



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

2022年 03月04号 星期五 MINNESOTA TIMES 387 期

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

乌俄战争，将改变世界政治格局

2月24日爆发的俄罗斯入侵乌克兰战争，震惊了全世界，到3月1日已经进入第5天。乌克兰总统泽连斯基3月1日深夜讲话中说：“今天，俄罗斯军队从喷气式大炮向哈尔科夫残忍地开火。这显然是一种战争罪行。哈尔科夫是一个和平的城市，那里没有军事设施”。“在五天内，俄罗斯军队在乌克兰境内发动了56次导弹袭击和113枚巡航导弹”。

特原油上一次超过每桶100美元，还是在2014年！在食品价格方面，俄罗斯和乌克兰都是全球食品市场的主力，乌克兰被称为“欧洲粮仓”，是玉米和小麦等作物的主要全球供应国，俄罗斯也一样。这两国生产的小麦，约占了全世界供应量的25%，影响非同一般。仅在过去一个月，小麦价格就已经上涨了15%。

其次，战争让一些国家内部持不同政见的党派团结起来。

比如，芬兰和瑞典在前几天参加北约组织峰会，芬兰总理在会议上表示，虽然芬兰现在没有直接面对军事威胁，但是，在俄罗斯入侵乌克兰后，关于芬兰是否应该加入北约的争议会改有变，各党派应该会很快达成一致意见加入北约。而俄罗斯目前最怕的就是芬兰，乌克兰和格鲁吉亚三国加入北约，这三个国家的地理正好在俄罗斯的c型位置。尤其是芬兰，一旦加入北约组织，在陆海两方面都占有绝对优势，比乌克兰加入北约给俄罗斯带来的威胁还要大得多。

还有德国，朝野各党派经过四天对默克尔路线的反思之后刚刚宣布，紧急追加额外一十亿欧元国防预算，成为第三个国防预算超千亿美元的国家。而在2021年德国国防预算仅为520

亿美元。德国正式开始军备武装，而这正是默克尔一直拒绝做的。

然后，就是新冷战开始，各国需要再一次选边站队了。

美财政部2月28日发表制裁俄罗斯声明说，禁止美国人与俄央行、俄联邦国家财富基金和俄财政部进行交易。这意味着俄央行在美境内的资产或由美国人控制的资产将全部被冻结。同时，欧盟对俄罗斯关闭其领空，不允许俄罗斯航空器（包括民用航空）进入欧盟领空。还有美国、欧盟、英国、日本加拿大、意大利共同宣布，将俄罗斯踢出SWIFT全球金融结算体系，这意味着，从此之后俄罗斯不能使用美元、欧元、英镑和日元进行国家支付和结算。后果是俄罗斯将逐渐变成北朝鲜。与俄罗斯历史上有卡廷森林事件血海深仇的波兰，是目前支持乌克兰、声讨俄罗斯声音最大的国家。因为与乌克兰有漫长的陆地边界，波兰不但第一时间向乌克兰提供了大量武器装备，还包括开辟的多个难民营，无条件接受、救济逃离战火的乌克兰难民。波兰和立陶宛两国领导人更是

为乌克兰四处奔波、呐喊，同时第一时间提供了大量军事援助。台湾在2月25日宣布将参与国际社会对俄罗斯的经济制裁，全球芯片制造龙头、台湾芯片制造商台积电同天表示，会全力遵守新的出口管制。日本和韩国政府均表示，会遵守美国和欧盟宣布的对俄罗斯制裁规定。

而当地时间2月28日，乌克兰总统泽连斯基签署了加入欧盟的正式申请文件。

西方三十年累积的分歧，仅仅开战四天就搞掂。全球化和重商主义让位于安全和价值观。土耳其，匈牙利等问题也迎刃而解。因此，这个世界肯定将彻底重组，包括已经腐朽失效的一系列国际组织，比如联合国，WTO，WHO等等。联合国安理会没能就俄乌冲突达成任何决议，是因为俄罗斯行使了一票否决权。这再次证明了联合国安理会实质上只是一个无所作为的摆设。

战争的影响已开始蔓延并改变全世界，没有人能独善其身。



俄乌战争打响，全球跟着震荡，在世界经济一体化的今天，这场战争不仅仅关乎大国博弈、百姓生命，也与每一个国家的经济民生息息相关。

首先是价格上涨和通货膨胀。北美市场油价飙升！食品价格猛涨！在战火之下，世界第二大石油生产国俄罗斯牵扯其中，全球市场也跟着浮动。战争导致的供应中断，很大程度上会推高零售价格，使世界各地的油变得更贵。战争爆发的信息一传出，全球基准布伦特原油马上上涨8.5%，至每桶105.40美元。布伦



满足您所有的移民需求

MARGARET W. WONG & ASSOCIATES LLC
ATTORNEYS AT LAW

黄唯律师楼为全球的公司和个人客户提供服务

1978
年以来

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

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

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

7900 International Dr. • Suite 300
Bloomington, MN 55425

wong@imwong.com

www.cimwong.com



加入微信

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

首选贷款 有更多选择

Integrity Property Financial Services LLC

Xiangang (Frank) Zhang
248-686-8155
frank.zhang@firstchoicemortgageipfs.com



民用住宅, 商业地产
买房贷款, 重新贷款

特别贷款项目:

- 1) 外国人身份贷款
- 2) 投资人不查收入贷款

虎年春节特别活动:

查收入贷款保证利率最低, 如果有更低报价, 可以匹配 (match) 并额外赠送100元红包!



诚聘贷款经纪人,
全职兼职均可, 公司提供培训。
联系人
xiangang (Frank) Zhang
248-686-8155
frank.zhang@firstchoicemortgageipfs.com



利率低 效率高 费用少
种类多 服务佳 时机好

公司地址
3250 W big beaver rd, ste 120, Troy,
MI 48084
公司 NMLS ID 1147702
公司网站
www.firstchoicemortgageipfs.com



育才夏令营 “国学华风”

Yucai Chinese Summer Camp 2022

2022 育才“国学华风”夏令营, 带给孩子们快乐一夏!
中文 教学 历史 体育 棋类 编程 音乐 绘画 舞蹈
总有一款适合您家小朋友。

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01日-5月01日截止
Registration Dates: 3/01/2022 - 5/01/2022
授课方式: 面对面上课
地址: Address:

17405 Old Rockford Rd,
Plymouth, MN 55446
报名方式:
1. 育才网站报名: www.yucaimn.org
2. 扫码报名: 右下角二维码

How to Register:
1. On Yucai Chinese School's Website: www.yucaimn.org
2. QR Code: Scan the barcode
学费: 全天\$240/270每周 (5月01日之前/后收到全部学费);
半天\$130/150每周, (5月01日之前/后收到学费, 需要注明上午/下午)。

Tuition:
All-day programs: \$270/week;
Early bird rate: \$240/week (register by 5/01/2022)

Half-day programs: \$150/week;
Early bird rate: \$130/week (register by 5/01/2022)
退费政策: 6月1日前取消, 全部退还学费; 但收取\$50手续费。6月1日后取消, 不予退款。
Refund Policy: Full refund by 6/1/2022 (Cancellation processing fee: \$50)
No refund will be granted after 6/1/2022

支付方式:
1. 寄支票给: Yucai Chinese School, P.O.Box 46155, Plymouth, MN 55446
2. 网上支付: E-Mail your payment to: yucaimn.fee@gmail.com

Payment Methods:
1. Pay by check: Mail check to:
Yucai Chinese School
P.O.Box 46155,
Plymouth, MN 55446
2. PayPal: Make your payment to:
yucaimn.fee@gmail.com
联络方式: 网站: www.yucaimn.org;
邮箱: yucaimn@gmail.com
Contact Information: Email: yucaimn@gmail.com
声明: 每期5人以上开课, 学校保留取消课程的权利。



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
電子郵件: 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



新家园贷款



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



明州新闻

2021年明州警局颁发了10万多个携枪许可证



根据明州刑事调查局的数据, 2021年明尼苏达州警长连续批准发放了创纪录数量的持枪许可证。

BCA 的年度报告显示, 去年(2021年)总共签发了 106,488 个持枪许可证, 这是明尼苏达州2003年颁布《个人保护法》以来最多的一年。2020年, 警局发放了 96,554 个许可证, 数量也非常多。

其中, 亨内平县Hennepin颁发的许可证数量是其他县的两倍, 有16,888个。拉姆齐Ramsey发7,467个、阿诺卡Anoka 发6,988个、达科他Dakota发6,744个和华盛顿Washington发了5,761个, 这些是排在前五名的地区。

目前, 明州总共有 387,013 个有效的枪支许可证。2021年, 有176个许可证被暂停, 40个被撤销, 1,165个被

作废, 1,627个被拒绝。

BCA 表示, 许可证持有人去年共犯下3,863起罪行, 但其中只有约 2% 涉及枪支犯罪。



想要了解更多
明州新闻
请扫描左边二维码

(新闻来自各大媒体报纸, 并不代表本报立场)

亚裔女高管遇害 15岁凶犯前科累累被捕

明州警方2月22日周二宣布, 上周在圣保罗, 一名34岁女商人在她的车内被随机枪击致命, 一名15岁凶犯被捕。

警方发言人史蒂夫·林德斯周二表示, “嫌疑人开枪夺走了她的生命”时, 朱莉娅(Yuliya Li)正在佩恩法伦地区开车。“她正忙着做生意, 突然她就被枪杀了。”

警方在当天下午6点45分左右赶到了案犯地点, 佩恩大道1000号街区, 医护人员将受伤的李带到地区医院, 不久她就去世了。

据圣保罗警方称, 明尼阿波利斯警方周二下午在明尼阿波利斯逮捕了这名15岁的男子, 他因涉嫌二级谋杀和其他据称在亨内平县犯下的罪行被关押在亨内平县。县检察官的发言人表示, 他的办公室提出动议, 要求将这名青少年可以作为成年人接受审判。

Julia (Yuliya) Li 来自中亚的哈萨克斯坦, 2007年移居美国, 就读于明尼苏达大学, 获得世界经济研究学士学位。后来她离开双城, 在GE运输公司和宝洁公司从事品牌管理和营销工作。然后于2016年回到圣保罗, 在圣托马斯



Julia (Yuliya) Li (Courtesy of H.B. Fuller)

大学获得工商管理硕士学位, 然后开始在H. B. Fuller工作。

H. B. Fuller是一家上市财富1000强的公司, 总部位于Vadnais Heights, 她于2017年7月担任营销职务, 最近担任全球业务总监, 并领导了该公司的亚马逊业务项目。

H. B. Fuller总裁兼首席执行官吉姆欧文斯在声明中谴责暴力罪行: “这种悲惨的、毫无意义的暴力结束了一个聪明、受人尊敬、忠诚、努力工作的专业人士的生命, 每个认识她的人都会非常怀念她。”



女警拔错枪误杀嫌犯 法官秉公执法判刑2年

的另外1名警员; 如果莱特成功发动车辆逃走, 另1名警员很可能被汽车拖行而重伤。在今年2月18日的关于量刑的听审过程中, 检方重申其观点称, 波特判处7年以上监禁的刑罚是合适的。根据明尼苏达州的量刑指南, 一级过失杀人罪面临的监禁刑罚通常在6年至8.5年之间。

而赖特的家人要求判处最高刑期。在庭审时, 波特再次对死者的家属道歉, 并哭着请求获得原谅, 她说“凯蒂, 我理解母亲的爱, 很抱歉我伤了你的心。我为你们所有人感到心碎。”她也向布鲁克林社区道歉, 说她喜欢为这座城市工作, 而且在那里工作的人都是“优秀、可敬的人”。

最后, 法官朱雷吉娜判处犯有两项过失杀人罪的波特24个月监禁的刑罚, 并在狱中服刑16个月后可获得“监督释放”。法官表示, 波特在26年的职业生涯中堪称楷模, 当时是在履行作为警察的职责, 而且她试图保护现场的另一位警员, 如果赖特驾车逃走, 就会把这名警察一起拖走。不过她错把手枪当成了电击枪。

在法庭上, 法官朱雷吉娜用了很长时间来解释了她的想法。她说, “证据是无可争议的”, 波特并不打算使用她的枪支, 这使得这起案件没有其他警察的杀戮事件严重。然而, “因为波特警官的鲁莽, 让一名年轻人被杀, 理所当然地应该承担一定的责任。”法官又强调, “在公共服务的所有工作中, 警察的工作是最困难的。他们必须在紧张、不断变化和颇具挑战的情况下迅速做出决定。他们每天都在为公共服务冒着生命危险。波特警官犯了一个以悲剧收场的错误。她从来没有打算伤害任何人。”

提诉的州检察长艾里森(Keith Ellison)表示接受量刑结果。艾里森说, 法官对该案的考虑认真, 她的量刑没有违背陪审团裁决的真谛。

明尼苏达州最大的警察工会发表声明, 感谢朱雷吉娜的公正执法。声明说: “我们感谢朱法官在她陈述的推理中的深思熟虑的做法, 因为她承认波特女士的执法行动但是她犯了一个悲惨的错误。”

媒体报道: 在波特被判刑之前, 赖特的家人发表了讲话。受害人的母亲 Katie Wright发表了第一个声明, 她含泪说: “我永远无法原谅你从我们这里拿走的东西。”她要求法官让波特承担“最高责任”。莱特的父亲 Arbuay Wright 说: “莱特对我来说意味着整个世界。”

宣判后, 莱特的家人和律师聚集在亨内平县法院外, 表达了他们的失望和愤怒, 他们谴责作为亚裔的朱雷吉娜给出的刑期远低于检察官的建议。家属之前要求判处无期徒刑, 自然难以接受这个轻判结果。目前死者家属仍致力于通过法律途径, 希望能使波特未来无法领取警员退休金。

在2月18日周五下午5点左右, 美国明尼阿波利斯大约100名BLM成员包围了他们认为是女法官朱丽娜(Regina Chu)的公寓大楼, 抗议她对一名枪杀了黑人男子的白人女警仅判两年刑期。周五晚上8点30分, 在布鲁克林中心波特枪杀莱特的地方, 一家美容用品店Icon Beauty Supply被洗劫一空, 这家店在当年案发的4月份已经被抢过一次。据报道, 该地区其他地方也有抢劫案的报警。

明州媒体2月18日报道, 前布鲁克林中心警官金波特 Kim Potter于去年12月因误杀 Daunte Wright被判过失杀人罪, 被量刑判处两年徒刑, 其中16个月将在监狱服刑。

波特2021年4月11日值勤时拦检车辆, 发现20岁的非裔驾驶莱特(Daunte Wright)是通缉犯, 他当时驾驶着自己母亲的车, 行驶在明尼阿波利斯郊区布鲁克林中心市(Brooklyn Center)的一处街道上。他在车的后视镜上挂了一个空气清新剂, 这在明州是违法的, 因为这可能会影响到驾驶者的视线。波特和同事发现后拦停了莱特的车, 发现他的车保险已经过期了, 就开始调莱特的个人资料。结果发现莱特有一个缺席法庭庭审的通缉令, 他身上有两起轻罪指控, 一起是非法持枪, 一起是不配合警察质询而逃跑。于是警察决定逮捕他, 但莱特听说要逮捕自己, 立刻挣脱警察的束缚, 钻回自己的汽车里并发动汽车打算逃跑。波特大声警告“我会对你使用电击枪”, 并依程序多次强调“电击枪”。这是警察行为规范中的要求, 当警察认为有必要使用电击枪的时候, 需要进行警告。波特在警告之后扣动了扳机, 但不幸的是她当时手中拿着的不是电击枪, 而是一把警用手枪。莱特在

近距离被射击后依然驾车冲了出去, 但很快撞在路边, 造成一名行人受伤。

莱特在医院被宣布因肺部中枪死亡, 留下了一名年仅2岁的女儿。

当时的警察局长蒂姆·加农说, 莱特之所以死, 是由于他拒绝逮捕, 是警察将枪支误用为电击枪的结果。

现年49岁的波特是一名26年的老警察, 怎么会弄混两种枪呢? 明尼苏达州刑事逮捕局检查了她执勤时的腰带, 发现她的手枪在腰带的右侧, 而电击枪则在左侧。该新闻稿援引刑事申诉, 称“这意味着波特将不得不用左手将电击枪从皮套中拉出。”

波特在案发后第二天即提出辞职, 之后警察局长也宣布辞职。

2022年12月23日, 经过大约四天的陪审团审议, 波特被判犯有一级和二级过失杀人罪。

负责此案的是亚裔女法官朱雷吉娜(Regina M. Chu), 她自2002年被当时的州长任命以来一直担任法官, 并参与当地亚裔妇女组织活动。朱雷吉娜法官说, 这是一个“犯了悲惨错误的警察”的案例。波特以为拔出的是泰瑟枪, 结果却是真枪, 杀死了那个年轻人。”法官朱雷吉娜表示, 轻判的原因是波特当时确实是试图合法逮捕犯人, 开枪也是为了保护现场

头条速览

美国税局公布: 2022年第二季度利率上调

2022年2月23日华府, 美国国税局今天宣布, 从2022年4月1日开始利率将提高。利率将是:

- 超额支付4% (公司为3%);
- 公司超额支付额超过 10,000 美元的部分为 1.5%;
- 超额支付4%; 和
- 大型企业超额支付6%。

根据《国税法规》, 利率按季度确定。对于公司以外的纳税人, 超额支付和超额支付利率是联邦短期利率加上3个百分点。

一般就公司而言, 超额支付利率是联邦短期利率加上3个百分点, 超额支付利率是联邦短期利率加上2个百分点。大型企业超额支付利率是联邦短期利率加上5 个百分点。公司在应税期间多缴税款超过 10,000 美元部分的利率为联邦短期利率加上二分之一 (0.5) 个百分点。

今天宣布的利率是根据 2022年1月期间确定的联邦短期利率计算得出的, 该利率将于2022年2月1日生效, 基于每日复利。2022-05 税务裁决条文指南 (英文) 中宣布了利率, 并将出现在2022年3月7日的国税法刊物2022-10 中。

(新闻来自各大媒体报纸, 并不代表本报立场)

美国疾控中心更新防疫规定 民众无需在室内佩戴口罩

美国疾病控制与预防中心(CDC)2月25日在更新的防疫政策中称, 随着新冠疫情形势转好, 约70%美国民众在室内场所无需佩戴口罩。

CDC在防疫指南中说, 根据当前疫情形势, CDC判定美国63%的郡县已处于疫情中低风险地区, 美国约72%民众生活在这些地区。在这些地区民众在大部分室内场所将无需佩戴口罩, 包括学校等。而在其他仍处在高风险地区, CDC仍建议民众在室内场所继续佩戴口罩。

CDC还说, 无论风险高低, 在一些场所仍需继续佩戴口罩, 包括公共交通工具以及机场、火车站、公交车站等。

新冠检测呈阳性或者有新冠症状者也仍需佩戴口罩。

CDC表示, 更新的防疫指南对地区所处疫情风险判断标准有所改变。此前的标准是基于新冠新增数目和检测阳性率, 现在的标准则主要根据新冠病人住院率、占用病床率和新增病例数目等。

美国人民的“自由护航”车队 向首都华盛顿特区行进

就在加拿大的卡车车队被“镇压”之后, 美国的卡车司机们组织起来了, 他们从西海岸的南加州和俄勒冈州出发, 向华盛顿开去, 抗议拜登政府的“专制”和无能。

他们二月二十三日从不同的地方启动, 计划三月一日抵达华府及周围地区。他们除了有强大的民众支持, 还有一队精英律师协助, 以避免出现类似1/6事件。

和以往不同, 这次参与车队游行的人不仅仅是川普粉丝, 还有许多民主党人、共和党建制派支持者、外国民主人士 (加拿大、新西兰、以色列), 所有这些人, 都希望参加到“维护自由”的运动, 加入“自由护航”车队, 以终止政府的独裁统治。

组织者说: 人民希望我们的国家回来, 我们热爱的国家, 美丽和勇敢的国家, 美利坚的荣耀。

本次参与“自由护航”的民众分为三大类。红营“拯救美国”的车队分成了两个部分 (Convoy to save America) 分别从西向、北向进入华盛顿, 其中一队还专门要路过纽约; 而蓝营的“人民护航队” (The People's Convoy), 则通过西南方向和南向进入华盛顿……

这是一场和平的示威游行。到目前为止, 当他们前往华盛顿特区时, 沿途不断有人群、车队增加进来, 还有补给品数量都在一直持续增长。但是, 最新报道说, 随着车队接近华盛顿时阻力增加了。

负责川普刑事调查的检察官已辞职

纽约 (美联社) 2月23日报道, 负责前总统唐纳德川普及其商业经营进行刑事调查的两名检察官周三突然辞职, 这使调查的未来受到质疑。

地方检察官阿尔文·布拉格 (Alvin Bragg) 的发言人证实了凯里·邓恩 (Carey Dunne) 和马克·波梅兰茨 (Mark Pomerantz) 的辞职。两人都是在前地方检察官赛勒斯·万斯 (Cyrus Vance Jr.) 的领导下开始调查的, 并在布拉格 1 月上任时被要求留下。

该办公室的前总法律顾问邓恩

(Dunne) 在美国最高法院为川普的税务记录成功进行了辩论。Pomerantz 去年被万斯从私人执业中带走, 以增加他在调查方面的专业知识。“我们感谢他们的服务,” 布拉格的发言人Danielle Filson说。她拒绝进一步置评, 称调查仍在进行中。

《纽约时报》援引消息人士的话说, 在布拉格Bragg对起诉川普提出质疑后, 邓恩和波梅兰茨辞职检察官办公室的调查。调查导致了去年7月对川普的公司, 川普集团及其长期担任财务主管

的艾伦·韦塞尔伯格Weisselberg的税务欺诈指控。

Weisselberg 被指控收取超过170万美元的账外补偿, 包括公寓租金、汽车付款和学校学费。但是他和公司均表示不认罪。

就在上个月, 布拉格表示, 他为邓恩和波梅兰茨从万斯Vance's 办公室过渡到他的领导层, 从事调查感到自豪。

布拉格受道德规则限制, 无法详细讨论此案, 他当时表示, 他正在加快对川普的调查, 他将“遵循事实”。

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



- ★ 公司和个人税务申报
- ★ 公司成立及帐务处理
- ★ 省税计划和查账代理
- ★ 各种税务和商业咨询

地址: 1885 University Ave W. Suite 269

St. Paul, MN 55104

電話: 651-917-0809 傳真: 651-917-0851

E-mail: info@dengcpa.com

段峰建築設計事務所



- 明州第一位華人開業建築師
- 註冊建築師, 美國建築碩士, 清華大學建築學士
- 二十多年在明州為亞裔設計餐館一百多家
- 深通建築法規, 熟識雙城地區衛生局及政府施工紙審批官員
- 精通設計餐館, 東方店, 商場, 辦公樓, 老年公寓, 表演劇場

Duan Corporation

7096 East Fish Lake Road

Maple Grove, MN 55311

Tel: 612-326-3000

Cel: 612-226-2043

E-mail: fduan@duancorp.com



《高虹的音乐》

--与友人共创音乐50周年

专场音乐会

今年4月3日,著名华裔艺术家高虹,将迎来她演奏琵琶的第50个年头。同时也庆贺她作为作曲家、即兴演奏家和教育家的非凡成就,将举办一次庆典专场音乐会,并且也以此音乐会特别纪念她的恩师——琵琶大师林石城先生诞辰100周年。

庆典音乐会将展示她与各种不同文化的音乐家的合作,以及她自己的原创作品,也展示她与各类音乐家深厚的友谊和合作。特邀嘉宾将包括著名说唱歌手/歌手艺术家Dessa、明尼苏达交响乐团成员 Gabriel Campos Zamora (单簧管首席)和 Erik Wheeler (大提琴)、钢琴家 Nikki Melville、她的合作25年的多元文化乐队“Speaking In Tongues”(高虹、加纳的 鼓手Sowah Mensah、墨西哥的贝斯手 Enrique Toussaint 和多才多艺打击乐手 Marc Anderson); 还有Kenwood 交响乐团与指挥家Yuri Ivan 和巴松管演奏家余野; 以及她的获奖学生Gus Holley和屡获殊荣的卡尔顿学院中乐团。著名舞蹈家/编导沈蓓老师将特意为本音乐会琵琶/中阮二重奏《楚汉相争》编舞首演,以及著名老牌主持人蔡本红女士前来参加。

更多节目信息和艺术家简历:

<http://chinesepipa.com/OrdwayConcert.html>

<https://ordway.org/events/iftpa-2022>

演出地点是 Ordway 表演艺术中心音乐厅。 345 Washington Street St. Paul, MN

门票: 预售\$18 美元, 当天购买\$20 美元。老年人、学生和卡尔顿校友 \$15 美元。

Ordway 售票处: 电话 651.224.4222

网上订购: https://boxoffice.ordway.org/online/seatSelect.asp?BOset::WSmap::seatmap::performance_ids=93742D1F-5346-410B-BB39-921F23032836

注意事项: 参加 The Ordway 的所有演出都需要 COVID-19 疫苗接种或阴性检测结果以及医疗防护口罩。

想了解更多明州新闻
请扫描二维码



International Friendship Through the Performing Arts proudly presents

The Music of Gao Hong

A Celebration of 50 Years of Making Music With Friends

Cosponsored by Asian Media Access, Carleton College Department of Music, Kenwood Symphony Orchestra, and University of Minnesota China Center

Gao Hong
Pipa Solo, Improvised Ensemble Collaboration

Dessa
Rapper, Singer, Producer

Gabriel Campos Zamora
Principal Clarinetist, Principal Flute

Nikki Melville
Piano

Erik Wheeler
Violinist, Musician, Educator, Conductor

Speaking In Tongues
Gao Hong, Enrique Toussaint, Enrique Toussaint, Enrique Toussaint, Enrique Toussaint

Kenwood Symphony Orchestra
Conductor: Yuri Ivan

Gus Holley
Violinist

Carleton Chinese Ensemble
Ensemble

Ye Yu
Pipa Solo

ORDWAY

Sunday
April 3, 2022
3:00PM

Ordway Concert Hall
345 Washington Street
St. Paul, MN 55102

Tickets: \$18 in advance, \$20 at the door
\$15 for seniors, students and Carleton alumni

This performance is made possible in part by the John S. and James L. Knight Foundation.

