H MART

CELEBRATING 40 YEARS OF EXCELLENCE · 40 years Since 1982 · H MART

HOUSTON & KATY WEEKLY SALE FEB. 17th - FEB. 23rd, 2023

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

歡樂總統日超值優惠! ENJOY PRESIDENTIAL WINTER SAVINGS ALL WEEK!

Kimchi EVERYDAY PRESENTED BY H MART

創意壽司自己做: 辣味三文魚脆香米
簡單易做! 讓人愛不釋手, 一口一口停不下來

MEAT at unbeatable low prices

- Fresh Beef Ribeye Roll Steak 新鮮肋眼牛排 LB — $10.99
- Marinated Beef Ribeye Bulgogi (Hot) 韓式醬醃辣牛肉 LB — $7.99
- Fresh Bone-in Skin-on Pork Rib Belly Chunk 新鮮帶皮豬五花肉 LB — $5.99
- Marinated Sliced Pork CT Butt 醬醃豬梅花肉 LB — $5.99
- Marinated Boneless Chicken Breast Bulgogi 韓式醬醃雞肉 LB — $4.99
- Fresh Chicken Leg 新鮮大雞腿 LB — $0.99

SEAFOOD at shockingly low prices

- TONGTONGBAY Dried Anchovy (Bok Kum) 炒鳳尾魚乾 PRODUCT OF KOREA 1 LB/PKG — $19.99
- KONO Frozen New Zealand Greenshell Mussels In The Half Shell KONO半殼淡菜 1.5 LB/PKG — $9.99
- Head-on Patagonian Pink Shrimp 野生粉紅蝦 10-20'S/LB — $6.99
- Frozen Pollock Fillet 冷凍鱈魚片 LB — $4.99
- Fresh Porgy 新鮮黑鯛魚 LB — $3.99
- Frozen Beltfish 冷凍帶魚 700-1000'S/LB — $3.99

SMART CARD MEMBER ONLY

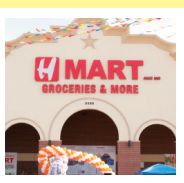
- OTTOGI Delicious Cooked Black Rice 不倒翁 即食黑米飯 7.4 OZ X 12 EA/PKG — $25.99 (FRI/SAT/SUN ONLY; H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2)
- SAMYANG Ramen 三養拉麵 4.23 OZ X 20 EA/BOX — $15.99 (FRI/SAT/SUN ONLY; H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2)

- KWANGCHEON Green Tea Seaweed/ Seasoned Laver 廣川綠茶海苔 0.71 OZ X 10 EA/BOX — $11.99 (FRI/SAT/SUN ONLY; H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2)
- JINGA Abalone Porridge JINGA 鮑魚稀飯 14.8 OZ X 3 EA/PKG — $10.99 (FRI/SAT/SUN ONLY; H MART SMART CARD ONLY | LIMIT 2)

- SUNLEE Buddha Jasmine Rice 佛祖牌 茉莉香米 25 LB — $25.99
- PRIMA TASTE Singapore La Mian Premium Noodles 百勝廚新加坡拉麵系列 CHILLI CRAB (5.6 OZ X 4 EA/PKG) LAKSA(6.5 OZ X 4 EA/PKG) CURRY(6.2 OZ X 4 EA/PKG) — $12.99
- LION & GLOBE Pure Peanut Oil 獅球嘜 花生油(中) 30 FL OZ — $8.99
- LEE KUM KEE Pure Sesame Oil 李錦記 極純芝麻油 7 FL OZ — $2.49
- TANISA Rice Paper for Deep-Fried/Fresh Roll 越南米紙 油炸/新鮮 17.6 OZ — $2.49
- H MART Mango With Sticky Rice H MART 芒果糯米飯 5.29 OZ — $2.49
- HFC Sachima 徐福記沙琪瑪 黑糖/芝麻/雞蛋 BROWN SUGAR/SESAME - 16.54 OZ EGG - 18.55 OZ — $3.99
- LUONG GIA Ohla Dried Fruit LUONG GIA 水果乾系列 PAPAYA/MANGO/GUAVA/ DRAGON FRUIT - 3.53 OZ — 2 FOR $3.49
- WANT WANT Crepe Stick 旺旺 黑白配 巧克力布朗尼/草莓馬卡龍 CHOCOLATE BROWNIE/ STRAWBERRY MACARON - 7.05 OZ — $2.99
- HOPE WATER Compound Carbonated Drinks 好望水 望檸萌/望梅好/望杏福/望山楂 LEMON/WAXBERRY/APRICOT/ HAWTHORN - 10.14 FL OZ — $1.99
- STONYFIELD Organic Milk 有機牛奶 WHOLE/FAT FREE/LOW FAT/ REDUCED FAT - 1.89 L — $4.99 (USDA ORGANIC)
- HORMEL FOODS Canned Spam SPAM 午餐肉 CLASSIC/OVEN ROASTED TURKEY/LITE/ 25% LESS SODIUM/BACON/TERIYAKI/ HICKORY SMOKE/HOT & SPICY - 12 OZ — $3.49
- HELLO! Laundry Drying Rack 折疊式晾衣架 142 X 59 X 94 CM — ~~$42.99~~ $32.99 EA
- Ceramic Round Container Set 陶瓷保鮮盒3入 ROSE PATTERN (3 PCS/SET) — ~~$11.99~~ $8.99
- BUKCAL LIFE Banana Scissors 廚房剪刀 — ~~$8.99~~ $5.99 EA
- Massage Slipper 按摩拖鞋 WOMEN'S(RED/BLUE) - SMALL MEN'S(CHECK) - X LARGE — ~~$7.99~~ $5.99 PAIR

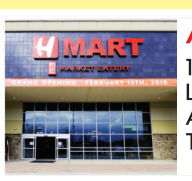
CARROLLTON
2625 Old Denton Rd. #200, Carrollton, TX 75007

HOUSTON BLALOCK
1302 Blalock Rd. Houston, TX 77055

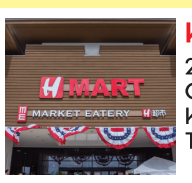


PLANO
3320 K Ave. Plano, TX 75074

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.

IWCBA四家古女籃88-56山東高速

2023FE電動方程式海得拉巴站

巴薩1-0客勝比利亞雷亞爾

假如SB 147獲得通過

【本報訊/ 鄧潤京】2月11日上午， 在休斯敦中國城繁華的百利大道（Bellaire Blvd.）舉行了盛大抗議示威遊行。呼籲取消得克薩斯州參議員Lois KorkHurst提出的SB147 法案和參議員Donna Campbell 提出的SB552法案。這兩個法案禁止中國，北韓，俄國，伊朗公民（包括在美居住持本國護照者）在得州購買地產和租賃農業用地及牧場。

單單把某一族裔挑出來作爲靶子，這就是明顯的種族歧視。在相貌上如何區分中國人、泰國人、韓國人？恐怕連提出法案的州參議員也沒想清楚。美國之所以偉大，之所以成爲了世界第一強國，恰恰因爲其立國之本，其《憲法》精神，即人之平等，與生俱來。在此精神的感召下，世界各地的精英云集在星條旗周圍，貢獻各自的才智，產生了這個世界超強。

現在好了，以上四國的人被禁止購買土地，那麼過幾天會不會禁止購買其它的東西？石油是當今世界上重要的戰略物資。有一天，到油站給汽車加油，不看你有沒有錢，先要看一看你長的個啥模樣。長得像中國人的就免談。就問你煩不煩？

