



# 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  
**第四九九期 Vol.499 Aug. 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 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

# 美麗家園 服務社會 造福人類



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](mailto:wong@imwong.com)

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



**黃唯大律師**  
滿足您所有的移民要求

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

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



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

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

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

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

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

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

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

**弘揚中華文化 交流美華信息**

**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  
 廣告熱線 Marketing: 216-324-2959 Add: 3500 Payne Ave, 1-B Cleveland OH44114

Website: www.ecjnews.com  
 E-Mail: echinesej@yahoo.com  
 Tel: (216) 324-2959; Fax: (330) 405-3480

**劉詩人的詩**

留下的足印煙消雲散  
 要我如向去找尋夢幻  
 人群中 總沒有緣分的痕印  
 白雲下 萬水千山一陣風啊  
 紅塵裏 擦肩而過陌生微笑  
 莫非是 凌波仙子偶留凡塵  
 昨天我又在沙灘上  
 看到你難忘的情影  
 才知你是人間佳人  
 婚後我問身邊的妳  
 你是不是來自天邊?  
 盈盈一笑你說是嗎?

**劉天擎**  
詩歌園地



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

**現在交易免傭金 幸運 6 迷你百家樂**

**LUCKY 6**

**THIS THRILLING GAME OFFERS NO COMMISSION!**  
**這款激動人心的遊戲提供免傭金!**

**PLUS AN EXCITING LUCKY 6 SIDE WAGER**  
**再加上令人興奮的幸運 6 邊注**

**PRESQUE ISLE DOWNS CASINO**

presqueisledowns.com | 1.866.ERIE.FUN | I-90 EXIT 27, Erie, PA 16514  
 If you or someone you know has a gambling problem, help is available. Call 1-800-GAMBLER. Management reserves all rights.

**GEORGE & KERRY LIEU'S 60TH WEDDING ANNIVERSARY AND VOW RENEWAL**

**衷心祝賀 劉天擎 邱繼聰 伉儷 鑽石婚六十周年**

多情丈夫, 美好妻子,  
 仙女下凡塵, 結人間深緣,  
 劉家賢惠伉儷, 世間美人景色  
 生世相知又相愛, 緣人間好夫妻

**真愛不變保常青 鑽石傳世耀永恒**

*We still say "I do"*

*George & Kerry*

**伊利華報**  
敬祝



# 龍卷風造成克利夫蘭民衆停電財產損害



本報記者趕到 3550 W 117th Street, Cleveland, 就看見市政府的人還在忙碌收拾, 負責人還在車上電話聯繫解決問題。

本報記者發現雖然馬路上

2024年8月6日星期二的惡劣天氣而造成財產損害的克利夫蘭居民和企業主應填寫財產損害報告調查表。

居民和企業可以通過此鏈接提交財產損害調查。提交調查表的截止日期為 2024 年 8 月 23 日。

非常重要! 市政府急需瞭解有多少人受到惡劣天氣的影響, 以便評估是否有可能提供經濟援助。然而, 填寫此調查表並不保證會獲得經濟援助。

沒有電腦、互聯網或電力

的居民和企業可以在以下列出的地點完成調查。從 8 月 12 日星期一到 8 月 23 日星期五, 每天下午 12 點到下午 6 點, 將有市政府工作人員在那里幫助完成調查。

Collinwood - 16300 Lake Shore Blvd

Zelma George - 3155 MLK Jr Blvd

Cudell - 1910 West Blvd

Michael Zone - 6301 Lorain Ave

居民和企業主也可以撥打 311 尋求填寫調查表的幫助。需要幫助填表格的居民和企業, 直接和我聯繫 216-391-5080 或回復這個郵件

請大家積極配合!



(本報訊)8月6日克利夫蘭遭遇強大龍捲風,當晚是(National Night Out Against Crime is always held on first Tuesday of August every year) 全國反犯罪之夜總是在每年8月的第一個星期二舉行。

克利夫蘭設有5個社區慶祝當晚活動,龍捲風突然襲擊停止了當晚活動,克利夫蘭亞裔代表陳女士表示: 當晚她負責的 Steelyard 所有的帳篷都吹倒,唯一在煮 Hotdog 帳篷沒有被吹倒,不然會造成一場火災。

的交通,但全部停電,沒有警察,全靠大家自覺,民衆們駕車保持距離,在交通等下面東南西北有次序通行,沒有發現一起車禍。

政府對民衆停電,房子被龍捲風造成的損失提出了以下公告:

# 不讓 Browns 球場離開克利夫蘭



(本報訊)8月12日下午1點,Cuyahoga County Executive Chris Ronayne

Cuyahoga County Council President Per-nel Jones, Jr. 在 Hilton Cleveland Downtown 舉行了記者發佈會,

縣領導人再次聲明對布朗斯留在克利夫蘭市中心的承諾:他們對布朗隊未來的立場。

縣行政長官 Chris Ronayne 和克利夫蘭布朗隊未來主場比賽的地點產生了不確定性,克利夫蘭市議會在立法上採取了行動:償還布朗隊對城市擁有的湖濱體育場約 380 萬美元的資本維修費用。同時凱霍加縣領導人表示:如果新布朗隊體育球場搬遷到布魯克公園新布朗隊體育場,政府將不給予經濟上支持。

上周凱霍加縣行政長官 Chris Ronayne 在克利夫蘭公共廣場的一次活動中與市長 Justin Bibb 表示:在周日的一封信中,羅奈和縣議會主席佩內爾·瓊斯在市政廳與克利夫蘭布朗隊的談判中站立立場,大家支持克利夫蘭市政廳,以保留布朗斯體育場留住市中心。

市長資本項目辦公室主任詹姆斯·德羅薩表示,該市與布朗隊的租約將於 2028 年到期,規定了布朗斯體育場的維修過程。

市政府代表人 DeRosa 列出了立法涵蓋的以下“緊急維修”:330 萬美元用于更換行人坡道,更換排水溝 19,894 美元,23,179 美元用

于行人坡道路緣維修,352,000 美元用于更換熱水箱,64,000 美元用于恆溫混合閥。

他說:“在某個時候,我們可能不得不對克利夫蘭布朗體育場的未來做出一些艱難的決定。”“如果布朗隊選擇去其他地方,該機構應該充分瞭解該設施的狀況,以及我們對該設施有哪些選擇。”

Brown 球場建造與 1921 年,該特許經營權由 Brown 和商人 Arthur B 于 1944 年創立。麥克布萊德是全美足球聯盟(AAFC)的創始成員,並於 1946 年開始比賽。布朗隊主宰了 AAFC,在聯盟的四個賽季中取得了 47-4-3 的戰績,並在每個賽季中贏得了冠軍。14]當 AAFC 在 1949 賽季後倒閉時,布朗隊與舊金山 49 人隊和最初的巴爾的摩小馬隊一起加入了 NFL。

布朗隊在首屆 NFL 賽季以及 1954 年、1955 年和 1964 年賽季都贏得了冠軍,在北美任何主要職業運動中都取得了無與倫比的壯舉,在他們存在的頭 10 年里,他們每年都參加了聯賽冠軍賽,贏得了其中七場比賽。從 1965 年到 1995 年,他們有資格參加 14 次 NFL 季後賽,但在此期間沒有贏得另一個冠軍或參加超級碗。

1995 年,老闆 Art Modell 于 1961 年購買了布朗隊,他宣佈計劃將球隊搬到巴爾的摩。在克利夫蘭市和球迷威脅要採取法律行動後,

1996 年初達成了一項妥協,允許莫德爾將巴爾的摩烏鴉隊建立為新的特許經營權,同時保留所有布朗隊人員的合同。布朗隊的知識產權,包括球隊名稱、徽標、訓練設施和歷史,被保密,NFL 認為特許經營權被暫停,保證不遲于 1999 賽季通過搬遷現有特許經營權或擴張選秀返回。雖然當時幾家現有特許經營權考慮搬遷到克利夫蘭,但在 1998 年,當布朗隊于 1999 年恢復比賽時,NFL 將舉行擴張選秀並派出 31 支球隊。

克里夫蘭城市有着悠久的歷史,目前籃球場,搖滾樂博物館,目前,市政府縣政府花了很多人力資源和財力讓克利夫蘭湖邊裝修一新,給社區和民衆提供優質生活環境。



**EMPLOYMENT & RESOURCE SUCCESS FAIR**

BRING COPIES OF YOUR RESUME TO GIVE TO EMPLOYERS!

Scan the QR code to REGISTER

**FRIDAY AUG 23 11 AM - 4**

**OFFERING:**

- Over 250+ Employers & Resources
- Career Development Workshops
- Free Level I Food Safety Training
- Expungement Services
- Veteran Services
- Resume Writing/Assistance

**RESOURCES:**

- Free Child Care Onsite
- Free Shuttle Service
- Discounted Parking
- Free School Supplies

**Cleveland Huntington Convention Center**  
300 Lakeside Ave E., Cleveland, OH 44113  
www.clevelandohio.gov

Questions? Contact Derrick McDonald, Recruitment Manager  
216.864.2906 or via email dmcDonald@clevelandohio.gov

**SUPPORTING SPONSORS:** Rock Management Group, US Bank, The Core Connection, etc.

**COMMUNITY PARTNERS:** faFALCO Foundation, Cleveland Area Chamber of Commerce, etc.

# Ohio Governor Mike DeWine Week in Review

## For the week ending August 9, 2024

Monday, August 5, 2024



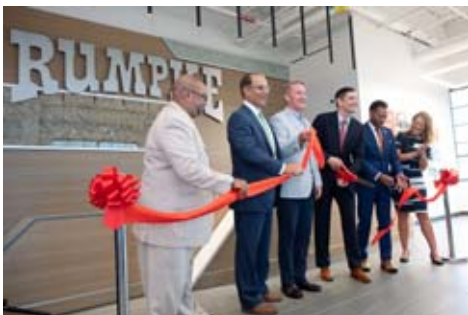
Ohio Lt. Governor Jon Husted traveled to Trotwood to speak at Westrafo America's ground-breaking ceremony. The Italy-based manufacturer of power and distribution transformers has chosen to open its first plant in North America in Trotwood's new industrial park, creating 250 new jobs and generating \$12 million in payroll.



Ohio Governor Mike DeWine and Ohio Department of Agriculture Director Brian Baldrige announced an additional 500,000 acres of cropland are now enrolled into H2Ohio, bringing the total enrollment to 2.2 million acres statewide.

"Since the very beginning of H2Ohio, farmers have shown that they are dedicated to our mission and that they want to be part of the solution for better water quality," said Governor DeWine. "H2Ohio has been firmly established in northwest Ohio, and so it was important to expand on this progress and offer the program to farmers in the rest of the state."

Tuesday, August 6, 2024



Lt. Governor Husted provided remarks at the ribbon cutting and grand opening of the new \$100 million Rumpke Recycling & Resource Center in Columbus.

The new facility will have the ability to process up to 250,000 tons of recycling materials per year from more than 50 Ohio counties. This \$100 million facility also boasts an education center with interactive exhibits; career and development spaces; offices; and a research center.



Governor DeWine and Ohio Department of Education and Workforce Director Stephen D. Dackin announced the award of \$332,960 in Grow Ohio Grants to support local programs providing agricultural education opportunities for children in 14 communities across the state.

"The programs supported by our Grow Ohio Grants will enrich the lives of children across Ohio," said Governor DeWine. "My wife, Fran, is passionate about teaching young people where their food comes from and how it gets to their plates, and these programs do just that - offering first-hand experience at the rewarding process of growing, harvesting, and preparing fresh food. In many cases, food from these programs is even brought onto the school lunch menu for all students to enjoy."

Grant recipients will offer activities for children that support farm-to-school projects such as outdoor or indoor school gardening, hydroponics, collaboration with local food producers, and food

literacy activities. Many of the awardees plan to incorporate food produced through their programs into school meals.

Additionally, the Grow Ohio Grants aim to create opportunities for students to gain knowledge of potential careers in agriculture and to increase relationships between Ohio food producers and child nutrition program sponsors.

"For some students, these programs will inspire them to take an interest in the agriculture industry and become part of the next generation of Ohioans who will feed our communities," Governor DeWine added. "But all who take part will certainly become more connected to our state's rich agricultural heritage, while learning valuable life skills they can carry with them forever."

Wednesday, August 7, 2024



Lt. Governor Husted provided remarks at the ground-breaking for the installation of the new Continuous Bloom Reheat Furnace at the Metalus Faircrest Steel Plant.

The furnace allows for higher capacity production of special bar-based products used in the production of artillery shells for the Department of Defense. The furnace will help to fulfill increased global demand for artillery shells.



Governor DeWine announced that the Ohio Department of Transportation is now distributing 1.4 million copies of Ohio's new state map highlighting the "Ohio, The Heart of it All" tourism brand.

"Our state map is a gateway to all things Ohio," said Governor DeWine. "Our new map is about more than just our roads; it's a tool we can use to showcase all we have to offer in Ohio the Heart of it All!"

Ohio's new state map, which debuted at the 2024 Ohio State Fair, features the latest road changes, updated routes, and points of interest to help travelers navigate Ohio with ease. Designed for both local residents and tourists, the map provides essential information on highways, byways, and notable destinations.



Governor DeWine, Lt. Governor Husted, and Ohio Department of Development Director Lydia Mihalik announced that more than 1,000 vacant, dilapidated buildings will be demolished to make room for new economic development in nine Ohio counties.

The Ohio Department of Development is awarding \$67.3 million in funding from the Building Demolition and Site Revitalization Program to tear down 1,277 blighted structures in Butler, Clinton, Cuyahoga, Hamilton, Logan, Lucas, Muskingum, Preble, and Richland counties.

"These buildings are standing in the way of progress, so it's time to knock them down," said Governor DeWine. "Once these structures are gone, we expect to see new economic development opportunities coming into these neighborhoods."

"These funds will enable our communities to turn forgotten properties into valuable assets that contribute to the modern economy," said Lt. Governor Husted. "This is an investment in the future of Ohio."



Lt. Governor Husted visited the Walsh University Fast Track Learning Lab, which partners with local businesses to train heating, ventilation, and air conditioning (HVAC) professionals using TechCred.

Thursday, August 8, 2024



As part of Governor DeWine's H2Ohio initiative, the Ohio Department of Natural Resources celebrated the O'Donnell Wetland Restoration and Treatment Train project with a ribbon cutting ceremony.

Two wetlands were restored, and five others were enhanced as part of the project. The wetlands will create a treatment train, filtering the water while capturing sediment, phosphorous, and nitrogen from nearby farmland drainage.

"H2Ohio is all about partnership and collaboration to improve our water quality, and this new wetland project is the perfect example of that," said Governor DeWine. "We want people to enjoy the recreational aspects of Delaware Lake, and we are working hand in hand with our agriculture partners who farm nearby and want the same thing."



Lt. Governor Husted visited two communities in Northeast Ohio -- Brook Park and Parma -- that were impacted by severe weather earlier this week. He met with local officials, first responders, and community members to survey the damage in the area.

Friday, August 9, 2024

To supplement the state of Ohio's and Ohio Emergency Management Agency's (Ohio EMA) efforts to assist with the severe storms that impacted Northeast Ohio starting on Tuesday, Governor DeWine issued a proclamation formally di-

recting state agencies to be ready to offer further assistance to local communities should further needs arise.

In the proclamation, Governor DeWine ordered and authorized "all State departments and agencies to be at the ready and to utilize their personnel and resources as necessary to protect the lives, safety, health, and property of the citizens of Ohio, and to assist with recovery efforts in communities impacted by this severe weather event if needed and requested by local authorities."



Governor DeWine announced that Ohio Department of Transportation (ODOT) Director Jack Marchbanks will step down as director on September 30, 2024, and that Pamela Vest Boratyn will be nominated to serve as ODOT director beginning October 1, 2024. Boratyn will need to be confirmed by the Ohio Senate.

"I want to thank Director Marchbanks for his leadership of ODOT since the beginning of my first term as governor," said Governor DeWine. "Jack has shared my vision for increasing safety on Ohio's roads and making sure that our transportation system works efficiently to serve our residents, businesses, and visitors. I am also pleased that Pam Boratyn has agreed to serve as ODOT's new director. Pam has a passion for public service and a wealth of experience in the transportation sector."

Governor DeWine, Lt. Governor Husted, and Ohio Department of Development Director Mihalik announced \$106.9 million in state support to help clean up and redevelop 61 hazardous brown-field sites in 22 counties.

The Ohio Department of Development is awarding the funding through the Ohio Brown-field Remediation Program, which was created by the DeWine-Husted Administration in 2021. This announcement includes approximately \$102.4 million for 35 cleanup/remediation projects and roughly \$4.5 million for 26 assessment projects.

"There is no easy way to clean up the contamination at these sites; they all need expert remediation that's too costly for communities to take on alone," said Governor DeWine. "Through this program, we're helping local communities reclaim hazardous properties so that they can be reimaged and redeveloped."

"These grants will take hazardous properties and turn them into valuable economic assets for residential and commercial development," said Lt. Governor Husted. "I am hopeful these sites will serve to provide new businesses, new jobs, and new homes for the next generation of Ohioans."



# 美國國稅局為南卡羅來納州全部、佛羅里達州和北卡羅來納州大部分地區、喬治亞州部分地區受颶風黛比影響的災民提供稅收寬減;各種截止日期推遲至2025年2月3日

IR-2024-205, 2024年8月9日  
華府—美國國稅局今天宣佈,為受颶風黛比影響的四個州的個人和企業提供稅收寬減。

南卡羅來納州、北卡羅來納州、佛羅里達州和喬治亞州受影響的納稅人,現在可以在2025年2月3日之前提交各種聯邦個人和企業稅表並繳納稅款。

國稅局正在向聯邦緊急事務管理局(FEMA)指定的任何地區提供寬減。目前,這適用於:

\* 南卡羅來納州全部 46 個縣。

\* 佛羅里達州以下 61 個縣: Alachua, Baker, Bay, Bradford, Brevard, Calhoun, Charlotte, Citrus, Clay, Collier, Columbia, DeSoto, Dixie, Duval, Escambia, Flagler, Franklin, Gadsden, Gilchrist, Glades, Gulf, Hamilton, Hardee, Hendry, Hernando, Highlands, Hillsborough, Holmes, Jackson, Jefferson, Lafayette, Lake, Lee, Leon, Levy, Liberty, Madison, Manatee, Marion, Monroe, Nassau, Okaloosa, Okeechobee, Orange, Osceola, Pasco, Pinellas, Polk, Putnam, Santa Rosa, Sarasota, Seminole, St. Johns, Sumter, Suwannee, Taylor, Union, Volusia, Walton, Wakulla, Washington。

\* 喬治亞州以下 55 個縣: Appling, Atkinson, Bacon, Ben Hill, Berrien, Brantley, Brooks, Bryan, Bulloch, Burke, Camden, Candler, Charlton, Chatham, Clinch, Coffee, Colquitt, Cook, Crisp, Decatur, Dodge, Echols, Effingham, Emanuel, Evans, Glynn, Grady, Irwin, Jeff Davis, Jefferson, Jenkins, Johnson, Lanier, Laurens, Liberty, Long, Lowndes, McIntosh, Mitchell, Montgomery, Pierce, Richmond, Screven, Tattnall, Telfair, Thomas, Tift, Toombs, Treutlen, Turner, Ware, Wayne, Wheeler, Wilcox, Worth。

\* 北卡羅來納州以下 66 個縣: Alamance, Anson, Beaufort, Bertie, Bladen, Brunswick, Camden, Carteret, Caswell, Chatham, Chowan, Columbus, Craven, Cumberland, Currituck, Dare, Davie, Davidson, Duplin, Durham, Edgecombe, Forsyth, Franklin, Gates, Granville, Greene, Guilford, Halifax, Harnett, Hertford, Hoke, Hyde, Johnston, Jones, Lee, Lenoir, Martin, Montgomery, Moore, Nash, New Hanover, Northamp-

ton, Onslow, Orange, Pamlico, Pasquotank, Pender, Perquimans, Person, Pitt, Randolph, Richmond, Robeson, Rockingham, Sampson, Scotland, Stokes, Surry, Tyrrell, Vance, Wake, Warren, Washington, Wayne, Wilson, Yadkin。

在上述任何一個地區居住或經營業務的個人和家庭有資格享受稅收寬減。之後被納入災區範圍的任何其它縣也將獲得同樣的寬減。當前符合條件的地區列表可在 IRS.gov 上的災難情況下的稅收寬減頁面上找到。

### 報稅和繳稅寬減

稅收寬減推遲了佛羅里達州 2024 年 8 月 1 日、喬治亞州和南卡羅來納州 2024 年 8 月 4 日以及北卡羅來納州 2024 年 8 月 5 日開始的各種報稅和繳稅截止日期。這四個州的寬減期限將持續到 2025 年 2 月 3 日(推遲期限)。因此,受影響的個人和企業將有時間在 2025 年 2 月 3 日之前提交納稅申報表並繳納在此期間原本應繳納的任何稅款。

舉例來說,這意味著 2025 年 2 月 3 日的截止日期現在將適用於:

- 任何擁有有效延期來提交 2023 年聯邦稅表的個人、企業或免稅組織。但國稅局指出,這些稅表的付款不符合額外期限,因為這些付款是在去年春天、颶風發生之前到期的。
- 通常於 2024 年 9 月 16 日和 2025 年 1 月 15 日到期的季度性預估所得稅款。
- 通常於 2024 年 10 月 31 日和 2025 年 1 月 31 日到期的季度性工資和工商稅申報表。

此外,在佛羅里達州,因未繳納工資與工商稅存款而產生的罰款,如果在 2024 年 8 月 1 日或之後以及 2024 年 8 月 16 日之前到期,只要在 2024 年 8 月 16 日之前繳納存款,就能獲得寬減。同樣,在南卡羅來納州和喬治亞州,因未繳納工資與工商稅存款而產生的罰款,如果在 2024 年 8 月 4 日或之後以及 2024 年 8 月 19 日之前到期,只要在 2024 年 8 月 19 日之前繳納存款,就能獲得寬減。在北卡羅來納州,因未繳納工資與工商稅存款而產生的罰款,如果在 2024 年 8 月 5 日或之後以及 2024 年 8 月 20 日之前到期,只要在 2024 年 8 月 20 日之前繳納存款,就能獲得寬減。

針對個人和企業的災難援助和緊急寬減(英文)頁面詳細介紹了符合延遲期限內寬減資

格的其它稅表、付款以及稅務相關行動。

國稅局會自動向在國稅局的地址記錄位於災區的任何納稅人提供報稅和罰款寬減。這些納稅人無需聯繫國稅局即可獲得此寬減。

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

此外,如果納稅人居住在災區之外,但其為了趕上截止日所必需的記錄位於災區,且此截止日在此寬限期內的話,國稅局也將給與協助。居住在災區以外的有資格獲得寬減的納稅人需致電 866-562-5227 來聯繫國稅局。這也包括協助救災活動、隸屬於公認的政府或慈善機構的員工。客戶位於災區以外的災區代報稅人可以選擇使用 IRS.gov 上描述的“從業者災難寬減批量申請(英文)”選項。

### 額外稅收寬減

個人和企業如果位於聯邦宣佈的受災地區,並遭受未保險或未報銷的災害相關損失,可以選擇在損失發生當年的稅表(也就是通常明年提交的 2024 年稅表)或上一年的稅表(今年提交的 2023 年稅表)中進行申報。納稅人可在災難年度的聯邦所得稅表到期日後最多六個月的額外時間內(不考慮任何延期報稅時間)進行選擇。對於個人納稅人來說,這意味著 2025 年 10 月 15 日。請務必在申報報稅的稅表中注明 FEMA 聲明編號 - 佛羅里達州 3605-EM, 南卡羅來納州 3606-EM, 喬治亞州 3607-EM, 北卡羅來納州 3608-EM。詳細信息,請參見第 547 號出版物,傷亡、災難和盜竊。

符合條件的救災款通常不計入總收入。一般來說,這意味著受影響納稅人可從其總收入中排除從政府機構收到的用於合理和必要的個人、家庭、生活或喪葬費用以及用於修繕或復原其房屋,或用於修繕或更換家居物品的金

額。詳情請參考第 525 號出版物,應稅與免稅收入(英文)。

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

國稅局將來可能會提供額外的救災寬減。稅收寬減是聯邦針對這些風暴造成的損失採取協調一致應對措施的一部分,並以 FEMA 對當地損失的評估為基礎。有關災難恢復的信息,請訪問 disasterassistance.gov(英文)。

### 關於報稅選項的提醒

\* 符合資格的個人或家庭可以在免費報稅服務(VITA)和老年人稅務輔導(TCE)站點獲得報稅的免費幫助。要查找最近的免費稅務幫助站點,請使用 VITA 定位工具(英文)或致電 800-906-9887。請注意,通常情況下,VITA 站點無法幫助災難損失索賠申請。

\* 要查找 AARP 稅務助手站點,請使用 AARP 站點定位工具(英文)或致電 888-227-7669。

\* 2023 年調整後總收入(AGI)為 79,000 美元或以下的任何個人或家庭都可以免費使用國稅局 Free File 的指導稅務軟件。有英文和西班牙文產品。

\* 另一個免費報稅選項是免費報稅可填寫表格(英文)。這些是電子聯邦稅表,相當於紙質 1040,專為能夠輕鬆填寫國稅局稅表的納稅人而設計。任何人,無論收入如何,都可以使用此選項。

\* MilTax(英文)是國防部的一個項目,提供免費的稅表準備軟件以及聯邦稅表和最多三個州所得稅表的電子申報。它適用於所有軍人和一些退伍軍人,沒有收入限制。



## 美國國稅局更新了草擬版的《表格 1099-DA,經紀交易產生的數字資產收益》;徵求對此計劃用於 2025 年的表格的意見

IR-2024-204, 2024 年 8 月 9 日

華府—美國國稅局今天發佈了更新的 1099-DA 表格的早期草擬稿,這是經紀報告從 2025 日曆年開始發生的某些數字資產銷售和交易的表格。通常,這些表格將在 2026 年初分別發送給納稅人和國稅局。

《表格 1099-DA,經紀交易產生的數字資產收益》(英文)的新草擬版反映了託管經紀報告的最終規定(英文),並包括通知 2024-56(英文)、通知 2024-57(英文)和稅務手續指南 2024-28(英文)中描述的過渡性寬減。相關方可以在 IRS.gov 上的表格和出版物評論頁面(英文)上向國稅局提供有關該草擬稿的評論。

“此新表格將為納稅人提供更清晰的資訊,並為他們提供另一種工具來幫助準確報告數字資產交易,”國稅局局長 Danny Werfel 表示:“我們知道第三方報告極大地提高了遵守國家稅法的水平。這一舉措還將幫助我們確保數字資產不被用於隱藏應稅收入,包括高收入類別,同時為遵守規則的納稅人提供更多資訊,以準確報告他們的收入。”

“數字資產極大地增加了我們稅收系統的複雜性,國稅局將繼續努力改進這一領域,這是我們機構轉型的大範圍努力的一部分,”Werfel 補充道。“我們將繼續努力確保遵循稅法,同時儘可能減輕負擔,以幫助納稅人應對這一充滿挑戰的領域。”

作為表格最終版本制定過程的一部分,國稅局將 1099-DA 表格的新草擬版本連同表格接收者的說明一起發佈到 IRS.gov。國稅局預計將很快發佈供報稅人使用的草擬版說明。一旦報稅人草擬版說明發佈,將在《聯邦公報》上發佈通知,以留出 30 天的評論期。

國稅局於 6 月底發佈新聞稿(英文),宣佈了有關託管經紀人數字資產報告要求的最終規定(英文),同時告知公眾國稅局將很快發佈更新後的表格。

## 美國國稅局提醒未被審查的納稅人,可通過便捷電子選項申請某些逾期申報的國際文件和表格的寬減

IR-2024-206, 2024 年 8 月 12 日

華府—美國國稅局今天提醒納稅人,可以針對某些逾期申報的國際文件提交電子寬減申請。

作為邁向全面數字化的一部分,2023 年 8 月推出的電子選項(英文)適用於以下申報:

- 1) 收益認可協議,
- 2) 逾期申報的雙重併購虧損,以及
- 3) 合夥企業收益延期繳款。

流程如何運作

可通過電子傳真 (855-582-4842) 提

交申請。可通過以下鏈接在 IRS.gov 上找到提出每項申請的指南:

- \* 收益認可協議的寬減(英文)
- \* 雙重併購虧損的逾期申報寬減(英文)
- \* 合夥企業收益延期繳款寬減(英文)

### 對納稅人和稅務管理的好處

納稅人能夠安全地與國稅局通信,這減少了他們的通信負擔,同時支持國稅局稅務管理工作。它還有助於向國稅局立即交付文件。

對於國稅局員工來說,不再需要手動郵寄流程可減少紙質文件並縮短處理時間,這對於居住在國外的納稅人都有好處。

**克里夫蘭傷痛診所**  
Dr. Wenning Zhao, Acupuncturist from China, Chiropractic Physician  
中/西醫並用。輔以天然藥,營養藥,中成藥,手法,理療,調理,治療各種痛症,傷痛。(但不用化學藥,不動手術,因此不會有化學藥的副作用或手術並發症)。接受大多數醫療保險,車保,工保。也可為車禍,工傷者出具有關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 中醫師針灸師 西醫骨柱神經科 傷痛症專科  
治療車禍工傷 電話:216-581-0321  
病痛,提供法 地址:Able Chiropractic Clinic  
律索賠報告! (Maple Town Shopping Center)  
15751 Broadway Ave., Maple Hts, OH 44137