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

LTA INSURANCE

明州最具竞争力的保險代理

同時也是經驗豐富的房地產投資代理和顧問

代理最多 價格最優 服務最全

精辦

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

買人壽? 當然要找LTA!

請撥 651-735-1284 詢問

www.lta-insurance.com

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

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

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



罪恶之城索多玛 以及 八孩母亲的铁锁链

《圣经》第一章《创世记》中记载，神要毁灭索多玛之前与亚伯拉罕的一段对话。

18:20 耶和華說，所多瑪和蛾摩拉的罪甚重，聲聞於我。

18:21 我現在要下去，察看他們所行的，果然盡像那達到我耳中的聲音麼？若是不然，我也會知道。

18:22 二人轉身離開那裏，向所多瑪走去；但亞伯拉罕仍舊站在耶和華面前。

18:23 亞伯拉罕近前來，說，你真的要將義人與惡人一併剿滅麼？

18:24 假若那城裏有五十個義人，你還剿滅麼？不為城裏這五十個義人寬容那地方麼？

18:25 你斷不至將義人與惡人同殺，將義人與惡人一樣看待；這斷不是你所行的。審判全地的主豈不公平行事麼？

18:26 耶和華說，我若在所多瑪城裏見有五十個義人，我就要為他們的緣故寬容那地方。

18:27 亞伯拉罕回答說，我雖然是塵土爐灰，還敢對主說話。

18:28 假若這五十個義人缺了五個，你就因為缺了五個毀滅全城麼？祂說，我在那裏若見有四十五個，也不毀滅那城。

18:29 亞伯拉罕又對祂說，假若在那裏見有四十個怎麼樣？祂說，為這四十個的緣故，我也不作這事。

18:30 亞伯拉罕說，求主不要動怒，容我說，假若在那裏見有三十個怎麼樣？祂說，我在那裏若見有三十個，我也不作這事。

18:31 亞伯拉罕說，我還敢對主說話，假若在那裏見有二十個怎麼樣？祂說，為這二十個的緣故，我也不毀滅那城。

18:32 亞伯拉罕說，求主不要動怒，容我再說這一次，假若在那裏見有十個呢？祂說，為這十個的緣故，我也不毀滅那城。

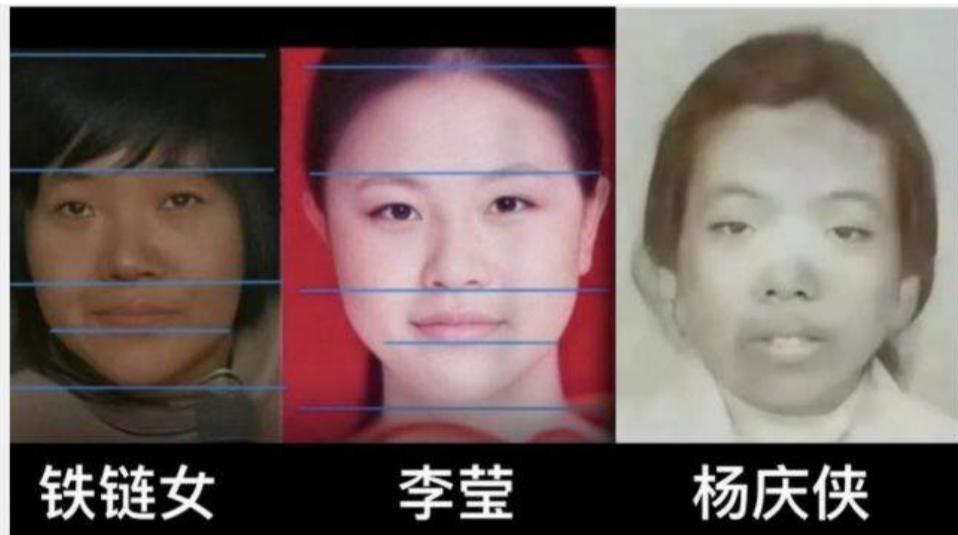
18:33 耶和華與亞伯拉罕說完了話就走了；亞伯拉罕也回到自己的地方去了。

因为索多玛城罪恶甚重，神要毁灭那城。但在毁灭那城之前，神却专门去告诉亚伯拉罕。上面就是亚伯拉罕与神讨价还价的场景，最后神答应亚伯拉罕说如果索多玛城里能找到十个义人，他就不毁灭那城。亚伯拉罕没有进一步再争辩下去了，因为他知道索多玛城里就没有义人，一个也没有！他的目的是为了救出他的侄儿罗得。神在毁灭那城之前，派了两位天使去索多玛查看。当两位天使到达索多玛城时，全城的人居然包围了罗得家，让罗得交出天使让他们行淫秽的事。天使带领罗得一家出了索多玛城，神就从天上降下天火毁灭了索多玛，所有索多玛的居民全部埋葬在废墟里，无一例外。

徐州丰县一名被套上铁链的八孩母亲“铁链女”事件，自2022年1月26日曝光以来，越来越多的信息披露出来，可以说是难以置信，触目惊心。徐州当地政府发布了四次漏洞百出前后矛盾的通报，结婚证上的照片明显不是铁链女，可见除了铁链女之外至少还有另外一位女性被拐卖的

问题。而另外一位女性的消失又引起了连锁反应，引出了丰县附近河里湖里的死亡女尸事件..... 而丰县当局一度否认人口拐卖问题，引发中国境内以及海外媒体的舆论声讨，事件发酵，整个世界都为之震惊。现在这个话题的国内外阅读量已经破了100亿次，多个国家和媒体进行了报道，英语，法院，德语，西班牙语，日语，韩语，泰语，阿拉伯语，印度语，世界上人口使用最多的语种都集中进行了报道，事情的发展已经远远超出了当地官方所能控制的范围。

面对舆论和外界的压力，江苏省委介入调查此案，并在2月23日终于等来第五份通告。报告称“八孩妈”杨庆侠就是小花梅。称综合DNA检验比对、查阅小花梅云南户籍底册和调查走访，认定杨庆侠与小花梅是同一人，而四川籍失踪女子李莹则非“八孩妈”。官方通报称，经过调查发现，杨庆侠近照是从抖音视频中截取，



经修图后流传到网上，与实际容貌有差异。同时，受年龄增长造成的皮肤老化、毛发退化、脂肪组织液化以及牙齿缺失等因素影响，杨庆侠容貌也发生了变化。

通报还称，经过人像鉴定发现，杨庆侠与董志民结婚证照片与杨庆侠在云南第一次结婚照片、网传视频截图杨庆侠照片、杨庆侠身份证照片、杨庆侠近照反映出的人像特征相同，认定为同一人。

此外，杨某侠丈夫董志民被认定实施虐待行为，情节恶劣，已涉嫌虐待罪，符合逮捕条件，丰县检察院在2月22日依法对董某民作出批准逮捕的决定。

同时，徐州市委和市政府对丰县县委书记姜海、县长郑春伟及宣传部长苏北等17名相关干部和工作人员作出撤职、免职等处分。

然而，江苏调查难以服众 嘲讽贴图接龙刷爆网络。大陆网友不认可官方说辞，认为两者之间外貌相差太大，有网友留言说，“真医学奇迹，不箍牙正畸龅牙也能消失！”也有不少人在朋友圈发布自己拼接的图片，例如赵本山和陈冠希是同一人，以此来嘲讽当局的“一锤定音”。

事情演变到如今，绝对不仅仅是一件拐卖妇女的刑事犯罪，而是从民间到地方政府共同参与的集团犯罪。



我们今天的世界上充满了罪恶，而罪恶能否在世上通行无阻取决于我们每一个人。事实上，那锁在铁链女脖子上的锁链，也锁在我们每一个人身上——罪的锁链，唯有耶稣基督能够断开！

当铁链女引发的舆论海啸过去之后，当这一事件尘埃落定之后，我们的社会将出现怎样的变化？是否将回归如常、一切照旧？我们能够做什么以一劳永逸解决拐卖妇女儿童之邪恶？如何保护妇女孩子免遭戕害？如何从根本上杜绝恶性犯罪？

罪恶，是人类一切问题的根源；基督，是解决人类一切问题的希望！

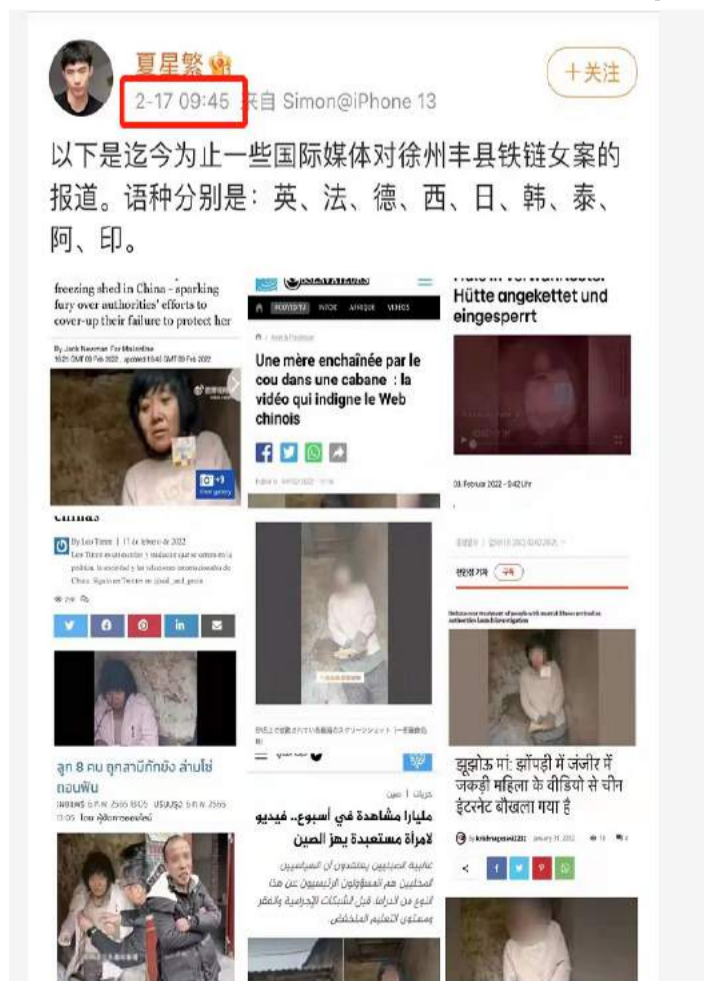
当初，神许诺亚伯拉罕如果城里有十个义人就不毁灭索多玛城。所以站出来阻止你的邻居，亲朋犯罪实际上就是拯救他们。不要让你所在的城成为神所咒诅的索多玛，取决于城里的每一个人。在今天这个罪恶的世界，义人不是那些在台上冠冕堂皇，名利双收的人，而是那些因为行公义而被这个世界迫害的人。正是因为今天这个世界还有那么一些义人，所以我们的世界才不至于绝望，我们才能在黑暗中看到一丝光亮。

乔治·华盛顿曾说，“要适当地治理一个国家，没有神和圣经是不可能的。”

(It is impossible to rightly govern a nation without God and the Bible.)

如果没有耶稣基督福音真光的开启和照耀，世人只能在罪恶的黑暗中被捆绑奴役。感谢主耶稣基督，两千年前祂在十字架上背负世人所有的罪孽与污秽，代替罪人承受公义父神的愤怒和刑罚，为世人成就旷世最伟大的十架救恩！“世人哪，耶和華已指示你何为善。祂向你所要的是什么呢？只要你行公义，好怜悯，存谦卑的心，与你的神同行。”（弥6:8）

“以耶和華為神的，那國是有福的。祂所拣选为自己产业的，那民是有福的。”（诗33:12）



“妈妈专业户”张芝华

痴迷演戏，沉迷生活(三)

演过恶婆婆，更知分寸宝贵

(接上期)张芝华至今感激上影厂的女导演武珍年把她重新“捞”回演员这条路。她记得有一天武珍年找她，说“张芝华，你应该回来演戏”。

武珍年拍四集电视剧《女人们》，让张芝华演个纺织女工。这个角色打开了张芝华表演的一番新天地。由于自己母亲就在纺织厂工作，张芝华从小观察到自己的妈妈和同事们说话都会很大声，“因为常年在机器轰鸣的地方，大家讲话都是哗哗的，而且她都很开朗，男女师傅打成一片的，有什么话都直说。”

原本惯走贤惠淑女路线的张芝华第一次拿到这样的角色，演了个极为耿直泼辣的纺织女工。“第一次演到这种角色，觉得我自己演得好带劲啊，觉得戏路拓宽了，之前几年很压抑的情绪都释放了。”结果演出来以后，好多人以为她生活里就那么泼辣，她哭笑不得。“这个戏演完了以后，我有一阵子都是这样的戏，我又觉得特别没劲。”

后来的张芝华，演过不少“泼妇”，有时吵架吵到大脑缺氧，有时吵得血压飙升，有时拍完一天戏回到家里，她就只是一个劲地坐在那里发呆，头脑一片空白。大部分时候，她不喜欢这些大开大合的角色，但如果合理，她乐见其成。比如2012年在央视播出的《儿女情更长》，当时因为身体原因发胖的张芝华，被导演看上了她身上显眼的“岁月的痕迹”，已经是个大圆脸的她，还被导演要求做了个又高又卷更显胖的发型。因为三姐妹的设定里，上海的精致小资有吴冕，知性大气有奚美娟，张芝华权衡过人物在其中的合理性和必要性，豁出去在拍摄中吵得昏天黑地。



很多女演员，在年岁渐长之后，会一度抗拒接演妈妈的角色，因为一旦开始演妈，妈妈这个角色就会源源不断找上门。

张芝华倒很坦然。她的第一个妈妈角色，是《烛光里的微笑》中周丽萍的妈妈。“我觉得妈妈是一个很宽泛的身份，并不会限制女演员的可能性。只不过国产剧里面写的妈妈太局限了，尤其后来我演的很多婆婆、丈母娘，都是自私蛮横，张牙舞爪的。”

张芝华也能理解从编剧的角度，这些妈妈必须提供某种“反派”的功能性，“但生活中哪有那么多这样的妈妈，一天到晚不想自己孩子好，要到处搅得人鸡犬不宁？”张芝华说，自己演了很多“恶婆婆”后，最大的副作用是，“觉得生活不美好。”

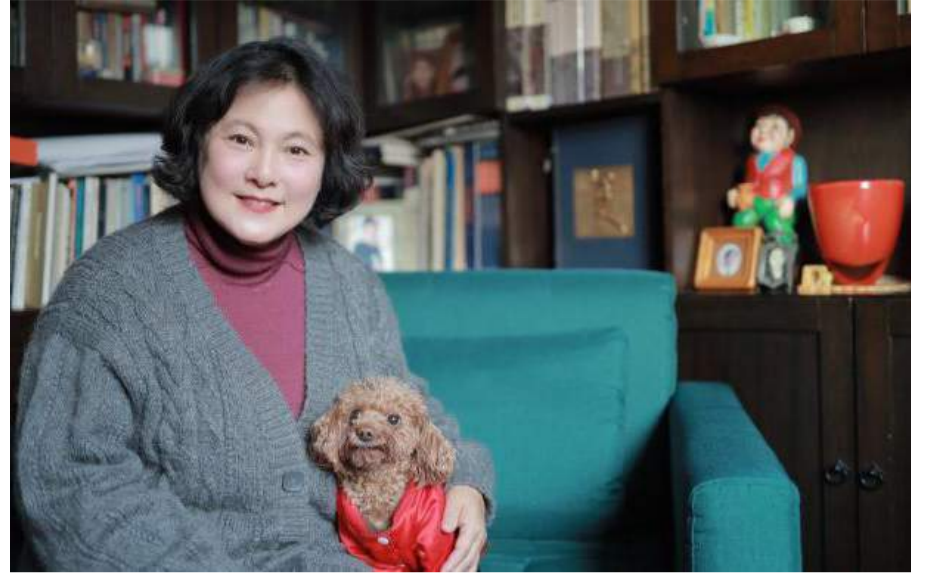
至于婆媳关系，张芝华的感受是，“近十几年的文艺作品当中，一直把婆婆和媳妇弄成天敌，生活中固然可能有摩擦，可是大家都还是尽量要把生活过好。《爱情神话》里这个妈妈很像我自己或者我隔壁邻居的妈妈，是上海妈妈的那种体面。”她有想法有吧？有的，别的女人还带着小孩子，她也不希望自己的财产最后都给了外人。但是她点到为止，不强求。

也是因为一些戏里不愉快的经历，让她在生活中反而成了一位特别慈眉善目的老阿姨，善待身边的每一个人。她含辛茹苦把儿子养大，在很长一段时间里儿子是她全部的精神支柱，但长大成人，她对孩子的态度是完全的放手和尊重。

“如果都是国产电视剧里那样的生活，谁还结婚？我演了那么多的丈母娘，演了那么多的婆婆，这些角色都是在提醒我，在自己的生活当中做一个得体的妈妈，把权利还给孩子，让他们自己去当家作主。”



张芝华的抖音小视频



张芝华和她的小狗 Lucy。澎湃新闻记者 薛松 图

如今身为“国民妈妈”的张芝华，还开设了自己的抖音账户。创作短视频，她有一个自己创作的小“套路”——一人分饰丈母娘和婆婆两个角色，分别站在男女不同的角度去拆解分析婚姻家庭中会遇到的问题，比如夫妻谁管钱、没有房子能不能结婚、要不要孩子、要不要二胎、要不要请月嫂等等。终于掌握了主动权的张芝华，在自己的抖音里一点儿不搞对立，代表两边共同为一个小家庭的幸福生活考虑，既表达身为母亲出于现实因素的担忧，又不遗余力地给予长辈的支持。也许，这才是她心目中，最想传递出的妈妈的样子。

不拍戏的时候，她沉浸在生活里，每天买菜做饭，阅读看片。她几十年如一日地爱逛菜市场，听卖菜阿姨告诉她今天什么最新鲜她就买什么。最近她刚刚自己去看了排片少到几乎找不到场次的文艺片《一江春水》，折服于其中女演员的表演，还计划着二刷。家里有一只快10岁的老狗 Lucy，她看书的时候会乖巧地坐在她身边把脑袋搭在她腿上。

“我是一个要过日子的人，很多人说我的戏很踏实，在表演上非常从容，那是因为我一直是一个认真生活的人。”

从“样板戏”到“半边天”，从洒狗血的电视剧，到获大奖的文艺片，从红花到绿叶，从戏曲舞台到配音棚再到抖音，张芝华的演员之路是丰厚而扎实的一生热爱。有过向现实低头的憋闷，有过被定型的不甘，有过为艺术的坚守，也有被认同的感恩。

张芝华说：“演员应该是与时俱进的，每个时代有属于那个时代的审美，每个时代好的表演其实也是不同的。但演员这个职业，应该是一棵常青树。”

(全文完) 转自: 澎湃新闻 记者 陈晨

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



扫描王师傅
微信二维码



明州枪友会打响2022年第一枪

射击迎新春，新年新展望——枪友会举行喜迎新年活动

本报讯，近日，明州枪友会举行了一场“射击迎新春，新年新展望”的射击活动，打响了2022年枪友会的第一枪，为新的一年祈福。举行射击的靶场在双城附近，是一家规模很大的高级户外靶场，包含有打靶、打猎、打飞碟、餐厅、住宿、马场等。参加的枪友们每人进行了“六组六法”子弹的射击练习，意味着新的一年“六六大顺”。

明州枪友会（MCGC）是明尼苏达州的一个华人枪友群体组织，目的是依照美国宪法，普及推广明州华人拥枪，共同交流学习安全规则，掌握枪械操作要领，合法自卫保护家人，提高射击运动水平。

枪友会创始人白杰克（JACK）说，美国和中国国情不同。在美国，私人拥有、使用枪支受美国宪法保护，熟练使用枪械是美国人的一种基本生存技能。为此，明州枪友会自2018年成立以来，先后组织了许多期华人练枪活动。2020年5月25日，震惊全美的弗洛伊德死亡事件，立即引发了全美各地的大规模打砸抢烧暴乱，许多华人的生命财产遭受了巨大损失。这起暴乱让许多人意识到拥枪的必要，提高了明州华人练枪学枪的热情，和全美国的老美一样出现迅速井喷。明州华人男女老少踊跃参加学枪，上到近70岁的老先生，下到家长带领的还不满10岁的英俊少年。其中



很多是从来没有摸过枪，也没有任何射击基础的新人。通过枪友会的集体短训，大家学到了很多实用的安全知识和枪械使用技能。绝大多数新人在参加练枪后购买了新枪，并多次参加了枪友会之后的各种射击活动。

谈及今年的打算，白杰克说：2022年我们除了继续推广华人练枪活动以外，将

专门开展一些专门的枪支兴趣小组，比如格洛克之友，1911之友等。此外，还有一个重大的好消息，枪友会将邀请很高级别的专业射击大师，给我们枪友会的华人介绍和规范枪械使用操作常识，并组织有兴趣的枪友参加2022年的IDPA和USPSA射击比赛。

根据美国许多人喜欢狩猎运动的爱

好，今年枪友会的另一个工作重点是户外狩猎。白杰克说，狩猎是当今各国实行动物保护，维护生态平衡最主要的手段。今年我们将根据广大猎友的要求，继续举办狩猎活动，主要分五项：

- 一，小动物和水禽的狩猎，这一块主要在明州本地举行。
- 二，狼和鹿中型动物的狩猎，这一块也是在明州本地。其中狼的狩猎一年365天都可以，并且不需要有狩猎证。
- 三，我们将继续进行德克萨斯州的野猪专项狩猎。
- 四，继续开展大型动物（如黑熊）的狩猎，地点在加拿大。
- 五，我们将继续开展“猎行非洲”活动，包括中、大型动物，地点在南非、纳米比亚等南部非洲。

此外，今年我们枪友会将开展一种全新的合法的手枪狩猎活动。除了本项活动是新的活动，其他以上五项都是往年举行的活动。

明州枪友会2022年热情欢迎所有的华人朋友，参加我们的各项活动。我们提倡合法拥枪用枪，买枪不是目的，勤练才能防身。对于狩猎，我们提倡买完枪之后要进行专门的培训，再参加狩猎活动。

有兴趣的朋友若要参加枪友会的活动，可以加JACK微信号 jjjjj8wwww



法国大革命的发生

作者 陈禹丞



专栏作家介绍
陈禹丞, 明州Wayzata High Schools 十年级学生, 育才中文学校AP中文课学生。今年5月份获得美国《侨报》第八届海外华人中文作文比赛少年组第一名。喜欢网球, 击剑, 钢琴和美食。

“历史不断地重复自己, 第一次是个悲剧, 第二次就是闹剧。”
卡尔·马克思

大家都学过历史, 但是我们为什么要学习历史? 学习历史可以吸取教训, 理论上能够避免过往悲剧的发生(尽管事实上类似的悲剧还是屡次发生)。今天我们来聊一聊欧洲历史上比较有争议的, 最重要的事件“法国大革命”的开始吧。

先说一说法国大革命的背景, 十八世纪, 法国把所有人分成了四个阶层, 教会(0.5%的法国人), 贵族(2%), 新型的资产阶级(8%), 剩下的90%都是底层的农民和城市平民等。法国的财富分配的非常不均匀, 穷人们只占有40%的土地却是纳税的主体, 很多时上层贵族人, 根本不用交税。1774年, 路易十六当上国王, 他

不太一样, 之前的法国国王要么是凶猛的暴君, 要么是聪明的政治家, 但路易十六都不是, 他性格比较弱, 在很多重要的场合总是会犹豫不决。路易十六上台时, 法国刚吃了英国几个败仗, 欠了很多债。法国受到了英国的羞辱, 为了报仇, 路易十六(不理睬别人的建议)执意帮美国在美洲取得独立, 给美国提供很多支持, 钱, 武器, 和军队。美国承诺了会给他们还钱, 但是那时候美国刚建立, 根本没有钱, 把法国本来就很差的经济弄得更糟了。为了还债, 路易斯只能加税, 再加税, 但是加不到牧师和贵族的头上, 这让农民和穷人的生活更难了。上层似乎一点也不了解农民的困难, 对比贵族的豪华奢侈生活, 农民非常的不开心。刚巧, 这时的法国又遭遇了很多的自然灾害, 夏天的格外炎热和冬天的格外寒冷导致庄稼的收

获减少了很多, 不但农民的钱更少了, 物价也变得非常高。当然有钱人对这些没感觉, 依旧灯红酒绿。路易为了减低政府的开支, 委托内克尔当法国的财务大臣, 虽然很多穷人都喜欢他, 但是, 不同阶层的对立已经存在了。

这时, 农名开始反抗了, 路易不知道该怎么解决这个问题, 所以他召开了三级会议帮他解决, 这三个阶层分别是教会, 贵族, 和所有其他人(资产阶级和平民)。虽然第三阶层占98%的人口, 但每一阶层都只有一票, 所以平民阶层总是失败, 代表们觉得非常不公平, 于是建立了他们自己的国民议会。这种情况下, 国民议会和国王的关系很微妙, 很多人都在害怕, 国王怕他的职位被替代, 所以就调动一些军队到巴黎保护自己, 国民议会听到消息后, 却以为国王要抓他们, 这种恐惧很快

变成了愤怒。在这时, 路易开除了同情穷人的财务大臣内克尔, 这些之前被压抑的愤怒终于在1789年爆发了, 为了给国民卫队找武器, 人们攻占了巴士底狱, 这时法国大革命正式开始了。

我们从上面的背景可以看出, 法国大革命爆发的根本原因是阶层对立, 这个矛盾被当时的财政和经济危机放大了, 路易十六的解决方案和三级会议已经不适应那时的形势, 新兴的资产阶级对当前的政治结构有改革的想法, 启蒙运动给他们提供了思想上的支持, 在加上一个没有承诺的国王, 法国变成了一个马上要爆炸的炸药桶。这一切的发生有偶然性, 也有历史的必然。

以后还会不会有类似的事情呢? 我们只能希望不会有。



法国浪漫主义大师德拉克罗瓦 自由引导人民
Eugene Delacroix



Yucai Afterschool Program

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, debate, 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 five levels(Level 1 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: 3:15-4:15pm, M-Th



Location and School Bus Service

Online only

Tuition and Fee

- Chinese class only:



*The full tuition is due 9/1

*The tuition includes textbooks and other related materials
 *Register at <http://www.yucaimn.org> or Scan QR code above to register



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://www.yucaimn.org>) or scan QR code on the right:



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 and the tuition(check only) 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

No

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.

