



Michael Chen
大学助学金及税务规划专家

明州時報

www.mntimes.org

2021年04月02日 星期五 MINNESOTA TIMES 363期

每日疫情
明州时报



电话: 952-688-2848
电邮: ContactMNTimes@gmail.com



新年快乐

Loan Factory

NMLS#: 320841

买房子

重新贷款

www.LoanFactory.com

(408) 877-4000

3015 85th Avenue North, Brooklyn Park, MN 55444

明尼苏达州自3月30日起 向所有16岁及以上人群开放新冠疫苗接种



3月26日,明尼苏达州长蒂姆·沃尔兹(Tim Walz)在新闻发布会上正式宣布:从3月30日开始,该州所有16岁及以上的人群都有资格接种新冠疫苗。沃尔兹称,这项决定意味着大约440万人获得了接种资格。

沃尔兹说:“我们已经远远超过了拜登总统的目标,即在5月1日前将接种资格扩大至所有成年人。如果从现在起大家都开始排队,那么明州所有人(16岁及以上)都能在5月底之前接种上第一剂疫苗。到了6月一切都将变得不同,我们完全可以期待度过一个美丽的明尼苏达夏天了!”

同时沃尔兹强调:虽然供应量在不断增长,但目前还没有足够的疫苗供应给每个想

要接种的人,优先接种的对象仍然是年长者、有潜在健康状况的高危人群以及前线工作人员等,这些人在“左侧的快车道”。但现在疫苗供应商有了更大的灵活性,可以使用任何剩余剂量的疫苗为其他人接种。

沃尔兹还设定了一个目标:让明尼苏达州成为全美第一个超过80%人口接种新冠疫苗的州。州长称明尼苏达州的新冠疫苗接种取得了显著成果:在65岁及以上老年人中,有80%接种了疫苗;三分之二的教师和儿童保育工作者接种了疫苗。

沃尔兹鼓励所有人立即注册明尼苏达州新冠疫苗接种登记预约系统:
vaccineconnector.mn.gov. (下接A5版)

满足您所有的移民需求



黄唯律师楼为全球的公司和个人客户提供服务



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

www.cimwong.com



加入微信

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

2021 Yucai-CAE Summer Program



Core Courses--Elementary Mathlvy Bundle (Fee \$160)

The Elementary Mathlvy program is a pre-algebra course for elementary students that explores ideas such as algebraic manipulation and graphical interpretation through methods rooted in both theory and application.

K - 2 Mathlvy Bundle (Tuesday) June 1, 15, 22, 29 & July 6, 13, 20, 27 5:00PM - 5:50PM	3 - 4 Mathlvy Bundle (Tuesday) June 1, 15, 22, 29 & July 6, 13, 20, 27 6:00PM - 7:00PM	5 - 6 Mathlvy Bundle (Tuesday) June 1, 15, 22, 29 & July 6, 13, 20, 27 7:00PM - 8:00PM
---	---	---

Core Courses--Mathlvy - Algebra (Fee \$180)

The Mathlvy Middle School programs include Introductory Algebra, Algebra I, and Algebra II. Students can choose an appropriate track or Academic Excellence can place the student at an appropriate level upon level assessment. This course will help middle school students who want to test in/out of their middle school level math courses.

Mathlvy - Algebra 1 (Tuesday) June 1, 15, 22, 29 & July 6, 13, 20, 27 7:30PM - 8:30PM	Mathlvy - Algebra 2 (Tuesday) June 1, 15, 22, 29 & July 6, 13, 20, 27 8:00PM - 9:00PM
--	--

Core Courses--Readinglvy Bundle (Fee \$160)

Readinglvy summer program is a practice-oriented program that assists students in developing skills in reading and writing. The course features information on grammar, vocabulary, phonics, and comprehension improvement.

K - 2 Readinglvy Bundle (Thursday) June 3, 10, 17, 24 & July 8, 15, 22, 29 5:00PM - 5:50PM	3 - 4 Readinglvy Bundle (Thursday) June 3, 10, 17, 24 & July 8, 15, 22, 29 6:00PM - 7:00PM	5 - 6 Readinglvy Bundle (Thursday) June 3, 10, 17, 24 & July 8, 15, 22, 29 7:00PM - 8:00PM
---	---	---

Refund Policy:
 Full refund by 6/1/2021 (Cancellation processing fee: \$50)
 No Refund will be granted after 6/1/2021



2021 Yucai-CAE Summer Program



Encore Program (Fee Full-day \$120/Half-day \$70)

While parents are working, children are learning!

Academic Excellence online courses are the perfect way to sharpen your skills from the comfort of home. We are excited to have a multitude of offerings with live instruction in 2021 STEAM areas for elementary, middle, and high school students to choose from.

Join us for 8 weeks of fun and adventure!

	AM (10:00 am—12:30 pm)	PM (1:30 pm—4:00 pm)
Week 1 (Jun 14 - 17)	MN Computer Programming Series I - Algorithm Development and Python Programming	MN STEM Series I - Physics, Engineering, and Space
Week 2 (Jun 21 - 24)	MN Debate Series I - Public Debate / Lincoln Douglas	MN Public Speaking Series I - Oratory / Impromptu
Week 3 (Jun 28 - Jul 1)	MN STEM Series II - Technology, Flight and Air, Chemistry	MN Computer Programming Series II - Programming with Scratch
Week 4 (July 5 - 8)	MN Bees - Spelling Bee and Vocabulary Bee	MN Young Writers Workshop Series I - Essay Writing / Book Writing
Week 5 (July 12 - 15)	MN Computer Programming Series III - Java Programming	MN STEM Series III - Technology, Science, and Biology
Week 6 (July 19 - 22)	MN Debate Series II - Legislative / Policy	MN Young Entrepreneur Workshop I
Week 7 (July 26 - 29)	MN Computer Programming Series IV - Game Development Including Minecraft	MN STEM Series IV - Chemistry, Technology, and Problem Solving
Week 8 (August 2 - 5)	MN Public Speaking Series II - (TED Style) Persuasive / Informative	MN Bees - Geography Bee, Math Bee, and Science Bee

Refund Policy:
 Full refund by 6/1/2021 (Cancellation processing fee: \$50)
 No Refund will be granted after 6/1/2021



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



**您从这儿得到的是:
 最真诚的服务, 有竞争力的价格!
 我们帮你实现拥有房屋的梦想!**

- ★ 想要买自住房吗?
 我们有低首付贷款, 最低只要3%。
- ★ 想要买投资房? 除了要求债务/收入比的常规贷款, 我们还有特殊项目可以帮您实现地主梦。
- ★ 看中的房子需要修理?
 203K, Home Path, Home Possible... 能够帮你解决问题。
- ★ 想要建新房吗? 我们的 construction Loans 可以解决你的问题。

SUPREME LENDING
 7760 France Ave. S. Suite 1100, Office 1124
 Bloomington, MN 55435

毛茅 (Maggie Mao)
 NMLS ID# 376900
 Loan Officer
 612.940.7275 Direct
<http://maggie.mao@supremelending.com>

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.

明尼蘇達州州稅申報截止 延至5月17日

3月19日,明尼蘇達州稅務局宣布今年州稅的申報和繳納日期,從2021年4月15日延長至5月17日。此前,美國國稅局也宣布將聯邦報稅日期延至5月17日。

明尼蘇達州稅務局還表示,截至期限新規並不適用於4月15日到期的個人預計稅款(individual estimated taxes),這項截止日期沒有改變。

明尼蘇達州長蒂姆·沃爾茲(Tim Walz)稱,“個人納稅申報寬限期將為明尼蘇達州的家庭提供及時的救濟,在我們共同努力克服新冠肺炎疫情的同時,我的政府將盡一切努力減輕明尼蘇達州人的負擔。”

儘管截至期限發生了變化,明尼蘇達州稅務部長羅伯特·多蒂(Robert Doty)仍然奉勸民眾儘早申報:“你申報地越早,我們部門就能越早地審查和處理你的申報表。”您可以前往明尼蘇達州稅務局官網提供了更多詳情:
www.revenue.state.mn.us/our-response-covid-19

明尼蘇達州就業崗位恢復49% 經濟復蘇強勁

3月25日,根明尼蘇達州就業和經濟發展部(Minnesota Department of Employment and Economic Development, DEED)發布最新報告,明州在新冠大流行初期2020年2月至4月期間損失的416,300個工作崗位中,目前已恢復了49.3%——205,100個工作崗位。

據DEED統計,在過去一年時間里,明州大都會統計區的就業人數:明尼阿波利斯-聖保羅地區減少了8.5%(171,331人);杜魯斯-蘇必利爾減少了6.5%(8,840人);羅切斯特減少了4.8%(5,911人);聖克勞德減少了5.9%(6,515人);曼卡托減少了7.6%(4,455人)。

在過去一年時間里,明尼蘇達州失業率超過6%的幾大行業:休閒酒店行業減少了29.1%,即68,441個工作崗位;其它服務業減少了12.5%,即14,182個工作崗位;資訊類減少了12.4%,即5,675個工作崗位;建造業減少了8%,即8,788個工作崗位;伐木及采礦業減少了7.9%,即496個工作崗位;專業及商業服務類減少了7.2%,即27,212個工作崗位。

最新報告顯示,明尼蘇達州2月份的失業率降至4.3%(大流行前為3.1%);勞動力參與率降至67.8%(大流

明州新聞

行前為70.2%)。在全美範圍內,2月份的失業率降至6.2%,勞動力參與率保持在61.4%。

弗洛伊德案開審

明州史上首次允許全程拍攝的刑事審判

3月29日,明尼阿波利斯白人警察德里克·肖文(Derek Chauvin)被控殺害非裔男子喬治·弗洛伊德(George Floyd)一案開庭審理。這是明尼蘇達州歷史上首次允許全程拍攝的刑事審判,庭審過程將通過電視向公眾直播。

目前檢方以二級謀殺、三級謀殺和二級過失殺人等罪名指控肖文。如果罪名成立,肖文將面臨最高40年的監禁。目前肖文對上述指控均不認罪。據媒體預計,該案審理進程或將持續一個月。

3月29日庭審第一天,由14人組成的陪審團分別聽取了檢方律師和被告律師的案情陳述。稍後,安排肖文出警的報警中心調度員和兩名現場目擊者,作為檢方證人也出席了庭審並分別作證。

開庭後,檢方律師杰里·布萊克韋爾(Jerry Blackwell)首先進行了大約1個小時的案情陳述。其間,他向法庭播放了案發當天,肖文在執法過程中持續跪壓弗洛伊德頸部長達9分29秒的視頻。檢方認為,肖文在弗洛伊德已被制服的情況下仍對其使用了“過度且不合理”的措施,弗洛伊德之死是一起謀殺。

被告律師埃里克·尼爾森(Eric Nelson)則認為,弗洛伊德並非遭肖文長時間跪壓致死,而是與其過量服藥及患有心臟病、高血壓等基礎疾病有關。同時,由於肖文在體重上處於明顯劣勢,其跪壓行為不能被視作過度執法。

3月30日,法庭傳喚其他幾位現場目擊者。18歲的達內拉·弗雷澤(Darnella Frazier)作證說,當時一名自稱是消防員的旁觀者一再請求檢查弗洛伊德的脈搏,但肖文還是繼續跪在弗洛伊德身上,而同為警察的Tou Thao則將人群擋在後面。弗雷澤在談到肖文時說:“他只是盯着我們,看着我們。他的眼神冷冰冰的,冷酷無情。他不care,他好像壓根不在乎我們在說什麼。”

聖保羅亞裔老伯送孫子上校車被恐嚇 “我們恨亞裔!我們要殺了你!”

3月19日,明尼蘇達州聖保羅市的一個校車停車點發生了一起針對亞裔的恐嚇威脅事件。當天早上,聖保羅市帕倫湖(Lake Phalen)以東的一個校車停車點,宗棠·王(音譯, Tsong Tong Vang)像往常一樣送5歲的孫子上校車。這時,一名女子開著一輛現代汽車大喊大叫,“開始我還以為她是在生別人的氣,或者在和別人說話。”等校車開走後,這名女子開車靠近並沖他喊道:“我們恨亞裔!回你的家鄉去!離開美國!如果你不這麼做,我們就會殺了你!”隨後,這名女子又對在場的其他亞裔家長們大喊大叫。當天上午,宗棠的兒子打電話報了警。

據報道,宗棠·王是一名苗族裔美國人,也是KARE 11新聞網主播吉婭·王(Gia Vang)的父親,曾在老撾秘密戰爭中獲得榮譽獎章。他於1980年來到美國加利福尼亞州,直到2011年底才搬來明尼蘇達州。他說之所以搬到这里,部分原因是他認為明州向來是和平的,“現在發生了一些事情,我認為應該停止,讓明尼蘇達州恢復往日的平靜。”

針對此事,明尼蘇達州長蒂姆·沃爾茲(Tim Walz)在20日回應道:“這件事是不可接受的!宗棠·王曾為我們的國家英勇作戰,他值得我們的高度尊重。我們很高興你來到了明尼蘇達州,我也很抱歉這件事發生在了你身上。”特別提醒:當遇到種族歧視時,不僅要報警,還可以向明州人權部(Minnesota Department of Human Rights)報告事件過程、維護合法權益,請撥打電話1-833-454-0148或登錄網址:
mn.gov/mdhr/intake/consultationinquiryform/

更多本地新聞及“每日疫情”
請掃描《明州時報》微信二維碼



(新聞來自各大新聞媒體,並不代表本報立場)

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
- ★ 各種稅務和商業諮詢

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



多年房地產投資經驗,根據房地產買家賣家的需求,做出專業的分析,提出合理的建議,專業的服務態度,恪守職業道德,貼心周到,注重細節,把客戶的利益放在首位。誠信,耐心,熱情,都會成為您信賴的理由



明州房地產專業經紀人

趙廣平 Rachel Zhao
教育學碩士

Phone: (952) 232-9586

Email: rachelhappyhome@gmail.com

微信: [rachelhappyhome](https://www.wechat.com/p/qzhangping)



拜登政府上任以来 中美首次高层战略对话

3月19日,为期两天的中美高层战略对话在阿拉斯加落下帷幕。针对在美中会谈首轮会中双方激烈的开场发言,中方官媒报道了被部分网民称为“金句”的中方发言。例如,杨洁篪向美方表示,“美国没有资格居高临下同中国说话,中国人不吃这一套。与中国打交道,就要在相互尊重的基础上进行。历史会证明,对中国采取卡脖子的办法,最后受损的是自己。”王毅则强调:“我们要求美方彻底放弃干涉中国内政的霸道行径。美国的这个老毛病要改一改了!”

针对这场激烈的开场发言,美国国务院表示,美国不会让对方的“表演”分散我们表达原则以及与中国进行艰难对话的注意力。美国国务院发言人波特(Jalina Porter)在新闻发布会上指出:“我们知道,有时这些外交陈述可能被夸大,甚至可能是针对国内听众。”

美国国务卿布林肯(Antony Blinken)在会后向媒体表示,美方早就清楚双方在一些领域存在根本性分歧,包括新疆、西藏、香港、台湾和网络安全等问题,所以“当我们明确而且直接地提出这些问题时,得到抵触式的回应,并不令人意外。”但同时布林肯也指出,双方在伊朗、朝鲜、阿富汗问题以及气候变化议题上存在利益交集,会谈中美国已经完成该做的事。他介绍:“在经济、贸易和科技方面,我们告诉中国官员,我们正在审议这些议题,并就此与国会、盟友和伙伴就进行密切磋商,我们将以一种能够完全保护并促进美国工人和企业利益的方式来推进工作。”

中共中央政治局委员、中央外事工作办公室主任杨洁篪表示:“这次对话是有益的,有利于增进相互了解。双方在一些问题上仍存在重要分歧。”中国国务委员兼外长王毅表示:“中方对发展中美关系的态度是明确、一贯的。希望美方也能相向而行,特别是要尊重和照顾彼此核心利益与重大关切。在此基础上,中方对中美继续对话的大门始终是敞开的。”

美证监会通过 《外国公司问责法案》修正案

3月24日,美国证券交易委员会(SEC)发布最新通告称,已通过《外国公司问责法案》最终修正案,并征求公众意见。该法案要求,外国发行人连续三年不能满足美国公众公司会计监督委员会对会计师事务所检查要求的,其证券禁止在美交易,并将进一步刺激在美上市中概股选择赴港二次上市。

分析人士指出,虽然该法案适用于所有在美上市的外国公司,但其主要针对在美上市的中国公司。美国SEC的正式通告,意味着在美上市的中概股将面临更大的退市压力。

受此影响,隔夜美股市场中概股全线大跌。Wind数据显示,当日美股三大指数全线收跌。道指由涨转跌0.01%,报32420.06点;标普500跌0.55%,报3889.14点;纳指跌逾2%,大跌2.01%报12961.89点。其中,中概股遭遇全线杀跌。腾讯音乐跌逾27%,爱奇艺跌近20%,唯品会跌超21%,贝壳跌近13%,雾芯科技跌逾11%,哔哩哔哩跌逾9%,拼多多跌超8%,京东跌逾5%,阿里巴巴跌超3%。新能源汽车股方面,小鹏汽车跌超15%,理想汽车跌逾13%,蔚来跌逾10%。

2020年12月,时任美国总统川普正式签署了《外国公司问责法案》。据了解,该法案主要包括两方面规定:一方面,是任何一家外国公司连续三年未能遵守美国上市公司会计监督委员会(Public Company Accounting Oversight Board,简称PCAOB)的审计要求,将禁止该公司的证



头条速览

券在美国证券交易所上市。另一方面,该法案还要求上市公司披露它们是否为外国政府所有或控制。而《外国公司问责法案》已于2020年5月被美国参议院通过。2020年12月2日,这一明显针对中国在美国上市公司的法案在美众议院通过。12月21日,时任美国总统川普将美国国会此前通过的“外国公司问责法案”签署成法。

自2020年《外国公司问责法案》在美国国会通过后,截至2021年3月24日,已经先后有京东(09618.HK)、网易(09999.HK)、百度(09888.HK)等近10家中概股成功在香港二次上市。

苏伊士运河货轮搁浅 全球15%的海运物流被切断

3月23日上午,一艘名为“长赐”号(Ever Given)的集装箱船几乎横向卡在苏伊士运河南端,多艘拖船协助其脱险。这是苏伊士运河历史上最严重的货轮搁浅阻碍航道事故之一,有媒体称之为又一次“苏伊士危机”,货轮航程延误造成的直接和间接经济损失估计每小时数亿美元。

数据显示,全球海运物流中,约15%的货船要经过苏伊士运河。丹麦“海运情报”咨询公司首席执行官拉尔·延森表示,每天约有30艘重型货船通过苏伊士运河,堵塞一天就意味着5.5万个集装箱延迟交付。德国保险巨头安联集团估算,苏伊士运河堵塞或令全球贸易每周损失60亿美元至100亿美元。

这艘集装箱船竖起来几乎和帝国大厦(Empire State Building)一样高。这艘集装箱货轮全长近400米,宽59米,排水量约20万吨,悬挂巴拿马国旗,搁浅时正在驶往鹿特丹途中。这艘集装箱船由总部位于台湾的长荣海运(Evergreen Marine)运营。长荣海运在一份通过电邮发送的声明中表示:“在驶入距运河南端约6海里处时,该船疑似突然遭遇一股强风,导致船体偏离航线,意外搁浅。”

经各方努力,29日“长赐”号脱离嵌入的堤岸恢复自由,被引至运河外做进一步的检查。

有专家表示,苏伊士运河堵塞让本就受疫情严重冲击的全球贸易“雪上加霜”。与此同时,这起事件也给全球贸易“提醒”,不能过分依赖海运,不要“把鸡蛋放在同一个篮子里”,要推动类似中欧班列等陆上物流体系建设。另外,运河堵塞造成物流缺位,可能导致制造业改变目前原材料库存体系,增加“存货”以避免类似情况再次发生。

中国和伊朗签署合作协议 为期25年的

3月27日,中国国务委员兼外长王毅访问德黑兰时,与伊朗外长扎里夫(Mohammad Javad Zarif)正式签署了中伊双方为期25年的合作协议,这份前所未有的协议料将加强两国在经贸、能源和安全领域的全方位合作,弱化美国孤立伊朗的努力,给深受制裁而处境艰难的伊朗经济带来喘息之机,但它在伊朗国内引发了很多民众的抗议,他们担忧其将损害伊朗利益。

虽然两国仍未公开具体细节。但BBC此前从可靠信源处获取的一份18页的草案详细阐述了中国和伊朗未来合作的领域,中国将大幅增加在伊朗能源、电力、银行、电信、港口、铁路及农业等方面的投资,具体项目还包括在波斯湾的格什姆岛(Qeshm)等地设立自由贸易区、智慧城市、5G和多个城市的地铁线建设。

能源分析杂志《石油经济学家》

(Petroleum Economist)此前报道称,仅在伊朗的石油、天然气和石化行业,中国就将在最初的5年内投资2800亿美元。在交通和基础设施领域,中国将投资1200亿美元。此外,中国和伊朗还在协议中约定加强军事和安全合作,包括进行军事经验交流和军事演习、共同研发武器和分享情报,以对抗恐怖主义。

草案显示,作为交换,中国将享受25年的可持续供应原油。根据《石油经济学家》此前报道,中国在购买石油、天然气和石化产品时还将享受大幅度优惠,并有权推迟两年付款,但这一说法并未得到官方证实。

H&M拒用新疆棉花 引发中国掀起抵制浪潮

欧美近日再针对北京迫害新疆维吾尔族人权一事实施制裁,引发了北京方面的强烈不满。中国不但火速宣布反制相应人士及机构,连国际连锁服装大厂也被卷入这场纠纷。瑞典大型连锁服饰零售商H&M,周三被中国官媒指控,去年曾发表一篇不采用新疆棉花的声明,根本是“吃中国的饭、砸中国的锅”,愤怒的中国网友也发起抵制,知名大型电商平台也纷纷将其商品下架。

综合媒体报道,在中国与欧美关系紧张之际,中国共青团机关报《中国青年报》突然旧事重提,翻出一篇H&M于去年发表的、对于新疆维吾尔自治区少数民族遭强迫劳动和宗教歧视的关切,并说H&M不与位于新疆的任何服装制造工厂合作,也不从该地区采购产品或原材料。

H&M的声明在社群媒体上引燃了,不少中国网友怒喊:“一边抵制新疆产品,

一边又想赚中国人的钱?痴心妄想”、“再也不要买H&M”;连中国官媒亦大肆抨击H&M“伪善”,重申:“国家主权不容侵犯,中国事务岂容说三道四”、“侵害中国人民的利益,还想赚中国人民的钱,任何品牌、任何企业都想做这样的白日梦”。

眼看风波持续发酵,H&M中国分部24日已在官网和微博上发表声明,强调H&M集团一贯秉持公开透明的原则,管理H&M的全球供应链,确保全球范围内的供应商遵守我们的可持续发展承诺如《经合组织负责任的商业行为准则》(OECD Guidelines for Responsible Business Conduct),并不代表任何政治立场。

声明也指出,H&M集团通过全球认证的第三方来采购更可持续的棉花,目的是支持世界各地的棉农采取更可持续的种植方式来种植棉花。H&M集团并不直接从任何供应商处采购棉花,也一如既往地尊重中国消费者,致力于在中国的长期投入与发展,目前在中国与超过350家生产厂商合作,为中国及全球消费者提供符合可持续发展原则的服饰产品。

虽然做出解释,但许多中国网友并不接受,继续在下方留言呛道:“超过350家?今天以后可能一家都不会有了”、“退出中国市场我谢谢您了,别装”、“电商下架你们东西了才知道疼了?别紧张,还有实体店”、“我们也不代表政治立场,只是单纯嫌你家衣服质量差”。

获取海内外头条新闻

请扫描下方二维码《明州时报》微信二维码



(新闻来自各大新闻媒体,并不代表本报立场)

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



明尼蘇達州自3月30日起 向所有16歲及以上人群開放新冠疫苗接種

(上接A1版)

您也聯系自己的醫療服務提供商(診所家庭醫生)、當地的藥房,或者直接使用下方明尼蘇達州新冠疫苗接種地點地圖進行搜索:(扫一扫下方二维码或登錄網址 mn.gov/covid19/vaccine/find-vaccine/locations/index.jsp)

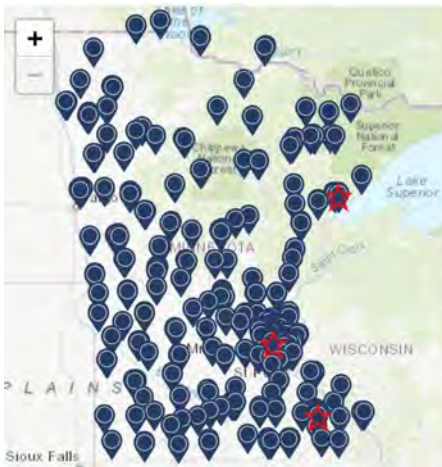
沃爾茲在發布會上承認部分人群不願這麼早接種新冠疫苗,有些年輕人也不願意接種疫苗,但老年人和更易受感染的人群在等著。

近日,隨著明尼蘇達州的新冠感染人數和住院人數持續上升,衛生官員開始擔心在幾個地區爆發的快速傳播的B.1.1.7新冠變異病毒。沃爾茲表示,隨著變異病毒正在明尼蘇達州廣泛傳播並占據主導地位,明州尚未到達疫情終點。

M Health Fairview 首席質量官亞

伯拉罕·雅各布博士(Dr. Abraham Jacob)發言稱,明州正在進行一場與變異病毒的“對抗賽”,只有盡快接種疫苗才有可能取勝。雅各布說:“疫苗資格的擴張將為我們提供了更大的靈活性,使我們能夠更多地關注高危人群,如果我們有了現成的疫苗,就可以開始填補其中的一些空白。”

沃爾茲還特別呼喚年輕人以及學齡兒童的父母盡快接種疫苗,無論是分兩次注射的莫德納疫苗或輝瑞疫苗,還是只需要注射一劑的強生疫苗。因為近期明州病例的大幅增加,正是出自於年輕一代以及那些進行學校體育或課外活動的人。明州衛生部長揚·馬爾科姆(Jan Malcolm)發言稱,隨著兒童疫苗試驗的進行,明州有望在今年秋天開始為初中生和高中生接種新冠疫苗。



明州華人華僑聯合舉辦 抵制針對亞裔暴力犯罪講座

全美各地針對亞裔的野蠻行為和暴力犯罪事件不斷發生,且有愈演愈烈之勢,尤其是近日發生在亞特蘭大的槍擊案更是令人觸目驚心。為了幫助明尼蘇達華人社區如何應對在公共場所被襲擊的情況,了解個人面對暴力時應該採取的對策,經過明州華聯會(AMCO)“Stop Asian Hate”組委會緊張聯系,明州華人華僑抵制針對亞裔暴力犯罪講座將於4月3日舉辦。

此次活動有近50個組織參與,聯邦州郡長官雲集:聯邦參議員 Amy Klobucher、聯邦參議員 Tina Smith 和州長 Tim Walz, 聯邦眾議員 Dean Phillips 將通過適當方式參會;參加會議的還有州參議員 Melisa Franzen、Eric Pratt, 州眾議員 Eric Pratt, 以及 Ramsey County 郡長 Nicole Joy Frethem。

特別值得一提的是,明州華人華僑居住集中的幾個郡(Hennepin County, Ramsey County, Washington County, Dakota County 等)的警長(Sheriffs) David Hutchinson、Tim Leslie、Mike Martin、Tim Harris、Sheriff Anthony Jaring, 將就五大問題進行討論並回答我們華人所以關心的問題。

這是明州華人社區首次和郡警長討論亞裔安全問題,級別規格之高,實屬罕見,機會不易,希望大家積極支持和參與關乎我們自己、家庭和社區息息相關的安全問題。讓我們團結起

來,對種族歧視說不,對各種暴力犯罪說不! 展示華人社區的信心和力量,為保護自己的權益和安全而奮鬥!

