H MART®

HOUSTON & KATY WEEKLY SALE APR. 16th - APR. 22nd, 2021

漢亞龍 顧客服務
CUSTOMER SERVICE
T. 877.427.7386 Customer_care@hmart.com
TOLL FREE T. 877.427.7386 / 最新活動，優惠券及折扣信息，可關注www.hmart.com! 關注H Mart微信，臉書, Twitter, Pinterest, Instagram官方帳號了解最新優惠!

您有美食餐館創意 我們有黃金旺鋪出租 有意者請聯係
JOIN MARKET EATERY FOOD HALL!
CONTACT : me@hmart.com
Have a great idea for a restaurant, we have the perfect busy location for you.

Follow us @hmartofficial
❶打開微信APP ❷在公衆號搜索欄輸入 hmartofficial
詳細請關注H MART官方微信帳號及臉書粉絲頁

H Mart積極倡導維持適當社交距離 保持距離, 共同防疫. 與他人至少保持6英尺的安全社交距離, H Mart與您共同應對COVID-19傳播.

BETTER TOGETHER,
H MART SMART PARTNERSHIP
H MART + YOUR BUSINESS

Grow with Us!

與我們一起共創未來! 邀請您成為 H Mart的合作夥伴.

WHO CAN APPLY?
任何在美國境內的企業 (有關教育, 文化, 健康, 生活, 食品等) 均可申請

HOW TO APPLY?
有意者可發送郵電至 marketing@hmart.com 諮詢合作詳情.

NOW SMARTER THAN EVER!
H MART 最新手機 APP
聰明消費省更多!
立即下載, 提升購物體驗.

SMART CARD
會員卡－立即註冊H Mart電子會員卡, 享受獨家特惠!

MY FAVORITE STORE
最喜歡的門店－在App中保存您最喜歡的門店, 更輕鬆更快捷地查看每週特惠海報和閃購等折扣信息.

SMART POINTS
會員卡積分－累積購物積分, 兌換H Mart獎勵.
< 1,000 積分可兌換$10 H Mart禮券 >

ANNOUNCEMENT
活動板塊－了解H Mart最新最熱門的活動.

RECIPE 食譜－從韓式泡菜到中式點心, 從亞洲美食到西方甜點; 學習超過100種的各式食譜

H MART 手機應用! 現在下載!
已經是H Mart會員? 在App內綁定會員卡即可無卡購物.
還不是H Mart會員? 立即在我們的應用程序中申請註冊!

MEAT at unbeatable low prices

U.S.D.A. CHOICE
Fresh Thinly Sliced Beef Bottom Round for Shabu Shabu
新鮮特選牛肉火鍋肉片
LB
$10.99

Fresh Pork Spare Rib for BBQ
新鮮豬肋排
LB
$2.99

Fresh Boneless Pork Shoulder Butt Chunk
新鮮豬肩胛肉塊
LB
$2.49

FAMILY PACK
Fresh Chicken Drumstick
新鮮雞腿 (家庭裝)
FAMILY PACK/LB
$0.99

SMART CARD MEMBER ONLY

FRI/SAT/SUN ONLY
H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2
MIRANG Brown Gaba Rice
胚芽米
$27.99 11 LB

FRI/SAT/SUN ONLY
H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2
CJ Cooked White Rice
微波即食米飯
7.4 OZ. X 12 EA./BOX
$10.99

FRI/SAT/SUN ONLY
H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2
CROWN Jolly Pong/Corn Chips/ Caramel Corns Peanuts Snack
皇冠玉米片/焦糖麥仁/焦糖玉米花生零食
$6.99 15.52 - 17.64 OZ.

SEAFOOD at shockingly low prices

Frozen TONGTONGBAY Yellow Croaker
冷凍黃花魚
2.5 LB/PKG.
$14.99

Frozen TONGTONGBAY Unagi Kabayaki
冷凍蒲燒鰻魚
6 OZ./PKG.
$7.99

Headless White Shrimp
去頭白蝦
26-30'S/LB
$6.99

FRI/SAT/SUN ONLY
Fresh White Bass
新鮮白鱸魚
LB
$3.99

ORGANIC All natural certified delicious

ORGANIC FARM Organic Sweet Rice
有機農場 有機糯米 15 LB
$32.99 USDA ORGANIC

ORGANIC FARM Organic 10 Mixed Grains
有機綜合十穀米 3 LB
$8.99 USDA ORGANIC

TODAY'S FARM Organic Milk
今日農場有機牛奶
WHOLE/2%/1% - 64 FL.OZ.
$3.99 USDA ORGANIC

ROYAL UMBRELLA Thai Jasmine Rice
皇族金輝
泰國茉莉香米
25 LB
$19.99

CJ Cau Tre I'm Pho Vietnamese Rice Noodle Soup
CJ越式河粉
BEEF/CHICKEN - 2.12 OZ. X 6 EA./BOX
$7.99

SAUTAO Instant Noodle King
壽桃 生麵皇
ALL VARIETIES - 2.47 OZ. X 5 EA./PKG.
$3.99

LEE KUM KEE Hoisin Sauce
李錦記 海鮮醬
36 FL.OZ.
$3.49

JINSHAN Zhenjiang Vinegar
金山牌 鎮江香醋
18.6 FL.OZ.
$1.99

CHIN-SU Chili Sauce
越南辣椒醬
8.82 FL.OZ.
$0.99

SAVOY Canned Coconut Cream
3 CANS/FOR $5
SAVOY 椰子霜 14 FL.OZ.

SI HONG Xin Jiang Jujube
思宏新疆大棗
35.2 OZ.
$6.49

GOLD PLUM Salted & Cooked Duck Eggs
金梅 麻鴨鹹蛋
18.3 OZ.
$4.99

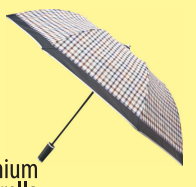
JACKSOY Soybean Drink
正康黑豆奶/正康純豆奶
BLACK/RARE - 10 FL.OZ.
2 EA./FOR $1.99

NATURE'S YOKE Grade A Omega3 Large Brown Eggs
散養A級大號褐色雞蛋
1 DOZ./PKG.
$2.99

GOLDEN BLOSSOM HONEY Premium Pure U.S. Honey
特級純蜂蜜
40 FL.OZ.
$11.99

HELLO KITTY/BT21 Soft Toilet Tissue
廁所卷紙
30 ROLLS/PKG.
~~$19.99/21.99~~ $10.99/11.99

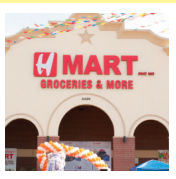
SUNGBO CLEAMY Cotton Filled Dishcloth
抹布
SIZE - 30 X 30 CM
2 EA./PKG.
~~$2.99~~ $1.99


Premium Umbrella
優質 雨傘
PLAID
~~$5.99~~ $3.99 EA.

LG Elastine Perfume Love Me Shampoo/ Conditioner
LG 洗髮精/護髮素
600 mL/EA.
~~$8.99~~ $6.99

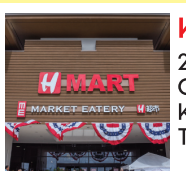
CARROLLTON
2625 Old Denton Rd. #200, Carrollton, TX 75007

HOUSTON
1302 Blalock Rd. Houston, TX 77055


PLANO
3320 K Ave. Plano, TX 75074

HOUSTON-BELLAIRE
9896 Bellaire Blvd. Houston, TX 77036

AUSTIN
11301 Lakeline Blvd. Austin, TX 78717


KATY
23119 Colonial Pkwy. Katy, TX 77449

During the editing process there may be mistypes or misprints. Each branch may be subject to limited availability, as well as their sale prices. Some products may be sold out. If the product is not listed as a boxed sale item, It cannot be purchased as a boxed unit. All H Marts accept every major credit card.

美南國際電視15.3《美南時事通》
拜登投2兆拼基礎建設，如何有助於與中國競爭？

（本報記者黃梅子）美國總統拜登3月31日在匹茲堡宣布規模2兆美元的基礎建設計畫。白宮預計將創造數以百萬的工作機會，應對中國的崛起，幫助美國與中國競爭。這個「重建美好」（Build Back Better）政策將包括修復基礎建設、能源轉型、幼兒教育及完善長者照護。且爲籌措資金，同時將企業稅稅率由21%提升至28%。

拜登在匹茲堡發演說時表示，半個多世紀前的太空項目投資，創造了許多現代的科技，包括食物處理方式、電腦晶片、導航系統GPS。他呼籲美國一定要投資未來，投資未來的國家，就能夠掌握未來！美國目前的基礎建設在全世界排名第13，而中國是美國的3倍！基礎建設投資將創造數以百萬計的工作機會，促進經濟成長，讓美國在全球更有競爭力，增強國家安全利益，並讓美國在未來與中國競爭的時候，立於不敗之地。

計畫還包括用於培訓數百萬工人，以及用於支持工會和爲老年人及殘疾人士提供居家照顧的資金，同時增加看護人員的薪資。

計劃中許多項目所需的資金，遠超過去幾任政府大規模計畫的支出。在基礎設施部分：用於研發的資金總額爲1800億美元，用於整修公路和橋樑的資金爲1,150億美元，用於發展大衆運輸的資金爲850億美元，用於整修鐵路的資金爲800億美元。另外則有420億美元用於修建港口和機場，1,000億美元用於寬頻網路，1,110億美元用於水利基礎設施（包括450億美元替換自來水鉛管，減少兒童因引用含鉛水而成長遲緩等問題）。該計劃將修復美國境內一萬座、包含10座極具經濟重要性的橋樑，它計畫使全國20%的校車電氣化，並投資3,000億美元來促進先進製造業，包括一項爲期四年的計劃，補充國家戰略性藥品庫存，包括疫苗，以備未來可能的病毒大流行之用。

拜登政府在實現這些目標的同時也希望能縮小種族間經濟地位的差距，這樣的差距有些是早前聯邦政府的政策所導致，例如用州際公路劃分不同種族的社區，或是在黑人和西班牙裔社區的附近建設港口或發電廠，造成空氣汙染而影響他們的健康。

拜登政府也預計將4,000億美元用於薪水過低且不被尊重的居家看護上，她們大多是有色人種的女性。

拜登應對氣候變遷的承諾貫穿整個投資計劃，道路、橋樑和機場將變得更能抵禦全球暖化、氣候變遷帶來的猛烈暴風雨、洪水和大火。投入研發資金可以幫助推動尖端清潔能源技術的突破，使上百萬棟建物其更加節能。

拜登政府對氣候變遷的關註集中在轉型、現代化美國的兩個最大的溫室氣體汙染源：汽車工業及發電廠。

該計劃將斥資1,740億美元在鼓勵製造和購買電動汽車上，現今電動車僅占美國所有車輛的2%，爲鼓勵在美國而非中國生產電動汽車電池，該計畫提供公司稅收抵免和其他誘因，降低美國電動車的價格，而美國也將建設約50萬個電動汽車充電站。

