

# Tháng 12, 2017

## GIÃ BIỆT NĂM 2017

Hôm nay 31 tháng 12

2017 còn nửa ngày

Năm cũ sẽ rời xa mãi mãi

Bao nhiêu kỷ niệm cũng tàn phai!

Thời gian nhanh quá cứ trôi mau  
Một trời lưu luyến với thương sầu  
Nửa vòng trái đất tình dang dở  
Bóng hình ẩn hiện mãi trong nhau.

2018 sẽ đến đây

Đón mừng trong nỗi nhớ vui đây

Biết thế thì thôi đừng gặp gỡ

Cho tình tan tác gió mây bay...

Thì hãy chúc nhau sống thiết tha,  
Dù xa cách biệt mấy sơn hà  
Giao thừa lễ bạn đừng trông ngóng,  
Một người không hẹn đã đi xa...!

**Phạm Thị Minh-Hung**

## HẾT NĂM RỒI BẠN ƠI!

Tháng sắp hết ngày, cuối năm hết lịch  
Nhìn về quốc nội, Bạn còn lương tâm?  
Có đau ngấm ngấm dù đang yên ấm?  
Có buồn, suy ngẫm, thương dân, khóc thầm?

Mảnh trăng đêm nay soi buồn thăm thẳm  
Mùa đông lạnh buốt chưa thấy nguyệt rằm  
Mà trăng có tròn lòng vẫn rôi rằm  
Còn buồn, còn khổ sao đã hết năm?

Bản đồ đất Mẹ: vết thương sâu hoắm  
Đếm thềm, đếm trộm, đếm từ Bảy Lăm  
Lịch cứ thay trang những tờ bụi bặm  
Việt gian, Việt Cộng sao vẫn còn năm?

Quê hương nếu còn tôi tâm thê thảm  
Ở những chỗ cần, thấy việc thì làm!



## VẪN MÃI MONG CHỜ

Tiếng pháo giao thừa vừa nổ vang  
Buồn vui... lui năm tận đêm tàn  
Ngoài hiên gió hát chào năm mới  
Trong tổ chim ca đón Tết sang.

Lữ khách dầm sương thương phố núi  
Thi nhân đắm lệ nhớ hương giang  
Nỗi đau cào cào bao năm đợi  
Đất Mẹ bừng lên ngọn ánh Vàng!!!

**Kiều Mộng Hà**  
Austin, Dec 31-2017

## HỎ... VAN TIM

(Kính tặng những người tim bẩm sinh chỉ có 2 van, bị bệnh hở van tim.)

\*

Trời sinh lấy bớt một van  
Cớ sao còn hở? Nghèo nàn khoe chi?  
Hở hang ai thấy được gì?  
Hành thân khó thở, trường kỳ ngủ nghiêng  
“Sexy” lắm chuyện, ai ghen  
Sao không kín đáo đỡ phiền nhân tâm?

**Ý Nga\*29.12.2017**

## THƯƠNG EM

Nhớ ngày đám cưới nghèo xơ  
Bàn thờ tiên tổ nên thơ: hương cười.

Tránh: phường giá áo thờ ơ, lãnh đạm,  
Suốt ngày thụ hưởng từng tấc, tấc tam.

Bệnh đến thì đi, lo chi thấp thỏm?  
Cứ mừng vì còn được chạy phom phom  
Khi nào sức yếu, ra đi nhẹ nhõm  
Nhường việc bầy trẻ mình đã chăm nom.

Anh em giữ Lửa, còn gì lo nữa?  
Ý Nga, 29.12.2017

Má Ba héo hắt cả người  
Gả xong, con trẻ sẽ thời vượt biên  
Đàn em bé bỏng hồn nhiên  
Lãng xãng vui nhộn, cười hiền vây quanh.

Thương em, chị bảo: -*Theo anh,*  
*Nhưng lòng chị mãi để dành cho em*  
*Các em nhớ phải ngoan thêm*  
*Cho Ba Má hưởng êm đềm, yên vui.*  
Ý Nga, 29.12.2017



## Thăm Caribbean Bằng Du Thuyền

Vùng Hoa Thịnh Đốn tuần lễ đầu tháng 12 lạnh, ra đường phải mặc áo khoác dày. Con trai lớn được nghỉ 3 tuần để cùng gia đình đi viếng Mexico city. Tôi chưa đến đó bao giờ nhưng vợ chồng con gái bận việc thành linh không tham dự được. Đôi vé máy bay đi Âu Châu xem lễ Giáng Sinh trời Âu thì lạ và đẹp nhưng mua gấp giá vé sẽ mắc. Và lại Âu châu lạnh chẳng kém gì Hoa Thịnh Đốn. Rủ bạn bè đi Anh hay Pháp viếng cảnh mùa đông thì các bạn ngại đường bay xa nếu gặp tuyết hay sương mù, phi cơ không cất cánh được phải chờ đợi phi trường vừa mất thì giờ vừa mệt. Đi gần chỉ lái xe ra bến cảng và xuống du thuyền thì lại “đi rồi, đi nữa ngán lắm”. Cuối cùng chỉ con trai lớn và tôi đến cảng Baltimore, Maryland thăm Caribbean bằng du thuyền. Theo tin tức thời tiết, các đảo Caribbean khí hậu ấm áp, 80 độ F. Thực ra bạn bè vùng Hoa Thịnh Đốn hầu như ai cũng đi Caribbean đôi lần rồi. Từ ngày mua vé đến khi xuống tàu có được 5 ngày, kể như hai mẹ nghỉ ngơi trốn lạnh ít lâu.

Chúng tôi đi tàu Carnival Pride đậu ở bến cảng Baltimore, Maryland, cách nhà khoảng 45 phút nếu không bị kẹt xe. Khởi phải ra phi trường chờ đợi, qua trạm kiểm soát an ninh sắp hàng rồng rắn mất thì giờ. Ngày nay thiên hạ du lịch càng ngày càng đông.

Du thuyền Carnival Pride nhỏ hơn các du thuyền đậu ở bến cảng Florida. Tàu lớn không vào cảng Baltimore được. Tuy nhỏ nhưng tàu cũng chứa được 2124 hành khách, 900 thủy thủ đoàn, có 12 tầng.

Tàu đóng ở Helsinki, Finland năm 2001, đến cảng Canaveral, Florida ngày 1/7/2002, đứng hạng 9 trong số 25 chiếc du thuyền của hãng Carnival. Phòng ngủ tàu Carnival rộng rãi so với các du thuyền khác, kể cả chiếc tàu lớn Oasis của hãng Royal Caribbean, chở hơn 6000 du khách. Phòng ngủ rộng nhưng các nơi công cộng nhỏ hơn các tàu lớn và các màn trình diễn cũng không tốn kém bằng. Tàu được tân trang năm 2014 nên thắm, các vật trang trí hầu còn mới, sạch sẽ. Vì là mùa lễ nên tàu trang hoàng rực rỡ. Cây thông đặt trong phòng tiếp tân thật to và tầng lầu nào cũng có cây thông nhưng nhỏ hơn. Các nơi công cộng, phòng đọc sách, quán rượu, gift shop... sáng rỡ xinh đẹp hơn bình thường.

Ngày nay, phần lớn các du thuyền làm nhiều phòng ngủ quay mặt ra biển (balcony) hơn trước. Tàu Carnival Pride có nhiều nơi giải trí như: cầu tuột, nơi đánh ping pong, nơi chiếu phim màn ảnh to, phòng chơi cờ, thư viện... Tàu có hai ống trượt nước màu xanh, màu vàng ngoạn ngào (waterslide) từ tầng 13 xuống tầng 9, có 9 hồ bơi lớn nhỏ kể cả whirl pool. Phòng thể dục có các máy còn mới, tốt lắm. Phòng làm đẹp (beauty salon) tuy nhỏ nhưng sáng sủa, bắt mắt. Có phòng tắm hơi (steam room), saunas. Nhà nguyện nho nhỏ 30 chỗ ngồi êm

ái. Rạp hát Taj Mahall theater 3 tầng, 1167 chỗ ngồi. Có captain club xinh xinh, steak house sáng sủa ở lầu 10, nhà hàng sushi trang nhã, disco night club lấp lánh đèn màu 118 chỗ ngồi.

Hai vợ chồng con gái đưa 2 mẹ con tới bến cảng Baltimore vào khoảng 13g30. Nơi đây đã có nhân viên du thuyền đón hành lý để chuyển lên tàu. Mỗi người chỉ còn cái va-ly nhỏ (carry on) kéo theo. Cũng phải sắp hàng rỗng rần mất 40 phút mới xong thủ tục nhận phòng. Lúc lên tàu trước khi tàu rời bến có thực tập phao cứu sinh. Mọi người ra đứng ngoài hành lang theo chỉ định. Gió mùa đông lạnh buốt, ai cũng co ro. Con trai phải chạy về phòng lấy áo khoác nếu không chắc sẽ bị cảm lạnh vì tôi chỉ mặc áo len bên ngoài không đủ ấm. Khi đi các tàu lớn khách được vào rạp hát hay phòng nghe nhạc có chỗ ngồi tử tế. Nhân viên du thuyền hướng dẫn cách mang áo phao trên màn ảnh vừa to vừa rõ, khỏi phải đứng mỗi chân và bị gió lạnh. Tàu rời bến cảng Baltimore lúc 17 giờ. Tuy thế thành phố đã lên đèn sáng rực. Khu bến cảng nơi bãi đậu có rất nhiều xe nhà nằm từng dãy. Đó là xe những du khách cư ngụ tại Maryland hay ở cách bến cảng chừng 3, 4 tiếng lái xe như Philladelphia, New York, New Jersey....

Những ngày trên biển thì giờ trên tàu qua mau. Người đánh cờ, kẻ nghe nhạc, đọc sách, hay ghé khu bán hàng hóa ngắm nhìn khăn, nón, giày, ví, nữ trang, mỹ phẩm, bánh, kẹo, rượu, thuốc lá, ... bày biện sáng rỡ dưới ánh đèn. Mua hàng trên tàu được miễn thuế. Một số xem phim hay đi tập thể dục thẩm mỹ ở phòng tập dục cho tiêu bớt mỡ thừa, thân thể rắn chắc. Ngoài ra một số khá đông kéo máy hay tham dự trò chơi đồ đen nơi phòng đánh bạc...

Về ẩm thực nếu ăn sáng ăn trưa ở phòng ăn tự chọn phải làm đuôi sắp hàng, thích món gì lấy món đó. Ăn thoải mái, lấy bao nhiêu lần cũng được. Ai ăn trưa ăn sáng ở nhà hàng không sắp hàng nhưng phải đặt món ăn theo thực đơn, chờ hầu bàn mang ra. Đúng là “cơm dâng nước rót” nói theo cách chị bạn Bắc kỳ 54 của tôi. Buổi tối phần lớn du khách đều dùng bữa ở nhà hàng lớn Taj Mahall.

Nhà hàng này đẹp, có hai tầng ở lầu 2 và lầu 3 ở cuối tàu. Cơm tối chia làm 2 suất vào 18 giờ và 20g15. Tôi mua vé trễ nên hết chỗ cho suất đầu, phải ăn tối vào 20g15 và xem trình diễn văn nghệ xuất đầu lúc 17g30. Thường tôi đến sớm một chút để có chỗ ngồi tốt. Ai ăn tối xuất đầu sẽ xem show sau bắt đầu vào 20g30.

Sau 2 ngày 3 đêm lướt sóng đại dương cập bến cảng Canaveral, Florida lúc bình minh sáng sớm, sương còn ướt boong tàu. Ánh dương hồng rạng rỡ chân trời, hứa hẹn ngày đẹp nắng ấm. Khi tàu rời bến cảng được một ngày, trời âm dần, thiên hạ đã bỏ áo khoác và hồ bơi bắt đầu đông khách. Các hàng ghé xếp chung quanh hồ bơi nhiều người nằm phơi nắng hay đọc sách.

Khi tàu đậu, phòng ăn mở cửa lúc 6 giờ cho du khách đi du ngoạn sớm. Sau 2 ngày trên tàu nhiều người hăm hở lên bờ. Những người này đã chuẩn bị sẵn sàng. Du khách được lên bờ từ 7 giờ đến 18 giờ. Xe bus du thuyền đậu từng hàng trên bến cảng chờ đón khách. Có hai chỗ chính: Walt Disney World nhiều người đi nhất và Kennedy Space Center, nơi phóng phi thuyền.

**Walt Disney World:** tọa lạc Orlando, Florida, rộng 43 dặm vuông, du khách viếng thăm nhiều nhất Hoa Kỳ, khoảng 49 triệu hàng năm trong khi Nữ Ước khoảng 47 triệu 1 năm.



Tôi đến Orlando, nơi có nhiều người Việt cư ngụ, thăm Walt Disney World đôi ba lần cách đây trên 5 năm. Có thể ngày nay khác hơn trước nhưng tôi chọn ở lại du thuyền tham gia các sinh hoạt khác... Tôi xin ghi lại những điều còn nhớ ở khu giải trí nổi tiếng này để quý vị chưa đi có chút khái niệm

Theo tôi, thăm Walt Disney World vào mùa này thật lý tưởng, khí hậu mát mẻ. Trẻ con chưa nghỉ lễ, số khách bớt đi rất nhiều. Vào lúc trẻ con nghỉ hè sẽ đông đúc hơn, trời lại nóng và ẩm, sắp hàng rỗng rần để mua vé vào cửa thật toát mồ hôi. Bạn có thể mua vé xem bên trong khu giải trí từng ngày hay mua cái package xem cả 3 ngày cũng được và

rẻ hơn. Theo tôi đi xem cả tuần lễ cũng chưa thăm hết các nơi.

Du khách từ xa đến có thể ngụ các hotel hay motel ngoài phố hoặc thuê khách sạn trong khu giải trí càng tiện đi lại. Xe con thoi (shuttle) đưa, đón du khách từ khách sạn đến các khu giải trí, tiệm ăn, ... không phải trả tiền. Có nhiều nơi thăm viếng nhưng 4 chỗ chính là: Magic Kingdom, Epcot Center, Disneys' Holywood Center, Disney's Animal Center. Theo tôi chỉ viếng riêng Epcot Center cả ngày cũng đi chưa hết các nơi. Khu vực này người ta xây các kiến trúc tiêu biểu của một số các quốc gia trên thế giới: Anh, Pháp, Trung Hoa, Nhật, Ý, ... Mỗi quốc gia có hàng hóa, nhà hàng bán thức ăn, nước uống nổi tiếng của nước họ. Khu Trung Hoa bán tơ lụa, nữ trang, thức ăn xứ họ. Khách đông lắm và ồn ào nhất. Họ chiếu cho xem đoạn phim ngắn giới thiệu Trung Hoa trong đó có sông Hoàng Hà. Cảnh đẹp vô cùng, thơ mộng, thật hấp dẫn bất mê. Trên bờ cây xanh, núi non chập chùng xa xa, dưới sông mặt nước phẳng lặng, vài chiếc thuyền êm ả đi lại trên sông. Thực ra tôi có đến sông ấy, có khúc cũng lau sậy, cỏ cây mọc tùm lum, nước đục lờ... Nước Ý thì cho xem cảnh người chèo chiếc gondole nhỏ xinh xinh, có người vừa đánh đàn vừa hát trên con sông nước xanh, gió mát sóng nhẹ nhấp nhô... Nhà nhiều tầng xinh đẹp bao lơn nhô ra ngoài, trồng hoa màu sắc rực rỡ cắt sát con kênh, một phần vách tường nằm chìm dưới mặt nước...

Tôi cũng đã xem ngôi nhà ma (hunted house) lạnh lẽo, lưới nhện chằng đầy, tối lờ mờ. Gió vi vu và những con ma mắt đỏ, răng nhọn hiện ra nháy nháy mùa tung tăng, lượn lờ đi về hướng khách ngôi thì đèn bật sáng vừa đúng lúc... Theo tôi thì không nên cho trẻ em xem nhà ma. Cảnh động đất giả cũng tài tình, ngôi nhà rung chuyển tưởng như sụp ngã đến nơi.

Đi thuyền trên sông đáng tiền, ngang qua khu rừng rậm con sư tử từ trong rừng đi ra, cái đuôi dài như cái chổi, gầm gừ hay con cá sấu bơi theo gần con thuyền há mồm đầy răng nhọn, ... Toàn là giả, máy móc nhưng cũng làm mình... hết hồn. Xin thưa Orlando có nhiều nơi cắm bảng cấm ở vệ đường gần những cây cầu ghi hàng chữ "Xin đừng đến bờ sông, có cá sấu". Một chị bạn cho biết mưa lớn có khi cá sấu trườn lên đường hay sân nhà người cư ngụ gần ao hồ và cho biết nếu có rủi ro gặp cá sấu đuổi thì chạy theo lối zic zac, đừng chạy đường thẳng. Tôi cũng chẳng biết điều này có đúng không, xin tùy ý quý độc giả.

