一個廚師。沒有多久這家飯店關門了, 好在這個老闆還有其他飯店, 老闆看 James 工作認真就讓他去了另外一個他的飯店。

James 生活在 Kinsman 黑人社區附近, James 看到了從未見過的東西, 他看到了癮君子, 他看到了毒販, 他看到了賣淫, 他看到一個黑人企業主, 他被這個能快速賺錢的喧囂場所吸引, 當時他的母親告訴他, 只要你敢做這個事情, 你就沒有家。

從 1981 年開始拼命地工作, James 在 Beachwood mall 工作,



採訪一位傳奇廚師

自己開了 James tavern and cheese seller, 到 1984 在 Bond Court 餐館, 他 21 歲, 繼續在餐廳擔任一名廚師。他告訴我他心裡有問題, 常常喝酒抽煙, 在俱樂部酒吧一次次和幾個女人約會, 所以他不知道這是否是情感障礙, 他無法走向正道, 唯一能吸引他注意力的事情就是食物, 食物比任何東西都更有趣, 他走進廚房就热血沸腾, 25 歲他一直是廚師, 他在 25 歲時他的銀行有 25 萬現金。

就在這個時候 James 結婚了, 他有錢找到了個漂亮的小姐結婚, 結婚六年有了四個漂亮孩子, 在好區購買了房子還有好車。但是他想為了孩子必須要趕快掙錢, 廚師掙錢有限, 他走了極端, 開始出售毒品, 短短的幾年, 在 1994 年, 他成爲一個無家可歸的荒涼流浪漢, 一個被注冊的精神病患者... (下期刊登)



找房子的時候, 實在找不到好的房子, 他們找到 Barberton 有 Ryan Home 在造新房, 就這樣他們開始建他們的夢想房子了。也許就是那么巧合, 我到美國第一家打工餐廳明遠就在 Barberton。

下午女兒得知弟弟訂婚了, 從英國打電話給我, 女兒的一些話讓我思考: 權利金錢讓她們這代人迷茫, 她們離開學校就背債壓力大, 找工賺錢還學校貸款, 沒有時間想理想。自從疫情後, 人心惶惶, 沒有人要工作, 沒有人有責任心。她表示: 說美國強大, 因為美元是世界上最通用的貨幣, 但美國都沒有免費醫保, 社會保障差, 現在已經是 21 世紀, 科技的發達, 機器人都可以代替人, 人類也已經發明只要在腦袋里裝一個小零件都可以控制改變人的大腦, 這個世界到底出了什麼狀況。

不過我還是感謝女兒他們有獨立的思考能力, 他們沒有攀比心理, 實實在在。今晚我問兒子, 你怎么就突然訂婚了呢? 他說戒指定制好已經在家五個月了。今天拿到新房鑰匙, 又逢 Tonya 生日, 這個日子永遠忘不了。

回家的路上我在想: 我是 2002 年辦報, 我的女兒是 1993 年出生的, 我的兒子是 1995 年出生的, 他們現在已經健康成長, 兩人都有生活目標, 而伊利華報就沒有那麼順利前行, 他們在我 60 歲生日的時候送的禮物是讓我心理醫生, 他們擔心他們的媽媽為什麼還要掙錢的事情。也許他們看着他們的母親在這麼艱苦的過程中毫不放棄, 他們已經長大成人, 心疼他們的母親, 可以過更快樂的日子, 不過我今天真的感到幸福, 因為我知道幸福是一種感覺, 這種感覺真好。

伊利華報





現屆理事會成員和前任會長合影



新屆理事會照片

全美中文學校協會第十四次全國代表大會暨華文教育研討會圓滿落幕



全美中文學校協會第十四次全國大會場景

『協會供稿』全美中文學校協會於2023年12月8日至10日在俄亥俄州哥倫布市成功舉辦了第十四次全國代表大會暨華文教育研討會。大會主題“傳承·創新·合作·發展”旨在深入探討美國華文教育領域的各個關鍵方面，特別關注後疫情時代的數字化轉型、線上線下融合、課程本土化、師資隊伍技能升級、教學內容和模式更新、多元社區建設等重要議題。這次盛會吸引了來自美國及全球各地的400多名會員學校代表、華文教育專家、以及華裔青少年，齊聚一堂，共同分享中文教育、文化傳承以及組織社區服務等方面的經驗與成就。

1995年全美中文學校協會第一次會議在俄亥俄州哥倫布市召開，28年後協會大會再次回歸哥倫布，對美國華文教育有里程碑式的意義。中國駐紐約總領事館黃屏總領事一行，全美中小學中文教師協會、全美中文教師學會、全美中文學校聯合總會、俄亥俄州立大學、富蘭克林大學的代表以及來自英國、日本、葡萄牙、印尼國際代表等專程前來參加大會；中國駐美大使謝鋒、俄亥俄州州長、馬薩諸塞州州長、中國國務院僑務辦公室、中國僑聯，以及中國各省市僑和僑聯機構紛紛發來賀電與賀信。為了慶祝全美中文學校協會本次大會回歸哥倫布以及俄亥俄現代中文學校在兩次大會中所做出的貢獻，哥倫布市議會特別決定將大會期間的日期（通常為十二月的第二週）定為中國文化和語言周。

全美中文學校協會會長倪小鵬博士致辭中說，本次大會承載著自協會成立以來的特殊歷史意義：這是後疫情時代的首次大會，是一次而立歸來的大會，是在後疫情余波、國際時局多變、商業網教興起和人工智能等諸多挑戰和機遇並存時期探索新路的大會。面對新的境遇和機遇，正是我們重新審視和定義華教的新願景、新需求、新策略的時候，凝心聚力，與時俱進，共同塑造更具活力的美國華文教育體系和新生代培養框架。隨後按照理事會各部門的分工，各位理事會成員梁輝、夏銘、陳衛平、李欣、關麗華、邱繼明、王靜濤、許尤峰向參會代表匯報了兩年來協會各部開展的各項活動和工作。

本次大會協會成立近三十年之際舉

辦。憑藉協會積累的豐富經驗和本次大會組委會與本地執委會的共同努力，我們成功地與會員學校展開了緊密的溝通與合作。通過精心策劃和繁複的準備工作，本次大會的廣泛程度和參與體驗上達到了新的水平。為了豐富大會內容，我們特別邀請了專業領域的專家進行精彩的講座，同時設置了六場不同形式的華文教育研討會，包括工作坊、熱點論壇、研討會和海報展示等。這些活動涵蓋了美國華文教育領域的最新研究和實踐成果，內容涉及中文學校的發展與管理、中文教學理論與實踐、課程設計與課堂活動、華裔歷史、新興科技輔助中文教學等多個方面。本次大會也邀請全球華教代表和參會人員分享，促進全球範圍內的比較和借鑒。特別設置了一場全球視角專場，旨在應對一些因中美關係不暢導致無法來美參會的專家，為大家提供更廣泛的視野。大會中還設置了豐富多彩的展板，內容涵蓋了多個主題，如華工與鐵路建設、洲際鐵路的建設、哥倫布華人史、全美中華語言聯盟等。這些展板展示了豐富多彩的歷史和文化，為與會者提供

了深入了解和探討的機會。籍此大會之際，協會充分肯定了為華文教育做出傑出貢獻的教育工作者、管理者和志願者，並通過頒發獎狀和證書向他們表示崇高的敬意。此外，為了表彰協會組織參與的各類比賽的優秀表現，我們還特別為獲獎學校和個人頒發了獎項。

大會最後一天以民主和嚴格審慎的方式討論修改了協會工作條例，並且進行了理事會換屆選舉。今年共有17名候選人競逐13個理事席位：

- 第十五屆理事會成員：**
 會長：夏銘(波士頓頓中文學校)
 副會長：邱繼明(芝加哥希林亞裔社區中心)
 吳天舒(達拉斯現代漢語學校)
 理事：陳衛平(大華府希望中文學校)
 郭恬妮(加州硅谷未來教育)
 關麗華(休斯頓華夏中文學校)
 李革(北卡溫華中文學校)
 李竹(密歇根安華中文學校)
 馬健(科羅拉多州丹城中文學校)
 孫金愛(芝加哥瑞華中文學校)
 王靜濤(愛荷華州愛城華文學院)
 薛奉(麻州沙龍中文學校)
 朱一民(聖路易現代中文學校)

讓我們共同祝賀這個充滿活力和激情的新一屆理事會！

11號年會結束，組委會特意安排了一日游，參觀福耀公司和國家空軍博物館，讓與會代表親身體驗中美合作的歷程和成功典範！全美中文學校協會成立近三十年來，為全

美各地近五百多所會員學校、十多万名各族裔青少年學生和八千多名教師竭誠服務。如今，全美中文學校協會已經發展成一個具有強大凝聚力、有成熟運作經驗、有著與美國、中國乃至其它國家和地區華文教育組織廣泛聯繫的全國性的超大型教育組織。



哥倫布市議會宣布大會召開的日期為中國文化和語言周



集體照



廢除排華法案 80 周年,400 華人齊聚美國國會

CRCEA80 俄州亞太聯盟 2023-12-0



原標題:促進社會進步暨廢除排華法律 80 周年紀念大會(CRCEA80)

初冬華府,寒風漸起,晴空萬里,來自全美 26 個州的超過 400 的美國華人社區的領袖、熱心人士和義工們,意氣風發,熱情高昂,齊聚於國會山莊隆重舉行廢除排華法律 80 周年的紀念大會。

紀念大會在 Cannon House 眾議院辦公大樓,議長南希·佩洛西會議室上午 8 點半開始。首先由眾議員薩勒拉曼尼亞·拉賈·克里莫爾蒂(伊利諾伊州第 8 國會選區,印度裔)致歡迎辭。眾議員克里莫爾蒂為了本次紀念大會預訂了會場,在發言中指出 1882 年排華法律違背了美國的建國原則,美國華裔和所有少數族裔都要爭取平等權利,都要參與社會事務和公益活動。—般余民

大會接着播放專題視頻,首先回顧了美國“人人生而平等”的建國理念,每個人都有不可剝奪的權利,其中包括生命、自由和追求幸福的權利。因此,成為美國人完全基於對美國理念的認同和忠誠,而不是基於血統、種族、膚色、民族、宗教、出生國等任何遺傳特徵。中國勞工於 19 世紀中葉來到美國,他們尋求更好的生活,而且為美國的經濟基礎和發展做出了重要貢獻,如農業和採礦業,特別是連接東西兩岸的大陸鐵路。1868 年,曾任美國駐華公使的蒲安臣代表中國與美國談判簽訂《美中蒲安臣條約》,兩國建立了友好關係、自由貿易和沒有任何限



制的雙向移民。1873 年的經濟恐慌導致反華情緒日益高漲,由此引發了越來越多針對中國移民作為替罪羊的暴力事件和政策,導致國會通過了《1882 年排華法》。這是美國歷史上第一部也是唯一的完全基於種族/族裔禁止移民的聯邦法律。隨後的 60 年里,美國國會和許多州通過了更多的排華立法,針對華人移民的暴力事件也層出不窮。1924 年排華法律隨後擴展到所有亞洲國家。馬薩諸塞州共和黨參議員喬治·霍爾是唯一投票反對的國會議員,而且譴責這項法律“無異

於將種族歧視合法化”。著名廢奴主義者人權活動家費德里克·道格拉斯也發表演說堅決反對排華政策。1941 年珍珠港事件後,中國成為美國抗日的盟友。富蘭克林·羅斯福總統在一封信中敦促國會糾正這一“歷史性錯誤”。由賽珍珠和她的丈夫組成的廢除排華公民委員會在遊說推動廢除排華法案方面發揮了重要作用。1943 年 12 月 17 日,羅斯福簽署《馬格努森法》,廢除了《1882 年排華法》,這是消除移民政策歧視的第一步。

繼民權運動以來,民權主義者們通過不懈努力,將美國的建國理念一步一步地擴展涵蓋到越來越多的族裔,取得了重大進展。1965 年,約翰遜總統簽署獲得兩黨支持的《移民和國籍法》。這項具有里程碑意義的移民改革消除了移民政策中的種族歧視。自此以後,華裔/亞裔美國人不僅成為美國社會的一部分,而且為美國社會的各個方面做出了重大貢獻。今天,我們不僅向歷代堅忍不拔的華裔美國人致敬,也向那些為美國建國理念獻出生命的杰斐遜總統、林肯總統、蒲安臣、霍爾參議員、道格拉斯、賽珍珠、羅斯福總統、羅莎·帕克斯、約翰遜總統、馬丁路德金博士,等等致以衷心的敬意。今天,我們重申對美國理念的忠誠,並承諾團結所有族裔的美國人,一起努力建立一個“更完

美的聯邦”,以確保每一個美國人的正義和平等,無論膚色種族。

張小彥博士為大會致開幕詞,闡述了這次大會的深刻意義。今天,我們召開這次會議,慶祝廢除排華法案以來社會取得的巨大進步。2011 年和 2012 年,美國參眾兩院分別通過決議,對排華法案的通過以及此後 60 年頒佈的其他反華立法表示“遺憾”。張博士表示,我們召開這次會議是為了向賽珍珠和公民委員會對廢除排華法案做出的貢獻表示敬意。我們舉辦這次會議是為了慶祝華裔美國人對美國做出的重大貢獻。我們召開這次會議,是為了防止歷史倒退。儘管《1882 年排華法》可能已成為過去,但它的遺產至今仍在產生影響。我們召開這次會議是為了提醒自己,我們必須積極參與美國的民主進程。

美國貿易代表戴琪(凱瑟琳)大使將代表拜登內閣在我們的大會上發表講話。戴琪(凱瑟琳)大使是拜登內閣中兩位華裔的部長級官員。她回憶了自己的成長,親身說法地鼓勵更多的年輕人加入政府,為公共事務而工作。她舉例說,她曾經和另外一位印度裔的第二代女士一起共事,在世界貿易組織的訴訟中代表美國進行談判和交涉。

賽珍珠國際組織的三位代表 Stephine Sun, Christy Holand, Mateen Afzal 為參會者介紹了 Pearl S Buck 賽珍珠的生平事跡,她和她的先生成立公民委員會如何努力對國會遊說,為最終廢除排華法律作出了重要貢獻。馬里蘭大學的著名歷史學教授徐元音(Madeline Y. Hsu)介紹了更多關於排華法律的歷史背景。相繼依次發表演講的有來自伊利諾州美國參議員塔米·達克沃斯(Tammy Duck),來自加州的三位眾議員趙美心(Judy Chu),劉雲平(Ted Lieu)和羅卡納(Ro Khanna),來自紐約皇后區的眾議員孟昭文,馬里蘭州州議員齊麗麗。他們演講的一個共同點就是我們作為美國公民,美國社會的一員,一定要積極參與社會公益,不僅要積極登記投票,而且要更多地站出來競選公職,從最基層的學區董事、市議員、州議員到國會議員。美國有句俗話,如果不能夠在議事桌有一席位,就會淪落到任人宰割(“if you are not at the table, then you will be on the menu.”)他們還強調要與其他少數族裔團結力量,一起維護憲

