



# Nhịp Cầu

**Thông Tin Liên Lạc Công Giáo Việt Nam Vùng Đông Bắc**

Bulletin de Liaison de la Mission Catholique Vietnamienne - Région Est de la France

Tháng 07 & 08.2014 - Số 206 - Năm thứ XXX - ISSN 1157 - 4496



## NĂM TÂN PHÚC ÂM HÓA GIA ĐÌNH



# NHỊP CẦU

Thông Tin Liên Lạc Công Giáo  
Việt Nam vùng Đông Bắc Pháp

Bulletin de Liaison

de la Communauté Catholique Vietnamienne

Région Est de la France

ISSN 1157-4496

Dépôt légal No 4398

Commission paritaire No 72513

Directeur de la publication : LAMQUOCHUNG

Imprimé par nos soins

Thư từ bài vở xin gửi về : Nhịp Cầu

3 Chemin du Doernelbruck

67000 Strasbourg-France

nhipeaulavang@yahoo.fr

Sáng Lập : Lm Giuse Võ Quang Linh.

Tuyên úy đương nhiệm : Lm P.M.Lâm Thái Sơn.

Chủ trương : Liên Cộng đoàn Công Giáo

Việt nam Strasbourg - Colmar - Mulhouse.

Chủ nhiệm : Lâm Quốc Hưng.

Chủ bút : Võ Hải Bình.

Kỹ thuật : Đặng Văn Lộc.

Thủ quỹ : Hồ Mỹ Khê.

Với sự cộng tác : Sr Nguyễn Thị Hường. Cao Tấn Hưng. Đặng Văn Cần. Kỳ Văn Cục. Sr Võ Thiên Nga. Luật Gia Strasbourg. V.L. Thiên Kim.

**Ngân phiếu ủng hộ báo xin đề :**

**Journal NHIP CAU ccp 1057 50 F Strasbourg**

**Đóng góp tùy lòng hảo tâm.**

Nước chảy chân cầu (thơ)	51
Yêu nghèo (thơ)	51
Tô canh thơm của Mẹ	52-56
Bảy bài học	56-57
Có những món quà	57
Về miền đất hứa Israel	58-63
Thơ tự sự	61
Tự nguyện (thơ)	61
Ao thả vịt	64-67
Đại hội giới trẻ Công giáo VN 2014	69-72
Tháng Hoa tại Colmar	73

## Trong số này ...

Lá thư Chủ bút	3
Năm Phúc Âm hóa Gia đình	4-13
- Gia đình là Hội Thánh tại gia	
- Linh đạo hôn nhân gia đình	
- Cầu nguyện trong gia đình	
- Gia đình và Thánh Lễ	
- Gia đình và các ngày lễ gia đình	
- Gia đình yêu thương chung thủy	
- Sự phân ly vợ chồng	
- Đạo hiếu	
Phụng vụ mùa Thường niên	14-17
5 giờ nữa tôi sẽ gặp Đức Giêsu	18-20
Tại sao người ta nhạt đạo	20-21
Trang Khoa Học	22-25
- Bí quyết mua xăng	
- Phát hiện nước trên 1 mặt trăng	
- Facebook có kế hoạch phủ Internet	
- Đại dương bị biến thành bể axít	
- Nước biển làm nhiên liệu	
Trang Y Học	26-32
- Bệnh mắt và tiểu đường	
- Bệnh rụng tóc	
- Cách sống khỏe của người Nhật	
Trang Gia Chánh	34-37
- Bảo Quản Trà	
- Mỳ xào giòn	
- Úc Vịt tốt trái cây	
- Úc vịt tốt cam	
- Đậu hũ chiên mắm tôm	
- Bánh Bèo Huế	
- Cánh gà sốt mù tạt	
- Cơm gà Italie	
- Gỏi nộm Hoa Chuối	
- Nem rau	
Phượng buồn (truyện ngắn)	38-43
Nhìn thác Dampri (thơ)	41
Đến Bến Tre (thơ)	41
Quê hương (thơ)	43
Một cảnh Chùa (thơ)	43
Lão Kurde... và Auguste em tôi	44-45
Lúc chết (thơ)	45
Thương nhớ Hoàng Lan	46-51
Ta cứ ngỡ xuống trần chơi một chốc	49

# La thu chủ bút ...

**N**ếu xem gia đình là nền tảng cho xã hội thì những nhân tố trong gia đình sẽ được xem là điều kiện chính mang lại sự thịnh vượng hay suy đồi của xã hội. Vì thế gia đình và xã hội không thể xếp trên hay dưới, quan trọng hay kém quan trọng mà phải ngang hàng và cân bằng với nhau theo một trật tự nhất định.

Khi nói đến các nhà nước Phương Đông cổ đại, chúng ta thường nghĩ đến các triều đại, các hoàng đế, các ông vua chuyên chế, chứ không hề xuất hiện một bóng dáng một nền cộng hòa nào như ở Phương Tây. Điều gì đã làm nên những khái niệm đó. Theo nhiều cuộc nghiên cứu thì đó hệ quả của các yếu tố rất đặc trưng của văn hóa và chính trị. Các triều đại Phương Đông đã tạo nên những ông vua, những vị hoàng đế với quyền lực bao trùm trời đất... Điều gì đã khiến những ông vua như thế xuất hiện ở Phương Đông và cùng chung một công thức cai trị ? Đó là sự kết hợp giữa Vương quyền và Thần quyền. Vương quyền ở đây là nói đến quyền lực của nhà nước, của giai cấp thống trị mà biểu tượng cao nhất là ông vua chuyên chế. Còn thần quyền ở đây là quyền lực của tôn giáo trong các nước Phương Tây thời cổ, cho nên chúng ta thấy rằng dù là các bậc vua chúa quyền uy tối thượng vẫn phải thường xuyên nghe lời khuyên cáo của các tầng lớp giáo sĩ. Đó là tính đặc thù và sự khác biệt của những nền văn hóa trên thế giới.

Người Việt chúng ta thường mang trong mình sự tôn kính người đứng đầu tập thể, vua chúa v.v... Tư tưởng vương quyền không riêng gì người Việt chúng ta mà là phần đông các dân tộc Phương Đông đều mang trong mình. Vì thế trong phạm vi ở những gia đình Việt Nam, người Cha luôn ở một địa vị tối thượng. Hình ảnh người Cha là hình ảnh mẫu mực để con cái noi theo. Một người Cha đúng nghĩa sẽ là con tàu lèo lái cả gia đình đến được bến bờ của sự sung túc và bình an viên mãn, cũng như phải có bản lĩnh vững vàng vượt qua những gió to sóng lớn. Ngược lại sẽ biến gia đình thành địa ngục trần gian và là một gánh nặng cho xã hội. Như thế không có nghĩa là phủ nhận vai trò của người Mẹ. Nếu người Cha là mũi tàu trước đầu sóng ngọn gió, thì người Mẹ chính là bánh lái sẽ nương theo mũi mà tiến tới hoặc sẽ gượng lại khi cảm thấy hiểm nguy phía trước. Tuy nhiên chúng ta có câu “mũi đại thì

lái chịu đòn” cũng nói lên đức tính nhẫn nhục, chịu đựng mà vì ý thức vương quyền bẩm sinh đã gần như hoàn toàn quy phục một cách bất công và vô lý.

Chúng ta đang sống trong một xã hội mà con người ngày ngày làm việc cùng nhau đã bao nhiêu năm rồi nhưng vẫn không biết nhau. Chúng ta có thể biết những tin tức ở những nơi xa xăm rõ hơn những gia đình sống cạnh ta. Biết bao nhiêu người sống chung một thành phố, ngày ngày vẫn thấy nhau trong thang máy, nhìn nhau với sự xa lạ cố hữu, chào nhau như một phản ứng cơ học. Sống trong bầu không khí như thế, thì vũ trụ cuối cùng chỉ bằng cái bàn giấy, cái nhà riêng với những sinh hoạt cá nhân của ta. Chúng ta gọi đấy là chủ nghĩa cá nhân, nhưng thực ra chỉ là cái “tôi” mà thôi.

Cuộc sống là một việc khó khăn cần phải giải quyết với nhau, chứ không phải là một trò chơi cá nhân. Không thể nghĩ tôi chỉ có trách nhiệm với người mà tôi thích, còn những người khác tôi không quan tâm. Nhưng mà phải suy nghĩ hoặc nghĩ được rằng tôi phải có trách nhiệm mỗi ngày với người mà tôi luôn luôn được nối kết, cùng giúp đỡ nhau, cùng tiến bước đến cuối đường của cuộc đời. Với văn hóa và thời đại hôm nay, một bữa cơm chung đầy đủ thành viên trong gia đình ngày càng hiếm hoi, những thành phần trong gia đình có giờ giấc khác biệt nhau, người già phải ở một mình hoặc trong viện dưỡng lão. Ý nghĩa và trách nhiệm gia đình với nhau cần phải tìm lại, để làm sao có được một cuộc sống luôn hạnh phúc.

Trong một gia đình ngoài ngoài tình nghĩa vợ chồng, tình nghĩa anh chị em giữa con cái với nhau phải cư xử thế nào cho phải đạo. Chồng ra chồng, vợ ra vợ, anh chị em trên dưới phân minh. Người Cha không nên lạm dụng quyền hành mà la lối con cái vô cớ, người mẹ cũng không nên bỏ bê con cái hoặc chăm sóc một cách miễn cưỡng. Tiếng nói của những thành viên trong gia đình cần phải được lắng nghe và tôn trọng, từ đó mới có những phương thức để mà chu toàn được phần trách nhiệm của từng cá

(tiếp theo trang 68)

# Năm Phúc Âm Hóa Gia Đình

Tài liệu : Tổng Giáo Phận Huế



## GIA ĐÌNH LÀ HỘI THÁNH TẠI GIA

### 1. Lời Chúa

*“Anh em là dòng giống được tuyển chọn, là hàng tư tế vương giả, là dân tộc thánh thiện, dân riêng của Chúa, để rao giảng quyền năng của Đấng đã gọi anh em ra khỏi tối tăm mà vào ánh sáng kỳ diệu của Người” (1 Pr 2,9).*

### 2. Giải thích

#### **Gia đình là Hội Thánh tại gia :**

Nhờ bí tích Rửa Tội, gia đình tín hữu là những ngọn đuốc đức tin sống động và chiếu sáng : Cha mẹ là những người đầu tiên dùng gương lành và lời nói thông truyền đức tin cho con cái ; cha mẹ là những giáo lý viên đầu tiên của con cái.

Nhờ bí tích Rửa Tội, gia đình là nơi thể hiện đặc biệt chức tư tế cộng đồng : Gia đình là trường học đầu tiên của đời sống Kitô giáo và là trường phát triển nhân cách làm người và làm Kitô hữu.

#### **Gia đình tham dự vào cuộc sống của Hội Thánh :**

Bí tích Rửa Tội giúp gia đình Kitô hữu sống mầu nhiệm hiệp thông của Thiên Chúa Ba Ngôi, đó là sống tình yêu thương hiệp nhất trong gia đình. Cha mẹ và con cái là kết quả của tình yêu của cha mẹ hợp thành cộng đoàn yêu

thương phản chiếu mầu nhiệm hiệp thông của Ba Ngôi Thiên Chúa.

Khi loan báo Lời Chúa, Hội Thánh cho biết gia đình là gì và phải trở nên thế nào theo ý định của Thiên Chúa. Khi cử hành bí tích, Hội Thánh làm phong phú và củng cố gia đình Kitô hữu với ơn của Chúa Kitô để thánh hóa gia đình mà tôn vinh Chúa Cha. Khi mời gọi gia đình sống đức ái, Hội Thánh giúp gia đình phục vụ tình yêu để bắt chước và sống tình yêu hiến mình và hy sinh mà Chúa Giêsu đã dành cho toàn thể nhân loại.

Đến lượt mình, gia đình Kitô hữu cũng hòa nhập vào trong mầu nhiệm Hội Thánh để sống Lời Chúa hầu nhận ra bản tính đích thực của gia đình Kitô hữu, để được thánh hóa nhờ siêng năng lãnh nhận các bí tích và sống tình yêu của Đức Kitô trong đời sống gia đình. Như thế, không những gia đình Kitô hữu trở thành một cộng đoàn cứu rỗi, mà còn được mời gọi truyền đạt cho anh chị em khác chính tình yêu của Đức Kitô.

#### **Gia đình tham dự vào sứ mạng Hội Thánh :**

Sứ mạng ngôn sứ : Qua bí tích Rửa Tội, mỗi Kitô hữu và mỗi gia đình Kitô hữu được tham dự vào sứ mạng ngôn sứ của Chúa Kitô. Qua sứ mạng này, gia đình Kitô hữu siêng năng đọc, đón nhận và suy đi ngẫm lại Lời Chúa như Đức Maria để nhận ra cái mới mẻ kỳ diệu trong đời sống hôn nhân và gia đình mà Thiên Chúa muốn thông truyền cho họ. Tuy nhiên, để làm được điều này, gia đình Kitô hữu phải có đức tin mới có thể khám phá và thán phục phẩm giá của hôn nhân và gia đình mà Thiên Chúa đã nâng lên hàng bí tích. Hành trình đức tin này phải được thể hiện ngay từ lúc lãnh nhận bí tích Rửa Tội, nhưng đặc biệt trong việc chuẩn bị hôn nhân cũng như trong suốt cuộc đời hôn nhân và gia đình. Tùy mức độ đón nhận Tin Mừng và trưởng thành trong đức tin, gia đình Kitô hữu trở nên cộng đoàn loan báo Tin Mừng. Sứ mạng này bắt nguồn từ bí tích Rửa Tội và

nhận được nơi bí tích Hôn Phối một sức đẩy mới để có thể truyền đạt đức tin, thánh hóa và biến đổi gia đình mình và xã hội theo ý định của Thiên Chúa.

Sứ mạng tư tế: Qua bí tích Rửa Tội, mỗi Kitô hữu và mỗi gia đình Kitô hữu được tham dự vào chức năng tư tế của Chúa Kitô. Nhờ chức tư tế cộng đồng này, mỗi Kitô hữu và mỗi gia đình Kitô hữu có quyền và bổn phận thi hành việc phụng thờ Kitô giáo. Đó là thi hành giới răn thứ nhất. Vì thế, gia đình Kitô hữu cố gắng chu toàn ơn gọi và vai trò tư tế của mình không những bằng việc tham dự vào các cử hành Thánh Thể và các bí tích hoặc bằng việc hiến dâng chính mình cho vinh quang Thiên Chúa, nhưng còn bằng đời sống cầu nguyện, tức là đối thoại bằng kinh nguyện với Chúa Cha nhờ Đức Kitô và trong Chúa Thánh Thần. Kinh nguyện chính là sức đẩy thúc giục các gia đình Kitô hữu phụng thờ và làm chứng cho Thiên Chúa trong cuộc sống xã hội. Qua kinh nguyện thường ngày, gia đình Kitô hữu dâng lên Thiên Chúa là Cha mọi biến cố vui buồn, thành công thất bại như là một hy tế đầy tình phó thác vào Thiên Chúa là Đấng luôn chăm sóc và yêu thương con người.

Sứ mạng vương đế: Qua bí tích Rửa Tội, mỗi Kitô hữu và mỗi gia đình Kitô hữu được tham dự vào sứ mạng vương đế của Chúa Kitô, “*Đấng đến không phải để được người ta phục vụ, nhưng là để phục vụ và hiến dâng mạng sống làm giá chuộc muôn người*” (Mt 20,28). Yêu thương và phục vụ là những điểm son của Hội Thánh theo gương Chúa Kitô. Vì vậy, gia đình Kitô hữu sống sứ mạng vương đế bằng việc sống yêu thương và phục vụ giữa các thành viên trong gia đình bằng lối sống hòa nhã, tôn trọng, nhường nhịn, chấp nhận và đón nhận nhau, loại trừ tinh thần thế tục đang ảnh hưởng ngày càng nhiều đến mọi sinh hoạt của gia đình Kitô hữu. Khi các gia đình ý thức và sống chức năng vương đế như thế, gia đình Kitô hữu không khép kín nữa, nhưng mở ra cho các gia đình chung quanh qua việc sống yêu thương và phục vụ trong tương quan với họ. Với nỗ lực sống sứ mạng vương đế này, gia đình Kitô hữu sẽ là men, là muối, là ánh sáng cho trần gian hầu mang lại niềm hy vọng cho con người ngày nay.

### 3. Ghi nhớ

Nhờ bí tích Rửa Tội, mỗi Kitô hữu và mỗi gia

đình Kitô hữu được trở nên con Chúa và thành phần của Hội Thánh. Nhờ đó, gia đình xác tín và sống hiệp thông với Thiên Chúa Ba Ngôi và trở thành Hội Thánh tại gia. Vì là Hội Thánh tại gia, gia đình Kitô hữu tham dự vào cuộc sống của Hội Thánh qua việc đón nhận và thông truyền ơn cứu rỗi cũng như tham dự vào sứ mạng của Hội Thánh qua sứ mạng ngôn sứ, tư tế và vương đế.

### 4. Quyết tâm

Xây dựng gia đình, Hội thánh tại gia, qua ba sứ mạng ngôn sứ, tư tế và vương đế, chính là xây dựng Hội Thánh.

## LINH ĐẠO HÔN NHÂN GIA ĐÌNH

### 1. Lời Chúa

“*Ý muốn của Thiên Chúa là anh em nên thánh*” (1 Tx 4,3).

### 2. Giải thích

Nhờ ân sủng của bí tích Hôn Phối, gia đình được mời gọi sống ơn gọi hôn nhân và gia đình để xây dựng một gia đình hạnh phúc và nên thánh trong cuộc sống.

#### Mọi Kitô hữu được mời gọi nên thánh :

Nhờ bí tích Rửa Tội, người Kitô hữu đã chết đối với tội lỗi để sống một cuộc sống mới : đó là cuộc sống làm con cái Chúa Cha trong Chúa Giêsu, dưới sự hướng dẫn của Chúa Thánh Thần. Bởi vậy, mọi Kitô hữu đều được mời gọi nên thánh : “*Anh em hãy sống thánh thiện trong cách ăn nết ở, để nên giống Đấng Thánh đã kêu gọi anh em, và có lời Kinh Thánh chép : hãy sống thánh thiện, vì Ta là Đấng Thánh*” (1 Pr 1,15-16). Công Đồng Vatican II nhắc nhở : “*Tất cả các Kitô hữu, bất kể thuộc bậc sống hay địa vị nào, đều được kêu gọi tiến đến sự viên mãn của đời sống Kitô giáo và sự trọn lành của Đức Ái*” (GH 40).

#### Linh đạo Hôn nhân và Gia đình :

Linh đạo là con đường nên thánh dành cho mỗi bậc sống. Vậy ơn gọi nên thánh của đời sống gia đình “được nêu rõ bởi việc cử hành bí tích Hôn Phối và được phô diễn cách cụ thể riêng của cuộc sống hôn nhân và gia đình (x. GH 41). Chính trong cuộc sống ấy mà ân sủng được phát sinh và nhận ra những đòi hỏi phải có một linh đạo hôn nhân và gia đình

thật đích thực và sâu xa ; linh đạo này được gợi hứng từ các chủ đề : sáng tạo, giao ước, thập giá, phục sinh và dấu chỉ bí tích” (Familiaris Consortio, 56c).

**Tình yêu sáng tạo :** Qua bí tích Hôn Phối, đôi bạn được mời gọi cộng tác vào công trình sáng tạo của Thiên Chúa bằng việc sẵn sàng đón nhận con cái và giáo dục chúng nên người và nên người Kitô hữu. Mỗi lần trao cho nhau những hành vi âu yếm, mở ngõ cho sự sống, đôi bạn ý thức mình đang cộng tác vào công trình sáng tạo của Thiên Chúa và nên thánh trong chính nếp sống đó. Trong việc giáo dục, cha mẹ ý thức mình là những người cộng tác của Thiên Chúa, nhờ đó không ngã lòng buông xuôi trước những đứa con bướng bỉnh, ngược lại, biết cậy trông vào ơn Chúa để luôn nhẫn nại, kiên trì và yêu thương.

**Tình yêu Giao ước :** Cụm từ “Giao Ước” trong Kinh Thánh nói lên sáng kiến tình yêu Thiên Chúa muốn kết giao với con người ; và trong giao ước này, Thiên Chúa luôn mãi trung thành dù con người bội phản, bất trung. Cũng thế, khi cử hành bí tích Hôn Phối, đôi bạn ký kết giao ước với nhau qua lời thề hứa sẽ yêu thương và chung thủy với nhau suốt đời. Như thế, ân sủng bí tích Hôn Phối giúp đôi vợ chồng nên thánh trong việc sống lời cam kết ấy mỗi ngày một trọn vẹn hơn. Khi nỗ lực sống giao ước này, vợ chồng phản ánh tình yêu của Thiên Chúa đối với con người và tình yêu của Đức Kitô với Hội Thánh.

**Tình yêu Thập giá :** Chúa Giêsu đã dùng cái chết trên thập giá để minh chứng Tình Yêu của Thiên Chúa và mang lại hạnh phúc cho nhân loại mà Ngài yêu mến. Trong đời sống hôn nhân và gia đình, đôi bạn được mời gọi nhìn lên thập giá Đức Kitô để học yêu thương, hy sinh, đón nhận nhau và tha thứ cho nhau, vì trong đời sống hôn nhân có rất nhiều thập giá : những khuyết điểm và tính xấu của



nhau, những va chạm xung khắc, những thất bại rủi ro. “*Đời sống Kitô hữu mà không qua thập giá thì không thể đạt tới sự phục sinh. Như thế phải hiểu rằng không thể loại bỏ sự hy sinh trong đời sống gia đình, nhưng trái lại phải sẵn sàng đón nhận nó để tình yêu vợ chồng thêm sâu lắng và trở thành nguồn vui thân mật*” (Familiaris Consortio, 34e). Đó là con đường nên thánh của đôi bạn trong đời sống hôn nhân và gia đình.

**Tình yêu Phục sinh :** Trong đời sống hôn nhân và gia đình, mâu nhiệm Tử nạn và Phục sinh mời gọi đôi bạn luôn canh tân tình yêu của mình, không để những ích kỷ, ghen tương len lỏi vào tình yêu ấy. Phương thế để canh tân tình yêu: siêng năng đọc Lời Chúa, cầu nguyện, lãnh nhận các bí tích, học biết những kiến thức mới trong sách vở, báo chí để nuôi dưỡng tình yêu ấy.

**Tình yêu Bí tích :** “*Cũng như tất cả mọi bí tích đều có mục đích thánh hóa con người, xây dựng Thân Thể Đức Kitô và thờ phượng Thiên Chúa, bí tích Hôn phối tự nó cũng là một hành vi phụng vụ để tôn vinh Thiên Chúa trong Đức Giêsu Kitô và trong Hội Thánh. Khi cử hành bí tích ấy, đôi bạn Kitô hữu bày tỏ lòng biết ơn của họ đối với Thiên Chúa vì ân huệ cao cả Ngài đã ban cho, để trong cuộc sống hôn nhân và gia đình, họ có thể sống lại chính tình yêu của Thiên*

Chúa đối với loài người và tình yêu của Đức Kitô đối với Hội Thánh là hiền thê của Ngài. Do bí tích Hôn phối, đôi bạn nhận được sự thánh thiện và hằng ngày có nghĩa vụ phải sống sự thánh thiện đã nhận được. Cũng do bí tích ấy, họ nhận được ơn và có nghĩa vụ luân lý phải biến đổi toàn thể đời sống mình thành một hy lễ thiêng liêng dâng lên Thiên Chúa. Như thế, giáo dân cung hiến cho Thiên Chúa chính thể giới này, nhờ biết phụng thờ Ngài khắp nơi bằng đời sống thánh thiện của mình” (Familiaris Consortio, 56 d-e).

### **Noi gương Thánh Gia :**

Con đường nên thánh trong yêu thương và chu toàn bổn phận gia đình chính là con đường nên thánh mà Thánh Gia đã trải qua. Khi nhìn gương Thánh Gia, gia đình Kitô hữu được mời gọi phát triển lòng tôn sùng Đức Trinh Nữ Maria: “*Khi được diễn tả bằng các tương quan chân thành với Đức Trinh Nữ và bằng việc noi theo đời sống thiêng liêng của Mẹ, lòng tôn sùng Đức Maria đích thực là một phương thế đặc biệt để nuôi dưỡng sự hiệp thông tình yêu trong gia đình và để phát triển linh đạo hôn nhân và gia đình. Mẹ của Đức Kitô và Hội Thánh, một cách đặc biệt cũng là Mẹ của các gia đình Kitô hữu là những Hội Thánh tại gia*” (Familiaris Consortio, 61c).

### **3. Ghi nhớ**

Gia đình Kitô hữu là môi trường nên thánh của mọi thành viên trong gia đình. Nơi đây, bậc làm cha mẹ nên thánh nhờ xây dựng đời mình trên tình yêu mà họ đã thể hứa yêu thương nhau trọn đời qua bí tích Hôn phối. Tình yêu được thể hiện qua Sáng tạo, Giao ước, Thập giá, Phục sinh và dấu hiệu Bí tích. Đó là linh đạo hôn nhân và gia đình của mọi gia đình Kitô hữu.

### **4. Quyết tâm**

Gia đình Kitô hữu quyết tâm sống trọn vẹn Bí Tích Hôn Phối, được diễn tả qua tình yêu Sáng tạo, Giao ước, Thập giá, Phục sinh và dấu hiệu Bí tích.

## **CẦU NGUYỆN TRONG GIA ĐÌNH**

### **1. Lời Chúa**

“*Thầy bảo thật anh em : nếu ở dưới đất, hai người trong anh em họp lời cầu xin bất cứ điều gì,*

*thì Cha Thầy, Đấng ngự trên trời, sẽ ban cho. Vì ở đâu có hai ba người họp lại nhân danh Thầy, thì có Thầy ở đó, giữa họ*” (Mt 18,19-20).

### **2. Giải thích**

#### **Kinh nguyện gia đình :**

Đối với đôi bạn và gia đình, chức tư tế do bí tích Rửa Tội đem lại cho các tín hữu và được họ sống trong hôn-nhân-bí-tích trở thành một ơn gọi và một sứ mạng tư tế, nhờ đó cuộc sống hằng ngày của họ trở thành hy lễ thuộc linh đẹp lòng Thiên Chúa qua sự trung gian của Đức Kitô (xem 1 Pr 2,5): đó là điều phát xuất không những do việc tham dự cử hành Thánh Thể và các bí tích khác, do việc hiến dâng chính mình cho vinh quang Thiên Chúa, nhưng còn do đời sống cầu nguyện, tức là đối thoại bằng kinh nguyện với Chúa Cha nhờ Đức Kitô và trong Chúa Thánh Thần.

Kinh nguyện gia đình có đặc tính của nó : vợ chồng cùng nhau cầu nguyện, cha mẹ và con cái cùng nhau cầu nguyện. Sự hiệp thông trong cầu nguyện vừa là hoa quả, vừa là đòi hỏi của sự hiệp thông mà các bí tích Rửa Tội và Hôn Phối đem lại.

Kinh nguyện gia đình có nội dung độc đáo liên hệ đến chính cuộc sống gia đình : vui mừng và cực nhọc, hy vọng và u buồn, những chọn lựa quan trọng và quyết liệt, tất cả đều là những dấu hiệu và sự hiện diện ưu ái của Thiên Chúa trong lịch sử gia đình ; và những biến cố ấy cũng phải trở thành những lúc thuận tiện cho lời tạ ơn, khẩn nguyện, cho sự tin tưởng phó thác của gia đình vào tình yêu quan phòng của Thiên Chúa là Cha chúng ta ở trên trời.

#### **Những nhà giáo dục đức tin :**

Trên căn bản phẩm giá và sứ mạng của họ, cha mẹ Kitô hữu có bổn phận đặc biệt phải giáo dục con cái biết cầu nguyện, phải đưa chúng tới những khám phá đầu tiên về mầu nhiệm Thiên Chúa và đối thoại cá nhân với Ngài.

Chứng tích sống động của cha mẹ là yếu tố căn bản và không thể thay thế được trong việc giáo dục cầu nguyện : chỉ khi nào cha mẹ cùng cầu nguyện với con cái, chu toàn chức vụ tư tế vương giả của họ, họ mới vào sâu được trong lòng con cái và để lại những dấu vết mà các biến cố đời sống sẽ không thể xóa nhòa được.

### **Kinh nguyện phụng vụ và kinh nguyện riêng:**

Kinh nguyện trong Hội Thánh tại gia đóng vai trò như một bước dẫn nhập tự nhiên cho con cái bước vào kinh nguyện phụng vụ của toàn thể Hội Thánh, vừa chuẩn bị cho chúng đi vào kinh nguyện phụng vụ, lại vừa mở rộng vòng kinh nguyện này đến các lãnh vực của đời sống cá nhân, gia đình và xã hội. Vì thế, mọi thành viên trong gia đình Kitô hữu đều tham dự vào bí tích Thánh Thể, nhất là ngày Chúa Nhật và các ngày lễ trọng, cũng như tham dự vào các bí tích khai tâm Kitô giáo cho trẻ em.

Để việc phụng tự cử hành tại nhà thờ được chuẩn bị và kéo dài ngay tại nhà mình, gia đình Kitô hữu cần đến việc cầu nguyện riêng. Việc cầu nguyện này mang nhiều hình thức khác nhau, nói lên sự phong phú phi thường của kinh nguyện. Ngoài kinh nguyện ban sáng và ban tối, các gia đình cũng được kêu mời tha thiết nên đọc và suy niệm Lời Chúa, tôn sùng và tận hiến cho Trái Tim Chúa Giêsu, sùng kính Đức Trinh Nữ Maria với những hình thức khác nhau, cầu nguyện trước và sau khi ăn và thực hành các việc đạo đức bình dân.

Việc lần chuỗi Mân Côi là một trong những thực hành đạo đức: Chuỗi hạt kính Đức Trinh Nữ Maria phải được coi như một trong những “kinh nguyện chung” tuyệt hảo và hữu hiệu nhất mà Hội Thánh mời gọi mọi người trong gia đình Kitô hữu đọc với nhau. Nếu buổi sum họp trong gia đình trở thành một buổi cầu nguyện, thì gia đình sẽ năng lần chuỗi Mân Côi như một hình thức được quý chuộng diễn tả việc cầu nguyện ấy. Nhờ đó, lòng tôn sùng Đức Maria đích thực chính là một phương thế đặc biệt để nuôi dưỡng sự hiệp thông tình yêu thương trong gia đình và để phát triển linh đạo hôn nhân và gia đình.

### **Kinh nguyện và đời sống:**

Kinh nguyện là một phần thiết yếu làm nên đời sống Kitô hữu. Khi được vun xối một cách toàn diện và như một thực tại trung tâm, có thể nói rằng kinh nguyện nằm trong “nhân tính” của mỗi Kitô hữu.

Kinh nguyện không là một sự trốn chạy trách nhiệm thường ngày, nhưng là sức đẩy đang đẩy thật mạnh gia đình Kitô hữu đến chỗ nhận các trách nhiệm làm tế bào đầu tiên và căn bản của xã hội nhân loại và chu toàn đầy đủ các trách nhiệm ấy. Như thế, việc tham dự vào đời sống và sứ mạng của

Hội Thánh trong thế giới sẽ biến chuyển theo tỷ lệ của sự cầu nguyện trung thành và sâu đậm mà nhờ đó gia đình Kitô hữu được kết hợp với Đức Kitô.

Bằng sự kết hợp đích thực với Đức Kitô, một sự kết hợp được nuôi dưỡng bằng phụng vụ, bằng việc dâng hiến chính mình và bằng kinh nguyện, gia đình Kitô hữu hăng say phục vụ sự thăng tiến nhân bản và qua đó góp phần vào việc biến đổi thế giới.

### **3. Ghi nhớ**

Việc cầu nguyện chung trong gia đình chuẩn bị và kéo dài việc cầu nguyện trong Phụng Vụ. Cha mẹ phải ý thức và trở thành những nhà giáo dục đầu tiên về đức tin cho con cái, bằng việc cùng con cái đọc kinh chung trong gia đình. Nhờ việc siêng năng đọc kinh trong gia đình, các gia đình Kitô hữu sẽ sớm nhận ra rằng kinh nguyện là một phần thiết yếu làm nên đời sống Kitô hữu và giúp biến đổi thế giới này.

### **4. Quyết tâm**

Gia đình Kitô hữu quyết tâm đọc kinh tối sáng như là một hành vi đức tin, cộng tác vào sứ mạng của Hội Thánh để biến đổi thế giới.

## **GIA ĐÌNH VÀ THÁNH LỄ**

### **1. Lời Chúa**

*“Các tín hữu chuyên cần nghe các Tông Đồ giảng dạy, luôn luôn hiệp thông với nhau, siêng năng tham dự lễ bẻ bánh, và cầu nguyện không ngừng. Họ đồng tâm nhất trí, ngày ngày chuyên cần đến Đền thờ. Khi làm lễ bẻ bánh tại tư gia, họ dùng bữa với lòng đơn sơ vui vẻ” (Cv 2,42.46).*

### **2. Giải thích**

#### **Thánh lễ thiết lập và củng cố sự hiệp thông:**

Thánh lễ thiết lập, củng cố và đổi mới sự hiệp thông của chúng ta với Thiên Chúa và với mọi người mọi vật, đồng thời cử hành thánh lễ bày tỏ sự hiệp thông đó cách công khai và cụ thể như là một hành vi thờ phượng cao cả nhất của Hội Thánh nhằm tôn vinh Thiên Chúa và mưu cầu ơn thánh hóa cho con người.

#### **Thánh lễ là nơi chốn của sự hiệp thông và là trường dạy yêu mến tha nhân:**

Khi chúng ta đến tham dự thánh lễ cùng với cộng



đoàn, chúng ta có cơ hội thấy mình không cô độc, vì chính nơi Thánh Thể, chúng ta được hiệp thông với Chúa Kitô và trong Ngài chúng ta hiệp thông với nhau. Vì thế, cử hành thánh lễ trở nên một nguồn mạch thúc đẩy tình huynh đệ và bác ái tràn ngập tất cả mọi lãnh vực của đời sống cá nhân, gia đình và xã hội.

### **Thánh lễ hiện thực tình thần hiệp thông cộng đoàn :**

Hiệu quả bên trong của việc cùng nhau cử hành thánh lễ chính là thánh lễ đặt chúng ta vào trong mầu nhiệm tình yêu tự hiến của Chúa Giêsu Kitô. Và vì thế, thánh lễ vừa là dấu chỉ của sự hiệp thông vừa kêu gọi chúng ta trở thành dấu chỉ của sự hòa giải và hiệp thông trong một thế giới ly tán. Thánh lễ chiếu sáng mọi khía cạnh của cuộc sống, tiêu hủy những đối nghịch và khơi dậy niềm tin tưởng và lòng yêu mến. Tất cả những điều đó xây dựng trên nền tảng của việc cùng nhau chia sẻ và tham dự vào Mình và Máu Thánh Chúa Kitô, như lời thánh Phaolô dạy: “Bởi vì chỉ có một tấm Bánh, và tất cả chúng ta chia sẻ cùng một Bánh ấy, nên tuy nhiều người, chúng ta cũng chỉ là một thân thể” (1 Cr 10,16-17).

### **Thánh lễ diễn tả tình thương tha thứ của Chúa và thách đố chúng ta bày tỏ sự tha thứ đó cho người khác :**



Sự hiệp thông được xây dựng và phát triển trên tinh thần tha thứ và hòa giải. Trong khi tình trạng không nhà không cửa, không cơm no áo ấm chưa chắc đã là vấn đề tồi tệ nhất, thì những bất đồng, những căng thẳng trong tương quan giữa người với người, những hiểu lầm oan trái có thể làm con người phải than khóc, thậm chí làm gia đình ly tán, bạn bè chia tay. Con người luôn luôn có nhu cầu tha thứ và hoà giải. Thế nhưng, không dễ dàng để thực hiện bước thứ nhất trong tiến trình hòa giải và tha thứ, đó là khiêm nhường chấp nhận yếu đuối và lầm lỗi của mình, để có thể thực hiện bước thứ hai là xin người khác tha thứ. Tha thứ và hòa giải là vấn đề tuyệt đối cần thiết cho việc xây dựng một gia đình hạnh phúc, một cộng đồng bình an và vững mạnh. Cử hành thánh lễ là cơ hội đặc biệt để chúng ta tiếp nhận được sự tha thứ của Chúa. Và với sự nâng đỡ của ân sủng mà chúng ta đón nhận được trong thánh lễ, chúng ta sẽ có sức mạnh để thực thi con đường tha thứ và làm hòa với nhau.

### **Thánh lễ mời gọi và thách đố một đời sống yêu thương và phục vụ theo gương Chúa Kitô :**

Thánh lễ bày tỏ một cách tinh ròng nhất hành động tự hiến của Chúa Giêsu vì ơn cứu độ của chúng ta. Khi cử hành mầu nhiệm tình yêu tự hiến này trong mỗi thánh lễ, chúng ta được mời gọi làm cho mầu nhiệm tình yêu ấy sinh hoa kết trái trong đời sống của chúng ta, nghĩa là việc tham dự thánh lễ phải khơi dậy trong chúng ta tình yêu và lòng can đảm dấn thân, khả năng phục vụ và tự hiến cho nhau, trước hết trong tương quan gia đình,

và mở rộng ra trong tương quan cộng đồng.

### 3. Ghi nhớ

Thánh lễ là nguồn sức sống nuôi dưỡng và củng cố tình yêu trong đời sống hôn nhân và gia đình, vì thánh lễ mời gọi vợ chồng nói riêng, và mọi thành viên trong gia đình nói chung, sống tinh thần hiệp nhất và chia sẻ cho nhau tất cả. Năng đến với bí tích Thánh Thể, mọi thành viên gia đình sẽ được Chúa Giêsu biến đổi để trở nên tấm bánh tình yêu bẻ ra trao tặng cho nhau : tấm bánh của sự sống, của niềm vui, của tha thứ và của tâm đầu ý hợp.

### 4. Quyết tâm

Ý thức giá trị cao cả của thánh lễ, mọi thành viên các gia đình công giáo quyết tâm thường xuyên tham dự thánh lễ một cách tích cực và dọn mình rước lễ mỗi khi tham dự thánh lễ.

## GIA ĐÌNH VÀ CÁC NGÀY LỄ CỦA GIA ĐÌNH

### 1. Lời Chúa

*“Dù ăn, dù uống, dù làm bất cứ việc gì, anh chị em hãy làm tất cả để tôn vinh Thiên Chúa” (1Cr 10,31).*

### 2. Giải thích

Bảy bí tích bảo đảm cho chúng ta sự đồng hành của Chúa trong mọi vui buồn của cuộc sống :

*“Các bí tích của Luật Mới được thiết lập bởi Đức Kitô ; có bảy bí tích: Rửa Tội, Thêm Sức, Thánh Thể, Thống Hối, Xức Dầu Bệnh Nhân, Truyền Chức Thánh và Hôn Phối. Bảy bí tích này liên quan đến tất cả các giai đoạn và thời điểm quan trọng trong đời sống Kitô hữu : chúng làm cho đời sống đức tin của các Kitô hữu được sinh ra và lớn lên, được chữa lành và được trao sứ vụ. Về điều này, có một sự tương tự nào đó giữa những giai đoạn của đời sống tự nhiên và những giai đoạn của đời sống thiêng liêng” (GLGHC 1210).* Như vậy, các bí tích trở thành yếu tố quan trọng hiện diện và chi phối mọi sinh hoạt của gia đình công giáo, đánh dấu những biến cố vui buồn của gia đình, góp phần xác lập những ngày lễ riêng của mỗi gia đình. Bấy nhiêu điều đó là bảo chứng cho chúng ta về sự hiện diện chúc lành của Thiên Chúa trong đời sống của chúng ta và chiếu sáng cuộc hành trình mỗi ngày của chúng ta.

### Những ngày lễ của gia đình là dịp để vun đắp tình yêu thương :

Những ngày lễ riêng của gia đình - ví dụ : ngày lễ bổn mạng của một thành viên trong gia đình ; kỷ niệm ngày thành hôn ; kỷ niệm chịu chức, khẩn dòng ; những ngày lễ giỗ, v.v... là dịp đặc biệt để mọi người trong gia đình quây quần bên nhau trong tình yêu thương hiệp nhất, vun xới thêm tình gia đình. Vào những dịp lễ như thế, sự quy tụ của gia đình Công giáo không chỉ là để tổ chức tiệc tùng ăn mừng, bày tỏ lòng quý mến qua lời chúc mừng, nhưng cần phải trở nên những dịp ưu tiên cho thực hành sống linh đạo gia đình cầu nguyện và hiệp thông. Nhiều gia đình Công giáo giữ được truyền thống tốt đẹp là cùng nhau tham dự thánh lễ hay cùng nhau đọc kinh cầu nguyện trong các ngày lễ mừng đặc biệt của gia đình. Những truyền thống tốt đẹp như thế nêu bật được trọng tâm của các cuộc lễ mừng : đó là chính Thiên Chúa, nguồn mạch của mọi phúc lành và niềm vui của gia đình. Chính trong ý nghĩa ấy mà chúng ta thấy bật lên lời thánh Phaolô nhắc nhở các gia đình công giáo hướng tất cả mọi tổ chức các ngày lễ trong gia đình về tâm tình cảm tạ và tôn vinh Thiên Chúa : *“Dù ăn, dù uống, dù làm bất cứ việc gì, anh em hãy làm tất cả để tôn vinh Thiên Chúa” (1 Cr 10,31).*

Các sinh hoạt chung của gia đình trong các ngày lễ riêng của gia đình góp phần làm cho đời sống gia đình trở thành một trường học vĩ đại của tình yêu.

Khi gia đình cùng quy tụ để tổ chức các ngày lễ mừng của gia đình, đó là lúc mỗi thành viên gia đình không còn chỉ tập trung vào mình, vào những dự án và nhu cầu của riêng mình, nhưng học biết quan tâm đến nhau, biết sắp xếp lại những ưu tiên của mình để đáp ứng nhu cầu của vợ, chồng, cha mẹ, con cái. Các bữa ăn chung trong những ngày lễ có thể tạo cơ hội thảo luận về các sự kiện của gia đình. Những điều tốt đẹp được trao đổi và chia sẻ tại bữa ăn chung. Và điều đó được xem như một biểu hiện cụ thể về những điều tốt đẹp mà gia đình đang hướng đến.

### 3. Ghi nhớ

Đối với gia đình Công giáo, ánh sáng của tinh thần cầu nguyện phải chiếu sáng tất cả mọi biến cố vui buồn của gia đình. Nhờ đó, đời sống gia đình

sẽ trở thành trường học của tình yêu. Những ngày lễ của gia đình là dịp để mọi người quây quần bên nhau trong tình yêu thương hiệp nhất, vun xới thêm tình nghĩa và duy trì những nét đẹp truyền thống của gia đình mình. Vì thế, vào những dịp lễ của gia đình, nên tổ chức những bữa ăn để tạo thêm bầu khí yêu thương, nhưng trên hết hãy bày tỏ tâm tình cảm tạ và tôn vinh Thiên Chúa, như lời thánh Phaolô dạy : “*Dù ăn, dù uống, dù làm bất cứ việc gì, anh em hãy làm tất cả để tôn vinh Thiên Chúa*” (1 Cr 10,31).