Tôi nhớ vào cửa khu giải trí quăng ngán thấy lâu đài Cinderella đẹp như trong truyện cổ tích, , nhưng đó là nhà hàng ăn uống, tôi chưa vào. Walt Disney còn có cái hồ rộng, chung quanh bờ hồ là các cửa tiệm, các kiến trúc xinh đẹp hay cổ kính, sạch sẽ. Dưới hồ có người bơi thuyền và có các cuộc đua chèo thuyền vào ngày giờ nhất định. Ban đêm khoảng 21 giờ họ bắn pháo bông và có electric parade rất đẹp.

Walt Disney có hồ nuôi cá rất to. Hồng hạc và thú rừng như hưu cao cổ, ngựa vằn cũng có ở Walt Disney. Quán giải khát, nhà hàng ăn uống, trò chơi trong khu giải trí nhiều lắm. Tôi không biết ngày nay khác xưa bao nhiêu và tôi nghĩ không mấy ai thăm hết tất cả các nơi trong Walt Disney. Riêng những nơi tôi đến kể ra cũng chưa hết. Tuy tiếng dành cho trẻ con nhưng người lớn cũng thích.

### Nassau, Bahamas:



Tàu kéo neo lúc 18g30 đi về hướng Nassau, Bahamas. Khí hậu ẩm áp nên các boong tàu đầy người. Các bar gần hồ bơi có thức ăn nhẹ, nước giải khát, thiên hạ ngồi kín mít. Xa xa vài con tàu rực rỡ ánh đèn đi chuyển qua lại. Sáng hôm sau, lúc bình minh đã thấy bờ xa xa nhưng mãi đến 10 giờ tàu mới vào đậu bên cảng. Nơi đây đã có 3 tàu đậu từ trước: du thuyền Grandeur of the Seas của hãng Royal Caribbean, du thuyền Norwegian Getaway và Carnival Elation. Chiếc Carnival Pride là chiếc thứ tư. Du khách đứng trên boong tàu rất đông xem tàu cập bến. Du thuyền chúng tôi, chiếc Carnival Pride nhỏ so với các

tàu khác. Nàng ta từ từ, chậm chậm quay mũi, cho đuôi tàu vào giữa hai tàu kế cận, khít khao, khéo léo vô cùng. Tôi hồi hộp sợ cô nàng sẽ ủi vào một trong tàu bên cạnh. Đứng trên tàu tôi thấy kiến trúc Atlantis nổi bật, nhô cao lên khỏi các kiến trúc khác ở Paradise Island. Khu giải trí (resort) này tuyệt vời, cỏ hoa xinh đẹp, có hồ nuôi cá lộ thiên to lắm và hồ cá trong nhà. Nơi lối đi trên đầu và 2 bên cạnh cá bơi lội nhón nhơ, có



chim, có thú, thác nước và hồ bơi nhân tạo. Phía sau là bãi biển cát trắng nước xanh, sạch sẽ, thức ăn ngon. Cách đây 10 năm vào thăm những nơi này miễn phí. Về sau trừ những người ngụ trong khách sạn, ngoài ra ai muốn vào thăm các nơi trên phải mua vé, hình như 145 Mỹ kim. Ở khách sạn nơi đây, một ngày gồm ăn uống giải trí tốn 370 Mỹ kim cho người lớn, dưới 5 tuổi miễn phí. Tôi có người quen 2 vợ chồng là nha sĩ, năm nào cũng ở đây từ 3 đến 5 ngày.

Mọi người được lên bờ từ 11 giờ đến 20 giờ. Đứng trên boong tàu lầu 9 nhìn xuống bên cảng thấy du khách từ 4 chiếc tàu tủa lên bờ đông như kiến. Các xe bus đậu ngoài đường cái đi bộ chừng 5, 7 phút mới đến. Ai đi đứng khó khăn có xe con thoi đưa đến xe bus. Tôi đến đây đôi lần. Lần này tôi chỉ đi bộ theo bên cảng dài ngoằn, lên bờ đi loanh quanh các tiệm bán quà lưu niệm, mua vài món quà nhỏ và trở về tàu. Buổi chiều khoảng gần 20 giờ tôi rủ con trai ra boong tàu nhìn xuống cầu cảng (tôi ăn tối xuất sau vào 20g15) xem thiên hạ về muộn. Trời tối vài người hối hả bước nhanh nhanh về phía cầu thang. Buổi sáng có 2 cầu thang cho khách rời tàu giờ chỉ còn có một. Vài nhân viên tàu mặc quần áo xanh và hai sĩ quan mặc y phục trắng sốt ruột đứng ngóng chờ. Có lẽ các vị khách này đi ngoạn cảnh tự túc. Nếu họ đi theo tua du thuyền sẽ là một nhóm đông người và tài xế liên lạc với tàu nếu xe về muộn, không phải vội vã. Con trai tôi mới thấy cảnh thiên hạ trở về tàu muộn lần đầu nhưng tôi thấy nhiều lần. Tàu cập bến thế nào cũng có vài hành khách trở về tàu muộn 5, 10 phút.



### **Freeport:**

Sau khi rời bến, tàu sẽ đi FreePort, một đảo nhỏ ở Bahamas. Tuy nhỏ nhưng bến cảng Free Port sầm uất. Các hàng quán ngay cạnh bến cảng, đi bộ 5, 10 phút đến nơi. Dân địa phương da màu. Họ đàn hát, đánh trống bập bùng suốt buổi nhưng không biết có ai cho tiền thưởng không. Các gian hàng bán khăn, nón, quần áo, các loại nữ trang bằng xương, bằng bạc, bán rượu, ... nhiều lắm và giá nhất định, không giảm giá.

Ngoài ra du khách có thể đi tắm biển hay mua tua Glass Bottom Boat, đáy thuyền bằng kính dày để xem các loại cá nhiều màu sắc, hình thù lạ mắt hay xem các loại san hô dưới biển. Các loại này chỉ ở một vùng nhất định, không sống rải rác khắp nơi.

Tôi lên bờ độ 30 phút, đi loanh quanh các gian hàng, các tiệm buôn nhỏ, xem hàng chút chút xong trở về tàu. Tôi đến lầu 9 phía bên kia con tàu, nhìn về sân bến cảng thấy vô số thùng hàng to chồng chất lên nhau. Dưới nước mấy chiếc tàu hàng chở đầy những thùng to nặng. Tôi xem xe cần trục bốc hàng hóa. Chỉ chiếc xe nhỏ với một tài xế và cái cần trục mảnh khảnh nằm dài trên xe. Người tài xế cho cần trục đứng thẳng lên và làm nó dài ra. Sợi dây nơi cần trục dài ngoằn và có cái móc tòn teng cuối sợi dây. Với dụng cụ này họ chuyển hàng từ dưới tàu lên bờ. Tôi đọc các con số viết to ghi trên cần trục: 3000 lbs-65 feet. Cái cần đưa lên hạ xuống dời các thùng hàng to chỉ do một người trẻ tuổi gầy gầy điều khiển. Nều ngồi nhà thì chỉ nghe nói, không bao giờ được thấy tận mắt cảnh cần trục di chuyển hàng hóa. Thật máy móc tiến bộ không ngừng. Nơi nhỏ bé như Freeport cũng di chuyển hàng hóa bằng xe cần trục, không cần phu vác và khuân vác. Tôi liên tưởng đến những nông dân ở quê hương tôi. Họ còn dùng trâu bò cày ruộng vì nhà nông không đủ tiền mua máy cày. Mong một ngày không xa quê hương VN cũng tiến bộ như xứ người, được cơ giới hóa trong nhiều lãnh vực.

Tôi trở về bến cảng Baltimore, Maryland sau 7 đêm 8 ngày trên tàu. Tôi lại mặc áo khoác dày quần khăn khi ra xe, giống như lúc rời nhà lên du thuyền. Con gái cho biết trước đó một ngày Maryland và Virginia có tuyết. Đường xe chạy được dọn dẹp sạch sẽ nhưng sân cỏ và nóc nhà tuyết còn đọng trắng xóa. Cầu mong năm nay không có bão tuyết, cây ngã cành rơi, trường học không đóng cửa như năm nào.

**Ngọc Hạnh**

Mùa Đông 2017



## Có Những Niềm Vui Trong Ngày Giáng Sinh

Bạn và tôi sau khi trải qua những ngày tháng sống thiếu thốn nơi trại tỵ nạn đã đến xứ Mỹ với hai bàn tay trắng, chắc chắn sẽ không bao giờ quên được những gian khổ trong bước đầu làm lại cuộc đời nơi xứ lạ. Tôi vẫn còn nhớ đến những giỏ thức ăn đặt trước cửa nhà tôi vào những ngày trước lễ Giáng Sinh do các cơ quan từ thiện biếu tặng cho những người mới đến định cư nơi xứ Mỹ. Thật ngỡ ngàng! Thật cảm động! Những người bạn mới này dĩ nhiên là họ không bao giờ biết chúng tôi là ai trong quá khứ, nhưng hiện tại, họ biết gia đình chúng tôi là những người mới đến cần được sự giúp đỡ, thương yêu nên họ đã ra tay giúp đỡ! Thế thôi! Họ cũng không cần chúng tôi phải đền ân họ vì chúng tôi cũng chẳng biết họ là ai. Chính những ân tình này đã làm cho cuộc đời thêm nở hoa vì con người vẫn còn biết yêu thương nhau và câu nói “nhân chi sơ tính bổn thiện” theo thiên nghĩ của tôi, vẫn đúng muôn đời. Nhờ có cơ hội được tiếp xúc với nhiều người, người viết đã được nghe nhiều tâm sự của nhiều người. Mỗi

gia đình, mỗi cá nhân đều có niềm vui nỗi khổ riêng mà không gia đình nào giống gia đình nào, không cá nhân nào giống cá nhân nào.

Niềm vui hay nỗi buồn, hạnh phúc hay đau khổ không có đơn vị đo lường thì người ngoài làm sao biết được nó to hay nhỏ, nó nặng hay nhẹ? Chỉ riêng những người trong cuộc mới thấu hiểu, mới cảm nhận, mới thấm thía mà thôi. Bạn đồng ý chứ?

Bạn đừng thấy một người luôn cười nói huyền thiên ngoài mặt mà cho rằng họ đang hạnh phúc. Nhiều khi bạn lầm đây nhé!

Bạn cũng đừng thấy một người đang vật vã khóc than mà cho rằng họ đang đau khổ. Chưa chắc đúng đâu bạn ạ!

Nếu đúng tất cả thì người xưa đã chẳng cần phải thốt: “Khi vui muốn khóc, buồn tênh lại cười”.

Cái quan trọng trong sự vui mừng hay đau khổ đó là người trong cuộc có thể tự “control” được hay không (người viết tạm dịch là tự chế ngự, tự kiềm chế) và phương cách, thái độ đối phó với những cảm xúc vui buồn đó như thế nào mà thôi. Chúng ta cần phải chấp nhận sự việc đã xảy ra, cũng cần có thái độ lạc quan và lòng vị tha để giải quyết vấn đề thì tinh thần mới an lạc được. Đúng không bạn?

Trong mùa Giáng Sinh chúng ta thường nhắc đến câu: “Bình An Dưới Thế Cho Người Thiện Tâm”. Người viết tuy là một Phật tử nhưng cũng rất xúc động khi đọc câu chúc này và từ đấy, người viết đã “xúc cảnh sinh tình” viết nên bài thơ dưới đây để chia sẻ với bạn bè vào dịp Giáng Sinh

Mời xem Ảnh Thơ Có Nhạc Xmas Bình An Dưới Thế Cho Người Thiện Tâm của Sương Lam Merry Christmas. Smile!

Sương Lam

<https://youtu.be/Om4AjDE5ZuE>

**Bình An Dưới Thế Cho Người Thiện Tâm**

*Con của Phật hoặc là con của Chúa*

*Đều tin rằng có một Đấng Toàn Năng*

*Dạy con người phải luôn nghĩ nhớ rằng:  
“Sống đạo đức, từ bi và bác ái”*

*Hãy cố gắng tránh việc làm sai trái  
Hại bản thân, hại xã hội, nhân quần  
Cuộc đời là một bể khổ trầm luân  
Gieo chi nữa những đau thương, oán hận!*

*Nụ cười đẹp quý hơn dòng lệ ngấn  
Khi sinh ra ta khóc, mẹ cha cười  
Hãy thương yêu, trao đổi nụ cười tươi  
Thì trần thế là thiên đường hạnh phúc!*

*Tham Sân Si đã tạo nên tù ngục  
Nhốt con người trong sợ hãi lo âu  
Chữ được thua đã tạo mối ưu sầu  
Ta không thể sống cuộc đời thanh thản!*

*Tâm an lạc khi ta không hờn oán  
Trí an nhiên khi dứt mọi ưu phiền  
Thân an nhàn như sống cõi thần tiên  
Khi ta biết sống an vui thường lạc!*

*Lời Chúa, Phật như suối từ ngọt mát  
Chúa giáng trần hay là Phật đản sinh  
Để dạy ta sống với một chữ Tình:  
“Tình Nhân Loại với Thiện Tâm sẵn có!”*

*Chữ Phúc Đức chúng ta đều hiểu rõ  
Khi con người sống đạo đức thiện tâm  
Thì phúc duyên là dòng nước chảy ngầm  
Mang an lạc, thiện lành cho ta đó!*

### **Sương Lam**

Người viết lại nhớ đến một thân hữu đã chia sẻ với người viết một bài viết hay hay hợp thời, hợp tình, hợp cảnh trong lúc này.

Người viết xin chia sẻ với quý bạn một đoạn mà người viết tâm đắc nhất nhé.

### **Bình an dưới thế cho người thiện tâm**

“ Trong Mùa Lễ Hội này mình hay nghĩ đến câu “Vinh danh Thiên Chúa trên các tầng trời, và bình an dưới thế cho người thiện tâm.”

Nếu đọc lại lời chúc “bình an”, thì thường là khi ta chúc “bình an” có nghĩa là:

- (1) ta không thường xuyên có bình an,
- (2) bình an là điều quý giá nhất.

Nếu nhìn lại đời sống của ta và của mọi người quanh ta, có lẽ ta sẽ thấy được 2 điều trên tự minh chứng là đúng như 2 định đề.

1. Ta không thường xuyên có bình an: Ra đường thì đánh vật với giao thông và các quý vị dành đường. Vào sở làm là có thể bốc điện thoại chửi nhau với đối thủ; và đôi khi đầu đá ngay cả với bạn cùng sở cùng phòng. Cả ngày stress vì chạy đua với đồng hồ, về nhà thì lo lắng đủ chuyện nhà cửa con cái, hay tình duyên lẩn cấn giữa vợ chồng, hay vấn đề với anh chị em hay bè bạn...

2. Và ai trong chúng ta đã biết stress bao vây ta hàng ngày thế nào thì đương nhiên là biết điều quý nhất cho đời sống của ta không phải là tiền bạc, danh tiếng, địa vị, quyền lực... mà là stress-free, một cuộc sống không có stress. Tức là một cuộc sống bình an, an lạc..."

(Nguồn: Trích trong email bạn gửi- Không thấy đề tên tác giả - Cảm ơn anh John Trần)

Trong những ngày lễ quan trọng như Giáng Sinh hay Năm Mới, "những người không còn trẻ nữa" như Bạn, như tôi là những người thích tìm vui trong an lạc với bạn bè cùng lứa tuổi bên cạnh niềm vui sum họp với gia đình.

Bởi thế, Nhóm Sinh Hoạt Người Việt Portland đã tổ chức một buổi potluck mừng Giáng Sinh vào Ngày Thứ Năm 21 Tháng 12, 2017 tại Trung Tâm Y Tế và Dịch Vụ Châu Á ở 3430 SE Powell Blvd để cho quý vị cao niên Việt Nam chung vui với nhau qua youtube dưới đây do AHSC thực hiện:



*2017 December Vietnamese Senior Group Christmas*

[https://www.youtube.com/watch?v=jKELL\\_J2VyU](https://www.youtube.com/watch?v=jKELL_J2VyU)

Trong dịp này, ban điều hành Trung Tâm AHSC còn gửi thiệp Giáng Sinh và tặng quà cho tất cả quý vị cao niên hiện diện trong buổi tiệc mừng Christmas này. Sau đó, quý vị cao niên còn được chơi trò chơi Bingo có thưởng trước khi ăn trưa trong bầu không khí vui vẻ, ăn uống no nê. Xin cảm ơn Ban điều hành trung tâm AHSC và các nhân viên Nhóm SHNV Portland đã đem niềm vui đến cho quý vị cao niên Việt Nam trong mùa Giáng Sinh năm nay. Smile!