7. Is there a late pick-up policy?

N/A

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

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

9. 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.



反杀的正义

柳宗元《童区寄传》中的唐代儿童拐卖犯罪

陈灵海

柳宗元(773-819)最有名的文章,要数《黔之驴》《捕蛇者说》和《童区寄传》,三篇都选入了中国中小学生学习语文课本。其中《童区寄传》涉及唐代儿童拐卖犯罪,至今仍然有现实的警示意义。

《童区寄传》讲述了一个被拐卖儿童反杀人贩子的案件,那是发生在唐代德宗年间(780-805)的真实历史,而不是柳宗元的文学虚构。文中开头,柳宗元就先公布了史源,是他的朋友杜周士(?-822)告诉他的(桂部从事杜周士为余言之)。文中的另一名官员颜证(约750-约815)也实有其人,是“安史之乱”期间为国捐躯的颜杲卿(692-756)之孙,当时担任桂管观察使,“区寄案”就发生在其辖区内。对此,谭绍鹏先生《〈童区寄传〉考辨》一文论之甚详,此处不赘。

牧童区寄被人贩子掳掠贩卖,却机智实施反杀并成功逃脱。这个案件看似简单,却透露出唐代儿童拐卖犯罪的几个重要特点:

其一,经济越不发达的地区,越容易发生拐卖儿童犯罪。首先,这些地区人口相对稀疏,犯罪者实施犯罪时,往往不容易被发现:区寄被人贩子“劫持反接,布囊其口”,即使挣扎反抗,喊破了喉咙,案发地周边数百米,可能空旷无人,犯罪不易被发

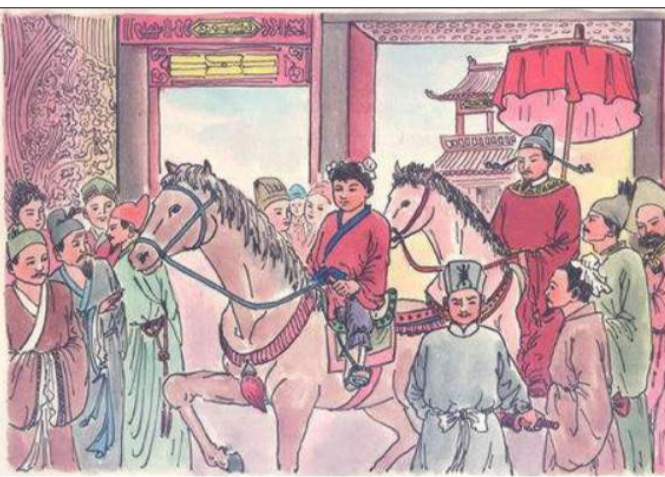


现,更不用说救援。其次,贫困地区的人们大多忙于劳作,疏于照管幼小的子女,加之“穷人的孩子早当家”,年龄很小就帮父母干活,像区寄那样“行牧且菟”,既上山放牧,又沿途砍柴,哪怕孩子被拐走,父母也常不能及时觉察,发现时则为时已晚。其三,穷乡僻壤的人们,对于儿童拐卖犯罪缺少防范意识,也没有抵抗能力,官方的保护也往往缺席,为了平复失去孩子的悲痛,他们更愿意归之于“被老天爷收走了”之类不可理解、不可抗拒的神秘因素,听命于“天意”“神意”,而不是穷困、照管失周、人口买卖等社会因素。民众对官方信赖度越低,报案越少,官方追查惩治越无力,犯罪者一次得手后觉得钱来得如此容易,想再干一票赚得更多,从而形成恶性循环。

其二,儿童拐卖名为“拐卖”,但绝非经济犯罪,而是恃强凌弱的暴力犯罪。首先,人贩子不但人数占优,持有杀伤性武器,而且专挑体力不对等、没有反抗能力的儿童下手,也会对妇女(尤其是幼女)下手。其次,暴力是从一开始就实施的,人贩子将区寄“劫持反接,布囊其口”,使其丧失逃脱和呼救的能力,只要稍作反抗,就会对其施加伤害和虐待,并进行死亡威胁,正是因为这个原因,当区寄装出极度害怕的样子(伪儿啼,恐慄)时,两人贩子反而觉得习以为常(为儿恒状),甚至当着区寄的面喝起酒来(对饮酒醉),他们自恃手中掌握着暴力,对被劫掠者的极度恐惧、不敢反抗,早已司空见惯,所以一人去市场谈价格,另一人更是毫无防备地睡着了。最后,儿童拐卖犯罪不同于绑架犯罪,虽然也以获取钱财为目的,但从形式特点看,后者主要以勒索财物为目的,往往会给被绑架者或其家属提供沟通、讨价还价的机会,在满足犯罪者条件的情况下,仍有生还机会。拐卖儿童的犯罪者,并不会与其父母商讨赎金和讨价还价,而是直接将儿童卖给买方,获救机率比绑架反而低得多,因此(除撕票型绑架以外)恶性甚至更大。

其三,对于猖獗的儿童拐卖犯罪,唐代地方官府要么缺席,要么不闻不问,有时还从中捞取好处。比如,区寄被“劫持反接,布囊其口”时,他们是缺席的;区寄被迫“伪儿啼,恐慄”时,他们也是缺席的;区寄趁一人贩子不在、另一人贩子熟睡之机而取刀杀之,他们还是缺席的。当一人贩子出现在人口市场,公然出售区寄时,他们就不可能完全不知情了,应该出场了,但他们还是不闻不问,可能还从市场税收中有所收益。直

到区寄杀死两人贩子,终于“大号,一虚皆惊”时,才有小吏去报告官府,基层官员和州郡官员才陆续得知案情,积极参与进来捞取好处:先是基层官员接见区寄,赞扬了他的勇敢;再是州郡官员接见了区寄,表示可以为他提供工作岗位;当区寄宁



愿回家时,又奖给他衣物,派小吏护送他回家。凡是基本不需要成本、也没有难度的事,他们都做了;凡是需要付出人力物力成本、或有一定难度的,他们都没有做:近在咫尺的人口拐卖市场,他们没有去稽查取缔;依旧猖獗的人口拐卖,他们没有去惩治打击;刺史颜证对于区寄竟能接连反杀两人贩子表示“奇之”,说明连他这么见多识广的高级官员,也对区寄的成功逃脱感到难以置信,足以说明“区寄案”只是儿童拐卖案件中的极端个例,成千上万被拐卖儿童中的绝大多数既没有这么勇敢,也没有这么幸运,无法从人贩子的魔爪中逃脱。官府除了表彰区寄,送他衣锦还乡并举办一些庆典之外,没有看到任何实质性的作为。连柳宗元也不置一词,对此不抱任何期望。

其四,唐代儿童拐卖犯罪之所以如此猖獗,除了犯罪者作恶之外,更关键的原因在于人口交易市场的公然合法,以及对于人身自由遭到限制的见怪不怪。两人贩子劫持区寄后,仅在四十里外就找到了交易市场,可见他们早已熟门熟路,不是做第一票“生意”了,此前已有不少儿童被他们拐卖,也不排除被他们虐待甚至杀害。区寄杀死一人贩子后,向另一人贩子表示愿意当你一个人的奴仆(为两郎僮,孰若为一郎僮耶),后者也觉得杀了还不如卖了(与其杀是僮,孰若卖之),这也表明:当时人口买卖交易是如此的方便、合法,当时对于限制被拐卖人口的人身自由是如此的见怪不怪、无人干预。文中有两个购买被拐卖儿童的主体,一是“四十里之虚所”即人口交易市场,二是“持童抵主人所”的“主人”。假如人贩子成功地卖掉区寄,可想而知,这名“主人”将“合法”地拥有区寄,严格限制他的人身自由,给他改名换姓,剥削他的劳动,一旦区寄想要逃脱,就会对他进行残酷殴打凌虐,使他不再存有逃脱的希望,甚至丧失记忆,连自己原来是谁、来自哪里、父母是谁,也都不知道了。

细思颇恐的是,柳宗元在《童区寄传》的末尾淡淡地写道:“乡之行劫缚者,侧目莫敢过其门。皆曰:‘是儿少秦武阳二岁,而讨杀二豪,岂可近耶!’”由此可见,区寄虽从人贩子手中成功逃脱,当地儿童拐卖犯罪却依然猖獗,人贩子们依然来去自由,公然讨论可能劫谁绑谁,只是不要去绑区寄,因为他“讨杀二豪,岂可近耶”。他们显然清楚地知道,绝大多数儿童并不



像区寄这么勇武、幸运地得近乎奇迹,他们也清楚地知道,不要像区寄反杀的第一人贩子那么粗心大意,大醉睡去,还把刀放在一边,给了区寄夺刀反杀的机会;也不要像被区寄反杀的第二人贩子那么既贪心又愚蠢,竟然被区寄的甜言蜜语哄骗了,再

次给了他持刀反杀的机会。有了这些经验的加持,官府又不闻不问,人贩子们的拐卖成功率就更高了。

另一个值得细思之处是,区寄在短时间内反杀两人贩子,固然称得上英雄,他的故事由柳宗元写成文章,为今天的我们所知,为什么我们没有看到另外一名英雄,杀死了买下他的主人而重获自由呢?答案恐怕令人唏嘘:因为与人贩子相比,主人买下被拐卖儿童后,对于儿童的自由的限制,恐怕更为严密恐怖而无法逃脱。人贩子会恐吓、殴打被拐卖儿童,但为了尽快脱手,他们通常没有很多时间实施虐待和折磨;为了卖个好价钱,他们也不愿意被拐卖儿童失去健康和智力。主人就不一样了,他们付了钱,得到了被拐卖儿童的“合法”占有权,而且有充裕的时间实施虐待和折磨,使之丧失反抗能力。柳宗元说:“束缚钳桎之,至有须鬣者,力不胜,皆屈为僮”,被拐卖儿童往往会遭到囚禁和钳桎,甚至长达几年、十几年,直到长胡子、完全服从为止,这时才松开桎梏,让他干一辈子活,终身为奴。

柳宗元写《童区寄传》,除了歌颂区寄的英勇之外,还有什么更深的寓意呢?《黔之驴》讲“黔驴技穷”,《捕蛇者说》讲“苛政猛于虎”,《童区寄传》的中心思想应当如何概括呢?柳宗元虽没有在文中明说,却在《黔之驴》中给出了答案:“形之庞也类有德,声之宏也类有能。向不出其技,虎虽猛,疑畏,卒不敢取。”意思是说,你面对的那些对手,看似比你强大,比你孔武有力,喊得比你响,似乎比你更有道理、有学问,如果你吓怕了,你就永远不敢与之战斗。但如果你像“黔之虎”那样,敢于“跳踉大矜,断其喉,尽其肉”,就不排除战而胜之的可能。区寄杀死人贩子,一是靠自己,而不是靠父母或官府;二是靠机智,麻痹敌人,出其不意,突然出手;三是靠勇气和冒险精神,不是等待百分之百的胜率,而是有哪怕百分之一的机会也要抓住。柳宗元认为,区寄反杀人贩子的勇武行为,不但值得表彰和树碑立传,而且从根本上来讲是合法的、正义的。

让人感到可惜的是,中小学语文课本中的《童区寄传》是被删节的。删掉的是第一段,内容非常重要:“柳先生曰:越人少恩,生男女,必货视之。自毁齿以上,父兄鬻卖以覬其利。不足,则取他室,束缚钳桎之,至有须鬣者,力不胜,皆屈为僮。当道相贼杀以为俗。幸得壮大,则缚取么弱者,汉官因以为己利,苟得僮,恣所为不问。以是越中户口滋耗,少得自脱。惟童区寄以十一岁胜,斯亦奇矣。桂部从事杜周士为余言之。”1996年,石尚彬先生曾撰文主张,《童区寄传》应全文入选中学课本,我赞同他的观点。删节者显然出于良好的愿望,认为第一段涉及的内容过于暗黑,或许会带给读者可怕的记忆,因而删掉了它,并且未加说明。这会使读者误以为读到的是全文,甚至以为这是柳宗元的虚构,而非真实的历史,如石先生所言,这损害了《童区寄传》的思想性和艺术性。

事实上,暴露全部黑暗,而非部分的阴影,对于读者反而有更好的教育意义。任何黑暗和阴影,不是你不去看它、不去想它、不去说它,它就不存在了,那只不过因为你熟悉它、不愿意掉进去、并且知道如何避免它。但是,那些不知道这些黑暗与阴影的人,很可能因为你从未说起它、甚至隐藏它,而重新掉进这些黑暗和阴影中去,成为新的牺牲品。任何过去存在过的黑暗和阴影,现在可能还有,将来也会再有,不能用一句“过去的就让它过去吧”蒙混过关,越是不说出过去的黑暗和阴影,那么现在的黑暗和阴影就越难被人发现、被人揭开、被人改变,未来可能还会有同样的、甚至更大的黑暗和阴影。试想,如果把“一战”“二战”的惨烈和黑暗全部或部分掩盖起来,让人类忘记战争的所有不幸和苦痛,那么显而易见,人类很快就会再打“三战”,并且不会再有“四战”;如果把广岛、长崎的核爆都掩盖起来,那么人类很快就会走向《奇爱博士》中描绘的互扔原子弹并且迅速走向共同灭亡。揭示黑暗不是因为喜欢黑暗和享受黑暗,而是为了减少黑暗、避免黑暗的扩大和卷土重来,就像患者去医院向医生描述病痛,不是因为喜欢和享受疾病,而是为了治疗 and 避免疾病变得更重。

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审稿。著有《唐代刑部研究》《中国古代獬豸神判的观念构造》等,获中国教育部中国法律文化研究成果奖,第8、11、12、14届上海市哲学社会科学优秀成果奖。

国际残奥委会主席:北京冬奥会的成功举办为冬残奥会注入信心

随着北京冬奥会闭幕,北京、延庆和张家口三个冬奥村已开始进行景观更换、无障碍设施调整,为北京冬残奥会做准备。国际残奥委会主席安德鲁·帕森斯通过视频连线,表达了对北京冬奥会成功举办的肯定与对北京冬残奥会的期待。

“中国向世界呈现了一届了不起的冬奥会。”帕森斯说,在全球疫情背景下,举办这届盛会充满挑战,但中国在北京冬奥会期间采取的防疫措施非常成功,这让他对即将到来的北京2022年冬残奥会更有信心。



帕森斯高度肯定了中国在冬残奥会筹办期间为推动残疾人体育事业、特别是残疾人冬季体育运动的发展所做出的成就。他说:“很高兴看到中国将冬奥会和冬残奥会的规划纳入国家的长期发展计划中。”

帕森斯说,为了给办赛提供安全的环境,中国 and 北京冬残奥组委都付出了巨大努力。“他们(运动员)不用担心疫情,期待他们专注比赛,发挥出最高竞技水平。”

“我已经在为来北京倒计时了。”帕森斯说,他非常期待这届冬残奥会,也希望所有参赛人员能够享受这次比赛。

“折柳寄情”,这份中国浪漫太美了

2月20日晚,在北京冬奥会闭幕式上,伴随着悠扬的乐曲《送别》,演员们手捧发光柳枝,缓步进入场地。微风轻拂,柳枝摇曳,这段表演是向来自世界各地的奥运健儿依依惜别。在中国古代,送行者往往会折一条柳枝,送给要远行的亲朋好友。独具东方韵味的折柳寄情把闭幕式表演推向了高潮。



杨柳吐翠,生机勃勃,绿柳是春天的象征。人们向往春天,爱春惜春,欲留住春天,也是人之常情。万千垂柳,婀娜多姿,柳条细长缠绕、情意绵绵,人们常借杨柳表达无尽的怀念与相思。《诗经》中“昔我往矣,杨柳依依。今我来思,雨雪霏霏”,赋予杨柳留别的意境。刘禹锡有“长安陌上无穷树,唯有垂杨管别离”的吟诵,唐彦谦有“晚来飞絮如霜鬓,恐为多情管别离”的诗句。柳絮之“柳”与“留”谐音,“絮”与情绪之“绪”谐音,古人折柳相赠,蕴含难舍难分、依依不舍之意。此外,古代有“榆树救荒柳树祛病”之说,以柳相赠,有预祝好友长途跋涉百邪不侵,旅途平安之意。

唐朝时,在灞桥设立驿站,长安人送朋友东行,出长安城到灞河边就不再往前送了,于是在灞桥之上依依惜别,并折下桥头柳枝相赠。据《三辅黄图》记载:“灞桥在长安东,跨水作桥,汉人送客至此桥,折柳赠别。”于是“灞桥折柳”赠别朋友成为一种风俗。唐人吴融在《咏柳》一诗中写道:“灞陵千万树,日暮别离回。”李白也有“此夜曲中闻折柳,何人不起故园情”的诗句。由于灞桥之上,无数次上演依依惜别的场景,故灞桥又被称为“销魂桥”。《开元天宝遗事》中说:“长安东灞陵有桥,来迎去送皆至此桥,为离别之地,故人呼之销魂桥。”刘禹锡有诗句:“征徒出灞涘,回首伤如何。”沈彬也有“一条灞水清如剑,不为离人割断愁”的诗句。久而久之,“灞桥折柳”演变成一种传统,沿袭历朝历代。

关注冬奥

“同步筹建、一岗双责,这是从一开始我们就在考虑的事情。国家高山滑雪中心设计之初,就在统筹资源方面下了功夫。冬奥会结束之后,场馆的很多设施同样适用冬残奥会的使用要求,但是需要针对冬残奥会的特殊情况进一步调整。”国家高山滑雪中心残奥整合经理刘杰说。

晚唐诗人雍陶出任简州(今四川简阳县)刺史。有一天,雍陶送客到简阳城外沱江上的“情尽桥”边,向左向右问起桥名的由来,身边随从回答说:“送迎之地止此。”雍陶听后,大为伤感,联想到灞桥的折柳赠别,提笔将桥名改为“折柳桥”,并写下一首七言绝句:“从来只有情难尽,何事名为情尽桥。自此改名为折柳,任他离恨一条条。”

宋代以后,京城东迁,灞河垂柳已不再有昔日的郁郁葱葱,灞桥之上车马辚辚的离别之景也少见了。宋代词人柳永在《少年游》中写道:“参差烟树灞陵桥,风物尽前朝。衰杨古柳,几经攀折,憔悴楚宫腰。”明人徐复祚也有“则看他迎风袭袭,笼烟袅袅,肠断灞桥滨”的诗句。清朝时,灞桥之上的缠绵离别之情已不复存在,只有古道沧桑,残阳夕照,柳絮飞舞。清康熙十九年(1680年),时任河东监使的朱集义咏诗作画,描述了关中八景,其中《灞柳风雪》一诗写道:“古桥石路半倾欹,柳色青青近扫眉。浅水平沙深客恨,轻盈飞絮欲题诗。”

在北京冬奥会闭幕式表演中,柳枝翩翩飞舞,似离别愁绪,也是在播撒希望的种子。无心插柳柳成荫,柳条有强大的生命力,插土就活,年年插柳,处处成荫。所以,折柳赠别还蕴含着美好的祝愿,希望亲朋好友到了新的地方,能迅速适应新环境,像柳条一样很快地生根发芽,长成一片新绿。



北京冬奥村景观设施“大变身”,雪容融正式上岗

44小时!一眨眼的功夫,北京冬奥村就“改头换面”。

据央视26日报道,北京冬奥村景观设施“大变身”,仅用44小时就变身冬残奥村。冬残奥会吉祥物雪容融“正式上岗”,村内路灯道旗等景观布置、火种台标识已全部更换为冬残奥会会徽“飞跃”。目前已有部分运动员抵达冬残奥村,冬残奥会开幕式也正在加紧排练。

面对冬残奥会开幕时间逐渐临近,有网友开始在网上一问:“今天雪容融变成顶流了吗?这只小灯笼也开始在各种活动场合露面,‘头部不动,身体狂甩’的姿态也让网友们直呼可爱。”



北京冬残奥会将于3月4日至13日举行,96名中国选手将亮相。随着冬残奥会的脚步声渐近,比赛场地也在飞速变化着。

据央视26日报道,北京冬奥村景观设施“大变身”,冬残奥会吉祥物雪容融正式上岗。村内路灯道旗等景观布置、火种台标识已全部更换为冬残奥会会徽“飞跃”。目前已有部分运动员抵达冬残奥村。

目前,冬残奥会开幕式800余名演员正在鸟巢进行排练,已进入到冲刺阶段。据了解,本次开幕式将充分体现“残健融合”的理念,运动员是冬残奥会开幕式主角,残疾人的整体比例占到了1/3到1/4之间。现场也将有诸多巧妙的设计,设施和装备是功能化的,还会加入一定艺术性。

高山滑雪中心完善细节迎接冬残奥会

“同步筹建、一岗双责,这是从一开始我们就在考虑的事情。国家高山滑雪中心设计之初,就在统筹资源方面下了功夫。冬奥会结束之后,场馆的很多设施同样适用冬残奥会的使用要求,但是需要针对冬残奥会的特殊情况进一步调整。”国家高山滑雪中心残奥整合经理刘杰说。



北京冬残奥会将于3月4日开幕,作为冬残奥会高山滑雪项目的举办地,国家高山滑雪中心赛时将产生30块金牌。如何更好地服务冬残奥会,如何让运动员及随队官员、媒体、观众等各个客户群在高山滑雪中心更安全、更便捷,是刘杰一直在思考的问题。

“冬残奥会特殊需求中,无障碍环境是非常重要的。无障碍是什么?说白了就是消除障碍。如果眼睛近视,为了看清楚就需要带眼镜。这个眼镜就是‘无障碍’的一种体现。无障碍的环境不单单是为了残障人士,它是服务所有人的。”多年从事相关工作的刘杰,对于“无障碍”有自己的理解。

在国家高山滑雪中心,主要的无障碍通道、无障碍卫生间等工程在北京冬奥会前就已经修好了。“我们现在是要把细节刚需再完善。比如说需要在雪面上铺木板和防滑垫作为无障碍通道;运动员休息室的饮品要垂直摆放,方便运动员挑选;配备无障碍车辆,调整餐桌高度等。这些细节和人性化考虑,对残奥会很重要。”刘杰说。

在运动员休息室附近,我们看到了新设立的轮椅和假肢存放室以及维修中心。刘杰表示,这些空间及服务,体现了冬残奥会与冬奥会的不同需求。

“从转换期的角度来说,我们要把可以通用的标识拿出来继续使用;一些冬残奥会不需要的空间、设施,要进行调整,再把冬残奥会的特殊需求补进来。场馆团队始终坚持‘最大化’共用、‘最小化’转换的工作原则,注重优化场馆冬奥会和冬残奥会的共用设计,在转换期间,更多的是细节的处理。”刘杰说:“这也符合‘简约办赛’的要求。”



无论冬奥会还是冬残奥会,赛场上的运动员都是在挑战人类的极限,不断向无限的可能挑战。在服务方面,刘杰坚持三条理念:平等、尊重和适度。他强调,运动员是独立自主的。“我们要尽自己最大的努力去改变外部环境,让他们能够独立自主地享受残奥高山滑雪之旅。”

2月22日上午,国际残奥委会无障碍专家伊利安娜·罗德里格斯来到“雪飞燕”,全方位考察转换工作运行情况,主要检查了运动员通道、残奥大家庭和媒体工作间。首次来到“雪飞燕”,她的第一印象是场馆非常美丽,对于“雪飞燕”场馆运行团队给予了高度评价。

据刘杰介绍,在转换期期间,除了无障碍设施改造、人性化服务培训,国家高山滑雪中心还在进行景观标识、交通组织与无障碍服务、人员岗位、应急保障等转换工作。

(内容来自各大媒体报道)

《狼口脱险》

作者: 张美琪 (明州)



作者的话: 我们说每个人心中都住着一个长不大的孩子。因此,这是一部适合任何年龄段的儿童小说。这部作品的灵感来自于作者家的两只鸭子的真实故事。作者以拟人的手法,通过动物的视角来探讨人类,以及生命的秘密。将不同的角色深思后写进这部小说,触动了每一个人心中最原始的那根弦,以及宠物在治愈人类方面扮演的不可否认角色。

7 自杀的鸭子



(接上期)主人把它放到雪地上,就回到屋去了。斯丹利没有吃早餐,也不喝水,事实上,他已经好几天不怎么吃东西了。此时他只有一个信念:逃离这个虚伪的家。

斯丹利沿着结冰的湖面,头也不回地向着树林深处走去,任凭玫瑰在后面怎么叫他,他也不再回头。

“如果我生来的命运就是别人的晚餐,请让只有一颗心的狼来吃掉我吧!”