#### 4. Quyết tâm

Vào các dịp lễ của gia đình hay của một thành viên của gia đình, gia đình cùng nhau tham dự thánh lễ tạ ơn và giờ kinh chung trong gia đình, để dâng lên Thiên Chúa lời tạ ơn và cầu xin phúc lành ; đồng thời tổ chức bữa ăn chung trong gia đình, dù là rất đơn sơ, để toàn thể gia đình cùng hiệp thông với nhau trong niềm vui.

## GIA ĐÌNH YÊU THƯƠNG CHUNG THỦY

### GIÁO LUẬT VỀ BÍ TÍCH HÔN PHỐI

#### 1. Lời Chúa

“*Sự gì Thiên Chúa đã kết hợp, loài người không được phân ly*” (Mc 10,9).

#### 2. Giải thích

Hôn nhân là một Bí tích cao trọng Thiên Chúa thiết lập để thánh hoá đời sống gia đình (xem GL, 1055 §2). Tuy nhiên, Thiên Chúa đặt các Bí tích dưới quyền cử hành và trao ban của Hội Thánh, nên Hội Thánh có quyền đặt định các lễ luật để bảo vệ hạnh phúc và duy trì sự thánh thiện của đời sống hôn nhân và gia đình.

Những luật lệ của Hội Thánh bao gồm những luật có tính cách tích cực, nghĩa là làm cho việc hôn nhân trở nên công khai và hoàn chỉnh, gọi là mô thức hôn nhân ; hoặc những luật có tính cách tiêu cực, nghĩa là có ý gạt bỏ khỏi hôn nhân những vướng mắc làm cho Bí tích hôn nhân bất thành sự, bất hợp pháp – gọi là các ngăn trở hôn phối.

Như vậy, khi đưa ra những điều luật vốn chỉ ràng buộc đối với người Công giáo (GL 11; 1059; 1075

**Ai về tôi gởi buồng cau,  
Buồng trước kính mẹ, buồng sau kính thầy.  
Ai về tôi gởi đôi giày,  
Phòng khi mưa gió để thầy mẹ đi.  
Anh em nào phải người xa  
Cùng chung bác mẹ, một nhà cùng thân  
Anh em như thể tay chân  
Anh em hòa thuận hai thân vui vầy.  
Anh em cốt nhục đồng bào  
Kẻ sau người trước phải hầu cho vui.  
Lo là ăn thịt ăn xôi  
Quý hồ ở nét tới lui bằng lòng.  
Anh em ăn ở thuận hòa  
Chớ điều chềch lệch người ta chê cười.  
Anh em hiền thậm là hiền  
Đừng một đồng tiền mà đâm đá nhau.  
Anh em trai ở với nhau mãi mãi  
Chị em gái ở với nhau một đời  
Dù ai nói ngược nói xuôi  
Ta đây vẫn giữ đạo trời khăng khăng.  
Ân cha lành cao như núi Thái,  
Đức mẹ hiền sâu tựa biển khơi,  
Dù cho dâng trọn một đời,  
Cũng không trả hết ân người sanh ta.  
Anh đi vắng cửa vắng nhà  
Giường loan gởi quê mẹ già ai nuôi ?  
Cá rô anh chặt bỏ đuôi  
Tôm càng bóc vỏ, anh nuôi mẹ già.**

§2), Hội Thánh nhắm mục đích giúp con cái mình xây dựng một cuộc sống hôn nhân “thấm nhuần tinh thần Chúa Kitô để chu toàn bổn phận hôn nhân và gia đình, nhờ đó tất cả đời sống của họ được thấm nhuần đức tin, cậy, mến và càng ngày càng tiến gần hơn tới sự trọn lành riêng biệt của bí tích hôn nhân và sự thánh hóa lẫn nhau ; và nhờ đó, cùng nhau tôn vinh Thiên Chúa” (GS 48).

Vì lý do này, Hội Thánh đòi buộc các tín hữu của mình phải kết hôn theo thể thức của Hội Thánh. Có nhiều lý do để giải thích quy định này :

- Bởi vì Hôn nhân mang tính bí tích là một hành vi phụng vụ, nên cần được cử hành trong phụng vụ của Hội Thánh.

- Hôn nhân đưa người ta vào một bậc sống trong Hội Thánh, mang lại những quyền lợi và nghĩa vụ trong Hội Thánh giữa đôi phối ngẫu và đối với con cái.

- Hôn nhân là một bậc sống trong Hội Thánh, nên cần thiết phải có sự chắc chắn về hôn nhân (bắt buộc phải có các nhân chứng).

- Tính chất công khai của sự ưng thuận và bảo vệ sự ưng thuận đó sau khi nó đã được thực hiện, và trợ giúp người ta chung thủy với lời ưng thuận đó.

Như thế, để giao ước hôn nhân có được những nền tảng nhân bản và Kitô giáo một cách vững chắc và lâu bền, việc chuẩn bị hôn nhân là điều hết sức quan trọng.

Giáo luật điều 1063 khuyên các mục tử hãy dùng việc giảng thuyết hoặc huấn giáo thích hợp chuẩn bị cho mọi thành viên thuộc mọi lứa tuổi trong cộng đoàn do mình phụ trách, hiểu biết về ý nghĩa của hôn nhân Kitô giáo, vai trò của vợ và chồng cũng như của bậc làm cha làm mẹ theo tinh thần Kitô giáo. Đặc biệt, các mục tử cần phải chuẩn bị chu đáo cho những ai sắp kết hôn biết sẵn sàng hướng đến sự thánh thiện cũng như những bổn phận của bậc sống mới mà họ sẽ đảm nhận.

Ngoài ra, gương sáng và sự giáo dục do cha mẹ và gia đình luôn là con đường đặc biệt cho việc chuẩn bị này. Cộng đoàn Kitô hữu cũng cần biết trợ giúp các Kitô hữu để bậc hôn nhân được bảo tồn trong tinh thần Kitô giáo và tiến tới trong sự hoàn thiện.

Tóm lại, Giáo luật nhằm giúp cho mọi Kitô hữu xây dựng một cuộc sống hôn nhân và gia đình bền vững, hạnh phúc, thánh thiện, thể hiện ơn gọi hôn nhân và gia đình theo như ý Thiên Chúa mong muốn. Để bí tích Hôn phối thành sự, cần những điều kiện sau đây :

- Phải là một người nam và một người nữ, đã Rửa tội (xem GLGHCG, 1625).

- Hai người có tự do để kết hôn có nghĩa là :  
+ Không bị ép buộc.  
+ Không bị ngăn trở bởi luật tự nhiên hoặc luật Hội Thánh (xem GL 11; 1059; 1075§2)

- Phải bày tỏ sự ưng thuận kết hôn của mình.  
- Cử hành theo thể thức của Hội Thánh.

### 3. Ghi nhớ

Giáo luật của Hội Thánh nhằm bảo vệ hạnh phúc và sự thánh thiện của đời sống hôn nhân và gia đình như ý Thiên Chúa muốn. Vì thế, Hội Thánh đòi buộc các tín hữu của mình phải kết hôn theo thể thức của Hội Thánh.

## 4. Quyết tâm

Gia đình công giáo luôn nghe theo lời giáo huấn của Hội thánh, vâng phục những hướng dẫn của các mục tử, để cùng nhau xây dựng một gia đình hạnh phúc như Chúa mong muốn.

## SỰ PHÂN LY VỢ CHỒNG

### 1. Lời Chúa :

*“Còn những ai đã kết hôn, thì tôi truyền, thật ra không phải tôi, mà là Chúa, là vợ không được bỏ chồng, và giả như đã bỏ chồng thì phải ở độc thân, hay phải làm hòa với chồng ; và chồng cũng không được rẫy vợ” (1 Cr 7,10-11).*

### 2. Giải thích

Trong Tin Mừng theo thánh Mátthêu, Chúa Giêsu nói với những người Biệt Phái như sau: “Sự gì Thiên Chúa kết hợp, loài người không được phân ly” (Mt 19,6). Như thế, Hội Thánh không có quyền cho phép ly dị các cuộc hôn nhân đã trọn vẹn của các tín hữu. Hôn nhân trọn vẹn tức là :

- Hôn nhân đã thành sự.
- Là bí tích.
- Đã ăn ở với nhau.

Vì thế, giữa hai người đã chịu bí tích Rửa tội, “hôn nhân đã ký kết và hoàn hợp thì không thể bị tháo gỡ bởi bất cứ quyền lực nhân loại nào, bất cứ vì lý do gì, ngoại trừ cái chết”.

Hội thánh luôn mong muốn rằng: *“Do giao ước hôn phối, người nam và người nữ tạo nên một cuộc thông hiệp trọn cả cuộc sống. Tự bản tính, giao ước hôn phối hướng về thiện ích của đôi bạn và việc sinh sản cùng giáo dục con cái. Chúa Kitô đã nâng giao ước giữa những người đã lãnh nhận Bí tích rửa tội lên hàng Bí tích.”* (GL 1055,1). Tuy nhiên vẫn có những hoàn cảnh thực tế chẳng hạn như :

Do ngoại tình (xem GL 1152) ; do gây nguy hiểm trầm trọng về tinh thần hay thể xác cho bên kia hoặc cho con cái (xem GL 1153 §1) ; hay nếu bằng cách nào khác làm cho đời sống chung trở nên quá cơ cực, không thể chịu đựng nổi (GL 1153 §1) khiến đôi phối ngẫu không thể tiếp tục sống chung được nữa.

Trong những trường hợp ấy, Hội Thánh chấp nhận sự ly thân và chấm dứt việc sống chung của đôi phối ngẫu. Hiển nhiên việc ly thân chỉ có thể sử dụng như giải pháp cuối cùng sau khi đã dùng đủ

mọi cố gắng để tránh sự đổ vỡ mà không ích lợi gì.

Tuy sống cảnh ly thân, họ vẫn là chồng, là vợ của nhau trước mặt Thiên Chúa; họ không được tự do để ký kết một hôn ước mới.

Trong hoàn cảnh khó khăn như vậy, giải pháp tốt nhất, nếu có thể, là hòa giải với nhau. Cộng đoàn Kitô hữu được mời gọi trợ giúp những người đó sống đời Kitô hữu trong hoàn cảnh của họ, luôn chung thủy với dây hôn phối vẫn bất khả phân ly của họ.

Ngoài ra, những người ly dị trước tòa án dân sự, tức là những người đã lãnh bí tích hôn phối mà phá vỡ hôn phối ấy, được hiểu là rơi vào tình trạng mắc tội trọng. Tội ấy tuy trầm trọng nhưng trên nguyên tắc, vẫn có thể xưng thú, và được xá giải. Vì thế, ngay cả sau khi ly dị trước tòa án dân sự, cả hai người vẫn có thể xưng tội và rước lễ.

Tuy nhiên, phải minh định rằng, người tín hữu ly dị trước tòa án dân sự, chỉ có thể lãnh các bí tích nếu họ sống đời độc thân. Ngược lại, nếu sau khi ly dị trước tòa án dân sự, họ lại ăn ở hay kết hôn phần đời với một người khác thì sẽ không được xưng tội và rước lễ. Bởi vì, trong trường hợp đó, họ sống trong tình trạng đi ngược lại luật Thiên Chúa,

tội lỗi thường trực. Và dĩ nhiên, khi lựa chọn sống trong tình trạng tối lỗi thường trực thì không thể lãnh nhận Bí tích Thống hối được. Sự giao hòa qua Bí tích Thống hối chỉ có thể được ban cho những ai thống hối vì mình đã vi phạm dấu chỉ của giao ước và của sự trung thành với Đức Kitô, và tự buộc mình sống tiết dục trọn vẹn (xem GLGHC 1650)

### 3. Ghi nhớ

Trong một số trường hợp đặc biệt, Hội Thánh có thể cho ly thân. Ly thân là khi vợ chồng vì lý do nghiêm trọng không thể chung sống với nhau. Dù sống tình trạng ly thân, họ vẫn là vợ chồng của nhau trước mặt Thiên Chúa. Vì thế, họ không được phép tái hôn.

Hội Thánh không chấp nhận việc ly dị. Nếu sau đó lại ăn ở hoặc tái hôn theo luật đời, thì không được xưng tội, rước lễ.

### 4. Quyết tâm

Vợ chồng công giáo luôn sống yêu thương, cầu nguyện cho nhau, chân thành tha thứ và nhẫn nại chấp nhận nhau trong những khác biệt, nhất là những lúc đau ốm, hoạn nạn, khó khăn ...

## ĐẠO HIỂU

**1. Lời Chúa :** “Ai không biết lo lắng đến người thân và nhất là gia quyến mình, thì nó đã chối bỏ đức tin, và còn tệ hơn là người không tin” (1 Tm 5,8).

### 2. Giải thích

Kinh Thánh xem hiếu thảo là điều răn quan trọng hàng đầu trong tương quan giữa người với người (x. Ep 6,1-2). “Thiên Chúa muốn rằng sau Ngài, chúng ta phải tôn kính cha mẹ vì đã sinh thành và dạy cho chúng ta biết Thiên Chúa” (GLGHC 2197). Chúa Giêsu khi đến trần gian đã nêu gương hiếu thảo : cuộc sống ở trần gian của Ngài chỉ có 33 năm, nhưng Ngài đã dành 30 năm sống hiếu thảo, vâng lời trong gia đình Nadarét (xem Lc 2,51-52). Ngày 20 tháng 10 năm 1964, Tòa Thánh đã chấp thuận đề nghị của các Giám Mục Việt Nam xin áp dụng Huấn thị Plane Compertum Est (8/12/1939), về việc tôn kính tổ tiên, cho Giáo Hội tại Việt Nam, với một vài hướng dẫn cụ thể tóm lược như sau :

### 3. Ghi nhớ

Con cái phải hiếu thảo đối với cha mẹ, vì cha mẹ là những người cộng tác với Thiên Chúa trong việc sinh thành, nuôi dưỡng và giáo dục ta nên người. Ngoài ra, đây còn là điều răn Chúa đã truyền dạy. Trong việc tôn kính tổ tiên ông bà, chúng ta phải theo giáo huấn của Hội Thánh để thể hiện niềm tin Kitô cách chân thực, kiên vững, đồng thời cũng là chứng nhân cho niềm tin Kitô của mình.

### 4. Quyết tâm

Để trả lời và nêu gương trong việc giữ đạo hiếu, tín hữu Công giáo học hỏi để nắm vững và thực hành giáo huấn của Chúa, nhất là giới luật thứ tư “thảo kính cha mẹ” trong tinh thần của Chúa và theo hướng dẫn của Hội Thánh, nhất là sống triết để giới luật yêu thương đối với các bậc sinh thành dưỡng dục.

# Trang Phụng Vụ

## Các Bí Tích (Les Sacrements)

### Phụng vụ mùa Thường niên...

Sr Võ Thiên Nga Phụ trách

ngày thứ 6 thứ ba sau lễ Chúa Thánh Thần Hiện Xuống) và lễ Chúa Kitô Vua vũ trụ được cử hành vào Chúa nhật thứ 34, khép lại năm phụng vụ hoặc chu kỳ Mùa Thường Niên.

Phần trình bày dưới đây được trích dịch trực tiếp từ tác phẩm “l’Eglise en prière” do A. G. Martimort chủ biên với sự cộng tác của các tác giả khác, tái xuất bản năm 1984 với phần chỉnh sửa, tập số 4 ; “Le guide dans l’année liturgique”, của Dom Pius Parsch, một tác phẩm giải thích về năm phụng vụ xuất bản trước Công đồng Vatican II ; La Maison-Dieu, tạp chí chuyên về phụng vụ, xuất bản theo chu kỳ tam nguyệt tháng tại Pháp.

#### CÁC LỄ CHUNG THUỘC VỀ PHỤNG VỤ

Ba lễ được cử hành trong phụng vụ cả Đông và Tây phương :

##### 1.- Lễ Chúa Biến Hình

###### a.- Nguồn gốc và phát triển ngày lễ

Lễ Chúa Biến Hình được cử hành nhằm tưởng nhớ cách chân thật về việc cung hiến các thánh đường của núi Thabor. Lễ này đã được đón nhận từ cuối thế kỷ Ve hoặc đầu thế kỷ thứ VI bởi Giáo hội Nestorienne và vào thế kỷ thứ VII bởi những người Syrie sống ở Tây phương [1]. Nó được cử hành trước lễ Suy tôn Thánh Giá, vì thế nó lệ thuộc vào ngày lễ này được ấn định ngày lễ.

Theo một truyền thống, sự biến hình của Chúa Giêsu diễn ra 40 ngày trước khi chịu khổ nạn thập giá. Vì thế, lễ này được ấn định cử hành vào ngày mồng 6 tháng 8, bốn mươi ngày trước lễ Suy tôn Thánh Giá (14/9) [2]. Giáo hội byzantin ghi nhận sự liên hệ giữa hai ngày lễ này khi cùng hát bài về sự Biến Đổi catavasia của cây Thập giá [3].



**T**rong bài “Mùa Thường Niên, việc tổ chức và chọn lựa thánh lễ và các bài đọc”, chúng ta đã nói đến những quy định của việc chọn lựa thánh lễ và bài đọc tương ứng. Ở bài thứ hai này, chúng ta đề cập đến các lễ trọng Kính Chúa được cử hành trong Mùa thường niên : lịch sử và sự phát triển của nó.

Theo nghi chép của cha Pierre Jounel trong A.G Martimort, “L’Eglise en prière”, trong chu kỳ chung của Mùa thường niên có tất cả 7 lễ kính Chúa. Trong số đó có 3 được cử hành cả ở Giáo hội Đông và Tây phương : lễ Chúa Biến Hình (ngày 6/8), lễ Suy Tôn Thánh Giá (14/9) và lễ Cung Hiến Đền Thờ. Bốn lễ thuộc riêng của Giáo hội theo nghi thức Rôma : lễ kính Chúa Ba Ngôi (được cử hành sau lễ Chúa Thánh Thần Hiện Xuống), lễ kính Mình Máu Thánh Chúa (được cử hành vào ngày thứ 5 thứ hai sau lễ Chúa Thánh Thần Hiện Xuống hoặc vào Chúa nhật kế tiếp), lễ Kính Trái Tim Chúa Giêsu (được cử hành vào

Lễ Chúa Biến Hình xuất hiện ở Tây phương vào giữa thế kỷ thứ IX, ở vùng Naples và trong các quốc gia thuộc vùng lãnh thổ của Đức và ở Tây Ban Nha. Lễ này cũng được cử hành ở Pháp vào thế kỷ thứ Xe. Đến thế kỷ XI và XII lễ này được lan rộng trong nhiều vùng ở Tây phương. Lễ này được cử hành trong Vương Cung Thánh Đường Vatican. Phêrô le Vérable đã thực hiện một cuộc tuyên truyền với tất cả nhiệt huyết về lễ này và đã soạn thảo một kinh phụng vụ cho ngày lễ. Tiếp đến đan viện Cluny đã giúp cho sự lan truyền cách chung [4] trong khi đợi cho lễ này được ghi vào trong Lịch phụng vụ Roma bởi Đức Giáo Hoàng Caliste III, năm 1457, để ghi nhớ và tạ ơn về chiến thắng những người Thổ Nhĩ Kỳ gần Belgrade, ngày 6/8/1456, bởi Gioan Hunyade và thánh Gioan de Capistran.

### **b.- Việc cử hành ngày lễ**

Ở Đông phương, “Lễ Chúa Biến Hình” được cử hành theo một cách thức thuộc vào những lễ quan trọng đặc biệt của năm phụng vụ. Tự bản chất, lễ này diễn tả tất cả thần học về sự tách biệt thiên tính của con người : *“Trong ngày này, trên núi Thabor, Đức Kitô biến đổi bản chất bị che mờ của Adam bằng ánh sáng của Người bao quanh, Người đã chia tách ánh sáng và bóng tối”* [5], *“Đức Kitô Thiên Chúa, bạn của con người, chiếu sáng trên chúng ta ánh sáng vinh quang của Người không bao giờ tắt”* [6].

Mặc dù lễ này được cử hành theo cách ít trọng thể hơn so với nghi thức phụng vụ Đông phương, nhưng phụng vụ Roma đã đón nhận sự ảnh hưởng của Giáo hội Đông phương trong Kinh phụng vụ Giờ Kinh Sách. Trong Giờ Kinh Sách, phụng vụ Roma đã đọc bài giảng của Anastase le Sinaïre : *“Cùng với Đức Kitô chúng ta sẽ được đổi mới và được thần hóa trong những thành phần của tâm hồn chúng ta”*. Trong Thánh lễ, chúng ta đọc, bản văn về sự Biến Hình của Đức Giêsu theo một trong các bản văn Nhất Lãm, đó là thị kiến của Daniel, mà tác giả Tin mừng chắc hẳn đã có trong trí nhớ cũng như bản văn trong thư được cung cấp của thánh Phêrô (thư thứ 2).

Chúng ta tìm thấy trong bản văn này tính chất quan trọng của chúng ta Phêrô về cuộc Biến Hình của Chúa trong đức tin của thế hệ Kitô giáo đầu tiên.

## **2.- Lễ Suy tôn Thánh Giá**

### **a. Nguồn gốc và sự phát triển của ngày lễ**

Lễ Suy tôn Thánh Giá xuất hiện trước tiên tại Giêrusalem vào thế kỷ thứ IV. Vào thế kỷ thứ Ve lễ này được cử hành vào ngày 13/9, kỷ niệm cung hiến các vương cung thánh đường constantes trên đồi Golgotha [7]. Theo Egérie ngày này đã được chọn, bởi vì nó trùng vào dịp và nơi tìm ra Thánh Giá vào năm 335 [8]. Sách Bài Đọc Arménien ở Giêrusalem những năm 420 chỉ dẫn rằng, ngày thứ hai trong tuần Bát Nhật trước lễ Phục Sinh (tức là ngày thứ Sáu Tuần Thánh), “sẽ đưa thánh giá cho tất cả toàn dân chiêm ngắm” [9]. Cuối cùng, lễ này đã lan rộng cách nhanh chóng trong toàn vùng Đông phương [10].

Trong khi đó, tại Roma vào đầu thế kỷ thứ VI đã xuất hiện một lễ tưởng niệm việc khám phá ra cây Thánh Giá vào ngày mùng 3/5. Và chỉ đến giữa thế kỷ thứ VIIe, gỗ cây Thánh Giá này mới được đem ra cho dân chúng chiêm ngắm, vào ngày 14/9 trong Vương Cung Thánh Đường Vatican [11]. Đức Giáo Hoàng Sergius 1er (687-701) đã chuyển mảnh của cây Thánh Giá ở Vatican sang Vương Cung Thánh Đường Latran. Theo Liber pontificalis : *“Từ đó, gỗ Thánh Giá được đem ra trưng bày cho dân chúng chiêm ngắm và hôn kính vào ngày lễ Suy tôn Thánh Giá”* [12]. Hơn nữa, sự tôn kính dành cho cây Thánh Giá đã trở nên phổ biến trong khoảng thời gian năm 614 khi những người Ba tư đã phóng uế Giêrusalem, sát hại cư dân và phá hủy những vương cung thánh đường khác và lấy đi cây Thánh Giá. Năm 630 Héralius đã cho đặt và trông giữ cây Thánh Giá tại Constantinople. Vì thế, chỉ có thể nói một cách tình cờ rằng, những sách phụng vụ đã bắt đầu đề cập đến lễ ngày 14/9 vào giữa thế kỷ thứ VII. Từ thế kỷ thứ VIII, lễ này được lan truyền qua Tây phương, nhưng nó bị lu mờ trong thời gian dài do một lễ khác được cử hành cách trọng thể vào ngày 3/5. Cuối cùng, lễ ngày 3/5 bị loại bỏ vào năm 1960.

### **b.- Việc cử hành ngày lễ**

Ở Đông phương “việc Suy tôn một cách phổ biến về sự cao trọng và sống động của cây Thánh Giá” được cử hành vào lễ Phục Sinh. Hạn từ, “suy tôn”,

được mượn từ Tin mừng thánh Gioan, chương 3 câu 14, có sự phù hợp khăng khít với nghi thức, vốn được hoàn thành bởi những tín hữu theo nghi thức Byzantin. Quả vậy, linh mục đưa lên cao gỗ Thánh Giá qua đầu của mình, kể đến ngài sẽ chúc lành cho dân, cùng lúc hướng đến bốn phương chính. Trong lúc này, ca đoàn hát một 100 lần kyrie eleison (xin Chúa thương xót chúng con) vào mỗi lần gỗ Thánh Giá được nâng lên cao như vậy. Tiếp đó, các tín hữu sẽ lần lượt đến thờ lạy cây Thánh Giá và nhận một cành hoa trang hoàng trên chiếc đĩa được để sẵn [13].

Ở Rôma, lễ được cử hành vào ngày 14/9 đã tạo nên một dấu ấn từ rất lâu bởi một cuộc rước, bắt đầu từ đền thờ Đức Bà Cả đến Vương Cung Thánh Đường Latran nơi đặt gỗ cây Thánh Giá. Tại đây, mọi tín hữu tôn vinh cây Thánh Giá trước khi cử hành thánh lễ. Hầu hết các Giáo hội Tây phương có cùng một nghi thức giống nhau. Trong một vài nơi, được thực hiện vào lúc dâng lễ vật, ở chỗ khác sau kinh Lạy Cha. Ở Rouen (một tỉnh miền nam nước Pháp), trong hành trình cuộc rước, người ta làm trên đường rước chặng đường thánh giá (được làm ở trong trong giữa nhà thờ), nhằm để lau chùi Thánh Giá trước khi linh mục nâng lên cao, trước hết cho những người bệnh, kể đến là các linh mục hay trong hàng ngũ thừa tác viên linh mục và kể đến là cho toàn dân chiêm ngắm [14].

Những hình thức phụng vụ để cử hành lễ Thánh Giá vinh quang mà lời tiền tụng được soạn dựa vào đời sống Thiên quốc. Tin mừng được trích dẫn theo thánh Gioan 3,13-17 và bài thánh thư trong thư thánh Phaolô gửi cho Philippe (2,6-11) nhấn mạnh đến việc bị đóng đinh của Đức Giêsu trên cây Thánh Giá, kể đến là vinh quang. Việc bị đóng đinh được loan báo bằng hình ảnh giống như hình ảnh con rắn đồng trong sa mạc thời Môsê (bài đọc thứ nhất Nbr 21, 4-9): “*Khi ta được đưa lên khỏi mặt đất, ta sẽ kéo mọi người lên với ta*” (Ga 12,32 và được chọn làm điệp ca phần Hiệp lễ). Trong phụng vụ Các Giờ Kinh, chúng ta hát những bài thánh thi của Fortunat, được soạn bởi giám mục Poitiers vào năm 568-569, pange lingua, Vexilla Regis, với đoạn O Crux ave, được thêm vào khoảng thế kỷ thứ X. Trong phần bài Kinh Sách, chúng ta đọc bài giảng của thánh André de Crète, nhắc lại rằng “*cây Thánh*

*Giá vừa đồng thời là sự đau khổ, vừa là thành quả (chiến lợi phẩm) của Thiên Chúa*”.

### 3.- Lễ Cung Hiến Thánh Đường

#### a.- Nguồn gốc của ngày lễ

Hàng năm, người Do Thái cử hành lễ có tên Hanoukka hoặc lễ Khánh Thành “Encaenia” (Ga 10,22), nhằm tưởng nhớ việc thanh tẩy và cung hiến Đền Thờ (Giêrusalem) sau chiến thắng của những người Maccabe trên những người Syrien (165 AC) [15]. Giáo hội Giêrusalem đã thêm vào một truyền thống lễ tưởng nhớ về việc cung hiến các Vương Cung Thánh Đường phần Martyrium (hay Tử Đạo) và Anastasis (nhà thờ Phục Sinh) vào ngày 13/9/335.

Sách danh mục Tử Đạo đã ghi nhận những ngày lễ cung hiến các vương cung thánh đường được thiết lập ở Roma trong thời gian từ thế kỷ thứ Ve : Đức Bà Cả (ngày 5 tháng 8), thánh Phêrô Aux-Liens (ngày 1 tháng 8), Tổng lãnh Thiên Thần Micae (13 tháng 9), Thánh Laurent ngoại Thành (ngày 2/11). Tuy nhiên, cần phải đợi cho đến thế kỷ XI để thấy được sự miêu tả về việc cung hiến thánh đường Latran (ngày 9 tháng 11) và những vương cung thánh đường về Tông đồng Phêrô và Phaolô (ngày 8/11).

Từ thế kỷ VIIe, nếu các sách phụng vụ ghi nhận một lễ riêng, Terribilis est, được soạn cho lễ cung hiến đền Pathéon (khoảng 610), thì lễ đã được cử hành vào ngày sinh nhật của ngày cung hiến mà không diễn tả mâu nhiệm của Giáo hội, mặc dù vẫn có tước hiệu thánh, giống như chúng ta thấy ngày nay trong Sách lễ Roma, ngày 5 và 18 tháng 11. Cùng ở Latran, cũng bắt đầu bằng việc cử hành giờ Kinh nguyện về Đức Kitô, Đấng Cứu Độ [16].

#### b.- Việc cử hành lễ

Theo luật phụng vụ, trong nghi thức phụng vụ Roma, lễ này được cử hành hàng năm, việc cung hiến Vương Cung Thánh Đường Latran, là Vương Cung Thánh Đường cổ nhất và có giá trị cao nhất (nhà thờ mẹ của các nhà thờ) trong những nhà thờ Tây phương. Lễ được cử hành trong mỗi địa phận và ở nhà thờ chính tòa địa phận. Nhưng trong các nhà thờ khác sẽ tưởng nhớ về ngày cung hiến riêng của nó.

Lễ cung hiến Thánh Đường diễn tả yếu tố Giáo hội chung hay tính chất cộng đoàn. Nếu việc xây



dựng được thực hiện bởi những con người nhân danh giáo hội, nghĩa là công đoàn, điều này là bởi vì nó trở nên nơi quy tụ chính của dân Thiên Chúa trong ngày Chúa nhật. Vì thế, trong lời tổng nguyện chúng ta đọc : *“Lạy Chúa, trong ngôi nhà này mà Người đã ban cho chúng con, Người đã xây dựng cho vinh quang của Người một đền thờ sống động là chính chúng con. Chính nơi đây, Người xây dựng Giáo hội hoàn vũ của Người”*. Những điệp ca của phần Hiệp lễ phản chiếu tư tưởng của thánh Phaolô (1Cr 3,16) và thánh Phêrô (Pr 2,5) nói rằng : *“Chúng ta là đền thờ của Thiên Chúa”*, *“Chúng ta là những viên đá sống động”*. Những bài giảng khác của các Giáo phụ được đề nghị cho ngày lễ đề cập đến những điều này. Đó là mẫu nhiệm mà những thánh thi *Angularis fundamentum* và *Urbs Ierusalem beata* đã diễn tả.

**Theo :** Aimé Georges Martimort, *L’Eglise en prière*, édition nouvelle, t.4, Paris, Desclée, 1984, p. 112-116.

[1] Xem E. Mercenier, *La prière des Eglises de rite byzantin*, tome II/1, Chevetogne, 1953, tr. 380.

[2] J. Van Goudoever, *Fêtes et calendriers bibliques*, op.cit, tr. 276-277.

[3] E. Mercenier, op.cit., tr. 382 ss.

[4] Pierre Jounel, *Le culte des saints dans les basiliques du Latran et du Vatican au XIIe siècle*, Rome, 1977, tr. 268-269. Chúng ta tìm thấy bản văn kinh nguyện được soạn bởi Pierre le Vénérable trong bản monographie của Jean Leclercq, op.cit., tr. 383-390.

[5] E. Mercenier, op.cit, p. 383.

[6] Ibid., p. 383.

[7] Xem *La Mais-Dieu*, số 75/1963 : *La Sainte Croix*. Xem đặc biệt, Pierre Jounel, *Le culte de la Croix dans la liturgie romaine*, *La Maison-Dieu*, 75/1963, p. 68-91

[8] Egérie, *Journal de voyage*, Paris, Cerf, coll. Sources Chrétiennes 21,1948. Truyền thống vẫn cho rằng, Thánh Giá thật này được tìm ra bởi thánh nữ Héléne, mẹ của đại đế Constantin vào năm 335 khi bà đi hành hương tại Jerusalem. Cũng nhớ rằng, vua thánh Louis IX nước Pháp cũng đã mua một phần cây gỗ Thánh Giá và đặt trong nhà nguyện của Vua, vào ngày 14 tháng 9 năm 1241, những báu vật này được để trong nhà nguyện của vua vào

năm 1348. (Vua Louis IX cũng mua một phần cây sắt của chiếc đồng, một phần của mao gai, một phần cây sậy, mà lính đã dùng để đưa nước cho Chúa uống và một phần của chiếc áo choàng của Chúa). Nhà nguyện này được gọi tên là *La Sainte Chapelle*. Nhà Nguyện nằm chung trong khuôn viên *Palais de la Cité*, vốn là nơi cư ngụ của các triều vua Pháp cho đến Charles V (thế kỷ XIVe), khi vua này chuyển hẳn chỗ ở về tại cung điện Louvre. Từ lâu, Nhà Nguyện này trở thành điểm du lịch nổi tiếng của Pháp.

[9] A. Renoux, *Le Codex arménien Jérusalem 121*, II. Edition..., Turnhour, Brepols, 1971 (PO 36), tr. 363; Egérie, *Journal de voyage*, tr. 233-235.

[10] E. Mercenier, op.cit., tr. 108 ss.

[11] Pierre Jounel, *Le culte de la Croix dans la liturgie romaine*, *La Maison-Dieu* 75,1963, tr. 75-82 và 87-91.

[12] Trong *Liber pontificalis*, nói rằng : Người ta tìm thấy trong phòng thánh của Thánh Phêrô một phần hòm đựng đồ thánh cất giữ một phần rất quý giá và phù hợp với gỗ thánh giá của Đấng Cứu Độ... Vào ngày Suy tôn Thánh Giá, toàn dân kitô giáo hôn kính gỗ Thánh Giá này được trưng bày trong vương cung thánh đường Constantinople của Đấng Thánh-Đấng Cứu Độ. Vương cung thánh đường này sau này đổi tên là Latran.

[13] E. Mercenier, op.cit. tr. 109-110.

[14] Xem E. Martène, *De antiquis Ecclesiae ritibus*, IV, 34, tome 3, éd. de Venise, 1764, tr. 213.

[15] Ở Giêrusalem, trong một thời gian, người ta muốn cử hành vào cùng thời gian một lễ cung hiến tất cả các bàn thờ đã được thiết lập : xem R. Renoux, op.cit, tr. 229. Dom Botte thấy trong lễ này nguồn gốc chính của các Chúa nhật về lễ Cung Hiến các nhà thờ ở Syrien. Xem, Dom Botte, *Les Dimanches de la Dédicace dans les Eglises syriennes*, tr. 65-70.

[16] Pierre Jounel, *Le culte des saints*, tr. 307.

Lm. Giuse Nguyễn Văn Hiên, OP.

Nguồn tin: Học Viện Đaminh



# (VI) 5 GIỜ NỮA, TÔI SẼ GẶP ĐỨC GIÊSU (Dans 5 heures, je verrai Jésus)

(tác giả : Jacques FESCH)

**Phan Hữu Lộc**  
phỏng dịch

## Nước Trời sau bức màn thưa

Thứ tư 14 tháng tám

**S**áng nay ba chuẩn bị sẵn sàng để chịu lễ, và giờ đây tâm hồn ba vui mừng vì “Chúa sống trong ba”. Ba chưa bao giờ cảm thấy những hậu quả của sự chịu lễ như hôm nay. Tâm tư ba sôi sục niềm vui và không thể chứa đựng hết những gì tình yêu đó mang lại. Nó nổ tung thành những lời tạ ơn, và ba rất hạnh phúc khi nghĩ đến thứ sáu tuần sau, sẽ được rước Mình Thánh Chúa một lần nữa. Một tin vui khác, trong thời gian Cha Tuyên úy đi hè, có một Cha sẽ thay thế đến dâng lễ nơi phòng giam ba, làm cho ba không bị cô đơn trong thời gian đó. Ba nghĩ đó có lẽ là một biện pháp phi thường và ngài làm cũng chỉ vì ba. Đó là điều ba hiểu khi nghe cha Tuyên úy nói. Cám ơn vị tuyên úy can đảm đã tìm hết mọi cách có thể đến với ba... Ngài đã đem đến cho ba một cuốn sách mà bấy lâu ba mong ước đọc cuốn thoảng mùi “hoa thơm cỏ nội”. Đó là Cuốn sổ ghi chép của thánh nữ Têrêxa nhỏ và con đường thơ ấu thiêng liêng. Một nữ tu như mọi người, nhưng đã đạt đến đỉnh trọn lành, và đời sống gần gũi ta hơn các thánh như Phan Sinh Át-xi hay thánh Têrêxa Cả. Nhưng ba mới chỉ bắt đầu đọc...

Vừa rồi, vào giờ đi dạo trong sân tù thường lệ, ba có tranh luận với người gác đàn tù, có lẽ ông ta theo cộng sản, nhưng chắc chắn là vô thần. Tất cả những tranh luận đó vô ích, và chỉ làm hại cho ba. Ba nghĩ rằng có lẽ có những bản tóm lược suy nghĩ hữu ích giữa những người tin và những kẻ không tin. Ba nhận thấy thường là những kẻ vô thần có vẻ thuyết phục hơn, hợp lý hơn, vì họ hoàn toàn đứng trên lãnh vực cụ thể làm cho lý trí dễ lý luận. Nếu kẻ có lòng tin mà cũng đứng trong cùng bình diện đó thì họ cũng đưa ra đủ lý lẽ thuyết phục như nhóm kia, nhưng cũng làm cho sinh hoa trái như ruộng lúa vào mùa xuân. Bắt buộc phải nâng tư tưởng lên vào một



lãnh vực vượt quá lý trí để đi đến kết quả khó hiểu, không tránh được, đối với bình dân thiên hạ và dựa vào tình cảm. Nếu ta phải tóm lược lại những cảm tưởng qua những kẻ có lòng tin về ơn thánh chiếu soi, ta phải dùng những danh từ như : sự hiện hữu,

sức nóng, ánh sáng, sự hiền dịu, sự nghiêm trang... những danh từ không lột tả rõ ràng bao nhiêu đối với kẻ không thấy. Ba nghĩ rằng có lẽ ta có thể trình bày trời đất trên một mặt phẳng (un plan) đầy những hố lồi và hố lõm. Người ta chỉ cho ta thấy có một mặt và những hố lồi nằm yên chỗ của nó và ai cũng có thể thấy được. Trong những lúc được hiện diện, khi ơn thánh soi chiếu một tâm hồn, kẻ này được phép thoảng nhìn về phía bên kia của cái mặt bằng và những hố lồi lên hiện ra như những hố lõm xuống. Trí óc không giúp gì cho thị kiến đó, thực tại tràn ngập ta một cách thiên phú và hoàn toàn không diễn tả được, và khi ta trở lại mặt thông thường bằng phẳng đó, ta không thể hiểu được và kể cả việc nhớ lại một cách rõ ràng điều ta vừa thấy. Đến nỗi, ta chỉ còn lại một kỷ niệm tuyệt hảo mà ta

hết sức khao khát, nhưng chúng ta không thể tự sức mình mà có được. Trình bày những lý luận của trí óc một cách rõ ràng đã là khó, nhưng khi những sự này bị những sự hiểu biết thiên phú vượt trội, vì bắt nguồn từ ngoài không gian và thời gian, thì mọi sự hoàn toàn không thể thấu đáo được. Dầu vậy, khi ơn Chúa ban cho ta, thì sự đơn giản và sự hợp lý trở thành rõ ràng quá : Nước Trời thực sự ở trong ta, nhưng ta bị một màn vải thưa che lại, nhưng ta thường quen nhìn với con mắt trần gian, và lý luận bằng trí óc thì dĩ nhiên ta dùng thể thức đó cố gắng tìm hiểu, và bức màn đó không vén lên được.

Làm sao vén nó lên được ? Chỉ một cách, tình yêu, khiêm tốn, quên mình, cầu nguyện và tin cậy Chúa. Đừng tìm hiểu gì cả, nhưng tự đáy lòng cho phát lên tiếng kêu yêu thương và phó thác vào thánh ý Chúa mà dĩ nhiên không pha trộn tâm tình tò mò không lành mạnh vào. Và điều đó thực là hay vì một người dốt nát nhất cũng có thể cố gắng làm được mà không tùy thuộc chút nào về khả năng học vấn của họ. Đức tin là một ân huệ, như lời thánh Phaolô nói : “Thiên Chúa thương xót ai tùy Người muốn, và Người ban ơn tha thứ cho ai tùy ý Người. Đó không phải là công việc của kẻ muốn hay của người chạy, nhưng là do chính Chúa có lòng thương xót ban cho”. Và ơn thánh làm cho ta vui mừng đó, nó in vào lòng ta nỗi khát khao về sự đẹp và một tâm tình bất lực đến nỗi không ngăn cản ta kêu ca và nài xin đáng tạo dựng mình cho đến khi Người, bởi lòng tốt của ngài, ban ơn rộng rãi một lần nữa, trên những kẻ ngài yêu thương. Và nói rằng điều mặc khải mà đặt ta vào một trạng thái như thế, chỉ là một tia chớp trong khoảnh khắc và rất nhẹ nhõm đối với những gì sẽ ban cho ta dồi dào và vĩnh cửu sau khi ta chết cho trần gian này. Niềm vui sẽ lớn lao biết bao cho ta lúc ấy ; ...nhưng, ngược đời thay, lại là những thương đau đối với những kẻ khác !...

## **Đại lễ cuối cùng của ba**

### **Thứ năm 15 tháng tám**

Lễ Đức Mẹ Mông triệu Thăng thiên. Đó là ngày đại lễ cuối cùng của ba, và ba phải cầu nguyện lâu giờ với Mẹ Maria chúng ta hôm nay đi vào thiên đàng. Ba nghĩ là dịp này, ba có thể xin Mẹ nhiều điều, và ba tin chắc là Mẹ sẽ nhậm lời ba và lưu

tâm đến lời kinh của ba.

Sáng nay ba cảm thấy lẻ loi phần nào, dầu rằng vẫn cứng cáp, nhưng tâm tình về sự có mặt của mình có phần xa vời. Đó là điều luôn xảy ra, khi ba nghĩ đến niềm vui Chúa ban cho, ba hứa với lòng là phải mạnh dạn mặc dù ba phải ở trong đêm tối dày đặc mà không kém phần bền vững. Nhưng khi chỉ bóng đêm phủ xuống trên tâm hồn, ba khởi sự rên xiết ngay và lớn tiếng đòi hỏi ánh sáng hướng dẫn . Ba muốn nại vào sự bất lực hoàn toàn của mình. Thực sự mà nói, tự ba, ba không làm gì được. Chúa ban ơn cho ba mà trong trạng thái này, ba khó lòng từ chối. Nếu ba có được tự do, thì ba được công nghiệp lớn hơn, nhưng hiện giờ ? Khi ba mở mắt thì hình ảnh đáng khiếp của máy chém hiện ra trong trí óc. Hỏi rằng có người nào ở trong niềm đau đớn như thế mà khi tìm được một luồng ánh sáng và ấm áp lại không đem hết nghị lực bám lấy ? Phải cảm tạ Chúa. Chính Người đã làm mọi sự để cứu chúng ta. Người đòi hỏi ta điều gì ? Đừng từ chối ơn thánh của Người mà phó thác vào Người.

