

ĐUÔNG THỜI

MỖI SỐ PHẠM MỘT THẾ GIỚI / 33 (57)

CỐ TÍCH
RỒNG
XANH

TR. 06

NGUYỄN THỦ
&
MÁY BAY

TR. 32

LIONEL
MESSI:

DI TẬP THIÊN TÀI
& BỊ MẶT AI TÌNH

TR. 41

MÓN ĂN
NÊN THUỘC TỪ
SEN...

TR. 48

ĂN KIÈNG &
TƯ THẾ NGỦ CỦA
BÀ BẦU...

TR. 55

VÌ SAO
BẠN TRE CHỌN
VĂN CHUÔNG?

TR. 60

2 ANH EM
LẤY CHUNG... 1 VỢ

TR. 68





10 NGÀY VUI SẮM TRÚNG QUÀ NGẪU NHIÊN

Quý khách khi mua sắm tại Hệ thống MAXIMARK sẽ có cơ hội nhận ngay Máy xay sinh tố cực kỳ hấp dẫn.

Thời gian: Từ ngày 15.7 đến 25.7.2011

Mọi chi tiết xin liên hệ Bàn hướng dẫn của MAXIMARK





ROYAL DANSK

Danish Butter Cookies

No preservative or colouring added
Sans agent de conservation ni colorant



PRODUCED IN DENMARK

Copenhagen

BUTTER COOKIES

Produced in Denmark



Kelsen
Group

Sản phẩm xuất xứ từ Đan Mạch

Nhập khẩu và Phân phối: CÔNG TY CỔ PHẦN THƯƠNG MẠI SẢN XUẤT TOMI
9C/24 Tân Sơn Nhì, P. Tân Sơn Nhì, Q. Tân Phú, TP. HCM. Tel: + 84.8 38124035 - 38124692



BÉ VUI ĐẾN TRƯỜNG

Từ **01/07** đến **05/09/2011** **MAXIMARK** giảm giá các mặt hàng văn phòng phẩm **10-50%.**
Ngoài ra còn có hàng trăm mặt hàng khuyến mãi giảm giá từ **10-50%** mỗi tháng

Chỉ có tại MAXIMARK



Hệ Thống **MAXIMARK**

KHÁNH HÒA
66 Quang Trung, TP. Nha Trang
60 Thái Nguyên, TP. Nha Trang
89 Hùng Vương, TP. Cam Ranh

TP. HỒ CHÍ MINH
3-3C Đường 3/2, P11, Q10
15-17 Cộng Hòa, Q.Tân Bình

CẦN THƠ
2 Hùng Vương,
TP. Cần Thơ

Mọi chi tiết xin liên hệ phòng QC-TT: (08) 38.341.710, Website: www.maximark.com.vn

12



TINH HOA-TÍNH CÁCH VIỆT

- 10- Cổ tích rồng xanh
- 12- Bộ đội cứng đầu
- 13- Khai thông khiếu nhĩ
- 14- Chỗ trứng càng thêm trứng
- 15- Sài Gòn chiều mưa nhớ Ea D'rong
- 16- Từ chữ đến nghĩa:
Bánh chưng bánh giày bánh tày bánh tét

SÁNG TẠO VÀ CỐNG HIẾN

- 20- Vì sao bạn trẻ chọn văn chương ?
- 22- Trang thơ của Nhóm Cần Giờ 60 Phút
- 24- Tiếng gà trưa ở Đắk Hring

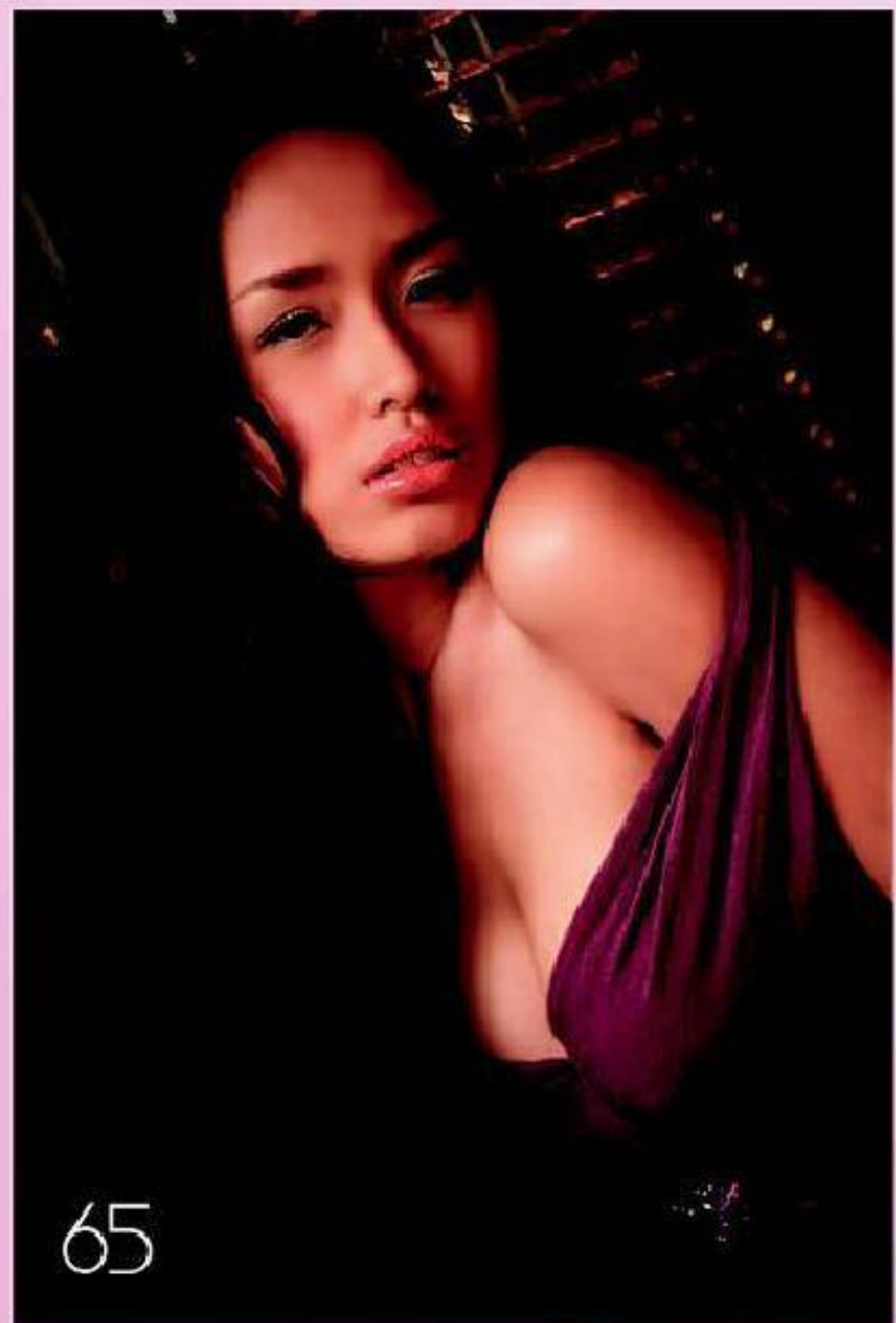
THẾ GIỚI NHÂN VẬT & SỰ KIỆN

- 30- Những người chưa thuộc lời dạy của Khổng Tử
- 32- Nguyên thủ và máy bay
- 35- Phía sau vương miện của Jimena Navarrete
- 38- Kết thúc chuyện tình đẹp như cổ tích
- 41- Lionel Messi: dị tật, thiên tài và bí mật ái tình

14



54



65

30



KHÁM PHÁ VĂN HOÁ & KHOA HỌC

- 54- Tây Nguyên huyền bí:
Pơ thi, bản sắc hay hủ tục?
- 56- Truyện đọc lúc nửa đêm: Nhà bếp có ma
- 58- Vừa phá bình vừa lau kiếng
- 60- Vui buồn nghề nuôi rắn
- 62- 2 anh em lấy chung...
1 vợ & sống hoà thuận!
- 65- Vì sao Mai Phương Thủy
"ăn nói vô lễ" trong quảng cáo?
- 66- Món ăn nên thuốc tử sen
- 68- Có nên sinh hoạt tình dục khi mang thai?
- 69- Việc ăn kiếng và tư thế ngủ của bà bầu

DU LỊCH - THẨM MỸ - TIÊU DÙNG

- 72- Du lịch: Về "tiên giới" Apsara
- 75- Bể bơi sông nước Cần Thơ
- 77- Món "độc" Tây Đô
- 83- Chương trình khuyến mãi tháng 7
chỉ có tại Maximark
- 86- Maximark Cam Ranh vui sắm mùa hè
- 91- Độc đáo mì Ý
- 92- Dịu nhẹ nước xả vải
- 94- Sữa chua và sữa tươi bổ dưỡng
- 95- Mùa hè trái cây phong phú
- 97- Hè thật vui cùng Maximark



32

41

38


ĐUƠNG THỜI

 15-17 Cộng Hoà, P.4, Q.Tân Bình, TP.HCM-ĐT: (08)39485558- (08)39485557
 Email: duongthoihcm@gmail.com - Website: www.sachbaovn.vn

ĐUƠNG THỜI

33 (57) MỖI SỐ PHÂN MỘT THẾ GIỚI

**CHUYÊN ĐỀ VĂN HOÁ
VIỆT NAM & THẾ GIỚI**
CHỦ BIÊN

PHAN HOÀNG

VỚI SỰ THAM GIA CỦA

 AN CHI
 VÕ NGỌC THÀNH
 TRẦN KIM TRẮC
 PHÙ SA LỘC
 NGUYỄN QUANG THIỀU
 ĐÌNH CÔNG BẢY
 NGUYỄN THU TRẦN
 NGÔ PHAN LƯU
 VĂN CÔNG HÙNG
 NGUYỄN HIẾP
 LÊ QUỐC KỶ
 TRƯƠNG ANH QUỐC
 HOÀNG QUỐC TUẤN
 DƯƠNG QUỐC ĐỊNH
 LÊ MINH
 LONG THUY
 PHAN TẤN KỶ
 MAI XUÂN LONG

HOA SĨ TRÌNH BÀY

ĐÌNH TẤN LÊ

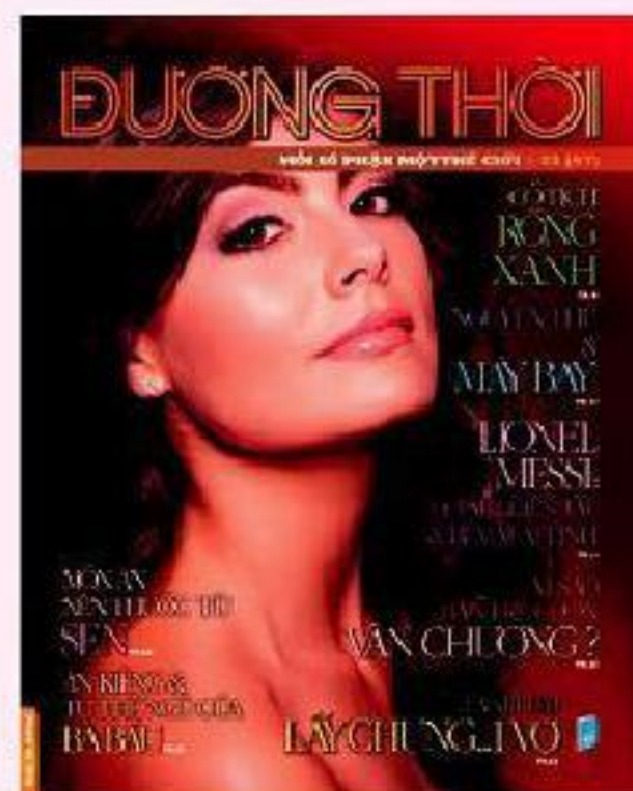
KỸ THUẬT

 NGUYỄN ANH TRỌNG
 NGUYỄN ĐĂNG TƯỜNG
 VÕ THỊ MỘNG RƠI

PHÁT HÀNH - QUẢNG CÁO

 HỒNG PHƯƠNG VŨ
 ĐT: 0948.972.587
 NGUYỄN MẠNH ĐÀN
 ĐT: 0914.904.736 - 08.38.342.002
 HỆ THỐNG **MAXIMARK**
 CÔNG TY CỔ PHẦN ĐẦU TƯ AN PHONG
 03 ĐƯỜNG BA THÁNG HAI, Q.10, TP.HCM
 CÔNG TY **TRƯỜNG PHÁT**
 179 LÝ CHÍNH THẮNG, QUẬN 3, TP. HCM

BÌA 1: HOA HẬU JIMENA NAVARRETE



*Tóc mượt thơm
cho tình yêu cơ hội*



Enchanteur®
Sự lôi cuốn kỳ diệu

Mái tóc mềm mượt từ dầu gội Enchanteur siêu mượt mới với hương thơm quyến rũ nồng nàn từ Pháp cho tình yêu cơ hội.



TÌNH HOA TÍNH CÁCH VIỆT

Đời người đời hoa là tên tạm đặt cho bức ảnh này. Nét tươi đẹp hoa dưới ánh sáng rõ ràng của ống kính Nghệ sĩ nhiếp ảnh Long Thủy khiến ta có cảm giác cuộc đời này đầy ắp những niềm vui và đáng yêu đáng sống biết bao!

Sau hoa, chủ thể thứ hai trong bức ảnh là người phụ nữ trồng hoa tảo tần hôm sớm. Nhìn cách chị tỉa tốt, chăm bón từng cánh hoa thì biết. Cần cù chịu khó và dạt dào lắm những “ơn trời mưa nắng phải thì”.

Hoa càng đẹp, người trồng hoa càng nhọc nhằn, vất vả. Cho cái đẹp lặn vào từng cánh hoa và hương hoa lan tỏa nhẹ nhàng buổi ban mai tinh khiết. *Đời người đời hoa* vì thế ngày càng ân tình, khăng khít nhau hơn. Bạn mua hoa, thưởng lãm hoa cũng có nghĩa bạn là người may mắn; được “thưởng lãm lây” cái ân tình, khăng khít đó!

Đời người đời hoa cũng là tác phẩm mở đầu chuyên mục *Tình hoa- Tính cách Việt* Dương Thời 33 ★



ĐỜI NGƯỜI ĐỜI HOA- ẢNH: LONG THỦY



Cổ tích rồng xanh

Về lại Hà Nội, anh cứ điện thoại tám tấc khen thanh long ngon bổ rẻ và luôn miệng gọi cái xứ rồng xanh thay da đổi thịt kỳ diệu nhanh chóng này là xứ cổ tích mới. Tôi cũng chưa thật đồng ý lắm với anh bạn già của tôi, tôi ở đây tôi biết, cũng trần ai khó nhọc, cũng mồ hôi nước mắt, cũng bầm dập trăm bề lắm mới có ngày hôm nay.

Một nhà thơ người Chăm kể tôi nghe câu chuyện cổ ghi lại trong thư tịch: tên núi Tà Cú là tên vị thần mưa Pô-Ta-Cu. Trước đây, thần siêng năng chăm lo cho mưa thuận gió hoà, cho mùa màng được tốt tươi, cho người dân no đủ, yên ấm. Nhưng rồi vị thần này mắc lỗi không thể tha thứ, Mẹ xứ sở đã phạt ông phụ phục vĩnh viễn (thành hình dáng núi Tà Cú ngày nay). Trước khi chịu hình phạt, thần Pô-Ta-Cu tỏ ý lo lắng cho con dân của mình: "Thưa Mẹ xứ sở, con sai con chịu. Nhưng tôi cho dân lành, không có con phù phép, đời sống thiếu nước ắt họ sẽ nghèo khổ triển miên." Mẹ hiện ra trên nền trời và nói: "Họ phải chịu tội cùng với người, nhưng không phải lo! Khi nào họ đói nghèo đến cùng cực, ta sẽ cho một con rồng xuống cứu giúp". Con rồng trong lời của Mẹ xứ sở chính là giống cây xương rồng với tên gọi thân thuộc là thanh long, giống cây phát triển mạnh mẽ ở vùng đất nắng cháy này.

Trong vòng 6 năm qua (2005- 2011), diện tích thanh long ở Bình Thuận tăng từ

**Anh bạn tôi từ Hà Nội
ghé nhà chơi liền khoe:**

**"Ở ngay tại thủ đô,
chỉ cần nói**

**"đi nghỉ phép ở xứ rồng xanh"
là ai cũng biết
mình đi Bình Thuận".**

**Nổi tiếng như thế
là nhờ Bình Thuận
có trái thanh long.**

**"Rồng xanh"
đã làm thay đổi
cả một vùng đất.**

3000 ha lên 12000 ha. Cây thanh long nghiêm nhiên trở thành "cây mũi nhọn" trong định hướng phát triển kinh tế của Bình Thuận, xuất khẩu 250.000 tấn/năm, chiếm 80% tổng sản lượng thanh long cả nước.

Thời điểm nghèo khổ cùng cực của người dân Bình Thuận chính là những năm 1980- 1990 của thế kỷ trước. Tôi còn nhớ hồi đầu những năm 90 có câu chuyện người thật việc thật về ông chằn vệt ở gần cầu 40. Tình cờ chong một bóng điện cho vệt ngủ mà cái gốc mít buộc bóng điện ấy lại có mấy dây thanh long đu bám. Khi dời mảnh vệt, ông chằn vệt cứ trố mắt ra ngạc nhiên khi thấy những bông thanh long trái mùa xoè trắng tinh.

Phải đối diện với cái nghèo rách rưới, miếng ăn thiếu thốn trăm trọng, con người mới khát khao ước mơ no đủ đổi đời. Chính nhờ sự đón chờ cơ hội đến rồi rồi đó mà ông chằn vệt đã nhìn những bông hoa trắng trái mùa như phép màu với đôi mắt đầy trân trọng, ưu tư. Phải mất cả tháng trời, ông chằn vệt mới bóc hết những đồng tiền dành dụm ít ỏi phòng khi trái gió trở trời của cả nhà ra để mua hết bóng và dây điện. Ông quyết tâm xóa đói giảm nghèo bằng cách chong điện thử cho vườn thanh long của mình ra trái nghịch mùa. Thành công của ông nhanh chóng lan rộng cả làng, cả xã rồi cả huyện, cả tỉnh. Sở Nông nghiệp và phát triển nông thôn Bình



GIỐNG MỖI THANH LONG RUỘT ĐỎ

Thuận đã kịp thời triển khai nghiên cứu việc ứng dụng hiệu ứng quang chu kỳ kích thích cây thanh long cho trái nghịch mùa và đồng thời phổ biến chuyển giao kỹ thuật trồng thanh long sạch (theo tiêu chuẩn GAP) cho hơn 10.000 hộ dân (cả Hàm Thuận Nam, Bắc Bình, Hàm Thuận Bắc), tương lai sẽ là 100% hộ trồng theo tiêu chuẩn này.

Huyện Hàm Thuận Nam là huyện nghèo nhất nước, được thành lập năm 1983 từ hai "cái đuôi" của hai huyện Hàm Tân và Hàm Thuận, bắt đầu "bùng sáng" từ đó. Nói nghèo nhất nước là có cơ sở vì ngay những ngày đầu thành lập huyện tôi đã có mặt ở đây. Thử hỏi có nơi nào mà cơ quan huyện mái lợp giấy dầu, vách dinding lá kè, nắng soi mưa dột, cái ghế chưa có mà ngồi; cán bộ công nhân viên phải ăn mì lát, bọ bo, gạo mục như ở huyện Hàm Thuận Nam không?! Một nhà báo thân với tôi cũng là "nhân chứng" ngay trong những ngày đầu thành lập

huyện. Trong lễ hạ huyết đưa em trai mình, anh đã khóc kể lại bữa ăn của ba anh em chỉ có một củ khoai và chính anh đã có lỗi với người em trai này khi vì bụng đói cồn cào quá mà đã giành phần nhiều hơn em. Một bà mẹ già ở gần nhà tôi vì đói quá mà phải chui vào bụi tre gai bìa rừng xắn măng về nấu cháo bị bầy ong vò vẽ bu lại chích đến chết. Hai cha con ở Lập Nghĩa đi bắt rắn bán để đóng gạo, người con trai khi bị rắn hổ chúa cắn đã liều mình ôm con rắn bỏ vào bao. Trước khi trút hơi thở cuối cùng, anh dặn cha: "Bán đi... đóng gạo... cho mẹ, đám tang con đừng làm gì cho tốn nghen ba". Còn bao nhiêu câu chuyện về đói khát nghèo khổ tận cùng giờ kể lại thật khó tin cây "rồng xanh" xuất hiện, thật sự là "cứu tinh" cho người nghèo Hàm Thuận Nam nói riêng, cả tỉnh Bình Thuận nói chung. Những khu vườn thanh long ngút ngàn phủ xanh gần hết những vùng đất khô cằn, hoang hoá "chó ăn đá gà ăn muối" trước đây. Giờ cứ đi ra ngõ là gặp triệu phú, tỷ phú. Mấy anh chàng cây sáu cước bấm, tay chai mặt nám ngày nào giờ là chủ nhân những chiếc xe hơi đời mới, sắm hàng mấy tỷ bạc sáng sủa lướt lờ đi uống cà phê. Người trồng thanh long được gọi một cách tự hào là "Hai thanh long" nghĩa là những tỷ phú miền quê chuyên trồng thanh long, tính tình chân chất nhưng rất "chịu chơi".

Một mẫu đất trồng được 1000-1200 trụ thanh long, tiền đầu tư ban đầu từ 250 triệu đến 300 triệu đồng (2 năm thu hoạch). Nếu sản lượng bình thường khoảng 20-30 tấn/ha thì những hộ trên 1000 trụ chỉ cần năm năm thuận lợi sẽ trở thành triệu phú, những hộ trên 2000 trụ sẽ thành tỷ phú. Thật vậy, mới năm nào tôi chụp hình đám cưới cho hầu hết các cặp dâu rể lập nghiệp ở Minh Hoà, một thôn nghèo nhà tranh vách đất, khai phá từ khu rừng chồi hoang hoá thuộc xã Hàm Minh- Hàm Thuận Nam, mà giờ đây ghé lại đã sừng sốt, không tin nổi vào mắt mình nữa: hàng chục ngôi biệt thự nguy nga, tiền xây mỗi cái phải vài tỷ đồng, mọc lên giữa các vườn thanh long xanh ngút ngát. Anh Nguyễn Trọng Thư ở Hàm Cường cho biết tại xã của mình hiện nay, 70% hộ dân có 1000 trụ thanh

long trở lên. Ông Bùi Văn Dương ở xã Hàm Minh cũng tự hào thông báo xã mình có đến vài trăm hộ có vườn từ 2000 trụ trở lên, trong số đó khoảng 90% đã hạ bình điện (thu hoạch). Đời sống người dân Hàm Thuận Nam thay da đổi thịt từng ngày.

Ngày nay, có quá nhiều công ty, doanh nghiệp, hợp tác xã, trang trại sản xuất... tổ chức liên kết sản xuất, bao tiêu sản phẩm, hỗ trợ kỹ thuật... cho người dân Bình Thuận trồng cây thanh long. Từ "thủ phủ" thanh long, loại trái cây "trứng rồng" này đã toả đi gần 20 quốc gia trên các châu lục Mỹ, Âu, Á. Nhớ lại những ngày "khởi đầu nan", tôi luôn ấn tượng hình ảnh chiếc xe bò chở bầu bí rau cải mỗi khuya của vợ chồng anh Trần Ngọc Hiệp.

Vào những năm tám mươi của thế kỷ trước, vợ chồng anh bắt đầu lập nghiệp với 3 mẫu đất khai hoang dưới chân núi Tà Cú. Xen giữa những trụ thanh long, vợ chồng anh trồng thêm bầu bí để tận dụng hết phần nước vương vãi và để lấy ngân nuôi dài. Cứ mỗi khuya sớm, mặt trời chưa lên, chiếc xe bò chất đầy bầu bí ấy lóc cóc nhai đi ra từ khu rừng chồi, từ sương núi đầy đặc. Và bầu bí của họ đã có mặt đều đặn cung cấp cho các chợ: Ba Mươi, Hàm Minh...

Không ai tưởng tượng nổi anh Trần Ngọc Hiệp đánh xe bò chở bầu bí ngày đó giờ là giám đốc Công ty TNHH Thanh long Hoàng Hậu. Anh Hiệp ngày nay là nhà sản xuất và xuất khẩu thanh long hàng đầu Việt Nam, làm chủ trên 70 mẫu thanh long đã thu hoạch, đang từng bước thực hiện kế hoạch 300 mẫu thanh long organic theo quy trình sản xuất và tiêu chuẩn châu Âu.

Nếu xét chi tiết con rồng từ trời xuống cưỡi dân trong câu chuyện thần mưa Pô-Ta-Cu thì cũng có thể tạm chấp nhận thần vật trong bộ Tứ linh này giống cây thanh long, nhưng theo tôi, điều kỳ diệu ở đây xuất phát từ sự lao động phi thường của những người dân lam lũ, mà đa phần là "tứ chiếng" tụ tập về. Có lẽ họ đã ném trái đủ mùi cay đắng của cuộc đời nên giờ chuyên tâm, quyết tâm làm ăn và cũng có lẽ tính cần cù chịu thương chịu khó vốn là bản chất ngàn đời của người nông dân.

Theo kết quả phân tích sinh hoá mới đây về trái thanh long ở Bình Thuận, Long An, Tiền Giang... của Trường đại học Nông lâm TP Hồ Chí Minh thì những trái thanh long được trồng ở Bình Thuận cho chất lượng và màu sắc hơn hẳn. Tuy nhiên, để tạo tính đặc thù cho mặt hàng nông sản sạch chất lượng cao được thị trường quốc tế chấp nhận, bà Đào Thị Kim Dung, giám đốc Trung tâm Nghiên cứu phát triển thanh long Bình Thuận cho biết, cần có sự nỗ lực đồng bộ và liên kết chặt chẽ của cả bốn nhà: nhà vườn, nhà khoa học, doanh nghiệp và nhà quản lý ★

HOA THANH LONG TÍNH KHIẾT DIU DÁNG



CHỌN THANH LONG XUẤT KHẨU

Anh em đeo súng bước đi theo cự ly hành quân đầu có thể dừng chân thưởng thức các món quà, đường xa bụng đói mà chỉ vội vàng trao tay rồi tiếp bước ngay, vừa đi vừa ăn vừa cảm nhận tình cả nước quân dân đoàn kết cứu nước cứu nhà. Con cảm ơn má (mẹ chiến sĩ) hoặc vui vẻ tán tỉnh vài câu với cô gái cùng trang lứa kéo chiếc khăn rằn che bớt dung nhan.

Lính ta thích nhất món bánh trắng phồng, giòn giòn ngon ngọt mần mần sướng rãnh phải biết. Quà trao tay ăn liền này đã thành tập quán thời kháng chiến, là nét đẹp văn hoá của con dân đất Việt đặc trưng Nam Bộ hiếm có.

Bộ đội ba lẻ bảy (tiểu đoàn 307-ĐT) chuyển vùng từ Mỹ Tho sang Bến Tre phải vượt sông Tiền xuất phát từ kênh Nguyễn Văn Tiếp ở Đồng Tháp Mười khi trời vừa tắt nắng. Băng đồng lội ruộng đến mười giờ đêm mới bí mật vượt Quốc lộ 4, rồi tiếp tục hành quân theo đường cầu khỉ đến Rạch Gầm vượt sông bằng xuồng bơi dầm của dân, địa điểm gần địa danh Xoài Mút lịch sử ngày xưa. Đến ba giờ khuya, vượt sông thành công, bộ đội vừa mệt vừa đói vẫn phải kết nối đội hình theo đường vườn vào xã Phú Đức; rồi lội bộ đến Sóc Sái, Thành Triệu trước khi trời sáng.

Tất nhiên, bộ đội đi đến đâu cũng nhà liền nhà với những cái nong, ngọn đèn dầu, quả vật trao tay. Bỗng dưng có lệnh truyền miệng ban ra suốt đội hình cho cả nghìn người đi phía sau:

- Cấm không được nhận quà!

Tất cả chiến sĩ và bà con đều ngỡ ngàng, khó hiểu. Đã là mệnh lệnh, tất phải thi hành.

- Lệnh của ai?

- Lệnh của ông chính trị viên.

Chính trị viên Hồng là người sống nguyên tắc, hơi cứng rắn nên dễ có suy nghĩ chủ quan. Khi hành quân, ông đeo ba lô đi theo đội hình trung đội đi đầu. Lần đầu tiên trong đời, ông chứng kiến cảnh anh em thoải mái nhận quà của bà con địa phương khi không có lệnh cấp trên. Ông cho đó là hành động vô kỷ luật nên ra lệnh truyền miệng là không được nhận quà.

Đội hình tiếp tục đi được một lúc, bất ngờ có lệnh của đại đội trưởng Đại đội 2 đi đầu cho tất cả dừng chân ngồi nghỉ, không đi nữa. Trước nghỉ, sau cũng nghỉ, cả 4 đại đội và bộ phận hậu cần đi sau cũng dừng lại. Bực mình quá ông chính trị viên xô tay vào quay ba lô, lách mọi người đi bôn bôn tới gặp đại đội trưởng Đại đội 2.

- Đồng chí Trọng, tại sao chưa có lệnh của ban chỉ huy tiểu đoàn mà dám cho bộ đội ngồi nghỉ?

- Đồng chí hỏi anh em chiến sĩ ấy!



Bộ đội cũng dân

TRẦN KIM TRẮC

Cái nong tròn rộng vành đặt trên chiến ghế đầu làm chân, giữa đặt một ngọn đèn soi sáng các quả vật uỷ lạo: bánh ít, bánh tét, xôi đậu, cơm vắt muối mè. Mỗi khi hay tin bộ đội sắp hành quân về làng, nhà nào ở miệt vườn cũng bày ra ven đường trước nhà một nong quả thành những hình ảnh đẹp của lòng dân đất chín rồng đối với các anh bộ đội mến thương của mình.



Họ đi suốt đêm đến gần sáng qua hai tỉnh, đói mệt lắm, đi không nổi nữa. Họ đi hay không là do cái bụng sai khiến cái đầu, chứ tôi làm sao điều khiển được.

Ông chính trị viên hướng về phía anh em đang ngồi ì ra, vừa vẫy tay vừa ra lệnh:

- Nào anh em, đứng lên đi cho kịp trời sáng!

Lính ông Trọng vẫn trơ như cục đất. Cậu nào đó mòng mòng:

- Thôi, ông đi một mình đi!

Rộ lên một tràng cười, vì dưới đại đội, người có quyền ra lệnh trực tiếp là đại đội trưởng.

Bất lực, ông chính trị viên xốc ba lô trở lại phía sau. Đến đội hình đang trước nghỉ đang sau cũng nghỉ của Đại đội 1, ông nói với đại đội trưởng Hải Nhỏ:

- Nhỏ! Nhỏ! Thành Trọng nó cứng đầu cứng cổ lắm, không cho anh em đi. Vậy đồng chí cho anh em Đại đội 1 lách lên đi trước coi nó còn dám cứng đầu cứng cổ nữa không?

- Tui cũng vậy à ông!

Đến bây giờ, ông chính trị viên mới thấu hiểu cái nghề làm chỉ huy, muốn nắm được trái tim cả ngàn chiến sĩ quả thật khó.

Lúc này, Tiểu đoàn trưởng Đỗ Huy Rứa mới bốn bốn đi lên trước, kéo ông chính trị viên đi theo đến đối diện Đại đội trưởng Nguyễn Đình Trọng và anh em chiến sĩ:

- Tôi tuyên bố bãi bỏ lệnh cấm nhận quà uỷ lạo của ông Hồng đưa ra. Từ đây đến Sóc Sãi Thành Triệu đường còn dài, bà con hai bên đường vẫn chong đèn đón chúng ta, anh em được thoải mái nhận quà để bà con vui lòng. Đại đội trưởng cho anh em đi đi.

- Minh đi anh em!

Ông Trọng chỉ nói có thể lập tức cả đội hình chuyển động.

Hôm sau, tiểu đoàn họp mở rộng đến cấp tiểu đội trưởng để kiểm điểm cuộc hành quân. Khi nêu chuyện cả đội hình bị tắc nghẽn hôm qua, ông Hồng lên tiếng trước:

- Các ông đại đội trưởng đã dấu tên không chấp hành mệnh lệnh cấp trên. Tôi đã qua bao nhiêu chiến trường, có bao giờ thấy cảnh dân chúng bày quà uỷ lạo hai bên đường hành quân, lính tráng tha hồ đưa tay nhận, vừa đi vừa ăn, không đẹp chút nào, nhờ trong quà có chất độc làm sao?

Một tiểu đội trưởng đưa tay:

- Xin hỏi, hôm nay ông tá túc ở cái xó xỉnh nào, có phải nhà dân không? Cơm ông ăn nấu ở nhà dân, mắm muối cũng xin của dân, vậy ông ăn cái gì mà không sợ trúng độc?

Tiếp theo, đại đội trưởng Hai Nhỏ đứng lên nổ phát pháo:

- "Thượng bất minh hạ bất loạn", Tây kia lính ba lê bày còn dám cứng đầu, sá chi cái quyết định cá nhân không hợp lòng dân của ông chính trị viên!

Tiếp lời Hai Nhỏ, anh Thư trưởng ban trình sát liên lạc nói:

- Cuộc hành quân đường dài đi suốt đêm đều có dự báo sức khỏe của chiến sĩ. Lúc nào cần bồi dưỡng cho anh em, việc này đã có chủ trương của ban chỉ huy tiểu đoàn. Cảnh trình sát chúng tôi đã được lệnh đi trước, dò đường rì tai với chính quyền xã ấp để bà con uỷ lạo, việc này là nề nếp. Thời gian qua, các cuộc hành quân trước đây, anh em chiến sĩ cứ thế mà nhận quà cho ấm tình quân dân. Đồng chí Hồng mới về nhận nhiệm vụ nên thấy lạ, ta nên thông cảm.

Ý thức không có trái tim là ý thức rỗng tuếch, xơ cứng quan liêu. Ông chính trị viên vô bực cán bộ được cấp trên điều động về nên ra lệnh bằng ý thức đơn thuần, thiếu trái tim yêu thương và đã hành động mất quan điểm quần chúng, mất lòng dân ★

ĐỒNG CẢM CÙNG NGÔ PHAN LƯU

Khai thông khiếu nhĩ

BÙI VĂN TUẤN

Khi đọc bài *Mở ra bảy khiếu* trong chương mục *Chuyện xưa chuyện nay* của nhà văn Ngô Phan Lưu (Đương Thời số 32) tôi vô cùng cảm kích. Nhà văn đã hình tượng hoá một cách hết sức tinh tế câu chuyện *Chết hỗn độn* trong kiệt tác *Nam Hoa Kinh* của ngài Trang Tử.

"Bảy khiếu, tức bảy lỗ: hai mắt, hai tai, hai mũi và một mồm của Hỗn Độn khi sinh ra đều không có. Thấy thế, hai người bạn Đế Vương ở Nam Hải và Bắc Hải là Thốc và Hốt đều đặn mỗi ngày tới mở khiếu cho y. Đến ngày thứ bảy cũng là ngày cuối cùng "mở cái mồm" thì Hỗn Độn lăn đùng ra chết".

Theo lời nhà văn, ngài Trang Tử- một triết gia vĩ đại đã ám ảnh độc giả hàng ngàn năm sau một cách kỳ lạ bằng câu chuyện hết sức ngắn gọn và thâm thúy. Nhà văn vô cùng tâm đắc, đã giải mã cái chết "bí ẩn" của Hỗn Độn là vì tham ăn mà chết.

Vâng! Hỗn Độn vì quá tham ăn mà chết. Nhưng dù sao cũng nên cảm thông cho y, bởi từ khi "bảy khiếu mở ra" ắt hẳn tai y rất thính, mắt y rất tinh, mũi y rất nhạy... nên không cưỡng được lòng mình trước sự hấp dẫn của cái ăn. Mắt, mũi đã kích thích cái mồm. Còn tai thì chắc hẳn nghe rất rõ lời khuyên: "Đừng ăn nữa! Coi chừng trúng thực mà chết!" của hai người bạn. Nhưng vì lần đầu tiên trong đời được ăn nên y đã vô không nghe lời khuyên của Thốc và Hốt để phải nhận lấy cái chết tức thì.

Đó là cái chết của Hỗn Độn cách đây hơn 2000 năm, song con người ở thế kỷ 21 thì hoàn toàn khác hẳn. Họ rất biết cách ăn! Ăn nhiều, rất nhiều, thậm chí ăn không biết bao nhiêu cho đủ. Nhưng rồi có thấy ai chết đâu? Họ vẫn sống phê phê, nhõn nhõn đầy ra đó, thậm chí tốt tươi!

"Siêu" hơn Hỗn Độn, họ không chỉ ăn lương thực, thực phẩm, cá, thịt, rau quả... mà còn ăn cả đất, vàng, bạc, sắt, thép, xi măng... Uống toàn xăng dầu, rượu bia ngoại nhập... nên "miễn dịch" đến mức chẳng có con vi- rút nào dám liều chết xông vào.

Qua bảy ngày khai mở, bảy khiếu của Hỗn Độn chỉ có chức năng như người bình thường, nhưng các khiếu của những người thích ăn thế kỷ 21 thì công năng cao hơn gấp bội. Mắt họ tinh đến độ nhìn đất ra vàng, nhìn rừng ra bạc; mũi chỉ cần ngửi qua một lượt là có thể phân biệt chính xác hàng chục loại tiến; mồm thì toang hoác, rộng tới mang tai. Riêng còn "khiếu nhĩ" thì như lỗ kim, đặc sệt. Nó nhỏ đến mức thiên hạ cứ chửi hoài, chửi mãi; chửi hết ngày nọ đến ngày kia, hết năm này qua năm khác; chửi khản cả cổ, mồm cá mồm... vậy mà họ vẫn tỉnh queo, chẳng nghe, chẳng nhột. Mà họ không nghe thì làm sao tức? Mà họ không tức thì làm sao lăn đùng ra chết nhằn răng như Hỗn Độn?

Khai thông khiếu nhĩ cho họ, thiết nghĩ đây là chuyện vô cùng cấp bách... ★



Tưởng thời đại
bùng nổ thông tin,
lệnh vua chỉ cần
click chuột không phẩy phẩy
bao nhiêu giây là đã đến được
thằng mỗ đầu làng
heo hút nhất nước,
vậy mà cũng rành rành
cái chuyện
phép vua thua lệ làng.

Chuyện bây giờ mới kể nghe như là cổ tích, rằng xưa kia, thời áo mao cân đai xênh xang cùng mã xa khắp chốn, ông quan nào ở vùng xa kinh kỳ những nhiều dân, mãi đến ba tháng sau, người triều đình mới giáp được mặt mà điều tra- minh định trắng đen (còn xử thì phải sau sau nữa). Một tháng người dân treo đèn lọi suốt về kinh kỳ tổ giắc. Một tháng vua quan họp hành bàn phương hướng xử lý. Một tháng quan tư pháp và đoàn tùy tùng rong ruổi kinh lý về tận nơi “ba mặt một lời”. Nghe mà mệnh mông quá. Ấy là bởi- tại- vì các phương tiện thông tin và giao thông ngày xưa chưa phát triển.

Còn bây giờ nhiều vụ việc tiêu cực, những nhiều bị “ngâm giấm” lâu hơn gấp bao nhiêu lần như thế nữa dẫu cái gì cũng gõ “chuột”, phương tiện giao thông hiện đại số một kinh kỳ- tính cho đến lúc này thì không còn gì hiện đại hơn nữa.

Điển hình là chuyện bắt tay nhau nói lỏng chấm thi tốt nghiệp THPT- 2011 theo lệnh các quan ngành giáo dục 11 tỉnh đồng bằng sông Cửu Long (trừ Tiền Giang và Bến Tre) to như cái đình mà mãi sau ngày công bố kết quả hơi lâu mọi người mới vỡ lẽ. Những đáp án chấm thi kỳ quặc không ai chấp nhận đã được áp dụng để chấm thi, để nâng tỉ lệ đỗ tốt nghiệp (hệ THPT lẫn giáo dục thường xuyên), để xênh xang áo mũ cân đai những cậu tú cô tú không chất lượng (tội nghiệp các em học hành nghiêm túc!). Theo đà này, nếu không tiết trừ tận gốc chuyện gian lận trong chấm thi thì những mùa thi sau, các em không cần học cũng thi đỗ tất! Cuối cùng kết quả gian dối, buồn cười cũng được công nhận (ngành hữu quan không đưa ra được một giải pháp khắc phục hữu hiệu, tích cực nào với lý do ngày thi đại học- cao đẳng đã gần kề).

Bộ Giáo dục- đào tạo đã có công văn đề nghị UBND 11 tỉnh- thành đồng bằng sông Cửu Long liên quan tiến hành xử lý và kiểm điểm các quan đốc



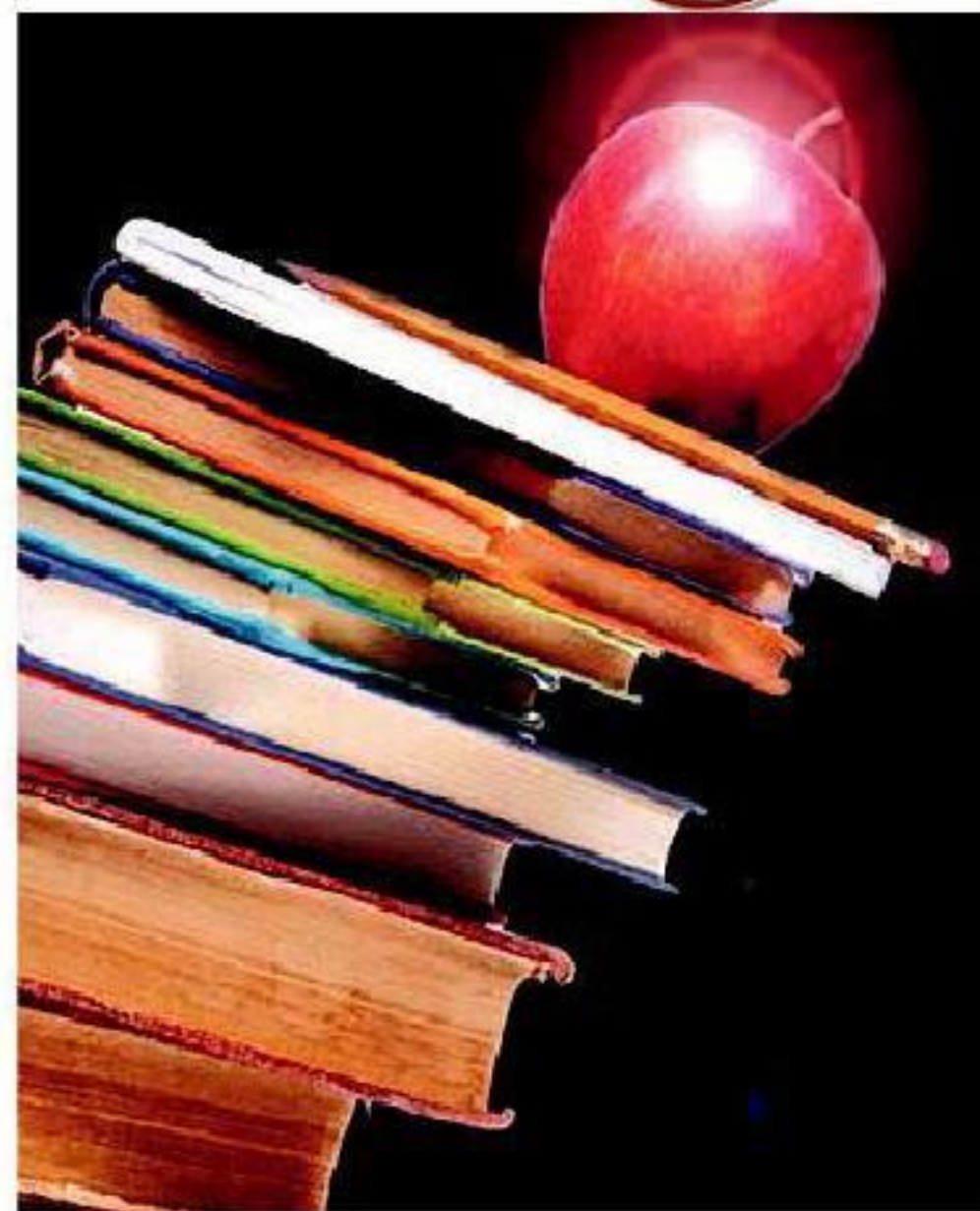
Chỗ trũng càng thêm trũng

ĐỒNG DAO

học làm chuyện gian dối kia (báo cáo trước ngày 31.7).

Xử lý rồi cũng chỉ là xử lý. Kiểm điểm rồi cũng chỉ là kiểm điểm. Cái vùng trũng về giáo dục và tri thức của cả nước rồi cũng mãi mãi không thoát được “triết lý ao nhà”. Có cách nào để không là vùng trũng nữa không? Đây cũng chính là trần trố của những nhân sĩ trí thức thứ thiệt trưởng thành từ vùng đất chín rồng đào đạt sóng Cửu Long kia. Dùng một cái, chuyện móc ngoặc chấm thi tiếp tục làm cho cái vùng trũng kia càng thêm trũng. Triết lý ao nhà không lối thoát. Những nhân sĩ trí thức quê nhà lại phải vất vả chăm bón và... PR lại từ đầu để làm bớt mờ cái bóng mờ như đã vốn dĩ mang danh không phải là đất học bao nhiêu năm qua!

Riêng với các vị đã ngoéo tay nhau ảo thuật ra một cuộc thi không có người trượt kia, liệu mai này khi thuyết giảng trước học trò, họ có dám dạy lại bài học trung thực và phẩm là con người trước tiên phải có lòng tự trọng? ★



Một chút băng khuâng, một chút tiếc nuối, một chút phiêu linh nhẹ nhàng mà không thể đưa tay níu lại. Và một nỗi sợ, sợ mất đi khoảnh khắc quý giá của chúng mình. Những cung bậc xúc cảm cứ dâng lên trong tôi sau chuyến đi tình nguyện.

Tôi đang ngồi trong mưa hồi hã đất Sài Gòn để điểm lại ba ngày chóng qua mà đọng đầy kỷ niệm, để nhớ và để thao



CÙNG BÉ KHÉO TAY HAY LÀM

thiết khẩn xin mọi thứ đừng trôi tuột vội vàng.

Tôi được và tôi mất những gì sau chuyến "ruổi rong" cùng những tình nguyện viên đầy trẻ trung nhiệt huyết;

*Có bài thơ nào để quên không
mình* ơi?
Tây Nguyên dịu với những yêu thương
tưởng chừng không mở
Mình* đến bên nhau
Hợp hoan...
Xong xáo đem về
những nỗi vui đời lặng lẽ
Có bài thơ nào đã lên rêu không
mình* ơi?*

Chiều Sài Gòn sao ôn ào đến thế.

Nhưng tôi biết tất cả các bạn vẫn đang buồn đang nhớ về nhau, nhớ về những kỷ niệm nao lòng trong suốt hành trình *Sẽ chia tấm lòng* vừa qua.

Chúng mình bên nhau đủ để trào lên sức sống kết đoàn mãnh liệt. Cái tâm và cái tôi trong mỗi cá nhân chuyển biến giữa làng kính đời khắc khoải rồi hoà chạm vào nhau đều ắp.

Tự lòng tôi thấy cảm phục và mến yêu các bạn biết dường nào.

Đời sống bốn ba phiêu dạt, mỗi tấm lòng là một "gam" màu đẹp để cuộc đời này đã lung linh càng thêm lung linh. Tôi mong chúng ta luôn mãi thế, luôn là những "gam" màu rành rẽ tự tin toả ánh

ngời ngời.

Bất chợt nhớ những tiếng hét hò, tiếng vỗ tay, điệu nhảy bốc lửa vô tư trong đêm văn nghệ *Hoà nhịp sức trẻ* ở Ea D'rong... Nhịp sống có khi đầy khi với, lửa tự ngất từ cung lòng, phát ra từng nụ cười trong veo, truyền sang người bên cạnh biết bao niềm vui. Tôi đã nhận được nhiều nụ cười ấy nơi các bạn. Ôi, yêu biết mấy!

Những cung bậc xúc cảm ấy làm sao ta dám quên được. Ta cùng đem lửa "đốt" cháy Tây Nguyên, bùng lên bao yêu thương cho bao trẻ đang khắc khoải đợi chờ, tin yêu. Hy vọng nhiều hơn nữa những vòng tay mở ra để san sẻ hơi ấm tình đời.



TRỒNG CÂY XANH
CHO BUỒN LÀNG

MIỀN CA

Sài Gòn chiều mưa nhớ Ea D'rong

Hội Trái tim yêu thương là tổ chức tình nguyện của sinh viên một số trường đại học, cao đẳng ở TP.HCM (hoạt động dưới sự tài trợ của một số "mạnh thường quân" thích làm từ thiện). Mỗi năm, Hội tổ chức 4 chuyến công tác về vùng sâu vùng xa để thực hiện các công trình công ích cho cộng đồng. Nhà thơ trẻ Miền Ca- sinh viên Nhạc viện TP.HCM vừa trở về từ chuyến công tác cộng đồng tại xã Ea D'rong, huyện Cư M'Gar, tỉnh Daklak. *Sài Gòn chiều mưa nhớ Ea D'rong* là cảm nhận vừa chân thành vừa bay bổng của anh về tình đồng đội.

CHUNG TA VÀO VIỆC NHÉ!

Bước ngoặt cuộc đời mới mở ra, con đường hoan ca ngút ngát, chân đời không ngần ngại dấn chà lên gai góc.

Tôi thiết tha sao lòng đợi mong những cây non các bạn gieo tình vào đất. Ngày mai rồi cây sẽ lên xanh những tán lá xanh tràn hy vọng. Hãy cùng tôi giữ mãi khát vọng này!

Cảm xúc tôi dâng bất chợt từ niềm vui của các bạn. Tràn trọng từng giây từng phút. Yêu từng tiếng cười trong một nhọc. Nâng niu từng tiếng nấc nghẹn như chực trào ra nước mắt.





AN GHI

từ
chữ
đến
nghĩa

Trước và sau Tết Tân Mão, chúng tôi đã nhận được thư của một số bạn đọc tập trung hỏi các khía cạnh sau đây:

* Bánh chưng là một loại bánh rất quen thuộc của người Việt Nam. Bánh thì dễ hiểu nhưng chưng là gì? Tại sao lại gọi là bánh chưng? (Trần Tuấn).

* Xin ông vui lòng nhận xét một số điểm chính trong bài *Triết lý bánh chưng bánh dày* của GS Trần Quốc Vượng:

- Miền Nam gọi bánh chưng là bánh tét.

- Bánh tét là tiếng đọc chạnh kiểu miền Nam của bánh tét.

- Thoạt kỳ thủy, bánh chưng không được gói vuông như bây giờ mà gói tròn giống bánh tét Nam Bộ.

- Bánh tét tròn dài tượng dương vật, bánh dày tròn dẹt tượng âm vật. (Trần Minh Tuyên). * Trong bánh dày (giày) thì dày (giày) nghĩa là gì? (Nguyễn Hữu Lập).

* Có phải bánh tét trong Nam bắt nguồn từ bánh dày ngoài Bắc? (Hoàng Thu Trang)

Xin trả lời thành một bài chung như sau.

Chúng tôi đồng ý với bạn Trần Tuấn rằng bánh thì dễ hiểu nhưng chỉ xin lưu ý rằng đây là một từ Việt gốc Hán, bắt nguồn ở từ ghi

bằng chữ 餅, mà âm Hán Việt hiện đại là bình, có nghĩa là bánh.

Về tên bánh thì hiện có hai cách viết: với tr- (trung) hoặc với ch- (chưng), mà cách thứ nhất đã đui lý trước sự vững chắc của cách sau. Vậy tên chính xác của thứ bánh này là bánh chưng. Chưng là âm Hán Việt hiện đại của chữ 蒸, cũng viết 蒸, mà Hán Việt từ điển của Đào Duy Anh giảng là "nấu cách thủy, hong, un, đun". Các quyển từ điển tiếng Hán hoặc Hán Việt quen thuộc khác chỉ giảng cho chữ này có cái nghĩa "đun, nấu bằng hơi nước"; thậm chí có quyển như *Việt-Hán thông thoại tự-vị* của Đỗ Văn Đáp (Nam Định, 1933) còn không nhắc đến nghĩa này nữa. Vậy thì Đào Duy Anh có đi quá xa trong lời giảng của mình không? Chúng tôi thực sự không biết Đào Duy Anh căn cứ vào đâu, nhưng xin khẳng định rằng ông đã có lý. *Vương Lực cổ Hán ngữ tự điển* (Trung Hoa thư cục, Bắc Kinh, 2002) đã ghi cho chữ chưng 蒸 chín cái nghĩa mà nghĩa thứ hai là "dùng hỏa hồng khảo" 用火烘烤, nghĩa là dùng lửa mà nung, sấy. Sự bổ sung cho nhau về nghĩa của các từ chưng 蒸, hồng 烘, khảo 烤 cho thấy chữ chưng trong bánh chưng dùng rất đặc địa, nếu ta liên hệ đến một "công đoạn" đặc biệt trong quy trình làm bánh là khâu luộc, mà Wikipedia (tính đến

Bánh chưng bánh giày bánh dày bánh tét

chiều 13.4.2011) miêu tả như sau:

"Lấy xoong to, dầy với dung tích trên 100l tùy theo số lượng bánh đã được gói. Rải cuộng lá dong thừa xuống dưới kín đáy nhằm mục đích tránh cho bánh bị cháy. Xếp lần lượt từng lớp bánh lên đến đầy xoong và xen kẽ các cuộng lá thừa cho kín nổi. Đổ ngập nước nổi và dầy vung đun. Người nấu bánh thường canh giờ tính từ thời điểm nước sôi trong nổi và duy trì nước sôi liên tục từ 10-12 giờ. Trong quá trình đun, thỉnh thoảng bổ sung thêm nước nóng để đảm bảo nước luôn ngập bánh (người nấu bánh thường đặt sẵn ấm nước bên cạnh bếp đun bánh để tận dụng nhiệt lượng). Những chiếc bánh ở trên có thể được lật giờ để giúp bánh chín đều hơn, tránh tình trạng bị "lại gạo" sau này. Trong lúc đun, có thể lấy bánh ra, rửa qua trong nước lạnh, thay một lượt nước mới khác, bánh sẽ mềm, ngon hơn."