Vợ chồng người viết có thêm niềm vui khác nữa trong mùa Giáng Sinh năm nay khi tham dự buổi tiệc mừng sinh nhật Tháng 12 của các hội viên Hội Cao Niên Portland trong ngày thứ bảy 23 Tháng 12, 2017. Trong dịp này, bà thủ quỹ HCN tổ chức tiệc mừng Giáng Sinh và trao quà Giáng Sinh luôn cho "tiện việc sổ sách". Buổi tiệc được tổ chức tại nhà hàng Super King Buffet ở SE 82 nd rất thuận tiện cho việc di chuyển của các hội viên, Người viết mời một người bạn từ Cali đến Portland để thăm gia đình các con ở Portland cùng đi chơi luôn cho vui tuổi già.

Hội viên có sinh nhật trong tháng được Hội trích tiền quỹ chiêu đãi, hội viên không có sinh nhật trong tháng đóng mỗi người \$15.00 để trả tiền ăn trưa, tiền mua bánh sinh nhật, tiền mua hoa hồng tặng sinh nhật. Mỗi người chỉ cần đem theo thêm một món quà khoảng \$10.00 để trao đổi quà cho vui là được rồi. Như thế cũng quá vui rồi! Đặc biệt trong dịp này, bà thủ quỹ Mary Nguyễn lại tặng thêm nụ cười, thêm niềm vui đến cho các hội viên hiện diện một món quà Giáng Sinh do bà biểu tặng riêng thêm cho thêm phần vui vẻ. Như vậy niềm vui của các hội viên HCN có mặt hôm nay được tăng lên gấp đôi rồi đấy nhé. Xin cảm ơn bà thủ quỹ giàu lòng nhân ái Mary Nguyễn và phu quân.

Xin mời xem hình ảnh sinh hoạt vui nhộn của Hội Cao Niên Portland trong mùa Giáng Sinh năm nay qua link dưới đây cũng do nhà nhiếp ảnh Mary Nguyễn thực hiện luôn đấy nhé! Tài quá nhỉ? Vui quá nhỉ? Smile!





Hình ảnh Mừng Sinh Nhật Hội Viên Tháng 12, Mừng Christmas và New Year 2018

<https://photos.google.com/share/AF1QipOODf1e0d7MKD5LxujgVL1RrfrbzKUL94JaoghP5qm8pC51NMP502B412u72WM5Q?key=ajh0bmxnYzFJRTIUbnHLTcwQTN3N1JIMG1QZWVB>

Bạn có cảm thấy thú vị khi đọc bài viết trên hay không? Người viết thiên nghĩ đây là những niềm vui nho nhỏ nhưng hữu ích và thực tế nhất giúp chúng ta sống vui sống khoẻ trong cuộc đời. Bạn đồng ý chứ? Smile! Người viết cũng xin mượn các vần thơ dưới đây để làm kết luận cho bài tâm tình hôm nay, bạn nhé:

*“Quen hay lạ vẫn nụ cười cười mở  
Đưa bàn tay nắm lấy một bàn tay  
Trao cho nhau lời chúc tốt đẹp này:  
“Chúc tất cả được bình an dưới thế”  
(Thơ Suong Lam)*

Xin chúc quý bạn có được những phút giây vui vẻ với những người thân trong gia đình trong mùa Giáng Sinh và Một Năm Mới An Khang Thịnh Vượng nhé.

**Merry Christmas and Happy New Year**

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân

**Suong Lam**

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi- MCTN 400-ORTB 823-122717)

## **BUỒN CUỐI NĂM**

Hôm nay là ngày cuối cùng của năm,  
Hình như gió lạnh nhiều hơn hôm trước?  
Tháng mười hai cây trơ cành xơ xác,  
Biết tìm đâu những chiếc lá cuối mùa.

Tìm trong tàn phai, tìm giữa hư vô,  
Những gì mong manh, những gì sắp mất,  
Một năm dài chuyến tàu đi trăm hướng,  
Ngày cuối cùng chợt nhớ những sân ga .

Không ai có thể tìm lại hôm qua,  
Thời gian đi như bước chân của gió,

## **MÌNH ƠI!**

*Nhớ chi mà nhớ lạ kỳ?  
Ước sao còn trẻ, Thiếu Nhi khóc nê  
Mình về xem những nhẽo nê  
Giận hờn còn nhớ lấy le với Người?*

*Nhớ Mình, em chẳng thể cười  
Thơ gieo là lạ vẫn rơi làm hòa  
Bài thơ tâm ngọt mạch nha  
Tặng Mình thương nguyệt, ngâm nga một mình.  
Mình còn muốn tập làm thính  
Thì bơi ngược thác, bắt bình với ai?*

Tìm đâu xuân hồng, tìm đâu hạ đỏ,  
Tìm đâu anh những xao xuyên ban đầu.

Ngày cuối của năm xin đừng qua mau,  
Ai chẳng có một chút gì tiếc nuối,  
Trang sách cũ sẽ vô tình khép lại,  
Trang sách mới buồn vui có ai ngờ.

Không ai có thể tìm lại ngày xưa,  
Những ngày tháng đã lùi vào quá khứ,  
Tìm đâu ngày buồn bâng khuâng chuông gió,  
Mà dư âm tan vỡ tận tâm hồn.

Khi dòng sông vẫn chảy về hạ nguồn,  
Khi thời gian không bao giờ ngừng bước,  
Khi cuộc sống vẫn đi về phía trước,  
Tìm đâu anh kỷ niệm cũ ngược dòng.

Tìm đâu vàng thu, sương tuyết mùa đông,  
Của năm trước, đã đi về đâu đó,  
Tìm đâu mộng mơ trời xanh hoa cỏ,  
Tìm đâu anh mùi hương thuở ân tình.

Những con số trên tờ lịch chạnh lòng,  
Trong cuộc sống mỗi ngày là biến cố,  
Tâm tình buồn vui kiếp người riêng lẻ,  
Đến những vui buồn thế giới ngoài kia.

Ngày sẽ cận dần. Đêm nay giao thừa,  
Người ta rộn ràng đón chờ năm mới,  
Đêm từng thời gian những giây phút cuối,  
Happy New Year. Năm cũ đâu rồi?

**Nguyễn Thị Thanh Dương**  
(December, 26, 2017 )

**Á Nghi\*\*27.12.2017**

## **THƯƠNG ANH**

*Em viết cho anh những lời âu yếm  
Mật trao ngọt ngào cuộc tình âm êm  
Trăm nhớ, nghìn thương để gì xa cách  
Phần đời còn lại xin mãi em đem.*  
**Á Nghi 27.12.2017**

## **Đêm Giáng Sinh 2017**

(Mùa Noel đầu tiên vắng Cha Mẹ)

Đêm nay là đêm Giáng Sinh  
Ngày này năm ngoái cha mình đang đau  
Con ngồi thình lạng đã lâu  
Cha ơi! Trần thế con đây nhớ về...  
Con người ngoại đạo Chúa ơi!  
Giáng Sinh đêm lạnh đầy voi nỗi buồn  
Nhớ cha nhớ mẹ lệ tuôn  
Chúa ơi cứu rồi mảnh hồn đang đau...  
Nguyện cầu cha mẹ trên cao  
Đêm đông lạnh lẽo bên nhau ấm lòng  
Đón đau bệnh hoạn không còn  
Thiên đường Cõi Lạc thông dong dứt trần.  
Đền giãng khắp nẻo phố phường  
Giáng Sinh lạnh lẽo đêm trường lá rơi  
Chúc đời... chúc mọi tình thân  
Vui tươi sức khỏe tâm an hằng ngày...  
**Phạm T. Thu Hương**  
Dec 24, 2017

## **MÌNH OI! EM MUỐN CẦU XIN...**

Con quì lạy Chúa trên trời  
Sao cho con...trúng được vài triệu thôi!  
Là con mãi nguyện lắm rồi,  
Từ nay con sẽ không phiền Ngài Chúa ơi!  
Tấm lòng thành con van nài,  
Giúp con thêm tí... tiền xài Chúa ơi!,  
Nhiều thứ phải chi quá trời,  
Không tiền sao đáp ứng nỗi lời mời... Chúa ơi! Chúa ơi!  
(Xin phép tác giả cho... sửa lời mấy câu trên..)

- Ha ha ha!... Ha ha ha!

Bà Tá giật thót người vì một tiếng cười phát ra ngay trong căn phòng khách vắng vẻ, phá tan bầu không khí yên tĩnh, cái không gian u-tịch, im ắng, mà bà nghĩ chỉ dành cho lời cầu nguyện của riêng bà. Ngơ ngác đưa mắt nhìn quanh, bà gặp phải khuôn mặt... hắc ám của ông chồng già đang núp sau cánh cửa gỗ và đang còn há họng ra cười, hở cả mũi mấy cái răng... già. Nổi quạu, bà Tá hét toáng lên:

- Làm gì mà núp trong đó cười dữ vậy?

- Mèn đéc ơi! Bài hát “Con Quì Lạ Chúa Trên Trời” lời thơ của thi sĩ Nhất Tuấn, lại được nhạc sĩ Phạm Duy phổ nhạc rất hay ho, tình tứ, mà bà đem sửa lời để cầu trúng số. Ha ha ha! Nghe qua nhin cười hồng nổi.

- Cầu gì mà chả cầu, em đâu có cầu trúng gió mà mình lo.

- Bà ơi! Cầu xin cái chi cũng được, nhưng xin trúng số coi bộ không được đâu, Chúa đâu có... quờn mà chúng giám cho mấy kẻ tham tiền như bà đây chớ, nhất là đêm nay, đêm Nô-ên, đêm Chúa sinh ra đời, Chúa đang còn bận rộn lắm!

- Chứ không phải mình có ý ganh tị? Rõ ràng từ trước đến nay ai ai cũng có quyền cầu xin Chúa ban ơn, ban phước lành kia mà, chả dzậy mà hồi còn trẻ, chúng mình đi tới đâu cũng nghe “con quì lạ Chúa trên trời, sao cho con lấy được người con yêu”...

- Ấy ấy, đúng rồi! Người ta xin Chúa ban cho tình yêu, cái phần tâm linh, tình cảm, phần thiêng liêng, cao đẹp, chứ ai như bà đi xin Chúa cho trúng số triệu. Dõm! Đồ trần tục!

- Xí! Tình hay tiền gì cũng bắt đầu bằng chữ T thôi! Ngày xưa còn trẻ, hay bọn con nít mới lớn lên bây giờ cầu xin tình yêu là đúng rồi, còn bọn già như mình đi xin tiền để... té mò à? Phải xin tiền để tiêu xài chứ!

- Nhưng bà hồng nghe người ta thường bảo: tiền tài hồng đem lại hạnh phúc đó sao? Nhất là thứ tiền trúng số thường đem lại những chuyện xui xẻo.

- Xạo hoài! Tại hồng có tiền nên nói an ủi cho đỡ tủi thân thì có, mình nhớ hồi còn bên nhà thường nghe bọn con nít nó hát về: “Tiền là Tiên là Phật, là sức bật của tuổi trẻ, là sức khỏe của tuổi già, là cái đà tiến thân, là cái cân công lý”. Mình nghĩ thế nào cứ tự nhiên... góp ý!

- Nhưng có nhiều tiền quá cũng... ket! Mình mà trúng số một cái là có nhiều người gọi phone cho mình ngay, sẽ có nhiều cơ quan, nhiều hội thiện nguyện tìm đến, rồi cái bọn người... hồng lương thiện mấy cũng hỏi thăm địa chỉ...

- Ha ha ha, chưa có tiền mà sợ bị thiên hạ làm phiền! Nhưng dù sao có tí tiền cũng đỡ khổ mình ơi! Nhất là thời buổi “NGÂN QUYỀN” được đề cao tới đa.

- Dừng lại, dừng lại! Bà có nói lộn không? Nhân quyền chứ sao lại Ngân quyền? Nhân quyền làm gì chen vào chuyện tiền nong của Bà?

- Nhân quyền là quyền được làm người, được đủ thứ, em đây không có khả năng bàn tới, em chỉ nói... ngân thôi, kim ngân là dzàng bạc đó mà!

- Nhưng mà!..

-Thối đời... xưa người ta thường nói: “Bần cư nào thị vô nhon đáo, phú tại sơn lâm hữu khách tầm”. Rõ ràng là nếu mình giàu có thì người ta sẽ đến với mình dù ở tận trên núi đèo heo hút gió, muốn đến nhà phải leo đến bờ hơi tai (ở Mỹ này đường sá lên núi được làm bằng băng cho người giàu đi, nên chẳng ngại), vậy thì mình đừng có nhưng nhị gì ráo tội. Nếu kỳ này mà em cầu xin được toại nguyện, rõ ràng là em đã được Chúa gọi về, ủa nói lộn, là đã được Chúa ban phước lành!

- Tiền mà lành à?

- Phải chớ! Có nhiều tiền thì em sẽ không còn lo lắng nhiều nữa, không cảm thấy bứt rứt, khó chịu, không tính toán li chi, sẽ thoải mái vô cùng, ăn ngon, ngủ yên, sức khỏe dồi dào, da mặt hồng hào (chắc chắn phải đi sửa sắc đẹp), ăn nói sẽ ngọt ngào, được lắm kẻ mời chào, nhất là sẵn sàng giúp đỡ đồng bào...

- Nhưng bây giờ mình hồng có nhiều tiền, mình vẫn có cuộc sống ấm no, cũng giúp người khốn khổ, nhờ chịu khó làm lụng, chớ có đói rách gì đâu, đời sống cũng ổn định mà!

- Mình chẳng chịu nhìn xa thấy rộng gì ráo tội, ổn là ổn trong nhà mình thôi, đi làm chỉ đủ tiền trả tiền nhà, tiện điện, nước, gas, bảo hiểm, tiền xe, tiền lời... rờ dít, v.v. nhưng muốn ra khỏi cửa thì phải nhú mày suy nghĩ, tính toán trước sau, nếu mà mình có được nhiều tiền hơn...

- Nè nè, bộ đầu óc bà trống rỗng mọi thứ, ngoại trừ chữ... Tiền?

- Làm to! Bởi em yêu đời, yêu người, thương người như thể thương thân, nên em mới xin trúng số.

- Tui chưa hiểu hết ý bà.

- Để em nói vắn tắt, không nói chuyện xa vời về quốc gia, tổ quốc, thế giới gì ráo trọi, chỉ nói chuyện “ĐỜI SỐNG QUANH TA”, hằng ngày mình có nghe đài, đọc báo không?

- Dĩ nhiên, cái gì cũng nghe cũng biết hết, ngay cả thông báo!

- Vậy thông báo thường kêu gọi làm gì?

- Để coi...! À thông báo thường kêu gọi sự hảo tâm đóng góp (tùy hi) để cứu trợ nạn nhân bão lụt ở mọi chỗ, mọi nơi từ đất Mỹ đến tận bên xứ Phi châu xa tắp, chạy khắp trên đất nước Việt nam, rồi nạn động đất ở những nước nghèo, rồi sắp tới đây là cho... niềm mơ ước mùa Giáng Sinh (hông biết mấy cô cậu nhỏ sống đây đủ trên xứ Mỹ này có còn... mơ không?), rồi cho mấy người già ở quê nhà (?) cho mấy trẻ mồ côi, hông nói tới thời gian qua góp tiền để xây đài tưởng niệm Chiến sĩ, rồi đài tưởng niệm thuyền nhân (không biết có một số người bị xui xẻo chết ngoài biển cả đã có công gì với TỔ QUỐC? Hay đã từng cầm súng bắn lại người Lính VNCH? Có cả những tên từng nói giáo cho giặc (?), rồi đóng tiền để thuê xe đi biểu tình, góp tiền cho quỹ cộng đồng, góp tiền để xây Thánh đường, xây phòng họp của Chùa, đi tham dự “dạ vũ” để gây quỹ y-tế, để giúp quý ngài... Nghệ sĩ sắp gần đất xa trời (dù hồi đương thời thì lãnh số... cát cổ), rồi đi tham dự ra mắt sách phải mua ủng hộ, chưa nói đến cái quỹ cần thiết nhất là giúp Anh Em thương phế binh còn sống ngặt nghèo ở quê nhà, v.v. Ủa sao nhiều quá vậy trời, hảo tâm thì có thừa, nhưng hảo tiền làm sao cho đủ?

- Vậy sao em cầu trúng số mình lại bảo em tham tiền?

- Nhưng người ta bảo tiền trúng số không bền, bà hông nghe câu: “tiền của làm ra để trên gác, tiền cờ bạc để ngoài sân, tiền của phù vân để trước ngõ” sao?

- Ý cha! tiền có được từ trúng số là do mình làm việc thiện từ... kiếp trước, bây giờ thừa hưởng, coi như được ông Trời ban thưởng, chớ sao lại coi như của phù vân?

