



**Michael Chen**

大學助學金及稅務規劃專家

# 明州時報

www.mntimes.org

2020年01月24日 星期五 MINNESOTA TIMES 332期



CAAM Chinese Dance Theater Presents

## Journey to Dunhuang

走进敦煌

2020 Production

Saturday, Jan. 25, 7:00pm  
Sunday, Jan. 26, 2:00pm

The O'Shaughnessy,  
St. Catherine University  
2004 Randolph Ave,  
St Paul, MN 55105

\$25 at the door / \$20 advance at  
<https://oshag.stkate.edu/events>  
or by calling 651.690.6700  
Contact [admin@caamcdt.org](mailto:admin@caamcdt.org) for special pricing

聚是一团火 散是满天星

## 热烈祝贺“华星艺术团” 荣获“2019全球华侨华人年度人物”

“2019全球华侨华人年度评选”颁奖典礼在北京钓鱼台国宾馆举行。华星艺术团获“2019全球华侨华人年度人物”。

自2014年以来，海外华星艺术团已达42家，遍布全球25个国家或地区。艺术团扎根当地华社，始终保持着中华文化的底色，在春节、元宵、中秋、中国国庆等节日，组织各种文艺演出和文化交流活动，带动侨社文化生活，并不遗余力地向住在国民众介绍中华文化，形成中华文化海外传承和弘扬的一支重要力量。 (下接B2版)

想要了解华星艺术团在明州将举行哪些春节大型活动吗？想要了解其它明州春节华人活动吗？请扫一扫右侧的二维码，关注《明州时报》官方微信公众账号。

<p>中美正式签署 第一阶段贸易协议</p> <p>【详见A6版】</p>	<p>五大湖区 将迎来旅游热潮</p> <p>【详见B2版】</p>	<p>明州华人新星刘嘉仪 在时尚摄影界崭露头角</p> <p>【详见B5版】</p>
-------------------------------------------	----------------------------------------	------------------------------------------------

本期热点

# 满足您所有的移民需求

MARGARET W. WONG & ASSOCIATES LLC ATTORNEYS AT LAW

黄唯律师楼为全球的公司和个人客户提供服务

1978 年以来

精办绿卡、投资、亲属、移民、各类签证 (B, E, H, K, L, O, R, T, U, V)、庇护、法庭辩护、上诉、开案、暂缓递解、保释、犯罪记录、子女超龄、梦想法案、入籍等。

最佳律师最佳移民律师楼 超级律师 顶尖律师 全美亚太律师协会联合主席  
凯斯西储大学客座教授 第八司法区和第六巡回法庭终身会员

中英文电话: **(1) 612-469-9888 & (1) 216-566-9908**

7900 International Dr. • Suite 300  
Bloomington, MN 55425

[wong@imwong.com](mailto:wong@imwong.com) [www.cimwong.com](http://www.cimwong.com)

Atlanta • Columbus • Cleveland • Chicago • Los Angeles • Minneapolis • Nashville • New York • Raleigh



中文 美术 科学 音乐 功夫

国学华风,寓教于乐;琴棋书画,陶冶情志;武术功夫,强身健体;动手动脑,乐在其中。我们每周都有不同的主题,届时将会邀请名师名家讲授音乐,教授琴、棋、书、画和武术表演等。学中文,学美术,学科学,学音乐,学功夫!让您的孩子在育才夏令营快乐“一夏”!

夏令营期

- 第一期 6月15日—6月19日
- 第二期 6月22日—6月26日
- 第三期 7月06日—7月10日
- 第四期 7月13日—7月17日
- 第五期 7月20日—7月24日
- 第六期 7月27日—7月31日
- 第七期 8月03日—8月07日
- 第八期 8月10日—8月14日
- 第九期 8月17日—8月21日
- 第十期 8月24日—8月28日

\*如果某一期报名人数不足,育才会考虑予以取消并退还付款。

2020 育才“国学华风” 夏令营

报名方式

报名时间:即日起至6月13日; \*早鸟优惠期3月31截止。

报名年龄:5-12岁

报名方式:

1.育才网站:

https://tinyurl.com/u9m5ahh

2.微信扫码报名:



学费详情

学费:每期\$300

学费优惠期:3月31日之前全额付款:270/期(不含午餐)。

午餐费:如有需要,育才将提供午餐:每周\$35

付费方式:

1. Mail check to: Yucai Chinese school, PO Box 46155, Plymouth, MN 55446

2. 网上支付:

Email to: yucaimn.fee@gmail.com for instructions

邮箱: yucaimn@yahoo.com

网站: www.yucaimn.org

地点: Wayzata Central School

\*退款:5月1日之前取消,退还学费,但收取100元手续费;

5月1日之后取消,不予退款。

课程表

8:30 - 9:00am:早上好!

9:00 - 10:50 am:中文(儿歌/故事/诗词)

11:00 - 12:00pm:手工/游戏

12:00 - 1:30pm:午餐/休息/户外活动

1:20 - 2:20pm:科学故事及实验

2:30 - 4:30pm:才艺(琴,棋,书,画,舞蹈,,武术,体育)

4:30 - 5:00pm:回家吧!

义工报名

育才为9-12年级学生提供义工机会,并颁发证书。

义工网站报名:

https://tinyurl.com/rzq8pu8

扫一扫右侧微信二维码报名:



劉紹虹會計師事務所

專業服務,享譽華人社區逾十年

- ★執照註冊會計師 CPA
- ★誠信高質服務,收費公平合理;
- ★全面多元省稅計劃,避免查稅風險

客戶範圍: 個人,公司,非盈利組織

服務項目: 財務,薪資,稅務,諮詢,審計,公司設立,資產評估

公司地址:3555 Plymouth Blvd,STE 218 Plymouth, MN 55447

電子郵箱:Amber@liucpa.us; Nina@liucpa.us Kelly@liucpa.us

聯絡電話:612-638-2676 612-432-1476

公司傳真:612-465-6317

網址:http://www.liucpa.us



新家园貸款

Metropolitan Financial Mortgage Company NMLS # 3068

您从这儿得到的是:最真诚的服务,最优惠的利率!

- ★想要买自住房吗? 没问题,我们可以帮您贷到97%的买房款,您只要有3%就可以。
- ★想要买投资房? 没问题,我们可以帮您贷到75%,您只要有25%的首付。
- ★房价下跌,没法重新贷款,享受当前的低利息? 不见得,很有可能您能享受HARP项目贷到125%,而且不用买贷款保险。
- ★看中的房子需要修理,不能贷款? 我们这儿203K, HomePath 可以帮您解决您的难题。

612-940-7275 (Phone) 888-887-4436 (Fax) E-Mail:mmao@metrofmc.com 毛茅 (Maggie) NMLS # 376900



# 明州新聞

## St. Louis县的铲雪车司机集体罢工

1月15日,明尼苏达州圣路易斯县负责3000英里县道的铲雪车司机集体罢工。该县是明尼苏达州最大的县,面积超过7000平方英里。该县有5所学校,共计1900多名学生,大多数学生每天都需要乘坐公共汽车,罢工给冬天的道路安全带来了隐患。

此次罢工的原因,是司机们对退休时可以累积多少病假并变现而感到不满。多年来,工龄长的司机可以累积多达1900个小时的病假时间。但是在2013年的合同中,新员工却只能获得1150小时的病假时间。然而,该县的其它两家雇员单位却规定,所有成员都能获得1500小时的病假时间,并且无需考虑资历。

工会的布莱恩·奥尔德斯(Brian Aldes)说,铲雪司机只是想和其他县的司机们一样。“我们的成员希望得到公平和公正的对待。当他们退休的时候,这些病假时间就是他们用来支付退休人员医疗保险费的钱。”

而圣路易斯县发言人达娜·卡泽尔(Dana Kazel)则表示,工会的这项要求会给纳税人带来巨大的财政负担,预估成本将达到150万美元。而如果其它单位也效仿此要求,那么成本将高达1800万美元。

1月20日,铲雪司机争取到了新的临时合约,工资、福利,以及可以累积的病假时间都得到了增加,结束了为期6天的罢工。

## CenturyLink过度收费案和解

明尼苏达州总检察长埃里森(Keith Ellison)15日表示,CenturyLink已同意支付近900万美元,以了结该公司对明尼苏达州客户过度收费的指控。

埃里森说,和解协议要求CenturyLink向超过1.2万名明尼苏达州的客户支付超过84万4千美元的退款。每位客户的退款约为70美元,如果仍然是他们的客户,将通过账单信用额退款;如果不是,则通过支票退款。

而CenturyLink还需额外支付800万美元,埃里森的办公室会将它们发放给其他顾客。

助理司法部长亚历克斯·鲍德温(Alex Baldwin)表示,CenturyLink使用的策略是收取虚假的互联网费用。“该公司试图使其听起来像是一种税收或其它某种政府收费,但事实并非如此。他们向所有网络客户收取此费用,并且在过去的几年中,此项收费从99美分提高到了1.99美元,然后又到3.99美元。”鲍德温说。

作为与州达成和解的一部分,CenturyLink同意停止收取此类费用,在销售时披露其服务的真实价格,并兑现所有的价格和折扣。公司还必须在未来三年内向总检察长办公室提交审核报告,以检验其是否合规。

## 明尼苏达州控告Comcast乱收费

明尼苏达州检察官基思·埃里森(Keith Ellison)已与Comcast达成和解,为30000多名客户争取到了共计114万美元的退款。和解协议还要求Comcast要在广告中明确所有的服务费用。

埃里森说,Comcast对客户隐瞒了真实价格,并且误导了他们。“Comcast承诺只要签约就会提供礼品卡,但实际上从未兑现过。Comcast还向客户收取从未签署过的设备、服务的费用。然后,当他们想要从未签署过的设备和服务中退出时,他们还要向这些客户收取终止费。”

投诉客户中,来自圣保罗的Barb Laporte称“赔款金额并不重要,重要的是他们要承担责任,他们必须知道对消费者不诚实会造成怎样的后果。”尽管Comcast并未承认这些指控,但最终也不得不达成了和解。

## Woodbury将采取紧急行动 解决水污染问题

伍德伯里(Woodbury)正在采取紧急行动,以应对水污染问题。在东南郊区,将建立一个临时处理厂,用来去除饮用水中名为PFAS的化学物质,确保有足够的干净的水以满足夏季需求。该物质被称作是“永远的化学物质”。目前,伍德伯里已经停止使用19口城市水井中的6口,因为这6口井中的PFAS的浓度,已经高于州立卫生部门认为安全的数值。

污染的源头,是3M于上世纪50年代开始制造PFAS,用以制作防污剂和不粘炊具等产品。含PFAS的废物被弃置在东部地铁的垃圾填埋场中,在那里化学品渗入了地下水中。直到21世纪初,3M才逐步淘汰了这种化学药品的生产。

而PFAS不论是在环境中还是人体中都不会分解,对动物和人类健康会产生不良影响,包括对婴儿、肝脏、甲状腺疾病以及某些癌症。

2018年,3M同意向明尼苏达州支付8.5亿美元,以达成关于PFAS污染诉讼的和解。目前正在制定一项计划,使用这些和解金为受影响的社区提供长期的饮用水。

伍德伯里的公用事业经理吉姆·韦斯特曼说,这个城市需要一个临时处理厂来满足夏天的需求,否则居民们可能会面临用水限量。他说,临时处理厂将使用活性炭从3口井中去除PFAS,这样就可以再次使用它们了。

同时,他还强调说,该市的供水目前符合所有州和联邦的水质标准。该处理厂预计将在今年夏天准备就绪。韦斯特曼说,明尼苏达州和3M将支付该项目的费用,估计在750万至800万美元之间。

## 路滑导致明州发生数百起车祸

1月18日,一股北极冷空气席卷了整个明尼苏达州。这次冬季风暴在北部的部分地区降了超过一英尺的积雪。在南部和西部,积雪并不多,但冻雨在道路上留下了一层冰。

据国家巡逻队的报告,18日凌晨6点至下午4点半之间,结冰的道路共导致了341起撞车事故,有302个车辆滑到路边的沟里,但所幸没有人员伤亡。

## 高速公路494上一辆校车起火

1月13日下午,州际高速公路494上有一辆校车着火。明尼苏达州巡逻队称,校车是在Maplewood和Woodbury交界(I-494 and Carver Avenue)着火的,校车上有20人,但没有人受伤。

里奇菲尔德中学(Richfield Middle School)说,这辆公共汽车正在运送七年级学生参加篮球比赛。州巡逻队说,里奇菲尔德学区随后派了一辆新的公共汽车,将18个孩子和一辆教练带到目的地。

## 火车意外泄露大量玉米粒 路轨变成一条“黄金之路”

近日,一位明州网友Mike Parker在Twitter上表示自己家附近的火车路轨里铺满了大量玉米粒,变成了一条“黄金之路”,而且长度足足有600米。令他奇怪的是,这些玉米粒居然十分均匀地分布在路轨里,并未撒出路轨。

经过当地媒体证实,这条“黄金之路”是由于有一列运送谷物的火车在该处发生了泄漏,而以匀速行驶的火车让玉米粒均匀地铺满了路轨。



(新闻来自各大新闻媒体,并不代表本报立场)

# 精诚装修公司

可提供 设计图纸→申请 Permit→专业施工→市府检查通过等一条龙服务  
我们拥有20年从业经验,700万劳工&财产保险免除您后顾之忧

## 内外油漆, 地板瓷砖, 橱柜台面, 浴室翻新 更换门窗, 围墙露台, 水电安装, 精细木工

- 商店(指甲店/按摩店/饮品店.....)
- office/仓库 隔房间/吊顶/油漆
- 新建/加建 独立屋/公寓/阳光屋/浴室
- 地下室 隔房间/浴室/酒吧台/练歌房
- 危房 市府要求整改不允许入住通知
- Deck 露台/凉亭/BBQ台/Siding
- 投资屋升值装修改造
- 售房屋上市包装
- Stone 壁炉/影视墙/吧台/烧烤台/内外墙文化石装饰

### 精工细作 诚信为本

## 请电 651-505-8888 (王先生)

### 免费到府估价



扫描王师傅  
微信二维码



Stone Construction LLC  
MN Lic: BC 746948, 7 million insurance  
Tel: 651-505-8888  
Email: stone5058888@gmail.com





### 蔡英文高票当选 称台湾已是“独立国家”

当地时间1月11日,台湾2020年“总统大选”举行投票,民进党蔡英文以史上最高票,击败国民党候选人韩国瑜,成功连任台湾地区领导人。

据中选会资料,截至当晚9时47分蔡英文已拿下815万7,143票,打破2008年马英九的765万票,改写了历任民选总统最高得票数!

而据中央社报道,蔡英文连任后接受英媒BBC采访时说,“我们不需要宣告自己独立的地位,我们已经是独立的国家,名字叫中华民国台湾”。

蔡英文表示,她一直没有正式宣布台湾独立,也没有修改宪法或改变国旗,而她所在的民主进步党当中一些人希望她这样做。她说,中国已经声称,上述做法可能成为北京发动军事行动的借口。

蔡英文认为,真正需要做出改变的是中国。“因为,3年来,我们看到中国不断加强(对台湾的)的威胁...他们派军舰军机绕台。还有香港发生的事,民众真正意识到危机确实存在,而且变得愈来愈严重。”

蔡英文还说:“任何时候都无法排除战争的可能性。问题是必须做好准备,加强自卫能力,并取得国际上的支持。台湾的军事能力相当不错,中国若入侵台湾,必将付出庞大的代价”。

### 伊朗意外击落乌克兰客机

伊朗国家电视台称,伊朗无意中击落了失事的乌克兰客机。声明于当地时间11日早上发布,并将飞机被击落归咎于“人为失误”。这架被击落的乌克兰航空752号航班,不幸遇袭坠落后,机上176人全部丧生。

这架原定从伊朗首都德黑兰飞往基辅的乌克兰航空航班,1月8日凌晨起飞几分钟后,在机场北部15公里处的德黑兰郊区坠毁,机上176人全数丧生。坠机后,伊朗一直坚称飞机失事原因是“机械故障”、“发动机故障”。而据媒体随后传来的飞机坠落现场的照片等资料显示,多名专家推测,从迹象判断客机是被伊朗方面误击落的可能性很大。且从失事飞机残骸的照片上看到有弹孔。

16日,美国有线电视新闻网(CNN)获



# 头条速览

得了一段视频,一枚导弹正在向德黑兰的天空发射并撞击一架疑似飞机的物体。大约与此同时,乌克兰航班在起飞后坠毁。当天,加拿大总理特鲁多宣称,加拿大的情报以及盟国提供的情报表明,这架客机是被伊朗的地面导弹击落。他呼吁对导致坠机的原因进行彻底调查。据悉,遇难的飞机上被指有57名加拿大人、82名伊朗人及11名乌克兰人。

而究竟坠机原因是什么,伊朗官方终于在1月11日给出了结论。伊朗国家电视台援引军方声明说,当时该航班离开德黑兰伊玛目霍梅尼国际机场,靠近了伊斯兰革命卫队的一个敏感的军事中心。而事发正值轮换,且该中心处于高级警戒状态。另据伊朗官方迈赫尔通讯社的报道称,事发客机在改变方向的时候,其形态被指完全类似于在接近伊斯兰革命卫队敏感战略中心的敌对目标(美军飞机)。伊方称,在这种情况下,由于人为的失误,该客机无意中成为了目标,不幸导致许多伊朗同胞和外国乘客遇难。

### 俄罗斯政府全体辞职

当地时间1月15日,俄罗斯总理德米特里·梅德韦杰夫说,根据《宪法》第117条,俄罗斯联邦政府全体辞职,以便为总统普京实施宪法改革、加大国会权力留出空间。

就在梅德韦杰夫辞职当下,普京提名刚刚辞职的梅德韦杰夫任俄联邦安全会议副秘书长。当天稍晚,普京又提名现任俄罗斯联邦税务局局长米舒斯金(Mikhail Mishustin)为新总理人选。

“普-梅”组合已经维持了近20年,可算是俄罗斯政坛的“常青组合”。普京于2000年、2004年担任总统,梅德韦杰夫则出任总理(俄罗斯当时的宪法规定,总统每四年一届)。2008年,在普京的支持下,梅德韦杰夫担任俄总统,普京则出任总理。梅德韦杰夫在任期间修改了国内宪法,总统由四年一届改为六年一届。为普京今后长时间执政打下了基础。2012年,

普京再次出任俄总统,梅德韦杰夫也再次担任总理。2018年5月8日,普京的第一届六年总统任期到期,获得连任,梅德韦杰夫继续为新一届政府总理。

早前,普京呼吁俄罗斯公民就宪法修正案进行投票。根据普京的修宪建议,总统的任命权将受到限制,而俄罗斯国家杜马则被赋予更大的权力,可以决定国家总理及其他重要内阁成员的任命。普京去年12月19日举行年度大型记者会时曾表示,他不排除会对俄宪法做出变动,比如取消“两个连续任期”的相关条款。

鉴于普京的第4个总统任期将在2024年结束,届时本应下台,有分析称,普京可能是要先做准备,以期在任期届满后出任新的职位,或是扮演在幕后掌权的角色。

### 严防武汉不明原因肺炎 美国三大机场加强检测

美国疾病控制与预防中心(CDC)部署一百多名工作人员到美东、美西的三大国际机场,检查从中国武汉抵美的乘客是否有发烧等症状。

这是美国政府预防中国武汉肺炎在美国扩散的最新动作。CDC从1月17日晚上开始对抵达纽约市的约翰·肯尼迪国际机场的乘客进行体检,旧金山国际机场和洛杉矶国际机场的体检从18日开始。截止目前已经超过5千名游客接受了检查。

近日,中国武汉发现一种可能引发肺炎的新型冠状病毒,现已确定这种病毒可以在人与人之间传播。据中国国家卫健委消息,截至北京时间1月21日,全中国共确诊新型冠状病毒感染的肺炎病例320例,死亡6例。

截止到1月21日,除中国以外有三个国家证实了到访的乘客中发现了病例,分别是:日本1例、韩国1例和泰国2例。韩国、印度、泰国、日本、尼日利亚和美国已经开始实施机场检查程序。各国纷纷扩大安全措施旨在防止出现2002至2003年曾爆发过的SARS疫情危机,当时这种冠状病毒造成了约8百人死亡。

### 海外华人便利 中国护照2月起“全球通办”!

近日,中国外交部透露,各中国驻外使领馆将于今年2月1日起,针对中国护照实施以下两大便民举措:

1、全球通办,简化材料:2月1日起,海外中国公民可向中国任何驻外使领馆申请护照换、补发。如果是换发,仅需提供原护照、国籍状况声明书、照片和申请表;如果是补发,另提供遗失或损毁情况说明即可。

2、从2月1日起,不再把在国外停留满180天作为补发护照的限制条件。只要时间允许能等待新护照的制作和邮寄,驻外使领馆可以为其补发护照。

此外,未满16周岁申请人办理中国护照也将简化办理程序。不再要求申请人父母双方都必须陪同到场,只需一位法定监护人(父/母/其他法定监护人)陪同到场办理,并出具同意办理证照意见即可。

### 触目惊心! 央视揭露亿元贪官“猛料”

央视综合频道近日开播大型反腐电视专题片《国家监察》,被网友称为现实版“人民的名义”,可谓是“猛料”十足!

贵州省原省委常委、副省长王晓光——家里堆满4000多瓶茅台酒;茅台集团原党委书记、董事长袁仁国——收5公斤黄金“仁国鼎”;河北省政协原副主席艾文礼——携带3大箱子材料主动到中央纪委交代问题;云南省委原书记秦光荣——北京和老家各有上千平米私家宅院……

更多新闻详情  
请扫描《明州时报》微信二维码



(内容来自各大新闻媒体,并不代表本报立场)



Sat, March 7, 2020 1:30 to 4:30 PM

U of M, St. Paul Student Center  
2017 Buford Ave, St Paul

Event detail: <http://tolib.org/event>  
Sign up: <http://tolib.org/signup>

\* FREE event. English subtitle



## 2020 台灣電影節暨畫展 2020 Taiwan Film Festival and Art Exhibit

## 戀戀風塵 Dust in the Wind





# 参议院正式启动总统弹劾审讯

1月16日下午2点,美国参议院正式启动了针对川普总统的弹劾审讯程序。美国高院首席大法官罗伯特为参议员主持了宣誓仪式。100位参议员誓言将进行一次公正的审判。

参议院多数党领袖麦康奈尔宣布参议院将于1月21日下午1点开始,进行审判规则和程序决议的辩论及投票。整个弹劾审讯过程将持续至少2周,每周6天。

媒体普遍认为,由于共和党控制着参议院,川普将在参议院的审判中被宣告无罪。参议院共和党领袖麦康奈尔也多次暗示支持川普。白宫方面则表示,希望在2月4日的国情咨文演讲前完成审判,让川普可以在全国演讲中“欢呼胜利”。尽管如此,这场“旷日持久”的弹劾案还是有许多值得关注的地方。

## 佩洛西的32支签字笔

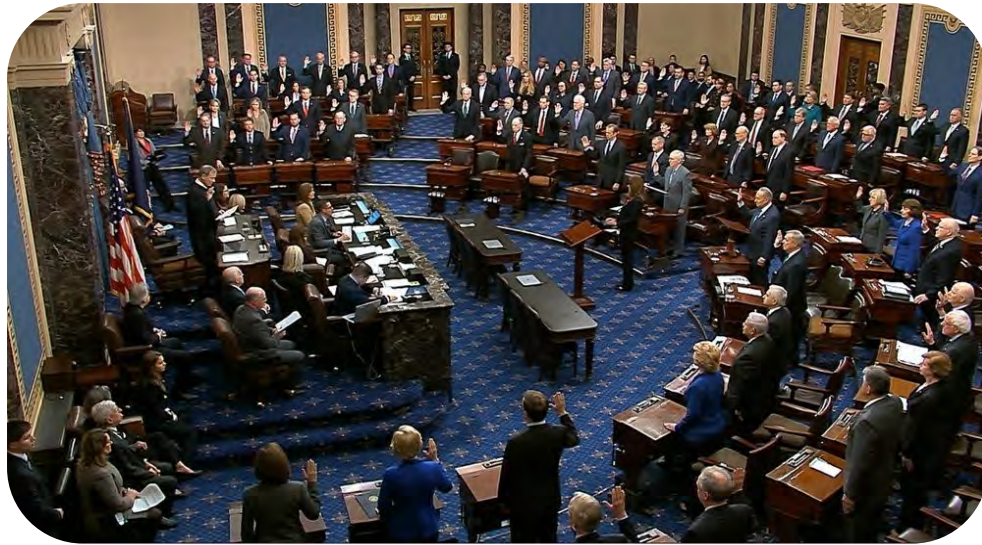
在众议院弹劾条款的签字仪式之前,佩洛西的团队准备了32支刻有她名字的签字笔。仪式结束后,佩洛西将这些笔赠予了几位“弹劾经理”及其他官员作纪念。

BBC指出,这其实是美国一直以来的传统。自罗斯福开始,许多总统都会用多支笔来签署意义重大的法案,并将这些笔赠送给他人留作纪念。奥巴马在签署医保法案时用了22支笔,川普也曾开玩笑称他在就职日签署法案时笔都不够用了。

然而,佩洛西的这一行为却遭到指责,有人称她太浪费,还有人指责她不该将庄严的弹劾当作一件值得欢呼雀跃的事。白宫发言人格里沙姆称,佩洛西“将签字笔当作奖励送出太阴暗了”。参议院共和党领袖麦康奈尔也嘲讽这一行为,同时称“众议院的时刻已经结束”。

## 众议院“护送”弹劾条款

1月15日,美国众议院议长南希·佩洛西



首席大法官罗伯特带领参议员们宣誓要进行公平审判

西宣布,将把众议院通过的两项弹劾川普条款正式递交给参议院进行审理,并宣布了七名弹劾案民主党代理检察官。

15日晚,众议院执事谢丽尔·约翰逊捧着装有弹劾条款的蓝色文件夹,在警卫官和七位“弹劾经理”的陪同下,郑重地穿过雕塑大厅、走过佩洛西的办公室、穿越中央圆形大厅,最终到达参议院大门。到达参议院后,约翰逊正式通知参议院,众议院已通过决议任命“弹劾经理”。参议院司法委员会主席查尔斯·格拉斯利则回应称“收到”。

在1868年弹劾前总统安德鲁·约翰逊,1998年弹劾前总统比尔·克林顿时,也曾出现这一罕见仪式。



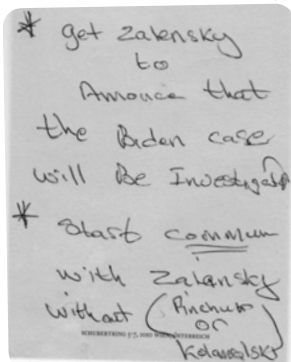
众议院执事“护送”弹劾条款穿越大厅

## 新证据令人震撼

在宣布将弹劾条款递交给参议院之前,14日晚间,众议院情报委员会公布了一批新的弹劾证据。这些证据来自川普私人律师朱利安尼的生意搭档帕纳斯。帕纳斯是乌克兰人,在“乌克兰门”中,他帮助朱利安尼与乌克兰政府高层联络。

帕纳斯在去年底遭到美国检方指控,他最初聘请了川普的代理律师,而且拒绝了与众议院弹劾调查合作。但很快,帕纳斯更换了律师,极力希望与弹劾调查合作,说出他了解的“乌克兰门”内情。

最近,帕纳斯的律师又交出大批他与川普私人律师朱利安尼,以及与乌克兰政府官员的短信、邮件与图片。



帕纳斯的手写笔记

其中,最令人震惊的是在今年五月初,朱利安尼写给新当选的乌克兰总统泽兰斯基的信。朱利安尼在信中强调,自己是美国总统川普的私人法律顾问,在“川普知情并同意”下,要求与泽兰斯基在5月13日或者14日私下会面的。

帕纳斯交出的信息中,还包括了他与朱利安尼等人交谈时做的笔记,上面写着:要求泽兰斯基宣布调查拜登。

尽管“铁证如山”,共和党把持的参议员将宣布川普无罪,几乎没有什么悬念。

## 弹劾案能否得到公正审理?

上个月中,在众议院通过弹劾条款前后,共和党参议院领袖麦康奈尔接受福克斯电视台访问时,明确表示:“共和党与白宫律师合作,在弹劾案的立场上,我们与白宫一致。”虽说麦康奈尔属于川普党不是新闻,但是,弹劾案还没有开始审理,就站在了“被告”一边,令人强烈怀疑,川普弹劾案能否得到公正审理?

