



From now on you have 365 days to achieve your dreams, goals, resolutions and a full year in which I will support you.

Margaret Wong

伊利華報 ERIE CHINESE JOURNAL

• 本報在東北部、克里夫蘭、哥倫布、匹茲堡、辛辛那提、紐約、肯塔基州等地發行。Published in Cleveland, Columbus, Pittsburgh, Cincinnati, NY and KY
第四八五期 Vol.485 Jan.15 2024 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
俄亥俄州最大華人連鎖超市
俄亥俄州密西根州

PARK TO SHOP
新鲜蔬果 面包糕點
游水海鮮餐食批發
企城百佳 Tel:(216)781-3383
1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

平衡心態盼進步 滿懷希望迎龍年



詳細內容請見本期有關版面

Avvo Clients' Choice 2015
Immigration

BEST LAW FIRMS U.S.News
IMMIGRATION LAW TIER 1 CLEVELAND 2016

黃唯大律師
滿足您所有的移民要求

Margaret W. Wong & Associate Co., L.P.A. Attorneys At Law 黃唯律師樓

- 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並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(唯一華裔得獎人)
- 榮任聯邦律師克里夫蘭工會主席

精辦 各類移民: 國家利益豁免, 杰出人才、教授及研究人員移民, J1 回國豁免, 勞工卡, L1 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, 遷解出境, 上訴, 出庭至聯邦巡回法庭, 監獄保釋, 刑事綠卡等。

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

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

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

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

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,

**弘揚中華文化
交流達中信息**

伊利華報

ERIE CHINESE JOURNAL

**服務華人社區
振奮民族精神**

社長 / 主編: 浦瑛 總編輯: 劉元華
移民法律顧問: 黃唯 版面 / 網頁編輯: 程 BEN
特約撰稿人 Columnist: Cynthia Marek Lundeen
特約撰稿/ 編輯: 冰凌; 艾文
廣告熱線 Marketing: 216-324-2959 Add: 3500 Payne Ave, 1-B Cleveland OH 44114

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

Tel: (216) 324-2959; Fax: (330) 405-3480

Add: 3500 Payne Ave, 1-B Cleveland OH 44114

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

營業 周一至六 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

N St Clair Ave.NE
90
E 30th St
E Superior Ave
Payne Ave.

SHISEIDO GINZA TOKYO
BEST WISHES FROM TOKYO

新的一年

新的一年，心想事成
恭喜發財，多買獎券
順心如意，丈夫聽話
人間有愛，媽媽最好
盼望奇蹟，媳婦早來
早日抱孫，龍的傳人
平安如意，抱抱兒子

劉天擎
詩歌園地

東海海鮮酒家
Siam Cafe SEAFOOD RESTAURANT

願您壽比南山前程似錦

龍騰鳳舞快樂相會

朋友歡聚喜迎新年

祝您福如東海萬事如意

Siam Cafe
OPEN 7 DAY
10:00 AM. TO
10:00 MIDNIGHT

Tel: (216) 361-2323 Fax: (216) 361-9191
3951 St. Clair Ave. Cleveland, OH 44114

HUNAN BY THE FALLS

恭賀新 年

湖南飯店

新年快乐

2024 YEAR OF THE DRAGON

HAPPY CHINESE NEW YEAR

508 East Washington Street
Chagrin Falls, Ohio 44022
Tel: 440.247.0808 Fax: 440.247.9133
Web: www.hunanbythefalls.com
E-mail: comments@hunanbythefalls.com

歡迎光臨！ 吉祥如意，心想事成，健康平安！

歡迎品嘗

向新者顧客祝福，祝大家新年快樂！

BUSINESS HOURS
Sun: Noon-8:45pm
Mon-Thurs: 11:30am-9:45pm
Fri & Sat: 11:30am-10:45pm

Cleveland Orchestra 44th annual Martin Luther King Jr. Celebration Concert



Cleveland Orchestra 44th annual Martin Luther King Jr. Celebration Concert
Sunday January 14 7 pm
Severance Music Center

The Cleveland Orchestra will host its free, annual concert honoring the life and legacy of Dr. Martin Luther King Jr. in the Jack, Joseph and Morton Mandel Concert Hall at Severance Music Center on Sunday, January 14, 2024, at 7 p.m. Free tickets are available first-come, first-served.

The Martin Luther King Jr. Celebration Concert on January 14 will be broadcast live for free on Adella.Live, the digital home of The Cleveland Orchestra. It will also be available to watch live on YouTube.

The celebration of Dr. King continues with a free MLK

Community Open House & Day of Music on Monday, January 15, from noon to 5 p.m. Severance Music Center will be filled with music, dancing, and more. The casual environment of the Day of Music welcomes visitors of all ages to experience performances by community ensembles throughout the building and enjoy hands-on activities. Tickets are not required.

Hear Our Voices – MLK Day Celebration

Monday January 15

11am – 5pm

Maltz Museum

2929 Richmond Road, Beachwood

Free and open to the public. Honor iconic civil rights leader the Rev. Dr. Martin Luther King, Jr., and everyday citizens who fought against discrimination while celebrating the everyday hero in you. See the treasures and ritual objects in The Temple-Tifereth Israel Gallery, and share in the Jewish immigrant experience that makes up An American Story. Explore the Maltz Museum's special exhibition, The Girl in the Diary: Searching



for Rywka from the Lodz Ghetto, while enjoying hands-on activities on this family-friendly day!

Don't miss featured Keynote Speaker Pulitzer Prize winning journalist Wesley Lowrey at 1pm. A book signing will follow.



Shore-to-Core-to-Shore TIF District seeks to transform waterfronts, strengthen city core and Cleveland neighborhoods

TIF will capture property tax value increases to pay for public improvements across the city

Tuesday, Jan. 9, 2024 — Cleveland — At the first Cleveland City Council meeting of 2024, the Bibb Administration introduced legislation to create a new tax increment financing (TIF) District. The proposed Shore-to-Core-to-Shore TIF District is designed to create, capture, and leverage growth in Cleveland's Downtown to support public improvements that will transform the city's waterfronts, improve the downtown core, and fund investments in parks and public spaces across Cleveland neighborhoods.

"We have a once-in-a-generation opportunity to make Cleveland one of the nation's most attractive two-waterfront cities, and we will do it in a way that puts people first and increases the quality of life for residents across the entire city," said Mayor Justin M. Bibb.

Within the Shore-to-Core-to-Shore TIF District, a portion of new property tax revenue generated by an increase in property values will be set aside for authorized public infrastructure investments with the potential to drive additional development and growth.

Historically, TIFs have been used in Cleveland on a project-specific basis for things like new hotels and shopping centers, but the Shore-to-Core-to-Shore TIF District will capture property tax growth from a broad geographic area and use the proceeds for public improvements. Similar strategies have been successful in peer cities including Columbus (Easton and the Arena District) and Cincinnati (Downtown/Over-the-Rhine and Uptown Gateway), to spur significant growth.

The TIF district also lays the foundation for a secure stream of revenue that will increase the potential for federal, state, and new private investment in Cleveland—one example being the recent \$15 billion strategic partnership between Kansas City and the U.S. Department of Transportation.

"Over the past 100 years there have been dozens of plans and ideas put forward for the lakefront, riverfront and public spaces across the city—but no way to fund them," said Cleveland's Chief of Integrated Development Jeff Epstein. "TIF is a financial tool that gives us local

funding to put our plans into action, the leverage to attract additional investments and, ultimately, puts Cleveland on a growth trajectory that benefits the entire region and its taxing entities."

TIFs are typically in place for 30 years and the Shore-to-Core-to-Shore TIF would take effect for a 30-year period beginning Dec. 31, 2023, following passage of the legislation. In November 2023, city council passed legislation that extended five existing TIFs for an additional 30 years beginning in 2033 with the last of the five resetting in 2036. Depending on the amount of property value appreciation, the combined value of the existing TIFs and the new Shore-to-Core-to-Shore TIF District is estimated to be between \$3.5 and \$7.5 billion over the next 42 years.

Funds from the Shore-to-Core-to-Shore TIF can only be spent on public improvements and additional legislation must be passed to spend dollars generated by the TIF. While the success of the strategy relies on making substantial public infrastructure investments on the lakefront and Cuyahoga riverfront, funds from the TIF district can be spent anywhere within the City of Cleveland, allowing for investment in the citywide Parks and Recreation Master Plan and other public improvement projects in Cleveland's neighborhoods.

"City Council is very interested in this proposal, and we are looking forward to learning more and collaborating as the process continues," said Cleveland City Council President Blaine A. Griffin. "The TIF District has great potential to fuel growth and fund much-needed public improvements across our city."

The proposed legislation prohibits funds from being used for any sports stadiums or arenas and does not impact revenue generated by existing TIFs. The proposed TIF district is also a non-school TIF, which means the Cleveland Metropolitan School District will continue to receive the amount of property tax payments that would have been payable to the school district if there were no TIF in place.

Additionally, the Core-to-Shore-to-Core TIF will not reduce current taxes paid to entities that receive a share of property taxes. Over the

long term, even the most conservative estimates show that revenue growth in income tax, sales tax, and property tax across the entire region will more than offset the use of property tax revenue increases from the TIF District for public improvements.

"Now is the time for us to go beyond managing decline and make major investments in our future," said Mayor Bibb. "This is our mo-

ment, and these investments will strengthen our Downtown core and serve as a catalyst to make Cleveland the truly world-class city we know it can be."

For more information and a map of the proposed TIF district, please see Shore-to-Core-to-Shore TIF district FAQs.



Justice, For All.

安正桓是在克利夫兰市出生的第二代韩国人。他将参加凯霍加县检控官选举。2024年3月19日的初选将决定11月大选的民主党人选。检控官的位置很重要，他保护所有的市民的公正与平等。安正桓需要我们亚洲人社会的支持，让我们组织起来，保护我们的权利，壮大我们的政治力量，建立一个新的平台为下一代创造更好的未来。第一步就是在初选为安正桓投票。谢谢大家支持。



投票之外，安正桓的竞选委员会需要更多的志愿者和善款。扫二维码以了解更多。
www.matthew-ahn.com

安正桓 (Matthew Ahn) 的背景

- 法律助理客座教授，克利夫兰州立大学
- 联邦辩护律师，俄亥俄州北部地区
- 法官助理，联邦第三巡回上诉法院，纽约州北部地区
- 儿童权利奖学金律师，正义行动 (纽约市非盈利组织)
- 两次打破吉尼斯世界纪录 (在最短时间内到达纽约市的每一个地铁站)
- 法学博士学位，纽约大学
- 化学、音乐学士学位，凯斯西储大学

Paid for by Friends of Matthew Ahn Printed In-House

Governor DeWine, Lt. Governor Husted Release Statements Following Court Decision that Temporarily Blocks Social Media Parental Notification Act Law was to go into effect January 15, 2024

(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted released the following statements after Chief Judge Algenon L. Marbley, the United States District Judge for the Southern District of Ohio, Eastern Division, granted tech lobbying group NetChoice's request to temporarily stop the Social Media Parental Notification Act from being enforced beginning January 15 while their request for a preliminary injunction is pending. NetChoice represents Meta and other social media giants.

"I supported the Social Media Parental Notification Act because parents should have a role in their children's social media use," said Governor DeWine. "The negative effects that social media sites and apps have on our children's mental health have been well documented, and this law was one way to empower parents to have a role in their kids' digital lives. I am disappointed in this injunction and hope it will be lifted as the case further proceeds so these important protections for children can take effect."

"I'm very disappointed in today's ruling," said Lt. Governor Husted. "The big-tech compa-



nies behind this lawsuit were included in the legislative process to make sure the law was clear and easy to implement, but now they claim the law is unclear. They were disingenuous participants in the process and have no interest in protecting children."

The Social Media Parental Notification Act requires certain online companies to obtain verifiable parental consent to contractual terms of service before permitting kids under the age of 16 to use their platforms. This proposal was championed by Lt. Governor Husted, passed by the General Assembly, and signed into law by Governor Mike DeWine as part of the 2023-24 executive budget and was to take effect on January 15, 2024.

The law also includes a requirement for

companies to provide parents with their privacy guidelines to show them what will be censored or moderated content on their child's profile.

About the Social Media Parental Notification Act: Companies must:

Create a method to determine whether the user is a child under the age of 16.

Obtain verifiable parental or legal guardian consent.

Send written confirmation of the consent to the parent or legal guardian.

If the user indicates that they are under the age of 16, the following methods can be used for verification:

Sign a digital form consenting to the terms of service.

Use a credit card, debit card, or other online

payment system.

Call a toll-free telephone number.

Connect to trained personnel via video-conference.

Check a form of government-issued identification.

Who this includes:

Social media and online gaming/activities companies accessed by children

Who this does NOT include:

E-commerce: Online shopping

Media outlets

If a parent or legal guardian fails or refuses to consent to the terms of service, the company must deny access or use of the online website, online service, online product, or online feature by the child. In cases in which operators fail to provide notification or a parent wishes to terminate a child's access, parents should contact the website operator who then has 30 days to terminate the child's access. If parents are unsuccessful in the account being deleted, they are encouraged to file a complaint with the Ohio Attorney General's Office at OhioProtects.org.

Governor DeWine, Lt. Governor Husted Announce Support for Citywide Broadband Expansion in Cleveland Broadband Ohio to Support Launch of Citywide Broadband Network with \$10 Million Grant

(CLEVELAND, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Lt. Governor Jon Husted joined Cleveland Mayor Justin M. Bibb, Cleveland City Council President Blaine Griffin, and DigitalC CEO Joshua Edmonds this afternoon to announce an historic investment in a large-scale broadband expansion project to make high-speed, dependable internet more accessible and affordable for the entire city of Cleveland.

Connecting Cleveland

The Ohio Department of Development's BroadbandOhio is partnering with the city of Cleveland and Cleveland-based nonprofit DigitalC to create a broadband network that will offer high-speed, low-cost internet service across Cleveland, which was identified as the worst-connected large city in 2019 by the National Digital Inclusion Alliance.

"In a world where the internet has become nearly as essential as electricity, we know how important it is that our citizens are connected," said Governor DeWine. "We are committed to closing the digital divide in Ohio—not just in rural parts of the state, but also right here in urban centers like Cleveland where affordability can be more of an obstacle than access."

BroadbandOhio is supplying \$10 million in grant funding for the project, while the city of Cleveland is providing up to \$20 million in financial support. Contributions from the Jack, Joseph, and Morton Mandel Supporting Foundation, the David and Inez Myers Foundation, and other sources will also aid the project, which has an estimated total cost of \$53 million.