Nếu chỉ xét theo nghĩa thông dụng hiện đại của chữ chưng 蒸 thì ta sẽ không thấy được tính hợp lý cao độ của việc đặt tên cho bánh chưng; nhưng nếu đi vào lịch sử ngữ nghĩa của nó thì mới thấy việc đặt tên này đã bắt đầu từ rất lâu đời, khi mà chữ này chưa mất đi cái nghĩa "dùng hỏa hồng khảo" 用火烘烤 mà từ điển của nhóm Vương Lực đã cung cấp, ngày nay chúng đã trở thành một nghĩa cổ. Tóm lại, chưng là một tên rất thích hợp đặt cho bánh.

Về chuyển biến ngữ âm "tét do tét mà ra", xin nói ngay rằng GS Trần Quốc Vượng hoàn toàn sai và đây là một cái sai sơ đẳng về tiếng địa phương. Cho đến năm con mèo 2011 này,

người miền Nam vẫn nói tét là tét chứ không bao giờ thành "tét" thì chẳng có lý do gì cách đây mấy trăm năm họ lại đọc bánh tét "chạnh kiểu miền Nam" thành bánh tét. Ta không có cứ liệu xa hơn nhưng cách đây gần 230 năm, *Dictionary Anamitico Latinum* (1772-1773) của Pierre Pigneaux de Béhaine cũng đã ghi nhận tét ra tét, tét ra tét rồi. Quyển từ điển này có mục "Tét" với danh ngữ "Bánh tét", rồi mục "Tét" với các mục kép "Tét nhất", "Ngày tét", "Lễ tét", "Đi tét", "Ăn tét". Xin nhớ rằng ngôn ngữ của quyển từ điển này là tiếng Việt miền Nam. Cứ như trên thì cái nguyên nhân liên quan đến sự méo mó ngữ âm mà Trần Quốc Vượng đã nêu không thể có hiệu lực. Nguyên nhân là ở một chỗ khác mà ta có thể tìm thấy một cách không khó khăn gì với *Đại Nam quốc âm tự vị* của Huỳnh-Tĩnh Paulus Của. Quyển từ điển này đã cho:

"Tét: tước ra, xé ra, tách ra"; rồi "Tét bánh: dụng dầy nhợ mà siết đòn bánh ra từ (= từng - AC) lát, từ khoanh". Và, cuối cùng là "Bánh tét, tét: bánh gói như khúc cây tròn, đến khi ăn phải tét ra từ khoanh cho nên gọi là bánh tét, cũng gọi là đòn bánh. Có kẻ hiểu là bánh gói ngày tét."

Cứ như trên thì rõ ràng ngữ danh từ bánh tét và ngữ vị từ tét bánh có liên quan với nhau chung quanh vị từ tét để đặt tên bánh. Cho đến tận bây giờ, ở trong Nam, nhiều nhà vẫn còn dùng sợi chỉ để tét bánh tét. Dĩ nhiên là cũng có nhiều người muốn chơi kiểu "mì ăn liền" nên thích dùng... dao xắt (mà cũng chẳng cần bóc vỏ



THI GÓI BÁNH CHƯNG
NGÀY TẾT

bánh) nhưng đây hiển nhiên không phải là phong cách ẩm thực truyền thống và tế nhị. Ngay cái cách ghi mục từ Bánh tét, tét và nội dung lời giảng của mục này cũng chứng tỏ Huỳnh- Tịnh Paulus Của xác nhận rằng bánh tét đã bị một số người nói trại thành bánh tét, nghĩa là ở trong Nam, tét và tét bao giờ cũng là hai âm tiết (tiếng) riêng biệt.

Thực ra, ý kiến của Trần Quốc Vượng còn không ổn cả ở điểm sau đây. Khi ông khẳng định rằng bánh tét là tiếng đọc chạnh kiểu miền Nam của bánh tét thì ông đã tạo ra một tiền giả định: ở miền Bắc, người ta gọi bánh tét là bánh tét, với tính cách là một danh ngữ cố định. Nhưng đây là chuyện chưa bao giờ xảy ra ở Đàng ngoài cả.

Trần Quốc Vượng còn đáng trách ở chỗ ông hoàn toàn không chín chắn trong cách hành văn khi viết "bà con cô bác miền Nam gọi bánh chưng là bánh tét". Không bao giờ! Tét tròn, chưng vuông. Làm sao dân miền Nam có thể ngờ ngẩn đến nỗi gọi "gọi bánh chưng là bánh tét"? Bánh tét chỉ là tên miền Nam của bánh tày, như một số tác giả từng gợi ý mà thôi.

Ở một số nơi thuộc vùng trung du trong đó có Phú Thọ, đất của các vua Hùng, người ta không gọi bánh chưng (hình vuông) mà gọi bánh tày (theo dạng tròn dài). Bánh tày cũng là loại bánh tét tại nhiều vùng dân tộc ít người ở miền Bắc. Nói về việc mình gói bánh tét

Người lưu dân khi rời nơi chôn nhau cắt rốn của mình ở Đàng ngoài đã đem theo bánh tày, một đặc sản vừa vật chất vừa tâm linh của tổ tiên để đi vào miền đất lạ phương Nam (Đàng trong) từ công thức (để dùng lâu dài) đến vật thực (để ăn đường). Sau một thời gian đủ dài, khi cuộc sống người dân đã ổn định và đã đủ điều kiện "cát cứ", Chúa Nguyễn xưng vương, lập phủ Chúa, cải tổ cơ cấu chính quyền theo quy cách một triều đình, bắt nhân dân phải thay đổi cách ăn mặc và phong tục tập quán cho khác với Đàng ngoài. Một hệ quả quan trọng của chính sách "chia cắt" này là sự khác biệt rõ rệt về từ vựng giữa hai Đàng: bát - chén; lợn - heo; bàn là - bàn ủi; màn - mùng; ốm - bệnh; xoi - dùng và cuối cùng là tày - tét.



BÁNH CHƯNG

nhân dịp tết Tân Mão, facebooker Tâm Phan, một người Việt đang sống ở nước ngoài liên hệ: "Nói bánh tét là để mọi người dễ hiểu vì nó mang tính phổ thông thời chứ quê mình thì lại gọi là bánh chưng tày, gọi tắt là bánh tày (bánh của dân tộc Tày?). Mà cũng lạ, quê ngoại mình ở miền Bắc, ngay ngoại ô Hà Nội thôi mà sao lại làm cái bánh giống y bánh tét ở miền Nam? (...) Bánh tày xưa nay chỉ một tay ông ngoại mình gói, ông gói nhân sống chứ không phải xào nấu nặn bóp như mình. (...) Một đòn bánh ông làm dài lắm, tầm 40cm chứ không như mình gói, ngắn tun hùn."



BÁNH XUÂN

Thật vô cùng lý thú khi được biết rằng, ở thời hiện đại và ngay ngoại thành Hà Nội, người ta "lại làm cái bánh giống y bánh tét ở miền Nam". Ta chẳng cần tìm hiểu căn nguyên ở đâu xa: tày và tét chỉ là tên miền Bắc và tên miền Nam của cùng một thứ bánh, cũng như lợn và heo, ô và dừ, bát và chén, bàn là và bàn ủi, hồng xiêm và xa- pô- chê... mỗi cặp đều là tên miền Bắc và tên miền Nam của một loài động vật, đồ vật hoặc trái cây. Về chữ tày, *Việt Nam tự điển* của Lê Văn Đức (Khai Trí, Sài Gòn, 1970) đã giảng như sau: "Tày cũng gọi tét. Tên thứ bánh tròn dài, ngoài nếp giữa nhân, gói bằng lá chuối thật dày và buộc nhiều nược dây rối hăm chín." Chẳng rõ ràng ư? Chẳng phải cùng vật khác tên thì là gì? Và thật là sai lầm nếu có ai đó cho rằng danh ngữ bánh tày không hề lưu hành ở miền Nam. Quyển từ điển của Huỳnh- Tịnh Paulus Của, mà ngôn ngữ là tiếng miền Nam, còn ghi nhận cả cho ta: *Khéo thì bẻ bánh tày, vụng thì vảy bánh ếch*, đây là câu tục ngữ khó tìm thấy trong nhiều quyển từ điển khác.

Người lưu dân khi rời nơi chôn nhau cắt rốn của mình ở Đàng ngoài đã đem theo bánh tày, một đặc sản vừa vật chất vừa tâm linh của tổ tiên để đi vào miền đất lạ phương Nam (Đàng trong) từ công thức (để dùng lâu

dài) đến vật thực (để ăn đường). Sau một thời gian đủ dài, khi cuộc sống người dân đã ổn định và đã đủ điều kiện "cát cứ", Chúa Nguyễn xưng vương, lập phủ Chúa, cải tổ cơ cấu chính quyền theo quy cách một triều đình, bắt nhân dân phải thay đổi cách ăn mặc và phong tục tập quán cho khác với Đàng ngoài. Một hệ quả quan trọng của chính sách "chia cắt" này là sự khác biệt rõ rệt về từ vựng giữa hai Đàng: bát - chén; lợn - heo; bàn là - bàn ủi; màn - mùng; ốm - bệnh; xoi - dùng và cuối cùng là tày - tét.

Xin cải chính cách hiểu sai lầm của một số tác giả cho rằng bánh tày là bánh của dân tộc Tày. Đây là lỗi vì thời không khó bác bỏ vì khái niệm và danh ngữ

ĐÍNH CHÍNH.

Trần Đương Thời 29, chúng tôi có trích dẫn để nhận xét câu sau đây của bà Phạm Thị Hào: "Vay khi lịch pháp "can chi" truyền sang Việt Nam, chi "mão" bị đọc nhầm thành "miễn". Rồi do sự biến âm của tiếng Hán trong đó có trường hợp *iên* biến thành *an* (...) nên *miễn* biến thành *mãn*." Sau đó, bà Phạm Thị Hào có trao đổi lại với chúng tôi rằng ý của bà là: "Vay khi lịch pháp "can chi" truyền sang Việt Nam, chi "mão" mà biểu tượng là 兔 (thỏ) bị đọc nhầm thành 兔 (miễn). Rồi do sự biến âm (...) nên *miễn* biến thành *mãn*." Vay xin đính chính lại cho đúng ý của bà và rút lại lời nhận xét trước đây- AC.

"bánh tày" đã có trong từ điển của Huỳnh-Tĩnh Paulus Của (1896, t. II), J.L.Taberd (1838), Pigneaux de Béhaine (1772-73), đặc biệt là trong *Chỉ nam ngọc âm* (thế kỷ XV-XVII). Còn tộc danh "Tày" chỉ chính thức xuất hiện trong tiếng Việt sau khi miền Bắc hoàn toàn giải phóng (10-1954), đặc biệt là sau khi thành lập Khu tự trị Việt Bắc (01.7.1956). Trước thời điểm này, người Kinh chỉ gọi người Tày bằng tộc danh Thổ. Vậy, với bánh tét bánh tày không phải tộc danh. Nó là một hình vị đồng nhất với hình vị tày trong gậy tày. Gậy tày là một loại gậy to, hai đầu bằng nhau, dùng làm vũ khí. Bánh tày là một loại bánh tròn, dài, hai đầu bằng nhau. Đặc điểm sau cùng này là điều hoàn toàn dễ thấy. Tuy tại ghi chú của Tâm Phan, một facebooker khác có lưu ý trong lời bình rằng bánh tày là một loại bánh tròn đầu nhưng điều này không ảnh hưởng đến cách hiểu của chúng tôi. Thứ nhất, đây không phải đã là đặc điểm phổ biến của thứ bánh này ở ngoài Bắc (bánh tét trong Nam thì đầu bằng hẳn hoi); thứ hai, tày là có hai đầu bằng nhau chứ không liên quan đến chuyện có đầu tròn hay phẳng.

Tóm lại, bánh tét trong Nam chính là bánh tày ngoài Bắc. Nó chẳng có liên quan gì về nguồn gốc với bánh chưng. Cái sai thô thiển nhất của Trần Quốc Vượng là ở chỗ, để chứng minh cho sự tồn tại của tín ngưỡng phồn thực trong xã hội người Việt xưa, ông đã bóp méo hình dạng của chiếc bánh chưng mà khẳng định rằng thoát kỳ thủy, nó không được gói vuông như bây giờ, mà gói tròn như bánh tét Nam bộ (để có thể tượng trưng cho dương vật!). Không! Bánh

chưng là bánh chưng, mà bánh tét là bánh tét, một thứ bánh từng mang tên là bánh tày trước khi theo lưu dân đi vào Nam. Mà bánh tày, cái bánh tét của miền Bắc, thì tồn tại song song với bánh chưng, chứ không hề là tiền thân của nó. Thi đây, *Chỉ nam ngọc âm*, một quyển từ vựng Hán-Nôm thế kỷ XVII- mà có tác giả còn đưa lên tận thế kỷ XV- đã ghi lại như sau:

Tứ bình vành vạnh bánh dày.

Phương bình thuở này hiệu là bánh chưng.

Tế bình bánh tày dài lưng.

(Bản do Trần Xuân Ngọc Lan phiên âm và chú giải, Nxb Khoa học xã hội, 1985, tr. 115).

Sự có mặt của danh ngữ "bánh tày" trong quyển từ vựng chứng tỏ bánh tày từng là một thứ bánh thông thường và quen thuộc của người Việt xưa. Đặc biệt đáng chú ý là danh ngữ tế bình 齊餅, mà *Chỉ nam ngọc âm* đã dùng để gọi bánh tày. Ở đây, tày có trước, tế có sau. Tế (< tày) 齊 có nghĩa là bằng, đều. Câu *Tế bình bánh tày dài lưng* đã miêu tả một cách vừa khái quát vừa súc tích hình dạng của bánh tày: tế là hai đầu bằng nhau; dài lưng là dài đòn. Thật là ăn khớp với cách hiểu của chúng tôi về chữ tày trong danh ngữ bánh tày đã nêu ở trên.

Cũng nên nhận xét một chút về cách gọi "bánh chưng tày". Đây là cách gọi không chính xác và hoàn toàn miễn cưỡng. Bánh chưng là bánh chưng (vuông) mà bánh tày là bánh tày (tròn, dài). Cách gọi "pha trộn" trên đây có lẽ xuất phát từ tâm lý không mấy "tự tin" của một số người tuy đã sống lâu năm ở những vùng có tập quán gói bánh chưng vào dịp Tết, nhưng ở quê mình người ta vẫn tiếp tục gói bánh tày trong dịp này.

GS Trần Quốc Vượng còn nói rằng ông đã "đưa ra một minh giải văn chương" để tạo một nguy chứng cho "triết lý bánh chưng bánh dày". Chiếc bánh chưng vốn đã mang cái hình hài vuông vức ngay từ

khi chào đời thì nó dứt khoát không thể tượng trưng cho dương vật được. Nhưng chiếc bánh tày/bánh tét, ngay từ thuở ban sơ, vẫn mang hình dáng "cái đòn" thì có tượng trưng cho sinh thực khí của phái nam hay không? Xin thưa rằng cũng không. Ta không nên quên rằng, ngoài cái quan niệm "trời tròn đất vuông" mà GS Vượng quan niệm là "một thứ triết lý Trung Hoa muộn màng được hội nhập vào triết lý Việt Nam", thì người Việt vốn còn có triết lý về Thần Trụ trời nữa. Bánh tày/bánh tét, nếu có hàm ý về một thứ triết lý nào, thì đó phải tượng trưng cho trụ trời, tức cột chống trời (mà thực ra thì Trung Hoa cũng có cột chống trời trong truyền thuyết Nữ Oa và trời). Bánh tày bánh tét không thể "thay đổi giới tính" một cách "ngang xướng" theo cách nghĩ chủ quan của ông Trần Quốc Vượng được. Đánh giá quan niệm "trời tròn đất vuông", ông Vượng khẳng định: "Đó không phải là triết lý dân gian Việt Nam. Nó không phải là Folklore (nguyên nghĩa: trí tuệ dân gian) mà là Fakelore (trí tuệ giả dân gian)." Còn chúng tôi thì sợ rằng chính sự "bày đặt" của ông mới là "fake". Cũng xin nói thêm, nếu không sợ đi quá xa, ta còn có thể gợi ý rằng bánh chưng chính là tượng trưng cho hình ảnh khái quát của Đàn (nến) xã tắc nữa.

Và khi mà, cái bánh chưng không hề tượng trưng cho dương vật, thì cái bánh giày cũng chẳng thể tượng trưng cho âm hộ theo quan niệm của ông Trần Quốc Vượng về tín ngưỡng phồn thực được. Bánh giày chỉ tượng trưng cho trời, đúng như truyền thuyết văn kể xưa nay mà thôi. Chúng tôi viết chữ "giày" với gi- là có lý do: đây chính là chữ giầy ta vẫn thấy trong ngữ vị từ đẳng lập "giày xéo" hoặc thành ngữ *rước voi về giày má tổ*. Bánh giày là một thứ bánh mà cái đặc trưng nổi bật là được làm bằng xôi giã thật mịn, thật nhuyễn. Chính là căn cứ vào đặc trưng này mà

người ta đã đặt tên bánh. Ngày nay, ta chỉ còn biết "giày" có nghĩa là giẫm đi giẫm lại nhiều lần cho nát. Nhưng đây chỉ là cái nghĩa hiện đại, đã được chuyển biệt hoá để chỉ một động tác thực hiện bằng bàn chân; chứ vị từ "giày" vốn còn có một cái nghĩa rộng hơn là làm cho nát, không cứ bằng chân, mà cả bằng tay hoặc bằng một công cụ bất kỳ. Sở dĩ bây giờ nó chỉ còn có cái nghĩa bị thu hẹp, như đã nói, là vì vị từ "giày" còn bị áp lực về sự lây nghĩa (contamination de sens) từ phía danh từ giầy, vừa đồng âm vừa chỉ một thứ đồ dùng cho chân người. Vì hai từ hữu quan đồng âm nên người ta để có cái ấn tượng sai lầm rằng vị từ "giày" phải sinh từ danh từ giầy bằng biện pháp chuyển hoá từ loại để chỉ một sự giẫm đạp bằng chân.

Tóm lại, dù có là "một triết lý Trung Hoa muộn màng được hội nhập vào triết lý Việt Nam" thì cái quan niệm "bánh dày bánh chưng tượng trưng cho trời tròn đất vuông" vẫn cứ là một sản phẩm trí tuệ chân truyền tự nghìn xưa, chứ không phải một "ngộ sự văn hoá", như ông Vượng đã kết luận. Cái triết lý "bánh chưng vốn tròn và dài, tượng trưng cho dương vật; còn bánh giày thì tượng trưng cho âm hộ" của GS Trần Quốc Vượng là một huyền thuyết mà thôi ★

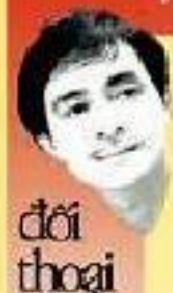
BÁNH GIÀY



SÁNG TẠO & CÔNG HIỆN



PHAN HOÀNG



đời
thoại

Nhân Hội nghị Những người viết văn trẻ TP.HCM lần thứ 3 vừa diễn ra và Hội nghị Những người viết văn trẻ toàn quốc lần thứ 8 sắp được tổ chức, nhà thơ Phan Hoàng đã đặt vấn đề với một số nhà văn trẻ: Vì sao bạn chọn văn chương? Liệu bạn có đủ sức đi tới cùng con đường văn chương? Bạn nghĩ gì về nghề văn trong đời sống kinh tế thị trường hiện nay? Và tư duy kinh tế thị trường có ảnh hưởng đến sáng tác văn học?

Nhà văn Trương Anh Quốc:

Tôi thích đọc sách báo, dẫn dắt yêu văn chương rồi đi theo văn chương lúc nào không hay. Tôi thấy văn chương có sức lôi cuốn mãnh liệt. Với tôi con đường văn chương đầy gian khó. Như người hành khất giữa sa mạc, bốn phương tám hướng đều là cát mênh mông, tôi sẽ theo văn chương đến chừng nào không còn yêu nó nữa nhưng sẽ không biết trước mình sẽ đi được bao nhiêu.

Nhà thơ Nguyệt Phạm:

Tới giờ tôi cũng không biết vì sao tôi đi vào con đường này, tôi chỉ biết một điều là tôi thích đọc thích viết và may mắn gặp được những người bạn, những anh chị nhà văn nhà thơ chia sẻ và giúp đỡ.

Tôi thích đọc thích viết nên dù có như thế nào thì tôi vẫn cứ đọc và cứ viết, còn những điều tôi viết ra có được gọi là một cuộc dẫn thân hay không thì có lẽ tôi cần có thêm thời gian.

Nhà văn Trần Văn Thường:

Có thể nói ra nhiều người không tin nhưng tình thật tôi là "dân văn" nòi. Thời tiểu học, cô giáo khen là văn hay, chữ tốt; cấp hai vào học trường chuyên văn huyện; cấp ba học trường chuyên văn tỉnh. Lên đại học thì thoả mộng viết lách, và từng xem nó như thú vui không gì đánh đổi được. Nhưng tôi nghiệm ra rằng, trở thành một nhà văn không phải

Vì sao bạn trẻ chọn văn chương?



TỪ TRÁI SANG: TRẦN MINH PHƯƠNG, LÊ THỊ ÁNH HOÀNG, LÊ THUÝ VÂN, HOÀNG MỸ TRỌNG ĐÊM GIAO LƯU VĂN TRẺ Ở CÁN GIỜ 28.5.2011

để. Nhà văn hay nghệ sĩ đích thực phải có những thiên tư đặc biệt, họ theo đuổi nghề đến cùng, sống chết vì nghiệp. Còn tôi, nói đúng ra là người... mê văn.

Nếu cho tôi chọn lựa giữa vai trò một nghệ sĩ của sáng tạo, của văn chương và một nghệ sĩ của đời sống, tôi chọn:

nghệ sĩ của đời sống. Nghĩa là tôi mê văn chương nhưng mãi mãi không bao giờ có thể trở thành nhà văn đích thực, nhưng tôi sẽ biết cách sống đẹp để trở thành một nghệ sĩ của đời sống. Dù vậy, bất cứ khi nào tôi ngồi vào bàn viết, đối diện với "giao diện trắng", tức màn hình vi tính chứ không phải trang giấy trắng như trước đây, thì tôi sẽ hết mình với mỗi trang văn của mình. Niềm đam mê và ngọn lửa đó luôn luôn bên tôi, trong tôi, không bao giờ mất.

Nhà thơ Nguyễn Phong Việt:

Tôi không nghĩ mình đi vào con đường văn chương, mà đơn giản là thỉnh thoảng tôi thích viết và chia sẻ nó trên mạng để mọi người cùng đọc. Tôi không có tham vọng gì với văn chương nên không thể nói là có đi tới cùng với nó hay không, khi nào thích thì tôi viết khi nào không thích thì dừng lại. Mà viết đôi khi là niềm vui nên chắc cũng sẽ viết dài dài, vấn đề là ít hay nhiều mà thôi.

Tôi nghĩ để tồn tại trong nghề văn thì hẳn người đó phải rất giỏi, cách tốt nhất có lẽ là nên làm song song với một ngành nghề khác để đảm bảo thu nhập cho bản thân. Thực tế, bối cảnh cuộc sống ảnh hưởng khá nhiều đến tư duy sáng tác của rất nhiều người. Mỗi thời có mỗi thị hiếu khác nhau, gu thẩm mỹ khác nhau. Văn



NHÀ VĂN TRƯƠNG ANH QUỐC VÀ NHÀ THƠ LÊ THUÝ VÂN

để là người viết cũng phải update thông tin liên tục nếu muốn trở thành người viết chuyên nghiệp trong nghề.

Dịch giả Nguyễn Lệ Chi:

Từ nhỏ, tôi được nuôi dạy và trưởng thành trong môi trường văn học. Gia đình tôi đặc biệt yêu thích văn học với bốn bức tường chất kín sách, đặc biệt là tiểu thuyết nước ngoài. Ba tôi từng giảng dạy văn tại Đại học Tổng hợp Hà Nội. Ông cũng là một nhà lý luận phê bình văn học và điện ảnh, công tác hàng chục năm trong ngành điện ảnh, xuất bản... Mẹ tôi từ sau khi lấy ba tôi tới khi bà về hưu, cũng liên tục làm việc trong ngành báo chí. Có lẽ chính vì vậy tôi bị ảnh hưởng từ gia đình rất nhiều và đam mê văn chương. Tuy nhiên đam mê và đam dẫn thân vào con đường đó lại là một vấn đề khác.

Tôi không phải là dân sáng tác, chỉ là một người làm công tác dịch thuật văn học, nôm na như một kẻ trên vỉa hè dành cho người đi bộ, cứ mãi men theo con đường của những người có năng khiếu sáng tác. Có lẽ chính bởi niềm đam mê nhưng biết lượng sức mình, nên tôi mới chuyển sang làm nghề xuất bản, thành lập riêng nhãn hiệu sách Chibooks, góp phần gỡ tay đỡ cho các tác phẩm văn học nước ngoài được dịch ra tiếng Việt, in ấn và đến tay bạn đọc nước ta.

Tôi nghĩ còn đam mê thì còn đi tiếp trên con đường này. Lúc nào yếu sức thì đi chậm hoặc ngưng nghỉ tới khi cảm thấy sung sức và khỏe khoắn lại thì đi tiếp. Tôi thường không có thói quen từ bỏ sở thích của mình. Tôi là một người khá cứng nhắc và cực đoan.

Nhà văn Phương Trinh:

Tôi thích viết từ nhỏ. Tác phẩm đầu tiên được đăng là mấy bài thơ trên báo *Nhi Đồng* (tờ báo mà hiện tôi đang công tác) vào năm tôi học lớp 2. Năm thứ nhất đại học, tôi nhận thư động viên của báo *Mực Tím* về truyện ngắn của tôi. Lá thư giúp tôi dám ngược mặt lên để mà ước vọng: "Vì không làm được cái gì nên mình có thể làm... nhà văn".

Càng viết tôi càng thấy mình... hèn quá! Văn chương thương tôi và cho tôi quá nhiều! Năm thứ 3 đại học, văn chương cho tôi một lá thư của độc giả tự xưng là đáng tuổi mẹ tôi và phê bình các truyện ngắn của tôi trên báo *Phụ Nữ*. Năm thứ nhất cao học, tôi thử nghiệm cách viết mới không thành công khiến những người tri kỷ thất vọng, tôi khóc ngày khóc đêm. Giờ thì tôi hiểu văn chương cho tôi giải thưởng để động viên; cho tôi nước mắt để trưởng thành. Cái ơn ấy, cả đời tôi không trả hết...

Nhà văn làm việc nhiều hơn. Thời gian và tâm huyết dành cho văn chương sẽ ít hơn. Chất lượng tác phẩm vì vậy sẽ khó mà cao? Hẳn chúng ta đều biết "nàng văn" đồng đánh và rất khó lường.



NHÀ VĂN TRẦN VĂN THƯỜNG

Không phải cứ có nhiều thời gian hơn, đời sống ổn định hơn thì có nhiều tác phẩm chất lượng. Cuộc sống và văn chương luôn hàm chứa những bất ngờ kỳ diệu. "Cơm áo không đùa với khách thơ". Nhưng "khách thơ" có thể "đùa" với "cơm áo" để viết vui, viết khỏe, theo cách riêng của mình!

Nhà thơ Trần Huy Minh Phương:

Tôi vốn yêu thích môn văn và được "truyền lửa" từ thầy dạy văn hồi thời trung học. Thầy Quách Mộc Ngôn đã để lại ấn tượng sâu sắc trong đời tôi. Chính vậy mà tôi đã chọn con đường văn chương làm hành trang vào đời cho bản thân, dĩ nhiên nó rất "vất vả".

Tôi luôn muốn đi tận cùng con đường văn chương. Vì văn chương, đặc biệt là thơ đã cứu rỗi tôi rất nhiều trong những lần vấp ngã trên đường đời. Thơ vui, buồn, trần trụi cùng tôi. Tôi yêu văn

chương, đi cùng sống cùng văn chương thì thiết nghĩ văn chương sẽ không phụ lại tình tôi đâu! Nếu có đủ tâm rộng và tài thì bất cứ trong thời đại nào nghề văn vẫn sống và sống đẹp.

Nhà văn Hoàng My:

Khi cánh cửa này đóng lại với mình, thì sẽ có một cánh cửa khác mở ra. Tôi tin vào điều này, vì đã có một lúc nào đó, vào một thời điểm nào đó trong quá khứ, cánh cửa văn chương đã mở ra với tôi, bù đắp cho tôi nhiều thứ. Tôi mang ơn khoảnh khắc đó, vì nếu không có những lúc ngồi miệt mài gõ chữ, chắc tôi đã không thể có được hiện tại như bây giờ.

Có đủ sức đi tới cùng con đường văn chương hay không ư? Tôi nghĩ đó là một câu hỏi khó, vì liệu có ai dám chắc chắn vào điều gì ở phía trước? Là người không mê tín, nhưng bản thân tôi lại luôn tin vào hai chữ "duyên phận". Nếu còn duyên với văn chương, thì mọi thứ vẫn còn, vậy thôi.

Nhà văn Võ Thu Hương:

Tôi thích văn chương ở chỗ mình được "vẽ" ra những số phận theo ý mình mong muốn. Một phần nhân vật có chút ít là tôi, bè bạn và những người tôi gặp, nên tôi có thể giữ lại những suy nghĩ, những kỷ niệm của mình ở chính những trang văn. Ngoài ra, làm báo phải viết theo quy định số chữ, viết văn tôi có thể viết dài ngắn theo ý mình. Tôi không đặt quá nhiều kỳ vọng về văn chương, tôi khá đơn giản, không quá cầu toàn về những gì mình viết ra (dù một thời gian đọc lại, đa số là không hài lòng) và thấy văn chương giúp tôi có nhiều người bạn tốt nên tôi nghĩ mình đủ sức theo văn chương tới già.

NHÀ THƠ PHAN HOÀNG VÀ NHÀ VĂN TRẦN MINH HỢP



Nhà thơ Lê Thuỳ Vân:

Đi vào con đường văn chương, với tôi dường như là nhu cầu muốn được đối thoại với chính mình, được tự thân bày tỏ, được đồng cảm, được chia sẻ và khao khát được yêu thương. Và khi cảm xúc còn, tình yêu thương còn thì khi đó văn chương vẫn còn đeo đẳng.

Ở bất cứ giai đoạn nào của lịch sử thì con người vẫn là chủ thể, vẫn là đối tượng của văn chương. Các yếu tố kinh tế nào đó khi tác động ảnh hưởng đến những giá trị cốt lõi của con người thì đương nhiên sẽ ảnh hưởng đến đối tượng của văn chương.

Nhà văn Trần Minh Hợp:

Tôi đến với văn chương để tìm được những niềm vui cũng như những giá trị mà văn chương mang lại cho bản thân tôi. Trước mắt, những điều này rất có ý nghĩa với cuộc sống hiện tại của tôi. Viết văn đôi khi cũng là một hoạt động giải trí. Cũng có thể, tôi được đào tạo trong một môi trường tách biệt với văn chương nên đến với văn chương nhẹ nhõm hơn người khác. Tôi luôn nghiêm túc trong khi viết và nghiêm túc cả trong nghĩ ngợi về con đường văn chương..

Nhà văn Nguyễn Thị Vân:

Tôi không có ý định đi vào con đường văn chương. Nhưng văn chương với tôi hoàn toàn không phải là một cuộc dạo chơi, bởi lẽ chẳng thứ văn chương nào được sinh ra trong một cuộc dạo chơi cả. Với tôi, văn chương là cái duyên mà mỗi khi cảm bút lên, cảm xúc và những suy nghĩ về cuộc sống, về con người sẽ tràn ra giấy, tự nhiên như chính nó vốn có. Tôi không có đủ can đảm nói rằng mình sẽ theo văn chương đến cùng, vì với văn chương, không có sự tuyệt đối nào cả. Tôi chỉ biết rằng tôi vẫn sẽ viết, khi ngòi bút tôi còn cảm xúc và cảm hứng, khi tâm hồn tôi còn biết rung động trước những cái bình thường nhất của cuộc sống.

Nhà văn Nguyễn Đăng Tường Vi:

Mỗi người có một cái nhìn với "con đường văn chương" và cách đi cùng nó khác nhau. Nếu nói đến "con đường văn chương" theo nghĩa một cái nghề, thì không hẳn ai cũng có thể đi tới cùng.

Cuộc sống kinh tế thị trường khiến văn chương mất dần đi những chân giá trị. Văn chương được đo bằng đồng tiền, mà đồng tiền thì ngày càng trượt giá, nên có cảm giác văn chương rẻ vô cùng. Vì thế, những hội nhà văn cùng những cuộc gặp gỡ giao lưu như hội nghị nhà văn trẻ là sợi dây gắn kết người viết với nhau và với niềm yêu thích văn chương.

Văn học luôn gắn liền với lịch sử và thay đổi mình để có thể sống đôi cùng lịch sử. Thời kinh tế thị trường lên ngôi như hiện nay cũng là đặc trưng của xã hội. Một nhà văn không nên chê công việc không tốt, mà nên học hỏi và khắc phục bản thân để làm tốt công việc hơn ★

(Xin xem tiếp kỳ sau)

Cần Giờ 60 Phút 2

Đây là chùm thơ thứ hai của nhóm Cần Giờ 60 Phút. Với những giọng điệu và cách thể hiện khác nhau, những nhà thơ trẻ này cho thấy năng lực quan sát và cảm nhận tinh tế đa chiều về đời sống hiện đại. Một đời sống mà đôi khi để có "một ngày bình yên" và tìm cho mình "một con đường" thì phải như "cánh bướm gió" biết "quên" hay "ao xuống biển" hoặc đắm chìm trong "tiếng tì bà"...

(PH)

HOA NIP

Thiên đường địa ngục

Thiên đường địa ngục hai bên
ta đi ở giữa biết nghiêng bên nào?

Thiên đường lắm kẻ thanh tao
địa ngục toàn kẻ kêu gào than thân

Bon chen với lũ người trần
cũng cần giả dối,
cũng cần thanh cao

Thôi thì mặc kệ bên nào
nghèo ngao ở giữa
ra sao cũng đành.

Một ngày bình yên

một ngày,
nhật được nỗi buồn
người ta đánh rơi
trên đường đông vui

một ngày,
nhật được tiếng cười
trên môi lũ trẻ mở còi đánh giầy

một ngày,
vết được cơn say
tít trong đáy cốc loay hoay gạo tiền

một ngày,
nghe được bình yên
trong cơn hoảng loạn,
cuồng điên, vội vàng

một ngày,
may vội khăn tang
đeo vào trí nhớ để nàng quên tôi...

một ngày kia, rất xa xôi

TUỆ NGUYỄN

Quên

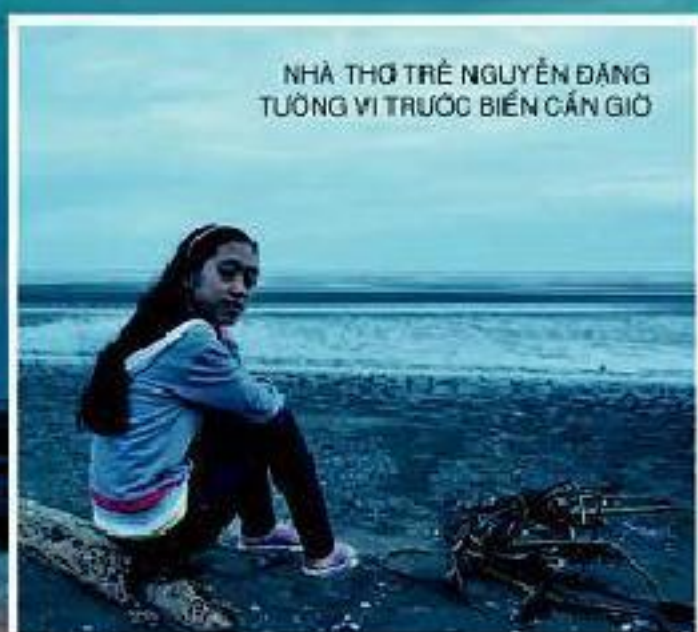
*

Khi ngọn lửa bùng lên,
đời người chỉ là một chuyến du hoang
mẹ nói thế
Ở mảnh đất được dệt lên bằng những
huyền thoại
đàn bà lên men
đàn ông say
quên, quên hết
những bước đi còn in đậm dấu chân

**

Quên!
tôi run sợ vì điều đó
về cuộc sống và những món quà
có lẽ tôi quên lời cảm tạ
bởi dục vọng và những tội lỗi
có lẽ tôi quên lời sám hối
quên luôn cả chính mình
khi ở nơi tôi không còn xúc cảm
không nhận biết chỉ về độ run của con
tim
chỉ có lý trí cố vươn tay hái lượm một
đời sống vô thường

Để khỏi quên mình là ai
tôi, một thằng Chàm dở hơi
trước bia đá vô danh ở bụi rậm
đã quỳ lạy
rằng, đây là văn hoá
như một đàn bò
tôi gặm nhấm đồng cỏ vàng ngọn
giữa cơn nắng và gió miền Trung.



NGUYỄN ĐĂNG TƯỜNG VI

Nếu có một con đường...

Nếu không muốn đi hết con đường...
Nguyễn Phong Việt

Hạnh phúc khi có một bài ca để hát
Lúc chán chê mọi âm thanh giả dối của cuộc đời
Khi tiếng Mô-da réo rất vang
Ta biết còn có những chân thành trên đời cho ta trân trọng

Hạnh phúc khi có một cafe để đến
Nhấp li nâu và lắng lại những mối mòn
Xoay xoay cánh hoa chợt rơi vào tách
Và biết có những miền thanh thần bao nhiêu

Hạnh phúc khi có một ngôi nhà để về
Dấu phút giây trẻ con bỏ đi rong cũng nghĩ đó vẫn là tổ ấm
Lúc chân chân có nơi để gác xách về gõ cửa
Dặn lòng thôi yêu một người vẫn biết còn có nơi yêu ta hết cuộc đời

Hạnh phúc khi có một ngày mai để sống
Đặt lưng nằm thanh thần biết còn thời gian sau giấc ngủ đông chân
Bỏ bữa cơm đi lang thang vì biết còn bữa cơm khác
Thôi nhìn một người để nhủ với lòng: "Chỉ hôm nay thôi!"

Hạnh phúc khi có một con đường để bước
Dấu gập ghềnh hay vực thẳm đầy vơi
Cũng biết mình có một con đường cần đi hết
Và vực dậy niềm tin sau lúc mệt nhoài

Hạnh phúc khi có một cuộc đời để sống
Dấu chỉ tay có đứt giữa đường đời^(*)
Cũng cảm ơn người cho ta hơi thở
Cho ta ngắm nhìn vật nằng đầu xuân.

^(*)Đàn ghita của Lorca

LÊ THUỖ VÂN

tiếng tí bà

tiếng tí bà
văng vẳng
thốc mách mái tranh
điệu buồn mẹ hát
thời gái dở dang
tiếng tí bà
buồn hơn trong mắt cha
có một người đàn ông đã xa, rất xa...
vẫn trở về đôi mắt mẹ
tiếng tí bà
cho đôi vai con gái
cùng những câu thơ tình đầy thêm
đêm đầy thêm
tiếng tí bà
luồn ngỏ nhỏ
những chiếc bóng cứ trằm mình lặng lẽ
rời rạc nép vào nhau
tiếng tí bà
âm ỉ như đế gáy
khoắt khuya...

ĐỒNG CHUÔNG TỬ

Đọt nhớ biển

Em về đi biển Cần Giờ đang buồn lắm
Con nước dâng lên từng đợt nhớ
củ rủ mắt mềm
Biển tươi sóng, lòng anh chợt hốc gió
Biển quá chùng, anh căng chặt mùa em

Khi yêu nhau, người ta thường
rủ rê phố biển
Ngắm cảnh ngắm đời, toé biển toé nhau
Bên nhau rồi, họ hôn nhau rất cổ điển
Lịch sử đừng nhìn lãng đãng nôn nao

Anh khác lạ, cô đơn lại
hay ào xuống biển
Hét thật to, rồi nhảy bổ vào lòng mình
Anh bơi lội thong dong trong đó
Bước lên bờ, tâm trạng rập rập xanh.

TRẦN HUY MINH PHƯƠNG

Cánh bướm gió

Mến tặng Miền Ca!

Cánh bướm gió phả vào mặt trời
sau mưa
tôi xịt vào phía chông chênh tan
loãng nỗi buồn
thường nhật
mùi nước hoa không hương phấn
thị thành
cho em nhớ
mùi ngai ngái rạ rơm
mà thêm
rớt trắng vào bầu ngực
những đêm rằm...

Cánh bướm gió phả vào mặt trời
sau mưa
cho em tiếc
thời tóc dài
cắt xoạc

Em khóc trong chiều không nắng
vỡ
em khóc trong chiều không mưa
giăng
quẹt qua nỗi buồn
em đi tiếp ngày mai
đầu là ngắn tóc...

Quẹt qua nỗi buồn
em đi tiếp ngày mai
phố hừng nắng chân thơm!

Cánh bướm gió xa khơi
biển chồm gào sóng vỡ
gió giật trên cấp mười ba
em vẫn đi
tạc xanh thời con gái

Chùa tay hoa nở
thơm vàng
bí mật
em...

THU TRẦN



đường
vào
văn
chương



Tiếng lục khục trôi xuyên qua những tán cây rừng rậm rạp hai bên đường dẫn sang núi. Đó không hẳn là tiếng nước chảy từ những khe đá tận trong rừng sâu, nó tựa tựa tiếng chim hót hoà tiếng máy những chiếc công nông đang cày dần xăng. Âm thanh nhạt dần và mất hút khi chiếc xe dừng lại trước một ngôi nhà rộng mái lợp khô róc. Cũ gần trưa nên trời xanh trong vắt. Nắng xiên các vệt thẫm dài trên những quả dổi tọc nhấp nhô trước mắt. Những quả dổi được phủ lên vật sần gỗ xanh rì.

Minh mở cửa xe bước ra ngoài, đội mũ, vắn hông dúi ba lần. Những khúc đường lổ nhổ nhiều mồm đất đỏ bị xối sạt làm khớp cơ như đứt khúc qua từng đoạn dần xốc. Những người còn lại trong đoàn túa ra các tán cây cóc rừng mọc quanh nhà rộng để tránh nắng. Sau chút vánh vát của quãng đường gồ ghề, không khí trong đoàn lại ồn ào trở lại. Máy tay phóng viên tranh thủ lia ống kính về hướng những quả dổi để có thêm tư liệu. Các cô gái tranh thủ chụp ảnh trên phong nền nhà rộng và núi non trùng điệp. Minh bước khẽ lên nhà rộng, trên những bậc thang gỗ lung lay tưởng chừng như sắp rơi xuống...

Đắk Hring trưa dần...

Đoàn đến Đắk Hring giao lưu với đồn biên phòng địa phương và làm vài hoạt động từ thiện vì trẻ em trong làng. Minh đăng ký theo đoàn để đánh những bản nhạc với cây guitar cũ của mình trong đêm giao lưu và khuôn vác những thùng hàng từ thiện nặng trĩu vì tình trạng "âm thịnh dương suy" của đoàn. Điều bình thường khác, nơi Minh làm việc, một cơ quan tài nguyên môi trường nhà nước, có một "suất" cho chuyến đi này. Tây Nguyên đang rịn đông nên cái lành lạnh vẫn triền theo da thịt mặc nắng chói chang. Chủ nhật, buồn làng ớn ả theo bước chân mọi người từ nương trở về làm lễ. Đắk Hring

Tiếng gà trưa ở Đắk Hring

Văn "vấp" phải những điểm mà các cây bút mới vào nghề hay "vướng" như kể chi tiết những điều không phải là chính yếu, giải thích thật rõ ràng một ý nào đó (như sợ người đọc không hiểu) cần diễn đạt... nhưng truyện ngắn của cây bút trẻ Trần Minh Hợp vẫn "vượt lên chính mình" ở nghệ thuật biết "giấu" chi tiết, gây bất ngờ cho người đọc vào phút cuối. Đây là thể mạnh mà không phải cây bút văn xuôi nào cũng có thể có được. Ngôi bút Trần Minh Hợp sẽ thành công nếu như anh vẫn tiếp tục nhìn người, nhìn đời, "cảm" người, "cảm" đời bằng cái chất hồn nhiên trong trẻ vốn có của tuổi hai mươi dạt dào tươi trẻ.

Trần Minh Hợp vừa tốt nghiệp Trường đại học An ninh nhân dân (TP. HCM) và được giữ lại làm giảng viên của trường. *Đường vào văn chương* kỳ này xin giới thiệu truyện ngắn *Tiếng gà trưa ở Đắk Hring* của anh.

Nhà văn Thu Trần

TRUYỆN NGẮN CỦA TRẦN MINH HỢP

không có nhà thờ nên lễ Chúa được thực hiện dưới các mái che trước nhà những giáo phụ. Minh bỗng nhớ tiếng ngân dài từ một tháp chuông nhà thờ nào đó loanh quanh thành phố vào mỗi sáng chủ nhật. Những chủ nhật buồn thiu đối với cánh công chức trẻ như Minh...

Tiếng keng phát ra từ nhà rộng giương giục ba hồi, người ở buôn bắt đầu túa đến từ những con dốc đất gồ ghề. Bóng tre nửa che nghiêng. Minh cùng đoàn vác các thùng quà đặt ngay ngắn trước nhà rộng. Âm thanh rền rọt của đoàn bằng keo bóc ra trên thùng quà làm không khí thêm nồm nức. Tiếng ồn ả pha lẫn ngữ điệu bản địa làm mọi người trong đoàn thấy lạ lẫm. Chốc chốc Minh ngưng việc, chặn mở mồm hỏi đang tuôn ứ trên trán, uống nước rồi lại hi hục với những thùng quà chưa khai...

000

Mặt trời bỗng lửa rơi thẳng xuống khu nhà rộng, tạo ra cái nóng ràn rạt sau trận mưa dầm dề. Những đứa bé lon ton mang gạo chạy về nhà cho kịp nấu bữa cơm trưa. Đoàn từ thiện cũng thu xếp hành trang về đồn biên phòng chuẩn bị đêm giao lưu.

Chiếc cầu xập xệ bắc qua con suối nhỏ trên đường đi có dấu hiệu đổ xuống. Từng đoạn gỗ kêu rảng rác như muốn vỡ đôi mỗi khi một xe máy chạy lướt qua. Bác tài có vẻ bối rối. Những chuyến đi xa luôn làm bác lo lắng vì bình thường bác chỉ lái xe trên những con đường tráng nhựa loanh quanh thành phố. Mọi người bắt đầu dúi lả, rầm rần cảm thán. Nắng giữa trưa tạt hừng hực vào xe làm không khí cả đoàn thêm ngột ngạt. Bác tài cùng

vài cán bộ địa phương lò dò qua lại cây cầu một cách bết tắc. Minh cũng lách người bước ra ngoài, đi qua lại cho đỡ ngột ngạt.

- Có một con đường xuống suối bác tài ơi!

Minh nói vọng lên khi đang lom khom nhìn con dốc dẫn xuống suối. Vài đầu bánh xe trước đó vẫn còn hằn sâu trên đường.

- Ừ, chắc vậy, dù gì cũng phải ra ngoài quốc lộ.

Bác tài gật gù nói, dò xét lần cuối cùng con đường và rồ ga. Cảm giác như người đàn ông trung niên này đang ngập ngừng và có dấu hiệu run rẩy ở bàn tay trái, vô-lăng đang di những vòng ngắc ngư. Chiếc xe dần xốc những đợt liên tục khi lao xuống dốc. Cuối cùng, cả đoàn bị kẹt giữa lòng suối, bác tài lái xe vào vùng trũng của con suối với tốc độ khá chậm. Những vốc cát văng ra theo hướng quay của bánh xe làm cho gầm xe càng lún sâu xuống suối. Cả đoàn nháo nhào, mở cửa bước xuống xe. Minh vội xắn ống quần, men theo vật rừng hai bên suối tìm những khúc gỗ cứng để chêm vào làm điểm tựa cho bánh xe thoát lầy. Nhưng anh chỉ thấy những khúc gỗ mục trôi nhờ nhờ trên mặt suối. Những gã phóng viên vẫn tranh thủ lia máy ảnh về những vườn cà phê... Điều này làm Minh thấy khó chịu. Anh lúi lúi một khúc gỗ về phía chiếc xe đang có dấu hiệu ngập sâu trong nước. Hai ống quần anh sưng ứ. Những tay phóng viên cuối cùng cũng chịu gác máy, giúp đẩy chiếc xe qua đoạn nước sâu. Mấy gã đàn ông ít ỏi trong đoàn, rốt cuộc cũng chẳng làm nhúc nhích được chiếc xe. Minh nhìn quay

quất, thấy một gã thanh niên to khỏe người Xê- đăng đang bước qua cầu, anh gọi với lên bằng thứ tiếng Xê- đăng hơi ngắc ngứ, kết quả những gì nhớ được sau chuyến đi thực tế rừng ở Tây Nguyên mấy năm trước:

- Anh bạn ơi, xuống đây giúp một tay...
- Xe cán bộ bị sao à? - Gã Xê- đăng thật thà hỏi.
- Bị kẹt dưới suối!
- Vậy chờ tôi vào làng gọi thêm người nha!

Mọi người trong đoàn nhìn Minh trầm trồ, vốn từ Xê- đăng của anh xem ra còn khá hơn cả những cán bộ địa phương đi theo đoàn. Tiếng vỗ tay dôm dốp từ phía trên bờ đại ý sự ngưỡng mộ của những cô gái trong đoàn. Không khí bắt đầu giãn ra. Nước suối chảy xiết, rịn vào chân làm Minh thấy nằng bết oi nóng. Gã thanh niên Xê- đăng kéo theo độ chục gã trai làng khác. Tất cả ủa xuống suối...

Sức mạnh của sự hợp lực làm chiếc xe nhích dần. Minh gồng hết sức, dồn lực vào hai bàn tay. Chiếc xe nhích lên từng chút một khỏi vũng cát hóm sâu. Dòng suối lác lác tấp ướt cả áo Minh. Anh

Một thứ xúc cảm lạ lắm, râm ran ngọt ngào tuôn nhẹ trong lòng Minh.

0o0

Đồn biên phòng nằm lặng lẽ ở lưng chừng một con dốc. Cánh cổng phết màu sơn bàng bạc tạo cảm giác không gian yên bình bên trong. Anh lính trẻ mở cổng đón đoàn trong tâm trạng hồ hởi, như lâu lắm rồi mới có một đoàn dưới thành phố lên thăm. Minh lôi cây guitare để dưới gầm xe, phải nhẹ văng bụi đường. Cánh cửa sổ căn phòng mở ra một nông trường với những hàng cây cao su ngang dọc thẳng tắp, những vòm lá đan vào nhau lao xao tình tứ. Chúng làm Minh thấy hứng thú để chơi những bản nhạc buồn. Anh chỉnh dây đàn, dạo bản *Casablanca* chuẩn bị cho buổi giao lưu tối.

Đoàn được đồn biên phòng đãi món dúi nướng, một loại thú chỉ ăn ở rừng và ít rượu ghê có men là một loại lá rừng mà chẳng ai bắt mí cho đoàn biết. Bếp ăn hưng húng khói, ẩn hiện cầu vai màu xanh đục của những anh lính biên phòng lẳng xăng làm cơm đãi khách. Trong bữa ăn, Minh ngồi nhăm nháp từ từ hương vị dúi và rượu ghê. Một chút chệnh choáng, anh chợt thấy lơ mơ hình ảnh cô gái Xê- đăng qua khung cửa nhỏ của nhà ăn rồi mất hút.

Minh vâng vát sau giấc ngủ kéo dài đến xế chiều. Thức dậy, anh đi bộ quanh vườn rau của đồn biên phòng, những vạt cải xanh rì rào. Các anh lính trẻ đang lôi những khúc củi khô từ vạt rừng bên cạnh về sân đồn chuẩn bị cho đêm lửa trại giao lưu.

- Tôi nay anh đàn chứ? - Một anh lính hỏi khi Minh đang đứng gần đống củi.

- Ừ, một bản, mà sao cậu hỏi tôi như vậy?

- Thì hồi trưa anh đàn chứ ai. Yên tâm, tối nay có cả mấy cô Xê- đăng nhảy múa, tha hồ cho anh đàn.

Minh ậm ừ rồi bước về phòng, lấy dần dần những giai điệu vô định, nhìn đám lá cao su vàng rơi rớt ngoài cửa sổ. Trong Minh lại ứa đầy tiếng suối róc rách, cô gái Xê- đăng xoa tóc, gửi khoai mì và âm thanh lục khục trôi giữa trưa Đăk Hring.