五大議題:

- 1) 明州針對亞裔暴力犯罪情況介紹、對策及其法律法規。
- 2) 居民的出行安全保障;
- 3) 緊急情況下報警、救援及其應對措施;
- 4) 預防和避免襲擊情況發生;
- 5) 小企業的安全保障措施。

聯系人: 王平 王敏 王穎智 史奕明 蘭穎 劉奮發 宋電 李華志 李春貴 張智群 孟耀 胡樹先 高寰 程汝鈞 藍紅毅 顏炳文

聯系郵箱 AMCO1866@gmail.com

Join Zoom Meeting
4/3/2021 10AM CST



Meeting ID: 864 6849 2944
Passcode: 04032021



明州最具競爭力的保險代理

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



拜登上任以来首场记者会

3月25日,美国总统拜登于白宫召开了上任以来的首场总统记者发布会。拜登在记者会上谈到新冠疫情、疫苗派发,然后回答了记者问的外交关系、移民及边境安全,基建计划到枪支管控,2024年竞选等一系列问题。

由于这次发布会是拜登就任总统两个多月后跟媒体举行的首次正式会议,因此受到了密切关注。据加州大学圣巴巴拉分校的“美国总统项目”称,这九周是过去100年来新总统首次过了这么长时间才举行单独新闻发布会。

将疫苗接种目标提升至2亿剂

拜登宣布将在上任100天内完成2亿剂新冠疫苗接种目标。拜登称,自己的政府已经在上任的第58天提前兑现了承诺——即上任100天完成1亿剂新冠疫苗接种的目标。

拜登说道:“我当选是为了解决问题。”另外他还补充称,美国目前面临的最紧迫问题是新冠疫情。

拜登政府还表示,它将投资100亿美元以扩大新冠疫苗在“全国受影响最严重和风险最高的社区”的可获得性,其中大部分资金来自美国的救援计划(American Rescue Plan)。

任期内不会让中国超过美国

在中美关系问题上,拜登在发布会上表示,美国“不打算寻求对抗”,但将坚持要求中国所谓“公平竞争”、“公平贸易”、“尊重人权”的国际规则。他强调,美国必然会与中国发生“激烈的竞争”,他将扩大对美国产业的投资、拉拢盟友,“阻止中国超过美国”。



“中国有一个总体目标……成为世界领先、最富有、最强大的国家。”拜登称,“在我的任期内,这不会发生。因为美国将继续增长。”

拜登强调,中国在科研领域有着巨大的投资,为了确保美国在研究领域的竞争力,他将扩大对生物技术、量子计算、人工智能等新兴技术领域的投资,并希望能将研发支出在美国GDP中的占比从0.7%提升到2%。拜登还指出,“中国在基础设施上的支出是美国的三倍”,因此美国也将开展“真正的投资”。他计划在下周公布一项价值数万亿美元的基础设施提案。路透社预计,拜登对于美国基础设施及其他一些重点项目的提案或将涉及3万亿美元,并可能增加税收来获取资金。

拜登还向中国发出威胁,声称美国将会与盟友合作,继续向中国施压,要求中

国对台湾地区、香港地区、南海及涉疆问题的行动“负责”。

其它重点问题及拜登的回答

Q:拜登是否参选2024?

A:会,预计自己将连任。如果自己竞选,副总统贺锦丽也仍然是自己的竞选搭档。

Q:拜登是否认为自己在2024总统大选的对手仍然是川普。

A:还没想过这件事。我甚至都不知道那时还有没有共和党。你能知道吗?

Q:何时宣布美国基建项目?

A:预计将于周五在宾州匹兹堡宣布重大基建计划,这将是我在任期间的下一个优先事项。该计划旨在重建“美国的基础设施实体与技术,以便我们可以拥有竞争力并创造大量真正的高薪工作。”“未来取决于”美国是否拥有促进商业发展的最

好的机场、港口、铁路和公路。“大多数美国人”现在对美国的基础设施感到失望,“我们的基础设施在全球排名第13位。中国在基础设施上的投资是美国的三倍。”

Q:有关控枪的议程

A:这只是时间问题。

Q:两党关系

A:会让共和党人决定是否要与我的政府合作。我是被雇来解决问题的,而不是制造分歧。

Q:边境问题,是否向移民传递了他们可以越过边境的信息?

A:我们不会对边境无人陪伴的儿童见死不救。除了川普,前几届政府也没有这么做过,我是不会那么做的。我愿意这么想,他们来是因为觉得我是个好人,但事实并不是这样,这种事年年都在发生。去年1月到3月间也有过类似的高峰,因为这段时间在炎热的沙漠中旅行更安全。边境如今之所以这么混乱,是因为川普“拆除了一直以来用来应对长期存在的(移民)问题的系统,我们现在所做的是尝试重建这个系统,使其能够应对目前的情况。目前我认为移民没有失控涌入美国,事实上“绝大多数”越境的移民都将被“遣返”。数以万计的18岁以上单身移民,一个接一个,已经被遣返回家。我们将把未来绝大多数的移民家庭送回去。我们正在努力与墨西哥方面协调,解决这个问题,他们愿意接收更多这样的家庭。但现在的情况是,越境的不是家庭,而是无人陪伴的儿童,我们正在迅速行动,试图将被(川普)拆除的东西归位。以容纳这些未成年人。



2021 育才“国学华风”网络夏令营

象棋 漫画 围棋 中文 数学 声乐 历史 Java

课程表

营期 Sessions	时间 Schedule	9:30am-12:00pm	1:30-2:30pm	3:00-4:00pm
一期 Week 1	6/14-6/18	中文 Chinese	漫画 Comics	趣味数学(小学) Math(Elementary) Java入门(初中) Java(Middle school)
二期 Week 2	6/21-6/25	中文 Chinese	中国象棋 Chinese Chess	中国艺术欣赏 Chinese Arts Intro
三期 Week 3	6/28-7/02	中文 Chinese	围棋 Chinese Go	声乐 Singing
四期 Week 4	7/05-7/09	中文 Chinese	围棋 Chinese Go	趣味数学(小学) Math(Elementary) Java入门(初中) Java(Middle school)
五期 Week 5	7/12-7/16	中文 Chinese	国际象棋 Chess	趣味数学(小学) Math(Elementary) 竞赛数学(初中) AMC8(Middle school)
六期 Week 6	7/19-7/23	中文 Chinese	国际象棋 Chess	趣味数学(小学) Math(Elementary) 竞赛数学(初中) AMC8(Middle school)
七期 Week 7	7/26-7/30	中文 Chinese	漫画 Comics	声乐 Singing
八期 Week 8	8/02-8/06	中文 Chinese	声乐 Singing	中国历史(小学) Chinese History (Elementary) Quiz Bowl(初中) (Middle school)
九期 Week 9	8/09-8/13	中文 Chinese	声乐 Singing	中国历史 Chinese History
十期 Week 10	8/16-8/20	中文 Chinese	声乐 Singing	中国历史 Chinese History

报名详情

招生对象:小学生和初中生
Registration Open for: Elementary and Middle School Students

报名时间:3月10日-5月10日截止
Registration Dates: 3/10/2021 - 5/10/2021

授课方式:Zoom Meeting(ID和密码届时发送)
Method of Class Delivery: Zoom Meeting

报名方式:1,育才网站报名: www.yucaimn.org
2,扫描右侧二维码报名:



Yucai Summer Camp Reg.

How to Register: 1. On Yucai Chinese School's Website www.yucaimn.org
2. QR Code

学费:全天 135/160 每周,5月10日之前/后收到全部学费;
半天 75/90 每周,5月10日之前/后收到学费,需要注明上午/下午。

Tuition: All-day programs: \$160/week; early bird rate \$135/week (register by 5/10/2021)
Half-day programs: \$90/week; early bird rate \$75/week (register by 5/10/2021)

学费退款:6月1日前取消,退还学费;但收取 \$50 手续费。
6月1日后取消,不予退款。

Refund Policy: Full refund by 6/1/2021 (Cancellation processing fee: \$50)
No refund will be granted after 6/1/2021

付费方式:寄支票给:Yucai Chinese School,
P.O.Box 46155, Plymouth, MN 55446

Payment Methods: Pay by check: Pay to Yucai Chinese School
Mail check to: P.O.Box 46155, Plymouth, MN 55446

联络方式:网站:www.yucaimn.org; 邮箱: yucaimn@gmail.com

Contact Information: Email: yucaimn@gmail.com

声明: 每期5人以上开课,学校保留取消课程的权利。

报税延期啦! 纾困金、失业金需要报税吗? 还需要注意哪些?

美国国税局 (IRS: Internal Revenue Service) 从2021年2月12号就已经开始处理2020年的报税申请了。因为今年情况不同,国税局提醒各位纳税人:在报税前要认真考虑是否有由 COVID-19 导致的改变,或者有其他特殊情况。

人们可能会发现有些事件 (例如失业、债务减免或使用退休基金等) 会对报税产生影响。所以,了解这些事件会如何影响个人和家庭报税是很重要的。美国国税局提供了纳税人需要知道的关于如何提交完整、准确的报税表、如何索取退税或交税、如何及时获得退税以及承担税责方面的相关信息。

2021年报税延期

国税局于2021年3月17日宣布2020年个人联邦所得税申报的截止日将自动从2021年4月15日延到2021年5月17日。并且他们会在近几日提供更正式的指南。国税局局长 Chuck Rettig 表示:国税局想在疫情期间尽他们所能的帮助纳税人,但就算截止日已被延期,纳税人还是应该尽快报税,尤其是那些能够拿到退税的人。



个人所得税纳税人也可以将2020联邦所得税的欠税付款延至2021年5月17日,并且不会有罚款或利息。于2021年5月17日后将会开始计算逾期的罚款及利息。纳税人在2021年10月15日之前可以提交 Form 4868 (Application for Automatic Extension of Time to File U.S. Individual Income Tax Return 自动延长提交美国个人所得税申报表的申请) 来要求在2021年5月17日之后报税。

电子报税

以电子方式提交并选择将退税直接存进银行账户是提交准确的报税并获得退税的最快、最安全的方法。美国国税局 (IRS) 预估90%的报税人是通过电子的方式提交联邦报税表的。以电子方式报税会出现更少的错误,这也意味着更少的延迟。

报税及支税

美国国税局 (IRS) 与全国各地的税务软件商和社区组织都有合作。国税局“Free File”和“Free File Fillable Form”为几乎所有纳税人提供了免费的税务准备产品。纳税人甚至不需要电脑,手机操作就可以。Free File 提供了免费的在线纳税申报准备和免费的电子申报。纳税人还可以查看协助报税志工 (Volunteer Income Tax Assistance, 简称 VITA) 以及老年人税务咨询 (Tax Counseling for the Elderly, 简称 TCE) 的网站来找较近的地点,会有志工协助您报税。值得注意的是,现在有些 VITA/ TCE 会远程帮助纳税人,但是有些地区的 VITA/ TCE 则因 COVID-19 而关闭。



如果您有欠税,可以在线或通过电话、手机、电脑进行电子付款,并且用电子方式付款是非常安全的。美国国税局 (IRS) 使用了最新的加密技术,不会保存您用来付款的银行帐号。当纳税人使用任何 IRS 电子支付方式时,他们都可以控制自己的税单支付。报税人可以决定付款日期,并且会立即收到来自 IRS 的确认。与支票或汇票邮寄的方式相比,线上付款的操作简单、安全且快捷得多。

请到 <https://www.irs.gov/payments> 查看所有电子支付选项。请注意,IRS Direct Pay 系统是无手续费的。

失业金需纳税

2020年,数百万的美国人获得了失业补偿金 (Unemployment Compensation), 其中许多人是第一次领取失业金。这些纳税人可能不知道通过此计划收到的钱是应税收入。



如果一个人在2020年获得失业补偿,他们应获得 1099-G (Certain Government Payments 特定政府付款), 框1有政府所支付的金额以及框4会有国税局已扣缴的任何联邦所得税。国税局也将收到一份副本。有些州不邮寄 1099-G 表格,纳税人需要从该州的网站获取电子版。如果您没领取失业救助金,但是却收到 1099-G 表格,那您应联系其州税务局,并要求更正 1099-G 表格。

为了避免退税延迟,纳税人应提交完整准确的申报表,其中应包括2020年收到的所有失业金。

纾困金

经济影响补偿金 (Economic Impact Payments) 通常被称为刺激金 (Stimulus Payments)。这个补偿金是根据纳税人的2018或2019纳税信息给出的。纾困金退税额 (Recovery Rebate Credit) 与此相似,不同之处在于资格和金额是基于2020年个人纳税申报表上的信息。

经济影响补偿金分两轮发放给了符合条件的人。第一笔付款是每位成人1,200美元,外加每位符合资格的儿童会有500美元,第二笔付款是每位成人600美元,外加每位符合资格的儿童会有600美元。这些款项无需缴税。



大多数有资格的人已经以经济影响补偿的形式获得了全额的纾困金退税额。如果您确实收到了两次经济影响补偿的全额款项,则在提交2020年纳税申报表时,您不应包括任何有关这方面的信息。

如果您符合资格,并且没有收到经济影响补偿,或您认为自己有资格获得更多补偿,那么您可以在提交2020年纳税申报表时申请纾困金退税额。纳税人通常必须提交2020年纳税申报表才能申请纾困金退税额。

税收抵免资格

2020年许多人的收入以及其他情况产生了变化,税收抵免和扣除额将意味着纳税人能留有更多钱,而在申请之前想好自己是否符合资格会帮助简化纳税申请。如果没有欠税,那么某些信用额也可能直接作为退税退还给纳税人。



IRA 纳税规则

2020年以后,传统或 Roth 类的个人退休金账户 (Individual Retirement Arrangement, 简称 IRA) 的定期供款将没有年龄限制。超过70岁半的人放进退休金账户的款项是可减税的。并且,他们可能可以要求从个人联邦所得税 (Individual Federal Tax Return) 中扣除缴纳给

还需要注意哪些?

IRA 账户的金额。

请参阅 IRA 扣除限额: <https://www.irs.gov/retirement-plans/ira-deduction-limits>

纳税人可以在2021年4月15日之前向 IRA 供款,如果符合条件,则仍可以在2020年的纳税申报表中扣除该金额。

拿到退税金

每个纳税人的报税表及退税情况都有不同。国税局收到纳税申报后,会因为不同的因素而影响退税的时间。获得退税的最快方法就是电子申请并选择直接将退税金打进您的银行账户。邮寄纸质纳税表并在其中要求纸质支票的话,纳税人会较慢拿到退税。

尽管国税局会在处理纳税申报表的21天之内发出大部分退款,但国税局告诫纳税人不要依赖预计拿到退款的日期,尤其是在进行大笔购买或支付账单时。有些退税可能需要额外的审查,并且可能需要更长的时间才能处理。如果需要更多信息来处理纳税申报表,国税局将通过邮件与纳税人联系。



IRS 通常在收到报税后的24小时内会将退税相关信息放在 IRS 官方网站或 IRS2Go App 的“Where's My Refund?” <https://www.irs.gov/refunds> 以供纳税人查询。除非距纳税人以电子方式提交纳税申报表已有21天,否则国税局无法回答退款状态的查询。

没钱支付欠税款

如果纳税人认为他们可能无法在2021年5月17日到期日之前缴纳税款,也不必惊慌。即使您无法全额付清,仍应提交纳税申报表。并且应该尽可能的支付欠税,才可避免罚款和利息。及时提交尤为重要,因为逾期报税跟逾期付款都有罚金。

国税局有提供几个付款选项,例如短期延期付款,分期付款或妥协款项,或者要求直到纳税人的财务状况改善为止暂时延迟收款。在某些情况下,国税局可以免除罚款。但是未付税单所产生的利息费用是不能被免除的。

查看税务信息

纳税人可以登入网上账户查看其欠款、分期付款信息、付款历史记录、预定和待处理的付款、特定通知的以及最近提交的纳税申报表中的关键信息。纳税人还可以通过其网上帐户查看经济影响补偿金的金额。这可以帮助您准确计算2020年纳税表上的任何纾困金退税额。

身份保护 PIN

从今年开始,所有纳税人都可以使用在 IRA 网站上“获取 IP PIN”自行加入 IP PIN 计划。六位数的 IP PIN 可以防止身份盗用者使用纳税人的社会安全号进行纳税申报。此计划要求纳税人通过电子方式提交纳税表时使用其创建的 PIN,从而为纳税人提供了额外的保护。纳税人必须通过严格的身份验证流程。如果配偶和受抚养人也可以通过身份证明程序,则他们也有资格获得 IPPIN。纳税人可以在 IRA 网站上查看验证身份需要什么。



获取 IPPIN: <https://www.irs.gov/identity-theft-fraud-scams/get-an-identity-protection-pin>

因为疫情对很多人都有影响,具体的报税建议大家使用或咨询专业的会计师来完成。

(考西叶氏律所供稿)



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

过来看, 也体会不出苏轼答卷的意味。欧阳修与梅尧臣一合计, 决定再将考生苏轼叫来问问。

欧阳修、梅尧臣与苏轼坐定后, 欧阳修直截了当地说, “我们查了《三国志·孔融传》, 好象没有你说的那层意思啊!”

苏轼坚定地说, “怎么没有啊?! 当年, 曹操打败袁绍, 将袁绍的儿媳、袁熙的妻子, 当时被公认的‘三大美人之一的甄宓’赏给他儿子曹丕做老婆。孔融以此讽刺曹操说, 当年周武王打得天下, 就应该把姐己赏给周公周公旦。”

曹操说, “怎么会有这种事。我怎么不知道?!”

孔融说: “以今日之事推之, 当年理应如此。”

这时候, 曹操恍然大悟, 悟过来了, 孔融是在借古喻今, 讽刺他曹操呢! 后来, 曹操借他人之手, 杀了孔融。

苏轼说, “孔融当年能想象这么说, 我为什么不能?! 当然, 这么做, 我也是想当然耳。不可以吗?!”

欧阳修不听则已, 一听则觉得眼前这个年轻人, 更加了不起: 苏轼才真正是开创性读书的第一人, 将来必有大造化。

杨万里在《诚斋诗话》中记述这段故事时写道: “欧退而大惊曰: ‘此人可谓善读书, 善用书, 他日文章必独步天下。’”

欧阳修仅以寥寥数语, 就道出了他对苏轼未来不可限量的发展前景, 给予了无限期待和厚望。亦可见, 欧阳修真的是被苏轼的才情、智慧……打动了!

欧阳修, 作为当时的文坛盟主, 情不自禁地对梅圣俞说: “老夫当避路, 让他出一头地。”欧阳修虽贵为文坛盟主, 不仅不拉架子, 还想主动让贤, 举荐培养青年才俊的态度, 彰显了欧阳修胸襟广阔, 愿为发展文化文学事业、放弃自己名誉地位的崇高思想境界! 这, 已成文学史上的千古佳话!

当时, 初至京城赶考的毛头小子, 气宇轩昂, 傲气十足, 自称“少年狂。”欧阳修不仅毫无封杀打压之意, 而且极力举荐。这, 对于初进大京城的苏轼来说, 实乃人生之大幸……!

同时, 我禁不住想说: 书, 人人都在读。而苏轼能把书读到这个份上, 的确让人钦佩。至今, 我仍疑惑, 苏轼虽是我们读书学习的楷模, 可我们又有几个人、真的把苏轼当作自己读书学习的楷模呢?!

(未完待续)

中国文化源远流长, 古今人物灿若群星。不论帝王将相、文人墨客, 三教九流……称得上天才者, 比比皆是, 李白以诗见长, 特别是七言绝句, 称得上天才。杜甫也以诗见长, 但侧重七言律诗, 也称得上天才。可惜, 李白杜甫的文章比起他们的诗, 就大为逊色。不信, 去查查唐宋八大家看看, 李白杜甫都不在列。虽然他们的诗, 可以妇孺皆知形容之, 也仅此而已。因此, 我以为, 在中国能称为全才者, 又能被各家、各派、各界……, 人人都心悦诚服者, 有如即将黎明的星空, 能发出耀眼光芒者, 苏东坡几乎是唯一一人, 而不是之一。

唐宋两朝精于文章当然包括诗词……者有八大家: 韩愈, 柳宗元, 欧阳修, 王安石, 苏轼, 苏洵, 苏辙, 曾巩。而这八大家中, 三人出自同一家, 即一父二子, 就是苏洵和他的二个儿子: 苏轼与苏辙! 看看, 上帝是不是特别眷顾苏家。三人中又以苏轼最棒, 成为千古以来被人尊崇爱戴的第一人。回过头来看, 历史上为什么列出唐宋八大家? 我以为, 这与老祖宗们重文轻理不无关系。这是其一。其二, 宋明以前, 古人对文章的重视, 是第一位的。再三, 这在历史上, 可以追述至近两千年前三国之一的魏国皇帝曹丕, 他盛赞文章对国家繁荣发展的作用。曹丕如是说: “盖文章, 经国之大业, 不朽之盛事(曹丕《典论·论文》)”。这正所谓, 上有好者, 下必甚焉! 第四, 当然, 这种重文轻理的风气, 更得到科举考试制度的保证。所以, 谁要打破这种文化桎梏, 几乎难于上青天!

可是, 尽管难, 还是有人要改革, 要创新, 当然都是在体制允许的范围内。当历史进入宋仁宗宋神宗时, 欧阳修是诗文书画革新的一面旗帜。欧氏十分重视发现人才, 欲使他诗文书画新大旗传承下去。古人云, 江山代有人才出。就在这时, 一个偶然而又必然的机会, 欧阳修眼睛一亮, 难道这篇文章的考生就是我要找的传人? 因此, 我特以《全才苏东坡》为题, 系列介绍苏东坡这位中国璀璨耀眼的文化巨人。

一, 最会读书人

宋嘉祐二年(1057年), 苏洵带着两个二子即19岁的苏轼与16岁的苏辙, 由四川眉山进京赶考。说来也巧, 主考官就是当时文坛盟主欧阳修, 副考官是诗坛宿将梅尧臣。他们二人都是锐意诗文书画革新者。开考前, 欧阳修特别叮嘱副考官注意发现人才, 如有出众者, 要向他汇报。欧阳修出的策论考题是《刑赏忠厚之至论(试论国家法律制度宽与严)》。苏轼提笔答卷, 一气呵成。苏轼在答卷中“引经据典”, 其中写了这样几句话: “皋陶为士, 将杀人。皋陶曰杀之三, 尧曰宥之三。”

古时候, 考生的名字也是被隐去的。就是说, 如同现在的考试一样, 考生只有代号, 没有写真姓名谁。副考官梅尧臣有近水楼台先得月之便, 审阅考生答卷, 其中一篇使他惊愕不已, 不仅字迹洒脱秀丽, 而且内容直奔主题, 立论有据, 思路清晰……好极了! 梅尧臣赶忙将答卷拿给主考官欧阳修看。欧阳修看了, 赞口不绝。当时, 欧阳修和梅尧臣都不知道答卷的考生是谁? 更离谱者: 欧阳修甚至认

为, 这篇答卷的考生, 可能就是他的弟子曾巩。原因很简单, 在欧阳修诸人眼里, 大凡有点才学的后生, 他们都略知一二。换句话说, 在京城圈子里, 才华出众者, 恐怕没有人能超过他的弟子曾巩的。于是乎, 欧阳修为了避嫌, 以免授人以权谋私、照顾自己弟子的口实, 就将这篇理应为第一的答卷, 改为第二!

考试发榜后, 欧阳修才知道自己错了。实在令人笑掉大牙, 欧阳修的弟子既不是第一, 也不是第二名。这次科举考试, 再次证明了“高手在民间”宏论。欧阳修虽然觉得答卷文章的确了得, 但对考生答卷的典故没印象, 问梅尧臣: “你知道考生引用的典故出自哪里吗?” 梅尧臣说, “老朽才疏学浅, 真的不知道。”

欧阳修说, “既然我们都不知道, 不如把考生叫来问问?”

梅尧臣应道: “我正有此意。”

欧阳修和梅尧臣两人一拍即合。叫来苏轼, 开门见山地问苏轼, “你答卷中典故, 出自何处?”

苏轼坦然答道: “《三国志·孔融传》。”

这时候, 欧阳修和梅尧臣满心狐疑, 我们都熟读三国志, 孔融传也读了不知道多少次, 怎么就没有考生写的这么一说呢? 当然, 文人吗? 即便不知道, 也不会当面承认。只好打哈哈, “啊……!”

古人写文章讲的是论点论据, 尤其是引经据典。欧阳修与梅尧臣想到, 考生说得这么笃定, 也不再多问什么了。见面后, 欧阳修与梅尧臣找来《三国志·孔融传》, 反复看了好几遍, 恨不能把孔融传倒

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

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

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.



很多人都喜欢运动比如篮球, 游泳, 排球, 等等。足球是我最喜欢的一项运动。足球已有两千多年的历史了, 最早的足球记录是从中国的汉朝。那时候他们会玩一个叫蹴鞠的游戏。虽然跟现代的足球有些不同但也有类似的地方。两个运动基本上是用脚控制和踢球的, 有时候会用其他部位, 两个运动里面用手碰球都是犯规

的。其中它们一个很大的差别就是这个进球的网不同, 蹴鞠的网离地面大概三十英尺, 比现代的足球网要小, 而现代足球是有个相对比较较大的在地面上的网。现今足球已经跟古代的大不同, 成为世界上最有名的运动之一。我小时候尝试过各种运动像游泳, 网球, 体操, 和滑冰等, 因为最喜欢足球, 所以我一直坚持到现在踢

足球。足球是一个团体运动, 因此不仅可以锻炼身体, 还可以帮助团队合作能力和领导能力。玩足球的时候要想应该把球传给谁, 怎么才能留住球, 下面把球踢到哪儿, 等等, 这种快速的思考可以帮助一个人提高解决问题能力。这是我喜欢足球的一些原因, 当然不只有这些, 重要的还有帮助球队获胜的感受, 都是吸引我踢足球的原因。

足球训练, 像很多其他活动, 这次也遭受到疫情的影响。刚开始的时候得戴口罩参加训练, 但后来疫情渐渐恶化的时候训练也被暂停了。暂停几个星期后教练决定试着用视频训练, 我从来没有这样训练过, 一开始有点不习惯。训练的时候我会到家里的地下室去, 因为那里有最大的空间。那时候我就希望能早点回到面对面的训练, 因为足球是一个团队运动, 一个人能做的事情非常有限。队伍就这样训练了几个月, 直到疫情有所好转, 才回到面对面的训练。现在训练的时候还是要戴口罩, 而且要尽量保持一定距离。虽然戴着口罩训练呼吸困难一些, 但这样训练总比自己在家里训练的好。

训练虽然恢复了一些, 但我还是希望能快些回到以前无拘无束奔跑的日子。有训练没有比赛, 少了很多乐趣。如今疫苗已经出来了, 很多人也开始打了, 希望能快点回到比较常规的生活。

Yucai Afterschool Program 2021-2022

Introduction

Yucai Afterschool Program is intended to provide students an opportunity to use Chinese every day (4 days/week). Students can also participate in enrichment classes (e.g., chess, math, theater, and dance). Yucai Afterschool provides Friday care as well. As a result, students can immerse themselves in Chinese every day as well as develop their interests in various extracurricular activities.

Curriculum

Yucai Afterschool Program offers six levels (Level K to Level 5) of Chinese instruction. We will use the textbook titled "Meizhou Chinese". The textbook comes as a set, consisting of the textbook itself, students' workbook, vocabulary flash cards and audio CD.



Date and Time

Yucai Afterschool follows Wayzata School District calendar.

- Chinese class: 2:30-4:10pm, M-Th
Enrichment class: 4:20-5:20pm, M-Th
Friday care: 2:30-5:20pm, Fridays only



Location and School Bus Service

We are currently renting classrooms from Plymouth Covenant Church, located at 4300 Vicksburg Lane N, Plymouth, MN 55446. The regular school buses of the following schools will pick up students right after school and drop them off at Plymouth Covenant Church:

- Kimberly Lane elementary
Plymouth Creek elementary
Meadow Ridge elementary
North Woods elementary

Tuition and Fee

- Chinese class: \$2200
Enrichment class: \$1500
Friday care: \$500

*10% discount if paid before 8/15/2021
*The full tuition is due 9/1/2021.
*The tuition includes textbooks and other related materials.
*Register at http://yucaimn.org/school/enroll-all.php?program=AfterSchool&school_year=2021-2022 or Scan QR code above to register



Yucai After-School Registration Frequently Asked Questions

1. What does it take to register?

Step 1: Fill out an online registration on Yucai school's website (http://yucaimn.org/school/enroll-all.php?program=AfterSchool&school_year=2021-2022) or scan QR code on the right:



Afterschool 21-22 Reg.

Step 2: Print out the summary page. The summary page appears once you click on "submit" on the registration page.

Step 3: Mail the registration summary page, the \$300.00 non-refundable deposit per student (check only), and other necessary paperwork (e.g., IEP, payment plan request) to the following address.

Atten: After-School Program
Minnesota Yucai Chinese School
P.O. Box 46155, Plymouth, MN 55446

2. Is there a registration fee?

No

3. Is there a sibling discount for the tuition?

No

4. Early bird discount

10% off the total if the tuition is paid in full before August 15th, 2021. (postmarked)

5. What payment plan does Yucai offer?

Families who have financial hardships and cannot pay the tuition in a lump sum are eligible to use the payment plan. The payment plan may vary. We foresee two installments, fall and spring.

6. When is the tuition due?

The full tuition is due September 1st, 2021.

7. Is there a late pick-up policy?

Yes. The Chinese section ends at 4:10pm. Late fees, \$1.00 per minute, start to accrue after 4:20pm. The enrichment section ends at 5:20pm. Late fees, \$1.00 per minute, start to accrue after 5:30pm.

Yucai collects a \$100.00 refundable deposit per student at the time of tuition payment in addition to the tuition. This amount of money is intended for late pick-ups and other unforeseeable expenses. This deposit will be refunded or credited at the end of the school year minus deductions if assessed.

8. Is there a refund if a family decides to withdraw after fully registered?

Yes. For the fall semester, tuition (excluding \$300 deposit) is fully refunded when a written cancellation request is received by September 1st, 2021. Tuition is non-refundable after September 1st, 2021. For spring semester, 50% tuition can be refunded when a written cancellation request is received by December 1st 2021 with a \$100.00 cancellation fee. Tuition is non-refundable after December 1st, 2021.

