



Michael Chen
大学助学金及税务规划专家

明州時報

每日疫情
明州时报



www.mntimes.org

2021年06月11日 星期五 MINNESOTA TIMES 368期

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

美国新冠病例大幅下降 明尼苏达州全面开放

6月6日,根据美国疾病控制与预防中心(CDC)的报告,美国新冠疫苗接种已跨过3亿剂里程碑。随着疫苗接种人数的增多,美国新增感染和死亡病例持续下降,6月6日新增病例10437人,已回落至去年3月美国刚开始实施防疫限制时的水平。

但美国目前接种疫苗的速度,已减缓至自今年1月以来的最慢速度。据《华盛顿邮报》统计,美国7天平均接种量在6月2日已降至每天110万剂,较一周前下降了35%。

截至6月2日,全美只有12个州实现了“为70%成年人接种至少一针疫苗”的目标:

拜登发起疫苗接种“全国行动月”

6月2日,美国总统拜登宣布6月为“全国行动月”,推出了一系列接种疫苗奖励措施,包括免费啤酒、门票、托儿服务等,以期实现

在7月4日美国独立日之前,让70%的成年人至少接种一剂新冠疫苗的目标。(下接B3版)

诚聘中文教师



育才中文学校课后班正在招聘 2021-2022 学年的中文老师。课后班采取小班教学,每天课时从下午 2:30 至 4:20,为 K-5 的小朋友提供中文教学服务。目前急需周一至周四,或周一至周五中文老师数名,待遇从优。

诚聘有兴趣的个人将简历发送至 yucai.afterschool@gmail.com。如有任何问题,请发邮件或电话与育才课后班管理人员(艾老师 952-201-1584)联系。

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>

明州新聞

双城都会区接种率高出13% 明尼阿波利斯、圣保罗宣布结束口罩令

6月初,明尼阿波利斯和圣保罗相继宣布取消了该市的口罩强制令。6月2日,明尼苏达州卫生官员表示:在明尼阿波利斯-圣保罗都会区的16岁及以上人口中,已有70%以上至少接种过一剂新冠疫苗;而在都会区以外的地区,这一比例仅为57%。

6月1日,明尼阿波利斯市长雅各布·弗雷(Jacob Frey)表示,该市15岁或以上的居民中已有78.6%至少接种过一剂新冠疫苗,其中近70%完全接种了疫苗。但学校里的每个人仍然需要戴口罩,地方、司法机构也可以制定自己的口罩政策。

6月初出现持续创记录高温 双城28条道路弯曲变形

6月第一个周末开始,明尼苏达州出现自上世纪90年代中期以来的创纪录高温天气,并将一直持续到第二周的大部分时间。

6月7日,明尼苏达州交通部(MnDOT)的杰克·洛什(Jake Loesch)表示,6月第一个周末双城都会区已发生28起道路弯曲变形等不同的路面问题。而在相邻的威斯康星州、北达科他州和爱荷华州,也出现了这种情况。

其中包括弗里德利 Mississippi 街附近65号高速公路南行路段的路面弯曲;6月3日,由Mustang径至Jewett街的19号公路/East College Drive的路面弯曲,迫使该道路在周一前改为单线行车;6月4日,在61号公路北行近Cottage Grove 80街的道路弯曲。

据MnDOT介绍,当气温飙升时,路面可能会因为受热而膨胀。温度越高,路面材料就越膨胀。当路面没有足够的空间扩张时(每条道路建造时都被分成一段一段,为路面的膨胀和收缩创造空间),那么路面就会发生弯曲甚至“爆炸”。

一旦路面发生弯曲变形,对驾车者来说是非常危险的。如果你正在开车,在路上看到凸起变形,请不要直接开过去,应该放慢速度进入另一条车道,之后拨打911让工人尽快维修。如果你撞上了凸起变形,应该立即靠边停车请求支援。

此外,由于该州持续的酷热天气,6月第二周有15所明尼阿波利斯学校转向远程教育。

弗洛伊德周年祭发生枪击案 现场30多声枪响

5月25日,明尼苏达州明尼阿波利斯市乔治·弗洛伊德广场(George Floyd Square)附近发生枪击事件。当天正值纪念弗洛伊德逝世一周年,这个广场正是当时弗洛伊德被跪压9分29秒致死的案发地,纪念活动定于当天下午1点开始。

明尼阿波利斯警方表示,枪击报告发生在上午10点09分,在埃利奥特大道南的3800街区,正是紧挨着乔治·弗洛伊德广场以东的街区。当时数名美国媒体记者正在进行外景拍摄,根据美联社记者菲利普·克劳瑟(Philip Crowther)发布的视频,现场至少传出至少30声枪响。

枪击案发生后,有一名男子受枪伤被送往医院,虽情况紧急但不危及生命。警方称,目击者看到一辆黑色越野车超速驶离,目前还未逮捕到任何嫌疑人。事后案发现场迅速恢复了平静,下午1点准时举行了默哀仪式。

凌晨911电话里传来尖叫声 Woodbury儿童被母亲追打重伤

5月26日,明尼苏达州伍德伯里(Woodbury)发生一起严重家庭事件,两名受伤儿童住院治疗,一名女子被拘留。事件发生在凌晨12:45左右,伍德伯里警察局称,当时接到了好几个911报警电话,背景音中可以听到尖叫声,报警人称邻居家的儿童正被家长追赶。

警方称当他们接近穆罕默德时,她似乎正凝视着远处,嘴里不断重复着索马里话。现场调查人员发现,穆罕默德5岁的女儿躺在街上,头下有一滩血,身边有一块木头。被发现时,该女孩已呼吸微弱、没有反应,医院证实其颅骨骨折、脑出血、肝撕裂以及肋骨骨折,需要进行紧急手术。

另一名被殴打的儿童,是穆罕默德6岁的儿子,他为了躲避母亲的追打逃到了邻居家。他被发现严重的挫伤,并有可能手臂骨折。穆罕默德的第三个孩子,一名3岁的女孩,在家中被发现没有受伤。

穆罕默德在接受询问时称她有精神病史,以前被诊断患有双向情感障碍,还曾经住院治疗,已经停用药物几个月了。穆罕默德称,她在过去的几天里一直有幻觉和妄想症,还将自己的孩子称为“魔鬼”。

穆罕默德的儿子在医院接受询问时称,母亲过去也曾打过他们,被攻击当晚他们什么也没做,不知道母亲为什么生气。他说母亲当时用一个长长的灰色圆柱体殴打他们,他的妹妹还曾求饶说“对不起,妈妈”。

5月27日,明尼苏达州华盛顿县对32岁的萨迪约·易卜拉欣·穆罕默德(Sadiyo Ibrahim Mohamed)提出了三项重罪指控:二级蓄意谋杀未遂、一级攻击造成严重身体伤害、二级攻击使用危险武器。

Chaska出现黑熊游荡 引发当地居民广泛关注

5月26日,一只黑熊在明尼苏达州查什卡(Chaska)附近游荡,引起了许多居民的注意。根据当地居民报告,这只熊曾出现在英格勒大道、巴伐利亚路和212号高速公路附近。一位名叫安迪·奥尔森的目击者称,“它看起来很失落”。

明尼苏达州自然资源部(DNR)表示,人们不应该接近熊,如果它靠近你的房子,比如把爪子放在你的窗户或门上,你可以试着通过发出响亮的声音来吓跑它(比如大声喊叫、用锅敲打,或者砰的一声关上门)。

DNR还建议当地居民采取下列措施,减少对熊的吸引,以帮助熊继续前进:

- 在接下来的几个星期内,把喂鸟器收起来
- 关闭垃圾桶和回收容器
- 照顾好你的宠物,把宠物的食物放回室内

更多本地新闻及“每日疫情”
请扫描《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)

鄧治剛會計師事務所

Peter Deng & Associates, CPA

熱情服務華人社區十餘年

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



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

地址: 1751 County Rd B W. Suite 107, Roseville, MN 55113

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



美国宣布与全球分享 8000万剂新冠疫苗

6月3日,拜登政府宣布,美国将在6月底前与全球分享8000万剂新冠疫苗,并已制定具体的分配计划,将首批2500万剂疫苗分享给急需的地区。

声明显示,首批2500剂疫苗中的1900万剂将通过“新冠疫苗获取机制”(COVAX)共享。COVAX是联合国确保中低收入国家和地区获得疫苗的机制。剩余600万剂将分发给重点区域和伙伴,包括加拿大、海地、科索沃、墨西哥、韩国、乌克兰、约旦河西岸和加沙地带,以及埃及、格鲁吉亚、伊拉克、约旦和也门,并包括联合国一线工作人员。

将通过COVAX共享的近1900万剂疫苗中,约有600万剂预定发往西半球的一些国家,它们包括南美洲的阿根廷、玻利维亚、巴西、哥伦比亚、厄瓜多尔、巴拉圭和秘鲁,中美洲国家哥斯达黎加、萨尔瓦多、危地马拉、洪都拉斯和巴拿马。海地等其他加勒比共同体国家以及与海地接壤的多米尼加共和国也包括在内。

约700万剂疫苗将通过COVAX分享给亚洲国家和实体,它们包括阿富汗、孟加拉国、印度、印度尼西亚、老挝、马来西亚、马尔代夫、尼泊尔、太平洋岛屿、巴布亚新几内亚、巴基斯坦、菲律宾、斯里兰卡、台湾、泰国和越南。

500万剂疫苗将在非洲联盟的协调下分享给非洲国家。

美国国家安全顾问沙利文(Jack Sullivan)在记者会上表示,一旦有多余的疫苗库存,美国政府将继续对外捐赠。沙利文表示,美国将有权决定通过COVAX分发的疫苗被分配到哪里。“但这一决定过程将通过与COVAX的密切协商,最重要的是,根据COVAX的疫苗分配公式来完成,然后再利用COVAX的物流能力和交付能力,确保疫苗能真正被一针针地扎进手臂,帮助拯救一条条的生命。”

联合国秘书长发言人杜加里克(Stephane Dujarric)对此表示,“富裕国家、发达国家尽可能多地与COVAX分享疫苗是非常重要的。正如秘书长所指出的那样,除非我们所有人都安全,否则任何人都不安全。这就意味着每个人、每个地方都需得到疫苗。”

美国5月新增就业55.9万人 失业率降至5.8%

6月4日,美国劳工部发布的最新月度就业报告显示,上个月美国新增就业55.9万人,不及华尔街经济学家此前预估的67.1万人,失业率降至5.8%。拜登对此发表讲话,称“计划正在奏效”。

在5月份的就业报告发布之前,4月份的数据非常令人失望,当月仅新增就业26.6万人,远低于预期的100万人,失业率也出人意料地上升。因此市场尤为重视5月份的报告,以确认前一个月的疲弱趋势是否会延续。

5月份,失业率从上个月的6.1%降至5.8%,是2020年3月以来的最低水平,也好于预期的5.9%。一个更广泛的失业率指标,包括那些想工作但已经放弃找工作的人,以及那些因为找不到全职工作而从事兼职工作的人,从4月的10.4%降至10.2%。

拜登发表讲话总结道:“疫苗接种增加了,工作机会增加了,工资增加了,制造业增长了,经济增长了,更多人获得了医疗健保,小企业信心增加了。美国终于又开始行动了。”拜登强调:“我们的经济在摆脱过去100年来最严重的危机上取得了进步……没有其他主要经济体的就业增长速度像我们这样快。”

在所有行业中,5月份就业人数增加最多的是受疫情打击最严重的休闲娱乐业,新增29.2万人,其中最多的增长来自



头条速览

酒吧和餐馆新招聘的18.6万人。

公立和私立教育也受益于重新开放,新增14.4万人。其他就业岗位增长来自健保和社会援助,新增4.6万人,信息业新增2.9万人,制造业新增2.3万人,运输和仓储业新增2.3万人,批发贸易新增2万人,专业和商业服务新增3.5万人。

另一方面,建筑业减少了2万个岗位,零售业也减少了6000个岗位。

按族裔来看,5月份非裔的失业率从9.7%降至9.1%,西语裔失业率从7.9%降至7.3%,亚裔失业率从5.7%降至5.5%。

整体而言,进入5月,美国经济已经恢复了疫情初期所失去的2200万个工作岗位中的1430万个岗位。

美国参议员乘军机高调访台 北京提出“严正交涉”

据BBC报道,6月6日有三名美国参议员乘坐美国空军一架运输机抵达台湾作短暂访问,被形容是台美断交以来,美国军机最高姿态进出台湾,此举引发北京方面的强烈不满。

此次访问台湾的参议员有共和党籍的沙利文(Dan Sullivan)、民主党籍的达克沃斯(Tammy Duckworth)和库恩(Christopher Coons)。三名参议员访台行程只有数小时,其中一名参议员达克沃斯宣布,美国将会向台湾运送75万剂新冠肺炎疫苗。他们获台湾总统蔡英文接见,蔡英文形容美方的做法为台湾带来及时雨。



台美断交以来,美国军机在台湾起降只发生过数次,而美国国会议员更是首次乘军机到访台湾。分析认为,美方这次举动是要表达美国协防台湾的承诺。

中央社也引述国防部智库国防安全研究院学者苏紫云说,访问台湾的国会议员有民主党人,也有共和党人,这象征了拜登政府对台湾的跨党派支持。

而北京方面,除了外交部批评美方参议员的做法外,官方《环球时报》也于6月7日发表社评,形容美国参议员访问台湾的做法,是“切香肠战术又下了离手指更近的一刀”。社评又指台湾的新冠肺炎疫情严重,当局却还有心情做这样的阴险博弈,质问台湾当局是否要让中国大陆“在此时做出一个强烈反应,形成台海地区的一个重大危机”。《环球时报》还引述中国社会科学院美国研究所副所长袁峥形容,美国的做法是拜登政府不断“掏空一个中国”的原则,测试中国的“红线”。

中国放开“三孩”生育政策

5月31日,中国表示将允许所有夫妇生育三个孩子,这个决定结束了此前未能提振该国不断下降的出生率、避免人口危机的“二孩”政策。

中国的严格生育限制始于1980年,中国在当时首次实施“独生子女”政策,以减缓人口增长,促进当时刚刚开始的经济繁荣。但如今,中国的新生儿数量已连续四年下降,其中2020年的出生人数已下降到毛泽东时代以来的最低水平。中国的总生育率,也就是对女性一生中孩子数量的估算,目前为1.3,远低于2.1的人口置换率。而中国2020年的60岁及以上人口已达到2.64亿,约占总人口的18.7%。据政府的数据,到2025年时,60

岁以上的人口将超过3亿,约占总人口的五分之一。

此前中共已在2016年出台了允许一对夫妇生两个孩子的政策,民众对此反应冷淡。对他们来说,该政策未能缓解他们对不断上涨的教育成本和赡养年迈父母等问题的担忧,缺少托儿所和普遍存在的长时间工作文化加重了这些问题。

但中共的宣布不太可能改变生育率下降的趋势。“决策层认识到人口形势比较严峻,”独立人口学家何亚福说。“仅仅放开三胎,而不鼓励生育,我认为对于生育率不会有明显提高的,很多人连二胎都不想生,何况三胎呢。”

事实上,中共的宣布很快在人气颇高的社交媒体平台微博上受到了批评。“他们到底知不知道大部分年轻人养活自己就已经很累了?”一名用户写道,指的是社会普遍对生活成本上升的不满。还有用户抱怨,提高生育限制无助于遏制女性在生更多孩子时在工作中所面临的歧视。

作为对这些担忧的回应,中共表示,还将努力进行更广泛的改革,让夫妇更愿意生更多孩子。中共还承诺完善产假,“保障女性就业合法权益”。中共还表示将推进职工基本养老保险的全国统筹。

广东现变种病毒传播力强 多城实行全民核酸检测

目前,中国广东省正在面临新一轮新冠疫情爆发的困扰。当局6月6日进一步收紧对离境人员的管控,并在多个城市开展全民核酸检测。

广东省自两周前报告本土疫情爆发以来,已发现100多例病例,主要集中在省会广州和深圳。

据官方媒体报道,此次发生在广东的疫情主要由5月26日以来的两条独立传播链引发。其中,发生在省会广州的疫情在荔湾区的一家茶餐厅扩散,而深圳的疫情则在一个港口传播。

当局称,在广州流行的病毒是Delta变种毒株,该毒株最初发现于印度。当局称,该病毒“潜伏期短、传播速度快、病毒载量高”;而深圳是Alpha变种毒株(英国变种毒株B.1.1.7)。英国卫生大臣马特·汉考克(Matt Hancock)表示,研究显示Delta变种比此前在英国迅速传播的Alpha变种的传染性高40%。

目前,深圳的疫情已基本受控,但广州疫情仍在扩散。在过去两周里,广州已对11个区1600万人进行了检测,发现了33例感染病例。而作为南方的枢纽城市,广州拥有1800万人口。此外,中山市、佛山市等广州周边城市也宣布进行大规模全员核酸检测。

地方政府还敦促居民不要外出,尤其是党政机关、国企和学校等地的员工和师生要做出表率。广东铁路也宣布从6月7日起升级离境管控措施。要求广州和佛山的旅客出示48小时内阴性的核酸检测结果才可以乘车,其他城市旅客则需出示72小时结果。广州市荔湾区实施了交通管制,限制部分区域居民离开。

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, 熟知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

中國駐美國大使館：“中國領事”APP 使用說明

【編者按】5月28日，中華人民共和國駐美利堅合眾國大使館發布了“中國領事”APP使用說明，全文如下：

一、下載註冊

“中國領事”APP可通過蘋果應用商店、騰訊應用寶商店、小米應用商店、華為應用商店或掃描下圖中的二維碼下載。下載成功後打開APP，使用電子郵箱或中國手機號進行註冊，根據提示完成實名認證，之後即可正常登錄使用。



二、業務辦理

(一) 申辦護照、旅行證

1、信息填報：登錄APP後，選擇“護照旅行證”（此業務模塊適用於申請護照或旅行證頒發、換發或補發人員），根據提示要求逐步、完整、準確填寫個人基本信息，在線上簽字確認《國籍狀況聲明書》，按格式上傳證件照片、現持護照資料頁等資料；或選擇“應急旅行證”（此業務模塊適用於短期來美丟失護照人員或有緊急情況來不及申辦護照人員，其他情況的旅行證申請可能會被駁回），根據提示完成信息采集。

2、身份驗證：為確保相關證件申請系本人操作，APP將對申請人進行人臉識別。

3、提交訂單：完成上述步驟並成功提交訂單後，相關申請將提交使館審核。申請人可在“我的訂單”或“消息中心”跟蹤辦證進度，使館工作人員將及時通過APP反饋審核進展，視情在APP中留言要求補充上傳材料或修改信息。

4、面談面審：申請人為未成年人或人臉識別未通過等情形，使館可能要求與申請人通過APP進行視頻面談。申請人應注意關注訂單狀態，如出現需面談面審的提示，請及時選擇預約時間。工作人員會按照預約時間主動發起視頻面談。視頻面談過程中，請配合工作人員進行截圖操作，並回答相關提問。特殊情況需到館面談的，我們將個案通知。

5、遞交材料和取件方式：

(1) 遞交材料：疫情期間，護照及旅行證業務採取“不見面”辦理，申請人須選擇郵寄遞交和回郵取件。申請人完成信息填報、訂單提交等步驟並在APP上收到“待制證”信息後，須將打印或手寫的申請人姓名及訂單號、舊護照或旅行證原件、現金支票、紙質照片、回郵信封等（詳見在APP信息填報過程中出現的所需材料清單）郵寄至我館。如無特殊情況，其他辦證材料如申請表、聲明書等通過APP線上提交，不用郵寄。提示：請使用有跟蹤查詢功能的USPS信封郵寄材料，以便後續跟蹤回郵信封流轉情況。舊照注銷後將同新證件、發票一同寄回。駐美國使館郵寄地址為：2201 Wisconsin Avenue, NW, Suite 110 Washington, D.C. 20007 U.S.A

(2) 領取證件：APP中辦證進度變為“新證件已制作完畢”時，代表我館即將寄出新證件，請注意查收回郵證件。

6、繳費說明：申請人可選擇Money Order或Cashier's check支付（不接受個人支票或現金），抬頭收款人應為Chinese

Embassy，須隨郵寄材料一併寄至使館。金額務必準確（23美元，含18美元制證費及5美元郵寄手續費；如有姓名等加註，額外加收5美元）。APP本身支持微信線上繳費，如提交訂單時已繳費請在郵寄材料時予以說明。注：應急旅行證申請一經提交無法撤回，線上繳納費用不予退還。

(二) 領取養老金資格認證

正常情況下，申請人無需再向使館申請紙質版《在境外居住人員領取養老金資格審核表》。登錄APP後，選擇“養老金資格”業務模塊，完整、準確地填寫個人基本信息並進行身份驗證，信息提交後將自動被推送至相關地方人社部門審核。申請人可在線查詢審核結果。如線上提交失敗或查詢不到審核結果，可通過我館電子郵件(visaoffice.dc@gmail.com)聯繫我館郵寄辦理紙質《在境外居住人員領取養老金資格審核表》。

(三) 領事認證查驗

申請人通過“領事認證查驗”業務模塊輸入領事認證號、貼紙號和簽署機關等信息，可查驗國內和中國駐外使領館簽發的領事認證真偽。

(四) 領事資訊服務

APP可提供重要領事新聞、海外出行安全提醒、目的地實用信息查詢、在線翻譯等多項服務。

(五) 領事保護服務

海外中國公民如遇緊急情況，可通過APP首頁“12308”模塊直接撥打12308熱線，一鍵直達外交部全球領事保護與協助服務。

三、注意事項

(一) 自6月7日起，“海外申請護照在線預約系統”在駐美使領館停止使用，所有護照、旅行證、領取養老金資格認證業務均將通過“中國領事”APP申請辦理。

(二) 目前，我館僅受理在美國中國公民通過“中國領事”APP提交的有關業務申請。如您不在美國，請向中國駐當地使領館提出申請。

(三) APP實名認證註冊目前僅支持中國普通護照或身份證號碼（後續可能增加其他認證方式）。如無上述證件，可使用他人已實名認證的賬號辦理或聯繫使館郵寄辦理。

(四) “中國領事”APP上線啟用後，確有特殊緊急需要人員，仍可通過領事證件諮詢郵箱(visaoffice.dc@gmail.com)聯繫辦理有關業務。

(五) 通過“中國領事”APP申辦的護照不包含申請人指紋信息。無指紋不影響護照正常使用，僅在入境中國時無法自助通關，須走人工通道。

(六) 目前APP尚未開通因公護照換發辦理，請有關申請人通過我館領事證件諮詢電話或郵箱了解具體辦理程序。

(七) 所有業務申辦費用均已公示，使館不會通過電話或視頻要求申請人支付費用。請謹防假借使館名義的各類電信詐騙。

(八) APP各類功能目前仍在完善中，申請人在使用過程中如遇到問題或有相關建議可通過我館領事證件諮詢郵箱反饋，我館將及時予以協助。

我館領事部門地址：2201 Wisconsin Avenue, NW, Suite 110 Washington, D.C. 20007 U.S.A

疫情期間辦公時間：暫不開放辦證大廳。

領事證件諮詢電話：(202) 855-1555, (202) 790-8746（接聽時間：週一至週五9:30-12:00, 14:00-15:30），節假日除外。

領事證件諮詢郵箱：visaoffice.dc@gmail.com



LTA INSURANCE

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

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

拜登公布6万亿预算法案

5月28日,拜登总统正式向国会提出《2022财年美国财政预算法案》,囊括此前提出的《美国就业计划》以及《美国家庭计划》,预算重点包括基础设施、教育、研究、公共卫生、带薪休假和儿童保育等。

6万亿预算案

除了先前制定的4万亿美元的基础设施、就业和经济提案,预算中还包括了额外的资金项目,包括投资专注于癌症等疾病的新卫生研究机构,解决枪支暴力和气候危机,帮助无家可归者和遏制阿片类药物的泛滥等。

拜登要求国会为2022财年度的可自由支配非国防项目拨款9320亿美元,比去年大幅增加,并提议提供7560亿美元的国防资金,这也比去年有所增长。

除了美国就业计划和美国家庭计划外,预算提案还详细列出了为美国学校、健康高级研究计划局(ARPA-H)、美国疾病控制与预防中心(CDC)、卫生与公众服务部可自由支配资金。

为应对气候危机的各部门投资,用于解决枪支暴力问题的司法部资金、司法部《暴力侵害妇女行为法》项目投资、住房选择券资金、移民审查执行办公室资金,以及向中美洲和印度提供的各项援助等领域提供的拨款。

一方面,根据联邦政府设定的2022年经济增长假设,以及疫情带来的刚性支出估算,2022财年联邦财政基准支出提高到5.7万亿美元,这意味着拜登总统提议的财政预算法案较上述基准支出仅新增3000亿美元。

另一方面,拜登总统巧妙地利用加税计划对冲《美国就业计划》、《美国家庭计划》带来的财政压力,并将执行时间由此前提出的8年延长至10年,短期支出压力得以后移。尽管本次预算法案中涉及2.2万亿美元《美国就业计划》、1.7万亿美元《美国家庭计划》,但由于两项计划执行周期长达10年,导致分摊到2022财年的压力较小。例如,2022财年《美国就业计划》、《美国家庭计划》对应的财政支出分别为1800亿美元、640亿美元。考虑到税收制度改革带来的收入增量,由财政实际负担的支出分别为840亿美元、160亿美元。



亿美元用于道路、桥梁和主要项目,将980亿美元用于公共交通系统,720亿美元用于水利基础设施,但不包括为免费社区大学或带薪家事假等优先事项提供资金。共和党希望资金全部用于实体的基础设施,而非“人力基础设施”,并重申反对提高公司税、对富人征税来支付基建投资。

此外,拜登计划通过一项针对美国制造业的税收计划,以覆盖76%的就业计划支出。一方面,税收计划取消化石燃料税收优惠,扩大和加强可再生能源和替代能源的激励。另一方面,加大公司税改革,阻止利润转移至海外避税。具体而言,包括将公司税率由21%提高到28%,呼吁全球最低税率,加强反税收倒置规则,针对大公司的账面收入制定最低税率,以确保大型盈利公司不再逃避缴纳联邦所得税。2022-2031财年,通过这项美国税收计划,拜登预计带来新增财政收入1.67万亿美元,将减轻财政负担,解决76%的《美国就业计划》支出。2022-2031年期间,预计《美国就业计划》的年度净支出将在2026年达到高点,为1768亿美元。