0o0

Minh dứt giai điệu cuối cùng trong đêm giao lưu, tiếng vỗ tay vang đều ầm ập. Anh xách đàn rời sân khấu, vũ điệu xoan rộn rã pha chút nhạc An Độ của những cô gái Xê- đăng làm không khí náo nhiệt trở lại. Những chàng lính trẻ hò reo theo từng vòng xoay của những cô gái tuổi đôi mươi. Minh cũng bị cuốn theo những điệu nhảy, một cảm giác quen thuộc và gần gũi. Trong điệu nhạc xấp xính, mái tóc búi cao của một cô gái bị bung ra, khiến cô nổi bật giữa những cô gái trần trụi hương xuân khác. Cô nở nụ cười thật tươi với khách. Qua ánh lửa mờ tỏ, ánh nhìn cô sâu hoắm và huyền diệu. Minh lặng đi. Cô gái Xê- đăng ám ảnh anh suốt chuyến công tác

này đây rồi. Minh bắt đầu cảm thấy bối rối. Điệu xoan kết thúc, các cô gái tham gia tiết mục trở về bên tấm phông màn màu xanh đục. Minh dựng đàn vào một chân bàn nơi để quả giao lưu, bước vội ra sau phòng màn sân khấu, một cách vô thức. Cô gái đang đứng một mình, loay hoay buộc lại mái tóc. Cánh rừng phía sau lưng cô thăm thẳm. Gió rú từng cơn.

- Tôi có thể giúp gì cho cô? - Minh rụt rè lên tiếng nhưng cũng đủ làm cô gái giật mình. Cô cười một cách qua loa rồi bỏ đi, theo lối mòn xuyên cánh rừng trong đêm.

Minh rẽ vào đường mòn, chậm chậm đi theo, thỉnh thoảng có dấu hiệu ngừng lại khi cô gái đưa ánh mắt không đoán định được về phía mình. Tiếng côn trùng trong rừng vang lên rồi tắt lịm tạo ra sự hoang vu vốn mặc định ở những cánh rừng đêm. Minh bắt đầu có cảm giác rờn rợn nhưng vẫn dò theo con đường mòn, mỗi lúc một tối hơn.

Bản làng hiện ra mắt Minh trong ánh đèn lơ mơ vì điện yếu. Cô gái dừng lại ở một con dốc nhỏ, sau lưng thấp thoáng hàng rào tre liên xiên.

- Anh vào đây không?

Minh bước chậm chậm lên đỉnh dốc, rẽ sang con đường nhỏ hẹp cách cô gái độ ba bàn chân. Một cảm giác chơi vơi mơ hồ.

- Ngồi xuống đi! - Cô gái xách chiếc ghế con đặt trước nhà. Hiên nhà là nền xi măng rạn vết chân chim.

- Rốt cuộc, cô muốn tôi đến đây để làm gì?

Cô gái ngồi tựa vào cửa, nhìn xa xăm ra quả đồi thấp thoáng ánh đèn của những người đi hái măng rừng đêm. Giọng cô nhẹ lại:

- Tôi muốn anh đàn cho tôi nghe bản nhạc ban này!

Như có một làn gió đang nhẹ nhàng trôi.

- Nhưng tôi không mang theo đàn..

Không nói không rằng, cô gái quay vào nhà và trở ra với một cây guitare đầy bụi. Minh cũng không hiểu được cảm xúc đang trôi chảy trong lòng, anh đàn vài nốt qua loa trước khi vô giai điệu bản *Casablanca*. Minh đánh được nửa bài, bỗng nhiên cô gái bật khóc:

- Ngày xưa, có người cũng đàn cho tôi nghe bản nhạc này. Tôi chẳng biết tên nó nhưng chắc chính là bài anh đàn lúc này. Chúng tôi ngồi dưới một tán cóc rừng bên con suối. Gà rừng buổi trưa nào cũng gáy. Chúng tôi nhóm lửa nướng khoai mì. Anh ấy là người thành phố về đây dạy học. Cuối cùng cũng bỏ bản làng đi về, để lại đàn bên cây cóc rừng..

Minh chợt rệu tay, lòng chùng xuống, cố đàn cho xong những đoạn cuối của bản nhạc. Âm thanh ngân dài trôi như tiếng suối, tiếng gà trưa gáy lục khục.

Những buổi trưa Đăk Hring, gà rừng vẫn gáy. Cô gái Xê- đăng vẫn ngồi dưới tán cóc rừng khi tiếng gà tắt hẳn...★



bỗng nghe một âm thanh từ xa vọng lại tựa tựa tiếng lục khục ban sáng. Minh buông lỏng dần cánh tay, nhìn về cánh rừng, nơi có âm thanh phát ra mỗi lúc một rõ. Có một cô gái Xê- đăng ngồi tắm suối lọt thỏm vào ánh nhìn của anh. Chiếc xe đã sang được bên kia dốc. Minh vẫn đứng lặng lẽ dưới suối. Tiếng lục khục vẫn mãi miết trôi theo cho đến khi cánh rừng khuất phía sau lưng..

0o0

Đoạn đường gần quốc lộ có vẻ thẳng thớm và ít những con dốc lỏ nhô. Xe chạy bon bon, thỉnh thoảng tiếng còi tuynh tuynh đoạn qua những khúc cua làm Minh ráo hoảnh. Bờ vai nghiêng nghiêng trắng ngần của cô gái Xê- đăng ám ảnh mãi trong Minh. Lúc tri giác, Minh thấy rần rật ở gò má. Cô gái mặc chiếc váy bản địa màu đen, phủ đến ngực, tóc xoả in những nét lượn lờ trên mặt suối. Chiếc gùi nứa của cô chất đầy khoai mì tựa vào thân cây cóc rừng, lấp lánh nắng.



HAIHACO

Bánh kem Marshmallow phủ Sôcôla

LongPie



www.haihaco.com.vn

Bánh kem Marshmallow phủ Sôcôla



HAIHACO



*Cảm giác như
nhai kẹo cao su*



www.haihaco.com.vn

CƠ SỞ SẢN XUẤT
CHẾ BIẾN-THỰC PHẨM

YẾN LINH

ĐC: 15/1k Nguyễn Văn Quỳ, Q.7, TP.HCM

ĐT- FAX: 37730101





Under licence of



謝利食品工業有限公司
Ghia Khim Lee Food Industries Pte Ltd
No. 119 Defu Lane 10, Singapore 539230
Tel: (65) 62856488 Fax: (65) 62847323 Email: enquiry@cklfi.com.sg

Sản xuất bởi:

Công Ty TNHH CKL (Việt Nam), Số 9 đường số 6, KCN Sóng Thần 1,
Thị Trấn Dĩ An, Huyện Dĩ An, Tỉnh Bình Dương, Việt Nam.
Tel: (0650) 3 790333 / Fax: (0650) 3 742312

Số phiếu tiếp nhận hồ sơ ĐKQC của Sở Y Tế TP.HCM: 3004/2010 ngày 03/11/2010



SCC Saigon Cosmetics Corporation

930 Nguyen Thi Dinh St., Dist.2, HCMC - Tel: (848) 3 742 1104 - Fax: (848) 3 742 1100 www.scperfume.com

■ **Tax Trade Center** - 135 Nguyen Hue, Dist. 1, HCM ■ **Showroom SC Perfume** - 12 Thu Khoa Huan, Dist.1, HCMC ■ **Citi Plaza** - 230 Nguyen Trai, Dist.1, HCMC
■ **Maximark Cong Hoa** - 15-17 Cong Hoa, Tan Binh Dist, HCMC ■ **Maximark 3/2** - 3-3C 3/2 St., Dist.10, HCMC ■ **Co.op-mart Hanoi Highway** -
191 Quang Trung, Hiệp Phú Ward, Dist.9, HCMC ■ **Trang Tien Plaza** - 24 Hai Ba Trung, Hoan Kiem Dist, Ha Noi ■ **Showroom SC Perfume** - 40 Hang Trong,
Hoan Kiem Dist, Ha Noi ■ **HaNoi Co.op-mart** - Km 10 Nguyen Trai, Ha Dong, Hanoi ■ **Bien Hoa Co.op-mart** - 121 Pham Van Thuan, Tan Tien Ward, Dong Nai Province
■ **Phan Thiet Co.op-mart** - 1A Nguyen Tat Thanh, Binh Hung Ward, Phan Thiet City ■ **Tan An Co.op-mart** - 1 Mai Thi Tot, Tan An, Long An Province ■ **Central Shop** -
14 Le Van Duyet, Ward 1, My Tho City, Tien Giang Province ■ **Can Tho Co.op-mart** - 91 Hoa Binh, Ninh Kieu Dist, Can Tho City ■ **Showroom SC Perfume** -
124 Hai Ba Trung, Tan An Ward, Ninh Kieu Dist, Can Tho City

THẾ GIỚI NHÂN VẬT & SỰ KIỆN

Kết quả thắng lợi vang dội từ cuộc tổng tuyển cử đầu tháng 7.2011 đã đưa đảng đối lập Pheu Thai (Vì nước Thái) lên cầm quyền và Yingluck Shinawatra trở thành nữ thủ tướng đầu tiên của Thái Lan.

Mới 44 tuổi, xinh đẹp và tài năng, Yingluck đạt nhiều thành công trong kinh doanh nhưng ít kinh nghiệm trên chính trường, ngoài tài sản chính trị lớn nhất là mối quan hệ với anh trai- cựu Thủ tướng Thaksin Shinawatra đang sống lưu vong ở Dubai nhưng vẫn được hàng triệu người Thái ủng hộ. Thaksin vừa là yếu tố quyết định cho thắng lợi của em gái lại vừa là trở ngại lớn nhất, vì ông bị không ít thế lực ở Bangkok thù ghét. Nếu Yingluck không hoà giải được với các thế lực này, Thái Lan khó mà thoát khỏi thế bế tắc chính trị vốn đã khiến nước này rơi vào hỗn loạn sau cuộc đảo chính lật đổ Thaksin năm 2006.

Thái Lan cũng đang bị chia rẽ sâu sắc về phúc lợi xã hội, kinh tế, ý thức hệ,... giữa dân nghèo ở các vùng nông thôn rộng lớn với tầng lớp thượng lưu giàu có ở thành thị vốn tự cho mình là đại diện cho giá trị dẫn đạo đức của người Thái.

Hoà giải dân tộc và phát triển kinh tế là hai thách thức lớn nhất cho nữ Thủ tướng Yingluck ★



YINGLUCK ĐI BỎ PHIẾU BẦU CỬ



YINGLUCK GIỮA VÒNG VÂY CỦA NGƯỜI ỦNG HỘ



YINGLUCK TRONG TRANG PHỤC TRUYỀN THỐNG NGƯỜI THÁI

Câu chuyện văn hoá:

“Đức Khổng Tử răn dạy hậu thế tu thân để thành người quân tử. Thế nhưng, chỉ xét sơ ba điều cơ bản của Nho giáo, thì đủ thấy rằng bài học cơ bản của đức Khổng đã không được những người đang bành trướng ở biển Đông học thuộc. Như vậy, họ có xứng đáng là con cháu Khổng Tử chăng?”
Tác giả Lê Phước, một người nghiên cứu Nho giáo, hiện là nghiên cứu sinh tiến sĩ tại Đại học Versailles Saint-Quentin-En-Yvelines, vùng Ile de France của Pháp đã nhận định như thế trên BBC giữa lúc Trung Quốc liên tục cho tàu quấy nhiễu Biển Đông, xâm phạm lãnh hải Việt Nam.

Những người chưa thuộc lời dạy của Khổng Tử

LÊ PHƯỚC

“KHỔNG TỬ TRƯỚC NOBEL”

Hiểu được sức mạnh của văn hoá, nên gần đây, bên cạnh việc tăng cường kinh tế, hiện đại hoá quân đội, Trung Quốc đã tăng cường công tác truyền bá văn hoá ra nước ngoài. Đến thời điểm hiện tại, nước này đã cho xây dựng hơn 150 Viện Khổng Tử trên thế giới, với mục đích quảng bá ngôn ngữ và văn hoá Trung Hoa.

Việc chọn Khổng Tử để đặt tên cho các viện không phải là ngẫu nhiên, bởi ở Trung Quốc, Khổng Tử được phong là “vạn thế sư biểu” (Biểu trưng người thầy ở mọi thời đại). Ông là người khai sáng Nho giáo, một học phái không chỉ ngự trị ở Trung Quốc hàng ngàn năm, mà còn ảnh hưởng sang nhiều nước trong khu vực, như Việt Nam, Nhật Bản và Triều Tiên.

Ngày nay, học thuyết Khổng Tử được nghiên cứu trên khắp thế giới.

Chúng ta trở lại sự kiện Lưu Hiểu Ba

TƯỢNG ĐÀI KHỔNG TỬ ĐƯỢC CHO DUNG KHẮP NƠI ĐỂ TRUYỀN BÁ NHỌ GIÁO NHƯNG TRUNG QUỐC LẠI CHƯA THUỘC LỜI DẠY CỦA ĐỨC KHỔNG TỬ VỀ NHÂN, NGHĨA, TÍN



hồi năm rồi để hiểu thêm về tầm quan trọng của Khổng Tử đối với nhà nước Trung Quốc. Khi được chọn tặng giải Nobel Hoà bình 2010, Lưu Hiểu Ba đang bị giam tại Trung Quốc. Thế mà, Ủy ban Nobel vẫn quyết định tổ chức lễ phát giải vắng mặt.

Tại Trung Quốc, trước một ngày khi lễ trao giải Nobel diễn ra, Bắc Kinh đã sáng lập giải Khổng Tử, và trao cho một nhà chính trị Đài Loan. Khi ấy, báo chí phương Tây đã ví von “Khổng Tử trước Nobel”.

HỌC CỔ TÌNH KHÔNG THEO KHỔNG TỬ?

Trung Quốc xem trọng Khổng Tử như thế, nhưng lạ thay, nước này có vẻ chỉ biết khai thác tiếng tăm của đức Khổng, bởi trong hành động, họ tỏ ra không hề hiểu, hoặc đã hiểu mà cố tình không làm theo lời dạy của ngài.

Chúng ta chỉ cần nhìn vào ba điểm

then chốt nhất của Khổng Giáo để chứng minh cho lời nhận định trên.

1) Khổng Tử dạy: Người quân tử lấy nghĩa làm đầu, không vì lợi mà quên nghĩa.

Năm 1974, nhân thế cuộc chiến tranh Việt Nam lúc cao trào, Trung Quốc thừa cơ đánh chiếm Hoàng Sa. Nền nhớ rằng, trong thời gian đó, quan hệ Việt- Trung là đồng chí, anh em.

Năm 1988, Trung Quốc lại tấn công Trường Sa, gây thương vong cho nhiều chiến binh Việt Nam. Hai sự kiện này cả thế giới ai cũng biết. Tức Trung Quốc cũng biết rõ hành động chiếm đoạt lãnh thổ của bằng hữu mình là trước thiên thiên bạch nhật, thế mà vẫn làm.

Rõ ràng là thấy lợi quên nghĩa!

Gần đây, Trung Quốc tăng cường hiện đại hoá quân đội, xây dựng căn cứ tàu ngầm Tam Á, và ngày càng có thái độ hung hăng trên Biển Đông. Thái độ và hành động hung hăng của Trung Quốc vừa qua cả thế giới đều biết, báo đài quốc tế đã tốn nhiều giấy mực để phân tích.

Tại sao Trung Quốc lại tăng cường tấn công Biển Đông như thế mà không ngại trắng trợn vi phạm luật quốc tế, không ngại mất tình láng giềng, không ngại mang tiếng lấn lướt người yếu thế?

Câu trả lời rất đơn giản mà cả thế giới đều biết, đó là dưới lòng Biển Đông trong khu vực Trung Quốc áp đặt đường lưỡi bò có một trữ lượng dầu hoá và khí đốt khổng lồ.

Rõ ràng lại vì lợi quên nghĩa!

2) Khổng Tử dạy: Người quân tử không sợ kẻ mạnh, không hiếp người yếu.

So với Trung Quốc, các nước có tham gia tranh chấp Biển Đông đều là nước nhỏ hơn, kinh tế kém phát triển hơn, quân lực yếu hơn.

Gần đây, Trung Quốc tăng cường ngân sách đáng kể cho quốc phòng, xây dựng căn cứ tàu ngầm Tam Á trên đảo Hải Nam. Trung Quốc cũng vừa soạn ngời Nhật Bản để trở thành nền kinh tế thứ hai thế giới.

Trung Quốc lại là một trong năm nước có quyền phủ quyết tại Hội đồng Bảo an Liên Hiệp Quốc. Như vậy, có thể nói rằng, dù họ luôn "khiêm tốn" không thừa, nhưng trên thực tế, Trung Quốc là một cường quốc kinh tế, chính trị và cả quân sự.

"Tri kỉ tri bỉ", Trung Quốc hiểu rõ vị thế của mình, và đã tận dụng lợi thế này để lấn lướt các nước trong khu vực, dùng sức mạnh để đe dọa láng giềng, không kể gì đến luật pháp quốc tế và tình nghĩa cận thân.



Rõ ràng là ý mạnh hiếp yếu!

3) Khổng Tử dạy: Trong quan hệ bằng hữu, lấy chữ tín làm đầu.

Trên các diễn đàn chính thức, Trung Quốc luôn tuyên bố không cậy mạnh hiếp yếu, muốn giải quyết tranh chấp bằng hoà bình. Thế mà sự thật đã chứng minh, Trung Quốc tỏ ra "tiền hậu bất nhất".

Philippines vừa rồi tố cáo Trung Quốc nhiều lần xâm phạm lãnh hải, trong khi quan chức Trung Quốc đến thăm Philippines để tăng cường tình hữu nghị. Tàu hải giám Trung Quốc vào trong phạm vi đặc quyền kinh tế của Việt Nam để tấn công tàu Việt Nam. Thế mà, người phát ngôn Bộ Ngoại giao của Trung Quốc lại cáo buộc điều ngược lại, trong khi báo đài thế giới đều ghi nhận sự xâm phạm lãnh hải Việt Nam này của phía Trung Quốc.

Rồi tại diễn đàn Shangri-La 2011, trước phản ứng của Philippines, Việt Nam, Malaysia, Bộ trưởng Quốc phòng Trung Quốc Lương Quang Liệt lại tuyên bố mạnh mẽ rằng Trung Quốc không hề dùng sức mạnh đe dọa láng giềng, Trung Quốc theo đuổi giải pháp hoà bình...

Sau cuộc "trấn an", tàu Trung Quốc lại tiếp tục tấn công tàu Việt Nam một lần nữa.

Rõ ràng là không giữ điều tín nghĩa!

Đức Khổng Tử răn dạy hậu thế tu thân để thành người quân tử. Thế nhưng, chỉ xét sơ ba điều cơ bản của Nho giáo nói trên, thì đủ thấy rằng bài học cơ bản của đức Khổng đã không được một số người Trung Quốc học thuộc.

Như vậy, những người đang xâm phạm chủ quyền của Việt Nam tại biển Đông có xứng đáng là con cháu Khổng Tử chăng? Nếu phải, thì nên chăng Bắc Kinh phải học lại Khổng giáo trước khi truyền bá cho người? ★





MÁY BAY
KHÔNG LỖ
MAXIM GORKY

Nguyên thủ & máy bay

MÃ ĐÀ

TẠI SAO V.I. LENIN KHÔNG BAO GIỜ ĐI MÁY BAY?

Tại sao vị lãnh tụ của giai cấp vô sản toàn thế giới V.I. Lenin lại không bao giờ sử dụng máy bay như một phương tiện đi lại? Hãy hình dung xem, tình thế sẽ đổi thay ra sao nếu bất ngờ Lenin xuất hiện tại Xarixun để kịp thời giúp đỡ Stalin phòng thủ thành phố này? Khi chính phủ Xô viết di chuyển từ Saint- Peterburg tới Moskva vào năm 1918, sau 2 lần bị ám sát hụt, những chuyến công cán của Lenin bị hạn chế trong thành phố Moskva hoặc ở vùng ngoại ô. Đó là lý do đầu tiên. Lý do thứ hai, dù cho vào những năm tháng ấy nước Nga Sa hoàng xưa đã có một nền công nghiệp hàng không khá hoàn chỉnh, nhưng sau Cách mạng tháng 10, chính quyền Xô viết chỉ duy trì một số máy bay làm phương tiện vận chuyển. Số máy bay còn lại hoặc hỏng hóc hoặc đã bị phá hủy. Thêm đó, số đồng phi công Nga đã chạy ra nước ngoài.

Và tới năm 1923, một liên hợp hàng không giữa người Nga và người Đức mang tên "Deruliuft" đã được thành lập

làm nhiệm vụ chuyên chở hành khách bằng máy bay. Những chiếc máy bay của hãng (mang tên "Yukers") cũng được sử dụng để đưa các nhà lãnh đạo Đảng và Nhà nước Xô viết đi công vụ. Nhưng lúc này Lenin đã ốm nặng và không thể đi máy bay được.

Năm 1924, Anastas Mikoian, người đứng đầu tổ chức cộng sản vùng Bắc Capca (sau này trở thành một yếu nhân của Đảng và Nhà nước Xô viết), lại rất ưa dùng máy bay đi đây đó trong địa hạt do ông lãnh đạo. Việc chuyển dịch bằng máy bay cuốn hút cả Nikolai Bukharin. Cả hai nhân vật này ước ao cùng nhau đáp máy bay tới thành phố Rostov. Ấy thế nhưng vào tháng 8.1924 đã có quyết định của lãnh đạo trung ương "cấm không cho Bukharin và Mikoian bay tới vùng Rostov trên sông Đông".

Tai nạn máy bay nghiêm trọng đầu tiên làm nhiều nhân vật lãnh đạo cấp cao của Đảng và Nhà nước Xô viết thiệt mạng diễn ra vào tháng 3.1925. Đại hội các Xô viết vùng Abkhazi sẽ diễn ra tại thành phố Sukhumi. Khách cấp cao được mời dự đại hội cùng bay trên chuyến bay định mệnh này có Chủ tịch Ủy ban cách mạng L. Trotsky, Phó chủ tịch Ủy viên nhân

Ngày 11.10.1910 Teodor Ruzovelt, dù lúc đó còn chưa phải là nhân vật đứng đầu của Nhà trắng đã bay tới thành phố Cinloca, bang Mississippi. Đây được xem là lần đầu tiên trên thế giới một nguyên thủ quốc gia dùng máy bay làm phương tiện đi chuyển.



TỔNG BÍ THƯ NIKITA KHRUTSOV-
"CON SÒI TRÊN KHÔNG" (NGƯỜI CẦM NÓN)
ÔM HÓN VÀ CHÚC MỪNG
ANH HÙNG VŨ TRƯ Y. GAGARIN
SAU CHUYẾN BAY ĐẦU TIÊN TRÊN VŨ TRỤ

dân vùng Zakavca đồng thời là Ủy viên Ban chấp hành trung ương Đảng cộng sản Liên Xô Aleksandr Miasnikov, người đứng đầu tổ chức phản gián vùng Zakavka Solomon Moghievski và Phó chủ tịch Ủy viên nhân dân Liên hiệp công- nông vùng Zakavka Georghi Atarbekov.

Giữ thói quen cổ hủ, Trotsky đi dự đại hội bằng xe lửa. Ngày 22.3, vào lúc 11 giờ 50 phút, những yếu nhân còn lại rời Tbilisi trên chiếc "Yukers" loại mới. Cất cánh được 15 phút, máy bay đột nhiên bốc cháy. Một ủy ban đặc biệt được thành lập để truy tìm nguyên nhân, nhưng đã không tìm ra.

CÁI CHẾT CỦA MÁY BAY MANG TÊN VĂN Hào MACXIM GORKY

Stalin không thích và thậm chí sợ đi máy bay. Nhưng như nhiều tài liệu ghi lại, đã hai lần ông dự kiến tham gia chuyến bay thời gian ngắn trên những mẫu hình mới của ngành hàng không Xô viết.

Vào tháng 6.1931, Stalin quyết định tận mắt quan sát những chiếc máy bay loại mới. Tại sân bay Tusino máy bay tiêm kích, máy bay ném bom của Xô viết và nước ngoài sẽ trình diễn. Stalin đặc biệt thích loại máy bay ném bom hạng nặng TB-3. Lãnh tụ tối cao đã nói với người đứng đầu lực lượng không quân Xô viết Piot Baranov: "Tại sao tôi không thể bay trên chiếc máy bay loại này? Tôi sẽ bay cho mà xem!". Nhưng mọi người đã khuyên can ông ta. Một tháng sau, thảm họa xảy ra, nhà lý luận đồng thời là chiến lược gia Hồng quân Phó tổng tham mưu trưởng quân đội Xô viết Vladimir Triandafillov đã tử nạn. Chiếc máy bay ANT-9 chở ông cất cánh trong thời tiết sương mù đã đâm phải một ngọn cây cao và rơi vụn.

Theo sự chỉ đạo của Stalin, Bộ Chính trị Đảng cộng sản Liên Xô đã hai lần xem xét vụ tai nạn máy bay này. Và kết quả là một lệnh cấm bay trên tất cả các loại máy bay đối với các ủy viên Bộ Chính trị và các yếu nhân khác. Riêng Anastas Mikoian vẫn tiếp tục công cán bằng máy bay. Chuyện này đến tai Stalin vào tháng 6.1933, nhân vật "cứng đầu" bị chịu kỷ luật khá nặng.

Sau đó, đúng hai tháng 15 ngày, một tai nạn máy bay khác đã xảy ra trên bầu trời Moskva làm thiệt mạng nhiều yếu nhân của ngành hàng không Nga Xô viết trong số đó có Tư lệnh Không quân Nga Piot Baranov, người đã từng can gián không để Stalin bay trên chiếc máy bay ném bom TB-3.

Vào năm 1932, nước Nga Xô viết bắt tay lắp ráp chiếc máy bay "khổng lồ" vào thời kỳ đó với 8 động cơ, có thể chở tới 72 hành khách, có phòng rửa ảnh, phòng ấn loát, phòng chiếu

phim, phòng ăn, thậm chí có cả trạm phát thanh để phát đi chương trình *Tiếng nói từ bầu trời*. Độ dài hai sải cánh là 63m, thân máy bay là 32m. Máy bay mang tên văn hào Nga Macxim Gorky. Từ năm 1934, mỗi khi chiếc máy bay này xuất hiện trên bầu trời Moskva đều làm người Xô viết đầy ngạc nhiên và tự hào.

Ngày 15.5.1935 có tin đồn sau ba ngày nữa Stalin, Molotov, Vorosilov và Caganovist sẽ cùng bay trên chiếc máy bay Macxim Gorky. Điều này trong nhiều cuốn hồi ký của những người thời ấy vẫn nhắc tới. "Không có lửa sao có khói!". Quả là dự định như thế đã được vạch ra-như nhiều chứng nhân đã xác định- nhưng với một thành phần bay không giống như tin đồn. Ngày 18.5, Macxim Gorky đã cất cánh nhưng không chở Stalin, Vorosilov, Molotov mà là 36 con người đã góp công xuất sắc trong việc chế tạo ra chiếc máy bay

NIKITA KHRUTSOV: CON SÓI TRÊN KHÔNG

Khác hẳn Stalin, người kế nhiệm ông ta- Nikita Khrutsov rất thích đi công cán bằng máy bay. Trong các tập hồi ký của mình, N.Khrutsov ghi: "Tôi rất thích máy bay, thường xuyên bay và rất ưa những tình huống run rủi mà ngài Stalin sợ hãi. Tôi bay ngay khi còn làm việc tại Kiev vào những năm 1928-1929. Có một phi công tên là Deist đã "khoản đãi" tôi một chuyến bay và đây là lần đầu tiên tôi bước lên máy bay. Chuyến bay này đã để lại ấn tượng mạnh trong tôi. Sau đó tôi thường xuyên bay trên máy bay Yukers. Dần dà tôi trở thành "một con sói trên không". Sau khi nhận chức bí thư Thành ủy Moskva, thậm chí tôi đã bay trên chiếc máy bay thực nghiệm Thép-2. Bay cả trên kinh khi cầu..."

Khi trở thành nhân vật đứng đầu nước Nga Xô viết, N.Khrutsov càng bay



MÁY BAY IL-18 Ở SÂN BAY TÂN SƠN NHẤT

"khổng lồ" này cùng vợ con họ và một phi hành đoàn gồm 11 thành viên. Có tới 5 chiếc máy bay trinh sát và tiêm kích đi hộ tống Macxim Gorky.

Đột nhiên phi công Nikolai Blaghin lái chiếc tiêm kích quyết định làm một vòng lượn chết người từ cánh bên này qua cánh bên kia của Macxim Gorky. Điều này diễn ra ngay trước mắt hàng ngàn người dân Moskva. Trên độ cao 700m, cuối cùng chiếc tiêm kích xé rách bên cánh phải của Macxim Gorky.

Những mảnh vỡ của chiếc máy bay khổng lồ cắm sâu xuống vùng ven đô Sokol. Hai ngày sau đám tang những người tử nạn diễn ra tại nghĩa trang Novodevichie. Trong số người chết có cả viên phi công gây ra thảm kịch.

Và tấm thảm kịch ấy càng khiến Stalin từ bỏ ý định đi đầu đó bằng máy bay.

nhiều hơn. Vào năm 1959, chuẩn bị cho chuyến viếng thăm nước Mỹ, N.Khrutsov có thể xem là đã "rất mạo hiểm" khi quyết định bay chuyến bay vượt biển, nối hai châu lục trên máy bay TU-114. Đó là chiếc máy bay duy nhất không cần hạ cánh nghỉ giữa chừng, bay liên một hơi giữa Moskva và Washington. Nhưng TU-114 không tránh khỏi trục trặc.

Nikolai Vasiliev- viên phó cơ quan bảo vệ của N.Khrutsov nhớ lại: "Chuyến công vụ ấy có hai chiếc máy bay. Chiếc chủ yếu và chiếc hộ tống. Người Mỹ thông báo cho chúng tôi biết, có bom đặt trong chiếc máy bay chủ yếu. Và thế là chúng tôi đổ công sức tìm kiếm trái bom này. Mọi người đều gắng hết sức nhưng không tìm ra. Mãi sau mới biết, vào những phút cuối cùng, viên phi công mang lên máy bay một hộp

sơn. Và người Mỹ đã cảnh báo nhầm".

Tiền đây kể thêm, trước chuyến N.Khrutsov viếng thăm nước Mỹ, Anastas Mikoian đã rơi vào một tình huống hiểm nghèo. Ông ta bay từ New York tới Copenhagen trên chiếc máy bay Boeing của hãng hàng không Xcangdinavo. Trên đường bay, thoát tiên một động cơ phát lửa, sau tiếp động cơ thứ 2. Các phi công chuẩn bị cho tình huống hạ cánh bắt buộc. Những người đi trên chuyến bay ấy kể lại, trước tình huống ấy, Anastas Mikoian tỏ ra rất bình tĩnh và dũng cảm, thậm chí còn củng cố tinh thần cho hành khách. Sau rồi, do tài nghệ và sự khéo léo của các phi công, chiếc Boeing cũng đã hạ cánh an toàn.

MÁY BAY CHỖ L.BREGIENEV ĐÃ BỊ BẮN LÊN NHƯ THẾ NÀO?

Tháng 2.1961, máy bay IL-18 chở L.Bregienv- vị tổng bí thư Đảng cộng sản Liên xô trong tương lai đã bị máy bay tiêm kích của Pháp bắn lên.

Nguyên soái Liên Xô Gulikov đã thuật lại câu chuyện đó như sau: "Chúng tôi bay tới Angieria trên chiếc IL-18. Đột nhiên quanh máy bay xuất hiện những chiếc chiến đấu cơ. Tôi nghĩ, chắc máy bay thấp tủng chúng tôi tới thăm châu Phi. Và trong lòng lập tức bình tĩnh trở lại. Nhưng đột nhiên viên chỉ huy máy bay chở chúng tôi hét lên: "Không phải máy bay thấp tủng đâu! Chúng vừa nã đạn vào chúng ta đấy! Thưa đồng chí Bregienv, làm gì bây giờ?". Tôi nói với viên phi công: "Tôi chớp mắt ngủ đây! Anh sẽ làm điều anh thấy cần!".

Chính phủ Pháp tuyên bố máy bay IL-18 đã vi phạm vùng bay và không giải thích vì sao máy bay tiêm kích Pháp đã nã đạn về phía máy bay chúng tôi. Vì hành động ấy, chính phủ Pháp "tỏ ý lấy làm tiếc". Báo *Sự thật* số ra ngày 12.2 sau đó xem loạt đạn kia "là hành động của những tên cướp quốc tế".

MỘT CHIẾC TRỤC THĂNG BỊ RỚT

Sau thời kỳ Bregienv, nhiều quan chức cao cấp của Đảng và Nhà nước Liên Xô cũng đã gặp tai nạn máy bay hiểm nghèo. Cho tới nay còn ít người biết vụ rớt chiếc trực thăng chở người đứng đầu chính phủ Cộng hoà Liên bang Nga, Ủy viên Bộ Chính trị Đảng cộng sản Liên Xô Vitali Vorotnikov khi ông này bay tới Batkiriá. Người phụ trách đội bảo vệ Victor Cuzovlev đã kể lại, hôm đó sương mù dày đặc, nhưng không hiểu sao Bí thư thứ nhất Đảng bộ khu vực Batkiriá là Zakirov lại đã ra lệnh chiếc trực thăng hạ cánh khẩn cấp. Buộc phải thực hiện lệnh đó, kết quả từ độ cao 400m chiếc trực thăng từ từ rơi xuống đất. Khi máy bay tiếp

STALIN

đất, cánh quạt vẫn còn quay tít, may sao động cơ không cháy. Viên phi công đã nhanh chóng dập tắt lửa của máy bay kéo mọi người ra. V.Cuzovlev hét to: "Kéo đồng chí V. Vorotnikov ra trước, ai có thể thoát ra được thì chạy xa máy bay". Người V.Vorotnikov bết bết máu. Mọi người chạy xa khoảng 200m thì chiếc máy bay bốc cháy.

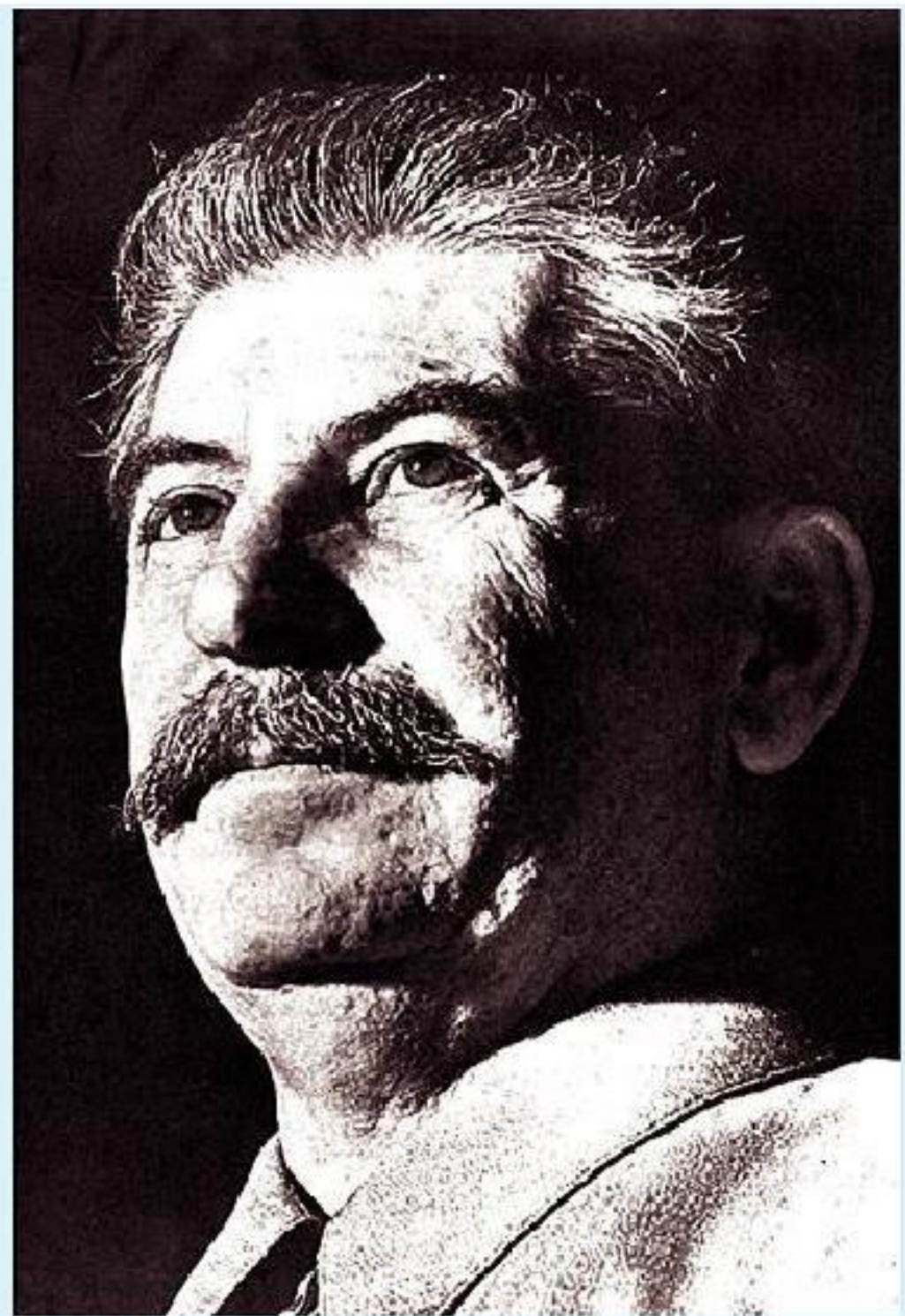
Những ngày sau, báo chí tuyệt nhiên không đề cập gì tới vụ tai nạn này.

CÓ PHẢI NGUYÊN SOÁI STALIN ĐÃ ĐÁP MÁY BAY TỚI BERLIN?

Trong phim *Công phá Berlin* của đạo diễn Mikhail Tsiaureli có một cảnh rất hoành tráng: Iosip Stalin đứng trên thang máy bay giơ tay chào mọi người ra đón khi ông tới Berlin sau ngày chiến thắng phát xít Đức. Hình ảnh này tựa như muốn thuyết phục toàn thế giới rằng, vị thống soái tối cao Xô viết không hề sợ máy bay và đã bay từ Moskva tới thẳng thủ đô Đức Quốc xã!

Trên thực tế, mọi điều hoàn toàn không phải thế. Tất nhiên câu hỏi Stalin có nên bay trên máy bay tới dự Hội nghị Posdam hay không đã được đặt ra. Thêm vào đó, trong suốt mấy năm chiến tranh Vệ quốc việc chuyển chở các yếu lĩnh đến nơi này nơi khác đã tích tụ được khá nhiều kinh nghiệm. Có thể nêu ra đây làm ví dụ như chuyến bay chở Molotov qua cả vùng đất châu Âu đang bị Đức chiếm đóng để sang Anh hay sang Mỹ vào năm 1942 chẳng hạn. Nhưng người ta vẫn quyết định dùng tàu hoả để đưa Stalin sang Đức dự Hội nghị Posdam. Kích cỡ đường tàu từ biên giới Liên xô tới Berlin theo chuẩn chung của châu Âu là 1,435m; còn kích cỡ đường tàu ở Liên xô là 1,524m. Đoạn đường con tàu sẽ chở Stalin dài 828km. Vì vậy, trong thời hạn nhanh nhất cần phải "hiệu chỉnh lại" theo một quy chuẩn phù hợp.

Để bảo đảm tuyệt đối an toàn cho



"vị thần chiến thắng", ở Ba Lan và Đức- nơi con tàu đi qua, phải đi dân cách đường sắt từ 20km- 40km. 17.000 chiến sĩ Hồng quân và khoảng trên 1.500 nhân viên mật vụ được huy động để phục vụ chuyến đi này. Tính ra mỗi cây số có từ 5- 15 người lính canh gác. Đi thẳng tủng đoàn tàu còn có 8 chiếc xe bọc thép.

Dẫu sao, Stalin cũng vẫn được nể trọng một lần cái gọi là "cảm xúc bay". Đó là sự kiện khá tốn giấy mực diễn ra vào năm 1943 khi Stalin tới Hội nghị Teheran để gặp hai nhân vật đứng đầu trong khối liên minh chống phát xít Đức- Churchill và Ruzvelt. Con trai của Lavrenchi Beria- một yếu nhân của Đảng cộng sản Liên Xô đã ghi lại trong cuốn sách *Cha tôi- L.Beria* của ông ta như sau: "Vào sáng mùa hè năm ấy, trên cánh đồng đã có một số máy bay. Vào khoảng 8 giờ Stalin tới. Novikov (tướng chỉ huy không quân Xô viết) báo cáo với Stalin đã có hai chiếc máy bay sẵn sàng cất cánh. Lái chiếc máy bay đầu là trung tướng Golovanov, chiếc thứ hai là đại tá Gratsev. Novikov đề nghị Stalin bay chiếc máy bay đầu. Stalin cười, nói vui: "Thật hiếm khi một ông trung tướng đi lái máy bay! Thôi, chúng ta bay chiếc do ông Đại tá lái!". Thế là với chiếc máy bay ấy, Stalin, Molotov, Vorosilov và cha tôi cùng bay tới Teheran". Đã có tới 27 chiếc tiêm kích Xô viết đi hộ tống chiếc máy bay chở Stalin tới Teheran vào năm 1943 ấy! ★

Jimena Navarrete Rosete sinh ngày 22.2.1988 tại Guadalajara thuộc bang Jalisco của Mexico. Vào nghề người mẫu từ năm mới 16 tuổi, nhờ có vóc dáng rất hoàn hảo và gương mặt đầy biểu cảm, nụ cười thân thiện quyến rũ, Jimena Navarrete nhanh chóng chinh phục các sàn catwalk lớn của đất nước Bắc Mỹ này.

Sau khi đoạt ngôi Hoa hậu Hoàn vũ Mexico 2009, Jimena Navarrete đại diện cho phái đẹp

Hoa hậu Hoàn vũ 2010
Jimena Navarrete
đã bị "gièm pha" như thế nào sau
khi đăng quang?
Liệu cô có vượt qua
lời nguyền "mất người yêu"
lâu nay đối với người
đoạt vương miện
nhan sắc danh giá này?

Phía sau
vương miện
của

Jimena

Navarrete

BẠN TRAI PABLO NIETO
CÙNG BỐ, ME VÀ CHI
EM GÁI CỦA JIMENA
CHÚC MỪNG CHIẾN
THẮNG CỦA CÔ

QUỲNH ANH



nước mình tham dự cuộc thi Hoa hậu Hoàn vũ 2010 tổ chức tại Trung tâm Hội nghị Mandalay Bay thuộc thành phố Las Vegas, bang Nevada, Mỹ vào tháng 8.2010. Và cô đã giành vinh quang về cho tổ quốc sau những chiến thắng ngoạn mục đầy sức thuyết phục trước 82 người đẹp khác đến từ các quốc gia và châu lục trên khắp hành tinh.

Báo chí Mỹ khi đó nhận định, đây là chiến thắng rất xứng đáng, bởi Jimena không chỉ xinh đẹp mà còn rất thông minh. Sau khi hoàn thành xuất sắc phần ứng xử của mình trong đêm chung kết, người đẹp tiếp tục đối diện với nhiều câu hỏi khó của báo chí sau khi đăng quang. Tại một cuộc họp báo, cô nhận được câu hỏi về luật di trú mới của bang Arizona-Mỹ, trong đó có quy định siết chặt kiểm tra an ninh với người nước ngoài nhập cư bất hợp pháp vào Mỹ. Mexico có biên giới với bang Arizona và đây cũng là quốc gia có số lượng lớn người nhập cư bất hợp pháp vào Mỹ. Jimena Navarrete bày tỏ: "Mỗi quốc gia đều có quyền soạn thảo và ban hành luật pháp của họ. Nhưng tôi muốn chia sẻ với các bạn rằng, tất cả người Mexico và người Mỹ La Tinh sống trên nước Mỹ đều là những con người chăm chỉ, yêu lao động và muốn nâng cao chất lượng cuộc sống của chính mình".

Kể từ lúc Hoa hậu Lupita Jones đăng quang năm 1991, Jimena Navarrete là người đẹp Mexico thứ 2 giành được ngôi vị cao quý này. "Ở đây có yếu tố của sự may mắn, ban giám khảo có thích bạn hay không. Tôi đã nỗ lực hết khả năng khi dự thi, luôn tỏ ra bình tĩnh và chứng tỏ được nội lực, đó là lý do tôi chiến thắng" Jimena Navarrete vui mừng nói.

Tổng thống Mexico Felipe Calderon lúc đó cũng đã gửi lời chúc tụng đến Jimena Navarrete: "Xin chúc mừng tân Hoa hậu Hoàn vũ, người Mexico tự hào về cô."

Cái tên Jimena Navarrete vốn rất "hot" ở Mexico lại càng "nóng" hơn khi cô trở thành Hoa hậu Hoàn vũ 2010. Blog cá nhân của Jimena Navarrete cũng trở thành địa chỉ thu hút hàng triệu lượt người truy cập trong một thời gian ngắn. Những hình ảnh đẹp của cô cũng lan truyền với tốc độ chóng mặt trong cộng đồng cư dân mạng.

Theo thói lệ của Hoa hậu Jimena Navarrete, các thí sinh tới từ châu Mỹ luôn là đối thủ nặng ký trong các kỳ thi sắc đẹp quốc tế "bởi họ mạnh mẽ, hấp dẫn, vui tươi".

Jimena Navarrete cũng khiêm tốn cho rằng trong suốt thời gian dự thi cô không thấy

JIMENA VÀ BÀ NGOẠI



mình có gì khác biệt so với các bạn thí sinh khác. Tuy vậy, cô cũng bị những lời "gièm pha". Trở về sau cuộc thi này, Hoa hậu Hoàn vũ Rumania là Oana Paveluc đã có những nhận xét khá "cực đoan" về người đẹp Mexico, khi cho rằng: "Jimena là người nhút nhát, đề dặt và suốt ngày nghĩ về bạn trai của mình. Suốt thời gian ở Las Vegas, Jimena luôn tỏ ra khó gần, không thích giao du. Suốt bữa ăn, cô ấy thường ngồi một mình và mỗi khi tôi cố gắng bắt chuyện với Jimena thì cô ấy đều nói là cô ấy đang buồn và nhớ bạn trai ở Mexico". Cũng theo lời Oana Paveluc: "Jimena kể là cô ấy và bạn trai đã yêu nhau hai năm và vì thế giờ đây khi xa nhau, cô ấy rất buồn và khóc suốt. Tôi cũng rất khó nói chuyện với Jimena vì vốn ngoại ngữ của cô ấy quá ít ỏi. Một phiên dịch viên hoặc thí sinh châu Mỹ nào đó thường ở bên trợ giúp cô ấy trong việc giao tiếp với người khác. Jimena chỉ tự tin hơn khi bạn trai tới thăm cô ấy trong tuần cuối cùng trước đêm chung kết. Cô ấy phàn nàn rằng sự bận bịu của cuộc thi khiến cô ấy quá bối rối và may mà cô ấy được gặp bạn trai mình."

Nhiều fan của Hoa hậu Hoàn vũ Jimena Navarrete đã chỉ trích kịch liệt Oana Paveluc và gọi cô là kẻ "đạo đức giả", vì thái độ thân thiện của Oana Paveluc với Jimena Navarrete trong đêm chung kết khác hẳn với những gì cô trả lời phỏng vấn báo chí ở Rumania.

Ngôi vị Hoa hậu Hoàn vũ 2010 đã mang lại cho Jimena Navarrete phần thưởng là 1 năm lương cao,

sống trong căn hộ sang trọng tại New York, được chăm sóc sắc đẹp, trang phục trong suốt cả năm và nhận học bổng tại Học viện Điện ảnh New York.

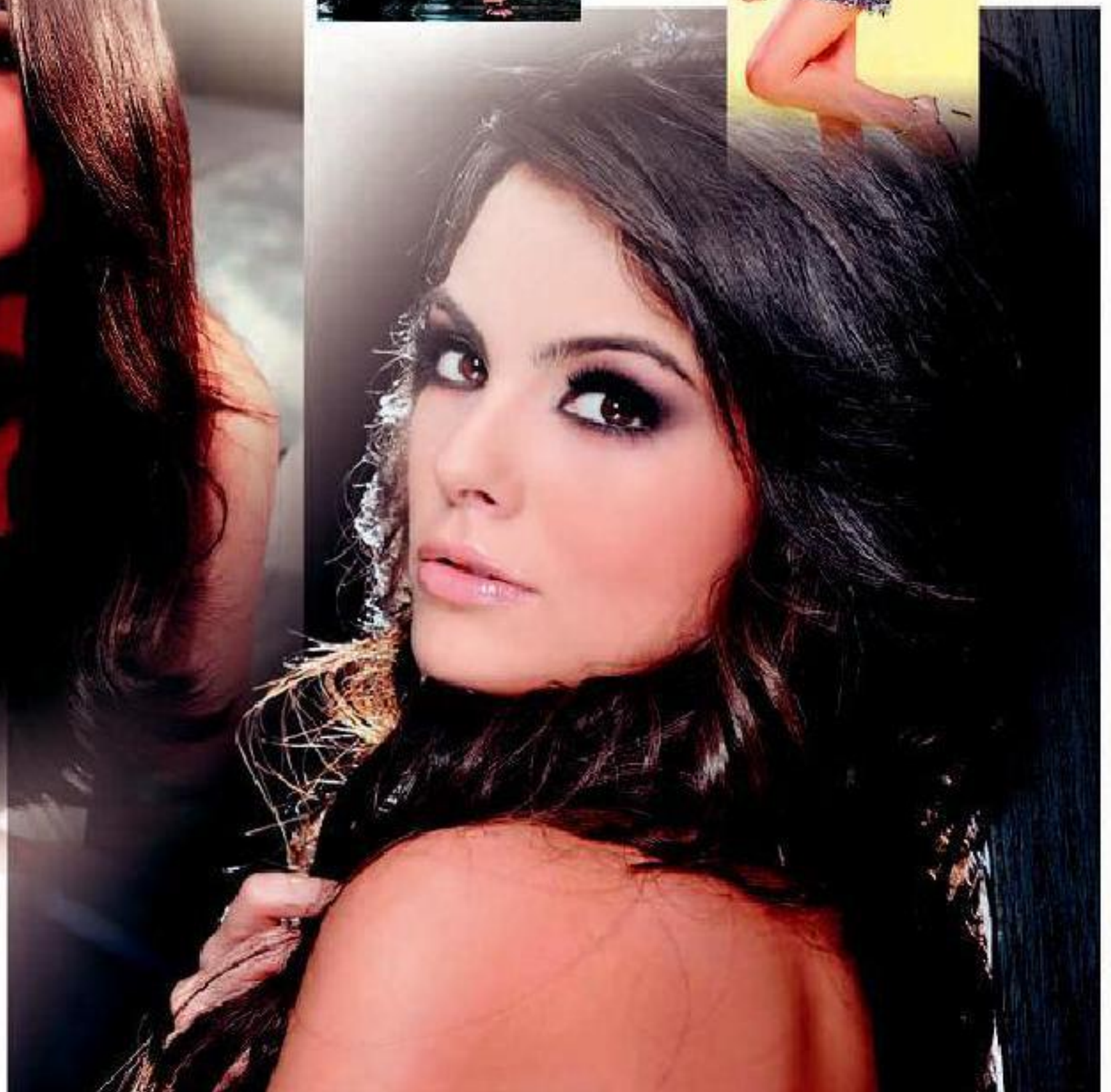
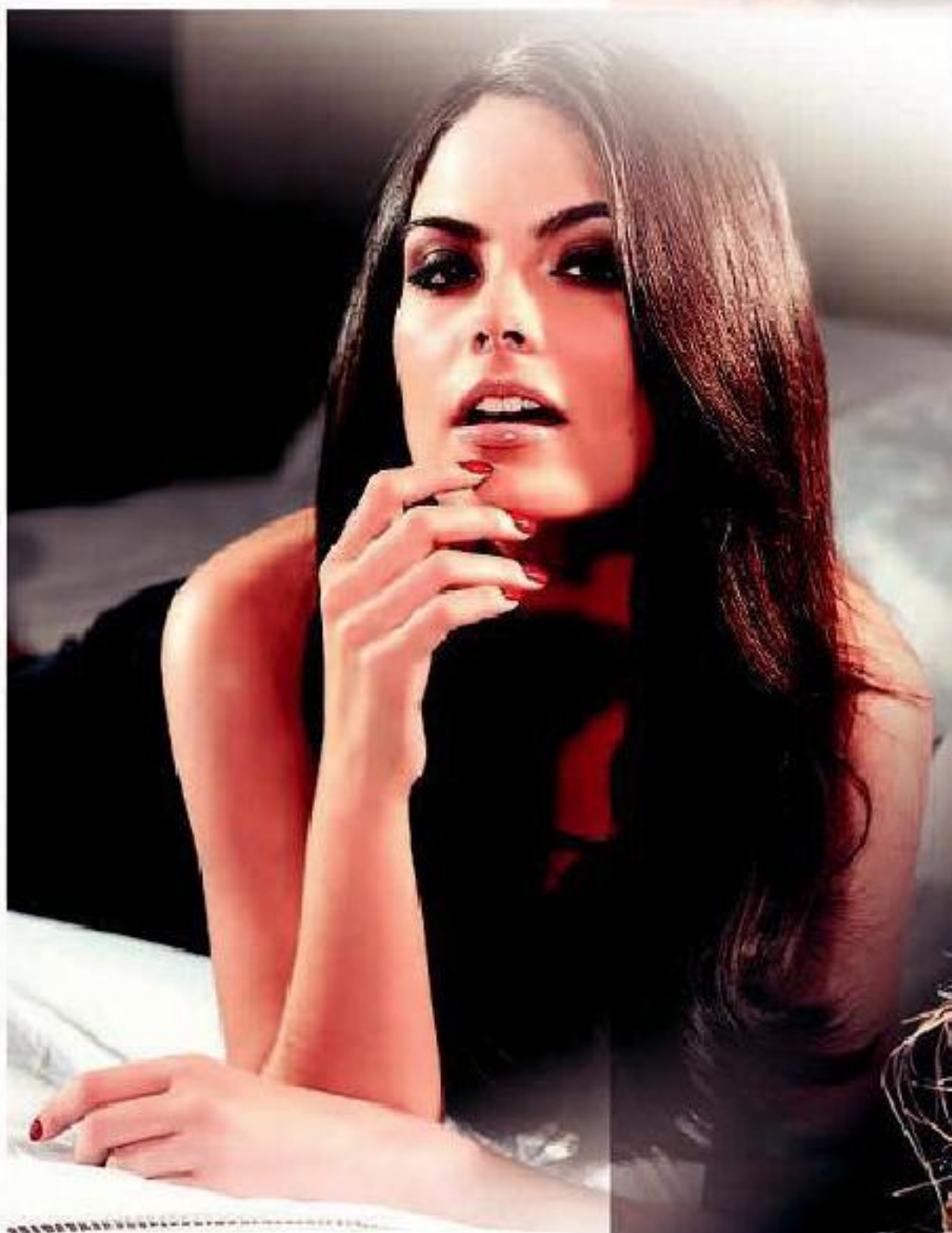
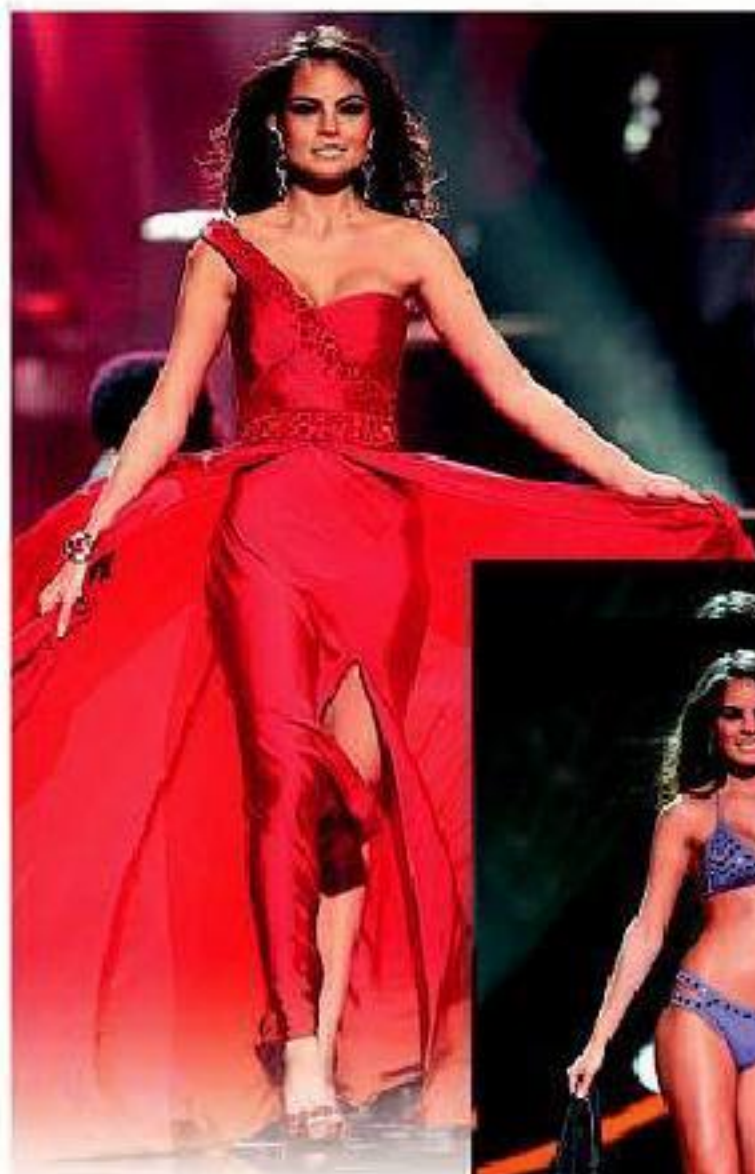
Trong thời gian qua, Hoa hậu Hoàn vũ Jimena Navarrete đã đi nhiều nơi trên thế giới để quảng bá hình ảnh đất nước và nền văn hoá Mexico của mình. Đó là một trong những sứ mệnh quan trọng của cô bên cạnh những hoạt động xã hội, từ thiện.