**處理案件 您不一定需要親自前往法院**  
**You may not have to go to Cleveland Court**  
Because of COVID-19, there are different ways to take care of legal matters. Visit [www.cmcoh.org](http://www.cmcoh.org) to get options for tickets (traffic/ parking/ waste collection)  
Also see details about small claims (less than \$6,000) or civil weddings.  
由於 COVID-19 疫情,因此可以通過多種方法來處理法律事務。您可以訪問 [www.cmcoh.org](http://www.cmcoh.org) 以獲取更多的選項來處理如交通/停車/垃圾收集等相關的罰單  
另請參閱有關小額錢債索賠 (少于 6,000 美元)或民事婚禮等的詳細信息。  
**Earle B. Turner, Cleveland Clerk of Courts**

**誠聘中文家教**  
給孩子找位中文家教,因為孩子在這裏長大,中文基礎薄弱,現需要給孩子找位中文家教, \$60-80 一小時,有經驗者優先考慮。  
**電話 +1 (857) 216-7680**

**蔣磊律師事務所**  
主要法務:商業及公司,房地產,美國移民,信託及財產規劃,民事及刑事訴訟等  
公司網址:[www.LeiJiangLaw.com](http://www.LeiJiangLaw.com)  
電話:440.835.2271 首次諮詢免費  
地址:30285 Bruce Industrial Pkwy Unit C Solon OH 44139; 26943 Westwood Road Westlake OH 44145

# 被判 21 個月！美國藤校華裔學生因網上不當言論獲刑



我們曾經報道過，常春藤名校康奈爾大學的一名華裔學生戴佳宇 (Patrick Jayu Dai, 音譯)，在巴以衝突發生後，竟在網上發表虐殺猶太人的言論，被 FBI 逮捕

8月12日，在法院的量刑聽證會上，戴佳宇被判處入獄21個月，辯護律師稱戴佳宇有自閉症，他們表示要上訴。今年4月，戴佳宇簽署了認罪協議書，在認罪協議書中，戴佳宇承認，在2023年10月28日和29日，他在在線討論論壇的康奈爾部分發佈了威脅性信息，包括“要向西104街開槍”(康奈爾大學的猶太食堂，旁邊為學生提供住宿的康奈爾猶太中心)和“要炸毀猶太人的房屋”。

在另一篇帖子中，戴威脅要“刺傷”和“割斷”他在校園里看到的任何猶太男子的喉嚨，強姦他看到的任何猶太女性並將其扔下懸崖，並斬首任何猶太嬰兒。在同一篇帖子中，戴威脅要“帶著突擊步槍到校園，槍

殺你們這些猶太豬”。

衆所周知，2023年10月7日，巴勒斯坦恐怖分子對以色列發動了大屠殺，至少364人被殺死，另外有1000多人受傷，除此以外還有至少40多人被綁架。

以色列旋即展開報復行動，然而令人奇怪的是，美國一些大學卻開始了轟轟烈烈的“反對以色列”的遊行及仇視行爲，致使在美國的猶太學生人人自危。

在此情況下，戴佳宇發佈的威脅信息無疑是火上澆油，他不僅威脅要割殺猶太男性的喉嚨，還說要帶突擊步槍到校園槍殺猶太人。

戴佳宇被指控利用州際通訊發佈威脅殺害或傷害他人的信息，面臨最高5年監禁，最高25萬美元罰款、賠償受害者和最高三年監督釋放的刑罰。

聯邦調查局國家安全局執行助理局長拉

里薩·納普 (Larissa Knapp) 說，“戴對猶太社區的威脅令人震驚和不安，不幸的是，聯邦調查局繼續看到暴力極端主義意識形態範圍內反猶太主義情緒。我們每天都在努力確保沒有人在日常生活、宗教活動或上課時擔心自己的安全。”

戴佳宇的母親劉冰 (Bing Liu, 音譯) 事後曾表示，她曾經在以色列留學，兒子從未接觸槍支，對猶太人也沒有敵意，並相信發表該言論的原因是服用抗抑鬱和焦慮藥物導致。

在簽署認罪協議後，8月12日迎來了量刑聽證會，戴佳宇被判處21個月監禁。法官布倫達·桑內斯 (Brenda Sannes) 表示，戴佳宇的言行嚴重擾亂校園活動，並犯下仇恨罪。但考慮到他的自閉症診斷及精神健康問題，最終判處戴佳宇21個月監禁及3年監督釋放 (supervised release)。新聞來源：大洛杉磯 LA

## 華人常吃香料鉛超標！FDA 要求停止吃這種肉桂

據 NBC 新聞網 7 月 25 日報道，美國食品藥品管理局 (FDA) 發佈的警報表示，發現美國市場上又有一款肉桂產品受到鉛污染。

這種名為 El Servidor 的肉桂粉，由紐約州埃爾姆赫斯特 (Elmhurst) 的一家同名公司銷售，它加入了越來越多被 FDA 認定含有高水平鉛的肉桂產品名單。

經檢測，這款肉桂的鉛含量達到 20%。雖然 FDA 對香料中的鉛含量沒有限制，但聯合國糧食及農業組織 (Food and Agriculture Organization) 提出了一項國際安全標準，即肉桂等樹皮香料的鉛含量不得超過 25%。FDA 要求經銷商主動召回該產品。

3 月，FDA 警告稱 Dollar Tree、Family Dollar 和其他商店出售的肉桂中含有鉛。這些產品的鉛含量為 2.03 至 3.4ppm。

此前，在 WanaBana 蘋果肉桂果泥中使

用的一個肉桂被發現含有 5,110ppm 的鉛，被召回。

新警報中的肉桂在紐約市的一家超市有售，但目前尚不清楚它分布的範圍是否廣泛。喬治華盛頓大學醫學與健康科學學院綜合醫學主任 Leigh Frame 稱此次召回“令人擔憂”。“我們假設東西是安全的，直到證明不是這樣，”Frame 說。“直到人們生病，我們才會真正召回。其實已經為時已晚。”

“考慮到所有可能潛伏在食品中的有害的東西，我們有點害怕，因為我們沒有資源，”Frame 說。

FDA 警告中沒有報告任何疾病。該機構建議消費者停止使用該產品並將其扔掉。

鉛有毒，尤其是對兒童。

體內鉛含量過高對人體有極大的毒性，尤其是對幼兒，由於他們的體型較小，而且仍在成長，因此風險更大。兒童時期接觸高濃度的鉛會導致長期的神經和發育問題，如學習障礙和智商降低。

Frame 認為，消費者不應該完全不實用肉桂，但建議限制接觸，尤其是對年幼的孩子。

“如果你每天早上都吃肉桂燕麥片，也許可以換一種口味，直到我們弄清楚為止，暫時減少接觸量，”她說。

鉛中毒的症狀可能包括：頭痛、腹痛和疲勞。

## 在家辦公 華裔政府高管干兩份全職工 被刑事調查

一位華盛頓特區的前官員在被發現秘密兼職一份年薪六位數的工作後，不僅火速辭去了在華府的職務，還辭去了她在弗吉尼亞州北部的民選官員職位，隨後當局對她進行了刑事調查。

在家辦公 華裔政府高管干兩份全職工 被刑事調查

卡洛琳·連 (Caroline Lian) 是華府建物局 (D.C. Department of Buildings) 的副局長，她因在“居家辦公”期間秘密從事另一份全職工作而被罰款 2.5 萬美元，並於上週三辭去了該局的職務。

據悉，她之後在週四也辭去了她在 Falls Church 市的市議員職位。市政府發言人向媒體透露，相關信息已被移交給州檢察官辦公室進行調查。

阿靈頓縣的檢察官證實，她的辦公室正在與當地執法部門合作，對此事進行深入調

查。

在對連最近的年度財務披露表進行審查後，Falls Church 市政府發現她只列出了房利美 (Freddie Mac) 作為其雇主，並未披露她與華盛頓特區政府的僱傭關係。

根據調查結果，連在華府建物局擔任副局長期間，年薪為 17.5 萬美元。然而，調查還顯示，她同時在房利美擔任全職職位，年薪也是六位數。她自 2015 年加入房利美以來，未向華府政府披露此事。此外，她在擔任 Falls Church 市議員期間，還利用工作時間參加了市議會的多項會議，其中包括週五早上的預算委員會會議，這些會議的視頻記錄證實了這一點。

連對媒體的詢問未作回應，但她在接受《Falls Church News-Press》採訪時表示，時間表上的差異只是“文書錯誤”，並稱此次調查“非常小題大做”。她還表示，“我已經更正了表格，支付了罰款，現在我要繼續前進。”

連是近幾個月來第二位因在華府政府工作期間從事第二份全職工作而辭職並被罰款的高級官員。今年 4 月，華府公共圖書館的人力資源主管因類似原因被罰款 1.75 萬美元，並辭去了職務。

# 中國福耀玻璃廠在美涉金融犯罪和勞工剝削？

7 月 26 日，包括美國國土安全部在內的多家美國執法機構對俄亥俄州福耀玻璃工廠在內的 28 個地點進行調查，作為對“金融犯罪和勞工剝削”等指控的調查的一部分。

美國之音記者詢問了負責該調查的國土安全部下屬的國土安全調查署公共事務官員羅伯特·古恩 (Robert Gunn)。他 8 月 7 日在郵件中表示：“這項調查仍在積極進行中。我們歡迎公眾繼續對此案提供協助，我們將繼續致力於追蹤事實，並在法庭上陳述我們的案件。”他還鼓勵有線索的民眾通過電話或電郵與國土安全部調查署聯繫。

當地媒體發現房屋中居住條件惡劣

羅伯特在郵件中表示，作為正在進行的刑事調查的一部分，國土安全調查局特工與國稅局刑事調查局和其他執法機構合作，於 7 月 26 日在福耀玻璃美國公司和代頓地區的其他 27 個地點執行聯邦搜查令。特工在現場調查了與金融犯罪和勞工剝削相關的指控。代頓 (Dayton)、自由鎮 (Liberty Township)、邁阿密斯堡 (Miami Springs)、莫瑞恩 (Moraine) 和西卡羅爾頓 (West Carrollton) 都有大量執法人員。

據當地媒體《代頓每日新聞》(Dayton Daily News) 報道，在 7 月 26 日的搜查之前，莫瑞恩的本地居民已經注意到了一些異常。根據報道，這些被搜查的房屋中擠滿了人。單戶住宅內有十幾人或更多，甚至一棟住宅內有二十多人。白色的貨車時常來到這些房屋門前，接送身穿工作服的居民。房屋中的居住條件也令人擔憂，人們在院子里洗澡。

住在遭到搜索的房屋對面的瑪麗亞·豪蘭 (Malia Howland) 在接受《代頓每日新聞》的採訪時表示，因為該房屋沒有窗簾或者百葉窗，所以她看到了房屋內的居住情況。“除了雙層架子床什麼也沒有，房子里很噁心，垃圾到處都是。”

代頓每日新聞的記者前往這些房屋調查時，里面的居民們或者說他們只會說中文，或者表示無法回答問題。記者從一間開着門的房屋中看到了廚房里堆滿了盤子，天花板上掛着的黏蠅膠條上滿是蟲子。

潛在的人口走私，勞工剝削正是此次調查的重點。

當地華人表示涉案工廠可能僱傭非法勞工

記者聯繫了在俄亥俄州當地的華人社群，該調查在當地的華人社群中也引起了廣泛討論。

40 多歲的華人張玲 (化名) 表示自己曾有朋友在俄亥俄州的福耀玻璃工廠工作過，出于保護隱私的原因，她並未透露該朋友是否仍在此工廠工作。

她告訴記者：“僱傭非法移民是肯定的，發工資用現金，工作強度很大，每周都要加班，晚上還要 on call。”她表示該朋友也曾問過她是否

要去福耀玻璃工作，那里時常缺員工。“因為工資也不高，有時候一周要工作 60 到 70 小時，有時候中午晚上到了飯點，突然要趕工，那也不能走”。

根據張玲的敘述，不少在福耀玻璃工作的員工都是福建華人，因為該公司總部在中國福建，所以福建人佔據了工廠中不少管理職位，也經常介紹老鄉入職。底層的工作因為薪水和時長的原因，要招到願意長期工作的美國本地人比較困難，而少數薪酬豐厚的行政管理崗位則比較受美國人歡迎。

記者無法獨立核查張玲所說是否屬實，而向福耀玻璃所發的詢問郵件也並未得到回復。福耀玻璃表示並非此次調查的目標

福耀集團就該搜查發佈公告稱，福耀美國主要是配合美國政府機構針對一家第三方勞務服務公司正在進行的調查工作，福耀美國被告並非該調查的目標。福耀美國將全力配合美國政府機構的調查。搜查結束後，當日就已經恢復正常作業，目前生產經營一切正常。

記者就該調查是否與福耀美國無關，僅針對第三方勞務服務公司向國土安全調查署公共事務官員羅伯特·古恩核實，但羅伯特在郵件回復中並未回答該提問。

福耀玻璃美國工廠於 2014 年設立，2015 年投入運營，2016 年 10 月投產。該工廠也是奧斯卡金像獎最佳紀錄片《美國工廠》(American Factory) 的主角。該紀錄片由美國前第一夫人米拉·奧巴馬和米歇爾·奧巴馬成立的高地製片公司 (Higher Ground Productions) 參與製作，講述了福耀玻璃美國工廠僱傭了兩千名美國人之後，中國雇主、中國外派員工和美國員工之間的摩擦和矛盾，工廠領導與想要成立工會的美國工人之間的衝突。美國員工無法適應報酬微薄，勞動強度大且重複性強的工作，驚訝于工廠中並不完善的安全生產防護措施，中國員工則無法忍受美國員工的低效。紀錄片體現了兩國的文化差異和由此帶來的衝突。

根據張玲的講述，近年來，福耀玻璃美國工廠努力招聘本地的華人群體，特別是福建人，似乎就是為了避免這種文化差異和衝突。

曾任世界銀行亞洲地區首席經濟學家的卡內基國際和平研究院亞洲項目的資深研究員黃育川 (Yukon Huang) 博士在接受美國之音電話採訪時提到了美國能夠從事製造業的人才不足。“現在美國沒有足夠的有經驗的製造業工人，來有效完成這些工作。”

他表示現在的美國人向往的工作是軟件工程師、金融界從業者、醫生等，也並沒有經歷過與製造業相關的培訓。這些拿着美國政府的補貼來到美國建廠的公司很難招到合適的工人。

他說：“美國人想要的工作是能支付七萬到八萬美金 (年薪) 的，但這些製造業工作能提

供的薪水只有三萬到六萬美金”。

福耀玻璃在美國的投資建廠仍然得到了地方政府的肯定。位於鐵銹帶俄亥俄州的代頓市曾經有龐大的製造業，但隨著製造業從美國逐漸轉移到中國等其他國家，這里的人口逐漸減少，工作機會也越來越少。而福耀玻璃則為當地提供了難得的就業機會。

福耀集團董事長曹德旺于去年被美國國際領袖基金會授予“杰出製造業貢獻獎”。

中國資本進入美國市場的機遇與障礙

曾在中國執業的律師劉紹晨現在美國從事鋰電池行業的工作，他向記者表示，因為美國和中國在勞動法規和執法上存在許多差異，在派遣中國員工來美國工作，和在美國本地招工時，時常會遇到困難。

他告訴記者：“很多企業出海落地後的運營本土化也遇到障礙，在企業文化和用人習慣方面，並不能很好適應美國的商業規則、工作習慣，在政商關係上也缺乏與相關機構、當地政府的良性溝通。”他特別提到美國的法律注重保護雇員的利益，對於每周超過 40 小時的工作部分應該支付不低於 1.5 倍工資的加班工資，反歧視等條款執行起來都很嚴格，而這些可能是中國雇主會忽視的方面。

在分析本次搜查時，他提到第三方勞務公司既可能是勞務中介，也可能是中國通常被稱為勞務派遣 (Dispatched Employment) 的公司。

他解釋道：“通常勞務中介只提供勞動者介紹，不參與建立勞動關係，相應的雇主對勞務中介介紹的用工身份等有自行核實的義務。而如果是勞務派遣，在美國則主要是指雇員租賃公司 (employee leasing company) 或專業雇主組織 (professional employer organization, PEO)，法院可能會根據客戶公司對派遣員工是否具有“控制權” (right to control)，培訓投入、重要程度、時間長短等因素，從而認定客戶公司與派遣公司構成共同雇主關係，且客戶公司也可能對派遣公司單獨從事的不當勞動行為承擔責任，尤其是客戶公司知道，或應該知道其他雇主的非法行爲，並且默認相關非法行爲，沒有抗議或沒有依據合同實施抵制。”

中國企業仍看好出海來美國投資

今年以來，已經有包括 TikTok、Temu (拼多多旗下經營跨境電商的子公司) 在內的美國發展的中國公司在美

中關係惡化的大環境下遇到挑戰。此次福耀玻璃遭到搜查，也引發了中國商界是否仍然需要前往美國投資或者建廠的討論。

自 2008 年起在中國經營投資基金的資深風險投資人杰弗里 (Jeffrey) 則表示，當前，仍有不少中國企業有進軍美國的意願。他提到，一方面因為中國經濟疲軟，不少中國公司的主要市場就是在歐美，另一方面，因為美中關係惡化，許多公司也擔心美國會增加針對中國的關稅壁壘，而在美國設廠的話，可以在繼續服務美國客戶的同時，規避未來被加收大額關稅的風險。

從事鋰電池產業劉紹晨也表示，出于中美緊張的政治關係，拜登政府在執政初期就出台了幾項關鍵政策，以鼓勵美國在一些關鍵領域，尤其是新能源領域，建立本土供應鏈。他說：“鋰電池是最近熱炒的中國出口‘新三樣’之一，中國從最上游鋰礦到正負極材料、隔膜、電解液及電池封裝具備很成熟、系統性的供應鏈優勢。近年，已經有很多國內鋰電池行業龍頭如國軒高科、億緯鋰能都宣佈在歐美建廠，投資方式或者獨資、或與本土企業合夥，也有如寧德時代目前主要是技術和設備輸出。”

杰弗里認為中國企業在美國發展中遇到的困難因為 TikTok、Temu、Shein 等高知名度企業的遭遇而被放大了，但實際上，有許多並不廣為人知的中國企業在美國發展地非常平穩、順利。

他說：“大部分的企業都不會做到像 TikTok 啊、像 Temu 啊、像 Shein 这么大的規模，这么大的影響力。所以大家有時候會把目光聚焦在幾個巨頭身上嘛，然後會把這個事情就想得有點嚴重，實際上對於大量的中小企業來說，他們出海到美國，也不影響到國家安全這些層面。而且他們本身體量也都不是很大。”

他表示，美國是一個法制國家，出海到美國的中國公司需要注意法律合規，有必要的時候請專業的律師團隊，但總體上來說，中國公司出海到美國進行發展仍然是一個不錯的商務策略。新聞來源：美國之音



# 川普若當選,在美留學生和華人迎來至暗時刻?

專題:華裔相關新聞,最新動態!

前幾天,川普在演講時從槍口逃生的新聞震驚了世界。

對於今年11月馬上就要到來的美國大選,這次遭遇槍擊無疑又給了川普一次“神助攻”,尤其是這張被攝像師抓拍到的照片,展現出川普在遭遇生命危險之際,仍不忘抓緊作秀的政治家素養。這張照片拿來做他今年的競選海報,可謂是一圖抵萬金。

因此,本來支持率就領先的共和黨,如今看起來在大選中將更勢不可擋。

那我們也可以不用再在大選預測上白費周折,而是直接來分析一波:如果川普在年底再次坐上總統寶座後,這個世界將會怎樣?尤其是,對於中國,是好事還是壞?

## 1 黨爭加劇,現實版《美國內戰》上演?

其實從這次刺殺事件本身,就能反映出美國社會的戾氣和撕裂。美國是全球發達國家中槍支死亡率最高的國家。

兩年前,拜登(專題)總統曾經簽署過一份槍支管控法案,但這項法案似乎仍然沒能擋住子彈。

眾所周知,作為右派的共和黨,一直以來推崇的是自由優先於平等的理念。

而在槍支管控問題上,川普為首的共和黨也一直以保護憲法第二修正案中的持槍權利為由,阻撓民主黨推進槍支管控。沒想到天算不如人算,這次川普反而是差點栽在了這槍上面。

而這還是兩黨內斗的一個小小縮影。在上次川普落選後,美國隨即發生了震驚世界的“國會山事件”,這在美國歷史上,還是第一次。而且當時美國主流媒體對於川普的批判也是毫不留情,幾乎就是指著鼻子罵。那麼這一次選舉之後還會不會發生類似的事件?我們現在也還不得而知。

就選情來看,這次大選,川普的基本盤也在發生變化。之前支持共和黨的選民多為“紅脖子”。這個詞大家都不陌生,這里簡單科普一下,紅脖子是一個美國俗語,一般稱那些美國南方的鄉下白人,因為經常在太陽下勞作,脖子都曬得通紅。而紅脖子現在也在主流媒體中,成為了貧窮落後、沒有文化、還有種族主義傾向的保守白人。

有意思的是,現在川普的追隨者們,美國毒舌媒體又給他們起了一個外號,叫做MAGA,也就是川普的金句Make America Great Again的縮寫,我們可以簡單翻譯成:“美再偉”(讓美國再次偉大)。

如果說這些人本就是川普競選總統的基本盤。而那些華爾街資本大佬們,則是支持全球貿易和精英主義那一套,多為民主黨支持者。

然而,就在川普被民主黨攻擊,被判犯有刑

事罪行之後,他的競選團隊宣佈,短短24小時內就籌集了近5300萬美元。其中就有以色列(專題)裔的賭業大亨米麗亞姆·阿德爾森,還有硅谷投資大咖David Sacks,黑石首席執行官史蒂夫·施瓦茨曼。

而最近,馬斯克也和川普冰釋前嫌。坊間還流傳因為馬斯克自己的兒子宣佈變性後,讓馬斯克更下定決心投向對待性別問題更加保守和傳統的共和黨,他甚至成了川普的小迷弟。川普也承諾,如果當選,就讓他當自己最信任的政策顧問。

OpenAI 首席執行官 Sam Altman,一向行事低調謹慎,在社媒上僅偶爾分享一些行業動態,這次直接連發了兩篇推文,表示“很高興川普總統安然無恙”。

前亞馬遜 CEO 貝索斯,9個月後首次發文,稱讚川普“在面對真正的子彈時,展現出了極大的風度和勇氣。”

除此以外,還有蘋果 CEO 庫克、微軟 CEO 納德拉等人也紛紛表達了自己對前任總統的祝願,以及對暴力事件的譴責。

目前來看,無論是華爾街富豪,甚至是硅谷的高科技大佬們,都開始向川普倒戈了。川普的支持者已經不再僅僅是“紅脖子”們了。

其實這是因為商界大佬們發現,拜登也沒讓自己過上好日子。比如白宮舉行電動汽車峰會,就沒請馬斯克去,同時還對他的火箭、自動駕駛等業務進行司法審查。

相反,川普還準備撤銷拜登對商業上的種種限制(比如石油開採),削弱監管機構,更有利于資本賺錢。有報道稱,川普只要掌權,就會服務於1%、乃至0.001%頂層富豪的經濟利益。更何況出了刺殺這檔事,也讓民眾更同情川普。

川普曾連續三次在大選中聲稱,如果他輸了,那就是選票舞弊。連續兩次警告,如果敗選,他不會接受選舉結果,並將推動暴力、“騷亂”和“流血”。這次大選,戲劇衝突或許會比上次更激烈,從國會山快進到電影中的“美國內戰”,是不是也有可能呢?

## 2 對中國將有什么影響?

另外,讓我們國人最關心的問題莫過於川普一旦當選,中美關係又將會何去何從?

總體來說,川普上台對中國可能利弊參半。我們先說弊端:

首先,我們要認清一個事實,就是無論民主黨還是共和黨上台,遏制中國的發展,已經成為了兩黨為數不多的共識。如果說拜登政府還不會把這種遏制表現得太明顯,那川普則是始終高調宣稱着中國威脅論。

從加關稅,到限制技術的輸出,無不是冲着遏制中國來的。早在2018年,川普就說:“貿易戰是好事,很容易打贏”,然後對中國、加拿大(專題)、歐盟、墨西哥、印度(專題)和其他政府徵收了高額關稅。

在這次的競選口號上,川普說要對中國加徵60%的電動車關稅,而拜登為了展現自己的強硬,直接加到100%。川普在競選中還說:“瞞睡喬應該要繼續他的毀滅美國競選活動,讓中國再次偉大”。

話里話外,都是將中國視為威脅。不僅是川普本人,他的內閣就更誇張。此次競選,川普也是承諾將大幅陞級貿易戰,並提議“對大多數外國產品徵收統一的基準關稅”(是他第一個任期的10倍),對中國商品徵收更高關稅,以此從而縮小美國進口和出口之間的差距,並增加美國的就業機會。

對此,美國16位獲得諾貝爾獎的經濟學家寫出了聯名信,表示“深切擔憂”。

“川普把貿易視為某種零和遊戲——不是你贏我輸,就是我贏你輸,貿易並不是這樣運作的。我們認為,川普的第二個任期將對美國在世界上的經濟地位產生負面影響,並對美國國內經濟造成不穩定影響。”

彼得森國際經濟研究所最近的一項分析發現,如果川普的關稅計劃得以實施,那麼美國的中產家庭每年的支出將增加約1700美元。如此看來,再打貿易戰,對於美國也是一個殺敵1000自損800的戰略了。

而對於在美留學生(專題)和華人(專題)而言,川普上台後的幾年,可以稱得上是至暗時刻。

2021年,當時的川普政府宣佈改變H1B抽籤規則,要求“依據薪資水平對H-1B簽證申請人進行篩選”,被稱為史上最嚴H-1B。除這項規定之外,川普基於“僱傭美國人,購買美國貨”的保守移民(專題)政策,出台了一波又一波的移民限制政策。

留學方面,一條《10043號總統令》直接掐斷

了很多中國留學生的求學路。當時被限制入境、吊銷簽證的有上千1000個。可以說,托川普的福,當時無論是在美華人還是想申請留學的人,處境都相當艱難。

那如果這樣的歷史再度重演,赴美留學或是移民美國都將變得更加困難,那可能也會有更多留學生會轉向英國、加拿大或是澳大利亞。到時候中美之間的關聯又會少了一層。

當然,川普要是上台之後,對於中國的外交形勢,或許是件好事。

BBC曾經做過預測,中國將樂於看到川普的回歸。因為拜登政府在全球戰略上,是在努力拉攏更多的盟友,試圖孤立中國,但川普的美國優先策略,將會使得他跟盟友的關係變得疏遠甚至鬆動。尤其是中國周邊的日本(專題)、韓國和越南和印度,失去美國的支持,這些國家就不敢再對中國有任何挑釁動作。這對於中國的地緣政治形勢將是一件利好。

另一方面,川普上台後,美國跟歐洲的盟友也將齟齬不斷,歐盟國家普遍對川普政府也不信任。因此,川普要是再次擔任總統,也會有利於中國與歐盟在經濟、政治以及外交方面建立更好的合作關係。跟歐盟,包括英國建立良好的關係,對於中國的經濟往來,以及在國際事務中發揮更重要的作用,都會是益處多多。

## 3 川普外交對全世界的影響

除了中國之外,川普上台也會對世界格局產生一定的影響。

首當其衝的,就是美國的移民政策。川普在上個任期,就花錢力氣修建高牆,防止偷渡。那麼這次呢?最新的競選演講中,他說上任首日就將“開始美國歷史上最大規模的國內驅逐行動”,並擴大旅行禁令,禁止來自穆斯林佔多數的幾個國家的人入境。那如果移民或者僅僅是留學美國的門檻不斷升高,未來更多移民恐怕會涌向加拿大、澳大利亞,以及歐洲,而美國高校對全球人才的吸引力恐怕也會有所折損。

另外值得注意的是,川普的貿易戰並非只針對中國,而是只要賺美國錢的,他都要加稅。所以對於歐洲的一些國家來說,也會面臨美國的霸凌,貿易逆全球化的趨勢,還會延續。

此外,還有環境問題。川普之前的任期,美國退出了《巴黎協定》,退出了很多有關人類共同議題的朋友圈。同時停止環保主義者的“無聊訴訟”,終止對風力發電的補貼,削減對石油、天然氣的稅收,並撤銷拜登提出的汽車尾氣排放法規。這些年,極端氣候災害越來越多。如果美國帶頭破罐子破摔,未來的地球會怎樣呢?