佩洛西随后表示,在无法保证案子是否会得到公正审理的情况下,暂时不把弹劾条款交给参议院。经过一个月的背后角力,共和党参议员中有至少四位宣布,他们希望弹劾案得到“公正审理”,并认为应该“传唤证人”。

在这些证人中,最引人注目的就是前国家安全顾问博尔顿。一向号称爱国的博尔顿拒绝在众议院弹劾调查中作证,但他表示,如果收到传票,他会在参议院审理中作证。其他证人还包括川普的私人律师朱利安尼和白宫办公室主任马罗尼。

同时,白宫扣押着大量文件证据,包括乌克兰门爆发后,川普手下如何找借口掩饰的邮件等。

参议院能否公平审判,大法官罗伯特扮演什么角色等等,都将和川普一起载入史册。



# LTA INSURANCE

## 明州最具竞争力的保險代理

同時也是經驗豐富的房地產投資代理和顧問

**代理最多 價格最優 服務最全**

精辦 — 多家著名健康及人壽保險企業  
— 員工,餐館  
— 房屋,車輛,投資房,地產買賣

**買人壽? 當然要找LTA!**

**請撥 651-735-1284 詢問**

www.lta-insurance.com

1935 W County Rd B2, Suite 430, Roseville MN 55113





房屋和車輛 - Travelers, Safeco, Encompass, Progressive, American Strategic Insurance, Allied, Dairyland, Foremost 企業,員工及餐館 - Travelers, CNA, The Hartford, Zurich, SFM, Main Street America, Liberty Mutual, ProHostUSA 投資房 - Foremost, Safeco, Burns & Wilcox, American Strategic Insurance, American Modern 健康和人壽 - MetLife 大都會人壽, New York Life 紐約, Prudential, Medica, Preferred One, Lincoln Omaha, Genworth, Banner Life, Blue Cross Blue Shield

Disclaimer: Neither Minnesota Yucai Chinese School nor its subsidiaries (including its directors, officers, employees, agents and advisers) makes no express or implied warranties or representations with respect to its products or services including but not limited to warranties of merchantability, non-infringement, accuracy, reliability or quality of any product, contents, advertisements contained on, distributed through, or accessed from Minnesota Times in print or any products or services obtained or used by any consumer as a result of advertisement or



# 中美正式簽署 第一階段貿易協議

美东时间1月15日上午11时30分，美中在白宫签署第一阶段贸易协议。美国削减了美国对中国商品加征的部分关税，以换取中国购买更多美国产品并实施一些改革。中国承诺将在未来两年购买2000亿美元产品和服务。

特朗普总统发表谈话称这是中美达成的一个“历史性协议！”出席签字仪式的副总统佩斯也表示，两个全球重要的经济体肯定还会有争议，但是这一天标志着美中关系上开始了新的一章。但他同时表示美国将维持对华关税一直到达达成第二阶段贸易协议为止。特朗普还称，他将亲赴中国进行第二阶段贸易谈判。

中国副总理刘鹤带来了习近平的亲笔信，信中说，中美贸易协议对中国、对美国、对全世界都有利。特朗普在讲话中再次称习近平是他的朋友，两人“发展出了一段难以置信的友谊”。

美国出席签署仪式的官员和议员人数众多。白宫方面，包括特朗普总统和彭斯副总统，以及女儿女婿伊万卡和库什纳，白宫国家经济委员会主任库德洛和强硬的对华鹰派纳瓦罗等12人。政府官员方面，包括美驻华大使布兰斯塔德、财长姆努钦、商务部长罗斯、贸易代表莱特希泽等8人。以及32位来自各州的参议员、众议员和州长等。而出席签字仪式的中方官员只有10人。

根据美国贸易代表办公室公布的英文版本，这份长96页的协议分为八章，分别是知识产权、技术转让、食品与农产品贸易、金融服务、宏观经济政策与汇率问题与透明度、扩大贸易、双边评估和争端处理和最终条款。

### 商品和服务采购

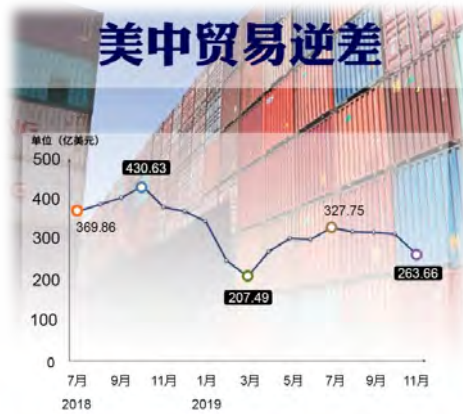
中国承诺，在2017年贸易额的基础上，在未来两年内额外购买至少2000亿美元的美国产品和服务，其中第一年执行不少于767亿美元，第二年执行不少于1233亿美元。

美国贸易数据显示，在贸易战开始前的2017年，中国购买了1300亿美元的美国商品和560亿美元的服务。



(美国总统特朗普与中国副总理刘鹤签署中美第一阶段贸易协议)

按照采购种类划分，中国承诺在未来两年内额外购买777亿美元的制成品、524亿美元的能源产品、379亿美元的服务和320亿美元的农产品。如果计划如期完成，中国2020年对美国的贸易值将超过2000亿美元，2021年超过2500亿美元，这将大大减少美国对中国的贸易逆差。



### 知识产权

知识产权是引发美国对华“301调查”的核心，最终引发了中美贸易战。

协议要求，中国对加强专利、商标和版权保护，包括改善打击网络侵权、盗版和假冒商品的刑事和民事程序。

中国不能以市场准入为要挟，迫使外国公司转让技术。中国还同意不直接支持旨在获取外国技术以满足其产业计划的对外投资。中国需要在协议生效之日起的三十个工作日内颁布一项行动计划，概述中国为履行本章规定的义务所采取的改革以及每项措施的生效日期。

### 金融服务

协议要求中国消除贸易和投资壁垒，增加美国公司进入中国金融服务市场的机会。

在2020年4月1日前，中国将取消对证券公司、保险公司(寿险、养老金和健康

领域)、期货公司和基金管理公司的外资股权上限。

中国承诺在电子支付服务、银行服务、信用评级服务和不良债务服务等方面领域对美国公司进一步开放。

### 货币

货币章节要求中国不进行竞争性货币贬值，不能压低人民币汇率以获得不公平的贸易优势。

在美中贸易协议签署前，美国财政部周一将中国移出汇率操纵国名单。美国是在去年8月将中国列为汇率操纵国的。财政部表示，作为协议的一部分，中国同意公布汇率和外部收支的相关数据。

任何违反汇率承诺的行为都将受到该协议执行机制的约束。协议中载明，如果中国违反承诺，将触发更高的对华关税。如果争端调节无效，美国和中国均可要求国际货币基金组织(IMF)介入。

### 执行机制

美国和中国将建立贸易框架小组，由美国贸易代表莱特希泽和中国指定的副总理牵头，监督该协议的实施。

如果一方认为另一方没有履行协议，则可以逐级申诉。如果争端无法得到解决，指控方可以采取包括关税在内的惩罚措施，另一方有权退出协议。

### 关税

在双方正式签署协议之前，特朗普政府已宣布把在9月1日对1200亿美元中国商品加征的关税税率减少一半，降至7.5%。

同时，美国将无限期暂停原定于2019年12月对1600亿美元中国商品生效的计划，涉及手机、笔记本电脑、玩具和服装等商品。中国原定于同日对部分美国商品加征关税的计划也被暂停。

不过，美国早些时候对价值2500亿美元中国商品征收的25%关税将保持不变。美国总统特朗普周三表示，在第二阶段贸易谈判中，可能会涉及关税减免。

中美双方谈了23个月，历经13轮高级别经贸磋商，中美之间的第一阶段贸易协议实属来之不易。



Jacob T. Merkel  
莫律师

明州注册律师 通晓中文

中文电话: 612-436-7487

邮箱: jmerkel@grjn.com

业务范围: 合同★商业诉讼★公司法  
建筑法★雇用★保险  
移民★上诉★仲裁  
民事侵权★房地产★遗嘱

GRJN律师事务所建所60余年 拥有多名经验丰富的律师

地址: 100 Washington Ave. S., Suite 1550, Minneapolis, MN 55401

办公电话: 612-338-0755 网址: www.grjn.com



多年房地产投资经验,根据房地产买家卖家的需求,做出专业的分析,提出合理的建议,专业的服务态度,恪守职业道德,贴心周到,注重细节,把客户的利益放在首位.诚信,耐心,热情,都会成为您信赖的理由



明州房地產專業經紀人

趙廣平 Rachel Zhao  
教育学硕士

Phone: (952) 232-9586

Email: rachelhappyhome@gmail.com

微信: rachelhappyhome





# 病逝的女大学生吴花燕

中国贵州24岁的女大学生吴花燕, 先前因为贫病交加、瘦到只剩20多公斤, 而成为中国各大新闻焦点。身患重病的吴花燕, 于1月13日病逝, 消息传出后在中国引发舆论极大的争议——为什么吴花燕最后没有得到救助? 到底是什么害死了吴花燕?

24岁的吴花燕, 是中国贵州的大学生, 就读于盛华职业学院财务管理学系。2019年时因为吴花燕极为贫苦的生活而登上中国各大新闻版面, 当时的报道指出, 吴花燕多年来穷到每天生活费只有2块人民币, 一天只能吃一餐白饭拌辣椒, 加上她极为瘦弱的身形(身高135公分、体重仅约20多公斤), 让许多人看了报道都感到十分同情, 纷纷想办法捐款救助。

吴花燕的生活处境之所以如此困苦, 除了其父母早年因病双亡、缺乏稳固经济来源之外, 弟弟吴江龙因为患有精神疾病, 而需要长期高额的治疗费用; 吴花燕一边读书、又必须一边想办法赚钱支应弟弟的医疗花费, 长期生活节俭刻苦之下, 道致吴花燕营养不良、也身患严重疾病。

2019年10月, 吴花燕因为心脏瓣膜损伤而住院, 当时因为没钱动手术的新闻引发社会关注, 最后在贵州铜仁市政府的急难救助金、以及众多网友线上集资筹款之下, 总算筹得总额约80万人民币的资金, 协助吴花燕度过难关。

但吴花燕并没有从此康复, 其中一个原因是她的体重过轻, 无法立即执行心脏瓣膜手术; 此外吴花燕还有心因性肺水肿、肾脏水肿和低氧血症等疾病缠身, 最后在1月13日, 于贵州医科大学附属医院病逝, 得年24岁。

吴花燕的离世, 引发中国网路舆论的质疑, 其中最大的矛头指向慈善机构“9958儿童紧急救助中心”, 发现该机构在吴不知情的状况下, 早已募资超过100万人民币, 但最后实质支付给吴花燕的只有2万。《人民日报》也在15日发文评论要该单位有清楚的交代; 9958官方则回应, 政府有告知“不需要再帮忙筹款, 由政府来负责”, 而之所以只支付2万元, 是要将款项留到手术和后期使用。

24岁女大学生体重43斤  
省钱给弟弟治病  
1天花2元 长期营养不良



我不像别的孩子那样用完了可以向父母要

另外让中国舆论愤怒的是, 长期以来仍相当严重的城乡贫富差距、以及扶贫效果极其有限的无奈现实。特别是当前贵州副省长王晓光的贪污腐败案件被揭发, 还为了销毁赃物而把4,000多瓶茅台酒倒入马桶(每瓶要价人民币1万多), 与吴花燕的困苦形成极端差距, 才又勾起民众强烈的不满。

但吴花燕的故事, 同时也出现了各说各话的罗生门, 有人质疑吴花燕啃馒头、白饭拌辣椒的案例“太过罕见极端”, 也有原南京师范大学副教授、中国新民党创始人及代理主席郭泉的一篇文章《吴花燕的爱国情怀》, 声称吴花燕曾亲口对郭说不需要外国的帮忙, “我不想让我的国家丢脸。我的国家对我很好。”

郭泉在这篇文章里告诉读者, 去年10月底和11月初, 他先后写了两篇有关吴花燕的文章, 并特意把它们给了他在国际上的医学朋友。之后, 两家美国医院、一

家德国医院、一家英国医院分别给吴花燕打电话, 邀请她到美国、德国、英国治疗, 不料却遭到吴花燕的拒绝。

国外的朋友立即把这个情况告诉了郭泉。郭泉随即联系上了吴花燕, 不料刚说了几句, 吴花燕就严厉批评了他。

吴花燕说: 原来是你! 怪不得最近总是有境外电话打给我, 你为什么要把我的电话告诉外国人? 你知不知道你这样做是很不对的吗?

郭泉说: 哦对不起, 是不是他们打电话的时间不对? 外国人的晚上就是我们的白天, 而我们的白天就是他们的晚上。他们打电话影响你休息了吗?

吴花燕说: 不是这个问题。你说了中国的坏话。

郭泉说: 什么?

吴花燕说: 你让我们中国人在国际上丢脸了。我们中国人的事情, 我们自己能解决, 不要外国人插手。我们的生活一天比一天好, 我们贵州有最好的医院和最好的医生, 中国的医院一定会治好我的病。我们学校对我很好, 老师和同学对我也很好。我们都爱爱国, 我们不需要外国。

郭泉说: 我只是让外国医疗机构介入你的康复而已, 如果你愿意, 我们会将你接到国外治疗, 所有费用也都是由国外志愿者承担。中国每年到国外进行治疗的人很多, 这个和是否爱国没有关系。

吴花燕说: 你不要再说了, 以后也不要再写我的文章, 我不想让我的国家丢脸。我的国家对我很好。

郭泉还想说几句, 却发现吴花燕已经把他拉黑了。

话说至此, 绝无半点责怪吴花燕的意思。她的贫困已经很不幸了, 她的愚昧更不幸, 而造成这种不幸的根源是什么呢? 是什么造成了她不仅仅经济上贫困, 而且在精神上更贫困? 如果吴花燕生活在别的国家, 她的人生会是怎样的呢?

吴花燕死了, 她带着一个梦走了。在一首题为《远方》的诗中, 吴花燕写道: “最后, 我将回到云贵高原, 在贵州最高的屋脊, 种上一片深蓝色的海洋; 在那里, 会有一艘丰衣足食的小船, 带我驶向远方。”

现在我们只能祷告上帝, 把她从那个乌有之乡, 接进天堂, 让她从此不再贫穷。

## 鄧治剛會計師事務所

Peter Deng & Associates, CPA

熱情服務華人社區十餘年

- 執照開業會計師 (CPA)
- 多年政府查賬師的經驗
- 專業可信的服務
- 合理的CPA費用
- 降低查賬的風險
- 最大限度的省稅



- ★ 公司和个人稅務申報
- ★ 公司成立及帳務處理
- ★ 省稅計劃和查賬代理
- ★ 各種稅務和商业諮詢

地址: 1885 University Ave W. Suite 269  
St. Paul, MN 55104  
電話: 651-917-0809 傳真: 651-917-0851  
E-mail: info@dengcpa.com

## “中国外嫁女故事” 征文启事

《文狐网》是中国首家实名制女子文学艺术原创门户网站, 以发展女性文化艺术为己任, 聚集着大批优秀海内外华人作家。

中国外嫁女, 跨国婚姻中的女性, 是《文狐网》一直关注的群体。改革开放四十年, 那些走出国门, 在海外生活的外嫁姐妹, 她们的婚姻、家庭、工作等各方面一定积累了许多感人的故事吧? 从2019年10月1日开始, 中国《文狐网》面向海内外华文作者, 举办中国外嫁女故事征文大赛活动。

### 一、征文要求

- 1、本次征文以中国外嫁女故事为主题。可以写自己, 也可以写别人的故事。
- 2、要求条理清楚, 观点鲜明, 主题突出, 内容健康向上, 具有较强的思想性、文学性和可读性。
- 3、纪实文体, 要求作品内容真实, 不可虚构, 文章题目自拟。字数3000—5000字, 图文并茂更佳。
- 4、参赛作品原创、发表过的均可。禁止剽窃, 一经发现, 取消参赛资格。
- 5、《文狐网》为本次征文开辟有在线投稿通道, 严禁作者一稿多投, 否则取消发表与参赛资格。
- 6、投稿内容需遵守中华人民共和国相关的法律法规, 否则不予参评。
- 7、本次大赛主办方对参赛作品有完整的使用权。为保障作者权益, 未经主办方书面授权, 其他媒体严禁转载及建立影像。
- 8、来稿请注明“外嫁女征文”字样、作者简介、电话、邮箱、地址。

### 二、评奖与奖项设置

- 1、征稿截止后, 将邀请知名作家、评论家、编辑组成评审委员会, 本着公正公平的原则评选出获奖作品。
- 2、大赛设一等奖一名、二等奖五名、三等奖十名, 颁发获奖证书和奖金。优秀奖若干名, 颁发获奖证书。
- 3、优秀作者将在国内重要媒体宣传, 获奖名单将在重点媒体公布, 参赛作品择优在本站指定的公众号与重点报刊发表。活动结束后, 优秀作品将酌情集结出版。

### 三、征文时间

2019年10月1日至2020年6月30日

### 四、投稿方式

- 1、在线投稿: 文狐网址 www.wenfox.com
  - 2、主编收稿(排名不分先后)
- 吴茗(欧洲): alicewuming@163.com  
顾艳(美洲): 37642406@qq.com  
王晓明(美洲): lovepiano0@gmail.com  
林爽(大洋洲): songlam07@gmail.com  
朵拉(亚洲): duola22@gmail.com  
赵文元(非洲): zwynmg@163.com  
布衣(国内): 184976751@qq.com

### 五、相关合作

联系邮箱: wenfox@126.com  
联合主办:  
中国《文狐网》  
中国广东省侨联《华夏》杂志社  
协办单位:  
非洲《华侨周报》  
意大利中华炎黄文化研究会





# 天选人

首先,祝贺2020年1月11日,台湾四年一度的总统大选告罄:蔡英文胜选。台湾人用选票,为中华民族守住了民主、自由……的中华民国台湾!唾弃了大陆“一国两制”的欺骗……!

话说“天选人”:2019年8月21日,美国白宫外的草坪上,聚集了来自不同媒体的众多新闻记者,川普总统在回答记者关于美中贸易逆差时称:“有人说,这是川普的贸易战。这不是我的贸易战,这是一场应该在我还没上任以前就已发生的贸易战。”此言的确不虚。可以说,美中之间的巨大贸易逆差,是自前总统克林顿将中共拉入WTO,以发展经济,改善民生,让中产阶级成长,促进社会民主转型战略幻想……的产物!

不知克林顿?是有意还是无意忽略美国自由资本主义与中共国家资本主义间两种不同意识形态的根本区别,竟无视中共还是一如既往地:以“美帝国主义忘我之心不死”意识灌输中国人,排斥、打击、抵制……以美国为首的、标志世界文明的普世价值观:民主、自由、人权、平等……。那时,克林顿将“中国最惠国待遇”与“人权……”脱钩的绥靖国策,功不可没!中共进入WTO后,搭乘经济全球化便车,经济总量在数年内就超过德、日,跃居全球第二!习近平上任后,全力做强、做好国有企业……。据2019年7月报道,在世界500强企业中,中共大型企业数量总数,已首次超过美国,中美之间的比例是:129(中国)比121(美国)。川普总统看到这个数据,已有所思,认为这种局面不能再继续了,“必须改变。”君不见,川普会见记者时,抬头仰望天空说:“我是天选人(I am the chosen one)。所以,我要挑战中国。我正在挑战中国的贸易(不公行为)。你知道吗?我们赢了。”这是,川普总统第一次公开声称自己是:“天选人!”

川普总统的一句“我是天选人”,顿时招来各方人士和美国媒体的非议……。随后,川普总统发推说,当时,不过是开个“玩笑(kidding)”逗大家“乐乐而已(just having fun)”!为此,让我们看看川普总统三年来的作为:

一,川普是美国历史上振兴美国的第一人

川普总统是不是“天选人”?这,是仁者见仁智者见智的事。我不在此妄加评说。我想说,川普的确是来拯救“日薄西山”、已初显衰败景象美国的“天选人!”是川普总统兑现了“美国优先”、“让美国再次伟大”、“让世界尊重美国和美国人”的承诺!川普总统执政三年来,已成功提名任命并获参议院核准法官189人,其中2名是最高法院法官;美国GDP增长率保持在3%或以上;给美国人创造了700多万就业机会;失业率(3.5%)降至美国近50年新低;川普是第一个让美国总人口半数以上美国人有工作可做的美国总统;美国股市道琼斯指数(DJIA)从川普就

任时的16000点,攀升至2019年12月31日的28408点,净增长12000余点。现在,美国经济是当今世界最好。

二,川普是当今总统笃定宗教信仰第一人

川普总统这一届美国政府,彻底改变了已被扭曲的美国社会,让美国重新回归传统社会,过有宗教信仰的正常人生活……。在川普就任美国第45届总统前,美国社会风气已被严重扭曲,美国人甚至几乎到了不能过圣诞、见面不能说“圣诞快乐(Merry Christmas)”不能讲男女性别,学校要设“无性厕所”,不可有宗教信仰,学校内不能自由表达言论,无视生命堕胎……。如今,川普笃信基督、做祷告……,已让美国人能充分享受宗教自由,信仰自由,言论自由,个人生活的自由。

三,川普是开创人类战争新模式的第一人

我如是说,不少人可能会感到困惑。古时候,战争常是敌对双方,摆开阵势,先是主将厮杀,通常是大战数十以至数百回合,不分胜负!故有:“兵对兵,将对将”之说。当然,那是冷兵器时代。后来,进入热兵器时代,即便是千军万马,也是排兵布阵,拉开架势,公开宣战,如老布什总统主导的海湾战争,小布什总统出兵伊拉克的反恐战争……。

川普就任美国第45届总统,一直本着珍惜生命,尽量避免热战。当敌方突破川普总统底线,公然杀死美国人时,川普总统就及时反击,定点精准斩首敌方指挥官。当然,可能会有人辩称,以斩首消灭敌人,历史上多了去了。美国前总统奥巴马也定点斩首了恐怖分子头子本·拉登……,为什么称川普总统下令斩首苏莱曼尼是开启人类战争新模式的第一人?

我以为,两任美国总统的斩首行动,确有本质区别。本·拉登只是恐怖组织头子,躲在鬼不生蛋的地方或山洞里指挥作恶……;苏莱曼尼不仅是伊朗恐怖组织革命卫队“圣战旅”头子,而且是伊朗国家的第二号人物,伊朗现任总统哈桑·鲁哈尼,在伊朗排名也在苏莱曼尼之后,位列伊朗第三号人物。伊朗是政教合一国家,精神领袖哈梅内伊,是伊朗的最高领袖,排名第一。这次,川普总统决定定点、精准清除伊朗国家第二把手苏莱曼尼,就是说:必要时,美国可在国家层面,斩首祸乱世界的国家领导人。这,可谓名副其实“人类战争新模式!”故,有人称这:是川普发明了“让领导先走”的战争新模式!以最小代价,快速实现国际和/或地区的和平与稳定。川普总统真正做到了:运筹帷幄之中,决战千里之外!

四,川普斩首行动是拿政治生命:保护国人

川普总统的举动,敢于以自己的政治生命押宝,不愿打,不怕打,不得不打时就坚决打,绝不让美国驻利比亚大使馆悲剧重演!

川普总统斩首苏莱曼尼后,美国参议院少数党领袖舒默(Chuck Schumer)评论说:川普总统的行为“会将美国拖进另一场无休止的战争……。”应该说,舒默的话不准确,不是川普要把美国拖入与伊朗的战争。事实是,美国与伊朗的“影子战争(shadow war)”已有几十年了。奥巴马总统不敢面对伊朗的核试验和武装挑衅,只得给伊朗政府1500亿美元,其中用飞机送18亿美元现金,助长了伊朗国家恐怖主义气焰。川普总统就任,一改奥巴马的绥靖政策,废除奥巴马与伊朗签署的不合理核协议,开始对伊朗实施经济、金融……,制裁,禁运伊朗石油,彻底打断伊朗国家恐怖主义命脉……。

2020年是美国总统大选年,面对伊朗袭击美国驻伊拉克大使馆,杀死一个美国人,川普总统敢于面对,不以能否竞选连任美国总统为忧,果断下令斩首十恶不赦的苏莱曼尼,保护美国人和美国的国家安全,说明川普是敢将自己个人政治命运置之度外、最具美国国家战略定力的总统!

五,川普针对凡杀美国人者必会:虽远必诛

当今世界,川普总统是兑现保护美国人承诺,第一个做到:谁要是杀害美国人,就必然要受严厉惩罚,也就是虽远必诛。苏莱曼尼:已在美国前几任总统任内,多次挑衅美国,如2012年9月11日晚,策划、组织、指挥武装分子,袭击美国驻利比亚班加西大使馆,造成美国大使史蒂文斯在内的4名外交人员丧生……。美国前总统奥巴马和国务卿希拉里:几乎无动于衷,不了了之;2016年1月,苏莱曼尼组织革命卫队,在海上抓获一艘美国小型舰船,强迫美国军人赤裸上身、双手抱头下跪、道歉,以羞辱美国士兵。时任总统奥巴马和国务卿克里(John Kerry)束手无策,不得不花4(?)亿美元赎回美国士兵,却放任苏莱曼尼逍遥自在,为所欲为!

川普总统上任,苏莱曼尼的日子就活到头了。苏莱曼尼手中握有国家权力,是最具传奇色彩的伊朗国家第二把手,是伊朗无人能及的人物,掌握着伊朗、伊拉克、阿富汗、叙利亚、也门、黎巴嫩、加沙等地武装分子和恐怖组织……资源,策划指挥恐怖爆炸

### 专栏作家介绍

刘道生,上世纪八十年代中叶,先受邀到美国著名的霍普金斯大学医学院做研究,后来明尼苏达大学工作,并从此在美国安家落户。闲时爱好时事,文学,历史,名人传记,也经常动笔写写。在此以《明州时报》专栏“随想录”与大家见面,希望大家喜欢,并不吝赐教!

联系方式:george.liu31@gmail.com

……,虽被联合国在2007年列入恐怖分子黑名单(联合国第1747文件(2007)),却无人敢碰他?!2019年末和2020年初,苏莱曼尼明目张胆地在伊拉克,组织武装分子袭击美国驻伊拉克使馆区,2019年12月27日杀死一个美国人(民营承包商)……,并威胁美国说:“我们就在你附近,在你无法想象的地方……”意即如果美国反击,将遭到他组织的更大规模袭击如美军伊拉克基地!

川普总统商人出身,是要利益的,但更要国家安全。要不要打击苏莱曼尼?的确是“艰难决定。”可是,苏莱曼尼自从他掌握伊朗“圣战旅”,晋升少将(伊朗军阶只授“准将”军衔。苏莱曼尼是唯一的少将。作者注)以来,一直嚣张狂妄,经他策划、组织谋杀的美国人已超过603,手上沾满美国人的鲜血……。由此,川普总统决定:定点、精准斩杀苏莱曼尼。根据川普总统命令,美军追踪发现,苏莱曼尼在2020年1月2日从伊朗德黑兰至叙利亚大马士革,随后去黎巴嫩会见真主党人恐怖分子头目,只做短暂停留,即回叙利亚大马士革,又乘飞机在1月3日凌晨0时32分降落在伊拉克巴格达机场,与迎接他的伊拉克民兵组织人民动员指挥官穆罕迪斯在机场乘坐汽车、在即将离开机场前往地途中,被美国以MQ-9 Reaper(收割者)无人机定点、精准斩杀。1月12日,针对塔利班近日在阿富汗炸毁美军车,造成美军人两死两伤。川普下令定点打击。美军在1月12日以AGM-114 Hellfire(地狱火)无人机,精准斩首塔利班指挥官南亚雷(Nangyalay)。正是,虽远必诛!美国CNN报道时称:斩首“苏莱曼尼意义重大,反映川普很会用兵、应对挑衅!”

六,川普总统斩首苏莱曼尼意在:敲山震虎

现今世界有一股邪气,信奉伊斯兰的塔利班、伊朗……,与幽灵沉湎一气,打得火热,眉来眼去,相互勾结,甚至进行海军联合军事演习!美国总统川普敢于担当,拿伊朗苏莱曼尼下手,就是在明确警告朝鲜、伊朗……,一切公然反人性、反人权,反民主,反宗教的独裁恐怖分子,不论是个人、组织、以至国家,凡杀害美国人者,就必须为之付出代价!

再者,川普总统果断斩首苏莱曼尼,同时在向世界宣示:美国的决心和实力,不要低估了美国能力。美国为应对冲击美国大使馆的圣战者、武装分子,确保美国在伊拉克的军事力量,川普总统立即从美国本土82空降师调派4个营,101空中突击师派遣2个营前去支援……,近4000美军已在24小时内,出发前往目的地,就是实证!

川普总统出手打掉苏莱曼尼,已迫使伊朗接受美国建议……,不得报复。伊朗外长扎里夫在1月8日表示:自卫行动已经结束,不寻求战争!

TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC  
**雙城大理石折扣店**  
**保證全明州最低價**  
 主要经营厨房,卫生间,酒吧的大理石和人造石台面,赠送不锈钢水槽  
 地址:11521 EAGLE ST NW #10 COON RAPIDS MN 55448  
 TEL:763-862-0888 BENNY: 917-353-6939



# 我爱画画

■ 杨纲敏【明州】



那么复杂,所以画起来容易一点。几年后,我五六年级开始画人物的时候,我画的根本不像我想画的人,我就觉得非常沮丧。

“没事,”杨老师告诉我。他说人们刚开始画人物的时候画出来的都不太像,甚至可能看起来好笑。

“就是眼睛有问题,”我非常固执地抱怨,“眼睛是最难画的,我总是画得不行。”

“不只是眼睛,”他告诉我。他说其他部分也都很重要。

可是我还是不懂。人们复杂的表情和感情怎么可能用一支铅笔表达?我画的这个人在想什么?他是高兴还是伤心?我一直练习,也渐渐的可以辨认哪里画得不对,学着修改我的错误。我发现老师是对的:人物的鼻子、嘴也一样重要。我开始注意到其他的细节后,我画的也越来越好,越来越像了。

对我来说,水彩比铅笔画更难。我有点是完美主义者,而且水彩不能用橡皮擦掉,所以我就觉得如果画错了整张画就完蛋了。前年春天,老师给了我一个绘画样本——画的是一个水晶碗,里面有很多樱桃。这张画非常复杂,樱桃红色的光线都反射在碗上,碗的影子也在桌布上发光。这只碗非常漂亮,这让我发现静物其实并不是像我以前想象的那么容易画。虽然这张画看起来非常难,但是我还是决定试一试。我请妈妈给我买更好的水彩颜料和一个非常小的水彩笔来画细节。我用

铅笔勾勒好图后就开始上色了。

从四月到六月份,我每个星期花一个半小时画这幅画,学校放暑假后则每天两三个小时。很多个月,很多小时后,我终于把我的水彩画完成了。这幅画对我来说并不是完美的作品——例如当我不小心颜色涂到线外了就需要修改周围部分把错误补上。但是我最后还是感觉非常欣慰。那年夏天在明州庙会(State Fair)的画画比赛上,我得了十年级的特等奖。我的成就感并不是来源于获奖丝带和一点奖金,而是我发现我的错误并不会把整个画都毁掉,都还可以修改和弥补。人生也如此吧。

也许我很喜欢画画的原因是因为我的画是自己很多年跟老师学习和我自己努力的结果。每一张画我都想认真完成,画笔带着我探寻不同的土地和生命。我总想尽力让画鲜活,以期赋予它生命。我从画画学到了应该更广的角度来看世界,也懂得了一个人要接受自己,但同时也要修正自己的错误。我希望我可以一直这么热爱画画,也希望以后的学习和经历会对我的习作乃至生活增加更多色彩。



**专栏作家介绍**  
杨纲敏 Audrey Yang  
美国明州 Wayzata High School 十二年级学生,育才中文学校毕业生。喜欢中国文化和历史,也喜欢钢琴和画画。

在一张白纸上藏着什么神秘的世界?对我来说每一张画都是一个新的旅程。在画画的时候,我所有的精神都要集中在我的画上,所以我把从其他地方来的压力都忘掉了:学校的数学或物理作业、考试内容等等都统统抛在一边。有时候,我喜欢边画边唱歌,但是当我要完成一

些精致的细节的时候,我马上就会安静下来,连呼吸都要小心翼翼的。在那时刻,我的世界里只有我和我的纸、笔。

我刚开始跟着郑老师和杨老师上图画课的时候,画的都是静物——所有的老师都说这是基本画功的训练。这些锅、瓶子、碗都不会动,不像活着的人物或动物

## 辞旧迎新,鼠年更上一层楼

### ——乐点中文学校新年贺词

瑞雪纷飞中,2019与我们挥手作别,2020迎面而至。农历新年也将到来。值此良辰,明州乐点中文学校全体师生向华人各界人士道一声“新春快乐,鼠年吉祥”!

