

# 在美国作侦探系列,之三

钟家钰律师 华人索赔专家



第三期故事:追拍照片外加心理战  
有一位华人在超市里买东西,经历了一起罕见事故。当时超市正在搞促销,设置了一个幸运转盘抽奖。顾客转动幸运转盘,转盘停下来时,指针指向哪个奖你就得到那个奖。这位华人去转转盘的时候,不可思议的意外发生了:那个转盘居然从那个支架上掉下来了,在地面上滚动;接着,转盘上的塑料小条,就是用来划分奖品之间的区别的那个,把她的背划了四五条伤痕。

突然发生这样的事故,大家都很惊讶。有人就过来看究竟发生了什么事情。这位华人顾客就去收收银台的工作人员报告这件事情。工作人员就给她当天买的東西的价钱打了个折扣。之后,这位顾客就回家,然后去医院了。

后来,她朋友跟她说,这个事情是超市的错,应该找超市索赔。

她不知道怎么做索赔,就辗转地找到了我。这个事情很特殊,因为车祸的现场一般警察会来,会有一个事故的警察报告,但是这个超市的事故,并没有一个报告。

我就想象,这种情况下,我怎么证明这位顾客讲的故事是真实的?

我就问她拍了什么照片,她说没有什么特别的照片。她有购物付款的收据,能证明她那天那个时候去购物了,然后柜台给了她一个小的折扣;除此以外,她的所说所见所闻都没有物理证据。(当然,关于她的伤,现在仍然可以拍照片,况且医生的记录可以作为证据。)

想象一下,如果在法庭上,这位顾客说她的背是被那个转盘划伤的,如果对方让她提供证据的话,她能说什么呢?她没有充足的物证,没有当时的目击证人的联系信息。那个商店的工作人员当然知道事情是怎么发生的,但是工作人员如果保持沉默的话怎么办?更不用说,从理论上讲,工作人员还有可能做假证。

我略一思考,就去超市看了一下,发现超市里面的那个幸运转盘已经停止使用了,被放在一个角落了,那个幸运转盘的支架被几袋大米作为定海神针固定住。我就把这个情景拍了下来。(我的推测是这样的:这个支架不够稳定,在转盘被转动的时候倾斜了一点点,这样整个转盘就从支架上掉下来了。)

接着,我就带着这位华人去找上一个故事里面的那位律师讨论索赔的事情。我没有拿出照片之前,这位律师就让华人顾客讲述故事怎么发生的。最后他一脸迷惑地问,你说这些有没有证据?有没有目击证人呢?她说,都没有,可能工作人员会良心发现作证吧。律师说,我们不能把希望寄托在这上面,你最好能找到证人或者录像。这个时候,我就把我拍的照片给律师看。律师说,你这张照片能够证明在“这起事故”以后他们采取了一些补救措施,但是你怎么证明“这起事故”曾经发生过呢?

然后我就跟律师说,这张照片显示事故以后超市用大米把这个支架的底部压住,但是如果有一张照片显示事故以前支架的底部并没有被大米压住,那岂不是证明这个补救措施是很可能是在一起不幸的事故之后追加的?

律师就问,难道你有事故以前的幸运转盘的的照片?我说,我现在当然没有,但是超市或者超市的保险公司,他们怎么确定我们有没有呢?他们怎么确定此前别的顾客去超市购物没有随手拍张照片,然后发朋友圈?或者我到微信群或者朋友圈去求助,有人直接把这些照片给我们呢?他们给这位顾客的打折,出于歉意,这又怎么解释呢?他们敢为了几千或者几万美元,在法庭上撒这么一个很容易被拆穿的谎吗?

律师这时抬起头,两眼发光,说,“钟先生你很不寻常啊。”

我说,“哪里哪里,我只是特别关心这个受害者的权益而已。我也想了很久才想出这套办法。你如果需要事故以前的转盘照片,我会去想办法。”

律师说,“我同意你的分析。现在不必

麻烦了。我先试试看。”

后来,这位律师凭着这些证据,轻轻松松从保险公司那儿拿到了9000美元的赔偿。他很得意地问我怎么样,“你们觉得这个赔偿满意吗?”