記得上次衝擊國會山事件後,紐約(專題)時報評價說:“這是對美國民主燈塔形象的一記重拳。”而現在,當劫後重生的川普再度歸來,帶給美國的,恐怕就不僅僅是一記重拳那麼簡單了。來源:倍可親

# 華人在大選中的立場

還有一部分人雖然在美國多年,但他們的心還在中國。像公元三世紀的關羽先生,身在北美心在漢。這里所說的還不是那些小粉紅,因為他們還沒有打進公民的行列。這些人選擇總統的標準是看候選人對中國政策的晴雨。與其說他們選擇美國總統,不如說他們在美國尋求一位母國的代理。他們所希望的是中共的強大,而不是美國的興旺。於是他們在媒體的忽悠下,認定某人的舉止就是歧視華人,敵對中國,故而他們寧願捨棄對MAGA的認同,也要擁抱琵琶,唱一出身不離美的文姬歸漢。

另一部分人直接跟中國有貿易或利益往來,於是在投票之前,先要看候選人對中國是友善還是排斥。如果他們意識到他們會在關稅上刁難中國,取消最惠的待遇,還要重罰中共在病毒研究上的失職與擴散,那麼我就決不會選他。是啊,萬一美國和中國斷交,我的買賣就得終止,一家老小就得挨餓;我在上海跨國公司的高薪職位和投資就得泡湯。這些人愛的是自家的生意、職位和家人的幸福。至於美國向何處去,他們無暇光顧。其實他們的多心已經毫無意義。在改革家習主席對西方亮劍和在中國倒車之後,歐美各派已經對中國不大看好。與其在美國挑選個利益代理人,還不如掀起一股反習的風浪。把堵往財路的200斤包子拋到梁家河去喂鴨子。從而扳倒那只阻礙中美關係的路虎。然而讓這部分人改變想法,難之又難。正如無產階級專政的倡導者列寧所說:“如果幾何公理侵犯了人們的個人利益,他們也會把它推翻。”

還有一種人,不善於思考,在心理學上叫“受暗示性”。每天下班,就在family room打開電視,觀看主流媒體老生常談的嘮叨。主持人把揭發甚至仇恨候選人的賓客挨個請到台上,包括叛

逆他的家人和狀告流氓的老旦,任他(她)們對候選人肆無忌憚地宣泄詛咒,讓他們通過網絡吐出媒體自己不便直言的惡語。媒體工作者利用職務的便利,不遺餘力地掄起鍛工的大錘,愣把一個燒紅的鋼球鍛成一塊乾癟的鋼餅。這種粗暴的工藝流程確實達到了他們想要達到的目的。久而久之的灌輸,讓這些不加思索的善良的眼睛最終看到的只是那塊乏味的鐵餅。他們忘了它的真實形象還是一枚熠熠發光的鋼球。

很不幸,還有不少華人把美國的政治鬥爭文華化,把嚴肅的政治辯論降低為對一個人的大肆攻擊,有時甚至惡毒。他們忘了這是民主國家的競選,而不是當年對劉少奇等一

攝人的聲討和清算。這些人在和朋友討論的時候,往往出言簡短。他們對某篇文章不屑一顧,直接嚷着噁心;他們動輒引經據典,重複某BC說的如何如何;他們甚至在名字上利用中文的諧音踐踏某位候選人,對嚴肅的大選實施軍火慣用的兒科手術;這些人喜歡攻其一點,不及其餘。他們不去想想,他們與這位候選人從未接觸,從未爭吵,從未研究,無怨無恨,這股深仇大恨到底從何而來?他們舉着長矛,把所憎恨的候選人當成唐吉歌德先生的風車,大戰一番。還自以為得意。

有的華人繼承了中國的政治鬥爭的傳統,把民主國家和諧的爭論變調為對立面之間的攻訐和指責。用無知、傻瓜,甚至所在地來羞辱對方,企圖剝奪人家對政治關心的權利。在某個重量級微信或電報群裏,成員清一色都是研究生畢業,非博即碩。有人居然聲稱要把對立面的同學告發到FBI,狠心到讓不同觀點的同學因言入獄,可謂居心叵測。幸好,在一個民主國家,FBI抓人也有分寸,靠真憑實據,不會僅憑一

面之詞就把被告繩之以法。慶幸的是在中國坑害同胞落井下石的手段,在這里很難得手。然而至少,他們發出了預警,讓那些天真的同學即使進不了監獄,也得對他們敬而遠之。

前文《大選仇恨何而起》試圖用擺事實講道理的方式道出大選仇恨的由來。正如幾位朋友所建議,實際上隱形的分歧已經從歐巴馬前總統初見端倪。他的八年操之過急,對美國政體大刀闊斧,砍來砍去。於是觸及了保守派所能忍受的底線。他對古巴共黨的承認,對伊朗核武的寬容;他的全民醫保加到勤勞公民的負擔;他留在西太平洋的軍事空穴讓中共乘虛而入,取而代之;他開放的邊界推遲了合法公民的家庭團聚;他對同性戀者的縱容有傷風化。總之,他的政策引起了美國公民的惴惴不安,也促動了美國市井民風的每况愈下。在這種情況下,熱愛美國勤勞正直的公民自然會起來說不。川普在2016年出乎意料的脫穎而出,就表達了美國公民挽救美國的願望和決心。與此同時liberal一派也醞釀了對這位出頭鳥和開口燕的封殺和迫害,恨不得把他置之於死地而後快。

前文沒有談及1-6事件和紐約法庭對所謂“重罪”的審判。皆因這兩件事尚未定案。百萬人要求公正的選舉畢竟也代表了公眾的呼聲。而執政者不論青紅皂白把他們一律打成暴亂,並非明智。另一方面,民主黨立法者對單膝下跪引起的哄搶和對美國文物的毀壞卻置之不理,如今又羞于啓齒。

再看拜登先生的四年政績,您自然會意識到以民主捍衛者自居者的虛偽。一年一千萬非法移民的入侵,對國家安全構成巨大的威脅;無家可歸者無論冬夏,蜷身于街旁破帳,而非法移民卻享受到五星酒店的招待;油價和食品價格狂漲,以至於成了不少家庭的負重;零元購和入室搶劫嚇跑了商戶,恐嚇了居民;拜登的軟弱導致連綿不斷的戰爭,造成了世界的不安。幸虧漢特的筆記本在數年之後終於暴露于天日,讓百姓知道了這個道貌岸然的第一家庭原來還有離經叛道人心不古的家風。吸毒亂倫的醜事居然發生在拜府影壁後邊。對比之下,那些仇恨川普的朋友還要對蒙冤的他和他的家庭粗暴地拒絕嗎?如果您依然要撞南牆認定拜登成就斐然的話,不妨讓他更左,無緣無故放聲優笑的哈里森小姐來接管美國的方向。向左,向左,向左!!

MAGA任重道遠,寄望于川。微斯人,吾誰與歸?作者:澤川

美國大選除了歷屆的緊鑼密鼓和擂臺比武,又加上今年的刀光劍影,哀怨肅殺。華人似乎對大選也更加關注,甚至悄悄融入對群體的利益的關切。然而對某些人而言,他們關心的不全是美國的大選,而更加在意的是他們母國的安危和自身的得失。以至罔顧大選的政治本身,把仇視的視線聚焦到某個對自己不利的的人的身上。他們把暴亂的指揮、重罪的犯人、流氓、騙子、說謊話和種族歧視的獨裁者等兇惡的頭銜強加於一人身上。一言以蔽之,就是要把這位候選人冷酷無情地一棍子打死。

從我的朋友圈觀察,站到MAGA一邊的同學比較長于思考,他們關心的是美國的明天,美國的希望。他們不忍心看到舊金山等繁華鬧市的骯髒與蕭條,他們不忍心看到大量非法移民的入侵和對美國安全的威脅,以及對負債纍纍的財政支出的無止境的增加。他們看到的是他們所追求的民主被冷酷地踐踏,他們所羨慕的三權分立被無情地唾棄。他們看到的是對男女界限的抹殺和對同性婚姻的容忍。他們還看到在共產政權的壓榨下,大洋彼岸的黑雲壓城和百姓的怨聲載道。以至於他們沒把候選人對中國的態度放到首選。這些朋友在美國學會了思考,擯棄了在中國的奴隸主義的盲從,不再輕易相信電視台的宣傳和報紙的煽動。也就是說,他們在大選中所着眼的是美國的政體和未來,而不是抓住候選人的一句話斷章取義,窮追不捨,草率地認定媒體素描的那個人的確是徹頭徹尾的“流氓無賴”。

另一部分人則以清高自詡,看到一只雪豹身上的斑斑點點,則捂着鼻子,擋住他們根本沒有聞到的奇臭。這些人自視清高,卻忘了這些斑點是有人染的。他們卻硬把斑點當成了候選人的本徵屬性,Eigenvalue。於是,他們斷定,這個候選人100%不是好東西。如果讓他上台,天天看見他人五人六在視頻中晃來晃去,會噁心到胃潰瘍的悲慘地步。於是他們寧可因噎廢食,放棄投票;或者乾脆把目光轉向媒體百般遮掩的第一家庭的身上,甚至索性看好他指定的代言人,那位起了個中文名字的小姐,賀錦麗。近年來,媒體不知道出于什麼緣故,一改新聞記者的公正,搖身變為某個黨派的撕下面具的打手。為此他們把一件白衫披到黑熊的身上。於是清高的人群只看到對方的純潔,加深了對那位雪豹的憎惡。其實那都是人為加大甚至顛倒黑白的美醜反差。這些人過于相信自己的眼睛,卻忽略了大腦的功能。



# 華人換匯注意了!原來“老鄉見老鄉,背後放一槍”是真的...

私下換匯接連出事!手機聯繫、半夜會面都是假!華男見面拔槍搶錢!  
綜合僑報報導,WX換匯詐騙在華裔社區頻繁發生,仍有民衆繼續上當受騙。

紐約市警方呼籲民衆協助緝拿發生在市警109分局轄區內的一起假換匯真搶劫案件中的嫌疑人。

此次持槍搶案中,受害者幸運躲過一劫,保住了自己的辛苦錢。

據紐約警方消息,5日凌晨3點,一名53歲的男性受害者在北方大道與150街附近與一名陌生人會面,準備用2萬美元兌換等價人民幣。

犯罪嫌疑人在拿了一個大黑色包靠近受害者,隨即從包中取出一把槍,並用槍指着受害者。受害者見狀不妙,迅速跑到一個安全的地方,嫌犯則徒步往不明方向逃離。此事件中受害者沒有受傷。

警方于上週日(7日)公佈了與這起搶劫未遂案有關的嫌疑人照片。千萬不要輕信網上高匯率換匯

法拉盛第109分局的警方還在尋找一群武裝劫匪,他們此前在奧本代爾(Auburndale)凱辛納公園(Kissena Park)附近瞄準一對男女並搶劫了數千美元現金,至今近一個月仍逍遙法外。

警方表示,此次襲擊是兩個月來犯罪模式的一部分,犯罪嫌疑人在通過社交媒體安排與受害者見面並進行現金交易,從而實施持槍搶劫。

在上一起事件中,持槍盜賊於6月10日在凱辛納公園附近與受害者見面。

當天上午11:20,四名嫌疑人到達現場,與一名33歲女子和一名39歲男子見面。

其中一名嫌疑人掏出槍文,而他的同夥則反復毆打該女子,強行從兩名受害者身上搶走了10,700美元現金和財物,然後逃離。

調查人員表示,該團夥的兩名成員前一天在皇后區山實施了類似的搶劫,他們於6月9日晚上在波普爾街一處住宅前,與一名22歲女子和一名39歲男子會面。

晚上9:30,兩人一見面,其中一名罪犯就掏出手槍,多次襲擊兩名受害者,造成輕傷。警方表示,嫌疑人搶走了約32,000美元現

金和其他財物,然後逃往未知方向。  
該團夥首次實施搶劫案是該犯罪模式的一部分,發生在5月27日星期一,地點為109分局。

當時,該團夥安排在中午與一名27歲的男子在法拉盛大停車場附近一個商場見面。

警方稱,一名團夥成員向受害者介紹了自己,隨後他的另外兩名同夥趕到,開始用拳頭猛擊受害者全身。

罪犯攜帶數百美元逃跑,幾個小時後再次出現在布魯克林賓臣街62分局範圍內,下午4點剛過,他們在19大道與一名18歲女子會面。

執法部門消息人士稱,雖然目前尚不清楚犯罪嫌疑人的姓名,但受害者使用了何種暴力,但犯罪嫌疑人的另外兩名同夥趕到,開始用拳頭猛擊受害者全身。紐約警察局上週公佈了犯罪團夥頭目的監控圖像。

其中一名嫌疑人是一名亞裔男子,身穿黑色連帽運動衫,胸前用白色字母寫着“Celine”的標致,下身穿黑色短褲,腳上穿着運動襪和人字拖。

有效阻止中國非法移民持續涌入。  
國土安全全部部長馬約卡斯(Alejandro Mayorkas)當時曾發表聲明,強調將繼續執行移民法,並將沒有合法居留依據的個人驅逐出境,呼籲民衆不要相信人口走私販的謊言。然而,自2023年10月以來,抵達美國邊境的中國公



民已超過3萬5000人,僅有100人被遣返,這樣的比例也引發質疑。

部分專家認為,這些中國移民可能是逃離中國惡劣環境的異議人士。但也有專家擔憂,中國政府可能利用美國邊境危機,派遣間諜或

有不少是華人。據稱李建春在該養老院工作了大約一個月,經過養老院關於給老人喂食、洗澡和換尿布等培訓。

養老院的老闆是一名韓裔,名叫金正勛(Jeunghoan Kim),他在證詞中說,當天早上7點45分左右,他就抵達了養老院,看到李建春滿臉驚恐地站在廚房打電話,李建春告訴金正勛說:“我覺得我殺了人。”金正勛覺得不可思議,看到衛生間的門半開着,於是走了進去,發現兩個老人倒在衛生間的地板上,頭上套着塑料袋。

“每當想到那一刻,我的信就碎了。”金正勛作證說,他當時先給其子打電話,然後撥打911報警。

他不知道的是,李建春也撥打了911報警電話,他自稱感到焦慮,想要自殺,通話結束時開始哭泣。

有預謀  
曾查詢“殺人會不會被遣返回國?”

警員哈維爾·穆里略(Javier Murillo)作證說:他趕到現場的時候,看到一名與嫌疑人相符的男子站在外面,然後朝他的車走去。

此時調度員告訴穆里略,嫌疑人想通過警察自殺,於是穆里略搜查了他的身體,拿走了他的手機,並把他關進了警車後座。

進行其他活動。退休陸軍上校、前國家戰爭學院學生院長奧拉德博士(Dr. Kenneth Allard)表示,中國等極權政府善於利用機會,他們會察覺弱點並立即加以利用。他認為,美國現任政府缺乏對此現象進行適當調查的意願。

奧拉德指出,中國政府肯定察覺到拜登總統在國際舞臺上的弱勢,並意識到他目前並非完全掌控局勢。

大量中國非法移民也為墨西哥販毒集團帶來豐厚利潤,他們協助這些移民從中國前往美墨邊境,據報道,偷渡費用高達5.5萬美元。

近期幾起案件也顯示,部分中國非喇移民可能涉及犯罪活動。今年2月,邊境巡邏隊在加州印第奧附近逮捕了5名持有大量被盜禮品卡和23張偽造的賓州駕照的中國公民。8月2日,德州坎頓警方逮捕了2名持有超過25萬美元現金的中國公民,他們在2023年被邊境巡邏隊逮捕後,被美國海關及邊境保衛局(CBP)無保釋放。

報道提到,隨着中國非法移民持續涌入美國,其背後的動機和潛在風險,已成為美國國安和政治的重大挑戰。

隨後,穆里略來到房間里,發現兩名老年女性倒在浴室里,頭上套着塑料袋,脖子上纏着類似電工膠帶的東西。另外四名在該機構接受護理的老年女性安然無恙。

法醫調查員格蘭特·何(Grant Ho)作證稱,李和樸因勒頸窒息而死亡。屍檢照片顯示,兩名女子的脖子周圍都有勒痕和擦傷。

警探克里斯蒂安·梅扎諾(Christian Mezzano)作證說,在警局普通話翻譯的幫助下,偵探隨後對手機進行了搜查,發現在謀殺案發生前三天,李建春進行了大量的謀劃工作,網上搜索的內容包括詢問在美國殺害兩人、三人和四人會受到何種懲罰。

其他搜索內容包括如果謀殺罪成立,中國人是否會被引渡回中國,用袋子窒息一個人需要多長時間,以及勒死一個人需要多長時間等等。

這些證據在法庭上起到了決定性的作用,周四舉行了大約3個小時的聽證會,莫納高等法院法官魯比亞·諾爾(Rubiya Nur)裁定,有足夠的證據讓李建春因兩項謀殺罪受審,並加重刑罰。如果罪名成立,他將面臨死刑。

目前,李建春仍然被關押在監獄,保釋金為400萬美元,基本上沒有出獄的機會了。  
文章來源:大洛杉磯 LA

## 紅色警戒!美墨邊境7月抓了近2000中國非法移民

中國非法移民涌入美墨邊境,恐成安全漏洞。圖為中國偷渡客去年10月進入美國。

美國《布萊巴特新聞網》(Breitbart News)10日報道,美國邊境巡邏隊7月在美墨邊境逮捕了1953名來自中國的非法移民,今年累計已達3萬5300人,相較於去年同期的2萬4125人,暴增了46%。

據報道,這個數字與拜登政府上台初期,2021年1月僅有6名中國公民在西南邊境被捕形成強烈對比,增幅更是驚人地超過5882倍,如此激增的中國非法移民涌入美國,引發美國國安專家擔憂。

報道指出,這些中國移民中,超過8成是單身成年人,大多數在邊境巡邏隊處理後,都被釋放並允許在美國申請庇護。儘管美國國土安全部(DHS)7月曾協調遣返超過100名中國公民,但消息人士指出,這只是做做樣子,並未

## 華裔護工勒死2老人 曾搜“在美國殺人會否被遣返回國?”

8月8日(周四),在波莫納的洛杉磯高等法院舉行的聽證會上,42歲的華裔男子李建春(Jianchun Li,音譯)被法官裁定以兩項謀殺罪,外加加重刑罰指控,如果罪名成立,他將面臨死刑。

根據法院公佈的起訴書顯示,李建春在2023年6月24日早上,在一家由民宅改成的護理機構中,殺死了75歲的莫妮卡·李和83歲的樸熙淑。

法院播放的養老院監控視頻顯示,當天早上6點55分左右,李建春先將莫妮卡·李(Monica Lee)帶入衛生間,大約半個小時後,他又將樸熙淑(Hee Sook Park)帶入衛生間。

這是一家韓國人開設的養老機構,名叫“快樂老人之家”(Happy Home Care For Elderly),主要面對的也是韓裔老人群體,不過護工

長期以來,一直有一個謊言流傳在我們身邊:那就是說中國人移民(專題)之後,無法融入外國的主流社會。

不管在國外居住了多少年,生活了多少代,始終被歧視、排擠,華人(專題)只能在社會邊緣生活。為了把這個謊言深入人心,某些別有用心的人團體編造了一條一條斷章取義、憑空捏造的假新聞。

但假的終究是假的,太平洋沒有加蓋。只要親身到國外去住上一段時間,與地的華人接觸之後你就會發現,這就是一個最無知的謊言。這個謊言從根本上就是謬誤的,我們先不管融入不融入的問題,先就“主流社會”這個觀念來說。

什麼是“主流社會”?是怎樣的“主流社會”讓中國人無法融入呢?在他們的宣傳中,“主流社會”就相當於有錢有勢。開豪車、住別墅、動不動就穿着晚禮服開高檔酒會。

家里不是上市公司CEO,就是州議會議員,學歷不是斯坦福就是MIT,跟總統合影如家常便飯……這根本就不是外國的“主流社會”,最多只能算“上流社會”。只是整個社會中極少的一部分人,這部分人可能是好幾代人的積累,才有瞭如今的地位和財富。

可能是金融或互聯網的新貴,短短幾年就能上榜福布斯,但他們絕對不能代表“主流社會”。

在發達國家,社會形狀是呈橄欖型的。與金字塔型社會大部分由底層構成不同,橄欖型社

會的兩個尖代表社會的上層和底層,數量都是非常少的。

而中間那一部分才是普通民衆,才是這個國家的“主流社會”。所以這個謊言一開始就是謬誤的,是無知的。

別說中國移民無法融入“上流社會”,不管哪個種族的移民,想要進入“上層社會”都是很難的。一個平民想要變成貴族,非得經歷幾代人的積累不成。

發達國家的主流社會,其實就是廣大的中產階級。以發達國家中華人最多的美國來說,華人移民的收入高出整個美國家庭收入的中位數,從收入來說已經完全融入主流社會。

你會說收入不能說明問題,融入是文化上的。那我告訴你,發達國家,尤其是美洲的發達國家的文化就是移民文化,他們對於新移民的包容要比非移民國家強得多。

不管什麼種族的移民,只要你願意融入新的環境,你身邊的人都會很樂意接受你。

西方發達國家幾百年的歷史充滿了種族鬥爭和平權運動,人家是付出過慘痛代價的。他們懂得反省,才有了今天包容平等的移民文化。

我知道有人會說,你說他們是包容的移民文化,那為什麼還有那么多非法移民被驅逐,被排斥呢?你也知道是“非法”咯?換做是你的國家,願意打開國門讓这么多非法移民進來嗎?

即使如此,西方發達國家出於人道主義,收

留了許多非法移民,並給了許多人合法身份。但任何國家的資源都是有限的,不可能接受所有的非法移民。

許多中國人移民之後,依然用國內的生存思維來看待新的環境,所以會造成種種水土不服、難以適應。比如說什麼是體面的工作?在中國,體面的工作不外乎賺錢多、單位好。事業單位的公務員,算是丈母娘最喜歡的。而各種藍領工人、服務員、小店主往往被覺得沒有面子,同學聚會時都低人一等。

但在發達國家,一個藍領工人賺的錢可能比大學教授還要多。就算賺得不多,當個服務員、小店主也不會被人覺得是沒有面子的事情。

許多中國人剛移民過去,只能從事簡單的藍領工作,便覺得是屈才,是無法融入主流社會,他們不知道,國外主流社會里,藍領階層多的是呢。

反倒是公務員在國外很少年輕人願意去做,不但薪水不高,而且還要用隱私來交換,比如公開自己的財產之類的。別人把工作當成是謀生的手段,只要合法賺錢,願意從事任何喜歡的工作。而我們把工作當

第二名嫌疑人是一名華女,留著一頭染成黑色的長髮。她穿著一件白色背心。

提供線索幫助逮捕該團夥的懸賞金額高達3,500美元。

同時,中國駐紐約總領館日前也提醒,私下換匯不僅存在很大的法律和權益風險,還可能違反中國外匯管理規定和美國法律。

美國法律規定,凡是跨境金錢交易超過1萬美元必須申報,包括多次小額交易的總數超過1萬元的情況。

如果換匯非法來源的資金,當事人可能會涉及“洗錢罪”,恐怕會影響其在美國的生活,情節嚴重者或將被判刑或遣返。

中國駐外多家使領館都曾發佈提醒,稱多次接到中國公民來電反映遭遇換匯詐騙。這些受害人大都通過朋友互相推薦,在微信群中與換匯人聯繫,輕信對方發來的或偽造或可取消的銀行轉賬截圖,導致被騙匯款,財產受損。華人律師呼籲海外中國公民及華人群體勿貪圖小利,務必通過正規、合法途徑換匯!

出國留學可以學到許多在國內學不到的知識,一名從中國赴美留學的女留學生(專題)分享“出國被顛覆的三大認知”,包括人生並非只有一條軌迹、先觀世界才有世界觀、人生是場遊戲,玩的就是心態。

有同是留學生的網友表示,到歐美留學後實現了20年前所有夢想。

據世界日報報道,網友“草莓不凍了(藤校上岸版)”在社群軟體小紅書上發佈一支影片,分享出國被顛覆的三大認知:

第一,人生並非只有一條軌迹,每個人有無限可能,她曾看過帶著小孩一起去上課的母親、課後邊聽邊考試的盲人同學、三十歲裸辭後入學就讀環境科學的工程師,她發現不給自己設限,才是重啓人生的關鍵。

第二,先觀世界才有世界觀,她赴美前,本以為會遇到槍擊、流浪漢、種族歧視等,結果遇到一對善良的老夫妻擔任她的寄宿家庭,讓她在美國從未感受到孤獨。

她這才發現,人不應該因為刻板印象,而放慢自己出去感受世界的步伐。

第三,人生就是場遊戲,玩的就是心態,她的寄宿家庭的爺爺一共體驗過二十多種工作,後來才決定將警察作為終生職業。

中國女留學生赴美讀書自曝“被顛覆3大認知”

她回憶自己原本在國內學習種地,本來以為這輩子就這樣了,後來被藤校錄取,出國留學後才發現柳暗花明又一村,人生就是場體驗。

不少留學生網友認同並留言“是的,去過歐洲留學,再來美國留學,之後工作把握機會,現在基本上實現20年前全部夢想”、“多去觀世界,才有世界觀,這並不是一句對仗工整的句子,這句話對我,也是一點一點的經歷:新西蘭(新西蘭)找不到路時讓我搭車的女士,找不到超市時一個從遠處跑過來的熱心的大哥,美國機場擺渡車非要學一兩句中文的司機,看我打槍非常low的翻白眼的遊客,嬉笑怒罵皆成文章”。

還有人留言“好優秀的女生啊,我在美國14年,最後又回到出發地,一切感覺是一場夢”、“寄宿家能在後院打靶也不是一般的牛,好些男人的夢想”、“世界各地還是好人多的,善待別人,好事就會找到你”、“你真的好棒呀,姐姐我要向你學習”。來源:倍可親

## 中國留學生赴美讀書被顛覆三大認知

成是階層劃分的標志,你說話得累不累?