Yucai Chinese School is a 501(c)(3) non-profit organization and not a daycare center. We offer after-school Chinese classes, as well as an after-class program in the afternoon to support parents needing a later pick up time. Occasionally, we receive questions about the use of FSA dollars to pay for Yucai Chinese class expenses. We recommend checking with your accountant and/or benefits administrator for guidance on this topic.

泼向政敌的脏水 ——“孔子诛少正卯案”在宋代

宋人喜欢内斗,又特别爱面子,所以许多政治倾轧以法律诉讼的面貌出现。就像马端临说的那样:“祖无择之狱,王安石私怨所诬也;郑侠、苏轼之狱,杜绝忠主也;世居之狱,则吕惠卿欲文致李士宁,以倾王安石;陈世儒之狱,则贾种民欲文致世儒妻母吕,以倾吕公著;至王安石欲报吕惠卿,而特勘张若济之狱;蔡确欲撼吴充,而特勘潘开之狱。其事皆起于纤微,而根连株逮,坐累者甚众。”(《文献通考·刑考》)

为什么会这样呢?因为宋代流行扣帽子,打棍子:人人以君子自居,骂对手为“小人”,又宣称“君子小人不两立”,企图置对手于死地。但谁是君子、谁是小人呢?当代人谁也没有提供答案的资格,只有孔老夫子才能提供答案。孔老夫子自然是君子,于是经典故事“孔子诛少正卯案”成了最好的参考案例。由于这个原因,该案在宋代引用率极高,无论奸贤,都骂对手为“少正卯”,也被对手骂为“少正卯”。

把“少正卯”当脏水泼向政敌

宋代以外的其他时代,人们也以“孔子诛少正卯”为武器攻击对手,但宋代尤其多。熙宁二年(1069),王安石(1021-1086)在神宗的支持下开始变法,很快就被骂为“少正卯”。御史中丞吕海(1014-1071)说王安石“大奸似忠,大诈似信”,“外示朴野,中藏巧诈,骄蹇慢上,阴贼害物”,“唯务改作,立异于人,文言饰非,罔上欺下”,要求神宗驱逐王安石,因为“少正卯之才,言伪而坚,顺非而泽,强记而博,非大圣孰能去之”,“误天下苍生,必斯人也”。王安石向神宗请辞,神宗安慰说:“别人把你比作少正卯,我不会信的。”王安石说:“以后骂的人会更多,到时难保您不信。”直到神宗作出保证,王安石才同意留任。

几年后,继承王安石新法的吕惠卿(1032-1111)也被骂为“少正卯”。谏官王岩叟、苏轼等认为他罪大恶极,与“尧之四凶,鲁之少正卯”相当,不是普通的坏蛋,不能用常法治之,必须严惩。哲宗只好再贬吕惠卿的官。苏轼(1037-1101)起草制书,笔下生花,骂吕惠卿“以斗筭之才,挟穿窬之智”,“以聚敛为仁义,以法律为诗书”,皇帝只是测试他的能力,他却犯下一连串错误,“连起大狱,党与交攻”,“奸赃狼籍,横被江东”,“妄出新意,变乱旧章”,不杀他已经“尚宽两观之诛,薄示三危之辜”的薄惩了。

南宋初,主持对金作战的李纲(1083-1140)也被政敌污为“少正卯”。殿中侍御史张浚(1097-1164)弹劾李纲“素有狂悖无上之心,复怀怏怏不平之气”,认为民众很可能拥戴他谋乱,“万一盗贼群起,藉纲为名臣,恐国家之忧不在金人,而在萧墙之内”。中书舍人汪藻在制书中也将李纲骂为“少正卯”:“朋奸罔上,有虞必去于驩兜;欺世盗名,孔子首诛于正卯。”已贬为提举杭州洞霄宫的李纲,因此又被贬为鄂州居住,忧愤而死。

宋人对“少正卯案”的疑和用

宋代也有不少怀疑“孔子诛少正卯”的真实性。如著名学者刘敞(1019-1068)认为“孔子诛少正卯案”不可能是真的。他说,如果少正卯实有其人,能让孔子的大多数门徒跑去听他的课,那么必定很有才学,孔子不是嫉贤妒能的人,怎么可能杀有才学的人呢?有才学的人必定得到百姓的支持,孔子杀百姓支持的人又怎么为政呢?所以要么少正卯这个人根本不存在,要么孔子根本没有杀他,要么孔子杀的是另一个坏人。答案只能是:孔子没杀过少正卯。然而,刘敞在弹劾学者龙昌期时,却又骂其为少正卯,说他“违古叛道,学非而博,《王制》之所必诛,未使即少正卯之刑,已幸矣,又何赏焉”,迫使宋仁宗追还封赏诏书。

最著名的怀疑者是朱熹(1130-1200),他在《舜典象刑说》一文中说:“少正卯之事,则予尝窃疑之。盖《论语》所不载,子思、孟子所不言,虽以左氏《春秋》内外传之诬且驳,而犹不道也。乃独荀况言之,是必齐鲁陋儒,愤圣人之失职,故为此说,以夸其权耳。吾又安敢轻信其言,而遽稽以为决乎,聊并记之,以俟来者。”朱熹的怀疑理由是:如此重大的事件,孔子(前551-前479)本人没提到过,子思(前483-前402)和孟子(约前372-前289)也没提到过,纪事驳杂的《左氏春秋》《国语》也只字不提,近250年后的荀子(约前313-前238)才第一次提到,可信度实在太低。

然而朱熹自己,也没有逃脱被骂为“少正卯”的命运。绍熙五年(1194),宰相赵汝愚(1140-1196)推荐朱熹担任新即位的宁宗的侍讲,朱熹建议宁宗紧握权柄,凡事“皆出陛下之独断”,否则会有“主威下移,求治反乱”的风险,“左右或窃其柄”。掌权的韩侂胄(1152-1207)认为朱熹是在说他的,遂施加打击,斥其为伪学。御史胡纘、沈继祖等“锐然以击熹自任”,攻击朱熹“剽窃张载、程颐之绪余,寓以吃菜事魔之妖术,簧鼓后进,张浮诞,私立品题,收召四方无行义之徒,以益其党伍,潜形匿迹,如鬼如魅”,他们要求对朱熹“加少正卯之诛,以为欺君罔世、污行盗名者之戒”,差一点就将朱熹置于死地。

学者陈善(约1147年前后在世)也在《扈虱新话》中写了一条“《春秋》不书诛少正卯”,说有人怀疑“孔子诛少正卯案”的真实性,也有人表示少正卯不是贵族,才没有被记在《春秋》中。他则认为,孔子写《春秋》的目的是“以道不行,故用空言以寄褒贬”,诛杀少正卯一事,是孔子“其志可以少伸,赏罚之权可以复振”的例子,所以没有必要记载。陈善的辩解相当无力,但却证明当时怀疑“孔子诛少正卯”真实性者,确实不乏其人。

“少正卯案”的关键所在

为什么那么多人喜欢引用这个案件?关键点在哪里?北宋理学家陈襄(1017-1080)说得比较明白,那就是:评判人的内在道德,而非外在行为:“君子过失,虽大或不刑;小人怙终,虽细或不宥。仲尼为鲁司寇,诛少正卯于两观,国人信服。夫少正卯其罪无状,而孔子诛之,善用刑者,诛其心,不戮其迹,宁失于不经,不可失于情。”这种评判方式,与现代刑法评判人的外在行为而非内在思想的方式正好相反,用的好也只是道德评判,用得不好就是人格诋毁,扣帽子,打棍子,是相当危险的。

道德和人格评判的危险在于:行为是可见的,道德和人格是不可见的,而且是可变的,通过外在行为推测内在道德,很不准确。我们看到,宋人在运用“孔子诛少正卯案”时,往往为了证成观点,不惜歪曲史实。如陈襄为了说“孔子诛少正卯”是正确的,不惜说孔子诛少正卯之后,得到了

鲁国全体人民的欢迎。实际上史籍中明明记载着,当时连孔子最聪明的学生,也完全不懂孔子为什么要杀并未构成犯罪的少正卯,更不要说全体人民欢迎了。王觐甚至说“舜罪四凶而天下服,孔子诛少正卯而鲁国治,当是之时,不闻人情不安”,更是近乎胡说八道了。

除了歪曲史实外,有关“孔子诛少正卯案”还有一个重要的误解,就是把晋代颜含对此案的解释理解为思想治罪。颜含是东晋名臣,据说是颜回26世孙,成帝时(325-342),高龄退休,在家闲居。有人讨论“少正卯、盗跖这两个著名恶人,到底哪个更恶”的问题,有观点认为“少正卯虽恶,至少还没有杀人吃肉,所以盗跖更恶”,颜含认为:“为恶彰露,人思加戮;隐伏之奸,非圣不诛。由此言之,少正为甚”,意思是说,盗跖凶恶人人皆知,少正卯大奸大恶,表面上却看不出来,只有高明如圣人孔子,才能发其奸恶,诛之以亟。

表面上,颜含似乎主张思想治罪,与西汉酷吏张汤同调。汉武帝元狩六年(前117),颜回10世孙颜异任大司农,与廷尉张汤有隙。武帝与张汤策划发行“皮币”,利用政府的制币垄断权,公然抢劫社会。颜异没有赞成,也没有反对,嘴唇动了一下,就被张汤借机诬蔑,说他嘴上不说,却在肚子里骂。颜异遂以“腹诽”之罪被杀。作为博学之士,又是颜异直系后裔,颜含不可能不知道这个故事,更不可能赞赏思想治罪。那他为什么要说“隐伏之奸,非圣不诛”这样的话呢?

了解晋成帝时代的政局,才能理解所谓“隐伏之奸,非圣不诛”,其实另有所指。当时皇权极度低落,皇室不得不与士族共权,形成所谓“王与马,共天下”的门阀政治局面。门阀领袖王导(276-339)地位尊崇,先后成为司马睿、司马绍、司马衍的辅政大臣,与不久前辅佐曹丕、曹睿、曹芳并最后夺权的晋代创始人司马懿(179-251)极为相似。这时,太常卿冯怀咨询颜含说,有人认为官员向皇帝磕头,也要向王导磕头。颜含生气地说:“磕不磕头,你们自己决定,我老了,不识时务。”反对的意思非常明显。所以颜含说“隐伏之奸,非圣不诛”,指的是王氏家族。后人脱离时代背景,很容易误解颜含的本意。宋代人对“孔子诛少正卯案”的利用,大多就是站在与张汤(而非颜异)相近的立场上,要治的是人们的思想(而非行为)之罪。

专栏作家介绍

陈灵海,上海师范大学教授、博士生导师、法律与历史研究所所长、西北大学讲座教授、华东政法大学法律史研究中心特聘研究员;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。美国华人文社科教授协会会员、荷兰Amsterdam大学出版新时代表中国丛书评审委员;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。

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,採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, 六, 日: 8:00-5:00

電話: 952-922-2151

鑄劍大師干將注入了一生心血，誓要造出一把驚天動地的王者之劍。每天為生計所鑄的刀劍，雖出自這位大師之手，但無非讓那些無事生非的所謂好漢們用作決鬥；惹到各地仇殺不斷，有者更遷怒於敵人所持刀劍，而找上干將。

鐵店內那婆娘婀娜多姿的總是微笑，對來尋仇者表明身份，說奴家是干將之妻莫邪，要文比武鬥聽隨悉便，來者不拒。乘興而來的挑釁者，再怒也被那張美得可以溶化人骨髓的笑容所惑；也不知是神魂被勾了或是技不如人，沒幾招就棄甲敗陣，逃之夭夭。倒省去了干將打發那些無聊人的時間。

擁有干將所鑄兵器的武林人物，都喜難自禁，莫不以為經已獲得了至寶；可後來有人雖持著「至寶」對敵，畢竟落敗。消息不徑而走，有「至寶」的江湖人士，都想試試真假。江湖風波又揚，到處有人決鬥，或死或傷，鬧到沸沸騰騰。

干將那天酒後，醉意中擁莫邪入懷，輕輕耳語：「我已找到鑄寶劍的材料，為免殺身之禍，走為上著。」

「真的，是什麼東西？」莫邪一翻身躍起，並強拉著干將。急不及待要看看那塊奇特寶物。

干將蹣跚的在床底抽出一塊方正的黑鐵，莫邪拿起，沈甸甸的烏黑如墨的方鐵，左看右望，無論如何難於置信這是塊寶物？

再來鑄劍軒的人，已找不到干將夫婦；只餘下那堆鐵店原有的器具及爐灶。消息即時傳開，干將失蹤，成了年度江湖大消息。正邪黑白兩道都展開搜索，希望趕快找到這位大師，就可擁有王者之劍了。

一處峰巒疊嶂內，瀑布旁的茅廬，爐火正熾。女人拉著風車，男人將烏黑之物

微型小說

王者之劍

■心水(澳洲 墨爾本)



打打敲敲，又放入冷水中、撈起再燒。也不知過了多少時日，天天做著同樣的動作。最後一次，男人割腕滴下鮮血、火光中黑墨的長劍吸了血，一股淡淡的白煙飄入空氣中，而名聞天下的寶劍已鑄成了。

莫邪興奮的持著這把王者之劍，左右前後看了再看，總心存疑惑；問干將，該給寶劍何名號？干將想也不想就說：「不光」。「為什麼叫這個難聽的名稱？」莫邪美得如早春的紅玫瑰、卻一臉迷茫。

「烏金鐵本就沒有光亮，寶劍因為見不到劍芒，其鋒其利已到了削鐵如泥的至高境界，當世再無任何刀器可匹敵。尤其是真正的王者，大仁大義、為國為民，持此至寶，真個天下無敵了。」干將聲若游絲的斷斷續續說：「此劍殺氣重，出鞘必見血；血光耀目，烏黑漸去而光芒射。唯有存黑，存仁心，始是真正的王者之劍。」話畢瞠然長逝。

莫邪悲號，埋葬好心願已了的丈夫；持了寶劍重返江湖，一心想將寶劍呈獻給真正的王者。誰知消息傳出，她再不得安寧，日夜行蹤一被發現，即有人緊跟不捨；接下來就是惡鬥，好幾次、她幾乎在落敗時，想不顧一切的拔出寶劍。但一念及先夫所言，此劍出鞘必見血，就強忍著敗逃。

莫邪終遇吳王，獻劍時、出鞘因烏黑無光，竟被夫差狂怒揮劍直刺而死，証實了劍出鞘必見血光。夫差南征北戰，烏金劍吸血越多，竟越亮麗。吳王喜難自禁，卻被勾踐挫敗。

王者之劍在勾踐之手再傳了幾代君王，持劍者若殺氣重，劍自明亮光芒四射，若心存仁德者擁有，其劍越發烏黑，那份無光無明，正應了劍號「不光」的名稱。「王者之劍」的真義竟藏匿在「無光」這重點上，竟連莫邪也不知呢。

隨著歲月的流動、王者之劍已不知所蹤了；流傳到後來，說是被天下第一高手「獨孤求敗」所得，亦因此寶劍，他才能成為天下第一？

以訛傳訛，可無人敢向獨孤先生挑戰；獨孤大俠因無敵手、竟鬱鬱而終。

又經歷了無數年月，獨孤求敗的墓園被盜墓賊所竊；鼠賊得劍狂喜，出鞘輕若無物，長劍黃土色，居然是一把檀香木劍。

那傳說中的烏金王者之劍、已成了歷史上的一大迷團、.....。

凤凰网陕西频道文旅类优质稿件集合 一路千年 走近陕西文化的“烟火气”(上)

大唐女皇”一舞动四方，文创产品让文化“活”在当下，还有一笑倾城的“不倒翁小姐姐”和“一站式咥美陕西”的非遗美食……走进陕西，一路经过的是千年的风景，“烟火气”里，所见所闻都是悠长的文化气韵。

12月8日至9日，奋力书写十三五的“陕西答卷”——“发现陕西文旅之美”凤凰网国际智库行活动走进西安，中央财经大学文化经济研究院院长魏鹏举、陕西省旅游设计院总规划师崔宁与凤凰网陕西一道，前往唐乐宫、大唐不夜城、西安城墙、西安碑林博物馆、永兴坊实地探访陕西文旅融合建设成果，探寻陕西旅游背后的文化味道。



“发现陕西文旅之美”凤凰网国际智库行活动走进西安
品陕西味道 永兴坊里非遗美食故事多

走进永兴坊，浓郁的“烟火气”扑面而来，除了各色美食的味道弥漫在街头巷尾，还有招揽顾客的叫卖声、曲艺表演的欢笑声传入耳中，初来乍到的游人可能会被这份热闹吸引，但稍作了解，必然会为热闹背后的永兴坊所惊叹，在这片东西长130米，南北宽88米的方寸之地，竟深藏浓缩了陕西11地107区县40多处“非遗”，每一口味道，每件老古董，都有段故事或传说，许多已有百年历史。

“每道美食背后，都是当地物产、风情的集中表现，凝结着代代相传的传统文化”，永兴坊文化发展有限公司总经理段晓玉向走读团介绍到，“一方水土养一方人，永兴坊所有商户的门牌均以所在县城名称打头，也是为了让更多人了解陕西及各个区县的不同文化”。



走读团在永兴坊体验“一站式咥美陕西”

走过陕南街，穿过陕北里，行在关中巷，如今的永兴坊已成为西安旅游的另一张特色旅游名片。走读团在永兴坊体验了“一站式咥美陕西”，深度感受“永兴坊”这一陕西文旅IP。崔宁认为，文旅IP的打造要有穿透性，能够广泛传播，才能够进一步做到深入人心。“在永兴坊，能够为游客提供沉浸式体验，把文化融入美食，让文化打动人心”，崔宁说，“不局限于简单的文化旅游，尝试开发多种业态，积极开发文旅IP的延伸力，是今后文旅产业发展的一个方向”。

赏大唐风韵 西安城里流光溢彩越千年

以盛唐文化为背景，以唐风元素为主线，流光溢彩的长街，游人环绕的演艺，还有一笑倾城的“不倒翁小姐姐”……如今火遍全球的大唐不夜城已成为陕西的标志性街区和旅游名片，是陕西唐文化展示和体验的首选之地。



走读团打卡大唐不夜城

在这儿，唐朝印记与景观建筑完美融合，大到开元盛世群雕，小到大唐文化柱，上到飞檐斗拱、下到唐代名人像，都充满浓浓的文化韵味，还有古色古香的陕西大剧院、西安音乐厅、开元广场等大型文化场地，全方位的展示和传播着西安的城市历史与人文。

长街之上，各类风格迥异却又趣味十足的小店星罗密布，为游人们提供着便利，也拉动着大唐不夜城的文化经济。作为现代打造的文化街区，魏鹏举对大唐不夜城的发展给予了肯定：“要用文化重塑旅游业态，让旅游产业链与文化产业链有更积极的融合与互动。”



在唐乐宫，走读团一行欣赏了《大唐女皇》这一享誉中外的经典演艺

(未完待续)



心水詩作品

明燈

仰望昏暗陰霾淒迷天空
猶若當年錯過了妳那張
似海岸外閃爍燈光的容顏

只能萬里獨步孤寂啟程
跌撞顛簸行走在
荒涼如火星上那片沙漠

終於在妳光源外尋覓覓
無非想找回那丟失的柔情

那年火車站驟然擦身而過
被妳散發的強光刺痛眼睛

傳說只要找到了天下最亮明燈

無論藏匿在天涯海角的妳-----必現身

唉我竟在妳冰冷笑意裡
失去了天下.....

(二零二零年十一月生朝修訂於墨爾本)

樂女劍

<名劍系列>

鋒芒寒氣迫人的樂女劍
是“干將”鑄造傳世名劍中
最不可思議的傳奇

那位著名釀酒師“要離”
美麗賢慧又可人的妻子
芳名居然就叫“樂女”

“孫武”為吳國獻計策劃
剷除強悍的敵國大將軍“慶忌”
不惜動用兵法中的反間計

對付萬夫莫敵的“慶忌”
賜樂女劍給“要離”斬殺愛妻“樂女”
然後“要離”再自斷左臂

吳王無道沸沸揚揚傳遍天下
斷臂“要離”投奔敵營
被“慶忌”大將軍收留釀酒

為揚名立萬成就英雄聲名
“要離”成功持樂女劍刺殺“慶忌”
大功告成後悽然在“孫武”面前自刎

孫武撫著樂女劍面對“要離”遺體
所著“孫子兵法”連好友夫妻也殉葬了
“孫子”呆立江畔黯然愧疚悲聲淒厲
(二零一一年八月十五日於墨爾本)

鷹爪拳

<武俠詩>

為情所困的俠客
那天恍惚漫步山麓
心思飄渺仍念念美人姿影
不意竟被黑影突襲

老鷹騰空猛撲而下
勁風刺面疾擊
利爪如刀橫砍
擒拿掃蕩招招致命

驚訝中拔劍自保
被迫倒退再挺身還手
凝神細觀雄鷹對敵技巧
居然殺著連綿變化無窮

老鷹呼嘯振翅剎那隱沒雲端
俠客忽然扔下長劍
舉掌虛擬先前鷹爪擊殺招數
曲手成爪擒撲刺插抓拿掀掀

黯然銷魂的天涯俠客
落魄鄉野意志消沉中
無意在悲哀時竟因雄鷹突襲
悟出了威震江湖的鷹爪拳

(撰於二零二一年元月墨爾本仲夏無相齋)

五千年來，最觸動心靈的50句詩詞(一)

五千年文化，三千年詩韻。詩詞之美，流芳千年，不知你可曾遇到那種一眼傾心，直擊心靈的句子？

輕捻書卷，眼波流轉，總有一句詩，讓你讀後流連忘返，總有一首詞，讓你看過久久難忘。

一壺酒，一窗風月，春日風輕輕柔柔，讓人無限舒暢，正是讀詩的好時光。

今天，我們以天地為廬，日月為堂，聊聊那些曾經令你感慨至深的詩句吧！

01

人生若只如初見，何事秋風悲畫扇。

——納蘭性德《木蘭詞·擬古決絕詞東友》

有些事，有些人，就是這樣。初見驚艷，再見滄海桑田。所以，願我們對待事物時，能永葆初心，不遺憾錯過，不後悔將來，把日子過成自己喜歡的模式！

02

眾里尋他千百度。

驀然回首，那人却在，燈火闌珊處。

——辛棄疾《青玉案 元夕》

百度搜索的名字，便是由此詩句而來。很多時候，我們苦苦追尋的，其實就在身邊。很多時候，我們都有這樣的經歷，所以讀到這句詩時，是不是覺得很熟悉呢？

03

千山鳥飛絕，萬徑人踪滅。

孤舟蓑笠翁，獨釣寒江雪。

——柳宗元《江雪》

三十三歲之前，他是人人羨慕的青年才俊，春風得意；三十三歲之後，他是歷盡悲歡的孤獨才子，命途多舛。人生有萬千姿態，也都是世事常態，悲歡喜樂千萬事，泯然一笑也無妨。

04

此情可待成追憶，只是當時已惘然。

——李商隱《錦瑟》

誰都有過幸福得讓現在的自己都羨慕的時光，可當時並不覺得好，回頭再看，卻發現自己沒有好好珍惜。錯過了就不要後悔，充滿遺憾的那些日子，不就是为了時刻提醒我們珍惜現在的時光嗎？



05

問君能有幾多愁？恰似一江春水向東流。

——李煜《虞美人》

有些痛苦，適合無聲無息的忘記；有些回憶，只適合偶爾拿出來回味。世間惆悵的事很多，願我們能適當忘記。

06

一生一代一雙人，爭教兩處銷魂。

——納蘭容若《畫堂春》

在最美好的時間，最喜歡的人不在身邊，如果人生能夠重新來一次，我寧願沒有最初的相遇。

07

願得一心人，白頭不相離。

——卓文君《白頭吟》

執子之手是一種境界，相濡以沫是一種境界，生死相許也是一種境界。在這世上有一種最為凝重、最為渾厚的愛叫相依為命。那是天長日久的滲透，是一種融入了彼此之間生命中的溫暖。

08

縱使相逢應不識，塵滿面，鬢如霜。

——蘇軾《江城子》

烟花絢爛至極，也有垂落之時，歷盡半生繁華，余生最易念親近之人的陪伴。在一切無常的變幻里，盡力活得絢麗些，活出最好的樣子。願你回首半生，不辜負自己，不害怕將來。

09

此去經年，應是良辰好景虛設。

便縱有千種風情，更與何人說？

——柳永《雨霖鈴》

生命中那些知己，早已經天涯海角，各奔東西。萬水千山，留在身邊的能有幾人？人生的悲歡離合，都請隨天意吧。

10

早知如此絆人心，何如當初莫相識。

——李白《秋風詞》

蝴蝶再美，終究飛不過滄海，青絲再長，終究抵不過年華。每當看到難成眷屬的愛情時，我們總會忍不住嘆一句：向來情深，奈何緣淺。

11

曉看天色暮看雲，

行也思君，坐也思君。

——唐寅《一剪梅·雨打梨花深閉門》

當思念一個人的時候，往往茶飯不思，行走坐臥，腦海里全是那個人的身影。所有的思念，都是重逢的鋪墊；所有的期盼，都在團聚的那一刻圓滿。

12

春日宴，綠酒一杯歌一遍。

一願郎君千歲，二願妾身常健。

三願如同梁上燕，歲歲長相見。

——馮延巳《長命女》

夫妻恩愛，執子之手，與子偕老，願你長壽安樂，我也身體康健，這便是平凡生活中，最深情的祝願。

(未完待續，轉載自詩詞天地)

第十五次世界華文閃小說同題大展 (3)

本期題目: 接班人 點評: 程思良

編輯: 林兆榮 (負責中國大陸及香港) 林爽 (負責中國大陸以外)

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: linsuang4@gmail.com



王克難(美國)

年度交際舞蹈大賽馬上就要舉行, 已經到了決賽階段。今年看好奪標是田芯跟歐文。他們日夜練習兩人的最新創作。

歐文突然腳踝受傷, 練習不得不中止。眼看一年苦練將全功盡棄, 田芯陷入極度沮喪。

田芯的弟弟田聰不忍看姐姐那樣難過。他是電腦人迷, 在大學實驗室設計了許多大小電腦人。於是田聰向他指導老師——世界電腦人權威求救。老師說試着設計一對跟田芯歐文相似的電腦舞者看看。

田聰把姐姐跟歐文跳舞的錄影跟老師仔細研究, 在極短時間內, 他倆把一對舞者做好。然後不斷用最新電腦技術改善...

田聰把姐姐帶到工作室, 給姐姐看了他跟老師的設計。田芯看得泪流滿面。她再補充每個動作。最難是她跟歐文的臉部表情的加強。他們沒讓歐文知道...

決賽到了, 田芯要求現場燈光要暗。

到田芯跟歐文出場的時間了。音樂放起... 兩名電腦人出場, 舞姿出神入化, 到最後一秒結束, 沒有任何舞者能配合得那樣美麗與合拍。看呆了所有裁判, 觀眾... 也沒有人看出來不是真的田芯跟歐文...

田芯與歐文還是把秘密講出來了。機器舞者得了冠軍後, 他/她們被安排到最昂貴的大劇院演出; 田芯與歐文頓時聞名世界。

田芯與歐文從此退休, 專心編劇。

田聰跟老師自成一公司, 協助姐姐幫助她跟歐文的接班人——兩個機器人不吃不睡, 不生病不缺席演出新劇, 每個都生動感人, 盡緻淋漓, 粉絲無數。

程思良點評: 構思新奇, 頗具科幻色彩。由機器人代替人來參與表演, 出人意料。隨著科技的發展, 將會有更多行業出現機器人的身影。



安靜(奧地利)

咚地一聲, 老鐵匠施密特一個不小心, 手中的鎚子砸到腿上, 疼痛難當, 一屁股坐在地上, 黯然神傷。明年就要退休了, 一手絕活却找不到傳承人, 凡事都要親力親為。如此下去, 祖上從中世紀傳下來的鑄鐵香火, 將斷在自己手中, 怎不着急上火!