這四國的族裔成爲靶子，難保其他少數族裔不會在將來的某一天成爲靶子。種族歧視一旦盛行，會殃及幾乎所有人群。種族歧視和性別歧視，年齡歧視，地域歧視，宗教歧視等等都是一個窩裡的耗子。試問，這一窩衝出來，你能躲的過哪一隻？

難怪，休斯敦反種族歧視大遊行的組織者AALC（全美亞裔領袖委員會）登高一呼，有七，八百人的遊行隊伍從黃金廣場出來，一時間中斷了有三條車道的交通。

得克薩斯州的州長是支持這兩個法案的，儘管新法案明顯違憲。這州長是唯恐州下不亂。因此，兩法案在州議會順利通過，有了極大的可能性。萬一這兩法案通過了，怎麼辦？

遊行隊伍中遇見了畫家張帆。他的答案是，法案通過後，遊行隊伍就會更長了。稅收是個問題。這點兒房地產稅是地方政府的重要收入來源。修橋補路，培育後代，甚至是還錢借貸，都靠這點稅收。沒了稅收，那兩位州議員就得捲鋪蓋，沒工夫憋出什麼議案。放眼世界，也就中國老闆有幾個閒錢，並且付得起高額稅收。跟錢過不去，不會是新冠發高燒，腦子出毛病了吧。

房地產行業，貸款行業，房屋保險業都可能加入到遊行隊伍裡來。好不容易找到個有錢的大老闆。新法案的大棒一來，整個給攪黃了。

法案生效前買的房子，還要交房地產稅嗎？或許吧。消息一出，西班牙語裔，非洲裔的都不干了。憑什麼華裔有可能不繳稅，而我們其他少數族裔需要。爲表達訴求，只有上街遊行咯。

亞裔，有一個外號叫做，啞裔。就是逆來順受，得過且過，忍氣吞聲。 SB147 法案實在是太過離譜。恰逢兔年伊始，和兔子有關的俗語是，兔子急了還咬人呢。一場盛大的抗議示威遊行就這樣被引發了。

法案能否順利通過，盛大的抗議示威遊行能否起到效果，下結論還爲時尚早。始作俑者的兩位州議員，用上海方言來形容倒是，腦殼壞掉了。

在遊行現場，筆者和美國聯邦衆議員艾爾. 格林先生（Al. Green）（右）。格林先生一貫反對種族歧視，重視維護少數族裔的應有權益。

中國國民黨休士頓分部 舉辦一年一度黨員大會暨選舉分部委員及常務委員

中國國民黨休士頓分部於二月二十五日星期六下午二時至四時三十分假雅苑 6968 Howell Sugar Land Rd., Houston, TX.77083 舉行一年一度黨員大會暨選舉分部委員及常務委員。並特別邀請到『台海和平論壇智庫發起人』Sam Houston University 教授翁履中主講兩岸現況與中美關係。屆時並將投票遴選九位休士頓分部委員並推選常務委員。

懇請 撥冗 出席。

2023 證主家庭事工系列講座 如何在家庭操練順服眞理

2/16 週四7:30 −9:00 PM (美中時間)

順服眞理是需要不斷操練的，就像小孩子學習樂器一樣。爲人父母不是只給出許多規矩，而是要在家中創造一個空間，讓父母和孩子在其中都可以操練順服神的眞理。 本次講座不是專注於解決某個問題，而是探討父母可以採取哪些實際方法來主動創造操練順服眞理的空間。

國語主講公開講座歡迎參加

zoom ID 832 6207 0156 PW 1234

講員 : 鄭立新牧師

成長於台灣，高中時決志信主，爲第二代基督徒。赴美取得電腦碩士後，於紐約金融界擔任電腦工程師多年。2007年蒙召至美南浸信會神學院進修道學碩士，2010年至2021年六月擔任紐約豐收靈糧堂英文堂牧師。2021年7月開創「吹號者事工 Trumpeter Ministries」，推廣:「搶救下一代」、「每日靈修」、「聖經世界觀」和「在家教育」等事工。鄭牧師與師母育有四個成年女兒並皆在家教育（homeschooling, from k to 12）。

歡迎爲事工奉獻同心建造健康家庭

主辦單位: 美國福音證主協會科林郡恩友堂美滿家庭事工

花開花落 做好生前計畫減輕負擔

Memorial Oaks推出優惠 體貼自己與家人

(本報休斯頓報導) 日昇日落，人生也是如此，在人生的旅途之中，死亡是每個人必須面臨的大課題，有上車也有下車的時候，不同站有不同的風景。無論貧富貴賤、種族、職業，上至總統下至庶民，都有不得不面對之時。如何面對終點做好生前計畫、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一百多萬人，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「生前計畫」。爲善終做好規劃，就如同好的財務規劃一般，既減輕自己與家人的負擔，也能避免不須要的麻煩。

Dignity Memorial(尊嚴紀念館)是休士頓最具規模的殯儀館兼紀念墓園，我們請到其中的吳玉玲顧問來爲民衆談談，爲什麼「生前計畫」如此重要? 可以幫助我們降低哪些方面的負擔？

對生死越想得開，會越沒有壓力

吳顧問表示，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，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。

本月推出優惠，到月底前為止

在休斯頓，許多家庭給予橡林紀念園殯儀館和墓園(Memorial Oaks) 很高評價，是最受華裔人士中意的風水寶地，也是既有墓地、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。

Memorial Oaks本月推出優惠: 高達 10% Off生前計劃墓產優惠，60個月2.9%利率，身前契約高達7% Off，優惠只到本月底前有效，請把握機會。

立即致電：832-494-6710(吳玉玲)。Memorial Oaks地址: 13001 Katy Freeway | Houston。

吃米和吃面哪个容易胖？研究者分析了10万中国人

近日，西安交通大学公共卫生学院研究团队在瑞士《营养素》杂志发表的一项研究中，首次探讨了「主食偏好」与「肥胖风险」之间的联系。

结合这一研究采访专家，告诉你哪种主食更易发胖，并支招如何吃主食获益大。

受访专家中国注册营养师 张海英

爱吃米的人，长胖风险低

此项研究中，研究团队分析了我国西北地区十万余人的数据，并根据饮食特征，将研究对象分为水稻爱好者（偏好米饭）和小麦爱好者（偏好面食）。

结果显示，与偏好面食的人相比，偏好米饭的人体脂率超标及患中心性肥胖的风险更低，这种差异在体重指数BMI正常的人群中更显著。

如果用大米替代面食，频率达到每周5次，男性正常体重肥胖风险能降低36.5%，女性中心性肥胖风险能降低20.5%。

肥胖，包括体重指数超标、腰围超标、体脂率超标等多种类型。

其中，体重指数[BMI=体重（千克）除以身高（米）的平方]超过24为超重，超过28为肥胖；

正常男性腰围＜85厘米，女性腰围＜80厘米；

体脂率是体内脂肪重量（皮下脂肪+内脏脂肪）占总体重的比率。男性体脂率高于25%，女性高于30%，即为肥胖。

吃米不易胖原因有3个

这项研究提醒我们，比起爱吃面的人，爱吃米的人往往体脂更低，肚子也更小。研究人员认为，可能与以下3种因素有关：

营养成分

米、面都是碳水化合物、蛋白质、维生素和矿物质的重要来源。

动物实验表明，小麦谷蛋白可能会通过减少产热和能量消耗，促进体重增加；水稻蛋白则可能通过影响脂肪分解和生成的环境，起到抗肥胖和降低甘油三酯的作用。

烹饪方法

生大米与生白面的热量差不多，基本都是345千卡/100克。但一旦生米煮熟、面粉制成了面条和馒头，区别就增大了。

面粉在烹制过程中吸收的水分，低于大米所需的水分，这可能导致馒头等小麦制品的能量密度高于米饭。

根据第6版《中国食品成分表》，每100克米饭、面条、馒头的热量分别为116千卡、107千卡和223千卡。也就是说，相同重量下，面条和米饭的热量差不多，但馒头的热量约是米饭的2倍。