Ngay lúc Chúa thấy ta biết xử dụng ơn thánh của Người ban, thì một cách kín đáo, Người đề nghị ta hãy cố gắng thêm chút ít. Nếu ta chấp nhận, thì ngay lúc ấy, Người ban thêm ơn cho ta. Nếu ta từ chối, ta sẽ đứng yên tại chỗ một ít lâu, rồi tụt dần xuống mau lẹ trong khi ta leo lên rất khó khăn. Con người hoặc tiến hoặc lùi, nhưng ta không thể vui chịu ngủ yên trong sự nửa vời về tâm hồn hay thân xác. “Có nói có, không nói không”, theo lời Phúc âm. Vả lại ba không thể không nghĩ rằng, khi niềm vui cảm mến bị mất đi, là Chúa không còn thương yêu ba nữa. Tại sao khi này Người có đó, nay lại đi đâu ? Ba tự hỏi và không có câu trả lời, biết rằng không phải vì Chúa không bằng lòng ba. Chúa giúp ba bằng cách cho ba sức mạnh để bền đỗ, và nhiều ơn không cần cảm xúc. Tỉnh thoảng như thế để ba thêm can đảm. Người làm cho ba biết Người luôn có mặt đó chứ không đi đâu. Đó là nhà tạm của con đường thánh giá đời ba. Nhưng chúng ta được tạo dựng như thế để tiến và đi tìm sự cảm xúc.

Người ta thường nói đến kích thước (mesure). Mỗi tâm hồn có một kích thước riêng biệt, và nhiều người dựa vào đó để thoái thác tiến bộ. Dĩ nhiên, như lời chị Têrêxa nhỏ, nếu có hoa màu tím hoặc

màu hồng nơi vườn hoa thiên quốc, thì người ta cũng thấy nơi đó có nhiều hoa dại, hoa bé nhỏ và khi Chúa đi dạo ngắm hoa vườn mình, Người cũng lấy làm vui thích khi ngắm hoa to đẹp hay nhỏ bé thông thường. Điều cần là ta muốn làm hoa dại hay hoa bé nhỏ ? Ba nghĩ rằng ở trên trời, sẽ có nhiều hoa bé nhỏ cảm thấy rằng mình có thể trở nên hoa dại nếu biết can đảm thêm tí nữa. Thường ta ngừng tiến bước bởi vì ta từ chối ban hết mình. Có một lúc nào đó ta nói không ! Có khi nói thế mà chính ta không biết. Cũng như ba bây giờ mỗi ngày còn hút hơn chục điếu thuốc, nhưng ba cho là không có gì là hại, và thực ra chả có gì hại cả. Chỉ có điều là khi hút thuốc như thế ba đã chứng minh là mình ham thuốc lá hơn tình yêu Chúa. Không phải vì điếu thuốc tự nó có giá trị gì, nhưng vì ba quá

nghiện đến nỗi nếu có nghị lực để bỏ nó, và nếu ba làm được, thì sự hy sinh đó sẽ rất đẹp lòng Chúa.

Chúa không muốn làm khổ ba, nhưng Người muốn ba yêu Người trên hết mọi sự, điều ba chưa làm được, vì mỗi ngày có bàn tay quỷ quái, hướng dẫn bởi lương tâm xấu xa, lôi kéo về bao thuốc lá... Không nên cho của lễ là quan trọng hơn mức độ hy sinh mà ta lìa bỏ nó. “Chính lòng quyến luyến tạo vật mà tạo hóa đòi hỏi... Người khao khát tình yêu (ta) !” Vậy thì hãy can đảm lên ! Với chút cố gắng ta làm được mọi sự ! Cách đây mười ngày, ba hút hai mươi điếu thuốc, giờ đây thì mười, và tuần sau... có lẽ bỏ hết ! Ba muốn được như thế lắm, ba chỉ còn rất ít thời gian trước mặt mà thôi !!

**Kỳ sau : Ba có thể ôm hôn những viên đá (16 tháng tám).**

## **Tại sao người ta nhạt đạo, không đi nhà thờ hay bỏ đạo ?**

**T**ỉ lệ người thực hành đạo trong các giáo hội Kitô trong các thập niên vừa qua đang trên đà giảm sút đáng lo ngại. Những ngày Giáng Sinh, Thứ Sáu Tuần Thánh, Lễ Phục Sinh các nhà thờ đông nghẹt người, nhưng các ngày Chúa Nhật bình thường số người dự lễ thật đáng lo. Tại Anh và Úc, chẳng hạn, tỉ lệ người Anh Giáo thực hành đạo thường xuyên xuống đến mức không thể tin nổi là 0.5%. Nói cách khác, cứ 200 người Anh Giáo thì mới có 1 người đến nhà thờ ngày Chúa Nhật. Đối với người Công Giáo, tỉ lệ đó khá hơn rất nhiều. Theo thống kê của Hội Đồng Giám Mục Úc Châu, tỉ lệ người đi dự lễ ngày Chúa Nhật hàng tuần là 35%. Tỉ lệ người Công Giáo đi lễ ngày Chúa Nhật khả quan hơn tại Hoa Kỳ và bị sút hơn tại Âu Châu. Một trong những lý do khiến tình hình khả quan hơn tại Hoa Kỳ là Hội Đồng Giám Mục Hoa Kỳ thường xuyên có những cuộc nghiên cứu, những hội nghị và những kế hoạch mục vụ cụ thể để đương đầu với vấn nạn này. VietCatholic xin giới thiệu với quý cha và anh chị em bản tham luận sau đây của bà Sheila Garcia, phụ tá giám đốc Ủy Ban về Gia Đình, Giáo Dân, Phụ Nữ và Giới Trẻ (Family, Laity, Women and Youth Committee) của Hội Đồng Giám Mục Hoa Kỳ trong hội nghị bàn về những lý do tại sao người ta thờ ơ, không thực

hành đạo được đăng tải trên Catholic News Service. Muốn biết thêm chi tiết, hay muốn có thêm những tài liệu khác, quý cha và anh chị em có thể liên lạc với bà Sheila Garcia tại địa chỉ [sgarcia@nccbuscc.org](mailto:sgarcia@nccbuscc.org)

Nhiều người Công Giáo thường viện dẫn những lý do khác nhau cho việc trở nên thờ ơ. Một kinh nghiệm đau buồn trong quá khứ, một nhận xét hay một hành động thiếu tế nhị của một thừa tác viên Giáo Hội, một cuộc hôn nhân gấy đổ hay đơn giản chỉ vì lười cũng có thể dẫn người ta rời xa Giáo Hội.

Nếu chúng ta hiểu lý do rời xa của một người nào đó, chúng ta có thể đưa ra một lời mời gọi họ quay về với cộng đoàn đức tin hiệu quả hơn rất nhiều.

**Ly dị là một trong những lý do chủ yếu nhất khiến người Công Giáo trở nên thờ ơ.** Nhiều người tin tưởng sai lầm rằng một người ly dị thì đương nhiên bị dứt phép thông công, nghĩa là, tức khắc họ không còn được xem là một thành phần của cộng đoàn nữa. Năm 1997, Đức Thánh Cha Gioan Phaolô II đã khích lệ các mục tử hãy tích cực gặp gỡ những người đã ly dị và tạo điều kiện cho sự tham gia của họ vào đời sống giáo xứ. Dù vậy, nhiều người ly dị vẫn cảm thấy không dễ chịu và không được hoan nghênh tại giáo xứ của họ. Họ có thể cố gắng tìm một chỗ đứng trong giáo xứ nếu như họ còn

có đôi có cặp. Trong tình cảnh của họ hiện nay, họ không biết anh chị em khác có hiểu nỗi đau và sự cô đơn của họ không hay trái lại nhìn họ như những con chiên ghe (black sheep) đang gây gương mù, gương xấu cho anh chị em khác. Tình cảnh của những người tái hôn mà không có sự tiêu hôn của hôn nhân trước theo giáo luật còn khó khăn hơn nữa, dù họ vẫn được khuyến khích đi dự lễ. Khi những người khác lên rước lễ, họ vẫn phải ngồi tại chỗ trước những ánh mắt có khi soi mói của người khác. Cái cảm giác đó thực không dễ chịu với nhiều người. Cố nhiên, những anh chị em này phải chịu trách nhiệm chủ yếu về những lý do dẫn đến ly dị và tái hôn bất hợp lệ của họ. Tuy nhiên, nếu người mục tử thăm viếng họ và khích lệ họ, có thể họ sẽ không buông xuôi trong cố gắng sống theo những đòi buộc của sự thật.

**Lý do thứ hai dẫn đến sự thờ ơ là vì đức tin của họ đã được hình thành quá sơ sài.** Cách riêng, những người trẻ tuổi thường dốt nát về những giáo huấn cơ bản của Giáo Hội. Họ có thể có trình độ đại học trong những lãnh vực văn hóa, khoa học, kỹ thuật nhưng về giáo lý họ chỉ ở trình độ lớp Ba, sau khi qua 2 lớp về Rước Lễ Lần Đầu và Thêm Sức. Sinh viên các trường đại học Công Giáo thường nói với chúng tôi về những thách đố họ gặp phải trước các triết lý thế tục, những chương trình TV, âm nhạc và phim ảnh trình bày hết sức thuyết phục những thông điệp mạnh mẽ ngược hẳn lại với những giá trị Công Giáo. Những bạn trẻ không Công Giáo cũng thường vặn hỏi và đôi khi chế giễu niềm tin của họ. Đối diện với những áp lực như thế, những người trẻ Công Giáo không có nền tảng đức tin vững chắc dần dần buông xuôi và đầu hàng. Trong quá khứ, chúng ta giả định rằng những người trẻ như thế sẽ trở lại với hôn nhân, nhất là khi có đứa con đầu lòng. Ngày nay giả định ấy bấp bênh đến cỡ nào !

**Lý do thứ ba là nhiều người cảm thấy thương tổn bởi những người Công Giáo khác, các linh mục, các tu sĩ hay anh chị em giáo dân, và chưa được hòa giải.** Có những thương tổn rất sâu xa và những thương tổn chỉ hời hợt thôi nhưng vẫn có thể làm nhiều người rời xa Giáo Hội. Một bà giữ đạo sốt sắng mấy chục năm mà cuối cùng thôi không đi nhà thờ nữa chỉ vì suốt một tuần bà nằm đau

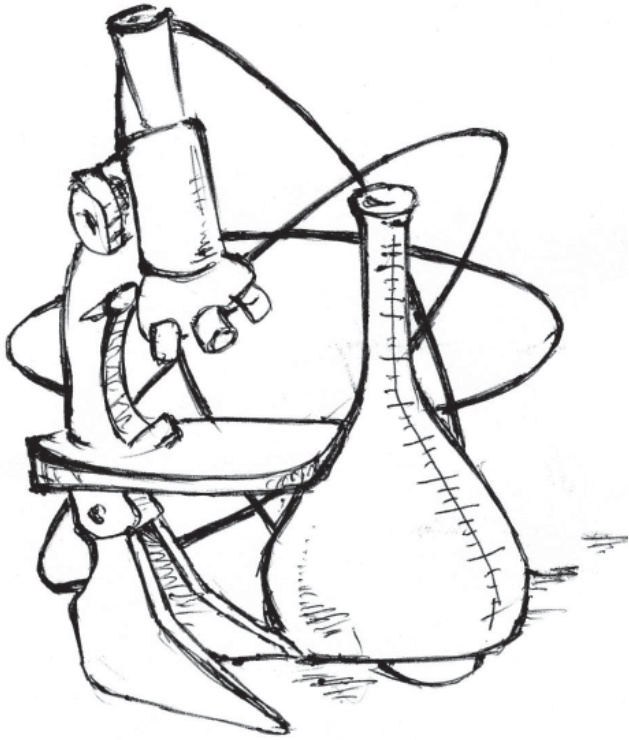
nặng trong một nhà thương Công Giáo mà không một linh mục nào đến thăm, an ủi một lời. Và ta nên nhớ rằng người ta đặc biệt mẫn cảm vào những thời điểm đặc biệt trong đời họ như đám cưới và đám tang. Họ nhớ mãi những hành động và lời nói của các thừa tác viên Giáo Hội rất lâu sau khi biến cố xảy ra. Tôi cũng biết đến một cặp nam nữ. Hai người này đã sống chung với nhau trước và một năm không đi nhà thờ đến một lần, ngay cả trong các ngày lễ trọng. Họ gặp gỡ một linh mục để lo việc đám cưới của họ hầu chính thức hóa cuộc sống chung. Cha sở thăm hỏi hoàn cảnh sống của họ và đề nghị họ tự vấn lại những lý do đã dẫn họ đến quyết định chung sống với nhau, và những gì họ đã cảm nhận được. Như hệ quả của cách thức cha làm việc với họ, không lâu sau, họ trở nên những người lãnh đạo tích cực trong giáo xứ. Cha John Hurley, giám đốc văn phòng Truyền Bá Tin Mừng, có lần cho biết một kinh nghiệm mục vụ của cha. Nhiều người Công Giáo đột nhiên “thôi không đi nhà thờ nữa với hy vọng rằng có ai trong cộng đoàn sẽ chú ý đến họ, và với những cộng đoàn quá lớn, thường là không có ai chú ý đến hết cả. Bạn có muốn gia nhập một Giáo Hội mà không ai lo lắng đến bạn không?”

**Lý do thứ tư là nhiều người bất mãn với giáo huấn của Giáo Hội về một vấn đề nào đó, đặc biệt về luân lý.** Nhiều người khó chấp nhận những giáo huấn của Giáo Hội về một vài vấn đề như phá thai, đồng tính luyến ái, tính dục trước hôn nhân; đặc biệt khi những giáo huấn này không được trình bày với sự rõ ràng và một mức độ nhạy cảm trước hoàn cảnh của họ. Chẳng hạn như giáo huấn của Giáo Hội về vấn đề đồng tính luyến ái là một thách đố đối với những người đồng tính và gia đình của họ. Nhận thức khó khăn này, Hội Đồng Giám Mục Hoa Kỳ đã đưa ra thông điệp “Luôn là con cái của chúng ta” nhắm đến cha mẹ của những người đồng tính. Nhiều người hoan nghênh tuyên bố này như một lý do để vẫn sống trong Giáo Hội bất chấp những khó khăn mà họ gặp phải.

**Lý do thứ năm khiến nhiều thờ ơ là vì sự dày vò của những lỗi lầm trong quá khứ.** Thay vì đến với Bí Tích Hòa Giải, hay tìm kiếm những hướng

(xem tiếp trang 45)

# Trang Khoa Học



## Bí quyết mua xăng

Có những sự thật mà không mấy ai nghĩ tới.

### 1. Nên đổ xăng vào sáng sớm

Xăng giãn nở hay teo, co lại tùy nhiệt độ. Suốt một đêm lạnh lẽo xăng co lại, teo lại, giảm thể tích. Lúc nhiệt độ ở mức bình thường đối với dầu xăng, một gallon mới thật sự là một gallon. Lúc nóng nhất trong ngày, khi ta trả tiền 10 gallons nhưng thực sự ta chỉ nhận được từ  $10 \times 0.91 = 9.1$  gallons đến  $10 \times 0.93 = 9.3$  gallons mà thôi, phần còn lại chỉ là hơi xăng chứ không phải là xăng.

Thí dụ thùng xăng trong chiếc xe của bạn chứa tối đa 20 gallons. Buổi sáng khi trời lạnh, lúc vòi đổ xăng tự động ngừng, báo cho bạn biết là đầy rồi, thì trong thùng xăng của bạn có đúng 20 gallons.

Nhưng đến trưa trời nóng thì lại khác. Lúc vòi đổ xăng tự động ngừng thì trong thùng xăng của bạn chỉ có từ  $20 \times 0.91 = 18.2$  gallons đến 18.6 gallons mà thôi vì buổi sáng 20 gallons xăng chiếm đúng một thể tích 20 gallons, nhưng đến trưa nóng thì 18.6 gallons xăng giãn nở lớn ra và chiếm, choán một thể tích bằng 20 gallons.

Để rõ hơn, ta nên phân biệt hai loại xăng :

Xăng thường là xăng ở trạng thái không giãn nở

và Xăng nở tức tăng thể tích vì nhiệt độ và/hoặc áp suất tăng cao. Giống như ổ bánh mì tây - French bread - khi còn ở trạng thái cục bột chỉ nhỏ bằng ngón chân cái, nhưng khi nướng (nóng) lên thì nó giãn nở to bằng bắp tay, lượng bột không tăng, chỉ có thể tích của bột tăng mà thôi.

Buổi sáng ta trả tiền một gallon xăng thì ta nhận được một gallon xăng, nhưng buổi trưa nóng ta cũng trả đủ tiền cho một gallon xăng nhưng tình thật ta chỉ nhận được một gallon xăng nở chứ không phải một gallon thường của xăng.

Một gallon nở = gallon thường  $\times 91/100 = 0.91$  gallon thường hoặc = gallon thường  $\times 93/100 = 0.93$  gallon ta phải trả tiền mà thôi.

### 2. Không nên đổ xăng lúc xe bồn đang bơm xăng vào bồn chứa của cây xăng

Lúc xe bồn (thường là loại 18 bánh) đổ xăng vào bồn chứa ào ào, gia tăng áp suất trong bồn chứa xăng của trạm xăng làm xăng giãn nở ra. Chỉ cần từ 0.91 gallon thường hoặc 0.93 gallon xăng thường là có thể giãn nở để trở thành một gallon nở. Trả tiền theo gallon thường mà chỉ nhận được gallon nở, chỉ bằng từ 0.91 đến 0.93 gallon phải trả tiền thì đau thật.

### 3. Bấm cho xăng chảy thật chậm

Vòi xăng có ba tốc độ khác nhau. Sau khi cho cái vòi xăng chui vào lỗ đổ xăng, ta thường kéo cần xăng lên sát trên cao, rồi khoá nó lại bằng cái chốt sắt. Ở vị thế này, xăng chảy vào thùng xăng trong xe nhanh nhất và đã làm cho ta bị thiệt hại nhất : xăng chảy càng nhanh vào thùng xăng trong xe càng làm cho xăng giãn nở nhiều hơn, và xăng chui vào được trong thùng xăng xe của bạn là xăng đã nở nhiều ra chứ không phải là xăng thường, loại xăng ta phải trả tiền.

Vòi xăng nào cũng có ba nấc. Chỉ kéo nhẹ cần của vòi xăng lên nấc thứ nhất rồi ấn ngay chốt chặn vào, cho xăng chảy từ từ vào. Nếu kéo mạnh tí nữa thì nó nhảy lên nấc thứ hai, nhảy lồm. Kéo mạnh quá thì lên nấc thứ ba là cái chốt.

### 4. Chịu khó ghé đổ xăng khi còn 1/2 bình

Nếu để cho thùng xăng trong xe thật cạn rồi mới

đi đổ xăng thì cũng đã tạo cơ hội cho xăng mới đổ vào giảm nở vì phải rơi từ trên cao xuống và bị nhiều áp suất - áp suất của khoảng trống trong thùng xăng cạn lảng và áp suất cao làm cho xăng giảm nở thể tích.

Khi xăng còn 1/2 thì khoảng các từ vòi xăng xuống chỗ xăng mới rơi vào giảm đi và áp suất trong thùng xăng không nhiều bằng khi xăng đã cạn bình.

Nếu bạn không đồng ý vì bảo rằng tiết kiệm được bao nhiêu mà phải nhiều khê như vậy thì xin nhắc bạn câu : “Một xu tiết kiệm là mình đã làm ra được một xu rồi đó - a penny saved is a penny earned”/. Làm bài toán nhân ta sẽ thấy con số không phải là nhỏ.

Theo tài liệu Kỹ nghệ dầu hỏa

## **Phát hiện nước trên một mặt trăng của Sao Thổ**

Theo báo Anh Guardian, tàu vũ trụ Cassini của Cơ quan Hàng không vũ trụ Mỹ (NASA) thực hiện các đo đạc và phát hiện đại dương sâu 10km phía dưới bề mặt băng giá lạnh lẽo ở cực nam của mặt trăng Enceladus.

Túi nước có độ sâu lên tới từ 8 km đến 10 km ở vĩ độ 50 và trải dài quanh cực Nam của Enceladus.

Cassini cho biết có một hồ nước lớn nằm ở độ sâu 40 km dưới bề mặt đóng băng của Enceladus có dung tích nước tương đương với hồ Superior ở Bắc Mỹ. Hồ Superior có dung tích khoảng 12.000 km cube (1 km cube = 1 tỉ mét khối).

Từ dữ liệu này, nhóm nghiên cứu của Giáo Sư Luciano Iess và cộng sự tại Đại Học Sapienza ở Rome (Ý) thông báo phát hiện túi nước có độ sâu lên tới từ 8 km đến 10 km ở vĩ độ 50 và trải dài quanh cực Nam của Enceladus.

Cassini cũng bay qua những tảng đá lớn, trong đó có vị mặn của muối và chất hữu cơ. Họ đang tiếp tục căn cứ vào hoạt động của Cassini và hành trình của Enceladus quanh sao Thổ để có thể lập bản đồ về sự phân bố vật chất ở nơi này.

GS Iess cho biết Enceladus có chiều rộng khoảng 500 km là một những nơi tốt nhất để giới khoa học tìm kiếm đời sống của vi khuẩn bên ngoài trái đất.

GS Andrew Coates thuộc ĐH London của Anh nhận định: “Tôi nghĩ Enceladus nên được xếp đầu

bảng trong nghiên cứu về khả năng tồn tại sự sống. Có một số điều cần thiết cho sự sống như nhiệt độ ấm, có nước ở thể lỏng trong đại dương, chất hữu cơ. Vấn đề là có đủ thời gian để sự sống phát triển hay không?”

Trước đó, năm 2005, Cassini phát hiện hơi nước bốc lên từ cực nam của Enceladus. Khi đó các nhà khoa học đã nghi ngờ một đại dương tồn tại ở đó. Các bằng chứng mới đây đã khẳng định khám phá này.

## **Trên sao Thổ cũng có... sông !**

Phân tích ảnh radar do phi thuyền Cassini-Huygens - thiết bị thăm dò bay gần với Titan khi nó quay quanh sao Thổ cung cấp, các nhà khoa học thấy một bề mặt phủ đầy băng được tích lũy qua hàng triệu năm cùng những dòng sông chứa đầy mê-tan dạng lỏng, tương tự như những con sông chứa đầy nước chảy trên bề mặt trái đất.

Những hình ảnh đó cho thấy địa hình hiện tại của Titan, nhưng lại nói lên rất ít về lịch sử địa chất của nó. Giờ đây, các nhà nghiên cứu ở Học viện công nghệ Massachusetts và Đại Học Tennessee (Mỹ) vừa tiến hành phân tích những bức ảnh chụp hệ thống sông ngòi trên Titan và phát hiện ra rằng, ở một số khu vực, những con sông gây nên rất ít xói mòn. Các nhà nghiên cứu nói rằng hiện tượng này có thể giải thích theo hai cách : có thể sự xói mòn trên Titan là cực kỳ thấp, hoặc có một hiện tượng nào đó mới xuất hiện gần đây đã xóa hết lòng sông và địa hình xung quanh. So với hầu hết mặt trăng trong hệ mặt trời của chúng ta, Titan tương đối bằng phẳng, chỉ có vài miệng núi lửa. Titan có cách đây khoảng 4 tỷ năm, tương đương tuổi của các hành tinh khác trong hệ mặt trời của chúng ta. Nhưng dựa vào số lượng miệng núi lửa thì có thể tuổi của Titan ít hơn nhiều, khoảng 100 triệu tới 1 tỷ năm.

Thách thức hiện nay là những bức ảnh do tàu Cassini chụp tương tự như ảnh vệ tinh, nhưng chất lượng thấp, và cung cấp cái nhìn bằng phẳng giống như được nhìn từ mắt chim, nên không cung cấp thông tin gì về độ cao hay chiều sâu của bề mặt.

## **Facebook có kế hoạch mới để phủ internet toàn cầu**

Dự án mới của Facebook được tiến hành với mục đích nhằm kết nối hàng tỉ người hiện không có inter-

net để dùng tại những nơi như châu Phi và châu Á.

“Hôm nay, 28/3, chúng tôi sẽ chia sẻ một số chi tiết về Phòng thí nghiệm kết nối của Facebook. Dự án này có liên quan đến việc xây dựng máy bay không người lái, vệ tinh và tia laser để mang internet đến mọi người”, Tổng giám đốc kiêm nhà sáng lập Facebook Mark Zuckerberg phát biểu trên Facebook.

Tuy nhiên, Mark Zuckerberg chỉ nói sơ lược và không cho biết thời gian cụ thể về dự án nói trên.

Dự án mới của Facebook được tiến hành với mục đích nhằm kết nối hàng tỉ người hiện không có internet để dùng tại những nơi như châu Phi và châu Á.

Theo Reuters, Facebook cũng đang làm việc với nhiều hãng cung cấp dịch vụ truyền thông trên thế giới để giúp việc truy cập internet trở nên dễ dàng và rẻ hơn.

“Chúng tôi sẽ tiếp tục thiết lập các mối quan hệ (với các hãng cung cấp dịch vụ internet), nhưng để kết nối toàn cầu đòi hỏi cần phải phát minh ra công nghệ mới”, Zuckerberg phát biểu trong bình luận đăng trên tài khoản Facebook của mình.

Dự định của Facebook là sẽ triển khai một phi đội máy bay không người lái chạy bằng năng lượng mặt trời, cùng các vệ tinh địa tĩnh bay ở quỹ đạo gần Trái đất, truyền internet cho các khu vực khác nhau trên toàn thế giới.

Theo giải thích của Facebook về dự án Phòng thí nghiệm kết nối, các tia laser hồng ngoại vô hình có thể cho phép Facebook đẩy mạnh đáng kể tốc độ truy cập Internet do các máy bay không người lái truyền xuống.

Giới quan sát nhận định dự án mới của Facebook thể hiện tham vọng ngày càng lớn về việc tăng ảnh hưởng vượt khỏi số người dùng 12 tỉ và tạo ra một công nghệ mới của tập đoàn này.

Như báo Đất Việt đã đưa tin trước đó, ngày 5/3, theo trang tin công nghệ Mỹ TechCrunch dẫn các nguồn tin cho biết Facebook đang thương lượng với nhà sản xuất UAV Titan Aerospace về hợp đồng mua 11.000 UAV trị giá lên đến 60 triệu USD

Titan Aerospace sản xuất những loại UAV dùng năng lượng mặt trời, có thể hoạt động tầm xa, bay liên tục trong vòng 5 năm.

Trang Internet.org, do Facebook hậu thuẫn, từng tuyên bố về sứ mạng “Để khắp mọi nơi trên thế giới có internet” và nhắc đến giải pháp dùng các UAV làm các điểm phát sóng.

*Một trong những mẫu máy bay không người lái của Titan Aerospace*



TechCrunch cho rằng Titan Aerospace sẽ bắt đầu sản xuất 11.000 UAV để bay tại khu vực châu Phi và một số khu vực khác trên thế giới, nơi không thể truy cập internet.

Facebook cũng đặc biệt quan tâm tới phiên bản Solara 60 - mẫu máy bay dùng vật liệu hỗn hợp có trọng lượng nhẹ của công ty có trụ sở ở New Mexico (Mỹ) này. Theo Titan Aerospace, máy bay này của họ có thể duy trì độ cao gần 20 km trong nhiều năm mà không cần nạp nhiên liệu, nhờ vào hàng ngàn tấm năng lượng mặt trời phủ kín toàn máy bay.

Máy bay có thể hoạt động cả vào ban đêm và tự động sạc pin vào ban ngày. Solara 60 từng được giới thiệu hồi tháng 8/2013 và có thể chứa 113 kg đồ vật như trang thiết bị kết nối không dây để phục vụ cho dự án Internet.org của Facebook.

Dự án này có thể sẽ cung cấp cho người dân các dịch vụ cơ bản như nhắn tin, xem thời tiết, giá thực phẩm, từ điển Wikipedia, và tất nhiên là cả truy cập Facebook.



## Nguyên nhân đại dương bị biến thành bể axít

Sự va chạm giữa thiên thạch với Trái Đất biến đại dương thành những bể axít.

Một nghiên cứu mới đây cho rằng vụ va chạm giữa một thiên thạch với Trái Đất, nguyên nhân gây ra sự tuyệt chủng của loài khủng long cũng từng biến các đại dương thành những bể axít lưu huỳnh chết người.

80% các loài sinh vật trên Trái Đất trong đó có rất nhiều loài sống trên bờ biển cũng như gần các hồ nước và các dòng sông đã tuyệt chủng vào cuối kỷ Creta cách đây 65,5 triệu năm.

Các nhà khoa học cho rằng va chạm giữa một thiên thạch hoặc một ngôi sao chổi với Trái Đất là nguyên nhân gây ra sự tuyệt chủng này, cũng như làm xuất hiện hố Chicxulub ở vịnh Mexico.

Vụ va chạm không chỉ gây ra những trận mưa axít cho Trái Đất. Nó còn kéo theo cả sóng thần, bão lửa và khói bụi từ những thân cây bốc cháy.

Giả thuyết các đại dương bị axít hóa đã từng được đưa ra trước đây, nhưng các nhà khoa học nghi ngờ liệu vụ va chạm có tạo ra đủ lượng mưa axít dẫn đến sự tuyệt chủng toàn cầu. Một ví dụ đưa ra đó là khi lưu huỳnh được giải phóng sẽ chuyển hóa thành khí lưu huỳnh dioxide. Khí này sẽ trôi nổi trong không khí thay vì tiếp tục phản ứng và tạo ra mưa axít.

Nhà khoa học Sohsuke Ohno của Viện Công nghệ Chiba (Nhật Bản), tác giả chính của nghiên cứu và các đồng tác giả đã mô phỏng vụ va chạm trong phòng thí nghiệm bằng cách đốt cháy các khối anhydrite giàu lưu huỳnh bằng tia laze. Khí sinh ra hầu hết là lưu huỳnh trioxit.

Trong khí quyển Trái Đất, khí này sẽ nhanh chóng kết hợp với nước để tạo ra các hạt aerosol chứa axít lưu huỳnh. Các hạt này đóng vai trò hút lưu huỳnh trong không khí và đưa vào trong nước biển. Chúng cũng phân hủy các mảnh đá silic và rút hết axít lưu huỳnh trong khí quyển chỉ trong vài ngày.

“Các kết quả thí nghiệm cho thấy lưu huỳnh trioxit có thể là hợp chất lưu huỳnh chủ yếu trong khí ga sinh ra do vụ va chạm. Thêm vào đó, khi các hạt aerosol axít bị các hợp chất silic phá hủy, axít

lưu huỳnh nhanh chóng rơi xuống và đọng lại trên mặt đất,” ông Ohno cho biết.

## Hải Quân Mỹ nghiên cứu dùng nước biển làm nhiên liệu

WASHINGTON (AFP) Hải Quân Hoa Kỳ tin rằng cuối cùng đã tìm ra được giải pháp cho vấn đề mà các nhà khoa học suy tính từ nhiều thập niên: Dùng nước biển làm nhiên liệu chạy động cơ của các chiến hạm.

Ngoài hàng không mẫu hạm và tiềm thủy đình nguyên tử, các chiến hạm khác của Hải Quân Hoa Kỳ đều sử dụng nhiên liệu từ dầu lửa và phải trông cậy vào sự tiếp tế của 15 tàu dầu. Như vậy nhiều chiến hạm thỉnh thoảng phải mất ít giờ ngưng thi hành nhiệm vụ, chạy song song bên cạnh các tàu dầu để lấy nhiên liệu. Công việc này rất khó khăn và nguy hiểm trong trường hợp biển động hay ở gần khu vực chiến trường,

Các chuyên viên đã tìm ra phương pháp tách carbon dioxide và khí hydrogen từ nước biển rồi sử dụng một bộ chuyển đổi bằng xúc tác (catalytic converter) làm thành nhiên liệu, theo quy trình chuyển chất khí thành chất lỏng. Với kỹ thuật ấy, các chiến hạm có thể tự sản xuất nhiên liệu trên biển không cần phải nhờ tới tàu tiếp tế.

Theo dự đoán giá một gallon nhiên liệu dùng cho động cơ turbin sản xuất bằng phương pháp này vào khoảng từ \$3 đến \$6. Phòng Thí Nghiệm Nghiên Cứu của Hải Quân đã dùng nhiên liệu này cho các mẫu máy bay phản lực.

Tiến sĩ Heather Willauer một hóa học gia đã nghiên cứu dự án này từ gần 10 năm nói rằng kế hoạch rất có triển vọng, Bà nói: “Lần đầu tiên chúng tôi đã tìm ra kỹ thuật tách CO<sub>2</sub> và H<sub>2</sub> cùng lúc từ nước biển. Đây là một khai thông quan trọng”. Bà cho biết thêm rằng nhiên liệu tạo ra không khác xăng máy bay (jet fuel) bao nhiêu và mùi cũng như vậy.

Bước tiếp theo là sản xuất ra được với quy mô kỹ nghệ, nhưng trước đó cũng cần hợp tác với các trường đại học để hoàn thiện cách cải tiến carbon dioxide và hydrogene tạo ra. Theo các nhà nghiên cứu, ít nhất cũng một thập niên nữa mới có thể sản xuất nhiên liệu ngay trên tàu.

# Trang Y Học



## Bệnh Mắt và Tiểu Đường

**N**hờ khám bệnh bằng máy đo đường đã biết được nguyên nhân và cách chữa các bệnh như mờ, bị mù, rách võng mạc hay sưng, hoặc mắt to mắt bé do đường cao hay thấp..

Một người lớn tuổi trên 70, khi đọc báo không cần đeo kính, ai cũng cho là mắt tốt. Nếu lấy trường hợp này làm tiêu chuẩn để tìm nguyên nhân, nên tôi đã xin phép họ cho tôi làm một cuộc thử nghiệm :

**Trường hợp 1 : Một bà trên 70 tuổi, mắt tốt, không có bệnh bị tiểu đường hay cao áp huyết :**

Tôi đo áp huyết tay trái 136/83mmHg mạch 70, tay phải 137/85mmHg mạch 71. Đo đường ở ngón tay 6.5mmol/l, ở huyết Toàn Trúc đầu chân mày trái 6.4mmol/l, ở huyết Toàn Trúc đầu chân mày phải 6.3mmol/l.

**Trường hợp 2 : Một ông trên 70 tuổi, mắt tốt, áp huyết hơi cao, tiểu đường hơi thấp.**

Tôi đo áp huyết bên tay trái 145/85mmHg mạch 78, tay phải 143/88mmHg mạch 76, đo đường ở ngón tay 5.0mmol/l, đo đường ở huyết Toàn Trúc mắt trái 6.1mmol/l, mắt phải 6.3mmol/l.

**Trường hợp 3 : Một bệnh nhân trên 70 tuổi, có bệnh tiểu đường đang dùng thuốc, mắt không cần đeo kính.**

Tôi đo áp huyết tay trái 125/80mmHg mạch 67, tay phải 128/80mmHg mạch 66, đo đường ở tay 9.8mmol/l ở mắt trái 7.8mmol/l, mắt phải 8.5mmol/l. Tôi hỏi ông thấy mắt nào rõ hơn, ông trả lời mắt trái rõ hơn.

**Trường hợp 4 : Một ông trên 70 tuổi, không có bệnh tiểu đường, mắt mờ, có bệnh áp huyết cao, không dùng thuốc mà tập khí công.**

Tôi đo áp huyết tay trái 152/90mmHg mạch 75, tay phải 142/88mmHg mạch 77, đo đường ở mắt trái 9.5mmol/l, mắt phải 9.1 mmol/l. Đường ở ngón tay 7.0mmol/l. Ông đi khám mắt bác sĩ nói tăng nhãn áp, có cườm nước cần phải mổ, ông không mổ, không lái xe ban đêm được, ông bảo để thử tập khí công Bài Kéo Ép Gối Thở Ra Làm Mềm Bụng sau mỗi bữa ăn 30 phút trong thời gian một năm xem sao.

Một năm sau ông đến giới thiệu một bệnh khác cho tôi, ông nói nhờ tập bài Kéo Ép Gối Thở Ra Làm Mềm Bụng mỗi ngày 500 lần, dạo này con mắt thấy rõ lắm, lái xe ban đêm được rồi. Tôi đo lại đường trên mắt trái 7.8mmol/l, mắt phải 7.3mmol/l. ở tay 7.1mmol/l.

Như vậy chúng ta có thể kết luận đường cần phải được chuyển hóa đều trong cơ thể bằng cách tập khí công, để nồng độ đường trong máu ở bất kỳ nơi nào trong cơ thể đều tương đương với nhau khắp mọi chỗ, và phải nằm trong tiêu chuẩn 6.0-8.0mmol/l đủ có bệnh tiểu đường hay không.

Nếu đường thấp hay cao ngoài tiêu chuẩn thì sẽ có bệnh về mắt. Cũng trên nguyên tắc tìm sự lưu thông khí huyết tốt hay không tốt bằng cách đo nồng độ đường trong máu có được chuyển hóa

đều và đủ tiêu chuẩn không, chúng ta sẽ biết được nguyên nhân do ăn uống đủ hay thiếu đường, có tập luyện thông khí huyết để chuyển hóa hay không, nhờ đó đã khám phá được nhiều nguyên nhân của bệnh nan y về mắt hoặc các bệnh khác và cách chữa như dưới đây.

#### **Trường hợp 5 : Bệnh nhân khai bệnh mờ mắt.**

Tôi đo đường khi chưa ăn sáng, độ đường châm nặn máu đo ở ngón tay trở 13.5mmol/l, châm nặn máu ở huyết Toàn Trúc góc đầu mày bên mắt phải, là nơi cung cấp khí huyết lên mắt của đường kinh Bàng Quang, đo được 9.0mmol/l, ở huyết Toàn Trúc bên mắt trái đo được 16.8mmol/l. Tôi hỏi bệnh nhân mắt bên nào bị mờ, bệnh nhân trả lời mắt trái bị mờ.

Đo áp huyết tay phải 110/75mmHg mạch 68, bên tay trái 105/72mmHg mạch 65, như vậy là do ăn uống không có chất bổ máu để làm tăng áp huyết, và thức ăn lại hàn lạnh nên mạch đập chậm. Trong khi đó đo nhiệt độ ở lưỡi bệnh nhân đo bằng máy bấm nhiệt độ, thì cao 37.8 độ C, ở Trung Quán giữa bụng sờ lạnh, nhiệt kế đo được 36.0 độ C, điều này chứng tỏ bệnh nhân không tập luyện cử động thể dục thể thao nên cơ thể chỗ nóng chỗ lạnh, nồng độ đường trong máu không đều nên đo đường khác nhau ở nhiều chỗ.

Tôi hướng dẫn bệnh nhân tập bài Đứng Hát Kéo Gối Lên Ngực 3 lần bài hát 1,2,3..., tập xong bảo bệnh nhân ngậm miệng giữ khí, đo áp huyết lên 118/78mmHg mạch 80, trán và lòng bàn tay rịn mồ hôi. Châm nặn máu ở 2 huyết Toàn Trúc, bên trái đo được 11.6mmol/l, bên phải đo được 9.5mmol/l, nhờ bài tập này mà nồng độ đường ở mắt đã xuống, nhưng chưa đúng với tiêu chuẩn khi bụng đói từ 6.0-8.0mmol/l.

Tôi yêu cầu bệnh nhân tập tiếp lại bài này 3 lần nữa, đo lại đường ở huyết Toàn Trúc trái xuống 9.3mmol/l, mắt phải 8.8mmol/l. áp huyết hai tay lên 124/80mmHg mạch 82.

Tôi cho bệnh nhân biết, thông thường mọi bệnh nhân đều biết rằng tập khí công để chữa bệnh tương đương có công hiệu như thuốc, nhưng vì không có máy móc để đo xem liều lượng thời gian tập đủ chưa, nên nhiều người cứ tưởng tập xong thì khỏi bệnh, chỉ là đoán mò. Còn căn cứ vào thời gian tập 2 lần thì đường ở Toàn Trúc từ 16.8 mmol/l đã

giảm xuống còn 9,3mmol/l ở mắt trái, như vậy cần phải tăng thêm thời gian tập 1-2 lần nữa, thì đường mới lọt vào tiêu chuẩn được. Như vậy số lượng tập. thời gian tập do bệnh nhân tự đo đường và áp huyết để kiểm chứng và quyết định tập lâu hay mau, tập nhiều hay ít.

Có hai loại bệnh nhân chữa bệnh không bao giờ khỏi hẳn bệnh :

Một loại là lười tập, cứ tưởng là uống thuốc sẽ khỏi bệnh đã là sai với nguyên tắc của đông y. Bệnh do cả khí và huyết gây ra bệnh. Huyết gây ra bệnh thì chữa bằng thuốc, bằng ăn uống, nhưng cơ thể còn cần phải có khí để hấp thụ và chuyển hóa thuốc men và thức ăn mới biến đổi máu xấu thành máu tốt được.

Một loại thứ hai là có tập, tưởng rằng cứ tập thì cơ thể sẽ chuyển hóa làm thay đổi khí huyết thì sẽ khỏi bệnh, nhưng không có kiểm chứng bằng máy móc xem loại bài tập đó có phù hợp với bệnh của mình không, thí dụ mình cần tăng áp huyết phải tập bài Càn Khôn Thập Linh hay bài Đứng Hát Kéo Gối Lên Ngực chẳng hạn mà lại tập bài thổi hơi ra làm hạ áp huyết, hoặc mình cần tập bài làm hạ áp huyết, lại tập bài Càn Khôn Thập Linh làm tăng áp huyết. Hoặc cần hạ đường trong máu thấp, lại tập bài làm tăng nồng độ đường trong máu. Hoặc có tập đúng bài làm tăng hay hạ đường, nhưng thời gian tập không đo kiểm chứng theo dõi xem đã đủ liều lượng chưa, nếu chưa đủ liều lượng thì chưa dứt khỏi hẳn bệnh.

#### **Trường hợp 6 : Chóng mặt hoa mắt do nồng độ đường trong máu cung cấp lên mắt thiếu.**

Một nữ bệnh nhân khai hay bị chóng mặt hoa mắt. Đo áp huyết nằm trong tiêu chuẩn thấp, đo đường ở tay khi bụng đói 6.0mmol/l đúng tiêu chuẩn vì bệnh nhân cho biết hằng ngày có uống thuốc trị tiểu đường.

Tôi đo nồng độ đường nơi huyết Toàn Trúc, bên trái 4.1mmol/l, bên phải 5.8mmol/l. Tôi hỏi thử xem bệnh nhân bị mờ mắt nào, thì bệnh nhân trả lời mắt trái. Như vậy mắt trái thiếu nồng độ đường trong máu, cũng có nghĩa là thiếu oxy, đông y gọi là thiếu dương khí.