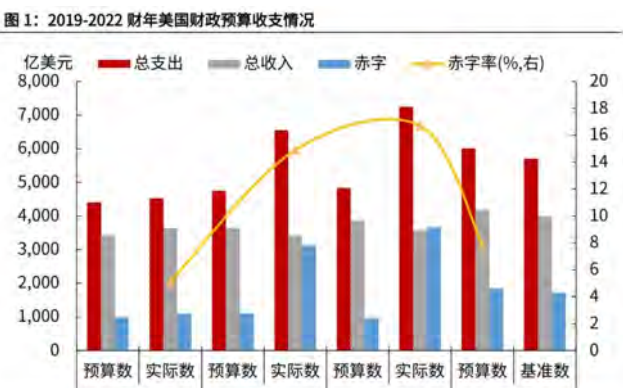


图1: 2019-2022财年美国财政预算收支情况



图2: 2019-2022财年美国财政支出结构



图3: 白宫5月28日与3月31日提出的《美国就业计划》对比



图4: 2022-2031财年《美国就业计划》收支情况

《美国就业计划》

白宫在5月28日与3月31日提出的《美国就业计划》规模基本一致,但2022财年预算安排不及年度平均水平。根据目前公布的2022-2031财年预算安排,《美国就业计划》对应的全部预算支出为2.2万亿美元,分摊至未来10年,预算支出在2022财年初始阶段为1800亿美元,于2026年达到高峰后回落。其中,交通基础设施建设、水电力及宽带、住房投资及学校医院升级改造、护理服务、制造业总投资金额分别达5957亿美元、3088亿美元、3260亿美元、4000亿美元、5655亿美元。

当前两党仍未达成一致,民主党已经率先作出让步,未来基建计划存在缩水的风险。5月27日共和党提出9280亿美元基建提案,低于民主党后续提出的1.7万亿美元规模。共和党的基础设施提案中包括将5060



图5: 白宫5月28日与4月28日提出的《美国家庭计划》对比



图6: 2022-2031财年《美国家庭计划》收支情况

后续推进

美国加税计划、《美国就业计划》、《美国家庭计划》将通过财政预算流程共同推进。如若10月1日前参众两院尚未达成一致,预计将调用2022财年“预算和解程序”加快推进。一般来说,每年的财政预算法案的审议包括四个步骤:

第一步:由总统提交财政预算申请后,将交由国会审议,着手准备预算决议。

第二步:众议院和参议院预算委员会将分别与机构官员举行听证会,然后制定一项并行的国会预算决议,预算决议最终需要得到两院的多数票才能通过(美国多数法案的投票按照“简单多数”原则通过,但若少数党议员发表冗长辩论阻止议案通过时,需要60票结束辩论)。

按照预算法要求,国会应该在4月15日之前通过预算决议,但近年来由于新总统上任等因素,往往无法在规定日期完成。在这种情况下,参议院和众议院通常会制定单独的预算目标,用于替代预算决议。

第三步:预算决议通过后,由国会审议年度拨款法案,通过拨款法案对自主性支出进行安排。同时,国会其他相关委员会根据预算决议修改相应的授权性立法,执行预算决议对强制性支出和税收的安排,制定协调法案。

在此阶段,国会有时会利用“预算和解程序”,以加快对强制性支出和税收立法的审议。根据《国会预算法》,预算委员会可以直接上报三种预算变更类型,即直接支出、收入和债务限额。在同一财年内,“预算和解程序”只有一次使用机会。

第四步:在参众两院达成一致后,预算决议递交总统签字。总统签字后,预算案才能正式生效。10月1日是所有法案签署为法律的最后期限。如果届时拨款法案未按时通过,国会会有两种选择。一是通过持续决议,按照当前开支水平使得联邦机构保持正常运转,直至正式预算案通过;二是允许政府关门,2013年、2018年和2019年就发生过此类情况。

福奇数千封电邮遭曝光

《华盛顿邮报》、Buzzfeed 和 CNN 通过美国资讯自由法获得了超过 3000 页的电子邮件,邮件时间从 2020 年 1 月到 6 月。

从这些邮件中,可以了解到美国新冠肺炎疫情爆发初期的情况,以及他与政府、国内外卫生官员、媒体、名人和普通美国人打交道的情况。而公开的电子邮件也显示,即使是在川普对中国控制疫情蔓延大加指责之际,福奇仍与备受尊敬的中国科学领袖高福保持联系。

就在电邮公开后几小时内, #FauciLeaks 和 #FauciGate 随即成为推特(Twitter)上的热搜词。虽然持新冠阴谋论者企图利用这些电邮证明,他们一直都是对的,但值得注意的是,这些电邮并非“外泄”,而是循联邦法律公开的。

武汉实验室

福奇和同事们在早期就注意到一种说法,即新冠病毒可能从中国武汉的一个实验室泄漏出来。去年,专家们否认了这一有争议的说法,称其“极不可能”。目前还没有证据支持这一说法。但近日,在国际社会对病毒来源调查无结论而饱受批评,以及新报告显示该病毒正式被确认几周前,该地区出现了新冠肺炎相关报告,这一说法再次引发了讨论。

2020 年 1 月,美国最大生物医学研究机构负责人给福奇发了一封电子邮件,称这种病毒的“不寻常特征”或许表明,它是“被设计出来的”,福奇为此表示,他将通过电话进行沟通。

2020 年 4 月,美国国家卫生研究所所长法兰西斯·柯林斯(Francis Collins)给福奇发出了一封主题是“阴谋论变流行”的电子邮件。福奇对此的回应已经完全被删减。

2020 年 5 月 4 日,福奇接受《国家地理》杂志(National Geographic)采访时表示,没有科学证据表明新冠病毒是在中国的实验室中制造出来的,驳斥了政界人士和权威人士的激烈讨论。“现有的科学证据非常明确地指向新冠病毒不可能被人或故意操纵……随着时间的推移和病毒的进化,新冠病毒极有可能是在自然界中进化完成,然后跨越物种传播。”福奇说,根据科学证据,他也不接受另一种理论,即有人在自然界发现了新冠病毒、把它带到实验室,然后病毒意外逃脱。

口罩问题

在新冠爆发的最初几个月,美国政府仍在制定口罩指南,该举动被批评说增加了混乱。

在 2020 年 2 月与美国前卫生部长的一封信件中,福奇表示:“口罩实际上是为感染者准备的,目的是防止他们将病毒传播给未感染者,而不是保护未感染者不受感染。”他还说,商店里买的口罩“并不能真正有效阻挡病毒,因为病毒足够小,可以穿过材料”。

接下来的一个月,《科学》杂志(Science)曾援引中国高级卫生官员高福的话称,美国和其他西方国家没有让人们戴口罩,这是一个“大错误”。高福担心这一评论可能会让他的老朋友、华盛顿首席传染病专家福奇沮丧,于是他于 3 月 28 日致信福奇,并写道:“让我们共同努力,令病毒从地球上消失。”福奇则回信称,“我们会一起渡过难关的。”

回答各方问题

当公众为不断恶化的危机寻求答案时,福奇回答了来自美国各地的询问,其中包括好莱坞和硅谷。脸书首席执行官扎克伯格(Mark Zuckerberg)邀请这位福



奇参加社交媒体平台的新冠病毒信息中心,并回答用户问题。

演员摩根·费尔切尔德(Morgan Fairchild)在 2 月份问福奇,她能做些什么。据报道在 20 世纪 80 年代,她曾在艾滋病流行时与福奇合作。福奇建议她在推特上说:“美国公众不应该害怕,而是应该保持通过社交距离、远程工作、临时关闭学校等措施做好准备,缓和疫情在国内爆发。”

另外,在与比尔·盖茨通话后不久,比尔及梅琳达·盖茨基金会的一名高级主管写信称,他“非常担心”福奇的健康和安全。这些邮件还显示,福奇经常坚定否认有关他受到川普总统审查的传言。

2020 年 2 月,他写给一位身份不明的粉丝时说:“实际上,我根本没有被压制。”

有趣的瞬间

一些邮件显示,福奇对来自互联网各个角落的奉承感到不安。

一名同事给他发了一封电子邮件,告诉他一家店如何把印有他头像的甜甜圈卖光,福奇回复:“真是超现实。希望这一切很快停止……毫无疑问,这一点也不让人舒服。”

在另一封电子邮件中,他分享了一个关于“福奇热”的故事,并带有俏皮话:“它会让你大吃一惊。我们的社会真是疯了。”

当演员布拉德·皮特(Brad Pitt)在《周六夜现场》(Saturday Night Live)节目中扮演他时,福奇高兴地告诉同事,一个评论者说皮特“看起来‘和我一模一样’。这句话让我整年非常开心。”

而在福奇推行的社交隔离政策致校园关闭、经济停滞时,福奇因此受到了川普支持者的猛烈指责。身为美国国家科学院外籍院士的高福再次通过电子邮件致以问候。“我看到一些新闻(希望是假的)称,你正在被一些人攻击。希望你在非理性的情况下能够一切顺利。”高福于 4 月 8 日写道。“谢谢你的好意。”福奇 3 天后回复道,“虽然这个世界上有一些疯狂的人,但目前一切安好。”

各方反应

一些保守派政界人士和媒体专家在呼吁解雇福奇时引用了这些电子邮件,解雇原因是他在疫情应对方面的工作。美国共和党参议员保罗(Rand Paul)经常在国会听证会上与福奇发生冲突。他表示,这些邮件“非常清楚”地表明,福奇是一个

“大骗子”。

在另一边政治阵营中,自由派认为福奇的立场适应了当时已知的科学证据。其他人则称赞他在回复各种邮件时的风格和语气。

BBC 白宫记者塔拉·麦克尔维说:“据我所知,在堪萨斯州的小城镇和其他农村地区,川普的支持者认为福奇是个坏蛋。这些共和党人说,他传播的病毒信息相互矛盾,歪曲科学。他们还表示,他损害了当时的总统川普。这些保守人士拒绝戴口罩,即使是在疫情最严重的日子里,他

们说,这是因为科学直男不断变化,而福奇自己也出尔反尔。福奇的电子邮件会加深他们的观点。随着有关病毒的信息越来越多,福奇确实改变了他对卫生指南的看法,比如戴口罩。他在 2020 年 2 月告诉某人,他们在旅行时不需要戴口罩。后来,他鼓励民众佩戴。相比之下,对中西部和地区的自由派来说,福奇是一个英雄。他的电子邮件加深了他们的观点,即他根据科学数据改变了人们应如何对抗病毒的观点,而不是根据川普想让人们听到的话来说。”

精诚装修公司

MN 建筑装修执照 BC 746948

专精: 地下室&整套房屋的装修工程
Basement Finish&House Remodeling

油漆 # 地板 # 瓷砖 # 木工 # 水电 # 厨房 # 洗手间 # 加建 # 商店

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

精工细作 诚信为本
请电 651-505-8888 (王先生)

免费到府估价

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



全才苏东坡 (六)

六, 造福杭州人

杭州西湖原本是由淤泥形成的内湖。据称,西湖始于秦汉时期,秦始皇曾到过西湖,至今留有秦始皇到西湖的遗迹:“秦始皇缆舟石。”唐朝建中二年九月(781年),李泌任杭州刺史时,为解决杭州百姓饮用淡水,开凿水井(又称为“水库。”作者注)将西湖之水引入城内。唐朝长庆二年十月(822年),白居易出任杭州刺史,曾疏浚西湖,引西湖之水,灌溉农田,造福一方。唐亡后,五代十国继之,当时的吴越国王笃信佛教,在西湖周围大建寺庙、宝塔、经幢和石窟……,一时有佛国之称。但是,由于西湖的特殊地质结构,淤泥仍是直接威胁西湖生存的重要因素。是故,吴越国王钱鏐在宝正二年(927年)派兵千人,芟(shan, 山)草浚泉,保证了西湖水体的延续……。

一, 浪漫工程治西湖

此后的百余年来,基本上没有做过大的疏浚维护。公元十一世纪中叶,苏东坡横空出世,亲眼目睹了西湖的美景。那是,1071年即宋神宗熙宁四年,宰相王安石推行政治改革,苏轼因意见相左,主动请求外放,被宋神宗外放任杭州通判,相当于杭州副市长。这是苏东坡第一次到杭州。当时的苏轼被杭州的美丽景色迷住了,留下至今仍被人津津乐道的著名诗篇:即《饮湖上初晴后雨二首其二》的美妙诗句:“水光潋滟晴方好,山色空蒙雨亦奇。欲把西湖比西子,淡妆浓抹总相宜。”苏轼在诗中把西湖拟人化为:“若把西湖比西子,淡妆浓抹总相宜。”这种将山水之美转化为“美人之美”的比兴诗写,成为写杭州诗的首创,为后人称道。苏东坡这次到杭州任副市长长达2年10个月,广结朋友,游览杭州名胜,留下许多诗词。其中,熙宁六年(公元1073年),苏轼在杭州写下官民同乐的《江城子·湖上与张先同赋,时间弹箏》词:

凤凰山下雨初晴,水风清,晚霞明。一朵芙蓉,开过尚盈盈。何处飞来双白鹭,如有意,慕娉婷。

忽闻江上弄哀筝,苦含情,遣谁听!烟敛云收,依约是湘灵。欲待曲终寻问取,人不见,数峰青。

苏东坡在词中将“风韵娴雅,绰约有态”的杭州丽人与美妙的古筝声,呈现在雨后初晴、晚霞明媚的湖光山色里,使人物与景色相映成趣,与音乐的飘逸和在波光涟漪中荡漾的山水,融为一体,更让苏轼和朋友欲醉欲仙……,无限神往。可惜,在曲终后,还未来得及询问歌者姓氏,已“人不见,数峰青。”音乐仿佛还在耳边回响,弹箏人已飘然而去,只见青翠葱郁的山峰留在那里,不禁有些若有所失,念念不舍……。

苏东坡对杭州的迷恋,没有白费。按照当时宋朝“一地不两任(在一个地方,只能做一任长官)”的做官规定,苏东坡似乎再也没有到杭州的念想了。可是,宋哲宗在元祐四

年,偏偏为苏东坡打破惯例,将申请外放的苏东坡官升一级,批准他以“龙图阁学士”出任杭州知州(市长)。可是,新任杭州市长的苏东坡元祐四年(公元1089年)七月走马上任一看,时隔16年后的西湖美景几乎面目全非,不再是“山与歌眉敛,波同醉眼流”,相反到处是淤泥,湖面野草蔓生……,二分之一的西湖水面已被杂草吞噬……。苏东坡十分痛心,立马奏请朝廷治理西湖。

翻开尘封的历史发现,苏东坡上《乞开杭州西湖状》奏折给宋哲宗,奏请治理西湖的五大理由:是:养鱼、蓄水、灌溉、助航、酿酒。其中,“养鱼”是他要治理西湖的第一要义,并断言称:“杭州之有西湖,如人之有眉目,盖不可废也。”同时,他又给太后上表章说:西湖疏浚“若不急行设法,二十余年之后,湖面将全被野草遮闭,杭州居民必将失去淡水来源……。”如此这些,不禁使我想起了苏东坡同时代的大书法家米芾的诗句:“种种是灵物,相得忘形驱。”我们有幸看到了苏东坡的广阔胸怀:他在治理西湖时既考虑人类生存所需,又关爱生态环境。这种超前的生态意识,更显示出苏东坡的远见卓识和人性山水情怀!

宋朝当年虽说是藏富于民,但国家财政也不是十分窘迫。可是,大宋朝廷虽然批准了整治西湖的计划,但并没在实质上给予大量银两拨款,只批给了“一百张度牒”,以此筹措部分资金;其余所需,全由苏东坡自筹。用现代的话说,就是只给政策,开了一张“空头支票”……,能否兑现,全靠苏东坡自己去运作。写道这里,我突然不由自主地增添了对苏东坡的崇敬。以我的孤陋寡闻,身为“龙图阁学士”的苏东坡,对朝廷的开支预算应该是清楚的。就是说,苏东坡从计划治理西湖时起,就没有打算朝廷会大笔拨款给他,只是要政策,要治理西湖的合法性。这,在他的奏章中得到了印证。苏东坡在奏章中明确说:“凡钱米工役,具有成算。”这个“成算”,说明苏东坡心中已有朝廷不拨大量经费的可能性。古人云,凡事预则立,不预则废。也正因为,苏东坡熟谙朝廷运作,奏折写得合情合理,而且有言在先,他已筹措到治理总经费的一万七千贯……,朝廷所以很快批准他治理西湖的奏请。

所谓治理,必须要有全盘规划,不是乱挖乱填,赶淤泥和水草搬家。苏东坡当时面对的最大难题是如何处理“淤泥”,他没有想当然,而是带领官员实地考察,来到杭州北山栖霞岭一看,通灵寺和天竺顶正座落在那里,他立刻否定了曾想在那里堆放淤泥的设想;苏东坡转而来到南屏净慈寺考察,站在西泠渡口上,正欲上渡船时,一阵穿林渡水而来的歌声,忽然随着荡漾在湖水上的清风吹进了苏东坡的耳朵:“南山女,北山男,隔岸相望诉情难。天上鹊桥何时落?沿湖要走三十三。”

这真是:踏破铁鞋无觅处,得来全不费工夫。苏东坡顿时受到天架“鹊桥”让牛郎

织女相会的美丽传说的启发,我何不以葑草淤泥筑堤,让杭州的“南山女,北山男”直接相会呢?!苏东坡说干就干,趁着夏季雨多,水多,湖水高,方便挖泥运输,立即组织动员了多达20万的民工和以至军人,将挖起的淤泥与清理的葑草混在一起……就近建筑一条贯穿西湖南北的长堤,将西湖分为东西两个水域。为了不妨碍西湖的整体结构,又在湖堤上修了六座拱桥。这样做,既打开了西湖南北交通,方便了杭州人生活,又繁荣了杭州的商业文化……活动;并在堤上分别种上各种时令花草树木,招来蝴蝶,花鸟……美不胜收,供杭州人和游客观赏西湖美景。苏东坡更以他文学家的奇思妙想,将沿堤建造的六个拱桥分别命名:一桥映波;二桥锁澜;三桥望山;四桥压堤;五桥东浦;六桥跨虹。这道由治理西湖而建起的全长2.8公里的“人工堤”,人称“苏公堤”,简称“苏堤。”

苏东坡治理西湖时,还为防止葑草淤泥……再生,保持生态平衡,特将西湖的部分区域划出来,并建塔作为标记,将西湖风景区与农垦水域分开,让农人承包,种菱养荷,并负责清理承包水域的葑草……。与此同时,苏东坡又上书朝廷,请求免除承包者的种植税款,并将这部分税款用来保养西湖湖堤、湖水与湖面……。

治理西湖完工后,苏东坡站在新建的“人工堤”上,眼前浮现出筑堤时的千船竞发,穿梭运泥……筑堤的热闹景象,似有“谈笑间,葑草淤泥一卷空”的传奇,即时欣然写下《筑堤》诗:

六桥横截天汉上,北山始与南屏通。忽惊二十五万丈,老葑席卷苍烟空。

昔日珠楼拥翠烟,女墙犹在草芊芊。东风第六桥边柳,不见黄鹂见杜鹃。

二, 做官为民办实事

中国自古就以“民以食为天。”这里的“食”,不单指“食物。”以我的认识,应该是民众生活所需的方方面面。苏东坡第二次外放杭州任市长,实际在任只有一年半(18个月)时间。可是,苏东坡做的事是难以想象的。概括说,苏东坡做的一切都是围绕着杭州人生活息息相关的事展开的。除了治理西湖外,苏东坡还有许多值得称颂的、前无古人的事。现,简要分述几个如下:

1, 储粮预备渡饥荒。

杭州人是幸运的。因为,苏东坡走马上任那年月,先遭水灾,无法下种;初夏,刚插秧的秧苗,又遇到旱灾……。这就是说,杭州人所需的春麦夏粮……都被自然灾害毁灭了。苏东坡面对突如其来的自然灾害,一连向朝廷上了七道奏折,内容有二,一是希望朝廷调拨粮食,救济百姓;二是奏请朝廷免去秋税,让百姓减轻负担自救。而且,苏东坡并没有坐等朝廷救灾物资,而是自信粮食常平仓制度,会远好过饥荒后的救济。因此,苏东坡在积极采取各种措施减轻灾害的同时,利用一切可能、大量购买谷子储存

……。由于,苏东坡预先做好了可能出现饥荒的准备,在来年青黄不接的关口,杭州没有出现因饥荒饿死的人为灾难。

2, 拨款自建建医院

古人云,祸不单行。与水灾旱灾相伴的是瘟疫,加上饥荒,人的体质虚弱,更易生病。为了解决贫病无钱治疗的疾苦,苏东坡自捐黄金50两,又从公款中调拨二千緡(min 珉,一緡相当于一串铜钱,一般每串一千文)建立医院。苏东坡建的医院位于杭州城中心,名叫“安乐坊”,不仅收纳穷苦病人,还提供药剂和稀粥,请名医坐堂看病……。据称,苏东坡可能是在中国最早开办公立医院的人。此外,苏东坡还分别开设了几个病坊,安排官员和医生去那里为病人治病……。

3, 全盘规划巧治水

人们都知道苏东坡书法好、诗写得好、词写得更好,成为豪放词的领军人物……。却不知道?苏东坡更是治水天才。杭州本身是淤泥堆积的城市。因此,杭州一直饱受海水倒灌,泥沙沉积,淡水珍贵……。缺少水源的困苦。为了保证杭州人生活需要,苏东坡设计并采用绝妙治水之策,一堵、二放、三开、四挖……方略,使困扰杭州百姓的水和淤泥……得到合理治理。

一堵:当时,杭州有盐桥河(中河)和茅山河(东河)两条运河,以南北方向穿过杭州城后,分别直接进入钱塘湾,与钱塘湾的水会合,继而造成淤泥沉积,每隔四五年就要疏浚,挖出来的淤泥常就地堆积,百姓怨声载道……。苏东坡认为,治水就是给水找出路,首先是减少两条运河的水进入钱塘湾。为此,苏东坡给盐桥河指路,不让盐桥河水直接进钱塘湾,而是让盐桥河水穿过杭州城后,先进入茅山河,流走几里后,泥沙慢慢沉积了,在市区的水也干净了。再者,在钱塘江南部修水闸。目的在于,当海水高时,就关闸,把海水堵住,不让进来,泥沙就少了。

二放:当海水水位低的时候,就将钱塘江南部修的水闸打开,让水流入大海而去。通过这么一堵一放,从源头上治水,大大减少了淤泥来源。这样,困扰杭州人的淤泥,也就迎刃而解了。

三开:为保护杭州人生活运输,苏东坡在杭州城北开凿一条新运河,将与西湖相连,确保城内运河水位,既保持了西湖生态,又保证了运河航运……。

四挖:苏东坡出任杭州市长时,白居易开凿的水井(水库。作者注)几乎不能用了。苏东坡就组织疏理古井,同时开新水库,不仅保障原有市民的饮水,又方便偏远居民,就近取水了。

苏东坡出任杭州市长,时间只有一年半。可他做的事,哪一件都不是可以一挥而就的。苏东坡与别人不一样的是,一走马上任,就抓紧时间工作。范仲淹讲的是,先天下之忧而忧,后天下之乐而乐。而苏东坡则是在官言政:急杭州人之急,想杭州人之想,踏踏实实地为杭州人的实际生活排忧解难,时间虽然短暂,可他的工作业绩却是有目共睹的。

因此,说苏东坡是造福杭州百姓的人,一点儿也不为过……。用《苏东坡传》作者林语堂的话说:杭州赢得了苏东坡的心,苏东坡赢得了杭州人的心!你说呢?!

(未完待续)

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。
汽车保养, 诊断维修。免费估价, 诚信可靠。

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



专栏作家介绍

陈禹丞, 明州 Wayzata High School 九年级学生, 育才中文学校 AP 中文课学生。今年 5 月获得美国《侨报》第八届中文作文比赛少年组第一名。喜欢网球, 击剑, 钢琴和美食。

能力。

四、把年龄提高到 18 岁的话, 车保险也会更便宜。据统计, 2017 年一个青少年的保险是 \$2267/年, 再加一位青少年的话, 加 600 美金。如果学车年龄加到 18 岁, 可以省下不少钱。

但是, 事情都是两面的, 早学车也有好处, 比如,

一、16 岁如果已经拿到驾照, 高中生们可以自己开车去他们的课后学习班或课外活动, 可以大大节省父母的时间。如果年龄加到 18 岁, 这些事情就落到父母身上了。

二、早学车可以让他们更早地累积驾驶经验, 也会让他们更早树立责任心。当然, 让没经验的人开车是危险的, 但是这是他们唯一能取得经验的路。让青少年开车可以让他们学会责任心, 开车时, 他的生命安全掌握在自己的手中, 另外也得注意旁边的人以及路人的安全。一旦掉以轻心, 酿成事故, 就后悔莫及。

三、15、16 岁的时候, 刚刚升入高中, 学习不是特别忙, 有充裕的时间去学习这些技能, 而十八岁时, 大家整天忙于功课准备申请学校, 可能抽不出时间去学车, 这样看来还早点学好。

以上几点是我对学车年龄选择的总结, 我个人觉得还是早点好, 你们觉得什么年龄是学车的最佳时机呢?

学车太早了吗?

今年, 我已经 15 岁了, 在美国, 你只要满 15 岁就可以学习开车了, 16 岁就可拿驾照并开车载人了。这几天我学车学得也不亦乐乎, 但有时候不禁会想, 这年龄是不是有点低了呢? 今天我们来讨论一下吧。

有些人说你至少 18 岁才能开车, 主要有以下几个原因,

一、年龄大一些, 开车更安全。根据

Insurance Highway Institute for Highway Safety, 16-19 岁的人出车祸的概率比 20 岁以上的人高三倍, 出车祸最多的年龄是 15-16 岁, 这证明了如果把年龄加到 18 岁的话, 车祸会少很多。在我的驾校理论培训课上, 老师给的例子也佐证了这点。

二、这样可以青少年多走路, 多骑自行车, 而不是过早的坐在驾驶室里。现在大概 1/3 的青年都被认为超重, 减少一

个锻炼的机会是很不好的事情。如果你要到一个朋友家, 你是选择开车还是骑自行车呢? 如果我已经学会了开车, 我会毫不犹豫地选择前者。

三、16 岁的孩子还不够成熟, 处理事情有时候不是很妥当, 大了两岁会更好。一位 16 岁的青少年可能会因为他的朋友嘲笑他开车慢而不顾路况去加速, 但 18 岁的人就会对这类事情有更好的判断

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
- Greenwood 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

To hold your spot, we need a \$300 non-refundable deposit per student (check only). Any other questions? Please feel free to email us at yucai.afterschool@gmail.com

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.