饮食习惯

中美等国的研究表明，主食偏好米饭的人，常搭配更多的蔬菜、豆类、瘦肉等食物，饮食结构更为均衡，有利于控制体重。

偏爱面食的人，往往无法在一餐中摄入足量的蔬菜和肉类，有些面食在制作过程中会加入大量的油，如陕西的油泼面，可能会导致营养失衡及能量摄入超标，引发肥胖。

怎么吃米面不容易发胖？

除了主食种类，肥胖还受性别差异、基因表达等影响。即使是大米类主食，每顿也不宜多吃。不管吃米还是吃面，简单3个改变就有助控制体重。

适当增加大米的食用

日常以面食为主的人群，尤其应该注意。大米替代面食的方法有很多，如将早餐的面条改为米粥，或将一份馒头主食改为一碗米饭等。

搭配更丰富的食材

无论吃米还是吃面，都要注意搭配蔬菜、豆类、肉类等，既能增加饱腹感，控制能量摄入，又能让营养更加均衡，有利于控制体重。

比如，早餐除了主食，可以再搭配清爽少油的凉拌小菜和一个白煮蛋。

选择健康的烹饪方式

米面看起来清淡，但如果油盐糖加得多，就容易增加肥胖风险。油泼面就是一个典型例子，它的味道香辣诱人，但制作时油的用量较多。

如果改为清汤米线，就能避免重油重盐及一些有害物质的产生，有利于控制体重。

吃主食还应遵循3个原则

食物不分好坏，产生什么效果关键在于如何吃。从合理摄入角度来看，人们每天摄入的主食应占摄入总能量的50%～65%，此外还应遵循以下几个原则：

1少点细精，多些粗杂

米面加工过细会损失大量营养，特别是膳食纤维、B族维生素和矿物质。但由于口感更好，目前多数人的主食仍局限在精白米面。

我国居民膳食指南推荐，一般人群每天应摄入谷薯类食物250～400克，其中全谷物和杂豆类50～150克，薯类50～100克。

也就是说，粗杂粮应占主食的1/3左右。

2多换换花样

人们在选择主食时，要多想想它是用什么做的，而不是“早上吃馒头，中午吃面条，晚上吃饺子”，其实都没有跳出面食的圈子。

很多家庭喜欢将馒头、米饭和炒土豆丝搭配一起吃，这其实属于“主食配主食”。土豆富含淀粉，也是一种主食，比起等量的米饭，土豆热量更低，矿物质更丰富，饱腹感也很强。

吃土豆的时候，要记得少吃点米饭。同算主食的还有芋头、燕麦。

3小口吃饭，大口吃菜

过去资源匮乏，为了保证能量摄入，人们往往就着几根咸菜就能吃下一大碗饭，逐渐养成了大口吃饭、小口吃菜的习惯，这是十分不合理的。

不妨将菜做得清淡一些，一大口菜配着一小口饭吃，营养搭配才更合理

侯大任 臉部整形 美容專科 醫學博士

Tang Ho, M.D., M.Sc., FACS
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

新門診中心 MEMORIAL PLASTIC SURGERY
請事先預約
Email：utfacialplastics@uth.tmc.edu
電話：(713) 633-4411
地址：Memorial Plastic Surgery
8731 Katy Fwy, Suite 500, Houston,TX 77042

主治
1. 隆鼻、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、拉皮。
4. 玻尿酸(Restylane, Juvederm)、墊下巴、去法令紋。

6400 FanninSt Suite 2080, Houston,TX 77030 (醫學中心內) 電話: (713) 486-5019
www.ut-ent.org

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
①+女科婦科、宮頸膜片
②+男性前列腺表面抗原
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)

Chun Xie M.D.
二十多年臨床及科研經驗

Southwest Kidney & Hypertension Specialists
腎臟與高血壓專家 謝春 醫師
Board Certified in Internal Medicine & Nephrology

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

姜楠醫學博士(Nan Jiang, MD) 梁敏醫學博士(Min Liang, MD)

Board Certified Family Practice/Internal Medicine

華人陣容最強大的醫療團隊

接受OBAMA CARE *移民體檢*

家庭全科 One of the Best

★網上★看病★

~ 診所環境優良，設備先進齊全 ~
**獲美國糖尿病高質量治療認證 獲各大保險公司 'Preminum" 醫生認證

主治
- 內外婦兒膚專科，外科小手術
- 體檢中心VIP全面檢查: 血尿化驗，心電圖，超聲檢查，肌電圖，中風檢查，肺功能檢測，學生工作體檢

9999 Bellaire Blvd #370,Houston, TX 77036 電話: 713-270-0909(恒豐銀行大樓三樓)
1500 S. Dairy Ashford, S#198, Houston, TX 77077 電話: 281-759-0200(Dairy Ashford)
4320 Boardway St, Suite 100, Pearland, TX 77581電話: 281-485-0334(Pearland)

門診時間:周一至周五 8:30am-5:00pm 週六:8:30am-12:30pm

D03FA-JIANG NAN 姜楠醫生1234567B_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
- 各種疾患
- 外傷與急診
- 正常體檢
- 血尿化驗
- X-Ray
- 心電圖
- 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

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

DENTIST 101
Dentist 101牙科
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

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 腳專科
醫學博士
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

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

※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

醫生本人通國、粵、英語

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

惠康家庭全科診所 Welcome Family Medicine, P.A.

接受各種醫療保險 Medicare Medicaid

許旭東 醫學博士
Xudong Xu, M.D.
家庭全科醫師
Board Certified by ABFP
美國家庭全科醫師學會專科醫師、特考文憑
Texas Tech University住院總醫師
Mermonial Hermann Southwest Hospital 主治醫師
中國醫學科學院皮膚病研究所臨床博士學位

陳永芳 醫學博士
Yongfang Chen, M.D.
家庭全科醫師
Board Certified by ABFP
美國家庭全科醫師學會專科醫師、特考文憑
Mermonial Hermann Southwest Hospital 主治醫師
Texas Tech University住院醫師畢業
十餘年臨床醫療經驗

主治
內科、兒科、皮膚性病科、婦科
急診、外傷、全身健康檢查
婦科體檢、外科小手術、預防接種

移民體檢

隨到隨診
週一至週五: 8:00am-4:00pm
週六: 8:00am-2:30pm

Tel: 713-995-8886 Fax: 713-270-9358 www.gotomyclinic.com/welcomefamilymedicine
Address: 9160 Bellaire Blvd. Suite E, Houston, TX 77036 (惠康超市東側警察局隔壁)

D03FA_Welcome許旭東3567B_16

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：週一至週六10:30-6:00 (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