"If we want all Ohioans to participate in the modern economy, education, and healthcare sys-

tems, then we need to make sure that they have access to affordable, high-speed Internet," said Lt. Governor Husted. "While many underserved communities are in rural Ohio, Cleveland is an example of an underserved urban community. Through this investment, we hope to improve lives by con-



nnecting people to important services and opportunities."

DigitalC plans to officially break ground on the citywide broadband expansion project this month and is aiming for the entirety of Cleveland's 170,000 households to have access to low-cost broadband by the middle of next year. The price to access the network will be locked in at just \$18 per month for at least 10 years, only allowing for changes due to inflation after the fifth year.

"We all know high-speed internet is simply a requirement to live, work, and play in the world today. This incredible investment and partnership from the State will help us accomplish our vision of ensuring every single Clevelander will have access to an affordable, powerful internet plan. It

doesn't matter what neighborhood you are in or how much money you make—if you live in Cleveland, you will be able to use this necessary utility for only \$18 per month," said Mayor Bibb. "That's \$216 per year—a perfect fit synonymous to the area code of Clevelanders."

"Investing in the infrastructure that connects our communities is an investment in the hopes and dreams of every Cleveland resident," said Lydia Mihalik, director of the Ohio Department of Development. "This funding will play a pivotal role in making high-speed internet accessible to all, fostering inclusivity and providing more opportunities for growth in this great city."

In addition to providing low-cost internet service, DigitalC will also work to encourage Cleveland residents to adopt and use broadband by offering basic coaching and digital literacy training.

"This landmark investment underscores Ohio's unwavering dedication to ensure every resident has access to fully participate in the digital world without barriers," said Edmonds.

"We are deeply appreciative of this transformative grant from BroadbandOhio; this support, in conjunction with trailblazing contributions from a coalition of public, private, and philanthropic partners, will propel this state-of-the-art citywide network forward and ensure an equitable digital future for our city."

Since its inception in 2015, DigitalC has connected more than 2,000 Cleveland households to broadband internet, including the homes of more than 900 students in the Cleveland Metropolitan School District.

This project builds on the DeWine-Husted Administration's efforts to expand and enhance broadband connectivity for families across northeast Ohio. Since BroadbandOhio was established more than three years ago, the state has dedicated \$245 million to connecting more than 135,000 homes to reliable and affordable high-speed internet. This funding includes nearly \$10 million in grants awarded in July 2022 to help nonprofit PCs for People expand internet access to roughly 25,000 Cuyahoga County households. The project provided internet to these communities for \$15 a month and, in some cases, free of charge.

Governor DeWine Announces Nomination of Adam Heffron to Lead the Ohio Expo Center and State Fair

January 08, 2024(COLUMBUS, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine today announced that from the candidates sent by the Search Committee of the Ohio Expositions Commission and State Fair, he is recommending the appointment of Adam Heffron to be the new executive director of the Ohio Expo Center and State Fair. Heffron will replace long-time General Manager Virgil Strickler, who is retiring.

Heffron comes to Ohio from his position as the Director of Dane County's (Madison, WI) Alliant Energy Center, a multi-venue events center hosting agricultural and other large events in Wisconsin's state capital.

"I am excited to welcome Adam Heffron back to Ohio to lead the next period of growth and development at the Ohio State Fair," said Governor Mike DeWine. "Adam has the experience and passion to make our state fair the best in the nation. He will lead the changes outlined in the Expo 2050 plan that will make our fairgrounds even better for fairgoers, exhibitors, and other visitors."

Heffron has more than 30 years of experience in the hospitality and entertainment industry, including organizing major music and

agricultural events.

Heffron worked in the industry in leadership positions with the Wisconsin State Fair, Washington State Fair, Meet Minneapolis: Convention & Visitors Association, the Minnesota State Fair, and the Ohio Expo Center and State Fair.

In addition to his agricultural events experience, Heffron was Director of Facilities and Operations for Milwaukee World Festival, Inc. which produces Summerfest, one of the world's largest music festivals, generating \$187 million in economic impact for the Milwaukee community.

"I am excited to step into this role and build upon the incredible legacy of Virgil Strickler by helping to make the Governor's 2050 vision a reality. I look forward to bringing my diverse experiences to the table to lead Ohio's state fair and expo center in becoming the best in the nation," said Heffron.

Heffron's appointment must be confirmed by a vote of the members of the Ohio Expositions Commission. Commission Chair Angela Krile notified members today of a special meeting to be held at 3:00 p.m. in Kasich Hall on January 10, 2024 to conduct the vote. Following a positive vote by the Commission, Heffron is expected to start in March.

Governor DeWine Calls Special Election for Ohio's 6th Congressional District



with the Governor's resignation effective January 21st, 2024 at the end of the day. The formal communication of the resignation allows the Governor to call the special election and issue a Writ of Election.

IMPORTANT DATES:

January 19th: Declaration of candidates for partisan candidates must be filed with the Mahoning County Board of Elections by 4:00 p.m.

January 24th: The Mahoning County Board of Elections must certify the names of the candidates that will appear on the special primary ballot to Washington, Noble, Monroe, Belmont, Harrison, Jefferson, Carroll, Tuscarawas, Stark and Columbiana county boards of elections.

March 19th: The Special Election Congressional Primary takes place.

June 11th: The Special Congressional General Election takes place.

(COLUMBUS, Ohio) **January 04, 2024**—Governor DeWine announced special election dates for the 6th Congressional District to fill the District's upcoming vacancy. The election schedule will include a partisan primary occurring on March 19th, 2024, and the general election occurring on June 11th, 2024.

Rep. Bill Johnson formally communicated



克利夫蘭鳳凰俱樂部跨年派對

撰稿:章秀芬



四季輪回，歲月流轉。
美好都會在冬天沉澱，希望終將在春天發芽！

為迎接即將來臨的2024新年，2023年12月30號晚上5點至9點，“鳳凰俱樂部”在寶龍大酒店隆重舉辦了迎新“跨年派對”。參加活動的既有年輕人，也有八十多歲的老人。大家都穿着節日的盛裝，喜氣洋洋，歡聚一堂！

一邊品嚐着美食佳肴，一邊暢談着幸福的人生！
“鳳凰俱樂部”的創始人李鳳老師和李春華兩位女士忙前忙後地為大家服務。不停地給大家敬酒，拍照，錄像照顧着參加晚會的每一



凤凰俱乐部2024跨年派对



“双双对对”篇



凤凰俱乐部2024跨年派对

凤凰俱乐部2024跨年派对

位來賓。

晚宴過後第二項活動是遊戲。其內容包括“心有靈犀”(你比劃我來猜)和“倒着說”。參與者都發揮了自己的聰明才智，彷彿回到了孩童和學生時代，歡聲笑語此起彼伏！在此期間，還穿插着互相拍照留念；女士們穿着鮮艷的衣服，擺着優美的姿勢留下了一張張美妙的身影！

接着就進入了晚會的高潮部分——集體跳舞。首先是廣場舞。亞洲城大家庭廣場舞的姐妹們如同舞臺上跳動的精靈，舞步精準，動作流暢！不愧是訓練有素！緊接着就是交誼舞。有“快三”，“慢四”，“恰恰”等。舞池里舞者舞姿優美，節奏鮮活；大家盡情地唱啊，跳啊，真是酣暢淋漓！88歲的俞秀娟女士激動地說：“我太高興了！雖然我年紀大了，但是我喜歡熱鬧。感謝‘鳳凰俱樂部’為我們老人提供這麼好的平台！讓我覺得自己越活越年輕！希望以後多開展一些

這樣的活動，以豐富我們的晚年生活。

是啊！“鳳凰俱樂部”正在一步步實現其宗旨。相信今後一定會更加完善，更加提升感染力和號召力！跨年派對結束了。但是參與者都覺得意猶未盡！最後《鳳凰俱樂部》全體人員祝願各界華人及親華人士抱着平安，擁着健康，揣着幸福，挾着快樂，摟着溫馨，帶着甜蜜，拉着財運，挾着吉祥邁入新的一年！

祝大家2024年，新年快樂，龍年行大運！



凤凰俱乐部2024跨年派对

Asia Plaza presents

**Year of the Dragon
Lunar New Year Celebration**

**February 10 & 11, 2024
10 A.M. to 3 P.M.**

**2999 Payne Avenue,
Cleveland, Ohio**

Lion Dance

**Food Trucks
Merchandise Vendors
Education & Resource Tables**

**Cultural Art & Crafts
Children Activities**

**DJ - WJCU 88.7 FM
A Sprinkle of Seoul**

Cultural Performances:

- Cleveland Asiatown Square Dance Group
- Cleveland Glory Drum Team
- Janice Liu Erhu Studio
- Sifu John Cosma
- Kecheng Liu (大丰收)
- Kwan Lion Dance Team
- LingYun Rising Star
- Passion Dance Group
- Shaolin Kung Fu Institute
- Shojoji Japanese Dancers
- TigerLily Dance
- Stellar Acrobatic Dance Academy

Sponsored by:

**MARGARET W. WONG & ASSOCIATES LLC
ATTORNEYS AT LAW**

**伊利華報
ERIE CHINESE JOURNAL**

ADVOCATE GREATER CLEVELAND

CLEVELAND ASIAN FESTIVAL

ASIA TOWN CLEVELAND

SIA ASIAN SERVICES IN ACTION

NEW YEAR, NEW WAYS TO WIN!



**WIN UP TO \$800 CASH!
SUNDAY, FEBRUARY 11, 2024
11AM-7PM**

Play eight hours between January 11 and February 10
then visit February 11 to claim your lucky red
envelope to reveal your guaranteed cash prize!

**NOW DEALING
COMMISSION FREE
LUCKY 6 MINI BACCARAT**

**PRESQUE ISLE DOWNS
CASINO**

presquiedowns.com | 1.866.ERIE.FUN | I-90 EXIT 27, Erie, PA 16514

If you or someone you know has a gambling problem, help is available. Call 1-800-GAMBLER. Management reserves all rights.



劉天擎先生与伊利華報的不解之緣

不知覺伊利華報在俄亥俄州克利夫蘭堅持了22年了，在這個充滿變化和競爭的媒體環境中，伊利華報見證了從印刷時代到數字化時代的跨越，經歷了傳統媒體面臨的壓力和新媒體崛起的衝擊，能夠長期存在並為讀者提供信息是伊利華報同仁們值得高興和驕傲的事情。

我們的堅持和努力是為了持續報道社區新聞和傳承中華文化，同時滿足讀者的需求和給作者們提供平臺。我們持之以恆以飽滿的熱情為讀者提供我們的服務。

這裏我們要特別感謝劉天擎先生。劉天擎先生為本報提供詩歌作品，同時伊利華報也記錄了劉天擎一家人的移民故事，劉天擎一家人為伊利華報的讀者帶來了美好的閱讀體驗和心靈啟迪。

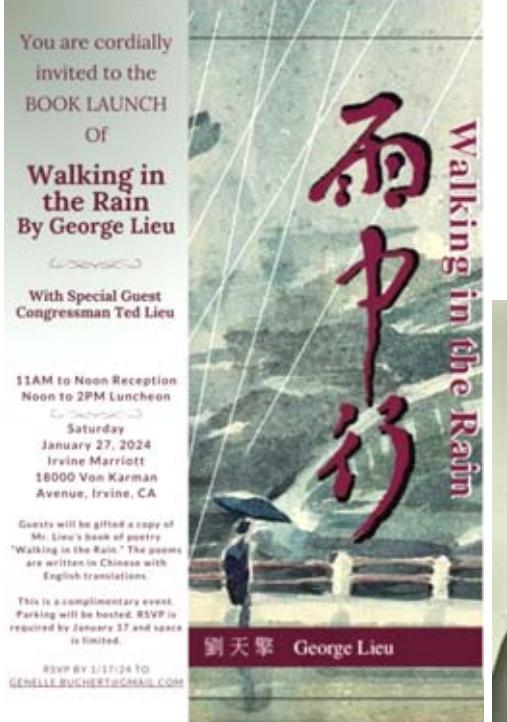
感謝劉天擎先生22年來的400多首詩歌，詩歌作為一種文學形式，可以觸動人心、表達情感和思想。劉天擎先生的詩歌作品在伊利華報的讀者。



謝伊利華報能給我一片園地，讓我一寫就是20年，擁有了廣大的讀者，真是20年一見華報夢，博得詩人被人稱，心中就有飄飄然之感，謝謝浦瑛的遇見之恩。

熱烈慶祝劉天擎先生中英文新書《雨中行》問世，如夢如幻。

翰墨飄雨，心情如歌，篇章深沉，如雨洗滌。



風雨筆墨，雨中行走，感懷深情，行進歲月。詩意悠長，如雨絲織，《雨中行》發表，是靈魂的歡歌。

雨點敲擊，歲月的弦，劉天擎的新書，華章綻放。

文字如雨，滋潤心靈。

伊利華報幸運地祝賀劉天擎先生中英文新書《雨中行》華麗亮相。

《雨中行》文字如雨洗禮心靈，潤物細無聲，篇章如行走在雨中，深邃感懷深情。勇敢邁步，行走在歲月風雨中，每一首詩歌都是心的傾訴，每一篇都是靈魂的流轉，感悟歲月的韻味。

這本新書不僅是一次文字的冒險，更是靈魂的超越。劉天擎先生長期挑戰自我，一首首詩歌真實寫真自然生動，如同雨滴，輕輕灑在伊利華報讀者心田，喚起無盡的共鳴。

更值得祝賀的是劉天擎的一家人更是中華文化傳承的模範。

60年代一家人來到美國，

劉天擎與邱繼聰夫婦自己以身作則開了七家精

品店，並且培養兩位優秀的兒子，一個從政一個

從醫，現在全家3代人在洛杉磯其樂融融，家庭



慶賀劉天擎新書發布典禮



回憶劉天擎邱繼聰夫妻 告別克利夫蘭的朋友們

2013年6月在黃唯妹妹 Rose Wong 開的飯店舉辦的歡送

劉天擎邱繼聰夫婦去洛杉磯和孩子團聚同一個城市。

十年間，人事如夢，當年許多照片上的人物已經不在了，飯店也沒有了，許多人也離開了我們。

想念老朋友是一種可貴情感，我們會想起曾經一起經過過的歡笑，共同追求過的夢想，儘管時光已逝，但那段美好的回憶永遠留在我們心中。

時間的流逝讓我們懂得珍惜眼前人，因為我們永遠無法

預知明天會發生什麼，我們一起回憶那天的歡送活動：

在克利夫蘭生活了四十多年的詩人劉天擎和夫人阿聰就要搬到加州去了，6月6號晚上，華報在 Watami 餐館為他們餞行，本報版面和網絡編輯 Ben 及全家也特地從加拿大趕來，華報還邀請了好朋友 Kitty 和她的姐姐、銀子和她的先生等一起為他們祝福，祝願他們旅途順利，儘快適應在南加州的生活，在新的家園身體健康生活幸福圓滿，結識更多的新朋友，也希望他們不要忘記克利夫蘭的老朋友，並歡迎他們常回來聚聚。



請您支持劉雲平

劉雲平(Ted W. Lieu)是三位現任華裔美國聯邦衆議員之一。作為站在風口浪尖的政治人物，不同政治觀點的人對他有不同的評價。但是在現實中，他是一位典型的在美國長大的華二代。他和普通華二代擁有一樣的夢想。

Dear Eric Chinese Journal
It's January 2024 and that means we only have ten months until Election Day. Ted is determined to make every single month count.