1982年,张鑫炎执导、李连杰主演的电影《少林寺》在香港公映,次年在中国大陆、日本、韩国等地公映,创下空前的票房记录。电影主线虽然是武僧觉远的个人复仇,历史背景却是著名的“十三棍僧救唐王”事件。有人认为“十三棍僧救唐王”并非真实事件,有人认为“当时少林寺是否有武术还不确定”,或认为“棍僧肯定是不存在的”,对中国佛教发展有不少误解。史料证明,南北朝隋唐的不少僧寺确实拥有武装,贞观三年(629)的“法雅案”就是代表性的案件。

佛教戒律崩坏与中古僧寺武装

春秋后期,孔子指责鲁国权臣季氏“八佾舞于庭,是可忍也,孰不可忍”,标示着封建宗法礼制进入了“礼崩乐坏”阶段。佛教进入中国后,一度高僧辈出,事业繁荣,但很快也出现了戒律崩坏的情况。

按照佛教教义,僧侣不能使用武力,而且要远避极端,连观赏武备也是禁忌。《摩诃僧祇律》中规定:“道中逢军阵,不作意见无罪,若作心举头下头,窥望欲见,见者波夜提。若军来诣精舍,不作意看无罪,若作意看,得越毗尼罪。”电影《少林寺》中,落难的觉远剃发为僧时,执法僧也要求他遵守“不杀生”“不淫欲”“不偷盗”的戒律,问他“汝今能持否”,表达了佛教的传统教义:反对暴力、反对纵欲、反对享乐。

按照戒律,僧侣不但不能争斗,连人与人的争吵,乃至斗牛、斗鸡、斗蟋蟀也禁止观看。《四分律》中,记载了佛陀对弟子的告诫:“若有比丘宿于军营一至三夜,或有比丘观摩两军作战,或者观赏战马、战象,高扬军武,则犯单堕罪,须忏悔除罪。”《摩诃僧祇律》中规定:“若比丘看象、马、牛等斗,乃至鸡斗,得越毗尼罪;下至人口争,看者越毗尼罪。”违反这些戒律的僧侣,死后会堕入地狱,难以轮回转世。

然而,严酷的政治社会形势,比理想的教义现实得多。佛教进入中国时,正好遭遇军阀割据、战乱频仍的年代,僧侣们为了保护寺产,组建僧兵武装,加强武备训练,戒律也随之被置之度外。《续高僧传》中记载,当时僧侣以习武为常,“每休暇,常角力腾越为戏”。《少林寺》中,觉远为复仇而发奋练武,生活上也不守戒律,“贪吃贪睡不干活”,“酒肉穿肠过,佛祖心中留”,并非个性使然,而是当时戒律崩坏的缩影。

经过几代积累,一些武力超强的僧侣,便脱颖而出,齐、陈年间的僧稠(480-560)就是其中代表。人们称他为“稠禅师”,认为他竟然能“脚踏壁行,自西至东,凡数百步,又跃首至于梁数四,乃引重千钧,其拳捷骁武,动骇物听”,拥有“殆非人也”的神技,必定是得了金刚的赐力。僧稠积极参与政治,对北齐文宣帝高洋(526-559)定佛教为国教,发挥过重大作用。有人认为,少林武功的创始人并不是达摩,而是这位拥有骇人武力的“稠禅师”。

无论“十三棍僧救唐王”事件是否真的发生过,秦王李世民曾给少林寺发出嘉奖信(《告柏谷坞少林寺上座

“十三棍僧救唐王”背后的故事 ——“法雅案”与中古政治多元化

书》),表彰少林武僧立下战功,却是不争的事实。他赞扬了少林的武力:“能深悟机变,早识妙因,克建嘉猷,同归福地。擒彼凶孽,廓兹净土”,要求“一二首领立功者来此相见”,领取奖赏。登基后,唐太宗再次嘉奖,《赐少林寺柏谷坞庄御书碑记》中记录了受赏僧侣十三名,包括上座善护、寺主志操、都维那惠瑒、昙宗、普惠、明嵩等,“觉远”的师傅昙宗受封大将军,可见他是僧兵的首领。

“法雅案”:僧寺武装之争

法雅是一名热衷于组建武装的僧侣,主张积极“入世”,参与军事斗争,保护僧寺利益,壮大佛教实力。《续高僧传·智实传》中,记载了他与智实之间的一场有关僧寺武装的激辩。武德五年至七年(622-624),“獫狁孔炽,屡举烽燧”,拥有强大武装的突厥多次入寇,唐高祖李渊(618-626年在位)派长子建成(589-626)、三子世民(598-649)分兵抵御。法雅也跃跃欲试,“奏请京寺骁捍千僧用充军伍,有敕可之,雅即通聚简练,别立团队”,组建了一支很有战斗力的僧军。唐高祖不但表示器重和嘉奖,还赐给他妻妾和财物,法雅俨然成为一名拥有僧侣身份的军事首领。

这当然使各寺的僧侣相当不满,但却又无人敢于对抗。年仅二十一岁的智实挺身而出,写信劝诫法雅说:“我们都生于乱世,对苍生不幸深感哀痛。你经常见到皇帝,理应对他慈悲为怀,怎能倒行逆施,反而帮助皇帝打仗!假如听我劝告,请立即停止组建僧兵;假如不听,就请你远离佛教,还我们一方清净。”法雅不予理睬,继续加紧组建。僧兵出发那天,智实愤然冲入队伍,“擒撮法雅,殴击数拳”,口中大喊“我今降魔,使邪正有据!”唐高祖闻报,下令逮捕智实。宰相萧瑀笃信佛教,连忙劝谏,智实得以免死,但被强制还俗。

法雅与智实的僧寺武装之争,表面上是佛教内部之争,背后却是佛教势力与世俗势力的争锋。法雅组建武装一事的叫停,标示着僧寺介入世俗政治的挫败。唐太宗登基(627)后,立即指派心腹杜正伦“检校佛法,肃清非滥”,清查僧侣中的危险分子,法雅首当其冲。智实写信告发说,法雅“于支提静院,恒为宰杀之坊;精舍林中,镇作妻妾之室”,希望将其从佛界清除出去。两年之后(629),法雅终于以妖言罪被处死。他当然没讲过什么妖言,只是唐太宗剥夺了他此前获得的宫内特别通行证,抱怨了几句,说“最近可能发生瘟疫”而已。但组建僧兵武装触动了朝廷最敏感的神经,注定了他难逃此劫。

佛教鼎盛与中古政治多元化

佛教传入中国后,至南北朝后期达到鼎盛,声名显赫的高僧不断涌现。东晋十六国时,道安(312-385)、支遁(314-366)、鸠摩罗什(343-413)等高僧掀起了译经、解经的高潮,同期也出现了几个政教合一的政权。唐代先后出现了道宣(596-667)、玄奘(602-664)、惠能(638-713)、不空(705-774)等名僧,将中国佛教推至第二次鼎盛。登峰造极的佛教艺术杰作四大石窟,均建造于这一时期:云冈石窟建于北魏文成帝时(5世纪中叶),龙门石窟始建于北魏宣武帝时(6世纪上半叶),充分展现了佛教在中古政治、经济、文化领域的超凡影响力。

魏晋南北朝时期发生的僧侣要不要跪拜君主之争,即“沙门致敬王者”或“沙门致敬人主”,同样是佛教强劲实力的标志。东晋咸康六年(340),庾冰提出沙门应当致敬王者,因何充等反对而不了了之。元兴年间(402-404),桓玄又提出沙门应敬王者,慧远著《沙门不敬王者论》反对,政府被迫退让。刘宋大明六年(462),下令僧侣跪拜皇帝,违者重罚,再次遭到激烈反对,不得不取消。齐武帝时,僧侣见帝王仍无需下跪。唐代法雅、智实有关僧寺武装的激辩,虽然发生在僧侣之间,却也是僧俗权力争夺的组成部分。

坐稳了江山的李唐王室,不可能坐视僧寺武装的壮大,乃至危及政权。法雅组建僧寺武装的失败,乃至后来的被杀,本质上世俗政权对佛教的扼制。唐玄宗开元二年(714),定令僧尼须致敬父母,以后争论也渐渐平息,佛教也再无鼎盛的机会。到了清代,对少林寺历史有深入研究的学者顾炎武(1613-1682)专门写了一首《少林寺》,称赞他们“颇闻经律余,多亦谙武艺。疆场有艰虞,遣之捍王事”,肯定了僧兵武装的存在,感慨清代僧寺一蹶不振。殊不知佛教的兴盛是与中国中古政治的多元化同步的,宋代以后君主集权不断加强,儒家联合法家一统天下,佛教当然不可能再有南北朝隋唐时的宽广政治舞台。

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。美国华人人文社科教授协会会员、荷兰Amsterdam大学出版社新时代中国丛书评审委员;多种权威学术期刊专家评审。著有《唐代刑部研究》《中国古代解豸神判的观念构造》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,采用最新一代激光射頻刀
- ★ 最新電子胃鏡和全結腸鏡,無痛操作
- ★ 痔瘡治療,最新無痛性紅外治療儀
- ★ 靜脈曲張激光療法,硬化劑注射和靜脈切除
- ★ 灰指甲激光療法,腋下多汗激光療法

主治:

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

Edina診所:

6545 France Avenue S, Suite 290, 周一, 二, 四, 五, 六, 日: 8:00-5:00

電話: 952-922-2151

黢黢膚色的一張臉,若非相識還以為是來自中非的華人?身材高挑,顯得卓犖不群,嚴肅的五官有點像夫子。周邊友輩就從沒見過他笑,宛如眼耳口鼻是掛著的面具,肌肉定型而無法展顏。

社交圈內都稱他為許先生,從一身名牌服飾看,該是位多金之士;那天接過他的名片,才知其大名為許瓜。即時知悉此君祖籍應非廣東,粵人忌謂「瓜」字,「瓜」有死亡之意,如「瓜老襯」。

由於業務往還,對這位來自臺灣的商人漸漸熟稔。應酬時先被他的酒量折服,也不知是事先喝了洋參或解酒藥片?對飲必先乾杯,說是尊敬;來而不往非禮也,何況又是大客戶,豈敢開罪於他?因此,每次醉醺醺回家,難免見到晚娘臉寒冰相對,幸而醉意裏倒頭便找周公大人去了。

那次和他談妥買賣,心中高興;順口邀他喝一杯,以示慶祝。本以為應酬話那會當真,沒想到許先生二話不講,抓起公事包就陪我下樓。

酒吧內泰半是洋人,要了啤酒、冷冰冰下肚;已近黃昏,他建議到餐館邊食邊聊。我唯唯諾諾,老想脫身;因為應允回家用飯,而且老伴難得開心,出門前說要為我弄幾味特色佳餚,尤其是我最愛的那道苦瓜炒蛋。

再去餐館的話,回家必定風波連場;平常就患有「氣管炎」的我,一見老伴身就矮了半截,何況是理虧在先,更無招架之力。心中一急,慧智突生,誠心邀請許先生到寒舍用便飯,以退為進,希望他就此放我回去。

絕沒想到的是,那張從不見展顏的僵硬臉孔,居然拉開嘴唇,笑意盈盈的讓我

微型小說

許瓜先生

■心水(澳洲 墨爾本)



大吃一驚,猶若木棺內令人喪膽的銅屍梅超風復活,幾乎倒退幾步才定下神來。

許瓜居然頷首,要與我一道回家去。(注一)

硬起頭皮趕快給老伴掛電話,請她多弄點菜餚,說明邀友共席;老伴生性好客,也不多問就大表歡迎。

清冷的家居忽然熱鬧起來,無非多個

客人,老伴竟然神速在短短時間內佈置妥當,熱騰騰的佳餚上桌,自然還有紅酒。我那味心頭愛,絕沒想到竟然讓許先生本來僵硬的五官,彷彿被人惡作劇般潑上黑墨;藉著幾分酒意與師問罪:

「胡度兄,你存心作弄我?明知我叫許瓜,邀我到府上吃苦瓜?你知道嗎,我全家老少絕對不吃這道菜。」

「對不起!我們完全不知您的口味,收起來了好;內子知道我愛食,因而特為我炒的。沒想到許先生那麼隨和,肯大駕光臨寒舍。多有失禮。」

「胡度兄,錯怪你了,你不懂臺灣話;臺灣人「許瓜」和「苦瓜」一樣發音,因而家人避忌,不敢食我也,哈哈!你的大名也早說了為人糊塗啊。」

老伴不懂普通話,要她收起苦瓜炒蛋,拔起晚娘臉進了廚房,再出來竟捧著一碟青瓜和南瓜糕。似乎示威,就要我們好看似的,幸而,只要不是苦瓜,許先生視而不見,繼續喝酒閒扯。

「胡度兄,真羨慕你有位好太太。難怪老看到你笑。」

「嫂夫人一定是很賢慧的內助,許先生的事業才如此成功。」

「賢慧?哈,你知道我為何不笑嗎?回家像進墳墓一樣的冰冷。唉!如果不是為了那三個兒女,我也不必這樣慘、...」他乾了杯中酒,接著說:「要不,我那會來打擾你呢!我的酒量也是因為天天借酒消愁,喝多了量就大。你以為我沒醉過?經常醉倒才回家,不必和她爭吵,省心呢。你知道嗎,我有某等於無某,(注二)她不給我躐,冷冰冰的像古墓派的小龍女。」

我首次見到他失態,有點手足無措;將他扶到客廳沙發椅,他望著我傻笑,笑臉有哭的感覺,他不斷說著醉話:「老爸給我命名叫做苦瓜,苦瓜怎能不苦呢,命苦啊!.....」

注一:梅超風和小龍女皆為金庸作品的小說人物。

注二:閩南話「某」即太太。二零二零年十一月廿六日修訂於無相齋。

鳳凰網陝西頻道文旅類優質稿件集合

陳耀武:網絡時代下非遺傳播應“借船出海”



陳耀武



陳耀武正在繪制臉譜

傳統文化是民族記憶的經典濃縮。非物質文化遺產作為“我們身邊”的傳統文化代表,備受大家的喜愛和關注。但在實際的非遺保護和傳承中,如何創新非遺

文化的傳播方式,改變傳統非遺的文化語境和場景,成為傳承人亟待解決的問題。

在“網聚正能量,爭做好網民”2020陝西好網民系列活動中,鳳凰網陝西頻道對話西安市非物質文化遺產“秦腔戲劇臉譜”傳承人陳耀武,一起暢談網絡時代背景下的非遺文化傳播。

一次意外走红

“大膽新冠病毒,竟敢禍亂天下。王朝馬漢,狗頭側伺候!”在今年年初的抗击新冠肺炎疫情期間,陳耀武將自己扮成包青天,穿上傳統的秦腔戲袍,戴上口罩唱起秦腔,以此向公眾宣傳防疫知識。陳耀武的包公扮相在網上引起了巨大的反響,僅微博話題就有近六百萬的點擊量,加上抖音等視頻平台的播放量,播放量逾千萬。

“其實最開始時就想着我們非遺傳承人也應該利用自己的能力在這個特殊時期貢獻一份力量。”陳耀武說。沒想到,因為自己新奇的裝扮和結合實際的宣傳詞,身邊的鄰居和廣大網友都很樂意接受這種防疫宣傳,大家的防疫意識有了一定的改善。

陳耀武將非遺文化元素與人們的日常生活巧妙地結合在一起,引發網友的情感共鳴,強化了短視頻的傳播效果。“通過這個事情,一方面宣傳了秦腔文化,更重要地是宣傳了防疫知識,畢竟有趣的东西大家都喜欢看。”陳耀武表示。

一回費心探索

無論是微博還是抖音,在繁雜的短視頻世界里,要將非遺項目中文化味道“原汁原味”表現出來得同時還要獲得一定的“流量”,需要下一番功夫。

“從開始自己制作抖音短視頻到現在,中間也進行了不少嘗試,最後我發現最受網友喜愛得是秦腔臉譜的化妝視頻,光點贊量就達到了六萬多,有網友說,你的眼線眉毛比我一個女性畫得都好。”陳耀武笑着說。

為了將化妝的全過程都展示出來,陳耀武從畫臉到勒頭再到換衣服頭盔這一系列過程全都演示出來,將“幕後”搬到了“台前”,再將一個小時的視頻壓縮到五分鐘,剪輯技術助力、視覺效沖擊,一個小視頻將秦腔臉譜文化的精髓呈現到觀眾面前,形成了一個非遺“活化”即時場景。視頻一經推出廣受網友的讚譽,視頻下面有留言評論:听着秦腔看你畫臉譜是一種享受。

翻開陳耀武的視頻平台賬号,有惟妙惟肖的臉譜繪制視頻,還有他身穿秦腔戲服扮起“丑角”的搞笑唱腔視頻,都極具視覺性和觀賞性。

“其實大家愛看一些傳統文化的東西,主要是怎么用大眾的心態把它表現出來,抓住受眾的心,借着互聯網的‘船’把文化傳播出去。同時也要認識到,抖音是一個宣傳平台,起到得是宣傳傳播的作用,不能偏離文化實際。”陳耀武說。區別於京劇臉譜等其他劇種臉譜,秦腔臉譜不

對稱的造型非常多,它通過面部紋路把戲劇人物內心的性格體現出來,是一種扭曲的誇張手法,這是秦腔臉譜的特點之一。

一場現實思考

“利用網絡手段傳播非遺文化是一種表象方式,其實更重要的是傳承人要有互聯網一樣的開放包容心態。”陳耀武強調。

不少同行和學生會通過各種渠道找到陳耀武,希望跟着他學習秦腔臉譜的技藝。陳耀武說:“有人來找我時會問我學費是多少,我都說自己不收學費,只要你想學就可以,非遺傳承必須要開放。但是到我這兒學習有個前提,一定不能放棄。”



秦腔臉譜

作為傳統文化的重要組成部分,不少非遺文化都面臨着青黃不接的現狀,只是非遺技藝非三年五載練不下來。“我從十四歲進入戲校與秦腔結緣,到現在有二十年的時間,為了搜集散落民間的秦腔臉譜跑遍了陝甘寧等地,拜訪了不少老藝人,有時候為了畫臉譜,經常幾天都不出門,通宵達旦的工作。”陳耀武說道。

除了傳承“難題”,陳耀武對於非遺文化的文創產品也有自己的看法。“文創產品一定要有實用價值,否則就是一件平常的工藝品。比如我把臉譜畫在學校的板凳上,孩子們既可以欣賞又可以坐,實用價值很高,只是很多這樣的想法涉及面更廣,實踐起來有一定的難度。”陳耀武說。



陳耀武扮成包青天

倏忽夏至

春已逝
夏悄临
一个繁盛的节气又到了

夏至
开启了夏天真正的味道

荷花满堂
细闻夏日清香
蛙鸣蝉噪
倾听盛夏之声

夏日的瓜果散发着香甜
猫咪在阳光下慵懒地趴着
多少年过去
日长日短
都形成了气候

瓢泼大雨猝不及防
像个任性的孩子
想什么时候要威风就什么时候
似乎一切都由了它们的性子

在奔向收获的路上
我在凉亭中
闭目感受夏日的时光
伴着蝉鸣
一阵晚风拂过
让我绽开笑容

随着白昼逐渐缩短
我适应了寒冷
也会适应炎热
让日子更像日子
让生命更像生命



感恩父亲

■梁征(湖北)

六月,一年一度的父亲节翩然而至。父亲对我的爱不像母亲那样嘘寒问暖,父亲对我的爱使我懂得爱的伟大和对平凡的坚守。

小时候,我不爱学习,经常不写作业,父母忙于做生意,平时很少管我。但只要一有空,父亲就要检查我的作业,为我讲解题目。寒暑假的时候,父亲总会请上十天半个月的家休在家监督我写作业。父亲辅导我作业时,从不把答案直接告诉我,而是帮我分析解题思路,最后让我自己做。我着急出去玩却又做不完题,只好硬趴在桌子上耗时间。那时候,总不理解父亲为什么明明知道答案,却不直接告诉我,反而总是要求我自己去思考……

父亲虽然从未对我实行“棍棒教育”,但他的一言一行还是对我的学习产生了实质性影响。由于不断的学习积累,上了初中后,我已经成功进入了班里的“好学生”行列。更加幸运的是,我遇上了一个负责的班主任,我开始对学习产生了兴趣,并享受到学习的快乐。

读中学的时候,我住校了,父亲每个周末都会骑上20多公里的自行车给我送伙食费,从未间断。1995年的那个冬天,我站在校门口等着父亲的到来,快中午时,父亲推着单车出现在校门口,额前的发丝和眉毛上结成了冰。后来得知,因为路滑,他在下坡时摔倒了,裤子上摔了一个小洞,手掌也擦破了皮。可父亲见到我时,依然满脸的微笑。我牵着父亲粗糙的手,忍了好久的泪水顿时泉涌而下,我感受到无言的父爱,爱是那么的厚重。

1998年9月,在父亲无限的期待中,我如愿以偿地考上大学。父亲拿着行李送我到省城的一所大学报道。那天气温有30多度,太阳照在身上,烈得像火烧一样,从大门到报道的位置,几百米的距离,我和父亲走了一会儿便满头大汗。我对父亲说:“我去买水,您喝点什么?”父亲说他不渴,让我去买水,他看着行礼。我去买了两瓶矿泉水,回来时,我身上已经被汗水浸透。随后,办完报道手续,我们便去寝室。因为

楼层高,我们所带的行礼又重,父亲弓着腰,蹒跚地上楼梯,每上一个台阶都很吃力,流淌着的汗水顺着他的腿往下滑,使得腿上的青筋凸起得很明显。把我送到寝室,简单收拾行礼后,父亲便下楼了。

在楼下,他转身走了几步,突然停住了。我连忙追上父亲,他对我说:“征儿,没事,汗水流到眼睛里面了。”我强忍着泪水把矿泉水递给他,他仰着头咕咚咕咚喝了几大口,用手抹了一把脸上的汗,叮嘱我天太热,让我赶紧回屋去。望着父亲离去的背影,我的泪水忍不住留了下来,那晚,我失眠了,大脑里全是父亲的身影。

后来我在省城工作、结婚。现在回想起来,人生路上,父亲给予我的爱温婉而宁静,没有喧闹,甚至没有只言片语,只是背后默默地付出,于无声处滋润我的心田,于无形中悄然影响着我,父亲的言传身教足以让我受用一生。在这个属于您的节日里,我想说声:“老爸,您辛苦了,感恩有您。”

拍案叫绝:24幅“夏季”漫画打油诗(二)

09

农家门前大水塘,
胜过城里空调房。
一群孩子天天泡,
总嫌夏天不够长。



10

赤日炎炎似火烧,
室如烤厢人半焦。
欲效金鱼潜水底,
清凉世界乐逍遥。



11

院里种架葫芦,
手中拿把茶壶。
心底啥都明白,
嘴上却说糊涂。



12

踏遍万水千山,
寻找不老金丹。
哪有神仙能给,
回家吃好三餐。



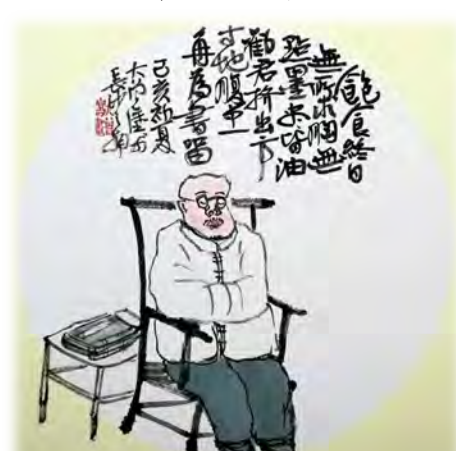
13

童心是个宝,
有它人不老。
天真快乐多,
情趣烦恼少。



14

饱食终日无所求,
胸无点墨尽皆油。
劝君挤出方寸地,
腹中一角为书留。



15

门前种上数竿竹,
免得他人说我俗。
进屋还是想吃肉,
痛骂自己不知足。



16

处世之道本无奇,
多交朋友少树敌。
开心切忌小心眼,
待人还须大肚皮。



(未完待续,转载自国学文化)

第十五次世界華文閃小說同題大展 (8)

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: linshuang4@gmail.com



雷琪 (中國香港)

一白鬍鬚的老人虛弱地躺在床上, 用盡最後的精力端詳孩子們的臉龐, 希望可以在兩子中選出一個接班人。

“爸, 你放心。我一定會承繼你的精神!” 大兒子緊握著父親的手, 斬釘截鐵地說。

老人艱難吐出了心中疑問。“繼承我什麼精神呢?” 他不是考驗孩子, 只是想知道兒子要繼承自己哪種精神。

大兒子支支吾吾回答不上, 臉「唰」地紅了起來, 剛才緊握父親的手也因心虛而鬆了。

老人尚未絕望, 他將目光轉投向二兒子, 期待聽到滿意的答案, “爸, 我看大哥只想繼承你的財產吧! 我和大哥不一樣, 我比他聰明, 更適合繼承。你看我以前……” 二兒子向大哥補刀之餘不忘自薦, 列舉多個例子力證自己是最佳繼承人選。

老人不明白為何在孩子心中“接班與繼承財產”掛鉤, 但心裡無比清楚孩子們口中的繼承是指繼承財產, 而

非繼承祖業。

“我對不起祖先, 百年家業恐怕要毀在我手上。” 心灰意冷的老人似乎用盡最後一絲力氣向祖先們恕罪。

在他閉眼前, 他聽見遠處傳來最熟悉的腳步聲。這個步伐, 這個步速, 一定是丹尼!

那腳步聲鼓勵老人一定要等到丹尼, 他的雙眼頓時回復了光彩, 不再是剛才那個頹廢無奈的老人。

丹尼連忙走到老人身旁, 如以往般拿出從旅途收穫的紀念品送給老人。

看見最熟悉的臉龐, 老人雙眸流露出光輝, 道: “不一定要讓親生子接班, 丹尼不也是個好人選嗎?”

“果然會分享的才能做好聖誕老人啊……” 老人摸了摸丹尼聖誕帽的鹿角, 安詳地閉上雙眼。

程思良點評: 兩個親生子只想繼承財產, 而非繼承祖業, 頗令老人失望。丹尼雖非親生子, 卻因懂得分享而受到老人青睞。為老人不拘一格挑選接班人的做法喝彩!



周華梅 (中國香港)

抱著阿霞, 六十歲的阿龍從心裡笑出來, 阿霞那麼溫柔, 那麼善解人意, 當初他們在一起, 明知道他已有妻子, 但仍無怨無悔一直在他身邊。

說起前妻阿鳳, 阿龍就厭惡和煩躁, 但是三十年的婚姻, 那些開心和美好的日子, 他不能抹去, 當初他真心覺得兩人會白頭偕老, 只是愛情已在柴米鹽油中變為了親情。

十年前開始, 阿鳳突然對阿龍實施嚴密監察, 不但管理他的財務, 還會偷看他的電話信息。如果發現有女性朋友, 就會審犯般查問他們的關係; 如果是和異性的單獨合照, 那就翻天了! 阿鳳能把陳年舊事也翻出來, 至少吵上一個星期, 那段日子, 阿龍簡直要崩潰了。

阿霞就在適當時候出現了。

一開始阿龍對阿鳳是內疚的, 但時間長了, 他就心安理得了; 直到不知道誰給阿鳳發了一張阿龍和阿霞的親密合照, 一切便重新發展了。

阿鳳堅持離婚, 阿龍也曾猶豫過, 畢竟夫妻一場, 無論發生什麼事, 一談到要離婚, 從此各不相干, 他還是捨不得的。

最後, 阿龍選擇了愛情, 同時也選擇了再婚, 婚後阿霞把一切事情安排得整齊有條, 比當年的阿鳳更懂持家。

阿龍慶幸自己做了正確的決定: 如果沒有那個午夜, 在那道刺眼的白光下, 阿龍看到阿霞正在偷看他的手提電話……

程思良點評: 阿霞接替阿鳳, 成為阿龍第二任妻子, 本以為生活會圓滿, 殊不知阿霞是阿鳳的翻版, 曾讓阿龍頭痛的煩惱又開始了……小說結尾收得妙, 凌空一閃, 言有盡而意無窮, 留下了豐富的想像空間, 頗具藝術張力。

梁皓文 (中國香港)

牆上的書架忽然垮掉了。架上積壓着, 封了塵的書本紛紛倒了下來。呼的一聲響徹了全屋。

我走進廳內, 把灑了滿地的書本都收拾好, 再定睛一看, 咦! 原來多年找不着的書都在此!