該計畫也提出將以1,000億美元更新電網，以使其更牢靠、更不易停電，避免最近德州造成嚴重破壞的大規模停電的情況再度發生，同時建設更多管線以讓風力和太陽能發電廠供電到大城市。

該草案同時提議創建「乾淨電力標準」（Clean Electricity Standard），這實際上是一項聯邦命令，要求美國一定比例的電力必須通過零碳排的清潔能源（例如風能、太陽能或核能）來發電，但是這項命令必須由國會通過授權，而過去二十年來試圖闖關國會的類似法案最後都以失敗告終。

請看《美南時事通》主持人Vivan和全美政治領袖基金會主席李恕信博士、美南新聞總編輯蓋軍談拜登投2兆拼基礎建設，如何有助於與中國競爭？

請關註美南國際電視15.3頻道《美南時事通》，也可以通過iTalkBB平臺收看。美南新聞網站scdaily.com，也可以在youtube上搜索Stv15.3 Houston, 訂閱美南新聞頻道，隨時收看美南國際電視的節目。

日昇日落 爲何做好生前計畫如此重要?
Memorial Oaks清明節優惠折扣延長至4/18

(本報休斯頓報導) 日昇日落，人生也是如此，尤其去年的新冠疫情，讓不少人失去至親。在人生的旅途之中，死亡是每個人終將面臨的大課題，不管貧富貴賤，無論種族、職業，上至總統下至庶民，都有不得不面對之時。如何面對死亡、以及該怎麼準備身後之事，似乎變得更正面、也更需要趁早計畫。

以豁達的心態面對

以往，華人對於生死大事比較忌諱，然而，隨著時代演變，更多人會以豁達的心態面對，去年的疫情，更改變了許多人對生死的態度。疫情的肆虐下，美國因爲新冠疫情而死亡的人數超過50萬人，甚至，在疫情嚴重時期，有些地方還傳出醫院太平間不夠、或是墓地滿員的狀況，所謂的「身後事」，並不意味著應該等到年紀大了才考慮，其實現在就可以開始部署。

Dignity Memorial(尊嚴紀念館)是休士頓最具規模的殯儀館兼紀念墓園，我們請到其中的陳專員來爲民衆談談，爲什麼生前計畫如此重要? 可以幫我們降低哪些方面的負擔？

對生死越想得開，會越沒有壓力

陳先生表示，傳統觀念中，「身後事」對於華人來說相當重要，許多人都希望找到一個風水寶地安葬，並且庇佑後代子孫，這種觀念深植人心。

以往「生死大事」對於中國人來說是個禁忌話題，但對於殯葬業而言是每天都在面對的，死亡也天天都在不同地方上演著，民衆對死亡抱持越想得開的態度，自己會越沒有壓力，在生前就做好身後的規畫，會幫自己以及家人帶來安寧與平和。對墓地和葬禮進行預先計劃極爲重要，這樣的生前預先計畫將可以幫助到家庭，以下將爲大家分析說明。

生前預先計畫減輕親人的負擔

當選擇生前預先計劃時，不僅可以按照自己的想法來規畫，還可以減輕家人的情感壓力與經濟負擔。

生前預先計劃自己的葬禮，可以仔細考慮自己喜歡的選擇，確保是自己想要的方式。有些人有宗教信仰，但與子孫之間有差異，即使告訴家人自己的臨終願望，家人也有可能不記得或不同意。要確定葬禮是自己所希望的，唯一方法是提前計劃。

一位民衆林先生表示，自己的父母多年前做生前預先計劃，購買了預付的喪葬費。經過這些年來，當父母親去世，去使用這些服務時，才知道省下許多費用，減輕很大的負擔。

父母親的生前預先計劃，使子孫在遭受喪親之痛時，幫助他們不必同時擔心喪葬費的金錢來源。一般來說，在人死後的幾天裡，他的資產可能無法使用，人壽保險可能需要六至八週的時間才能支付。如果沒有適當的預付計劃，則家人將被要求在葬儀服務之前支付所有的費用。預先計劃和預付款意味著減輕了家人的巨大負擔。

生前計畫鎖定現今的價格並省錢

生前預先計劃葬禮的一個實際好處之一是省錢，隨著生活成本的上升，喪葬費的成本也不斷上升。當您計劃並提前付款時，實際上就是鎖定了價格保證。例如，如果今天計劃並選擇一個價格爲2,000美元的棺材，即使未來價格上漲了許多，也不必爲再多付錢。以當前價格購買商品，可以保護您和子孫免受通貨膨脹的影響。

休斯頓的劉女士表示，“我的父母在多年購買了預付的喪葬計畫，到使用時已經有很大的差額，這爲我們節省大筆金錢。”

生前規劃讓家人不用擔心會出錯

若是突然遭逢意外，子女往往會面臨很多意想不到的抉擇，例如像:爸爸會想要手工雕刻的堅固紅木棺材嗎？媽媽會希望她教會的朋友都參加葬禮嗎？如果事先沒有準備好計劃，親人會有很多猜測，擔心會不會弄錯了。通過生前預先計劃，使家人免於產生疑問和焦慮。

家人不必面對倉促的決定

在需要時，葬禮安排通常在幾天之內進行。即使在遺囑中表達自己的意願，您的孩子也有可能會爭執不休，因爲葬禮通常是在遺囑確定或宣讀之前舉行的。爲了保護您的親人在困難的時期內避免匆忙做出決定，提前計劃自己的葬禮，以書面形式寫下詳細內容，不僅可以確保自己的意願得到遵守，而且可以使家人不必代你做出判斷。

親人可以專注於回憶和康復

親人死亡後的一段日子中，家人會經歷情感上的困難階段。生前預先計劃自己的葬禮，無論是土葬或是火葬，葬禮應如何安排，都能記錄您的意願，並支付安排費用，這可爲您的親人提供他們所需要的情感與精神恢復時間，而不用做出一個又一個的葬禮細節決定。家人們可把時間用在與親友間共度中，回憶過世親人的點點滴滴，並逐漸恢復難受的心情。

清明節優惠折扣延長至4/18

由於三月的“清明新墓產發布會”活動反應熱烈，需求廣大，並有今年最大的折扣，因此，Memorial Oaks宣布，將把優惠期延長到四月，即日起至四月18日爲止，是全年最大的折扣優惠。

這個優惠包括高達18% Off生前計劃墓產優惠折扣，60個月0%利率，無需信用評估。身前契約高達12% Off。這是今年最好的優惠折扣，僅在四月18日之前有效。許多家庭給予Memorial Oaks很高評價，是既有墓地又有殯儀館的複合型服務，能包辦追悼會到葬禮一條龍式服務。

洽詢電話：832-913-5888。Memorial Oaks地址: 13001 Katy Freeway | Houston。

全球逾1億3821萬例確診 美國仍是疫情最嚴重國家

(本報訊)官方數據顯示，全球至少297萬4651人死於2019冠狀病毒疾病，至少1億3821萬3350例確診。

疫情從2019年12月爆發，迄今絕大多數感染者都已康復。但有些人在痊癒後數週甚至數個月內，仍持續感受到症狀。

上述數據是依據各國衛生當局每天提供的統計，不包括俄羅斯、西班牙和英國等3國的統計單位其後提出的重新估算數據，且數據只是實際染疫總數的一部分，因爲許多輕症或無症狀患者一直未被檢測出。

全球14日通報新增1萬3427人病歿、77萬6939起確診病例。根據通報數據，新增病歿人數最多國家依序爲巴西（3459死）、印度（1038死）與美國（859死）。

美國仍是疫情最嚴重國家，累計56萬4405人病故、3142萬2228例確診。

其他疫情嚴重國家還包括巴西（36萬1884人喪生、1367萬3507例確診）、墨西哥（21萬812人喪生、229萬1246例確診）、印度（17萬3123人喪生、1407萬4564例確診）及英國（12萬7161人喪生、437萬8305例確診）。

依照染疫死亡人數占人口比例，捷克是死亡率最高國家，每10萬人就有264人染疫喪命；接下來依序爲匈牙利（251人）、波士尼亞-赫塞哥維納（233人）、蒙特內哥羅（224人）、保加利亞（212人）。

從區域來看，歐洲累計101萬1815死、4718萬1750例確診；拉丁美洲和加勒比海地區累計84萬6330死、2665萬4271例確診；美國和加拿大共計58萬7835死、3250萬6610例確診。

亞洲共計29萬431死、2030萬9384例確診；中東地區共計12萬490死、713萬5628例確診；非洲共計11萬6741死、438萬4944例確診；大洋洲共計1009死、4萬768例確診。

美國麻省總醫院最新研究發現有望改善過敏的診斷和治療

作者: 美國麻省總醫院

MASSACHUSETTS GENERAL HOSPITAL
HARVARD MEDICAL SCHOOL TEACHING HOSPITAL

（本報訊）過敏已被世界衛生組織列爲21世紀重點防治的疾病之一。據流行病學調查結果顯示，目前我國有超過40%的兒童受過敏問題困擾，且患病率呈現逐年上升趨勢。美國麻省總醫院研究人員領導的一項研究發現了過敏的潛在標誌物和新的治療策略，有望改善過敏的診斷和治療。該研究結果已發表於《自然》雜誌。

過敏通常由IgE抗體引起。這些抗體會與如花生等過敏原結合，並觸發反應釋放出一系列導致過敏症狀的分子，極端情況下可能會危及生命。然而讓研究人員困惑的是，許多人血液中有過敏原特異性IgE抗體，但卻從未出現過敏症狀。比如，在體內存在花生特異性IgE抗體（或花生皮膚點刺試驗呈陽性）的人群中，大約有一半的人對花生並不過敏。此外，一些具有過敏體質的人在症狀消失之後，在其體內血液中仍能檢測到過敏原特異性IgE抗體。

因此，美國麻省總醫院免疫和炎症疾病研究中心的Robert Anthony博士及其同事比較了對花生過敏人群與無過敏症人群的IgE抗體。據分析結果顯示，花生過敏人群的IgE抗體中一種名爲唾液酸（sialic acid）的特殊醣類分子有所增加。研究人員還在動物模型試驗中發現，在IgE抗體中添加唾液酸會增強由該抗體引發的過敏反應，而從IgE抗體中除去唾液酸，則可抑制這些反應並減輕過敏症狀。

“我們的研究結果表明，量化IgE抗體上的唾液酸可作爲更準確診斷過敏性疾病的標誌物，而去除IgE抗體中的唾液酸可作爲治療過敏症患者的一種新策略。” Anthony博士表示。