在德語中, 施密特是鐵匠的音譯, 該姓氏便來自這一職業。他的客戶, 有名牌LV店、中國餐館、麥當勞, 有大小賓館商店, 那些栩栩如生的老鷹、藍鵝、雪絨花、葡萄藤, 在千年古堡下閃閃發光, 成為這個歷史文化名城不可或缺的一部分。老街上所有商店都掛着他家的手工鑄鐵招牌, 是世界各地遊客打卡的網紅街。

“施密特鐵藝”得過許多傳統手工創作獎, 參加過各種博覽會, 是本城文化遺產的重要品牌, 不僅生產商店招牌, 還打造如蕾絲般精緻的陽臺欄杆和馬掌。奧地利人愛騎馬, 視馬掌為幸運象徵。

可是, 這份綿延了600多年的生意和榮耀, 兒子沒興趣, 說時代變了; 沒耐心像祖輩一樣做這種打鐵手工

活。他搞多媒體, 整天鼓搗網站。

養傷期間, 兒子日夜陪伴他, 聽他嘮叨那些講了幾十遍的家族史, 眼神複雜。之後, 便常常去車間轉悠, 神秘秘秘的。

退休那天, 施密特忽然收到一份郵件, 郵件附了個網址, 打開一看, 是一個名為“施密特鐵藝”的網站, 裏面詳細介紹施密特鑄鐵車間的歷史、工藝、意義和價值, 貼着琳琅滿目的獎狀和有趣的打鐵視頻、鐵藝圖片, 點擊量奇高。郵件寫着: 我們是鐵藝興趣班的年輕人, 想慕名參觀您的車間, 並希望拜您為師。

施密特不禁老淚縱橫。

程思良點評: 在當代社會, 傳統手藝後繼乏人, 是一個比較普遍的問題。如何令傳統手藝傳承下去, 值得人們思考與探索。



李筱筠(瑞士)

除夕清晨。他起身緩步走向練習書法的書房, 將毛筆泡在微溫的清水中; 待筆毫完全浸潤後擦乾水份, 開始磨墨。硯臺墨色飽滿便拿起毛筆蘸墨, 端坐安腳, 豎直脊梁, 調勻呼吸, 實指虛掌執筆, 在宣紙上敬慎落筆。準備送親友的六副春聯, 從漢字最謙卑的「點」開始。

那年他五歲。父親用厚實的手掌包覆他的小手, 在毛邊紙上慢慢勾勒出點的形狀。重複幾次, 父親便鼓勵他自己寫。

在自己寫的點裡, 他看到窗外的雨滴, 看到媽媽的眼淚, 看到海邊的石子... 長大些, 在自己寫的點裡, 他看到飛鳥逆行, 看到危石欲墜... 現在的他, 則在自己寫的點裡, 看到父愛與傳承。

已故父親是臺灣著名書法家。自有記憶起他的生活便充滿著舞會動, 會飛揚須正襟危坐的漢字。父親發現他在書法上的天分, 便有意栽培他。

他每日練習書法, 十年不輟, 直到青春, 叛逆的他抗拒書法, 因而停筆三年。十八歲是轉折。父親送他一張從臺灣飛往中國的來回機票和三個月旅費作為成年禮, 鼓勵他走進寬闊的《溪山行旅圖》與黃公望的《富春山居圖》, 在中國山水裡, 在滋養中國文人書畫家的大地上, 從象形與會意的造字原理中, 重新認識漢字世界, 理解何謂書畫同源, 體會蘇東坡寫《寒食帖》的心境, 王羲之《蘭亭序》的氛圍, 趙孟頫書《赤壁賦》的格局。父親希望他能在旅途中找到寫書法最純粹的感動。

寫完上下聯, 寫橫幅四季長安。安字上的點, 如此簡單, 卻涵藏久遠往事。

如今的他, 已是臺灣書法界公認最具開創性的書法家。

程思良點評: 他從事書法創作並成為臺灣書法界公認最具開創性的書法家, 既是繼承父業, 也是對中國傳統文化的親近與繼承。



呢喃(德國)

戴維是家中長子, 五個兒子中排行老大, 剛一出生就被抱到教會接受洗禮、割禮、取教名, 從小接受基督徒父母的影響和熏陶, 週末在教會事工雷打不動, 風雨不誤, 戴維立志長大也像父親一樣成為傳道牧師。

歲月無情, 幾經婚戀失敗痛擊、學業荒廢無成、事業堪憂迷茫, 幾近喪失了生活下去的勇氣。

他們都是教會裡長大的孩子。可是隨着接觸社會、長大成人、成家立業, 是什麼原因讓他們無暇顧及靈魂信仰, 不再去教會, 甚至遠離了聖經和上帝了呢? 眼看下一代的孫兒如一茬茬茁壯的禾苗, 做祖輩的却樂不起來, 甚至日漸憂心忡忡。

一向樂善好施的父親, 不僅在物質上及時為其排憂解難, 而且在精神信仰上予以解壓疏導, 戴維又重新點燃希望的火把, 三十多歲轉學神學院, 五個兒子的大家庭經常相聚, 再現兒時歡樂場景。

如今父親退休了, 五個兒子各有建樹, 可謂家庭事業雙成功, 陸續回歸了教會。周日的禮拜, 父親坐在最後一排的角落裏, 喜悅的臉上洋溢着莫大的驕傲, 如今他不再唱主角, 甘當綠葉, 把講臺讓給了飽學的兒子, 以後還有孫子。

程思良點評: 家庭薰染對一個人的成長成材非常重要, 很多家庭的風往來也會代代相傳。



施文英(法國)

蛋糕西餅店的老師傅準備退休, 他們夫婦沒有子嗣, 在報上刊登啟事, 尋找一位會做糕餅的接班人, 要把店鋪免費拱手讓賢。

從大批的應徵信件當中, 師傅審閱了所有的履歷, 約見一些人面談後, 總算選出了三位候選人。最後他要複選一下, 才能確定真正的人選。

老師傅對三人說, 我的遴選過程, 最看重的是臨場表現。他讓他們先設計一下自己要做的糕餅, 再給每人一筆錢, 讓他們去購買各自所需要的材料。最後一步, 他們要在現場即席做糕餅。

第一個人胸有成竹, 氣定神閒, 呈上幾近完美的作品。第二個人有條不紊, 按部就班, 輕鬆自如繳交了作業。第三個人滿頭大汗, 手忙腳亂, 到了最後一分鐘才總算完成任務。

遴選的結果正式揭曉, 老師傅的選擇, 讓他的妻子大感意外, 她問:

第一個人出了幾本食譜, 幾乎是美食家了; 第二個人也寫過一些相關的文章, 在糕餅界有了一點小名聲, 為什麼不選他們, 竟然去選一個笨拙的人?

師傅回答:

第一個人找了他食譜裡的一個蛋糕, 兩三下就做出了。第二個人也拿他寫過的一個西餅樣本, 依樣畫葫蘆。他們都是聰明一時。

第三個人看似笨拙, 卻會努力一生。他用新的構想, 很用心去做。雖然沒有名氣, 但他真心喜愛, 滿懷興趣, 不投機不取巧, 有耐心有耐力, 堅持到底。這樣的人來接手, 糕餅店才能永續經營。

這才是我心目中理想的人選, 當一個人真正喜愛一件事, 才會好好去做, 也才會真正做得好。

程思良點評: 設疑解疑, 引人入勝。創業需要勇於創新、任勞任怨、堅持不懈之人, 而那些投機取巧、墨守成規、固步自封、不思進取的人則很難光大事業。

武汉一项流行病学追踪调查显示 新冠病毒抗体产生后至少可持续9个月

3月19日,中国科学家在《柳叶刀》刊发重要研究成果。在湖北武汉开展的一项血清流行病学追踪调查显示,当地人群新冠抗体阳性者中,40%存在可有效对抗病毒的抗体并至少可持续9个月。

首次在中国武汉市居民中开展的长期血清流行病学的随访研究发现,至2020年4月新冠抗体阳性者占6.9%,其中82%为无症状感染。抗体阳性者中有40%产生了中和抗体(可有效对抗病毒的功能抗体),在2020年4月至10-12月期间,中和抗体水平未出现明显下降。

此项研究是在武汉开展的第一项长期血清流行病学追踪调查,也是截至目前全球观察时间最长、随访次数最多的前瞻性长期血清流行病学追踪调查,由中国医学科学院北京协和医学院、武汉市疾病预防控制中心、中国疾病预防控制中心等单位人员共同完成。

高维生素D水平 或与新冠感染风险降低有关

芝加哥大学医学中心的一项新研究发现,当涉及到COVID-19时,维生素D水平高于那些传统上被认为有足够的水平可能会降低感染风险,特别是对于黑人来说。这项研究于3月19日发表在《JAMA Open Network》上,回顾性地研究了维生素D水平与COVID-19检测阳性的可能性之间的关系。

虽然30 ng/ml或更高的水平通常被认为是“足够的”,但作者发现,水平在30~40 ng/ml的黑人比水平在40 ng/ml或更高的人检测COVID-19阳性的风险高2.64倍。白人未发现有维生素D水平与COVID-19风险有统计学意义的关联。该研究考察了芝加哥大学医学中心3000多名患者的数据,这些患者在COVID-19检测前14天内检测了维生素D水平。研究团队目前正在为两项独立的临床试验招募参与者,测试维生素D补充剂对预防COVID-19的功效。

芝加哥大学医学博士、该研究的主要作者David Meltzer说,“目前,成人对维生素D的膳食推荐量为每天600至800国际单位(IU),”Meltzer说。“美国国家医学科学院表示,每天服用4000国际单位对绝大多数人来说是安全的,而每天超过10000国际单位的水平,高钙血症的风险就会增加。”

这项研究的挑战之一是,目前很难确定维生素D究竟是如何支持免疫功能的。“这是一项观察性研究,”Meltzer说。“我们可以看到,维生素D水平与COVID-19诊断的可能性之间存在关联,但我们不知道这到底是因为什么,也不知道这些结果是由于维生素D直接导致还是其他相关的生物学因素。”

有证据表明,维生素D缺乏的人更有可能检测出COVID-19阳性,并出现明显的症状,芝加哥大学和拉什大学的一个团队正在进行两项研究,以了解每天服用维生素D补充剂是否有助于预防COVID-19或减轻其症状的严重程度。

美国心脏协会揭示部分新冠患者 可能面临更高的中风风险

美国心脏协会发表了新的研究报告,确定住院的COVID-19患者,特别是男性和有某些原有疾病的患者发生中风的风险更高。研究结果进一步强调了SARS-CoV-2不仅仅是一种呼吸道病毒的证据,并强调了尽快为人们接种疫苗的重要性。

最新的研究在美国中风协会2021年国际中风会议上以线上的方式进行了展示,研究结果显示,与其他人相比,一些患有更严重COVID-19病例的人患中风的风险也更大。这一发现是基于对美国去年因COVID-19住院的2万多名患者数据的分析。在这些人中,有281人患中风,其中大部分是缺血性中风,占52.7%。其次是出血或“未明确”的卒中类型,占45.2%,短暂性缺血发作占2.5%。

研究发现,中风风险因健康因素、年龄、性别和种族而异。例如,黑人患者患缺血性中风的危险可能更高,在所有分析的中风类型中,64%影响到男性。老年患者更有可能受到中风的影响,有2型糖尿病和高血压的患者也是如此。出现过房颤的患者染病后引发缺血性中风的危险比那些没有房颤的人更大。最为令人遗憾的是,与没有中风的患者相比,发生过中风的患者在医院死亡的可能性是其两倍多。

该研究的主要作者Saate S. Shakil博士说,“我们的研究表明,美国黑人可能有更高的风险缺血性中风后感染病毒。中风本身会带来毁灭性的后果,从COVID-19中恢复过来的人往往是一条艰难的道路。两者加在一起,会对这两种病症的患者造成重大损失。”

科技简讯

科学家在人体发现55种新化学物质 其中42种来源及作用不明

来自美加州大学旧金山分校的科学家进行的一项研究日前展示了一种可以更好识别人体中人造化学物质的新筛选方法。这项概念验证研究发现了100多种化学物质,其中55种是以前从未在人体中发现过的。据悉,研究小组着手制定一套筛查工作流程以检测孕妇体内的化学物质暴露。通过液相色谱-四极杆飞行时间串联质谱法,研究人员对匹配的母体和脐带血样本进行了筛选。

总体来看,研究集中在血液样本中的109种独特的化学物质上。这些检测到的化学物质中有一半是以前从未在人类中报告过的,其中42种被标记为“未知的环境来源的神秘化学物质”。

这项新研究的论文作者之一Tracey Woodruff称:“这些化学物质虽然可能已经存在于人类体内很长一段时间了,但我们的技术正在帮助我们识别出更多的这些化学物质。令人担忧的是,我们不断看到某些化学物质从孕妇传递给她们的孩子,这意味着这些化学物质会伴随我们几代人。”

许多检测到的化学物质可以追溯到化妆品、药品、杀虫剂和阻燃剂等特定产品。然而,一些已确定的化学物质相对来说是未知的,研究人员没有掌握关于它们的用途或它们如何污染人体的信息。比如像检测到的一种化学物质--LL-D-253alpha。

Woodruff说道:“我们无法确定这么多化学物质的用途和来源,这是非常令人担忧的。EPA必须要更好地去要求化学工业对化学化合物和用途的报告实行标准化。他们需要利用自己的权威确保我们有足够的信息来评估潜在的健康危害,同时能从市场上清除那些构成风险的化学品。”

这项新研究的论文共同主要作者Dimitri Panagopoulos Abrahamsson指出,“这些新技术很有希望让我们识别出人体中更多的化学物质,但我们的研究结果也表明,化学产品制造商需要提供分析标准,这样我们才能确认化学物质的存在并评估它们的毒性。”

不过这项研究没有对接触这些化学物质的潜在危害作出任何声明。研究人员强调,这项研究的主要结论是,它凸显了缺乏强有力的监管保护以及制造商发布分析标准的必要性,只有这样才能让人体和环境中的化学物质能得到迅速的溯源。

研究显示素食饮食可能危及骨骼健康

根据德国联邦风险评估研究所(BfR)的一项新研究,素食饮食--排除所有动物性食品--可能会导致骨骼健康状况比吃更多样化饮食的人更差。研究结果是基于对36名素食者以及36名吃各种食物(包括动物产品)的人的数据分析。

该研究涉及到血液和尿液样本的生物标志物分析,以及参与者脚踝的超声波检查。在分析数据后,研究人员发现,素食参与者与混合食物饮食参与者相比,超声值较低。研究结果表明,素食饮食可能会导致更差的骨骼健康。该研究还发现,在大多数素食参与者中,与骨骼健康相关的生物标志物低于其他参与者。

两者之间的联系相当明显,维生素A和B6等生物标志物的浓度较低,可能是超声波观察到的骨骼健康状况较差的原因。BfR总裁Andreas Hensel博士在评论这一发现时说:“素食通常被认为是健康意识。然而,我们的科学研究结果表明,素食确实会影响骨骼健康。”

这是评估素食饮食及其对健康的潜在影响的最新研究--一些人指出了素食饮食的各种好处,如降低心血管风险和增加减肥;而另一些人则发现了主要与潜在营养素缺乏有关的担忧,包括儿童。

在人体上发现的超级真菌出现在野外 曾一度引起全球恐慌

耳念珠菌因其具有多重耐药性,致死率高达60%,也被称为“超级真菌”,曾一度引起全球恐慌。据外媒报道,耳念珠菌此前一直出现在人体上,但近日,科学家在一处偏僻的岛屿上发现了这种致命的“超级真菌”,这也是首次在野外看到这种真菌。

布隆博格公共卫生学院微生物学和免疫学系主任阿图罗·卡萨德瓦尔(Arturo Casadevall)博士表示,在10年前,感染了耳念珠菌的患者在全球多家医院被发现,但至今其来源仍然是一个谜团。

虽然耳念珠菌在2009年首次在日本一名患者中发现,但随后在全球快速流行,亚洲、非洲和美洲多个国家报告发现了耳念珠菌感染病例。并且大多数耳念珠菌菌株对至少一种抗真菌药物类具有抗性;超过三分之一的菌株对两种抗真菌药物具有抗药性;而部分菌株对所有三种抗真菌药物具有抗药性。

由于耳念珠菌感染对于免疫系统受损的人最致命,所以感染通常在医院等环境内传播,并且致死率极高。大多数患者会出现不明原因的高热,且伴有各种器官衰竭等,近50%的感染者会在90天内死亡。因此,科学家一直在寻找耳念珠菌的来源。卡萨德瓦尔博士推测,该真菌有可能是由于气候变暖导致能够适应野外的高温环境,从而使其传播到人类身上,因为真菌一般无法在正常人体温度下存活。

为此,研究人员分析了从热带地区安达曼群岛采集8个地点采集的土壤和水样本,结果在沼泽地和海滩分离出念珠菌的菌株。在海滩发现的菌株更具耐药性,也能适应高温,与在医院发现的耳念珠菌关系更为密切。但在沼泽地发现的菌株并没有耐药性,并且在高温下生长的也较为缓慢。

卡萨德瓦尔博士指出,该研究为耳念珠菌的来源提供了新的证据,即全球变暖导致了部分真菌进化,从而能够适应高温环境。当然,这也不能说明耳念珠菌就是来自安达曼群岛。

不过,这也为人类再次敲响警钟。因为如果耳念珠菌真的是由于气候变暖传播到人体身上的,那么其他病原体也有可能“进化”,这就像现在的新冠病毒一样,后果不敢想象。

每天食用一份加工肉 可使患痴呆症的风险增加44%

利兹大学营养流行病学小组的科学家利用近50万人的数据,发现每天食用一份25克的加工肉(相当于一份培根),可使患痴呆症的风险增加44%。但他们的研究结果也显示,吃一些未经加工的红肉,如牛肉、猪肉或小牛肉,可能会起到保护作用,因为每天食用50克这种肉类的人患痴呆症的可能性降低了19%。

研究人员正在探索肉类消费与痴呆症发展之间的潜在联系,这种健康状况影响着全球5%-8%的60岁以上人群。他们的研究结果题为“肉类消费与老年痴呆症事件风险:493888名英国生物库参与者的队列研究”,于周日发表在《美国临床营养学杂志》上。

首席研究员、利兹大学食品科学与营养学院的博士生张慧峰说:“在世界范围内,痴呆症的发病率正在增加,饮食作为一种可调节因素可能会发挥作用。我们的研究增加了越来越多的证据,将加工肉的消费,与一系列非传染性疾病的风险增加联系起来。”

该研究由利兹大学的Janet Cade教授和Laura Hardie教授监督。该团队研究了英国生物库提供的数据库,该数据库包含了50万名40至69岁的英国参与者的深入遗传和健康信息,以调查食用不同类型的肉类与患痴呆症风险之间的关联。数据包括2006-2010年英国生物库收集的参与者食用不同种类肉类的频率,从从不食用到每天食用一次或更多,共有六个选项。该研究没有特别评估素食或纯素食饮食对痴呆症风险的影响,但它包括了那些表示不吃红肉的人的数据。在参与者中,有2896例痴呆症患者,在平均8年的随访中出现。这些人一般年龄较大,经济上比较贫困,受教育程度较低,更可能吸烟,身体活动较少,更可能有中风史和家族痴呆史,更可能是与痴呆症高度相关的基因的携带者。在研究人群中,被诊断为痴呆症的男性多于女性。

由于遗传因素,某些人患痴呆症的几率高三到六倍,但研究结果表明,无论人是否具有遗传易感性,食用加工肉使其罹患痴呆症的风险是相同的。那些食用较多加工肉的人更有可能是男性、受教育程度较低、吸烟者、超重或肥胖,蔬菜和水果的摄入量较低,能量、蛋白质和脂肪(包括饱和脂肪)的摄入量较高的人群。

肉类消费此前与痴呆症风险相关,但这被认为是首次对参与者进行的大规模研究,随着时间的推移,他们研究了特定肉类类型和数量与患病风险之间的联系。全球约有5000万老年痴呆症患者,每年约有1000万新病例被诊断出来。阿尔茨海默病占50%~70%,血管性痴呆占25%左右。其发病和进展与遗传和环境因素有关,包括饮食和生活方式。

张慧峰表示:“还需要进一步确认,但效果方向与目前的健康饮食指南有关,表明降低未加工红肉的摄入量可能对健康有益。”

Cade教授说:“我们能做的任何探索痴呆症潜在风险因素的事情都可能帮助我们降低这种衰弱状况的发生率。这项分析是朝着了解我们吃的东西是否会影响到这种风险迈出的第一步。”

新西兰 10 个旅行必打卡地(上)

新西兰被称为世界上“最后一块净土”，凡是去过的无一不想再次去感受她的自然之美，而还未曾前往的，都在心里有一种渴望和好奇，将其纳入此生必去的旅行目的地。

1 奥克兰

奥克兰是新西兰第一大城市，位于新西兰的北岛，有千帆之都的美称。这里几乎是许多人到达新西兰的第一站。这里居住着新西兰四分之一的人口，也是新西兰最有活力的城市。



天空塔是奥克兰的标志性建筑，也是南半球最高的塔，它静静竖立在这座城市中，站在观景台低头一望，繁华的市区街道尽在脚下。蹦极从塔顶跳下，你一定会被眼前所见到的景色所征服。

2 惠灵顿

新西兰是由南北两岛组成，中间一条峡湾隔开，而惠灵顿就在这南北岛的中间，峡湾的一头，可以说惠灵顿是往来南北二岛的交通枢纽，事实上它也是世界最

佳深水港之一。这里也是新西兰的首都。



这个风超大的海边山城，有巨大的博物馆，各种电影工作室，琳琅满目的咖啡馆酒吧，富有本地特色的服装小店，或是独具传统风格的英式建筑。

3 基督城

基督城位于新西兰南岛东岸，是南岛第一大城市。这里是除奥克兰外新西兰最大的国际飞机中转地。



基督城的艺术文化气息浓厚，城内常举行不同类型的节庆，如花卉节、佳肴美食节等让人流连忘返。



4 皇后镇

皇后镇是新西兰的“探险之都”，拥有三大著名的蹦极圣地，其中卡瓦拉(Kawarau)大桥蹦极，更是世界蹦极发源地，每年都吸引无数来自世界各地的蹦极爱好者。从高台上向外飞跃而下，到达最低点前又向上弹起，重复多次直到弹性消失。蹦极绝对是一项勇敢者的游戏，这种体验让人终身难忘。



皇后镇四周被南阿尔卑斯山围绕，而城市旁边则是深蓝色的瓦卡蒂普湖(Lake Wakatipu)，这样一个依山傍水的美丽城市怎能不让人流连忘返呢。皇后镇周边的景点十分丰富，而我们最喜欢的是在山顶俯

瞰雪山下美丽的皇后镇日落。



5 特卡波

特卡波小镇，是一个只有300多本地居民的小镇，温柔娴静秀美，让你觉得她是如此与世无争，又似乎和谁争她都不屑。一条8号高速公路穿过小镇，路的一边是特卡波湖，另一边是本地房屋，一个小超市，一个加油站，一个旅游中心，这几乎就是整个小镇的中心了。



但是他又不一般，特卡波小镇坐落在南阿尔卑斯山旁，四周湖边的山上一年中有着差不多300多天都有白雪覆盖；这里是全世界首个星空保护区，夜晚的星星多的让人痴醉；这里的湖水由于湖底的特殊火山灰和青石头，拥有迷人的蓝色，在晴空万里的蓝天下，这里就像一个深蓝秘境。

(未完待续，转载自凯德印象)

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

www.HearingOfAmerica.com, Service@HearingOfAmerica.Com

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

• 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
• 免費測試免費諮詢
• 免費助聽器演示
• 晚上周末也可預約
• 貼心細致上門服務
• 驗配新品維修舊品
• 價格最低性能最佳

接受多種支付方式

接受醫療保險

◆ 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

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

掃描加微信

US West Financial
 A Mortgage Company You Can Trust
 NMLS# 327874

美西贷款 华人首选

- 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



柳福生

Fisher Liu

NMLS#1468867

612-695-8909 (C)

Fisher.Liu@uswestfinancial.com

刘芳

Flora Liu

NMLS#1440542

612-361-9318 (C)

fliu@uswestfinancial.com

颜林

Lin Yan

NMLS#327834

651-428-0889 (C)

lyan@uswestfinancial.com



**利率走低
莫失 Refi 良机!**

地址: 2605 Fernbrook Ln N, Suite A, Plymouth, MN 55447
 办公室电话: 952-400-6888



KAPLAN

Minnesota Yucai Chinese School 2021 Kaplan SAT & ACT Summer Class

Yucai Chinese School works with the Kaplan to deliver quality SAT & ACT preparation Online courses. Space is limited, register early!

SAT Live Online

- 18 hours of live instruction on test strategies and content review
- 16 hours of additional video content via the SAT Channel
- 8 practice tests—including 4 Official College Board exams
- Qbank with 1,000+ testlike questions
- Set of 4 SAT prep books and 6 months of access to your resources



SAT Schedules(Scan/Click)

ACT Live Online

- 16 hours of live online instruction
- 5 official practice tests from the makers of the ACT
- A customizable Qbank with 2000+ official ACT questions
- ACT prep e-book
- 6 months of access to your resources



ACT Schedules(Sacn/Click)

Fees & Registration

Tuition: Competitively low tuition.

Registration:

1. The \$50 registration fee is non-refundable.
2. There are tuition discount if registered and paid by May 15th, 2021
3. A full tuition refund can be made if a written cancellation notice is received 2 weeks before the course start;
4. Tuition is non-refundable 2 weeks before each course; you may able to switch to other session.

Course	Registration Fee	Tuition (Before May 15)	Tuition (After May 15)
Kaplan Online SAT	\$50.00	\$499.00	\$549.00
Kaplan Online ACT	\$50.00	\$399.00	\$449.00
Kaplan Online SAT & ACT Together	\$50.00	\$859.00	\$899.00

Payment: Please send the registration fee and tuition

(payable to Yucai Chinese School) to:
 Yucai Chinese School
 P O Box 46155, Plymouth, MN 55446.

For more information

Visit: www.yucaimn.org;
 Email: yucaimn@gmail.com; yucaisat@act.com;
 Call: 612-574-9189 or 952-288-7282



SAT/ACT Reg.(Scan/Click)

美国中医学院/中医健康中心

American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine/TCM Health Center



古励
各种疑难杂症



何新蓉
妇科, 内科



刘伟
妇科, 不孕症



田丽莉
妇科, 神经内科



李乾
内科, 疼痛症



杨思明
内科, 儿科



万方
内科, 妇科



郑瑾安
点穴, 气功



何笑甜
妇科, 疼痛科



边月娟
妇科, 皮肤科



刘灵光
妇科, 神经内科



程伟
内科, 疼痛症

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

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

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.神經疾病

偏頭痛、頭疼、坐骨神經痛、神經麻痺、癱瘓、中風、周圍神經病、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.婦科疾病

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、陽萎、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。

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,

Medica 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。



勇敢走出去 大声说出来

停止仇恨 反对暴力

【本报讯】春寒料峭，乍暖还寒。3月25日下午，由Plymouth Diversity Equity Inclusion组织的悼念亚特兰大枪击事件受害者，声讨近期在美国多地发生的针对亚裔的暴力行为集会在Plymouth lifetime广场举行，以亚裔为主的二百余位不同族裔民众到场参加。

此行我们采访了一位75岁的杨奶奶，杨奶奶早年随孩子从中国湖南来美定居，现已是美国公民。提起前不久发生的几起惨案，老人愤怒地说道：“黑人的命是命，黄种人的命也是命！”有的时候我们不能因为亚裔文化中的“退一步海阔天空”而一而再、再而三地忍让。有的时候一味地忍让，只会换来对方的得寸进尺。奶奶听说今天的活动后，带着他们全家祖孙三代早已准备好的标语牌早早地来到了活动现场。她最后说：“政府和立法者必须采取措施，以制止美国境内频频发生的针对亚裔的暴力行为。”

一块大幅的“love is stronger than hate”标语牌在人群中显得格外醒目，引起了笔者的注意。笔者忍不住上前跟那个人打了个招呼，结果发现那就是我们老师！梁老师游行牌做得十分精细，上面贴着六位被害人的照片，给我留下了非常深的印象。她说：“现在最好的办法就是沟通交流，表面上看到的仇视仅仅是冰山一角。”

李女士是当地的居民，她帮助这次游行做了很多告示牌，她说刚到美国的时候，门上就有一张纸条：“Go back to your country”，当时感觉非常的绝望、无助，她要求政府设立一个举报系统。据李女士口述，就是现在回想起来依旧觉得非常可怕！她情绪有些复杂地说道：“今天门上



是纸条，明天很有可能就是一枪！当时报了警，警察只说锁好门窗，他们无法给予任何帮助。”但是李女士家里的小孩只有

三岁，她说：“你永远不知道明天和意外哪个会先来……”

虽然参加当天集会的以华裔和其他亚裔人士为主，但也有许多其他族裔的民众到场声援。

Denise是明尼苏达大学的教授，她带着标牌一个人来到集会现场。她说：“我有很多中国学生，他们都非常友善、勤奋，

我必须支持他们。”

一位54岁的英语老师同样上街进行抗议，他的观点是：“美国革命的时候不安全，人人需要带枪。现在人人可以买枪，只会增加社会的不稳定因素。政府要做的就是控制枪支的贩卖，以及更加严格的手续。”

这次活动请了周先生作为华裔代表进行发言，他说：“我们不是病毒，我们是美国人！和你们一样的美国人！”底下传来一阵热烈的掌声！

当天集会还安排了为亚特兰大枪击事件受害者默哀仪式。天空灰蒙蒙的，现场民众静静地伫立在寒风中，虽然没有鲜花，也没有蜡烛，但对无辜生命流逝的哀伤充满每个人的心间，让人难以释怀。偌大的停车场只有主持人的声音在台上回响着，远处风吹了过来，卷起了几片枯叶，簌簌作响……

随后，参加集会的人群从广场出发沿着Plymouth blvd游行至与55号公路的十字路口，他们手持标语，呼喊“停止仇恨”、“反对暴力”等口号。过往的车辆纷纷鸣笛表示支持，伸出大拇指表示夸奖，不少人还掏出手机进行拍摄。此次游行展示出了亚裔社区遵守秩序、友善互助、团结协作的良好形象。我们回去的时候，阳光为云霞镀上了一层淡金色，云间有光如金缕一样迸射出来，我想，这就是希望吧！

本报特约记者耿超跃，摄影：耿培俊



驻芝加哥总领馆以“不见面”方式办理护照、旅行证的常见问题解答(上)

为提高办证效率,缩短办证时间,在疫情期间尽可能满足更多中国公民办证需求,总领馆整理了在工作中遇到的常见问题,请所有护照、旅行证申请人务必认真阅读,以保证您顺利办证,尽可能减少因材料不合格而造成的办证延误。总领馆衷心感谢您的支持和配合。

1.“不见面”双向邮寄方式办理护照、旅行证的流程是什么?