那些都是爸爸生前手不釋卷的典籍。爸爸是內地偷渡到香港的「文青」。平日在家中便最愛拿着論語等古書研讀, 有時看了新聞報導, 也要學夫子般對世態炎涼慨嘆一番。

那時我倆常下象棋, 爸爸就藉此來教育我。有時, 他詭計得逞, 便說一句攻其不備, 出其不意。有時, 他從險路中殺出生路來, 便又說一句知其不可為而為之。後來, 我漸長大, 棋力也與日俱進, 自然我更勝多輪少, 常把爸爸迫得施展不得, 他便又會說一句曲則全, 枉則直。再後來, 我幾乎全勝了, 爸爸便再沒有說什麼了。那時, 我在學校裏也毫無敵手。我沿用爸爸的方式來和同學下棋, 想不到反招來同學們笑我老土守舊。我一怒之下把書讀了一遍又一遍, 越覺不是味兒, 萬念俱灰下, 遂將這些書拋到一邊。

如今, 我翻開一頁頁發黃的書頁, 不覺淚如雨下, 從前我倆一起下棋的時光竟一幕幕清晰重現眼前, 提醒着我遺棄已久的做人道理。縱然爸爸已逝世多年, 此刻透過這些書, 我們好像仍連繫着。

雖然今日我已投身社會, 下棋於我已不太重要, 這些舊書還有留下的價值嗎? 不過我相信, 這些舊書盛載着我和爸爸許多珍貴的回憶, 無論如何, 都值得好好保存。想到這裏, 我便豁然開朗, 毅然拿起木板和螺絲批, 打造書架的接班人。

程思良點評: 人的意識往往隨着年歲增長而改變。爸爸生前手不釋卷的典籍, 曾被“我”長期遺棄。多年後, 已成人的“我”, 認識到這些舊書盛載着我和爸爸許多珍貴的回憶, 無論如何, 都值得好好保存。因此, 決定成為繼承這些典籍的接班人。

陸文清 (中國香港)

「謝謝您, 我會好好努力, 做個好接班人, 不會辜負您的托負。」我握著仍有體溫的手說。

甫進社會大學, 懵懂無知, 人雲亦云, 為了未來生活無憂, 加上喪母之痛, 不斷披星戴月庸碌工作, 冰封情緒, 利用語言偽術欺瞞他人投資, 以賺取利潤。

「我回來了。」

「喫飯了嗎? 有湯。」

我拖著疲憊的身軀心靈, 然後關上房門, 只想快快洗澡睡覺, 話也不想多說, 冷漠的一個「恩」終止了爸爸的關愛, 「呼」隔開了父子的親情。

再次看見爸爸的笑容, 已是媽媽離世後十年。直到我的小登科令他笑靨重現, 我和他話題多了, 仿如兒時, 話題不斷如蓮藕絲。

誕下麟兒, 一家四口, 三代同堂, 家中笑聲不斷。

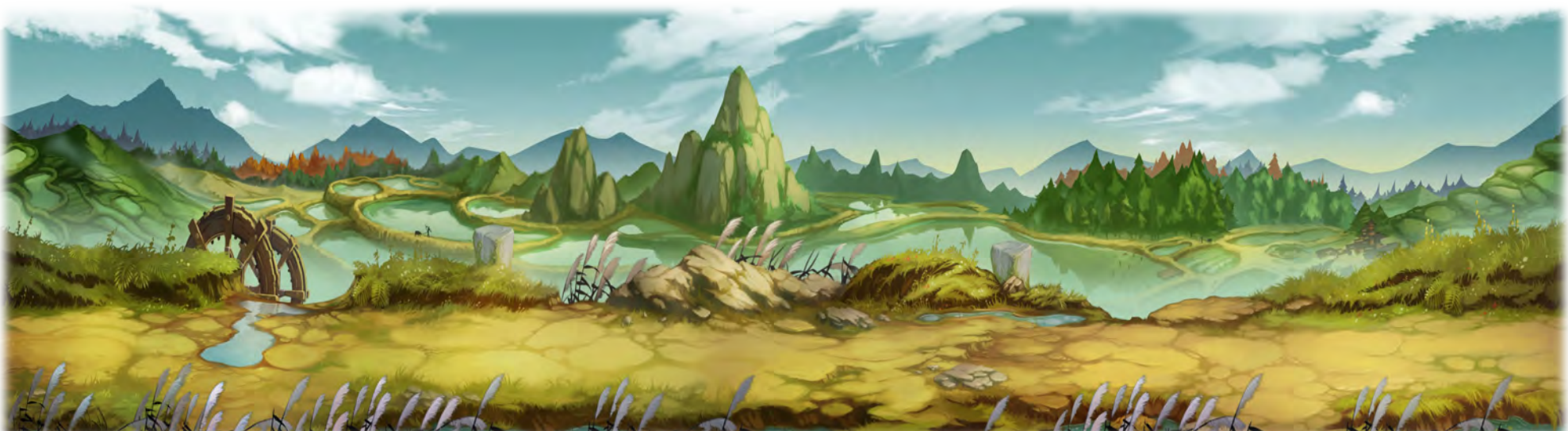
為了多陪伴家人, 我辭去騙人的生意, 踏實地做朝九晚七的員工, 心也踏實了, 著地的感覺真好。

爸爸毛病隨年歲增長漸漸多了, 進出醫院時間多了。每次見面, 他總是絮絮不休, 交代身後事, 捉緊我和兒子的手心, 也抓住我們的親情真愛……

「好好做人, 真心真意, 為美好的未來努力付出, 一家之主交您接捧, 我在天上看守, 別令我失望。」

我們仨的手沒有分離, 直到測心跳機「嘟」長鳴, 閻羅王帶走了父親, 卻帶不走他留下的遺願, 我會好好擔當「接班人」。

程思良點評: 身為一家之主, 乃家人之榜樣, 需要好好做人, 真心真意為美好的未來努力付出。其實, 這不僅是文中父親對兒子的囑託, 也是天下父母們對子女的普遍期望。



辉瑞或在年底上市 治疗新冠的专门药物

目前治疗 COVID-19 的大多数抗病毒药物都是针对感染引起的炎症和免疫反应，而辉瑞正在试验一种治疗 COVID-19 的药物，它将直接针对 SARS-CoV-2 病毒本身。

跟 COVID-19 相关的大部分疾病是由感染可能发生的强烈炎症和免疫反应引起的。迄今为止最成功的治疗就是针对这种过度的免疫反应。在疾病早期服用吸入皮质类固醇布地奈德已被证明可以减少更严重疾病的发展。对于因 COVID-19 住院需要吸氧的患者，口服皮质类固醇地塞米松可降低死亡的可能性。在最严重的病例中——入住 ICU 的 COVID-19 患者，静脉注射抗炎托珠单抗可以提高患者的生存几率。但这些治疗并不针对 SARS-CoV-2 本身，而只是感染的后果。事实证明，直接针对该病毒更为困难。

科学家们还提出了一种新的抗病毒药物瑞德西韦，它最初是用来治疗埃博拉病毒的。瑞德西韦延缓了病毒复制其 RNA 的能力。最初的病例报告看起来很有希望，美国食品和药物管理局(FDA)也批准了这种药物的紧急使用。但对住院的重症 COVID-19 患者进行的随机对照试验结果令人失望。虽然存活下来的病人病情持续时间缩短了，但并没有显著降低一个人的死亡几率。毕竟这两种药剂都不是专门针对 SARS-CoV-2 设计的。

但在 2020 年，辉瑞/BioNTech 发现了一种小分子 PF-00835231，它可以阻断 SARS-CoV-2 3CLpro 蛋白酶。它最初是针对 SARS-CoV-1 设计的，但这两种病毒的酶几乎完全相同。PF-00835231 单独使用或跟瑞德西韦联合使用似乎能减少包括 SARS-CoV-2 在内的一系列新冠病毒在实验室细胞中的复制。它还减少了一些动物模型中的病毒复制且没有不良的安全信号。但需要注意的是，这项研究尚未经过同行评审。

辉瑞/BioNTech 正将 PF-07304814 和 PF-07321332 这两种药物用于 COVID-19 临床试验。PF-07321332 是一种口服制剂或药丸，可能用于 COVID-19 的早期治疗。两种都是 3CLpro 抑制剂的配方。这些 1 期试验于 3 月开始，代表了药物开发的最早阶段。这些试验选择健康的志愿者并使用不同剂量的药物来确定其安全性。他们还研究这些药物是否能在体内引起足够的反应以表明它们对 SARS-CoV-2 有效。

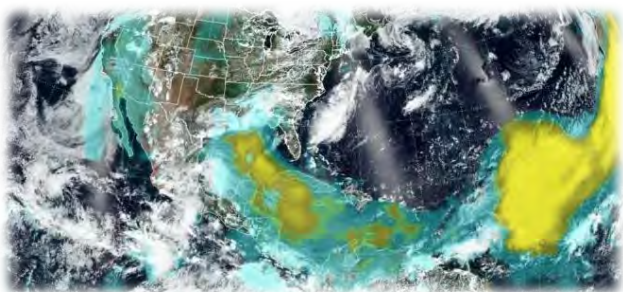
下一步则将进行 2 期或 3 期试验，以此来看看它们是否改善了 COVID-19 的疗效。通常这一过程需要数年时间，但随着流感继续在全球肆虐，辉瑞表示，如果 1 期试验成功，那么它将在几个月内完成这项工作。辉瑞 CEO 最近还暗示，这种药物可能会在今年年底上市，这可能是一种渺茫的希望。但这场大流行向我们人类展示了科学快速发展的可能性。

研究揭示非洲撒哈拉尘埃 如何跨大西洋到达美洲地区

在 2020 年 6 月的两个星期里，来自撒哈拉非洲的巨大尘埃羽流向西越过大西洋，覆盖了加勒比海和美国的墨西哥湾沿岸州。现在，堪萨斯大学的研究人员在《美国气象学会公报》上发表了一项新研究，解析了运送沙尘的机制。

他们研究结果解释了一个可能在未来几年由于气候变化而更频繁发生的现象，它影响了人类健康和运输系统。根据该研究，非洲尘埃使加勒比和美国海湾国家的天空变暗，这要归功于三重大气模式。其中，非洲的东风喷流将尘埃从非洲向大西洋地区输出。然后位于北大西洋副热带上空的高压系统——北大西洋副热带高压，可以进一步将其向加勒比地区输送。一旦灰尘到达加勒比海地区，加勒比海低空喷流系统与副热带高压一起可以进一步将灰尘从加勒比海地区运往美国。

研究人员使用卫星数据集重建将灰尘从非洲运送到美洲的模式。他们主要使用 Terra 和 Aqua 卫星上的中分辨率成像光谱仪，Suomi 国家极轨合作卫星上的可见光红外成像辐射仪套件，以及云雾剂激光雷达和红外探路者卫星观测卫星上的正交极化云雾剂激光雷达收集研究数据。



科技简讯

结合卫星数据和空气质量站的读数，研究人员用计算机分析了尘埃如何在喷气流系统之间传递，到达加勒比和美国，在那里它破坏了交通，并有可能改变天气。这些尘埃可以影响公共交通，也有环境影响，可以影响环流和降水。更糟糕的是，来自非洲的尘埃羽流有可能对美洲的人们造成健康问题。那些直径小于 2.5 微米的颗粒，很容易被带入人类的呼吸系统并导致呼吸道疾病。

还有一项研究发现，在美国沙尘暴与非事故性和心血管疾病死亡率的增加有关。此外，在灰尘中的真菌可能导致一种叫做山谷热的疾病，这种疾病发生在亚利桑那州和加利福尼亚州，与这些地区的沙尘暴有关。

人类或有望活到 120 岁 科学家已将老鼠寿命延长 23%

据外媒报道，以色列科学家在一项新的研究中，通过一种特殊的蛋白质将实验室老鼠的寿命延长了 23%，这一研究成果可能为人类活到 120 岁打下了基础。

据报道，以色列科学家在 250 只老鼠体内增加 SIRT6 蛋白质的供应量，实验对象的预期寿命不仅增加了 23%，而且与普通老鼠相比，它们更年轻，更不易患癌症。SIRT6 蛋白质能“控制着衰老的速度”，但通常会随着年龄的增长而下降。

巴伊兰大学的海姆·科恩教授领导了这项研究，他向《以色列时报》表示，“我们在老鼠身上看到的变化可能也适用于人类，如果真是这样，那将是令人兴奋的。”



2019 年，在新冠肺炎大流行之前，联合国估计人类的平均预期寿命为 72.6 岁。科恩说，如果人类能摄入等量的 SIRT6 蛋白质，那么他们的平均预期寿命可以达到近 120 岁。

科恩的实验室目前正在寻找安全增加人体 SIRT6 蛋白水平的方法。因实验老鼠是转基因的产物，但人类需要药物才能达到同样的效果。这位科学家称：“我们正在开发可以增加 SIRT6 水平的小分子，或使现有数量的蛋白质更有活性。”他还补充说，他预计在两到三年内会有具体的结果。

据报道，科恩研究这个课题已经很长时间了，2012 年他已经使老鼠的预期寿命增加了 15%，但他的疗法当时只对雄性老鼠有效。

这项新研究是由包括美国国立卫生研究院教授拉斐尔·德·卡波在内的国际科学家合作进行的，新研究取得了重大进展，雄性动物比对照组的同类动物寿命延长了 30%，而雌性动物的预期寿命也增长了 15%。

老鼠正常衰老的症状是在一小段时间不进食后，失去从脂肪和乳酸中提取能量的能力。但根据这项研究，SIRT6 水平高的动物尽管年纪大了，却没有这样的问题。此外，他们的寿命不仅更长，而且活得更好，因为他们体内胆固醇更少，癌症病例也更少，还可以跑得更快。

研究证实早睡早起 1 小时 忧郁症几率减少 23%

许多科学研究已证实，睡觉的时间与人类白天的表现与忧郁心情息息相关，而最新的研究发现，除了工作表现以外，“早睡与否”也与人们是否忧郁有关，即使只早睡一小时、早起一小时，即能减少忧郁的几率达 23%。

科罗拉多大学综合生物学助理教授希莲·维特(Celine Vetter)表示：“我们都知道睡觉时间和心情有关，但我们这份研究的重点是侧重在『要多早睡』才能让到大家看到忧郁病情的改善。”

维特曾运行过一项长达四年的计划，追踪 3 万 2000 名早起的护士，发现早起护士得到忧郁症的几率比晚起的护士低 27%。而最新发布的这篇更大型的研究，追踪约 84 万名受试者。首先先从受试者的生物时钟相关基因找出他们“身体上倾向睡觉的时间”。

综合生物时钟基因定序结果与问卷调查结果，最

后的研究数据表示，只要提早睡一小时，就能有效降低 23% 罹患忧郁症的几率。维特表示，如果提早睡两个小时，那么降低罹患忧郁症的几率也会加倍成 46%。

目前尚不清楚“提早睡眠时间”与“降低忧郁几率”之间相互影响的机制，不过此一相互影响的现象已经获得证实。

虽然尚待进一步的研究才能找出提前睡眠时间与降低忧郁几率之间的关联，但研究人员推测，可能与睡觉环境时的光线程度有关；之前已有其他研究证实，“光线治疗法”可以有效改善心情。

因此维特说：“成为早睡早起的人最好的方法，就是『白天保持光明，晚上保持黑暗』。例如早上时走路或骑自行车去上班，让自己多晒点太阳；晚上就让环境尽可能变暗，特别是睡觉的时候。”

农药正在严重破坏世界土壤

根据最新发表在《Frontiers in Environmental Science》上的分析显示，在一排排玉米、大豆、小麦和其他单一作物密密地覆盖的农田下面，杀虫剂、除草剂和杀菌剂的有毒混合物正在对它们造成严重破坏。

这项研究是迄今对农药如何影响土壤健康进行的最全面的评估，其应该会立即引发美国环境保护署(EPA)等监管机构对美国批准使用的近 850 种农药成分构成风险的评估方式发生实质性变化。

目前，监管机构完全忽视了杀虫剂对蚯蚓、跳尾虫、甲虫和其他数千种地下物种的危害。而新的研究表明，毫无疑问，这必须得到改变。

据悉，新研究由生物多样性中心(Center for Biological Diversity)、地球之友(Friends of the Earth)和马里兰州的研究人员联合展开。在分析过程中，研究人员查看了近 400 项已发表的研究——这些研究共进行了 2800 多项关于农药如何影响土壤生物的实验。新论文综述了 275 种独特的土壤生物和 284 种不同的农药或农药混合物。

在这些实验中，有超 70% 的实验发现杀虫剂会危害对保持土壤健康至关重要的有机体，而 EPA 的安全审查目前从未考虑过这些危害。

不断升级的农药密集型农业和污染是许多土壤生物如地面甲虫和地面筑巢的蜜蜂急剧减少的主要驱动因素。它们被认为是过去十年土壤生物多样性丧失的最重要驱动因素。然而农药公司和农药监管机构却对此采取忽视的态度。

EPA 曾公开承认 50% 到 100% 的农业使用的农药最终会进入土壤。然而为了评估杀虫剂对土壤物种的危害，该机构仍使用单一的测试物种——一种整个生命都在地面上的人工盒子中度过的物种——欧洲蜜蜂来评估对所有土壤生物的风险。这意味着，农药的批准是在不考虑这些农药会如何伤害土壤微生物的情况下进行的。而另一面，随着再生农业和土壤健康的原则在世界范围内得到普及，农药公司也纷纷赶时髦，对它们的产品进行绿色清洗。



现在，每家大型农药公司都有 Web 材料以宣传其在促进土壤健康方面的作用并经常提倡减少耕作和种植覆盖作物。作为一般原则，这两种做法确实有利于土壤健康，如果采取负责任的做法，将是可以采取的重大步骤。

然而农药公司知道，这些做法往往伴随着农药使用量的增加。当土地不耕种时，杀虫剂通常被用来杀死杂草，覆盖作物通常在种植前被杀虫剂杀死。这种“进一步退一步”的做法阻碍了保护土壤取得有意义的进展。这一失败的长期环境代价显然不应该再被忽视。

土壤是地球上最复杂、生物多样性最丰富的生态系统之一，它们代表了地球近 1/4 的多样性。保护它们应该是优先考虑的事情，而不是事后考虑。

新研究表明，要实现这一目标我们就必须面临减少全球对农药密集型农业日益增长且不可持续的依赖的任务。另外，EPA 也需要采取措施开始保护土壤健康以解决杀虫剂对我们长期被忽视的地下物种的危害。

日本最值得去的12座古城(下)

福井丸冈城

丸冈城是日本福井县坂井市丸冈町的一座城堡。周围设有五角形的堀石垣亦是现存。石垣采用野面积方法建造。城堡在春季长满樱花,别名又称为霞城。



·地址:福井县坂井市丸冈町霞町1-59
·交通:自JR「芦原温泉」站搭乘京福巴士于「丸冈城」站下车,车程约20分。或自JR「福井」站搭乘京福巴士于「丸冈城」站下车,车程约40分

香川丸龟城

「丸龟城」建于1597年,是仿效织田信长的安土城以及丰臣秀吉的大坂城建成的城堡。丸龟城的现存天守比起其他天守规模小了许多,但是却有日本第一高的石垣。



·地址:香川县丸龟市一番丁
·交通:自JR「丸龟」站徒步10分

爱媛伊予松山城

松山城于1602年和1628年之间建造,和姬路城,和歌山城并称“日本三大连立式平山城”,是日本最美丽原始城堡之一。



·地址:爱媛县松山市大街道3丁目2-46
·交通:自JR「松山」站搭乘往「道后温泉」的市内电车约10分,于「大街道」站下车徒步5分

爱媛宇和岛城

宇和岛城别称鹤岛城、丸串城。是日本国家史迹。城池早在10世纪存在,1615年成为了仙台名将伊达政宗长子伊达秀宗的领地。



·地址:爱媛县宇和岛市丸之内1
·交通:自JR「宇和岛」站搭乘巴士于「南予文化会馆前」站下车后徒步5分

高知城

高知在古代令制国称为「土佐国」,江户时代后改称「土佐藩」。



高知城是现存十二天守当中,唯一还将本丸御殿留存下来的城郭,巨大的正门「追手门」也是从江户初期就流传下来的。



·地址:高知市丸之内一丁目2番1号
·交通:自JR「高知」站搭乘路面电车约10分钟,于「高知城前」站下车。或自JR「高知」站徒步30分

冈山备中松山城

备中松山城建于小松山顶,是现存十二天守中唯一的山城,筑城年代约为1240年。因为备中松山城在秋冬的清晨会形成漂浮在云海之中的景象,又被称为「天空之城」。



·地址:冈山县高梁市内山下1
·交通:自JR「备中高梁」站搭乘观光共乘计程车约15分,于「鞆峠」站下车后徒步约20分



(全文完,转载自九州旅游信息网)

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

美国之听 HEARING of AMERICA
To Hear, To Enjoy

(651) 324-4589 (中文) (651) 528-7868 (英文)

助听器改善您和家人的生活质量!
Make Hearing Great Again!

Jerry Zhou, Ph.D.
周志益博士
知名资深听力专家

- 最贴心的听力咨询
- 最细心的听力测试
- 最耐心的听力治疗
- 最走心的听力服务
- 最先进的助听技术
- 最方便的无线技术
- 最可靠的充电技术
- 最清晰的语音质量
- 最自然的噪音消除
- 最合适的私人定制
- 最隐形的尺寸颜色
- 个性化助听器专家
- 廿五年助听器经验
- 耳聋助听耳鸣理疗
- 测试诊断治疗服务
- 助听技术演示讲解
- 选择验配服务新品
- 维修调试清理旧品
- 灵活机动服务时间
- 亲自上门验配服务
- 助听器最佳性价比
- 支持多种医疗保险

改善听力和生活质量,美国之听是最佳选择!
Hearing of America is your best choice for your hearing care!

● 科学研究表明,未经治疗的听力损失,不仅会导致交流困难,情绪焦虑,不安,忧虑,着急,社交孤立,家庭不睦,等影响,大大降低生活质量,还会加快认知能力下降,增加五倍老年痴呆的可能性,三倍摔倒的可能性。**合适的助听器验配可以极大地帮助改善生活质量!**

● 听力专家周志益博士专门帮您排忧解难,您只需拨打电话,中英文皆可,就将听力问题交给周博士解决吧!

扫描加微信

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

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.



SAT/ACT Reg.(Scan/Click)

For more information

Visit: www.yucaimn.org;
Email: yucaimn@gmail.com; [yucaisat@gmail.com](mailto:yucaisat@ycaimn.org);
Call: 612-574-9189 or 952-288-7282

美国中医学院/中医健康中心

American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine/TCM Health Center



高励
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、颈痛、肩痛、网球肘、關節炎、腕關節疼痛、肌纖維疼痛、運動創傷等。

2.神经疾病

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

3.心理疾病

焦慮、抑鬱、失眠、飲食失調、疲勞等。

4.妇科疾病

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

5.不孕不育症

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

6.呼吸系统疾病

感冒、流感癥狀、咳嗽、哮喘、肺炎、肺氣腫、鼻竇炎、過敏等。

7.皮肤疾病

粉刺、濕疹、牛皮癬、帶狀疱疹、皮膚瘙癢等。

8.胃肠疾病

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.泌尿系统疾病

膀胱炎、尿道感染、性功能紊亂、前列腺疾病、腎炎等。

10.成癮与戒毒

烟草、咖啡因、糖、興奮劑、酒等。

11.支持性治疗

癥瘕諸癥狀、手術後恢復治療等。

电话: 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: tchealth@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。



京剧的起源

——“中华艺术讲坛”第一讲

京剧起源于四个地方剧种,其中有:安徽的徽剧、湖北的汉剧、江苏的昆曲、陕西的秦腔(又称梆子)。清朝乾隆五十五年(1790年)是京剧发展史上非常重要的一年,恰逢乾隆帝八十大寿,为庆祝寿辰招集了江西、安徽、湖北、陕西等戏班进京演出。在历史上称“四大徽班”进京,加上北方原有的戏班,在京城形成了戏曲繁荣的局面,其中有安徽来的四大徽班:三庆班、四喜班、春台班和春班,以其独特的艺术风格得到了广大京城观众的喜爱。寿辰结束后,他们仍然留在北京演出,并在与来京的汉班及西秦腔的结合中,相互融合,相互吸引,逐渐创立了以西皮和二黄为主的新剧种——京戏,并很快风靡全国,取代了昆曲的霸主地位,成为了中国的新国戏。由此戏曲界把1790年即“四大徽班”进京为乾隆皇帝祝寿这一年定为京剧的诞生年。本人有幸参加了1990年的纪念四大徽班晋京200周年的纪念活动。

京剧被称为“国粹”重要的一面它必须依赖于广大观众的欣赏和喜爱。也是赖以生存和发展的基本条件。京剧形成后,不仅受到了清朝宫廷王宫帝后们的喜爱,更

得到了广大人民的认同,很快便融入了人们的日常生活之中。京戏在社会上越演越红,在宫廷里也备受推崇。尤其是在清朝末年,宫中几乎无戏不欢。甚至连朝中官员都有:“状元三年一个,十三旦盖世无双”之说,可见当年的盛况。这个时期京城出现了众多的戏楼,如:湖广会馆戏楼、正乙祠、恭王府大戏房、重华宫戏台,更不用说众多的小戏园子了。

在缺少其他娱乐活动的年代里,戏曲艺术独霸了用形象表演故事的领域,听戏人成了人们的最佳的消遣方式,也就在那个时代中,京剧有了极大的发展空间,无论从唱、唸、做、打以及外在的表演形式都有了很大的提高和发展。逐渐的形成了戏曲表演程式化,各大流派纷纷出现,但凡真正优秀的演员总要有自己的过人的本领及看家的本领,大致流派特色,小至个人风格,必要有所标志,让听众们一闻便知其功夫长短,久而久之,观众才会承认这是“角”。(现代指星级或者大腕儿)

但凡名“角”必有精彩之处,千锤百炼而后生。其中甘苦也如寒冬饮冰水,点滴在心头。从京剧诞生的那一

天起,“角儿”一直是支撑舞台的主宰,并以其精湛绝伦的表演。不知得到了多少戏迷的喝彩声,甚至可以说京剧的历史就是“角儿”们所创造的历史。台上唱戏,台下捧戏,上台台下一出戏,偌大的戏园内热闹非凡,实是一种享受,“玩儿”的享受。中国戏曲本身便是有很强的整体性特征。这个整体性不仅表现的剧本、表演、舞台、音乐多种艺术门类的综合性上,而且还体现在演员与观众的反馈关系上。中国的戏曲舞台上开放性的,尤其是老戏园,戏台多置于观众之中,演员与观众相隔很近,观众席为长条的桌凳横向舞台,台上演唱的同时台侧随意交谈、品茶、喝彩,气氛较浓烈,这种形式所具有的种种神奇魅力,也使好戏者们层出不穷,从而推动了京剧的繁荣和发展。