爲更深入地了解過敏症及其病因，研究人員還需進一步研究唾液酸影響IgE抗體活性的機制。該研究團隊正規劃研究如何從IgE抗體中去除唾液酸以減輕過敏症，並開發有效的治療策略。

關於美國麻省總醫院

麻省總醫院成立於1811年，是哈佛醫學院最初設立且規模最大的教學醫院。我們擁有全美最大的以醫院爲基礎的研究項目，同時也是美國國立衛生研究院研究資金最大的接受者，我們的研究項目橫跨醫院的20多個臨床部門和中心。麻省總醫院可以爲幾乎每一個專科和次專科、內科和外科領域提供精準的診斷和治療。我們的六個多學科護理中心以癌症、消化系統疾病、心髒病、神經內科、血管醫學和創傷中心的創新而聞名世界。另外麻省兒童總醫院提供全面的小兒保健服務，從初級護理到運用尖端療法診治複雜和罕見的疾病。麻省總醫院連續多年被《美國新聞與世界報導》評爲美國最頂級醫院之一，也是唯一一家在所有16項專科排名中均獲得名次的醫院。在接受評估的近5000家醫院中，麻省總醫院自1990年評選舉辦開始便一直佔據榮譽榜頂級醫院之列。

儿童软色情是如何盯上你家孩子的？

跪坐扭臀、回眸塌腰、内衣紧绷、暧昧特写，你以为这是在拍那种小电影？不，这只是一组儿童内衣的产品宣传图。

一个八九岁的孩子，当然不会主动摆出让人想入非非的姿势。但当他们这样做时，我相信任何一个心智健全的成年人，都会感到生理上的不适。

拍摄这些图片的商家，或许只希望提高销量。但当儿童被贴上软色情的标签，他们的未来或许会逐渐失控。

儿童软色情成了一门生意

软色情的“软”在于，画面中没有直接出现性器官和性行为，却充满了挑逗、诱惑的姿势、文字，给人以性暗示。

在互联网上，很多儿童在不知情、不自愿的情况下，就变成了软色情营销链的主角。

你用过这种萌娃表情包吗？

七八岁的萌娃身前，被p上“和我一起睡”“馋你身子很久了”等等具有挑逗性的文字，你有没有感到一丝违和？

这些萌娃，本不该“说出”下流的话。但不法商家却打着软色情的擦边球，利用萌娃规避风险，赚取流量。

在某宝上，这样的表情包十块钱就能买到上百张。如果你不想花钱，网上也能白嫖到资源，只要关注公众号、添加微信好友就能免费领取。

想要清除这些表情包十分困难，举报一家，还会有无数家。

在短视频平台，“软色情”也几乎无孔不入。

在#儿童舞蹈##一字马#等标签下，女孩们穿着紧身的舞蹈衣，下腰、劈叉。但在有心人的镜头下，这些动作似乎变了味。

一旁的“家长”帮忙压腿、抻腰，手却不老实地摸胸摸臀。还有些视频，镜头视角是，给女孩的下半身特写，明显带有诱导性。

在评论区，哥哥、叔叔们还说出“等你14岁”“叔叔就喜欢这样的”等等不堪入目的发言。

儿童软色情是如何盯上你家孩子的？

为了赚取流量，发布者和评论者开着软色情的玩笑，将孩子当成意淫的对象，毫无底线地跨过了净土与色情的分界线，消费她们的身体。

不法分子是如何利用儿童赚钱的？

在这背后，是一条条儿童色情产业链。常见的套路，比如借招募童模、童星之名，向想要快速成名的孩子们骗取裸照。

不法分子会谎称需要面试，以检查身材比例、有没有疤痕等理由，诱骗儿童脱衣、走秀、跳舞，甚至威胁儿童裸聊，作出淫秽动作。

为了掩盖恶行，他们还会给儿童洗脑，要瞒住父母，等成名后再告诉家人。这样即使发生了惨剧，家长也可能全然不知。

当不法分子拿到裸照后，摇身一变成了资源帝。他们潜伏在社群、论坛、直播网站中，用鱼龙混杂的信息做保护伞，将视频明码标价，卖给爱好者。

在一个名为“独家天籁之声”的QQ群里，群主靠出售男童色情视频非法牟利。群内严格实行分级管理，最高级的VIP会员要999元/月，但最多也只能观看60次视频。

从诱骗诱拍，到分销交易，严格的产业链条，让警方很难追溯到源头。更细思极恐的是，你可能根本不知道，是谁在操控这一切。

2019年，全球最大的色情儿童网站“Welcome to Video”被查封。该网站在2015年-2018年间，共流出25万段儿童色情视频，总收益共262万人民币。

当警方试图抓捕网站经营者时，发现在锁定的三百多名用户中，竟然有一位是美国的前联邦探员。谁也想不到，一个应该制止犯罪的人，本身就是从犯。

更令人发指的，是父母对孩子下手。

4000块钱卖掉14岁女儿初夜、强迫12岁幼女卖淫30次，类似的新闻，网络上一抓一大把。孩子们也许挣扎过、呐喊过，但更多是连呼救的机会都没有，就陷入了深渊。

恋童癖的狩猎场

借助互联网的“隐身衣”，社交网络成了恋童癖的狩猎场。

在中国，20.6%的未成年网民，都曾在网上遭遇过淫秽色情内容的骚扰。

在国外，儿童也并不安全。纪录片《落入法网》中，制作团队找来3位童颜女子，伪装成12岁女孩，结识不同年龄的男子。仅仅10天，就钓来2458名潜在性罪犯者。

男性群体中，恋童癖的比例是3-5%，他们往往会盯上6-14岁的儿童。

在恋童癖的眼中，每一个孩子都是待捕的羔羊。

面对成年人都无法避免的性侵犯，你很难想象，孩子们遇到会怎么样。

2020年，美国警方通过暗网抓捕到两个菲律宾皮条客。在他们手下，有100多个女孩是嫖客的“玩具”。这些女孩还不到15岁，最小的只有5岁。

在全世界，每天都有无数性交易发生。每进行一次交易，就有一个无辜的孩子被强奸。

有研究估计，全球大约有11.8%的人在童年时遭遇过性侵，这其中，女生比例为18.0%，男生为7.6%。这意味着，全球每十个人中，就有一人在童年时期遭遇过性侵。

但这些数字只不过是冰山一角。统计数据，需要被受害者说出来。但出于社会舆论压力，或是性知识的缺乏，受害者往往会保持沉默，年纪更小的孩子，甚至意识不到自己受到了伤害。

中国人民公安大学的教授推断，针对中小学生的性侵案，隐案比例是1：7。也就是说，每曝光一起儿童性侵案，就有7起案件已经发生了。

惨剧发生后，孩子们并不会因为罪犯被捕，就摆脱阴霾。他们会更容易换上抑郁症、焦虑症、双向情感焦虑等疾病。

一项面向儿童性侵受害者的调查显示，超过9成的受访者认为性侵害的阴影持续至今，在罪恶、羞耻、抑郁等情绪的折磨下，有20.9%的受访者存在创伤后应激障碍症状，16.5%曾作出自残甚至自杀行为。他们会厌恶异性、无法与异性正常接触，或者改变性取向。

作家林奕含，13岁时被补习班老师诱奸，重度抑郁多年，最终不忍折磨，在26岁的年纪结束了自己的生命。在最后，她将自己的故事编写成《房思琪的初恋乐园》，作为最后的控诉。

面对这些迟来的控诉，我们应该如何阻止这些悲剧发生呢？

如何保护孩子？

| 法律保护

首先，要完善未成年人保护措施。我国性同意年龄是14周岁，与不满14周岁的幼女、幼童发生性关系，不管对方是否同意，都构成犯罪。

针对性侵问题，2020年新修订的未成年人保护法中，写入了入职查询和从业限制制度，有猥亵、性侵等侵害未成年人的犯罪行为人，将被列入黑名单。

对于互联网软色情乱象，还增设了“网络保护”专章。

面对泯灭良知的性侵犯者，我们绝不姑息，绝不手软。

| 家长重视

其次，家长要做好性教育。

根据2015年女童保护基金数据显示：超过40%的孩子不知道哪里是隐私部位，23%的孩子不知道性教育。

父母要教给孩子男大避母、女大避父的常识，不要给熟人或者陌生人摸身体。

要让孩子牢记自我保护三部曲：

No：你有权说“不行”，无论是谁

Off：你要立即离开

Talk：告诉你信任的大人或报警

此外，也要警惕熟人作案，据调查，70%的性侵案件都来自熟人。他们可能是邻居、老师、父亲、兄弟……正因为如此，孩子们更容易放松警惕。

| 网民举报

最后，要靠我们的自觉。当色情内容出现在我们身边时，选择不谈、不理会，假装看不见时，我们，或许已经成为了施暴者的同谋。

作为普通网民，我们能做的，就是：

1、拒绝使用儿童软色情表情包；

2、举报每一个被算法推到你面前的儿童软色情、性剥削的视频；

3、不要因为任何理由去搜索、传播关于儿童性虐待的视频和图片，哪怕只是出于好奇，都可能会在无形中助长儿童色情产业。

你可以登录以下这些网站进行举报，将那些恶意的苗头掐灭。

童星苏·莱恩，曾这样抨击自己的成名作：“我个人的毁灭可以追溯到《洛丽塔》。《洛丽塔》让我成为了一个这个年纪不应当成为的欲望的对象。”

不怀好意的是成年人，而承受后果的，却是无辜的孩子。这个世界不应如此黑白颠倒。

孩子不该过早地袒露在异性的凝视下，他们的美好面孔，也不应该成为色情片的一部分。过早地催熟，只会给他们留下需要用一生来治愈的创伤。

如果大多数人，都能对儿童软色情内容多些警惕、敢于发声，或许，才能给孩子们换来一个无忧无虑的童年。

侯大任 臉部整形 美容專科 醫學博士

Tang Ho, M.D., M.Sc.
UT-Houston Facial Plastic & Reconstructive Surgery

★約翰霍普金斯大學醫學院醫學博士
★貝勒醫學院耳鼻喉頭頸部外科專科醫師
★約翰霍普金斯大學醫學院臉部整容美容專科醫師

中國城門診中心正式開張
歡迎事先預約
Email : utfacialplastics@uth.tmc.edu
電話：(713)486-5019（中文）
地址：9999 Bellaire Blvd #760, Houston TX 77036（恒豐大樓七樓） 通國、英語

主治
1.鼻息肉、鼻中隔彎曲及鼻部疾病。
2.去眼袋手術及淚溝填充注射。
3.肉毒桿菌(Botox)去除臉部皺紋、瘦小腿、瘦臉。
4.玻尿酸(Restylane, Juvederm)隆鼻、墊下巴、去法令紋。

www.ut-ent.org
6400 FanninSt Suite 2700, Houston,TX 77030 (醫學中心內) Fax: (713)383-1410