另一個就是對待工作的態度。在中國,很少有35歲以上的程序員,過了這個年齡,不是主動轉型就是被公司以各種藉口裁掉。而發達國家的互聯網公司里,40多歲的程序員或基層崗比比皆是。人家不需要通過996的加班方式來競爭,公司更不敢因為年齡問題隨意裁人。

一些中國移民過去之後,按照國內的工作方式繼續拼命加班,自然就會被其他同事排斥,融入不了新的環境。不同國家有不同的國情,所以新移民到新的國家之後,就請忘掉你的“中國思維”,不然你永遠也沒有辦法融入主流社會。





# 中威船案提供對日索賠新思路

伊利華報駐中國首席記者 艾文推薦

面對日本當局的拒不認錯和拒不賠償,童增表示,中國二戰受害者可以借鑒「中威船案」在國內向日提起訴訟。「這是一種方式。如果我們在國內勝訴,也有希望獲得賠償。」

「中威船案」是指上世紀三十年代,「中國船王」陳順通將兩艘輪船借給一家日本公司,輪船在日本侵華戰爭中沉沒,1940年代陳順通親赴東京要求日方履行兩輪的租船合同,支付租金,歸還兩輪。上世紀五十年代至六十年代,陳洽群依照父親的遺囑繼續與大同海運株式會社談判索賠。在多次交涉未果後,陳洽群以大同海運株式會社關於兩輪在1937年8月被日本海軍捕獲的說法為依據,於1962年起轉而與日本政府交涉索賠,並於1964年在東京地方法院起訴日本政府。1974年,日本法院以「時效消滅」為理由,判定中威公司敗訴。此後,已無力負擔訴訟費用的陳洽群放棄了上訴權利。

1987年1月1日,《中華人民共和國民法通則》頒布施行。根據《民法通則》規定,凡是在法律公布前民事權利受侵害未被處理的案件,在《民法通則》頒布後的兩年內提起訴訟都有效,即中威船案可以在中國本土受理。1991年8月15日中威船案開庭,2007年上海海事法院判決日方敗訴。

2014年4月19日,中國上海海

事法院為執行生效民事判決,依照《中華人民共和國民事訴訟法》、《中華人民共和國海事訴訟特別程序法》的相關規定,對停泊於浙江省舟山市嵊泗馬跡山港的被執行人商船三井株式會社所有的「BAOSTEEL EMOTION」輪實施了扣押,並向被執行人送達了《執行裁定書》和《限期履行通知書》。

被執行人日企賠償近30億日圓

被執行人商船三井株式會社於2014年4月23日根據中華人民共和國上海海事法院《限期履行通知書》的要求,全面履行了生效民事判決確定的全部義務,包括船舶租金及孳息、船舶營運損失及孳息、船舶損失及孳息,共計2,916,477,260.80日圓;支付了一、二審案件受理費人民幣2,122,575.41元、申請執行費人民幣298,356元,共計人民幣2,420,931.41元;同時就支付延遲履行期間的債務利息及其他費用提供了充分可靠並可供執行的擔保。中華人民共和國上海海事法院經審查,認為商船三井株式會社已全面履行了法院生效判決確定的義務,故依照《中華人民共和國民事訴訟法》的相關規定,於2014年4月24日上午8時30分下達裁定,解除對「BAOSTEEL EMOTION」輪的扣押,同時發布《解除扣押船舶命令》。

2024-08-11



2010年在艾文策劃的首屆世博健康論壇上,「中威船案」第三代陳春主席和國際名家范光陵院士在簽到台上為來賓簽名。



威聯合體董事局執行主席陳中威先生和艾文在香港。本文來源香港文匯網

### 中威船案對日索賠大事記

- 1936年**  
9月和10月,上海中威輪船公司租賃了日本大同株式會社兩條遠洋貨輪。
- 1937年**  
年中,上海中威輪船公司老板陳順通發現,兩條遠洋貨輪不見了。
- 1940年**  
9月,日本大同公司正式通告中威稱,兩條船已于1937年8月22日被日本海軍「捕獲」,日本政府取得兩船所有權。
- 1946年**  
陳順通通過國民黨政府赴日代表團,向駐日盟軍最高司令麥克阿瑟遞交了戰時被劫財務償還申請書。
- 1961年**  
陳順通的兒子陳洽群第一次前往日本找日本政府交涉。
- 1962年**  
陳洽群以香港中威輪船公司的名義向上海海事法院提起訴訟。
- 1964年**  
日本東京地方法院以「時效消滅」為由判決原告敗訴。
- 1966年**  
12月,陳洽群以香港中威輪船公司的名義向上海海事法院提起訴訟。
- 1974年**  
陳洽群去世,他以遺囑形式將索賠權留給了陳震、陳春兩個兒子。
- 1988年**  
11月25日,上海海事法院再次開庭審理中威船案。
- 1991年**  
4月23日,「商船三井」在法院強制扣留其船舶的情況下,向上海海事法院支付40億日圓,表示尊重法院判決。
- 1992年**  
5月,上海海事法院重組了一個由5人組成的「超大大會議庭」,連續開庭9天。
- 1996年**  
8月,上海海事法院第一次開庭審理中威船案。
- 2003年**  
2007年12月7日,上海海事法院作出一審判決,判令被告賠償原告各種損失共計約29億日圓。
- 2007年**
- 2014年**

徐珍珍制作

# 中國現代國之寶藝術館 參加世界匠人大會(WAC)九月中旬北京召開

本報記者獲悉,世界匠人大會開幕峰會,將於2024年9月19日至23日在北京召開。屆時將有二十多個國家的百位匠人與會,通過論壇、展覽、評選、演出等形式,回答匠人與製造、製造與人類未來命運的相關話題。

原全國政協委員、全國僑聯常委、上海市僑聯副主席、國家級非物質文化遺產紫檀木雕刻傳承人、上海中國現代國之寶藝術館創始人、中國工藝美術行業大師屠杰先生將蒞臨大會發表精彩演講。



艾文 報道



屠杰先生是一位有一定影響的歸國華僑和民主人士,他認為,傳承非遺紫檀木雕刻辦好藝術館的目標,就是要把非遺傳承下去。我們更希望把紫檀木雕刻藝術發揚光大,讓更多的人瞭解和欣賞到這種獨特的藝術形式。我們希望通過這個藝術館,讓更多的人瞭解到紫檀木雕刻的歷史和文化價值,從而更加珍視和保護這項非物質文化遺產。歡迎大家來到我們的藝術館參觀,一起感受紫檀木雕刻的魅力。

人類製造以1785年蒸汽機改良定型開始,此後的生產力得以極大躍升,但同時也造成了資源的過度消耗和嚴重的環境污染,導致氣候變化與生物多樣性喪失,人類生存環境面臨前所未有挑戰。

自工業革命以來,這一「生長」與自然界構成了不平衡的關係,現代製造固然推動了發展,但也使人逐步淪為製造的奴隸。如果不加以改變,人類只能是「勞動之獸」,而非「創造之人」。



臺的同時,將精益求精的匠心精神彙聚起令人驚嘆的勢能,鼓勵並推動我們為人類福祉奉獻更多力量。

未來已來,未來可期。期待上海中國現代國之寶藝術館在2024首屆世界匠人大會上,在為促進中外匠人文化交流,煥發全球進發

WAC以匠人和製造為原點,將通過ESG框架達成未來製造的倫理共識與行動指南,推動人類製造與自然和諧共存。其次通過學術、商業、創意、教育驅動對傳統手工的價值發現與利用,將有助於人類獲得確定性和安全感,重回自然、寧靜、質樸的心靈家園。

人類文明開端于匠人。狹義的匠人指傳統手工業者,WAC致力於推動全球匠人共創從傳統手工到未來製造的美好事業。

這次大會將彙聚中外各地文化學者、行業專家、文藝大咖及匠人代表等,共創時代話題,為傳承立命,為匠心撐腰。傳遞中國匠人匠心有力的聲音!讓東方氣質的匠心品牌在飛馳世界舞



新的活力作出積極貢獻。  
專題報道華人號·美國伊利華報:  
美國伊利華報中國首席撰稿人(高級記者)  
世界文化導演艾文



上海中國現代國之寶藝術館,建築面積一萬多平方米,坐落於上海市楊浦區長陽路368號。該館經國家文化部批准立項,由全國政協委員、中國僑聯常委、上海市僑聯副主席屠杰先生積20餘年心血與智慧創辦建造。

上海中國現代國之寶藝術館,通過他親自創作的大量手工藝雕刻作品,集陳列實物、生動文字、大量圖片等形式展示並講述了上海中國現代國寶藝術館三代人,在傳承傳統紫檀雕刻發展歷程中的動人故事。

他創造藝術作品,可分為中國傳統木雕、石、金屬雕、牙(骨)雕、玻璃雕、泥塑(含瓷器)、民間工藝、書畫和海派藝術作品。

上海中國現代國之寶藝術館,在開展傳統工藝美術的挖掘保護、科研普及、文化交流和藝術服務方面令社會稱道。



# 黃仁勳、小扎巔峰對談：萬字長文揭秘 Meta 的 AI 未來

之三

(接上期)因此,所有的硬件和系統最終都會被優化,以便非常好地運行這項技術,這將使所有人受益,同時它也能很好地兼容我們正在構建的系統。而這一點,我認為只是展示了(開源)這種方式最終會變得非常有效的一個例子。

扎克伯格:所以,我認為開源策略作為商業策略將會是一個好的選擇。我想人們可能還沒完全意識到我們有多麼熱愛它。

黃仁勳:我們圍繞它建立了一個生態系統。我們創造了這個東西。

扎克伯格:是的,我發現這一點了。你們團隊的表現一直很出色。每次我們推出新產品,你們是首批發佈並優化使其運作的團隊。我很感激這一點。

黃仁勳:我還能說什麼呢?我們確實有不少優秀的工程師。

扎克伯格(笑)而且,你們也總是迅速抓住這些機會。

黃仁勳:所以,我雖是長者,但行動敏捷。這就是 CEO 必須做的。

我認識到了一件重要的事情。我認為 Llama 確實非常重要。我們圍繞它構建了一個名為 AI 工廠 (AI Foundry) 的概念,以便幫助每個人構建 AI。很多人,他們有構建 AI 的願望。對他們來說,擁有 AI 非常重要,因為一旦

他們將其融入數據飛輪,這就是他們公司機構知識被編碼並嵌入 AI 的方式。但他們承擔不起讓那個 AI 飛輪,數據飛輪在其他地方(通過購買服務)轉起來的成本。因此開源允許他們這樣做。但他們並不真正知道如何將這一切轉化為 AI。所以我們創建了這個名為 AI Foundry 的東西。我們提供工具,提供專業知識,Llama 的技術,我們有能力幫助他們將這一切轉化為 AI 服務。然後當我們完成這一切後,他們接手,他們擁有,其輸出就是我們所說的 NIMM。這個 NIMM,這個神經微型 NVIDIA 推理微服務,他們只需下載,帶走並在任何他們喜歡的地方運行,包括本地部署。我們擁有一個完整的合作夥伴生態系統,從能夠運行 NIMMs 的 OEM 到像 Accenture 這樣的 GSIs,我們培訓並與他們合作創建基於 Llama 的 NIMMs 和管道。現在我們正在幫助全球各地的企業實現這一目標。我的意思是,這確實是一件非常令人興奮的事情。這一切實際上都是由 Llama 的開源引發的。

AI 產業的未來:模型不會一家獨大,從小到大的模型都有場景

扎克伯格:是的,我認為,幫助人們從大型模型中提煉出自己的模型的能力,將成為一個真正有價值的新事物。就像我們在產品方面討論的那樣,至少我不認為會有一個每個人都會去跟它交流的核心 AI 智能體。在同一水平上,我也不認為必然會有一個模型是每個人都會使用的。

黃仁勳:我們有一個芯片 AI, 芯片設計 AI。我們有一個軟件編碼 AI。我們的軟件編碼 AI 理解 USD。因為我們用 USD 為 Omniverse 編寫代碼。我們有一個理解 Verilog 的軟件 AI, 我們的 Verilog。我們擁有能夠理解我們的缺陷數據庫的軟件 AI, 並且知道如何幫助我們分類缺陷並將其發送給正確的工程師。

這些 AI 中的每一個都是基於 Llama 進行微調的。我們會對它們進行微調,並設置防護措施。你知道,如果我們有一個用於芯片設計的 AI,我們並不希望詢問它關於政治、宗教之類的問題。所以我們會對它進行防護限制。因此,我認為每家公司基本上都會為它們擁有的每一個功能,配備專門為此構建的 AI。他們需要幫助來實現這一點。

扎克伯格:是的,我認為未來的一大問題是,人們將多大程度上使用更大、更複雜的模型,而不是僅僅針對他們的需求訓練自己的模型。至少我可以肯定,未來會有各種各樣、數量龐大的不同模型湧現。

黃仁勳:我們使用的是最大型的那些模型。而這樣做的原因在於,我們的工程師時間極其寶貴。因此,我們現在正針對性能優化 405B 版本的 Llama 3.1。如你所知,無論 GPU 多大,405B 都無法完全適配。這就是為什麼 NVLink 的性能如此關鍵。我們採用了這種技術,通過一個名為 NVLink 的非阻塞交換機,將每塊 GPU 連接起來。

例如,在一個 HGX 中,就有兩個這樣的交換機。我們使得所有這些 GPU 能夠協同工作,運行 405B 時性能極為出色。我們這樣做的原因是,工程師的時間對我們來說極其寶貴。你知道,我們希望使用儘可能最佳的模型。即便這樣做在成本上只節省了幾分錢,誰又會在乎呢?因為我們希望確保向他們展示的是最優質的結果。

扎克伯格:是的,我的意思是,我認為 405B 的成本大約是 GPT-4 模型的一半。所以,從這個層面來說,它已經相當不錯了。但我認為人們正在設備上使用或需要更小型的模型,他們會將其精簡。因此,這就像是 AI 運行的一整套不同的服務。

黃仁勳:讓我們假設一下,我們正在用於芯片設計的 AI 每小時可能只需 10 美元成本。你知道,如果你持續使用它,並且將那個 AI 共享給眾多工程師,那每個工程師可能都有一個成本不高的 AI 陪伴着他們。這個 AI 的成本其實並不高。而我們支付給工程師的薪酬卻很高。

因此,對我們來說,每小時幾美元就能大幅

提陞那些尚未接入 AI 的人的能力。立刻行動,接入一個 AI 吧。我們想說的就是這些。

那么,讓我們談談下一波趨勢。你們所做的工作中,我特別喜歡的一點是,計算機視覺,我們內部大量使用的一個模型是 Segment Everything。你知道,我們現在正在視頻上訓練 AI 模型,以便我們能更好地理解世界模型。我們的應



用場景是機器人技術和工業數字化,將這些 AI 模型接入 Omniverse,以便我們能更好地建模和表達物理世界。讓機器人在這些 Omniverse 世界中更好地運作。因此你的應用,Ray-Ban Meta 眼鏡,你將 AI 引入虛擬世界的願景真的很有趣。給我們講講吧。

扎克伯格:好的,嗯,這里面有很多值得探討的內容。你所談論的那個 Segment Everything 模型,我們實際上在 SIGGRAPH 上展示了它的下一個版本,Segment Everything 2。現在它已經能正常運行了,速度更快了。它現在也能處理視頻了。我覺得這些實際上是我考艾島牧場的牛。順便說一下,它們被稱為馬克的小牛,美味的小牛。

黃仁勳:美味的馬克的小牛。所以馬克下次來我家,我們得一起做費城奶酪牛排。你直接帶牛過來。

扎克伯格:然後你做奶酪,我就當副廚。這牛真的非常好吃。

黃仁勳:這是副廚的評價。

扎克伯格:好吧,聽着。然後在晚上結束時,你就像,"嘿,你吃得夠多了,對吧?"然後我就說:"不知道,我還能再吃一個。"你就像:"真的嗎?"

黃仁勳:我肯定像是在說:"對,我們還要再做一些。我們還要再做一些。你吃飽了嗎?"通常你的客人會說:"哦,是的,我很好。"

扎克伯格:"再給我做一個芝士牛排,老黃。"

黃仁勳:所以,為了讓你有多強迫症,我轉過身去,我在準備芝士牛排。然後我說:"馬克,切一下西紅柿。"遞給馬克一把刀。

扎克伯格:對,我是個精確的切割者。

黃仁勳:然後他就切西紅柿。每一個都切得精確到毫米。但真正有趣的是,我以為所有的西紅柿都會被切成片,然後像一副撲克牌那樣疊起來。當我轉過身時,他說他需要另一個盤子。而他這樣做的原因是,他切的每一片西紅柿,彼此之間都不能有接觸。一旦他把一片西紅柿與其他西紅柿分開,它們就不應該再碰到一起。

扎克伯格:是啊,你看,夥計,如果你希望它們接觸,你應該提前告訴我。你需要...我是一個副廚,好嗎?

黃仁勳:這就是為什麼他需要一個不帶偏見的 AI。

扎克伯格:是的。(笑)

黃仁勳:這真的很酷。好的,所以它在識別牛的足跡...它在追蹤牛的足跡。

扎克伯格:用這個可以製作很多有趣的特效。而且因為它會被廣泛開放,行業內還會有更多嚴肅的應用。所以我的意思是,科學家用這些東西來研究珊瑚礁、自然棲息地以及地形的演變等等。但我的意思是,它能夠在視頻中實現這一點,告訴你你想追蹤的內容,你就能擁有 B-roll 鏡頭並能夠與之互動。這真是非常酷的研究。

黃仁勳:我舉個例子,告訴你們我們使用它的場景。比如,你有一個倉庫,里面裝滿了攝像頭。倉庫的 AI 正在監控着所有發生的事情。假設一堆箱子倒塌了,或者有人在地面上灑了水,或者即將發生任何意外,AI 識別到這一情況,生成文字信息,發送給相關人員,救援就會在路上。這就是使用它的一個方式。不是記錄所有事情,如果有事故發生,不是記錄每一納秒的視頻,然後再回去檢索那個時刻,它只記錄重要的內容,因為它知道自己在看什麼。因此,擁有一個視頻理解模型,一個視頻語言模型對於所有這些有趣的應用來說,確實非常強大。那么,你們接下來還會研究些什麼呢?Ray,跟我談談...

計算平台的未來:別 XR 了,就 AI+ 潮眼鏡就能賣 10 億個

扎克伯格:是的,還有所有智能眼鏡。我認為,當我們考慮下一代計算平台時,我們會將其分解為混合現實(XR)、頭戴設備和智能眼鏡。而智能眼鏡,我認為人們更容易接受並佩戴它們,因為現在幾乎每個戴眼鏡的人最終都會升級為智能眼鏡。這在全球有超過十億人。所以這將是一個相當大的市場。

VR/MR 頭戴設備,我認為有些人覺得它們

在遊戲或其他用途上很有趣,有些人則還不這麼認為。我的觀點是,它們都將存在于這個世界。

我認為智能眼鏡將類似於手機,是常駐型計算平台的下一個版本。而混合現實頭顯則更像你的工作站或遊戲主機,當你坐下來進行更沉浸式的體驗,並需要更多計算資源時。眼鏡(大小)只是非常小的形式因素。因為算力將帶來很多限制,就像你不能在手機上進行(和計算機)同樣級別的計算一樣。

黃仁勳:它恰好出現在所有這些生成式 AI 突破發生的時候。

扎克伯格:是的,所以我們基本上,對於智能眼鏡,我們一直從兩個不同的方向來解決這個問題。一方面,我們一直在構建我們認為的那種理想全息增強現實(AR)眼鏡所需的技術,並且我們正在進行所有定制硅芯片的工作,所有定制顯示堆棧的工作,就像為了實現這一日標所需做的所有事情。而且它們是眼鏡,對吧?不是頭戴式設備。不像 VR/MR 頭顯。它們看起來就像普通眼鏡。但它們與你現在戴的眼鏡相比,還有相當大的差距。我是說你的眼鏡非常薄。

但即便我們製造的雷朋眼鏡,目前還無法將實現全息 AR 所需的所有技術完全融入其中。我們正在接近,我認為未來幾年我們會越來越接近。它仍然會相當昂貴,但我們還是會把它推出一個產品。

我們考慮的另一個角度是,先從外觀好看的智能眼鏡開始。通過與全球頂尖的眼鏡製造商 EssilorLuxottica 合作,他們基本上涵蓋了你所熟知的所有大牌,比如雷朋、奧克利、奧利弗·皮普爾斯,以及其他少數幾個品牌。這些幾乎都屬於 EssilorLuxottica 旗下。

黃仁勳:(就像)NVIDIA 眼鏡(那么大牌)。(笑)

扎克伯格:我想,你知道,他們大概也會喜歡這種比喻。我是說,誰會不喜歡呢?在當下,誰會不想要這樣的眼鏡呢?

扎克伯格:但我們一直在與他們合作開發雷朋系列,現在已經是第二代了。

我們的目標是,好吧,讓我們將外形限制在看起來非常棒的範圍內。然後在這個框架內儘可能多地融入技術,儘管我們知道在技術上還無法達到我們理想中的完美整合,但最終,它們將會是外觀出色的眼鏡。到目前為止,我們配備了攝像頭傳感器,因此您可以拍照和錄像,您實際上可以實時直播到 Instagram,您可以在 WhatsApp 上進行視頻通話並實時傳輸給對方,您知道,您所看到的畫面。它配備了麥克風和揚聲器,我是說,那個揚聲器實際上非常出色。它就像開放式耳道設計,因此許多人覺得它比耳塞更舒適。您可以聽音樂,就像擁有一段私密的體驗,這相當不錯。人們很喜歡這一點,您可以在上面接聽電話。

但我們發現,這些傳感器組合正是與 AI 對話所需的。所以這可以說是個意外的發現。如果五年前你問我,我們會先實現全息 AR 還是 AI?我可能會說,大概是全息 AR 吧。對吧,我的意思是,這看起來就像是所有虛擬現實和混合現實技術上的進步,以及構建新的顯示技術棧。我們正朝着這個方向不斷取得進展。然後,大型語言模型(LLMs)取得了突破,結果是我們現在擁有了高質量的人工智能,並且在全息增強現實(AR)出現之前,它的改進速度非常快。

所以這是一種我未曾預料到的轉變。幸運的是,我們處於有利位置,因為我們一直在研究這些不同的產品,但我認為最終你會得到一系列不同價格、不同技術水平的潛在眼鏡產品。所以,基於我們現在看到的 Ray-Ban Meta 的情況,價格在 300 美元左右的無顯示屏 AI 眼鏡將成為一個非常熱門的產品,最終可能會有數千萬甚至數億人使用。屆時,你將與高度互動的 AI 進行對話。

黃仁勳:它會有你剛展示的視覺語言理解技術。實時翻譯功能。你可以用一種語言與我交談。我聽到的是另一種語言。

扎克伯格:當然,有顯示屏也會很棒,但這會增加眼鏡的重量,使其價格更高。因此,我認為很多人會想要那種全息顯示效果,但也有人希望最終能擁有類似超薄眼鏡的產品。

黃仁勳:對於工業應用和某些工作場合,我們確實需要(虛擬現實)這樣的技術。

扎克伯格:對於消費品也是如此。我在疫情期間思考過這個問題,當時大家都短暫地遠程工作了一段時間。就像你整天都在 Zoom 上,這還算過得去。雖然現在我們有這些工具已經挺棒了,但未來我們確實實現虛擬會議並不遙遠。到那時我並不實際在場,你看到的只是我的全息影像,但感覺就像我們真的在那里,身體上也在場。我們可以一起工作,共同協作。但我認為這在與 AI 合作時尤為重要。

黃仁勳:我可以接受一個不需要我時刻佩戴的設備。

扎克伯格:哦,是的,但我認為我們最終將達到那個實際應用的階段。我的意思是,在眼鏡中,有細框和粗框,還有各種風格,但我認為我們擁有的全息眼鏡的形式還有一段時間,不過我認為在不久的

將來,擁有一副時尚且稍顯粗框的眼鏡並不遙遠。

黃仁勳:這些(小型智能)太陽鏡現在越來越貼合人臉了。我能看出來。

扎克伯格:是的,你知道嗎,這是一個非常有用的風格。無論你信不信,但我正努力成為一名潮男,以便在眼鏡上市前影響這種風格。(笑)

扎克伯格:我能看出你在嘗試。你的潮男之路進行得怎麼樣了?(笑)

黃仁勳:還早。但我覺得,如果未來業務的一大塊是打造人們佩戴的時尚眼鏡,那我可能應該開始多關注這方面了。

扎克伯格:沒錯。完全同意。我們得讓那個每天穿同樣衣服的我退休了。(笑)但這就是眼鏡的特別之處。我覺得它不同于手錶或手機,人們真的不希望都長得一樣。

黃仁勳:對,所以我認為,你知道的,這是一個平台,我覺得它會傾向於我們之前討論的主題,成為一個開放的生態系統,因為人們對於形式多樣性和風格的需求將會非常大。並不是每個人都會想要那種你知道的,其他人設計的類似的那種眼鏡,我不認為這對這次來說會行得通。

扎克伯格:是的,我認為你說得對。

結束語:軟件 3.0 時代已經到來

黃仁勳:馬克,我們正處在一個整個計算堆棧正在被重新發明的時代,這真是不可思議。我們對軟件的思考方式,你知道安德烈稱之為軟件 1.0 和軟件 2.0,而現在我們基本上處於軟件 3.0 的時代了。從通用計算到生成式神經網絡處理方式的轉變,我們能夠開發的計算能力和應用在過去的想象中是不可思議的。這種生成式 AI 技術,我記不清還有哪項技術能以如此快的速度影響消費者、企業、行業和科學界,並且能夠跨越從氣候技術到生物技術再到物理科學等所有不同科學領域。在我們遇到的每一個領域,生成式 AI 都正處於這一根本性轉變的核心。

而且,除了你提到的生成式 AI 將在社會中產生深遠影響之外,我非常興奮的一件事是,有人之前問我是否會有一個 "Jensen AI",那正是你所說的創造性 AI,我們可以構建自己的 AI,並加載所有我寫過的內容,通過我回答問題的方式進行微調,希望隨着時間的積累,它能夠成為一個真正出色的助手和夥伴,為那些只想提問或交流想法的人服務。這個版本的 Jensen AI 不會評判你,你不必擔心被評判,因此你可以隨時與它互動。我認為這些都是非常了不起的事情。我們經常寫很多東西,而僅僅給它三四個主題,讓它以我的聲音寫出我想要的的基本主題,並以此為起點,這是多么不可思議。現在我們可以做的事情實在太多了,與你合作真的很棒。

我知道建立一家公司並不容易,你將你的公司從桌面轉向移動、VR 再到 AI,所有這些設備,這真的非常非常不尋常。我們自己也多次轉型,我知道這有多難。多年來,我們兩都經歷了很多挫折,但這就是成為先驅和創新者所需要的。看着你真的很棒,同樣,我不確定這是否算轉型,如果你一直在做之前做的事情,但你也增加了新的內容,這意味着還有更多的章節等待我們。我認為對你來說也是如此,看着你們的旅程很有趣。

我的意思是,你們經歷了一個時期,當時每個人都認為一切都會轉向這些設備,計算會變得非常便宜,但你們一直堅持不懈,就像實際上你們會需要這些能夠並行處理的大型系統一樣。

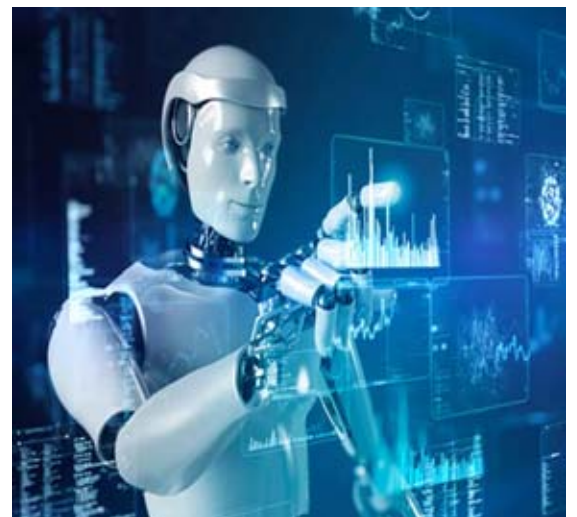
扎克伯格:是的,我們曾經一段時間內製造越來越小的設備,但後來我們讓計算機變得時尚了一段時間,然後變得不那么時尚,甚至超級不時尚,但現在又酷起來了。

黃仁勳:我們製造圖形芯片 GPU,現在你部署 GPU。Zuck 在他的數據中心里有成千上萬的 H100。我想你們即將達到 600,000 塊 GPU 的機組。

扎克伯格:我們是優質客戶。這就是如何在大會上獲得 Jensen 問答環節的秘訣。(笑)

當他們說"你知道嗎,幾周後我們在 SIGGRAPH 有個活動",我就想,"是啊,我覺得那天我沒什麼安排,不在丹佛,聽起來很有趣,我那天下午也沒什麼安排"。

黃仁勳:所以你就這麼出現了,但關鍵是,你們構建的這些系統,它們是巨大的系統,非常難以協調,非常難以運行,你知道你比大多數人晚進入 GPU 領域,但你運籌的規模比任何人都大,看着你所做的一切真是令人難以置信,恭喜你所做的一切,你現在真是個潮流引領者。(完)



# 舞蹈與激情 - 記亞洲城廣場夏日野餐

撰稿人: 李凤

克利夫蘭亞洲城廣場舞每年一度的夏日湖邊野餐聚會, 于 2024 年 8 月 10 號上午 10:00 到下午 3:00 在湖木公園舉行。在中城集團的統籌協調下, 本次聚會包括了中城的三大熱門小組: 亞洲城廣場舞, 亞洲城數學班, 以及老人公寓三只小隊共計七十多人共同參與。

全天活動包括上午的廣場舞晨練, 中午快樂午餐時段以及下午的遊戲環節。上午的晨練舞蹈時段, 廣場舞的姐妹們一起跳起歡快的《太陽姑娘》、《山坡坡》、《杏花落》、《戰馬》。大家都喜歡這些曲調歡快的舞蹈, 特別是《美了美了》, 舞蹈簡單, 歌曲通俗, 歌詞朗朗上口。當我們正跳得開心之時, 竟然吸引了旁

邊一群聚會的遊客, 跟我們一起舞蹈! 大家載歌載舞好不熱鬧, 把上午的晨練推上了一個歡樂的小高潮。

快樂午餐可是今天的重頭戲。在吃飯前中城集團的領導安東尼親臨現場, 並給三個熱門小組的隊員們頒發了榮譽證書。李鳳老師代表廣場舞領取證書並發言表示, 感謝中城集團的領導與協助, 感謝廣場舞隊友們的團結合作, 也感謝每一位隊友背後的家屬們的大力支持! 之後, 鳳凰老師也會廣場舞表現突出的兩位隊員, Melissa 和 Chan 頒發榮譽證書。

飛騰中餐廳的小郭老闆為我們準備了豐盛的中餐和甜點。另外還有各位糕點大師 -

廣場舞的姐妹們帶來了她們親手自製的各式點心, 種類繁多, 口味各異, 色香味俱佳, 大家都吃的亦樂乎。

下午的遊戲環節, 廣場舞隊員們玩的熱火朝天, 有李鳳老師精心為大家準備的幾個遊戲: “火鳳凰天”, “白鶴傳信”, “神龍取水”, 這些遊戲即能展現團隊協作, 也能充分發揮個人的特長。大家在遊戲中不斷探討遊戲技巧, 改變不同策略, 嘗試多種渠道解決問題, 積極給予建設性意見, 在遊戲中大家建立起來了牢固的友誼, 通過遊戲, 大家相互建議, 相互瞭解各自的特點, 也都有機會發揮自己的特長。整個遊戲期間大家互幫互助, 也會尖叫大笑, 還有拉手摟抱, 大家似乎又回到了孩童時期!

在遊戲中我們還穿插着幸運抽獎! 感謝一眾姐妹為廣場舞捐獻出了綠植, 衣服, 眼鏡, 包包, 花瓶, 以及各種小禮品, 讓我們的這次聚會增添了一次又一次的驚喜!



第一次參加活動的舞者李丹表示, “第一次參加廣場舞的聚餐活動, 真是太好了! 太歡樂太開心了! 謝謝組織這樣的活動! 以後會積極參加!”

老隊員開心果則說: “今天我們好開心啊, 非常感謝 @ 鳳凰愛跳舞老師? 精心策劃, 組織這次聚餐活動。特別是 3 個遊戲, 真是太好玩了, 我們都還獲獎了, 今天我們好開心啊, 我們都彷彿回到了學生時代, 又年輕了十幾歲, 哈哈, 開心, 開心, 還是開心!”