每一个时代都有每个时代的观众。京剧经历200多年的风风雨雨后越发显示出他的风采和美丽,作为国粹他成为戏曲艺术的代表之一,向世人展示着他丰富的内涵,没有人会怀疑他的存在,因为它代表的精华是植根于中国文化的民族艺术,优美的唱腔,迷人的神态,厚重的根基都使他成为一段历史的拥有者,今天她重新又焕发了青春,去迎接一个新的世纪来临。

中国京剧在2010年在肯尼亚首都内罗华举行的联合国教科文组织政府间保护非物质文化遗产委员会第五次会议上,批准为“人类非物质文化遗产代表作名录”。申遗成功标志着中国京剧形成以来的影响力,在世界上得到充分的肯定,她占有世界三大戏剧体系之一的重要位置。倍受国际舞台的认可和推崇。也是我们中华文化的骄傲! (撰稿人:谢振刚)

谢振刚 & 胡梅简介 (Zhengang Xie & mei Hu)

著名京胡演奏家谢振刚和月琴演奏家胡梅毕业于河北省艺术学校唐山分校。1975年以优异成绩分配到唐山市京剧团工作。担任乐队主要乐器京胡演奏以及兼职二胡、月琴、板胡等,参加了众多的大型剧目演出如:现代京剧《杜鹃山》、《智取威虎山》《红灯记》、《平原作战》、《红云岗》、《节振国》等剧目的伴奏。1980年以后,谢振刚除参加演出大量优秀剧目外还研究“程派”(创始人程砚秋)的操琴技艺,从师于程派著名琴师徐文谟。学习了程派名剧《三击掌》、《荒山泪》、《锁麟囊》、《窦娥冤》、以及《骂殿》等剧目。1986年起,与程派青衣李海燕(当今五小程旦之首国家京剧院二团领衔主演)合作八年之久。参加了国内诸多大型演出活动。特别值得提出的是在1987年《全国青年京剧演员电视大奖赛》中荣获最佳表演奖。随后又在《中国国际风筝节京剧演员邀请赛》中再次获得最佳表演大奖。谢振刚于1989年参与了北京和上海京剧院联合制作的大型京剧电视连续剧《曹雪芹》,并担任京胡伴奏,获得业内业外人士的一致好评。1992年初,谢振刚与弟弟谢振强(中国戏曲音乐学会会长、著名戏曲音乐作曲家、中国戏曲学院教授、音乐系主任)合作作曲的新编神话京剧音乐剧《白娘子出塔》上演于北京,参与制作的有著名编剧马少波、著名导演周仲春、艺术顾问唐在炘、主演李海燕。整部戏的音乐、唱腔贯穿始终,演出非常成功,受到了戏曲界和观众的普遍赞誉。并为之召开了新闻发布会及学术研讨会。在谢振刚的艺术生涯中,除了自己的努力奋斗之外,也有幸得到了众多名师的教诲和栽培。如:中国戏曲学院著名作曲家、教育家任枫、著名琴师夏奎连,以及1991年正式拜在著名音乐作曲家、京胡演奏家唐在炘门下成为正式弟子。大师们的指导加之自身努力,使其逐渐形成了自己的演奏风格,倍受业内人士关注和推宠。与其合作演出过的著名表演艺术家有李世济、李海燕、杨荣环、钟荣、李胜素等老、中、青艺术家。其履历被选录《当代戏剧家传略》名人辞典。谢振刚高超的演奏技巧,和对戏曲艺术的独到理解,为他在国内京剧艺术界树立了极高的口碑。他在国内曾和国家京剧院,北京京剧院,上海京剧院,天津京剧院,吉林省京剧院等联合演出。在学术

上曾任文化部程派艺术研究会联络部主任,组织过多项研习活动,并成立“秋生研习社”定期进行艺术交流演出,同时参与了《程砚秋表演艺术论集》的校对工作及兼职《当代中国》画报艺术版特约编辑。谢振刚致力于推广国粹艺术,曾任文化部恭王府对外旅行社观光大舞台首席琴师,1996年和李世济、唐在炘老师参加在人民大会堂国务院主办的《元宵晚会》的演出,并受到当时的国家领导人江泽民、朱镕基、李瑞环等中央首长的亲切接见。1998年来到美国从事文化艺术交流活动。在曼哈顿艺术高中演出交流讲座,并参加了中国领事馆庆祝澳门回归的晚会。2000年到辛辛那提,从事艺术交流,教学演出等活动。受到当地报纸整版艺术专访和汉语报纸《世界日报》的专访介绍。谢振刚还被邀请到cet电视台艺术栏目介绍并演奏中国京剧曲牌《夜深沉》。谢振刚夫妇曾与辛辛那提音乐学院交响乐团多次协奏,胡梅在著名青年指挥家张弦(现任美国新泽西交响乐团指挥,艺术总监)指挥的交响曲《山神》中担任月琴独奏。谢振刚、胡梅二人与著名指挥家陈琳(现任中央音乐学院指挥系主任)合作,出演京胡协奏曲《夜深沉》。谢振刚还在《乔家大院》交响组曲中的二胡独奏,并在舞剧《白毛女》片段中担任板胡独奏等。自从旅居辛辛那提,谢振刚、胡梅夫妇致力于传播民族文化,从小孩子做起,为了国乐文化传承华裔下一代做出了巨大的贡献。谢、胡夫妇二人在华人社区创办了“辛城国乐社”、“辛辛那提中国民乐团”以及“华乐学堂”,弘扬中国文化艺术,教授中国乐器、中国京剧。夫妇二人从头做起,接收儿童学生,并做出了显著的成绩。他们的学生曾在“中华青少年才艺大赛”、“香港国际青少年才艺大赛”以及“纽约国际中国乐器大奖赛”中分别获得一等奖、金奖、银奖、优秀奖、第三名等优异成绩,在今年的ITalkBB《全美线上才艺大奖》上,有三个



学生进入总决赛,其中两个学生(二重奏)荣获大奖第二名。在辛辛那提二十余年,他们夫妇俩人跨越肯塔基州、印第安纳州、俄亥俄州、走过十几个城市和多所大学参加中国音乐、戏曲等艺术活动,其中包括辛辛那提大学,肯德基大学,俄亥俄州立大学,奥伯林大学等。最近几年与俄亥俄州的迈阿密大学合作做了两期中国民乐讲座、六期中国京剧系列讲座和一场《中国音乐作品音乐会》以及学生的专场音乐会等,受到了美国朋友们的喜爱和关注。谢振刚和胡梅夫妇有着20余年的中国音乐教学经验、组织乐队的的能力以及编曲指挥能力。演奏多种乐器,以擅长京胡、板胡、二胡、高胡等乐器;胡梅以演奏月琴、扬琴、中阮等弹拨乐器等组织教学,训练乐队,并参加过数十场大型音乐会以及亚洲艺术节活动。他们所创办的乐队曾于多位国内外知名中国艺术家同台合作,包括唢呐演奏家郭雅志、戏曲表演艺术家于魁智、李胜素等。

谢振刚和胡梅夫妇俩已经从辛辛那提移居明尼苏达州。希望和明州的华人世界联合做些传播中国文化艺术的工作,以尽微薄之力。



《麻省理工科技评论》

不需因新冠病毒变种感到恐慌的5个原因

5月10日,世界卫生组织在新冠病毒变种名单上添加了新成员,该名单在全球范围内备受关注。

据称,新成员变异毒株 B.1.617 是导致印度疫情失控的主要原因。B.1.617 是该名单上的第四个新成员,名单中还包括在英国、南非和巴西首次发现的变体。

世卫组织新冠病毒的技术负责人玛丽亚·范克霍夫(Maria Van Kerkhove)在一次简报会上表示:“现有的一些信息表明该病毒的传播性已经增强。”

随着新的变异毒株接踵而至,人们愈发地感到不安。有关“双重变种”和“危险变种”的新闻报道引起了民众的恐慌,人们担心这些病毒将能躲过免疫反应,致使我们效果最好的疫苗失效,以及随后我们将因此重新陷入封城状态。

对此,阿尔伯特·爱因斯坦医学院的病毒学家卡尔蒂克·钱德兰(Kartik Chandran)表示,就目前而言,病毒并没有从根本上改变。

随着时间的推移,疫苗的效力可能会减退,但并没有证据表明我们正危在旦夕。威斯康星大学兽医学院的病毒学家托马斯·弗里德里希(Thomas Friedrich)说道:“我认为目前不存在会使我们前功尽弃的紧迫危险。我们应该关注变异毒株,但不要惊慌失措。”

以下五个原因说明了我们为什么可以保持谨慎的乐观态度。

一、疫苗对棘手的变种病毒也起作用

早期报告表明,目前的新冠疫苗可能对一些变种的作用不大,包括在南非首次发现的变种 B.1.351。在实验室测试中,接种者的抗体不能像中和原始病毒那样有效地中和该病毒。

但是卡塔尔的实际数据表明,辉瑞公司的疫苗即使是针对 B.1.351 的效果也相当好。宾夕法尼亚州立大学的疾病生态学家安德鲁·里德(Andrew Reid)表示,全面接种疫苗对防止变异毒株 B.1.351 感染有 75% 的效力。

这比原始病毒试验中报告的 95% 的效力要低,但仍然是“一个奇迹”。其表示:“这些疫苗的效果是如此的好,我们有这么多的空间可以发挥。”

确实,一些变种病毒似乎更善于躲避我们的免疫系统,至少来说,这些病毒在实验室的实验中表现如此。

例如,今年 5 月 10 日发布的一项小型研究显示,备受全球关注的最新变异毒株 B.1.617 对已接种疫苗或已感染过的人所产生的抗体更具抵抗力。

但尽管如此,所有 25 个 Moderna 公司或辉瑞公司疫苗的接种者都产生了足够的抗体来中和该变异毒株。

二、免疫反应强劲

科学家们在测试疫苗功效时,通常会关注抗体及其阻止病毒感染细胞的能力。在实验室实验中,他们将已感染或已接种过疫苗的人的血液与培养皿中的细胞混合,看血液中的抗体是否能“中和”病毒。

进行这些实验并不难,但是牛津大学的流行病学家和人口学家珍妮弗·多德(Jennifer Dowd)表示,抗体是人体中“免疫反应中一个非常有限的部分”。

此外,免疫 T 细胞也有助于抑制感染。这些细胞不能中和病毒,但可以找出已感染的细胞并摧毁它们,这有助于防止病情恶化。

而来自感染过新冠病毒的患者的数据表明,T 细胞反应应该能够针对大多数 SARS-CoV-2 变种病毒起足够作用。

三、当接种者真的确诊时,疫苗可以防止最坏的结果发生

能够阻断感染的疫苗,效果是非常好的。“但最重要的是让人们远离医院,远离社交场所,”弗里德里希说道。而且有很好的证据表明,目前的疫苗正是起到这样的作用。

在南非,强生公司的一剂疫苗对新冠相关住院病例和死亡病例的保护效力为 85%。当时,95% 的病例是由 B.1.351 变体引起的。在以色列,B.1.1.7 已经成为主要病

株,而两剂辉瑞疫苗对新冠相关住院病例和有症状感染者的保护效力为 97%。

四、新冠病毒不断发生相同的变异

病毒一旦进入细胞就会开始复制,病毒复制的次数越多,出现随机错误或突变的可能性就越大。大多数的复制错误都是无关紧要的,然而,少数几个复制错误可能会给病毒带来优势。

例如,名为 D614G 的尖峰蛋白突变似乎有助于 SARS-CoV-2 的传播。另一个名为 E484K 的蛋白则可能有助于病毒逃避身体的抗体反应。

如果拥有这些有利突变优势的病毒,从一个人传播到另一个人,它们就可以淘汰那些没有发生突变的病毒,这一过程我们叫做自然选择。这就是更具传播性的 B.1.1.7 变种成为美国主要毒株的原因。

在 SARS-CoV-2 的案例中,全球不同地区持续涌现加强版的新冠变异病毒,我们把这种现象称为趋同进化。匹兹堡大学的进化生物学家沃恩·库珀(Vaughn Cooper)说道:“我们看到这些相同的组合不断地进化着。”他还在《科学美国人》最近的一篇报道中写道:“想象一下俄罗斯方块游戏是什么样的。数量有限的积木可以以不同的方式、不同的组合进行组装,以达到相同的优胜结构。”

库珀和其他一些研究人员将这种趋同进化的证据视为一个积极迹象:病毒可能无法产生新的变异来适应当前环境了。

他表示:“新冠病毒现在实际上是一个小问题。如果我们能够控制疫情,这个问题就会一直很小。”

五、如果疫苗的效力开始减退,我们可以制造加强版疫苗

但最终,目前的疫苗效力是会减退的。对此,钱德兰表示“这是在预料之中的事情”,但他预计这是个渐变的过程,“我们会花时间研发下一代疫苗的。”据了解,Moderna 公司已经开始测试加强疫苗的效力,该加强疫苗旨在针对首次在南非发现的变异毒株 B.1.351。

最近,Moderna 公司公布了初步结果。结果显示,针对首次在南非和巴西发现的变异毒株,目前新冠疫苗或 B.1.351 加强疫苗第三剂的效力得到增强。

但是比第三剂原始疫苗,新的加强疫苗会促使人们对 B.1.351 产生更强劲的免疫反应。

其实,我们还有几个理由可以松一口气。首先,针对变异毒株的加强疫苗是可以起作用的。库珀说:“我认为,如果我们能用 RNA 疫苗来制造加强疫苗,我们将取得终生性的成就。”

但我们为什么庆祝取得这些早期成果,还有另一个更晦涩的理由。一些研究人员担心,针对其中一个变种的加强针,可能会促进针对原始病毒的免疫反应,这种现象被称为抗原原罪,发生在身体免疫系统在遭遇与初次感染有些微不同的病毒的时候,或者发生在反复接触流感的情况下,也可能出现在接种疫苗的反应中。

因此,Moderna 加强针比原配方的第三针效果更好这一事实,为乐观派提供了理论依据——即抗原原罪不会成为抗击 SARS-CoV-2 的障碍。

但是,尽管我们不需要恐慌,现在也不是可以松懈的时候。因为目前的变种病毒似乎相对传染性没有那么强,但并不意味着每一个新的变种病毒都会如此。

钱德兰表示:“我们还会看到很多相同的变异,这种可能性很大。”但是“罕见的突变会发生,确实会发生,”他补充说道,“可能只需要几次罕见的突变,就会产生传染性强的变异病毒。”

尤其是,印度激增的病例令人担忧。对此,弗里德里希表示:“这样病毒就有了很多变异的机会,说不定会出现超级病毒。”

在许多发达国家,疫苗的推广进展顺利,但在较贫穷的国家可能要等到 2022 年甚至更晚才能普及疫苗。“而我们拥有这些神奇的疫苗,”钱德兰说。“我们需要想出一个办法,让所有人都能接种。”

(作者:Cassandra Willyard)



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:

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人以上上课,学校保留取消课程的权利。



Yucai Summer Camp Reg.

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.

(上接A1版)

截至6月7日,据美国疾病预防控制中心(CDC)数据显示:全美已有171,310,738人至少接种了一剂新冠疫苗,占总人口的51.6%;其中139,748,661人完成了全部接种,占总人口的42.1%。

·在12岁及以上人口中,有171,159,115人至少接种了一剂疫苗,占该年龄段人口的61.1%;其中139,723,912人完成了全部接种,占该年龄段人口的49.9%。

·在18岁及以上成年人中,有164,316,152人至少接种了一剂疫苗,占该年龄段人口的63.7%;其中136,723,099人完成了全部接种,占该年龄段人口的53%。

·在65岁及以上老年人中,有47,265,547人至少接种了一剂疫苗,占该年龄段人口的86.4%;其中41,372,399人完成了全部接种,占该年龄段人口的75.6%。

拜登表示整个6月,美国国家组织、地方政府领导人、社区和信仰伙伴、企业、雇主、网红、名人、运动员、大学、年轻人和全美各地的数千名志愿者,将共同努力提高全美疫苗接种率。“全国行动月”具体行动措施包括:

·为21岁及以上成年人提供免费酒水:一旦美国在7月4日前达到70%成年人口接种一剂疫苗的目标,美国最大的啤酒酿造公司安海斯-布希(Anheuser-Busch,百威啤酒制造商)将“请所有21岁以上美国人喝一轮免费啤酒”。

·为疫苗接种者提供免费托儿服务:从现在起至7月4日,美国四家最大的托儿所(YMCA、Bright Horizons、KinderCare、Learning Care Group),将为所有正在接种疫苗或接种后需要恢复的父母和看护人员,提供免费的托儿服务。

·其他奖励措施:网约车软件Uber和Lyft,宣布将提供免费前往接种地点的乘车服务;DoorDash承诺向社区健康中心,提供总计200万元的礼卡;CVS推出抽

美国新冠病例大幅下降 明尼苏达州全面开放

奖活动,奖品包括免费邮轮和超级碗(Super Bowl)门票;美国职棒大联盟(Major League Baseball),将在比赛现场附近设立疫苗接种点并举行赠票活动;连锁超市Kroger面向所有接种疫苗的顾客推出抽奖活动,奖品包括100万现金以及全年免费购物。

·6月份各地药店每周五24小时营业:从下周开始,全美数千家药店将在6月份的每个周五24小时营业,以确保更多美国人能够接种疫苗。参与的连锁药店包括Albertson、CVS、Rite-Aid和Walgreens。拜登说,“如果你平常工作或学习太忙,你可以在周五的任何时候去接种疫苗。”

·发起“在商铺接种”(Shots at the Shop),以提高少数族裔接种率:将邀请全美各地理发店和美容院参与,尤其是在黑人和棕色人种社区,在延长的营业时间里举办现场疫苗接种活动。

·发起市长挑战赛,以提高各城市疫苗接种率:全美各地都发起了“市长挑战”,这一项比赛旨在看哪个城市的疫苗接种率在7月4日之前增长最多。政府已经为市长和地方政府领导人创建了一个工具包,并将在今年晚些时候帮助确认获胜的城市。目前已有50多位市长签署了这项挑战。

·开展更多疫苗接种教育和推广工作:通过社区游说、电话银行、短信银行和疫苗接种活动,确保每个美国人都能公平地获得疫苗。包括给疫苗接种率低地区的居民打电话、发短信,甚至敲门拜访。访问WeCanDoThis.hhs.gov了解更多信息。

明州全面解封 所有行业都获准全面开放

截至6月7日,明尼苏达州共有2,964,813人至少接种了一剂疫苗,占总人口的53.3%;其中2,663,064人完成了全部接种,占总人口的47.9%。

各年龄段至少一剂接种率为:

- 12-15岁:30%
- 16-17岁:46%
- 18-49岁:55%
- 50-64岁:70%
- 65岁及以上:90%

从5月28日开始,明尼苏达州解除了州范围内的全部防疫限制,所有行业都获准全面开放,所有商家、娱乐设施都能以100%的容量接待顾客,并且不再限制社交距离。同时,所有聚集类活动的人数限制和社交距离也都被取消。

明尼苏达州长蒂姆·沃尔兹(Tim Walz)被问及他是否有信心明州已经准备好解除所有限制,他说“是的,目前数据没有迹象表明看到了任何增长,数字还在继续下降,它遵循了我们所认为的模式——只有随着疫苗接种率的上升,情况才会变得更好。”

截至6月7日,根据约翰·霍普金斯大学最新数据,明尼苏达州在过去7天的平均新冠检测阳性率为1.7%。各项疫情数据继续显示疫情正在明州迅速消退:

·目前新冠活跃病例为1,860例,自2020年4月以来首次降至2,000例以下,而就在一个月前,明州有超过14,000例活

跃病例。

·过去七天明州平均每日新增232个新冠病例,而就在五周前,这一数字超过了每天1,500人。与此同时,在过去的三周,平均每日新增住院病例减少了大约一半。

明州推出9种疫苗奖励计划 奖励100,000名接种者

5月27日,因近几周来接种速度大幅下降,明尼苏达州长蒂姆·沃尔兹(Tim Walz)宣布启动新冠疫苗接种奖励计划——“Your Shot to Summer”。该计划将有助于明州实现在7月1日前让70%的16岁及以上人群接种的目标。

该计划规定,在5月27日至6月30日期间注射第一针新冠疫苗的前10万人,将可以从以下9种奖励项目中任选其一:

- Great Lakes水族馆门票
- 美国商城Nickelodeon Universe票券
- 明尼苏达州钓鱼许可证
- 明尼苏达州立公园通行证
- 明尼苏达动物园门票
- Northwoods League棒球联盟门票
- 明州博览会2张门票
- Valleyfair主题公园单日门票
- 一张25美元的信用卡

(申领网站:mn.gov/covid19/vaccine-rewards/index.jsp)

5月28日,州长又宣布了一项新的疫苗接种激励措施——“Cheers to the Vaccine”:所有21岁以上接种过新冠疫苗的人,在6月30日之前,都可以携接种证明获得部分酒厂提供的免费或折扣酒水。

同时为了方便旅客接种,6月4日州长宣布在明尼阿波利斯-圣保罗国际机场(MSP)1号航站楼内,开设一家临时的新冠疫苗接种点,从6月5日开始,每周7天(7am-12am, 1pm-7pm)向旅行者提供单剂强生疫苗接种。

华人社会服务中心启示

公民英语班

公民英语班已经停课了一年了,因为疫情的缘故。现在,我们决定开始网上英语班。从4月25日开始,每星期天晚8点开始,上课一个小时。上网的信息如下:

Join Zoom Meeting

https://us04web.zoom.us/j/7804037371?pwd=L2NMUUVFOXhSVFNWEZjdjhWdG54QT09

Meeting ID: 780 403 7371

Passcode: 9c4cZt

请想学公民英语者,打算入籍者,请届时登录上网。有问题请联系:李怡: 952-200-8972 Email: yiliyou@msn.com

MNsure的申请

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

李怡:电话:952-200-8972, Email: yiliyou@msn.com

路凯:电话:612-965-0248, Email: vanxx024@umn.edu

牛重然:Email: niuwx107@umn.edu

家庭护工服务

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

社会服务项目

自从华人社会服务中心成立14年以来,我们为华人社区提供无数免费服务,包括移民咨询等。所以使我们的资金一直捉襟见肘。最近,经由董事会的讨论,我们对一些服务项目定了一些收费原则。如:帮助填公民表:收费40元,帮助填移民申请表:I-485 / I-130,收费100元,帮助填换取绿卡等表收费30元。

我们的网站是:www.csscmn.info 欢迎大家上网浏览。我们一直欢迎社会大众对华人社会服务中心的支持。我们过去14年来一直都是在帮助华人弱势群体。感谢热心人士的赞助,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



按摩师人人须知的法律和涉黄法规

许多小企业主更愿意将公司创办成一家有限责任公司 (Limited Liability Company, 简称 LLC)。他们对 LLC 的基本认知是: 这种类型的公司会将商业责任与其所有者分离, 因此, 作为所有者就不需要对商业债务承担个人责任。今天, 让我们快速讨论一下决定创建 LLC 时需要注意的事项。

联邦相关法律

人口贩运作为一种非法商业, 是人类历史上最古老的犯罪行为之一。同样, 卖淫也是自人类历史开始就存在的另一种非法行为。它们虽有相似之处, 但在美国却是不同形式的犯罪。

司法部门 (Department of Justice) 指出, 贩运人口是一种犯罪行为, 其中包括利用一个人来获取劳动力、服务或进行商业性行为。美国国会在 2000 年通过了一项名为《人口贩运受害者保护法》(Trafficking Victims Protection Act) 的法案, 该法案将人口性贩运的定义为: 性贩运是指通过武力、欺诈或胁迫而被诱使进行的商业性行为, 又指被诱使从事这种行为且未满 18 岁的人。《美国法典》第 22 卷第 7102(9) 条。该法令将商业性行为定义为 "基于任何人给予或接受任何有价值的东西而产生的任何性行为"。《美国法典》第 22 卷第 7102(3) 条。性贩运是重罪, 根据被贩运的受害者的年龄, 可以判处 20 年至无期徒刑。

根据旨在帮助终止人口贩运的北极星项目 (Polaris Project) 的数据显示: 在 2019 年有 14597 名性贩运的受害者和幸存者。已确认发生了 1247 起不同的性贩运事件, 使得非法按摩院成为性贩运发生的第二大场所。按摩店经常用于性交易, 因为它们会有密切接触的私密空间。按摩业务在历史上也比其他类型的业务 (如体育馆、服装店等) 受到更少的监管。贩运者及其客户通常使用非法网站推销受害者或告知他们所处的位置等方式来做生意。通常, 人贩子在全美巡回运送受害者, 一个地点只会呆几周。北极星项目的统计数据显示, 爱荷华州在 2019 年确定了 235 名人口贩运的受害者以及 73 起性贩运案件。

除美国的内华达州 (State of Nevada) 外, 卖淫在其他州都是非法的。卖淫的法规主要由州法律控制而非联邦法律。但是, 联邦政府已经通过了一些禁止卖淫的禁令, 主要是要通过在州际贸易中对卖淫行为进行管制。与禁止卖淫最相关的联邦法律是《美国法典》第 18 卷第 2421A 条, 又称《曼恩法案》。法律规定:

a). 任何人使用各州间或外国商业的设施或手段, 或在各州间或外国商业中拥有、管理或经营一种交互式计算机服务……或密谋或尝试这样做, 意图促进或促使他人实行卖淫活动将被处以以此罪行的罚款, 或十年以下的监禁, 或两者并罚。

b). 任何人使用各州间或外国商业的设施或手段, 或在各州间或外国商业中拥有、管理或经营交互式计算机服务……或密谋或试图这样做, 意图促进或促使他人实行卖淫活动, 且:

- 促进或协助 5 人或 5 人以上卖淫

- 做出不计后果的行为并无视该行为会助长性贩卖 (违反了 [2] 1591 (a))

将被处以该罪行的罚款, 不超过 25 年的监禁或两者并罚。

用通俗易懂的话说就是, 《曼恩法案》规定通过高速公路或互联网连接跨州运输人口来从事卖淫是非法的。

明尼苏达州相关法律

明尼苏达州在过去的二十五年里, 人口贩卖和卖淫案件都有所增长。因为明州是五个没有全州统一机构或协会来监管按摩师执照的州之一。取而代之的是明州州法有几条针对保健行业的规定, 其中就包括按摩治疗行业。此外, 每个城市和郡县都有自己的当地法规来对其法律辖区内的按摩行业进行规范。应用于按摩的州法可以在明州法典第 146A 章中找到。该章建立了卫生部下属的无执照卫生保健行业办公室, 提供了按摩治疗的法定定义, 要求按摩师为每一个客户提供人权条例和按摩师不能做的行为细节。

客户的人权条例包括客户在和按摩师相处时的十七条权利。这些客户应有的权利关系到按摩师的各方面信息。包括按摩师的姓名、电话、公司名称和地址、学历、训练经验和其他资质。同时, 店内应有一个粗体打印的申明: 告知客户明州对按摩治疗没有使用任何训练标准, 提供按摩师上级主管的姓名、公司地址和电话 (如果有), 通知客户他们有权向按摩师的上级甚至向卫生

【明尼苏达篇】



办公室投诉。其他权利还包括提供按摩师收费的方式, 并表示客户有权利被告知任何合理的服务或收费变动的说明、一个简单的关于按摩师选择的理论方法的说明、客户可以选择的服务类型、允许自由选择按摩师、按摩治疗中更换按摩师和客户的记录和交易是保密的等多项说明。

在第 146A 章中, 被禁止的行为包括:

- 在项犯罪中被定罪
- 没有按第 146A 章中的条款要求自行汇报
- 与客户发生性接触、任何被客户认为是性接触而合理终止的接触、任何对客户进行色诱或性要求口头行为、与现在或从前的客户发生性剥削
- 广告是错误的、虚假的、有欺瞒的或者错误引导的
- 可能有欺骗欺诈或伤害公众的行为、表现出故意或无意的忽视客户的健康、福利和安全的行为、任何其他行业中对客户生命、健康和可能产生危险的行为 (不需要提供受到实际伤害的证据)
- 被判定精神上无能者、自己对自己有危险的人、有性精神病人格或性危险的人
- 没有能力在按摩治疗中为客户提供合理安全的服务
- 有放纵的习惯或者酒精依赖
- 在没有法律允许或者要求的情况下, 透露从客户处得知的、关系到客户的沟通内容
- 分摊收费或者保证分摊一部分收费, 给另一个不是为客户提供按摩的专业人员
- 从事滥用或虚假账务的行为
- 没有给客户提供的权利条例或者违反了客户权利条例

如果无执照卫生保健行业办公室的理事发现有按摩师违反了第 146A 章里的条款, 理事可以纪律处分该按摩师。处分包括: 该理事可以取消或暂停按摩师做按摩师的权力、对按摩师的按摩操作设定限制、对每一项违规设置不超过的 1 万美金的罚款、责备或惩戒按摩师, 并且/或者给按摩师设置罚款以支付办公室执行流程所造成的花费。该理事必须通知按摩师对其违规行为的惩罚建议并提供他该按摩师要求听证会辩驳的机会。

每个城市和郡县也可以要求按摩师保持最新的行业操作。他们可以要求按摩师在特定时间内, 比如每年或每隔一年完成一定数量的进修教育学分 (Continuing Education Unit, 简称 CEUs)。另外, 在这个城市和郡县进行操作的按摩师只有在被认证的按摩学习完成学业才能获得执照。如果需要为了找到这些要求, 按摩师需要联系当地的城市或郡县的书记。

此外, 如果按摩师想要开设按摩店, 那么要填写商业执照申请书。

下面以明尼阿波利斯的申请链接作为示例:

<https://www2.minneapolismn.gov/media/content-assets/www2-documents/business/Message-Establishment-Commercial.pdf>

按摩师如果想要在明尼阿波利斯市做按摩, 还要完成按摩店计划书审核申请。申请链接:

<https://www2.minneapolismn.gov/media/content-assets/www2-documents/business/Message-Tattoo-Plan-Review-Application.pdf>

案例分析

城市和郡县的政府部门还要对关于按摩师的法规和执照要求负责。很多像明尼阿波利斯这样的大城市, 有专门的检查员调查关于按摩店或洗浴店的投诉。这些检查员会寻找投诉的蛛丝马迹并记录调查结果。就算城市政府部门没有立刻对报告中反应的事情做纪律处分, 他们可能会在按摩店或洗浴店续签执照的时候参考之前的调查记录。关于这一方面, 可以参考 2018 年发生在明尼阿波利斯和王某之间的一个案例。案例名称:

Wang v. City of Minneapolis, 2018 WL 2293272 (Minn. App.)