杏林復健診所

專治：●骨科疾病復健 ●慢性肌肉疼痛 ●老人疾病復健 ●神經疾病復健 ●運動傷害 ●手術後復建

林琬眞物理治療師 ★台大醫學院畢業 ★40年經驗
設備先進完善 ☆最新電療 ☆超音波 ☆雷射 ☆脊椎 ☆牽引 ☆運動設備

華埠區 敦煌廣場內	近糖城區
9889 Bellaire Blvd. # 250 Houston 77036	11589 S. Wilcrest Dr. Houston 77099
[周一、三、五] 09:00am-01:00pm	[周一、三、五] 01:30am-06:00pm
[周 六] 09:30am-01:30pm	[周二、四] 09:00am-04:00pm
請電話預約 713-773-2890	請電話預約 281-575-8288

接受Medicare, 工傷, Medicaid, Obama Care & 一般PPO
D03PH-WPTC 杏林復健診所-林琬真356B_8

Southwest Kidney & Hypertension Specialists

腎臟與高血壓專家 謝春 醫師

Board Certified in Internal Medicine & Nephrology

Chun Xie M.D.
二十多年臨床及科研經驗

專治：各種急慢性腎臟病、急慢性腎功能衰竭、糖尿病腎病、高血壓、高血壓腎病、狼瘡性腎炎、血尿、蛋白尿、水腫、電解質與酸鹼失衡、多囊腎、尿石症、尿道感染、腎臟活體檢查、血液透析和腹膜透析（洗腎）、腎臟移植術前後治理。

謝醫師通英,國,粵語,客家話
地址:9440 Bellaire Blvd. #218, Houston, TX 77036
Tel: (281) 501-9808 Fax: (281) 501-9789
中國城血液透析中心醫務主任
D03NEP_XIE謝春567B_8

德州脊椎中心/復健科診所

Texas Spinal care 最新技術治療腰椎、頸椎間盤突出!

車禍不要緊 免費幫你治

不管別人撞你，還是你撞別人；不管你有沒有保險，出了車禍打個電話給李醫生，他會幫你把一切搞定！不用你花一分錢，全部由保險公司支付！！

腰痛、下肢痛、下肢麻木、前行困難、坐骨神經痛、頸部、肩部、上背部劇烈疼痛、手麻、手酸 。采用非手術治療，運用推拿、器材和營養相搭配的方法治療腰椎、頸椎間盤突出非常有效，病人無痛苦、不用專門請假，可以邊工作邊治療，整個療程的費用比手術治療時的copay還低！！
根據電腦診斷的結果針對受損的那一節椎間盤治療，準確！見效快！！
一次治療下來疼痛馬上減輕80%！

李醫生治療椎間盤突出有20多年的經驗，畢業於加州大學聖荷西分校，行醫多年，信譽卓著。獨家牽引療法有奇效！

李醫生 還專精車禍後的複健，車禍後PI與PIP都收。中文護士
Texas Spinal care 診療時間：週一、三、五（8am-6pm）二、四、六（上午）
電話：713-278-2225 網址：http://www.txspinalcare.com
診所地址：2600 S Gessner RD, Suite 120, Houston, TX77063
D03CH-TEXAS SPINAL 脊椎李醫生56B_16

ALLCARE MEDICAL CENTER 醫療中心

姚聖坤內科診所

姚聖坤 醫學博士 (BOARD Certified，ABIM)
蘇州醫學院醫學系畢業
中國醫學科學院阜外醫院心臟專科醫師
德州大學醫學院內科住院醫師畢業
Memorial Hospital Southwest主治醫師

服務項目：•各種內科 •血尿化驗 •各種疾患 •X-Ray •外傷與急診 •心電圖 •正常體檢 •隨到隨診

713-779-3355
9440 Bellaire Blvd, Ste 208, Houston, TX 77036 (弄迁新址)
接受保險、Medicaid & Medicare
周一到周五8:30AM-5PM

高峰牙科診所

高峰 牙醫博士
●北京醫科大學口腔系畢業
●德州大學兒童牙科住院醫師畢業
●M.D.Anderson口腔腫瘤專科畢業
●隱適美(Invisalign)矯正Certified
●Hands On人工植牙Certified

★最新CEREC電腦製牙，堅固美觀，一次完成
★最新隱形矯正，老少兼宜，無需拔牙
★最好品質的植牙材料

●成人牙科 ●兒童牙科 ●矯正牙科 ●美容牙科 ●牙周病治療 ●人工植牙

713-773-9621
9110 Bellaire Blvd., #P, Houston,TX77036 (頂好廣場內)
周一到周五 9AM~6PM 周六 9AM~4PM
D03FA- ALLCARE CENTER姚聖坤醫生1234567B_8

Dentist 101牙科

DENTIST 101
www.txdentist101.com

成人，兒童，老人牙科
接受PPO及政府保險

專精各式牙齒治療
也有專業牙周病專科醫師駐診

林昇藝 牙醫博士
Dr Kevin Lin
糖城診所
10134 S. HWY6
SugarLand, TX 77498
281-561-8868

蘇燕萍 牙醫博士
Dr Jessica Su
中國城診所惠康超市
9180 Bellaire Blvd #B
Houston. TX 77036
713-773-1300
D02-DENTIST 101 蘇燕萍牙醫博士2467B_8

李岳樺 醫學博士

Houston 診所：
11100 S.W. Freeway,
Houston TX77031
SUGAR LAND 診所：
56 Sugar Creek Center Blvd,Suite 250
Sugar Land, Texas 77478

腳專科
Dr. Bryan Lee, D.P.M., FACFAS
Specializing in Medicine and Surgery of the Foot and Ankle
Board Certified by the American Board Podiatric Surgery

※榮獲2005 H-Texas雜誌評為最佳腳專科醫生※

治療項目
★顯微手術 ★腳跟痛 ★糖尿病腳疾
★平板足 ★雞眼 ★腳部矯正
★踇趾囊腫 ★運動受傷 ★嵌甲痛
★香港腳 ★骨折 ★灰指甲

新推出雷射治療『灰指甲』
不需吃藥、不痛、不必打麻藥
沒有副作用
特價優惠 $100.00 OFF

設有X-RAY復健設備
www.advancedfootdocs.com
電話：713-772-3338(FEET)通曉普通話 • 收各種保險卡及政府醫藥卡
D03PO_FOOT李岳樺1234567B_8

敦煌植牙 牙周病專科

Dunhuang Periodontics $ Dental Implants PA

激光牙周病治療
無刀片牙齦萎縮治療
牙齦牙床植骨手術、美容
複雜植牙手術，併發症處理
白牙 $199

陳志堅
牙周病植牙專科醫生
Jennifer Chen
D.D.S.M.S
Board Certified Periodontist
二十多年牙科臨床實踐經驗
接受老人各類牙科保險

德州大學休士頓牙醫學院牙周病專科
上海第二醫科大學口腔學院牙醫博士
美國牙周病學會會員
國際植牙學會會員

最新E4D電腦制牙最新科技一次完成
三維X光機 全新激光治療機
www.drchenimplant.com

中國城診所
9889 Bellaire Blvd., #322
Houston, TX 77036(敦煌廣場)
(713)995-0086

糖城診所 Delight Dental
3524 Hwy 6 South
Sugar Land, TX 77478(大華超市旁)
(281)565-0255

drchenimplant@gmail.com delightdental@gmail.com
D02_DUNHUANG 敦煌植牙_1234567B_8

潘先樣腳科醫學博士

Simon Pan, DPM, Foot Specialist and Surgeon

專治 甲溝炎、拇趾囊種、腳跟痛、灰趾甲、香港腳、腳皮膚病、長年雞眼、糖尿病腳疾、腳科手術、各種腳創傷、骨折運動受傷、成人及小兒平板足、各種發炎痛症及兒童腳病
即時X光檢驗

專精量身定做腳墊，甲溝炎根除手術

中國城 9896H Bellaire Blvd Houston TX 77036
六號公路 14403 Bellaire @ Hwy 6 (Fiesta Center) 百利大道近6號公路

接受政府及各種醫療保險 電話:713-270-8682
D03PO_PAN潘先樣567B_8

臻 ZEN DENTAL CARE

楊臻 牙醫博士 Zane Yang DDS
湯海瑩 牙醫博士 Heidi Tang DDS
葛涇遠 牙醫博士 Jennifer Ge DDS
王帆 工程學/牙醫博士 Stefanie Wang PhD DMD

德州大學牙醫學院畢業
德州大學植牙 Preceptorship 畢業
3D 齒雕認證(CEREC)
直線鋼絲矯正認證(Straightwire)
美國牙醫協會會員(ADA)
美國矯正協會會員(AOS)

牙齒全科
• CEREC 碳瓷牙
• 鋼絲及隱形牙齒矯正
• 一般及手術拔牙
• 活動及固定假牙
• 人工植牙、根管治療
• 一般及深度潔牙
• 兒童牙科包括麻醉
• 超薄烤瓷美容貼面

♦全新數碼X光減少輻射
♦高溫高壓消毒安全乾淨
♦接受各種保險收費合理
♦設備精良而且環境優雅
♦地處華城中心交通方便

週二至週五:9AM~6PM
週六:均電話預約
713-773-9889
E-mail: drzaneyang@gmail.com
6609 W. Sam Houston Pkwy S., Suite 203, Houston, TX 77072
D02_ZEN楊臻牙醫3456B_16

家庭全科醫師 精通中、英語

曹有餘 醫師 Jerry Tsao, M.D.

請來電預約
(713)772-8885

門診時間
週一至週五 8:30am - 5:30pm
週六 9:30am - 12:30pm

7850 Parkwood Circle Drive, #A-6, Houston TX 77036
D03FA_Tsao曹有餘567B_8

JY家庭全科及急症

顧瑛 醫學博士
美國家庭醫學會資格認可醫師
美國老年醫學會資歷任可醫師

主治
高血壓 婦科病
糖尿病 兒科病
高血脂 老年癡呆
常見皮膚病 骨質疏鬆
皮膚活檢 憂鬱症

急症
感冒 尿路炎
咽喉痛 關節注射
鼻竇炎 動物抓咬傷
腹瀉 清創縫合
角膜異物清除

移民體檢
體檢特價 體檢+化驗:$125
①+女科婦科、宮頸膜片+$45
②+男性前列腺表面抗原+$20
本診所自2014年起
週一、二、三、五、六：8:30am – 5pm
週四、週日 公休
Tel:(832)433-7159

地址:6609 W Sam Houston PKWY S STE 98 Houston, TX 77072 (位於8號公路及百利大道東北角及Shell加油站旁廣場)
D03FA_JY顧瑛567B_8

山水眼鏡 GLACIER OPTICAL

★ 領有德州配鏡師執照禹道慶主持 ★ 專精無線多焦點及高度數高散光鏡片 ★

有度數的游泳鏡或太陽眼鏡 特價45.00起 /副
經濟型全副28元，買鏡片送鏡框 限塑膠片±200內無散光

接受 Medicaid 免費配鏡
所有鏡片送防刮保護不另收費

電話：(713)774-2773
傳真：(713)774-4009
營業時間：週一至週六10:30-7:00 (週三休息) 週日1:00-6:00
地址：9889 Bellaire Blvd #252 Houston, TX 77036 (敦煌廣場內歡樂小棧對面)
D03OP_GLACIER山水眼鏡3567B_8

楊美儀眼科醫學博士

Linda Yang, M.D.