Tôi hướng dẫn bệnh nhân tập bài Cúi Ngửa 4 Nhịp để cung cấp máu lên nuôi mắt 20 lần, rồi đo

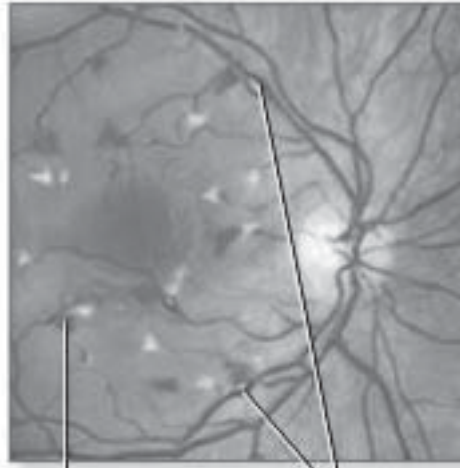
Normal retina



Macula

Optic disk

Retinopathy



Hemorrhage

Aneurysms

lại nồng độ đường ở 2 huyết trên, đường ở mắt bên phải lên 6.2mmol/l, đường ở bên trái không lên nhiều, chỉ được 4.4mmol/l, chúng ta nghĩ ngay đến sự tắc nghẽn khí huyết, do đó khi châm nặn máu chúng ta cũng phải quan sát mầu máu khi nặn, thì khi nặn máu lần thứ hai ở mắt bên phải ra máu đỏ, còn mắt bên trái nặn lần thứ hai đã khó ra, và ra ít máu đen, khi thử đường vẫn thấp, tiếp tục nặn cho ra máu đỏ, chảy dễ, lúc đó đo lại, thì nồng độ đường lên 6.6mmol/l.

Nhờ những thử nghiệm này mới thấy lý thuyết về khí và huyết tuần hoàn của đông y đúng từ mấy ngàn năm cho đến ngày nay mà ngành y khoa tây y chưa biết hết, và những sự áp dụng trong chữa bệnh không hiểu hết công dụng, nếu không nhờ máy móc dụng cụ y khoa đo để kiểm chứng.

**Trường hợp 7 : Một mắt không thấy đường, một mắt chỉ thấy được 30%, bác sĩ nhãn khoa kết luận rách võng mạc.**

Một nữ bệnh nhân 45 tuổi, khai bệnh, bác sĩ mắt cho biết bị mù một bên mắt trái không thấy đường, mắt bên phải thấy được 30%, bác sĩ nhãn khoa bảo do rách võng mạc cần phải mổ, bệnh nhân hỏi tôi xem có chữa được không.

Tôi trả lời sau khi thử nồng độ đường vào mắt thiếu hay dư thừa mới biết kết quả. Tôi châm nặn máu ở huyết Toản Trúc trên đầu chân mày bên mắt trái, đo được 4.4mmol/l, đo huyết Toản Trúc bên phải phải 5.4mmol/l.

Điều đó chứng tỏ máu không tuần hoàn đều vào nuôi hai mắt, huyết Toản Trúc thuộc kinh Bàng Bàng dẫn khí huyết vào mắt để nuôi mắt, còn huyết Ngự Yêu giữa chân mày và giữa con ngươi lên, là huyết làm sáng mắt.

Khi châm nặn máu không ra, nặn tiếp khi máu ra là máu bầm đen, đo đường có kết quả như trên. Tôi tiếp tục nặn cho máu ra nữa, cho đến khi máu ra loãng và đỏ tươi, tôi dơ 1 ngón tay trước mắt bệnh nhân và hỏi, cô có nhìn thấy ngón tay của tôi không, bệnh nhân trả lời có thấy.

Tôi hỏi mắt bên nào nhìn rõ, bệnh nhân trả lời mắt bên phải nhìn rõ. Tôi đo lại đường, thì huyết bên phải độ đường lên 7.5mmo/l, bên

trái 6.6mmol/l, tôi nặn máu ở mắt bên trái tiếp, máu không ra nữa.

Tôi hướng dẫn tập bài Cúi Ngửa 4 Nhíp đưa máu lên nuôi mắt, vị thế khi cúi xuống đầu phải thấp hơn hông, hông chống lên trời, tôi vỗ từ lưng xuống cổ gáy để dồn máu lên đầu, lên vùng gáy, và thấy hai vành tai đỏ hồng lên, khi bệnh nhân tập xong, mặt đỏ hồng, tôi nặn máu tiếp bên trái, máu ra, đo đường tăng lên 7.1mmol/l.

Tôi nói, bây giờ hai bên mắt đã thấy rõ rồi, hãy nhìn ngón tay tôi di chuyển, thì mắt nhìn theo, mục đích cho con người cử động thông khí huyết cho chức năng vận động mắt và làm tăng sự điều tiết của mắt. Ngón tay tôi đưa lên, bệnh nhân đưa mắt hướng lên, ngón tay tôi đưa xuống bệnh nhân đưa mắt theo xuống, ngón tay tôi đưa qua trái, mắt bệnh nhân đưa qua trái, ngón tay tôi đưa qua phải, bệnh nhân đưa mắt qua phải, ngón tay tôi quay tròn, thuận chiều, nghịch chiều, mắt bệnh nhân đều đưa theo, ngón tay tôi đưa xa, lại gần, bệnh nhân đều thấy rõ.

Sau đó tôi đo đường ở ngón tay như y tá đo thử đường bình thường sau khi ăn theo tiêu chuẩn KCYĐ từ 8-12mmol/l, mà đường trong máu của bệnh nhân thấp có 6.0mmol/l sau khi ăn, chứng tỏ bệnh mắt do thiếu nồng độ đường trong máu.

Cách châm nặn máu để cho máu lưu thông nuôi mắt xem máu có lưu thông đều hai bên

mắt không, nếu độ đường hai bên mắt giống nhau nằm đúng tiêu chuẩn, thì cả hai mắt đã phục hồi tốt..

Một người khỏe mạnh không bệnh tật thì thử đo áp huyết, đường và nhiệt kế thì bất cứ nơi nào cũng phải gần giống nhau không chênh lệch quá, do đó cách khám nồng độ đường trong máu để biết khí huyết có lưu thông đều hay không sẽ chính xác hơn là đo nhiệt độ bên ngoài da.

Bệnh nhân sau khi tập, và được khuyên nên ăn thêm chè ngọt, đo áp huyết nhịp tim thấp, được khuyên uống Quế Mật Ong, làm tăng áp huyết, tăng nhịp tim đập và tăng đường trong máu. Người chồng bệnh nhân đứng cạnh hỏi vợ :

Em thấy mắt thế nào ? Bệnh nhân trả lời : Em nhìn thấy rõ rồi.

Người chồng ngạc nhiên hỏi lại : Thật sao ?

Tôi nói : Cô chạy một vòng cho ông ấy xem. Mọi người đều ngạc nhiên thấy cô chạy như người bình thường, mà không phải nhờ chồng dắt đến vì mắt bị mù nữa.

### **Trường hợp 8 : Sưng đầu chân mày mà không đau, bác sĩ muốn mổ.**

Khi bệnh nhân hỏi tôi phải làm sao cho hết sưng, chỉ làm mất thẩm mỹ chứ không đau.

Tôi dùng nhiệt kế đo ở nơi sưng, nhiệt kế chỉ Lo. Tôi châm nặn máu ở điểm không có nhiệt, nặn không ra máu, cho đến khi ra máu, đo độ đường 4.0mmol/l, nhiệt kế chỉ 36.6 độ C, như vậy máu cũng đã chạy đến, nhưng nồng độ đường trong máu chưa đủ tiêu chuẩn, tuy nhiên đường đo ở ngón tay là 6.8mmol/l. Chứng tỏ đường trong máu đủ, nhưng máu không tuần hoàn lên đầu vì thiếu tập luyện để cơ thể có nồng độ đường đều trong máu, tôi hướng dẫn bệnh nhân tập bài Cúi Ngửa 4 Nhịp 20 lần để đưa máu lên đầu.

Sau đó cho bà nhìn trong gương treo trong phòng, thấy nơi sưng ở đầu chân mày đã biến mất.

### **Trường hợp 9 : Một bệnh nhân, bác sĩ cho biết mắt sắp bị mù không chữa được do bệnh tiểu đường nặng hơn 30 năm.**

Bệnh nhân từ Mỹ gọi điện thoại đến phòng mạch hỏi tôi có chữa được không. Tôi bảo bà đo áp huyết và đo đường trước và sau khi ăn 30 phút, cho tôi biết kết quả, tôi mới trả lời được.

Sau 2 tiếng đồng hồ, bà gọi điện thoại cho biết kết quả như sau :

Áp huyết tay trái trước khi ăn 125/78mmHg mạch 67, sau khi ăn 115/75mmHg mạch 65. Tay phải trước khi ăn 120/80mmHg mạch 65, sau khi ăn 112/81mmHg mạch 64, đường trước khi ăn 4.0mmol/l, sau khi ăn 4.2mmol/l.

Tôi nhận lời chữa, và 1 tuần sau bà sang Montreal ở lại 1 tuần để điều trị trong 3 lần chữa.

Tôi cho bà biết, bà đã phạm sai lầm vừa uống thuốc hạ đường một lần, vừa không ăn chất ngọt, cơ thể mất thêm đường lần thứ hai, bà uống nước chanh, nước đá lạnh làm loãng nồng độ đường trong máu lần thứ ba, do đó cơ thể không đủ nồng độ đường trong máu để lưu thông lên nuôi mắt mặc dù bà có tập luyện.

Chanh đã làm hạ áp huyết xuống dưới tiêu chuẩn tuổi của bà :

130-140/80-90mmHg, mạch tim đập 70-80 là áp huyết ở tuổi lão niên (60 tuổi trở lên)

Mạch nhịp tim của bà đập chậm, theo đông y là mạch trì, chỉ là cơ thể hàn, khi cơ thể hàn, đông tử nở lớn nên mất chức năng điều tiết. Thông thường mắt điều tiết con người khi ra nắng thu hẹp lại 4mm, vào bóng tối con người nở lớn ra 6mm. Con mắt của bà ra nắng hay vào bóng tối đều không có điều tiết, con người lúc nào cũng nở lớn 7mm.

Tôi đo đường hai huyết Toán Trúc, bên mắt trái 3.8mmol/l, mắt phải 4.0mmol/l.

Tôi cho bà uống thử 4 thìa đường, tập bài Nạp Khí Trung Tiêu 5 lần làm tăng áp huyết để chuyển hóa đường, rồi day Hà Đồ Lạc Thư thông khí huyết lên đầu nuôi mắt, con người mắt thu nhỏ lại 6mm, áp huyết lên 130/80mmHg mạch 70.

Tôi bảo bà sang Nhà Hàng bên cạnh ăn tô phở cho nhiều cay nóng, ăn xong trở lại tôi đo đường và áp huyết. Bà bảo thế không sợ bánh phở làm tăng đường à ?

Tôi bảo cơ thể bà cần đường chứ không phải dư đường, nếu còn tiếp tục uống thuốc làm hạ đường là một sai lầm của tây y. Tất cả đúng hay sai đều phải thử nghiệm lọt vào tiêu chuẩn của tây y thì mới khỏi bệnh, thiếu và thừa đều gây ra bệnh, đó là theo nguyên tắc đông y lúc nào cũng giữ quân bình nằm trong tiêu chuẩn.

Sau 3 lần chữa bằng cách điều chỉnh Tinh-Khí-Thần, Tinh là điều chỉnh thức ăn làm tăng áp huyết tăng đường, Khí là tập khí công bài Đứng Hát Kéo Gối lên Ngực 200 lần, Kéo Ép Gối Thở Ra Làm Mềm Bụng 200 lần sau mỗi bữa ăn 30 phút làm chuyển hóa đường, thông khí huyết toàn thân và Nạp Khí Trung Tiêu 5 lần làm tăng thân nhiệt và tăng áp huyết, day Hà Đồ Lạc Thư cho con người mắt thu nhỏ lại. Thần thì tập thở Đan Điền Thần, luyện lại mắt bằng cách đọc báo chữ lớn in đậm để mắt được điều tiết thường xuyên.

Trước khi trở về Mỹ, đo đường ở hai huyết Toàn Trúc, mắt trái 6.2mmol/l, mắt phải 6.5mmol/l. Áp huyết ổn định theo tiêu chuẩn tuổi.

Bà hỏi, nếu nhỡ về Mỹ mắt mờ trở lại thì sao. Tôi dặn khi thấy mắt mờ, điều đó chứng tỏ không đủ nồng độ đường trong máu lên mắt. Khi châm vào huyết Toàn Trúc, thử đường nếu dưới 6.0mmol/l, thấy mầu máu đen, thì cứ tiếp tục nặn ra máu đỏ, loãng, dễ chảy, đo lại đường thấy lên trên 6.0mmol/l là mắt lại sáng như bình thường.

Mấy tháng sau có những bệnh nhân từ Mỹ sang chữa bệnh, những người này nói bệnh nhân bị mù mắt nay đã khỏi, giới thiệu chúng tôi sang đây nhờ thầy chữa bệnh.

#### **Trường hợp 10 : Mắt trái tự nhiên bé hơn mắt phải.**

Một ông lớn tuổi nói với tôi nhờ tập khí công nên đường và áp huyết ổn định rồi, nhưng sao con mắt trái nhìn mờ, và mắt trái từ từ nhỏ lại, mở mắt không lớn bằng mắt phải.

Tôi trả lời : Cũng do nồng độ đường trong máu chuyển vào mắt bệnh thấp hơn bên kia.

Ông nói : Nhờ thầy thử đường trên mắt tôi xem có đúng như thầy nói không ?

Tôi châm nặn máu huyết Toàn Trúc phải, đo đường 12.5mmol/l, ông bảo tôi mới vừa ăn xong, như vậy cũng tạm được. Đo mắt trái độ đường 14.8mmol/l. Tôi nói, như vậy ông đã biết lý do tại sao mắt bên trái bệnh.

Ông hỏi, vậy đường không đều phải làm sao ?

Tôi trả lời : Dễ lắm chỉ cần làm cho máu tuần hoàn đều, chia đều thân nhiệt và đường trong máu nơi nào cũng giống nhau thì khỏi bệnh. Nhưng tôi thấy đầu mũi ông trắng xanh, là suy tim, nên nhịp tim không đều.

Ông trả lời : Áp huyết của tôi thì được, nhưng nhịp tim lúc nào cũng thấp trên dưới 65.

Tôi nói : Như vậy, KCYĐ có bài Đứng Hát Kéo Gối Lên Ngực 200 lần, vừa làm tăng áp huyết, làm mở rộng van tim, tăng thân nhiệt và làm hạ đường trong máu.

Ông được hướng dẫn tập thử 25 lần, đo lại đường trên hai huyết Toàn Trúc đường xuống còn 9.2mmol/l bên phải, 9.7mmol/l bên trái, mắt ông hồng lên.

Ông cho biết, tự nhiên mắt phải thấy rõ, nhìn vào gương, thấy hai mắt mở lớn đều nhau chứ không bị mắt to mắt nhỏ.

Ông hỏi còn nhịp tim thấp phải làm sao.

Tôi trả lời sau mỗi bữa ăn, ông nên uống Quế Mật ong, làm tăng thân nhiệt, tăng nhịp tim lên từ 70-80 thì ngưng, nếu tăng trên 80 thì người bị nhiệt, tảo bón và áp huyết tăng cao hơn.

Vì thế thức ăn uống hay thuốc men để điều chỉnh cho khỏi bệnh thì ngưng, không bao giờ uống thuốc suốt đời lại sinh ra bệnh khác.

#### **Trường hợp 11 : Một bệnh nhân đến khai, mắt trái nhìn như có ruồi bay hay như có vướng màng nhện .**

Tôi đo đường bên huyết Toàn Trúc trái nồng độ đường 14.5mmol/l, huyết Toàn Trúc bên mắt phải 10.5mmol/l.

Châm, nặn máu đo đường xong, tôi tiếp tục nặn ra máu nhiều lần, khi ra hết máu đen bầm, ra đến máu đỏ tươi, đo lại đường, nồng độ đường trong mắt phải xuống 9.0mmol/l, mắt trái 9.8mmol/l.

Tôi hướng dẫn ông tập bài Đứng Hát Kéo Gối Lên Ngực, 50 lần, Cúi Ngửa 4 Nhịp 10 lần, đo đường lại thấy xuống, mắt phải 8.5mmol/l, mắt trái 8.9mmol/l. Bệnh nhân cho biết hết nhìn thấy ruồi luẩn quẩn ở mắt trái rồi.

#### **Trường hợp 12 : Một bệnh nhân đang dùng thuốc chích insulin để chữa bệnh tiểu đường, mắt càng mờ dần, không còn lái xe được.**

Tôi đo đường ở huyết Toàn Trúc mắt trái 4.2mmol/l, huyết Toàn Trúc mắt phải 4.4mmol/l, đo ở ngón tay như mọi người thường đo là 6.1 mól/l. Tôi hỏi ông đã ăn gì chưa, ông trả lời : Đã ăn rồi.

Tôi cho biết ông lạm dụng thuốc trị tiểu đường, nên đường trong máu thấp quá, cơ thể mất năng lượng, và

gân cơ thịt bị teo lại, không đủ khí huyết tuần hoàn.

Nếu ông không tin, ông xem trên hộp que thử đường của nhà sản xuất công ty được phẩm Contour có ghi khi bụng đói đường trung bình từ 6.0mmol/l đến 8.0mmol/l là đúng tiêu chuẩn.

Ông bảo ông không nhìn thấy rõ. Đó là do hậu quả của sự lạm dụng thuốc.

Ông nói, sao tây y khi thử đường, những người nào có độ đường 6.0mmol/l đã bắt phải uống thuốc trị tiểu đường rồi.

Tôi trả lời : Có thể là sai lầm của tây y sau mười mấy năm mới phát giác ra những người có đường thấp có nhiều biến chứng nguy hiểm hơn đường cao, như chết âm thầm, mù mắt, suy nhược thần kinh, tâm thần, gân cơ co rút đau, tay chân rút gân co quắp... thì đã quá muộn.

Nếu ông muốn mắt sáng, ông có chịu uống nước nóng pha 2 muỗng đường ngay bây giờ không, để ông biết sự thật máu đủ đường và máu thiếu đường khác nhau ra sao không. Dù sao tây y đã có tiêu chuẩn giới hạn từ 6.0-8.0mmol/l/ khi bụng đói, mà hiện nay ông bụng no mà đường mới có 6.1mmol/l thì sợ gì đường lên cao, cứ không thử uống đường rồi đo lại, còn ông sợ thì KCYĐ có phương pháp tập cho đường trong cơ thể được hấp thụ và chuyển hóa, để đường sẽ xuống thấp trở lại ngay.

Ông nghe lời, thế là ông uống 1 ly nước nóng pha 2 thìa đường, sau đó thử đường ở tay lên được 7.0mmol/l, nhưng ở mắt chưa lên.

Tôi hướng dẫn ông tập bài Cúi Ngửa 4 Nhịp 20 lần, tôi châm nặn máu ở hai huyệt Toàn Trúc cho



ra hết máu đen, đến khi máu đỏ chảy ra loãng và tươi, bắt đầu thử đường, đường hai bên mắt lên, bên trái 6.2mmol/l, bên phải 6.4mmol/l. Ông nói : Ủa, mắt tôi sáng thật rồi nè !

Có nhiều người hỏi tập thể dục khí công của thầy, đường có xuống không ?

Trên nguyên tắc, bất cứ tập loại khí công nào cũng đều làm thay đổi áp huyết lên hoặc xuống, nhưng khi tập thời gian lâu khiến cơ thể xuất mồ hôi thì đường và cholestrol đều xuống, vì thế chúng ta không lấy làm lạ, thỉnh thoảng có người tập, mà huấn luyện viên không theo dõi để ý đến những người nào đang tập mà mồ hôi xuất ra, mặt trắng mà không hồng hào, hơi thở dốc, có vẻ mệt, là phải cho nghỉ, vì đường đang xuống thấp. Nếu không để ý đến họ thì tự nhiên họ bị té ngã chết giắc và hôn mê, mất oxy trong não.

Gặp trường hợp này không nên hốt hoảng, một tay bấm huyết Nhân Trung duy trì oxy trong não, và cho bệnh nhân ngậm cục kẹo rồi sau đó pha trà gừng mật ong cho uống, bệnh nhân tỉnh dậy tập tiếp như thường. Nên phòng tập thể dục khí công cần phải có kẹo, đường trà gừng mật ong để cấp cứu trong những trường hợp này.

**Tóm lại :** Nhờ máy thử tiểu đường KCYĐ đã khám phá ra được nhiều nguyên nhân gây bệnh và cách chữa có kết quả. Nay chúng tôi muốn phổ biến

những kinh nghiệm đến với mọi người biết cách tự khám, tự chữa theo phương pháp điều chỉnh Tinh-Khí-Thần, để đừng bị sai lầm trong việc lạm dụng thuốc chữa bệnh sẽ gây ra nhiều biến chứng thành tật suốt đời ngoài ý muốn.

**Đỗ Đức Ngọc**

## **Bệnh rụng tóc**

**Ở** một người phụ nữ 47 tuổi, bị rụng tóc tái đi tái lại trên 5 năm và chữa không khỏi hẳn mặc dù đã đi trị bệnh với bác sĩ chuyên khoa, và có vấn đề nội tiết thì đây không phải là một vấn đề đơn giản để có thể đưa ra biện pháp giải quyết từ xa được. Ở đây tôi chỉ xin nêu ra một số tin tức về một chứng bệnh tương tự, alopecia areata, chỉ với tính cách thông tin, để chúng ta cùng học hỏi về một số hiện tượng xảy ra làm rụng tóc mạn tính.

Một bệnh thường gặp là bệnh alopecia areata. Alopecia là bệnh mất tóc, hói đầu, areata là từng vùng, bởi vậy còn gọi là spot baldness (hói từng đốm). Tuy nhiên, bệnh có thể bao gồm hết da đầu và mất hết tóc, gọi là alopecia totalis (hói toàn bộ) hoặc alopecia universalis, trường hợp này tất cả lông (lông mày, lông nheo), tóc đều rụng hết.

Nguyên nhân là cơ thể người bệnh, do một cơ chế tự miễn nhiễm gửi đến chân tóc những tế bào T cells tấn công các nang lông tóc (hair follicles). Nang là những bộ phận nhỏ nằm dưới da, gốc sợi tóc/lông và sản xuất và bảo dưỡng lông tóc. Nang bị hư hại lên lông tóc rụng mà không được thay thế.

### **Triệu chứng :**

Thường bệnh nhân không có triệu chứng gì ngoài việc tóc rụng, người bệnh nhẹ thì rụng từng vùng tròn, nhìn trên vùng da mất tóc thì da vẫn có thể bình thường, không đỏ, sưng hay lở loét ; nếu

bác sĩ rọi đèn soi kỹ thì thấy những chấm vàng (do keratin ứ đọng, hyperkeratinosis) hoặc đen (do chân sợi tóc bị teo còn sót lại) ở nơi các chân tóc nay đã rụng. Móng tay chân có thể không bình thường (những điểm lõm vào lấm tấm [nail pitting], màu sắc. Vd : móng trắng, chân móng màu đỏ.

Nếu bác sĩ khám kỹ hơn và thử máu, có thể phát hiện cơ địa dị ứng (atopy) và bệnh nội tiết suy tuyến giáp (hypothyroidism), tiểu đường trong một số trường hợp thiếu số nhưng đáng kể. Nói chung alopecia areata chịu ảnh hưởng của di truyền, trong gia đình người bệnh có một hoặc nhiều người khác bị chứng này, hoặc những bệnh trong loại tự miễn nhiễm (như bệnh tuyến giáp, bệnh tiểu đường, phong thấp; autoimmune disease)).

Cần phân biệt với rụng tóc do bệnh nhân tự nhổ tóc (bệnh tâm lý, tóc gãy, đứt không đều vì bị bứt đi); bệnh nấm da đầu hay nhiễm trùng (da đầu có triệu chứng viêm, sưng, đỏ chảy nước, có vảy); bệnh tuyến bã nhờn nặng (seborrhea, da có chất nhờn, liên hệ đến hiện diện của nấm, có thể kèm theo những vết bệnh ngoài da ở mặt, nách, háng); bệnh vảy nến (da có vảy khô và bạc, kèm theo bệnh những nơi khác, đau khớp).

### **Trị liệu :**

Nếu bệnh nhẹ, không cần trị liệu vì chỉ tác dụng trên khía cạnh thẩm mỹ và nói chung các thuốc dùng không hiệu nghiệm lắm, có thể gây phản ứng phụ. Một số khá đông bệnh nhân không chữa cũng khỏi qua thời gian, chừng 80% nếu là bệnh nhẹ, giới hạn. Nói chung, lúc đầu nếu bệnh càng nặng thì sau đó cơ may tự phục hồi càng ít đi.

Nếu cần, bs có thể cho bôi kem corticoid, loại mạnh hoặc khá mạnh lên da đầu để giảm bớt tác dụng tự miễn nhiễm. Thuốc cần phải ngấm vào các nang lông tóc nên phải đủ mạnh (clobetasol, fluocinonide), có khi bác sĩ cho thoa vào da đầu, sau đó bọc plastic bít lại để qua đêm (occlusive plastic film





dressings). Nghiên cứu áp dụng biện pháp này 6 ngày/tuần, trong 6 tháng, và có kết quả 18%.

Nếu cần, bác sĩ có thể chích những lượng nhỏ thuốc corticoid vào da đầu (triamcinolone acetonide, hydrocortisone acetate).

Ngoài ra có thể dùng :

- minoxidil (nguyên là một thuốc hạ huyết áp với phản ứng phụ làm mọc tóc nên được dùng trong mục đích này),

- cyclosporine, methotrexate (điều tiết hệ miễn nhiễm),

- tacrolimus (thuốc được dùng trị viêm da cơ địa/atopic dermatitis),

- contact immunotherapy, (cho phép da chỗ rụng tóc tiếp cận và gây nhạy cảm [sensitize] với thuốc DPCP trước, 2 tuần sau, dùng nồng độ yếu mỗi tuần một lần, với nồng độ thuốc tăng dần trong nhiều tháng cho đến lúc xuất hiện viêm da),

- laser, aromatherapy, vv...

Trong một số trường hợp bác sĩ có thể dùng thuốc corticoid uống để chữa bệnh alopecia areata, nhưng thuốc corticoid uống, nhất là nếu dùng lâu dài, còn nhiều biến chứng hơn cả thuốc thoa (như giữ nước, lên cân, giảm đề kháng cơ thể, làm mắt bị cườm khô, làm bệnh lao tiềm ẩn bộc phát...).

Nói chung, nếu để hiệu nghiệm tóc mọc lại thì có thể cần tiếp tục dùng thuốc lâu dài trong một số trường hợp, nếu không tóc sẽ rụng lại. Cho nên có thể tốn kém, dễ làm nản lòng vì kết quả không dứt khoát rõ rệt. Có thể do bệnh tự nó thuyên giảm (các trường hợp nhẹ), mà cũng có thể nhờ trị liệu, nên bệnh nhân có thể dễ tin vào những bài thuốc được giới thiệu là kỳ diệu, sẽ tốn kém vô ích và sẽ gây thất vọng.

Lắm khi, nên bình tĩnh chấp nhận một bệnh không gây thiệt hại gì lắm trên sức khỏe. Dùng những biện pháp đơn giản hơn như đổi kiểu tóc, mang tóc giả, có thể là giải pháp tốt nhất.

Riêng với thính giả đặt câu hỏi, nên nhờ bác sĩ gia đình xem ngoài sự bất tiện về mái tóc còn vấn đề gì sâu xa hơn phải giải quyết không. Nếu không có, có thể thời gian, nếp sống vệ sinh (ăn uống điều độ, đầy đủ chất tươi xanh, thể dục) và thư giãn tâm trí có thể là những liệu thuốc hiệu nghiệm nhất.

Chúc thính giả và bệnh nhân may mắn.

## 10 bài học sức khỏe của người Nhật

**Bớt ăn thịt, ăn nhiều rau**

**Bớt ăn mặn, ăn nhiều chất chua**

**Bớt ăn đường, ăn nhiều hoa quả**

**Bớt ăn chất bột, uống nhiều sữa**

**Bớt mặc nhiều quần áo, tắm nhiều lần**

**Bớt đi xe, năng đi bộ**

**Bớt phiền muộn, ngủ nhiều hơn**

**Bớt nóng giận, cười nhiều hơn**

**Bớt nói, làm nhiều hơn**

**Bớt ham muốn, chia sẻ nhiều hơn**

*Những bài học trên có tác dụng rất lớn đối với những người bị tăng huyết áp, bệnh tim mạch, ung thư dạ dày, viêm gan...*

## Cách sống khỏe của Người Nhật

**Ngủ dậy nên uống một cốc nước**

Khi ngủ các cơ phận của con người ít hoạt động hay hoạt động chậm lại, chức năng cũng giảm đi nhiều. Khi ngủ dậy buổi sáng, cơ thể đã bắt đầu hoạt động trở lại. Nước được uống vào lúc này sẽ được dạ dày hấp thụ một cách trọn vẹn và đầy đủ, truyền vào máu để cung cấp đủ chất dịch cho hoạt động cơ thể.

Trước khi dùng trà buổi sáng cũng nên uống một ly nước lạnh. Nước uống nên pha thêm vào một chút muối và nên là nước sôi để nguội. Có thể bắt đầu uống 250ml, sau tăng lên từ 500 - 1.000ml.

**Xoa mặt và cổ**

Dùng khăn mặt nhúng vào nước lạnh (mùa hè) hay nước ấm (mùa đông) để tuần tự kỳ cọ, xát mạnh vào những cơ phận trên mặt và trên cổ, cho đến khi da ửng đỏ lên. Thời gian trong khoảng từ ba đến năm phút. Xoa bóp cổ có thể kích thích tuyến giáp trạng, thúc đẩy kích thích tố. Xoa bóp mặt cải thiện tuần hoàn máu huyết, giảm các vết nhăn trên da mặt.

**Tắm nước lạnh, tắm nước ấm**

Khi tắm, trước tiên dùng xà phòng xoa thành bọt, sau đó chà xát và xối nước lạnh. Người nam xối từ bụng đến tinh hoàn. Người nữ xối từ bụng xuống âm hộ. Xối lạnh bộ phận đó mục đích là kích thích hoạt động cơ năng này được tốt. Nếu mỗi ngày tắm xối hai hay ba lần thì hiệu quả rất cao.

# Trang Gia Chánh

Bác sĩ Hồ Văn Hiền



## Bảo Quản Trà

Kỹ thuật bảo quản là yếu tố ảnh hưởng rất lớn đến chất lượng và thời gian sử dụng các loại trà đã được phơi khô.

Bạn hãy chú ý một số yêu cầu dưới đây trong quá trình bảo quản trà. Tránh xa không khí, sức nóng, ánh sáng và hơi ẩm.

Không giống như trà tươi, để đảm bảo chất lượng của trà khô, bạn cần chú ý giữ trà tránh xa không khí, sức nóng, ánh sáng và hơi ẩm, vì đây là những yếu tố có thể làm giảm sút chất lượng trà, khiến cho trà nhanh bị hỏng hoặc mốc...

**Chọn mua trà khô ở những cửa hàng quen, có uy tín**

Những cửa hàng bán trà chuyên nghiệp sẽ biết rõ nguồn gốc, chất lượng và thời hạn sử dụng của những loại trà mà họ bán. Thông thường, ở những cửa hàng kinh doanh uy tín, trà sẽ được bán rất nhanh và ngày chế biến của nguồn hàng bán ra rất gần với ngày bán.

**Không dùng hộp nhựa để đựng trà**

Chất liệu lý tưởng nhất cho những chiếc lọ hay hộp đựng trà khô là thiếc hoặc nhôm. Hộp nhựa làm ám mùi nhựa, ảnh hưởng đến hương vị của trà. Hộp đựng trà phải tối hoặc mờ đục và kín hơi, tránh để ánh sáng hay không khí lọt vào. Sau mỗi lần dùng, phải đậy thật kín nắp hộp đựng trà.

**Bảo quản trà ở những nơi tối, mát và khô**

Ánh sáng và độ ẩm được xem là hai “kẻ thù” lớn nhất của trà khô. Nơi bảo quản trà tốt nhất chính là tủ bếp, nơi ít ánh sáng và nhiệt độ luôn ổn định, không bị thay đổi theo thời tiết. Ngoài ra, cần lưu ý là không nên để trà ở gần bếp lò vì hơi ẩm và sức nóng của khu vực này sẽ gây hại cho trà. Tủ lạnh cũng không phải là chỗ thích hợp để bảo quản trà.

**Không để trà khô đã được ướp hương chung với trà chưa ướp**

Nếu để hai loại trà này chung với nhau, mùi hương của trà đã ướp sẽ “lây” sang loại trà chưa ướp. Cần ngửi thử mùi hương của trà trước khi bảo quản vì sự pha trộn của nhiều mùi hương trong trà có thể tạo ra hương thơm khá mạnh, khiến trà không còn hương thơm tinh tế của chúng nữa.

**Mỳ xào giòn**

Từ nguyên liệu chính là mì tôm và thịt bò, một chút khéo tay sẽ giúp bạn có bữa sáng lạ miệng cho cả nhà.

Nguyên liệu chính: Thịt thăn nỡn bò (bắp bò hoặc lõi mỡ); Mỳ tôm: 1 gói; Cà chua: 1 quả; Rau cải chíp : 3 cây ; Tỏi bóc.

Phần nước sốt : Xi dầu, dầu hào, bột năng  
Mì xào thành phẩm.

**Cách làm :**

- Thái thịt bò mỏng, ướp cùng gia vị, bột nêm, hạt tiêu và tỏi phi (phi thơm tỏi sau đó lấy tỏi phi để ướp) khoảng 15 phút.

- Chần mì tôm qua nước sôi, vớt ra rửa để ráo, cà chua bổ cau.

- Đun nước sôi chần qua rau cải chíp và hành tây để khi xào rau nhanh ngấm gia vị và không bị đổi màu.

- Pha nước sốt : 1 thìa súp dầu hào, 2 thìa súp nước lọc, 1/2 thìa đường, 1 thìa xì dầu, 1 chút muối, 1 chút bột năng, hòa tan các nguyên liệu.

- Cho dầu láng chảo, khi dầu nóng cho mì vào, dàn đều mì, không đảo nhiều, vặn lửa nhỏ vừa để mì tự săn xém lại, rắc đều 1 ít gia vị hoặc bột nêm lên mì.

- Lật mì cho mặt kia cũng săn lại thì rắc đều một ít gia vị hoặc bột nêm lên mì, cho ra đĩa.

- Cho tiếp dầu vào chảo, phi thơm tỏi và cho rau cải, hành tây và cà chua vào xào, cho thêm một chút bột nêm. Cho tiếp nước sốt vào đảo đều cho ra đĩa riêng.

- Để dầu nóng già mới cho thịt bò vào, không đảo nhiều, dàn mỏng thịt bò trên mặt chảo cho thịt hơi xém cạnh thì lật mặt.

- Cho toàn bộ rau cải, hành tây, cà chua đã xào vào đảo cùng, múc lên trên mặt mì.

- Trang trí bằng lá húng, rau mùi tùy ý.

## Ức vịt sốt trái cây

Ức là phần xương thịt ngon trong các loại gia cầm và nó được chế biến bằng nhiều cách như hầm, tiêm thuốc bắc, rôti, xào sả ớt, nướng... Ở đây, vào bếp với hai món sốt trái cây nhưng được ướp nướng chín trước khi làm sốt, ăn nghe thơm và lạ miệng.

## Ức vịt sốt dâu rừng

Nguyên liệu: ức vịt: 1 miếng; dâu tây: 100g; vang đỏ: 50ml; lá thyme: một ít; tỏi băm: 1/2 muỗng cà phê ; gia vị : muối, tiêu, đường.

Chế biến và trình bày : Ức vịt rửa sạch ướp với muối, tiêu, tỏi băm và lá thyme băm nhỏ để 30 phút cho thấm. Nướng vịt với lửa nhỏ cho đến lúc vịt vàng đều là được. Dâu xay nhuyễn nấu với rượu vang đỏ cho sặc lại, nêm muối và đường vào sốt cho vừa ăn. Dọn ức vịt nướng ra đĩa, rưới sốt lên. Ức vịt nướng ăn kèm với bánh mì.



## Ức vịt sốt cam

Nguyên liệu: ức vịt: 1 miếng; cam vàng: 1 trái; lá thyme: một ít; tỏi băm: 1/2 muỗng cà phê; tỏi phi vàng: một ít; gia vị: muối, tiêu, đường, tỏi băm.

Chế biến và trình bày: Ức vịt rửa sạch ướp với muối, tiêu, tỏi băm và lá thyme băm nhỏ và một ít nước cam vắt để thấm 20 phút. Nướng ức vịt trên lửa nhỏ đến lúc chín vàng đều, cho ra đĩa. Gọt lớp vỏ ngoài của cam, thái chỉ khoảng một muỗng cà phê. Vắt nước cam cho lên bếp nấu sảnh lại, cho vỏ cam vào, nêm nếm nước sốt cam bằng muối đường cho vừa ăn. Khi ăn rưới nước sốt cam lên vịt. Vịt sốt cam ăn với bánh mì nướng.

Nếu muốn sốt cam có vị cay the nhẹ nhàng, không có hậu nhẫn đắng. Trước khi gọt lớp vỏ mỏng bên ngoài của vỏ cam, nên cho nguyên miếng vỏ cam vào nước sôi trung sơ, nhờ vậy vỏ cam sẽ không còn nồng vị tinh dầu, sốt cam sẽ bớt nhẫn đắng.

## Bún đậu hũ chiên mắm tôm

Món Bún đậu này là 1 món đặc sản nơi quê nhà của người Bắc, khi di cư vào Nam đã mang theo. Món bún đậu này rất đơn sơ, nhưng rất ngon miệng, ăn món này mình phải có mắm tôm Bắc chính hiệu thì mới đúng mùi vị ngon của nó.

### Vật liệu:

- Rau sống đủ loại (tía tô, húng quế, dưa leo...)
- Rau Sà lách
- Đậu tươi (cắt miếng vừa ăn đem chiên)
- Mắm tôm Bắc
- Dầu đậu phộng hay dầu bắp
- Chanh

- Ớt đỏ xay nhuyễn
- Bún (luộc để vào rổ cho ráo)

### Cách làm :

- Đậu sống mua về cắt miếng vừa ăn, bắc dầu lên chảo sâu chiên vàng.
- Bún luộc để ráo..
- Mắm tôm đem vắt chanh + đường, pha ớt nêm nếm vừa miệng ăn, đầy đủ vị mặn ngọt chua cay.

Rồi trong chén để rau và bún vào, sau đó xé đậu chiên, chan mắm tôm lên trộn đều, thêm một ít rau sống, là bạn đã sẵn sàng có 1 chén bún đậu thật ngon lành, vừa đơn giản lại ngon miệng, ăn xong món này mà có 1 ly trà lá xanh đá uống vào thì trên đời không còn gì thú bằng.

## Bánh Bèo Huế

### Vật liệu :

- 150g bột gạo
- 100g bột năng
- 200g tôm tươi
- Nước mắm ngọt trộn với nước tôm muối, tiêu, dầu ăn
- 3 muỗng canh hành lá cắt nhỏ

### Cách làm :



Dùng một tô lớn cho vào đó bột gạo, bột năng với 3 cup nước, tí tẹo muối và nửa muỗng canh dầu ăn trộn đều. Đặt xửng lên bếp nấu cho sôi. Sắp những chén nhỏ vào nồi. Nấu cho khuôn nóng trong nồi đầy nắp lại trong vòng 2 phút.

Quậy bột lên cho đều, đổ bột vào khuôn khoảng 2/3 khuôn. Đậy nắp lại và hấp trong vòng 12 phút.

Lấy ra khỏi lò để nguội. Tôm lột vỏ, giã nát (giã bằng cối tôm sẽ ngon hơn là xay). Dùng chảo cho vào đó dầu ăn và hành, bỏ hành ra cho tôm vào nấu thêm 5 phút, trộn đều, nêm muối, tiêu và chút tẹo nước mắm mặn.

Rắc tôm cháy và hành lá phi vào chén ăn với nước mắm tỏi ngọt, ớt sống dầm.

## Cánh Gà Sốt Mù Tạt

### Nguyên liệu :

- 2 cánh gà (khoảng 250gr)
- 10gr mù tạt wasabi
- 1/2 quả dưa chuột
- 1/2 quả cà chua
- một ít rau mùi tây
- bột nêm
- dầu ăn
- 1/2 củ khoai tây
- 2 thìa xốt mayonnaise.

### Cách Làm :

1. Rửa cánh gà, ướp với bột nêm.
2. Đun nóng dầu, cho cánh gà vào rán trên lửa vừa đến khi chín đều, vớt ra để ráo dầu. Gọt vỏ khoai tây, thái con chì rồi rán vàng.

3. Cho mayonnaise ra bát, trộn với mù tạt làm xốt.

Thưởng thức : Xếp cánh gà lên đĩa, trang trí với cà chua, dưa chuột thái mỏng, rau mùi. Rưới xốt mù tạt lên cánh gà, dùng nóng với khoai tây chiên.

## Cơm Gà Italy

### Nguyên liệu :

- 1 con gà mái dầu 1,7kg - 1,8kg
- 2 lon gạo (1/2kg) ngon
- 1 muỗng xúp bột cà ri
- 1/2 muỗng cà phê ngũ vị hương
- 1/2 muỗng cà phê bột nghệ
- 2 trái dừa xiêm
- Ngò, 1 trái cà, 1 trái ớt
- Tiêu + muối + đường + bột ngọt
- Xì dầu + dầu ăn + 4 tép tỏi

### Chuẩn bị :

- Gà: Làm sạch, chặt đôi, để thật ráo, dùng dao nhọn xăm đều bên trong gà. Ướp vào gà :

- . 1 muỗng cà phê tiêu.
- . 1 muỗng cà phê muối.



- . 1 muỗng xúp đường.
- . 1 muỗng xúp bột câu + 1/2 muỗng cà phê ngũ vị hương + 1 muỗng cà phê bột nghệ.
- . 1 muỗng dầu mè; - Ngò: Rửa sạch ; - Cà, ớt: Tía hoa; - Tỏi: Đập dập, bóc vỏ, băm nhuyễn.

#### **Chế biến :**

Nước dừa xiêm nấu sôi (lượng một lon gạo = 2 chén nước dừa xiêm loại chén trung), cho gà vào hầm lửa riu riu, vớt bọt.

Gà chín mềm vớt ra thoa màu vàng + dầu mè lên da gà cho bóng và đẹp. Lọc lại nước lèo cho trong.

Cho gạo vào nấu chín, nêm gia vị.

- 1/2 muỗng cà phê tiêu; - 1/2 muỗng cà phê muối; - 1 muỗng cà phê bột ngọt.

#### **Cách dùng :**

Cho cơm ra đĩa, chặt gà từng miếng vừa ăn.

Xếp lại gà đang nằm, xung quanh cơm.

Để ngò, cà, ớt tía hoa ở giữa.

Dọn kèm chén xì dầu, ớt thái khoanh.

Có thể dọn rau xá lách Đà Lạt + cà thái khoanh.

### **Gỏi nộm hoa chuối**

#### **Nguyên liệu :**

- \* 1 Hoa chuối tươi (có bán tại chợ VN)
- \* 1/2 lb tôm tươi, 1/2 lb thịt heo ba chỉ hay nạc
- \* Rau thơm như húng cây, ngò
- \* Vài muỗng đậu phộng rang
- \* Vài muỗng canh hạt mè (sesame) đã rang
- \* Vài muỗng mắm tôm ; \* Hai trái chanh tươi
- \* Tỏi tươi ; \* Chút đường

#### **Cách Làm :**

Hoa chuối mua về lột bỏ mấy lá già đi, mang hoa chuối lên thớt sắc thật mỏng, ngâm nước vo gạo độ 1/2 tiếng hay cho vài muỗng canh giấm pha nước lạnh cho ra chất mỡ, chất nhựa. Lấy ra rửa lại thật sạch bằng nước lạnh, để ráo nước. Rau thơm rửa sạch sắc nhỏ. Tôm lột vỏ, lấy đất sống lưng, luộc vừa chín tới xẻ làm hai. Thịt heo luộc chín sắc mỏng.