法保護每個美國人的正當權益。例如,孟昭文議員告訴我們,她提出的建立亞裔歷史文化國家博物館,就是得到了非洲裔和西語裔的國會議員小組的大力支持而通過。參會者們都非常投入,為精彩的演講熱烈鼓掌。每個參會者都獲得一個籌委會精心準備的禮品袋,內有一本大會手冊,參會者名卡,大會紀念徽章,國家郵政紀念卡,午餐卡。主要議程結束之後,陽光明媚,藍天白雲,以莊嚴雄偉的國會大廈為背景,全體參會者在國會大廈的石階上集體合影留念,然後各個州的代表團分別自己合影。場面非常熱烈和喜氣洋洋。參會者們因為參加這次如此有意義的紀念大會而非常開心和自豪。的確,這是美國華人歷史上第一次在國會的辦公大樓舉行全國性的紀念大會。

加拿大在 1885 年也曾經通過了針對華人的歧視性法律,對華人移民徵收 50 美元的人頭稅(相當於 2023 年 7 月的 1,576 美元),然後多次調高,於 1903 年提高到 500 美元(相當於 2023 年 7 月的 17,369 美元)。但是,加拿大議會和內閣早 2006 年 6 月 22 日,就人頭稅問題向加拿大華人正式道歉,並對隨後從 1923 年到 1947 年期間禁止華人移民表示最深切的悲痛。

舉辦這次紀念大會的華人社區組織都表示,我們要繼續努力,對美國國會遊說和施加壓力,迫使國會早日通過決議,向美國華人社區正式道歉。此次紀念大會從今年三月份八個發起人發出公開倡議書開始,經過將近九個月的艱辛努力,其中經過許多困難和曲折,但是發起人小組和七個聯合主辦組織的齊心協力,超過 80 組織個先後加入成為協辦單位,前前後後將近 100 個義工的無私奉獻,超過 400 為參會者的積極參與,很多還是不辭路途遙遠,從西海岸和中西部,坐飛機來參加大會。因為所有的組織,義工們,參會者的參與,我們的紀念大會取得了圓滿成功。

最後,籌委會也向所有關注報道本次紀念大會的新聞媒體朋友們表示衷心的感謝,因為您們的報道,才使得我們的大會更加有意義。(CRCEA80 聯合籌委會供稿,部分照片由參會者提供)

劉雲平(中)接受採訪



趙美心

劉雲平(中)接受採訪

劉雲平(中)接受採訪

劉雲平(中)接受採訪

劉雲平(中)接受採訪



緊急行動支持將亞裔美國人歷史納入俄亥俄 K-12 教材

俄州華人 俄州亞太聯盟 2023-12-10 發表于美國

俄亥俄州眾議院法案(House Bill 171)由州眾議員 Mary Lightbody 發起,旨在將目前尚未體現的各社區的歷史和貢獻寫入 K-12 社會研究教材,其中包括:非裔美國人,亞太裔美國人,阿拉伯和非洲移民、難民,阿巴拉契亞社區,猶太社區,拉丁裔美國人以及印第安美國人。包容和全面的教材有助於培養對多元文化的尊重,呵護學生的身心健康,讓所有背景的學生增強歸屬感,提高學習的積極性和創造力;也為俄亥俄締造更開放和諧的社會,吸引全世界的人才為俄亥俄的發展與繁榮貢獻力量。

HB 171 的支持者聽證會將在 2023 年 12 月 12 日下午 4 點舉行,我們號召所有的華裔積極加入這次行動,從以下兩方面參與:

1. 向眾議院教育委員會提交書面見證

附件 1 是 HB 171 的書面見證指南。書面見證建議不超過一頁,可以重點談一兩點為什麼你支持這個法案,越是個人的經歷和情感越能夠打動人心和增強說服力。書面見證也可

以言簡意賅,在簡單自我介紹後直接表態支持該法案。定稿後存成 PDF 文件格式提交。

附件 2 是見證人表格,需要填寫後和書面見證一起提交。

書面見證和見證人表格必須在 11 日下午 3 點之前提交。為保險起見,建議儘早提交。

2. 親自參加聽證會聲援支持

時間:2023 年 12 月 12 日,下午 4 點(建議 3 點到達議會大樓)

地點:Ohio State-house, 1 Capitol Sq, Columbus, OH 43215 US

聯繫人:advocacy@opawl.org

此次聽證會只允許 3 名見證人做現場發言,所以到場支持的人數尤其重要。如果能有幾百名支持者聲勢浩大地佔滿整個會議廳將

起到非常震撼的效果,讓所有議員認識到大家對該法案的廣泛支持。

請進入附件 3 注冊參加現場聲援(點擊“RSVP NOW”)。

HB 171 是俄州亞裔美國人團結和依靠各族裔共同將我們的歷史和貢獻載入史冊的絕佳時機,號召廣大華裔團結協作,共創歷史。

這次支持活動由 OPAWL 組織。

https://www.opawl.org/



About the Educating for Ohio's Future Campaign:

Communities from all parts of the country and world exist in Ohio - it's what makes us such a hub for innovation, and why it's no surprise that so many astronauts and scientists have called Ohio home. Schools are where our children dare to dream of their future. We all want our children to achieve those dreams. A high quality education is foundational for helping our students reach their full potential. But some of our children feel invisible, alone, and unheard in their classrooms.

We need an updated social studies curriculum that fully reflects Ohioans' backgrounds and histories.

What are we advocating for?

We worked alongside Representative Mary Lightbody to introduce House Bill 171, which uses the existing model curriculum review process to update Ohio's K-12 social studies curriculum to include age- and grade-appropriate instruction in the migration journeys, experiences, and societal contributions of a range of communities in Ohio and the United States, including all of the following:

- African American communities;
- Asian American and Pacific Islander communities;
- Arab, African, and North African immigrant, refugee, and asylee communities;
- Appalachian communities;
- Jewish communities;
- Latin American communities;
- Native American communities.

What is at stake?

We're fighting for an Ohio that's invested in the future. Without an updated social studies curriculum, Ohio will fail to provide our students with a comprehensive understanding of our nation. Preparing Ohio's future workforce to navigate a global economy early on equips students with the tools and knowledge they need to solve problems and contribute to society. Education is also the first step to building kinder adults by teaching and fostering empathy. Most importantly, Ohio is stronger when all of our kids are seen and heard in the classroom. A 2020 study from the National Education Association shows us that students of color, in particular, who participated in courses that reflected different identities, cultures, and backgrounds had a greater sense of belonging and sense of self. All children deserve to feel they belong in their class, their school, and their community.

To learn more or to get involved, please visit educatingforohiosfuture.org

海老 KK 十一月二十九日至十二月十日詩作



匹茲堡華人老朽
海老 KK

《夢江南·知人老》

幕簾卷，寒風吹又擾。
一抹清光透凌日，白璧涼月西山消。
酒醒人起早。
昨夜夢，相聚聚英豪。
舉觥兒盞聽醉聲，滿座詩情亢音高。
只我知人老。
2023年11月29日于維羅納自寓

《採桑子·西洋參王》

威斯康星州姜博先生種植西洋參多年，
產品廣推美、中、遍及世界各地。今得一巨型
“參王”，肢壯鬚全，凡八兩重，實為罕見。

威州誰種洋參王，五葉三椏。
五葉三椏，人形品煌當恣夸。
神草延年贊姜賢，靈效孕毓。
靈效孕毓，功著醫域眾矚嘉。

注：
西洋參~或稱花旗參。“花旗”為美國舊稱。
威州~美國威斯康星州，為西洋參產地。
人形~參極似人形故稱“人參”。
品煌~品質優良。
姜賢~西洋參種植者姜博先生。
孕毓~包含在里面。
矚嘉~給予嘉獎。
2023年11月30日于匹茲堡女兒家

《解語花·江徼》

雲輕霞淡，暮氣添寒，夕陽落岫峭。
汀蘆輕搖，幽靜處，卻有衰翁歸釣，閑情淳好。
滿眼望，夾岸煙嶠。
疏林枯，因何有聲，人驚昏鴨鳴。

何妨孤身僻老。
任西邊日晚，東邊月消，無須遲早。
偏儂步，循循慢慢悄悄，悠然江徼。
待歸來、小酒一覺。
迷悞時，謔幾句，詞乖調。

注：
岫峭~陡削的山峰。
歸釣~隱居的代稱。
煙嶠~霧氣迷朦的山嶺。
僻老~孤陋年老。
偏儂~彎腰曲背。
江徼~江邊巡步。
侈詞~浮夸之詞。
乖調~不合曲調。
2023年12月1日于維羅納阿拉根尼河畔

《採桑子·腰脊萎縮》

幾日來腰疼，昨午夜突左腰至臀至腿至
腳踝，如刀割之痛，無法入眠。天明即急診求
醫，醫用核磁共振檢測，謂“急性腰脊狹窄綜
合症”壓迫神經至痛，謂腰脊過勞所致。醫囑
不可再提重物等，友囑勿苛待自己身體。

午夜腰疼如刀割，實難按遏。
實難按遏，刀刀刺心，無奈唯吡咄。
天明無奈求醫科，共振磁核。
共振磁核，腰脊萎縮，壓迫神經曷！

注：
吡咄~大聲呼喊。

曷~語氣詞。
2023年12月1日于瑪格麗特醫院急診室



《五言·會初見老友》

與某君相知多年，今在匹茲堡初次相會，
暢懷共飲，快哉！

識久今為見，相逢一醉休。
浮雲三千界，流水七個秋。
俠思義融合，談笑情益稠。
他日為扶善，籌措當共謀。

注：
浮雲~時光。含光陰流逝、時光短暫。
三千界~大千世界。
俠思~美好思緒。
扶善~扶善而從。
2023年12月2日于匹茲堡老四川飯店

《蝶戀花·匹茲堡大學國際教室 公開課》

匹茲堡大學每年十二月第一個星期日，
舉辦“國際教室公開課”，展示世界各種文
明和文化傳承。公開課上各民族、各國家，充
分展示自己文明文化的優秀部分，如同百花齊
放、百艷千葩。無分高下、難評優劣。這是一
個文明、文化大融合場合，這才是人類社會應
該追求的目標。

匹大舉辦公開課，東西文化，百花齊婆娑。
自來展現優良處，誰高誰低無此說。

兀自擺下書法桌，一筆一畫，雅箋舞筆墨。
西文名字華文譯，文明互異可諧和。

注：
匹大~匹茲堡大學之簡稱。
西文名字華文譯~用非華文的名字用相近讀
音譯成華文。(選擇吉利、高雅、幸運的華文
字、詞解釋給求字者，獲極大贊賞喜悅)。
2023年12月3日于匹茲堡大學主教學樓

《臨江仙·靜養待趨雄》

愁聽細雨酬西風，季逢節序匆匆。
霜雪不似春花紅。
何人贊此景，同我贅世翁。
五過一身傷老矣，腰脊殘縮癱癢。
坐臥起行力不同。
唯進一杯酒，靜養待趨雄。

注：
贅世翁~無用于世，徒為世之累贅之人。出自
《宋史·隱逸傳》。王樵，淄川人。咸平中，契丹游
騎至，舉家被虜。樵挺身入契丹訪尋父母，累年

不獲，自嘆：“身世如此，自比於人可乎？”遂于俗
絕，自稱“贅世翁”。後多用于自謙之詞。
五過~也稱“五勞”，中醫學名詞。指久視、久
臥、久坐、久立、久行過度而造成志勞、思勞、
心勞、憂勞、疲勞等致病因素。
趨雄~矯健強壯。
2023年12月4日于維羅納自寓

《虞美人·眼底檢查》

朋友驅車送眼科醫院循例年檢。正議入
冬何不下雪，即細雪飄姿，似昊天聞知即令雪
神青女剪雲成花。經檢查後，已生雲翳(白內
障)，醫囑需儘快摘除，後即可獲光明。手術
定于12月11日(左眼)和12月27日(右
眼)

怎料閑議冬令暖，喚起雪飛沙。
細粒舞斜迎面過。
莫非蒼茫側耳，聽聽訝。

只合朽衰眼昏花，前幕飄亂霞。
醫者詳測生雲翳。
按囑務須摘摘，再光華。

注：
過~敲擊。此處讀 zhua 不讀 wo(老過)。
雲翳~白內障。
摘摘~摘取。
2023年12月5日于匹茲堡 PREMIER 眼科
醫院。

《西江月·宜和臨》

因腰傷今去家庭醫生處安排理療事宜。

八十煙雲度過，惹了一身殘疾。
從此何事最相宜，宜醉宜游宜逸。
幸有一江流水，春風秋雨冬霽。
從此何事最信必，臨山臨月臨筆。

注：
信必~誠實不欺，必定做到。
臨~到、來、挨着、靠近...
2023年12月6日于維羅納自寓。

《七言·大雪節氣》

正逢六出飛花時，不見青竹變瓊枝。
江浦白鷗皓翅巡，寒林駭鹿驚蹄馳。
陽春十月春已衰，三冬九序冬臨茲。
他日地冷何作褥，煩勞青女素裙撕。

注：
首兩句~唐代高駢《對雪》：“六出飛花入戶時，
坐看青竹變瓊枝。如今好上高樓望，盡蓋人間
惡路歧。”(但高駢以來千兩百，人間惡歧之路，
非但蓋而無盡，卻愈惡歧也，嗚呼!)
陽春十月~農曆十月常有回暖，故有稱“十月
小陽春”。
三冬九序~初冬、中冬、隆冬為三冬。故人以
“冬至節氣”始，每九日為一單位，至九九八十
一日止，為冬去春來。故有“數九寒天”之說。
且用“亭前垂柳珍重待春風”九字，每日一筆，
共八十一筆畫成，即冬去春來。
青女~傳說中的“雪神”。
素裙撕~古詩有以雪神“撕素裙”司雪之妙
句，一時查詢不到(待後補)。
2023年12月7日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言·江風晚霞》