美國眼科專科特考文憑
American Board of Ophthalmology

主治:白內障,青光眼, 乾眼症,視網膜疾病,各種眼疾
專精:最先進白內障手術,雷射激光,及其他眼科手術

電話: 832-500-1480
診所: 1429 Highway 6 South, Suite 102, Sugar Land, Texas 77478
接受各種醫藥保險及政府醫療卡

Rice University 萊斯大學; UTMB 醫學院; UT Southwestern 眼科住院醫師

CHIRO 1ST REHABILITATION, P.A.

脊椎神經物理治療科

脊椎骨神經病患者之福音

舒展各部肌肉及關節和全身按摩

以上治療醫療保險有給付~

改革性設計，最先進之技術不用手術，有效解除由脊椎引起的手腳麻痺，頸腰間壓迫感及疼痛可達86%以上的效果。

設備齊全
X光、Ultra Sound、電療機、復健機、牽引、矯正、推拿按摩

王建森 醫生

主治 車禍、工傷、意外、運動傷害、手術後復健
老人風濕及各種全身痛症

車禍及工傷
如非需要，可不經律師代辦一切手續

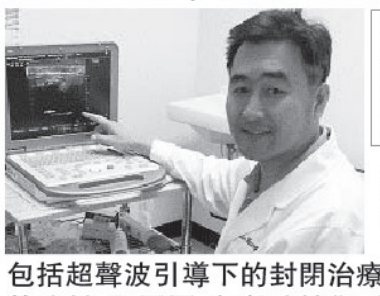
接受各種保險、老人醫療卡、沒保險有折扣

7814 Bellaire Blvd, Houston TX 77036 | Tel:(713)771-8110 預約：通英、國、粵、西班牙語
D03CH-Chiro王建森1356B_16

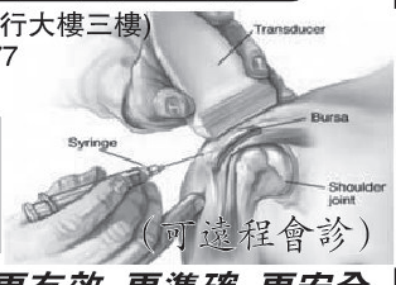
王鑫醫學博士(Xin Wang, MD) Joel Cheng, PT(物理治療師)

骨科，疼痛，神經，康復 專科門診

9999 Bellaire Blvd #370,Houston, Tx 77036 (恒豐銀行大樓三樓)
1500 S. Dairy Ashford, Suite 198, Houston, Tx 77077
4320 Boardway St, Suite 100, Pearland, TX 77581



如果你有頸椎病，肩周炎，腰腿疼，關節炎，手腳麻木，各種外傷，工傷，車禍……



（可遠程會診）

我們可以提供你更有效，更準確，更安全的治療。治療方法先進，多樣化。

包括超聲波引導下的封閉治療，透明酯酸潤滑液膝關節注射治療膝關節炎，脊椎關節注射，肌電圖，超聲波診斷，物理治療，牽引治療，電療，冷熱療，心電圖，血尿化驗和關節超聲波.

內設針灸診所
電話: 713-270-0909 281-485-0334
週一至週五:8:30am-5:00pm 週六:8:30am-2:00pm

雖然你已嘗試過多種辦法，可是相信我們可以給你更好更先進的治療.
D03CH-XIN WANG王鑫醫生1234567B_16

“脫穎而出全國才藝大賽”區域舞蹈視頻比賽 亞美舞蹈學校再創佳績

【美南新聞記者泉深報導】“脫穎而出全國才藝大賽”（Starbound National Talent Competition ）區域舞蹈視頻比賽(Regional Dance Competition Virtual) 於4月3日評選出比賽結果，休斯頓亞美舞蹈學校（DAA Dance Academy)再創佳績，多名學生取得優異的成績。

學生Serena Hou的獨舞《你走之前》獲得抒情類高級金獎第一名和總積分第二名。（Super senior solo “Before you go” won High gold 1st place in lyrical and 2nd place overall）。

學生Phoenix Chen的舞蹈《我到處走走》獲得了精英金獎，和第一名。（Senior solo “Everywhere I go ” won Elite Gold and 1st place overall）。

學生Saranna Zhang 的舞蹈《愛是...》獲得高級金獎。（Super senior solo “Love is...” won High gold award）。

學生Clarissa Chen的舞蹈《我是誰》獲得高級金獎和總積分第叁名。（Teen solo “Who am I” won High gold and 3rd place overall）。

學生 Isabella Truong 、 Nadia Truong、Maya Tsai、和 Tara Diep的集體舞蹈《詩的花瓣》獲得精英金獎和總積分第一名。（senior small group “Petals of Poetry” won Elite gold and 1st place overall）。

亞美舞蹈學校成立于2001年，是休斯頓著名的舞蹈學校，旨在促進和弘揚中國豐富的文化遺，針對青少年的教育計劃和社區活動，亞美舞蹈學校的學生，提供美國主流社會的演出機會。疫情前每年舉辦50多次免費的全市演出，使50,000多人受益。亞美舞蹈學校與當地一流的公司合作，例如休斯頓芭蕾舞團，Ad Deum舞蹈公司，Revolve舞蹈公司等，將東方和西方的舞蹈結合在一起，培養了無數的專業藝術家。

亞美舞蹈學校在4、5月份有兩場精彩的室外演出：

1. IFEST – International festival 在St. Thomas University，
時間：4月15日晚上7點
地址：St. Thomas University – 3800 Montrose Blvd. 77006

2. 亞美舞蹈團將共同主持 “Celebrate, Stop the Hate” which is a Stop Asian Hate event at Houston Social Beer Garden.

活動時間：5月1日 ，星期六4–10pm 舉辦，亞美舞蹈學校將于5–7pm. 演出。請看海報：https://fb.me/e/1kXh5pEsv

中国最后一个原始部落

翁丁——中国最后一个原始部落，今年大年初三的时候，在一场大火里，彻底消失了。

这里原本是一个世外桃源一样的地方：物资平均分配，生活自给自足，日常生活基本从来不用钱，干完活大家就聚在一起唱歌跳舞，没有争吵，也没有功利算计，谈恋爱表白，就像念诗……

过去十年来，刘春雨导演一直在拍摄翁丁，记录了它十年来的变迁。他亲眼目睹翁丁靠发展旅游，摘掉了贫困县的帽子，却也因为游客和消费主义的闯入，变成了一个“想象中的佤族村落”。他和我们聊起了他拍摄翁丁十年的见闻，翁丁的每个人都曾活生生地站在他的镜头前，“一个个文化的发展，文明的更替，背后就是这样的一声叹息。”

翁丁是在云南澜沧江畔的一个小村落，隶属于沧源县。澜沧江是全世界最迅猛的河流之一，翁丁就隐藏在江边的群山之中。翁丁的“翁”是水，“丁”是接，翁丁在佤语的意思是两条河水交汇的地方。

1998年翁丁开始接待游客，根据沧源县旅游局的统计数据，那时游客一年只有300人。2004年，因为举办了首届司岗里“摸你黑”狂欢节，沧源县成功出圈。来翁丁的游客量成指数增长，到2016年，最高峰时有30万人次。

2006年，《中国国家地理》杂志报道了翁丁，称它为“中国最后一个原始部落”。这里保留了完整的佤族传统杆栏式茅草房及各式建筑，也完整保留了原始佤族的风土人情，可说是一个活生生的佤族文化博物馆。

很快，翁丁被列入云南省第一批非物质遗产文化保护名录，建成了翁丁寨系原始部落文化旅游区。贫穷落后的面貌开始改变了，生活方式的冲突也来了。翁丁人有自己独有的“火塘文化”，跟现代化的居住方式如何调和？老寨很难改造，要不要集体搬迁到新村？村民开始陷入与外来文化的不断拉锯中。

“中国最后一个原始部落”的称谓让不少游客慕名而来

在2021年的这场大火之前，2013年，翁丁也曾烧起过一场熊熊大火。那场火给当时陷入胶着的拉锯战画上了一个暂停符。因为火灾，考虑到居住、旅游安全，县里决定与旅游公司合作，离开古寨，选址建新寨。

刘春雨导演就是在这个时候开始介入拍摄的。

到2018年，翁丁新村的搬迁终于陆续完成。但是令所有人都没有想到的是，2021年，寨子里又烧起了一场大火，而且这次火势凶猛，基本上把老寨烧得干干净净。

历史上曾发生过多次大火，但翁丁都有足够的韧性留存下来。但这一次，“崇拜火的翁丁，却消失在大火里”，刘春雨说这是一个隐喻。

以下是刘春雨的自述：

2021年2月14日，那一天是翁丁新村的佤历新年，村民全部都在新村里过年正在他们做饭的时候，老寨起火了，蔓延得极快。

我当时没有在现场。村民后来给我发来了现场视频，背后全是哭声。

我认为自己不是《翁丁》的导演，老天爷才是最好的一个导演，我和它的子民都只是一个记录者。

初到翁丁，简直是世外桃源

2012年当时我给央视拍一部《民族故事》的纪录片，每个民族拍一集，我负责云南的佤族。《中国国家地理》说翁丁是最后一个原始部落，我的直觉是要去看看。

我第一次去翁丁村的时候，真的被震撼到了。四面是山，右侧是一片很好的水田，整个村子就在水田旁，简直是一个世外桃源。

翁丁存在的历史其实说法不一。后来我问了临沧市文联的一位作家伊蒙红木，她曾把中国和缅甸的佤族村落都走了一遍，推测翁丁有250年的历史，误差上下不会超过三十年。

翁丁村落选择在这里定居，是因为当时翁丁属于猎人头部落，他们是被猎头的。在300年前左右，他们是被傣族土司赶过来的。

猎人头的习俗：每年必须要去其他的部落砍一个人头回来，祭自己部落的谷神，谷子才会丰收饱满。这样的习俗一直持续到1951年前后。

我和村民聊天，他们对人很真诚，没有夹杂着任何一种在你身上会得到什么东西的功利。遇上谁家结婚了，全村人都会一起帮忙打点，吃饭、打歌、跳舞。谁家生小孩了，感觉全村都在给他养大，基本上是吃百家饭长大的。