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

人工[手]按摩效果特佳
舒展各部肌肉及關節和全身按摩

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。

以上治療醫療保險有給付~

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

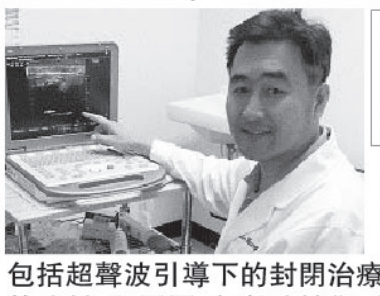
接受各種保險、老人醫療卡、沒保險有折扣

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

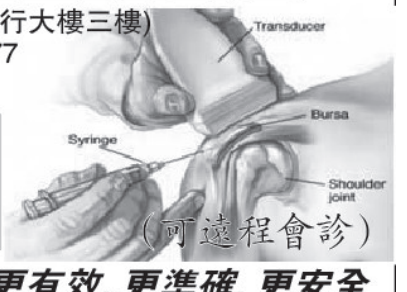
D03CH-Chiro王建森1356B_16

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

法國：尼斯狂歡節花車巡遊精彩紛呈

“冰城”哈爾濱市正值冰雪旅遊季。哈爾濱極地公園的企鵝每天都會外出“巡遊”，吸引許多遊客前來觀賞。

蒙山雪霽美如畫

哈爾濱：企鵝“巡遊”引客來

俄羅斯導彈襲擊烏克蘭 四面楚歌向巴赫穆特推進

【美南新聞泉深】基輔表示，俄羅斯周四以多枚導彈襲擊打擊了烏克蘭，因其軍隊試圖在東部推進，而西方盟友承諾繼續提供軍事援助，以實現烏克蘭春季的反攻。

烏克蘭空軍表示，按照在烏克蘭戰場或外交進展時進行猛烈轟炸的模式，俄羅斯在淩晨發射了 32 枚導彈。

它補充說，一半被擊落，比率低于正常水平，看來俄羅斯使用的導彈有所更新。

烏克蘭官員說，其中，南部的防空系統擊落了從黑海一艘船發射的八枚口徑導彈。 其它導彈襲擊了烏克蘭北部和西部以及第聶伯羅彼得羅夫斯克和基洛沃格勒的中部地區。

俄羅斯通常在白天對能源設施進行最猛烈的打擊。 但烏克蘭官員表示，連夜轟炸對電力沒有生重大影響。

烏克蘭總統辦公廳主任安德烈·耶爾馬克在電報消息應用程序上寫道：“俄羅斯軍隊在某種程度上改變了他們的策略。他們進行主動偵察，使用虛假目標。”

烏克蘭沒有說明什麼被擊落的導彈比平時少，但它此前曾報告說，當俄羅斯發射蘇聯時代的 Kh−22 導彈時，成功率較低。

在數萬名預備役軍人的支持下，俄羅斯最近幾周加強了對烏克蘭南部和東部的地面攻擊，隨著 2 月 24 日入侵一周年的臨近，一場新的重大攻勢似乎正在形成。

這場沖突已造成數萬人死亡，摧毀了烏克蘭城市，並使數百萬人背井離鄉，破壞了全球經濟的穩定，而全球經濟正從 COVID 大流行中恢複過來。

德國表示，2022 年有 110 萬人從烏克蘭抵達，超過了 2015−16 年前所未有的移民湧入，顯示人道主義災難的規模。

俄羅斯沒有立即對隔夜轟炸發表評論，但周叁它在東部盧甘斯克省的部分地區吹捧說烏克蘭軍隊已撤退。

巴赫穆特之戰

盧甘斯克省和頓涅茨克省組成頓巴斯，是烏克蘭的工業中心地帶，現在被俄羅斯部分占領。 俄羅斯想完全控制頓巴斯，目前的重點是包圍並奪取頓涅茨克的巴赫穆特小城。

巴赫穆特的重獲將俄羅斯提供一個墊腳石，以推進兩個更大的城市，克拉馬托爾斯克和頓涅茨克以西的斯洛維揚斯克，想在 2 月 24 日周年紀念日之前重振莫斯科的勢頭。 烏克蘭及其盟友表示，考慮到它已經花費了幾個月的時間，拿下巴赫穆特將是一場代價高昂的勝利，而且他們聲稱在俄羅斯的一波又一波的進攻中造成了巨大的生命損失。

隨著烏克蘭快速消耗彈藥並要求獲得更強大的火力，包括坦克和戰鬥機，北約聯盟國家正在提高量並承諾提供更多。

澤倫斯基總統的軍隊獲得了大量援助，特別是來自美國的援助，自沖突開始以來，美國已承諾提供超過 274 億美元的援助。

美國高級官員建議烏克蘭在最新的美國武器供應到位並提供訓練之前暫緩發動大規模反攻。

澤倫斯基說：“我們必須確保今年春天眞正感受到烏克蘭正在走向勝利。”

他感謝挪威承諾在五年內提供 70 億美元，這是有史以來針對單個受援國的最大援助計劃。

俄羅斯稱這次入侵是針對安全威脅的“特殊軍事行動”，並將向烏克蘭運送重型武器作西方正在升級戰爭的證據。

基輔及其盟友稱俄羅斯的行動是在搶地。

在最近一批訪問烏克蘭的外國政要中，以色列外交部長伊萊·科恩將與澤倫斯基會面。 這是以色列高級官員自戰爭開始以來首次進行此類訪問。

以色列與俄羅斯協調打擊敘利亞境內可疑的伊朗目標，但並未承諾向基輔提供任何直接武器供應。

白俄羅斯在戰爭開始時允許俄羅斯使用其領土向烏克蘭派遣軍隊，並表示只有在遭到襲擊時才會與盟友並肩作戰。

白俄羅斯總統亞曆山大·盧卡申科一再否認基輔提出的它可能加入沖突的主張。

中国第一商帮：徽商是如何陨落的？

在不知道收了多少“捐献”的银子后，乾隆二十七年二月，公元1762年3月，第三次下江南、下驻在扬州天宁寺行宫的乾隆大帝，给14名来自徽州的盐商各自颁赐了官爵。

对此，乾隆大帝满意地说：

“朕此次南巡，所有两淮商众，承办差务，皆能踊跃急公，宜沛特恩。”

为了此次加官进爵，14名盐商具体“捐纳”了多少银子“效忠”，史书没有明确记载，但对于扬州徽商之富，乾隆皇帝则早有耳闻，当时，扬州徽商总资本至少在五千万两银子之巨，而清朝在乾隆时期号称巅峰，国库最高存银不过也就7000万两，以致于乾隆皇帝感叹道：

“富哉商乎，朕不及也。”

扬州徽商们也敢于“捐纳”：以乾隆朝的著名盐商鲍志道（1743-1801）为例，仅仅他个人在世期间，就先后向清朝政府“捐纳”了2000万两白银、和12万石粮食（约合1440万斤）。

此一时期，徽商，是帝国毫无疑问的第一商帮。

徽商，崛起于明朝中叶。

对于管辖一府六县，即歙县、黟县、休宁、祁门、绩溪、婺源六地的徽州府来说，这里向来有“七山半水半分田，两分道路和庄园”的谚语，由于可用耕作的土地奇缺，人口急剧增长的徽州人一直处于难以自足的状态。

晋代时，徽州（新安郡）当地人口仅有5000户，然而随着晋室南迁和南北朝时期的持续动荡，北方士民开始不断南迁，此后，在唐朝安史之乱以后、北宋靖康之变后，南迁的中原人民不断补充着徽州的人口，到南宋初年，徽州人口已经达到了12万多户，到明代时，徽州人口进一步飙涨至56万户，到清末嘉庆二十五年（1820年），徽州人口更是达到了247万人，由于人多地少，谋生艰难的徽州人被迫着开始沿着新安江等水道大规模走出深山，去外界打拼一片天地。