Tuy nhiên, theo nhận định của tờ báo Mexico Qué, phần lớn các Hoa hậu Hoàn vũ sau khi đăng quang thường vấp phải lời nguyền "mất người yêu". Hiện tượng này được lý giải bằng nhiều nguyên nhân, hoặc họ quá bận rộn với sứ mệnh của mình nên để mất tình yêu; hoặc họ chủ động



"hồ biến" người bạn trai thuở hàn vi để tự do tìm kiếm những mối quan hệ nhiều hứa hẹn hơn. Chính Hoa hậu Hoàn vũ 2010 Jimena Navarrete cũng thừa nhận đó là tình trạng có thật và cô ý thức được điều đó. Tuy nhiên, Jimena khẳng định tình yêu của cô lớn hơn tất cả và cô sẽ không để bất cứ điều gì cản trở mối tình này: "Tôi sẽ là người đầu tiên vẫn chung thủy với bạn trai sau khi đã lên ngôi Hoa hậu Hoàn vũ".

Jimena Navarrete và Pablo Nieto đã bên nhau đến nay gần 5 năm. Pablo, 26 tuổi, là kỹ sư công nghiệp. Ngay sau khi đăng quang, Jimena đã không ngần ngại tiết lộ tình yêu của mình, khi chia sẻ: "Chiến thắng này tôi dành tặng gia đình tôi, bạn trai tôi và Mexico". Bức ảnh đầu tiên được tung lên Twitter của Pablo là một hình ảnh thân mật, hạnh phúc của đôi uyên ương. Pablo Nieto cũng luôn quan tâm chăm sóc cho Jimena trong suốt cuộc thi và xuất hiện cùng người thân gia đình cô trong lễ ăn mừng chiến thắng sau đêm chung kết. Hy vọng mối tình của đôi uyên ương này sẽ phá tan lời nguyền về vương miện Hoa hậu Hoàn vũ ★



NATALIA VODIANOVA LÚC MỚI BƯỚC VÀO NGHỀ NGƯỜI MẪU



Chàng không phải hoàng tử nhưng là một trong những tỉ phú hào hoa bậc nhất. Nàng đúng là cô bé Lọ Lem sinh ra trong một gia đình bản hàn, may mắn trở thành siêu mẫu được trả cat-sê cao ngất ngưởng. Trái tim họ đã thuộc về nhau làm nên cuộc tình đẹp như cổ tích thời hiện đại. Vậy mà mối tình lãng mạn ấy đang đến hồi kết thúc...



NATALIA VODIANOVA VÀ CHỒNG CHIA TAY SAU 9 NĂM CHUNG SỐNG

LỌ LEM VÀ TỈ PHÚ

Natalia Vodianova là một trong những siêu mẫu được đánh giá may mắn và thành công nhất thế giới, khi sớm tìm được hạnh phúc và điểm tựa bên một người đàn ông tài năng, giàu có.

Thuở bé, Natalia Vodianova phải giúp mẹ bán trái cây trên đường phố. Khi mới 15 tuổi, cô đã đi làm người mẫu để kiếm tiền hỗ trợ gia đình. Cuộc đời cô bé Lọ Lem nước Nga rẽ sang một hướng khác sau khi thi tuyển vào học viện đào tạo người mẫu và ký hợp đồng với công ty quản lý người mẫu Viva Models ở Paris của Pháp. Năm ấy cô 17 tuổi.

Tên tuổi Natalia Vodianova ngày càng nổi bật trong thế giới người mẫu với vẻ đẹp quyến rũ và khả năng chinh phục người hâm mộ thời trang. Natalia càng được chú ý khi cô sớm tìm được người đàn ông lý tưởng của mình, tỉ phú Justin Portman, hơn cô 12 tuổi. Justin Portman là một trong những người đàn ông giàu có nhất xứ sở sương mù, với số tài sản hiện ước tính khoảng 1,2 tỉ bảng Anh.

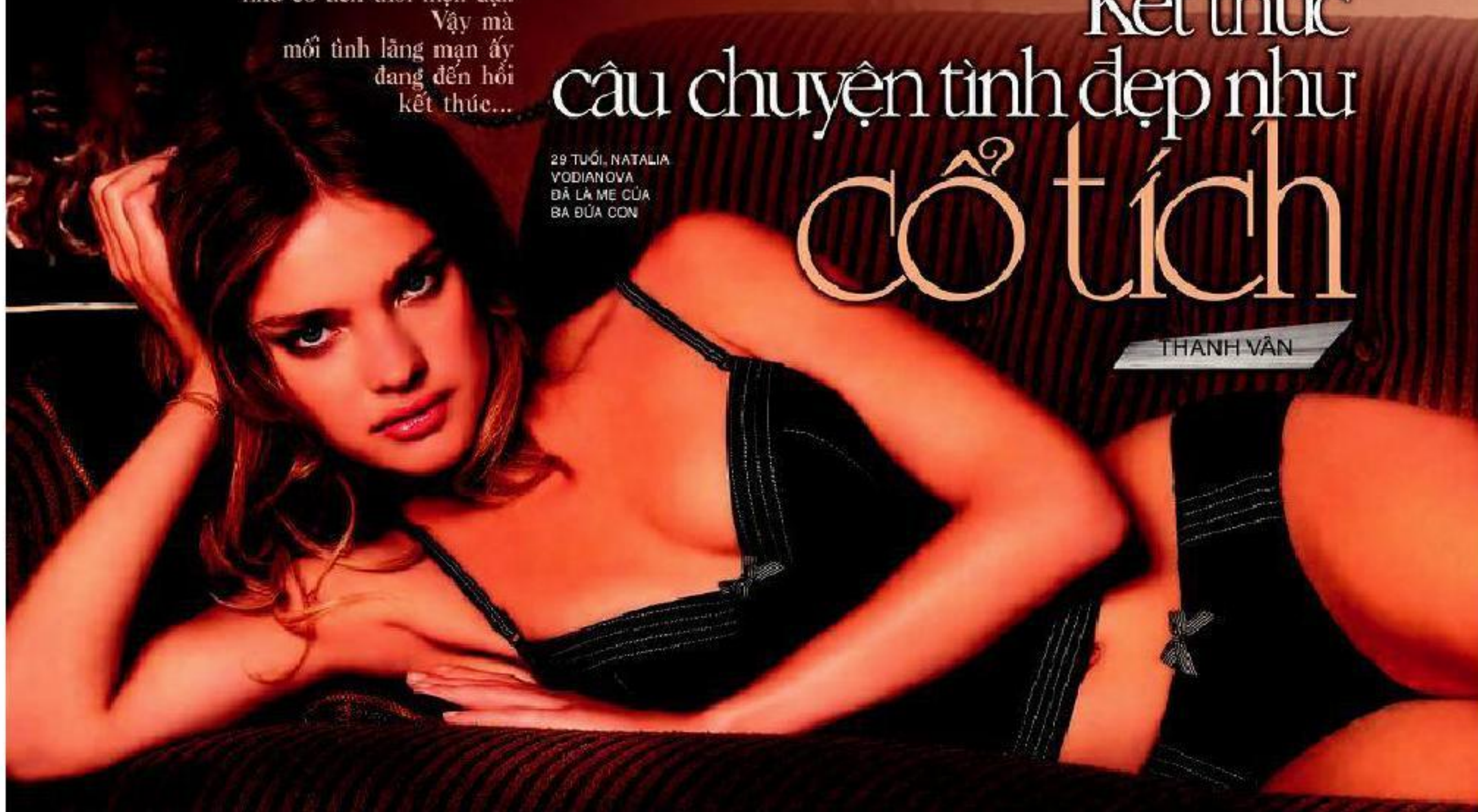
Người mẫu Nga với chàng tỉ phú Anh tổ chức đám cưới vào tháng 11.2001 tại London. Đến tháng 9.2002, họ lại làm tiệc cưới linh đình suốt 3 ngày liên tiếp tại cố đô St Petersburg của nước Nga. Cô bé Lọ Lem ngày xưa xuất hiện giữa đông đảo quan khách "máu mặt" với bộ váy cưới sang trọng và tuyệt đẹp của nhà thiết kế Tom Ford.

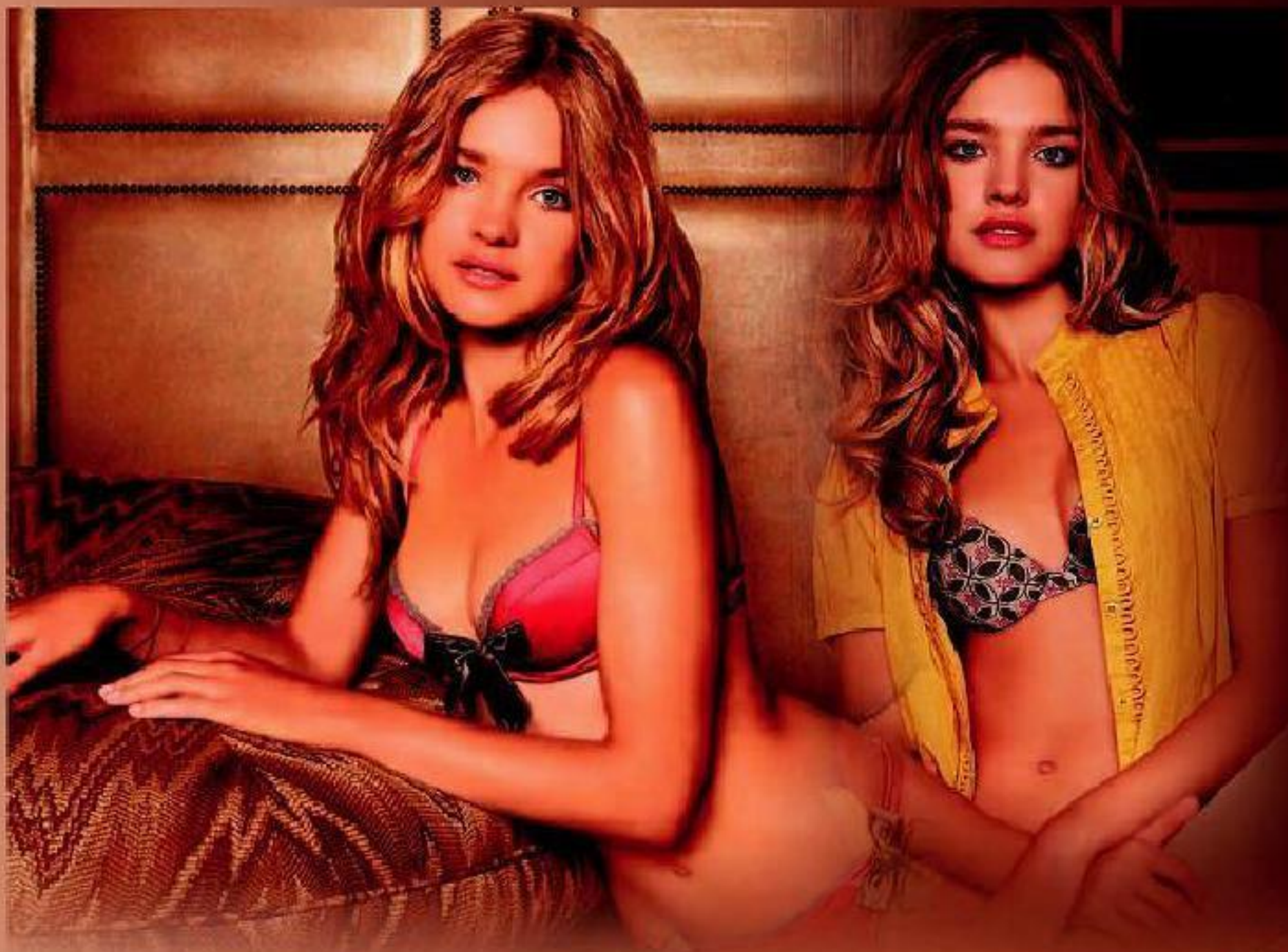
Câu chuyện tình lãng mạn đẹp như cổ tích giữa người mẫu Natalia

Kết thúc câu chuyện tình đẹp như cổ tích

29 TUỔI, NATALIA
VODIANOVA
ĐÃ LÀ ME CỦA
BA ĐỨA CON

THANH VÂN





tỉ phú 41 tuổi của mình sau 9 năm chung sống và có 3 mặt con. Đồng thời, cô cũng thừa nhận mối quan hệ với một người đàn ông bí mật khác.

Theo tâm sự của siêu mẫu Natalia trên tờ *ES* thì họ đang sống ly thân: "Điều này thật đáng buồn. Vợ chồng tôi không muốn nhắc tới nó. Chúng tôi vẫn chưa muốn nói về việc chia tay. Các con chúng tôi giờ đã hiểu mọi chuyện. Thế là ổn. Chúng tôi vẫn đang ở trong một tình thế rất nhạy cảm, cố gắng làm mọi việc êm ả nhất có thể..."

Siêu mẫu ba con Natalia cũng thẳng thắn thừa nhận hiện cô đang hò hẹn với một người đàn ông khác, nhưng từ chối tiết lộ danh tính của anh ta. Tuy vậy, thời gian gần đây báo giới thường xuyên đề cập tới mối quan hệ giữa Natalia Vodianova với ngôi sao điện ảnh chuyên gây rối Jonathan Rhys-Meyers, bạn diễn của cô

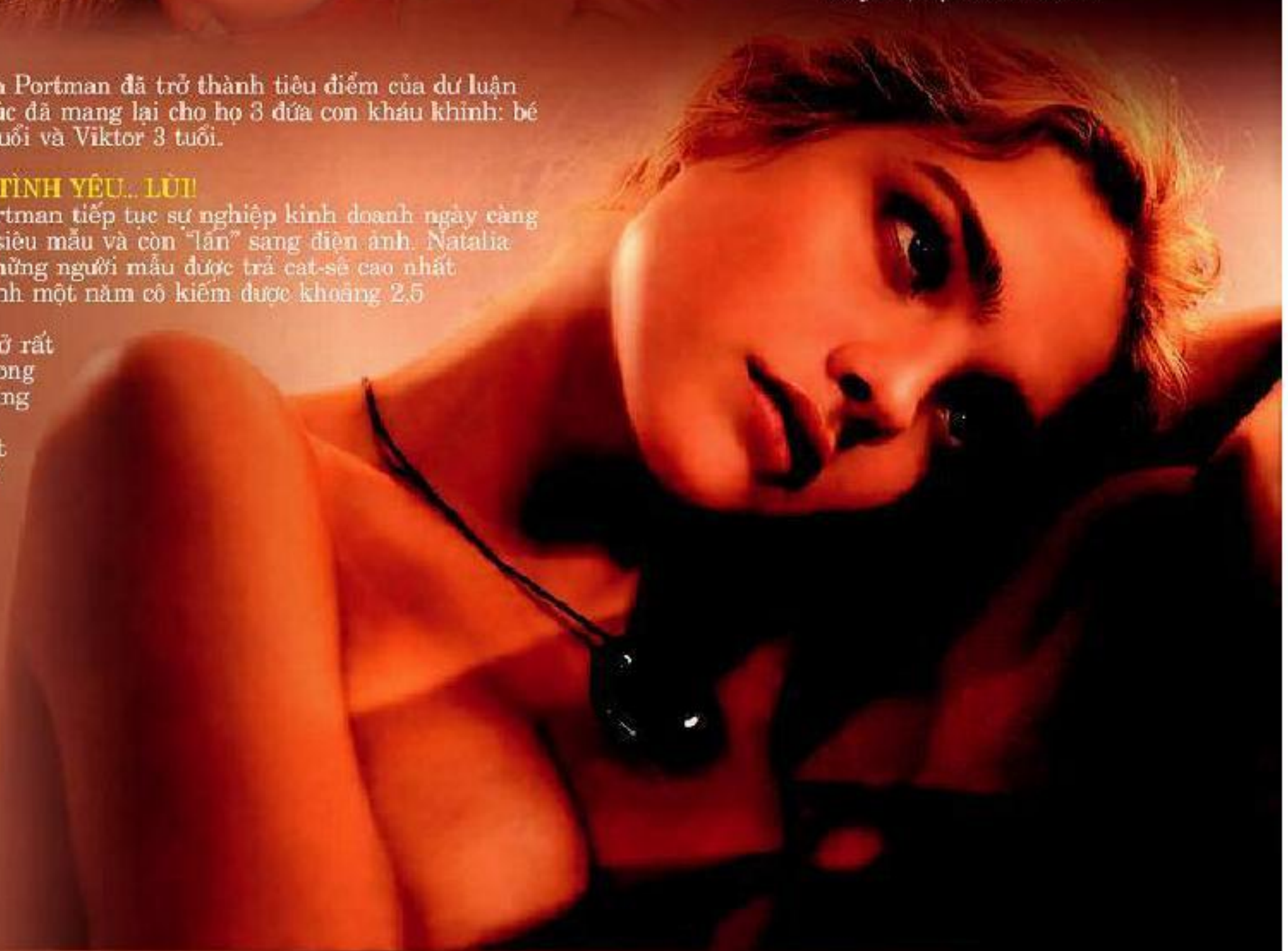
Vodianova và tỉ phú Justin Portman đã trở thành tiêu điểm của dư luận báo chí thế giới. Hạnh phúc đã mang lại cho họ 3 đứa con kha khá: bé Lucas nay 9 tuổi, Neva 5 tuổi và Viktor 3 tuổi.

DANH VONG... TIỀN, TÌNH YÊU... LÙI!

Người chồng Justin Portman tiếp tục sự nghiệp kinh doanh ngày càng thăng tiến. Vợ trở thành siêu mẫu và còn "lấn" sang điện ảnh. Natalia Vodianova là một trong những người mẫu được trả cat-sê cao nhất thế giới, ước tính trung bình một năm cô kiếm được khoảng 2.5 triệu bảng Anh.

Vợ chồng họ mua nhà ở rất nhiều nơi trên thế giới, trong đó phải kể tới ngôi nhà sang trọng tại London rộng khoảng 3 nghìn hecta, một nhà kho được xây dựng từ thế kỷ thứ 14 tại West Sussex, một ngôi nhà tuyệt đẹp tại New York và cả một biệt thự tại Uruguay.

Thế nhưng mới đây dùng một cái người đẹp Nga 29 tuổi tuyên bố chia tay với ông chồng

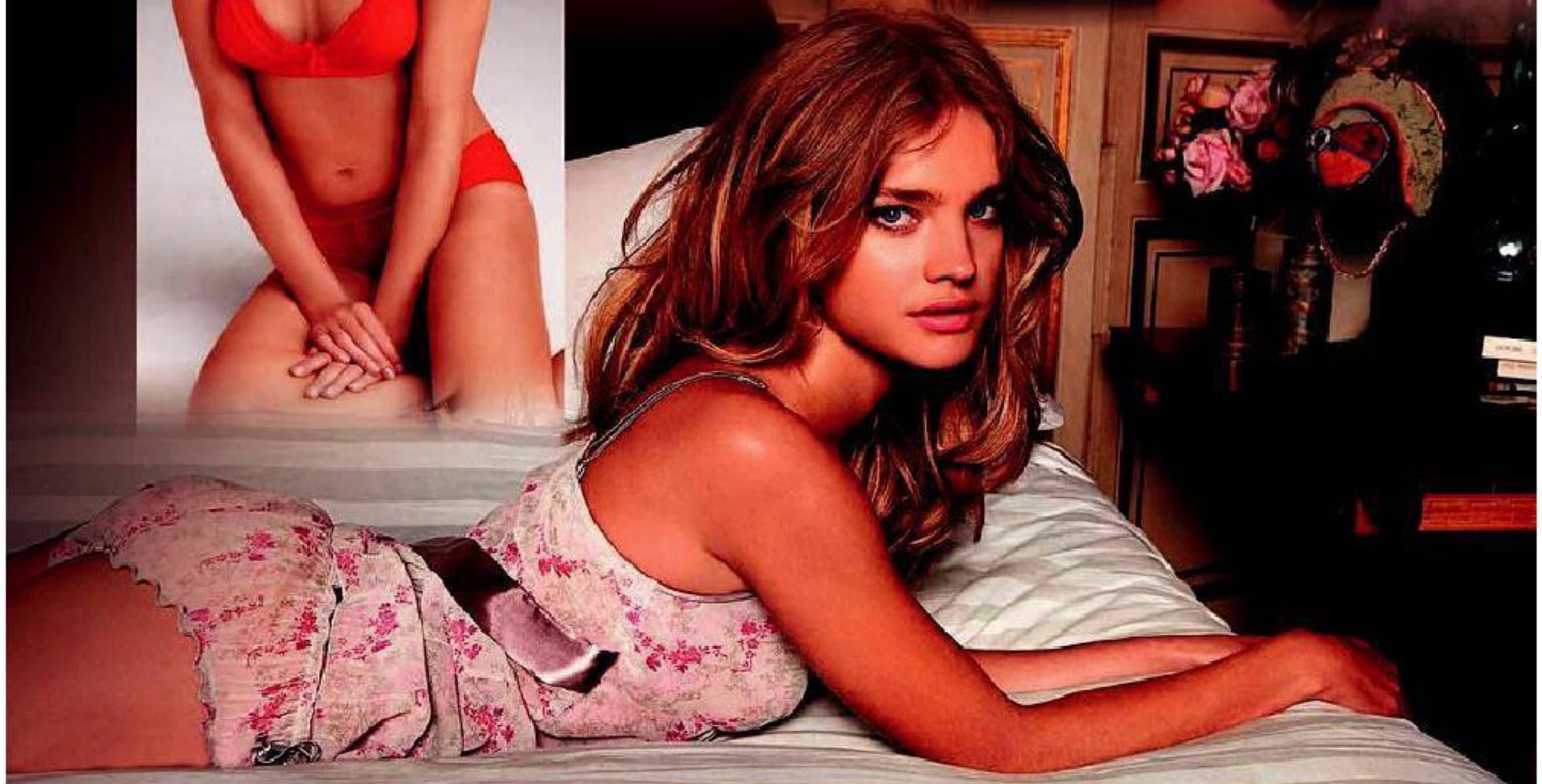


NHỮNG HÌNH ẢNH KHÁC NHAU VỀ SIÊU MẪU NATALIA VODIANOVA

trong bộ phim mới *Belle du Seigneur*. Bên cạnh đó cũng có tin siêu mẫu Nga hò hẹn với cựu nhiếp ảnh gia chiến trường Scott Douglas, người đã chia tay với bạn gái hồi mùa thu năm ngoái sau 7 năm gắn bó. Đó là chưa tính tới tin Natalia còn bị gán ghép với doanh nhân Alexander Peshko.

Trong lúc ấy, giữa bộn bề của công việc làm ăn, tỉ phú Justin Portman tỏ ra rất thất vọng khi hay tin Natalia Vodianova đề nghị chia tay. Một người bạn của tỉ phú 41 tuổi tiết lộ rằng: "Anh ấy rất buồn. Suốt mùa Giáng sinh vừa qua, anh ấy ở một mình và nhớ vợ nhớ con vô cùng".

Dẫu biết tình yêu và hôn nhân trong đời sống hiện đại như gió thoảng mây bay, nhưng sự kết thúc của một chuyện tình đẹp như cổ tích giữa Justin với Vodianova cũng thật đáng tiếc, nhất là khi 3 đứa con của họ còn quá bé bỏng...★



Lionel Messi là cầu thủ xuất sắc nhất thế giới hiện nay. Đó là điều không có gì bàn cãi. Tuy nhiên, nếu không có đội bóng Barcelona của Tây Ban Nha thì chắc chắn siêu sao người Argentina sẽ không bao giờ có được ngày hôm nay, khi thế giới bóng đá xem anh là thiên tài - "hậu duệ" xứng đáng của Pele, Maradona.

MỘT THỜI KHẮC LỊCH SỬ ĐÁNG NHỚ

Ngược dòng thời gian hơn 10 năm trước, tất cả đều phải ngỡ ngàng và thán phục trước tài năng của một cậu bé mới 11 tuổi đang chơi cho đội trẻ của Newell's, trong đó có cả gã khổng lồ của bóng đá Argentina River Plate. Nhưng cuối cùng lại không đội bóng nào dám nhận thân đồng bóng đá đó vào lò đào tạo của mình. Thật đáng ngạc nhiên. Bởi vì lúc ấy cậu bé này gặp vấn đề về hormone tăng trưởng, mà nền kinh tế Argentina lại đang bị khủng hoảng trầm trọng, nên chẳng đội bóng nào dám liều chỉ 900 USD mỗi tháng để điều trị cho cậu ta...

Nhờ một người quen sống ở Lleida của xứ Catalonia, cậu lạc bộ Barcelona



Lionel Messi

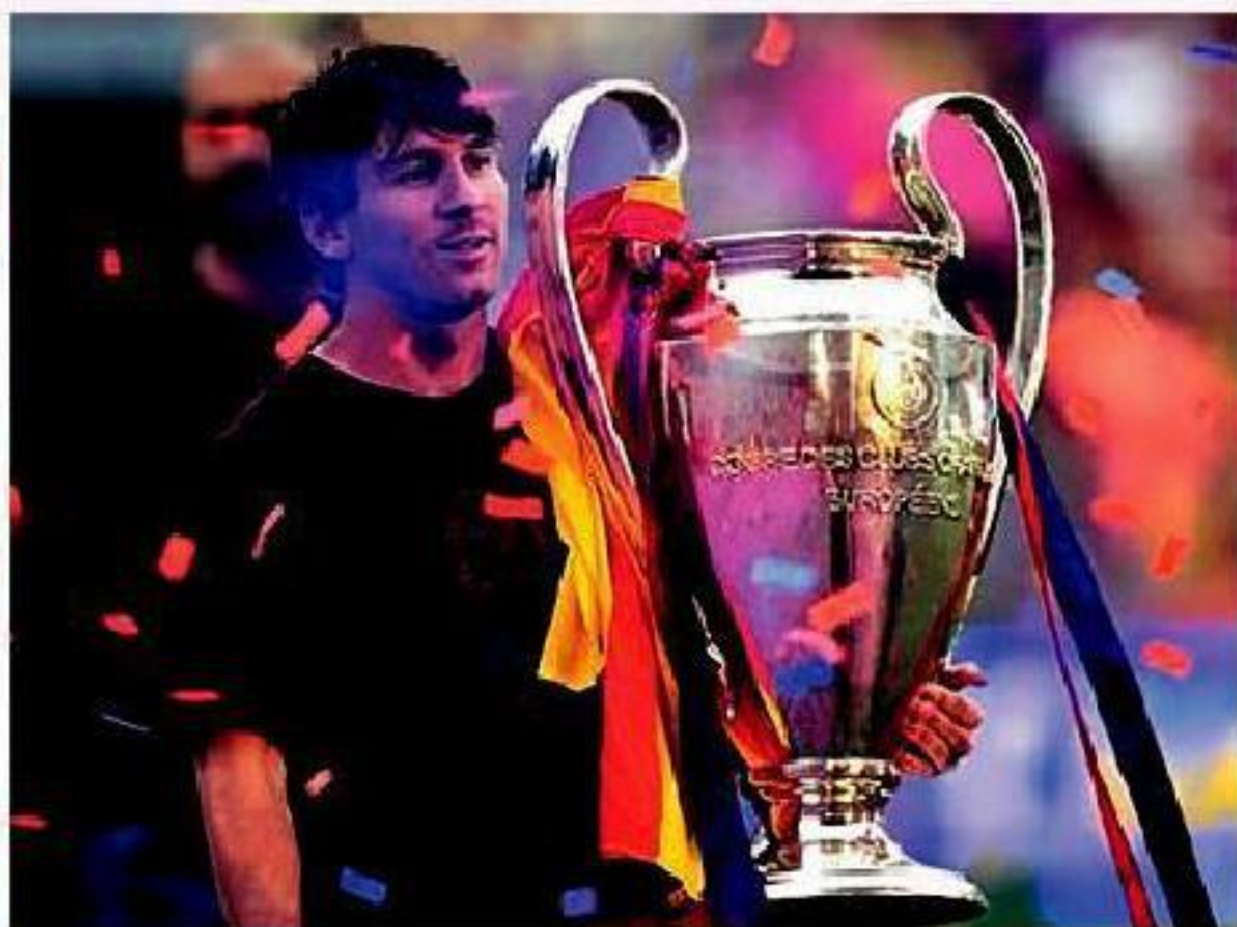
ANH NGỌC

đị tạt, thiên tài & bí mật ái tình

VỚI TÀI NĂNG THIÊN BẨM, MESSI ĐANG CHÍNH PHỤC CẢ THẾ GIỚI



RIJKAARD ĐÃ ĐEM ĐẾN CHO EL PULGA SỰ TỰ TIN





biết đến tài năng của thần đồng bóng đá Argentina và đôi bên đã được sắp xếp buổi "thử việc". Giám đốc thể thao Carles Rexach của Barcelona bấy giờ nhanh chóng ký hợp đồng với cậu bé, đồng thời đảm bảo việc chữa trị cũng như công ăn việc làm cho gia đình của cậu bé khi chuyển đến Tây Ban Nha sinh sống trên một chiếc... giấy ăn sau khi chúng kiến cậu bé thi đấu.

Đó là một thời khắc lịch sử đáng nhớ của nền bóng đá thế giới.

Từ ấy, cậu bé lớn dần lên cùng trái bóng ở La Masia để rồi trở thành cầu thủ xuất sắc nhất thế giới: thiên tài Lionel Messi, với biệt danh El Pulga.

Theo tiết lộ của các bác sĩ thì đáng lẽ El Pulga chỉ cao khoảng 1,4m nhưng nhờ những phương pháp điều trị hữu hiệu tại Barcelona mà anh đã đạt được chiều cao 1,69m.

Có thể nói 900 USD đầu tư cho Messi là khoản tiền quá nhỏ nếu so với những thương vụ hàng chục triệu USD mà gã khổng lồ xứ Catalonia đã từng thực hiện. Nhưng điều chắc chắn đó là khoản đầu tư đúng đắn và đem lại lợi nhuận cao nhất trong lịch sử câu lạc bộ cũng như thế giới bóng đá.

SỰ KHÁC BIỆT GIỮA "MESSI CỦA RIJKAARD" VÀ "MESSI CỦA GUARDIOLA"

Đúng 17 tuổi 114 ngày, Lionel Messi đã có trận đấu ra mắt ở La Liga trong trận đấu với Espanyol. Với tài năng thiên bẩm của mình, anh lập tức gây ấn tượng, ghi bàn thắng đầu tiên trong sự nghiệp vào lưới Albacete sau một cú tâng bóng qua đầu thủ môn điệu nghệ. Giới chuyên môn dường như cảm nhận được một điều gì đó rất đặc biệt từ chú bé còi cọc

này. Dẫu vậy, ngay cả những culé mơ mộng nhất cũng không thể tưởng tượng được những điều đặc biệt mà Lionel Messi đã làm được sau này cho đội bóng.

Dưới triều đại của huấn luyện viên người Hà Lan Frank Rijkaard, Lionel Messi đã thi đấu rất xuất sắc và dấu ấn lớn nhất là bàn thắng sau màn solo siêu đẳng y hệt Maradona trong trận đấu với Getafe.

Tuy nhiên có một điều không thể phủ nhận là kể từ khi huấn luyện viên Pep Guardiola xuất hiện, El Pulga đã đạt đến một tầm cao mới. Bởi lúc Guardiola chưa lên dẫn dắt Barcelona thì Lionel Messi cũng chưa bao giờ ghi quá 20 bàn thắng trong một mùa giải cho gã khổng lồ xứ Catalonia. Nhưng trong 3 mùa giải gần đây, anh đạt hiệu suất gấp đôi, thậm chí gấp ba con số đó.

Qua số liệu thống kê cho thấy "Messi của Guardiola" đáng sợ gấp nhiều lần "Messi của Rijkaard". Trong mùa giải cuối cùng mà chiến lược gia người Hà Lan tại vị ở Nou Camp, chân sút người Argentina ghi được 16 bàn sau 40 trận đấu, còn ở mùa giải trước đó là 17 bàn sau 36 lần ra sân. Còn trong ba mùa giải mà Guardiola dẫn dắt Barca, số bàn thắng của Messi trong một mùa giải tăng gấp đôi thời gian trước đó và càng đáng sợ hơn nữa khi đó là những con số lũy tiến: 38 bàn thắng trong mùa giải đầu tiên Pep lên nắm quyền, mùa giải tiếp theo là 47 còn trong mùa vừa qua là 53.

Những con số khủng khiếp đó không hề đến từ sự ngẫu nhiên. Khi được hỏi, Messi đã cho biết sự khác biệt đến từ khi Pep Guardiola bố trí anh thi đấu bỏ vào khu vực trung tâm. Một quyết định đúng đắn. Tuy vậy điều đó cũng mới chỉ là một nửa câu chuyện.

GUARDIOLA ĐẸP NẠN KIÊU BÌNH & HIỆU SUẤT GHI BÀN NGÀY CÀNG "KHÙNG" CỦA MESSI

Vào thời điểm Lionel Messi vẫn đang còn ở dạng tiềm năng ở đội một Barca thì ngôi sao sáng nhất của đội bóng là Ronaldinho. Sự bùng nổ cùng tài năng siêu phàm của ngôi sao người Brazil đã giúp Barca thống trị bóng đá châu Âu, nhưng đến khi "số 10" sa sút thì gã khổng lồ xứ Catalonia đã phải đối mặt với một cuộc khủng hoảng thật sự.

Giữa hoàn cảnh đó, vai trò Messi dần được khẳng định khi anh chứng tỏ được tài năng và tầm ảnh hưởng lên đội bóng. Tuy nhiên những ngôi sao của Barca dường như đã hết động lực cống hiến, mà thay vào đó là những rạn nứt nội bộ khiến phong độ của cả đội sa sút. Giữa các ngôi sao Ronaldinho, Eto'o và Deco đã xuất hiện mâu thuẫn và những cái tôi quá lớn này đều phải lần lượt ra đi.

Có thể nói thành công đầu tiên mà Guardiola đạt được sau khi lên thay thế Rijkaard là việc dẹp yên nạn kiêu binh bằng cách đẩy bộ ba nói trên khỏi sân Nou Camp. Không còn Ronaldinho, Messi thừa hưởng chiếc áo số 10 và tất nhiên là cả tầm ảnh hưởng mà siêu sao người Brazil đã để lại. Đồng thời, ngay cả nhiệm vụ ghi bàn của Eto'o, "kiêu binh" duy nhất còn sót lại sân Nou Camp trong mùa giải đầu tiên của Guardiola dẫn dắt, cũng được Messi đảm nhiệm một cách hoàn hảo, kể cả sau khi Eto'o cũng phải ra đi như Ronaldinho và Deco.

Messi vẫn được bố trí thi đấu ở vị trí tiền đạo phải nhưng bắt đầu cho thấy sự hủy diệt với 38 bàn thắng và 18 pha kiến tạo, góp công lớn giúp Barca thôn tính mọi danh hiệu có thể trong mùa giải đại thành công ấy. Còn ở hai mùa giải tiếp theo, khi chân sút người Cameroon đã ra đi, Messi được Guardiola trao nhiều trọng trách hơn khi được bố trí đá ở trung tâm. Kết quả đáng kinh ngạc mà chắc không nhiều người dám nghĩ đến là trong 2 mùa giải qua El Pulga đã ghi đến 100 bàn thắng trên mọi mặt trận.

Nhìn lại chặng đường đẹp đẽ vừa qua, Messi tâm sự rằng Rijkaard là huấn luyện viên trao cho anh sự tự tin khi mới chập chững bước vào đời, còn Guardiola đã giúp anh trưởng thành và có trách nhiệm với "gia đình của mình" như một người đàn ông đích thực. Không còn cái bóng của Ronaldinho, Messi tỏa sáng rực rỡ để trở thành người dẫn dắt lối chơi của một "siêu Barca" đã và đang chinh phục cả thế giới bóng đá.

BÍ MẬT NHỮNG CUỘC TÌNH LÃNG MẠN

Khi so sánh giữa Lionel Messi và Cristiano Ronaldo, mọi người hay cho rằng thiên tài người Argentina hơn siêu sao người Bồ Đào Nha về mọi mặt trên

sản cỏ, trừ khoản trắng hoa và bề bối tình trường, nhưng thực tế không hẳn như vậy.

Sau một thời gian yêu Macarena Lemos, Lionel Messi đã bỏ rơi mỗi tình đầu để chạy theo hình bóng khác, khi anh bị mê hoặc bởi Antonella Rocuzzo, em gái của một người bạn thân. Tuy nhiên, trong thời gian còn gần bó công khai với Rocuzzo, chàng tiền đạo trẻ của Barca có lúc lén lút cặp kè với Luciana Salazar - hay còn được gọi là Luli Salazar.



LUCIANA SALAZAR

Ở Argentina, Luli được xem như "quả bom sex". Từng ghi hình quảng cáo khi mới 4 tuổi, Luli bước chân vào nghề người mẫu từ khá sớm, và nhanh chóng có được tiếng vang. Tuy nhiên, Luli nổi tiếng chủ yếu nhờ khoản... "cởi trướng". Người đẹp 30 tuổi này có thể ngại ngùng về điều gì đó, nhưng chưa bao giờ cô biết ngượng khi xuất hiện trước ống kính máy ảnh mà không có mảnh vải nào. Luli là một trong những người mẫu xuất hiện nhiều trên các tạp chí dành cho phái mạnh nhất, từ Argentina, Mỹ, Tây Ban Nha và một số quốc gia châu Âu. Sở thích của Luli là cặp kè với những VĐV thể thao. Giới thể thao không thiếu tiền, và luôn thích lao đầu vào các cuộc chơi đêm. Tại World Cup 2006, Luli được bầu chọn làm đại diện hình ảnh cho ĐTQG Argentina (được gọi là God-mother), và người hâm mộ có cơ hội để chiêm ngưỡng những đường cong của cô. Nhờ trở thành đại diện của Argentina, Luli có cơ hội gặp gỡ Messi, và bắt



ANDREA RINCON

đầu kế hoạch chinh phục trái tim chàng cầu thủ trẻ này. Luli còn "tấn công" huấn luyện viên Diego Maradona. Cô tuyên bố, sẽ khoả thân cùng với Maradona nếu Argentina vô địch World Cup 2010. Tiếc là Argentina đã dừng bước ở tứ kết(!)

Messi cố giấu mối quan hệ với Luli, nhưng người ta vẫn có thể phát hiện anh không ít lần tình tứ bên người đẹp hơn mình 7 tuổi.

Trước đây, Messi còn bí mật cặp kè với người đẹp nóng bỏng Claudia Ciardone. Sau này, Claudia tiết lộ về cuộc tình vụng trộm trên tạp chí *Playboy* phiên bản ở Argentina. Cô này vốn

có thời gian qua lại với Tevez, mà theo tin không chính thức: Tevez đã... nhường Claudia cho Messi, đồng đội của mình trong màu áo đội tuyển Argentina!

Chưa hết, vào tháng 9.2010, trong lần trở về Argentina chuẩn bị cho trận giao hữu với Tây Ban Nha, Messi đã cặp kè với Andrea Rincon - cũng là một vũ công tai tiếng và là người mẫu của *Playboy*. Qua giới thiệu của một người bạn, lập tức anh nhắn tin làm quen và rủ Andrea đi chơi. Họ gặp nhau một ngày trước trận đấu. Sau khi vui vẻ cùng Andrea, Messi đã ghi bàn mở tỉ số trong chiến thắng 4-1 của Argentina.

Ngoài ra, Messi còn bị cáo buộc đã tán tỉnh Sabrina Ravelli, bạn gái của cầu thủ Neri Raul Cardozo, hiện đang khoác áo Monterrey. Điều đáng nói, Cardozo vốn là một người bạn của Messi. Hai người thân nhau khi cùng khoác áo U-20 Argentina năm 2005. Năm 2007, khi Cardozo được gọi vào đội tuyển quốc gia, họ tiếp tục mối quan hệ khá tốt. Vậy mà Messi đã chat webcam với Sabrina, cũng như nhắn tin điện thoại với những lời lẽ tình tứ và ong bướm. Chính Sabrina đã công khai những lời ong bướm của Messi, và chỉ trích cầu thủ này phá vỡ hạnh phúc giữa cô với Cardozo.

Rối mới đây, Messi đã bị phát hiện tổ chức bữa tiệc sex tại căn hộ mà anh mới mua. Khách mời của buổi tiệc này là vũ công Xoana Gonzalez, một trong những người đẹp tai tiếng nhất Argentina. Messi đã cùng anh em Diego và Gabriel Milito, Martin Palermo với Xoana nhảy múa ở một quán bar đến gần sáng, trước khi trở về căn hộ của anh để tiếp tục cuộc vui...

Người tài lắm tật. Mới biết cả trong tình trường Lionel Messi cũng chẳng hề thua kém Cristiano Ronaldo, có điều những mối tình lãng mạn của siêu sao người Argentina ít rùm beng hơn chàng siêu sao điển trai người Bồ Đào Nha ★

XOANA GONZALEZ





**ĐẶC BIỆT
THƠM NGON**

**DNTN NƯỚC MẮM CẨM VÂN
CAVA FISA Pte.**



THÀNH LẬP 1983

NƯỚC MẮM NHỊ

Fish Sauce

Nha Trang

Special processing by old method
and traditional process
With fresh anchovy . Rich in
natural iodine . Our products
are wholesaled and retailed
at Supermarkets in HCMC

Web: www.1084.com.vn/nuocmamcamvan

Email: 52camvan@hcm.fpt.vn

Tel.-Fax: 84-08-38990424

SẢN XUẤT TẠI: NHA TRANG

Chế biến và vỏ chai tại:

DNTN NƯỚC MẮM CẨM VÂN

24/11/2 đường D3, phường 25

Q.Bình Thạnh, TP. Hồ Chí Minh.

Số CBTC.CL: 01/2007/CBTC/DN.CV

Tiêu chuẩn công bố: TCO1-2007/DN.CV

Giấy CN.DK.KD.DNTN: S64101003844

ngày 23-01-2002

ĐT fax: 0838990424 - 0835121011

THÀNH PHẦN: NƯỚC - MUỐI - CÁ CÒM N° 20-25-28

BẰNG PHƯƠNG PHÁP THỦ CÔNG CỔ TRUYỀN - LÀ NƯỚC MẮM SẠCH

Nguyên chất không phụ gia bảo quản

AN TOÀN VỆ SINH THỰC PHẨM



**CHẾ BIẾN BẰNG PHƯƠNG PHÁP THỦ CÔNG CỔ TRUYỀN - NGUYÊN CHẤT CÁ CÒM, GIÀU IỐT THIÊN NHIÊN
CÓ BÁN TẠI CÁC ST TP.HCM, HÀ TÂY, BÌNH DƯƠNG, ĐỒNG NAI VÀ CÁC ST MIỀN NAM, ĐÃ XUẤT ĐI NHẬT**

TỰ HÀO HÀNG VIỆT

nước mắm

584 NHA TRANG

AN TOÀN CHO BẠN VÀ GIA ĐÌNH

SẢN PHẨM CỔ TRUYỀN

XUẤT XỨ NHA TRANG

AN TOÀN VỆ SINH THỰC PHẨM

SX VÀ ĐÓNG CHAI TẠI C.TY C.P THỦY SẢN 584 NHA TRANG

ĐC: 584 Lê Hồng Phong - Nha Trang

ĐT: 058.3881176 fax: 058.3884442

Email: ts584nhatrang@vnn.vn Web: 584nhatrang.vn

SASCO

ngon hơn với nước mắm

Phú Quốc SASCO

Nước Mắm Nhị Siêu Hạng

Phú Quốc

Hiệu u Hải Sản Cá CòM

Thương hiệu được nhiều người yêu thích!

Tel: (08) 38 487 177 - Fax: (08) 38 487 165 - Email: sttc@sasco.com.vn



DẦU Ô LIU SỐ 1 TÂY BAN NHA



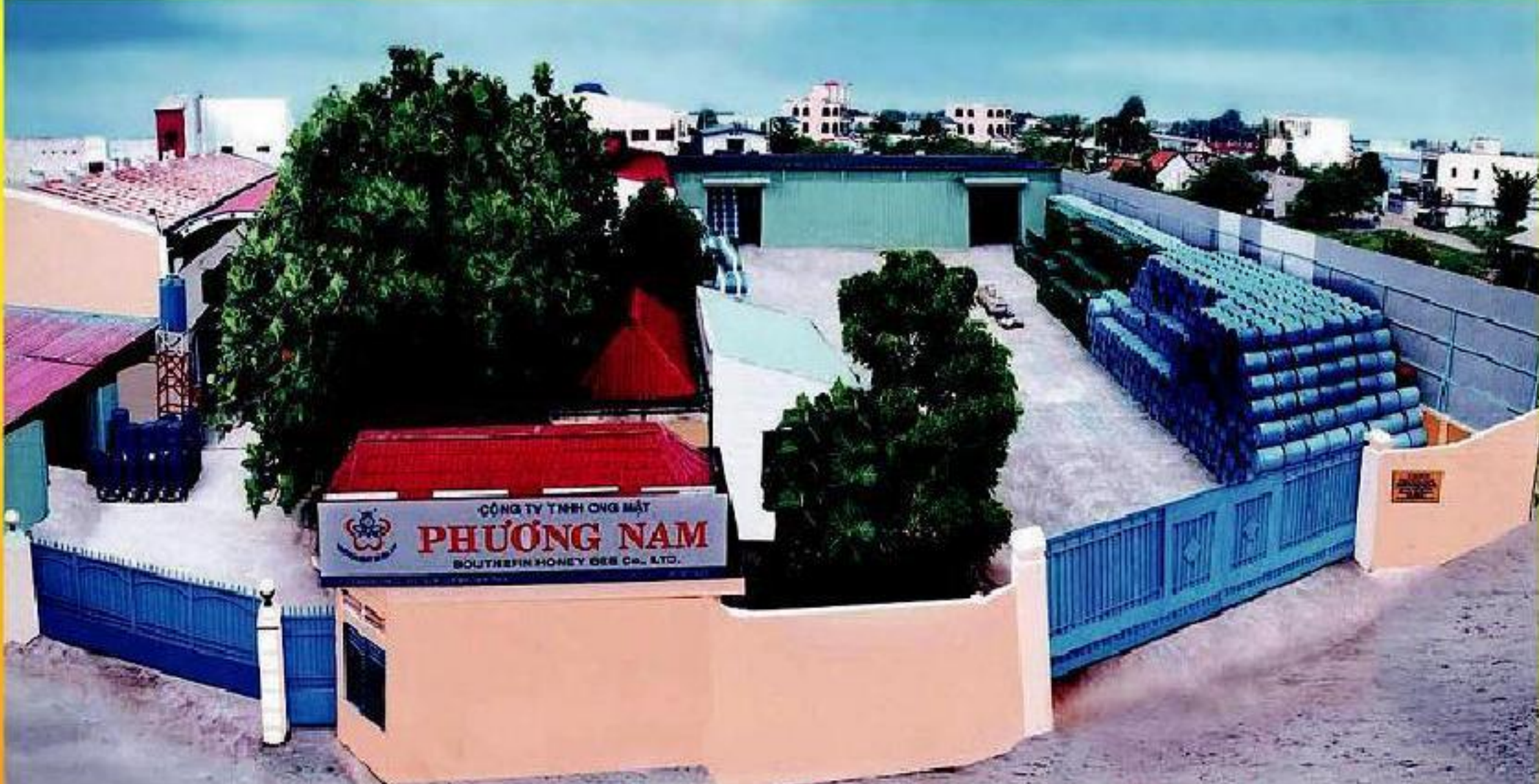



Tại sao chọn Borges?

1. Borges là nhà sản xuất và xuất khẩu dầu Ôliu lớn nhất Tây Ban Nha, đã sáng tạo ra các loại dầu ăn số 1 Địa Trung Hải trong hơn 100 năm qua và được sử dụng tại 100 nước.
2. Borges được viện dinh dưỡng Hoa Kỳ (AIB) chứng nhận chất lượng và đạt các tiêu chuẩn chất lượng ISO 9002 và ISO 14001.
3. Borges được IOOC - Hội đồng dầu Ôliu thế giới công nhận là 1 trong 4 hãng có phòng bảo chế đạt chất lượng toàn cầu (trong số 3000 nhà sản xuất dầu Ôliu trên thế giới).
4. Borges được công nhận là 1 trong 4 loại dầu Ôliu ngon nhất thế giới tại 1 cuộc thi tổ chức ở Brasil do các đầu bếp từ danh bạ mức bình chọn.
5. Borges có 3 loại dầu cho bạn lựa chọn:
Siêu nguyên chất (Extra Virgin): là loại có chứa nhiều lượng vị dầu Ôliu nhất, hàm lượng axit béo thấp, rất lý tưởng để ăn sống, trộn salad, quay bột cho bé.
Nguyên chất (pure): có mùi, vị vừa phải, có thể dùng chế biến nhiều món ăn, lý tưởng để xào, nấu, trộn salad, nấu thức ăn cho bé.
Nguyên chất không mùi (Extra Light): có màu trong, mùi và vị nhẹ, rất lý tưởng để chế biến món ăn mà bạn không muốn có mùi Ôliu quá nhiều, rất phù hợp với người lớn hoặc cháu bé chưa quen mùi Ôliu.

NR & PP: Công ty TNHH Tổng Vong Việt Nam - Tel: **04.85850617**
08.62968435

Tốt cho Mẹ & Bé



CÔNG TY TNHH ONG MẬT PHƯƠNG NAM

Đ/C: 22 PHÚ HÒA, P. 7, Q. TÂN BÌNH, TP.HCM
 WEBSITE: WWW.HONEYBEE.COM.VN

Công ty TNHH Ong Mật Phương Nam tự hào là thành viên hội nuôi ong Việt Nam và hiệp hội xuất khẩu mật ong thế giới. (www.iheo.org). Chúng tôi cam kết kiểm soát chất lượng sản phẩm từ trại nuôi ong đến tận tay người tiêu dùng, phù hợp tiêu chuẩn mật ong thế giới và Việt Nam.



