www.VietLifestyles.com

VIET LIFESTYLES™

Issue 48 - September 2014

YOUR LIFE ▪ YOUR STYLE ▪ YOUR MAGAZINE

ARIZONA - CALIFORNIA - FLORIDA - GEORGIA

N. CAROLINA - S. CAROLINA - HAWAII

TẠI SAO HOA KỲ
THẤT BẠI
Ở TRUNG ĐÔNG?

NHƯ LOAN
Bí Quyết Làm Đẹp
Là Ở Nụ Cười

SỬA SẮC ĐẸP

VÒNG SỐ 4

EXERCISES
TO TONE YOUR BODY

BEAUTY TRENDS
BEHIND THE RUNWAY

BỆNH DỊCH
Ebola

Made in U.S.A.

金燕窩 GOLDEN NEST

RED DATES & GOJI BERRIES

LONGAN

LYCHEE

REFRIGERATE AFTER OPENING

有機冰糖 燕窩

100%

Tổ Yến nửa bằng tay
Không Dùng Hóa Chất Bảo Quản
Không Tẩy Trắng
Không có phẩm màu nhân tạo

Thế Hệ Mới Của Nước Yến Giải Khát

New generation of Swallow Nest Beverage

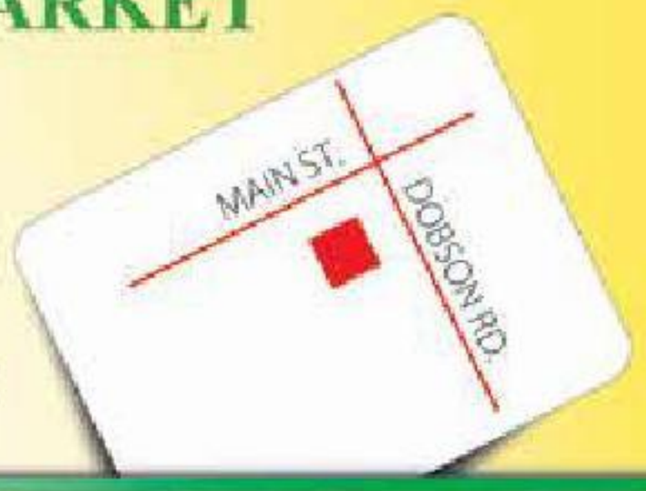
FDA USDA GMP HACCP

Muốn biết thêm chi tiết: 1-888-900-6378 (NEST)

www.GoldenNest.com

MOM 新世界超级市場
MEKONG SUPERMARKET

66 S. Dobson Road, Suite 132 - Mesa, AZ 85202
(Góc Tây Nam đường Main & Dobson)



SIÊU THỊ KHANG TRANG, BÃI ĐẬU XE RỘNG RÃI
NHÂN VIÊN THÔNG THẠO TIẾNG VIỆT, PHỤC VỤ ÂN CẦN

- Bán đầy đủ các loại thực phẩm Á Đông và nhiều mặt hàng gia dụng
- **Đặc biệt: Trái cây, rau cải, thịt cá và hải sản tươi sống không đâu sánh bằng**
- Rau quả được bảo quản, sạch và tươi lâu
- Giá cả phải chăng
- Hàng mới về mỗi ngày

NHIỀU MẶT HÀNG ON SALE MỖI TUẦN

480-833-0095

Mở cửa 7 ngày trong tuần | Monday- Sunday: 9AM- 9PM

FOOD STAMPS

Nếu không được chữa trị,
1 trong **4** người Mỹ gốc Á mang
Bệnh Viêm Gan B mạn tính có
nguy cơ tử mạng vì biến chứng gan.

Hãy tự kiểm soát sức khỏe của mình.

Chăm sóc bệnh gan của quý vị không chỉ đòi hỏi một lối sống lành mạnh mà còn đòi hỏi nhiều hơn điều đó nữa. Hãy nói chuyện với bác sĩ của quý vị ngay hôm nay.

Bệnh Viêm Gan B

Tìm hiểu thêm bằng cách truy cập vào
www.controlhepb.com

GILEAD

prd
DESIGN BUILD

ARCHITECTURAL

DESIGNING

BUILDING

STRUCTURAL ENGINEERING

MECHANICAL/AC

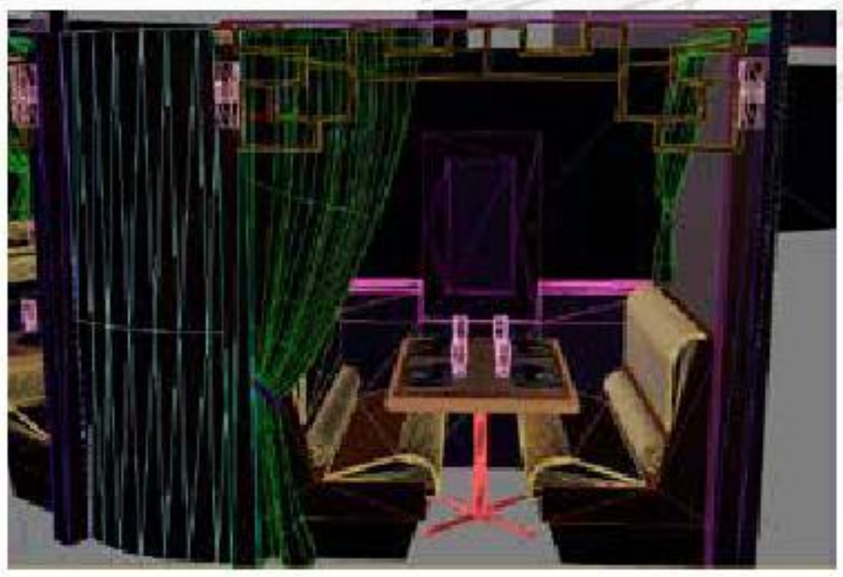
PLUMBING

ELECTRICAL

Chúng tôi với trên 20 năm kinh nghiệm và có bằng hành nghề trong lãnh vực thiết kế, xây dựng.

- **Khi quý vị bị vi phạm city citations hay gặp rắc rối bởi những violations với Health Department, đừng quá lo lắng, hãy liên lạc với chúng tôi ngay để được hướng dẫn lo thủ tục giấy tờ cũng như cách sửa chữa những vi phạm.**

- **Chúng tôi làm việc với tất cả các thành phố và các quận hạt trong tiểu bang Arizona và đã giúp rất nhiều quý thân chủ thành công.**



Ngoài ra, chúng tôi còn đảm nhận những dịch vụ sau đây:

- **Sơn nhà và cơ sở thương mại (exterior & interior painting)**
- **Kitchen/bathroom remodel, concrete side walk, parking, drive way.**
- **Lót sàn nhà gồm đủ loại: gạch, thảm, gỗ, v.v.**
- **Sửa mái nhà, ống nước, bồn tắm, sink, v.v.**

Chúng tôi thông thạo 3 thứ tiếng Việt, Anh và tiếng Hoa. Phục vụ tận tâm, ân cần, chu đáo. Tham khảo miễn phí và giá phải chăng so với các nơi khác.

480-406-0569

105 South Stapley Drive
Mesa, AZ 85204

akan@prdusa.net

ROC# 289648

NEW SAIGON ENTERTAINMENT PRESENTS

Mạnh Quỳnh

Quang Tuấn

Lam Trường

Minh Tuyết

Hồ Lệ Thu

BROTHER BAND

Ánh Minh

Tình Ca

designed by NPDAdesigns.com | 972-375-8397

VIP $70

1ST CLASS $45

REGULAR $25

Must be 18 or above

THỨ BẢY - NGÀY 8 THÁNG 11 NĂM 2014

SHOW TIME - 8PM - 11:00PM

WILD HORSE PASS HOTEL & CASINO

5040 WILD HORSE PASS BLVD. CHANGLER, AZ 85226 - ON FREEWAY I-10, TAKE EXIT 162

ĐỊA ĐIỂM BÁN VÉ

EAST VALLEY

VIVI FASHION 480-917-3886

NATIONWIDE NAIL SUPPLY 480-835-5589

WEST VALLEY

TNT AZ RADIO 602-335-8888

NATIONWIDE NAIL SUPPLY 623-878-2475

SPONSORED BY WILDHORSEPASS HOTEL & CASINO · VIET LIFESTYLES MAGAZINE · TNT

AV TRAVEL, VIP CREDIT CARD SERVICES, PHO DA LAT

VIET LIFESTYLES
YOUR LIFE • YOUR STYLE • YOUR MAGAZINE

VIET LIFESTYLES STAFFS

Chủ Nhiệm kiêm Chủ Bút: Lê Vân Thanh Mai
Publisher/Editor-in-chief: Mai Le

Phụ Tá Chủ Bút/Editorial Manager:
- ***Tiếng Việt:*** Nguyễn Phan Ngọc An
- ***English:*** Dan Hulsey

Cố Vấn Pháp Lý/Legal Advisor:
Luật sư Phạm Viết Ánh

Giám Đốc Kỹ Thuật/Art Director: Nguyên Phạm

Thiết kế hình ảnh/Graphic Designer: Chau Pham

QUẢNG CÁO – PHÂN PHỐI BÁO
ADVERTISING & DISTRIBUTING CONTACT
- **Phone: 480-213-5987**
- **Email: info@vietlifestyles.com**

Regional Marketing Directors:
- AZ: Giang Phạm 623-707-6898
- Tri-States (GA-NC-SC): Kim Hanh Dang: 678-849-6470
- FL: SiVan Lam: 239-233-7497
- CA-Orange County: Kha Truong: 310-920-1885
- CA-San Diego: Tiet Tran: 858-967-0035
- CA-San Jose: Nguyen Phan Ngoc An: 408-280-6853
- HI: Ho Dinh: 808-946-2732

Distributor/Phân Phối: Binh Pham, Dan Husley.

Trị Sự Tòa Soạn/Administrative Manager:
Đức Quang

Secretary/Thư Ký Tòa Soạn: Minh Vy

Tài Chánh/Accountant: Jessica McNabb

Nhiếp Ảnh/Photographer: Huy Khiêm, Phước Lê, Tony Nguyễn

Ban Biên Tập/Editorial Team: Đức Quang, Kim Hạnh, Thanh Dương, Dan Husley, Khả Trương, Trung Đào, Mường Giang, Ninh Nguyễn, Nguyễn Phan Ngọc An, Thùy Linh.

Cộng Tác Viên Thường Xuyên/Regular Contributors: Ngô Tằng Giao, Trịnh Thanh Thủy, Trung Đạo, Bác sĩ Trang Châu, Vĩnh Liêm, Tiểu Thu, Trần Quốc Chương, Duy Hân, Cô Tư Phụng Hiệp, Kim Tiền, Bao Hoang, Vân Hà, Hoài Hương, Nguyệt Vân, Jenny Hoàng, Hoàng Hữu Nguyên, Luật sư Tom Huỳnh, Vân Phạm, Tâm Phạm, Đào Đức Chương, Lâm Đàn, Nguyễn Thanh Châu, Hạ Anh.

Xin Lưu Ý / NOTE:
Bài viết cho Viet Lifestyles, xin đừng gửi trùng với các báo khác. Chỉ trừ những trường hợp đặc biệt, Viet Lifestyles mới đăng lại những bài mà tòa soạn thấy cần thiết. Nội dung các bài viết đăng trên Viet Lifestyles không nhất thiết phản ánh quan điểm của nhóm chủ trương.

VIET LIFESTYLES HEADQUARTER ARIZONA
P.O Box 93413 Phoenix, AZ 85070-3413
info@vietlifestyles.com
Facebook/VietLifestylesMagazine

Quý độc giả thân mến,

Tôi thường có thói quen thức khuya làm việc vì đó là thời gian yên tĩnh nhất trong ngày khi đầu óc tôi không bị chi phối để tôi có thể tập trung đọc, viết và suy nghĩ sáng tạo. Có lần đang trên bàn phím giữa đêm khuya tôi nhận được email của một người bạn gửi từ nửa vòng trái đất. Nội dung chị vỏn vẹn có 1 câu nói như thế này mà tôi nhớ hoài: "when you are young, you use your health to gain wealth; but when you are old, you use your wealth to pay for your health ". Tạm dịch là "khi còn trẻ, bạn đã dùng sức lực để tạo nên sự nghiệp, nhưng khi về già, bạn lại dùng sản nghiệp đó để mưu cầu sức khỏe"... Suy ngẫm, tôi thấy câu nói đó quá chí lý. Tại sao chúng ta lại phung phí sức khỏe khi còn trẻ để sau này về già thì đã quá muộn không? Trong tâm tình đó, Việt Lifestyles đã chọn chủ đề "Khỏe và Đẹp" và mong rằng ấn phẩm lần này sẽ mang đến cho qúy độc giả nhiều thông tin hữu ích.

Kính mời qúy độc gỉa cùng đọc bài "Lá Vệ Sinh" để nhớ lại một thời thiếu thốn khi còn ở đảo. Ngày nay sống ở xứ sở tự do, chúng ta không còn phải lo " ăn no, mặc ấm" nữa. Đời sống vật chất càng cao, chúng ta lại càng quan tâm đến việc "ăn ngon, mặc đẹp". Đọc bài "Sửa Sắc Đẹp", "Xu Hướng Làm Đẹp Của Các sao Việt" hay bài " Cách giảm cân rùng rợn của sao" để thấy mãnh lực của sắc đẹp. Vì cái đẹp người ta có thể đánh đổi tất cả, thậm chí cả mạng sống của mình…. Khi nói đến đẹp, chúng ta thường nghe nhắc đến ba vòng. Thế có bao giờ bạn nghe ai nhắc đến "Vòng Số Bốn?" chưa? Nếu chưa, mời bạn đọc bài viết này cho biết. Bốn vòng trên tạo nên vóc dáng chuẩn cho vẻ đẹp. Nên ngày nay mới có câu "Nhất dáng, nhì da, thứ ba là mốt." Do đó, giữ dáng là một trong những tiêu chuẩn hàng đầu trong việc làm đẹp. Bạn có thể bắt đầu với những bài tập thể dục đơn giản như "Exercises to tone your body" và kết hợp với chế độ ăn uống dinh dưỡng, giảm cân, bạn sẽ có được sức khỏe và vóc dáng lý tưởng mình mong ước.

Chúng ta thấy, sức khoẻ và sắc đẹp thường đi song hành cùng nhau. Nếu không có sức khỏe, nhan sắc của bạn sẽ mau chóng bị tàn phai. Ngược lại, nếu bạn có sức khỏe nhưng thiếu nhan sắc, bạn có thể nâng cấp bằng cách trang điểm, phục sức hoặc nhờ đến phẫu thuật thẩm mỹ. Tuy nhiên, suy cho cùng đó chỉ là vẻ đẹp bên ngoài phù du… Chính vẻ đẹp tâm hồn và nhân cách bên trong mới làm cho chúng ta thực sự toả sáng bền lâu. Triết gia Thales de Milet cũng đã từng nhận định " Cái đẹp không đến từ thân xác mà từ hành vi đẹp". Đức Phật dậy "lòng nhân từ cũng như lòng từ bi là gốc của mọi hạnh lành". Tiếc thay trong cuộc sống, chúng ta vẫn thấy đấy dẫy những sân si. Đọc bài "Cơn Sân Hận" để thấy những nguyên nhân gây nên tội lỗi của con người. Nhìn ở góc độ lớn hơn, chính những sân si đó là mầm mống dẫn đến tội ác chiến tranh.

Nói tóm lại, trong cuộc sống chúng ta cần cả hai Sức Khỏe và Sắc Đẹp vì đó chính là chìa khóa dẫn đến thành công và hạnh phúc. Mong rằng qúy độc gỉa sẽ dành nhiều thời gian chăm lo sức khỏe, cũng như biết làm đẹp cho chính mình và cho cuộc đời. Có như thế, chúng ta sẽ thấy cuộc đời này thật ý nghĩa và đáng sống biết bao!

Lê Vân Thanh Mai

Contents
Mục Lục

Issue #48 _ September 2014
Hình Bìa/The Cover: Ca sĩ Như Loan
Photo by Nguyen Hoang

VIẾT THEO CHỦ ĐỀ

THỜI SỰ - PHÓNG SỰ CỘNG ĐỒNG

FASHION - BEAUTY- ART - ENTERTAINMENT:

GIA ĐÌNH - SỨC KHỎE - ĐỜI SỐNG

TRUYỆN -THƠ- BIÊN KHẢO

MỤC LỤC QUẢNG CÁO

Để có được Báo đến tay bạn đọc hằng tháng, Việt Lifestyles xin chân thành tri ân đến những quý thân chủ quảng cáo sau đây:

Việt Lifestyles phát hành vào tuần thứ Hai trong tháng, hiện đã có đại diện tại một số thành phố và tiểu bang sau đây:

1. Phoenix – ARIZONA
2013A West Bethany Home Road
Phoenix, AZ 85015
(623) 707-6898

2. Atlanta – Norcross – GEORGIA
Cộng Đồng Việt Nam Georgia
6100 Live Oak Pkwy
Norcross, GA 30093
(678) 849-6470

3. Honolulu - HAWAII
Mường Giang
Phone: 808-946-2732
Email: hawaii@vietlifestyles.com

4. Orlando – FLORIDA
Yến Tạ
Phone: 407-896-2666
Email: Florida@vietlifestyles.com

5. Orange County - CALIFORNIA:
Trần Công Khả
Phone: 310-920-1885
Email: Orangecounty@vietlifestyles.com

6. San Diego – CALIFORNIA:
Tiết Trần
Phone: 858-967-0035
Email: Sandiego@vietlifestyles.com

7. **San Jose – CALIFORNIA**
Nguyễn Phan Ngọc An
Phone: 408-280-6853
Email: Sanjose@vietlifestyles.com

ĐIỂM TIN SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG

Điểm tin ngắn theo thứ tự thời gian những sự kiện hay chương trình đang và sắp sữa xảy ra trong Cộng Đồng tại địa phương và đó đây để quý đọc giả tiện việc theo dõi. Nếu quý hội đoàn có thông tin cần thông báo, xin vui lòng email về tòa soạn trước ngày 5 mỗi tháng, chúng tôi sẽ đăng thông báo miễn phí trong mục Tin Sinh Hoạt Cộng Đồng. Email tòa soạn Việt Lifestyles: ***info@vietlifestyles.com***

SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG VIỆT NAM ARIZONA

Hội Người Việt Thiện Nguyện AZ sinh hoạt mỗi Chủ Nhật từ 9:00AM – 12:00PM
2615 West Mariposa Street, Phoenix, AZ 85017
Hội Người Việt Tiện Nguyện AZ có những sinh hoạt thường xuyên như:

- Lớp điện tử: học mỗi Chủ Nhật. Xin ghi tên trước.
- Dạy kèm thi quốc tịch (tiếng Anh & tiếng Việt) miễn phí.
- Điền đơn thi quốc tịch. Nhận thông dịch khi thi quốc tịch tiếng Việt.
- Bán gây quỹ bộ Cẩm Nang Luyện Thi Quốc Tịch.
- Phụ giúp tìm kiếm việc làm, giúp làm tờ Resume
- Giúp đưa đi khám bác sĩ, xin trợ cấp, v.v. chỉ ngày thứ Hai. Xin gọi trước.
- Thu góp lon nhôm giúp Thương Phế Binh, Quả Phụ VNCH ở Việt Nam.

Muốn tham gia thiện nguyện giúp đỡ quý đồng hương, xin liên lạc Anh Ngà Bùi: 602-506-1288

Hội Á Mỹ Cao Niên Arizona thông báo lịch sinh hoạt tháng 9 & 10:
Như thường lệ, Hội sinh hoạt mỗi tháng 2 lần vào ngày thứ Bảy tuần thứ 2 và thứ Bảy tuần cuối mỗi tháng. Trong tháng 9, lịch trình sinh hoạt của hội sẽ vào các ngày 13 tháng 9 và ngày 27 tháng 9: Mừng sinh nhật hội viên

ĐIỂM TIN SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG

có ngày sinh trong tháng 9. Trong tháng 10, hội sẽ sinh hoat vào các ngày thứ Bảy, 11 tháng 10 và thứ Bảy ngày 25 tháng 10.

Quý hội viên lưu ý: Thứ bảy 18 tháng 10 năm 2014, Hội sẽ tổ chức tiệc mừng kỷ niệm **7** năm ngày thành lập Hội Á-Mỹ Cao Niên Arizna. Chương trình sẽ bắt đúng 6 giờ chiều, tại nhà hàng **PHOENIX PALACE, Chandler.**

Hội kính chúc thọ các hội viên có ngày sinh nhật tháng 9:
Hội viên Trần Vĩnh HÙNG
Hội viên Nguyễn Hoàng PHI
Hội viên Lê DIÊU
Hội viên Phạm tất THÀNH

Thời gian sinh hoạt của hội từ 10 giờ sáng đến 2 giờ trưa tại Trung Tâm Sinh Hoạt Người Việt vùng East Valley (Vietnamese Center tọa lạc tại số 2501 West Warner Rd., Chandler, AZ 85224). Muốn biết thêm chi tiết, liên lạc Hội trưởng Lê Văn Ngàn: 480-491-0176.

Sinh hoạt khu hội vùng Phoenix, sẽ vào 2 ngày thứ Bảy, ngày 16 tháng 9 và thứ Bảy, ngày 20 tháng 9 từ 9 giờ sáng đến 12 giờ trưa tại địa chỉ 7138 N. 45th Ave., Glendale, AZ 85301. Mọi chi tiết, xin liên lạc Hội trưởng Phan Thông Nhơn: 602-384-5335.

Thông Báo THÁNH LỄ Tiếng Việt:
Để đáp ứng theo nhu cầu cần thiết của giáo dân Việt Nam tại Giáo xứ Holy Spirit và để tạo cơ hội cho giáo dân Việt Nam thờ phượng Chúa bằng ngôn ngữ riêng của mình. Cha xứ thuộc giáo xứ Holy Spirit đã mời linh mục dòng Chúa Cứu Thế từ nơi khác về dâng Thánh lễ bằng tiếng Việt Nam cho giáo dân của ngài.

Thánh lễ bằng tiếng Việt sẽ được cử hành vào mỗi chiều chủ nhật đầu tháng. Xin thông báo cho quý vị biết để giàn xếp thời gian hiệp dâng Thánh lễ cùng với linh mục dòng Chúa Cứu Thế tại giáo xứ Holy Spirit.

Thánh lễ đầu tiên sẽ bắt đầu vào Chủ Nhật ngày 5 tháng 10 năm 2014.

Địa điểm: Holy Spirit Catholic Church - 1800 E Libra Dr, Tempe, AZ 85283 (McClintock & Guadalupe)

Thời gian: 4:00 chiều
Mọi thắc mắc xin liên lạc:
Anh Đương: (480) 307-9233; anh Phước: (602) 301-2570; anh Hoài: (480) 717-8103; Cô Thu: (602) 989-4422; Chị Vân: (480) 812-1107

Chương Trình Ca Nhạc Gây Quỹ MÙA THU YÊU ĐƯƠNG:
Sẽ diễn ra vào lúc 7:00 tối thứ Bảy, ngày 4 tháng 10, 2014 tại nhà nhà Mekong Palace. Chương trình có sự hiện diện của các ca sĩ: Lam Anh, Nhu Loan, Y Phụng và MC Trường Tiến cùng ban nhạc Đại Dương. Số tiền gây quỹ hôm đó, sẽ được Mekong match $1 to $1. Được biết BTC sẽ dùng số tiền gây quỹ để làm những việc từ thiện như đào giếng nước, mổ mắt, phát xe lăn, xe lắc… Muốn đặt bàn hay bảo trợ chương trình, xin liên lạc: 602-703-2587.

Lễ Vía Quan Thế Âm Bồ tát, trì Chú đại Bi, Lễ Phật Ngũ Bách Danh
Để tưởng nhớ, xưng tán đến công ơn cứu độ của mẹ Hiền Quan Thế Âm Bồ tát, gieo hạt giống từ Bi, trí tuệ của mẹ hiền Quan Âm nơi tứ chúng Phật Tử, Như Lai Thiền tự long trọng tổ chức lễ vía Quan Thế Âm Bồ tát với chương trình trì chú Đại Bi Quán Âm, và lễ Ngũ Bách danh Quán Thế Âm, thuyết giảng Chú Đại Bi. Kính mời quý Đồng Hương Phật tử hoan hỷ đến tham dự với chương trình như sau:

- **Thứ Bảy, ngày 11 tháng 10 năm 2014: Trì chú Đại Bi, Lễ Phật Ngũ Bách Danh,** từ 8:00 giờ sáng đến 9:30 tối.
- **Chủ Nhật, ngày 12 tháng 10 năm 2014: Lễ Vía Quan Thế Âm Bồ Tát** từ 9 giờ sáng đến 9 giờ tối.

Chùa sẽ khoản đãi thức ăn trong 2 ngày tổ chức Pháp hội và có phòng nghỉ cho quý Phật tử ở xa. Mọi chi tiết xin liên lạc: Như Lai Thiền Tự tọa lạc tại số *4842 N. 51ST Ave, Phoenix, AZ 85031. Tel:* ***(623)-845-7777****; Email:* ***nhulaithientuphoenix@yahoo.com***

THÔNG TIN SINH HOẠT CỘNG ĐỒNG VIỆT NAM GEORGIA

Thông Báo Lớp Học & Sinh hoạt tại Văn Phòng Cộng Đồng VN GA

***Hội thảo "Đôi Đũa Thần Kỳ"** với sự hướng dẫn & trị liệu của **Cô Lyndy Ngũ** đến từ Úc ngày Thứ Bảy 27 & Chủ Nhật 28 tháng 9, 2014 từ 10 giờ sáng đến 6 giờ chiều tại VP CDVNGA gần bên Huy's Sandwich 6100 Live Oak Pkwy., suite #2, Norcross GA 30093.

* **Tết Trung Thu** do CDVNGA và BPSOS Youth tổ chức Thứ Bảy 20/9/14 từ 5pm đến 9pm sân khấu trước Siêu thị Hồng Kông, phát lồng đèn, bánh trung thu, bánh kẹo, bánh mì nước uống. Múa lân, văn nghệ, 4 môn thi với giải thưởng $100,$75,$50,$25 cho lồng đèn, emcee tiếng Việt, y phục cổ truyền, tài năng, trò chơi giải thưởng school supplies.

* **Hội Chợ Khám Sức Khoẻ & Chích ngừa cảm cúm** Miễn phí Thứ Bảy 4/10/14 từ 10am - 4pm tại Morrow Community Room, 1500 Morrow Rd., Morrow GA 30260.

* **Chương trình Cộng Đồng Việt Nam Georgia làn sóng đài radio Tiếng Nước Tối** Thứ Tư 8:30pm – 9:00pm

* **Lớp ESL** miễn phí. Lớp Một: *Tối Thứ Ba & Thứ Năm từ 7pm-10pm từ 7pm-10pm*
Lớp Hai: *Tối Thứ Hai & Thứ Tư từ 7pm-10pm từ 7pm-10pm*

* **Asian Youth Tutoring Classes**
Kèm học sinh lớp 1 đến lớp 6. Chủ Nhật từ 1:00pm-3:00pm, Cần Tutor, ghi danh xin liên lạc.
Diana Dang @ (404)406-9923/ dianaDang96@gmail.com để biết thêm chị tiết.

* **Lớp Việt Ngữ** - Chủ Nhật 3-4pm, Cần Teacher

* **Lớp Khiêu Vũ** - tối thứ Sáu từ 7:00pm đến 9:00pm, Minh Hoàng 678-665-6540

* **Lớp Tài Chi** - tối thứ Hai và Thứ Tu từ 7:00pm đến 8:30pm, Nguyễn Hiệp (404)

* **Đêm Hội Ngộ** & **Chúc Mừng Sinh Nhật** vào Chủ Nhật mỗi tháng: ngày 12 tháng 10, 10 tháng 11, 14 tháng 12, 2014 từ 6:00pm tới 9:00pm, vào cửa miễn phí, CĐVN đài thọ thức ăn & nước uống, bánh Sinh Nhật, chương trình văn nghệ đó đồng hương đóng góp với tiếng đàn keyboard của Nhạc Công Tiến Dũng.

Chúng tôi rất mong đón nhận những ý kiến đóng góp của quý vị, để Việt Lifestyles mỗi ngày một tiến bộ hơn. Xin vui lòng email về: info@vietlifestyles.com hoặc 480-213-5987.

TÂM TÌNH BẠN ĐỌC

VIET LIFESTYLES
YOUR LIFE • YOUR STYLE • YOUR MAGAZINE

Cách Trả Bill Cho Việt Lifestyles:

Thể theo yêu cầu của quý thân chủ quảng cáo và quý đọc giả đặt mua báo dài hạn, sau đây là những hướng dẫn cách thức trả tiền cho Báo:

1. Trả bằng Check: Xin ký trả cho Viet Lifestyles và gửi về hòm thư:
   PO Box 93413,
   Phoenix, AZ 85070

   Trên memo nhớ ghi Invoice # hoặc tháng QC. Ví dụ: Aug 2014

2. Nếu trả bằng cash hay check, quý vị có thể mang đến đài TNT AZ Radio và đưa cho Chị Minh My hay chị Hạnh chuyển cho Tòa Soạn. Địa chỉ Đài TNT AZ: 2013AWest Bethany Home Road, Phoenix, AZ 85015.

3. Nếu trả bằng thẻ Credit Card, bạn vào trang nhà:
   www.vietlifestyles.com
   Ở cuối trang, bấm vào nút "Pay Your Bill", sau đó điền vào Invoice# và số tiền, rồi bấm nút Pay Now.

   Nếu bạn không có Pay Pal Account, thì bạn chọn: Don't Have A Pay Pal Account

   Sau đó bạn sẽ thấy trên màn hình hiện ra một khung với những thông tin về thẻ credit card, tên, email, v.v. của bạn để điền vô.

   Sau khi bạn điền xong, bạn sẽ bấm vào nút "Submit"

   Bạn sẽ nhận được Receipt qua email ngay lập tức.

   Nếu có thắc mắc hay gặp trở ngại gì, bạn cũng có thể liên lạc Tòa Soạn:
   480-213-5987
   Hoặc qua email:
   info@vietlifestyles.com

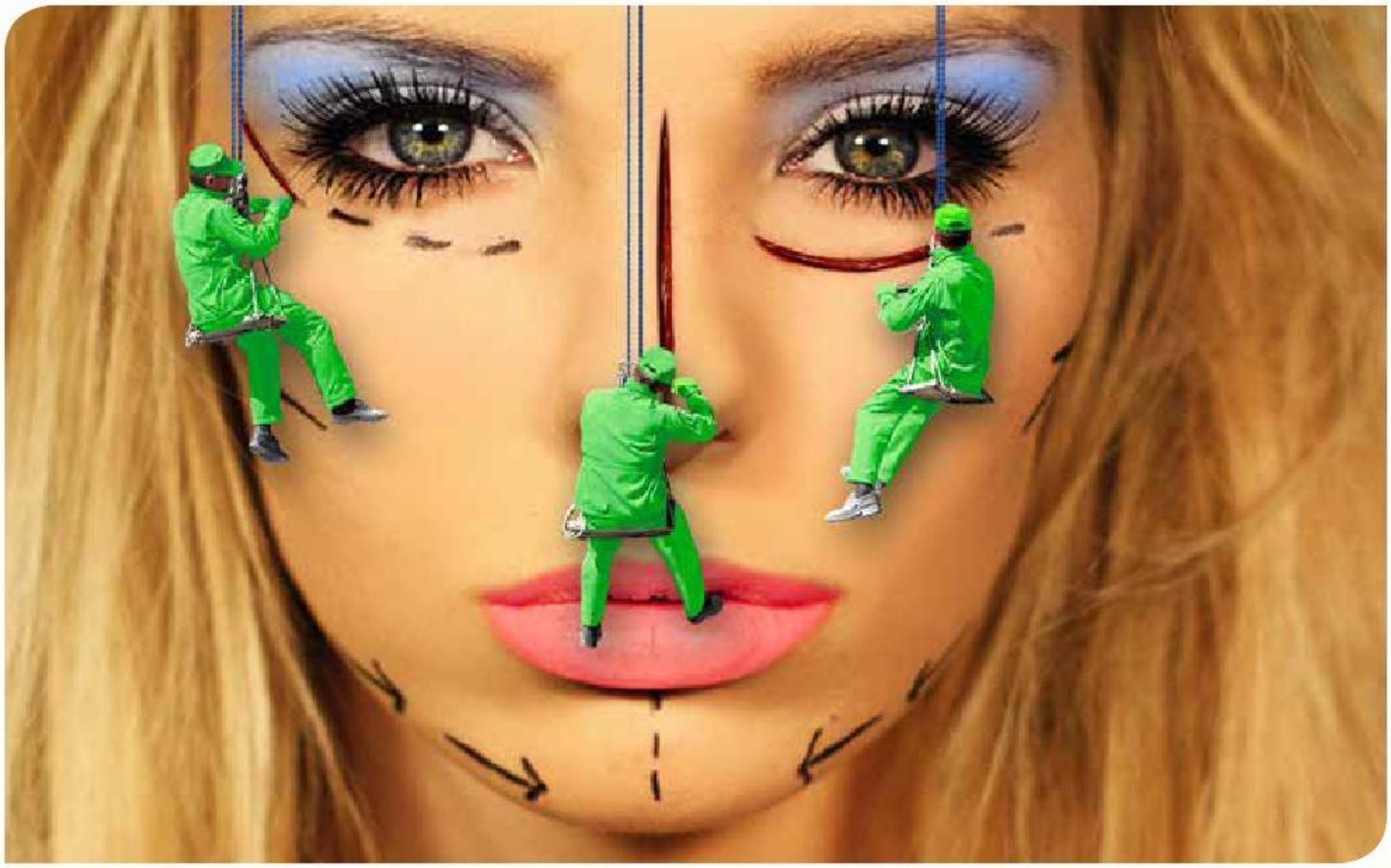
VIỆT LIFESTYLES NOW GO MOBILE

Quý độc giả có thể đọc báo Việt Lifestyles qua các thiết bị cầm tay như iPhone, iPad, Android, v.v.. Chỉ cần bấm vào trang nhà: www.vietlifestyles.com và bấm vào nút Entertainment, sau đó chọn nút On The Stand Near You, quý đọc giả sẽ thấy list những ấn phẩm Việt Lifestyles theo trình tự thời gian từ mới nhất trở về sau. Muốn đọc ấn phẩm nào, quý độc giả chỉ cần bấm vào hình bìa của ấn phẩm đó thì sẽ đọc được toàn bộ các bài vở và thông tin của Báo. Ban độc có thể lật đọc từng trang báo như thể quý vị đang cầm tờ báo trên tay vậy, rất dễ dàng tiện lợi. Xin vui lòng giúp chúng tôi giới thiệu trang nhà Việt Lifestyles đến bạn bè và người thân.

CHỦ ĐỀ BÁO THÁNG 10 - THU & HUYỀN BÍ

Hạn chót gửi bài ngày 29 tháng 9 năm 2014.

Quý độc giả muốn đóng góp bài vở cho những kỳ báo sắp tới, xin vui lòng gởi trước ngày deadline. Bài gởi đăng trên Viet Lifestyles, xin đừng gởi cho báo khác trong thời hạn 6 tháng. Bài viết xin giới hạn đừng dài quá 4 trang đánh máy (trừ những trường hợp đặc biệt cần trình bày chi tiết), sử dụng font size 12, dưới dạng Unicode. Để gởi bài viết, xin email về địa chỉ:
info@vietlifestyles.com



SỬA SẮC ĐẸP

Nguyễn Thị Thanh Dương

Hoài gọi phone hí hửng khoe với tôi:

- Chị Bông ơi, có hàng "on sale" đây!

- Lại quần áo, túi xách, giày dép nữa hả? Chán rồi, rẻ thì rẻ nhưng mua về mấy đợt trước còn đây, thành lỗi thời dù chưa kịp dùng đến.

- Không phải, món này hạ gía chắc chắn chị thích liền…

Tôi dứt khóat:

- Hột xoàn hả? Đừng có hòng, tôi đeo đồ gỉa quen rồi, cũng lấp lánh không thua hàng thật. Tha hồ đeo đầy tay, đầy cổ, ai dám hỏi, ai dám đến gần sờ mó vào mà biết thật gỉa chứ?

- Chị đoán sai hết, kiên nhẫn nghe tôi nói nè, chị có thích sửa sắc đẹp không? Đang hạ gía đấy.

Tôi ngạc nhiên khựng lại:

- Sửa sắc đẹp mà cũng hạ gía nữa hả?

- Chứ sao, làm ăn thì cái gì chẳng phải hạ gía chiều khách. Này nhé, cắt mí mắt gía 1,800 đồng chỉ còn 1,200, căng da mặt gần 4,000 nay chỉ còn 3,000 đồng. Họ hạ gía, thời cơ đã đến.

Tôi chao lòng, hỏi tới:

- Sao mà rẻ thế? Nhưng thẩm mỹ viện nào? Có bảo đảm không?

- Thẩm mỹ viện "Xuân Xanh", hài lòng chưa? Bỏ ra mấy ngàn đồng, mình trẻ lại 20 năm về trước mà không rẻ à?

- Nhưng thẩm mỹ viện có sửa được

khóe mắt đã đầy vết chân chim đại bàng không? Có căng được làn da lão hóa đã nhăn như tấm mền cũ không? Có bơm được đôi môi khô héo như chiếc lá khô của mùa Thu tàn, trở thành môi trái tim tươi mát không? Có…

Hoài phải ngắt lời tôi:

- Làm gì mà lo lắng bi quan thế? Thẩm mỹ viện làm được tất cả miễn là mình có tiền.

- Nếu tôi muốn có một nốt ruồi duyên trên môi như cô người mẫu Cindy Crawford có được không?

- Giời ơi, người ta còn muốn cắt bỏ nốt ruồi, nhà chị lại muốn cấy nốt ruồi. Bộ không nghe tin cô người mẫu Cindy Crawford đang lo lắng vì nốt ruồi duyên của cô đang đổi màu có nguy cơ bị ung thư hả?

- Hỏi đùa thôi, nhưng này, hiệu qủa cắt mắt và căng da mặt kéo dài được bao lâu? Nghe nói chỉ vài năm thôi, đâu lại hòan đấy?

Hoài gạt đi:

- Có gì bền vững mãi trên thế gian này đâu, ngay cả mạng sống của mình, sống ngày nào vui hưởng ngày ấy đi. Cho dù chỉ hiệu quả vài năm, thì chị cũng có vài năm sung sướng, tự hào và mãn nguyện vì sự trẻ trung của mình, cũng là liều thuốc bổ tinh thần vô cùng quý gía đấy. Với lại, có tiền để làm gì? Đây là lý do chính đáng nhất để xài tiền cho cá nhân mình, cả một đời người toàn là tần tiện, làm lụng chăm chỉ và lo cho gia đình con cái.

Tôi lại thêm chao lòng:

- Ừ, để tôi suy nghĩ rồi quyết định sau nhé!

Hoài và tôi qua Mỹ cùng thời gian, ở cùng thành phố, cùng tuổi, nên có nhiều suy nghĩ hợp nhau, và rất thân nhau. Hoài thường tâm sự với tôi, chị có hai người con đã ăn học xong, đã trưởng thành, coi như mình hết trách nhiệm, nhà cửa xe cộ thì trả off từ lâu, vốn liếng dành dụm được, thích gì thì làm, còn lại bao nhiêu để cho con cái cũng quý lắm rồi.

Càng về gìa người ta càng thấy chuyện sinh tử mong manh quá, càng muốn níu kéo tuổi thanh xuân và hưởng hạnh phúc ở đời.

Tôi và Hoài luôn than thở với nhau về tuổi gìa, hết tóc điểm bạc, tới da nhăn, khóe mắt chân chim…nhưng chưa ai một lần đi sửa sắc đẹp cả, mà chỉ ao ước thôi.

Năm ngoái tôi đi California họp mặt bạn bè thời trung học, thấy vài bạn gái cùng lớp ngày xưa sao mà vẫn trẻ đẹp thế, da mặt căng không một vết nhăn, hỏi thăm "bí quyết" thì một người bạn cười cười trả lời rất đơn giản là chỉ cần "mát sa" mặt mỗi buổi sáng khỏang 15 phút là xong.

Về nhà tôi hớn hở kể cho Hoài nghe điều kỳ diệu đó, chị ta mắng tôi:

- Sao nhà chị ở Mỹ bao năm rồi mà vẫn còn ngố ngáo như gái H'mong từ bản làng rừng núi mới ra thành phố vậy? Các chị ấy căng da mặt đấy, cứ bà nào tuổi đời 5-6 bó trở lên mà hiên ngang chải tóc vén lên, để khoe khuôn mặt với làn da căng mịn màng như thời con gái, là bảo đảm bà ấy căng da mặt, hoặc vừa mới chích botox nên mới đầy tự tin như thế. Vì ở tuổi này các tế bào đã hết đàn hồi, chảy xệ xuống rồi, "mát sa" nào cứu nguy cho được? Phải nhờ đến thẩm mỹ viện cắt xén, nâng cấp lên thôi.

Hoài nói thêm:

- Còn mấy bà gìa nào chuyên môn đeo kính mát dù trời nắng hay mưa cũng có ý đồ cả đấy, vừa ra vẻ thời trang ăn diện vừa để che dấu đôi mắt sụp mí hoặc những vết nhăn nơi khóe mắt mà họ không có hay chưa có điều kiện đi thẩm mỹ viện sửa sang.

Tôi thán phục:

- Chị suy bụng ta ra bụng người nên không sai tí nào! Chị thật là kinh nghiệm.

Thế là từ năm ngoái, giấc mơ sửa sắc đẹp đã ám ảnh tôi từng ngày. Nhưng nghĩ tới chuyện dao kéo tôi sợ lắm, dằng co mãi hết ngày này đến tháng nọ rồi lại nhìn mình trong gương và than trách ông trời sao làm tuổi gìa tàn tạ con người đến thế! Nhớ thuở tôi mới lớn dáng gầy gầy xinh xắn, đôi mắt long lanh, nụ cười tươi tắn. Ngày tôi lấy chồng, theo chồng về thăm quê anh nơi miền đồng bằng sông Cửu Long, ruộng đất ngút ngàn, cò bay …gãy cánh, mới đi bộ trên bờ ruộng được nửa tiếng tôi đã mỏi chân, chỗ ấy vắng người, anh đã cõng tôi đi, và dỗ dành tôi mãi chỉ sợ tôi chán đòi về thành phố ngay.

Bây giờ tôi trở thành một bà sồn sồn mập mạp, thỉnh thỏang tôi mơ màng nũng nịu nhắc tới kỷ niệm xưa, chồng tôi gắt:

- Thôi đi bà, bây giờ nhắc lại tôi còn hú vía. Bà nặng ký như thế này, tôi mà cõng bà thì tôi cụp xương sống chết liền tại chỗ. Tiếc rằng ruộng đất cha tôi không còn nữa, để bà về đi bộ hết những cánh đồng ấy chắc cũng xuống được mấy pounds đó.

Ôi, lời nói không sai, mà làm tôi "đau" qúa, có nghĩa là chồng tôi cũng chê tôi mập, gìa, và xấu, anh ấy chẳng thiết tha gì đến kỷ niệm nên thơ thuở nào. Mập thì tôi tự giải quyết được, chịu khó ăn kiêng, và đi bộ ngày mấy miles là xong, còn những vết nhăn trên gương mặt thì phải nhờ đến bàn tay bác sĩ thẩm mỹ thôi.

Tôi liền gọi phôn cho nhỏ bạn cùng trường mà tôi đã gặp ở California năm ngoái để hỏi cho ra lẽ:

- Nè, Vinh ơi, mày "mát sa" da mặt cách nào vậy? Nói thật đi bộ mày căng da mặt hả? Chỉ tao kinh nghiệm với…

Vinh cười ngặt nghẽo trong phone:

- Tội nghiệp bạn hiền của tôi, gìa rồi mà còn ngây thơ, thì tao căng da mặt đây, nói đùa là "mát sa" mày tưởng thật hả?

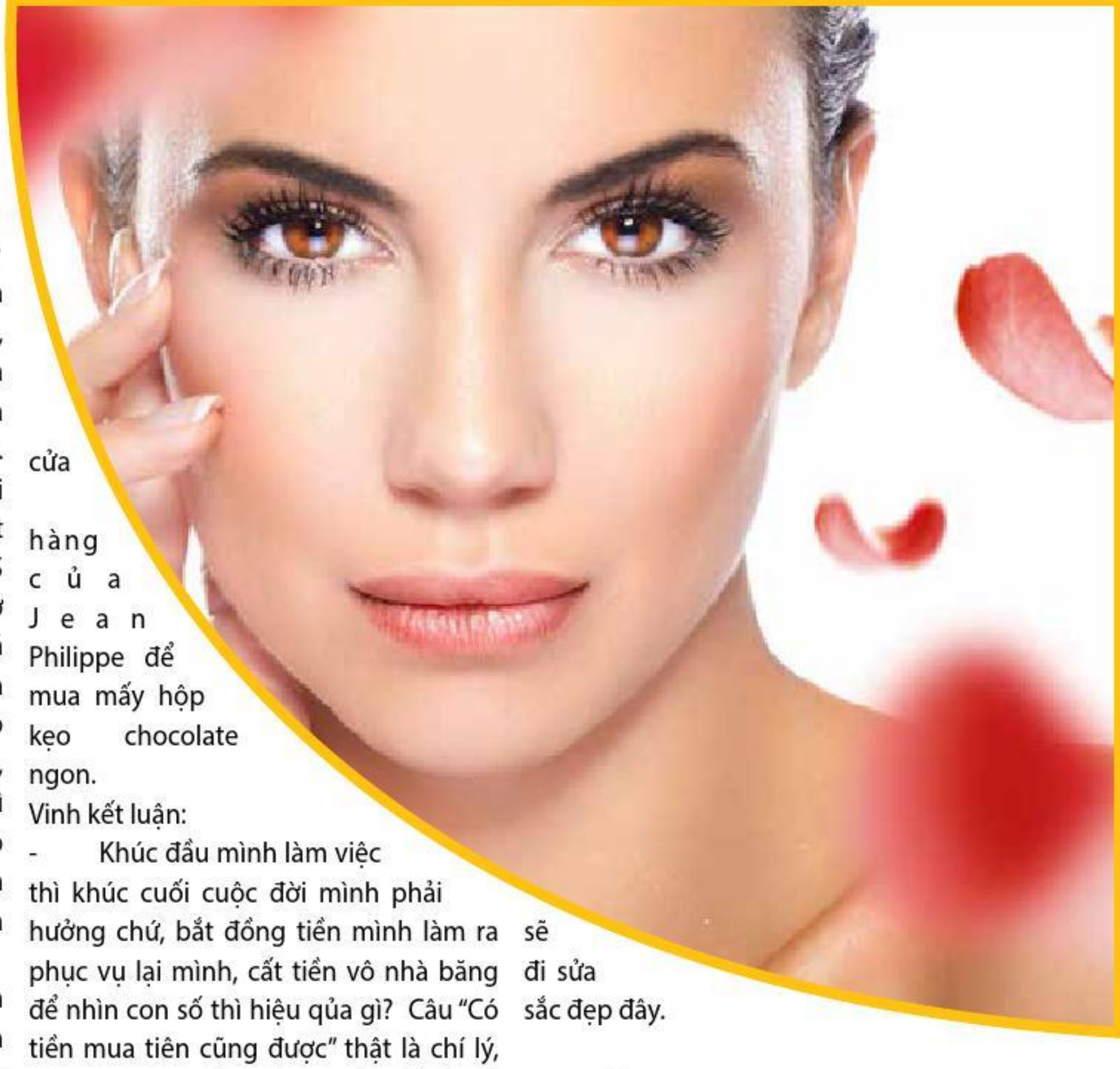
- Hèn gì tao về kể lại bị một đứa bạn khác mắng là nhà quê chẳng biết gì, căng da mặt có đau không hả Vinh?

- Làm đẹp thì dù có đau cũng ráng chịu, chừng 2 tiếng là xong, một tuần sau cắt chỉ, soi gương thấy khuôn mặt trẻ trung tao còn không…nhận ra tao nữa đó.

Cũng giống như Hoài, người bạn cùng xóm của tôi, Vinh có 2 con đã lập gia đình ở riêng. Hai vợ chồng đều qua Mỹ từ năm 1975. Hồi mới đến Mỹ, chồng của Vinh đã làm đủ thứ nghề lao động vất vả, đi Alaska làm cua, lênh đênh theo tàu ra biển, chịu đựng những mùa Đông cắt da cắt thịt, còn Vinh thì đi làm ở shop may. Tiền kiếm từng đồng mà còn phải gởi về Việt Nam giúp gia đình đôi bên, hết người nọ tới người kia xin, vì sau 1975 cuộc sống ở Việt Nam quá nghèo khổ, cơ cực. Vài năm sau, khi cả hai đã khá khá tiếng Anh, họ học thi vào bưu điện, kiên nhẫn vài lần cả hai đều được nhận vào làm. Kiên nhẫn là mẹ của thành công, thật đúng với vợ chồng Vinh. Bây giờ thì họ khá giả, ngoài căn nhà đang ở, họ có một số vốn lớn trong tay nhờ mua bán nhà trong thời hoàng kim kinh tế nhà cửa lên gía vùn vụt tại California.

Nhưng Vinh nói chưa quyết định để tiền cho đứa con nào hết, cho con trai thì nhìn con dâu ăn diện, mua sắm hoang phí mà ngứa mắt và xót xa cả ruột gan. Chẳng lẽ công lao mình làm ăn và ky cóp mà để lại cho đứa con dâu ăn xài bán trời không văn tự kia, tức… Con gái nhà ai hưởng? Mà cho con gái mình cũng chẳng hay ho gì, thằng con rể người Mỹ ăn xài kiểu Mỹ chẳng mấy chốc tiêu tan cái gia tài của chị suốt bao nhiêu năm cật lực làm việc.

Hai vợ chồng năm nào cũng lấy vacation đi du lịch đó đây, đi tour tàu biển hay đi tour du lịch Thái Lan, Nhật Bản, Hồng Kông, hay về thăm Việt Nam. Và mỗi dịp lễ nghỉ cũng tranh thủ tận hưởng ngày vui, họ đi Casino, ở gần thì có sòng bài da đỏ "Cache Creek" hay lên máy bay tới Las Vegas xa hơn, có nhiều sòng bài hơn, tha hồ đi hết sòng này tới sòng kia kéo máy, vừa vui chơi và làm "nghĩa vụ" nộp tí tiền vặt cho Casino… thay bóng đèn. Chán thì đi coi show, đi ăn buffet trong khách sạn Bellagio, Wynn,… giá đắt đỏ nhưng nhiều món ăn ngon và cảnh trí sang trọng, lịch sự. Khi ra về không quên ghé cửa hàng của Jean Philippe để mua mấy hộp kẹo chocolate ngon.



Vinh kết luận:

- Khúc đầu mình làm việc thì khúc cuối cuộc đời mình phải hưởng chứ, bắt đồng tiền mình làm ra phục vụ lại mình, cất tiền vô nhà băng để nhìn con số thì hiệu qủa gì? Câu "Có tiền mua tiên cũng được" thật là chí lý, mua sự sung sướng và mua cả tuổi thanh xuân. Đến California vùng Bolsa người Việt mình mà mày không để ý thấy có nhiều "chị em sinh đôi" sao? Họ cắt mắt, sửa mũi, nên trông ai cũng như ai.

Thấy tôi im lặng, Vinh thuyết phục:

- Tao có một người bạn cũng căn cơ như mày, từ ngày sang Mỹ chỉ biết làm việc và để dành tiền, thậm chí đi shopping không dám mua cái áo đắt tiền, con cái học hành xong có gia đình ra ở riêng hết. Đùng một cái nó bị bệnh ung thư, chết tốt. Người chồng đau khổ kia sau một thời gian đã nguôi ngoai, chợt nhận ra trong cái rủi có "cái may" của mình, được độc thân đi tìm duyên mới, ông ta bèn về Việt Nam cưới một cô vợ trẻ hơn 30 tuổi, bao nhiêu vốn liếng dành dụm của bà vợ trước, ông mang ra cung phụng cho cô vợ sau hưởng hết, mua nhà mới, xe đẹp để làm vui lòng cô vợ trẻ.

Nghe xong tôi sôi cả ruột gan lên:

- Thế thì mình phải hưởng đi chứ, cho chắc ăn, kẻo kẻ khác hưởng mất. Tao cũng sẽ đi sửa sắc đẹp đây.

_____oOo_____

Tôi và Hoài đã đến thẩm mỹ viện "Xuân Xanh", trước hết là cắt mí mắt, sau đó mới căng da mặt, vì không thể làm cả hai thứ cùng lượt. Chuyện này kéo dài khỏang hai tháng, nhân thể trong thời gian đó, tôi ăn kiêng luôn và ráo riết tập thể dục, một công mà được đôi ba việc. Với lòng quyết tâm làm đẹp nên tôi đã xuống được nhiều cân, dáng người vừa vặn, cân đối.

Ồ, thật tuyệt vời, tôi trẻ đẹp hẳn ra, cứ tưởng như mình của thuở mấy chục năm về trước, tôi thấy chồng tôi…già khú đế. Để tương xứng với dung nhan trẻ đẹp mới, tôi đi mua sắm lại hàng loạt quần áo, giày dép, và các món phụ tùng thời trang khác. Chồng tôi cũng ngẩn ngơ và…tán tỉnh tôi:

- Anh có cảm tưởng như vừa cưới vợ lần thứ hai, một cô vợ nhí xinh xinh.
- Còn em, đang hoang mang tại sao mình lại lấy một ông chồng già đến thế?
- Nhưng tâm hồn anh vẫn trẻ như

mấy chục năm về trước, và anh chỉ muốn được cõng em đi trên bờ ruộng xưa.
Tôi chanh chua:
- Sao hôm trước anh rủa em mập, anh mà cõng thì gãy vai anh? Tình thế đã thay đổi rồi nhé. Bây giờ anh không xứng để cõng em đâu.
Chồng tôi hơi bực mình:
- Chẳng qua em chỉ trẻ trung cái bề ngoài, nhờ sự tham gia của dao kéo, đừng có vội "chảnh" với anh, vài năm sau lại trở về như cũ.
- Thì em lại đi thẩm mỹ viện nữa.
- Thẩm mỹ viện không phải là cái đũa thần, cũng có lúc bó tay. Em hiểu chưa?
- Ôi, em chẳng lo, tới lúc đó dù là hoa hậu hay Lọ Lem cũng da nhăn, tóc bạc, lưng còng gối mỏi, ngơ ngơ ngẩn ngẩn như nhau. Chưa biết ai xấu hơn ai?

Tôi yêu đời, tự tin hẳn lên đúng như Vinh đã nói. Tôi ăn diện đẹp nhởn nhơ đi chợ, cô bé nhân viên tính tiền quen thuộc ở chợ Việt Nam ngày nào đã kính cẩn gọi tôi bằng "Bác" cũng phải trầm trồ và thay đổi cách xưng hô:
- Trông cô trẻ hẳn ra, suýt nữa thì cháu không nhận ra cô.
Tôi chỉ cười cười ra vẻ khiêm nhường chứ đời nào dám nói là nhờ thẩm mỹ viện o bế.
Từ ngày sửa sắc đẹp xong tôi luôn mong mỏi nhận được thiệp mời đi đám cưới, đám tân gia hay…đám ma cũng được, để có dịp ra chỗ đông người, còn hơn ngồi trong nhà, uổng phí cả dung nhan mới làm lại.
Chẳng có đám nào đoái hoài tới, thì may qúa, một chị bạn ở xa bỗng dưng…nạp mạng, gọi điện thoại báo tin sẽ ghé đến thăm tôi, nhân dịp chị ta về thành phố này thăm viếng thân nhân bên chồng.
Tôi tha thiết chào mời:
- Bất cứ gía nào chị cũng phải ghé nhà tôi nhé, tôi đang đợi chị từng giây từng phút đấy.
Chị bạn chắc cảm động, nên giọng chị nghẹn lại bên kia đầu dây:
- Không ngờ chị tốt qúa, còn nghĩ đến tôi. Vâng, tôi sẽ không phụ tấm lòng của chị đâu.
Xong cú phone, chồng tôi ngạc nhiên:
- Anh nhớ là em đâu có ưa gì chị bạn này, mà sao bây giờ mời đến nhà nồng nhiệt thế?
Tôi huych toẹt với chồng:
- Đúng thế, nhưng có còn hơn không, ít ra cũng có thêm một người quen biết cũ thấy em trẻ đẹp ra, rồi chị ấy sẽ kể lại cho đám bạn bè thế là nhiều người cùng biết.
Và tôi thật sự hớn hở chờ mong người bạn ấy đến, vì tôi phí tổn hết mấy ngàn đồng để sửa sắc đẹp mà chỉ hiệu qủa được vài năm, nên tôi phải nhanh chóng ra mắt bà con bạn bè càng nhiều càng tốt kẻo thời gian vùn vụt trôi đi, nhan sắc tôi lại trở về vị trí cũ, vừa già vừa xấu như trước.


HÂN HẠNH GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH CA NHẠC VÀ DẠ VŨ TẠI CASINO ARIZONA
VỚI SỰ GÓP MẶT CỦA ĐỆ NHẤT BAN NHẠC ĐẠI DƯƠNG & CÁC CA SĨ ĐƯỢC YÊU MẾN TẠI ARIZONA
KIM YẾN
ISABEL
Điều Khiển Chương Trình
MC TRƯỜNG TIỀN
ĐẠI NGỌC NHUNG
Dạ Vũ
HALLOWEEN
& HÁT CHO NHAU NGHE
Tiếng hát mãi xanh 3
TƯNG BỪNG
Náo Nhiệt
Mới Lạ
TẤT CẢ CA SĨ ĐỀU TRONG TRANG PHỤC HÓA TRANG
GIẢI THƯỞNG CHO NAM & NỮ HÓA TRANG ĐẸP NHẤT
8:00 PM
12:00 (MIDNIGHT)
SUNDAY
OCTOBER 12
2014
FREE ADMISSION
Vào cửa miễn phí
CASINO ARIZONA: 524 N. 92ND ST. SCOTTSDALE AZ. 85256 (101 & MCKELLIP)
RÚT THĂM TRÚNG THƯỞNG (PRIZES WILL BE SPONSORED BY CASINO AZ) - AN NINH AN TOÀN - MUST BE 21 OR ABOVE
SPONSORED BY
CASINO ARIZONA
TALKING STICK RESORT
IN COOPERATION WITH
LAPAS
AZ NAIL SUPPLY PEORIA
623-979-9800
* ĐẠI DƯƠNG BAND NHẬN GIÚP VUI CHO: TIỆC CƯỚI
SINH NHẬT - HỌP BẠN - DẠ VŨ - GÂY QUỸ - HỘI ĐOÀN ...
* CHO MƯỚN & NHẬN LÀM ÂM THANH
* LIÊN LẠC CƯỜNG TRẦN: (480) 329 - 8382
VISIT ĐẠI DƯƠNG AT: FACEBOOK.COM/DAIDUONGMUSICBAND
CASINO ARIZONA KÍNH MỜI QUÝ ĐỒNG HƯƠNG CÙNG THAM DỰ
Designed by MC Trường Tiền

Hi-Tech Dentistry

Nha Sĩ Allan T. Nguyen

480-962-1550

Hi-Tech

Nha Khoa Tổng Quát - Thẩm Mỹ - Trẻ Em

- Khám răng, trám răng, nhổ răng, bọc răng, tẩy trắng răng, làm răng giả đủ loại.
- Có chương trình trả góp không tiền lời với Care Credit.
- Nhận hầu hết các loại bảo hiểm PPO & AHCCCS.
  (APIPA, United Health Care, Phoenix Health Plan, Mercy Care, Care First, Maricopa, etc...)

Exam, XRay & Regular Cleaning

$49.00

*SOME RESTRICTION APPLY
*DÀNH CHO BỆNH NHÂN KHÔNG BẢO HIỂM & KHÔNG BỊ BỆNH NƯỚU RĂNG

20% OFF

Quý vị cao niên, học sinh & Không có bảo hiểm

Giờ làm việc:

Thứ Hai, Thứ Tư, Thứ Năm & Thứ Sáu: 9am - 6pm
Thứ Bảy & Chủ Nhật: 9am - 3pm (by appointment)
Văn phòng đóng cửa ***Thứ Ba***
66 S. Dobson Road #144 Mesa, AZ 85202
(Trong khu chợ MEKONG PLAZA)

Khởi nguồn của những nụ cười duyên dáng

Negev Design-Build LLC

Constructing With Integrity

(480) 525-4141

7 DAYSPA & NAILS
TEMPE MARKETPLACE - 3,500 SF

MAIYAS NAILS & SPA
HAYDEN RD SCOTTSDALE
2,700 SF

NAIL STUDIO 54
54 TH. ST CHANDLER
1,600 SF

We can do just architecture if you have your own contractor or general construction if you have your own architect. Our architectual fee range from $2,000 - 3,500 based on design complexity and size.

★ ★ ★

Over 30 years experience in retail architectural design and construction. We design & build 8-10 Nail shops in Arizona every year.

FREE

Shop/Space layouts, designs and architect/Engineer Drawing for building permit "with construction agreement"

ALL CONSTRUCTION COMPLETED IN 30-45 DAYS

ARCHITECT
#10382 - AZ

GENERAL CONTRACTOR
 # AZ ROC: 266164

Nail Salons, Beauty Salons, Dental Offices, Retail shops, Restaurants, Office spaces and all tenant improvements.

Cost range from $25 - 35/SF (incl. Architecture) Articulated Ceiling designs, custom nail bar, waterfalls, LED lighting, reception desks and more...! You get everything, A to Z, plumbing, electrical, mechanical/exhaust, walls, ceilings, flooring and painting!

You provide the chairs, tables, hand wash sink, washer/dryer and store sign.

Nhà Thuốc
Natural Healing and Herbal

2563. Broadway Blvd.
Tucson, AZ 85116
(520) 826-1615 or (520) 838-4454 (Cell)
Email: Naturalhealingandherbal@gmail.com

Chuyên giúp chữa trị !

Đau Nhức: Vai, lưng, đầu, xương sống, bắp thịt, đầu gối, gân, phong thấp, thấp khớp, viêm xương, rỗng xương, tay chân co rút, bại. Đau nhức làm việc khó khăn, gout, sưng phù thủng, chân yếu đi đứng không vững. Hồi phục sức người lớn tuổi nhanh chóng.

Bịnh phụ nữ và nam giới: Nhiễm trùng bộ phận sinh dục, viêm sưng, đỏ, rát, ngứa, đau, lở loét,, nấm, huyết trắng, nước tiểu đục, tử cung lạnh, mòn, khó sanh con, xong kinh, bọng đái, nhiếp hộ tuyến, HPV, yếu sinh lý, xuất tính sớm, lỏng, suy thận, yếu thận, viêm thận, ung thư, viêm gan, xơ gan, gan có mỡ, viêm gan, thận, phụ nữ thời mãn kinh, toát mồ hôi, kho chuyện, kình không đều, ho,
cảm lạnh, sốt lâu ngày không viêm, sung cuống họng, sưng phổi, khó thở, phoi yeu, đau đầu kinh niên, khó ngủ, căng thẳng, mệt mỏi, ói, kém trí nhớ,tay chân tê cứng dở không lên, té có máu bàn bên trong, nhiễm trùng mậu đường ruột, ăn không tiêu ợ chua, biếng ăn, bón, trĩ, tiêu chảy, tiểu đường, cao mỡ, cao máu, thiếu máu, tai biến, thần kinh toạ, sỏi mật, sạn thận, rụng tóc, bướu cổ, nuou răng hư hôi, giảm cân, tống độc, viêm xoang, dị ứng.
Mọi tham khảo gửi hàng đi xa, xin liên lạc Cô Anh Trần, địa chỉ ghi trên.
Chúng tôi có bán máy châm cứu, máy có giãn tay chân tự động. Chúng tôi có Bác si chỉnh xương tại Tucson nếu quý vị cần sự giúp đỡ.

Tác Giả & Tác Phẩm

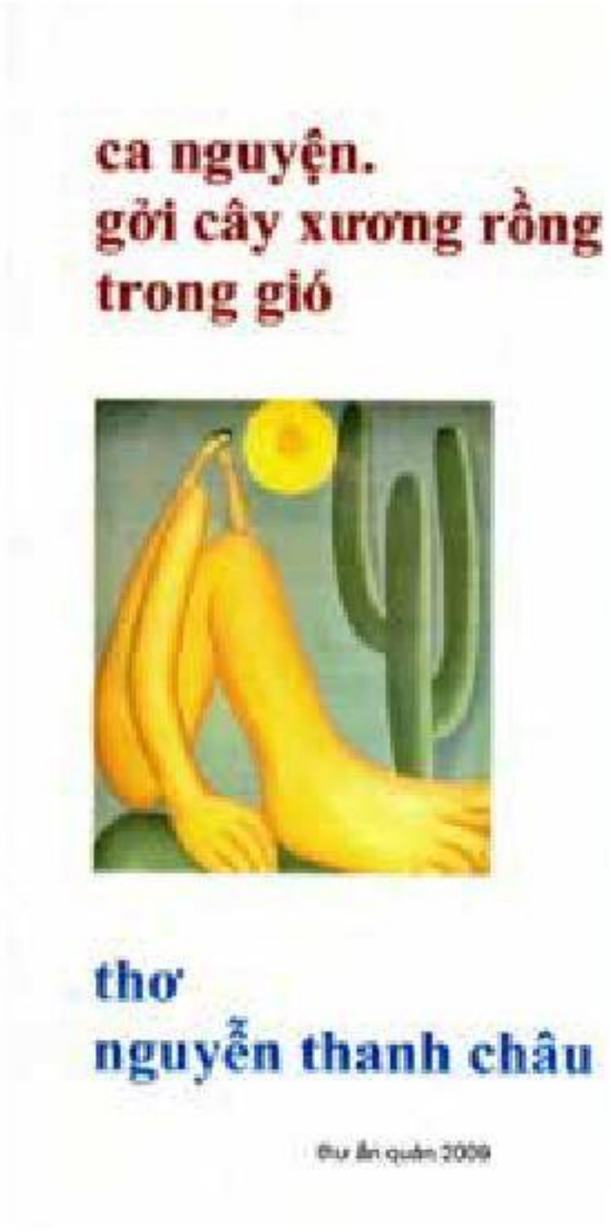
Tên thật: Nguyễn Thanh Châu. Sinh năm 1951 tại SÀIGÒN.