在明清两代的徽州，普遍流传着这样一句话：“前世不修，生在徽州；十三四岁，往外一丢；包袱雨伞，夹着就走。”尽管谋生艰难，但作为中原世家大族移民的后代，重视教育的徽州人普遍会将子女送往私塾就学，然后到十三四岁时再让孩子外出闯荡，在这片面积仅有1万多平方公里的狭小府地上，却是“十家之村，不废诵读”。

由于大规模的人口外出经商谋生，到了明代时，明朝人王世贞就曾经感慨地说：“徽俗十三在邑，十七在天下”，意思是说徽州人十分之三在家务农，十分之七在外经商，“贾居十（分之）九”、“徽人十（分之）九为商”。

在这种庞大的外出经商人口的扩散下，到了明代时，徽州人出现了以长三角为基地的“一大块”、以长江和大运河“两条线”为辐射通道，“星星点点遍全国”的分布生态，到了明朝中叶，随着以盐商为代表的商人群体的崛起，徽商，开始作为一个帝国商帮，在中华大地上冉冉升起。

作为徽商的代表，盐商，是徽商中最势大财雄的群体。

明朝初期，为了与北方蒙古人对抗，明朝政府在北方漫长边境上设置了9个边镇驻军布防，为了吸引商人向驻军运送军粮，当时明朝政府规定，商人只有向北方边境运送粮食贩卖，才能换取到盐引（一种贩卖食盐的官方凭证），然后到指定地点倒卖食盐谋利。

由于古代食盐的稀缺性和倒手买卖存在的暴利，因此尽管路途遥远，徽商仍然不远千里踏上了北上路途，但由于地理距离等因素，在明朝中叶以前，徽商的盐业生意总是做不过相对北方较近的山西商人和陕西商人。

明朝中期以后，随着白银成为通用货币，于是在明朝弘治五年（1492年），户部尚书叶淇改革盐法，规定商人不再需要向边境运输粮食，只要向政府盐运司缴纳银子，就可以换取到盐引贩盐，这一变革，史称“开中折色法”，随着变革的推行，原来的塞外商屯逐渐解体，边境商贸日趋衰败，于是，原来经营边境贸易的晋商、陕商转而南下位处两淮地区要地的扬州从事买卖，而这，也给了徽商以崛起的历史机遇。

由于东临黄海，西接运河，明清时期，扬州成为了中华帝国两淮地区的盐业中心，而到了清朝乾隆时期，两淮地区每年的赋税更是占到了全国商业税收的50%，其中主要是盐税，可谓“关系国库，最为紧要”，而在帝国商业中心与晋商、陕商的较量中，作为后起之秀的徽商逐渐后来居上，最终几乎垄断了两淮地区的盐业经营，从而奠定了徽商作为商帮在帝国内部的崛起。

明朝中叶时在扬州，徽商原本与晋商、陕商平分天下，当时在扬州，以徽州话和陕西话最为时尚，因为当地人认为讲这种话的人最有钱。但在明朝中叶及晚明的商业竞争中，文化教育不高、较为保守吝啬的晋商和陕商，逐渐在与具有文化底子的徽商竞争中败下阵来。

当时，与晋商和陕商大多是目不识丁的大老粗相比，徽商即使是学徒和小弟，也普遍在家乡接受过基础教育，而与发家后仍然穿着破皮袄、嚼大饼的晋商和陕商相比，徽商却敢于修园林、建书院、养戏班，并且对官员贿赂出手大方。

对于从科举出身的官员士大夫来说，有钱并且文化素养颇高的徽商，是既舍得给钱、又能共谈诗文的金主和儒商，例如晚明时期累代贩盐的扬州徽商吴彦先（1555-1624），其文史知识甚至连一些当时大儒都自愧不如，由于他博学多才，因此在官府和商界都享有崇高威信。

由于徽州善于抱团经营，因此到了明朝万历年间，徽州歙县的县志《歙志》就记载说：“今之所谓大贾，莫有甚于吾邑（歙县），虽秦晋（陕商晋商）间有来贾于淮扬者，亦苦朋比而无多”，与零星经营的陕商晋商相比，在当时的两淮地区和扬州，“苦朋比无多”的陕商晋商，此时已经在商业竞争中完全败给了抱团取暖又敢于“给予”的徽商，可以说，无论是玩文、玩钱还是玩人多，徽商在两淮盐业经营中都逐渐进入了垄断时代。

作为宋明理学的奠基人程颢、程颐和集大成者朱熹的祖籍地，徽州在明代开始就被称为“程朱阙里”、“东南邹鲁”，徽州谚语普遍流传说：“养儿不读书，不如养口猪。三代不读书，不如一窝猪。”

正是在“世间数百年旧家无非积德，天下第一件好事还是读书”的理念熏陶下，徽州在古代科举中开始急剧崛起，据统计，从宋代到清末，徽州考中进士的共有2086人，并出产了28位状元，占据中国历史状元总数的二十四分之一，以单一城市而言，徽州的状元人数，仅次于苏州府。

由于重视读书、政治资源广布明清两代，这也为徽商在政治上提供了保驾护航，而徽商在发家致富以后，也将子女读书致仕作为保障家族累代经营的不二法宝，对此，明代徽州人汪道昆（1525-1593），就将徽商家族的这种特点形容为“贾而好儒”、“左儒右贾”。

以汪道昆本人为例，他的家族就是累代经营盐业，家业巨富，到了他这一代，父亲刻意经营让他读书致仕，汪道昆也不负众望，23岁就考中进士，而后更是官至明朝兵部左侍郎（相当于国防部副部长），与戚继光等人一起成为明朝末年的抗倭名将，而在儒商、部级高官的背景之外，汪道昆还是一名戏剧家，曾经撰写有《高唐梦》、《五湖游》、《远山戏》、《洛水悲》等剧作。

在“左儒右贾”的政治资源支持下，徽商的政治门路也被迅速拓宽，以明朝为例，徽州就出了曾经当过兵部尚书、太子太保和七省总督的胡宗宪，另外还有曾经当过明朝礼部尚书和文渊阁大学士的许国，到了清代时，徽商“以商养文”更是频频开出“硕果”——例如出身盐商巨富家族的曹文埴、曹振镛父子，二人就先后考中进士，并且都担任过军机大臣，历经乾隆、嘉庆、道光三朝而不倒，其家族可谓政坛常青树，而曾经当过军机大臣和户部尚书的曹文埴，由于老乡关系，跟扬州徽商更是关系密切，其中乾隆六下江南，让徽商等各路商帮“奉献”、“捐纳”等各种事务，就是曹文埴在一手安排。

而这种徽商累世培植的政治与商业的暗中结合，也为徽商在盐业、典当、茶叶、布匹等各种生意中获得了各种关系深厚的政治资源庇护，堪称中国政商结合的至高典范。

也就是在这种善于逢迎和“捐纳”，正如乾隆在扬州赏赐徽商官爵时所说“踊跃急公”的背景下，徽商在经历明末清初的战争动荡后再次崛起，并通过政商勾结、逐渐垄断了当时中国最大的盐场、两淮盐场的商业贸易。

对于徽商的善于“奉献”，清廷和地方官员也一直是投桃报李，给予了徽商诸多垄断权益，当时，两淮盐务中设有“总商”，乾隆时代更是出现了权力空前的“首总”。徽商江春就担任过“首总”，这些“总商”乃至“首总”，既是两淮众商的代表，又是官府与盐商之间的联系人，实际上拥有半官半商的身份。