Our team is reaching out today because he needs your help: Whether you donate \$10 or \$110 today, you'll be contributing towards our efforts to elect Democrats in the upcoming elections.

This year, we have to take back the House from extremists, hold the Senate, and re-elect Joe Biden. Ted is confident that we can win these elections, deliver for families, defend our rights, protect our democracy, and stop MAGA Republicans from doing stupid stuff. But only if we commit to doing the work today. Donate now to make sure we have the resources we need to win.

Thank you,
Team Lieu
移民後代出身平常 優秀家庭盡心培養
有志少年茁壯成長 克利夫蘭也是故鄉
華人精英勇往向上 為國為民馳騁疆場
心有大志閃耀政壇 亞裔明星中華之光



Ted Lieu
CONGRESS



文字雨點 心靈交響 伊利華報祝賀劉天擎新書《雨中行》發行

美滿和睦幸福。

《伊利華報》真誠地祝福劉天擎先生新書風華繼續舞動。

浦瑛同賀。

劉天擎先生 2020 年揮筆寫詩鼓

勵伊利華報鼓勵浦瑛

浦瑛你辛苦了好久了

這次一定過關

疫苗已相信到底

可以恢復正常的生活

百業必然能復興 新舊客戶

必然而來 一定要堅持下去

別人做不到你一定可以做到
你非常堅強而且有極大韌性
為人善良天報以福
新年快樂開門大吉
心想事成平安喜樂
浦瑛明天會更好向前看
華報的成長有目共睹
我有幸在華報大家庭中
跟著你一起歡樂與共
至為感恩 飲水思源
在克利夫蘭留下了詩人的薄名
全因華報給我圓地自由發揮
思前想後 感謝你浦瑛

浦瑛回憶
劉天擎邱繼聰離開克利夫蘭的情景：人生自古傷別離，我們在克城 40 多年，今天站在這裡，心中愁萬縷，因我知道我們將離開克城，離開我這麼多愛護我們的好朋友，我們要感謝大家對我們長期的支持與鼓勵，我們會永遠想念你們。月也匆匆，幾度春去秋來，在克城已渡過 40 多年了，在朋友的友情和鼓勵之下，不寂寞，彷彿在寒冬中有了陽光，一點也不感覺天寒地凍。祝大家心想事成快樂安康！

劉天擎 邱繼聰

祝新年愉快心想事成
平安喜樂恭喜發財
劉天擎

揮揮手
揮揮手慢慢走，
明日春風在前頭。
揮揮手含一笑，
人生聚散雲一離。
海角天涯常歡樂，
他日相逢一杯酒。
歲月幾時稍停留，
星月明媚總依舊。
該揮手時且揮手，
人生總是分離合。
揮揮手不留愁，
只留笑語在心頭。
揮揮手道珍重，
別有一番滋味在心頭。
劉天擎



伊利
華報





2024迎新年兩岸一家親 祖國要統一座談會舉行

導讀:新年伊始,2024迎新年兩岸一家親?祖國要統一座談會上海舉行。座談會召集人上海環球台商務服務中心王健主任,夏雨副主任,中國電腦之父范光陵,安徽劉銘傳研究會會長劉學萱和世界文化導演艾文召集並主持。此次座談會滬台皖三地相關知名人士出席,抒發了兩岸同胞愛國心聲以及和對祖國統一的企盼。

上海環球台商務服務中心主任辦2024迎新年兩岸一家親祖國要統一座談會,在上海南京路九江路的粵港潮樓宴會廳舉行。

座談會由知名世界文化導演艾文主持,滬台皖三地活動召集人,上海環球台商務服務中心王健主任,夏雨副主任在座談會上都講了該中心在熱忱為兩岸人士服務的體會和感悟,表示要為推動兩岸和平統一,使台灣早日回歸祖國懷抱,以實現中



旅第一人,又是電腦之父,享有很多盛名!今天主辦單位組織這樣的一個座談活動,是非常值得慶賀讚揚的一件大事。當前台海形勢依然嚴峻,台獨勢力從暗處到明初,從後台到前台,非

家統一的定海神針!他的話贏得了一陣掌聲。全國僑聯原副主席何添發台上激情演唱一首“我和你”邊唱邊和觀眾互動,唱功相當專業。中華網絡歌手白雪一首《鼓浪嶼之波》和



華民族統一大業。

全國僑聯原副主席何添發,上海市委宣傳部原副部長、解放報業集團原黨委書記社長賈樹松,兩岸破冰之旅第一人、中國電腦之父范光陵院士,安徽劉銘傳研究會會長劉學萱,上海白玉蘭市花節慶典活動執行主席陳平等人士,分別上台發表了講話。

文化藝術交流嘔心瀝血作出貢獻的故事。

范光陵演講之後,上海靜安區政府原常委武裝部長駱克江在講話中說,我我與范光陵先生多次相見,對他還是比較熟悉的。我們知道,他是兩岸破冰之

常猖狂。台灣是選擇和平還是選擇戰爭,就在一念之間。我們非常希望有更多的像范光陵先生這樣的有識之士和深明大義的人,表明立場和觀點,為祖國的統一和安全貢獻應有的力量。

安徽劉銘傳研究會會長劉學萱在座談會上講道:台灣歷來是中國不可分割的一部分。1884年劉銘傳率領台灣軍民與法國侵略者進行了艱苦卓絕的鬥爭,我們的先民用鮮血和生命捍衛了國家領土的完整和民族的尊嚴!劉銘傳奉詔在台灣建省,將台灣列省制序列,這就是台灣和大陸不可分割的最有力證據,就是維護國



杭州市僑聯舉辦僑界誦詩迎新活動

杭州僑聯 2024-01-08 07:02 發表于浙江

1月5日下午,伴隨着冬日溫暖的陽光,“僑聲同心迎新春”2024杭州僑界誦詩會在杭州市華僑活動中心舉行。市僑聯主席許玲娣,黨組成員、二級巡視員白建軍,僑界詩歌愛好者代表:旅美作家、華僑冰凌,省僑商會秘書長、詩人

形式喜迎新年,表達僑胞對家鄉熱愛之情,對未來的堅信和向往。希望進一步加強杭州僑界文化陣地建設,凝聚僑界文藝人才,豐富僑胞僑眷的文化生活,進一步激發僑界奮進新征程、建功新時代的熱情。

僑胞姜敏達、冰凌與大家分享了愛詩、寫詩、誦詩的心路歷程,表達了對傳承弘揚中華傳統文化的拳拳之心,體現出僑胞對家的眷戀和深情。

誦詩會上,參會嘉賓飽含激情的誦讀了《工匠——致陳勳君》、《強者》、《銀杏樹》、《西湖長椅》、《西湖之夏》、《西湖竹林》等僑胞原創作品。在僑聯幹部深情誦讀《中文有多美》的熱烈氛圍中,冰凌、喬雅、方福建、秦芳等嘉賓又即興獻上《在烈火中永生》、《在烈火中永生》、《面朝大海春暖花開》等名家經典。起承轉合、抑揚頓挫的誦詩聲,飽含了對黨和偉大祖國的讚美,抒發了對杭州城市發展的熱愛、對回家過年迎春的喜悅。

在陣陣掌聲中,迎新誦詩活動帶領大家開啟了一場美妙難忘的旅程,既體會杭州僑界漫溢而出的桑梓深情,又感受到海內外同心共圓中華夢的激情,全國優秀僑胞之家市華僑活動中心洋溢着新年的祥和喜樂,盪漾着海派和傳統交織的濃鬱氛圍。

市僑聯宣傳和文化交流部、市華僑服務中心有關人員,以及西湖區僑界群衆共30多人參加活動。

來源:市華僑服務中心



姜敏達,浙江省質量協會秘書長吳麗娜,浙江工商大學二級教授、國務院政府特殊津貼專家韓永學,浙江廣電集團著名主持人、製片人喬雅,浙江工商大學法學院副教授、碩士生導師方福建,浙江工商大學杭州商學院圖書館副館長戴穎,紐約商務雜誌社執行社長秦芳,僑商陳瑜等參加活動。市僑聯一級調研員(市管)丁佐主持。

許玲娣在致辭時說,市僑聯依託杭州市華僑活動中心(杭州僑史館),努力建設僑界文化陣地,通過多種文化形式和載體,弘揚中華傳統文化,講好中國故事,是踐行習近平文化思想和落實全國宣傳思想文化工作會議精神的重要體現。杭州僑界用抒發情感的詩歌誦讀



杭州僑界人士向市華僑活動中心捐贈書籍資料

杭州僑聯 2024-01-08 07:02 發表于浙江

1月5日下午,杭州僑界“書籍資料捐贈儀式”在杭州市華僑活動中心舉行,市僑聯主席許玲娣,黨組成員、二級巡視員白建軍,杭州市歸僑僑眷代表等20余人參加。許玲娣、白建軍分別代表市僑聯接受捐贈,並為捐贈者頒發證書。



省僑商會秘書長、詩人姜敏達,浙江工商大學二級教授、國務院政府特殊津貼專家韓永學,僑商陳瑜,浙江工商大學法學院副教授、碩士生導師方福建,旅美作家、華僑冰凌分別向華僑活動中心捐贈簽名著作、書刊和書法作品。許玲娣對僑界人士熱心捐贈表示衷心感謝。她說,為展現杭州華僑在海外落地生根的拼搏進取、溝通內外促進人文經貿交流的獨特優勢、服務國家戰略回饋桑梓的家國情懷,市僑聯于2022年建成杭州僑史館,為海內外僑提供展陳展示、回憶鄉愁的精神家園。在收集和豐富展覽展示物品資料的過程中得到廣大歸僑僑眷的關心支持。僑界人士的大力支持和無償捐贈令人感動,也是我們做好僑聯工作、為僑服務的不竭動力。僑胞之家的聯誼平台和文化陣地功能一定能發揮的越來越好。

來源:市僑聯宣傳

中國外交部周一(1月1日)發佈新聞稿表示,習近平主席與喬·拜登(Joe Biden)總統就中美兩國建交 45 周年互致祝賀。

中共外交部聲明稱,習近平在賀信中指出“中美建立外交關係是兩國關係史和國際關係史上的大事件”。

他說:“45 年來,中美關係歷經風雨,總體向前發展,不僅增進了兩國人民的福祉,也促進了世界的和平、穩定和繁榮。”

中美關係一直處於冷淡狀態,不過先前拜登政府高級官員在幾個月內接連訪問北京,並與中國的對應官員會面,旨在重建雙方的溝通和信

中國外長王毅:中美關係止跌回穩

中國外長王毅 2024 年 1 月 9 日在北京釣魚台國賓館發表談話。

美中兩大強權尋求在 2024 年關係更為穩固之際,中國外長王毅周二(1月 9日)表示,去年中國與美國的關係“止跌回穩”。

近年來,北京和華盛頓在科技、貿易到人權等議題,以及台灣緊張局勢和南中國海主權爭議等熱點問題上嚴重分歧。

為了緩和緊張情勢,美國總統喬·拜登(Joe Biden)去年 11 月在舊金山和中國國家主席習近平會面,雙方都稱這次會談獲得了一定程度的成功。

王毅周二在北京釣魚台國賓館發表談話時,坦言中美兩國關係在 2023 年初“遭遇嚴重的困難”。

王毅說,北京表達了其嚴正立場,要求美國改變對中國的誤解,並回歸到理性務實的對華政策。

經過一番努力後,兩國已重建起溝通和對話,雙邊關係止跌回穩,”王毅補充說。

王毅 5 日出席紀念中美建交 45 周年招待會時,也對中美關係提出“落實好兩國元首重要共識”的三點主張,包括堅持相互尊重、堅持和平共處、堅持合作共贏。

王毅強調,過去一段時間,兩軍恢復溝通對話,禁毒合作工作組也在排除單邊制裁障礙後即將啓動。下一步,雙方要繼續充分

習近平與拜登互致賀信 祝賀兩國建交 45 周年

任,並為拜登和習近平去年 11 月份在舊金山舉行的峰會鋪路,該次會晤被視為是緩和兩國之間緊張局勢的機會。

習近平在賀信中也指出,與拜登的會晤“開啟了面向未來的‘舊金山願景’,為中美關係發展指明瞭方向。他稱要以實際行動推動‘中美關係穩定、健康、可持續發展’。”

習近平說:“我願同拜登總統共同努力,繼續為中美關係把舵領航,造福中美兩國和兩國人民,促進世界和平與發展事業。”

美國將于 11 月舉行總統選舉,對中國直言

不諱的批評者、前總統唐納德·特朗普(Donald Trump)正與拜登競爭,爭取在競選中重返連任。

除了致電美國外,中國外交部也另外發佈訊息稱,習近平與朝鮮領導人金正恩互致新年賀電,共同宣佈將 2024 年定為“中朝友好年”並啓動系列活動。

習近平表示,中方願同朝方一道,“深化戰略互信,增進交流合作,推動中朝關係與時俱進取得更大發展,為維護地區和平穩定不斷作出新貢獻。”

此外,習近平也和俄羅斯總統弗拉基米爾·

普京(Vladimir Putin)互致賀電。今年為中俄兩國建交 75 周年。

俄烏戰爭將于二月份進入第三個年頭。自從俄羅斯入侵烏克蘭以來,俄羅斯受到特別是來自西方國家制裁,日益孤立,因此對中國的經濟依賴也逐漸增強。

習近平表示,中俄要“不斷鞏固和發展永久睦鄰友好、全面戰略協作”,他說,“互利合作共贏的中俄關係符合兩國和兩國人民的根本利益”。

面對兩岸關係,習近平在周日的新年賀詞中提及,“祖國統一是歷史必然”,他的措辭普遍被認為比去年更為強硬。台灣即將在不到兩周內,1 月 13 日舉行總統大選。

2024 年考驗着美中關係

華盛頓一

2024 年的世界可能依然不會太平。除了以色列與哈馬斯以及俄羅斯與烏克蘭這兩場戰爭還在繼續之外,非洲和高加索等地區也有爆發區域性衝突的風險,但地緣戰略專家預測,競爭在 2023 年不斷加劇美中關係可能會反而會相對趨于穩定。不過,他們也指出,即將舉行的台灣總統選舉、11 月美國的總統大選、以及台灣海峽和南中國海的緊張局勢都將考驗美中雙方的決策者。