他们的精神上极其富足，说话特别有诗意，比如说示爱的时候，说天边的鸟，后边还有一只鸟，它会一直跟随着你，这片天空是我们的。

火塘是翁丁人的心脏

1958年，中国科学院民族研究所给翁丁拍过一个人类学的纪录片，跟没被烧毁前的翁丁，简直一模一样。

我拍的是第6代寨主杨岩一家。寨主是原始制度里最大的权力持有人。别人来看望他的时候，说他是寨主的时候，他其实是很自豪的，他会拿出镖枪来给别人看，象征着寨主地位。

每天在火塘边喝茶，是他认为最好的事了。

佤族号称“不熄的火塘”。火塘就是他们的心脏。翁丁村每家每户都有一个火塘，基本上在屋子正中间的位置。他们以火起居，都是几百年这样传下来的。

他们的思想里，所有的东西都是在神的指引下完成的，山神、水神、火神、树神，指引他们的每一个选择。万物有灵，是他们的民族信仰。

在那里呆久了，你会感觉翁丁就是一个从远古的平行空间过来的，原封不动的一个样本。

我从30岁开始拍，本来以为半年或者一年就拍完了，没想到一拍就是10年。

到2017年，接触时间长了，他们的生活我都跟他们一起经历了。寨主还邀请我坐他的凳子，那是一张全村最高的凳子。我说我是外人不能坐，寨主说，没事你坐。我感觉他们把我当成家里人了。他们甚至给我介绍佤族的女孩，想把我变成翁丁的女婿。

这10年没有什么最开心，最不开心的，就是没想到自己能有那么大的决心去做这件事。房子和车，在我的观念里都不是最重要的。我想给自己这10年有一个交代。

这些事情我也没有跟家里人说，家里只是知道我在拍翁丁很多年了。他们问，电视上能看到翁丁的片子，是不是我拍的？我说不是。我拍的不是这样的。那你拍的是什么样的？我说我还在做。后来他们也不问了。

惋惜肯定是有的，但是我认为这可能是翁丁最好的一个结局。这一场大火实际上也是它离开世上的一个祭祀仪式，“你让我的孩子走了，我也不会让其他人住进来”。

一个一个文化的发展，一个文明的更替，其实是变迁，背后就是这样的一声叹息。得到了一些东西，也会失去一些东西。

大量奧運資格懸而未決

港隊戰將爭上東奧尾班車

東京奧運雖然幾可肯定會於7月如期舉行，不過由於近一年來體壇多次停擺，大部分資格賽需要延期甚至取消，導致大量奧運資格懸而未決。雖然距離東奧開幕不足100天，多支港隊代表如劍擊、羽毛球、田徑及馬拉松仍需要為奧運入場券而努力，力爭搭上東奧“尾班車”。

●香港文匯報記者 郭正謙

香港劍擊隊目前雖然於男子花劍及女子重劍奪得8個奧運名額，不過其他項目卻仍未有收穫，本月25及26日假烏茲別克舉行的亞洲及大洋洲區奧運資格賽將是他們的最後機會，港隊確定派出四人名單出戰，包括女子花劍張楚瑩、男子重劍何瑋桁、男子佩劍羅浩天及女子佩劍林衍蕙。

今屆亞洲及大洋洲區奧運資格賽於烏茲別克首都塔什干舉行，每個項目只有最終獲勝的選手可以出戰奧運，港隊中呼聲最高的當屬女花世界排名56的張楚瑩，這名27歲劍手在13名參賽者中排名第二高，主要對手將是有主場之利的烏茲別克選手Yana Alborova，而男重世界排名67的何瑋桁亦有望挑戰奧運入場券，不過他將要面對世界排名62、曾出戰倫敦奧運的越南好手阮進日。

姚潔貞只餘哥本哈根賽機會

● 羅浩天仍有望取得奧運入場券。 中新社

除了劍擊，港隊羽毛球、田徑及馬拉松項目亦迎來爭入奧運的最後直路，港羽成員李卓耀目前世界排名第18位，必須躋身前16才有望晉身奧運，由於世界羽壇早前多個奧運計分賽取消，李卓耀在6月截數前要壓過對手只餘印度、馬來西亞及新加坡賽三個機會，但由於各國防疫及隔離措施仍然持續，李卓耀在緊湊行程下不易搶分。

至於香港“欄后”呂麗瑤及馬拉松姚潔貞亦同樣面對因賽事取消或未能離港比賽導致搶分困難的問題，其中姚潔貞要達到2小時29分30秒的奧運入圍標準只餘5月哥本哈根賽一個機會。

● 姚潔貞只餘5月哥本哈根賽一個機會。 姚潔貞facebook圖片

● 張楚瑩（右二）獲入場券呼聲最高。 法新社

● 港協暨奧委會會長霍震霆致辭。 港協暨奧委會圖片

霍震霆料港將赴日前須打疫苗

香港文匯報訊（記者 郭正謙）東京奧運開幕14日進入倒數100天，不過目前有關各國及地區運動員以及相關人士的防疫措施仍未有具體明確公布，港協暨奧委會會長霍震霆表明有必要為所有出戰奧運的香港運動員接種疫苗，以確保他們的健康和安全。

第64屆香港體育節開幕禮14日在奧運大樓舉行，開幕典禮主禮嘉賓包括港協暨奧委會會長霍震霆、體育節籌備委員會主席余國樑以及康樂及文化事務署副署長（康樂事務）李碧茜。今屆體育節以“從新出發，凝聚你我”為主題推廣本地全民運動。適逢東京奧運倒數100天，港協暨奧委會會長霍震霆以遲來的春天來形容今屆奧運，他希望國際奧委會可以盡快公布防疫指引，相信所有運動員出發前必須接種疫苗才可出戰奧運：“屆時預計有超過6萬人到日本參加奧運，相信國際奧委會會公布防疫指引，中國已提供一批疫苗予國際奧委會，相信出戰奧運的香港運動員一定要接種疫苗。”

另外今屆奧運不會招待外國觀眾，香港市民只能透過電視轉播欣賞賽事，但由於轉播費高達3,500萬美元，目前仍未有香港電視台表示購買意願，霍震霆希望政府可以出手介入，從市民利益角度出發提供協助。

● 香港第64屆體育節正式揭幕。 中通社

婁佳惠：

珍惜在國家隊的每場比賽

香港文匯報訊（記者 馮雷 河南報道）4月13日下午，東京奧運會女足亞洲區預選賽附加賽第二回合的較量，中國女足以兩回合總比分4：3淘汰韓國女足，獲得東京奧運會入場券。作為中國女足的元老，河南女足隊長婁佳惠表示，“很珍惜現在代表國家隊參加的每一場比賽，很感動在我足球生涯中去和團隊一起分享這份喜悅！我相信在奧運會的賽場上，我們一定會有好的表現！”

婁佳惠在兩場附加賽中都以主力隊員身份出場，第2回合中國女足的第一個入球，正是婁佳惠用自己的積極拚搶，為球隊爭得了一個前場自由球機會。

婁佳惠在此次比賽中從習慣的前鋒位置改為閘位位置。婁佳惠說：“在國家隊12年了，一直在努力超越自己。自從賈導（賈秀全）帶隊以來，出於教練員對我的信任，他希望我能在閘位的這個角色發揮自己的特點，慢慢地也習慣並且喜歡上了這個位置！這兩場比賽，我對第一場的比賽比較滿意，第二場還是欠缺一點穩健，後衛線上幾個都是年輕隊員，我覺得我應該起到更好的帶頭作用！”

2008年北京奧運會時，17歲的婁佳惠成為中國女足第一個在大賽中登場的90後球員。如今卻漸漸變身球隊元老。回憶起2008年，看看現在，婁佳惠形容心情大不相同，“小的時候希望自己能夠在場上表現好，發揮好，以後的路還長！但是現在是老隊員了，更應該用自己的付出，帶領着大家去拚搏！”

婁佳惠說，“很珍惜現在代表國家隊參加的每一場比賽，很感動在我足球生涯中去和團隊一起分享這份喜悅！我相信我們在奧運會的賽場上一定會有好表現！”

● 婁佳惠接受視頻採訪。 香港文匯報記者馮雷 攝

龍獅擠掉北控 殺入CBA季後賽

2020-2021年球季中國男子籃球職業聯賽（CBA）日前展開了常規賽最後5場較量，在備受關注的季後賽席位爭奪戰中，龍獅105：94擊退新疆，北控99：106不敵青島。在戰績相同的情況下，龍獅憑藉相互間的勝負關係力壓北控，搶得季後賽最後一張入場券。

本輪前，聯賽已有11支球隊鎖定了季後賽名額，最後一席將在北控與龍獅之間產生。從戰績上看，領先1個勝場的北控只要在末輪戰勝青島，便可躋身季後賽。而龍獅若想突圍，除了取勝之外，還要寄望於北控輸球。

北控與青島的對決一波三折。北控一度建立了兩位數的領先優勢。然而易邊後重振旗鼓的青島在亞當斯的引領下掀起追分高潮，並在第3節結束時以72：71實現反超。末節，孤注一擲的北控依靠個人單打維持局面，但效率不高。隨着亞當斯與趙泰隆相繼命中3分，青島瞬間拉開分差並最終帶走勝利。

已無路可退的龍獅本輪遭遇常規賽第4名的新疆，在摩爾與哈斯的合作下，求勝慾望更強的龍獅連續打出進攻高潮，並在末節一度奠定了20分的優勢，讓比賽提前進入了垃圾時間。

至此本季CBA常規賽全部結束，廣東以46勝6負領跑積分榜，遼寧、浙江、新疆分列第2至4名，山東、青島、廣廈、深圳、北京、吉林、四川、龍獅分列第5至12名。 ●新華社

廣州隊新季重用青訓球員

新球季中超開幕之際，廣州隊一線隊35人、預備隊名單出爐，其中一線隊中11人、預備隊全部30人都來自恒大足校。

據了解，此次恒大足校入選廣州隊一線隊的11名球員年齡在16至20歲之間，包括2001年齡段的譚凱元、王世龍、侯煜、陳鄭烽、張智豪，2004年齡段的楊德江、駱俊涵、郭嘉宇、吳俊豪，2005年齡段的李星賢、陳冠軒。

上一季，恒大足校有譚凱元、王世龍、帕爾曼江3人進入一線隊。此次11人入選一線隊，讓廣州隊的陣容進一步年輕化。新一季，廣州隊一線隊平均年齡為25歲，較2018年啟動年輕化戰略時的30歲下降了5歲。