辞旧必当回顾往昔。站在年末的这一端,翻阅乐点走过的每一页,我们甚感温暖和欣慰。数个星期六早晨,乐点人相聚学堂,老师传道授业解惑,学生书声朗朗挥翰临池,家长彼此取经相互鼓励。上课之余,乐点人真诚的笑容也出现在各类社区活动中,商城的新年活动、华助中心的护照办理处、暑期夏令营、踏春秋游。乐点创办时日渐长,初心不变,践行“专业、认真、快乐”的宗旨,专注于每个孩子的中文学习,致力于中华文化传播,收获了众多认可和好评。

在此,乐点特别感谢每一位教职员工的辛勤奉献和认真专业,感谢每一个家庭的信任、配合和支持,感谢社区前辈们的关心关怀和帮助。因为有你们,乐点走过的日子才快乐充实!

迎新自应作序未来。立于年初,放眼而望,2020年乐点人信心满怀,将一如既往地围绕“教师专业化成长,学生快乐学中文”两条线,脚踏实地做好中文教育。未来的日子里,乐点人将吸取经验,增加教师培训,优化教学方法,保证教学质量;聚采众长,寻找提高点和突破点,让孩子们快乐地学中文。同时,乐点人也会继续肩负社会责任,传播中华文化。

鼠年将至,乐点送上真心的祝福:愿每一个你健康、幸福!鼠年更上一层楼!



中文 美术 科学 音乐 功夫

## 2020 育才“国学华风”夏令营

### 学费详情

**夏令营期**

第1期 6月15日—6月19日  
第2期 6月22日—6月26日  
第3期 7月06日—7月10日  
第4期 7月13日—7月17日  
第5期 7月20日—7月24日  
第6期 7月27日—7月31日  
第7期 8月03日—8月07日  
第8期 8月10日—8月14日  
第9期 8月17日—8月21日  
第10期 8月24日—8月28日

\*如果某一期报名人数不足,育才才会考虑予以取消并退还付款。

**学费:** 每期\$300  
**学费优惠期:** 3月31日之前全额付款: 270/期(不含午餐)。  
**午餐费:** 如有需要,育才将提供午餐:每周\$35  
**付费方式:**

1. Mail check to: Yucai Chinese school, PO Box 46155, Plymouth, MN 55446
2. 网上支付: Email to: yucaimn.fee@gmail.com for instructions 邮箱: yucaimn@yahoo.com 网站: www.yucaimn.org 地点: Wayzata Central School

\*退款: 5月1日之前取消,退还学费,但收取100元手续费;5月1日之后取消,不予退款。

### 报名方式

**报名时间:** 即日起至6月13日; \*早鸟优惠期3月31截止。  
**报名年龄:** 5-12岁  
**报名方式:**

1. 育才网站: <https://tinyurl.com/u9m5ahh>
2. 扫右侧微信扫码报名:



### 课程表

8:30 - 9:00am 早上好!  
9:00 - 10:50 am 中文(儿歌/故事/诗词)  
11:00 - 12:00pm 手工/游戏  
12:00 - 1:30pm 午餐/休息/户外活动  
1:20 - 2:20pm 科学故事及实验  
2:30 - 4:30pm 才艺(琴,棋,书,画,舞蹈,武术,体育)  
4:30 - 5:00pm 回家吧!

### 义工报名

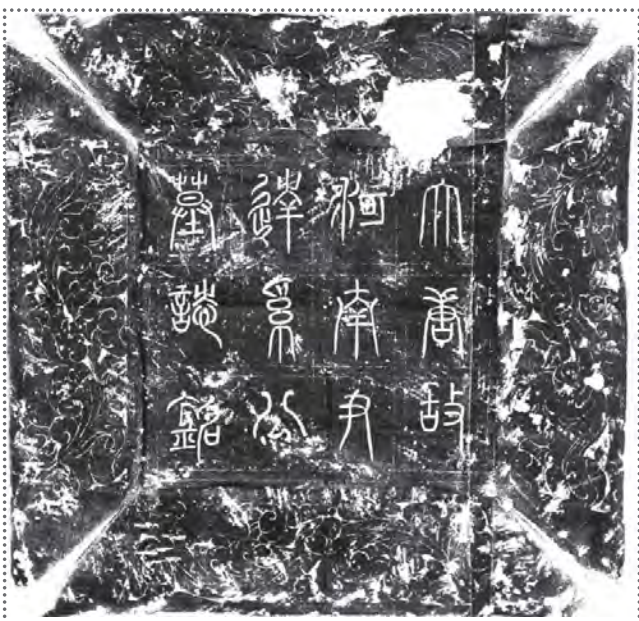
育才为9-12年级学生提供义工机会,并颁发证书。  
义工网站报名: <https://tinyurl.com/rzq8pu8>  
扫右侧微信二维码报名:





# 唐代“安史偽官”的六等定罪

## ——从《达奚珣墓志铭》说起



达奚珣墓志铭(2011年发现于洛阳)

2011年,洛阳市考古工作者在310国道附近的发掘中,发现了唐代达奚珣(690—757年)夫妇合葬墓及墓志。据《旧唐书》载,至德二年(757年)唐军收复长安,对“安史伪官”进行处置,“以六等定罪,重者刑之于市,次赐自尽,次重杖一百,次三等流贬”,其中最严厉的就是“达奚珣、韦恒腰斩”。事后有人认为,达奚珣是被冤杀的。那么,当时的“六等定罪”政策是如何出台的?执行情况 and 效果又如何呢?

### 对《墓志》和史传的解释

《大唐故河南尹达奚珣墓志》全文277字,损2字,由其子达奚说(?—?)撰于大历四年(769年),距达奚珣被杀的至德二年(757年)末已隔了十多年。《墓志》中说,天宝十四年,“安禄山叛逆,或称河尹之拜出于禄山”,达奚珣认为事属诽谤,急忙澄清,“陈状于御史大夫封常清,请诣阙待罪”。封常清上奏后,玄宗表示“达奚珣此拜,简在朕心”,并责问“东京官僚妄云禄山荐用”是何道理,不但洗脱嫌疑,还命他“即依旧知事”。不料洛阳再次失守,达奚珣重陷于叛军,乱平后遂被处斩,长子达奚擎(时任亭山县令)也被一并处斩,次子达奚说等被流放,后赦归。

《墓志》中申辩说,达奚珣作为“安史伪官”被杀是冤枉的。《墓志》整理者也认“更倾向于墓志记载的真实性”,认为达奚珣并未叛国,含冤被杀,理由是《新唐书·忠义

传》载其曾与李愬、卢弈一起守城,抵抗叛军。其实这并无说服力,因为“安史之乱”期间,先抗叛后投敌者,比比皆是。与达奚珣共同守城的李愬、卢弈二人,恰是“安史之乱”时期唐军两大殉难忠臣。安禄山派人将两人首级带到河北,恐吓抵抗的郡县,平原太守颜真卿(709—784年)计斩段子光,夺回首级,装棺设祭,玄宗闻知后追赠两人司徒、礼部尚书。与两位光辉灿烂的忠臣相比,达奚珣不但苟全性命,还安然任职于叛军,遭人切齿痛恨也就理解了。

达奚珣是否死于腰斩?应该是的。北魏太武帝(408—452年)时,崔浩(?—450年)主修《北魏律》,“大辟有轘、腰斩、殊死、弃市四等,凡三百九十条。”自此,腰斩被作为死刑执行的法定方式之一,沿用至唐代。《唐律》规定的死刑虽只有斩、绞,但实际执行中仍有腰斩,如贞观十七年“刘兰谋反腰斩”;长寿二年“裴匪躬坐潜谒皇嗣腰斩”;大历二年周智光“二子腰斩”。达奚珣以“安史伪官”首要分子被腰斩,属于当时的正常处置。

### “六等定罪”和司法不确定性

“六等定罪”表面上带来了司法的确定性,然而此后,唐廷在处置“伪官”问题上受非议最多的,恰恰是其政策的反复摇摆,并对“安史之乱”的平定造成了负面影响,甚至影响到战后重建时期的国家安全和地方稳定。

天宝十四年(755)冬“安史之乱”爆发,唐军望风瓦解,守令窜降擒戮,玄宗逃往四川,太子李亨奔窜甘肃,直到次年七月李亨在灵武即位,才颁布了第一道有关“伪官”的诏书(《即位赦》),规定除李林甫、王鉞、杨国忠近亲外,“大辟罪以下,常赦所不免者,咸赦除之。”随后,玄宗也宣称“大辟罪已下,常赦所不免者,咸赦除之。破家者一切与雪,流人一切放还”,宽免力度可谓空前,可惜也是“绝后”的。

因为到了至德二年(757年)十一月,唐军先后收复两都,肃宗颁布《收复京师诏》,就已经没有宽容的气息了,要求“御史台、宪部、大理三司,据状勘责,条件闻奏”,即使是“临行潜避,遂受贼驱使”的也要“量情状轻重奏闻”。赦文只字不提政府责任,甚至洋溢着胜利者口吻,只谈惩罚而全无同情。这种“严惩主义”的基调之下,官员们对如何处置“伪官”产生了巨大分歧:崔器、吕諲认为应严格执法,“准律皆当处死”;李峴则主张从宽,理由是

伪官“皆陛下亲戚,或勋旧子孙,今一概以叛法处死,恐乖仁恕之道”,更重要的是“河北未平,群臣陷贼尚多,若宽之,足开自新之路;若尽诛,是坚其附贼之心也。”显而易见,李峴的建议更为合理,但肃宗仍倾向于严惩,因此只是表面“从峴议,以六等定罪,重者刑之于市,次赐自尽,次重杖一百,次三等流贬”,实际上却折衷了两派意见,并且更倾向于严惩派。

为什么在国家危急存亡之际,君主和官员还会出现这么大的分歧和摇摆呢?《资治通鉴》中给出了答案:权争。例如,关于如何处置张说(667—730年)之子张垪和张均,两位皇帝竟然直接争吵起来。肃宗出于对张说的感激,打算将张氏兄弟免死,玄宗坚决反对,认为他俩“为贼毁吾家事,罪不可赦。”肃宗争辩说“臣不能活均、垪,使死者有知,何面目见说于九泉。”玄宗不肯让步,只同意“张垪为汝长流岭表,张均必不可活。”两位皇帝都把处置“伪官”当成了展示自己权力的平台,法律规定和政策取向则都抛到九霄云外去了。

崔器和吕諲同属严惩派,但也有意见分歧。吕諲主要基于法律规定,并无太多私心,后人评价较中性,称其“少力于学,志行整饬”,“为治不急细务,决大事刚果不挠”,“于权宜知大体不及峴,而援律傅经之”。崔器则着眼于权争,后人评价极低,认为他“有吏才,性介而少通”,达奚珣、陈希烈等被杀后,尚未回归的“伪官”们闻其议刑太重,众心复摇,肃宗叹息“几为崔器所误。”记载朝野遗事的笔记《谭宾录》中甚至说,上元元年(760年)崔器重病,每天看到达奚珣在他面前诉冤,三天后就被吓死了。这段笔记生动地反映出当时人们对于“安史伪官”六等定罪否定,腰斩达奚珣等更是过于刻薄严酷了。

### 专栏作家介绍

**陈灵海**,上海师范大学教授、博士生导师;中国法律史学会常务理事、东方法律文化分会执行会长、儒学与法律文化分会常务理事。美国华人人文社科教授协会会员、荷兰Amsterdam大学出版社新时代中国丛书评审委员;多种权威学术期刊专家评审。著有《唐代刑部研究》《中国古代獬豸神判的观念构造》等,获中国教育部中国法律文化研究成果奖,第8、11、12、14届上海市哲学社会科学优秀成果奖。欢迎明州时报读者与作者互动交流。电邮: chenlinghai@hotmail.com 电话: 18602138815 微信: chenlinghai1801

## One Stop 診療中心

www.procedureclinic.com

知道嗎? 門診做檢查和手術 比在醫院做便宜很多

低價高質 快速方便 服務健全

保證24小時內就診,國語服務

### 特色診療:

- ★ 各種皮膚腫塊切除,采用最新一代激光射頻刀
- ★ 最新電子胃鏡和全結腸鏡,無痛操作
- ★ 痔瘡治療,最新無痛性紅外治療儀
- ★ 靜脈曲張激光療法,硬化劑注射和靜脈切除
- ★ 灰指甲激光療法,腋下多汗激光療法

### 主治:

皮膚痣切除,皮膚癌切除,皮膚腫塊活檢,皮膚液氮冷凍,皮脂腺囊腫切除,創傷縫合,異物去除,灰指甲激光療法,腋下多汗激光療法,內生性足趾甲去除,關節注射,痛點封閉注射,腱鞘囊腫切除,淋巴結活檢,甲狀腺腫塊針刺活檢,乳房腫塊活檢,脂肪瘤切除,輸精管結扎,痔瘡無痛紅外治療,內/外痔瘡切除術,肛裂手術,婦女會陰囊腫切除,曲張靜脈激光療法,電子胃鏡,電子全結腸鏡。

Edina 診所:

6545 France Avenue S, Suite 290, 周一, 二, 四, 五全天: 8:00-5:00

電話: 952-922-2151



刀癡像文弱書生,五官清秀,談吐不俗,故頗受異性歡迎。年青時患病以至被迫放棄了讀書,追隨武師學習強身健體的功夫,後來奇遇而練成了「大刀王五」的絕技。

對刀法的認真及決心發揚這門幾近失傳的武術,又因他的文字功底極深,領悟力強;果然沒十年,江湖出現了「刀癡」這位到處行俠仗義的俠士,黑白兩道皆以刀癡稱之,久而久之,再難知曉他的真實姓名了。

刀癡嫉惡如仇,常路見不平拔刀相助,故結下了不少仇敵;但他依然我行我素,獨來獨往,對世俗評議,一笑置之。

近年逍遙派爲了領導群雄一統江湖,門人已奉命大舉下山,對異議的黑白道領袖或俠士,極盡威脅利誘。由於逍遙佬們門下皆爲女弟子,不乏姿色者,更訓練她們一套特殊媚功,可令天下男人神魂顛倒,俯首稱臣。

不少家庭破裂,皆因第三者的忽然出現,江湖對這批狐媚妖女,暗中冠以「狐狸精」之名。刀癡得悉,決心以無敵刀挑戰這一邪派;東奔西走多日卻總無法如願。因被迷惑者莫不拋妻棄子,受「逍遙派」奴役而不知所蹤了。

那天合該有事,在江畔美如畫的秋色中,刀癡心事重重,耳際傳來細若柔絲的歌聲。頓把他的煩愁一掃而光,清脆哀怨的音色,猶如尋覓多年的故人般,不期而遇。刀癡尋聲至,見樹下女子白衣似雪,飄飄若仙,邊哼邊舞木劍。刀癡眼光隨她婀娜身影而轉,已不知人間何世。

正看得入迷,不意一聲囁喝,劍影突擊身後;刀癡感到身柱、神道及大椎幾處穴道已被劍氣所罩。大驚急往前衝,刀出鞘人迴旋,已面對女子。

「那來登徒子、爲何偷窺我練劍?」木劍回抽,一臉寒霜的女子冷冷發問。

「姑娘息怒,因被妙歌所誘而情難自



微型小說

# 刀癡

■心水(澳洲 墨爾本)

禁,冒犯處請恕罪。」刀癡回刀入鞘,面對那張略有風霜卻秀色可餐的姿容,有點手足無措。見他狼狽樣,女子展顏。誤會冰釋,互通姓名,女子得知他竟是刀癡,止水之心竟揚漣漪。

「白清有幸得遇大俠,實慰生平。」

「豈敢豈敢!白清姑娘,聽妳歌聲,哀音流露,有緣相識,可有讓在下效勞之事?」

「大俠高義,白清銘感於心,只是我仍不祥人,就此別過。」言畢躍身而去。刀癡悵然有失,急速施展輕功尾追。到竹林深

### 專欄作家介紹

心水,原名黃玉液(Lawrence Wong),祖籍福建翔安新墟鎮,越南巴川省誕生,一九七八年八月攜妻子、五位兒女怒海逃亡,淪落荒島十七日,翌歲三月獲澳洲收留定居墨爾本。現任:「世界華文作家交流協會」名譽秘書長。「國際潮人文學藝術協會」名譽會長。「中國風雅漢俳學社」名譽社長。作品被收錄於各地十八種辭典、類典、文選、文學史、百科全書、教科書等。四首詩被澳洲入篇中學生參考教材。三篇小說被日本三重大學入編為教材。已出版兩部長篇小說「沉城驚夢」與「怒海驚魂」;四冊微型小說集、四部散文集和兩本詩集。共獲十四項文學獎,包括四項首獎。及澳洲總理頒國際義工年服務獎、維州總督頒傑出貢獻獎章、州長社區服務獎、尚有各團體所頒十六項獎狀。《明州時報》讀者如果希望與黃先生互動、探討,可聯系:xinshuiwong@gmail.com



處,竟然是「逍遙派」的分舵。他早已忘了江湖上對逍遙派的傳說,魂魄宛若已被伊勾走了。

自始,每天刀癡必悄悄前來林中,白清笑臉如花,溫柔相待,這對郎才女貌的男女,很快的共浴愛河。談書評曲,論刀說劍,過著神仙伴侶般的生活。

好事多磨,江湖沸騰的宣揚著刀癡已被逍遙派狐狸精所迷,棄糟糠妻不顧?所謂好事不出門,醜事傳千里。刀癡夫人自是妒性大發,邀江湖老大們主持正義,聯合各門派想一舉剷除逍遙派。尤其是白清,孤身住在分舵,正可前往問罪。

刀癡爲了白清安全,趕到竹林,想通知她暫避風頭;竟已人去屋空;桌上留下白紙,秀麗俊逸的筆迹寫著:

「你的情,你的意,你的愛,你的癡,我都知道。但你是知名人士,不要讓人們看笑話,鬧個身敗名裂,不值得!名人必須比常人承受更多的公共責任,具有更大的公共義務,儘管名人也是人。」

無上下款,刀癡讀了又讀,捧著字條,珍惜萬分的把它收好;悵然走出那所和白清共處多時的溫馨小屋。竹林外,竟來了不少名門正派的人馬,訝異的望向刀癡失魂落魄的身影;他們怒吼、提刀拔劍說要把「狐狸精」找出來,爲江湖除害?

刀癡黯然到江畔與白清相遇處,獨步徘徊,細細思量,總無法理解,對白清的孤單無助、半生流離的坎坷身世,又無半分對他傷害之意。江湖人士爲何非要針對她不可?她對他,是一片相知相敬之情,他因她而迷失,把對刀的癡轉移對她之癡。

在錯誤時空兩情相悅,是男女悲劇。黃昏落日如火球,卻再也不會滾熱;刀癡的背影漸漸消失在竹林外,風淒厲的呼聲,彷彿是他滴血之心在吶喊。

刀癡消失於江湖,天涯浪迹,決心去尋覓白清..... (二零一九年十二月廿一日於墨爾本初夏。)

**瞿德霖 律師**

電話: 651-494-0300

美國聯邦及多州各級法院 26 年持照律師統籌協調中美法律事務

美民事刑事法綜合應急措施 美中商企常年法律顧問代理  
美網絡虛擬貨幣證券交易法 美精英人才或投資獨立移民  
美經濟間諜法辯護引渡分析 美醫療留學全保且私密調查  
美軍民商品禁運出口許可證 美國追訴 EB5 賠償/P2P 詐騙

加利福尼亞 佛羅里達 伊利諾 明尼蘇達 新澤西 紐約 德克薩斯  
HILL RIVKINS LLP Since 1933 86 年歷史華爾街律師事務所

**Jacob T. Merkel 莫律師**

中文電話: 612-436-7487  
郵箱: jmerkel@grjn.com

明州註冊律師  
通曉中文

業務範圍: 合同\*商業訴訟\*公司法\*建築法  
雇用\*保險\*移民\*上訴\*仲裁  
民事侵權\*房地產\*遺囑

GRJN 律師事務所建所 60 余年 擁有多名經驗豐富的律師

地址: 100 Washington Ave. S., Suite 1550, Minneapolis, MN 55401  
辦公電話: 612-338-0755 網址: www.grjn.com

**RETECH PAYMENT SYSTEMS**

RETECH PAYMENT SYSTEMS 是 FIRSTDATA (First Data) 直接代理商。為全美各州的零售和餐館提供信用卡、禮券卡和支票確認的服務。

誠信.完善.公開的收費 是我們的信條

提供優惠的利率和周全的服務 是我們的宗旨

RETECH PAYMENT SYSTEMS 據有多年的營銷經驗,客戶已包括全美各州共數百家餐館、零售商和批發商。我們提供福州話,國語,廣東話和英語的全方位專業服務。

電話: 1 (888)-858-4218 EXT 2 (中文) 傳真: 1 (888)-439-0409  
地址: 1900 County RD D E Suite 115, Maplewood MN 55109

Phalen Park Auto Repair

**陳寬車行 — 老字號,信譽高**

擁有修車專業證書,美國 ASE 技術認證。經驗豐富,收費合理。  
汽車保養,診斷維修。免費估價,誠信可靠。

地址: 1383 Arcade Street  
St. Paul, MN 55106  
電話: (651)771-1590  
联系人: 陳寬 / Michael



# 川普开战「毒梟之国」 黑帮治国，毒梟「最好的时代」

冷战背景下，70年代刚好是苏联强势攻略时期，拉美政局汹涌澎湃，各地的暴动者急需外汇，便将目光投向了古柯叶这一土产。

古柯叶中提炼出的可卡因，成瘾性不减鸦片类药物，药效有强兴奋性而无强致幻效果，成为北美瘾君子们的最爱。彼时主导可卡因业务的是哥伦比亚的毒梟们，他们以海运和空运的方式，经加勒比海将毒品运往美国佛罗里达州，再自佛罗里达撒向北美，这导致了整个70年代可卡因几乎遍布美国。

虽然以哥伦比亚为主导，但墨西哥的毒贩们亦开始抬头。

1969年，美国总统尼克松在边境发起拦截行动，海关人员仔细搜索进入美国的每辆汽车、卡车和公共汽车，尼克松希望籍此迫使墨西哥与其合作，以完成他竞选政承诺：阻止毒品流入美国。



图：尼克松封锁边境造成交通拥堵

1971年6月，尼克松正式宣布发起“禁毒战争”。他将毒品滥用宣布为“头号公敌”，并增加了缉毒部门的拨款，采取了严厉的打击措施，如对毒品犯罪进行强制性判刑，并且成立了防止毒品滥用特别行动办公室。

但布朗大学博士后研究员 Aileen Teague 指出，彼时的革命制度党虽然在口头上答应尼克松，并发誓要“继续加大力度”，甚至表示愿意接受美国的禁毒援助（例如飞机和尖端武器等），但并没有发生实质性改变，边界在三周后重新开放。

革命制度党执政时期内，打击毒品从未成为墨西哥政府的首要任务，反而利用美国的禁毒政策，例如在1970年依靠美国提供的部分财政援

助来压制国内政治异议。

1970年代中期，禁毒行动出现了裂缝。在1973年至1977年之间，美国有11个州大麻合法化，支持这一法律的民主党总统卡特也于1977年当选总统，在他就任总统后的第一年，美国国会参议院司法委员会投票支持拥有一盎司以下的大麻为合法。

为了稳住冷战中的拉美后院，美国CIA、FBI和墨西哥PRI和联邦安全局合作创建了广场系统，规定了每一个广场的区域范围，以一个广场一个毒梟的原则，形成了警方、军方及政府合作下的平衡。

1979年，迈阿密联邦储备银行报告说其现金储备神秘地出现了55亿美元的盈余，比其他美国12家联储银行的盈余总数还要多，以至于可以为其他银行提供现金。经过调查，是毒梟和助手们带着装满现金的箱子、运动包、甚至超市的小推车，定期来到银行存款。

以裙带关系和独裁建制为立党之本的革命制度党，在广场系统的催动下，开始与毒梟势力进行深度绑定。而作为对美国的回报，墨西哥则是从国际贷款和毒品洗钱上为美国银行业赚取庞大利润。

在此期间，外资尤其是私人银行资本不断流入墨西哥等拉美国家，占比由12%增加至70年代末的70%；截至1982年，拉美的外债超过3000亿美元，其中有80%属于私人银行债务。

其中，墨西哥的贸易赤字从1978年的23亿美元继续增至1981年的56亿美元；政府财政赤字在1982年增加至16610亿比索，与1976年相比增加超过25倍；政府外债则由1978年的300亿美元上升至1982年的800多亿美元，国内通胀高达100%。

1979年，为了拯救美国经济，“立即鞭打通货膨胀”，美联储主席保罗·沃尔克(Paul Volcker)走马上任，直接将最优惠利率一次性提高5%，创下65年来之最，最终通过多次加息，将利率提升至前无古人、后无来者的20%。

但这一艰难的去杠杆过程持续了数年，让美国经济在1983年得见曙光，而拉美则迎来了“失去的十年”。

1981年，由第二次石油危机带来的价格泡沫破灭，加剧了金融市场的恐慌，引发了大批外资撤离及国内资本的出逃，导致拉美国家的外汇储备急剧下滑，带来了空前严重的债务危机，首当其冲的便是墨西哥。

仅1981年里，墨西哥的石油出口就损失了6.70亿美元，第二年，墨西哥的石油收入又从270亿美元降至140亿美元，由于外汇储备流失，政府无力偿还当年到期的债务本息268亿美元，不得不在1982年8月宣布暂停偿还外债，无限期关闭外汇市场。

在墨西哥宣布暂停偿债后，华尔街的众多债权人开始感到恐慌，据测算，如果墨西哥破产，其中最大的十三家美国银行将损失总计600亿美元，占其总资本的48%。

墨西哥最早的毒梟帝国就是在这时兴起的。在经济术语中，“卡特尔”(cartel)是业内原本互相独立的各个产供销企业结成的联合体，意在扼杀竞争者和绑定产品价格——这被用来形容哥伦比亚、墨西哥等国家庞大的毒梟集团。

时任美国总统的里根决心重拾尼克松的禁毒方针。1982年，他命FBI查抄大批黑金支撑的银行，拦截运毒的船只和飞机，使8个月内自佛罗里达上岸的可卡因减少了56%，运输线被切断后，哥伦比亚的毒梟们只好借道墨西哥。



图：里根夫妇是禁毒政策的大力推动者

1982年，拉斐尔·卡罗·金特罗、埃内斯托·丰塞卡·卡里略和米格尔·安格尔·菲利克斯·加利亚多共同创立了“瓜达拉哈拉卡特尔”。菲利克斯曾任州长保镖，投身过大麻种植事业，成名之后被同行尊称为“教父”。

转自《时代周刊》(未完待续)

## Nexus Holidays 聯誼假期

Chicago 芝加哥地址:  
2155B South China Place, Chicago, IL 60616  
Toll free: 1-888-68-NEXUS(63987)  
1-312-328-0688  
FAX: 312-328-091; E-mail: chicago@nexus-holidays.com  
多伦多 温哥华 芝加哥 纽约 休斯顿 旧金山  
华盛顿 悉尼 伦敦 北京 上海 无锡

西歐六國9天游 東歐六國10天游  
德國法國瑞士荷蘭 德國捷克斯洛伐克  
比利時意大利 匈牙利奧地利

歐洲特價團\$999起含國際機票

出發日期3-11月,具體請電

西班牙葡萄牙10天游 意大利深度9天游

### 俄羅斯13天伏爾加河風情郵輪

僅此一團9月4日(華語領隊)

\$2799起含稅機票

乘郵輪是遊覽俄羅斯的最佳方式  
十二天俄羅斯遊輪豪華河景舒適享受  
盡覽莫斯科和聖彼得堡 體驗豐富俄羅斯文化  
品嚐正宗俄羅斯美食,深入了解風土人情

### 新春亞洲二合一優惠

\$1199起含稅

韓國風情,台灣環島,玩足兩星期  
送免費停留香港可自由探親  
送升級加航香港飛多倫多  
送韓國-台灣,台灣-香港機票

### “泰”美麗只山清水秀雙城游

七彩雲南-童話張家界-美麗清邁

\$999起含稅機票

出發日期3-5,9-12月

放慢腳步,旅行欣賞大自然奇蹟。  
欣賞落入凡間精靈白藥。騎大象。  
乘清邁嘟嘟車遊覽清邁古城  
觀看雲南千畝花海

### 陽光古巴8天精選游

\$1299起含機票,出發日期:具體請電

全程華語領隊,悉心照顧,海明威老人與海酒吧  
探訪西班牙特色古城堡,夏灣拿,  
飛去龍灣現捕現吃大龍蝦。

### 沙漠駝鈴中原文化 絲綢之路14天

\$2499起含稅機票

僅此一團9月4日

烏魯木齊,吐魯番,敦煌,蘭州,  
太原,大同,平遙古城

### 中國游大促銷

買一送一:買江南游送:  
1)張家界+雲南;2)九寨溝+雲南  
3)張家界+珠江美食  
出發日期4-5,9-12月 \$199起含機票

今夏小三通美景  
四選一 \$499起含機票  
張家界/雲南/九寨溝/江南  
特別贈送:台北至金門機票,  
金門至廈門船票。  
出發日期2-6,8-11月

北京任選自由組雙拼團  
任意團組合搭配  
\$499起含稅機票  
免費停留中國探親,  
可後續童話張家界等。  
出發日期,3-5,9-11月。



專欄作家介紹: 林爽 (Song Lam, QSM), 筆名阿爽, 原籍廣東澄海市; 1990年自香港移居紐西蘭後, 潛心研究毛利文化; 關心教育、熱衷環保。現居奧克蘭市(Auckland)。



林女士二十多年來筆耕不斷, 先後出版了《展翅奧克蘭》等中英著作十部。現任[世界華文微型小說研究會]理事、紐西蘭中文先驅報專欄作家; 也為海內、外多家報刊撰稿。曾獲: 首屆國際潮人文學獎、紐西蘭[英女皇服務勳章-QSM]、[增進中紐文化交流]獎牌、中國國務院頒授[海外優秀華文教育工作者]稱號等。明州時報有幸請到林女士擔任本報專欄作家, 定期為讀者帶來多樣化的文藝精神食糧。歡迎時報讀者回饋任何寶貴意見。聯絡方式: linshuang4@gmail.com

# Akaroa 逍遙遊記

**前言:** 去年三月乘遊輪環遊紐西蘭時曾到過南島基督城附近一小鎮 Akaroa, 但見風光秀麗即時傾心, 可惜當時只能停留大半天而無法細遊。

今年一月初, 正值夏天旅遊旺季, 蒙好友碧蘭相邀, 兩人特別從奧克蘭飛往基督城, 再開車八十多公里(約一個多小時)到達 Akaroa。古稀雙妹便在寬敞舒適的雙層渡假屋內小住一周, 期間每天散步走遍鎮上大街小巷。特以散文及漢俳記下是次逍遙遊:

去秋初邂逅/一見驚艷喜心頭/今夏再回眸  
小鎮底蘊厚/藝術才情盡貴冑/青史遊人叩

## 首天 - 1月4日

夏行冬令, 寒風細雨; 風樓雨衣, 全部上陣。晨起結伴同遊, 小鎮民風純樸, 居民好客友善。農市民集早開, 美味糕餅齊來; 各式漿果香甜。途經 Akaroa 戰爭紀念碑及 Akaroa 博物館, 回程逛路旁市場小攤位; 喜遇折書美女藝人; 馬上買下她兩隻巧手折紙刺猬; 心滿意足盈載而歸。下午再參觀 St Patrick 天主教堂及法院博物館 (Court House) 等... 愉悅渡過逍遙遊首天!