“斯丹利走着想着,他不再害怕,也不再



逃避,因为他不能接受从小把他养大的主人其实另有目的,那就是有一天她将亲手把自己养大的斯丹利放到她的锅里。“斯丹利越走越远,他看着温暖的阳光从远处照射到树林里,一阵微风吹干了他可爱的小脸庞,树上洒下一些洁白的雪花落到他的头上和鼻子上,太阳越爬越高。然后,他听到有一个声音突然从大脑中传来:你的愿望就在眼前!灰太狼来了,而且你无处躲藏!

他抬头看去,灰太狼果然正站在不远处死死地盯着他看。斯丹利脑袋“嗡”的一下,他停住了脚步,平静地趴在几棵老树的中间,他感谢生命赐予他的美好时刻,并勇敢地等待着。与此同时,灰太狼矫健地从树丛中像离弦的箭一样凶很地向鸭子前进,他张开血盆大口,露出的獠牙像锋利的刀刃在阳光下闪闪发光,他紧绷

了肌肉,向着斯丹利猛扑过来。斯丹利最后看了一眼灰太狼,闭上了眼睛……

8 生死一瞬间

在斯丹利告诉玫瑰和狼的谈话之前,玫瑰从来没有怀疑过主人和它们的关系。她甚至从来没有想过主人是否是自己的亲生母亲。但是后来她大概猜想到了,它们是被领养的,但这又有什么关系呢?在



她的成长过程中,她从来都是不缺爱的。玫瑰觉得,主人一直扮演着一个完美母亲的角色:每天早上,主人都按时起床,为它们整理小床,拥抱并亲吻它们,跟它们说话,玫瑰清楚地记得小时候,主人为了教给它们游泳,一次次把它们放到水边上,鼓励它们往水里游。但是它们太害怕了,每一次放到水里立即就跑回来。后来主人没办法,特意买了一条小船,到湖的中央教给它们游泳。

在玫瑰的心里,主人就是它最亲爱的妈妈。她不相信狼告诉斯丹利的那些胡言乱语——有一天主人会亲自把自己亲手



养大的鸭子放到锅里。她只听从内心的直觉,而她的内心坚信主人不会这么做,她知道主人是爱他们的,这一点毫无疑问。可是她也注意到狼的那些话对斯丹利的冲击了,斯丹利变得敏感而多疑,失去了安全感,不过,她确实觉得最近主人有点儿过于溺爱自己了,每天看到鸭蛋的时候,主人就像发现了新的宝藏一样,心情好的不可思议,她把自己抱在怀里,像对待婴

儿一样的宠爱她,确实完全忽视了斯丹利的存在。在这一点上,玫瑰觉得主人确实需要去看一下精神科医生了。

玫瑰回想,斯丹利变得奇怪确实是从中秋节赏月的那晚上开始的。之后斯丹利突然变得长期失眠,在那之前他们每天晚上都是睡的昏天黑地的,虽然偶尔玫瑰醒来看到斯丹利也醒了,但后来的斯丹利却与以往完全不同,那就是他眼睛背后藏着深深的恐惧,他开始沉默寡言,也几乎不睡觉。这与之前的斯丹利几乎判若两鸭,之前的斯丹利总是乐观的,活泼的,甚至有些淘气的。玫瑰记得主人刚教会他们游泳的那阵子,斯丹利太贪玩,总是不听主人的呼唤,主人让他回来,他偏要往湖的深处游,有几次甚至到小船不能到达的地方,害得主人要亲自下水来捉他,把它抱在怀里一边抱怨一边笑,想到这里,玫瑰不由自主地笑出声来:嘎嘎……

但是现在呢?斯丹利固执和沉默到已经到了不能沟通的地步了。尤其是感恩节前夕Peter叔叔的那句玩笑话,当是的斯丹利像是被打了一针似的拼命地抖动了一下,用尽全力展开翅膀从Peter叔叔的怀抱中摔到了地上,迫不及待地逃到自己的窝里去了。

但是,她确实完全忽视了斯丹利的存在。在这一点上,玫瑰觉得主人确实需要去看一下精神科医生了。玫瑰回想,斯丹利变得奇怪确实是从中秋节赏月的那晚上开始的。之后斯丹利突然变得长期失眠,在那之前他们每天晚上都是睡的昏天黑地的,虽然偶尔玫瑰醒来看到斯丹利也醒了,但后来的斯丹利却与以往完全不同,那就是他眼睛背后藏着深深的恐惧,他开始沉默寡言,也几乎不睡觉。这与之前的斯丹利几乎判若两鸭,之前的斯丹利总是乐观的,活泼的,甚至有些淘气的。玫瑰记得主人刚教会他们游泳的那阵子,斯丹利太贪玩,总是不听主人的呼唤,主人让他回来,他偏要往湖的深处游,有几次甚至到小船不能到达的地方,害得主人要亲自下水来捉他,把它抱在怀里一边抱怨一边笑,想到这里,玫瑰不由自主地笑出声来:嘎嘎……

狼告诉斯丹利人有一颗阴阳心,一只手爱抚你,另一只手随时准备宰了你,这简直是对人类的污蔑。请问狼对人了解多少?他感受过主人的爱抚吗?他是人类养大的吗?那么他有什么权利这么轻易就下结论?狼只相信丛林法则,他不相信这个世界上有白白的恩典和无条件的爱。那么鸭子的?作为弱势群体的鸭子,它们与世无争,如果自己不能飞又不能依靠人类,那自己的生命还有什么可以盼望的?可是斯丹利不这么想,他已经完全走火入魔了,把之间主人对自己的爱和照顾忘的一干二净,玫瑰觉得,斯丹利的心被魔鬼控制了,他的眼前没有光明。真的没有办法阻止这一切吗?这个问题久久不肯从她的脑海中散去。

她不知道残留在斯丹利心中的狼的话给斯丹利带来了多大的恐惧,但昨天夜里迷迷糊糊中听到斯丹利对自己的告白似乎有一种不寻常的意味,就好像生离死别似的,但是昨晚自己太疲惫了,她想安慰斯丹利几句,可是就是张不开嘴,也睁不开眼睛。

直到现在,她一路追逐斯丹利并在后面呼唤他的名字,他都像是着了魔一般,根本就听不见。玫瑰跟着斯丹利一路来到树林里,映入眼帘的是超越自己常识和理



解范围的情景,一只硕大恐怖的怪物正张着血盆大口向着斯丹利扑过来,她做梦都没有想到,斯丹利真的不想活了,他想离开这个美丽的世界,离开主人,和深爱着他的她。

那一刻,玫瑰来不及多想,她不知道如何阻止这场悲剧的发生,猛地从斯丹利身后飞了起来,飞蛾投火般地撞到了狼的鼻子上挡住了他的血盆大口。灰太狼被玫瑰的举动着实吓了一跳,一个没留神,没有咬住斯丹利,却被玫瑰的横冲直撞撞了个乌眼青,玫瑰的右爪狠狠地挠到了灰太狼的眼睛,然后重重地在半空中摔了下来。灰太狼嗷的一声惨叫,用落下前爪子捂住了自己的眼睛,然后从地上跳了起来,爪子在空中挣扎了几下,一下就扑到了猎物的身上。一切只持续了几秒钟。然后一口叼起玫瑰,向湖面上跑去……

(未完待续…)

第十七次世界華文閃小說同題大展 (1)

本期題目: 危機 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



阿爽 (紐西蘭)

經過數千年來萬物之靈的胡作非為, 宇宙星辰已被折騰得黯然無光, 河流山川也給污染得灰頭土臉。地球將胸中怒火轉為全球暖化, 火山、地震、海嘯、洪水、冰雹、干旱各種天災不斷在各地重複中……

結果, 地球上只剩下三大族類: 克隆人、機器人與環保衛士。



萬物之靈在一場持續變種的病毒中瀕臨絕種, 淘汰了大批自私自利的環境破壞者, 只剩下少數環保衛士; 他們當中有兩名佼佼代表者威和奇, 都是在“國際衛生署”工作。

兩人在疫情中苟延殘喘, 眼看同類已幾乎被病毒奪走生命, 很多在死前的工作也都被毫無情感的高智商機器人所取代; 只有他倆得以倖存, 心中甚是忐忑!

威的高齡父母、溫婉愛妻和一雙聰明兒女都先後死於各種變種病毒感染, 下月便迎來六十歲生日的他如今只孑然一身; 雖已別無牽掛, 卻總提心吊膽擔心自己不知何時也會被感染……

奇剛過三十, 當前線護士的美麗未婚妻月前剛被病毒折磨致死, 他傷心了好一段日子後, 只好重新振作。幸虧他年輕力壯, 免疫力也強, 但仍時刻擔心機器人遲早搶走自己的飯碗……

環保衛士雖已接種過無數次百變疫苗, 劑量一次比一次大, 手臂上傷痕累累、慘不忍睹; 但每天仍得憂心忡忡地工作著……

此刻, 威正在超薄電腦大屏幕前發佈疫情通報: “今天社區出現變種新病毒叫XYZ, 請民眾提高警惕!”

奇在旁看到, 心想: “下一個中招的會是誰? 肯定不會是克隆人吧! 他們經過基因改造, 已成了不吃人間煙火、百毒不侵的不死怪物……但這正是危機所在!”

【程思良點評】這是一篇富有科幻色彩的閃小說。在當前新冠疫情肆虐全球的背景下, 作品有現實針對性與警示意義, 發人深省! 小說中所描繪的危機有三種, 其中病毒已成現實, 所剩下的是不死克隆人及環保問題。人類賴以生存的生態環境目前已經不斷惡化中, 若再不及早回頭, 繼續胡作非為, 必將自食惡果, 悔之晚矣!

舒予 (紐西蘭)

白薇經營的“薇姬精品店”打從第一天開張後就客似雲來, 每天總是生意滔滔……

有父母帶著小朋友來買玩具的, 有少男、少女前來選購生日禮物的; 也有長者常到店裡

尋買精緻古董用品的……

白薇對待顧客十分熱情, 無論是買小禮物或昂貴古董, 她都一視同仁; 就連那些光看不買的閒逛者她也笑臉迎人, 殷勤相待; 讓顧客暖心告別, 不久便前來光顧“薇姬精品店”。



鄰近其他精品店店主以同行如敵國的妒忌心, 無不眼紅白薇, 暗地裡召開集會議論著……

“那外地來婆娘開的店生意怎就那麼好?”

“可能她價錢比我們便宜吧!”

“聽說她很會捉顧客心理, 常有小禮品送。”

“看來我們得合作起來採取行動……”

白薇的好友得知同行對她懷有敵意, 都勸她小心; 認為那對她精品店是個威脅。可是白薇處變不驚, 一向慈善為懷的她開店另有目的!

上月底, “薇姬精品店”櫥窗貼上: [店主移民, 結束營業, 所有貨品半價] 的通告。

鄰近其他精品店本來就因疫情而門可羅雀, 白薇的通告貼出後, 他們生意更是一落千丈……

一個月後, “薇姬精品店”的貨品已銷售一空, 白薇毫不在意是否虧本, 當機立斷關門大吉。

農曆新年剛過不久, 其他精品店店主便接到新業主發來通告:

“鑒於過去兩年疫情影響, 世界經濟嚴重受創, 各位生意每況愈下; 本人決定, 從今年開始各舖位維持三年不加租, 與大家共渡難關、克服經濟危機!”

新業主白薇敬啟!

【程思良點評】作品一波三折, 跌宕起伏, 引人入勝。曲終奏雅, 昇華了主題。主人公白薇不單會做生意, 更有著與大家共渡難關、克服經濟危機的雅量及慈悲心。

孫妙捷 (紐西蘭)



父子倆並肩而行。

父親發現身邊的兒子走得越來越慢, 他不得不停下——原來, 兒子在看着餐桌上的魚罐頭, 馬克直覺得胃酸倒灌, 向著喉嚨直噴。最近, 吃飯時間一到, 太太定了任務似的端出老三樣, 魚罐頭、牛肉罐頭和豬肉罐頭。家裡好像變成了罐頭加工廠, 各種罐頭食品永遠也吃不完!

「趁熱快吃吧, 飯菜涼了不好吃!」太太一邊笑一邊往馬克碗里夾了一塊罐頭魚。

馬克看著碟子裡被腐得沒有魚樣的魚, 躺在粒粒

黑豆豉上, 和著一些混合物在微波爐的高溫下發出一種陳腐腥味, 他舉起的筷子卻遲遲沒放下來, 他努力的想像著這罐頭魚曾經的美味。

「咱家的罐頭食品啥時候供應完呀?」馬克話沒說完, 咚、咚、咚, 傳來了響雷般的敲門聲。不用說, 準是看不見門鈴而直接撞門的快遞小哥, 一陣猛敲之後丟下包裹後影子就沒了。

「親愛的, 但願今天送的不是罐頭啊!」馬克有點語調失控, 他起身走向儲物室。

天! 裡面是一個琳琅滿目小超市, 從糧油食品, 油鹽醬醋、豆粉米面和各種日用品一應俱全, 架子上從外往裡, 從近到遠, 各種商品都有標籤寫明使用日期, 整整齊齊擺滿了儲物櫃。

自2020年新冠病毒爆發, 每一次封城都帶來搶購潮, 疫情導致人類危機和瘋狂! 超市購網上搜, 馬克家也慢慢坐上了快遞公司直通列車。

他認真檢查了一下擺在眼前的商品, 不用說, 這些全是太太敲鍵盤的勞動成果了。他轉過臉對著正在吃飯的太太微笑說「親愛的, 咱們家的小超市應該向外開放了。」

第二天, 馬克家的門口擺放了一個食品櫃子, 上面張貼告示: 「免費食品, 歡迎自便。」

【程思良點評】小說將鏡頭對準新冠病毒爆發中一家人的餐桌, 以小見大, 反映了疫情帶來的食品危機。這家人食品豐富後向外開放, 慷慨分享食品的舉措, 令人動容! 也閃耀著人性美與人情美之光。

夢詩 (紐西蘭)

我昨夜裡剛被老男人性虐的她, 此刻身心俱痛, 搗著傷處, 眼淚直淌……

想起自己的旅行證件自結婚後便被他扣起, 別說回國探親, 平時想和朋友到鄰近小鎮去散心玩一下也受他限制……這兩年來還一直受他監管; 最痛苦的是晚上受盡他的折磨……

又因不通外語, 也不懂開車, 無法外出工作。一周中, 除了周末能和他上趟超市, 購買食物及日常用品; 或與他一起外出辦點要事外, 其他時間就有如坐牢……

當了將近兩年囚鳥的她經常暗自垂淚, 想起前年在一個同鄉穿針引線下, 擔保她來了這裡, 與年齡可當他父親的惡魔同居; 當時才三十出頭的她雖不大情願, 但希望能盡快取得居留權, 入了籍後再申請體弱多病母親過來團聚; 只好委屈求全……沒想到, 竟中了鄉親那專門介紹華人女子與當地老洋人假結婚的圈套, 使自己步入地獄深淵……

當時一步錯, 滿盤皆落索。她思前想後, 冒著前功盡廢的可能, 帶著滿身傷痕跑到社會福利中心去, 找到一位會說華語的女社工, 將自己困境和盤托出。在社工多方協助下, 惡魔因長期家暴被告上法庭, 她也取回被扣多時的旅行證件。買了機票後又馬上趕去申請疫苗通行證, 很快她便踏上回國航班。



當她到達家園時, 久別重逢的白髮蒼蒼老母親摟著她喜極而泣……哭倒在母親懷裡的她, 想起要不是妹妹那個急報母親病危的訊息, 將自己在國外的危機轉化, 她可能還得繼續在那惡魔淫威下偷生呢……

【程思良點評】小說女主角因一步錯, 滿盤皆落索, 當了將近兩年的性奴囚鳥, 受盡家暴之苦; 幸好社工相助脫離苦海, 才解決受虐危機。故事提醒面對家暴的女性, 不能忍氣吞聲, 應奮起反抗, 自求多福才能將危機轉化, 得以自救!

佛罗里达州的主题公园 (上)

1、【迪士尼—魔术王国】 Disney Magic Kingdom



迪士尼魔术王国的活动节目包括老爷车西式马车、鲁宾森书屋、海盗金银岛、非洲探险、恐怖鬼屋、小小世界、美国总统宫、米老鼠世界、儿童游乐场、太空飞车、彼得潘飞船、西部矿区探险、密西西比河渡轮、白雪公主、空中吊车、星际列车、彩灯卡通动物大游行等等。

2、【迪士尼—明日世界】 Disney Epcot Center



明日世界是世界上仅有的迪士尼高科技馆。在这里可以参观太空地球馆、动力世界、大地之旅、海底奇观、生命探索、能源馆、体验色香味全立体感触电影。

3、【迪士尼—好莱坞影城】 Disney Hollywood Studios



在迪士尼好莱坞影城，可以参观黑白片到彩色片五十年电影回顾、配音室声音效果制作、电影制作示范、星球大战、火山爆发、亲身感受13层电梯坠落的刺激过程和服装道具制作展示等。

4、【海洋世界】 Sea world

海洋乐园以各类海洋动物如海豚、海象、海狮的表演闻名于世，其中重达2吨的杀人鲸Shamu的特技表演更是使人拍案叫绝，特别对带着小朋友的家庭来说，这是不容错过的非常值得观看的项目之一。



5、【迪士尼—水上乐园】 Water Park

奥兰多迪士尼水上乐园分为两个：台风湖水上乐园和暴风雪水上乐园，分别各有千秋，如果有时间最好都去。两个水上乐园相距10分钟车程。



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
(651) 324 - 4589 (中文)

HEARING of AMERICA
To Hear. To Enjoy.
(651) 528 - 7868 (英文)



Jerry Zhou, Ph.D.
周志益博士
知名资深听力专家



明尼苏达州
最佳听力中心
2021 金奖获得者

衷心感谢: 我们在明州最大报纸《星论坛报》首届“明州最佳”的评选活动中, 荣幸地被选为明州唯一的最佳听力中心 2021 年度金奖获得者。衷心感谢众多病人、家属、和朋友的喜欢、关爱、和投票! 我们将继续努力为明州人民提供高质量的听力服务!!

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!

- 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



1075 Hadley Ave N, Suite 107, Oakdale, MN 55128
www.HearingofAmerica.com

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

University Food Hall

大学美食城

诚招广告业务!

可张贴海报, 电视滚动播放, 摆放立式展牌等。

有意者请联系明州时报:
(952) 688-2848



天马迅达快递 明尼苏达门店

www.worldcps.com

地址: 2147 university Ave. west suite 107
Saint Paul MN 55114

美国最大的华人快递公司

- 国内顺丰配送
- 服务遍布全美
- 海关资质备案
- 正规通关渠道
- 包裹自带保险
- 电商战略合作



请拨 612-385-1263 查询

诚信企业, 欢迎合作 服务快捷, 安全必达

微信二维码



美国中医学院/中医健康中心

American Academy of Acupuncture and Oriental Medicine/TCM Health Center



古励
各种疑难杂症



何新蓉
妇科, 内科



刘伟
妇科, 不孕症



田丽莉
妇科, 神经科



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、关节炎、腕关节疼痛、肌纤维疼痛、运动创伤等。

2. 神经疾病

偏头痛、头痛、坐骨神经痛、神经麻痹、瘫痪、中风、周围神经病、三叉神经痛、癫痫等。

3. 心理疾病

焦虑、抑郁、失眠、饮食失调、疲劳等。

4. 妇科疾病

经不调、痛经、经前期紧张综合征、更年期综合征、子宫肌瘤、子宫内膜异位症、乳腺疾病、子宫脱垂、产後诸病等。

5. 不孕不育症

妇女不育: 黄体功能缺陷、FSH高、卵子品质差、子宫内膜异位、多囊卵巢综合征、闭经、月经不調、免疫性不孕等。
男性不育: 精子计数低、精子活力低、阳痿、免疫性不育等。

6. 呼吸系统疾病

感冒、流感样状态、咳嗽、哮喘、肺炎、肺气肿、鼻窦炎、过敏等。

7. 皮肤疾病

粉刺、湿疹、牛皮癣、带状疱疹、皮膚瘙癢等。

8. 胃肠疾病

恶心、腹泻、便秘、腸道易激综合征、克隆氏病、结肠炎、消化不良、肝炎等。

9. 泌尿系统疾病

膀胱炎、尿道感染、性功能紊乱、前列腺疾病、肾炎等。

10. 成瘾与戒毒

烟草、咖啡因、糖、興奮剂、酒等。

11. 支持性治疗

癌症諸癥狀、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: tcmhealth@aol.com

美國中醫學院所屬中醫專家診所接受: Blue Cross Blue Shield, HealthPartner,

Medica 健康保險; 各種車禍保險、工傷保險等, 歡迎來電垂詢。

電話(651)631-0204; 傳真(651)631-0361。



世界为之动容 《乌克兰仍在人间》

乌俄战争在黎明中打响

乌克兰的国歌名字是《乌克兰仍在人间》。歌词如下:

乌克兰仍在人间, 她的光荣, 她的自由,
在我们同胞之上, 命运将再次微笑。
我们的敌人将会消失, 像朝阳下的露珠,
同胞们, 我们将会统治我们自己的自由土地。

然而, 2022年2月24日莫斯科时间清晨5时50分, 克里姆林宫无预警释出紧急直播: 俄国总统普京 (Vladimir Putin), 在全世界面前, 正式宣布向乌克兰政府宣



战! 普京强调, 俄国无法接受乌克兰对于俄罗斯国家与民族的安全威胁, 因此已经授权俄军向乌克兰本土进行“特殊军事行动”, 任务目的是要履行“乌克兰去武装化”和“乌克兰去纳粹化”的“维和目的”。俄罗斯侵略乌克兰的“乌俄战争”正式开战。

紧接着, 乌克兰多个城市先遭空袭、后发生激战, 包括首都基辅和第二大城哈尔科夫 (Kharkiv)。据军事专家分析, 俄罗斯想用一场闪电战, 在两三天内快速拿下基辅, 降服乌克兰。美国军事部门也预测, 乌克兰首都基辅三天内就会沦陷, 乌克兰的抵抗将会被俄罗斯有效压制。

然而, 事实却出乎预料, 而今战争进入第五天, 乌克兰没有屈服也没有崩溃,



而是牢牢守住基辅, 顶住俄罗斯巨大的攻势, 越战越勇, 令世人刮目相看, 更令世界各国震惊和动容!

时势造英雄

乌克兰总统泽连斯基 (Volodymyr Zelenskyy), 这个演员出身的总统在乌云压头之际, 却展现出罕见的钢铁意志。当俄军逼近基辅的时候, 美国向泽连斯基提出建议, 让他来美国避难。泽连斯基回答说, 战斗就在这里, 我需要的是弹药, 而



不是搭便车。他在祖国危难之际选择了和人民站在一起, 像一个普通士兵一样, 拿起枪来, 走上街头。

俄罗斯更声称泽连斯基早就逃离基辅, 然而话音未落, 泽连斯基却在总统府前发表讲话, 让谎言不攻自破。泽连斯基在战争一开始就告诉俄国军队: “如果进攻, 你们将看到我们的面孔, 而不是我们的背部!” 表达了他愿与自己的国家共存亡的决心。乌克兰总统的硬汉精神极大地鼓舞了国民的士气。乌克兰平民纷纷拿起武器, 加入到保家卫国的战斗中。

有一位英勇的乌克兰工程兵, 为了阻断俄人从克里米亚开往基辅, 自告奋勇前去布雷, 炸毁从克里米亚通往基辅必经的一座大桥。当他布好了雷, 发现俄人的坦克已经驶上大桥, 他意识到自己没有时间在点燃导火索后安全撤退。于是毅然决然点燃了导火索, 将自己和大桥一起燃爆, 挡住了俄方坦克纵队的前进, 给乌方争取了重新集结和部署防御的时间。

有许多在战前逃出乌克兰的难民, 看



到自己的同胞在守护家园时英勇事迹, 已被深深感动, 纷纷从波兰入境投入战斗。其中一位就是原退伍军人德米特罗, 他在2014年顿巴斯曾参加过战斗, 在总统动员令之前带着家人离开了乌克兰, 听说战局吃紧, 就重新返回乌克兰。据说, 和德米特罗一块返回乌克兰回国参战的人员大约有七百多人, 有退伍军人, 也有卡车司机, 还有原本就在波兰工作的乌克兰人。

乌克兰副总理伊琳娜, 在社交媒体上呼吁北约国家向乌克兰提供武器援助, 只要保障武器的及时供给, 打击俄军的事由他们自己来。她说, “我要对北约国家的领导人们说, 昨天, 我们的关系已经翻开了新的篇章.....接下来给乌克兰武器, 剩下的我们自己来!”