以徽商巨富江春（1720-1789）为例，乾隆六次下江南，江春都参与了迎送和接待，其一生共向清廷“捐纳”多达1120万两白银，而乾隆则将江春赏赐为“内务府奉宸苑卿布政使”，正一品“光禄大夫”，在每次任命新的两淮巡盐御史时，乾隆甚至都会嘱咐新官吏说：“广达（江春）人老成，凡事要多与他商量。”而江春更是因为“一夜堆盐造白塔，徽菜接驾乾隆帝”等事迹，而被称为“以布衣结交天子”的“天下最牛徽商”。

但政治的索取是无度的，徽商在乾隆朝迎来巅峰之际，也是其衰落之时。

以乾隆朝第一红顶商人、扬州徽商江春为例，乾隆多达六次下江南、清廷没完没了的政治接待，以及不停的政治“捐纳”任务，也让一度富可敌国的江春濒于破产，除了乾隆下江南时要接待“奉献”外，在乾隆没下江南的日子里，乾隆三十六年，江春就为皇太后八十寿诞捐银20万两；乾隆三十八年，清廷用兵金川，江春又捐银400万两；乾隆四十七年，黄河筑堤，江春捐银200万两；乾隆五十三年，台湾林爽文起义，江春又被迫“捐献”军费200万两，而这还只是明面上的政治捐款，私底下的贿赂和政治接待更是几乎耗尽了江春的家底。

到江春晚年，江家日益败落，江春在1789年死后，道光年间，财务日渐亏空的清廷随后以整顿盐务为名，逼令江家必须再交出40万两银子，而家底已经掏空的江家后代无力支付巨额罚款，最终惨遭抄家。

清廷则完全忘了，乾隆朝的第一红顶商人江春，仅仅明面上的“捐纳”就高达1120万两白银的“政治奉献”，对他们来说，已经被掏空家底的红顶商人，已经不再具有利用价值了。

而江春家族的败落，也掀开了徽商商帮整体衰落的帷幕。

明清两代，徽商通过政治勾结等手段几乎垄断了帝国的盐务经营，但垄断的代价就是各种明面或暗底下的高额贿赂和政治“捐纳”，羊毛出在羊身上，为了转移负担，徽商于是将重担又转嫁到盐价等商品上。

以康熙朝（1662-1722）为例，当时江南的仪征、通州等地由于距离两淮等产盐区较近，每斤盐只卖二三文钱，但到了江西、湖广等地，每斤盐价则高涨到了二十文钱不等；随着官府盘剥的日益加深，盐商的售价也不断抬高，到了道光年间（1821-1850），湖北汉口的盐价已经去到了每斤四五十文，而有的地方则高涨到了每斤八九十文，更有甚者部分偏远地区，盐价高达几百文钱一斤。

作为盐业垄断和官商勾结导致的政治代价，随着时间的推移，清朝的盐价也不断飙涨，以致到了普通老百姓已经无力承担的地步，在此情况下，百姓只得通过购买价格相对便宜的私盐来解决日常所需，由于不断高涨的盐价导致私盐大规模泛滥，徽州盐商的官盐买卖也日渐滞销，但清廷规定的年销售额却是要年年交款的，由于所欠的盐款即盐课越来越多，没办法，徽州盐商只得向清廷请求进行分期付款：或分15年偿还，或分30年偿还。

到了道光年间，以徽商为主的两淮盐商所积欠清廷的盐课，已达到了几千万两白银之巨，由于盐商在政治重压之下根本无法还款，而普通老百姓则因为盐价太贵吃不起盐，为了改变这种困局，道光十二年（1832年），两江总督陶澍为了革除淮盐积弊，开始打破徽商垄断两淮地区盐业经营的垄断局面，下令只要有银子，都可以向官府购买盐票进行贩卖，史称票盐法。

票盐法开始实施后，逐渐激活了两淮地区的盐业经营，不仅推动了盐价的下降，而且使得两江地区的岁入增加了1000多万两白银，随着徽商盐业垄断特权的被打破，徽州盐商也开始急剧衰落，而由于盐商在徽商商帮中的实力最为雄厚，徽州盐商的轰然倒塌，也全面昭示了徽商衰落的未来。

对此，徽商们想出来的办法，就是到处砍桃树泄愤，因为桃跟票盐法的推行者陶澍的“陶”同音，于是有人写诗戏说这件事说：

“戏他桃花女，砍却桃花树。

盛衰本有自，何必怨陶澍。”

就在徽州盐商衰落的同时，1851年，太平军之乱爆发了。

从1851年到1875年，太平军和捻军先后在南北方持续兴起，战火广泛波及清朝18个省的600多座城市，由于战争导致商路断绝，这就使得徽商们的日常经营陷于瘫痪，“自经兵灾，船稀商散”。

迫于动乱，徽商们开始大批量返乡避灾，然而他们万万没想到的是，1854年太平军先是攻占徽州祁门，随后太平军与清军在徽州展开了长达12年的拉锯战，无论是太平军还是清军，都在徽州民间实施了残酷的劫掠——“曾国藩驻师祁门，纵兵大掠，而全部窖藏一空”，太平军在徽州期间则“掳掠尽家有，不复遗余粒，逢人便搜囊，勒索金银亟”。

在残酷的战争扫荡和接踵而来的瘟疫、灾荒侵袭下，作为徽商大本营的徽州也受到了毁灭性打击，以致于曾国藩都在上奏清廷的奏折中写道：

“皖南及江宁各属，市人肉以相食，或数十里野无耕种，村无炊烟。”

在二十多年的战争扫荡下，徽商商帮从南到北一片哀鸿遍野，继盐业之外，茶业、典当业、木材业等徽商传统主营项目也都受到了致命性的摧残，而在先后平定太平军和捻军之乱后，徽商们也猛然发现，即使战争停歇，他们所面对的外部环境也猛然剧变了。

当时，作为中国传统的“出口创汇三宝”（茶叶、陶瓷、丝绸），茶叶贸易随着英国人在印度和斯里兰卡等地的大规模引种茶叶，出口已经日渐衰落；而欧洲人自产的陶瓷质量也越来越优越，逐步取消了对中国瓷器的进口；在生丝和丝绸方面，日本和欧洲的养蚕业和丝绸业也不断崛起，中国的市场份额不断萎缩。

与茶叶、陶瓷、丝绸等出口业务逐渐萎缩乃至消失相反，外国的机器编织布匹等优质商品则不断输入中国，在此情况下，作为徽商除了盐业外的第二大主营业务，茶叶贸易也在徽商商帮中逐渐没落，另外，经营布匹生意的徽商也逐渐被淘汰出局，在传统的各项主营业务上，徽商受到了几乎是全面性的致命打击。

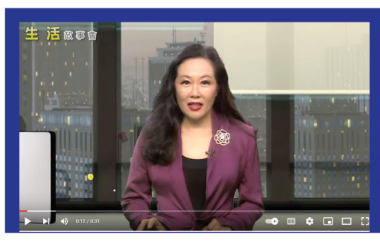
而作为最后硕果仅存的徽商大佬，先是倚靠浙江巡抚王有龄、做官商和军商生意起家的胡雪岩，在王有龄对抗太平军失败自杀后，又接着投靠湘军和左宗棠，成为了左宗棠和湘军南征北伐、财政运转的左膀右臂，并通过湘军和左宗棠的庇护经营钱庄、典当、药业、茶叶、生丝等生意。

1882年，胡雪岩因为与外国洋商进行生丝大战失利出现了巨额亏损，在此情况下，向来与湘军派系不合的淮系李鸿章立即指派官商盛宣怀出马，一方面拖延本来要支付给胡雪岩的官银，另一方面则大规模散布消息、挑拨储户到胡雪岩的钱庄进行挤兑，在多重失利和以李鸿章为首的淮系势力强势打压下，胡雪岩历时三十多年建立的商业帝国，最终在短短几个月间便瞬间崩塌。