Dùng 1 cái nồi cho vài tép tỏi tươi băm nhuyễn trộn với mắm tôm, chanh vắt nước. Cho hoa chuối, rau thơm vô bóp và trộn đều, nêm chút đường, nêm chua mặn cho vừa miệng ăn. Cho vài muỗng canh mè đã rang vô trộn cho đều. Bày gỏi lên đĩa lớn, đặt tôm, thịt heo lên trên, rắc đậu phộng rang lên trên, rắc vài miếng ớt lên trên.

Món này ăn chơi hay nhậu đều ngon, nhiều chất fiber. Ăn vừa ngon miệng, lại được sống vui vẻ và trường thọ, không bị bệnh ung thư bậy bạ như những người hay ăn Hamburger hay beefsteak vì có quá nhiều chất cholesterol.

### **Nem Rau**

Món này có hương vị lạ miệng, chắc chắn gia đình bạn sẽ phải thán phục tài của bạn.

#### **Nguyên liệu :**

- 100 gr bắp cải trắng; - 100 gr bắp cải tím
- 10 lá bánh tráng mỏng (bánh đa nem)
- 2 muỗng cà phê hành khô băm nhỏ
- Hạt tiêu, dầu ăn; - 150 gr sốt mayonnaise
- Hạt nêm

#### **Cách làm :**

1. Cà rốt, su hào, củ đậu gọt vỏ, xắt sợi. Bắp cải trắng, tím rửa sạch, để ráo, xắt sợi.

2. Bắc chảo lên bếp, phi thơm hành cho cà rốt, su hào, củ đậu vào xào chín, nêm hạt nêm vừa miệng. Rau ngò, chắt kiệt nước rồi trộn với sốt mayonnaise. Bánh tráng mỏng, xắt đôi. Rải bánh tráng, gấp rau lên trên rồi cuộn lại.

3. Bắc chảo lên bếp, đun nóng dầu cho nem vào chiên vàng. Ăn nóng, chấm sốt mayonnaise.

4. Nếu muốn nem thơm và hấp dẫn hơn, bạn có thể nhúng nem vào một quả trứng đánh đều, sau đó lăn qua bột chiên xù và chiên cho đến khi nem có màu vàng rơm hấp dẫn.

# Truyện ngắn *Phượng buồn*

Diễm Thúy



Tiếng rao hàng lạnh lạnh của cô gái ở đầu ngõ làm cho chú Tư bán vé số ngạc nhiên, chú nhướng mắt nhìn xem có phải con Phượng ở chung xóm với chú không ? Chính nó rồi. Chú Tư thắc mắc tại sao con nhỏ bỏ học đi bán ? Cha nó viết báo không đủ tiền cho nó ăn học sao ? Vốn thương con bé ngoan hiền nhất xóm, chú Tư nhanh chân bám theo Phượng, miệng chú kêu to :

- Phượng, sao hôm nay con không đi học mà lại gánh cái bẹ xanh đi bán ?

Phượng đặt gánh xuống đất, lấy tay áo quẹt mồ hôi nhễ nhại trên trán rồi thở dài :

- Con muốn đến trường lắm ông Tư nhưng má con không cho.

Chú Tư tròn mắt ngạc nhiên :

- Tại sao lạ vậy ?

Phượng lắc đầu chép miệng than :

- Má con bảo lương của ba con không đủ sống nên buộc con thôi học để đi bán kiếm thêm tiền phụ gia đình.

Chú Tư ngao ngán vì chú đã biết tánh tình của mẹ Phượng từ lâu, trong xóm này ai mà không biết mẹ Phấn đánh đá đó. Chỉ tội nghiệp thằng Tâm miệt mài làm việc cho vợ nó ở không đi rong khắp xóm suốt ngày để dòm ngó chuyện thiên hạ rồi bàn ra tán vào. Ngoài cái tánh nhiều chuyện, Phấn còn đam mê cờ bạc nên nợ nần bủa vây, chắc vì thế Phấn mới bắt con Phượng bỏ học đi bán. Chú thương hại Phượng bèn hỏi nhỏ :

- Ba con có biết việc này không ?

- Dạ không.

Chợt nhớ cái chưa bán được một nửa, Phượng vội chào chú Tư rồi hối hả quảy gánh lên đường. Tiếng rao hàng của cô gái hòa lẫn với tiếng ru con của nhà ai vọng lại tạo một âm thanh buồn man mác. Chú Tư cũng lê những bước chân mệt mỏi vào các quán nhậu mời mọc bán mấy tờ vé số còn lại.

Chiều hôm đó, chú đón Tâm ở đầu ngõ để thuật cho Tâm biết việc vợ chàng bắt con Phượng bỏ học đi bán rau. Tâm nghe qua giận run lấp bắp nói vài lời cảm ơn người hàng xóm tốt bụng rồi rồ ga xe gắn máy phóng về nhà gặp Phấn hỏi cho ra lẽ. Phấn thản nhiên không tìm cách chối quanh mà còn huênh hoang buông lời thách thức :

- Hơn ba tháng qua, mẹ nó bên Mỹ có gửi về cho tôi đồng nào đâu nên tôi bắt nó phải nghỉ học để đi bán, ai làm gì được tôi ?

Tâm không nén được cơn giận nên quát to :

- Em là một người đàn bà không có lương tâm. Lúc trước Thẩm gọi về đều đặn mỗi tháng hai trăm đô la, như thế chưa đủ sao ? Mấy tháng nay có lẽ Thẩm bệnh nên mới gián đoạn việc gửi tiền về, em không thể vì lý do đó mà đối xử tệ với con Phượng.

Phấn trề môi nhún vai :

- Anh tưởng hai trăm đô la mỗi tháng là nhiều lắm sao ? Anh có giỏi thì nai lưng ra làm mà nuôi nó. Tôi chán cái cảnh nghèo nầy lắm rồi. Nói cho anh biết luôn là tôi đã có người yêu mới, người đó có nhiều quyền lực và có nhiều tiền hơn anh để bảo đảm cuộc sống của tôi, tôi nghĩ hôm nay chúng ta chia tay nhau là đúng lúc.

Tâm nghe qua càng chua xót trong lòng, chàng nhếch mép cười nhạt :

- Tôi không ngờ tâm địa của cô như thế. Thôi được, chúng ta không bị ràng buộc bởi một tờ hôn thú nào cả, cô nên đi ngay đi cho khuất mắt tôi.

Phấn chụp ngay cơ hội ngoảnh mặt quay đi, dáng vẻ hớn hờ :

- Khỏi đuổi, tôi ra khỏi nhà liền đây.

Dứt lời, nàng vào trong buồng ngủ lấy gói quần áo đoạn ngoe nguẩy bước ra cổng rào. Liền khi đó, Phượng từ sau chái hè bươn bả chạy theo nắm tay Phấn van xin :

- Con lạy má ở lại với ba và con, con tiếp tục đi bán để phụ giúp gia đình.

Phấn nguýt xéo Phượng rồi hất tay Phượng ra, miệng đay nghiến :

- Tao đâu phải là má của mày. Hãy vào với ba mày đi, đừng cản trở tao vô ích.

Tâm trông thấy vội vã bước ra sân kéo tay con vào nhà rồi khế bảo :

- Thôi, cứ để cho bà ấy đi đi con. Khi người đàn bà muốn dứt tình thì giữ lại làm gì vô ích.

Chợt nhớ ra, chàng trều mến nhìn con hỏi :

- Con bỏ học bao lâu rồi ?

- Dạ hơn một tháng nay.

Tâm lắc đầu thờ dãi :

- Vậy mà ba có hay biết gì đâu. Cũng nhờ ông Tư nói cho ba biết, ba nhận thấy ba có lỗi với con nhiều quá. Từ lúc ba bị yếu phổi không còn đứng lớp được, ba mới xin làm thư ký tòa soạn cho tờ báo nên thường vắng nhà, không chăm sóc cho con nhiều như trước, cho nên bà ấy mới làm điều tác tệ với con.

Những lời dịu ngọt của cha làm Phượng mũi lòng, hai giọt nước mắt lăn tròn trên đôi má, cô bé nghẹn ngào :

- Con đi bán về, nghe ba má cãi vã, con lén núp bên cánh cửa nên nghe hết những điều ba má nói. Ba đừng giấu con nữa, hãy kể cho con nghe cội nguồn của con đi ba.

Tâm ôm con vào lòng vỗ về an ủi :

- Câu chuyện hơi dài dòng, từ từ rồi ba kể. Nhưng việc trước mắt là sáng mai con phải trở lại ghé nhà trường, ba xin nghỉ làm một buổi để đến trình bày hoàn cảnh của con với ban giám hiệu và xin họ cho con học lại.

Phượng ấp úng tiếp lời cha :

- Nhưng lòng con đang ray rứt trước một sự thật đau buồn, con sốt ruột muốn biết về đời con. Ba kể đi ba.

Tâm thấy đã đến lúc phải cho Phượng biết nguồn cội của nó nên ôn tồn bảo :

- Nếu con muốn biết thì ba cũng không giấu con làm gì nữa. Con hãy ngồi xuống ghế mà nghe ba thuật lại chuyện của cha mẹ con.

Tâm kéo ghế lại gần con, chàng tăng hắng mấy cái, đưa mắt nhìn mông lung, hồn bồng bênh trôi về dĩ vãng, chàng chậm rãi kể, giọng trầm buồn :

- Mười lăm năm trước, Tùng là một giáo viên toán còn ba thì dạy văn trong một trường trung học phổ thông ở thành phố. Tùng đối với ba vừa là đồng nghiệp, vừa là bạn thân. Lúc bấy giờ, Tùng yêu một nữ sinh tên Thẩm, và nàng cũng đáp lại tình chàng. Đôi trẻ lén lút yêu nhau cho đến khi Tùng được Thẩm báo tin nàng đã mang thai, chàng vội vàng về quê thưa với mẹ cha xin cưới nàng làm vợ. Ngoài ra Tùng cũng đến nhà của mẹ Thẩm để tạ tội và hứa sẽ đưa song thân mình đến thực hiện việc hỏi cưới Thẩm. Nào ngờ cái quan niệm lỗi thời làm cho cuộc tình của đôi trẻ tan vỡ vì cha mẹ Tùng từ khước cô dâu không đợi ly rượu mâm trầu, mẹ Thẩm cũng tự ái không bằng lòng kết sui gia với một gia đình tự đại tự cao. Trước tình cảnh đó, ba đã khuyên Tùng nên đạp lên thành kiến để tự do kết hôn, nhưng Tùng vì chữ hiếu đâm ra nhu nhược. Thẩm đành gạt nước mắt xa người tình và nói dối với Tùng rằng nàng bị hư thai. Với tâm trạng chán chường, Tùng xin đổi ra miền Trung để tìm quên. Chỉ mấy tháng sau, ba được

hung tin bạn mình đã chết trong một tai nạn giao thông. Bẵng đi một thời gian, ba lại biết Thấm hạ sinh một bé gái và mẹ nàng buộc nàng phải đem con cho viện mồ côi để Thấm vậy duyên với một Việt kiều, bạn láng giềng trước kia sắp về nước. Thấm lên mẹ bồng con đến tìm ba để nhờ ba vì tình bạn mà nuôi dưỡng con nàng, và ba đã bằng lòng. Mười năm sau, Thấm viết thư báo tin nàng đã ly dị chồng vì họ xem Thấm như một con đầy tớ hơn là một người vợ, nàng cũng vừa tìm được một việc làm trong một hãng tư ở Cali. Từ đó, mỗi tháng Thấm gửi về ba hai trăm đô la để phụ lo cho con nàng ăn học.

Nghe đến đây, nổi xúc động ập đến, Phượng ôm chèoang lấy cha nấc lên trong nghẹn ngào, đoạn đưa cặp mắt đờ đẫn nhìn cha, giọng thều thào đứt quãng :

- Vậy hai người mang tên Tùng và Thấm là cha và mẹ ruột của con phải không ba ?

Tim quận thắt, Tâm buồn bã gật đầu :

- Phải.

Chàng đưa tay vuốt mái tóc con trong khi Phượng vẫn tiếp tục khóc, vai run run theo từng tiếng nấc. Tâm khẽ nói bên tai con :

- Đừng buồn nữa con, trước sau gì ba cũng xem con như đứa con ruột của ba.

Tâm không muốn kéo dài giây phút đau lòng của Phượng, chàng vội bảo :

- Bây giờ thì ba vào nấu nồi cơm, còn con thì đến nhà bạn mượn bài vở để chép lại, ba sẽ kèm con học để theo kịp chương trình.

Phượng kéo vạt áo chặm nước mắt, miệng thỏ thẻ :

- Để con nấu cho ba. Tối con đến Yến cũng được mà.

Tâm trùi mền nhìn con :

- Nghe lời ba đi con.

Phượng thương cha nên không dám cãi, cô bé lê những bước chân nặng nề ra khỏi cổng, lòng còn mang nặng một niềm đau.

Trong khi Tâm đang lây quây trong bếp thì ngoài sân có một phụ nữ lấp ló như muốn tìm ai. Khói bếp làm cay mắt Tâm khiến chàng chỉ thấy lờ mờ nhưng cũng vội bước ra xem. Chàng chưng hửng khi nhận ra người đàn bà trẻ đẹp đứng trước mặt chàng là Thấm, Tâm mừng rỡ reo lên :

- Em về từ bao giờ ? Sao không biên thư để anh đi đón.

Thấm nhìn Tâm với vẻ mặt lạnh lùng, nàng nhún vai đáp :

- Tôi phải về bất chợt để nhìn rõ bộ mặt thật của anh.

Từ ngạc nhiên đến ngỡ ngàng, Tâm thờ người ra :

- Em nói gì anh không hiểu. Nào, mời em vào nhà và nói rõ cho anh biết.

Thấm miễn cưỡng nối gót theo Tâm, nàng ngồi xuống ghế, ném mắt quan sát khắp căn phòng. Tâm rót nước trà mời nàng nhưng Thấm không uống, nàng sốt ruột hỏi, giọng đanh lại :

- Chị có ở nhà chứ ? Tôi muốn gặp chị.

Cái dáng vẻ lạnh lùng pha lẫn chút kiêu căng làm Tâm hơi bực mình, chàng cau mày :

- Để làm gì ?

Thấm không do dự, vọt miệng trả lời ngay :

- Để trao tận tay chị ấy số tiền năm ngàn đô la trả nợ cho anh và cũng để chuộc con gái tôi lại.

Tâm trố mắt sững sốt :

- Thấm nói gì lạ vậy, tôi có thiếu nợ ai đâu ?

Nàng bĩu môi tiếp :

- Anh Tâm, anh đóng kịch giỏi lắm.

Trước những cử chỉ và lời nói phũ phàng của Thấm, Tâm lắc đầu ngao ngán :

- Tôi tưởng sau mười bốn năm xa cách, Thấm trở về gặp tôi với một tình cảm đẹp, một tấm lòng biết ơn mặc dù tôi không đòi hỏi, nhưng tôi không ngờ Thấm thay đổi quá nhiều.

Thấm rơm nước mắt, giọng nàng nảo nề :

- Đáng lý ra tôi phải quỳ xuống tạ ơn anh mới phải.

Rồi nàng thờ dãi chán nản :

- Nhưng tất cả cũng tại anh.

Tâm tức muốn điên lên bèn ngẩng mặt cười gằn :

- Tại tôi ? Mà tôi đã làm gì ?

Thấm phẫn nộ rút trong bóp ra một bức thư ném lên bàn đoạn giục Tâm :

- Anh hãy xem bức thư của vợ anh gửi cho tôi tháng trước rồi sẽ hiểu tại sao tôi đối xử với anh như thế.

Tâm sốt ruột vội lấy phong thư mở ra đọc thành tiếng vừa đủ hai người nghe :

*Thành phố HCM ngày 10 tháng 5 năm 2004.*

*Chị Thấm,*

*Cùng là phụ nữ với nhau, tôi hiểu rõ hoàn cảnh của chị nên thương cháu Phượng nhiều lắm. Cũng*



chỉ vì mền chị mà tôi buộc lòng phải nói lên một sự thật, anh Tâm dạo này hư lắm chị à, rượu chè, cờ bạc, trai gái khiến tôi đau khổ vô cùng. Bao nhiêu tiền chị gửi về, anh ấy nướng trong sòng bài hay ở các quán bia ôm. Gần đây, nợ nần chồng chất, anh lại bắt con Phượng nghỉ học để đi bán rau cải từ xóm này sang xóm khác để có tiền cho anh ăn nhậu. Thú thật với chị, tôi nhìn con Phượng với gánh cải oằn vai mà rơi nước mắt. Nếu chị thương con, hãy gửi về gấp cho tôi năm ngàn đô la để tôi thanh toán nợ nần cho anh Tâm và để con Phượng trở lại nhà trường tiếp tục học hành cho đến chốn. Nếu không, con Phượng sẽ chết dần mòn vì kiệt sức.

Vài hàng tôi tin cho chị rõ.

Chào chị

Ký tên : Phấn.

Tâm choáng váng buông bức thư xuống bàn, trán lấm tấm mồ hôi, chàng giận run :

- Tại sao Phấn lại tàn nhẫn đến thế ?

Thấm cúi kinh buông lời mỉa mai tiếp :

- Sự thật đôi khi cũng tàn nhẫn lắm, nhưng dù sao nó cũng là sự thật.

Chán chường thế thái nhân tình, Phấn quả là con người đốn mạt, là sói đội lột cừu, Tâm ôm đầu không muốn nói thêm lời nào nữa. Thấm lại bản gắt hỏi dồn :

- Anh Tâm, con tôi đâu ? Anh đã hành hạ con tôi đến thế nào rồi ? Hay là nó đã chết ?

Nhanh như chớp, Phượng bước vào nhìn thẳng người đàn bà lạ gần giọng đáp thay cha :

- Nó chưa chết đâu, thưa bà. Con Phượng nó đang đứng trước mặt bà đây.

Như chưa hả cơn giận, Phượng day nghiêng thêm :

- Tại sao bà nông nổi đi tin người mà bà chưa hề quen biết trong khi đối với người ớn thì bà lại nặng lời ? Bà có biết những lời lẽ trong thư đều sai sự thật. Những gì mẹ nuôi tôi kể toàn là vu cáo ba tôi. Chính mẹ nuôi tôi đã buộc tôi nghỉ học đi bán để bà ấy có tiền cờ bạc. Chỉ vì ba tôi nghèo mà bà ta đoạn tình đi lấy kẻ khác. Bà ấy tổng tiền bà mà bà không hay biết !

Dứt lời, Phượng tiến lại ôm cha khóc nức nở. Tâm cảm động trước tấm lòng chân thật của con, mắt chàng ứa lệ. Còn Thấm thì như vừa tỉnh cơn ác mộng, nằng gục đầu lên bàn khóc rầm rức.

## NHÌN THÁC DAMPRI (ĐÀ LẠT)

Lưng trời đổ xuống tiếng âm vang  
Một khối thiên nhiên tạc vững vàng  
Trắng xóa một màu như chuỗi ngọc  
Theo dòng nước mãi với thời gian  
Cây rừng chen lẫn hoa tươi thắm  
Vách núi bên bờ nắng chiếu sang  
Cánh sắc càng nhìn như cõi mộng  
Quên đời phiền lụy chốn trần gian.

## ĐẾN BẾN TRE

Sông nước Tiền Giang một buổi chiều  
Trời xanh lặng sóng gió hiu hiu  
Rừng dừa bát ngát, vườn cây trái  
Mái lá, bờ tre, rặng chuỗi tiêu  
Thả lưới xuống câu chờ đợi cá  
Khoan đầy ước nguyện chỉ bao nhiêu  
Kết 1- Nghe như nước mắt trào dâng khóe  
Nhớ quá ngày xưa những dấu yêu.  
Kết 2- Nơi đây tôi đứng nhìn sông nước  
Thấy đất quê mình thật đáng yêu.  
Kết 3- Kẹo mật dừa đường mùi thơm ngát  
Đặc sản quê nhà chỉ bấy nhiêu.

Thơ Chi Việt

Chạnh lòng thương cả hai mẹ con, Tâm thì thào bên tai Phượng :

- Con không nên trách mẹ ruột của con, chỉ vì quá thương con nên mẹ con mới nông nổi như thế. Con đến với mẹ con đi.

Mắt mờ lệ, đôi môi mím lại, Phượng lắc đầu lia lịa :

- Không, con chỉ biết có ba thôi. Người ta đã nặng lời miệt thị ba thì làm sao con thương được ? Chàng liền ngắt lời con :

- Phượng, đừng nói vậy mà có lỗi với mẹ con, nghe lời ba đi con.

Sau một lúc lưỡng tâm bứt rứt, Thấm cảm nhận mình quá hồ đồ nông nổi nên rón rén đứng lên tiến lại gần Tâm và Phượng, miệng ấp úng :

- Con nó đã mở mắt cho em. Em thành thật xin lỗi anh về những lời không phải của em. Như anh vừa nói, cũng chỉ vì thương con mà em đã hành động đại dột, đổi ớn thành oán.

Nàng đưa tay rứt rề vuốt tóc con rồi bùi ngùi nói :  
- Mẹ cũng xin lỗi con, đừng buồn mẹ nghe con.  
Tình thương con đã làm cho mẹ mù quáng.

Tâm phụ họa thêm :

- Mẹ con biết lỗi rồi, hãy đến với mẹ con đi.

Phượng ngược mặt nhìn mẹ, đôi mắt còn vương lệ. Tình mẫu tử thiêng liêng đã làm Phượng mềm lòng, Phượng nắm chặt tay Thắm. Hai mẹ con ôm chầm lấy nhau, nước mắt tuôn trào. Tâm cũng động lòng đỏ hoe đôi mắt. Thắm gắng gượng nén xúc cảm, nàng thì thầm bên tai con :

- Xin con hiểu giùm hoàn cảnh của mẹ mà đừng trách mẹ. Trên đất Mỹ mẹ đã khổ nhiều rồi.

Phượng ngả đầu vào ngực mẹ với vẻ cảm thông rồi nhỏ nhẹ hỏi :

- Chừng nào mẹ trở về Mỹ ?

Thắm do dự trong giây lát đoạn nhìn Tâm như dò xét :

- Mười bốn năm nay vì tình bạn, anh đã gánh vác trách nhiệm thay em, hôm nay em xin anh cho em được kể vai phụ anh.

Tâm nghe qua trong dạ bồn chồn, chàng nhú mào suy nghĩ :

- Thế có nghĩa là ...

Nàng nhanh miệng cắt ngang câu nói của Tâm :

- Em xin được phép mang con em về với em.

Tâm giật mình còn Phượng thì lắc đầu giẫy nẩy gạt phắt đi :

- Không, con không bỏ ba con được, một người đã mua từng hộp sữa để nuôi con sau khi mẹ ra đi. Không có ba con, chắc gì con còn sống đến ngày hôm nay để gặp lại mẹ.

Phượng quay sang cha nắm lấy tay lắc mạnh :

- Ba đừng xa con nghe ba.

Tâm ứa nước mắt :

- Việc này chỉ có con mới đủ quyền quyết định.

Đoạn chàng liếc Thắm và tiếp lời :

- Con nó đã nói như thế, em nghĩ sao ?

Nàng nhanh nhẩu đề nghị :

- Còn nếu mẹ thu xếp để về nước ở với con luôn thì con có bằng lòng không ?

Sau phút đắn đo suy nghĩ, Phượng mới thỏ thẻ :

- Con bằng lòng nhưng với điều kiện phải có ba ở bên con.

Thắm hiểu ý của con ngay, nàng quay sang Tâm :

- Con nó nói như thế, vậy anh tính thế nào cho vui lòng con.

Chàng lắc đầu liếc xéo Phượng :

- Con nhỏ này đặt ba vào tình trạng khó xử.

Đoạn chàng ồm ờ :

- Con cho ba vài ngày để ba suy nghĩ nghe con.

Phượng không đồng ý bèn nũng nịu :

- Con muốn ba quyết định ngay bây giờ.

Thắm giương cặp mắt buồn nhìn thẳng Tâm, kỷ niệm năm xưa vùng sống lại khiến nàng chép miệng than :

- Anh Tâm, sao lúc nào anh cũng nhận lấy sự thiệt thòi về anh ! Ngày trước, lúc em còn là một nữ sinh áo trắng, anh đã tặng em cuốn sách đầu tay của anh với vài dòng bóng bẩy ghi bên trong, em đoán được anh đã thầm yêu em. Đến khi biết được Tùng đang đeo đuổi em thì anh lại âm thầm rút lui. Chưa dự cuộc đua tranh tình cảm để chiếm con tim người con gái thì anh lại nhận phần thua thiệt. Tại sao vậy anh, em có thể được biết lý do không ?

Chàng đáp không do dự :

- Tại anh mang cái mặc cảm mình nghèo.

Thắm buồn bã thở dài, nước mắt ứa ra, nàng bùi ngùi tiếp :

- Đến khi em và Tùng xa nhau, tình đã rẽ khúc, rồi Tùng chết, em sinh con Phượng, tinh thần em hụt hẫng, em trốn mẹ mang con đến ký thác cho anh thay em dưỡng nuôi nó thì anh cũng nhận lời. Sao lúc bấy giờ anh không nói thẳng rằng anh yêu em để em thừa với mẹ em. Một lần nữa anh lại gục đầu thua cuộc.

Tâm cúi gầm mặt, giọng não nề :

- Vì so với anh chàng Việt kiều kia, anh chỉ là con số không, làm sao mẹ em bằng lòng chấp nhận một tên giáo viên nghèo làm rể được ?

Gương mặt ủ ê, Thắm bất giác thở dài :

- Rồi hôm nay, hoàn cảnh đã đưa chúng ta đến gần nhau, con nó muốn ở bên cha với mẹ, tại sao anh lại do dự để tìm cách đầu hàng hoàn cảnh thêm một lần nữa. Chẳng lẽ trên đời này, anh ôm lấy mọi sự thua thiệt sao ?

Giờ đây Tâm mới nhận thấy chàng có cảm nghĩ giống nàng. Ánh mắt đăm chiêu, chàng tê tái cõi lòng rồi thiếu não buông lửng một câu :

- Trên đời này quả có nhiều câu hỏi nhưng lại

rất ít câu trả lời. Đồi anh có những uẩn khúc, những khổ tâm không dễ vượt qua.

Phượng tự nãy giờ đứng im nghe mẹ lật tả câu chuyện lòng của cha, Phượng thấy thương cha quá nên chen lời vào :

- Mẹ con nói đúng đó ba, vậy ba quyết định liền đi, chiều con đi ba.

Tâm bỗng xiêu lòng, chàng âu yếm nhìn con nhếch môi cười :

- Lúc nào ba lại chẳng chiều con ?

Phượng mừng quýnh chạy đến ôm cha ôm mẹ miệng líu lo :

- Kể từ hôm nay, con thật sự có cha lẫn mẹ, Phượng của ba má không còn buồn nữa đâu.

Bên ngoài, gió thổi rì rào xào xạc tàu lá chuối. Đôi chim bồ câu từ đâu đáp xuống sân cỏ âu yếm rỉa cánh cho nhau, Tâm khẽ nắm tay Thẩm, miệng kề tai nàng thì thào lời ngọt dịu :

- Chúng ta sẽ gắn bó bên nhau suốt đời như đôi bồ câu kia em nhé.

Sung sướng ngập lòng,Thẩm ngả đầu lên vai Tâm, đôi môi mấp máy :

- Quãng đời còn lại, em xin dành hết cho anh và con thôi.

Phượng hân hoan đưa cặp mắt to nhìn cha mẹ không chớp, miệng tùm tùm cười, lòng lâng lâng một niềm vui khó tả. Bên nhà hàng xóm có tiếng ngâm thơ của một cô gái, chất giọng thật ngọt ngào :

*“Tháng năm dài thương nhớ*

*Đường lối cũ em về.*

*Sân trường chiều im vắng,*

*Ngậm ngùi buồn tái tê”.*



## Quê Hương

Đỗ Trung Quân

Quê hương là gì hở mẹ  
Mà cô giáo dạy phải yêu  
Quê hương là gì hở mẹ  
Ai đi xa cũng nhớ nhiều

Quê hương là chùm khế ngọt  
Cho con trèo hái mỗi ngày  
Quê hương là đường đi học  
Con về rợp bướm vàng bay

Quê hương là con diều biếc  
Tuổi thơ con thả trên đồng  
Quê hương là con đò nhỏ  
Êm đềm khua nước ven sông

Quê hương là cầu tre nhỏ  
Mẹ về nón lá nghiêng che  
Là hương hoa đồng cỏ nội  
Bay trong giấc ngủ đêm hè

Quê hương là vòng tay ấm  
Con nằm ngủ giữa mưa đêm  
Quê hương là đêm trăng tỏ  
Hoa cau rụng trắng ngoài thềm

Quê hương là vàng hoa bí  
Là hồng tím giậu mồng tơi  
Là đỏ đôi bờ dâm bụt  
Màu hoa sen trắng tinh khôi  
Quê hương mỗi người chỉ một  
Như là chỉ một mẹ thôi  
Quê hương có ai không nhớ...

## MỘT CẢNH CHÙA

Thơ Chi Việt

Tới đây đã thấy dốc đồi nghiêng  
Một mái chùa xinh ánh đạo thiền  
Khóm trúc chào vui tia nắng sáng  
Đài sen giả biệt giọt sương đêm  
Sư Ông khai thị thời kinh sớm  
Phật tử tâm thành trong lắng yên  
Vẳng tiếng chuông trầm như thoát tục  
Nghe lòng nhẹ được nỗi niềm riêng

## Lão Kurde lò bánh mì Ivry sur Seine và Auguste em tôi



**D**ây nhẹ cửa vào tiệm, với tiếng “ken” lão từ trong lò bánh bên cạnh bước ra ngay. Với nụ cười rạng rỡ như mọi khi, ah! Ông lại về, lão thốt lên. Vâng, lần này tôi ngụ tại nhà cô em, tôi trả lời.

Cứ như vậy, mỗi lần về Paris để thăm gia đình, một năm nhiều bận, tôi đến nhà nhỏ em hay các người em trai khác để ngủ nhờ. Đứa chỗ này, đứa chỗ khác. Và mỗi lần ở nhà Gaby, sáng sớm khi mọi người còn ngủ tôi đã chỗi dậy, đi dạo một vòng trung tâm Ivry để hưởng cái không khí còn trong lành đầu tiên của một ngày. Trước khi trở về nhà, tôi ghé vào cái lò bánh mì của lão nằm ngay cái bouche métro “mairie d’Ivry” chỉ vài bước là nhà nhỏ em để mua các loại bánh ăn sáng cho mọi người. Trước lạ sau quen, cứ như thế nhiều năm qua, hai chúng tôi biết nhau gần như chỗ thân tình. Lúc đầu tôi nghĩ ông là người Thổ Nhĩ Kỳ, sau hỏi ra mới biết ông là người Kurde, một giống dân không có tổ quốc nhất định, sống rải rác ở các nước có những biên giới sát nhau như Syrie, Irak và Turkey như ông. Qua những lần nói chuyện, tôi biết ông đã từng là người tỵ nạn chánh trị trước khi vào dân Tây như tôi. Nhưng mỗi người mỗi hoàn cảnh và tình trạng khác nhau. Ông đấu tranh cho một nước độc lập của người

Kurde, có khuynh hướng cộng sản. Còn tôi, đấu tranh cho một nước Việt nam Tự-Do. Vợ chồng ông có bốn người con, theo như ông nói, hai trai, hai gái. Cô gái lớn tôi có lần gặp vào một buổi sáng mùa hè đến giúp ông, đã là nhà giáo, một gương mặt thông minh, trong sáng qua đôi mắt. Các đứa khác tôi không gặp nhưng được biết đã đi làm và đã vào đại học. Tôi thầm nghĩ, một danh từ mà người Pháp thường dành cho những người như vậy, “l’intégration exemplaire” đây. Từ khi trở thành thân thiện, mỗi khi mua hàng, ông không lấy các thứ bánh trong tủ kiếng trưng bày mà vào trong lò bánh qua ngạch cửa để lấy các thứ “mới ra lò” như ta thường nói, còn nóng hổi. Những khi vắng khách, chúng tôi thêm vào chuyện, trời trăng, mây nước, chuyện xã-hội, chánh trị, nợ kia. Qua lão tôi được biết, người thị trưởng Ivry là cộng sản cha truyền con nối từ 1945 cho đến nay. Lão nói tốt về người thị-trưởng này, tôi đồng ý vì vậy mà ông ta và trước đây là người cha vẫn tiếp tục ngự trị cái thành phố này. Tôi tiếp, ở những nước dân chủ, người đối lập vẫn có quyền tranh cử tự do và đôi khi ở cấp địa phương, họ làm được việc như ở đây. Nhưng nếu cộng sản các ông mà nắm quyền lãnh đạo cả nước thì coi chừng. Tôi với ông đồng cười xòa. Cứ thế chúng tôi thường chuyện vãng với nhau. Có lần tôi nói với cha con ông, tôi rất kính phục chủng tộc các người. Ở thành phố tôi, từ nhiều năm nay, mỗi khi đi qua “Palais de l’Europe” tôi thấy một nhóm người cứ thay phiên nhau với biểu ngữ và hình ảnh của lãnh tụ Abdullah Öcalan đang bị giam giữ tại Turkey. Họ tranh đấu không ngừng nghỉ, ngày cũng như đêm, không ngại mưa gió. Và có vài lần đi làm việc buổi sớm cuối tuần, các ngã đường vào trung tâm thành phố hướng về khu vực “Conseil de l’Europe” bị cấm di chuyển, vì có cuộc biểu tình lớn của các ông tổ chức đến vài ngàn người đến từ các nước Âu-Châu. Ông có vẻ rất vui và hãnh diện về những gì tôi nói, thấy quai hàm cương nghị của ông đưa lên thì biết ngay.

Ngược lại tôi lại buồn cho những thân phận người Việt Tự-Do như tôi.

Hôm nay trả tiền xong tôi quay đi chỗ không chuyện trò thêm như những lần trước. Ông với theo, có chuyện gì không trôi chảy à ? Ông hỏi. Tôi quay lại buồn rầu nói, tôi về lần này không phải để thăm thầy mẹ tôi, mà làm đám táng cho người em tôi, đứa ở bên “But de Chaumont” như ông biết. Ông há hốc mồm, mắt mở to nhìn tôi, tay đưa lên chặn ngực, miệng lắp bắp, phải cái cậu hôm nào... tôi trả lời theo, nó đó, hôm đến ông mua cái bánh sinh nhật cho đứa cháu. Cậu ấy còn trẻ mà ? Vâng còn trẻ ông ạ, 53 thôi, nhưng tai nạn thì không biết chừng. Đây là lần thứ 143 nó lặn dưới biển sâu với bình hơi, môn thể thao của nó thích từ nhiều năm nay. Nhưng lần này không biết vì lý do gì nó trôi lên nhanh quá, điều này tối kỵ trong giới thợ lặn, nên đứt mạch máu trên đầu không cứu chữa được. Nó được chuyển từ Maldives, Ấn độ dương về hôm qua, hôm nay anh em chúng tôi làm hỏa táng Auguste ở nghĩa trang “Père Lachaise” đây. Nói xong tôi đẩy cửa bỏ một chân ra ngoài, lão nhìn xuống cái túi bánh ở tay tôi muốn nói điều gì đó, tôi nghĩ lão muốn làm một cử chỉ để chia sẻ cái đau buồn của tôi, nhưng tôi đã bước hẳn ra ngoài.

Bầu trời Ivry sáng nay đầu mùa đông nhưng thật đẹp, ngược lại lòng tôi như áng mây thu. Tôi biết tôi và các con không còn có dịp theo Auguste-Hậu đi đến những nơi tại Paris và trên nước Pháp mà chúng tôi chưa bước chân đến, cùng nhiều nơi trên thế-giới mà nó đã đi qua. Một người mà gần 30 năm, từ khi ra trường, ngoài việc đi làm sau đó chỉ chú trọng đến du lịch và thể thao theo cái ý thích của riêng nó.

Một mùa xuân buồn 2014  
Biển-Đức

## Lúc Chết

Nguyễn Sa

**Anh cúi mặt hôn lên lòng đất  
Sáng ngày mai giường ngủ lạnh còn trùng  
Mười ngón tay sờ soạng giữa hư không  
Đôi mắt đã trũng sâu buồn ảo ảnh  
Ở trên ấy mây mùa thu có lạnh  
Anh nhìn lên mái cỏ kín chân trời**

**Em có ngồi mà nghe gió thu phai  
Và em có thấp hương bằng mắt sáng?**

**Lúc ra đi hai chân anh đằng trước  
Mắt đi sau còn vương vạt cuộc đời  
Hai mươi năm, buồn ở đây, trên vai  
Thân thể nặng đóng đinh bằng tội lỗi**

**Đôi mắt ấy đột nhiên buồn không nói  
Đột nhiên buồn chạy đến đứng trên mi  
Anh chợt nghe mưa gió ở trên kia  
Thân thể lạnh thu mình trong gỗ mục**

**Anh chợt ngứa nơi bàn chân cỏ mọc  
Anh chợt đau vầng trán nặng đêm khuya  
Trên tay dài giun dề rú nhau đi  
Anh lặng yên một mình nghe tóc ướm**

**Nằm ở đây, hai bàn tay thắm mệ  
Ngón buông xuôi cho nhẹ bớt hình hài  
Những bài thơ anh đã viết trên môi  
Lửa trái đất sẽ nung thành ảo ảnh**

---

(tiếp theo trang 21)

dẫn của các vị mục tử, họ rời bỏ Giáo Hội và mang với họ gánh nặng một mình. Điều này thường rất hay xảy ra với những người đã phá thai hay cộng tác vào việc phá thai. Những đề án như Rachel dành cho những phụ nữ đã phá thai có thể giúp họ hiểu được rằng lòng thương xót và tình yêu của Thiên Chúa lớn hơn bất cứ tội lỗi nào.

**Cuối cùng, nhiều người không đi nhà thờ vì lười biếng hay áp lực của những hoạt động khác.** Nếu chúng ta không đặt đức tin lên hàng ưu tiên Một, nó sẽ bị mờ dần trong danh sách những điều phải làm. Ngủ trưa hay say mê đọc sách báo có thể dần dần thay thế cho việc đi nhà thờ ngày Chúa Nhật. Một buổi trưa Chúa Nhật, tôi dừng lại ở một tiệm bán đồ lát vặt trong nhà trên đường về sau thánh lễ 10 giờ. Nhà thờ hôm ấy khá đông nhưng xe cộ đậu trước tiệm bán đồ này còn đông hơn.

Người ta không đến nhà thờ vì những lý do sâu xa nhưng cũng có khi vì những lý do nhỏ mọn và lảng xẹt. Tuy nhiên, mỗi câu chuyện đều là độc đáo và cần có ai đó trong cộng đoàn, mục tử hay giáo dân, lắng nghe, thông cảm, và khuyến bảo.

Bản dịch Việt Ngữ của J.B. Đặng Minh An

# Thương nhớ Hoàng Lan



**T**ôi sinh ra dưới một mái chùa. Nghe kể rằng sư phụ tôi khi ấy còn trẻ, một hôm đi ngang bỗng động tâm hỏi: “*Mô Phật, sao sau chùa lại phơi tã lót?*” Nghe chuyện đời cha tôi, thầy bảo : “*Hãy nhớ ngày này. Nếu có cơ duyên, mười năm sau ta sẽ trở lại*”. Trở về thầy bỏ tăng viện, lên một ngọn núi hẻo lánh trong rú xa, dựng mấy nếp nhà cỏ. Từ ấy, thầy ẩn tu, hiếm khi xuống núi.

o O o

Lớn lên, tôi giống cha như đúc và rất được mẹ yêu chiều. Cha tôi mắt sáng, mũi cao, tiếng nói trầm ấm, tính tình hiền hòa trung thực. Khi còn là một chú tiểu đầu để chỏm, người đã nổi tiếng thông minh, mười lăm tuổi chép rành kinh chữ Hán. Rồi vì học giỏi, được cử làm giáo sư ở trường Trung học Bồ Đề, một trường phổ thông tư thục của Giáo hội. Lúc người sắp được phong Đại Đức thì gặp cô bé nữ sinh tinh nghịch, có đôi mắt hút hồn, đôi môi đầy đam mê và cái tính thích gì thì làm cho bằng được. Ban đầu, cô bé chỉ định quấy phá chơi để thử bản lĩnh của thầy. Nhưng rồi tình yêu là lửa, chính người muốn đốt lại cháy. Cả chùa ngẩn ngơ khi người thanh niên đạo hạnh vòng tay thưa trước sư cụ trụ trì :

- YẾN bệnh nặng đã bốn tháng rồi, sợ rằng cô ấy chết. Thầy dạy con tu hành để cứu chúng sinh. Nay con có thể cứu một sinh linh, sao lại khước từ

Cha tôi rời chùa, cô Yến khỏi bệnh rồi hai người thành vợ thành chồng. Ông bà tôi để lại một ngôi nhà, cha tôi cho dỡ đi, xây vào chỗ đó một ngôi chùa tu. Đã không bỏ đời theo đạo được, thì ông đem đạo về giữa đời. Sau khi đã có con, ông vẫn ăn chay, mặc áo nâu và tụng kinh sớm chiều. Có lần mẹ tôi đi chợ mua một xâu ếch, những con ếch theo phản xạ cứ chắp hai chân trước vái lia lia. Một bà đi ngang bảo mẹ tôi :

- Mấy con ếch lạy khéo không thua thầy M.H.

Rồi bà cười hả hả :

- Đi tu mà chẳng chót đời, làm thân con ếch cho người lột da.

Tính mẹ tôi mau nước mắt, cứ vừa đi vừa khóc thút thít cho đến lúc tối nhà. Tối đó bà kéo nheo mắt, năn nỉ mãi cha tôi tội gì không để tóc, ngả mặt, làm người trần cho sướng cái thân. Tu kiểu này, người ta nói không chịu nổi. Cha tôi chỉ cười, dường như chẳng để tâm. Cả đời người không tranh giành với ai mà như có phép thần thông, chạm vào đâu thì phát lên đến đó. Cơ sở làm hương trầm của người càng phát triển, mẹ tôi càng béo đẹp ra thì lời đàm tiếu của thiên hạ càng rần rần. Cuối cùng, chẳng hiểu vì sao, mẹ bỗng đột ngột bỏ đi mất tăm...

Cô ruột tôi giận lắm bảo :

- Mẹ mi là con yêu tinh, khi trước đã phá đời tu của cha mi, chừ lại phá luôn đời tục của ông.

Ai cũng khuyên đăng báo tìm nhưng cha tôi chỉ nói :

- ĐỪNG !

Ông không trách móc gì, nhưng có lẽ ông buồn, tiếng tụng kinh đêm khuya nghe chùng khắc khoải. Chao ôi, với những con thuyền khắc khoải ấy, kiếp nào cha mới đến Tây Phương ?

Cơ sở làm hương từ đó phó mặc cho cô tôi. Cô tôi cho chặt cây, nhổ cỏ, sửa sang lại cho khu vườn sáng sủa :

- Thiệt là hờ hững, ai đời lập chùa mà lại trồng hoàng lan trong sân. Mùi hoàng lan là mùi ma, hèn chi

ma chướng nó phá cho như thế ni.