在王某的案件中, 请愿人是在明尼阿波利斯拥有一家按摩店的房产经纪人。明尼阿波利斯市于 2016 年派出两名检查员前往按摩店, 来调查涉及该按摩店的男性客户的投诉。从检查人员发现的证据显示此处为性人口贩运和商业性产业的掩护处。这些证据包括: 不寻常的停车活动, 使用胶合板遮盖了前面的大玻璃窗, 店主不在而留下了一名身份不明的妇女来管理生意的情况, 还有大量的食物、烹饪设备、床、衣服和其他个人用品, 这表明了工人住在此按摩店。此外, 该按摩店还在一个非法网站上做广告, 该网站是用来招徕需求商业色情服务的客户。请愿人于 2017 年提出了续证申请, 但明尼阿波利斯市工作人员建议将其拒绝, 因为它违反了几项市令, 其中包括按摩店在营业时间内需要开放给市政府检查、为每位雇员提供就业记录、所有持照人均按照外部标准维持和运营其业务、还有禁止在该场所进行非法行为的这几个条令。

请愿人要求了行政审核, 但审核进一步确认了否认续证申请的决定。该请愿人随后请求明尼苏达州上诉法院推翻这一否认决定, 但是, 上诉法院判定市议会的决定是合理的, 且证据充分。除了在城市检查员调查期间收集的证据外, 法院还采用了行政听证会期间收集的证据。在听证会期间, 请愿人对那名身份不明的妇女的身份给出了不一致的证词, 无法提供雇员名单或其合法身份证明的副本, 并承认营业地点没有任何雇员身份证明记录 - 记录只在她的手机中。请愿人最终提供了雇用协议的副本, 但是, 它们的日期是在检查日之后。所以根据记录中的所有证据, 上诉法院还是维持了拒绝续签许可的决定。

王某案为正确运行水疗中心或按摩店提供了有益的指南。企业的所有者必须确保他们遵守所有市县条例。该条例可能要求业主保留其所有雇员的合法身份记录, 维持雇佣协议并维持适当的建筑标准。此外, 为了遵守明尼苏达州的法律, 任何广告都不得具有欺诈性、欺骗性或误导性。所有者也应注意其广告放置位置。最后, 所有者必须始终在营业时间内随时做好被城市检查的准备。负责人应在营业时间内到公司, 或在营业时间内由一名管理人员负责管理经营。

根据明州法律 § 609.322 (M.S.C. § 609.322), 明尼苏达州可以对以性贩运和商业性色情业务经营的按摩店或水疗中心发起刑事诉讼。该法规的第 1 部分是禁止招揽、诱使和促进卖淫以及性贩运。任何寻求、诱使或促进卖淫的人都违反了该法规。任何人明知或有理由知道自己获得的利润是来自卖淫或相关活动的, 都违反了该法令。此外, 任何接收、招募、诱使、庇护、提供或招募个人以帮助其卖淫的人都将收到一级性交易的指控。一级性交易的指控一经定罪, 将被处以最高 25 年监禁和/或最高 60,000 美元的罚款。二级性交易的指控一经定罪, 招揽、诱使和促进卖淫和性交易, 将被判处最高 15 年徒刑和/或最高 40,000 美元的罚款。

总结

随着美国的性贩运和卖淫问题日益严重, 各个州正在采取不同的措施来减少此类问题。其中被各州采用的一种常用方法是更加针对那些犯罪发生的地方, 例如按摩室和水疗中心。这些合法企业越来越多地被性贩子和商业性色情企业用来作为其非法商业行为的掩护。此外, 各州也采取其他不同形式的行动。在爱荷华州, 已经建立了以许可委员会为形式的行政机构, 以密切管理按摩疗法的经营。该委员会控制着按摩治疗师的执照要求, 按摩治疗的适当实施方式, 并监督对投诉的调查。

与其他州相比, 明尼苏达州采取了较放任的方法。它没有由州政府创建的统一管理机构来规定按摩治疗师的许可要求, 则该权力留给明尼苏达州的各个市县。但是, 明尼苏达州已经建立了一个行政机构, 该机构确实对按摩治疗师与客户的互动方式提出了要求, 并监督对任何投诉的调查。市县根据法令规定谁可以在其辖区内实行按摩治疗行为。此外, 明尼苏达州还控制营业执照的授予, 以及业主必须如何合法经营业务。这种方法允许每个城市和郡县根据适合其所在区域建立对按摩治疗的要求。

如果您对于按摩店需要遵守什么法令、如何开设按摩店和申请执照、怎么处理按摩店或按摩师被投诉或刑事起诉有任何问题, 欢迎联系考西叶氏律师事务所, 让我们专业的律师团队为您咨询。(考西叶氏律所供稿)

8岁山东女童移民美国 30年后成为福特首席工程师

30多年前,一名8岁的中国小女孩琳达·张(Linda Zhang)随家人移民到美国。如今,她已经成为了美国汽车巨头福特公司首席工程师(Chief Nameplate Engineer)。



随着拜登总统近日访问福特,揭开全美第一辆电动皮卡F-150闪电(F-150 Lightning)的帷幕,这名幕后的首席工程师也迅速登上了各大媒体的头条。



8岁刚来美国时不会讲英文

琳达·张(Linda Zhang)出生于中国山东,8岁就已上三年级的她是在飞往美国的飞机上,刚刚学习了英文字母A到H。“我记得第一次坐飞机和第一次坐小汽车,

都是在这次旅行。”琳达回忆说。



琳达与家人

“我坐在车的后座,从芝加哥的奥黑尔国际机场(Chicago O'Hare)到西拉法叶市(West Lafayette)——我父亲在那儿的普渡大学(Purdue University)做研究生……这是我一生中最酷的一次旅行。”琳达说,来接她们的是辆普通汽车,可是感觉就像是灰姑娘的王宫马车。“那可能是我第一次爱上汽车和美国梦。”

琳达说,“我们刚来到这儿时,一些同学人非常好,他们帮助我。虽然听不懂对方说什么,但他们会确保我拿到我的那份牛奶。我们也会打很多手势来沟通”,琳达回忆说,“人们真的很善良。它让我感受到了未来,它帮助了我,塑造我今后以怎样的态度去对待他人。我想做一个有帮助的人。”

造梦福特首席工程师

聪明的琳达很快就融入美国生活,会说一口流利的英语了,16岁进入密歇根大学(University of Michigan)学习电气工程专业(Electrical Engineering)。

19岁就毕业,加入了福特公司,追随父亲的脚步成为了一名工程师。

随后,她一边工作一边在密歇根大学继续深造了计算机工程(Computer Engineering)硕士学位。2002年9月,琳达有机会进入了福特公司的生产领导力计划项目(Manufacturing Leadership Program),勤学上进的她又一边工作一边攻读了罗斯商学院(Stephen M. Ross School of Business)的MBA工商管理硕士。



琳达与丈夫和孩子

2011年,琳达晋升为福特公司“探险者”项目经理(Explorer Program Manager,注:“探险者”是福特于2013年推出的一款SUV);2018年9月晋升为福特皮卡F-150首席工程师,并开始着手全电动福特F-150闪电(F-150 Lightning)的开发工作。

琳达现在正领导着一个由数百名工程师组成的团队,致力于福特皮卡F系列电动版汽车的研发。福特公司在官方新闻发布中称,新F-150闪电卡车拥有一个纯电动动力系统,它将成为最智能、最具创新精神的划时代产品,而琳达·张作为首席工程师发挥了重要作用。

作为一名幼年移民美国的华裔女性,尽管社会存在性别和种族差异,又是在男性占主导的汽车领域,琳达的成功告诉我们,每个人都有可能成就伟大。

学琴只有6个月,3岁华裔女童将登卡内基演奏

3岁华裔女童谢心遥(Brigitte Xie)刚刚学钢琴6个月,就已经在国际音乐比赛夺冠。她的家人表示,家人在Covid-19大流行期间给她上了虚拟钢琴课,他们的本意只是让女儿有事可做。而今年11月,她将登上纽约卡内基音乐厅(Carnegie Hall)演奏,成为这个世界著名音乐家舞台上最年轻的表演者。

谢心遥来自康州里奇菲尔德,谢心遥的母亲孙亦心与父亲谢涛均为广东移民,来美留学后双双考上注册会计师,目前定居康州。孙亦心说,女儿除偶尔喜欢随着音乐起舞外,跟大部分孩子没什么两样,“唯一特别的地方,是能一个人玩很久”。

谢心遥的妈妈孙亦心学过钢琴,因此家中摆放了一架三角钢琴,谢心遥在妈妈工作时常爬上椅子,坐在钢琴前“乱弹琴”;有次偶然得知有教钢琴的视频课程,谢心遥和启蒙老师张峰(Felicia Feng Zhang)因此结缘。

孙亦心说,张峰老师的教学方式不是从枯燥无味的识谱开始,更像是游戏,孩子参与度很高;上第一堂视频课时,谢心遥就兴趣十足,便进一步向张峰老师申请面对面授课。而张峰出生于音乐教育世家,女儿曾登上NBC今日秀(Today Show)等知名节目与舞台,赢得多项世界顶级荣誉

张峰说,谢心遥是一个钢琴神童,她的技能是一种罕见的天赋,她无论专注力、理解度、模仿能力等各方面,都超出同龄人。才上两节课,她便从“乱弹琴”到能弹奏简单的曲子,孙亦心说,“当时真的非常惊喜”;在张



峰点拨下,谢心遥进步神速。。张峰接受采访时说:“我跟她现在你能弹出右手D大调,左手C大调,右手G大调”.....然后她就开始,蹦蹦跳跳,做出所有不同的动作。这非常.....对于3岁的孩子来说,这真的不可思议。”

2020年12月,张峰推荐谢心遥以最小年纪参赛选手的身份,参加精英国际音乐比赛(Elite International Music Competition),拿下第一名;之后又先后在美国职业音乐人才大赛(American Protégé International Music Talent Competition)与全国青年大师比赛(National Young Maestro Competition)抱得头奖。

而在美国职业音乐人才大赛中赢得名次的孩子,都将在11月22日登上卡内基音乐厅演出,这也将让谢心遥成为该音乐厅史上年纪最小的钢琴表演者。

自1891年开幕以来,纽约卡内基音乐厅一直被视为国际乐坛的卓越标杆,因而成为世界上杰出艺术家们的向往之地。多年来,各个音乐流派代表艺术家们的常年登台令卡内基音乐厅的演出精彩纷呈。如今,卡内基音乐厅每个乐季都会举办各种各样的演出。音乐厅拥有三大表演场地:著名的斯特恩礼堂/佩雷尔曼舞台拥有2804个座席,精巧的威尔演奏厅拥有268个座席,创新的赞克尔厅拥有599个座席。演出包括著名艺术家和作曲家的系列音乐会,与纽约市主要文化机构合作的城市节日庆典,以及管弦乐演出、室内音乐会、新音乐演出、独奏或独唱音乐会,以及爵士乐、世界音乐和流行音乐的顶级演出。

而谢心遥的父母孙亦心与谢涛则表示,并不希望女儿在“神童”的光环下成长,“我们只希望她健康、快乐,将来的路顺其自然,无论是她希望成为什么样的人,我们都会支持她”。



BBC：“内卷”与“躺平”之间挣扎的中国年轻人

“内卷”与“躺平”是当下中国90后甚至00后们常常挂在嘴边的词。一个指向“过度竞争”，一个代表“退出竞争”，这两个截然相反的词语折射出年青一代对中国社会竞争白热化的挫折感。

27岁的孙珂来自中国东部一座小城，家境优渥。与数千万初入社会的年轻人一样，他想要通过自己努力，在大城市买房买车，站稳脚跟。他认为想要实现这个目标不会太难。过去二三十年间，对于享受“改革开放”红利的几代中国人来说，有房有车、成为中产已经形成一条既定的社会上升通道，甚至白手起家、成为千万富翁的励志故事比比皆是。凭借父母的资助和自己存下的一点钱，他认为自己可以与社交媒体上他时常看到的其他创业发家故事一样，很快过上想要的生活。2018年底，从学校毕业后不久，他和朋友在上海一座大学附近开了一家销售串串的食品店，两人共投资65万元人民币。

很快他便意识到，市场的饱和与竞争的激烈超出他的预期，想要赚钱已经不像父母一辈人那么容易。大品牌和外卖平台几乎掌握了行业规则，他的小店进入市场已经太晚。为了竞争在外卖平台的排名，提高曝光度，他们只能尽量压低商品价格。标价50元人民币的一单订单，减去各种活动折扣后，顾客可能只需要付25元，而商家要支付活动折扣价格、外卖配送价格以及平台服务费。“所有新商家为了活下来都在倒贴钱做生意，一个新店要做成功真的就像登天一样难。”哪怕每天早上六七点起床，凌晨三四点回家，他的生意仍然没有起色。

2020年，面对亏损100多万的现实，他们最终选择关掉这间店。在他看来，自己的经历与许多同龄人在不同领域面临的困境一样，是“社会内卷化”的一种表现。“大家考虑的并不是怎么真正去提高质量，而是相互消耗，真的像噩梦一样”，他说。“结果就是大家都是输家”。

内卷一代

作为一个人类学术语，内卷原本用来指亚洲农业社会中长期精耕细作投入大量劳动力却没有实现经济突破的问题。在各个行业处于激烈竞争中的中国年轻人认为，他们面对竞争的无力感与这个现象有共通之处。

在微博上，与内卷有关的各类话题浏览量累计已经突破10亿，在去年一项评选中，内卷成为中国年度“十大流行语”之一。

2020年，几张清华大学学生用功读书的照片开始在网络上流传，“内卷”引发的讨论由此开始。照片中，有人骑自行车上抱着笔记本电脑写论文，有人边骑车边看书，有人骑车吃面。“清华卷王”的说法开始传出，中国最高学府的竞争之激烈引发许多年轻人的共鸣。



社交媒体上流传的清华大学学生边骑车边操作笔记本电脑的照片

有学生向中国媒体举例说明这个词的内涵：一篇论文作业的字数要求本是5000字左右，为了获得更好的成绩，许多人选择写到8000到10000字甚至更多。到最后，可以获得最高档成绩的学生比例没有发生改变，但几乎每个人上交的作业已经大大超出了老师的要求。

如今这个词已经被各个行业借用。29岁的苏菲在一家中国顶级互联网公司工作。她表示，近两年来由于互联网市场饱和，自己不仅要面临互联网行业常见的“996”式加班，还有公司内部其他团队带来的“被动竞争”。

“原来是同一个项目每人负责一个模块，如今好项目变少了，就会有很多人会来抢你独立负责的模块，大家都想来分一杯羹。”她称自己的情况不是孤例。“我卷，我下面的人也在卷，我老板、甚至老板的老板也卷”。

“内卷在中国的语义与竞争白热化高度联系在一起。年轻人不断感受到竞争的压力，如果不努力、不竞争就会落后、淘汰、出局……但他们一直在同一个水平上，像一个陀螺被敲打，却没有突破，”牛津大学社会人类学教授项飙分析道。“他们最直观的感觉就是很累，觉得自己重复性的投入没有形成突破，看不到意义。”

“历史性时刻”

1978年“改革开放”之后，中国采取市场经济体制，GDP常年保持两位数增长。几十年来，“致富”成为几代中国人的目标，中国中产阶级群体迅速壮大。

根据麦肯锡公司《2020年中国消费者调查报告》，10年以前，92%的中国城市居民家庭可支配收入为14万元人民币或更少，如今已有50%的中国家庭跻身较富裕家庭行列，可支配收入达14万至30万元人民币。

孙珂的父亲便是凭借医药器材生意和炒股，给全家带来了几套房子和优渥的生活。在他看来，内卷的本质是这一代人机会的减少。

“我们父母的那个年代虽然有他们的限制，但也有那个年代特有的机遇，因为一切都刚刚开始，都是新的，都可以去试试，如果你敢想敢做是很有可能成功的。”

观察人士认为，“内卷化”讨论背后，是已来自中产阶级的年轻人面对错过机会窗口期的一种挫折感。他们在成长过程中眼见父辈分享中国经济高速增长的红利，畅想自己也会面临一样广阔的机遇，但现实已非如此。

“现在的人们之所以担心是因为他们发现有太多竞争，不再像是90年代或者21世纪最早几年那样，只要有一个想法就有机会去创业迅速致富，那个发展的阶段已经过去了，”加州大学伯克利分校跨学科研究讲师徐舫表示。

她指出，在数十年发展后，中国已经实现几代领导人希望的“与世界接轨”，出现典型的后资本主义社会状态。然而，与西方工业革命相比，中国实现这一阶段的过程十分短暂。“这短暂到它仍停留在人们鲜活的记忆里。这些年轻人的父母，甚至只比他们大10岁的邻居可以在这个年纪获取那么多利益，但如今这个窗口对他们却关上了。”

“某种程度上，这是历史性的一刻，”她表示。

“资本家闭嘴”

对于“被卷”感到不满的年轻人发现，他们的沮丧无法被已经获得成功的上一代人理解。在这个过程中，他们与他们的雇主、资本之间的对立日益明显。

在最受中国年轻人青睐的互联网行业，一群程序员因为不满行业常见的高强度加班“996”工作模式（每天早9点一直工作到晚9点，每周工作6天），他们在网络上发起一场抗议运动。他们提议所有人准时下班回家，还建立了一份“996”黑名单。

“内卷”引起热议的同时，中国年轻人与资本对立的情绪也日渐高涨。在一档职场类节目上，中国时尚界著名人物、《时尚芭莎》(Harper's Bazaar China)前总编辑苏芒将“内卷”解读为“欲望与惰性的差距”。许多年轻人认为，这代表了“资本家”的典型观点。

“你们所有的苦恼来自这一个，就是欲望太高，然后惰性很强……所有的迷茫和困惑，都没有那么难解决，”苏芒在节目中说。

“如果老板能理解社畜，哪里还会有996，甚至可能根本就没有内卷，”一名娱乐博主在微博上回应写道。

“建议资本家闭嘴，”不止一位网友在微博上这样评论。苏芒最终道歉，称自己在评论前没有准确理解“内卷”的含义，本意只想“鼓励大家积极，不想制造焦虑”。

一个更加典型的例子是曾经创造中国式成功神话的马云。他曾支持“996”，称这种工作模式一种“福报”。而这两年间，他已跌下神坛，不仅阿里巴巴收到中国政府开出的182亿元反垄断罚单，他本人的形象也从“马爸爸”变为“吸血鬼”与“资本家”。在中国贫富差距不断拉大的同时，这种“仇富”心理存在范围的扩大似乎不出意外。

根据《福布斯》发布的2021年全球富豪榜，包括香港与澳门在内，中国有698位亿万富翁，数量居全球第二，今年新增210名亿万富翁，比全球其他任何国家都多。与此同时，中国总理李克强曾在去年公开表示，中国有6亿中低收入及以下人群，他们平均每个月的收入仅1000元左右。

而中国政治学者吴强表示，反资本的倾向在中国越来越强，其原因之一在于，正常的劳资谈判在中国无法进行。

他认为，政府以国家强制力剥夺了劳资双方进行谈判的可能性，于是在就业、住房、婚恋等多方面压力面前，与资本的对立是年轻人可以最直接感受到的矛盾。

“他们感受不到政府对他们的强制暴力的使用，感受不到防火墙这种束缚，对这些人来讲，他们陷入的是一种科技苦力主义当中，无论是制造业的工人还是IT白领，最不满都是以管理层、资本、KPI考核形式出现的，”吴强称。

他继而指出，在对企业家的情绪变化中，中国当局对民营企业的打压加剧了这种转变。

自2018年以来，所谓“民营企业退场论”与政府希望扶持国有企业、消减民营企业的“国进民退”说法在中国一直

不绝。吴强表示，在政府主动打弱资本光环的时候，普通民众可以明确感受到政府对企业家态度的变化，于是迅速把“这种民粹主义投入转向成对企业家不满”。

躺平出现

在流行半年多以后，一个与“内卷”截然相反的新词——“躺平”横空出现，将这场讨论带入下半场。

今年4月，在类似网络论坛的一个“百度”贴吧里，一篇《躺平即是正义》的发帖吸引了许多目光。

“两年多没有工作了，都在玩，没觉得哪里不对，压力主要来自身边人互相对比后寻找的定位和长辈的传统观念……人大可不必如此，”文中写道。

“我可以向第欧根尼之水在自己的木桶里晒太阳，也可以向赫拉克利特在山洞里思考‘逻各斯’，既然这片土地从没有真实存在高举人主体性的思潮，那我可以自己制造给自己。”

“躺平就是我的智者运动，只有躺平，人才是万物的尺度。”

署名为“好心的旅行家”的这则发言在网络上获得大量转发，他本人也被获封“躺平学大师”。“只要我躺得够快，资本就剥削不到我”，“社会险恶，先躺为敬”，许多人纷纷这样附和。

牛津大学教授项飙认为，躺平是年轻人对“内卷”的一种反抗，是以放弃他们认为无意义的努力来退出竞争。虽然这个概念并没有提供不同的行动方案，但总体来说“这是一个好事，说明大家开始反思过去的发展模式，”他称。

中国官方媒体对于“躺平”的讨论表示担忧，甚至谴责。《光明日报》发文指出，“躺平族”对经济社会发展“有很多不利”，在中国经济发展面临人口老龄化等挑战的背景下，社会需要青年带来“创造性贡献”，而“未富先躺”的倾向需要引起警惕。

《南方日报》则直接抨击称“躺平可耻”。“奋斗本身就是一种幸福，只有奋斗的人生才称得上是幸福的人生……在压力面前选择‘躺平’不仅不正义，还是可耻的，这样的‘毒鸡汤’没有任何价值，”文章称。

《中国科学报》在微信公众号上发表的一篇文章则指，“躺平”是极不负责任的态度，不但对不起自己的父母，还对不起亿万个工作努力的纳税人。”

加州大学伯克利分校的徐舫认为，官方媒体报道这些话题属于“维稳”的一种方式，意在使年轻人将他们的情绪通过网络与媒体释放，而非社会运动。而在中国社会价值观下，“躺平”无疑会被许多人视作一种问题。

“在中国内地，人人都是‘祖国的花朵’，你只能按照这一条国家允许的绝对路线。如果你走上不同方向，你会被认为有问题，社会会改正你。在国家倡导的意识形态下生活了数十年之后，在中国社会的理念中只有一条路可走。”

内卷仍将继续

在互联网行业已经工作多年的苏菲认为，“只要我还在工作，内卷就会一直存在于我的生活，”她说。

徐舫表示，在工业化社会没有出现重大科技革命之前，中国人“内卷”的状态在未来五到十年间仍将继续。

但她同时指出，在中国自上而下的管控体制下，要想解决年轻人对内卷的不满，关键要看中国政府是否会出手解决讨论中出现的问题。



中国互联网发展迅速，但加班也因此成为很多公司的常态

“为什么一个可以在清理街上小贩问题上那么严格的政府，对私人企业的劳工条例不认真看一眼？”徐舫表示。

“这是关于社会结构的问题，需要出台一些措施进行应对。”项飙强调，“内卷”现象实质是一种中产阶级焦虑，对于中国政府来说，并不是一个“很急切的问题”，也没有快捷的解决办法。

“最重要的不是哪里出了问题，而是怎么才能形成一种社会合力。现在(中国)找不到可以突破的地方，因为其中有很多利益，都是靠不合理吃饭，”他表示。

在互联网工作已经多年的苏菲似乎已经接受自己将会继续“内卷”的现实。“我也很想躺平，但总还是要赚钱吃饭的，”她说。“我想只要我还在工作，内卷就会一直存在于我的生活。”

(BBC中文记者:王凡)

他山之石 一隅三反

李永明博士 巩昌镇博士对话录 (第二十部分)

【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。最近多期关注中医针灸理论中经络的讨论。(接上期)

李永明:在以往探索古人所说的经络的实践过程中,大多数研究者首先在人体已知结构的解剖结构和生理功能中寻找依据。按照经络的分布,常见全身分布的实体解剖结构包括:血管、神经、淋巴、肌肉和肌腱、结缔组织和筋膜、及脂肪等。下面比较一下哪个或哪些结构能满足上述经络的定义。

李永明:在以往探索古人所说的经络的实践过程中,大多数研究者首先在人体已知结构的解剖结构和生理功能中寻找依据。按照经络的分布,常见全身分布的实体解剖结构包括:血管、神经、淋巴、肌肉和肌腱、结缔组织和筋膜、及脂肪等。下面比较一下哪个或哪些结构能满足上述经络的定义。

经络定义/解剖结构	血管	神经	淋巴	肌肉和肌腱	结缔组织和筋膜	脂肪
气血运行的通道	是	是	是	是	是	是
联络人体各部分	是	是	是	是	是	是
调节人体的功能	是	是	是	是	是	是
包括经络和络脉	是	是	是	是	是	是
遍布全身的网络	是	是	是	是	是	是
感应和传导信息	是	是	是	是	是	是
生理功能和病理变化	是	是	是	是	是	是
诊断和治疗疾病	是	是	是	是	是	是
决生死处百病	是	是	是	是	是	是

我们比较一下,会得出如下结果:
 1.没有任何单一的结构能满足所有的经络定义
 2.血管和神经组合基本上可以满足大部分经络的定义
 3.缺少血管或神经,任何组合都满足不了经络的定义

我们会得出如下结论:血管和神经应该是经络的基本结构,当然还有可能包括其他解剖结构,也不能排除还有未知结构。有意思的是,对最早的经脉学著作“西汉十一脉文献”的研究表明,经脉的原始解剖依据主要是动脉和神经,这可以说是同现代经络的基本定义不谋而和。

更重要的证据是,近几十年来医学科学界对经络的大量动物和人体实验研究都证明,经络现象离不开已知的解剖结构,找不到某一种已知或未知的结构能够满足经络的定义,而人体血管和神经系统的确可以解释绝大部分经络的生理和病理现象。当然,尚存一些机理不详的“经络现

李永明 巩昌镇



象”或“针灸现象”,目前的科学研究还不能解释,这也是生命种学研究方法的局限性。

李永明:中医的经络学说是中医理论体系的基石,其应用不仅限于针灸,涉及到中医体系的多个方面,历史上留下了丰富的文献。那么广义的经络学说包括了哪些内容?有哪些可以用现代科学原理解释清楚,哪些还在研究中,或还不能解释?