偏步蹣跚因棲遲，零落歸舟鎖階墀。
孤葉飄落風過後，寒林又見日斜時。
流水傷嗟流淒淒，啼鴉哀聲啼鄉思。
晚霞層層慰寂寞，歸來獨斟酒滿卮。

注：
棲遲~游息、飄泊、滯留。
階墀~台階、階面。此指碼頭平台。
卮~酒杯。
2023年12月8日于維羅納阿拉根尼河畔

《虞美人·掃葉》

落葉旋作天魔舞，竹帚迫着苦。流塵向西風
向東，猶如漂淪身世，白鬚翁。
勞碌一生人鈍朽，妙趣唯事酒。斟上一杯三
七醕，笑看紛亂世間，歸來去。

注：
天魔~佛教：欲界第六天主，常為修道設置障
礙；道教：指天上的魔怪；也是一種舞蹈；元代宮
廷舞，宮女十六人，垂發辮、戴象牙佛開、披纓
絡，扮菩薩而舞。參閱《元史·順帝紀六》
三七~中藥，又稱“田七、田三七、參三七”。有
止血、化淤、治傷之功效。今日腰傷故浸泡而
飲之。
醕~讀 xu。藥酒為“醕”。也可稱美酒，出自宋
代楊萬里的《十月四日，同子文，克信，子潛，子
直，材翁》：“餐菊為糧露為醕，染霧作巾雲作
履。”
歸來去~晉陶淵明名篇《歸去來辭》有句：“吾
不為五斗米折腰，拳拳事鄉里小人邪！”
2023年12月9日于維羅納自寓



《鷓鴣天·獨坐夕陽》

枯林黃草露寒荒，正合倦客避世狂。
閑數南來北往雁，日來獨坐看夕陽。
山崩崩，水茫茫。
來去傲舟銀幾兩？
請且暫駐莫急行，捎個游子歸故鄉。

注：
傲舟~出租的船。
銀幾兩~多少錢。
2023年12月10日于維羅納阿拉根尼河



匹茲堡大學國際教室公開課

國家稅務安全意識周：峰會合作夥伴敦促企業採取措施防範數據丟失和欺詐

IR-2023-227, 2023年11月30日
華府 - 作為國家稅務安全意識周的一部分,美國國稅局和安峰會(英文)合作夥伴今天敦促企業對旨在有助於身份竊賊竊取客戶個人信息和其他企業數據的網絡攻擊保持警惕。

國稅局不斷發現小型企業和其他企業面臨各種與身份盜竊相關的騙局,這些騙局試圖獲取可用于提交虛假企業稅表的信息。例如,網絡釣魚騙局繼續將企業以及稅務專業人士和個人納稅人作為下手目標。企業仍然是 W-2 表格詐騙的目標,在這種詐騙中,身份竊賊試圖誘騙公司領導者分享敏感數據。

“各種類型和規模的企業,包括稅務專業人士,仍然是試圖獲取敏感稅務和財務數據的身份竊賊的成熟目標。”國稅局局長 Danny Werfel 表示。“企業及其員工需要在多個方面保持謹慎,以保護其敏感系統和數據。身份竊賊繼續使用一系列手段來嘗試獲取可用于提交稅表等多種用途的信息寶庫。

國家稅務安全意識周(英文)已進入第八個年頭,在該活動期間,由國稅局、州稅務機構和全國稅務界組成的安全峰會(英文)合作夥伴致力於提高納稅人和稅務專業人士對保護信息以防止身份盜竊重要性的認識。該安全峰會成立於 2015 年,旨在通過更好的公私部門協調,加強稅務界的內部保護以及提高公眾對安全威脅的認識來打擊與稅務相關的身份盜竊。

隨著報稅季的臨近,安全峰會合作夥伴今天提醒商界和其他人士採取額外措施來保護其財務和稅務信息。近年來,隨着國稅局和峰會合作夥伴加強內部防禦以防範欺詐,身份竊賊越來越關注企業和稅務專業人士,以此作為獲取敏感納稅人信息的一種方式,以期逃避國稅局和稅務界峰會合作夥伴的系統性防禦。

峰會合作夥伴強烈敦促企業採用強大的信息技術工具和服務來嚴格保護其業務和貿易信息,並保護與其客戶、員工和業務合作夥伴直接相關的數據。

網絡犯罪分子針對各種規模的企業。瞭解一些網絡安全基礎知識並將其付諸實踐將有助於企業主保護其業務並降低網絡攻擊的風險。犯罪分子可將企業的信用卡或支付信息、企業身份信息或員工身份信息作為目標。該信息還可用于提交欺詐性企業和個人稅表。

國稅局鼓勵企業遵循聯邦貿易委員會的最佳實踐,包括:

- * 將安全軟件設置為自動更新。
- * 備份重要文件。
- * 所有設備都需要強密碼。
- * 加密設備。
- * 使用多重身份驗證

更多信息,請查看聯邦貿易委員會的小型企業網絡安全(英文)。企業還應該對與稅務相關的“網絡釣魚”

電子郵件詐騙保持警惕,這些詐騙通常會巧妙地編寫來欺騙員工打開有害的嵌入式鏈接或附件。我們鼓勵企業和消費者將與國稅局相關的詐騙郵件發送至 phishing@irs.gov。

所有僱主都應對 W-2 表格盜竊騙局保持警惕。雖然稅務詐騙隨着時間而演變和變化,但在最常見的版本中,竊賊會冒充公司高級管理人員,向薪資員工發送電子郵件,索要員工名單及其 W-2,其中包含敏感的稅務和財務數據。隨着這些騙局變得越來越複雜,企業可能不會意識到自己已經成為稅務詐騙的受害者,直到帶有員工姓名的欺詐性稅表開始出現。

對於遭遇 W-2 詐騙的僱主,有特殊的報告程序。請查看身份盜竊中心的企業部分。

如果企業成為身份盜竊的受害者應該怎么做

國稅局還發佈了《表格 14039-B,企業身份盜竊宣誓書》(英文),讓企業可以主動向國稅局報告可能的身份盜竊,例如,當提交的電子稅表被拒的情況。

如果企業收到以下文件,則應提交表格 14039-B:

- * 收到提交的電子稅表被拒的通知,因為同一時期的稅表已經提交。
- * 收到稅表的通知,而企業並未提交此稅表。
- * 收到向社會安全局提交的 W-2 表格的通知,但企業並未提交。
- * 收到欠費的通知,但並未欠費。

國稅局表格 14039-B 使國稅局能夠比過去更快地回復企業,並努力解決因提交欺詐性稅表而導致的問題。但是,如果企業是數據泄露的受害者且沒有稅務相關影響,則不應使用表格 14039-B。更多詳細信息,請參閱身份盜竊中心的企業部分。

此外,安全峰會合作夥伴緊急要求企業及時更新其 EIN 申請信息。地址或責任方的變更可以使用國稅局表格 8822-B(英文)進行報告。提醒一下,責任方的變更必須在 60 天內向國稅局報告。當前信息可以幫助國稅局找到解決身份盜竊和其他問題的聯繫人。

這是為期一周的系列提示中的第四個提示,旨在提高人們對稅務信息身份欺詐的認識。有關防範稅務信息盜竊的更多信息和幫助,請訪問 IRS.gov/securitysummit(英文)。



(COLUMBUS, Ohio) - Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted today announced the approval of assistance for 11 projects set to create 1,636 new jobs and retain 1,715 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 \$141 million in new payroll and spur more than \$2.5 billion in investments across Ohio. Projects approved by the TCA include:

CENTRAL

Quality Technology Services; QTS NAL TX I, LLC; QTS New Albany I, LLC, city of New Albany (Licking County), expects to create 10 full-time positions, generating \$1.5 million in new annual payroll, as a result of the company's new location in New Albany. QTS is a leading provider of data center solutions, serving clients across industries such as retail, technology, and financial services. TCA approved a 100%, 15-year Data Center Tax Exemption for this project.

WEST

Technicote, Inc., city of Trotwood (Montgomery County), expects to create 163 full-time positions, generating \$9.3 million in new annual payroll and retaining \$5.7 million in existing payroll, as a result of the company's new location in Trotwood. Technicote is a manufacturer of roll label stock, with products including high-quality sensitive roll label materials, silicone-coated release liners, films and foils, servicing the roll converter market and supply chain industries. The proposed project includes leasing a new manufacturing facility to accommodate the attainment of new equipment and technology to allow the company to focus on industry and employment growth. TCA approved a 1.594%, eight-year Job Creation Tax Credit for this project.

Two Six Labs, LLC, city of Kettering (Montgomery County), expects to create 80 full-time positions, generating \$10 million in new annual payroll and retaining \$200,000 in existing payroll, as a result of the company's new location in Kettering. Two Six Labs is a technology company dedicated to providing products and expertise to national security customers, focusing on

New Projects Expected to Create 1,600 Jobs, More Than \$2.5 Billion in Investments



solving cyber, information operations, electronic systems, analytics, and secure solutions. The proposed project includes the acquisition of a facility that will support office and lab space to delivery services and perform research and development for customers nationally. TCA approved a 2.211%, nine-year Job Creation Tax Credit for this project.

NORTHEAST

Ball, Bounce and Sport, Inc., city of Mansfield (Richland County), and city of Ashland (Ashland County) expects to create 35 full-time positions, generating \$2.4 million in new annual payroll and retaining \$2.7 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in Mansfield and Ashland. Ball, Bounce, and Sport is the logistics and distribution company for Hedstrom, headquartered in Ashland. Hedstrom is a 100-year-old company and one of the leading manufacturers and distributors of children's toys and play and sports balls. The proposed project includes the expansion of their current facility for additional production and distribution. TCA approved a 1.346%, seven-year Job Creation Tax Credit for this project.

NORTHWEST

Keller Logistics Group, Inc.; Keller Industrial Properties, LLC; Keller Warehousing & Co-Packing, LLC; Thomas E. Keller Trucking, LLC; Keller Logistics, LLC, Noble Township (Defiance County), expects to create 194 full-time positions, generating \$19 million in new annual payroll and retaining \$9.9 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in Noble Township. Keller is a logistics company with a focus on trucking, warehousing, freight brokerage, and co-packing of projects that supports a large customer base across industries

such as transportation and food industry. The proposed expansion includes the acquisition of a vacant 30,000-square-foot commercial office building to house their professional staff and expand operations. TCA approved a 2.074%, nine-year Job Creation Tax Credit for this project.

Valencia Project LLC, Salem Township (Wyandot County), expects to create 114 full-time positions, generating \$9.1 million in new annual payroll, as a result of the company's new location in Salem Township. Valencia is a merchant and processor of agricultural goods to a broad range of businesses, manufacturing products such as food and feed solutions, coffee, cotton, grains, oilseeds, and sugar. The proposed project includes the construction and operation of a soybean plant to allow Valencia to be near raw materials and customers. TCA approved a 1.54%, eight-year Job Creation Tax Credit for this project.

Mobis US Electrified Powertrain LLC, city of Toledo (Lucas County), expects to create 185 full-time positions, generating \$9.5 million in new annual payroll, as a result of the company's new location in Toledo. Mobis is a Michigan-based company that specialized in manufacturing of metal battery base plates for the electric vehicle industry. The proposed project includes the acquisition of a facility to house production space for manufacturing base plates for numerous EV models. TCA approved a 1.486%, eight-year Job Creation Tax Credit for this project.

SOUTHWEST

Resilience US, Inc., West Chester Township (Butler County), expects to create 274 full-time positions, generating \$18.7 million in new annual payroll and retaining \$27.2 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in West Chester Township. Resilience is a

biomanufacturing company specializing in the production of novel medicine. The proposed project includes the renovation of their current facility to operate more effectively for increased production staff to further their goal of implementing efficient manufacturing processes and supply chain solutions to improve access to their pharmaceuticals and therapies. TCA approved a 1.9%, 10-year Job Creation Tax Credit for this project.

Worldpay, LLC, Symmes Township (Hamilton County), expects to create 529 full-time positions, generating \$56.2 million in new annual payroll and retaining \$93 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in Symmes Township. Worldpay is a financial technology group that equips businesses with a point of sale and online payment processing capabilities. The proposed project would establish Worldpay's headquarters in Southwest Ohio. TCA approved a 2.389%, 15-year Job Creation Tax Credit for this project.

CyrusOne Management Services LLC; C1 Cincinnati - North Cincinnati LLC, city of Lebanon (Warren County), expects to create 10 full-time positions, generating \$1.5 million in new annual payroll and retaining \$1.9 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in Lebanon. CyrusOne is a leading global data center developer and operator specializing in delivering state-of-the-art digital infrastructure solutions across the globe. TCA approved a 75%, 10-year Data Center Tax Exemption for this project.

Premier Global Transportation, LLC, Miami Township (Clermont County), expects to create 42 full-time positions, generating \$3.9 million in new annual payroll and retaining \$1.9 million in existing payroll, as a result of the company's expansion project in Miami Township. Premier Global Transportation provides customized shipping solutions for a variety of industries across North America with their temperature-controlled freight services. The proposed project includes the renovation of their current office space to provide additional usable square footage to support existing and new employees. TCA approved a 1.594%, seven-year Job Creation Tax Credit for this project.

老王裝修

專業改造浴室、黏地板磚、鋪地板、室內裝修、沒有最好只有更好。

區域：俄亥俄州各地區

電話：347-420-1877

伊利華報惠登廣告

熱線電話：216-324-2959

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

移民法與商業法

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

注冊會計師事務所
National Tax and Accounting Inc

公司地址: 92 Northwoods Blvd, STE A, Columbus, OH 43235
中英文電話: 614-962-0868 郵箱: fred@nationaltax.net 微信號: Nationaltax

成立於 1999 年, 具有豐富的稅務和會計經驗, 人力資源雄厚, 價格合理。多年來為公司、個人提供完善、精準的稅務申報和其它會計服務, 為客戶合理合法省稅。

事務所提供以下服務:

- * 個人稅務申報
- * 公司會計服務
- * 員工工資及相關稅務
- * 公司稅務申報
- * 公司稅務計劃
- * 公司成立登記註冊

李侑真 Jane Y. Lee 國語, 英語

移民律師 Immigration Lawyer

614-452-4915 Call to Schedule an Appointment

服務包括: 家庭移民, 工作移民, 入籍申請, 豁免申請(Waiver), 庇護

PETERSON CONNERS LLP

545 Metro Place South, Suite 435, Dublin, OH 43017
Web: www.petersonconners.com; www.attorneyjanelee.com



“男抖窮,女抖貧”?研究發現:其實抖腿是個好習慣

關於“抖腿”民間流傳的“男抖窮,女抖貧”,常被長輩們拿來訓誡孩子,勸他們改掉“愛抖腿”的習慣。那麼,為什麼有的人會忍不住“抖腿”呢?抖腿到底好不好?