(1)登陆“海外申请护照在线预约”系统(网址:https://ppt.mfa.gov.cn/appo/index.html)进行预约。

(2)将准备好的纸质申请材料邮寄到总领馆。预约成功后,您打印出的《中华人民共和国护照/旅行证申请表》的右上角有预约时间,当日及之后的3日内均可寄出材料。比如您的预约时间为3月26日,则您可以在3月26日、27日、28日、29日中的任意一天将材料寄出至我馆。请不要提前寄出,总领馆将按预约日期处理邮寄申请。如果您预约成功后迟迟不邮寄出您的材料,您的预约号码将在1个月失效。

(3)保持您在美电话及电子邮箱畅通,总领馆工作人员如需要跟您核实材料或需要视频见面,将与您联系。

(4)您可随时登陆海外申请护照在线预约网站查询办证进度,通过快递物流号查询快递进度(查询方法详见问题20)。

(5)证件制作完成,总领馆将使用您提供的已付邮资并写好地址的回邮信封将新证件和您的其他申请材料一同寄回。

2.“不见面”方式办理护照、旅行证与疫情前到总领馆办理护照、旅行证有什么区别?

(1)“不见面”办理护照、旅行证不需要申请人亲自到总领馆办理,所有材料通过双向邮寄完成,对需要视频见面人员,总领馆将通知您进行视频见面。

(2)远程邮寄办理的电子普通护照暂不采集申请人指纹。无指纹信息的护照可正常使用,但在中国边检入境时无法自助通关,需走人工通道。

3.我预约时因预约名额已满,未预约成功怎么办?

我馆于2021年3月17日、24日、31日分三批为护照、旅行证已失效或有效期不足6个月的申请人发放3月份受理的预约名额。4月份和5月份的放号时间及范围将于近期陆续发布,请您关注我馆网站最新消息。下步,我馆将根据领区同胞的办证需求和当地疫情形势发展,进一步挖掘调动人力,逐步扩大证件预约量,动态调整受理预约的范围,尽全力保障领区同胞的办证需求。

4.我的护照过期了是不是需要马上更换?

如您目前不需使用护照或旅行证,可待总领馆领事证件大厅恢复对外办公后再预约办理更新。护照、旅行证已有过有效期不影响今后换发。

5.我没有预约,可以直接邮寄材料吗?

不可以。疫情期间,我馆受理的所有护照、旅行证申请均需提前预约确认,未成功预约就直接邮寄的申请将不予受理,会被快递公司退回,并存在较大丢失风险。

6.预约成功,材料寄到总领馆后,哪些情况将导致退件或须重新提交材料?

- (1)《护照/旅行证申请表》上的姓名、性别、出生日期、出生地点、护照号码等基本信息填写错误;
- (2)《护照/旅行证申请表》地址、联系方式、家庭成员等信息未填写或未如实、准确填写;
- (3)申请材料不齐全;
- (4)未按要求准备材料,材料中夹带现金、非本人签名等。

请不要在邮寄申请材料中夹带现金,同时请注意:申请人提交的社交软件平台联系方式、电话、电子邮箱等信息仅供此次办理证件使用,我馆不会要求申请人通过该方式转账任何费用,也不会电话索要您的银行帐户信息。

7.有档案号,算不算在线预约成功?

答:申请人进入“海外申请护照在线预约”预约填表时,系统将随机分配一组数字档案号,

您的档案号是: 2021 0226 0000 447

请务必用铅笔或其它方便查询的方式记录档案号!档案号是作为您下次登录或修改个人信息时的依据。

上面这组号码并不是预约号码,不能作为预约成功的凭证。选择向驻芝加哥总领馆申办护照、旅行证网约成功后,打印出的申请表首页上方会有“USAF+13位数字”的预约二维码及预约日期。



中华人民共和国护照/旅行证申请表(CPT-302B)

如申请只有档案号,无预约二维码和预约日期,不算作在线预约成功。

8.预约网站在线填写《中华人民共和国护照/旅行证申请表》时应注意什么问题?

(1)请提前准备好符合要求的申请人电子照片,在线填写表格时按提示上传至系统。电子照片文件须为JPEG格式,文件大小在30K到80K字节之间,要求详见问题10。

(2)请提前熟悉《中华人民共和国护照/旅行证申请表》中须填写的栏目。

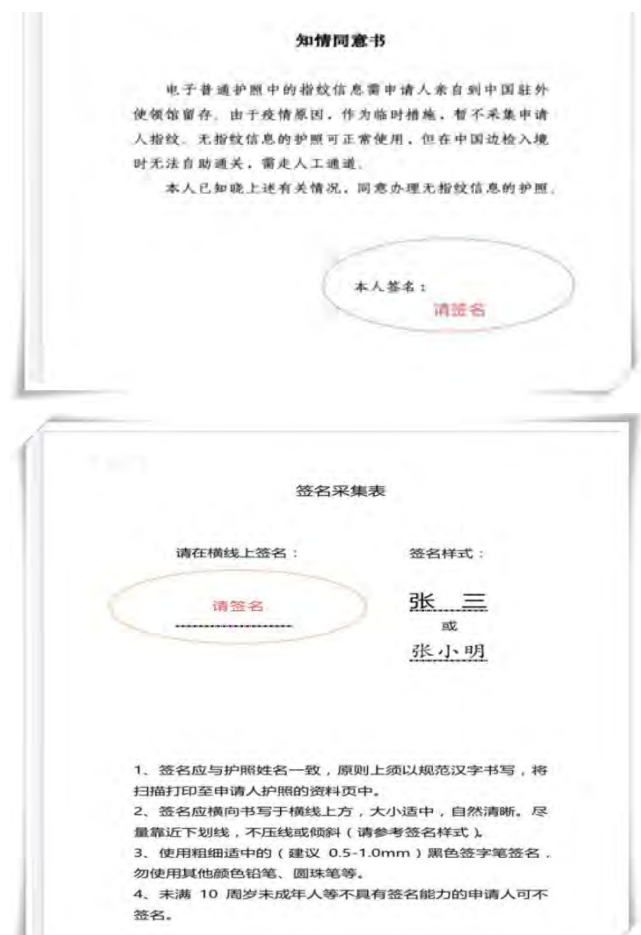
(3)请在线逐项完整填写申请表,特别是“民族”、“出生地点”、“国内户籍/长期居住地址”等容易漏填栏目须完整填写。“家庭成员”中的“父亲”和“母亲”的姓名、现住址、联系电话均须完整填写,如“父亲”、“母亲”去世,仍须填写“父亲”、“母亲”姓名,并在“现住址”栏填写“已去世”。

(4)已婚人员应完整填写“配偶”的姓名、现住址、联系电话,如配偶为外籍人士,应填写外文姓名。

预约完成后请将所有表格打印出来。准备好2张和上传的电子照片相同的纸质照片,将1张牢固粘贴在《护照/旅行证申请表》的照片粘贴处,另外1张和其他材料一起寄往总领馆。

9.需要在表格的哪些位置签名及填写日期?

请参照下图所示,在每份表格标记签名及填写日期位置,使用黑色签字笔(勿用圆珠笔)以规范汉字签名并填写日期,签名必须和护照姓名一致,并能清楚辨认。如遗漏签名则需要补签重寄,将影响您的办理进度。



注意:年满10周岁申请人需按要求在《签名采集表》上签名。《签名采集表》中的签名会扫描并制作到新护照上,今后可能会在办理出入境、外国签证等事务时与本人实际签名比对,请务必本人签名,不得代签。因代签名引发问题责任自负。

10.照片有哪些要求,常见照片不合格的情况有哪些?

(1)总体要求:

申请人须提交6个月纸质近照2张,背景为白色。须包括申请人整个面部和头部。面部或背景无阴影。纸质照片必须由照相馆冲洗或使用专业照片打印纸打印。不得对照片进行修改,不得使用合成照片。

面部要求:表情自然,双眼睁开,全部面部特征清晰可见;可佩戴眼镜,但镜片不得有颜色,不得因闪光、阴影或镜架造成眼镜轮廓模糊;可佩戴助听器或类似物品。

头饰:不得戴帽子或头巾等饰品,如因宗教原因不得不戴,须确保其不遮挡申请人整个面部。

照片尺寸:宽33mm,高48mm,其中头部宽度在15mm至22mm之间,头部高度(从下巴至头顶)在28mm至33mm之间,头顶至相片上边距离在3mm至5mm之间,人脸下颚以下至图像下边沿高度不小于7mm。



上图为合格的照片要求

(2)常见照片不合格原因:

尺寸不符合要求;过度修图;照片背景不白,反光、模糊、过暗、污损;头部比例太大或太小、头发杂乱、遮挡五官或肩膀;佩戴黑框眼镜或镜框太大遮挡眼睛;红眼、闭眼、未正视镜头;佩戴耳环、鼻环、项链等饰品;衣领过高或过低,着连帽衫或吊带;衣服颜色过浅,如着白色衣服;打印质量过差;预约网站上传电子照片与邮寄的打印照片不相同等。

(下接B4版)

美国疫苗接种与疫情反弹赛跑

明州放开疫苗接种资格

截至3月29日,根据约翰斯·霍普金斯大学(Johns Hopkins University)数据显示:美国新冠感染人数已超过3032万,累计死亡病例超过54.9万。据美国疾病预防控制中心(CDC)数据显示:全美已有95,015,762人至少接种了一剂新冠疫苗,占总人口的28.6%;其中52,614,231人完成了全部接种,占总人口的15.8%。

拜登将百日疫苗目标提至2亿剂

3月25日,美国总统拜登于白宫召开了上任以来的首场总统记者发布会,宣布将在上任100天内完成2亿剂新冠疫苗接种目标。拜登称,自己的政府已经在上任的第58天提前兑现了承诺——即上任100天完成1亿剂新冠疫苗接种的目标。

拜登政府还表示,它将投资100亿美元以扩大新冠疫苗在“全国受影响最严重和风险最高的社区”的可获得性,其中大部分资金来自美国的救援计划(American Rescue Plan)。

CDC:疫情反弹“厄运将至”

近日,随着变异新冠病毒的扩散和多地放松防疫限制,美国的疫情有所反弹。3月29日,CDC主任瓦伦斯基表示全美在过去一周的时间里,每日平均感染病例增加了10%,达到每天将近7万例,住院病例上升超过4%,死亡病例上升了将近3%。她认为全美病例再次反弹意味着美国面临较为糟糕的情况,并称“厄运即将来临”。

瓦伦斯基表示,“在过去一周左右的时间里,我们看到病例持续上升”,并说,“我知道旅行人数在上升,我只是担心我

们会再次看到夏天和冬天的那种激增。”

针对染疫人数攀升,拜登总统表示,民众对疫情显然太早放下戒心。科学家早在数周前就预估,新增确诊曲线会在3月底回升,部分归因于变种病毒在美快速扩散;B.1.1.7变种病毒已在欧洲多地掀起新疫情,而美国恐怕也难逃此命运。

对此,拜登再次呼吁州长、市长和其他地方领袖不要放松强制佩戴口罩的防疫限制措施。拜登指出,“现在不是放松的时候”,他认为,“新的变种正在传播。不幸的是,过去几周我们在电视上看到的一些鲁莽行为,在未来几周会导致更多的新病例出现。”拜登认为,“有了疫苗,我们就有了希望,显而易见,这是一件非常好的事情,但人们正在放松预防措施,这是一件非常糟糕的事情。”

4月19日前,九成美国成年人将有资格接种疫苗

3月29日,拜登宣布90%的美国成年人将在4月19日前有资格接种新冠疫苗。他同时又警告说,美国新冠疫情的反弹会造成严重后果。

拜登说:“我们正在跟病毒展开生与死的赛跑,病毒正在迅速扩散,病例再次上升。不幸的是,新的变异病毒正在扩散,我们过去几星期来在电视上看到的鲁莽行为意味着,今后几个星期将会有更多的新增病例。”

拜登还宣布,联邦政府将确保在4月19日前,可以接种疫苗的药店数量将会翻

一番,这样那些有资格接种疫苗的人将在住宅方圆5英里(8公里)内找到接种站点。

拜登还说,他的行政当局将把联邦疫苗接种项目内的全美各地药店数量从1万7千家增加到近4万家,并将在4月19日前增加十余处大型疫苗接种站。

拜登总统说,当局还在展开新的努力,为社区组织提供资金,让这些社区组织为老年人和残障人士等其他被视为高风险的人群提供交通和协助,方便他们接种疫苗。

美国独立大型数据显示疫苗绝对有效

3月29日,根据CDC公布的一项研究显示,辉瑞-生物科技(Pfizer-BioNTech)和莫德纳(Moderna)的信使核糖核酸(mRNA)疫苗,自去年12月向全美分发以来,完成两剂疫苗注射的民众在免疫方面的效果达90%,证明在真实世界情况下能够高度有效地防范新冠病毒。

这项研究于12月14日至3月13日之间在六个州的近4千名医疗工作者、现场应急人员和其他关键工作人员中间展开。结果显示,在接种了一剂疫苗之后,感染风险下降了80%,在接种了两剂之后,感染风险下降了90%。

CDC主任瓦伦斯基在白宫新冠疫情影响团队的新闻简报会上说,这项研究显示这两种疫苗不仅针对有症状感染有效,而且针对无症状感染也有效。她说,这“令人大受鼓舞”。

如果说可以接种疫苗却还在观望的民众,现在真的可以相信疫苗了。美国市面上最先上市的两款mRNA疫苗已经在多个国家和地区显示了疫苗的有效性,这些数据库远大于两家公司此前三期实验的几万人的数据。

明州疫苗接种速度猛增对16岁及以上人群放开资格

3月28日,明尼苏达州连续第二天每日接种70,000多剂新冠疫苗,创下有记录以来最高的两次记录;周日报告了71,627剂疫苗接种数据,周六报告了77,715剂疫苗接种数据。

截至3月29日数据显示:明尼苏达州已有1,609,277人至少接种了一剂新冠疫苗,占总人口的28.9%;其中990,854人完成了全部接种,占总人口的17.8%。

随着新冠疫苗供应的激增,自3月30日开始,明尼苏达州所有16岁及以上的人群都有资格接种新冠疫苗。州长蒂姆·沃尔兹(Tim Walz)称,这意味着大约440万人获得了接种资格,如果从现在起大家都开始排队,那么明州所有人(16岁及以上)都能在5月底之前接种上第一剂疫苗。

同时沃尔兹强调:虽然供应量在不断增加,但目前还没有足够的疫苗供应给每个想要接种的人,优先接种的对象仍然是年长者、有潜在健康状况的高危人群以及前线工作人员等。

您可以注册明州新冠疫苗接种登记预约系统: vaccineconnector.mn.gov,或联系自己的医疗服务提供商(诊所家庭医生)、当地的药房,或使用明州新冠疫苗接种点地图进行搜索: mn.gov/covid19/vaccine/find-vaccine/locations/index.jsp。

华人社会服务中心启示

公民英语班

我们的公民英语班继续停课。

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,在疫情下,因为很多人收入骤然下降,所以,越来越多的人符合申请MNcare, MA的条件。我们继续帮助人们申请MNsure: MNcare, MA。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

我们继续为老人提供家庭护理服务。请有保险的老人联系我们。我们尤其为Medicare老人服务。请有需要的Medicare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

在我们多年为老人服务的时间里,我们发现一个现象,在老人85岁以后身体状况大都下降,尤其90岁左右,真有些不适合独立住在老人公寓了。如果子女家的住房不拥挤,最好把老人接到家里住。在子女家中,老人同样可以享受护工照顾。这样起码晚上家里有人照顾老人们。当然子女不在身边的或没有子女的,就没有办法了。只能靠政府,社会帮助了。

我们过去16年来一直都是在帮助华人弱势群体。我们一直欢迎社会大众对华人社会服务中心的支持。感谢热心人士的赞助,最近,我们又收到郑春先生和杨桂华女士,岑怀宝先生, Mr David Timmersman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。

..... POS System & Credit Card Processing

FREE FREE 免费Clover 免信用卡费

微信二维码

短信:(612)314-6722
电话:(612)594-4141

RETECH clover

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.

驻芝加哥总领馆以“不见面”方式办理护照、旅行证的常见问题解答(下)

(上接 B2 版)



样例请见: <https://ppt.mfa.gov.cn/appo/page/instruction.html>

11. 照片不合格, 怎么补交?

我馆工作人员在审查申请人邮寄到我馆的照片后, 如发现不合格照片, 将及时通过电话或电子邮件联系申请人补交。接到补照片通知后, 可按《电子护照人像照片规格要求》, 将电子照片(JPEG格式, 大小在30K到80K字节之间)发邮件至总领馆证件咨询邮箱(chinavisachicago@gmail.com)。总领馆工作人员将先对您提供的电子照片进行审核, 通过后再将通知您补寄2张纸质照片(需与您提供的电子照片相同), 请勿寄光盘、U盘等存储介质, 以免投递过程中损坏。

12. 护照复印件应包含哪些?

护照复印件包括带照片资料页、曾办理过加注或延期页。

护照资料页(见下图一)包含持照人照片、姓名、出生地、证件号码、签发机关等信息; 护照资料页不是签证信息页, 我们受理时发现, 一些申请人多提供了整本护照复印件或所有签证页复印件。

曾办理过加注或延期页(见下图二)上方写有“备注”字样, 包含旧护照信息或姓名加注信息等。我们受理时发现, 一些申请人漏提供了曾办理加注或延期页的复印件, 一些申请多提供了全部空白备注页。



图一



图二

13. 换发护照会将旧护照收回吗? 原护照上的有效签证还能继续使用吗?

换发护照需提供旧护照原件。新护照制作完成后, 我们会将旧护照资料页剪角注销, 与新护照一并回邮给您。旧护照上的有效签证不会被注销。

14. 双向邮寄应注意什么问题?

(1) 请准备两个信封, 一个用于邮寄办证材料(含所有办证材料、现金支票、回邮信封)至我馆, 一个用于我馆将办妥的证件回邮给您。信封大小与LETTER纸大小相似即可。我馆邮寄地址为: Passport and Visa Office of Chinese Consulate General in Chicago, 1 East Erie Street, Suite 500, Chicago, IL 60611。

(2) 邮寄材料至我馆的信封要求: 寄送材料不可使用挂号信(CERTIFIED OR REGISTERED MAIL), 也不要使用需要收件人签署收件回执(RETURN RECEIPT)的邮寄方式寄送申请。请注意: 在信封左下角注明“护照”(或旅行证)字样。

(3) 回邮信封的要求: 已贴好邮票或已付费的USPS的EXPRESS MAIL或PRIORITY MAIL(需有邮寄查询号Tracking Number), 不接受其他快递公司邮件, 请将邮票、

LABEL纸贴好在回邮信封上, 写好地址(寄出地址和邮寄地址均填写申请人的姓名和美国境内地址), 自行将Customer Copy取下, 以便日后查询。邮寄过程中可能出现证件丢失、损毁、延误等情况, 相关责任由申请人自行承担, 中国驻芝加哥总领馆不承担任何相关责任。

(4) 同一家人如果有两个以上申请人, 可以使用同一信封邮寄至我馆, 但每一个申请人的材料必须清楚分开, 每一个申请人须单独使用一个回邮信封。

(5) 为保障疫情期间申请人健康安全, 所有材料均须通过邮局寄送, 总领馆暂不接受现场送件取件, 请您理解。同时, 请您忽略其他渠道给您发送的来我馆现场办理等通知, 以本通知为准。



回邮信封样式

15. 现金支票有什么要求?

请申请人购买现金支票(Money Order)支付费用, 金额包括办证费用(18美元/本)和回邮服务费(5美元/人), 每人总额为23美元, 每位申请人需单独购买1张支票, 不可全家多人使用1张支票。支票收款人为: Chinese Consulate General in Chicago, 请填写完整信息并在要求签字处签字, 恕不接受现金和个人支票(Personal Check)或其他现金支票。



现金支票(Money Order)样式

16. 十六周岁以下申请人申请换发护照、旅行证需要注意什么?

(1) 关于签名。如申请人为未满16周岁未成年人, 需要未成年人父母一方代理。代为办理的父亲或母亲一方可代填《护照/旅行证申请表》并签父母一方姓名, 同时标明与申请人的关系。10至16周岁未成年也须在申请表签名处签申请人本人姓名, 10周岁以下儿童可不签名。10周岁以下的申请人无论办理护照或旅行证, 均无需提供《签名采集表》; 10周岁(含)以上的申请人, 办理护照时需提申请人本人的《签名采集表》, 办理旅行证无需提供。

(2) 关于合影。代为办理的父母一方持美国当地报纸和申请人一起拍照1张, 请用Letter纸打印, 打印件须能辨认出照片中的人与申请人为同一人, 报纸的名称和日期须清晰可见(请用MARK笔或铅笔标出报纸日期, 以方便辨认), 报纸日期须为申请人在《护照/旅行证申请表》上签名的当日日期。

17. 新生儿第一次办理旅行证应提供什么申请材料?

(1) 请逐项完整填写《护照/旅行证申请表》。申请表中的“中文姓”、“中文名”是父母给新生儿首次起的中文姓名, 也是新生儿的旅行证上将使用的中文姓名。“拼音或外文(姓)”、“拼音或外文(名)”栏请填写新生儿出生纸上的外文姓名。“民族”、“国内户籍/长期居住地址”等容易漏填栏必须填写。“出生地点”栏请具体到儿童出生的美国的州名或中国的省和城市名。请代为办理的新生儿父母双方代填申请表并在“申请人签名”处分别签父亲和母亲的姓名, 同时标明与申请人的关系(如父子、母子、父女、母女)。10至16周岁儿童请在申请表签名处签名, 10周岁以下儿童可不签名。

(2) 儿童6个月内正面免冠彩色半身证件照片2张, 请将1张照片牢固粘贴在《护照/旅行证申请表》照片粘贴处。

(3) 儿童出生证原件及其复印件1份。在中国出生并且父母一方为美国公民的儿童还需提交海外出生证复印件。如出生证上儿童父母信息不全, 需提供具有法律效力的能

证明亲子关系文件(原件将寄回)。

(4) 父母双方有效护照原件及其复印件1份, 包括带照片资料页、曾办理过加注或延期页(原件将寄回)。

(5) 儿童出生时父母双方在国外居留状况证明原件及其复印件1份(如工作、学习签证或I-797、I-20表、2019表等, 原件将寄回)。

(6) 申请人父母结婚证(如有)复印件1份。

(7) 请代为办理的父母双方持美国当地报纸和申请人一起拍照一张, 请用Letter纸打印, 打印件须能辨认出照片中的人与申请人为同一人, 报纸的名称和日期须清晰可见(请用MARK笔或铅笔标出报纸日期, 以方便辨认), 报纸日期须为申请人在《护照/旅行证申请表》上签名的当日日期。

(8) 申请人现在在美我领区居住的证明, 如最近一个月印有申请人父或母姓名和住址的电费帐单。

(9) 邮寄办证申请书(新生儿版)。

18. 未成年人办理护照或旅行证, 必须提供出生证、监护人护照原件吗? 能否以电子版或复印件代替?

按现行规定, 未成年人办理护照、旅行证, 必须提供相关证件原件或提供整本证件复印件和原件一致的公证书原件及其复印件, 不可以用电子版或复印件替代。我馆需对原件及其复印件进行对比, 确保原复一致。

19. 怎样确保自己邮寄的申请材料齐全呢?

您可以认真阅读并对照《邮寄办证申请书》或《邮寄办证申请书(新生儿版)》的提示和材料要求, 根据自身情况和办证种类, 逐项核对、勾选可以保证您的材料是齐全的了。

20. 我通过“海外申请护照在线预约”系统能查询到哪些结果, 分别对应哪些状态?

您通过“海外申请护照在线预约系统”提交信息并成功预约后, 主要能查到以下五种状态。

(1) “您已成功完成预约, 待前往相应中国使领馆办理业务”。这一结果代表您已经提交信息并成功预约, 您不需要亲自前往总领馆, 只需按要求将材料寄出即可, 也请您忽略其他可能收到的请您到总领馆办理业务的邮件, 以我馆邮箱(chinavisachicago@gmail.com)发送的邮件为准。如您已将材料寄出但尚未送达或已送达但尚在排队等待审核, 系统显示的也是这一状态。



(2) “您的申请已受理, 正在审核中”。此结果对应我馆正在初审、录入您的信息。

(3) “您的信息已发往制证中心, 待印制新护照”。此结果对应我馆已完成初审、录入并将制证信息发往制证中心的状态(此状态只适用于护照有关业务)。

(4) “您的护照正在从制证中心寄返我馆途中”。此结果对应制证中心将新证件寄出、新证件在邮寄至我馆途中或我馆收到新证件后进行复核收费等流程的状态, 此过程大约需要2周左右时间, 也可能因为邮寄因素需要更长时间(此状态只适用于护照有关业务)。

(5) “您的新证件已完成制证, 可以领取。如您申请了回邮服务, 我馆将尽快寄出, 请注意查收”。此结果对应我馆已完成所有制证流程, 将您的新证件和您提供的有关旧证件原件一并寄回的状态。与此同时, 您的申请邮箱也将收到系统自动发送的有关制证完成的邮件。您可以开始通过查询回邮信封的邮寄跟踪号跟进邮寄进展。请不要到馆来领取。

21. 有紧急人道主义事由需要办证怎么办?

如有回国奔丧、探望病危、病重亲属等紧急人道主义事由, 但护照过期, 请一次性完整提供申请人姓名、中国护照/旅行证资料页复印件、紧急事由及证明材料等必要信息, 发送到我馆证件咨询邮箱 chinavisachicago@gmail.com, 我馆工作人员收到后将及时处理, 提供必要协助。

22. 认真看完以上所有问题, 本人仍有疑问怎么办?

我馆领事证件咨询专线电话为312-453-0210, 中文咨询专线为312-453-0212, 现人工接听时间延长为工作日上午9:00-12:00和下午1:00-2:30。因咨询电话较多, 如遇占线, 请耐心等待, 或发邮件咨询, 我馆证件咨询邮箱: chinavisachicago@gmail.com, 工作人员将及时处理, 提供咨询服务。(来源: 中华人民共和国驻芝加哥总领事馆官网)

(接上期)

三个人睡一张床太挤,母亲和妹妹睡床上,我睡在床头与墙壁之间的一口木头箱子上。箱子短,必须加一个凳子才能勉强拼出我能睡下的长度。

“到底是年轻哈,我要是睡在这上面一个晚上,第二天一定直不起腰。”大妈笑嘻嘻地对母亲说。她脱下了棉鞋,把脚凑到炉子边上取暖。

“我这脚可是一点儿都不臭,不信你闻闻!”大妈见我吃惊地望着她,打趣地说着。

我皱起了鼻子,赶紧摇头。

“这孩子!你也就是个丫头。要是个小子,我还不让闻呢!”掉了牙齿的大妈说话漏风。但是不乏风趣。虽然已经17岁了,但是她的话还是让我似懂非懂。谁没事儿去闻别人的脚丫子呢?

“赶紧睡吧,明天还要上学呢。”母亲坐在我的床前头,用后背挡住了光线,或许还希望挡住她们的对话。

两个大人有一搭没一搭地聊着家常,一定以为我已经睡着了,终于转入了正题。

“您对面的那位真够可以的。孩子还不到一岁,已经刮了两胎了”,只听大妈低声对母亲说。

“真的?我说她怎么看上去那么憔悴呢,真遭罪。”母亲感叹地说。

“还有更厉害的呢。第二次刮宫之后去复查,医院二话不说就把她按在了手术台上。这不,刚刚回来两天,天天晚上嚎丧。说是凭什么给她结扎,不给D结扎。其实结扎了也不错,多省事呀,再也不用担心怀孕了。当年要是有这么个办法,我也不会生那么多孩子。一儿一女,多好。”

如何“结扎”我并不是特别明白。但是那个时候已经开始的计划生育政策还是知道的。当时的口号是“一个不少,两个正好,消灭小三。”这里说的小三不是如今人们口中的第三者,而是第三个孩子。

没出几天,瑞香就跟我提起了她姨被结扎的事。我问她“结扎”到底是怎么回事。她对我的无知嗤之以鼻:“连个结扎都不懂?你还是高中生呐!”她不知道,那个年代的高中并不传授生育方面的知识。

“结扎就是女人不能再生孩子了呗。俺们村也抓女人去结扎,人们一听就跑。”她的答案跟没说差不多,我也知道结扎是防止女人生孩子。但是结扎什么?为什么结扎之后女人就不怀孕了?看来她也不知道。

“我姨也够笨的,俺们村那些妇女,都上了手术台的跑了好几个。她就说要去尿尿,趁机跑了呗。”看来L确实不如她的外甥女机灵。

之后好长一段时间,L都直不起腰。不知道是身体上还是精神上受到的伤害所致。

(四)

壮壮还不到两岁的时候,他姐姐静静来了。一直寄养在山东老家的静静是被叔叔送到北京的。她叔叔是个高中生。

静静来后,D端着一碗大枣和核桃来到我家。“大妈,尝尝我的家乡食品。”

“谢谢,谢谢。留着给孩子们吃吧。”母亲客气地说。

“他们还有。这个给您尝尝鲜。”D看上去很高兴。

静静是个非常漂亮的小姑娘。她继承了父母长相的长处。那一年她已经六岁多了。爷爷说她该上学了,让叔叔把她送到父母身边。

“她有了弟弟。再不回来,她爹妈大概就不要她了。”静静的叔叔对我说。这位叔叔的长相比D略逊一筹,个头倒是高出去一些。他是学校田径队的跨栏运动员。我们都在上高中,自然有许多话题。他有着跟他哥哥一样的爽朗,那大概是山东人的本性。瑞香在我们的对话中插嘴,总想把话题转移到她能说得上的地方去,但是非常不成功。

不知道瑞香是在什么时候退出谈话的。只听见她在叨叨唠唠:“别人呼呼你呼呼,跟人后面舔屁股!”