大家度過了一個興奮又激情的一天, 感恩有廣場舞, 以及廣場舞里面的每一個人!



## 候選人之夜

C.A.M.E.O (Cleveland Arab American Mutual Economic Organization) 是一個成立超過 50 年的中東社團組織, 它在克利夫蘭地區的政治和經濟事務中扮演着重要角色。該組織致力於促進中東社區的經濟發展和政治參與, 同時推動多元文化的融合。

C.A.M.E.O (Cleveland Arab American Mutual Economic Organization) 是克利夫蘭一個十分活躍的中東社團。

8 月 14 日晚上 7:00, 為克利夫蘭各社區在 11 月 5 日參加競選的候選人舉行了會議, 來自各地區 20 多位律師法官和議員等人參加了當晚的公開競選。



## 周愛琴愛藝術

時間這么快, 在克利夫蘭生活學習工作快 33 年了, 克利夫蘭是一個充滿文化底蘊的城市, 這兩年中國城有很大改變, 尤其是廣場舞尤為引人注目, 給克里夫蘭帶來了激情。

我生活在這裡感到非常高興, 有朋友有愛, 還有工作夥伴的和諧共處, 還能採訪

全美國的華人精英: 周愛琴上海朋友, 在伊利華報慶祝 10 周年的時候, 她現場作畫。

周愛琴在伯克利大學創辦書法和繪畫課程, 她的成就非常了不起。她對藝術有深厚的熱情, 2010 年上海世博展覽廳掛了她的九鼎, 她為更多的人提供了學習和欣賞藝術的機會。

# 克利夫蘭東側湖濱項目隆重動土典禮



8 月 12 日, 克利夫蘭東側湖濱 E. 55 街舉行了隆重動土典禮。從 E9-55 街一共 2.7 英里的建設項目。這條新小徑是庫亞霍加縣 (Cuyahoga County) 和克利夫蘭市之間的合作關係, 該縣將管理和運營該項目的建設, 克利夫蘭將負責管理和運營該小徑。杰克·約瑟夫

和莫頓·曼德爾基金會向克利夫蘭大都會公園捐贈了 500 萬美元用于修建這條小徑, 輔之以俄亥俄州東北部全區協調機構 (NOACA) 通過聯邦公路管理局的碳減排計劃以及凱霍加縣和克利夫蘭市提供的當地匹配基金提供的 560 萬美元資金。

這個湖邊項目為社區民眾創造更多機會, 讓人們進入綠地, 使用公共交通, 並從社區資源和設施中受益。這條道將建設自行車道從東 55 街到小馬丁·路德·金。沿着北邊緣路北側行駛, 加強克利夫蘭市中心的沃伊諾維奇二百周年紀念公園、克利夫蘭大都會公園的湖濱保留地 (包括 E.55 街碼頭、湖邊餐廳)、戈登公園 (Gordon Park) 之間的社區連接。

克利夫蘭市長 Justin M. Bibb 說: “設計一個社區民衆城市是讓每個居民都能獲得克利夫蘭提供的所有機會和資源, 當我們努力改造我們的北岸湖濱時, 這條小路將確保我們在聖 Clair-Superior 和 Glenville 可以享受在湖上的美麗和好處。感謝縣、大都會公園、曼德爾基金會和 NOACA 使這個項目成為可能。市長也表示上兩屆市長也為這個項目作出貢獻。

克利夫蘭 Metroparks 首席執行官 Brian 表示: 克利夫蘭湖濱自行車道很重要, 將連接公園、碼頭和充滿活力的社區空間, 讓我們的社區更安全、更環保, 並與我們的湖濱更緊密相連。

還有曼德爾基金會, 為社區發展做了貢獻, 這個項目, 基金會捐贈了 500 萬美元外, 曼德爾基金會還向克利夫蘭大都會公園額外撥款 800 萬美元, 用于管理 90 號州際公路以南

的戈登公園 48 英畝的部分, 位于東 72 街和小馬丁·路德·金之間, 這是家族 5 代人的榮耀。

斯蒂芬·H 說: “伊利湖是我們城市和地區不可分割的一部分——從我們的環境健康、經濟活力和文化遺產開始。” 霍夫曼, 杰克·約瑟夫和莫頓·曼德爾基金會主席表示, 我們很高興與 Metroparks 和其他利益相關者合作, 幫助資助這條變革性新小徑的建設, 該小徑將成為巨大投資的催化劑, 以促進我們所有公民的湖邊通道和娛樂, 特別是克利夫蘭市伊利湖邊的社區居民。

北邊緣小徑的估計總成本約為 1200 萬美元, 預計將於 2026 年夏季向公眾開放, 您想瞭解更多信息, 請訪問 [clevelandmetroparks.com](http://clevelandmetroparks.com)。

有關施工更新, 請到 [cuyahogacounty.gov](http://cuyahogacounty.gov) 訪問項目和計劃。





# 杰出科技精英 & 企業家 & 音樂人— 張迎潮博士 張迎潮：一個人的所有激情

“關於服務這個概念,不管是客戶還是社區,它的本質是很相近的。實際上最後就變成你問你自己:你在服務社區或者他人的時候,是不是得到了你想要得到的東西,這個東西就是你內心的一種滿足”  
張迎潮

提起張迎潮很多人馬上會想到的是老潮哥單人樂隊:迎潮一個人彈吉他,吹口琴,打鼓,腳下還要打鏢。他演唱的“月亮代表我的心”,“花房姑娘”等歌曲在當地學校和華人社區里廣為人知。  
很多人也會想到迎潮多年來參與服務社區,還是最先競選公職的華人代表:他先是在新澤西州西溫莎-普蘭斯伯勒學區競選並當選了學區委員,後來又成功競選西溫莎鎮議員。迎潮還是美國華人聯盟 (United Chinese Americans, UCA) 的創始理事,並活躍在地方民主黨委員會的政治事務中。  
2023 年 12 月中科大女生聯盟與旅程

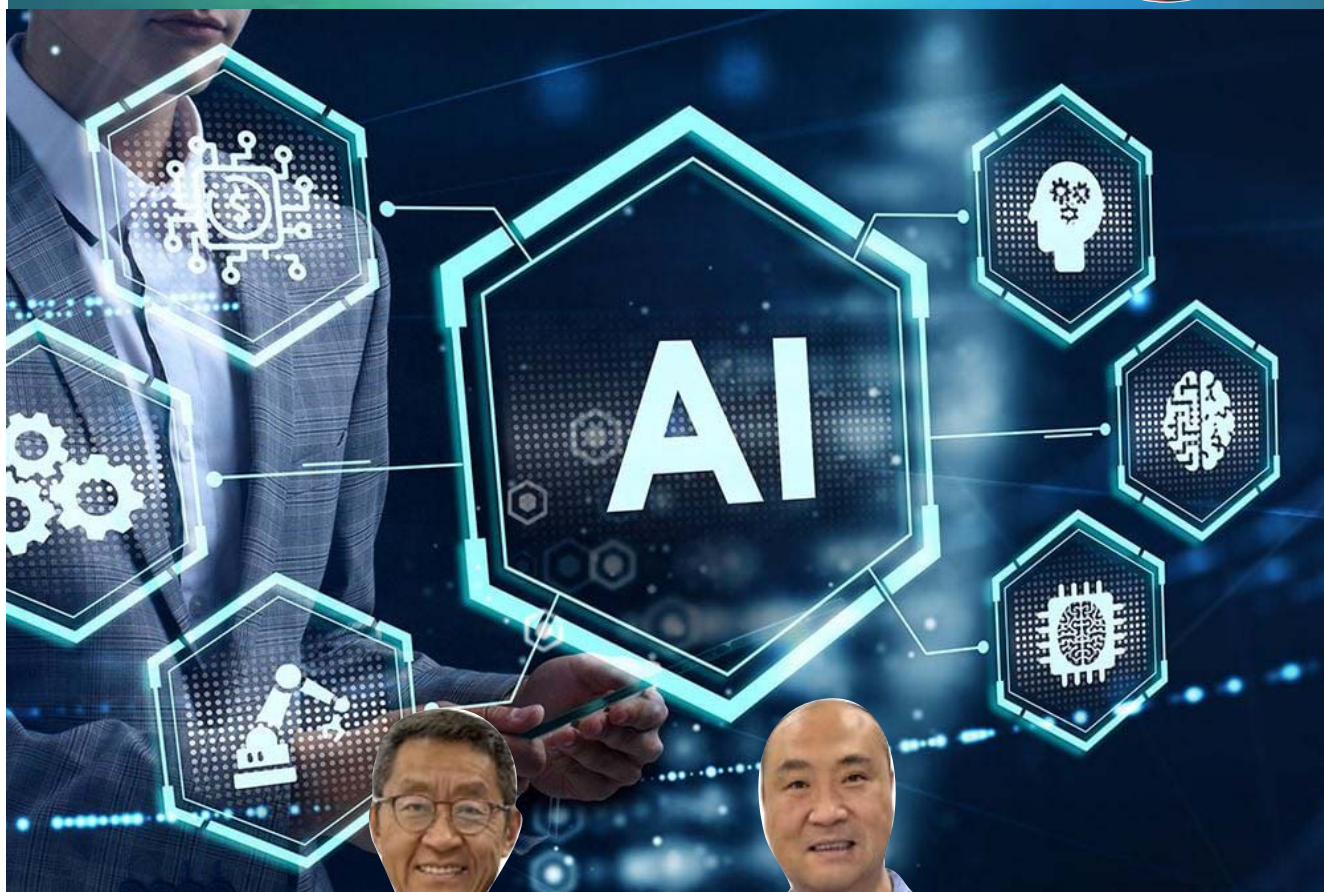
娛樂首次合作,在普林斯頓訪談張迎潮,瞭解迎潮在事業、家庭、社區服務、參政、音樂等全方位的人生經歷。  
杰出科技精英 & 企業家 & 音樂人— 張迎潮博士 (一個人的所有激情)https://youtu.be/c\_m4VAo88qg  
張迎潮上世紀 60 年代出生於東北哈爾濱,從小受母親的影響對音樂美術感興趣,但是沒有機會發展這方面的天賦。  
在上世紀八十年代科學的春天,他以優異的成績考入了中國科學技術大學物理系 (中科大 812 班),志在攀登科學的高峰。  
大學畢業後迎潮被保送到中國科學院物理研究所成為著名低溫物理學家管惟炎先生的研究生。後來因管先生給當時在紐約州立大學石溪分校任教的諾貝爾獎獲得者楊振寧的一封信推薦,迎潮沒有考托福和 GRE 便被石溪分校錄取,於 1989 年初赴美留學。  
在讀研究生和博士後期間,迎潮成績突出,被同行認為是高能物理界的後起之秀。  
上世紀九十年代初冷戰結束,美國大規模消滅高能物理研究經費,迎潮改行做 IT,後來一直在高科技公司工作。  
2019 年迎潮參與創辦 AYR.ai (前 Singularity Systems) 人工智能公司。2023 年 AYR 被評為 30 個發展最快的公司,迎潮自己也獲得了 50 位優秀華人企業家的大獎。迎潮現任 AYR.ai 的首席運營官 (Chief Operating Officer, COO) 和首席財務官 CFO (Chief Financial Officer, CFO), 成為 AI 領域的弄潮兒。  
迎潮還是三個孩子的父親,和大學同學太太舒方攜手共同走過人生 40 年。他們的人生軌迹是新一代美國華人的縮影。(文章來源 中科大女生聯盟)



Dr. YZ Wins 2023 Outstanding 50 Asian American in Business Award!



浦瑛開講



**編者有感:**  
疫情之後,我們每個人的內心都種下不同種子,既有積極向上,堅韌,希望和創新,也有消極的,焦慮、恐懼和失望。種子的成長和結果取決於我們如何對待這些種子。  
積極的心態和努力能夠幫助好的種子成長出果實,而不良的環境可能會助長負面種子的滋生。我們需要精心呵護自己內心的積極種子,每天活在迎接遼闊天際的喜悅中。



## 因為上帝! 夢想走進現實

2023 年 11 月 20 日,好朋友 Jenny 讓我介紹她的來自普林斯頓校園附近開 AI 公司的朋友吳天吳先生一行人認識克利夫蘭黃唯律師,因為吳天吳他們特地到克利夫蘭就是求黃唯來幫助辦理員工的身份,當日與吳先生一起來的一位張迎潮先生是我 2018 年參加 UCA 活動中就認識的音樂人科學家,張先生可以雙手雙腳加上嘴巴,一人一個小樂團,他歌唱表演給人留下很深的印象。  
這次他們到克利夫蘭除了來見黃律師還要見銀行融資者,雖我對 AI 領域很陌生,但我知道科學是一定為人類服務的。那一天,他們辦完事,邀請我一起共享午餐,雖然我們交流才幾個小時,他們給我留下了極其深刻印象:除了張迎潮畢業於中科大,其他 3 位都是來自北大的畢業生,中年人有實踐經驗,聰明智慧;其中一位還是著名的從事天使基金的金融獵頭,他們每一個人事業分工明確,與眾不同,非常專業。  
8 月 3 日,在普林斯頓校園附近的辦公大樓,是 Jenny 在 7 月花了整整一周親自指揮裝修一新的公司,吳天吳,張迎潮, Jenny, 他們一起接受了我的採訪。這里我首先和大家一起分享吳天吳先生口中說的 AI 的進程:  
過去十年,人工智能作為這個時代最具變革性的技術力量已得到越來越多的關注。數據驅動的深度學習已成為這一波人工智能技術大爆炸的主流。從 2016 年 AlphaGo 和 AlphaZero 在圍棋領域戰勝人類,AlphaFold2 高精度預測蛋白質 3 維結構,到 2017 年的 Apollo 自動駕駛平台,再到現在我們正在經歷的以 ChatGPT 為代表的大模型技術的亮眼表現,人工智能正在以令人瞠目結舌的速度向前發展。大模型技術未來的發展方向是什麼?軟件工業的從業人員未來的出路在哪裡?一句概括性的解釋:從應用到落實,他們已經是同行 AI 的領軍人物,吳天吳先生創辦的開了 5 年 Singularity System Inc. 公司的產品,已經在美國排名第三,同時他在 2022 年榮獲 HES SUPER SUMMIT, HOTTEST. OF THE HOT VENDORS,目前他們剛剛拿到重要政



吳天吳心靈的聲音:“我赤身出于母胎,也必赤身歸回;賞賜的是耶和華,收取的也是耶和華。耶和華的名是應當稱頌的。”  
吳天吳先生榮獲的專利與創新:在機器和網絡應用程序領域擁有 4 項已獲批的專利,另外還有 3 項專利正在申請中。他在自然語言處理和光學字符識別方面的研究與創新,進一步推動了這些領域的發展。同時他還是一位在智能文檔處理領域中卓越的領導者,他的貢獻不僅限於技術的開發和創新,更體現在他對人工智能技術普及的推動上。通過 AYR,吳天吳先生致力於讓更多的人能夠輕鬆地使用和受益於人工智能技術,他的工作無疑為行業樹立了新的標杆。  
吳天吳先生還告訴我,他所有的成就都是上帝指引的,就像是冥冥之中安排好一切。當年吳天吳工作才二年,他就自己要開 IT 公司,上帝沒有讓他的夢想變成現實,如果當年他去開 IT 公司,也許早就被時代淘汰……  
吳天吳先生還是 AYR(https://AYR.ai) 創始人兼首席技術官,他是 Singularity AI 平台的架構師。吳天吳在 Lehigh University 拿到博士學位,在該領域擁有超過 20 年的經驗。在創立 AYR 之前,他在 ask.com 開發了基於直接問答的搜索引擎系統,並為 WorkFusion 創建了機器學習平台。  
目前吳天吳先生帶領 AYR 高效優異團隊贏得了具有里程碑意義的人工智能合同(即美國國務院,紐約梅隆銀行),同時擊敗了谷歌、AWS 和微軟等巨頭競爭對手。AYR 被《全球商業領袖》雜誌評為 2023 年增長最快的 30 家公司之一。  
吳天吳這位智能文檔處理的開拓者,為生成式 AI 對軟件及相關產業發展的影響做出了貢獻,他在 2023 年留下華彩終章。他成功的背後就是真誠,是心靈深處那份純淨的情感,它不求回報,卻能打動人心。他的語言就是:上帝一直幫助支持他,正是這種真摯的信念,讓他在困境中依然保持着堅定與希望,而生活中的磨難是上帝給他的考驗。  
尤其在他最艱難的創業中,上帝的真實有愛與眷顧讓他懂得,真誠與不放棄是通向內心平靜的鑰匙。無論未來如何,他都會帶著這份信仰,走向更加光明的明天。



**THE 78TH ANNUAL ONE WORLD DAY**  
AUGUST 25TH 2024  
11 AM TO 6 PM  
CLEVELAND CULTURAL GARDENS

- Parade of Flags
- Naturalization Ceremony
- Cultural Performances
- Family Activities
- Free Transportation presented by Cleveland Clinic Cancer Institute
- Authentic Ethnic Food
- Beer Gardens
- Passport to Peace
- Children's Village Presented by the Cleveland Cavaliers

Free Parking at VA & Cleveland Metroparks

Peace Through Mutual Understanding

#OWD2024CLE ClevelandOneWorldDay.org

KeyBank, Ohio Arts, Alex Machaskee, CAVS, Cleveland Clinic Cancer Institute, Northeast Ohio Regional Sewer District

Media Sponsors: 19 News - C.A.M.E.O. - ClevelandPeople.Com - Cleveland Photographic Society - Cleveland TV20 - Erie Chinese Journal - Fox 8 Cleveland - FreshWater Cleveland - India International News - iStream Public Media - Frangos Group - OCA AsiaTown Voice - Profile News - WCSB 88.3FM - WNYC TV3

**ASIAN LANTERN FESTIVAL**  
CLEVELAND METROPARKS ZOO  
Presented by meijer

70 Large-scale lantern displays

Live performances

Authentic cuisine

Tickets on sale now • FutureForWildlife.org/lanterns

**FAR EAST MEMORIAL GARDEN**  
**遠東紀念公園**

Far East Memorial Garden, with good Feng-Shui, nestles gracefully within the serene sanctuary of Crown Hill Cemetery in Ohio. Perfect choice for a serene final resting place with a Chinese-style gateway. 俄亥俄州遠東紀念公園將中國文化與大自然巧妙融合。該墓園風水極佳，配有華麗的中式門樓，提供一個寧靜的終極安息之地。佔地面積大，交通便利，歡迎有需要的華人家庭垂詢。

**Our Vision 我們的宗旨** 以風水寶地優美的墓地環境和愛心的服務解決華人家庭失去親人後的後顧憂

**Tailor-Made Solutions 滿足您** 的各項要求並提供棺木，碑石選擇

**Years Of Experience 有成熟體系** 的皇冠山公墓會提供全套殯儀館下葬服務

Opening Hours: Mon - Sat 09:00 - 18:00  
Phone: 330-819-0277  
Web: www.fareastmemorial.com  
Address: 8592 Darrow Rd, Twinsburg, OH 44087

Email: ling@dihusa.com  
216-632-2322 Chunni / 春妮  
Fareastmemorialgarden@gmail.com

失去  
**OHIO MEDICAID**  
而需要**健保計劃**

您與家人或許能符合資格在HealthCare.gov找到低價、優質的健保計劃。基於新的法例，每5位客戶就有4位能藉助財務補助，找到每月\$10或更低收費的健保計劃。今天就投保，以便於下個月一日起獲得承保。

HealthCare.gov

**1-800-318-2596**

由美國衛生及公眾服務部資助

# 走進杭州感受城鄉巨變 | 2024 海外華文媒體杭州行採訪報道綜合

報道四

世界文化導演艾文 2024-06-22 浙江



(接上期)黃公望村圍繞公望文化品牌,兼顧生態保護和村莊發展,打造人本化、生態化、數字化的樂居型未來鄉村。通過“一心、三線、多點”的結構佈局,重點打造黃公望·綜合服務中心,建設白鶴街·廟山茶徑遊園、廟山塢·國際藝術街區、公望路·饗食游宴街區等三條特色線路,串聯春江畔·印象公望門戶、公望里·鄉村文化市集等九大場景。形成公望文化、文旅、文創特色品牌引領,集富春山居度假村、奧萊商園、高爾夫球場、康養基地等於一體的未來鄉村示範、數字賦能鄉村振興、現代版富春山居美麗鄉村樣板地。



東梓關村位於富陽西部,村莊沿富春江岸呈帶狀分布,北臨富春江,南依小山村,水陸交通十分便捷。榮獲過浙江省歷史文化(傳統)村落保護利用示範村、浙江省衛生村、浙江省美麗鄉村精品村、浙江省3A級景區村莊、列入中國傳統村落名錄等榮譽,山川綺麗,物阜民豐,人杰地靈。



東梓關村以打造“富春江畔第一村”為目標,打響“藝術設計、關隘文化、中醫康養”特色品牌,按照“1+4+N”數智藍圖開展未來鄉村建設,即構建一個綜合駕駛艙,繪製數智公共安全、數智公共管理、數智旅遊服務、數智康養服務四張圖,提供“N”項服務,打造彰顯江南韻味、引領生活體驗、呈現數字元素的未來鄉村新地。

新登鎮潘堰村,位於富陽區西部、新登鎮西北部,地處新登鎮“一城山水秀,十里花果香”精品線路的中心地段,村落空間佈局合理、基礎設施完善,人文底蘊深厚。



目前,富陽區共有4個村列入浙江省未來鄉村創建試點村。下一步,富陽將在共同富裕大場景下進一步深化“千萬工程”,統籌謀劃美麗鄉村、數字鄉村、共富鄉村、未來鄉村,打造一批數字引領體驗、呈現未來元素、彰顯江南韻味的未來鄉村富陽案例。



## 採訪第十站:

### 《文化鑄魂,賦予龍門古鎮美麗人文新魅力》

杭州龍門古鎮,離杭州市中心38公里,地處秀麗的富春江南岸,環境優美,交通区位优势明顯。龍門古鎮為三國東吳大帝孫權故里,歷史悠久,文化積澱深厚,留存著濃鬱的宗族氛圍和獨特的民俗風情,至今完好地保存著宏大的明清古建築群,為國內所罕見。

古鎮的古建築種類包括祠堂、廳堂、民宅、古塔、石橋、牌樓等。龍門古鎮景區面積2平方公里,鎮上有7000多人,其中90%以上的居民姓孫,為孫權後裔的最大聚居地,如此聚集的家



族是極為罕見的。

古鎮北依剡溪,龍門溪與剡溪呈丁字相交穿越古鎮,周圍峰巒四起,圍出一帶綠野田園。這裡各處精美的民居、廳堂、古塔、古橋、牌坊、寺廟等具有較高的價值。古鎮民風淳樸,風俗獨特,是體現中國傳統宗族傳承體系的典型山水田園古



鎮。為國家4A級旅遊景區,也是杭州地區,唯一一個“中國歷史文化名鎮”,浙江省文物保護單位和浙江省第五批歷史文化(傳統)村落保護利用重點村。



杭州龍門古鎮,隨著美麗城鎮創建工作的推進,現以景村鏈動,突破傳統發展模式,形成核心景區+特色集羣的文旅新格局;以區域聯動發揮龍門中心帶動作用,促進大龍門鄉鎮抱團發展,聯合打造大龍門區域文旅聯合體,整體構建一個景村共建的文旅型美麗城鎮。

杭州龍門古鎮,針對豐富旅遊產品種類及資源對接市場方式,以開展品牌節慶活動帶動旅遊發展,持續擴大龍門在對外影響力和社會關注度。



先後組織策劃“喜迎二十大共富向未來—誰不說咱家鄉好”全媒體行動,向外推介龍門特色文旅產品;組織開展“月色荷塘聽天籟”音樂會、“禮遇龍門宋滋味”宋韻集市、“粉黛棧運入畫境”打卡點、“趣樂打卡游古鎮”景區打造、“醉美山鄉趣騎行”騎游活動等載體,不斷提高龍門品牌在海內外網絡及新媒體的關注度。



龍門鎮在持續推進全域旅遊項目落地和功能性設施配套。繼續加大項目招引力度,充分利用

龍門景觀視廊、山體植被、農田水系、濱水景觀等良好的自然空間格局和山水資源,佈局新項目打造新景點,多舉措推動該鎮人民共同富裕。

## 採訪第十一站: 《採訪德壽宮遺址博物館》



德壽宮,位於杭州市上城區境內,原為南宋宰相秦檜的舊邸。德壽宮不僅是南宋時期重要的政治中心,也是一座頂級的皇家園林。

鼎盛時期的德壽宮劃分為四大區域,佈置了四季景觀,它擁有建築270余間,佔地面積不小於11萬平方米。在南宋晚期逐漸衰落,遺址掩埋在2.5米至4米深的地下。南宋德壽宮遺址博物館是一座依託德壽宮遺址,以保護、研究、收藏和展示遺址本體及出土文物為主,同時展示南宋歷史文化和文物遺產的遺址專題博物館。



近前南宋德壽宮遺址博物館的落成開放,將日新月異的杭州古城歷史地位最高的時代又拉近至人們視野。

杭州專家曾指出,德壽宮最大的價值在於讓文化品牌實物化,這裡原本就是宋代最繁華的地段,只是在沒有德壽宮之前,我們無法準確向遊客傳遞宋韻文化這種概念化的東西,而德壽宮的建成,一下子讓這裡成了宋韻的精神地標。



受到德壽宮的輻射效應,宋韻與國潮最先發生了化學反應。咖啡店、茶藝店、國潮文創店逐漸取代了千篇一律的小吃店。像胡慶余堂、方回春堂這樣的老字號,也跟著推出了一系列宋韻IP產品和非遗研學的項目,具體消費領域來看,旅遊快消品的消費在下降,與之相反的是輕餐飲消費的大幅提陞,以前是到此一游,但現在遊客們普遍開始享受慢節奏的生活,追求隱逸雅致的生活美學。從消費領域來看這是宋韻帶來的文旅觀念上的改變,抓住了國潮崛起的時尚東風。



在這一個留存著800年文化積澱的空間里,去探討和深度打造文化空間多樣性,需要更好的創意策劃。



杭州市上城區已提出要打造一個宋韻核心圈,即以吳山—清河坊為代表的文博資源集聚區為主要展示區域,可以讓千年宋韻更好地流動起來、傳承發展下去。

去年3月發佈的《杭州市人民政府關於加快促進旅遊業高質量發展的實施意見》中提出,要全面提陞文旅融合發展層次。提陞“遺產城

市”綜合吸引力,實施宋韻文化傳世工程。上城正牽頭打造一個全新的城市文創品牌——“宋韻今輝”,以供給優質文化產品為目標,整合包括德壽宮在內的文化IP和企業品牌,落地“宋韻今輝”文創體系展示中心,提振文化新消費,打造一個浙江省代表性文創品牌。在全球化時代,把世界城市連在一起的,是貿易、商業和金融,但只有文化,才能使各個城市出彩,充滿吸引力。



有專家指出,德壽宮打造出彩,對杭州來說,是為“中國式現代化城市範例”打出了一張特色文化品牌,確實很有思想深度。



如今的杭州已遠遠超出了歷史上的規模,先是向西擴展,把西湖納入城中,又把錢塘江納入城市核心,自山間遷至湖濱,再從江岸望向大海,伴著濤聲的旋律,人間天堂,美麗杭州,在城鄉巨變風光秀美中,正揚起風帆,邁向世界。



## 尾聲:

2024年海外華文媒體杭州行採訪活動持續三天,是一項旨在促進海外華文媒體與杭州之間深入交流與合作的重要活動。期間,海外華文媒體代表深入瞭解杭州歷史文化、經濟發展、科技創新等方面的成果,實地參觀考察杭州的重要鄉村景點和知名企業後,為杭州城鄉驚人的變化而由衷敬佩。



作為中國東部的一顆璀璨明珠,杭州擁有悠久的歷史文化、美麗的自然風光以及先進的現代科技;杭州是一個歷史悠久的城市,同時也是一個充滿活力和創新的城市。

杭州政府大力推進農村基礎設施建設,提高農村生產生活條件;同時,鼓勵城市人才向農村轉移,推動農村經濟發展和產業換代升級。

這次採訪活動讓我們深入瞭解了杭州歷史文化底蘊和鄉村巨變,感受到了杭州作為是國家歷史文化名城魅力。近年來,杭州在科技創新、數字經濟、對外貿易等方面取得了顯著成效。本次採訪活動也讓海外華文媒體記者向十多個國家所在地發佈了關於杭州發展新趨勢、新機遇的最新報道。

杭州承載著中華文明的滄桑歲月,也承載著海外華人對故土的思念與執著。

在未來的日子裡,這次來杭的各國華文媒體人會更加關注杭州,為杭州發展貢獻自己的力量。

《美國伊利華報》中國首席記者艾文(王仁忠),現為世界文化導演,《世界與中國雜誌》《紐約商務雜誌》副總編輯。

本文將同步發表於美國伊利華報華文專欄目專?版,同時感謝本報社長瑛瑛對2024海外華文媒體杭州行採訪活動的鼎力支持。



海老 KK 2024年七月29日 - 八月11日詩作



《七言.王君》

王君不惜烈日炎，為我座駕改鍵鈴。  
叡智伎巧偏忠勤，克堪劬精求豐嚴。  
世上本無疑難事，腦中卻有萬能潛。  
事成更覺心頭爽，冰鎮白水分外甜。  
注：  
鍵鈴~鎖。

2024年7月29日于維羅納自寓

《釵頭鳳.左毒》

驟雨稠，花亂落，俄頃初覺秋涼意。  
大暑盡，秋來時，地球變熱，都是扯皮。  
嗤、嗤、嗤！  
寰宇寬，地球微，唯人自視軒昂氣。  
殊不知，狗臭屁。  
尚左騙子，亂性妖姬。  
衰、衰、衰！

2024年7月30日于維羅納自寓



《七言.夏蟲》

美國豬黨推舉一個以“小三”上位,推行LGBT+Q 和縱容犯罪的“零元購”的總統候選人~ 蝮螞拉。將把美國引向何處?