Trầm ngâm một hồi lâu, bà Tá già rầu rầu lên tiếng:

- Minh ơi! Em... cầu cho trúng số, đó cũng chỉ là “niềm mơ ước mùa Giáng Sinh” vậy mà. Em đây rất xót xa khi nghe người ta kêu gọi đóng góp này nọ, mà túi mình thì rỗng. Đâu phải mình hông thương người, có con tim sắt đá? Như hiện tại có quá nhiều nạn nhân bão lụt tại nước mình, bà con mất nhà mất cửa, thiếu cả miếng ăn, phải chi em trúng số - lại trúng số, em sẽ đem một số tiền lớn về giúp cho họ, rồi em sẽ được mời làm... mạnh thường quân cho nhiều hội, nhiều cơ quan, nhiều đình đám... Chà! Coi bộ oai dữ à nha!

- Cái b ... tào lao, bá láp! Đã giúp đỡ người mà lại cầu danh!

- Thời buổi này khó nói lắm, ngay cả trong nước mình bây giờ, có những tên chuyên “lái lợn” mà có nhiều tiền cũng có thêm quyền, hét ra lửa, mưa ra khói, cũng được người xung tụng, hưởng gì...

- Ồ, mà bà nói cũng chí lý, ngẫm nghĩ cho cùng TIỀN coi dzậy mà có nhiều quyền hạn dữ à nha. Đi coi đại nhạc hội mà có nhiều tiền thì ta mua vé VIP (very important person), (cũng có một loại vip khác đó là... very impolite person), làm mạnh thường quân, sẽ được ngồi sát sân khấu, được nghệ sĩ ưu ái quàng vai, chụp hình, tâm tình tuyệt xuyt, đi dự bữa cơm gây quỹ mà ủng hộ nhiều tiền là sẽ được M.C “xin cho” những tràng pháo tay không dứt (dù có lòng mà chỉ tặng sơ vài chục tờ đồng vỗ tay... rồi rạc!). Đi vào tổ chức, hội hè mà tặng một xấp nhiều nhiều thì được tặng danh hiệu ân nhân. Góp cho nhà thờ, đền, chùa thì được bia tạ sử xanh (vàng, đồng hay bạc tùy theo số tiền đóng góp), có khi không cần biết đồng tiền đó phát xuất từ đâu (có khối anh chị làm ăn sao đó có tiền, tới đâu cũng làm... mạnh thường quân, giờ đang ngồi trong khám bác lịch chơi đỡ buồn), Ha ha ha! Vậy bà cứ tự do cầu xin trúng số!

- Ấy là mình chưa nói tới chuyện xử thế hàng ngày, chuyện quan hôn tang tế. Mình thử tính xem, nếu một tháng mà mình nhận 4 tấm thiệp mời... dự tiệc cưới, có phải tiền già mình sắp đi đong không? Nhỡ tháng nào mấy bạn già mình rủ nhau đi về trên, mình cũng phải tốn tiền đặt vòng hoa, nếu không thì bỏ vào thùng để... gây quỹ gì đó...

- Nhưng mình có quyền từ chối đi dự đám cưới mà!

- Nói thì dễ, nhưng khó làm. Ai cũng là bạn bè, quen biết cả, người ta... nể mình lắm, mới mời mình đến dự ngày vui của đôi trẻ để chúc trẻ trăm năm hạnh phúc (dù rằng ít tháng hay vài năm sau bọn trẻ ca bài “đôi ngã chia ly” mà chả cho mình biết tí ti gì cả), sau đó có chút gì mừng để trẻ trang trải tiền nhà hàng cho phải phép, mà mỗi lần cứ chơi tờ trăm (giá biểu trung bình không biết phát xuất từ đâu, coi bộ càng ngày càng lạm phát), ấy là đi dự ở đại tửu lâu của Ta, chứ khách sạn Tây thì phải chi cỡ... hai mươi tờ chục, mà người lĩnh tiền già mỗi tháng cỡ hơn bảy trăm, chắc cả tuần phải nhịn ăn để chờ đi dự tiệc cưới! Chưa nói tới tiền chi dụng cho chính bản thân.

- Cái gì, mắc chi mà bà lại... tốn tiền cho bà?

- Thì phải sắm quần áo để đi dự tiệc chớ, hông lẽ có cái áo mặc hoài...

- Nhiều chuyện, người ta đi dự tiệc cưới chỉ nhìn ngắm cô dâu, chú rể chứ ai quên đâu mà để ý đến mấy bà, mặc chi mấy người phải hao tiền tốn của để sắm sửa?  
- Nói như mình đâu có được, đàn ông của mình thì một bộ đồ “Sáng nhà quần, chiều nhà hàng” cũng chẳng ai để ý, chứ liền bà con gái tụi em thì phải khác chứ!  
- Bọn trẻ thì được, chúng cần diện đẹp để tìm... đối tượng, hay đẹp lòng đức lang quân của chúng. Chứ còn mấy bà già cúp bình thiếc, miễn sao ăn mặc đàng hoàng, lịch sự là được rồi, ai mà dòm ngó mần chi!  
- Già thì dành cho... lão ngắm. Tuần rồi đi dự đám cưới con chị Vân-xanh (Vincent), bà Helen mặc cái váy đầm cứ như là người cá, nổi ác, ai cũng xuýt xoa, trầm trồ, khiến bà ta cứ phải đi tới đi lui hoài (chắc mỗi chân dữ?) Ấy là chưa kể tới râu chuối hột... xoài đeo sáng choang trên cổ. Đến nổi mấy bữa sau bà “Hảo Ngọt” cứ gọi điện thoại tới nhà rủ em đi sộp (shopping).

- Để làm gì? Ăn nhậu gì tới bà ấy?

- Bà muốn rủ em đi tìm đùm cái đẹp hơn... cái của bà Helen.

Bồng ông Tá đôi giọng ngang xương:

- Tui đây cũng nghĩ lại rồi, Trời sinh đàn bà là phải đẹp, dù cỡ tuổi nào cũng phải làm đẹp cả, nhưng phải... kín đáo một chút, chớ để hở thì...kết cho con mắt của bàn dân thiên hạ, nhất là mấy cặp mắt.. già như tui tui, và cũng nhờ quý bà mà kinh tế xứ này luôn luôn phát triển, nên lắm.

Rồi ông đôi ngay đề tài, tiếp:

- Sao năm nay tui không thấy bà sắm quà Nô-en cho bọn trẻ?

Bà Tá rầu rầu :

- Tui nhỏ nói mình lúc này làm hồng ra nhiều tiền, nên phải... kiệm ước! Dù gì tui nó ở đây cũng quá đầy đủ, sung sướng lắm rồi. Quà cáp chỉ thêm phí phạm. Tiền mua đồ chơi nên dành để đóng góp giúp đỡ mấy Bác mấy Chú “Thương phé bình” bên nhà như trước giờ nhà mình vẫn giúp, họ bây giờ già quá rồi, có được chút đỉnh để an ủi trước khi về bên kia thế giới, sẽ mỉm cười mà nghĩ rằng còn có người nghĩ đến sự hy sinh của họ từ những năm xưa. Rồi còn quyên góp cho đồng bào bị bão lụt, động đất ở khắp nơi, bao nhiêu tai ương đang đổ ụp xuống đầu những người dân lành khốn khổ (trong khi bọn Cộng sản chóp bu thì tiền bạc rủng rỉnh, ăn trên ngồi trốc, cậu ấm cô chiêu xài tiền như nước...), làm sao có nhiều tiền để giúp đỡ cho ngàn ấy người?

- Hoan hô tui nhỏ có ý nghĩ và việc làm tốt, hoan hô bà già trầu. Chùng nào... trúng số thì mới xài sang, giờ thì hãy liệu cơm gắp mắm, giúp ai được chuyện gì trong khả năng của mình, mà thấy “thực tế”, đến tận tay người nhận thì nên giúp. Đêm nay là đêm Chúa sinh ra đời, hãy chấp tay nguyện cầu:

“ Vinh danh Thiên Chúa trên trời, Bằng an dưới thế cho người thiện tâm!”

Bà Tá già quay vào nhà trong... uống nước, bỗng nghe tiếng rên rĩ của ông chồng từ ngoài phòng khách vọng vào: “Chùng nào qua chết đi, em tiễn đưa qua tận dưới mồ, nghe dặn lời: Rằng có cúng thì đừng mần gà, rằng có cúng thì đừng mời thầy, đừng... xài phí tiền, nghe em”!

(xin lỗi N/S t/g bài “Lời Người Ra Đi”, người viết xin mạn phép sửa vài câu cho dzui)

**Lê Thị Hoài Niệm**

## GIAM NGƯỜI GIỮ NƯỚC RỒI NAY BÁN NƯỚC?

\*

Kính tặng toàn thể QUÂN, DÂN, CÁN, CHÍNH và  
LỰC LƯỢNG CẢNH SÁT VNCH  
đã lâm vào cảnh tù tội trước và sau cơn QUỐC BIẾN  
1975

vì bảo vệ tự do cho miền Nam VN.

\*

Viên bột luộc nhỏ nhoi nuôi “Cải Tạo”  
Rau muống già chằm Nước Mắt Đại Dương  
Vắt trên rừng, muối, bọ chết chẳng thương,

## YÊU MÃI MÀU CỜ

Anh ở lại có bao giờ quên lãng?  
Em ra đi tâm tưởng chẳng phai mờ  
Nhớ vô bờ, đem tất cả vào thơ  
Thơ trần trở màu Cờ Vàng muôn thuở!  
Ý Nga, 21.12.2017

## CHIẾN SĨ HÓA THÀNH LIỆT SĨ!

Cán bộ không nhận hối lộ  
Chuyện chi cũng nhận **phong bì**  
Chủ nghĩa xã hội thật ngộ

Đĩa dưới rẫy hút thân gầy tìm máu.

Xương cách trí phải gánh phân, lão đảo  
Với dạ dày xẹp lép, dáng nghiêng chao  
Bụng còn cào, áo rách nát lao xao  
Gió tê buốt thổi đùa thân còm cõi.

Thiếu dinh dưỡng, sốt rét rừng, bụng đói  
Bao chiến binh từng xung trận kiên cường  
Sao phải tìm bắt cóc, nhái, ẻnh ương?  
Thử tưởng tượng niềm thê lương tù tội.

Đâu sức lực mà gánh hoài không mỏi?  
Trông trọt nhiều sao chết đói tù nhân?  
Mang tội gì mà “*nợ máu nhân dân*”?  
Tội giữ Nước, thương dân Người Lính Dũng?

Phường bán Nước, cầu vinh và tham những  
Mấy mươi năm, no bụng, xúm cục cung  
Góp sức chung nuôi giặc Hán “đại đồng”  
Nhờ hút máu của dân mà kiếm sống.  
**Ý Nga, 21.12.2017**

Ăn no: Liệt Sĩ **bong, phì!**

**Ý Nga, 21.12.2017**

## VIỆT CỘNG TRẢ THÙ

(Chia sẻ với anh chị THIÊN, HÀ)

\*

Bắt xa cách hàng tỷ năm ánh sáng  
Hai Thiên Hà vật vờ nghìn trùng xa  
Đảng muốn quà: “*Vợ nguy thuộc về ta!*”  
Hơi hèn hạ bốc mùi tanh, hôi quá!

Cộng lấu cá cướp vợ người, suồng sã  
Em vì anh, giá phải trả: hy sinh!  
Bao nhiêu năm Lính liều lĩnh đấu tranh  
Chút bất hạnh nhỏ nhoi: em đền đáp.

Đảng rình rập: cướp miền Nam hấp tấp,  
Bắt giết người chiến đấu vì tự do,  
Hường ám no, khép kín Cửa tối mò  
Bầy Quỷ Đỏ dày vò dân trong rọ.  
**Ý Nga, 21.12.2017**



## Giáng Sinh Cho

*Ngọc Quyên*

Vẫn từng đêm mơ ngấm  
Ánh sáng tựa thiên đàng  
Lung linh trong huyền ảo  
Lời hẹn thể trăng sao .

Một mai Giáng Sinh về  
Bên giáo đường xôn xao  
Em trong tà áo tím  
Quy lạy chúa trên cao.

Cùng anh lời nguyện ước  
Dù ngày tháng lao đao  
Bao giờ sương trắng bạc  
Vẫn một đời cho nhau .

Bài thánh ca hôm nào  
Con là người ngoại giáo  
Trót yêu người có đạo  
Đem tấc lòng trao nhau .

Từ một chiều thu ấy  
Trên bến mê mưa gào  
Cơn lốc buồn rã nát  
Tinh một thuở xanh xao

Thần linh chừng chối bỏ  
Anh quay lưng dành sao  
Góc giáo đường in bóng  
Noel tím nghẹn ngào ...

*Letheupinh*



Hơi sương ướt lạnh vai sầu  
Thấm vào tim nhớ ủa nhau yêu thương  
Cao cung lên chốn thiên đường  
Tim người yêu dấu mộng đường xa xăm

Đêm nay chúa xuống dương trần  
Cầu xin giũ tội trảm luân yêu người  
Trót mang phận số đơn côi  
Giáo đường in bóng lẻ loi ngậm ngùi

Cuộc tình bắt lấy sao rơi  
Sao còn ủ giắc mơ đời có nhau  
Người đi xa dấu chiêm bao  
Nhặt nhòa sương khói lao đao cơn sầu

Chúa ơi! chúa ở trên cao  
Cúi xin cứu rỗi... tình trao lỡ người  
Tội đồ yêu mãi khôn nguôi  
Dưới chân tượng chúa nguyện lời ăn năn

CAO CUNG LÊN

NGOC QUYEN

## Có Những Ông Chồng



Gần Noel và Tết Tây rồi, quý bà nội trợ bận tíu tíu nên thường "réo" quý "tướng công" phụ giúp một tay nhưng... quý ông cứ rề rề, hện hò mãi. Mệt quá! Nhiều bà thường gặp người viết đề "than thở, tỉ tê, tâm tình, tố tụng..." đức lang quân của quý bà. Đa số quý bà tả tình tả oán rằng: "Mấy ông già rồi nên sinh tật ưa cự nự, cần nhần, cảm ràm và không "hồ hởi phấn khởi" cung chiều phụ giúp vợ như hồi mới cưới nhau, v. v. và v.v. Người viết thấy tâm sự của quý bà sao cũng giống giống tâm sự của mình nên "ngẫu hứng lý qua câu" viết bài tâm tình này nói lên tâm sự giúp cho quý bà nhé. Bằng lòng chứ? Smile!

Xin quý bà, quý ông đọc bài thơ dưới đây hình như do một thi sĩ nào đó đã viết nhưng không thấy viết tên tác giả dưới bài thơ. Người viết xin phép được dẫn trình dưới đây để quý vị đọc xem có đúng không nhé?

### CHỒNG LÀ GÌ NHỈ?

Chồng là một đấng anh hào

Là duyên, là nợ Trời trao cho mình



Chồng là trụ cột gia đình  
“Ba đồng một mớ” Ta rinh về nhà.

Chồng là BỐ của Con Ta  
“To đầu mà dại” đến già chưa khôn  
Chồng là loài sống bằng cơm  
Lại ham món phở, bia ôm vỉa hè.

Chồng là một gã lái xe  
Uống nhiều, hút lăm, lè phè ngày đêm  
Chồng là Anh của nhiều Em  
Ga lăng nên hễ có Tiền là vung.

Chồng là cái thể Anh Hùng  
Mát xa, sần nhảy vẩy vùng khắp nơi  
Chồng là Hào Kiệt trên Đời  
Vợ Minh thì Sợ, Vợ Người thì Yêu.

Chồng là Quân Tử hạng siêu  
Cứ Ai phái yếu là Chiêu, là Thương  
Chồng là một gã ương ương  
Bỏ đi thì Tội, phải vương cả Đời!

Nói dông dài một lúc, thi sĩ đó lại vuốt ve khen lấy lòng quý bà:  
Thưa đàn chị, vậy thì:  
Vợ là cục nợ Trời cho  
Vui lòng mà trả vì so quá lời  
Ai cho cơm nước lời mời  
Ai lo giặt ủi cả đời không than  
Sinh con nói dối cho chàng  
Nuôi con tự liệu không màng tới ai  
Đi đâu kiếm được mỗi này  
Nếu không có vợ đổ mây làm nên.  
(Nguồn: Internet- Không thấy đề tên tác giả)  
Thế mà có nhiều bà vợ lại không hài lòng và lên tiếng oán than rằng:

## 8 NỖ OAN KHUẤT CỦA PHỤ NỮ

Phụ nữ kết hôn, lã là được những đứa con...

1-Còn lại thì **Mất** mọi thứ: Bó mẹ đẻ, tuổi thanh xuân, nhan sắc, sự tự do...và...quyền bình đẳng!

2-Họ cũng kiếm tiền như chồng, lại phải thêm công việc nhà cửa. Lại phải bầu bí sinh đẻ nuôi dạy con cái!

3-Sau khi sinh, sức khỏe lẫn sự trẻ trung mất đi. Gặp người chồng hiểu chuyện thì cho vợ tân trang ăn diện. Gặp thằng chồng khôn nạn nó chê nó chán nó đi cặp bồ khác...