Theo học Trung học PETRUS KÝ, sau đó Đại học VẠN HẠNH. Động viên vào Trường Bộ Binh Thủ Đức tháng 6 năm 1972. Tốt nghiệp ra phục vụ tại Chi Khu Cao Lãnh. Tập trung tù cải tạo từ ngày 26 tháng 5 năm 1975 đến ngày 14 tháng 11 năm 1980. Sang Hoa Kỳ theo diện HO tháng 4 năm 1995. Trước 1975, có đăng thơ trên tập san TƯ TƯỞNG. Từ khi ra hải ngoại, anh tiếp tục sáng tác và thơ của anh đã được đăng trên các tạp chí văn học như:

VĂN, VĂN HỌC, PHỐ VĂN, KHỞI HÀNH, THƯ QUÁN BẢN THẢO, v.v... và một số trang mạng như DA MÀU, GIÓ-O… Nhà thơ Nguyễn Thanh Châu hiện đang định cư tại thành phố Phoenix, tiểu bang ARIZONA, Hoa Kỳ.

THƠ

NGUYỄN THANH CHÂU



ca oán.
đến với mùa giải oan
thơ, 2011, thuanquan

Những tác phẩm đã xuất bản:

ca nguyện.
gởi cây xương rồng trong gió
thơ, 2009, thuanquan

1.*THƠ trích từ thi tập "ca oán. đến với mùa giải oan" :*

mộ khúc biển
để tưởng nhớ cô bạn chết trên đường vượt biển

chuông cầu hồn từng chiều vẫn đổ
động bóng ngàn mây đỏ thảm thê
tiền thân em hẳn là ngư nữ
nên biển tang. xoá kiếp em về…

thơ tình viết từ trại tù Z30C

thơ có đôi lời về nhắn nhủ
em xa. thấp thỏm giấc mơ rời
thương ta . chớ học theo người cũ
hoá đá làm chi uổng một thời

ở rừng lâu. ta mang lốt thú
lom khom như tuổi luống về già
đã từng đêm. ta nghe gió hú
lao xao mà tưởng tiếng quê nhà

trông chừng. lớp lớp màn bụi đỏ
nỗi nhớ hơn là trăm mũi dao
đâm suốt qua hồn ta máu rỏ
giọt. giọt đẩy lên bóng trăng hao

giọt lệ mờ khắp trời khổ nạn
lũ lượt người lê bước đi đày
thương em. hát khúc sầu lỡ vận
tráng khí còn đôi cánh tay gầy

thì. ba năm đủ tang chồng chết
huống hồ ta chẳng biết ngày về
huống hồ em tuổi xuấn sắp hết
cõi còm chi mãi dáng chiều quê

gởi tình theo những lần lạnh bạc
lọn tóc nào đứt. nối. ba sinh
buồn sao đàn rải từng dây lạc
thấp thoáng về kia lũ âm binh

tiếng núi rền căm mùa biệt dạng
niềm đau này chung triệu sinh linh
chẳng đành. nước mắt hồng tuôn cạn
điêu tàn hoa úa nhụy băng trinh

cơ hàn. tội những thân tù rạc
rau hoang. mướp thượng. sống cầm hơi
tính ơi. như buổi đầu chiu chắt
dẫu biết sao. cũng tạ ơn đời

thơ ta. viết mấy mà cho đủ
giải oan một thuở lắm cơ cầu
đền em. hẹn kiếp lai sinh nữa
gừng cay. muối mặn. chẳng lìa nhau…

2/ THƠ trích từ thi tập "ca nguyện. gởi cây xương rồng trong gió":

ca nguyện. gởi cây xương rồng trong gió

đêm. đêm tĩnh lặng
tôi cất lời ca nguyện
như gió. lang thang qua những hàng saguaro
trần trụi. với cánh tay bị đóng đinh trong gió
vẫn cháy bỏng. bởi mùa hè sa mạc
chỉ nơi đây. da diết. chỉ mùa hè
trắng rộ những nụ hoa bất tận
mười năm. tôi đốt lửa lòng tôi
bập bùng những mảnh vụn ký ức
một thời oan khốc
này em. có nghe những hồi chuông thánh
đêm phục sinh những đời hôn ám
từ bao giờ. cho đến bao giờ

đêm. đêm nguyệt tận
tôi săm soi chiếc bóng
cô đơn. như con người đầu tiên
đã đến đây. ở đây. và ra đi
còn lại chăng những giấc mộng. những ảo hình. lung linh trên cát
như ta. những đứa con sinh ra từ cát
rồi trở về cát
đêm. sa mạc. nhớ mênh mang
em khỏa thân xanh. trờ cố xứ
tôi ngẩy ngật. thở. những ngày mưa
và mưa. mưa như lời chúc phúc
cho tình yêu. cho mãi mãi đời nhau

đêm. đêm tĩnh lặng
tôi cất lời ca nguyện
theo gió. cuộc viễn du không đích cuối cùng
này. em có biết mê lộ nào lẫn khuất
những ốc đảo hồi sinh
hồn cựu kinh rập rờn cánh hạc
về đi thôi. nhưng về đâu kiếp hư
trời xa. thổi tàn rụng
đêm giọt máu khô tượng hình
những đồi trọc. xương rồng. xây xát gió
dầu dãi thiên thu
xế đời. như xóa cơn hôn thụy
nhã nhạc còn nghe. lòng thuở nào…

NHỮNG BÀI THƠ "LÍ"

Lí trong thơ, chẳng qua là tiếng nói dân gian trong thơ: Nó đằm thắm, ngọt ngào trong ngữ cảnh của nó, tuy đơn dơ, mộc mạc nhưng lại rất chân tình
Tôi yêu cái chân tình đó nên đưa vào thơ lí, và lí trong thơ chuyên chở nỗi lòng tôi đối với quê hương, những miền đất tôi đã sống và đã đi qua trong cuộc đời.

Lí qua cầu

Lí qua cầu
Bài lí đu đưa
Như nắng ban trưa
Như mưa chiều đến
Anh ở bên này cầu
Hát lời thương mến
Em ở bên kia cầu
Cuối bến chờ mong
Ước gì đừng có dòng sông
Để không chin đợi, mười mong một người

Lí mình ên

Chỗ ta ngồi trời đất mênh mông
Ta như chim quyên tìm về với đất
Chút men nồng – men rượu say chất ngất
Cao hứng giọng xàng xê
Ta hát điệu Huê tình
Không ai nhớ ta
Sao ta lại nhớ mình
Nhớ con cá nướng trui
Nhớ nồi canh bông bí
Theo mùa nước về

Ta khật khừ
Bữa nhậu một mình ên
Đêm chưa hết
Mà đầu ta bạc trắng
Đầu ngọn tre
Gió xạc xào xa vắng
Con sóng ngoài sông xô dạt đám lục bình
Hãy hát với ta
Cho trọn cuộc tình
Trăng làm bạn
Và chén đầy rượu đắng.

Lí lục bình

Ta thương em như lục bình trôi
Màu hoa tím giữa dòng sông chảy xiết
Ngắm sự đời, lòng ta buồn hết biết
Trầm bổng giọng đàn kìm
Da diết trôi sông
Hổng biết bây giờ
Còn nhớ nhau không?
Sao bìm bịp kêu
Con nước ròng
Con nước nổi.
Gió đậu cành tre
Gió buồn
Cơn gió thổi
Sao đường xa mấy đỗi
Mà chim nhạn hổng dìa
Nhớ con cá loanh quanh
Cá lội trong đìa
Bông điên điển đã vàng trên bóng nước
Ta vẫn chờ đợi em
Tự muôn ngàn năm trước
Muôn ngàn năm nặng một chữ tình
Ta ầu ơ vò võ một mình
Thương đám lục bình
Một đời trôi dạt…

Lí qua cầu khúc khích tiếng cười

Cầu ván rung rinh
Cầu tre lắt lẻo
Nước con sông dài
Nước chia mấy nẻo
Dứt áo em dìa kẻo tía má đợi mong
Tình rằng
Tình nhớ nhau không?
Sao con sóng vỗ mênh mông trời chiều

Một thương
Ba, bốn cũng liều
Hai thương
Mòn mắt đìu hiu đợi chờ
Ba thương
Nước mắt đôi hàng
Bốn thương
Năm tháng đôi đàng xa nhau
Ngọn đèn
Thức suốt canh thâu
Riêng em
Vò võ vì câu nghĩa tình
Ới con sông ơi!
Cầu đứng một mình
Còn ai lắt lẻo đưa tình qua sông.

BEAUTY TRENDS BEHIND THE RUNWAY

1

Cherry Red Lips

Drawing inspiration from juicy red fruit, this make-up takes the plump-lips effect to a whole new level. It's all in the subtle variations in color, from bright red at the center of the lips, to a burgundy shade at the corners, with a dash of gloss to give that hint of shiny cherry. Careful though, the look you're aiming for is sensual, not gothic.

2

Metallic Eyes

A top tip for working the look is to place it at the roots of the lashes, and then blend well to brighten the eyes. You can also add a hint of gloss to the lightening effect for an extreme perfection.

3

Smoky Eyes

By using brown shadows instead of black, the overall look had less drama without sacrificing sultry style.

4

Flawless Skin

What's the secret to the healthy-looking skin? After moisturizing and massaging the face, highlight with shimmery pigments or, if you're feeling brave, a little gloss. Remember, this make-up needs a structured, statement brow to prevent the face from looking washed-out.

5

Nude Finish

Minimal make-up is good news for those who prefer to go natural. To get the bare-faced look use neutral shades on the eyes, sheer tones on the lips and a tinted moisturizer underneath. A soft hued blush will add a hint of color for a barely there finish.

6

Full Brows

The bushy brow is making another round. So if you've already stopped plucking, you're ahead of the game. For those who feel un-groomed without a regular wax - just outline the shape of your brow with a pencil then fill-in extra color. Brush your brows up to get the full grown effect.

7

Glow-y Gorgeous Skin

Another trend that never strays too far is luminous skin. If yours isn't exactly up to par, then apply pressed powder with an angled brush. It'll have less shine than highlighter. Dab it on the top of your cheekbones, the bridge of your nose, the edges of your face, a touch on your chin, and above your upper lip. It'll give you a subtle yet brilliant effect.

8

Bold Liner

Cat eyes, thick lines or smudged just right, eyeliner is a key component to your fall make-up routine. If you're feeling extra adventurous, apply two or more shades for a full spectrum of color. It's like lining your liner!

VÒNG SỐ 4

Trung Đạo lấy bút hiệu cùng tên, sinh năm 1943 ở Bắc Việt. Định cư tại Hoa Kỳ năm 1975. Trước năm 1975, dạy học. Ông là thành viên của nhóm thành lập Trường "Anh Ngữ Kinh Luân" tại Sàigòn năm 1970. Ông bắt đầu cầm bút từ cuối thập 1970 và đã từng cộng tác với Thế Giới Ngày Nay, Diễm Cali, Phượng Hoàng, Bút Tre, và hiện cộng tác với Việt Lifestyles và đôi ba websites.

Trước tiên tác gỉa xin minh định bài này nói về cơ thể con người, không một ý tưởng dung tục. Nếu ai không đồng ý thì không nên tiếp tục đọc.

Người đàn ông thường tự hào về bộ râu, còn người đàn bà thì nổi tiếng về ba cái vòng. Qúi vị giám khảo các cuộc thi hoa hậu đều căn cứ vào ba cái vòng ấy mà chấm điểm. Đẹp hay xấu đều phụ thuộc rất nhiều vào chúng. Khỏi cần diễn tả, một đứa con nít cũng thuộc lòng tên gọi của từng vòng một. Nhưng nếu ai hỏi "vòng thứ tư" trên cơ thể người đàn bà là gì thì sẽ có nhiều ngạc nhiên lắm.

Tôi chưa vội giới thiệu cái vòng thứ tư ấy đâu, vì đó là một nhân vật quan trọng, mà đã là VIP thì phải đợi thiên hạ đến trước và mình mới tà tà đến sau.

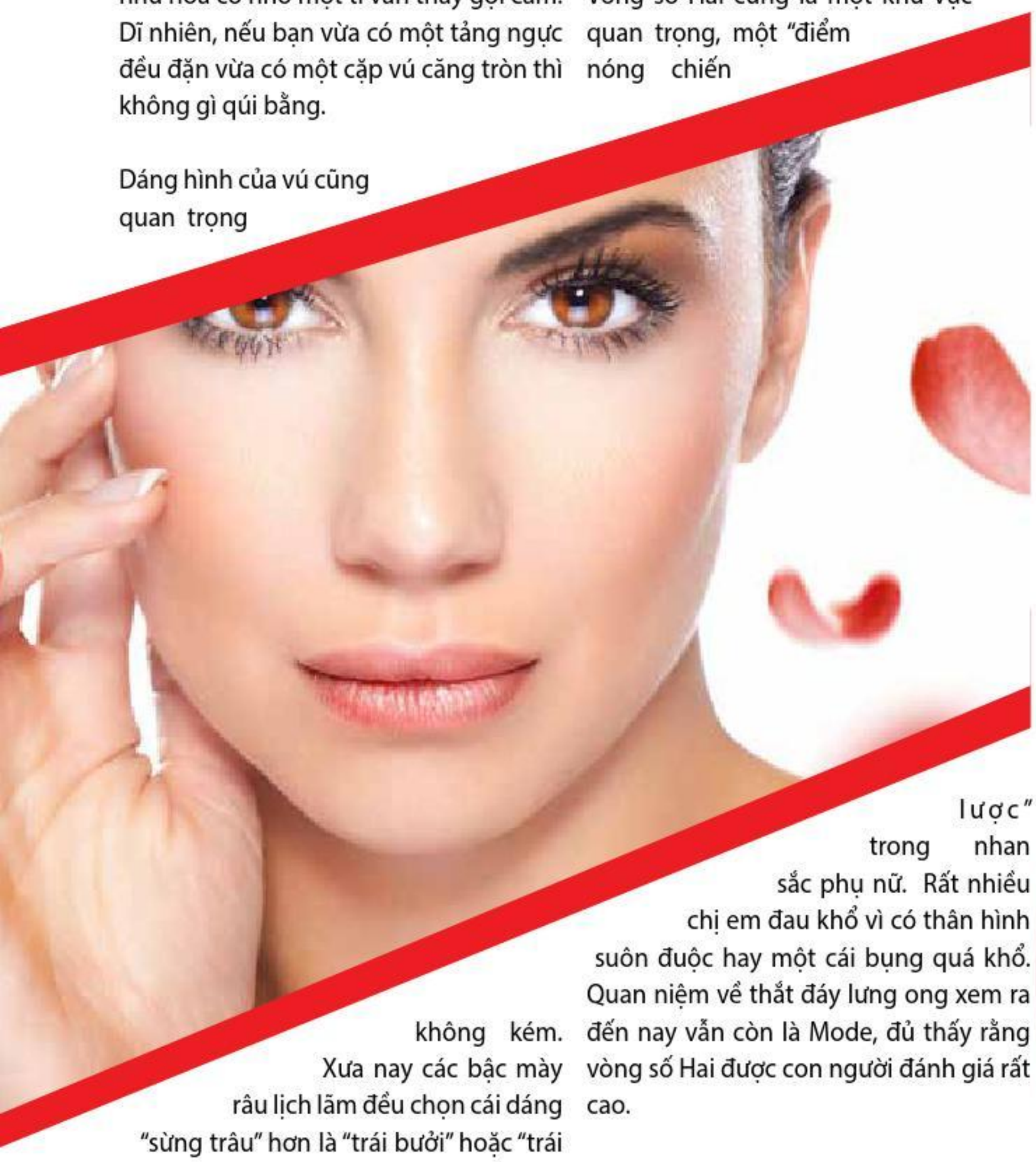
Vậy thì trước hết xin bàn qua về vòng số Một: Đó là bộ Ngực. Rất nhiều người lầm lẫn giữa "Ngực" và "Vú'. Ngực là phần thân thể ở giữa cổ và bụng, còn Vú là

bầu sữa dành cho công việc bảo tồn nòi giống. Cụ thể hơn, Ngực là nền móng, cái khuôn viên, còn Vú là tòa nhà ở trên khuôn viên đó…Vậy Ngực và Vú cái nào quan trọng hơn? Nếu bạn có cặp nhũ hoa căng tròn nhưng vùng Ngực thì lép xẹp, xương đòn gánh nhô cao, tạo nên hai cái hõm dưới cổ thì cặp vú sẽ lạc lõng vô duyên. Ngược lại bạn có một tảng ngực đầy đặn, nhô cao, thì cho dù cặp nhũ hoa có nhỏ một tí vẫn thấy gợi cảm. Dĩ nhiên, nếu bạn vừa có một tảng ngực đều đặn vừa có một cặp vú căng tròn thì không gì qúi bằng.

Dáng hình của vú cũng quan trọng không kém. Xưa nay các bậc mày râu lịch lãm đều chọn cái dáng "sừng trâu" hơn là "trái bưởi" hoặc "trái dừa". Còn dáng "trái mướp" thì có lẽ nên đem…nấu canh rau đay là hấp dẫn hơn cả.

Khi mặc áo dài hoặc áo ngắn bạn mới thấy cái quan trọng của ngực. Nếu ngực lép xẹp thì có độn bằng loại "xú chiêng" gồ gề cỡ nào, ngực aó cũng bị nhăn. Ngoài ra nếu bạn có thêm hai vai xuôi nữa thì thợ may nổi tiếng cỡ nào như Calvin Hiệp, cũng không thể nào có được một chiếc aó dài đẹp cho bạn. Còn nếu bạn mặc sơ mi hở cổ hoặc mở một hột nút "cho thoáng" thì tảng ngực đầy, trắng mịn sẽ gợi cảm hơn nhiều.

Nãy giờ chỉ bàn sơ qua về vòng số một. Vòng số Hai cũng là một khu vực quan trọng, một "điểm nóng chiến lược" trong nhan sắc phụ nữ. Rất nhiều chị em đau khổ vì có thân hình suôn đuộc hay một cái bụng quá khổ. Quan niệm về thắt đáy lưng ong xem ra đến nay vẫn còn là Mode, đủ thấy rằng vòng số Hai được con người đánh giá rất cao.



Nhưng nếu vòng số Một chỉ quan trọng ở cái mặt tiền thì vòng số Hai cả phía trước lẫn phía sau đều đáng nói. Chiếc aó dài sẽ làm nổi bật những ưu điểm hoặc nhược điểm của vòng số Hai này từ hai phía.

Ngắm nhìn từ phía trước thì vùng bụng thường đem lại cảm giác bình yên, phẳng lặng và đầy gợi cảm. Có một nhân vật nam trong tiểu thuyết của Christiane Rochefort khi được người yêu hỏi "anh thích cái gì nhất trên thân thể em", thì anh ta đáp không do dự: "cái rốn!" Nghĩ kỹ lại đó không phải là lời nói đùa. Cái rốn có vẻ đẹp độc đáo mà không bộ phận nào có được. Này nhé, giữa bình nguyên phẳng lặng của vùng bụng hoang vu kia bỗng xuất hiện một chỗ trũng. Nó như cái lúm đồng tiền trên má, nó làm cho vùng bụng duyên dáng hơn, đáng yêu và gợi cảm hơn. Thánh thiện và hồn nhiên. Bây giờ nếu ngắm nhìn từ phía sau thì đường cong của vòng số Hai lại rất lãng mạn. Cái eo của qúi bà qúy cô là nơi người đàn ông trân trọng đặt nhẹ bàn tay của mình lúc khiêu vũ, hoặc dạo chơi trên bờ biển lúc hoàng hôn.

Khi người chồng vuốt ve người vợ thì "eo" là nơi bàn tay chàng dừng lại một chút, để cảm xúc có dịp ngẩn ngơ trước biên giới của vòng số Ba huyền thoại.
Nó huyền thoại có lẽ vì là bộ phận kín đáo nhất mà cũng lộ liễu nhất trên cơ thể người đàn bà. Nó thường lẩn khuất sau tà aó dài lất phất bay, khi ẩn, khi hiện, nó kết hợp với tà áo dài hoặc với những đường découpes của quần jean hay nếp gấp của chiếc váy tạo nên những gợi cảm huyền ảo.

Nếu như vòng số Hai bộc lộ hết vẻ đẹp của nó trong cái nhìn chính diện thì vòng số Ba rất quan trọng ở trắc diện (profil). Một cặp mông đẹp không bao giờ qúa đồ sộ (như bà Michell Obama) mà cũng không bao giờ qúa "lép". Sự đồ sộ của con số Ba dễ làm dáng đi trở nên "lạch bạch" nặng nề, và nếu lép quá sẽ tạo sự mất cân đối trầm trọng, dễ khiến người ta liên tưởng đến một tình trạng lãnh cảm, nhăn nhó nào đó.

Chín mươi xăng ti mét, đó là số đo lý tưởng ở bên Âu Châu, còn bên ta, con số

đó hơi qúa khổ một chút không? Cái đó còn tùy thuộc vào chiều cao của bạn. Và còn tùy thuộc vào một bộ phận khác cực kỳ quan trọng, đó là vòng…số Bốn.

Vòng số Bốn chính là vòng đùi của bạn. Cặp đùi là một nhân vật quan trọng, một "thiên tài" mà bao nhiêu lâu nay bị bỏ quên, làm như thể nó chẳng có vai trò gì trong nhan sắc của nữ giới.

Hãy tưởng tượng một hoa hậu có khuôn mặt đẹp và ba vòng đều đạt những con số lý tưởng nhưng lại có cặp đùi đồ sộ hoặc khẳng khiu như hai ống sậy thì cái khuôn mặt nhan sắc kia, cái vòng 1, 2, 3, lý tưởng nọ chẳng còn lý tưởng gì nữa. Một cặp đùi to thô thường gây cho đàn ông cảm giác "sợ hãi". Và một cặp đùi qúa gầy gợi lên vẻ thảm hại.

Cho nên, dù cặp đùi xưa nay không được các vị giám khảo "kính nể" bằng ngực, eo và mông, nhưng thực tế nó gần như đóng vai trò quyết định trong vẻ đẹp của người phụ nữ. Nó không nổi tiếng và "lép vế" nhất, nhưng nó có quyền phủ quyết. Bạn có ba vòng lý tưởng hả? Mặc kệ bạn, nếu đùi bạn không thon mịn, thêm vài sợi lông chân, thì coi như bỏ.

Không phải vẻ đẹp của cặp đùi chỉ có ưu thế tại hồ bơi hay bãi biển mà chính trong tư thế nằm, cặp đùi mới bộc lộ đầy đủ tính chất "ưu việt" của nó. Khi bạn nằm, ngực sẽ bị ép xuống, biến dạng và mông thì gần như bị che khuất, nhưng cặp đùi thì không hề thay đổi. Nếu đùi bạn có nhược điểm thì không cách gì che dấu được, ngược lại nếu nó thon thả, mịn màng thì không có gì gợi cảm và quyến rũ bằng.

Vì thế, thưa các bạn, chúng ta phe cánh đàn ông, hãy đòi hỏi cặp đùi của nữ giới phải được mang tên: Vòng Số Bốn.

AV TRAVEL

DỊCH VỤ-DU LỊCH-CHUYỂN TIỀN-CHUYỂN HÀNG

Chuyên bán vé máy bay

- Vé máy bay trong và ngoài nước, đặc biệt vé về Việt Nam.
- Vé và Visa khẩn trong ngày.
- Làm Passport Việt Nam 10 năm, miễn thị thực nhập cảnh.

Dịch vụ di trú

- Bảo lãnh thân nhân: định cư, du lịch.
- Điền đơn thi quốc tịch, giấy tờ di trú.
- Công hàm độc thân, chứng nhận ngoại giao.
- Dịch và thị thực giấy tờ sang tiếng Anh.

Nhận chuyển hàng về Việt Nam

- Giao hàng tận nhà Sài Gòn và các tỉnh thành.
- Đặc biệt nhận tại phi trường giá thấp.
- Sữa Ensure, dầu xanh.

Dịch vụ chuyển tiền

- Giao tiền trong ngày về Sài Gòn và các tỉnh lân cận.

Please show this ad and receive a $30.00 discount
for travel between August and November 2014

Văn phòng chuyển về địa điểm mới

Tổng Đại Lý Điện Thoại V247

Phục vụ tận tâm - Chuyên nghiệp uy tín

Mọi chi tiết xin liên lạc với Scott Hà & Nhan Tran
1845 W. GlenRosa Ave. Phoenix, AZ 85015
(Góc đường 19th & GlenRosa)

Tel: **602-230-1199**
Cell: **623-824-6426**

CA SĨ NHƯ LOAN
"Bí quyết làm đẹp chính là ở nụ cười!"

Là ca sĩ lựa chọn phong cách gợi cảm, khán giả không chỉ nhớ đến Như Loan qua giọng hát ngọt ngào, mà còn qua vóc dáng "người mẫu" đáng ao ước. Dường như với chị, tất cả mọi thứ trên đời này đều nhẹ như cơn gió, nên rồi sẽ trôi qua nhanh cả thôi, quan trọng là chính bản thân mình phải hạnh phúc với những gì mình có. Chính vì thế, khi hỏi bí quyết để chăm sóc vẻ đẹp, Như Loan nhấn mạnh: "Hãy cười lên!"

Qua Mỹ từ khi hơn 11 tuổi, đến giờ Như Loan đã về đón mùa hè Việt Nam lần nào chưa?

NL: Từ ngày qua Mỹ đến hiện nay, tôi về thăm Việt Nam được 4 lần. Có một điều phải thú nhận rằng tôi không biết tháng nào được gọi là hè tại Việt Nam cả (cười). Ở Sài Gòn lúc nào cũng giống như mùa hè, thời tiết nóng ẩm và khí trời đã cho tôi cảm giác đó. Mà mỗi lần về Việt Nam là mỗi kỷ niệm khó quên. Có lẽ vì tôi qua Mỹ lúc còn hơi nhỏ, nên ký ức của tôi về Việt Nam không tròn đầy, tôi thấy từng điều, từng điều dù rất nhỏ ở Việt Nam cũng thú vị, tôi là người thích khám phá mà! Tôi vẫn nhớ lần về Việt Nam, đi Sapa và Mũi Né để quay MV. Việt Nam mình nhiều cảnh đẹp lắm!

Có mùa hè nào mà Như Loan sẽ ghi nhớ đến cả đời không?

NL: Có! Một ký ức tôi không thể nào quên và không được quên, đó là mùa hè tháng 7/2013, ngày cưới của tôi. Đến giờ, mỗi khi nhắc lại tôi vẫn có thể kể vanh vách thời tiết hôm ấy thế nào, nắng gió ra sao, và tôi hạnh phúc thế nào.

"Tôi có một mùa hè nhớ đến trọn đời!"

Dường như Như Loan đã có một mùa hè ngọt ngào?

NL: Đúng, rất tuyệt vời và ngọt ngào.

Và không thể thiếu những chuyến du lịch vào dịp hè nữa chứ?

NL: Tôi là người rất thích du lịch, cảm giác mình đến một nơi xa xa, trải nghiệm và quan sát là một cảm giác rất tuyệt. Tôi rất thích biển, nên cứ có thời gian là đi biển thôi. Hè năm nay tôi đi Coast of Italy.

Tôi có thể đoán được Như Loan rất thích biển qua bộ sưu tập biniki mà Như Loan đang sở hữu, có điều gì lưu ý khi chọn bikini không? Các bạn nữ có lẽ sẽ rất thích chủ đề này…

NL: (Cười) Chính xác là tôi rất thích mặc bikini, vì bikini là biểu tượng cho sự thoải mái, khoe được vóc dáng của phụ nữ. Chỉ cần nhắc đến bikini là tôi đã nghĩ ngay đến những chuyến đi biển, nghỉ ngơi relax cùng gia đình và bạn bè rồi. Điểm lưu ý khi chọn bikini thì không nhiều, tôi nghĩ quan trọng là các bạn nên chọn những kiểu phù hợp với vóc dáng và số đo của mình, làm mình cảm thấy tự tin, thoải mái, đừng ôm quá cũng đừng rộng quá. Đừng chọn bikini vì nó đẹp hoặc nó đang thịnh hành.

Một ngày của Như Loan thường có lịch trình thế nào?

NL: Vì tôi làm việc chủ yếu là cuối tuần, nên các ngày trong tuần mỗi ngày mỗi khác, có ngày sẽ rất bận, và có ngày hoàn toàn rãnh rỗi. Tôi nghĩ nghệ sĩ ai cũng vậy, với những chuyến bay vào cuối tuần, và relax vào các ngày còn lại. Nếu không có lịch trình đặc biệt như thu âm,

chụp hình, thu hình, hoặc chuẩn bị cho Paris By Night quay hình, thì tôi dùng thời gian đó chăm sóc gia đình, gặp bạn bè, làm những công việc lặt vặt về giấy tờ khác. Gần đây, tôi rất thích nấu ăn nên cũng thường xuyên mua đồ ăn về luyện tập "tay nghề". Mới đây, tôi mới thử sức nấu crawfish, nhận được phản hồi rất tốt. (Cười)

Dường như Như Loan sống rất nhẹ nhàng và tận hưởng?

NL: Tôi không phải là người ham làm giàu quá mức mà quên hết mọi thứ xung quanh đâu. Đối với tôi, ba điều quan trọng nhất chính là sức khỏe, tình yêu và hạnh phúc. Nếu có tất cả những điều khác, mà thiếu một trong ba điều trên, thì không còn ý nghĩa gì nữa.
"Kẻ thù" của phụ nữ là…

Sở hữu vóc dáng người mẫu và làn da bánh mật đáng ao ước, Như Loan có bí quyết nào giữ dáng vóc?

NL: Cám ơn lời khen tặng, nhưng thật sự tôi không có bí quyết gì đâu! (Cười) Vì làm ca sĩ đi hát hằng tuần, mà tôi lại chọn hình tượng gợi cảm nữa, nên tuần nào mặc quần áo diễn mà thấy chật chật là phải tự biết bớt bớt ăn đi, chạy bộ luyện tập thể thao một chút xíu, vậy thôi! Còn làn da "ngẫu" của tôi là bẩm sinh rồi, không phải vì phơi nắng mà có. Hơn nữa, da của tôi dễ bắt nắng, nên tôi phải sử dụng kem chống nắng mỗi ngày, để da ngăm ngăm thôi, chứ nếu để nó tự do là chắc… đen thui luôn! (Cười lớn)

Với làn da dễ bắt nắng như thế, chị có cách chăm sóc đặc biệt nào không?

NL: Tôi luôn luôn sử dụng kem dưỡng da mà có SPF. Hiện tại tôi đang rất thích sử dụng Mega Bright SPF30. Sau khi rửa mặt, tôi lúc nào cũng sử dụng toner để điều hòa cân bằng độ PH.

Thường người công chúng phải trang điểm rất nhiều, có điều gì chị cần lưu ý để làn da, nhất là da mặt luôn khỏe mạnh?

NL: Điều quan trọng mình phải nhớ là dù có trang điểm nhiều hay ít, thì cũng phải rửa mặt cho sạch trước khi đi ngủ. Điều này là cực-kì-quan-trọng.

Chị có đến spa để chăm sóc hay tự mình chăm sóc ở nhà?

NL: Thường thì tôi không đi spa, nhưng khi nào cả thấy da mặt nhiều tế bào chết hoặc khô quá thì sẽ đi là facial để giữ sạch cho da. Khoảng vài tháng tôi sẽ làm một lần.

Lời khuyên của Như Loan để chăm sóc vẻ đẹp là cho người phụ nữ là gì?

NL: Với tôi, vẻ đẹp của một phụ nữ là phải từ bên trong. Bên ngoài, với công nghệ trang điểm chuyên nghiệp hiện nay có thể giúp hỗ trợ rất nhiều, thế nhưng bên trong vẫn là quan trọng nhất. Ngủ đủ, uống nước nhiều thì mặt sẽ trẻ hơn. Luôn tươi cười làm mình có sức sống hơn, ăn uống đủ chất sẽ giúp da

đẹp hơn, và tập thể dục thường xuyên thì thân hình sẽ khỏe khoắn hơn.

Và điều quan trọng nhất, hãy cười lên! Cười thật nhiều!

"Kẻ thù" đối với vẻ đẹp phụ nữ theo Như Loan là gì?

NL: Thiếu ngủ, stress, giảm cân bừa bãi không theo khoa học và luôn sống trong buồn rầu suy nghĩ.

Chị có ý thích đặc biệt với nhãn hiệu thời trang nào không?

NL: Tôi thường không quan trọng thương hiệu. Quan trọng nhất là phù hợp với nơi mình đến, đi diễn khác, đi chơi khác, đi party khác… Còn thường ngày thì cứ thấy đẹp là mặc, thoải mái là mặc, mát mẻ là mặc thôi! (Cười)

Câu hỏi cuối nhé, dự định âm nhạc của Như Loan trong thời gian sắp tới là gì?

NL: Tôi đang thực hiện một CD riêng với những bản tình ca ngọt ngào. Ngoài ra, tôi cũng đang bắt tay thực hiện dự án CD nhạc dance.

Cám ơn Như Loan, chúc chị ngày càng ngọt ngào, hạnh phúc và thành công!

Hiếu Nguyễn

KB CANYON STATE

12034 N. 35 Ave Phoenix AZ 85029 | Phone: (602) 347-5240 – Fax: (602) 347-6016

Văn phòng Đại Diện trực tiếp trên 20 hãng Bảo Hiểm, Quí vị có cơ hội so sánh, định giá thấp nhất trước khi mua.

- **BẢO HIỂM XE (AUTO):** Có chương trình GIẢMGIÁ (discount) cho 2 xe trở lên, xe và nhà chung, học sinh ưu tú, hoặc nhân viên nhà nước.
- **BẢO HIỂM NHÀ (HOUSE):** Nhà ở, nhà cho mướn, hoặc nhà trống (vacant).
- **BẢO HIỂM SỨC KHỎE (MEDICAL), RĂNG (DENTAL) & MẮT (VISION):** Cá nhân (individual), Gia đình (family), hoặc Đoàn thể (group).
- **BẢO HIỂM NHÂN THỌ (LIFE):** Định kỳ (term), Tạm thời (whole or universal).
- **BẢO HIỂM Y TẾ DU LỊCH:** Cho cá nhân hoặc hội đoàn du lịch nước ngoài, cho học sinh du học, cho những nhà truyền giáo, hoặc nhân viên đi công tác dài hạn hoặc ngắn hạn ở nước ngoài đến nước Mỹ.

ĐẶC BIỆT CHUYÊN ĐẶC TRÁCH VỀ BẢO HIỂM THƯƠNG MẠI

Chung Cư, Cơ Sở Thương Mại/ Apartment, Shopping Center, Tiệm Sửa Xe, Cây Xăng/ Auto Repair Shop, Gas Station, Nhà Hàng, Tiệm Bánh, Tiệm 99 Xu/ Restaurant, Bakery, 99C Store, Chợ, Tiệm Nail/ Grocery Store, Nail Shop, Xe Chuyên Chở cho Thương Mại/ Commercial Auto Bảo Hiểm Cho Nhân Viên/ Workman Comp Bonds, Surety

THAM KHẢO MIỄN PHÍ
CALL FOR FREE QUOTE !!!

(602) 347-5240

Vietnamese/English:
Uyên Kim Lok | Minh Trần
Chinese/English: Bruce Lok

ĐỜI BỜ... XÓT XA

Tâm bút:
NGUYỄN PHAN NGỌC AN

Vào cuối thu khí hậu có phần mát mẻ dễ chịu. Hương bước ra phía ngoài hành lang hóng gió; nàng thấy trong lòng phơi phới thay cho một ngày nhọc mệt hôm qua. Hương thầm ao ước: Phải chi cha mẹ nàng ấm êm hạnh phúc thì đâu có cảnh nàng phải sống riêng với cha, còn mẹ phải sống riêng với đứa cháu của nàng!

Hương thương yêu cha mẹ nhưng đành bó tay không giải quyết được gì vì cha mẹ nàng đã sống ly thân khi nàng mới lên 10 tuổi. Mẹ nàng, một người đàn bà phúc hậu nhu mì luôn luôn chịu khó chịu cực vất vả buôn bán nuôi đàn con dại. Nàng có hai chị gái, một anh trai, và một em trai. Cha nàng trước đây là Phó giám đốc Hải Quân Công Xưởng tại tỉnh Gia định, thành phố Sài Gòn. Đã một thời ông du học nước ngoài nên ông nói được 5 thứ tiếng: Anh, Pháp, Đức, Nhật, Trung Hoa rất lưu loát. Dù nay ông đã trên 70, thỉnh thoảng ngồi nhắc lại dĩ vãng ông ngậm ngùi nuối tiếc và buông chuỗi thở dài não nề…

Năm 1962, một năm kỷ niệm đau buồn cho gia đình Hương. Cha mẹ ly thân, người chị thứ hai của Hương qua đời sau cơn bệnh hơi lạ thường. Chị thứ hai của Hương năm ấy vừa tròn 18 tuổi. Sau hai hôm chị bệnh, trên gò bàn chân nổi lên một cái mụt nhỏ bằng đầu đũa. Mẹ nàng không đem chị vào bệnh viện chửa trị lại nghe hàng xóm mách bảo đem chị đến một thầy lang để thổi bùa. Ba ngày sau bệnh không thuyên giảm và chị đã trút hơi thở cuối cùng vào giữa trưa ngày 6/2/1962. Lúc ấy cha nàng đang làm việc ở Sài Gòn, anh trai nàng thì đang đi thi Trung học Đệ nhất cấp tại Bình Long…Gia cảnh đơn chiếc chỉ còn chị cả, mẹ, Hương, cùng cậu em út vừa lên 7 tuổi. Chiều hôm đó được tin chị mất cha tức tốc về nhà, còn anh trai nàng ngày hôm sau cũng về đến.

Ngày lễ an táng chị tại nghĩa địa Việt Hoa. Không hiểu vì sao ông thầy tụng kinh tự tay ném cả gói đồ nào là tượng phật, chuông mõ, hương đèn xuống mộ chị…đến khi đất đã lấp cao, ông sực nhớ vội xăn tay áo toan dùng cuốc đào mộ lên để lấy lại những vật quý đó. Cha Hương vội ngăn cản:
- *Con tôi đã chết rồi, xin thầy hãy để nó được nằm yên!*
Ông thầy tức tối lồng lộn nhưng cũng phải khuất phục vì tất cả mọi người không ai cho ông làm việc thất đức đó!

Hàng đêm hồn chị hiện về khóc lóc thảm thương trước hàng cây trứng cá trước hiên nhà, hàng xóm đã nhìn thấy nhiều lần và chính Hương cũng đã thấy, mẹ đi xem thầy họ bảo:

- *Số nữ này không phải người của dương gian, cô ấy là tiên bị đọa, cô ấy trong sạch đến phút về trời. Xin đừng đau khổ mà hãy cầu nguyện thật nhiều cho cô ấy được nhẹ nhàng siêu thoát về cõi Phật…*

Hương ngồi thật lâu trên bục cửa, nàng cố động não để nhớ về những hình ảnh xa xưa mà thời gian khó thể xóa mờ trong ký ức…Gió chiều hiu hiu thổi, những làn hơi buốt lạnh bắt đầu thấm vào da thịt. Hương mơ màng gởi hồn về cõi xa xăm ngày cũ…

Ngày ấy, chị thứ hai của Hương vừa tròn 15 tuổi. Trong lớp học mà cha nàng vừa là giáo sư vừa là Hiệu trưởng, có một chị tên Thiên Hương vừa bị bệnh qua đời. Các bạn báo tin, vì có nghịch ý nên chị hai của nàng trả lời hờ hững "vậy hả, kệ họ". Cha nàng nghe được câu này đã dùng đòn gánh đánh chị đến ngất xỉu. Bao nhiêu người can ngăn, cha vẫn không hả giận, còn quất luôn cả vào họ… Sau trận đòn thập tử nhất sinh, chị ngã bệnh đến hai tháng sau mới khỏe. Chị là trụ cột của gia đình. Hàng ngày chị phải vào vườn chặt củi, hái trái cây mang ra chợ bán. Chị phải gánh một ngày cả mấy chục đôi nước cho gia đình, nấu nướng tắm giặt mà gót chân chị vẫn đỏ như son. Mẹ thường đùa với chị:
- *Xuân Hương à, con làm việc vất vả quá mà sao gót chân con cứ đỏ như son. Mẹ tưởng tượng con là tiên chứ không phải người phàm Xuân Hương ạ!*
Chị bật cười khanh khách:
- *Mẹ nói lạ không, con là con của mẹ mà! Nếu con là tiên con phải về trời phải không mẹ? Nhưng mà con không thích về trời đâu vì con thương mẹ và em Giáng Hương lắm.*
Nói rồi nước mắt chị ứa ra, Giáng Hương cũng òa lên khóc. Mẹ thì sụt sùi lấy khăn tay lau nước mắt! Bây giờ chị đã nằm yên dưới lòng đất lạnh, mười tám tuổi xuân không có một mối tình, không có người yêu. Chị không đẹp lắm nhưng trắng trẻo tươi mát, hồn nhiên như ánh trăng rằm, rạng rỡ như nắng hồng giữa buổi bình minh. Chị không vướng nợ trần ai, không vướng mắc tình yêu để nhẹ nhàng về cõi Phật… Hồn chị giờ này phiêu bạt nơi đâu? Chị có thấu hiểu cho em, Giáng Hương thương nhớ chị vô cùng! Nàng gục đầu vào đôi bàn tay nức nở… Màn đêm đã phủ kín không gian tự bao giờ.

- - - - - - - - - - - - o O o - - - - - - - - - - - -

Sáu năm sau ngày Xuân Hương mất, Giáng Hương đi lấy chồng, nhưng người nàng lấy không phải là người nàng yêu… Năm 16 tuổi, nàng quen một sĩ quan không quân nhân dịp nàng đi thăm các tiền đồn và ủy lạo chiến sĩ cùng phái đoàn. Nơi đây nàng đã gặp Hiển, một thanh niên người Bắc trang nghiêm thanh tú. Trên chuyến bay định mệnh, chàng phi công đã xúc động khi đỡ nàng lên phi cơ. Giáng Hương tha thướt trong chiếc áo dài crystal màu đỏ bó sát thân. Giáng Hương đã bắt gặp ánh mắt say đắm của Hiển trao gởi nàng làm Hương choáng ngợp. Giáng Hương còn nhớ rõ, lúc ấy Hiển chuyền tay lái lại cho phi công ngồi bên, chàng bước đến chỗ Hương trò chuyện. Phi cơ ồn quá Hương không nghe được gì, Hiển rút trong túi ra một mảnh giấy trắng, dùng bút để viết trong lúc chuyện trò với Giáng Hương. Hương và Hiển trao đổi qua những dòng chữ chứa chan tình cảm. Không hiểu sao lúc đó tự dưng Hương viết trên giấy tên mình là Trang Thiên Tâm, cái tên mà Hương thích từ lâu, nghỉ rằng sau này có cơ hội làm gì đó sẽ dùng tên này là bút hiệu.

Phi cơ từ từ hạ cánh, đã về đến phi trường Vũng Tàu; Hương bâng khuâng giây phút rồi nhẹ nhàng bước ra khỏi phi cơ. Hiển vội vã bước theo nàng, cầm tay Hương hôn nhẹ. Chàng xin Hương địa chỉ, Hương vui vẻ cho chàng địa chỉ. Trong lòng Hương đang dâng lên một tình cảm rào rạt. Hiển khôi ngô, tuấn tú, lại điềm đạm và thừa lịch sự với phái nữ…

Từ sau ngày đó, Hiển thường xuyên thư từ và đến nhà thăm Hương. Chàng mang những món quà từ Đà Lạt về tặng nàng. Trong niềm trân quý chân thành Hiển và Hương đã yêu nhau tha thiết. Chàng mời Hương đến gia đình thăm mẹ và chị gái của chàng.

Rồi Đông qua, Xuân sang, Hạ đến, chàng biền biệt tăm hơi. Người con gái ngây thơ đã thấm thía nỗi đau của tuổi đầu đời. Nàng quên ăn bỏ ngủ, đêm đêm chong đèn thao thức suốt năm canh… Hiển ơi, sao anh nỡ phụ em, anh nỡ bỏ em, em nào có tội tình chi để cho anh phụ bạc? Đã nhiều đêm Hương khóc thầm, khổ đau đã khiến nàng trở nên lầm lì ít nói, còn đâu vẻ hồn nhiên nhí nhảnh ngày nào… Nàng bắt đầu mượn thơ làm bạn, mượn trăng làm đèn hầu vơi đi nỗi ưu phiền đang trĩu nặng lòng riêng…

Tưởng đã yên với những bất hạnh đầu đời, nhưng rồi định số an bài, nàng quen Quang, một sĩ quan của trường tình báo. Quang hết lòng yêu mến Giáng Hương và xin cho bằng được để cưới nàng. Hương từ chối vì chưa quên được Hiển. Một chiều Hương nhận được một lá thư Quang gởi với nội dung *"Đời binh nghiệp anh không biết được ngày mai còn mất, xin Hương bằng lòng cho anh làm lễ hỏi rồi chừng nào em cho phép dù là mấy năm sau mới tổ chức đám cưới anh cũng bằng lòng. Nếu em từ chối lần này nữa thì coi như cuộc đời anh đã đi xuống vực sâu. Anh sẽ chờ Hương đến thăm anh…Nếu em thương anh thật tình và đồng ý lời cầu xin của anh, trên tay em sẽ cầm một trái chanh màu xanh. Bằng ngược lại trên tay em sẽ cầm một chiếc khăn màu đỏ. Như thế anh sẽ hiểu được ý em và Hương ơi anh sẽ chết…"*
Hương đọc thư nước mắt rưng rưng. Nàng cầm lòng không đặng rủ Xuân Mai cùng xóm đi tiền đồn thăm Quang. Đến

nơi, nàng không cầm gì cả nhưng Xuân Mai đã đọc thư của Hương nên khôn khéo cầm theo trái chanh màu xanh. Đến cổng quận, Xuân Mai tung trái chanh lên trời. Quang đã thấy và mừng rỡ ra tận cửa quận đón hai người vào. Mặt Quang còn đỏ bừng vì men rượu đêm qua. Chàng tưởng Hương tuyệt tình nên vùi đầu vào men rượu để tìm quên…

Một tiệc cưới linh đình vào giữa mùa thu 25/8 Âm lịch. Ngày lên xe hoa cũng là ngày xót xa nhất, Giáng Hương đã khóc thật nhiều cho mối tình đã mất. Tất cả chỉ còn lại dư âm chua chát mà thôi. Hiển ơi, giờ này anh ở đâu? Chắc anh đang hạnh phúc ấm êm với người trong mộng ước… Riêng em, ngày hạnh phúc cũng là ngày tan nát cõi lòng em… Quang vô tình chẳng hiểu nỗi đau sâu kín của Hương. Chàng liên tục nhảy đầm với các cô dâu phụ, điều đó đã làm Hương bất mãn và tự nhủ thầm "mặc kệ, ra sao thì ra"…

Quang là sĩ quan trẻ, năm ấy vừa tròn 25 tuổi, Giáng Hương 17 tuổi. Sống với nhau một thời gian Hương mới rõ Quang ăn chơi bay bướm không thiếu món gì, tính tình thì nóng nảy hung hăng và ngạo mạn. Đã vài lần làm phiền lòng cha mẹ Hương. Nàng khổ tâm quá, nàng đã tự rước tai họa cho mình vì với bản chất Quang nàng sẽ là người bất hạnh!

Chuông reo ngoài cổng, người đưa thư mang đến cho nàng một lá thư. Nhìn nét chữ quen thuộc ngoài phong bì, Hương giật bắn cả người. Thư của Hiển… Nàng vội vàng xé bao thư và hấp tấp đọc như sợ ai giành mất của mình. Bỗng Hương khóc nức nở chạy nhanh vào phòng đóng sập cửa lại …Quang đi công tác xa, Hương về chơi với cha mẹ nên mới may mắn nhận được lá thư này. Muộn màng rồi Hiển ơi, em nào có biết nỗi cay đắng cuộc đời anh hơn một năm qua, em tưởng anh đã phụ em rồi! Nào ngờ phi cơ trúng đạn và anh sa vào tay giặc. Bây giờ anh vượt ngục về với em thì hỡi ơi còn gì nữa đâu ngoài tấm hình hài phản bội trên xác thân mục nát tủi hờn… Nàng nghĩ đến cái chết! Đúng, chỉ có cái chết mới nguôi được niềm đau và chuộc tội cùng chàng. Xin hãy tha thứ cho em!

Tiếng gõ cửa nhè nhẹ. Hương uống vội 10 viên thuốc ngủ xong ra mở cửa cho mẹ vì nàng biết giờ này mẹ chờ nàng ra ăn cơm tối. Mẹ nhìn Hương lo ngại, sắc mặt bơ phờ thiểu não của nàng làm mẹ lo lắng. Mẹ hỏi Hương không trả lời mà chỉ khóc. Những giọt lệ thương đau kia cũng chẳng vơi được nỗi chất chứa trong lòng Hương. Mẹ ơi, chỉ khoảnh khắc nữa thôi con chẳng còn nhìn được mẹ thân yêu, chẳng nói được một lời nào nữa. Nàng khóc ngất, mẹ sinh nghi la hoảng lên, gọi xe đưa nàng vào bệnh viện… Thế là nàng lại sống, một cuộc sống ngục tù, một cuộc sống mong manh hơn loài cỏ dại mang trên mình bản án phụ tình. Lá thư thứ hai Hiển gởi về sau khi Hương trả lời dối chàng là cha mẹ sắp đặt chuyện hôn nhân nên xin chàng tha tội và xin hẹn kiếp lai sinh trùng phùng… Hương đọc từng lời trong thư Hiển. Lời thư chất chứa niềm đau khổ khi chàng báo hung tin người anh của chàng vừa mới tử trận tại Long Thành. *"…Trong một lúc mà trái tim tôi hai lần tan vỡ: anh chết và người yêu phụ bạc… Tôi có còn gì đâu là niềm tin để sống, đã mất em vĩnh viễn rồi! Tâm ơi, đây là lời nói cuối cùng và cũng là lá thư cuối cùng. Vĩnh biệt em…"*

Vào một đêm khuya trời nổi cơn bão lớn, sấm chớp rền vang cả một góc trời. Hương thu mình co ro trong chiếc chăn run rẩy. Cũng mưa gió như mọi lần sao hôm nay nàng thấy khác lạ, lo sợ hồi hộp vô cùng. Đã lỡ kiếp tằm trong bến đục, chỉ còn mong tái tạo cõi lai sinh, nàng nửa mê nửa tỉnh thiếp dần trong giấc ngủ cô đơn… Hiển mở cửa bước vào, chiếc áo trận dính đầy máu đỏ, chàng lặng lẽ nhìn Hương trong giấc ngủ chập chờn, đưa tay vuốt nhẹ tóc nàng, đặt lên mái tóc một nụ hôn buồn rồi âm thầm bước ra cửa. Chàng đã đi, đi thật xa…Hương choàng tỉnh, nàng hoảng hốt tông cửa chạy ra sân. Bầu trời tối đen như mực, sấm chớp vẫn lập lòe, cả không gian đang chìm ngập trong biển đêm ghê rợn. Hương rùng mình sợ hải, chạy vội vào nhà, rõ ràng nàng vừa gặp Hiển trong mơ. Chàng đã gặp việc chẳng lành, máu thấm đỏ chiến y, chàng không nói một lời nào, đôi mắt buồn vời vợi…

Sáng hôm sau Hương tức tốc về Đà Lạt tìm tin tức Hiển. Gia đình cho biết chàng đã bị bắn rớt máy bay trong một phi vụ và không tìm thấy xác. Hương đau đớn tột cùng, nàng tưởng tượng vừa gây ra tội ác. Hiển chết là hết tất cả rồi! Nàng không còn cơ hội chuộc lại tội phụ tình, muôn thuở không còn gặp mặt người yêu!

Chị của Hiển trao cho Hương một phong bì dán kín. Nàng mở ra xem, dòng mực còn mới nguyên, nét chữ thân thương còn đây mà anh giờ đã ra người thiên cổ. Hương còn biết than thở cùng ai cho vơi bớt cơn bão lòng đang dâng lên ngùn ngụt. *"…Em chối bỏ tình tôi vì chữ hiếu, hay vì tôi không xứng đáng để em yêu, hay vì tôi là kẻ đến buổi chiều, chậm chân bước người kia về buổi sáng? Bao nhiêu mộng tan vào mây khói trắng, bao nhiêu mơ chấp cánh vút xa rồi… Tình yêu đó còn gì nữa em ơi, Vũng Tàu, Đà Lạt ngàn đời chia ly…"* Hương gục xuống ôm ngực, hậu quả ngày nay là do nàng gây ra, nàng không thể phủ nhận điều đó. Đã vay thì phải trả, nàng biết suốt cuộc đời còn lại nàng sẽ chẳng bao giờ tìm được tình yêu.

Sau ngày được tin Hiển mất, Hương như người vừa rớt xuống vực sâu, thoi thóp từng giờ. Lúc nào nàng cũng hình dung Hiển đang ở bên cạnh, trách hờn bằng đôi mắt lặng buồn! Hương không chịu nổi với những đêm dài vô tận, nàng không sao ngủ được… Hình ảnh người yêu cứ chập chờn đâu đó, nàng vùng dậy trong đêm khuya mượn bút mực trải

niềm u uất. Nàng làm thơ cho Hiển, cho người tình muôn thuở của nàng. Những bài thơ từ tận cùng trái tim nàng gởi qua vài tờ báo – Tờ Phụ Nữ Diễn Đàn và tờ Phụ Nữ Ngày Mai do bà Bút Trà là chủ nhiệm, đã đăng những bài thơ thương tâm đó. Lúc đầu nàng dùng bút hiệu Trang Thiên Tâm, nhưng nàng đau đớn khóc hoài nên nàng đổi lại là Uyên Thi…

Ba tháng sau đó Quang buộc nàng phải theo chàng ra sống nơi đơn vị mới, một tỉnh lỵ nhỏ, xa lạ và buồn tẻ. Trong cuộc đời mới nàng đã gặp lắm bão giông, đã đo lường được trái tim Quang và bản chất của chàng. Hương biết chắc sớm muộn gì nàng cũng phải chia tay!

Năm 1971, người chị cả của Hương qua đời. Được tin như sét đánh. Hương bàng hoàng khăn gói về quê để kịp đưa tiễn chị lần cuối cùng. Chị hạ sanh bé gái được hai hôm, hoàn cảnh đơn chiếc, anh rể tối ngày rượu chè lại thêm tật bổ bịch lăng nhăng. Anh ta đi suốt đêm đến sáng mới về. Chị nghe mấy con heo trong chuồng đói la suốt đêm nên cằn nhằn anh rể. Anh ta lớn tiếng gây sự và thách thức, chị tức lên máu sản hậu và chị đã tắt thở sau 5 ngày nằm bệnh viện…bỏ lại 4 con thơ, đứa nhỏ nhất vừa tròn một tuần tuổi.

Anh rể họ Trần … đã nhẫn tâm mang tình nhân về ngủ trong phòng khi xác chị vừa nằm yên trong lòng đất được 3 hôm. Hồn linh vất vưởng chị hiện về báo oán, chị bẻ tay mụ tình nhân và nói rằng: "Vì mầy mà con tao khổ, vì mầy mà tao xác phải lìa thân". Mụ ta hoảng vía kinh hồn xúi ông anh rể bán nhà, dọn hết đồ đạc đi nơi khác…

Ngày giỗ đầu tuần của chị, anh rể bưng một mâm trầu cau xin cha mẹ vợ cho anh được tái hôn vì lý do con dại, hoàn cảnh gà trống nuôi con. Nhưng thật sự mẹ ruột anh đã lãnh nuôi đứa bé sơ sinh, còn 3 đứa lớn sống với bà ngoại. Người anh rể tán tận lương tâm, hậu quả phải lãnh… Thời gian sau mụ vợ kế mỗi lần gây gổ là ném ghế, cây vào người anh đến sứt đầu đổ máu. Anh ta càng ngày càng tàn tạ. Mỗi lần tình cờ gặp, Hương thấy tội nghiệp nhưng nhớ lại chị mình chết oan uổng dưới bàn tay ác độc của anh ta, tự dưng Hương nguyền rủa "đáng đời cho kẻ bất nhân".

Thời gian lặng lẽ trôi đi, các con của Hương đã lớn. Đứa nhỏ nhất vừa tròn một tuổi thì chiến tranh lan tràn trên khắp nẻo quê hương. Đâu đâu cũng sặc mùi khói súng và máu người. Hương bồng bế con lánh nạn. Nàng đã trải qua biết bao cái chết, biết bao tai nạn mà có lẽ đời thường không ai tưởng tượng nổi! Về với mẹ cha như cái xác không hồn, vá víu cuộc đời, nương tựa song thân để còn đủ nghị lực nuôi đàn con thơ dại. Nàng khổ cực thế nào cũng không than thở, chỉ mong các con khôn lớn nên người.

Rồi cái ngày 30 tháng 4 định mệnh ấy đã ập xuống miền Nam. Tất cả Quân Cán Chính VNCH phải tập trung vào tù cải tạo, Quang cũng thế… Hương yên lòng với số phận đã an bài, ngày ra chợ buôn bán, chiều về lo cho con. Cuộc sống cũng tạm đủ vì Hương rất lanh lẹ tháo vát, hội nhập cuộc sống mới. Lúc đầu Hương chỉ buôn bán thuốc tây lẻ, quần áo, chút ít vải vóc, sau đó nàng mở một sập vải lớn, cuộc sống khá ổn định.

Đầu năm 1983, anh trai nàng đi tù cải tạo về, thực chất là ở tù Cộng Sản. Anh hoạt bát, giao tế giỏi và chịu lao động nên chỉ 6 tháng sau ngày ra tù anh được trả quyền công dân và đóng ghe hành nghề đánh cá trên biển. Hai tháng sau, anh chính thức đứng tên chủ tàu và cho hai con trai của Hương làm thuyền viên tuy rằng chúng còn rất nhỏ. Tháng 8 năm 1983, anh cho tàu vượt biển tìm tự do mang theo hai đứa con của Hương đến miền đất hứa hầu giúp cháu tìm tương lai sáng sủa hơn.

Trên đoạn đường đại dương muôn dặm, tưởng bao phen đã làm mồi cho cá sấu, cá mập…may thay vẫn còn hồng ân cứu mạng đưa ba cậu cháu đến được bến bờ tự do. Từ đó cảnh nhà đơn chiếc hơn, mẹ ăn chay niệm Phật tu hành sớm tối để cầu nguyện cho bá gia. Cha nàng về hưu không làm việc nữa, Hương thu xếp cho cha sống với mẹ con nàng ở một căn nhà mới. Mẹ nàng sống ở căn nhà cũ với đứa cháu lên 10, con gái của người chị đã mất.

Ngày tháng lặng lẽ trôi, cây Quỳnh Hương đã mấy mùa thay lá, Dạ Lý Hương đã mấy đợt héo tàn, Hương vẫn âm thầm kéo lê kiếp tằm kéo kén nửa vời chửa xong. Niềm vui duy nhất cho nàng đủ nghị lực chống chọi với đời là mẹ. Mẹ hiền hòa, mẹ từ bi nhân đức là tấm gương sáng chói lọi trong đời nàng. Hương đã là phật tử, là tín đồ lâu nay cũng là nhờ tấm gương của mẹ soi đường dẫn dắt nàng đi…

Một sáng mùa đông, sương mù còn đẫm ướt ngàn cây cỏ, một hung tin đến với nàng. Mẹ ngã té dưới nền hoa và hôn mê sáu hôm liền. Hương hết lòng chạy lo cho mẹ nhưng đành chịu thua định mệnh. Mẹ trút hơi thở cuối cùng vào ngày 14/11/1989 Âm lịch. Mẹ ra đi mang theo bao hờn tủi vì suốt đời hy sinh cơ cực chỉ mong một điều được chết sau cha dù một năm để được đền bù, để được thơ thới tâm hồn bởi mẹ khổ với cha quá nhiều trong quãng đời chung sống!

Ngày Mẹ vĩnh viễn ra đi là ngày Hương đau đớn nhất. Nàng ngất lịm dưới nền hoa bên quan tài của mẹ. Nàng nghe như ai xé tim mình tan thành mảnh vụn… Bầu trời như không còn ánh sáng, vạn vật chẳng hồi sinh và nàng…như chẳng còn tồn tại giữa thế gian. Nàng bất tỉnh, bên tai còn nghe văng vẳng tiếng kêu cứu "Chú Đệ, dì cháu bất tỉnh, chú kêu dùm bác sĩ gấp chú ơi…"

JAPANESE AUTO PRO'S

JAPANESEAUTOPROS.COM

COMPLETE AUTO & BODY REPAIR

THAY - BÁN ĐỦ LOẠI VỎ XE CŨ & MỚI

SPECIALIST »»

- Engine Work
- Transmission Diagnostic
- Heating - Air Conditioning
- Electrical
- Timing Belt - Water Pump
- Fuel Injection System
- Brakes
- Tune-up
- Cooling System
- Clutch
- Bumper to Bumper Repair

VISA MasterCard

EMISSION »»

Nếu quý vị **THAY MÁY** hoặc **THAY HỘP SỐ**

- ✓ FREE TOWING
- ✓ ALL WORK WARRANTY
- ✓ Dealer trained Technician, WHO YOU CAN TRUST !

Chuyên sửa thay máy & thay hộp số các loại xe

NISSAN

xin liên lạc

ĐẠT NGÔ 602.841.2424

Mon - Fri 8:00 AM - 5:30 PM Sat 8:00 AM - 3 PM

2526 W. Glendale Avenue - Phoenix, AZ 85051
(Corner of 25th Ave & Glendale)

Bảo Đảm - Thành Thật - Uy Tín - Nhanh Chóng

CỘNG ĐỒNG NVQG TẠI PHOENIX ARIZONA

Ban Tổ Chức Tết Trung Thu 2014 hết sức vui mừng về sự tham dự đông đảo của bà con đồng hương đã đưa con cháu đến tham dự lễ hội với con số tròm trèm một ngàn. Mặc dù năm nay lễ hội Trung Thu được tổ chức tại một địa điểm hoàn toàn mới đồng thời, dư báo thời tiết cho biết là sẽ có mưa lớn vào các ngày cuối tuần. Điều này làm cho BTC lo ngay ngáy. Nhưng Trời thương! Cả một buổi chiều đã cho nắng dịu êm, mát mẻ. Chỉ sau khi bế mạc đêm lễ hội lúc 9 giờ tối thứ Bảy, đến khoảng nửa đêm, một cơn mưa lớn mới tuôn xối xả xuống thành phố rồi rỉ rả tới tận sáng Chủ Nhật hôm sau, ngày 8 tháng 9. Nếu mưa sớm hơn vài giờ, chắc tất cả người lớn lẫn trẻ em sẽ đều bị ướt như chuột lột vì địa điểm tổ chức ngoài trời, trong khuôn viên rộng lớn của công viên Steele Indian School Park, sát cạnh Veteran Hospital, nằm ngay góc đường 7th St. và Indian School hoàn toàn trống trải, không có lấy một chỗ nào có thể núp trú mưa.

Dư âm đọng lại trong lòng hết thảy phụ huynh cùng con cháu tham dự Tết Trung Thu kỳ này là một niềm vui rộn rã, phấn chấn…Với kẹo bánh và gần một ngàn năm trăm chiếc lồng đèn phát free, cùng một số những gian hàng đặc biệt góp mặt trong lễ hội, hoàn toàn thỏa mãn mọi người, già cũng như trẻ, trong việc ăn quà vặt và giải trí.

Cũng cần phải ghi nhận: Sự thành công của Tết Trung Thu lần này có được là nhờ sự đóng góp công sức của một số hội đoàn mà nổi bật nhất là Gia Đình Phật Tử Nhất Tâm với màn múa lân sôi nổi, tưng bừng. Song song với một số anh chị em thiện nguyện khác. Chưa kể đến sự hỗ trợ tài chánh của một vài cá nhân làm dịch vụ và một sự thay thế đột ngột một giờ đồng hồ trước khi chương trình khai mạc: Đó là MC Thanh Mai đã được mời để thay thế cho MC Ngọc Lan (cựu Hoa Hậu Áo Dài AZ 2002) vì lý do bận việc gia đình đã không tới được vào giờ chót.

Người đưa tin nhận thấy cần thiết nêu ra nhận định riêng của mình là: Xét về mọi mặt, lễ hội Tết Trung Thu hằng năm là một trong những truyền thống sinh hoạt đẹp đẽ, ý nghĩa nhất của Cộng Đồng chúng ta. Ngoài ý nghĩa của một nét sinh hoạt văn hóa truyền thống nặng tính nhân văn, nó còn là một sinh hoạt mang đầy niềm vui và hạnh phúc, tất cả dành cho thiếu nhi trẻ em, những thế hệ tương lai tiếp nối của Cộng Đồng. Khi nhìn thấy những nụ cười rạng rỡ của các em bé, con trẻ với kẹo bánh, lồng đèn trong tay, tung tăng khắp sân cỏ…có phải trong lòng bạn cũng sẽ tràn niềm vui lẫn hạnh phúc đó sao?

Vì vậy, hãy cùng nhau đưa con cháu đến tham dự Tết Trung Thu hằng năm. Thêm một điều nữa, cũng khá cần thiết, ít nhiều gì cũng xin bà con hoặc đóng góp một bàn tay hay một ít hiện kim dẫu rằng it ỏi nhất, gọi là "góp gió thành bão" để hỗ trợ lễ hội. Chẳng lẽ để BTC tự lực cánh sinh hoài hoài như mọi năm thì nghĩ sao cho đặng?

Sau đây là một vài hình ảnh của buổi lễ hội, từ những gian hàng nhộn nhịp cho đến màn múa lân diễn ra ngay nơi sân cỏ và trên sân khấu với các tiết mục văn nghệ như ca hát, múa, đàn…đến thi trẻ em tài năng… Và cuối cùng là phát thưởng với ba giải về tay các bé thiếu nhi tài năng sau đây: Lê Ngọc Trúc (hạng nhất), Diệu Huyền (hạng nhì) và Diệu Hân (hạng ba). Ngoài ra, tất cả các em tham dự cuộc thi đều có phần quà khích lệ.