我就问他这个谈判的过程。然后,我提到了一点他从来没有想到的索赔理由可能增加赔偿。他觉得这个点子特别惊艳,就拿着这个点子去找保险公司进一步谈判,不久以后就把赔偿提高到了三万美元。

这两个案子,以及后面的一些案子的成功,让这位律师对我刮目相看。我推荐的案子,没有一个失败的;这些客户总是能够充分理解他的讲解,很快给他所需要的证据。他知道,这是因为有了我的帮助。他多次跟我说,“钟先生,你和很多中国人不一样。不,我是想说,你和很多都不一样。你有这些才能,不做律师真的可惜了。”

后来,我申请法学院找工作的时候,都请他给我写推荐信。

他的第一封推荐信写得很特别,我从来没有见过这种表述。他开篇的一句话就给我打蒙了,他说他为钟家钰先生写一个“unqualified recommendation”。我和很多读者一样,都知道qualified的意思是“合格的”,那么unqualified不就是“不合格”吗?

我心里很郁闷,“你这个律师怎么这么阴坏啊?我们一起帮助了这么多华人,我帮你做了这么多事,得到的赔偿结果也很好,你居然还觉得我不够格?况且,当初也是你鼓励我去读法学院的啊,怎么现在就出尔反尔呢?”

当然,为了严谨,为了不冤枉好人,我还是去查了一下字典,然后我发现“unqualified recommendation”的意思是“毫无保留地推荐”,这基本上是推荐信里的最高级了。

为自己的无知笑死;幸好,我这个急性子没有马上找这位推荐人兴师问罪。

【读者朋友,你看了我的侦探系列的三个故事没有?有没有转发?有没有订阅公众号?如果你觉得我的系列有价值,请反馈我,请让更多的人受益。如果你觉得我的系列没有价值,请不要期待以后我会有什么有价值的东西发给你。谢谢!】

【免责声明:(1)每个案子都是独特的,我发表的典型案例和你的案子不会是一模

一样的,不能保证类似的结果;(2)我介绍的案子或者我的文章里面的话,都不构成律师服务或者律师咨询。如果您有法律问题,请向靠谱的律师求助。谢谢!

Disclaimer: Each case is unique, so typical case(s) I wrote about are not the same as your case, so there is no guaranty of similar outcome for your case; the cases I wrote about or my statements in my articles do not constitute legal service or counseling. If you have any legal questions, please ask a credible attorney for help. Thanks.】

提醒:

(1)如果您希望以后及时收到类似的实用型文章,请订阅此微信公众号。

(2)如果要了解作者的基本情况,可以先看作者简介以节约交流时间。

【作者简介】钟家钰,清华94级学生,拥有遗传学,分子生物学和数学(精算专业)个硕士学位及法学博士学位;游览过十二个国家;完成过一个马拉松比赛和六个半马比赛并且半马破二;持有马里兰州和DC律师执照和四类保险执照。钟家钰为美国华人维权主要有三个贡献:1.维权组织 Association For Education Fairness 的创始人之一以及首任会长,组织投诉和起诉 MCPS 对亚裔学生的歧视;2. CAPA-MC 的创始会员及理事;3. 全美声援纽约警官梁彼得集会大华府地区的组织者。

钟家钰律师事务所(AZhonglaw.com)的主业是做车祸索赔,各种人身伤害索赔和各类保险索赔,同时帮助华人被告得到顶尖的刑事辩护律师的最佳服务,以及帮助全美各地的受重伤的华人进行维权索赔。截止到2024年夏天,钟家钰已成功帮助超过六百五十位华人维权。其中,2024年帮助亚利桑那州一家华人就车祸造成的严重人身伤害开展索赔,和顶尖律师合作,最终得到55万美元的赔偿;在此之前,钟家钰的最高索赔记录是2023年的阿肯色州的27.5万美元;此外,已经帮助数位被控以重罪的华人免于牢狱之灾;在成为律师之前,钟家钰最辉煌的一个战绩是在2022年5月以600美元的成本帮一家华人开的餐馆击败200万美元的索赔企图。

作者钟家钰律师的电话号码:6464967108 微信号:7827707。

## 鸡蛋有多健康?

在许多营养专家心目中,鸡蛋价值连城——它们是最容易获得、最经济实惠的蛋白质来源之一。

由于禽流感推高了价格,“经济实惠”这一点目前可能存在争议,但专家指出,鸡蛋仍然比许多瘦肉和鲜鱼便宜。

此外,它们用途广泛,便于携带(煮熟后),对于烹饪新手来说也很容易上手。

以下是我们对鸡蛋营养的认识,以及时报烹饪版上一些最受欢迎的食谱。

鸡蛋的胆固醇含量很高,但不会危害健康。

西达斯-西奈的斯密特心脏病研究所预防心脏病学主任玛莎·古拉蒂在接诊时经常会有高胆固醇患者问:“我能吃鸡蛋吗?”