截止2月28日, 俄罗斯军队入侵乌克兰的战事进入第5天。据乌克兰国防部公布的俄军伤亡情况, 俄军在5天的战事中已经有5300人阵亡, 被击毁战斗机29架、直升机29架, 击毁坦克191辆、装甲战车816辆、火炮74门、山毛榉地对空导弹系统1套、多管火箭发射系统21套、小型战车291辆、加油车60辆、无人机3架、移动空防系统5套。

另据乌克兰卫生部消息, 截至28日, 乌克兰的士兵和平民死伤人数超过2000。

国际社会的支持和援助

自从24日以来, 特别是周末世界许多地方, 甚至包括俄罗斯在内, 都纷纷举行



抗议游行和活动, 人们喊出了同一个口号: “停止战争”。

乌克兰的命运不仅关系着欧洲的未来, 也关系着整个世界文明的未来。乌克兰人民的斗志和决心, 让很多国家刮目相看, 纷纷向乌克兰伸出援助之手。英国、法国、美国、波兰、葡萄牙、加拿大、澳大利亚和波罗的海等北约成员国对乌克兰的军事援助, 正源源不断地通过陆路涌入乌克兰境内, 包括大量“标枪”、“陶式”单兵反装甲、反坦克导弹和如雷贯耳的“毒刺”防空导弹。

德国战前本来只承诺给乌克兰提供一批钢盔, 但后来改变主意, 向乌克兰运送400枚手持火箭推进榴弹发射器, 紧接着又提供了1000枚反坦克武器和500枚“毒刺”级地对空导弹。

与此同时, 来自英国、德国、波兰等国家的志愿军也已经进入乌克兰。

国际社会制裁俄罗斯

在援助乌克兰的同时, 很多国家更是在向俄罗斯展开一轮又一轮的制裁。

北约成员国、欧盟和七国集团成员国, 陆续宣布了对俄罗斯的一系列严厉制裁措施, 包括冻结全部俄罗斯政府、国有企业和一些高官及其亲属的资产, 将与军方相关的俄罗斯银行“拉黑”, 禁止所有高科技产品和军民两用产品对俄罗斯出口, 以及限制和禁止俄罗斯部分官员及其亲属入境。

美国、英国、欧洲和加拿大发表联合声明, 宣布对俄罗斯的最新制裁措施, 禁止俄罗斯使用“环球银行金融电信协会”支付系统。此举堪称金融核弹, 将对俄罗斯造成前所未有的重大打击。同时也唤醒更多俄罗斯周边的国家更积极融入到北约军事集团。

芬兰和瑞典在前天也参加北约组织峰会, 芬兰总理在会议上表示, 虽然芬兰现在没有直接面对军事威胁, 但是, 在俄罗斯入侵乌克兰后, 关于芬兰是否应该加入北约的争议会改变。得不偿失的俄罗斯, 目前最怕的就是芬兰乌克兰格鲁吉亚三国加入北约, 这三个国家的地理正好在俄罗斯的c型位置。尤其是芬兰, 一旦加入北约组织, 在陆海两方面都占有绝对优势, 比乌克兰加入北约给俄罗斯带来的威胁还要大。

而当地时间2月28日, 乌克兰总统泽连斯基签署了加入欧盟的正式申请文件。

俄乌和平谈判

2月28日, 乌克兰与俄国代表团已经在乌克兰与白俄罗斯的边境地区, 展开停火谈判。乌方要求俄军撤出乌克兰领土, 包括克里米亚。

第一, 俄罗斯无条件停止战争退出乌克兰。

第二, 俄罗斯尊重乌克兰的领土完整, 公开声明不支持两个分裂地区的所谓独立; 立即归还2014年俄罗斯通过发动战争非法侵占的乌克兰领土克里米亚。

第三, 乌克兰人民有自主选择国家命运的权利, 加入北约俄罗斯无权干涉。

第四, 乌克兰无端遭到俄罗斯进攻, 造成重大人员伤亡和财产损失, 俄罗斯必须予以赔偿并追究战争罪犯。

第五, 乌克兰保留进一步追究责任索赔的权利。

俄罗斯则坚持要解除乌克兰的武装, 并要求乌克兰不能加入北约。

双方开出的条件差距太大, 估计谈判很难实现立即停火。

当地时间3月1日, 乌克兰总统泽连斯基在俄乌会谈结束后表示, 目前没有取得预期想达到的结果。俄罗斯方面表达了自己的立场, 以及结束战争的条件, 乌克兰方面从中也得到了一些信号。当乌方代表团返回基辅后, 将对这些立场和条件进行评估, 然后将确定如何进行第二轮谈判。

另据报道, 世界各国纷纷派出了志愿军, 已经进入乌克兰协同作战.....

(信息来源于各大媒体和报纸)

守正创新(2)

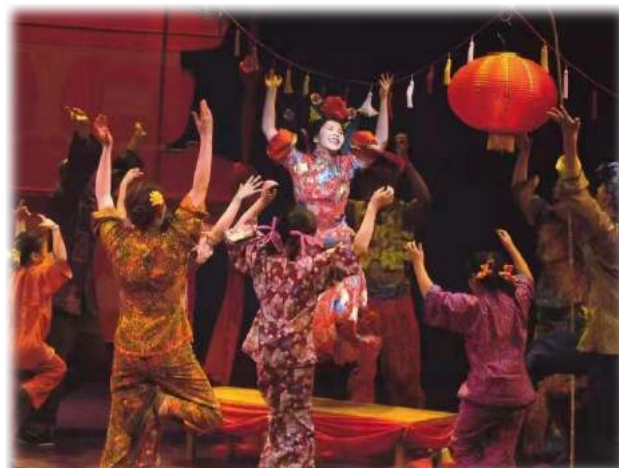


——儿童魔幻剧《美猴王》沈蓓创作谈 15——

我很幸运,此生有机会和全美最佳创作班子合作,作曲、服装、道具、舞台、灯光……都是数一数二的名家。又遇到了最宽松的创作环境。第一次开会,艺术总监 Peter 就宣布:思想不要受任何(哪怕是经济)框框的限制,天马行空,你想怎么样就怎么样。这样的精神不但充份地体现在主创班子的工作中,甚至扩大到全体成员。为这个剧,我们前后共做了5次 Workshop。其中三次是剧院人人参加。一次是抢角色(不是演员也可以),抢到后就按自己的理解来诠释,表演甚至修改这个角色。一次是抢导演,抢到一段,就用自己的理解,不论用哑剧,木偶剧或任何方法,呈祥出一个魔幻的世界。再一次是角色分配落实后,由演员对自己角色进行诠释与发挥。……,在这样的情况下互相启发集思广益,怎能不脑洞大开。而我熟知中国表演艺术传统的优势更被充分激活,得以淋漓尽致地发挥。于是种种奇思妙想如井喷般涌现:皮影戏、狮子舞、通天河的水绸、高老庄的彩礼和红头盖、马鞭代表的白龙马、古彩戏法、三岔口、颠轿,大头娃娃(白骨精的母亲)、观音脚踏荷花……,让这部戏在呈现时充满浓浓的中国味。同时京剧脸谱与贝雷帽,最“酷”的棒球衫棒球鞋一体;西式微波炉与中国炼丹炉并存;陕西泥人与西方水怪同在。还有穿西装的顺风耳千里眼;夏威夷的花果山;头顶小电扇,裤腿有矿泉水的吐鲁番“土地”;坏和尚的时装表演。……他们巧妙地拉近了东西方的距离。但同时整个剧院,(包括舞台美术制作工场)又笼罩在对艺术的虔诚与敬畏的氛围里,人人精益求精,具有极严谨的创作态度,大改小改不计其数,进入剧场排练时还每次开会到凌晨三四点,发现问题,找出方法,责任到人,限时解决。……这使当年该剧连演几十场,甚至出现“满城争说”,越演越热,欲罢不能的盛况。



人说“十年磨一剑”,我说一生磨一剑。我写白蛇是写自己,写美猴王何尝不是写自己,孙悟空经历九九八十一难,我何尝没有经过八十一难?孙悟空被压在五行山下,我何尝没有被压在五行山下?被贵人相救时那份以死相报的心;被最亲的人赶走时那份钻心刺骨的痛;面对女儿国王的真情,去还是留的那份挣扎、酸楚、纠结、彷徨……,一生的甜酸苦辣帮我读懂了西游记,读懂了孙悟空。



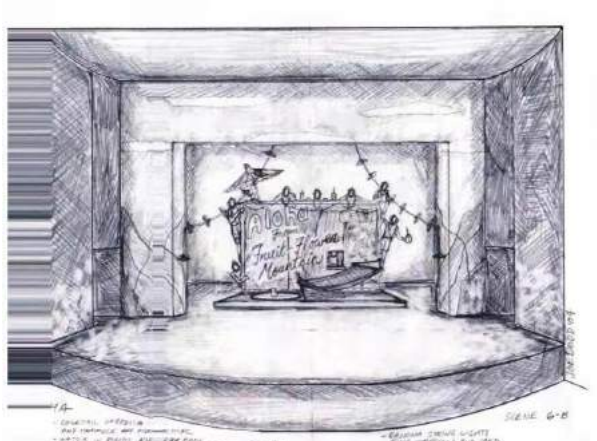
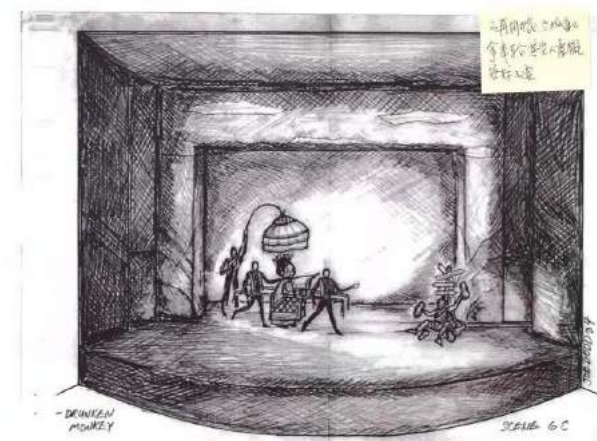
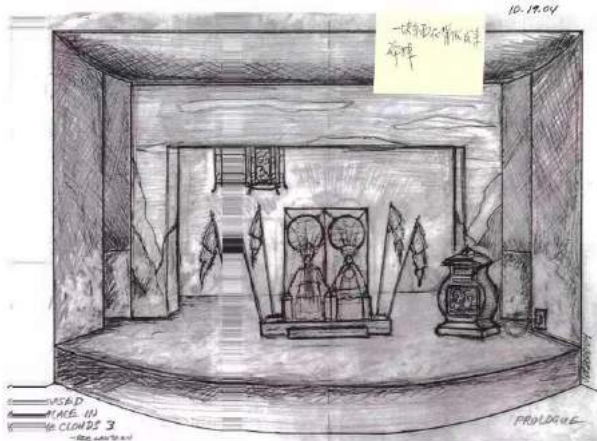
当然,此剧成功的根本原因,还是我背靠的是如此丰厚的中国文化,取之不尽,用之不竭。我从小在中国文化的沁润中长大,来美国后,正如宇航员上了太空回头看时才全面地了解到地球的美丽一样,我,回头看,觉得比以前更深切地懂得了中国文化的伟大和价值。有强烈的把它与世人分享的冲动。我赞同只有民族的才是世界的这句话。但我也认为,只有民族的是世界的不等于民族的就是世界。时代在变,特别是你到了美国,你的受众变了,要把中国文化与世界分享,光熟知自己的文化是不够的,还必须了解和研究你的受众,充分了解东西方文化中对世界在认知,思维以及观赏习惯各方面的不同,就像卖东西一样,也要研究消费者的心理。老祖宗早就说过:“知己知彼,百战不殆。”对自己烂熟于心,才能得心应手;对他人了若指掌,才能灵犀一点通,更好的沟通和分享。你一生积累的东西,你的创造力和想象力。在宽松的艺术环境里,才能喷发出来,得到最充分的发挥。“守正创新”这四个字是一个整体,一个事物相辅相成,不可分割的二面。以敬畏的心对待传统,以开放的态度拥抱世界和未来,是艺术“一生二,二生三,三生万物”的根本。



美国著名导演、儿童艺术剧院艺术总监 Peter 说:“能与如此富有创造力的优秀艺术家沈蓓合作,是我的荣幸。”

全美著名剧评家罗汉·普列斯敦称该剧的演出,“《美猴王》的成功意义深远,它既表现了历史上中西文化的交流,又在当今现实中实践了中西文化交流。”

同时这也是我用一生艺术实践的经验,勿论在中国还是美国,包括从小学的所有的东西,包括这么多年来在美国筚路蓝缕,摔打创业,潜心研究民族文化如何融入西方的结果。比如三打白骨精是最复杂的。以往国内大多用多个演员扮演白骨精变出来的不同人物。而在我的《美猴王》里,则白骨精始终在场,只是不断变换手中的道具。这样观众同时可以看到白骨精本人的情绪表现,和唐僧眼睛里看出来的是白骨精操纵的玩偶——美女啊,老头啊时的强烈反差,这是日本能剧的方法。而白骨精手下的蝙蝠精是用航模的办法操纵蝙蝠精从观众头上飞过,然后从舞台倒挂下来。



在女儿国里我编排了一段漂亮的肚皮舞,既赏心悦目又画龙点睛地突显了从东方到西方这漫长的取经之路的背景。我不喜欢原著里女儿国这一场,孙悟空用定身法把真心爱着唐僧的女王定住,然后逃之夭夭的描写。所以我用了孙悟空克隆出另一个唐僧,一个唐僧留下,一个唐僧继续去取经的办法来解决矛盾。但是唐僧为此也必须付出,要用唐僧的血才能够来克隆,这才合情合理。这都是长期艺术积累,全方位的学习各种艺术门类甚至其他学科,以及长期的艺术实践,包括做《白蛇传》、《追日》等时的经验和教训,才能这样在东方西方多学科中畅游在各种艺术形式中自由进出。使用各种手段,浇灌铸造出一个崭新的孙悟空,最后,凝结成导语中的一句话:“孙悟空是一位五百年前产生在东方的超人”。让《西游记》的精髓,精彩纷呈的呈现在美国观众面前。我本人也获得创造高峰时最高等级的快乐。



明尼苏达州的COVID 平均阳性率下降至5.6%



MINNESOTA COVID-19 RESPONSE

Search

Kids Deserve a Shot!

KIDS DESERVE A SHOT!

Hmong | Somali | Spanish

Families get \$200 for getting their child 5-11 years old vaccinated.

\$200 Visa Gift Card

Vaccine Eligibility Window
First and second dose received between January 1 - February 28

明州COVID的阳性率几乎低于警戒线, 为 5.6% (截止到3月1日)。

明尼苏达州 COVID-19平均 阳性率在 2月中旬跌破高风险线后继续急剧下降。

明尼苏达州卫生部3月1日表示, 在1月底达到近24% 的创纪录峰值后, 这一数字目前为5.6%。高风险线为10%, 警戒线为 5%。此外, 目前在 ICU 中列出的 COVID-19人数已降至100人以下, 目前为75人。该数字自去年8月以来从未低于100 人。

每100,000名居民的每日新增病例率为19.9, 大大低于最接近230例的峰值。但是, 高风险线为每 100,000 名居民 10 例。

最近几周, 住院率与阳性率一起下降。该数字目前为每10万居民中有 8.7人, 低于1月份的近 30 人。

与此同时, 明尼苏达州官员周三报告了2,142例新病例和 22例死于 COVID-19 的病例。明尼苏达州卫生部的最新数据显示, 总病例数为1,415,652, 其中包括61,271 例再次感染。

自大流行开始以来, 已有12,131名明尼苏达人死于该病毒。

根据最新数据, 目前已有60,407人因 COVID-19住院, 其中11,190人在ICU病房。COVID-19 患者占用了75 张ICU 病床, 以及437张非ICU病床。儿科 ICU 床位只有 17个可用。

明州总共接种了 9,418,963 剂疫苗, 其中包括约214万剂加强剂。在该州 5 岁及以上的人口中, 74.4% 的人至少接受过一次疫苗。

另据报道, 美国疾病控制与预防中心 (CDC) 2月25日在更新的防疫政策中称, 随

着新冠疫情形势转好, 约70%美国民众在室内场所无需佩戴口罩。CDC在新的防疫指南中说, 根据当前疫情形势, CDC判定美国63%的郡县已处于疫情中低风险地区, 美国约72%民众生活在这些地区。在这些地区民众在大部分室内场所将无需佩戴口罩, 包括学校等。而在其他仍处在高风险地区, CDC仍建议民众在室内场所继续佩戴口罩。

CDC还说, 无论风险高低, 在一些场所仍需继续佩戴口罩, 包括公共交通工具以及机场、火车站、公交车站等。

新冠检测呈阳性或者有新症状者也仍需佩戴口罩。

CDC表示, 更新的防疫指南对地区所处疫情风险判断标准有所改变。此前的标准是基于新冠新增数目和检测阳性率, 现在的标准则主要根据新冠病人住院率、占用病床率和新增病例数目等。



想了解更多明州新闻
请扫描上方二维码

华人社会服务中心启示

公民英语班

公民英语班已经停课有一年多了, 因为疫情的原因。现在, 我们网上英语班从4月25日已经开班3个月了, 现在还在继续上课。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: zoom.com/log in

Meeting ID: 786882981

Passcode: 636533

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 我们要特别感谢崔健老师的大力协助, 把她的工作会议号码提供给我们使用。使得我们上课的一个小时期间不中断。

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: 1-485 / 1-130, 收费100元, 帮助填换取绿卡等表收费30元。

POS System & Credit Card Processing

FREE FREE

免费Clover 免信用卡费

微信二维码

短信: (612)314-6722
电话: (612)594-4141

RETECH clover

报税季指南：国税局提醒纳税人报告零工经济收入、虚拟货币交易、外国来源收入和资产

2022年3月1日美国国税局发布IR-2022-45号文件，国税局提醒纳税人，从事零工经济、进行虚拟货币交易、赚取外国来源收入或持有某些外国资产，都有申报义务、亦有纳税义务。国税局官网 IRS.gov 上提供的信息和1040表格上的说明可以帮助纳税人理解和满足这些申报与税务要求。

零工经济收入应纳税

一般来说，从零工经济中获得的收入应纳税，并且必须向国税局报告。零工经济是人们通过提供按需工作、服务或商品来赚取收入的活动。通常，零工经济的媒介是应用程序或网站等数字平台。纳税人必须在税表上报告从零工经济中获得的收入，即使收入属于以下情况亦需要申报：

- 来自兼职、临时工作或副业，
- 未在税务资料申报表中报告，例如1099-K、1099-MIS-C、W-2表格或其他收入证明，或
- 以任何形式支付，包括现金、财产、商品或虚拟货币。有关零工经济的更多信息，请访问零工经济税收中心。

了解虚拟货币申报和税务要求

国税局再次提醒纳税人，1040表格和1040-SR表格顶部有一个问题询问虚拟货币交易。所有提交这些表格的纳税人都必须在方框内勾选“是”或“否”。涉及虚拟货币的交易包括但不限于：

- 收到虚拟货币作为对所提供商品或服务的付款；
- 免费（不提供任何对价）接收或转让虚拟货币，不符合善意礼物的条件；
- 通过挖矿和质押活动获得新的虚拟货币；
- 通过硬分叉获得虚拟货币；
- 用虚拟货币交换财产、商品或服务；
- 用虚拟货币交换/交易另一种虚拟货币；
- 出售虚拟货币；和
- 对虚拟货币经济利益的任何其它处置。

如果个人通过出售、交换或转让来处置作为资本资产持有的任何虚拟货币，应勾选“是”并使用表格 8949计算其资本损益并在附表D（表格 1040）中报告。

如果他们收到任何虚拟货币作为对服务的补偿、或出售他们持有的任何虚拟货币给贸易或商业客户，他们必须报告收入，和报告相同类型的其它收入一样（例如，1040或1040-SR表格第1行上的W-2工资，或附表1附表C中的库存或服务）。有关虚拟货币的更多信息，请参阅1040表格说明以及国税局官网IRS.gov。

报告外国来源收入

美国公民或税法定义的居民的全球收入通常需要缴纳美国所得税，无论他们住在哪里。他们与居住在美国的美国公民或税法定义的居民，遵循相同的所得税申报要求。

美国公民和税法定义的居民必须报告来自美国以外来源的非劳动所得收入，例如利息、股息和养老金，除非法律或税收协定豁免。他们还必须报告来自美国以外来源的劳动所得收入，例如工资和小费。即使纳税人符合税收优惠的条件，例如外国所得收入抵免部分 或外国税收抵免优惠（这些抵免大幅度减少或消除了美国的税收义务），所得税申报要求通常也适用。只有符合条件的纳税人在提交了美国所得税申报表的情况下，这些税收优惠才适用。

如果纳税人的以住处为据的纳税地和住所都在美国和波多黎各以外，则纳税人可以自动延长2个月至6月15日。即使允许延期，纳税人也必须为在2022年4月18日的正常报税截止日之前为未缴税款支付利息。

对于那些在美国和波多黎各以外地区服役的军人，正常报税截止日也可延长至6月15日。如果这两种情况之一适用，国税局建议附上一份声明。更多信息请参考1040和1040-SR表格说明，第54号出版物，国外美国公民和税法定义的居民税务指南，以及第519号出版物，美国外国人税务指南中找到。

外国账户和资产需要报告

联邦法律要求美国公民和税法定义的居民报告其全球收入，包括来自外国信托、外国银行和其他金融账户的收入。在大多数情况下，此范围内的纳税人需要填写

附表B并将其附在其税表中。附表B的第三部分询问是否存在外国账户，例如银行和证券账户，并且通常要求美国公民报告每个账户所在的国家。

另外，某些纳税人可能还必须填写8938表格，即外国金融资产报告（英文），并将其附在其税表中。一般来说，如果这些资产的总价值超过特定门槛，美国公民、税法定义的居民和某些非税法定义居民必须在此表格上报告指定的外国金融资产。有关详细信息，请参阅此表格的说明。

此外，除了在税表上报告特定的外国金融资产之外，纳税人如果在2020年任何时候对总价值超过10,000美元的外国金融账户拥有权益或签名或其它权力，必须以电子方式向财政部提交金融犯罪执法网络（FinCEN）表格114，外国银行和金融账户报告FBAR。由于这个门槛，国税局鼓励拥有外国资产的纳税人，即使是相对较小的资产，也应确认这个申报要求是否适用于他们。该表格只能通过BSA电子申报系统网站获得。

提交年度外国银行和金融账户报告 FBAR的截止日期与1040表格相同。FinCEN允许错过原始截止日期的申报人自动延期至2022年10月15日来提交FBAR。此延期无需申请。

2022报税



育才中文学校招募志愿者!



育才中文学校欢迎高中生和初中生加入我们的志愿者队伍
育才提供各种义工项目并满足义工学生的时间安排

义工要求：高中生和初中生，最好有中文基础。

主要项目：课后班TA；周六班TA；《明州时报》小记者；辅导小学生中文；组织活动。

工作时间：时间灵活。每一个课时计作两小时义工时间；包括备课或准备工作。

义工奖励：育才中文学校是总统志愿服务奖的认证机构，具有记录志愿者义工工时和为其申请总统义工奖资格。如果义工每年服务小时数达到奖励标准，育才会给义工申请和颁发总统志愿者奖。

奖励标准：请查看 <https://www.presidentialserviceawards.gov/>

联系我们：如果你的中文达到初级水平或者更高，愿意做志愿者，请联系我们：

1) 在 www.yucaimn.org 网站填表注册志愿者；

2) 发送邮件给 yucaivolunteer@gmail.com。

总统志愿者服务奖 The President's Volunteer Service Award (PVSA) 由乔治·布什总统创立，由美国总统服务和公民参与委员会颁发，以表彰志愿者为社区和国家做出的付出和宝贵贡献。

纳税人的报税身份如何影响他们的税表

美国国税局近日发布国税局 2022-13号 税务提示。

纳税人的申报身份告知国税局关于纳税人和其纳税状况的信息。这仅仅是纳税人应当熟悉各选项并知道其正确申报身份的一项原因。国税局互动纳税助手可以帮助他们确定申报身份。

纳税人的申报身份通常取决于他们是否被视为在12月31日未婚或已婚，这可以确定其该全年的申报身份。

某些情况下，超过一种申报身份适用。如果情况如此，纳税人通常可以选择允许其所欠最少税额的申报身份。

编制和提交报税表时，申报身份确定：

- 如果纳税人需要提交联邦报税表
- 如果他们为了领取退税，应当提交报税表
- 他们的标准扣减额
- 如果他们申请某些税收优惠
- 他们所欠的税额

以下是五种申报身份：

- 单身**。通常情况下，这种身份是适用于未婚、离婚或根据州法律管辖的离婚或分居抚养令合法分居的纳税人。
- 已婚夫妇联合报税**。如果纳税人已婚，他们可以与配偶提交联合报税表。如果一位配偶于2021年死亡，在世配偶可以使用已婚服务联合报税作为其2021年申报身份，前提是其有资格使用该身份。
- 已婚夫妇单独报税**。已婚夫妇可以选择提交单独报税表。此身份有利于想只负责自己的税收、或此身份导致其相比提交联合报税表缴纳更少税收的纳税人。
- 户主**。未婚纳税人可以使用此身份报税，但特殊规则适用。例如，纳税人必须已经为自己和居住在家中半年以上符合条件的人支付半年超过一半的房屋维护费用。
- 有被抚养子女的具备资格鳏寡人士**。此身份适用于以下纳税人：配偶于2019年或2020年去世，提交2021年报税表，并且在2021年底未婚，有一名被抚养子女。其他条件也适用。

離婚中退休金賬戶如何分割

“家庭案件援助月” 启动

说到离婚，人们一般会想到离婚财产分割。除了看得见的房子、车子、家里的家具、个人的收藏和首饰，以及实际存在的银行存款、股票、公司利益，人们往往会忽视一个很重要的财产——退休金储蓄账户(Retirement Savings Accounts)。

什么是退休账户

很多人把退休金账户看作自己给自己存在银行的“定期存款”，其实并非如此。美国的养老体系的基本概念有“三条腿的板凳”(Three Legged Stool)之称。板凳的三条腿是指：

社会保险 Social Security, 员工养老金 Employee Pensions 和个人储蓄账户 Personal Savings。



1. 社会保障: 是美国的老年、幸存者和残疾保险(OASDI)计划的术语，由联邦机构社会保障管理局(SSA)运营。虽然它以退休福利而闻名，但它也提供幸存者福利和残疾收入。社会保障为退休人员、他们的遗属和残疾工人提供福利。对于退休福利，已向社会保障系统缴费至少10年的工人，有资格在62岁时获得提前退休福利。