PV. Viet Lifestyles ghi nhận

DANH SÁCH ỦNG HỘ TẾT TRUNG THU 2014

Names	From	Donated Amount
3D Machine LLC	Business	$500.00
Loan Dao Dentistry	Business	$500.00
Mekong Supermarket	Business	$500.00
North Phoenix Internal Medicine	Business	$500.00
Sun Valley Dentistry	Business	$500.00
Survival Tabs	Business	$500.00
Tran Insurance	Business	$500.00
Nationwide Nails Supply	Business	$300.00
Tan Phat Market	Business	$300.00
ABC Chuyen Tien	Business	$200.00
Tin Nghia Travel Services	Business	$200.00
C FU Restaurant	Business	$100.00
Da Vang Restaurant	Business	$100.00
Thao Sandwiches	Business	$100.00
TramChuRealEstate&Insurance	Business	$100.00
Vivi Fashion	Business	$50.00
Hoi Dong Huong Tri Thien	Organization	$300.00
Viet Nam Quoc Dan Dang	Organization	$200.00
Hoi A My Cao Nien	Organization	$100.00
Hoi Thieu Sinh Quan	Organization	$100.00
Hoi Cuu Tu Nhan Chinh Tri	Organization	$50.00
Đồng hương đóng góp	ndividual	$491.00
E-team members	Individual	$300.00
Ly Son	Individual	$200.00
O/B Tran Chung Dzung	Individual	$200.00
Do Hoai	Individual	$139.00
Bui Phuoc	Individual	$100.00
Do Phuong	Individual	$100.00
Kim T. Quach & Hoa A. Quach	Individual	$100.00
Le B Tu	Individual	$100.00
Ly Trang	Individual	$100.00
Nguyen Ngoc Sang	Individual	$100.00
Pham Can	Individual	$100.00
Dang Van Cuong	Individual	$50.00
Dat Dao	Individual	$50.00
Do The Hong	Individual	$50.00
Khach Hang	Individual	$50.00
Nguyen Kim	Individual	$50.00
Nguyen Tan Hung	Individual	$50.00
O/B Nguyen Ngoc Anh	Individual	$50.00
O/B Nguyen Van Tao	Individual	$50.00
Thanh Van & Bach Truong	Individual	$50.00
Le Lam	Individual	$20.00
Le Xuan Trang	Individual	$20.00
Nguyen Hoang Hoa	Individual	$20.00
Total		**$8,240.00**

IN-KIND & OTHER DONATIONS

Complete Print Shop printing	Business	flyers/posters
Viet Lifestyle Magazine	Business	advertisement
TNT AZ	Business	advertisement
Vivi Fashion	Business	gifts worth $100
Chú Lý - Cafe Dĩ Vãng	Business	helped pay $150
Ẩn Danh	Individual	100 moon cakes

V/v: Cảm Ơn Đồng Hương Tham Dự Tết Trung Thu 2014 và Tổng Kết Tài Chính

Kính thưa Quý Đồng Hương Việt Nam ở Arizona,

Thay mặt Ban Tổ Chức (BTC) Tết Trung Thu 2014, chúng tôi chân thành cảm ơn tất cả quý hội đoàn, cơ quan truyền thông, cùng tất cả quý đồng hương và gia đình đã tham gia chung vui ngày tết nhi đồng hôm Chủ Nhật 7/9/2014 vừa qua. Mặc dù đây là địa điểm mới, mặc dù BTC quảng cáo trễ, mặc dù dự báo thời tiết báo là trời sẽ mưa, nhưng Tết Trung Thu năm nay đã diễn ra rất thành công với khoảng 2,000 người tham dự. Tất cả là do niềm tin, tình thương của tất cả đồng hương đã giúp BTC tạo một đêm đáng nhớ cho tất cả các em và phụ huynh.

Chúng tôi chân thành cảm ơn tất cả các cơ sở thương mại và tất cả hội đoàn và các mạnh thường quân. Chính nhờ vào sự ủng hộ tài chính của quý vị mà Ban Chấp Hành Cộng Đồng mới có thể tổ chức được những ngày lễ dân tộc quan trọng ở vùng Phoenix cho đồng hương.

Chúng tôi chân thành cảm ơn tất cả các thiện nguyện viên lo phần lồng đèn, bánh kẹo, bán nước uống gây quỹ Cộng Đồng, giám khảo, MC, sân khấu và tất các hội đoàn như Phật Tử Nhất Tâm, Như Lai Thiền Tự, VSA at ASU, VACAZ, cũng như tất cả các anh chị em trong BTC đã làm việc miệt mài trong những tuần lễ trước đó.

Chúng tôi chân thành cảm ơn tờ nguyệt san Viet Lifestyles và TNT Arizona đã giúp BTC quảng cáo Tết Trung Thu, và đăng tải bản báo cáo Thu & Chi và danh sách đóng góp kèm theo.

Nhân đây, chúng tôi xin gửi đến quý đồng hương 1) Bản Báo Cáo Thu & Chi và 2) Danh sách các cá nhân và hội đoàn đã đóng góp và yểm trợ tài chính cho chương trình. Số tiền dư ra sau khi khấu trừ các chi phí sẽ được để trở lại vào quỹ Cộng Đồng cho chương trình Tết Nguyên Đán 2015 sắp tới hoặc những chương trình, kế hoạch xây dựng và phát triển trong tương lai.

Mọi ý kiến đóng góp xây dựng Tết Trung Thu vừa qua, xin liên lạc với chúng tôi ở số 623-687-5754 hoặc 602-540-0074. Kính mời đồng hương vào website www.vietnamesearizona.com để xem tất cả các chi tiết và hình ảnh buổi lễ.

Thay mặt Ban Tổ Chức Tết Trung Thu 2014,

Trần Quốc Chương
Nguyễn Thùy Ngọc
Trưởng BTC/PCT Nội Vụ CDNVQG/AZ
Thủ Quỹ CDNVQG/AZ

Ngôi sao và những cách giảm cân "kì dị"

Các ngôi sao trong làng giải trí luôn có một nỗi ám ảnh về cân nặng. Vì việc lên khung hình luôn khiến cơ thể "mập ra" nhiều lần so với thực tế, nên cân nặng của họ luôn phải "trừ hao" để khi lên màn ảnh, vóc dáng của họ là chuẩn mực và đáng để hàng tỉ người khao khát. Vì thế, ngoại trừ những cách giảm cân khoa học như vận động nhiều, giảm ăn nhưng đủ chất, uống nước nhiều và ăn rau xanh, thì các ngôi sao luôn có những cách giảm cân rất riêng, đôi khi có phần… kinh dị.

Nuôi giun sán trong bụng để giảm cân

Vì cho rằng giun sau khi trưởng thành sẽ ăn chất béo và các chất dinh dưỡng trong cơ thể, nên một số ngôi sao hoa ngữ như Diệp Ngọc Khanh, Nghiêm Lập Đình… đã áp dụng cách này để có được vóc dáng thon thả. Diệp Ngọc Khanh nuốt trứng giun, trứng sán vào người, sau khi cân nặng giảm được như ý thì chỉ việc…uống thuốc xổ để tống hết chúng ra ngoài. Còn MC Nghiêm Lập Đình thường tìm giun đất rồi mang đi rửa sạch bằng nước, sau đó tiếp tục trộn với nước nóng để dùng. Mặc dù cô buồn nôn với phương pháp này nhưng vẫn cố gắng thử trong cả năm trước khi không thể chịu nổi.

Thực tế, hành động này tuy hiệu quả nhưng gây tác hại lớn đến cơ thể. Khi đạt được số cân mong muốn thì đã có thể bị những tổn thương lớn do giun di chuyển lên các bộ phận khác làm ảnh hưởng nghiêm trọng đến tính mạng và sức khỏe. Nếu các con sinh vật này vẫn sống và đẻ trứng, thì nó có thể dẫn đến mất chất dinh dưỡng và vitamin trong cơ thể của bạn, đặc biệt là vitamin B12.

Tiêm nước tiểu vào người

Ngôi sao đặc trưng nổi tiếng cho cách giảm cân này chính là "Triển Chiêu" Hà Gia Kính. Hà Gia Kính được công chúng trong và ngoài nước biết đến qua vai Nam Hiệp Triển Chiêu trong loạt phim Bao Thanh Thiên. Với vẻ đẹp nam tính, đầy cơ bắp, anh vào vai đại hiệp rất đạt, làm say mê nhiều người hâm mộ. Thực tế, để duy trì vóc dáng này, Hà Gia Kính đã tìm đến phương pháp uống nước tiểu phụ nữ có bầu theo một vài quan điểm Đông y. Tuy nhiên, sau đó, tài tử này đã quyết định từ bỏ phương pháp "buồn

nôn" này vì không đạt được kết quả như ý.

Tiêm nước tiểu của phụ nữ mang thai vào cơ thể mình để có thể giảm cân là cách mà một số người đã chọn khi muốn thực hiện giảm cân nhanh. Họ cho rằng hormone trong nước tiểu của phụ nữ mang bầu có thể gây ảnh hưởng đến não trong việc điều tiết ăn uống vì vậy giảm cân hiệu quả.

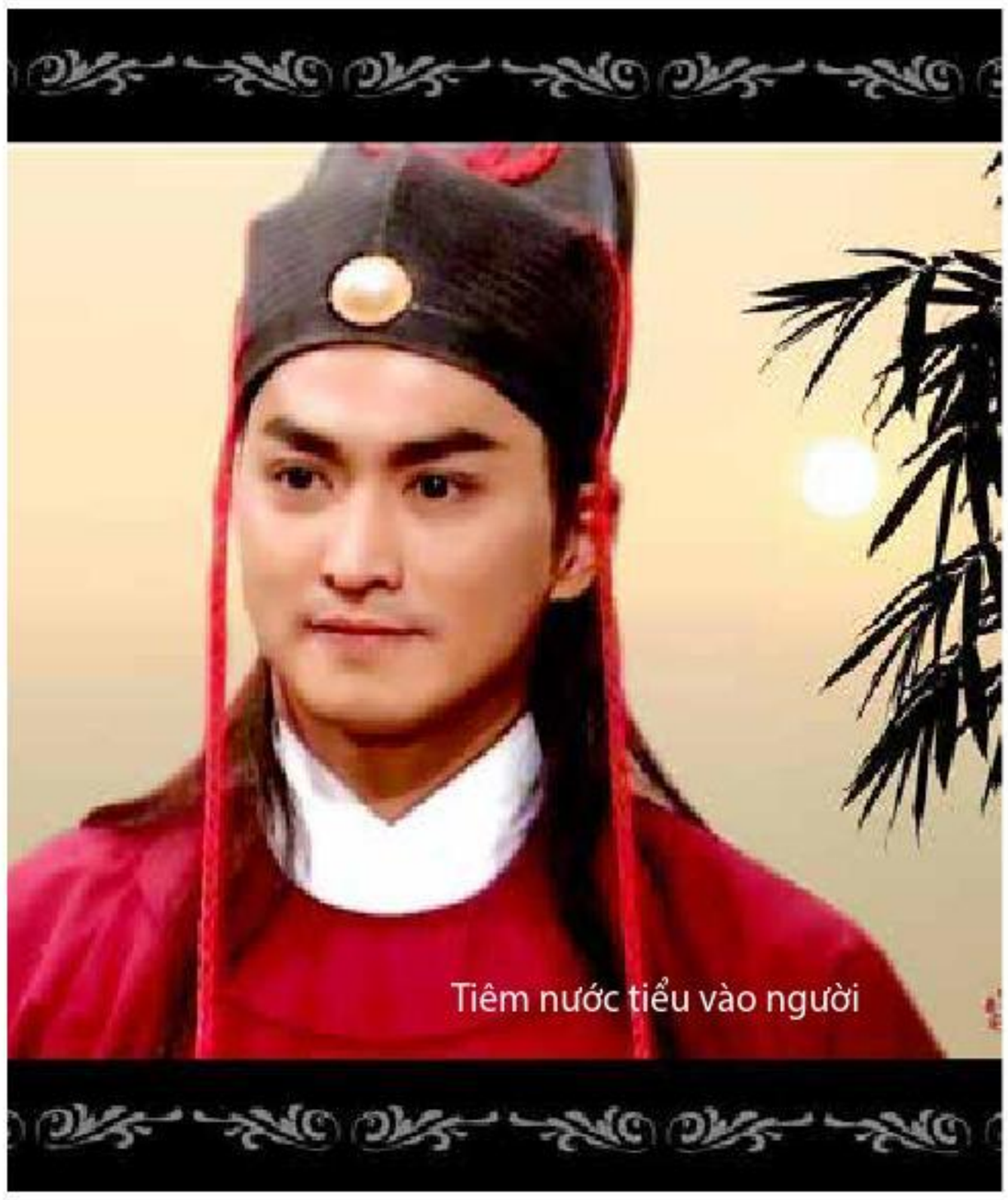
Tuy nhiên, theo các chuyên gia tim mạch thì việc làm này chẳng những không có tác dụng giảm cân mà còn có thể gây nguy hiểm. Việc tiêm nước tiểu vào người rất dễ nhiễm trùng. Bởi nước tiểu rất dễ bị nhiễm khuẩn do dụng cụ, phương pháp lấy hay do để lâu ngoài môi trường. Hơn nữa, trong nước tiểu chỉ có một số hormone nhau thai. Chưa có nghiên cứu nào kiểm nghiệm tác dụng của những hormone này đối với việc giảm cân. Do đó, việc sử dụng phương pháp này là hết sức mạo hiểm.

Khâu lưỡi


Bria Murphy ăn bông gòn


Maynava khâu lưỡi vào miệng


Nghiêm Lập Đình ăn gum


Tiêm nước tiểu vào người

Allstate
You're in good hands.

OPEN Monday-Friday: 9:00 am - 6:00 pm
Saturday By Appt. Sunday: Closed

TRAN INSURANCE INC.

Auto-Home-Business and Life

KIM DUNG TRẦN
Cử nhân Khoa học
Texas Southern University

Xin liên lạc:
Kim Trần (480) 833-5138

Toll Free:
1-866-833-5138

ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ TRÊN INTERNET
www.allstate.com/dkimtran

310 N. Dobson Rd., #4 - Mesa, AZ 85201

BẢO HIỂM XE HƠI, XE GẮN MÁY, TÀU (Auto, Boat, and Bicycle)

GIÁ ĐẶC BIỆT:

- Bớt 6% nếu trả in full.
- Cho good driver
- (3 năm và 5 năm không ticket và accident)
- Cho good student
- Cho quý khách có bảo hiểm liên tục 12 tháng
- Cho quý khách có bảo hiểm 2 xe trở lên
- Cho quý khách mua nhà và xe.
- Bớt 5% nếu trả tiền thẳng từ nhà băng
- Bớt 10% nếu mua bảo hiểm trước 1 tuần

BẢO HIỂM NHÀ (HOME OWNER)

- Bảo hiểm nhà trống(vacant home)
- Bảo hiểm nhà (trộm cắp, hỏa hoạn, lụt)
- Dịch vụ Escrow trong vòng 1 tiếng
- 20% discount cho nhà và xe
- Bảo hiểm nhà ở và nhà cho thuê
- Bớt đến 35% tiền bảo hiểm nhà cho thuê nếu có bảo hiểm xe và nhà

BẢO HIỂM NHÂN THỌ (LIFE INSURANCE)

- Định kỳ (5, 10, 20, và 30 năm)
- Trọn đời
- Bảo hiểm không cần thử máu và nước tiểu.

BẢO HIỂM THƯƠNG MẠI (COMMERCIAL INSURANCE)

- Đủ loại bảo hiểm thương mại
(nhà hàng, tiệm Nails, văn phòng bác sĩ . . .)

BẢO HIỂM CẦN THIẾT CHO ĐỜI SỐNG CỦA QUÝ VỊ VÀ GIA ĐÌNH

Nhằm mục đích duy trì và phát huy tiếng Việt theo phương châm "Tiếng Việt còn, Người Việt còn", *Việt Lifestyles xin trân trọng giới thiệu đến quý bạn đọc mục mới mỗi tháng: KIDS ZONE – VƯỜN THIẾU NHI để chia xẻ những thông tin, giới thiệu những chương trình, sinh hoạt lành mạnh cho các em thiếu nhi. Ban Biên Tập rất mong đón nhận bài vỡ và hình ảnh từ quý đọc giả để để mục này mỗi ngày thêm phong phú và hữu ích cho các em thiếu nhi Việt Nam sinh trưởng ở Mỹ. Mọi đóng góp ý kiến xin liên lạc:* ***info@vietlifestyles.com***

CHƯƠNG TRÌNH PHÁT THANH THIẾU NHI:

Thân mời các bạn thiếu nhi cùng tham gia vào Chương Trình Thiếu Nhi trên làn sóng Đài Tiếng Nước Tôi Arizona vào mỗi chiều Chủ Nhật, từ 4:30pm – 5:00pm. Mỗi tuần các em sẽ học và trao dồi tiếng Việt qua các tiết mục vui tươi, hấp dẫn như: Kể truyện, Ca Dao Tục Ngữ, Tìm hiểu Lịch sử Việt Nam bằng song ngữ, Hát, Bé Tập Làm Xướng Ngôn Viên, cũng như chia xẻ những thông tin hữa ích để các bé thiếu nhi khác cùng học hỏi.

Chương trình mở ra 3 đường dây điện thoại cho các bé gọi vào tham gia: **602-335-8887, 602-335-8888, 602-335-8889**.

Các bé tham gia vào chương trình sẽ có rút thăm có thưởng và sẽ có quà tặng cho các bé trúng thưởng do các cơ sở thương mại tài trợ. Chương trình thiếu nhi do Cô Thùy Ân phụ trách, và rất mong đón nhận ý kiến góp ý của quý vị phụ huynh và các em. Mọi đóng góp ý kiến hay muốn bảo trợ cho chương trình, xin vui lòng liên lạc qua email: ***chuongtrinhthieunhiaz@yahoo.com***

Phong Le and his nominating teacher, Ms. Amy Hannah

Meet PHONG LE

Governor's Honors Program Participant and Vietnamese Youth Leader

VLM: Good afternoon Phong Le!

Phong: Good afternoon!

VLM: It has come to my attention that you have recently come back from the Governor's Honors Program. Some of the readers are unfamiliar with what that is. Could you explain it to us?

Phong: The Governor's Honors Program is a program in Georgia for the most talented juniors and seniors in high school. There is a strict selection process with both county and state levels which looks for talent and passion in a specific subject. I applied for math. The Governor's Honors Program is not just academic but recruits students in music, theatre, dance, and art as well.

VLM: How hard would you say the selection process is?

Phong: The applicants that make it past the county level interviews are considered the top 1% of Georgia's students. However, there is another state level interview after that where less than 15% of the applicants that made it past county level are accepted. Basically, it is extremely difficult.

VLM: Were there a lot of Vietnamese students at the Governor's Honors Program?

Phong Le: There were! There was a strong Vietnamese presence at the Governor's Honors Program in a variety of subjects ranging from mathematics to piano.

VLM: What are some of your other accomplishments and activities?

Phong: I am the Beta Club President, Earth Tomorrow Club President, National Society of High School Scholars Ambassador, DeKalb Youth Commission President, National Honor Society Treasurer, Vietnamese Community Center Tutoring Second-in-Charge, RISE Program Tutor, and International Baccalaureate Student. Through these organizations I do things like helping lead county events and tutoring Vietnamese students. Additionally, I currently have the highest GPA and ACT score at my school.

VLM: Those are some fantastic accomplishments, and you are definitely representing the Vietnamese Community well! Do you have any advice for other Vietnamese Youth?

Phong Le: Yeah, I would say the best thing to do is to find a passion. The only way to succeed is to work hard, but that is extremely difficult if you don't like what you do or don't know why you're doing it. I would tell the Vietnamese Youth to find something they really like and try to make a difference in the world through that field they like. You don't need to be a genius to make a difference. You just have to be passionate and a hard worker.

VLM: Thank you very much Phong for taking the time to answer my questions and hopefully, inspire the Vietnamese Youth to follow the path in life you have taken.

Phong: Thank you for the opportunity!

Phong Le and other Governor's Honors Program Participants
Governor's Honors Program Math Majors: The Best Math Students in Georgia

ĐẠI HỘI ĐẢNG CỘNG HÒA

GOP PRIMARY PARTY

Phóng viên Việt Lifestyles tường trình

Tối ngày 26 tháng 8 vừa qua đã trở thành một sự kiện quan trọng đối với các chính trị gia và những người quan tâm đến tình hình chính trị tại Arizona. Đó là ngày Bầu Cử Sơ Bộ (Primary Election Night). Trong đêm hôm đó, chúng ta sẽ biết được ai là người được cử tri tín nhiệm đại diện cho Đảng của họ ra tranh cử vào ngày Tổng Tuyển Cử vào tháng 11 sắp tới đây.

Khách sạn Hyatt Recency ở downtown thành phố Phoenix đã được chọn là nơi tổ chức sự kiện trọng đại này. Đã có hàng trăm cử tri tham dự để ủng hộ ứng cử viên của họ, cũng như để xem kết quả cuộc bầu cử. Trong số những người tham dự đến từ các Cộng đồng người Mỹ gốc Á Đông, trong đó có Việt Nam, Nhật, Nam Hàn, Ấn Độ, Phi Luật Tân, Trung Hoa, Bangladesh, v.v.

Nghi lễ chào cờ & quốc ca Hoa Kỳ

Khán phòng rộng lớn của khách sạn Hyatt Regency, đã được thiết lập thật chu đáo chuẩn bị cho sự kiện đêm bầu cử sơ bộ. Nhiều người đã ví sự kiện này giống như là một Golden Globe Award Ceremony của giới chính trị gia. Dọc theo khán phòng là các đài truyền hình gồm Đài 12News, CBS5, Fox10, ABC15, AzFamily, Univision thành lập những mini-studio với ekip quay hình và ký giả,

cùng những thiết bị thu thanh thu hình sẵn sàng phỏng vấn tại chổ những chính khách "nặng ký" cùng những ứng cử viên đắc cử tối đêm hôm đó. Đó là chưa kể đến các ống kính của hàng trăm ký giả, phóng viên của các tờ báo khắp nơi đã tụ hội về. Một sân khấu lớn đặt ở trung tâm của khán phòng, được trang trí với nhiều bong bóng bay màu đỏ, trắng và xanh bên cạnh lá cờ Hoa Kỳ và cờ Arizona. Hai bên sân khấu là màn hình khổng lồ để liên tục cập nhật thông tin về kết quả cuộc bầu cử. Đây là một trong những sự kiện có sự tham dự của nhiều chính khách "thượng thặng" nhất từ trước đến giờ như thống đốc Jan Brewer, TNS John McCain, TNS Jeff Flakes, và Maricopa Country Cảnh sát trưởng hạt Maricopa County Joe Arpaio, cùng rất nhiều các nghị sĩ, hạ sĩ và những vị chức sắc khác, v.v..

Đảng Cộng Hòa tại Arizona, dưới sự lãnh đạo của Chủ tịch Robert Graham, đã cam kết mở rộng các thành viên Đảng bằng cách tiếp cận với cộng đồng các sắc dân khác nhau trong đó có các cộng đồng người Mỹ gốc Á. Luật sư Barry Wong, Chủ tịch Liên minh Cộng đồng người Mỹ gốc Á, đã làm việc chặt chẽ với Chủ tịch của Đảng Cộng Hòa Robert Graham để mở rộng tầm với của Đảng với nhiều cộng đồng sắc dân châu Á, và bố trí cho người Mỹ gốc Á đảm trách một phần của chương trình đêm hôm đó.

Theo luật sư Barry Wong, Chủ tịch Liên Minh Cộng Đồng Á Châu: *"Sự tham gia của các thành viên Liên minh Cộng Đồng Á Châu tại sự kiện đêm bầu cử sẽ mang đến cho họ kinh nghiệm đầu tay về hệ thống chính trị ở Hoa Kỳ trong việc lựa chọn các nhà lãnh đạo tương lai và cũng như có cơ hội gặp gỡ và làm quen với các chính khách trong dòng chính đảng Cộng Hòa."* Được biết thành viên của Cộng đồng Liên Minh Người Mỹ gốc Á Arizona tham dự chương trình đêm hôm đó gồm có Marie Cunning và Leo Aromin, đại diện Cộng đồng Philippines; Murugan Patham, chủ tịch Hiệp hội Ấn Độ Phoenix; Jegadesan Krishnamurthy; Khương Đặng và Thanh-Mai Lê, đại diện Cộng Đồng NVGQ/AZ và Raphael và Farhana Ahmed, cộng đồng Bangladesh.

Thật là môt vinh hạnh cho Cộng Đồng NVGQ/AZ khi lần đầu tiên Đảng Cộng Hòa đề cử Chủ tịch Cộng đồng Đặng Thế Khương, điều hợp nghi lễ Tuyên Thệ Trung Thành trong phần chào cờ đầu giờ. Tiếp theo là cô Yayu Khoe, người Mỹ gốc Trung Hoa, giám đốc nghệ thuật và chỉ huy hợp xướng Arizona Chinese Chorus, hát bài Quốc ca Hoa Kỳ. Sau đó là phần phát biểu của các quan khách.

Cuối cùng là khoảnh khắc mọi người đều trông đợi khi các ứng cử viên đắc cử lần lượt lên đọc diễn văn chiến thắng. Đại diện các cộng đồng các sắc dân và những cá nhân có công trong việc vận động bầu cử vừa qua đã được mời lên sân khấu đứng chung với các ứng cử viên đắc cử cùng các chính khách nổi tiếng của Đảng Cộng Hòa trong giờ phút đăng quang. Các ứng cử viên đảng Cộng Hòa đã thay phiên phát biểu chiến thắng bao gồm ứng cử viên thống đốc Doug Ducey, các nghị sĩ Trent Franks, Paul Gosar, David Schweikert và Matt Salmon; và Bộ trưởng Ngoại giao Michelle Reagan, Thủ quỹ tiểu bang Jeff Dewit, Tổng chưởng lý Mark Brnovich và Giám Đốc Giáo Dục (Diane Douglas).

Và sau đây là một số hình ảnh được ghi nhận từ ống kính của phóng viên Việt Lifestyles và một số cơ quan truyền thông bạn như *Arizona Korean Post, Arizona Republican, Filipino American Journal.*

TNS John McCain phát biểu


Đến chúc mừng ứng cử viên thống đốc đắc cử Doug Ducey.


Chụp hình lưu niệm với Cảnh sát trưởng Hạt Maricopa Joe Arpaio và phu nhân.


Đại diện CĐNVQG/AZ tham dự event: Chủ tịch Đặng Thế Khương, thân hữu, Cố vấn ngoại giao Ông Bùi Quang Lâm, Cố vấn xã hội Tiến sĩ Nguyễn Ngọc Sảng.

Ứng cử viên thống đốc Doug Ducey đọc diễn văn chiến thắng.

CHUYÊN VIÊN ĐỊA ỐC

- MUA BÁN NHÀ CỬA
- ĐẤT ĐAI
- CƠ SỞ THƯƠNG MẠI
- TRONG TOÀN TIỂU BANG ARIZONA

Chuyên viên Địa Ốc với nhiều năm kinh nghiệm
sẽ mang đến cho quý vị sự an tâm & tiết kiệm thời gian và tiền bạc!

MIKE PHƯƠNG TRẦN
(480) 370-7411

PRESTIGE REALTY
10220 N. 31 St. Ave., Suite 129
Phoenix, AZ 85051

BẠN ĐANG GẶP KHÓ KHĂN MUA NHÀ? GỌI NGAY ĐỂ CÓ "SECRET LIST OF HOMES NOT IN MLS" HOẶC CHƯA CÓ TRÊN THỊ TRƯỜNG

ĐẶC BIỆT Bán nhà trong vòng 30 ngày. Lệ phí thật thấp.

SHORT SALE chủ nhà không phải trả lệ phí

YOUR HOUSE HERE !! BE SOLD IN
30 DAYS OR LESS.

4%
TOTAL COMMISSION | SELLING YOUR HOUSE
IF I SHALL BE YOUR BUYING AGENT.

GENEVA FINANCIAL, LLC

GENEVA FINANCIAL LLC

VĂN PHÒNG TÀI CHÁNH

* 2014 LUẬT TÀI CHÁNH NHIỀU THAY ĐỔI

Hãy liên lạc ngay với Trần Phương để biết những luật thay đổi mới nhất về tài chánh cho đầu năm 2014. Để quý vị có thể chuẩn bị cho đủ điều kiện nhà băng đòi hỏi.

ĐẶC BIỆT: Các Quý vị nào Short Sale / Foreclosure / Bankruptcy. Hãy gọi ngay cho chúng tôi hôm nay. Chúng tôi có thể giúp Quý vị vay tiền mua nhà ngay. Không phải chờ đợi 2 hoặc 3 năm.

Tùy trường hợp mỗi người. Please call to see if you qualify or not. Not all applicant qualify.

EQUAL HOUSING OPPORTUNITY

BK: 0910215
NMLS: 42056

ĐỊA ỐC TIẾP THEO

MIKE TRAN - *Loan officer*
(480) 370-7411
NMLS# 430516
1018 E. Guadalupe Rd.
Tempe, AZ 85283
Cell: 480-370-7411 (NEW)
Office: 480-368-2007
Fax: 480-304-3263
Email: miketran@genevafi.com

Bo Bites
New Asian Cuisines in AZ

Bo Bites here! I'm a local foodie in the city of Phoenix, Arizona. My writings include musical lyrics from popular songs along with my food reviews. I recently received my gold badge from Yelp and I write for a local cultural website called AZCulture www.azculture.com.

North Phoenix
20235 North Cave Creek Road
Phoenix, AZ 85024-4424
(602) 788-5535

South Phoenix
114 W. Adams St.
Phoenix, AZ 85003
(602) 262-5535

Viet Kitchen is a new-age Americanized Vietnamese restaurant. Their menu gives a very good description of the different dishes they serve. I hope that someday we can all walk into a Vietnamese restaurant and say "Pho sounds good!" without thinking "what the heck is Pho?" Needless to say, Viet Kitchen has been one of my favorite lunch spots simply because it's close to my office.

In the end, I give them much love for being around for so long. I see more and more customers becoming familiar with the cuisine. The Pho here is pretty good and it seems to get better each time I visit this restaurant. The broth is not as pungent and steamy as the way I like it; a tad bit too subtle for my palate. When it's called Beef Noodle soup on the menu then you know why. The eggrolls were good, but my lettuce came somewhat brown so that was a downer.

In the end, service needs to improve and the ambiance is okay with your basic Vietnamese decor, however, I do appreciate the large flat screens. Would I come back? Of course; it's the closest Vietnamese restaurant to my office! - Enjoy!

SUMO MAYA

Mexican-Asian Kitchen
www.sumomaya.com
6560 N Scottsdale Rd, Scottsdale, AZ 85253
(480) 397-9520

3.5 Stars in my book! SumoMaya is definitely one of the hottest restaurants in town. The place was popping on a Wednesday night and my friends and I had reservations at 8:15pm, but were not seated sit until about 8:45pm. So we ordered drinks at the bar while we waited.

We were finally seated and we went for it! Lump Crab Guacamole, Hamachi Roll, Hamachi Ceviche, Bacon Wrap Dates, Pork Belly Ramen, and Head-On Giant Shrimp. The Lump Crab had a mesh of cilantro, lime, and it came with some tostada shells, which my gal pals thought were too hard. I liked it overall as a starter; soft mushy guacamole and crab meat with the extra crunch of the tostada! The Hamachi Roll & Ceviche was probably my least favorite -- The roll was topped with a pickled jalapeno pepper that just shocked my palate, and the Ceviche came with a yuzu green apple aioli that didn't seem to go well in my opinion. Leave the green apple out-haha! As for the Bacon Wrap Dates, I didn't care for these either since the bacon, which was necessary to make a wrap was burned and dry. The Pork Belly Ramen was good and just how any ramen entree should taste; nice warm broth and the noodles were cooked just right. The star of the night for me was the Giant Shrimp! Cooked to perfection as it carefully slid off the shell with creamy garlic sauce with a spicy hint in the end! Cherry tomatoes to finish off this dish gave it a final sweetness! Best grilled shrimp I've tasted in a while!

The service was good overall and attentive as it was pretty busy that night. The ambiance is hot as I stated earlier. There was a large tree in the middle giving the restaurant an outdoorsy flare. Designed by restaurateur German Osio and his partner, chef Herb Wilson. The New York City-born Wilson was featured on last year's *Top Chef Masters*, Bravo's reality competition series, in which he was "the only chef to have received a two-star review from the *New York Times* on three separate occasions, by three different reviewers, at three different restaurants." They were inspired by a food truck in LA serving up Mexican-Asian food; thus spawning SumoMaya.








NHƯ LAI THIỀN TỰ
4842 N 51ST AVE, PHOENIX, AZ 85031
TEL: 623 845 7777

Thông Báo

Phát hành lịch Hương Quê , Như Lai Thiền Tự 2015 , Ất Mùi

Khổ tấm treo: cao: 27,5 inch,ngang: 15 inch.

2015

Ất Mùi

Lịch lớn,chữ to rõ, đẹp, chính xác, giá ủng hộ: $10 (tấm treo+ block lịch)

Xin liên hệ Như Lai Thiền Tự tại địa chỉ điện thoại trên hay Vivi fashion 2055 N Dobson Rd Ste 4 Chandler, AZ 85224. (trong khu chợ lee lee Chandler) Tel:

VIETNAMESE BUDDHIST CONGREGATION OF THE UNITED STATES

NHƯ LAI THIỀN TỰ

4842 N 51ST Ave, Phoenix, AZ 85031

Tel: (623)-845-7777; Email: nhulaithientuphoenix@yahoo.com

THƯ MỜI
LỄ VÍA QUAN THẾ ÂM BỒ TÁT
THAM DỰ PHÁP HỘI TRÌ CHÚ ĐẠI BI, THÍNH PHÁP LỄ PHẬT NGŨ BÁCH DANH

02 ngày Thứ bảy 11 tháng 10 đến Chủ Nhật 12 tháng 10 năm 2014.
Nhằm 18, 19 tháng 09 (trước) năm Giáp Ngọ

Nam Mô Đại Từ Đại Bi Quan Thế Âm Bồ tát,
Kính thưa quý Đồng Hương Phật tử,

Để tưởng nhớ, xưng tán đến công ơn cứu độ của mẹ Hiền Quan Thế Âm Bồ tát, gieo hạt giống từ Bi, trí tuệ của mẹ hiền Quan Âm nơi tứ chúng Phật Tử, Như Lai Thiền tự long trọng tổ chức lễ vía Quan Thế Âm Bồ tát với chương trình trì chú Đại Bi Quán Âm, và lễ Ngũ Bách danh Quán Thế Âm, thuyết giảng Chú Đại Bi .

Kính mời quý Đồng Hương Phật tử hoan hỷ đến tham dự với chương trình như sau:

Chương trình Lễ Vía Quan Thế Âm Bồ tát, trì Chú đại Bi, Lễ Phật Ngũ Bách Danh

Trì chú Đại Bi,Lễ Phật Ngũ Bách Danh
Thứ bảy Ngày 11 tháng 10 năm 2014
Nhằm 18 tháng 09 năm Giáp Ngọ

8:00 AM- 8:15 AM. : Thỉnh Sư
8:15 AM - 10:00 PM : Trì chú
10:00 AM - 12:00 PM : Thuyết giảng Chú đại Bi
12:00 PM -1:30 PM : Thọ Trai
2:00 PM - 3:30 PM :Lễ Phật Ngũ bách danh
04:00PM - 05:00 PM : Trì Chú.
5:00PM - 6:00 PM : Dùng Cơm Chiều
07:00PM - 08:00. PM : Thuyết giảng Chú đại Bi.
08:00pm – 09:30pm: Lễ Phật Ngũ bách danh.

Lễ Vía Quan Thế Âm Bồ tát
Chủ nhật 12 tháng 10 năm 2014
Nhằm 19 tháng 09 năm Giáp Ngọ

09:00 AM -10AM: Trì chú
10:00 AM - 11:15 AM : Thuyết giảng Chú đại Bi
11:30 AM -12:30PM : **Lễ Vía Đức Quán Thế Âm Bồ tát chính thức.**
12:30 PM – 01:30 PM : Thọ trai
2:00 PM – 3:00 PM : Trì Chú
03:30 PM – 05:00 PM : Lễ Phật Ngũ bách danh
6:00 PM : Hoàn mãn
07:00pm: Tụng kinh cầu nguyện.
08:00 pm – 09:00 pm :Thuyết pháp

- **Chùa sẽ khoản đãi thức ăn trong 2 ngày tổ chức Pháp hội , và có phòng nghỉ cho quý Phật tử ở xa.**

Mọi chi tiết xin liên lạc :Như lai Thiền Tự tại địa chỉ , số điện thoại trên.

Như Lai Thiền tự ngày 17 tháng 09 năm 2014
Trân Trọng kính mời
Trụ Trì
Đại Đức Thích Giác Trí

NHƯ LAI THIỀN TỰ
4842 N 51st Ave, Phoenix, AZ 85031,Tel: (623)-845-7777
Email: nhulaithientuphoenix@yahoo.com

Hành hương Hawaii Honolulu

06 ngày Thứ năm ngày 16 Tháng 10 đến Thứ ba ngày 21 tháng 10 năm 2014

Để đáp ứng sự yêu cầu Quí Đạo Hữu, Đồng Hương, Như Lai Thiền Tự sẽ tổ chức chuyến hành hương tại Hawaii Honolulu 06 ngày từ Thứ năm ngày 16 Tháng 10 đến Thứ Ba ngày 21 tháng 10 năm 2014. Tham dự chuyến hành hương 06 ngày nơi Hòn Đảo Thần Tiên này Quí vị sẽ Chiêm Bái Phật Tự, Tham Quan Danh Lam Thắng Cảnh và Thăm Viếng Các Di Tích Lịch Sử Văn Hoá tại Hawaii.

Lịch trình hành hương

♦ *Ngày 01(16/10): Khởi hành từ phi trường PHOENIX AIRPORT đi HONOLULU. Nhận phòng và tham quan thắngcảnh WAIKIKI BEACH & shopping tại INTERNATIONAL MARKET.*

♦*Ngày 02 (17/10): Thăm viếng các Chùa Việt Nam, Trung Hoa, Đại Hàn, Thái Lan và Nhật Bản, Thăm viếng CHINATOWN .*

♦*Ngày 03 (18/10): Thăm viếng thủ đô HONOLULU và VỊNH TRÂN CHÂU CẢNG, DIAMOND HEAD, HALONA LOOKOUT.*

♦*Ngày 04 (19/10): Thăm viếng chùa Nhật Bản nổi tiếng BYOD IN, NORTHSHORE BEACH, khu Nông Nghiệp Biến Chế Khóm của Hảng DOLE nổi tiếng*

♦*Ngày 05(20/10):Tham quan làng văn hóa nổi tiếng tại Hawaii*

♦*Ngày 06(21/10): Thắng cảnh dạo biển và chiều ra Phi trường về lại Phoenix.*

**Chương trình hành hương có thể thay đổi tùy theo nhân duyên thuận lợi.*

Giá vé:$450.00

Cho chuyến đi 06 ngày Đảo HONOLULU (bao gồm khách sạn 04 người 1 phòng, 02 người 1 phòng $600/ 1 người và xe bus, chưa tính vé máy bay, vé vào các khu tham quan).

♦Vé máy bay: Ban Tổ chức sẽ cố gắng book vé vào thời đểm rẻ nhất thỏa thuận được, dự kiến trên dưới $450/ 1 người. Quí Đạo Hữu ăn uống tự trả.

♦Đặc biệt: Nhận ghi danh giữ chổ, book vé máy bay cho quý đạo hữu ngoài tiểu bang Arizona cho chuyến hành hương.

♦Quí Đạo Hữu ghi danh xin hoan hỉ đóng ½ giá tiền và trước 15 ngày đóng ½ giá tiền còn lại).

♦Mọi chi tiết xin liên lạc Xin liên hệ Như Lai Thiền Tự 4842 n 51st ave, phoenix, az 85031. Tel: 623 845 7777.

KÍNH CHÚC QUÍ PHẬT TỬ ĐỒNG HƯƠNG THƯỢNG LỘ BÌNH AN
Như Lai Thiền Tự, ngày 18 tháng 1 năm 2014
Trưởng ban Tổ chức
Đại Đức Thích giác Tri

Chiếc Lồng Đèn Xa Mãi

Trần Thị Hạ Anh

Chiếc lồng đèn bằng giấy kiếng bóng lộn muôn màu rực rỡ đã là một ước mơ giản dị nhưng chưa bao giờ đạt đến trong thời tuổi thơ nghèo khó của tôi. Những chiếc lồng đèn muôn hình, vạn trạng treo lủng lẳng, bày bán ở chợ, trong các tiệm bánh được bọn con nít nhà bần chúng tôi dòm ngó, thèm thuồng. Trung thu của trẻ con nghèo chỉ là những ngọn nến thắp sáng, gắn vào một thanh gỗ là quá đủ. Sang hơn một chút, ngọn nến được cắm trong một cái lon sữa bò đục lỗ hai đầu cho ánh sáng tỏa ra từ các khe hở. Có đứa nảy sinh sáng kiến làm một chiếc xe trên một trục thép khi đẩy cái lon xoay tròn kéo theo sự chuyển động của tia đèn, trông thật đẹp mắt.

Nhờ có người anh hai khéo tay nên tôi không phải chơi với món đồ nguy hiểm đó. Đôi khi những mảnh thép cứa đứt tay, hoặc bị phỏng vì hơi lửa nung nóng chiếc lon lúc vô tình chạm phải. Năm nào anh tôi cũng bỏ công đi chặt tre, đẽo trúc, chuốt nan, quấy hồ cũng như chuẩn bị sẵn những tờ giấy bóng mờ dùng bao tập, để dành rồi tự tay làm lấy những chiếc đèn ông sao cho anh và tôi rước đèn Trung Thu. Chiếc lồng đèn tuy đường nét còn thô kệch, những tờ giấy dán mờ mờ, không trong và bóng bằng những chiếc lồng đèn ngoài chợ mà cũng có lắm đứa thèm thuồng. Đó là niềm hãnh diện nhỏ nhoi của tôi trong những mùa trăng tháng Tám xa xưa.

Năm ấy, anh tôi đã trưởng thành hơn, do đó óc tưởng tượng cũng lớn theo. Anh quyết định không thèm làm những chiếc lồng đèn ông sao tầm thường, đơn giản như mấy năm trước. Lần này, anh sẽ thực hiện một chiếc lồng đèn mang hình dáng con phượng hoàng kiêu kỳ với cái đuôi dài lộng lẫy. Mọi việc đã chuẩn bị xong, anh lúi húi làm quên cả những trò giải trí khác. Tôi nôn nao chờ đợi, vẽ vời trong trí óc nhỏ bé của mình một chiếc lồng đèn thật đặc biệt, thật đẹp để khoe với bọn trẻ cùng xóm. Ngày làm xong cái khung đèn, tôi lân la đến gần, chỉ thấy một khung nan tre uốn theo hình dáng cong cong, phần dài dài thanh mảnh, tôi đoán đó là cái đuôi. Còn ngoài ra, tôi không hình dung ra được gì cả. Điều tưởng tượng khác với khung sườn đang nằm trước mặt, làm tôi đôi chút thất vọng.

Ngày dán giấy vào khung đèn, anh tôi rất chộn rộn, chạy qua nhà đứa bạn này, người bạn nọ hết cả ngày trời để mang về đủ thứ món lỉnh kỉnh mà xem chừng anh rất quí. Cuối cùng, chiếc đèn con phượng đã ra đời qua đôi bàn tay khéo léo của anh. Con phượng kiêu hãnh trong màu vàng dịu ngọt của trăng, đôi cánh vươn rộng điểm thêm

những tia bông gòn mềm mại. Còn cái đuôi mới thật là một kỳ công. Anh cố sức tô điểm bằng những chấm tròn to nhỏ nhiều màu sắc, xen lẫn nhau trông lòe loẹt, ngộ nghĩnh như đuôi của mấy chú công mà tôi có dịp nhìn thấy trong sở thú. Chắc anh tôi đã thực hiện đuôi phượng bằng hình ảnh ấy, chứ có ai nhìn được con phượng thật bao giờ đâu. Đây là phần anh chăm chút nhất. Nhưng có lẽ vì quá tuyệt vời nên nó làm cho chiếc lồng đèn không giữ được thăng bằng khi đặt xuống đất. Nó cứ chúi đầu xuống rồi nghiêng hẳn qua một bên. Hình như con phượng này chỉ muốn bay chứ không thèm ở trên mặt đất. Dù vậy anh tôi vẫn tự hào:

-Kệ nó, miễn đẹp là tốt rồi. Khi đốt đèn người ta cầm trên tay, có ai để xuống đất đâu mà lo.

Từ ngày hoàn tất xong mọi việc, mỗi ngày, chiếc đèn hình con phượng đều được anh mang ra ngắm nghía, khi thêm chỗ này, lúc sửa lại chỗ kia dù đó chỉ là những chi tiết nho nhỏ. Còn tôi, chỉ mong chóng đến ngày rằm để chiêm ngưỡng xem nó đẹp đến chừng nào. Chiếc đuôi hẳn sẽ lộng lẫy muôn màu tỏa sáng dưới ánh nến, những chiếc vảy lấp lánh trên thân phượng và đôi cánh chấp chới như muốn bay lên bầu trời sáng ánh trăng thu. Chỉ tưởng tượng thôi mà tôi đã cảm thấy thích thú vô cùng. Chao ơi là đẹp!

Thời gian mong đợi cũng đến. Khi ánh trăng bắt đầu ló dạng, mặt trăng tròn vành vạnh, nằm lơ lửng vắt trên bụi tre đầu xóm, chiếu từng tia sáng xuống trần, cũng là lúc lũ trẻ từng nhóm rủ nhau xách đèn đi chơi. Anh tôi không vội vàng, đợi bọn trẻ quây quần đầy đủ và lũ bạn gọi tên ơi ới, mới thủng thẳng xách tuyệt phẩm của mình ra khoe. Anh đốt một cây đèn cầy rồi cẩn thận gắn bên trong chiếc đèn. Có thêm ánh sáng, con phượng nhìn sống động hẳn ra. Bao ánh mắt trầm trồ thán phục. Chiếc đèn không giống những chiếc đèn khác, nó to lớn và như biết múa dưới ánh trăng. Anh thận trọng cầm đèn và dắt tôi hòa nhập vào dòng con nít đang đi rước đèn. Trong khi đi, anh kể lại giai đoạn làm đèn một cách hào hứng, sôi nổi. Tôi lủi thủi theo sau, mới đầu còn hăng hái sau cảm thấy chán vì chưa được xách chiếc đèn này. Quay qua thấy tôi tiu nghỉu, anh hiểu ý:

-Cho em cầm nè, nhưng cẩn thận nhé. Đừng để nó xuống đất, nhớ nha!

Anh nhường đèn cho tôi, lấy một cây nến khác đốt lên, cắm vào một thanh tre nhỏ rồi bước theo lũ bạn của anh. Tôi gia nhập vào đám trẻ cùng lứa tuổi. Có một nhóm con nhà khá giả, cầm những chiếc đèn làm bằng giấy kiếng bóng đủ mọi hình dáng đang khoe sắc, những chiếc máy bay, tàu buồm, bươm bướm, ngôi sao chiếu sáng cả màn đêm. Chúng thì thầmvới nhau khi thấy cái lồng đèn "không giống ai" của tôi. Tôi cũng nhìn lại chúng. Chiếc đèn của tôi tuy đặc biệt nhưng vì dán bằng giấy bóng mờ nên không rực rỡ bằng mấy cái đèn đó.

Trung, một thằng con trai trong nhóm tiến đến gần tôi:

-Ê! Chiếc đèn của mầy ngộ quá hen. Ai làm cho mầy vậy?

Tôi hãnh diện:
Ừa, anh tao làm đó.

-Sao mầy không mua một cái giống của tao. Đèn của mầy ngộ thôi, đâu có sáng bằng đèn tao. Giấy bóng kiếng như vầy mới đẹp.

Tôi ngẩn người, chỉ biết ấp úng:
-Nhưng mà anh tao làm, đâu đứa nào có đèn giống vầy đâu.

Tô cũng thèm cái lồng đèn như nó lắm. Nó nói cũng đúng, con phượng của tôi tuy lạ nhưng nhìn kỹ không rực rỡ bằng đèn của nó. Ánh sáng trong veo, màu nào cũng tỏ, lại thêm những đường nét sơn tô điểm bên ngoài. Nhưng thôi, có mấy đứa còn phải cầm nến với thanh gỗ kia mà chúng vẫn cười vui, hớn hở đó thì sao! Khi nhường đèn cho tôi anh tôi cũng phải chơi như vậy.

Đang cầm chiếc đèn hình chiếc xe tăng màu đỏ trên tay, Trung tỏ vẻ thèm thuồng cái đèn của tôi ra mặt:

-Mầy cho tao cầm thử coi.

-Không được, của anh tao. Đưa cho mầy cầm, anh tao la.

-Hay mày cầm cái đèn của tao đổi nhau chơi chút rồi trả lại, có gì đâu mà sợ anh mầy la.

-Không được mà.

Tôi trả lời mà mắt vẫn chằm chằm nhìn vào chiếc đèn của Trung. Hồi nào đến giờ, tôi chưa hề cầm được trên tay chiếc đèn giấy kiếng. Tôi chỉ sợ anh tôi biết sự trao đổi này sẽ giận, không cho tôi chơi đèn chung với anh.

Nghĩ ngợi giây lâu, Trung đưa tay vào túi quần, lấy ra một miếng bánh trung thu thơm ngon, chìa ra trước mắt tôi:

-Cho tao cầm một chút rồi tao cho mầy miếng bánh nướng này, ngon hết sẩy đó. Mùi vị của miếng bánh làm cho nước miếng tôi ứa đầy trong miệng. Tôi chỉ ăn thứ bánh nhân đậu rẻ tiền khi má tôi cúng xong chia thành nhiều lát mỏng cho cả nhà. Còn miếng bánh này thuộc loại mắc tiền, nhân thịt trộn lẫn với tròng đỏ trứng, hạt sen, lạp xưởng, mứt bí, hạt dưa... Ôi còn nhiều thứ nữa. Tôi lạc lòng, nhận chịu:

-Thì nè, nhưng lúc cháy hết cây đèn cầy thì mầy phải trả lại tao.

Cầm chiếc đèn giấy kiếng trong tay, tôi vô cùng hả dạ. Chiếc đèn hắt muôn ngàn tia sáng soi rõ đôi bàn chân nhỏ bé, gầy yếu của tôi. Lần thứ nhất tôi cầm được chiếc đèn từng mơ ước. Chiếc đèn như đang cười với tôi bằng những tia sáng lung linh. Vị bánh ngon ngọt đang trôi dần dần qua cổ họng. Tôi đang thưởng thức một hương vị Trung Thu mới mẻ nhất trong đời.
Đột nhiên, một ánh lửa bùng lên qua ánh mắt, sáng bừng cả một góc. Miếng bánh còn vương trong cổ họng chưa kịp nuốt đã dừng lại nửa chừng khi bên tai tôi nghe có những tiếng la lớn:

-Chết, cái đèn của con Hạnh cháy rồi kìa!

Tiếng chân chạy, tiếng lao xao của lũ bạn. Những chiếc đèn đang tụ hết về quanh chỗ cháy. Lũ trẻ quơ quơ lồng đèn chung quanh, miệng la ơi ới. Anh tôi từ xa chạy vội tới. Mấy cái miệng phù ra thổi thổi, những thanh tre đập đập vào ngọn lửa. Tôi thừ người, nhìn ngọn lửa đang liếm dần từng phần của chiếc đèn hình con phượng. Ngọn lửa lụi tàn dần rồi tắt hẳn. Con phượng yêu kiều chỉ còn là một đống lam nham, lở nhở. Thì ra, tôi đã quên dặn Trung đừng để chiếc đèn xuống đất. Tôi bật khóc nức nở, miệng có vị mặn của bánh hay nước mắt hòa vào nhau tôi cũng không biết. Cảm giác mất đi một vật quí giá không có gì đền bù được làm tôi càng khóc lớn hơn.

Qua màn nước mắt, tôi thấy anh tôi chặc lưỡi tiếc rẻ, tay cầm cán đèn, ngắm nghía hồi lâu, xem chừng không còn gì cứu vãn được, anh bỏ xuống, đến bên tôi, vỗ vỗ lên đầu tôi, dỗ dành:

-Nín, nín đi. Mai mốt anh làm cho em cái đèn khác đẹp hơn.

Biết lỗi tại mình, lại nhìn thấy tôi khóc lóc thảm thiết. Trung không đành lòng lấy lại chiếc đèn, nhưng anh tôi ấn vào tay nó, đoạn dắt tôi trở về nhà. Trăng vẫn còn vằng vặc sáng. Đám trẻ coi bộ mất vui sau cảnh tượng đó nên cũng lục tục ra về bỏ dở cuộc vui.

Sáng hôm sau, tôi mon men ra chỗ rước đèn đêm qua, chiếc đèn con phượng đang nằm chỏng chơ trên mặt đất. Những thanh nan tre nám đen lỗ chỗ, tàn tro đầy phía dưới khung sườn. Tôi giở cái khung lên, như được giải thoát, bụi giấy bay là là theo ngọn gió sớm rồi tản mác mọi nơi. Mùa Trung Thu chấm dứt theo chiếc đèn bị cháy. Vị bánh không còn đọng vị ngọt trong tôi. Sự hối tiếc làm tôi buồn bã. Vì lòng ham muốn vật không phải của mình, và cũng vì một miếng ăn đã làm mất mát, tiêu tan công trình tim óc của anh dành cho tôi. Có phải vì những tính xấu ấy mà chiếc đèn đã rời xa tôi mãi?

Cho đến hôm nay, sau bao năm tháng trôi qua, anh vẫn còn nợ tôi lời hứa trong đêm Trung Thu ấy. Chiếc đèn hình con phượng là chiếc đèn cuối cùng trong mùa Trung thu thơ ấu của tôi. Trải qua nhiều thay đổi thăng trầm trong cuộc sống nhưng cứ mỗi lần mùa Trung thu đến, hình ảnh chiếc đèn năm xưa lại quay về trong ký ức tôi cùng với tình cảm ấm áp ngày nào. Con phượng thời thơ ấu đã bay vào một khung trời khác. Trăng Trung thu vẫn tròn, ánh sáng vẫn trong. Trong đường nét mờ ảo của vầng trăng mầu nhiệm ấy, ngoài hình ảnh một Chú Cuội, một chị Hằng Nga còn có bóng dáng một con phượng hoàng với cái đuôi nhiều màu sắc sặc sỡ, vì không tìm được sự thăng bằng trong đời sống nên đã bay lên đó làm chỗ trú thân mãi mãi…

VĂN PHÒNG LUẬT SƯ

CLIFFORD LEVENSON

5119 North 19th Ave, #K Phoenix, AZ 85015

602-544-2222

CLIFFORD LEVENSON
LAWYER - LUẬT SƯ
(602) 258-8989

TAI NẠN XE CỘ

Dù có hay không có bảo hiểm, chúng tôi sẽ giúp cho quý vị trong những trường hợp khẩn cấp: Tai Nạn Xe Cộ, Bất Cẩn Y Tế, Té Ngã Siêu Thị - Nhà Hàng - Máy Bay - Chó Cắn .v.v.

QUANG TRƯƠNG - PHỤ TÁ PHÁP LÝ
602-363-3700 (GỌI 24/7)

CHỈ NHẬN THÙ LAO KHI ĐƯỢC BỒI THƯỜNG

- Luật sư có mặt tại văn phòng và sẵn sàng đón tiếp thân chủ khi cần đến.
- Chúng tôi sẽ giới thiệu quý thân chủ đến các bác sĩ chuyên môn
- Liên lạc công ty bảo hiểm để đòi Bồi Thường Chi Phí Nhà Thương cho quý vị
- Đặc biệt: Kéo xe, Mướn xe, Sửa xe và lấy Report từ văn phòng cảnh sát
- Xin lại Bằng Lái từ DMV nếu bị tịch thu.

- SAY RƯỢU LÁI XE (D.U.I.)
- LUẬT THƯƠNG MẠI & ĐỊA ỐC (Civil Litigation & Business Law)
- TAI NẠN CÁ NHÂN (Personal Injury)
- GIA ĐÌNH (Family Law)
- PHÁ SẢN (Bankruptcy)
- DI CHÚC (Estate Planning)
- DI TRÚ (Immigration)
- HÌNH SỰ (Criminal Law)

www.northphoenixinternalmedicine.com

NORTHPHOENIX INTERNALMEDICINE

Phuc Pham, M.D.

W. Kent Brubaker, M.D.

Kim Vu, P.A.

● Kinh Nghiệm ● Thông Thạo Việt Ngữ ● Tận Tâm ● Chu Đáo

- Chuyên khoa nội thương tổng quát, trị bệnh người lớn và trẻ em trên 12 tuổi và tiểu giải phẩu
- Theo dõi và điều trị các bệnh cảm, ho, sổ mũi, viêm phổi, viêm xoan, viêm dạ dày, nhiễm trùng đường tiểu, cao máu, cao mỡ, cao huyết áp, suyễn, dị ứng.
- Chuyên về khám tổng quát và phụ khoa cho phụ nữ khám định kỳ, trị điều hòa kinh nguyệt

1747 East Morten Road Suite #303, Phoenix, AZ 85020

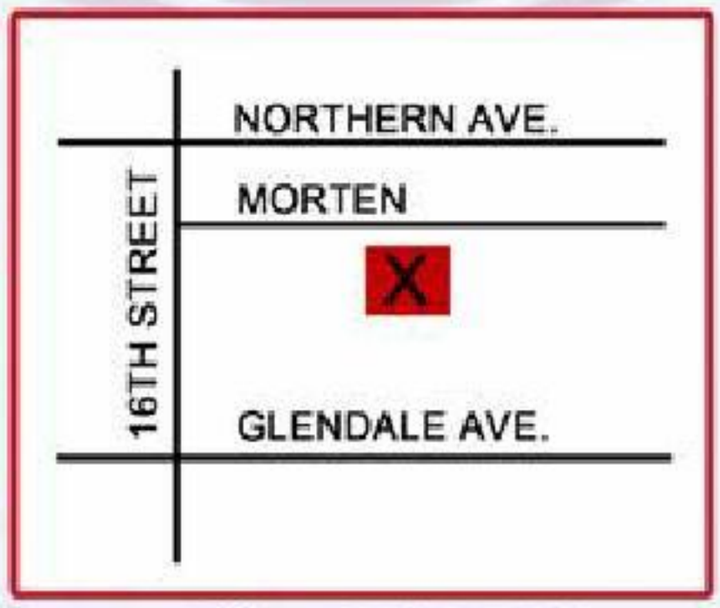
Điện Thoại Tiếng Việt:

602-589-6483

Văn phòng thử máu và nước tiểu có kết qủa liền tại chổ. Nhân viên thông tiếng Việt. Nhận hầu hết các bảo hiểm, Medicare va Mercycare.

Giờ Mở Cửa:

Thứ Hai - Thứ Sáu | 8:00 AM - 5:00 PM
Đóng cửa Thứ Bảy & Chủ Nhật.



Office: 602.589.0370
Fax: 602.589.0650

VĂN PHÒNG LUẬT SƯ

PHẠM TẤN QUYỀN

5039 N. 19th Ave. Ste. 6, Phoenix, AZ 85015

NHIỀU NĂM KINH NGHIỆM VỀ PHÁP LÝ.
LICENSED IN ARIZONA & NEVADA. CHÚNG TÔI BẢO VỆ QUYỀN LỢI CHO THÂN CHỦ TỐI ĐA!

CHUYÊN MÔN

LUẬT PHÁ SẢN - BANKRUPTCY -CHAPTER 7 &13

- Sẽ xóa bỏ nhiều món nợ
- Nợ thẻ tín dụng, cá nhân
- Nợ tiệm, cơ sở, bệnh viện - Business
- Có thể xóa bỏ 2nd Mortgage/Home Equity Line
- Sẽ giữ lại nhiều món tài sản: Nhà, Xe, Tiệm và Tiền Hưu Bổng.

LUẬT TAI NẠN XE CỘ - PERSONAL INJURY

- Bồi thường tối đa, nhanh chóng - Lệ Phí 25%
- Sẽ dành quyền lợi của thân chủ đến cùng
- Văn Phòng sẽ lo tất cả từ A-Z

LUẬT GIA ĐÌNH - FAMILY LAW

- Ly dị xin quyền giữ con, cấp dưỡng con
- Thân chủ được gặp trực tiếp Luật Sư

LUẬT TAI NẠN CƠ SỞ - WORKER'S COMP

LUẬT HỢP ĐỒNG - CONTRACT DISPUTES

THƯƠNG MẠI - BUSINESS LITIGATION

DI CHÚC & ỦY THÁC - WILLS & LIVING TRUSTS

CÓ GIÁ ĐẶC BIỆT CHO ĐỒNG HƯƠNG VIỆT NAM

Phone **602.218.7296** Fax **602.702.5211**

CẦN THỢ NAIL KINH NGHIỆM

Xin liên lạc: **JENNIFER**
(602) 684-0516

Cần thợ NỮ, kinh nghiệm tay chân nước, biết làm GEL color.

Bao lương $600/tuần và hơn ăn chia.

Tiệm ở vùng North Phoenix kế Scottsdale. Tiệm đẹp, sang trọng, đông khách, giá service và tiền típ cao.

US PREFERRED REALTY Real Estate Solutions, INC

MLS

1255 W. Baseline Rd., Suite 182
Mesa, AZ 85202
Cell: 480-648-6871
Office: 480-756-9922
FAX : 480-756-9966
Email: longkhuu@usprefrealty.com

Chuyên viên địa ốc:

- Mua bán nhà cửa,
- Cơ sở thương mại
- Đất đai
- Thuê mướn nhà cửa
- Trong vùng Mesa & phụ cận
- Tận tâm vui vẻ, chúng tôi sẽ giúp quý vị tìm được căn nhà vừa ý, địa điểm tốt

Long Khuu REALTOR

Hiện nay, giá nhà và tiền lời còn thấp trên thị trường địa ốc, đây là cơ hội tốt để mua nhà ở hay đầu tư.

1) Cut out tank from JCPenney
2) Arizona overalls from JCPenney
3) Merona hobo bag from Target
4) Forever21 sunglasses
5) Keds Champion sneakers from Nordstrom

1) Topshop trim tee
2) H&M Pencil skirt
3) Forever21 cocktail ring
4) GAP colorblock clutch
5) Wedges from SoleSociety.com

1) H&M Pocket Blouse
2) Mavi Jeans from 6PM.com
3) Tote bag from TheLimited.com
4) Flat Sandals from Macy's
5) Express teardrop earrings

steal deals

Want to look like a celebrity but you're on a budget? Fear no more!

1) Top from Singer22.com
2) Clutch from eBags.com
3) Skirt from Nordstrom
4) Ear cuffs from ShopStyle.com
5) Strap heels from JCPenney

1) Forever21 blazer
2) H&M top
3) Print pants from Loft.com
4) Halogen pumps from Nordstrom
5) Bracelet from Target

1) Forever21 crossbody bag
2) High neck cross top from MissguidedUS.com
3) Topshop loafers
4) CK bomber jacket
5) Volcom skinny jeans from PacSun.com

1) Merona blouse from Target
2) Head tee from Romwe.com
3) Forever21 floral pants
4) NARS Lipstick from Nordstrom
5) ALDO Handbag
6) D'Orsay flats from Amazon.com

1) H&M blouse
2) ZARA shorts
3) Pouch from CWonder.com
4) Sunglasses from Romwe.com
5) Halogen leopard flats from Nordstrom

1) Forever21 tie front shirt
2) H&M skinny jeans
3) Topshop clutch
4) Wet 'n' Wild lipstick from CVS
5) Olsenboye heels from JCPenney

1) Forever21 tie front shirt
2) H&M skinny jeans
3) Topshop clutch
4) Wet 'n' Wild lipstick from CVS
5) Olsenboye heels from JCPenney

Want to quit smoking?
Bạn có muốn cai hút thuốc?

Electronic cigarettes can help

- No Tar, No odor, No ash
- High Quality Device
- Rechargeable
- Organic Flavoring Made in the USA
- Nicotine Level from zero, low, mid and high
- No Chemicals
- Cost effective
- Healthy Living

Hút thuốc điện tử là giải pháp hữu hiệu cho bạn:

- Không mùi hôi, không vết bẩn, không tro.
- Thiết bị cao cấp
- Có thể sạc điện lại
- Không có hóa chất độc hại
- Nhiều mùi vị Organic sản xuất tại Hoa Kỳ.
- Liều lượng Nicotine đa dạng từ con số không, thấp, trung bình
- Giá cả phải chăng
- Lựa chọn tốt cho sức khỏe

Có Start Kit
Hãy thử trước khi mua!
Đảm bảo chất lượng.

602-759-7460

4542 N 19th Ave Phoenix Arizona 85015
(Trong khu nhà hàng Da Vàng)
Sun -Sat 10:00am-8:00pm (7days a week)

Starters kit available!
Try it before you buy it!

vapeshopaz

yelp
vape-shop-az-phoenix

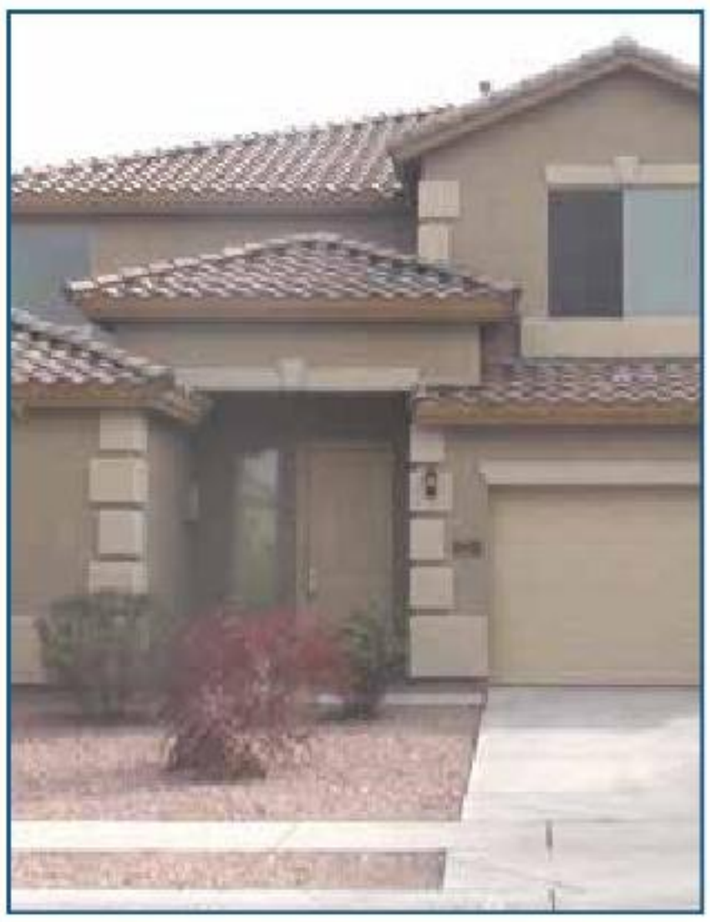
VĂN PHÒNG ĐỊA ỐC

Direct | 602-790-2198
Email | VuNguyen007@Hotmail.com

OFFICE: 623-979-3002 | FAX: 480-393-8898

7121 W BELL RD. #100, GLENDALE, AZ 85308

Vu Nguyen
Associate Broker



CHUYÊN MUA BÁN NHÀ CỬA BẤT ĐỘNG SẢN

- NHIỀU NĂM KINH NGHIỆM - FULL TIME AGENT
- SHORT SALE - TRỰC TIẾP LÀM VIỆC VỚI NHÀ BANK
- CƠ HỘI TỐT ĐỂ MUA NHÀ ĐẦU TƯ HAY ĐỂ Ở
- GIẢM BỚT TIỀN LỜI - REFINANCE
- ĐỊNH GIÁ NHÀ MIỄN PHÍ

FREE HOME LISTINGS!