“你说啥呢?”L听见瑞香的叨咕,转回头问她。

只听瑞香在用山西话抱怨:“就知道巴结城里人!再巴结也没用,人家是北京的,不会嫁给他个乡巴佬!”接触久了,她们的山西话我基本上都能听懂。瑞香的话让我心惊,为了避免麻烦,我赶紧告辞。

静静的叔叔只住了两天就回山东了,静静留了下来。

现在我无论如何都回忆不起来跟静静的任何对话。她是一个非常不爱说话的孩子。一开始总是笑,之后她的笑脸越来越少,逐渐地,她开始神情呆滞。

1975年一月,我高中毕业了。父亲已经回到了北京,但是还没有落实政策,官复原职。那一年,因为国家改变了政策,我被照顾留在了北京,等待政府分配工作。班上大多数同学去郊区插队,极少数人应征入伍。送走了参军和下乡的同窗们,我开始了长达八个月的漫



小说连载

邻居 (3)

长等待。

那一年,北京市在各区县进行了户口核对,换新户口本的工作。我的发小玲姐也在家等待分配工作,我俩被公安局征用,协助核对和签发户口。我们一起做了两个多月的义务劳动。除此之外,除了偶尔跟玲姐去看看夜场露天电影,那个月的时间都消耗在买菜,做饭,洗衣等等家务上。于是,我有了足够的时间观察对门的生活。

首先是瑞香对静静的态度。天气暖和起来后,她们的午饭基本上都是在室外吃的。壮壮在小竹车里,瑞香喂他吃饭。静静自己端着她的搪瓷碗。我观察到,一连几天,壮壮吃面,静静喝汤。终于有一天,我憋不住了。

“瑞香,静静的碗里怎么没有面条?”

瑞香看了我一眼,继续往壮壮的嘴里喂饭。“她一个女娃也配吃面条?能喝口汤已经不错了!”瑞香丝毫不掩饰她对静静的性别歧视。

“她还是孩子,吃不饱饭是要影响正常发育的。”我也是从女娃长大的,最看不惯男尊女卑的那一套。

“咱不懂你们城里人那一套。她长大了还不是嫁人。正常不正常的能怎么样。”瑞香没忘了对我狠狠地瞪一眼。

“她有自己的一份口粮,凭什么只给她喝汤。”打人休打脸,情急之下,这话被我忘的一干二净。小姑娘的户口在这里,每月有粮票。而瑞香是临时户口,什么也没有。当初静静住在爷爷家,瑞香吃的都是静静的口粮。如今她居然理直气壮地虐待孩子。

“有口粮又怎么样?我在队里也有口粮,我的口粮还不是都喂了弟弟。要不说你们这些城里人啥都不懂呢。女娃能跟男娃比吗?”瑞香对我的揭短一点儿都不理会,继续她的歪理。看来城乡差别真的很大,瑞香的理论在我看来都是胡说八道。

我只能寄希望于静静的父母,指望她至少晚饭能吃饱。

那个时候,院子里只有一个水表,一个电表。水电费是每家轮流统计,计算,收缴的。轮到D负责的那个月,晚饭后他敲开了我们的家门。

坐在椅子上的D显得特别疲惫。他的颧骨突出,眼窝塌陷,脸色青黄,头发也失去了往日的光泽。他的样子使我想起了电影《列宁在一九一八》里的瓦希里。

“给你D叔倒杯茶。”母亲吩咐我。

“不用了。这年头本来肚子里就没食,没油水,再喝些涮肠子的茶就更空的慌了。”D抬手制止了我的行动。

母亲站起身来去了厨房。她端回了一只碗,里面是一个两样面的馒头。那个时候粗粮占粮食供应的将近一半,而且基本上都是陈年的棒子面。只有和白面掺和在一起才不致于噎人。

D接过了馒头大口地吃了起来。两口下去,馒头只剩了一半。他突然停止了咀嚼,脸上泛起了愧色。母亲向我使了一个眼色。我从厨房又拿来一个馒头。

“吃吧。这个馒头带回去给孩子们。”母亲告诉D。D为自己的心思没逃过母亲的眼睛感到窘迫。他埋头把手里的馒头吃完,接过了我递上去的第二个馒头,小心翼翼地捧在手心里。

“大妈,您也知道家里多一口人吃饭是多大的负担。实话说,这两年我在家就没吃过一顿饱饭。夜里饿的睡不着,只好多喝开水。”D不好意思的干笑着。

那个时候的食品有多么金贵我是知道的。母亲身体不好,家里的日常生活安排都是我操办的。如果给那位外地的亲人寄去或稍带去饼干糕点之类需要粮票的东西,我和妹妹起码一个礼拜没有早餐可以消费。如果我的堂嫂,表姐带着孩子从乡下来多住几天,我们就要把口粮分给她们,自己挨饿是一定的。何况瑞香已经在对门住了两年多。

“这家的日子是怎么混下来的啊,真难想象。”D走了之后母亲在自言自语。

之后一直没见D的影子。瑞香告诉我,他出差去了。一个多月后,D回来了,人变得黑黑的。

D回来之后,瑞香抱着一堆大红的晴纶毛线来找我。“壮壮他爸去西藏出差给我买的。你帮我起个头,我要织件毛衣。”我知道,毛衣毛裤是瑞香嫁妆的一部分。

当天晚上,对门发生了剧烈的争吵。孩子哭,大人喊,还伴随着乒乒乓乓的声音。随着摔门的声音,一切归于平静。

第二天,瑞香及时地向我报告了战况。原来,按照部里的规定,长途出差是可以坐卧铺的。如果选择硬席,节约的部分可以作为奖励送给员工一半。D为了留住这些钱,来去西藏都坐在硬席车厢。拿着奖励的钱,他给瑞香买了毛线,给静静买了布娃娃,给壮壮买了架小飞机。就在孩子们高高兴兴地摆弄自己难得的玩具时,L开始抱怨。她强调D眼里没有她。L认为给瑞香买毛线是必须的,给孩子们买玩具纯属多余。既然要买,就应该人人有份,凭什么单单没有她的礼物。

“给我买毛线是为了送我走。壮壮他爸说这家负担太重,这样下去大家都得饿死。我姨不干了,一气之下砸断了壮壮飞机的翅膀。静静的那个娃娃也被她绞的不成样子。壮壮他爸气的直发抖,摔门出去了,一夜没回来。看着吧,今天晚上他俩还得吵。”瑞香笑嘻嘻地告诉我,没有任何的违和感。

我为孩子们失去难得的玩具难过,更为这对本来恩爱恩爱,如今吵吵闹闹的夫妻感到悲哀。

“夫妻哪有不打仗的?他们这算什么?俺们村里老汉把老婆打一顿那是常有的事。我姨也是,被她家惯的个小脾气。她的养父母就她这么一个孩子,把她当个宝,啥活儿也不让她干,惯的她啥也不会。现在他们都死了,啥忙也帮不上了。”

世界上的事情千奇百怪。按理说L被抱养被疼爱是件好事,但是养父母的疼爱居然给她留下的是这样的结果。

壮壮已经两岁多了,马上就可以上幼儿园了。瑞香再住下去,这家真的要过不下去了。但是瑞香已经告诉我好几次,达不到她的要求就甭打算把她打发走。

“你知道吗?壮壮他爸有毛病。”看我一直默不作声,瑞香神秘兮兮地告诉我。

我看都没看她一眼。以我对她的了解,越是表现出来感兴趣的事她越是吊着你。

见我搭腔,她有些忍不住了:“他会撒夜症。有一次半夜三更站在屋里,两只手在头顶上抓挠,嘴里还壮壮,壮壮不停地叫。我姨废了半天劲才把他按回床上,嘻嘻。”瑞香一定感觉D撒夜症的样子特别好笑。

瑞香的话让我想起当年D搬来时说他从部队转业是身体的原因。大概就是这夜游症了。

(五)

1975年秋天,我终于有了工作。结束了在家的无所事事,我开始在位于如今金融界所在地,北礼士路的一家修配厂工作。说是修配厂,其实是一个通讯设备研究所。我被安排在三车间的资料室里,负责机械和电路的蓝图制作。我的师傅姓张,是厂里的制图专家。从中专毕业后,他已经工作了二十多年。跟着张师傅,我学着制图,描图,晒图,裁剪,装订。我的办公桌背后是一排排书架。厂里的技术书籍,杂志,存档的蓝图都在这里。

张师傅是湖南人,一口难懂的普通话。他的技术精湛,对我的要求也非常严格。在我之前,张师傅有一个女徒弟,被推荐上了大学。张师傅对我师姐赞不绝口,搞的我压力山大。

就在我为如何控制好鸭嘴笔的墨水流量,铜板纸上错怎么修改最完善而费心费力的时候,瑞香要走了。

之前我曾经帮她代笔的一封信里,瑞香让父母把她的婚退掉,她要在北京找人结婚。结果家里不同意,说是收的彩礼钱已经被家里花完了。(未完待续)

专栏作家介绍

栗化平,笔名蜗牛湖畔。1982年北京邮电学院毕业,获工科学士学位。1992年美国明尼苏达大学毕业,获计算机工程硕士学位。曾就职于Computer Associate Co., Symantec Software和Veritas Software。中篇小说《梅开二度》、《问天下情为何物》及长篇小说《无言独上西楼》在文学城海外原创及amazon.com发表。

亚特兰大血案8死6亚裔 全美掀起反仇恨亚裔游行

3月16日傍晚,亚特兰大连续发生三起按摩院枪击事件,共造成8人死亡:6名亚裔女性、1名白人女子和1名白人男子。警方随后逮捕了21岁的白人男性嫌犯罗伯特·艾伦·朗(Robert Aaron Long)。

3月19日,美国总统拜登访问佐治亚州并发表讲话,谴责美国反亚裔暴力事件的增加,并呼吁所有美国人团结对抗仇恨。拜登还下令包括白宫在内的联邦机构、建筑、军事哨所等下半旗,以纪念亚特兰大市连环枪击案中的死难者。

由于案情残忍和恶劣,该案迅速成为了全美各大媒体的头条新闻,震惊了全美亚裔社区并引发了全美范围内的反仇恨亚裔游行。

案发过程

3月16日下午5时左右,警方接到报案称在位于亚特兰大北郊的阿克渥斯(Acworth)“杨氏亚洲按摩店”(Young's Asian Massage Parlor)发生枪击案,等警方接到报案后赶到现场时,已经造成四死一伤,分别是2名亚裔妇女、1名白人女子和1名白人男子。

不到一小时,5时47分警方再获报案,指位于派德蒙特路(Piedmont Road)上“黄金按摩水疗馆”(Gold Massage Spa)也遭枪击;警察获报赶抵现场,发现三名女性遭枪杀,对街“芳香疗法水疗馆”(Aroma Therapy Spa)还有另一人也被开枪打死。

据警方公布的照片显示,嫌疑人身穿红黑色上衣裤,并进入了一辆深色四门现代图森(Hyundai Tucson),逃离了现场。

直到晚上8点左右,犯罪嫌疑人的父母报警说他们的儿子可能是嫌疑人后,嫌犯才被锁定为罗伯特·艾伦·朗(Robert Aaron Long),同时他的手机定位也被追踪。最终晚上八点半左右,朗被逮捕。

亚特兰大市长凯莎·蓝斯·巴顿斯(Keisha Lance Bottoms)在记者会上表示,调查人员称朗原计划自己开车前往佛罗里达,并继续寻找当地的按摩中心继续作案。巴顿斯表示,如果朗计划得逞,将有更多受害者遇难。

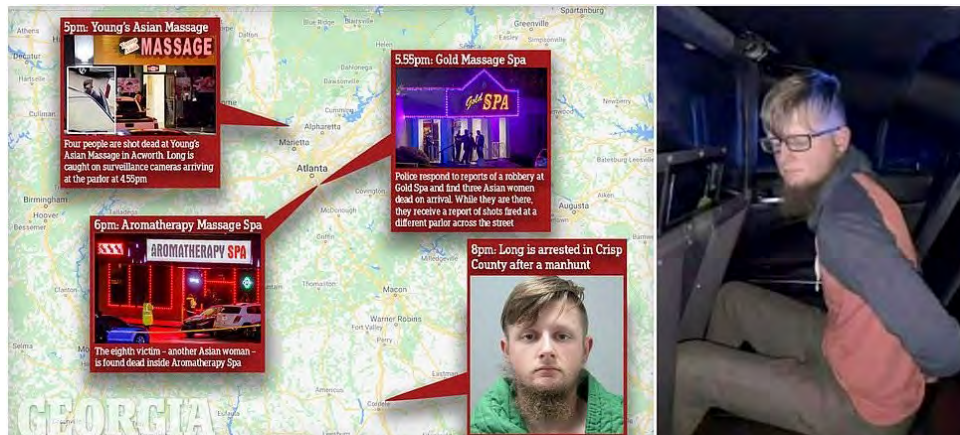
“仇恨谋杀”?

案发后,人们纷纷将目光聚焦到了“仇恨谋杀”上,因为死者多为亚裔女性。亚特兰大一家当地媒体报道说,有目击者听到嫌犯说他“杀掉所有亚洲人”,但亚特兰大警察局发言人拒绝对这一报道发表评论。不少政客也纷纷发表谴责言论,认为这与近日全美仇恨犯罪有关。

不过乔治亚州切罗基郡(Cherokee County)警长雷诺斯(Frank Reynolds)17日说,根据目前警方掌握线索,枪击案件“可能不是”仇恨犯罪(hate crime)。朗告诉警方称,他有“性瘾”,他是为了消除自己的“诱惑”才在按摩院开枪。不过,亚特兰大警察局长布莱恩特(Rodney Bryant)说,目前仍无法断定作案动机为何。

在朗 Instagram 帐号里,他标注的兴趣包括“披萨、枪枝、打鼓、音乐、家庭、上帝”,他还在自我介绍中写道“这就是我的人生缩影,我的日子过得满好的”。

据 Daily Beast 报道,2017年与朗一起毕业于塞奎亚高中(Sequoyah High School)的昔日同窗匿名受访时说,朗外表非常清



纯,从不说脏话,走书呆子路线,并不是有暴力倾向的人;由于父亲为牧师,朗是非常虔诚的信徒;喜欢打猎。

朗在一段拍摄于2018年的脸书影片里谈到自己身为基督徒的历程;他说:“八岁的时候,我成为基督徒。”

据 Storyful 报道,朗还参加了2020年9月的布道,牧师 Jerry Dockery 谈到了性别角色。道克瑞声称“激进的女权主义像海啸一样吞没了我们的文化”,“我们正在宣传撒旦想要实现的目标”。周三早些时候,教会 YouTube 页面上的布道内容被公开,教会网站和社交媒体账户也被公开。目前媒体记者暂时无法联系到教会对此置评。但在一份公开声明中,教会长老表示,他们“为所有涉案人员感到心碎”。

自疫情以来 全美袭击亚裔事件不断增加

自疫情以来,美国社会仇恨亚裔的情绪越来越高,近两月相关袭击事件的报告更是明显激增。

据 Stop AAPI Hate 统计,从2020年3月19日至2020年底,共发生了3292起针对亚裔的仇恨犯罪和仇恨事件报告。而2021年1月1日至2月28日间,发生了共503起。其中华裔是受仇恨最大的族裔,约42.2%,其次是韩裔14.8%,接着是越南裔8.5%和菲律宾裔7.9%。女性报告仇恨事件的次数是男性的2.3倍,手无缚鸡之力的老年人是仇恨犯罪的主要攻击对象。

而这还仅仅只是仇恨犯罪和仇恨事件,口头上的侮辱、种族诽谤和种族主义笑话更是数不胜数。据统计,自疫情以来,十分之三的亚裔美国人曾遭受过口头上的侮辱。

1月9日,奥克兰一名91岁的亚裔老人遭到一名嫌犯袭击,他从背后狠狠地老人推到,老人面部朝下摔倒在地,嫌疑人随机离开。据悉,嫌疑人当天还用了同样的方法袭击了一名60岁的男性和一名

55岁的女性,受害人均均为华人。

3月9日,纽约一名83岁的亚裔老人在收集瓶子时被吐口水,随后遭到残酷殴打致昏迷,苏醒后发现自己浑身是血,因为无法负担巨额医疗费,老人放弃去医院。3月9日,加州奥克兰一名75岁的亚裔老人在路上散步时,一辆棕色卡车驶过,其中一人将老人猛地推倒在地,并抢走了钱包和手机。虽然事后警方抓捕了嫌疑人,但不幸的是,老人已经脑死亡。

3月15日,一名59岁的亚裔男子在旧金山市场遭遇袭击,头面部严重受伤,左眼失明。据悉,当时嫌疑人跑到受害人面前,猛击他的头部,直到受害人倒在地上一动不动,嫌疑人才坐着巴士离开。

全美各大城市 爆发大规模反仇恨亚裔示威

3月20日至22日期间,美国各大城市,包括纽约、旧金山、洛杉矶、西雅图等举行了大规模反对仇恨亚裔的游行。当天,在亚特兰大,数百名抗议者聚集在州议会大厦外,手持“停止仇视亚裔”等标语。抗议者表示,集会是为了向立法者施压,以制止美国境内频频发生的针对亚裔的暴力行为。

3月27日,为响应“立即停止战争和结束种族主义联盟”(Act Now to Stop War and End Racism Coalition,简称“ANSWER”)发起的“反亚裔仇恨国家行动日”(National Day of Action Against Asian Hate),美国多地举行了亚裔反歧视抗议集会,以反对激增的反亚裔暴力事件,并呼吁种族平等。

在加州洛杉矶市,数百名示威者参与了在韩国城举行的“停止亚裔仇恨”抗议游行,呼吁美国政府采取行动,以制止反亚裔仇恨和暴力事件的激增。在集会上,当地社区领袖、活动家和政府官员分享了一些自身经历过的歧视事件,并对在疫情期间爆发的反亚裔仇恨事件表示谴责。

示威者手举“停止亚裔仇恨”和“我们受够了”等标语沿着奥林匹克大道移动。此外,在洛杉矶市中心、洛杉矶西好莱坞区也举行了抗议集会,抗议人群沿着道路齐喊口号并挥舞标语,经过的汽车不断鸣笛以示支持。

在宾夕法尼亚州费城,数百名参与者聚集在富兰克林广场,手举“不再沉默,停止暴力”“共同反对种族暴力”等标语,口喊反歧视口号并向费城拱门街移动。活动主办方——争取社会主义和解放党(Party for Socialism and Liberation)成员、费城解放中心(Philadelphia Liberation Center)志愿者蒂娜·恩戈(Tina Ngo)表示,亚特兰大按摩中心枪击事件不是个别问题,而是种族主义、仇恨女性主义和性别歧视等美国长期存在的系统性问题所造成。她指出,假若这些问题无法得以解决,那么暴力将不会被制止。另一位主办方成员贾斯珀·萨阿(Jasper Saah)则表示,媒体报道也为美国激增的反亚裔仇恨事件起了推动作用。他指出,主流媒体报道中美关系和新冠疫情的方式助长了美国反亚裔的恐慌情绪。

在伊利诺伊州芝加哥市,数百人参与了由唐人街安全基金会、美国华人社区联合会共同举办的反亚裔仇恨抗议集会,超过65个亚裔美国人组织参与此次活动,伊利诺伊州公共服务部部长格里斯·侯(Grace Hou),代表库克县的州检察官金·福克斯(Kim Foxx)、库克县委员会主席托尼·普瑞克温克尔(Toni Preckwinkle)以及来自伊利诺伊州国会代表团和州议会的多位议员出席了会议。抗议人群手举“齐心协力反对种族暴力”等标语呼吁政府采取行动停止种族主义仇恨,组织者也在集会上向政府提出了五个要求,包括提高唐人街的安全;及时应对反亚裔仇恨犯罪;创建举报网站;立法以在当地学校教授亚裔美国人历史,并资助亚裔美国人社区。

在印第安纳州印第安纳波利斯市纪念碑圈,数百名抗议者参与了由印第安纳波利斯华人社区中心、亚裔美国人联盟公司等当地亚太裔组织主办的“停止反亚裔暴力”抗议集会,呼吁美国停止反亚裔的种族主义暴力、停止白人至上主义和反女性暴力行为。亚裔美国人联盟公司总裁卢帕·塔纳瓦拉(Rupal Thanawala)、缅甸美国社区协会(BACI)执行董事伊莱莎·瓦尼(Elaisa Vahnle)、印第安纳州众议员安德烈·卡森(Andre Carson)在集会期间发表讲话,呼吁亚裔团结一致,并对美国日益增长的反亚裔暴力事件表示抗议。

在南卡罗来纳州哥伦比亚市,抗议者聚集在南卡罗来纳州议会大厦外,以反对美国激增的反亚裔暴力事件,并呼吁南卡罗来纳州针对仇恨犯罪采取立法行动。

在威斯康星州密尔沃基市,抗议者聚集在米切尔公园(Mitchell Park),以纪念亚特兰大按摩中心枪击案的遇难者,并对反亚裔暴力事件表示抗议。

在科罗拉多州丹佛市,抗议者聚集在州议会大厦外,以抗议反亚裔暴力事件,并为寻求支持的亚裔居民提供帮助。此外,包括亚特兰大、波士顿、底特律、檀香山、波特兰、纽约和西雅图等多个城市都在当日举行了反亚裔仇恨集会,以反对种族暴力并维护亚裔权益。

他山之石 一隅三反

李永明博士 巩昌镇博士对话录 (第十五部分)

【编者按】这一系列对话是几年前李永明博士和巩昌镇博士的系列对话《积沙成塔 集腋成裘》的继续。之前已经发表的对话系列主要是围绕着李永明博士部分针灸学术思想展开的。这些后续对话涉及到更加广泛的内容,联系到医学、数学、经济学以及其他一些相关学科,以及学科之间的相互借鉴。

(接上期)

巩昌镇:最近你的关于经脉的研究又引起了一场轰动,你又触及到了针灸理论的“神经中枢”。英国的久负盛名的《解剖学杂志》以《遗留正中动脉可以解释古代中医十一到十二经脉的转变》和中国针灸领域的最高学术期刊《中国针灸》杂志以《汉代十一脉到十二经脉转变的解剖依据》分别发表了你的研究成果。经脉理论是针灸理论最为敏感的核心问题,你怎么又踏入这个领域了?

李永明:近半个世纪以来中国出土的秦汉时期医学帛书和竹简为研究中医经脉理论的起源提供了丰富和可靠的文献资源。据考证,上世纪七十年代出土的马王堆汉墓帛书的抄书年代大致在秦始皇统一六国至汉文帝十二年(公元前221-168)。其中,《足臂十一脉灸经》(《足臂经》)和《阴阳十一脉灸经》(《阴阳经》)及八十年代出土的张家山竹简《脉书》文献最为重要,可以相互印证,互补缺失。这些文献主要描述了人体十一脉的分类、起止、循行、各自所主病症,这些文献也都提到灸法,并无针刺或穴位,《脉灸经》被公认是早于《黄帝内经》的经脉著作。古人描述的“经脉”的主要根据是什么一直是现代针灸理论研究中的核心问题,并且争议不断,其结论会直接影响到针灸学的传承、国际传播、及创新和发展。有学者认为经脉是血管,也有的认为是神经,还有的认为是观察到的皮肤感传现象、或为患者自我感觉、或对治疗效果的总结,也有少数认为是具有“特异功能”人观察到的内景。我的研究主要通过比较汉代经脉的数量从十一到十二的变化与西方解剖学研究动脉变异的进展,找到有关中医经脉起源的新证据,提出假说,进而揭示经脉理论构建的过程。

巩昌镇:在这一系列文章中,你非常巧妙地,也非常尖锐地发现了手厥阴经循行与人体“遗留正中动脉”非常相似,古代中医通过脉诊发现了变异正中动脉,这一发现比西方解剖学早了近两千年。古典中医依此建立了完善的经脉理论,并且指导后来中医,特别是针灸的临床实践。从十一脉到十二经脉的转变,百家争鸣,各执其说,那么其他解释不尽合理吗?

李永明:尽管业界公认“十一脉文献”早于《黄帝内经》,是针灸经脉理论的奠基之作,但“十一脉文献”尚未建立气血、经络、循环、或脏腑归经理论。对比之下,传世的《黄帝内经》及后世的经典都是以十二经脉为基准,相差的是一条行于前臂内侧正中的“手厥阴心包经”。关于为什么增加了一条主经脉,或者为什么早期少了一条主经脉,《黄帝内经》并未提及,目前尚未发现同时代或后世注家的文字解释。现代学者对这个“谜团”提出了至少十二种解释,包括:经查找,目前对“十一脉到十二经脉转变”的原因有至少十二种不同的解读,简述如下:

1. 阴阳术数相配,十二经脉对应天文十二个月
2. 取类比象,把十二经脉比拟十二条江河
3. 天人相应,取自“天六地五”

李永明 巩昌镇

4. 经脉发现的逐渐积累和完善
5. 五脏六腑早期的雏型
6. 免去手厥阴是一种“避讳”
7. 脉诊的不断发展
8. 表面解剖学知识的进步
9. 气血营卫循环概念形成
10. 手少阴和太阴已经包括了手厥阴
11. 从“内圣外王”思想产生手厥阴心包
12. 汉代时期的百家争鸣

这些解释显然都有各自的理由,但并不是基于解剖学证据的严格的推理。显然,是在《黄帝内经》成书之前的某一时期,突然发生了十一脉到十二经脉的转变,并且后来持续保持了两千余年未变。按照常理,这个“转变”很可能会有某种特殊的理由,不会是因为多种因素长期影响的结果。关键的问题是,从十一脉到十二经脉的转变是根据主观的理由还是客观的证据呢?

巩昌镇:从解剖结构上对应经脉系统,过去把个多世纪基础理论研究人员做了大量的研究工作,这似乎变成了一个百年争论、千年无解的课题。如何在这里有所突破呢?

李永明:人类的大体解剖结构是相对稳定的,标准现代解剖学图普适用于不同种族的个体,几百年来变化不大。但也常有些正常解剖变异结构,很多人可以终生不知晓。比如,正常人前臂有尺神经、正中神经及桡神经,但大多数人只有尺动脉和桡动脉,并无正中动脉,这也是标准教科书的记载。然而,西方进化解剖学研究发现,正中动脉在胎儿发育早期普遍存在,对前臂供血和发育有重要作用,在胚胎八周左右开始退化,出生后这个结构会萎缩消失。经大量尸体解剖和临床局部手术及影像检查证实,在部分成年人前臂中,仍然有正中动脉,通常位于正中神经旁,被称为遗留正中动脉,在儿童中发现率较高。欧洲解剖学家于1846年首先发现成人正中动脉,概率10%。后续研究者又有多个报告也证实了正中动脉在不同国家和不同种族人群中普遍存在,中国解剖学者亦有报道。Coleman和Anson于1961年报告了650例手部浅掌弓动脉解剖形态学研究,总结出九种浅掌弓分型。我的研究将掌浅弓动脉的分型按照腕口内侧动脉数目分为两型。二脉型:尺动脉、桡动脉;三脉型:尺动脉、正中动脉、桡动脉。经对美国、印度及中国发表的数据分析表明,二脉型与三脉型在不同国家和种族中普遍存在,二脉型要显著多于三脉型(中国人约7%,美国人约9%,印度人约18%),但目前尚无比较种族或地区正中动脉发生率的系统研究。还有研究表明正中动脉形态可以呈现多样性,有半数以上的人只发生在单侧。据2020年澳大利亚学者研究报告,目前成人遗留正中动脉的发生率在30%左右,比170年前的数据高出三倍。我认为正中动脉在“微观进化”,如果将来达到50%,这个变异动脉就可能会被定义为正常解剖结构。

二脉型与三脉型掌浅弓动脉在不同国家发生率

研究者, 发表年份	国家	样本数	二脉型	三脉型
Coleman, Anson, 1961	美国	650	91%	9%
Ranjian, Dubey, Jain, 2017	印度	70	82%	18%
左才杰, 潘铭紫, 1964	中国	400	93%	7%
平均值			88.6%	11.4%

巩昌镇:一个非正常的解剖结构成了你的突破点。这也符合科学新发现的规律,就如同科学大革命后的新发现多是在边缘领域出现。也就是说,正是少数人还存在的正中动脉为中国古代医学提供了手厥阴经循行路线的来源,古代医家扑捉住了这一稀有现象,从而完成了从十一脉到十二经脉的转变?