國際危機集團在 2024 年元旦當天發表的《2024 年值得關注的十大衝突》的評論文章中稱,“2024 年伊始,加沙、蘇丹和烏克蘭戰火紛飛,和平進程危機四伏。在世界範圍內,結束戰鬥的外交努力正在失敗。越來越多的領導人通過軍事手段達到目的。”文章把加沙、範圍更廣的中東戰爭、蘇丹、烏克蘭、緬甸、埃塞俄比亞、非洲蘇赫勒地帶、海地、亞美尼亞—阿塞拜疆和美一中列為 2024 年值得關注的世界十大衝突。

2024 美中關係整體相對穩定

值得注意的是,國際危機集團雖然把美中的潛在衝突排上榜,但它被列在了最後一位。這篇文章說,“美國總統拜登和中國國家主席習近平在 2023 年末舉行的精心安排的峰會,為這一世界上最主要的雙邊關係降低了一些熱度。”

全球最大政治風險諮詢公司歐亞集團(Eurasia Group) 的總裁兼創辦人伊恩·布雷默(Ian Bremmer) 在展望 2024 年的全球熱點議題時也提到了美中關係的相對穩定。“與中東和烏

克蘭衝突不同的是,美中之間的緊張局勢因持久的相互依存關係和強大的防範機制而不會失控。在一個如此不穩定的全球環境中,這使得美中關係看起來是良性的”。他寫道。

布雷默認為,中國最近因國內經濟面臨嚴峻挑戰而發起的魅力外交攻勢(charm offensive)很可能會在 2024 年繼續,這與習近平前兩個任期內的“戰狼外交”做法大相逕庭。儘管這只是一種戰術性的退讓,並不真正反映習近平改變了他的初衷,但因為中國的經濟困境不會很快得到改善,因此北京很可能會繼續在地緣政治上規避風險的策略。

中國最近因國內經濟挑戰而發起的魅力攻勢很可能在 2024 年繼續下去。即使這只是一種“戰術性”退讓,並不反映習近平真正改變了初衷,中國的經濟問題也不會很快得到解決。因此,中國政府將繼續在地緣政治上規避風險。

華盛頓智庫布魯金斯學會(Brookings Institution)桑頓中國中心及東亞政策研究中心研究員金沛雅(Patricia Kim)對美國之音表示,美中兩國元首去年 11 月舉行的峰會是富有成果的。她在一封給美國之音的電子郵件中寫道:“總體而言,美中關係比一年前穩定得多。最近的美中峰會使拜登和習近平得以向對方和各自的政治體系清楚地表明,美中兩國並未陷入生存衝突,他們打算負責任地處理兩國關係。

1 月 1 日,中國國家主席習近平與美國總統拜登互致賀信,祝賀兩國建立外交關係 45 周年。習近平在賀信中提到他與拜登總統去年 11 月 APEC 峰會召開前夕在舊金山舉行的會晤“開啟了面向未來的‘舊金山願景’,為中美關係的發展指明瞭方向。他稱要以實際行動推動‘中美關係穩定、健康、可持續發展’。”根據中國官方的新華社的報道,拜登在賀信中說,他致力于負責地管理美中關係,在他與習近平多次會晤和討論取得進展的基礎上,繼續推進美中關係。美國白宮方面沒有發佈拜登總統賀信的內容。

中美建交 45 周年,有何感想?

建交這一消息的情形,其中一位的回憶:

清楚地記得,1979 年 1 月 1 日,在大學食堂里聽到了中美《建交公報》的廣播,很突然,很吃驚,但立刻感覺到這是一個大事,會對自己的未來有很大影響,但究竟會是什么樣的影響不清楚,那時候的我們做夢也想不到後來中國天翻地覆的變化,做夢也想不到我們現在的樣子。

大學畢業後,我考入美國研究生,已在美國度過了將近四十年的求學、工作和生活。在這個過程中,由於工作和家庭的原因,我親身見證了中國發展的巨變。感慨萬分,深感慶幸並感激自己有幸生活在這個充滿機遇的時代。中美建交以及兩國友好關係對中美雙方帶來的巨大利益,尤其是對中國的貢獻,令我深感贊嘆。

回首過去四十年,可以說除了鄧公決定改變中國走向,啟動改革開放之路之外,中美友好合作關係的恢復和發展,是中國發展的最為關鍵的因素之一。在這期間,美國的技術、資金、人才以及市場等方面的支持,尤其是給予中國最優惠的貿易待遇、協助中國加入 WTO 世界貿易組織,對中國脫貧致富、高速發展起到了不可或缺的重要作用。可以說,世界上沒有其他國家或地區對中國過去四十年的發展有比美國更大或更接近的貢獻。

超過半數(50%)以上的受訪者認為自己是中美關係正常的受益者,那些來美國學習、工作乃至生活的人當然是受益人群,不過,在中國的普通老百姓也充分享受到經濟發展和擁抱世界的大紅利,解決了溫飽問題,教育、文化和經濟領域的互動改變了幾代人的思維方式和生活方式。

一位國內朋友的回憶:

非常感激四十五年前卡特和鄧公為我們敞開了那扇大門。透過門縫涌入的文明之光改變了我的生活和工作。身為一名普通的中國人,我和我的家庭是幸運且受益的。我深切希望這扇大門能夠一直敞開,而且越來越大。期望美國先進的人文思想和領先的科學技術能夠持續地造福更多中國人。四十五年,對於一個人來說,僅僅是中年的起步,還有更多精彩的時候等待着我們。然而,有些人卻已經選擇忘記或遺忘那扇門和那道光所帶來的巨大影響。對於國內現狀,我感到悲觀,内心也有一份不甘。希望我們能夠回

顧歷史,珍惜中美友好的成果,保持開放的心態,以便為未來創造更多的可能性和機遇。

一位美國朋友的回憶:

感謝建交,讓我能夠辦簽證去看看長城,實現了小時候的夢想,我去過中國五次了。最近,聽說辦理去中國簽證簡化了,也許我會再去看看我在中國的朋友們。

有孩子在美國留學的中國家長回憶:

從務實的角度來說,中美建交突破了意識形態的壁壘,成為中國改革開放的基石,也標誌着近四十年來中國經濟發展和人民生活改善的起點。我對美國的喜愛,最初是因為對美國教育的欣賞,希望我的孩子能有機會去美國上大學,以免其思考能力和才智被一成不變的填鴨式教育所束縛。

擁有涉外婚姻的朋友寫道:

對中美建交我懷着深深的感激之情。我的祖父母輩都有海外關係,如果沒有建交,我將錯過見到那些親人的機會。同時,建交也讓我有幸認識了許多外教和曾經留學海外的教授,這為我的思想提供了更為開放的視野。建交為我的生活開闢了更為廣闊的天地。如果沒有建交,我先生不可能帶美國旅遊團來中國。我將無法認識他,與他結婚,也不可能有現在可愛的女兒。因此,我個人深感感激,感謝當年那些放下兩國差異,努力推動中美建交的領導人。他們絕對是高瞻遠矚的偉人。

對中美關係的未來走向,20% 表示悲觀:

30 年河東,30 年河西,時過境遷,漸行漸遠,回不去了,好日子到頭了。下面是一些觀點:

45 年了,該變的不變,終於把人的耐心耗盡了。好不容易看到文明社會的曙光,轉眼又去與野蠻爲伍。

感覺美國人民覺醒了,尤其是在疫情之後。前景堪憂,居安思危吧。

對於那句外交名言,“沒有永遠的朋友也沒有永遠的敵人,只有永遠的利益”,我有了更加深刻的理解。目前中美之間的矛盾,實際上是因為中國崛起後與美國的利益發生了更多的衝突,從而導致了兩國關係上的疏遠和敵對,這些衝突不容易調和。

中美建交以前,中國窮得叮噹響,美國七十年代早已是發達國家。建交 45 年,中國從中得益遠大於美國。可惜這幾年又開始折騰了,悲哀的倒退,不知道要奔向何方。

在我看來,最近幾年外商撤資與中方有關,

例如,疫情期间的封控措施使人感覺政府干預過多,市場看不到的手被政治這只看得見的手替代,這讓許多人望而卻步。

30% 的受訪者對中美未來的走勢充滿了樂觀,提出了自己希望:

在美國的華人更關心政治了,他們樂於為增進中美關係做出貢獻。這批人中,他們的孩子出生在美國,他們的父母兄弟姐妹在中國,手心手背都是肉,他們與中國有着千絲萬縷的聯繫,更加期望兩國關係穩步發展。

中美兩國的良好關係是推動全球和平發展的重要因素,兩國有很多共同利益,珍惜已經取得的巨大成果。兩國需要交流而不是對抗,美式政治會選擇對抗,中國需要用東方智慧尋求對抗大勢下的交流與合作空間。

45 周年了,這是一段充滿曲折和變化的歷史。建交以來,中美關係經歷了許多挑戰和變化,包括貿易、安全、人權等方面的問題。在這段時間內,中美兩國之間的經濟聯繫變得越來越緊密,但在一些政治和安全問題上仍存在分歧。貿易戰、技術競爭、地緣政治等問題成為中美關係的焦點。同時,兩國在一些全球性挑戰上也有合作的空間,如氣候變化、公共衛生等。

公元前 46 年,當凱撒皇帝 Julius Caesar 修改日曆並將 1 月 1 日定為新年的第一天時,英文的“一月”(January)用雙面神 Janus(雅努斯)的名字命名的,羅馬人相信雙面神回顧着過去,展望著未來,能給人類帶來智慧與希望,你能看到多遠的過去,就能看到多遠的未來。

建交 45 周年恰逢元旦,正是一個回顧過去、思考未來的時刻。風物長宜放眼量,這個時刻可能是對雙方關係進行深入審視,尋找共同點和合作機會的時刻。中美之間的合作與對話對於全球和平與繁榮至關重要,因此,希望未來的中美關係能夠在相互尊重、合作共贏的基礎上不斷發展。只有通過這樣的共同努力,才能更有利于中美兩國,也有利于全球的繁榮、富強和發展。

於個人來說,相信中美關係的希望在民間,作為一名在美國的中文教師,我渴望通過言傳身教的方式,幫助兩國的青少年更深入地瞭解對方。聽說弗吉尼亞大學將派遣 12 位大學生開啓一月份的中國乒乓外交之旅,這確實是一則令人振奮的好消息。儘管時代的格局不是由小人物的意志所轉移,但滾滾長江東逝水,涓涓細流最終能夠彙聚成大江、大海。通過不懈努力,我們可以期待未來中美關係的和諧發展,因為每一個微小的努力都會為這關係的長遠穩定貢獻一份力量。

—寫于 2024 年元旦 北美小張老師

海老 KK 2023年最后一周 - 2024年一月第一周詩作

《七言.聖誕節》

今年無“白色聖誕”(雪),反而氣溫極高,日間達16攝氏度,形同春天。

東氣和暖無六花,
數九之時細雨斜。
道邊老樹疑抽枝,
圃里蠶苗又長髮。
恰逢耶穌降生日,
相約友朋聚餐茶。
街角酒肆少人問,
原來此節宜閤家。

注:

六花~雪。

數九~從農曆冬至日開始沒九天為冬季的一個階段,共九個九天冬季就過去了,故稱為“數九”。現在在第一個“九”里。

蠶苗~蠶豆之苗。蠶豆是晚秋種下,春天成熟的作物。故冬季仍不斷成長。

耶穌降生日~俗稱聖誕節。但根據《聖經》原意,耶穌是從天而降,故稱“降生”而非“誕生”。“誕生”是從地而生者,比如普通人類。一字之差,“神”、“人”殊異。

閤家~閤家團聚。西方聖誕節從崇拜耶穌,已轉為宜閤家團聚、崇拜。而非僅“大餐”、“狂歡”、“旅遊”、“禮物”或“聖誕老人”也。

2023年12月25日(聖誕節)于匹茲堡女兒家

《五言.摘右眼白內障》

因雙眼生白內障,遵醫囑于12月11日先摘除左眼白內障,並預約於今日摘除右眼白內障。即於今日上午由長女陪送去外科手術之專業“濱水醫院”,手術順利。目前麻藥減消,視力初步恢復。

雙目老生翳,
視物如蒙紗。
醫囑摘除易,
我自遵奉他。
左眼先淨明,
右目今亮葩。
當助心腦靈,
精敏辨正斜。

注:

亮葩~明亮放開。

2023年12月27日于維羅納自寓

《唐多令.洞視》

昨日雙目做白內障摘除,今復查一切正常。視物明亮許多,至睛日需戴墨鏡。

歲衰八十叟,
閑數江邊柳。
常拼湊,詩詞兩首。
誰管世諦真與否,
只愛飲、
幾杯酒。
雙目蒙陰黝,除翳有妙手。
激光刀、
先左後右。
今至洞視更分明,
美和醜、
了辯剖。

注:

世諦~世俗之見。

2023年12月28日于維羅納自寓

**《西江月.夢》**

一載春夏秋冬,
轉瞬掠過無踪。
莫數幾多苦勞重,
只管手眼從容。
幸有三兩嘉友,
一時甘脆肥饍。
交暢歡笑慶相逢,
還醒原來是夢。

2023年12月29日于維羅納自寓

《神情秀.鄉書難》

窗外終日淫雨寒,
出門冷,

戴個巾冠。
風吹樹梢輕,
無人意闌珊。
朦朧雲水遮重巒,
東邊水,
空打江灘。
嘆傷相思易,
欲寄鄉書難。

注:

神情秀~詞牌名,又名“海棠春”、“海棠花”“海棠春令”。

2023年12月30日于維羅納阿拉根尼河畔

《臨江仙.祝新年》

以此《臨江仙》祝遠方近處的親朋好友新年快樂! 健康平安!

年尾年頭只一瞬,
卻催白髮蒼鬢。
天野總有人雁陣。
蘆洲聚鳧鷺,
與之得疏雋。
欲離俗世心難徇,
都是交親懷塵。
偏逢時節倍思親。
唯有登高祝,
願祈平安訊。

2023年12月31日于維羅納自寓

《長相思.除夕夜倒計時》

呼拉酒吧(Hula Bar)除夕夜慶祝活動,有搖滾樂隊表演、倒計時和慶祝新年免費香檳。活動至凌晨兩點結束。

除夕夜,聚酒肆。
震耳搖滾任性恣,
夜深情越熾。
齊聲喊,倒計時,
四五六七八九十,
香檳干一卮。

注:

卮~卮,讀Zhi。古代,空置時就垂直口朝天,灌滿酒就傾斜的一種盛酒器皿。也可作酒杯。

2024年1月1日于維羅納呼拉酒吧(Hula Bar)

《浪淘沙.2024元日》

元日,此地雨夾雪。聞某某處地震,反招惡人幸災樂禍;藉轉年之際俄羅斯對烏克蘭狂轟濫炸,極盡殺戮平民手段;紅海處,恐怖分子無端攻擊貨輪。“新年快樂”之賀語淹沒在一一片慘絕人寰的兇像之中!