李永明:中医的经络学说是中医理论体系的基石,其应用不仅限于针灸,涉及到中医体系的多个方面,历史上留下了丰富的文献。那么广义的经络学说包括了哪些内容?有哪些可以用现代科学原理解释清楚,哪些还在研究中,或还不能解释?

李永明:针灸教材中关于“经络实质”的八个假说,可分为两类,神经依赖学说与非神经依赖学说。但这八个假说主要是用于解释“循经感传”现象和“针灸诱发现象”。这些现象只是古代经脉学说的一部分,是上世纪50年代以来才被重视的那部分。

李永明:针灸教材中关于“经络实质”的八个假说,可分为两类,神经依赖学说与非神经依赖学说。但这八个假说主要是用于解释“循经感传”现象和“针灸诱发现象”。这些现象只是古代经脉学说的一部分,是上世纪50年代以来才被重视的那部分。

很明显,二重反射假说、轴索反射接力假说、脊髓前角运动神经元反射假说、第三平衡系统假说、经络感传的脊髓脑干神经网络假说等,都是用已知的中枢和周围神经系统为基础来解释经络现象。这方面的研究不但会促进对经络的认识,对神经生命科学本身也可能是新的探索,非常有价值,

世纪末出现高潮,而相关的努力仍然还在进行中。

第二个事件是在1963年,朝鲜的金凤汉教授发表了40页长的论文,声称发现了一种管状“小体”是经络的特异性生物结构,震惊医学界。朝鲜为此发行了纪念邮票,中国的《人民日报》也发文庆祝。中国多个研究单位及日本学者曾竭力重复,但找到不到所谓“金凤汉小体”。最后骗局暴露,金凤汉跳楼自杀,成为经络实质研究的一个血的教训,沦为科学界的笑谈。

有学者认为,这两个事件把经络实质的研究引入一个狭窄的小巷,偏离了针灸临床医学的主线。其实,无论经络敏感人的“实质”是什么,或者有没有什么经络“小体”,都不能回答针灸临床上最常见的问题。而这些常见的问题包括:针灸治疗哪些病有效?为什么有效?怎样才能改进现有的疗法?

李永明:当然也不仅仅限于这些最基本的问题。但是这些问题才是现代针灸学理论和临床所关心的核心问题?

李永明:是这样。比如,当年在普及针刺麻醉时遇到的三大问题:镇痛不全、肌紧张、和内脏牵拉反射,哪一个也不能通过经络实质的研究得到解决。正是由于这些关键的技术问题得不到解决,由中国人首创的针刺麻醉术最后未能普及,只是对针灸镇痛的广泛应用做了铺垫,而后来经过改进的针药复合麻醉则成为了一新的发展方向。

李永明:经络研究如何走到今天?为什么近年的研究主要关注于经络感传现象?中国曾经投入了很多国家科研基金,就是为了寻找经络的客观证据,但为什么直到目前为止,“经络的科学依据”仍然被列为未解的前沿科学问题?

李永明:李鼎教授在“络络探踪六十年—与刘澄中先生关于经脉现象研究的讨论”(《中医药文化》杂志,2012年2月)一文中介绍了中医的经络研究是如何走上了今天的不归之路。第一个重要事件是,1950年5月,日本学者长滨善夫与丸山昌朗二氏所著《经络之研究》一书出版,报告一例针刺敏感的视神经萎缩兼梅毒性脑病患者,针刺其原穴多能引出全经脉感觉传导现象。此报告引起中国医学界的极大关注,随之也开始寻找,陆续出现个案报道,直至1977年,完成了一个在几十万人中寻找经络敏感人的工程,发现经络敏感人达百例,大大超过了此前的个例报道。研究者曾提出“肯定现象,总结规律,提高疗效,阐明本质”的经络研究指导原则。从那时起,这个方向的研究在上

世纪末出现高潮,而相关的努力仍然还在进行中。

第二个事件是在1963年,朝鲜的金凤汉教授发表了40页长的论文,声称发现了一种管状“小体”是经络的特异性生物结构,震惊医学界。朝鲜为此发行了纪念邮票,中国的《人民日报》也发文庆祝。中国多个研究单位及日本学者曾竭力重复,但找到不到所谓“金凤汉小体”。最后骗局暴露,金凤汉跳楼自杀,成为经络实质研究的一个血的教训,沦为科学界的笑谈。

有学者认为,这两个事件把经络实质的研究引入一个狭窄的小巷,偏离了针灸临床医学的主线。其实,无论经络敏感人的“实质”是什么,或者有没有什么经络“小体”,都不能回答针灸临床上最常见的问题。而这些常见的问题包括:针灸治疗哪些病有效?为什么有效?怎样才能改进现有的疗法?

李永明:当然也不仅仅限于这些最基本的问题。但是这些问题才是现代针灸学理论和临床所关心的核心问题?

李永明:是这样。比如,当年在普及针刺麻醉时遇到的三大问题:镇痛不全、肌紧张、和内脏牵拉反射,哪一个也不能通过经络实质的研究得到解决。正是由于这些关键的技术问题得不到解决,由中国人首创的针刺麻醉术最后未能普及,只是对针灸镇痛的广泛应用做了铺垫,而后来经过改进的针药复合麻醉则成为了一新的发展方向。

我本人虽然未曾对经络敏感人现象做过深入研究,只是在针灸治疗中偶尔见到有的患者特别敏感,自述针刺后有“感传”的现象。从文献中了解的情况看,经络敏感人并不是一个普遍的现象,当年所报导的显著敏感人只有1%左右。而且,当时对这些经络感传现象的特异性似乎没有做过严格的科学研究。

刘澄中教授是大连医学院神经内科专家,几十年来坚持研究经络感传现象,是在这个领域著书立说最多的学者之一。2013年,我曾有幸邀请刘教授一同参加辽宁中医药大学针灸学院成立三十周年学术讨论会,有过一些交流。刘先生在讲演前,提出到医院病房查看病人,向大家展示用诊查锤可以诱发出“经络感传现象”。可惜,当天的检查几十位患者和正常人,并没有发现有经络感传敏感的人。大家对刘教授的认真和实事求是精神都十分佩服,但我们亲眼见证的调查结果也说明,“经络感传”并不是一个普遍的现象。(未完待续)

初夏“千金菜”：健脾去火降三高

莴笋和莴苣，很多人分不清。莴笋其实就是茎用莴苣，而叶用莴苣就是我们常吃的生菜。



它是“千金菜”，被誉为“防癌王”

莴笋被称为“千金菜”，它味道清新，略带苦味，不仅口感独特，对身体还有不少好处：

1、健脾、降火：中医认为，夏天吃点“苦”有益身体健康，特别是上火、食欲差的人。莴笋味苦、性寒，有清热去火、健脾开胃、促进消化、化痰解毒、利气宽胸的作用，这个季节吃正合适。



2、防癌：莴笋被誉为“防癌王”。它含有一种芳香烃羟化脂，对肝癌、胃癌等癌症，有一定的预防作用。

3、护眼、预防“烂嘴角”：春夏季节，很多人都有“烂嘴角”、口腔溃疡的烦恼。莴笋富含维生素B1、B2和维生素C，对口腔溃疡的预防和愈合很有帮助。莴笋的维生素A含量较高，对眼睛很有好处，能预防干眼症、夜盲症等眼疾。

4、通便：新鲜莴笋含有大量的膳食纤维和水分，能够促进肠道蠕动，帮助消化和排便，预防便秘。

5、降“三高”、护心脏：莴笋有一定的降糖作用。它含有烟酸，这种物质是胰岛素的“激活剂”，可改善糖的代谢功能。莴笋中钾的含量较高，达到2.12mg/1g，常吃有助于稳定血压、降血脂，对心血管健康很有好处。

说了这么多好处，莴笋该怎么吃呢，下面养生君给大家推荐几道食谱~

莴笋食谱搭配

1、莴笋+黑木耳：黑木耳有益气活血的作用，它被誉为血管“清道夫”，与莴笋搭配，有益血管健康。

养生推荐：莴笋炒木耳

(1) 莴笋洗净削皮，切成片；黑木耳泡发洗净，焯水沥干。

(2) 锅中热油，再加入生抽和2勺白糖，烧开后加莴笋、黑木耳翻炒至熟即可。

2、莴笋+香菇：香菇有降血压、降血脂、降胆固醇的作用。与莴笋搭配食用，能起到预防“三高”的作用。

养生推荐：莴笋炒香菇

(1) 莴笋切薄片后加入少许精盐，腌渍20分钟；香菇100克去柄，洗净切丝。

(2) 炒锅置旺火上，下油，烧至七成熟，先投入莴笋片，炒散再放入香菇丝同炒，加精盐和少许清水，盖焖片刻即可。

3、莴笋+菜花：季节交替时，人容易感冒，菜花维生素C含量丰富，搭配莴笋，对预防感冒很有帮助。

养生推荐：莴笋菜花汤

(1) 莴笋切片，菜花掰成小朵；鸡胸肉切薄片，用水淀粉、微量盐和味精抓匀。

(2) 坐锅烧水，将姜末、肉片先放入开水锅中，半分钟后放入备好的莴笋和菜花，再煮3分钟，再加入适量盐和鸡精，即可食用。

4、莴笋+山药：莴笋和山药，都有健脾的作用，搭配食用，能健脾开胃、助消化。

养生推荐：莴笋炒山药

(1) 将莴笋和山药去皮洗干净，切成薄片。

(2) 锅里放油，待七八分热时放入蒜末煸炒片刻，放入莴笋片和山药片，翻炒2分钟，加入少量盐和少量水，继续翻炒，待汤汁收好即可出锅。

莴笋怎么挑？

好的莴笋，茎较粗短，不弯曲、不蔫萎、不空心，表面无斑，不带黄叶、烂叶；叶萎蔫松软、茎皮厚的就比较差了。另外，可以选择叶痕较密的莴苣，这种营养价值更高。

很多人吃莴笋时只吃茎，把叶子扔掉，这样实在太可惜了。要知道，莴笋很多营养都藏在莴笋叶中，尤其是维生素含量，比茎高了5-6倍。把莴笋叶扔掉，就等于扔了营养。

那么，莴笋叶要怎么吃呢？不妨试试凉拌。

养生推荐：芝麻酱拌莴笋叶

做法：将莴笋叶洗干净，在开水锅里烫一分钟，捞出控干水分，切段盛盘，芝麻酱加入少量温水，酱油，蒜末搅拌均匀，倒在莴笋叶上即可食用。

Tips：莴笋叶在开水中烫的时间不要太长，否则营养会流失，颜色也不好看了；调芝麻酱要用温水，不要用开水，喜欢稀的多加点水，喜欢稠的少加点水；还可以按个人喜好，放点核桃、豆干一起拌着吃。

吃莴笋，注意2个禁忌

1、经期女性、脾胃虚寒的人少吃：莴笋性寒，女性经期不宜多吃，否则可能导致行经不畅、月经不调、痛经等症。同理，脾胃虚寒、腹泻便溏的人，最好也少吃。

2、食用需适量：过量食用莴笋，可能引起中毒反应，比如头昏、嗜睡等症状，还可能诱发眼疾。建议：吃莴笋一次不要超过500克。若多食莴笋引起眼疾，只需停用莴笋，几天后就会好转。（转载自健康全说）

夏日7种水果的真假“传说”

持续高温的日子里，谁能不靠点新鲜水果续命呢？荔枝、西瓜、杨梅、葡萄……没有它们，估计这个酷热的夏天，更加难熬。

可这时，不少关于水果的传闻就出现了——荔枝空腹吃会致死？隔夜西瓜吃了会中毒？杨梅身上的小白虫有害？……真真假假，各种各样的说法都有。今天就带大家一辨真假。

1、荔枝：空腹吃会致死？

大量吃荔枝后，有些人会出现低血糖、昏迷等现象，民间称为「荔枝病」。

这是因为荔枝中含有大量果糖，进食后，被分解成葡萄糖进入血液，血糖会迅速升高，此时身体便会派胰岛素来拉低血糖。血糖过低可能导致昏迷，如果抢救不当不及时，甚至会致命。

空腹时血糖本来就偏低，此时进食荔枝，特别是大量进食荔枝，血糖更加雪上加霜，更容易发生荔枝病。大家应提高警惕。



因此，千万不要空腹吃荔枝，最好是在饭后半小时再食用。同时，成人每天吃荔枝最好不要超过300克，儿童一次不要超过5枚。

答疑：吃荔枝会被查出酒驾？吃荔枝时，口腔中的酶会对荔枝的糖分进行分解，分解出酒精，引起误报。所以，吃完记得漱漱口，如果被查到，申请验个血就没事了。

2、西瓜：隔夜吃会中毒？

切开的西瓜常温下一般最多放置4个小时，但及时冷藏即可安全，不存在中毒一说。

当然，前提是，用干净的保鲜膜覆盖好切面，或者将剩余的西瓜挖出来放入密封保鲜盒，以免沾染细菌、灰尘等。



真相：及时冷藏即可安全。

小提醒：西瓜皮营养极为丰富，并具有很高的医药价值，被称为“西瓜翠衣”，可将瓜皮加作料拌匀烹炒，亦可用来敷脸。

3、杨梅：泡水泡出小白虫？

先别慌，其实这些小虫子就是果蝇的幼虫。

在杨梅快要成熟的时候，果蝇把针尖大小的卵产到果肉里，孵化后就变成了我们用盐水泡出来的小白虫。幼虫期的果蝇，吃下去对人体是没有危害的。

真相：是有虫，但无害。

Tips：杨梅汁滴到衣服怎么办？把衣服浸泡在水里，加盐后搓洗，然后再加白醋搓洗，很容易就能把水果渍洗干净啦~

4、葡萄：表面的白霜是农药？

不仅葡萄表面有白霜，李子、甘蔗、蓝莓、冬瓜的表面也有一层类似的白霜。

其实，这层白霜是果蔬本身分泌的糖醇类物质，也被称为果粉，可保护水果，减少水分蒸发，从而防止果实采摘后快速失水皱缩。而且，果粉属于生物合成的

天然物质，对人体无害。

真相：白霜是水果自身分泌物，对人体无害。

5、杨桃：肾不好，吃了会中毒？

对于肾衰竭患者来说，杨桃真可能是毒品。这可能与杨桃中含有刺激性神经毒素有关。

因此，如果是肾脏病患者或者曾有过肾脏疾病史的人，最好不要食用杨桃，以防导致肾病复发或者中毒危及生命。

真相：肾不好，真不能吃杨桃。

6、山竹：胃溃疡“伤不起”？

山竹含有丰富的“氧杂蒽酮”，这是一组多酚类化合物，其作用类似阿司匹林。

因此，对于正在使用抗凝药物（如阿司匹林、华法林）和布洛芬等止痛药，或是曾有消化道溃疡的病人来说，食用山竹后出血的风险会增大。因此，胃溃疡患者少吃山竹。

真相：胃不好，不建议吃山竹。

7、桃子：吃多了会腹胀腹痛？

桃吃多了可能引发消化系统功能紊乱，导致腹胀、腹痛等不适。消化不良者、对桃毛过敏者及老人、儿童也不适合多吃桃，一天别超两个。



吃前可先用盐搓一下桃皮再用水冲洗，把桃毛都去掉。

真相：桃吃多了，影响消化，还是少吃为妙。

《名利场》时事调查报告

实验室外泄论：揭露新冠起源之战(一)

【编者按】5月26日，美国总统拜登(Joe Biden)下令美国情报机构对新冠病毒的起源进行调查，此前，美国重新审视了病毒爆发可能始于中国实验室泄漏的可能性。拜登希望在90天内得到一份报告，他说，美国情报部门专注于两种情况——新冠病毒是来自接触受感染病毒动物的人，还是来自实验室事故。

6月3日，《名利场》杂志发表长达1.2万字的时事调查报告《实验室外泄论：揭开新冠起源之战》。经连月调查，访问逾40人，又审视几百页美国政府文件，包括内部备忘录、会议纪要和电邮等，发现科学界有连串利益冲突嫌疑，令美国政府的病毒溯源调查工作受阻。全文如下：

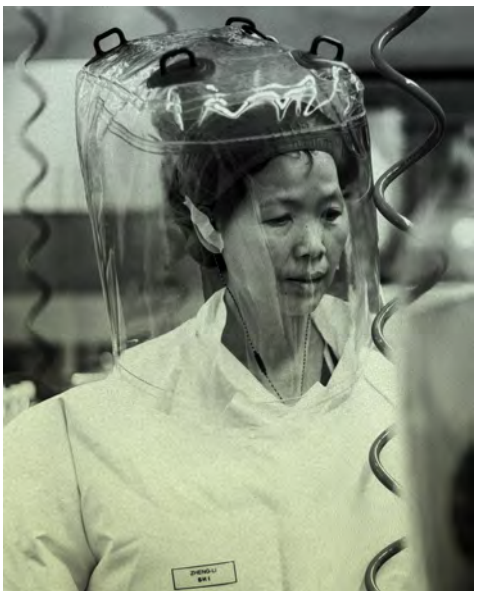
1. 一个名为DRASTIC的组织

吉斯·德马努夫(Gilles Demaneuf)是新西兰银行在奥克兰的数据科学家。十年前，他被诊断出患有阿斯伯格综合症，并认为这给他带来了专业上的优势。他说：“我非常擅长发现数据中的模式，而其他人都什么都看不到。”

去年初春，当世界各地的城市为了阻止新冠肺炎的传播而封锁时，52岁的德马努夫开始阅读导致这种疾病的新冠病毒的起源。当时流行的理论是，它从蝙蝠传到了其他一些物种，然后在中国的一个市场里传给了人类，这个市场最早的一些病例出现在2019年末。华南批发市场位于武汉，是一个集海鲜、肉类、水果和蔬菜为一体的综合市场。少数商贩出售活的野生动物——这可能是病毒的来源。

但这不是唯一的理论。武汉也是中国最重要的冠状病毒研究实验室的所在地，拥有世界上最大的蝙蝠样本和蝙蝠病毒菌株的收集地之一。武汉病毒学研究所的首席冠状病毒研究人员石正丽是最早发现马蹄形蝙蝠是SARS-CoV的天然宿主的人员之一。SARS-CoV在2002年引发了一场疫情，造成全球774人死亡，8000多人患病。在SARS之后，蝙蝠成为世界各国病毒学家研究的主要课题，石正丽在中国被称为“蝙蝠女”，因为她无畏地探索蝙蝠洞穴以采集样本。最近，石正丽和她在世界自然基金会的同事们进行了引人注目的实验，使病原体更具传染性，通过强化病毒以了解其特性。而这种被称之为“功能增益”“gain of function”的研究，在病毒学家中引起了激烈的争议。

对一些人来说，似乎很自然地要问：导致全球大流行的病毒是否是从某一实验室泄露出来的——石正丽极力否认了这一可能性。



(武汉病毒学研究所的首席冠状病毒研究员石正丽经常被拍到穿着一套全身正压服，尽管并非所有实验室都需要这样做)

2020年2月19日，世界上最受尊敬和最具影响力的医学期刊之一《柳叶刀》发表声

明，全面否定了实验室泄漏的假设，有效地将其描述为气候变化否认主义和反疫苗主义的仇外表现。这份由27名科学家签署的联合声明表达了“对中国所有科学家和卫生专业人员的声援”，并宣称：“我们站在一起，强烈谴责有关新冠肺炎没有自然起源的阴谋论。”

《柳叶刀》的声明有效地结束了关于新冠病毒起源的争论，因为它尚未开始。对于旁观者来说，吉斯·德马努夫认为这就像是“钉在了教堂门上”，把自然起源理论确立为正统。“每个人都必须遵循它，每个人都吓到了。这决定了整件事的基调。”

这份声明使德马努夫感到“完全不科学”。在他看来，它似乎没有任何证据或信息。因此，他决定以“适当”的方式开始自己的调查，但他并不知道自己会发现什么。

德马努夫开始在现有数据中寻找模式，不久他就发现了一个。中国的实验室据说是密闭的，其安全措施与美国和其他发达国家的实验室相当。但德马努夫很快发现，自2004年以来，已经发生了四起与SARS相关的实验室违规事件，其中两起发生在北京的一家顶级实验室。由于那里人满为患，一种曾被不当灭活的SARS病毒被转移到了走廊的一个冰箱里。一名研究生随后在电子显微镜室对其进行了检查，并引发了一场疫情的爆发。

德马努夫在一篇题为“好的、坏的和丑的：SARS实验室逃亡回顾”的Medium帖子中发表了他的发现。那时，他已经开始与另一名扶手椅调查员鲁道夫·德·梅斯特(Rodolphe de Maistre)合作。德·梅斯特是一位巴黎实验室项目主任，他曾在中国学习和工作过，他正忙着驳斥武汉病毒学研究所是一个“实验室”的说法。事实上，该机构设有许多研究冠状病毒的实验室。其中只有一个拥有最高的生物安全协议：BSL-4，其中研究人员必须穿着带独立氧气的全身加压器。其他人被指定为BSL-3甚至BSL-2，大致与美国牙医办公室一样安全。

在网上联系后，德马努夫和德·梅斯特开始收集一份中国研究实验室的综合清单。当他们在推特上发布他们的发现时，世界各地的其他人也加入了他们的行列。一些是著名研究机构的尖端科学家。其他人则是科学爱好者。他们一起组成了一个名为“DRASTIC”的小组，即分散的激进自主搜索小组，负责调查新冠肺炎。他们的目标是解决新冠肺炎的起源之谜。

有时，似乎只有那些接受实验室泄漏理论的人是疯子或政治黑客，他们希望用新冠肺炎来对付中国。例如，美国前总统唐纳德·特朗普(Donald Trump)的前政治顾问史蒂夫·班农(Steve Bannon)与一位流亡的中国亿万富翁郭文贵联合起来，宣称中国将这种疾病作为生化武器来开发，并有意将其释放到世界各地。作为证据，他们在右翼媒体上游说一位香港科学家，直到她明显缺乏专业知识，才结束了这场闹剧。

一边是声名狼藉的疯子，一边是不屑一顾的专家，DRASTIC的研究人员常常觉得自己在荒野中孤军奋战，研究这个世界上最紧迫的谜团。他们并不孤单。但美国政府内部的调查人员提出类似问题时，所处的环境就像任何Twitter回音室一样政治化、对公开调查持敌意态度。去年4月，当特朗普本人提出实验室外泄假说时，他的言行分裂和缺乏可信度反而给那些寻求真相的人带来了更多的挑战，而不是更少。

“DRASTIC的人做的研究比美国政府做得更好，”前美国国务院高级调查员大卫·阿什尔(David Asher)说。问题是：为什么？

2. “一罐虫子”

自2019年12月1日以来，引起新冠肺炎的SARS-CoV-2病毒已经在全球范围内

感染了超过1.7亿人，并导致超过350万人死亡。直到今天，我们还不知道这种新型冠状病毒是如何或为什么突然在人类中出现的。回答这个问题不仅仅是一种学术追求，而是如果不知道它从何而来，我们就无法确定我们是否采取了正确的措施来防止其再次发生。

然而，在《柳叶刀》发表声明后，在唐纳德·特朗普(Donald Trump)的有毒种族主义的阴云下，导致了美国令人震惊的反亚裔暴力浪潮，这一至关重要问题的一个可能的答案，在2021年春天之前仍然是禁区。

然而，在闭门的情况下，国家安全和公共卫生专家以及行政部门多个部门的官员都陷入了一场高风险的争斗——关于哪些东西可以和哪些不能被调查和公布于众。

《名利场》进行了长达数月的调查、对40多人的采访，以及对数百页美国政府文件的审查，包括内部备忘录、会议记录和电子邮件通信，发现利益冲突在一定程度上是由政府为支持有争议的病毒学研究提供支持而产生的，它阻碍了美国对新冠肺炎起源的每一步调查。在国务院的一次会议上，试图要求中国政府提供透明度的官员说，他们的同事明确要求他们不要去探索武汉病毒学研究所的“功能增益”研究，因为这将给美国政府资助的研究带来不受欢迎的关注。

在《名利场》获得的一份内部备忘录中，国务院军备控制、核查和合规局的前助理部长托马斯·迪南诺(Thomas Dinanno)写道，他所在的局和国际安全与不扩散局(Bureau of International Security and Nonproliferation)的工作人员“警告”局内的领导人“不要对新冠肺炎的来源进行调查”，因为如果继续调查下去，它会“打开一罐装满虫子的罐子”。

我们有理由怀疑实验室泄漏假说。尽管最初的宿主动物和中间宿主动物几个月或几年来一直是个谜，但是自然溢出导致疫情爆发的历史由来已久，而且一些专家病毒学家说，在自然界中已经发现了sars-cov-2序列的奇怪之处。