- FORECLOSED HOMES
- GOVERNMENT HOMES
- FIX UP SPECIALS
- NEW BUILDS & RESALES

DRR REALTY LLC
"Nationwide Real Estate Services"

KINH NGHIỆM & TẬN TÂM HƯỚNG DẪN QUÝ KHÁCH

THE LEGACY OF THE TRUNG SISTERS

WRITER TIFFANY DANG
ILLUSTRATOR JO LUNA
COLORIST THOR TANTIADO

HUYỀN SỬ HAI BÀ TRƯNG

THE LEGACY OF THE TRUNG SISTERS

ML: Mến chào chị Tiffany, cũng đã lâu rồi không gặp chị kể từ ngày mình làm việc chung trong dự án phim Thiên Thần Công Lý. Vậy, trong thời qian qua, chị có bận rộn với những project gì mới không? *Hi Tiffany, it's been a while since our last cooperative work on Justice Angel project. So, any new projects that has kept you busy these days?*

TD: Hi Mai. Thời gian qua, tôi cũng đã rất bận rộn với việc xuất bản một loạt truyện tranh, mang tên Thiên Thần Công Lý. Hiện nay, tôi cũng đang chuẩn bị bắt đầu việc gây quỹ cho hai dự án: phim Thiên Thần Công Lý và sách tranh Huyền Sử Hai Bà Trưng. *I've been busy publishing a comic book series, called Justice Angel and I'll launch a fund raising for two projects, Justice Angel Movie and The Legacy of the Trung Sisters graphic novel.*

ML: Chị đã tìm đâu ra nguồn cảm hứng để viết lên truyện Huyền Sử Hai Bà Trưng? *Where did you find the inspiration to write The Legacy of the Trung Sisters?*

TD: Tôi luôn bị cuốn hút bởi câu chuyện mà mẹ tôi đã kể cho chị nghe khi tôi còn thơ ấu. Câu chuyện về hai nữ anh thư hào kiệt đất Việt đã làm nâng cao vai trò của người phụ nữ, và họ đã can đảm đứng lên tranh đấu cho lý tưởng, bất chấp tuổi tác, giới tính hay những giáo điều khắt khe thời đó. *I have always been fascinated of the story that my mom told me when I was a young kid. It has to do with women's empowerment that they need to stand up in what they believed in, despite their age.*

ML: Chị đã bỏ ra thời gian bao lâu để hoàn tất câu chuyện này? *How long did it take you to do research and finish your story?*

TD: Tôi đã bỏ ra 1 tháng để nghiên và thu thập tài liệu. Sau đó, bỏ ra thêm 3 tháng để viết và hoàn tất các phiên bản. Tổng cộng 4 tháng để hoàn tất. *It took me a month to research and three months to write with revisions. It took me 4 months in total to finish the story.*

ML: Chị viết theo thể loại gì? Tiểu thuyết hay phi tiểu thuyết? Is it a fiction or non-fiction type?

TD: Cả hai vì truyện có những đoạn cần phải được hư cấu dưới dạng tiểu thuyết để nối kết các mốc thời gian cùng các tình huống xunh quanh cuộc đời của Hai Bà Trưng. *Both. It is non-fiction with some fiction to connect the missing time and situations during the Trung Sisters' lives.*

ML: Viết truyện tiểu thuyết về nhân vật có thật trong lịch sử có khó đối với chị không? Truyện của chị có theo đúng tài liệu sách sử không? *Do you find it's difficult to write a fiction about real heroes in history? Does your story base on historical data?*

TD: Theo tôi, dễ mà khó. Dễ là vì tôi có thể dễ dàng tìm tài liệu… nhưng cái khó là làm thế nào để hấp dẫn, làm mới một câu chuyện đã cũ, đã được nhiều người biết đến. Dĩ nhiên khi viết về nhân vật có thật trong lịch sử, cốt truyện phải theo đúng tài liệu lịch sử. Tất cả những nhân vật trong truyện đều là những người thật đã từng sống dưới thời Hai Bà Trưng. *Well, I must say it's easy but difficult. It's easy because we can research to find information. It's difficult in term of how we are going to turn an ancient story to something new/appealing to the readers. Of course, when writing about real characters in history, we must follow historical data. Reading the Legacy of the Trung Sisters, you will find all the real characters who were revolved around the Trung Sisters.*

ML: Khi in thành sách sẽ dày bao nhiêu trang? Sách có hình minh họa không? *How many pages the book will be? Are there illustrations with the story?*

TD: Sách dày khoảng 300 trang, bao gồm hình ảnh minh họa đầy màu sắc cùng những tình tiết đối thoại hấp dẫn. Về phần hình ảnh sẽ do họa sĩ Hollywood Jo Luna vẽ tranh minh họa và sẽ được nhà thiết kế Thor Tantiado trình bày màu sắc. *Around 300 pages. The book will all be illustrated with coloring and lettering of the dialogue, and will be illustrated by an experienced Hollywood artist, Jo Luna and colored by a talented graphic artist Thor Tantiado.*

ML: Chị dự định sẽ phát hành sách bằng tiếng Việt, tiếng Anh hay cả hai thứ tiếng? *Are you planning to publish this book in Vietnamese, in English or both?*

TD: Vâng, tôi dự định sẽ phát hành cả hai thứ tiếng, tiếng Anh và tiếng Việt. Sách tiếng Anh sẽ phát hành trước. *Yes, the book will be published in Vietnamese and English dialogue version, but the English version will be available for sale first.*

ML: Khi nào chị dự định sẽ phát hành? *When do you expect to publish the book?*

TD: Khoảng tháng Hai năm 2015, vào dịp Tết Nguyên Đán. *Around February 2015 for the Lunar New Year.*

ML: Chị có thể cho biết sau khi phát hành, sách sẽ bán với giá bao nhiêu*? What will be the cost of purchasing this book after it's published?*

TD: Hiện tại, tôi dự định giá cho quyển tiếng Anh sẽ là $30/quyển. *For now, the English version will be $30/book.*

ML: Tôi tìm nguồn tài chánh từ đâu để hoàn tất dự án này*? Where do you find financial resource to finish it?*

TD: Tôi sẽ bắt đầu gây quỹ để có tài chánh thực hiện dự án này. Nhân đây, tôi xin kêu gọi mọi người tiếp sức giúp tôi thực hiện dự án này bằng cách ủng hộ tài chánh. Những ân nhân ủng hộ, sẽ nhận được một số tặng phẩm khích lệ. Mời quý vị vào trang website này để biết thêm chi tiết về sự án này cũng như có thể ủng hộ trực tiếp online, rất dễ dàng và tiện lợi. *I'll be fund raising to get the resources to finish the book. In return, people who donate will get some incentives that I will offer on the indiegogo website. I do not have the exact link launch yet, not until in October. But donors can still go to* ***www.indiegogo.com*** *and type in Trung Sisters in Search, the page will show up in October.*

ML: Chị có kế hoạch đưa ra thị trường như thế nào? Mục đích của chị khi thực hiện dự án này là gì? *How are you planning to market it? What is your goal you would like to accomplish with this project?*

TD: Tôi sẽ tiếp thị ở các cuộc triển lãm truyện tranh Phoenix và các buổi triển lãm quan trọng khác. Mục đích của tôi khi xuất bản cuốn sách này là phát hành rộng rãi khắp các thư viện công cộng và các cửa nhà sách trên toàn quốc để công chúng sẽ có dịp tìm hiểu về lịch sử của dân tộc Việt Nam chúng ta, hoàn toàn khác với cuộc chiến tranh Việt Nam. *I will market through Phoenix comic exhibition and other crucial exhibitions. My goal is to publish this book and release it in public libraries and bookstores nationwide so the general public will learn about our history, other than the Vietnam War.*

ML: Nếu phát hành sách thành công, chị có dự định sẽ sản xuất phim không? *If it's successful, are you going to make a movie from it?*

TD: Thật ra, nhà sản xuất phim và tôi cũng đã có nghĩ đến việc thực hiện phim từ truyện Huyền Sử Hai Bà Trưng sau khi sách phát hành. *Yes, my film producer and I are already talking about making a movie version once the book is released.*

ML: Cám ơn chị Tiffany và mến chúc dự án ra mắt sách Huyền Sử Hai Bà Trưng của chị sẽ được sự đón nhận của quý đọc giả gần xa. Muốn liên lạc đặt mua sách, liên lạc như thế nào?
Thanks Tiffany and wish your new book The Legacy of The Trung Sisters will well received. If readers would like to pre-order the book, whom or how to contact?

TD: Cám ơn Mai đã giới thiệu dự án ra mắt sách Huyền Sử Hai Bà Trưng đến bạn đọc báo Việt Lifestyles. Chúng tôi cũng rất hồi hộp trông đợi ngày phát hành sách vào dịp Tết sắp đến. Nếu quý độc giả muốn đặt mua sách hay muốn ủng hộ cho dự án này, quý vị có thể email cho chúng tôi: trungsisters@artemisentertainment.com để biết thêm chi tiết. *Thanks Mai for featuring us on Viet Lifestyles. We are excited and can't wait to launch it next year. If the readers are interested in the book and would like to pre-order it in advanced or would like to donate, they can contact me directly via my email:* ***trungsisters@artemisentertainment.com.***

For more information, please visit this website: www.artemisentertainment.com

TIFFANY DANG
Writer, Producer & Director

Cô Tiffany Đặng đã bắt đầu viết kịch bản từ năm 1990. Một trong những kịch bản của cô, mang tựa đề "In Too Deep" đã lọt vào vòng bán kết của cuộc thi Viết Kịch Bản năm 1996. Tiffany Đặng tốt nghiệp ngành điện ảnh và truyền hình từ trường Scottsdale Community College vào năm 1993. Thời còn đi học, bộ phim ngắn "Stings of Conscience" do cô dàn dựng đã đoạt giải ba.

Năm 1998, cô bắt đầu sản xuất và đạo diễn kịch bản của mình. Bộ phim nổi tiếng của cô mang tựa đề "Torn", được đánh giá là phim ngắn tình cảm lãng mạn người Mỹ gốc Á hay nhất tại Liên hoan phim New York International Independent Film năm 1998. "Deceitfully Funny" là một bộ phim hài lãng mạn, được công chiếu lần đầu tại Liên hoan phim quốc tế thường niên lần thứ 9 ở Palm Beach. Đao diên Tiffan Đặng đã được bình chọn là "Women Filmmakers To Watch Out For" tại Film Festival Reporter, phát hành mùa đông năm 2002.

Năm 2007, cô hoàn tất kịch bản Justice Angel (Thiên Thần Công Lý). Đó là một câu chuyện về một thiếu nữ trẻ được các nhà sư đào tạo để sau này cô trở thành một người hùng bảo vệ công lý. Sau nhiều phiên bản, cô quyết định chuyển truyện phim đó thành một bộ truyện tranh và cô đã giới thiệu tại Buổi Triển Lãm Truyện Tranh Phoenix và New York Comic Cons. Bộ sách truyện tranh Thiên Thần Công Lý đó hiện đang có bán tại các nhà sách trên toàn quốc cũng như trực tuyến trên mạng. Hiện cô đang làm việc cùng với công ty sản xuất Willoughby Pictures để chuẩn bị thực hiện phim Justice Angel. Quý đọc giả có thể bấm vào link dưới đây diể xem phần giới thiệu về phim Justice Angel: ***https://www.kickstarter.com/projects/27129592/justice-angel?ref=nav_search***

Bên cạnh đó, Cô cũng đang bận rộn chuẩn bị cho ra mắt cuốn tiểu thuyết đồ họa đầu tiên mang tên, "The Legacy of The Trung Sisters" tạm dịch là "Huyền Sử Hai Bà Trưng" sẽ được phát hành vào đầu năm 2015.

Tiffany Dang has been writing feature screenplays since 1990. One of her screenplays, "In Too Deep" was in the semi-finals for the Writer's Screenplay Competition (1996). Dang graduated with a motion picture and television degree from Scottsdale Community College in 1993. At that college, she won third place for her short video, "Stings of Conscience".

In 1998, Dang began producing and directing her screenplays. Her acclaimed films were "Torn", which was named Best Asian-American Romantic Short Film at the 1998 New York International Independent Film. "Deceitfully Funny", a romantic comedy, was premiered at the 9th Annual Palm Beach International Film Festival. Dang was chosen for the "Women Filmmakers To Watch Out For" in the Film Festival Reporter, Winter Issue 2002.

In 2007, Dang wrote the Justice Angel screenplay. It is a story about a young woman raised by monks and she becomes a household name fighting for justice. After several sequels, Dang decided to translate the story into a comic book series that she exhibited at Phoenix and New York Comic Cons and the books are available in comic book stores throughout the States and online. Next up, Dang is currently working with Willoughby Pictures to produce Justice Angel movie. Justice Angel Movie campaign is also launched: **https://www.kickstarter.com/projects/27129592/justice-angel?ref=nav_search**

Plus, Dang is launching her first graphic novel, "The Legacy of the Trung Sisters" to be published in 2015.

SỰ THẤT BẠI CỦA HOA KỲ TẠI TRUNG ĐÔNG QUA CUỘC CHIẾN GIỮA DO THÁI VÀ HAMAS

Mường Giang

Dưới sự dàn dựng của cái gọi là Liên Hiệp Quốc và Hoa Kỳ, đã vẽ được bức tranh hòa hợp hòa giải cho dân tộc Cao Ly, qua cái bắt tay giữa Tổng Thống Đại Hàn Kim Đại Trọng (Kim Dae Jung) và Chủ Tịch Bắc Hàn Kim Nhật Thành II (Kim Jong Il), trong Hội nghị thượng đỉnh Bình Nhưỡng vào hai ngày 13-15/6/2000, với hứa hẹn chấm dứt hận thù tại hai miền Nam-Bắc Triều Tiên, đã kéo dài từ năm chia cắt 1948 tới nay vẫn không thay đổi.

Đó là những bài học của lịch sử đã chứng minh nhiều trong quá khứ, nhưng nổi bật nhất vẫn là bi kịch hòa bình Việt Nam giả mạo, được ký kết tại Ba Lê ngày 27-1-1973, giữa Hoa Kỳ và Cộng sản Bắc Việt, sau cái bắt tay của Kissinger-Lê Đức Thọ và hiện tại, là sự ngang ngược của Bắc Hàn, khi đem bom nguyên tử để hù dọa cả thế giới, trong đó có Hoa Kỳ, Nhật Bản.. bất chấp lệnh trừng phạt của Hội Đồng Bảo An LHQ.

Bi hài nhất vẫn là các biến chuyển lịch sử tại Trung Đông, mà hầu hết đều do Hoa Kỳ chủ động qua thứ chiến lược hào nhoáng, được gọi là sự mưu tìm hòa bình, để chấm dứt cuộc đối đầu giữa Hoa Kỳ, Do Thái và Khối Hồi Giáo Ả Rập, tiếp diễn suốt 70 năm qua, gần như không một phút giây ngơi nghỉ. Vì vậy ngày 13-9-1993, lại bắt tay lịch sử tại thủ đô Hoa Thịnh Đốn, giữa Thủ Tướng Do Thái là Yitzhak Rabin và Chủ Tịch Palestine Yasser Arafat, để ký kết hoà bình.

Tất cả các sự kiện đó, ngày nay đã trở thành những chuyện làm vô duyên lố bịch nhất trong lịch sử thế giới cận đại. Tại Việt Nam, ngay sau khi cái bắt tay của các phe nhóm còn nóng hổi, thì cộng sản Bắc Việt đã xua quân xâm lăng rồi cưỡng chiếm VNCH. Tại Triều Tiên, bắt tay để buộc Nam Hàn, Nhật Bản, Liên Âu kể cả Hoa Kỳ.. nuôi béo cò, tạo thêm phương tiện cho cha con Kim Nhật Thành dư tiền chế tạo nhiều loại vũ khí chiến lược, mà ghê gớm nhất vẫn là bom nguyên tử.

Riêng Trung Đông, tình trạng chém giết giữa hai phiá sau cái bắt tay đó, càng ghê rợn và khủng khiếp gấp trăm lần khi chưa hòa hợp, vì đó là cái cớ để cho bọn khủng bố Hamas, Hezbollah.. kiếm chuyện, tiếp diễn cuộc thánh chiến mãi tới hôm nay, qua các màn tử vì đạo của người Palestine ôm bom tự sát để chết chung với kẻ thù và Do Thái trả đũa lại bằng đạn pháo, xe tăng, tàn sát dân chúng không nhân nhượng. Đó là thành quả của các cựu Ngoại trưởng Mỹ, từ Kissinger tới Colin Powell và Cố Tổng thống Palestine Yasser Arafat, khi cùng ký thỏa thuận vào ngày 14-4-2002, để quyết định tấm bản đồ mới của Trung Đông.

Tới nay, cuộc chiến tại dải Gaza vẫn là một chuyện dài không biết bao giờ mới kết cuộc. Hầu như cả thế giới đều tìm đủ mọi cách để chấm dứt sự thù hận giữa Israël và Palestine vẫn vô ích. Máu lửa cứ tiếp diễn theo vòng xoáy hận thù và đây cũng chính là sự thất bại to lớn của Hoa Kỳ, nhất là thời kỳ cầm quyền của Tổng thống Obama, luôn theo đuổi chủ thuyết "không can thiệp" của cố TT Nixon. Liên Hiệp Quốc cũng nhận định: "Cuộc khủng hoảng Israël-Palestine là thất bại lớn nhất của chính sách ngoại giao Obama. Hiện nay, ông Obama còn một ít thời gian để có thể gây ảnh hưởng lên xung đột này. Tuy nhiên quyền hạn cũng bị giới hạn, vì ông không có mối quan hệ tốt đẹp với Netanyahou và sự việc càng ngày càng diễn biến phức tạp trên dải Gaza". Các lệnh ngừng bắn cứ tiếp tục được công bố ở Gaza nhưng cả Palestine lẫn Israel đều vi phạm và tiếp tục các cuộc tấn công đối đầu. Phe Hamas thì pháo kích các loại hỏa tiễn vào Tel Aviv. Bình Nhưỡng đã lên tiếng phủ nhận khi bị tố cáo cung cấp vũ khí cho Hamas và Herzbollah, qua một thông cáo ngày 28/7/2014 của Bộ Ngoại giao Bắc Triều Tiên nhưng nhật báo Anh Daily

Telegraph đã căn cứ vào các nguồn tin phương Tây xác quyết Hamas đã mua của Bắc Triều Tiên hỏa tiễn và các thiết bị truyền tin. Trước đó, Mỹ cũng tuyên bố là Bình Nhưỡng đã cung cấp các loại vũ khí tối tân cho phong trào Herzbollah ở Liban.

Hiện cả thế giới như đang cận kề trên bờ vực thẳm của chiến tranh hủy diệt vì bạo lực, khủng bố, bom nguyên tử, qua thách thức của Iran và Bắc Hàn, mà phía sau lưng có Liên Bang Nga cùng Trung Cộng xúi giục, cũng chỉ vì sự tranh chấp biển đảo, năng lượng và ảnh hưởng chính trị trong vùng. Tại A Phú Hản, Iraq, chiến tranh càng lúc càng ác liệt thêm, chẳng những gây thương vong cho người lính Mỹ và thường dân, mà còn có nguy cơ gây chia cắt tại Iraq bởi phiến quân "nhà nước Hồi Giáo", từ sau khi Obama tháo chạy khỏi Iraq, như Mỹ từng làm ở Đông Dương năm 1973-1975 cho dù đó là quyết định của đảng Cộng Hòa hay Dân Chủ trên lý thuyết.

Trong lúc Hoa Kỳ đang lúng túng vì thù trong, giặc ngoài bủa vây tứ phía, thì các tổ chức Hồi Giáo cực đoan Hamas, Hezbollah… được Syria và Iran yểm trợ, lại châm ngòi một cuộc chiến mới khắp vùng Tiểu Á-Tế Á, khiến cho Do Thái vì sự sinh tồn, không còn con đường nào khác hơn, đã phải tấn công trực tiếp vào sào huyệt của hai tổ chức khủng bố trên tại lãnh thổ Palestine và Miền Nam nước Lebanon. Cuộc chiến bắt đầu từ 26-6-2006 tới nay vẫn đang khốc liệt, hứa hẹn một thế chiến mới nếu Hoa Kỳ chính thức nhập cuộc, giúp Do Thái chống lại Syria và Iran.

Trong quá khứ, Ngoại trưởng Condoleezza Rice đã phải hủy bỏ chuyến công du Đông Nam Á, tức tốc tới Trung Đông để mưu tìm một sự dàn xếp và trên hết là hóa giải sự bất đồng của Mỹ và Liên Âu, về cuộc chiến trên, trong đó có Pháp luôn thời cơ hưởng lợi. Còn Đức tới nay vẫn đâu có quên thù hận cũ với Israel, do Tổ chức 'Những Người Bảo Thủ (NHBT)' của Kháng chiến quân Do Thái, được thành lập từ năm 1941, đã thi hành sứ mệnh cuối cùng, sau khi Thế chiến 2 chấm dứt. Đó là việc KCQ Do Thái, đã đầu độc bằng thạch tín, giết 8000 tù nhân Đức Quốc Xã, trong trại giam Stalag 13 ở Nuremburg, vào tháng 6-1946, để trả thù mối huyết hải thâm cừu, của hàng triệu đồng bào Do Thái vô tội, bị Hitler sát hại trong thời gian qua. Nội vụ được tờ New York Times ngày 23-4-1946 tường thuật rất sơ sài, qua một bản tin ít hàng vài trăm chữ và sau đó chôn vùi theo sự sụp đổ của nước Đức. Mãi tới năm 1998, vụ đầu độc tù nhân Đức, được đánh giá là lớn nhất trong chiến tranh hóa học, mới được tiết lộ qua tác phẩm America's Achilles' Heel, do nhiều tác giả chung viết.

Ngày 19-12-2008 bất thần du kích quân Hamas đang làm chủ vùng đất Gaza phía nam Do Thái, đã bắn hỏa tiển vào lảnh thổ nước này gây thương vong cho nhiều người, mở màn cho một cuộc chiến tranh mới tại đây. Và Israel đã trả đủa một cách bạo tàn bằng bom đạn oanh tạc kể cả các cuộc tấn công của bộ binh bất chấp sự can thiệp của LHQ. Chiến cuộc càng leo thang khi phiến quân Hezbollah tại miền Nam Lebanon thừa dịp nã đạn pháo vào vùng bắc Do Thái, làm cho nước này chỉ chịu ngưng bắn 3 giờ vào ngày 8-1-2009 mà thôi.

Nhiều người hy vọng Hoa Kỳ sẽ giải quyết được cuộc chiến tranh trên. Nhưng kết thúc bằng phương cách nào qua lời tuyên bố của cả hai tổng thống Bush, Obama kể cả ngoại trưởng Rice, bà Clinton, John Kerry, v.v. đều hàm chứa sự mơ hồ không ai hiểu nổi. Có lẽ vậy, nên mặt trận Trung Đông khó yên tĩnh sớm, trước khi Do Thái đạt được mục đích cuối cùng, như năm 1982, là đánh đuổi toàn bộ khủng bố Hamas và Hezbollah, ra khỏi Lebanon và dải Gaza.

Hơn nữa Do Thái không phải là VN, Đài Loan, Phi Luật Tân, Nam Hàn… là những quốc gia ít nhiều lệ thuộc vào quân viện trợ và chiếc dù bảo vệ của Hoa Kỳ, nên người Mỹ đâu có đủ quyền bắt Israel nghe theo lệnh. Trong lúc đó chính Tổng Thống Bush (con) lẫn Obama, bộn bề trăm mối lo toan, thì sức đâu lo chuyện thiên hạ... Cho nên điều mà Mỹ làm được lúc này, đối với Do Thái, đó là răn đe, ve vuốt cơn giận, để cho họ đừng đi quá trớn khi xài Bom nguyên Tử, tiêu diệt Syria và Iran, quốc gia có trữ lượng dầu khí thứ 2 trên thế giới, tạo thêm cuộc khủng hoảng kinh tế (Á Căn Đình, Liên Bang Nga, Trung Cộng, Liên Âu…), hiện tại đã làm điêu đứng nhân loại, mà tai hại cũng đâu có thua gì sự chết người bằng bom đạn.

1- BẢY MƯƠI NĂM ĐỐI ĐẦU GIỮA HOA KỲ-DO THÁI VÀ CÁC NƯỚC HỒI GIÁO Ả RẬP TẠI TRUNG ĐÔNG:

Cuộc đối đầu giữa Hoa Kỳ-Do Thái và các nước Hồi Giáo Ả Rập (kể cả Ai Cập, Iran và Bắc Phi), có bề dầy lịch sử hơn 70 năm, mà hậu quả ngày nay là cuộc chiến tranh tại Trung Đông, hầu như là không bao giờ có thể chấm dứt, trừ phi một trong hai kẻ tử thù bị tiêu diệt.

Mới đây một nhóm nhà nghiên cứu, gồm Mỹ, Âu Châu và Israel, căn cứ vào các đặc tính của ngành di truyền học, qua nhóm nhiễm sắc thể Y (từ cha truyền sang con), của 1370 người, sống tại 29 nước, gồm Do Thái, Bắc Phi và Châu Âu. Kết quả cho thấy người Do Thái sống ở nước ngoài, Palestine, Syria và Lebanon, đều có chung đặc điểm di truyền học. Vì vậy các nhà khoa học, đã tuyên bố công trình nghiên cứu này, trên tạp chí Proedings of the National Academy of Sciences ngày 9-5-2000, xác quyết các dân tộc trên, có chung một tổ tiên. Nhưng nếu điều đó là đúng, thì cũng đâu có ăn nhằm gì với thực tại. Ấn Độ, Pakistan,Tích Lan,

Bangadesh đều là người Ấn 100% nhưng họ vì khác tôn giáo, mà đâm giết nhau còn hơn kẻ thù. Còn nữa, VN từ Nam tới Bắc, 100% đều là con cháu Lạc Hồng, nhưng Hồ Chí Minh và đảng Cộng Sản đâu có bao giờ coi chúng ta là đồng bào đâu? Bởi vậy, thời nay khó mà xin xỏ tình huyết nhục là vậy đó.

Tiểu Á là cái nôi văn minh của ba châu (Châu Phi, Châu Âu và Châu Á), khởi đầu từ năm 1947-1948 sau khi Thế Chiến 2 chấm dứt, được LHQ bỏ phiếu chia miền Palestine, thành hai quốc gia Do Thái và Palestine, để giải quyết số phận của mấy triệu người Israel vô tổ quốc. Sự kiện trên làm cho hơn 300.000 người Palestine phải bỏ quê hương, để sang tị nạn chính trị tại các nước Hồi Giáo Ả Rập quanh vùng. Năm 1956, Do Thái tấn công Ai Cập và chiếm kênh đào Suez nhưng sau đó rút về nước, qua áp lực của LHQ. Năm 1966, Hoa Kỳ chính thức bán các loại phi cơ chiến đấu cho Do Thái, bất chấp lệnh cấm vận của Hội đồng Bảo An đang còn hiệu lực.

Chiến cuộc Trung Đông lại bùng nổ dữ dội vào năm 1967, được gọi là cuộc chiến 6 ngày, giữa Do Thái và các nước Ả Rập láng giềng. Trong trận này, Do Thái đã chiếm toàn bộ thánh địa Jerusalem của Palestine, bán đảo Sinai và dải Gaza của Ai Cập, vùng tây ngạn sông Jordan của Jordanie và cao nguyên Golan của Syria. Dù LHQ ra nghị quyết 242, bắt Do Thái trả lại đất cho các nước nhưng Israel bất tuân lệnh. Đã vậy còn tiến hành các cuộc di dân tới những vùng mới chiếm đó, để lập các khu trù mật kinh tế mới, hầu giải quyết sự khan hiếm thực phẩm và nạn nhân mãn. Đồng thời biến những khu vực trên như những tiền đồn, ấp chiên lược, bảo vệ thành phố, thủ đô.

Năm 1968, khủng bố Palestine thực hiện vụ không tặc đầu tiên trên thế giới, khi bắt giữ con tin trong chuyến bay của hảng hàng không ELAL (Israel), từ Rome tới Tel Avis. Năm 1972, 8 cảm tử quân trong Tổ chức 'Tháng 9 Đen', đột nhập vào Làng Thế Vận Munich của Tây Đức, sát hại 11 vận động viên Do Thái. Năm 1973, liên quân Ai Cập-Syria lại tấn công Do Thái, để chiếm lại Sinai và Golan nhưng bị thất bại.

Dịp này, Mỹ đã cắt xén quân viện của VNCH theo đề nghị của Kissinger, để viện trợ khẩn cấp cho Do Thái hơn 2,2 tỷ đô la. Năm 1974, LHQ ra nghị quyết cho phép thành lập nước Palestine. Năm 1976, Đại sứ Mỹ tại Lebanon là Francis Meloy bị ám sát tại thủ đô Beirut, nên Mỹ đóng cửa Toà đại sứ nước này.

Năm 1978, Ai Cập và Do Thái ký hiệp định hòa bình tại trại David, Tổng thống Ai Cập là Anwar Sadat cùng Thủ tướng Do Thái Manachem Begin, nhận được giải Nobel Hòa Bình. Năm 1981, Do Thái tấn công Lò phản ứng nguyên tử của Iraq cùng lúc Tổng thống Ai Cập Sadat bị ám sát. Năm 1982, Do Thái tấn công Lebanon, đánh đuổi Tổ chức Giải phóng Palestine (PLO) ra khỏi nước này, lập một vùng trái độn, dọc theo biên giới 2 nước và vào sâu lảnh thổ Lebanon hơn 40 km, để thiết lập các trại tị nạn Sabra và Shatila, ngoại ô thủ đô Beirut. Năm 1983, doanh trại của Thủy Quân Lục Chiến Hoa Kỳ, trong đạo quân gìn giữ hòa bình tại Beirut bị đặt bom, làm 241 quân nhân tử vong.

Năm 1987 cuộc chiến giữa Do Thái và Palestine, bùng phát tại vùng tây ngạn sông Jordan và trên dãi Gaza. Năm 1994, Jordan và Do Thái ký hiệp ước hòa bình. Dịp này Yasser Arafat, Yitzhak Rabin và Simon Peres, lại được giải Nobel Hòa Bình. Năm 2000, cuộc thương lượng hòa bình Trung Đông tại trại David thất bại, mở đầu cho cuộc chiến mới khi Sharon lên làm Thủ Tướng Do Thái.

So về diện tích và dân số (8,020 dặm vuông hay 20.772km2 với 4,5 dân), Do Thái chỉ là một chấm nhỏ giữa các quốc gia Trung Đông như Ai Cập, Thổ nhỉ Kỳ và Ả Rập hoàn toàn theo hồi giáo, lúc nào cũng muốn tiêu diệt nước này. Nhưng từ ngày lập quốc năm 1948 cho tới nay, ngoại trừ Thổ Nhĩ Kỳ và Ba Tư chưa trực tiếp đụng độ, còn các nước Hồi giáo khác, kể cả Iraq và Ai Cập, thì Do Thái luôn luôn làm bá chủ trong vùng. Nhất là hiện nay trong tay có vũ khí nguyên tử và cả tàu ngầm trang bị đầu đạn hạt nhân, được điều khiển từ xa, mà tờ Times Sunday số ra ngày 18-6-2000 đã công bố.

Hiện nay, Do Thái là nước thứ ba trên thế giới đứng sau Mỹ-Nga có vũ khí này. Sự kiện càng làm các nước Ả Rập trong vùng Vịnh thi đua tìm kiếm vũ khí mới, khiến cho tình hình thêm nát bấy tại Trung Đông, càng thêm thê thảm hơn khi Mỹ-Anh lật đổ Sadam Hussein, làm chủ các mỏ dầu tại Iraq, khiến cho Trung Cộng và Nga bị ra rìa, nên hai nước này không ngớt xúi giục Iran và các tổ chức Hồi Giáo cực đoan làm loạn. Màn hỏa mù tranh dành đất đai giữa hai dân tộc Israel và Palestine, chỉ là lớp sơn hào nhoáng cho có chính nghĩa, hầu che đậy sự tranh chấp kinh khiếp giữa các cường quốc, về các mỏ dầu khổng lồ tại Trung Đông, Bắc Phi, Trung Á và Biển Caspiene.

Theo tin tức từ Anh, hiện Do Thái có từ 100-200 đầu đạn nguyên tử, bốn tàu ngầm trang bị vũ khí hạt nhân và người Do Thái đã nói thẳng không chút e ấp, vũ khí này để chọi với Ba Tư, cũng như bất cứ nước nào tấn công vào lãnh thổ mình, bằng chứng là năm 1973, khi bị Ai Cập và Syria tấn công, Thủ Tướng Do Thái đã ra lệnh lắp đầu đạn tàu ngầm và chỉ còn chút xíu nửa là khai hỏa, nếu bộ binh bị thất trận.

2-CÁC TỔ CHỨC VÕ TRANG PALESTINE:

Năm 1982, khi Sharon còn là Bộ trưởng Quốc Phòng của Do Thái, đã nhận biết được vai trò vô cùng quan trọng của

nhân vật lãnh đạo tổ chức PLO đó là Arafat, nên khi trở thành Thủ tướng, đã tìm đủ mọi cách để giết cho được kẻ đối đầu. Bởi vậy không lấy làm lạ, khi tờ Le Firago ngày 4-4-2002, đăng tin Thủ tướng Do Thái Sharon, yêu cầu Tổng thống Arafat ra đi và không được quay về Palestine. Đề nghị này, chính Ngoại trưởng Mỹ lúc đó là Colin Powell cũng cho là vô lý.

Đó cũng là lý do, để Liên Âu và Hoa Kỳ tuyên bố, chỉ có Yasser Arafat mới có đủ tư cách, đại diện cho người Palestine qua các cuộc đối thoại, để tìm kiếm hòa bình cho dân tộc mình. Ngày 28-9-1995, tại Hội Nghị OLso 2 ở Na Uy, các phe phái đã cùng ký một tạm ước, trong đó có điều 4, phụ lục 1, cho phép Palestine, được thành lập một lực lượng cảnh sát, do Arafat tổng chỉ huy, giữ an ninh trật tự vùng tự trị của người Palestine.

+ Các Tổ Chức Vũ Trang của PLO:

Ngoài tổ chức cảnh sát được công khai hoạt động, người Palestine còn có nhiều Tổ Chức Vũ Trang khác rất bí mật, cho nên không ai rõ quân số cũng như địa bàn nhưng tất cả đều có mục tiêu chính là chống lại người Do Thái. Hiện nay qua báo chí, có:

- FATAH: Tên viết tắt của tổ chức Harakat al tabrir al watani al filistini. Đây là một tổ chức vũ trang của người Palestine có thực lực rất mạnh và kỷ luật, chính thức hoạt động từ ngày 1-1-1965. Ngưng hoạt động từ 1994 tới 9/2000 khi Do Thái và Palestine ký kết hiệp ước hòa bình tại Olso. Nhưng rồi cuộc chiến tại Infitada bùng nổ sau tháng 9-2000, tổ chức Fatah hợp tác với tổ chức Chabiba, chống lại Do Thái. Hiện quân du kích Fatah làm chủ vùng Tây Ngạn (West Bank) sau khi thất cử.

- TANZIM: Là một bộ phận võ trang của Fatah, thành lập từ năm 1983, hoạt động riêng rẽ theo Tổ, với các thành viên tuổi từ 18-35. Tanzim hiện có nhiều ngàn người tham dự, trà trộn vào các trại tị nạn Palestine, để xách động biểu tình, chống lại Do Thái khắp mọi nơi.

- AL Aqsa: Cũng là một bộ phận của tổ chức Fatah, thành lập từ năm 2002 với những thành viên dám tử vì đạo. Không như tổ chức Hamas và Jihah Hồi giáo cực đoan, lực lượng Al-Aqsa chuyên sử dụng phụ nữ mang bom tự sát. Lãnh tụ của nhóm này là Nasser Awais luôn luôn di chuyển để trốn lánh màn lưới truy sát của cơ quan tình báo Do Thái.

+ Các Tổ Chức Vũ Trang của Hồi Giáo:

Hiện có tổ chức Hamas và Jihah chuyên tổ chức đánh bom tự sát. Hamas giờ đang nắm chính quyền Palestine, được thành lập từ tháng 12-1987 do giáo sĩ Ahmas Ismail Yassine cầm đầu. Bắt chước theo mô hình các tổ chức Hồi giáo cực đoan tại Ai Cập, Hamas luôn chủ trương dùng mọi hình thức bạo động, gọi là thánh chiến để chống lại Do Thái tại các khu vực định cư ở Tây Ngạn Jordan, dải Gaza và ngay trong lãnh thổ của Irael.

Chính tổ chức này đã làm suy yếu quyền lực của Tổng thống Arafat, cuối cùng cướp được chính quyền qua hình thức bầu cử khi Arafat qua đời tại Pháp. Tổ chức này nhiều lần bị quân đội Do Thái tiêu diệt nhưng sau đó phát triển lại rất nhanh, nhờ sự tài trợ của Hồi giáo. Đây là lực lượng đối chọi với PLO, qua giải pháp hòa bình do Arafat chủ xướng, cũng như thừa nhận quốc gia Do Thái.

Bộ phận võ trang của Hams là Ezzeddin el-Qassem, hoạt động độc lập với cơ quan lãnh đạo trung ương, gồm các thành phần quá khích, chuyên mang bom trong mình để tự sát, tại các đô thị và khu vực định cư của Do Thái. Hamas được nuôi dưỡng bằng sự tài trợ của Iran, từ tiền bạc tới vũ khí, chuyên chở bằng đường biển tới Gaza. Với tổ chức khủng bố Al-Qaeda của Bin Laden, tổ chức Qassem tuyên bố không quan hệ, tuy cả hai cùng quan điểm thánh chiến.

Còn tổ chức Jihah Hồi giáo được thành lập năm 1980 tại Gaza, sau khi Khomeni làm chủ Ba Tư. Tổ chức này tuy ít người hơn Hamas nhưng rất thiện chiến và có liên hệ với tổ chức Hồi giáo cực đoan Hezbollah ở Lebanon. Hiện Jihah Palestine do Ramadan Chalah chỉ huy, có một tổ chức khủng bố bí mật là Qassem.

Tuy cùng là dân Palestine nhưng ngày nay đã có sự phân hóa trầm trọng giữa ba tổ chức vũ trang PLO, Hamas và Jihad. Sách lược muốn tóm thu Hội đồng tự trị Palestin, tổ chức Fatah và Tanzim của Hamas, thật sự đã thất bại. Chẳng những thế, Hamas còn bị Tây Phương gần như cắt đứt mọi viện trợ khi nắm được chính quyền Palestine. Đây chính là một trong những lý do dẫn đến cuộc chiến tranh đang diễn ra giữa Do Thái-Palestin và tổ chức Hồi giáo cực đoan Hezbollah ở miền Nam Lebanon.

+ Hezbollah: Được thế giới xếp vào nhóm khủng bố Hồi giáo cực đoan. Thật sự như nhóm khủng bố Hamas, đây là đứa con hoang của Phái Hồi giáo cuồng tín Ba Tư Shiite, được Khomeni cho thành lập tại Lebanon từ năm 1982 và sống còn bằng sự nuôi dưỡng trực tiếp từ Ba Tư và Syria, với trợ cấp hiện kim hằng năm hơn trăm triệu đô la Mỹ. Tuy hình thức chỉ là Dân Quân Du Kích Hồi giáo nhưng Herbollah được Iran, Syria kể cả Trung Cộng và Liên Bang Nga trang bị toàn các loại vũ khí tối tân, trong đó nguy hiểm nhất là các loại hỏa tiển tầm ngắn lẩn tầm dài (từ 45 tới 200 km) như Fajr-3, Fajr-5, Zelzal-2.. Tóm lại, khủng hoảng Trung Đông ngày nay đều do hai tổ chức Hamas và Hezbollah châm ngòi, qua đạo diễn Syria và Ba Tư dàn dựng.

3-CHIẾN LƯỢC HÒA BÌNH TRUNG

ĐÔNG CỦA HOA KỲ:

Từ năm 1978 tới nay, đã có không biết bao nhiêu người chết vì hòa bình Trung Đông, trong đó có Tổng Thống Ai Cập Sadat và Thủ tướng Do Thái Rabin. Lịch sử đã không lập lại một nền hòa bình thật sự mà Do Thái và Ai Cập đã đạt được năm 1982, qua những cuộc đi đêm, đàm phán, bắt tay giữa hai dân tộc thù nghịch đang cùng đối mặt trên vùng đất Palestine. Máu lại bắt đầu đổ vào năm 2000, sau cuộc thương lượng 14 ngày tại trại David thất bại. Cuộc thăm viếng của tân Thủ tướng Do Thái Sharon tại Đồi Đền ở Jerusalem, châm ngòi cho một trận chiến mới, tiếp diễn suốt 60 năm qua, kinh hoàng trong cảnh Palestine nổ bom cùng chết và thương tâm nhìn tăng pháo Do Thái tàn sát không nhân nhượng.

+ Tại thủ đô Olso, Na Uy năm 1993:

Sau bao nhiêu lần đi đêm, cuối cùng Chủ tịch tổ chức giải phóng Palestine (PLO) Yasser Arafat và Thủ Tướng Do Thái Rabin cũng đã thỏa thuận với nhau về một tiến trình hòa bình. Hiệp định trên được gọi là Olso, được hai phía ký kết vào ngày 13-9-1993 tại Toà Bạch Ốc (Hoa Kỳ), với sự ký kết giữa hai Itzhak phía, qua đó Do Thái phải rút khỏi Gaza và thành phố Jéricho ngày 13-12-1993, chuyển giao quyền hành chánh cho nhà nước Palestine để nước này lập quốc hội ngày 13-7-1994.

+ Tại Le Caire năm 1994:

Ngày 4-5-1994, Palestine và Do Thái lại ký hiệp định Le Caire, ấn định thời hạn cuối Do Thái phải rút hết quân ra khỏi Palestine là năm 1999, ngoài ra còn có các vấn đề người tị nạn, biên giới nhưng nhức nhối nhất vẫn là chủ quyền tại Jerusalem, mà hai phía đều giành.

+ Olso II năm 1995:

Năm 1995, Do Thái và Palestine lại ký hiệp định Olso II tại Ai Cập và phê chuẩn ở Hoa Kỳ, chung qui cũng chẳng có gì mới mẻ so với các hiệp ước cũ. Sự kiện càng rắc rối thêm khi Benjamin Netanyahu, người từng chỉ trích hiệp ước hòa bình Olso lại đắc cử Thủ Tướng Do Thái. Rồi tiếp theo, hai phía lại ký thêm các hiệp ước Hébron 1997, Wye river 1998, Chaarm el-Cheikh 1999… cuối cùng bị khựng lại vì các điểm bất đồng không thể khai thông được, đó là vấn đề người tị nạn Palestine, hiện có chừng 3,5 triệu người đang sống trong các trại tị nạn khắp Trung Đông, hoặc phải được trở về nguyên quán hay nhận tiền bồi thường thay thế. Thứ đến là việc thành lập quốc gia Palestine và sau cùng là khu định cư người Do Thái trong đất Palestine và chủ quyền tại Thánh địa Jerusalem.

Ngày 5-7-2000, Hoa Kỳ đích thân tổ chức một hội nghị thượng đỉnh giữa Thủ tướng Do Thái là Ehoud Barak và Chủ tịch Palestine Arafat tại trại David, nơi nghỉ mát của Tổng thống Mỹ tại Maryland. Hội nghị kéo dài 14 ngày trong bí mật, có sự tham dự của Tổng Thống Mỹ là Bill Clinton và Ngoại Trưởng Albrigh, nhưng mọi cố gắng dàn xếp vẫn không kết quả, do trên hai phía không ký kết một hiệp ước nào. Sau đó ngày 25-7-2000, Hoa Kỳ đã chính thức thông báo về cuộc họp thượng đỉnh giữa Hoa Kỳ-Do Thái-Palestine, gồm 5 điểm trong đó quan trọng nhất là nhắc Do Thái và Palestin phải tuân hành theo các nghị quyết 242 và 338 của LHQ cũng như hai nước trên muốn có hòa bình vĩnh cửu, phải có sự đồng thuận của Hoa Kỳ. Từ đó đến nay, chiến tranh lại tiếp diễn dữ dội, khiến cho ngày nào cũng có người chết, đa số là thường dân vô tội của cả hai phía, mà thảm nhất vào ngày 22-6-2002, ba trẻ em Palestine và mười mấy học sinh Do Thái chết trong đạn thù, vì bắn nhau và bom tự sát.

Theo tin của nhà báo Akiva Eldar, thì Arafat tuyên bố với Do Thái là chịu chấp nhận chủ quyền khu Jewish ở cổ thành Jerusalem và bức tường phía tây, đồng thời rút lại đòi hỏi hồi hương 4 triệu người Palestine tị nạn nhưng vẫn duy trì việc hồi cư gần 300.000 người Palestine tại Liban. Tất cả đều là kế hoạch của Clinton năm 2000 nhưng có trễ không? vì theo một nguồn tin khác cho biết, Hoa Kỳ nhất quyết đổi ngựa giữa đường, bất chấp sự phản đối của Ai Cập, Liên Âu, Nga và nhiều nước Hồi giáo.

Bắt tay nhau để cam kết xoá bỏ hận thù giữa hai dân tộc và hòa bình toàn vùng, hai ông Arafat và Rabin, người bị ám sát chết, kẻ đang sắp làm con vật tế thần, dù bị thất bại nhưng muôn đời họ vẫn là anh hùng và ít nhất hai người cũng đã thật tình tôn trọng tư cách lẫn nhau. Còn Lê Đức Thọ và Kissinger cũng bắt tay nhưng chỉ để biểu lộ sự chiến thắng vì cả hai đã gạt được hết mọi người. Một cái bắt tay làm hại cả một dân tộc, tiếng xấu biết lấy gì trang trải cho sạch đây?

+ Chiến Dịch Hoàng Hôn Hay Cuộc Rút Quân Khỏi Lebanon ngày 23-5-2000 Của Do Thái:

Sáng ngày 23-5-2000, Thủ tướng Do Thái Ehoud Barak chính thức tuyên bố đơn phương rút quân đội Do Thái ra khỏi Nam Lebanon, sau 22 năm chiếm đóng vùng trái độn giữa biên giới hai nước. Cuộc rút quân đã trở nên hổn loạn, khi có hơn 2500 người, gồm binh lính của quân đội Nam Lebanon (SLA) cùng gia đình, chạy sang Israel xin tị nạn.

Tại Lebanon, từ năm 1976 có hơn 2500 quân sĩ thuộc quân đội Lebanon, đã ly khai chính phủ trung ương và theo quân Do Thái từ năm 1984. Lực lượng trên được gọi là SLA, gồm nhiều thành phần hỗn tạp, trong đó có 1500 quân Hồi giáo Shiite, quân theo Thiên Chúa giáo, quân thuộc Bộ tộc Druze và quân Hồi giáo Sunnite.

Tháng 3-2000, được tin quân Do Thái sắp rút, tinh thần của đạo quân SLA xuống thấp và đã rút khỏi hai cứ điểm quan trọng. Nhiều binh sĩ, trong số này có cả Tiểu đoàn trưởng Emile Nasser ra đầu hàng chính phủ Lebanon. Trong lúc đó, quân đội SLA hy vọng, chính phủ Do Thái sẽ bảo trợ cho họ khi đã rút hết về nước.

Để chuẩn bị, Bộ Tổng Tham Mưu Do Thái đã soạn thảo hai kế hoạch lui quân mang tên 'Chân trời mới', trường hợp đạt được thỏa thuận với Syria và chiến dịch 'Hoàng Hôn' khi Do Thái đơn phương triệt thoái. Trong thời gian chờ đợi, quân Do Thái được lệnh cố thủ nên lực lượng SLA trở thành mục tiêu tấn công của quân Hezbollan. Cùng lúc LHQ ra lệnh cho Do Thái, khi triệt thoái, phải thu hồi lại tất cả xe tăng, đại pháo .. đã cấp cho SLA sử dụng, vì sợ có cuộc đụng độ giữa SLA và quân Mũ Xanh của LHQ (UNFIL) tới thay thế quân Do Thái, trấn đóng vùng trái độn.

Ngày 21-5-2000, dù Do Thái lên tiếng sẽ rút quân theo đúng hạn định 7-7-2000 nhưng Lực lượng SLA tại miền Nam Lebanon thực sự đã tan rã. Mặc cho thủ lãnh của Hezbollah là giáo sĩ Hassan Nasrallah kêu gọi đầu hàng với cam kết không trả thù, nhưng phần lớn lực lượng SLA cùng gia đình, bằng đủ mọi phương tiện chạy vào lãnh thổ Do Thái lánh nạn.

Trước sự rã ngũ nhanh chóng của SLA, quân Do Thái bắt buộc phải triệt thoái gấp về nước, bỏ mặc cho số phận của một phần lực lượng SLA, gồm cánh quân Thiên Chúa Giáo và Bộ Tộc Druze, đang cố cầm cự với quân Hezbollah, suốt đêm 22-5-2000.

Tới sáng ngày 24-5-2000, coi như kết thúc chiến dịch 'Hoàng Hôn', khi ra lệnh đóng cửa ải 93, thông thương giữa hai nước, trong lúc đó hàng ngàn dân Lebanon và quân SLA, vẫn vượt biên sang tị nạn tại Do Thái. Tóm lại kế hoạch của Thủ tướng Do Thái Ehoud Barak là khi quân Israel rút, thì quân UNFIL ở Lebanon, sẽ tới tiếp thu vùng trái độn nhưng cuối cùng bị thất bại và vùng này đã lọt vào tay quân Hezbollah, nên quân LHQ chỉ còn có nhiệm vụ, giúp người tị nạn tại biên giới hai nước mà thôi.

Theo Nghị quyết 425 của LHQ năm 1978, đã có 4505 quân, thuộc lực lượng giữ gìn hòa bình (UNFIL) tới Lebanon. Đạo quân mũ xanh này thuộc 9 nước, gồm Ba Lan (630 người), Ghana(570), Ấn Độ (560), Nepal (550), Ái Nhĩ Lan (530), Fidji (530), Phần Lan (450), Pháp (250) và Ý Đại Lợi (45).

Nhiệm vụ của quân LHQ tại Lebanon, chỉ đơn thuần là gỡ mìn và làm công tác nhân đạo nên không can thiệp vào cuộc chiến ở đây. Trong nhiều năm qua, quân LHQ có mặt trong khu vực nhưng chẳng làm được tích sự gì, ngoài việc tiêu phí hằng tỷ đô la tiền của thế giới đóng góp. Bởi vậy không trách các nước coi tổ chức này, giá trị và thực chất không đáng được tín nhiệm.

Về lý do quân Do Thái tấn công Lebanon, bắt nguồn từ vụ toán đặc công Palestine, có trụ sở tại Nam Lebanon, vào ngày 14-3-1978 tới thủ đô Tel Avis khủng bố, nên 25.000 quân Do Thái đã vượt biên chiếm miền nam nước này, qua chiến dịch mang tên Latini. Ngày 19-3-1978 LHQ ban hành NQ 425 kêu gọi Do Thái, rút về lằn ranh quốc tế chỉ định, đồng thời thành lập lực lượng UNFIL tới giữ hòa bình tại Lebanon.

Ngày 6-6-1982, Do Thái lại mở chiến dịch hành quân, mang tên Hòa Bình, tại Galilée, tấn công lực lược PLO của Palestine tại Beirut. Tháng 6-1985, quân Do Thái chiếm một vùng trái độn rộng 850 km2 của Lebanon. Từ tháng 7-1993 về sau, quân Do Thái mở nhiều chiến dịch, nhằm tiêu diệt lực lượng du kích Hồi giáo Hezbollah tại Nam Lebanon, tới khi Ehoud Barak đắc cử Thủ tướng Do Thái ngày 17-5-1999, đã hứa hẹn sẽ triệt thoái quân đội về nước vào tháng 5-2000, dù Syria và Lebanon có đồng ý hay không.

4- BẢN ĐỒ MỚI TẠI TRUNG ĐÔNG VÀ CUỘC CHIẾN HIỆN TẠI:

Qua nhiều lần thương thuyết bàn cãi, trong lúc chiến tranh vẫn tiếp diễn không ngừng tại Trung Đông. Cuối cùng ngày 14-4-2002, ngoại trưởng Mỹ là Colin Powell và Tổng thống Palestin Yasser Arafat, chịu ngồi vào bàn hội nghị, để thương lượng, phân định chủ quyền của hai nước đang tranh chấp trên vùng đất Palestine.

Yếu tố tiên quyết đầu tiên mà Hoa Kỳ cần có là sự ngưng bắn, để tạo nguồn tin cho cả hai phía. Một điều mà ai cũng cho rằng Hoa Kỳ không làm được dù Arafat có hứa hẹn, vì suốt 19 tháng qua, cơn lốc Intifada (Nổi dậy) với màn đánh bom tự sát bên phía Palestine, được phe cực hữu Do Thái (qua Thủ tướng Ariel Sharon) đáp ứng không nhân nhượng, rồi còn được phụ họa thêm bởi các tổ chức Hồi giáo cực đoan Hamas, Jihad Hồi giáo Ba Tư..). Tất cả là những hạt nhân, đã làm tiêu tan hết chiến lược hòa bình Trung Đông , mà LHQ, Liên Âu và Hoa Kỳ, bỏ công sức và tiền bạc xây dựng từ trước tới năm 2000.

Theo đề nghị của Arab Seoui, được tất cả các nước trong Liên minh Ả Rập, đồng ý chọn giải pháp: Đó là Do Thái phải rút khỏi các vị trí đã chiếm đóng trong cuộc chiến 1967. Đổi lại Do Thái sẽ được toàn khối Ả Rập công nhận như một quốc gia hiện hữu trong vùng… Điều này cũng được áp dụng cho quốc gia Palestine.

Để đạt được thành quả trên, các nước liên hệ phải giải quyết cho xong bốn trở ngại:

1- Biên giới nước Palestine ra sao.

2- Giải quyết thế nào về những khu vực định cư của người Do Thái, lập trên lãnh thổ của Palestine.
3- Jerusalem có bị phân chia để làm thủ đô của Palestine.
4- Số phận của người tị nạn Palestine ở Trung Đông.
Thật ra bốn vấn đề này đã được đề cập tại Hội nghi Olso, nhưng bị phá vỡ sau khi Thủ tướng Do Thái Yitzhak Rabin bị ám sát. Ngày 28-9-1995 , Palestine và Do Thái đã ký tại Tòa Bạch Ốc, tạm ước Olso-2, dầy 400 trang, xác nhận quốc gia Palectine tự trị, tại các thành phố Bethlehem, Jenin, Nablus, Qalqilva, Ramallah, Tulkarm, một phần Hebron và 450 ngôi làng. Trong khi Do Thái có quyền giám sát những khu định cư của người dân nước mình sống trong các khu vực trên thuộc Palestine.

Năm 1998, TT Palestine là Yasser Arafat và Thủ tướng Do Thái Benjamin Netanyahu, lại họp thượng đỉnh 9 ngày tại Wye Mills (Maryland), có TT Bill Clinton tham dự. Hai bên đã đạt được thỏa thuận về kế hoạch chung trong việc chống khủng bố. Quan trọng nhất là là lời hứa của Israel sẽ rút quân thêm 13,1% lãnh thổ tại Tây Ngạn, mở cho Palestine một sân bay tại Gaza. Tiếp theo vào ngày 13-9-1999, Thủ tướng Do Thái Ehud Barak (Đắc cử tháng 5-1999), lại ký thêm với Arafat, bản giao ước bổ sung những thỏa thuận Wye: Đó là việc hai phía cùng đồng ý chọn ngày 13-9-2000, là thời hạn cuối cùng, để ký một Hiệp ước Hòa bình chung cuộc.

Để bổ túc những gì còn lại chưa được giải quyết ổn thỏa của hai phía, TT Mỹ Bill Clinton đã đề nghị một bản đồ mới cho hai nước Do Thái và Palestine: Đó là Palestine sẽ lấy lại từ 94-96% lảnh thổ của mình tại Tây Ngạn, phần đất phía đông Jerusalem (ngoại trừ các quận có người Israel) và các quận của người Ả Rập. Về việc hồi cư người tị nạn Palestine tại các nước lân cận, sẽ thi hành theo các nghị quyết của LHQ có từ trước. Theo đó, họ có quyền hồi hương nhưng về Palestine chứ không phải đất cũ đã thuộc Do Thái.

Nhưng Jerusalem mới chính là trở ngại lớn nhất . Năm 1967 Do Thái chiếm phía đông thánh địa này và thiết lập ranh giới hành chánh từ ấy đến nay. Theo thỏa ước Taba, hai phía đã đồng ý coi Jerusalem là thủ đô chung: Phần thuộc Do Thái được gọi là Yerushalaim. Còn phía lảnh thổ thuộc Palestine là thủ đô Al-Quds. Tại thánh địa, Do Thái sở hữu Bức Tường Than Khóc, Khu Núi Đền linh thiêng, theo đề nghị của TT Clinton, phần trên đồi thuộc Palestine, phía dưới của Do Thái.

Cuối cùng vì lý do nhân đạo, Do Thái chịu nhận 25.000 người Palestine có thân nhân đang sống tại Do Thái. Tóm lại, tất cả những cố gắng trong và ngoài nước suốt mấy chục năm qua, cho thấy sự khủng hoảng tại Tiểu Á giữa hai dân tộc Do Thái và Palestine, mang nhiều hy vọng được giải quyết. Tiếc thay tất cả đã bị Ba Tư và Syria nhúng tay phá vỡ, mà hậu quả ngày nay là nỗi đau đớn cùng tận vì bom đạn của ba dân tộc Israel-Palestine và Lebanon, không biết tới bao giờ mới chấm dứt.

5- PHẢN ỨNG CỦA THẾ GIỚI VỀ CUỘC CHIẾN DO THÁI-HAMAS VÀ HEZBOLLAH

Ngay khi chiến tranh bộc phát vào ngày 25-6-2006 giữa quân đội Do Thái và Lực lượng Hồi giáo quá khích Hamas đang nắm chủ quyền Palestine tại Gaza. Tiếp theo ngày 12-7-2006 là cuộc chiến giữa Israel và Hezbollah. Vì không còn có thể nhường nhịn được, trước hành động quân sự khiêu khích, cũng như sự nhục mạ và hăm dọa công khai của Ba Tư trên diễn đàn quốc tế. Bởi vậy Do Thái đã phản ứng, qua hai cuộc tấn công cùng lúc, nhằm vào lực lượng Hamas trong lảnh thổ Palestine và dân quân du kích Hezbollah, có sào huyệt tại miền nam Lebanon, sau tháng 5-2000, khi quân đội Ly khai Lebanon (SLA) và Do Thái, triệt thoái.
Cuộc đụng độ giữa ba phía diễn ra suốt mười mấy ngày, nhất là mặt trận phía Nam Lebanon rất ác liệt và kinh khiếp vì Do Thái đã xử dụng cả Hải Lục Không Quân và Hàng Không Mẫu Hạm để tấn công, quyết tâm tiêu diệt cho được Hai Nhóm Khủng Bố tàn bạo nhất tại Trung Đông hiện nay, trước thái độ căm hờn tức tối của Ba Tư, Syria… nhưng cả hai không dám trực tiếp can thiệp, vì Do Thái đã thể là sẽ sử dụng kho Bom Nguyên Tử của mình, để tiêu diệt Ba Tư cũng như bất cứ kẻ nào làm hại đến đất nước mình. Hậu quả của cuộc chiến này, trước nhất là sự tan nát đổ vỡ tại Lebanon và Palestine, cùng với một vài thành phố phía Bắc của Do Thái. Đã có hơn vài trăm người bị thương vong, đa số là thường dân vô tội. Thủ đô Beirut của Lebanon đắm chìm trong biển lửa, người người từ dân địa phương tới ngoại kiều, đều tìm đường di tản để tránh chết chóc. Trong lúc đó, quân Do Thái tiến vào đất Lebanon như chốn không người, với quyết tâm đuổi tận giết tuyệt Hezballlah và không dấu ý định sẽ truy sát tận Syria, nếu nhóm khủng bố này trốn vào đây. Riêng trùm nhóm khủng bố Hezbollah là Sayyed Nasrallah may mắn chạy thoát, lúc biệt thự bị bom san bằng.

Ở phương Nam, quân Do Thái tàn phá không chừa thứ gì, đồng thời phong tỏa hết mọi ngõ ngách… khiến cho người dân vô tội Palestine mới vừa vui được chút chút, thì nay trắng tay và toi mạng. Trước tình trạng thê thảm này, LHQ, Liên Âu và Liên Minh Ả Rập cũng bó tay bất lực, vì ai cũng biết, chính Hamas và Hezbollah đã dồn Do Thái vào chân tường, nên họ phải hứng hậu quả là cái chắc. Ở Trung Đông, suốt 60 năm qua, cứ mỗi lần có khủng hoảng giữa Do Thái và Ả Rập, đều có màn cúp dầu để áp lực Mỹ đừng can thiệp và nhúng tay. Nhưng

lần nào cũng vậy, Hoa Kỳ cứ xông vào vì biết, Ả Rập chỉ sống bằng dầu, nên cúp được bao lâu. Rốt cục đâu lại vào đó.

Còn một yếu tố khác mà Do Thái và Hoa Kỳ nắm được để hành động, đó là ở Trung Đông, bất cứ nước Hồi Giáo nào cũng đều ghét Ba Tư, cho nên kỳ này thấy Do Thái thay họ, tiêu diệt những đứa con hoang Hamas và Hezbollah của Iran,, ai cũng hả dạ, dù ngoài mặt, vẫn to tiếng phản đối hành động quân sự quá thô bạo của Do Thái, làm thiệt hại đến sinh mạng và tài sản của dân chúng địa phương trong vùng chiến cuộc.

Lúc chiến tranh đang tiếp diễn ác liệt, cũng là thời điểm họp thượng đỉnh của G-8 gồm các nước Mỹ, Nhật, Anh, Pháp, Ý, Đức, Canada và Nga. Chỉ có Tổng thống Pháp Chirac to tiếng tố cáo hành động quân sự của Do Thái nhưng đã bị TT Bush và Thủ tướng Canada là Stephen Harper bác bỏ, đồng thời ra mặt ủng hộ hành động của Do Thái là chính đáng, tự vệ, mà bất cứ ai khi bị dồn vào chân tường, đều phải làm vậy.

Đặc biệt là sự phân tích của ký giả Kevin Perain, trên tờ Newsweek ra ngày 14-7-2006, cũng xác nhận hành động của Do Thái lần này là tự vệ, vì không còn lựa chọn nào khác. Tờ báo đã thẳng thắng chỉ đích danh Ba Tư-Syria là thủ phạm, đã xúi giục hai nhóm khủng bố Hamas và Hezbollah gây chiến, chứ không phải Do Thái, Palestin hay Lebanon.

Do Thái đã ban lệnh Tổng Động Viên và cũng chẳng dấu diếm ý đồ tiêu diệt Hezbollah, đồng thời thiết lập lại Khu Độn giữa biên giới hai nước Do Thái-Lebanon, như họ đã từng thực hiện từ năm 1982-2000 mới triệt thoái.

Hòa bình Trung Đông chỉ là sự tạm bợ, chẳng những vì dầu mà còn sự hận thù tôn giáo và chủng tộc, giữa các sắc dân Thổ Nhĩ Kỳ, Iran, Ả Rập, Do Thái và Kurd. Nên chiến tranh cứ đến là điều tự nhiên, cho dù không có quốc gia Do Thái hiện hữu, thì vẫn có ngàn muôn lý do khác để mà gây chiến. Bởi vậy việc Ngoại trưởng Condoleezza Rice tới Trung Đông, chẳng qua cũng chỉ để thương lượng các phe Do Thái, Palestine và Lebanon, về một giải pháp thuận lợi, trong việc cứu trợ các nạn nhân chiến tranh, đang cần giúp đỡ.

Riêng Do Thái, thì Tổng Thống Mỹ W.G.Bush khi còn tại chức cũng đã thẳng thừng tuyên bố 'Giai đoạn này chưa phải là lúc để quân đội Do Thái dừng lại, vì mục tiêu chiến lược là phải tiêu diệt tận gốc hai lực lượng khủng bố Hồi giáo cực đoan, đã bị LHQ đặt ra ngoài vòng pháp luật: Đó là Hamas và Hezbollah. Đây cũng là nguyện vọng chung của Hoa Kỳ, người dân Palestine và nhất là Chính phủ Lebanon, từ bao lâu nay khốn khổ vì sự đàn áp của Hezbollah có Syria và Ba Tư chống lưng tiếp trợ. Dù muốn hay không mọi người đều phải đợi Do Thái kết thúc mục tiêu của họ, chừng đó LHQ, Hoa Kỳ hay Liên Âu.. may ra còn có tiếng nói để hạ màn.

Nhưng Trung Đông lại lửa khói ngút trời từ giữa tháng 12-2008 tới nay (tháng 8-2014) vẫn không im tiếng súng vì cả hai phía Do Thái và Hamas đều quyết dùng quân sự để đạt chiến thắng chính trị, mặc cho sinh mạng của người dân trong vùng. Hoa Kỳ từ trước tới nay là trọng tài nhưng lần này cũng chỉ đứng xa để ngó vào như bao khán giả khác nhất là trong thời gian sắp đổi ngựa của Obama tại Tòa bạch Ốc. Và dù Obama có cố gắng lấy điểm cho chính mình (thêm một giải Nobel hòa bình) hay cho đảng Dân Chủ trong các giai đoạn sắp tới, thì vấn đề Palestin-Do Thái cũng thế thôi vì đây là một vở kịch trường thiên không bao giờ có phần kết luận

Và người dân ở đây càng thê thảm hơn khi người Mỹ giải kết 'việc bảo hộ các mỏ dầu tại Trung Đông' khi mức sản xuất tại nội địa Hoa Kỳ đủ cung ứng nhu cầu trong nước cũng như xuất cảng tới các nước Đồng Minh, trong một tương lai rất gần.