1884年，胡雪岩最终在贫恨潦倒中郁郁而终，临死前，他对着子孙们交代说：

“白老虎（白银子）可怕！”

而胡雪岩的死，也成为了纵横明清两代300多年的徽商最后的真实写照，曾经贵为帝国第一商帮的徽商，至此彻底陨落人间。

15.3 KVVV STV 休士頓國際電視網
美南電視15.3
每晚7點專題節目
美南網Scdaily.com和youtube 頻道Stv15.3 Houston同步收看直播

主持人: 黃梅子

主持人: 陳鐵梅

主持人: 王潔

主持人: 馬健

主持人: Sky

主持人: 蓋軍
每天一至五下午6:30播出《美南新聞聯播》
• 每周一晚7點：主持人：黃梅子，《生活》節目（《生活故事會》、《丁師傅私房菜》和《修車師姐》三個單元輪流播出）
• 每周二晚7點：主持人：陳鐵梅，《美南時事通》
• 每周三晚7點，主持人：王潔，《美南時事通》
• 每周四晚7點，主持人：Sky《子天訪談錄》或馬健《J&J論壇》
• 每周五晚7點，主持人：蓋軍，《美南時事通》

两个高起点海归女孩 8年之后拉开了事业的距离

不可否认的是,“海外留学”这一起点,让大部分海归群体迈上了较高的学业起点,相比国内诸多普通高校而言,不管是语言还是视野等方面都具有先天的优势。然而,当我们将时间轴稍微拉出一段距离,以十年左右为一个发展的阶段,就会清晰地发现对于人生而言,起点并不重要,重要的是中间努力的过程。

如果人生是不断跋涉的旅程,那“海外留学”的经历,只能算是旅行中的一个起点,意味着学校学业的暂停,人生新画卷的展开。

得知记者在做“海归就业现象”这一话题后,在某跨国公司从事投资的林博士给记者讲述了由他亲自招聘的两个海归女孩的故事。

留学英国的谈笑和留学美国的Amy,两个女孩同样的年纪,同样是名校毕业,同样是高起点,同时进入一家公司,但10年后的状态却截然不同。一个已经完成了人生的三级跳,现为某国家级投资平台的投资经理,在行业内已经小有名气;另一位,却在工作的起起伏伏中籍籍无名,无奈离开了精英云集的投资领域。

也许从这两个海归女孩的故事里,能对“海归就业”有一些新的感受和启发。

高考拉开两个女孩的起点

1988年在南京出生的谈笑,在2006年的高考中遭到了前所未有的打击。

一直以来,成绩在学校都属上游的谈笑考出了有史以来最差成绩,堪堪刚过一类本科线,高不成、低不就的成绩,距离自己梦想的北京对外经贸大学遥不可及。

在迷惘徘徊了一阵后,正逢宁波诺丁汉大学首届招生,谈笑报考后被国际商务管理专业录取。宁波诺丁汉大学是中外合资办学,有半年到英国诺丁汉大学交流学习的机会,对于谈笑而言,这半年的学习交流,也是她打开眼界的一次新机会。

同样是2006年高考,在距离南京不远的上海市,女孩Amy通过自主招生以极为优异的成绩进入上海财经大学学习。和谈笑在学校的平凡不同,作为从小获奖无数的全国奥赛数学冠军,Amy在大二的时候,就以优异的成绩获得了到美国学习交流的机会,并且在毕业之后成功考取美国迈阿密大学经济系研究生。

高考的起点不同,摆在两个女孩前面的路也不同。相比Amy的顺利,如果想要继续深造学业,摆在谈笑面前的路只有一条:出国读研。

“我们学校是全英语教学,学习的内容和国内课程也不一样,如果我想要读研就只能出国。”想要出国读研并不难,但是想要去一流的大学深造却极为不易。因为大四的成绩直接影响学校的申报,谈笑形容自己当时的状态是“玩了命一样地学习,高考我都没这么拼过,尤其是临近考试,我整整一个月没上网、没碰手机。”

功夫不负有心人,大学四年的悬梁刺股让谈笑成功考入了伦敦政治经济学院金融与财务管理专业。这个专业英国排名前三,在世界排名也非常靠前。想要申请伦敦政治经济学院需要在大学就拿到一等学位,那一年谈笑所在的专业有200多人,包括谈笑在内只有4个人拿到了一等学位。

谈笑和Amy,虽然高考的起点不同,但是在大学四年后,两个人却又同时站在了“海外名校研究生”这同一起点。

毕业进同一家公司,年薪30万

2011年,在英国读书的谈笑和在美国读书的Amy,都面临着毕业。

对于两位在顶级名校毕业的研究生来说,毕业找工作都不是难事。谈笑所在的伦敦政治经济学院极为重视学生的就业,因此在入学之初,谈笑就经过了各种就业课程预演和学习,在过五关斩六将之后,谈笑进入到投资人林博士所在的投资公司实习,同时应聘进公司的还有Amy,首份工作年薪30万人民币。

“首先考虑的还是Amy,所以她成为了我的助手。因为奥赛冠军的简历非常难得,而且Amy在面试时的表现也非常抢眼。”时隔6年,林博士依然非常清晰地记得两个女孩的面试表现。作为林博士的助手,Amy的工作内容主要是寻找并且选定一些具有发展潜力的科技公司进行评定和投资。

对于一个初出茅庐的女孩来讲,光鲜亮丽的工作、动辄上亿元的投资,Amy延续了她一贯的人生高起点。然而,这一切都在短短的四个月后戛然而止。

“工作了4个月,公司就解除了和她的劳务合同。4个月里,Amy不仅跟我常有争吵,跟英国总部的老板也多有不和。”林博士回忆,Amy最大的问题不是脾气,而是“永不认错”的态度。

“我们当时在东北有个新能源投资项目,初期就投入1.2个亿,是我们在国内最大的一笔投资。周一下午在吉林有重要会议,原定我周日从北京飞吉林,Amy周一早上到达。但是我有事情耽误了,改为了和Amy同一时间出发。我在机场候机的时候问Amy是否已经出发,Amy却说北京大雨,所有飞机停飞,她赶不过去了,但我当时就在北京机场。”林博士告诉记者,当时北京确实下雨,但是航班却并没有延误,正常起飞。

Amy以为林博士已经在东北,“我当时还安慰Amy,想给她一个机会,说如果是有事情耽搁了,可以乘坐下一班航班,但是Amy始终坚持说是因为航班的问题。后来我才知道,那天是她路上迟到了,赶不上飞机了。”林博士告诉记者,在这起“航班事件”后,从东北忙完回到北京,他就通过律师走正常程序开除了Amy。

“我、Amy还有律师在办公室谈判的时候,Amy明显呆住了,没想到自己这次撒谎会有这么严重的后果。”林博士解释,对于公司来说,出差延误航班事小,但是为此撒谎事大。作为投资公司的工作人员,工作中会涉及到投资的应用和流向,因此对于诚信的要求就更为重要。

“当然,在Amy身上也不仅仅这一次的问题,经过几个月的接触,我们觉得她不适合在我们公司工作。例如,很多时候太过于以自我为中心,因为个人耽误了公司全体的行程,却没有一句道歉。”林博士告诉记者,在开除了Amy后,“永远是对的”Amy第一次向公司认错,但是为时已晚,只能含泪离开。