## 第二天 - 1月5日

遊覽世上最令人快樂的花園 - The Giant's House  
奇妙巨人屋/慕名專訪心滿足/感覺好幸福  
屋主精緻築/匠心獨具自嵌圖/世上美樂土



## 第三天 - 1月6日

晨起陽光明媚, 微風仍送寒意。  
經過前天在渡假屋附近沿街閒逛及昨天參觀巨人屋後, 今天決定探索森林之神公園 (Garden of Tane) 及 Akaroa 燈塔。

九點半開始出發, 行行重行行, 手持地圖向 Waterfront 濱水區進發。先經過歷史圖書館, 可惜已停止對外開放無法進入參觀。半路上發現這小街上多戶人家花園種著一支獨秀、高出兩個人頭而不知名的美麗花枝, 有紫、粉、紅、白等色; 即時拍照留念以便上網查花名; 再向前走又意外發現了 Akaroa 電影院, 旁邊還有小型圖書館; 順便進去向館員查詢花的名字, 被告知是 Hollyhocks, 再上網查中文花名叫蜀葵, 又稱一丈紅; 真是美名遠播。

離開圖書館後, 途經 Akaroa 小學, 但見寬敞校園內一片寧靜, 才記起目前正是學生假期。很快到達森林之神公園 (Garden of Tane), 發現這裡一片荒蕪, 進門有幾棵高聳入雲的大樹, 兒童遊樂場也荒廢了, 遊人稀少, 無大值得遊玩的景點便半路折回到濱水區去。午餐後繼續向 Akaroa 燈塔進發。據資料介紹, 這歷史燈塔首次發光於 1880 年, 高達 28 英尺, 塔上白光每 10 秒便閃亮一次, 在良好天氣情況下能見度為 23 海里以內。後於 1980 年 10 月 4 日正式從 Akaroa Head 搬遷到目前地點。如今燈塔只在周日及有遊輪到訪時才對外開放, 今天是周一, 我們無緣進入塔內參觀, 只好失望而歸。信步再

到一家藝術展覽的民居去參觀, 女屋主是位年過花甲的藝術家, 在家自製珠寶項鍊、繪水彩畫、紡織羊毛圍巾等謀生, 可惜她拒絕我拍攝她的展品; 大概是怕別人抄襲吧! 回程在附近冰淇淋店買了單球甜筒自我慰勞一下, 吃著香濃味美的冰淇淋; 心情即時又愉悅起來! 如此這般, 結束了 Akaroa 第三天逍遙半天遊!

## 第四天 - 1月7日

早上風狂雨驟, 只能留在渡假屋內閱書解悶; 下午放晴, 三時多前往 Akaroa 電影院觀賞影片 Mrs Lowry & Son, 黃昏到泰國餐廳晚餐; 食物水準與價格還不錯。安靜渡過逍遙遊第四天。特撰漢俳《小鎮風雨情》三首銘記:

夜來風狂嘯/樹搖花舞鳥停叫/雨淋殘紅飄  
陽台極目眺/小鎮大街靜悄悄/車疏人影渺  
晨光待破曉/景由心生自美妙/終雨順風調

## 第五天 - 1月8日

早上晨運一個小時, 下午再度到 Akaroa 電影院看 The Peanut Butter Falcon, 後再到附近散步。所到之處風景秀麗如畫, 民宅庭院植滿奇花異卉, 喬木矮叢姿態各異; 盈目美景使心情愉悅! 其中一戶更是萍果纍纍滿梯階, 令人見了垂涎三尺嘆可惜!

## 第六天 - 1月9日

(一)《專訪 Onuku Marae》\*  
艷陽照高台/驅車專程訪 Marae/仙境桃源外  
背山面對海/毛利會堂神所在/村民多友愛  
\* Marae 是毛利會堂之意



(二)《探 Newtons Waterfalls》  
探秘尋瀑布/叢林深山鳥聲駐/小鎮清幽處  
翼翼慢踏步/淙淙山澗極目處/緩緩清泉注



## 第七天 - 1月10日

最後一天返回基督城, 順便遊覽南極展覽中心 (Antarctica Centre), 穿上中心提供棉大衣, 感受零下 18 度暴風雪。十二點多參觀完畢出來竟然因記錯地方找不到車子, 虛驚一場! 鎮定後再仔細找一遍, 才失而復得。有驚無險小插曲提醒自己記憶力正在衰退, 深感此生快意須盡享, 隨心所欲伴夕陽。



## 漢俳賀鼠年

### 1、阿爽 (紐西蘭)

盼豕去卻災  
靈鼠登場瑞氣帶  
願否極泰來

### 11、昔月 (德國)

莫嫌鼠輩狂  
多子多福愛囤糧  
何愁鬧饑荒

### 2、靜好 (英國)

砲竹迎新年  
歡聲笑語樂開花  
揮毫抒情懷

### 12、丁師 (紐西蘭)

湯圓圓又圓  
福年福滿福連連  
春暉映春聯

### 3、張立中 (澳洲)

笑別金猪年  
喜迎銀鼠舞翩躚  
歲月傳詩篇

### 13、曹志標 (紐西蘭)

天增歲月時  
虎躍龍騰春節到  
開心咏鼠詩

### 4、MX 悟 (紐西蘭)

爆竹響烟花  
對聯燈籠紅彤彤  
家家喜氣揚

### 14、婉冰 (澳洲)

百花迎春忙  
爭妍競艷換彩裳  
喜氣佈重洋

### 5、王克難 (美國)

火樹銀花時  
伴侶一年又同歡  
天涯慶漢俳

### 15、心水 (澳洲)

盛夏喜迎春  
季節有別無需問  
華族樂遵循

### 6、思鄉 (美國)

玉鼠喜迎春  
萬戶千家送瑞禎  
神州氣象新

### 16、湘人 (紐西蘭)

鼠歲喜氣盈  
民安國泰廣結盟  
家和萬事興

### 7、呢喃 (德國)

秋去冬來閑  
十二生肖鼠當先  
萬物慕詩仙

### 17、沙海一粒 (紐西蘭)

擊鼓人歡唱  
心中充滿了盼望  
偉大年代到

### 8、周長莉 (巴西)

美景天地和  
吟詩賞月對酒歌  
四海新春賀

### 18、陳孟佑 (紐西蘭)

喜砲響連天  
飛花漫舞伴金鸞  
藍空燕翩翩

### 9、遠洋秋楓 (紐西蘭)

時光逝如箭  
舊詩醇香新詞璣  
歲歲譜新卷

### 19、東方魏京 (挪威)

南飛逃黑寒  
棕櫚媚陽暖海天  
迎歲候鳥般

### 10、偉東 (加拿大)

歲月在洗禮  
有修昔底德陷阱  
人類共命運

### 20、朱玉華 (澳洲)

訂好回鄉票  
工資兌現進腰包  
全家皆歡笑



## 美国的新对撞机要来了 预计2030年投用

据美国《科学》杂志网站9日报道,能源部将在布鲁克海文国家实验室制造新型电子-离子对撞机(EIC),让高能电子束冲入质子内部,探究质子“内心”奥秘。据悉,EIC的建造成本介于16亿至26亿美元之间,拟2030年投入使用。

能源部科学副部长保罗·达巴尔在新闻发布会上表示,这将是几十年来美国建造的首台全新对撞机,它有望使美国在未来几十年保持核物理学领域的领先地位。

自上世纪70年代初,物理学家就知道,每个质子由三个质量更小的夸克通过胶子彼此结合形成。尽管质子比灰尘还常见,但仍蕴藏不少未解之谜。能源部决定建造新型对撞机揭示质子奥秘。

此前,杰斐逊实验室已通过向富含质子和中子的靶核发射电子束来研究质子。2017年,该实验室耗资3.38亿美元,将其“连续电子束加速器设施”的能量提升了一倍。以此为基础,只要再添加一个新质子加速器就可以完成EIC的建造。

而布鲁克海文国家实验室则另辟蹊径。他们的“相对论重离子对撞机”(RHIC)让金和铜等原子核发生对撞,产生一团超热的夸克胶子对等离子体。RHIC是一个长3.8公里的圆环,由两个同心反向的环形加速器组成。该实验室计划利用其中一个环加速质子并添加一个电子加速器来建造EIC。

布鲁克海文实验室最终“雀屏中选”。当然,杰斐逊实验室的科学家也将参与新对撞机的设计、建造和运行。

达巴尔表示,动工前,该项目仍须通过几大考验,包括详细设计方案获批、估算成本及规划建造进度等,可能需几年时间。为给新对撞机让路,自1999年运行至今的RHIC将于2024年“寿终正寝”。

# 科技简讯

## 逆转2型糖尿病有望实现

2019年12月19日,英国纽卡斯尔大学的科学家罗伊·泰勒(Roy Taylor)和他的合作者们,在国际学术期刊《细胞代谢》上发表了一篇论文,为逆转和治愈2型糖尿病提供了全新的解释和方向。

全世界有4.25亿人被2型糖尿病困扰,每年有超过400万人死于糖尿病引起的各种并发症。与此同时,2型糖尿病又是一种一旦患上,就几乎不可能逆转和治愈的疾病。只有少数风险较大的治疗方案,比如切除部分胃肠道器官的减肥手术,似乎有一些逆转的效果。对于绝大多数患者来说,他们能做的仅仅是严格控制饮食、保持规律运动、使用药物控制血糖,来控制延缓疾病的进展。

2018年,英国的一群科学家召集了几百位2型糖尿病患者,让他们停止正常饮食,改吃一种专门设计的、热量极低的食物,连续吃3-5个月。这种食物是科学家们用脱脂奶粉、大豆蛋白和人工甜味剂调制出来的饮料,人工添加了维生素和微量元素。这些糖尿病患者们每天就靠四大杯这样的饮料维生,别的任何食物都不碰。每天,他们大概会摄入800卡路里的热量,只有正常人饮食的1/3左右。

但是这种激进的措施,却取得了惊人的效果。科学家们发现,这些糖尿病患者们平均瘦了10公斤左右。与此同时,他们的糖尿病症状也得到了大幅度的改善。有接近一半人的糖尿病被彻底逆转,不光血糖指标恢复了正常,而且也不再需要服用任何糖尿病药物。到了2019年年中,在

试验完成2年后,减肥和逆转糖尿病的效果仍然保持得不错。

可为什么这种激进的减肥手段,不光能够对抗和控制糖尿病,还能彻底逆转和治愈它呢?

上个月刚刚发表的这项研究,就是在试图回答这个问题。他们认为,在肥胖人群中,肝脏会生产太多的脂肪分子,并通过血液运往身体各个器官。因此,大量的脂肪会进入人体的胰腺部位,堆积和储存起来。而胰腺存储过多的脂肪,最终会破坏胰腺beta细胞的功能,导致胰岛素系统失灵,糖尿病出现。在喝特制的饮料成功减肥之后,肝脏的脂肪合成、血液的脂肪运输、胰腺的脂肪堆积三个指标同步降低,胰岛素系统因此就恢复了功能。而如果一个人的身体重新增肥,三个指标又会同步上升,导致糖尿病卷土重来。

如果这项全新研究得到更广泛的确认,那么人类就终于获得了一种全面和彻底解决2型糖尿病的方案。而且这个方案还相对简单易行,任何一个基层诊所都可以在简单培训之后开展实施。这对于中国这样的糖尿病大国,同时又是公共卫生系统相对薄弱的国家来说,是一个天大的好消息。

## 器官移植的新动向

全世界每年会进行超过10万次器官移植手术,对于很多有严重疾病的患者来说,器官移植是他们最后的生存希望。全世界每天有18人,在等待器官的过程中死亡。在中国,器官移植的供需比例是让人绝望的1:30。

因此,摆脱对器官捐献者的依赖,在实验室里从无到有的创造出适合移植的器官,是生命科学非常重要的研究方向。

2019年12月19日,美国哈佛医学院的教授、基因编辑技术的领导者之一乔治·邱奇(George Church)和他的博士研究生杨璐茜,利用基因编辑技术,不光扫除了猪基因组上全部的62个猪逆转录病毒残留,移除了猪细胞里几个可能会引起排斥反应的蛋白质分子,还把几个帮助降低排斥反应的人类基因放进了猪的身体里。这些操作看起来确实降低了器官移植中可能出现的排斥反应,距离让猪的器官进入人体又大大前进了一步。他们希望改造猪的基因组,让猪的器官变得适合人类使用。如果这个目标可以实现,那么器官移植将会彻底告别来源的约束。

还有一个相反的思路其实也很有希望,那就是——干脆在猪的体内生长出一个完整的人类器官来。这就是所谓的“人兽嵌合体”的研究。

就在2019年11月28日,一群来自中国科学院的科学家发表了一项研究:他们创造了两只猪-猴的嵌合体,这两只小猪体内,携带着一部分猴子细胞。

当然,这项研究也有它的问题。科学家们虽然能把猴子细胞放进猪的胚胎里,但是其实还没有能力精确地控制这些猴子细胞的数量和位置,更不要说指导它们在猪的身体里长出一个完整的猴子器官来。实际上,在这两只小猪体内,只有差不多1/1000的细胞来自猴子,而且分散在身体各个部位。这个比例,显然还是太低了。还有,这两只小猪虽然顺利诞生,但是在一周后就死亡了。是不是因为猴子细胞死亡的,仍然不得而知。

但是你完全可以设想,如果猪-猴嵌合体能够逐渐完善,那么猪-人嵌合体也就不远了。到那个时候,器官移植将会变得更加安全和方便。



## SpaceX新年首发成功

# 马斯克即将成为 “全宇宙拥有最多卫星的男人”

示,在2018年,全球所有卫星发射环节的利润为62亿美元。

在Starlink首次进行发射时,马斯克表示这是SpaceX未来能在月球和火星上建立人类基地的重要基石。Starlink项目最早提出于2015年,计划利用卫星取代传统的地面通信设施,来帮助全世界尤其是偏远的地区接入高速的宽带互联网。

随着此次发射成功,SpaceX已完成3次Starlink正式发射任务,运营卫星超过180颗,仅从数量上来看,SpaceX已经超过了NASA(67颗)、美国空军(98颗)还有铱星公司(106颗),成为世界第二大卫星运营商。仅次于美国卫星公司Planet(197颗)。

按照SpaceX每次发射60颗Starlink卫星的节奏,SpaceX超过Planet成为全球运营卫星数量最多的公司只差下一次发射,这将会在不久后轻松实现。

不过,就算首批60颗卫星全部成功部署并正常工作,这些卫星也尚不足以提供稳定的网络连接。根据马斯克自己的说法,实现小范围网络覆盖,这样60颗卫星的发射最少需要进行6次。而要实现“中等”程度的覆盖,则还要发射12次,即卫星数量达到720颗。

在SpaceX的设想中,800颗卫星也是该星座能够开始提供商业服务的最低标准,而实现商业服务的时间点则可能在2020或2021年左右。

## 迎接SpaceX的黄金年代

在自家的Starlink卫星已经预定了12次火箭发射的情况下,SpaceX目前计划进行21发来自外部的商业订单发射,总发射次数将达到33次,这一数字已经超过了去年美国火箭发射总数。

不过,2020年的SpaceX让人期待的,不只是创纪录的发射计划,还有该公司在载人发射、Starship超大型飞船也准备好了带来重要进展。

航天飞机退役后,美国失去载人上天能力已超过8年,重启美国载人航天飞行的重任落在了两家私营公司的肩上。自2013年,SpaceX和波音在NASA的资助下逐步开始了载人飞船的研制工作。

到NASA重点关注的波音在2019年12月20日晚上首次无人飞行测试中遭受重大失利,宣告失败。

而SpaceX的载人龙飞船已经在2019年上半年完成了首次无人飞行,向空间站运送补给。SpaceX计划龙飞船将在2020搭载NASA的宇航员,正式执行载人飞行任务前往空间站。在这即将到来的私营载人航天时代,SpaceX又在与波音的竞争中领先了一个身位。

SpaceX最新的星际飞船也在逐渐成型。2019年9月29日,SpaceX召开新闻发布会,正式亮相了SpaceX最新的星际飞船原型舰:Mk1,并宣布在半年进行高密度飞行测试。

马斯克介绍,Starship飞船高度达到50米,直径9米,净重达到120吨,马斯克表示:未来如果运气好,可能会把净重降到110吨,那将会是史诗级的突破。在最多携带1200吨燃料的情况下,Starship的有效载荷最高可达150吨,这一数字已超过登月使用的土星5号超重型运载火箭,该火箭是史上运载能力最强的火箭。

马斯克在发布会上正式宣布,SpaceX将在数月内用外形上更加接近飞船最终形态的“Mk1”完成20km亚轨道飞行测试。与此同时,SpaceX也正在打造另一型测试原型舰Mk2。

按照马斯克的说法,此时此刻Mk3的制造工作正在进行当中,而Mk4、Mk5也会在今年上半年陆续开始。在测试顺利的前提下,Starship这款史上最强大宇宙飞船将在2020年中迎来重大进展。

2020年对航天领域来说是一个无比热闹的一年,可重复使用火箭、载人航天、瞄准月球和火星,甚至是下一代超重型飞船都将陆续登场。

而SpaceX作为最亮眼的私营航天公司,将迎来最为黄金的一年,SpaceX在实现每一个工程奇迹的同时,都将向世界展示私营公司在航天领域的新可能,也将为全球商业航天公司立下可贵的参照系。

## 即将成世界最大卫星公司

毫无疑问,凭借出色的可靠性和近乎低廉的价格,SpaceX已经成为美国最主要的火箭发射商。此次发射完成后,SpaceX的主力火箭猎鹰9号将超过阿特拉斯5号,成为美国发射次数最多的现役火箭。

2019年,美国共发射了19枚运载火箭,其中13次是SpaceX完成的。而在2020年,SpaceX则要一鼓作气将发射次数提升到33次。

尽管如此,对SpaceX来说,卫星制造、运营是一个能够创造更大价值的环节。卫星工业协会2019年发布的报告显





# Legacy Adult Daycare Center

## 常青老人中心

### 明州華裔托老機構第一家



自设专业厨房 专职执照护士 贴身药房取药  
 自带公证办理 专员专办福利 豪华迅捷车队

聊天交友 扑克麻将 郊游垂钓 跳舞合唱 针灸按摩 中医健康  
 超市购物 台球乒乓 野餐烧烤 下棋上网 咨询讲座 文化分享  
 种菜采摘 散步徜徉 国画书法 英语课堂 早接晚送 迅捷舒畅  
 BINGO CASINO 卡拉OK YMCA LIBRARY WECHAT



中心负责人: 吴玮 (Sally Wu)  
 电话: 952-465-1704  
 邮箱: swu@hhcare.net  
 地址: 800 Boone Ave, N.  
 Golden Valley, MN 55427

## Surgeon Volunteers



YOU CAN  
 MAKE A DIFFERENCE!

One person can ~~only~~ do so much!

PLEASE DONATE TODAY!  
 SurgeonVolunteers.org

Surgeon Volunteers 需要您的支持!  
 您的无私捐献, 会让我们把爱心带到中美洲的海地,  
 带到世界上许多期盼基本医疗救助的角落。

请将您的捐助支票寄到: Surgeon Volunteers  
 P.O. Box 46302, Plymouth, MN 55446, USA  
 或者直接上网捐助

美國之聽



HEARING of AMERICA  
To Hear, To Enjoy



[www.HearingOfAmerica.com](http://www.HearingOfAmerica.com), [Service@HearingOfAmerica.Com](mailto:Service@HearingOfAmerica.Com)

(651) 528-7868 (English), (651) 324-4589 (中文)



Jerry Zhou, Ph.D.

周志益博士

資深聽力學專家

- 最先進的助聽技術
- 最貼心的專家服務
- 最廉美的私人定制
- 最真摯的華人福音
- 二十年助聽器經驗

接受  
 多種  
 支付  
 方式

接受  
 醫療  
 保險

- 免費助聽器演示
- 晚上周末也可預約
- 貼心細致上門服務



- 免費測試免費諮詢
- 驗配新品維修舊品
- 價格最低性能最佳

- ◆ 您或者您的家人, 發現聽人說話時, 尤其是在吵雜的環境下聽不清?
- ◆ 您或者您的家人, 打電話交流時, 經常聽不清對方?
- ◆ 您或者您的家人, 把電視機或者收音機開得太響?
- ◆ 周志益博士專門幫您排憂解難!
- ◆ 您在國內的家人, 有聽障問題嗎?
- ◆ 購買助聽器作禮品, 價格低至國內價的5折!
- ◆ 所有問題, 一通電話, 通通解決! 651-324-4589



掃描加微信

1075 Hadley Ave N, Suite 107, Oakdale, MN 55128



# 美国中医学院/中医健康中心

## American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine/TCM Health Center

國醫與國運齊飛, 針灸與機會并起。

您想成爲大夫嗎?

以針灸爲代表的中醫在美國正進入主流。美國中醫學院爲美國教育部所屬認證機構認證的研究生院, 可以招收碩士、博士研究生, 爲學生發放F-1簽證。美國中醫學院是僅有的和北京中醫藥大學聯合培養博士的三所美國學院之一。復興的中醫針灸爲中國學生提供了前所未有的就業機會和生活願景。歡迎加入到中華醫學全球復興的行列。



# 中國中醫在這裏

### 1. 疼痛

腰痛、頸痛、肩痛、網球肘、關節炎、腕關節疼痛、肌纖維疼痛、運動創傷等。

### 2. 神经疾病

偏頭痛、頭疼、坐骨神經痛、神經麻痺、癱瘓、中風、周圍神經病患、三叉神經痛、癲癇等。

### 3. 心理疾病

焦慮、抑鬱、失眠、飲食失調、疲勞等。

### 4. 妇科疾病

經不調、痛經、經前期緊張綜合癥、更年期綜合癥、子宮肌瘤、子宮內膜异位癥、乳腺疾病、子宮脫垂、產後諸病等。

### 5. 不孕不育症

婦女不育: 黃體功能缺陷、FSH高、卵子品質差、子宮內膜异位、多囊卵巢綜合癥、閉經、月經不調、免疫性不孕等。  
男性不育: 精子計數低、精子活力低、陽痿、免疫性不育等。

### 6. 呼吸系統疾病

感冒、流感癥狀、咳嗽、哮喘、肺炎、肺氣腫、鼻竇炎、過敏等。

### 7. 皮膚疾病

粉刺、濕疹、牛皮癬、帶狀疱疹、皮膚瘙癢等。

### 8. 胃腸疾病

惡心、腹瀉、便秘、腸道易激綜合癥、克隆氏病、結腸炎、消化不良、肝炎等。

### 9. 泌尿系統疾病

膀胱炎、尿道感染、性功能紊亂、前列腺疾病、腎炎等。

### 10. 成癮與戒毒

烟草、咖啡因、糖、興奮劑、酒等。

### 11. 支持性治療

癌癥諸癥狀、手術後恢復治療等。

## 美国中医学院中医专家门诊 欢迎您就诊

全美最权威的  
中医专家群体队伍!  
我们训练有素,  
我们拥有爱心,  
我们解除您的病痛!



台励 中医师  
各种疑难杂症



何新蓉 中医师  
妇科, 内科



刘伟 中医师  
妇科, 不孕症



田丽莉 中医师  
妇科, 神经科



李乾 中医师  
内科, 疼痛症



杨思明 中医师  
内科, 儿科



万方 中医师  
内科, 妇科



郭天蔚 中医师  
内科 肿瘤科



何笑甜 中医师  
妇科, 疼痛科



边月娟 中医师  
妇科, 皮肤科



刘灵光 中医师  
妇科, 神经科



程伟 中医师  
内科, 疼痛症



郑瑾安 中医师  
点穴、气功



曲珍珠 中医师  
妇科, 内科

TCM Health Center  
St. Louis Park Clinic  
3710 Grand Way  
St. Louis Park, MN 55416  
952-746-7992

AAAOM Faculty Clinic  
1925 W County Rd B2  
Roseville, MN 55113  
(651) 631-0216

TCM Health Center  
Uptown-Kenwood  
2743 Lyndale Ave S, Suite 2  
Minneapolis, MN 55408  
612-823-6650

TCM Health Center  
Maple Grove Clinic  
11670 Fountains Dr. Ste 200  
Maple Grove, MN 55369  
612-323-1530

TCM Health Center  
Southdale-Edina  
6550 York Ave. S. Ate 111  
Edina, MN 55435  
952-926-4011

TCM Health Center  
Minneapolis/E Hennepin Ave  
2021 E Hennepin Ave, #412  
Minneapolis, MN 55413  
612-379-3583

TCM Health Center  
Woodbury Clinic  
6403 Hudson Rd, Ste 150  
Woodbury, MN 55125  
763-398-9582

TCM Health Center  
Grand Ave-St. Paul  
613 Grand Avenue  
St. Paul, MN 55102  
651-726-2459

## 美國中醫學院電話: 651-631-0204

### 1925 West County Rd B2 Roseville, MN 55113

學校 website: www.aaaom.edu

診所 website: www.acupuncturemn.com Email address: tcmhealth@aol.com

美國中醫學院所屬中醫專家診所接受: Blue Cross Blue Shield, HealthPartner 健康保險; 各種車禍保險、工傷保險等, 歡迎來電垂詢。電話(651)631-0204; 傳真(651)631-0361;





# 明州中美联谊会年度晚宴暨颁奖典礼内幕



本地历史最悠久的华人组织—明州中美联谊会 (Chinese American Association of Minnesota) 的年度晚宴暨颁奖典礼于2020年1月12日在毗邻阿兰茨足球场 (Allianz Field) 的北京园 (Peking Garden) 餐馆隆重举行。当天傍晚时分大雪纷纷, 寒气袭人, 一些华人同胞未能前去观看精彩的活动和演出。那日我有幸接到邀请, 来到了晚会现场, 现将晚会的内幕向大家透露一二。

不到六点, 一百四十多位双城地区的华人同胞与各界嘉宾陆续到场, 在古筝小妹 Annelise Carlson 优雅的琴声中, 新老朋友们热情地交流着, 丝毫没有受到严冬寒流的影响, 现场气氛热闹温馨。餐馆为本次晚会制作了大量的美味佳肴, 有清蒸龙利鱼、葱爆龙虾、清蒸生蚝、烤鸭、椒盐虾、中式牛柳和红烧豆腐等美食, 让这次聚会成了一次品尝美食和欣赏艺术演出的盛宴。在大家开始品尝海鲜豆腐汤的时候, 联谊会主席王平先生开始了活泼幽默的主持。在代表中美联谊会热烈欢迎嘉宾们及各界友人的到来之后, 他用两个反问句向与会者简单介绍了中美联谊会及其分支机构 (中国舞蹈学校和双城中文学校)。王主席表示, 中美联谊会旨在为明州的华人提供各种文化交流活动, 促进联谊与互助, 并促进明州地区与中国在文化、科技与经贸等方面的交流合作。在过去的一年中, 中美联谊会组织了很多文化交流活动 (如明州万国节演出和服务), 并为华人社区春节晚会、中秋晚会等大型活动提供了

资助。在年度财务报告中, 王主席特别自豪地指出联谊会2019年为明州二十七名华裔青少年提供了12万6千多美元的 Stanley Chong 奖学金, 此举受到华人社区的广泛拥戴和称赞。

第一轮激动人心的抽奖活动后, 本地第一个挺身而出站出来参选明州参议员的华人企业家姜伟业 (Jeff Jiang) 先生闪亮登场发表主题演讲。姜先生首先感谢社区华人的大力支持, 并从历史的角度谈到明州华人的过去和现状, 最后他鼓励明州华人在未来多参政议政, 为华人的利益发声。他的精彩演讲得到了大家雷鸣般的掌声。

在又一轮充满惊呼的抽奖后, 联谊会前主席 (1999年) 袁介楣 (KaiMay Yuan) 女士, 绘声绘色地为大家介绍了 Stanley Chong 先生 (中美联谊会第二任主席) 和他的遗嘱设立奖学金的来龙去脉。王平主席和秘书长高赞先生共同主持了本年度 Stanley Chong 奖学金的颁奖典礼。经过评委会严格的遴选, 今年一共有19位来自明州十二所高中, 在学习成绩、领导力和社区服务等方面表现突出的优秀高四学生获得了奖学金。在颁奖过程中, 王主席一如既往地发挥自己热情幽默的特点, 通过插科打诨分别介绍了获奖者的各自成就和特点, 极大地活跃了现场气氛。颁奖仪式结束后, 来自 Mounds View 高中的郑雨沁 (Aunika Zheng) 和 Wayzata 高中的谭欣泽 (Xinze Tan) 代表获奖者发言致谢并明志。