李永明:比较一下正中动脉解剖图与中医的经络图可以看出,二者在前臂的循行位置是完全一致的,这不大可能是一种偶然的巧合,最大的可能是两种医学对相同结构的不同描述。从标准人体解剖图谱看,大部分(70-90%)前臂有两条主要动脉,即两侧的尺动脉与桡动脉,两动脉均在腕口有脉搏可以触及,循行分别与汉简帛所述的手少阴和手太阴脉吻合。据此,人类前臂无位于内侧正中的手厥阴脉是合理的。但对于前臂遗留有正中动脉的部分人(10-30%),前臂会有尺、中、桡三支动脉,腕口也可能会有三个脉搏可以触及,三脉的循行分别与《黄帝内经》所述的手少阴、手厥阴、手太阴经脉吻合。据此,人类前臂有位于正中的手厥阴脉也是合理的。汉代早期简帛医书中无前臂“厥阴脉”,而这一“缺失”在后来的《黄帝内经》中得到了增补,这个过程恰巧同西方解剖学在最初画出了正常解剖图谱后,又经历了数百年才发现了“遗留前臂正中动脉”的过程十分相像,因为发现低概率的事件需要时间和病例的积累。合理的解释是,汉代早期或春秋战国晚期的医家,通过脉诊等临床触诊和观察,发现了前臂尺动脉和桡动脉的脉搏,而提出了前臂内侧二阴脉的学说。随着古代医疗实践的扩大和深入,有医者在大量脉诊实践中发现了有患者或正常人位于前臂正中的脉搏,因而提出手厥阴脉学说,得到了后来医家的承认,因此将十一脉修改为十二脉。可以说,十一脉和十二脉的理论都是源自解剖学的发现和发展。

巩昌镇:在印度人种,三脉型人群的比例只有18%;在美国人中,三脉型人群的比例只有9%;在中国人中,三脉型人群的比例才只有7%;根据你在论文中的计算,取其平均值为11.4%。从现有的研究来看,88.6%的二脉型人群,11.4%的三脉型人群,这一小比例的人群弥补了十一脉中缺失的厥阴脉,进而试图证明十二经脉中的手三阴的结构基础全是动脉,这还是需要进一步解释的?

李永明:正是因为三脉型出现率不高,汉代早期的“标准脉”一直是手二阴。大概经过几百年的经验积累,或许还有百家争鸣,古代医家在2000多年前(《黄帝内经》成书前)发现和肯定了手厥阴脉(正中动脉)的存在,改写为手三阴经脉。这完全符合发现、补充、完善的理论发展过程。同西方解剖学在200年前发现正中动脉,逐渐积累数据,认识到同一些疾病相关,最后得出统计结论,纳入现代解剖教科书的过程是一样的。现代医学发现正中动脉在不同人种中有10-30%的概率是近几十年的事。但是,中国人是通过“摸脉”发现的手厥阴脉,确定三脉型的存在,虽然当时不一定了解全程循行和出现频率,但这个发现早于西方2000年,对建立中医完整经脉理论具有重要意义。

(未完待续)

这样喝水,万万不可取!



边吃饭边喝水

许多人习惯于吃饭时用水或汤“送饭”,感觉好像还能让食物变得容易咀嚼,更好下咽,但你知道吗?这种习惯可能会影响消化。

北京协和医院消化内科主任医师李景南表示:“消化功能主要靠胃液,胃液里有胃酸,这是最初级的消化功能,它能把我们吃进去的一些蛋白质、脂肪和淀粉等,进行初级消化,而胃酸的浓度对于消化功能非常重要。如果我们边吃饭边喝大量的水,这样无形当中就会把胃液稀释,稀释以后它的胃酸浓度肯定有所降低,而胃酸这个初步消化的浓度降低以后,对于一些食物尤其是一些蛋白质的或脂肪类的,初级消化功能就会有所影响。此外,胃的消化功能是靠胃的蠕动,胃的蠕动过程中,如果我们吃进去的食物变成食糜,在蠕动的过程中,如果大量喝水,便把胃无形扩张。胃在扩张以后,蠕动功能也会有所减弱,所以,边吃饭边喝水对消化功能是有一定影响的。”

建议:餐前喝一杯水或者喝一些汤,有助于润滑食道,还能增加一些饱腹感,避免吃多。



睡前渴了也不敢喝水

许多人习惯晚上睡觉前喝一杯水,针对这种做法,有的人说,睡前喝水会加重肾脏负担,增加起夜次数;但有的人认为,睡前不喝水,会增加血液黏稠度,易诱发心血管事件。截然相反的两种观点,此刻真想发泄一句“到底闹哪样啊”!

事实上,睡前喝水的利弊不用太过纠结,对于绝大多数人来说,睡前喝水没有坏处,关键在于适量。但哪些人群能在睡前喝水,哪些不能呢?专家表示:对于严重肾衰竭及已经进行透析治疗的患者,睡前大量饮水会造成体内水的负荷增加,有可能出现浮肿的现象,甚至诱发心力衰竭的发生,因此不宜在睡前喝水;对于心脑血管病人、糖尿病人和部分老年人,如果整夜不喝水,其血液粘稠度会增加,如果血液过度黏稠浓缩,则容易导致血栓形成,诱发心脑血管疾病(如心绞痛、心肌梗死、脑血栓等)的发生,因此可以在睡前喝水,对缓解血液粘稠度会有帮助。

建议:普通人可以在睡觉前的1小时饮用少量的水,100毫升-200毫升为宜,而且要注意小口、慢慢地喝,这样睡觉时不会口渴,醒来也不易水肿。



把饮料、果汁当水喝

我们身边有不少人把喝鲜榨果汁当成一种健康养生方式,然而果汁中含有大量果糖,过量摄入果糖,体内嘌呤含量就高,作为嘌呤代谢产物的尿酸产生就增加。如果持续摄入过多果糖,肾脏对尿酸的排泄会被抑制,进一步导致血液中尿酸增高,诱发痛风。著名杂志《英国医学杂志》发表的一项研究表明,平均每天喝两杯及以上果汁的男性,痛风风险将增加近1倍。而同样是500毫升,可乐的热量为215大卡,奶茶为265大卡,而白开水的热量为零。过多的热量和糖分摄入,可是会令你迅速胖起来的。

需要特别注意的是:宝宝常喝果汁也有健康隐患。美国儿科学会2017年发布的《儿童饮用果汁指南》指出,1岁以下幼儿不宜喝果汁;18岁以下的儿童青少年也应该限制果汁的饮用量,建议直接吃新鲜水果;1至3岁的幼儿每日果汁摄入量不超过120毫升,4至6岁儿童不超过180毫升,7至18岁青少年不超过240毫升。

建议:多喝常温白开水,解渴又健康,可以试着每天慢慢调节喝水和喝饮料的比例,养成多喝水,少喝饮料的习惯。



口渴了才喝水

根据《中国居民膳食指南》的推荐,每人每天应该摄入至少1200ml的水,但这1200ml并不是说分一次两次喝完,而是分为全天各个时段摄入,每次100-200ml不等。也就是说,喝水是人的生理需要,不要感觉到口渴了才去喝水,要有意识地按时补充水分。

很多人忙起来根本无心喝水,往往要等到渴了才会想起要喝水。殊不知此时,你的身体已经处于缺水的状态了,体内的细胞、组织和器官所受到的不良影响也已经产生。

水是膳食的重要组成部分,是一切生命必需的物质,在生命活动中发挥着重要功能。此外,身体新陈代谢和排出废物,都离不开水,它就像是人体的“清道夫”。饮水不足或过多都会对人体健康带来危害。长时间缺水,会使身体的代谢变得迟缓和不顺畅,废物累积在体内,更会导致便秘、结石等问题,也容易让人精神萎靡,身体疲惫。

建议:用大一点的水瓶,每天早上倒满水放在手边,时不时喝上几口;或者使用app来提醒自己记得喝水,养成习惯。

想要减肥,应该这样喝水



早晨起床喝杯水

夜间人体水分流失,代谢降低,血液粘稠度也有所增加,因此早晨一杯100-200毫升的温水,能够在避免刺激肠道的同时稀释血液,帮助更好地排毒。同时水进入消化系统,能够唤醒代谢和肠胃,帮助肠道蠕动,加快新陈代谢,给身体来了一个大清洗,对身体有很大的益处。

很多人选择喝一杯蜂蜜水或者淡盐水,还有人认为柠檬水是最佳选择。但是,这三种水中,淡盐水最不值得推荐,因为现代人钠摄入量本来就过多,在身体不缺少盐的情况下再喝淡盐水,会增加盐的摄入,反而让人觉得口干舌燥。

有高血压、心脑血管疾病、肾功能异常的人更不要将淡盐水作为起床后的第一杯水,因为早晨是人体血压升高的第一个高峰,喝盐水会使血压更高。而另外两种水有一些限制人群,蜂蜜水适合便秘的人群,但不适合糖尿病患者和肥胖的人,对于胃酸过多的人而言,空腹喝柠檬水可能会增加胃部不适。

总体来说,白开水没有热量,不仅能有效补充体内水分,还可以让血液迅速得到稀释,促进血液循环,让人更快地清醒过来,是绝大多数人的最佳选择。



吃一些补水的水果

进入到春季以后随着气候变暖,气候越来越干燥,大家会很容易的发现自己的皮肤出现缺水的情况。人体70%都是水构成的,而水果中的水分补充了人体水分的需求。

水果中的水分和平时用于皮肤护理的“补水”产品是不一样的,水果中水分补充的是人体内,包括肌肉、血液等全部组织的水份;而护肤产品根本无法对皮肤真皮层以下的组织进行补水,能软化的不过是皮肤的表皮层,或者说是角质层而已。所以,利用食物中的水分补水,才是真正补充人体内在水分。想要减脂又补水,不仅仅靠“喝”,也可以吃这些水果:

黄瓜:含水量高达96.7%,富含膳食纤维、多种维生素、钾、镁等矿物质,还含有丙醇二酸,可以抑制糖类转变为脂肪。

番茄:含水量94.5%,还含有丰富的胡萝卜素、维生素C和B族维生素。B族维生素是脂肪代谢必要的营养素,维生素C能帮助身体合成肉碱,加速燃脂。

西瓜:含水量91.5%,100克仅有26大卡热量,是夏季补水的好帮手,但含糖指数较高,不宜吃太多,并且千万不要拿来当做主食和宵夜。



不爱喝白开水,试着加点“料”

若是觉得白水太平淡,也不要多喝含糖饮料,可以尝试加入柠檬片。柠檬富含维生素C、维生素B1、维生素B12等多种人体所需微量元素,能够在保证低热量的同时,补充水分和额外的营养物质。如果用柠檬水代替白开水来解渴,则泡水时一定要淡:一大片带皮柠檬泡1升水,能倒3-4小杯,一般冲泡2-3次,没有柠檬味道时换片新的即可。这样泡出来的柠檬水不酸不涩,比较清香,不加糖或蜂蜜即可饮用,所含能量几乎可以忽略不计。此外,胃酸过多的人只需把柠檬水尽量泡淡一点就可以喝,因为少量的柠檬酸有利于胃黏膜修复。对于消化不良者来说,在淡柠檬水中加薄薄一片姜佐餐饮用,对促进消化液分泌还有好处。

也可以加一些蜂蜜等,好喝又健康。蜂蜜是常见的保健品,每天喝一杯蜂蜜水利于健康。蜂蜜,味甘、性平和,可以润燥滑肠,清热润肺,预防感冒,清除体内毒素,保养皮肤,延缓衰老。同时蜂蜜里除了含有葡萄糖和果糖外,还有多种人体所必需的氨基酸、蛋白质、苹果酸等成分。因此蜂蜜水的作用与功效不少,持续饮用保健效果更好。



6:30-7:30 早晨醒来时,正是最需要喝水的时候。经过一夜的睡眠,身体已经处于缺水的状态,醒来之后喝200毫升左右的温开水,既可以帮助补充一夜流失的水分,还能帮助身体及时排出代谢废物和毒素。

9:00-10:00 这个时间通常是许多上班族到达公司,开始准备一天工作的时候,早晨匆忙的赶路,也会让身体流失一些水分,所以在抵达公司之后,最好喝一杯水,为身体及时补充水分。

11:00-12:00 经过了一个上午的忙碌,就快到吃中饭的时间,这个时候喝一杯水,不仅能帮助身体放松,缓解紧张的工作状态,还能在中饭之前,帮助润润肠道。

13:00-13:30 中饭过后的半小时左右,也是身体和肠胃非常需要水的时候,这时喝上一杯水,更有助于食物的消化。

15:00-15:30 下午3点左右,在中医上认为,是膀胱神经最活跃的时间,这时喝一些水,可以帮助身体排出毒素。

17:30-18:00 就快结束一天的工作,准备收工吃晚饭了。这时喝一杯水,在缓解压力的同时,还能够起到一些饱腹的作用,以免让晚饭吃得过多。

22:00-22:30 睡前一杯水,可以为身体补充将在夜里流失的水分,也防止半夜口渴难耐地醒来。当然只要适量喝一些,不要喝过多,否则会引起水肿,以及夜里频频上厕所,影响睡眠。

Axios: 美国大选系列专题《脱轨》

第6集: 最后一站佐治亚州



(Photo illustration: Aida Amer/Axios. Photo: Drew Angerer, Raymond Boyd/Getty Images)

【编者按】从2020年大选之夜开始,一直到他在任的最后几天,唐纳德·川普解体了美国,并拖着这个国家一起,以至于他的追随者们在任期还剩两周的时候洗劫了美国国会大厦。美国著名政治新闻网Axios发表了揭秘美国大选的系列专题《脱轨》“Off the rails”,带你走进一个总统的崩溃。以下为第6集“Last stand in Georgia”的全文翻译:

在空军一号上,川普总统心情很好。他很清楚他不想回到佐治亚州,但不知何故,他被征召参加1月4日晚上的另一次集会。

如果大卫·珀杜(David Perdue)和凯利·洛夫勒(Kelly Loeffler)——两名陷入困境的佐治亚州参议员——在第二天的两轮选举中落败,那么共和党将失去对美国参议院的控制。川普不希望佐治亚州的鲜血沾满他的双手。

飞机上会议室里的电视正播放福克斯新闻台,声音被关掉了。屏幕上播放的视频显示,支持者站满了佐治亚州道尔顿的集会现场,川普得到了短暂的鼓舞。“看看那群人,”他沉思着。

随后,福克斯开始播放佐治亚州州务卿布拉德·拉芬斯伯格(Brad Raffensperger)的采访——川普讨厌拉芬斯伯格拒绝否认乔·拜登(Joe Biden)的胜利,也拒绝证实有关欺诈的谣言。总统的嫌恶又卷土重来了。“多么可怕的、无能的家伙,”他咆哮道。

就在前一天,《华盛顿邮报》发表了一段不同寻常的录音,记录了川普一段通话,期间他迫使共和党人拉芬斯伯格“找到”11780张选票,以推翻佐治亚州的选举结果。川普指控拉芬斯伯格犯有“刑事罪”。

洛夫勒和珀杜已经绝望了,他们让川普回到佐治亚州。他们支持他在最后一刻提出的2,000美元纾困金的计划,两位亿万富翁保守派转变立场。

作为在集会上热情支持川普的回报,洛夫勒做出了一个更大的让步:她同意和其他忠于川普的人一起投票反对即将在1月6日举行的选举人团对大选结果的认证,就在佐治亚州两轮选举后的第二天。但当暴徒冲进国会山时,她推翻了这个决定。

佐治亚州的局势十分严峻。共和党人担心川普对该州高级选举官员的谴责会降低投票率。

在11月上旬和中旬的一系列电话中,参议院多数党

领袖米奇·麦康奈尔(Mitch McConnell)曾试图让川普明白,佐治亚州竞选的利害关系是多么重大。麦康奈尔非常直截了当:我们需要这些胜利来保护我们在一系列问题上取得的进步,他警告说。何况这还关乎川普的政治遗产。

但总统不听。他即将大声疾呼“选举失窃”和“欺诈阴谋”,这会立即破坏与麦康奈尔之间的对话。

在飞机起飞前,川普听取了关于投票率情况的简报。共和党人正确地预测,民主党将在佐治亚州早期的投票中占据主导地位,但他们低估了民主党人在1月5日投票时的投票率。共和党人相信大选日当天90万的选民会让他们在竞选中获胜,任何超过100万的选票都是极其珍贵的。但他们错了。

川普日益壮大的国会阴谋论核心小组那天在空军一号上有个高调的成员。最近宣誓就职的众议员马乔里·泰勒·格林(Marjorie Taylor Greene)加入了陪伴在总统身边的助手和家人,她曾因支持QAnon而声名狼藉,她的选区包括道尔顿(Dalton)。

还有两个关键盟友——南卡罗来纳州参议员林赛·格雷厄姆(Lindsey Graham)和前印第安纳州国会议员戴维·麦金托什(David McIntosh)。麦金托什是前印第安纳州国会议员之一,曾在已故最高法院大法官安东宁·斯卡利亚(Antonin Scalia)手下研习法律。

他们坐在会议室的长桌旁棕色的皮椅上,在服务员端来马卡龙之前,他们享用着烤鸡肉和藜麦沙拉。格雷厄姆在空军一号上飞行时,点的甜品是草莓和奶油。

总统在他们吃完饭后下来,站在桌子的最前面和他们聊天,在那里度过了此次飞行的大部分时间。格雷厄姆和麦金托什在飞行前已经交换了战略笔记,试图让他摆脱情绪。

“看——如果他们赢了,你就会被证明是正确的,”麦金托什说,他请求川普全力支持洛夫勒和珀杜。“每个人都知道,如果他们赢了,你就会因为把他们置于最高地位而获得荣誉。这将表明,在一场没有作弊的选举中,共和党会获胜。”

川普对此并不同意:“不,他们不会的,大卫。如果我们输了,他们会怪我。但如果我们赢了,他们也不会给我此等殊荣。”

格雷厄姆开始尝试另一种策略:“这关系到你的政

治遗产,总统先生。”

格雷厄姆坚持说:“我们必须赢,这样民主党人就不会在法院、经济政策、与中国关系等一切问题上抹去你的政治遗产了。”

在飞行中的某一时刻,川普把麦金托什拉进了他的私人办公室,为麦金托什的私人教练签名,他是总统的狂热支持者。麦金托什试图开启一场关于未来的对话。“总统先生,你知道的,如果结果不出来……”

川普打断了他的话,问道:“你觉得我的几率有多大?”——在选举结束62天后,川普谈到了他连任的可能性。麦金托什说,“看起来不太好,先生。”川普同意,“是的,可能是的。”

“总统先生,如果不成功,你还会再竞选吗?”麦金托什问道。川普对此的回应是一贯尖刻姿态中罕见而短暂的闪光点。“是的,我在考虑这个问题,”他说。“但是你知道,那时我又老了四岁。”

在道尔顿,川普和妻子一起走上舞台,指向大家、微笑、挥手、鼓掌,在李·格林伍德(Lee Greenwood)的“上帝保佑美国”的歌声中喧闹着,人群变得狂躁起来。

在川普的佐治亚州集会后不到48小时,民主党人拉斐尔·沃诺克(Raphael Warnock)和乔恩·奥斯索夫(Jon Ossoff)在两轮选举中获胜,共和党人彻底失去了对参议院的控制。

川普说得对,每个人都会责怪他。毕竟,他花了几个月的时间刺伤了人们对选举制度的信心,又把矛头对准了佐治亚州自己的共和党领导层,并沉迷于那些令他失去公平和公正的州。

他允许外人和阴谋家取代他周围的专业人士。他助长了全国人民的不信任、愤怒和绝望感。佐治亚州是川普最后一个表态的州。

他正准备焚毁他的政治遗产。24小时内,总统召集的野蛮的地面部队将推翻选举的幻想——冲击美国国会大厦。

关于这个系列:我们的报道是基于对现任和前任白宫、竞选团队、政府、国会官员以及目击者和总统亲密接触者的多次采访。消息人士已获准匿名分享他们不会被正式授权披露的敏感观察或细节。川普总统和其他官员在发表前有机会确认、否认或回应本篇报道内容。

(作者:Jonathan Swan, Zachary Basu)

听力知识连载

(接上期)

耳聋耳鸣知识(七)

周志益博士 (明州)

“耳鸣掩蔽”与“声信息治疗耳聋耳鸣技术”的研究

【摘要】“声信息治疗耳鸣技术”的研究,源于上世纪九十年代初,对“耳鸣掩蔽器”的实验研究。

目的:探索利用最敏感的方法“以声治听”,快速治疗耳聋、耳鸣的有效机理,为临床治疗提供最有效的治疗手段。

方法:分别通过“耳鸣掩蔽”实验、“聋鸣关系实验”和利用声信息治疗耳鸣“消鸣复聪实验”及临床病例总结,研究耳鸣掩蔽器和声信息治疗仪治疗耳鸣过程的临床疗效及其作用机理。

结果:耳鸣掩蔽法的掩蔽效果、后抑制时间与“掩蔽音和耳鸣音的匹配程度”相关,与耳鸣患者听力、掩蔽声强及掩蔽时间成正比,但是长时间过度掩蔽会造成听力下降,甚至造成永久性的听力损伤,导致植物神经功能失调和脑血管功能异常等噪声对人体的损害。

声信息治疗耳鸣,绝大部分患者的耳鸣声会立即消除或明显减轻,听力和脑血管功能会同时得到不同程度的提高和改善,头痛、眩晕等临床症状会首先得到缓解。

讨论:声信息技术的研究,突破了“耳鸣掩蔽器”利用大于耳鸣声的声音掩盖耳鸣,抑制听觉神经功能,以缓解耳鸣的思路。创新性的利用“因人而异、辩证施音”的方法,通过严格量化的声音,对听觉神经系统进行全面的调节,消除由于局部异常导致的“听觉中枢结构重组”造成的耳鸣,以及由于耳鸣导致的语言分辨率的降低和听觉系统过度抑制造成

的听力进一步下降,重塑听觉中枢正常结构,同时利用人体对不同声音产生的连索反应,调节人体植物神经系统和脑血管功能,治疗因神经—血管相互作用引发的各种头痛、眩晕等多种相关疾病。

耳鸣掩蔽治疗:有效的临床治疗方法

虽然有多种耳鸣治疗方法,在临床使用最多的仍然是耳鸣掩蔽法,包括基于各种声学特征的声音治疗、低强度声音疗法、低频声疗法和自然声音掩蔽法等。掩蔽声可通过严格的耳鸣客观测定,选用特定的、与耳鸣声相匹配或掩蔽效果最佳的声音,来完全或部分掩蔽耳鸣,消除或减弱耳鸣症状。国内外大量临床研究表明,掩蔽法治疗耳鸣的有效率可达到80%,疗效显著,使用简单,无痛苦和副作用,是临床治疗耳鸣的主要方法。

下期我们会介绍
【耳聋耳鸣知识(八)】
敬请关注!

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



美容知识连载

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,多数数人以为只是眼皮松弛的原故,实际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手术。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。

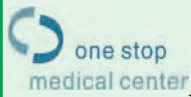
下期我们会介绍
【眼部美容(二)】
敬请关注!

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



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

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

寻常人家

葛愉(河南·洛阳)

(接上期)

第三十二回 崢嶸岁月军训归德府 坎坷年华兵演宋州城

七律诗曰:

崢嶸岁月步学军,坎坷年华乱战云。
美帝声称核远打,苏修叫嚣寇边侵。
台湾大陆非和睦,印度神州是恶邻。
只为贫穷国力弱,团结御外靠全民。

上回书说到:辛钟志和银少英两个人于七月三十日随着队伍来到了宋州这个久闻大名的城市。

宋州位于中国中东部,中原东部门户,简称商或宋,是华夏文明和中华民族的重要发源地,拥有八千七百余年文明史,五千二百余年建城史,一千五百余年建都史,为六朝古都、国家历史文化名城。

宋州历史悠久、文化灿烂,有巢氏、燧人氏、高辛氏、朱襄氏、葛天氏等古代帝王先后在宋州建都立国。三皇之首的燧人氏在宋州建立燧明国,发明钻木取火,开创了华夏文明新纪元。五帝之一的帝誉建都宋州,在位七十年,天下大治。宋州为夏朝中期的主要都城。华商始祖王亥开创了华夏商业贸易之先河,为商人、商品、商业的缔造者,商汤灭夏后在宋州建立商朝,宋州被誉为三商之源·华商之都。周朝将殷商后裔微子封于商都故地,建立宋国,春秋战国时代宋国宋州诞生了墨子、庄子、惠子等伟大的哲学家、思想家及文学家,老子、孔子、孟子等也长期在宋州讲学论道。梁国是西汉最强大的封国,为梁孝王刘武于宋州建立,其皇家园林梁园规模宏大、景色秀丽、影响深远。宋太祖赵匡胤发迹于宋州,故国号宋,宋州为北宋陪都。靖康之变后,赵构于宋州登基,宋州为南宋开国都城,两宋王朝均发源于宋州。金朝末年迁都宋州。

享誉海内外的三商之源·华商之都宋州,是经国务院批准的中国历史文化名城,宋州区位优势、交通发达,东与江苏省相望、北与山东省接壤、南与安徽省相连,为中国东引西进,通达南北的桥头堡,亚欧大陆桥中国段重要的中心城市。

宋州的历史厚重:它分别是华夏文明的发祥地,中国钻木取火的发源地,中国商人、商品、商业的发源地,六朝古都‘三皇五帝’时期、夏朝、商朝、周朝宋国、西汉梁国、南宋、金朝等朝代建都地。

单说它的历史古称就有:燧明国、亳、商、南亳、北亳、东都、宋国、睢阳、梁国、梁园、梁郡、宋州、宋城、应天府、南京、归德府等。

这里又是一些起始思想源头:分别是中国百家争鸣主阵地、中国儒家思想发祥地、中国道家思想发源地、中国墨家思想发源地、中国名家思想发源地。

它的诸多文化名片有:火文化、三商文化、两宋文化、汉梁文化、葛天文化、姓氏文化、根亲文化、孔祖文化、庄子文化、木兰文化、旅游文化、酒文化、授时文化。

宋州的由来源于阍伯,阍伯为帝誉高辛氏之子,相传为帝誉后妃简狄吞燕卵而生,故《诗经·商颂》云:‘天命玄鸟,降而生商’。《左传》载:‘陶唐氏之火正阍伯居宋州,祀大火,而火纪时焉。相土因之,故商主大火。’阍伯在西元前两千八百年,传说中的尧舜时代发明了以火纪时的历法,在管火的同时曾筑台观察星辰,以此为依据测定一年的自然变化和年成的好坏,为我国古老的天文学作出了贡献。阍伯在他的封地‘商’,即今宋州做火正,深受人民的爱戴,故人们尊他为‘火神’。阍伯死后葬于封地,由于阍伯的封号为‘商’,即宋州。

阍伯之孙相土首先发明了马车,六世孙王亥又发明了牛车。这便是史书上‘立皂牢,服马牛,以为民利’的记载。农牧业的迅速发展,使商部落很快强大起来,他们生产的有了过剩,于是商祖王亥在宋州服牛驯马发展生产,用牛车拉着货物,到外部落去搞交易,开创了华夏商业贸易的先河,久而久之人们就把从事贸易活动的商部落人称为‘商人’,把用于交换的物品叫‘商品’,把商人从事的职业叫‘商业’,由此衍生的文化称为‘商文化’。

宋州是中国重要的古都,建都时间最早,跨度最长,前后共历一千五百多年。宋州是中国六朝古都,上古古都、华夏祖地、帝誉高辛之都、夏朝少康中兴之都、商朝前中期都城、周朝宋国国都、汉朝梁国国都、南宋开国之都、金朝末年之都。早在上古时代,燧人氏、神农氏、葛天氏、颛顼、帝誉(kù)等三皇五帝先后在宋州建都。八千七百年前的‘母系社会’时期,中国氏族联盟时代伏羲女媧氏政权的大伏羲氏族栗陆氏执政的首任帝栗陆氏伏安降生于栗广之野(今夏邑)继承了伏羲氏王位并建都于此。

约在西元前二十四世纪,颛顼、帝誉等先后建都于宋州。帝誉之子契(xiè)佐禹治水有功封于商(今宋州),为商族人的始祖。

西元前一九五二年,姒少康在纶(今夏邑)恢复了夏王朝的统治。约西元前十六世纪,契的十四世孙成汤,灭夏称商,初都南亳(今虞城谷熟镇),宋州为商朝的第一个建

都地,先后有十三位商朝君主在宋州建都。

周成王三年,约西元前一零四四年,周公平定武庚叛乱后,周成王封殷商后裔微子启于宋州,称宋国,睢阳为宋国国都。

西汉时期宋州为汉代最强盛的诸侯国梁国的国都。北宋时期,因宋太祖赵匡胤发迹于宋州,升宋州,即今宋州为应天府南京,位居陪都地位;靖康二年,即西元一一二七年五月,赵构在应天府南京即位,宋州成为南宋的开国都城。天元元年,即西元一二三二年十二月金哀宗迁都归德府,即今宋州。