值得注意的是，此次入選的11人場上位置配置完整，剛好可以組成一套“433”的出場陣容。也就是說，廣州隊在某些比賽中，甚至可以排出“全恒大足校”陣容出戰。

此次入選的最年輕球員李星賢今年3月底剛滿16歲，曾在“恒大盃”馬德里足球冠軍賽8戰射入9球，上賽季破格升入一線隊訓練。同為16歲的楊德江曾是中國國少隊隊長，今年在一線隊季前熱身賽中已有入球。

據統計，上賽季，恒大足校有近40名球員被外借至中超、中甲球隊鍛煉，共計出場超200次、攻入10球。其中陳鄭烽等球員新賽季回歸廣州並晉身至一線隊。 ●新華社

万马河的守护

这天，白云县公安局局长陈刚突然接到一个电话，放下电话，陈刚的额头就出了汗。

电话是领导打来的，说有个投资商的儿子阿雄，在万马河玩漂流已经失踪三天了。这个投资商每年在白云县投资过亿，领导让陈刚尽快查个水落石出，活要见人，死要见尸。

万马河绵延十几里，地理环境复杂，这可怎么找呀？当天，陈刚就和下属一起商讨对策。突然，有人提议：“陈局，倘若阿雄真的溺亡，尸体肯定往下游漂了，咱就找这个地段的水鬼！”水鬼，是对万马河沿岸捞尸人的称呼。在万马河的下游，有几个捞尸人会设置关卡，用网兜等拦截上游漂下的浮尸，之后，高价卖给寻尸人。

陈刚恍然大悟，立刻派人分头寻找。万马河的下游，有好几条支流，必须逐个排查。

查了一天，几个支流毫无线索，最后，只剩下阎王口的水鬼关四爷。一听“关四爷”三个字，陈刚就愣住了，叹道：“唉，怎么偏偏要找他呢？”可没办法，陈刚还是带着一行人，匆匆朝阎王口赶去。

来到阎王口，只见这里水流湍急，地势最为险峻。陈刚一看，关四爷正在埋头清理网里的水草呢。陈刚硬着头皮，大声喊道：“关四爷，近来可好啊？”关四爷抬头看了看，随即低下头继续清理水草。

陈刚上前几步，赶忙敬烟，关四爷没搭理，自顾拿起旱烟，蹲下来吸了一口，淡淡地说：“陈局长，你无事不登三宝殿吧？说吧，啥事？”陈刚就把前因后果说了一遍。

关四爷放下烟袋，歪着头问：“陈局长，你找你的人呗，关我什么事啊？”陈刚尴尬地说：“关四爷，可别笑话我了！在万马河上找人，还不得全仰仗你们呀？我们可真不行！”

关四爷点了点头：“这倒是！不过，这一年到头，上游漂下的浮尸多了，哪知道你要找的是谁？应该是个大人物吧，不然，你也不会急成这样。”

陈刚连连点头：“四爷说得没错，真是个大人物啊！”

关四爷沉下了脸：“再大的人物又怎样？泡在河里，还不一个样？你回去吧，我没工夫招待你！”说完，自顾忙碌了。

陈刚知道关四爷的脾气，只好带着众人回去了。回到局里，领导的电话又来了，陈刚急得直跺脚：这可怎么办？倘若阿雄真的溺亡，其他几个关卡都没有，那肯定是被关四爷捞着了，估计他这次要狮子大开口了。

第二天，陈刚独自带着礼品，又去找关四爷了。一进门，他就不停地说好话：“四爷，您就行个方便吧，这个人太重要了，关系到咱们县的建设呀，您可不能拖后腿啊！”

关四爷想了想说：“好，最近我刚捞到一具尸体，你去认认是不是他？”说完，指了指河中的一棵树。陈刚抬眼一看，果然，河中漂着一具浮尸，头朝下，腿拴着绳子，绳子绑在岸边的一棵大树上。

陈刚走到岸边，戴上手套，翻了翻浮尸的脸，跑上岸喊道：“不是他，这人你不是报过局里吗？尸体一直没人来领……”他掏出一张照片，递给关四爷，说，“四爷请看，就是这个小伙子！长得多帅啊！真要是漂下来，就太可惜了！”

关四爷接过照片看了看，挥挥手说：“回去吧，我没见过这个人！”

陈刚不甘心：“四爷，你别骗我，你肯定捞着了，就开个价吧！”

关四爷鄙夷地说：“怎么？有钱了不起啊？有本事自己来捞啊，找我干吗？”

陈刚赔笑道：“我……我不是那意思，这个投资商在国外就委托我帮着找了。不过四爷，您这次可捞到宝了，投资商说了，不管他儿子是死是活，都给一百万……”

关四爷摆了摆手：“谁稀罕！你赶紧走吧，把东西都带走！”陈刚只好拎着礼品，快快地走了。

一路上，领导的电话又催命似的追来了：“怎么样，有消息吗？”陈刚支支吾吾地说：“这个，快……快了！”领导急了：“什么叫快了？你这个局长怎么当的？投资商都急得要亲自来找了，最后给你一天时间，自己看着办！”

陈刚当即派手下再次到处盘查，可直到第二天下午，仍然没有阿雄的任何消息。正当陈刚欲哭无泪的时候，手机响了，竟是关四爷：“陈局长，来阎王口一趟吧，我带你去见阿雄！”陈刚不禁喜出望外。

很快，陈刚带人匆匆赶到阎王口，一见关四爷就迫不及待地问：“四爷，人呢？”关四爷说：“你说阿雄啊，在下游呢！”

顿时，陈刚面如土色，看来，阿雄凶多吉少了。陈刚知道，“在下游”三个字意味着什么。这里的水鬼大多唯利是图，浮尸上报公安局后，倘若久久等不到买主，他们就会失去耐心，将浮尸漂到下游，随意丢弃。

就这样，陈刚一行人跟着关四爷朝下游走去。走了一会儿，前面出现了一个弯道，这是万马河的另一个关卡，和阎王口一脉相承。忽然，陈刚在岸边看见了一张熟悉的脸，忍不住喊道：“阿雄……”

阿雄回过头，看了看陈刚，继续在岸边掘黄土，他似乎在挖一个墓穴。旁边，有一个皮肤黝黑的老妇，正在专心地打磨一块墓碑。老妇的身后，是一大片错落有致的墓地。那妇人陈刚认识，正是关四爷的老伴！

接着，关四爷道出了原委。原来，阿雄漂流时失足落水，幸亏他抓住一块浮木，漂流到阎王口时，已经奄奄一息，是关四爷夫妇救了他。那天，关四爷看到阿雄的照片，一眼认出了他。尽管，他对陈刚颇为不满，但他不希望阿雄的家人太担心，所以才让陈刚来领人。

陈刚这才明白，关四爷并没像其他水鬼一样，将无名浮尸漂到下游，而是和老伴一起，将他们埋在万马河边。刚才，关四婶和阿雄正在为上次陈刚看见的那个男人做墓穴。陈刚狐疑地问：“阿雄，你不是过惯了锦衣玉食的生活么？既然康复了，为什么还要留在这里呢？你不知道，你老爸都快急疯了！”

阿雄擦了擦汗说：“我故意没和他联系的，这几天，我想了很多。我很庆幸，漂流到了阎王口，它让我明白，这世上有比金钱更有意义的事，就像关四爷夫妇这样，每天坚守在万马河的岸边，为这些亡灵寻找最后的栖息地。可是，我父亲的眼里只有钱，我不想每天过得像行尸走肉一样……”

陈刚听完，沉默不语。只有陈刚知道，为什么关四爷夫妇会坚守在阎王口，那是因为，三年前，他们的儿子自助旅游时，也在万马河上游失踪了。

接到噩耗，夫妻俩哭着找到了陈刚，希望他打捞儿子的尸体，陈刚却说：“很抱歉，我真的无能为力。你们知道吗，每年在万马河失踪的人有多少？如果有人发现，一定会报案的，所以你们只能等。关键，他失踪几天了，这里地势险峻，我们公安局不是专职的捞尸队……”

陈刚后悔的是，当时他连一句安慰的话都没有，尽管他说得没错，也没有渎职。

后来，关四爷夫妇干脆留在了阎王口，他们要自己寻找儿子，慢慢地，就成了职业捞尸人。老两口坚守在这里，只为等到儿子，可又怕真的等来儿子。三年来，夫妻俩望眼欲穿。

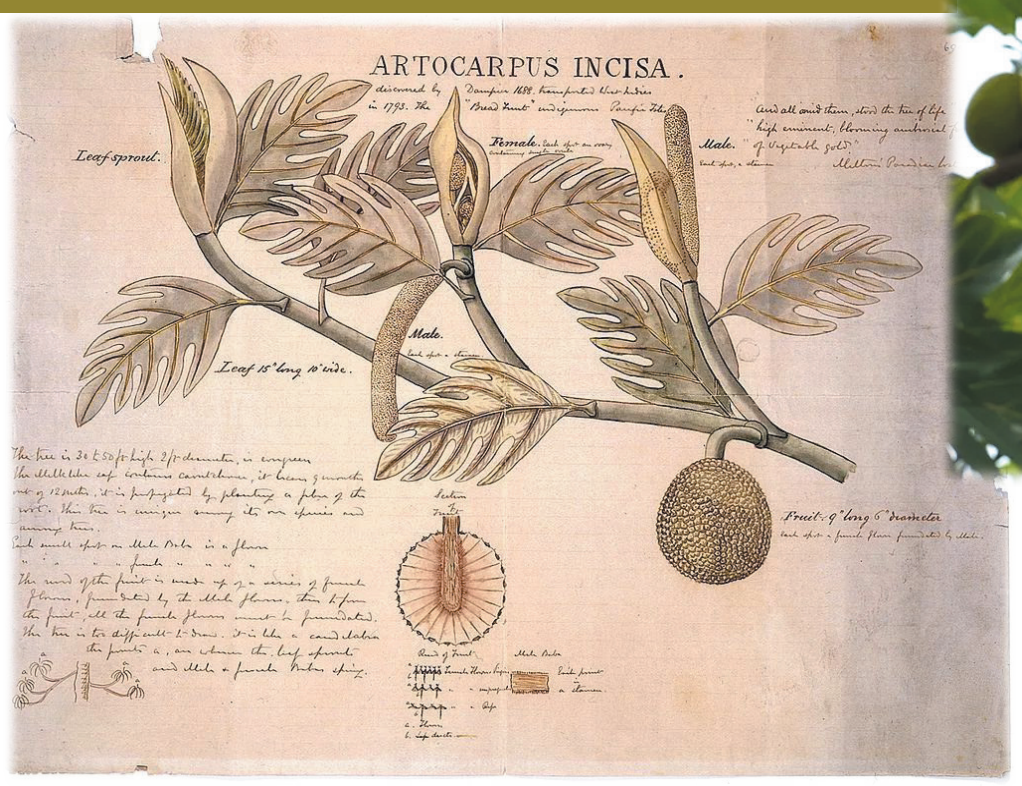
关四爷两手抱膝，抬头望了望天，说：“知道吗？每次看见一具浮尸，我和老伴就心如刀绞，那种感觉，你永远也体会不到……”