十年隱地蛻成蟬，一朝出土鳴聲展。  
抱樹吸吮精華液，夏蟲何必言冬寒？

2024年7月31日于維羅納自寓

《浪淘沙.勾惹鄉愁》

風起蟬聲惆，略感傷秋。  
平遠雲樹掩城陬。夕照鱗波金一片，染了浮鷗。  
西去不盡舟，勾惹鄉愁。  
鄉愁未了又思愁。

倘得與爾再相遇，村酒燕醞。

2024年8月1日于維羅納阿拉根尼河畔

《水調歌頭.人生幾許》

人生有幾許，半多竟坎坷。  
有誰為我潛磋，我自去消磨。  
相招江中飛鷗，與我伴為吟盟，翔飛繞詩舸。  
凝賞山山水水，心潮起瀾波。

百年事，皆天予，人奈何？  
人故分分合合，悲喜只一蹉。  
合則一醉顏酡，分也共仰雲月，光陰去如梭。  
孤愁莫倚欄，倚欄愁也呵！

2024年8月2日于維羅納阿拉根尼河畔



《五言.重逢》

離開匹茲堡十年之老友來訪,所謂:“有朋自遠方來 不亦樂乎”也哉!

情專謂為忠，色雅黃白蔥。  
萬里探老友，耄耋一鄉翁。  
睽違十年久，相逢頃刻融。  
話語難盡述，都在杯酒中。  
注：  
忠~老友名諱中一字。  
色雅黃白蔥~藏老友夫人名諱。

2024年8月3日于維羅納老四川飯館



《烏夜啼.秋意》

晝炎夜涼醉消，悵寂寥。  
沁潤秋意，林葉漸枯焦。

避不了，黃鷄唱，人漸老。  
誰道流水尚西人再少？  
注：

黃鷄及末句~蘇東坡《浣溪沙》有句:“誰道人生無再少?門前流水尚能西!休將白髮唱黃鷄!”(蘇東坡也終老矣)。

2024年8月4日于匹茲堡雪爾鎮女兒家

《七言.秋意》

初覺秋意夜寂然，水映無月星滿川。  
莫道孤影悵凄恨，一樣高天付毫箋。

2024年8月5日于維羅納阿拉根尼河畔

《五言.雷雨》

萬里晴空突烏雲密布,雷聲滾滾,驟雨狂風,見花墮葉落!明日“立秋”節氣,此迎秋也!天道有序,豈任指什麼“氣候變化”說?

烏雲佈天外,滾滾雷聲來。  
風起花葉落,雨驟天池開。  
夏雨迎秋立,秋立送夏哀。  
四時自有序,莫故另量猜。

2024年8月6日于匹茲堡雪爾鎮女兒家

立秋兩首  
《五言.生日》

今日“立秋”為公曆生日,後日七夕為農曆生日…。

時光催人老,今日又立秋。  
微涼克炎伏,驟雨漲西流。  
鄉遠思歸雁,力衰怯飛虬。  
鵲橋渡已近,河漢望牽牛。



《五言.鏡中》

萬物皆身外,水月在鏡中。  
不如滿鬢白,日日迎秋風。

2024年8月7日于匹茲堡雪爾鎮女兒家



《蝶戀花.秋思》

唧唧蟲聲聲不已,只一蟲聲,就知傷秋抵。  
初月當庭雲如彌,涼光直照軒窗里。

夜深漸覺冷露起,單衣薄濫,一碗熱禾醅。  
書篇親札詞麗綺,付與西流隨波去。  
注：  
禾醅~米粥。

2024年8月8日于維羅納自寓

《鵲橋仙.月照青嶂》

月照青嶂,蘆蕩鷗藏,細察烏鵲天上。  
不見只翅負織娘,卻只有,層巒雲鄉。

一杯迷茫,伊人形狀,引喉三嘆一唱。  
何來金風玉露,卻只有,銀漢駭浪。

2024年8月9日于維羅納自寓



《七言.七夕》

七夕誕乳八旬蒼,一生被人喚牛郎。  
卻學眉州蘇學士,從不以此做文章。  
注：  
誕乳~出生。

2024年8月10日于維羅納自寓

《念奴嬌.何處》

去日者少,算百年命長,又能何處?  
八旬虛度乏可陳,何況七觀頑腐。  
阿江埠頭,曉岸樹下,藍凳閑數楫櫓。  
名利勘誤,只賺得個辛苦。

也曾誤卷塵俗,驚遠才疏,顛簸人生路。  
窮暮幸亦然恍悟,採菊東籬山浦。  
讀書是歡,臨筆是樂,再弄點藝圃。  
倘欲小醉,捨邊即是酒醕。

2024年8月11日于維羅納阿拉根尼河畔



匹茲堡華人老朽  
海老 KK

# Governor DeWine Celebrates Grand Opening of New School-Based Health Center at Springfield High School

*The Health Center at Springfield High will enhance student well-being and mental health, promote a healthy learning environment, and ensure students and their families thrive*



**Springfield Ribbon Cutting**  
Governor Mike DeWine and other Springfield community leaders cut the ribbon to officially open the new Health Center at Springfield High

(SPRINGFIELD, Ohio)—Ohio Governor Mike DeWine and Ohio Department of Mental Health and Addiction Services (OhioMHAS) Director LeeAnne Cornyn today took part in a ribbon-cutting ceremony to celebrate the grand opening of a comprehensive school-based health center on the campus of Springfield High School.

The Health Center at Springfield High, which opens just in time for the start of the 2024-2025 school year, will provide a range of services – including both primary care and mental health services – to support the needs of all 7,700 students in the Springfield City School District, as well as their parents and other members of the Springfield community.

“School-based health clinics have been

proven to positively impact not only students’ health, but also their academic performance,” said Governor DeWine, who, in his most recent State of the State address, urged school districts across the state to add more school-based health clinics in their communities. “The new Health Center at Springfield High will help ensure students are physically, mentally, and emotionally at their best so they can thrive in the classroom and reach their full potential.”

**MEDIA: B-roll and Governor Interview Soundbites**  
**Springfield HS Remarks**

Governor DeWine addresses the audience in attendance for Monday’s ribbon-cutting ceremony at Springfield High School

Springfield City School District was awarded \$1 million in capital funding from OhioMHAS to help complete the project – which included transforming several former classrooms into clinic space.

“Under Governor DeWine’s leadership, Ohio has made tremendous strides toward giving young people greater access to the services and supports they need to live well,” said OhioMHAS Director LeeAnne Cornyn. “Students won’t have to take off school to see the doctor, and parents won’t have to miss work. Removing these barriers can lead to increased utilization of services and, ultimately, greater wellness and student success. We’re proud to have contributed to this project and look forward to seeing positive results for years to come.”

The Health Center will be operated by Rocking Horse Community Health Center – an established and trusted health care provider with 25 years of service in Clark County.

The \$3 million, 5,000-square-foot facility features four exam rooms to provide primary care, vaccinations, health screenings, as well as three additional rooms for individual and group mental health counseling. There are also plans to add vision and dental services in the future.

Each student in the district’s 17 buildings – from preschool through grade 12 – will have access to the clinic with parental consent. Students will be able to schedule appointments with health care professionals or walk-in if they are feeling unwell.

“We are incredibly grateful to Governor DeWine and the Ohio Department of Mental Health and Addiction Services for supporting this exciting initiative that gives our students and residents of the Springfield City School District additional access to health care,” added Springfield City School District Superintendent Dr. Bob Hill. “Students can go to the Health Center to get treated for primary care and behavioral health services and get back to class quickly. They won’t miss out on important instruction.”

In addition to students, the Health Center will also serve parents, school employees, and all

community members across Springfield.

As a Federally Qualified Health Center, the new facility will accept all patients, regardless of their ability to pay. Any patient who needs services that are not offered at the Health Center will be referred to outside agencies that can appropriately serve their needs.

In addition to OhioMHAS and Rocking Horse, the school district also worked on the project alongside several other supporting partners including the Community Health Foundation; the Mental Health Recovery Board of Clark, Greene, and Madison Counties; the City of Springfield; the Springfield Foundation; Health Resources and Services Administration; the Crabill Family Foundation; the Wilson Sheehan Foundation; Greg and Alicia Hupp; John Legend; IH Credit Union; Huntington Bank; and Park National Bank.

“This Health Center is what happens when an entire community comes together in support of a common goal,” said Governor DeWine. “This center will support all of Springfield and is a win for families who don’t have health insurance or a primary care physician. No one will be turned away from receiving help when they need it.”

Read More & FAQs: The Health Center at Springfield High  
Springfield Group Photo

The audience for Monday’s ribbon-cutting ceremony joins Governor DeWine and other project leaders for a group photo



## 有求必應 有應必靈

仙家查事 / 看事 / 佔看婚姻 / 看財運 / 看事業 / 看學業 / 小孩驚嚇 / 擇吉日 / 起名 / 換名 / 補財庫 / 起財轉運 / 破關消災 / 破小人 / 超度 / 開光 / 立堂口 / 立保家仙  
各種疑難雜症 / 還陰債等等. 結天下有緣人  
有需要的請聯繫: 380-867-3907 米亞

## 伊利華報惠登廣告

熱線電話: 216-324-2959

## 給母親找位保姆

本人因為工作原因所以可能顧及不了家庭現母親和堂弟和我居住一起,平常跟堂弟工作較繁忙,願請位保姆阿姨來照顧母親。\$1200/一周  
每周上五天,身體健康,不限年齡  
68 E Weisheimer Rd, Columbus, OH 43214  
電話: 2162704170

## \* 聘請房屋管家 \*

我們正在尋找一位專業的房屋管家,負責房屋的日常維護,並協助統籌商務宴請和社交活動。

**要求**  
\* 長期居住俄亥俄 \* 女士優先  
\* 具有較強的責任心 \* 形象氣質佳,有親和力 \* 行為舉止大方有素養  
**薪資待遇:** \$5000/月,後續還會做出調整  
**有意者請聯繫:** 614 362 3675  
**工作地點:** Columbus, OH 43206 附近

**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



## 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



# 褪黑素不是安眠藥,如何正確使用它?(上)



專家強烈建議在服用褪黑素之前諮詢自己的醫生或睡眠專家,部分原因是這種補充劑不能解決很多可能影響睡眠的潛在健康問題。焦慮和其他許多可能變得非常嚴重的疾病都會導致失眠,包括睡眠呼吸中止症、不寧腿綜合徵或抑鬱症等情緒障礙,而這些問題可能都需要就醫。

然而,褪黑素價格相對便宜,在美國的地方藥店也很容易買到(在有些國家通常需要處方),很多人都能出門自行購買。那麼,服用褪黑素的最佳方法是什麼?以下是專家們的看法。

## 褪黑素是如何起作用呢?

白天,人腦中豌豆大小的松果體處於不活躍狀態。在自然睡眠時間的前幾個小時,天色開始變黑,進入視網膜的光線逐漸減弱,松果體就會開始分泌大量褪黑素。

因為在夜間出現,褪黑素有時被稱為‘黑暗激素’或‘吸血鬼激素’,加州大學伯克利分校的神經科學兼心理學教授馬修·沃克表示,

他是《我們為何要睡覺》一書的作者。隨著褪黑素水平的上升,應激激素皮質醇的水平會下降。呼吸放緩。很快,我們的眼皮開始打架。

與其說是熄燈按鈕,不如說褪黑素更像一個燈光調暗器,關閉了白天功能,打開了夜間功能。因此,服用褪黑素補劑就像是吸收了一點夕陽,幫助你的身體感覺到夜晚。它並不會讓你入睡,而是會告訴身體該睡覺了。

“這個過程可能需要幾個小時,”賓夕法尼亞大學佩雷爾曼醫學院的睡眠醫學博士兼醫學副教授艾琳·M·羅森表示,“而這在我看來就是公眾對於褪黑素使用方式的誤解所在。”

褪黑素可能會讓人在服用後感到一點睏倦,但它更大的影響在於調節入睡到醒來的整個周期時間,並幫助設定生物鐘,這種大約24小時的體內計時器會告訴身體現在是一天中的什麼時間,並與外部世界同步。

“它對我們睡眠的影響取決於你的服用時間,”同時還是美國睡眠醫學學會發言人的馬丁說。“如果你在中午吃安眠藥,你就會感到睏倦。如果你在中午吃褪黑素,就不會有這種效果。”

安必恩或苯那君等催眠藥物通常會立刻引發睡意,這些藥物的鎮靜效果“遠超過褪黑素”,加州大學洛杉磯分校神經學教授兼睡眠障礙中心主任阿隆·Y·阿維丹博士表示。

## 褪黑素的效果如何?

在2013年發表在PLOS ONE上的一項分析綜合了19項研究的結果,這些研究共有1683名受試男性和女性,服用褪黑素補充劑的人入睡速度加快了7分鐘,整體睡眠時間增加了8分鐘。這聽起來可能不多,但個體差異很大,研究人員發現褪黑素還改善了整體睡眠質量,包括人們醒來時是否感覺神清氣爽。

## 但不能保證褪黑素對你有效。

西北大學費恩伯格醫學院研究睡眠醫學的神經學助理教授薩拉·阿博特說,她從患者那里聽到的最常見的抱怨是“我嘗試了褪黑素,但沒有用”。第二天早上,許多人還感到難受或昏昏沉沉。

馬丁說,在許多研究中,褪黑素的效果並不比安慰劑好,但他還說,“不過,我經常會提醒別人,安慰劑對失眠症的效果很好。”

未完待續

# 別再恐怖下場：不只傷眼睛！醫揭

現代人幾乎手機不離身,有些人甚至會在沙發或床上仰躺滑手機,小心此舉有一定程度的風險。

對此,日本JCHO大坂病院耳鼻喉科部長前田陽平就指出,躺著使用手機,若在過程中不小心手滑,就有可能直接砸到臉部,恐導致鼻子變形,需要進行鼻部手術,不可不慎。

根據日媒報道,前田陽平近來在個人twitter上提到,過去曾收治因手機撞擊而面部受傷的病人,也在醫學學會上,聽到不少醫生討論過類似情形,所以特別呼籲大眾在使用手機時要留意姿勢,別輕忽手機撞擊力道,恐導致鼻子變形,需進行鼻部手術,而這類面部變形手術可能非常困難。

該則發文在社交媒體上掀起熱烈討論,短短8天瀏覽次數就達到280萬次,前田陽平

表示,他收到許多網友的經歷分享,其中包括牙齒折斷、視網膜剝離等情況,可見其嚴重性不容小覷。這也讓他不禁感到,此種程度儼然已升級成爲“智慧型手機創傷”的新領域。

根據《今健康》報道,北市聯醫仁愛院區眼科醫師曾柏宸說明,躺著滑手機若砸到眼睛,輕則可能眼部瘀青、眼壓升高;嚴重的話,可能虹膜出血遮蔽視力,鈍傷可能引發青光眼,並增加白內障提早形成,甚至是失明的風險。他提到,眼睛受傷當下,可先冰敷消炎,不建議多做其它處置,儘早檢查爲佳;接下來半年內應注意眼部狀況,若有異常應儘快就醫。



# 常被視爲蔬菜，CDC說它是最健康的水果

美聯邦疾病控制與預防中心(CDC)根據水果、蔬菜中的維生素和礦物質含量進行營養密度評分,結果顯示,最健康的水果是番茄(西紅柿);是的,從植物學角度,番茄屬於水果。在CDC的評分表上,番茄得分爲20分,僅次於胡蘿蔔,高於檸檬。

營養師柏格(Sheri Berger)表示,疾病預防控制中心的活力果蔬(powerhouse fruit and vegetable, PFV)分類是基於每份果蔬100卡路里熱量中17種合格營養素的含量。她說,由於蔬菜的熱量比水果低,攝取量需要比水果多很多才能得到100卡路里熱量,也因此能攝入更多的營養素,這也使得蔬菜在PFV評分中脫穎而出。

柏格解釋說,番茄是一種低熱量水果,營養成分與蔬菜相似。根據美國農業部的營養數據庫,一顆60克重的李子番茄只有12卡路里的不到3克的碳水化



說,番茄還含有豐富的維生素A和C,能消除體內的炎症。她說,維生素C對血管、肌肉和部分骨骼的形成也很重要,而維生素A則是眼睛健康和生長髮育所必需。

柏格指出,要想吃到最美味的番茄,最好購買當地種植的,並放置廚房檯面上即可。她說,當地種植的番茄是自然成熟,不會使用乙烯氣體來人工催熟。

此外,營養健康中心The Vitality Dietitians營養師英格蘭姆(Kate Ingram)提醒,要選擇完全成熟的番茄,因爲茄紅素的含量會隨著番茄的成熟而增加。她說,經烹煮的番茄也能提高茄紅素的含量,因此可考慮在燉菜等烹飪菜餚中加入番茄,或自製番茄醬。

英格蘭姆還建議,將番茄與橄欖油等健康油脂搭配食用,可促進茄紅素的吸收。

奧蘭多健康中心(Orlando Health)營養師莉姆(Sara Riehm)

# 整天焦慮的人更易生病!別讓焦慮拖垮了你的健康

焦慮,是壓力或恐懼的正常反應,通常是短暫的。而長期慢性的焦慮卻會對身體帶來影響,甚至增加疾病風險。最近一項研究發現,整天焦慮的人,比別人更易生病,特別是會增加老年痴癡的風險。

## 一、整天焦慮的人,老年痴癡風險增加

2024年7月,《美國老年醫學雜誌》上發表的一項研究顯示,焦慮會增加患痴癡症的風險。患有慢性焦慮、新發焦慮的參與者,與患痴癡症的風險高2.8倍和3.2倍相關。對於小於70歲的人,這一風險更高,慢性焦慮、新發焦慮與痴癡風險升高4.6倍和7.2倍有關。此外,控制焦慮可能有助於降低患痴癡症的風險。

研究共納入了2000余名參與者,他們年齡在55-85歲之間。在開始時(第1次)和第一次隨訪(第2次)時測量焦慮,第1次和第2次之間間隔5年。

慢性焦慮:第1次、第2次都存在焦慮  
解決焦慮:僅在第1次測試時存在焦慮  
新發焦慮:只在測試第2次時存在焦慮

## 二、別讓焦慮拖垮了你的健康!

不僅僅是增加痴癡風險,焦慮在悄悄消耗你的身體:

### 1、長期失眠、睡不好。

不少人失眠、睡不好,是精神壓力造成的。睡前如果總是焦慮很多事情,思慮停不下來,很容易睡不着。

### 2、心血管病風險增加。

2022年《情感障礙雜誌》刊發的一項我國近50萬無心血管病的居民,發現焦慮明顯增加心血管事件風險。持續焦慮,使心血管病、缺血性心臟病發生風險分別增加12%和21%。

### 3、腸胃不適風險增加。

南方醫科大學南方醫院心理科主任醫師洪軍2019年在健康時報刊文指出,腸被稱爲

“第二大腦”,人情緒不好的時候,腸道有時也會鬧情緒。許多人遇到緊急的事情,或一焦慮就會腹痛難忍,這種腸道的激惹可以發展爲“腸易激綜合徵”,它是一種慢性腸功能的混亂,可以說是腸道的“抑鬱”。

## 4、面部皮膚狀態變差。

河南中醫藥大學第一附屬醫院臨床心理科主治醫師王景輝2015年在健康時報刊文談到,如果人們長時期的焦慮、緊張,還可導致額部、眼角等部位皺紋增加。像經常緊鎖雙眉的人,兩眉之間會長出自上而下的皺褶;憂慮、急躁、暴怒等情緒,還可使面部色素沉着,加重痤瘡。

## 5、加速癌症發展進程。

2023年《臨床研究雜誌》發表的一項研究揭示了焦慮情緒加速乳癌發展進程的中樞神經環路機制。研究者表示,日常診斷中發現,不少人得了乳腺癌後,由於過度焦慮,會導致病情迅速惡化。

## 三、減少焦慮,記住這幾點!

生活中我們該如何幫自己減少焦慮?記住這幾點!

### 1、少吃高脂肪食品。

2024年發表在《生物學研究》期刊上的一項研究顯示,高脂飲食會改變腸道菌群的組成,還會影響大腦中的血清素基因表達,從而

誘導焦慮樣行爲。也就是說,高脂食品吃得越多越焦慮!

### 2、少喝點高糖奶茶。

2023年刊發在《情感障礙雜誌》的一項研究探索了喝奶茶對各種心理健康方面的潛在影響。發現:奶茶不僅容易讓人成癮,並且還與抑鬱、焦慮有關。

### 3、多吃點蔬菜水果。

2024年7月4日刊發在《自然通訊》的一項研究發現:堅持EAT-Lancet飲食,發生抑鬱、焦慮及其共患病的風險更低。總的來說,這種飲食模式主要以植物爲基礎,強調蔬菜、水果、全穀物、植物蛋白、不飽和植物油和適量的動物蛋白,大大限制了紅肉、添加糖和飽和脂肪的攝入。

EAT-Lancet飲食模式建議:每天攝入300克蔬菜、200克水果、230克全穀物和125克富含蛋白質的植物性食物(如扁豆、堅果和大豆等),每周僅食用5份動物蛋白,包括約200克魚肉和約200克白肉。

### 4、別長時間刷手機。

2023年發表於《技術、思維和行爲》的一項研究表明,限制社交媒體的使用時間能增進心理健康。每天將手機社交時間限制在半小

時內的參與者,在被限制2周後,心理健康狀況有了顯著改善,如焦慮、抑鬱、孤獨及其他消極情緒減少,而積極情緒增加。

### 5、多去公園散散步。

2022年《分子精神醫學》上發表的一項研究發現:在公園或城市綠地散步1小時即可減少壓力相關腦區杏仁核的激活,可以預防焦慮、抑鬱等精神疾病。而如果換成在城市的商業街區、商場散步則毫無作用。

### 6、保持規律地運動。

2021年發表在《情感障礙期刊》的一項隨機對照試驗就顯示,即便是長期焦慮的人,在經過爲期12周的運動後,焦慮程度也大多有所降低。浙江溫州市第七人民醫院臨床心理科主任醫師徐道祥2018年在健康時報刊文介紹,與那些不愛鍛煉的個體相比,愛鍛煉的個體出現焦慮和抑鬱的可能更低。運動是天然的鎮靜劑。其中,規律的有氧鍛煉(步行、騎自行車、跳舞)是最好的減輕焦慮和壓力症狀的方法之一,它能夠充分擴大肺活量,是最能減緩負面情緒的方式。

### 7、將困難拆解執行。

徐道祥醫生建議,當我們面臨一些長期、難度大的工作時,此時的失控感會十分強烈,焦慮情緒會更強。那麼,緩解焦慮的方法,就是制訂計劃、拆解目標。通過大目標拆成小目標可以使得目標更明確,更可執行,讓整個任務感覺更可控,從而緩解焦慮。此外,可以專注於當下做的任務。隨著專注精力投入到當下的任務,焦慮會逐漸減輕,甚至消失。

### 8、試一試呼吸訓練。

選擇坐着、站着等能讓自己平靜的姿勢,平靜地做幾次自然的呼吸,再進行有意識的深呼吸,吸氣之後憋氣三秒鐘,然後再把氣呼出來,再憋氣三秒鐘,一般重複幾次就可以感覺全身放鬆了,心肺功能較弱的人群建議在醫生指導下進行。



作家葛芳在《隱約江南》一書里寫道，她的姐夫年輕時就是一個小混混，打架斗毆，到處惹禍，她姐每日過得膽戰心驚。及至中年，姐夫竟性情大變，前廳後院栽花植草，整天弓背侍弄，閒時還去釣魚、爬山。她姐出門搓麻將晚歸，他也不怨怒，自覺收了陽臺上的被單，鋪疊齊整。

這位中年男子每天早晨開門，見一園子的草木，說：“啊，比見到老婆還舒心——那麼精神、有地氣。”

看至此，不禁動容——草木之力量何其大，能將一個氣沖牛斗的暴烈漢子打磨得這般溫和、閑逸。

英國人有兩大極為享受的事：一是看足球，二是侍弄花草。對英國人來說，收拾花園已融入日常生活。

英國人喜愛園藝是有原因的。英國園藝的普及起始於20世紀40年代。

由於第二次世界大戰，英國政府鼓勵全民開荒種菜。於是，當男人在前線拼死作戰

時，女人們便在家中的菜園里勞作。戰後，前線的男人們回到家鄉，發現自己印象中的嬌妻因勞作而變得結實、健壯，性格也變得開朗、堅強，並沒有因為長期缺少男人陪伴而陷入哀怨、愁苦。

戰爭對國民傷害極深，英國政府便自動員居民在自家院子里種花。開在院子里的五彩繽紛的花，令每位家庭成員心情愉悅。漸漸地，戰爭所帶來

# 草木的力量



她把這座幾乎荒蕪的小花園打理得生機勃勃時，竟然吸引了那些患病的老人。他們原本對

的傷痛，便在家裏的花草種植過程中得以療愈。

讀《枝言草語》一書時，我才發現還有園藝治療師這個職業。

馮婉儀女士是香港首席園藝治療師。當年她就職於一家老人中心時，因為喜愛花草，工作之餘時常打理老人中心的一座小花園。

任何事都失去了興趣，現在卻主動來小花園澆水、翻地。

馮女士發現，以前專注力非常差的老人，如今在小花園澆水半個小時也沒有問題。她驚訝於小花園竟有如此大的魔力。

之後，馮女士針對患有阿爾茨海默病的老人設計了不同高度的花壇，輔以花色和香氣刺激，借此喚起他們已經消失的感官記憶。一些脾氣古怪的老人，竟然通過侍弄花草，變得開朗、溫和。

回想種花的這幾年，我也從焦慮、急躁，漸漸變得溫和、從容。想來很神奇，卻自有道理，那就是草木的力量。

草木使人安靜，不僅在你與它們相處的那些片刻，更在你用心打理它們的過程中。

當我面對這些簡單純粹的植物時，也被它們的簡單、純粹感染。所謂“近朱者赤”，如果我們多與植物在一起，自然也就會變得像它們一樣淡定從容。

作者：鄭國芬

# 斷捨離與囤積癖(下)



感覺到為物所累，關鍵不在物本身，而在物的生產被少數人壟斷，以至很少有人還能對物有充分的認識和豐富的體驗。我們往往僅知道一個東西能用來干什么，但不知道它從何而來。在商品時代，要建立妥當的人與物的關係，勢必要求人在一定程度上恢復對物的理解，這有賴於發生一場內在精神的大變革。人一旦開始真正重視物的介入，反而不會隨意讓大量的物擠入生活，就像重視愛情的人，其伴侶數量通常十分有限一樣……

人是非常善於歸咎的動物，有不開心的事，就要找一個可怪罪的对象。如果不是自己的錯，那就是別人的錯；如果不是別人的錯，那就是資本的錯；如果資本也沒錯，那就是東西的錯。不少人類學家和哲學家提示我們，人的本質不單是智人(Homo sapiens)，還是工具製造者(Homo faber)。物不是一個中立的、被動的工具，它實際上具有意向性，能參與構建我們的知覺和心靈。

人對故人的追憶、對故事的反刍實際上不是在腦中任意完成的，它通常是通過物的引

導實現的。人的精神像四處亂飛的蒼蠅，很難安靜下來，常常雜念迭起，千頭萬緒。物的呆板能給精神提供一個錨點，扣緊這個錨點，人才能從此岸的世界成功地登陸彼岸的世界。

一個年輕人使用一個東西，可能僅僅是把它當作純粹的工具，當年齡不斷增加，生活經歷足夠豐富並經過歲月的發酵之後，這個熟悉的物件就變成一件“禮器”，承載着大量的生命信號。

對中年人來說，物不單是工具，它還關乎過去。鐵絲不僅僅能用來綁東西，它也可以被做成衣架。衣架多年以後還在用，但做衣架的父親已經不在了，看着這個衣架，你會想起父親。一個細膩的中年女人，把母親去世前做的豆包凍了起來，一兩年捨不得吃，就那么存在冰箱的角落里，彷彿母親還在世，自己還享受着她的關愛。物比人堅挺，物因為缺少靈魂而默滯、倔強，能夠長時間保持一種姿勢，因此成了一個完美的時間琥珀，看着它就能讓人想起圍繞它所發生的人間苦樂。