宋州是中华姓氏的重要发源地之一,据考证,仅帝誉一系,就派生出姓氏一二四九,其中单姓七百八十九个、复姓四百六十四,遍布海内外。除帝誉后裔外,有据可查的姓氏在宋州的,还有葛、虞、陶、陈、田、桑、甯、犬、火、睢等。汉民族人口最多的一百个大姓氏中,帝誉之后占五十九个;在《百家姓》四百三十八个姓氏中,有二百四十二个源于宋州。台湾省的‘陈、林、黄、张、李、王、吴、刘、蔡、杨’十大姓氏中,有七个姓氏‘根’就在宋州。当今姓氏中,朱、傅、宋、葛、汤、虞、华、龙等千余个姓氏的‘根’在宋州。

宋州文化灿烂,轶闻趣事丰富多彩。宋州是许多美丽故事传说的发源地:相思鸟吟唱千年一曲、大小乔醉曹千口一传、花木兰贞贞千古一人、月下老人牵情千里一線、李太白娶妻千金一壁、李香君贞烈千古一扇,这里有‘相思树’的悲剧;有‘月下老人’的喜剧;有‘闹龙街’的幽默;有‘葫芦诗’的戏谑;有‘桃花扇’、‘追鱼’等凄美爱情故事;有‘高祖斩蛇’的威武神勇传说。可谓包罗万象,不胜枚举。‘庄周梦蝶’、‘守株待兔’、‘握苗助长’、‘朝三暮四’、‘江郎才尽’等成语的发源地均在宋城,总之,宋州的历史文化底蕴很厚很厚。

七月三十日,辛钟志和银少英跟随着部队的招工人员,来到了这座历史名城城区的六步校报了到。报到以后,辛钟志被分配到了后勤组,银少英则被分配到了正规连队。

不过,无论男女,他们都要参加军训,因为当时的国际形势非常复杂,帝修反以及各种反动势力联合在一起,围绕中国周围建起了月牙形包围圈,企图扼杀世界的革命旗手——赤色中国。我们国家的防御政策是全民皆兵,以人民战争的汪洋大海来对付敌人的侵略。

银少英所在的连队共有一百一十三个人,去掉两个连级、三个排级干部,其余的一百零八人平均分成三个排,每排三十六个人,每个排又平均分成三个班,每班平均十二个人。

连长叫做马达,四川人,上尉军衔,参加过抗美援朝战争,他的个子很矮,本人没怎么读过书,但为人很老实;

指道员的名字叫牛皋,和精忠岳飞传上的大将军牛皋同名,不过,古时候的牛皋是陕西人,我们的指道员却是山东人,中尉军衔,文化水准只是个高小,小时候因出天花的缘故,结果落下一脸麻子,但他的个头儿长的很高大,约有一米八二,他的力气也很大,同志们亲切地称他为“坦克指道员”;一排长管卫精,天水人,上尉军衔,是个老中学生,极善言辞;二排长董一合,鹰城人,少尉军衔,也是个中学生水准,但讲起话来逻辑性很强;三排长张晓苟,邯郸人,参加过抗美援朝,上尉军衔,只读过初小,参军前是个卖肉的,属于社会上那种不够的人。再加上他人为人的品质不是太好,一旦谁要得罪了他,他就会记你一辈子,报复性极强,大家都不太喜欢他,因为他有个爱吸溜鼻子的毛病,平时有鼻涕没鼻涕他总爱吭吭的像是在吸鼻子,又像是在用力闻什么东西,所以同志们私下里又送他了个绰号——小警犬。

银少英分到了三排三班,三班是个勤务班,班里十二个人,负责医务、护理、通讯、话务、文秘等工作。十个女生和两个男生,一个湖南人、一个人扬州人、八个湖北人、两个河南人。

班长奢依莉,湖南茶陵人,人称湘妹,是一个水家族姑娘,高挑的个儿,约有一米七一左右,瓜子型的脸,配上一双美丽的大眼睛,看上去非常的漂亮。

她的最明显特点就是,长了一对儿洁白的小虎牙,这对儿小虎牙配在她的脸上,不但不难看,在她笑的时候,也许她下意识的总想掩饰,反而促成了另一种别有韵味的妩媚,令人看上去会觉得她更加活美;副班长婚涛,湖北人,壮族。一个嫫嫫中医的姑娘,在班里年龄最大,大家亲昵的称她为“一姐”,她每天都是给人一种灿烂的微笑,让人觉得她十分可亲;萧巩嫦,天中人,一个亮丽如玫瑰、娇豔似芙蓉的姑娘,由于说话锋芒,故称小辣椒;张瑚诗,扬州人,温柔似水,一个标准的南国佳人,大家都亲切地称她为林妹妹;张巧云,湖北人,亭亭玉立,能歌善舞的姑娘,由于文雅沉重,被大家称作宝姐姐;龚秋尔,湖北人,琴棋书画、无一不精,多才多艺,人称靓妹;吴桂枝,湖北人,清丽白皙,高大富态,属于雍容华贵的妩媚,只是那双美丽的大眼睛稍稍有点儿向旁边斜视,人称斜眼美人;田显敏,湖北人,文雅清秀,一个善于针灸推拿的姑娘,被大家称作小甜心;魏君梅,湖北人,能歌善舞、多才多艺,大家亲切地称她为梅姑;;吕段婕,湖北人,一个嫫嫫文静的女孩儿,大家尊称她凤姐;习华松,湖北黄陂人,多才多艺,同志们呢称美男子;银少英,河南人。

军训是很严格的,训练科目完全按照正规军人的标准进行。每天练习的科目有内务、队列、单杠、刺杀、投弹、射击以及匍匐前进。晚上还有紧急集合。从早到晚,一天下

来,真也搞得他们筋疲力尽的。特别是晚上睡觉,精神上的那根弦,总是绷得紧紧的。甚至有的人为了应付紧急集合,晚上睡觉的时候吓得连衣服也不敢脱,生怕一声哨子响,就得赶快起床、穿衣服、打背包。每一次集合完毕,连长或指导员总是先讲一通某某地方有空降特务,上级要求我们去搜查的话,之后紧接着就是几公里的急行军。

那是第一次紧急集合,连长马达用他那浓重的四川口音,笼统的布置了搜捕空降特务的任务以后,就带着队伍从宋州市沿着公路向南进发。

有的同志背包打的松松垮垮的,走不了多远,就散了套,有的同志慌忙中把裤子前后穿反了、有的黑摸着把扣子扣错了、有的走着走着脚踩住自己的鞋带儿摔倒了,反正,闹的笑话层出不穷。

银少英和席华松的背包都打的松跨成一个圆球型,几乎就要从背包带中脱落出来。排长张晓苟走到跟前讽刺挖苦的调侃说:“我们这两位男士,看上去长得都怪精干,打的背包可真叫个窝囊,远远比不上姑娘们打的规矩。”其实他说的也都是实话。

回来以后,大家自动开了一个检查讨论会,目的是发扬成绩,纠正错误,以利再战。

会上,大家唧唧喳喳的议论着,互相出着当时对方的洋相,逗得大家笑个不停。

晚点名会上,排长张晓苟表扬了女同志们,说女同志们的背包、军人风纪普遍都比较好;最后虽说是轻描淡写的,但确实对席华松和银少英提出了批评,要求他们以后要向女同志们学习。

银少英平时有一个不太好的习惯性毛病,那就是经常在下意识的情况下,不自主的翘起嘴唇,让人看去,好像极端着不起或蔑视什么似的。

今天张晓苟排长刚刚批评了银少英和席华松,一转眼恰巧看到了银少英这个动作镜头,他可能以为是冲自己来的,心里生气极了,立即刻薄的说道:“个别同志你不要撇嘴不服气,你不服气也不行,到这里,就得听我的! 如果不愿意可以立马走人。”

银少英一听,马上就听出排长是在说自己,吓得舌头一伸,虽说自己确实受了天大的委屈,但也沒敢吭声。

为此,熄灯以后,席华松私下里小声和银少英说:“咱们张排长这个人地地道道,田显敏踩住自己的鞋带儿摔倒了,他怎么不说呢? 偏偏拿咱们两个寻开心,出咱们的窝囊。”

“那人家田显敏的背包打的不错呀,女同志普遍比较细心,她们做的是比我们好,我们不承认也不行。”银少英向席华松解释道。

“你说啥事呢,你等着吧,以后他不会少给我们小鞋穿。”席华松极其不满的说道。

银少英只是笑了笑,也没有再说什么,因为熄灯号已经吹了半天了,排长可能马上就要来查铺,一旦被听到,那麻烦可能就大了。所以,两个人也赶快睡了。

第二天早晨五点半钟,离起床时间还有一个半小时,大家都偷偷的起来跑到操场上练习单杠,因为都想争取在训练结束考核时单杠三个练习达标,当然,女同志只要做一个练习就可以达标了。

银少英和席华松两个人连单杠引体向上的十个动作都做不了,更别说三个练习了。所以他们两个也提前偷偷的起床,跑到操场上练了起来。

单杠引体向上的动作,银少英本来是连一个也做不来的,经过二十几天的锻炼,现在已经能连续做五六个动作了,并且姿势也比较优美;向第一练习进行,银少英由于胆小,无论如何也做不好,至于第二、三练习,那就更别提了,只好慢慢的来吧,先努力把第一练习达标再说吧。

上午的训练科目是投弹测验,排长张晓苟首先做了示范,你可别说,排长别的虽说不敢恭维,可他投手榴弹,他能投四十五米左右远,并且动作利索,他这一点儿可以说,不能不令人羡慕。

下来轮着大家预热练习,女学员大多在十到十五米之间,很少有能投到二十米的;

席华松和银少英大约可投到三十米左右,也就是说刚刚及格。可由于几天来的紧张锻炼,胳膊都练肿了,现在一动就感到非常的疼痛。银少英在热身练习时每次只能投到二十米左右,而且胳膊很痛,席华松也是呲牙咧嘴的,两个人的投弹成绩就是提不上去,心里都很着急。。

看到这种情况,排长张晓苟鄙夷的问他道:“银少英,今天你敢不敢参加测验?”

银少英感到心里非常的难过,他直感觉到,自己受到了轻视。他立即坚定的说:“敢!”因为对排长态度的反感,又激发了他内心的争强好胜心理。

“今天参加你也难以及格,我断定你连二十五米也难以投到。”排长张晓苟撇着嘴蔑视的说道。

“我一定能投到三十米以上!”银少英更加坚定的说道。

“今天你要能投到三十米,你想吃啥我就买啥!”排长张晓苟进一步激道。

“算事儿,我要投不到三十米,我请你县城饭店吃饭。”银少英果敢的说。

“那你要投到三十米的话,我请你什么呢?”排长张晓苟问道。

“那就请你买点心让大家伙儿吃吧。”银少英笑着说道。(下接B12版)

饮食文化是中国传统佳节不可或缺的内容,元宵吃汤圆,端午吃粽子,中秋吃月饼,而清明吃什么呢?

在山东,即墨吃鸡蛋和冷饽饽,莱阳、招远、长岛吃鸡蛋和冷高粱米饭,据说不这样的话就会遭遇冰雹灾害。泰安吃冷煎饼卷生苦菜,据说吃了眼睛明亮。晋中一带还保留着清明前一日的禁火的习惯,只吃冷食。

很多地方在完成祭祀仪式后,将祭祀食品分吃。晋南人过清明时,习惯用白面蒸大馍,中间夹有核桃、枣儿、豆子,外面盘成龙形,龙身中间塞一个鸡蛋,名为“子福”。要蒸一个很大的总“子福”,象征全家团圆幸福。上坟时,将总“子福”献给祖先,扫墓完毕后全家分而食之。

上海旧俗,用柳条将祭祀用过的蒸糕饼团贯穿起来,晾干后存放着,到立夏那天,将之油煎,给小孩吃,据说吃了以后不得症夏病,可以身强体壮,脾胃好。上海的清明节还有吃青团的风俗。将雀麦草汁和糯米一起春合,使青汁和米粉相互融合,然后包上豆沙、枣泥等馅料,用芦叶垫底,放到蒸笼内。蒸熟出笼的青团色泽鲜绿,香气扑鼻,是本地清明节最有特色的节令食品。上海也有的人家清明节爱吃桃花粥,在扫墓和家宴上爱用刀鱼。

现在,青团有的是采用青艾,有的以雀麦草汁和糯米粉捣制再以豆沙为馅而成,流传百余年,仍旧是一种老面孔。人们用它扫墓祭祖,但更多的是应令尝鲜,青团作为祭祀的功能日益淡化。因此,一些卖青团的店家洞察到这一点,进行改良,前些年曾出现过多种甜咸馅料的青团,如猪油玫瑰青团、

吃在清明节

■ 侯兴锋(安徽)



黑洋酥青团、金针耳鲜肉青团等,但好景不长,这些原本受人青睐的青团美食小吃,竟然无疾而终,实在让人百思不解。

江西一带清明节同样是吃青团,但做法和上海却不同,是使用鼠鞠草与糯米粉一起柔和,再包上自己喜欢吃的馅儿,蒸熟即可,通常有萝卜丝儿肉末、绿豆、红豆等馅儿。其中的主要原料鼠鞠草,每年清明前可以在

田地里采摘到,是属于野生的菊科植物,做出来的清明果香味儿十足。

徽州地区,也有吃青团子的风俗。在做法上又有所不同:把一种名叫“浆麦草”的野生植物捣烂后挤压出汁,和糯米粉拌匀糅合,成为青色的米团,团馅通常为白糖豆沙馅。准备妥当,团子入笼蒸熟,出笼刷上熟菜油。热气腾腾的青团子油绿如玉,粘糯软

绵,清香扑鼻,吃起来甜而不腻。

除食用青团子外,吃“清明螺”也是江南人的习俗。“清明螺,抵只鹅”,此时的螺蛳最为肥美。

艾草米饼是黄山、皖南山区清明时节的一种小吃。到清明时节的时候采摘时令性植物艾草做成米饼,传说这种饼吃了可以让吃的人魂魄对人体的依附更加紧密,而不用因为受到惊吓或者别的什么刺激而把魂给弄丢了。虽然这只不过是一种传说,但却让清明节吃艾草饼的风俗习惯就此流传下来。

蒿子粑是桐城一带民间传统风俗。据祖辈老人传下来的说法“三月三”是一切亡灵的节日。这一天家家吃蒿子粑,为的是纪念死者,同时祝愿人人健康长寿,不为邪恶所侵。如今,蒿子粑在清明期间也是十分受欢迎的小吃。

徽子这种食品可以说是真正打破了南北地域的界限,我国南北各地清明节均有吃徽子的食俗。“徽子”为一油炸食品,香脆精美,古时叫“寒具”。

皖北地区清明节早上一般要吃煮鸡蛋,俗称“清明不吃蛋,穷得乱打颤”,后来发展成把面团捏成鸟的身形,剪出翅膀和尾羽,底座塞上鸡蛋、鸭蛋或者鹅蛋,然后把“面燕”放到锅里蒸。但这种食物大多是由出嫁的女儿送给娘家人吃为主,没有女儿的家庭只好寻求另外一种习俗方式,将面食串在柳条上,即寓意春燕来临。

在春暖花开的清明节,我们不妨使自己慢下来,根据当地的风俗,做一做这些民间美食,在享受口舌之福的同时,还可以体验雅趣,岂不甚好?

寻常人家

葛愉(河南·洛阳)

(上接B11版)

“好,一言为定,准备上场吧!”排长张晓苟看了看银少英有些红肿的胳膊,认为他无论如何也不会投到三十米的,于是轻蔑的说道。

大家看到排长和银少英打赌,都唧唧喳喳的围过来观看,班长、副班长和萧巩嫦等几个人都在为银少英鼓劲儿,也有的人扇风说:“不管谁输赢,我们大家只管跟着喝喜酒。”

银少英的胳膊确实很痛,热身训练投弹时就疼得钻心,现在大话说出去了,怎么办才好呢?银少英的好胜心理在涌动着。

没办法,只有拼上了。于是,银少英强忍着胳膊的钻心疼,甩开右胳膊猛的前后转着轮了起来,谁知道胳膊真的大甩开后,好像血脉和筋骨这样一来,都打通了似得,反而倒不觉得疼痛了,银少英要求上场。

张晓苟排长答应了,他的心里是要看银少英的笑话。

银少英看到了班长、副班长、萧巩嫦等几个同志对他鼓励的眼光,他微微的向他们点了点头,满怀信心的站在了起投线上。

只见他左手拿手榴弹,右手又连续甩了十几下,然后,他才把左手的手榴弹递给了右手,紧接着,他的右手由前向后顺着右上方划弧,身子随之向前一跃,右手的手榴弹投了出去。

“三十八米五!”验弹员高声报道。

哗!一片掌声和称赞声。银少英学习投弹以来都没有过的好成绩。

“好,好,我买点心。”张晓苟排长讪讪的说道。

“不用,不用,我这是偶尔投的,怎敢叫排长买点心呢?”银少英客气的说道。

“那有什么,我输了么。”张晓苟排长不尴不尬的说道。

“买,买,排长一定得买,排长说话怎么能不算数呢?”因为女同志们大多都特别爱吃甜食,也许是近来吃的大锅饭没味道,嘴真的都馋了,所以女同志们起哄道。

张晓苟排长没办法,只得拿出一元钱,让人去军人小卖部买了一包点心,拿回来后姑娘们抢着分吃了,轮到银少英和张晓苟排长的时候,点心包里就只剩下些碎末子了。

第二天,进行防空演习。

全团紧急集合后,连长和指道员到团里领取了任务,回来就带领全连向郊区的小山

包走去,在小山包上的小树林里,连长要求大家各自做好隐蔽工作,于是,同志们纷纷折些柳条,开始编制柳条帽圈,伪装隐蔽自己。

炊事班的同志们则开始准备午餐。他们有的寻找枯枝木柴,有的搬石垒灶,有的寻水淘米洗菜。

由于野外这些活儿的难度较大,连长又让各排再派个人去帮厨。三排派席华松同志去了。其余的人都各自坐在自己的背包上小声的闲聊着天。

中午开饭了,大家都拿着自己的漱口小缸子去打饭,女同志大多自己都有一把备用的小勺子,现在用起来很方便;男同志一般都没有,更没有筷子,没办法,只好去折根树枝,剥去树皮权当筷子来用。

午饭每人一两大米饭、一个高粱面窝窝头儿、一份炒冬瓜+辣椒萝卜片。只听大家一边吃着一边埋怨着,只听这个说:“蒸的高粱窝窝头儿血红血红,看着就让人倒胃。”

又听那个说:“这菜炒的除了咸、辣以外,连一点儿油腥味儿都吃不出来。”

谁又接着说了一句:“少的可怜的一点点儿米饭,让人吃着也难以下嚥,一碗饭内有生米、有熟米、还有焦糊米。”

这时,一排有个低胖子调皮的说道:“你知道什么,这才叫烹调技术呢,这种饭叫做‘下边糊、上边烂,中间加个穿甲弹。’一般人的做饭技术还做不了呢!”说的大家“轰”的一声大笑起来。

“大家都别说了,炊事班的同志们也不容易,他们在这样的艰苦条件下,能让我们大家吃上饭,已经是很不错的啦,就是换了我们,我们就一定能做好吗?”张翔诗同志出来打圆场制止大家说道。

席华松一听张翔诗说话,就模仿着她的江浙口音说道:“阿拉是上海人嘛,来到了宋州城,塞(三)天不(吃)大米饭,阿拉说肚子痛。”一句话再加上他装的滑稽样子,大家又大笑起来。

吃饭的时候,有的只把菜中兑了点水勉强吃了,米饭挑拣着吃了一两口,其它剩的就全给倒掉了。

至于高粱面窝窝头儿,还是女同志们比较高明,她们大多把它偷偷的装进了挎包内,又从挎包内摸出自己平时备下的饼干儿、点心之类零食,悄悄的吃上两块儿就糊弄过去了。

男同志可就不行了,他们有的干脆就把高粱面窝窝头儿当手榴弹扔了出去,并且嘴里还不干不净的骂骂咧咧,好像谁都对不住他们似得。

等大家吃过饭后西后,连文书通知大家

先休息一会儿,等待下一步训练任务的命令。

由于午饭都没有吃好,有的同志还在骂骂咧咧的发牢骚。这时只听席华松同志说道:“不当家不知柴米贵呀!今天我去帮厨,我算真的知道了,炊事班的同志们也真的不容易,就连今天做饭用的水,也是我和炊事班的同志从二三里处的小河沟里弄来的,饭菜虽说品质不高,但也确实来之不易呀!”

说过后他就在一片小树林下头枕着自己的背包,把两只脚伸到一棵小树的树枝上睡了起来。谁知他刚睡了一会儿,又嘟囔着向太阳地儿挪了挪,刚睡了一会儿,他也高声的骂了起来:“这个老天爷也和人作对,在树荫下睡一会儿会感觉到有些冷,挪到太阳下又觉得晒得慌,这是个么罗鬼天气,叫人么事办好啊!”

“哎,这你就知道了,这就是人们常说的,‘二八月,难坐街,凉荫凉,太阳地儿热。’你找个太阳地儿和树荫交界的地方睡去,肯定就会好一些。”吴桂枝斜着眼说道。

席华松也真的很听话,他就提着背包到小树林的边沿上找了个地方,倒头睡去。

这一些都被指道员牛皋看到了眼里,牛指道员的文化水准不是太高,但侃起话来,云天雾地的,有时甚至是驴头不对马嘴的倒也能片上半天,他觉得这可是一个机会,要给大家上一堂政治课,特别是扔高粱面窝窝头儿的事情,必须重点的讲一讲,要让大家都知道,粮食的来之不易,知道节约粮食。

下午的训练科目是武装越野开团地,即带枪匍匐前进。一个班分成四组,每组三个人,每次各班出一组人,共九个小组、二十七个人为一批,四次轮流进行考核比赛。

三排三班女同志多,男同志只有银少英和席华松两个人,班长奢依莉指定吕段婕同志和他俩人成为一组。

两个小山包的间隙中间比较平坦,但也有小沟小坎儿,总距离约有二三百米宽,要求大家充分利用地形地物,掩护好自己,带枪迅速越过开阔地,接近对面小山包下的一棵大梨树,看哪一组配合表演的最好。

监考官是连长马达、指道员牛皋和三个排长。

连长马达、指道员牛皋和一排长管卫精三个人在开阔地的中央突起处全面监督视察;二排长董一合在大梨树下接应检查;三排长张晓苟在起始线上监督发令。

竞赛开始了,虽说表现的好坏不一,中间不乏出现一些笑话,但大家都基本在认真的去做着,进行的还算顺利。

特别是三排三班的女同志们,具监考官们后来的评语说,虽说她们的速度不是很

快,但动作做得都比较到位和认真。

轮到吕段婕、席华松和银少英他们三个出场了,其他八个班出场的人看着似乎都显得格外的强壮,见此情景,排长张晓苟对他们三个人极不信任的说道:“你们三个人能为咱们排争光么?”

“能!”三个人异口同声的说。

“能,别大话先吹在前边,你们三个不给我们排丢人现眼,恐怕就算烧高香了。”由于对银少英和席华松的印象反感,张晓苟排长蔑视的恶心他们道。

三个人都默不作声了,但他们在内心里,对于排长张晓苟的说法,都实在是觉得有点儿不舒服,没办法,只有让事实来说话。是骡子是马,拉出去溜溜,等考场上见见吧。

排长张晓苟手里的发令枪响了,二十七个人都用右手提着五六式半自动步枪出发了,银少英小组三人,席华松走在前边,银少英紧跟在他的左后侧,吕段婕跟在他的右后侧,他们三个人始终保持着一个等边三角形的队形向前运动着。

只见他们一会儿弯着腰向前快步跑动,一会儿匍匐前进,其中有一小段儿,席华松却是滚了过去,银少英和吕段婕在后边见状,也就地滚了过去,但他们的队形却一直没变。

席华松可能是因为吃了什么不对劲的东西,这两天肚子一直有些不太舒服。这一滚动不大要紧,突然觉得内急不可忍耐,稍一放松警惕,不知怎么就处理了一裤裆,顺着裤腿往外流黄水。这可把后边的银少英和吕段婕熏坏了,他们两个人又是着急、又是觉得可笑,为了绕开被席华松污染的地方,两个人无奈,只得稍微绕行,使他们一直保持较好的队形显得有点儿乱了。

好歹席华松同志还是坚持了下来,一到梨树下,席华松同志的裤子已经被泥泞弄得不成样子了,他极其不好意思的跑进了小树林中。

竞赛结束了,最后连长总结讲话,宣布了评比结果,银少英他们小组荣获比赛前八名。因为优秀的成绩他们受到了连里的表扬,这个优秀成绩可是来之不易,为此,席华松同志把臭屁拉到裤子里的事情,成了后来人们一直的谈话笑柄。不过,他们也真的以自己优秀的的成绩,给张晓苟排长了一个正告。

正是:

多舛之路逆吹风,窃喜都堂闭塞能。

坦荡无求君子量,须知苦乐写其中。

要知后事如何? 请听下回分解。

(未完待续)

住房

经济适用房双城!

圣保罗 | 明尼阿波利斯 | 市郊

开放式, 一卧室, 两卧室
和三卧室可用

转到: ReeApartments.com 了解更多



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

S016



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

廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



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



廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



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
Columbia Heights, MN 55421
网站: www.csscmn.info
952-200-8972 (李怡)

**美国中医学院
中医健康中心**
651-631-0204

装修 翻新 装潢 材料 汽车维修 其它服务

廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



二胡招生
612-479-3700



TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC
雙城大理石折扣店
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

廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848



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





育才中文學校誠聘

夏令營才藝教師

育才中文學校誠聘夏令營才藝教師,包括中文、書法、中國象棋、圍棋、美術、民族器樂、武術等。待遇從優!有意者請寄簡歷到育才郵箱:

yucaimn@yahoo.com

廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848

餐館誠請廚師和幫廚

Brooklyn Park 中餐館 誠請一名廚師和一名幫廚,有意者請電:
(英文) 715-492-1031 (Meng)

廣告位招租

☎ 熱線: 952-688-2848

餐館請人

Roseville 中餐館 誠請一名洗碗打雜工,有意者請電:
612-708-8405

大四川飯店
Grand Szechuan Restaurant
舌尖上的成都美味
952-888-7959
10602 France Ave S, Bloomington, MN 55431

廣告位招租

☎ 熱線: 952-688-2848

中餐館請人

Rose Garden 玫瑰園,
Blaine Location 中餐館請人
誠請企台,油鍋,幫炒和打雜
有意者請電: **763-614-8209**
763-755-6000

會計事務所 貸款

劉紹虹會計師事務所

612-638-2676 612-432-1476

楊榕會計師事務所

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

鄧治剛會計師事務所

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

新家园貸款

毛矛 (Maggie)
612-940-7275 (Phone)

鄭巍 Wei Zheng

Mortgage Loan Officer
專職貸款專家 明尼蘇達大學博士
執照: NMLS# 1413868
電話: (651) 428-8190 (cell)
信箱: wzheng@firstmortgagemn.com

美西貸款

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

法律諮詢

黃唯律師樓
612-469-9888
216-566-9908
7900 International Dr. Suite 300
Bloomington, MN 55425

保險

LTA INSURANCE
明州最具競爭力的保險代理
電話: **651-735-1284**
地址: **1711 W County Rd, Ste 330N, Roseville, MN 55113**

理財

全統理財事務所
電話: **651-447-0196 (Leann)**
952-200-9881 (Sally)
地址: **1611 County Rd B West Roseville, MN 55113**

廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848

廣告位招租
☎ 熱線: 952-688-2848

大學及稅務
規畫專家
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,一個好的經紀人不僅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。



全统理财事务所

Legacy Financial Services LLC



房屋&汽车保險



人壽保險



醫療保險



退休保險



退休計劃



大學儲蓄
& 規劃



護理及殘障
保險



理財課程



商業機會



Ann 玉恩
651-494-2074

公司地址 1

1611 County Rd B West
Roseville, MN 55113

公司地址 2

7760 France Ave S #1185
Edina, MN 55435



Sally 为云
952-200-9881



Grand Szechuan Restaurant

舌尖上的成都美味

10602 France Ave S, Bloomington, MN 55431

952-888-6507

www.GrandSzechuanmn.com





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



美國美容外科中心 MedSpa

網站: www.shucosmeticsurgery.com

最新推出: 非手术减脂技术 Liposonix

- ◎ 皮肤护理保养
- ◎ 微晶磨皮嫩肤
- ◎ 彩光嫩肤
- ◎ 化学换肤嫩肤
- ◎ 激光去痣去斑
- ◎ 激光紧肤嫩肤
- ◎ 激光脱毛
- ◎ 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)
- 無疤臉頰塑型, 迷你臉頰整形術
- 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

诚信保险

2021年医疗保险从新开放期

02/16/2021 至 05/17/2021

欢迎致电咨询, 提供免费报价! 电话: 612-999-8973



奥巴马医疗保险 老人医疗保险
公司团体医疗保险 私人医疗保险
牙医保险

微信号码: CX6129998973

MN LIC#: 40442030

精通: 英文, 粤语, 国语, 福州话

服	医	人	长	房	汽	商	退	教	旅	留	抵
务	疗	寿	期	屋	车	业	休	育	行	学	税
项	保	保	保	保	保	保	金	基	保	生	规
目	险	护	理	险	险	险	年	金	金	保	划
	险	理	险	险	险	险	金	金	金	险	划



7300 Metro Blvd #525, Edina MN 55439