将晚会推向高潮的是不同团队的才艺表演! 来自双城中文学校的江昱莹 (Alecia Jendro) 和江昀祐 (Alexis Jendro) 姐妹首先为与会者带来了耳熟能详的“扁担宽板凳长”的绕口令和拜中国新年的顺口溜绝技, 最后又为大家送来了一到十的四字吉祥话, 姐妹俩的流利中文和超强记忆力赢得了大家的阵阵掌声。下一个节目是常年在明州华人社区撑台柱的本地知名湘籍歌手马梅的民族歌曲《打开春天》, 虽然只有一人独唱, 也没有伴舞上阵, 但马梅的嘹亮歌声“一声声祝福是迎春的花蕊, 翻开那日历是大地春回……”响彻每一个人的耳畔, 让大家似乎看到了春天的希望。

本次晚会组委会还邀请来了8位来自中国、现在明尼苏达大学学习的世界体育冠军成员们, 她们分别是排球运动员石旅畅, 摔跤运动员董佳慧, 短道速滑运动员肖涵和林悦, 游泳运动员刘思文和刘昭, 拳击运动员王玉岩和刘添悦。冠军们上台合唱了《红旗飘飘》, 领唱的两为冠军齐声唱: “红旗飘飘呀, 红旗飘飘呀, 腾空的志愿像白云越飞越高……”; 然后众冠军齐齐深情地唱: “年轻的心不会衰老, 你明亮的眼睛牵引着我, 让我守在梦乡眺望未来……”。中场时分, 运动员代表发言致新年贺辞并领唱: “当我离开家的时候, 你满怀深情吹响号角, 五星红旗, 你是我的骄傲”; 众人再齐唱: “五星红旗, 我为你自豪, 为你欢呼, 我为你祝福, 你的名字比我生命更重要……”随着音乐的旋

律进入尾声, 台上冠军们纷纷摆出欢乐的造型, 一时间台上台下达至高潮。歌词大意是感恩祖国, 感恩母亲, 这让许多人心有戚戚焉, 也勾起了大家的思乡之情。抽奖活动继续着, 之后还陆续上演了其他精彩的节目, 如获奖学生张明娜 (Mina Zhang) 为本次晚会献唱了一曲广为流传的美声歌曲《你鼓舞了我》, 她边唱边舞动着纤纤玉手, 深深的感情融入到了曼妙的歌喉中……最后一个节目是年年压轴的古筝表演, 古筝大师李家骧 (Jiaxiang Li) 先生开场演奏了古典名曲《梅花三弄》, 并和得意门生 Annelise Carlson 联袂演出《丰收锣鼓》。古筝婉转低沉的琴音, 如靡靡之音, 回响室内。有时又似细雨打芭蕉, 远听无声, 静听犹在耳畔。那优美动听的旋律, 让大家有如身临其境, 即便是听完, 也觉余音切切, 回味无穷。

把晚会推向最高潮的是一等奖抽奖仪式, 最终明州中美联谊会1992年度主席 (也是当年联谊会章程委员会主任) 喻斯东 (Stone Yu) 先生抽出的一等奖花落中国舞蹈学校原艺术总监和资深舞蹈编导沈蓓女士。晚会结束后, 一些观众还意犹未尽, 有人涌到前台打听: “节目是否全部演完了? 后面还有没有了?” 这时, 负责后勤的财务长舒琳走上前来郑重地告诉大家: “没了, 没了, 连奖品都没有了……”

离开的时候, 餐馆的西门外依然吹着雪, 我的心却是暖暖的……

(撰文: 西门吹雪)





# 五大湖区即将迎来旅游热潮

## 中国已成为最大海外客源市场

1月6日下午,美国五大湖区旅游局2020年路演推介会在北京华尔道夫饭店正式拉开帷幕。此次活动为期一周,由美国五大湖区旅游局局长李·安东尼·托比·麦卡里克亲自带队,协同多家目的地旅游局代表,将在北京、上海和成都向旅游同业及媒体分享本地区丰富多样的特色旅游资源。通过与出境旅行社、航空公司及旅游媒体面对面的交流,五大湖区旅游局希望进一步加强与国内旅游业同仁的联系,深耕中国市场,赢得更多机遇。

### 中国成五大湖区最大的海外客源市场

美国五大湖区近些年在中国入境市场取得了巨大的进步。以往该地区最主要的海外游客来自欧洲。但是随着中国赴美旅游快速增长,2016年来五大湖区访问旅游的中国人数量已突破50万名,并首次超过了英国和德国,成为五大湖区第一位的海外市场。据托比局长介绍:“尽管2018年中国游客人数有所下降,但是仍然保持了五大湖区最大的海外客源地的宝座。并且比第二位的英国超出了5万人。同时中国游客在五大湖区的消费总额稳居第一。我们希望在已经到来的2020-2021年度,吸引更多中国游客来五大湖区旅游。”

托比局长表示,虽然大多数中国游客对五大湖区仍然不是很熟悉,但是这里的旅游资源丰富、人民淳朴热情,是体验“真正美国”的最佳目的地。2020年五大湖区旅游局将重点推介本地区的自驾游、夏令营及高尔夫之旅,并将把激动人心的冬季旅游项目介绍给大家。

### 丰富多彩旅游资源

美国五大湖区位于美国中西部,是世界上最大的淡水湖区,包括了威斯康星州、俄亥俄州、伊利诺伊州、明尼苏达州、密歇根州和印第安纳州六个州,该区域占据着全球20%的淡水资源。五大湖区拥有芝加哥、底特律、明尼阿波利斯等繁华的大都会,各地游客尽享无与伦比的城市观光、购物体验。此外,斯普林菲尔德、德卢斯、特拉弗斯城等温馨的小城镇,历史底蕴深厚,能让游客感受纯正的美国文化。

此外,托比局长还介绍说,五大湖地区有着迷人、开阔的户外景观,是户外探险爱好者的乐园。清新的自然景观、纯正的美国文化体验优势,最适合自驾游深度体验当地,游客可以从汽车文化的发源地底特律出发,见证美国传统工业区的百年变迁,驾车走遍麦基诺岛、特拉弗斯城、霍兰市和卡拉玛祖,置身自然美景;或者,从芝加哥出发,沿美国的“母亲之路”66号公路前行,一路往西北沿着“母亲之河”密西西比河往明尼苏达州的大河之路前进。

### 优厚的冬季冰雪资源

受大湖效应的影响,每到冬季,五大湖区经常会产生大面积的降雪,有着丰富的冰雪资源。

据其介绍,极北之州明尼苏达州到了冬天几乎天天下雪,正因如此,明尼苏达州冬季的度假条件十分优越,拥有众多的滑雪度假村可供选择,卢森山脉滑雪度假村(Lutsen Mountains Ski Resort)是美国中西部最具规模的滑雪胜地,拥有95条滑雪道,垂直滑雪道高度高达825英尺(约251米);而从芝加哥驾车3小时便可抵达伊利诺伊州最受欢迎的滑雪场——栗山滑雪场(Chestnut Mountain Resort);位于印第安纳州东南部的“完美北坡”(Perfect North Slopes),拥有1200英尺的轮胎滑雪道,能够尽情享受举家共同出游的乐趣;俄亥俄州位于俄亥俄河与伊利湖之间,冬天最低温度可达-29℃,“狂河山滑雪场”(Mad River Mountain)是俄亥俄州最大的滑雪胜地,拥有20条不同的雪道,垂直落差达300英尺(约91米),同时也是俄亥俄州最大的造雪系统所在地;其他如威斯康星州的滑雪新手训练场威莫山滑雪场(Wilmot Mountain Resort)到密歇根州盖洛德市(Gaylord)的丰富雪地项目,是进行雪地摩托运动的绝佳之地。

2020年除了上述旅游资源推介之外,五大湖区的教育资源也非常丰富,特别适合学生夏令营以及大学游学之旅,同时还有全美性价比最高的高尔夫球场选择,适合热爱高尔夫运动的游客安排高尔夫之旅。

### 便利的直达航线

截至去年,五大湖区已有芝加哥、底特律两大交通枢纽城市开通与北京、上海、香港、成都、台北等地的直



飞航班,美国联合航空、达美航空、海南航空、东方航空、国泰航空以及台湾的长荣航空等国际大型航空公司都有航线直达五大湖区主要城市,每周平均有逾百个直飞班次。

另外,达美航空此前也已公布将开通上海直飞明尼阿波利斯航线,未来开通后也将再推出以明尼苏达州为主往五大湖西部地区以户外活动和国家公园等自然资源的旅游全新线路,或者更加便利到明尼苏达进行各项医疗旅游的游客安排各项深度医疗体验。

2019年,美国五大湖区旅游局还迎来了新的成员——宾夕法尼亚州匹兹堡市。匹兹堡位于伊利湖南岸,

曾经以繁荣的制造业闻名于世,现在在生物工程、医学和信息技术方面处于领先地位。这里还有美国城镇的独特个性,世界级高等学府、著名历史遗迹、周边特色小镇,以及60多家酿酒厂在这里汇聚一堂。匹兹堡市的加入,使五大湖区旅游资源更加丰富,各类旅游、参访选择更加多样。

此次路演中,将有200多位中国旅行社代表与五大湖区代表进行面对面的交流。五大湖区旅游局希望为旅游界合作伙伴传递更多的资讯,分享最新的旅业趋势,提供合作平台,同时也期待通过多方的努力,把五大湖地区打造成最具特色和发展潜力的美国旅游目的地。

# 华星艺术团·春节大型活动

(上接A1版)

### 1. 《华星闪耀NBA》

JOIN US AT TARGET CENTER FOR A CHINESE NEW YEAR CELEBRATION!

MONDAY, JANUARY 27TH, 2020  
Timberwolves vs. Sacramento Kings

HALFTIME DRAGON AND LION DANCE  
HUA XING-CAAM CHINESE DANCE THEATER

### 3. 《华星闪耀卡尔顿》

MUSIC @ CARLETON

WINTER 2020 CONCERTS

Katie Dahl folk singer-songwriter  
Tuesday, January 21 Applebaum Recital Hall, 7 p.m.  
(Sponsored by the English Dept. and the Music Dept.)

Martha Jamsa Laura Caviani piano  
Faculty Recital featuring works by Claude Debussy & Laura Caviani, with Chris Bates on bass & Dave Schmalenberger on drums.  
Friday, January 24 Krumm Performance Hall, 7 p.m.

Yazhi Gu suona  
A Lunar New Year celebration with Gao Hong on pipa & members of the Carleton Chinese Music Ensemble.  
Tuesday, February 4 Krumm Performance Hall, 7:30 p.m.  
Cosponsored by the Mall of America, Huo Jing Arts Group of Minnesota, University of Minnesota's China Center, and by the special support of the Consulate General of the People's Republic of China in Chicago, and the Music Dept.

CARLETON SYMPHONY BAND  
A Night of the Opera  
Operas excerpts by Mozart, Verdi, Puccini, Wagner, Saint-Saens and others.  
Featuring Victoria Kirgiz, mezzo-soprano and Rick Bennett, tenor.  
Friday, February 21, Krumm Performance Hall, 7 p.m.  
Ronald Rodman, director.

CARLETON CHINESE MUSIC & GLOBAL MUSIC ENSEMBLES  
Sunday, February 23, Krumm Performance Hall, 3 p.m.

CARLETON JAZZ  
Thursday, February 27, Krumm Performance Hall, 8:30 p.m.  
Laura Caviani, director.

CARLETON CHOIR  
Corinna Burano  
Carl Orff's masterpiece complete with professional soloists, a chamber orchestra of percussionists, and guest characters from Carleton's faculty and staff.  
Sunday, March 1, Krumm Performance Hall, 3 p.m.  
Matthew Olson, director.

CARLETON ORCHESTRA  
Pictures of an Exhibition  
Music by Mikhail Mussorgsky  
Friday, March 6, Krumm Performance Hall, 8 p.m.  
Stephen Rodcliffe, director.

CARLETON WEST AFRICAN DRUM ENSEMBLE  
Tuesday, March 10, Wertz Commons, noon  
Jay Johnson, director.

This schedule is subject to change without notice. FOR MORE EVENT INFO & TO CONFIRM THE DATE, PLEASE VISIT: <https://apps.carleton.edu/cultural/music/events/>

### 2. 《华星闪耀美国商城》

Mall of America CELEBRATES CHINESE NEW YEAR 2020

12 Noon - 5PM  
Rotunda Northeast Court

Huaxing Arts Group Presents  
Festival of Spring: Brilliance of Huaxing

PLEASE JOIN US FOR THE FUN DAYS OF CHINESE PERFORMING ARTS AND CULTURAL ACTIVITIES

Co-organizers:  
Alliance of Minnesota Chinese Organizations (AMCO)  
Huo Jing Arts Group of Minnesota  
Chinese American Association of Minnesota  
Center for Community Service

Participating Organizations:  
China Center of the University of Minnesota  
China Center of the University of Wisconsin  
China Center of the University of Iowa  
China Center of the University of Illinois  
China Center of the University of Michigan  
China Center of the University of Texas at Austin  
China Center of the University of California, Berkeley  
China Center of the University of California, San Diego  
China Center of the University of California, Santa Barbara  
China Center of the University of California, San Francisco  
China Center of the University of Colorado, Boulder  
China Center of the University of Colorado, Denver  
China Center of the University of Colorado, Fort Collins  
China Center of the University of Colorado, Greeley  
China Center of the University of Colorado, Pueblo  
China Center of the University of Colorado, Steamboat Springs  
China Center of the University of Colorado, Telluride  
China Center of the University of Colorado, Vail  
China Center of the University of Colorado, Woodlands  
China Center of the University of Connecticut  
China Center of the University of Florida  
China Center of the University of Georgia  
China Center of the University of Illinois at Chicago  
China Center of the University of Illinois at Urbana-Champaign  
China Center of the University of Maryland, College Park  
China Center of the University of Maryland, Eastern Shore  
China Center of the University of Maryland, Baltimore  
China Center of the University of Maryland, Baltimore County  
China Center of the University of Maryland, Prince George's  
China Center of the University of Michigan-Dearborn  
China Center of the University of Michigan-Detroit  
China Center of the University of Michigan-Flint  
China Center of the University of Minnesota-Duluth  
China Center of the University of Minnesota-Rochester  
China Center of the University of Minnesota-Twin Cities  
China Center of the University of North Carolina  
China Center of the University of North Dakota  
China Center of the University of Oklahoma  
China Center of the University of Oregon  
China Center of the University of Pennsylvania  
China Center of the University of South Carolina  
China Center of the University of South Florida  
China Center of the University of Tennessee  
China Center of the University of Texas at Dallas  
China Center of the University of Texas at El Paso  
China Center of the University of Texas at San Antonio  
China Center of the University of Texas at Tyler  
China Center of the University of Virginia  
China Center of the University of Washington  
China Center of the University of Wisconsin-La Crosse  
China Center of the University of Wisconsin-Stevens Point  
China Center of the University of Wisconsin-Stout  
China Center of the University of Wisconsin-Superior  
China Center of the University of Wisconsin-Eau Claire  
China Center of the University of Wisconsin-Fox Ochs  
China Center of the University of Wisconsin-Oshkosh  
China Center of the University of Wisconsin-Oroquois  
China Center of the University of Wisconsin-River Falls  
China Center of the University of Wisconsin-St. Joseph  
China Center of the University of Wisconsin-Wausau  
China Center of the University of Wisconsin-Whitewater  
China Center of the University of Wisconsin-Yeshewa  
China Center of the University of Wisconsin-La Crosse  
China Center of the University of Wisconsin-Stevens Point  
China Center of the University of Wisconsin-Stout  
China Center of the University of Wisconsin-Superior  
China Center of the University of Wisconsin-Eau Claire  
China Center of the University of Wisconsin-Fox Ochs  
China Center of the University of Wisconsin-Oshkosh  
China Center of the University of Wisconsin-Oroquois  
China Center of the University of Wisconsin-River Falls  
China Center of the University of Wisconsin-St. Joseph  
China Center of the University of Wisconsin-Wausau  
China Center of the University of Wisconsin-Whitewater  
China Center of the University of Wisconsin-Yeshewa

美国商城 歡慶新春

Contact: Activities: huaxingarts@comcast.net  
Decorations: huaxingarts@gmail.com  
Performances: yanxiao2020@gmail.com

### 餐馆生意出售

明尼阿波利斯中国餐馆,生意好、位置好、费用低、网评很好。老板移居外州,欲出售生意。  
联系电话:612-423-1078 李先生

### 餐馆请人

明尼阿波利斯(南)中国餐馆 诚聘全职、半职厨师、服务员、杂工。  
联系电话:612-423-1078 李先生

Disclaimer: Neither Minnesota Yucai Chinese School nor its subsidiaries (including its directors, officers, employees, agents and advisers) makes no express or implied warranties or representations with respect to its products or services including but not limited to warranties of merchantability, non-infringement, accuracy, reliability or quality of any product, contents, advertisements contained on, distributed through, or accessed from Minnesota Times in print or any products or services obtained or used by any consumer as a result of advertisement or information.



# 华人社会服务中心启示

## 华人社会服务中心老年部

我们计划2月8日在华夏之家举办老年活动,一起庆祝鼠年春节。我们会请有艺术长项的老人们表演节目。给1-2月的寿星佬们庆生,给老人们发红包,像往常一样,我们提供午餐,茶点,每人还是收费3元。另外,解答人口普查方面的问题。想参加者可以报名了。联系人:李怡,电话:952-200-8972, Email: yiliyou@msn.com

## 人口普查

美国人口普查10年搞一次,2020年4月开始。所以希望我们在美居住的所有华人都要认真填写人口普查表:Census Questionnaire。千万不要把它丢到垃圾桶里。美国政府规定:人口调查表的资料严格保密,任何其他机构都拿不到,他们只能调出统计数据,如各族人口数字。所以,不管什么身份的人,只要是住在美国,都应该如实填写自己的种族。这样,政府在制定政策时,才会有人口依据。目前,一些华人当中有误区,以为如果如实填写我们是华人,会被政府某些部门排挤。而要把“华人”藏在“亚裔”下面。其实,这不是更把我们自己埋没了吗?我们需要让美国主流社会知道我们到底有多少人口数据,合法的,没身份的都填写。政府各部门是调不出具体资料,而要的就是人口总数据。这样,美国政府在制定政策时才能更重视我们华人的力量,考虑华人社区的需求。

## 公民英语班

公民英语班开始上课。上课地点在Edina老人公寓:7151 York Ave S. Edina MN 55435。时间是2-4 p.m. 联系人:李怡:952-200-8972 Email: yiliyou@msn.com

## MNSure的申请

华人社会服务中心从2013年10月开始帮助大家申请,现在继续帮助人们申请MNSure。

联系人:  
李怡:电话:952-200-8972,  
Email: yiliyou@msn.com  
路凯:电话:612-965-0248,  
Email: vanxx024@umn.edu  
牛重然:Email: niuwx107@umn.edu

## 家庭护工服务

我们继续为老人,主要是有政府医疗补助的老人提供家庭护理服务。请有保险的老人联系我们。我们也酌情为Medicare老人服务。有需要的老人请联系我们。我们也希望想做护工工作的人士联系我们,待遇从优。请联系:李怡女士,电话:952-200-8972, Email: yiliyou@msn.com

## 社会服务项目

自从华人社会服务中心成立14年以来,我们为华人社区提供无数免费的服务,包括移民咨询等。所以使我们的资金一直捉襟见肘。最近,经由董事会的讨论,我们对一些服务项目定了一些收费原则。如:帮助填公民表:收费50元,帮助填移民申请表:I-485/I-130,收费120元,帮助填换取绿卡等表收费35元。

我们的网站是:www.csscmn.info 欢迎大家上网浏览。我们一直欢迎社会大众对华人社会服务中心的支持。我们过去14年来一直都是在帮助华人弱势群体。感谢热心人士的赞助,最近,我们又收到吴巧明的赞助。我们会给所有赞助人出收据。以做抵税证据,支票抬头写:CSSC。办公室地址:4111 Central Ave NE, Suite 200A, Columbia Heights MN 55421。鸣谢。

Friday, January 24, 2020, 7:00 pm  
Maplewood Library

3025 Southlawn DR. Maplewood, MN

Saturday, January 25, 2020, 3:00 pm  
Northtown Library

711 County Road 10 Frontage Road, Blaine, MN

Sunday January 26, 2020, 3:00 pm  
Northfield Retirement Community Chapel

900 Cannon Dr. Northfield, MN

## Issam Rafea and Gao Hong Duo Concerts



All events are free and open to the public

This activity is made possible by the voters of Minnesota through grants from the Minnesota State Arts Board and the Metropolitan Regional Arts Council, thanks to a legislative appropriation from the arts and cultural heritage fund.



# 2020 明州华人健康中心

## Minnesota Chinese Health Center (MCHC)

### 第一季度各科门诊日程 (4th quarter)

各科门诊都需要于门诊前的星期五五点之前预约, 预约电话612-666-1670  
所有门诊地址: 1925 West County Road B2, Roseville, MN 55113

Date	西医普科/专科	中医/针灸
1/11/20	John Chen 陈宗禹, MD, PhD Minnesota Gastroenterology, PA 内科及消化专科主治医生	Lili Tian 田丽莉 中医师, PhD. 中医学博士 L. Ac 执照针灸师 American Academy Acupuncture and Oriental Medicine 美国中医学院
2/1/20	Wang Cai Gao 高旺才, MD United Hospital, St Paul 神经内科主治医生	Huan Ma 马寰 中医师, PhD. 中医学博士 L.Ac. 执照针灸师 Acupuncture Health Center, Edina (请前往医生诊所义诊. 地址如下): 6545 France Avenue South, C-21, Edina, MN 55435
2/15/20	Peiyi Wang, 王培慧, MD Abbott Northwestern Hospital, Allina Medical Clinic - West Health 内科主治医生	Ning Wu 吴宁 中医师, PhD. 中医学博士 L. Ac. 执照针灸师 American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine 美国中医学院
2/29/20	Huagui Li 李华贵, MD, PhD Minnesota Heart Clinic, Fairview Southdale Hospital 内科主治医生, 心脏病及心脏电生理 专科主治医生	Yubin Lu 路玉滨中医师, 中医学博士, L. Ac. 执照针灸师请前往医生诊所义诊. 地址 6053, Hudson Road, Suite 225 woodbury, mn 55125 电话 612-201-7080
3/14/20	Dr. Xiaoming Dong, 董晓明 MD Minneapolis Clinic of Neurology 神经内科主治医生	Lili Tian 田丽莉 中医师, PhD. 中医学博士 L. Ac 执照针灸师 American Academy Acupuncture and Oriental Medicine 美国中医学院
3/28/20	Xiao Feng, 冯晓, MD Family Physician HealthPartners Medical and Dental Group 内科主治医生	Weili Shen 沈薇丽 中医学硕士 L.Ac. MaOM 执照针灸师 (请前往医生诊所义诊. 地址如下): Acupuncture Woodbury 7582 Currell Blvd, Suite 215, Woodbury, MN 55125

请登录明州华人医生协会网站(<http://amcponline.org>)查看最新变更

# 《东北同乡鼠年联欢会通知》

十二生肖鼠为先,  
一口乡音永流传。  
正月里来齐相会,  
东北同乡闹新年!

嘎嘎冷的冬天忒难熬,漫天飞舞整烟儿炮。么么叭叭的猪年,哉楞地就没影儿了;再不聚聚,都不知道嗑咋唠,酒咋整啦! 那哈,各位老铁,撸撸撸,咱聚聚:东北菜可劲儿造;自由舞玩命跳;现场乐队嗨到爆;嗑瓜子、掰花生啥嗑都唠;小游戏、藏猫猫儿;麻将、扑克、卡拉OK任你挑,你说咋着就咋着!

一句话:过年啥都不缺,就缺你! 别整没用滴,麻棱痛快儿地,携家带口儿滴,快溜儿地来凑热闹!

### ★时间

02/09/2020 1:00-6:00 p.m. 星期日

### ★地点

800 Boone Ave. North, Golden Valley MN 55427 (常青老人中心)

附: 1.报名方式: 随后将提供在线报名表格

2.报名截止日期:02/02/2020

3.收费标准:成人 \$15/人;老人小孩 \$10/人

4.交费方式:微信支付或现场现金

5.硬菜清单:带鱼,肘子,熏酱肉,烤羊肉串等等,

6.活动内容在制定中:有小孩老人及成年人的活动,东北话比赛,秧歌表演,抽奖等等。另外明州铭辰乐队将为现场唱歌,跳舞的提供伴奏。

7.我们还要准备同乡会选举。希望大家自荐或推荐有能力,有热情,愿意为东北同乡奉献的人才。在东北联谊群将会公布细则。





# 《转机》1

■ 愔兮

2015年8月底,正逢秋日,天高云淡。我们结束了在美国的探亲访友,定了美联航的航班(由明尼苏达到北京)的机票返回中国。因为从明尼苏达至北京没有直达的航班,需要在芝加哥转机。故事就发生在转机时。

清晨五点多起床,儿子送我们到明州机场,一路顺利,过了安全检查,顺利登机。在机上吃着早点,喝着热茶,听着舒缓的音乐,庆幸着登记过程的顺畅。愉快的旅行就要结束了,有两个多小时就到达芝加哥,换机后又有十多个小时就能到达北京。到了北京,哈哈,一切都好办了,几乎没有什么可担心和困难的事儿了!“小红帽”服务人员会帮我们行李放到高铁车厢里,两个小时的车程就到家啦!那边儿早已安排好了接站的朋友,万无一失。太方便了,大约晚上九点到家,洗个热水澡、休息,什么事都不耽误,时间计算安排的很合适。一想到很快就要回到久别的家,心里无比的高兴!

转眼工夫,芝加哥到了。我们要在机场等候三小时,才能转乘去北京的飞机。在机场候机厅里,我们找了一个快餐店随便吃了点,便赶着去找候机区。在这转机的人很多,我们又是第一次到此转机,很怕出差错,就径直走到服务台,出示机票询问在哪个候机。服务人员很客气,拿起笔来在我们的机票上写下B3,并指点我们找到了相应的候机区。完全放下心来我们找到了一个座

位坐下,因离登机时间还早,就拿出带来的中文报纸仔细阅读起来。

时间一点点过去,待到翻看几版报纸,抬头看钟表已接近检票时间,急忙整理好随身携带的小件行李,准备排队检票。可是,左等右等毫无检票的迹象,时间又过了半个多小时,怎么回事,起飞晚点了吗?我心情焦急地看着周围的乘客,他们都很沉住气的坐在座位上一看书、看报、看手机、轻声细语的讲着话,没有一个象我们这样着急的样子,怎么办?去问!我们离开座位走到候机区的服务台前,出示机票。没等我们张口问,那位拿着我们机票的小伙子(美国人)迅速转出服务台,嘴里喊着Go,Go,Go(走,走,走)!迈着大长腿、大步流星、头也不回的奔跑起来。我们没弄清怎么回事,但他拿着我们的机票呢,索性只能跟着他跑。我拖着小皮箱,老伴儿背着双肩包,一起跟着小伙子开始了百米冲刺!在那段时间里,脑子没法考虑更多的问题,似乎把身体里的氧气、血液全给了两条腿。即便是这样,我已开始感觉两腿麻木酸软,大口喘了起来,听到了咚咚咚的心脏极速跳动的声音!

终于,从B3候机区跑到了B6候机区,冲到了登机检票口前。此刻,候机区已空无一人,看来已停止检票多时啦!!

# 《冬雪漫谈》3

■ 无名草

一切都在过滤,一切都在升华。连人的心灵也在净化,变得纯洁美好。可惜我的文笔太差,否则我将如何狂热地歌咏她!

太阳从远处的林间上升。阳光照处,空气中的冰霜都融化了。树枝上白绒般的厚雪,不时的滚落下来,无声的堆积在雪地上。金色的阳光射在雪上,那雪好像忽然害羞了,微微露出点儿害羞的粉红色。冬天的太阳显得特别可爱。时间从黎明变成早晨,早晨也愈来愈老。冬日的太阳似乎拉近了与人的距离,显得格外的清晰和耀眼。阳光的温度,好似被雪冷却过似的,怎么也热不起来。我匆匆地踏着粉状的雪——回家。因为思想感情更为激动,心情欢快,内心发出一种热力,感觉温暖。我奇想:假如人们不愚蠢、不狂躁、不胡乱地战天斗地,而是改造人们自己的生活,并和大自然更好地配合一致。那么,人们也许就无需畏惧寒暑之侵,而将同草木走兽一样,认同大自然是人们的保姆和良友。因为,大自然是永远眷顾与恩赐人们的!

雪最益人之处是——瑞雪兆丰年;雪最可爱之处是——广被大地,覆盖一切公平。

然而,寒风一吹,无孔不入,一切乌烟瘴气都一扫而空。

在寒风面前,凡事不能坚贞自守的都无法抵御。故凡是在寒冷荒僻之处,人们能看到的都是值得我们尊敬的。因为她们有一种坚强淳朴的性格——坚韧、自立。凡是能卓然独立于寒风之中者,一定是天地灵气之所在,是骨气的表现。她们具有天神一般的勇敢,尽情地展示她们天然真实的美和价值。

雪景是明州冬天最美的景色。有雪的明州,给人如梦如幻。万湖边的棕色、青绿色、褐色的各种树和古朴的亭子及钓鱼平台上,社区各家的Deck上等等均有雪衣、雪帽、雪披肩、雪台布以及镶上银边的……。白雪像璀璨的钻石在阳光下闪闪发光,并且冬天阳光是一年之中最灿烂、最辉煌的。因而组成了一幅绚丽的山水画,充满诗情画意,犹如仙境一般,别有一番风味。冬天,不仅具有特色的香甜,而且是圣洁的象征。

“满目山河雪花飞,雪落无声令人醉”——冬天的壮丽景色真美!



**Bridge Realty**  
房產經紀公司  
1101 E 78th St #300  
Minneapolis, MN 55420



明尼蘇達大學博士  
**許杰 Jenna Xu**  
Cell:(651)492-9328  
Phone:(763)691-9303  
Email:xurealty@gmail.com

- 多年的房地产经验,善于市场分析,投资评估,区域调查和注重细节
- 帮您找到各类合适的投资(公寓,店铺,办公楼,仓储,农庄等)以及自住房
- 如果您有任何想出售的房地产,我都可以帮您找到合适的买家



**伍譚淑華**  
Virginia Ng

Top 1% in Nation

Tel: 763-595-9975  
Cell: 612-414-6177  
email: sendtovng@msn.con.