CÔNG TY CỔ PHẦN THỰC PHẨM BÍCH CHI

BICH CHI FOOD COMPANY



Serving Suggestion *Server Suggesties* **PRAWN CRACKERS**



RICE NOODLES



Địa chỉ: 45X1 Nguyễn Sinh Sắc, Phường 2, TX. Sa Đéc, Đồng Tháp
Tel: 84.67.3861910 - 3770873 - 3773606
Fax : 84.67.3864674 3770873
Email: bchl-bic@hcm.vnn.vn - bictradeptd1@vnn.vn
Website: www.bichchi.com.vn



Chuyên sản xuất và cung cấp các sản phẩm:

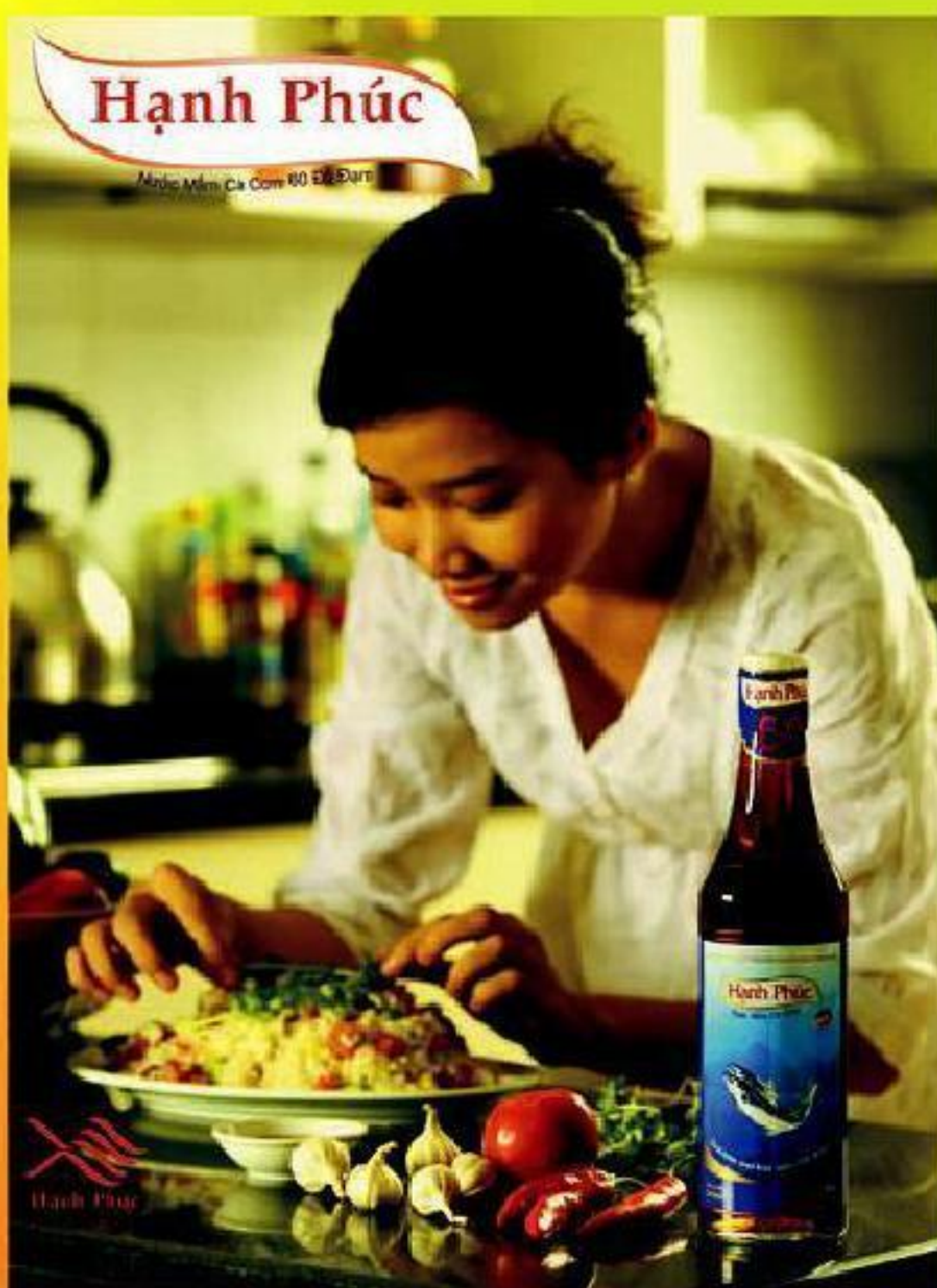
- *Hộp thực phẩm *Hộp gia dụng
- *Hộp công nghiệp *Chế tạo khuôn mẫu



VP: 216 Tân Thành, P.15, Q.5, Tp.HCM - ĐT: 3955 3855, 3955 4961 - Fax: 3856 4154, 3955 4136 -Website: www.daidongtien.com.vn - Email: daidongtienco@hcm.fpt.vn



Nhập khẩu và phân phối chính thức tại VN
CÔNG TY TNHH AN TÚ
 40/14 Trần Nãi P.Bình An Q 2 TPHCM
 ĐT : 08.62872027 - 08.62727100
 Fax : 08.62872075





Amigo
CÁ HỒI Ba Chỉ

CÁ HỒI Ba Chỉ

+VAT: đồng/kg



Amigo
CÁ HỒI Ba Chỉ



Bọt Chiên Giòn



Bọt Bánh Xèo



CÔNG TY TNHH SX TM XNK
VĨNH THUẬN

ISO 9001 : 2008 永順出入口貿易生產有限公司









Lô 54, đường số 3, KCN Tân Tạo, Bình Tân, TP.HCM. Tel: (08) 37540887 - 37540888 Fax: (08) 37540889 Email: vinhthuanflour@hcm.vnn.vn Website: www.vinhthuan.com - www.vinhthuan.com.vn

DNTN THƯƠNG MẠI

MINH TIẾN



BƠ ĐẬU PHỘNG
(BƠ LẠC)



CÔNG DỤNG:

Bơ Đậu Phộng (Bơ Lạc) có đường.
Dùng với bánh mì, bánh đa nướng, làm sữa đậu phộng.
Bơ Đậu Phộng (Bơ Lạc) không đường.
Dùng làm phụ gia nước chấm, hòa với tương bắc. Chấm với rau muống luộc, hòa với nước tương dùng với đậu hủ chiên giòn.
Hòa với nước tương cộng với mù tạc ăn với gỏi cá tôm sống hoặc sushi.
Bơ Đậu Phộng (Bơ Lạc) có thể giảm Cholesterol, dùng để ăn chay. Rất tốt cho sức khỏe.

----- DNTN Thương Mại Minh Tiến -----
ĐC: 6/15/4 Tứ Hải, P.6, Q.TB, Tp.HCM - ĐT: 08.8645 548 - Fax: 08.2935 901



CÔNG TY TNHH THƯƠNG MẠI & CHẾ BIẾN THỰC PHẨM
PHÚ AN SINH

ĐC: 154/1 Tô Ngọc Vân, P.Thạnh Xuân, Q.12, Tp.HCM
ĐT: 08. 3 7168 002 - 3 716 4671- Fax: 3 7169 873 - 3 716 4670



- * Đơn vị đã có 9 năm tham gia bình ổn giá tại thị trường TP.HCM.
- * Kiểm soát chặt chẽ về chăn nuôi và giết mổ, sạch từ trang trại đến bàn ăn.
- * Sản phẩm đạt tiêu chuẩn Vệ sinh An toàn Thực phẩm.
- * Liên tục nhận được danh hiệu hàng Việt Nam chất lượng cao trong nhiều năm và các danh hiệu cao quý khác.





TỔNG CÔNG TY LƯƠNG THỰC MIỀN NAM CÔNG TY CỔ PHẦN LƯƠNG THỰC - THỰC PHẨM SAFOCO



ĐC: 7/13-7/25 Kha Vạn Cân, P. Linh Tây, Q. Thủ Đức, TP. HCM

ĐT: (84-8) 37 245 275 – 37 245 272 - **Fax:** (84-8) 37 245 274

Email: safoco@hcm.vnn.vn - **Website:** www.safocofood.com



Công ty Bảo Long chuyên cung cấp

- Mực một nắng
- Cá ngừ đại dương tươi Filet
- Cá ngừ đại dương nguyên con, thịt cá ngừ vụn
- Mực ống làm sạch, mực ống con
- Các loại chả cá thu tươi, chả cá thu thi là
- Các loại trứng cá ngừ, trứng cá thu

Trứng cá thu



Cá ngừ đại dương



Mực ống nguyên con

CÔNG TY TNHH TM HẢI SẢN BẢO LONG
Địa chỉ: 609/20, Đường Cách Mạng Tháng 8, P.15 Q.10, TP.HCM

Điện thoại: 08 3 8640474
Fax: 08 3 970 6498

CHẢO NƯỚNG CHỐNG DÍNH CAO CẤP

Vluux



LƯU ĐIỂM SẢN PHẨM

- Chất liệu hợp kim nhôm cao cấp, thân chảo đúc dày 2,5mm, đáy dày 5,5mm, độ bền sản phẩm gấp 3 lần chảo thường. Bên ngoài phủ lớp sơn chịu nhiệt, bên trong phủ lớp chống dính Whitford (M9), đạt tiêu chuẩn vệ sinh an toàn thực phẩm, dễ dàng vệ sinh.
- Các đường rãnh được thiết kế với độ cao hợp lý giúp cho việc nướng thức ăn tiện lợi: Sườn, Cánh Gà, Tôm, Mực... Đặc biệt tạo nên hương vị ẩm thực như được nướng trên bếp than.
- Thân chảo có hai vành miệng giúp chế dầu ra dễ dàng.
- Tay cầm bằng gỗ, Inox sang trọng, cách nhiệt tốt, có thể xếp lại sau khi sử dụng, tiết kiệm không gian.
- Đặc tính sản phẩm là tiết kiệm dầu, đảm bảo sức khỏe tốt, cung cấp món ăn ngon.

HƯỚNG DẪN SỬ DỤNG

- Trước khi sử dụng lần đầu vệ sinh bằng nước ấm với nước rửa chén.
- Chế một ít dầu ăn vào chảo trước khi nướng thức ăn. Sử dụng vá nhựa, gỗ hoặc thìa gỗ để gắp thức ăn, không dùng vá bằng kim loại.
- Khi nướng xong để chảo nguội bớt rồi rửa sạch bằng mút xốp mềm hoà với nước rửa chén, tránh không sử dụng mút lau bằng kim loại.

Nơi sản xuất

CÔNG TY TNHH LUNJIVINA
ĐỒNG NAI - VIỆT NAM

Nhà cung cấp:

CÔNG TY TNHH SX TM THANH LONG
341/34B Lạc Long Quân, P.5, Q.11, TP.HCM
ĐT: (08).3975 2693 – (08). 3975 3159



Thiên Long

quà tặng xứ dừa
a gift from coconut land

Bánh Phồng
Kẹo Dừa, Kẹo Trái Cây
Kẹo Chuối, Chuối Sấy Khô

Cassava pancake
coconut candy
fruit candy
banana candy
dry banana

Sản phẩm sạch, không sử dụng hóa chất



vietnam best food & product
CÚP VÀNG THƯƠNG HIỆU AN TOÀN VÀ SỨC KHỎE CỘNG ĐỒNG



Nature®

ISO 9001:2000



Khẩu Vị Cung Đình



DONA NEWTOWER



CÔNG TY TNHH HAPPY COOK
VPGD: H18, đường D2, CXVTB, P.25, Bình Thạnh.
Tel: 083 5123006 - Fax: 083 8992503



KHÁM PHÁ VĂN HOÁ & KHOA HỌC

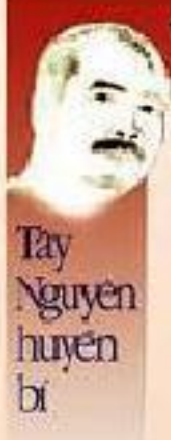
Nhật Bản vừa tuyên bố đã phát hiện trữ lượng trầm tích khổng lồ chứa các khoáng sản công nghệ cao hay còn gọi là đất hiếm trong bùn ở đáy biển Thái Bình Dương. Điều này khiến vị trí độc quyền khai thác và sản xuất bấy lâu của Trung Quốc đứng trước nguy cơ lung lay.

Đất hiếm là tập hợp 17 nguyên tố quý hiếm có trong vỏ trái đất, vốn được mệnh danh là vàng của thế kỉ 21. Chúng là các nguyên tố thiết yếu trong chế tạo xe hơi điện, tivi màn hình phẳng, iPods, nam châm siêu dẫn, tia lazer, tên lửa, kính nhìn ban đêm, tuabin gió và rất nhiều sản phẩm công nghệ cao khác. Lượng quặng đất chứa 17 nguyên tố này rất mỏng và rải rác thưa thớt trên bề mặt các lục địa. Hiện tại, Trung Quốc chiếm tới 97% sản lượng khai thác đất hiếm và 1/3 nguồn dự trữ thế giới. Còn 1/3 khác do cả Liên Xô cũ, Hoa Kỳ và Úc nắm giữ.

Từ năm 2010, Trung Quốc đã cắt giảm hạn ngạch xuất khẩu đất hiếm, tự củng cố ngành công nghiệp này và lên kế hoạch xây dựng nguồn dự trữ quốc gia. Thế giới đã phàn nàn rằng đây là việc tích trữ mang tính chiến lược hay là nhằm o ép giá cả.

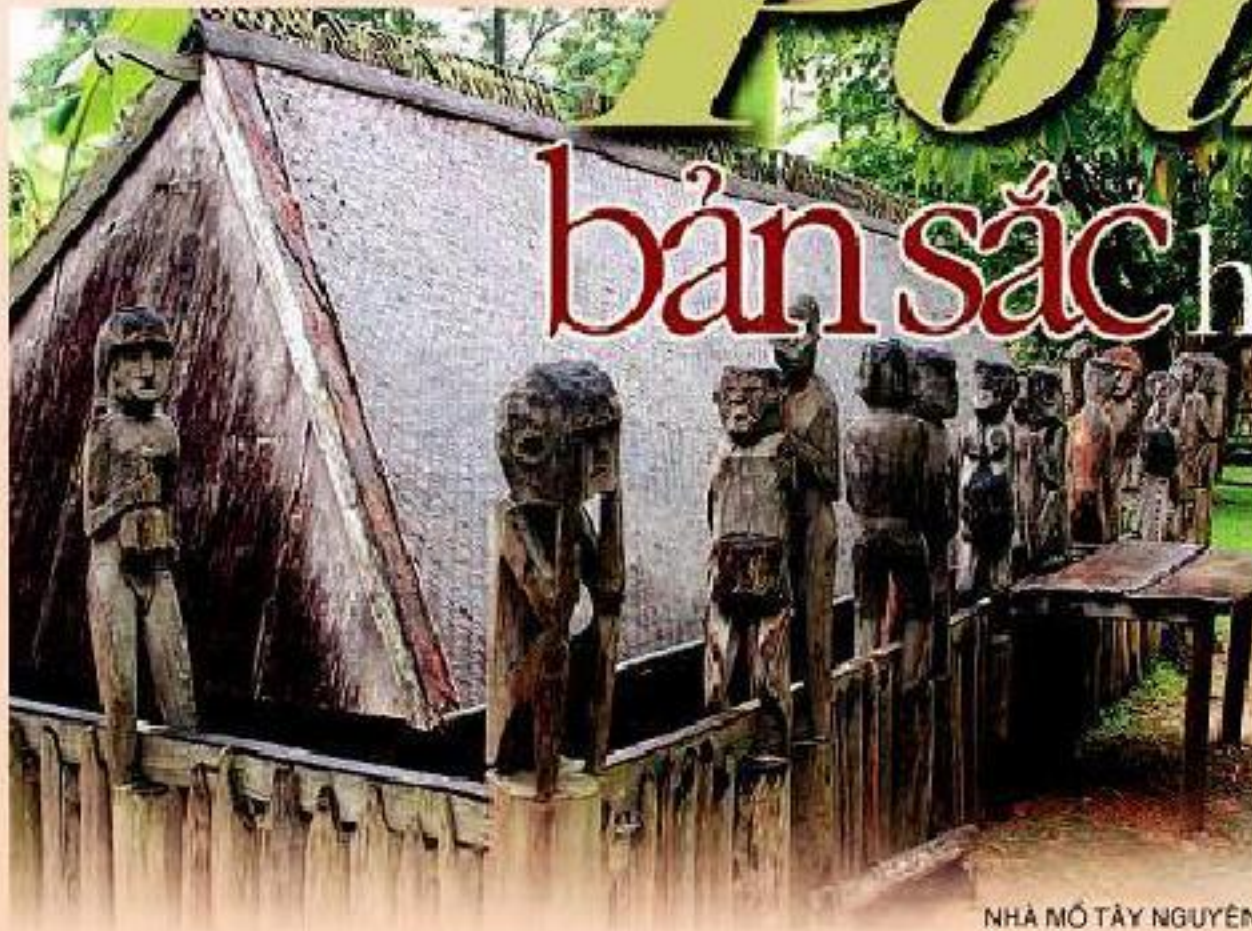
Vì vậy, việc các nhà địa chất học Nhật Bản phát hiện trong lớp trầm tích dày dưới đáy Thái Bình Dương có chứa trữ lượng khổng lồ của các nguyên tố hiếm, là tin vui cho cả thế giới ★





VĂN CÔNG HÙNG

Tay
Nguyễn
huyền
bì



NHÀ MỒ TÂY NGUYÊN

Po thi bản sắc hay hủ tục?



TƯỢNG NHÀ MỒ

Po thi
là tiếng Jrai
để chỉ một cái lễ
mà người Kinh
hay gọi là lễ bỏ mả.
Đây là lễ lớn
trong số những lễ trọng
của người Tây Nguyên
như mừng
nhà rông mới,
cơm mới...

Người Tây Nguyên quan niệm thế giới vạn vật hữu linh, nhất cử nhất động của họ đều có thần linh chứng giám và điều khiển. Đời sống của họ có các tầng thần linh, tầng Atâu (cõi ma) và cõi họ sống. Thần linh là vĩnh hằng, Atâu là lâu dài và cõi sống hôm nay là cõi tạm. Khi có một người chết đi thì đây chưa phải là chết mà họ mới tạm rời cõi sống để chuẩn bị sang thế giới Atâu. Người chết được mang đi chôn (có thể địa táng hoặc thiên táng) nhưng có mấy điểm chung, thứ nhất là chôn chung, nhiều người trong gia đình được đặt chung một quan tài, việc này nay đã bỏ; thứ hai là chia của cải cho người chết. Người sống có gì người chết được chia như thế, kể cả tivi xe máy; nhiều nhất là chiêng, ghè rượu... nhưng để phân biệt thì những đồ vật chia này được làm hồng đi, ghè thì đục thủng, chiêng thì đánh méo; thứ ba là hàng ngày người sống vẫn ra mồ tiếp tế thức ăn cho người chết, bón cơm cho người chết thông qua một cái lỗ chứa lại trên quan tài, họ ngồi nói chuyện với người chết hàng tiếng đồng hồ, kể lễ sự việc diễn ra trong ngày, trong làng có việc gì, ai dựng vợ gả chồng, ai say rượu đánh

nhau, ai sinh con đẻ cái... như là người nằm dưới kia chưa hề chết vậy!

Cho đến một ngày, người sống chuẩn bị bò, heo, gà, dê... để làm lễ po thi, lần cuối cùng, vĩnh viễn ai đi đằng này, không vướng bận chi nhau nữa.

TƯỢNG MỒ

Muốn làm lễ po thi, trước hết phải có tượng mồ.

Mà không phải ai trong làng cũng có thể làm được tượng. Đồn rằng Yang (trời) nhập vào ai người đó mới làm được, và cũng không phải lúc nào cũng có thể làm. Các giáo sư nổi tiếng như Từ Chi, Ngô Văn Doanh đã bỏ ra rất nhiều công sức thời gian nghiên cứu tượng mồ và vẫn chưa hết kinh ngạc. Nhiều họa sĩ điêu khắc học hành bài bản cũng ngả mũ chào thua trước những pho tượng bí ẩn kia. Bởi nó được làm ra từ bàn tay của những người nông dân mù chữ, cả đời chưa ra khỏi làng. Công cụ lại chỉ có một cái rìu và một dao rựa. Thế mà tượng mồ lung linh sống động, mà mang trong nó cả nhân gian dằng dặc, toàn bộ thần thái đời sống, toàn bộ tình cảm của người sống hiển hiện trong đó.

Một sáng đẹp trời, toàn bộ thanh niên trai tráng trong làng được huy động đi chặt cây. Phải là những cây cổ thụ trong rừng nguyên sơ. Từng cây được tập kết về một khu đất trống, thường là gần khu mồ. Rồi lại cũng một ngày đẹp trời nào đó, nghệ nhân, phải gọi họ là siêu nghệ nhân, sau khi dọn mình, bắt đầu ra tay. Rìu và rựa, chỉ duy nhất hai thứ ấy mà từ cây gỗ khổng lồ, các pho tượng ra đời. Nhiều nhất là hình người ngồi ôm mặt trong dáng của bào thai, hình trai gái giao hoan, hình bộ phận sinh dục nam nữ, hình chim, khỉ... Ngày này sang

TƯỢNG NHÀ MỒ



tháng khác, bao giờ tượng gỗ đủ thì lễ pơ thi mới bắt đầu.

Ngôi nhà mồ cũng là một đặc sắc kiến trúc Tây Nguyên. Với rất nhiều hoa văn tinh xảo từ trên nóc xuống mái đến hàng rào xung quanh, nó vừa ấm cúng vừa gợi lên sự xa ngái. Các tượng gỗ được chôn xung quanh ngôi nhà mồ. Nền nhớ, điêu trác tuyệt là ở chỗ, tất cả những gì đẹp dễ tinh xảo đến rợn ngợp kia, sau lễ bỏ mả là sẽ bỏ luôn, mặc nắng mưa, mặc mỗi một, người sống không bao giờ quay lại nữa, tác giả của nó, những nghệ nhân siêu đẳng kia cũng không một chút luyến tiếc. Tài hoa của họ, người chết và Yang đã chứng kiến hôm bỏ mả rồi.

BỎ MẢ

Thường người ta làm vào ban đêm, kéo dài khoảng một tuần.

Một đoàn vài chục người, mỗi người một ngọn đuốc cháy bùng bùng, sau lưng là những ống nứa ngát ngào trông hoành tráng như trong phim lịch sử. Ấy là họ đi gửi nước về để chế rượu cần. Thường thì gia chủ chỉ chuẩn bị bò, heo, gà, dê và gạo nấu cơm. Dân trong làng và làng lân cận sẽ gửi rượu nhà mình đến, hàng vài trăm ghè, cổ đâm đến cả ngàn. Người giết bò, người đập heo, người cầm rượu, người nấu cơm... rất nhiều nhóm quần tụ trong một khu đất không lớn lắm. Nếu có khách thì bao giờ sau khi được mời ăn, họ còn được chia phần mang về. Đây là phần vật chất. Phần nghi lễ thì tất nhiên là có thấy cũng với các thủ tục rất kỹ như lấy máu sống vẩy lên cây nêu, lấy lục phủ ngũ tạng heo bò cúng Yang, lấy thịt ngon cúng người chết...

Phần quan trọng là các dân chiêng vào cuộc. Thường thì các làng cử đến lễ bỏ mả những chàng trai cô gái giỏi nhất, khoẻ mạnh nhất, đẹp nhất; chiêng hay và xoang đẹp nhất để tham gia chia xé trong lễ bỏ mả. Những đội chiêng này ban đầu chơi chiêng Atâu, là chiêng dành cho đám ma, nhưng sau đây, đêm về khuya, là chiêng ngẫu hứng. Họ độ chiêng, so chiêng, nói chuyện bằng chiêng. Nhìn hai chàng trai cao lớn khoẻ mạnh độ chiêng thì không một cô gái nào cảm lòng được. Mỗi chàng một chiêng, họ nhảy, họ múa, rất nhịp nhàng và ăn ý, họ vờn nhau ngoài xa, rồi xấp lại, hai chiếc chiêng úp vào nhau. Các cô gái nín thở nghe và nhìn. Bởi những điều các chàng trai đang làm là nhằm vào họ. Những đuôi khô kơ- tếch phát phơ, những ngực nở bụng thon chắc nịch. Những loang loáng áo ló vai trần, những khếp mở gấu váy lộ bắp chân nâu mịn màng. Những đầu mày cuối mắt, những va chạm hờ hững, những bùng nổ, những khát khao, những rạo rức, những hồng hồng eo những đường cong những khối tròn... lúc này không còn liên quan gì đến tang ma nữa, nó là một lễ hội văn hoá. Các bài chiêng hay nhất được tấu lên, những điệu nhún (xoang)



NGHỆ NHÂN TẠO TƯỢNG NHÀ MỒ

uyên chuyển nhất được phô ra, những gì hay nhất đẹp nhất có thể, đều được các chàng trai cô gái phô diễn. Núi rừng rạo rức, đêm xôn xao, cây cối phập phồng... Tất cả mọi người đều nhập vào như một nhu cầu tự thân, không có diễn viên, không có khán giả, tất cả là một khối quyền rũ và si mê, đắm say và nồng nhiệt. Ai say nằm lại, ai buồn ngủ thì chợp mắt, tỉnh dậy lại vào vòng. Thi thoảng một cặp nam nữ lại trốn khỏi cuộc vui, họ lẩn vào một góc nào đó, làm cái việc phải làm trong cái đêm chung chiêng ngộp thở này. Tất nhiên là làng có những quy định rất khắt khe để không được đi quá giới hạn. Nhưng yêu nhau, thổ lộ cùng nhau, hò hẹn với nhau thì ai cấm được, và sang năm, biết đâu lại có những công dân ra đời từ đêm pơ thi huyền diệu.

BẢN SẮC HAY HỦ TỤC

Bản sắc, đương nhiên rồi. Không ở đâu có một lễ hội mang tính chất nhân văn đến thế. Bỏ mả, chia tay người chết bằng một lễ hội hoành tráng, bằng

những phẩm vật cả vật chất và tinh thần vừa lộng lẫy vừa sang trọng, vừa tinh tế vừa huyền diệu. Những phẩm vật được dâng một cách thành kính, không vụ lợi.

Lễ này trở thành một hoạt động văn hoá tự thân, huy động được hết khả năng sáng tạo vô tận và kỹ diệu của các nghệ nhân cùng toàn thể dân làng. Từ người tạc tượng đến người đánh chiêng, chỉnh chiêng, đến các cô gái xoang, đến cả những thầy cúng hiểu sự đời và các bà cụ vừa khóc vừa kể rất hay.

Nhưng quả thực, với việc hàng mấy trăm con người tụ tập ăn uống ngày này qua ngày khác ở một khu đất hẹp, dưới

trời nắng, dưới sương lạnh, thức ăn để qua nhiều ngày, nấu nướng mất vệ sinh, lấy nước suối pha rượu cần... thì dịch bệnh xảy ra là điều không tránh khỏi. Rất nhiều ổ dịch, đặc biệt là dịch tả đã xuất hiện từ những lễ pơ thi như thế này, thậm chí đã có người chết.

Trong Festival Công chiêng quốc tế Gia Lai vừa qua, mọi người đã có ý định phục dựng một lễ pơ thi nhưng rồi không thành vì nhiều lý do, trong đó có lý do là lễ này phải có... đạo diễn, và nghe nói đã giao cho một nghệ sĩ nhân dân đạo diễn?

Số phận các tượng gỗ tuyệt đẹp kia cũng là một vấn đề rất thú vị, có điều kiện chúng tôi sẽ trở lại vào những bài sau. Ở bài viết này, chúng tôi muốn nêu lên rằng, pơ thi là một lễ hội văn hoá lành mạnh, nó phát huy được hết sức mạnh tinh thần diệu kỳ và còn nhiều bí ẩn của người dân tộc thiểu số. Nếu được, chúng ta nên có cách giúp đỡ bảo giữ vệ sinh, trật tự hơn khi hành lễ. Pơ thi không phải hủ tục mà là một lễ hội mang đậm tính nhân văn và tài hoa của người Tây Nguyên ★

Truyện đọc lúc nửa đêm

HÀ NAM

Nhà bếp có ma

Chị Ba giúp việc nhà ông Cẩn thấp bé nhưng trông cũng ưa nhìn. Chị có làn da trắng mịn màng và mái tóc mượt rượt như nhung. Có điều mắt chị hơi lè, dân gian bảo là lè mai hay lè kim. Bà Tâm- vợ ông Cẩn không ưa đôi mắt này. Bà bảo đấy là đôi mắt gian xảo, phải để phòng. Chồng bà bảo không đúng, đàn bà lè kim nhìn có duyên muốn chết. Bà thở dài đánh sượt, không thêm cái cho hư đường hư bột. Chứ bộ để tìm một người giúp việc tuổi "băm" cô đơn và đảm đang như chị Ba lắm sao. Bà phải dặn dò, "canh me" dữ lắm mới đón được chị ta từ dưới quê lên.

Ngày đầu, sau khi phân chia công việc đâu đó rõ ràng, bà Tâm hỏi chị Ba:

- Vậy chớ giờ chị muốn ngủ đâu, nhà bếp hay góc cạnh phòng học bé Nu?

Chị giúp việc tươi cười già lã:

- Dạ, bà chủ cho em ngủ đâu cũng được, chỗ đằng hoàng sạch sẽ em nhờ, chỗ mưa lấy nắng bụi em chịu!

Bà chủ không kềm được cái bĩu môi:

- Nhà tui mà làm như ngoài đường vậy chị, nắng bụi mưa lấy chỗ nào chị chỉ tui coi!

Ông Cẩn đằng hắng sau lưng vợ:

- E hèm, thôi, ngày đầu vậy tốt quá. Chị Ba đi nấu cơm đi, trời trưa tròn bóng rồi!

Sau khi lãnh tháng lương đầu tiên, chị Ba xin bà chủ cho xuống bếp ngủ với lý do ngủ cạnh phòng học bé Nu, nhiều khi nó thức khuya học bài, đèn được sáng choang khiến khó ngủ.

Thế là bàn, ghế, tủ trong bếp được kê lại; tạo chỗ tương đối rộng để đặt chiếc giường cho chị giúp việc.

Lãnh xong tháng lương thứ hai, chị Ba bảo nhà bếp có ma. Có ma chỗ nào, bà Tâm hỏi. Chị úp úp mở mở, cứ khoảng một hai giờ sáng mò xuống bếp thì biết liền! Có ma sao không trở về chỗ cũ ngủ đi. Bà Tâm chất vấn. Chị Ba lắc đầu, kệ, thấy ma thì lấy mền trùm kín đầu đuôi lại, ngủ đâu quen đó rồi bà chủ ơi. Bé Nu ngồi ăn cơm canh đó cũng hoang mang thắc mắc, cô Ba thấy ma lấy mền trùm kín đầu đuôi lại vậy ma có kéo mền ra liếm mặt mình không. Cô trả lời nửa đùa nửa thật, có chớ con, cô bị ma liếm mặt hoài.

Tức mình, đứng một giờ sáng hôm sau bà Tâm có mặt. Không khí nhà bếp vắng lặng như tờ. Nồi niêu soong chảo nằm yên như đang ngủ cùng chị Ba bên cạnh. Nhìn quanh quất một lúc, bà Tâm thở phào định quay bước lên nhà trên thì bỗng cảm giác một luồng sắc lạnh sau gáy mình. Bà quay phắt lại. Ngoao ngoao! Soạt! Một con mèo hoang thành tinh phóng ào qua vai bà chạy mất. Bà đặt tay lên ngực vuốt vuốt mấy cái, kể ra con mèo hoang ấy cũng dễ làm mọi người sợ thật!

Hôm sau, trong bữa cơm chiều quây quần cả nhà, ông Cẩn hỏi vợ:

- Tối qua em đi "thị sát" ma, thấy gì không?

Chị Ba chống dũa nhìn lướt bà chủ:

- Ua, bà chủ có xuống bếp hả, vậy mà em ngủ say như chết, có biết có hay gì đâu!

Vừa ăn bà Tâm vừa bảo:

- Có con mèo thành tinh định vô bếp lột ỏ hay ăn vụng gì đó, mắt nó xanh lè sáng quắc làm mình lạnh cả gáy!

Bé Nu liêng thoảng:

- Ua, vậy là không có ma cơ gì hả mẹ?

- Ma đâu mà ma, cô Ba sợ hãi rồi tưởng vậy thôi mà!

Chị Ba cúi đầu lấy dũa xăm xăm miếng cơm cháy không nói gì.

Được ba tháng yên lành sau đó, chị Ba lại tiếp tục báo có ma. Bà Tâm không nói gì, chỉ lặng lẽ ngồi ăn cơm suốt buổi. Tối đến, tất nhiên bé Nu không dám ngủ một mình trong phòng, sau khi học bài, nó ôm gối lên lầu xin được ngủ cùng ba mẹ. Than chỗ nằm chật chội, ông Cẩn đành ôm gối



xuống phòng bé Nu ngủ, nhường chỗ rộng cho hai mẹ con.

Mười hai giờ đêm, bà Tâm rón rén tìm xuống bếp với chiếc đèn pin hạt đỗ trong tay. Chị Ba trằm mền nằm kín kẽ ngủ say sưa. Bà lác đầu, đứng người vô tâm, đã bảo ngủ là ngủ như chết mà cứ bày đặt nay ma này mai ma nọ... Chợt nghe tiếng động nhẹ nơi tủ lạnh, bà Tâm nghiêng đầu nhìn và nghe ngóng... Một bóng đen từ từ trôi lên, trôi lên như chiếc bao to dùng trôi dập dềnh trên biển... Bà chớp chớp mắt định thần nhìn kỹ... Bóng đen dường như đang dập dềnh, dập dềnh trôi về phía bà... Bà nghe đất dưới chân mình sụp xuống... Á... á á... kêu lên hoảng sợ rồi bà ném đèn pin, chạy tuốt lên lầu...

Bà Tâm kể chuyện bóng đen lạ lùng trong bếp cho mấy người bạn hàng xóm nghe, họ khuyên bà đi coi thầy. Thấy bảo nên bếp nhà bà xưa kia có ngôi mộ cổ, ngôi mộ của người con gái khi mất hãy còn trinh trắng. Nhà nàng xuất ngoại từ lâu, không còn ai cúng kiếng nên nàng bị đói triền miên. Sinh thời, nàng rất thích ăn... thịt mèo, đặc biệt là thịt mèo hoang, “đánh hơi” thấy có con mèo to dùng tìm đến nhà bà thời gian gần đây nên nàng vội “hiển linh”. Muốn “trừ căn” nàng vương vấn trần gian, chỉ còn cách là bà phải làm thịt con mèo hoang ấy cúng nàng. Bằng không, nàng cứ về “ám” mãi, gia đình bà làm ăn vất vả không nổi, vợ chồng con cái đau ốm liên miên.

Là dân học hành đến nơi đến chốn, thoát nghe thấy phán, bà Tâm không tin. Bếp nhà bà xưa nay nào có gì. Chỉ bắt đầu lộn xộn khi chị Ba về giúp việc. Nay chuyện này mai chuyện khác. Bà ức lòng, điện thoại chất vấn thầy. Thấy bảo, chị Ba bếp không có lỗi trong chuyện này, ma quỷ mà, lúc nào nó “ứng” lên thì cứ “ứng” vậy thôi!

Bà Tâm đem chuyện làm thịt mèo hoang bàn với chồng. Ông Cần ôm bụng cười khùng khục:

- Trời, má nó ơi, thời buổi này mà còn tin chuyện ma quỷ sao em. Cái bóng đen trôi lên trôi xuống chắc là do em tưởng tượng ra mà thôi. Còn cha thầy, ăn tiền của em thì cũng phải nói sao cho ra ma ra quỷ chứ!

- Tưởng tượng thì một mình em thôi, sao chị Ba cũng thấy?

- Thì hai bà yếu bóng vía như nhau!

- Không tin tới mai anh xuống thử đi!

Ông Cần gật gù:

- Được! Nhưng phải tuần sau, anh sắp đi công tác ba ngày, em không nhớ à?

- Ừ, đi đi rồi về tính!

Suốt ba ngày ông Cần đi công tác, chiều, khi mặt trời bắt đầu trôi về phía tây là bà Tâm bảo chị Ba dọn cơm ăn sớm. Xong, hai mẹ con lên lầu “án binh bất động” đến sáng. Dưới nhà bếp, chị Ba “thỉnh” bùa dán khắp nơi, rồi còn xin thêm bà chủ cái mền “trằm cho chắc ăn”.

Hết hạn công tác ông chủ về.

Trong buổi cơm họp mặt gia đình, chị Ba báo con ma cái ngày càng hoành hành dữ dội, kể cả ban ngày ban mặt. Ông chủ hỏi ví dụ như chuyện gì. Ví dụ như chuyện nó dời chén dĩa đùa loạn xà ngầu trong bếp. Chuyện nó giấu thịt giầu cá sau thùng gạo làm chị tìm muốn chết. Ai làm chuyện đó nếu không là nó? Lúc đó ông chủ đi công tác, bà chủ đi làm, bé Nu đi học, chỉ mình chị Ba làm bếp trong nhà. Ai làm mấy chuyện đó nếu không là nó?

Thấy vợ hoang mang tội nghiệp, đầu không tin ma quỷ, cuối cùng ông Cần cũng thuê người rình bắt mèo hoang làm thịt cúng cô hồn nhưng mãi vẫn chưa bắt được. Con mèo ranh mãnh yêu tinh. Thoát ẩn thoát hiện như ma trời. Cuối cùng, cả nhà thống nhất đi mua một chú mèo quay thơm phức nơi phố chuyên bán hàng nhậu cho các ông. Buổi cúng kiếng diễn ra linh đình với thầy tụng kinh trong khói vàng mã bay mù trời.

Cúng xong, bà Tâm cũng yên tâm phần nào. Nếu thật sự có hồn ma trình nữ thích ăn thịt mèo thì ắt cô ma cũng đã mãn nguyện với chú mèo quay vàng rộm. Ăn uống no nê, hiểu thiện chí gia đình bà hẳn cô cũng không về quấy rối nữa. Quan trọng nhất là với bé Nu, nó sẽ có những giấc ngủ ngon, không bị ám ảnh bởi cái bóng đen trượt dài trong bếp. Nhưng

nó vẫn nhất định không chịu xuống lại phòng mình; đã nhờ chị Ba mang hết quần áo, sách vở, đồ chơi... của nó lên phòng ba mẹ. Ngược lại, ông Cần cũng ôm những món cần thiết của mình xuống phòng con gái.

Có một tối mưa giông ầm ào, chưa kịp xem hết bộ phim hoạt hình yêu thích, bé Nu đã lăn ra ngủ say sưa. Loay hoay một mình trong phòng, bà Tâm chợt nhớ đến hơi ấm chồng. Đã mấy tháng nay, kể từ ngày chị Ba bếp về làm việc, thêm một đồng chuyện ma quỷ bung xung, vợ chồng bà không có dịp gần gũi nhau. Nhẹ nhàng khoác chiếc áo ấm lên người, bà Tâm khê khàng đi xuống lầu...

Bước vào phòng bé Nu, bà thấy chồng đã ngủ. Trời lạnh, ông phủ mền kín từ đầu đến chân. Sẻ sàng ngồi xuống cạnh giường, theo thói quen, bà đút tay vào mền, tìm trán chồng xoa xoa... Nhưng không, không có ông, đây chỉ là những chiếc gối mềm được xếp chồng lên nhau... Ông đi đâu giữa đêm hôm khuya khoắt gió mưa bão bùng mà không báo bà một tiếng? Vợ chồng ăn ở với nhau hơn hai mươi năm, chưa bao giờ ông hành xử kiểu đó với bà. Bà đứng lên, bật đèn toilet, cũng không thấy ông. Ông đi đâu vậy?

Bà thả dài xuống bếp. Bước chân bỗng ngập ngừng, ngập ngừng. Lòng muốn mở đèn cho sáng choang gian bếp, lòng lại muốn thêm được một lần “mục kích” cô ma trình nữ khoái ăn thịt mèo. Thế là bà chủ rón ra rón rén... Rất có khả năng lại một bóng đen to dùng, dập dềnh dập dềnh trôi đến bên bà... Không, đã cứng rồi, chắc hồn ma không đến nổi... Mà không còn là giả nữa, bóng đen ấy đang dập dềnh trước mắt bà. Càng soi bóng đèn hạt đỗ, nó trôi về phía bà càng nhanh. Bà đứng yên, bấu chặt mười đầu ngón chân vào nền gạch. Nó cũng đứng yên. Không hoảng sợ như lần đầu gặp nó, bà tắt đèn, bậm môi bước lên nhà trên. Bà phải tìm bằng được chồng, bắt ông cùng xuống bếp nhìn bóng đen ấy, để cùng bà xác định đây không phải là ảo giác. Đây là một cái gì đó bất an mà vợ chồng bà phải giải quyết bằng cách tích cực hơn thay vì cúng kiếng lạc hậu, rườm rà, tốn kém, không hiệu quả.

Không mở đèn sáng, vẫn giữ đèn pin hạt đỗ trong tay; bà lia nguồn sáng khắp nhà, khắp các phòng nhưng vẫn không thấy ông. Linh tính có điều gì rất lạ, bà quả quyết bước xuống bếp lần thứ hai. Không, không sợ gì cả, can đảm lên. Bước nhẹ nhẹ trong bóng tối nhưng lần này bà không thấy bóng đen nữa mà nghe tiếng thì thầm:

- Thôi anh, lên ngủ đi, để bà vòng xuống lần nữa là chết cả đám. Cái mặt bà coi vậy mà lì lợm đa nghi lắm, không biết sợ sệt là gì đâu!

- Làm sao mà dám xuống nữa, thấy anh trùm áo mưa đen lẫn vòng vòng là bà xanh cả mặt mày rồi.

- Bộ tưởng lần này bà cứng thêm con mèo quay theo lời xúi giục của cha thầy pháp ban anh nữa chắc?

- Không cứng, nhưng bà tin ma lắm rồi. Từ ngày em về đây, mình ngủ với nhau bao nhiêu đêm rồi mà bà có biết gì đâu. Đi, cùng, cục vàng của anh, chiều anh chút, ngày mai em muốn mua gì anh cũng chiều mà!

- Không! Đã nói không là không, đêm nay em khó ở, có khi mang bầu rồi cũng nên. Anh về phòng bé Nu ngủ đi, cao hứng lên bà xuống tìm anh thì khôn!

- Lo gì cứng, anh “nghỉ binh” bằng một đồng gối trằm mền rồi...

Nghe máu sôi lòng bùng trong huyết quản, tay chân bà Tâm run lập cập nhưng cũng gắng bước đến góc bếp, bật tất cả đèn lên...

Ngay trong đêm, người giúp việc dào dạt phải xách gói ra khỏi nhà.

Ông chồng lắm mưu ma chước quỷ sợ đến phát sốt, ôm mặt chạy về phòng con gái đóng kín cửa.

Suốt ngày hôm sau, dù được vợ con gọi cửa kêu ăn uống đến hàng chục lần, ông vẫn không mở cửa, ở trong phòng “án binh bất động”. Bé Nu hỏi mẹ làm sao mà ba giận mẹ dữ vậy.

Hàng xóm thấy bà Tâm xách giỏ đi chợ hỏi chị bếp đâu không đi. Bà bảo chị ấy về quê lấy chồng rồi. Bé Nu lại hỏi cô Ba có mời nhà mình đi đám cưới không mẹ? ★

Mặt mày xấu xí
Đôi mắt... tí hí
Ba ngạnh... "sát khí"
Da vảy xù xì
"Quê" tận Nam Mỹ
Phá đám như quý
Bám đầu ở lì
Đuối hoài không đi
Đố là cá gì?
Dich thị... cá lau kiếng!

"KHÁCH" ĐẾN TỪ NAM MỸ

Cá lau kiếng còn gọi là cá tì bà hay cá cộ bể. Chúng có nguồn gốc từ Nam Mỹ, được du nhập vào Việt Nam qua đường kinh doanh cá cảnh, chủ yếu nhập từ HongKong và Singapore. Hình dạng thì cá quái dị, màu sắc lại xám xịt, nhưng chúng được "vinh hạnh" xếp vào hàng cá cảnh nhờ vai trò "oshin" của chúng.

Cá lau kiếng (LK) rất mẫn cảm trong việc "dọn vệ sinh" hồ cá cảnh. Chỉ cần thả vào hồ cá cảnh vài chú nhỏ nhỏ thì rong rêu bám vào thành hồ hay chất cặn bã lắng xuống đáy hồ sẽ được chúng dọn sạch. Bởi cấu trúc miệng cá LK có rất nhiều "xúc tu" giống như... máy hút bụi vậy. Khi sống ngoài sông rạch, tập quán "dùng bữa" của cá LK không như các loài cá khác; chúng rất điềm đạm, từ tốn, thích nằm ỳ một chỗ; dùng miệng để lên môi rồi ngậm, rồi ừ, rồi hút, rồi nhâm nhi cho đến khi hết mồi. Đặc biệt, vào mùa nước lũ, nước đổ, nước đục hầu như chúng "biếng ăn, chạy tịnh".

Nếu vội cho cá LK là loài ăn tạp thì chưa hẳn. Thật ra chúng thích "ăn chay" hơn



ai dám... xoi, có người mang về nhà nuôi, có người "phóng sanh" chúng trở lại với sông nước. Cũng chính vì sự "thương tình" này mà cá LK được "yên thân", có cơ hội phát triển ở ạt. Cá LK thuộc loài mắn đẻ, mỗi lứa, một cá mái có thể cho ra đời nửa vạn cá con. Cứ thế mà chúng tha hồ sanh sôi, nảy nở. Do tử ít, sinh nhiều nên lượng cá LK ngày càng đông đúc.

KÊ PHÁ BÌNH HOÀNH HÀNH

Những năm gần đây, khi đến mùa thu hoạch cá, người dân các làng nuôi cá ao dọc hai bờ sông Thao ở Đồng Nai đều rất mệt mỏi, không biết làm cách nào để tống khứ hàng chục tấn cá LK, loài cá không nuôi mà có này! Mặc dù đã cẩn thận lấp bít mọi ngõ ngách tiếp giáp với sông, suối... thế mà chẳng hiểu bằng cách nào, chúng vẫn luôn lách, len lỏi vào được trong các ao cá nuôi. Tình trạng "lạm sinh" của cá LK đã khiến cho dân nuôi cá điêu đứng, nhiều chủ ao bị lỗ nặng vì sự tiêu hao thức ăn nuôi cá.

Anh Trần Văn Tùng, ngụ xã Vinh Tân-Vinh Cửu than: Giá thức ăn cho cá tăng, giá thu mua cá thịt thì "dậm chân tại chỗ". Trong khi đó nạn dịch cá LK hoành hành khắp các ao, chúng tôi đến khổ sở vì loài cá này. Sau khi bơm cạn nước ao, chúng tôi làm vệ sinh cẩn thận, mới thả cá nuôi vào, thế mà chỉ mấy hôm sau đã thấy bọn LK đầy ao!

Sự phát tán và sống dai của cá LK thật là kinh khủng. Đừng tưởng rằng khi đã "quạt chết" rồi ném đầu đó trên bờ cạn thì chúng sẽ chết. Không đâu, muốn chúng chết hẳn phải chặt đầu. Cá tưởng đã chết nếm gần nguồn nước nào đó, chỉ trong thời gian ngắn, chúng sẽ "hồi dương" mà lách xuống nước. Cá LK sống ở nơi nào thì các loài cá khác nơi ấy sẽ phải "bỏ xứ mà đi" vì không thể tranh được thức ăn với chúng. Cá LK rất xấu tính trong việc ăn mồi. Nếu là loại mồi không hợp "gu", thay vì không ăn được thì nhường cho loài cá khác. Nhưng không, chúng cứ đề lên môi và giương ba cái ngạnh sắc nhọn như ngọn giáo để thị uy!

Do tính nết ăn mồi theo kiểu "xã hội đen" của cá LK mà dân câu cá giải trí cũng như mưu sinh rất "cầm thù" chúng. Anh Lê Hồng Phúc, thương câu cá giải trí ở nhiều vùng sông rạch thuộc huyện Vinh Cửu hay Trảng Bom. Anh luôn rơi vào tình trạng "chạy trời không khỏi nắng" bởi bọn cá LK. Cứ đi đến chỗ nào, buông cần câu xuống là y như rằng nơi đó có cá LK chào đón, không cách nào câu được loài cá khác! Sau thời gian khổ sở vì loài cá này, anh Phúc đã nghĩ ra kế "điều hổ ly sơn": "Tôi lấy mồi cá,



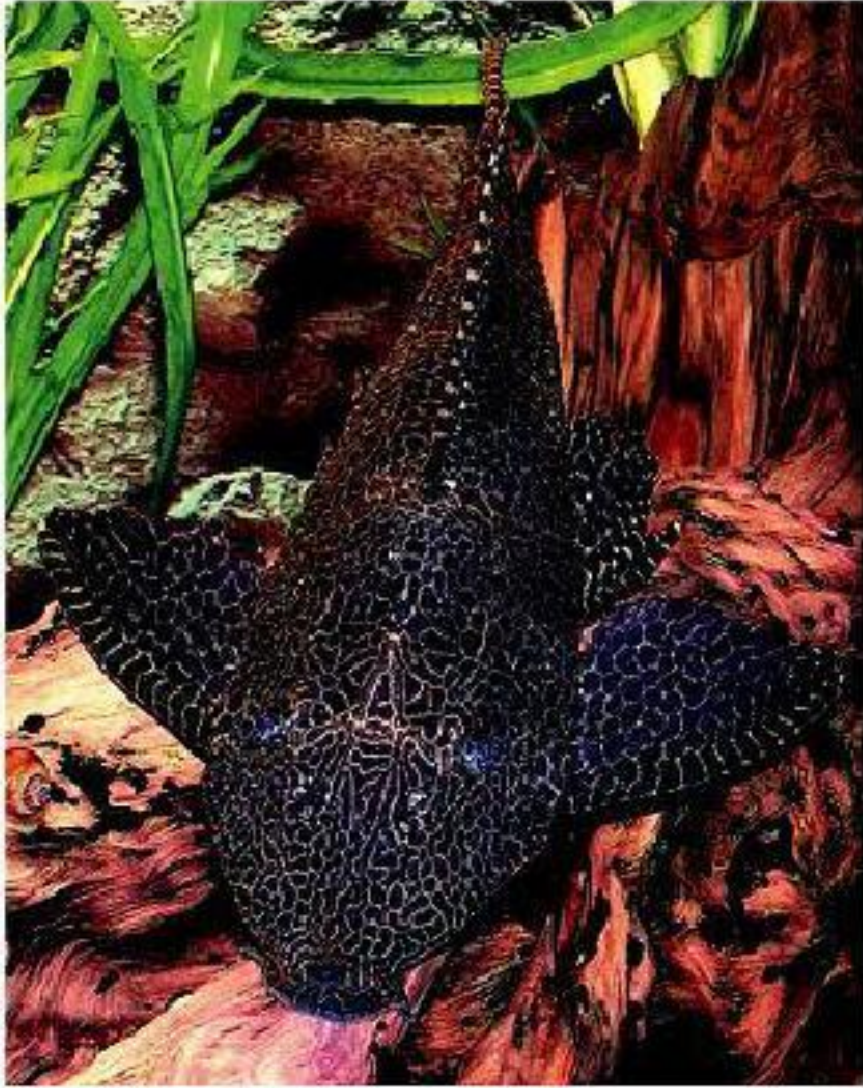
"ăn mặn". Chúng ăn chủ yếu rong rêu, thức ăn có gốc thực vật dạng bột như cám, bắp, cơm... còn "đồ mặn" như trùn hay tép, trứng kiến... thì chỉ những khi "buồn miệng" chúng mới ăn.

Mười mấy năm trở về trước, nếu ai câu được cá LK thường rất mừng, vì cho chúng là loài cá quý hiếm. Thời gian sau này, cá LK sống ngoài sông rạch, ao hồ ngày càng nhiều nên sự hiện diện của chúng chẳng được mấy ai chú ý. Nếu có câu hay lưới được nhưng hình thù "gớm ghiếc" của chúng thì cũng chẳng

Vừa phá bình vừa... lau kiếng

LÊ HOÀNG





trộn với bùn đất, vo thành cục cỡ trái cam, rồi ném xuống nơi cách chỗ mình câu xa vài ba mét. Lũ cá LK đánh hơi được mùi cám, sẽ bu đến để nhâm nhi mấy cục đất trộn cám đó. Thế là tôi tranh thủ buông cần câu ngay chỗ mình ngồi. Nói là “tranh thủ” bởi kể này chỉ dụ chúng được một lúc thôi. Khi câu được vài con cá khác, chúng sẽ “nghe động”, lại kéo đến chỗ mình câu. Lúc này, tốt nhất là nên mang cần câu dời đi nơi khác, bởi khi có cá LK xuất hiện thì sẽ không có loài cá nào dám đến cắn câu!”