窗外雨夾雪,
元日寒冽。
舊年亂像曾了結?
因何地牛又肆虐,
慟哭聲噎。
新年難新悅,
世妖更孽。
幾處戰火燃愈烈。
留得去歲詛咒語,
再續新闋。

注:

地牛~地震。一些地方俗稱地震為“地牛翻身”。

闋~詩、詞或歌。一首即一闋。

2024年1月1日于匹茲堡女兒家

《七言.讀陶淵明白喻》

與世浮沉百年中,
去處已盡終一空。
歷程萬里全跌碰,
讀書千卷半會通。
年少憧憬剩夢余,
僻老獨醒識固窮。
蜷縮鄉隅裝悠然,
也學古賢酒一盅。

注:

僻老~孤陋而年老。
固窮~《論語·衛靈公》:“君子固窮,小人窮斯爛矣。”形容甘于貧困,不失氣節之人。

魏晉陶淵明《飲酒·十六》:

少年罕人事,
游好在六經。
行行向不惑,
淹留遂無成。
竟抱固窮節,
飢寒飽所更。
敝廬交悲風,
荒草沒前庭。
披褐守長夜,

晨鷄不肯鳴。
孟公不在茲,
終以翳吾情。

鄉隅~鄉村偏僻處。
悠然~陶淵明《飲酒·其五》

結廬在人境,
而無車馬喧。
問君何能爾?
心遠地自偏。
採菊東籬下,
悠然見南山。
山氣日夕佳,
飛鳥相與還。
此中有真意,
欲辨已忘言。

2024年1月2日于匹茲堡女兒家

《唐多令.怎抵親躬》

日月歲匆匆,
生死一夢中。
嘆悲歡、
古來與同。
崑崙黃河九衢路,
難歷盡,力有窮。
爲時難相逢,
網線接遠鴻。
如面情、
怎抵親躬?
北海南冥九萬里,
鯤鵬怒,
破昊穹。

注:
爲時~從時間看。
如面~如見面(不是親見面),書信用語。
南冥、鯤鵬~《莊子·逍遙遊》:北冥有魚,其名爲鯤。鯤之大,不知其幾千里也;化而爲鳥,其名爲鵬。鵬之背,不知其幾千里也;怒而飛,其翼若垂天之雲。是鳥也,海運則將徙于南冥。南冥者,天池也。《齊諧》者,志怪者也。《諧》之言曰:“鵬之徙于南冥也,水擊三千里,搏扶搖而上者九萬里,去以六月息者也。”
2024年1月2日于匹茲堡女兒家

日落處,
霞映滿江紅。
冬暮氣寒欲凝冰,
信鳬歸巢枯蘆叢。
人在阿江東。

注:
阿江~貫穿賓夕法尼亞州東北至西南的阿拉根尼河。
2024年1月5日于維羅納阿拉根尼河畔

《七言.小寒》

曉臨寒窗殘月西,
時逢三九冰雪齊。
節序原來催人老,
冬至過後小寒氏。

注:
三九~數九寒天中的第三九,三九在小寒節氣中。
氐~抵達,氏同抵。
小寒~農曆二十四節氣中最後第二節氣。之後的大寒是全年最後一個節氣,也就是農曆一整年就過去了。
2024年1月6日于維羅納自寓

**《江神子.暖雪》**

今日小寒,早初陽,至午起突降暖雪。暖雪者,氣溫尚高(攝氏零度以上),由雨轉雪。故雪含雨水,成團落下。

早晨初陽軟厭厭。
濃雲起,
出門瞻。
團雪如絮、
紛紛堆屋苦。
披氅攜錘雪中舞,
淨行路,撒上鹽。
時暖成雪水足霑。
落地重,
更稠黏。
一把老骨、
只有迤迤漸。
晶珠閃忽白鬚鬚,
一碗羹,
一杯酣。

注:
屋苦~苦,讀shan。席狀的屋瓦,指“油毛氈”的屋瓦。
撒鹽~撒鹽爲化雪和防滑。
酣~酣,讀tian。甜酒。
2024年1月6日于維羅納自寓

《七言.暮江》

垂暮寒色更寂寥
野岸昏鴉啼樹蕭。
既是行舟不回鄉,
莫怪西風不給潮。

2024年1月7日于維羅納阿拉根尼河畔

《蝶戀花.宵醉》

流年光景閃如電。
應時凌雪,
飄來融濕面。
萬里灰雲隨天遠,
天遠盡處是故園。
端出微凹丹石硯。
照着譜帖,
無心胡亂練。
又是笙鼓仙韶院,
昨宵索性醉迷倦。
2024年1月8日于維羅納自寓



匹茲堡華人老朽
海老 KK

**《更漏子.火鍋》**

晚餐與女兒家在老四川品嚐新設之火鍋餐。

毛肚,
肥羊膜。
腐乳麻醬調酢。
再加個,
牛肝腺,
五雲漿肉羹。
繁星燦,
殘月落。
誰管寒夜也美。
鍋底火,
桌上酌,
閤家小歡樂。

注:
朦~讀jue,牛舌。
五雲漿~美酒。北周庾信《溫湯碑》:“其色變者,流爲五雲之漿。”後以此稱美酒。
藿~豆葉。也指粗劣的蔬菜。

2024年1月3日于匹茲堡老四川飯店

《浣溪沙.與好友飲》

百年生死有困身,
悲歡離合總傷魂,
何必放言爭世論。
眼前高朋正滿溢,
萬里義友傾懷恩,
三杯下肚出詩痕。

注:
詩痕~詩意。
2024年1月4日于匹茲堡老四川飯店

《憶江南.阿江東》

中國留美博士生突遭遣返：親述經歷噩夢般的 50 個小時

編者按：近幾個月來，屢屢有中國留學生被美方強制遣返。1月4日，外交部發言人汪文斌對此表示，美方的做法是將學術研究政治化、武器化，嚴重損害了中國留學人員合法權益。

《中國科學報》記者近日與若干赴美留學生取得了聯繫。她們講述了自己的經歷，並希望能傳遞給公眾更多細節，並給赴美留學後來者以警示。

本來要返美的博士生孟菲，卻在美國機場被拒絕入境並被快速遣返回國。那 50 個小時，成了她終生難忘的噩夢。

從北京飛往華盛頓，孟菲在當地時間 2023 年 12 月 19 日落地，即被美國海關在機場扣下，進二次審查室（俗稱小黑屋）8 小時，又在禁閉室被扣留 12 小時；飛到洛杉磯等待轉機又被扣留 5 小時，然後被送回北京。這些暗黑時刻，她記得

趕快離開這個可怕的地方，然後拿到手機跟外界取得聯繫。

海關噩夢並未結束。8 小時小黑屋等待之後，是讓人倍感屈辱的搜身，接着就是 12 小時的禁閉，“海關人員說要把我關在一個什麼 room 里面，我記不得了。可能耳朵沒讓我聽進去，大腦也沒讓我記住”。她的隨身行李、大衣、鞋子、毛衣，甚至咳嗽藥都不能帶進去。房間內有行軍床、沙發、小孩的書本玩具、沒有門的衛生間和多個監控，但沒有鐘錶。好在有電視，可以顯示時間。

在那個有點冷的單人間，孟菲只拿到 3 條床單過夜。她只睡了一個多小時，其間還多次驚醒，多虧有一部《X 戰警》電影幫她打發了 2 個小時。其他時間，她都只是機械地按着遙控器，什么也看不進去，消磨着時間，等待登機回國。

準備登機的時候，她才知道只有落地北京才能拿回自己的手機，而在這之前 48 個小時，她都沒法向家人報平安。

過了最難的關，洛杉磯機場的搜身，5 小時扣留就不算什么了。在飛往洛杉磯的航班上，孟菲惦記的是如何能聯繫上家人並讓他們知道自己的情況，幸虧 iPad 在隨身行李里沒有被收走，她得以告知家人自己回國的航班號。

落地北京後，出入境管理局的工作人員幫忙給孟菲的手機充電，記錄了這幾天發生的事情，最後讓她簽字和按指紋。她終於可以發消息給家人了。

同盟

在回家的高鐵上，孟菲通過社交媒體聯繫上了同樣在杜勒斯國際機場被遣返的一個女生，同樣在 2023 年 12 月被拒絕入境而遣返，同樣在美國攻讀博士學位。

這些難友有一個微信群，其中 6 名女生都是在杜勒斯國際機場被遣返的。

這些女生的遭遇大同小異。美國約翰斯·霍普金斯大學的魏娜和室友是在 2023 年 11 月 24 日被關小黑屋的。她在正式筆錄期間被問到一些敏感的問題，比如是否參過軍、和教育部有無聯繫、是否獲得國家的資助。儘管她的回答都是否定的，審查官仍然告知她：“你的 F1 和 B1/B2 簽證不再有效，不被允許進入美國。我們會將你送返回中國最早的航班。你需要申請新的簽證才能重新入境。”

多次找審查官詢問後，魏娜得到的回答是，其簽證在入境前兩天就被美國駐華大使館取消了。然而回國後，她多次聯繫美國駐華大使館，得到的回復是，不是大使館撤銷的，而是美國海關的決定。因此，她懷疑海關審查官的說辭並不真實，而只是誘導她接受遣返回國的話術。

截止到本文成稿前，她們的受害者聯盟又多了 2 位難友，1 位在同一機場被遣返，1 位在國內值機前被撤簽。她們一共 11 人。

所有這些讓孟菲有了探案的動力，她要通過受害者的共性找到被快速遣返的原因。她創建了一個 Excel 文檔，目前有 10 位難友按照要求填了表，另有 1 位值機撤簽的難友信息不詳。

結果發現：10 人均為名校畢業生，涉及北京大學、清華大學、上海交通大學、北京郵電大學、華中科技大學和電子科技大學等學校；國內所獲學位的專業背景包括生物科學、預防醫學、統計學、材料物理化學、通信工程、德語和工商管理等；目前在美就讀學校包括耶魯大學、約翰斯·霍普金斯大學、弗吉尼亞大學等；10 人中有 2 個碩士生一年級、3 個博士生一年級、2 個博士生五年級、1 個博士生六年級，還有 1 個博士後和 1 個持工作簽證的女生。

8 位被遣返的同學中有 4 人本科時曾獲得過校級獎學金，1 人獲得 CSC 獎學金；均沒有參與保密研究；其中 1 人還被問及為何會有俄羅斯的旅遊簽證。但海關沒有告知任何一個人被遣返的明確理由。

**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**

她們不能理解的是，本科獲得獎學金，難道不是學業優秀的證明嗎？難道竟成為了赴美學習的障礙？

孟菲注意到，審查官重點審查了她的手機，她的電腦和行李均沒有被仔細審查。但在後續問詢中，審查官並沒有提及她的手機有任何問題或敏感信息，也沒有對手機相關內容進行提問。

基于目前已知被遣返的幾個人都是女生，她們猜測，美國海關的這些行動是不是不僅有種族歧視，還涉及性別歧視。由於最近幾起案例都集中在發生在近一個月之內，甚至由同一位海關官員經手，她們懷疑這些美國海關審查官是不是為了完成年終遣返指標而匆忙趕工。

一個衆所周知的背景是，2020 年 6 月 3 日，美國前總統特朗普簽署了第 10043 號行政令，以國家安全為名，禁止特定學生和學者獲得 F/J 簽證。然而這些難友所涉及的學校和專業均不在該行政令的範疇內，且大多無明顯 10043 號行政令涉及的特徵。一些跡象顯示，該禁令在最近幾年內擴大了影響範圍，並仍然有進一步擴大的趨勢。

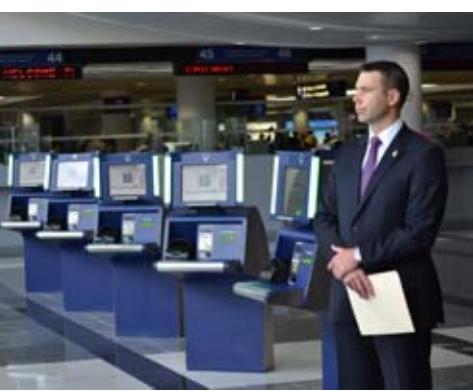
讓多個同學更加不能接受的是，她們發現筆錄被有意或無意地篡改過。有個同學的筆錄中無故多了一段涉及中國高端人才計劃以及去軍工單位的描述。另一位同學的本科研究是金磚五國中的南非，但筆錄完全沒有提及，反而強調金磚五國中有俄羅斯和中國。

前路

突遭變故，孟菲臨門一腳的博士學位就這樣黃了嗎？

在美國海關的時候，孟菲對自己的未來琢磨了無數種可能。要是有先見之明，她當初怎麼也要等拿到畢業證再回國。要是有更多準備，她可以申請撤回這次美國入境申請，這樣或許就不會拿到 5 年入境禁令。但是 8 位被遣返的女生中有 7 位對此完全不知情，直接拿到了 5 年禁令。海關只通知那位最早被遣返的難友撤回入境申請，並沒有告知其他 7 位有撤回入境申請的選擇。

能不能撤銷這個 5 年入境禁令？孟菲求助



了導師、學校國際生辦公室、研究生工會和中國駐美大使館，雖然他們一直嘗試幫助孟菲，但尚未取得有效進展。

耶魯大學的一位華人教授對孟菲的遭遇非常關心，幫她求助了很多人。這位教授是特朗普政府“中國行動計劃”的受害者，曾被暫停停職數月。孟菲對他很是感激，因為他“淋過雨”，所以他想給別人“打把傘”。

按照計劃，孟菲現在本來應該是在實驗室專注補實驗的，她需要補充一些實驗，然後就開始撰寫文章投稿，再之後就是畢業答辯。

她現在需要跟導師溝通，看能否藉助實驗室同事的幫忙來完成實驗，之後進行線上答辯。這是一個她可以接受的結果。

然後呢？或許她會去歐洲找個博士後的機會，導師是歐洲人，也許還能提供一些建議和幫助。

另外 2 名國內登機前就被撤簽的耶魯同學，已經在漫長的等待中逐漸喪失了返美的信心。博士五年級的女生在國內已經待了快半年，雖重新申請簽證，然而一直沒有見到簽證狀態更新，依舊焦慮地等待着。另外 1 個博士一年級女生重新申請簽證被拒簽，無奈選擇了退學。