外語學士,教育碩士  
擁有估價師執照  
擁有房地產專家證

經驗多 門路廣

精通:英語,國語,,粵語;  
常備專才律師,建築師及助理,  
為顧客提供多方位周全服務

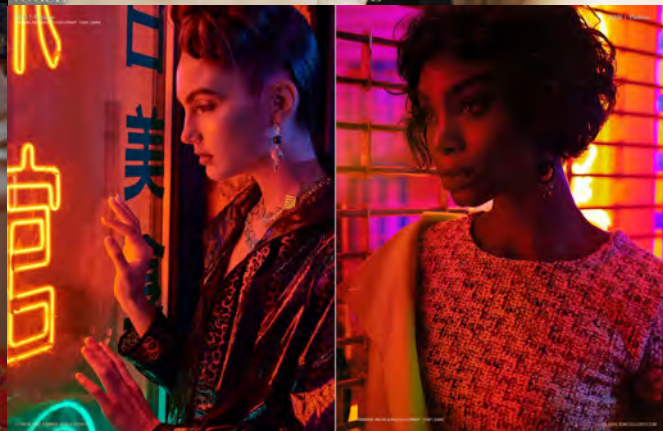
專營: 新建,現成房,土地,餐館,商業中心,公寓等

20多年成功經驗,精于議價,善于貸款  
竭誠為顧客提供優質服務



Carleton 学院大四学生

# 明州华人新星 刘嘉仪 在时尚摄影界崭露头角



(左上:刘嘉仪的自拍;中上:刘嘉仪为 L'Officiel 杂志创作的“Lazy Sunday”;右上:刘嘉仪为 Vogue Italia 杂志当模特)  
左下:刘嘉仪为 Lulu Frost 的秋冬系列创作的自拍;中下:刘嘉仪为 Atlas 杂志创作的“High Noon”;右下:刘嘉仪为 MFM 杂志创作的作品“Chinatown”)

刘嘉仪(英文名 Eve J. Liu)是 Carleton 学院的大四学生。大概在五年前,她才开始接触摄影。可现如今,她已然成了时尚杂志的新宠,她的摄影作品已在全球范围内广泛刊登。作为一名视觉艺术家,刘嘉仪将自己的工作定义为“摄影师、模特和始终保持好奇心的观察者”。近日,她接受了 Southwest Metro 杂志的采访,将她五年来的摄影历程娓娓道来。

### 从小对艺术的追求

刘嘉仪从小和爸爸妈妈、姐姐一起在明州的 Eden Prairie 长大。4 岁的时候,她开始学习绘画和弹钢琴。上了小学之后,又开始学习中国民族舞蹈。到了初中和高中,她也尝试了许多其它课余爱好,但从未停止过阅读和绘画。

在 Central 初中上学的时候,Susan Murphy 的艺术课和课余动漫社对培养她的创造力发挥了很大的作用。后来在 Eden Prairie 高中上了两年后,她又转去了 Blake 学校,那里的 Bill Colburn 成了刘嘉仪最喜爱的艺术老师。

大约在五年前,刘嘉仪才开始接触摄影,而她当时的器材仅仅是家里的一台老旧数码相机。

进入 Carleton 学院后,刘嘉仪起初对数学、物理和政治感兴趣,但很快就意识到这门课并不适合她。紧接着,她从第一节就爱上了人类学。生活中,人们总问她人类学究竟是什么、未来到底有什么用处?刘嘉仪认为,其实每一天我们大家都在使用人类学,只不过没有意识到罢了。对她而言,人类学让她始终保持对人生阅历的好奇心。尤其是文化人类学,探究了文化是如何塑造我们的生活经历的。“从人类学的角度来窥探世界,对艺术和时尚来讲非常重要。”

### 时尚摄影界的新星

虽然大学修的并不是摄影,但通过自学,现如今刘嘉仪的摄影作品已先后在 Vogue(电子刊)、L'Officiel、Shape、KALTBLUT 和 Atlas 等各大顶级杂志上刊登了。“未来肯定还会有更多作品发表的”,她轻描淡写地说道。

“她通过对色彩、细节和拍照姿势的把控,表现出了

一种独一无二的高雅风格” Pa Chia Vang 这样说道。他是一位模特、内容创作者和摄像师,和刘嘉仪共同合作过多个时装项目。

“我认为让她脱颖而出的原因,是她知道如何为自己的照片营造一种情绪。她在制作和细节上有着卓越的创造力。在照片风格方面,也非常的多才多艺。她的照片总是那么地与众不同,并且能够让人启发灵感。”

### 是摄影师,也是模特

刘嘉仪不仅是位出色的摄影师,当起模特来专业度也毫不逊色。以她为模特的作品被发表在了 Vogue Italia、KALTBLUT,以及一些网络杂志上。除此之外,她的自拍摄影作品也广受好评,去年夏天的时候,她还为 Lulu Frost 的秋冬系列进行自拍创作。

聊到钦佩的艺术家时,刘嘉仪说最近非常欣赏的摄影师是 Zhang JiaCheng 和 Zhong Lin。而谈到毕业后的计划时,刘嘉仪说她会的搬到纽约去,到那里后,会以各种艺术形态,继续为大家“讲述故事”。

(左下:刘嘉仪的自拍;中下:刘嘉仪的人像作品;右下:刘嘉仪为 L'Officiel Austria 杂志创作的“Windstruck”)





# 大西洋月刊

# 美国对男孩的教育有问题!

最新一期《大西洋月刊》的封面文章,讲的是如今美国的男孩教育出现了令人担忧的局面。作者是美国知名的两性教育专家佩吉·奥伦斯坦(Peggy Orenstein),曾经登上过TED演讲。她在今年1月出版了一本新书,名叫《男孩与性别》(Boys & Sex),专门探讨了这个问题。

如果简单概括奥伦斯坦的观点,那就是:如今在美国人眼中,成功男性的形象过于单一,甚至青少年对“真正男人”的认知存在着严重误区。

奥伦斯坦常常给一些美国高中做心理咨询。她发现,在美国青少年人群中,“哥们儿文化”很突出,英文叫bro culture。十几岁的男孩子对什么才是“真男人”,默契地形成了一种统一的认知,比如:“必须运动细胞发达,会把歧视性语言挂在嘴边,要用一种毫不在意的姿态和异性交往。还有,绝对不能哭!”

虽然并不是所有男孩子都认同这种“哥们儿文化”,他们其实也很苦恼。很多来找奥伦斯坦做心理咨询的男孩都坦白说,自己并不想当这种“哥们儿”,但他们也不想被群体排斥,尤其是不想失去同龄男生的尊敬。

后来,奥伦斯坦花了两年的时间,和全美国超过100名青少年男性进行了访谈,他们的年龄从16岁到21岁不等,种族和文化背景也各不相同。奥伦斯坦发现,这些男孩子基本上都认可男女平等,在谈到女性时,他们会称赞班上的女同学聪明、有能力、可以胜任任何角色。

可是,当谈到出色的男性应该具备什么样的特质时,奇怪的现象出现了:这些男孩的观念好像还停留在半个世纪之前。他们的描述是这样的:“理想的男人,应该身材高大威猛、性魅力十足;有掌控力,有野心,坚韧不拔;对了,还要有钱。”

倒不是说这些特质都是错的,问题在于,它们指向了一种单一的形象。也就是说,要当一个够格的男人,貌似有且只有这一种方式。

这就和女性教育的成果截然不同了。在美国,这几十年来,传统的“女性特质”被彻底颠覆了。如今,一个优秀的女性可以有很多形象,可以温婉可人,可以聪明果



断,可以坚强勇敢。可这些年来,美国社会对“男性特质”的定义居然停滞了,甚至还出现了倒退。

2018年,美国有一项针对全国10-19岁青少年的调查,也发现了类似的趋势:接受采访的女孩,都认为自己可以尽情地挥洒个性。可是,却有超过三分之一的男孩表示,为了符合自身的“性别设定”,不得不时常压抑自己的情绪。碰到争执,好像必须展现出霸气的一面,甚至一定得靠拳头解决问题,否则就会显得窝囊。

你可能想问,这样的男性教育会带来什么问题?这些男孩成年后,是给别人带来伤害吗?倒不是。研究发现,最大的受害者其实是他们自己。

调查发现,对性别形象认知比较单一的男性,更容易酗酒,更容易有不安的性行为,甚至发生交通事故的几率也更高,他们时常会感觉到孤独,觉得周围没有可以信

赖的朋友。总体来说,他们的幸福感更低。

怎么会形成这种局面呢?文章认为原因有二:

第一个原因是:传统的男性教育靠的是早当家:早早结婚,赚钱养家。可如今,这种靠社会生存压力自然培养男性的路径已经关闭了,这个时候,青少年不成熟的心理特点就融入了他们对男性的理解之中,填补了这个空白。比如说,叛逆、控制欲、渴望征服异性、崇尚暴力……正是这些特点,潜移默化地影响了他们对男性特质的认知,形成了“哥们儿文化”。

第二个原因是:家长和孩子的沟通其实存在性别差异,造成了男性在情感表达上有欠缺。在婴儿期,无论是男孩还是女孩,在情感需求和表达方面其实都没什么区别,甚至研究发现,男孩的表达欲还要更强一点。问题出现在父母对孩子的反馈上。调查显示,从婴儿期开始,母亲对女儿的说话次数就明显更多,也会用更丰富的带有情感色彩的词汇。而对儿子,她们的交流更少,也更容易愤怒。至于父亲,无论是跟儿子还是女儿,交流都更少。

斯坦福大学的一项研究也发现,男孩到了五六岁,就学会了尽量不在公开场合表露自己的情感,尤其知道不应该哭,并且开始有意识地拒绝跟女孩子做朋友。到了青春期,男孩子慢慢形成了一种对“羞耻”的恐惧,他们觉得,随意跟他人表露情感是羞耻的,会让别人看不起。如果自己解决不了自己的问题,那就不配成为男人。

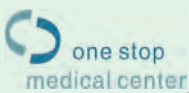
奥伦斯坦认为,这种对男性特质的理解显然是片面的,也是落后的。美国的青少年,需要更先进的男性教育,他们需要一个真正的男性榜样。这个男性榜样,既应该具备勇敢和坚韧的品质,也应该能够自由地表露情感。一个理想的男人,应该兼顾坚硬与柔软。

要做到这一点,社会需要做的是:发声。孩子的父母、学校老师、球队教练,应该联合起来,持续不断地发出声音。一方面通过家庭教育,一方面通过课外辅导,要告诉男孩一个真正的男人应该什么样。

奥伦斯坦认为,只有让男孩接受这样的教育,他们才能成为这个社会需要的真正的男人。

## 痔疮患者的福音

### IRC 疗法



采用美国最新无痛性红外治疗仪

治疗一次只需2分钟,一个疗程平均治疗4次  
不手术,不住院,无痛苦,随治随走,疗效显著。

### 自费病人优惠



痔疮去无踪,生活更精彩

診療中心電話: (952) 922-9999 (英文)

One Stop 诊疗中心:

6545 France Ave S. Suite 290.  
Edina, MN 55435

周一、二、四、五

## 段峰建築設計事務所



- 明州第一位华人开业建筑师
- 注册建筑师, 美国建筑硕士, 清华大学建筑学士
- 二十多年在明州为亚裔设计餐馆一百多家
- 深通建筑法规, 熟识双城地区卫生局及政府施工纸审批官员
- 精通设计餐馆, 东方店, 商场, 办公楼, 老年公寓, 表演剧场



**Duan Corporation**  
7096 East Fish Lake Road  
Maple Grove, MN 55311  
Tel: 612-326-3000  
Cel: 612-226-2043  
E-mail: fduan@duancorp.com

www.duancorp.com



**编者按:**朱燕中教授, 1988年北京中医药大学毕业。曾任北京中医药大学第一附属医院泌尿外科主治医师。2001年至今,在美国天人相应针灸诊疗中心主任。美国加州中医药大学,获东方医学博士学位。《中医杂志》英文版特邀编委。美国加州中医药大学博士班导师。朱燕中教授的著作包括《闯关记-我的黄帝内经觉悟之旅》辽宁科技出版社,2013年出版。《灵枢真意集成》辽宁科技出版社,2014年出版。《神农本草经觉悟之旅》人卫出版社,2015年出版。《本输针灸:灵枢经学用解》人卫出版社,2015年出版。《中医觉悟一言》人卫出版社,2016年出版。2018年9月,朱燕中教授应邀美国中医学院为博士班传授《黄帝内经》的经典针灸。这是美国中医学院巩昌镇博士和朱燕中教授的一个系列对话。



# 传道先贤 授业来学(5)

## 和朱燕中教授关于本输针灸的对话

美国中医学院 巩昌镇博士

**巩昌镇:**我们提到《黄帝内经·素问·水热穴论篇》讨论了两组重要穴位,一组是治疗热病的五十九热穴,另一组是五十七水穴。我们现在讨论一下五十七水穴吧?

**朱燕中:**《黄帝内经·素问·水热穴论篇》:“帝曰:水俞五十七处者,是何主也?岐伯曰:肾俞五十七穴,积阴之所聚也,水所从出入也。尻上五行行五者,此肾俞,故水病下为跗肿大腹,上为喘呼,不得卧者,标本俱病,故肺为喘呼,肾为水肿,肺为逆不得卧,分为相输俱受者,水气之所留也。伏菟上各二行行五者,此肾之街也,三阴之所交结于脚也。踝上各一行行六者,此肾脉之下行也,名曰太冲。凡五十七穴者,皆藏之阴络,水之所客也。”这是水俞57穴的《素问》版,与59热穴同出一处;水俞主肾水与肾精的平衡,热穴主气升与气降的平衡;水俞在人体阴位,热穴位于人体阳位;水俞调节肾精的收藏与化气,热穴调节阳气的卫外与通降。水俞与热穴同出于一篇,是水与火的平衡,水在下藏精,火在上生神,精神要对立统一,精无神则沉,神无精则浮,精神好像放风筝,风筝为神,人为精,人与风筝由线来连接。精在下控神,神在上制精,精神通过三焦相连接。

**巩昌镇:**对于五十七水穴,张介宾对于原始经文做出了比较全面和权威的注释。

**朱燕中:**张介宾是这样注解的:“凡此五十七穴者,皆积阴之所聚,水所从出入者也。肾主水,故皆曰肾俞。尻上五行者,中行督脉也。旁四行,足太阳膀胱经脉也。行五者,中行五穴:长强、腰俞、命门、悬枢、脊中也。次二行各五穴:白环俞、中膂内俞、膀胱俞、小肠俞、大肠俞也。又次二行各五穴:秩边、胞育、志室、盲门、胃仓也。五行共二十五穴,皆在下焦而主水,故皆曰肾俞。水之本在肾,标在肺,标本俱病,故在下则为跗肿大腹,在上则为喘呼不得卧。肺主气,水在上则气不化,故肺为喘呼。肾主水,水在下则湿不分,故肾为水肿。然病水者必自下而升,上及于肺,其病剧矣,故肺为逆不得卧也。言水能分行诸气,相为输应而俱受病者,正以水气同类,水病则气应,气病则水应,留而不行,俱为病也。伏菟,足阳明经穴。伏菟之上,即腹部也。腹部之脉,任居中行,左右各二,夹脐旁两行者,足少阴并冲脉气所发,行各五穴,则横骨、大赫、气穴、四满、中注是也。次外二行者,足阳明经所行,行各五穴,则气冲、归来、水道、大巨、五陵是也。左右共二十穴,此皆水气往来之道路,故为肾之街也。三阴,肝脾肾三经也。三阴所交俱结于脚,故足太阴有三阴交穴。踝上各一行,独指足少阴肾经而言。行六穴,则大冲、照海、复溜、交信、筑宾、阴谷是也,左右共十二穴。肾之大络,并冲脉下行于足,合而盛大,故曰太冲。”

**巩昌镇:**这里将肾俞57个穴分为3组,第一组在背部尻上五行,每行5个穴,共25个穴。第二组在伏菟上各两行,每行5个穴,共20个穴。第三组在踝上各一行,每行6个穴,共12个穴。一共57穴。经文把肾俞五十七穴划分成了肾俞、肾之街、肾脉之下行。我们先讨论肾俞25穴吧。朱燕中:第一组肾俞,尻上五行应该是在腰背部,膀胱经两行,督脉一行,共五行。虽然具体穴位经文没有明确,张介宾根据后世针灸穴位给出的25个穴的具体名字,我认为应该与腰的5个椎体有关,每个椎体各一排穴位,每排5个穴,这样共25个穴。

“尻上五行行五者,此肾俞”,所谓肾上五行,是指中间所行的督脉,及旁开四行的太阳之经脉,由于督脉起于至阴,循阴器,绕篡后,别绕臀,合于少阴太阳,贯脊入肾。太阳为少阴之寒水之府,者五行经脉的位置,是由水阴之所注,因此都称之为肾俞。如果病于水,则在下为跗肿大腹,上则为喘呼,不得卧者,这是标本俱病。因为肾为

本,肺为标,在肺则为喘呼,在肾则为水肿,肺为气逆,故不得卧。水分为相输而上下俱受病者,是因为肾俞沿着臀部而下,而又循腹而上贯肺中,水气之留于经俞的缘故。有形之血,行于脉中,无形之气,行于脉外,是以有形之水,行于无形之气分,无形之水气,行于有形之脉中,水随经而行于上下,而水气亦随经而留于脉中,因此所谓跗肿大腹者,水所从出入于外内,喘呼不得卧者,水气上逆于脉中。

腰为肾之府,是肾水藏精的部位,肾精与肾水要达到一个平衡,精藏于水中,水不能过寒,精不能过散。如果肾阳不足,则肾水相对过盛,表现肾阳虚的腰痛、腰部寒冷等病症。治疗温阳散寒,促进肾精化气。肾阳不足,水湿停留而成腹部水肿,在上则肺气不降,由于肾阳化,肺中水气停留,肾俞二十五穴,多用灸法。肾俞是肾精化气出于表,运用温补的方法可以增强肾的阳气。

**巩昌镇:**第一组穴位的主要临床应用是什么呢?

**朱燕中:**主要是开肾精化气,当肾阳不足时,水湿停留而成腹部水肿,在上影响到肺气不降,由于肾水不化引起肺中水气停留,经云:“故水病下为跗肿大腹,上为喘呼,不得卧者,标本俱病,故肺为喘呼,肾为水肿,肺为逆不得卧,分为相输俱受者,水气之所留也。”治疗方法主要从腰部选穴,也就是肾俞二十五穴,多用灸法,温阳祛寒,同时加强肾精化气,以对抗寒水过盛。肾俞是指肾精化气出于表,运用温补的方法可以增强肾的阳气。如果使用潜藏的方法可以帮助藏精,精藏则减少肾气的开散,利于肾水的恢复,从根上清虚热。

**巩昌镇:**我们来看第二组穴位,在伏菟上各两行,每行五个穴,共二十个穴,称之为肾之街。

**朱燕中:**伏菟上各两行,伏菟是足阳明胃经上的第32个穴,这个穴位名字有两层含义,第一,是指其所在部位,整个大腿外侧的肌肉,主要是由肱四头肌组成,其形状很像是一个兔子伏卧在那里,因此而得名。第二,是因为“伏菟”与“伏吐”谐音,又因为此穴在胃经上,因此,伏菟穴实际上是止吐的要穴,是我在临床中的常用穴位,治疗胃气上逆、恶心呕吐效果良好。所谓伏菟上各两行与背部的尻上五行相对应,是在肚脐以下的腹部,任脉两侧各两行,是肾与胃经两行脐以下的部分。这里的伏菟各两行是指少阴之大络与少阴之经,左右各二,共四行,是少阴经之阴谷、筑阴、交信、复溜,及三阴之所交结之三阴交穴。

所谓街者是源于气街,气街乃气之径路,细小的络脉之末端,络绝则径通,是经络的血气,从此处离绝从络脉出,而出于脉外。脉内之血气,与脉外之气血,相合相继而行。脉内之血气,从气街而出于脉外,脉外之气血,从井荣而溜于脉中。出于气街,则经脉虚软,而皮肤石坚;溜于脉中,则经脉石坚,而皮肤虚软,因此能知虚实,则知补泻之所在。皮肤之血气,犹海之布云气于天下,经脉之血气,合经水之流贯于地中。脉内之营气,出于气街,与卫气相将,昼行阳而夜行于阴。营卫者,水谷之精气,营行脉中,卫行脉外,乃无形之气,水谷之津液,化而为血,以奉生身,命曰营气,乃有形之血。行于经隧皮肤者,皆谓之营气,夫充肤热肉之血,有从冲脉而散于皮肤者,有从大络而出于脉外者,有随三焦出气之津液,化而为赤者,皆谓之营气,盖以血为营,血之营气。

肾之街是指肾的经脉的血气从脉内出于脉外,是少阴经之气血运行部位,皮肤之血气最终又回流经脉中,犹如天地之云雨的转化,目的是纯净肾脉之血气,有利于肾精收藏与化气,已经肾经脉之运行通畅。

**巩昌镇:**第二组穴位的主要临床应用是什么呢?

**朱燕中:**主要是利水,水过盛也是肾阳不足的原因之一,由于肾水过盛也可以瘀阻肾阳化气,形成下焦寒凉之证,利水可以减少肾精负荷,有利于肾精化气而生阳。利水应该选用第二组穴位,在任脉两侧,肾经与胃经上,在脐以下的部位。此组穴位位于下焦,是水液集中的地方,一共有20个穴位,称为肾之街。前面谈过了气街,气街是指六腑或者卫气在内与体表的相连的通道,肾之街则是肾之水与体表连接的通道。此穴既可以利水也可以补

阴,要根据肾的阴阳状态。利水主要是为了减少肾精的负荷,恢复肾精化气;而滋阴潜阳主要是为了清肾之虚热。

**巩昌镇:**第三组穴位,“肾脉之下行,名曰太冲”概括了十二个穴位。请做详解?

**朱燕中:**肾脉之下行,名曰太冲:根据古代医家注释整理,在踝上各一行,每行六个穴,共十二个穴,此肾脉之下行也,名曰太冲。是指踝上各一行者,左右二足各一行也。行六者,谓照海、水泉、大冲、太溪、然谷、涌泉六穴,此肾脉之直下行于至阴。每行六个穴位是在小腿内侧,胫骨内侧缘,六是水的数字,“天一生水,地六成之。”在内踝上还有很多常用的穴位是补肾的,最典型的有复溜穴、阴谷穴等。

何谓肾脉之下行呢?《灵枢经·逆顺肥瘦》云:“黄帝曰:少阴之脉独下行何也?岐伯曰:不然,夫冲脉者,五脏六腑之海也,五脏六腑皆禀焉。其上者,出于颡颥,渗诸阳,灌诸精。其下者,注少阴之大络,出于气街,循阴股内廉,入中,伏行骨内,下至内踝之后,属而别。其下者,并于少阴之经,渗三阴。”这段经文是讲冲脉与少阴之经,并行于下,借此了解少阴之经的下行,其在下者包括少阴之经和少阴之大络,少阴之大络有上行的部分,上至“循阴股内廉,入中,伏行骨内”,也有下行的部分,下至“下至内踝之后”。少阴之经也有上行与下行。

血气行于脉外,以应天之道。司天在上,在泉在下,水天之气,上下相通,应人之血气,充肤热肉,淡渗皮毛,而肌肉充满。若怯然少气者,则水道不行,而形气消索。夫冲脉者,五脏六腑之海,五脏六腑之血气,皆禀于冲脉而行,其上者,出于颡颥,渗诸阳,灌诸阴。其下者注少阴之大络,下出于气街,五脏六腑之血气,皆从冲脉而渗灌于脉外皮肤之间,应水随气而运行于天表。

少阴主先天之火,水火者,精气也,冲脉并少阴之经,渗三阴,循跗入大趾间,渗诸络而温肌肉,是少阴之精气,又从冲脉而营运出入于经脉皮肤之外内。少阴之精气,渗灌于肤表,而复营运于脉中,应司天在泉之气,绕地环转,而复通贯于地中。

五脏六腑,应五运之在中。五运者,神机之出入。皮肤经脉,应六气之在外,六气者,左右上下,环转升降。五脏六腑之血气,禀冲脉而营运于肤表,应地气之出于外。

**巩昌镇:**在“肾脉之下行,名曰太冲”中有三阴交的位置吗?

**朱燕中:**最后这一组穴位是在踝上六个穴,这六个穴应该包含三阴交穴,这个穴位在《黄帝内经》中没有明确提出,今天在临床上是个常用穴位。而与三阴交穴相关的内容就是这段经文:“三阴之所交结于脚也。”脚者,《说文解字》:“胫也。”今天我们所说的脚,古人称为足。因此,三阴交穴就是在内踝上到胫骨粗隆的位置,应该和现在三阴交穴的位置类似,由于这是三条阴经相交的穴位,自然也包括了足少阴肾经。三阴交穴不是五腧穴,如何判断其阴阳五行之性呢?前面说过,五腧穴具有阴阳五行的属性,五行对应四时,由于四时是由太阳的运行所形成,因此四时属性应该表现在阳经的五腧穴上。

**巩昌镇:**我们对三组穴位分别做了分析后,我们可以总结一下了?

**朱燕中:**肾俞之五十七穴是针对肾水与肾精平衡而设定,肾水主藏精为阴,肾精主化气为阳。尻上五行二十五穴,名为肾俞,主肾精化气以温阳;伏菟上各两行二十穴,名为肾之街,主肾水藏精;踝上一行各六穴,名为太冲,为肾精之源,主生肾精。肾俞、肾之街、肾脉之下行三者,都是肾之精水化气出于皮下,而三者途径不同,所出位置也不同。皮下之血气犹如天气在上,还要运行回流于地之经脉水中,这种天地之气血的转换,其目的为气血洁净,阴阳转换,营养局部组织,经脉运行通畅。由于各部位气血位置不同,其性质也各异,肾俞为精水,肾之街为气降,肾脉之下行的太冲为气之上行,治疗方法选择也不同。而病发此处的表现为,肾俞多水寒,肾之街多气郁,肾脉之下行多虚热。

(未完待续)



# 你需要了解的五个真相 跑步真的伤膝盖吗？



早在2017年6月,《美国骨科与运动物理治疗杂志》就发表过一项对比研究。研究结果显示,经常跑步的人,关节炎发生率仅为3.5%;反而久坐不动的人,关节炎的发生率比经常跑步的人高出3倍,达到10.2%。当然,如果是跑步竞技运动员,关节炎发生率比久坐的人还要高出3个百分点,达到了13.3%。

“跑步百利唯伤膝!”不知从什么时候开始,这个说法深入人心。跑步时,每迈出一步,膝盖便要承受体重7倍的压力,如果一个人的体重是70公斤,那么他膝盖所承受的压力就达到490公斤。

这么大的压力作用在膝盖上,对膝关节会产生很大的损耗和磨损吗?