Cơn mưa lớn làm cho mực nước của suối Sâu ở ấp 4, xã Trị An, huyện Vĩnh Cửu dâng cao. Anh Lê Văn Tâm, nhà cạnh suối rất mừng. Anh định ninh tay lưới mới sắm dài hơn 50m đã giăng trước cửa suối chiều qua sẽ trúng đậm. Lòng nôn nao, mới mở sáng, anh đã vội bỏ bom dưới suối để kéo lưới lên với bao hy vọng. Nhưng hỡi ôi, mẻ lưới tuy gom nặng nhưng anh chẳng buồn khiêng về. Hàng trăm con cá lau kiếng đủ cỡ mắc lưới đã làm cho tay lưới rối mù như đồng bóng bong

Anh Huỳnh Ngọc Châu, hành nghề chài lưới, mang theo cả vợ con trên chiếc ghe chài từ Long An ngược sông Vàm Cỏ lên sông Đồng Nai với hy vọng nơi vùng “sông mới” sẽ “né” được lũ cá LK. Với kinh nghiệm hơn 10 năm hành nghề sông nước, anh cứ đinh ninh rằng sông Đồng Nai không có cá LK. Nhưng nào ngờ, tránh vỏ dưa gặp vỏ dừa, anh lắc đầu ngao ngán: “Đến sông Đồng Nai, tui đã đề đặt không dùng lưới thả mà dùng lợp dây để bủa bắt cá. Khi thu lợp, hơn nửa lượng cá đánh bắt được là cá LK. Nếu ở Long An hay các tỉnh miền Tây thì vẫn có khá nhiều người “biết” ăn thịt cá LK, nên tui còn bán được lai rai, mặc dù bán không được giá. Còn dân ở miền Đông hầu như ít ai dám ăn thịt cá LK. Nhiều khi tức mình, khi bắt được chúng, tui đập đầu cho chết rồi liệng đại xuống sông”

Tình trạng cá LK có mặt mọi lúc mọi nơi đã nảy sinh nhiều chuyện dở khóc dở cười liên quan đến ngành nghề khai thác thủy sản và dịch vụ câu cá giải trí. Đây là nội dung đối thoại giữa bà chủ một ao câu cá giải trí và một “ngư ông”:

- Tôi đồng ý bỏ tiền ra, vào ao chị để câu cá chép, cá tra... Vậy tại sao chị lại thả toàn cá LK?

- Dạ anh thông cảm, làm gì có chuyện tui này thả cá LK, tự nhiên nó có ở trong ao đó chứ. Thôi thì nếu anh câu được cá LK, mỗi con tui sẽ gởi trả lại anh 5 ngàn đồng.

- Nè, chị nói vậy chẳng khác nào xúi tui bỏ tiền ra để câu cá LK hay sao?

- Mèn ơi, Anh hiểu lầm thiện ý tui rồi! Một vé vào câu là 50 ngàn đồng, nếu anh câu được 10 con cá LK thì coi như tui trả lại tiền vé.

- Nếu chị qui định như vậy mà lỡ tui câu được hơn 10 con LK thì sao?

- Thì coi như anh có... lời! Dựa vào qui định này, nhiều “ngư ông” lên dùng lưới câu đĩa. Nhờ sử dụng lưới câu đĩa có “ngư ông” mỗi ngày câu được vài chục cá LK, buộc bà chủ ao cá phải “thối tiền vé” như đã hứa. Chỉ thời gian ngắn, không phải ao câu cá giải trí này hết sạch cá LK mà túi tiền của bà chủ ao cá muốn hết vì phải “bù lỗ” tiền vé “vượt định mức” qua số cá LK cắn câu. Cuối cùng, bà tuyên bố hủy bỏ “qui ước” kia với khách và nói rằng: “Từ bữa nay, khách nào câu được cá LK thì ráng chịu!”

NHỜ HEO GỖ TÔI

Hiện nay sự phát tán cá LK khắp các vùng sông nước là rất nghiêm trọng. Sự phát triển ồ ạt của chúng đã trở thành đại địch, không những gây xáo

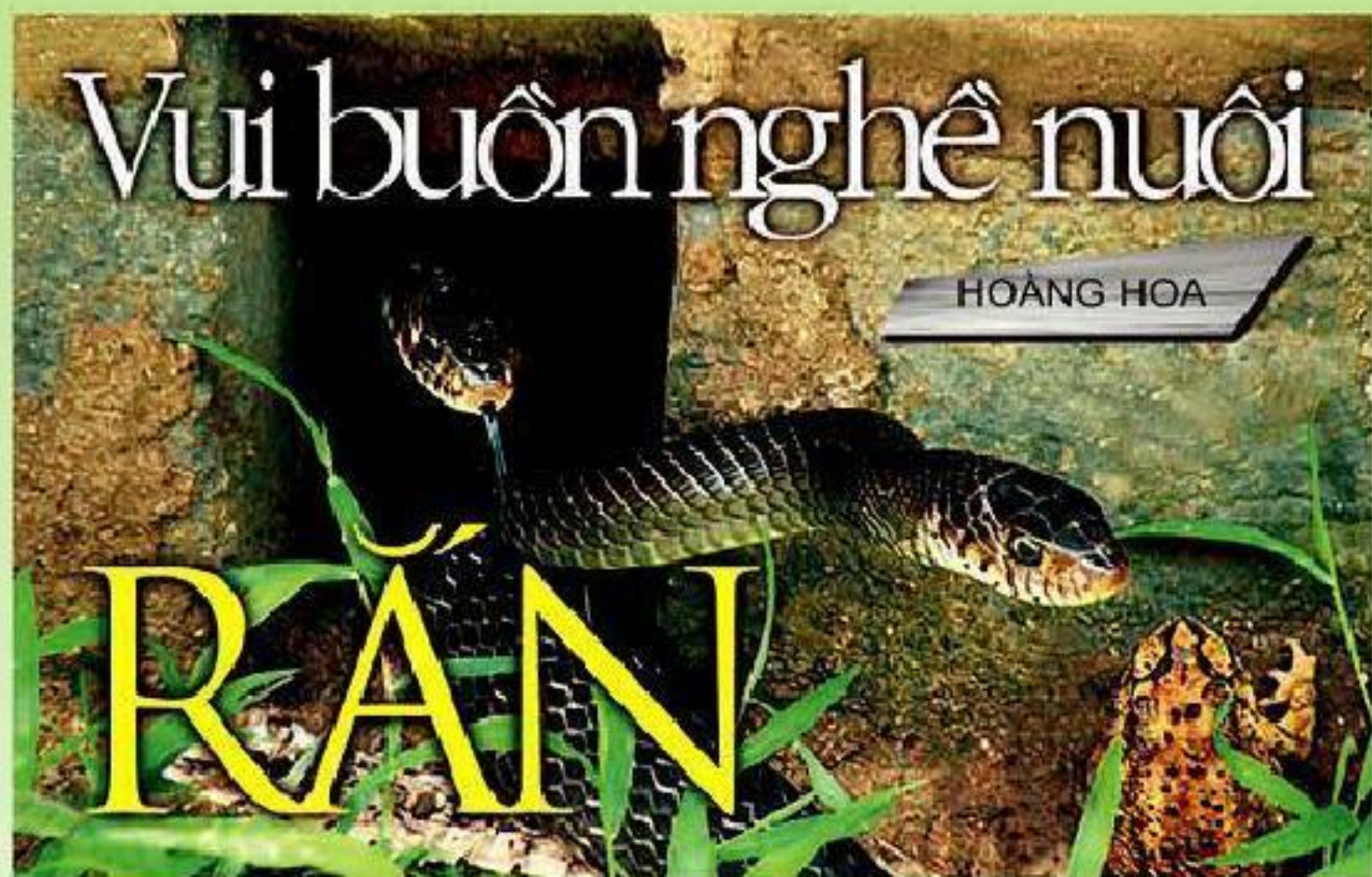
trộn môi trường sinh thái mà còn ảnh hưởng xấu đến ngành ngư nghiệp, khai thác thủy sản. Tất nhiên chúng ta không thể áp dụng các biện pháp “trái tự nhiên” như dùng hoá chất, xung điện để tiêu diệt chúng. Và lại càng khó hơn nếu cấp kinh phí để huy động người dân bắt cá LK như cách tiêu diệt ọc bư vàng đã làm trước đó. Qua thực tế, việc đánh bắt chúng là không khó. Cái khó là lượng cá LK khổng lồ đánh bắt được sẽ dùng vào việc gì? Về phương diện ẩm thực, đa số người dân chưa quen ăn thịt cá LK, mặc dù gần đây có nhiều thông tin về việc chế biến các món ăn “khoái khẩu” từ cá này. Mặt khác, cũng có “tin đồn” là thịt cá LK trị được bệnh tiểu đường, tráng dương, bổ thận (?). Có thể đây là “chiến dịch tâm lý” tự phát của ngư dân nhằm tìm cách tiêu thụ lượng cá LK không “đánh” mà vẫn “bắt” được. Theo kinh nghiệm của ông Bảy Thọ, ngư xã Tân An- huyện Vĩnh Cửu: “Thấy lượng cá LK nhiều người đánh bắt được chỉ đem bỏ, tôi thấy tiếc, bèn đem về nấu cháo cho heo ăn thử. Không ngờ đàn heo tăng trọng khá nhanh. Thế là tôi liền thu mua cá LK với giá 2.000đ một ký. Đã có nhiều người mang tới bán cho tôi thay vì vứt chúng đi. Thời gian gần đây, báo đài nói thịt cá LK ăn ngon nên nhiều người chê tôi mua giá bèo quá, họ không bán, mang về ăn.”

Thịt cá LK chiếm 1/10 trọng lượng cơ thể, 9/10 trọng lượng còn lại là da xương, vậy có hàm lượng chất vôi và đạm khá cao, rất phù hợp dùng chế biến thức ăn gia súc. Nếu giải quyết được “đầu ra” cho cá LK, chúng được xem như là nguyên liệu chủ lực của ngành chăn nuôi thì biết đầu mai này, có khi phải tìm đồ mất mới bắt được chứ! ★



Anh Ha Văn Vi, chủ trại có hơn 1.000 hang rắn ở làng rắn Vĩnh Sơn (Vĩnh Phúc) cho biết, muốn nuôi rắn thành công trước tiên phải... không sợ rắn. Những động thái hoảng sợ của bạn như chạy rầm rập khi thấy rắn, bắt rắn quá mạnh tay... đều làm cho loài bò sát này phản công bằng cách cắn lại hoặc phun nọc độc vào mắt, mắt "đối thủ". Rắn ưa sự nhẹ nhàng, dịu dàng, khéo léo từ chính những chủ nhân của nó. Nếu bạn kèm chế được sự hoảng sợ và thể hiện được những ưu thế này trước rắn là bạn đã có thể trở thành những người nuôi rắn giỏi giang.

Cách đây vài mươi năm, làng Vĩnh Sơn hầy còn nghèo lắm với nhà tranh vách đất. Bà con làm nghề nông đầu tắt mặt tối mà vẫn không đủ ăn. Bù lại, đất này rắn nhiều vô kể. Ngày nông nhàn, nhà nhà trong làng rủ nhau đi bắt rắn bán cho mấy ông thầy thuốc Tàu ngoài phố, đây được xem như một cách cải



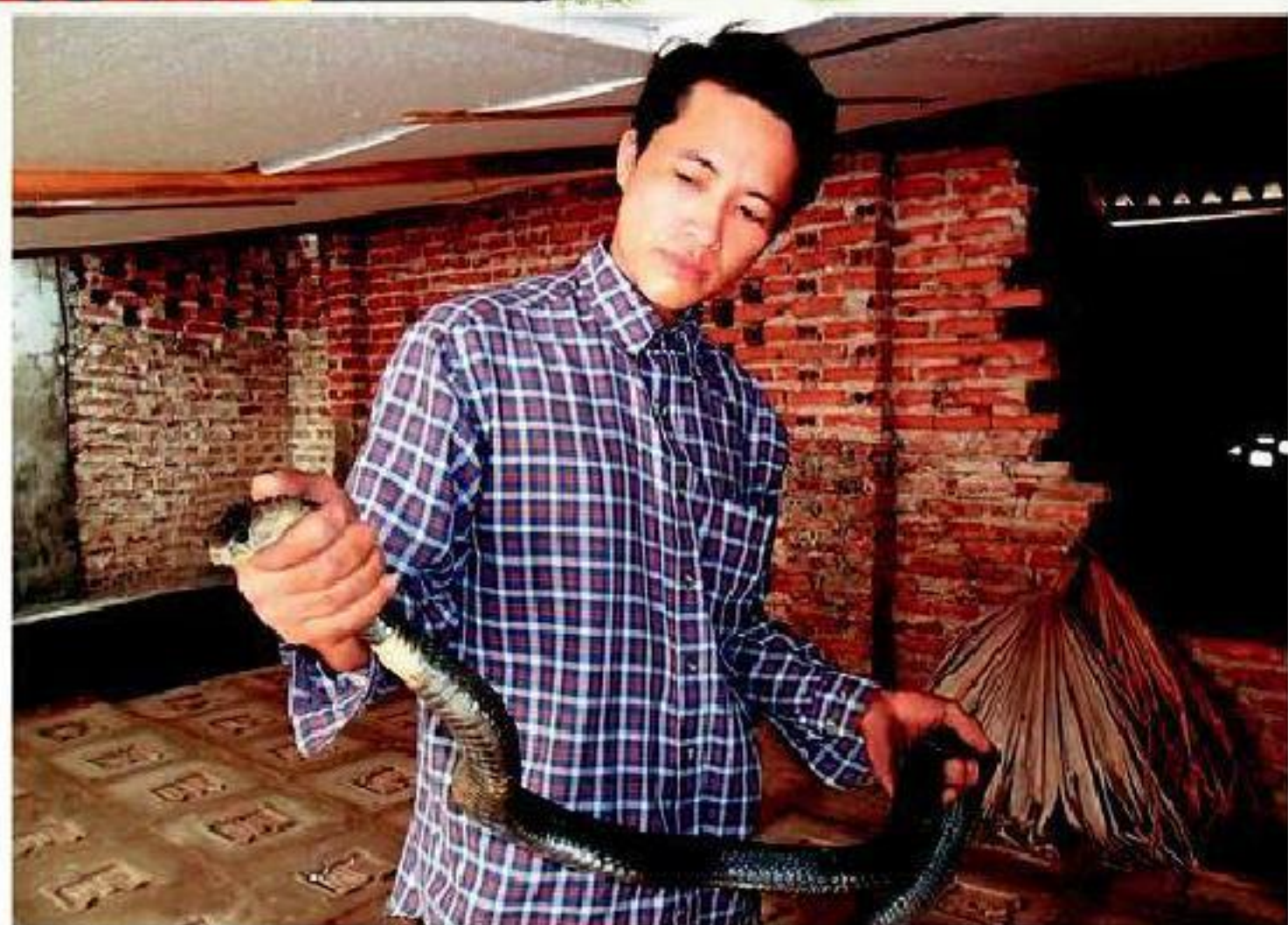
HANG RẮN NHÂN TẠO



Nuôi rắn là nghề hái ra tiền hiện nay. Một ký rắn hổ mang trong thực đơn các nhà hàng sang trọng được tính từ 1,5- 2,5 triệu đồng (sau khi chế biến các món theo ý khách). Lãi ròng hàng năm của những trại rắn lớn phải tính đến tiền tử. Tuy nhiên, việc nuôi rắn thật ra không dễ dàng chút nào nếu như bạn không có kinh nghiệm.

thiện đời sống nhanh nhất, hiệu quả nhất. Dần dà, đời sống khá lên, các nhà hàng đặc sản đua nhau ra đời. Thịt rắn có giá từ hàng trăm ngàn đến hàng triệu đồng một ký. Rắn ngoài đồng, trên núi thưa thớt dần. Thế là mọi người rủ nhau nuôi rắn. Trong làng bây giờ nhiều nhà đã "lên đời" với biệt thự, xe hơi... nhờ rắn. Hiện có 80% số hộ trong làng sống nhờ nghề nuôi rắn và chế biến các sản phẩm từ rắn (hơn 1.200 hộ).

Nghề nuôi rắn chỉ "nặng vốn" một lần khi bỏ tiền mua rắn giống, không phải tốn nhiều công chăm sóc, thức ăn cho chúng thường là ếch nhái vịt gà kém chất lượng. Từ thời gian mua rắn giống, phối giống, ấp nở cho đến khi nuôi đủ cân xuất chuồng (1,5- 2kg/ con), người nuôi rắn mất khoảng 2 năm (tổng vốn mỗi con khoảng 1 triệu đồng). Với trên dưới nghìn hang rắn như chủ trại Ha Văn Vi kể trên, sau khi xuất chuồng trừ chi phí, bình quân mỗi năm lãi hơn 500 triệu đồng. Nhà nhà trong làng Vĩnh Sơn hang rắn dày đặc. Mỗi hang được chia ra vài chục ngăn, bình quân mỗi ngăn



CHỦ TRẠI HA VĂN VI CHỈ CÁCH BẮT RẮN SAO CHỖ KHÔNG BỊ RẮN CẮN

THỨC ĂN CỦA RẮN



rộng
khoảng
40cm² cho
một chú rắn khoanh tròn khọt khẹt suốt
ngày đêm. Món ăn khoái khẩu của chúng
thường là ếch, nhái, ếch ương... Trại
nuôi 2 nghìn chú phải mất từ 70- 90 triệu
đồng tiền ếch nhái mỗi năm (30.000
đồng/ ký ếch nhái). Rắn nuôi kinh tế
tập trung giống rắn hổ: hổ mang, hổ
hành, hổ ngựa, hổ mèo, hổ trâu... Giống
rắn này hay ăn chóng lớn, có con đạt
cực đại hơn chục ký khi xuất chuồng.

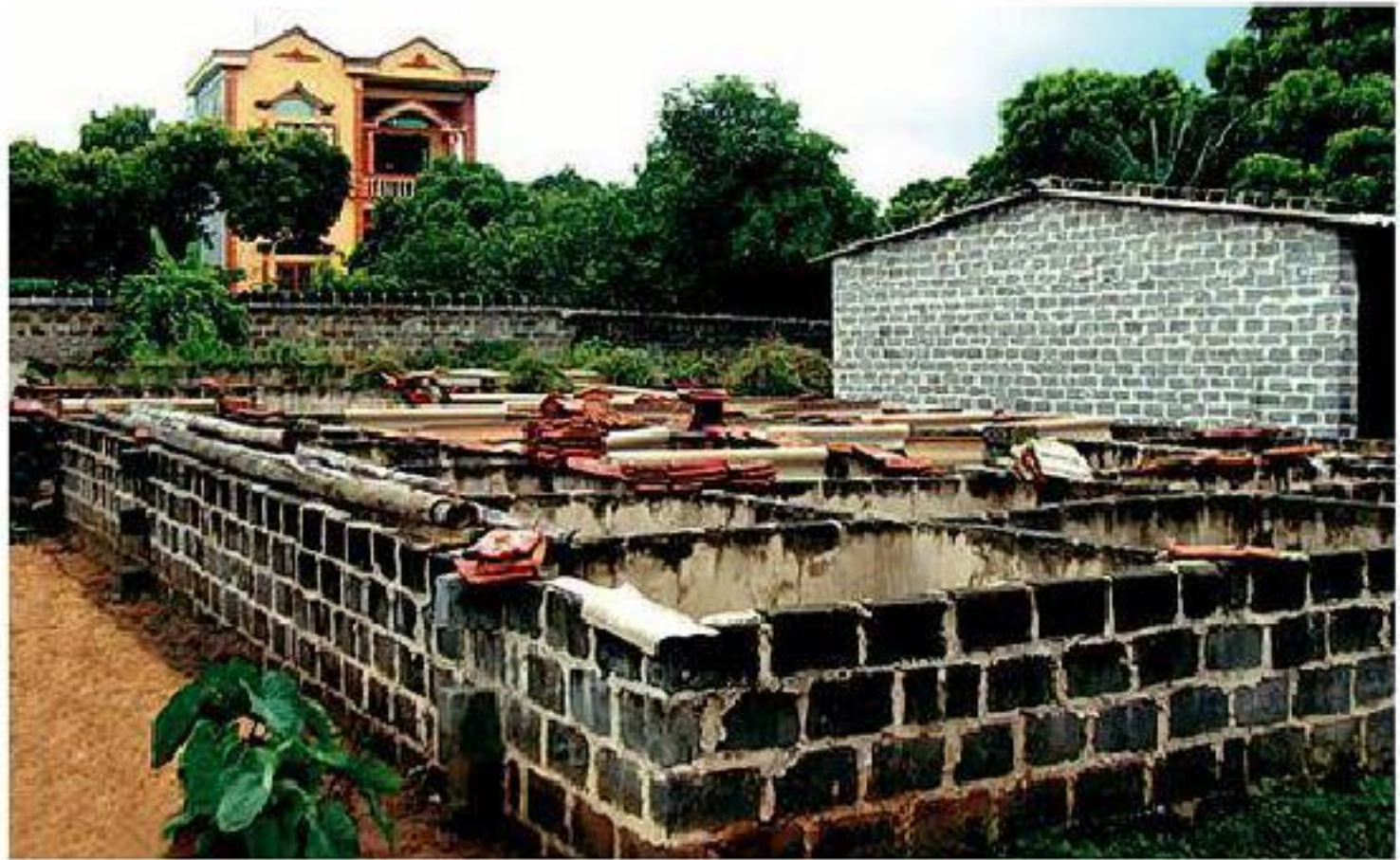
Cũng là làng nuôi rắn lâu đời và
hoành tráng như Vĩnh Sơn, tỉnh Hải
Dương có làng rắn Chi Ngải với hơn 100
hộ nuôi rắn. Làng này chuyên nuôi rắn
hổ phi, hổ trâu; rắn xuất chuồng nặng
bình quân trên dưới 5kg/con. Ông
Nguyễn Quý Bắc thuộc hàng "đại gia
rắn" trong làng cho biết, nuôi rắn thu
nhập khá hơn nuôi lợn nuôi gà
nhiều, chuyện bỏ túi bạc tỉ hàng năm
không còn là điều lạ. Tuy nhiên, nếu
không kinh nghiệm thì nghiệp rắn gia
đình cũng sớm "đội nón ra đi". Loài bò
sát máu lạnh này cũng hay mắc bệnh
dịch khi không được chăm sóc kỹ càng.
Có bạn có đến 50% trong số hơn 4.000
con phi đen của ông mắc bệnh tim, phổi;
may mà liên hệ thú y sớm và tích cực
chữa trị nên sau khi "tổng kết trại" cũng
có đông ra đông vào.

Thâm niên nuôi rắn lâu đời nhất Việt
Nam, có lẽ phải kể đến làng rắn Lệ Mật
(Hà Nội) với gần 900 năm làm nghề.
Người làng Lệ Mật nuôi rắn vất vường
như nuôi mèo nuôi chó trong nhà. Phần
lớn số rắn nuôi ở đây đã được thuần
đường. Chúng không hổ tí là hung hăng

CHỌC TIẾT RẮN PHA RƯỢU



CHUỒNG RẮN



khọt khẹt như bọn rắn hoang trong rừng,
nhưng nếu có cử chỉ tấn công hoặc thô
bạo với chúng là coi chừng! Có nhiều nhà
nuôi rắn và sinh sống nhờ rắn đến hơn
nửa thế kỷ trong làng như nhà ông
Nguyễn Đăng Pháo, Trần Như Bản...

Sinh nghiệp tử nghiệp là chuyện không
tránh khỏi trong nghề nuôi rắn. Những
người chết vì bị rắn cắn ở các làng nuôi
rắn thường xuyên, đôi khi họ nghĩ các
vết trầy xước không quan trọng nên không
chú tâm điều trị, không ngờ nọc rắn có
thể theo những đường hở hẹp nhất để
vào cơ thể rồi lên tim. Trường hợp người
nuôi rắn bị doan chi cũng nhiều. Đôi khi
bị rắn cắn ở bắp tay bắp chân, họ chỉ
buộc ga- rô rồi chủ quan dùng thuốc gia
truyền mà không nghĩ đến chuyện vết
thương có thể bị nhiễm trùng, khi bị
nhiễm trùng nặng thì chỉ còn cách của
bỏ. Hầu hết các làng nuôi rắn đều có các
thầy lang có kinh nghiệm với những bài
thuốc trị rắn cắn gia truyền. Nhiều trường
hợp thấy lang bó tay, phải chuyển đến
bệnh viện thì khi ấy bệnh nhân đã bị sụp
mí mắt, ngấn lưỡi và chết. Theo ông Bắc-
người có kinh nghiệm chữa trị rắn cắn ở
làng rắn Chi Ngải, khi bị rắn cắn, tốt
nhất là buộc ga- rô, sử dụng huyết thanh
kháng nọc rắn cho nạn nhân (trữ sẵn
trong nhà) rồi đưa ngay đến bệnh viện
gần nhất tiếp tục chữa trị.

Nguồn tiêu thụ rắn tương như không
bao giờ với là các gánh lái buôn xuyên
biên giới Việt Nam- Trung Quốc hoạt
động suốt ngày đêm. Hệ thống tiêu thụ
rắn quan trọng không kém tiếp theo là
các nhà hàng đặc sản mọc lên như nấm
sau mưa xuyên suốt từ Bắc chí Nam, đặc
biệt ở các đô thị mới và các khu công
nghiệp, khu chế xuất.

Cơ thể rắn có thể chế biến thành
nhiều món ăn hấp dẫn và làm được
nhiều bài thuốc đặc dụng. Mỡ rắn dùng
bôi vết thương, vết bỏng rất mau lành.

Mật rắn trị cảm, tiêu đàm. Nọc rắn trị
bệnh động kinh, hen phế quản, băng
huyết. Rượu rắn uống trị bệnh thấp
khớp và bổ gan bổ cốt. Thịt rắn trên
bếp các nhà hàng có thể chế biến hàng
chục món với rắn nướng, rắn hấp hành,
lòng rắn xào lăn, rắn băm xúc bánh
đa, cháo rắn nấu với đậu xanh, lẩu rắn
tiềm thuốc bắc...

Ngày nào con người còn nhu cầu dùng
rắn, ngày đó các làng rắn còn phát to.

Và từ trong rừng sâu núi thẳm,
giống bò sát máu lạnh càng có nguy
cơ mai một ★

HỔ MANG LUỘC LÀ CHANH: 500 NGÀN ĐỒNG/ Đĩa



LÒNG HỔ MANG XÀO HÀNH: 300 NGÀN ĐỒNG/ Đĩa



Chuyện lạ có thật:

Chuyện thật như đùa này xảy ở thôn 1, xã Hồng Kim, huyện A Lưới, tỉnh Thừa Thiên - Huế. Hai anh em ông Hồ Văn Tuol và Hồ Văn Tua đã lấy chung một vợ và sống với nhau mấy mươi năm qua. Một câu chuyện rất trở trêu và hi

BÀ CẦN Y (ĐỘI NÓN) VÀ ÔNG TUA (THỨ 2 BÊN TRÁI)
CÙNG CON TRAI, CON GÉ



CHUYỆN BUỒN BÊN NÚI

Đến xã Hồng Kim, hỏi gia đình anh em ông Hồ Văn Tuol và Hồ Văn Tua không người dân nào là không biết. Thậm chí nhiều người còn đọc vanh vách tên tuổi 10 người con trong gia đình này. "Chuyện nhà đó bị kịch lắm, dân bản muốn quên đi nhưng



HAI ĐUÁ TRẺ BÊN MẢNH BOM NĂM XUA Ở A LƯỚI

LỄ HỘI A RIÊU CAR, MỘT NÉT VĂN HOÁ ĐỘC ĐÁO Ở A LƯỚI



DÀN VIẾT

2 anh em lấy chung...1 vợ & sống hoà thuận!

hữu. Vậy mà bà Cần Y kể rằng, từ khi bà trở thành vợ chung của hai anh em ông Tuol, chưa bao giờ bà thấy giữa hai người đàn ông này xảy ra xích mích hay lời qua tiếng lại. Hai người chồng của bà lúc nào cũng cư xử với nhau một cách nhịp nhàng và luôn kính trên nhường dưới. Tình cảm không hề sút mẻ của anh em ông Tuol khiến bà con trong thôn bản ngỡ ngàng.





THÁC ANỜ RỎA LƯỚI

vẫn phải nhắc tới để răn dạy con cháu mình"- bà Căn Liên, một người dân ở đây, nói sau khi chỉ cho chúng tôi đường đến nhà anh em ông Tuol.

Ngôi nhà bằng gỗ khá thơm mát của gia đình anh em ông Tuol nằm cách trụ sở Ủy ban nhân dân xã Hồng Kim chừng 150m. Trên chiếc chiếu được trải ngay giữa gian nhà chính, ông Tua ôm đàn ngồi hát. Khuôn mặt của ông dăm chiêu, mắt nhìn xa xăm vào những ngọn núi heo hút. Tiếng đàn, lời ca cũng buồn thắm như chính chuyện tình của ông.

Thời thanh niên, bà Căn Y là người con gái đẹp nức tiếng ở xã Hồng Kim cũng như huyện vùng cao A Lưới. Trai bán từ các vùng đập đầu kéo về ngỏ lời yêu thương nhưng tất cả đều bị bà từ chối. Rồi bà tham gia lực lượng du kích địa phương, vận chuyển lương thực phục vụ bộ đội đánh Mỹ. Trong những ngày băng rừng vượt suối làm nhiệm vụ, bà đã gặp và yêu thương ông Tuol, lúc đó cũng là một du kích địa phương. Rồi họ cưới nhau trong nghèo khó nhưng thật sự hạnh phúc.

Tuy nhiên, sau ngày về nhà chồng, cuộc sống của bà Căn Y là những tháng ngày lạnh lẽo bởi ông Tuol thường xuyên xa nhà chiến đấu. Ông Tuol có người em ruột tên Tua là một giáo viên công tác ngay tại địa phương, ở chung nhà với chị dâu. Là người có biệt tài đàn giỏi hát hay, lại là một trí thức nên ông Tua được rất nhiều cô gái trong vùng để ý. Tuy nhiên ông Tua quyết định tam gát tình cảm trai gái sang một bên để dồn tâm sức cho sự nghiệp dạy chữ.

Nhưng rồi quyết tâm của ông không chống lại được định mệnh. Khi ông lãng tránh ánh mắt yêu thương

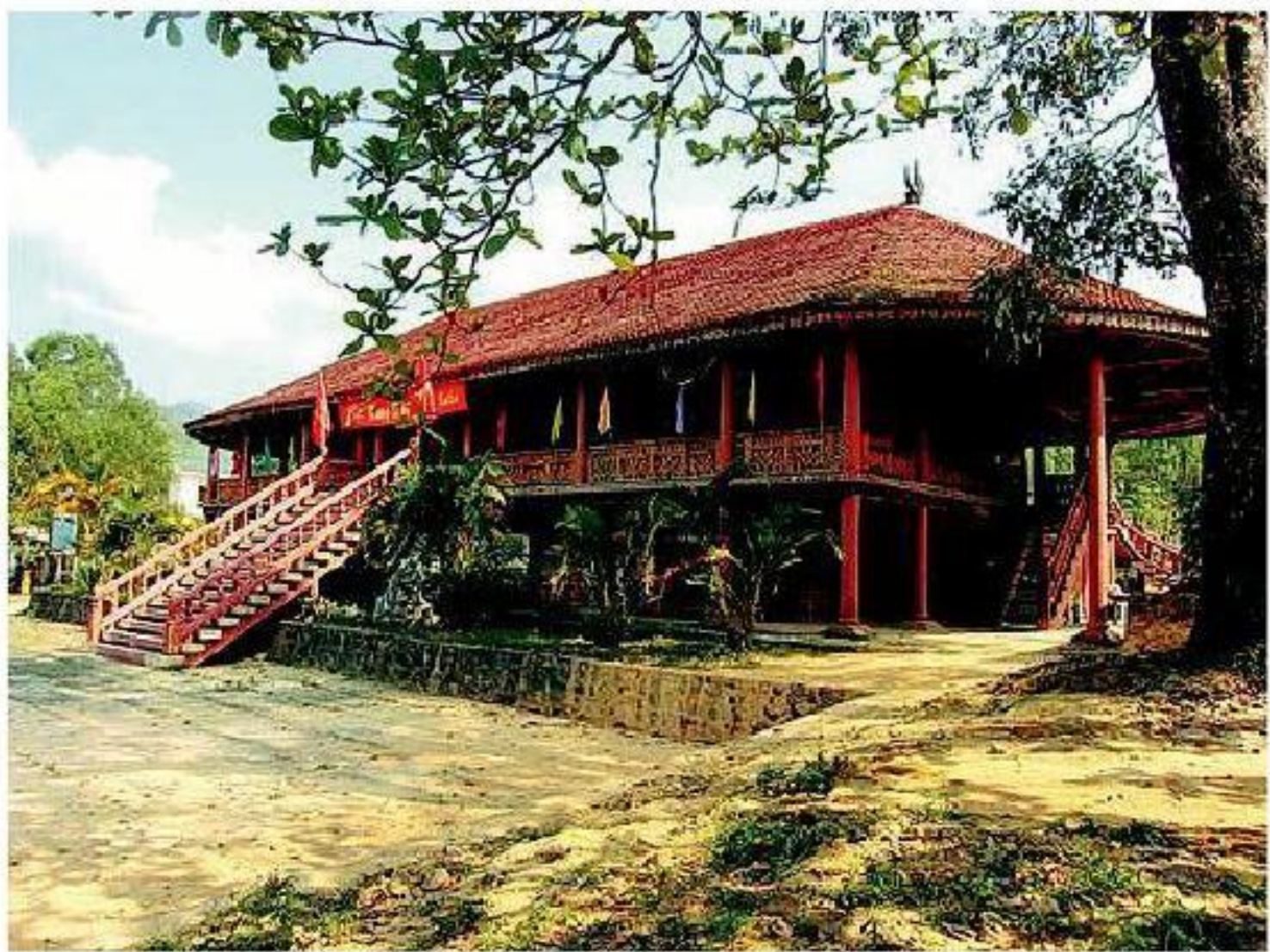
Cuộc sống một vợ hai chồng giữa bà Căn Y với ông Hồ Văn Tuol và ông Hồ Văn Tua là một định mệnh trở trêu, đáng ra họ phải tránh ngay từ đầu. Dù sống hoà thuận, hạnh phúc nhưng rõ ràng là họ đã vi phạm Luật Hôn nhân và gia đình. Cả ba người đều có lỗi. Có thể xuất phát từ hoàn cảnh chiến tranh, rồi về sau mọi người đều phải cùng lo mưu sinh trong hoàn cảnh kinh tế khó khăn nên chính quyền địa phương và dư luận không để ý tới câu chuyện éo le này. Tuy vậy, đây cũng là bài học đắt giá không chỉ đối với những người liên quan mà cho cả xã hội chúng ta.

của những cô gái tuổi cập kê thì lại "đính" vào mắt xanh của người chị dâu đang sống những tháng ngày cô quạnh. Sự nồng nức của tuổi thanh niên đã khiến ông và bà Căn Y không còn giữ được tình cảm chị dâu em chồng nguyên bản.

Điều kỳ lạ là, sau khi biết chuyện tình cảm giữa vợ và em trai mình, ông Tuol không hề giận dữ mà lại hết mực vun đắp cho tình yêu của hai người. Ông Tuol dẫn ông Tua đến nhà bố mẹ bà Căn Y xin



KHU TRUNG TÂM HUYỆN A LƯỚI



NHÀ SÂN TRUYỀN THỐNG Ở TRUNG TÂM HUYỆN A LƯỚI

bố mẹ vợ cho em trai mình ăn nắm xôi để chính thức trở thành chồng của bà Cấn Y. “Bố mẹ Cấn Y đồng ý cho mình ăn nắm xôi nên mình trở thành người chồng thứ hai của con gái họ”- ông Tua nhớ lại.

Việc bà Cấn Y trở thành vợ chung của hai anh em ruột khiến dư luận ở A Lưới lúc bấy giờ hết sức xôn xao. Nhiều ý kiến phản đối gay gắt chuyện hôn nhân này vì cho rằng đây là việc làm vi phạm nghiêm trọng luân thường đạo lý. Nhiều người khác lại cảm thông và xúc động trước tình thương hiem có của anh em ông Tuol.

KHÔNG BIẾT AI LÀ CON MÌNH!

Sau ngày bà Cấn Y sinh đứa con đầu lòng tên Xuân không lâu thì đất nước thống nhất. Ông Tuol trở về quê bươn chải mưu sinh với nương rẫy, còn ông Tua tiếp tục sự nghiệp dạy chữ ở gần nhà. Thỉnh thoảng người dân địa phương bắt gặp cảnh bà Cấn Y đi làm với ông Tuol vài ngày, rồi lại đi cùng ông Tua vài bữa. Thời gian đầu, người dân rất ái ngại khi chứng kiến cảnh tượng cười ra nước mắt này nhưng rồi gặp nhiều thành quen.

Rồi bà Cấn Y tiếp tục sinh ra 9 người con nữa. Chính bà cũng không thể biết trong số 10 người con mà mình sinh ra ai là con của ông Tuol và ai là con của ông Tua. “Từ ngày cưới chồng hai, gia đình mình đã thống nhất cách gọi cho các con. Ông Tuol là anh nên được mấy đứa gọi là bố, còn ông Tua là em nên gọi là chú”- bà Cấn Y thành thật kể.

Những người con do bà Cấn Y sinh ra ngày càng lớn trong khi sức khỏe của ông Tuol ngày càng yếu dần. Ông Tua quyết định nghỉ dạy học để gánh vác chuyện kinh tế gia đình. Ông Tua

và bà Cấn Y không chỉ làm rẫy mà còn phát triển trồng lúa nước để có đủ gạo nuôi con.

Hôm gặp chúng tôi, ông Tua khoe: “Con của bố cả đó. Con Lý (Hồ Thị Lý) là con thứ hai, làm dâu ở Hồng Trung mà tuần mô cũng về thăm bố. Thành Sơn là con út đang đi học...”. Rồi ông kể về tính cách và cuộc sống của Lành, Lai, Lê, Kên, Sâm, Sang, Sơn,... những người con mà ông không thể biết được ai là con thực sự của mình.

Chúng tôi nhận ra một nỗi buồn chất chứa trong ánh mắt của ông Tua khi ông kể về những người con trong gia đình. Dường như ông đang mong mỏi một ngày được các con gọi một tiếng bố như chúng nó vẫn thường gọi với anh trai ông.

Chị Hồ Thị Lý, người con thứ hai, có rất nhiều điểm giống ông Tua. Cả ông Tua và chị Lý đều tin chắc họ là cha con ruột nhưng họ không thể phá bỏ lời hứa với bà Cấn Y để xưng hô bố con. “Đã nhiều lần mình hỏi vợ cận kề để mong biết được đứa nào là con của mình nhưng Cấn Y không thể nhớ được”- ông Tua tâm sự.

Chị Lê Thị Bảo, vợ của người con trai cả thì kể rằng, những ngày mới về làm dâu, nhiều lần chị gọi ông Tua là bố nhưng ông Tua lại bảo không nên gọi vậy vì sợ ông Tuol buồn! Gặp chúng tôi khi đang bị bệnh, ông Tuol tâm sự: “Mình sức khỏe yếu rồi và sẽ về với đất không biết khi nào. Mình muốn khi đó tất cả các con sẽ gọi Tua là bố để nó không còn phải buồn nữa”.

HẠNH PHÚC KỶ LA

Bà Cấn Y kể rằng, từ khi bà trở thành vợ chung của hai anh em ông Tuol, chưa bao giờ bà thấy giữa hai người đàn ông này xảy ra xích mích hay lời qua tiếng lại. Hai người chồng của bà lúc nào cũng cư xử với nhau một cách nhịp nhàng và luôn kính trên nhường dưới. Tình cảm không hề sút mẻ của anh em ông Tuol khiến bà con trong thôn bản ngỡ ngàng.

“Nếu không có tình cảm anh em thương yêu nhau hết mực thì gia đình mình tan vỡ từ lâu rồi chứ không thể yên ấm đến ngày hôm nay” - bà Cấn Y nói.

Chính bà Cấn Y đã góp phần giúp hai người chồng của mình tăng cường tình cảm ruột thịt bằng sự khéo léo trong ứng xử. “Mình là người vợ của hai chồng nên phải biết chia sẻ tình cảm cho hai người công bằng, phải yêu thương hai người chồng như nhau. Chỉ cần thiên vị tình cảm cho một bên thì sẽ khó giữ được hạnh phúc gia đình”- bà Cấn Y tiết lộ bí quyết làm vợ chung của hai ông chồng.

Năm nay, ông Tuol và bà Cấn Y đều đã 70 tuổi, còn ông Tua cũng đã 66 tuổi và là những người già mầu mực ở xã Hồng Kim.

Tuy nhiên, hình ảnh về một gia đình “khác người” của họ là một nỗi buồn của địa phương và những người liên quan ★

MỘT NGÔI NHÀ NGƯỜI TÀ Ở





Vì sao Mai Phương Thuý "ăn nói vô lễ" trong quảng cáo?

KIM LIÊN - KỶ PHAN

bên nước ngoài. Khi sang đến Thái Lan, cầm kịch bản trên tay, cô đã thắc mắc với đoàn làm phim quảng cáo. Nhưng đoàn sang Thái Lan chỉ có hai người Việt Nam là Mai Phương Thuý và copywriter của nhãn hàng. "Thuý có nói rằng lời thoại như vậy là không hợp lý. Bản thân Thuý là người



MỘT SỐ HÌNH ẢNH
CỦA MAI PHƯƠNG THUY
TRÊN INTERNET



Hoa hậu Mai Phương Thuý vốn là một người đẹp được đánh giá khôn ngoan, ăn nói nhã nhặn, có trí thức. Tuy nhiên, thời gian gần đây cư dân mạng xôn xao bàn tán về đoạn quảng cáo mà Mai Phương Thuý đóng vai cô gái xinh đẹp, có mái tóc dài óng mượt được người yêu đưa về ra mắt gia đình. Mẹ chàng trai ấn tượng với mái tóc dài suôn mượt của cô gái trẻ liền hỏi thăm dò bí quyết làm đẹp của cô gái: "Cháu gội tóc ở tiệm à?". Đáp lại câu hỏi đó, Mai Phương Thuý chỉ trả lời cộc lốc: "À không, chỉ là R (tên nhãn hàng) thôi".

Do đâu Hoa hậu Mai Phương Thuý phạm phải sai lầm đầy phản cảm như vậy?

Những người ủng hộ cô cho rằng đây chỉ là quảng cáo, và đâu chỉ là một đoạn phim nhỏ nhất cũng có đạo diễn, kịch bản... Mai Phương Thuý là diễn viên, tức chỉ chiếm một phần rất nhỏ trong tổng thể ê kíp sản xuất và cô buộc phải tuân thủ sự chỉ đạo của đạo diễn cũng như kịch bản đã được duyệt. Tuy nhiên, một số đồng công chúng lại cho rằng đây là hoa hậu, người nổi tiếng thì không thể ăn nói vô lễ, trống không như đoạn quảng cáo này.

Mai Phương Thuý chia sẻ với báo *Pháp Luật Xã Hội* rằng vì quá bận nên cô còn chưa có thời gian xem quảng cáo ấy lên sóng như thế nào. Nói về lời thoại, Hoa hậu Việt Nam 2006 cho biết rằng khi ký hợp đồng quảng cáo cho nhãn hàng này, cô chỉ ký điều khoản về việc phải làm và phạm vi sử dụng hình ảnh, còn vấn đề về kịch bản thể nào là do

miền Bắc, mỗi câu nói với những người hơn tuổi Thuý đều có kính ngữ, và cũng rất lễ phép". Cô nói như vậy chẳng lẽ người miền Nam chẳng biết "kính ngữ" sao!?

Hoa hậu còn nói cô được trấn an rằng đây là nhãn hàng lớn, khi lên kịch bản hay làm gì, họ đã đều tính toán kỹ rồi. Còn giờ nếu Thuý khẳng khái không chịu nói lời thoại này, thì họ sẽ phải ngừng quay quảng cáo, copywriter sẽ phải bay về Việt Nam, hợp với chủ nhãn hàng để bàn lại về kịch bản. Cô nói: "Và đương nhiên lúc đó chi phí đội lên rất nhiều và Thuý thành người phá vỡ hợp đồng. Lúc đó ê kíp quay quảng cáo cho Thuý còn rất nhiều quảng cáo khác của nhiều nhãn vật nổi tiếng đến từ nhiều nước, Thuý không muốn là người phá vỡ hợp đồng và cũng không để mọi người vì mình mà phải dừng công việc".

Mai Phương Thuý nói cô cũng biết sẽ có lời bàn tán ra vào nhưng cô mong mọi người cũng hiểu cho công việc của cô, vì "không phải mình muốn làm theo ý mình là được, đoạn quảng cáo muốn được phát sóng phải qua kiểm duyệt rất nhiều".

Mọi người hiểu cho cái khó của người mẫu đi làm quảng cáo, nhưng không thể nào chấp nhận một "người của công chúng" đại diện cho vẻ đẹp Việt lại có thể "ăn nói vô lễ" như thế được. Dẫu có lỗi của

khâu kịch bản và kiểm duyệt, nhưng cái lỗi chính rõ ràng vẫn thuộc về Mai Phương Thuý. Sản phẩm quảng cáo trở nên phản cảm. Người mẫu quảng cáo bị chỉ trích. Đây cũng là bài học thân trọng về "phát ngôn" không chỉ cho giới người mẫu quảng cáo ★





ĐINH CÔNG BẢY

kiến
văn
y
học

Hoa sen
còn gọi là
liên hoa,
hà hoa,
thủy chi hoa,
tịnh khách hoa,
lục nguyệt xuân,
bố bua (Thái),
ngâu (Tây).



Món ăn nên thuốc từ Sen

Sen có nhiều giống nhưng ở Việt Nam thường trồng 2 giống: sen hồng và sen trắng. Sen mọc tốt ở các ao hồ có nhiều bùn.

Hoa sen Tây Hồ dùng ướp trà, rất được ưa chuộng từ bao đời nay. Ở thành nội Huế, có hồ Tịnh Tâm nổi tiếng vì trồng được giống sen ngon và thơm nhất, dùng cho hoàng cung.

Người ta trồng sen để lấy hoa dâng cúng tổ tiên, thần phật trong các dịp lễ; lấy nhị hoa ướp trà; lấy củ sen hầm hoặc làm bột, làm trà; lấy hạt sen làm mứt, nấu chè, làm bột, làm bánh; lấy ngó sen làm rau trộn gỏi, xào, nấu lẩu; lấy lá để gói bánh, gói cơm, gói cốm...

Trong Đông y, hầu như tất cả các bộ phận của cây sen đều được dùng làm thuốc:

- Hoa sen (liên hoa) có vị đắng, ngọt, tính mát, không độc, có tác dụng làm cho tâm hồn yên tĩnh (thanh tâm, trấn

tâm), làm mát máu (lương huyết), giải nhiệt độc, trừ thử thấp, mụn nhọt. Mỗi ngày dùng 30-50g hoa sen tươi hoặc 12-16g khô sắc uống.

- **TÂM SEN (LIÊN TÂM):** là mầm xanh ở chính giữa hạt sen, còn gọi là liên tử tâm, có vị rất đắng, tác dụng an thần. Dùng chữa mất ngủ, tim hồi hộp, đập nhanh, di mộng tinh, cao huyết áp. Ngày dùng 1,5-3g khô sắc uống.

- **GƯƠNG SEN (LIÊN PHÒNG):** là đế của hoa đã lấy hết quả, có vị chát, tác dụng tiêu ứ, cầm máu. Dùng chữa chảy máu: băng huyết, đại tiện hoặc tiểu tiện ra máu. Khi dùng thường sao cháy đen. Ngày dùng 10-15g sắc uống.

- **TUA NHỊ SEN (LIÊN TU):** là chỉ nhị của hoa sen đã bỏ gạo sen, có vị chát, tính ấm, có tác dụng sáp tinh, ích thận,

thanh tâm, chỉ huyết (cầm máu). Dùng chữa di mộng tinh, đái dầm, đái nhiều lần, băng huyết, thổ huyết, bạch đới. Ngày dùng 3-10g sắc uống.

Các bộ phận của sen được dùng làm thực phẩm gồm có:

1. HẠT SEN (LIÊN NHUC)

Hạt sen là phần trắng bên trong vỏ cứng của quả sen, sau khi đã bỏ chồi mầm, có vị ngọt, tính bình, tác dụng bổ tỳ, dưỡng tâm, sáp trường, cố tinh; là thực phẩm bổ dưỡng cao cấp, là dược liệu quý. Rất có ích cho người suy nhược cơ thể, mất ngủ, ly, tiết tả, di mộng tinh. Ngày dùng 10-30g.

Một số món ngon từ hạt sen

Thịt trai nấu hạt sen, ý dĩ

- **Nguyên liệu:** thịt trai 100g, hạt sen 50g, ý dĩ 40g, gia vị, nước đủ dùng.

- **Cách làm:** hạt sen bỏ tâm rửa sạch cùng ý dĩ. Thịt trai rửa sạch, thái nhỏ. Cho chảo lên bếp, xào thịt trai chín tới sau đó cho hạt sen và ý dĩ vào hầm tới khi chín nhừ, nêm gia vị vào

là dùng được. Mỗi ngày ăn 1 thang, ăn liên tục trong vòng 30 ngày.

Món ăn có tác dụng kiện tỳ hoà vị, bổ thận cố tinh, bổ âm dưỡng huyết. Rất tốt cho người khí huyết suy, ăn ngủ kém.

Thịt gà hầm ý dĩ hạt sen

- **Nguyên liệu:** thịt gà 200g, ý dĩ 50g, hạt sen 50g. Gia vị các loại.

- **Cách làm:** thịt gà bỏ xương, rửa sạch, băm nhỏ, ướp gia vị, xào chín. Ý dĩ và hạt sen rửa sạch, nấu với lượng nước vừa đủ cho chín mềm. Mộc nhĩ đen 6g ngâm nước, làm sạch, cắt sợi.

Cho thịt gà và nấm mộc nhĩ vào nấu ý dĩ với hạt sen. Nấu lại cho chín nhừ, chia 2 lần ăn nóng vào lúc đói bụng.

Tác dụng bổ tỳ vị, bổ tâm sinh huyết, bổ phế, rất tốt cho người bị thiếu máu, suy nhược cơ thể, ăn ngủ kém, tinh thần không thư thái.

Canh bào ngư, hạt sen
- *Nguyên liệu:* bào ngư 30g, vi cá 30g, tỏi 30g, hạt sen 30g, hành 10g, muối một ít.

- *Cách làm:* bào ngư, vi cá ngâm sơ rửa sạch, cắt miếng; hạt sen ngâm nước, rửa sạch; tỏi bỏ vỏ cắt lát, hành rửa sạch, cắt khúc. Bỏ bào ngư, vi cá, hạt sen, tỏi, muối vào nồi; dùng lửa lớn nấu sôi, sau đó vặn lửa nhỏ nấu thêm 30 phút, rồi bỏ hành vào là được.

Mỗi ngày ăn 1 lần, dùng thay thức ăn.

Tác dụng bổ âm bổ huyết, sinh tinh, hạ huyết áp.

Bột kiện tỳ, bổ dưỡng
- *Nguyên liệu:* hạt ý dĩ 100g, hạt sen (khô) 100g, đậu ván 100g, gạo nếp 400g, củ sả (xắt nhỏ) 20g.

- *Cách làm:* tất cả các vị đem sao vàng thơm, tán bột mịn. Ngày dùng 20-30g, hoà với 200ml nước sôi, thêm ít đường hoặc mật ong để uống lúc đói bụng.

Có thể trộn bột với 500g đường, nấu với chút nước cho chín, làm thành viên kẹo để ăn.

Tác dụng kiện tỳ, trừ thấp, tiêu thực, an thần. Loại bột này rất tốt cho người bị suy nhược cơ thể, ăn uống kém, ít ngủ, gầy còm, tiêu chảy kéo dài.

2. CÚ SEN

Củ sen là thân rễ của cây sen. Củ sen thường mập, có hình trụ, mọc ngang trong bùn, chia ra nhiều gióng và mấu. Trong gióng có nhiều lỗ thủng tròn nhỏ, chạy dọc theo trục của gióng. Bề ngang củ sen sẽ thấy nhiều tơ nhỏ.

Thi hào Nguyễn Du đã mượn hình ảnh của ngó sen để viết mấy câu tuyệt tác:

Chốc đà mười mấy năm trời

Còn ra khi đã da môi tóc sương

Tiếc thay chút nghĩa cũ càng

Đầu lia ngó ý còn vương tơ lòng

(Truyện Kiều; 2239-2242)

Củ sen là thực phẩm có giá trị dinh dưỡng cao. Trong củ sen có chứa 70% tinh bột và một số chất như asparagin, arginin, trigonellin, tyrosin, glucose, vitamin A, B, C, PP và một số ít tanin.

Người ta thường dùng tươi (hấp chín, hầm) hoặc xắt lát



Hoa sen được người Việt Nam yêu quý, vì nó biểu tượng cho sự thanh khiết, cao quý, tượng trưng cho khí tiết của người quân tử (liên hoa chỉ quân tử). Hình ảnh hoa sen được chạm khắc trên nhiều công trình xây dựng, đình, chùa; được vẽ trên những bức tranh, được ca ngợi trong những áng thơ văn tuyệt tác... đã nói lên giá trị văn hoá của hoa sen.

Lắm nhơ chẳng bén tốt hoà thanh

Quân tử kham kham được thừa danh

Gió đưa hương đêm nguyệt tinh

Trình làm của, có ai tranh.

(Quốc âm thi tập- Nguyễn Trãi)

mỏng phơi khô để dùng dần.

Theo đông y, củ sen có vị ngọt, tính bình; tác dụng bổ tỳ, bổ phế, cầm máu, tráng dương, an thần. Thường dùng trong các trường hợp xuất huyết (nôn ra máu, đại và tiểu trộn ra máu, chảy máu cam, tử cung xuất huyết...), ăn uống kém, mất ngủ, bạch đới, tiêu chảy. Ngày dùng 30-50g củ sen tươi hoặc 10-15g củ sen khô, sắc uống.

Một số món ăn chế biến từ củ sen

Củ sen hầm đậu đen

Củ sen hầm đậu đen là món ăn dễ làm, ngon miệng; có tác dụng bổ huyết, dưỡng da, điều hoà kinh nguyệt; rất tốt cho người bị suy nhược cơ thể, thiếu máu, gầy yếu, da mặt không tươi nhuận, tim đập mạnh, hồi hộp, mất ngủ.

- *Nguyên liệu:* củ sen 1kg, đậu đen 50g, gạo nếp 50g, muối ăn 1 ít.