2. 员工养老金: 也成为“固定福利计划”(Defined-Benefit Plans)，是由公司和员工共同供款的计划。但是对于私人企业的年轻工人来说，养老金这制度大多已被“固定缴款计划”(Defined-Contribution Plans)取代，这些计划将投资的负担放在个人身上。我们常常听到的401(k)就是固定缴款计划。401(k)和其他固定缴款计划，也称为退休储蓄账户(Retirement Savings Accounts)。

3. 个人退休金计划: 是一种联邦政府提供税收优惠、个人自愿参与的个人补充养老金计划。与401(k)账户不同，个人退休金计划的参与者为自己设立一个个人退休账户(Individual Retirement Accounts, 简称IRA)。所有16岁以上、70.5岁以下、年薪不超过一定数额者，均可以到有资格设立IRA基金的银行、基金公司等金融机构，开设IRA账户，而且不论其是否参加了其他养老金计划，个人可以根据自己的收入确认年度缴费金额。

退休账户有哪些类型

如何分割退休储蓄账户？首先我们需要知道的是，您或您的配偶是否有退休储蓄账户，有哪些类型。

401(k)可能是最常见的固定缴款计划，但还有许多其他计划选项。401(k)计划适用于公共公司和企业的员工。403(b)计划通常适用于非营利公司的员工，例如学校。值得注意的是，某些类型的非营利企业的员工以及州和市政员工可以使用457计划。

所以一般来说，如果您或您的配偶有一份稳定的工作，则应有一个退休金储蓄账户。根据每一个公司的政策的不同，公司会提供给员工雇主赞助的退休金储蓄账

户(Employer-sponsored Defined-Contribution Plans)。这种退休金储蓄账户也可能收到公司匹配的供款。超过四分之三的公司根据参与者的供款金额向员工401(k)账户供款。当然也不是所有的公司员工都会有公司赞助的退休金储蓄账户，因此有些会选择个人退休金账户。

对于个人退休金账户来说，几乎任何人都可以开退休金储蓄账户，当然要这里面有一些限制。比如要开设传统的IRA(Traditional IRA)并进行供款，您在年底前不得达到70.5岁。如果您的年龄超过此年龄，则不允许您开设传统IRA。即使您仍在工作且未退休，此年龄限制也适用。

但是，这里需要注意的是个人退休金账户五花八门：传统IRAs, Roth IRAs, SEP IRAs, 和SIMPLE IRAs。每种账户在资格、税收和提款方面都有不同的规则。因为规定不同限制也就不同，就像上文说过的年龄限制。开设Roth IRA就没有年龄的限制。

另外需要注意的是，有了401(k)等其他固定缴款的退休储蓄账户的人，依然可以开个人退休金账户。

看到这里，很多客户可能会有疑问了：我现在怀疑我先生或太太有退休金账户，但是我不知道具体的金额和类型。这个时候不要担心，正常的离婚法庭程序中会要求进行财产的公开。即使在一开始的程序中没有公开，后续法庭程序中都会有证据交换的环节。您可以要求对方对其退休金账户的状态进行开示。

如果您和您的配偶是协议离婚，一定要记商谈退休金账户的分割问题。如果您是代理自己做争议离婚，请也一定记得要求对方开示退休金账户的情况。

如何分割退休账户

一、分割原则

在已婚夫妇的财产权问题上，美国各州被划分为两大类：“普通法律财产”州(Common Law Property States)和“共同财产”州(Community Property States)。阿拉斯加州、亚利桑那州、加利福尼亚州、爱达荷州、路易斯安那州、内华达州、新墨西哥州、德克萨斯州、华盛顿州和威斯康星州等10个州，可称为“共同财产”州；而包括明尼苏达州、爱荷华州在内的其他40个州，都称为“普通法财产”州，或“婚姻财产州”。

如果您生活在“共同财产”州，法律将婚姻期间获得的所有资产和债务视为“共同财产”。共有财产是指夫妻双方共同拥有财产，法院将在离婚时将财产平分(50/50)。这可以包括对退休账户的供款，例如401(k)账户。

如果您居住在使用“公平分配”财产分割方法的“普通法律财产”州(这是大多数州所遵循的)，则您所在州的法院将以审理案件的法官认为公平或公正的方式，在夫妻之间分配财产，但不一定平等。

公平分配国家对财产分割有不同的规定。法院必须首先将所有财产归类为婚姻(共同)或个人单独的财产，然后法官才能公平分割婚姻资产。如果法院宣布任何财产为独立财产，法官会把该财产判给所有者的配偶，并且不会在离婚时分割它。

以普通法财产州的明尼苏达为例，根据明尼苏达州法规518.58，法院在对财产分割作出裁定后，应在不考虑婚姻不当行为的情况下，对双方的婚姻财产进行公正

和公平(just and equitable division)的分割。

法院应根据所有相关因素作出裁决，包括：婚姻期限、一方的任何先前婚姻、年龄、健康状况、地位、职业、收入金额和来源、职业技能、就业能力、遗产、责任、需要、未来收购资本资产的机会，以及各方的收入。

法院还应考虑每个人在婚姻财产的金额或价值的获取、保存、折旧或增值方面的贡献，以及配偶作为家庭主妇的贡献，应当最终推定配偶双方在作为夫妻共同生活期间，为获得收入和财产做出了重大贡献。

法院应在最初安排的庭前和解会议召开之日起对婚姻资产进行估值，以便在双方之间进行分割。除非双方同意不同的日期，或者除非法院作出具体裁定，认为另一个估值日期是公正和公平的。如果资产价值在估值日期和最终分配之间发生重大变化，法院可以根据需要调整该资产的估值以实现公平分配。作为夫妻分割共同财产的总则，公正和公平的分割也同样适用于退休金账户的分割。

二、分割手段:

即使您和您的配偶将以完全相同的方式，分割您的IRA和其他养老金账户中的资产，每种分割类型都适用单独的法律条款。IRA使用称为“转移事件到离婚”的程序进行划分，而403(b)和固定缴款计划，例如401(k)，则根据“合格家庭关系令”(Qualified Domestic Relations Order-QDRO)进行划分。

1、合格的家庭关系令(QDRO)

根据美国国税局的规定，合格家庭关系令(QDRO)是一项判决、法令或命令，要求退休计划向参与者的配偶、前配偶、子女或其他受抚养人，支付子女抚养费、赡养费或婚姻财产权。如果您从退休计划中获得QDRO福利，您需要像您是计划参与者一样报告付款，并获得相应的账户份额。此外，作为受雇参与者的前配偶，您可以将计划中的任何款项转入另一个退休账户，例如个人退休账户(IRA)。

QDRO旨在让您获得您合法享有的福利。尽管您的离婚协议可能表明您有权获得配偶退休计划的一部分，但分配必须根据QDRO进行，以免取消计划向参与者以外的人分配福利的资格。值得注意的是，QDRO仅适用于《雇员退休收入保障法》(ERISA)涵盖的合格退休计划，例如固定缴款和固定福利计划。QDRO不能用于分割IRA资产，但IRA可以根据离婚或分居协议进行分割。

如果您作为前配偶从401(k)或其他固定缴款计划中收到付款，通常您可以将其转入您的退休账户，而不会产生任何税务后果。例如，如果一个配偶有一个价值200,000美元的401(k)，离婚夫妇可以在QDRO中同意平分账户。在这种情况下，401(k)余额中的100,000美元可以直接转移到另一方配偶的IRA，而不会产生任何联邦所得税或罚款。如果100,000美元转移到配偶的IRA并且该配偶提早提款，则这笔钱要缴纳所得税和10%的罚款。

CAUSEY & YE LAW
考西叶氏律师事务所

家庭案件援助月

活动期间 (2022年3月31日之前)
明尼苏达州家庭案件:

免费当天在线估价咨询

非争议离婚 立减 \$300

争议离婚 折扣小时价

预约咨询请拨打: 612-990-8592
或扫描下方二维码

本活动最终解释权归考西叶氏律师事务所所有
优惠仅适用于新案件

下，401(k)余额中的100,000美元可以直接转移到另一方配偶的IRA，而不会产生任何联邦所得税或罚款。如果100,000美元转移到配偶的IRA并且该配偶提早提款，则这笔钱要缴纳所得税和10%的罚款。

但是，您不一定必须将资产转移到另一个退休账户。这意味着您不需要使用QDRO，您和您的配偶可以通过其他协议解决此问题。

2、划分个人退休账户IRA:

QDRO不适用于IRA。要在配偶之间划分IRA，必须在离婚或合法分居协议中指定条款，该协议由账户所有者提供给IRA管理人。

为了使这笔钱免缴税款和罚款，协议应规定账户所有者的IRA余额的一定百分比或美元金额，应以直接受托人到受托人的转移方式(Trustee-to-Trustee Transfer)转入配偶的IRA。如果接收配偶在转账中提取现金，他或她将对提取的部分缴纳税款，如果该配偶小于59.5岁，还需缴纳10%的罚款。

同样，IRA账户的持有者从IRA账户里，提取现金向其离婚配偶进行分配支付，那么该账户持有者同样也要就其提取的份额缴税(如果该账户持有者未滿59.5岁，则还需缴纳10%的罚款)。

与401(k)相同，您不一定必须将资产转移到您配偶的IRA。这意味着您的配偶可以通过其他协议解决分配问题。

3、财产协议:

如果您和您的配偶签订了婚前财产协议，或者生效的婚后财产协议。协议中如果有涉及到退休金账户的分配问题，那么上述所说的情况就有可能都不会成立。因为您签订的协议里可能已经排除了退休金账户的分割。因此要提醒大家，在签订财产协议时也需要关注退休金账户的分配问题。

考西叶氏律所 供稿

美国房价暴涨 业主和卖家财富创新纪录

供稿 Yama Zhong



作者简介:
Yama Zhong 仲菡
明州资深房地产经纪人,从事房地产业近十年,成功地帮助上百位客户完成地产交易,多次获得各种奖励40项,同时为客户提供中英文服务和帮助。
电话: 612-666-5222
邮箱: yama@kw.com



在疫情期间,美国房价的惊人增长使美国房产业主的财富达到了创纪录的水平。而他们会如何处理这些资金,可能对经济会产生更广泛的影响。

据美国全国广播公司财经频道(CNBC)报导,根据房地产研究机构CoreLogic的数据,2021年,美国房价年平均涨幅为15%,高于2020年的6%。疫情驱动的强劲需求、创纪录的房屋低供应量,以及创纪录的超低抵押贷款利率,共同创造了这些巨额收益。

房地产市场上的竞拍战现在已经司空见惯,绝望的买家正在与那些想在这个

热门市场上大捞一笔的投资者竞争。尽管冬季通常是房地产市场最低迷的季节,但房价上涨的趋势却仍在继续。

房地产网站Realtor首席经济学家丹尼尔·黑尔(Danielle Hale)表示:“虽然我们预计,买家在2021年的狂热最终会在今年得到一些缓解,但在2022年初,购房者仍继续面临着严峻的形势。事实上,上周的房价和市场走势表明,竞争变得更加激烈了。”

尽管在2021年,卖房者数量相对较少,但对于那些将自己的房屋挂牌出售的人来说,所获得的回报是非常值得的。

根据国家房地产数据库ATTOM的数据,在2021年,一处普通房屋的销售利润略高于9.4万美元。这比2020年的利润高出45%,比疫情前的利润高出71%。绝大多数地区的房地产市场都出现了这种增长。ATTOM数据解决方案公司首席产品官托德·泰塔(Todd Teta)对此表示:“那些没有因疫情而失去工作的家庭纷纷涌入房地产市场,这在很大程度上是对危机的回应。有迹象表明,今年这股浪潮可能会放缓。而2021年将成为卖家最辉煌的年份之一,当然,它也是买家最艰难的年份之一。”

这是自2008年以来最高的利润水平。2008年是房地产的最近的一次辉煌年代。当年的房地产繁荣是建立在有问题的抵押贷款和几乎没有资产的房主之上的。但现在的情况并非如此,甚至是那些没有将房产挂牌出售的房主也在获得资产增值。截至去年年底,约42%的房主被认为拥有高价值房产(Equity Rich),这意味着他们的抵押贷款数额只有房屋价值的一半或不到一半。这远远高于2020年底的30%的比例。

在拥有高价值房产最多的前十个州中,有九个位于西部。包括爱达荷州、犹他州、华盛顿州和亚利桑那州等。拥有高价值房产最少的州主要集中在中西部和南部,如伊利诺伊州、路易斯安那州和密西西比州等。

这将对经济产生极大的影响,根据

“黑骑士”公司(Black Knight)的抵押贷款监测(Mortgage Monitor)的独家预测,2021年可动用资产(高于抵押贷款机构通常要求的20%的部分)增长了2.6万亿美元,达到创纪录的9.9万亿美元,一年内增长了35%。也就是说,现在平均每个房主的可动用资产净值为18.5万美元。

那么,这对整体经济意味着什么呢?如果消费者决定动用这些财富,那么其潜在的消费能力将是巨大的。美国经济分析局(Bureau of Economic Analysis)的数据显示,疫情爆发期间,个人储蓄率大幅上升,直到最近才开始恢复到疫情爆发前的水平。

“黑骑士”公司负责企业研究和战略的副总裁安迪·沃尔顿(Andy Walden)表示:“这些资金向以股票为中心的市场转移早已开始。截至去年第三季度,借款人从自己的住房中取出的资金比最近14年的都多。”

在通胀率已经达到40年来的最高水平的背景下,消费能力的增强可能会继续推高需求和价格。

除了出售他们的房屋,唯一可能阻碍一些房主利用所拥有的房产财富进行消费的方式,就是抵押贷款利率的上升。他们可能因此就不会去通过再融资套现,因为如果这样做,他们就不得不支付更高的利率。虽然房主进行房屋净值贷款也是一种可能性,但同样,这些贷款的利率也将上升。

台湾入境新规

自3月7日零時起(航班表定抵臺時間),入境台灣地區居家檢疫天數縮短為10天,請僑胞朋友們多加留意。最新公告請看僑務電子報: <https://ocacnews.net/article/303647>

3月1日起至3月31日

適度放寬防疫措施

維持或放寬之防疫措施

- 放寬戴口罩規定,增加4種例外情形(如下表)。除例外情形時得免戴口罩,外出應全程佩戴口罩
- 唱歌時,維持須戴口罩
- 營業場所及公共場所(含交通運輸)應嚴格遵守:實聯制、量體溫、加強環境消毒、員工健康管理、確診事件即時應變
- 賣場、超市、市場:依營業場所/公共場所防疫措施,不另要求人流管制;開放試吃
- 高鐵、台鐵、公路客運、船舶(固定餐飲區除外)、國內航班:於運具內(車廂、船舶、航空器)開放飲食
- 餐飲場所:嚴格落實實聯制、量體溫、提供洗手設備及消毒用品;宴席開放逐桌敬酒敬茶
- 違反上述實聯制等措施者依法裁處並限期改善,未完成改善者,不得提供內用服務
- 宗教場所、宗教集會活動:依內政部規定之防疫措施辦理

符合以下例外情形者,得免戴口罩

- 於室內外從事運動時
- 於室內外拍攝個人/團體照時
- 自行開車,車內均為同住家人,或無同車者時
- 直播、錄影、主持、報導、致詞、演講、講課等談話性質工作或活動之正式拍攝或進行時
- 農林漁牧工作者於空曠處(如:田間、魚塢、山林)工作
- 於山林(含森林遊樂區)、海濱活動
- 於溫/冷泉、烤箱、水療設施、三溫暖、蒸氣室、水域活動等易使口罩潮濕之場合
- 外出時有飲食需求,得免戴口罩
- 於指揮中心或主管機關指定之場所或活動(例如:藝文表演/劇組/電視主播等演出人員正式拍攝演出時、運動競賽之參賽選手及裁判於比賽期間等),如符合指揮中心或主管機關之相關防疫措施,得暫時脫下口罩

左列場合得免戴口罩,但應隨身攜帶或準備口罩,且如本身有相關症狀或與不特定對象無法保持社交距離時,仍應戴口罩

中央流行疫情指揮中心 2022/02/24

自3/7零時起 (航班表定抵臺時間)

入境居家檢疫天數縮短為10天

- 以自宅或親友住所1人1戶為原則。如家戶無法符合1人1戶檢疫條件,須入住防疫旅館完成10天檢疫。
- 同日入境之家屬/同住者檢疫期間可同住,或於防疫旅館依民眾意願並配合房型同住1室,建議以不超過2人同住為原則。

PCR 快篩 快篩 快篩 PCR 快篩 快篩

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 1 2 3 4 5 6 7

居家檢疫 自主健康管理

*家用快篩試劑由各國國際海埠人員於入境時發放。
*春節檢疫專案實施期間延長至今年3/6(航班表定抵臺時間)止

中央流行疫情指揮中心 2022/02/24

发皇古义，融会新知

与潘晓川教授关于经典针灸学的对话

(第三部分)

全美中医药学会 巩昌镇 博士

明医之路

巩昌镇: 我记着刘渡舟教授的传记的标题是“一代明医”。“明医”是一个很高的目标，在你看来，回归经典是“明医”之路的捷径吗？

潘晓川: 那条学习中医的正路，其实就是这么简单。对于经典，“天下遵守，莫之或二”，遵守四大经典而已。就这么一个简单的结论，怎么让莘莘学子毕业后寻求十几年或者几十年才得到呢？有的人甚至一辈子也没摸到中医的皮毛。现代人不服气，古人就那么聪明？如果不信，看看道德经，再想一下，你有本事用五千个字，从宇宙的产生，到人生哲理，说个清楚么？如果你还不服气，试一下不用文字，就把宇宙运行规律表达出来，而且让人看懂，传之后世。易经就是这样的符号系统，六十四卦，就是宇宙的密码。古人怎么知道宇宙的秘密的？我不敢说，因为不“科学”，信者恒信，不信者恒不信。当今世界，“信”最难，最缺的，也是“信”，末法时代，人类正在丧失“信”的能力。“神”的意思，应当分两种，一个意思，神就是气血，“上守神者，守人之气血有余不足，可补泻也。”这里的神实际上讲的就是气血的有余与不足，就是气血的虚实，就是气血的补泻。另一个意思，就是精神层次的神，就是宗教的“神”。历史上，中医两次把宗教的“神”排斥出去，第一次是医巫分家的时候，儒家盛行，中医从道医当中分离出来，称“儒医”；第二次是新中国成立，取缔了各种会道门，以前称为“会所”，就是老百姓说的“跳大神”这一类，属于道教。中医是不会去做念咒，驱鬼，招魂这一类事情的。

气化医学

巩昌镇: 气是经典中医的核心与本质概念。我也认为离开了气，经典中医也就不复存在了。气在形与神之间起了什么作用呢？

潘晓川: 中医以气为学科范围，不等于对形和神无能为力，气是形和神的桥梁，中医可以调神，也可以调形，但具体技术手段，当以调气为主，调形调神为辅。如果连气都看作是玄学，那还是去做西医，不要再做中医了。“气”是检验真中医和假中医的试金石，假中医是不会理解“气”的，“上守神”的调气技术，已经超出“粗守形”们的理解能力。

巩昌镇: 在你看来，经典中医就是气化医学。在经典中医中，“气化”是一个特定的概念。如何理解经典中医就是气化医学？

潘晓川: “五脏为阴，六腑为阳，传之后世，以血为盟”。“五脏六腑”为什么这么重要，需要以血为盟才传世呢？宇宙有序，由顶层向下，控制所有事物按自身规律发展。这个规律，就是双螺旋场规律，古人总结为太极规律。这个规律经过气化过程，体现在人体为气化的脏象系



统，其模型就是河图。经典中医是气化医学，是天道在人体上的反应，天道变成人道的过程，就是气化过程，遵循五运六气形式。天有五运，源于五星，五星场的太过与不及，配有十天干；地有六气，源于月亮，月亮一年绕地十二周，配有十二地支。天气下降，生出地上五行以有五脏，地气上升成为三阴三阳以有六经。先有天地五地六的理论模型，才有五脏六腑，六经分上下而有十二经络。五运六气又以五音为纲，更有“五音六律”，五音指宫、商、角、徵、羽；六律又有六阳律，六阴律，阳律称“律”，阴律称“吕”，所以千字文中有“律吕调阳”一句。而律吕正好为十二，就是现在用的十二平均律的半音阶，合十二经，十二月，十二地支，也是五音调脉法“琴神”的理论基础。为什么“天五地六”呢？自然数从一到十，奇数为阳，偶数为阴，五为阳数之中，六为阴数之中，五、六古称“静数”，特点是其乘方的尾数仍然是其本身，岂非冥冥之中，自有定数乎？

经典中医的境界

巩昌镇: 《黄帝内经·灵枢》是针灸的最高经典。你总结出了《黄帝内经·灵枢》针灸三境界，这是对经典针灸的一种深度挖掘吧？

潘晓川: 这三种境界分别也就是针灸治疗的三种思路：1. 对症治疗：如灵枢中“着痹不去，久寒不已，卒取其三里。骨为干。肠中不便，取三里，盛泻之，虚补之。”“男子如蛊，女子如疽，身体腰脊如解，不欲饮食，先取涌泉见血，视跗上盛者，尽见血也。”对症选穴，思路简单，奇穴之外，经验穴、特效穴层出不穷，脱离了经络，发挥到“全身无处不是穴”的程度。也不需要讲究补泻，称“平补平泻”。2. 辩证论治：最有代表的经络辩证，在“经脉第十”，十二经证之是动病，所生病，如手太阴之脉，“是动则病肺胀满，膨胀而喘咳，缺盆中痛，甚则交两手而瞀，此为臂厥。是主肺所生病者，咳上气，喘渴，烦心，胸满，膈臂内前廉痛厥，掌中热。气盛有余，则肩背痛，风寒汗出中风，小便数而欠。气虚则肩背痛，寒，少气不足以息，溺色变。”需要根据经络虚实，“盛则泻之，虚则补之”。3. 辨气论治：目的是“针刺之

类，在于调气”，摸脉取穴，“无问其病，以平为期”。一旦脉平，则“凡刺之道，气调而止”。针灵技术特点：辨气论治，大道至简；针少而小，至柔则刚；无问其病，以平为期；道术并行，自治他治。针刺方法各异，思路不同，境界高下立判：“粗守形，上守神”，“上工平气，中工乱脉，下工绝气危生”。为什么逻辑脉法技术简单？因为只需要考虑大小、沉浮、缓急、滑涩这四对脉素，无需考虑二十八脉可矣。各脉素定义明确，通过双侧脉的比较，每对脉素只有是或不是的选择，如要么大，要么小，不可能出现即大又小、即沉又浮的情况，所以特别客观。最后落实为太过与不及，随之调脉即可。

巩昌镇: 很多难以理解的经典著作中的条文在你的经典中医体系里得到诠释和贯通，可以举一个这样的例子吗？

潘晓川: 《难经》“三十三难曰：肝青象木，肺白象金，肝得水而沉，木得水而浮，肺得水而浮，金得水而沉，其意何也？然肝者，非为纯木也，乙，角也，庚之柔。大言阴与阳，小言夫与妇。释其微阴，而吸其微阴之气，其意乐金，又行阴道多，故令肝得水而沉也。肺者，非为纯金也，辛，商也，丙之柔。大言阴与阳，小言夫与妇。释其微阴，婚而就火，其意乐火，又行阴道多，故令肺得水而浮也。肺熟而复沉，肝熟而复浮者，何也？故知辛当归庚，乙当归甲也。”这段有些绕，各家注释，要么牵强附会，要么称“谬误百出”。“肝得水而沉，肺得水而浮”与我们平常理解似乎不符，该如何理解呢？现在用双螺旋理论辨析。在五行的大循环中，纯木属阳，性本升，纯金属阴，性本降。但是，落实在脏腑，木和金都是一个小太极，有升有降，肝升胆降，大肠升肺降。是大螺旋套小螺旋。如果水的封藏功能好，胆经就可以借金之力下降，用于治疗肝升发太过，故曰“肝得水而沉”；大肠经可以借火之力而升，用于治疗肺肃降太过，故曰“肺得水而浮”。水从来不会“封藏太过”，意思是水是根，金木平衡，即开合平衡，其根在水。水厚则相火得藏，寒水得温，则肝肺只体用得平。内经的中心在于心，难经的中心在于肾，本段真谛不在于肝肺，而是强调“得水”即“水厚”的重要性。

医学知识的来源

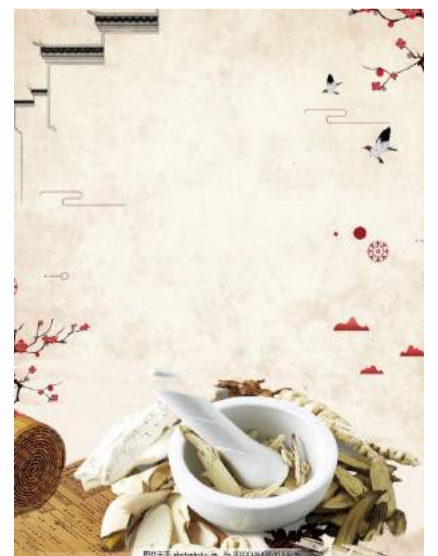
巩昌镇: 你对实践是检验真理的唯一标准提出质疑。如果实践不是检验真理的唯一标准，你的怀疑是“实践”呢？还是“唯一”呢？除此之外还有什么呢？

潘晓川: 道德经是公认的，最接近真理的哲学著作，老子把世界本源总结为“道”。老子是怎么知道的呢？是实践么？德国古典哲学家康德对于世界本源的思考，与老子不谋而合。那康德又是怎么知道的？还是实践么？听他如何解释：赋予知识以普遍性必然性的范畴形式，是主体先天具有的，它是先于经验而存在的。用古希腊哲学家柏拉图的话来说，就是在现实世界之外，有一个超越经验、超越时空、永恒存在的理念世界；人们的经验是无法认识理念世界的；人们关于理念世界的知识是先天地存在于人的心灵之中的，通过后天的学习，可以把它们激活。真的是这样么？怎么激活的？我不告诉您，因为说了，您也不一定相信。经典中医是由古代圣人“仰观天文，俯查地理，远取诸物，近取诸身”而来。而“近取诸身”的一个重要的方法就是内证。

巩昌镇: 内证是一个现代科学还无法接受的概念，我对此也有很多疑问。今天的医学很多工作都是外证。如何解释呢？

潘晓川: 内证指人通过修炼而具备内视反观的能力之后，自我验证阴阳、气血、经络、脏腑乃至天人相应真正含义的过程。内证是高深修炼者所具备的超出常人理解范围、现代自然科学无法解释却真实存在的能力，对中医人真正理解《黄帝内经》等经典，提高临床水平有着不可估量的作用。内证虽然如此重要，却不是常人所为，而且带有强烈唯心色彩，在相当一段时间成为禁忌话题，至今在科学界仍然没有完全解禁。经典中医自洽体系的一个突破，就是将内证转为外证，以“天之气即人之气”为指导思想，让没有内证功能看不到气的中医人，也可以看到和认识到宇宙气的运行规律，从而落实到人体。在此过程中，我们可以看出，古人就是把宇宙气的规律运用在人体之上。

(未完待续)



黄帝内经之素问篇 异法方宜论 移精变气论

【异法方宜论】

一:说明东、南、西、北、中央五方的地理环境、自然气候的差异,以及生活习惯的不同,对人体生理活动和疾病发生的影响。

二:指出医生临床上要了解病情和掌握治疗大法,必须结合具体情况,因地、因人制宜。

黄帝问曰:医之治病也,一病而治各不同,皆愈何也?