忍不住抖腿,可能是情緒在搗亂

其實,抖腿是一種典型的身體語言。當它出現時,往往意味著抖腿者正處於緊張、無聊或者高度亢奮的狀態。英國地鐵報的一篇報道中,心理諮詢師道恩·坦普爾頓(Dawn Templeton)和臨床心理學家凱瑟琳·哈克爾(Catherine Huckle)發表了她們的看法:在壓力和焦慮的狀態下,腎上腺素和皮質醇積累,身體在“戰鬥-逃跑”反應的作用下積攢能量,做好對抗壓力的準備。但是當我們不通過自衛或逃跑來耗盡這些能量時,多餘的能量就會留在我們體內,而抖腿則是釋放這些能量的一種方式。換句話說,抖腿像是一個大腦用來欺騙自己的假動作,既然屁股還需要老老實實地坐在椅子上,那就勉為其難地通過抖腿來發泄

一下多餘的精力吧。此外,感到無聊時或焦躁狀態下也會抖腿。在聽喜歡的音樂時,人們也會不自覺地跟着旋律的節奏抖腿。這是因為音樂是一種特殊的感官刺激,會在人們無意識狀態下激活肢體動作。

抖腿或能改善久坐的危

害 抖腿不僅是一種非常自然的行為,而且通過抖腿,大腦會分



泌多巴胺等與愉悅情緒相關的激素,產生“爽”的感覺。但可能有人會擔憂,抖腿是否會造成健康危害?其實,適當通過類似抖腿的動作活動一下肌肉,反而可能緩解久坐帶來的傷害。密蘇里大學的研究人員曾招募了11名志願者,利用超聲波和血壓檢測袖帶測量出正常情况下每人腿部主要動脈的血流量。然後要求志願者們在桌子前靜坐三個小時,這期間保

持一條腿絕對靜止,而另一條腿則需要不時抖動(抖1分鐘,靜止4分鐘)。結果發現,和初始值相比,靜止不動的腿的血流量顯著降低;而不時抖動的腿,血流量是增?的。

另一項來自休斯頓大學的研究發現,久坐人群如果有效鍛煉小腿上的比目魚肌,也能提高肌肉代謝水平,甚至可以改善血糖和血脂。這種訓練比目魚肌的方式和抖腿非常相似,即:保持坐姿,雙腳先處於放鬆狀態,然後提起後腳跟,腳趾保持著地,當後腳跟提到極限、比目魚肌有明顯的拉伸感後,後腳跟再落回地面。不過需要注意的是,這兩組研究的樣本量都較小,只能提供有限的參考價值。而且要想完全避免久坐造成的健康損害,最好的方法還是站起來活動一下。

此外,雖然生理性的抖腿除了文化上的不禮貌以外基本無傷大雅,但病理性的抖腿與某些疾病相關,需要謹慎辨認,以便儘早治療。

作者:哈代;審核:毛利華

血管堵塞時身體會出現兩個信號



想象一下,你的血管就像城市里繁忙的交通網絡,當一切順暢時,生活無憂。但如果遇到“堵車”,後果不堪設想。許多人錯誤地認為,血管堵塞總是無聲無息,其實不然。身體有它自己的語言,通過一些微妙的信號來告訴我們內在的問題。

血管堵塞,千萬不能忽視

血管是人體內重要的運輸系統,負責輸送養分和氧氣,確保身體各部位正常運作。當血管出現堵塞時,這個精密的系統就會受到嚴重威脅。血管堵塞,醫學上稱為動脈粥樣硬化,是由於血管內壁積累脂肪、膽固醇、鈣質等物質導致的。這種積累,就像是“水管中的水垢”,長期積累會導致血管狹窄甚至完全堵塞。

堵塞通常是一個緩慢過程,開始時可能沒有明顯的症狀。但隨著時間的推移,當血管狹窄到一定程度,血液流動受阻,就會出現各種健康問題。例如,心臟血管堵塞可能導致心絞痛或心肌梗死,腦血管堵塞則可能引發中風。

許多因素會增加血管堵塞的風險,如不健康的飲食習慣、吸煙、缺乏運動、高血壓和糖尿病。有研究表明,長期高脂飲食的人群中,超過60%的人有不同程度的血管堵塞問題。預防血管堵塞,最有效的方法是保持健康的生

方式。這包括均衡飲食、定期運動、控制體重、戒煙或酒以及定期健康檢查。尤其是對於中老年人,這些措施尤為重要,因為隨着年齡的增長,血管自然會逐漸變得僵硬和狹窄。

血管堵塞時身體會出現兩個信號

1. 腿部疼痛和無力 腿部疼痛和無力可能是血管堵塞的早期信號。這種情況通常發生在長時間站立或行走後,表現為腿部感到沉重、酸痛或疲勞。這是因為血液循環受阻,導致肌肉和組織得不到充足的氧氣和養分。例如臨床中,一位50歲的男性因腿部持續疼痛就醫,經檢查發現是由於腿部動脈的血液循環不暢造成的。這種疼痛通常在休息時減輕,但一旦活動再次開始,症狀很快會重新出現。要預防這種情況,建議保持健康的生活習慣,包括均衡飲食和規律運動。如果出現腿部疼痛或無力的症狀,應及時就醫進行檢查,以排除或治療可能的血管堵塞問題。通過早期診斷和治療,可以有效減少血管堵塞帶來的健康風險。

2. 胸痛與呼吸困難 胸痛,尤其在進行體力活動時加劇,往往是心臟供血不足的警告。當心臟的冠狀動脈發生堵塞時,血液和氧氣無法有效供應心臟,引發胸痛。這種痛感可能會向肩膀、手臂甚至下巴擴散。值得注意的是,這類胸痛不同於一般的胸悶或壓迫感,它往往伴隨有燒灼或壓迫的感覺。呼吸困難也是血管堵塞的一個關鍵指標。當心臟無法有效泵血,肺部可能會積聚液體,導致呼吸短促。這種症狀通常在活動時顯現,但在嚴重情況下,即使靜息時也可能發生。

為了減少這類健康風險,保持健康的生活方式至關重要。平衡飲食,定期體檢,避免高膽固醇和高脂飲食,以及保持適度運動都是預防血管堵塞的有效方法。

當出現上述症狀時,應立即就醫,並根據醫生的指導採取相應的治療措施。

在影視劇中,武打演員在開打之前把身體關節弄得咔咔作響,幾乎是武打片的標記動作。我們在生活中偶爾也能聽到自己的關節響聲,有時只是單純的關節彈響,有時卻伴有疼痛和僵硬,什麼情況下需要看醫生呢?請接着往下看。

這樣的彈響最好馬上看醫生

小明是個愛崗敬業的程序员,可是最近他每天都愁眉苦臉。原來,每天早上醒來他都感覺手指很僵硬,得活動一會才能緩解。當他坐在電腦前工作了一上午,感覺手指愈發疼痛,甚至還有彈響。這還沒完,當他脖子很僵硬的時候活動頸椎便發出“咔咔”的彈響。嚇得他猛地站起身來,此時膝蓋又出現了清脆的彈響。還有,在他去打飯的時候感覺自己胯骨的關節也在彈響,吃飯時甚至腮幫也有很明顯的彈響。

這些身體的異樣讓他心有餘悸,雖然大多數都不疼甚至對生活沒什麼影響,可還是讓他對自己的健康狀況產生了擔憂。

其實,並不是所有的彈響都是有害的,彈響分為不伴疼痛的生理性彈響和伴有疼痛的病理性彈響,前者就像我們在影視劇中經常看到里面的武打角色在開打之前總是轉轉脖子、按按手指關節,並發出“咔咔”聲的關節彈響,而後者才是我們應該立刻就醫的彈響。

我們的關節為啥會發聲

造成關節彈響的原因有以下幾種:關節軟骨、關節滑膜結構異常;軟組織結構異常;關節與軟組織摩擦;長時間重複使用等。請聽我來為您逐一分析:

頸椎和肩膀彈響 這是得頸椎病、肩周炎、膝關節炎了嗎?其實不然,在沒有疼痛發生的彈響時,不需要過多擔心,這是正常的關節彈響。

髖關節彈響 一般不伴有疼痛,但是要注意儘量避免重複使用髖關節。如果是舞蹈演員、運動員等特殊職業必須要重複使

關節咔咔作響是病嗎?

用關節的話,就要進行一系列的肌肉牽拉和力量強化訓練了。

顯下頷關節彈響 顯下頷關節紊亂也會造成彈響,這是由於顯下頷關節重複脫位和復位造成的,嚴重的情況下還可能導致關節脫位無法復位伴劇烈疼痛。我們應該儘量避免生活中經常啃食硬物及張大口的動作。

手指關節彈響 腱鞘炎也可能會引起手指關節的彈響,由於我們長時間重複地用到某幾根手指,讓其不停地屈伸,關節可能會發生腫脹、酸痛和疼痛處有硬結的情況,嚴重的情況下活動關節就會有彈響發生。這種情況一定要及早就醫。

彈響也有危險程度分級

其實大多數無痛性彈響都是危險指數很低的,如果我們平時注意養成良好的生活習慣,那麼很多高風險的彈響和關節損傷都是可以避免的。

說了這麼多,如果我們發生了這些彈響,該如何區分其危險程度呢?讓我們來分類對比一下它們的危險指數(危險程度最高五顆星):

危險程度一顆星:頸椎彈響、肩關節彈響、髖關節彈響、無痛的膝關節彈響;

危險程度三顆星:顯下頷關節彈響;

危險程度五顆星:有痛的膝關節彈響、有硬結和疼痛的手指彈響。

作者:侯敬賢



你是不是經常咽干、咽痛和嗓音沙啞,還伴隨胸膈疼痛或燒心,難道是咽炎犯了嗎?未必!還有可能是一種近年來耳鼻喉科醫生比較關注的疾病——咽喉反流綜合徵。特別是這個病的高風險人群,更要注意調整飲食和生活方式,避免激發“反流”。

這個病常“偽裝”成咽喉炎

咽喉反流綜合徵是指胃內容物異常反流至食管上括約肌以上的咽喉部而引起的一系列症狀、體徵和疾病的統稱,患病率為10%至35%。

除了胃蛋白酶和胃酸以外,胃內容物還包括膽汁酸及胰酶。上述胃內容物經食管反流後能夠刺激損傷咽、喉部黏膜,造成黏膜炎症、上皮增厚及分泌物黏稠,從而引起咽異物感、咽喉痰多、慢性清嗓、發音疲勞及聲嘶等症狀。

值得一提的是,絕大多數咽喉反流綜合徵的患者都會出現聲音嘶啞的症狀,因此大多前往耳鼻喉科門診就診,但由於該病病因特殊往往容易被誤診為普通咽喉炎。結果,抗生素、清熱法火類中成藥沒少吃,卻並不對症,導致患者服藥後仍然久治不愈,給生活和心理造成較大影響。

隨著耳鼻喉科醫師們近年來對咽喉反流綜合徵的認識不斷加深,發現該病在臨床上較為常見,50%以上的嗓音疾患與此有關。

不良作息習慣也能引起反流

從醫學上來看,這種胃內容物反流導致咽喉病變的困擾,是由多種因素引起的。

腰帶別勒太緊 當心傷了嗓子

疾病因素是引發反流的一大原因,比如阻塞性睡眠呼吸暫停低通氣綜合徵也很容易誘發反流,侵害咽喉健康;從生活和精神因素來看,飲食及作息習慣欠佳以及抑鬱緊張等精神困擾也很容易引起反流。

另外,從解剖因素來看,咽喉部較為脆弱,抗酸能力較差。胃內容物反流至咽喉部位時,自然而然會對咽喉黏膜產生刺激與傷害。與之相應的,反流物質通過刺激食管迷走神經,在引發咳嗽嚴重損傷聲帶黏膜的同時,引起上食道括約肌的鬆弛反射,使反流入咽喉的胃內容物增多。

目前認為,咽喉反流綜合徵與以下疾病有關,包括慢性咽炎、慢性喉炎、喉部接觸性肉



芽腫、聲門下狹窄、陣發性喉痙攣、聲帶白斑、哮喘等多種疾病。特別是最近,該病還被懷疑是無煙酒接觸史的喉癌患者的危險因素。

高風險人群有症狀要就醫

咽喉反流綜合徵的高風險人群包括長期吸煙飲酒者,胃食管反流病、食管裂孔疝等患者,肥胖、習慣性嘔吐者,進食高糖、高脂及刺激性食物者。當出現疾病相關症狀並遷延不愈時,應儘早前往耳鼻喉科門診接受專科評估和檢查。

咽喉反流綜合徵的診斷依賴於患者的症狀問詢及內鏡檢查。與咽喉反流綜合徵最為密切的鏡下表現包括:披裂、後聯合區域紅斑、水腫及增生,

聲帶及氣管黏膜廣泛水腫。目前根據患者症狀、喉鏡檢查喉部嚴重程度,學界已經制定了反流症狀指數量表和反流檢查計分量表。當反流症狀指數量表大於13分、反流檢查計分量表大於7分可認為異常。

咽喉反流綜合徵是一種涉及耳鼻喉科、呼吸科,以及胃腸病科的多種化表現的疾病。目前,對於該病的治療爭議頗大,尚無統一有效的治療方案。現階段推薦的治療方案為抗反流治療,包括行為治療和藥物治療。

藥物治療的目的在於抑制胃酸分泌及促進腸胃排空。藥物治療遵照醫生的指導。

阻止反流須改掉四個習慣

行為治療在於改變與反流有關的飲食及作息習慣,包括:

改變飲食習慣 戒煙、酒,減少攝入過多的高糖及高脂食物,酸性水果及濃茶、咖啡等刺激性食物。上述食物能刺激胃酸分泌並增加胃內壓,導致胃內容物反流。

調整進餐方式 以少食多餐為主,睡前2至3個小時需嚴格禁食。適當將頭部抬高5至8厘米。臥位容易增加胃酸反流的幾率,採取上述措施能夠有效降低睡眠過程中胃酸分泌及胃內容物反流。

避免腰帶過緊 腰帶過緊易導致胃內壓增高,促使胃內容物反流。

控制體重 增強鍛煉,避免肥胖。肥胖可引起上氣道狹窄,睡眠吸氣時咽喉腔負壓形成可導致胃內容物反流。

父親頭上的雪

那年冬天,雪下得比往年的大一些。那是父親人生中最讓他感到高興的一場雪——我就是在那個下雪天出生的。父親一大早去找醫生,在大雪里踉踉跄跄地奔行。雪花落在父親的頭髮上,他絲毫沒有察覺。就這樣,在漫天的雪花中,我開始了與父親的故事。