孟菲正在求助律師，但前景並不明朗。畢竟律師從文件中也看不出來海關到底是出于什麼理由遣返她的，很難針對性準備材料，等待時間也未知。

難友們希望能夠解除 5 年禁令，然而即使是在他們所在的美國學校去聯絡海關，也未得到任何有效回復。

美又一州 禁止中國公 司購買軍事 基地附近土 地

密蘇里州州長星期二(2 日)頒佈行政命令，禁止中國、俄羅斯和其他在美國黑名單上的國家的公司購買密蘇里州軍事基地附近的土地。

共和黨州長麥克·帕森(Mike Parson)的行政命令禁止被聯邦政府認定有威脅的國家的公民和公司購買該州軍事基地 10 英里以內的農場或其它土地。聯邦政府將中國、古巴、伊朗、朝鮮、俄羅斯和委內瑞拉總統馬杜羅(Nicolas Maduro)列為海外對手。

之前中國一個間諜氣球飛越美國加劇了幾十年來對外國擁有土地的國家安全擔憂。

支持限制擁有權的人經常猜測外國購買者的動機，以及與中國等對手

有關的人是否有意使用土地監視或控制美國的食品供應。

畜牧場主人帕森星期二對記者說，他認為他最大限度使用了行政命令的法律權限。他說他會關注州議會在 5 月中旬休會前能否通過有關這個議題的法案。

共和黨籍的州參議院主席迦勒·羅登(Caleb Rowden)說，通過此類法律是參議院星期三復會後的一項優先要務。



帕森說，“我們此刻雖然還沒有議題，但我們想積極防止任何潛在的威脅。”

帕森並說，外國實體目前在該州軍事基地 10 英里內沒有擁有任何土地。

包括 2022 年數據的美國農業部最新報告說，外國實體與個人控制美國土地不到 2%，中國公司控制的土地不到其中的 1%。加拿大投資人擁有最大比例的外國擁有土地。

密蘇里等幾個中西部的州 1970 年代因擔心日本投資而通過立法，禁止外國土地擁有。密蘇里全面禁止外國土地擁有，但州議會 2013 年通過法案，允許向外國實體出售不超過 1% 的農業土地。

密蘇里州農業部說，中國實體在 2021 年擁有密蘇里 172 平方公里的農業土地，佔所有外國實體所擁有的 404 平方公里土地的不到一半。一家中國公司 2013 年收購了史密斯菲爾德食品公司(Smithfield Foods Inc.)，利用這塊土地的大部分用來在密蘇里州北部建立公司的養豬場。

外國個人或實體擁有農田的限制措施在美國各地十分不同。至少 24 個州有這樣的限制。來源：美國之音

ASIA-AMERICA LAW,LLC
美亞律師事務所
Daniel Conneen, Esq.
丹紐·柯恩律師
Attorney at Law 法學博士
移民法與商業法
Te:215-259-3072 Cell:215-908-6688
WeChat:215-432-2530
Web:www.AsiaAmericaLaw.com
Email:dconneen@AsiaAmericaLaw.com
1237 Lancaster Avenue.Berwyn.PA 19312.U.S.A
美國費城西郊柏文市蘭卡斯特大道 1237 號

註冊會計師事務所

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

成立于 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



伊利華報惠登廣告
熱線電話：216-324-2959

近視、遠視、散光、老花眼有什麼不同

光線進入人的眼睛，在通過屈光系統後會成像在視網膜上，幫助人們分辦顏色、大小和位置。如果光線無法在視網膜前、後成像或不聚焦就會出現屈光不正，也就是我們常說的近視、遠視、散光和老花眼等。那麼他們到底有什么不同呢？

人眼結構

角膜、晶狀體和視網膜是人眼的重要點結構，角膜就相當於鏡頭，使人擁有廣闊視野；晶狀體就類似相機的調焦，調節視物的清晰度；視網膜就像底片，視物通過角膜和晶狀體後，最終呈現在視網膜中。

近視

眼內焦點在視網膜前是近視眼的主要表現，近視眼在看近處事物時，由於其晶狀體彙聚力過強，所以在看近處事物的時候很少會需要調節，而且看近處本身也會比較省力，所以通俗一點來說，近視眼看近處事物更為輕鬆。

遠視眼

遠視眼是由於晶狀體聚力不足而需要付

出更多調節，所以在視物時會需要更加用力。也就是說遠視眼更容易出現用眼疲勞，遠視眼患者的眼睛除了在睡覺時，其他時候都在用力視物。低度遠視眼患者基本可以通過自我調節來代償，且其他方面和正常視力都是一樣的，所以部分遠視眼患者會認為自己的視力很好。但高度遠視眼患者不同，嚴重的遠視眼是不可能通過自我調節代償的，以至於會出現看遠或看近都不清楚的情況。

散光

屈光系統表面各徑線存在一定差異，或可在彎曲度，或可在厚薄度，光線在經過這些徑線後難以聚集，甚至出現兩個或兩個以上的聚集點，且成像模糊就是散光。而有散光問題的患者，在進行遠、近視物時均會出現視物不清晰或重影問題。

老花眼

人眼部的晶狀體會隨着人們的年齡增長而老化，晶狀體其實是一直生長的，年輕人的晶狀體細胞較少且彈性好，所以年輕人的視物

能力較好。隨着人年齡的增大，晶狀體的細胞也是越長越多，繼而會出現互相擠壓的情況，晶狀體會逐漸出現彈性下降或變硬問題，所以老年人會出現老花眼。部分老年人不僅會出現細胞增多問題，晶狀體透明度也會出現變化，也就是另一種常見的眼部疾病，白內障。大部分老年人在得了老花眼後，主要是近處視物需要配戴眼鏡，但是看遠處還是不需要調節的。

眼部疾病的預防

調節用眼時間 視力疲勞是眼部疾病的主導誘因，所以在日常生活中人們要控制好用眼時間，將用眼時間控制在 40~50 分鐘，每次用眼後需要閉眼休息 3~5 分鐘，或可通過向遠處眺望來緩解眼疲勞。

進行日常體育鍛煉 適當進行體育鍛煉能夠增強人體免疫力，而眼球在追隨目標移動時，眼部的睫狀肌會交替進行收縮或放鬆，同時配合眼外肌的協同作用，能夠促進人體眼部



的血液循環，從而減緩眼部疲勞。有實驗研究結果顯示，體質虛弱或營養不良的人群更易出現近視眼問題。

堅持做眼保健操 眼睛四周有很多穴位，可以在日常生活中通過穴位的按摩來增加眼部的血液循環，消除眼內過度充血，緩解眼疲勞問題，這也是假性近視防治的有效方法。

少吃糖果和高糖食品 過多的糖攝入會增加人體血液中的酸性物質，會與人體中的鈣相結合，減少人體血鈣，從而影響人體眼球壁的堅韌性，增加出現眼部疾病的概率。

作者：楊建芳

一上飛機就想睡覺？專家：這個時段再困都要醒着（外一篇）

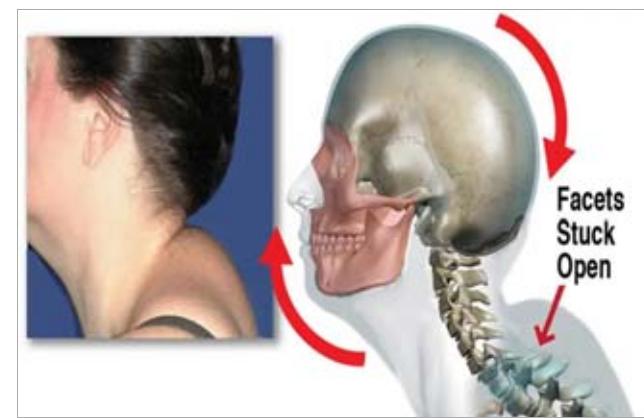
許多人出國搭飛機的時候會選擇閉目養神。但如今有專家表示，登機之後有兩大時間段最好儘量保持清醒，分別是飛機起飛與降落期間，原因與身體狀況、飛航安全有關。

太陽報報道，飛機起飛的時間段會特別讓人想睡覺，因為當飛機加速準備起飛時，乘客身體會被往後推，這種壓力與躺下的感覺類似，讓大腦產生身體平躺在床上的錯覺，加上機艙昏暗燈光與引擎產生的白噪音，使得乘客變得昏昏欲睡。

不過專家指出，在飛機起飛期間睡覺其實非常危險，特別是已經睡著的旅客，因為飛機爬升過程中的氣壓改變會帶來耳朵不適的狀況，這被稱作“耳朵氣壓傷”(ear barotrauma)。

這狀況會讓人出現耳朵疼痛、悶脹等情形，但可以靠著打哈欠、吞咽、咀嚼來改善。美國內華達大學教授丹巴布(Dan Bubb)說明，睡著的人不能像還醒著的乘客那樣適應機艙內的壓力變化，不會靠著做出吞咽等動作來平衡壓力。

除了上述原因，另外一個在飛機起降期間保持清醒的關鍵與飛航安全有關，因為依據世界上最大的兩間飛機製造商波音公司、空中巴



在日常生活中，經常會看到有些人的脖子後面隆起了一個圓圓的“大包”，而這個“包”大多數存在於那些比較富態、體型較胖的人身上。因此，很多人戲稱這是“富貴包”。

然而，“富貴包”並不代表富貴，擁有“富貴包”並不是一件值得開心的事。

“富貴包”是怎樣形成的

所謂的“富貴包”，實際上是指後背上部頸胸交界處(第七頸椎和第一胸椎處)凸出的硬包塊。人體的頸椎椎體一共有七節，其中第七節頸椎是最長的，因此也被稱為“隆椎”。由於頸椎在活動時，第七節椎體容易與周圍的肌肉筋膜摩擦，久而久之，周圍的肌肉筋膜就會增厚，在這個地方形成一個凸起的包塊，即“富貴包”。

“富貴包”有什么危害

一是可能出現頸椎病症狀，如頭暈、頭痛、失眠、上肢放射性疼痛、麻木、乏力等。從中醫角度來看，在第七節頸椎下凹陷處，有一個重要的穴位叫做大椎穴，它是督脈與足三陽之會，具有通陽理氣、解表清熱、清腦醒神的功效。因此，一旦發生瘀堵，就會出現頭痛、頭暈、失眠、手麻等一系列症狀。

富貴包

二是影響美觀。從人體生物力學角度來講，大椎穴是上背部一個重要的力學支點，具有承上啓下的作用。如果這個地方發生病變，很容易形成一種含胸駝背、頭前伸的體態，成為廣大愛美人士的困擾。
運動拉伸法 去掉“富貴包”

“富貴包”的預防和治療，不僅需要正確的施治，還需要進行適當鍛煉和保持良好姿勢。主要包括：

保持良好姿勢。經常在頭前伸的情況下轉動頸椎是錯誤的習慣。在轉動的時候，要注意內收下巴，保持頸部中立位，使人體的七節椎體全部參與轉動，減輕上部頸椎的壓力。

拉伸胸小肌。長時間低頭伏案工作會導致前側的胸小肌緊縮、肩胛骨前移，從而出現圓肩、駝背的體態。所以，在空閒的時候，可以進行胸小肌拉伸：一手扶在牆上，上身直立，下身成弓步站立，保持身體筆直向前發力，感覺扶牆一側胸小肌有拉伸感即可，保持一段時間，左右交替進行。

加強背部菱形肌力量。加強背部菱形肌的力量可以平衡前後肌力，保持標準的體態。站立時，上背挺直，雙臂伸直外展，緩慢做劃圓圈運動，感受兩側肩胛骨的收縮，以背部出現酸脹感為宜。該動作簡單易行，可隨時隨地進行練習。

保持心情舒暢。正所謂“諸痛癢瘡，皆屬於心”，保持良好的心態同樣重要。斜方肌與情緒有密切關係，長時間緊張和焦慮會導致斜方肌緊張，使肩背部感到沉重不適。鍛煉固然重要，但保持心情舒暢也必不可少。

乾淨的感覺其實大部分是在人的腦子里面產生的。薄荷糖清涼宜人，擦過的窗戶乾淨明亮，洗完澡後躺在新換的床單上，乾淨的感覺真是美好。我們喜歡聞肥皂的味道，喜歡觸摸光滑的表面，喜歡消毒劑帶來的安全感。

130 年前，歐洲人發現肺結核原來是由細菌引起的。這是細菌第一次走進公眾視野，以一種有害、危險而又看不見摸不到的形象為人們所認識。很快歐洲頒佈了新的規定：病人必須被隔離，以避免將病傳染給其他人；學校里嚴禁吐痰；親密接觸最好避免，共用一塊手帕更是絕不提倡；另外，親吻僅限於“戀人間的情不自禁”。這些規定聽起來有點兒滑稽，但如今已經被深深包含在社會秩序的方方面面：就是從那時起，吐痰被認為是一種沒教養的行為，毛巾和牙刷變成了嚴格意義上的私人物品。

通過禁止隨地吐痰就可以阻止一種致命疾病的傳播，確實是一件該提倡的事。這條規矩於是深深地烙在了人們的大腦里，不遵守它的人會被人討厭，因為他危害到了別人的健康。一代傳一代，不隨地吐痰成了社會的基本準則。保持個人的清潔衛生也在社會上推廣開來，人們努力給亂糟糟的生活帶來一些秩序。

那時候，去浴場洗澡還只是富人們才可以享受的，直到 20 世紀初，在德國，醫生規定每人每周必須洗一次澡。大公司開始給自己的員工建淋浴間，並免費提供肥皂和浴巾。其實從 1950 年開始，每周洗一次澡的規定才真正得以實施。老百姓們一般都是每週六洗澡，一大家子人共用一盆水，因為爸爸工作最辛苦，

清潔 不等於消滅一切

所以他可以先洗，爸爸洗完了其他人再一個接一個地洗。那時候人們對清潔的認識還停留在除臟和除臭。隨着社會的發展，清潔的概念也變得越來越抽象。

翻開報紙、打開廣播，到處都是聳人聽聞的新聞，比如今年又有什麼危險的流感病毒，哪里又發現抗藥性的細菌新品種，或者哪家食品廠又爆出了大腸桿菌超標的醜聞。好像到處都是看不見的危險，處處都有地雷。每個人都用不同的方法來安撫自己內心對病菌的恐懼，在我

好的。

這種清潔方式實在不可取。事實上，一個國家越乾淨，那個國家患過敏和免疫系統疾病的人就越多；一個家越是乾淨無菌，這家人患過敏和免疫系統疾病的可能性就越高。30 年前在德國，差不多每 10 個人里面才有一個過敏症患者，而今天，每 3 個人里面就有一個。相比之下，細菌感染致病的比例卻沒有下降。今天的科學研究給打掃衛生帶來了新的定義：乾淨並不是指要把有害的細菌趕盡殺絕。