Tôi dân dân nước mắt nhìn người ta chặt cây hoàng lan, cành lá vút bừa bãi trên mặt đất. Ngày xưa, gội đầu xong mẹ tôi thường hái hoa giấu vào búi tóc cho thơm. Bây giờ người đã đi, hoa cũng không còn...

Năm tôi mười tuổi, có vị Đại Đức trên núi về thuyết pháp ở chùa Diệu Đế. Tôi đi theo cô tôi đến nghe. Khi trở về tôi xin xuất gia. Cha tôi bảo:

- Kinh sách ở đây, chuông mõ ở đây, con còn đi đâu?

Tôi chỉ lắc đầu...

o o o

Nơi thầy tôi ẩn tu là Bích Vân am - am Mây Biếc. Mười năm khai sơn, thầy đã cùng đồ đệ trồng hơn hai chục mẫu bạch đàn và ba ngàn giò phong lan đủ loại. Các sư huynh dạy tôi chăm hoa, tưới cây mỗi sáng. Buổi chiều đi học ở trường Nam Giao. Năm mười lăm tuổi, tôi bắt đầu chướng tính. Sư huynh hạch tôi :

- Bạch thầy, Đàng Ninh trốn học, la cà ở quán cà phê Tím. Người quanh đó ai cũng chê cười, họ nói cô ruột Ninh làm hương giàu có, cúng dường nhiều tiền nên thầy thả cho Ninh tha hồ tự tung tự tác.

Tôi ức, lằm li không nói, thầy cũng không quở. Tính thầy rất nghiêm, không mấy khi la rầy mà đồ đệ ai nấy tuân lời răm rắp. Chỉ riêng với tôi, không hiểu sao thầy đặc biệt khoan thứ. Sợ thầy phạt, đợi lúc sắp vào tụng kinh, tôi biện bạch :

- Bạch thầy, ngày xưa cha con thường bảo : tu trên núi dễ, tu giữa chợ mới là khó. Không ở giữa đời làm sao hiểu đời đực mà tránh?

Thầy hỏi :

- Ai bảo con là đời đực? Đời không đực, không trong.

Tôi hựt hẫng, không hiểu ý thầy định nói gì?

Tu trên non bây giờ thật ra cũng không phải dễ. Thầy tôi tránh đời vào núi sâu, nhưng rồi vườn lan Mây Biếc nổi tiếng quá nên người trần lại kéo lên thường ngoạn. Thứ bảy, chủ nhật, học trò đạp xe lác đác trắng trên con đường mòn tới thảo am. Máy cô nữ sinh nhỏ tuổi mê hoa ngẩn ngơ ngắm bông súng tím trong hồ, chạy vào đến tận hiên, chỗ thầy ngồi viết sách. Thầy không quở, cũng không ngẩng lên nhìn. Một cô bé chạy đến gần tôi, nhìn làn sương

li ti mà tôi đang xịt lên những chồi đang đơm nụ. Cô hỏi tôi tên hoa, tôi giảng :

- Đây là giống Tiểu Hồ điệp, nghĩa là bướm bướm nhỏ. Em thấy không, trông xa chấp chới như đàn bướm cải màu vàng.

Cô chìa hai bàn tay với những ngón búp măng, hứng sương. Tôi cau mày :

- Này, đừng nghịch.

Cô bé cứ đùa với những bụi nước, chẳng để ý lời tôi.

- Anh cứ tưới đi, em cũng là Lan.

Tôi cúi, xịt cho nước rơi ướt cả tóc, cả áo cô bé. Máy cô bạn cười rúc rích, khi về có cô còn nói vọng lại :

- Con Lan hên quá, gặp chú tiểu vừa đẹp trai, vừa quậy.

Tôi tùm tùm cười. Sư huynh tôi cau kỉnh :

- Máy con Thị Mầu đời nay quá quắt lắm. Bay không biết quyến rũ sư tăng là tội đọa địa ngục hử ?

Tôi cự :

- Người ta chỉ đùa thế, có gì mà gọi là quyến rũ.

Từ đó, vài ba hôm một lần, Lan lại đến giúp tôi tưới hoa. Tôi dạy cho cô biết về phong lan, đấy là cả một thế giới còn đa dạng hơn thế giới người. Phụng Vĩ đỏ rực, Tuyết Điểm thì trắng, Vũ Nữ thì như đang múa trước gió. Lan phụng phịu :

- Hoa nào cũng có tên riêng, chỉ em không có.

Tôi nhìn khuôn mặt cô, đôi mắt trong trẻo với cái miệng cười hồn nhiên như trẻ thơ. Vậy tôi đặt cho cô một cái tên. Tên cô là Tinh Khôi.

Thầy biết tình thân giữa tôi và Lan. Sư huynh không vui lòng, thầy chỉ bảo :

- Không can gì.

- Bạch thầy, người này có bạn thì người kia có bạn, rồi con gái kéo đến đầy thảo am, còn cái thế thống gì nữa ?

Thầy gật đầu. Chiều lại, tôi mài mực hầu thầy, thầy đem cho tôi xem bộ tranh mười bức vẽ mực đồng chăn trâu :

- Đây là thập mục ngư đồ, cũng là quá trình tu học của một con người. Trâu không là trâu, mà chính là cái tâm ta đó.

Tôi động lòng, hỏi :

- Bạch thầy, con xem bức vẽ cuối cùng, không còn trâu chẳng còn người, chỉ còn trăng soi. Vậy

có gì phải sống trong dây trói. Ngày xưa Tuệ Trung Thượng Sĩ là bậc ngộ đạo mà không kiêng rượu thịt, vì chay mặn chỉ là hình tướng bên ngoài, không can hệ đến sự giác ngộ bên trong.

Thầy cười :

- Đúng, con ạ, với bậc đắc đạo là thế. Nhưng khi ta còn là một người phàm, thì cũng như con trâu kia, phải có sợi dây buộc, có người chăn dắt. Đến khi cái tâm vững rồi, sáng rồi mới có thể như trâu đen thành trâu trắng, không ràng không buộc, chẳng những nhón nhờ trên cỏ xanh mà còn bay lên đến chín tầng mây.

Tôi vái thầy mà thưa :

- Con hiểu rồi, nhưng nhà chùa chẳng thể xua đuổi ai. Từ mai con xin thôi không giữ vườn lan nữa.

Mấy hôm sau, Lan thấy sư huynh ra tưới vườn, còn tôi thì chỉ cười.

- Anh không thích phong lan nữa sao?.

- Không. Muôn hồng nghìn tía, chẳng qua cũng chỉ để nhìn trong chốc lát. Một đời tôi chỉ riêng nhớ hoa hoàng lan.

Tôi giảng cho cô bé biết hoa hoàng lan cánh mảnh mai, vàng như màu chim hoàng yến. Thuở trước, cứ sắp rằm, mồng một, các bà hàng hoa lại đến mua, họ gói hoa trong lá chuối, từng gói nhỏ xinh xinh tỏa thơm ngây ngất. Lan bảo :

- Thích ghê, em chưa thấy bao giờ.

Ừ, loài cây ấy có lẽ giờ đây đã tiệt giống rồi hay sao, nhiều lần theo sư huynh đi chợ mua bông chuối, tôi để ý tìm mà không thấy nữa. Tôi lớn lên lòng băng khuâng như thiếu vắng một thứ gì, cứ mơ hồ nhớ nhớ, thương thương...

Cuối năm, anh em tôi kẻ kéo, người đẩy, chở phong lan xuống phố đổi gạo. Ông chủ tịch hội hoa cảnh hài lòng lắm khi thấy những giò mُمْ mĩm với chồi xanh đầy nụ. Ba bao gạo lớn được bung ra.

- Cha ơi, con có làm một ít bánh trái cây để cúng dường.

Tôi nghe tiếng quay lại, sững người vì thấy Lan. Ông chủ tịch âu yếm bảo :

- Cúng dường thì phải cung kính. Con phải tự lên chùa lạy Phật mà dâng.

Tôi hãi hồn, vội nói :

- Thôi thôi, khỏi phiền nữ thí chủ. Nhận ngay ở đây.

Lan bật cười, lại cái cười tinh khôi. Rồi Lan nhìn

tôi buồn thiu :

- Sao lâu nay anh không ra vườn? Em lên chùa, biết anh trong bếp mà mấy chú không cho vào. Riết rồi em buồn không muốn đến nữa.

o O o

Mấy buổi sau, tôi theo các bạn cùng lớp vào quán. Lan ngồi ở đó, sau chiếc bàn con bên cửa sổ. Các bạn tôi ai cũng nhìn về phía Lan còn cô bé chẳng nhìn ai, cứ lặng lẽ một mình. Ngồi ở một bàn xa mà tôi như thấy cả bầu trời hoàng hôn tím, tím ngát ngoài kia đang in trong đôi mắt Lan. Mãi đến khi chúng tôi ra về, Lan mới ngoái nhìn, ánh mắt thơ ngây mà nảo nùng. Bỗng dưng đỏ mặt, rồi tôi thấy hoảng sợ vì mình đã đỏ mặt...

Một người con gái chiều nào cũng ngồi ở quán Tím, chẳng bao lâu đã thành đề tài để bọn con trai bàn tán.

*“Con Lan sữa tươi trông xinh vậy chứ nó mắc bệnh, bệnh sợ đàn ông. Đếch thằng nào đến gần được, nó tránh như tránh tà”.*

*“Không phải đâu, nó giữ giá để chờ lấy Việt kiều, thằng Hùng ở Cali về ngày nào cũng trực ở nhà nó”.*

*“Giữ giá cái gì, nó ưa thằng Quán chạy bàn ở cà-phê Tím. Tao thấy nó ngồi một bàn với thằng Quán, khóc rưng rức”.*

Tôi im lặng, một lát sau mới bảo :

- Khó tin.

- Ở đời chuyện gì mà chẳng có thể xảy ra.

Bạn tôi nói, về ông cụ non :

- Chiều qua chính mắt tao thấy nó chạy ra sau quầy đưa bức thư cho thằng Quán.

Đạp xe về đã đến quá lǎng Tự Đức, tự nhiên tôi bứt rứt không chịu được. Tôi quay xe, đạp về nhà Lan. Mưa phùn lướt thướt trên con đường về Bao Vinh xa tấp. Mẹ Lan hỏi :

- Nhà chùa có việc gì mà nhắn cháu lên? Thấy Quán về nhắn, tôi cho cháu đi ngay rồi.

Tôi tái mặt, không kịp chào, đạp xe đi như tên bắn. Tim tôi dội thình thịch vì âm vang những lời của sư huynh khi Lan mới lên thảo am lần đầu :

- Cô gái này đẹp để thanh tú nhưng đuôi mắt dài quá, môi mỏng, cổ cao, tai nhỏ. Đây là tướng hồng nhan mệnh yếu...

Trời nhập nhoạng tối, tối Nam Giao. Nhìn dáo



# TA CỨ NGỖ XUỐNG TRẦN CHƠI MỘT CHỐC...

## NHỮNG MẢNH GIẤY CUỘC ĐỜI

Một tờ Giấy khai sinh,  
Đời bắt đầu từ đó.  
Khổ, vui... rình lấp ló,  
Theo gót ta vào đời.

Rồi suốt bao năm trời,  
Miệt mài cùng sách vở.  
Phấn đấu cả một thời,  
Được mảnh bằng, ná thờ!

Kế, nên chồng nên vợ,  
Một tờ giấy kết hôn.  
Từ đó xác lẫn hồn,  
Trói trần vào ngục thất.

Xuôi dòng đời tất bật,  
Tranh đấu cùng bon chen,  
Nhọc nhằn biết bao phen,  
Một tờ tiền «xỏ mũi» .

Phải ra lòn, vào cúi,  
Mới được tờ «thăng quan».  
Muôn ngó dọc, nhìn ngang,  
Phải bao lần khúm núm.

Bằng khen, ôi hí hửng,  
Danh dự được là bao!  
Chút hư vinh sóng trào,  
Ai vỗ tay hoài mãi.

dác hai bên đường, tình cờ thấy Quán và Lan cùng  
ngồi trong quán ốc. Quán gọi rượu, đang ép Lan  
uống. Lan lắc đầu. Quán cố nài. Tôi đi vào, đấm  
mạnh vào mũi Quán.

- Đồ lừa đảo. Từ nay chừa cái thói dõ gái đi.

Quay sang Lan, tôi nạt :

- Đi về!

Không biết Lan có bị một thứ thuốc mê gì không,  
mặt ngây ngây như bị bỏ bùa. Tôi chở Lan đi. Quán  
biết tôi có võ Thiếu lâm nên đành chịu phép, hậm  
hực, chùi máu mũi nhìn theo, cái nhìn của con thú  
mất mối...

Trên đường về, Lan tỉnh lại, gục mặt vào lưng  
tôi khóc :

- Em nhờ Quán chuyển đến anh nhiều thư, anh  
có nhận được không?.

Tuổi chiều đời bài hoải,  
Đến phòng mạch mới hay.  
Cầm giấy bệnh trên tay,  
Thờ dài, từ nay khổ...

Một ngày buồn, nghỉ thờ,  
Xuất hiện tờ điều văn.  
Mấy mươi năm cõi trần,  
Giấy vàng... bay đầy phố.

- Mấy ai bưng tinh ngộ,  
Buông những tờ giấy trên.  
Giá trị đời đặt lên,  
Khiến ta thành nô lệ.

Mắc gì mà phải thế!  
Gót chân mòn ngược xuôi.  
Thôi đuổi bóng tìm môi,  
Liên thành thơ cười nụ.

Hãy sống đời lạc trú,  
Với hiện tại đang là.  
Từng ngày từng ngày qua,  
Hồn thăng hoa, tỉnh thức.

Mảnh giấy nào là thực,  
Khi hơi thở... ché rôi?  
Tất cả là trò chơi,  
Bởi loài người sáng tạo.

Tương đối và hư ảo,  
Trên kiếp đời mong manh.  
Ai buông giấy không đành,  
Còn chạy quanh mù mịt...

Thích Tánh Tuệ

Tôi cau mặt:

- Em khờ lắm, sao lại đi với thằng Quán ?

- Quán bảo em uống vài chén cho ấm rồi lên đàn  
Nam Giao chờ Ninh đến.

- Em đừng quên, tên em là Tinh Khôi. Đừng dại  
dốt để bọn lưu manh làm như bần.

Nước mắt Lan chảy thấm qua chiếc áo lam của  
tôi, thấm vào đến da thịt. Dừng xe, tôi ngồi xuống  
vệ cỏ bên đường. Lan ngồi bên tôi.

- Đêm nào cũng nằm mơ thấy anh dắt em đi  
thăm vườn phong lan. Mình về trồng lan trong sân  
nhà em đi, có thích hơn không?.

Tôi không trả lời, ngắt những cọng cỏ, vò nát  
trong đôi tay run run. Trên kia, trăng sáng quá, tròn  
và rục rỏ như chiếc mâm vàng giữa trời. Bỗng nhiên  
lòng tôi miên man nhớ những câu chuyện cha tôi

vẫn kể ngày xưa...

- Em có thích nghe chuyện cổ tích không ?

- Thích.

Tôi kể cho Lan nghe chuyện người tử tù đội chiếc mâm vàng đầy nước đi từ cổng hoàng cung vào trước ngai vua mà không sánh ra ngoài một giọt, Lan nghi ngờ :

- Sao có người làm được như thế ?

Tôi gật đầu :

- Ngày ấy, nhà vua cũng đã hỏi như vậy. Vị thiên sư trả lời : *“Bệ hạ đã hứa nếu y làm được thì sẽ tha tội chết. Vì lẽ sống chết của y, nên dù việc khó vô cùng mà y vẫn chăm chăm làm bằng được. Nay nếu bệ hạ cầu giải thoát cũng như người này cầu sống, thì việc tu hành dù khó mấy cũng có thể vượt qua.”*

Lan ngược nhìn tôi, lần đầu tiên tôi nhận ra trong hai cái giếng êm như nhung của mắt cô bé những tia sáng ửng ngạnh lạnh lùng.

- Em hiểu rồi. Anh xem tu hành là chuyện sinh tử của anh. Vậy nếu em lại xem anh là chuyện sinh tử của em thì sao? Anh và em, ai đi trọn đường, ai bỏ cuộc ?

Tôi bảo :

- Em nói gì thế? Chuyện sống chết mà nghe cứ như là trò chơi sắp giữa của trẻ con.

Lan cười... Bàn tay nhỏ nắm lấy tay tôi, ngón thon vuôn vuốt như cánh hoa ngậm sữa. Vẻ đẹp này có phải phù du ? Vẻ đẹp này là sắc hay là không ? Chỉ thấy ngợp vì trắng. Trắng sáng quá.

- Thôi, về đi em.

Tôi đạp xe, trước mặt tôi chập chờn lấp lóa những con đường. Những mê lộ giữa đạo và đời, giữa ma và Phật...

o O o

Việc lộn xộn ở quán ốc chẳng mấy ngày đã đồn đến chùa. Cô tôi biết, tốc lên ngay. Tôi bảo :

- Cô đừng lo. Chẳng có chuyện gì đâu.

- Không có lửa, sao có khói, ăn ốc, đánh lộn, giành gái. Thế còn gì là tu hành ? Tau mà gặp con ma nữ đó, tau tước từ dưới tước lên.

Tôi ngẩn người một lúc rồi hiểu ra, không nín được cười. Cô bực tức :

- Cháu tưởng chuyện gì cũng cười là xong sao ?

Quả là chuyện không thể cười mà xong. Mấy hôm sau, gia đình Lan mời tôi về.

Con ma nữ đã uống hai mươi viên thuốc ngủ, may sao nhà biết được chở đi cấp cứu. Mẹ Lan chấp tay lạy tôi như lạy Bồ Tát :

- Bác biết tính con Lan lắm, từ nhỏ nó đã nói là làm, đã làm là làm tới cùng. Sợ e cứu thoát lần này, nó lại tự sát lần nữa. Con cứu nó cho bác đi con.

Tôi cuống quýt :

- Bác bảo con làm sao được ?

- Con cứ giả vờ ừ đi, bây giờ nó mới lớn, tính còn ngông cuồng, vài ba năm nữa chừng chặc rồi tự nhiên nó hiểu ra.

Ông chủ tịch hội hoa cảnh mắt đỏ au, nhìn tôi chờ đợi một lúc rồi bảo vợ.

- Nói như bà cũng khó. Chú Ninh đây tướng mạo khôi ngô, trước sau rồi sẽ có phước được che lọng vàng. Lẽ nào vì con mình mà để người ta mang tai mang tiếng.

Tôi thở dài :

- Cháu đi tu không phải là mong lọng vàng che đầu. Chỉ vì nguyện giữ thân trong sạch để tụng cho mẹ cháu một nghìn lần kinh Thủy Sám.

Nhớ tới mẹ, tôi bất giác đau đớn trong lòng, đứng dậy đi...

Tôi về chùa, từ ấy không đi đâu. Thầy bảo :

- Sao con bỏ học ?

Tôi nói :

- Suối ở xa, con muốn ra triền núi đào giếng.

Tôi tự đầy mình trong những nhát cuốc trên sỏi đá, đêm về tụng kinh, vẫn đôi khi chợt nghe tiếng mình khắc khoải. Có lúc nửa đêm chợt tỉnh, thấy thầy ngồi bên giường, lâm râm niệm chú. Tôi hốt hoảng vùng dậy :

- Bạch thầy.

Thầy tôi bảo :

- Con giật mình, nói mê luôn, hắt tung cả chăn.

Tôi nói:

- Con tỉnh rồi. Rước thầy đi nghỉ, con xin ra bệ Phật niệm Cầu An.

Thầy lặng lẽ một lúc, rồi bảo tôi :

- Tâm không an, có cầu cũng vô ích.

Tôi gật đầu thú nhận. Bao nhiêu đêm, cứ chợt mắt là thấy Lan hiện ra, mảnh dẻ, thanh thoát, đầu đội chiếc mâm vàng sóng sánh nước đi thẳng đến bờ vực. Tôi nghe tiếng thét của nàng vang động cả giấc mơ, nàng nhào xuống rơi thẳng vào không gian

mênh mông như chiếc lá lìa cành trước gió.

- Thầy ơi, nếu vào Niết bàn mà phải đạp lên một chiếc lá, Phật có làm không? Xin thầy cho con hay, trời đất nặng hơn hay chiếc lá nặng hơn ?

Thầy nhìn vào mắt tôi :

- Chỉ có con tự trả lời được thôi. Ngày mai con hãy về, cứ nhìn thẳng vào nghiệp duyên mà tự quyết định lòng mình.

Tôi lắc đầu :

- Thầy quên sao ? Con đã thề khi nào đào xong giếng mới xuống núi.

o O o

Ra xuân, đường lên núi khô ráo. Hai tay tôi ướt bùn đỏ, những giọt nước đầu tiên đã ứa ra từ lòng đất sâu. Tôi chạy về chùa, định vào trình thầy nhưng người đang làm lễ. Có người thí chủ dâng hương trong bộ Phật, mùi trầm mới thơm thơm trong không gian.

Đang dội nước rửa tay, tôi nghe có người bước đến.

- Chú Ninh !

Tôi ngẩng lên. Mẹ của Lan.

- Bác lên chùa cầu cho em đi bình an. Có cái này, em nó gửi lại...

Bà đưa cho tôi một cái túi nhỏ, rồi vừa quay đi vừa đưa khăn lau mắt.

Những dòng chữ trong thư, mảnh mai và run run như những cánh lan.

*“Bốn trăm ngày chờ anh ở quán Tím, cuối cùng em cũng hiểu ra là mình thua cuộc. Đã đi mà chẳng tới, lẽ ra thì phải chết. Nhưng em chết thì anh làm sao yên lòng đi trọn con đường tu. Vì vậy, em đã quyết định lấy chồng xa xứ. Trong cái túi này là cây hoàng lan con, em nguyện tìm cho anh bằng được rồi mới ra đi. Em vẫn nhớ lời anh nói, một đời anh chỉ thích hoàng lan...”*

*Người ta cứ bảo là em khôn, lấy ông Việt kiều đi Tây đi Mỹ cho sướng chứ theo chi chú tiểu trọc đầu. Nhưng đi Tây đi Mỹ không phải là chí nguyện của em. Lấy một người mình không thương, đến một nơi xa lạ với em còn khổ hơn là chết. Xin anh hãy tụng cho em một lần kinh cầu siêu thoát, một lần thôi...”*

Bất giác, tôi òa khóc. Nước mắt theo nhau lăn trên má tôi như ép cho hết những dòng tục lụy cuối cùng.

- Cứ khóc đi con !

Thầy vỗ về khi thấy tôi luống cuống che mặt. Thầy chưa nghe nói gỗ đá thành Phật bao giờ.

Tôi nức nở :

- Bạch thầy, thầy có cho con trồng cây hoàng lan không ?

Thầy bảo :

- Cỏ cây vô tội, sao mình không thể bao dung ?

Rồi một tay dắt tôi, một tay cầm túi cây đến bên góc vườn, thầy tự mình trồng xuống.

Tôi tưới cây bằng nước giếng chùa. Hoàng lan lớn lên, năm này qua năm khác, nở hoa vàng mong manh. Mong manh như tất cả những gì đẹp trên thế gian.

Tôi cầm lòng, thôi thương, thôi nhớ.

Trần Thùy Mai

## Nước Chảy Chân Cầu

Hồ Dzênh

**Quê em xa thăm màu mây gió,  
Buồn vút không gian, mắt định kỳ.  
Em có mơ về năm tháng cũ,  
Âm thầm nghe tiếng phút giây đi ?**

**Nước chảy đôi giòng cuốn sóng mau,  
Bao phen lá úa rụng chân cầu,  
Lá theo giòng nước, ngày theo tháng  
Lặng lẽ như mang nỗi cảm sâu.**

**Mây nước vô tình, lãnh đạm trôi,  
Tình không giống nước, tình không xuôi ;  
Bao lần lá thắm xuôi theo nước,  
Nước chảy, tình duyên ở với người.**

**Chân cầu cấm giữ ngày ly biệt,  
Mây nước vô tình, lãnh đạm trôi...  
Nước chảy mây tan, tình bất diệt,  
Tình theo bước khách bốn phương trời.**

## YÊU NGHÈO

thái san

**Chỉ khi nào không màng cơm áo  
Sẽ chia đôi phần mộ với tình hương  
Ích kỷ một mùa chết trong tay kẻ khác  
Tuổi đầu còn ngẩng mặt đến thiên đường**

## TÔ CANH THƠM CỦA MẠ



*Gió lay mẹ rụng con thành mô côi...  
Xin gửi đến những ai không còn Mẹ,  
như 1 nhắc nhở, Mẹ hiền luôn ở trong ta.*

**C**hỉ mới đôi năm trước đây thôi, mạ tôi vẫn còn khỏe và năng động lắm. Tuy đã lớn tuổi, nhưng bà vẫn tự nấu lấy thức ăn cho mình. Anh em tôi e ngại sợ mạ tay yếu đổ nước phồng tay, hay sợ bà quên tắt bếp, lửa củi nguy hiểm... nhưng nói mấy cũng vô ích. Mạ viện lý do thức ăn tụi tôi nấu không hợp khẩu vị, và nhất là bà cần làm việc để qua thì giờ và cũng để vận động chân tay luôn thể. Thấy bà nói có lý nên tụi tôi cũng đành chiều ý. Thôi kệ, tới đâu hay tới đó. Vậy đó mà mạ tôi đã nấu ăn một cách ngon

lành. Chẳng những bà nấu cho bà, mà cả lũ con cháu nội ngoại còn được hưởng lây nữa.

Hình như ít có lần nào sau khi đã gửi cháu cho Bà trông, đến đón về mà tôi không được mạ bới cho một chút đồ ăn mang theo. Và món mà bà thường làm cho tôi nhiều nhất là món canh thơm. Bà biết đây là món mà tôi rất thích.

Kể cũng lạ. Những lần mang tô canh thơm về là tôi hầu như một mình làm trọn. Hai đứa con không ăn đã đành, mà cả Hương vợ tôi cũng chỉ sơ sơ vài muỗng góp vui vậy thôi, còn lại là tôi quét sạch không chừa một cọng hành. Tôi xì-xà xì-xụp ăn tô canh như ngày mai sẽ tận thế không bằng.

Thấy tôi thích món này như vậy, nên khoảng hai ba tuần mà không thấy tôi mang từ bà nội về là vợ tôi lục đục nấu. Tưởng cũng nói thêm vợ tôi có biệt tài học nấu ăn. Nàng vô nhà hàng hoặc đi ăn ở đâu gặp món đặc ý, chỉ cần khươi đĩa đồ ăn coi sơ sơ là có thể về nhà nấu giống y chang. Cho nên với tô canh thơm đơn giản này là quá dễ dàng. Hôm tôi thấy tô canh thơm dọn lên bàn, ngạc nhiên quá tưởng là mạ tôi nấu nhờ người khác mang qua. Nhưng Hương nói nàng mới nấu theo kiểu của Bà nội. Tôi thích vô cùng, ngồi xuống chén thả giàn. Ăn xong vợ hỏi “ngon không” ! “Ngon chứ”. Vợ hỏi tiếp “Có ngon như bà nội nấu không” Tôi thành thực trả lời “Ngon, nhưng mà hình như hơi khác với cách

*Bà nội nấu*". Vợ tôi nói mỗi nấu lần đầu nên chưa chính. Lần sau chắc chắn sẽ giống.

Lần sau nữa, tô canh thơm của vợ tôi nấu thành thật mà nói thì chẳng những giống mà có lẽ còn đậm đà và thơm ngon hơn tô canh của mẹ tôi. Tôi ăn cũng ngon lành lắm. Thế nhưng, dù vợ tôi có nấu cách nào đi nữa cũng không thể nào giống như tô canh của mẹ. Canh thơm của vợ nấu thì tôi ăn bình thường cùng những món ăn khác. Nhưng khi ăn tô canh của mẹ tôi nấu, đặc biệt trộn một bữa cơm tôi chỉ ăn một món này mà thôi như là sợ mấy món kia sẽ làm tô canh của tôi bớt ngon. Tôi vừa ăn vừa sợ như nó sẽ... hết. Và khi nó hết, tôi vét đến cọng ngò cuối cùng. Ăn xong mà vẫn thòm thèm thật tức cười. Cả hai đứa tôi cùng nhận thấy điều này. Lại !

Cho đến một hôm...

Vào dịp lễ Thanks Giving, lớp học con gái tôi tổ chức một buổi pot-luck ăn trưa. Mỗi phụ huynh tham dự mang một món ăn tối góp vốn ăn chung. Tôi mua mang theo món mì xào từ một tiệm mì nổi tiếng và tôi biết rất ngon. Tối giờ ăn, các phụ huynh phải phục vụ cho các em ăn trước. Món mì của tôi được tất cả ủng hộ nhiệt liệt trừ một cậu bé có vẻ là người Tàu hay Phi gì đó. Khi tôi mang đĩa mì tới, nó thờ ơ lạnh nhạt nói "*Không ăn*". Hừm, làm bộ dữ. Chắc là nó không đói. Nhưng tôi vẫn cố dụ "*Ăn đi cháu, mì ngon lắm*". Cậu vẫn một mực: "*Không ăn. Mì má cháu làm ngon hơn nhiều*". A, thằng này làm phách nhỉ, dám nói là mì má nó làm ngon hơn ở tiệm, mặc dù là chưa thử qua sợi nào.

Đúng lúc đó mẹ của cậu cũng vừa tới bàn. Bà gỡ nắp hộp đồ ăn của cậu ra thì quả nhiên là... một hộp mì xào. Tôi tò mò nhấn nhá đứng gần hai mẹ con để coi món mì gì đặc biệt mà cậu con quảng cáo dữ dội quá. Khi tôi nhìn thấy tô mì rồi thì thật là... thất vọng đến nỗi nể. Trời ơi, tưởng là có gì ghê gớm lắm, té ra là những cọng mì trắng nhách, nhạt nhẽo, thêm chút trứng chiên thái mỏng rải ở trên, và chan xì dầu. Chỉ vậy thôi mà cậu làm như sơn hào hải vị đâu đâu không bằng. Tôi bị chạm tự ái quá đi. Nó dám chê mì mua ở nhà hàng của tôi để ăn cái tô mì trông thiệt là... dở ẹt này. Cho nên tôi vẫn tiếp tục nhấn nhá đứng gần để coi thử.

Tôi rất ngạc nhiên khi thấy cậu bé mắt sáng rõ

khí mì của cậu được mẹ xúc ra chén. Kỳ thật. Đĩa mì tôi mang tới sợi vàng óng ánh hấp dẫn, lại thêm tôm, xá xíu, rau cải đầy đủ, ngon lành thì cậu không thèm ngó tới, trong khi mì của mẹ cậu thì lựa thưa vài miếng trứng với xì dầu mà cậu làm như bắt được vàng. Chưa hết, nhìn cái dáng điệu cậu ăn mới đã. Cậu ngồi sát vào mẹ như một con gà con. Tay trái cậu cầm muỗng, tay phải đôi đũa, cả hai tay phối hợp nhịp nhàng. Trước hết cậu gom mì thành một cụm nhỏ vừa đủ một miếng, dồn thêm vài sợi trứng, xong rồi cả muỗng lẫn đũa khiêng cụm mì lên ngoạm một miếng vô miệng gọn lỏn. Nói thì lâu chứ cậu ta làm lẹ lắm. Cụm mì mới vào miệng đang nhai là đôi tay đã thực hiện lại động tác gom mì lại như cũ của một chu kỳ nhứt định. Cứ thế cậu không để phí một giây nào. Ngay cả một vài cọng mì dính bên mép cậu cũng không thèm chùi. Chỉ thỉnh thoảng cậu phải ngưng lại chút để thở, và để cho mẹ chùi mép dùm, trong khi cậu nhìn mẹ cười... say đắm. Ôi trên đời này sao lại có thằng con nào sung sướng, hạnh phúc đến như vậy cả.

Cậu lại tiếp tục ăn, thì thà thì thụp. Thấy nó ăn mì mà tôi cảm thấy đói bụng và thèm quá đi, thiếu điều muốn nói với nó rằng "*Mày cho tao thử một miếng, được không?*"

Chẳng mấy chốc mà tô mì gần hết, cậu ăn chậm lại. Nhưng cậu ăn chậm không phải vì no. Cứ nhìn cái miệng nhỏ nhắn nhai ngấu nghiến thì biết. Cậu sợ hết. Như thể cậu muốn ăn hoài ăn hủy miễn là có mẹ ngồi bên cạnh.

Rồi thì tô mì xào của cậu cũng phải hết. Tôi thấy nó nhai miếng cuối cùng thật lâu, và khi đã bỏ đũa xuống rồi cũng còn dùng tay vét mấy cọng hành nhét vào miệng một cách tự nhiên. Bà mẹ ngồi bên cạnh không can mà chỉ nhìn tôi cười bẽn lễn để tôi thông cảm cho thằng con háu ăn.

Tôi thần thờ nhìn hai mẹ con và chột hiểu.

Hành động vét mấy cọng hành cuối cùng của cậu bé sau khi đã làm sạch sẽ tô mì làm tôi nhớ những lúc tôi vét mấy cọng ngò cuối cùng của tô canh thơm do mẹ tôi nấu. Tôi nhớ lại hồi nãy thằng con ăn mì say sưa và thỉnh thoảng nó nhìn mẹ nó một cách trêu mến như thể nếu được nó cũng ăn luôn mẹ nó vào bụng. Và tôi nhớ lại lúc ăn canh thơm của mẹ, tôi có một cảm giác man mác, êm đềm mà

không hiểu vì đâu. Tô mì của cậu bé chắc chắn là không bằng mì tôi mua ở tiệm, cũng như canh thơm của mẹ tôi chắc cũng không đậm đà, ngon ngọt như vợ nấu. Nhưng mà cả hai đã được nêm vào một gia vị trân quý nhất trên đời : Gia vị MẸ.

Khi ăn canh của mẹ nấu, thì ra tôi đã nuốt vào người tất cả tình thương của mẹ gói gắm trong tô canh. Tôi đã vào cái tuổi mà người ta gọi là tri thiên mệnh. Trên đầu tóc muối như tiêu. Nhưng với mẹ thì tôi bao giờ cũng chỉ là một thằng con nhỏ dại mà bà khi nào cũng muốn chiều chuộng chăm sóc. Tôi chợt nhận ra rằng mỗi tô canh của mẹ không những đã được nêm đầy gia vị MẸ trong đó, mà nó còn chan chứa cả một quãng đời niên thiếu của tôi. Tôi đã ăn canh như một con bò già ngấu nghiến nhai lại quãng tuổi ấu thơ mà nuốt tiếc những chuỗi ngày vẫn còn trong vòng tay của mẹ.

\*\*\*\*\*

Nhưng mà gần đây mẹ tôi đã không nấu nướng gì được nữa. Mẹ yếu như một ngọn đèn dầu gần cạn, hiu hắt chờ một cơn gió lớn.

Bây giờ, ngoại trừ những lúc cần phải đi đứng chút đỉnh làm vệ sinh hay uống thuốc, còn thì mẹ chỉ nằm trên giường. Trời nắng ấm mùa Xuân, mẹ đắp mền từ cổ tới chân mà vẫn than lạnh. Những chuyện hôm qua thì mẹ quên tuốt, nhưng mà chuyện năm sáu chục năm trước thì mẹ tôi nhớ rõ mồn một và cứ nhắc tới nhắc lui dăm ba câu chuyện đó. Mẹ kể đi kể lại chuyện thời bà còn con gái mười ba mười bốn tuổi đã tự lập mưu sinh với giỏ hàng xén nhỏ nhoi bày bán ở chợ ĐÔNG BA ngoài Huế. Có ông Cố Đạo người Pháp dạy học ở đâu đó không biết, mỗi vài tháng lại ra chợ sắm giấy, bút, mực... chỉ ở gánh hàng nhỏ xíu của mẹ, chứ không bao giờ mua ở những cửa tiệm lớn hơn. Lý do vì mẹ tôi là người duy nhất trong khu chợ biết nói bập bẹ dăm câu tiếng Pháp với ông. Anh em tôi ngạc nhiên hỏi mẹ học tiếng Pháp ở trường nào. Bà nói trường nào mà trường. Nhà nghèo cơm ngày ba bữa đủ ăn là may rồi, con gái thời đó như mẹ làm sao được tới trường. Mẹ chỉ học lóm tiếng Pháp từ mấy cậu trong nhà mà thôi. Tụi tôi nể mẹ quá xá.

Mẹ ngày càng lãng hơn. Một lần tôi ngồi bên, mẹ lại bắt đầu kể một chuyện đời xưa đời xưa nào đó của bà mà tôi đã nghe ít nhất một chục lần và

đã thuộc lòng. Không hiểu sao bữa đó tôi vô tình quá. Mẹ mới nói vài câu là tôi ngắt lời bà, nói là mình đã biết rồi, mẹ khỏi cần kể nữa. Và để chứng minh, tôi kể tiếp cho mẹ khúc tiếp theo để mẹ tin là tôi đã biết. Tôi thấy mẹ mặt buồn xo, hệt hăng. Mẹ ậm à ậm ừ cố nghĩ một chuyện khác để kể cho tôi nghe thế câu chuyện trên, nhưng luồng tư tưởng quen thuộc của mẹ lúc đó bị tôi ngắt bất ngờ nên chưa sắp xếp lại kịp chuyện khác. Mẹ chỉ muốn nói để mà nói, và có người ngồi cạnh bên nghe mà thôi. Tôi hối hận quá. Thấy mẹ mấp má môi, áp a áp úng hoài nhưng nghĩ chưa ra thiệt là tội nghiệp. May lúc đó tôi nghĩ là phải mớm lời cho mẹ nên giả bộ hỏi “*Hồi mẹ còn nhỏ, mẹ bán gì ở chợ Đông Ba vậy?*” Thế là mẹ bắt được đà, bà bèn kể tiếp cho tôi nghe chuyện ông Cố Đạo người Pháp mỗi vài tháng ra mua hàng của mẹ. Lần này thì tôi nghe một cách thiệt tình, thỉnh thoảng còn bàn thêm vài điều bên lề nữa khiến mẹ thích vô cùng.

Ban đầu thì tôi nghe để cho mẹ vui. Nhưng càng về sau, tôi thấy như mình cũng có những lúc sống hòa vào với thế giới của mẹ. Mẹ mới nhắc đến giỏ hàng xén tạp hóa là tôi như thấy cả cái chợ ĐÔNG BA trước mặt mình với rùng người tấp nập, có một cô bé mười bốn mười lăm tuổi gói hàng bán cho một ông Cố râu ria xồm xoàm, áo đen thụng thính, tóc trắng toát, cố gắng lắng nghe để hiểu mớ tiếng Pháp chập vạ của cô hàng xén nhỏ tuổi. Thỉnh thoảng ông cười to thích thú vì cô hàng xén xinh xinh này nói tiếng Tây thiệt là... tức cười và dễ thương. Cô không biết. Cô tưởng là ông Tây cười khen cô nói hay, nên cô cố nói thêm càng nhiều càng tốt. Và vì vậy mà ông Cố Tây lại càng cười thêm...

Mẹ tôi cũng kể cho tôi nghe rằng hồi 9, 10 tuổi gì đó tôi đau một trận kinh hồn. Giữa đêm khuya, tôi nóng sốt đến độ máu cam từ mũi chảy ra như suối. Mẹ tôi đã dùng hết khăn trong nhà mà vẫn chưa đủ cho tôi lau. Tôi mất nhiều máu quá đến nỗi đã bắt đầu mê man rồi. Lúc đó nhà tôi mới từ Huế dọn vào. Ba tôi vắng nhà đi làm xa. Lạ nước lạ cái, nhà thương bệnh viện ở đâu không biết, hàng xóm neo đơn, mà lại đêm khuya khuấy khuấy biết kêu nhờ ai! Mẹ tôi chỉ còn ôm tôi vào lòng và cầu nguyện. Lúc đó bà nghe như có tiếng nạng gõ gõ lên sàn nhà, tiếp theo là tiếng dép kéo lê. Rõ ràng là có một người què đang đi trong nhà. Nhưng mẹ đã quá

mệt mỏi và cũng đang thiếp đi. Rồi bà thấy rõ ràng, không hiểu là thật hay trong giấc mơ, một người lính chống nạng gỗ đi đến và sờ vào trán tôi, xong rồi ông ta lại kéo nạng đi ra khỏi nhà. Sáng hôm sau, như một phép nhiệm mầu nào mà tôi bớt hẳn, gần như đã hết bệnh mặc dù là chưa uống một viên thuốc nào cả.

Tôi vốn là một thằng bé ham chơi thuở ấy nên đã gây cho mẹ không ít nhọc nhằn. Hình như không có một môn chơi nào của con nít trong xóm mà thiếu mặt tôi, từ đánh đáo ăn tiền, đến bắn bi, tạt hình, chơi lính... món nào tôi cũng một cây xanh rờn. Mẹ tôi lo tôi ham chơi mất sức rồi bỏ học nên cố kèm bằng cách bắt tôi mỗi trưa phải... đi ngủ. Dĩ nhiên là tôi chỉ nằm trình diễn thôi, đợi cho mẹ ngủ là tôi rón rén dậy xách đồ nghề dồng một mạch vào xóm chơi. Tỉnh dậy không thấy thằng con đâu, mẹ tôi lại phải đội nắng đi vào xóm kiếm. Bà biết đích xác chỗ nào tôi thường đàn đúm. Có những lần tôi đang lom khom cúi nhấm mấy hòn bi dưới đất để bắn thì bỗng thấy đôi dép quen thuộc ngay trước mặt. Khỏi cần nhìn lên tôi cũng đủ biết là ai, bèn ba chân bốn cẳng chạy ù về nhà. Tôi phải về trước mẹ, lấy cái khăn hay cái áo nào đó chêm sau mông. Mẹ có cái roi đánh đau lắm nên tôi phải lo độn trước kéo không là... thê thảm. Rồi mẹ về tới, bắt tôi nằm xuống nã cho mấy roi. Chẳng đau gì cả nhưng tôi cũng giả bộ la “ui-da ui-da” rồi rít. Mẹ thấy tội bèn cho... thiếu nợ, chỉ dọa lần sau tái phạm sẽ trả gấp đôi. Tôi nào ngán, vì đã có áo giáp hộ thân, và hơn nữa mẹ đâu có nhớ. Tôi chỉ thắc mắc một điều là sao mẹ không nhận ra sự khác nhau. Khi tôi chưa kịp độn áo sau mông, roi đập vào thịt thì nó kêu “bép- lép”; còn khi nào tôi đã kịp độn áo rồi thì nó kêu “phộp-phộp” rõ ràng như vậy mà mẹ không biết nên tôi mặc tình mà lờn mặt.

“Bí mật” này tôi vẫn giữ kín gần 40 năm, cho tới khi mới chỉ gần đây thôi. Trong một dịp họp mặt gia đình anh em, con cháu đầy đủ, tôi bèn “bật mí” lên để chọc mẹ cho vui, ai ngờ mẹ phản pháo “*Thằng khỉ. Mi tưởng tau ngu không biết mi chêm cái chi đó trong quần hay răng. Tau cố tình lờ cho mi đó chứ!*” Cả nhà tôi cười như nước vỡ bờ, và thằng con tôi là to họng nhất. Nó khoái quá, hả hê khen “*Bà nội thông minh quá, smart quá. Ba là ‘bad boy’ đó bà nội ơi!*” Ha ha.