陈刚也红了眼圈：“四爷，对不起，我……”关四爷摇了摇头：“我已经不怪你了！我知道，你也有苦衷！我始终相信儿子还活着，也许，他也像阿雄一样，被哪个好心人救上岸了呢。”

这时，关四爷的目光触到了那片墓地。沉默几秒钟后，关四爷低下头，擦了擦眼泪，说：“倘若，他不幸遇难，希望也有好心人，像这样将他好好安葬……”

种下十棵面包树

就有一辈子恰不完的饭



河岸上长着我从未见过的水果和蔬菜。蓝色的菜花，香喷喷的，味道跟温热焦脆的肉差不多。花冠里充满了蜂蜜，甚至它们的叶子都可以吃——那味道和烤过的白面包片一样。

莫尔斯（Walter Moers）的奇幻小说《蓝熊船长的十三条半命》里，虚构了一个天堂般美丽的“美食岛”，岛上长满奇异的水果和蔬菜，小河里流着牛奶，可可树的果实落在河中就变成了巧克力牛奶。然而这个岛其实是一棵巨大的食肉植物幻化而成，岛上的人被糜烂生活养肥之后，就会被它一口吞掉。

热带小岛上存在富饶“天堂”的幻想，并不是莫尔斯一人的原创。我们甚至可以指出它的原型：波利尼西亚群岛。

“天堂”与“神的礼物”

波利尼西亚群岛位于太平洋中南部，包括一千多个小岛，其中比较著名的地点有塔希提、夏威夷群岛和萨摩亚，原住民为波利尼西亚人。1768年，法国航海家布干维尔（Louis-Anthoine de Bougainville）和医生科莫尔松（Philibert Commerson）到达塔希提，感受了这里迥然不同于欧洲的风土民情。后来他们宣称，这里就像伊甸园一样美好。自然赐予丰富的食物，人们不需要劳动，整天悠闲玩乐，民风淳朴，安定祥和。

航海家库克船长（Captain James Cook）在18世纪70年代目睹的塔希提葬礼，William Woollett 作 | Wikimedia Commons

随着越来越多的欧洲人抵达波利尼西亚群岛，他们发现这里也有战争和凶杀，天堂随之破灭，但至少有一件事是真的。这里的粮食作物与欧洲世界迥异，而原住民独特的生活习惯，也同这种粮食紧密相关。它就是面包树（Artocarpus altilis）。

1769年，植物学家班克斯（Joseph Banks）在塔希提首次见到面包树，惊叹不已。他说，上帝诅咒人类要辛苦耕种才有面包吃，但在这里，一个人只要花一小时种下十棵树，连同儿孙都实现了“面包自由”。

面包树的衰落

面包树是一种很优秀的粮食作物。一棵面包树每年结果250~400公斤，而且是全年结果。果实大小从大橙子到小西瓜不等，富含淀粉的“白肉”是由花被片演化而成，经过人工选择所以没有种子。面包果味道像面包又像白薯，烤、煮、炸、咖喱皆可。比起精加工谷物，面包果的升糖指数低，而且营养更全面。波利尼西亚人遗传上普遍易发糖尿病，所以在现代社会，面包果对他们的健康也颇有帮助。

夏威夷群岛上，曾大片分布着原住民精心栽种的面包树，这一丰富的食物来源，是夏威夷社会发展的基石。夏威夷岛民相信，面包果是神的礼物，神曾经化身为面包树，拯救饥饿的妻儿。

欧洲殖民者心目中“天堂”的破灭，并没有使他们停下践踏这个奇异世界的脚步。以夏威夷为例，18世纪欧洲人的到来，使原住民的生活受到残酷的冲击。数以十万计的面包树，如今所剩无几。殖民者建立起种植园，我们在高中学过，单一种植一种作物的经济有个致命的问题：粮食安全。夏威夷是美国食物自给率最低的州之一，80~90%的食物依赖进口。

面包树衰败的背后，不仅是食品安全的威胁，也是夏威夷独特文化的消逝。食品生产和消费“全球化”的过程，也是世界各地的食品变得千篇一律的过程，大家都吃麦当劳喝可乐。这是一种更温柔的对文化多样性的绞杀。

夏威夷文艺复兴

从上世纪70年代开始，夏威夷公众对于粮食自给的意识增强，本土食物的需求大涨。同时兴起的还有“夏威夷文艺复兴”（Hawaiian renaissance）——继承夏威夷的独特文化，唤起人们的民族自豪感。

在这些活动中，无论是在物质还是精神层面，面包果都扮演着重要角色。相比“主流”粮食作物，科学界对面包树的研究较少，夏威夷各地的环境又不同，要种好面包果，离不开先辈的经验。所以在种植面包果的过程中，夏威夷传统的农业知识自然得到了传承。还有一些人把面包果园变成了生态旅游的景点，让小朋友来体验种面包树，学习关于土地和传统的知识。

面包果对于夏威夷文化传承的意义，并不限于农业方面。新鲜面包果的保质期很短。所以夏威夷的面包果出口量很少。很大一部分的面包果，是在亲戚朋友的社交网络之中消化掉的，今天张三提着果子送给李四，明天李四送给王五。相比从事其他种植业的农夫，面包果农显得格外热情好客，他们不仅把多余的果实送给亲朋，还捐赠给慈善机构和学校。

夏威夷人认为，作为“神的礼物”，面包果代表了夏威夷文化里慷慨给予的美德，一定要拿出来与人分享。于是，面包果不仅是不同于汉堡可乐的“健康粗粮”，也是夏威夷文化独特性的标志。

波利尼西亚群岛并非天堂，但面包果确实是灵魂的食物，在殖民主义和全球化的浩荡冲击之后，热带小岛上的居民，回归到面包树之下，藉此了解“我是我”。

華美銀行昨向休士頓食物銀行（Food Bank）捐款一萬美元 援助當地上萬受冬季風暴影響的家庭，並向他們提供糧食

由左至右：休士頓食物銀行主要禮品捐贈總監Paula McKenzie、華美銀行資深執行總監兼德州市場負責人Mike Burr，以及華美銀行助理副總裁兼資深市場專員Anne Le。

（本報記者秦鴻鈞）華美銀行於昨（4月12日，星期一）向休士頓食物銀行（Food Bank）捐款一萬美元，作為社區重點工作的一部份，以支持當地組織援助受嚴重天氣危機影響的最大的社區。由於最近的冬季暴風雨，對休士頓食品銀行的這筆捐款為糧食不安全的家庭提供了三萬餐飯。由於家庭在應對COVID-19大流行帶來的健康和經濟影響，休士頓的家庭現在首當其衝為襲擊該地區的暴風雨。僅在2019年，休士頓食品銀行由於氨洩漏被迫扔掉了我們180萬磅的食物，污染了將近200萬美元的產品損失。休士頓食品銀行主要禮品捐贈總監Paula McKenzie表示：”我要特別感謝華美銀行的朋友們的支持，他們將為冬季暴風雪襲擊我們後該地區需要幫助的家庭提供三萬份餐飯。儘管風暴已然結束，但這場災難對我們鄰居的影響將持續數周和數月。除此之外，華美銀行還向達拉斯的家庭之家捐款一萬美元，向北德州的救世軍捐款五千美元，還向休士頓的Target Hunger捐款五千美元。華美銀行向休士頓食品銀行的奉獻，是德克薩斯州許多人的一部份，以支持旨在幫助社區的努力。”在經歷了前所未有的巨大風暴之後，我們的目標是在我們生活和工作的社區中幫助組織、幫助人們重新站起來“. 華美銀行資深執行總監兼德州市場負責人Mike Burr說。“對於已一年多來面對COVID-19大流行而遭受健康和經濟影響的人們來說，這場風暴是另一場艱辛。休士頓食品銀行將使用華美銀行的資金繼續向成千上萬受此影響的家庭提供援助和糧食資源。”

華美銀行是美國最大25家上市交易的商業銀行之一，在德州/西南部地區設有13處服務網點。

關於華美銀行

華美銀行集團（East West Bancorp.）現有總資產逾520億美元，股票代碼EWBC於納斯達克（Nasdaq）證券市場交易。華美銀行是該集團的全資子公司，提供企業及個人銀行業務，幫助顧客向前發展獲得新機遇。華美銀行既有大型全球經營機構的雄厚資源，又有瞭解德州本地增長勢頭和獨特需求的銀行專員。為了構建穩健而充滿活力的社區，華美銀行在推動小企業、平價房和多元化項目方面進行了投資。更多資訊，請瀏覽www.east-westbank.com。

關於休士頓食物銀行

休士頓食物銀行提供服務的德州東南部地區18個縣的110多萬人被認為沒有食物保障，即他們缺乏維持健康生活所需的穩定充足營養食物。休士頓食物銀行透過1,500個社區合作夥伴的網絡向有需要的民眾分發食物和其他必需品。此外，我們還提供旨在幫助家庭實現長期穩定的項目和服務，內容包括營養教育、職業培訓、健康管理以及幫助獲得州資金援助。更多資訊，請瀏覽https://www.houstonfood-bank.org/。

BE THE MATCH
2021 KINDNESS MATTERS SUPER JOEY FOUNDATION

拯救 Lillian (圆圆)
Donor4lillian.com

请参加 Be The Match/SuperJoey/HCC 组织的于 **4/18/21** 在 HCC 举办的 Donor Drive。
你只需要擦拭口腔内测， 然后将棉签交还工作人员。
年龄： 18-44

捐献的过程 (如果配型成功，1/430)
超过**75%**的捐献者是通过外周血干细胞（PBSC）捐赠。机器从一只手臂上抽血，提取所需的细胞，然后通过另一只手臂将剩余的血液返回。

7 岁的家住糖城的Lillian (圆圆) 正面临AML 急性髓细胞白血病的挑战，她和哥哥都有AML的遗传易感性，治愈的最佳机会是进行骨髓移植。由于少数族裔在美国骨髓登记处的代表性不足，因此患者找到骨髓匹配的机会也要低得多。77%的白人可以在骨髓库中找到最合适的人，而只有40%的亚洲人和25%的非洲裔美国人有机会找到匹配。为了挽救圆圆以及其他孩子，尤其是登记偏少的亚裔的生命，请您考虑注册成为潜在的骨髓捐赠者。**我们需要您的爱心和帮助！**