對老人來講，物則關乎未來。我逐漸理解了為什麼很多老人都有囤積癖：一方面，老一輩人所用到的物，絕大部分的生命周期是短暫的，這是由物性決定的。他們用草木灰刷碗，用皂角洗頭，紡線作衣，斫木成車。經過幾次輪轉，這些東西都會隱入煙塵，不留痕迹。

因此，老一輩人特別愛惜物在每個輪轉中的停留。但我懷疑更深層次的原因可能是精神層面的。當你看到一屋子雜物的時候，老

人心中的這些東西實際上都是被碼放整齊的，一點兒都不凌亂。在他們心里，當下用的東西當然是要保留的，而舊的東西也不能丟，一方面是因為它們承載着自己的心血和重要的生活記憶，丟棄了它們就像背叛了自己的生活一樣。

另一方面，這些滿載過去的物件，其實是被儲存在未來之中的。老人們經常說，這些東西不要扔，以後還用得到。這提示我，未來用不到的東西，就真的無處安放了。對老人來說，舊物在將來到底用不用得到不重要，真正重要的是將自己看成一個有未來的人！每個人在生命意義上都是一位老人，我們真正持有的只有“過去”，每當你注意到自己的“當下”，它其實已經成了“過去”。就是這樣一個生活在過去時的物種，卻要用最大的野心去盤算未來。

有時候我想，每一次母親掏出一個囤積許久的塑料袋並拿着它去買菜時，都完成了一次心靈的療愈，它確鑿地說明舊物可以新用，枯木也能逢春。

日本學者岡田武彥將東方文化稱作“崇物”的文化，而將西方文化稱作“制物”的文化。東方人對天下萬物抱有很深的感恩情懷，物在俗事上與人“交往”，而不是純粹地被拿來使用。比方說，中國的宇宙生成論強調格物致知、萬物一體、天人合一。在這個宏大的語境下，中國古人從來沒有把物僅僅當作簡單的工具，把人和物割裂在兩個存在領域，而是視人和物為有着根本上的聯繫的、彼此虧欠着的共同體。格物致知、待人接物，中國古人的精神世界，值得我們再一次走入。

作者：王小偉

# 刺青



之前認識一個朋友，某天他穿着背心，我發現胳膊上刺了一張年輕女生的臉。

那看起來不像他的女朋友，想必是某前女友。我想，還是別問，何況誰沒在年少輕狂的時候，因為熱戀做出一些傻事？聽說用激光洗刺青又貴又痛。

後來我才知道，原來那是他好幾年前在空難中去世的姐姐。她曾是空姐，遭遇飛機墜海，未能生還。

從此之後，我對那位朋友的感覺徹底改變了。以前覺得他是個樂天型的小伙子，最愛在夜店找人拼酒，但每次看他穿着襯衫，都忍不住想到那底下藏着的秘密。他的思念，以青色的墨水在身上劃下一層淡淡的憂傷。

作者：劉軒

樓上的鄰居在屋頂修了一個花園，栽上各色花樹，放上太陽傘、桌椅，我常常在天色將明之時上去看朝陽，讀書，寫點東西。因為是借鄰居的地方，故將其命名為“借園”。今天這個故事，就是借園的主人朱女士給我講的。

朱女士的父親是一位老軍人，參加過抗美援朝戰爭，她的生母是一個能用俄語朗誦普希金詩歌的文藝兵。朱女士的父母郎才女貌，兒女成雙，幸福得羨煞旁人。20世紀60年代中期，朱女士的父親被批鬥，朱女士的生母決絕地和他劃清了界限，斬斷了包括兒女在內的所有聯繫，以保全自己在省歌舞團的工作。

後來，父親被發配回原籍，唯一的“行李”便是一雙兒女，兒子5歲，女兒3歲。老屋早已不在，生產隊騰出一間保管室供他們居住。保管室除了一個扣起的拌桶，什麼都沒有。父親早年當過篾匠，從後坡拖回幾根竹子，剝枝砍丫，不出半日就拼出一張竹床、一張小桌、三只小凳，他把隨身帶的軍被、飯盒、水壺往上一放，勉強算得上一個家了。三塊石頭支上一個長條飯盒，燒了開水兌灰面，他們那天吃的第一頓飯，是糲糊。

曬壩西邊還有一戶人家，住着母女倆，與保管室相距三四百米。據說那母女倆是地主，與村里人沒什麼來往。地主婆60多歲，膝蓋有病，走路一瘸一拐，她的女兒三十幾歲了，一直沒有出嫁。

地主家的小姐，通常是令人浮想聯翩的，但這個小姐和想象的不一樣。她沒有白皙的皮膚，也沒有光亮柔順的頭髮和纖細柔美的腰肢，更沒有不沾陽春水的纖纖玉指。她面色青黃，頭髮發黃而且開叉，小眼睛，大臉盤，一對齙牙很不安分地露在外面。

就這樣，一東一西，兩家成了鄰居，燈火呼應，炊煙融聚。一來二去，彼此也有了小小的照應。這位叫蘆花的小姐最怕看到父親給孩子喂糲糊，於是經常偷偷地把父親的面拿去加點黃豆麵炒熟，再下鍋時，便滿屋生香；父親編

個竹蝦籠，到竹林背後的小溪里撈些小魚，用草穿成兩串，一串掛在西屋門口，一串帶回家中，煮得一鍋腥氣。

每當這個時候，蘆花就會皺着眉頭，覺得父親糟踐了東西。父親就自我解嘲，說要是有一碗油，把小魚炸得噴香酥脆，再撒上一撮辣椒麵和花椒，才美呢。

# 貓貓魚和東坡肉

現實是，這些東西一樣都沒有。

父親再撈到魚的時候，蘆花跑來，把兩串都接了，也不言語，一路小跑就進了竹林。小半天後，蘆花端回一碗金黃酥脆的小魚，放到竹桌上，香氣四溢。兩個小孩吃得嘎嘣亂響，父親吃得滿眼淚光。

蘆花做魚，用的方法其實是“炕”，她把小魚放置在一個瓦片上，瓦片下面燒着小火，慢慢將其炕干。這原本是做貓食的辦法，不同的是擠了魚的內臟，加了幾粒鹽和干辣椒麵，蘆花稱之為“貓貓魚”，父親則稱之為“蘆花魚”。

朱女士說，那時鄉下沒什麼可以玩的，她和哥哥就當了蘆花的小跟班，而蘆花也樂意帶着這兩個孩子。作為家中唯一的勞力，蘆花真正玩的時間並不多，只是兩個孩子覺得她做的

事好玩而已。比如搓玉米，她把兩個玉米棒抵在一起揉搓，筐籬里頓時下起金黃的雨；比如剝豬草，她把一捆捆荊條放在刀痕累累的菜板上，一陣“咚咚咚”的輕響過後，荊條葉青汁四濺，不一會兒就變成一鍋熱氣騰騰的豬食。她常常變戲法一般，從鍋中掏出一個雞蛋或小紅薯，犒勞犒勞身後的小跟班和忙活了半天的自

了兩斤豬肉，蘆花拿出過年都捨不得吃的幾顆冰糖，倒出瓶底的菜油，把肉皮炸得酥亮，然後切片墊上黃豆，上鍋蒸了兩個小時。開鑊時，整個曬壩都迷醉在一片香氣之中。

父親說，這是東坡肉，蘇東坡在流放的時候發明的。“感謝老天爺，讓我在最苦最倒霉的時候遇到你！”

父親的筷子指着碗里的肉，眼睛卻瞟向蘆花。

蘆花的臉紅得彷彿桌上僅有的二兩酒讓她一個人喝了一般。

幾年之後，父親得以平反並落實政策。朱女士的生母，以當初離開家的速度沖到鄉下，花枝招展地在前夫面前亮相，用朗誦腔說要與他“重新找回失去的年華”。父親說自己不懂表演藝術，也不想回省城，只想安安靜靜地吃一頓東坡肉。“你如果會做，就幫我做一份吧！”父親對他的前妻說。

這很像川劇《馬前潑水》中的場景，負心的妻子想請重歸榮華的丈夫原諒。丈夫在馬前潑了一盆水，說：“你將水收回盆中，我便原諒你！”

東坡肉就是父親潑出的水。

父親退休後，與蘆花一起白天讀書、釣魚，晚上看5集電視連續劇，吃貓貓魚和東坡肉，至前幾年無疾而終，享年76歲。去世前，他無數次對兒女說：“你們一定要好好對待你們的媽媽。”

這里，他所說的媽媽，指的是蘆花。

兒女如今都在省城工作，各自生兒育女。蘆花不習慣城里的生活，一個人住在老家，她說那里的每一片樹葉上都結着以往的日子，令她欣喜快活。兒孫們每個月都回去看她，一到家就嚷嚷着要吃貓貓魚和東坡肉。

我在借園曾碰到一個婆婆來澆水，她頭髮雪白，衣着乾淨，兩顆齙牙很有卡通感。我懷疑她就是偶爾來成都看女兒的蘆花，怕太唐突，我沒好意思問。作者：曾穎

# 給朋友下一封“雪書”

蒙古族人把白色視為吉祥,每年下第一場雪時,居住在巴音布魯克草原上的蒙古族人,會像聽到召喚一樣,紛紛騎馬走向朋友的氈房。

這種行為,在蒙古語中叫“查斯納毛來”,翻譯成漢語是“在初雪中下一封雪書”。此“雪書”是一種與朋友共同開展的遊戲,由此開始一場頗具地域特色的友情博奕。他們騎馬到離朋友氈房不遠的地方,下馬將馬拴好,把手里的馬鞭子掛在拴馬樁上,叫一聲朋友的名字,接着又報上自己的名字,等朋友出來,再一起進入氈房。因為在一年中各自忙於放牧,朋友們難得見上幾面,只有到了第一場雪落下時,他們才會說“到了該把見朋友的事辦一下的時候了”。進入朋友的氈房後,客人和主人首先會一起道賀瑞雪,說出一句諺語:“天上的雪,終於來到了地上;你和我的一個好日子,也終於要開始。”主人隨即端來奶茶,客人會在喝奶茶的間隙問主人:“我們很長時間沒有見面了,你的羊好嗎?馬好嗎?牧場好嗎?”主人逐一回答後,也會問客人:“你的妻子好嗎?孩子好嗎?氈房好嗎?”



這看似熱情的問候實則暗藏玄機,主人和客人此時雖然面帶微笑,但都小心翼翼地盯着對方。為何他們如此緊張?因為這是客人給主人下雪書的關鍵時刻,客人要想辦法迷惑主人,趁他不注意把雪書藏在

他家中。而主人早已知道客人的意圖,便緊緊盯着他,看他會把雪書放在何處。有一個客人抓不住讓主人分散注意力的機會,便對主人說:“你今天的奶茶沒有去年的好喝,你作為朋友的心還在嗎?”主人知道他的目的,便說:“你今天喝的奶茶,是用去年用過的那個壺燒的,用的茶葉和奶,也和去年的

無論主客之間如何較量,客人最後一定會把雪書藏在隱蔽的地方,起身出門時暗示主人,“我已將雪書藏好,你們好好去找吧”,便衝出門騎上馬往回跑。“漂亮的姑娘有十四根辮子,狡猾的狐狸有九個想法”,此諺語很能說明草原上的人下雪書時的狡猾。主人馬上發動全家尋找雪書,找到後便騎馬去追那個人,如果追上,那個人就得認輸;如果追不上,認輸的就是主人。輸的一方必須按照雪書要求,準備一次宴請,至於宴請的時間安排和所需

物品,雪書上寫得清清楚楚。這樣賭來的一次宴請,才算是共慶瑞雪。無論是贏家還是輸家,大家酒足飯飽後手拉着手走出院子,在雪地上踩下深深的腳印,祈願來年風調雨順,牛羊肥壯。

前面所說的那位客人,當時只是把假雪書塞在褥子下,吸引主人將注意力放在褥子上,然後悄悄地把真正的雪書壓在茶碗底下,再起身告辭。主人等他一出門便掀開褥子,只見一張空白的紙片,才驚呼上當了。主人想起諺語“不識貨的傻瓜,會把黃金說成糞蛋”,又羞又惱地叫家人趕緊找雪書。一家人翻遍氈房的角角落落,都沒有找到那人藏的雪書,直到後來收拾茶碗時,才發現雪書就在碗底,而那個人早已騎馬遠去,不見踪影。他們一家無奈地相視一笑,遂準備宴請的事情。

作者:王族



# 退稿圖書館

托德·洛克伍德是美國著名小說家、詩人理查德·布勞提根的忠實粉絲,他仔細讀過理查德·布勞提根的每一部作品。1984年,布勞提根去世後,洛克伍德十分傷心,總想為偶像做點什麼。

一天夜里,洛克伍德難以入眠。他猛然記起布勞提根在一部作品中虛構了一家圖書館,那里收藏的都是被出版商狠心拒絕的書稿。圖書館內只有一位管理員,既沒有讀者,也不對外開放,純粹只為撫慰作者受傷的心靈。

何不籌建一家這樣的圖書館,懷念自己的偶像呢?洛克伍德開始實施他的構想,四處蒐羅退稿。可是,幾年過去了,洛克伍德還是沒有收到多少退稿。但出于赤誠,1990年,他的“布勞提根圖書館”還是在華盛頓州克拉克縣的一間小房子里開張了。

起初,洛克伍德謹遵布勞提根小說里的設想不對外開放,可總有好奇的人闖進來一探究竟。映入人們眼帘的幾排書架上散落着的幾部書稿,幾個擺在不同位置的蛋黃醬罐子突兀地刺激著眼球。人們一番探問後,方知這些罐子是用來分類圖書的,靈感同樣出自布勞提根的小說《在美國釣鱒魚》。人們嘆賞不已,紛紛要求圖書館對外開放,洛克伍德接受了大家的建議。

對公眾開放後,圖書館漸漸熱鬧起來,不僅讀者絡繹不絕,各種退稿也紛至沓來。看著這麼多退稿愉快地聚在一起,洛克伍德更加兢兢業業,除了日常維護,他開始對作品進行精選點評。查爾斯·格林17歲那年創作的《愛永遠美麗》,從完成到進入退稿圖書館,其間一直都在尋找出版商,卻屢屢碰壁,因被拒稿459次,洛克伍德將它評為“世界拒稿之最”,農婦比阿特麗斯·奎恩創作了詩集《雞蛋下了兩次》,洛克伍德給這本詩集的點評是:“一個養雞場女主人26年的生活智慧總結……”

漸漸地,洛克伍德的小房子裝不下越來越多的退稿,正在他發愁之際,克拉克縣博物館伸出了橄欖枝。遷址之後,退稿圖書館的名聲更加響亮,儼然成了當地的一張文化名片。而今,退稿圖書館專門開發了“蛋黃醬系統”,將所有書稿根據15個大類、提交年份和獲取順序進行編目,同時允許作者提交未發表的電子手稿。

退稿圖書館看似是噱頭,實則充滿溫情。在這裡,人們得到的是心靈的撫慰,而圖書館存在的價值,大概就是如此吧。

作者:劉志堅



# 腦洞的力量

林製藥第四代社長小林一雅所著的《小池大魚》一書中,我再次見到了這個熟悉的句式。不同的是,成年人的奇思妙想不是虛無縹緲的願望,而是講得通的道理與

液就好了,於是小林製藥就研發出了腋下吸汗貼,短短數月間就成了爆款產品;又有一次,有員工聽人抱怨,歐美人常用的那種卷成一卷的牙線太勒手了,要是能加個把手就好了,於是小林製藥就研發出了牙線棒,銷往歐美。

書里說,在小林製藥,假如有員工聽到類似的感嘆,要立馬反饋給公司。只要員工的思路大體靠譜,公司就很有可能成立項目組,社長本人甚至有可能親自掛帥,帶著團隊一起研究。為了收集更多類似的信息,小林製藥還專門制訂了一套與眾不同的員工評價標準,其中一條就是“開朗外向、活潑好動”。因為只有經常出沒於各種場合、善於與各類客群交流的“社牛”,才更容易獲取信息,幫助公司找準下一個創新方向。

作者:韓叙

小時候看《西遊記》,一直對金箍棒情有獨鍾。在海底龍宮,當孫猴子對着“定海神針”說出那句“真是個好寶貝!要是小一點就好了”時,金箍棒隨之神奇地變小。這幾乎“承包”了我童年的所有幻想,而“要是……就好了”也成了我對於奇思妙想最初的理解。

沒想到,時隔多年,在日本知名藥企小

看得到的路徑。

小林一雅是從創新的角度來闡釋這個句式的。他認為,企業要實現長遠發展,必須髮現市場中的真實需求,而真實需求很多時候非常簡單,甚至僅用一句話、一個詞就可以概括。

例如,有一次,一位員工在街上聽人感慨,夏天太熱了,要是有個東西能吸走腋下的汗

如果讀過商業書,你多半知道柯達衰落的故事。1975年,柯達公司一位年輕的工程師發明瞭世界上第一台數碼相機。然而,公司管理層並沒有讓這項技術商業化,而是把它雪藏起來,因為它跟公司傳統的膠片業務構成競爭關係。

最終,柯達被自家發明出來又置之不理的技術打得七零八落,于2012年申請破產保護。

太平洋的另一邊,發生了一個遠比這更值得注意的故事,卻很少被人提起。這就是富士膠片的故事。

隨著數碼相機的崛起,柯達在膠片業務上的主要競爭對手富士膠片,也面臨著同樣的市場環境難題。但與柯達不同的是,富士膠片的管理層願意放下歷史包袱,願意摒棄“我們就是做這個的,這項業務就等同於我們”的固執心態。

為了重新想象未來,富士膠片的領導層提出一個問題:“我們的‘第一性原理’是什麼?也就是說,在我們公司的核心競爭力中,有哪些可以朝新方向發展?哪些行業能從我們最擅長的事中受益?”

答案是什麼?護膚品。

對,你沒看錯。2007年,富士膠片推出了高端護膚品牌,宣傳語十分恰當:“像照片一樣定格時光。”乍一看,照片與護膚可謂毫無共同點,但表象是有欺騙性的。原來,保護膠片免受紫外線傷害的抗氧化劑,對人類的皮膚也有同樣的功效;另外,約佔膠片材料成分半數的骨膠原,也是皮膚中含量最高的蛋白質,是護膚產品中常見的成分。

於是,富士膠片把過往在骨膠原與抗氧化劑方面的經驗綜合運用起來,研發出了護膚品的配方。富士膠片原本做了幾十年膠捲的部門,重新調整方向,開始生產護膚產品。2012年,當膠捲領域的老對手柯達申請破產保護

# 你的“第一性原理”

時,多元化經營的富士膠片取得了超過200億美元的年度營收。公司繼續重新部署力量,開拓新方向,其中包括個人護理、製藥、生命科學。儘管不少新投資並未成功,但少數幾個大獲成功的產品線所創造的利潤足以彌補虧損。

富士膠片也從未放棄膠片行業。儘管之前這部分業務對公司的利潤貢獻十分微薄。不過,如今這部分業務的份額又開始逐年增長了,因為人們對模擬圖像與實體媒介的懷舊情緒,讓傳統的膠片產品重新煥發生機。

這就是“第一性原理”思維方式的力量——將一個系統中最根本、最精華的元素提煉出來,以全新的方式重組。

“第一性原理”思維方式的用武之地遠不只在商業世界,你也可以把它運用在自己身上:找出構成你的原材料,然後重塑一個全新的你。不妨花點時間,把組成你的“磚瓦”梳理一遍——你的才華、興趣、喜好,就像

可拼裝的積木塊一樣。

有一些問題值得你認真思考:是什麼讓你成為你?在你的人生中,有哪些持續不斷的主旋律?哪些事情在你看來就像玩一樣,但在別人看來是工作?有哪些你能做到的事,你甚至從沒覺得那是一種能力,可別人認為它是?如果問你的另一半或最好的朋友,你的“超能力”(也就是你比一般人做得好的事情)是什麼,他們會怎麼說?

基本上,我們不大信任自己的超能力。我們習慣於重視艱難困苦,瞧不上輕鬆易得。我們總是認為如果不夠苦、不夠累、不夠匆忙、不夠掙扎,我們就沒走在正確的道路上。可是在人生高壓上,無須高溫高壓也可能造出“鑽石”。

仔細分析一下,每一件你很擅長做的事背後,都需要哪些技能。比如說,你特別擅長組織活動,這不意味著你是個出色的活動組織者,還意味著你能夠很好地跟別人溝通,激發別人的熱情,創造出令人難忘的體驗。這些技能適用的場景,很



可能比你意識到的多得多。

在我的人生中,一個持續不斷的旋律,就是講故事。孩提時代,自從學會使用爺爺的打字機,我就開始寫故事。上小學時,我花了許多時間寫作——寫劇本和故事,還為我創立的雜誌撰稿(雜誌唯一的讀者是我的父母)。長大成人後,我做了律師,代表客戶講出有說服力的故事。隨後,身為教授,我用故事來吸引學生的注意力,啟迪他們的智慧。如今,身為寫作者,我運用講故事的能力,以令人難忘的方式來傳達我的思想。食譜改變了,但核心食材從未改變。你的“第一性原理”往往就是被你壓制得最厲害的那些特質——因為它們令你與眾不同。

對我來說,玩就是這種特質之一。童年時代,我特別會玩。當這個特質開始妨礙我融入群體的時候,我用自律壓制了它。現在我依然在重新認識自己愛玩樂的那一面,當我的內在小孩兒跑出來開心玩耍的時候,我的寫作最為自由順暢。

你的內在小孩兒往往握著解鎖你核心能力的鑰匙。想要原創,就要回歸原初——據說這是西班牙加泰羅尼亞建築師安東尼奧·高迪的話。所以,試著與原初的那個你重新建立連接吧。回想一下,當你還是小孩子的時候——早在這個世界把各種事實和道理灌輸給你之前,早在樂趣從你喜歡做的事情中溜走之前,早在“應該”二字命令你如何運用時間之前——你最喜歡做什麼?

一旦把組成“你”的核心要素解構出來,就從零開始,重構一個全新的自己。但是,不要複製原有的東西。要去重新想象,用嶄新的方式把你的核心特質重新組合起來,找出潛在的嶄新未來。進入一個全新的職業方向或行業,圍繞你的核心能力改變目標受眾。

發現自己的核心特質之後,你會漸漸看見自己身上蘊含的那種驚人的豐盈與複雜。

作者:(美)奧贊·瓦羅爾

# 放大格局,破事自離;放大格局,好運自來!

看過一段對話:有人問:“如何能夠遠離生活中糟糕的事情?”智者說:“站在一樓時,我看到的全是樓下的垃圾,而站在三十樓時,見到的都是海市美景。

格局大了,視野廣了,破事就自然遠了。”誠然如此,世間之事紛繁複雜,若是過于計較,過分在意,只會困于其中,消耗自己。懂得提陞自己,放大格局,才能真正淨化生活,領略世上萬般美好。不計較,破事離

古語有云:“河沙裏流,非沉澱不能清澈;人生禍患,非取捨不能避之。”河流不在乎泥沙的摻雜,沉澱之後就能變得清澈;做人不計較破事的摻和,捨而遠之便能徹底避開。

人生在世,事事難以圓滿,樣樣無法萬全,能夠擴大胸懷,把不如意之事看得平常,把不稱心之事當作修行,當你擁有不計較的格局時,糟糕的事情就自動消散了。

晚清重臣張之洞,身材比較矮小。在擔任湖廣總督的時候,當地的一位畫家爲了嘲諷他,畫了一幅“三矮奇聞”的水彩畫,其中就有張之洞和另外兩個同樣身材矮小的官員。此畫一經展出,就引來了很多人的譏笑和嘲諷。張之洞的一個副將知道後,憤憤不平的想要把人抓進大牢,張之洞卻一笑而過,說:“不必過多理會。”並在無人購買時,派人買下了這幅畫,眾人知道後,紛紛羞愧不已,此後再也無人多說此事。

《論語·八佾》中說:“成事不說,遂事不諫,既往不咎。”做人切勿計較太多,已經發生的事不必多說;早已決定的事無需執着,過去的錯誤不再追究。始終向上走,向前看,不糾結,不執着,不計較,人生之路便會越走越寬。

**不在意,爛人遠**  
《論語·子路》中講:“其身正,不令而行;其身不正,雖令不從。”一個人若是品性端正,有主動改變的意願,即使不多言也會有所行動;如果糊塗偏執,認識不到自身的問題,即便強行說教也難有絲毫成效。

宋代名相呂蒙正,自幼家境貧苦,後發奮讀書考中進士得以入朝爲官。剛入仕時,一些年輕的官員子弟自視優越,很瞧不上他,有人指着他說:“你這住在破窟里的乞丐,也配議論國事?”事後,同僚得知後想爲其打抱不平,準備找出此人好好教育一番。呂蒙正卻說:“如果知道

是誰,難免自己心中不快,強行教育說服別人,別人心中也不快,倒不如不知道的好。”後來,宋太宗聽說了感嘆道:“蒙正氣量,我不如。”朝臣得知後,也被他的心胸所折服,他也因此結交了許多

正直的大臣,做出了一番政績。可見生活中,遇到執迷不悟的愚人,或是惡意傷人的人,不在意就是最明智的做法,不理會便是最有力的回擊。

老話說:“人要低頭做事,更要睜眼看人,擇真善人而交,擇真君子而處。”人生海海,時光匆匆,不與爛人小人糾纏,多和善人君子結交,內心自會清靜安定,心胸自然廣博寬大。

**放大格局,好運自來**  
《諫逐客書》中說:“泰山不讓土壤,故能成其大;河海不擇細流,故能就其深。”山林包容了細微的沙石,因此顯得高大;江海接納了點滴的水

流,故而變得深沉。人也是這樣,在人生路上,不斷放大格局,擴大胸懷,增加心量,才能承載住命運的賞賜,接得住好運的到來。

唐朝時,名將郭子儀名聲在外,爲人稱頌,因此遭到了大宦官魚朝恩的嫉妒,派人挖了他的祖墳,爲避免朝堂動亂,他對皇帝說:“是自己殺戮太多,受到懲罰,不必追究。”之後,魚朝恩又宴請他做客,爲防止魚朝恩心有猜忌,傷及他人,郭子儀孤身前去赴宴。魚朝恩被他的膽識和胸襟所折服,於是冰釋前嫌。自此,郭子儀越發爲人敬重,直到85歲高壽而終。

所以說,一個人的命運維度,就是他心的寬廣程度,心大了事就小了,心通了愁就少了,心寬了命就好了。正如俗話所說:“腹中天地闊,常有渡人船。”當你能不計較他人的狹隘,不抱怨自身的境遇,

平靜的包容萬事萬物時,也會在不經意間得到上天的嘉獎,貴人的救渡,讓一切如你所願!古人說:“草木榮枯自有時,萬物從容皆自得。”生命中,所有出現的人和事都是有意義的。破事提醒我們放下過往,活在當下,放眼遠方;爛人告訴我們專注自己,廣結益友,擴大心胸。

因此,不必爲遇到糟事而煩惱,也無需爲碰到小人就憂慮,從容坦然的做好自己,就是應對一切的萬能之法。餘生,願我們遇喜事,結貴友,擁有大格局,過好小生活。

## 富養自己的最好方式:睡覺

幸福,正是從早睡早起開始!《莊子·讓王》中講:“日出而作,日落而息。”

從古至今,睡覺乃人生大事,一個人的睡眠方式在一定程度上暴露了人生狀態。真正有智慧的人,都懂得富養自己最好的方式,是好好睡覺。恰如中醫中所說:“藥補不如食補,食補不如睡補。”睡得好,勝過世間一切靈丹妙藥。好好睡



覺,你就賺了  
古語云:“一夕不臥,百日不復。”大意是一晚沒睡帶來的損失,即使補養一百天也未必能彌補回來。好好睡覺,不僅是恢復身體,保持健康的最佳方式,同時也是呵護精力,提陞生活熱情的有效途徑。  
唐宋八大家中的蘇東坡,因“烏台詩案”遭人誤解,鋃鐺入獄,連小命都命懸一線。但就在這

樣的情況下,他依舊逍遙自在,在獄中呼呼大睡。正是因爲這種隨遇而安,倒頭就睡的心態,反而救了他一命。在皇帝派來大監視察的過程中,蘇軾依舊鼾聲如雷,皇帝聽聞,遂知他問心無愧,於是將其貶到黃州。

有句話說:“福氣有時就是在睡覺時來的。”毫無疑問,蘇東坡正是如此。睡覺,不僅幫助我們可以化解危機,還能創造更多的價值,縱觀歷史長河中,這個世界一直在偷偷獎勵好好睡覺的人。

晚清重臣曾國藩堅持早睡早起,其家族深受影響,不斷繁衍昌盛,240個子孫各個出色。作家鄭淵潔每天九點準時就寢,早上四五點起床堅持學習、創作,最終寫出了名噪一時的《童話大王》。

不論是萬科的前董事長王石還是阿里巴巴的CEO張勇,他們身上都具備“快速入睡,迅速起來”的能力。這種能力可以讓他們忘卻一切,安然入睡,醒來快速投入工作,這也是他們能夠成功的重要因素之一。

好好睡覺,是能力的體現,更是掌控力的體現,一個人只有控制好睡眠,才有可能把控自己的人生。  
**好習慣,才會有好狀態**

古代文學家、教育家顏之推曾說:“習閑成

懶,習慣成病。”習慣于懶散,久而久之就變成了懶惰,習慣于懶惰,久而久之就容易生病。習慣是我們每個人無意識,不用思考,不用強調,不用別人督促,自然而然就想去做的事情。好的習慣,足以改變一個人的一生。

一位作家因爲工作原因經常熬夜,長時間下來身體狀態十分不好,不是頭痛就是腸胃不適,整個人萎靡不振。去醫院做了一番檢查後,醫生開出最大的藥方是“早睡。”從此以後,作家開始了早睡早起的道路,每天晚上10點左右準時上床,無論困不困,都閉眼睡覺。堅持了一段時間後,什麼頭痛矯情的毛病通通被治愈了,自己也養成了時間管理的好習慣。

生活中,最好的治愈方式是早睡,最有效的治療方式也是好好睡覺。人體就像是一部手機,睡覺仿若充電器,當充飽,睡足後,整個人自然活力四射,精神十足。睡覺,不僅可以解決人生多半問題,還可以改變一個人的一生。

《漢書·賈誼傳》中告訴我們:“少年若天性,習慣成自然。”若是能從小養成早睡早起的習慣,就會成爲自然而然的事,從而受益終生。

《易經》中說:“天行健,君子以自強不息。”這里的“健”代表的就是剛,積極,主動,也意味着“興”的精神。當一個人懂得早睡早起,自然而然會開始振作,也就突破了懶惰的慣性。這個習慣持之以恆,會彙聚成巨大的力量,從而自強不息,開啓人生新征程。

**選擇怎么睡,就怎么過一天**  
《增廣賢文》中說:“早起三光,遲起三慌。”晚睡暫時會帶來熬夜的快感,但醒來後,會覺得精神不佳,身心疲憊,甚至因爲匆匆忙忙,影響一天的心情。若是早睡早起,帶來的是精神上的愉

悅,每天清晨醒來的那一刻,都能用最飽滿的狀態,開啓嶄新的一天。

古語有云:“一日之計在于晨,一年之計在于春。”睡覺,亦是如此,你選擇怎么睡,就怎么過一天。

有一位十分出色的特種部隊指揮官,退役後創辦了諮詢公司,還寫了暢銷書,無論在哪个領域都是佼佼者。有記者採訪他時,瞭解到無論何時何地,他都保持着早睡早起的習慣。這位指揮官說無論任何時刻,我們的生活中都有一個隱形的敵人,那個敵人就是懶惰,不自律的自己。當你付出了時間和努力,戰勝了那個懶惰的自己,才會有戰績和榮耀。有人說:“如果你想創造奇跡,那么不妨從早睡開始。”

當你早睡早起的那一刻,生活的主動權就牢牢掌握在了自己手中。富蘭克林也說過:“我從未見過一個早睡早起的人,抱怨命運不好的。”

早睡早起,是性價比最高的生活狀態。早睡一小時,給你帶來的驚喜,可以超出你的想象:充足的睡眠,不僅可以提高我們的記憶力,還可以很好的幫助我們理清思路。

舒適的安穩覺,還可以緩解生活中的壓力,使整個身心得到放鬆。尤其是第二天醒來,更會發現自己活力滿滿,狀態滿分。

幸福,正是從早睡早起開始!只有順應日出而作,日落而息的生活方式,爲自己充好電,蓄好力,才能勇敢面對人生路上的風風雨雨。因爲當你贏得屬於自己的夜晚,就可以戰勝自己;當你可以贏得屬於自己的清晨,方可贏得自己的人生!