- *Cách làm:* đậu đen ngâm cho nở lớn. Gạo nếp vo sạch, để ráo.

Lựa mua củ sen dài và mập (đường kính 4-6cm), mặt

ngoài màu vàng nhạt. Gọt sạch vỏ, rửa sạch, để ráo. Sau đó cắt khoảng 2cm phía trên đầu mỗi củ sen, dồn đậu đen và nếp vào trong những lỗ sen, lấy đũa dồn cho nếp và đậu vào đầy các lỗ, gắn lại phần đầu của sen đã cắt, dùng tăm tre ghim lại cho chặt.

Xếp củ sen vào nồi đất, đổ nước ngập củ sen độ 1 lòng tay, thêm khoảng ½ muỗng cà phê muối ăn, đem hầm khoảng 3 giờ. Lúc đầu để lửa lớn cho thật sôi, sau đó giảm lửa, đậy kín nắp, hầm đến khi thử thấy củ sen chín mềm là được.

Khi dùng, cắt củ sen thành từng khoanh dày 2cm, chấm với muối mè hoặc đậu phụng giã nhỏ với muối + đường. Món này nên dùng hết trong ngày, không nên để qua ngày sau, củ sen dễ bị đổ nhớt chua. Có thể giữ lâu trong tủ lạnh, nhưng ăn sẽ không ngon bằng ngày đầu.

Củ sen hầm đuôi heo

Củ sen 300g gọt sạch vỏ, rửa sạch, cắt khúc ngắn, đập hơi giập. Đuôi heo (cùng xương) 600g, chặt phần xương phía trên

đuôi heo thành từng miếng vừa dùng, rửa sạch; phần đuôi cạo sạch lông, rửa sạch rồi cắt khúc ngắn 3-4 cm. Cho đuôi heo vào song nước lạnh với 1 muỗng cà phê muối và đầu hành rửa sạch, đập giập. Đun sôi, vớt bọt, để lửa nhỏ cho sôi liu riu. Hầm xương khoảng 1 giờ thì cho củ sen + hành tím 5 củ nướng chín, bóc vỏ + 2 muỗng canh nước mắm + 1 muỗng cà phê đường. Hầm thêm 1 giờ nữa cho củ sen mềm là được. Nêm nếm lại cho vừa ăn.

Múc canh ra tô, rắc ít hành lá, rau ngò và ít tiêu lên trên. Dùng ăn nóng khi đói bụng.

Phụ nữ dùng món này sẽ giúp điều hoà khí huyết, sắc mặt hồng hào, da mịn màng, trắng đẹp.

Bạn có thể hầm củ sen với chân gà + đậu phụng, ăn rất tốt cho gân cốt.

Củ sen xào tôm- thịt

- *Nguyên liệu:* củ sen 500g, tôm đất 100g, thịt heo nạc 100g. Hành lá, dầu ăn (hoặc mỡ nước), tỏi, tiêu, đường, muối, bột ngọt, nước mắm, ớt, chanh.

- *Cách làm:* củ sen rửa sạch, bỏ đầu, đuôi, chẻ làm hai rồi cắt khúc 5-6cm, ngâm nước có pha nước cốt chanh cho có màu trắng đẹp, đến khi gần xào thì vớt ra để ráo nước.

Thịt nạc rửa sạch, xắt mỏng. Tôm đất lột bỏ râu, bỏ đuôi, rửa sạch, để ráo nước. Ướp vào thịt và tôm đất ít tiêu, muối, bột ngọt (khoảng ½ muỗng cà phê). Hành lá rửa sạch, xắt khúc ngắn 2cm.

Bắc chảo dầu (hoặc mỡ) lên bếp, khử tỏi vàng thơm. Cho thịt và tôm vào xào vài dạo rồi cho củ sen vào xào chung.

Khi thịt, tôm và củ sen đã chín, nêm thêm 2 muỗng cà phê đường + 2 muỗng cà phê nước mắm + hành lá. Đảo đều rồi nhắc xuống.

Dọn món này ăn nóng trong bữa cơm, khi ăn rắc thêm ít tiêu, có thể chấm với nước mắm pha tỏi ớt.

Tác dụng bổ tỳ vị, bổ phế, bổ khí sinh huyết; rất tốt cho người bị thiếu máu, suy nhược cơ thể, ăn uống không ngon miệng; người cao tuổi bị ho kéo dài, mất ngủ ★

(Còn tiếp)

Một phụ nữ băn khoăn hỏi thầy thuốc: Tôi có 2 con, cả hai đều bị gai đôi cột sống bẩm sinh. Có phải do chúng tôi vẫn “yêu” khi tôi đang mang thai không? Điều này cho thấy một thực tế là một số cặp vợ chồng vẫn còn tin vào những đồn đoán thiếu căn cứ khoa học.

Trong dân gian thường lưu truyền những tin đồn đại liên quan đến thai nghén. Mặc dù không có cơ sở khoa học, nhưng do được lưu truyền từ thế hệ này sang thế hệ khác nên tin đồn ít nhiều ảnh hưởng đến tâm lý và sức khỏe của phụ nữ mang thai.

Khuyết tật bẩm sinh của trẻ có thể do nhiều nguyên nhân nhưng không có y văn nào nói đến nguyên nhân gây gai đôi cột sống bẩm sinh do quan hệ tình dục khi mang thai. Những nguyên nhân gây khuyết tật bẩm sinh có thể kể tóm tắt như sau:

KHUYẾT TẬT LIÊN QUAN ĐẾN RƯỢU

Khi những bà mẹ uống rượu, nhất là ở những phụ nữ nghiện rượu nặng thì con sinh ra thường có hội chứng thai bị nhiễm độc rượu: nhẹ cân, có bất thường ở hệ thần kinh trung ương, chậm phát triển, rối loạn hành vi, kém về trí tuệ, dị dạng xương sọ hay não, mắt có diện mao đặc trưng... Khiếm khuyết về tinh thần và hiệu động có lẽ là những khía cạnh nổi cộm nhất của hội chứng thai nhiễm độc rượu.

KHUYẾT TẬT LIÊN QUAN ĐẾN THUỐC LÁ

Phơi nhiễm với khói thuốc lá là nguy cơ nghiêm trọng cho trẻ từ trước khi sinh ra và cả sau khi sinh. Sảy thai, đẻ non, con nhẹ cân đủ tháng, thai chết lưu và chết khi đẻ ra xảy ra nhiều hơn ở những bà mẹ hút thuốc khi có thai. Trẻ càng phơi nhiễm nhiều với khói thuốc, ví dụ cả cha và mẹ cùng hút thuốc thì vẫn nhiều nguy cơ cho trẻ hơn.

KHUYẾT TẬT BẨM SINH LIÊN QUAN ĐẾN THUỐC VÀ MA TÚY

Những thuốc làm thay đổi tâm tính được khuyến cáo không dùng trong khi có thai: thuốc an thần nhẹ, thuốc ngủ barbituric và amphetamin có thể gây khuyết tật cho trẻ sơ sinh. Ngược lại, phụ nữ độ tuổi sinh đẻ lại được khuyến dùng folate, chất có trong nhiều loại thực phẩm (rau quả tươi, đậu đỗ, gan, lòng đỏ trứng...) vì folate giúp làm giảm nguy cơ bị mắc một số bệnh nghiêm trọng cũng như giảm một số khuyết tật bẩm sinh thường gặp ở ống thần kinh (vô não và nứt đốt sống).

Có nên quan hệ tình dục khi mang thai?



Y VĂN

KHUYẾT TẬT LIÊN QUAN ĐẾN GEN

Ước tính tỉ lệ những cá thể sinh ra sống có khuyết tật về gen khoảng 4% và ít nhất 1% số trẻ em có bất thường nghiêm trọng ở nhiễm sắc thể. Các bệnh di truyền thực sự là gánh nặng tâm lý và kinh tế cho gia đình và xã hội. Di chứng chất độc dioxin của thế hệ bố đã dẫn đến hậu quả là những đứa con có khuyết tật bẩm sinh. Giáo dục cộng đồng để có hiểu biết về bảo vệ môi trường, giữ gìn sức khỏe, lối sống lành mạnh có thể góp phần giảm bớt số trẻ có khuyết tật.

CÓ NÊN TRÁNH “YÊU” KHI MANG THAI?

Quan hệ tình dục khi mang thai chỉ nên tránh khi người phụ nữ có tiền sử sảy thai, đẻ non, đang ra nước, ra máu, có bệnh lây truyền qua đường

tình dục (ở bản thân hay ở bạn tình). Còn nhu cầu tình dục quá chênh lệch giữa vợ chồng, nhất là khi vợ đang mang thai thì có thể là một khó khăn cho cả hai phía.

Có nhiều kinh nghiệm để giảm nhu cầu tình dục của bạn tình nam khi có sự “lệch pha” quá nhiều, như chế độ ăn nhiều sản phẩm làm từ đậu tương hay dùng thuốc cyproterone (hormon kháng androgen có tác dụng giảm ham muốn và khả năng tình dục). Tuy nhiên, tốt hơn là người vợ cần có kỹ năng khơi dậy tình yêu, ý thức trách nhiệm của chồng với đứa con sắp ra đời để người chồng tự giác kiềm chế, tránh để vợ có cảm giác bị ép buộc và phải chịu đựng. Cũng có nhiều người vợ biết giải tỏa nhu cầu tình dục của chồng bằng cách giúp chồng đạt được đỉnh điểm mà không cần giao hợp ★

Phương pháp mới dự báo nguy cơ sảy thai

Các nhà nghiên cứu thuộc Viện St Mary, Anh vừa phát hiện phương pháp mới có thể dự báo chính xác hơn nguy cơ sảy thai, giúp các bác sĩ điều trị kịp thời cho các thai phụ phải đối mặt với tình trạng này.

Họ đã tiến hành nghiên cứu 112 phụ nữ mang thai từ 6-10 tuần. Trong thời gian 5 tuần đầu mang thai, các thai phụ đã được yêu cầu thực hiện kiểm tra chẩn đoán siêu âm B - phương pháp chẩn đoán mới hình thành trên cơ sở sự phát triển của điện tử hiện đại, kết hợp nguyên lý radar với âm thanh học; sau đó hàng tuần ghi chép lại tình trạng xuất huyết, mức độ đau đớn... Các nhà khoa học phát hiện 6 yếu tố có nguy cơ lớn nhất dẫn tới sảy thai: tiền sử sinh sản thấp, mức độ progesterone, mức độ gonadotropin màng đệm người, chiều dài thai nhi, mức độ xuất huyết và tuần thai. Họ còn phát hiện thêm rằng chỉ cần phân tích bằng cách kết hợp giữa mức độ xuất huyết với mức độ gonadotropin màng đệm người là có thể dự đoán tương đối chính xác về nguy cơ sảy thai. Độ chính xác của phương pháp này có thể đạt 77%.

Sau khi được kiểm tra bằng phương pháp này, đa phần thai phụ có thể tránh được một số kiểm tra và sử dụng thuốc không cần thiết.

ĂN KIÊNG LÚC MANG THAI SẼ LÀM GIẢM TRÍ THÔNG MINH CỦA CON

Theo nghiên cứu mới được công bố của các nhà khoa học Trường đại học Texas- Mỹ, thì trong thời kỳ mang thai, thói quen ăn ít hay ăn kiêng của bà bầu có thể làm giảm trí thông minh của con sau khi sinh ra, đồng thời làm cho trẻ con có nguy cơ gặp các vấn đề về hành vi như tự kỷ, trầm cảm...

Các nhà khoa học đã tiến hành nghiên cứu trên khi đầu chó đang mang thai, khi chia chúng thành 2 nhóm. Nhóm thứ nhất được cho ăn đầy đủ chất dinh dưỡng trong thời gian 5 tháng đầu mang thai. Nhóm còn lại được cho ăn với lượng dinh dưỡng ít hơn 30% so với nhóm 1. Kết quả nghiên cứu cho thấy rằng, thiếu chất dinh dưỡng và calo là nguyên nhân làm hạn chế quá trình phát triển của hàng trăm neuron thần kinh và ảnh hưởng tới hàng trăm gen khác. Điều này làm giảm kết nối giữa các tế bào não của các thai nhi khi chó.

Tiến sĩ Thomas McDonald, thành viên nhóm nghiên cứu, cho biết: "Công trình của chúng tôi cho thấy rằng dinh dưỡng của bà mẹ trong thời kỳ mang thai có vai trò quan trọng trong việc phát triển trí não của thai nhi. Thói quen ăn ít calo và nghèo chất dinh dưỡng của các bà bầu có thể khiến con của họ kém thông minh và gặp những vấn đề về hành vi khi lớn lên".

Các nhà khoa học cũng lưu ý rằng sự ảnh hưởng của chất dinh dưỡng tới sự phát triển não bộ của thai nhi càng cao khi các bà mẹ còn trẻ. Bởi vì cơ thể của các bà mẹ trẻ vẫn chưa phát triển hoàn thiện nên họ cần nhiều chất dinh dưỡng hơn các bà mẹ đã trưởng thành.

BÀ BẦU NGỦ SAO CHO ĐÚNG TƯ THẾ?

Tổ chức Y tế thế giới (WHO) cho thấy hàng năm có hơn 2,6 triệu trường hợp thai bị chết yếu trên thế giới, tương đương với 7.200 trẻ bị tước đi sự sống mỗi ngày và thực trạng này chủ yếu xảy ra ở các nước đang phát triển.

Theo một

TÂM ĐỨC

Việc ăn kiêng & tư thế ngủ của bà bầu



NGỦ NGHIÊNG SANG BÊN TRÁI GIÚP GIẢM THIỂU NGUY CƠ THAI BỊ CHẾT YẾU SO VỚI CÁC TƯ THẾ NGỦ KHÁC.

Báo cáo công bố đầu năm 2011 của Tổ chức Y tế thế giới (WHO) cho thấy hàng năm có hơn 2,6 triệu trường hợp thai nhi bị chết yếu trên thế giới. Vì vậy việc ăn uống và tư thế ngủ của các bà mẹ khi mang bầu đã trở thành đối tượng nghiên cứu quan trọng cho các nhà khoa học...

nghiên cứu của của Trường đại học Auckland ở New Zealand, thì trong thời kỳ mang thai, nếu người mẹ đang mang bầu ngủ sai tư thế, thai nhi sẽ rất dễ bị chết yếu. Ngược lại, ngủ nghiêng sang bên trái có thể giúp phụ nữ giảm đáng kể nguy cơ thai bị chết yếu so với những tư thế ngủ bình thường khác.

Nhóm nghiên cứu đã phỏng vấn 155 phụ nữ ở thành phố Auckland có thai bị chết yếu đã mang thai được ít nhất 28 tuần trong thời gian từ tháng 7.2006 đến tháng 6.2009. Các câu hỏi được đưa ra nhằm tìm hiểu tư thế và thói quen ngủ của những người phụ nữ trong thời kỳ mang thai.

Kết quả khảo sát cho thấy những phụ nữ ngủ nghiêng sang trái có tỉ lệ thai bị chết yếu thấp hơn so với những phụ nữ ngủ ở tư thế ngửa hoặc nghiêng sang phải. Đồng thời, các nhà nghiên cứu còn phát hiện có một mối liên hệ mật thiết giữa việc ngủ nhiều trong ngày hoặc ngủ nhiều hơn mức trung bình vào buổi tối với các trường hợp thai nhi chết yếu.

Theo giải thích của trưởng nhóm nghiên cứu Tomasina Stacey thuộc Khoa Sản và phụ khoa của Trường đại học Auckland, người mẹ ngủ ở tư thế ngửa

hoặc nghiêng sang phía phải trong thời gian dài có thể đã gây cản trở lượng máu truyền cho thai nhi và khiến thai bị chết yếu. Tuy nhiên, các nhà nghiên cứu cho biết cần có thêm những bằng chứng khoa học thuyết phục hơn nữa trước khi đưa ra bất kỳ khuyến cáo nào cho công chúng.

Tuy nhiên, phụ nữ mang thai cũng không nên quá lo lắng về điều này bởi dù sao nguy cơ thai bị chết yếu khi họ ngủ ở các tư thế trên vẫn là rất nhỏ. Nghiên cứu cho thấy, tỉ lệ thai chết yếu là 1,96/1000 trường hợp ở những người phụ nữ ngủ nghiêng sang trái; so với 3,93/1000 trường hợp ở những bà mẹ không ngủ ở tư thế này. Trưởng nhóm nghiên cứu Stacey nhận định: "Đây là một giả thuyết mới và thực sự là điểm khởi đầu cho những nghiên cứu khác trong tương lai".

Theo đó, nếu phát hiện trên được chứng minh là đúng đắn với nhiều bằng chứng hơn nữa, chúng ta có thể đưa ra những lời khuyên đơn giản, dễ thực hành cho những phụ nữ đang mang thai để giúp họ giảm thiểu nguy cơ thai bị chết yếu. Tất nhiên, họ sẽ không cần sử dụng bất kỳ loại thuốc nào hay lo lắng về các tác dụng phụ khi ngủ nghiêng sang trái ★



CÁC BÀ BẦU KHÔNG NÊN ĂN KIÊNG

HẠT SALBA-

thực phẩm tiềm năng phòng bệnh

Salba là một giống cây thuộc họ cây tinh dầu có tên khoa học là *Salvia Hispanica L.* được tái khám phá vào năm 1996, sau đó sử dụng rộng rãi ở Cannada, Mỹ, New Zealand, Châu Âu... Dưới chế độ Maya và Aztec, người dân xem hạt Salba là thực phẩm được ban tặng bởi các vị thần, giúp con người khỏe mạnh chịu đựng được gian khổ khi đi săn bắn chiến đấu dài ngày.

Nhờ sự kiện Ultramarathon của Mỹ vào năm 1994, các nhà khoa học Mỹ nghiên cứu những người đoạt giải cao ở cuộc đua và tìm ra bí quyết khỏe mạnh dẻo dai, đó là hạt Salba. Nhờ nhai hạt Salba trên đường đua giúp họ không hề mệt mỏi hay kiệt sức.

Giá trị dinh dưỡng trong 100g Salba cho kết quả như sau: (Được phân tích bởi trung tâm dịch vụ phân tích thí nghiệm - TPHCM).

Năng lượng	363 kcal	Protein	23 g
Béo tổng số	31.4 g	Vitamin A	83 IU
Béo bão hòa	3.1 g	Vitamin C	5.4 mg
Omega-6	7.6g	Ca	602 mg
	70.7g	Sắt	6.58 mg
Béo không bão hòa đơn	2.1 g	Vitamin B2	0.23 mg
		Vitamin B1	0.74 mg
		Niacin	0.92 mg
		Biotin	7.2 mg
Carbohydrate	37.5 g	Magn	321 mg
Chất xơ	38.7 g	Phốt pho	789 mg
Chất xơ tan được	9.05 g	Đồng	1.7 mg
Chất xơ không tan	29.6 g	Kẽm	4.13 mg

Với những thành phần như trên, hạt Salba là loại thực phẩm rất giàu chất xơ, nhất là loại chất xơ hòa tan, chất béo không no cần thiết như omega 3, omega 6, ngoài ra còn giàu các Vitamin và khoáng chất như canxi, sắt, kẽm, vitamin B1, B2, biotin...

Những lợi ích chính của Salba được nhiều người quan tâm. PGS-TS Vladimir Vuksan và cộng sự trường Đại học tổng hợp Toronto, Canada đã tiến hành nghiên cứu về Hiệu quả của hạt Salba lên tình trạng glucose máu sau ăn và đáp ứng Insulin trên những đối tượng khỏe mạnh, kết quả như hình sau.

Trong vòng 120 phút sau bữa ăn, nhóm sử dụng bánh mì có bổ sung hạt



Salba cho thấy glucose máu tăng ít hơn, tăng từ từ và ổn định, có ý nghĩa thống kê so với nhóm sử dụng bánh mì trắng (như hình đồ thị trên). Insulin máu cũng tăng ít hơn và từ từ ở nhóm ăn bánh mì có bổ sung hạt Salba. Sau bữa ăn, glucose hấp thụ vào máu từ từ sẽ rất tốt cho những người bị bệnh tiểu đường, hay glucose máu lúc đói cao. Cùng với việc duy trì ổn định glucose máu sau ăn, năng lượng của bữa ăn được giải phóng lâu hơn sẽ giúp cơ thể cảm thấy khỏe mạnh, sáng khoái hơn trong quá trình làm việc.

Với những lợi ích trên, việc sử dụng lâu dài thực phẩm có bổ sung hạt Salba sẽ giúp những đối tượng tiền đái tháo đường ngăn ngừa chuyển sang bệnh tiểu đường thật sự, hoặc những ai đã bị bệnh tiểu đường ngăn ngừa được các biến chứng nguy hiểm của bệnh. Theo dõi dài hạn còn thấy nhóm được bổ sung hạt Salba hàng ngày trong thời gian 3 tháng có tác dụng hạ thấp chỉ số HbA1C mang ý nghĩa thống kê.

Ngoài ra, chất xơ hòa tan còn có tác dụng làm tăng nhu động ruột, giúp chống táo bón, đào thải các chất cặn bã ra ngoài, làm cho đường ruột khỏe mạnh hơn đồng thời giúp dự phòng ung



Nhà nhập khẩu: **CÔNG TY TNHH TMDV NÔNG SẢN VIỆT(ACC)**

Đồng gói và phân phối: **CÔNG TY CP THỰC PHẨM DINH DƯỠNG ĐÀI HOA(SEPAL)**

Sản phẩm được phân phối tại Hệ thống Siêu thị **Maximark** và đại lý trên toàn quốc.

Showroom: 33 Nguyễn Thị Nhỏ, P.9, Q. Tân Bình-TPHCM; ĐT: 08.2240.3479

Tư vấn sản phẩm: **08.3882.2994**

Hotline: **0906747616 / 08.38777040**

Email: sepalvina@gmail.com

Sản phẩm này không phải là thuốc, không dùng thay thế thuốc chữa bệnh.

thư đường ruột hiệu quả.

Hạt Salba cũng giàu acid béo chưa no Omega 3, giúp tế bào não hoạt động tốt hơn, cũng như giảm cholesterol máu, giảm huyết áp và tác nhân gây viêm. Hàm lượng canxi cao, tỷ lệ magie hợp lý giúp hấp thu canxi tốt, chất khoáng trong xương cao hơn. Cùng với hàm lượng vitamin và khoáng chất, hàm lượng chất chống oxy hóa cao, hạt Salba là nguồn bổ sung các dưỡng chất quan trọng, giữ ẩm da từ bên trong cho người sử dụng.

Ở những người tiểu đường và thừa cân, Salba phát huy vai trò rõ rệt trong việc hạn chế cảm giác thèm ăn thái quá do tính trương nở rất nhiều lần của Salba được hỗ trợ thêm bởi vai trò của lớp gel bao quanh hạt khi vào bao tử làm chậm quá trình hấp thu đường vào máu tạo ra sự điều hòa đường huyết, nhờ đó người dùng Salba sẽ không bị đói giữa các bữa chính. Chất xơ hòa tan và omega 3 giúp hạn chế việc tích lũy mỡ thừa, giảm mỡ nội tạng, thu gọn vòng eo một cách tự nhiên nhất.

Tại các nước như Mỹ, Canada, New Zealand... hạt Salba đã được bổ sung vào các loại thực phẩm như: bánh mì, bánh ngọt, các loại kem; các loại snack (khoai tây chiên, bánh bông gạo...); thực phẩm chế biến sẵn (mayonnaise, các loại mứt...); nước giải khát và các loại hỗn hợp thức uống dạng bột. Ngoài ra, Salba cũng có thể được bổ sung vào các loại thực phẩm thường ngày như sữa chua, sinh tố, cà phê...

Việc sử dụng hạt Salba sẽ có nhiều lợi ích tốt cho sức khỏe trong việc dự phòng các bệnh: thừa cân - béo phì, đái tháo đường type 2, cholesterol máu cao, xơ vữa động mạch...

PGS-TS Nguyễn Thị Lâm
Phó viện trưởng - Viện Dinh dưỡng Quốc gia

DU LỊCH THẨM MỸ TIÊU DÙNG

Thời công nghiệp hoá- hiện đại hoá, lớp lớp nông dân Việt Nam bán đất và lăm le bán đất để “lên đời” với nước máy, nhà lầu, xe hơi... Đồng xanh, lũy tre làng biến mất. Nét chân quê dần lui vào dĩ vãng. Mọi thứ được định hình lung chừng hiện đại mà chưa “hoá”.

Trong một góc riêng nào không bon chen xô bồ xô bộn, cái cũ được chấp nhận và tồn tại bỗng trở thành cái quý. Định danh chính xác là cái cổ. Như lớp lớp người hiện đại vẫn ngày ngày lũ lượt đổ về Hội An (Quảng Nam) ngắm phố cổ.

Mái ngói rêu phong, đường phố lát gạch Tàu đỏ au, Chùa Cầu thâm trầm bình yên đón đợi mỗi ngày hàng vạn lượt bước chân qua... Nét cổ chính hiệu ở Hội An là sự tư lự, nhỏ bé, khẽ khàng... trong vô vàn cách thể hiện.

Như cái cách các cô gái ngồi ăn chè cũng vậy.

Bàn nhỏ ghế nhỏ ly nhỏ muỗng nhỏ quanh ánh đèn vàng vọt dấu thời gian.

Và cười nói (dường như) rất đời lắm thì với những ánh mắt ngập ngừng, lúng liếng...

Chè Hội An chính là một thần thái khác của Hội An “không đụng hàng” với nhiều cảm nhận khác về phố cổ qua ống kính nhà văn- “phó nhòm nghiệp dư” Trương Anh Quốc.

Đây cũng là hình ảnh bắt đầu chuyên mục *Du lịch- thẩm mỹ- tiêu dùng* của Đường Thời kỳ này ★



CHÈ HỘI AN- ẢNH: TRƯƠNG ANH QUỐC

Du lịch

ANGKOR WAT



TRƯƠNG ANH QUỐC

Lần thứ nhì tôi qua Campuchia từ cửa khẩu Mộc Bài- Bavet. Mới tới gần cửa khẩu đã có rất nhiều người giành nhau chỉ tôi chỗ gửi xe, cách làm thủ tục thế nào cho nhanh gọn. Cuối cùng một thanh niên dùng xe Honda 67 chở tôi đi, khi qua biên giới có xe của sông bài đưa rước. Tôi vào sông bài Le Macao, dạo lang thang, xem chỗ này chỗ kia một chút. Họ bảo cứ ăn cơm uống nước (hoàn toàn miễn phí), nghỉ ngơi cho khỏe rồi đối phỉnh chơi bạc cũng không muộn. Tôi đi cho biết chứ nào có ham cờ bạc gì nên dạo một lúc rồi về.

Nhất quá tam, lần này qua Campuchia là "đi thiệt". Mới qua cửa khẩu Bavet, đoàn du lịch đón thêm một người hướng dẫn viên địa phương rồi bắt đầu vào tỉnh Svay Rieng. Con đường thẳng tắp, xe chạy hơn 100km/h cũng không sao. Ở Campuchia chạy xe không sợ cảnh sát giao thông bắn tốc độ mà chỉ sợ bỏ băng ngang qua đường. Tiếng Khmer bỏ là "co", còn cảnh sát là "coba". Không như trâu đi qua đường là đi luôn, bỏ đến giữa đường thấy xe chạy thường quay đầu lại. Người dân Campuchia nói vui là những con bò này bỏ quên... dôi dệp.

Svay Rieng là một tỉnh nghèo, dọc hai bên đường nhà cửa lác đác sơ sài. Tôi không đi thẳng Phnom Penh mà rẽ vào tỉnh Prey Veng đi hướng Kompong Cham. Đang vào cuối mùa khô, hai bên đường những cánh đồng cỏ cháy rộng mênh mông. Tưởng chừng không còn

sự sống. Những cây thốt nốt cao xanh càng làm cho những cánh đồng thêm mông quạnh. "Cánh đồng chết" và nhà tù S 21 cách đó không xa. Nhà tù vốn là một trường học mà chế độ diệt chủng Polpot giam giữ và giết hại hơn 17.000 tù nhân chính trị. Từ 1975- 1979, dưới chế độ Khmer đỏ xuất hiện rất nhiều "cánh đồng chết" nhưng nổi tiếng nhất

là cánh đồng chết Choeung Ek, nơi có nhiều hố chôn tập thể nhất. Nhìn con đường đất đỏ có chiếc cổng màu gạch phía trước với hai hàng bạch đàn dẫn vào cánh đồng chết nghe rùng cả mình. Bầy bò xám trắng ốm tong teo mãi mê gặm cỏ cháy. Loài bò này có nguồn gốc từ bò thần của đạo Bà La Môn Ấn Độ. Vào mùa khô hạn, chắc người Campuchia nuôi bò chỉ để lấy... xương.

Diện tích Campuchia 181.035 km² nhưng dân số chỉ chừng 16 triệu người. Mật độ dân số bình quân chỉ bằng 1/3 Việt Nam. Giữa cộng đồng những ngôi chùa vàng rộm, mái cong đỉnh nhọn cao vút nổi bật trên những rừng cây. Phần lớn người Campuchia theo đạo Phật nên quan niệm đời là cõi tạm, họ dành phần lớn của cải đem cúng và xây dựng chùa.

Người Khmer ở trên những ngôi nhà sàn gọi là nhà căng cao với chiếc cầu thang trước cửa. Trên đường đi, nhiều nhà sàn bằng bê- tông đang được xây. Những ngôi nhà với những chiếc cột vuông. Cột vuông, rắn không thể bỏ lên trườn vào nhà được. Phía dưới sàn để chứa đồ đạc hoặc để xe. Thỉnh thoảng có những khung cửa treo rèm màu hồng. Anh hướng dẫn viên bảo đây là nhà có con gái trong độ tuổi lấy chồng. Khỏi cần hỏi han, thanh niên muốn tìm vợ thì cứ vào những ngôi nhà này. Rèm còn mới thì nhà có con gái trẻ, rèm đã bạc màu thì con gái đã lớn tuổi hoặc đã lấy chồng. Rèm cứ treo cho đến khi người

Lần đi Campuchia qua cửa khẩu quốc tế Xà Xía không mang theo hộ chiếu, tôi không phải là người vùng biên giới nên không thể dùng giấy chứng minh làm giấy thông hành.

Nhờ anh xe ôm địa phương "xin rút răng" anh cán bộ mới cho qua cửa khẩu và dặn chỉ đứng bên này cột mốc 313, bước chân qua khỏi cột mốc bị bắn gãy chân ráng chịu!

Đi rất nhiều nước rồi nhưng không hiểu sao khi bước về cột mốc 313 lại vui và run đến thế. Đứng trên thêm cột mốc khi không có ai chú ý, tôi len lén thò một chân sang nước bạn...

CHỤP HÌNH CÙNG CÁC TIÊN NỮ APSARA





phụ nữ ấy có chồng mà không phải giặt giũ hay thay rèm mới. Có người treo rèm cho đến chết mới được gỡ xuống.

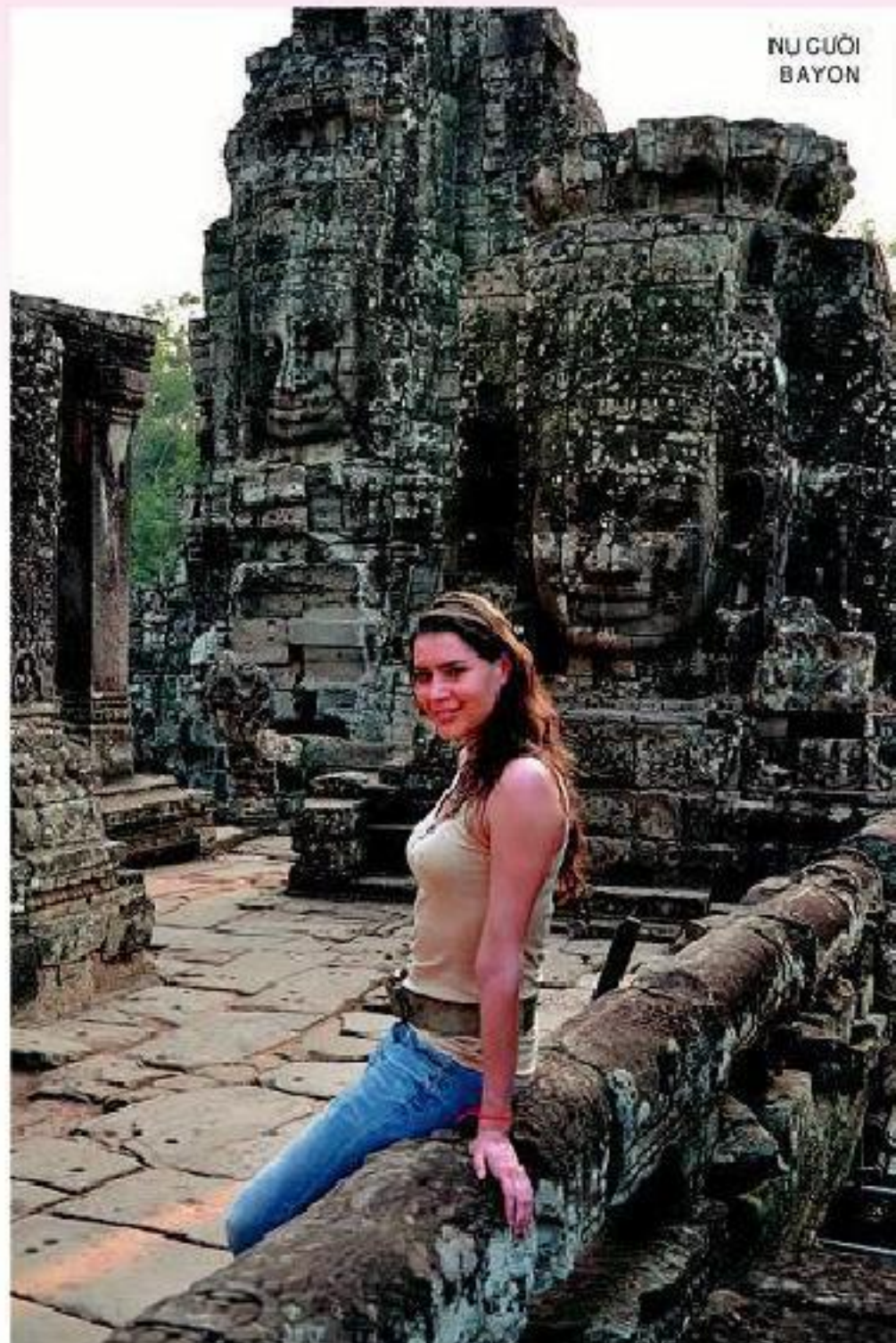
Người con gái Khmer giữ mình cho đến lúc cưới chứ không bao giờ sống thử trước hôn nhân. Chiếc xà rồng buộc túm rồi giặt sau lưng để lộ đôi chân trần đầy đặn, nếu muốn "cho" ai thì rất dễ, còn không, khó có chàng trai nào cời được.

Xe qua địa phận tỉnh Kompong Cham, quê hương Thủ tướng Hun Sen. Những con đường đang mở. Phố xá nhộn nhịp, nhà cửa sầm uất hơn. Trên đường đi chốc chốc lại gặp những người gốc Việt. Cũng dễ nhận ra thôi, người Khmer mặc quần áo sặc sỡ, phụ nữ quần xà rồng; còn người gốc Việt thường mặc đồ bộ.

Đoàn dừng lại dùng bữa trưa. Trời nóng như thiêu như đốt. Quán ăn cũng được trang trí nhiều màu sắc như đang tổ chức một lễ cưới. Các ghế ngồi được bọc vải vàng rực. Chén đĩa, ly tách được xếp rất khéo léo. Người Việt dùng chén bởi cơm, đĩa để bỏ xương thừa. Người Campuchia lại dùng đĩa để bởi cơm, còn chén để mức canh. Mỗi người được dùng một lon nước ngọt miễn phí. Ai uống bia phải trả tiền túi. Một lon bia giá 2USD. Bia rượu ở Campuchia nhập khẩu nên giá cao.

Những ai không uống nước ngọt có thể đổi bia, cứ hai lon nước ngọt đổi một lon bia Angkor.

Hết Kompong Cham sang tỉnh Kompom Thom, quê hương của thủ tướng Polpot. Hai tỉnh kề nhau có hai thủ tướng. Thủ tướng Hun Sen xây dựng đất nước Campuchia phát triển, còn thủ tướng Polpot lãnh đạo Khmer đỏ thực hiện đêm trường diệt chủng. Dưới thời Khmer đỏ, thành phố không có người ở, toàn bộ dân bị cưỡng chế đưa về nông thôn làm ruộng rồi chết do làm việc quá sức hoặc



NGƯỜI BAYON

Nhiều du khách thăm đến Bayon không chỉ ngưỡng mộ các ngọn tháp điêu khắc tinh xảo; bức tường mô tả cảnh sinh hoạt, lao động và đấu tranh bảo vệ biên cương của người Khmer mà còn mê đắm các tượng Phật bốn mặt với nụ cười bí ẩn- nụ cười Bayon. Bước trên những khối đá tảng của khu đền Bayon, ngắm nhìn toàn bộ ngôi đền trong ánh chiều tà ta nghe thoáng ngậm ngùi cho đất nước Campuchia. Campuchia đã từng là quốc gia hùng mạnh, đất nước họ trải rộng đến tận Malaysia... Qua các cuộc biến binh, người Khmer lại nghèo, nhìn điệu múa Apsara của họ thì biết: chỉ giữ ngón cái và ngón trỏ, còn lại 3 ngón xoè. Hai đồng vào ba đồng ra.

bị đánh đập, bắn giết. Họ thức dậy làm việc từ 5g sáng đến tối mịt mới nghỉ nhưng chỉ được ăn cháo loãng. Thời ấy mỗi năm nông dân phải làm 3 vụ, mỗi vụ năng suất tối thiểu 8 tấn/ha nếu không sẽ bị giết "cho khỏi uống cơm".

Qua Kompong Thom đến tỉnh Siem Reap. Siem Reap có thành phố cùng tên được đặt lại để kỷ niệm khi Campuchia giành độc lập từ quân Thái Lan. Siem Reap có nghĩa là "người Xiêm bị thua trận". Siem Reap có quần thể đền Angkor Wat và Angkor Thom nổi tiếng mà người Việt thường gọi là đền Đế Thiên- Đế Thích. Đây là cố đô của Vương quốc Khmer.

Buổi sáng chúng tôi tham quan Angkor Wat, chiều tham quan Angkor Thom. Bất kỳ người nào vào tham quan

đền cũng phải mua vé. Một vé 20USD/ngày. Hai ngày 30USD.

Từ đằng xa đã thấy khu đền Angkor Wat màu sẫm tối vì ngược nắng. Angkor Wat vĩ đại nằm ở phía bắc Siem Reap được xây dựng dưới triều vua Suryavaman II (1113 – 1150). Đền thờ thần Visnu của đạo Bà La Môn. Khi bị quân Xiêm đánh đổ vào thế kỷ 15, vua Khmer chuyển kinh đô về Phnom Penh. Vì vậy Angkor bị hoang phế trong rừng rậm cho đến lúc được tìm thấy bởi nhà thám hiểm người Pháp tên là Henry Mouhot vào năm 1860.

Trèo tam cấp bước qua các cổng tiền vào khu đền trung tâm, tôi thật kinh ngạc và khâm phục các nhà xây dựng tiền bối cách đây gần chục thế kỷ. Ngay cả việc vận chuyển hàng tỉ khối đá từ mỏ đá Trại Vải cách đó hơn 70km bằng phương tiện thô sơ về xây dựng đền đã là một sự phi thường. Đền xây với những tảng đá lớn được chạm khắc cực kỳ tinh xảo.

Quần thể Angkor gồm nhiều toà tháp, tháp chính cao 65m. Đền gồm 3 tầng chính: địa ngục, trần gian và thiên đàng. Vào địa ngục và trần gian ta như lạc vào một mê cung đá với kiến trúc chạm trổ sắc sảo của bàn tay tài hoa. Lên thiên đàng lòng gió ngấm nhìn tứ phía không gian bao la, đẹp như bức tranh thủy mặc. Trên vách đền có tượng Apsara, du khách thường sờ vào ngực các tiên nữ nên ngực các nàng bị mòn và đen bóng. Từ thiên đàng bước xuống, nhìn vào các bậc đá nhỏ hẹp và dựng đứng, chợt nghĩ ngày xưa các sư và vua quan đi hành lễ phải mặc xà rồng bước khập chân và đi nghiêng mới lên được độ cao nguy hiểm như vậy.

Điều đặc biệt, trong thời gian xây dựng Angkor Wat xảy ra chiến tranh nên hầu hết đàn ông ra trận. Khoảng 60%- 70% lao động xây dựng là nữ. Angkor Wat vừa hùng vĩ vừa có nét mềm mại uyển chuyển là vậy.

Rời Angkor Wat, tôi cứ ngoái cổ lại nhìn hoài. Sau đó đi thăm khu đền Ta Prohm. Đền được xây bởi vua Jayavarman VII, là tu viện Phật giáo. Đền xây tốn đến 5 vạn lượng vàng và 5 vạn lượng bạc. Trên vách đền có gần nhiều kim cương và đá quý. Chỉ cần thấp một ngọn nến, các viên kim cương sẽ toả sáng cả ngôi đền. Trải qua nhiều cuộc chiến với quân Xiêm (Thái Lan), bây giờ trên vách chỉ còn những lỗ tròn, dấu vết những viên kim cương bị lấy đi. Nơi đây cũng từng là phim trường của bộ phim *Bí mật ngôi mộ cổ* nổi tiếng. Nhiều cây cổ thụ mọc vững chãi trên nóc những ngôi đền và những bức tường đá cổ kính. Từng cặp nam nữ đến chụp hình dưới những cội rễ vững chãi với mong ước được sống bên nhau suốt đời.

Trưa đứng bóng, tôi cùng vài người bạn thăm Tonle Sap dưới cái nắng chang chang. Hồ nước ngọt lớn nhất Đông Nam Á mà người Việt gọi là Biển Hồ. Mùa khô hồ chỉ rộng khoảng hơn 2.500km²

nhưng đến cuối mùa mưa hồ rộng đến gần 25.000 km². Biển Hồ như chiếc dĩa dầy treo ngược. Vào mùa mưa, nước từ thượng nguồn Mekong chảy ngược vào lòng hồ cho đến cuối tháng 11. Khi hồ đầy nước mới chảy ra lại theo dòng Mekong qua Việt Nam. Biển Hồ có trữ lượng tôm cá rất lớn, cung cấp khoảng 70% thủy sản cho đất nước Campuchia. Người Campuchia thường tự hào rằng ở đâu có nước ở đó có cá. Có lẽ họ không dùng lưới giã cào và chích điện như ở mình.

Chúng tôi vội vã trở về để tham quan Angkor Thom cho kịp. Xe qua cổng đền phía nam Tonle Om vào đền trung tâm Bayon dưới nắng chiều. Hai hàng gồm 108 tượng ôm hai con rắn thần, mỗi bên 54 tượng hoàn toàn khác nhau. Người Khmer xưa đã coi trọng con số 9. Tất cả các con số ở đây cộng lại đều “9 nút”.

Là điểm nhấn của khu đền Angkor Thom, đền Bayon được xây dưới triều vua Jayavarman VII (1181 – 1220). Vì vua đã dời kinh đô từ Angkor Wat về đây và tồn tại cho đến cuối thế kỷ 15. Vua Jayavarman VII xây đền Bayon với 54 ngọn tháp, được trang trí bởi 216 gương mặt cười huyền bí. Nếu đến Angkor Wat thờ thần Visnu của đạo Bà La Môn thì đền Bayon chủ yếu thờ Phật. Vua Jayavarman VII cho rằng đạo Bà La Môn khiến muôn dân không giàu, đất nước không mạnh lại bị quân Xiêm tấn công liên miên. Nhưng dù thờ Phật, trong đền Bayon vẫn có thờ các linh tượng của đạo Bà La Môn.

Nhiều du khách thăm đền Bayon không chỉ ngưỡng mộ các ngọn tháp điêu khắc tinh xảo; bức tường mô tả cảnh sinh hoạt, lao động và đấu tranh bảo vệ biên cương của người Khmer mà còn mê đắm các tượng Phật bốn mặt với nụ cười bí ẩn- nụ cười Bayon. Bước trên những khối đá tảng của khu đền Bayon, ngắm nhìn toàn bộ ngôi đền trong ánh chiều tà ta nghe thoáng ngấm ngùi cho đất nước Campuchia. Campuchia đã từng là quốc gia hùng mạnh, đất nước họ trải rộng đến tận Malaysia... Qua các cuộc biến binh, người Khmer lại nghèo, nhìn điệu múa Apsara của họ thì biết: chỉ giữ ngón cái và ngón trỏ, còn lại 3 ngón xòe. Hai đồng vào ba đồng ra.

Cúi chào tạm biệt khu đền cổ đô Bayon, tôi lên xe để đến khu đền Phnom Bakheng. Men theo con đường giữa rừng thưa, đi bộ chừng 20 phút thì đến khu đền Phnom Bakheng. Đền được xây vào cuối thế kỷ thứ 9 đầu thế kỷ 10 dưới thời vua Yasovarman I. Trên đường đi thấy có con đường độc đạo lên đền dựng đứng được xây bằng đá tổ ong nay đã hư hỏng và những ngôi đền bằng gạch đỏ thấp thoáng trong rừng. Đền Bakheng nằm trên đỉnh núi thờ thần Shiva của đạo Hindu.

Ngày nay khu đền mở cửa cho du khách lên đỉnh tự do. Trước đây chỉ được lên đến tối đa 200 khách. Lên đến

Bakheng ngắm khu đền Angkor Wat trong buổi hoàng hôn không gì đẹp bằng. Mặt trời tròn vành như quả bóng lửa lăn dần về phía hồ Tonle Sap, nước Biển Hồ từ xanh chuyển sang hồng rồi đỏ thắm. Đứng trên đỉnh đền như cảm được sự giao thoa của trời và đất, thấy lòng mình nhẹ tênh.

Chặng đường Siem Reap- Phnom Penh dài 312km tốn một buổi đường. Thủ đô Phnom Penh lộng lẫy với sắc màu vàng ươm của cung điện hoàng gia và các đền chùa. Công trình kiến trúc với mái nhọn cong vút đặc trưng. Tôi trèo lên xe tuk tuk đi một vòng Phnom Penh khi thành phố đã về đêm. Khu phố Tây nằm cạnh sông bốn mặt vẫn còn nhộn nhịp. Qua cây cầu Vàng, sang đảo Kor Pich rồi quanh lại cầu Kim Cương. Bây giờ người dân thường gọi cầu Kim Cương là cầu gãy bởi sự kiện giẫm đạp nhau làm gần 400 người chết và 800 người bị thương trong lễ hội Bon Om Thook tối 22.11.2010. Đứng ở đầu cầu nhìn ánh đèn lấp lánh và đám lục bình xanh ngắt dưới sông, tôi cảm thương cho những người xấu số chết oan chỉ vì một tiếng kêu đùa “cầu gãy” của ai đó.

Phnom Penh nổi tiếng với chùa vàng chùa bạc. Bước trên sàn chùa, giẫm chân trần lên những viên bạc cộm cộp khách không dám bước nhanh. Vàng được để khắp nơi trong chùa, trong các tủ kiếng... Các tượng Phật đều bằng vàng ròng. Tượng Phật lớn nhất nặng 90kg vàng. Trên tượng Phật lớn này gần tổng cộng 2086 viên kim cương, viên lớn nhất đến 25 cara. Riêng long sa (kiệu vua) cũng đã tốn hết 25 kg vàng. Từ 1975- 1979 số vàng bạc châu báu trong chùa bị mất đi khoảng gần 40%. Kể rằng chùa rất linh thiêng, những người trộm vàng bạc ở đây đều bị điên hoặc chết bất đắc kỳ tử. Nghe vậy, một số kẻ trộm đã tự động mang trả lại vàng bạc cho chùa.

Người dân Campuchia làm ra của cải vật chất nhưng nhà cửa lại rất tuềnh toàng. Họ mang nhiều vàng bạc cúng chùa với niềm tin khi chết sẽ được đầu thai và con cháu sẽ được giàu sang. Hàng năm có lễ cúng sư tắm Phật. Nhà sư ở Campuchia rất đông và được coi trọng. Chàng trai nào cũng phải vào chùa tu trong vài năm. Chùa là trường học uy tín nhất. Bằng tu không thể giả và không bao giờ có chuyện gian lận trong thi cử. Người Khmer chính hiệu rất thật thà. Những cửa hiệu của họ trong khu chợ trung tâm Psar Thom Thmei nói bao nhiêu bán bấy nhiêu chứ không thách giá như những gian hàng khác.

Dừng chân ở quầy bán đồ lưu niệm, tôi mua tám bản đồ với mấy cuốn sách. Cô chủ quầy chừng mười tám với thân hình tròn lẳn, ngực nở eo thon, chân đeo vòng đồng cong cong như nàng Apsara, cười tươi như hoa nói chêm chêm bằng tiếng Việt: “Anh mua đi, rẻ rẻ à”. Tôi nghe mà muốn mua hết cả gian hàng! ★

Hai tiếng Cần Thơ đã trở thành niềm mong ước đối với bất kỳ du khách nào muốn khám phá miền Tây Nam Bộ. Cần Thơ là một đô thị miền sông nước có nhiều địa danh nổi tiếng như: bến Ninh Kiều, chợ Cần Thơ, chợ nổi Cái Răng- Phong Điền, đình cổ Bình Thủy, chùa Long Quang, khu di tích mộ Thủ Khoa Nghĩa và Củ Trì, Nhà thờ Chánh toà Cần Thơ, vườn cò Bằng Lăng, làng đan lưới Thơm Rơm,...

Bến sông nước Cần Thơ

LỘC HUỲNH

Nằm bên bờ hữu ngạn con sông Hậu, Cần Thơ là đô thị loại 1, trở thành một trong 5 thành phố trực thuộc trung ương của Việt Nam kể từ tháng 6.2009. Thành phố này có diện tích 1.389,59 km² (riêng nội thành 53 km²), dân số gần 1, 2 triệu người. Cũng giống như cả vùng Nam Bộ, Cần Thơ có 2 mùa rõ rệt: mùa mưa từ tháng 5 đến tháng 11 và mùa khô từ tháng 12 đến tháng 4.

Nơi đây vốn là đất cũ của tỉnh An Giang thời Lục tỉnh của nhà Nguyễn, đến khi người Pháp chiếm miền Tây Nam

Kỳ năm 1867 thì tỉnh An Giang bị cắt thành sáu tỉnh nhỏ: Châu Đốc, Long Xuyên, Sa Đéc, Cần Thơ, Sóc Trăng và Bạc Liêu. Rồi theo dòng lịch sử còn diễn ra nhiều sự kiện khác để có được thành phố Cần Thơ như hôm nay, mà từ lâu được mệnh danh là Tây Đô, trung tâm quan trọng nhất của vùng đồng bằng

DU KHÁCH NƯỚC NGOÀI VUI THÚ SÔNG NƯỚC

sông Cửu Long, với hơn 120 năm xây dựng và phát triển... Cần Thơ trở thành niềm cảm hứng cho nhiều văn nghệ sĩ mà nổi bật là những ca khúc như *Chiếc áo bà ba*, *Qua bến Ninh Kiều*, *Đàn sáo Hậu Giang*, *Chiều Tây Đô*,...

Cần Thơ là đầu mối quan trọng về giao thông và kinh tế cho cả vùng. Một trong những điểm nổi bật là hiện Cần Thơ đang đảm đương nhiệm vụ trung tâm dịch vụ tài chính ngân hàng, với tốc độ phát triển đứng thứ 3 cả nước, chỉ sau Hà Nội và TP.HCM. Hầu như tất cả các thương hiệu lớn ở nước ta về ngân hàng, dịch vụ, thương mại... đều mở chi nhánh ở Cần Thơ, trong đó có Maximark với khu trung tâm thương mại lớn hàng đầu Cần Thơ và cả miền Tây Nam Bộ. Maximark Cần Thơ là điểm đến hấp dẫn cho du khách mua sắm, ẩm thực, giải trí với nhiều loại hình phong phú và đa dạng.

Tất nhiên đến Cần Thơ không chỉ có trung tâm thương mại Maximark mà còn nhiều địa điểm nổi tiếng khác du khách cần khám phá như: bến Ninh Kiều, chợ Cần Thơ, chợ nổi Cái Răng- Phong Điền,



chợ Tham Tướng, đình cổ Bình Thủy, chùa Long Quang, khu di tích mộ Thủ Khoa Nghĩa và Cù Trì, Khám lớn Cần Thơ, Nhà thờ Chánh toà Cần Thơ, vườn cò Bằng Lăng, vườn lan Cần Thơ, làng hoa Thới Nhứt, làng đan lưới Thơm Rơm,... và hiển nhiên là phải nói tới cầu Cần Thơ được khánh thành ngày 24.4.2010 sau 13 năm nghiên cứu và khởi công xây dựng. Đây là cây cầu dây văng có nhịp chính dài nhất Đông Nam Á (dài 550m), tổng vốn đầu tư khoảng 5.000 tỉ đồng, chiều dài toàn tuyến là 15,85km; lòng cầu rộng 23,1m, gồm bốn làn xe, và hai lề đi bộ.