這個世界 95% 以上的細菌都對我們無害，其

中很多甚至還對我們有益。其實一般家庭裡面根本就用不着消毒劑，除非家里有人得了傳染病，或者狗狗在客廳地板上拉了一坨大便。

如果家里地板上只是有幾只鞋印，那用加入幾滴清潔劑的水就可以清除地板上 90% 的細菌。打掃衛生的意義在於有效減少細菌數

量，而不是完全消滅它們。

即使有害細菌也可以為我們所用，比如它可以幫助我們鍛煉一下免疫系統。比如洗碗池里的幾千個沙門氏菌對免疫系統來說就相當於參觀動物園，只有當沙門氏菌繁殖過快的時候，它才開始變得危險。而有害細菌大量繁殖需要 3 個條件：封閉的空間、潮濕溫暖的環境和唾手可得的養料。

在日常家務里，清洗瓜果蔬菜也是一種稀釋的方法。通過水洗，從泥土中帶上來的大部分細菌都被沖掉了，剩下的那一點點也已不成氣候。如果沖洗完餐具以後你又用洗碗布在上面抹了一圈——可能這個意圖是好的，但是實際效果就跟你用舌頭在盤子上又舔了一圈一樣。

因為洗碗布溫暖、潮濕，裏面充滿了細小的食物殘渣，聽上去是不是很像微生物的天堂？要是你在顯微鏡下觀察過洗碗布的話，估計你這輩子用它的時候都會有心理陰影了。

所以，洗碗布只適合用來擦洗掉碗碟上大塊的污漬，之後一定要用水再好好地把餐具沖一下。廚房里的抹布、手巾也是一樣的，一定要徹底清洗乾淨之後晾干，否則它們也會成為細菌完美的大本營。

細菌在乾燥的表面是沒法繁殖的，有的細菌甚至會干死。剛剛擦過的地板在干了以後是最乾淨的。用墩布拖過的地板再進行烘干是最乾淨的。乾燥真的是件美好的事。食物被適當地烘干以後就可以保存很長的時間都不會壞，比如麵條、麥片、餅乾、葡萄乾、紅豆和肉干，都運用了這個儲存技巧。

作者：[德]朱莉婭·恩德斯，錢為譯



事來扛住是本事，事過翻篇是格局



事來扛住是本事

生活中，總會有一些跌跌撞撞，也總會有一些溝溝坎坎。但不同的人對坎坷的反應不同，有人會深陷困境不能自拔，而有的人會鼓起勇氣把困難打倒。

哪怕是再厲害的人，也曾有過失意的時刻，但難能可貴的是他們身上的那份勇敢與堅強。他們肯面對、能堅持，無論身處何種境遇，都能心懷希望、積極向上。

看過一句話：“每個人的生命中，都有充滿挑戰的時刻，將人生變得美好遼闊。”人生，從外打破是壓力，從內打破是成長。要學着做一個不被輕易擊垮的人，遇事扛得住，經得起磨礪。

處事不慌是智慧

有位網友提問：“什麼能力很重要，但並不是人人都有？”有個答案獲得高贊：處事不慌。

未來的日子里，你可能會碰到一些突如其来的事，或許事情本身並不嚴重，但如果你自己

亂陣腳，反倒會讓麻煩更大；只有穩住心緒，冷靜分析，才能夠見招拆招，化險為夷。

越是忙碌的時候，越要穩住心態，找到合適的節奏。只有把事情捋清頭緒，才能一步一步解決問題。在大事急事面前舉重若輕，胸有激雷而面如平湖，處事不慌、忙而不亂、有條不紊，才能把事做成。

事過翻篇是格局

“昨天的太陽，曬不干今天的衣裳。”人生在世，或多或少會有放不下的人和事，但若總是耿耿于懷，最後傷害的往往是自己。

“當斷不斷，反受其亂。”為無法挽回的事煩悶憂愁，既無法讓時光倒流，也無力改變現狀，無疑是自尋煩惱。與其讓自己深陷憂慮不能自拔，不如昂首闊步走出困境；與其讓瑣事消耗自己，不如把時間用來做更有意義的事。

該翻篇的翻篇，不糾結過往，只為騰出雙手，擁抱現在和未來。擁有事過翻篇的能力，才能看到更美的風景。



她來香港的時候，帶了一只半人高的行李箱，裝得滿滿的，重得我都抬不起來。里面除了一小包她的日常用品，其他的都是給我帶的，我愛吃的東西。

“帶這些東西來幹嗎？”我看著那些豆腐乾和小點心發愁，“香港什麼東西沒有？你這麼大老遠背過來累不累啊。”

“你不是常常說這裡的菜分量少，吃不慣嗎？”她一邊看著我的臉色，一邊將那些我為了減肥早已不碰的小零食塞進我的包里，“怎麼了，這些不都是你愛吃的嗎？”

“哎呀，少放點，夠了夠了。”我心疼地看着上個月新買的皮包被撐得又鼓又脹，但又不忍心打斷她。

現在，她要走了，拿着那張小小的機票，走向安檢門。我看著她的背影，她好像比我印象中瘦了，五年前過年買的那件衣服，掛在她身上都有點空空蕩蕩的。她不肯買任何土特產和紀念品，說是費錢。幾乎全空的行李箱拖在她手里，滑輪摩擦地面發出“咔咔”的響聲。

走到一半，她突然轉過頭來，對著我招招手。

“怎麼了？”我問她。

“沒什麼，就是想起來，那年送你去留學，我就站在你現在的位置，而你拖着箱子，往前走。現在，我們倆換了位置。”她笑着說。

我也笑了。

“好了，我走了，你回去小心點。”她又向我招了招手。

“好的，一路小心。”我對她說。

她轉身走了，這次她逕直走進安檢門，就很快混入人群，看不見了。

我的笑容還在臉上，可是眼淚一下子滾落下來。

就像我第一次出遠門，她送我離開時一樣，不過，我從來沒有告訴過她。

年紀大了，我開始慢慢地懂得，這個世界上的感情，以及大多數的緣分，都是一種輪回。

她用溫柔愛護帶來了我的成長，我用攬扶和幫助陪伴她老去。我們相互見證，分離而又重聚，不斷地重複著那些事：原來她為我做的，現在我為她做。

而這種輪回的意義就在於，無論我的身和心飄得多遠，我都知道，在這個世界上有一個地方，她就站在那裡，笑臉盈盈地凝視著我。

一直到我有了自己的子女，我把她曾經給我的愛傳給他們，而我就站在她曾經所站的位置，看著他們長大。

到了那個時候，我想我會真正地懂她。

作者：黃競天

曾經的舊物是上門回收的，只要街巷響起“破布爛棉花拿來賣，舊書舊報紙拿來賣，廢銅爛鐵拿來賣”的吆喝聲，沒有收入的老人、缺少零花錢的小孩，內心就激動起來。

瘦日子



銅鐵搞不到，報紙沒有，書不能賣，只能在破布爛棉花上用盡心思。皮鞋底、牙膏皮、鷄肫皮、鷄毛、烏龜殼、沒有底的痰盂……各種“收藏”端出來待價而沽，一番討價還價後變成幾張毛票或者幾枚鋼镚兒收在口袋裏，臉上洋溢着富足的微笑。我永遠都會當即把它们換成零食吃進肚子。有一次實在沒有藏品，急中生智把家里還有三分之一的牙膏擠光，換了二分錢的麥芽糖，因此挨了我媽的一頓鞋底。

瘦日子促生開源，也造就節流。幾斤毛線，今年織一個花樣的毛衣，過幾年時興其他花樣，就拆了重新再織，再窮也不耽誤愛美的心。童年的我在家庭老照片裏看到過旗袍，但是在樟木箱子里從沒發現過寶物，直到穿上和外婆的短襖、媽媽的背心同樣質地的花色馬甲，我才知道那些衣物的去處。駝絨旗袍、絲綿長襖、全毛華達呢大衣，一遍遍拆改，一次次剪短，在祖孫三代人身上海流轉一個甲子，完成使命。

瘦日子還培育各種巧手。以前老城南的布店、紐扣店很多，整匹的布賣到最後總會留下不夠整衣整褲尺寸的碎料。我媽的最大愛好就是淘各種便宜的零頭布，做完小物還剩料子，外婆、老媽齊動手，拼拼湊湊就是一床百衲被面，針腳細密，配色大膽，完勝眼下一些大牌服裝的審美，當時的簡省放到現在就是匠心。

爸爸是無線電愛好者。他在業餘時間組裝半導體收音機，工具箱里有各種晶體二極管、電路板、電烙鐵、銅線。我最喜歡松香，琥珀色半透明不規整的一大塊，放在陽光下，我會試圖從裏面找出一只史前昆蟲。冬夜漫長單調，爸爸就在自己實用的手工勞動里消磨時間。我躺在床上，在縫紉機皮帶與輪轂的摩擦聲和電烙鐵熔化松香的穩妥甜香里，沉沉睡去，做個過肥日子的好夢。

作者：小隱

3秒規則

男性在聚精會神的時候大腦會停止聲音識別功能，對方的聲音聽起來就像是高頻的噪音。

但女性完全理解不了這一點。因為只要她們醒着，幾乎就沒有關閉聲音識別功能的時候。

比如，兩個女性在一起聊天，其中一個說起話來喋喋不休，另一個則逐漸變得心不在焉，正想着晚上的菜譜。這時對方忽然問：“你覺得呢？”另一個會立刻回答：“嗯，沒錯。”因爲只有立即做出反應，對方纔會繼續剛纔的話題。因此，女性朋友之間談話時，即便有一方稍微心不在焉，還是可以談得很愉快。

男人卻做不到這一點。當妻子問“你覺得呢”的時候，丈夫聽來它就像高頻的噪音，所以丈夫根本不知道剛纔妻子說了什麼。於是丈夫反問道：“什麼？”這句“什麼”就會觸怒妻子。比如，妻子突然問正在發呆的丈夫“電影票買好了嗎”，妻子講話比較快，丈夫由於正在發呆還沒反應過來，就會問：“什麼？”這句“什麼”，指的是“你剛纔說什麼了”的意思。

而妻子根本沒想過丈夫會把自己的話當成噪音，所以這句“什麼”在她聽來，意思是“我說要給你訂票了嗎”。

“我們不是說好了嗎？”妻子又快速說道。這句丈夫也沒聽清，於是再次問道：“什麼？”這句“什麼”在妻子聽來就是“我可不知道”的意思，這下麻煩大了。

請別覺得好笑。在夫婦日常生活中，妻子逼問丈夫“你這是什麼態度”，究其緣由多數是因爲丈夫無法識別妻子的聲音。

很遺憾，在這一點上我們真是對男性一點辦法也沒有，所以女性恐怕只能改變自己突然提問的習慣了。

在對男性講話時，必須按照以下步驟進行：先走到他的視線範圍內喊他的名字，間隔2~3秒再進入正題。

總之，一開始的時候要慢慢說。等男性打開了聲音識別按鈕，之後再快點兒說也沒問題。

這樣一來，就會極大地減少你在家中的逼問丈夫“你這是什麼態度”的頻率，公司的男性下屬對你的信賴度也會提高。

先說結論和數字

如何理解老公的腦回路

男性對沒有結論的談話非常缺乏耐心，因爲這會使他們深感疲憊。

在狩獵中進化的男性大腦一直在尋找“目標在哪里（應該準準哪里）”。如果妻子說“今早洗了很多大件衣物”，丈夫就會想“洗衣機出問題了嗎”，並為解決問題做好準備。但妻子接着又說“下午天陰了，床單都沒有晾干”，這種沒有實質內容的談話就會讓丈夫感到壓力。當壓力達到一定程度的時候，男人就會關閉大腦的聲音識別功能。之後，無論妻子說什麼，在丈夫聽來都是高頻的噪音。這是男性大腦的一種自我保護。

因此，如果一直跟丈夫講一些沒有結論的話題，其實丈夫也挺可憐的。要是再因爲“你根本沒聽我講話”而冲丈夫發火，那丈夫簡直可憐極了。

與男性講話的時候應該先說結論（爲了獲得結論的談話則先說目的）。比如，跟丈夫商量做事的事情，可以這麼說：“我想和你商量一下母親3周年忌辰的事情。有3點需要確認，分別是什么時候辦、在哪里辦、邀請誰。”

如果一開始就跟丈夫這樣說，丈夫肯定聽得進去。如果有可能的話，可以把這件事情寫在客廳的白板上進行討論，這樣更容易讓丈夫集中注意力。

對兒子的說教也同理：“關於你房間的衛

生問題，我要跟你談談。請收拾一下枕頭周圍、桌子下面和扔在走廊里的衣服。”

在我沒有意識到這點的時候，我的說教全都是抱怨和舊事重提。每次都是以“你怎么就……”開頭，然後喋喋不休，一想到這些話在兒子腦中可能都只是高頻的噪音，我就覺得十分泄氣。

當然，對公司的男性下屬做指示的時候也一樣：“我要和你談談這個策劃方案需要調整的地方。有4個重點，首先是……”如果你跟下屬說：“我不是讓你這麼做嗎？爲什麼會變成這樣？你也太……”像這樣喋喋不休的責備完全沒有任何意義。這樣做不僅無法正確傳達你的想法，還會讓你被認爲是一個亂發脾氣、感情用事的不合格的上司。

可以從經過說起嗎

如果能夠在對話中遵循3秒規則以及“先說結論和數字”的原則，那麼別人一定會認爲你是“能幹的女人”“通情達理的女性”。

我在做諮詢顧問的時候，我的老闆曾指導我：“你每次都從經過開始講，太啰嗦了。人家會覺得你很笨，所以千萬別再這麼做了。如果客戶問你問題，先從結論回答，再用數字將重點列出來，進行詳細解釋說明。”

按照老闆教我的方法去做之後，客戶開始夸獎我“真是個聰明人啊”，我

的客戶也越來越多。

後來，我才發現男性大腦是“目標指向型大腦”，頓時對老闆的建議欽佩不已。

另一方面，如果從經過開始講，大腦就會注意到“隱藏在過程中的真相”。如果這個會議是爲了引出新的提案或者研究某個無法立刻解決的問題，從經過講起就很重重要。

這時，最好提前跟男性同伴打好招呼：“關於此事還沒有最終達成協議，有幾點我覺得有些擔心，請允許我從經過說起。”

這樣一來，“瞭解事情的經過”就成了大腦的目的，所以男性會放鬆地聽你講話。如果做好了這樣的準備，即便你在市場會議上從“昨天跟丈夫去商場底下的食品區，遇到了這樣的事情”說起，那也沒問題。這樣大家絕對不會對你說“你在說什么”“無關緊要的話就不要說了”。

我把這個方法也應用在了丈夫身上。我會提前告訴他：“我想跟你講講今天我都遇到了哪些傷心事。請安靜地聽我把話講完並給我安慰。”