Viết từ Xóm Cồn Hạ Uy Di
Tháng Tám 2014
MƯỜNG GIANG

www.VietLifestyles.com

VIET LIFESTYLES™

Issue 48 - September 2014

YOUR LIFE ▪ YOUR STYLE ▪ YOUR MAGAZINE

ARIZONA - CALIFORNIA - FLORIDA - GEORGIA

N. CAROLINA - S. CAROLINA - HAWAII

Dr. My Anh Tran

DENTIST

RANCHO SANTA FE DENTAL GROUP

623-536-3377

13048 W. Rancho Santa Fe Blvd. Suite 114 - Avondale, AZ 85392

(Góc đường McDowell và Dysart, Đối diện Chợ Walmart, thành phố Avondale)

www.ranchosantafedentalgroup.com

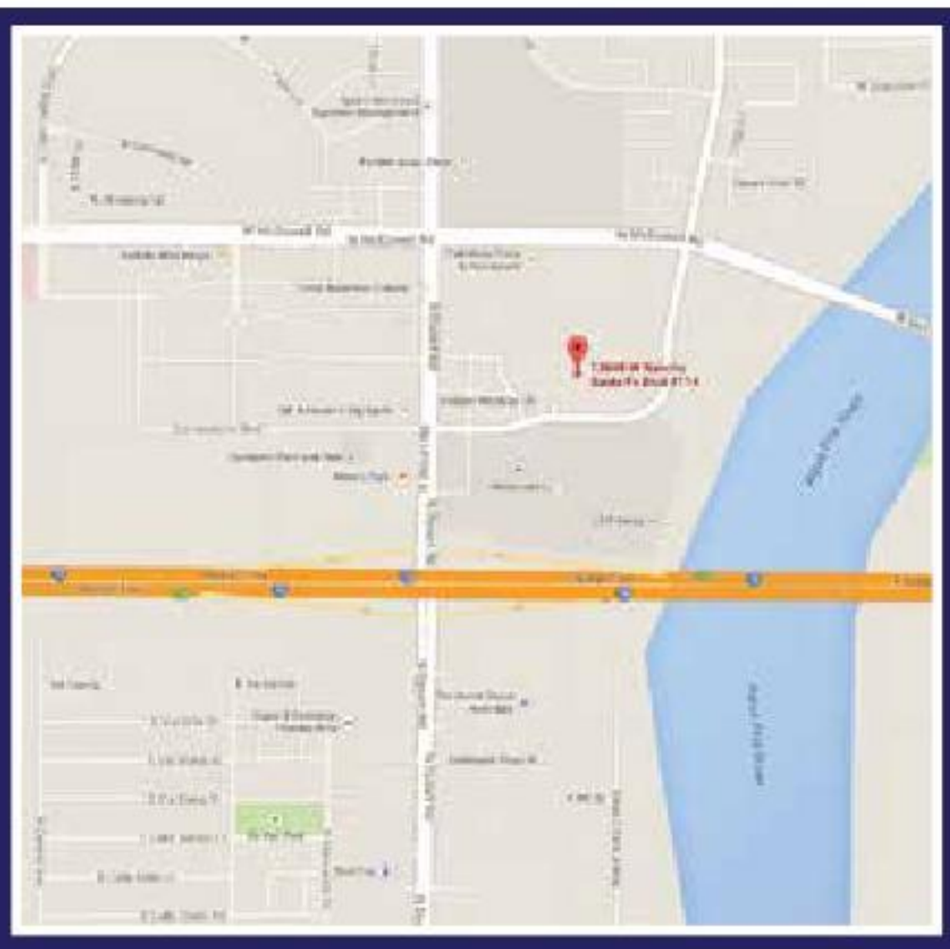
FREE MÁY RADIO nghe Đài Tiếng Nước Tôi cho bệnh nhân sử dụng dịch vụ tại văn phòng.

20%OFF

cho những bệnh nhân không có bảo hiểm, trả tiền mặt

Nhận hầu hết các loại bảo hiểm, Medicare, Medicaid và AHCCCS, HMO, PPO. Có chương trình trả góp, giảm giá tối đa cho bệnh nhân không có bảo hiểm, trả tiền mặt.

FREE chụp hình X-Ray và khám răng miễn phí.



Đặc biệt, nha sĩ Mỹ Anh rất quan tâm muốn giúp đỡ quý vị cao niên. Văn phòng có nhân viên giúp quý vị cao niên có Medicare và AHCCCS điền đơn apply xin bảo hiểm Dental Care để được làm răng hoàn toàn miễn phí.

- Chuyên về nha khoa tổng quát, nha khoa thẩm mỹ và nhi đồng cho mọi lứa tuổi.
- Chuyên clean răng, trám răng, bọc răng thẩm mỹ, làm cầu răng v.v.
- **Đặc biệt,** chuyên làm răng giả và làm implant
- Nhổ răng từ $50 trở lên.
- Clean răng cho trẻ em dưới 18 tuổi chỉ có $20.

Nha sĩ Mỹ Anh nói tiếng Việt thông thạo, nhiều năm kinh nghiệm, nhẹ nhàng, tận tâm, chu đáo với đội ngũ nhân viên chuyên nghiệp đảm bảo sẽ làm quý vị hài lòng.

OFFICE HOURS:

Monday: 8:00AM – 4:30PM
Tuesday: 8:30AM – 5:00PM
Wednesday: 9:00AM – 6:00PM
Thursday: Closed
Friday: 8:00AM – 5:00PM
Saturday: 8:00AM – Noon or By Appointment

TIẾP NỐI VIỆC LÀM TỪ THIỆN CỦA DR. NHA SĨ KI NGÔ ĐƯỢC TỔ CHỨC HÀNG NĂM
HÂN HẠNH GIỚI THIỆU CHƯƠNG TRÌNH DẠ TIỆC - GÂY QUỸ & KHIÊU VŨ

TẤT CẢ SỐ TIỀN QUYÊN GÓP SẼ ĐƯỢC ĐỨNG VÀO QUỸ TỪ THIỆN ĐÀO GIẾNG NƯỚC – MỔ MẮT
MUA XE LĂN – XE LẮC... CHO CÁC ĐỒNG BÀO NGHÈO KHỔ Ở CÁC VÙNG QUÊ VIỆT NAM

NHƯ LOAN

LAM ANH

V PHỤNG

Mùa Thu Yêu Đương

ĐIỀU KHIỂN CHƯƠNG TRÌNH
MC TRƯỜNG TIỀN

TRUNG NGHĨA

GIÁ VÉ: $35 - $50
$75 - $100
VÉ $50 - $75 - $100 FOOD INCLUDED
MUA TẠI CỔNG THÊM $5.00

7:00PM - 1:00AM
Saturday
October.04
2014

TỔ CHỨC TẠI NHÀ HÀNG SANG TRỌNG: MEKONG PALACE
66 S. DOBSON RD STE 120 MESA, AZ. 85202
PHONE: (480) 962 - 0493

- BÀN GOLD: $1000 (10 NGƯỜI)
GỒM THỰC ĐƠN SEAFOOD 6 MÓN & 1 BOTTLE OF WINE
- BÀN SILVER: $750 (10 NGƯỜI)
GỒM THỰC ĐƠN SEAFOOD 6 MÓN & 1 BOTTLE OF WINE
- BÀN $500: (10 NGƯỜI) GỒM THỰC ĐƠN 4 MÓN (Phải Đặt Nguyên Bàn)
- VÉ XEM CHƯƠNG TRÌNH $35 (KHÔNG CÓ ẨM THỰC)
- TRẺ EM DƯỚI 5 TUỔI VÀO CỬA MIỄN PHÍ! (NGỒI HIGH CHAIR)

- LIÊN HỆ MUA VÉ & ĐẶT BÀN:
* MEKONG PALACE: (480) 962 - 0493
* VI VI FASHION: (480) 917 - 3886
* OK BEAUTY SUPPLY: (602) - 242 - 2978
* NATIONWIDE BEAUTY SUPPLY: (480) 835 - 5589
* KNEADING FEET FOOT MASSAGE: (480) 855 - 7694

ĐẶT BÀN & BẢO TRỢ CHƯƠNG TRÌNH
VUI LÒNG LIÊN LẠC: 602-703-2587

LƯU Ý: NHỮNG KHÁCH ĐẶT BÀN & MUA VÉ CÓ ẨM THỰC VUI LÒNG
ĐẾN ĐÚNG GIỜ ĐỂ TIỆN VIỆC SẮP XẾP. (Da Tiệc Start 7:00PM)

CHƯƠNG TRÌNH ĐƯỢC BẢO TRỢ BỞI CÁC CƠ SỞ THƯƠNG MẠI THÀNH CÔNG & UY TÍN NHẤT HIỆN NAY

DR KI NGO DENTISTRY
COSMETIC & GENERAL DENTISTRY

VIP PAYMENT SOLUTIONS

Bút Tre

VI VI FASHION

LIFESTYLES

OK BEAUTY SUPPLY

Nationwide Supply

CHỦ NHÀ LÀM SHORT SALE ĐƯỢC MIỄN THUẾ & CÓ THỂ ĐƯỢC $3,000 HOẶC HƠN.

SHORT SALE

CHUYÊN VIÊN ĐỊA ỐC THỊ TRƯỜNG
CALI & ARIZONA

Short Sale 90% thành công cho thân chủ so với
10% thành công trung bình trên toàn quốc Hoa Kỳ.

BANK OWN

$170K
83rd Ave/ Buckeye

HOUSE OF THE MONTH - NHÀ MỚI LISTING

$125K
35th Ave. / Northern

designs by www.NPDAdesigns.com | 404.955.8336

Nếu mua nhà để bán lại và có lời trong thời gian ngắn(dưới 6 tháng).

Giá mua	= $73,000
Tiền sữa chữa	= $12,000
Tổng Cộng	= $85,000

Trong khi đó:

Giá thị trường	= $135,000
Bán ra	= $129,000
Tiền Lời	= $45,000

(trong vòng 4 tháng)

Nếu mua để cho thuê:
Nhà trị giá $70,000 (3- 4 phòng)
Tiền mortgage: $400/tháng
Tiền tax & insurance: $100/tháng
Tổng cộng chi phí: $500/tháng

Trong khi đó:
Giá thuê: $900/tháng
Tiền lời: $400/tháng

TẠI SAO TÔI CẦN LÀM SHORT SALE?

Nếu tôi mắc nợ tiền nhà cao hơn giá trị căn nhà trên thị trường, tôi phải làm sao đây?

Nếu tôi không trả tiền nữa và để nhà bank kéo, người bị kéo nhà phải đợi sau 3 năm mới mua nhà mới.

Nếu nhà bị kéo, người bị kéo nhà vẫn phải khai thuế và đóng thuế cho chính phủ

BRE 01954662

TẠI SAO TÔI CẦN LÀM SHORT SALE?

Khi làm Short Sale, người chủ nhà sẽ được mua nhà lại ngay sau khi thủ tục Short Sale hoàn tất (với điều kiện người đó phải trả tiền payment nhà đều đặn mỗi tháng cho đến khi xong thủ tục short sale)

Short Sale không bị ảnh hưởng điểm tính dụng nhiều bằng Foreclosure

Short Sale sẽ được chính phủ /nhà bank trả lại số tiền khoảng $3,000 hay có thể hơn.

CALIFORNIA - iSouth Realty
Call/Text: **714-867-3249**

Anton Vu
CA Realtor - AZ Broker
AntonVuHome@gmail.com

ARIZONA - Access AZ Realty
Call/Text: **602-327-8155**

AZ PHO GRILL

Authentic Vietnamese Cuisine

480-802-5356

3140 S. Gilbert Rd., Ste. #1 Chandler, AZ 85286
(trong khu Fitness Works, cạnh bên tiệm Rosati's Pizza)

Mon - Fri
Lunch: 11am - 2:30pm
Dinner 4:30pm - 8:30pm
Wednesday Closed
Sat - Sun
Lunch: 11am - 8:30pm

The Maricopa Community Colleges are EEO/AA Institutions.

university transfer

For Students Interested in a Bachelor's Degree

Start your college education at a Maricopa Community College, then transfer to a university to build on your success. We have transfer partnerships with nearly 50 institutions, including ASU, NAU, and UA.

MARICOPA COMMUNITY COLLEGES®

www.maricopa.edu/transfer/partners

MARICOPA COMMUNITY COLLEGES

Chandler-Gilbert | Estrella Mountain | GateWay | Glendale | Mesa | Paradise Valley | Phoenix
Rio Salado | Scottsdale | South Mountain | Maricopa Skill Center | SouthWest Skill Center

Credit Card Services

Free
Terminal

Guaranteed Savings.
Guaranteed Satisfaction.

- Bảo đảm lệ phí thấp nhất.
- 100% bảo đảm quý vị sẽ hài lòng với VIP.
- Nhân viên phục vụ tại địa phương.

Business Cash Advance

Servicing All
50 States

- Cần tiền cho cơ sở thương mại của quí vị?
  Need Cash for your Business?
- Điều kiện dễ dàng, nhanh chóng.
  Fast Approval-Funding Typically Within
  10 - 14 Days.

500 Credit Score O.K.

Trên 10 năm
phục vụ cộng
đồng Việt Nam.

Local Service / Local Support
in English and Vietnamese

vipccs.com
1-888-847-4445

1-888-VIP-4445

VIP Payment Solutions

Servicing the Vietnamese community since 1999

MỤC LỤC QUẢNG CÁO | AD DIRECTORY

VIET LIFESTYLES™
YOUR LIFE • YOUR STYLE • YOUR MAGAZINE

Để có được Báo đến tay bạn đọc hằng tháng, Việt Lifestyles xin chân thành tri ân đến những quý thân chủ quảng cáo sau đây:

Việt Lifestyles phát hành vào tuần thứ Hai trong tháng, hiện đã có đại diện tại một số thành phố và tiểu bang sau đây:

1. Phoenix – ARIZONA
2013A West Bethany Home Road
Phoenix, AZ 85015
(623) 707-6898

2. Atlanta – Norcross – GEORGIA
Cộng Đồng Việt Nam Georgia
6100 Live Oak Pkwy
Norcross, GA 30093
(678) 849-6470

3. Honolulu - HAWAII
Mường Giang
Phone: 808-946-2732
Email: hawaii@vietlifestyles.com

4. Orlando – FLORIDA
Yến Tạ
Phone: 407-896-2666
Email: Florida@vietlifestyles.com

5. Orange County - CALIFORNIA:
Trần Công Khả
Phone: 310-920-1885
Email: Orangecounty@vietlifestyles.com

6. San Diego – CALIFORNIA:
Tiết Trần
Phone: 858-967-0035
Email: Sandiego@vietlifestyles.com

7. **San Jose – CALIFORNIA**
Nguyễn Phan Ngọc An
Phone: 408-280-6853
Email: Sanjose@vietlifestyles.com

■ Quảng Cáo với Viet Lifestyles.

Call to place your ad today!
Gọi Quảng Cáo Ngay!

Tiếng Việt
Bình Phạm: 623-570-7036
Hoàng Giang: 623.707.6898

English:
Mai Le: 480-213-5987
Phuong Nguyen: 602-931-7991

All Other States
GA-NC-SC-FL-MA-TX-CA
972-375-8397 or 678-849-6470

Published on the 15th of each month.
Phát hành vào mỗi tuần thứ hai trong tháng.
Email: ad@vietlifestyles.com
or visit www.VietLifestyles.com

Các xu hướng làm đẹp trong làng giải trí Việt

Hiếu Nguyễn

Cùng chiêm ngưỡng những xu hướng thời trang làm đẹp trong khoảng thời gian gần đây của các mỹ nhân showbiz Việt. Nếu 2013, xu hướng sexy nở rộ với những trang phục ren khoe hầu hết da thịt, thì mùa hè 2014, phong cách thời trang phần nào trở nên dịu mắt hơn

Áo bra-top

Tuy được khởi xướng từ 2012, nhưng phải đến cuối 2013 và tận 2014, thì xu hướng bra-top này mới trở nên thịnh hành và được yêu thích trong showbiz Việt. Lấy ý tưởng từ áo ngực kết hợp với vóc dáng của áo crop-top "làm mưa làm gió" thị trường thời trang cách đây vài năm, bra-top mang lại một vẻ đẹp mềm mại, nữ tính, gợi cảm hơn cho phái nữ, nhất là các "nữ thần" trong làng giải trí vốn dĩ sở hữu eo con kiến và làn da trắng đáng để mơ ước.

Chân mày kẻ ngang

Từ lâu, những người yêu cái đẹp luôn quan niệm, lông mày X nhỏ, mỏng và cong cong hình cánh cung mới là gợi cảm. Tuy nhiên, sự thay đổi của các xu hướng thời trang đã dẫn đến những quan niệm mới, khi lông mày kẻ ngang mới được coi là thời thượng. Đây là phong cách trang điểm bị ảnh hưởng bởi xu hướng làm đẹp từ Hàn Quốc, khi hàng loạt các mỹ nhân bỗng dưng chuộng lông mày kẻ ngang. Xu hướng trang điểm tự nhiên ngày càng được ưa chuộng thì việc để lông mày rậm, thẳng là điều tất yếu. Tại Việt Nam, các người đẹp như Lý Nhã Kỳ, Thủy Tiên, Hoàng Yến... đều thích thú với cặp lông mày ngang, giúp họ thanh tú và đẹp nổi bật hơn.

Sandals chiến binh

Xu hướng giày chiến binh đã được "khơi màu" vào những năm 2010 -2011 bởi các nhà mốt nổi tiếng đình đám thế giới. Tuy nhiên, lúc đó những chiếc giày chiến binh cổ thấp, chưa đủ ấn tượng để tạo nên một làn sóng trên thế giới. Vì thế vào khoảng 2012 – 2013, xu hướng này gần như bị lãng quên, và mang tính ứng dụng thường ngày cao hơn trình diễn. Đến khoảng 2014, mốt sandals mới quay trở lại làng giải trí với vóc dáng mới, ấn tượng và mang tính mạnh mẽ cao. Đặc biệt, những đôi giày cao đến bắp chân và có dây vừa đủ được ưa chuộng hơn cả. Xu hướng này hiện được rất nhiều mỹ nhân làng giải trí ưa chuộng.

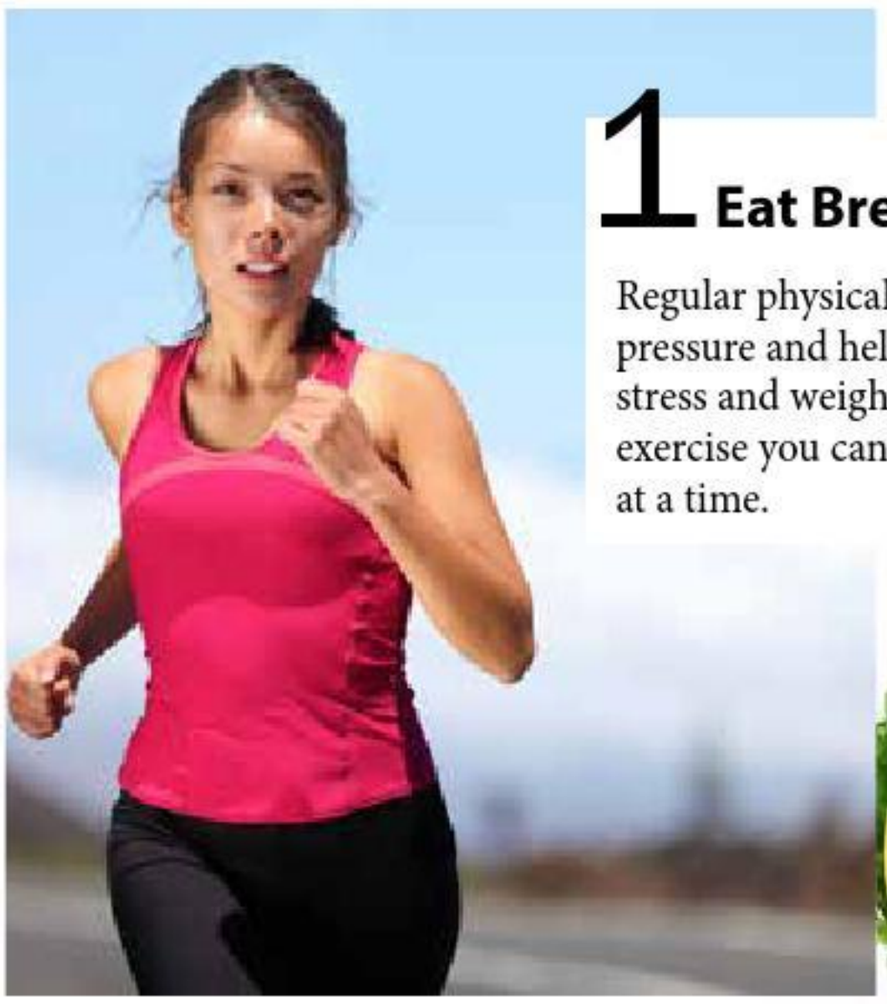
Tóc ngắn

Dường như mái tóc dài thẳng đều, xoăn lọn hoặc gợn sóng đang trở nên "nhàm chán", các người đẹp trong làng giải trí trong khoảng một năm trở lại đây "tập trung" xây dựng hình tượng gợi cảm cá tính cho mình. Mái tóc dài được "cắt phăng" đi, và mái tóc ngắn được biến hóa cách điệu nhiều hơn để nữ tính hóa cho phong cách tomboy vốn dĩ khá cứng ngắt và đơn giản.

Áo skirt dress

Mốt áo dáng dài phủ quần được lăng xê từ đầu mùa hè. Xu hướng này đem lại hình ảnh năng động, hiện đại và sự thoải mái cho người mặc. Bên cạnh mốt áo thun dáng dài được ưa chuộng và ứng dụng rộng rãi, thì kiểu áo sơ-mi phủ quần cũng không kém phần nổi bật. So với áo thun dáng dài, mốt áo sơ-mi phủ quần có phần thanh lịch, kín đáo hơn, dễ dàng ứng dụng ở những không gian đòi hỏi tính trịnh trọng. Nhờ tính năng đa dạng ở nhiều bối cảnh, mốt áo skirt dress đem đến nhiều chọn lựa cho người mặc.

HEALTH TIPS WE KNOW BUT NEVER DO



1 Eat Breakfast

Regular physical activity lowers blood pressure and helps your body control stress and weight. Start by doing what exercise you can for at least 10 minutes at a time.

5 Get to Know Food Labels

Ever wonder about what the numbers in the Nutrition Facts panel really mean? Or the difference between "reduced fat" and "low fat"? The Food and Drug Administration has strict guidelines on how food label terms can be used.

6 Make Half of Your Plate Fruits & Vegetables

Fruits and veggies add color, flavor and texture plus vitamins, minerals and fibers to your plate.

2 Eat Breakfast

There's no better way to start your morning than with a healthy breakfast. Include lean protein, whole grains, fruits and vegetables.

4 Get Cooking

Cooking at home can be healthy, rewarding and cost-effective. Resolve to learn some cooking and kitchen basics.

3 Drink More Water

Our bodies depend on water to regular temperature, transport nutrients and oxygen to cells, carry away waste products and more.

Nguyen Pham
972.375.8397

www.NPDAphoto.com
Facebook.com/NPDAphoto

BỆNH DỊCH EBOLA

Đức Quang

Trong những tháng gần đây, tin tức về bệnh dịch Ebola đã được các tổ chức Y tế, các hệ thống truyền thông trên toàn thế giới nhắc nhở đến rất nhiều. Ở Hoa Kỳ, báo giới đặc biệt chú ý đến dịch Ebola kể từ khi hai người Hoa Kỳ đầu tiên mắc phải bệnh này đó là bác sĩ Kent Brantly và nữ Bác Sĩ Nancy Writebol.

Bác sĩ Brantly và bác sĩ Writebol bị nhiễm vi rút (virus) Ebola khi họ phục vụ trong đoàn thiện nguyện tại Liberia. Sau khi bị nhiễm vi rút (virus) Ebola, cả hai vị bác sĩ này đã được nhanh chóng chuyển về bệnh viện Emory University ở Atlanta thuộc tiểu bang Georgia để được chữa trị. Hiện nay, họ đã qua khỏi giai đoạn nguy hiểm và sức khỏe của họ đang dần dần bình phục.

Gần đây nhất, vào ngày hôm thứ Năm mồng 4 tháng 9 năm 2014, một vị bác sĩ thứ ba là bác sĩ Rick Sacra, cũng đã xác nhận là ông đã bị nhiễm vi rút (virus) Ebola và đã được chuyển đến điều trị tại Nebraska Medical Center thuộc tiểu bang Omaha.

Hiện nay, bệnh Ebola là một căn bệnh được thế giới chú ý nhiều nhất vì lẽ bệnh này chưa có thuốc chữa. Đa số các quốc gia tân tiến đang nghiên cứu và thử nghiệm các loại thuốc mới, chẳng hạn ở Hoa Kỳ, một loại thuốc có tên là ZMAPP đã được đem ra dùng thử với hai vị bác sĩ Brantly và Writebol mà kết qủa khởi đầu có những dấu hiệu rất đáng khích lệ. Một cuộc họp khẩn cấp cũng đã được Tổ chức Y Tế Thế Giới (WHO) triệu tập tại Geneva Thụy Sĩ hôm mồng 4 tháng 9 vừa qua, với sự tham dự của 200 các chuyên gia về y tế trên khắp thế giới ngõ hầu tìm ra các biện pháp chữa trị hữu hiệu nhất, cũng như thảo luận cách thức để đẩy nhanh việc thử nghiệm và sản xuất các loại thuốc để chữa trị căn bệnh này.

Dịch Ebola nguy hiểm tới mức độ nào?

Muốn đoán được phần nào về mức độ nguy hiểm bệnh Ebola, chúng ta có thể dựa vào những sự việc đã xảy ra qua những lời tuyên bố của các giới chức y tế, cũng phương thức đối phó với bệnh Ebola của các quốc gia trên thế giới về bệnh này.

Bà Margaret Chan, Tổng Giám Đốc Cơ quan Y Tế Thế Giới (WHO) đã cảnh báo rằng dịch Ebola là *"lớn nhất, nghiêm trọng nhất và phức tạp nhất mà chúng ta từng chứng kiến"* (1)

Bác sĩ Thomas R. Frieden, Tổng Giám Đốc cơ quan Kiểm Soát và Ngăn Ngừa

Các nhân viên Y tế phải mặc quần áo đặc biệt khi tiếp xúc với bệnh nhân.

Bệnh nhân được nằm trên loại giường đăc biệt khi di chuyển đến bệnh viện.

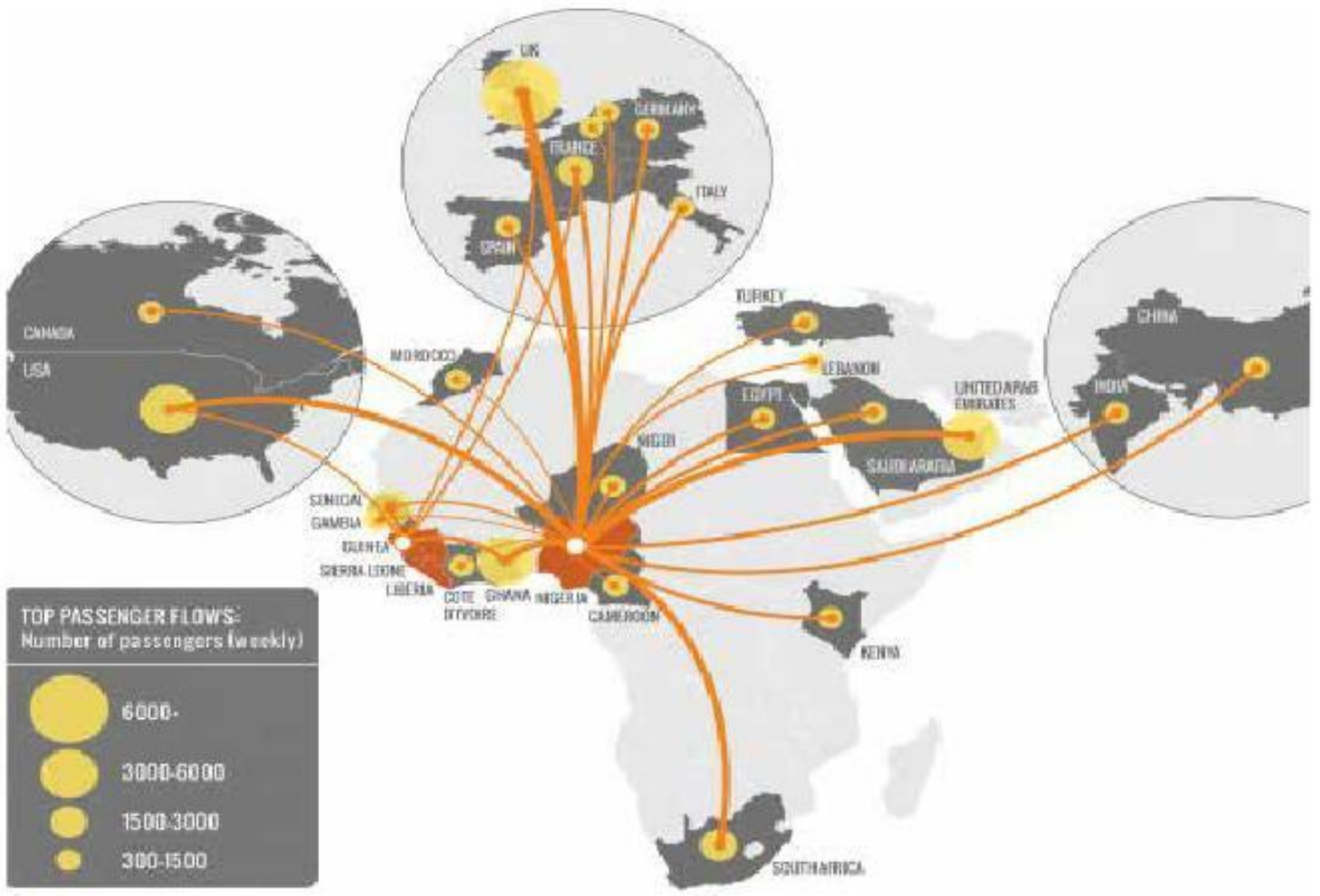
Bệnh Tật (CDC) của Hoa Kỳ đã cảnh báo là bệnh dịch Ebola ở Tây Phi đã "*vượt ra ngoài tầm kiểm soát của chúng ta*" và có thể lan qua các lục đia khác.(2)

Theo một bản tin của đài BBC Luân Đôn, trong chương trình Việt Ngữ hôm mồng 4 tháng 9, 2014, thì trong tổng số khoảng 3500 người bị nhiễm vi rút (virus) Ebola, đã có 2,105 người bị thiệt mạng, tương đươ ng với khoảng 65%. Trong số 2,105 người bị thiệt mạng có 1,089 người Liberia, 517 người Guinea, 491 người Sierra Leone, và 8 người Nigeria) (3).

Tuy nhiên nếu chúng ta vào mạng lưới của WEBMD, thì con số người thiệt mạng được họ ước tính lên tới 90%. Nếu số thống kê này chính xác thì đây là một căn bệnh khủng khiếp nhất vì trong 100 người bị bệnh Ebola chỉ có 10 người sống sót. WEBMD là một mạng lưới về Y tế được rất nhiều người xem. Hàng tháng có khoảng 156 triệu người tra cứu tin tức về Y tế trong mạng lưới này. (4)
Song song với những lời tuyên bố và những con số thống kê nói trên, những hình ảnh chuyên chở và săn sóc bệnh nhân dưới đây cũng cho thấy tại sao bệnh Ebola là mối lo ngại hàng đầu hiện nay.

Tổ chức Y Tế Thế Giới khi được hỏi là việc du hành đến các vùng đang bị dịch Ebola có an toàn hay không thì phát ngôn viên của Tổ Chức Y Tế Thế Giới chỉ cho biết là họ đang nghiên cứu về vấn đế này và sẽ có ý kiến trong những ngày sắp tới. Việc Tổ Chức Y Tế Thế Giới chậm chạp hay dè dặt trong việc đưa ra lời khuyến cáo về vấn đề du hành thật ra cũng dễ hiểu, một phần có lẽ họ không muốn mọi người quá lo sợ; phần khác, trong thế giới ngày nay, việc giới hạn du hành đến Tây Phi hay đến bất cứ lục địa nào, là môt việc rất khó thực hiện, đó là chưa kể đến các thiệt hại về kinh tế.
Theo báo cáo về số lượng hành khách từ các quốc gia vùng Tây Phi đến các lục địa khác dưới đây, thì hàng tuần có khoảng từ 3000 đến 6000 người từ các quốc gia vùng Tây Phi đến Hoa Kỳ, trên 6000 người đến Anh Quốc. Với số lượng người liên tục di chuyển từ vùng Tây Phi đến các lục địa khác thì lời cảnh báo của bác sĩ Tổng Giám Đốc Trung Tâm Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Bệnh Tật là bệnh dịch Ebola sẽ có thể lan qua các lục địa khác không sớm thì muộn cũng sẽ trở thành sự thật. (5)

Mặc dù chưa có lời khuyến cáo của Tổ Chức Y tế Thế Giới, nhưng một số quốc gia đã nhanh chóng quyết định tự đình chỉ các chuyến bay đến những vùng này bất kể thiệt hại về kinh tế cho họ.
Dưới đây là danh sách các hãng hàng không tự động đình chỉ các chuyến bay



Hình cánh tay một người bị nhiễm vi khuẩn Ebola

đến các vùng đang bị dịch Ebola:

- Air France sẽ đình chỉ các chuyến bay đến Freetown, thủ đô của Sierra Leone.
- Bristish Airways sẽ đình chỉ các chuyến bay đến Liberia v à Sierra Leone đến hết năm nay.
- Keynea Airways đình chỉ các chuyến bay đến Liberia v à Sierra Leone.
- Emirates đình chỉ các chuyến bay đến Guinea cho đến khi có thông báo mới.
- Gambia Bird đình chỉ các chuyến bay đến Liberia, Sierra Leone và Nigeria.
- Air Côte d'Ivoire, đình chỉ các chuyến bay đến Guinea.
- Arik Air of Nigeria đình chỉ các chuyến bay đến Guinea.
- Togo's ASKY Airlines Nigeria đình chỉ các chuyến bay đến Guinea.
- Air Senegal Nigeria đình chỉ các chuyến bay đến Guinea.
- Eagle Airlines of Ghana Nigeria đình chỉ các chuyến bay đến Liberia.
-

Ebola là bệnh gì?

Theo tin tức của tổ chức Y Tế Thế Giới thì Ebola là bệnh do vi rút (virus) Ebola gây ra. Những triệu chứng thường thấy ở các bệnh nhân bị nhiễm vi rút (virus) Ebola như bị sốt đột ngột, bị đau cuống họng, nhức đầu, đau bắp thịt, đau các khớp xương, đau bụng, ăn không ngon và sức khoẻ bị suy yếu rất trầm trọng.

Khi căn bệnh tiến triển thì người bệnh sẽ ói mửa, đi tiêu chảy và trong một số trường hợp, người bệnh bị chảy máu bên trong và bên ngoài cơ thể. Máu có thể chảy ra từ lỗ mũi, lỗ tai, ho ra máu.

Một trong những cách mà vi rút (virus) Ebola truyền vào cơ thể người khỏe mạnh là do sự tiếp xúc trực tiếp với máu hay các chất do cơ thể của người bị bệnh tiết ra như mồ hôi chẳng hạn. Virus cũng có thể truyền vào người mạnh khỏe qua sực tiếp xúc với các loài vật như dơi, tinh tinh và các loài khỉ.

Sự tiếp xúc với tử thi của người bị bệnh dịch Ebola hay đụng vào các mũi kim dùng để chích thuốc cho người bịnh cũng đã được các bác sĩ xác nhận là nguyên nhân làm cho người khỏe mạnh bị nhiễm bệnh dịch Ebola.

Ebola xuất hiện ở đâu?

Theo báo cáo của Tổ chức Y tế Thế Giới thì bệnh dịch Ebola đã được phát hiện lần đầu tiên tại Congo hồi năm 1976 và thường chỉ quanh quẩn trong các làng mạc xa xôi ở miền Trung hay miền Tây của Phi Châu mà thô,i nhưng đến năm 2014 thì dịch Ebola đã bộc phát ở Guinea.

Nên phòng ngừa như thế nào?

Tránh tiếp xúc với bệnh nhân Ebola và các chất dịch từ cơ thể của họ (như mồ hôi, nước mắt). Không nên dùng chung đồ đạc với người bệnh chẳng hạn như dùng chung khăn tắm, chén bát, giường chiếu v.v. Nếu cần phải săn sóc người bệnh nên đeo găng tay, mặt nạ (mask) và rửa tay bằng thuốc tẩy trùng.

Tổ chức Y Tế Thế Giới cũng cảnh báo là không nên ăn thịt thú rừng sống và tránh tiếp xúc với dơi, khỉ và tinh tinh. Vào tháng Ba vừa qua, Bộ trưởng Bộ Y tế Liberia còn đi xa hơn nữa khi khuyên mọi người không được hôn hay bắt tay nhau hay có các quan hệ tình dục.

Nếu nhiễm bệnh thì phải làm gì?

Bệnh nhân cần phải được cách ly và nhờ các chuyên viên y tế cứu chữa. Bệnh nhân có cơ hội khỏi bệnh nếu được chữa trị sớm. Hiện nay, không có thuốc chủng ngừa bệnh này và các nhà bào chế dược phẩm đang cấp tốc thử nghiệm một số loại để điều trị bệnh này chẳng hạn thuốc điều trị mới ZMAPP ở Hoa Kỳ.

Ai dễ bị nhiễm vi rút (virus) Ebola nhất?

Theo khuyến cáo của Tổ Chức Y Tế Thế Giới thì những người dễ bị nhiễm vi rút (virus) Ebola nhất là những:

- Nhân viên Y Tế
- Thân nhân của những người bị bệnh dịch Ebola
- Tang quyến của những người quá cố phải trực tiếp đụng chạm vào cơ thể người chết trong khi lo tang lễ.

Dân chúng Hoa Kỳ nghĩ gì về bệnh dịch Ebola?

Theo bản tin trên tờ The Washington Post, số ra ngày 4 tháng 9, 2014 thì Viện Đại Học Harvard đã thực hiện một cuộc thăm dò ý kiến dân chúng Hoa Kỳ về bệnh dịch Ebola. Kết quả cuộc thăm dò cho thấy: 39% người được hỏi đã cho biết họ rất lo ngại là một cuộc bộc phát lớn về bệnh dịch Ebola sẽ xảy ra ở Hoa Kỳ. Trong khi đó, 26% người được hỏi cho biết họ rất quan tâm là họ có thể bị nhiễm vi rút (virus) vào năm tới. (6).

Hiện nay việc thẩm đinh chính xác con số người bị bệnh dịch Ebola cũng như con số những người bị thiệt mạng là một việc rất khó nếu không muốn nói là bất khả thi. Theo báo cáo của Ông Michaeleen Doucleff thuộc đài NPR (National Public Radio), thi Tổ Chức Y tế Thế Giới cho biết là "chúng tôi thấy có những bằng chứng là con số những người bị thiệt mạng và bị nhiễm bệnh dịch Ebola nhiều hơn gấp bội con số được chính thức công nhận. (WHO staff "say they're seeing evidence that the death toll and number of infections is much larger than these official counts.").

Cơ quan Kiểm Soát và Ngăn Ngừa Bệnh (CDC) của Hoa Kỳ cũng đã cho phổ biến một Tài liệu Hướng Dẫn cho tất cả các nhân viên y tế trong ngành Emergency Medical Services (EMS) để họ tuân hành trong trường hợp bệnh dịch Ebola bộc phát ở Hoa Kỳ, mà theo tin tức trên mạng lưới InvestmentWatch thì số người ở Hoa Kỳ có thể bị nhiễm bệnh dịch Ebola trong những tháng sắp tới có thể lên đến cả 100,000 người (7).

Con số người ở Hoa Kỳ có thể nhiễm vi rút (virus) Ebola có lên đến 100,000 người như InvestmentWatch tiên đoán hay không thì còn phải đợi thời gian mới trả lời đươc. Tuy nhiên, việc tạm thời tránh du hành đến những vùng đang bị dịch Ebola hoành hành, việc cẩn thận khi tiếp xúc với những người bị nhiễm vi rút (virus) Ebola, việc nhanh chóng đi khám bác sĩ nếu thấy mình có những triệu chứng của bệnh Ebola là việc mà ai cũng có thể tự mình làm được.

Nguồn tham khảo:

(1) *BBC, Hơn 1.900 người đã chết vì Ebola, http://www.bbc.co.uk/vietnamese/vietnam/2014/09/140904_who_ebola_outbreak.shtml*

(2) *Fox News, Ebola outbreak 'out of control,' says CDC director, http://www.foxnews.com/health/2014/09/02/ebola-outbreak-out-control-says-cdc-director/*

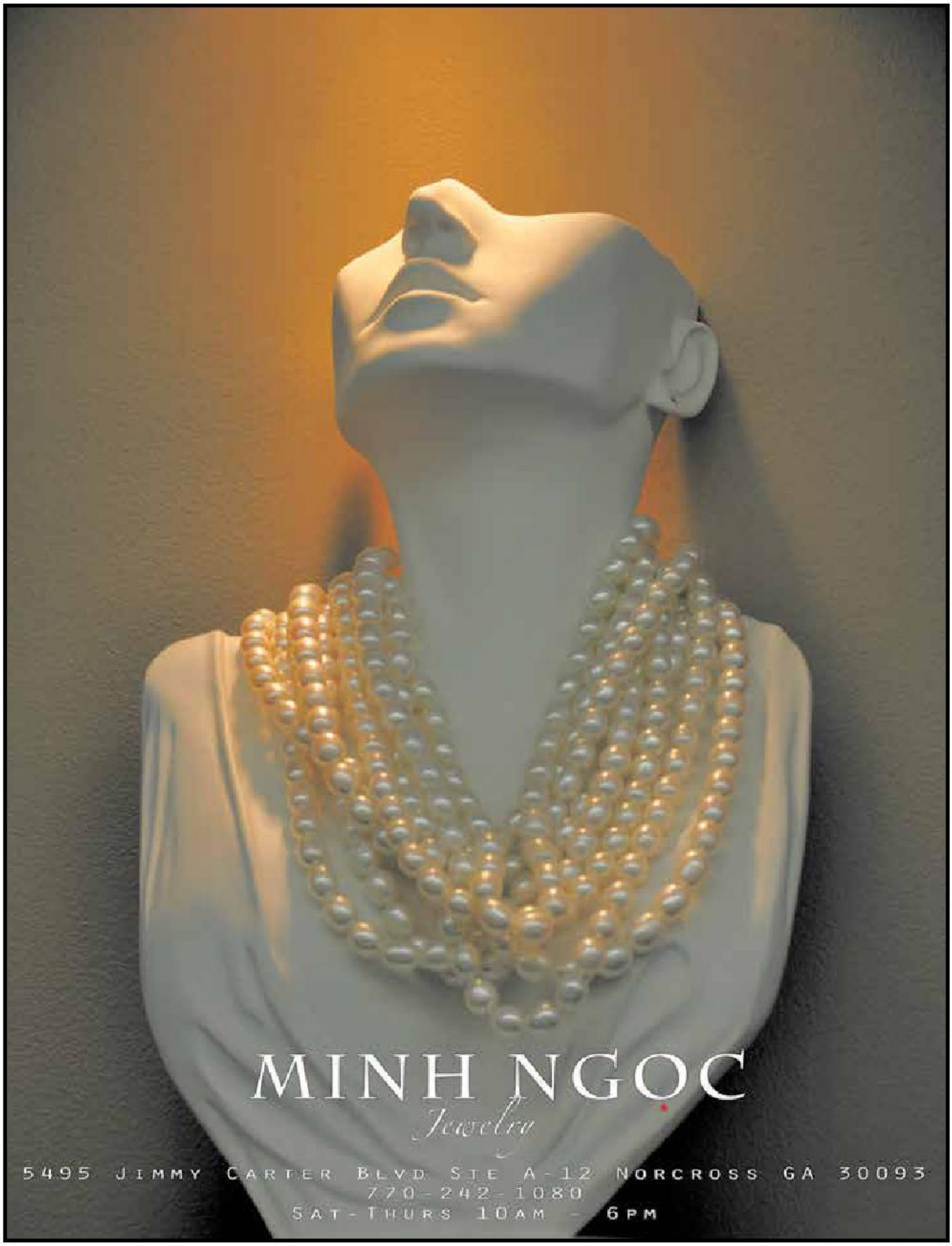
(3) *BBC, Hơn 1.900 người đã chết vì Ebola http://www.bbc.co.uk/vietnamese/vietnam/2014/09/140904_who_ebola_outbreak.shtml*

(4) *WEBMD, Ebola Virus Infection, http://www.webmd.com/a-to-z-guides/ebola-fever- virus-infection*

(5) *The Washington Post, Ebola: Eight facts about American perception and West African reality http://www.washingtonpost.com/news/storyline/wp/2014/09/03/ebola-eight-facts-about-american-perception-and-west-african-reality/?*

(6) *The Washington Post, Ebola: Eight facts about American perception and West African reality http://www.washingtonpost.com/news/storyline/wp/2014/09/03/ebola-eight-facts-about-american-perception-and-west-african-reality/?*

(7) *InvestmentWatch, Southern California Hospitals Prep for Ebola. CDC Issues Guidance for all US EMS Personnel. Over 100,000 Cases Expected in Next Few Months, http://investmentwatchblog.com/southern-california-hospitals-prep-for-ebola-cdc-issues-guidance-for-all-us-ems-personnel-over-100000-cases-expected-in-next-few-months/.*


MINH NGOC
Jewelry
5495 JIMMY CARTER BLVD STE A-12 NORCROSS GA 30093
770-242-1080
SAT-THURS 10AM - 6PM

FLORIDA

THIÊN ĐƯỜNG NHIỆT ĐỚI

Bài & ảnh: Trương Công Khả

Nhìn trên bản đồ thế giới, tiểu bang Florida của Hiệp chủng quốc Hoa Kỳ gần như nhô ra biển. Hướng Bắc đối diện với biển Đại Tây Dương, hướng Nam giáp với Vịnh Mê-xi-cô và hướng tây hướng ra vùng biển Ca-ribean. Cách Bahamas Cuba bằng một eo biển. Do nằm trên đường xích đạo nên khí hậu của tiểu bang Florida nóng ẩm, gần giống như Việt Nam. Chính vì thế mà người Việt Nam sinh sống ở tiểu bang này lên đến 65.772 người. Nhiều loại cây ăn trái nhiệt đới như: mãng cầu dai, dừa tươi, bưởi, nhãn, chôm chôm, măng cụt, thanh long, mít… Các loại rau vườn Việt Nam được trồng và phát triển tốt ở đây. Đặc biệt tiểu bang này được biết đến như là thiên đường nhiệt đới. Với vô số các loài động vật hoang dã như rùa, rắn, trăn, chim cò. Cá sấu thì hầu như hiện diện khắp các sông hồ. Florida được bao bọc bởi biển; vì vậy, nơi đây cũng là nơi có nhiều bãi biển cát trắng mịn đẹp nhất nước Mỹ. Ngoài ra, Florida còn được biết đến bởi khu công viên giải trí Disney World, trung tâm không gian Kennedy của NASA, nơi nguyên cứu không gian và phóng phi thuyền vũ trụ của Hoa Kỳ.

Mười ngày làm khách nhiếp ảnh ở tiểu bang này, tôi được đi rất nhiều nơi. Nào là ra biển câu cá, vào rừng ngắm chim cò và đi tàu bay trên vùng đầm lầy, để câu cá sấu. Được sống trong những cảnh tượng như thế này khiến tôi cứ ngỡ mình đang là nhân vật trong phim. Một hôm khoảng 3 giờ sáng, chúng tôi lên xe chạy hơn hai giờ đồng hồ để ra biển Sebastian bên bờ Đại Tây Dương, hướng về thành phố Miami (thành phố với phần đông là người di dân từ Cuba vượt eo biển đến Mỹ trong nhiều thập niên qua). Có lúc xe chạy xuyên qua những cánh đồng hoang, chúng tôi nhìn thấy mà không thể tin được từng đàn sếu (như hình ảnh chúng ta từng thấy ở Tam Nông - Đồng Tháp) vô tư săn mồi ven xa lộ. Chú Nguyễn Quỳnh, một "thổ địa" hơn 38 năm ở thành phố Orlando, người lái xe chở chúng tôi cho biết: "Ở đây nhiều chim cò, đặc biệt là chim hạc chúng tự nhiên vào những sân vườn của người dân để kiếm ăn. Nhiều lúc đi câu cá về đêm trên xa lộ, cá sấu bò ngang đường có khi đụng chết hoài". Người Việt ở tiểu bang nầy hầu như ai cũng có sở thích đi câu cá, vì cá ở đây nhiều vô kể. Câu được nhiều loại cá to và thịt rất ngon mang về để dành ăn từ từ. Một ngày khác khi chúng tôi được đưa đến khu đầm lầy Everglades, một vùng trũng bao la, toàn sình lưu niên, chiếm gần trọn miền Nam Florida, rộng đến 5000 dặm vuông. Đây là nơi sinh sống của nhiều loại chim cò, diệc, ngỗng trời, le le, thiên nga, chim bói cá, ó, đại bàng, diều hâu… Có hàng trăm chủng loại cá, nhưng nhiều nhất là cá sấu, loại mõm dài cũng như mõm tròn. Loại cá xấu xí và

gớm ghiếc này xuất hiện từ thời khủng long còn sống. Đến ngày nay gần như bị diệt chủng trong thế kỷ trước vì bị săn bắt bừa bãi. Nhờ chính sách bảo tồn của chính phủ, chúng được tự do sinh sản. Nên dân số giờ đây lại lên đến 1.3 triệu con ở tiểu bang này. Đàn cá sấu phơi mình trên những bụi cỏ hay trên mặt nước phẳng lặng. Những chú cò trắng đứng ngay trên lưng của cá sâu để săn mồi. Ở đây cũng có nhiều rùa to cùng tuổi với cụ rùa ở Hồ Gươm, Hà Nội. Quanh quẩn đàn rùa lại xuất hiệu nhiều "sát thủ" diều hâu. Một bãi biển nằm cạnh rừng ngập mặn, như kiểu "bãi bồi" ở Mũi Cà Mau. Có vô số chim cò, bồ nông, diệt…sinh sống và săn mồi. Chúng dạn dĩ đến mức mà chúng tôi có thể chụp ảnh đặc tả cảnh bắt mồi mà không cần phải sử dụng ống kính tê lê dài.

Tại hầu hết những thành phố, những nơi công viên, chúng tôi nhìn thấy những tàng cây cổ thụ hàng ngàn năm tuổi. Phủ trên mình những loại rêu tảo như mang một lớp lông mịn màng, rũ rợi đông đưa trong gió, óng ánh dưới ánh nắng hè. Du khách đến đây chiêm ngưỡng rất thích thú. Người dân ở thì đây phải khó nhọc mới kéo chúng xuống được. Thời tiết Florida thuộc nhiệt đới, ấm quanh năm, mưa nhiều. Là vùng đất thấp nên có rất nhiều ao, hồ, đầm lầy, sông rạch. Mùa hè khá nóng, mùa đông khí hậu ôn hòa, nên nhiều cư dân Mỹ sống ở những tiểu bang lạnh thường du lịch đến Florida để trú đông. Tuy nhiên, vào mùa mưa, nơi đây cũng thường xuyên hứng chịu những trận bão dữ dội đến từ Đại Tây Dương.

Nếu bạn chưa từng đặt chân đến Florida, hãy đến một lần cho biết. Nhất là vùng Key West nơi có rất nhiều những vườn cây ăn trái, tha hồ cho quý vị lựa chọn. Đến Florida chắc chắn sẽ mang cho quý vị cảm giác "rất Việt Nam" ngay tại xứ Mỹ này.

TUCKER
TOWN DENTAL

YOUR TOWN...YOUR SMILE...YOUR DENTIST

Bác sĩ **NHA KHOA**

GABRIELLE NGUYỄN

404.761.1542

4865 Lavista Rd. Suite C, Tucker, GA 30084

NHA KHOA TỔNG QUÁT

NHA KHOA THẨM MỸ, CHỈNH HÌNH RĂNG

NHA KHOA NHI ĐỒNG

Phòng mạch sạch sẽ và đư ợc trang bị máy móc dụng cụ tối tân nhất.

Nhận hầu hết các loại bảo hiểm: Medicaid, Peachcare and Amerigroup

$99 Adult Welcome Exam, Cleaning & Necessary Low Radiation Digital X-rays

Limit one per person. Not valid with other offers. Good for 60 days. Cleaning does not include periodontal gum therapy

$100 OFF Any recommended treatment

Requires exam and necessary cleaning and X-rays. Limit one per person. Not valid with other offers. Good for 30 days.

ATTORNEY AT LAW
ROBERT GEHRKE

Trong trường hợp xảy ra tai nạn xe cộ:
Dù có hay không có bảo hiểm,
Xin gọi ngay cho chúng tôi để tham khảo miễn phí
Và cũng để bảo vệ quyền lợi của quý vị.

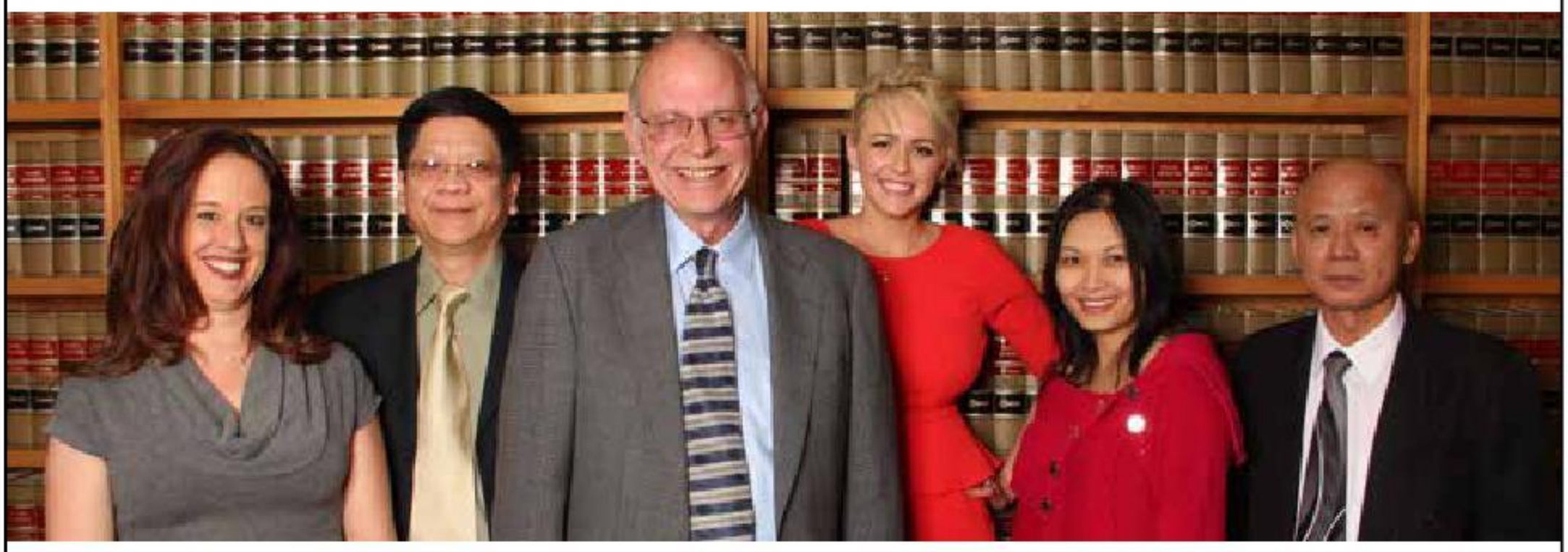
PHỤ TÁ PHÁP LÝ
ĐINH VĂN QUANG
602-672-8712

VĂN PHÒNG LUẬT SƯ CHUYÊN LO BỒI THƯỜNG TAI NẠN

ROBERT GEHRKE

301 E BETHANY HOME RD, SUITE #A222 PHOENIX, AZ 85012

602-230-9001



Luật sư Robert T. Geherke với trên 30 năm kinh nghiệm về tai nạn xe cộ.
Cùng các nhân viên người Việt hoạt bát, giàu kinh nghiệm, tận tâm và uy tín.
Sẽ hoàn tất hồ sơ nhanh chóng.
Nếu Quý Vị ở xa, hoặc không có thời gian, nhân viên chúng tôi sẽ đến làm hồ sơ tại tư gia hoặc cơ sở thương mại của Quý Vị trên toàn tiểu bang Arizona.

ĐẶT QUYỀN LỢI CỦA THÂN CHỦ LÀ TRÊN HẾT

Văn phòng chúng tôi còn đảm trách:

- Ly di.
- Say rượu lái xe, ...
- Lấy phúc trình của cảnh sát
- Giới thiệu đến Bác sĩ chuyên khoa, có dịch vụ đưa rước nếu cần
- Kéo xe - Mướn xe - Sửa xe
- Liên lạc bảo hiểm - Bồi thường thiệt hại lương bổng
- Mọi tham khảo đều miễn phí
- Chỉ nhận thù lao sau khi được bồi thường thỏa đáng
- Tùy trường hợp Luật sư phí chỉ 25%

PHỤ TÁ PHÁP LÝ
LOAN NGUYỄN
(480) 383-3244

PHỤ TÁ PHÁP LÝ
MY LINH
602-882-6908

MET Gala

FASHION

meg gala

The Met Gala, formally called the Costume Institute Gala and also known as the Met Ball, is an annual fundraising gala for the benefit of the Metropolitan Museum of Art's Costume Institute in New York City. It marks the grand opening of the Costume Institute's annual fashion exhibit. It is celebrated by an evening of fashion to match the theme of the exhibit.

Taylor Swift – She made a dramatic entrance in a pink Oscar de la Renta dress

Anna Wintour – It wouldn't be the MET Gala at all without this fashion mogul!

Anne Hathaway – She looked red hot in a bustier and skirt by Calvin Klein that revealed her toned midriff

Blake Lively & Ryan Reynolds – The actress looked absolutely breathtaking in a pink beaded Gucci gown, while Reynolds looked handsome in a suit by the same designer

Cara de Levingne, Stella McCartney, Kate Bosworth & Reese Witherspoon – These beautiful ladies struck a pose with designer Stella McCartney on the red carpet

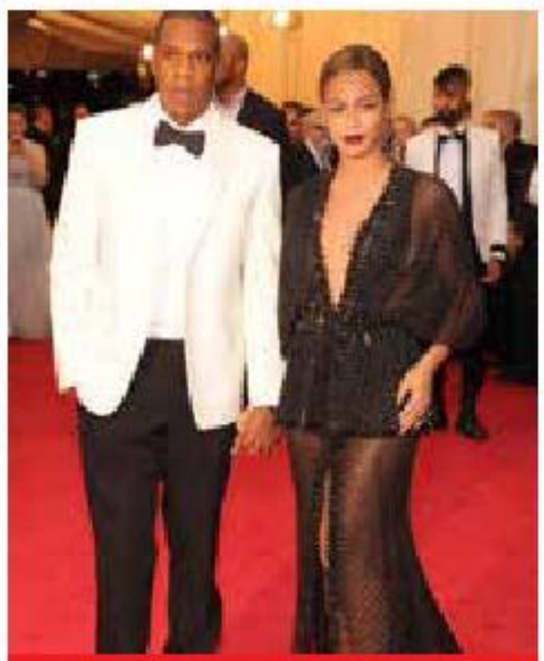
Charlize Theron & Sean Penn – They complemented each other in black and white

Chrissy Teigen – She arrived in a revealing sparkly floor-length gown by Ralph Lauren

David Beckham & Victoria Beckham – She wore her namesake label while David donned a Ralph Lauren Black Label tuxedo

Dita von Teese – She brought plenty of glamour to the red carpet in this beautiful Zac Posen gown

Gisele Bundchen – She brought the glamour to the red carpet in a black Balenciaga gown



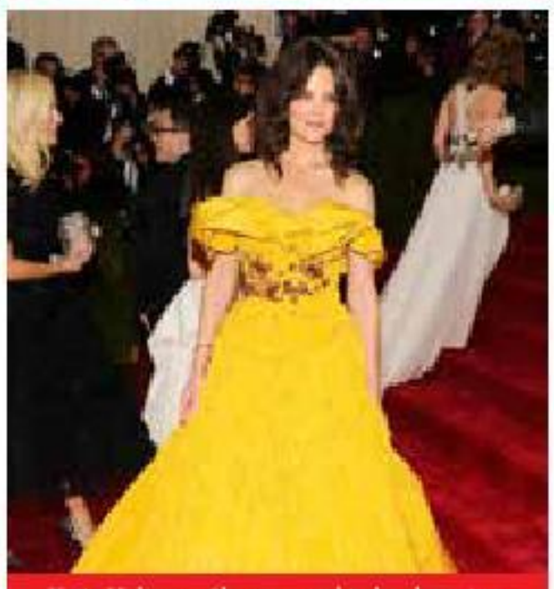
Jay Z & Beyonce – This couple looked fierced in Givenchy

Johnny Depp & Amber Heard – Mr Depp wore a classic Ralph Lauren tuxedo, tails an cane included, while his fiancée donned a striking Giambattista Valli gown

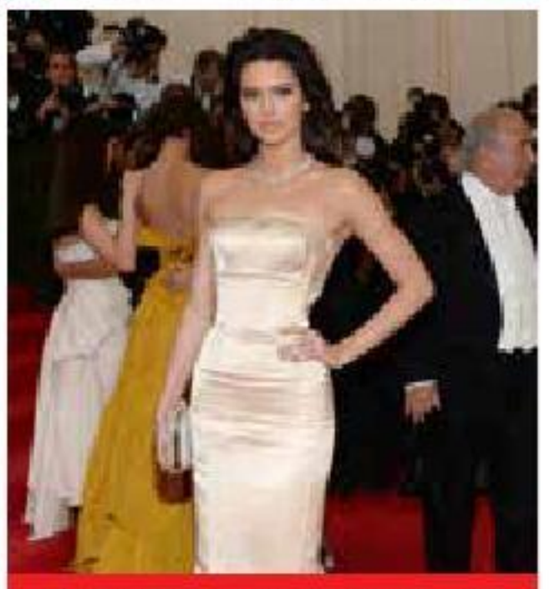
Karlie Kloss – Stunned in a sumptuous black and gold Oscar de la Renta gown with opera-length gloves

Karolina Kurkova – She looked incredibly chic when she walked the red carpet in a dramatic blue

Kate Upton – She showed off her ample cleavage in a Dolce & Gabbana form-fitting gown



Katie Holmes – She appeared to be charming the Beauty & the Beast's Belle when she walked on the red carpet



Marchesa dress with over $1 million worth of Harry Winston diamonds

Kim Kardashian & Kanye West – Kim wore a blue and black Lanvin dress and Lorraine Schwartz jewelry

Kirsten Dunst – The actress wore a Rodarte dress imprinted with the Death Star

Kristen Stewart – The actress wore a Chane dress with a smile, complimenting her look with Christian Louboutin black heels

Lupita Nyong – She certainly made a statement when she walked the red carpet in this flapper dress by Prada

Rihanna – The singer bared her toned midriff in a white Stella McCartney dress

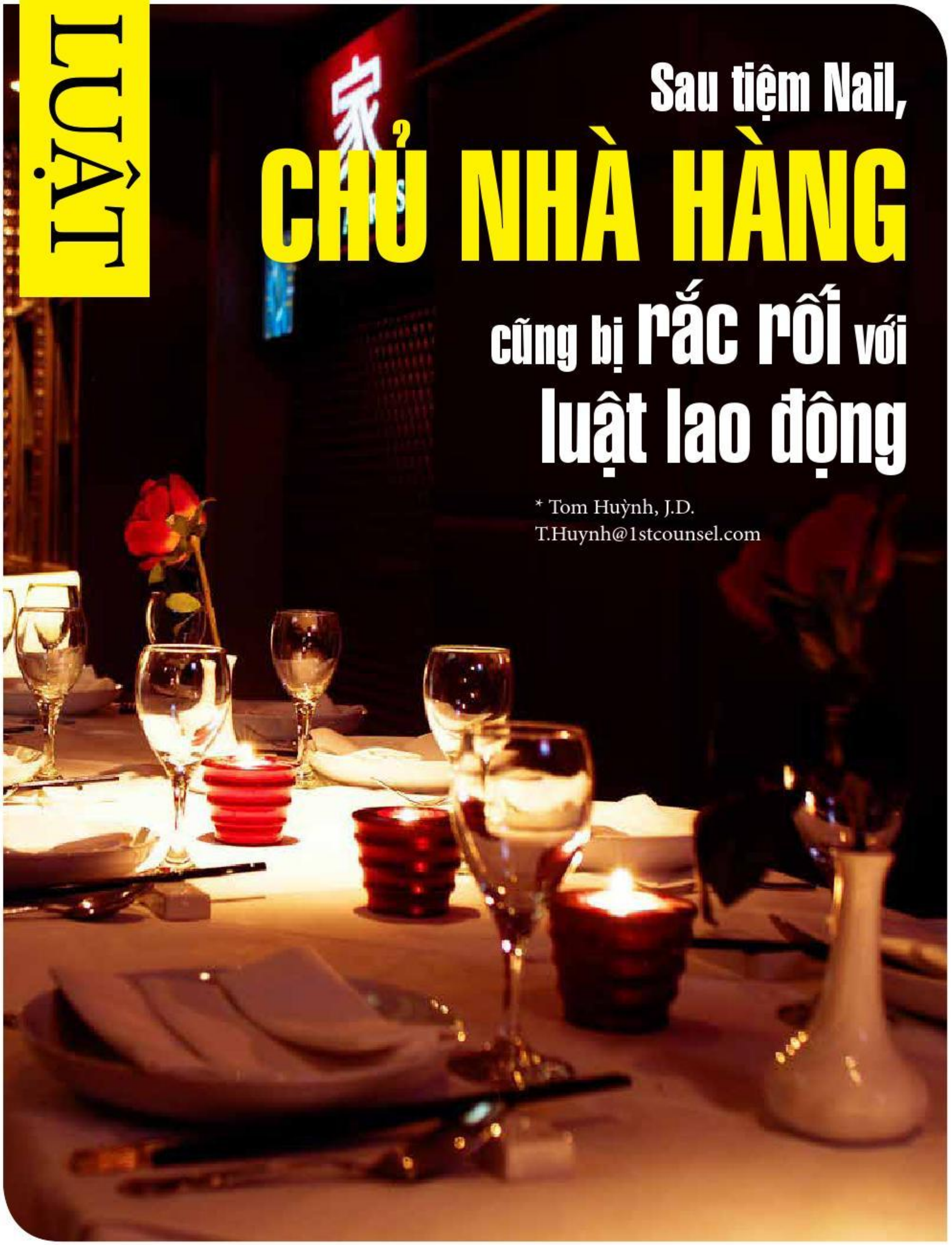
Rita Ora – She was the night's golden girl in a Donna Kara Aterlier sequined silk and tulle gown

Rosie Huntington Whiteley – she looked absolutely fierce in a Balmain dress that showed off her enviable pins

Sarah Jessica Parker – She pulled out all the stops in a dramatic ball gown by Oscar de la Renta

Sau tiệm Nail, CHỦ NHÀ HÀNG cũng bị rắc rối với luật lao động

* Tom Huỳnh, J.D.
T.Huynh@1stcounsel.com



Thông tin từ Bộ Lao Động liên bang Hoa Kỳ cho biết từ vài năm qua đã tuyển dụng thêm hàng trăm điều tra viên và đồng thời ký thỏa hiệp phối hợp với cơ quan lao động tại các tiểu bang để truy tìm và ngăn chận những vụ vi phạm luật lệ lao động tại các doanh nghiệp, mà chủ yếu là vấn đề lương bổng của công nhân viên được hình thành từ căn bản của đạo luật Tiêu Chuẩn Lao Động Công Bằng FLSA (The Fair Labor Standards Act), là luật lao động liên bang được ban hành từ năm 1938.