4-Kết hôn, phụ nữ rời xa những ngày tháng vui vẻ tự do



đi đây đi đó, bót vui chơi bót làm những thứ mình thích. Thay vào đó là áp lực từ chồng từ con, từ gia đình chồng, bên nội bên ngoại... Người thương thì ít kẻ ganh ghét đâm thọt thì bao vây..

5-Sống vui thì bị nói là đồ vô lo vô nghĩ...Sống trầm uất thì bị chửi là "sướng thế có gì mà than. Đồ không biết điều.."

6-Kiểm ra tiền thì bảo là nhờ chồng mà có; Không kiếm được tiền thì bảo là thứ ăn bám gánh nặng cho đàn ông!

7-Làm tốt mười lần thì cũng như không thấy không biết. Sai sót vài lần thì nhắc tới nhắc lui.

8-Có bao nhiêu ông chồng:thấy và hiểu được mỗi khổ, mệt mỏi, căng thẳng buồn phiền mà vợ mình phải trải qua mỗi ngày? dám bảo vệ vợ như lời hứa trước khi cưới?chấp nhận rời xa gia đình để xây dựng và bảo vệ cho gia đình nhỏ của mình trước sóng gió và mâu thuẫn? Bao nhiêu ông hiểu được ý nghĩa từ "khác máu tanh lòng", hiểu cảm giác cô độc giữa một "gia đình"? Ôi! Có bao nhiêu?

( Nguồn: Email bạn gửi- Cảm ơn anh Trường Nguyễn)

Mời quý bạn xem Youtube Đằng Sau Cánh Cửa do người viết thực hiện và chúc tất cả mọi gia đình sống đằng sau những cánh cửa đó đều hạnh phúc, an lạc. Smile!

Youtube Đằng Sau Cánh Cửa

1- Trên Suonglamportland youtube

[https://youtu.be/bw2\\_fPia-OQ](https://youtu.be/bw2_fPia-OQ)

Tuy nhiên, quý bà cũng cần biết những gì hay hay về đàn ông, đàn bà một tí theo ý kiến của nhà văn Nguyễn Thượng Chánh đã viết dưới đây. Hy vọng khi đọc xong, các phu nhân sẽ thông cảm cho phu quân của mình nhiều hơn mà không còn oán than gì thêm nữa nhé. Smile!

“... Não của Đàn ông chỉ program để làm mỗi lần một việc mà thôi. Họ chỉ sử dụng cả một bán cầu não (thường là phía trái) để suy nghĩ. Mỗi khi ngừng xe lại để đọc bản đồ là họ cần phải vặn nhỏ cái radio xuống rồi mới có thể đọc được.

Đang xem TV mà bà xã hỏi thì có ông nào nghe đâu. Bởi vậy lúc các ông xã đang lái xe các bà xã đừng nên nói đừng nên hỏi gì hết có thể nguy hiểm đó!

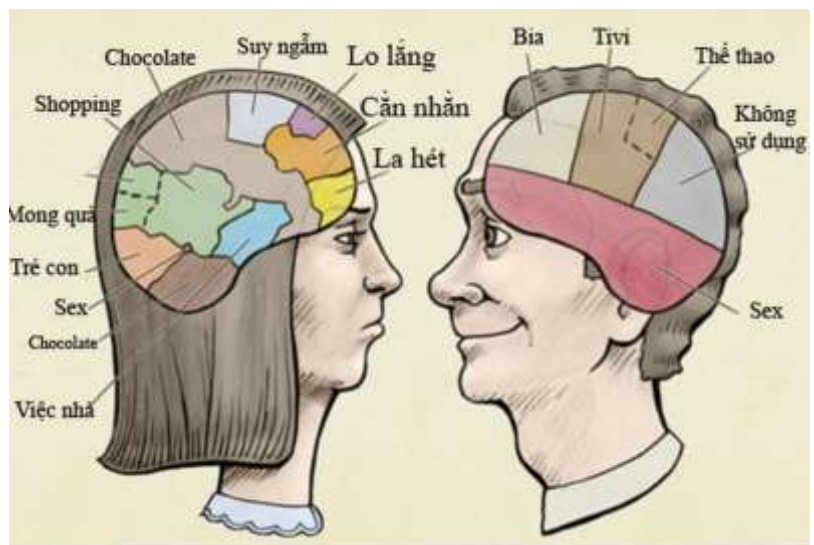
Ngược lại ở đàn bà, mỗi khi suy nghĩ họ thường sử dụng cả hai bán cầu não phía trái và phía phải, và nhờ vậy các bà có thể dễ dàng làm được nhiều việc cùng một lúc.

Đàn bà có thể vừa đọc sách và vừa nghe radio hoặc vừa làm bếp nấu nướng vừa nói điện thoại.

Các bạn có để ý không, trong các siêu thị ở quầy trả tiền thường các cô thu ngân viên, mắt vừa nhìn các món hàng, tay thì bấm máy lia lịa, đôi khi vừa làm vừa trả lời khách hàng hoặc vừa viết và vừa nói điện thoại kẹp nơi cổ.

Nếu được hỏi thành linh phía nào là tay phải, phía nào là tay trái, các bà thường hay lộn nếu họ không nhìn vào chiếc nhẫn đeo trên tay. Các ông thường phàn nàn các bà là miệng thì biểu người ta quẹo trái nhưng trong đầu họ thật sự muốn mình quẹo mặt.

Đàn ông thán phục đàn bà về cách bắt chuyện giữa đám đông hay trong các buổi tiệc. Mặc dù toàn là khách lạ nhưng các bà vẫn có cách traу đổi với nhau về đủ thứ chuyện, người này khen qua người kia khen lại, nói đầy đưa quên thôi...



Các bà cho rằng các ông thường hay lạnh nhạt về tình cảm, ít thổ lộ tâm sự và có vẻ kín đáo e dè trước đám đông. Các bà nghĩ rằng đàn bà có nhiều tình cảm hơn đàn ông, còn các ông thì cho rằng bọn họ cũng rất tình cảm nhưng ít bộc lộ ra ngoài.

Tuy nhiên lúc thấy người đàn ông im lặng nhưng thật sự chính lúc đó họ nói một cách âm thầm cho chính họ! Đàn ông không thích ai cho mình ý kiến này nọ.

Sự ít nói của người đàn ông có thể được người đàn bà hiểu lầm là mình không còn được thương nữa...”  
(Nguồn: Trích trong Chuyện Vui Vợ Chồng của Nguyễn Thượng Chánh)

Thật tình mà nói: "No one is perfect", không ai là người hoàn hảo cả. Ai cũng có tính tốt tật xấu riêng của từng cá nhân, miễn là đừng quá tệ hại mà thôi. Trong tình chồng vợ hay trong giao tế ngoài xã hội, chúng ta cần nhìn mặt tốt của người khác thì mới có thể sống vui, sống khỏe giữa chốn hồng trần này. Nếu cứ chăm chăm nhìn vào mặt xấu của ông chồng hay bà vợ, của thân nhân trong gia đình, của bạn bè thân hữu, đồng nghiệp ngoài xã hội thì cuộc đời sẽ buồn thảm, tối thui luôn!

Người viết vẫn nghĩ rằng: Chúng ta gặp nhau trong cõi đời này không phải là một chuyện tình cờ mà là do duyên nghiệp kết hợp. Nếu may mắn gặp được một ông chồng giỏi dẫn dắt hiền lành, một bà vợ đảm đang phúc hậu, một người con hiếu thảo, một đứa cháu ngoan hiền, bà con trong gia đình biết thương yêu nhau, bạn bè thân hữu biết giúp đỡ nhau, đó là một phúc duyên nghiệp lành của chúng ta. Chúng ta được hưởng phước cuộc sống. Bằng ngược lại, đó là nghiệp duyên mà ta phải chấp nhận và cố gắng hóa giải thế nào cho tốt đẹp mà thôi. Chúng ta phải trả nợ cuộc đời. Thế thôi!

Bởi thế, hãy nói với những người bạn yêu mến là bạn yêu thương họ vì bạn không bao giờ thực sự biết khi nào họ sẽ ra đi vĩnh viễn và khi nào là lần cuối bạn nhìn thấy họ vì cuộc đời là vô thường có có không không, nhà Phật dạy thế!

Xin mượn mẫu chuyện ngắn dưới đây để các bà vợ đọc và để biết rằng tình chồng vợ vẫn có một chút gì dễ thương vì mấy ông chồng vẫn thương yêu lo lắng giúp đỡ cho bà vợ của mình đấy. Bằng lòng chứ? Smile!

### **Tình vợ chồng**

Chị thắc mắc:

- Anh có còn thương em không?
- Tại sao phải hỏi?
- Từ ngày lấy nhau, mình hết thơ mộng, anh hết lãng mạn với em rồi.
- Bạn thấy mờ, còn lo cho con, nhưng anh chẳng thấy gì khác.
- Em thấy khác!
- Anh đi sửa cửa sổ đây.
- Em ghét anh, anh giả bộ bạn rợn.

Trời bỗng đổ mưa, nước tạt vào nhà, may quá chồng chị vừa sửa xong cánh cửa.

(Nguồn: Trích trong Website Banmaihong)

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân

**Sương Lam**

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi-MCTN 399-ORTB 812-122017)



**TRÔNG ANH THẬT TÌNH TỬ!**

Hàng cau vờn gió dưới trăng,

**NỤ HỒNG SÁU MƯƠI**

- Nụ cười nhàn nhạt nắng trong

Nhấp nhô bụi chuối nặng oằn trái to,  
Hương cau đùa gió thơm tho,  
Trăng vòn kẽ lá nhấp nhô tóc chàng.

Nhìn anh khảy nhịp điệu dang  
Hát câu tình ái mênh mang mật tình  
Ôi chao! Ánh mắt lung linh  
Nửa mang si dại, nửa rình rập tim.

Đem vào ký ức đoạn phim  
Mai quay thật chậm nỗi niềm xôn xao:  
Một trăng mà tới ngàn sao  
Chìm trong đáy mắt ngọt ngào người yêu.

Hình như em hạnh phúc nhiều?  
Hình như trăng sáng đủ dịu tình ta?  
Anh ơi! Hà có gì mà  
Em yêu thương quá trắng ngà đêm nay?  
**Á Nghi\*\*20.12.2017**

## ÁO TÌNH

*Những sợi chỉ luôn qua kim Chung Thủy  
May áo tình bền bỉ những mến thương  
Mặc trăm năm đôi lứa đi chung đường  
Về một hướng yêu đương Cha Mẹ thương.*  
**Á Nghi\*\*20.12.2017**

## CÓ PHẢI VÌ MÙA ĐÔNG?

Người buồn, người cứ lang thang  
Ngày buồn ngày cứ băng khuâng theo người.  
Em ơi! Chẳng thấy em cười  
Nét buồn nào nuốt dấu trời hết thu  
Hay vì lá hết chu du,  
Dứt vòng sinh tử êm ru ngủ vùi?  
**Á Nghi, 20.12.2017**

## THẤY MÀ THƯƠNG!

Biển xanh, cát trắng, nắng vàng  
Mà nàng đơn độc thiếu chàng cạnh bên  
Đến đây tích lũy sóng lên,  
Mang về thả xuống đêm đen thất tình.

Trời trong mây nhẹ trắng xanh  
Cánh chim cô lẻ tự hành thân, tâm  
Trách chi Tơ Nguyệt se lằm  
Thương ơi giọt lệ thâm trầm nhỏ đau!  
**Á Nghi, 20.12.2017**

*Mà than ôi hồn điên đảo!  
Tâm tư anh rồi bồng bồng  
Lạc vào mê cung điệp ảo.*

*Chúng ta vốn cùng lạ, xa  
Chính em kéo gần khoảng cách  
Vì em mà anh hết già,  
Tại đời môi đây mê hoặc.*

*Sức hút mạnh như nam châm  
Càng nhìn anh càng quyến luyến  
Hình như Nụ Hồng nảy mầm  
Trong trái tim đầy sao xuyên?*

*Mỗi lần ánh mắt giao nhau  
Chân anh không còn chỗ náu  
Chao ơi! Hiền hòa, ngọt ngào  
Mà sao đây lòng kiêu ngạo?*

*Em không tin anh bồi hồi?  
Tại em xem anh như bạn!  
Anh chỉ là chấm nhỏ thôi?  
Sao mà tầm nhìn hữu hạn!*

*Em có sức hút lạ kỳ  
Nụ cười trên người tình ái  
Ánh mắt càng nhìn càng si  
Nam nhi nào vượt qua ái?*

\*

- Tại sao khó hơn lên trời?  
Vì tôi chỉ yêu Người Ấy  
Chồng tôi, tôi theo suốt đời  
Anh nào tôi cũng không thấy!  
**Á Nghi, 20.12.2017**

## THUẬN DÒNG

*Anh trộm nhớ nét dịu dàng, duyên dáng,  
Em thầm thương chàng vui vẻ hòa đồng  
Người đáng yêu, kẻ thân thiện góp công  
Tình dậy sóng, nước xuôi dòng Tình Ái.  
**Á Nghi\*\*20.12.2017***

## HÒN BAY NƠI NÀO?

*Thoảng quên, thoảng nhớ giữa ngày  
Ngẩn ngơ xuống bếp, nghĩ hoài, lại lên  
Việc gì? Mong chuyện lóe tên?  
Lênh đênh trí nhớ bập bênh chốn nao?  
Đi ra rồi lại đi vào  
Hòn anh, em hóa... trăng sao trên trời.*

## GIÁNG SINH

### NGUYỆN CẦU



NOEL LẤP LÁNH ÁNH VÀNG  
ĐÈN HỒNG XANH ĐỎ TRÊN CÀNH THÔNG REO  
RỘN RÀNG NÁO NỨC ĐÈN TREO  
KHÔNG GIAN RỰC RỠ ÁNH SAO TRÊN TRỜI.

ÔI ! CHÚA GIÁNG SINH RA ĐỜI  
ĐEM BAO ƯỚC VỌNG MUÔN NGƯỜI CHỜ MONG  
MỪNG CHÚA GIÁNG THẾ ĐÊM ĐÔNG  
NGHÌN LỜI CẦU CHÚC ƯỚC MONG ĐIỀU LÀNH

CẦU CHO CUỘC SỐNG YÊN BÌNH  
CẦU CHO HẠNH PHÚC GIA ĐÌNH AN VUI  
CẦU CHO TÌNH THẨM LỬA ĐÔI  
CẦU CHO ƯỚC MỘNG ĐỜI ĐỜI NỞ HOA  
CẦU CHO YÊN ẨM QUÊ NHÀ  
CẦU CHO LÚA CHÍN MẶN MÀ TÌNH QUÊ

MONG SAO VỆ CHỮ "HẸN THẾ"  
NĂM CHÀU BỐN BIỂN TA VÉ BÊN NHAU  
TÌNH NÓNG ẤM ÁP QUÊN SẴU  
MỪNG CHÚA GIÁNG THẾ...  
...NGUYỆN CẦU...  
THIỆT THÀ...!

**PHẠM THỊ MINH HƯNG**

LINH THUY

## GIÁNG SINH TẠM BIỆT

Mùa giáng sinh này có là giáng sinh tạm biệt không? Với bao nhiêu tính toán, với những trăn trở của con tim, một bên là tình yêu một bên là tình mẫu tử. Thật khó khăn cho tôi đi đến một quyết định.

Vào tháng mười hai không khí đón mừng giáng sinh đã nhộn nhịp, phố phường và chợ búa vui thêm với những sắc màu ngày lễ. Thăng cu Tí của tôi cũng đang rộn ràng chờ mong. Tôi muốn dành cho nó tất cả tấm lòng yêu thương và niềm vui của giáng sinh. Biết đâu mẹ con tôi sẽ chia xa!

Tôi mở tủ chọn cho cu Tí bộ quần áo. Hai mẹ con tôi sẽ ra tiệm mua những thứ để trang hoàng nhà cửa mừng giáng sinh.

Cu Tí hớn hờ chỉ bộ áo này lại bộ áo kia:

- Con thích màu đỏ, con cũng thích...
- Màu đỏ con nhé, mùa lễ mà....

Trong túi tôi không bao giờ dư đã tiền kể từ mấy tháng nay tôi ngồi nhà ăn tiền thất nghiệp nên cuối năm ai tung bùng mua sắm còn tôi thì không, mà thằng cu Tí dường như cũng hiểu tình cảnh nhà mình, nó chẳng bao giờ đòi hỏi mua sắm ngoài những gì tôi mua cho nó

Cu Tí ríu rít hỏi:

- Mẹ ơi, chúng ta đi mua sắm ở “1 Dollar store” phải không? Con sẽ được mua nhiều thứ ở nơi ấy.

- Đúng rồi, dĩ nhiên là con tha hồ mua, chúng ta sẽ trang hoàng nhà thật đẹp để mừng lễ giáng sinh.

Nó không hề biết là sau lễ Giáng Sinh và New Year cuộc sống của nó có thể sẽ thay đổi lớn. Nếu tôi đi xa, cu Tí về ở với bà ngoại và cậu mợ nó ở tiểu bang khác.