作者：[日]黑川伊保子 朱悅璋 譯



全世界的人類正在面臨冰川消失的危機，而大多數人對此還茫然無知。

根據一項新的研究，世界上冰川萎縮和消失的速度比科學家想象的要快，按照目前的氣候變化趨勢，預計到21世紀末，其中三分之二將消失。

但是，如果全世界能夠限制未來的氣候變暖，並實現國際目標——根據許多科學家的說法，技術上可行，但實際上不太可能——那麼全球冰川將消失不到一半。

《科學》雜誌發表了一項研究，全面檢查了全球所有215000個陸地冰川（不包括格陵蘭島和南極洲冰蓋上的冰川）。然後，科學家使用計算機模擬來計算：在不同程度的氣候變暖條件下，有多少冰川會消失，有多少萬億噸冰會融化，以及會對海平面上昇產生多大影響。

研究結果表明：在氣候變暖的最壞情況下，到2100年，世界上83%的冰川可能會消失。這將使海平面上昇166毫米；而冰損失量從38.7萬億公噸到64.4萬億噸不等，這取決於地球變暖的程度，以及煤炭、石油和天然氣的消耗數量。

這意味著全世界超過1000萬人將生活在海平面以下。

冰川的消失不僅僅只是海平面的上昇，人類還會失去從阿拉斯加到阿爾卑斯山、珠穆朗瑪峰的標誌性冰雪覆蓋景觀。對於阿爾卑斯山或冰島這樣的地方，冰川是這些景觀的重要部分。當冰川消失，這些地方也失去了靈魂。

自20世紀以來，世界各地的許多冰川都在迅速融化。人類活動是這一現象的根源。具體來說，自工業革命以來，二氧化碳和其他溫室氣體排放使全球溫度升高，結果導致了冰川迅速融化、退縮。即使我們在未來幾十年內大幅遏制溫室排放，全球冰川的三分之一以上也會在2100年之前融化。今



天北極最古老、最厚的冰層中有95%已經消失。科學家預測，如果排放量繼續不受控制地上昇，隨著海洋和空氣溫度繼續迅速上升，北極可能在2040年夏季無冰。

冰川融化加劇了海平面上昇，這反過來又增加了海岸侵蝕並加劇了風暴潮，因為空氣和海洋溫度

程度。如果排放量繼續增加，預計到21世紀末，格陵蘭冰蓋目前的融化速度將翻一番。令人震驚的是，如果格陵蘭島的所有冰層融化，全球海平面將上升6米。

今天，北極的變暖速度是地球上任何地方的兩倍，那里的海冰每10年減少10%以上。隨着冰的融化，更多的海洋區域開始出現，破壞了正常的海洋環流模式。研究表明，極地渦旋更頻繁地出現在北極以外，因為北極和熱帶地區的空氣變暖和海洋溫度上升共同導致了急流的變化。

隨著海冰和冰川融化，海洋變暖，洋流將擾亂全球生態。首當其衝的是漁業，溫暖的水域改變了魚類產卵的地點和時間。海洋生態系統的變化還包括對珊瑚礁的破壞和海洋食鏈的重塑。

冰川融化還會導致更多極端天氣的頻繁發生，如洪水、乾旱、風暴、颶風等，沿海地區將繼續面臨上百億元的災害損失。

冰川融化也會影響淡水资源的供應，加劇水資源的緊缺和平等。

除了人類，動物的生存也收到極大影響。在北極，隨著海冰融化，像海象這樣的野生動物正在失去家園，北極熊在陸地上覓食的時間越來越多。越來越多的地方冰層變薄，無法承受北極熊的體重，它們為了覓食，要么繞道，要么下海游泳。北極圈內人類定居的地方出現北極熊覓食的情況也變得更頻繁，有人認為海冰融化是一個重要原因——北極熊在自然環境按原來的方式越來越難找到食物了。

冰川融化對植物的影響也很大，一些高山植物會因為溫度升高而失去適應性，而一些低地植物會因為水資源減少而受到乾旱的威脅。許多物種將面臨棲息地的減少，生態系統的平衡將被打破。魚類、鳥類和其他水生生物將失去主要的覓食和繁殖場所，導致物種數量減少，甚至滅絕。

作者：樊曉武

跡象二：動手能力很差，內心脆弱

《如何讓孩子成年又成人》一書中寫道，培養孩子的能力，分為下面這四步：

- 第一步，我們為你做這件事。
- 第二步，我們和你一起做。
- 第三步，我們看着你做。
- 第四步，你獨立完成。

但在現實生活中，很多父母並沒有及時從第一步推進到第二步，導致孩子沒有鍛煉出生活的種種能力。

曾看過這樣一個故事：一位初中老師，發現回收的早餐盒里的鷄蛋學生根本沒怎麼吃，只有少數的孩子剝鷄蛋吃了。他把鷄蛋發還給學生後發現，很多孩子根本不會剝鷄蛋。

為什麼會出現這種情況呢？剝鷄蛋對孩子而言並不簡單。當孩子第一次剝鷄蛋，往往都會將鷄蛋剝得坑坑窪窪，鷄蛋上面甚至還殘留了不少破碎的蛋殼。

這時候，大人看不下了：“你別搞了，我來給你剝。”

於是，第一次剝鷄蛋失敗。第二次可能又是同樣的情況。之後，你就會發現孩子開始等着大人給他們剝好再吃，“剝不好鷄蛋這件事”的認知就這

孩子身上有這3個跡象暗示你管得太寬了

樣被孩子接受了。

父母過度養育，最有可能導致孩子啥也不會。

不少家長都有個認識誤區，總覺得小時候多替孩子做一點，孩子長大後就會自己做了。然而事實是，孩子不可能在18歲那天，奇跡般地獲得了所有的生活技能。生活的能力是需要鍛煉的，一個缺乏生活能力的孩子，他的內心也會越來越脆弱。

養出一個心理健康的孩子，有一個很簡單也很容易被忽略的方法，那就是：讓孩子嘗試自己想辦法解決問題。這樣，他才能形成對自身能力的信心，當他獨自面對各種困難和挑戰時，也沒那么容易崩潰。

不要為孩子做他可以嘗試去做的事，這樣孩子才能脫離我們，成長為獨立的成人。孩子總有一天會離家，在這之前，他需要為未來生活做好準備。



讓大腦休息的冷知識

這個世界上確實存在“天山童姥”，不過肯定不是人，而是燈塔水母。遇到危險時，它會從成年的燈塔水母變回水母寶寶。只要不被吃掉，理論上，燈塔水母不用吃唐僧肉，也可以長生不死。

在鴿子界，鴿爸爸和鴿媽媽都能給孩子喂奶。只不過，“鴿子奶”不在胸部，而在喉嚨裏。

人類除了與香蕉共享超過50%的DNA，還和蘑菇共享1/3的DNA。所以，1/3的你，是一朵很好吃的小蘑菇。

你的身體每天都要製造大約3000億個細胞。如果你發現自己什麼都沒幹，卻還是感覺好疲憊，就拿它來當藉口吧。

我們都知道土星很大，但你也許不知道，它的北極有一個兩倍於地球大的風暴圈，而且還是六邊形的。你見過六邊形的風嗎？看看土星吧。

對花栗鼠、蒼蠅，還有鴿子這樣的小動物來說，因為體積較小，新陳代謝快，眼睛向大腦傳遞信息的速度也會更快，所以它們看到的世界，比我們人類看到的要更快。當你快速地揮舞巴掌拍向蒼蠅時，在它眼里，你真的挺慢的。

體重達6000千克的非洲象，走路時每一腳下去都會踩出一個30厘米深的小水坑，這些小水坑會積蓄落葉等有機物，使得很多微生物和無脊椎的動物在坑里安家。可以說，大象每走一步，都會讓別的小生命從此擁有一個家。

請注意，心理學家研究這些可不是為了證明哪個信念對、哪個信念錯——這些都叫“原始”世界信念，原始是本能，不是錯誤的意思。心理學家是想知道這些信念對人的影響是什麼。研究發現，原始世界信念跟人的行為取向、心理健康程度，包括性格養成都有很大的關係。

如果你相信世界是安全的，你會更合群，對他人有更高的信任，你在精神上很放鬆，不

你對世界的信念很重要

容易抑鬱。如果你相信世界很危險，你就會謹小慎微，不願意跟人交往。

如果你相信世界很精彩，你的好奇心會很強，還會常懷感恩之心，覺得自己很幸運，你會有很強的幸福感。

如果你覺得世界對你有所期待，乃至於在用各種方式啟發你，你的生活會有強烈的目的感。反過來說，如果你覺得世界只是一個機械的存在，你可能不會那麼主動地對外溝通，不打算去做什麼特別的事。

如果你把世界看作一個危險的戰場，你每天都會去戰鬥，你對陌生人可能帶有敵意。反過來說，如果你把世界看成是一個遊樂



場，每天上班都是去創造、去跟朋友們交往，你的心境會有所不同。

人的這些原始世界信念是怎么來的？是不是由人生經歷決定的呢？比如，一個人從小生活在貧困的環境中，經常被人欺負被人騙，那他認為世界是危險的就合情合理。如果一個人的生活很富裕，什麼都有，他自然就容易相信世界是精彩的。真是這樣嗎？事實並非如此。克里夫頓研究發現，一個人認為世界是安

全的還是危險的，跟這個人有過多少危險經歷之間的關聯其實很小；一個人認為世界是不是精彩的，跟這個人有多少財富和特權也沒有什麼關係。

原始世界信念，更多的是被灌輸的結果——尤其是來自家長的灌輸。貧困未必會讓孩子相信世界本質上是危險的所在，但如果家長一直告訴他世界很危險，他就會相信世界很危險。

另外，如果父母整天對孩子灌輸世界是危險的，不要跟陌生人交往、連同學都不要輕易相信、腦子里時刻要多根弦、千萬別受騙……這肯定是由於保護孩子的好意——但這個信

念會讓孩子更安全嗎？不一定。

克里夫頓發現，那些從小認為世界很危險的人，長大以後成功的可能性較低，健康狀況更差，得抑鬱症的比例更高。他們更容易對生活不滿或不喜歡自己的工作。他們對別人的容忍度更低，容易因為一點小分歧就跟別人勢不兩立，他們更偏執。

他們總在規避風險，得到的卻是更多的痛苦。這些人的父母希望他們安全，可是灌輸危險信念的實際效果，是讓他們缺乏安全感。

看來原始世界信念真是“思想鋼印”啊。

不過，有些人可以擺脫這個包袱。

克里夫頓很愛用一部叫《魔發奇緣》的電影打比方。從前，有個小女孩被一個女巫養大，女巫怕她離開自己，就總跟女孩說外面的世界到處都是壞人，千萬不要出去！後來女孩機緣巧合之下還是跑出去了。一開始她非常害怕，覺得到處都暗藏着障礙和敵人。但在朋友的幫助下，女孩逐漸成長，她意識到世界不但沒有那麼危險，反而有很多美好的事物。

相信很多人都有過這樣的經歷，但是更多的人，恐怕一輩子也沒有機會重新認識世界。

還是那句話，原始世界信念本身沒有對錯。但是，如果你想要更多的幸福感，最好改變一下自己的信念。

克里夫頓的媽媽相信世界本質上是危險的，他自己本來也認為世界本質上是無趣的。做了這一系列研究之後，他主動改變自己，希望自己能相信世界是精彩和美好的。他的辦法是要求自己每天寫下五個新發現的美好事物，一開始他感到很困難，後來越練眼光越好，隨處都能注意到好東西……這使得他的幸福感直線上昇。

也許你的信念對世界並不重要，但對你自己很重要。

作者：萬維鋼



ASIA Cleveland
3631 Perkins Ave St 2A-W
Cleveland, OH 44114
(216) 881-0330

ICHIC Cleveland
2999 Payne Ave Ste 140
Cleveland, OH 44114
(216) 381-1223



Chinese Seniors Support Group

老年中文活动小组

时间: 2024年 1.19 2.2 2.16
3.1 3.22 3.29

4.12 4.26

(以上日期均为周五)

地址: ASIA-ICHIC
2999 Payne Ave., Suite 140
Cleveland, OH 44114



小组话题: 反诈宣传 | 慢性病管理 | 情绪支持
养生常识 | 疼痛管理 | 其他



←扫描左侧二维码
添加微信号 ichc-outreach
发送消息“老年活动小组”报名
届时将提供免费小吃零食以及饮料



A NIGHT IN MACAU

Join us for a casino night
for a cause!

FRIDAY, MARCH 1 | 6PM

THE TANGIER IN FAIRLAWN
507 S CLEVELAND MASSILLON RD
FAIRLAWN, OH 44333

PURCHASE YOUR TICKET HERE:



For questions, contact kle@asiaohio.org

农历新年!



在克利夫兰农历新年庆祝活动中,可获得COVID-19 和流感疫苗.

2月 10日星期六
11AM-3PM

ASIA ICHIC CLEVELAND
ASIA PLAZA
2999 PAYNE AVE STE 140
CLEVELAND, OH 44114
(216) 361-1223

TESTING IS SIMPLE

- 1 Swab mouth**
- 2 Insert in test**
- 3 Read results**



访问ASIA's International Community Health Center 来做测试或接收自测工具包。

伊利諾州、俄亥俄州、密西根州最大最乾淨最豪華最齊全華人超市



PARK TO SHOP SUPERMARKET GROUP Cleveland 百佳超市 Tel:(216)781-3383; 1580 East 30th St., Cleveland, Oh 44114

百佳香港超市集團祝各位朋友新春快樂!

百舸爭流

金龍狂舞接祥瑞

歡迎光臨



為您服務

佳音頻傳 華燈高照報新春



歡天喜地春節到 開心購物來百佳

百佳
超市

Cleveland

百佳
超市

Columbus

百佳
超市

Detroit

香港
超市

芝加哥總店

香港
超市

北郊旗艦店

香港
超市

芝加哥北華埠

香港
超市

芝加哥南華埠

香港
超市

Aurora

香港
超市

Westmont

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

Tel(614)789-1889
2757 Festival Lane
Dublin, Oh 43017

Tel:(313)274-3100
8641 N Telegraph Rd
Dearborn Heights, MI 48127

Tel:(312)791-9111
2425 S. Wallace St.
CHICAGO IL 60616

Tel:(224)251-7050
8901 N Milwaukee Ave
Niles, IL 60714

Tel:(773)334-3838
4879 N. Broadway
CHICAGO IL 60640

Tel:(312)846-1188
1835 S. Canal St.
CHICAGO IL 60616

Tel:(630)340-3163
4334 E New York St.
Aurora IL 60504

Tel:(630)974-6007
665 Pasquinelli Dr
Westmont IL 60559