那時,父親在村小教書,收入微薄。一家人住在學校的一間簡陋的安置房裡。單憑父親的收入是根本養不了一家人的,生活中很多東西只能靠賒賬才能買來。父親每到年關便開始發愁,可是,他一個師範畢業的老師,除了舞文弄墨,別的也不會。於是,在快過年的時候,他想到了賣春聯。

父親開始在學校一間閑置的屋子裡“創業”。他買來紅紙,用刀裁好,然後便開始寫了。因為白天要去賣春聯,所以他只能晚上寫。他經常寫到半夜,就在那間屋子裡披著外套睡去。我早晨去那間屋子玩,就會看見凝固的墨水,還有地上晾干的春聯。

天氣晴好時,父親去集市擺攤賣春聯;如果碰到雨雪天,就只能收攤。擺攤就是看天吃飯。可是,他總不能因為壞天氣就在屋子裡耗上一天。於是,父親找來蛇皮袋,背著他的那些春聯,一個村子一個村子地去賣。一副春聯很

便宜,可是父親翻山越嶺,從一個村子到另一個村子,卻是十分辛苦的。

等到父親回來時,天已經黑了。他帶著滿身風寒站在門外,全身都是雪。他把蛇皮袋放下,然後在外面踩掉腳上的雪,拍打掉身上的雪。我在屋裡笑著說:“呀,爸爸變成白頭髮的老爺爺了。”父親笑著回應:“那我給你變個魔術,馬上變成黑頭髮。”他用毛巾拍掉頭上的雪,頭髮也從花白變成濕潤的黑色。

剛上學的那個暑假,我特別喜歡出去玩。但是平日裡操勞的父親,總想在中午休息一會兒,又害怕我出去亂跑,於是他想了一個辦法。父親會在午休的時候喊我去給他拔白髮,十根一毛錢。我剛上一年級,這樣既可以鍛煉我數數的能力,又可以讓我不亂跑,可謂一舉兩得。而對我來說,這是賺零花錢的最好方式。

那時父親才30來歲,已經有白髮了,可這成了我的“生財之道”。我在父親的黑髮裡尋找著白髮,將白髮一根根地拔下來。有時候,我看見一茬頭髮里有好幾根白髮,便興奮起來。

有時候,我會將兩根一起拔掉,然後哈哈大笑。經過多次試驗,我找到拔白髮的竅門,比如後腦勺的頭髮拔起來最疼,頭頂上的頭髮拔起來最容易。每次拔完,我都要炫耀一番我的“戰果”。

後來上了初中,我不好意思再拔父親的白髮,我們之間的交流也變少了。

一個下雪天,父親騎著那輛破舊的自行車來學校接我。因為成績不好,我沉默著。他讓我在車子的後座上撐著傘,並說:“你別擋住我的視線,下雪天路滑。”我坐在車的後座上,看著自行車在雪地上留下一道痕迹,看著他在風雪中頭髮開滿白色的花。我忘了在哪一刻,我發現有些雪花是拍不掉的,有些風霜永遠地留在了他的頭上。

如今,我已經大學畢業,父親不用再為了我四處奔波,不用在下雪天騎著自行車帶我回家,也不用為

了讓我不亂跑,想出拔白髮的法子,更不會因為我的成績不好,在一場大雪中那樣沉默。但他還是會像以前一樣,上完課後小跑回家,在門口停下,踩掉腳上的雪,把帽子取下來拍拍上面的雪。可是那白髮終究不像從前那樣,拍一拍就變成黑髮。那些雪花再也拍打不掉,那些風霜成了他生命的一部分。

可每當想起那些被我拔掉的白髮,我的心里就會下一場雪。

作者:李柏林



你覺得你有用嗎

如果你問田野里的花:“你覺得你有用嗎?畢竟,你什麼也不做,只是一而再,再而三地長出相同的花。”花會回答:“我很美,美是我生存的理由。”如果你問大河:“你覺得你有用嗎?你所做的,只是讓河水朝著同一個方向流淌。”大河會回答:“我並沒有嘗試去成為有用的東西,我只是努力成為一條河。”

這個世界上的任何東西都是有用的。從樹上掉落的樹葉,到你頭上的頭髮,都是有用的,甚至昆蟲也不是因為沒用而死的。任何東西都有其存在的理由。即使是你,提出該問題的人,如果給出的回答是“我是無用的”,很快,你就會

短文精選

受到這個答案的毒害,你會雖生猶死,儘管你仍然可以行走、吃喝、睡覺,而且還可能有些小樂趣。不要嘗試成為有用的東西,要儘量做你自己。這就足夠了,這就能讓一切截然不同。

作者:[巴西]保羅·科埃略

慾望之壑

美國作家豪爾說:“開始時,女人除了丈夫什麼東西都不要,但一旦她得到丈夫,她就要世界上其他所有的東西。”這是人之常情。

“我只要掙到錢就好。”有了錢,自然求名,不會滿足。最後,最好有地位、有權勢,以及有再多錢也買不到的重要的東西。

在超市,見媽媽對小孩說:“要乳酪還是要橙汁?只能要一樣。”

小孩堅持:“什麼也不要,我想喝蘋果汁。”

媽媽拗不過,給他買了蘋果汁。他很快喝掉,然後哭鬧:“你說過給我買乳酪,你說過的!”

人們總是忘記當初的願望一度簡單而高尚。只要最重要的到手了,便有時間和心思去索取更多東西。

作者:李碧華

- 與自己不和最辛苦 -

有時候,得到一個好消息,想告訴一個故人,但是信息輸入了一半,又一個字一個字地刪掉,因為不想打擾人家。這樣的時刻,捫心自問,每個人都有吧。

這是成年人的無奈,也是成年人的好處。對於某個特定的人,我們動的念頭,不再是親近,而是體諒。

所以,我會這樣安慰自己,那么多沒有音信的故人里面,肯定也有一兩個,是這樣對我的。不是忘記了,只是出于體諒,沒有來打擾我。



此刻的我,感到一種深深的淒涼,混合著隱隱的暖意。這樣與世無爭、與人無礙地持一點安寧,即使有點自欺、有些可笑,也沒有什麼不妥吧。

“心平氣和”這個詞不是一種狀態,而是一個過程,心平,氣才會和。

但是,心平是一件很難的事。飛鳥的心,走獸的心,我們不知道,但人的心,是不容易平的。

長恨人心不如水,等閒平地起波瀾。

人心就是水,人心就是險灘和亂石,所以隨時隨地等閑就可以起波瀾。

“與家里人不和更辛苦,還是與單位的人不和更辛苦?”一個朋友問。

“與自己不和最辛苦。”

大家都沉默了。

中老年人看年輕人總覺得他們沖動,其實這正是年輕的特點,也是年輕的好處。

中老年人自己不沖動,是因為能量漸漸不足,更因為吃的虧多,已經滿心怯意。

所以溫和大方的年輕人、剛毅果決的中年人和熱情單純的老年人,都具備了自己所處年紀通常不具備的優點,最是難得,也最值得珍惜。

作者:潘向黎

朋友向我傾訴,她患上了信息焦慮症——每天都繃緊神經,時時刻刻想看手機。幾分鐘沒看,就惶恐不安,生怕錯過什麼。直到有一天,她不小心把手機摔壞了,一整天都沒能上網。她才發現,錯過那些信息並沒有影響她的生活,反而多出許多時間處理工作、陪伴孩子。

於是,她開始主動屏蔽網絡上一些無用的信息,終於找回了久違的鬆弛感。

生活中,很多人都有過這樣的感受:我們獲取信息的方式越來越便捷,內心卻越來越焦慮。每天一打開手機,就有海量的消息涌來,搶奪著我們的注意力,讓我們沉浸其中。無論在做什么,過幾分鐘都忍不住要戳亮屏幕看一看,完全靜不下心去做眼前的事。

然而,信息是無限的,人的精力卻是有限的。如果對外界信息不加篩選,就容易淪為信息的囚徒,完全騰不出精力去做重要的事。

學會信息“斷捨離”,屏蔽掉無用的信息,才能掌控時間,讓生活變得輕盈、豐盛。

一、屏蔽“高多巴胺”信息

2001年,斯坦福神經科學家布萊恩·克勞森研究發現:人的很多行為都是由多巴胺控制的。如果一件事物能促進大腦產生更多的多巴胺,人們就會更願意採取行動。

多巴胺帶來的並不是快樂,而是渴望。於是,許多科技公司根據人的這個本能,研發出了“爽”點密集的產品。它會刺激我們的大腦不斷分泌多巴胺,從而對此上癮。

紀錄片《監視資本主義:智能陷阱》,就講述了資本家是如何利用多巴胺陷阱來操控用戶的。

谷歌工程師賈斯汀,曾在節目中坦言:許多平台,會利用人工智能和大數據來分析用戶的喜好,把你最感興趣的內容投喂給你。想方設法吸引你在軟件中多停留一會兒,從而影響你的認知,操控你的行為。

我們都經歷過這樣的時刻:打開短視頻,本想輕鬆一下,卻一不小心就消磨了幾個小時,結果人更累了。

打開社交軟件,本想查看消息,卻情不自禁點進朋友圈,在一張又一張圖片中迷失,忘了要做的事……

這就是“多巴胺陷阱”的影響:它讓我們

只顧及時行樂,而忽視長期後果,如果任由自己在多巴胺信息的海洋里沉淪,就容易掉入陷阱,淪為慾望的奴隸。

主動屏蔽“高多巴胺”信息,方能擺脫惡性循環:

1. 提陞察覺力,主動識別“多巴胺陷阱”

心理學家凱莉·麥格尼格爾發現,意志力的失效往往和多巴胺有關:當事物能產生的多

早日“屏蔽”掉網上這三種信息

多巴胺越多,對人的誘惑就越大。她教導學生成為“多巴胺偵探”,主動識別生活中的多巴胺陷阱。一旦看透獎勵機制是如何運行的,就更容易抵制誘惑、克服沖動。

2. 提陞自控力,追求更高級的快樂

羅翔教授說:“低級的快樂來自放縱,高級的快樂來自克制。”

看一篇八卦,當然比看一篇乾貨輕鬆;玩一小時遊戲,當然比做一小時運動容易。但前者只能帶來空虛和疲憊,後者卻能給你知識和健康。

要想擁有長久的快樂,就要主動屏蔽高多巴胺信息,去關注有價值的內容。

二、屏蔽快餐化信息

你有沒有發現,不知從什麼時候起,網絡上的信息變得越來越“短、平、快”。在短視頻的世界,從來沒有晦澀難懂的知識,只有簡單方便的“快餐”。然而,這些快餐化的信息,並不能傳遞真正的知識。

那些內容,往往一轉身,就忘得一干二淨。而且長期接收這類信息,還會消滅我們的耐心,讓我們的思維、語言變得匱乏。

有陣子,網絡上有個話題“為什麼現在的

人越來越沒有耐心了?”沖上熱搜。

大家紛紛表示,深有同感:現在看書,翻幾頁,就看不下去了;幾個小時的電影,根本沒耐心看完;就連五分鐘的視頻,也要用兩倍速來觀看……

其實這就是“快餐化信息”的影響。

心理學家丹尼爾·卡尼曼指出:人的大腦雖然可以理性思考,卻也很喜歡偷懶。它偏向

於接收那些簡單的而不是複雜的內容。當大腦習慣了那些“短平快”的淺層次消息,就容易放棄思考,對複雜卻有價值的信息產生排斥。

要想改變,就要學會對抗本能:

1. 反舒適本能,做困難的事

心理學上有一個概念叫作“嗑瓜子效應”,是指無論喜歡與否,只要你打開一袋瓜子,就會一顆接著一顆,嗑到停不下來。這是為什麼?因為嗑瓜子是一件“及時回饋”的事,而大腦的本能是趨利避害。哪件事的回饋周期短,我們就更願意做這件事。

但大腦又像一台機器,用進廢退。如果長期接收一些不需要動腦的消息,就會變得越來越懈怠。主動走出舒適區,去做困難卻有價值的事,成長才會得以發生。

2. 反慣性本能,主動奪回專注力

回想一下,你有沒有這樣的經歷:下定決心早睡,卻總忍不住拿起手機看到深夜;下定決心專注眼前,卻總忍不住分心……

心理學家發現,我們生活中60%的行為,都是不需要思考的慣性行為。大部分時候,我們甚至沒有意識到行為的發生。

要想改變,就不能輕易地順從本能。主動打破慣性,掌控自己的行為,抑制向下的惰性,人生方能向上。

三、屏蔽碎片化信息

在這個信息爆炸的時代,我們每個人都“知道”得更多了。

每天一見面,聊的都是天南地北的消息、五花八門的網絡熱詞;無論對哪個行業,都能說出點專業術語。如今,只要一天不上網,就感覺接不上別人的話題。於是,我們越來越焦慮。

每天如飢似渴地在網上收羅各種信息:娛樂八卦、熱點事件、潮流動態……有用沒用的,都要瞭解一點,生怕在這場你追我趕的遊戲中被拋棄。

但我們忽略了,這種不經思考的碎片化知識,並不能提陞我們的認知,反而是一種消耗。

其實,我們的大腦就像電腦一樣,同時運行多個程序,就難免帶寬不夠,變得緩慢、吃力。如果大腦每天被碎片填滿,很快就會感到疲憊,沒有精力去關注那些對長期有益的事情。要知道,世界上80%的事情,都與你我無關。

屏蔽掉多餘的噪聲,才能奪回時間的掌控權:

1. 提陞閱讀力,學會深度閱讀

在這個觀點鼓譟的年代,要想保持獨立思考的能力,就要學會深度閱讀。在閱讀時,不要一味接受,而要思考,試著提煉出自己的觀點,總結出自己的心得。

2. 提陞思考力,學會深度思考

很多時候,拉開人生差距的,往往不是努力的程度,而是思考的深度。淺嘗輒止,只會困于一方天地;深度思考,方能打造全新的自己。

有人說:“決定人生的並不是你選擇了什麼,而是你放棄了什麼。”

在這個快速發展的時代,誰掌控了時間,就掌控了命運。如果一直被外界的聲音裹挾著前進,就容易在慾望中迷失自我,耗費心神。別讓我們的大腦,成為廉價信息的跑馬場。

文章來源:帆書

在 AI 時代如何養育下一代(上)