## BÀI THƠ VỀ MẸ

**Con đã viết nhiều bài thơ về Mẹ  
Không lần nào kể hết nỗi lòng con.  
Ỗn nghĩa sinh thành như biển như non...  
Thơ của con nhỏ chưa bằng hạt bụi.  
Lạc lổng phương trời, bước đi thui thui,  
Sương tuyết phơi pha nhuộm bạc mái đầu.  
Bỏ quê hương trang trải những niềm đau,  
Mà năm tháng chưa phai mờ giông bão.  
Nghĩ đến Mẹ suốt cuộc đời tảo,**

**Con đòi theo níu vạt áo không rời.  
Tay dặt con vẫn nặng trĩu đôi vai,  
Đường quan dài giữa trưa hè gắt nắng.  
Con lúm đum quần quanh theo gánh nặng,  
Cát bỏng chân con, nước mắt mẹ trào.  
Không chỗ nào có bóng mát cây cao,  
Để ngồi đỡ tạm thời vài ba phút.  
Câu chuyện xưa Mẹ từng lo chăm chút,  
Cõi lòng con rơi lệ biết bao lần.  
Đã già rồi sao cứ mãi túi thân,  
Con còn nhỏ, Mẹ đã sớm về Tiên Phật.  
Cay đắng ngọt bùi, cuộc đời chơn chất,  
Công danh lặt đặt, có trước không sau.  
Con cố gắng vươn vai làm lại từ đầu,  
Khi nắng sớm, mưa trưa, khi bão tố,  
Vẫn vững tâm như tuồng có Mẹ độ.  
Khi đặt bút cảm xúc đó lại dâng tràn,  
Mắt cay cay, lòng nhớ Mẹ vô vàn !  
Nên vẫn thơ cứ loay hoay chi lạ,  
Ý lộn xộn tuôn ra khắp mọi ngả,  
Như đời con trôi dạt chôn trời xa.**

**-Vó Đình Tiên-**

Bà nội có hiểu bad boy là gì đâu, mày ơi!

\*\*\*\*\*

Một buổi chiều đi làm về, tôi ghé lại để nghe mẹ kể chuyện, nhưng bà đang ngủ. Tôi kéo ghế cạnh giường ngồi nhìn mẹ.

Đã từ lâu tôi biết là bà không khỏe, nhưng vẫn nghĩ rằng ai cũng bệnh già thế thôi. Bữa nay tôi mới có dịp ngắm lại mẹ lúc bà đang ngủ. Hơi thở của bà sao mệt mỏi quá, khô khè và đứt quãng. Mẹ ngủ mà phải há miệng ra để thở và tôi thấy răng của mẹ chỉ còn vài cái loe hoe, lủng lảng! Nhưng điều làm

tim tôi nhói lên khi mạ chìa cánh tay ra khỏi mền. Ôi cánh tay của mạ tôi đâu còn là tay nữa mà chỉ là một thanh củi khô, da bọc lấy xương. Lớp da đôi môi ở ngay bả tay không còn miếng thịt nào để bao bọc nên nó nhẽo nhẹt và lòng thòng một cách thảm thương. Tôi nghe mạ than là khó thở, nhưng không ngờ mạ phải thở một cách khó nhọc như vậy. Tôi biết là mạ ốm, nhưng không ngờ mạ ốm đến giờ xương. Tôi không nỡ nhìn mạ lâu hơn, phải bước vội ra ngoài tới bàn thờ Phật để ổn định lại tâm hồn.

Trước bàn thờ Phật. Tượng Phật Bà Quan Âm với bình nước Cam Lộ hiển từ nhìn. Bỗng nhiên tôi cảm thấy như có một sự thiêng liêng nào đó phảng phất trong không gian. Một cảm giác lâng lâng khó tả. Tôi thấp một nén nhang và khẩn thầm “*Thưa Phật. Trước hết con biết tuy là Phật tử, nhưng con không phải là một Phật tử thuần thành được thấm nhuần Phật pháp. Vì vậy mà giáo lý của đức Phật nhiều khi con hiểu chưa thực chính xác, nên nếu con nói có gì không đúng thì đành vậy. Con vẫn thường nghe nói về luật nhân quả của đạo Phật. Nhân nào thì quả nấy. Làm hiền gặp lành và làm ác gặp ác. Bao nhiêu năm qua con nghĩ là mình đã làm nhiều việc thiện. Và con chưa bao giờ mong việc mình làm sẽ mang lại một nhân quả tốt nào cho chính con cả. Nhưng bây giờ nếu đức Phật vì những nhân lành mà con đã gieo, và sẽ cho con những quả tốt như một sự đền bù thì con xin nhận. Không phải cho con, mà cho mạ con. Thưa Phật. Con biết rằng con người sinh ra thì ai cũng đều mang một số mệnh. Ai rồi cũng sẽ đi qua đoạn đường sinh, lão, bệnh, tử. Vì vậy mà con không dám cầu cho mạ con sống lâu trăm tuổi. Bởi vì cầu cũng không được. Con chỉ xin cho mạ con được sức khỏe và sự an nhiên trong quãng đời còn lại là con mãn nguyện lắm rồi. Một mai khi nợ trần đã dứt, xin Phật đón mạ con về trong sự bình yên. Chỉ vậy thôi.*”

Có tiếng mạ kêu trong phòng. Tôi đi vội vào kéo mạ trông và lòng thầm nghĩ không biết bữa nay mạ sẽ kể cho nghe chuyện gì nhỉ. Chuyện ông Cố đạo, hay là chuyện ông lính chống nạng giữa đêm, hay là chuyện... chuyện gì cũng được. Bây giờ thì mạ còn nói, tôi còn được nghe là cũng may mắn, hạnh phúc rồi. Tôi biết là mạ không còn như xưa để thỉnh thoảng nấu canh thơm cho tôi nữa, nhưng cái gia

vị MẸ tuyệt vời đó nào phải vì vậy mà mất đi đâu. Nó vẫn đậm đà và nồng ấm qua từng giọng nói, từng cái nhìn của mạ đó mà. Như hôm kia tôi đến ngồi cạnh bên. Mạ nhìn lên đầu tôi thật lâu, rồi nói giọng lo lắng “*Con bệnh chi mà tóc bạc nhiều ri?*”

\*\*\*\*\*

À ơi... Mẹ già thì như chuối chín cây. Gió lay mẹ rụng con thành mồ côi... Gió lay mẹ rụng, tôi gọi là Gió Mồ Côi. Để rồi một hôm...

*Một hôm ngọn gió mồ côi  
Thổi cho mạ rụng để tôi một mình  
Mạ về nước Phật thanh bình  
Trần ai để lại chút tình mạ con  
Canh thơm ai nấu mà ngon  
Bây giờ canh hết con còn chén không*

ThaiNC

## **BẢY BÀI HỌC**

Đức Đạt Lai Lạt Ma đã đi cùng thế giới, diễn giảng rất nhiều. Đây là 7 bài sưu tầm, đã được chọn lọc. Những bài nào người mình chưa học được? Những bài nào bạn chưa học được? Đây, bạn suy nghĩ kỹ rồi hãy trả lời nha!

**ĐỨC ĐẠT LAI LẠT MA :** Học làm người là việc học suốt đời chẳng thể nào tốt nghiệp được!

### **1. Thứ nhất, “học nhận lỗi”.**

Con người thường không chịu nhận lỗi lầm về mình, tất cả mọi lỗi lầm đều đổ cho người khác, cho rằng bản thân mình mới đúng. Thật ra không biết nhận lỗi chính là một lỗi lầm lớn.

### **2. Thứ hai, “học nhu hòa”.**

Răng người ta rất cứng, lưỡi người ta rất mềm, đi hết cuộc đời răng người ta lại rụng hết, nhưng lưỡi thì vẫn còn nguyên. Cho nên cần phải học mềm mỏng, nhu hòa thì đời con người ta mới có thể tồn tại lâu dài được.

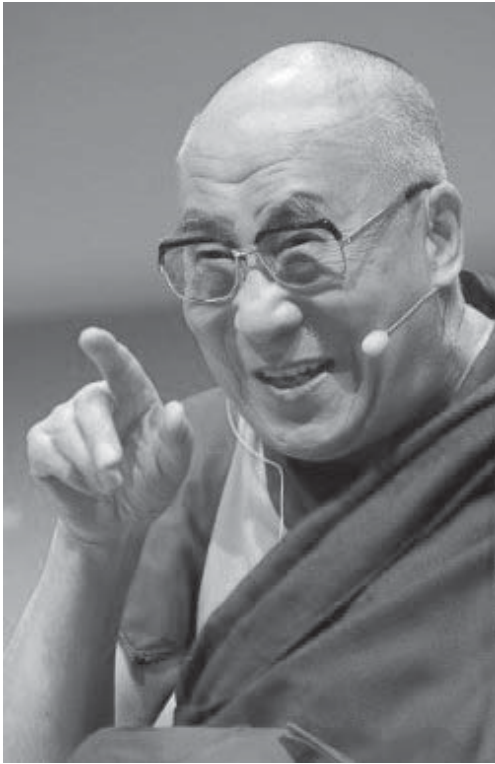
### **3. Thứ ba, “học nhẫn nhục”.**

Thế gian này nếu nhẫn được một chút thì sóng yên bể lặng, lùi một bước biển rộng trời cao. Nhẫn, vạn sự được tiêu trừ. Nhẫn chính là biết xử sự, biết hóa giải, dùng trí tuệ và năng lực làm cho chuyện lớn hóa thành nhỏ, chuyện nhỏ hóa thành không.

### **4. Thứ tư, “học thấu hiểu”.**

Thiếu thấu hiểu nhau sẽ nảy sinh những thị phi,





tranh chấp, hiểu lầm. Mọi người nên thấu hiểu thông cảm lẫn nhau, để giúp đỡ lẫn nhau. Không thông cảm lẫn nhau làm sao có thể hòa bình được ?

#### **5. Thứ năm, “học buông bỏ”.**

Cuộc đời như một chiếc vali, lúc cần thì xách lên, không cần dùng nữa thì đặt nó xuống, lúc cần đặt xuống thì lại không đặt xuống, giống như kéo một túi hành lý nặng nề không tự tại chút nào cả. Năm tháng cuộc đời có hạn, biết buông bỏ thì mới tự tại được!

#### **6. Thứ sáu, “học cảm động”.**

Cảm động là tâm thương yêu, tâm Bồ tát, tâm Bồ đề; trong cuộc đời mấy mươi năm của tôi, có rất nhiều câu chuyện, nhiều lời nói làm tôi cảm động, cho nên tôi cũng rất nỗ lực tìm cách làm cho người khác cảm động.

#### **7. Thứ bảy, “học sinh tồn”.**

Để sinh tồn, chúng ta phải duy trì bảo vệ thân thể khỏe mạnh; thân thể khỏe mạnh không những có lợi cho bản thân, mà còn làm cho gia đình, bạn bè yên tâm, cho nên đó cũng là hành vi hiếu đễ với người thân.

## **Có những món quà**

Có những món quà bạn không cần phải mua nhưng lại vô cùng ý nghĩa và có giá trị lớn lao khi bạn trao tặng cho bạn bè, người thân và cho cả chính bạn...

### **Món quà của SỰ LẮNG NGHE.**

Hãy thật sự lắng nghe, chia sẻ những nỗi đau, tâm sự vui buồn cùng người khác. Hãy lắng nghe không chỉ bằng đôi tai mà bằng tất cả tấm lòng.

### **Món quà của SỰ QUAN TÂM.**

Hãy dành thời gian để quan tâm đến người thân, bạn bè đồng nghiệp, xem những vấn đề của họ như là của chính bạn. Hãy để mọi người cảm nhận tình cảm của bạn qua những hành động bạn thể hiện hàng ngày.

### **Món quà từ SỰ TRÌU MIẾN.**

Hãy thể hiện sự trù miến với những người thân yêu bằng những lời nói ân cần và cử chỉ trù miến, bạn sẽ thấy điều kỳ diệu.

### **Món quà từ NHỮNG NỤ CƯỜI.**

Nụ cười là một ngôn ngữ không lời nhưng có khả năng lan tỏa sức mạnh đến người khác nhanh nhất. Một nụ cười làm niềm vui nhân đôi, làm nỗi buồn trở nên nhẹ bồng. Hãy trao tặng nụ cười cho tất cả những người xung quanh.

### **Món quà từ SỰ GIÚP ĐỖ.**

Mỗi ngày hãy chủ động làm một vài điều tử tế, bạn sẽ thấy cuộc sống thật vui vẻ và nhẹ nhàng.

### **Món quà của NHỮNG LỜI KHEN TẶNG.**

Những câu nói giản đơn nhưng chân thành như “Hôm nay trông bạn thật rạng rỡ!”, “Bạn làm việc đó thật tốt”, hay “Bữa ăn hôm nay thật tuyệt vời!”... sẽ tạo thêm niềm vui và phấn chấn cho người khác.

### **Món quà của SỰ SÁNG TẠO.**

Mỗi ngày hãy thực hiện một điều bất ngờ nho nhỏ cho bạn bè và gia đình. Chắc chắn bạn cũng sẽ nhận được những điều bất ngờ thú vị từ họ.

### **Món quà của SỰ TĨNH LẶNG.**

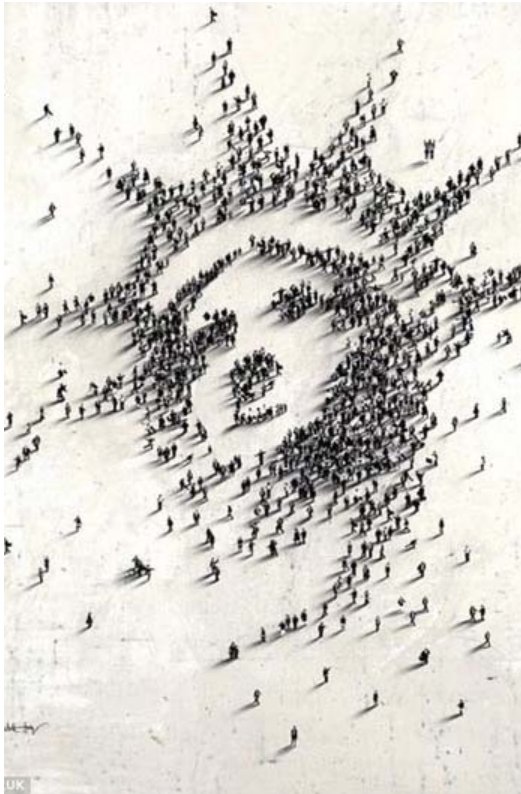
Là những khoảnh khắc bạn thực sự chỉ muốn yên lặng một mình. Hãy trân trọng thời khắc quý báu này và trao món quà của sự tĩnh lặng cho người khác đúng lúc.

### **Món quà của SỰ TRI ÂN.**

Những lời đơn giản nhất để bày tỏ lòng biết ơn đối với sự quan tâm, chia sẻ của người khác chính là “Chào bạn!” và “Cảm ơn” cùng nụ cười chân thành...

## Về miền đất Hứa Israel...

*Câu chuyện này cũng tương tự như câu chuyện người Việt tỵ nạn... Qua bên Mỹ với hai bàn tay trắng và vốn liếng Anh ngữ chỉ đủ nói "Hello" mà bây giờ con cháu của chúng ta đã trở thành các vị Bác Sĩ, Kỹ Sư, Luật Sư nổi tiếng khắp nước Mỹ...*



**K**hi tôi chọn con đường về miền đất Hứa Israel vào năm 1992 chính là lúc mà gia đình chúng tôi đã lâm vào cảnh bế tắc không còn lối thoát. Tuy nói rằng trở về quê hương nhưng thực chất ra thì Israel chỉ là một vùng đất vô định mà tôi không biết phải sinh sống như thế nào cho bản thân tôi được sinh tồn để nuôi nấng những đứa con thơ dại của tôi hãy còn kẹt lại thiên đường Đỏ. Năm đó đứa con trai lớn của tôi mới được 13, đứa kế ở tuổi 11 và cô bé út vừa trải qua sinh nhật 9 tuổi.

Câu chuyện của tôi phải bắt đầu từ những năm cuối của thời đệ nhị thế chiến. Cha tôi, một người Do Thái cư ngụ tại Nga đã trải qua bao khó nhọc mới mang tấm thân tàn đến được thành phố Thượng Hải. Tại đây, ông bắt đầu cuộc đời trở lại bằng con số không. Là một thợ kim hoàn khéo tay và cần cù cha tôi đã tạo được một sự nghiệp nho nhỏ để tự nuôi thân. Ông cưới mẹ tôi là một người phụ nữ Thượng Hải và tôi ra đời dưới sự thương yêu của cha và mẹ. Thế nhưng không biết vì lý do gì mà mẹ đã lìa bỏ cha và tôi lúc tôi chỉ mới lên ba. Bà đã mang theo tất cả của cải dành dụm trọn đời của cha khiến hai cha con chúng tôi bỗng dưng trở thành vô sản. Cuộc sống cha con tôi ngày càng trở nên cơ cực hơn vì sự khép kín dần dần của chính đảng Cộng Sản tại Trung Hoa. Năm tôi 12 tuổi, cha tôi đã bị bắt đi cải tạo, ông bị đẩy ải đến một vùng hoang vu hiểm trở nào đó rồi không bao giờ tôi thấy ông xuất hiện trở lại nữa. Từ đó tôi sống mồ côi hẩm hiu một mình, tôi phải làm đủ mọi ngành nghề để kiếm miếng ăn một cách vất vả. Có lẽ do dòng máu Do Thái trong

người của tôi nung nấu, cho nên tôi đã vượt qua được hết những gian khổ trong đời để sinh tồn đến năm tôi 20 tuổi.

Lúc đó tôi làm công nhân lao động trong một hãng tôi luyện gang thép, tôi phải lòng một anh cán bộ trẻ của hãng đến từ miền Bắc Trung Quốc được biệt phái xuống Thượng Hải làm việc. Chúng tôi nhanh chóng trở thành một cặp tình nhân rồi đi đến chuyện lấy nhau. Phải thú nhận rằng trong những năm đầu của cuộc sống hôn nhân chúng tôi đã có được những ngày hạnh phúc tuyệt vời. Do đó ba đưa con của chúng tôi, hai trai một gái lần lượt ra đời trước khi cả nước bước vào giai đoạn hạn chế sinh để được áp dụng chặt chẽ vào năm 1979. Hạnh phúc gia đình chúng tôi không kéo dài được bao lâu, chồng tôi bỗng dưng bỏ đi mất biệt không một lời từ giã, không một lá thư để lại cho mẹ con chúng tôi. Tôi cố gắng duy trì cuộc sống cho gia đình bốn miệng ăn nhưng thực tế cho thấy chúng tôi đã đến lúc khánh tận không còn cơ hội sinh tồn được nữa. Nếu tiếp tục ở lại Thượng Hải, chung quanh tôi chỉ toàn một màu tang tóc của kỷ niệm đau buồn, dấu vết của

người cha mất tích, của người chồng biệt tăm và ba đứa con nheo nhóc không còn đường sống.

Ngay trong giai đoạn cơ cực nhất của cuộc đời tôi thì hai quốc gia Israel và Trung Quốc lại bình thường hóa trên quan hệ và họ thiết lập bang giao ở cấp bậc đại sứ. Lợi dụng sự ưu tiên cho những con dân Do Thái được dịp về thăm quê hương xứ sở, tôi mang một tâm trạng gần như trốn chạy để thoát ra khỏi vùng không khí kìm hãm của Thượng Hải trở thành một trong những người di dân Do Thái đầu tiên về miền đất Hứa.

Bạn không thể tưởng tượng được quang cảnh những ngày đầu tiên của tôi sinh sống tại Israel đâu. Số vốn liếng tiếng Hebrew ít ỏi mà tôi học được của cha tôi từ lúc nhỏ đã không còn được sử dụng tại Israel ngày nay. Tôi cũng không biết đến món tiền trợ cấp lập nghiệp của quỹ di trú Do Thái dành cho những người hồi hương. Những ngày đầu tiên tôi lang thang dọc suốt những con đường của thành phố Tel Aviv mà bụng dạ rối bời. Số tiền trong túi chỉ đủ cho tôi cầm cự cuộc sống eo hẹp trong vòng ba tháng, nếu như không gấp rút ổn định cuộc sống, tôi và những đứa con ở chân trời xa xôi sẽ phải lâm vào tuyệt lộ ngay.

Không có nhiều thời giờ để nghĩ ngợi và lo lắng, tôi ngồi xuống vạch ra chương trình hành động ngay lập tức. Trước hết tôi dồn hết thời giờ vào việc học tiếng Hebrew để có thể giao tiếp với mọi người chung quanh. Khi đã có thể nói được những câu nói tạm đủ hiểu và biết đếm những con số từ 1 đến 100 là tôi tức thì lao mình vào cuộc sống ngay lập tức. Tôi mở ngay một gian hàng bên vệ đường bán món chả giò mà tôi đã cố công học hỏi trước khi di dân sang vùng đất Hứa này. May mắn thay, món chả giò của tôi lại được những người đồng hương Do Thái của tôi chiếu cố cho nên mỗi ngày tôi cũng kiếm được vài chục đồng shekel. Quên thưa với quý vị, đơn vị tiền tệ của Do Thái rất giản dị, họ chỉ dùng shekel (đồng) và agora (xu) với một shekel ăn 100 agora.

Khi gian hàng chả giò của tôi đã tạm thời đứng vững, tôi vội vã làm giấy tờ đoàn tụ để mang những đứa con của tôi về trở về bên cạnh tôi. Mọi việc đều tốt đẹp không ngờ. Đầu tháng 5 năm 1993, các con của tôi đã đến được Tel Aviv.

Những ngày đầu sinh sống tại Do Thái, các con của tôi tỏ ra không được thích ứng cho lắm. Chúng thường bị những người hàng xóm của tôi phàn nàn. Nguyên do chính là do những va chạm văn hóa như thế này đây: Chúng tôi vẫn giữ theo nguyên tắc sống của nền văn hóa cũ cho nên mỗi một việc làm trong nhà từ lớn tới nhỏ đều do một mình tôi quán xuyến, các con tôi chỉ phải lo một việc duy nhất là học hành. Mỗi buổi sáng khi chúng vừa leo lên xe bus đi vào trường là tôi dọn hàng ra sạp ngồi chiền chả giò mãi cho đến chiều tối. Vào khoảng 6 giờ chiều, tôi ngưng việc chiền chả giò và bắt một nồi nước súp lên nấu những bát mì hoành thánh thơm ngát cung cấp bữa ăn chiều cho các con của tôi từ trường trở về. Hôm nọ, khi những đứa bé đang ngồi ăn thì một bà hàng xóm của chúng tôi xuất hiện. Bà lên tiếng hạch sách đứa con trai lớn của tôi :

- Anh đã là một cậu bé lớn chồng ngồng rồi, đúng lý ra anh phải phụ giúp mẹ anh quán xuyến trong ngoài chứ không phải chỉ ngồi y ra đó đợi mẹ anh dâng cơm tới miệng. Đừng để mọi người chung quanh cho rằng anh chỉ là một món đồ phế thải trong xã hội.

Quay sang tôi, bà sùng sộ nói tiếp :

- Còn bà, bà đừng có mang phương cách giáo dục con cái lạc hậu của mấy người sang Do Thái này. Nhiệm vụ của người mẹ không chỉ duy nhất là thương yêu con cái mà phải biết dạy dỗ chúng theo một phương pháp có logic đàng hoàng ...

Những lời khiển trách của bà hàng xóm làm cho bốn mẹ con chúng tôi chết đứng tại chỗ. Chúng tôi lặng lẽ thu dọn hàng quán đi về nhà. Vừa về đến nhà, tôi vội vã ôm lấy đầu thằng con võ về:

- Con đừng bận tâm đến lời nói của bà hàng xóm, mẹ còn chống chọi được, các con cứ việc tiếp tục lo lắng sự học trước là tốt rồi.

Con trai tôi cảm động ôm lấy tôi và thầm thì vào tai tôi :

- Nhưng con lại thấy những lời trách cứ của bà ta có phần nào đúng. Hay là mẹ hãy để cho con tập tành làm người lớn lo chăm sóc cho các em của con đi.

Hôm sau là ngày cầu nguyện trong tháng, mấy đứa bé được phép về nhà sớm hơn mọi ngày. Thằng con lớn vừa đến nhà là bỏ ngay cặp sách xuống, cậu

ta xông vào dành phần nhồi bột giúp tôi, sau đó cậu học cách thức của tôi mang bột ra sắt lát mỏng thành những miếng vỏ hoành thánh.

Hai đứa bé thì trét thịt vào vỏ hoành thánh rồi vào thành viên. Động tác của các con tôi vụng về không thành thạo nhưng nhìn thấy nụ cười trên gương mặt chúng thì tôi biết là chúng cũng đang hăng diện về công việc mà chúng đang làm. Tôi thật sự ngạc nhiên hết sức về sự tiến bộ của bọn chúng, chỉ trong vòng nửa tiếng đồng hồ, mấy đứa con tôi đã tỏ ra thành thạo trong việc tự tạo ra thức ăn, nhất là đứa con trai lớn của tôi, những cuộn chả giò của nó hình như cũng khéo léo và không thua tôi làm là bao. Sau bữa ăn chiều, các con tôi đến bàn với tôi là ngày hôm sau, bọn chúng sẽ dậy thật sớm chiên thêm một mớ chả giò mang vào trường bán để phụ giúp thêm cho kinh tế của gia đình. Trước sự sốt sắng của các con, tôi đành phải đồng ý cho bọn chúng vui. Thế là sáng ngày hôm sau, chúng tôi dậy sớm và hăng hái hợp tác trong công cuộc dùng chả giò “tấn công” vào trường học của mấy đứa con để cải thiện hoàn cảnh sống của chúng tôi. Hàng ngày, mỗi đứa mang về cho tôi 10 shekel, số tiền mà chúng bán chả giò trong giờ ăn trưa. Tuy tôi đưa tay nhận lấy số tiền nhưng trong lòng tôi chợt nhuốm lên nỗi buồn vì phải nhờ đến sự cố gắng của mấy đứa nhỏ để cải thiện cuộc sống của gia đình.

Thế nhưng các con tôi lại có thái độ khác hẳn, bọn chúng không coi việc mang chả giò vào bán trong trường là một niềm vui nhọc mà chúng hình như càng ngày càng thích thú hơn trong việc tạo ra của cải cho gia đình. Những người hàng xóm của tôi càng ngày càng gần gũi với chúng tôi hơn. Nhiều người bắt đầu giảng giải cho tôi biết quan niệm giáo dục của dân tộc Do Thái và nhất là làm sao giáo hóa bọn trẻ cho đúng phương cách. Kể từ thuở xa xưa, người Do Thái không bao giờ qui định việc kiếm tiền của một người phải bắt buộc ở một lứa tuổi nhất định nào cả. Đông Phương có câu ngôn ngữ dạy con từ thuở còn thơ thì người Do Thái lại ngầm cho rằng “Dạy con kiếm tiền từ thuở còn thơ” mới là phương pháp giáo dục đúng đắn nhất.

Những người hàng xóm còn cho chúng tôi biết trong gia đình của họ không có bữa ăn nào mà không tính tiền. Những đứa trẻ đều được giáo dục

làm sao kiếm được tiền để đánh đổi lại phần ăn của nó trong gia đình và những tiện nghi chúng đang hưởng được. Theo tôi nghĩ phương thức này có vẻ gắt gao và tàn nhẫn quá mức, tuy nhiên những đứa bé Do Thái đã được đào tạo từ một môi trường sinh sống trong học đường như vậy nên chúng thích ứng rất nhanh với mọi hoàn cảnh. Chúng tôi bắt đầu từng bước một sửa dần quan niệm sống trên đất nước Do Thái chúng tôi.

Trước hết, tôi tập hợp bọn trẻ lại rồi chúng tôi định lại những giá trị vật chất và tiện ích trong gia đình. Mỗi một tiện nghi sử dụng trong nhà đều phải có cái giá để trả. Mỗi đứa bé đều phải trả cho tôi, người quản gia một số tiền là 100 shekel mỗi tháng cho tiền ăn, 50 shekel cho tiền giặt giũ quần áo. Ngược lại thì tôi cũng phải tạo điều kiện cho chúng kiếm tiền, mỗi ngày tôi giao cho mỗi đứa con tôi 20 cuốn chả giò để chúng mang vào trường bán, với giá vốn 30 xu (agora) mỗi cuốn, bọn chúng có thể bán theo một giá biểu do chúng tự đặt ra. Số tiền lợi nhuận kiếm được hàng ngày sẽ được khấu trừ vào tiền ăn uống và giặt giũ quần áo chúng phải trả cho tôi hàng tháng.

Quý vị đoán thử xem các con của tôi sẽ mang về cho tôi bao nhiêu tiền trong ngày đầu tiên theo qui luật mới. Tôi thực sự thích thú thấy những đứa con Do Thái của tôi tự nghĩ ra phương cách kiếm tiền độc đáo hơn hẳn sự tưởng tượng của tôi. Trong ba đứa con, chỉ có cô con gái là dùng phương thức cổ điển nhất, cô mang bán cho bạn bè trong lớp cô mỗi cuốn chả giò 50 xu, cô bán nhanh chóng trong vòng nửa tiếng đồng hồ hết sạch 20 cuốn chả giò và mang về cho tôi 10 shekel tổng cộng trong đó có 4 shekel lợi nhuận. Cậu con thứ nhì dùng phương thức làm biếng, cậu vào nói chuyện với nhà thầu trong câu lạc bộ ăn uống của nhà trường và đề nghị bán cho họ mỗi cuốn chả giò giá rẻ 40 xu, tuy rằng cậu chỉ kiếm được 200 xu tổng cộng nhưng nhà thầu đồng ý sẽ nhận của cậu 100 cuốn mỗi ngày tức là cậu sẽ mang về 1000 xu = 10 shekel lợi tức mỗi ngày kể từ hôm đó mà không cần phải phí một chút công sức nào trong việc đi mời mọc khách hàng cả. Cậu con cả của tôi thì độc đáo hơn, cậu vào thư viện của trường và thương lượng để mượn một phòng họp của họ nhằm giới thiệu về văn hóa Trung

Hoa cho những học sinh Do Thái trong trường biết thêm về một đất nước mới lạ. Mỗi người chỉ cần trả cho cậu 20 xu tiền vé là có thể vào xem triển lãm tranh ảnh, nghe cậu trả lời những câu hỏi và còn có dịp thưởng thức món chả giò, đặc sản của Trung Quốc nữa. Cậu con cả của tôi đã khéo léo cắt mỗi cuốn chả giò ra làm 5 khoanh đồng đều nhau, mỗi một người khách vào cửa đều được cậu mời một khoanh chả giò miễn phí. Tổng cộng cậu tiếp đãi được 100 bạn học, số tiền thu được là 2000 xu, sau khi khấu trừ 500 xu tiền mướn phòng họp, cậu con của tôi mang về cho tôi 1500 xu tức 15 shekel, nếu trừ ra tiền vốn 6 shekel của 20 cuốn chả giò, cậu đã tạo được 9 shekel lợi tức.

Những phương pháp làm tiền của hai cậu con trai đã thật sự khiến cho tôi sáng mắt ra. Tôi không ngờ hoàn cảnh nghèo túng đã khiến các con tôi phải mưu sinh tìm cuộc sống và buộc cho “cái khó ló cái khôn”. Chỉ trong vòng mấy ngày mà các con tôi bỗng như chuyển mình biến thành những tay thương buôn chuyên nghiệp cả. Việc làm của chúng chỉ tốn một ít thời gian buổi trưa cho nên đã không ảnh hưởng gì đến vấn đề học hành cả.

Những đứa bé con tôi bắt đầu biết suy nghĩ và trui rèn thêm những phương cách làm tiền tinh vi. Chúng cố gắng áp dụng sự học trong sách vở cộng thêm những khảo sát bên ngoài thế giới thực tế để thực hiện những bài học trong trường. Đó chính là tinh thần học hỏi của người dân tộc Do Thái chúng tôi. Chẳng hạn như trong một bài học thực hành mà tôi đã tham dự cùng các con tôi, thầy giáo đã hỏi mấy đứa bé: “*Khi gặp phải trường hợp chủng tộc Do Thái bị kẻ thù tấn công, mỗi người phải tản mác ra mọi phương hướng để tìm đường sống còn thì những tài sản hay vật dụng cần thiết nào phải được ưu tiên mang theo*”. Nếu như người nào trả lời là tiền bạc hay châu báu thì sẽ bị đánh giá là sai vì những bảo vật này sẽ khiến cho kẻ thù tối mắt mà tiêu diệt mình đi, câu trả lời đúng nhất là “*ý thức và sự giáo dục*”. Chỉ có ý thức và sự giáo dục mới là báu vật vĩnh cửu của con người không thể nào bị kẻ khác lấy đi khỏi thân xác ta được.

Các con tôi rất thích lời khuyên của thầy giáo: “*Nếu như các em muốn sau này trở nên giàu có, thì hãy học hỏi những điều tôi vừa mới khuyên nhủ.*”

## **Thơ Tự Sự**

**Lưu Quang Vũ**

**Dù đục dù trong, con sông vẫn chảy  
Dù cao dù thấp, cây lá vẫn xanh  
Dù người phạm tặc hay kẻ tu hành  
Vẫn phải sống từ những điều rất nhỏ**

**Ta hay chê rằng cuộc đời méo mó  
Sao ta không tròn ngay tự trong tâm  
Đất áp ôm cho mọi hạt nảy mầm  
Những chồi non tự vươn lên tìm ánh sáng**

**Nếu tắt cả đường đời đều trơn láng  
Chắc gì ta đã nhận ra ta  
Ai trong đời cũng có thể tiến xa  
Nếu có khả năng tự mình đứng dậy**

**Hạnh phúc cũng như bầu trời này vậy  
Không chỉ dành cho một riêng ai !**

## **Tự Nguyện**

**Trương Quốc Khánh**

**Nếu là chim, tôi sẽ là loài bồ câu trắng  
Nếu là hoa, tôi sẽ là một đóa hướng dương  
Nếu là mây, tôi sẽ là một vầng mây ấm  
Là người, tôi sẽ chết cho quê hương**

**Là chim, tôi sẽ cất cao đôi cánh mềm  
Từ nam ra ngoài bắc báo tin nối liền  
Là hoa, tôi nở tình yêu ban sớm  
Cùng muôn trái tim ngất ngây hoà bình**

**Là mây, theo làn gió tung bay khắp trời  
Nghìn xưa oai hùng đó tôi xin tiếp lời  
Là người, xin một lần khi nằm xuống  
Nhìn anh em đứng lên phát cao ngọn cờ**

*Đó là những điều tối cần thiết trong hành trang vào đời của các em...”. Cậu con cả của tôi sau những giờ học về luật pháp hiện hành của quốc gia đã về nhà bàn với tôi là người ta cho cậu biết mỗi một gia đình kiều bào Do Thái khi trở về quê hương đều được chánh phủ trợ cấp một số tiền định cư tối thiểu nào đó. Tuy không tin lắm, nhưng tôi cũng đi xin thử. Quả nhiên người ta ký một chi phiếu 6000 shekel cho tôi ngay lập tức. Đối với gia đình chúng tôi thì số tiền này phải nói là một gia tài kha khá ngay lúc đó. Cậu cả tức thì đòi hỏi tôi phải trả 10*

phần trăm tiền thưởng (consultant fee) vì cậu đã làm cố vấn luật pháp cho tôi. Tôi do dự và suy nghĩ lâu lắm nhưng cuối cùng thấy sự đòi hỏi này hợp lý cho nên đã chi ra số tiền đó cho cậu. Cậu con cả đã dùng số tiền này mua cho mọi thành viên trong nhà một bộ đồ mới, phần tiền còn lại, cậu dùng để đầu tư. Cậu đã gửi mua những món quà nhỏ, rẻ tiền sản xuất từ Trung Quốc rồi mang ra bán cho những bạn bè chung lớp chung trường. Lợi nhuận kiếm được lại dùng để mua thêm nhiều mặt hàng khác. Phải nói rằng cậu con cả của tôi có năng khiếu về giao dịch cho nên chỉ trong vòng một năm, trương mục ngân hàng của cậu có dư trên con số 2000 shekel.

So với cách kiếm tiền táo bạo của cậu con cả thì cậu con kế của tôi còn nắm bắt được những tinh hoa trong chốn thương trường của người Do Thái hơn Dân Do Thái có chung một quan điểm, họ bắt đầu sự nghiệp từ những ngành nghề không cần đến vốn liếng, nhất là những công việc kiếm tiền mà những người khác không bao giờ nghĩ tới. Cậu con thứ của tôi bắt đầu sự nghiệp viết văn từ năm 14 tuổi, với ngòi bút sắc bén và nhận xét tinh tế, cậu đã được hai tờ nhật báo dành cho một cột phê bình trong trang văn nghệ học sinh. Mỗi tuần cậu nộp hai bài viết, mỗi bài dài khoảng một ngàn chữ với giá 4 xu một chữ, cậu đã mang về 8000 xu tức 80 shekel một cách nhẹ nhàng. Cô con gái Út của tôi thì nhu mì và ít xông xáo hơn hai người anh, nhưng tôi càng lúc càng phát hiện ra những bản chất dịu dàng và thái độ lạc quan trong sinh hoạt hàng ngày của cô. Mỗi buổi tối cuối tuần, cô thường pha một bình trà thơm phức và mang ra những món bánh ngọt do cô tự chế lấy từ những môn học gia chánh trong trường để cho tôi và hai người anh của cô cùng thưởng thức. Chúng tôi vừa ăn bánh uống trà vừa vui đùa kể cho nhau nghe những mẩu chuyện trong sinh hoạt hàng ngày. Ôi, so với những ngày mới định cư trên đất nước này, chỉ mới có ba năm mà sao cuộc sống của chúng đã tiến triển vượt xa những điều chúng tôi hằng ước muốn trước kia. A, chút nữa là tôi quên mất rồi, các anh của cô

càng thích thưởng thức những mẩu bánh của cô làm nhưng cũng phải trả lại cái giá của nó chớ. Nên nhớ rằng trong nhà của tôi không có cái gì là “free” cả. Cô con gái Út cũng phải kiếm tiền để trả lại tiền cơm của cô đấy mà.

Khi kinh tế gia đình của chúng tôi bắt đầu ổn định, tôi và các con gom vốn lại để kinh doanh một nhà hàng Chinese food. Tôi chiếm hữu 40 phần trăm cổ phần, cậu có cả 30, cậu kế 20 và con út của tôi chiếm giữ 10 phần trăm. Nhờ tính siêng năng cần cù cố hữu của con người sinh ra và lớn lên ở phương đông, cộng thêm kiến thức thâm lượm từ cách phân tích thị trường chúng tôi học được của người Do Thái, nhà hàng chúng tôi chỉ cần một năm rưỡi là có được tiếng tăm vang dội khắp cả vùng đất Galilee, mà vinh hạnh nhất là lần chúng tôi được Thủ Tướng Do Thái tiếp kiến tại dinh thự của ngài. Những lúc sau này, tôi chỉ đứng ở vai trò chỉ huy mà không cần phải bắt tay làm việc trực tiếp nên tôi có nhiều thời giờ để học hỏi thêm văn hóa Do Thái, ngôn ngữ Hebrew. Lúc đó nền kinh tế tại Trung Quốc đã được nâng cao, mức sống của giai cấp trung lưu tăng trưởng nhanh, các công ty thương mại Do Thái lập tức bỏ vốn kinh doanh vào thị trường khổng lồ này. Người ta bắt đầu săn lùng những khuôn mặt lớn để có thể làm đại diện cho các công ty Do Thái tại Trung Quốc. Tôi được công ty Kim Cương Đá Quý của chính phủ mời làm đại diện thương mại chánh thức cho họ tại Thượng Hải vào năm 1997. Thế là chúng tôi cấp tốc thu tóm cơ sở làm ăn và lên đường trở về nơi chốn mà chúng tôi sinh trưởng và lớn lên. Nhìn lại ba đứa con nay đã trở thành những thanh niên thiếu nữ khôi ngô tuấn tú mà lại trưởng thành từ hình dúc cho đến tu





tưởng, tôi cảm thấy giấc mộng đổi đời đã thực sự phát sinh cho gia đình chúng tôi.

Các con tôi mang về Thượng Hải rất nhiều món hàng lạ của Do Thái, bọn chúng tiếp tục vào trường để học những năm còn lại của bậc

trung học. Nhưng chỉ nửa tháng sau khi trở lại Thượng Hải, các thầy cô trong trường của mấy đứa nhỏ đã tới tập gọi điện thoại phàn nàn với tôi về các hoạt động của chúng. Một cô giáo còn tới thẳng nhà tôi tố cáo rằng con gái tôi đã mang rất nhiều thứ linh ca linh kính đến từ Do Thái và bắt đầu tung ra bán cho bạn học ở trong trường, từ những tấm khăn choàng dân tộc cho đến những vỏ đạn rơi rớt lại sau chiến tranh. Tôi thẳng thắn trả lời cô giáo rằng tôi không thể nào ngăn cấm việc làm của các con tôi vì đây là phương thức kiếm tiền để đóng học phí của chúng. Cô giáo con tôi đã mở trợn mắt ngạc nhiên vì cô không thể nào hiểu nổi một người có thu nhập trên 5000 USD một tháng như tôi mà lại không chịu đóng học phí cho con cái. Tôi mỉm cười mời cô giáo ăn thử một mẫu bánh mà con gái tôi bán giá 2 đồng cho mọi người ăn trong nhà rồi nói với cô :

- Đây là phương cách sống của các con tôi đã học được từ văn hoá Do thái. Khi biết rõ những nguyên tắc về sản xuất vật liệu trên đời (material supply principal) này, những đứa con của tôi chắc chắn sẽ trở

thành những con người ưu tú trong xã hội...

Cậu con cả của tôi sau khi hoàn tất năm cuối cùng bậc trung học tại Thượng Hải đã thi vào trường Cao Đẳng Thương Mại chuyên nghiên cứu về thị trường du lịch. Mong ước của cậu là muốn trở thành một chuyên gia về ngành nghiệp này, sau đó cậu sẽ trở về Israel mở một công ty du lịch để tiếp đãi du khách đông phương vì cậu thấy Trung Quốc sẽ là một thị trường lớn cho ngành du lịch của những năm tới.

Năm sau, cậu con kế của tôi ra trường và chọn ngành ngoại ngữ ở học viện quốc gia Thượng Hải, mong ước của cậu là muốn trở thành một nhà văn. Nguyên tắc của cậu ba này vẫn giữ nguyên như cũ: không cần phải bỏ vốn đầu tư mà vẫn có thể trích được lợi nhuận từ công việc của mình. Cô con gái út của tôi thì dự định trong tương lai sẽ học ngành Gia Chánh nấu ăn để trở thành một tay thợ khéo chuyên trị các loại bánh ngọt cao cấp nhất. Có nuôi mộng ước sẽ mở một (hoặc nhiều) cửa hàng bánh ngọt tiếng tăm nhất vùng Địa Trung Hải...