有数据统计,每年有30%~60%的人在跑步时受伤,而这些损伤中30%~50%与膝盖相关。“跑步伤膝盖、年轻时跑步年老时膝盖损伤”的说法,很容易被未接触过跑步或初跑者接受。在跑友群或者跑步论坛上,关于膝盖受伤的提问,占据相当的比例。

## 跑步真的伤膝盖吗?

BBC的一部纪录片,叫《锻炼的真相》(The Truth About Getting Fit),拜访了各个领域的运动专家,逐一为大家揭示一些锻炼的真相。其中就有关于跑步是否伤膝盖的真相。

纪录片中专家给出的结论是:跑步不会伤膝盖。

为了探求跑步的真相,医学记者迈克尔·莫斯利博士(Dr Michael Mosley)来到了伦敦圣玛丽大学,请教英国运动专家、特威克纳姆圣玛丽大学运动、健康和应用科学学院院长约翰·布鲁尔关于跑步的问题。

布鲁尔表示,跑步不仅不会伤膝关节,还对膝关节有益。这是因为,跑步所产生的规律性压力,可以把更多的氧气和营养物带入关节软骨,有助软骨修复生长。

迈克尔觉得难以置信,布鲁尔就做了一个对比膝盖压力的实验。实验中,迈克尔在膝盖部位戴上感受器,然后在指定位置走一段距离,紧接着他又跑相同的距离。随后,电脑分析走路和跑步时膝盖产生的压力。结果显示,虽然比起走路,跑步时膝盖的压力更大,但造成压力的时间更短。

虽然跑步时会对腿产生8倍于体重的压力,而走路时产生的压力则相当于3倍体重,但由于跑步的步幅比走路大,脚与地面接触的时间短,因此跑步和走路时实际作用到膝盖的压力差不多。

布鲁尔表示,这些压力完全在人体可接受范围内,因为人体构造完全可以负荷走路和跑步。

曾经跑过18次伦敦马拉松的布鲁尔还表示:虽然跑步时膝盖会承受压力,但身体会适应这种压力并通过跑步促进软骨、肌肉、肌腱和韧带发育,从而起到保护膝盖而不是损伤膝盖的作用。这是因为跑步会促进膝盖的血液流动和细胞再生。因此跑步和走路时实际作用到膝盖的压力差不多。

其实,不光是BBC的这部纪录片反驳了跑步会伤膝盖这个说法,近年来,还有很多科研机构都在这个领域进行过研究,得出的结论都是跑步并不会伤膝盖。

曾发表在《关节炎护理与研究》上的一份研究也显示:那些一直坚持跑步的人群,发生膝盖疼痛的概率为21.1%,那些以前跑步现在停止不跑的人群,发生膝盖疼痛的概率为25.3%,而那些从不跑步的人群,发生膝盖疼痛的概率为29.6%。这意味着经常跑步的人,发生膝盖疼痛的概率越低。

斯坦福大学医药名誉教授詹姆斯·弗莱斯曾牵头了

一项研究:测量跑步与膝盖受伤关联度。他的研究团队跟踪了大约1000名跑步者和非跑步者。在长达21年的跟踪研究后发现,跑步者和非跑步者的膝盖健康水平不相上下,跑了多少步与关节疾病并没有直接关联。研究对象中,有人每年平均跑320公里,有人平均每年跑3200公里,但是他们的关节情况基本是一样的。这项研究还进一步指出,跑步者经历了较少的运动缺陷,他们的死亡率将比非跑步者降低39%。

2007年,发表在《关节炎与风湿病》杂志上的一份研究,也佐证了詹姆斯·弗莱斯的研究成果:关节炎的形成是因为软组织的减少或软化,这和遗传因素有关,而超重人群更容易中招。相比之下,经常锻炼的人拥有更强健的膝软骨,减少了其患关节炎的风险。

斯坦福大学曾在2008年发表了一项30年的研究,该研究发现,跑步者需要进行膝关节置换手术的概率要比普通人低7倍,实际情况恐怕还远不止这一数据。

2013年,发表于《体育锻炼中的医学与科学》杂志上的研究,将骨关节炎在跑步者和步行者中的发病率进行了对比。经过长达7年的研究,在将近75000名跑步者当中,有2.6%的人患有骨关节炎。而在将近15000名步行者当中,被诊断患有骨关节炎的人群要占4.7%。其他非跑步训练引发骨关节炎的风险比跑步训练肯定要高2.4%。换句话说,与不是很剧烈的运动相比,跑步降低了关节炎的发病率。

也就是说,人体的膝盖没有想象中那么脆弱,相反在合理的跑量范围内,坚持正确的姿势,通过运动的刺激会使膝盖拥有更持久的耐力。与久坐不运动相比,跑步有利于你的膝盖健康。

## 那为什么还有很多跑者膝盖受伤呢?

其实这个问题的答案很简单,因为这属于运动损伤,只要是运动就会有损伤。那是不是不运动就不会损伤了?这个说法就不正确了。其实运动带来的好处要远远大于运动带来的损伤。

跑步导致膝盖受伤的原因有很多,比如鞋没穿对;跑步姿势不够理想;身体肌肉力量不到位,不足以支撑关节所承受的压力;跑量过大、速度过快;在不平坦或湿滑的地面跑步等等。

很多体能一般的跑者,练习跑步不到一年就上全马,这就很容易受伤,因为身体全面适应长跑是需要时间的。跑步是全身运动,体能没有跟上还强调坚持,就很可能受伤。

## 如何减少跑步时膝盖受伤的概率?

第一,跑步时的姿势非常重要,身体前倾,为前进提供助力,更省力;膝盖前屈,方便调动大腿肌肉,分摊压力,并起到缓冲作用,同时加大髌、股关节接触面积,有利于平均分配压力,降低摩擦;落地时重心应离支撑脚较近,这样股四头肌不需要用太大力就能维持身体平衡,髌、股关节受拉扯力度较轻。

第二,跑步要选择适合自己的强度,增加跑量要循序渐进。那什么才是合适的强度呢?有一个实用的办法判断运动上限:就是当你的大腿有点酸,但是还没明显痛感的时候,这代表了你的腿部肌肉力量刚刚用完,这个时候你还可以坚持坚持。一旦你觉得膝盖松垮垮的,就是明显的关节不稳定,需要马上停下来。

第三,重视跑前热身与跑后的拉伸,同时要特别重

视力量训练,不仅能让你远离膝盖伤病,还能远离其他各种伤病。

第四,减少膝关节的负荷,通过控制体重、减少长距离的行走,减少爬山、上下楼和久蹲。尤其我们下蹲时,膝盖上所承受的力是站立时的4-8倍。所以,下蹲动作也要减少。

## 有哪些保护膝关节的锻炼动作?

第一个是直腿抬高训练,非常简单。把腿绷直,抬起,不要弯曲,维持在空中5秒左右后放下,每组10到15个,间隔1分钟再做一组,每次做3组,可以早中晚各做一次。



第二个动作是靠墙半蹲。首先身体靠墙站好,目视前方,身体站直,先向前迈出一只脚,距离大约控制在30厘米,再迈出另外一只脚,双足与肩同宽,身体慢慢往下蹲,手扶着墙,下到膝盖感觉有酸胀感的时候停止,坚持不要动,蹲3到5分钟。可以早中晚各做一次。这个动作的要点就是小腿一定要与地面垂直,而大腿与小腿的角度一定不要低于90度,最好是100度左右。



## 保护膝关节应该怎么吃?

关节是否健康、能否活动自如,与软组织有很大的关系。台北市立联合医院忠孝院区营养师洪若朴表示,葡萄糖胺是形成软骨细胞的营养素,具有强力的抓水特性,使得软骨的含水量够,可修补退化的软骨组织,增强关节灵活性。

葡萄糖胺在临床上常用于退化性关节炎,主要促进关节内蛋白多糖以及胶原蛋白制造。若要透过日常饮食保护关节,洪若朴营养师建议以下5要点:

1. 控制体重:降低体重对膝盖的负担,尤其是退化性关节炎患者更应减重。

2. 摄取富含胶质、软骨素的食物:例如蹄膀冻、鸡爪、蹄筋、猪耳、筋、鲨鱼鳍、贝类、海参、海带、黑、白木耳等,可补充葡萄糖胺,有利于关节的维持与修复。

3. 补充深海鱼:鲑鱼、鲱鱼、鳕鱼等深海鱼含有丰富的EPA,属于 $\omega$ -3多元不饱和脂肪酸,可抑制关节炎,减缓关节炎症状。

4. 选择富含类黄酮的蔬果:如甜椒、樱桃、凤梨、柳橙、木瓜、姜、九层塔等,可抑制关节的发炎反应。

5. 少油炸、油煎的食物:高温油炸、油煎的食物会加速体内游离基产生,破坏关节软骨,因此少吃油炸食物能保护关节。

总之,科学跑步、适度运动、合理饮食,只有持之以恒,才能避免膝关节的损伤。



# Airbnb发布 2020年20大热门旅游地(二)

(接上期)

## 10. 瓦努阿图 Vanuatu



瓦努阿图是世界上人均语言密度最高的国家——整个群岛使用100多种母语。这里的户外活动范围也很广泛——从远足火山到世界一流的水肺潜水等。

## 11. 哥伦比亚. 卡利 Cali, Colombia



卡利(Cali)身为这世界的Salsa首都,不仅提供令人振奋的当地音乐和舞蹈,其丰富的非裔哥伦比亚文化遗产也使这座城市充满了独特的caleño文化。

## 12. 美国. 佛罗里达州. 卡纳维拉尔角 Cape Canaveral, Florida, United States



这里因卡纳维拉尔角(Cape Canaveral)空军基地而闻名,2020年7月,这里将是美国国家航空航天局(NASA)的“火星2020”探索计划的发射场。

## 13. 苏格兰. 阿伯丁 Aberdeen, Scotland



身为苏格兰的第三大城市,它不仅仅拥有引人注目的城市景观,还有该城市本身的精美餐饮、美术馆和博物馆,到沿海风光和周边乡村的浪漫遗址。

## 14. 加拿大. 不列颠哥伦比亚省. 考特尼 Courtenay, British Columbia, Canada



Courtenay(考特尼)坐落于温哥华岛迷人的Comox山谷中,是户外探险者的理想起点。这座迷人的小城市四周环绕着连绵起伏的山脉,高山草甸和波希米亚村庄。

## 15. 巴西. 乌巴图巴 Ubatuba, Brazil



乌巴图巴市(Ubatuba)拥有超过100个海滩,是圣保罗州无可争议的冲浪之都,并且全年举办许多冲浪锦标赛。该地区还拥有数十条远足小径,穿越茂密的大西洋雨林。

## 16. 法国. 莱孔塔米讷-蒙茹瓦 Les Contamines-Montjoie, France



Les Contamines村是勃朗峰地区中心的一颗明珠,是夏季登山或冬季滑雪的理想基地。这个村庄拥有许多古老的萨沃伊建筑风农舍建筑,并得到了精心修复。

## 17. 日本. 东京 Tokyo, Japan



基于即将到来的夏季奥运会,东京理所当然地在最热门榜单中占据一席之地。明年7月和8月,日本将第四次接待世界最佳运动员。

## 18. 印度. 喀拉拉邦 Kerala, India



喀拉拉邦拥有棕榈树成荫的海岸,绵延起伏的咖啡种植园,并享有阿拉伯海的壮丽景色。

## 19. 肯尼亚. 马林迪 Malindi, Kenya



这个古老的肯尼亚港口小镇点缀着壮壮的棕榈树,马林迪海洋国家公园里拥有多样化的水生野生生物。

## 20. 荷兰. 马斯特里赫特 Maastricht, Netherlands



2020年3月该市将举办世界上最大的艺术博览会之一——欧洲艺术与古董博览会(TEFAF)。

# 美国国家公园简介(14)

## 54 北极门 (Gates of the Arctic National Park and Preserve) 国家公园和保护区



北极之门国家公园整座公园位于北极圈圈层内,面积39460平方公里位居世界第二,近于比利时的面积,公园包含布鲁克斯山脉的主要地段。北美驯鹿在公园内极为普遍,在阿拉斯加也广为人知,它是当地人最主要的食物来源。特别注意的是,北极之门公园不但没有公路,连小道小径都没有,由于人迹罕至,有着一望无际未遭破坏的完整生态系统,被认为是地球上最后一个原始的荒野之一。想来这里旅行一定要事先安排,唯一交通工具是飞机,想过夜只能露营,喜欢探险的人们,可以前往这里像贝爷一样挑战自己的生存技能。

## 55 科伯克谷 (Kobuk Valley National Park) 国家公园



科伯克谷国家公园年的游客访问总数仅是1.5万人次。该公园位于阿拉斯加的西北地区,北极之门国家公园以西,以延绵的沙丘和驯鹿的迁移而闻名,近50万头驯鹿每年要两次路经此公园,春天往北,秋天往南,鹿在迁移过程中穿过这里的沙丘和河流,还会穿越显露出源自冰河世纪、保存完好化石河床。科伯克河是漂流的好去处,科伯克河有98公里河段位于科伯克谷保护区内。这里的三大片沙丘,分别名为大科伯克沙丘、小科伯克沙丘和亨特河沙丘。三大沙丘均是由冰川形成,高度可达30米,温度可至38摄氏度,是北极地区最大的沙丘。(未完待续)

Disclaimer: Neither Minnesota Yucai Chinese School nor its subsidiaries (including its directors, officers, employees, agents and advisers) makes no express or implied warranties or representations with respect to its products or services including but not limited to warranties of merchantability, non-infringement, accuracy, reliability or quality of any product, contents, advertisements contained on, distributed through, or accessed from Minnesota Times in print or any products or services obtained or used by any consumer as a result of advertisement or information.



听力知识连载

(接上期)

美容知识连载

# 老年听力障碍(四)

周志益博士 (明州)



## (四)正确保养和维护助听器

通常助听器的设计寿命为5年左右,正确的保养和维护助听器是延长助听器使用寿命的关键,保养助听器的关键在于防潮、防震和防耳垢。

1.防潮:保持助听器干燥,应及时用柔软的干布擦拭助听器表面的汗水,不用时将助听器置于干燥盒内;洗头、洗澡、游泳时要取下助听器,如不小心弄湿助听器,应将助听器立即置于干燥盒内干燥,切勿用火烤或高温烘干。

2.防震:防止助听器受到猛烈撞击。助听器内重要元器件受到猛烈撞击极易损坏,如麦克风、受话器;您应在表面柔软的物品(如床、沙发)上配戴或取下助听器,切勿让助听器跌落在硬的物体上。助听器取下后应置于安全的地方,避免小孩或宠物碰到导致摔坏、咬坏。

3.防耳垢:对于定制机而言,防潮是它的优点,防耳垢是它的弱点,要经常用小毛刷清除定制式助听器出声口的耳垢。

## (五)专业验配助听器

如购买眼镜,选购助听器时应要前往聘有专业听力学家的中心验配。一般来说,验配助听器前,有关人士应为失聪者进行全面的听力检查,以断定失聪者听力损失的 程度和类型。每种助听器类型都有其适配范围,如耳背式助听器所对应的

听力损失范围较广,对于严重或深度听力损失较适合。

此外,在选择助听器时,失聪者可考虑自己的偏好及身体因素。例如手指灵活程度和视力都会影响失聪者是否适宜使用小巧的助听器,否则安装电池及调校音量或接收模式时会有困难。

在失聪者选定好助听器后,有时还需倒模套取外耳道的形状,以制作耳模或助听器的机壳。当制作好耳模或机壳,听力中心的人员应根据失聪者的听力调校助听器,以切合 该名失聪者的需要。由于每一位失聪者的生活起居习惯不同,所以在初步配戴助听器数星期后,应再前往听力中心接受跟进调校。

### 1.到哪里验配助听器合适?

助听器不是一件普通的商品,患者应到听力中心、助听器验配中心、医院耳科或听力语言康复中心进行听力测试,明确诊断后进行助听器的选择、编程、调试、试戴、评估和适应性训练,完成助听器验配。

### 2.验配助听器由什么人来完成?

验配助听器应由具有正规教育和培训的助听器验配师来完成。他(她)可以根据听力障碍者的听力损失程度和心理需求制定听力补偿方案,使用助听器验配专用设备和软件为患者选择和调试适合的助听器,并进行效果评估和后续听力康复服务。

下期我们会介绍  
【老年听力障碍(五)】  
敬请关注!

如果您有什么问题,请向明州美国之声著名听力学家周志益博士咨询。  
电话: 651-324-4589  
邮箱: jerryz@hearingofamerica.com

# 眼部美容(一)

## 一、提眉手术

许多年过30岁的女性发现,以往深邃有神的眼皮,变成内双或变成厚重的眼皮,多数人以为只是眼皮松弛的原故,事实上是因为皮肤的胶原蛋白萎缩,加上皮肤老化松弛及地心引力的作用,眉毛的支撑力量逐渐失衡,尤其在外侧三分之一的眉毛,额肌拉提作用原本就比较少,日久便形成三角眼,不仅透露年龄,也让人看起来无精打采。

如果有以下诉求时,提眉手术就可以列入治疗方案:

- 明显的外侧眼尾下垂时:特别的是俗称“三角眼”的困扰,可以直接做提眉手术了。因为外侧眼皮的明显下垂是无法借由传统双眼皮手术来改善的。
- 年纪较大,不想要将原有的双眼皮形状大改动时:对年纪大伴随上眼皮下垂现象的求诊者而言,功能上的需求会大于美观上的要求。有一个好看的眼皮但眼尾仍是下垂,倒不如直接将下垂的眼尾拉提至理想位置,将视野被遮住的困扰改善。
- 希望较自然的上眼皮整形效果时:年纪稍长之后,原本明显的双眼皮会慢慢下垂变成内双了。如果担心双眼皮手术的效果太过于人工美,那改做提眉手术的效果会较自然。

美国美容外科中心为客户提供多种眼睑和眼周美容手术,这些手术会使你的眼部看起来更自然更年轻。因为手术种类多,手术前需要和徐医生咨询探讨,哪一种手术最适合你。

### 1.迷你提眉

迷你提眉,是一个前额发际前提眉术的改良版本。对额头较高并拥有较好发

际线的病人,迷你提眉是最好的选择。手术中,会沿着发际线(前发际线和额头交汇处)后方做一个不规则的波浪形切口,切口成一定角度的倾斜,这样会大大减少毛囊的损害。沿着切口进行皮下组织分离到上眼眶,然后根据眉毛提升的高度来决定需要去除多少前额组织,切除少量前额组织后关闭切口。这样,皮肤拉紧后眉毛得以提升。术后随着切口周围毛发的快速生长,手术瘢痕会被头发掩盖,不易显露。

迷你提眉的主要优点是手术瘢痕遮掩得非常好,也允许进行额部肌肉整形术。术后,额头的高度会相应缩短,病人不用担心额头的瘢痕暴露。由于手术保留了发际线,拥有高发际线的病人是最佳的手术人选。这项技术也可用来降低发际线。从正面观察,如果病人的前额超过面部高度的1/3,即可施行该手术来降低发际线。降低发际线可以单独手术,也可以和提眉术同时完成。

下期我们会介绍  
【眼部美容(二)】  
敬请关注!

有兴趣者请联系免费咨询  
电话: 952-922-9999  
邮箱: info@shumd.com  
网站: www.shucosmeticsurgery.com



扫一扫

关注《明州时报》  
官方微信公众账号

聚焦国际新闻 关注明州资讯

## 杨榕会计师事务所

A Certified Public Accounting Firm

Kate Yang, CPA, MBT; IRS Authorized E-File Provider  
明州執照注册會計師 CPA, 商業稅務碩士  
美國注册會計師協會會員

服务目标: 高性价比, 可信赖的专业服务, 降低查税风险  
服务范围: 公司财务, 人工, 税务, 审计, 成立公司, 牌照, IRS代理, 个人报税, 组织财税  
服务群体: 公司, 个人, 组织  
服务语言: 英语, 国语, 粤语

新地址  
Address: Suite 129, 2233 North Hamline Ave, Roseville, MN 55113  
Office: 651-784-7211 | Direct: 651-206-1799 | Fax: 651-925-0325  
Email: email@rongyangcpa.com 中英文网站: www.rongyangcpa.com

## 三個星期的胎兒就有了心跳!

如果您意外懷孕, 請千萬不要墮胎, 我們可為您提供免費服務。請珍惜生命!

請電  
651-771-1500  
1-800-712-4357  
www.optionline.org

Yifan Fund  
Pro-Life Action Ministries  
(有中文翻譯)

六個星期胎兒的照片



# 尋常人家

葛愉(河南·洛陽)

(接上期)

## 第十一回 初級社生產互助 掃文盲兒童入學

七律詩曰：

開天辟地創新風，領袖遐思晉大同。  
縱向農民集體化，橫推產業固聯盟。  
掃盲素質提高快，教育成績放衛星。  
幼稚中華初起步，神州赤縣慶升平。

上回書說到，銀葉兒千里輾轉，吃盡了一路上的鞍馬勞苦，最後終於把父親的遺骨接回了河南洛陽，圓滿完成了父親銀書林生前葉落歸根的願望。

但回到洛陽以後，按照洛陽當地的風俗習慣，只好把他的遺骨入棺裝殮後先寄放在大溝底的一孔窯洞里。後來的碑文上也只是寫著：《祖父碑文》先祖父因家境貧困，外出謀生。枵腹沐雨，經商西城。胡域艱辛，積勞成病。英年早逝，鶴駕西行。

先祖父葛公諱書林字本華生於一八八四年農曆甲申年……？等字樣。

那已經是等到老太太百年以後歸天的時候，舉行合葬儀式才見到的。這已是後話，先暫且不表。

再說自從解放以後，銀葉兒家裏也分到了土地，但由於銀葉兒常年不在家，家裏缺少棒勞力，生活依舊非常困難。即使好一點兒的人家，也有的因為生產工具的缺乏，而使生產得不到發展又出現返貧的現象。

恰好這時中央也發現了部分農民在分得土地以後，由於這樣或那樣的原因，仍然不能脫貧，有的甚至更窮，再次跌入赤貧的深淵，每日在生死線上苦苦的掙扎著。

經過調查，中央看到建國以後，農業雖然有了較大發展，我們通過土地改革從根本上切實提升了農民的生活水準，也在一定程度上改善了農業生產的狀況。但也出現了諸多新問題。

首先，農村中出現了土地買賣、租借、貧富分化的現象。一部分農民雇工、收買土地和一部分人出賣土地的現象。

據一九五二年華北局在山西省七縣二十二個村的調查，雇長短工者四七五戶，占總戶數的百分之二十，這使得舊社會人剝削人的生產關係在新社會里繼續延續，挫傷了一部分人對新社會的信心，現實存在的土地買賣更是加劇了問題的嚴重性。

問題是，這個時候中國的經濟基本還是‘原始經濟’，貧窮的國民太弱，缺乏抵禦自然和命運風險的能力，緣因種種。有的孤兒寡母，有的病老殘疾，有的孩子一大幫負擔不堪，有的……反正是漸漸有的人確實出現了重新返貧的現象。

重新出現貧富分化，深深刺痛了一心走共同富裕道路的毛澤東主席。基於經濟基礎和上層建築理論的分析，助使後來他成功地依次演化了互助組、初級社、高級社、人民公社運動。應該說這是一個最為偉大的創舉。

並由此他堅信：走農業合作化道路成為解決這些問題的有效途徑。

根據這些情況中央又制定、出臺了一系列的方針政策和建設性措施。這才先後組織建立了互助組、初級社、高級社、人民公社。制定了總路線（鼓足干劲、力爭上游、多快好省的建設社會主義！）、大躍進、人民公社的三面紅旗。

人的生命意義，除了物質需求外，就還需融入社會。換言之，人是在群體中生活，是不能離開社會的。農民們大多高興地沿著互助組、初級農業合作社、高級農業合作社的發展軌跡走上了人民公社的集體化道路。

這一個方面的原因是分散的單家獨戶難於解決農業技術、大型農業工具、灌溉水系、道路交通等等方面的難題，需要集體的力解決，另一方面的原因是黨中央、毛主席的號召。

只要稍微了解一點人民公社的歷史就應該知道，‘人民公社’並不是毛主席黨中央設計出來的，而是在‘互助組、初級社、高級社’的基礎上平穩發展起來的。

互助組，中國勞動農民在個別經濟基礎上組成的帶有社會主義因素的集體勞動組織，土改以後得到廣泛發展。自願互利，互換人工或畜力，共同勞動。有農忙臨時互助和常年互助之分。在農業生產合作化運動中，發展成為初級農業生產合作社。

一九五二年，在土地改革後，翻身農民得到夢寐以求的土地，根據人民政府‘組織起來，勞動互助，發展生產’的方針，開展組建農村生產互助組工作。

互助組採取‘按勞定分、死分活評’的辦法，解決互助

組中勞力強弱、技術優劣、工效快慢間的矛盾。農具、耕牛實行定分定額，如，大水車工作一天評四分，小水車評一點五分。耕牛按每天犁三畝地為定額，每畝按十四公斤稻穀定額，人、牛對分（趕牛工和牛主均分）。超定額按面積加分，不足定額扣減記分。每個農事季節結束時結算一次並付清實物工資。

互助組由組長實行民主管理，制定季度和年度生產計畫。組內實行農副業相結合，全勞力、半勞力、男勞力、女勞力統籌安排工種。

部分互助組還籌有少量生產公積金，可量力而行，置辦一些單家獨戶辦不到的、急需的生產資料，如耕牛、水車等大農具。

但是，定額記分也有缺點，就是組員在別人地裏干活時有趕量不保質的情況。這是幾千年來人們的自私自利思想所形成的，卻不是一會兒半會兒就能夠解決的事情。

參加互助組的農戶收成好壞均歸農戶所得，農業稅也自行負擔。此時的互助組尚未打破個別所有制的界限，僅是生產過程的勞動互助。入組農戶是平等的，基本按‘等價交換’原則進行互助合作活動。

一九五六年，農村進入高級農業生產合作社高潮時期。但仍有部分勞動力較強的，以家庭成員為主從事生產活動的‘單干戶’。他們繼續以互助組的形式組織起來；有的組織團結、生產較好的互助組也未入社。一九五八年，進入農村人民公社化時期，互助組全部結束。

在那個年代，大多數農民還靠人工耕種（人力拉犁、拉耙、拉耨），一頭牛的作用絕

不亞於當今農村的拖拉機等大型機械。人民公社成立後，國家保護耕牛，擅自宰殺壯年耕牛是要坐牢的。

其實人民公社的產生與水利建設是密不可分的。干旱與水災是中國長期以來面臨的困難問題，一九五八年為了改變農業生產的落後面貌，加快農業發展，首先的困難就是水的问题。進行稍大的水利建設，靠一村一社已經無能為力，迫切需要社與社的協作，於是催生了人民公社。

一九五八年成立了人民公社，人民公社社員們的財產隨個人入社而都入了社。當時，銀葉兒家所分得的土地、家裏為了修繕住處集錢買的一大堆磚瓦、以及唯一的一頭大黃牛和其他所有的生產工具，都交到了社裏。

實際上，人民公社的出現本身就是發展生產力的需要。遺憾的是，人民公社生不逢時，接下來三年的天災加上‘五風’的人禍，人民公社的優越性還沒有來得及體現，毛病卻出了不少。

人民公社興辦起了吃大鍋飯的‘公共食堂’並實行了工資制。同時也產生了浮誇虛報的‘三高五風’。再加之三年的自然災害，人民公社的社員們沒得糧吃了。

直到度過困難時期，經過鬥爭糾正了‘五風’，貫徹了《農村人民公社工作條例》，人民公社開始正常運行，經過文革的農業學大寨，絕大多數地方的人民公社開始體現出‘金橋’作用，落後的地方已經很少了。

人民公社的源頭是四十天運動，苦大仇深的窮苦百姓們開天辟地第一次有了足夠的屬於自己的土地、分得了耕牛和浮財等等。他們感謝毛主席，感謝共產黨。毛主席是他們的救星，一點沒有誇張。

這你可以去想五千年歷史。東方紅一曲兒，應該成為中華民族的時代最強音！這也是無有任何可以考慮取代的。

這一切舉措，確實對年輕的共和國起到了非常巨大的好作用！雖然在過程中說曾經出現過這樣或那樣的缺點，但它的豐功偉績是誰也磨滅不了的。它將隨着一代偉人毛澤東的名字永遠載入史冊。

在這個創舉中一系列新生事物的探索，都需要經過高瞻遠度和深思熟慮，要經過嘔心瀝血，絞盡腦汁。這表現了毛澤東主席當時的智慧和良苦用心。

由於這一切成果的來之不易，所以，當在這些創舉受到被顛覆、將毀滅的威脅時，毛澤東主席不得不在他高齡時期又發動了史無前例的無產階級文化大革命。只可惜，他的年齡太大了。有很多很多的事情，已不是他的精力、身體所能左右的了。說到這里，話似乎已到了題外，咱在這里就不再多表。

一九四九年新中國成立時，國民經濟已處於全面崩潰的狀態，廣大農村地區經濟尤為落後。受到落後經濟的影響，農村文化教育發展遲緩，農工群眾沒有受教育的條件和權利。文化落後的現實，對於建設新民主主義社會和實現國家工業化，是一個不利因素。新中國成立後，開始新的農村經濟、政治、文化的建設。而文化建設與經濟基礎、上層建築的互動關係，就使得掃除文盲，提高農民的識字率成為當時迫切解決的首要問題。因此，五十年代，黨和人民政府採取了各種措施，在廣大工人、農民群眾中有組織地開展識字運動，同時在全國範圍內創造條件，有計劃有步驟地掃除文盲，使廣大勞動人民擺脫文盲狀態，文化水準迅速提高。

中央為了提高人民的文化素質，在全國範圍內大力

開展了掃盲運動。凡是學齡兒童，都要求他們進入學校學習。

銀葉兒家五個孩子，除了小女兒亞英和正在吃奶的小兒子建英尚小外，大女兒元英、大兒子永英、二兒子少英，都到了上學的年齡。

元英姐姐由於還要擔負着幫助媽媽照顧弟妹妹的任務，所以，就近讓她在村裏辦的小學裏念了四年書，誰知道元英姐姐天資特別聰明，學習起來也特別用功，僅用這四年多的時間，她竟讀完了初中以前所有的課程。

到城裏參加中考，一炮打響，她竟然考上了城裏的重點高中。

但囿於家庭的經濟情況不再允許，再加上媽媽的身體一直也不太好，元英姐姐不得不輟學在家幫助媽媽料理家務。因此失去了她一生的深造機會，這不能說不是一件令人感到終身悔恨的事情啊！也使永遠愛着她的弟妹妹們發自內心的感到歉意和愧疚。

爸爸是個很要强的人，縱然拖了一身的債，他還是要送永英、少英、亞英去城裏的鐵路福利小學上學。

孩子們一聽說要到城市里去念書，別提一個個的小心里都有多么的高興。

過去，他們覺得城市里什麼都是新鮮的。現在，自己也要像過去羨慕的孩子們一樣，背上書包去城市里的學校上學了，別提他們的心中感到有多么愜意啊！

明天，奶奶就要送永英、少英兩個人去城裏的鐵路福利小學報到了，永英、少英小哥倆咕咕叭叭的說了大半夜的話，直到同院鄰居家的鐘聲敲了二點時，哥倆才迷迷糊糊的進入了夢鄉。

早晨六點的鐘聲一響，驚醒了少英，少英馬上把正在熟睡的哥哥永英叫醒，並高聲的嚷嚷道：“奶奶、奶奶，幾點鐘了，上學要去晚了。”

“嚷嚷啥，早呢！等飯做好我叫你們。”奶奶邊整地火爐子燃燒的柴邊說。

可小哥倆說什麼也睡不着，索性起床叫醒姐姐、再逗醒妹妹、弟弟，簡直不消停一會兒。

七點鐘吃了飯，就跟着奶奶向學校走去。一路上你看小哥倆神氣的，連路上的小石子也不能安生。“讓開！不要擋道，我們要去上學了。”他們一邊自言自語的說着，一邊“啪！啪！”的把石子踢得亂飛。

“規矩點兒。”奶奶嗔斥道：“也不怕把鞋踢壞，你看，淘氣的腳趾頭都露出來了四個，馬上十個都出來透涼了，新鞋哪里可又給你們做好了？”

少英看了看自己腳上穿的不太合腳的，已被哥哥穿小的鞋，前邊大小已經磨出了三四個小洞洞。他立即伸了伸舌頭，規矩的多了。

進了學校門，“啊！這里真美啊！”小哥倆心中都暗暗驚呼。首先看到的是高大的影壁牆前那面特別大的鏡子，把走進學校門的人都照到了里面。

少英看到一個白發蒼蒼的老太太——那是奶奶。她一手牽着在家時剛給剃過的，腦前留着一撮頭髮的哥哥和光葫蘆頭的自己，看來有點兒愣頭愣腦的，怪滑稽的。因為平時家裏只是姐姐有面小鏡子，怕被弟弟們弄壞，所以，她經常寶貝似得把它藏起來，很少叫弟弟們見到。

影壁前面是一個大花池，里边種着很多小哥倆根本叫不出名字的花，非常好看。

校園的西邊是一個大操場，這時正是課間，操場上學生很多，他們都在做着各種遊戲和活動。

小哥倆由於是新生插班，所以老師是要面試的。永英十三歲，老師測驗後，直接插入五年級學習；少英七歲，一走進老師的辦公室，由於好奇，他東張西望，看看這摸摸那。當他一眼看到明亮的玻璃窗外有好幾個小腦袋擠在那兒看自己，又看到了奶奶隔着窗子好像在鼓勵自己，他還真有點兒慌了。

當一個漂亮的女教師撫摸着他的光頭問他道：“小朋友，你叫什麼名字？”

“我叫銀少英。”少英扭着衣角的手已經緊張的要出汗了。

“今年幾歲了？”漂亮的女教師接着又問道。

“七歲半。”少英惶恐的答道。

這時，漂亮的女教師又拿出一個乒乓球問道：“這是什麼呀？”