黄帝问曰:医生医疗疾病,同病而采取各种不同的治疗方法,但结果都能痊愈,这是什麼道理?

岐伯对曰:地势使然也。

岐伯回答说:这是因为地理形式不同,而治法各有所宜的缘故。

故东方之域,天地之所始生也。鱼盐之地,海滨傍水,其民食鱼而嗜咸,皆安其处,美其食。鱼者使人热中,盐者胜血,故其民皆黑色疏理。其病皆为痲癩,其治宜砭石。故砭石者,亦从东方来。

例如东方的天地始生之气,气候温和,是出产鱼和盐的地方。由于地处海滨而接近于水,所以该地方的人们多吃鱼类而喜欢咸味,他们安居在这个地方,以鱼盐为美食。但由于多吃鱼类,鱼性属火会使人热积于中,过多的吃盐,因为咸能走血,又会耗伤血液,所以该地的人们,大都皮肤色黑,肌理疏松,该地多发痲癩之类的疾病。对其治疗,大都宜用砭石刺法。因此,砭石的治病方法,也是从东方传来的。

西方者,金玉之域,沙石之处,天地之所收引也。其民陵居而多风,水土刚强,其民不衣而褐荐,其民华食而脂肥,故邪不能伤其形体,其病生于内,其治宜毒药。故毒药者亦从西方来。

西方地区,是多山旷野,盛产金玉,遍地沙石,这里的自然环境,象秋令之气,有一种收敛引急的现象。该地的人们,依山陵而住,其地多风,水土的性质又属刚强,而他们的生活,不堪考究衣服,穿毛巾,睡草席,但饮食都是鲜美酥酪骨肉之类,因此体肥,外邪不容易侵犯他们的形体,他们发病,大都属于内伤类疾病。对其治疗,宜用药物。所以药物疗法,是从西方传来的。

北方者,天地所闭藏之域也。其地高陵居,风寒冰冽,其民乐野处而乳食,脏寒生痲病,其治宜灸焫。故灸焫者,亦从北方来。

北方地区,自然气候如同冬天的闭藏气象,地形较高。人们依山陵而居住,经常处在风寒冰冽的环境中。该地的人们,喜好游牧生活,四野临时住宿,吃的是牛羊乳汁,因此内脏受寒,易生胀满的疾病。对其治疗,宜用艾火灸灼。所以艾火灸灼的治疗方法,是从北方传来的。

南方者,天地所长养,陽之所盛处也。其地下,水土弱,雾露之所聚也。其民嗜酸而食胾,故其民皆致理而赤色,其病痲痺,其治宜微针。故九针者,亦从南方来。

南方地区,象自然界万物长养的气候,陽气最盛的地方,地势低下,水土薄弱,因此雾露经常聚集。该地的人们,喜欢吃酸类和腐熟的食物,其皮肤腠理致密而带红色,易发生筋脉拘急、麻木不仁等疾病。对其治疗,宜用微针针刺。所以九针的治病方法,是从南方传来的。

中央者,其地平以湿,天地所以生万物也众。其民食杂而不劳,故其病多痿厥寒热。其治宜导引按蹻,故导引按蹻者,亦从中央出也。

中央之地,地形平坦而多潮湿,物产丰富,所以人们的食物种类很多,生活比较安逸,这里发生的疾病,多是痿弱、厥逆、寒热等病,这些病的治疗,宜用导引按蹻的方法。所以导引按蹻的治法,是从中央地区推广出去的。

故圣人杂合以治,各得其所宜,故治所以异而病皆愈者,得病之情,知治之大体也。

从以上情况来看,一个高明的医生,是能够将这许多治病方法综合起来,根据具体情况,随机应变,灵活运用,使患者得到适宜治疗。所以治法尽管各有不同,而结果是疾病都能痊愈。这是由于医生能够了解病情,并掌握了治疗大法的缘故。

【移精变气论】

一:指出时代不同,生活环境不同,因而疾病的发生情况也不同。

二:色脉合参,详细的问诊并结合四时、五行来综合分析,对

于临床诊断重要性。

三:强调神的得失极其对疾病预后的意义。

黄帝问曰:余闻古之治病,惟其移精变气,可祝由而已。今世治病,毒药治其内,针石治其外,或愈或不愈,何也?

黄帝问曰:我听说古时治病,只要对病人移易精神和改变气的运行,用一种“祝由”的方法,病就可以好了。现在医病,要用药物治其内,针石治其外,疾病还是有好、有不好,这是什麼缘故呢?

岐伯对曰:往古人居禽兽之间,动作以避寒,陰居以避暑,内无眷慕之累,外无伸官之形,此恬淡之世,邪不能深入也。故毒药不能治其内,针石不能治其外,故可移精祝由而已。

岐伯回答说:古时候的人们,生活简单,巢穴居处,在禽兽之间追逐生存,寒冷到了,利用活动以除寒冷,暑热来了,就到陰凉的地方避免暑气,在内没有眷恋羡慕的情志牵挂,在外没有奔走求官的劳累形役,这里处在一个安静淡薄、不谋势利、精神内守的意境里,邪气是不可能深入侵犯的。所以既不要药物治其内,也不要针石治其外。即使有疾病的发生,亦只要对病人移易精神和改变气的运行,用一种祝由的方法,病就可以好了。



当今之世不然,忧患缘其内,苦形伤其外,又失四时之从,逆寒暑之宜。贼风数至,虚邪朝夕,内至五脏骨髓,外伤空窍肌肤,所以小病必甚,大病必死。故祝由不能已也。

现内则为忧患所牵累,外则为劳苦所形役,又不能顺从四时气候的变化,常常遭受到“虚邪贼风”的侵袭,正气先馁,外邪乘虚而客袭之,内犯五脏骨髓,外伤孔窍肌肤,这样轻病必重,重病必死,所以用祝由的方法就不能医好疾病了。

帝曰:善。余欲临病人,观死生,决嫌疑,欲知其要,如日月光,可得闻乎?

黄帝道:很好!我想要临诊病人,能够察其死生,决断疑惑,掌握要领,如同日月之光一样的心中明了,这种诊法可以讲给我听吗?

岐伯曰:色脉者,上帝之所贵也,先师之所传也。

岐伯曰:在诊法上,色和脉的诊察方法,是上帝所珍重,先师所传授的。

上古使僦贷季理色脉而通神明,合之金木水火土,四时八风六合,不离其常,变化相移,以观其妙,以知其要,欲知其要,则色脉是矣。

上古有位名医叫僦贷季,他研究色和脉的道理,通达神明,能够联系到金木水火土以及四时、八风、六合,从正常的规律和异常的变化,来综合分析,观察它的变化奥妙,从而知道其中的要领。我们如果要能懂得这些要领,就只有研究色脉。

色以应日,脉以应月,常求其要,则其要也。夫色之变化以应四时之脉,此上帝之所贵,以合于神明也。所以远死而近生,生道以长,命曰圣王。

气色是象太陽而有陰晴,脉息是象月亮而有盈亏,从色脉中得其要领,正是诊病的重要关键。而气色的变化,与四时的脉象是相应的,这是上古帝王所十分珍重的,若能明白原理,心领神会,便可运用无穷。所以他能从这些观察中间,掌握情况,知道去回避死亡而达到生命的安全。要能够做到这样就可以长寿,而人们亦将称奉你为“圣王”了。

中古之治病,至而治之,汤液十日,以去八风五痹之病。十日不已,治以草苏草藜之枝,本末为助,标本已得,邪气乃服。

中古时候的医生治病,多在疾病一发生就能及时治疗,先用汤液十天,以祛除“八风”、“五痹”的病邪。如果十天不愈,再用草药治疗。医生还能掌握病情,处理得当,所以邪气就被征服,疾病也就痊愈。

暮世之病也,则不然,治不本四时,不知日月,不审逆从,病形已成,乃欲微针其外,汤液治其内,粗工兇兇,以为可攻,故病未已,新病复起。

至于后世的医生治病,就不是这样了,治病不能根据四时的变化,不知道陰陽色脉的关系,也不能够辨别病情的顺逆,等到疾病已经形成了,才想用微针治其外,汤液治其内。医术浅薄、工作粗枝大叶的医生,还认为可以用攻法,不知病已形成,非攻可愈,以至原来的疾病没有痊愈,又因为治疗的错误,产生了新的疾病。

帝曰:愿闻要道。岐伯曰:治之要极,无夫色脉,用之不惑,治之大则。逆从到行,标本不得,亡神失国。去故就新,乃得真人。

黄帝道:我愿听听有关临证方面的重要道理。岐伯说:诊治疾病极重要的关键在于不要搞错色脉,能够运用色脉而没有丝毫疑惑,这是临证诊治的最原则。假使色脉的诊法掌握,则对病情的顺逆无从理解,而处理亦将有倒行逆施的危险。医生的认识与病情不能取得一致,这样去治病,会损害病人的精神,若用以治国,是要使国家灭亡的!因此暮世的医生,赶快去掉旧习的简陋知识,对崭新的色脉学问要钻研,努力进取,是可以达到上古真人的地步的。

帝曰:余闻其要于夫子矣,夫子言不离色脉,此余之所知也。

黄帝道:我已听到你讲的这些重要道理,你说的主要精神是不离色脉,这是我已知道的。

岐伯曰:治之极于一。

岐伯说:诊治疾病的主要关键,还有一个。

帝曰:何谓一?

黄帝道:是一个什麼关键?

岐伯曰:一者因得之。

岐伯说:一个关键就是从与病人接触中问得病情。

帝曰:奈何?

黄帝道:怎样问法?

岐伯曰:闭户塞牖,系之病者,数问其情,以从其意,得神者昌,失神者亡。

岐伯说:选择一个安静的环境,关好门窗,与病人取得密切联系,耐心细致的询问病情,务使病人毫无顾虑,尽情倾诉,从而得知其中的真情,并观察病人的神色。有神气的,预后良好;没有神气的,预后不良。

帝曰:善。

黄帝说:讲得很好。

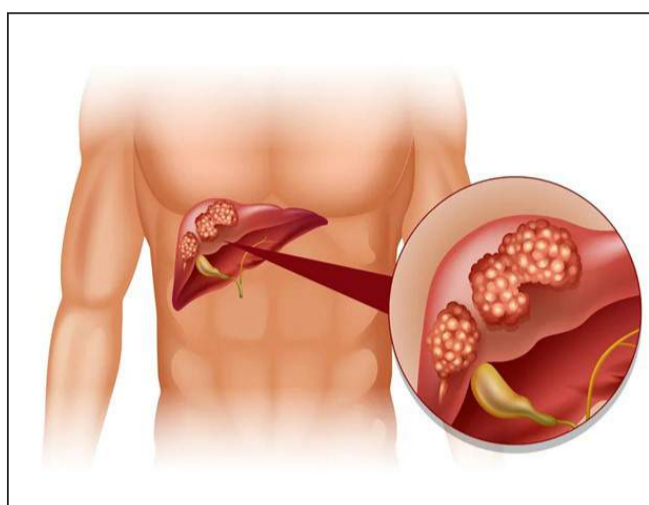
(未完待续)

肝癌与中医药干预

作者 袁作彪

一、医学简介

肝癌是指发生于肝脏或从肝脏开始的恶性肿瘤。癌症也可能从其他部位转移到肝脏,称为肝转移癌或继发性肝癌,其比例比肝脏原发性的肿瘤要高。今天讨论的是原发性肝癌。



肝癌的主要原因是因为乙型肝炎、丙型肝炎或是酒精造成的肝硬化。其他原因包括黄曲毒素、非酒精性脂肪肝病及肝吸虫。最常见的是肝细胞癌,占总病例的八成,其次是胆管癌。其他较少见的有粘液性囊性肿瘤及导管内乳头状胆道肿瘤。可以透过血液检验及医学影像来诊断,并透过组织活检来证实。原发性肝癌是出现频率第二高的癌症(6%),致死率则是第六高(9%)。

治疗肝癌,首先要确定肿瘤是否可以切除。早期的肝癌患者可以做全部切除手术。如果是晚期肝癌,如第三、四期,而肿瘤无法完全切除,做手术切除则意义不大,且弊多于利,对病患没有帮助反倒有害。如此则会采取化疗以及射频(RFA)方式治疗,或者注射酒精破坏癌细胞。

肝癌患者的预后受肿瘤分期、身体状况、治疗方法等因素的影响。总体上,早期肝癌患者接受根治性手术后的预后相对较好,5年生存率可达到40%~70%。但晚期肝癌患者的生存时间往往只有半年到一年半。此外,肝癌的复发率较高,手术切除后的5年肿瘤复发转移率高达40%~70%。

二、中医优势

在临床实际中,肝癌的手术治疗适应范围仍然很窄,据估计,在门诊肝癌患者中能适应手术探查者不超过5%,且早期肝癌或小肝癌切除后,并不能解决肝内的复发病灶或多中心病灶未能清除的问题,因此,肝癌总的生存率仍然很低。中医中药结合辅助治疗可提高疗效。许多患者或为弥漫性肝癌、或伴有腹水、或伴肾功能不全,难以接受手术、肝动脉栓塞化疗、冷冻等治疗,中医药法成了主要治疗方法。

中国国家卫生健康委印发的《原发性肝癌诊疗规范(2019年版)》,指出中医中药治疗能够改善临床症状,提高机体的抵抗力,减轻化疗不良反应,提高病人的生活质量。对于不能耐受或者不愿接受一线和二线城市治疗的肝癌病人,可建议中医中药及最佳支持治疗。《规范》提出,除了采用传统的辨证论治、服用汤剂之外,药监部门已批准了若干种现代中药制剂的辅助治疗。另外,榄香烯、华蟾素等用于治疗肝癌,具有一定的疗效。

三、中医病机

肝癌据其临床表现及特征可归属于中医的“胁痛”、“腹痛”、“黄疸”、“积聚”、“症瘕”等范围。其病机较为复杂,临床上实难见到单一的发病机制,临床上多表现为虚实夹杂、寒热混杂。正虚邪陷正虚不足是其主要病理特点,亦即“正虚则成岩[《外证医编》]”之理。正虚主要是指肝气不足,功能失调。邪实是指痰湿、瘀毒结聚。

病至肝癌,正气日离,痰湿、瘀毒结聚,正虚邪实,治疗既需祛邪又当扶正。但中医药治疗肝癌的关键,不

仅仅是消除癌肿的本身(祛邪),重要是在整体观念指导下恢复肝脏的生理功能,只有从肝虚论治(扶正)才能阻止肝癌的发生发展、导致部分肿瘤消失,也即正气恢复(功能恢复)邪气乃去。

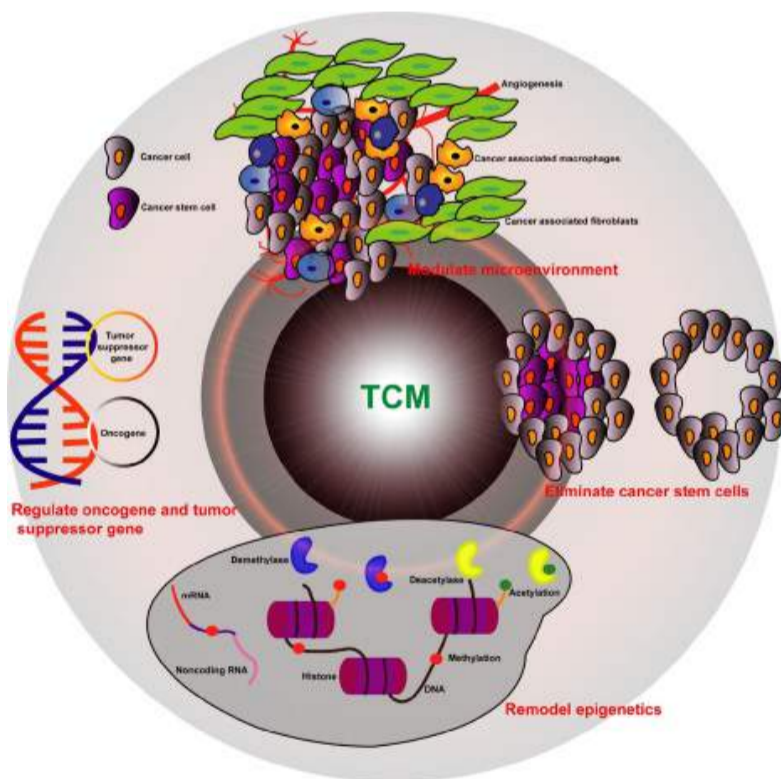
正气不足主要表现有两种类型,即肝阴不足、肝脾两虚,不管哪种类型,临床上皆存在肝阴血不足之征。临床辨治当抓主证、查舌脉。肝阴血不足见口干,舌红少苔,脉弦细数或脉势来长去短,兼阴血不足肝郁之证,血不足见多梦。肝脾两虚见腹泻、纳差、脉细或脉势来短去长,兼肝阴血虚肝郁之证。邪实为痰湿、瘀毒结聚,是肝虚的病因及病理产物。故治疗肝癌之法不外养阴血、补脾气、理气活血、以毒攻毒、通利二便、清热等几种治法联合应用,在改善内环境基础上抗癌。

四、针灸

刺法在临床主要以消除癌肿、镇静止痛、扶正祛邪、解郁调神来达到治疗目的。刺法缓解疼痛的作用机制研究日益完善,已成为缓解癌性疼痛的首选方法之一。沈建美等采用电针治疗晚期肝癌疼痛,对照组采用芬太尼贴剂治疗,改良视觉模拟(VAS)量表评价疼痛程度研究表明,电针刺激能够缓解疼痛,且较芬太尼贴剂疗效持久、皮疹等副作用减少。刺法对肝癌患者治疗后副作用有较好改善作用。张向阳采用针刺内关、太冲治疗肝癌术后呃逆,结果表明针刺能够降低呃逆发生频率,缩短呃逆周期。刺法能够改善肝癌患者免疫功能,提高患者抗肿瘤能力。刘文导等采用针灸联合中药治疗肝癌肝动脉化疗栓塞术后患者,雀啄法双侧内关穴、平补平泻法足三里及“止吐穴”,每次20~30min,1次/d,治疗7天,治疗后CD4、NK细胞比例明显上升,同时可以降低毒副作用,保护骨髓造血机制。

五、中药药理研究

现有的细胞以及分子生物学研究发现,中医药在肝癌辅助治疗中的机理涉及调节遗传学,表观遗传学,调节肿瘤致癌基因以及抑癌基因,调节肿瘤微环境以及去



除癌症干细胞等。这方面的研究越来越多,质量也越来越高。中药的有效成分则多见于诸如姜黄素,白藜芦醇和小檗碱等。因此相应的中药如姜黄,虎杖和黄连在处方中可以适当加用。

六、中医临床用药特点分析

有学者收集、整理2004年1月至2017年10月上海中医药大学附属岳阳中西医结合医院肿瘤科病房的Ⅱ期及Ⅲ期(分别为108例及107例)原发性肝癌住院患者共215例,对所用中药情况进行分析总结。结果发现,补虚药使用最多,其次为清热药、利水渗湿药。所用中药的

四气属性最多的依次为寒性药和温性药,五味归属最多者则依次为甘味和苦味,寒性药能清热解毒攻邪,温性药能补虚,甘味药具有补益作用,而苦味药则能清热泻火、燥湿而祛邪;皆体现了中晚期原发性肝癌治疗中以补虚清热抗癌为主的治疗原则。常用的中药为:白术,柴胡,大枣,黄芪,甘草,茯苓,薏苡仁,白花蛇舌草,半枝莲等。

七、个人经验

目前西医认为,如果有远处转移且肝功能良好(A级),最好的治疗就是服用靶向药物索拉非尼(多吉美)或索坦,或采用化疗(阿霉素或FOLFOX方案)。最近又有研究提示联合使用索拉非尼和阿霉素化疗的疗效要高于单用阿霉素化疗。

实际上,单用化疗对于肝癌的疗效很有限,以至于这些年很少有人对肝癌进行化疗。多吉美的疗效在于对于严格筛选的病人可以使平均生存时间从7.9个月延长至10.7个月。其缺点是费用非常昂贵,而且仅仅适合及少数病人(肝功能A级),对于大多数中国肝癌病人来说,一旦确诊多属于肝功能B级或C级,疗效很差。上面提到的多吉美联合阿霉素方案是否较单纯的多吉美疗效好,尚无证据。因此,1、对于肝功能良好的患者(A级),如果经济情况容许,可以考虑使用多吉美+中医药(作为多吉美的增效减毒);2、如果经多吉美治疗无效、肝功能良好,可以考虑化疗+中药(对化疗的增效减毒);3、对于肝功能不良的患者(B级特别是C级的患者),选择中医药为主+护肝+最佳支持治疗。中医证型主要为脾虚痰瘀互结、脾虚湿瘀互结。多使用甘草、党参、蛇舌草、石见穿、红豆杉、龙葵、八月札、白术、薏苡仁、蛇泡勒、延胡索、山楂、莪术、蛇莓等。

八、结语

肝癌是一种非常复杂的疾病,病因与发病机制仍未完全明确,早期时疾病难以察觉,中晚期时难以控制疾病的恶化,因此增加了临床治疗的难度,目前尚未有完全治愈的临床方案可供选择。追本溯源,不论主症兼症,前人对原发性肝癌的治疗都有其独到的见解和显著的临床疗效,现代分子生物学对中药药理的探索使得中医对肝癌的治疗迈上了新的台阶。同时,将中医与西医的治疗方法有机融合,取长补短,优势互补,拓宽了中医在治疗肝癌方面的应用范围。在疾病早期采用中西医结合治疗,可以预防肝炎、肝硬化向肝癌的转变,固本清源;肝切除术与肝移植术后,服用中药可以防止肝癌的复发与转移;肝动脉栓塞术与局部消融术后,中药可以明显减缓不良反应;最后疾病发展到终末期,中医药联合西医的治疗方法,双管齐下,以减轻患者的疼痛,提高患者的生活质量,尽可能地延长生存期,以期能够做到“带瘤生存”。但是,中医对肝癌的辨证分型暂无统一的标准,一些经验方缺乏大样本的随机临床对照实验以明确疗效,以及如何更好地将中医与西医的治疗方法结合起来,共同行抗肿瘤治疗,需要在今后的实践中不断积累经验,找到治疗肝癌的“最优解”。



袁作彪,明尼苏达州注册中医师。1993年毕业于江西中医学院,获医学学士学位。2000年毕业于上海中医药大学,获中医临床医学博士学位。2012年起担任上海市特聘教授。曾先后学习和工作于上海中医药大学附属龙华医院,上海交大医学院附属瑞金医院,前者为少数的国家中医肿瘤临床中心。曾于明尼苏达大学医学院外科系从事胰腺癌以及胰腺炎的转化医学研究。如需要咨询相关信息,请访问其诊所网站:
www.yiacupuncture.com, 或电话咨询612-512-9051,
微信号: 434-227-2863.
诊所地址: 7400 Metro BLVD, #385, Edina, MN 55439

老年听力障碍(十三)

周志益博士(明州)

耳聋耳鸣患者的日常生活 注意事项

为了预防耳聋耳鸣疾病的发生,我们在生活起居方面需要注意以下几点:

第一、耳鸣耳聋病人应戒烟禁酒,不喝浓茶、咖啡和其他刺激性食物。防止尼古丁、乙醇对内耳和听神经的损害。

第二、适度的体育锻炼。身体适当运动可以促进全身血液循环,增加人体的新陈代谢,加强内耳器官的血供,改善内耳代谢。可选择多种适当的运动,如打太极拳、散步、慢跑、游泳等。其中散步对老年人最易掌握,是一项随时随地都可锻炼的活动。选择噪音小,空气清新,环境优美,不紧不慢地信步而来,一定会感到心旷神怡,周身舒爽,对耳聋的恢复十分有益。行走要有一定速度(每分钟达80-100步以内),路程要有一定距离(一般每天6000步左右)。每天走路1小时左右,可上、下午分次完成。做到自我感觉良好,心率增加20次左右,没有心悸气促,全身温暖舒适或微微有汗为度。

第三、耳的自我推拿保健,推拿是促进耳鸣耳聋恢复,减缓症状的良好方法。人的耳廓正面有300多个穴位,背面有50多个穴位。这些穴位关联着人体的各个部位,同时对促进耳部血液循环有良好作用,可延缓耳聋症状发展。如果经常用手掌或手指揉搓耳廓,能收到很好的保健效果。按摩耳廓,没有严格的要求,闲暇时可随时做,每次约5-10分钟,以发热为度。

第四、控制情绪,保持心情舒畅。要想进入老龄仍保持耳聪目明,首先要有一个健康的身心,要创造一个良好的生活环境,每天都以愉快的心情去面对一切。心胸开朗,少发脾气



是良方。

第五、多与人交往,多动脑,多动手可以延缓衰老,预防老年性耳聋。

第六、尽量避免接触噪音。如交通、工业、建筑、娱乐、居住环境中的噪音。

人们一般都相信老年耳聋与老年眼花一样自然,听力丧失同白发满头及老年斑一样不可避免。但多年的研究结果却表明,长久过度暴露于噪音之中是导致听力损伤的原因之一。

美国圣路易斯耳聋研究中心的专家威廉·克拉克指出:在美国,约占5%的人的听力丧失并不完全是由衰老造成的,而是由人在一生中中对耳朵的损害造成的。对此人们应该及时采取切实可行的办法来保护自己的耳朵,如戴耳塞,遇到巨响如放鞭炮要用手护耳,或远离噪音居住区等。患了耳聋耳鸣应及时到专业正规医院检查治疗。

下期我们会介绍

[听力知识连载-老年听力障碍(十四)]
敬请关注!