Sau một năm trở lại Thượng Hải, tôi nhận thấy những bậc cha mẹ tại Trung Quốc hình như sống trong một tâm trạng nghiêng ngã bất định: Họ có ước muốn là con của họ sẽ trở thành người thành công trên mọi ngành nghề, có tiền để cho cuộc sống được sung túc nhưng họ lại e ngại rằng con cái của họ sẽ quá say đắm vào công việc kiếm tiền. Điều này cũng giống như họ hy vọng con cái họ có được cuộc sống gia đình hạnh phúc nhưng lại lo ngại những đứa bé lọt vào lưới tình quá sớm vậy. Phải chăng đây là một thứ “đạo đức giả” của người sinh ra ở trong nền văn hoá phương đông. Bạn nên biết rằng người Do Thái đã dùng tiếng leng keng của những đồng tiền va chạm vào nhau để chào mừng đứa bé ra đời vì họ xem công cuộc kiếm tiền là mục tiêu tối hậu của con người, còn những thứ khác như giáo dục, học tập, ý thức đều là những quá trình hay là công cụ để đạt được mục tiêu kiếm tiền của con người mà thôi. Những bậc làm cha mẹ tại thế giới phương đông dù cho có những ước muốn khao khát con cái của họ tiến đến mục tiêu đó nhưng không bao giờ họ mở miệng để nói ra ước vọng đó được.

Ước vọng đó khó nói thành lời lắm phải không? Thực ra thì chỉ là một câu nói đơn giản như thế này: “Tôi muốn con tôi trở nên giàu có”. Chỉ có vậy thôi.

# Ao thả vịt

*Ao thả vịt : nơi hội tụ ghi những vui buồn xảy ra trong cuộc sống. Ao đón nhận tất cả những chia sẻ của quý độc giả. Ao không đăng những bài chỉ trích cá nhân, chửi rủa hay những bài nặc danh... nhưng sẵn sàng cho đăng đàn mọi ý kiến làm đẹp cuộc sống ...*

*Những bài viết do tác giả chịu trách nhiệm, chứ không nhất thiết phản ánh lập trường của Ban Biên Tập Nhịp Cầu. Xin mời quý vị cùng tham gia...*



## Chuyện người Việt nam ở Litte Saigon...

Đọc bài “Người Việt ở bản” của Tài Ngọc trong trang <http://www.saigonocean.com/>, tôi rất đồng ý và muốn kể thêm “những sự thật thấy mà đau đớn lòng”, nói thêm về những cá tính “rất ích kỷ”, “rất vô giáo dục” và “vô liêm sỉ”, “không có lòng tự trọng” của một số người Việt Nam.

Những điều chúng ta nói ra đây không phải “vạch áo cho người xem lưng” mà để cùng nhau cải tiến một lối sống “sạch sẽ & trật tự” hơn như những giống dân khác mà thôi...

**T**ôi đang ở chung cư, chỗ này dành cho người lớn tuổi trên 55 mới được phép vào mượn.

Tôi hay giúp đỡ mọi người, già trẻ lớn bé, liền ông liền bà gì cũng giúp ráo trội, do đó ai có chuyện gì “không giống ai” cũng gọi tôi.

Đây là những chuyện có thật 100% tôi đã chứng kiến. Phần đông, người ngoài văn phòng nhờ tôi nói dùm vì... cần sửa đổi những việc “trái tai gai mắt”.

1/ Có những người VN vào đây ở, họ được hưởng tiền già, tiền hưu, tiền bệnh nhưng hãy còn cái thú kiếm thêm “income”. Rất OK, xứ này tự do, ai có sức muốn xả thân kiếm tiền, làm 3 job một ngày không ai cấm miễn đừng phiền đến người khác thôi.

Có bà ở đây nấu cơm tháng, ai ai cũng biết nấu cơm VN thì có đủ món, thịt cá tôm cua đủ cả. Bà này mang hết những thứ này ra phòng giặt (là nơi họ để máy giặt máy xấy bỏ tiền vào giặt quần áo, trong phòng này có 1 bồn nhỏ & vòi nước để có ai đó cần giặt tay), bà ta dùng cái bồn ấy để rửa rau rửa cá rửa thịt... và nghĩ rằng sẽ tiết kiệm được tiền nước mỗi tháng của bà. Sau khi rửa các thứ ấy, bà để lại trong phòng một mùi tanh thịt cá cộng thêm một bịch rác khổng lồ trong thùng rác nơi phòng giặt. Thùng rác này họ chỉ để bỏ những thứ rác khô

và không bị thiu thối như giấy thơm cho quần áo, thùng xà bông giặt... nói chung là những rác có mùi thơm, không độc hại, không có vi trùng. Có những người Mỹ họ không chịu nổi mùi hôi thối và đã ra ngoài văn phòng khai báo, ông giám đốc gọi tôi và nhờ nói cho bà ta hiểu rằng chỗ này cấm không cho lạm dụng của công và dù bà có dùng nước trong nhà hay ngoài ngõ thì vẫn trả tiền nước như vậy, không bớt một xu vì họ chia đều tiền nước cho mỗi đầu người, có tắm 3 lần một ngày hay 3 tháng tắm một lần, vẫn phải trả tiền nước như nhau !!!

Ngoài ra nhà ai cũng có 2 cửa, một là cửa chính ra vào cái hành lang chung, một cửa sau mở ra phía vườn hoa chung. Nếu nấu nướng chiên xào nhiều, cần mở cửa cho bớt hôi nhà thì mở cửa sau, bà ta làm ngược lại, và quý vị có bao giờ ngửi mùi mắm ruốc chưng không ? cả building tán loạn vì “mùi gì thối thế ? có ai ăn thịt chó chết chạng ?...” và mùi này đọng trong hành lang cả tháng mặc dù hàng xóm đã xịt hàng trăm chai thuốc thơm !!!

2/ Có bà trông còn trẻ măng (63 tuổi), khoe “em đi Bally exercise mỗi ngày, cuối tuần từ thứ sáu đến chủ nhật đi phòng trà nhảy đầm”... nhưng từ phòng giặt ra đến chỗ đổ rác cách nhau có 3 bước... mà không làm được. Chị ả mang bao thịt hư cá thối ra



bỏ ngay trong thùng rác của phòng giặt, phòng này lúc nào cũng nóng vì máy xấy, sau 1/2 ngày bịch rác của bà này bốc mùi và quý vị có thể tưởng tượng cái mùi kinh khiếp này bay ra khắp hành lang, thiên hạ rủ nhau đi tìm chuột chết !!!

3/ Có bà khoe mình lên truyền hình phổ biến văn hóa VN mỗi tuần, nhưng chính bà ta không văn hóa tí nào cả. Sáng sớm nàng mặc áo ngủ, lèo bèo nhàu nát, vú vê lông thông, tự nhiên như cán bộ Cộng Sản... vắc 5, 7 thùng nước rỗng ra ngay vòi nước chỗ phòng tập thể dục để lấy nước uống... có người nhờ tôi “khuyên bảo” bà ta, tôi phải dậy sớm từ 5 a.m. làm bộ như đi tập thể dục. Gặp bà tôi tay bắt mặt mừng “... *chị ơi, nước uống này và nước ngay trong phòng chị là một thứ, tại sao lại khổ sở thế này? vắc củi về rùng cho nhọc thân !!! nếu muốn kỹ hơn ra tiệm mua cái lọc nước độ \$35 đồng nhờ tên Mã nó gắn cho tha hồ vừa uống vừa tắm !*

...*Chị ơi, em biết chị còn sexy lắm mặc dù chị đã ngoài 70, “nhìn chị bao thằng nhỏ dãi” (lời bà ta), nhưng nơi đây là công cộng, có bao đàn ông đủ mọi sắc tộc ở đây, nửa đêm gà gáy chị mặc áo ngủ đi lòng bông thế này em sợ có ngày chị sẽ làm phiền cảnh sát Fountain Valley vì : “ông ơi nó hiếp tôi !!!”*

4/ Có ông đã ngoài 70, khoe là ngày xưa cũng từng là tay chân của tướng K. dưới chế độ VNCH, đồng nghĩa chàng là dân có tiền (tham những thứ thiệt) và cũng có tí “tri thức” (đừng lầm với trí thức), thế mà chiều chiều chàng “diện” bộ pijama nhàu nát, “c tru”... đi đổ rác. Nghề sở trường của chàng là hay ve vãn những cụ bà (có bà là gái bán bar hồi Mỹ đóng ở VN 1962, cũng đã ngoài 70). Cụ ông kia thích sờ mó lung tung để mấy cụ bà này khoái, cho tí tình côm và nấu ăn free cho chàng. Có ngày bà già bán bar này nổi cơn ghen “sư tử Hà Đông”, làm loạn âm ĩ nơi đây với những lời lẽ văn chương cả Việt lẫn Mỹ “bình dân hạ tiện nhất” của loại gái đứng đường... ôi chao, còn cái gì nhục hơn cho dân mít ở chốn này !!!

5/ Thêm vài tệ nạn xảy ra hàng ngày mà tôi mệt muốn tắt thở không ngăn cản nổi : ăn cắp báo, ăn cắp thức ăn, ăn cắp thuốc, ăn cắp sữa đường ở phòng ăn, ăn cắp hoa ngoài vườn, ăn cắp thư. Tệ hơn nữa ăn cắp xe đẩy từ chợ về vất đầy hành lang và bãi đậu xe mặc dù có khuyến cáo của cảnh sát

họ cũng “phốt tỉnh ăng lê”

6/ Có chiều tôi đi dạo với chị bạn, bắt gặp một cảnh thật “điên cái đầu” : có 2 người mới đi chợ về (?), xe của họ là loại mercedes kiểu mới 2011, cộng thêm theo cách ăn mặc và vòng vàng nữ trang họ đeo, chúng tôi đoán là dân có tiền và có “tí ti đầu óc...”. Nhưng hồi ôi, họ mở cửa xe, trước khi bước xuống họ rải ngay một mớ khăn lau tay, bao nylon có chữ thank you màu đỏ... để lót đường... cho thấy họ đi chợ chắc đói bụng mua thức ăn, ăn xong về đến nhà còn tiếc công vất rác vào thùng rác của nhà, đau lòng hơn là chỗ họ đậu xe cách thùng rác của chung cư có 1/2 bước. Tôi định ra nhắc nhở họ bài học công dân lớp 3 thì chị bạn vội nắm áo tôi lại “*Kim ơi tao lạy mày, i can you, i van you...*”

Cũng việc xả rác, người Việt mình hình như “có thứ” xả rác nơi công cộng thì phải, hoặc họ mù không nhìn thấy sự dơ bẩn và không có đầu óc phục thiện. Cũng nơi Bolsa chỗ thị tứ, buổi trưa chủ nhật, tôi và chị bạn rủ nhau đi ăn cháo cá chợ cũ. Bãi đậu xe đông nghẹt, chúng tôi đang tìm chỗ đậu thì chứng kiến một cảnh không tha thứ được. Trước xe tôi có một xe Lexux SUV mới toanh, trên xe có 4 người phụ nữ trẻ khoảng 30-40, mặt hoa da phấn. Bất chợt cửa xe bên người lái mở và tiếp theo một bịch rác khổng lồ bay xuống đường, ngay trước đầu xe tôi. Cái bịch rác tung toé đầy đường, nào chè nào cháo nào xôi nào bánh nào cafe sữa đá, trông quá khiếp đảm, không còn hình ảnh nào kinh hãi hơn thế nữa... tôi bèn nổi máu anh hùng định xuống “tả lố” cho một trận, cũng bà bạn chicken nắm áo lại, “*tao lạy mày trăm lạy ngàn lạy Kim ơi, bốn con nặc nô nó xúm lại thì cả tao lẫn mày tan xác*”.

7/ Ngoài ra người Việt mình có tật ra chỗ công cộng ăn nói ầm ĩ như chỗ không người. Nơi tôi ở có thư viện cho người ta đến đọc sách, tức là chỗ cần yên tĩnh. Các cụ VN cứ đến tùm 5 tùm 3 nói chuyện ào ào như mưa rào, không ai chịu nổi. Chưa kể vào phòng computer cũng thế, mạnh ai nấy nói, um sùm cả lên còn cộng thêm cái tật thích xâm lấn vào đời tư người khác. Người ta đang dùng internet, đọc email, các cụ cứ dí mũi vào đọc mail của người khác mà không biết đó là điều người Mỹ rất ghét, tối kỵ vì xâm phạm vào “sự tự do riêng” của mỗi cá nhân... Chúng ta thử đặt địa vị của người khác, mình

đang đọc sách hoặc viết văn thư, cần sự yên lặng để làm việc thì một đám người Tàu hoặc người Mễ vào phòng nói chuyện um sùm, mình sẽ cảm thấy ra sao, có điên lên mà chết không ? Và ý tưởng đầu tiên hiện lên trong đầu sẽ là : “LỮ MỌI...”

8/ Có hôm mùa Đông, sáng sớm độ 6 giờ hơn có người gõ cửa, mở ra thấy bà hàng xóm người Mỹ. Bà ta xin lỗi rồi rít vì đánh thức tôi dậy quá sớm vì bà ấy muốn cho tôi chứng kiến tận mắt một bà Việt Nam đang mặc áo ngủ... đi lục thùng rác. Nhìn qua cửa sổ tôi nhận ra là ai, nhưng không biết nên nói năng làm sao, cứ xử như thế nào cho phải... vì bà VN này luôn luôn hãnh diện và khoe đàn con 9 đứa đều thành công, đều là “SU & SĨ...”, kể cả có đứa con làm đến chức tổng giám đốc hãng gì gì đó !!! Thật hết thuốc chữa khi nghe bà hàng xóm người Mỹ còn chêm thêm một câu : ”*tôi nghĩ bà này đi lục đồ ăn thừa vì thấy bà ta cầm mấy hộp màu trắng họ bán food to go... tại bay người VN ở đây có cách nào cho bà ta thức ăn để ăn không ???*”. Tôi á khẩu ...!!!

Tôi biết bà ta không thiếu thức ăn, không đói khát đến độ như thế, lương già của bà ít nhất cũng \$850 mỗi tháng, tiền nhà housing trả gần hết, được ở đây sạch sẽ ngon lành chỉ phải tốn có \$150, còn lại \$700 vừa tiền ăn, tiền tiêu, kể cả đủ tiền đi sông bãi kéo máy mỗi tháng một lần. Như vậy là dư tiêu dùng, cộng thêm 9 đứa con thành danh !!! tại sao lại lục thùng rác lượm thức ăn cũ ??? có ai nghĩ ra được không ??? bà ta lại là hạng người rất thích “*xấn váy lên chửi tồ tồ...*“, đụng vào bà là chỉ có chết đến trọng thương mà thôi ! Do đó tôi xin đầu hàng cả 2 tay lẫn 2 chân.

9/ Nhân tiện đây tôi cũng nêu lên thêm “*những điều trông thấy mà đau đớn lòng*” lần nữa. Tôi được chứng kiến tận mắt và còn được dậy dỗ nên làm như họ, rất chu đáo là đằng khác :

Chỗ tôi ở có đủ mọi giống người : từ Mỹ trắng, Mỹ đen, Tàu, Đại Hàn đến Trung Đông v.v... và nhiều nhất là Việt Nam, chiếm khoảng 70% dân số nơi chung cư này. Có những người ở đây có đôi có cặp, nghĩa là vợ chồng, cũng có nhiều người sống độc thân. Trong số những cặp vợ chồng tôi quen biết người ngoại quốc, vợ chồng họ đều sống chung cùng trong một căn hộ (apartment), mỗi căn

hộ có phòng khách, nhà bếp, nhà tắm và phòng ngủ, đôi khi có hai phòng ngủ hai phòng tắm. Chỉ riêng người VN của chúng ta, tôi thấy có 4 cặp vợ chồng (đấy là sơ khởi thôi, còn thêm bao nhiêu cặp nữa tôi chưa biết), mỗi người sống một căn hộ riêng !!! Nhưng nếu họ ở riêng và trả tiền thuê nhà như những người khác (\$1350 mỗi tháng) thì không thành vấn đề. Vấn đề là họ đã lạm dụng chính phủ, xin cả 2 căn hộ tiền nhà (housing). Chúng ta thử làm một bài toán nho nhỏ xem sao nhé :

- căn hộ 1 chỉ cần trả \$150 tiền thuê mỗi tháng
- căn hộ 2 cũng chỉ trả \$150.

Hai vợ chồng có hai căn hộ, tổng cộng tiền nhà tốn có \$300 mỗi tháng. Họ ở một căn, còn căn thứ hai cho thuê lại tiền mặt \$1000, như vậy hàng tháng họ thu về \$700 không cần đóng thuế. Có ai thắc mắc nhà nước kiểm soát, xin thưa : người ở thuê sẽ nhận là người care giver của họ vì ngoài tiền nhà, tiền thuốc và tiền bác sĩ free (medical) họ còn có care giver (người làm đến chăm sóc vì vấn đề sức khoẻ)... đến để... rửa xe cho họ !!! họ được hưởng free care giver từ 20 đến 60 giờ mỗi tuần trong khi họ khỏe như trâu, đi đứng vững vàng và vẫn đi phòng trà nhảy đầm triền miên !!!

Quý vị ơi, từ khi dân tình VN sang tị nạn tại thủ đô Little Saigon này, tôi thấy xảy ra bao vụ “*ăn cướp*” tiền chính phủ bất hợp pháp, từ các ông Đốc tờ ăn gian lận tiền medical, đến các ông làm dụng xe giả rồi : cũng liên quan đến các chàng kỹ sư, bác sĩ cùng các chàng bán bảo hiểm. Rồi cộng thêm những quái nhân ăn gian tiền nhà vô tội vạ như 4 cặp vợ chồng tôi vừa nêu trên, thử hỏi làm sao tiểu bang California không bị phá sản và khánh tận như ngày nay ???

Cái vô liêm sỉ nhất là tôi biết có hai cặp vợ chồng :

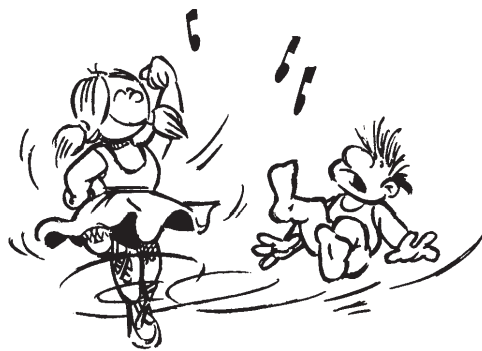
a/ một cặp, ông chồng là cựu bác sĩ, sang Mỹ từ năm 1975, đã hành nghề tại bệnh viện và cũng có phòng mạch riêng. Họ cũng có 4 đứa con, đều là “SU và SĨ” cả, thế mà khi họ về hưu, họ vào khu tôi ở và được hưởng chế độ housing cho hai căn hộ như tôi nêu trên, tài tình thật !!!!!

b/ một cặp khác có con trai là bác sĩ thẩm mỹ nổi tiếng ở vùng này, con dâu cũng là bà đốc tờ, thế mà họ cũng dùng hai căn hộ housing như trên, quá tài tình... báỉ phục báỉ phục vừa về nhân phẩm lẫn liêm sỉ của họ !!!

10/ Cuối cùng nhưng không kém phần quan trọng (last but not least), có những người tính rất ích kỷ đến độ... hèn hạ... thiếu nhân cách con người. Chúa dạy tôi không nên xét đoán người khác, tôi chỉ xin nêu ra đây câu chuyện này hy vọng có thể gửi đến những quý vị đàn ông VN một lời nhắn nhủ : nên anh hùng và tế nhị, khi không giúp được phụ nữ tay yếu chân mềm thì cũng đừng hại người ta đến chỗ có thể chết người...

Số là chỗ tôi ở có hồ bơi, lâu lâu tự nhiên thấy xuất hiện những “quái nhân” từ ngoài vào xuống hồ bì bõm. Cách đây mấy tháng thấy xuất hiện một ông VN, tuổi đoán ngoài 70, ông ta đến hồ bơi 2,3 lần mỗi tuần, kỳ nào cũng thấy ông diện bộ vest cũ kỹ nhàu nát từ thời Bảo Đại còn mang tã. Đến hồ bơi ông tự động thoát y từ từ trước mặt đàn bà con gái, giữa ban ngày ban mặt không một chút mắc cỡ. Đến lúc chỉ còn cái quần xà lỏn kiêu kỳ ở VN trên người, cái quần này mỏng đến độ có thể thấy hết “mọi sự” bên trong, xuống nước thì quần mỏng dính sát vào thân hình càng rõ hơn, “cái ấy” của ông ta size to bé thế nào ai ai đều thấy được hết. Đã thế ông ta nhảy ùm xuống hồ nước nóng (Jacuzzi), việc đầu tiên ông ta thọc ngay hai tay vào quần... kỳ cọ !!! rồi chạy lên kỳ cọ hai cái nách rỏ rảng, tự nhiên như Cộng Sản 1975 !!! Chưa có cảnh nào trên đời kinh khiếp ghê tởm như vậy. Tôi thấy khiếp hãi quá đành phải khuyên đôi lời : “*bác ơi, xin bác hãy vào phòng WC thay quần áo... xin bác mặc quần tã và không nên mặc xà lỏn này tắm trước mặt đàn bà con gái công chúng... kỳ lắm...*”. Nhưng nước đổ đầu vịt, mỗi lần ông ấy xuống nước là chúng tôi lên bờ và sau 3 lần khuyến cáo chúng tôi phải report cho nhân viên ở đây để họ ngăn cản ông ta đến làm trò “phạm thuần phong mỹ tục”.

Vừa thấy ông VN biến thì lại xuất hiện một ông Tàu từ ngoài vào tắm lậu, cũng dơ dáy và thoát y trước mặt đàn bà như chỗ không người. Các bà ở đây lại giao cho tôi việc khuyến cáo tên này. Thấy nó to con tôi cũng hơi sợ nhưng chướng mắt quá bèn can đảm nói nó vào phòng vệ sinh... thay quần. Nó cũng giả điếc còn làm tới hơn, càng phô trương lộ liễu hơn... trong lúc không biết tính sao, tôi thấy có 1 ông VN quen trong chung cư này xuống tắm bèn nhờ anh ta, chờ lúc thằng Tàu thay quần giả bộ



như bắt gặp quả tang, lên nói chuyện với nó “đàn ông với đàn ông” để thông cảm !

Phải nhờ ông VN vì dù sao tôi không muốn nó biết tôi là thủ phạm “cầm rằm” nó, nhờ nó trả thù tôi thì sao? Không hiểu chàng VN nói năng ra sao, ngôn ngữ bất đồng chẳng ? ngày sau nó vẫn như thế, tôi gọi ông VN nhờ lên văn phòng report dùm. Thay vì lẳng lặng ra văn phòng report, ông này vô ý vô tứ và điên vô cùng, ông ra ngay hồ bơi trước mặt tên Tàu đấy, rống lên hỏi tôi “có nên report thằng Tàu bây giờ không”. Đúng là không có cái ngu nào bằng cái ngu này, “lạy ông con ở bụi này”. Kết quả hai ngày sau thằng Tàu lại xuống tắm, trước sự chứng kiến 5 bà VN khác nó đá cho tôi một cú thật đẹp và hào hùng gần gần ba cái xương sườn và bầm tím ngực !!! nếu có ngực giả thì bong bóng trong ngực chắc cũng bể mất rồi ! Tôi đau điếng và thật sự chửi thảm ông VN, người đầu vô tích sự, mang tiếng có học, nghe đâu ngày xưa ở VN cũng là được sĩ mà sao dằn độn quá sức... đến bây giờ tôi vẫn còn sợ ra đường thằng Tàu rình đánh tôi trả thù... vì sự vô trách nhiệm của ông VN hàng xóm... Thiệt tình hết thuốc chữa !!!

Trên đây là những mẫu chuyện tôi đã và đang gặp hàng ngày. Tôi cũng chỉ là con người, tôi không toàn hảo, cũng có những khiếm khuyết. Tôi nêu ra đây những sự việc đau lòng và mong những ai đó, những ai còn nặng lòng với quê hương xứ sở, thông cảm và cho ý kiến nên làm gì ? Một cây làm chẳng nên non, biết rằng “nhân vô thập toàn” nhưng làm sao cho mọi người ý thức được những sự việc họ làm rất là “vô giáo dục, vô liêm sỉ”, không chấp nhận được. Tôi ước mong chúng ta hãy cố gắng sửa đổi để cộng đồng người Việt chúng ta “sạch sẽ” hơn và học được “sự tự trọng” như dân tộc Nhật ?

Họ làm được tại sao mình không làm được nhỉ?

Thiên Kim



(tiếp theo trang 3) Lá Thư Chủ bút :

nhân đối với gia đình với xã hội. Có được và nuôi dưỡng tinh thần đó từ trong gia đình thì khi va chạm sinh hoạt ngoài xã hội, mỗi người sẽ có ý thức trách nhiệm cá nhân của mình với tập thể và những người xung quanh rõ ràng và nghiêm chỉnh hơn.

Trong mỗi người chúng ta thường thì cảm nhận những gì thuộc về gia đình một cách tự nhiên như đã có và phải có như thế, có thể vì thế mà thiếu sự quan tâm, ít lắng nghe, thiếu cảm thông. Hy vọng rằng chúng ta nên có cái nhìn sâu lắng hơn về gia đình nhỏ bé của chúng ta hơn trước khi nhìn ra cái tập thể gia đình to lớn hơn ngoài xã hội.

Nhịp Cầu kính chúc quý độc giả thân thương được hưởng thêm những ngày nắng ấm quây quần bên gia đình trước hay sau những cuộc nghỉ hè thường niên, và gia đình luôn là nơi xuất phát những ý tưởng tốt tươi làm đẹp cho Đạo cho Đời, cũng như luôn là nơi chốn quay về thật bình yên của mình.

Nhịp Cầu



## Phân ưu

Chúng tôi nhận được tin cụ Bà :

**Nguyễn Thị Kiên**

**Pháp danh : Tường Quãng**

Là thân mẫu của chị Liên (Dũng) vừa tạ thế tại Việt Nam ngày 30 Tháng 4 Năm 2014.

Xin thành thật chia buồn cùng toàn thể gia đình anh chị Dũng Liên.

Nguyện cầu hương linh cụ Bà sớm được siêu sanh về cõi tịnh độ.

Cha Tuyên úy Lâm Thái Sơn

Cha Lê Phú Hải OMI

Quý Soeurs Mến Thánh Giá Huế - Strasbourg

Ông Chủ Tịch Lâm Quốc Hưng

Hội Đồng Mục Vụ Cộng Đoàn Đức Mẹ La Vang

Ban Biên Tập Nhịp Cầu

## Đại Hội Giới Trẻ VN năm 2014 tại Champagne



L'objectif de ces réunions est avant tout de rassembler des jeunes vietnamiens catholiques de tous horizons (étudiants ou dans la vie active, célibataires ou mariés, nés en France ou immigrés depuis peu, catholiques pratiquants (ou pas), voire des catéchumènes), pour les faire vivre en l'espace de quelques jours des moments forts de partage et de joie. Durant ce week-end, ils pourront faire part de leurs expériences quotidiennes en tant que chrétien, mais aussi de leurs difficultés rencontrées.



# Rencontre des jeunes vietnamiens catholiques de France: Un bouillon de culture et de spiritualité

Evelyne Pham de Strasbourg, membre de l'équipe organisatrice

**D**epuis 2005, lors des week-ends prolongés du mois de mai, ont lieu les rencontres des jeunes vietnamiens catholiques de France. Ces jeunes viennent des différents recoins de l'hexagone pour se réunir en un lieu : en 2005, ils étaient à Poitiers, en 2007 à Strasbourg, en 2009 à Lyon, en 2012 à Jambville, et dernièrement, en 2014, à Champagne (Ardèche), où ils ont été chaleureusement accueillis par la communauté des Chanoines Réguliers de Saint-Augustin à l'abbaye Saint-Pierre. Cependant, pour des questions d'organisations et surtout de logistique, ces rencontres n'ont lieu que tous les 2-3 ans.

L'objectif de ces réunions est avant tout de rassembler des jeunes vietnamiens catholiques de tous horizons (étudiants ou dans la vie active, célibataires ou mariés, nés en France ou immigrés depuis peu, catholiques pratiquants (ou pas), voire des catéchumènes), pour les faire vivre en l'espace de quelques jours des moments forts de partage et de joie. Durant ce week-end, ils pourront faire part de leurs expériences quotidiennes en tant que chrétien, mais aussi de leurs difficultés rencontrées.

A chaque session, l'équipe organisatrice s'efforce de trouver un thème attrayant, captif pour attirer un maximum de jeunes et sur lequel ils pourront méditer, échanger en petits groupes. Précédemment, ils ont pu discuter de leur "joie de vivre et de croire", "d'être croyant et pratiquant" etc... Toujours dans un souci d'être attractif et de rompre avec la monotonie, les week-ends sont organisés de sorte à ce qu'il y ait une alternance entre spiritualité (recueils, veillées de prières, célébrations) et animations (jeux, spectacles et chants de louange).

Une des particularités de ces rassemblements, qui sont avant tout à visée religieuse, c'est que se mêlent culture et tradition. Fréquemment, se produisent des situations assez insolites, où deux personnes, toutes deux d'origine vietnamienne, mais différentes par leur passé, leur mentalité (l'une ayant grandi en France, l'autre ayant récemment immigré), viennent soudainement à se côtoyer. Chacun tentant tant bien que mal à s'exprimer dans la langue qu'il maîtrise le mieux, faisant parfois des "mixages franco-vietnamiens" pour se faire comprendre. Chacun s'aide



mutuellement pour faire apprendre à l'autre "sa langue" et faire découvrir "son pays", alors que, paradoxalement, tous deux sont d'origine vietnamienne. Des situations ainsi assez amusantes se produisent et amènent à poser la question d'identité.

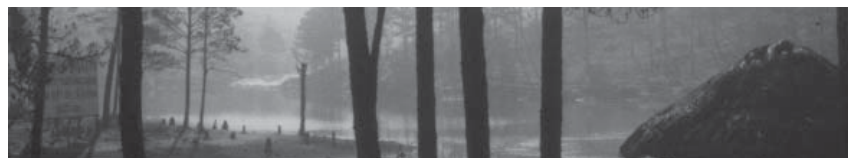
Mais au final, toutes ces différences n'ont que peu d'importance, car elles viennent se fondre dans la gaieté et l'humeur bonne enfant du week-end. Si bien qu'une personne qui était étrangère, il y a quelques instants, devienne si proche, presque comme un frère ou une sœur retrouvé(e). En outre, toutes les animations sont également une occasion pour transmettre la culture, la tradition vietnamienne aux jeunes, qui ont été baignés dans une société occidentale dès leur plus jeune âge.

Pour ma part, j'ai été emportée dans cette

aventure depuis 2007. Dès les débuts, j'ai été si surprise et égaillée par cette allégresse que j'ai été aussitôt envoutée sans m'en rendre compte. Avant de pouvoir participer à ce type de rassemblement, je ne cache pas mon sentiment d'hésitation et de peur, car à l'époque, je ne connaissais pas grand monde. Par ailleurs, étant née en France, j'avais quelque part honte d'en savoir si peu sur mon pays d'origine et sur le catholicisme. Mais rapidement, toute cette gêne s'est envolée. D'une certaine manière, ce petit retour aux sources m'a permis de me retrouver avec une partie de mes racines, cachée et enfouie au fond de moi-même.

Ensuite, très vite, j'ai éprouvée le besoin d'apporter ma contribution en faisant partie de l'équipe organisatrice pour la session de Lyon en 2009. Depuis, des années se sont écoulées, mais je suis toujours animée par cette même ferveur, ce même enthousiasme qui m'avait attirée dès le commencement de cette aventure. A chaque rassemblement, c'est la même joie des retrouvailles ou des nouvelles connaissances qui m'égaillent. J'ai l'impression de retrouver "ma grande famille" !!! Les quelques jours vécus intensément me permettent de me ressourcer, de faire une coupure avec le quotidien. Les débats, toutes les réflexions échangés me fournissent des aides, des pistes pour pouvoir vivre au quotidien ma chrétienté et affronter certaines de mes difficultés rencontrées.

A moyen terme, j'espère que nos rassemblements de jeunes vietnamiens catholiques pourraient devenir une source d'inspiration pour d'autres communautés immigrés. En effet, nous, immigrés ou enfants d'immigrés, nous avons l'avantage d'être baignés dans une double culture: la culture occidentale et celle de nos ancêtres. Cette richesse qui nous a été transmise, est un réel atout à entretenir et à perpétuer.





## Tháng Hoa tại Colmar (18.5.2014)

Tháng Năm là tháng hoa, vườn cây hoa quả đâm chồi nảy lộc rất ngoạn mục. Hội Thánh đã dành tháng hoa này để kính nhớ tạ ơn Đức Mẹ Maria.

Hòa với sự rạo rực màu sắc của cây cối, Cộng Đoàn Colmar đã tổ chức lễ tháng 18.5.2014 để dâng kính Đức Mẹ. Thường lễ tháng khai mạc vào lúc 15giờ nhưng đặc biệt năm nay, Sr. Nga đã gợi ý Cộng Đoàn tổ chức sớm hơn nửa tiếng rước, đọc kinh lần chuỗi mân côi để nhớ đến Đức Mẹ, Mẹ Thiên Chúa.

Đồng hồ điểm 14giờ30, mọi người tề tựu bên các linh mục chủ lễ, các sơ dòng Mến Thánh Giá Huế, tay cầm nến, nhành hoa tươi, nhập đoàn rước Đức Mẹ từ ngoài nhà nguyện vào nơi hành lễ. Sr Nga cất bài Ngàn Hoa, Cộng Đoàn cùng hát và sau đó đọc kinh, lần chuỗi mân côi kính nhớ Đức Mẹ Maria.

Ngắn ngủi, rất đơn sơ nhưng mọi người từ cha chủ lễ, quý sơ và Cộng Đoàn rất phấn khởi, sốt sắng đọc kinh lần chuỗi cầu xin Đức Mẹ ban phúc cho mọi người và giải cứu cho Việt Nam đang ở trong tình trạng bị giặc Tàu phương Bắc hung hãn chiếm cứ.



# Lịch trình Thánh Lễ & sinh hoạt tháng 4 & 5.2014

## Những Ý Lễ xin trong tháng 5.2014

### Cộng Đoàn Đức Mẹ La Vang - Strasbourg

- 1- Bà Trình xin Lễ cầu cho linh hồn Giuse Hoàng văn Chỉ
- 2- Anh chị Mười Phượng xin Lễ cầu cho linh hồn Maria Nguyễn thị Thơm, Giuse Hoàng văn Trình, linh hồn Mẹ của chị Liên Dũng
- 3- Anh chị Hoàng Phương xin Lễ cầu cho Đaminh và Lễ giỗ 1 năm cầu cho linh hồn Maria Têrêxa
- 4- Anh chị Tâm Sương xin 1 Lễ như ý và 1 Lễ cầu cho các linh hồn mồ côi
- 5- Mme Kane thị Loan xin Lễ tạ ơn Đức Mẹ
- 6- Chị Thoa xin Lễ cầu cho linh hồn ông bà Rieber, bà Marguerite Mariani, các linh hồn mồ côi, Lễ cầu bình an cho toàn thể gia đình
- 7- Anh Hoàng văn Hồng xin Lễ cầu cho linh hồn Giuse Hoàng văn Chỉ
- 8- Anh Phạm văn Thắng xin Lễ cầu cho linh hồn Maria Venevongsos

### Cộng Đoàn Mulhouse

- 1- Anh chị Bình Kính xin Lễ cầu cho Bác Sáu Vincent và 1 Lễ cầu bình an
- 2- Bác Lai xin Lễ cầu cho Maria Trần thị Giáp
- 3- Gia đình Quang Jean-Pierre và gia đình Quang Jacques xin Lễ giỗ cho linh hồn Phêrô Quang Pierre
- 4- Các con xin Lễ cầu cho linh hồn Maria Đoàn thị Tấn
- 5- Anh chị Đô-Oanh xin Lễ cầu cho linh hồn Maria Đoàn thị Tấn

## Thánh Lễ đầu tháng 7 : Chúa nhật 06/07/2014

Trong Thánh Lễ xin các Cộng Đoàn hiệp ý cầu nguyện cho Cha Tuyên Úy Lâm Thái Sơn mừng Ngân Khánh 25 năm Linh Mục (ngài được thụ phong Linh Mục vào năm 1989).

Xin Chúa đổ tràn Hồng Ân trên ngài để chu toàn sứ mệnh cho 4 Cộng Đoàn vùng Đông Bắc Pháp

## Danh sách độc giả ủng hộ Nhịp cầu tháng 5/6/7- 2014 tiếp theo số 205

39. Anh Chị Đặng văn Kiệt	30 euros
40. Mme Thérèse TRAN chèque	50 euros
41. Anh Chị Hương Liễu	50 euros
42. Anne Marie PHAM chèque	30 euros
42. Jean Daniel DOAN chèque	50 euros
43. Phan Xuan chèque	30 euros

\* Quỹ Nhịp Cầu tháng 6- 2014 là 3034 euros 38

\* Quỹ Cộng Đoàn : 04/05/2014 là 7583 euros 23.

\* Ủng hộ Dòng OMI về Ôn gọi  
gửi về cha Emmanuel Trần Quang Khương bên Việt Nam.

Anh chị Dũng Khanh	500 euros
Anh Chị Hân Hằng	200 euros
Anh Chị Hồng Nhật	50 euros.

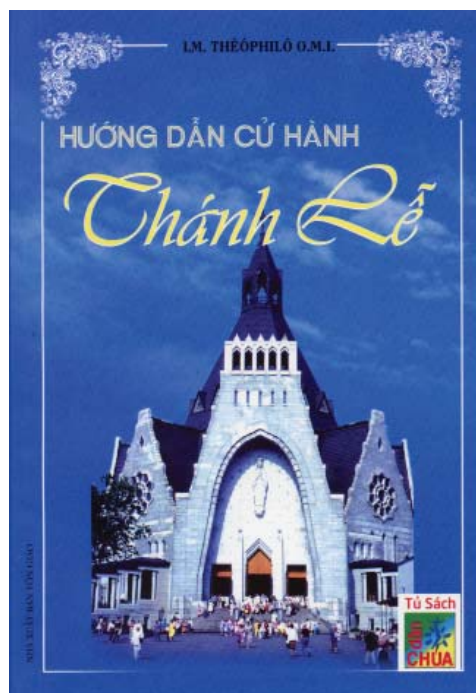
# Giới thiệu Sách...



## Hướng dẫn cử hành Thánh Lễ

Lm Thêôphilô OMI

Nhà xuất bản Tôn Giáo, Việt Nam - 2012



Tủ sách Dân Chúa trân trọng giới thiệu cuốn sách “Hướng dẫn cử hành Thánh Lễ” của Lm. THÊÔPHILÔ dòng O.M.I., tác phẩm thứ nhất phổ biến tại Quê Hương Việt Nam, nhân dịp khai mạc NĂM ĐỨC TIN, kỷ niệm Kim Khánh 50 năm Thánh Công Đồng Chung Vaticanô II :

- Như nhịp cầu thân ái đầu tiên nối kết giữa cộng đồng Công Giáo Việt Nam hải ngoại với Giáo Hội Mẹ kính yêu.

- Như một viên gạch sống động góp vào việc xây dựng đức tin, cùng nhau học hỏi và sống Thánh Lễ, trung tâm điểm của đời sống Kitô hữu.

- Như món quà tặng gửi đến các linh mục, tu sĩ và nhất là các giáo lý viên, cũng như các quý chức trong ban hành giáo và hội đồng mục vụ giáo xứ, để cùng nhau học hỏi và giúp các tín hữu thăng tiến giáo lý căn bản về Thánh Lễ, nhằm xây dựng nhiệm thể Chúa Kitô tại mỗi giáo hội địa phương...

Lm. Stephanô Bùi Thượng Lưu.

Cuốn sách trình bày ý nghĩa căn bản của Thánh Lễ. Giúp người đọc hiểu dễ dàng các phần Thánh lễ khi tham dự.

## Lịch sử và linh đạo đời sống tu trì

Lê Phú Hải OMI

Nhà xuất bản Tôn Giáo - Việt Nam - 2013

Cuốn Lịch sử và Linh đạo đời tu trong Kitô giáo có thể coi như một cuốn lược sử, và không mang hoài bão nói đến tất cả các dòng tu, tu hội hay các phong trào tu mới trong Giáo hội. Đời tu mang môi trường phong phú như tác giả Trần Văn Bằng O.Cist. ghi : “Mỗi dòng tu là một loại hoa”. Người ta cũng thường nói : “chỉ một mình Chúa Thánh Thần mới biết hết con số các dòng tu và tu hội” cho ý nghĩa con số đó quá nhiều khó biết được. Vì vậy việc nêu lên tất cả các dòng tu và tu hội là việc không thể nào thực hiện được.

Cuốn sách chỉ nêu lên những mốc lớn làm khai sinh ra hình thức đời tu cho mỗi thời đại, và những linh đạo lớn của đời tu. Bộ cục cuốn sách thường bắt đầu mỗi thời kỳ trình bày sơ lược những điểm chính lịch sử thời đại bấy giờ, để muốn nói lên trong mỗi hoàn cảnh đặc biệt Chúa Thánh Thần thổi hơi làm khai sinh ra một hình thức đời tu thích nghi cho thời đó. Sau phần bối cảnh, đến phần trình bày các dòng tu với bảng tóm tắt cuộc đời Đấng sáng lập cho đến khi dòng được khai sinh.

Cuốn sách dành cho những ai muốn tìm hiểu các Dòng Tu được khai sinh ra thế nào ? Một câu hỏi cũng gây nên nhiều thắc mắc ngay giữa những người Kitô hữu...



Ngôi nhà Đức Mẹ tại Êphêxô còn gọi « Méryémana = nhà Đức Maria », tại ngọn đồi Bulbul-Dag (đồi chim sơn ca). Theo truyền thuyết, Đức Maria đã sống những ngày cuối đời tại một ngôi nhà nhỏ gần thành phố cổ Êphêxô (Ephesus), phía Tây Nam của Thổ Nhĩ Kỳ. Vào đầu thế kỷ 19 với sự kiện một nữ tu tên Anna Katherina Emmerich (1774-1820) sống lại sau cơn thập tử nhất sinh và kể về những điều huyền bí. Emmerich đã nhìn thấy rõ ràng cảnh Đức Maria rời Jerusalem cùng với thánh Gioan và đến ở thành Êphêxô. Quần thể di tích được phục dựng hoàn tất vào năm 1894. Ngày nay, Nhà của Đức Maria trở thành một địa điểm hành hương. Ngôi nhà được dựng dựa trên những bức tường bằng đá cổ, trở thành một nhà nguyện. Chính giữa, ngay lối vào là căn phòng lớn nhất với ban thờ và tượng Đức Mẹ. Phía bên phải là một căn phòng nhỏ được cho là nơi mà Đức Mẹ đã từng nằm nghỉ. Đáng chú ý hơn cả chính là "Bức tường ước" nằm ngay bên ngoài nhà nguyện. Khách hành hương có thể ghi những điều mong muốn vào giấy hay là một mảnh vải sạch rồi treo lên bức tường.

Giáo Hội chưa bao giờ tuyên bố về tính xác thực của khu di tích do chưa có chứng cứ khoa học nào đáng kể. Tuy nhiên có nhiều cuộc hành hương thăm viếng của các vị Giáo Hoàng. Chuyến thăm đầu tiên là của Giáo Hoàng Lêô XIII vào năm 1896. Tiếp đến có cuộc hành hương của Giáo Hoàng Piô XII (1951), Giáo Hoàng Phaolô VI (1967), Giáo Hoàng Gioan Phaolô II (1979) hay gần đây nhất là Giáo Hoàng Bênêđictô XVI vào ngày 29/11/2006.

## ☆ Méryémana ☆ Ngôi nhà Đức Mẹ