雖然圍繞人工智能還有許多不確定因素,但我們知道,在許多情況下,它對兒童和青少年的影響最大。

而搞教育的人總是如此說:“讓今天的孩子們準備好迎接非凡的未來。”可是,你有什么辦法能確保你的孩子在人工智能的世界中茁壯成長?這個世界,10年、20年、30年後都會有很大的不同。你作為教育工作者或者家長,怎麼會知道孩子將來從事什麼職業,或者能做好哪份工作?事情的真相是,你並不知道。

據世界經濟論壇《工作的未來》報告,到2065年,今天進入小學的兒童中會有高達65%的人將在迄今尚未創建的崗位上工作。

人工智能恐慌影響的第一個地方是教室。關於人工智能對教育的影響,現在大家的恐慌普遍表現在兩個方面。

第一個方面是作弊。之前論文有查重機制,而現在老師需要識別作業是不是 ChatGPT 寫的。ChatGPT 是生成模式,意味着互聯網上沒有歷史數據信息,很難查重。

第二個方面是考試。我們看到 GPT-4 能順利通過法律、醫學等考試。考試原本是考核和錄取學生的標準,如果 ChatGPT 都能考過,會對考試與評估造成壓力,這關係到教育的底層邏輯。

這兩個方面對教育的衝擊很大,將影響老師和學校到底該怎樣評價一個學生。對於

這樣的挑戰,簡單粗暴的操作方式就是禁止使用 ChatGPT,但“禁”肯定難以奏效,也不是長久之計,畢竟人工智能對學生的誘惑力太大了。

不如倒過來想,ChatGPT 可能帶來什麼好處?從一個完全不同的角度來看教育,ChatGPT 提醒我們:原來的教育模式本來就存在問題。

比如,佈置作業長期被認為是訓練學生的必要手段,好像天經地義,但它到底對學生的成長有沒有用?作業量的多少和學生成績的好壞真的有因果關係嗎?現在的學生之所以不停地刷題,是考核方式決定的,考核的邏輯與刷題的邏輯一致。

佈置作業的目的是讓學生從顯性課程中學習,但學生也從他們所參與的活動中學習,這叫“附帶學習”。教育哲學家杜威認為,附帶學習比學校中有關知識的學習更重要,因為它可以教育學生該以怎樣的態度面對未來。永遠有會考試的學生,但考高分的學生未必全都是好的學習者,有的甚至反而缺乏自主學習的能力。

自主學習的能力不能通過作業衡量,所以我們需要倒過來思考作業的有效性到底有多

高,以及是否應該在課堂中不以作業為導向,而轉為以討論、協作、做項目等為導向,來實行全新的考核模式。

在這種情況下,ChatGPT 不僅可以用,甚至還能變成教學工具。比如,一個老師過去給學生佈置寫作任務,讓他們對某件事情進行論證,並根據他們交上來的文本進行評分。現在,他可以要求學生使用 ChatGPT 生成一個論點,然後讓他們就論述中引用的材料進行注釋。最後,再讓學生根據自己的意見重寫。這時,ChatGPT 就可以成為鍛煉學生辨識信息能力的教學工具。通過這個過程,還可以考查學生有沒有信息素養,進而提陞“人工智能素養”,分辨人工智能給出信息的真偽,以及判斷它的邏輯是否合理。

教師的角色會發生廣泛轉變。教育工作者現在必須做

的是,不僅要告訴學生如何找到這些信息,還要告訴他們哪些信息值得信任,哪些不值得信任,以及如何區分它們。教師不再是信息的看門人,而是信息傳播的組織者。

教育工作者實際上應該給學生分配問題,然後讓他們來解決,而不是像現在這樣,更多的工作集中在對知識的傳授上。我們迫切需要轉變教育觀念:一個孩子變“聰明”意味着兩種能力的同時提高——既掌握那些成型的知識,又具備靈活解決問題的技能。關鍵之處由此變成如何找到兩種能力的平衡點。

作者:胡泳



來,請破壞這個廣告牌



待放的玫瑰。隨後,越來越多的路人拔走了廣告牌上男人的“鬍鬚”。到了傍晚,“鬍鬚男”變成“清爽男”。男人的鬍鬚會帶來刺痛感,而玫瑰花天生帶刺,該品牌商以兩者相似之處的“刺”為整體線索,以浪漫幽默的方式體現品牌價值:請愛護像花一般的女人,刮乾淨鬍子,別刺痛你的愛人。並且,廣

有段時間,某個寵物營養品牌商在法國街頭立了一系列廣告牌,牌子上的內容卻在鼓勵人們來“污染”它們:停一停,請你的狗狗過來尿尿吧!這是為什麼呢?原來,許多養寵物的法國人都沒有帶小狗去做體檢的習慣,於是,商家就推出了可以做尿檢的特殊裝置。只要小狗朝着廣告牌尿尿,不一會兒屏幕上就會顯示檢驗結果。這個裝置可以自動清洗,所以狗主人不用擔心結果不準確的問題。通過鼓勵狗狗“破壞”廣告牌的方式,商家在善意地提醒狗主人關注寵物健康的同時,還可以根據小狗的健康情況推薦合適的狗糧,可謂一舉兩得。

某個法國剃鬚刀品牌商曾在某年的情人節推出一個畫有布滿胡茬的男子半張臉的大型廣告牌,然後鼓勵人們拔掉廣告牌上男子的“鬍鬚”。剛開始,路人都不敢動廣告牌。有個大男孩試着上前拔掉了一根“鬍鬚”,沒想到收穫了一個小驚喜。原來,那根看似會扎人的鬍鬚,其實是一朵朵代表愛情、含苞

有些老生常談,于我們是充滿意義、回想和形象的,對於我們的兒女,卻是空洞的、可厭的。我們想把一個二十歲的女兒變成淑女,這在生理學上是不可能的。沃維納格曾言:“老年人的忠告猶如冬天的太陽,雖是亮光,可不足以令人溫暖。”由此可見,于青年人是反抗,于老年人是失望。於是兩代之間便產生了憤怒與埋怨的空氣。

最賢明的父母會用必不可少的稚氣轉換這種憤懣之情。你們知道英國詩人帕特莫爾的《玩具》一詩嗎?一個父親將孩子痛斥了一頓,晚上,他走進孩子的臥室,看見孩子睡熟了,但睫毛上的淚水還沒有干。在床邊的桌子上,孩子放着一塊有紅筋的石子,七八只蚌殼,一個插着幾朵藍鈴花的瓶子,還有兩枚法國



兩代之間

銅幣。這一切都是他最愛的,排列得很有藝術

告以“破壞”作為前提,鼓勵人們動手抽出玫瑰花籽,互動性極強。一個公益組織的主要援助對象是兒童。有一次,他們委託一家創意廣告公司在法國策劃一場“為失學女孩擦去暗淡人生”的公益活動。最終,該公司推出了一系列黑色基調的廣告牌並立在街頭。乍一看,這些廣告牌十分普通,是一群女孩坐在工廠里用縫紉機縫東西的畫面。實際上,這些廣告牌暗含玄機。原來,廣告公司的工作人員先在廣告牌上打印出女孩們在課堂上讀書的底稿,之後在上面覆蓋了一層女孩們用縫紉機縫東西的畫面,經過特殊處理後,上面這一層畫面是可以擦

除的。在街頭,人們每進行一次捐贈,就可獲得一塊橡皮擦,加入擦廣告牌的行動中。隨着人們的擦除,廣告牌黑色區域的面積越來越小,隱藏在下層的女孩子們讀書的場景就漸漸清晰起來。擦到最後,女孩們的厚重外衣都“脫”掉了,換上了鮮艷明亮的短袖;桌面上的縫紉機和碎布消失了,取而代之的是一個個本子和一支支筆;原本走在車間里的巡視員也“脫”去了黑色衣服,變身為“穿”着白襯衫的教師……

這些可以“破壞”的廣告牌,讓人們在參與互動的同時,親眼見證廣告牌由原本的平平無奇變為之後的驚喜連連,如此一來,廣告牌的受關注度和受歡迎程度就大大提陞了。

作者:流念珠

感,是他在痛苦之中自我安慰的玩具。在這種稚氣面前看到這動人的弱小的表現,父親懂得了兒童的心靈,後悔了。尤其在孩子的童年時代,我們應該回想起我們自己的經歷,不要去傷害那個年齡的孩子們的思想、情操、性情。做父母的要保持此種清明的頭腦是不容易的。

在二十歲時,我們每個人都想:如果有一天我有了孩子,我將和他們親近;我對於他們,將成為我的父母對於我不曾做到的父母。五十歲時,我們差不多到了我們父母當初的位置,於是輪到我們的孩子來希望我們當年所曾熱切希望的了。當他們到了我們今日的位置,變成了當年的我們以後,又輪到另一代來懷着同樣虛幻的希望。

作者:[法]安德烈·莫洛亞

你或許有過這樣的經歷:你與朋友或親人經歷了同一件事,事後,你們卻對這件事有很不相同的回憶。你對此感覺很奇怪——因為這是一件非常簡單的事,兩個人的回憶應該基本相同才對。

為什麼人們對同一件事的回憶差別如此之大呢?心理學家發現,問題就在對同一段經歷的編碼及記憶不一樣。

同一場錄像,兩段記憶

首先是編碼,你可以簡單地將其理解為注意和解釋。其中,動機扮演着重重要的角色,它負責分配一個人的注意力,影響這個人對事件的解釋。

1951年的一個真實事件很好地詮釋了動機的作用。那一年,美國的普林斯頓大學和達特茅斯大學進行了一場橄欖球比賽,普林斯頓大學以13:0贏得了比賽並獲得冠軍。但是在比賽後半段,雙方上演了一場拳腳大戰,導致雙方都有隊員嚴重受傷。

不久之後,兩所學校的心理學專家聯合做了一個實驗。他們讓兩所學校的學生觀看這場比賽的錄像,並要求這些學生進行客觀的觀察,注意比賽中出現的每一次摩擦,並確定哪一方對本次衝突負有責任(學生也可以認為雙方都有責任)。看完後,學生需要填寫預先準



備好的問卷。

結果顯示,“支持母校”的動機使兩所學校的學生都出現了記憶錯誤,參與實驗的學生大多數只注意到對自己學校有利的信息。接近90%的普林斯頓大學的學生注意到達特茅斯大學的運動員最先撞斷了己方一名主力運動員的鼻梁,但他們忽略了己方運動員在比賽後

隊員的犯規次數比實際多了一倍。最後,只有11%的普林斯頓大學的學生認為雙方在這場衝突中都有責任。

達特茅斯大學的大多數學生雖然準確統計了雙方的犯規次數,但是他們忽略了己方運動員最先撞斷對方主力運動員鼻梁這一行為,還把己方所有的野蠻行為解釋成“有必要的”。最後,只有36%的達特茅斯大學的學生認為此次爭端因己方運動員而起。

不同的知識,不同的記憶

記憶為何會錯亂

半段弄斷了對方一名運動員的小腿,並把比賽中一些正常的身體衝撞規定為對方犯規,以至於他們統計的達特茅斯大學

這是一個難度極高的挑戰,或許因為他們不擅長英語,又或許因為他們沒學習或練習過一些記憶技巧。

對另一些人來說,這個挑戰毫無難度。如果你對美國中央情報局、美國廣播公司和美國聯邦調查局的英文名稱簡稱 CIA、ABC 和 FBI 很熟悉,或者學習過一些記憶方法的話,記住這9個字母很容易。但是並非每個人都擅長英語,或都知道那3個美國機構,也並不是人人都懂得專業的記憶技巧。

即使只是關於這9個簡單的英文字母,不同的人也可能有不同的記憶,更不用說現實當中更為複雜的事件細節了。

錯誤的線索,錯誤的回憶

從我們腦海中提取一段記憶,往往需要一定的線索。如果提取記憶的線索不同或不夠準確,那麼我們的記憶也會不同或產生錯誤。心理學家洛夫特斯在1974年做了一項實驗,他用問題作為志願者提取記憶的線索,以證明用來提取記憶的線索是非常重要的。

我們已有的知識背景,也在影響我們的記憶。首先讓我們來看這樣一個記憶小挑戰:請在5秒內記住下面9個英文字母,只有一次機會,並保證自己明天還能記住:C,I,A,A,B,C,F,B,I。

你覺得這個挑戰難不難?對一些人來說,洛夫特斯招募了兩組志願者,讓他們認真觀看兩輛汽車相撞的同一段事故錄像。之後,他讓志願者們做測試問卷。問卷中有這樣一個問題:“當兩輛汽車?時,兩輛汽車的平均時速約為多少?”關於下劃線處的動詞,一組志願者得到的是“碰撞”,而另一組志願者得到的是“撞毀”。

研究結果顯示,雖然兩組志願者回憶的線索只有一個詞不同,但他們的回憶大不相同。得到“撞毀”的志願者普遍估計汽車時速約為66千米每小時,這高於另一組的55千米每小時,並且兩組志願者都高估了時速。

洛夫特斯的後續實驗還證明瞭,最初提取記憶的線索如何影響我們後續的回憶。一個星期後,他再次召集那兩組志願者,然後問了他們同一個問題:“車窗玻璃是否破碎?”