但在过去一年的大部分时间里，实验室泄漏的情况不仅被认为是不太可能发生的，甚至是不准确的，而且被视为道德上的禁区。3月下旬，前疾病预防控制中心主任罗伯特·雷德菲尔德在告诉CNN他相信新冠肺炎起源于实验室后，收到了来自其他科学家的死亡威胁。“我受到了威胁和排斥，因为我提出了另一个假设，”雷德菲尔德对《名利场》记者说，“我预料到政治家们会这样做，但我没想到科学届会这么做。”

特朗普总统下台后，应该有可能摒弃他的仇外计划，并仍然问为什么在世界各地，疫情爆发是从一个拥有世界上最广泛的蝙蝠病毒采集地之一的实验室的城市开始的，并进行了一些最激进的研究。

罗格斯大学化学和化学生物学理事教授理查德·埃布赖特博士(Dr. Richard Elbright)说，从武汉爆发与蝙蝠有关的新新型冠状病毒的第一次报道开始，他就花了“一纳秒或一皮秒”来考虑与武汉病毒学研究所的联系。世界上只有另外两个实验室，分别位于得克萨斯州的加尔维斯顿和北卡罗莱纳州的教堂山，正在进行类似的研究。“这不是十几个城市，”他说，“是只有三个地方。”

然后，人们还发现《柳叶刀》的声明不仅是由动物学家彼得·达扎克(Peter Daszak)签署的，而且还是由他组织的，他重新包装了美国政府的拨款，并将其分配给进行“功能增益”研究的设施——其中就包括武毒所本身。负责国务院日常新冠起源调查、哈德逊研究所(Hudson Institute)的高级研究员大卫·阿什尔(David Asher)说，很快就可以清楚地看出，联邦政府内部“有一个巨大的牵连‘功能增益’的官僚机构”。

几个月过去了，没有出现证明自然理论

的宿主动物，来自可信的怀疑者的问题变得越来越紧迫。对一位前联邦卫生官员来说，情况可以归结为：一家“由美国资金资助的机构正试图教一种蝙蝠病毒感染人类细胞，然后在同一个城市就出现了这样的一种病毒”，“不考虑实验室泄露的假设在智力上是不诚实的”。

考虑到中国阻止透明调查的努力有多么咄咄逼人，考虑到中国政府在说谎、混淆和压制异见方面的历史，我们有理由提问：武汉研究所首席冠状病毒研究人员石正丽是否有权报告实验室泄漏的信息，即使她愿意如此。

5月26日，问题不断升级导致美国总统乔·拜登(Joe Biden)发表了一份声明，承认情报界“围绕着两种可能的情况团结在一起”，并宣布他已要求在90天内得出更明确的结论。他的声明指出，“在最初的几个月里，我们的核查人员未能前往现场，这会妨碍对新冠肺炎来源的任何调查。”但这不是唯一的失败。

用东亚局前助理国务卿戴维·费思(David Feith)的话来说，“为什么美国政府的某些部门不像我们许多人认为的那样好奇呢？这是件非常重要的事。”

三、“闻起来像是掩饰”

2020年12月9日，来自四个不同局的大约十几名国务院工作人员聚集在Foggy的一个会议室，讨论世界卫生组织(World Health Organization)组织的一次赴武汉实地调查任务。他们一致同意有必要敦促中国允许进行彻底、可信和透明的调查，不受限制地进入市场、医院和政府实验室。随后，谈话转向了一个更敏感的问题：美国政府应该对武汉病毒学研究所公开说些什么？

美国国务院军控、核查和合规局内的一个小组已经对该研究所进行了几个月的研究。该组织最近获得了机密情报，显示在新冠爆发之前，武汉病毒研究所进行冠状病毒样本“增益功能”实验的三名研究人员在2019年秋季就生病了。

根据《名利场》获得的会议文件，当与会官员在讨论他们可以与公众分享什么时，美国国务院国际安全与不扩散局生物政策办公室主任克里斯托弗·帕克(Christopher Park)建议他们，不要说任何会指向美国政府在“功能增益”研究中所扮演的角色的话。

一位熟悉会议情况的官员表示，一些与会者“绝对被吓坏了”。美国政府中有人竟然可以“提出如此赤裸裸地反对透明度的论点，考虑到正在发生的灾难，这……令人震惊和不安。”

帕克曾在2017年参与解除美国政府暂停为“功能增益”研究提供资金的禁令，但他并不是唯一一个警告国务院调查人员不要在敏感地方深挖的官员。四名前国务院官员在接受采访时说，在研究实验室泄漏的可能性和其他可能性的同时，小组成员一再被告知不要打开“潘多拉盒子”(Pandora's box)。托马斯·迪南诺(Thomas Dinanno)说，这些告诫“有掩盖事实的味道，而我不愿参与其中。”

帕克说，“我怀疑人们是否真的感觉被阻止提出事实。”他补充说，他只是认为，这是一个巨大的、不合理的飞跃……暗示这种研究[意味着]某种不正常的事情正在发生。”

四、“抗体反应”

美国政府内部有两个主要团队致力于揭开新冠肺炎的起源：一个在国务院，另一个在国家安全委员会的领导下。在这场大流行爆发之初，国务院没有人对武汉实验室感兴趣，但他们对中国明显掩盖疫情严重程度深感担忧。中国政府关闭了华南市场，下令销毁实验室样本，声称有权在发布之前审查有关新冠的任何科学研究，并驱逐了《华尔街日报》的记者团队。(未完待续)

助听器基础知识(四)

■周志益博士(明州)

2. 集成电路助听器

1964年出现了第一台集成电路助听器。随着大规模集成电路的出现,助听器的体积又进一步减小,耳内式助听器(in-the-ear, ITE)、半耳甲腔式(half shell)、耳道式(in-the-canal, ITC)、深耳道式(或称完全耳道内式 completely-in-the-canal, CIC)助听器相继出现,很大程度上满足了患者心理和美观上的需要。限于电子学技术和电声学元器件发展的水平,直到20世纪80年代中期,助听器设计者考虑的主要是如何减小体积和电池功耗,减少电路的热噪声和失真,提高助听器的最大声输出,提供更大的选配灵活性。为了避免对大声的过度放大引起患者不适,以自动增益控制(ACC)电路为代表的一些非线性放大电路被许多助听器所采用。

3. 可编程电路助听器

助听器体积的减小使得对放大参数的调节只能依靠数字存储来实现。80年代中后期,数字信号处理(Digital signal processing, DSP)芯片开始应用,助听器进入了“可编程”助听器时代。DSP芯片有存储和运算的功能:一方面存储听力数据及选配后确定的各种参数;另一方面可动态地分析外界输入信号地不同,确定电路中其他模拟部件的工作过程。1986年,美国Resound公司推出了可编程的多通道全动态范围压缩电路,第一个将非线性放大的概念引入到可编程助听器中,在很大程度上解决了“听得舒服”的问题。这一类模拟—数字混合型的可编程助听器具有如下优点和缺点。

(1) 优点

DSP 芯片可把频率范围划分成多个

(2~4个)通道,独立确定其增益、压缩阈值和压缩比率。还可修订通道的分界频率,对于非平坦型听力损失患者尤为适用,它保证了对每个频段的补偿更有针对性。DSP芯片可设定的放大参数更多,调节得更加精细。适配范围也更广,同一台可编程助听器可适配于不同程度、不同听力曲线类型患者。

使用者置身于安静的办公室和嘈杂的马路上,其所要求的声学参数必定不同。计算机编程助听器利用其数字存储能力,可设定多套程序,供多种声学环境下的使用。为了保证多套程序间的转换,可编程助听器的机身上加装了一个转换按钮;但也可通过遥控器来转换程序。遥控器还可控制助听器的开关、音量的增减等,对于手指活动不便的老人尤为适用。

在助听器耳钩前、后,各放置一个麦克风,使用者可控制两个麦克风的工作方式,构成全方向性和指向性两种接收方式。运用指向性麦克风,使用者前方较远处的声音也可被接收到,而来自后方的声音则变弱。在人声嘈杂的环境中,使用者面前的谈话人的声音信号,与周围的言语噪声没有频谱上的区分,只能通过指向性麦克风来抑制环境噪声。这一技术已被公认为是在噪声环境下提高言语分辨力的有效方法。而在安静环境下,全方向性接收方式更有利于声音的察知。

下期我们会介绍
【助听器基础知识(五)】
敬请关注!

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

眼部美容(六)

· 手术准备

护士会给你一些术前指导,以便帮助手术进行得更顺利。在术前两周,要禁烟,禁酒,避免口服含阿司匹林的药物和有活血功能的中成药物等。术前准备一副太阳镜(用于遮掩伤痕)、冰袋(用于术后冰敷伤口)等物品。女性尽量避免经期和孕期进行手术。术前脸部不要化妆。切记,要安排一个人随同你手术,以方便在术后帮助你回家。

· 手术过程

眼睑整形术在局麻和口服镇静剂下完成,偶然情况下,可能需要静脉镇静。手术过程中,你基本上是醒着的,但处于轻度嗜睡状态,不会感觉到疼痛。有时你可能会感觉到皮肤的牵拉或者偶尔会感觉不舒服。

通常情况下,手术会在1-2小时完成,时间长短取决于手术过程。手术过程中,医生会在沿着眼睑线,例如上眼睑的自然皱折,或者在下眼睑的睫毛下做一个切口。切口可能会延伸到外眼角。医生经由切口把皮肤与组织和肌肉分离,去掉多余的脂肪或者修建掉松弛的皮肤和肌肉。然后用非常细小的缝线进行缝合。

如果下眼睑有脂肪袋,但不需要去掉皮肤,可以做经眼结膜眼睑整形术。经眼结膜切口无需缝合。因为手术切口在你的下眼睑内侧,不会留下任何可视疤痕。这个手术通常适合皮肤弹性较好的年轻人。

· 可能的并发症

并发症有可能发生,但很少见。小的并发症包括术后几天的复视或者视力模

糊,眼睑肿胀,和痊愈后细微的不对称或者疤痕。缝线去除后,细小的微小囊肿会显示,但可以用针头进行处理。

术后,当病人睡觉时,有些病人可能出现短期闭眼困难,如果不能完全复原,通常可以通过手术矫正。另一个少见的并发症是睑外翻,下眼睑外翻。这些手术并发症,可能需要进一步手术矫正。一个极少见的并发症—眼球深部出血,可能会发生在手术当晚,会非常疼痛。如果不能及时处理,可能会导致视力下降,甚至失明。

· 最佳适应症

眼睑整形术会大大改善您的外表,增加您的自信心。但是它不可能一定会使您的外观搭配得非常理想。在手术前,您需要仔细考虑您的期待值,并和医生讨论手术的必要性。

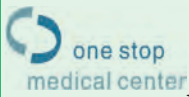
最佳的手术适应症:身体健康、心态稳定,并且对手术结果期待比较现实的任何男女都适合做眼睑整形术,通常病人至少35岁。但单纯双眼皮手术适合任何健康成人。但是如果您的家族中有松弛的眼袋史,可以在比较年轻时就进行手术矫正。有甲状腺疾病,如甲状腺机能不全和甲状腺机能亢进,“干眼症”或缺少足够的眼泪,糖尿病,高血压,或其他循环系统失调可能会出现术后并发症。

下期我们会介绍
【眼部美容(七)】
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.

周一、二、四、五

Edina, MN 55435

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

每一个中国人,对于排球肯定都有一种别样的情节。当然,这与中国女排那么多年来带给国人一次又一次的惊喜是分不开的。这不仅是中国体育项目三大球在全世界唯一的亮点,而且“扎扎实实,勤学苦练,无所畏惧,顽强拼搏,同甘共苦,团结战斗,刻苦钻研,勇攀高峰。”的女排精神也激励着各行各业的华夏儿女攻坚克难,在经济社会发展的方方面面都取得了越来越多的突破,收获了举世瞩目的成就,中华民族的伟大复兴也迈出了一个个铿锵有力的坚实步伐。

那些年没有电视,报刊也极少能看到。当然那时的自己识字还不多,即使有也看不太懂吧。不过,广播里关于中国女排那些振奋人心的消息还是让我对排球有了一种别样的情感。虽然对排球有了这样的特别偏好,但因条件受限,好多年都不曾见过它的模样,直到自己上了一所中专学校,才真正触摸到了那魂牵梦绕好多年的排球。然而,学校条件也非常有限,没有专门的场地不说,连一个排球网的身影都不曾见过。但我们对排球的喜爱还是从未改变过,我们会在课余时间,跑到篮球场中间占一块场地,几个爱好者围成一个圈来抒发对排球的喜爱。篮球场上有比赛或是同学们打全场篮球时,我们就只能在校内那些交错的过道上,三五个人站成面对面来打上一打。除了下雨天或学业任务太重时会有所缺席,这一坚持就是四年。

毕业后,在一个山区乡镇工作,因没有一个场地可以继续这样的爱好,也就只能将它束之高阁,但报纸或电视上关于中国女排的零星消息就从未错过。直到后来回到县城工作,有了闭路电视,能方便收看体育频道的节目。关于中国女排的比赛,即使上班时间错过了,也会很多次

爱打气排球

■ 听松(云南)



在重播的画面里感受“女排精神”在内心一次又一次的激荡。也在那场又一场的比赛里,随着比赛的进程而纠结、惊喜甚至感伤。也会在女排的高峰期享受一次又一次的惊喜,在女排低谷的时候,随女排的队员一次又一次地流泪。那时的我们正青春,也是追星一族,什么港台歌手,演艺明星,再就是女排队员了,我们能对一代又一代的女排队员的情况如数家珍,对她们的名字耳熟能详,对她们的

特点也如解说员般的心知肚明。

不过,好多年来排球在小城也没有有什么氛围,仅仅是学校里开设的一堂课,学校冬运会上的几场比赛,我们也在岁月的流逝中将这唯一的情感就寄托在了女排参加的那些比赛画面中了。

近几年,随着人们生活水平的提高,对于健康意识的增强,许多体育项目如雨后春笋般涌现。跑团、骑行、广场舞等在街道、公园随处可见。瑜伽、健身、羽毛

球、乒乓球、各类舞蹈也在各类场馆火热进行。而气排球也逐渐走入了人们的视野,融入了人们的生活。刚听闻气排球的时候,有些不以为然,还想这排球没“气”那不是坏了吗?还怎么打?直到那一年单位组队参加市里的气排球比赛,才知道气排球还是我国土生土长的一项群众性排球运动。为了与之前的排球作一个区别,还将原来的排球称为“硬排”,这一更改让自己好久都没适应过来。

这轻且飘的排球就叫作“气排球”。它与硬排之间有相同的地方也有略微的差别,不过,这气排球对于技战术和参与人员各项素质的要求降了不少。也许正是这低门槛的准入条件,让更多的人走上球场,越来越多的人喜欢上这一运动。加之,它的对抗性不像篮球那样的强,比赛也不容易受伤,因此也受到了机关单位及中老年朋友的喜爱。气排球的队员由“硬排”的6人减为5人,规则亦有所不同,但因为有了以前球场上对排球的那一点点“经历”,因此,也顺利成为了单位气排球队的一员。于是,工作之余,我们又走向了久别的球场,延续这几十年对于排球的那份喜爱之情,然后,熟悉规则,学习技巧,提升能力,增强配合……

那次比赛结束之后,我们被气排球激起的那份热情却没有冷却,反而越是高涨。于是,几个同事、朋友会相约在周末或是晚上的闲暇时间走上球场,来一场同气排球之间大汗淋漓的畅快。在相互的配合,团结、协作与努力的运动中收获友谊,收获健康,收获快乐。

当然,有了这样的氛围,这样的场地,还有一群同样喜爱气排球的朋友,我们肯定会把对气排球的喜欢延续下去,将气排球带给我们的快乐继续下去,将这么多年来对于排球的那种情感一直延续下去。

寻常人家

葛愉(河南·洛阳)

(上接B11版)

并通知前边连长马达回来商讨对策。

十几分钟后,连长马达带着二、三两个排长从大前边赶了过来。一看眼前的情况说道:“老牛,这个车子还能动吗?”

“动是可以,只是怕它再向后打滑,若再一打滑,那危险可就大了。”指道员牛皋经验的回答道。

“真不行我们就把车上的东西先卸下来,然后再把车推过去不就行了。”三排长张晓苟建议道。

“不行,车子现在的状态已不允许人们再登车搬动东西,所有的震动都可能使车辆滑行,造成危险。”二排长董一合驳斥道。

由于栈道的道路比较窄,车跟前不能容纳很多人,所以靠人推是行不通的;想把前边的车退回来拉,似乎也不妥,因为汽车要在栈道上退行,那样将有更多的危险性。一时倒还真想不出一个较好的办法来。

没办法,指道员牛皋建议先把车前的路加宽一点儿再说。

“三排长,把你们排的男同志们叫过来几个,让他们拿上铁锹耙子,把车前边的栈道加宽一点儿。”连长马达命令道。

“是。”三排长一边答应一边跑过去朝第五辆车高声喊道:“习华松、银少英、王金玉、朱振虎、李奎、孙丞相,下车。”

习华松等六位同志听到排长的点名,立即下车,按照排长的吩咐去拿来工具,然后跟随排长来到第七辆车的前边。

连长马达把他们的想法和六位同志说了一下,然后大家便动起手来,虽然土石处理方便,只要把挖下来的土石推到沟里就行了,但是悬崖上的岩石却极难打碎,所以,想把栈道加宽,确实也非易事。

经过十几个人的努力,车子前边的路终于加宽了两三米远,为汽车的向前冲动作好了道路准备。只是现在车辆的左侧后轮已有五分之一处于悬空的位置,可怎么才能保

障让我们的汽车听人的话,当启动时第一下就向前走而不是向侧后方滑动呢?一旦再向后面稍一滑动,那后果将是不堪设想的,这才是一个生命攸关的大问题呢。

“我们多上去几个人,站立在车厢靠峭壁的右侧,使车辆保持内侧重而维持均衡,这样汽车就好启动了。”三排长张晓苟冲地提议道。

“不行,不行,那样太危险,同志们在上面没有丝毫安全的保障。”二排长董一合立即反对道。

“要不我们把右侧车轮下的道路挖得低一些,让车身向里倾斜,这样动起来,就安全得多了。”三排二班的李奎和三班的习华松一起提议道。

“也不行,一来人挤不到跟前,二来人钻在车下不安全不说,把子、铁锹也抡不开呀!”一班的王金玉接着说道。

“咱们拿来一些绳子,挂在汽车的牵引钩上,咱们大家在前面拉,不信就拉不上去。”一班的孙丞相和朱振虎提议道。

“这个办法倒不错,咱们不妨试一试。”连长马达一听觉得可以,立即命令通知马车班的同志拿绳子来。

不想这几句话引起了银少英的思索,他想到自己过去在乡下见到的。

自己的村子银家岭处在县城的北门外,村里有条大路,那是北面黄河沿儿上孟津人民进城的通衢大道。

刚刚解放的时候,县里人民需要的一切生活物资,全靠周边东民用牛抬杠车向城里运送。所谓牛抬杠车,现在已经很少见到,那是当时特定环境下,当地农民使用的一种独特的运输工具,它的构造十分简单:就是一辆牛车的前部,用一根粗粗的独木牵著,独木的前面再装上一根短短的横木,与长长的独木十字相交,把横木两端长出去的部分担放在两只牛的肩上,让他们拉着车走。

每一天的天不亮,村子里还没有完全睡醒的人们就可以听到牛铃的叮叮当当声,那就是北部农村农民向城里运送物资的牛车到了。

他们由于早在半夜就动了身,所以往往当牛车走到银家岭村东头的时候,总爱在村

东的大皂荚树下歇息一会,人吃点干粮,喝一点从住家户讨来的凉水,再喂牛吃一点草料,然后再赶着车进城,到了城里,恰巧赶上天亮办事。

在银家岭村东头一个叫做东洼的地方,也就是前边说到的那个大波池的旁边,有一个小陡坡,一旦遇到下雨的天气,不但村里的道路泥泞不堪走,这个小坡更成了一个很大的拦路虎。农民们走到这里,没有办法,只好把后边车上的牛卸下来,牵去挂在前边的车上,让两辆车上的牛同时拉一辆车,等把第一辆车送上去后,他们就都把套在车上的牛卸下来,一起牵到后边,再去帮助后边的车辆爬坡,他们把这种连劳协作,叫作‘送坡’。

现在汽车身处险境不能前行,连长让人去拉,人去的多了用不上,人去的少了又力量有限。现在我们前边汽车上装着马车班的战马,它们休息了一路,何不把马套在汽车上,让马来拉汽车,那力量要比人大的多。想到这里,银少英就把指道员牛皋叫到了一边,小声的说出自己的想法。

“老马,银少英同志说了一个办法,他提议用马来拉汽车,我觉得这个办法很好,你们看怎么样?”指道员牛皋一听立即喜出望外,大声的呼唤着连长和两位排长,说出了这个合理化建议。

大家一听,都觉得这个主意非常的好,朱振虎不住的挑著大拇指称赞银少英,连长马达也立即命令马车班拿绳子的同志们把战马卸下车,然后套在汽车上。

壮观,前后六匹马,套在汽车上,只见马车班的同志们一手拿著皮鞭,一手牵著军马的缰绳。做好了拉车的准备。

指道员牛皋陪著驾驶员坐进了驾驶楼里,驾驶员神情贯注的做好了起动的准备。

随着连长马达一声‘走’的命令,只见马车班的同志们把手中的皮鞭一挥,六匹马一起奋力向前拉去;就在同时,汽车本身也发出一声轰鸣,四个车轮随即向前滚去。

成功了,汽车进入相对安全的地区。完全脱离了那种尴尬的危险局面。

汽车一过去,三排的同志们马上投入了加宽道路的紧张工作,保障后三辆车顺利平

安的通过了这个地段。农场车队的二十辆汽车,全部安全的进入了石门。

车队一进石门,实际上就是到达了农场。石门里面是一个四面环山的小盆地,这个小盆地,有一个很好听的名字,叫做‘碧螺湾’,因为它的形状看上去很象一个平放著的碧螺。碧螺湾中间面积大约有五六平方公里,再加上各个山冲里的稻田,这都是农场的土地。

不过现在离最终目的地,即所要居住的村庄冯大店,还有十馀公里,路上还要绕过山大王的寨子——玉皇顶。连长马达预计,天黑以前,车队可以到达。

过了石门,同志们望著前面山顶上若隐若现的玉皇顶,山上的寨墙似乎清晰可见,据说那都是用石片堆积起来的,可想当初的工程应该多么浩大呀!大家真佩服当年那些勇士们的精神和毅力,交通是那么的便利,交通工具又是那么的贫乏和简陋,他们竟然能以这里作为大本营和根据地,顽强的生存、发展、强壮、并战斗在这里。一直坚持到后来并入解放军,参加解放全中国的战斗。他们的精神是何等的高贵呀!何等的值得我们敬仰和学习呀!

三排三班的文化素质是全连最高的,其中文凭最低的也是两个应届的高中毕业生。那就是席华松和银少英,所以三排所乘坐的车辆里讨论的气氛最为热烈。

特别在席华松的发言里,不时云天雾地的夹杂著古典侠义小说里的情节,步步引人入胜,竟使年轻的姑娘们不住地发出啧啧的声音。

欢愉的气氛,把一天来旅途的疲劳驱赶的无影无踪,大家正以饱满的情绪,去迎接新的战斗。

车队刚刚行进到玉皇顶的岭下,突然又停住了。只听得前边好像传来吵吵嚷嚷的声音,大家不知到前边究竟又发生了什么事情。是什么原因让车队又停下来了呢?正是:

韶华素月写农桑,子曰怀揣锦繡章。堪欺东风云不起,十年泣诉话寒窗。要知后事如何?且听下回分解。

(未完待续)

住房

廣告位招租

☎ 熱線: 952-688-2848

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

有意者請電: 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

Karen Xiao 肖堯

651-272-9178

明州專業執照地產經紀師
Minnesota licensed real estate agent
karenxiaomn@gmail.com

Loan Factory

NMLS#: 320841

買房子 重新貸款

www.LoanFactory.com
(408) 877-4000
3015 85th Avenue North, Brooklyn Park, MN 55444

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

Midwest GIR Group 私募投資

651-373-4569
info@midwestgirg.com

主要業務: 地產投資, 物業管理

生活服務

常青老人中心

中心負責人: 吳瑋 (Sally Wu)
電話: 952-465-1704
地址: 800 Boone Ave, N.
Golden Valley, MN 55427

華人社會服務中心

地址: 4111 Central Ave NE, Suite 200A
Columbia Heights, MN 55421
網站: www.csscmn.info
952-200-8972 (李怡)

美國中醫學院 中醫健康中心

651-631-0204

裝修 翻新 裝潢 材料 汽車維修 其它服務

美國 ↔ 中國

海陸空運 低至 1.5美金/磅
新客户寄件回国享有 20% 折扣
厚禮致謝 尽心服務
免費代購 轉運回国

明達快遞

營業時間: 星期一至星期日 11:00AM - 6:00PM
店面地址: 2111 University Ave W Saint Paul, MN 55114
門店電話: 9173309850 服務電話: 6516429950
美國郵政特快加急, 我們24小時為您提供專業服務!

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

電話: 612-326-3000
fdan@duancorp.com

廣告位招租

☎ 熱線: 952-688-2848

精誠裝修公司

651-505-8888 (王先生)

Stone Construction LLC
MN Lic: BC 746948
stone5058888@gmail.com

陳寬車行

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

RETECH PAYMENT SYSTEMS

RETECH
PAYMENT SYSTEMS

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

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: 1751 County Rd B W, Suite 107, Roseville, MN 55113

新家園貸款

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: wzhang@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

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

保險

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

考西葉氏律師事務所

CAUSEY & YE LAW
諮詢電話: 612-990-8592
網址: www.causeyyelawgroup.com

業務範圍: 移民|商務|刑事|民事|家庭|留學

誠信保險

2021年醫療保險從新開放期
02/16/2021 至 05/17/2021
歡迎致電諮詢, 提供免費報價! 電話: 612-999-8973
7300 Metro Blvd #525, Edina MN 55439

Michael Chen

408-246-6900

大學及稅務
規畫專家
助學金



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.

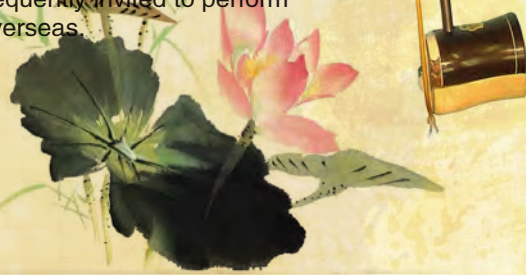
Wei Ming was the interim concertmaster and erhu instructor with the Singapore Keat Hong Chinese Orchestra (KHCO). The 80+ member orchestra is well-known in Singapore and is the recipient of various honors: First prize winner and Best Performance Award for 7 consecutive years in the National Music Competition;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



Midwest GIR Group

(Midwest Greater Investment Return Group)

Midwest GIR Group 私募投资
为投资人量身定做地产项目



主要业务: 地产投资, 物业管理



地址: 3853 Central Avenue Northeast,
Columbia Heights, MN 55421

邮箱: info@midwestgir.com

电话: 651-373-4569



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