Cần Thơ là một đô thị miền sông nước. Bến Ninh Kiều là nơi giao thoa giữa sông Hậu và sông Cần Thơ. Vì vậy, khi đã đến đây du khách không thể bỏ qua các tour du lịch bành bồng trên sông nước và thưởng thức trái cây từ các khu vườn bạt ngàn trên cù lao Tân Lộc, cồn Sơn, cồn Khương, cồn Ấu... Du khách cũng đừng quên khám phá chợ nổi Cái Răng - Phong Điền mua bán trên sông, một

NHÀ CỔ Ở BÌNH THỦY



KHÁCH SẠN VICTORIA CẦN THƠ



KHÁCH SẠN NINH KIỀU 2



CỒN ẤU



CHỢ CẦN THƠ TỪ SÔNG HẬU



nét sinh hoạt đặc trưng văn hoá Nam Bộ. Chợ Cái Răng thường họp từ lúc tờ mờ sáng đến khoảng 8-9 giờ thì vãn. Du khách nên đi vào khoảng 7-8 giờ là tốt vì có thể tham quan đúng vào lúc chợ hoạt động đông đúc nhất, với hàng trăm chiếc ghe hợp lại thành chợ trên một khúc sông, bán đủ loại các sản phẩm miệt vườn. Khác với chợ nổi Cái Răng chỉ buôn bán nông sản là chủ yếu, chợ nổi Phong Điền có hàng hoá phong phú hơn, cả vật dụng sinh hoạt, công cụ lao động sản xuất hàng ngày...

Tại trung tâm thành phố Cần Thơ cũng có rất nhiều loại hình ẩm thực, giải

CÂY TRÁI



CHỢ NỔI CÁI RĂNG



trí, thư giãn. Sau một ngày len lỏi trên sông rạch, khám phá chợ nổi, thưởng thức các hương vị trái cây, khi về lại thành phố về đêm du khách có thể tản bộ ở công viên bến Ninh Kiều, xem phim hay ca nhạc tại các rạp và nhà hát, lai rai ở các quán nhậu bình dân bên đường, còn nếu muốn nơi sang trọng thì vào các nhà hàng, khu văn hoá du lịch. Đặc biệt, kể từ ngày 10.6.2011, Trung tâm Thương mại Maximark Cần Thơ đã khai trương khu ẩm thực tại lầu 2, với hàng loạt món ăn ngon, phong phú mà giá cả lại phù hợp với người Việt. Du khách đến đây sẽ được thưởng thức những đặc sản vừa dân dã mang đậm chất miệt vườn trù phú, vừa hiện đại mang hơi thở của một vùng kinh tế năng động đang phát triển từng ngày ★

Món "độc" Tây Đô



NGON LÀNH ĐUÔNG ĐUA

NEM NƯỚNG CÁI RĂNG

Ở Nam Bộ, từ gần nửa thế kỷ trước, nem nướng Cái Răng (Cần Thơ) và Thủ Đức (Sài Gòn) đã bắt đầu nổi tiếng. Người ta làm nem nướng bằng cách dùng thịt heo nạc vừa mới xà còn bốc hơi nóng, thấm sạch máu bằng khăn the hoặc giấy xấp, rồi lang bỏ gân, băm nhuyễn; dùng que nhỏ, nhọn xăm đều miếng thịt để máu tươm ra, thấm khăn the lượt nữa cho thật sạch (nếu là thịt phi-lê thì khỏi qua công đoạn này) rồi xắt lát mỏng ướp gia vị. Nửa giờ sau cho thịt vào cối quết cho chuyển sang màu trắng, dẻo, quần dầu chày, mới vo viên xiên vào que, đem nướng trên lửa than cháy yếu đến khi thịt chín vàng đều thì thoa mỡ hành.

Nem nướng kèm với rau thơm, chuối chát, dưa leo, khế, dưa chua... ăn với bánh hỏi hoặc cuốn bánh tráng chấm nước mắm chanh đường, tương nếp. Tuy là một món đơn giản, nhưng công phu pha chế không phải ai cũng làm được và chính thứ nước chấm gia truyền này quyết định phần lớn cái ngon của món ăn.

MỘT VÀI MÓN ĂN ĐẶC SẢN KHÁC

- *Cá lóc nướng trui*: để nguyên con đem nướng.
- *Rùa nướng mọi*: cũng như cá lóc, nướng nguyên con.
- *Rắn nướng mọi hay nấu lẩu*: các loại rắn như hổ mang, hổ hành, ri voi, ri cá, rắn nước... thường được chế biến.
- *Ốc nướng tiêu*: luộc ốc sơ rồi đem nướng, vừa nướng vừa cho nước mắm,

tiêu, tỏi vào trong cho đến khi nước bên trong hơi cạn xuống thì ăn.

- *Chuột đồng quay lu*: làm sạch lông, ruột cho vào lu nướng quay.
- *Gỏi xoài khô cá sặc*.
- *Đuông dừa nướng*.

Những món đặc sản trên ăn kèm với các loại rau, nhất là rau răm thường ăn với các món nướng. Về Tây Đô cũng như cả vùng miệt vườn Nam Bộ mà không thưởng thức những đặc sản hiếm có ấy thì xem như "phí công" phiêu bạt khám phá ★

RUA NƯỚNG MỖI HẤP ĐÀN



NEM NƯỚNG CÁI RĂNG



Khi chọn sữa bạn nhìn gì để chọn?



54

**Đơn giản
chỉ cần đếm...**

Có đến **54** thành phần chất cao cấp trong
IMPERIAL DREAM XO

Sữa mẹ là thức ăn tốt nhất cho sức khỏe và sự phát triển toàn diện của trẻ nhỏ

Thực phẩm chức năng

SHARK CARTILAGE

SỨC KHỎE CHO XƯƠNG KHỚP



Sản phẩm của GMP New Zealand

Hàm lượng: Sụn cá mập **750mg/viên**

Glucosamine, chondroitin sulphate, canxi...

- ☐ Tái tạo lại những khớp bị thoái hóa.
- ☐ Hiệu quả trong việc giảm đau, giúp xương khớp khỏe mạnh, linh hoạt.

Giấy ĐKQC số: 602/2009/TNQC-ATTP

Sản phẩm này không phải là thuốc và không có tác dụng thay thế thuốc chữa bệnh.

Sản phẩm hiện có bán tại các nhà thuốc, nhà sách, siêu thị và hệ thống Medicare.

Công ty TNHH TM KEN HÙNG

42/16 Đường 643 Tạ Quang Bửu, P.4, Q.8, TP.HCM

ĐT: 08 38507 366 - Fax: 08 38507 563

Website: www.kentsing.co.nz

CT CPTP CÔNG NGHỆ SÀI GÒN

Đ/C: 103-105 Nguyễn Thị Minh Khai Q.1, TP.HCM
Tel: 38.391.150 - 38.324.988 - Fax: 39.254.398 - 38.324.974



MISA Công ty TNHH MI SA Sản phẩm Việt, Nhu cầu Việt



Khăn ướt DIVA 80 miếng



Khăn ướt MASSCOMFORT 10 miếng



Bạn đang lo lắng cho làn da nhạy cảm của mình khi dùng sản phẩm khăn ướt? Lựa chọn sản phẩm phù hợp và đảm bảo an toàn sức khỏe luôn làm bạn phải đau đầu?

- Sản phẩm khăn ướt cao cấp DIVA, Masscomfort và Romantic với tính năng kháng khuẩn, kết hợp hương thơm nhẹ nhàng, thuận tiện sẽ là sự lựa chọn tối ưu cho làn da của bạn. Tuyệt đối an toàn cho da nhạy cảm đặc biệt cho trẻ sơ sinh. Sản phẩm được chứng nhận bởi cục tiêu chuẩn đo lường chất lượng và viện Pasteur Tp.HCM

- Ngoài ra nhãn hàng DIVA, Masscomfort đã mang lại dòng sản phẩm mới tâm bóng vệ sinh tại cùng cho người lớn và em bé. Sản phẩm được tiệt trùng theo công nghệ Châu Âu, đảm bảo an toàn sức khỏe. Đặc biệt sản phẩm tâm bóng que giấy với đặc tính tự hủy nhằm bảo vệ môi trường theo khuyến cáo của thế giới.

- Sản phẩm hiện có bán tại các hệ thống Siêu thị lớn: Maxi mark, Co-op mart, Lotte mart... và các hệ thống Đại lý, Nhà Phân Phối trên toàn quốc.



BA Lê Trọng Tấn, Phường Tây Thạnh, Quận Tân Phú, TP.HCM
ĐT: 08.3812 0478 - 6271 8278; Fax: 08.3812 0402
Email: misa@misaco.vn; Website: www.misaco.vn



TRÀ XANH LẠI CHAU

Nguyên Chất Với Nhiều Dược Tính

"Nhãn hiệu đăng ký độc quyền"

BÂY GIỜ NÓI VÌ SAO UỐNG TRÀ XANH ?

Ngày nay rất nhiều người uống trà, nhưng thanh niên thì ít uống. Vì sao Trà Xanh có tác dụng bảo vệ sức khỏe? Nguyên nhân Trà Xanh có chứa chất trà đa phenol, mà trà đa phenol có thể chống ung thư? Vì sao có người mắc ung thư, có người không? Điều này có liên hệ với việc uống Trà Xanh. Nếu uống mỗi ngày 04 chén Trà Xanh thì tế bào ung thư không phải phân chia, nếu có thì cũng chậm lại 9 năm. Bản thân Trà Xanh chứa chất trà cam nính, nâng cao độ bền của huyết áp. Đồng thời hiện nay nhiều người bị xuất huyết não, bệnh này chưa có cách trị, Trà Xanh làm giảm căn bệnh này.

TRẠNG THÁI CẢM QUAN

- Không phẩm màu.
- Không ẩm mốc, ít vụn nát.
- Không chất tạo ngọt.
- Sản phẩm dạng chè búp sao khô, giòn.
- Màu xanh đen tự nhiên.
- Mùi thơm, hậu ngọt chát nhẹ đặc trưng.

CÔNG TY TNHH TM & TV TRƯỜNG PHÁT
VPGD: 343/14 Tô Hiến Thành, P.12, Q.10, HCM
Tel: 08- 3862 2911- Fax: 08- 3862 9108

PALMER'S
AMERICAN

**Ngăn ngừa
& xóa
vết rạn da
khi mang thai
hoặc tăng cân**



Thương hiệu chăm sóc da hàng đầu của Mỹ trên 160 năm

CÔNG TY TNHH TM-DV-SX MỸ PHẨM
BẢO NGỌC

1. **Sữa Tẩy Trang Perfect Cleansing Milk 2 in 1** Sữa Tẩy Trang: quét sạch bụi bẩn, các lớp kem & phấn trang điểm. Chiết xuất Nha đam, Vitamin E có công dụng dưỡng da mềm mại và trắng sáng.

2. **Nước Hoa Hồng Eau de Rose** Nước Hoa Hồng: Làm sạch và sáng da, se khít lỗ chân lông, ngăn nhờn & ngừa mụn. Chiết xuất từ Hoa Hồng tự nhiên, không có cồn.

3. **Kem dưỡng trắng da toàn thân Whitening Body Cream**
Kem dưỡng thể: Dưỡng da mịn, trắng hồng. Xóa thâm & làm căng da khô, thô ráp. Hương nhẹ nhàng sang trọng & quyến rũ.

4. **Kem tan mỡ Slimming Cream** Kem tan mỡ: Làm thon gọn và săn chắc từng phần trên cơ thể (bụng, đùi, mông, bắp tay...) Chiết xuất chính từ tảo & thảo dược thiên nhiên của Pháp.

5. **Kem trị nám, dưỡng trắng mặt UV White Perfect 3**
trong 1: Kem trị nám, dưỡng trắng da và chống lão hóa. Hàng cao cấp xuất khẩu.





ISO 9001:2008

“Luôn Luôn Quan Tâm
Luôn Luôn Chăm Sóc”



Kem ngọc trai dưỡng trắng da Extra Pearl Whitening Cream

Kem ngọc trai dưỡng trắng da với công thức đặc biệt làm cho da mặt trắng hồng, tươi sáng, mềm mại và mịn màng. Chiết xuất Vitamin E giữ độ ẩm cho da, đem lại sức sống cho làn da thật khỏe và săn chắc, giúp chống lão hóa, ngăn ngừa mụn, làm mờ vết nám, tàn nhang và vết nhăn.

Extra Pearl Whitening Cream are specially formulated to leave a white, lightening, smooth, supple skin. Vitamin E Extract keeps moisturising and revitalizing for your firming and healthy skin and helps anti-ageing, pimple prevention, fade out of pigmentation, freckle and wrinkle.

*ngọc trai trắng
hồng gợi cảm*



Khối lượng: 20g

Chiết rót và đóng gói tại **Cty TNHH Sản Xuất & Thương Mại Nhân Lộc**
50 Kỳ Hòa, P.11, Q.5, Tp HCM. Tel: +84 8.38537356 - Fax: +84 8.38592084
Filling and Packing in **Nhan Loc Manufacturing and Trading Company Limited**
50 Ky Hoa, Ward 11, District 5, HCMC. RSV. Tel: +84 8.38537356 - Fax: +84 8.38592084

DOUBLE RICH

더블리치

Body Shower

Bí quyết của làn da quyến rũ

Đắm mình trong sự chăm sóc tuyệt vời của sữa tắm Double Rich chiết xuất từ thiên nhiên, giúp cân bằng độ ẩm, đem lại sự mịn màng tươi sáng và lưu giữ hương thơm quyến rũ cho làn da



3 Loại Sản Phẩm Sữa Tắm Đa Mùi Double Rich
Evora's Secret - White Purify - Blooming Love

ISO 9001:2008 chứng nhận hệ thống quản lý chất lượng của công ty TNHH NHÂN LỘC - ĐN ngày 18/01/2011
Công ty TNHH Sản Xuất & Thương Mại Nhân Lộc - Khu Công Nghiệp Tân Hiệp 2, Đồng Nai



Relax®
UNDERWEAR
Care for your feeling

Website: www.relaxunderwear.com



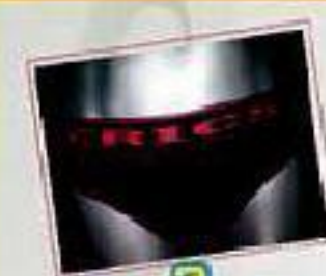
AN TUONG VIET

CÔNG TY CỔ PHẦN
ẤN TƯỢNG VIỆT

ĐC: 714 Tỉnh Lộ 10, P. Bình Trị Đông,
 Q. Bình Tân, TP. HCM
 Tel: 08-7626489-93 Fax: 08-7626490
 Email: info@vietimpression.com
 Website: www.vietimpression.com



ERICS®
 men's brief



**Đẳng cấp hơn
 mạnh mẽ hơn!**
level for male!



Website: erics.com.vn

CÔNG TY TNHH THIÊN LONG HẢI

Số 2 - 4 Đường Số 6, Cư Xá Bình Thới, P.8, Q.11, Tp. HCM, VN.
 Tel: 08. 3962 2808 Fax: 08. 3962 8767



Chương trình khuyến mại tháng 7 chỉ có tại **MAXIMARK**

1. NGÀNH HÀNG: MỸ PHẨM- HOÁ MỸ PHẨM

1/ CÔNG TY MỸ PHẨM VIỆT: mặt nạ sữa chua Vedette 25gr các loại: mua 2 tặng 1 mặt nạ giấy ngọc trai đen Vedette 33gr và mặt nạ giấy trái cây Vedette 25gr các loại: mua 2 tặng 1 mặt nạ giấy sữa chua Vedette 25gr.



2/ CÔNG TY DIANA: Diana siêu thấm cánh: mua 2 gói tặng 1 gói khăn ướt Fressi Care; Diana Soft, siêu mỏng, Libera siêu thấm cánh và Libera daily 20M: mua 3 gói tặng 1 gói cùng loại; Diana Libera siêu thấm siêu mỏng cánh: mua 2 gói tặng 1 gói cùng loại; Bobby Jumbo siêu mỏng (M52, L48, XL42): mua 1 gói tặng 1 hộp khăn ướt Bobby Care; E'mos Premium 2 lớp 6 cuộn: mua 1 lốc tặng 1 cuộn giấy Premium 2 lớp.



3/ CÔNG TY H.N THỜI TRANG: kem tắm tăng cường 1/3 sữa dưỡng ẩm cho da mỏng 500ml: tặng 1 kem tắm ngừa phụ khoa, kem dưỡng thể toàn thân chứa nước hoa lô hội 250ml: tặng 1 chai xà phòng nước Cleopatra.



4/ CÔNG TY GIÓ MẠU DỊCH:

- Các mặt hàng Uber- men: lăn khử mùi 50ml, xịt khử mùi 125ml, nước hoa 50ml, kem rửa mặt 4in1 100ml, kem dưỡng và chống lão hoá 50ml, gel tạo nếp tóc siêu cứng và bóng mượt 80gr, kem bóng tóc, mousse tạo nếp tóc và dưỡng tóc, sáp tạo nếp tóc; các mặt hàng Follow Me: nước



hoa hồng, kem dưỡng ẩm & chống nhờn, kem tẩy tế bào chết và ngăn ngừa mụn, gel xoa sẹo: giảm giá 15%.

- Nước hoa Sixsence (xanh/ tím/ đỏ/ cam/ hồng): mua 1 tặng 1.

- Sữa tắm Fruiser 1000ml (Fiming/ UV White/ ngọc trai/ táo biển/ trà xanh): tặng sữa tắm Goodlook 300ml.

- Sữa tắm Goodlook tinh chất dẻ 1000ml: tặng sữa tắm Goodlook 300ml.

5/ CÔNG TY HƯNG KHANG THỊNH: tẩy lông EZ smoothen: giảm giá 50%.

6/ CÔNG TY VIỆT TIẾN TUNGSHING: một số mặt hàng: giảm giá 20%.

7/ CÔNG TY DKSH: bàn chải Jordan Double action: mua 3 tặng 1; kem đánh răng Darlie Tea



Care 160gr: mua 2 tặng 1 ly Ocean; Drypers tả giấy gói trung sơ sinh N31, Drypers tả giấy gói Jumbo L42- XL38, Drypantz tả quần gói Jumbo XL28: giảm giá 15%; sữa tắm Monsavon 1000ml: tặng 1 chai 250ml cùng loại.

8/ CÔNG TY TRẦN DUY: mặt nạ Collagen Acasys: giảm giá 25%, dầu gội và dầu xả olive Body shop: tặng sữa tắm Body shop 250ml trị giá 44.000 đồng, dầu và xả Attractive 500ml: tặng sữa tắm Body shop 380ml trị giá 54.000 đồng.



9/ CÔNG TY AN NAM: 3 loại bộ sản phẩm Cliven: giảm giá 10%.

10/ CÔNG TY MỸ PHẨM VIỆT NAM: các loại mặt nạ Dermal 23gr: giảm giá 17%.

11/ CÔNG TY CP ĐẦU TƯ THƯƠNG MẠI & XUẤT NHẬP KHẨU: hoạt chất thông tắc cống 100gr, hoạt chất xử lý hầm cầu 200gr, bộ nước hoa cầm điện lavender/ ly ly/ P.flower 250ml, kem tẩy trắng 125ml/ 280ml, nước tẩy men sứ quế lộ 800ml, nước rửa tay Floral 315ml: giảm giá 15- 30%; gel toilet hương hoa trái cây/ hoa cỏ/ chanh 36ml: mua 2 bộ được tặng áo mưa.



II/ NGÀNH HÀNG: THỰC PHẨM

1/ CÔNG TY ĐÔ HÀ: bột ăn dặm Susu1 (ngũ cốc tổng hợp), Susu3 (gạo lứt- chuối), Susu5 (gạo lứt- cà rốt), Susu7 (ngũ cốc tổng hợp- chuối), Susu9 (ngũ cốc)

2/ CÔNG TY TÂM NHIN XANH: các loại mỳ Erisa, các loại bánh Borggreve: mua 1 tặng 1.



3/ CÔNG TY HƯƠNG THUY: bánh Hello Panda 50gr: mua 5 tặng 1.

4/ CÔNG TY SAFOCO: tất cả các sản phẩm: giảm giá 10%.



5/ CÔNG TY HOÀNG CÔNG TÂN: nước mắm Cung Đình 25 và 60 độ đậm 250/ 500 ml: giảm giá 15%.



6/ CÔNG TY DÂN KHANG: tôm loại nhỏ 250gr, tôm hùm 250gr, da ngỗng chiên giòn: giảm giá 10%; cà ri vị thịt, cà ri vị hải sản: giảm giá 40%.



7/ CÔNG TY VẠN KIM: đường bắp 125gr: giảm giá 20%.



8/ CÔNG TY BIBICA: Sumika sữa/ cà phê sữa túi 70gr, bột NC Quasure light và Netsure high túi 400gr, Bánh Hura các loại 168gr: giảm giá 10%.



9/ CÔNG TY PHAM NGUYỄN: bánh Phaner Pie 168gr/ 336gr, bánh Choco P&N 216gr, bánh Limo 160gr, kẹo Solo 120gr các loại: giảm giá 10%.



10/ CÔNG TY BÁCH SƠN: tất cả các sản phẩm: giảm giá 8%.

11/ CÔNG TY URC: Cream 0 85gr/ 93gr: giảm giá 12% (mua 9 tặng 1), Fubite Vani/ Orange: giảm giá 9%, Piattos: giảm giá 10% (10 tặng 1).



12/ CÔNG TY THIÊN NAM: bánh xốp Garden vani/ dâu/ sầu riêng/ dừa 200gr, bánh xốp Garden đậu phộng/ sô-cô-la/ dâu/ sầu riêng/ dừa 700gr: giảm giá 15%.



13/ CÔNG TY CKL: tất cả các sản phẩm: giảm giá 15%.



14/ CÔNG TY TÂN VIỆT XUÂN: sữa tươi các loại: mua 1 tặng 2 bình, sữa đặc các loại: mua 1 tặng 2 lon.



15/ CÔNG TY VÊ VƯƠNG: cà phê hoà tan 3in1 gói 18gr, bạch cà phê hoà tan 6in1 hộp 20gr: giảm giá 15%.



16/ CÔNG TY THỰC PHẨM DINH DƯỠNG MIỀN NAM: kẹo Resoni túi 60gr, bánh Resoni 128gr, ngũ cốc Resoni hộp giấy 200gr và túi 400gr, cà phê hoà tan Resoni hộp giấy 200gr, đường ăn kiêng Resoni hộp giấy 150gr: giảm giá 10%; kẹo Resoni hộp giấy 2 viên 46gr và hộp thiếc



50gr: giảm giá 15%; bánh Bisoni hộp giấy 192gr các loại, bánh Creamsoni 57gr và 104gr, kẹo túi 84/ 154/ 500/ 1000gr các loại: giảm giá 10%, bánh Jamsoni 266gr: giảm giá 15%.

17/ CÔNG TY AN PHÚ: bánh Gussan 100gr: giảm giá 5%.

18/ CÔNG TY ĐẠI HOA: sản phẩm Salba: giảm giá 15%.

19/ CÔNG TY PHÁT VIỆT: sữa rửa mặt tẩy trang Recupa 100gr, nước dưỡng da Recupa 200ml, kem dưỡng da Recupa 58gr, sữa rửa mặt

tẩy trang 5 ago 100gr, nước dưỡng 5 ago 180ml, sữa rửa mặt trị mụn Acmedia 100gr, nước dưỡng da Acmedia 150ml, gel trị mụn Acmedia 25gr, sữa rửa mặt tẩy trang Alodew 100gr, nước dưỡng da Alodew 160ml, kem dưỡng da Alodew 185gr, sữa dưỡng da Prasola SPF30 và SPF50: tặng túi trang điểm Narisgia 60K; gel chống thâm mắt, gel chống nhăn mắt Wrinkle Plus 20gr và kem chống nhăn môi Wrinkle Plus 10gr; tặng màu mắt One- P 45K; kem dưỡng môi Wrinkle Plus 10gr: giảm giá 20%.

20/ CÔNG TY HOANG ĐANG: các sản phẩm Voortman: giảm giá 20%, các sản phẩm Snack Cassava: giảm giá 15%, Omega 3 Voortman: mua 1 tặng 1.

21/ CÔNG TY DKSH: Brand's tổ yến 42ml/70ml (lốc 2): giảm giá 5% tặng kèm áo mưa, Brand's đông trùng hạ thảo và nhân sâm 42ml/70ml: giảm giá 15%, Brand's gà 42ml/70ml và Veta 42ml: tặng áo mưa.

22/ CÔNG TY HỒNG HẠC: nước nho ép 100% nguyên chất 1.36l-1.89l, nước ép nho trắng có ga 750ml, nước ép nho đỏ có ga 750ml: giảm giá 10%.



III/ NGÀNH HÀNG: ĐỒNG LẠNH

1/ CÔNG TY THỌ PHÁT: tất cả các sản phẩm: giảm giá 15%.

2/ CÔNG TY PHÂN PHỐI MIỀN NAM: sữa chua Yomuchi: mua 6 tặng 2.



3/ CÔNG TY HẢI SẢN ĐẠI NAM: mực ống làm sạch, mực trứng Phú Quốc, sữa mực làm sạch, cá ngừ Đại Dương, cá mập sữa sụn đầu, đầu cá: giảm giá 10%.



4/ CÔNG TY LONG PHUNG: giò lụa 500gr, giò Huế 500gr: giảm giá 15%.



IV/ NGÀNH HÀNG: GIA DỤNG- VĂN HOÁ PHẨM

1/ CÔNG TY VINA: khẩu trang kháng khuẩn nam: giảm giá 20%.



2/ CÔNG TY ĐÌNH ĐIỂM: khay đựng VPP- US 836/ 833: giảm giá 20%.

3/ CÔNG TY NHẤT TRƯỞNG: nhiều sản phẩm: giảm giá 10%.



4/ CÔNG TY DOANH HỖ: tất cả các mặt hàng: giảm giá 10%.

5/ CÔNG TY PHAN THỊ: nhiều mặt hàng: giảm giá 15%.

6/ CÔNG TY THIÊN HỖ: tất cả các mặt hàng: giảm giá 15%.

7/ CÔNG TY KOVIN: nhỏ gim bấm



Welter's: giảm giá 15%.

8/ CÔNG TY MARU: các loại bóp viết: giảm giá 15%.

9/ CÔNG TY NGUYỄN TRUNG DUNG: các loại bóp viết, hộp viết: giảm giá 10% ★



MAXIMARK Cam Ranh vui sắm mùa hè



MAXIMARK

Khám phá sự hoàn hảo

Maximark Cam Ranh là 1 trong chuỗi Hệ thống TTTM **Maximark** và cũng là 1 trong những TTTM lớn nhất thành phố trẻ Cam Ranh. Được xây dựng trên diện tích gần 10.000m² với tổng vốn đầu tư hơn 50 tỉ đồng, **Maximark** Cam Ranh có trang thiết bị cao cấp, bãi đậu xe rộng rãi, gồm 4 tầng với các chức năng kinh doanh: tầng 1 là khu siêu thị tự chọn; tầng 2 kinh doanh tổng hợp; tầng 3 gồm các khu ăn uống, giải khát, vui chơi giải trí (có phòng chiếu phim 3D); tầng 4 dành phục vụ tiệc cưới và hội nghị.

Đến thăm quan và mua sắm tại TTTM **Maximark** Cam Ranh trong mùa hè này, bạn sẽ được tham gia chương trình **HÈ RỘN RÀNG, NGẬP TRÀN QUÀ TẶNG** để có thể sở hữu 1 chuyến du lịch dài ngày và nhận nhiều quà tặng hấp dẫn. Nơi đây, khách hàng được phục vụ hơn 30.000 mặt hàng tiêu dùng đa dạng, trong số văn hoá phẩm- sách báo có tạp chí **Dương Thời** được bày bán thương xuyên. Điều quan trọng hơn là giá cả tất cả các mặt hàng được khuyến mại rất phù hợp giúp bạn thoải mái hơn trong việc chọn lựa mua sắm khi đến với TTTM **Maximark** Cam Ranh nói riêng và Hệ thống **Maximark** nói chung trong thời bão giá.





MAXIMARK
Khám phá sự hoàn hảo
ISO 9001

HÈ RỘN RÀNG, NGẬP TRÀN QUÀ TẶNG



1 GIẢI NHẤT
Cặp vé du lịch
trị giá 20.000.000 đồng



2 GIẢI NHÌ
1 đầu DVD Sony hoặc 1 Quạt treo tường



50 GIẢI BA
Máy xay sinh tố



100 GIẢI KHUYẾN KHÍCH
Phần quà ý nghĩa

- Từ ngày 03/07 đến 24/07/2011, quý khách mua sắm tại
MAXIMARK Cam Ranh với hoá đơn 100.000 đồng trở
lên sẽ được tham gia bốc thăm may mắn trúng thưởng
các phần quà giá trị hấp dẫn.

Hình ảnh chỉ mang tính chất minh họa

Thể lệ chương trình: “HÈ RỘN RÀNG, NGẬP TRÀN QUÀ TẶNG”
Thời gian: từ 03.7.2011 đến hết ngày 24.7.2011 tại TTTM **Maximark** Cam Ranh
Hình thức: Khách hàng mua hàng với hoá đơn có giá trị từ 100.000 đồng trở lên sẽ được nhận
 1 phiếu bốc thăm trúng thưởng.
Giải thưởng:
Giải I: 01 cặp vé du lịch trị giá 20.000.000 đồng
Giải II: 01 đầu DVD hiệu Sony
 01 quạt treo tường
Giải III: 50 giải, mỗi giải là 01 máy xay sinh tố
Giải khuyến khích: 100 giải mỗi giải là 1 phần quà của **Maximark** Cam Ranh

Chương trình sẽ được mở thưởng ngày 25.7.2011 tại TTTM **Maximark** Cam Ranh





Olong
TEA



TRÀ OOLONG

Nhiều lợi ích cho sức khỏe

SHOWROOM : ■ 907 TRẦN HƯNG ĐẠO - PHƯỜNG 1 - QUẬN 5 - TP. HỒ CHÍ MINH • ĐT: 3923 2353
■ 07 TRẦN HƯNG ĐẠO - P. NGUYỄN THÁI BÌNH - QUẬN 1 - TP. HCM • ĐT: 3914 0306
■ D2-21 NGUYỄN VĂN LINH - MỸ TOÀN 3 - P. TÂN PHONG - Q. 7 • ĐT: 5410 4243



CÔNG TY TNHH THỰC PHẨM CAO CẤP LINH

Chuyên sản xuất các loại trà, cà phê cao cấp
“Hoài Niệm Hương Xưa...”
Địa chỉ : L11-L12 Miếu Nổi P.3, Q. Bình Thạnh, TP.HCM



New Zealand Natural
PREMIUM ICE CREAM

Kern cao cấp New Zealand Natural

Hiện có bán tại tất cả các hệ thống siêu thị trên toàn quốc.
Liên hệ: Mr. Sang 0908 388 714

LAVAZZA
ITALY'S FAVOURITE COFFEE
Cà phê cao cấp Italia

100% SỮA TƯƠI CAO NGUYÊN www.dalatmilk.com

Dalat Milk

Hãy cảm nhận sự tinh khiết ngay lần đầu tiên

SỮA THANH TRÙNG DÀ LẠT NHƯNG KHÁC BIỆT

- 1 Nguyên liệu: 15°C-22°C, 900m
- 2 Công nghệ chế biến: 115°C, 15s
- 3 Thời hạn sử dụng và bảo quản: 10 ngày ở 2°C-4°C, 180 ngày, bảo quản bình thường

Hãy thử, cảm nhận và so sánh

CÔNG TY CP SỮA DÀ LẠT
Trụ sở chính: 097 333 14 14

CÔNG TY TNHH TM-DV XNK
TRADING-SERVICE-IMPORT-EXPORT CO., LTD

TRÍ TRUNG

NHÀ PHÂN PHỐI HOÁ MỸ PHẨM
Đ/C: 2579 A, QUỐC LỘ 1 A, KHU PHỐ 3,
PHƯỜNG ĐÔNG HƯNG THUẬN, Q12, TP. HCM

TEL: 08.37159534 - FAX: 08. 38912711

MUỐI TẮM SPA - CÔNG DỤNG: Với thành phần muối (Sodium choride: NaCl) tẩy rửa tự nhiên để da loại bỏ d chết, bụi bẩn, mùi hôi và vi khuẩn mà không làm tổn hại đến da cho da sạch sẽ sẵn chắc. Tinh dầu Oliu chống lại quá trình lão hoá da. Thảo dược từ thiên nhiên cho bạn sự thư giãn. Sử dụng hàng ngày da không bị khô sần đồng thời có được làn da tươi sáng tự nhiên.



CƠ SỞ MỸ VÂN

BÁNH PHỤC LINH LÁ DỪA THƠM NGON DINH DƯỠNG

Đ/C: 115 ĐƯỜNG 21B - P. BÌNH TRỊ ĐÔNG B - Q. BÌNH TÂN - TP. HCM
ĐT: 08.22421242 - 22421245



nnb HOMECARE

Sản phẩm của CTY TNHH NNB
5-12 Cao ốc Bình Phú, đường số 20, phường 11, Quận 6, Tp. HCM, Việt Nam.
ĐT: 84.08.62606508 Fax: 84.08.62086504
Email: sale@nnb.com.vn



REMOTE ĐA NĂNG 8 TRONG 1

Universal Remote Control 8 in 1

Sử dụng cho hầu hết các thương hiệu nổi tiếng

Sony, Panasonic, Sharp, Samsung, LG, Philip, Sanyo, và nhiều loại nhãn hiệu khác...

• Chức năng đầy đủ cho DVD, CD

• TV, GCD, Plasma điều chỉnh từ các chức năng cơ bản và nâng cao

• Hàng gô sắt tốt, menu rõ ràng

TV DVD
VCR CD
SAT AUX
CBL AUDIO



BAY CHUỘT



LCD SCREEN CLEANER

Dung dịch lau màn hình LCD



Công thức đặc biệt dạng Gel giúp nhanh chóng làm sạch các vết bẩn, chống tĩnh điện, chống bám bụi, mau khô, không chảy lan khi sử dụng.

Dùng cho tất cả các loại màn hình LCD, CRT, Plasma.

BLACKER®
Enjoy your life
www.blacker.com.vn

Nhà sản xuất điện gia dụng hàng đầu tại Việt Nam



Sản phẩm điện gia dụng BLACKER được bảo hành 01 năm trên toàn quốc
Điện thoại: (08) 3923 1923 - Hotline: (08) 3924 5336

MAXIMARK



Nui là một trong những món dễ ăn, dễ chế biến và được nhiều người yêu thích. Hầu không phải ai cũng biết rằng nui Ý, còn có tên gọi macaroni, là một dạng pasta (mì) truyền thống của Ý, đất nước hình chiếc ủng. Pasta là món ăn được làm từ sợi mì có nhiều hình thù khác nhau dùng kèm nước sốt đặc biệt. Mì Ý đã trở nên quen thuộc với chúng ta trong nhà hàng hay các quán phong cách châu Âu. Và người Việt lại có cách chế biến riêng thành món ăn độc đáo, hương vị không kém gì pasta của Ý.

Thịt băm, sốt cà chua, pho mai hay bơ cùng các loại rau như rau chân vịt, ớt chuông, hành tây... là những nguyên liệu không thể thiếu của món Pasta theo kiểu Ý. Du nhập vào Việt Nam, pasta lại được chế biến đa dạng hơn như xào chung với thịt bò, hải sản cùng một ít rau củ, nấm, hành ngò; hoặc chỉ đơn giản là xào chung với các loại rau củ dễ ăn và dễ tiêu. Đặc biệt hơn, Việt Nam có món nui dùng với nước xương hầm ngọt lừ ăn kèm giá hẹ cùng vài lát thịt xá xiu đậm đà. Rõ ràng



đây là món ăn "độc" đối với người nước ngoài nhưng lại vô cùng thân thiết với chúng ta. Chị em thường nấu món này vừa nhanh, không cầu kỳ và không béo dành cho các thiên thần nhỏ cũng như người thân trong nhà. Thay vì chỉ dùng nui dạng ống hay xoắn, bạn cũng thể chọn những loại pasta dạng vỏ sò, cánh bướm, ngói sao, hình sủi cảo, hình ống hút màu trắng... cho món ăn thêm lạ mắt. Riêng với món mì spaghetti, sợi mì cũng được chia ra làm nhiều loại từ sợi to màu vàng đậm đến sợi nhỏ dần và màu vàng cũng sáng dần.

Một số mặt hàng tại Trung tâm Thương mại Maximark:

- Nui Fudofood thuộc Công ty Phương Đông với nhiều hình dạng khác nhau: 11.400 đồng/ 400gr.

- Pasta nhãn hiệu Pastazara (Ý): 38.200 đồng/ 500gr.

- Pasta nhãn hàng Erci: rau củ bốn mùa 8.400 đồng/ 200gr, dạng xoắn 7.500 đồng/ 200gr.

- Pasta dạng xoắn Opera Priman 32 37.400 đồng/ 500gr.

- Pasta hiệu Bianconi 35.200 đồng/ 500gr.

- Pasta hiệu Riesa sản xuất tại Đức:



Độc đáo mì Ý

LÊ NA

- Nui Safoco thuộc Công ty CP Lương thực- thực phẩm Safoco: nui đậu xanh, nui vàng dạng xoắn, nui macaron: 14.000 đồng/ 300gr; nui rau củ dạng ống, dạng xoắn, hình cánh bướm: 10.400 đồng/ 200gr.

- Nui nhãn hiệu Vinally thuộc Công ty CP Thực phẩm xanh: nui tôm: 8.800- 9.600 đồng/ 200gr, nui sò vàng 14.100 đồng/ 400gr, nui ống trắng 17.600 đồng/ 400gr.



33.200- 39.000 đồng/ 500gr.

- Pasta hiệu Agnesi (Ý): 30.500 đồng/ 500gr.

- Pasta hiệu Lafonte (Indonesia): 33.700 đồng/ 500gr.

- Pasta dạng xoắn Fusilli (Indonesia): 33.700 đồng/ 500gr.

- Pasta Granotro hình nhãn, hình vỏ đậu (Ý): 70.300 đồng/ 500gr ★



MAXIMARK



Nhiều hãng đã sản xuất ra loại nước xả "xả một lần" giúp quần áo hoàn toàn sạch xả bông chỉ sau một lần xả. Nhiều người thường xuyên sử dụng loại này nhằm tiết kiệm thời gian.

Nhắc đến sản phẩm nước xả, tại Việt Nam, không thể không kể đến 2 "anh cả" là Comfort và Downy. Hai nhãn hiệu này đều được các chuyên gia thuộc Viện Da liễu quốc gia thử nghiệm tính năng của sản phẩm, đảm bảo trước khi sản phẩm đến tay người tiêu dùng. Comfort với dòng sản phẩm đậm đặc một lần xả với các hương thơm tinh khiết như hương ban mai (48.000 đồng/chai 800ml); hương cỏ hoa, hương gió xuân và nước xả cho da nhạy cảm (47.000 đồng/chai 800ml). Comfort đang có chương trình khuyến mại mua

Nước xả vải không chỉ làm sợi vải mềm mịn hơn mà hương thơm dịu nhẹ của nó còn mang lại cảm giác sảng khoái cho người sử dụng. Tại Trung tâm Thương mại Maximark, nhiều loại nước xả vải bảo đảm chất lượng và hương thơm phong phú được bày bán, giúp bạn lựa chọn nước xả ưng ý.

Trong quá trình giặt tay hay máy đều làm vải bị xơ do các động tác chà, vò, vắt... khiến quần áo sau khi phơi khô sẽ trở nên thô cứng gây cảm giác khó chịu khi mặc. Chính nước xả vải giúp quần áo không bị xơ, giữ được màu sắc ban đầu như mới. Đồng thời, nước xả loại bỏ chất xút vẫn còn bám trên quần áo.



Dịu nhẹ nước xả vải

LÊ NA

nước xả các loại túi 1.8 lít tặng kèm chai Sunlight 450ml. Ngoài ra, Comfort vừa ra mắt dòng sản phẩm Comfort Sáng tạo là sự kết hợp giữa hương thơm hoa quả và hương hoa nhẹ nhàng; hương dâu tây và hương hoa ngọc lan, hương việt quất và nhài tây, hương cam tây và hương lạc tiên (42.000 đồng/ túi 800ml- 46.000 đồng/ chai 800ml).

Nhãn hàng Downy cũng sản xuất nhiều loại nước xả với nhiều công dụng khác nhau tùy theo nhu cầu của người sử dụng: nước xả làm mềm vải hương nắng ban mai (21.000





đồng/ chai 400ml),
nước xả chống khuẩn (51.000
đồng/ chai 1 lít- 48.000 đồng/
túi 1 lít), nước xả một lần
(51.000 đồng/ chai 1 lít), nước
xả Sức hút (20.000 đồng/ chai
370ml, 54.500 đồng/ chai
900ml), nước xả Đam mê
(48.000 đồng/ túi 900ml-
54.500 đồng/ chai 900ml).
Downy cũng đang áp dụng

chương trình giảm giá chai
1.8 lít chỉ còn 82.000 đồng.

Tại Maximark, nhiều sản
phẩm thuộc các công ty nước
ngoài cũng được ưa chuộng:

- Nước xả vải Soft, sản
xuất tại Thái, được nhập khẩu
bởi CT TNHH C.L với 4 loại
pink elegance, blue fresh, red
rose và violet romance (14.900
đồng/ túi 700ml).





**Bảo vệ vệ sinh môi trường
là trách nhiệm của chúng ta**

MOSKILL



**DU PHÒNG Sốt XUẤT HUYẾT,
XIN DÙNG MOSKILL**

CÔNG TY TNHH KING SHOW (VN)
Quốc lộ 1A, Huyện Bến Lức, Tỉnh Long An
ĐT: 072.3871807 - 3871808 - 3871809 - Fax: 072.3871615



- Nước xả vải Leo soft,
sản xuất tại Thái, nhập
khẩu và phân phối bởi 2
Công ty TNHH Nam Sơn và
Công ty TNHH BT gồm 3 loại
hương hoa sứ, hương hoa
hồng và nước xả vải thơm 7
ngày (12.700 đồng/ túi
600ml).

- Nước xả vải Essence gồm
hai dòng sản phẩm nước xả

vải chống tia cực tím UV và
hương hoa 3 màu hồng, tím,
xanh (16.900 đồng/ túi 700ml,
can 3.8 lít/ 92.400 đồng).

- Nước xả vải làm mềm vải
Pigeon, Hàn Quốc, được nhập
khẩu bởi CT SX-TM Thuận
Hưng với 4 loại: sweet pink
rose, hương hoa Mimosa, blue
Bianca và soft white (46.700
đồng/ túi 1.3 lít) ★



THUY TIÊN

Sữa chua & sữa tươi bổ dưỡng

Xuất hiện trong dần tủ lạnh ở các quầy hàng thuộc hệ thống siêu thị Maximark thời gian gần đây, bên cạnh họ hàng nhà sữa chua (yaourt) còn có nhiều loại sữa tươi, sữa lên men uống liền với hàm lượng chất béo khá cao.

Trước tiên hãy nói về họ hàng nhà sữa chua phong phú. Có đến hàng chục loại sữa chua trên các quầy hàng Maximark, đây là món hàng luôn luôn mới vì chúng không thuộc loại hàng tồn quá lâu, già trẻ bé lớn gì cũng cần ăn sữa chua và gần như ăn hàng ngày. Tại sao vậy?

Các bác sĩ dinh dưỡng cho rằng "sữa chua không thua thân được". Trước tiên với các cô gái thích giữ thân hình cân đối gọn gàng, sữa chua chứa hàm lượng carbohydrate và protein ở mức vừa phải nên không sợ thừa calorie. Không thua gì sữa tươi, sữa chua luôn luôn "hiên ngang" sánh vai cùng "các bậc thầy về dinh dưỡng" với hàm lượng đạm, vitamin, khoáng chất, canxi... lý tưởng cho từng giai đoạn phát triển khác nhau của cơ

thể. Đường lactose là món khó tiêu nhất trong các loại sữa nhưng vì khuẩn trong sữa chua đã đánh bại chúng một cách dễ dàng để sữa chua trường tồn với thương hiệu dễ tiêu hoá! Sữa chua có nhiều canxi, đây chính là chất xúc tác tốt nhất giúp cơ thể đốt bớt lượng mỡ thừa, giải phóng năng lượng. Tăng cường hệ miễn dịch cho cơ thể từ các men gây chua trong yaourt cũng là ưu điểm số một của món "thần dược" này.

Mời bạn tham khảo giá một số mặt hàng yaourt ở Maximark:

- Sữa chua có đường (Vinamilk): 4.300 đồng/ hũ.
- Sữa chua nha đam (Vinamilk): 5.500 đồng/ hũ.
- Sữa chua lợi khuẩn (Vinamilk): 4.900 đồng/ hũ.
- Sữa chua trẻ em Kidz Gold (Kính Đô): 6.500 đồng/ hũ.
- Sữa chua vitamin E Well Yo (Kính Đô): 4.800 đồng/ hũ (mua 4 hũ tặng 1 ly thủy tinh).
- Sữa chua Elovi có đường, giàu canxi, vị dâu: 4.500

đồng/ hũ.

Với mặt bằng giá từ 4.500- 6.500 đồng, bạn cũng có thể sở hữu một hũ yaourt các loại: Vinamilk Probi, cam, trái cây; yaourt không đường Kefir; sữa chua

khuẩn acid lactic giúp cải thiện tình trạng làm việc của ruột ngày càng tốt hơn; tác dụng ngăn ngừa táo bón, tiêu chảy.

- Sữa lên men Light 85ml: 18.400 đồng/ vi 6 chai.
- Sữa lên men Yakult Nhật

Bản 65ml: 27.000 đồng/ vi 6 chai.

- Sữa lên men Casei 100ml: 27.000 đồng/ vi 6 chai.

- Váng sữa Ariba các loại: giảm từ 48.700 đồng xuống còn 44.800 đồng/ hộp.

- Sữa tươi thanh trùng Bong milk, nhiều canxi, ít đường, không béo: 53.900 đồng/ bình (1750ml).

- Sữa tươi thanh trùng Vinamilk: 30.100 đồng/ hộp (900ml); mua 01 hộp tặng kèm 01 sữa chua có đường, mua 02 hộp tặng 01 sữa lên men Probi giá 7.300 đồng...★



Ở miền Nam, mùa hè là mùa trái cây chín rộ. Sầu riêng, chôm chôm, măng cụt, mít tố nữ... đua nhau chín thơm lừng trong khu vườn xanh mát tràn tiếng chim hót ríu rít buổi ban mai trong lành. Ở Sài Gòn, bận bịu công việc hoặc chuyện học hành, bạn không về vườn để thưởng thức trái cây được nhưng vẫn có thể đến hệ thống siêu thị thuộc Trung tâm Thương mại



Maximark để "rinh" về các loại trái mà bạn thích. Trái cây trưng bày nơi đây vừa phong phú, vừa tươi tắn, lại được bán với giá phải chăng.

Bạn là người hảo ngọt? Mời mua xoài, chôm chôm nhãn, vải thiều, dưa hấu... Xoài cát chu hương vị thơm ngọt ngào chỉ 21.600 đồng/kg. Nhãn tiêu

hạt bé x í u nguồn gốc Cái Bè- Tiền Giang:

26.400 đồng/kg. Mãng cầu dai trái to, mắt nõ đều: 40.800 đồng/kg. Chôm chôm nhãn: 28.800 đồng/kg. Cùng họ chôm chôm còn có dòng chôm chôm Thái trái đỏ tươi, thịt dai, vị ngọt đậm: 24.000 đồng/kg...

Các cô gái sợ phát phì hoặc người bị bệnh tiểu đường kiêng ăn ngọt có thể dùng ổi không hạt (14.400 đồng/kg), bưởi năm roi (16.800 đồng/kg), quýt tiêu (27.600 đồng/kg), táo Việt xanh giòn ngọt ăn hoài không chán (22.800 đồng/kg)... Thú vị hơn có món khế Đài Loan quả to, hạt nhỏ, nước nhiều, ngọt vừa phải (24.000 đồng/kg)...

Các thứ trái ăn nhuận trường, giúp tốt cho việc tiêu hoá có thanh long (ruột trắng 18.000 đồng/kg, ruột đỏ 42.000 đồng/kg), chuối cau chuối sếp (12.000

đồng/kg), dưa hoàng kim (28.800 đồng/kg), đào (24.000 đồng/kg)...

Mỗi thứ trái mang một hương vị riêng phục vụ ý thích khác nhau của nhiều người nhưng nhìn chung, trái cây lúc nào cũng là món dễ ăn với các chất bổ dưỡng nhất định. Ví dụ như bên cạnh tác dụng giúp ta giải khát một cách... ngon miệng, dưa hấu còn chứa nhiều vitamin và chất xơ phù hợp giúp chữa bệnh khô miệng, táo bón, giun sán... Xoài chứa nhiều vitamin A, C, K có tác dụng giúp cơ thể chống lại quá trình oxy hoá. Khế là loại trái cây đặc biệt nhiều vitamin C giúp các cô gái đẹp da, thẩm thịt. Bưởi là loại trái cây đặc hiệu chứa nhiều chất khoáng (Fe, Ca, P...) và phong phú vitamin (C, B1, B2...) góp phần chữa các bệnh mỡ trong máu, cao huyết áp, xơ vữa động mạch, tiểu đường, béo phì... ★



Mùa hè trái cây phong phú

HỒNG PHƯƠNG VŨ



CÔNG TY CPTP THIÊN HƯƠNG

01 Lê Đức Thọ, P. Tân Thới Hiệp, Quận 12, TP. Hồ Chí Minh, Việt Nam.

ĐT: (84-8) 37171449 - 37171425 Fax: (84-8) 37170270 - 37171451






MAXIMARK vui hè cùng bạn

HÈ RỘN RÃ, XEM PHIM THẬT ĐÃ

Tại TTTM **Maximark** Ba Tháng Hai, với hoá đơn 500.000 đồng trở lên bạn sẽ nhận 01 phiếu quà tặng 50.000 đồng có giá trị sử dụng tại rạp BHD Star Cinema lầu 4. Vừa mua sắm thỏa thích vừa thưởng thức những bộ phim 3D đặc sắc của mùa hè năm nay. Thật tuyệt vời!

Chương trình bắt đầu từ ngày 07.7 và 04.8.2011 đến hết phiếu quà tặng tháng đó.

MUA Càng NHIỀU Ăn Càng ĐÃ

Sau khi coi xong những bộ phim 3D đặc sắc bạn có thể trở lại lầu 3 của TTTM **Maximark** để thưởng thức những món ăn Âu, Á sau một ngày vui chơi thật đã. Khi mua sắm với hoá đơn 300.000 đồng trở lên bạn sẽ nhận 01 coupon trị giá 30.000 đồng được sử dụng tại lầu 3 - lầu ẩm thực TTTM **Maximark** Ba Tháng Hai.

Chương trình bắt đầu từ ngày 17.7 và 18.8.2011 đến hết phiếu quà tặng tháng đó.

10 NGÀY MUA SẮM, TRÚNG QUÀ NGẪU NHIÊN

Trưa hè nắng nóng, uống ly sinh tố mát lạnh, thanh ngọt thật không gì tuyệt vời hơn! Hãy đến TTTM **Maximark** Ba Tháng Hai, Cộng Hoà, Nha Trang và Cần Thơ, cơ hội rinh Máy xay sinh tố trị giá 550.000 đồng khi mua sắm tại khu tự chọn là rất dễ dàng. Bạn đừng vội bỏ hoá đơn sau khi thanh toán vì điều bất ngờ nằm ngay trên hoá đơn đấy. Hoá đơn có dòng chữ "*Chúc mừng bạn đã nhận được một máy xay sinh tố*" có nghĩa bạn là người may mắn nhận được phần thưởng.

Chương trình bắt đầu từ ngày 15.7 đến 25.7.2011.

Song hành với các chương trình trong tháng 7 này là hàng ngàn mặt hàng tiêu dùng được khuyến mại trên toàn Hệ thống **Maximark** từ 10% đến 50%, trong đó mặt hàng văn phòng phẩm cũng được giảm giá từ 10% đến 50%, nhằm giúp Quý phụ huynh dễ dàng lựa chọn cho con em mình những dụng cụ học tập tốt nhất cho ngày khai trường sắp tới bằng chương trình **BE VUI ĐẾN TRƯỜNG** từ 01.7 đến 05.9.2011★

Mùa hè luôn là khoảng thời gian chúng ta thực hiện những kế hoạch xả hơi cùng người thân và bạn bè cho thỏa sức những ngày làm việc vất vả. Bên cạnh những tour du lịch, ăn uống... thì mua sắm cũng được ưu tiên hàng đầu. Hệ thống Maximark với những chương trình khuyến mại hấp dẫn chắc chắn sẽ là một điểm không thể thiếu trong tháng 7 này. Nơi đây đã có hàng ngàn phiếu quà tặng, coupon ẩm thực miễn phí đang chờ bạn.

A
AN PHONG



MAXIMARK

Khám phá sự hoàn hảo

ĐƯƠNG THỜI TẬP 33 (57), NXB DÂN TRÍ - CÔNG TY AN PHONG
CHỦ TRÁCH NHIỆM XUẤT BẢN: BÙI THỊ HƯƠNG, BIÊN TẬP: NGUYỄN HUY HÙNG
CHẾ BẢN VÀ IN TẠI CÔNG TY IN TRẦN PHÚ: 71-75 HAI BÀ TRUNG, Q.1, TP. HCM
SỐ ĐĂNG KÝ KHXB: 93-2011/ CXB/ 7.6- 02/ DT, NGÀY 12.7.2011, QUYẾT ĐỊNH XUẤT BẢN SỐ 93-7.6
IN 17.500 CUỐN; IN XONG VÀ NỘP LƯU CHIẾU THÁNG 07.2011



MAXIMARK

Khám phá sự hoàn hảo



MAXIMARK KHÁNH HOÀ

- 66 Quang Trung, Tp.Nha Trang
- 60 Thái Nguyên, Tp.Nha Trang
- 89 Hùng Vương, Tp.Cam Ranh

MAXIMARK CẦN THƠ

- 2 Hùng Vương, Cần Thơ

MAXIMARK TP.HỒ CHÍ MINH

- 3-3C đường 3/2, quận 10, Tp.Hồ Chí Minh
- 15-17 Cộng Hòa, quận Tân Bình, Tp.Hồ Chí Minh