Tiệm 1 Dollar ở gần khu apartment của tôi, những cửa hàng pizza và cửa hàng bách hóa rẻ tiền luôn gần gũi khu gia cư bình dân là đối tượng khách hàng chính của họ.

Buổi chiều cửa tiệm 1 dollar vẫn tấp nập người, nhưng sắc dân châu á ít hơn những sắc dân khác. Có lẽ chỉ có mẹ con tôi là người châu á trung thành với tiệm bấy lâu nay.

Cu Tí đã quá quen thuộc cửa tiệm, nó nhảy bổ vào những gian bày hàng cho mùa giáng sinh và lấy những món đồ để vào chiếc xe chợ, nào cuộn giấy màu, ruy băng đỏ, cành thông xanh, vòng nguyệt quế, chiếc váy, chiếc mũ ông già Nô En, những hộp quà be bé xinh xinh.

Cu Tí hớn hờ cùng tôi đứng xếp hàng đợi tính tiền. Nó lại ríu rít:

- Chóc nữa về nhà mẹ và con sẽ trang trí nhé, chỉ một lát là xong, là chúng ta sẽ có ngôi nhà đẹp chào đón giáng sinh.

Niềm vui của con tôi quá rẻ, mỗi món 1 đồng, tổng cộng hơn 20 đồng kể cả thuế. Thật vừa với túi tiền rỗng tuếch của tôi.

Tôi tặng nó thêm một niềm vui:

- Cát đồ vào xe xong chúng ta đi bộ sang chợ Kroger đằng kia, mẹ sẽ mua một con gà quay và hộp bánh cookie cho bữa ăn chiều nay.

Nó vui mừng nhưng áy náy:

- Mẹ còn tiền không?

- Mẹ không có nhiều tiền nhưng vẫn có tiền mua đồ tiêu dùng và ăn uống chứ, với lại chợ chiều các món gà quay, gà chiên trong chợ sẽ bán rẻ nửa giá.

Tôi đã mua một con gà quay giá rẻ và hộp bánh như đã hứa với cu Tí. Tính tiền xong nó ra về nam nhi đàn ông:

- Con lớn rồi, có thể giúp mẹ nhiều thứ, để con giúp mẹ xách túi bánh cookie.

Ôi, thằng con trai 10 tuổi của tôi. Con đã đủ lớn để sống xa mẹ chưa?

Vừa ra tới cửa chợ Kroger thì cu Tí khựng chân lại, nó nhìn tôi bằng ánh mắt cầu khẩn:

- Mẹ có thể cho con một hai đồng lẻ không? Và nếu cần thì...thì...

- Thì sao?

- Thì chúng ta sẽ trả lại hộp bánh cookie để lấy lại mấy đồng. Lúc khác chúng ta sẽ mua bánh dù con rất thích ăn những cái bánh cookie có nho khô này.

Tôi nhìn thấy người đứng rung chuông nơi trước cửa chợ và mỉm cười:

- Mẹ hiểu rồi và chỉ đùa con thôi, con muốn bỏ vào hộp quỳ tiền chỗ người rung chuông mùa giáng sinh xin tiền làm từ thiện kia phải không?

- Mẹ giỏi quá, con cảm ơn mẹ.

Tôi đưa cu Tí vài đồng lẻ và dốc tất cả những đồng xu trong bóp cho nó làm cử chỉ tốt đẹp trong mùa lễ giáng sinh, xong hai mẹ con lại đi bộ ra xe. Tôi khen cu Tí:

- Con là đứa trẻ ngoan biết thương người nghèo khó. Mỗi người đóng góp một chút tiền bạc hay công sức, ông đứng rung chuông cũng là thiện nguyện đây, bất kể trời mùa đông lạnh hay tuyết rơi bên ngoài ông ấy vẫn đứng rung chuông để kêu gọi lòng hảo tâm của người ta.

- Cô giáo con bảo những đồng tiền quỳ góp này sẽ mua quà tặng giáng sinh cho những đứa trẻ nhà nghèo.

Tôi bồi hồi nghe cu Tí nói tiếp:

- Cô giáo con kể có những đứa trẻ bị cha mẹ bỏ rơi hay cha mẹ trong tù tội, chúng nó cô đơn tội nghiệp trong mùa lễ tết cuối năm vui về.

Cu Tí bỗng đi sát vào người tôi như tìm sự che chở ấm cúng, giọng nó thực sự hạnh phúc:

- Mẹ ơi, con sung sướng hơn những đứa trẻ ấy vì có mẹ, mẹ vừa cho con đi mua sắm những món quà Giáng sinh tuyệt vời. Những đứa trẻ ấy thì không...

Con tôi, thằng bé 10 tuổi ngây thơ không biết lấy lòng, không biết dùng lời giả dối, nó chỉ nói ra những suy nghĩ có thật trong đầu.

Nước mắt rung rung, lòng tràn đầy cảm xúc tôi ngồi thụp xuống để nhìn con mình, thằng cu Tí mở to đôi mắt trong veo như hai viên bi, vòng tay bé bỏng của nó ôm lấy cổ tôi:

- Sao mẹ khóc, mẹ cũng thương những đứa trẻ nghèo khó bơ vơ ấy phải không?

Tôi ôm chặt con vào lòng, ngay giây phút này tôi đã có câu trả lời, tôi không thể rời xa con, cu Tí yêu thương tôi, cần tôi biết bao, còn anh có yêu tôi và cần tôi đến thế không?

Trong lòng tôi không ngớt kêu lên: “Con yêu hãy tha lỗi cho mẹ. Mẹ hư quá, đã có lúc lòng mẹ chông chênh“. Về đến nhà hai mẹ con cùng xúm nhau cắt giấy dán tường, treo những thứ vừa mua lên tường và để những hộp quà bé xinh dưới gốc cây thông xanh. Trông căn phòng tươi đẹp hẳn ra.

Xong hai mẹ con mới thong thả ăn bữa cơm chiều, tuy muộn hơn thường ngày nhưng ngon miệng với món gà quay nóng.

Cu Tí là đứa con kết quả mỗi duyên đầu ngắn ngủi. Khi cu Tí 5 tuổi thì cha thằng cu Tí đã bỏ rơi hai mẹ con đi tìm tình duyên mới, tôi thành mẹ độc thân vất vả nuôi con, đồng lương thư ký văn phòng chỉ đủ trả tiền thuê nhà và sinh hoạt cuộc sống hạn hẹp suốt mấy năm qua.

Tôi mới quen Hoàng một năm nay khi anh đến công ty tôi làm việc để tìm cơ hội một hợp đồng mua bán, anh chưa từng kết hôn, đang thành công với business của riêng mình ở tiểu bang Florida. Anh biết làm vừa lòng phụ nữ, những lời thăm hỏi ngọt ngào cùng những món quà tặng ý nghĩa của anh làm trái tim tôi choáng ngợp. Vì công việc làm ăn anh thỉnh thoảng đến tiểu bang và thành phố của tôi nên coi như chúng tôi thường xuyên gặp gỡ và tìm hiểu nhau. Anh nói yêu tôi, nhưng tôi không muốn chỉ là mối tình qua đường sau mỗi lần anh đến và đi. Anh hứa hẹn sẽ đi đến hôn nhân với tôi sau một thời gian sống thử. Nhưng một điều làm tôi khó xử và đau buồn là Hoàng chỉ muốn có tôi, không có thằng cu Tí, anh nêu ra những lý do là đứa con riêng của vợ sẽ làm vướng bận hạnh phúc vợ chồng, ở gần sẽ sinh ra những bất đồng mâu thuẫn, v.v.

Tôi sẽ gởi cu Tí cho bà ngoại nó. Mẹ tôi hiện sống chung với gia đình thằng em trai tôi tại California, Hoàng hứa sẽ gởi tiền bạc về nuôi cu Tí ăn học. Hoàng luôn lập luận làm cho tôi xiêu lòng:

- Chỉ vài năm nữa cu Tí sẽ lớn lên vào đại học, nó hoặc ở dorm hoặc đi tiểu bang khác, em có ở bên cạnh con mãi được đâu.

Tôi đã quá chán cuộc sống chật vật nghèo túng, tôi muốn lấy Hoàng để sẽ bước vào một khung trời khác của giới trung lưu và nhất là được sống với người mình yêu và người ấy yêu mình, bù đắp cho mối tình dang dở đau buồn đã qua.

Mẹ tôi nghe chuyện thì gay gắt:

- Tại sao phải sống thử? Cả hai đều đã trưởng thành tuổi đời và trong cuộc sống, tìm hiểu nhau cho kỹ rồi đến hay không đến hôn nhân cho rõ ràng. Hơn nữa mẹ đâu con đấy, anh ta nếu yêu thương con thì phải yêu thương cả thằng cu Tí thế mới là người đàn ông rộng lượng đáng để con trao gởi cuộc đời.

Tôi bênh vực Hoàng:

- Mỗi người một cách suy nghĩ khác nhau. Anh ấy yêu con. Tình yêu có tín hiệu riêng của nó, gặp một ngày cũng là yêu và một trăm năm tìm hiểu cũng chưa chắc đã yêu.

Tuy nói cứng thế mà tôi vẫn chưa tìm được câu giải đáp. Tôi muốn hưởng thêm một mùa Giáng sinh vui vẻ bên con trước khi làm một quyết định quan trọng nhất đời tôi, ở lại bên con hay rời xa con để đến với Hoàng.

Tôi sẵn sàng đến với anh bằng trái tim yêu, tôi chẳng còn là con gái mới lớn mà vẽ vời hay đòi hỏi gì hơn.

Hoàng nói anh đang thương nhớ chờ đợi tôi. Ngày rất dài và đêm rất buồn với anh nếu không được gần tôi.

Mẹ tôi bất bình cho là tôi quá quy lụy Hoàng, muốn bỏ con đến ở với anh ta không cần một thủ tục nghi lễ tối thiểu nào.

Cứ nghĩ đến Giáng sinh tạm biệt con, tôi đã chạnh lòng. Bây giờ quyết định ở lại tôi cũng chạnh lòng vì không đến được với Hoàng và cũng thật khó khăn khi tôi phải báo tin cho Hoàng biết quyết định cuối cùng của tôi.

Buổi tối tôi gọi phone cho Hoàng, giờ này chắc anh đang cô đơn trong căn nhà độc thân vắng vẻ, lại là những ngày lễ lộc cuối năm, anh sẽ buồn và thất vọng lắm.

Biết đâu đây cũng là dịp thử thách tình yêu của Hoàng cho tôi, nếu yêu tôi đậm sâu anh sẽ nghĩ lại và tìm đến tôi, mở rộng vòng tay đón thằng cu Tí. Chúng tôi sẽ là một gia đình. Tôi bỗng nhen nhúm chút hi vọng và cầu mong thế.

Tiếng phone reo lên liên hồi, tôi kiên nhẫn chờ đợi, trong đầu óc tôi đã nghĩ sẵn những câu nói thiết tha để tạ lỗi cùng anh, rằng tôi vẫn yêu anh, vẫn chờ mong có cơ hội nào được cùng nhau chung sống.

Mãi mới có người bốc phone và một giọng cô gái e dè lên tiếng:

- Hello.

Tôi thật bất ngờ và ngỡ ngàng vì đây là cell phone của Hoàng, anh đâu và cô gái này là ai mà ở trong nhà anh vào giờ này?

Cô gái vẫn im lặng chờ đợi, cô ta không biết nói gì hơn vì phone này không phải của cô và người được gọi không là cô. Tôi cũng e dè và cố lấy giọng bình tĩnh nói:

- Tôi là... bạn làm ăn với anh Hoàng, gọi hỏi thăm anh, chúc anh giáng sinh và năm mới sắp đến vui vẻ, làm ăn thành công như ý.

- Dạ, chị vui lòng gọi lại sau nhé, anh Hoàng đang tắm.

Tiếng Hoàng vọng ra, có lẽ anh vừa mở cửa phòng tắm nên có cả tiếng nước chảy rào rào vọng vào trong phone:

- Ai đấy em...?

- Một người bạn gọi chúc anh giáng sinh thôi.

Chắc anh tưởng phone đã tắt nên thoải mái nói với cô gái:

- Lấy cho anh chai dầu gội đầu anh để quên trên bàn đi cung, có mùi hoa Lavender mà em thích đấy.

Câu nói này nghe quen quen, anh cũng đã từng nói với tôi những câu tình tứ như thế.

Tôi vội vàng tắt phone và chết lặng trong bàng hoàng đau đớn.

Tình yêu của tôi dành cho anh là cả tấm chân tình, còn anh chỉ là một trò đùa tình ái, anh đã có những cuộc tình khác. Anh chẳng bao giờ cô đơn tội nghiệp như tôi nghĩ.

Nếu tôi đến ở với anh, người đàn ông trẻ tuổi hào hoa thành đạt ấy luôn được vây quanh bởi các cuộc tình, anh có từ bỏ họ để trọn vẹn chung thủy với tôi suốt đời không?

Bây giờ thì tôi đã hiểu vì sao anh chỉ muốn sống thử, cũng chỉ là một cuộc tình qua đường lâu hay mau mà thôi, khi anh chán chường thì đường ai nấy đi.

Anh ta không đáng cho tôi phải đau đớn như thế này. Tôi vào phòng soi gương, lau những giọt nước mắt và thấy tiếc những giọt nước mắt của mình đã khóc không đúng chỗ.

Lòng tôi thanh thản dần. Tôi may mắn đã quyết định đúng lúc, suýt nữa tôi lại gặp người tình trắng hoa phản bội như người chồng trước.

Giáng sinh này vẫn là giáng sinh tạm biệt, từ giã một cuộc tình lừa dối, từ giã anh và không bao giờ mong tái ngộ.

Giáng sinh này bỗng đẹp lạ thường, hạnh phúc lạ thường với hai mẹ con tôi.

**Nguyễn Thị Thanh Dương.**

(Dec. 17, 2017)

### ***Cám Ơn Tình Yêu***

*Cám ơn cơn gió chiều nay  
Tình đi tình đến phương này nhớ mong  
Mặc đời sóng gió bão giông  
Lung linh biển nhớ giấc nồng dài thêm*

*Ai hay cõi mộng êm êm  
Dù trăng rơi rụng bên thêm quạnh hiu  
Cám ơn anh chút hồn xiêu  
Cho em ảo vọng mưa chiều có nhau.*

*Nồng nàn môi mắt trao nhau  
Nụ hôn tình tứ ngọt ngào dưới mưa  
Cám ơn tình đắm duyên ưa  
Dẫu cho lẽ bóng xuân chưa phai tàn.*

### **GIÁNG SINH NGUYỆT CẦU**

Noel lấp lánh ánh vàng  
Đèn hồng xanh đỏ trên cành thông reo  
Rộn ràng náo nức đèn treo  
Không gian rực rỡ ánh sao trên trời.

Ôi! Chúa Giáng Sinh Ra Đời  
Đem bao ước vọng muôn người chờ mong  
Mừng Chúa Giáng Thế đêm Đông  
Nghìn lời cầu chúc ước mong điều lành

Cầu cho cuộc sống yên bình  
Cầu cho hạnh phúc gia đình an vui  
Cầu cho tình thắm lứa đôi  
Cầu cho ước mộng đời đời nở hoa  
Cầu cho yên ấm quê nhà



*Cám ơn anh dẫu ly tan  
Phương trời em vẫn võ vàng chờ trông  
Cám ơn anh mối tình hồng  
Vấn vương gửi gió hương nồng dẫu yêu.*

*Cám ơn hạnh phúc về chiều  
Mưa bay gió nổi liêu xiêu mộng chờ  
Vấn tình như vạn lời thơ  
Dẫu câu lạc vận giấc mơ chưa tàn.  
**Ngọc Quyên***

Cầu cho lúa chín mận mà tình quê.

Mong sao vẹn chữ "Hẹn Thề"  
Năm Châu bốn biển ta về bên nhau  
Tình nồng ấm áp quên sầu  
Mừng Chúa Giáng Thế...

... Nguyễn Cầu...  
Thiệt tha...!

**Phạm Thị Minh Hưng**

## **Giới Thiệu Sinh Hoạt của Trung Tâm Y Tế Và Dịch Vụ Châu Á và Nhóm Sinh Hoạt Người Việt tại Portland - Oregon**



Thứ Năm ngày 7 Tháng 12, 2017, vợ chồng người viết được mời đến tham dự buổi tiệc trưa gây quỹ hàng năm của Trung Tâm Y tế và Dịch Vụ Châu Á gọi tắt là AHSC (Asian Health & Service Center) được tổ chức tại nhà hàng HK Café từ 11:00 AM đến 2:00 PM.