“乒乓球。”少英遲疑的答道。因為乒乓球在鄉下時是很少見到的，所以，叫什麼他還真有點兒吃不准。

漂亮的女教師又從盒子里拿出一個玻璃球問道：“這兩個東西哪一個大呀？”

“乒乓球大。”少英頓了一下答道。

“它們兩個哪一個重呀？”漂亮的女教師溫和的問道。

“……”少英窘住了，隔着玻璃窗他看不到奶奶了。心里一慌，沉默了。

漂亮的女教師又拿出一張畫，上面畫着一個老太太在用米喂一群小雞，老師指着畫面問道：“這個老奶奶在幹什麼呀？”

(下接B12版)



# 年的味道

听松(云南·蒙自)

记忆中的年味总是红红火火,热热闹闹,温情满满。虽然有些艰难与困苦,但绝对是幸福与甜蜜的味道。

那些年,元旦过后我们就会站在更新了的那种老式日历面前,翘首期盼,一天撕去一张,每天计算着离春节的脚步还有多远。在那虔诚的期待中祈盼新年的到来,梦里也老是出现春联、鞭炮、灯笼等火一样的颜色;梦里的餐桌上也总会摆满了鸡、鸭、鱼、肉等平时极少出现的丰富菜肴;梦里的我们还会穿上过年的新衣,在村里的小路上四处显摆。

在那些期待的日子里,我们还可以想象坐上火车,到姨妈家去吃杀猪饭,爸爸那已经模糊了的记忆又将清晰起来。因为他会随着假期的到来,带着我们的新衣和期盼已久的糖果、糕点,偶尔还会附带几本小人书回到我们的身边,和我们一起过一个幸福、团圆而又快乐的春节。

其实,对年的期待从寒假开始就已经变得急不可耐了。虽然假期的每一天我们姐弟三人都会随妈妈到地里做许多农活,特别刚开始的几天,由于劳动强度过大,我们全身都会酸痛难耐。但可以帮家里做点事,同时迎接新春佳节到来的心情还是无比地畅快,就像我们姐弟的考试成绩又进了一步,在年级的排名又提升了几位一般。

离春节还有十天左右的时间,家里迎春的序幕就会拉开。大姐、二姐会把家里的被子全部拆了,把被面、床单、蚊帐等全部清洗一遍。然后还要对家里进行一次彻底的大扫除,把家里平时不怎么顾及的犄角角落积淀的

尘灰都一并清理干净。那满院挂起的床单不仅迎接冬日暖阳的眷顾,还敞开心怀迎接新春的到来。

年三十的清早,爸爸、妈妈会把家里养的鸡鸭或是其它准备拿到街上卖了换钱的农副产品都挑上,期待这样的日子能卖个好价钱,以凑足我们姐弟三人的学费,再买点年货过大年。我们姐弟也会早早起床,把家里再清扫一遍,把水缸挑满,把菜水浇好,把够家里的猪、鸡吃两天的甜菜叶挑回家。做完这些后,还会把玉米面拿到锅里熬。待熬成糊状,姐弟三人就会合力把家里每一道门上那些早已褪色、早已残缺的春联、门神都悉数撕去。然后,贴上写满春意的新春联和门神,使整个小院一下子就似换了新装,呈现出别样的感觉。我们更是在吃完早饭之后,就和村里的其他小朋友一起,跑到村口的攀枝花树下,去等爸爸、妈妈逛街买年货回来。

爸爸、妈妈也总会在下午两点钟以前秤上十多斤肉(家里每年都会养几头胖猪,可我们姐弟的学费,准备盖新房所缺的钱,都不敢把家里的胖猪给杀了让我们一饱口福),买上一两斤水果糖,还有双环饼或是冰花饼,香蕉或是什么不太贵的水果,当然也少不了我最喜欢的鞭炮,在村里赶买年货的人流中一路风尘地往回赶。

我们姐弟会在村口接过爸爸、妈妈买回来的年货,全家人高高兴兴地回家去。回到家后,每个人都不会有稍作休息的丁点儿念头,就开始着手准备重头戏的年夜饭。

爸爸把那只留下的老得下蛋都有些吃力,拿去卖也卖不了几个钱的老母鸡抓来杀了。我把水烧好后和爸爸一起烫鸡,拔毛,两个姐姐和妈妈就拣菜、洗菜,然后全家总动员,烧火的烧火,煮饭的煮饭,切菜的切菜,用小风炉煮鸡的煮鸡……

渐渐地,家里弥漫起了柴草燃烧后的味道,鸡肉的香味,米饭的香味,不时还有阵阵欢声笑语激情回荡。等饭

了一拳。

“呵,谁敢在太岁爷头上动土。”他回转身一看,原来

银少英瞪着一双大眼睛,紧握着两个小拳头,已经愤怒地扑了上来。

大霸王关文庆一看这阵势,当时也吓懵了。

但无法,只得仓促应战。可这又怎能抵住无比愤怒地银少英,他竟像一头小狮子一样,连续的、一秒钟似乎就要发出八拳的凌厉打击呢?

一交手,他便抵不过早就在乡下参加体力劳动的银少英,明显处于下风。大霸王关文庆马上被银少英摔倒在地下,旋即被银少英骑压在身下,雨点般的小拳头,向他的身上打去,并用两手抱住他的头向地面上狠狠碰撞。

这时,班上真像一锅滚开了的汤。除了个别想拍大霸王的马屁为之助威外,大多数同学心中都在叫好并为银少英叫好!

只有班长,赶快跑到办公室报告老师去了。

等到老师赶到的时候,银少英在揍大霸王关文庆时,不慎把邻近桌子上一个同学的小茶缸碰到了地上,上面的搪瓷摔掉了一块儿。

老师把他们两个人狠狠地批评了一顿之后,又让银少英赔人家邻桌的同学一个小茶缸,风波就这样平息了。银少英看看自己被人撕毁的衣服,摸了摸脸上被抓出来的血,心想:这回去和奶奶咋讲呢?还有这要陪别人的缸子钱咋向奶奶要呢?奶奶又该吵自己了,说不定爸爸知道了,自己还要挨揍呢?

银少英怀着忐忑不安的心情回到了家中,幸好,回到家的时后奶奶因为有事要出去办理没有在家,于是他就赶紧找到姐姐元英,因为他知道:元英姐姐最疼自己。

“你怎么搞的,和谁打架了?”元英姐姐一见他这个样子吃惊地问道。

银少英哭了起来。

姐姐正要发急,这时,王俊英同学来到了他们家里,把事情始末老老实实在告诉了姐姐。并说:“大姐姐,银少英同学和人打架是为了我。”

“不,他也经常欺负我。”少英接着说道。

姐姐听了他们两个人的解释,就对王俊英同学说道:“同学,你先走吧,我把原因告诉奶奶,不打少英也就是了。”

王俊英同学走了以后,姐姐也犯了愁了,这要陪人家的茶缸钱怎么办呢?想了一想,姐姐对少英说:“这样吧,你赶快把你的脸先洗一下,让我来把你的衣服也赶快补一下,别让奶奶看出来。正好我需要买个茶缸,问奶奶要钱(因为姐姐在一个工厂里打短工),我可以买个新缸子给人家,回来把人家的旧缸子拿回来给我用就算了。”

“姐姐,你真是我的好姐姐,我以后再也不和别人打架了。少英感激地说。

不过,这次确实把大霸王关文庆打怕了,自此他再也不敢小觑银少英了。

就连班上其他一些调皮的孩子,因为他们仍然惧怕大霸王关文庆,所以不时就要笼络银少英做安全交易,向他说:“只要你不让大霸王关文庆打我,我就不打你。”

银少英由于自己个头矮,又不敢经常和人打架,所以

做好后,我继续烧火,大姐和二姐围站在灶台边看爸爸炒菜,妈妈鼓捣她准备一会儿“献饭”用的香火纸钱,整个小院都融入了浓浓的节日氛围之中……

太阳还没落山,菜都已经上了桌,妈妈也“献”完饭,我去把红红的鞭炮给点燃。在一阵噼噼啪啪辞旧迎新的鞭炮声中,我们开始品尝丰盛的年夜饭。虽然时间还早了点,肚子还不怎么饿,因为平时天没黑是不可能开饭的,但满桌都是难得一见的菜肴,还是让我们不免吃着碗里的,盯着桌上的。那时爸爸妈妈却一反常态,静静地看着我们的馋样,不仅不说我们应该注意点吃相,反而若有所思地看着我们,也不似我们一样地狼吞虎咽……

吃过晚饭,妈妈一反常态地并不催促我们收拾碗筷,我也不像其他小伙伴一样疯跑到外面去放鞭炮。全家人依然围坐在桌前,听爸爸讲在外工作的辛酸,还有我们从未听说过的许多奇闻异事,一直到天黑……

如今,大姐和我在外边工作和生活,每年春节临近,我和大姐都会带着家人,带着孩子早早地回到农村老家,与父母和二姐一家大团圆,一起过春节,细细品味那充满温情与甜蜜的年味……



有时也只得这样妥协折中,以保自己不受其他人的欺负。

就这样,让初进福利小学的银少英,也算基本相安无事。

少英说话是算数的,他的学习很努力,成绩一直在班里名列前茅。可是,由于家里总是缺少劳力,每天上学以前,奶奶总要让他和哥哥带着劳动的工具提前走一会儿,到去学校路过自己家里分的麦田里锄上一会儿地,留下够走到学校的时间就可以了。可是,有时候为了和哥哥比赛看谁锄的快,看谁锄的地多,就会忘记了时间。这不,今天又是这样,又要去迟到了,哥俩只好以百米冲刺的速度向学校跑去。

到了学校,今天来迟到了。升入二年级后,换了个姓杨的女教师,这个女教师也长着一双非常大的眼睛,看上去也非常漂亮。可她总爱拿一些农村的学生寻开心,指着这些同学的‘土’处说几句,常常引得同学们哄堂大笑,之后,她才若无其事的开始讲课。对于她的这种德性,少英是恨之入骨的,但这种情绪,并未影响他的学习,他的学习成绩依然一直是名列前茅的。

可这个漂亮的女老师对他却一直都不很友好,其实这些,他平时也没很好计较过,因为除了家穷以外,别的她也找不到自己什么毛病。

但是,今天来晚了。到教室门口一看,糟了,老师已经开始讲课了。

“报告!”少英喊了一声,门关着,里面没有回答,老师仍然在讲课,可能老师没有听见。“报告!”少英又大声喊了一次。这时教室的门开了,漂亮的女教师用极冷极冷的眼光看了看他说:“银少英,今天上午你不要上课了,回去把你的家长叫来,叫不来你也不要到学校来了。”说完后,“啪”的一声,把教室门关上了。这一下,真刺痛了少英的心,他不由的哭了起来。

回到家,爸爸上班不在家,妈妈中午胡乱带点儿吃的去地里干活儿也不回来,怎么办呢?没有办法,只好又跑去找妈妈。妈妈听说以后,下午只好放下地里的活儿不干,专程赶到学校去听漂亮的女教师告我的状。

下午课间,漂亮的女教师一见到妈妈就说:“你们的家长,虽说这次考试成绩不错,但他立即就骄傲起来。连老师的话也不想听了,学校的纪律也不遵守了,每天来得晚,走得早,我经常见他上课铃声响,才急急忙忙进校门,今天又来迟到了。家长再不配合学校抓紧教育,这孩子非学坏不可。”

这个时候,老实的妈妈只敢说四,不敢说五。只好面带笑容,一边向老师承认错误,一边说:“孩子不听话,让您老师多费心了。以后他要真敢调皮,您就狠狠批评他,要不您就带信给我,我让他爸爸揍他。”

到此,这场风波才算平息。小少英听到这些,心里暗暗想到:“亲爱的老师姐姐呀,倘若这是您的妈妈,看到她这样羸弱的身体,您还忍心再去告这样的无稽之状吗?”

“我长大了要当教师,决不让我的学生受这样的委屈。”小少英心里暗暗的想。正是:

几经辗转未脱穷,发奋读书高点灯。

美丽春天羞辱教,感催志向做园丁。

要知后事如何?且听下回分解。(未完待续)

# 寻常人家

葛愉(河南·洛阳)

(上接B11版)

“她、她,”这时少英想起来时的路上有几块儿被木工遗弃的碎木屑,现在看不到奶奶了,奶奶一定是害怕别的过路人把它捡走,现在回去拾那几块儿木屑去了,中午回家好做饭使用。

于是,他连看也不看,就不加思索的答道:“她在捡柴火!”

“轰”,逗得窗外的小朋友和家长们都大笑起来。

少英立刻茫然了。

这时,年轻漂亮的女教师站起身来打开门,赶跑了窗外看热闹的小同学们,把一直站在门外的奶奶也叫进了办公室,他和蔼的对奶奶说:“老太太,这个孩子小,让他到初小一年级去吧!”

“行、行,”奶奶连忙陪着笑脸点头答道。

就这样,永英进了洛阳铁路福利小学五年级四班,少英进了一年级三班。小哥俩真的在城市上学了。

一年级三班的班主任老师姓赵,恰巧就是少英报名时的那位年轻漂亮的女教师。她留着短短齐耳的头发,白皙的鹅蛋脸儿,特别是那一对漂亮的大眼睛,再配上她的蓝底碎花连衣裙,使她今天确实更显得亮丽如天人,走动起来,连衣裙一飘一飘,真像一只翅膀一扇一扇的大蝴蝶,美极了。

赵老师向同学们介绍了新插班的银少英,同学们看到他剃的光葫芦头,透露着脚趾头的鞋,浑身上下土里土气的样子,不禁哄堂大笑。

看到此,银少英的眼里充满了泪水,但是,他没有让眼淚流出来。要不是来学校之前奶奶反复叮咛要听老师的话,他准就一扭头跑掉了。

赵老师制止了同学们的嬉笑。由于他的个子矮,就让他和一个头上梳着一个漂亮蝴蝶结的小女孩儿,坐在第一排的第一张课桌。同桌的这个小姑娘名字叫做王俊英,长得非常漂亮,就是上嘴唇上不知怎么有一个小豁口,虽然请医生给缝上了,但还是被班上几个调皮的孩子有了恶作剧的话柄。在课间的时候,他们便围住银少英和王俊英两人,不但不让他们出去,而且还一起喊道:“乡瓜子、光葫芦,花里胡哨豁嘴兔。豁嘴兔、跑得快,一下撞上光葫芦,光葫芦,不舒服,一把抓住豁嘴兔。”

特别一个在班里称作大霸王的小男孩儿,他的名字叫做关文庆,个头也不太高,很野,总爱欺负别同学,几乎班上所有的男孩儿都怕他。

只要老师不在教室,他想打谁就打谁,所以,他更不把这两个小不点儿放在眼里了。每次下课,他必来欺负他们,王俊英经常被她欺负的只敢哭着说:“我去报告老师。”

“喂喂,都来看,两个名字叫英的结婚了。”大霸王关文庆说这话刚一转身,“冬”的一声,他的背上就重重的挨



# 住房

## 高档公寓出租(明大附近)

2卧室/2浴室, 其中1间卧室有私人浴室, 两个卧室之间是客厅, 配有家具, 面积980平方尺; 位于Prospect Park轻轨站的对面 (2900 University Ave SE, Minneapolis), 楼最高层很安静, 可以步行(20到30分钟)到明大上课。不带私人浴室的租金为750美元/月, 带私人浴室的租金为850美元/月(水电费包括在内)。如果两个人住一个房间, 额外加\$200。有意者请联系:  
 手机: 763-323-1769 电邮: kim.gee26@gmail.com

## 好房出租

1. Bloomington 西 4房 2车库 每月\$1100
  2. Hopkins townhouse 2房 2车库
  3. 各区均有房屋出租, 另有单间长短租
- 有意者请电: 510 598 5539



**陳桂芳**  
 房地產專業經紀人  
 Tel: 612-812-6375  
 Aileenchan.EdinaRealty.com  
 Email: AileenChan@EdinaRealty.com



**伍譚淑華**  
 Virginia Ng  
 經驗多門路廣  
 Tel: 763-595-9975  
 Cell: 612-414-6177  
 專業房地產經紀人 Email: sendtovng@msn.com

《明州時報》  
 祝廣大讀者和用戶  
 節日快樂




**Bridge Realty**  
 房產經紀公司  
**許杰 Jenna Xu**  
 Cell: 651-492-9328  
 Phone: 763-691-9303  
 專業房地產經紀人 Email: xurealty@gmail.com



明州房地產專業經紀人  
**趙廣平**  
 (952)232-9586  
 rachelhappyhome@gmail.com  
 微信: rachelhappyhome

**美国中医学院**  
**中医健康中心**  
**651-631-0204**

## 生活服务

**常青老人中心**  
 中心负责人: **吴玮 (Sally Wu)**  
 电话: 952-465-1704  
 地址: 800 Boone Ave, N.  
 Golden Valley, MN 55427

**华人社会服务中心**  
 地址: 4111 Central Ave NE, Suite 200A  
 Suite 200A  
 Columbia Heights, MN 55421  
 电话: 952-200-8972  
 联系人: 李怡  
 网站: www.csscmn.info

**康樂老年中心**  
 联系人: 秦丽新女士  
**612-208-3848**  
 西区: 5593 W 78th street, Edina MN 55439  
 东区: 1399 N Eustis street, St Paul MN 55108

## 装修翻新 装潢材料 汽车维修 其它服务

**黄氏装修公司**  
 拥有19年明州装修经验  
 装修家庭住宅, 室内/室外  
**651-983-1218 David Wong(黄先生)**  
 Email: 430dpxwong@gmail.com



**二胡招生**  
**612-479-3700**

TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC  
**双城大理石折扣店**  
 地址: 11521 Eagle ST NW #10  
 Coon Rapids, MN 55448  
 TEL: 763-862-0888  
 Benny: 917-353-6939

**段峰建築設計事務所**  
 地址: 7096 East Fish Rd.  
 Minneapolis, MN 55311  
 电话: 612-326-3000  
 fduan@duancorp.com

**精诚装修公司**  
**651-505-8888**  
 (王先生)  
 Stone Construction LLC  
 MN Lic: BC 746948  
 stone5058888@gmail.com



**Nexus Holidays**  
**聯誼假期**  
 2155B South China Place, Chicago, IL 60616  
 Toll free: 1-888-68-NEXUS(63987)  
 1-312-328-0688  
 E-mail: chicago@nexusholidays.com

**陳寬車行**  
 电话: 651-771-1590  
 陈宽/ Michael  
 地址: 1383 Arcade Street  
 St. Paul, MN 55106

**RETECH PAYMENT SYSTEMS**  
**RETECH**  
 PAYMENT SYSTEMS  
 电话: 1 (888)-858-4218 EXT 2 (中文)  
 传真: 1 (888)-439-0409  
 地址: 1900 County RD D E Suite 115  
 Maplewood MN 55109



**美國之聽**  
 English  
**651-528-7868**  
 中文  
**651-324-4589**  
**Jerry Zhou, Ph.D.**  
 周志益博士  
 www.HearingOfAmerican.com  
 service@HearingOfAmerican.com





### 外卖餐馆生意出售

老板搬家,出售明尼苏达州 Centerville 设备完善的亚洲餐馆。位置优越,租金低廉,并且家具齐全。餐馆主要承接外卖订单,是非常有利可图的业务。如有兴趣,请打电话留言或发短信到: **Mai (651)428-0268 (英文)**

### 外卖餐馆生意出售

多年中餐外卖店,附近有大学,公司,24小时杂货店;每月2.5万左右的生意,老板转行,出售价7万;有意者请打电话: **(612)323-2321 郑先生**

### 餐馆诚请厨师和帮厨

Brooklyn Park 中餐馆 诚请一名厨师和一名帮厨,有意者请电: (英文) **715-492-1031 (Meng)**

### 餐馆生意出售

(1) 现有中餐馆位于爱荷华州, Cresco city, 生意稳定,交通便利。月租\$2200,出售 \$6万  
(2) 另有中餐馆位于明州, Fairmont city, 客源多,生意好。月租 \$2500, 出售 \$5万  
**意者請: 电 507-841-2796**

### 餐館請人

Roseville 中餐馆 诚请一名洗碗打杂工,有意者请电: **612-708-8405**

**952-888-7959**  
10602 France Ave S, Bloomington, MN 55431

### 餐馆生意出售

明州十多年中餐馆,生意稳定,租金便宜,因老板转行,忍痛割爱,价格面议,有意者请打电话: **(917) 775-3011**

### 中餐館請人

Rose Garden 玫瑰园, Blaine Location 中餐館請人 诚请企台,油锅,帮炒和打杂  
有意者请电: **763-614-8209**  
**763-755-6000**

## 会计事务所 贷款

### 刘绍虹会计师事务所

**612-638-2676 612-432-1476**

### 杨榕会计师事务所

A Certified Public Accounting Firm  
**651-784-7211 (O)**  
**651-206-1799 (C)**  
email@rongyangcpa.com  
www.rongyangcpa.com

### 邓治刚会计师事务所

电话: **651-917-0809**  
地址: **1885 University Ave W, Ste 269, St Paul, MN 55104**

### 新家園貸款

**612-940-7275 (Phone)**  
**888-887-4436 (Fax)**  
E-Mail: [mmao@metrofmc.com](mailto:mmao@metrofmc.com)  
毛茅 (Maggie) NMLS # 376900

### 郑巍 Wei Zheng

Mortgage Loan Officer  
专职贷款专家 明尼苏达大学博士  
FIRST MORTGAGE LLC  
执照: NMLS# 1413868  
电话: (651) 428-8190 (cell)  
信箱: [wzheng@firstmortgagemn.com](mailto:wzheng@firstmortgagemn.com)

### 美西貸款

颜林: **651-428-0889 (左)**  
刘芳: **612-361-9318 (中)**  
柳福生: **612-695-8909 (右)**

## 法律咨询及律师事务所

### 黄唯律师楼

**612-469-9888**  
**216-566-9908**  
7900 International Dr. Suite 300  
Bloomington, MN 55425

Jacob T. Merkel  
**莫律师**  
中文电话: **612-436-7487**  
邮箱: [jmerkel@grjn.com](mailto:jmerkel@grjn.com)  
**通晓中文**

### UUA INSURANCE

明州最具竞争力的保險代理  
电话: **651-735-1284**  
地址: **1711 W County Rd, Ste 330N, Roseville, MN 55113**

莫妮卡.周  
Monica Steele  
电话: **612-787-2528**  
Email: [info@wethink.legal](mailto:info@wethink.legal)  
网址: <https://cn.wethink.legal>  
地址: **222 South 9th Street Suite 1600, Minneapolis, MN 55402-1425**

### 瞿德霖 律師

联络:  
电话: **651-494-0300**  
电邮: [delinqu@gmail.com](mailto:delinqu@gmail.com)  
[www.teamtalentlaw.com](http://www.teamtalentlaw.com)

大学规划及税务专家  
Michael Chen **408-246-6900**





明州專業房地產經紀人

# 陳桂芳

Aileen Chan

精通: 粵語、華語、英語

Tel: 612-812-6375

Aileenchan.EdinaRealty.com

Email: AileenChan@EdinaRealty.com

不論你認識那時候的陳桂芳,但認識她的朋友及顧客都會認同陳桂芳依然堅守同一宗旨“以誠懇的溝通,實際的行動,豐富的經驗,優秀的議價技巧,為顧客爭取最大權益”。

房地產的交易不單是買與賣,其中牽連不少其他的細節,比如房地產相關法律,稅務及買賣的權利與責任等等。因此,一個好的經紀人不儘是您最重要的資訊與顧問中心,更能幫助您作出最明確的決定。

房屋是可用價值衡量 經驗及口碑是無價

豐富的經驗  
客觀的分析  
忠誠的建議  
滿意的服務

無價

Edina Realty 是明州最大的房地產公司,擁有最健全完整的體制及市場的最新訊息。

衷心感謝客戶及朋友的信任與推薦,讓我的事業不斷成長並榮獲 Edina Realty Master Circle Award 大獎。



# 二胡

Erhu (Chinese Violin)

# 招生

Lesson Offerings

Location 地点: Bloomington, Eden Prairie, Roseville

招生年齡: 兒童四歲半以上, 成年年齡不限  
Children (age 4 1/2 and up) & Adults

Wei Ming Chiang has 18 years of orchestral experience and has been teaching erhu for 16 years. Since 2015, Wei Ming has been advancing his studies with Master Zhang YuMing, an erhu master and educator and designated national treasure in China.

Many of Master Zhang's students, like virtuoso Yu Hong Mei, have won international competitions. Some students head music departments at prestigious music conservatories, while others hold positions in professional orchestras as conductor, concertmaster, or erhu principal.

Wei Ming was the interim concertmaster and erhu instructor with the Singapore Keat Hong Chinese Orchestra (KHCO). The 80+ member orchestra is well-known in Singapore and is the recipient of various honors: First prize winner and Best Performance Award for 7 consecutive years in the National Music Competition; awarded the National Youth Letter of Commendation, etc. KHCO is frequently invited to perform overseas.



Wei Ming Chiang Erhu Studio  
612-479-3700  
chia0042@gmail.com

郑伟民老师拥有十六年的教学经验和十八年的丰富乐队及舞台经验,曾担任新加坡吉丰华乐团的代首席和二胡指导。近年蒙幸得到张玉明二胡大师为师。

张玉明是中国国宝级的二胡大师及教育家。他的学生都在国际二胡大赛里脱颖而出,比如著名二胡演奏家于红梅。好些出名音乐学院的系主任,专业乐团的指挥,首席,和声部长都是他的学生。

吉丰华乐团拥有八十多位团员,在新加坡久享盛名。她曾经连续七届荣获全国音乐比赛冠军,荣获国家颁发优秀奖状。乐团经常被邀请到海外演出。



# 康樂老年中心

## Kang Le Adult Day Care Center

交友聊天, 郊游垂钓, 游戏麻将, 古稀重新  
琴棋书画, 唱歌跳舞, 春秋不老, 康乐永长

康乐老年中心用真诚博爱之心为您服务,

陪您度过健康快樂每一天。

- 提供接送服务: 东西两区可就近选择, 让您免受路途劳顿
- 提供早餐午餐: 专业厨师配置, 营养美味又健康
- 多种娱乐活动: 象棋, 上网, 麻将, BINGO, 卡拉OK, 乒乓球, 台球, 篮球, 健身房, 种菜, 跳舞课, 唱歌课, 绘画课, 英语课, 太极拳, 插花, 丝网花, 书法课
- 安全户外活动: 每天超市购物, 农贸市场, CASINO, 野餐烧烤, 博物馆, 动物园, 逛街, 公园散步, 乘船钓鱼, 游湖, 摘苹果等
- 个性化专业服务: 专业理发, 文件翻译, 就医预约, 交通预约, 经验丰富的中医师姜永平、秦丽新医生提供针灸治疗

联系人: 秦丽新女士, 612-208-3848

扫右侧二维码加微信



西区地址: 5593 W 78th street, Edina MN 55439

东区地址: 1399 N Eustis street, St Paul MN 55108







# 美國美容外科中心 MedSpa

網站: [www.shucosmeticsurgery.com](http://www.shucosmeticsurgery.com)

最新推出: 非手术减脂技术 Liposonix

- ◎ 皮肤护理保养
- ◎ 激光去痣去斑
- ◎ 微晶磨皮嫩肤
- ◎ 激光紧肤嫩肤
- ◎ 彩光嫩肤
- ◎ 激光脱毛
- ◎ 化学换肤嫩肤
- ◎ 终身面部提升

## FULL BODY SERVICES:

- Vaser 高清晰度人體雕刻 (明州首創)
- 幹細胞自身脂肪豐臉, 豐乳, 豐臀術
- 乳房假體豐乳
- 陰道緊縮術, 會陰美容術 (明州首創)
- 無疤臉面部型, 迷你臉面部整形術
- 激光抽脂美身
- 雙眼皮成型, 去眼袋及眉毛提升術
- 迷你腹壁塑型

6545 France Ave S, Suite 290  
Edina, MN 55435  
(Inside Southdale Medical Center)



英文电话: 952-922-9999

## 大四川飯店

Grand Szechuan Restaurant

舌尖上的成都美味

10602 France Ave S, Bloomington, MN 55431  
952-888-6507  
[www.Gramdszechuanmn.com](http://www.Gramdszechuanmn.com)

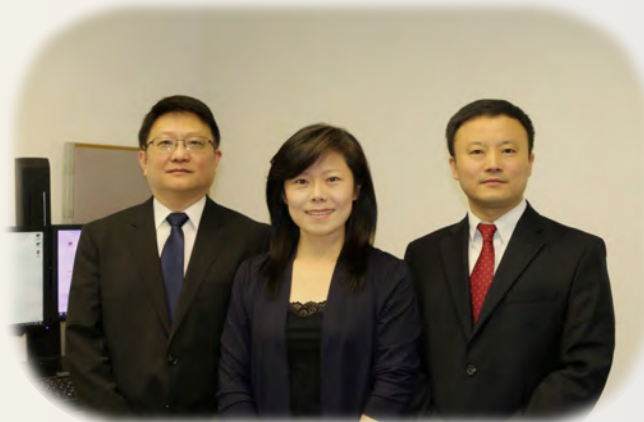
# 美西贷款 华人首选

## US West Financial

A Mortgage Company You Can Trust

NMLS# 327874

- 最强专业团队
- 最大市场份额
- 最长可溯历史
- 最受客户信赖
- 最佳贷款方案



岁月如歌  
美西蓬勃发展  
不忘初心  
服务始终如一  
合作双赢  
共建美丽家园

**柳福生/Fisher Liu**

NMLS#1468867

952-400-6886 (O)

612-695-8909 (C)

[Fisher.Liu@uswestfinancial.com](mailto:Fisher.Liu@uswestfinancial.com)

**刘芳/Flora Liu**

NMLS#1440542

952-400-6883 (O)

612-361-9318 (C)

[fliu@uswestfinancial.com](mailto:fliu@uswestfinancial.com)

**颜林/Lin Yan**

NMLS#327834

952-400-6881 (O)

651-428-0889 (C)

[lyan@uswestfinancial.com](mailto:lyan@uswestfinancial.com)

## 利率走低, 莫失 Refi 良机!

欢迎来电咨询  
总会有一份惊喜!

地址: 1864 Berkshire Ln N, Plymouth, MN 55441 Office: 952-400-6888