Từ những vụ kiểm tra của cơ quan lao động...

Qua những vụ kiểm tra của cơ quan lao động liên bang và tiểu bang đang được tiến hành trên khắp các tiểu bang Hoa Kỳ, tin tức nhận được cho thấy ngày càng có nhiều doanh nghiệp đã bị phạt vạ nặng nề vì phạm luật lệ lao động, và trong số đó có rất nhiều tiệm Nail mà phần lớn là do người Việt làm chủ. Riêng với nghề Nail tại Hoa Kỳ sở dĩ gần đây gặp nhiều khó khăn với luật lao động là vì từ năm 2012, Bộ Lao Động liên bang đã phát động chiến dịch mở những cuộc kiểm tra không báo trước nhắm vào tiệm Nail trên khắp nước Mỹ, nhằm mục đích bảo đảm việc thi hành những quy định của luật FLSA. Tùy vào thời gian đã hoạt động và số thợ làm trong tiệm, có những chủ tiệm Nail đã bị phạt hàng trăm ngàn Mỹ kim vì không hiểu rõ các quy định phức tạp của luật lệ lao động áp dụng trong việc thuê mướn thợ Nail.

Gần đây, bên cạnh các tiệm Nail vẫn đang tiếp tục bị kiểm tra và bị phạt vì phạm luật lao động, thông tin cho thấy những nhà hàng cỡ nhỏ cũng là đối tượng kiểm tra của cơ quan lao động khắp nơi. Và đây là sự kiện đáng lưu tâm của nhiều người trong Cộng đồng gốc Việt tại Hoa Kỳ, bởi ngoài việc thống lĩnh nghề Nail thì một số lớn người Việt ở Mỹ lâu nay cũng rất thành tựu trong việc kinh doanh nhà hàng ăn uống.

Đơn cử vài điển hình về những nhà hàng nhỏ gặp rắc rối với cơ quan lao động trong thời gian gần đây là hai nhà hàng Walter Café và Ruen Tong Thai Cuisine tại Santa Rosa (California). Vào cuối năm 2013 đã phải trả hơn $1.9 triệu Mỹ kim vì vi phạm luật lệ liên quan đến vấn đề lương bổng của 47 nhân viên đã có lúc làm việc cho hai nhà hàng này trong 3 năm trước đó. Theo thông tin của cơ quan lao động California, một cuộc điều tra phối hợp với Bộ Lao Động liên bang cho thấy trong thời gian 3 năm, chủ nhân hai nhà hàng vừa kể trên đây đã thiếu các nhân viên $1,086,435.79 tiền lương không trả đủ theo mức tối thiểu (minimum wages), $376,640.31 tiền lương giờ phụ trội (overtime premiums), và $153,582.41 cho những giờ nghỉ ăn giữa ca làm việc (meal periods premiums). Thêm vào đó, chủ nhân hai nhà hàng này còn phải nộp một số tiền phạt là $189,250 vì phạm luật lương bổng của nhân viên và không cung cấp bảng chiết tính khi trả lương cho nhân viên (itemized wage statements). Cùng thời gian này, cơ quan lao động California cũng đã phạt chủ nhà hàng Toomie's Thai Cuisine tại Alameda phải trả $481,813 cho 13 nhân viên vì những vi phạm liên quan đến luật lương tối thiểu và phần lương phải trả giữa hai phiên làm việc trong ngày (split-shift premiums).

Tháng Sáu 2014 vừa qua, chủ nhân của 4 nhà hàng nhỏ trong vùng Dallas, Texas sau khi bị kiểm tra bởi Bộ Lao Động liên bang, phải bồi thường $188,970 tiền lương giờ phụ trội đã không trả đủ cho nhân viên theo đúng luật lao động. Bốn nhà hàng này là Yes Buffet tại Grand Prairie; Crown Buffet và Win Chinese Buffet tại Dallas; và Royal Buffet tại Rowlett. Cũng trong tiểu bang Texas, nhà hàng China Inn Cafe tại thành phố Katy hồi tháng 7 năm 2013 sau khi bị kiểm tra bởi Bộ Lao Động liên bang, đã phải bồi thường $106,573 cho 14 nhân viên vì trả lương khoáng không tính số giờ làm việc. Tháng Ba 2014 gần đây,

Bộ Lao Động liên bang đã kiểm tra nhà hàng China Town Super Buffet tại Kansas City, Missouri, và kết quả là chủ nhà hàng này đã phải bồi hoàn $196,000 cho nhân viên vì trước đó đã trả lương cố định cho nhân viên không đủ mức tối thiểu tính theo số giờ đã làm việc, và không lưu trữ hồ sơ lương bổng chính xác của nhân viên.

Tại miền Nam California, nhà hàng China Wok Express ở Whittier và Golden Wok Fried Chicken ở Los Angeles vài tháng trước đây bị cơ quan lao động buộc phải bồi thường tổng cộng $344,500 cho 11 nhân viên cũng vì đã trả lương khoáng và không có hồ sơ lưu trữ giờ giấc làm việc chính xác của những nhân viên này. Trước đó ít lâu, chủ nhân cơ sở sản xuất mì sợi tươi Rama Food Manufacture Corp. ở West Covina cũng bị phạt phải bồi thường cho nhân viên tổng cộng $208,864 vì không trả lương giờ phụ trội cho người làm công.

Tại Seattle, tiểu bang Washington, Bộ Lao Động liên bang hồi cuối năm 2013 đã kiện chủ nhân tiệm Asian Miracle Massage vì phân loại những người thợ làm massage trong tiệm là "independent contractors" không đúng quy định của luật lao động, và vì đã trả công theo lối chia huê hồng (commission) tính ra không đủ lương theo mức tối thiểu. Kết quả là tòa án đã buộc chủ tiệm massage này phải bồi thường cho 23 nhân viên số tiền tổng cộng $135,536.

Những trường hợp điển hình trên đây cho thấy không riêng gì tiệm Nail mà rất nhiều doanh nghiệp và nhà hàng cỡ nhỏ cũng đã và đang là mục tiêu kiểm tra của cơ quan lao động trên khắp nước Mỹ, và chủ nhân thường phải trả những số tiền bồi thường rất lớn cho người làm công và đồng thời bị phạt rất nặng chỉ vì không hiểu rõ luật lệ lao động.

Hơn thế nữa, chủ nhân nhà hàng cũng có thể bị truy tố hình sự vì những vi phạm liên quan đến luật lao động, điển hình là trường hợp của chủ hệ thống nhà hàng Saigon Grill tại New York vào năm 2011 đã bị phạt 3 tháng tù giam sau khi chịu nhận tội đại hình do gian lận chứng từ lương bổng nhân viên. Trước đó, vợ chồng chủ nhân Saigon Grill còn đã bị tòa án buộc phải bồi thường 4.3 triệu Mỹ kim cho nhân viên sau một vụ kiện liên quan đến vấn đề lương bổng. Tại Oakland, California vào cuối năm 2013, sau khi bị cơ quan lao động kiểm tra, chủ nhà hàng Century Buffet đã bị văn phòng biện lý quận Alameda truy tố và bị bắt giữ vì tội gian lận chứng từ và không trả lương cho nhân viên theo đúng luật lao động.

Đến vấn đề thưa kiện của nhân viên

Ngoài những rắc rối khi bị kiểm tra bởi cơ quan lao động, chủ nhân các doanh nghiệp lớn nhỏ từ vài năm nay cũng thường gặp phải những vụ thưa kiện của nhân viên liên quan đến vấn đề lương bổng. Gần đây, những vụ kiện này đã lan rộng đến các tiệm Nail và nhà hàng, là hai ngành nghề kinh doanh rất phổ biến của người Việt tại khắp các tiểu bang Hoa Kỳ.

Điều đáng lưu ý là theo luật lao động Hoa Kỳ, khi bị nhân viên kiện và bị tòa án xét là đã vi phạm luật lao động, chủ doanh nghiệp ngoài việc phải bồi thường thiệt hại, còn phải trả tiền công cho luật sư của nhân viên đi kiện. Trái lại, nếu chủ doanh nghiệp chống lại vụ kiện và được tòa án xét là không phạm luật, chủ doanh nghiệp vẫn phải tự trả tiền luật sư của mình. Hơn thế nữa, những người không có giấy tờ hợp lệ và đi làm chui lãnh tiền mặt cũng có quyền kiện chủ vi phạm luật lao động. Vào năm 2012, một tòa án liên bang tại New York đã ra án lệnh buộc công ty Cindy's Total Care trong vùng Manhattan phải bồi thường $235,920 cho 32 thợ Nail là những người di dân bất hợp pháp, và xác nhận rằng luật lao động Hoa Kỳ bảo vệ mọi người đi làm công, bất luận tình trạng di trú.

Từ những lý do trên đây, chủ doanh nghiệp rất dễ bị người làm công thưa kiện nếu không hiểu rõ luật lệ lao động, vì hiện nay không thiếu gì luật sư tại các tiểu bang sẵn sàng nhận các vụ kiện chủ vi phạm luật lao động của công nhân viên mà không cần lấy trước tiền thù lao. Hơn thế nữa, điều khiến luật sư rất có hứng thú để kiện chủ doanh nghiệp trong vấn đề lương bổng của nhân viên là bởi hầu hết chủ nhân bị kiện thường chấp nhận trả một số tiền lớn để dàn xếp, trước là để giảm thiểu chi phí tranh tụng và sau là tránh rủi ro có thể bị phạt nặng hơn khi nội vụ được xử trước tòa. Vào tháng 9 năm 2011, chủ các tiệm Natalie Salon tại miền Bắc California là người gốc Việt bị nhiều thợ Nail cũng là người Việt kiện ra tòa cáo buộc đã phạm luật lao động. Sau 17 tháng tranh tụng, Natalie Salon hồi tháng Ba năm 2013 đã chấp nhận trả $750,000 cho các thợ Nail để giải quyết vụ kiện.

Tòa án tại khắp các tiểu bang hiện đang thụ lý rất nhiều vụ kiện liên quan đến luật lao động FLSA. Trong những ngày qua, một ít người Việt làm chủ các cơ sở tiểu thương từ nhiều tiểu bang đã liên lạc với chúng tôi và cho biết cũng đang bị nhân viên thưa kiện vì vấn đề lương bổng. Có chủ nhà hàng bị vài nhân viên người Mễ hợp nhau kiện, và đã mất gần trăm ngàn Mỹ kim để trả phí tổn cho luật sư mà vụ kiện vẫn chưa biết sẽ ra sao. Tại New York, hai người gốc Việt là chủ nhân của nhiều tiệm Nail trong vùng trung tâm New York hiện đang phải đối diện với một vụ kiện tập thể của thợ Nail liên quan đến luật FLSA, và trong số thợ Nail đi kiện có những người làm chui lãnh tiền mặt. Vụ kiện này mang số 13-cv-01009 do tòa án liên bang New York (Southern District) thụ lý từ tháng 4 năm 2013 vẫn còn chưa kết thúc, và có thể sẽ

trở thành một vụ kiện liên quan đến vấn đề lương bổng của thợ Nail lớn nhất từ trước đến nay tại Hoa Kỳ.

Phòng bệnh hơn chữa bệnh

Suốt những năm gần đây, rất nhiều người Việt làm chủ các cơ sở tiểu thương ở Mỹ đã gặp rắc rối và tốn hao nặng nề vì những vụ phạt vạ của cơ quan lao động hoặc bị thưa kiện bởi nhân viên, đặc biệt là những chủ tiệm Nail và nhà hàng. Nguyên nhân chính yếu của sự kiện này phần lớn là do quý vị chủ nhân lâu nay chưa từng bị rắc rối với luật lao động nên cứ chủ quan, không thèm để ý tìm hiểu luật này. Thêm vào đó thì cũng có người tự tìm hiểu và diễn giải sai lệch các luật lệ lao động theo sự hiểu biết không chuyên môn mà cứ tin rằng mình hiểu đúng. Ngoài ra cũng có nhiều chủ cơ sở tiểu thương người Việt nghĩ rằng đã có chuyên viên thuế vụ hay kế toán lo việc lương bổng nhân viên và đóng thuế đầy đủ là yên tâm rồi. Đến khi gặp rắc rối với luật lao động, mới vỡ lẽ rằng luật lao động hoàn toàn khác biệt với luật thuế vụ, và có những quy định rất phức tạp nằm ngoài khả năng hiểu biết của giới chuyên viên kế toán hoặc thuế vụ.

Trong tình hình hiện nay, quý vị chủ nhân các cơ sở tiểu thương người Việt nếu chưa gặp rắc rối với luật lao động thì không nên chủ quan mà phải sớm tìm hiểu luật này cách cụ thể, đặc biệt là các quy định trong vấn đề lương bổng của nhân viên. Đừng đợi đến lúc "mất bò mới lo làm chuồng" thì quả là đáng tiếc. Cần biết rằng ngoài luật FLSA của liên bang, mỗi tiểu bang (và nhiều thành phố) trên nước Mỹ còn có những quy định khác nhau liên quan đến vấn đề thuê mướn và lương bổng của nhân viên mà chủ nhân các doanh nghiệp dầu lớn hay nhỏ cũng cần hiểu rõ. Và quan trọng hơn hết là phải biết cách chuẩn bị để tránh bị phạt vạ khi cơ quan lao động đến kiểm tra, đồng thời ngăn ngừa những vụ thưa kiện của nhân viên ngày càng xảy ra nhiều hơn tại khắp các tiểu bang Hoa Kỳ.

Cần thêm thông tin, có thể liên lạc với Tiến Sĩ Luật Khoa Tom Huỳnh, điện thoại (949) 943-4396.

LUẬT SƯ PHẠM VIẾT ÁNH

ATTORNEY AT LAW

2013A West Bethany Home Road
Phoenix, AZ 85015

602.396.5276

* Luật sư thực thụ tòa án California, Arizona và tòa án liên bang
* Đã hành nghề luật sư ở California 14 năm
* Tiến sĩ luật khoa (Juris Doctor)
  Western State University, School of Law
* Đại Học Luật Khoa Huế, Việt Nam trước 1975

Office Manager: Hoàng Giang
Phone: 623-707-6898

Chuyên Môn: Thương tích cá nhân, tai nạn xe cộ, té ngã siêu thị, bất cẩn y tế

- ***Luật Di Trú:*** *Bảo lãnh vợ chồng, fiancee, cha, mẹ, anh, em, du học, thẻ xanh, thi quốc tịch, điều chỉnh tình trạng từ du học, du lịch qua quy chế thường trú nhân (thẻ xanh). Đặc Biệt: biện hộ hồ sơ bị trục xuất về Việt Nam (deportation), bị thâu thẻ xanh, bị rớt quốc tịch vì hồ sơ hình sự, hồ sơ vợ chồng bị từ chối.*

- ***Luật Gia Đình:*** *Ly dị, thỏa thuận hay tranh chấp, prenupital hay marital agreement*

- ***Luật Thương Mãi:*** *Thành lập coporation, Limited Liability Company, Limited Partnership, giúp duyệt xét hay soạn thảo hợp đồng thương mãi, mua bán business, khai bankruptcy chapter 7 và 13.*

- ***Đặc Biệt:*** *Lập di chúc (WILL), Tín Quỹ (LIVING TRUST), Hoạch định di sản (ESTATE PLANNING), Thủ tục thanh lý tài sản người quá cố tại tòa án (PROBATE).*

HÁI NGAY HỒNG THẮM

Tâm Minh Ngô Tằng Giao

Pierre de Ronsard là một trong những "nhà thơ lớn" của nước Pháp. Chàng sinh năm 1524 và mất năm 1585. Là thi sĩ nên chàng đương nhiên phải "tán gái" bằng thơ. Mà nghĩ cho cùng thì thi sĩ nào chẳng vậy,"nghề của chàng" mà! Sau đây là một "đoản thi" (sonnet) của Ronsard "đầy những "lời ong bướm" gửi tới cho người yêu là nàng Hélène:

QUAND VOUS SEREZ BIEN VIEILLE...

Quand vous serez bien vieille, au soir, à la chandelle,
Assise auprès du feu, dévidant et filant,
Direz, chantant mes vers, en vous émerveillant:
"Ronsard me célébrait du temps que j'étais belle."
Lors vous n'aurez servante oyant telle nouvelle,
Déjà sous le labeur à demi sommeillant,
Qui au bruit de mon nom ne s'aille reveillant,
Bénissant votre nom de louange immortelle.
Je serai sous la terre, et fantôme sans os
Par les ombres myrteux je prendrai mon repos:
Vous serez au foyer une vieille accroupie,
Regrettant mon amour et votre fier dédain.
Vivez, si m'en croyez, n'attendez à demain:
Cueillez dès aujourd'hui les roses de la vie!
(Pierre de Ronsard)

Nếu chuyển ngữ sang thơ "lục bát" ta có bài sau:

KHI NÀNG TUỔI HẠC

Khi nàng tuổi hạc, chiều tàn
Chong đèn, ngồi sưởi, tháo đan ngậm ngùi
Ngâm thơ ta, giọng bồi hồi:
"Ronsard tán tụng mình thời xuân xanh"
Nữ tì chợp giấc bên mành
Chợt nghe choàng tỉnh, vinh danh hết lời
Tình thơ lai láng tuyệt vời
Tên nàng bất tử, người đời ngợi ca
Mai kia lòng đất đón ta
Nghỉ yên bóng mát, thân ma chập chờn
Nàng già, bên lửa, tiếc thương
Tình ta thủơ trước bẽ bàng vì ai.
Sống vui chớ đợi ngày mai:
Hái ngay hồng thắm chưa phai vườn đời!
(Tâm Minh chuyển ngữ)

Anh chàng thi sĩ Ronsard ngụ ý đời người ngắn ngủi, không nên bỏ lỡ dịp ái ân, tựa như đóa hoa hồng sớm nở, tối tàn, tuổi về già sẽ sống cô đơn. Trong bài: "MIGNONNE, ALLONS VOIR SI LA ROSE" gồm 3 đoạn, đoạn cuối Ronsard cũng viết:

Donc, si vous me croyez, mignonne,
Tandis que vostre âge fleuronne
En sa plus verte nouveauté,
Cueillez, cueillez vostre jeunesse :
Comme à ceste fleur la vieillesse
Fera ternir vostre beauté.

Đoạn cuối bài thơ "EM YÊU, CHÚNG TA HÃY ĐI XEM ĐÓA HOA HỒNG" này có thể được chuyển dịch thành thơ như sau:

Vậy cưng nếu có tin ta
Khi em đang tuổi nở hoa thơm lành
Lúc đời tột đỉnh tươi xanh
Tuổi thanh xuân hãy hái nhanh đừng chờ
Kẻo như hoa tuổi sớm già
Dung nhan xinh đẹp nhạt nhoà phôi pha.
(Tâm Minh chuyển ngữ)

Một vài chục năm sau, người yêu thơ lại đọc được ý thơ này trong bài "TO THE VIRGINS, TO MAKE MUCH OF TIME" của thi sĩ Anh là Robert Herrick (1591-1674). Đoạn đầu như sau:

"Gather ye rose-buds while ye may,
Old Time is still a-flying;
And this same flower that smiles today,
Tomorrow will be dying."

Tạm dịch là:

Nụ hồng thắm hái ngay em nhé!
Vì thời gian chợt ghé rồi đi
Hoa tươi mơn mởn xuân thì
Mai này héo uá còn gì nữa đâu!
(Tâm Minh chuyển ngữ)

Khoảng ba trăm năm sau một nhà thơ khác, người Ái Nhĩ Lan, là William Butler Yeats cũng có ý thơ tương tự. Yeats (1865-1939) từng được giải Nobel về Văn Chương vào năm 1923. Bài thơ của Yeats cũng rất "bay bướm":

WHEN YOU ARE OLD

When you are old and gray and full of sleep.
And nodding by the fire, take down this book,
And slowly read, and dream of the soft look
Your eyes had once, and of their shadows deep;
How many loved your moments of glad grace,
And loved your beauty with love false or true,
But one man loved the pilgrim soul in you,
And loved the sorrows of your changing face;
And bending down beside the glowing bars,
Murmur, a little sadly, how love fled

And paced upon the mountains overhead
And hid his face amid the crowd of stars.
(William Butler Yeats)
Nếu chuyển ngữ sang thơ "song thất lục bát" ta có bài sau:

KHI NÀNG BÓNG XẾ
Khi nàng tuổi xế chiều, tóc bạc
Bên lửa ngồi vóc hạc mơ màng,
Sách này lần giở từng trang
Gật gù nhẩm đọc những hàng ngày nao
Mơ về cặp mắt nào đăm đắm
Từng soi vào thăm thẳm tâm can;
Bao người yêu sắc đẹp nàng
Vui tươi dáng dấp, kiêu sang nụ cười
Kẻ giả dối, kẻ thời chân thật,
Nhưng một người chất ngất yêu thương
Yêu nàng hổn đạo hành hương,
Khuôn trăng dù đổi, dù vương nét sầu;
Tựa song vắng cúi đầu buồn bã
Người nhủ lòng tình đã bay xa
Dạo theo đồi núi bao la
Thẫn thờ giấu mặt ngân hà đầy sao.
(Tâm Minh chuyển ngữ)

Cả ba nhà thơ của ba nước khác nhau là Pháp, Anh và Ái Nhĩ Lan đều có cùng một ý thơ. Người Pháp nói là "Les grands esprits se rencontrent" (những tư tưởng lớn gặp nhau) nghĩ thật chí lý!

Nhưng có lẽ người ta không "khoái" cái anh chàng Ronsard vì anh chàng này có vẻ "sỗ sàng" quá. Chàng là người Pháp "chính hiệu con nai vàng" vậy chàng phải nhớ rằng tuy người Pháp tâng bốc quý bà là: "Ce que femme veut Dieu le veut" (đàn bà muốn là Trời muốn), tương tự như người Việt ta nói: "Nhất vợ, nhì Trời" nhưng điều tối kỵ là hỏi về tuổi tác và nói về cái già của qúy bà. Chao ơi! "lời hay ý đẹp, hoa thơm cỏ lạ, danh ngôn" v.v... về cái khoản này thì vô số kể. Chỉ xin trích dẫn một câu ý nói "rượu càng để lâu càng ngon hết xẩy, đàn bà càng già càng trở nên quạu cọ": "Vin qui vieillit s'améliore / Femme vieille deviant revêche". Đáng ghét nhất là cái hình ảnh "une vieille accroupie" (một bà già trầu già cúp bình thiếc, già sụm bà chè) và "fantôme sans os" (ma không xương) mà Ronsard mang ra hù dọa "đối phương".

Người yêu thơ "khoái" thơ của Yeats hơn. Còn gì tình tứ cho bằng cái ý: "dù nhan sắc em có biến đổi, có sầu muộn, có nếp nhăn, dù tình yêu có vỗ cánh bay xa" anh vẫn cứ yêu em. Thi sĩ Xuân Diệu của nước ta cũng hối thúc người tình, cũng đòi "hút nhụy của mỗi giờ tình tự", cũng đòi "hái hoa", cũng đề cập xa gần đến "cái già" nhưng lời lẽ sao vẫn thanh tao, lịch sự như trong bài thơ "Giục giã":

..."Mau với chứ vội vàng lên với chứ!
Em, em ơi, tình non đã già rồi,
Con chim hồng, trái tim nhỏ của tôi,
Mau với chứ! Thời gian không đứng đợi"
...- Hái một mùa hoa lá thuở măng tơ,
Đốt muôn nến sánh mặt trời chói lọi"

Còn trong bài thơ "Xin hãy yêu tôi" của thi sĩ Đinh Hùng, người đọc có thể trích ra được vô số lời "tỏ tình" bằng cách "van xin tình ái" rất chi là thắm thiết:

..."Xin hãy yêu tôi, những lòng thiếu nữ!"
..."Yêu tôi nhé, tôi vốn người mê đắm!
Xin hãy yêu tôi, những lòng hoa thắm!"
..."Yêu tôi với! Tôi làm thơ ân ái"
..."Hãy yêu tôi vì tôi biết em xinh,"
..."Hãy yêu tôi vì tôi làm nên mộng,
Hãy yêu tôi vì tôi dệt nên trời"

Đinh Hùng kết luận bằng câu sau đây mà người yêu thơ tin rằng nhà thơ nước Việt ta chắc chắn phải thành công trên con đường tình ái hơn anh chàng Ronsard của nước Pháp:

"Tôi khổ rồi, em có thấy yêu không?"
Đồng ý với chàng Ronsard là hãy "yêu nhau đi chiều hôm tối rồi" chứ không thì "cái già xồng xộc nó thì theo sau" nhưng cũng nên yêu "trong vòng trật tự và... lịch sự" chút xíu chứ!

Người ta cũng thường nhắc đến chuyện Musset và George Sand, yêu nhau say đắm. Cả hai từng đưa nhau đi du dương ở Venise tràn đầy hạnh phúc. Thế nhưng một hôm đang cơn ốm đau Musset thiếp ngủ. Lúc chợt tỉnh dậy chàng nhìn qua tấm gương nơi tủ áo phòng mình mới thấy Goerge Sand đang ngồi trong lòng của y sĩ Pagello ngoài phía phòng khách. Hai người đang ôm hôn nhau say sưa. Đây là viên y sĩ thường đến chăm sóc bệnh cho chàng hàng ngày. Thật chua cay! Chàng cứ tưởng đôi trái tim nghệ sĩ của chàng và nàng sẽ mãi mãi cùng chung một nhịp ân ái. Chàng nhắm nghiền mắt lại không muốn nhìn nữa. Hôm sau, chàng mang hành lý trở về Paris trong cô độc, lẻ bước một mình trên con đường sầu muộn...tim rớm máu, không cạn được chén rượu ân tình đành chôn hình bóng giai nhân trong ảo ảnh...
Chao ơi! Chuyện ái tình, nhất là tình ái hồi hãy còn son trẻ, còn khoẻ mạnh, còn đẹp đẽ thời kể sao cho hết!

Dr. Thao Ha

BÁC SĨ CHỈNH HÌNH, ĐAU NHỨC

Địa Điểm Thuận Tiện Để Phục Vụ Quý Khách

Location #1

19TH AVE CHIROPRACTIC

602.339.4228

BÁC SĨ THAO NGUYỄN

CHIROPRATIC PHYSCIAN

5225 N. 19th Ave Suite E
Phoenix, AZ 85015

(Phía đông bắc của đường Camelback, chung với toà nhà 19th Avenue Dental)

- ✓ **BỊ TAI NẠN Ô-TÔ?** Ngay sau khi quý vị không may bị tai nạn ô-tô, hãy gọi cho tôi trước tiên để tôi có thể hướng dẫn thêm.
- ✓ **GIỚI THIỆU LUẬT SƯ GIỎI:** Quý vị không cần phải có luật sư nhưng nếu quý vị có nhu cầu, chúng tôi có thể tìm cho quý vị các luật sư giỏi, danh tiếng tốt và quan trọng là được giảm lệ phí vì được văn phòng chúng tôi giới thiệu.
- ✓ **LO GIẤY TỜ TỪ A-Z:** Chúng tôi sẽ lo hết các thủ tục giấy tờ cho quý vị.
- ✓ **KHÔNG TRẢ LỆ PHÍ TRƯỚC:** Chúng tôi làm việc theo chương trình thế chấp (lien) nên quý vị không phải trả lệ phí trước.
- ✓ **GIÁ CẢ PHẢI CHĂNG:** Chấn khớp xương, chấn thương nghề nghiệp, chấn thương thể thao, nhức đầu v.v... - chúng tôi đều có thể chữa trị cho quý vị với giá phải chăng.

Xin Liên Lạc

602.339.4228

■CHÚNG TÔI CHUYÊN TRỊ ĐAU NHỨC SAU KHI TAI NẠN Ô-TÔ

■SPECIAL OFFER FOR NAIL TECH - ĐẾN CHỈNH XƯƠNG CHỈ CÓ $80/4 VISIT*

**MAINTENANCE care only, not for accident.*

VƯỜN THƠ

TRỞ VỀ
(Viết cho 1 người sống sót trở về từ bệnh viện)

Tôi nằm đây trong cõi hôn mê,
Không biết ban ngày hay nửa khuya?
Quanh tôi bốn bức tường sơn trắng,
Nghe bước chân ma quái vọng về.

Hơi thở nào trong đáy ngực khô?
Sẽ còn thoi thóp đến bao giờ?
Thế gian chỉ còn là ảo ảnh,
Tôi thấy đâu đây những nấm mồ.

Hôm nay tôi đã được hồi sinh,
Cửa phòng bệnh viện nắng bình minh,
Bỗng dưng tôi sợ màn đêm xuống,
Che khuất người thân, cả chính mình.

Tôi trở về từ cõi xa xăm,
Từ trong tuyệt vọng nỗi buồn căm,
Tưởng tôi sẽ hóa thành tro bụi,
Một cõi thiên thu, một chỗ nằm.

Tôi trở về mái nhà thân yêu,
Cửa đóng chờ tôi, vắng hắt hiu,
Bàn tay quen đã về mở cửa,
Bước chân quen rộn rã niềm vui.

Chiếc ghế, chiếc bàn của tôi ơi,
Như những bạn thân của cuộc đời,
Khung hình treo trên tường vẫn thế,
Gặp lại nhau, tôi bỗng bồi hồi.

Xin cám ơn cuộc sống bình thường,
Lại cho góp mặt, góp yêu thương,
Tôi vừa trở về từ cõi chết,
Chợt thấy lòng tôi hoa ngát hương.

Nguyễn Thị Thanh Dương

Lời Ru Trưa Hè

Trưa hè vắng
mẹ ngồi ru con
bình sữa nóng vẫn còn
con chê không chịu bú
cuộc sống Âu Tây quá no đủ
có biết không con
ngày ấy, trên biển cả để sống còn
có người mẹ đã lấy máu mình cho con bú
rồi lịm đi trong giấc ngàn thu
Trưa hè vắng
mẹ ngồi ôm con
ráng đi con, cơm cá nóng dòn
con mê mải chơi không thèm há miệng
có biết không con, để mẹ kể nghe câu chuyện
lúc nhà mình nghèo không đủ cơm ăn
cuộc sống khó khăn, lũ lụt tràn dâng
bà ngoại bảo hãy ngủ đi cho quên đói
trong mơ mẹ thấy bao tử mình nhức nhối
thèm chén cơm lành, thèm giấc ngủ bụng no
tuổi thơ mẹ trải qua trong âu lo
đói khổ và bất công khắp chốn
ăn đi con, ăn cho chóng lớn
hiểu biết nhiều mà chia sẻ niềm đau
may mắn cho con, sống trong những ngày sau
trên đất nước tự do, công bình và no ấm
mẹ ước mơ sau này con sẽ thấm
những ân tình, những nước mắt ngày xưa
con lớn khôn, sẽ bù đắp cho vừa
cho tương lai sẽ không còn hạn hẹp
Trưa hè vắng
mẹ ngồi với con
áo đẹp đây con, mẹ vừa may với hết tâm hồn
con lạnh lùng, không có hiệu con chê!
mẹ cười buồn, thương cho tuổi ngô nghê
có biết không con, những buổi chiều quê
gió rét, em thơ không áo mặc
thân gầy trơ xương phô bày sự thật
của đói nghèo, tang tóc cùng chia ly
con rất đầy đủ nên đâu có hiểu chi
hãy mở mắt ra để nhìn bao nhiêu thống khổ

Trưa hè vắng
mẹ ngồi nhắc nhở
hãy can trường, rộng mở và yêu thương
nếu có lần con thấy vấn vương
hãy hướng về quê hương và tranh đấu
cho đất mình, cho dân ta yêu dấu
được qua rồi những ngày tháng khổ đau
cùng nắm tay, cùng xây dựng với nhau
cho tình mẹ, vẫn mãi hoài triển nở ....

OBAMACARE

Affordable Care Act (ACA)

- **Obamacare** sẽ ảnh hưởng quí vị như thế nào?
- Mọi người đều có thể mua được bảo hiểm bất kể tình trạng sức khỏe
- Tìm hiểu về sự chọn lựa các chương trình bảo hiểm phù hợp với quí vị căn cứ theo thu nhập nguyên năm
- Tìm hiểu và so sánh giá cả của các Công Ty Bảo Hiểm Sức Khỏe (Aenta, BlueCross BlueShield, Healthnet, Humana, etc.) đã tham gia vào chương trình bảo hiểm mới
- Đảm bảo quý vị hiểu cách thức hoạt động của chương trình bảo hiểm, bao gồm những thông tin như chi phí bảo hiểm, khoản khấu trừ, khoản chi phí xuất túi tối đa, khoản đồng thanh toán, và sự trợ giúp của chính phủ
- Tìm hiểu về sự Trừng Phạt của chính phủ khi không mua bảo hiểm sức khỏe

- Để tìm hiểu tường tận về Đạo Luật Bảo Hiểm mới **ACA - OBAMACARE**, xin liên lạc ngay hôm nay.

THAM KHẢO & ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ

KHAI THUẾ - TAX SERVICES

Cá Nhân, Thương Mại, Tổ Hợp, Công Ty

- *Cố vấn tài chánh*
- *Đảm nhận sổ sách - Bookkeeping*
- *Tổng kết định kỳ - Quarterly Report*
- *Thành lập công ty (LLC, Partnership, Corporation)*

E-TAX & INSURANCE Agency

Chúng tôi có nhân viên tốt nghiệp cử nhân kế toán cao học quản trị kinh doanh tài chánh thuế vụ.

Mọi chi tiết xin liên lạc: **Thùy Ngọc, MBA**

Office : 480.917.7711 Mobile: 602.540.0074 | *etax@cox.net*

Mon - Fri 9AM - 6PM | Sat 9AM - 4PM | Sunday Closed

2055 N. Dobson Rd. Suite 3 Chandler, AZ 85224 (trong khu chợ Lee Lee, Dobson & Warner)

CƠN SÁT HẬN

Tâm Minh Ngô Tằng Giao

Trong cuộc sống hằng ngày đôi khi tâm con người trở nên giận dữ, không kiềm chế được nên đã biến thành thù hận, từ đó thường xảy ra những sự xung đột, ấu đả và có thể đi đến chỗ gây thương tích hay giết người không chút xót thương. Báo chí thường đăng quá nhiều tin tức về hậu quả xảy ra bắt nguồn từ những cơn giận dữ đủ loại.

Mới đây nhất, tháng 1 đầu năm 2014 này, tại Miami, Florida, Ông Curtis Reeves, 71 tuổi, cựu đại úy cảnh sát, đang xem phim trong rạp thì xảy ra vụ cãi vã với hai vợ chồng ông Chad Oulson, 43 tuổi, là những người ngồi ở băng ghế trước. Nguyên do: Ông Oulson bấy giờ đang dùng điện thoại di động để gửi text hoặc gọi cho trung tâm giữ trẻ để biết tin tức về đứa con gái ba tuổi ở đó. Hai bên lời qua tiếng lại. Theo biên bản lập khi bắt giữ, ông Reeves rút súng bắn ông Oulson ngay khi ông này đứng dậy, và đánh vào mặt ông này bằng một vật gì không rõ. Viên đạn trúng vào ngực ông Olson cũng trúng vào tay bà vợ ông này. Ông Reeves hiện phải trực diện với án tù chung thân nếu bị kết án về tội sát nhân.

Còn biết bao chuyện khác ở Mỹ. Tại Tacoma, Washington vào tháng 11 năm 2013 ông già Zesbaugh 72 tuổi bị tuyên phạt tới 6 tháng trong nhà tù sau khi

Tên thật: NGÔ TẰNG GIAO

Sinh năm 1940 tại Hà Nội. Nguyên Luật sư Tòa Thượng Thẩm Sài Gòn. Khởi viết từ 2001. Tác phẩm: Mưa Xuân (chuyển ngữ thơ Anh-Việt), (Đà Lạt Ngày Tháng Cũ (hoài niệm về Đà Lạt) và 20 cuốn sách về Phật giáo dưới pháp danh Tâm Minh (Truyện Cổ, Truyện Tiền Thân, Truyện Thiền, Cuộc Đời Đức Phật, Kinh Pháp Cú, Kinh Bách Dụ, Quan Âm Thị Kính, Mục Liên Thanh Đề, Niết Bàn, Luyện Tâm Như Chăn Trâu v.v…)

nhận tội là đã bạo hành và ác ý quấy rối hai phụ nữ. Nguyên do cũng là chuyện nổi giận khi lái xe trên đường, ông William nghĩ rằng người đàn bà kia đã lái xe cúp ngang đầu xe của ông khi quẹo xe vào một bến phà. Ông lái xe theo họ, nhấn còi ầm ỹ rồi chạy theo sau xe họ khi họ ngừng ở một bảng stop. Khi người đàn bà xuống xe, ông cầm cái gậy dùng để khóa tay lái xe và đánh bà ta. Một nhân viên bến phà nhảy ra can thiệp chấm dứt sự đả thương này.

Tại Kennesaw, Georgia vào tháng 10 năm 2013 nàng Lashayla 22 tuổi, bị truy tố về tội tấn công và giết chết sinh viên Kim Kilgore, 21 tuổi trong một buổi sáng. Nàng dùng súng ngắn bắn nạn nhân ở bãi đậu xe. Nạn nhân được chở vào bệnh viện và sau đó đã chết. Báo chí cho biết nguyên do cũng là nổi cơn giận giữ khi lái xe mà thôi (the crime began as a road rage incident).

Tại Boise, Idaho, vào tháng 11 năm 2013, chàng Fisher 35 tuổi bị truy tố về tội sát nhân khi rút súng bắn vào đầu một chàng trẻ tuổi khác, mới 25 tuổi, lúc nạn nhân trên đường lái xe về nhà sau khi tan sở. Nguyên do chỉ vì có sự đụng nhau giữa hai xe.

Tại Texas vào năm 1998 Feldman, 55 tuổi, lái xe mô tô trên xa lộ bị xe vận tải hạng nặng 18 bánh của Everett, 36 tuổi, cúp ngang. Hắn bèn bắn vài phát súng vào sau xe vận tải. Sau đó hắn nạp thêm đạn và chạy lên ngang xe tải, bắn vào Everett giết chết người này. Hắn lại còn kiểm soát thấy đúng là tài xế xe tải đã chết hắn mới lái xe mô tô bỏ đi về nhà. Trên đường về nhà, 45 phút sau, hắn trông thấy một chiếc xe vận tải 18 bánh khác của Velasquez, 62 tuổi, đang ngừng đổ săng. Không quen biết nhưng ngứa mắt, hắn lại ghé vào trạm săng và bắn 2 phát súng vào lưng giết người tài xế này. Một tuần sau Feldman lại bắn Vega khi người này đang đứng bên ngoài một quán ăn. May mà Vega sống sót. Trước tòa án, Feldman khai rõ rằng hắn bắn Everett vì nổi cơn giận khi bị Everett cúp ngang đầu xe (a result of his anger at Everett for cutting him off). Sau đó hắn bắn Velasquez chỉ vì ông này đứng cạnh cái xe 18 bánh hình ảnh này khiến hắn lại nổi sân (explode again in anger.) Feldman bị tuyên án tử hình. Án đã được thi hành (Texas executes man who killed truckers in road rage.)

Rồi đến chuyện bên Trung Quốc. Tại Beijing vào tháng 7 năm 2013 một bà mẹ để đứa con gái nhỏ 2 tuổi ngồi trên xe đẩy hàng và đứng chờ xe buýt ven đường. Li Ming lái chiếc xe hơi chở Han Lei, 39 tuổi, tới nơi và muốn đậu xe vào chỗ đó. Không được nhường chỗ nên xảy ra cãi lộn. Han Lei nhảy xuống xe, đánh người mẹ ngã xuống đất, túm lấy đứa bé trong chiếc xe, nâng lên khỏi đầu và ném đứa bé xuống đất. Em bé bị thương nặng và được chở vào bệnh viện nhưng qua đời vài ngày sau đó. Han Lei chạy trốn nhưng rồi bị bắt. Toà xử Han Lei về tội sát nhân và tuyên án tử hình. Tòa Án Tối Cao sẽ duyệt xét lại bản án này theo luật. Li Ming lái xe cho Han chạy trốn khỏi nơi đó nên bị 5 năm tù về tội che giấu người phạm tội.

Còn tại Việt Nam thời cũng quá nhiều chuyện sân hận. Tháng 9 năm 2013 tại quận Thanh Xuân, Hà Nội, ông Phúc, sinh năm 1950 và vợ là bà Loan có mâu thuẫn cãi nhau về việc chồng vứt lọ mắm tôm của vợ vào thùng rác bốc mùi khó chịu. Vợ đã nặng lời mắng chửi chồng về việc làm này. Sau khi cãi nhau với chồng, vợ vào nhà vệ sinh đánh răng, rửa mặt chuẩn bị đi ngủ. Lúc này ông Phúc quá tức giận, đã cầm một chiếc búa đinh thường xuyên để dưới gầm tủ quần áo, đập liên tiếp 4 nhát vào đầu vợ, khiến bà Loan tử vong tại chỗ.

Tại Hưng Yên, tháng 5 năm 2012 sau cuộc cãi vã, vợ và con của Thắng (sinh

năm 1964) giận dỗi bỏ về nhà bố mẹ đẻ. Thắng ấm ức đạp xe sang đó tìm nhưng không thấy. Chỉ có một mình ông Ứng là bố vợ. Thắng hỏi bố vợ nhưng bố vợ không trả lời. Sau vài câu nói, Thắng và bố vợ đã lời qua tiếng lại và xảy ra mâu thuẫn, cãi cọ nhau. Trong lúc nóng giận Thắng đã chạy xuống nhà bếp lấy con dao gọt hoa quả đâm liên tiếp vào đầu, tay, cổ và lưng ông Ứng. Do bị đâm trọng thương, mất máu nhiều nên nạn nhân đã tử vong ngay sau đó.

Ở tỉnh Lâm Đồng, Đà Lạt vào tháng 10 năm 2006 nhà của Công bốc cháy thiêu rụi tất cả bên trong. Cháu Nhựt, 1 tuổi, lồm cồm bò, khóc ngất dưới nền gạch với những vết bỏng nặng nơi mặt và thân thể. Cháu được bồng ra đưa đi cấp cứu nhưng chết vì vết thương quá nặng. Nguyên nhân vụ cháy là do Thùy, vợ của Công. Gần đây giữa vợ chồng thường xảy ra mâu thuẫn, gây gổ cãi vã. Hôm ấy vợ chồng cãi nhau Thùy bỏ mặc con nằm khóc, sang nhà mẹ chồng chửi chồng một trận rồi về viết đơn ly dị. Công không ký bỏ đi, Thùy ở nhà với con và trong cơn sân dữ dội người mẹ đành lòng đốt nhà giết con, một cái chết thương tâm.

Năm 2012 trong một phút nông nổi, Trần Minh Công đốt nhà khiến mẹ bị chết. Chỉ vì tức giận nhất thời mà đứa con được cho là xưa nay hiếu thảo đã gây họa cho gia đình. Sau khi cân nhắc, tòa án Thành phố Đà nẵng đã tuyên phạt Công chín năm tù về tội giết người.

Trãi, 48 tuổi, và chị A. sống chung từ năm 2004. Đến năm 2010, hai bên mâu thuẫn nên chị A. đuổi Trãi. Bực tức vì vừa mất việc và không còn chỗ ở (nhà bán, trả nợ bài bạc cho chị A.), ngày 26.5.2010 Trãi mua xăng đem đến tạt vào người chị A. khi chị này đang đứng gần bếp nên xăng bắt lửa gây bỏng nặng và tử vong sau đó. Trãi cũng bị bỏng nặng hai tay. Tòa án tại Sài Gòn tuyên giảm án cho Trãi từ tử hình còn chung thân vì nguyên nhân một phần lỗi xuất phát từ những cư xử không đúng của chị A.

Sau thời gian quen biết Tây, 23 tuổi, cùng chị T. dọn về sống chung như vợ chồng tại một phòng trọ. Cuộc sống đôi khi cũng có những xích mích, nảy sinh cãi vã. Một hôm tức giận, Tây dùng tay đập mạnh làm cửa kính bị vỡ, sau đó bỏ đi ra ngoài với bạn bè cho hả cơn nóng giận. Khuya đó, Tây về phòng, những tưởng T. sẽ im lặng nhưng T. cứ lèo nhèo mãi khiến Tây lớn tiếng quát bắt im đi. Được đà, chị T. tiếp tục tuôn lời thách thức. Tức giận, Tây tát vào mặt chị T. một cái trời giáng. Bị vợ phản đòn, Tây quật ngã vợ xuống sàn nhà rồi bóp cổ đến khi vợ gục hẳn. Toà tuyên án chung thân về tội "giết người". Tây chống án. Tòa phúc thẩm, bác kháng cáo, và tuyên y án.

Chỉ điểm qua một số những bản tin trên, chúng ta thấy khi cơn sân hận nổi lên con người dễ phạm tội. Dù là trẻ hay già, dù là nam hay nữ, dù là thân hay sơ, dù là Âu hay Á, dù Đông phương hay Tây phương… Báo chí khắp nơi đăng tải dài dài mãi thôi!

---------oOo----------

"Sân" là cơn giận, lòng giận dữ, nóng nảy, thù hận khi đối diện với một người hay một điều kiện không vừa lòng, không được thỏa thích như ý muốn, bất bình vì bị xúc phạm… nhân đó làm những chuyện sai trái. Sau cơn giận thời giữ lại lòng oán ghét tìm dịp mà trả thù. Hầu như ai cũng từng nổi giận, trong một thời điểm nào đó, với một mức độ nào đó.

Sân hận là biểu hiện cho năng lượng của tâm khi tham ái không được thoả mãn. Sở dĩ sân hận sinh khởi là do lòng yêu thích "cái ta" hay thích "cái của ta". Nếu người ta mắng nhiếc, chê bai kẻ nào khác thời ta không thấy giận, nhưng nếu ai chửi bới hoặc khiển trách ta hay người

thân của ta, hoặc làm tổn hại tài sản của ta lập tức ta cảm thấy khó chịu ngay. Khi khó chịu tăng dần thời sẽ trở thành nóng giận. Sân hận là cánh cửa mở vào địa ngục vì nó dẫn đến sự huỷ diệt bản ngã. Nhưng nên nhớ rằng trên đời này không ai tránh khỏi bị khiển trách, bị chê bai, khó tránh khỏi miệng thế gian như Đức Phật đã từng đưa nhận xét trong Kinh Pháp Cú:

(Pháp Cú 227)
Người con Phật hãy nghe đây
Chuyện không phải chỉ đời này mà thôi
Từ đời xưa đã nói rồi:
"Làm thinh thời sẽ có người chê bai,
Nói nhiều cũng bị chê hoài,
Dù cho nói ít cũng người chê thôi".
Làm người không bị chê cười
Thực là chuyện khó ở nơi cõi trần.

Trong quá khứ, trong tương lai và trong hiện tại chưa hề có người nào bị tất cả mọi người chê bai hay được tất cả mọi người khen ngợi, đúng như lời Đức Phật dạy:

(Pháp Cú 228)
Ở đời toàn bị chê bai
Hay toàn nghe tiếng người ngoài khen ta
Từ xưa chẳng thấy xảy ra,
Tìm trong hiện tại thật là khó sao,
Tương lai cũng chẳng có nào.

Nhưng vì bị chê bai mà nổi sân thời tai hại vô cùng vì lúc nóng giận thì con người không còn đủ bình tĩnh để tự kiểm soát hành vi và ngôn ngữ của mình. Khi sân hận phát khởi, nó có khả năng hủy hoại công đức và tâm an lạc. Kinh Hoa Nghiêm có nói: "Một niệm lòng sân hận nổi lên, thì trăm ngàn cửa nghiệp chướng đều mở ra." Và: "Một đốm lửa sân, có thể đốt hết muôn mẫu rừng công đức." Đức Phật khuyên: "Hãy từ bỏ nóng giận thì phiền não sẽ không đến với các ngươi."

Phải tu tâm để đạt tới "vô sân". Vô sân là không nóng nảy, hết giận hờn. Chúng sinh bị qua nhiều kiếp sinh tử luân hồi chính vì không thắng nổi lòng sân. Chư Phật được tự tại, giải thoát, là do dứt trừ được lòng sân tận gốc. Điều khó nhất là diệt trừ phẫn nộ ngay từ trong tâm. Khi tâm chúng ta không còn nghĩ đến giận hờn thì tự nhiên cơn phẫn nộ sẽ không bộc phát.

Trong khi đốn cây để cất tịnh thất cho mình, thầy Tỳ kheo nọ vô tình làm tổn hại đến cái chồi non của một vị thần cây. Vị này nổi giận, muốn giết thầy nhưng kịp nghĩ suy nên kiềm chế được cơn sân hận của mình đang phát sinh. Đức Phật tán dương và dạy:

(Pháp Cú 222)
Khi cơn giận dữ bùng ra
Ai mà ngăn được mới là người hay
Giỏi như hãm lại được ngay
Chiếc xe đang chạy chở đầy, phóng nhanh,
Nếu không thì bản thân mình
Cầm cương hờ hững tài tình gì đâu.

Đại đức Mục Kiền Liên hỏi thăm nhiều vị Trời nhờ công đức gì mà được tái sinh vào cảnh trời. Các vị này kể ra những hành động xem ra có vẻ không quan trọng lắm như chân thật, nhẫn nại và bố thí v.v… Khi ngài Mục Kiền Liên bạch hỏi Đức Phật, vậy những hành động tuy nhỏ nhưng tốt lành có thể nào dẫn đến các cõi trời không, Đức Phật dạy:

(Pháp Cú 224)
Nói lời chân thật luôn luôn,
Dẹp cơn nóng giận dỗi hờn khó coi,
Dù ta có ít của thôi
Cũng chia bố thí cho người đến xin,
Nhờ ba việc tốt lành trên
Đưa ta đến cõi chư thiên, cõi trời.

Giảng về quả phúc của người cúng dường đến bậc hoàn toàn thanh tịnh, Đức Phật dạy rằng cỏ dại làm hại ruộng vườn, thời lòng sân hận cũng làm hại loài người. Vì vậy, người nào diệt hết lòng sân hận thì người đó đáng được ngưỡng vọng và khâm phục:

(Pháp Cú 357)
Cỏ hoang làm hại ruộng vườn
Lòng sân gây hại nhiều hơn cho người,
Ai lìa sân hận được rồi
Cúng dường vị ấy chẳng nơi nào bằng
Hưởng về phước báu vô vàn.

Voi là một con vật quan trọng hàng đầu trong số những thú vật được con người huấn luyện để sử dụng. Giống như voi, với sức mạnh có thể bứng gốc một thân cây, quấn vòi quanh thân cây ấy để mang đi dễ dàng, Đức Phật dạy rằng con người cũng có thể tạo cho mình tiềm lực vật chất, nghị lực tinh thần, lòng kiên nhẫn và sức mạnh, chẳng khác một con voi thuần thục. Luyện được lòng nhẫn nhục mới là khó:

(Pháp Cú 321)
Luyện voi dự hội, tài thay
Luyện voi vua cưỡi cũng hay vô cùng,
Nhưng mà nếu luyện được lòng
Luôn luôn nhẫn nhục, chẳng còn nổi sân
Khi nghe phỉ báng bản thân
Mới là điêu luyện, muôn phần tài hơn.
Đức Phật dạy rằng tự chế ngự được mình mới là điều rất quý và người chịu cố gắng, đủ nhẫn nại để tự huấn luyện mình thời cũng sẽ được hưởng kết quả tốt lành như người đã khéo huấn luyện các con thú vật như la, ngựa và voi. Con người thuần thục, giới đức trang nghiêm là hơn tất cả:

(Pháp Cú 322)
Con la được huấn luyện qua
Trở nên thuần tánh, tỏ ra tốt lành,
Ngựa nòi sinh chốn sông xanh
Sau khi huấn luyện, trở thành ngựa hay,
Voi ngà to lớn quý thay
Sau khi huấn luyện voi này tuyệt luân,
Con người nếu chính bản thân
Tự mình thuần hóa được luôn chính mình
Mới là người thật tài tình!

Đức Phật khuyên chúng sinh hãy từ bỏ cả tham lẫn sân. Ngài ví một chiếc thuyền như thể xác, như tấm thân con người do năm uẩn tạm hợp. Thân này sẽ tan rã vì vô thường, nên xét kỹ thời thấy nó quả thật trống không. Nước trong thuyền là những tư tưởng xấu cần diệt trừ. Tát cho khô nước tức là dập tắt ngay lửa tham sân. Khi thuyền khô cạn nước thời thuyền trở nên nhẹ nhàng để mau chóng qua bờ. Thân tâm dẹp sạch tham dục và sân hận thời trở nên thanh tịnh, đó là điều kiện tốt để sớm chứng được cảnh Niết Bàn:

(Pháp Cú 369)
Tỳ Kheo tát nước thuyền này
Thuyền không nhẹ nhõm xuôi ngay theo dòng,
Tham và sân trừ diệt xong
Thân này cũng nhẹ thoát vòng nhiễm ô
Niết Bàn mau chóng qua bờ.

Sân hận là tình trạng bất ổn của tâm. Đối với Phật giáo, hoàn toàn không có cái gọi là sân hận chánh đáng. Sự sân hận, dù ở mức độ nhẹ nhất cũng là bất ổn. Nó được xem như thuốc độc gây hại cho "tâm". Đức Phật kêu gọi chúng ta lấy tình thương báo đáp thay vì thù hận. Lấy oán báo oán thời oán ấy chất chồng. Lấy ân báo oán thời oán ấy mới tiêu tan. Khi sân hận có mặt thì hạnh phúc không thể hiện diện trong tâm. Nếu chúng ta muốn thế giới này bớt bạo động và trở nên nhân ái hơn, thời trước hết chúng ta phải đến với người bằng lòng nhân ái, phải an hoà và trầm tĩnh. Đức Phật từng dạy:

(Pháp Cú 5)
Khắp nơi trong cõi dương gian
Hận thù đâu thể xua tan hận thù
Chỉ tình thương với tâm từ
Làm tiêu oán hận, giải trừ hờn căm
Đó là định luật ngàn năm.

Khuynh hướng của con người là mong cầu hạnh phúc và loại bỏ đau khổ nên chúng ta nên tu tập để diệt trừ tâm sân hận. Đó không phải là vấn đề cá nhân mà còn là vấn đề xã hội, bởi vì nếu chúng ta muốn thay đổi xã hội, trước hết hãy thay đổi chính mình. Phật thuyết: "Vì vậy, các ngươi phải rèn luyện chính bản thân mình". Ngài nói tiếp: "Nếu tâm bình thì ác khẩu không khởi, tâm chỉ còn niềm cảm thông trọn vẹn và cởi mở, một tấm lòng đầy từ ái, không còn chi phối bởi bất cứ ác nghiệp nào. Với tâm từ bi rộng lớn, sâu thẳm vô biên, ta sẽ cảm hoá những kẻ ác nghiệp thoát khỏi sân hận và oán thù".

Theo Kinh "Thập Thiện Nghiệp Đạo" người nào không nổi sân, thì tâm không khổ não, tâm không tranh giành, tâm nhu hòa ngay thẳng, tâm từ bi như Phật, thường làm lợi ích yên ổn cho các chúng sinh, thân tướng trang nghiêm được chúng sinh tôn kính và vì có đức nhẫn nhục nên sẽ được mau sinh lên cõi Phạm Thiên. Khi nói về hậu quả của sự giận dữ, tác phẩm "Hành Hạnh Bồ Tát" có ghi mấy câu:

"Bao nhiêu công đức tốt đẹp
Tích lũy trong một ngàn kiếp
Như bố thí, cúng dường chư Phật
Tất cả đều tiêu tan trong một cơn giận dữ."

----------oOo----------

Đức Đạt Lai Lạt Ma từng nói: "Không ai cảm thấy hạnh phúc khi tâm mình nổi cơn giận dữ. Bao lâu trong lòng chúng ta còn chứa đầy sự thù hận, thì sẽ không bao giờ có hạnh phúc lâu dài. Để đạt được sự an lạc, thanh bình và chân thực, chúng ta cần phải chế ngự tính giận dữ và phát triển tình thương với cõi lòng rộng mở." (How To Practice The Way To A Meaningful Life.) Ngài cũng dạy rằng: "Giận dữ và lòng sân hận chính là kẻ thù của chúng ta. Chúng là những ác tính cần phải khắc phục và loại bỏ, không chỉ nhất thời, mà phải thường xuyên liên tục trong suốt cả cuộc đời của chúng ta." "Không hành động tội lỗi nào có thể so sánh với tánh sân hận như là một trở ngại và chướng duyên đối với chúng ta trên bước đường tu tập."... "Không ai nổi cơn giận dữ mà có được tâm bình an. Cho nên tánh nóng giận là kẻ thù dẫn đến nhiều hậu quả tai hại..." (The Joy of Living and Dying in Peace.)

Có truyện kể rằng: Một hôm, một vị samurai đến thu nợ của người đánh cá. Người này nói: "Tôi xin lỗi, nhưng năm vừa qua thật tệ, tôi không có đồng nào để trả Ngài." Vị samurai nổi nóng, rút kiếm ra định giết người đánh cá. Nhanh trí, người này nói: "Tôi cũng đã học võ và sư phụ tôi khuyên không nên đánh nhau khi đang tức giận." Vị samurai nhìn người đánh cá một lúc, sau đó từ từ hạ kiếm xuống. "Sư phụ của ngươi rất khôn ngoan. Sư phụ của ta cũng dạy như vậy. Đôi khi ta không kiểm soát được nỗi giận dữ của mình. Ta sẽ cho ngươi thêm một năm để trả nợ và lúc đó chỉ thiếu một xu thôi chắc chắn ta sẽ giết ngươi."

Vị samurai trở về nhà khá muộn. Ông nhẹ nhàng đi vào nhà vì không muốn đánh thức vợ, nhưng rất bất ngờ khi thấy vợ mình và một kẻ lạ mặt mặc quần áo samurai đang ngủ trên giường. Nổi điên lên vì ghen và giận dữ, ông nâng kiếm định giết cả hai, nhưng đột nhiên lời của người đánh cá văng vẳng bên tai: "Đừng hành động khi đang giận dữ." Vị samurai ngừng lại, thở sâu, sau đó cố tình gây ra tiếng động lớn. Vợ ông thức dậy ngay lập tức, kẻ lạ mặt cũng vậy, hoá ra đó chính là mẹ ông. Ông gào lên: "Sao lạ vậy. Suýt nữa con đã giết cả hai người rồi!" Vợ ông giải thích: "Vì sợ kẻ trộm lẻn vào nhà nên thiếp đã cho mẹ mặc quần áo của chàng để dọa chúng."

Một năm sau, người đánh cá gặp lại vị samurai và phấn khởi nói: "Năm vừa qua thật tuyệt vời, tôi đến để trả nợ cho Ngài đây, có cả tiền lãi nữa". Vị samurai trả lời: "Hãy cầm lấy tiền của ngươi đi. Ngươi đã trả nợ cho ta rồi!"

Một chuyện khác kể rằng: Jato, vị thầy

dạy các hoàng tử của Hoàng Đế, ông nhận thấy cậu con trai lớn tuổi nhất thường nổi cơn giận dữ, và việc này tỏ ra nguy hiểm trong cuộc đời sau này, vì chàng hoàng tử này sẽ đứng ra kế vị ngai vàng và quân đội cho vị cha già nua của chàng. Một hôm, trong lúc cậu trai đang nổi giận, Jato kéo cậu đến gần một bụi hoa và dúi bàn tay chàng hoàng tử vào một đám ong đang ăn cho đến khi một con ong chích vào cậu bé.

Cậu hoàng tử quá ngạc nhiên, không dè lại có người dám đối xử với cậu một cách thô bạo như thế nên cậu ngưng ngay cơn giận. Ôm bàn tay nhức nhối cậu la lớn lên với Jato, "Con sẽ mách phụ vương."

"Khi nào mách phụ vương, hoàng tử nhớ kể chuyện này luôn…"

"Chuyện gì vậy?"

"Hãy nhìn con ong kìa."

Cả hai thầy trò nhìn con ong quằn quại trên một chiếc lá, ruột bị tuôn rách ra theo ngòi chích. Họ theo rõi con vật đau đớn cho đến khi nó chết.

"Đó là cái giá của sự giận dữ," Jato nói. Tối hôm đó, cậu trai kể chuyện lại cho vua cha nghe. Vua ban cho Jato một thỏi vàng. Cậu bé, khi lên ngôi hoàng đế, nổi danh với lối phán xét trầm tĩnh và tự chủ, không nổi sân. Đức tính này về sau tỏ ra hữu ích vô cùng trong suốt thời gian hoàng đế trị vì kéo dài, trải qua các giai đoạn rối loạn.

Trong sách giáo khoa dạy các học trò nhỏ tuổi ở bậc Tiểu Học tại Việt Nam trước kia cũng từng đưa ra những lời khuyên dạy về lòng sân hận, thù hằn. Một chuyện với tiêu đề "Không nên báo thù" kể rằng: Một hôm, một người hào phú có chuyện lôi thôi với một người thợ. Đang cơn tức giận, người hào phú lấy hòn đá ném người thợ. Người thợ nhặt hòn đá cất đi một chỗ, nghĩ bụng rằng: "Thế nào cũng có lúc tao lấy hòn đá ném được vào đầu mày." Cách ít lâu sau, người hào phú chẳng may cửa nhà sa sút, của sạch không, phải đi ăn xin.

Một hôm, người thợ trông thấy người ấy ăn mặc rách rưới, đi qua trước cửa, vội vàng chạy đi lấy hòn đá, định để ném lại. Nhưng khi tay đã cầm hòn đá, anh ta lại nghĩ rằng: "Người ấy lúc còn giàu sang mà ta báo thù thì là dại, bây giờ người ấy khổ sở mà ta báo thù thì là hèn. Thôi, ta không nên báo thù." Rồi quẳng hòn đá xuống ao.

Nguyện cho tất cả chúng sinh nhổ bật hết mọi cội rễ sân hận và oán thù để trở thành hiện thân của tình thương bao la, trí tuệ và bi mẫn trong một cuộc sống đầy an lạc!

8 International Market

CÓ CÁC LOẠI THỰC PHẨM VIỆT NAM - ẤN ĐỘ - PHI LUẬT TÂN - LÀO




NGÔI CHỢ LÝ TƯỞNG CHO NGƯỜI VIỆT TẠI VÙNG PHOENIX

ĐẦY ĐỦ CÁC LOẠI THỰC PHẨM Á ĐÔNG:

- Thịt, Cá, Rau tươi
- Đầy đủ các loại gia dụng
- Đủ các mặt hàng tươi và khô
- SEAFOOD: Tôm, Cá, Cua tươi
- Phẩm chất, Tươi tốt!