得到“撞毀”的志願者有32%認為“是”,而另一組志願者則只有14%認為“是”。實際上,錄像中的車窗玻璃並沒有破碎。

從這裡我們可以看出,僅僅是一個詞的差別,就足以引導出錯誤的回憶,並繼續影響我們後續的回憶。而在現實生活中,我們提取記憶的線索可不是只有一個詞。這樣看來,有同樣經歷的兩個人有着不同的記憶就不足為奇了。

除了上述因素,還有其他因素(健康、精神狀態和環境等)會使擁有相同經歷的兩個人產生不同的記憶。當然,科學家對記憶的認知研究一直進行着。



趙麟斌：論中國經濟建設與可持續發展

華人號·華人頭條·薈萃文坊 作者 趙麟斌



(趙麟斌先生為福州市鼓樓區委原書記、福州市委宣傳部原副部長兼文明辦主任、福州師專原校長、閩江學院原副院長，經濟學博士、二級教授、博士導師。)

【編者按】不久前福州首次被聯合國評為全球可持續發展的五個城市(中國唯一)，作為在福州政界、教育界服務四十多年的趙麟斌先生欣慰之餘，又感慨萬千。25年前他在職就讀於福建師大經法學院時所作的畢業論文即《試論可持續發展與福州經濟社會協調發展》(導師陳微、郭鐵民教授)，該文全文刊登在《中國改革報》1998年11月28日，同時發表在《福州師專學報》2000年4月第20卷第2期上。此後他又撰寫了《論中國經濟建設與可持續發展》一文，發表在《商丘師範學院學報》2004年2月第20卷第1期上。這些理論與實踐相結合的學術成果能夠應用到經濟建設與社會發展中，作為學者的他，也可欣慰與釋懷。

今天，我們重新編發這兩篇論文，除了富有紀念意義，也能對探索今後的新的發展有着一定的借鑒意義。祝願我們偉大的祖國日益強大，福澤人類。

摘要：可持續發展作為新發展觀意義深遠。鄧小平理論、“三個代表”重要思想是指導中國可持續發展的理論基礎。可持續發展以提高國民綜合素質為基礎而關鍵在於科教興國。

關鍵詞：經濟建設；可持續發展；科教興國；國民素質

中圖分類號：F124 文獻標識碼：A 文章編號：1672-3600(2004)01-0111-06

可持續發展作為一種新發展觀既是人類對歷史發展實踐的總結也是人類對新的發展實踐的一種構想它表明瞭人類對社會全面發展的認識日益科學和深刻。胡錦濤同志於2003年11月8日在中共中央召開的黨外人士座談會上強調指出實現全面、協調、可持續發展是全面建設小康社會的必然要求是解決我國一切問題的基礎。由此可見加深認識和認真研究可持續發展問題具有現實和長遠的意義。

自“國際環境和發展委員會”1978年正式使用“可持續發展”的概念和1980年聯合國大會向全世界發出“確保全球可持續發展戰略”呼籲以來可持續發展問題就引起了世界各國的高度關注。1992年6月在聯合國環境與發展大會上可持續發展被確立為當代人類發展的共同主題其內容涵蓋了“子孫後代的需要、國家主權、國際公平、發展中國家經濟的持續增長、自然資源基礎、生態抗壓力、環境保護與發展相結合”等主

要方面。

實際上古老的中華民族我們聰慧的祖先早就形成了樸素的可持續發展思想和進行過嘗試性行為。追溯歷史中國古代哲學家秦漢時期即發明瞭“天人合一”的學說這一觀念在歷來被稱之為“五經之首”的《周易》中得到了典型的體現。《周易》“廣大悉備”、“與天地準”它“廣涉”和“旁及”物質和精神生活的多個領域。雖然它所蘊含的思想豐富多彩甚至可以說是異常龐雜但其基本思路在於把天地人看作一個整體肯定天與人的歷史延續性。《系辭傳》說：“天地之大德曰生”、“生生之謂易”。通讀《周易》經傳可以看出其不厭其煩地說明“易”道之廣大、深遠、恆久根本精神就在於把整個宇宙看作是一個自我生成、自我演變的普遍的生命之流。它不僅真實說明瞭宇宙本來面目深刻闡釋了生命的由來和演進更重要的是揭示了生命本質即生生不息、剛健有為由此發現了宇宙變化的最深厚根源和在動力說明瞭人類社會變化也如自然萬物一樣循環反復永無止境。人類社會可以效仿自然綿延持續恆久存在。按《周易》的思維邏輯人類社會發展的持續性在義理上是可能的在實際上也是能達到的。

其中著名的“三才之道”值得一提。“三才”即是天人關係。《周易》作者已認識到人類與天、地、自然之間存在一種內在生命聯繫：相輔相成、溝通與和諧。它清楚地告訴我們人生於自然但又作用於自然自然撫育了人但也制約着人。人類活動和社會的延續、發展都建立在此關係基礎上。《易傳》篇中還首次提到“人文”一詞泛指人類文明認為人不能違背、擺脫自然規律而只能在處理好二者關係中去改造與創造這就是“人文化成”。“裁成天地之道輔相天地之宜”表示人類活動只有在尊重客觀規律並很好地運用它才能取得成功。《周易》啟發我們合理開發和利用自然資源、保護並優化生態環境達到人類與自然的協調與統一有利于保持經濟和社會良性運行與可持續發展。從這一層面看加深認識和積極研究可持續發展問題也具有中國古代哲學的基礎和久遠的歷史意義。

中國自20世紀80年代至90年代初已廣泛使用可持續發展概念但在1994年中國國務院發表《中國21世紀議程》前中國並沒有真正闡明可持續發展的戰略及其對策。中國共產黨第十四屆五中全會通過的《關於國民經濟和社會發展“九五”計劃和2010年遠景目標規劃綱要的建議》全國人民代表大會第八屆四次全體會議通過的《中華人民共和國國民經濟和社會發展“九五”計劃和2010年遠景目標規劃綱要》把實現經濟體制從傳統計劃經濟模式轉變為市場經濟體制將經濟增長方式從粗放型轉變為集約型的增長方式把科教興國和可持續發展戰略一起列為中國國民經濟和社會發展的戰略基點並將其作為中國實現跨世紀發展戰略的關鍵性措施可持續發展這一概念所包含的主要內容才較為全面而系統地被普遍認同和接受。

經濟和社會的可持續發展是建設中國特色社會主義現代化的重要戰略。經濟發展是可持續發展最基本的組成部分它是經濟與社會協調和可持續發展的基礎經濟與社會的協調、可持續發展是經濟發展的目的與結果。從可持續發展的角度來理解經濟的發展要求我們不僅僅單純謀求國民經濟的增長不能只追求短期的社會供求平衡和宏觀經濟運行的相對穩定而且還明確要求我們積極謀求經濟的增長和人口、資源、環境的協調發展從而實現經濟和社會長期的可

持續發展其意義可謂十分重大。

一方面可持續發展觀反映了人們對自己以往走過的歷程和今後所要尋求的發展道路認識的深化和發展它表明瞭人們對人類社會進入工業文明時代後所走過的道路進行了深刻的反思認識到了工業革命以來取得的空前的經濟增長和創造巨大社會財富的奇跡是以沉重的社會體系、生態體系的損失代價為前提的；原來的發展道路僅僅是通向必然王國的途徑它在本質上說是一條非持續的發展道路。可持續發展道路是一條與傳統的工業文明發展不同的、全新的發展道路。找到並踏上這一條全新的發展道路應是人類社會發展史上的一場深刻革命。

另一方面可持續發展觀並不是單純地反映了一種發展狀態和發展目標、僅僅重視現有發展成果及其積累？同時也強調了這種發展趨勢的持久性和未來發展的機會與能力更加重視社會財富廣泛的來源。可持續發展無論作為一種思想、一個戰略或是作為一種發展模式其根本的要求都是力求保持並造就一種可以持續發展的機遇和能力以保證社會發展具有持久發展條件的能力和目標。人類社會發展歷史已經用大量的事實證明瞭後工業文明以來的經濟活動與社會發展行為是一種最大化的追求物質財富的增長把GNP的增長速度作為評價社會福利的綜合性指標與國民生活可能達到素質的衡尺難免只是一種片面的認識。

事實上歷史的辯證法總是客觀公正地在人類社會歷史發展進程中發揮着作用。當我們今

基本國情是人口多、底子薄我們考慮中國的事情、辦中國的事情都不能脫離這個“實際”。我們現在進行的事業是一項嶄新事業馬克思沒有講過我們的前人沒有做過其他社會主義國家也沒有干過我們只能在干中學、在實踐中摸索。黨的十六大為我們再次指明中國建設社會主義只能從中國社會主義初級階段的實際出發而不能從主觀願望出發不能從外國模式出發更不能從對馬克思著作中個別論斷的教條式理解出發。

經過20多年的改革開放和現代化建設實踐我國經濟實力和綜合國力不斷增強經濟和社會的發展取得了舉世矚目的成就。但我們應清醒認識到中國仍處在社會主義發展的初級階段制約可持續發展的因素尚未發生根本性轉變。因此在制定和實施經濟和社會可持續發展戰略時一定要從中國的實際出發把社會主義初級階段與我國經濟和社會發展的現狀作為客觀的依據我們才能把握住中國經濟和社會可持續發展的條件和基本的要求才可能在實施中國經濟和社會可持續發展戰略的過程中根據新情況、新問題、新任務對其進行及時的、適當的調整才可能保證其實踐操作中的準確性。

發展是硬道理。可持續發展的中心環節是經濟持續、快速、健康的發展。我們必須抓住機遇加快發展力求走出一條既有速度又有效益的經濟增長路子始終把實現中國國民經濟持續、快速、健康發展作為促進社會進步和全面發展的基礎性工程並將之確定為中國社會主義現代化建設的中心任務。中國是一個發展中的社會主義國家保持經濟快速、持續發展有條件時要爭取發展快些爭幾年就上一個新台階。這一要求應該成為中國制定和實施可持續發展戰略的中心內容。

“兩手抓”應是中國可持續發展的基本方針。社會主義物質文明建設和精神文明建設、經濟發展和社會文明進步一起抓在完善和發展社會主義市場經濟的進程中大力促進社會文明的進步。我們不但要始終把生產力的可持續發展作為我國經濟和社會可持續發展的中心任務同時也強調要重視生產關係與社會關係方面的可持續發展並努力促使生產力與生產關係兩者在可持續發展上相統一的實現。這是社會主義大國實施可持續發展戰略的內在要求也是中國區別於資本主義發達國家和地區、區別於其他發展中國家自身所具有的特色和特點。

中國把建立和完善社會主義市場經濟體制作為中國社會主義初級階段經濟體制改革的目標模式作為中國經濟建設和現代化事業發展的必由之路。可以肯定這裏的精華主要在於把在落後的經濟、文化歷史基礎上誕生的社會主義同馬克思主義創始人和經典著作家們所設想的脫胎於資本主義歷史基礎的社會主義加以嚴格區別從而衝破了人們對傳統的、本本的社會主義計劃經濟模式的崇拜和對市場經濟的束縛。同時它也要求我們應當充分地學習借鑒、吸取和利用(被發達國家社會化大生產條件下所證明是切實可行和行之有效的)市場經濟這一現代社會調控經濟運行的模式最大限度地解放生產力和促進生產力的發展加快中國經濟現代化發展的進程。這不僅揭示了中國社會主義初級階段發展的客觀規律及其發展趨勢也揭示了當代社會主義發展的客觀規律及其發展趨勢是馬克思主義思想發展史上的一個新的創造性貢獻。



天進入現代的經濟和社會發展較為快速的時期冷靜思索一下就會發現我們並未真正地解決現實社會中普遍存在着的“不可持續發展”的問題。因此有效地克服經濟和社會發展中的缺陷探尋並走上經濟和社會可持續發展的健康發展道路就應成為當前實踐中的重大課題對於中國這樣一個發展中的大國顯得更加具有重大實踐意義。倘若真正保證經濟和社會的可持續發展就應當解決好現代社會發展中的經濟發展的速度、效益的最大化與最大限度的降低生態代價、減少社會成本的協調和結合以及樹立社會發展“以人為本”的嶄新理念等等。對可持續發展這樣一個帶有全局性的問題我們理應在實踐中認真地加以研究和探討。

鄧小平理論、“三個代表”重要思想是指導中國可持續發展的理論基礎。中國共產黨第十六屆三中全會指出要以鄧小平理論、“三個代表”重要思想為指導貫徹黨的基本路線方針積極樹立全面、協調、可持續的發展觀。把握歷史的發展階段和基本國情是制定、實施可持續發展戰略的出發點。中國是一個在經濟和文化比較落後的東方大國的歷史條件的基礎上經過新民主主義革命才走上社會主義道路的國家中國





(接上頁)在中國社會主義市場經濟的發展過程中實踐已經證明並將繼續證明選擇市場經濟的目標模式是正確的。當然我們也應清醒地看到在市場經濟條件下經濟發展與社會進步的同時中國社會主義現代化事業也承負着社會層面上客觀存在着、仍在滋生和蔓延的社會問題。就市場經濟對促進我國經濟的增長和對社會進步的影響而言效應是巨大的其對人們的思想道德觀念同樣地也將產生巨大的衝擊而且由於市場經濟本身固有的弱點和可能產生的負面消極影響客觀上也必然地對社會思想道德文化領域、社會心理的層面產生影響。這一切都把社會主義初級階段的市場經濟和社會主義精神文明建設相結合的問題擺到了我們面前提上了中國經濟和社會可持續發展的議事日程。

由於社會主義精神文明建設對市場經濟發展具有重要保證和促進作用也由於在中國經濟和社會發展進程中出現和產生了種種矛盾碰撞都要求我們必須處理好社會主義市場經濟和社會主義精神文明建設兩者的協調發展着眼于一手抓經濟建設、抓改革開放、堅持對外開放和對內搞活經濟;另一手抓精神文明建設、抓政治思想工作、抓法制建設、抓嚴厲打擊經濟犯罪和各種刑事犯罪、抓懲治腐敗。這不僅事關我國社會主義現代化成就而且也成為全面建設小康社會、實現社會全面進步和人的全面發展的關鍵所在。堅持物質文明、政治文明和精神文明三者有機發展與內在統一符合中國社會主義經濟增長必須和社會文明進步協調發展的規律為保證中國實現可持續發展提供了重要保證。可喜的是中國共產黨十六大及十六屆三中全會都再次明確地把實現社會全面發展擺在了重要戰略位置把社會主義政治文明、精神文明建設提高到了中國中、長期經濟和社會發展戰略規劃中更加突出的地位為中國發展之路進一步指明瞭大方向。

在經濟建設中把握可持續發展應注意幾個問題:首先經濟發展在經濟和社會可持續發展體系中起主導作用。可持續發展應該是生態、經濟、社會領域三者統一的全面發展。可持續發展具有生態的、經濟的、社會的、綜合系統的、運動着的可持續性在可持續發展整體系統運行中其基礎是以自然資源、生態環境為主要內容的可持續性其主導內容是經濟發展的可持續性;社會發展既是目標又是動力。因此在認識可持續發展的三個主要組成內容之間的統一性時還必須把握經濟發展在可持續發展體系中的主導地位與作用儘管這種主導地位與作用是建立在與其他兩方面可持續性相互適應和協調發展基礎上的。