如果您有什么问题,请向明州美国之听著名听力学家周志益博士咨询。

电话: 651-324-4589

邮箱: jerryz@hearingofamerica.com

春季花粉过敏的防治

又到了一年万物复苏、草长莺飞的春季,此时也是过敏性疾病患者最难受的季节之一,喷嚏连天、鼻涕不止,让人苦不堪言。而此时的过敏大多与春季花粉症有关。那么什么叫春季花粉过敏。

什么是花粉过敏

早在公元130~200年,希腊医学家Galen在他的著作中提到,有患者在接触花草后引发喷嚏发作,这可能是关于花粉过敏的最早描述。在我国民间也有“热伤风”的说法,即在夏秋季节天气炎热的时候,患者突然出现“感冒”样症状,“热伤风”可能是我国对花粉过敏的早期观察与描述。

花粉症的定义

花粉症是具有特异性体质的患者吸入或接触花粉变应原后,出现特异性反

地区,以北京地区来说,其主要的春季过敏花粉为树木花粉,主要有榆属、杨属、柏科(侧柏属/刺柏属)、柳属、白蜡树属、悬铃木属、桑科、桦木属、松属、栎属等花粉。

致敏花粉的特点

引起花粉症的花粉并不是人们想象中的色彩鲜艳、香气四溢的虫媒花,绝大多数为风媒花,具有以下几个特点:

1. 花朵细小而量多,花粉体较小:直径15-30微米;
2. 花粉产量大;
3. 植株对自然环境的适应性很强;
4. 花色不鲜艳,多数为非观赏花;
5. 不香,有时还有特殊的臭味花粉;
6. 不含蜜质,无粘性;
7. 花粉质量轻,容易飘散;
8. 花粉播粉期较长。

花粉过敏的防治

出现过敏症状的患者首先要明确病因,进行过敏原检测。急性期对症进行药物控制,到了症状的缓解期,则需进行特异性免疫治疗,即在查明患者过敏原后,为其注射相应抗原进行脱敏。

同时,患者需提前一两周做好防护、用药预防。花粉过敏患者一般提前一到两周采取戴口罩、戴防护眼镜等防护措施,并及时对症用药,可以避免过敏症状急性发作。还有,春季花粉过敏,突出表现为喷嚏、流涕、咳嗽,而上述症状与普通感冒、流感相似,春季恰恰也是感冒、流感的高发季,因此要特别注意区别。



疫球蛋白E(specific immunoglobulin E, sIgE)介导的过敏性鼻炎、过敏性结膜炎、哮喘、荨麻疹、过敏性皮炎等症状的疾病,症状的出现与花粉的地域和播散季节相关。我国花粉症主要集中在长江以北

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)

王氏裝修公司

One Stop 診療中心:

6545 France Ave S. Suite 290.

Edina, MN 55435

周一、二、四、五

杨璐会计师事务所

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@rongqiangcpa.com 中英文网站: www.rongqiangcpa.com



明州地产出租管理

Minnesota Leasing and Management

- 招租和处理租金
- 专业筛选租户
- 处理租户问题
- 安排维护维修
- 明细年度月结单

免费咨询电话: 952-228-1049

| 专业 | 资深 | 省心 | 放心 | 一站式管理 |



扫描二维码添加微信号

1597 MN-7, Hopkins MN 55305



伊斯兰女人头饰 畅想

作者 刘道生

伊斯兰人是一个既遍布世界，又神秘的民族。至今，一提起伊斯兰，各种各样的议论都有。不一而足。

记得，当我还小的时候就听说：世上有一个不吃猪肉的民族。在中国，人称“回回”。这大概是我对伊斯兰的最早认识。后来，参军了。我所在连队从云南昭通招收了一批新兵，其中不少是“回回”。那时，我作为训练新兵的教官，才开始对“回回”有了真正的接触。说实在的，这批新兵大多来自农村，文化水平不高，但为人却是实心的，只要你对他好，他就会对你更好。举例来说，我曾听说云南昭通产麝香，就问一个新兵，是这样吗？新兵的回答是肯定的。新兵还问我：“您需要吗？”我没有说“需要”，而是说“太麻烦，就算了！”

事后，我也没放在心上。可是，不久的一天，这位新兵找到我，对我说：“班长，你说的麝香，我给你弄来了！”开始，我是惊愕，不敢相信自己的耳朵，我说：“真的吗？”“真的！”新兵回答说。说着，他将包得严严实实的一小包麝香给我，并打开给我看。小包打开时，麝香散发出一种特有的芳香扑鼻而来，使人有一种特殊的香气清醒感。我当即将麝香包好，并装进空弹壳里，用蜡将口封好。至今，这包麝香还没有用完，只是当非用不可时，才打开取一点出来。当我接过麝香，将我当时仅有的“10元人民币”给他时，他无论如何都不收。我想他绝不是嫌钱少。因为，那时的军饷，我每月是8元人民币。那时有10元人民币，可是个大数字。他对我说，你认我是朋友吗？要是认，就不要给钱。我用当时特有的政治术语，习惯地说，毛主席教导我们：我们都是来自五湖四海，为了一个共同的革命目标，走到一起来了。当然是朋友了。就这样，友谊高于一切。我们也成了好朋友。这个新兵，很争气，各项训练科目，都能认真，踏实，刻苦地练，并取得了优异成绩，成为一个合格的五好战士。这，是我第一次与伊斯兰人结成朋友。

不料，四十五年后，我又一次与伊斯兰



结缘。2015年的金秋时节，我从美国回到中国大陆，来到长江中游的明珠城市：宜昌。宜昌是一个具有悠久历史文化底蕴的城市。那里，有闻名于世的三峡大坝，又有历史上著名的三国时期、蜀国皇帝刘备的猇亭古战场，猇亭更是闻名世界的猇红玛瑙产地。我是一个热血性格的人，很容易受人感染。在几位朋友的鼓动下，也加入到宜昌人探宝寻找玛瑙的行列。说实在的，我这个人还算是一个幸运的人。金秋时节的宜昌，秋高气爽，风和日丽。我，经常背着小包和工具，行走在长江河床上，寻找玛瑙和奇石。一路走来，的确收获不小，拾得很多大小不等的玛瑙和奇石。说来也合情合理，当时把玛瑙捡起来，只是兴奋一下，觉得没有白跑一天，就很满足了。我根本没有仔细端详每颗玛瑙奇石的尊容。说着，我结束了在中国的旅游，回美国后，又到佛罗里达旅游两周。从佛罗里达回来后，这才静下心来，坐下来整理从宜昌带回来的奇石玛瑙。在我XX岁生日这一天，

在我继续整理玛瑙时，在探宝电筒光的照耀下，一枚闪耀光芒的玛瑙，使我惊喜不已。这不就是伊斯兰女人头饰吗？这颗玛瑙，真实地再现了伊斯兰女人头饰的雍容华贵，引人入胜的魅力。在我周围，有很多来自伊斯兰国家的学者和家属，他们给我的印象，最具特征的还是伊斯兰女人的头饰。令我喜出望外的是，宜昌玛瑙展示的头饰，与现实伊斯兰女人头饰则有过之而无不及。于是，立即即兴赋诗，无限感慨地写道：

世有伊斯兰，人过十万万。别的先不说，只把民俗谈。伊斯兰女人，可从头饰看。蒙头鼻嘴脸，露眼亮闪闪。

宜昌一玛瑙，活显奇特观。鬼斧神工师，当今谁与撼？我把话撂这，请君细品探。吾辈需努力，创新莫自惭。

这，是我一生中第二次与伊斯兰结缘。我想，大自然真是仁心宅厚，独对伊斯兰女人关怀有加，真叫人有些嫉妒，早在亿万年前，就已为伊斯兰女人设计好了漂亮的头饰。这，太奇妙了。愿我捡到的这枚玛瑙展示的风采，能为伊斯兰女人的头饰设计开阔思路，放飞思想，使伊斯兰女人的头饰更加锦上添花，将伊斯兰女人打扮得更加美丽，更加漂亮……



Phalen Park Auto Repair
陳寬車行 — 老字號，信譽高
 擁有修車專業證書，美國ASE技術認證。經驗豐富，收費合理。
 汽車保養，診斷維修。免費估價，誠信可靠。

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

TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC
雙城大理石折扣店
 保證全明州最低價
 主要经营厨房，卫生间，酒吧的大理石和人造石台面，赠送不锈钢水槽

地址: 11521 EAGLE ST NW #10 COON RAPIDS MN 55448
 TEL: 763-862-0888 BENNY: 917-353-6939

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

“神迹” 婴儿降生于 2/22/22 凌晨 2:22



当她最初进入产房时，这对夫妇被安置在3号房间，但由于监视器的技术问题，他们被转移到了2号房间。然后，Aberli 经过了26个小时艰难地分娩，才生下了这个神迹宝宝！

当婴儿 Judah 终于出生时，产房里所有人都欢呼起来，新爸爸称之为“这是神安排的时间”。新妈妈 Aberli 看到她的新生儿时，她非常高兴并非常感恩说“这就是一个神迹，一个神迹宝宝。这就是为什么我们决定选择 Judah 这个名字，因为它意味着赞美——赞美上帝满足了我们内心的渴望”。

2022年2月22日，就在凌晨2点22分出生后，父母与新生儿拍下了第一张照片合影留念。

另外，Judah 的生日还有一个特别的原因，因为它落在了一周中听起来像数字的那一天——被许多人称为“Twosday”。上一次发生这种罕见的2/22/22日历事件是在1622年，下一次要到2422年。

这位新生儿 Judah 目前加入了一个特殊的婴儿俱乐部，该俱乐部出生的孩子都有一个独特的日期和时间。比如：2019年田纳西州的一名女婴于9月11日晚上9点11分出生，重9磅11盎司。2021年，一名在佛罗里达州中部医院出生的男婴，于下午3点21分降生，在3/21的321区号。2022年初，加利福尼亚双胞胎仅相隔15分钟降生了世界。但由于独特的时机，他们出生在不同的日子、月份和年份。阿尔弗雷多·安东尼奥·特鲁希略2021年12月31日在晚上11点45分首先出生；他的双胞胎妹妹艾琳·约兰达·特鲁希略 (Aylin Yolanda Trujillo) 于1月1日午夜准时出生，使她成为2022年在医院出生的第一个婴儿。该医院是加州萨利纳斯的Natividad 医疗中心。

在“神迹”婴儿 Judah 出生几个小时后，Aberli 抱着襁褓中的新生儿说，她希望这个经历“能给人们带来希望，让人们继续努力并坚持为他们的梦想祈祷。”

“这是完全值得的，因为上帝会回应你真诚的祈祷，”她说。

婴儿 Judah Grace 于2022年2月22日星期二凌晨2点22分，出生在北卡罗来纳州。婴儿的父母说这是神迹，除此之外，还有更令人神奇的原因。

周二，世界各地的许多人特别关注2月22日或2/22/22的特别日期。在北卡罗来纳州伯灵顿的斯皮尔家族，他们在这个永远不会忘记的夜晚，迎来了他们的“神迹”女婴。婴儿 Judah Grace 于22年2月22日星期二凌晨2点22分在 Cone Health Alamance 地区医疗中心出生。更罕见的是，她体重7磅10盎司，相当于122盎司，她出生在医院的2号分娩室。撇开数字上的巧合不谈，Judah——一个意为“赞美”意思的希伯来名字——被赋予了给她。

首次成为父母的是 Aberli 和 Hank Spear。Aberli 于2014年被诊断出患有霍奇金淋巴瘤。经过治疗，在2020年她的肿瘤得到了全部清除。但这对夫妇也被告知他们可能无法生育。Aberli 回忆道：“我们去了冷冻卵子诊所，但最终我们决定不做，因为它太贵了”。根据网站 FertilityIQ 的数据，每个周期的卵子冷冻成本高达15,000至20,000美元。

Aberli 说，“所以，我们祈祷我们会孩子”。她说婴儿的预产期实际上是2月22日，他们认为这将是一个“很酷”的生日，但没想到新生儿真的会在这个日期出生。Aberli 被安排在2月20日住院进行催产，这对夫妇于当晚11点50分抵达医院。



“通俄门” 真相大白 希拉里是始作俑者

据《纽约邮报》等媒体2月13日报道，调查“通俄门”事件起源真相的美国司法部检察官约翰·达勒姆11日向法院提交文件，指出最早向美国联邦调查局(FBI)提交所谓特朗普“通俄门”有关证据的律师苏斯曼其实受雇于希拉里。

大家应该还记得“川普通俄门”事件吧，当时闹得沸沸扬扬，此事已经过去五六年了，近日随着特别检察官达勒姆 John Durham 公布的调查结果，让剧情再一次反转。

媒体梳理达勒姆提交的文件得出结论认为，希拉里的竞选团队花钱让科技公司对川普大厦以及川普住所内的计算机服务器实施黑客攻击，甚至在川普当选总统后还“黑”进了白宫的计算机服务器，以拼凑出所谓数据，制造了川普跟俄罗斯阿尔法银行之间存在关联的假象，即FBI后来调查“俄罗斯当局干预美国2016年大选”的部分依据，但是FBI最终没有发现川普阵营与俄罗斯当局存在勾结。

此前，向FBI提交所谓证据的苏斯曼曾声称自己并非受雇于希拉里。但调查发现，他当时为至少两名指定客户工作，包括美国一家网络公司以及希拉里竞选团队，并多次就有关工作向希拉里竞选团队索取费用。

这对要打算复出在2024年竞选总统的希拉里·克林顿 (Hillary Clinton) 来说，可谓是“当头一棒”！她在2016年竞选总统期间，雇用黑客入侵川普大楼的服务器，并在大选后入侵白宫服务器，以不正当的手段，来获取于乌须有的川普“通俄门”事件证据，来分散公众对她“电子邮件门”的注意力，从而阻止川普当选总统。而这一切，时任总统奥巴马和副总统拜登均知情。

现在，希拉里将面临刑事调查的指控。

而特别检察官达勒姆的调查，实际上是延续前特别检察官罗伯特·穆勒 (Robert Mueller) 的调查。在川普当选总统后，民主党一直捏造川普“通俄”的虚假材料，并让前FBI局长穆勒率领调查组进行独立调查，经过2年的调查，并未发现川普通俄的证据，反而发现民主党人从一个所谓的军情六处特工中拿到虚假材料，才使得川普“通俄”的谣言越来越大。

2020年2月，时任司法部长威廉·巴尔任命约翰·达勒姆 (John Durham) 调查这背后的黑幕，调查对象包括CIA、FBI以及希拉里竞选团队等，且不能随意撤换特别检察官，除非他有明显的渎职或者利益冲突，这就保障了即使拜登入主白宫也无法随意开除达勒姆。

因此，编造川普“通俄”已经有了“诬陷”的结论，那么“谁是诬陷者”？达勒姆的任务就是要对“通俄门”事件继续调查，揪出造谣者！



近日，特别检察官达勒姆开始对外公布调查结果，最新结论是：

- 1、现在败登的国家安全顾问——沙里文，在构陷川普普通俄的事件中，负有重要责任。此人当时的职务是希拉里的政策顾问。
- 2、希拉里、沙里文团伙，用金钱买通他人，编造川普普通俄的罪名。
- 3、希拉里团伙用技术手段监视当选总统前后的川普。

达勒姆公布的首批法律文件，显示在2016年9月，中央情报局(CIA)将一份备忘录转发给联邦调查局(FBI)，里面是有关川普普通俄的虚假材料。调查报告还显示，前CIA局长布伦南在2020年8月接受了特别调查组长达8小时的询问，调查组主要想搞清楚他当时对于川普“通俄”的情报的评估，以及他如何向奥巴马和拜登汇报此事的。

希拉里方面对此事暂未作出回应。据英国《每日邮报》14日报道，目前，民主党内部也开始认为应当就“通俄门”真相对希拉里进行调查，并且已经越来越多的人要求刑事调查希拉里。

川普在2月13日发表一份简短的声明表示：希拉里·克林顿和激进的左翼民主党人对美国总统进行间谍活动，即使在任职期间，也是比水门事件严重得多的罪行。

川普还说：看看媒体是如何报道此事的，以及米奇·麦康奈尔和共和党内的RINO们将对此做些什么，这将会很有趣。这是对共和党的侮辱，但对我们国家的侮辱要大得多。

然而，事实上主流媒体一概忽略这则重磅新闻，纽约时报》、《华盛顿邮报》、CNN、MSNBC、ABC、CBS等所谓的主流媒体，全部只字不提这个比“水门事件”还严重的丑闻，足以证明这些所谓的主流媒体早就失去了公平、公正、客观的职业道德。

美国的政治家先贤当初就意识到了这一点，创立了一套“非常不错”的法规。然而，无论什么样的法规也抵挡不住人性的罪恶，所以亚当斯当时就说“我们设计的这一套法规是为有道德的人准备的，对其他人根本不适用”。这句二百多年前的预言，在希拉里、沙里文等人编造的“通俄门”身上，应验了。

希拉里点燃的邪恶之火现在烧向了她自己。

住房

kw
KELLERWILLIAMS





Yama Zhong 仲茵
612-666-5222
Yama@kw.com
www.Yama.Kwrealty.com
Fluent in Chinese and English 中英文

KELLERWILLIAMS CLASSIC REALTY
明州华人第一地产团队, 多年来服务上百位客户完成地产交易, 为您提供一站式全方位的地产服务, 您的满意是我们团队最大的荣誉。

明州商业房地产

- 办公楼Office出租
- Strip Mall 铺面出租
- Warehouse 仓库出租
- 全明州范围内各种餐馆铺面出租
- 新开发商业区出租
- 多单元投资

United Real Estate
Twin Cities
763-913-9174
1597 MN-7, Hopkins MN 55305

微信号: ShangYeMN




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

明州专业执照地产经纪人
Minnesota licensed real estate agent
karenxiaomn@gmail.com

地址: 2147 University Ave, west suite 107, Saint Paul, MN 55114

天马迅达快递 明尼苏达门店
www.worlddps.com

美国最大的华人快递公司

国内顺丰配送 服务遍布全美
海关资质齐全 正规清关运输
包装自带保险 电商战略合作

诚信企业, 服务快捷, 安全必达

请拨 612-385-1263 查询



明州中文幼儿

招聘教师及助教

有意者请电话或短信联系
Amelia Wang 612-707-9566
or Larry Yan 651-983-9559

《明州时报》

诚招报纸投递员

有意者请电话或短信联系
952-688-2848



Midwest GIR Group

私募投资

651-373-4569
info@midwestgirg.com

主要业务: 地产投资, 物业管理

生活服务

常青老人中心

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

华人社会服务中心

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

美国中医学院

中医健康中心

651-631-0204

装修翻新 装潢材料 汽车维修 其它服务



美国 ↔ 中国

海陆空运 低至1.5美金/磅
新客户寄件回国享有20%折扣
厚德载物 尽心服务
免费代购 转运回国

营业时间: 星期一至星期五 11:00AM - 6:00PM
总部地址: 2111 Oakbury Ave W, Saint Paul, MN 55114
门店电话: 952-3899659 客服电话: 675-12325



二胡招生

612-479-3700

TWIN CITY DISCOUNT GRANITE LLC

双城大理石折扣店

地址: 11521 Eagle ST NW #10
Coon Rapids, MN 55448
TEL: 763-862-0888
Benny: 917-353-6939

段峰建築設計事務所

地址: 7096 East Fish Rd.
Minneapolis, MN 55311
电话: 612-326-3000
fduan@duancorp.com

常青老人中心



聘请全职有经验的司机
联络人: Sally Wu, 952-465-1704

精诚装修公司

651-505-8888
(王先生)



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

陳寬車行

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

RETECH PAYMENT SYSTEMS

RETECH PAYMENT SYSTEMS

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



美國之聽

English
651-528-7868
中文
651-324-4589

Jerry Zhou, Ph.D.
周志益博士
www.HearingOfAmerican.com
service@HearingOfAmerican.com

诚聘中文教师



育才中文学校正在招聘2021-2022学年的中文老师。学校采取小班教学,目前急需课后班及周六班中文老师数名,待遇从优。诚请有兴趣的个人将简历发送至 yucaimn@gmail.com。

课后班联系人:艾老师 952-201-1584
周六班联系人:徐老师 612-229-4482

《明州时报》

诚招报纸投递员

时间灵活, 待遇从优

有意者请电话或短信联系

952-688-2848



广告位招租

☎ 热线: 952-688-2848

Simplee Pho 饭店请人

15265 Galaxie Ave
Apple Valley, MN 55124

诚请炒锅 1 名

雜工 1 名

打包外賣 1 名

电话 651-246-4871

酒品店诚招

一名助理经理, 一名收银员
工作时间灵活, 待遇高, 需要有工卡

工作地点位于 West St Paul

有意者请

电话: 952-652-3930 [留言或短信]

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

大学美食城招租, 有意者请电话!

YAMA ZHONG 612-666-5222!

龙星商场DragonStar

诚招烧烤师傅

要求有工卡, 有经验
工作地点位于 St. Paul

有意者请联系 Lee

电话: 651-307-2972

会计事务所 贷款

刘绍虹会计师事务所



612-638-2676 612-432-1476

杨璐会计师事务所

A Certified Public Accounting Firm

651-784-7211 (O)
651-206-1799 (C)

email@rongyangcpa.com
www.rongyangcpa.com

邓治刚会计师事务所

电话: **651-917-0809**

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

新家園貸款

毛矛 (Maggie)

612-940-7275 (Phone)

郑巍 Wei Zheng

Mortgage Loan Officer

专职贷款专家 明尼苏达大学博士

执照: NMLS# 1413868
电话: (651) 428-8190 (cell)
信箱: wzheng@firstmortgagemn.com

美西贷款



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

法律咨询

黄唯律师楼

612-469-9888
216-566-9908

7900 International Dr. Suite 300
Bloomington, MN 55425

保险 理财

LITA INSURANCE

明州最具竞争力的保险代理

电话: 651-735-1284
地址: 1711 W County Rd, Ste 330N, Roseville, MN 55113

全统理财事务所

电话: 651-447-0196 (Leann)
952-200-9881 (Sally)

地址: 1935 County Rd B2 West Suite 225
Roseville MN 55113

西叶氏 考西 律師事務所

CAUSEY & YE LAW

咨询电话: 612-990-8592
网址: www.causeyylawgroup.com

业务范围: 移民 | 商务 | 刑事 | 民事 | 家庭 | 留学

诚信 保 險

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

7300 Metro Blvd #525, Edina MN 55439

大学及规划
助税专家
学务金

Michael Chen 408-246-6900



明州專業房地產經紀人

陳桂芳

Aileen Chan

精通: 粵語、華語、英語

Tel: 612-812-6375

Aileenchan.EdinaRealty.com

Email: AileenChan@EdinaRealty.com

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

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

房屋是可用價值衡量 經驗及口碑是無價

豐富的經驗
客觀的分析
忠誠的建議
滿意的服務

無價

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

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



二胡

Erhu (Chinese Violin)

Location 地点: Bloomington 音樂 Eden Prairie 音樂 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.

招生

Lesson Offerings



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及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@midwestgirg.com
电话: 651-373-4569

全统理财事务所

Legacy Financial Services LLC



房屋 & 汽车保险



人寿保险



医疗保险



退休保险



退休计划



大学储蓄
& 规划



护理及残障
保险



理财课程



商业机会



Ann 玉恩
651-494-2074

公司地址 1

1935 County Rd B2 West :
Suite 225
Roseville MN 55113

公司地址 2

7760 France Ave S #1185
Edina, MN 55435



Sally 为云
952-200-9881



Legacy Adult Daycare Center

常青老人中心

明州华裔托老机构第一家



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



Yama Zhong 仲菡

612-666-5222
Yama@kw.com
www.Yama.Kwrealty.com
Fluent in Chinese and English 中英文

KELLERWILLIAMS
CLASSIC REALTY

明州华人第一地产团队, 多年来服务
上百位客户完成地产交易, 为您提供
一站式全方位的地产服务, 您的满意
是我们团队最大的荣誉。

诚信保险

2022年医疗保险开放期

11/01/2021 至 01/15/2022

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

抵	留	旅	教	退	商	汽	房	长	人	医
税	学	行	育	金	业	车	屋	期	寿	疗
规	生	保	基	一	保	保	保	护	保	保
划	保	险	金	年	险	险	理	理	险	险
	险	金	金	金	金	金	金	金	金	金



7300 Metro Blvd #525, Edina MN 55439