(602) 841-3500

3557 W. Dunlap Ave, Phoenix AZ 85051
(Góc đường 35 Ave/Dunlap Ave)

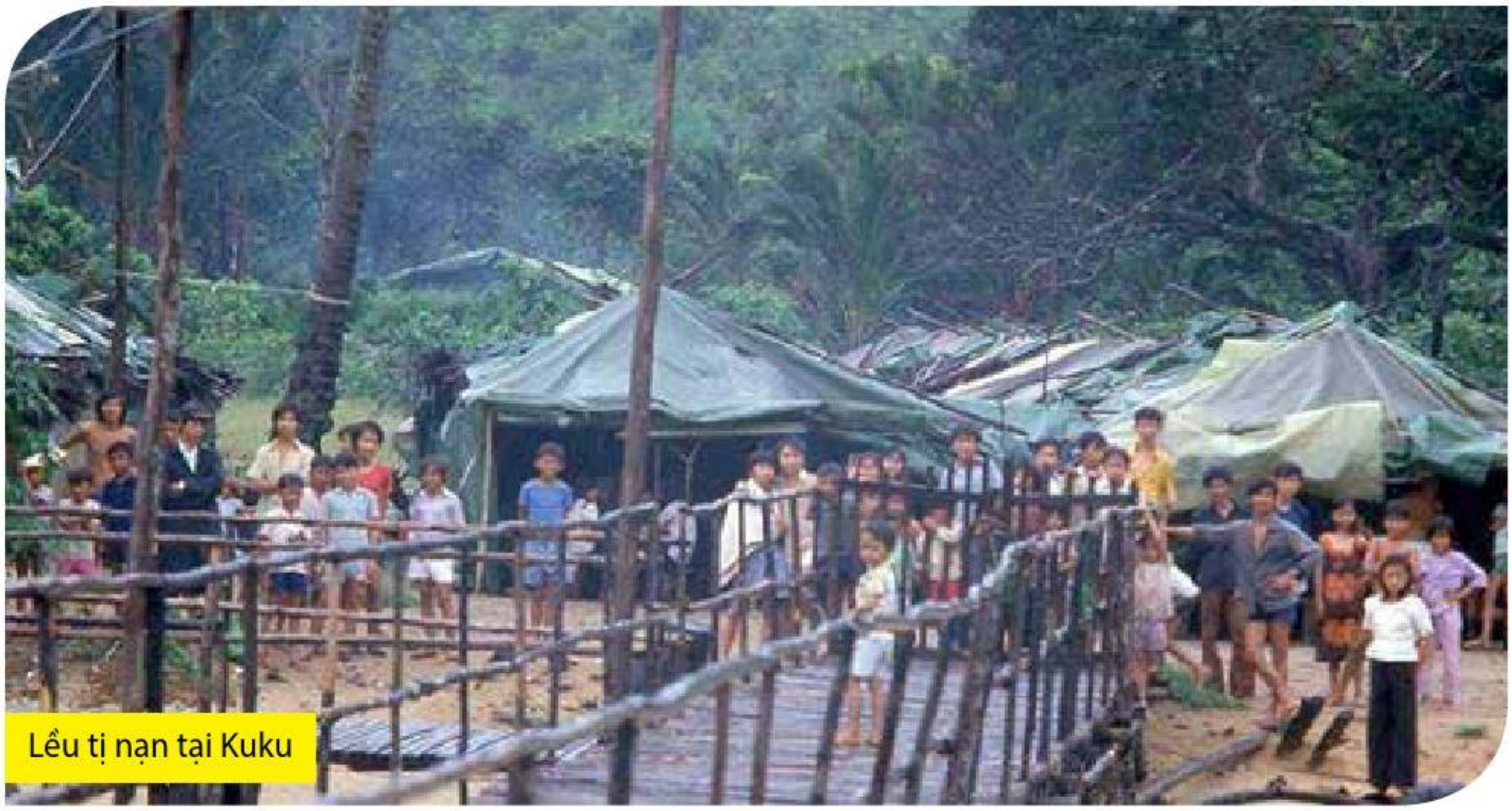
GIỜ MỞ CỬA:
Thứ hai đến thứ bảy: 09:00 am – 08:30 pm
Chúa nhật: 09:00 am – 08:00 pm

SALE

RAU CẢI TRÁI CÂY, THỊT CÁ VỀ TIỆM
MỖI TUẦN 2 LẦN VÀO THỨ BA VÀ THỨ SÁU
ĐỂ HÀNG LUÔN TƯƠI TỐT PHỤC VỤ QUÝ KHÁCH.

GIẢM GIÁ
10%

designed by: www.NPDAdesigns.com 404-955-836



Lều tị nạn tại Kuku

Lá Vệ Sinh

Nguyễn Ngọc Duy Hân

Hôm rồi dự tiệc Sinh Nhật một người bạn, tình cờ chúng tôi gặp lại vài người bạn cũ ở cùng trại tị nạn tại Nam Dương hồi xưa. Chúng tôi vui lắm nhắc lại nhiều chuyện cũ, cho biết tin ai còn ai mất, ai đã định cư nơi nào và sinh hoạt, thành công ra sao. Chúng tôi cũng nhắc tới Linh Mục Dominici, nhắc tới báo quán Tự Do với những cuốn báo, cuốn kỷ yếu thực hiện vào lúc ấy cũng như những bài hát mà đài phát thanh đã cho nghe đến nỗi hầu như ai cũng thuộc lòng. Riêng có một chi tiết nhỏ ở hòn đảo Kuku - gần trại tị nạn Galang, khoảng năm 1981 - mà tôi vẫn nhớ, nhưng hôm đó tôi mắc cỡ không dám đề cập tới. Hôm nay vui vui tôi sẽ cố gắng kể lại, coi như một dịp để ôn lại đoạn đời tị nạn đã qua - hơn 30 năm rồi còn gì!

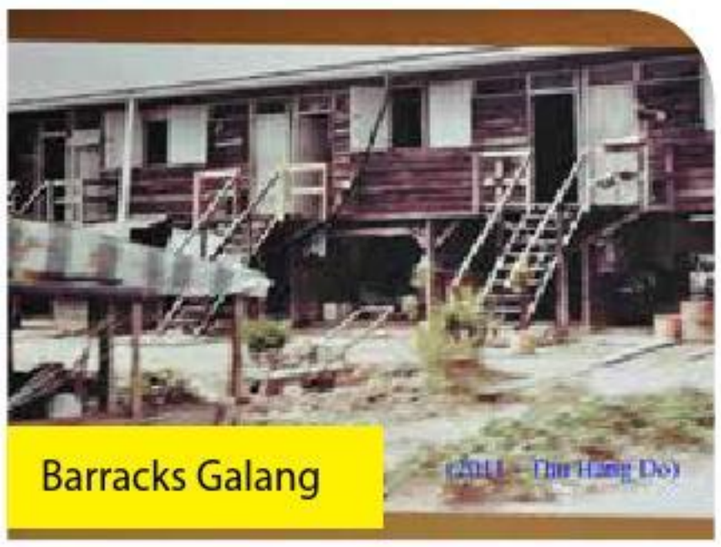
Số là khi vượt biên rời Việt Nam, thuyền chúng tôi may mắn được đưa vào hòn đảo tạm cư tên là Kuku thuộc nước Nam Dương (Indonesia). Vừa tìm lại được cảm giác an toàn khi đến bến bờ tự do, biết mình đã thoát khỏi gông cùm Cộng Sản, lại nhìn thấy đảo Kuku thật đẹp với biển xanh và những hàng dừa thơ mộng nên chúng tôi vui lắm. Cả tàu có 56 người, bé nhất là cháu trai gọi tôi là cô lúc đó chỉ mới 3 tháng, nhờ nó mà cả tàu được cứu vớt.

Trên chuyến hải trình, sau khi bị công an Việt Nam cướp của rồi thả đi chứ không bắt về bỏ tù, chúng tôi trôi dạt tới hải phận quốc tế rồi gặp tàu Tây Đức đi ngang qua. Họ không muốn rắc rối nên chỉ cho thức ăn nước uống để đi tiếp. May quá một người nhanh trí đã ẵm cháu tôi giơ lên cao cho người Đức thấy. Có lẽ vì thương trẻ em cùng với con thuyền bé nhỏ mong manh trên biển cả, họ bảo chúng tôi đục cho tàu ngập nước, rồi gọi về cho cấp trên nói là chúng tôi đang chết chìm nên phải cứu. Chao ôi là mừng, và tàu họ chở chúng tôi tới nơi tạm cư. Chúng tôi thật may mắn vì biết bao nhiêu người đã bị cướp biển, bị cưỡng hiếp, đói khát hoặc chôn thây trong bão tố.

Kuku lúc đó có khoảng vài ngàn người tị nạn như chúng tôi, ngày ngày nhận cơm do Cao Ủy Tỵ Nạn Liên Hiệp Quốc cung cấp, chờ được đưa tới trại tị nạn chính thức là Galang để học tiếng Anh và huấn nghệ rồi sẽ đi định cư ở nước thứ ba. Cơm Cao Ủy là một bịch ny-lông gồm gạo, đồ hộp phát cho mỗi người ăn

Thuyền vượt biên

Chùa Galang



Barracks Galang

trong nguyên tuần. Tôi đi vượt biên với hai gia đình anh chị, đa số là con gái nên ăn tạm đủ no, chứ nhiều thanh niên ăn thiếu chịu đói rất tội nghiệp.

Ăn cơm và đổ hộp khô khan thiếu rau xanh, ấy thế nhưng việc đi tiêu vẫn là nhu cầu cần thiết. Trại Kuku chỉ thiết kế sơ sài nên nhà cầu là những tấm vách làm bằng lá khô ghép lại tại một góc biển, "ấy" xong không cần giật nước như toilet bây giờ, mà sóng biển sẽ tự động cuốn trôi và giải quyết "nó" một cách gọn ghẽ. Thế nhưng chuyện lau chùi sau khi xong việc mới thật là vấn đề, vì lúc ấy Cao Ủy không hề phát giấy vệ sinh! Giấy báo, giấy viết cũng là xa xí phẩm, người rủng rỉnh tiền có thể mua giấy vệ sinh tại một tiệm nhỏ do người Nam Dương bán, nhưng "con bà phước" như chúng tôi thì bó tay. Được cái trại bao bọc toàn là cây xanh, cây nào cây nấy lá to và mềm mại, nên chỉ cần hái một nắm là giải quyết chuyện lau chùi tốt đẹp. Công nhận ai là người đầu tiên nghĩ ra việc dùng lá này thật đáng khen thưởng.

Căn lều tạm cư của chúng tôi ở cuối con đường mòn, gần nhà vệ sinh công cộng. Mấy dì cháu chúng tôi "quởn" lắm vì chưa có việc gì làm, thỉnh thoảng được Cao Ủy cho vài bộ quần áo to tướng của Mỹ thì đem cắt xén, sửa lại thành áo quần nhỏ để mặc. Dì cháu chúng tôi đang là học sinh, sinh viên có bao giờ may vá đâu, nhất là cả nhà chỉ có một cây kim, bà chị bảo không khéo làm gẫy kim là ... có chuyện. Chúng tôi cũng không có kéo, cắt áo bằng con dao rất cùn, ấy thế mà cuối cùng vẫn có áo mới mặc. Chiều chiều nấu cơm ăn xong dì cháu tôi ngồi hóng gió xây mộng tương lai, xem ông đi qua bà đi lại, mà đi ngang lều tôi thì chỉ là để viếng "lăng Bác Hồ", chứ có lẽ chẳng còn lý do nào khác.

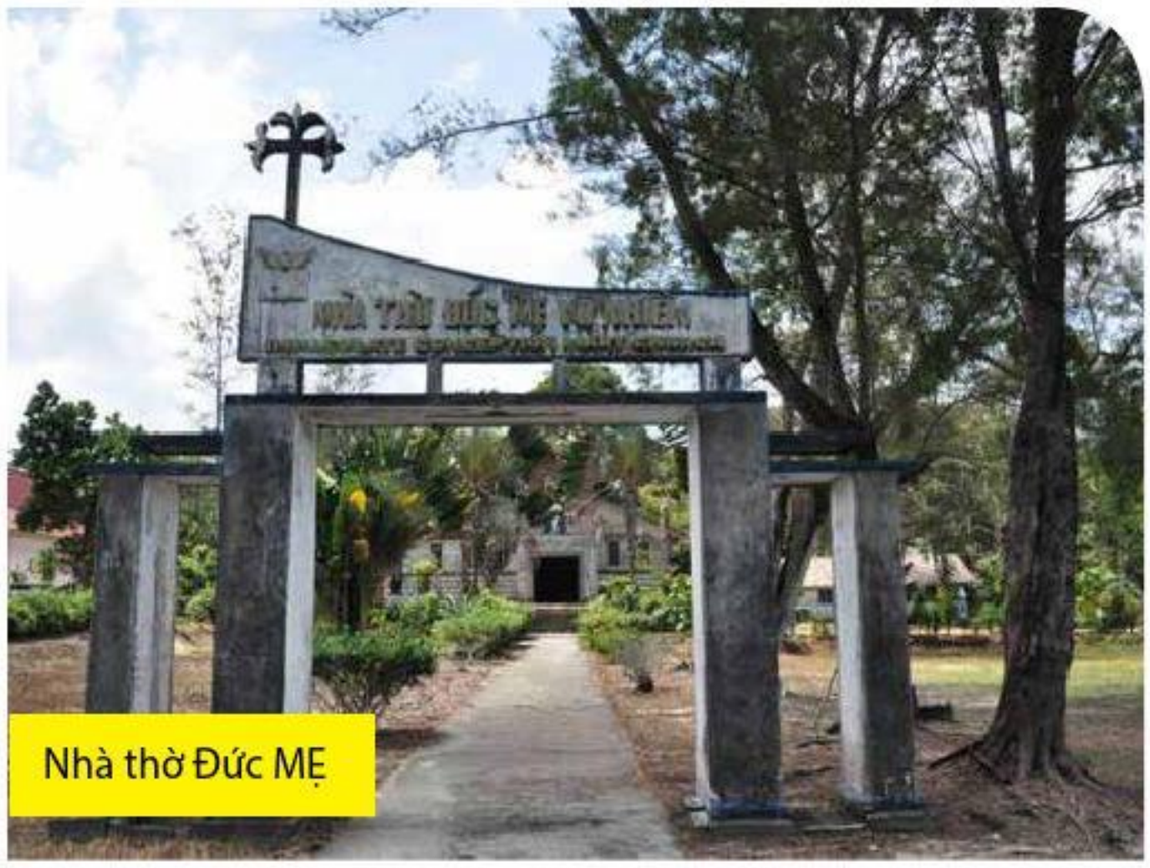
Chúng tôi để ý thấy có một thanh niên trẻ dáng cao, "*đôi mắt buồn vời vợi*" hay đi ngang mỗi buổi chiều. Anh chắc trạc tuổi tôi, tức là lúc ấy khoảng trên hai mươi. Đứa cháu gái đặt cho anh biệt danh là "Lucky Luke" vì anh có mái tóc dài bờm xờm trước trán trông khá giống nhân vật trong truyện hoạt họa này. Anh cẩn thận lắm, nhìn quanh quất không thấy ai rồi mới nhảy thót lên chộp vài cái lá, rồi tiến về phía nhà vệ sinh, nhưng chúng tôi ngồi trong lều nhìn ra thấy rõ mồn một.

Hôm đó anh đi ngang - một ngày như mọi ngày - tôi giả vờ không thấy nhưng con cháu nhỏ của tôi tự nhiên lên tiếng:
- Chú đi đâu đó, chú vào đây chơi!
Anh ngập ngừng chưa biết trả lời sao thì con bé lại ngây thơ hỏi tiếp:
- Tay chú cầm gì vậy, chú bỏ xuống, ăn bánh bột chiên dì cháu mới làm!
Trời ơi, tôi xấu hổ không biết chạy đi đâu trốn. Anh đang cầm mấy cái lá xanh mướt dù đã cuộn tròn trong tay nhưng vẫn không dấu hết được. Anh ngượng thì chớ, mà tôi lại càng "quê" hơn, chúng tôi "*nhìn nhau mà lệ ứa*" không biết phải nói gì, làm gì. Con cháu tôi sao lại vô duyên tệ, tự nhiên chặn người ta lại rồi hỏi câu trớ trêu như vậy. Mấy đứa cháu khác bên trong cũng không nhịn được cười khúc khích. Tôi ấp úng nói vài câu vu vơ rồi giả vờ bận rộn bỏ vào trong. Lucky Luke cũng không dám tiến về nhà cầu, quay ngược về khu lều mình và từ đó không thấy đi ngang căn lều tạm cư của chúng tôi nữa.

Một cô cháu lớn suy luận:
- Cả tuần nay không có chuyến nào đi Galang, vậy là ông Lucky Luke vẫn còn ở đây, nhưng khang thể táo bón quá lâu như vậy, ông làm sao để giải quyết "vụ việc"?

Đứa cháu khác nhanh nhẩu trả lời:
- Đầu trại bên kia có thêm một nhà cầu khác, vậy là ông ấy chịu đi xa để tránh không gặp dì cháu mình nữa. Tội nghiệp, nếu bất ngờ chột bụng không đi xa được thì làm sao?

Rồi chúng tôi cũng rời Kuku sau mấy tuần tạm trú, được chuyển sang Galang để học Anh Văn chuẩn bị đi Mỹ. Ở Galang thì điều kiện tốt hơn, có nhà cầu



Nhà thờ Đức MẸ

dội nước, có trung tâm Youth Center sinh hoạt, có Nhà Thờ và Chùa, có hàng quán và được mệnh danh là "Ngưỡng Cửa của Tự Do và Tình Người".

Sau đó, chúng tôi định cư ở Cali, dù gặp bao nhiêu khó khăn, chúng tôi ít nhiều cũng học hành nên người trên xứ cờ Hoa, nhất là các cháu của tôi. Nhớ ngày nào còn ở trại tị nạn ốm đói, dòm ngó nhau từng miếng ăn, nay đứa là kỹ sư, đứa là bác sĩ, con cái đùm đề, không biết có đứa nào còn nhớ chuyện lá vệ sinh năm xưa. Anh chàng Lucky Luke bây giờ chẳng biết định cư nơi nào, có thể cũng đã là kỹ sư bác sĩ và cái thời phải dùng lá vệ sinh chắc cũng đã phai mờ trong tâm trí.

Riêng tôi thì lại thấy không dễ dàng quên được những ngày tháng cơ cực tại quê nhà, tại trại tị nạn ngày nào. Hồi ấy dù không có máy chụp hình, nhưng trong tâm trí tôi hình ảnh căn nhà gỗ xưa tại Tây Ninh - nơi tôi sanh ra - hình ảnh Kuku, trại tị nạn Galang với những "barrack" nối dài vẫn rõ như in. Ngày nay, dù may mắn có xe có nhà, có tự do tôi vẫn không quên chuyện cũ. Tôi phải luôn nhớ để biết mình là ai, nguồn gốc từ đâu để biết thương xót những người nghèo khổ, những kẻ không may mắn vượt thoát được như mình, cũng như quan tâm đến vận mạng đất nước trước sự tàn hại của nạn Cộng Sản, và âm mưu thôn tính của Tàu Cộng.

Mà nghĩ cho cùng, nếu vì thiếu thốn mà phải xài lá thay vì giấy vệ sinh, thì đã có gì là xấu. Xấu chăng là những người giàu có sung sướng, nhưng tư cách không ra gì, tệ hơn nữa là những kẻ bán nước hại dân, sâu mọt trong xã hội. Nghe nói tại Việt Nam ngày nay có những "Đại gia" trưng bày giấy vệ sinh dát vàng sang trọng trong phòng tắm, hoặc xài các loại giấy in màu mè kiểu cọ mắc tiền. Xài giấy đi cầu sang trọng làm gì trong khi liêm sĩ, nghĩa khí không có, nhiều chuyện nhục nhã xấu xa biết lấy gì lau chùi che đậy?

Tôi bỗng chạnh lòng, hiện nay dù sống ở thế kỷ thứ 21, nhưng biết bao triệu người dân quê tôi vẫn lầm than khổ cực, đói ăn khát uống quần áo không đủ che thân, vẫn đi vệ sinh trong điều kiện mất vệ sinh thật tồi tệ. Nhất là những người từng ở trong trại tu "Học tập cải tạo", họ đã phải ăn ở, dùng các phương tiện vệ sinh thấp kém nhất. Nếu dám lên tiếng phản đối, thắc mắc sẽ bị biệt giam, chịu hành hạ khổ nhục, trong đó có việc đổ bô, đi làm tạp dịch nhặt phân, hoặc có khi bị đày đọa đến chết ... Ngày nay thì có những tù nhân lương tâm, khi mạnh dạn đấu tranh cho Tự Do Dân Chủ thì bị trù dập hành hạ, khi ở tù bị bỏ đói mang đủ thứ bệnh, nhất là bệnh kiết lỵ, họ phải làm sao? Sự hy sinh của họ biết lấy gì để bù đắp lại? Tôi thật nghiêng mình cảm phục những vị anh hùng này. May mà đất nước vẫn có những người con kiên cường bất khuất như vậy, để chúng ta còn có chút hy vọng một ngày gần đây mọi người sẽ cùng nhau đứng lên dành lại tự do, dân chủ cho dân tộc Việt Nam.

Tôi cũng nhớ tới những cái lá trong văn chương, trong lịch sử. Ngày xưa khi Lê Lợi bắt đầu khởi nghĩa chống Tàu, nhờ mưu trí của Nguyễn Trãi mà cuộc chiến đấu đã thành công. Hồi ấy ông cho lính dùng mật ong viết chữ Lê trên lá rừng, kiến ăn mật nên đục thủng lá cây theo hình chữ Lê. Người dân cho là điềm Trời nên hết lòng tin tưởng và nô nức kéo nhau về đầu quân dưới trướng người Anh Hùng Áo Vải Lam Sơn, cùng nhau đánh thắng giặc Minh, lấy lại nền độc lập cho dân tộc Việt. Sau khi đánh đuổi được quân Minh, Lê Lợi lên ngôi, lập ra nhà Hậu Lê, lấy hiệu là Lê Thái Tổ. Đây là triều đại lâu dài nhất trong lịch sử nước Việt.

Tích xưa cũng có nói tới chuyện ông Châu Trí nhà nghèo đến nỗi phải đốt lá đa lấy ánh sáng thay đèn để học bài, thế mà ông thành nhân. Ca dao Việt Nam thì kêu gọi *"Lá lành đùm lá rách"*, *"Đố ai quét sạch lá rừng, để ta khuyên gió, gió đừng rung cây"*. Nhà văn Thế Lữ, trong phần lời tựa cho tác phẩm Đôi Bạn của Nhất Linh có nói về việc "Nhặt lá bàng", tả cảnh hai chị em nhà nghèo chờ gió thổi để lá bàng rụng nhiều, nhặt về bán cho người khác dùng để sưởi trong những ngày giá rét. Mặc dầu trời đêm rét buốt, mà áo thì rách hở cả hai vai, đứa em trai vẫn cầu khẩn "Gió lên... lạy Giời gió nữa lên", nghe như muốn đứt từng khúc ruột, thương cho cảnh đời nghèo khổ của dân mình.

Gần đây thì Mường Máng có viết chuyện "Lá Tương Tư" cho tuổi Ô Mai học trò thật dễ thương.
Bài thơ "Lá Diêu Bông" của Hoàng Cầm được nhiều người biết tới, nhiều nhạc sĩ đã phổ thành nhạc dù cho tới nay vẫn chưa ai hình dung được lá Diêu Bông xanh đỏ tím vàng ra sao, vì lá này không hề có trên đời.

Trong bài thơ "Tống Biệt" do Tản Đà sáng

tác, câu thơ "*Lá đào rơi rắc lối thiên thai*" hầu như ai cũng thuộc, nói lên cảnh thơ mộng thần tiên. Hàn Mặc Tử thì có "*lá Trúc che ngang mặt chữ điền*" đẹp như trăng rằm.

Bài hát Trường Làng Tôi của Phạm Trọng Cầu với "*Cây xanh lá vây quanh ... Đời tươi như bao lá xanh, lá xanh...*" là bài hát thật dễ thương để nhắc nhở lúc còn ngây thơ, hàng ngày cắp sách đến trường trên con đường làng quê yêu dấu. Lá Đổ Muôn Chiều của Đoàn Chuẩn & Từ Linh với câu "*Thu đi cho lá vàng bay, lá rơi cho đám cưới về*" thật là nên thơ với dòng nhạc trữ tình êm ái. Tôi cũng nhớ câu chuyện ngắn Chiếc Lá Cuối Cùng của O' Henry, nói lên được tình người thật sâu sắc với ý mới lạ.

Còn trong thực tế cuộc sống thì có nhiều loại lá dùng trong nhiều mục đích khác nhau. Các lá rau cải, rau xanh để xào nấu ăn cơm, các loại như dấp cá, tía tô, kinh giới...để ăn sống cho thơm tho làm món ăn tăng thêm khẩu vị. Lá dừa, cỏ tranh để làm vách, lợp nhà. Lá chuối, lá dong, lá sen dùng trong việc gói bánh, gói thức ăn. Lá cọ, lá cối được dùng làm thành nón lá che mưa nắng nổi tiếng của Việt Nam. Rồi tới các loại để chế ra thuốc lá thuốc lào để hút. Lá trầu là món ăn chơi đặc biệt của miền quê xưa, "*miếng trầu là đầu câu chuyện*". Lá xiêm-xâm vò nát trở thành món uống mát mẻ có vị thuốc. Ngoài ra, cũng nên kể tới rất nhiều loại lá đặc biệt dùng làm thuốc Nam, thuốc Bắc trị nhiều loại bệnh. Lá dứa, lá cẩm ngoài việc cho màu sắc đẹp trong bánh trái xôi chè, còn cho hương thơm đặc biệt. Hồi bé chúng tôi thường ngâm lá đa, lá bồ đề trong nước vo gạo để lá chỉ còn gân trông rất đẹp. Khi cần thì ép vài nhánh lá Thuộc Bài vào vở để mong mau học thuộc bài, lá cây Trinh nữ biết thẹn thùng xếp cánh khi có người đụng vào (Cây lá còn biết phản ứng, mà sao có lúc chính con người khôn ngoan lại vô cảm trơ trơ?)

Đó là những chuyện hay hay về lá, còn tại Việt Nam thì có chuyện trường học "Xã Hội Chủ Nghĩa - Đỉnh Cao Trí Tuệ" đã phát huy sáng kiến, nhằm tránh không cho học sinh xin ra ngoài đi nhà cầu thường xuyên, các em đã phải làm đơn và nếu đơn xin được "approve" mới được đi, hậu quả là nhiều em phải "bỉnh" tại chỗ trong khi chờ đơn được cô giáo cứu xét. Chuyện này làm tôi nhớ tới vấn đề Tự Do Tôn Giáo tại quê nhà. Nhà nước Việt Cộng tại nhiều nơi, nhất là các vùng xa xôi đã khó dễ bắt phải làm đơn xin trước cả năm mới được phép cử hành Thánh Lễ, hội họp. Nếu bất ngờ có người qua đời thì đành chịu chết cô đơn không ai hội họp cầu nguyện, vì ai biết được giờ chết để làm đơn xin trước!
Rồi tới việc học sinh khi đến trường phải tự mang theo giấy vệ sinh, nếu không có thì đành xé sách vở ra làm việc ấy.

Trong khi hãng Charmin chế tạo cuộn giấy vệ sinh lớn nhất thế giới với chiều cao 2,4 mét và đường kính 2,7 mét được ghi vào sách kỷ lục của thế giới, có khi giấy lại được tẩm hương thơm - tôi cũng đọc được tin tại Việt Nam người ta xài giấy đi cầu của Ba Tàu bị nhiễm trùng, chịu ngứa ngáy dị ứng khổ sở.

Riêng tại nơi tôi đang sống là đất nước Canada xứ lạnh tình nồng này, Liên Hội Người Việt Canada cũng đang cố gắng từng bước thực hiện một viện bảo tàng để trưng bày những hình ảnh về Thuyền Nhân cùng với tội ác của Cộng Sản Việt Nam. Tôi mong cho kế hoạch này được sớm thành công, để con cháu và người ngoại quốc có thể hiểu thêm về Cộng Sản mà tránh xa. Trong viện bảo tàng này nếu có trưng bày những chiếc lá tại Kuku, loại lá đã được đồng bào dùng làm lá vệ sinh, cũng có lý lắm chứ!

Tôi cũng sẽ cố gắng nhắc nhở con cháu về những ngày cơ cực phải dùng lá này, để các cháu thấy mình may mắn hạnh phúc biết bao mà vươn lên góp mặt làm vẻ vang người dân Việt. Nghĩ cũng buồn, các cháu được sinh tại đây đầy đủ tiện nghi sung sướng, đâu hiểu nhiều về sự thiếu thốn nên luôn đòi hỏi chê khen, nào là quần áo giày dép phải là đồ hiệu mắc tiền, nào ăn uống phải món này món kia, không như ý không thèm ăn (mà đâu phải các cháu, chính tôi đôi khi cũng thế!) Nghĩ cũng lạ, khi xưa gia đình nghèo khổ nhưng mọi người luôn gần gũi yêu thương nhau, ngày nay dù đời sống vật chất dư thừa, nhưng ai nấy bận rộn không có giờ cho nhau, thậm chí quá căng thẳng về vật chất mà quên đi giá trị tinh thần, nhiều gia đình đã xảy ra chuyện ly dị, con cái bỏ nhà ra đi. Có lẽ chúng ta nên nghĩ lại mà điều hòa cuộc sống hợp lý tốt đẹp hơn.

Tôi mong với sự thông minh cần cù và bao nhiêu đức tính tốt được thừa hưởng từ nhiều thế hệ của người dân Việt, dân tộc ta sẽ ngày càng phát triển, văn minh tiện nghi hơn, nhất là đoàn kết bất khuất để cùng nhau đấu tranh và xây dựng một đời sống mới tốt đẹp hơn, để những chiếc lá mọc trên quê hương mãi mãi là những chiếc lá xanh tươi đầy tin yêu và hy vọng. Những lá cây ấy cũng sẽ là những chiếc lá thơ mộng trong thi ca, trong văn học, là những chiếc lá hợp thành rừng xanh chập chùng bên cạnh những đồng lúa, hứa hẹn ngàn bông lúa chín vàng trĩu hạt để nuôi dân, để mọi người được sống trong THANH BÌNH, NO ẤM và nhất là lá cây không bao giờ bị sử dụng như lá vệ sinh nữa.

TUYỂN LỰA HÌNH BÌA BÉ XINH

GIẢI THƯỞNG

• Giải nhất:
xuất hiện trên trang bìa báo Việt Lifestyles
Issue tháng 12, 2014
Bài viết và hình ảnh về bé
$300 cash cùng quà tặng Giáng Sinh
Một năm nhận báo gửi đến tận nhà miễn phí

• Giải nhì:
$200 cash cùng quà tặng Giáng Sinh
Đăng hình trên báo
6 tháng nhận báo gửi đến tận nhà miễn phí

• Giải ba:
$100 cash cùng nhiều tặng phẩm giá trị
Đăng hình trên báo
Nhận Báo gửi đến nhà miễn phí 1 năm

ĐIỀU LỆ GHI DANH

• Tuổi từ 3 tháng đến 10 tuổi
• Gởi tất cả 3 tấm hình của Bé
• Hình gởi phải dưới dạng JPEG, BMP, PDF or PSD (200 dpi) and high resolution.
• Gởi về địa chỉ email: info@vietlifestyles.com.
• Hạn chót ghi danh: October 5, 2014
• Bình chọn Online: October 20 - November 20, 2014

Viet Lifestyles will choose an independent panel of judges to select the winner. Winner is determined by the combination from the judges' scores (70%) and Readers' Choice Online Votes (30%).

ĐƠN GHI DANH

Online: www.VietLifestyles.com

- Họ & Tên bé
- Ngày tháng năm sinh
- Giới tính
- Tên Cha Mẹ
- Số điện thoại
- Địa chỉ
- Một vài điều thú vị hay đặc biệt về Bé

ĐƠN GHI DANH
Online: www.VietLifestyles.com

CÓ THỂ LÀ CON BẠN!

TUYỂN LỰA HÌNH BÌA

Hình bìa báo Viet Lifestyles tháng 12 có thể sẽ là con bạn? Tham dự cuộc thi Tuyển Lựa Hình Bìa của Việt Lifestyles, quá dễ dàng.
CÓ THỂ LÀ CON BẠN!

Gởi về địa chỉ email: INFO@VIETLIFESTYLES.COM
Hạn chót ghi danh: OCTOBER 5, 2013

Church Of The Holy Spirit

1800 E. Libra Dr. Tempe AZ 85283 (480) 838-7474

THÔNG BÁO

(Thánh Lễ Tiếng Việt)

Để đáp ứng theo nhu cầu cần thiết của giáo dân Việt Nam tại Giáo xứ Holy Spirit và để tạo cơ hội cho giáo dân Việt Nam thờ phượng Chúa bằng ngôn ngữ riêng của mình. Cha xứ thuộc giáo xứ Holy Spirit đã mời linh mục dòng Chúa Cứu Thế từ nơi khác về dâng Thánh lễ bằng tiếng Việt Nam cho giáo dân của ngài.

Thánh lễ bằng tiếng Việt sẽ được cử hành vào mỗi chiều chủ nhật đầu tháng. Xin thông báo cho quý vị biết để giàn xếp thời gian hiệp dâng Thánh lễ cùng với linh mục dòng Chúa Cứu Thế tại giáo xứ Holy Spirit.

Thánh lễ đầu tiên sẽ bắt đầu vào chủ nhật ngày 5 tháng 10 năm 2014.

Địa điểm: Holy Spirit Catholic Church - 1800 E Libra Dr, Tempe, AZ 85283
(McClintock & Guadalupe)

Thời gian: 4:00 chiều

Mọi thắc mắc xin liên lạc:

Anh Đương: (480) 307-9233; anh Phước: (602) 301-2570; anh Hoài: (480) 717-8103;

Cô Thu: (602) 989-4422; Chị Vân: (480) 812-1107

Tên thật:

Đào Đức Chương, Bút hiệu: Việt Thao, tuổi Đinh Sửu. Nguyên quán ở Vinh Thạnh, Phước Lộc, Tuy Phước, Bình Định. Ông từng là Cựu Giám Học Trường Trung Học Công Lập Đệ Nhị Cấp Đào Duy Từ, Bình Định (1972- 1975). Ông sang định cư tại San Jose (Hoa Kỳ) từ ngày 8- 7- 1993.

Những hoạt động văn học:

- Giải nhì về thơ Hội Tết Giáp Tuất (1994) do Liên Hội Người Việt Quốc Gia Bắc California tổ chức tại San Jose.
- Tham gia Hội Văn Học Nghệ Thuật Thi Đàn Lạc Việt từ 1995- 2001.
- Gia nhập Văn Bút Việt Nam Hải Ngoại từ 1996- 2011
- Ban Biên Tập: Các Tạp Chí Làng Văn (Canada) từ 1994, Nguồn Sống (San Jose, CA) 1996, Tâm Giác (Germany) 2005, Chuyên San Dòng Sử Việt (Alameda, CA) 2007 (ghi năm bắt đầu tham gia).
- Nhóm thực hiện: Niên san Bình Định Bắc California từ 2001.

Cộng tác:

1. Việt Nam Nhật Báo (San Jose, CA) 1996.
2. Các Tạp chí: Văn Uyển (San Jose, CA) 1994, Thế Kỷ 21 (Westminster, CA) 1998, Văn Học (Garden Grove, CA) 2006, Tin Văn (Houston TX) 2006, Cỏ Thơm (Virginia) 2006, Văn Hữu (Seattle, WA) 2009.
3. Các Đặc San: Tây Sơn Bình Định (Nam California) 1995, Cường Để & Nữ Trung Học (Houston, TX) 1999, Liên Trường Lại Giang (Nam Cali) 2000, Quang Trung & Tây Sơn (Houston, TX) 2000, Liên Trường Qui Nhơn (Nam Cali) 2006.
4. Diễn đàn Cuongde.org từ 19- 11- 2009.
5. Việt Nam Văn Hóa Và Môi Trường, gồm nhiều tác giả; Westminster, Viện Việt Học xuất bản, 2012.
6. 11 - Sách biên khảo đã xuất bản (viết chung với Mộng Bình Sơn):
   - Nhà Văn Phê Bình (1996)
   - Thi Ca Việt Nam Thời Cần Vương (1997).

CA DAO
NẺO VÀO LỊCH SỬ

Phần Một, Đoạn 3
GIAI ĐOẠN ĐẦU CỦA NỀN TỰ CHỦ
(931- 1009)

Dương Diên Nghệ [1], một kiện tướng của Khúc Hạo (曲顥) ngày trước, người xã Dương Xá, huyện Thiệu Hóa [nay là Thiệu Yên vì có Yên Định sáp nhập), tỉnh Thanh Hóa. Năm 931 (Tân Mão), ông khởi binh đánh đuổi bọn Lý Khắc Chính (Li Ke Zheng) và Thứ sử Giao Châu là Lý Tiến (Li Jian) của Nam Hán, đem lại nền tự chủ cho đất nước. Từ ấy, nước ta độc lập suốt 476 năm, trải qua các triều Ngô (吳), Đinh (丁), Lê (黎), Lý (李), Trần (陳), Hồ (胡); đánh dấu một thời đại tự chủ oai hùng (931- 1407). Nhưng nếu chỉ xét đến Giai Đoạn Khởi Đầu Của Nền Tự Chủ, tính từ Dương Diên Nghệ (揚 延 藝) đến hết nhà Tiền Lê (931- 1009), kéo dài trong 78 năm.

I.NHÀ NGÔ (939 – 965)

Ngô Quyền (898- 944) 吳 權, người xã Đường Lâm, nay thuộc thị xã Sơn Tây, tỉnh Hà Tây; được Dương Diên Nghệ cho làm nha tướng và gả con gái là Dương Thị Như Ngọc [2].

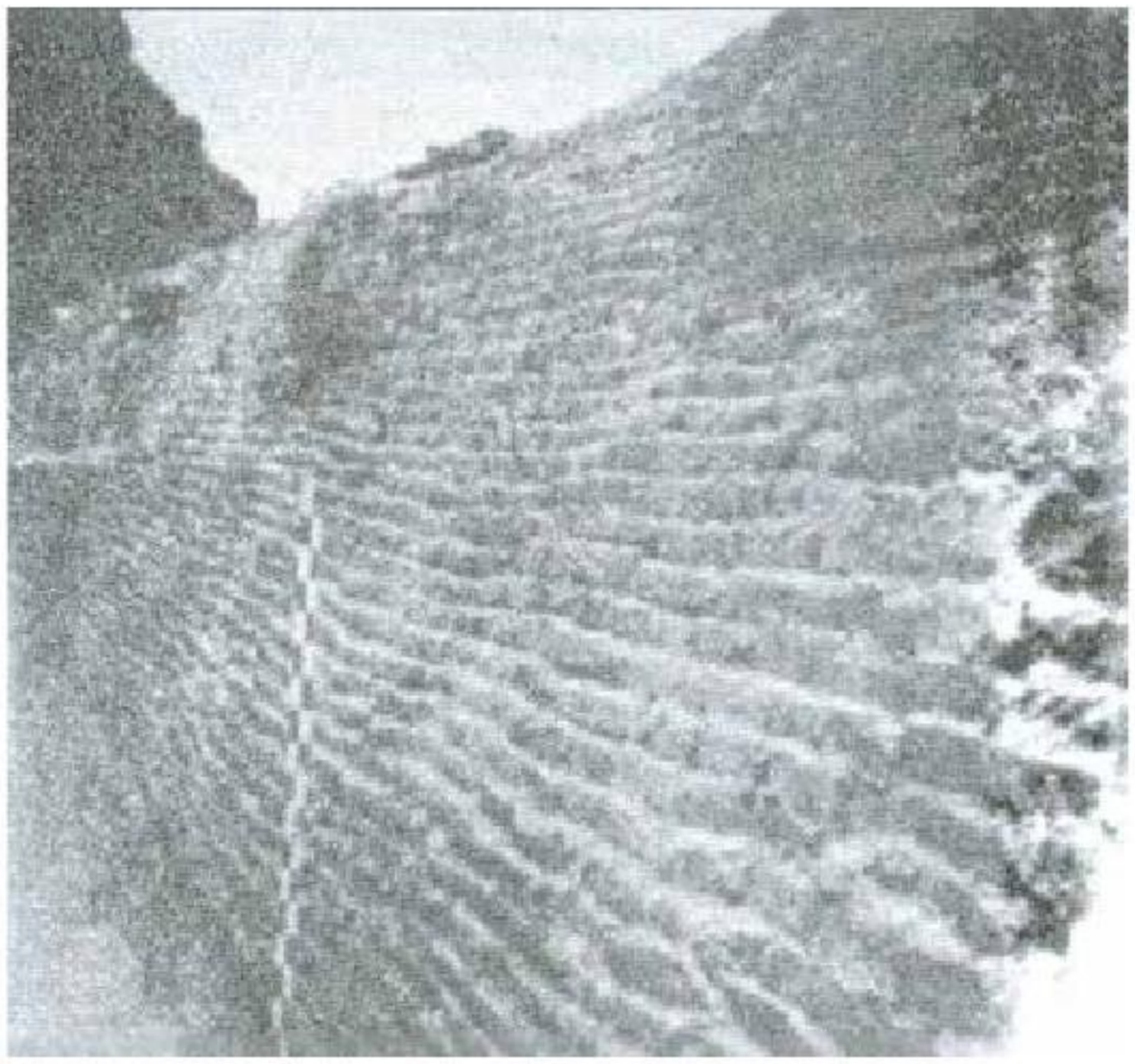
Tháng 4 năm 937 (tức tháng 3- Đinh Dậu), Dương Diên Nghệ bị bộ tướng

H 1. Sông Bạch Đằng, đoạn gần cửa sông
Ảnh từ Google.

H 2. Tranh vẽ chiến thắng Bạch Đằng năm 938.
Tài liệu cũ, Nam Thống chụp lại.

Kiều Công Tiễn [3] giết. Ngô Quyền đang làm Thứ sử Ái Châu (Thanh Hóa), đem quân ra hỏi tội. Kiều Công Tiễn cho sứ sang Nam Hán cầu cứu. Vua Hán là Lưu Cung (Liu Gong) muốn nhân cơ hội này chiếm lấy nước ta, bèn sai Thái tử Hoằng Tháo [4] đem binh thuyền đi trước, còn vua tự cầm quân đóng ở Hải Môn để tiếp ứng. Nghe tin chiến thuyền của giặc theo sông Bạch Đằng vào nước ta, Ngô Quyền sai quân đem cọc đầu bịt sắt nhọn đóng ngầm ở hai bên cửa sông. Thủy triều lên, quân ta dùng thuyền nhẹ khiêu chiến, rồi giả thua, dụ giặc đuổi theo. Khi cả binh thuyền của chúng tiến vào vùng có cắm cọc, quân ta đổ ra đánh rất hăng, vừa lúc thủy triều rút nhanh, thuyền giặc vướng vào cọc, thủng vỡ lật úp. Ngô Quyền, trong thì giết được Kiều Công Tiễn, ngoài

H 3. Lăng Ngô Quyền ở Đường Lâm [8]
Ảnh từ Google.



H 6. Di tích tường thành Hoa Lư ở Ninh Bình.
Ảnh từ Đông Tiến, "Dân Tôi Nước Tôi", trang 278.

đánh tan quân Nam Hán trên sông Bạch Đằng năm 938 [5], Hoằng Tháo (Hong Cao) bị bắt sống và bị giết. Ca dao đã tường thuật chiến công oanh liệt này:

Đánh giặc thì đánh giữa sông,
Chớ đánh trong cạn, phải chông mà chìm [6].

Năm 939 (Kỷ Hợi) Ngô Quyền xưng vương, đóng đô ở Cổ Loa 古 螺 (nay thuộc Đông Anh, huyện ngoại thành Hà Nội), truyền ngôi được 4 đời gồm: Ngô Vương (939-944) tức Ngô Quyền, Dương Bình Vương (945- 950) tức Dương Tam Kha (楊 三 哥), Nam Tấn Vương (951-965) tức Ngô Xương Văn (吳 昌 文); Thiên Sách Vương (951-954) tức Ngô Xương Ngập (吳 昌 岌). Nhưng đến đời Ngô Xương Xí (吳 昌 熾), con của Ngô Xương Ngập, chỉ còn giữ đất Bình Kiều (thuộc phủ Khoái Châu, trấn Sơn Nam Thượng; nay thuộc tỉnh Hưng Yên), như các sứ quân khác. Đất nước lâm vào thời kỳ hỗn chiến (966- 968), sử gọi là Thập Nhị Sứ Quân [7].

II.NHÀ ĐINH (968 – 980)

Đinh Bộ Lĩnh (丁 部 領) quê ở động Hoa Lư, huyện Gia Viễn, tỉnh Ninh Bình, con ông Đinh Công Trứ làm Thứ sử Hoan Châu dưới thời Dương Diên Nghệ và Ngô Quyền. Cha mất sớm, theo mẹ về quê sinh sống, lớn lên gia nhập sứ quân Trần Minh Công. Trần sứ quân chết, Đinh Bộ Lĩnh thay thế, đem quân về giữ Hoa Lư, hùng cứ một phương. Đinh Bộ Lĩnh lần lượt diệt các sứ quân khác, thống nhất đất nước, dân chúng tôn là Vạn

H 4. Bản đồ do Nguyễn Huy Trực [9] cung cấp.

H 5. Toàn cảnh vùng cố đô Hoa Lư, ảnh Đỗ Huân.
Ảnh từ Trần Độ, "Văn Hóa Việt Nam"

Thắng Vương (萬勝王). Trong văn chương bình dân, có câu ca dao thích hợp với sự kiện lịch sử này:

Ở đời muôn sự của chung,
Hơn nhau một tiếng anh hùng mà thôi.

Năm 968 (Mậu Thìn), Vạn Thắng Vương lên ngôi hoàng đế, xưng là Đinh Tiên Hoàng (丁 先 皇), đặt quốc hiệu Đại Cồ Việt (大 瞿 越)[10], đóng đô ở Hoa Lư (華 閭) [11], dân chúng sống trong thanh bình an lạc, đúng nghĩa với niên hiệu Thái Bình (太 平) mà nhà Vua đã chọn:

Xem lên trăng bạch trời hồng,
Dạo miền sơn thủy bẻ bông thái bình.

Nhưng đến năm 979 (Kỷ Mão) có biến cố lớn, Đỗ Thích (杜 釋) làm chức lại ở Đồng Quan, nằm mộng thấy sao rơi vào miệng, tin là điềm báo được làm vua. Thừa lúc Đinh Tiên Hoàng say rượu nằm ở sân cung, bèn lén vào giết Vua và Đinh Liễn 丁 璉 (con trưởng vua). Dân chúng chê trách hành động điên rồ của Đỗ Thích:

Con cóc nằm ở bờ ao,
Lăm le lại muốn nuốt sao trên trời [12].

Triều đình lập Vệ Vương Đinh Tuệ (衛 王 丁 穗) lên ngôi (979- 980) lúc 6 tuổi, Thập đạo Tướng quân Lê Hoàn nắm cả quyền chính, xưng là Phó Vương. Đinh Điền và Nguyễn Bặc dấy binh diệt Lê Hoàn để trừ hậu họa nhưng Đinh Điền tử trận, Nguyễn Bặc bị bắt giải về kinh. Lê Hoàn mắng Nguyễn Bặt: "Tiên Đế bị nạn, thánh thần còn phẩn nộ. Người là kẻ bề tôi lại thừa lúc rối loạn tang biến bội nghĩa dấy binh", nói xong đem chém [13].

H 7. Cổng vào đền Đinh Tiên Hoàng ở Hoa Lư, Ninh Bình.
Ảnh, Nguyễn Huy Trực, 1993.

H 8. Đền Đinh Tiên Hoàng, bệ ngai và nóc đền có đắp rồng.
Ảnh, Nguyễn Huy Trực, 1993

H 9. Lăng Đinh Tiên Hoàng ở Hoa Lư.
Ảnh, Nguyễn Huy Trực, 1993.

III. NHÀ TIỀN LÊ (980- 1009)

Thừa lúc vận nước rối ren, năm 980, vua Tống Thái Tông (Song Tai Zong) sai Hầu Nhân Bảo (Hou Ren Bao) đem quân đến biên giới định xâm chiếm nước ta. Tướng Phạm Cự Lượng yêu sách phải tôn Lê Hoàn (黎 桓) lên ngôi vua, mới chịu xuất quân. Trước tình thế cấp bách, trước vận mệnh sống còn của đất nước, Thái hậu Dương Vân Nga sai lấy áo long cổn khoác lên mình Lê Hoàn, tôn lên ngôi là vua Lê Đại Hành (黎 大 行), để yên lòng binh sĩ.

Thời ấy có bài sấm thi, truyền khẩu trong dân chúng, mỗi câu linh nghiệm cho một biến cố:

Đỗ Thích thí Đinh Đinh,
Lê gia xuất thánh minh,
Cạnh đầu đa hoạch tử,
Đạo lộ tuyệt nhân hành.

Câu 1 ứng vào việc Đinh Tiên Hoàng và Nam Việt Vương bị ám sát; câu 2 tiên đoán Lê Hoàn là vị vua sáng suốt; câu 3 nói việc nhóm Đinh Điền chống Lê Hoàn bị giết; câu 4 báo việc quân Tống xâm lăng, dân chúng tìm nơi vắng vẻ ẩn núp, đường cái không có người đi.

Quả thật, tháng 4 năm 981 (tức tháng 3- Tân Tỵ), quân Tống sang chiếm nước ta. Hầu Nhân Bảo (Hou Ren Bao) và Tôn Hoàn Hưng (Sun Huan Xing) dẫn đại binh đi đường bộ đánh Lạng Sơn, Trần Khâm Tộ (Chen Qing Zu) theo đường thủy vào sông Nhị Hà tấn công Tây Kết, Lưu Trừng (Liu Cheng) tiến vào sông Bạch Đằng. Nhưng có "Lê gia xuất thánh minh", Lê Đại Hành tự nguyện làm tướng chống giặc. Nhà vua phá tan đạo quân đi đường bộ, đánh đuổi cánh quân đường thủy; giết tướng Hầu Nhân Bảo [14], bắt tướng Quách Quân Biện (Guo Jun Bian) và Triệu Phụng Hưng (Zhao Feng Xing), giặc chết quá nửa; khiến nhà Tống dẹp mộng xâm lăng nước ta:

Ải Chi Lăng, ta dùng kế trá hàng,
Giặc chết nhiều, Hầu Nhân Bảo máu loang.
Ta bắt sống địch hai người bộ tướng,
Chết phân nửa, quân trang nhiều vô lượng.
Bọn Lưu Trừng đóng giữ mặt Bạch Đằng,
Thấy quân ta thừa khí thế đánh hăng,
Quân nhà Tống, bên bộ binh tháo chạy,
Lưu Trừng sợ ta hỏa công thiêu cháy
Bọn thủy quân của giặc Tống rút êm.
Ta liên hoan mừng chiến thắng liên miên
Đại Cồ Việt, rừng cờ vàng hoa nở [15].

Nhưng cũng có người đem lời Lê Hoàn mắng Nguyễn Bặc ngày trước để chê trách việc soán ngôi:

Nước trong khe suối chảy ra,
Mình chê ta đục, mình đà trong chưa?

Lê Đại Hành ở ngôi 25 năm (980- 1005), lần lượt đặt các niên hiệu Thiên Phúc 天 福 (980- 988), Hưng Thống 興 統 (989- 994), Ứng Thiên 應 天 (994- 1005); kinh đô vẫn ở Hoa Lư.

Con cò bay lả bay la,
Bay qua Yên Thế bay về Hoa Lư.
Trăm ngàn cờ Việt có dư,
Màu vàng sáng chói, muôn thu anh hùng [16].

Tháng 4 năm 1005 (tức tháng 3- Ất Tỵ) Đại Hành Hoàng Đế băng hà ở điện Trường Xuân. Con thứ ba là Lê Long Việt (黎 龍 鉞) lên ngôi tức Lê Trung Tông (1005) làm vua được 3 ngày, bị em là Lê Long Đỉnh (黎 龍 鋌) sai người giết, rồi tự xưng làm vua (1005- 1009) vẫn dùng niên hiệu Ứng Thiên, đến năm 1008 đổi là Cảnh Thụy (景 瑞). Long Đỉnh rất bạo ngược, hiếu sát, thường lấy sự giết người làm trò chơi, thích xem hề ngay lúc lâm triều, lại còn say đắm tửu sắc nên phát bệnh trĩ đến nỗi không ngồi được, thị triều phải nằm, sử gọi là Vua Ngọa Triều.

Giữa lúc lòng dân oán ghét Long Đỉnh, trong dân chúng lan truyền một bài sấm thi bằng chữ Nho:

Thụ căn diểu diểu,
树 根 杳 杳
Mộc biểu thanh thanh.
木 表 青 青
Hoà đao mộc lạc,
禾 刀 木 落
Thập bát tử thành.
十 八 子 成
Đông a nhập địa,
東 阿 入 地
Dị mộc tái sinh [17].

异　木　再　生
Chấn cung hiện nhật,
震　宮　見　日
Đoài cung ẩn tinh.
兑　宮　隐　星
Lục thất niên gian,
六　七　年　间
Thiên hạ thái bình.
天　下　太　平

Cao Huy Giu (Thơ Văn Lý Trần) dịch:

Gốc cây thăm thẳm,
Ngọn cây xanh xanh.
Cây hòa đao rụng,
Mười tám hạt thành.
Cành đông xuống đất,
Cây khác lại sinh.
Đông, mặt trời mọc
Tây, sao náu hình
Khoảng sáu, bảy năm
Thiên hạ thái bình.

- Hai câu giáo đầu nói bóng gió vua thì yểu mệnh, bề tôi cường thịnh.

- Câu 3, hợp các chữ "hòa" (禾), "đao" (刀), "mộc" (木), thành chữ "lê" (棃) nhưng lại lạc (rơi rụng), ý nói Nhà Lê mất ngôi (cây lê 棃 đồng âm với họ lê 黎).

- Câu 4, hợp các chữ "thập" (十), "bát" (八), "tử" (子), là chữ "lý" (李), ý nói người họ Lý thành thiên tử.

- Câu 5, hợp hai chữ "đông" (東), "a" (阿), thành chữ "trần" (陳) nhập địa, ý nói Nhà Trần làm vua nước ta.

- Câu 6, cây khác sống lại, ý nói một họ Lê khác làm vua lần nữa, tức nhà Hậu Lê.

- Câu 7 và 8: cung đẳng Đông (chấn) mặt trời mọc, cung đẳng Tây (đoài) ngôi sao mờ.

H 10. Đền vua Lê Đại Hành ở Hoa Lư.
Ảnh từ Phạm Ngô Minh,
"Nhân Vật Họ Lê Trong Lịch Sử VN"

Một hôm Lê Long Đĩnh ăn trái khế lại thấy hột mận [18] chữ Nho gọi là Lý, càng tin lời sấm thi, ngầm sai tìm người họ Lý giết đi, nhưng lại quên mất Lý Công Uẩn ở bên cạnh vua và đang giữ chức Tả thân vệ Điện tiền Chỉ huy sứ, nên ca dao có câu:

Ta trong cây khế ta ra,
Mình còn cạnh khế, chi ta hỡi mình!

Năm Kỷ Dậu (1009) Lê Long Đĩnh mất, kéo theo sự sụp đổ của một triều đại. Kinh đô Hoa Lư tồn tại từ năm 968 đến 1009, trải qua hai triều Đinh và Tiền Lê, cũng đi vào quá vãng. Khoảng tháng 8 năm 1010 (tức tháng 7- Canh Tuất) Lý Thái Tổ dời đô về Thăng Long, đổi Hoa Lư thành phủ Trường Yên (Tràng An). Cố đô Hoa Lư đã đi vào ca dao, nay chỉ còn lăng và đền vua Đinh, với đền vua Lê:

Ai là con cháu Rồng Tiên,
Tháng ba mở hội Trường Yên thì về.
Về thăm đền cũ Đinh, Lê
Non xanh nước biếc bốn bề như xưa.

IV. LỜI KẾT

Trong Việt Nam Sử Lược, cụ Trần Trọng Kim, không xếp thời gian 8 năm, từ 931 đến 939, nước ta dưới chính quyền của Dương Diên Nghệ, vào thời đại tự chủ, mà lại ghép chung với những cuộc khởi nghĩa chống sự đô hộ của Tàu trong thời kỳ Bắc thuộc lần thứ Ba. Không biết có phải vì lý do Dương Diên Nghệ chưa xưng Vương, nên không được tính vào các triều đại của nước ta? Nhưng xét cho cùng, căn cứ vào Đại Việt Sử Ký Toàn Thư [19], có những điểm cần được trình bày:

Năm 931, Dương Diên Nghệ quy tụ được 3000 con nuôi làm nền tảng cho việc khởi binh. Diên Nghệ bao vây phủ thành Lý Tiến. Vua Nam Hán được tin cấp báo, vội sai Thừa chỉ Trần Bảo (Chen Bao) đem quân sang cứu, nhưng chưa đến kịp thì nghĩa quân đã chiếm thành, Lý Tiến và đồng bọn phải trốn chạy về Tàu. Diên Nghệ cũng đánh tan quân viện, Trần Bảo bại trận và chết. Diên Nghệ quét sạch quan quân Nam Hán ra khỏi bờ cõi, rồi tự xưng là Tiết độ sứ, trông coi việc nước.

Từ ấy, nước ta chấm dứt vĩnh viễn thời kỳ Bắc thuộc lần thứ ba, mở ra thời đại tự chủ, sau một ngàn năm bị Tàu thống trị. Thế thì, dấu mốc thời gian khởi đầu giành lại nền tự chủ phải là năm Tân Mão tức năm 931.

(Còn tiếp kỳ sau)
Đào Đức Chương

GHI CHÚ:

[1] Chép là Dương Diên Nghệ (楊 延 藝), các sách: Trần Trọng Kim, Việt Nam Sử Lược, trang 72; Quốc Sử Quán Triều Nguyễn, Khâm Định Việt Sử Thông Giám Cương Mục, nhóm Hoa Bằng dịch, tập I, trang 221; Phạm Văn Sơn, Việt Sử Tân Biên, quyển I, trang 237; Hoàng Cơ Thụy, Việt Sử Khảo Luận, cuốn I, trang 166; Trịnh Vân Thanh, Thành Ngữ Điển Tích Danh Nhân Từ Điển, quyển I, trang 188; Nguyễn Q. Thắng & Nguyễn Bá Thế, Từ Điển Nhân Vật Lịch Sử Việt Nam, trang 97; Nguyễn Huyền Anh, Việt Nam Danh Nhân Từ Điển, trang 246.

Chép là Dương Đình Nghệ (楊 廷 藝), các sách: Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, Ngô Đức Thọ dịch tập 1, trang 202; Nguyễn Khắc Thuần, Thế Thứ Các Triều Vua Việt Nam, trang 39; Phạm Văn Sơn, Việt Sử Toàn Thư, trang 149; Trần Độ chủ biên, Văn Hóa Việt Nam, trang 154.

[2] Nguyễn Khắc Thuần; Thế Thứ Các Triều Vua Việt Nam (Sài Gòn, nxb Giáo Dục, 1996); trang 40, chép: "Ngô Xương Văn, con thứ của Tiền Ngô Vương (Ngô Quyền), mẹ là Dương Thái hậu, tức bà Dương Thị Như Ngọc,...". Nguyễn Q. Thắng; Từ Điển Nhân Vật Lịch Sử Việt Nam (Sài Gòn, nxb Khoa Học Xã Hội, 1992), trang 462 cũng chép là: "Dương Thị Như Ngọc".

[3] Chép là Kiều Công Tiễn ("Tiễn" dấu ngã), các sách: Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, Ngô Đức Thọ dịch tập 1, trang 203; Việt Sử Tân Biên, quyển I, trang 237; Hoàng Cơ Thụy, Việt Sử Khảo Luận, cuốn I, trang 166; Nguyễn Q. Thắng & Nguyễn Bá Thế, Từ Điển Nhân Vật Lịch Sử Việt Nam, trang 97.

Chép là Kiều Công Tiện ("Tiện" dấu nặng), các sách: Khâm Định Việt Sử Thông Giám Cương Mục, nhóm Hoa Bằng dịch, tập I, trang 221; Trần Trọng Kim, Việt Nam Sử Lược, trang 72; Nguyễn Huyền Anh, Việt Nam Danh Nhân Từ Điển, trang 246; Trịnh Vân Thanh, Thành Ngữ Điển Tích Danh Nhân Từ Điển, quyển I, trang 188.

[4] Theo Tân Ngũ Đại Sử 新 五 代 史 (quyển 65), các con của vua Tấn Cao Tổ (Lưu Cung) đều có chữ Hồng, nên trong bản dịch Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, tập 1, trang 203 (ghi chú 2) đề nghị sửa là Thái tử Hồng Tháo [Hong Cao].

[5] Lời chua trong Khâm Định Việt Sử Thông Giám Cương Mục, bản dịch của nhóm Hoa Bằng, tập I, trang 223, tả khúc sông Bạch Đằng như sau:

"Sông Bạch Đằng bắt đầu từ sông Lục Đầu thuộc địa hạt tỉnh Bắc Ninh phân lưu chảy vào địa hạt tỉnh Hải Dương: Một chi theo Mỹ Giang, một chi theo Châu Cốc Sơn, hai chi hợp lại ở xã Đoan Lễ. Khúc sông hợp lại này gọi là sông Bạch Đằng. Sông Bạch Đằng phía Nam giáp giới huyện Thủy Đường, tỉnh Hải Dương; phía Bắc giáp giới huyện Yên Hưng, tỉnh Quảng Yên; chuyển về phía Nam 29 dặm, đổ ra biển (qua cửa) Nam Triệu. Theo sách Địa Lý Chí (thực ra tên sách này Dư Địa Chí) của Nguyễn Trãi, sông Bạch Đằng có tên gọi nữa là sông Vân Cừ, rộng hơn 2 dặm, ở đó có nhiều núi cao ngất, nhiều ngành sông đổ lại, sóng cồn man mác giáp tận chân trời, cây cối um tùm che lấp bờ bến, thực là một nơi hiểm yếu về đường biển."

[6] Chiến thuật kết hợp giữa mức lên xuống thủy triều và bãi cọc nhọn bịt sắt cắm ở lòng sông Bạch Đằng để đánh thắng giặc ngoại xâm phương Bắc: Lần 1, năm 937, Ngô Quyền phá tan quân Nam Hán. Lần 2, năm 981, Lê Đại Hành đóng cọc ngăn sông, chặn đánh quyết liệt khiến đoàn thuyền chiến của quân Tống phải tháo chạy. Lần 3, năm 1288, Trần Hưng Đạo áp dụng chiến thuật ấy cũng tại khúc sông này đã đại thắng quân Nguyên. Vì vậy, câu ca dao trên có thể dùng cho cả ba trường hợp, hoặc hai cho lần 1 và 3. Tuy nhiên, còn 4 câu ca dao nữa nói đến chiến thắng Bạch Đằng, trong đó có 2 câu xác định thời Trần. Vì vậy, chúng tôi dành câu "Đánh giặc thì đánh giữa sông, Đừng đánh trong cạn phải chông mà chìm" cho chiến tích của Ngô Quyền, người đầu tiên có sáng kiến này.

[7] Mười hai sứ quân, gồm: 1/ Ngô Xương Xí (con của Ngô Xương Ngập) chỉ còn giữ đất Bình Kiều, sau thuộc phủ Khoái Châu, nay thuộc tỉnh Hưng Yên. 2/ Trần Lãm xưng là Trần Minh Công, chiếm đất Bố Hải, nay thuộc huyện Tiền Hải, tỉnh Thái Bình; có Đinh Bộ Lĩnh là thuộc tướng. 3/ Nguyễn Thủ Tiệp xưng là Nguyễn Lệnh Công, chiếm vùng Tiên Sơn (Tiên Du và Từ Sơn), tỉnh Bắc Ninh. 4/ Lý Khuê xưng là Lý Lãng Công, chiếm đất Siêu Loại, nay thuộc huyện Thuận Thành, Bắc Ninh. 5/ Lã Đường xưng là Lã Tá Công, chiếm vùng Văn Giang, nay thuộc tỉnh Bắc Ninh và Hưng Yên. 6/ Phạm Bạch Hổ xưng là Phạm Phòng Ất, chiếm đất Đằng Châu, nay thuộc huyện Kim Thi, tỉnh Hưng Yên. 7/ Nguyễn Siêu xưng là Nguyễn Hữu Công, chiếm vùng Thanh Trì, nay là huyện ngoại thành Hà Nội. 8/ Nguyễn Khoan xưng là Nguyễn Thái Bình, chiếm đất Tam Đái tức phủ Vĩnh Tường, tỉnh Vĩnh Yên; nay thuộc tỉnh Vĩnh Phúc. 9/ Kiều Công Hãn xưng là Kiều Tam Chế, chiếm vùng Bạch Hạc, tỉnh Vĩnh Yên; nay thuộc tỉnh Vĩnh Phúc. 10/ Kiều Thuận xưng là Kiều Lệnh Công, chiếm đất Cẩm Khê, tỉnh Sơn Tây; nay thuộc Hà Tây . 11/ Đỗ Cảnh Thạc, chiếm vùng Đỗ Động Giang, nay thuộc Thanh Oai, tỉnh Hà Tây. 12/ Ngô Nhật Khánh xưng là Ngô Lãm Công, giữ đất Đường Lâm, nay thuộc thành phố Sơn Tây (tỉnh Hà Tây).

[8] Lăng Ngô Quyền tại Đường Lâm, thị xã Sơn Tây, cách Hà Nội 43 km rưỡi (xem Ghi chú số 22: Thời Kỳ Bắc Thuộc, trong Ca Dao Nẻo Vào Lịch Sử, Phần I, Đoạn 2).

[9] Nhiếp ảnh gia Nguyễn Huy Trực, xem Ghi chú số 8: Thời Đại Lập Quốc, Phần I, Đoạn 1.

[10] Đại Cồ Việt (大 瞿 越): "Đại" là chữ Nho, "Cồ" là chữ Nôm, đều có nghĩa to lớn): Quốc hiệu thứ 6, sau quốc hiệu Vạn Xuân (萬 春 - 544- 602) của nhà Tiền Lý và trước quốc hiệu Đại Việt (大 越 – 1054- 1804). Đại Cồ Việt là quốc hiệu đầu tiên trong thời kỳ tự chủ sau 10 thế kỷ bị Tàu đô hộ, do Đinh Tiên Hoàng đặt ra, tồn tại trong 86 năm, từ 968- 1054, trải các triều Đinh, Tiền Lê, đến hết đời Lý Thái Tông.

[11] Khu di tích cố đô Hoa Lư ở xã Trường Yên, huyện Gia Viễn, tỉnh Ninh Bình. Nơi đây, cách Hà Nội 100 km và cách thị xã Ninh Bình 16 km, nếu đi đường bộ theo đường Nho Quan, nếu đi đường thủy theo dòng sông Đáy đến bến Gián Khẩu rồi rẽ vào sông Hoàng Giang độ 6 km nữa thì đến xã Trường Yên. Tại thôn An Hạ có đền thờ Lê Đại Hành và tượng bà Hoàng Thái hậu nhà Đinh là Dương Vân Nga, nhưng Long sàng chỉ có tượng lân, và nóc đền không có rồng (theo hình chụp của nhiếp ảnh gia Nguyễn Huy Trực, năm 1993). Đi thêm vài trăm thước là thôn An Trung có đền thờ Đinh Tiên Hoàng, trên nóc đền có tượng "Lưỡng long triều nguyệt", tại Long sàng có tượng đôi rồng chầu. Ngay trước cửa đền vua Đinh là ngọn Mã Yên Sơn cao 200 mét, phải lên 260 bậc đá mới đến lăng mộ Đinh Tiên Hoàng và một bia đá lớn khắc chữ cả hai mặt. Theo Ngô Vĩ Liên, Địa Dư Các Tỉnh Bắc Kỳ, trang 639: một mặt bia ghi "Đinh Tiên Hoàng Đế lăng phụng sắc kiến, niên hiệu Minh Mạng nhị thập nhất niên" (1840), mặt bên kia ghi: "Hàm Nghi nguyên niên (1885) trùng tu Tiên Đế Lăng."