其次經濟發展在經濟和社會可持續發展中的主導地位和作用是有條件的。現代經濟增長的任務不是單純地去創造一個以速度表現出來的形式上的發展而是考慮如何降低甚至要解決不以付出生態環境和長遠的經濟發展的效益代價去實現經濟的增長和消費的提高力求達到經濟發展的適度性與持久性的統一使經濟的發展既能保證當代人也保證後代人的社會生活需求能得到持久地滿足。經濟的發展應該同生態環境的承載能力相適應和相協調不僅需要國民經濟各部門、各環節、各層次的相互協調而且要使這一系統內部的協調性建立在生態環境良性的循環基礎上經濟的發展一定要嚴格地控制在生態有支撐的承載能力範圍內達到經濟的發展能保持其與人口、資源、環境的相互協調發展的狀態。經濟的發展也必須建立在依靠科技進步、科學管理、結構優化、集約經營等基礎上在控制和提高經濟運行質量的同時也必須優化和提高生態環境、資源質量以及利用效益不斷改善和提高國民生存和生活質量以實現經濟發展效益、生態環境效益、社會生活效益的最大化的優化組合。因此經濟發展雖是可持續發展系統中起主導作用的因素但其發生作用的程度、方向是有條件的。

其三可持續發展是經濟、社會、生態三種可持續發展相適應、協調與統一的发展。實踐證

明可持續的發展是生態、經濟、社會的三者動態的相互協調發展的有機統一即可持續發展是以生態、環境等因素為基礎的可持續發展又以經濟發展為主導推動社會進步;可持續發展又為生態的、經濟的可持續發展提供了可能與保證。因此在可持續發展的理論研究和實踐操作中上述三者的可持續發展之間相互聯繫、互為協調的相輔相成的辯證統一是在我們在認識可持續發展問題時一定要牢牢把握住的又一個重要特點。

其四對可持續發展的認同不能代替經濟和社會發展可持續發展戰略客觀上存在的由於各種原因所造成的差異性。雖然在基本內容及其相互間的關係問題上沒有太多的認識差異但在其外延上卻顯然各執一詞這種差異的原因主要是源于發達國家和發展中國家制定、實施可持續發展戰略既定的前提性差異即已有的生產力基礎和社會發展程度的差異。馬克思曾在《政治經濟學批判序言》中指出人類始終只能提出自己能夠解決的任務因為只要仔細考察就可以發現任務本身只能在解決它的物質條件已經存在或者至少是形成過程中的時候才會產生。所以我們在分析、借鑒發達國家可持續發展戰略時既要虛心學習他國的成功經驗又不能盲目地照搬照套;在制定和實施中國可持續發展戰略時必須實事求是地從基本國情出發從中國已有的或正在形成的綜合實踐能力的實際出發來設計自己的可持續發展的戰略。只有這樣中國的現代化建設進程才可能在正確和健康的發展軌道上前行。

三 可持續發展的關鍵在於科教興國。中國走可持續發展道路就必須把加快科學技術進步放在經濟和社會發展的關鍵環節充分地認識和重視科技進步在當代是經濟發展和社會進步的決定性因素。當今社會以科技實力和知識總量為基點支撐着國際性經濟競爭這決定着世界上各個國家未來的地位和命運。我們應當使經濟發展真正轉到依靠科技進步和提高勞動者素質的軌道上來。馬克思主義創始人早就從技術革命導致產業革命的歷史事實分析中闡述過科學技術對於生產力發展具有巨大的促進作用。他們已經敏銳地洞察到科學技術對經濟、社會發展的變革作用把他們不僅把生產力看成是最革命的力量而且強調“生產力中也包括科學”。在和平與發展成為主流的背景我們黨洞察到當代世界從政治冷戰進入經濟熱戰的現實清醒地意識到世界範圍內的綜合國力競爭越來越體現為科技水平的較量。對我國來說能否在這樣一場沒有硝煙的世界性戰爭中經受嚴峻挑戰關鍵是能否最大限度地解放和發展科學技術並以此推動生產力的發展和經濟增長。鄧小平同志早就精闢地提出了“科學技術是生產力”的論斷反復告誡我們“中國要發展離開科學不行”。

科學技術必須與經濟建設相結合科技體制改革是與經濟體制改革相配套的系統工程新的經濟體制應該是有利於技術進步的體制應該是有利於經濟發展的體制。科技人員和知識分子是先進生產力的實踐者不僅是我國工人階級的一部分而且是推動我國經濟和社會進步、實現現代化的重要力量。要重視人才問題、要尊重知

識、尊重知識分子。應積極關注科學技術發展的最新成果時刻關注科技進步態勢在把科學技術作為第一生產力時一定要“發展自己的高科技在世界高科技領域佔有一席之地。”不久前“神州五號”飛船發射成功向世界昭示了中華民族在載人航天技術上的進步也反映出中國科技的飛速發展充分展示了高科技的無限生機和魅力。

科技對於促進經濟和社會發展的巨大作用表明科教興國已成為中國實現可持續發展的關鍵所在。黨的十五大、十六大在制定中國經濟和社會發展跨世紀戰略目標時都作出了“實施科教興國和可持續發展戰略”的正確決策強調指出“科學技術進步是經濟發展的決定性因素要充分估量高技術發展對綜合國力、社會經濟結構和人民生活巨大影響把加速科技進步放在經濟社會發展的關鍵地位”。我們是發展中國家應該更加重視運用最新技術成果實現技術跨越發展。中國實現可持續發展要走科教興國之路的思想已經在中國共產黨第三代領導集體的實踐中有了新的演繹與發展其對於我國經濟、社會的可持續發展戰略的實現影響極其深遠。新一屆黨中央領導集體更是在這一方面加大運作力度會更加顯示出它的無比正確性和不同凡響的效應。

可持續發展要以提高國民綜合素質為基礎。提高國民綜合素質強調人自身的發展是可持續發展觀的必然要求。當代許多國家在制定和實施發展戰略的過程中無不積極地挖掘、利用人類自身的知識和智慧資源這導致了一個現代社會以知識和智力資源為基礎的社會文明趨勢的形成。以人與自然和社會統一協調發展為核心內容的可持續發展的構想與實踐已成為世界各國制定和實施可持續發展戰略時十分關注的重要方面。

在新形勢面前中國的事情能不能辦好國家能不能長治久安從一定意義上說關鍵在人。構想以人的發展為重要內容的可持續發展戰略要求不僅是對馬克思主義在新的歷史時期的具體豐富與發展也是在新的歷史時期我國必須解決好的一個重大的歷史課題。生產力的發展也是人本質力量的發展把人的發展同社會歷史的發展聯繫起來看社會主義就是要在實現保證社會生產力高度發展的同時又保證人的全面發展並且認為人的全面發展是社會主義理想的價值目標。

要在當代競爭中立于不敗之地並保持經濟和社會的可持續發展沒有國民綜合素質的提高做基礎是不可能的。國民綜合素質是人們的體力、智力、文化、科技、政治觀念和道德觀念諸多因素的總和從中國實際情況出發尤其是在科學文化和道德素質方面在經濟和社會的發展過程中在參與國際競爭的實踐中提高國民綜合素質越來越重要。中國要保持可持續發展順利地實現建設現代化強國的奮鬥目標就要認真地研究和解決好人的自身素質不斷提高的問題這不僅是可持續發展本身所要求的既定目標之一也是實現經濟和社會可持續發展的最重要的保障條

件之一。

提高我國國民的綜合素質既是解決人與人、人與社會關係問題的需要也是解決人與自然、經濟與環境、經濟與社會關係問題的需要。中國國力之強弱、經濟發展後勁之大小越來越取決於勞動者素質取決於知識分子的數量和質量。一個十幾億人口的大國教育搞不上去了人才資源的巨大優勢是任何國家都比不了的。有了人才優勢再加上先進的社會主義制度我們的目標就有把握達到。中國目前國民綜合素質的狀況和提陞的速度都同可持續發展的實現有較大差距。我們一定要把提高全民族思想道德、文化素質作為精神文明建設的根本任務和要求作為促進中國可持續發展目標實現的世紀性工程來抓。

此外我們還要抓好人口、資源、環境問題穩妥地打好可持續發展的基礎。我們在制定和實施可持續發展戰略時要十分重視把控制人口的增長、合理開發和利用資源、保護環境放到重要位置上來使人口的增長同經濟的發展相適應使經濟的增長與資源、環境相協調。在這個問題上我們國家大底子薄只有經過長期奮鬥才能趕上發達國家的水平。中國對人口增長實行嚴格控制是從我們的切身利益出發的這是中國的重大戰略決策。經濟增長與人口、資源、環境如何協調地相互適應和發展是當今人類所面臨的重大課題。對中國來說隨着工業化的進長、資源低效率的大量使用造成的浪費、環境保護意識淡薄造成的環境惡化已成為制約中國經濟和社會發展的主要因素。作為一個發展中國家我們不僅要解決好所面臨的保持經濟快速、持續、健康發展、推動社會全面進步的歷史任務而且要解決好控制人口、合理開發和利用資源、加大環境保護力度的重大問題。只有當經濟的發展同這些方面的因素相適應、相協調發展時經濟的發展同社會的發展、當前的發展同長遠的發展、眼前的利益和恆久的利益才能相統一相協調經濟和社會的可持續發展和全面進步才有了堅實的基礎。

因此我們在實施經濟和社會可持續發展戰略的實踐中一定要嚴格控制人口的增長堅定不移地執行計劃生育的基本國策努力實現中國既定的人口增長控制目標並同時大力提高國民的綜合素質為實現經濟和社會的發展提供更好的環境基礎;在經濟的發展中一定要十分注意節約資源儘快地完善市場對資源優化配置的基礎性功能努力初步建成市場經濟體制並在2010年使之比較完善力爭形成降低消耗、節約資源、增加資源、增加效益的經濟增長的良性運行機制使經濟增長真正地轉到以提高效益為核心、集約型的發展軌道上;要把經濟發展和社會進步建立在在不威脅人類生存和發展的環境基礎上加緊不斷加快和經濟增長進入快車道後人口的迅速增大環境保護的宣傳力度以增強全民的環保意識加大對環境保護的投入努力提高廢物綜合治理水平完善自然資源有償使用制度和價格體制建立和完善資源更新和環境保護的經濟補償機制。只有這樣我國的經濟和社會可持續發展才有一個良好的入口、資源、環境的基礎。

總之制定和實施經濟和社會的可持續發展戰略我們一定要以當代中國的馬克思主義——鄧小平理論和“三個代表”重要思想為指導從中國實際出發加以科學地設計和實踐並在實踐中認真貫徹執行中國業已確定的正確的發展戰略步驟這樣我們就一定能夠順利地實現把中國建成現代化的社會主義強國的宏偉奮鬥目標。

參考文獻:

- [1]中華人民共和國國民經濟和社會發展“九五”計劃和2010年遠景目標規劃綱要[Z].
- [2] 汪洋.〈中華人民共和國國民經濟和社會發展“十五”計劃綱要〉解答[Z].北京:中國計劃出版社:2001.
- [3]中共中央關於完善社會主義市場經濟體制改革若干問題的決定[Z].北京:人民出版社:2003.
- [4]劉玉平.〈周易〉與可持續發展[N].光明日報2003-11-13.



你接种了 所有的疫苗吗？

在生命的特定阶段,可以获得拯救生命的疫苗,有效地保护您免受可预防疾病和死亡的侵害。

以下是疫苗可预防的疾病,您可以在各个年龄段接种疫苗:

婴儿/儿童 (0-6岁)

- 乙型肝炎
- 轮状病毒
- 白喉、百日咳和破伤风
- 肺炎球菌病
- 小儿麻痹症
- 新冠肺炎 (COVID-19)
- 流感
- 麻疹、腮腺炎和风疹
- 水痘
- 甲型肝炎

儿童/青少年 (7-18岁)

- 新冠肺炎 (COVID-19)
- 流行性感冒
- 破伤风、白喉和百日咳
- 人乳头瘤病毒
- 脑膜炎球菌病



成年期 (19+ 岁)

- 新冠肺炎 (COVID-19)
- 流感
- 带状疱疹
- 肺炎
- 乙型肝炎

- 麻疹、腮腺炎和风疹
- 破伤风、白喉和百日咳
- 人乳头瘤病毒
- 水痘

如果您错过了某种疫苗,请致电亚洲国际社区卫生中心,我们可以为您接种疫苗。



ICHC 阿克伦

370 E Market St
Akron, OH 44304
(234) 312-3607

ICHC 克利夫兰

2999 Payne Ave Ste 140
Cleveland, OH 44114
(216) 361-1223

現金結賬
八折優惠
敬請光臨

帝龍酒家

全日免茶位 名廚師精烹

精美點心
全日供應
歡迎訂座



焗菠蘿包
Baked Pineapple Buns



蒸叉燒包
Steamed BBQ Pork Buns



潮州粉果
Home Style Dumplings



蘿蔔糕
Turnip Cake



鮮竹卷
Bean Curd Skin Roll w. Meat & Shrimp



焗叉燒包
Baked BBQ Pork Buns



流沙包
Sweet Juicy Buns



芒果布丁
Mango Pudding



炸兩蒸腸粉
Crispy Bread Rice Noodle Rolls



芋頭餃
Taro Dumpling



鹹水角
Deep Fried Savory Pork Dumpling



煎堆
Sesame Balls



豉汁排骨
Steamed Spare Ribs



鍋貼
Pot Stickers



皮蛋瘦肉粥
Congee w. Preserved Egg & Pork



素菜餃
Vegetable Dumpling



蔥油餅
Scallion Pancake



齋春卷
Vegetarian Spring Rolls



大特價

姜葱雙龍蝦 \$39.95

BEST CHINESE CUISINE IN OHIO

俄州最佳中餐廳

(440)534-1063

(440)534-1071

WWW.IMPERIALDRAGONOH.COM

8310 TYLER BLVD, MENTOR, OHIO 44060

Open Hours: 7 days a week 11am-10pm

帝龍酒家 11月19日 星期日起開始供應

- 生猛龍蝦 特價酬賓 \$21.95 (姜葱或廣東龍蝦湖)
- 花生豬手煲 --\$15.95
- 辣子雞丁 --\$15.95
- 川味水煮魚 --\$24.95
- 夫妻肺片 --\$14.95
- 椒鹽鮮魷 --\$17.95
- 梅菜扣肉 --\$17.95
- 金牌貴妃雞 --\$17.95 (半隻)
- 明爐烤鴨 --\$24.95 (半隻)
- 柱侯牛腩煲 --\$24.95
- 清蒸海上鮮 --\$24.95
- 魚香茄子煲 --\$15.95
- 什菌玉子豆腐 --\$15.95
- 時令羊腩煲 --\$29.95
- 椒鹽大蝦 --\$17.95
- 常備各式時蔬 --\$14.95
- 京都肉排 --\$15.95
- 北京烤鴨半隻 --\$34.95
- 全隻 --\$68.95



聖誕節 全日營業



禮券

\$5.00

本酒家每天提供兩款半價點心, 半價點心不可與其它特價優惠兼用。本禮券只可在下一次來本酒樓就餐時使用。