在Amy离开之后,谈笑接替Amy的工作,成为林博士的助手,并且一直工作了5年,完成了自己人生的第一笔工作积累。

“谈笑的工作能力非常强,极有责任心,且单兵作战能力很强,交代给她的事情总能做得很好。”对于谈笑的评价,林博士非常之高,“谈笑的成长特别快,虽然是南方女孩,但却是不折不扣的女汉子。有一次为了去山西取一份重要文件,她中午坐飞机飞太原,晚上再从太原飞回济南,不耽误第二天开会使用文件。”

谈笑和Amy的第一份工作,虽然开头相同,但却是截然不同的收尾,两个高起点女孩的人生,也第一次开始了分岔。

一个完成三连跳,一个回到起点

在第一家公司工作了5年后,有了一定的磨练和积累,2016年,谈笑跳槽去了北京另外一家投资公司任高管,同时以合伙人的身份开始独立进行投资项目的运作。

与此同时,Amy在离开林博士所在的公司后却多有波折,2015年Amy找到林博士,希望能够再次回到公司工作,同时保证自己会端正工作态度,绝不会犯以前的错误。

“我跟英国的老板商量了一下,但老板对Amy的印象很差,坚决不允许她再回到公司。后来我就帮她联系了另外一家投资公司做项目经理,但是工资待遇年薪税前十五万,Amy没有接受。”林博士说,后来他听说Amy又陆陆续续换过几家公司,工作时间都不算长,再后来离开了竞争激烈的投行业,回到了上海老家。

与此同时,谈笑却在扎实的工作中迎来了自己人生的高光时刻:在北京的投资公司工作两年后,谈笑再次跨越一步,进入到现在工作的大型投资公司,同时工资再次翻倍。

而这背后,是不为人知的辛苦和疲倦:对于在投行工作的人来说,全世界的飞行是工作的重要部分。谈笑的手机软件上清楚记录着她近年来的飞行里程:飞行次数300次,飞行时间833小时13分钟,飞行里程509518公里,可以绕地球近13圈。

在从2006年高考算起的12年后,两个女孩终于在这一次次的飞行中再次拉开了距离。

“我觉得最重要的是不放弃吧,不放弃上进,不放弃向前走,一定要努力才有出路。”谈笑说,她从研究生的时候开始考CFA特许金融分析师,现在是CFA持证。“这两年过得挺顺利的,我想再考个注册会计师证,现在刚过了三门,要继续把剩下三门奋斗完。虽然这都不是很厉害的事,但是我觉得人总要干点什么,只有努力才能往好的地方发展”。

如果说国外的留学给谈笑带来了什么,那应该就是“挑战和努力”。“我研究生其实算是跨专业,而且我高中本来是艺考播音主持专业,成绩算不上太好。正是在国外考研、读研的经历,让我觉得只要努力,没有什么不可能。不管起点是什么,什么时候努力都不晚。”谈笑说。

中國城市長李雄爲休士頓F區市議員Tiffany D. Thomas舉行競選連任募款餐會

【休士頓西南區華埠訊】素有「休士頓中國城市長」稱號的西南區管委會主席李雄，9日爲選區包括西南區管委會及國際區管委會範圍的休士頓F區議員Tiffany D. Thomas舉行競選連任募款餐會。席間Thomas市議員不但對她熟捻的社區議題包括房屋、教育、安置遊民、水資源、豐富文化特色及各種社區發展項目，提出有系統的說明，更與在座社區經濟及發展領袖們直接對話，充分交換意見。雙方經過這次討論，對於未來極具潛力的合作方式，都有更進一步的想法及方向。

Thomas市議員在自我介紹時，首先提及甫於近日正式揭幕展開社區服務工作的Alief社區活動中心。這幢豎立在百利大道的新穎美觀建築，剛推出就引起全市矚目，而它正是由Thomas市議員力促完成。Thomas市議員笑言包括市政府都開玩笑說「這個社區中心惹了麻煩」因爲現在所有市民都向市府要一個如此高標的社區中心。不過專長社區教育、發展、文化建設的她並不以此耀眼成績自滿，而對於華埠首務之一的治安問題，她更精準提出針對亞裔社區，包括街道照明、人行道硬體設施、夜店安全、維安人員夜間值班、街頭監視錄影機等細節的加強。

出身成長於Alief社區的Thomas市議員，對區內自然有特別感情，她更對區內社群有深刻瞭解。她強調從小在Alief學區，同學包括各種族裔、來自全球各個國家，她說「這就是我們的社區、這也就是我們的國家的面貌」。她在2019年當選F區市議員，也是第一位擔任此職位的40歲以下非裔女性。而她在任期間，面對疫情的挑戰，她爲社區爭取了醫療資源及醫護服務外，更爲弱勢家庭就租屋補助爭取了疫情期的特別津貼，安頓了基本生活需要。

此階段Thomas市議員專注的社區項目，包括社區面對天災時的應變及善後能力，以及社區內特定地段的整頓工作，還有居住及商務環境的廢水處理、水道疏通問題，這同時也是大都會面對潛在天災危機時的迫切課題。Thomas市議員並強調貫串西南區管委會及國際區管委會的百利大道，更是她的選區內、甚至休士頓的經濟引擎，得到廣泛的矚目關切；她希望與大家繼續密切合作，加強研究及投資以促進更多的變化與進步。

出席餐會社區經濟及發展領袖人士，包括建築師李兆瓊、律師林富桂、產業業主王藝達、西南區管委會董事也是社區產業業主的Harry Shani、Stephen Le, Jr. 及其他業內重量級人物包括Park 8 development負責人Lee Wang、金城銀行資深副總裁Bill Chen、成功餐館連店業主戴安東夫婦、STOA建築開發公司合夥人Tony Ly、國際區董事及公寓群業主Jay Shani及另兩位成功女性Shabina Bhagia F區公寓群業主、及李雄夫人擔任中國人活動中心理事的彭梅。大家都紛紛就商業及投資願景、和回饋社區服務社會等各種可行性，與Thomas市議員交換意見，加深互相瞭解及未來討論管道。

尊重文化特色並把握機會彰顯自身文化傳承的她，更與中國城市長及西南管委會主席李雄、管委會環境及設計委員會主席Stephen Le, Jr. ，分享區域內以她非洲圖案色彩衣著爲主，所繪製的街頭設施外飾壁畫；這也正是餐會當晚，Thomas市議員身穿的服飾，繽紛鮮明又生氣勃勃地象徵了她的發展藍圖與行動力。

西南區管委會主席李雄表示，他樂見任何與華埠及西南區管委會範圍相關的政府民選官員，與區內各界人士交換意見，促進溝通，這也是大家共同努力、推動社區進步的力量。

王朝旅遊2023年黃石團超級福利來襲！！黃石國家公園內的獨家資源黃石木屋100%免費升級

在黃石木屋內，零距離感受黃石的原生態魅力！

被群山綠樹環抱，在星空明月下入眠，完全遠離城市的喧囂，與自然融合在一起。在黃石遊玩，黃石木屋絕對是不可錯過的選擇！

黃石木屋的設施也非常齊備，絕對是超贊的入住體驗！

黃石木屋資源稀缺，一房難求？好消息來啦！

2023年黃石團超級福利來襲！！

黃石國家公園內的獨家資源黃石木屋100%免費升級！

享受免費升級黃石木屋的團號如下：

YD8

YA6

周日出發：MA6/MA7

週六出發：YL8

周日出發：YL7

週三出發：YZ8/YZ7C/YZ7B/YZ6A/YZ5

週二出發：YZ7A/YZ6B

週四出發：YZ7B

以及對應的週三出發YZ8套餐團