[12, 13] Nguyễn Văn Mại; Việt Nam Phong Sử, bản dịch của Tạ Quang Phát (Sài Gòn, Phủ Quốc Vụ Khanh Đặc trách Văn Hóa xuất bản, 1972); trang 76, 80.

[14] Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, bản dịch, tập I, trang 221: "...Quân Tống lui, lại đến sông Chi Lăng (khúc sông Thương chảy qua Chi Lăng thuộc tỉnh Lạng Sơn). Vua sai quân sĩ trá hàng để dụ Nhân Bảo, nhân đó bắt được Nhân Bảo, đem chém."

[15, 16] Phạm Ngô Minh – Lê Duy Anh; Nhân Vật Họ Lê Trong Lịch Sử Việt Nam (nxb Đà Nẵng, 2001), trang 27, 28; trích bài Trường Thi Lê Đại Hành.

[17] Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, Ngô Đức Thọ dịch tập I (Hà Nội, nxb Khoa Học Xã Hội, 1993), trang 237 chép bài sấm không có câu : "Đông A nhập địa, Dị mộc tái sinh"; nhưng trong Khâm Định Việt Sử Thông Giám Cương Mục, nhóm Hoa Bằng dịch (nxb Giáo Dục, 1998), tập I, trang 280 có thêm hai câu này. Thật vậy, nguyên bài sấm không có hai câu trên thì mới ăn khớp với ý hai câu kết, có lẽ đến cuối đời Trần hay đầu đời Hậu Lê, một người nào đó đã thêm vào, bởi lẽ Đại Việt Sử Lược (ra đời khoảng 1377- 1388), quyển II, viết về triều Lý có chép bài này nhưng chưa thấy hai câu trên.

[18, 19] Đại Việt Sử Ký Toàn Thư, Ngô Đức Thọ dịch tập I; trang 238, 203.

TÀI LIỆU THAM KHẢO

Thư mục chung cho cả Phần I

"Hình Thành Và Củng Cố Quốc Gia", ghi nơi Đoạn 2

RPM PHOENIX METRO

PROPERTY MANAGEMENT & REAL ESTATE

Direct: **623.707.6990** - Fax: **888.776.8954**
lauraazre@gmail.com - www.rpmphoenixmetro.com

- Quí Vị đang có căn nhà để trống và phải đóng tiền nhà mỗi tháng?
- Quí Vị đang có người thuê nhà, nhưng không trả tiền thuê nhà?
- Quí Vị mệt mỏi và đau đầu vì công tụ quản lý nhà mà quí vị giao thác không làm hài lòng quí vị?
- Quí Vị không đủ khả năng mua nhà và cần thuê nhà?

Hãy gọi ngay cho RPM PHOENIX METRO!
Chúng tôi sẽ làm tròn bổn phận và trách nhiệm của một người quản lý để quí vị được hài lòng.

Đồng thời công ty của chúng tôi sẽ giúp Quí Vị về việc đầu tư, **MUA, BÁN, CHO THUÊ, VÀ QUẢN LÝ** căn nhà của Quí Vị một cách hữu hiệu, nhanh chóng, nhiệt tình & vui vẻ.
Hãy để chúng tôi xóa những phiền muộn và lo âu của Quí Vị bằng kinh nghiệm nhiều năm trong lĩnh vực kinh doanh địa ốc.

Brokerage: Real Property Management Phoenix Metro
DB: Joe Reynolds

2320 W. Peoria # C.122, Phoenix AZ 85029

TẾT TRUNG THU 2014 TẠI SAN DIEGO

Nhằm mục đích duy trì và phát triển những nét hay, đẹp trong nền văn hóa dân tộc, đồng thời tạo cơ hội cho các thanh thiếu nhi có dịp vui chơi, giải trí lành mạnh, liên tục gần 30 năm kể từ ngày thành lập, hàng năm Hiệp Hội Người Việt San Diego vẫn cố gắng tổ chức ngày Tết Trung Thu trong khả năng của mình. Kết hợp được nhiều hội đoàn trẻ, năng động tại địa phương, năm nay Hiệp Hội Người Việt San Diego đã tổ chức Tết Trung Thu vào ngày thứ Bảy 13 tháng 09 năm 2013 (nhằm ngày 20 tháng 08 năm Giáp Ngọ) với sự tham dự đông đảo của đồng hương.

Bắt đầu vào lúc 5 giờ chiều với nghi lễ chào cờ Việt, Mỹ, Phút Mặc Niệm và chương trình liên tục tiếp nối với các màn Múa Lân, biểu diễn Võ Thuật, trình diễn Văn Nghệ, thi Lồng Đèn đẹp, và chấm dứt vào lúc 10 giờ đêm sau khi rước đèn vòng quanh Thư Viện do đội lân của Liên Đoàn Hướng Đạo Vạn Kiếp dẫn đầu.

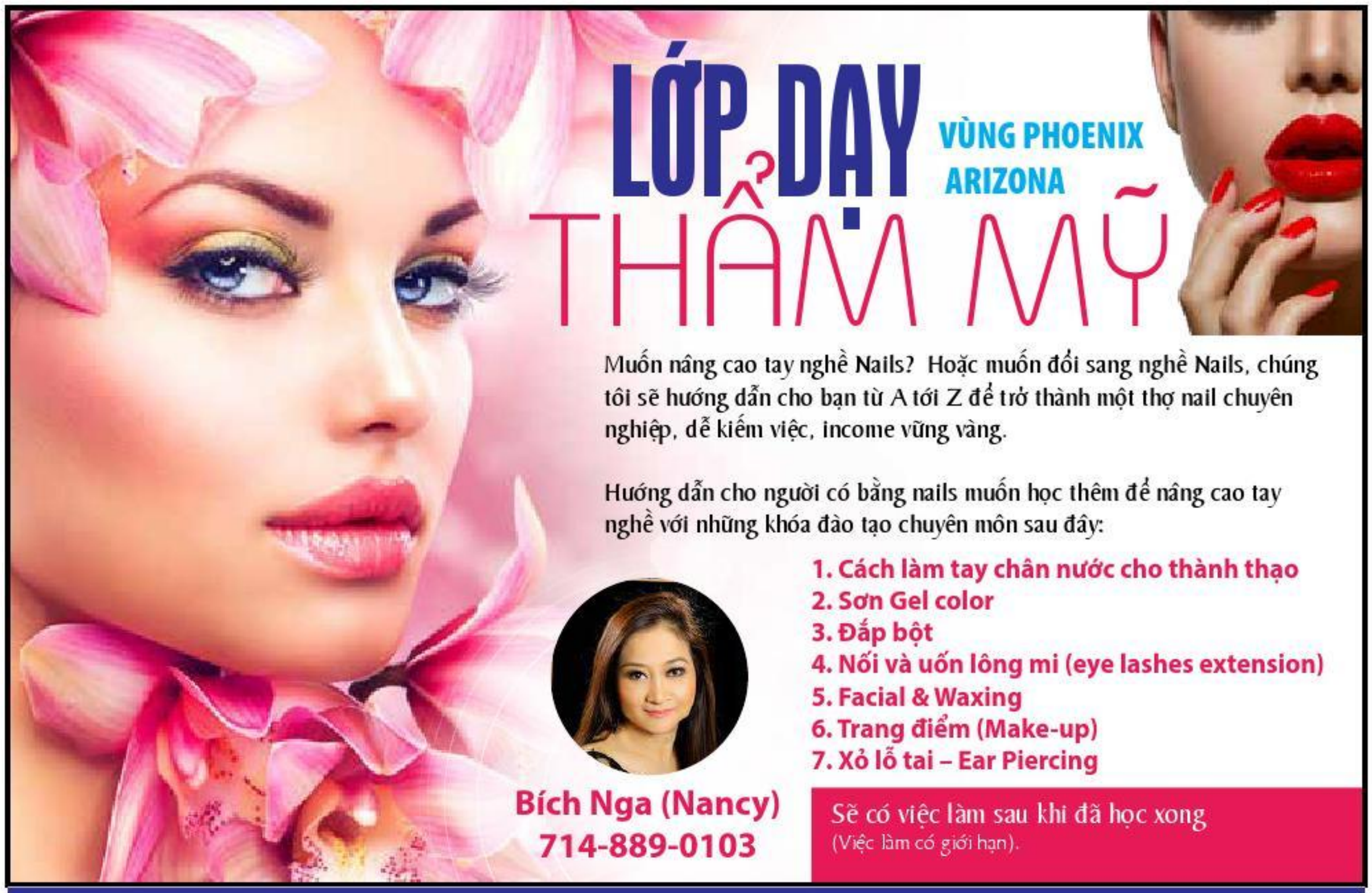
Những trò chơi lành mạnh, hấp dẫn, những vũ điệu tiêu biểu cho ba miền đất nước được tập luyện công phu, những đòn thế võ thuật căn bản được các môn sinh Việt Võ Đạo rèn luyện vững chắc, cùng hàng trăm chiếc lồng đèn khoe đủ màu sắc trên những khuôn mặt tươi vui của mọi người đã là những niềm vui, là những khích lệ tinh thần thật quý báu và ấm áp cho Ban Tổ Chức.

Sau đây là một số hình ảnh ghi nhận trong đêm Tết Trung Thu năm nay do các thành viên trong Hiệp Hội Người Việt San Diego thực hiện, ghi lại tất cả những hình ảnh thân thương, vui đẹp của các cháu thiếu nhi cùng gia đình.

Ban Truyền Thông HHNV San Diego.


HIỆP HỘI NGƯỜI VIỆT SAN DIEGO
VIETNAMESE FEDERATION OF SAN DIEGO


VIỆT SAN DIEGO



LỚP DẠY THẨM MỸ

VÙNG PHOENIX
ARIZONA

Muốn nâng cao tay nghề Nails? Hoặc muốn đổi sang nghề Nails, chúng tôi sẽ hướng dẫn cho bạn từ A tới Z để trở thành một thợ nail chuyên nghiệp, dễ kiếm việc, income vững vàng.

Hướng dẫn cho người có bằng nails muốn học thêm để nâng cao tay nghề với những khóa đào tạo chuyên môn sau đây:

1. Cách làm tay chân nước cho thành thạo
2. Sơn Gel color
3. Đắp bột
4. Nối và uốn lông mi (eye lashes extension)
5. Facial & Waxing
6. Trang điểm (Make-up)
7. Xỏ lỗ tai – Ear Piercing

Bích Nga (Nancy)
714-889-0103

Sẽ có việc làm sau khi đã học xong
(Việc làm có giới hạn).

MÁY LẠNH XE HƠI

Auto A/C Xpress

260 S. Alma School, Suite # 108 Mesa, AZ 85210
(Phía sau Dos Molinos & Kale Body Shop)

Mở cửa: Thứ Hai – Thứ Bảy
9:00AM – 6PM
Chú Nhật làm việc theo hẹn

$5 OFF on any repair over $49

$10 OFF on any repair over $99

ĐẶC BIỆT CHỈ CHUYÊN LÀM MÁY LẠNH XE HƠI CHO TẤT CẢ CÁC LOẠI XE: MỸ, ĐỨC, NHẬT

- Charge gas máy lạnh
- Tìm chỗ bị xì hơi và sửa chữa
- Thay và rebuild ống máy lạnh
- Thay và rebuild A/C Compressors
- Đổi từ gas cũ (R12) sang gas mới (R134a)
- Sửa chữa mọi trở ngại về điện A/C

ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ & FREE A/C CHECK

(480) 247-2079

CẦN SANG TIỆM NAIL

Tiệm Nail ở 17th Ave & Camelback cần bán gấp. Tiệm có 8 ghế spa và 8 bàn. Có phòng waxing. Rent $2232/tháng. Income $5,000/week. Giá bán $29,000 O.B.O.

Xin liên lạc Lâm Tống: 623-986-6571

Cần Thợ Nail

Cần thợ bột và tay chân nước, nam/nữ, làm việc full time hoặc part-time. Bao lương $800/tuần. Gel/chân tay nước, $700/tuần. Biết wax càng tốt. Tiệm vùng North Phoenix, gần Scottsdale.

Xin liên lạc: 602-421-9610 (Cell)
602-482-5148 (work)

CẦN GẤP THỢ NAILS

Cần nhiều thợ Nails nam nữ, tay chân nước, hoặc thợ bột… Bao lương tùy khả năng (ít nhất $100/ngày). Tiệm ở Sun City Grand, làm 6 ngày/tuần. Đóng cửa Chủ Nhật.

Xin liên lạc: (623) 444-6417 (Business)
(678) 857-8153 (Mobile)

CẦN THỢ NAILS NỮ

Tiệm vùng Chandler, Arizona, gần chợ Lee Lee đang cần gấp thợ nữ có kinh nghiệm làm bột, có bằng wax càng tốt. Bao lương $700-$800 tùy theo khả năng. Tiệm đông khách, khu Mỹ trắng, tips cao.

Liên lạc: 480-648-6871

CẦN GẤP NHIỀU THỢ BỘT

Cần gấp nhiều thợ bột, full time hoặc part time. Bao lương $800-$900. Cần thợ tay chân nước. Bao lương $700. Tiệm đẹp, sang trọng, ít thợ, típ nhiều. Tiệm tọa lạc vùng 81st Ave & Union Hills. Chủ và thợ vui vẻ. Xin gọi gấp (623) 825-0203 hoặc (480) 310-7148.

CẦN THỢ NAIL

Tiệm vùng Tempe, cần thợ nail nam và nữ làm bột và tay chân nước. Bao lương hoặc ăn chia. Làm việc vui vẻ, không khí như gia đình.
Xin liên lạc: 602-214-1721.

CẦN THỢ NAIL

Tiệm vùng Surprise rộng 2,400 sq. ft. Tiệm sang trọng, khung cảnh ấm cúng. Cần 2 thợ bột giỏi tiếng Anh, vui vẻ hoạt bát, có ý định làm việc lâu dài. Bao lương cao nếu đủ điều kiện

Xin liên hệ:
602-909-8571

CẦN THỢ NAIL

Cần nam hoặc nữ biết làm đủ thứ hoặc tay chân nước cũng được. Có chổ ăn, ở miễn phí. Bao lương $700.00 đến $800.00 mỗi tuần và chia thêm nếu hơn mức quy định. Tiệm rất đông khách, khu Mỹ trắng. Tiếp cao.
3450 N. Glassford Hill RD
Prescott Valley, AZ 86314

Mọi chi tiết, xin liên lạc Hung Henry:
(928) 899 - 2203 or (928) 772 - 4688

DỊCH VỤ ĐƯA ĐÓN


Lexus 2007


Honda Odyssey 07


Kia Rio 2008

Xe đời mới, tiện nghi, sạch sẽ, máy lạnh/nóng, DVD. Tài xế đúng tuổi, cẩn thận, đúng giờ, lịch sự. Có 3 xe để quý khách chọn!

Có nhận giữ trẻ sau giờ học. Đưa trẻ đi học bơi, thể thao, âm nhạc... Giúp làm homework.

Xin gọi Hiếu 602-931-2299
602-539-9932 | 602-456-6779

CẦN SANG TIỆM NAIL

Tiệm Nails vùng Phoenix, nằm trong khu Walmart, có 5 ghế spa, 5 bàn nails và 1 phòng wax. Tiền rent $2,635.00.

Giá bán $27,000 OBO.

Thật lòng, xin gọi: 623-247-9694.

Kimberly Vo
Associate Broker

US PREFERRED REALTY, INC Real Estate Solutions

1255 W. Baseline Rd. Suite 182 - Mesa, AZ 85202

480.284.9434 | fax 480.588.5957 | vicky888@verizon.net

$113,900

2985 N. Oregon St. #5 Chandler, AZ 85225

2 Bedrooms - 2 Baths
Living Space: 940 sqft
Lot Size: 10,881 sqtf - Year Built: 1987
Brand new carpet, paint, light fixtures.
Floor: Tile in bathroom and kitchen
Refrigerator, washer, dryer
Association fee: $152

UNITED CREDIT EDUCATION SERVICES

"Get The Credit You Need And Deserve!"

Credit Restoration
(Phục hồi tín dụng)
Late Payments, Repossesion, Negative Charge Off, Identity Theft, Student Loans, Settlement, Liens.

Identity Theft Protection
(Bảo vệ đánh cắp thông tin cá nhân)

Last Will & Living Trust
(Di chúc thừa kế tài sản)

Financial Power of Attorney
(Ủy quyền về tài chánh)

Financial Lockbox
(Lưu trữ thông tin cá nhân quan trọng)

Business Opportunity
(Cơ hội kinh doanh)

100% Satisfaction Guaranteed — 100% Money Back Guarantee

JOANN MYLAN DANG
678-458-6336
Joanndang1@gmail.com

Tham khảo miễn phí

Theo dõi tiến trình online và bảo đảm bắt đầu thấy kết quả trong 30-90 ngày

Dịch Vụ Điện

Electrical BAMS services LLC

Brian Thạch (602) 332-7262 - ROC # 268360
Licensed K-11 - Bonded - Insured

Hơn 30 năm kinh nghiệm thầu, tư vấn, sửa chửa và bảo trì các hệ thống điện, hệ thống báo động, hỏa hoạn, điện thoại cho:

✔ Tư Gia ✔ Doanh nghiệp ✔ Xí nghiệp

Tận tâm, giá cả phải chăng!

BBB ACCREDITED BUSINESS

LÃO GIÀ MẮC DỊCH

(Tiếp Theo Kỳ Trước)

Rồi ngày tháng trôi qua, vợ chồng Việt không bao giờ bước chân qua nhà Khải nữa. Hạnh không trách em vì lỗi của chồng mình. Hạnh cố quên đi và cũng không bao giờ nhắc tới. Nàng vẫn vậy, chịu đựng và không muốn gây gổ với chồng cho cửa nhà êm thấm. Nàng chỉ hy vọng sau vụ này, chàng sẽ tởn tới già và sẽ không bao giờ tái diễn nữa.

Sáng nay khi ngủ dậy, Khải nói với Hạnh:

_Năm tới tháng Bảy mình về Việt Nam chơi thăm gia đình nghe em? Em chịu không?

Hạnh gật đầu, về cũng được. Thăm hai thằng em trai còn kẹt lại ở Việt Nam và cô em kế của Hạnh. Thằng Nam, kế Việt có ba đứa con nay đã lớn, con gái đầu lòng mười bốn tuổi, hai con trai mười hai và mười một. Còn Tiến, cậu em út của Hạnh cũng có hai con trai còn nhỏ tí. Phúc, cô em gái kế Hạnh, lấy chồng trễ và có một con trai mới mười tuổi. Việt là em trai lớn, kế cô em Phúc đã sang Mỹ. Còn Nam và Tiến ở chung với ba má Hạnh. Khi về Việt Nam, Hạnh cho Nam tiền để dọn ra ở riêng. Còn Tiến được ở chung với ba má luôn để chăm sóc ông bà.

Nhưng mỗi Khi Hạnh ở Mỹ về đều tụ họp tất cả lại nhà ba má Hạnh, có khi ngủ lại, ngủ la liệt khắp nơi trong nhà. Nhà đông, con cháu ồn ào như cái chợ. Nhất là mỗi lần vợ chồng Khải về Việt Nam, các em các cháu đều kéo nhau về nhà Tiến ở cả tuần vui lắm. Ăn uống đi chơi ở bất cứ đâu, cả đại gia đình cùng đi, Khải Hạnh đều bao cả nhà, tiền bạc tiêu xài thoải mái. Hai bác Khải Hạnh đều quý các cháu, con của hai cậu em. Nhất là con bé Thuý Nhi, nó là con gái đầu lòng của Nam, năm nay nó đã lên mười bốn tuổi, cao ráo, trắng trẻo. Tuy tuy ít tuổi nhưng nó trông trổ mã sớm hơn những đứa trẻ cùng trang lứa, nó lại khôn lanh, biết ngọt ngào chiều chuộng, nhõng nhẽo với hai bác và nhất là ăn nói rất lễ phép…vì vậy hai bác thương nó nhất trong đám cháu. Hơn nữa, Khải lại là người cha rất chiều và thương các con của chàng, chúng muốn gì không bao giờ Khải từ chối. Khải cưng chiều đứa con gái út của chàng nhất. Nó ra đại học hai năm nay, bây giờ nó cũng đã có jop và đi làm xa, không ở với bố mẹ nữa. Từ khi nó lấy chồng, Khải rất nhớ nó, và khi gặp con cháu vợ bé nhỏ cũng dễ thương, nên Khải quý cháu Thuý Nhi vô cùng.

Kỳ nào bác Khải ở Mỹ về cũng dắt Thuý Nhi đi chơi, mua quần áo đẹp cho con bé. Tội nghiệp, nó thèm và thích đủ thứ. Tính Khải từ xưa tới nay rộng rãi với các con, thoải mái về tiền bạc nên khi chi tiền cho gia đình hay mua sắm cho các cháu, không ai là không khen Khải quá tốt. Họ cũng không thắc mắc, có người còn thì thầm khen Hạnh có phước, lấy được ông chồng tuyệt vời hạnh phúc.

Vợ chồng Khải làm quản lý cho tiệm giặt và sửa chữa quần áo nên đời sống cũng tự do và tiền bạc có đồng ra đồng vào rủng rỉnh hơn đi làm hãng xưởng. Muốn nghỉ chỉ việc báo cho chủ hay trước một tháng là hai vợ chồng tha hồ đi thoải mái. Về lại Mỹ, là nhào vào làm việc, tuy có vất vả cho Hạnh vì phải ngồi gò lưng sửa chữa những bộ quần áo to, trong khi cả người Hạnh bé cỏn con. Khách giặt ủi chả bao nhiêu tiền, nhưng tiền vào là nhờ sửa chữa may vá quần áo cũ và mới cho khách.

Bây giờ về Việt Nam hoài nên quen đi. Cứ một hai năm, hai vợ chồng lại góp nhặt tiền bạc về Việt Nam chơi. Cứ mỗi lần anh chị "áo gấm về làng" thì họ hàng anh chị em đều quý trọng làm cho hai vợ chồng Hạnh hãnh diện vô cùng. Họ hàng nội ngoại và bạn bè cũ, ai cũng đều kính nể.

*Nữ văn nhạc sĩ Trịnh Thanh Thủy chào đời tại Hà Nam, Bắc Việt trong một gia đình có truyền thống văn chương chữ nghĩa, cô là cháu ba đời của cố thi hào Nguyễn Khuyến tức cụ Tam Nguyên Yên Đổ. Cô đã bắt đầu viết văn và làm thơ từ thời trung học Trưng Vương. Trong gia đình, Cô còn có một người em trai đã trở thành nhạc sĩ nổi tiếng đó là nhạc sĩ Trịnh Nam Sơn. Trong thời gian qua, Cô đã sáng tác nhiều nhạc phẩm và phát hành 2 CDs và 2 DVDs mang chủ đề Vùi Sâu Thương Nhớ và Thao Thức. Về lãnh vực văn chương, Cô đã sáng tác hai truyện dài Định Mệnh và Lão Già Mắc Dịch đã được phát thanh trên làn sóng Đài Nationwide Việt Radio trong chương trình **Thao Thức với Trịnh Thanh Thuỷ** vào mỗi Tối thứ Ba từ 7:30pm đến 8:00pm và phát lại vào lúc 11:00 sáng thứ Sáu hàng tuần trên băng tần FM 100.3 HD2 tại Washington DC, Virginia và Maryland hoặc trên băng tần FM 92.5 HD3 tại New Jersey và Philadelphia, và 24/24 trên Internet Global (toàn cầu). Đặc biệt văn nhạc sĩ Trịnh Thanh Thủy còn là người phụ nữ đầu tiên huấn luyện cá sấu. Quý độc giả muốn xem tận mắt Cô huấn luyện cá sấu như thế nào, quý vị có thể gửi email về: Trinhthanhthuyns@yahoo.com. Hay mở YouTube: **Trinh Thanh Thuy huan luyen ca sau** sẽ được chứng kiến cảnh huấn luyện rất ngoạn mục.*

Thật sung sướng biết bao!

----------oOo----------

Kỳ này hai bác Khải, Hạnh về ăn Tết ở Việt Nam. Cả đại gia đình tụ họp nhộn nhịp. Bác Khải năm nay mừng tuổi cho Thuý Nhi quà Tết là một chiếc xe Honda gắn máy mới toanh. Cả nhà ngạc nhiên, bác Hạnh vui mừng cho Thuý Nhi vì được bác trai thương quý. Hạnh cười tươi, ôm Thúy Nhi nói nựng:

_Sao con có thích quà bác trai cho không? Con là nhất nhà rồi đấy nhé!

Bác Khải nói với hai cậu em trai Hạnh:

_Anh mua xe cho Thuý Nhi vì nó lớn nhất trong gia đình. Năm nay nó lại mười sáu tuổi; tuổi ngọt ngào nhất của người con gái. Ở bên Mỹ, sinh nhật năm mười sáu cho con gái quan trọng lắm, được gọi là "Sweet sixteen". Mua cho nó cái xe cho nó đi học hãnh diện với bạn bè.

Quay sang vỗ vào vai Thuý Nhi, chàng nói tiếp:

_Cố gắng học giỏi nghe Thuý Nhi, rồi đi làm, có tiền nhiều cho lại bác nhé!

Cả nhà cùng cười vì câu nói đùa của Khải. Con bé Thuý Nhi Thích quá, mẹ của Thuý Nhi mắt sáng rỡ, vui ra mặt, có nằm mơ cả đời cũng không mua nổi cho con gái chiếc xe này!! Con Thuý Nhi thế mà sướng, có bác ở bên Mỹ về cái gì nó cũng có. Bác trai không bủn xỉn kẹo kẹt, còn bác gái thì dễ dãi, ao cũng được… Hôm nay mùng ba Tết, cả đại gia đình cùng đồng ý ở nhà không đi ra khỏi cửa và tổ chức ăn uống, mở sòng bài gia đình đánh bầu cua cá cọp cho vui.

_Bác Khải giàu nhất để bác Khải làm cái nhé? Chúng mình ăn bác Khải còn có tiền chung cho mọi người.

Tiến, em út của Hạnh vừa cười vừa đưa ý kiến. Mọi người tán thành, cười theo. Ai ăn, bác trả sòng phẳng. Ai thua nhiều quá bác tội nghiệp cho lại, chơi vậy thì ai dại gì mà không chơi? Nhất là năm đứa cháu, chúng nó nhao nhao vỗ tay vui mừng. Hai cô em dâu, em gái, em rể đều ngồi cả vào sòng bài, khiến không khí thật vui tươi, hào hứng. Hạnh nhìn những đứa cháu ruột của mình, thương chúng quá. Nhất là con bé Thuý Nhi, mười sáu tuổi nó đẹp hẳn ra. Mới ngày nào nó còn bé tí ti, mày nay đã mười sáu tuổi rồi ... Hạnh nhớ đến lần đầu tiên về lại Việt Nam, nó gầy nhom đen thủi, cứ trố mắt nhìn hai bác ở bên Mỹ về sợ không dám lại gần. Nó vừa thèm thuồng được hai bác hỏi tới, vừa sợ hãi vì lạ, hai bác trông sang trọng quá... Thế mà bây giờ nó ngồi kia như một thiếu nữ sắp trưởng thành, đẫy đà cao ráo… Hôm nay, Thuý Nhi mặc chiếc áo thung mầu đỏ đậm, cổ hở tới ngực, chiếc quần jean mà chính bác Khải đã mua và lựa chọn ở Mỹ mang về. Hai bác mua quà cho cả nhà, không ai mà không có quà bên Mỹ. Hạnh nhìn con cháu trầm trồ khen thầm trong bụng. Trông nó đẹp hẳn ra, khuôn mặt trái soan đầy đặn, mịn màn trắng ngần và hồng hồng đôi má, đôi môi trái tim đỏ tự nhiên, mái tóc mây dài đen bóng hơi gợn quăn buông xoã qua vai.

Bỗng Thuý Nhi la lên:

_A...bác Khải lại thua nhi rồi! Nhi có ba cua nè ...ha...ha…

Tiếng cười giòn của Nhi làm tất cả mọi người cười theo. Bác Khải tức quá lấy nắm hạt dưa ném ngay vào giữa đôi ngực của Thuý Nhi, bác nói:

_Thuý Nhi ăn hoài à thấy mà ghét… Chắc Nhi ăn gian hay có bùa ngải gì không mà ăn hoài vậy? Hạnh coi hôm nay bé Nhi hên quá phải không em?

Những hạt dưa đỏ tươi rơi tới tấp vào lồng ngực nửa kín nửa hở vì cái cổ trái tim hơi trễ... vài ba hạt dưa dính lại trên làn non, mịn màng của Nhi ...Thuý Nhi cười như nắc nẻ. Hạnh nhìn cháu cười, nàng cũng vui lây nói tiếp:

_Nhi cứ ăn đi con cho bác Khải vỡ nợ...bác cháu mình ăn rồi có tiền mai đi Đà Lạt chơi.

Cả nhà ồn ào như cái chợ. Khải nhìn Thuý Nhi với cặp mắt trìu mến rồi chàng thật nhanh chúm miệng hôn gió Nhi một cái.

----------oOo----------

Hôm nay mùng năm Tết, Khải mướn cái xe van để chở cả nhà đi Đà Lạt chơi, dự trù đến mùng mười Tết sẽ trở về Sàigon, kể kịp ngày mười lăm, vợ chồng Khải sẽ trở về lại Mỹ. Bác Khải làm tài xế lái xe, bé Thuý Nhi đòi ngồi ghế trên cạnh bác Khải để xem bác lái xe và ngắm nhìn phong cảnh dọc đường. Ai cũng im lặng ra phía sau, nhường cho con bé là cháu gái nội duy nhất trong giòng họ.

Hạnh nói:

_Ừ để bác ngồi sau với mẹ các con cho tiện nói chuyện!

Khải lái xe nhưng cặp mắt luôn liếc nhìn con cháu vợ... Chàng nghĩ thầm "con bé xinh quá". Hạnh không để ý, nàng vô tình cứ luôn nghĩ bác cháu nó quý nhau tốt quá. Nếu Ngọc, con gái lớn của Hạnh nếu lấy chồng sớm, thì có lẽ bây giờ con của nó cũng lớn xấp xỉ bằng cỡ con Thuý Nhi bây giờ...

Tới Đà Lạt, Khải để nghị mướn sáu phòng ngủ, chia ra ba cặp, một mình Thúy Nhi được ở riêng một phòng nhỏ, hai phòng kia cho bốn thằng nhóc. Gọn gàng, tiện lợi và bé Nhi vẫn được ưu tiên vì là con gái.

Sáng nào bác Khải cũng rủ bé Nhi dậy sớm chạy bộ để thể thao. Bác Khải có mua cho Thuý Nhi một bộ đồ tập thể dục, made in USA đàng hoàng. Hai bác cháu chạy một vòng từ chợ lên đồi qua vườn Bích Câu, rồi vòng quanh hồ Xuân Hương rồi mới chạy trở về hotel mỗi buổi sáng. Bác Khải với Thuý Nhi thật hợp tình hợp ý. Bác Khải đọc được và biết được ý nghĩ của Thuý Nhi muốn gì? cần gì? Chưa kịp nói ra, bác đã biết rồi. Thuý Nhi trông giống như một con búp bê của bác Khải, Nhi luôn được nuông chiều hết mức như một nàng công chúa.

Thuý Nhi hỏi:

_Bác Khải về Mỹ rồi bao giờ trở lại?

Bác Khải nghe Nhi hỏi, ngừng chạy. Hai bác cháu ngồi xuống đám cỏ xanh tại vườn Bích Câu Kỳ Ngộ, một vườn hoa thật đẹp nhưng vắng lặng của Đà Lạt. Hai bên là những ngọn đồi có những cây thông cao vi vút, xanh tươi dọc theo là dòng nước của hồ Xuân Hương. Bác Khải nhìn Thuý Nhi với đôi mắt trìu mến thật sâu đậm tình thương, bác hỏi Thuý Nhi.

_Khi nào Thuý Nhi muốn bác về Việt Nam, kêu là bác về chịu không? Nào Thuý Nhi nói đi khi bác Khải đi, Thuý Nhi có nhớ bác Khải không? Có mong bác Khải về với Thuý Nhi không? Khi nào bác Khải về, Thuý Nhi muốn cái gì bác Khải sẽ mua cho cái đó chịu không?

Thuý Nhi sung sướng cười thật vui và xáp lại gần bác Khải, ôm cái chân bác để tỏ lòng thương mến như một đứa con gái cưng bé nhỏ được cha thương yêu chiều chuộng. Thuý Nhi Chu miệng nói giọng nhõng nhẽo:

_Bác Khải ơi, sang năm Thuý Nhi mười bẩy tuổi, rồi năm tới Thuý Nhi sẽ lên mười tám. Mà bác Khải có biết không, Thuý Nhi thích nhiều thứ lắm!!!!

Khải cười thích thú vuốt tóc đứa cháu gái nhỏ, chàng âu yếm:

_Thuý Nhi muốn gì cũng có, Thuý Nhi dễ thương vậy làm sao bác Khải từ chối được? Hôm nay bác Khải đi mua cho Thuý Nhi một cái cell phôn trước nhé? Để cần gì Thuý Nhi cứ gọi phone cho bác Khải. Như vậy chịu chưa?

Thật ngoài sức tưởng tượng của Thúy Nhi vì từ trước đến giờ Thuý Nhi chưa bao giờ dám mơ ước đến cái cell phôn. Thúy Nhi ngồi nhỏm dậy, nhìn thẳng vào bác Khải… Sao hôm nay trông bác Khải đáng yêu quá chừng chừng. Bác vui vẻ, tử tế, xài tiền rộng rải và chịu chi "sộp". Thuý Nhi càng lớn, bác Khải càng cưng chiều hơn. Bố mẹ làm không đủ ăn, nên Thúy Nhi luôn luôn thua chúng bạn đủ thứ, từ quần áo cho tới tiền ăn quà sáng. Thèm mặc không nói làm gì, tèm ăn mới khổ!! Hồi Nhi mười tuổi, bác Hạnh chưa về Việt Nam, Thuý Nhi thèm ổ bánh mì thịt thơm dòn, thèm tô phở nóng hổi thơm lừng mùi hành ngò, nhưng không bao giờ có mà ăn. Bữa ăn sáng thường ngày của gia đình Thúy Nhi là khoai lang, khoai mì luộc, thỉnh thoảng cái bánh khúc hay bánh dày đậu là mừng lắm rồi. Thế mà từ ngày hai bác ở Mỹ về, cha mẹ Thuý Nhi có nhà mới, đời sống khá hơn, chị em Thuý Nhi được ăn ngon hơn trước, có quần áo Mỹ, có tiền rủng rỉnh ăn vặt. Cũng nhờ được ăn uống no đủ, nên Thuý Nhi mau lớn, trổ mã thật nhanh, ra dáng con nhà giàu. Trong lớp các bạn không dám coi thường Thuý Nhi nữa. Chúng bạn thèm thuồng làm quen tới tấp, làm Thuý Nhi hãnh diện vô cùng. Nhà có Việt Kiều hồi hương ai thấy cũng nể hết, nhất là Thuý Nhi lại được bác Khải thương yêu nhất trong đám cháu bên nội bên ngoại còn kẹt lại ở Việt Nam. Bác Khải vừa cho Thuý Nhi sinh nhật mười sáu tuổi một chiếc xe Honda gắn máy. Bây giờ, bác lại sắp sữa mua cho cell phôn mới. Kỳ này thì lũ bạn của Thuý Nhi nhìn thấy lé mắt luôn...

Thuý Nhi tiến lại gần bác Khải, ôm cổ bác Khải hôn tới tấp vào đầu bác, miệng tíu tít cảm ơn:

_Nhi cảm ơn bác…Nhi cảm ơn bác…

Bác Khải vòng hai tay ôm Nhi, bác hôn lên mái tóc của Nhi và nhỏ nhẹ nói:

_Bác sẽ mua phôn cho Nhi nhưng Nhi không được dùng bây giờ. Đợi đến khi hai bác về Mỹ thì Nhi mới được lấy ra xài, okay không? Thuý Nhi nhớ phải gọi phone bác thường xuyên nhé. Một tuần gọi cho bác Khải ít nhất hai lần để bác nghe tiếng nói của Thuý Nhi cho đỡ nhớ… Thuý Nhi phải học giỏi và ngoan không được có bạn trai rồi học hành sa sút, bác Khải sẽ rất buồn!! Bác Khải sẽ không về Việt Nam nữa. Còn nếu Thuý Nhi ngoan, bác Khải dặn sao phải nghe như vậy. Mỗi tháng bác sẽ gửi về cho Thuý Nhi năm mươi đô-la chịu không?

Nói xong, Khải quàng tay lên vai Thúy Nhi và ghì Thúy Nhi sát vào lòng mình… và tiếp tục với giọng ngọt ngào:

_Khi nào Thuý Nhi lên mười tám tuổi, mỗi tháng bác hứa sẽ gửi về cho Nhi một trăm đô-la để xài và dùng tiền đó trả tiền điện thoại. Nhớ là gọi cho bác mỗi tuần cho bác biết là Thuý Nhi có ngoan không nhé? Nếu Thúy Nhi bằng lòng thì ngoéo tay hứa với bác Khải đi nào?

Thuý Nhi cười nghĩ thầm trong đầu, tưởng chuyện gì khó, điều kiện bác Khải đặt ra quá dễ dàng thì ai mà chả hứa

được. Wow, năm mươi đô-la Mỹ đổi ra được khoảng hơn năm trăm ngàn tiền Việt Nam. Một tháng đi học mà có nhiều tiền như vậy tha hồ và tiêu xài. Thuý Nhi cười sung sướng đáp lời bác:

_Bác Khải ơi, Nhi hứa… Nhi hứa … với bác Khải, Nhi sẽ ngoan và nghe lời bác!

Bác Khải cười, vừa kéo bé Nhi đứng dậy vừa nói:

_Thôi được rồi, đi về kẻo cả nhà lo. Bây giờ, hai bác cháu mình cùng chạy song song cạnh nhau để trở về hotel nhé!

Hạnh đang ngồi trong phòng nói chuyện với hai cô em dâu, thấy Khải và Nhi bước vào, hai khuôn mặt vui vẻ thoải mái. Bé Nhi cười tươi sà vào lòng Hạnh, trước mặt mẹ của Nhi. Hạnh giang vòng tay ôm cháu, nàng ân cần hỏi:

_Sao sáng sớm hai bác cháu chạy có mệt không? Đói bụng chưa? Đi thay quần áo xong đi ăn sáng, rồi mình đi coi thắng cảnh nghe con!

Quay sang nhìn Khải, nàng nói tiếp:

_Còn anh, về phòng mình tắm rửa thay quần áo xong rồi anh chở cả nhà đi khắp nơi chơi hôm nay để mai về lại Sài Gòn. Mình còn phải đi thăm chú thiếm Khang cho xong. Em bắt đầu sốt ruột về việc nhà, rồi công ăn việc làm ở Mỹ mà mình cứ bỏ đi hoài, nếu lỡ bị mất việc thì kẹt lắm!!!

Khải gật đầu rồi nhanh nhẹn đi trở ra, về phòng của hai vợ chồng.

Khải mua cell phone cho Thuý Nhi, nhưng dấu không cho Hạnh biết. Mấy ngày sau thì bố mẹ của Nhi biết khi Thuý Nhi vô tình khoe với mẹ:

_Mẹ biết không, bác Khải thương quý con lắm mẹ ạ ... Bác Khải bảo con phải chăm học và không được có bạn trai. Ngoan ngoãn học giỏi bác sẽ gửi về cho con mỗi tháng năm chục đô-la đó mẹ. Con cho mẹ hai chục đô-la, còn con giữ ba chục đô-la để con mua đồ cho con nghe mẹ. Từ nay, bố mẹ khỏi phải cho con tiền nữa.

Mẹ Thuý Nhi đợi chồng ra ngoài rồi bà mới dặn nhỏ con gái:

_Lần sau con đừng nói trước mặt bố những chuyện này nghe con. Con cũng đừng nói cho bác gái biết, rồi bác gái tiếc tiền bác ấy sẽ khó chịu con ạ. Bác trai tuy tốt và rộng rãi nhưng còn bác gái dù là chị ruột của bố con đi nữa mà cứ nhìn thấy chồng cho tiền bừa bãi chi phí cho các cháu quá nhiều...bác gái sẽ đau con xót, con có biết không? Dù sao hai bác cũng còn các anh, các chị, con của hai bác để chăm lo. Vì vậy con phải kín đáo khôn khéo, cẩn thận đừng cho ai biết chuyện này. Ngay cả với các em của con… Con có nhớ lời mẹ dặn không?

Thuý Nhi dạ luôn miệng cho mẹ yên lòng.

----------oOo----------

Từ ngày đi chơi ở Việt Nam về, Khải trở nên vui vẻ, yêu đời hơn xưa. Chàng bắt đầu để ý chăm sóc da mặt, dùng kem chống nắng và kem dưỡng da chống lão hóa, cũng như chải chuốt nhuộm tóc, và tập dục thường xuyên, và ăn uống kiêng cữ… nên Khải nhìn trẻ hẳn ra dù chàng đã hơn sáu mươi. Trông Khải còn trẻ hơn mấy cậu em trai của vợ thua chàng cả chục tuổi.

Hạnh thấy chồng chưng diện trông có sáng sủa hơn xưa, nhưng nàng cũng không mấy bận tâm, nàng vẫn chăm chỉ cặm cụi may vá lo làm ăn tần tiện từng đồng... Tuần nào Khải cũng lén lút vào phòng tắm nghe phone của cháu Thuý Nhi gọi cho bác Khải. Chàng đã dặn Nhi gọi vào mỗi tối thứ Ba và thứ Bảy. Thuý Nhi đã làm đúng lời bác Khải dặn. Cứ hai tháng một lần, Bác Khải gửi về cho Nhi một trăm đô-la. Tiền bạc có đều đều, rủng rỉnh Thuý Nhi tha hồ ăn diện tiêu pha thỏa thuê. Thuý Nhi đẹp hẳn ra, thấm thoát quay đi ngoảnh lại, Thuý Nhi đã mười tám tuổi.

---------oOo---------

Hai bác Khải Hạnh ở Mỹ lại về chơi lần này, nhận không ra con cháu nhỏ ngày nào bây giờ nó đã trưởng thành, ra dáng của một thiếu nữ trổ mã tuổi dậy thì mơn mởn, xinh đẹp vô cùng.

Bác Hạnh nhìn cháu rồi nói với bố mẹ của Nhi:

_Con Thuý Nhi em để cho nó học hết Trung học, rồi anh chị sẽ cho tiền cho nó đi du học bên Mỹ. Chị sẽ tìm con nhà tử tế gả chồng cho nó. Chị sẽ tìm cách cho nó ở lại Mỹ luôn, như vậy nó có thể lo cho các em sau này!

Vợ chồng Nam cảm động khi nghe chị hai bàn tính xếp đặt tương lai cho đứa con gái duy nhất của mình, chị tính rất thực tế lo giúp gia đình Nam vươn lên. Trong lòng cảm ơn chị đã nghĩ xa, các em kính trọng mang ơn chị vô cùng... Chị đã lo cho cả ba mẹ và các em mà lại lo cho các cháu nữa...

Sáng nay, Khải nói với Hạnh ở nhà với gia đình, còn chàng đi về bên nội thăm họ hàng bên nhà gia đình chàng.

_Anh đi thăm họ hàng luôn tiện anh ghé thăm đám bạn cũ, anh sẽ ngủ lại nhà anh em hay bạn bè, anh không về đừng có lo cho anh. Em ở nhà chơi với các em và các cháu. anh đi mai anh về, em đi theo tụi anh đàn ông nhậu nhẹt, em chỉ mệt mà thôi!

Hạnh vui vẻ gật đầu, nàng còn ân cần dặn chồng:

_Anh đừng quá chén rồi phát ngôn bừa bãi, lại lôi thôi với pháp luật nhé. Anh lái xe cẩn thận, đây không phải ở Mỹ đâu mà tự do muốn làm gì thì làm.. À, anh nhớ đừng vui quá rồi xô bồ nghe anh!

Khải tiến đến ôm vợ, hôn nhẹ lên mái tóc đã chớm muối tiêu của Hạnh, chàng hứa luôn miệng cho vợ yên lòng rồi vội vã ra đi....

Kỳ này về Việt Nam, Khải thuê bao một chiếc xe du lịch Toyota loại hai cửa, để làm phương tiên di chuyển cho tiện. Khải đi khỏi rồi, khoảng mười giờ Thuý Nhi cũng xin phép ba mẹ:

_Mẹ ơi, con đến nhà bạn mượn sách và hỏi bạn vài bài học con chưa hiểu rõ rồi con với Mỹ Lan đi coi phim chiều con mới về. Mà con có về trễ mẹ đừng có lo nghe mẹ.

Mẹ Thuý Nhi nói vội theo:

_Ừ, con đi đâu thì đi, lái xe cẩn thận rồi về sớm sớm nghe con. Về ăn cơm chiều với bác Hạnh cho bác vui!

Thuý Nhi sách cái bóp Gucci mà bác gái

mua cho Thuý Nhi sinh nhật mười tám tuổi, mặc chiếc váy ngắn để lộ cặp giò thẳng thon dài trắng nõn, thật hấp dẫn. Con bé cao nhất nhà, cao hơn cả bố mẹ. Nó cao một thước sáu lăm, làm người mẫu được rồi. Trước khi đi, Thuý Nhi chạy lại ôm bác Hạnh nũng nịu:

_Thưa bác gái con đi chơi, chiều con về ạ!

Bác Hạnh nhìn Thuý Nhi trìu mến, nàng gật đầu nói:

_Ừ con đi chơi đi, lớn tướng rồi, sắp cho bác uống rượu được rồi!

Nhi cười khanh khách rồi đẩy xe Honda ra cửa, để đi gặp bác Khải chứ không phải đi gặp bạn học như Thuý Nhi đã nói dối với mẹ và bác Hạnh. Bác Khải đã đợi Thuý Nhi ở rạp cine' Đồng Khởi. Khải đem xe của Thuý Nhi đi gửi, rồi bác đưa Thuý Nhi đi một vòng shoping ở chợ Sàigon. Sau đó bác chở Thuý Nhi hướng về xa lộ Biên Hoà, ăn ở quán Cây Dừa. Nhà hàng này mở ra tại một khu đất rộng rãi. Nhà hàng chính ở giữa không to lắm nhưng có những lều tranh khoảng chục cái chung quanh vách bằng tre. Cách xa nhau và riêng biệt rất đẹp, rất nên thơ.

Bác Khải quàng tay ôm vòng eo Thuý Nhi một cách tự nhiên, thân thiện. Hai bác cháu đi thẳng vào một lều tre chưa có khách. Trong lều có một bàn nhỏ thấp, bốn ghế nhựa loại nhỏ...nhưng đặc biệt lại có một cái võng vải treo ở giữa lều. Cái võng này căng thẳng chứ không trũng xuống như những cái võng khác, có thể ngồi hay nằm nhưng võng không trũng nhiều vì sức nặng của người. Nhà hàng này cố tình làm đặc biệt như thế để thu hút khách thích yên tĩnh, kín đáo, riêng biệt và lãng mạn…cho khách từng cặp... muốn tự do thì trả tiền thêm...

Thay vì ăn ở nhà hàng chính thì bác Khải lại dắt Thuý Nhi vào trong lều để hai bác cháu tự do ăn uống thoải mái, tự nhiên. Bác Khải kêu đủ món ăn và nước uống ba bốn chai đủ loại. Bác cho tiền người bồi bàn rất hậu hĩnh và dặn họ không cần đến hỏi han khi nào bác cần gì thêm sẽ bấm chuông. Bác trả tiền bao luôn cái lều tới sáu giờ chiều. Quản lý và người hầu bàn mừng quá. Gặp khách sộp. Việt kiều hồi hương đi với đào nhí? Đó là những từ ngữ của nhân viên trong quán gọi chia loại những khách thập phương đến quán. Họ chỉ đợi dịp này là chém đẹp. Một trăm đô-la bao lều trong đó bao luôn bốn món ăn và thức uống.

Khải chọn cua rang muối, gỏi cuốn, thịt bò xào lăn, bánh hỏi thịt nướng. Hai người tha hồ ăn chưa kể các món trái cây tráng miệng như táo, nho, và chuối nữa. Bác Khải ôm vai Nhi âu yếm hôn nhẹ lên trán con cháu ngọt ngào, chàng nói:

_Nào Thuý nhi của tôi ăn cho ngon, cho no đi, thích gì nữa thì nói nghe cưng?

Khải tránh không xưng bác và chưa dám xưng anh. Thuý Nhi thích quá được ăn thả cửa, ăn no nê. Bác Khải cũng ăn và gọi thêm hai chai bia. Bác bỏ tay xuống ôm ngang người Nhi tỏ ý thân mật, Khải hỏi ân cần:

_Nhi ăn ngon không? Nhi muốn ăn gì thêm nữa không? Nhi ăn no chưa?

Nhi chưa kịp trả lời những câu hỏi của Khải thì chàng lại nói tiếp:

_Nhi uống một tí bia cho vui nào ... Uống đi cưng… cho đôi má nó hồng, cho cặp mắt ướt long lanh. Nhi càng lớn, Nhi càng đẹp ra... làm cho người ta chết mê chết mệt! Người ta điên mất Nhi có biết không?

Nhi cầm ly bia uống ừng ực:

_Ah, ngon đáo để! Thế mà từ xưa đến nay không ai cho Nhi uống thử?

Thuý Nhi nói và tự động cầm chai bia rót thêm vào ly cho mình. Bác Khải cúi đầu sát vào cổ Nhi, bác bắt đầu lè lưỡi liếm nhè nhẹ dần dần lên phía tai của Nhi. Bác không nói nữa, bác cứ từ từ đưa đẩy chiếc lưỡi không xương quậy vào trong lỗ tai của Nhi làm Thuý Nhi bủn rủn cả người. Vòng tai mỏng manh của Thuý Nhi ửng đỏ vì chất men của bia hay vì Thuý Nhi bị kích thích rung động lạ lung khắp cơ thể? Bác Khải chuyển hướng ngồi đưa hai cánh tay ôm vòng vai Nhi, ghì chặt người Nhi gọn gàng trong bàn tay cứng rắn của bác. Bác vẫn gục đầu đưa lưỡi nhẹ nhàng mềm mại trong lỗ tai làm Nhi mềm

nhũn cả người… Rồi lưỡi bác chạy qua cái má bầu bĩnh của Nhi và đôi môi nồng nàn phủ kín miệng Nhi... Bác Khải làm cho Nhi khờ khạo, Nhi bủn rủn vì cái hôn cuồng bạo nóng bỏng làm Nhi đờ đẫn cả người… Thuý Nhi không chống cự. Nhi chịu đựng rên rỉ trong hưởng thụ dại khờ… Nhi sờ sợ muốn đẩy bác ra, nhưng không làm được bởi một sự kích thích kỳ lạ đang chạy đều khắp cơ thể Nhi. Một sức hút mãnh liệt vô hình nào đó mà Nhi không tài nào cưỡng lại được đã khiến cơ thể Nhi như đang bị thôi miên. Một sự trải nghiệm mà Thuý Nhi chưa bao giờ biết đến. Thuý Nhi cứ ngồi yên bất động, rướn cổ để bác Khải dễ dàng hành động. Bác Khải đã mang đến cho Nhi cảm giác lâng lâng lạ lùng đầu đời như thể Thuý Nhi đang bay bổng lên chín tầng mây... Nàng đang chìm đắm trong mê hồn trận. Thuý Nhi nhũn người ra, ngoan ngoãn chờ đợi thêm những hành động điêu luyện của bác Khải đưa nàng đến tột đỉnh của thiên đường tình ái.

Đang nhắm mắt đê mê bỗng dưng bác Khải chợt ngừng. Làm cho Thuý Nhi giật mình như tỉnh cơn mê. Nửa sợ hãi, nửa thẹn thùng vì sự im lặng đồng loã với Khải của Nhi. Tuy xấu hổ và tiếc nuối cái cảm xúc tuyệt vời mà bác Khải là người đàn ông đầu tiên trong đời đã mang đến cho Thuý Nhi được tận hưởng những phút giây nghẹt thở. Bác Khải đã làm cho Nhi thèm thuồng đôi môi và cái lưỡi huyền diệu của bác Khải. Nhi ngẩn người giây lát khi Khải ngừng hôn. Khải ngắm nhìn Nhi một cách đắm đuối, rồi gục đầu vào mặt Nhi rên rỉ:

_Nhi ơi Nhi! Anh yêu em… Anh thèm em quá... Tất cả những gì hôm nay chỉ hai đứa mình biết thôi nhé em! Từ nay nếu không có ai, mình cứ xưng hô với nhau bằng anh em cho thân mật. Nhi có thích đi chơi như thế này nữa không? Chúng mình sẽ gần nhau mãi mãi... Nhi sẽ là cục cưng của anh? Anh sẽ đưa em lên đỉnh ái ân, sẽ làm cho em hưởng thụ tất cả thoả mãn của yêu đương và em sẽ là của anh. Nhi ơi, hứa đi cưng!

Khải lại ghì chặt Thuý Nhi và bế hẳn Thuý Nhi đặt lên võng, nhưng chàng quỳ dưới đất, tỳ mặt vào ngực Nhi để trò chuyện, chứ chàng không vội vã tìm vào rừng thẳm suối sâu... Chàng thấy rõ ràng Nhi còn ngây thơ trong trắng trinh nguyên. Con nai vàng ngơ ngác đã trúng mũi tên tẩm thuốc mê của lão thợ săn chuyên nghiệp, nó đã nằm dại khờ. Đôi mắt nai mở to ngỡ ngàng chỉ nhìn mà không thốt được lời nào. Sau khi Khải độc thoại, bé Thuý Nhi vẫn im lặng nằm nghe…

Khải vẫn đều đều rót những dòng mật ngọt tán tỉnh Thuý Nhi:

_Cưng sẽ là tất cả. Kỳ này anh về Mỹ tính toán và sớm trở lại. Vài tháng thôi anh lo cho em tất cả, tình lẫn tiền. Anh sẽ cung phụng cho em như một nữ hoàng, em là hoàng hậu của riêng anh. Chúng mình sẽ tự do hưởng thụ tất cả những gì thích thú ...đáng giá nhất của cuộc đời cưng nhé!

Khải quỳ dưới đất, giang hai tay ôm gọn người Nhi vào lòng. Bây giờ tự động Nhi cũng rướn người vòng hai tay ôm cổ bác Khải. Nhi ghì chặt khi Khải hôn Nhi, hôn miệng rồi hôn xuống đôi ngực. Khải tháo tung áo Nhi, mở vội chiếc áo xu chiêng. Chàng gục đầu điên dại, cắn nhè nhẹ hai trái đào tơ mơn mởn. Nhi mê bác Khải quá, bác làm cho Nhi nóng bừng bừng. Sướng điên lên quên cả thời gian. Bác Khải lại ngừng trong khi Thuý Nhi mê man tột đỉnh, đang tò mò lạc bước vào rừng ái ân. Chưa đâu vào đâu cả? Thuý Nhi còn muốn gì thêm và khác nữa kìa? Thúy Nhi đang chờ đợi những khám phá mới, sao tự nhiên bác Khải lại ngừng? Trong khi lúc này Thuý Nhi đang thích quá chừng, Nhi đâu có giẫy giụa phản đối đâu? Bác Khải ác thật, đang làm cho người ta đê mê xướng cả người thì lại ngừng. Làm mất cả hứng thú. Thuý Nhi hơi khó chịu và tiếc nuối phút giây đầy cảm hứng nhưng không nói ra. Khải đứng lên ngọt ngào nói với Nhi:

_Thôi cưng, để anh đưa em về gần năm giờ chiều rồi. Còn đi lấy xe nữa về nhà kẻo trể. Chiều mai anh chờ em ở đó. Nếu Nhi muốn mình lại đến đây? Hay đi chỗ khác mình sẽ tính sau nghe! Anh biết em muốn anh làm cho em sung sướng thoả mãn, nhưng trễ rồi, anh sẽ đền em ngày mai. Em thích lắm phải không?

Nhi ngượng nghịu ứ..ừ.. nho nhỏ trong miệng rồi đứng lên khỏi cái võng, mặc áo xu chiêng vào, cài cúc áo lại, tay vuốt tóc cho khỏi rối bời.

Từ lúc Khải để miệng vào hôn cổ, tai, miệng và vầy vò bộ ngực, Nhi không hề phản đối hay cảm thấy khó chịu. Nàng không nói một câu, chỉ im lặng hưởng thụ, và làm theo những gì Khải nói. Khải nắm tay Nhi, hai người ra xe. Khải lái xe một tay, còn tay kia ôm Nhi. Chàng nắn, bóp cặp đùi của Nhi làm Nhi nổi da gà vì bị kích thích. Khải biết, nên chàng nhỏ nhẹ nói:

_Cưng à, anh có làm cưng sợ không? Sao Nhi không nói? Nhi giận anh à?

Nhi lắc đầu, im lặng. Khải kéo đầu Nhi vào gần mình, chàng lại hôn vào mặt mũi Nhi. Nhi nghĩ trong đầu...." bác Khải làm mình sướng gì đâu ấy? Không tả nổi? Ôi, sao bác Khải tuyệt vời thế?" tuy không nói ra, nhưng Nhi ưỡn ẹo theo cái bàn tay xoa nắn, sờ mó của Khải... Nhi mê quá rồi, Nhi không muốn về nhà. Nhi chỉ muốn ở mãi bên cạnh bác Khải yêu dấu của Nhi thôi.

Tới chỗ gửi xe, bác Khải đậu xe, chạy sang mở cửa xe cho Nhi xuống. Khải lại hôn nhẹ lên môi Nhi rồi nói:

_Nhi về nhà đi, mai anh đón… Nhớ đừng nói hở ra bất cứ cái gì hết nhé cưng. Mai mình đi chơi chỗ khác sẽ sướng và vui hơn!

Nhi gật đầu, kéo chiếc váy cho thẳng thắn rồi đi theo Khải vào lấy chiếc xe Honda. Nhi leo lên xe, mắt nhìn Khải. Nhi chợt nghĩ chuyện tình của Khải với Nhi sao giống như phim truyện Hàn Quốc. Thích quá lại lén lút vụng trộm. Thế mới khoái chứ... Sau chập hôn đầu đời hôm nay, Nhi cảm thấy mình lớn hẳn ra. Nhi nghĩ thầm "mình là đàn bà rồi!" Lúc nãy, bác Khải hôn lên cặp ngực của Nhi, làm cho đôi bồng đảo như nở to thêm ra. Cả người Nhi vẫn còn cảm giác lâng lâng, đê mê đó… Những rạo rực đầu đời giao động theo làn gió bay quyện vào thân thể khi chiếc xe Honda chạy vào màn đêm.

VĂN PHÒNG PHÁP LÝ

Chuyên Lo Bồi Thường Tai Nạn Xe Cộ

EDWARDS & WU
P.L.L.C.
Attorneys At Law

NBTA CERTIFIED CIVIL TRIAL SPECIALIST
Licensed in Arizona, Minnesota and California

4820 N 35TH AVENUE PHOENIX AZ 85017

DIANA HA NGUYEN
Licensed Public Adjustor

Luật sư Robert Edwards là một luật sư được National Board of Trial Advocacy cấp bằng tốt nghiệp Certified Civil Trial Specialist mà nhiều công ty bảo hiểm phải tôn trọng lo ngại khi ra tòa . Luật sư Robert Edwards với hơn 30 năm kinh nghiệm chuyên tòa án tai nạn xe cộ và phụ tá Diana Ha Nguyen, Licensed Public Adjuster, hơn 22 năm kinh nghiệm trong ngành tai nạn xe cộ và đã bồi thường THÀNH CÔNG HÀNG NGÀN tai nạn khác nhau, chúng tôi sẽ ĐÁP ỨNG được MONG ƯỚC của QUÍ VỊ.

Nếu không may bị tai nạn, dù lỗi, hay không lỗi,hãy gọi ngay

602-246-9595

FAX 602-589-6198
E-mail: dianahanguyen@yahoo.com

Tham khảo MIỄN PHÍ!
Chỉ nhận thù lao sau khi ĐƯỢC BỒI THƯỜNG

KRISTINE SANTIAGO
Born: *Bronx, New York*
Occupation: *Fitness Professional at Lifetime Fitness in Tempe*
Graduate of St. John's University: *B.S. Mass Communications*
Certification: *NASM - CPT*
Hobbies: *Bodybuilding, Ballroom Dancing, Writing*
Email: **ksantiago@lifetimefitness.com**

EXERCISES TO TONE YOUR BODY

Tập thể dục cùng với chế độ ăn uống đều độ sẽ giúp cho bạn có được dáng người thon gọn. Sau đây kính mời quý bạn đọc hãy dành ra ít phút mỗi ngày để tập luyện vài động tác cơ bản sau đây sẽ giúp cho vùng bụng, eo và đùi của bạn thon gọn hơn.

1. **Plank:** Position your elbows directly underneath your shoulders with your forearms resting on the floor. Your body should form a straight line keeping your core tight. Hold for 20-30 seconds and work your way up in time as it becomes easier.

Chống hai tay bạn lên sàn nhà, dùng tay giữ sức mạnh nâng toàn thân trong khi vẫn giữ thẳng người. Thắt bụng chặt và giữ tư thế đó trong vòng 20-30 giây và từ từ tăng dần khi động tác này trở nên dễ dàng hơn cho bạn.

2. **Side Plank:** Lie on the right side, with right forearm resting on the floor. Raise your hips until your upper body forms a straight line from your shoulders to your ankles. For a challenge, lift left leg and arm up. Hold for 20-30 seconds and switch sides.

   Nằm nghiêng một bên, với cánh tay phải đặt trên sàn nhà. Nâng cao hông của bạn cho đến khi cơ thể của bạn tạo thành một đường thẳng từ vai đến chân. Muốn nhiều thử thách hơn, nâng chân trái và cánh tay trái lên. Giữ tư thế đó trong vòng 20-30 giây. Sau đó, đổi bên và lặp lại các động tác vừa rồi.

3. **Crunch:** Lie on your back with your hands underneath your head and let your shoulders off the ground into a crunch position, then bring legs up in a 90 degree angle. Slowly extend right leg straight while bringing the left knee in touching the right elbow. Crunch to the opposite site extending left leg straight while bringing the right knee in touching the left elbow. 4 sets of 12-15 repetitions each side.

   Nằm ngửa với hai tay đặt dưới đầu của bạn. Nhấc vai phải của bạn lên khỏi mặt đất vào một vị trí gập người, sau đó giơ hai chân lên ở góc 90 độ vuông. Từ từ mở rộng chân phải thẳng trong khi nâng đầu gối trái trong chạm vào khuỷu tay phải. Gập người lại và mở rộng chân trái thẳng khi đưa đầu gối phải chạm vào khuỷu tay trái. Thực hiện động tác này 4 hiệp, mỗi hiệp đếm từ 12-15 lần.

4. **Squat with one dumbbell:** Stand shoulder width a part toes pointed straight ahead. Hold dumbbell with two hands or extend arms straight out so they are parallel with the ground palms facing down. Start bringing hips backwards like you are sitting into a chair will the knees being to bend. Make sure your chest and shoulders stay upright and back is straight. Keep core tight and exhale as you drive through your heels to stand back up. 4 sets of 12-15 repetitions.

   Đứng giang rộng hai chân, vai và chân thẳng song song. Nắm quả tạ trên 2 bàn tay và đặt phía trước bụng. Hai tay hướng xuống dưới mặt đất. Bắt đầu từ từ đưa hông về phía sau như bạn đang chuẩn bị trong tư thế ngồi vào một chiếc ghế, cong đầu gối để làm điểm tựa giữ toàn thân. Giữ thẳng người, ngực, bụng và vai. Hít vào và thở ra khi bạn đứng lên và ngồi xuống. Thực hiện động tác này 4 hiệp, mỗi hiệp 12-15 giây.

5. Lunges: Stand up straight holding two dumbbells by your side. Step forward with your right leg and keep left leg stationary and lower your body down while keeping core tight and maintaining balance. Using your right heel, push up and return back to starting position. Switch legs. 4 sets of 12-15 steps.

Đứng thẳng người, giữ hai quả tạ ở hai bên hông bạn. Bước sải rộng về phía trước với chân phải của bạn và giữ cố định chân trái. Sau đó, từ từ hạ thấp cơ thể của bạn xuống trong khi vẫn giữ bụng chặt và duy trì sự cân bằng. Dùng gót chân phải của bạn, đẩy mạnh và trở về vị trí bắt đầu. Chuyển đổi chân. Thực hiện động tác này 4 hiệp, mỗi hiệp 12-15 bước.

6. Romanian Dead lift with dumbbells: Stand hip-width apart and toes straight ahead with soft knees. Lower the dumbbells just below the knees by pushing hips back and slightly bending the knees. Your hips should be pushed back while back and arms are straight. Come back to starting position by bringing your hips forward and bringing the dumbbells back to starting position. Keep back straight and chest up. 4 sets of 12-15 repetitions.

Đứng hai chân hơi giang rộng, bàn chân thẳng về phía trước và đầu gối hơi cong. Hai tay cầm 2 quả tạ, rồi từ từ cúi người xuống về phía trước. Đầu gối hơi cong, trong khi vẫn giữ cánh tay thẳng. Sau đó đứng thẳng người lên, trở về vị trí ban đầu. Giữ lưng thẳng và ngực hơi ưỡn ra. Lặp lại động tác này 4 hiệp, mỗi hiệp 12-15 lần.

7. Stability Ball Knee Crunch
- Place shins and feet on top of stability with your hands underneath your shoulders in a push- up position. Slowly draw in your lower abs and roll ball towards your hips. Hold for 5 seconds and return to starting position. 4 sets of 15-20 repetitions.

Chống hai tay trên sàn nhà, hai chân đặt trên đầu trái banh. Bạn phải cố giữ thân người cân bằng, sau đó từ từ co chân vào và thẳng chân ra, nhịp nhàng với sự lăn ra lăn vào của quả bóng. Mỗi lần co chân vào giữ tư thế đó trong vòng 5 giây và sau đó duỗi thẳng chân ra. Thực hiện động tác này 4 hiệp, mỗi hiệp 15-20 lần.

NOW SELLING RETAIL CONDOS

Great Investment Opportunity

Great Locations in the heart of the Asian Community

Located right off I85

30 minutes from Atlanta Airport

For more information, Please Call

Tina Dang 678.467.3218

David Adams 678.755.4590

Lisa Reeves 770.638.0247

NDI DEVELOPMENT

www.ndiDevelopment.com