Trung Tâm AHSC là một tổ chức có tư cách pháp nhân, là một nhịp cầu nối liền giữa văn hoá Á Châu

và văn hoá Mỹ, được thành lập năm 1983 tại Portland, Oregon. Trung tâm thoát đầu chỉ giới hạn phục vụ cộng đồng người Hoa trong việc phòng bệnh, chăm sóc sức khỏe tốt đẹp hơn.

Việc điều hành trung tâm được tài trợ bởi các cơ sở thương mại của người Hoa, một ít từ các cơ quan chính phủ trách vấn đề an sinh xã hội và y tế của thành phố Portland và Beaverton, từ các buổi tiệc gây quỹ hàng năm, v.v. Sau này trung tâm mở rộng tầm hoạt động phục vụ các cộng đồng Đại Hàn, Việt Nam và các cộng đồng Châu Á khác nữa.

<http://www.ahsdpdx.org/news.html>

Liên Lạc:

Hiện nay có hai trung tâm AHSC: một tại Portland và một tại Beaverton.

Portland Location:

3430 SE Powell Blvd,

Portland, OR 97202

Phone: 503-872-8822

Fax: 503-872-8825

Email: [info@ahsdpdx.org](mailto:info@ahsdpdx.org)

Beaverton Location:

12500 SW Allen Blvd,

Beaverton, OR 97005

Phone: 503-641-4113

Fax: 503-872-8825

Email: [info@ahsdpdx.org](mailto:info@ahsdpdx.org)

Yu Miao Chinese Preschool

5239 SE Woodstock Blvd,  
Portland,  
Yu Miao Chinese Preschool  
5239 SE Woodstock Blvd  
Portland, OR 97206  
Phone: 503-872-8825

**SINH HOẠT NHÓM SINH HOẠT  
NGƯỜI VIỆT NĂM 2017**



Sương Lam

Hôm nay nhà hàng được trang hoàng với hoa tươi, tranh ảnh rất đẹp. Portland mùa Thu năm nay trời chưa đổ tuyết nhưng bên ngoài không khí rất lạnh. Bước vào bên trong nhà hàng, người viết thấy ấm áp trong lòng với tiếng cười nói của khách tham dự đã sưởi ấm thêm tình tương thân, tương trợ với ban điều hành trung tâm, để có thêm ngân quỹ tổ chức những dịch vụ thiết yếu cho đời sống của quý vị cao niên Á Châu tại Portland, Oregon. Nhóm Sinh Hoạt Người Việt ở Portland và Beaverton cũng nhiệt tình ủng hộ trung tâm nên ai nấy đều xinh đẹp hẳn lên với ánh mắt thân thiện, với nụ cười từ ái.

Hằng năm, Trung Tâm AHSC thường tổ chức Hội Chợ Sức Khỏe tại trung tâm AHSC ở Portland, cung cấp những dịch vụ y tế cần thiết: đo huyết áp, khám

mắt, khám răng, đo rỗng xương, v.v. dành cho những vị cao niên có lợi tức thấp với một đội ngũ đông đảo gồm bác sĩ, y tá, nhân viên, thiện nguyện viên, v. v.

Ngày 12 tháng 8, 2017 vừa qua, Trung tâm AHSC Portland đã tổ chức Ngày "16 th Annual Asian Community Health Fair" từ 11:00 AM đến 4:00 PM giúp đỡ, chăm sóc sức khỏe rất nhiều người. Thật là một việc làm rất đáng khen!



Xin cảm ơn ban điều hành trung tâm, ban tổ chức, tất cả nhân viên của Trung tâm và các thiện nguyện viên góp công, góp sức vào việc làm công ích trong ngày Hội Chợ Sức Khỏe hằng năm này.

Vợ chồng chúng tôi đến sinh hoạt tại Trung Tâm AHSC Portland vào ngày Thứ Năm hằng tuần kể từ khi Nhóm Sinh Hoạt Người Việt được thành lập vào năm 2010.

Những ngày đầu tiên sinh hoạt chỉ lèo tèo mấy người vì chưa ai biết rõ địa điểm và lợi ích của sinh hoạt cộng đồng này. Các nhân viên đầu tiên của NSHNV là những người Hoa, không biết tiếng Việt, chỉ có bác Thông Lương, cô Ái Nhi (Iris) là người Việt gốc Hoa biết nói tiếng Việt mà thôi, Nhiều khi người viết phải "tình nguyện" làm thông dịch viên và phiên dịch tài liệu giúp cho các nhân viên này. Người viết cũng tự nguyện viết bài giới thiệu AHSC trên Oregon Thời Báo để các đồng hương Việt Nam biết mà đến sinh hoạt.

Ngày Tết Việt Nam, quý vị nhân viên người Hoa phải mượn áo dài Việt Nam để mặc trong ngày tổ chức Tết Việt Nam tại trung tâm. Vui thật và cũng cảm động thật!



Xin mời xem Youtube Sinh Hoạt của Trung Tâm AHSC và Nhóm Sinh Hoạt Người Việt từ 2010-2017 do người viết sưu tầm lại những hình ảnh sinh hoạt cũ để thực hiện youtube này. Thật mất rất nhiều thời gian để sưu tập hình ảnh và làm youtube, nhưng người viết vẫn thấy vui vì đã được góp phần công sức vào các sinh hoạt của trung tâm AHSC và Nhóm SHNV. Smile!

Youtube Sinh Hoạt Trung Tâm AHSC và Nhóm Sinh Hoạt Người Việt 2010-2017  
<https://youtu.be/gUm7iDwOEyk>

Dần dần đồng hương Việt Nam do sự giới thiệu của bạn bè về sự lợi ích của các sinh hoạt của Trung Tâm nên hội viên NSHNV càng ngày càng đông. Vui quá!

Chương trình sinh hoạt ngày thứ năm hằng tuần gồm có tập thể dục nhẹ nhàng, nghe các buổi thuyết trình về vấn đề y tế, an sinh xã hội, sức khỏe tâm thần, dinh dưỡng, sinh hoạt cộng đồng, xem phim, và ăn cơm trưa miễn phí, v. v. Thức ăn đầy đủ dinh dưỡng và hợp khẩu vị người Á Châu. Trung tâm có thêm buổi ăn trưa miễn phí vào thứ ba hằng tuần nhưng không có chương trình sinh hoạt như ngày thứ năm.

Riêng Nhóm Sinh Hoạt Người Việt có sinh hoạt thêm “Nhóm Sinh Hoạt Phụ Nữ” để học hỏi thêm về các chương trình đặc biệt dành cho phụ nữ và các học viên có bệnh mãn tính vào ngày thứ tư. Ngoài ra Nhóm Sinh Hoạt Người Việt còn tổ chức những buổi du ngoạn ngoài trời như viếng Blue Lake, viếng vườn hoa Rhododendron, viếng cầu Tilikum, hoặc tổ chức potluck mừng ngày Mother’s Day, Father’s Day, Thanksgiving, Christmas, Tết Nguyên Đán, v. v. rất vui.

Cũng nhờ đi sinh hoạt với Nhóm Sinh Hoạt Người Việt này mà người viết biết thêm nhiều điều hay lạ có ích lợi cho sức khỏe, cho kiến thức, cho tinh thần của mình.

Nhóm Sinh Hoạt Người Việt sinh hoạt hằng tuần vào ngày Thứ Năm theo chương trình dưới đây:

Từ 9:30 – 10:00 AM: tập thể dục

Từ 10:00 – 11:30 AM: Trình bày giáo dục các vấn đề liên quan đến sức khỏe, an sinh xã hội, v. v.

Từ 11:30AM – 12:00 PM: Cơm trưa miễn phí

Bây giờ chương trình ăn trưa miễn phí có từ thứ ba đến thứ sáu hằng tuần. Tốt quá!

Trong chiều hướng phát triển để đáp ứng nhu cầu về nhân sự và dịch vụ ngày một tăng, Trung tâm Y tế và Dịch Vụ Châu Á đang xây cất một trụ sở mới tọa lạc ở 9035 SE Foster, Portland OR 97266

Lễ động thổ đặt viên gạch đầu tiên được tổ chức ngày 22 tháng 4 năm 2017 với sự tham dự của thị trưởng Portland, ông Ted Wheeler và các viên chức cao cấp khác của quận Multnomah, Portland- OR.

Xin mời vào xem kế hoạch phát triển và mọi sự đóng góp, hỗ trợ cho việc xây dựng trung tâm mới AHSC qua link dưới đây:

New Building of AHSC  
<http://ahscpdx.org/bridge/>

Các nhân viên Việt Nam phụ trách các chương trình sinh hoạt với nhóm người Việt này có trình độ kiến thức cao, rất dễ thương, và sốt sắng giúp đỡ, thông dịch cho các hội viên khi cần thiết trong các vấn đề liên quan đến sức khỏe, an sinh xã hội, v. v. Nhờ những sinh hoạt thiết thực hữu ích này nên số hội viên tham gia ngày một đông.

Nếu muốn biết thêm chi tiết, xin vui lòng gọi 503- 872-



8822 (Cang Lê- Ext 209, Cường Nguyễn (212), Amanda Vu (246)), Hoa Trần (215)

Cũng nhờ đi sinh hoạt với Nhóm Sinh Hoạt Người Việt này mà người viết biết thêm nhiều điều hay lạ có ích lợi cho sức khỏe, cho kiến thức, cho tinh thần của mình.

Chương trình sinh hoạt và ăn trưa miễn phí này đã có từ lâu, nhưng đa số những người tham dự là người Hoa. Nhóm Sinh Hoạt Người Việt chỉ mới bắt đầu sinh hoạt từ ngày 21 tháng 1 năm 2010.

Chi phí điều hành trung tâm một phần do chính phủ tài trợ, một phần do các cơ sở thương mại, các vị mạnh thường quân giúp đỡ trong các buổi tiệc gây quỹ hằng năm.

Trong năm 2014, 2015 quý phu nhân hội viên trong nhóm SHNV Portland, trong đó có người viết, đã tham gia màn trình diễn giới thiệu áo dài Việt Nam trong buổi tiệc gây quỹ vào tháng 10 rất là thành công. Smile!

Trong năm 2016, quý vị cao niên Việt Nam trình diễn một màn vũ dân tộc



Năm nay, để thay đổi không khí, Nhóm SHNV Portland trình diễn màn hợp ca nhạc phẩm Việt Nam - Việt Nam của cố nhạc sĩ Phạm Duy rất hùng hồn, nói lên tình yêu quê hương muôn đời của người dân nước Việt dù đang sống ở hải ngoại.

Xin mời xem youtube

Youtube Hợp Ca Việt Nam- Việt Nam- Nhóm Sinh Hoạt Người Việt Portland- AHSC

<https://youtu.be/6n9VMrREfnY>

Trong các buổi tiệc gây quỹ hằng năm luôn luôn có sự đóng góp vào chương trình văn nghệ của các Nhóm Người Hoa, Nhóm Người Đại Hàn, Nhóm Người Việt và đặc biệt nhất của các học sinh lớp Mầu Giáo Yu Miao rất hay và dễ thương. Bravo!

Trong chương trình tiệc trưa gây quỹ năm nay có thêm mục tặng quà cho các thiện nguyện viên đã góp công góp sức vào các sinh hoạt của Trung Tâm AHSC.

Tiệc tan, quan khách ra về trong cơn gió lạnh bên ngoài nhưng trong lòng vẫn thấy ấm áp vì tất cả những người hiện diện trong buổi tiệc hôm nay, mỗi người một phần vụ, một tấm lòng nhân hậu, một trái tim từ ái đã, đang và sẽ tiếp tục làm những việc tốt, đem thương yêu đến cho tất cả mọi người.



Kính chúc Ban Điều Hành Trung Tâm Y Tế và Dịch Vụ Châu Á thành công nhiều trong dự án A Bridge For New Generations của quý vị nhé. Smile!

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân  
**Sương Lam**

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi-MCTN 378- ORTB 811-121417)

## THIỆN THI ngộ từ kinh KIM CƯƠNG

### 1- Bản Lai Diện Mục

*Lúc xưa chưa có đất trời*

*Mẹ cha chưa có, ời người ai sinh?*

*Chân không, không sắc không hình*

*Bản lai diện mục là mình: **CHÂN NGUYÊN***

### 2- Hồng Quang

*Nói ra vọng niệm thành sai*

*Không nói ai biết bản lai thường hằng!!!*

*Ngón tay quẹt một nét ngang*

*Hốt nhiên lộ ánh **Hồng Quang** chân trời*

*Chân Nguyên quả thật không lời*

### 3- Hoa Tâm

*Hoa Tâm trú ở bên trong*

*Không đi không đứng, mênh mông khắp trời*

*Phật dùng biểu hiện sen tươi*

*"Niêm Hoa Vi Tiểu" nụ cười, Ấn Tâm*

*Thiền tông tịch tịnh vô âm*

### 4- Nhẫn Tâm

*Tứ nhẫn ngài sáng, đèn tâm*

*Thầy trao, trò nhận, vô âm lạ kỳ*

*Trao truyền Tâm Ấn vô vi*

*Khai Tâm Bát Nhã, biến tri chân tường*

*Não phiền chặt đứt. Kim Cương*

**Kiều Mộng Hà**

Dec 13-2017

## GIÁNG SINH NGỌT NGÀO

Đón với em mùa giáng sinh này,

Gió lạnh nhiều cuối tháng mười hai,

Hôm qua tuyết rơi không ngừng nghỉ,

Thành mùa giáng sinh trắng tinh khôi.

Lạnh thì lạnh mấy nẻo phố phường,

Áo khoác ời che ấm người thương,

Đêm nay gió đi về đâu nhỉ,

Ngọn gió mùa đông lạc giữa đường.

Trước thềm nhà em đón giáng sinh,

Giải ruy băng đỏ, lá thông xanh,

Lòng em rục rờ vòng nguyệt quế,

Treo trước cửa nhà thương nhớ anh.

Những chậu hoa dọc theo lối vào,

Được giăng mắc những ngọn đèn màu,

Đêm giáng sinh đèn hoa thấp sáng,

Lấp lánh niềm vui mình yêu nhau.

Ước nguyện diệu kỳ một đêm đông,

Điều tốt đẹp cho khắp thế gian,

Em thấp ngọn nến mùa lễ vọng,

Ngọn nến nào thấp mùa nhân duyên.

Đón với em mùa giáng sinh vui,

Chiếc bánh xinh đẹp hình khúc cây,

Chiếc kẹo bạc hà cay thi vị,

Một ly rượu đỏ để mà say.

Bài thánh ca hát từ giáo đường,

Bài tình ca hát từ trái tim,

Lắng nghe khúc nhạc du dương ấy,

Vui hưởng ngọt ngào đêm giáng sinh.

**Nguyễn Thị Thanh Dương**



## Màu Trắng Tôi Yêu

Tôi yêu lắm, chiếc áo dài màu trắng  
 Máu trinh nguyên tuổi hoa mộng thư sinh  
 Rất đơn sơ, nhưng lại rất diễm tình  
 Trong dáng dập mình mai người gái Việt .

Màu giản dị nhưng nồng nàn tha thiết  
 Lâm bao chàng trai trẻ phải ngân nga  
 Chiều tan trường, có kẻ dằng dại khờ  
 Rời lẻo đeo đi theo tà áo trắng .

Mấy vẫn trôi trong chiều tà nhạt nắng  
 Em vẫn đi dáng nhỏ gót chân mềm  
 Anh vẫn theo tà áo trắng của em  
 Tình vẫn đẹp tuổi học trò vụng dại .

Nhưng dòng đời không êm trôi mãi mãi  
 Xa xôi rồi màu áo trắng tôi yêu  
 Tôi ở đây nhìn tuyết trắng đỏ nhiều  
 Thoảng chợt nhớ người xưa tà áo trắng .

Người em nhớ ngày xưa yêu màu trắng  
 Nơi tha hương tôi ngắm tuyết trắng rơi  
 Nhớ về em, người tình mộng-đàn-đời  
 Nay xa cách, đời ta đời đời ngái .

Tuyết vẫn đỏ, vẫn một màu trắng xóa  
 Người vẫn buồn nhìn tuyết trắng rơi rơi  
 Vẫn nhớ về tình hoa mộng xuân thời  
 Ngày xưa ấy, tôi yêu tà áo trắng !

Sương Lam

(Trích trong Tuyển Tập Thơ  
 Quốc Gia Hành Chánh 2005)

## Đến Lúc Đoạn Tuyệt?

Hai chữ “đoạn tuyệt” có nghĩa là dứt khoát, quyến liệt cắt đứt mọi quan hệ. Nó làm tôi nhớ đến truyện **Đoạn Tuyệt**, xuất bản năm 1934 của nhà văn Nhất Linh, trong **Nhóm Tự Lực Văn Đoàn**, do chính ông thành lập. Các tác phẩm của Tự Lực Văn Đoàn nói chung thường đề cao những cải cách xã hội cho thích hợp với trào lưu tiến bộ, văn hóa cởi mở, phong phú hóa đời sống con người. Nhưng lại có những cải cách không đem lại hữu dụng thực tế mà còn làm xấu đi, gây nên rối loạn, tranh cãi như đề nghị cải tiến chữ quốc ngữ của PGS-TS (Phó Giáo sư-Tiến sĩ) Bùi Hiền đã tạo chấn động khắp nơi.