这是个好问题。一个鸡蛋内含有207毫克的膳食胆固醇,是香肠串的胆固醇含量的三倍。

但是鸡蛋中的胆固醇很可能不会增加罹患心脏病和中风的风险。古拉蒂说,这是因为膳食胆固醇和血液胆固醇是不一样的。血液中的胆固醇,特别是低密度脂蛋白(LDL),是导致动脉和静脉中危险斑块堆积的原因。

她说,血液中的胆固醇有些来自膳食胆固醇,但更多是来自你自己的肝脏。当你摄入过多饱和脂肪时,肝脏会产生更多低密度脂蛋白。但是鸡蛋(与香肠不同)不含很多脂肪。一个鸡蛋中只含有1.6克饱和脂肪。

“有很多食物都很令人担心,但鸡蛋真的没有那么糟糕。”古拉蒂说。

西北大学范伯格医学院心脏病学和预防医学教授菲利普·格林博士说,科学界过去对膳食胆固醇风险的看法分歧较大。但《美国膳食指南》在2015年停止了对每日膳食胆固醇的限制,2019年,美国心脏协会

发布了一份报告,称膳食胆固醇不是心脏病的主要隐患。

格林说,这并不等于说人们应该过多食用鸡蛋。他说,研究表明,证明鸡蛋不会增加血液胆固醇的研究大多以适量食用为基础——比如每天一个鸡蛋或每隔一天两个鸡蛋。

鸡蛋是完全蛋白质来源。

一个鸡蛋含有六克以上的蛋白质,营养专家认为,相对于其70卡路里的总热量,这样的蛋白质含量是很高的。

乔治·梅森大学食品与营养学助理教授、营养师萨普娜·巴泰贾说,鸡蛋的蛋白质质量也是其关键优点。

蛋白质是构成人体的基石,由20种氨基酸的不同组合而成。巴泰贾说,人体可以自己制造其中的11种氨基酸,但必须从食物中获得另外九种。这九种氨基酸鸡蛋全部含有,因此是一种“完全”蛋白质来源。

鸡蛋富含胆碱。

鸡蛋是多功能营养素胆碱含量最高的来源之一,胆碱对肌肉控制、新陈代谢、神经系统、情绪和记忆等都很重要。

俄亥俄州立大学韦克斯纳医学中心的营养师拉赞·哈拉拉克说,人体可以自己制造一些胆碱,但不能满足全部需要。

一个鸡蛋含有169毫克胆碱,这意味着两个鸡蛋就能让你达到成年男性每天550毫克和女性425毫克的推荐摄入量。

严重的胆碱缺乏症在普通人中很少见,但大多数孕妇或哺乳期女性都没有摄入足够的胆碱。巴泰贾说,这种营养物质在维持和创造健康细胞方面发挥着重要作用,对早期大脑发育很重要。

准备好了吗?

专家说,不管如何烹饪,鸡蛋都能提供

高质量的蛋白质和营养。(但一定要做熟,避免沙门氏菌。)

如果你想减少饮食中的饱和脂肪,巴泰贾建议烹制鸡蛋时尽量少用黄油。如果用油烹饪,最好使用对心脏健康有益的选择,比如橄榄油。

“白煮蛋绝对是个好东西,”她还说。这种方法只需要用到水。

只用蛋白的煎蛋饼是完全不含脂肪的,但专家们通常不建议这个做法。因为鸡蛋的大部分营养物质,包括胆碱,都存在于蛋黄中。

为了确保鸡蛋吃得健康,古拉蒂建议注意你盘子里的其他食物。人们经常把鸡蛋和香肠、培根等高脂肪食物搭配在一起,与鸡蛋不同,这些食物确实会增加罹患心脏病的风险。

相反,应当尝试搭配大量的水果、蔬菜和全谷物。以下是纽约时报烹饪版的一些建议。

1. 酱油调味的番茄炒蛋

在这道中式番茄炒蛋变化而来的菜式中,切成块的番茄用芝麻油和酱油调味,多汁口感正好衬托滑嫩的热炒蛋。

2. 绿北非蛋搭配牛油果和青柠

北非蛋通常先用番茄和胡椒打底,然后放入鸡蛋煮熟。在这道菜里,鸡蛋放在瑞士甜菜酱中,最后加入墨西哥辣椒调味。

3. 烤椰饭搭配青菜和煎蛋

使用未精制(初榨)椰子油烘烤大米,使这道菜充满热带风味。

4. 谷物煎蛋饼搭配辣椒、青柠和新鲜香草

丰盛的法罗麦,芬芳的小葱和辣椒,这道简单的炉灶煎蛋饼甚至不需要翻面。

5. 鸡蛋咖喱

番茄咖喱酱中加入辛香料和新鲜的姜,为水煮蛋增加温暖的味。