## 真正高能量的人,看誰都順眼

真正修道人,不見世間過。馮唐說:“到了人生後半程才發現,比智商、情商更重要的是能量。”

萬物有靈,世間的一切都自帶能量。能量越低的人,越是封閉,越是自我;能量越高的人,越是開放,越是慈悲。一個人總是看不慣身邊的人和事,時時挑剔、憤怒,本質上是自身能量不夠。有句話說:“當你的能量越來越高時,你開始真正理解每一個人。”真正高能量的人,明白大千世界有參差,尊重每種不同的生活,於是看誰都順眼。  
**你看到的世界,是內心的折射**

曾經看到過一個故事:有一位德高望重的高僧,受邀到一座寺廟講經法。到了寺廟後,負責接待的小僧就奉上茶水,可放下茶杯後,小僧才發現杯子缺了一個小口。小僧連忙致歉,伸手就要將茶杯換過。高僧擺擺手,拿起茶杯,把缺口處對準手心,看向小僧:“你看,現在還有缺口嗎?”小僧搖搖頭:“這么看,缺口確實不見了。”眼中看到的缺口如此,心里產生的缺口也是如此,不去關注,自然也就不存在。

王陽明說:“天下無心外之物。”世間的萬事萬物,都是人內心的折射。你遇到的人,經歷的事,看到的景,本質上都是在照鏡子,讀自己。

楊絳在《鏡中人》一文中,講過陪伴自家十多年的老媽子郭氏的故事。這位老媽子樣貌極其醜陋,可卻自視甚高,眼里容不下一顆沙子,總是對別人評頭論足。一次,她在於楊絳閒聊時,形容起一位高干夫人的長相:“一雙爛桃眼,兩塊高顴骨,夾個小鼻子,走起路來扭扭搭搭……”楊絳心想:“這難道不就是你自已嗎?”

作家亦舒說:“每個人說另外一個人,道理總是一籬籠一籬籠,丈八的燈,照見別人,照不見自己。”

我們眼中的世界,不過是自以爲是的主觀投射。所謂見心知性,一個人若總是心懷惡意揣

度他人,恰恰就是自己內心的陰暗面在作祟。真正有水平的人,會站在對方的角度換位思考,從不會覺得高人一等,所以看誰都順眼。待人愛憎分明,對事非黑即白,總是看不慣許多事,其實是自己的境界不高,修爲不夠。看人人順眼,看事事順心,是處世的智慧,更是難得的清醒。

**成熟的人,尊重差異**  
左宗棠在詩中寫:“發上等願,結中等緣,享下等福,擇高處立,尋平處住,向寬處行。”爲人處世,也當如詩中所言:高瞻遠矚,穩重低調,多一分寬待容人之心。

清華國學院成立後,聘請了王國維、梁啟超、趙元任、陳寅恪爲導師。當時,無文憑、無著作的陳寅恪曾一度不被認可,還是在梁啟超的力薦下,校長曹雲祥才破格聘用了陳寅恪。按理說來,梁啟超對陳寅恪可謂是知遇之恩,可陳寅恪卻常常因爲學術問題與梁啟超吵個不停,不讓分毫。

一日,梁啟超剛出課堂,就有個同事遞了一份報紙給他。梁啟超拿起一看,報紙上的矛頭直指自己,批評他的學術有多處漏洞,而文章的作者正是陳寅恪。梁啟超只是笑笑:“這小子,我回頭一定要寫篇文章好好教訓一下他。”看梁啟超不爲所動,同事又轉而揣測,文章中反駁陶淵明歸隱動機的觀點,是在影射同樣“事二主”的梁啟超,拐着彎罵梁啟超。梁啟超聽後很生氣,立即對同事表示,不要以小人之心度君子之腹。就這樣,兩人雖在學術上各執己見,也時常唇槍舌劍,但生活中的情誼卻從未受影響,成了怎么吵也吵不散的知己。

世界很大,不同的環境塑造着不同的三觀,從自身立場出發看待問題,本就是自然而然,無可厚非的事。真正見過世面的人,懂得向內求索,也能向外兼容,沒有看不慣的事,沒有容不下的人。接受別人的“不喜歡”,不在別人心中修行自己;尊重別人的“不一樣”,不在自己心中強求別

人。讓自己成爲自己,允許別人做別人,當你明白了這一點,就不會內耗,會變得謙卑,人生也會越走越順當。

**最高的修養,是看誰都順眼**  
1973年,三毛與荷西來到撒哈拉沙漠,他們在一座小鎮邊緣租了一間簡陋的房子,與當地的沙哈拉威人成爲了鄰居。這群鄰居實在算不上是芳鄰,他們的種種行爲常常使三毛哭笑不得。鄰居的好幾個人來沖她要“紅藥水”,執意拿去塗滿臉和雙手,在台面上跳舞唱歌。看到這樣愉快的場景,三毛想生氣也不能,倒覺得別有一番滋味。在醫院做助手的男鄰居,因爲接受了“文明的洗禮”,每次吃飯時總要用刀叉,幾次三番理直氣壯地向三毛討要刀叉。

三毛也不惱,還自掏腰包給他買了餐具,安慰自己“畢竟吃飯也是很重要的事”。沙漠缺水,鄰居總會在三毛外出後,用光她儲存的水,導致三毛自己也無法洗澡。三毛知道洗澡對於沙哈拉威人是非常奢侈的事,他們之中的很多人三四年都洗不上一次,所以她從不過分計較。丈夫荷西的同事們看不上這群貧民,一步也不肯靠近沙哈拉威人的領地,還勸三毛搬到鎮上居住。

可三毛卻很喜歡這群樸實的人們,還在書中特地寫了一篇《芳鄰》,來記錄和他們的故事。她從心底里感謝這些鄰居:“我沙漠的日子被她們弄得五光十色,再也不知寂寞的滋味了。”

張愛玲說:“因爲懂

得,所以慈悲。”在這泥沙俱下的人世間,本就是各人有各人的隱晦和皎潔,那些所謂的偏見和隔閡,往往都是因爲我們站錯了位置。畢竟,生活紛繁複雜,世上多的是我們不知道的事。有些張揚背後,是不爲人知的傷;有些刻薄背後,藏着難以想象的苦。很多時候,以己度人反倒片面,換位思考才會理解。真正見過天地的人,從不會戴着有色眼鏡看待他人,自然會生出善良和慈悲,去包容接納所遇到的一切。

古語有云:“真正修道人,不見世間過。”人的一生,就是一個不斷見天地,見衆生,見自我的旅程。見過天地的浩瀚廣袤,於是懂得謙卑;見過衆生的千姿百態,於是學會寬容;見過自我的本真初心,於是變得豁達。用智慧去改變能改變的事,則事事有成;用胸懷去包容不能改變的事,則時時順心。當你平和淡然地面對世間的人和事,不再說三道四,不再指指點點,就是你走向成熟與豐富的開始。



歸正按：在生命億萬年的進化長河中，地球上的生靈曾無數次腳踏著這片厚實的土地，仰觀天上星辰，感受宇宙浩蕩。慢慢地，隨着人類的出現，生命完成了在精神力運用方面的本質蛻變，對天地動靜的深刻思考成爲了可能。



——Tiziano Vecellio《聖母升天圖》(局部)  
好久以前，有個叫莊周的人，倚着大地厚土，望向穹頂蒼天，嘆曰：“天之蒼蒼，其正色邪？其遠而無所至極邪？”

天之於人，浩蕩無極，蘊藏着無限的未知。莊周感慨，是幾千年來人類“領悟”浩瀚天際的一個縮影。然而，工業革命之後，隨着科技的進步，人類對天的探索，逐漸從偏唯心的“領悟”轉向了純唯物的“觀測”。在此，不敢對這種轉向妄加評論，歸正只是單純地想在這篇文章向大家解析古人曾經領悟到的“天”，並由此展開，還原古人對神聖人體的認知。

概括地說，古人眼中的天，分爲三個層次：圓道之天、覆蓋之天、行健之天。

一、圓道之天

我們的先祖，俯仰天地之間，最直觀的感受是地靜不動，而天上的日月星辰都在運動：一

# 仰望蒼穹：向你還原古人眼中的天

原創：歸正歸正先生

顆星星當下在某個位置，此後隨着時間的推移，星位開始逐漸偏離，直到次年的同一時刻，又回到了原位。似乎星星在天際之間走了一圈之後又回來了，這就是所謂的“圓者，天體也”(東漢許慎《說文解字》，其注曰：“體者，道體，非形體也”)。自此以後，古人“天圓道也”和“天道好還”的概念也確立了。

——Frederic Edwin Church《The Evening Star》

易曰：“立天之道曰陰與陽”。古人在圓道之天的基礎上，產生出了陰和陽的概念，陰陽對立變化着，最直觀的便是日月明晦，晝夜且昏，氣候冷熱的相互更替。陰陽再進一步細分，便出現了少陽→太陽→少陰→太陰→少陽的次序流轉，即周天以四象(即天際中的東方蒼龍、南方朱雀、西方白虎、北方玄武)爲主體的衆星流遷旋轉。

在天際陰陽依次流轉的同時，地上萬物便由於春夏秋冬的更迭而感受到了溫熱涼寒。草木秋枯春萌之收發，賴以爲生的昆蟲、草食性動物及相伴而生存的肉食性動物乃至人類也都同步跟隨着，甚至無機物之夏脹冬縮，萬物之可睹者，皆因時序流遷而顯密更替。覆載之間，人與萬物無不受此天際四時變化的影響：此自然不可違之命，順之者昌，逆之者亡。由此孕育而出的，是古人“天人合一”的養生觀。

萬物的生長和勞作，都在天際之下

——Victor Gabriel Gilbert《La Moisson》

中醫經典《黃帝內經》從第二篇《四季調神大論》開始談論人體，思路就是遵循天際四象的循環往復，呼應《周易》“變通配四時”、“變通莫大乎四時”的世界觀，將人體能量的流轉活動歸納

爲：肝應春，主萌發；心應夏，主生長；肺應秋，主收斂；腎應冬，主封藏。循環反復，如天際四象，周而復始。

圓道之天，始於天際，納於人體，最終達到了人體和宇宙的完美和諧。歸正舊讀西方哲學時，曾在古希臘的Stoicism學派中讀到過“自然乃大宇宙，人乃小宇宙”這樣的表述。在此一刻，令人贊嘆的共鳴！

二、覆蓋之天

陽光下，萬事萬物的活動都在進行着，湖澤的水盪漾着泛起漣漪，植物通過葉片排出水氣，動物通過皮膚排出汗液……這一切水分，終究要化成水氣，朝天陸騰歸集，到了一定的境界，又凝結成水珠，化爲雨水甘露，潤澤大地。這讓水氣重新化爲液體的天，就像是一層弧形的薄膜，籠蓋於大地萬事萬物之上，此爲覆蓋之天。

——Frederic Edwin Church《哈德遜河谷上的日落》

我們的先哲遵從“天人合一”的思路，也將覆蓋之天納入了人體。《靈樞》有云：“五臟之應天者肺也，肺者，五臟六腑之蓋也”。

從人體解剖學上來看，肺位於五臟六腑之巔，有如華蓋，擋住了人體從肝到胃、再從胃到心的陸騰宣發之氣，這些被擋住了的陸騰之氣，要麼化爲滋養肉體的玉液瓊漿，要麼變作排出人體的痰飲糟粕，一切，都取決於這覆蓋之天的甄選。雲騰終化雨，肅肅出乎天在此證見。

此謂覆蓋之天，列上下之位，相對於地之天，雖也見上下循環，畢竟有異於穹頂蒼茫圓道之天。

三、行健之天

易曰：天行健，君子以自強不息。究其所云，大致意思是：你看那日月星辰周而復始，亙古不變，君子也應如此，謹守天眞，方能達到最完美的生命狀態。因此，這行健之天，雖向

有“天”之名，實際上需要很高的思維境界，才能着實地將“天”聯繫到人體。

何謂天眞？天眞天眞，天命之眞也！應有兩重境界：

第一重：《大學》有雲“所受之謂命”，天地所賦予生命個體的本質，即是天命之眞。朝菌生而難見天日，一朝終其一生，此朝菌天命之眞；燕雀出卵，一月比於父母而能飛，此燕雀天命之眞；人十月懷胎成形，二七二八比於父母，七七八八終歸塵土(這里不是說女的到了四十九歲或者男的到了六十四歲就活不成了，而是說生殖功能的基本喪失)，此人天命之眞。因此，古人談人命生理者，常說女七七男八八，這是人的天命大數，凡夫俗子終難免。

心無旁騖，不受任何外力的影響，是尋回天眞的第一要務

——Simone Martini《Meditation》

第二重：恬淡虛無之天眞。即不摻雜任何人心妄念，使虛明清健的生命能量在肉體率行無礙，這樣不但可以頤養天年，更有可能讓生命達到更高的形態和境界。說到這里，已經觸及人體奧妙的禁區了，各類宗教，教義各異，最終都交集于此。順便一講，《黃帝內經》的開篇《上古天眞論》，有超過一半的道家內容，講的都是恬淡虛無之天眞。此乃醫家最上乘，歸正修習未達，不敢不講，不敢亂講。

行健之天，此無色無住之天，不關日月四時也。

四、結語

寫到這里，似乎早已忘了動筆的目的，畢竟這蒼穹所包容的太多，最終都化成了一片恬淡的蒼蒼虛無。然而，歸正還是想給個總結：

穿越滿天星辰，最終盡數納於人體，這就是古人眼中的天。

本篇文章始於莊周《南華經 - 逍遙游》，且讓我們止於康德的名句：

“世界上有兩件東西能震撼人們的心靈：一件是我們心中崇高的道德標準；另一件是我們頭頂上燦爛的星空。”

## 屏蔽邪欲，一身正氣

少成多結碩果，李穎也太勵志了吧？記住：人的天賦、師資、學習氛圍、家庭家族、人脈圈子等可能有所不同，但每天努力一點點，通過學習知識，掌握技能改變命運的路徑是相同的。

3.人一定要修好平靜、乾淨的內心。人們每

天都會有無數的煩心事，只要平心靜氣，大事清醒處理，小事一律放過，煩惱會煙消雲散。內心乾淨清醒的時刻：重大變故發生後，惡果報應來臨後，災禍臨頭後，重病救治清醒後，遭受重創失敗後，內心創傷撫慰後，違反交規處理後。人在什麼時候會內心迷亂喪失自我：金榜題名時，順利奪冠時，專橫跋扈時，任意妄爲時，被人捧殺時，遭受拋棄時，沖昏頭腦憤怒時。

4.低調行事，不炫耀自己。無論身處什麼平台、團隊、位置、環境，說話不逞強，行爲不狂妄，兜住自己的福報最好。

5.人的一生活閱人無數，得分清和遠離齷齪和

低級趣味的人。人有低級趣味和高級趣味之分。應該選擇高級趣味的人交往，高級趣味的人有時會被遺忘，但三觀正終究不吃虧。混社會的人一時吃得開，惡果到來會被遺棄。多與高級趣味的人爲友，不做齷齪和低級趣味的人。

6.人生會遭遇許多事情，難免遇到一些挫折或不幸。即使在平淡的日常中，也不可避免遇到不想見的事情。遇事看開一點、看淡一點、看遠一點，不與惡人糾纏，旺氣就會多一點。

7.有些事情發生了，既是偶然也是人生中的必然。既然發生了，不要去追問爲什麼，坦然面對當下和接納現實，遭遇之後不逃避。面對現實多包容、善待和寬容，不看得過於嚴重，也不要抱怨命運不公。老天是在眷顧你，讓你思考，否則事情可能會變得更糟。遭遇一些挫折，不怨天尤人，重新振作起來，積極尋找解決問題的方式方法，把損失降到最低，挽回頹勢就好。



不勸你具足善心良知，告訴你看清人性、真相和現實。找對路徑，讓自己慢慢強大起來。

屏蔽邪念邪欲，會增強自身免疫力，人也變得端莊、慈祥，會健康長壽受益一生。有邪淫想法的人內心灰暗，相貌會變得猥瑣醜陋。心存正念，映射到一個人的身上則是一身正氣。思無邪、念無欲的時候，邪欲就無所着落。心不爲邪念所動，行不爲邪路所導，身不爲邪氣所染，秉持一身正氣才能坐得穩、站得正、走得遠。

1.正氣得來多有益，屏蔽邪欲得清涼。世間有因就有果，因果是永恆不變的定律。不要爲了一時滿足邪欲放縱行爲，會悔之晚矣。萬惡淫爲首，萬惡淫爲首中的“淫”字，在此指過多、過分的慾望，並非淫蕩。明代的《增廣賢文》說：善有善報，惡有惡報。不是不報，時候未到。正氣之人必有善報。萬惡淫爲首，百善孝當先。存好心做好事自然有好回報；存惡念做惡事會有不好的報應。常懷邪念是折損福報的，原本具有的富貴、財富等等都會折損，嚴重的還會使家族和家人蒙羞。記住：心存善因，終得善果。

2.每天努力一點點，日積月累得回報。很喜歡這幾句話：學業、睡眠和社交圈，只讓你選擇兩樣。咋選？那年，留學美國的學妹果斷選擇了犧牲睡眠，朋友在聚會時，她在學習；同學在談戀愛時，她在學習；同學熄燈睡覺時，她依舊在學習。三年時間，學妹拿下計算機科學學士、經濟學學士和電子工程及計算機科學碩士。年僅20歲就擁有了三個學士學位。30歲時坐擁百億資產。當年馬雲爲了拿下她，開出了天價薪資，起初她擺手拒絕：自己最不缺的就是錢。這個讓馬雲費盡心思聘來的女士是誰？是站在馬雲身後的雲鋒基金操盤手，中國最美女富豪李穎。每天努力一點點，積

白沙在涅，與之俱黑。古人云：“水深不語，人穩不言。”一個人痛苦的根源，是使自己被他人的能量勒索，讓自己在精神上被消耗，在情緒上被吸食。長此以往，再美好的生活也會慢慢變得黯淡無光。所以成熟的人，面對他人的負能量，往往選擇沉默不回應。只有不對抗、不拯救、不糾纏，才能避免鏈接，使自己的生不致被拖入泥潭。

與負能量糾纏太久，會被污染

有人曾安排兩個人共處一室。這兩個人，一個臉帶笑容，另一個一直愁眉苦臉。結果半個小時不到，那個原本還滿臉笑容的人，也逐漸開始悶悶不樂。

許多時候，一個爛柿子，便足以壞掉一筐好柿子。有道是：“白沙在涅，與之俱黑。”

總是抱怨的人，會讓你變得頹廢；消極悲觀的人，會將你拽入深淵。渾身負面情緒的人，會如同黑洞一般，吸食你的能量，拖累你的生活。

著名作家林清玄早些年還是記者的時候，時常接觸一些負面事件和人物。這些人往往向他傾訴和抱怨生活中的各種不幸和困擾。起初的時候，林清玄還抱着同情的心態，試圖幫助這些人走出困境。然而，隨着時間的推移，林清玄發現自己也開始受到這些負面情緒的影響。他形容這種感覺，就像是身處在一個陰雲密布的環境，逐漸失去了原本的陽光和溫暖。

感染負能量的人，其實都是爲別人的情緒買單。長期和他們糾纏在一起，你的好運會慢慢被消耗，你的生活也會處處不順心。正如《心田上的百合花》中所言：“與負面情緒的人相處久了，不知不覺間，自己也開始感到生活的灰暗和無力。”

## 人生建議：永遠不要回應負能量

人生最大的內耗，就是揹負別人的命運，在關心別人的同時，忘記瞭如何保護自己。遇見渾身戾氣的人，繞着走；看見敗壞心情的，躲開掉。

生活的智者，需要以主人翁的心態，對自己的情緒負責，才能讓生活的陰霾逐漸散去，使人生重新放晴。

學會不回應，才能避免陷入垃圾桶陷阱

楊絳曾說：“世界是自己的，與他人無關。”誠然如此，過多承載他人的“期望”，就容易損耗自己的心力。處處對他人的情緒回應，就只會使自己亂了節奏。

作家周梅森以前只是個普通的煤礦工人，但他卻有一個當作家的夢想。可他的生活環境並不好，白天干着又臟又累的工作，晚上捨友們又吵吵鬧鬧的聚在一起閑聊、打牌。面對這樣的情況，周梅森只好獨自一人點煤油燈在角落默默寫作。工友們見此奇景，紛紛笑話他得了癡心瘋。得知周梅森被反復退稿，又有工友們笑話他：“稿費(廢)，稿費(廢)。”對於圍繞在他耳邊的譏笑，周梅森只是默不作聲地全身投入寫作。終於，在2017年，周梅森帶着《人民的名義》一炮而紅，成爲了著名的人民作家。正因爲周梅森的不理睬，他才沒有被工友的負能量影響，逃離了被拉扯入深淵的命運。

不回應源自別人的負能量，是一種保全自己的智慧，更是一種沉浸做自己的通透。作家周國平曾說：“人生最好的境界，是豐富的安靜。”人活一世，每個人都有屬於自己的課題。你

的課題，就是管理好自己的情緒，走好自己人生的軌迹。而別人有是否憤怒、沮喪，亦或是對你指指點點，品頭論足，都對你無關緊要。

倘若你過分在意，長期吸收，你就會平白揹負他人的命運，被脫入同一個層次。所以別輕易接收來自他人的情緒垃圾，也不要試圖解決他人的問題。讓他們做他自己，你唯一要做的，就是活好自己。

中年以後：守住自己的“能量池”

作家馮唐曾說過：“人的能量，比情商、智商更重要。”人到中年，務必要遠離“能量扶貧”。不要用人家的過錯懲罰自己；也不要因他人的情緒困住自己。

一個人最好的轉運方式，需要從守好自己的能量池開始。

1、不回應  
灰塵落在身上，輕輕扶去就行；泥土沾到身上，換上另外一件就好。所以挑剔的話，不用去聽；指責的話，無需去理。抱怨的話，不必回應；抬杠的話，無需理睬。爛人只會濺你一身泥，破事只會惹出一身騷。中年以後，關上自己的門，守住自己的窗，才能安心過好自己的風景。

2、不介入  
正所謂：“衆生皆苦，唯有自渡。”你可以提供幫助，但不要逾越了界限。強行爲他人點燈，結果往往只會帶來毫無意義的損耗。

所以克制自己糾正欲，不要好爲人師；放下自己拯救情，不要太聖母心。不介入，不揹負，人活一世，用心過好自己的人生，便成年人應有的清醒。

3、敢翻臉

好的關係，是一種雙向的奔赴。一直單面付出感情，單方向流動能量，生活遲早會被拖垮。所以太耗神的關係別強留，該放棄的感情別踟躕。遠離低能量的人，這是對生命的減負。多靠近滋養你的人，才能爲人生增彩。

張愛玲說：“人到中年，身邊都是想要依靠你的人，卻沒有你能依靠的人。”千難萬難，中年最難。各種家庭的壓力、生活的焦慮、內心的孤獨都在一次次消耗你的能量。

所以人的能量很貴，經不起一絲絲的浪費。學會篩選、屏蔽，過濾掉那些負能量的人與事，把時間與精力用來滋養自己，生活才會如你所願般津津有味。





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

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



14  
六月

聊聊我们生活中的  
父亲角色

9  
八月

赌博游戏是如何抓住  
我们的心

13  
九月

当我们经历丧失与悲痛

10  
十月

我们对自己的衡量与评  
价真的准确吗?



星期五中午 12:00-1:00 PM

疗愈小组

CHINESE HEALING CIRCLE

微信添加ichc-outreach  
或扫描二维码  
发送“中文疗愈小组”报名

如何确保我的选民登  
记是正确的?



以下是一些快速简  
单的检查步骤:

- 扫描二维码访问此网站:



- 向下滑动页面并选择“检查您的注册check your registration”
- 输入您的名字、姓氏和您居住的县。请在10月7日之前查看! 此过程将确认您能够投票。

选举日是

11月5日

让别人听到您的声音

## 为什么要检测 艾滋病毒(HIV)?

### 保护您自己



当您知道您的HIV状况时,您就可以知道是否需要治疗才能生活得更健康、更长寿。您还可以学习如何预防感染。

### 保护您的 伴侣



了解自己的状况有助于您在性活跃的情况下采取安全措施并接受适当的治疗,从而防止将HIV传播给您的伴侣。

### 保护您的 宝宝



通过了解自己的状况并遵循医生的治疗计划,防止通过分娩或母乳喂养将HIV传播给宝宝。

亚洲国际社区健康中心  
(ASIA) 提供保密检测!

## 疫苗接种, 保护你我他。

本季度新冠疫情非常严重,尤其是在俄亥俄州。正因如此,接种疫苗至关重要。在享受夏日阳光的同时也要做好防护哦!

亚洲民众服务协会 ICHC 提供更  
新的新冠疫苗

请致电 216-881-0330 预约





# 公司成立 10 周年

## 我們也是開餐廳起家，一起合作 環保地球

- \* 我們的服務是解決您企業或公司產生的食物浪費的解決方案。清潔、培訓、標牌和報告都包含在我們的合作關係里面。
- \* 我們從實地考察開始，以確定適合您的要求服務，與工作人員合作，找到堆食物箱的最佳位置，才開始為您企業服務
- \* 一旦合作，我們開始提供現場培訓，以確保

人們知道使用我們服務的最佳方式。還提供了關於我們使命價值和目的的演講，以讓人們對參與感到興奮。

- \* 我們每周上門提供服務一次，拿走您們扔的食物容器，再換成乾淨的空容器。

**一起環保 拯救地球**

# 食物回收

## 超市 飯店 辦公室 和其他需要幫助

**9月30日  
前簽約，  
您可以節省  
\$240**

**RUST BELT  RIDERS**  
**Feed People, Not Landfills**  
 216-800-4651 • rustbeltriders.com

Sign up before August 31st and receive up to \$240 savings on onboarding fees.