Tôi khâm phục ông Bùi Hiền đã chịu khó bỏ tâm huyết suốt 40 năm để cho ra một công trình đáng kinh ngạc. Đáng kinh ngạc vì đề nghị này chẳng có gì mới mẻ so với những cải tiến na ná trong quá khứ đã bị công luận đã kịch liệt rồi bị vĩnh viễn chôn vùi.

So với vài trang giấy được tiết kiệm, vài chữ được giản dị hóa thì thật không xứng đáng với cái tâm huyết kiên trì và sự hy sinh dai dẳng của ông. Tôi tiếc cho cái tâm huyết ấy! Thời gian dài 40 năm, tuổi thanh xuân đầy nhiệt huyết, nếu được dùng vào những việc to tát như “biến sỏi đá thành cơm” thì lợi ích cho dân tộc biết mấy. Công đức này đáng được tôn vinh lên quan hàm “Bác”, ngang hàng với bác Hồ Chí Minh (viết theo cách của ông Bùi Hiền). Cũng không nên trách ông vì cái bằng cấp TS của XHCN chỉ có thể làm tới đó mà thôi.

Ông Bùi Hiền đề nghị bỏ chữ Đ ra khỏi bảng chữ cái tiếng Việt hiện hành và bổ sung thêm một số chữ cái tiếng Latin như F, J, W, Z. Thay thế một số chữ như ch, tr, đ, ng, ngh, ph, th, ... theo cách sau đây: C = Ch, Tr; D = Đ; G = G, Gh; F = Ph; K = C, Q, K; Q = Ng, Ngh; R = R; S = S; X = Kh; W = Th; Z = d, gi, r; nh = n<sup>?</sup>. Đề nghị của ông Bùi Hiền có lẽ dựa trên cách viết tắt của phương tiện truyền thông thời đại để tiết kiệm nhân lực và thì giờ khi liên lạc (nhưng không ai dùng nó làm chữ viết chính thức) để đề ra cái tiếng Việt XHCN (Xã Hội Chủ Nghĩa) quái dị, đoạn tuyệt với cái tiếng Việt trong sáng đã được hoàn chỉnh qua mấy trăm năm.

Cuốn [tự điển tiếng Việt](#) đầu tiên mang tên *Dictionarium Anamitico Latinum* do Giám Mục A-Lịch-Son Đắc-Lộ soạn thảo vào năm 1773 nhằm giúp đỡ các giám mục trong việc truyền đạo đến dân bản xứ. Giám mục A-Lịch-Son Đắc-Lộ đã chế ra chữ quốc ngữ dựa theo cách phát âm của dân và dùng hệ thống chữ Latin a, b, c, ... để làm thành chữ viết. Nói sao, viết vậy. Trẻ con học đánh vần cũng dễ dàng. Trải qua mấy trăm năm với biết bao đóng góp miệt mài và liên tục của các bậc học giả và tác giả, chữ quốc ngữ mới được hoàn mỹ. Khi có máy vi tính, dân mình xử dụng những ký hiệu trên bàn đánh chữ (keyboard) cho những dấu sắc, huyền, hỏi, ngã, nặng là có ngay bộ chữ VN cho máy vi tính. Khỏe re!

Bao nhiêu tác phẩm lịch sử, văn chương đã được hấp thụ, những bản nhạc Vàng đã làm rung động lòng người cũng đều được viết lên bằng thứ chữ trong sáng và nhẹ nhàng này. Nhất là những bản nhạc Bolero hay nhạc Sến đã và đang làm say đắm, quyến rũ lòng dân, được phát huy rầm rộ trên đất nước ngày nay.

Nếu hát nhạc Vàng bằng tiếng Việt XHCN thì không còn say đắm, quyến rũ nữa vì nó trở thành cục mịch, ngớ ngẩn làm người nghe không cảm được cơn cười ngất ngào... cười sằng sặc... cười ra nước mắt!

Tôi viết vài dòng thơ dưới đây để quý vị so sánh giữa hai bộ chữ. Thú thật tôi đọc chữ Việt XHCN mà không hiểu gì cả. Tôi chỉ viết 13 câu mà nhức đầu quá. Đọc thử thì muốn tẹo quai hàm, thơ không ra thơ, không nhẹ nhàng, luru loát.

| <b>Tiếq (Tiék) Việt XHCN</b>  | <b>Tiếng Việt VNCH</b>  |
|---|---|
| Cèn ơi, nó cữa tiếq An Nam,<br>Luậ mới tùm lum, loạn óc fằm<br>Cái miệq (miệk) quay (kay) đơ (zơ) xôq (xôk) nói đượ<br>Zãm câu loạq kuoạq (kuoạk) mỗ quai hàm.            | Chèn ơi, nó cữa tiếng An Nam,<br>Luậ mới tùm lum, loạn óc phàm<br>Cái miệng ngay đơ không nói đượ<br>Dãm câu loạq quoaq mỗ quai hàm.          |
| Xen ôq (ôk) cịu xó làm liên miên<br>Cúq (cúk) tỏ hư zanh tiến sĩ (Bùi) Hiền<br>Cái “xó” ôq (ôk) co vào “xó” đấq (zấq)<br>“Co” di (zi) “co” lại qĩa (kĩa) xỏ xiên.         | Khen ông chịu khó làm liên miên<br>Chứng tỏ hư danh tiến sĩ (Bùi) Hiền<br>Cái “khó” ông cho vào “xó” đấq<br>“Cho” đi “co” lại nghĩa xỏ xiên.  |
| Quòi (Kười) zà, kẻ (cẻ, qẻ) cẻ muồn xùq (xùk) diên (ziên)<br>Cái wứ nhố nhắq (nhắk) rõ wậ fiền<br>Duồi (Zuồi) zặc xông lo, lo cuyện hão<br>Xem wơ nếu hiểu các tiêu liền! | Người già, kẻ trẻ muồn khùng điên<br>Cái thứ nhố nhăng rõ thật phiền<br>Đuổi giặc không lo, lo chuyện hão<br>Xem thơ nếu hiểu chắc tiêu liền! |
| Xoq wơ tở cũq muồn kuy (cuy) tiên!<br><b>CGV-Nguyễn P. Thúy</b>   | Xong thơ tở cũng muồn quy tiên!<br><b>CGV-Nguyễn P. Thúy</b>  |

Thêm vào đó cách viết không thống nhất vì một chữ có thể thay thế bằng nhiều chữ như chữ CH được thay bằng chữ C, K, Q. Đây nhé, chữ “chông” sẽ thành “cồng, kông hay qông”. Chỉ cần thay một chữ thì nghĩa sẽ khác ngay, như “chông” và “cồng”, “chặt và cật” như “Bác Hồ ôm chặt (cật) Chu Ân Lai”, v.v.

Hãy xem tên của một số người trong cơ quan Chủ Tịch Nước viết theo cách của TS Bùi Hiền: Càn Đại Cang hay Càn Đại Kang (Trần Đại Quang), Dặ Wị Qọc Wính (Đặng Thị Ngọc Thịnh), Quyển Xuân Fúc (Nguyễn Xuân Phúc), Quyển Fú Coq (Nguyễn Phú Trọng), v.v.

Càng so sánh, tôi càng cảm ơn hệ thống giáo dục, văn hóa trước 1975, và nhất là cảm ơn cái thể chế VNCH đã cho tôi cơ hội hấp thụ chữ Việt tinh túy, thanh lịch để tôi yêu mãi tiếng nước tôi!

Cứ nghĩ đến lúc phải đi học cái thứ ngôn ngữ dị hình, phát âm nặng nề và hần học như quát tháo cãi nhau (lại lơ lớ phiên âm Tàu) để liên lạc với đồng bào ta thì quả là cơn ác mộng!

Tại sao lại có những công trình vĩ đại, trải dài 40 năm cho một đề tài, một chuyện không cần thiết như thế nhỉ? Nhất là tiếng quốc ngữ đang tốt đẹp, đang sống dai, sống khỏe suốt mấy trăm năm thì nên “mặc kệ nó” chứ! Mỹ có câu “if it ain’t broke, don’t fix it!”, ông tiến sĩ có hiểu không, thưa ông!

Tôi không nghĩ ông ngu ngơ, chỉ hơi dốt thôi! Bọn CSVN dốt chứ không ngu. Chúng làm gì đều có mục đích và vì sự tồn vong của đảng CS. Tôi đoán là có âm mưu gì đây chứ chẳng ngẫu nhiên và vô tâm khi đưa một ông lão 83 tuổi với cái đề án non dại ra làm “vật tế thần”, làm mục tiêu cho bao nhiêu chế riều, chỉ trích. Và lại bản tính của con người CS là gian xảo và quỷ quyệt, đòi hỏi sự thâm độc và mưu kế. Nhưng âm mưu gì mà đến nỗi phải đoạn tuyệt với tiếng Việt cao quý, với nền văn hóa lâu dài, phong phú và thịnh hành; đoạn tuyệt tất cả các tác phẩm lịch sử và văn chương đã xuất bản; đoạn tuyệt với các công trình bồi đắp văn hóa của tiền nhân; đoạn tuyệt sự liên lạc với “khúc ruột thừa ngàn dặm”?

Tôi chợt nhớ đến một mẫu tin lượm được trên Internet:

***“Việt Minh vận động cho Việt Nam làm chư hầu Trung Quốc***

*Tờ nhật báo Tiếng Dội số 462, năm thứ 3, đề ngày Thứ Sáu 24, Aug 1951, Âm lịch 22 tháng Bảy (Thiếu) năm Tân Mão, giá bán 1 đồng, của Chủ nhiệm Trần Chí Thành tự Trần Tấn Quốc, Tòa soạn, Quản lý 216 Đ. Gia Long Saigon, có bài mang tựa đề “Việt Minh vận động cho Việt Nam làm chư hầu Trung Quốc”, cho in nguyên văn một tờ truyền đơn do Trương Chinh ký như sau:*

*Số báo Tiếng Dội số 462 này hiện có một bản nằm trong Thư Viện tiếng Việt thuộc Bảo Tàng Viện Anh Quốc (British Museum – London)*

***ỦY BAN HÀNH CHÍNH KHÁNG CHIẾN VIỆT NAM DÂN CHỦ CỘNG HÒA NĂM THỨ VII***

***TỔNG THƯ KÝ ĐẢNG LAO ĐỘNG VN***

***SỐ: 284/LĐ***

***ĐỘC LẬP TỰ DO HẠNH PHÚC***

***Hỡi đồng bào thân mến!***

*Tại sao lại nhận vào trong nước Việt Nam yêu mến của chúng ta, là một nước biết bao lâu làm chư hầu cho Trung quốc, cái thứ chữ kỳ quái của bọn da trắng Tư Bản đem vào!*

*Tại sao ta lại truyền bá trong dân chúng từ ái Nam Quan đến mũi Cà Mau, cách viết chữ dị kỳ của tên thực dân Alexandre de Rhodes đã đem qua xứ mình như thế?*

*Không, đồng bào của ta nên loại hẳn cách viết theo lối Âu Tây ấy - một cách viết rõ ràng có mau thật đấy - và ta hãy trở về với thứ chữ của ông bà ta ngày trước, là thứ chữ nho của Trung Quốc.*

*Và chẳng, người Trung Hoa, bạn của ta - mà có lẽ là thầy của chúng ta nữa, ta không hổ thẹn mà nhìn nhận như thế - có phải là dân tộc văn minh trước nhất hoàn cầu không?*

*Còn nói gì đến y khoa của Âu Mỹ: Chúng chỉ cắt, đục, khoét, nạo! Có thể thôi!*

*Hỡi đồng bào yêu mến! Chúng ta hãy gạt bỏ cách chữa bệnh của bọn Đế quốc phương Tây đem qua xứ ta!*

*Ta hãy bỏ nhà bảo sinh của chúng, bỏ bệnh viện của chúng, ta hãy dùng thuốc dân của ông cha ta để lại và nhất là dùng thuốc Tàu danh tiếng khắp cả hoàn cầu.*



*Ta hãy trở về phương pháp này, trước nữa để ủng hộ các bạn Trung Hoa, sau nữa để loại ra khỏi nước Việt Nam yêu mến của ta bao nhiêu những đồ nhập cảng thực dân như là khoa học, phát minh, v.v.  
Ta hãy quét sạch lũ "trí thức" đã xuất thân ở các trường Âu Mỹ, đế quốc và thực dân!  
Chúc "Tổng phản công" và "Thi hành mọi phương pháp bài trừ thực dân".*

*Trường Chinh*

*Tổng thư ký đảng Lao Động*

Đọc xong cái thông cáo của Trường Chinh mà ón lạnh, căm phẫn! Là lãnh tụ sao lại có cái đầu óc yếu hèn, chỉ muốn làm nô lệ cho Tàu cộng, bốc thơm mọi thứ của Tàu cộng, hô hào dân đoàn tuyệt chữ quốc ngữ, đoạn tuyệt văn minh Âu Tây để “dọn đường” làm chư hầu?

Chưa hết! 39 năm sau ngày cái thông cáo được “rặn” ra, CSVN lại thậm thụt ký Hội nghị Thành Đô với Tàu cộng vào tháng 9, 1990 khép chặt số phận chư hầu của VN. Mục đích chính của Hội nghị Thành Đô là bình thường hóa quan hệ giữa Trung cộng và VN sau những xung đột về chính trị và quân sự như cuộc chiến tranh Trung-Việt năm 1979, hải chiến Trường Sa năm 1988, việc xua quân chiếm đóng Cam Bốt vào năm 1981 nhưng hậu quả thì tai hại khôn lường.

CSVN lo sợ diễn biến ở Đông Âu làm đảng CS tan rã nên ve vãn Tàu cộng để “vừa là đồng chí vừa là anh em”, để cấp bách giải quyết tình trạng kinh tế lạc hậu, giải quyết chiến tranh, kiên trì con đường XHCN, và phát triển đất nước “ra biển lớn”. Ngược lại Tàu cộng cũng muốn giữ VN trong vòng kiểm chế, không cho rơi vào quỹ đạo của Hoa Kỳ.

Tại Hội nghị Thành Đô, Tổng Bí Thư Nguyễn Văn Linh xin xỏ Đặng Tiểu Bình: “*Nhờ Trung Quốc mà Đảng Cộng Sản Việt Nam mới cướp được chính quyền, mới thắng đế quốc Pháp, đế quốc Mỹ, diệt được bọn tư bản. Công ơn Trung Quốc to lắm, bốn biển gộp lại cũng không bằng. Do thế, “nhà nước” Việt Nam xin Trung Quốc xóa bỏ các hiểu lầm, các bất đồng. Phía Việt Nam sẽ làm hết sức mình để vun bồi tình hữu nghị lâu đời vốn sẵn có giữa hai đảng do Mao Chủ Tịch và Hồ Chí Minh dày công xây dựng trong qua khứ. Việt Nam sẽ tuân thủ đề xuất của Trung Quốc là cho Việt Nam được hưởng “quy chế khu tự trị trực thuộc chính quyền trung ương Bắc Kinh” như Trung Quốc đã từng dành cho Nội Mông, Tây Tạng, Tân Cương, Quảng Tây... Để kịp chuẩn bị tâm lý cho nhân dân VN khỏi bị sốc và giải quyết các bước cần thiết cho việc VN gia nhập vào Trung Quốc, xin cho chúng tôi (Linh, Mưòi, Phiêu) thời hạn chuyển tiếp sáp nhập là 60 năm: 1990-2020. 2020-2040. 2040-2060 theo thể thức “diễn tiến hoà bình”.*

*GIAI ĐOẠN I : Ngày 15-07-2020 : QUỐC GIA TỰ TRỊ.*

*GIAI ĐOẠN II : Ngày 05-07-2040 : QUỐC GIA THUỘC TRỊ.*

*GIAI ĐOẠN III: Ngày 05-07-2060 : Tỉnh lỵ Âu Lạc. Tỉnh trưởng vẫn là người Việt, đặt dưới quyền lãnh đạo của Tổng Đốc Quảng Châu. Thời gian này, tiếng Việt là ngôn ngữ phụ, tiếng tàu là ngôn ngữ chính.*

*Làm từ từ suốt 60 năm để cho người Việt Nam và dư luận quốc tế không kết án Tàu cộng “cướp nước Việt” mà chính người Việt tự mình “dâng nước” và tự ý đồng hóa vào dân tộc Trung Hoa.*

Đúng là:

Từng bước từng bước thềm

Kế hoạch lên dần dần

Trao Việt Nam cho Hán

Thành Âu Lạc, hàng thần!

Vỡ trường bi kịch **Thành Đô Quy Tàu** thật gay cấn, những điều trông thấy mà đau đớn lòng! Màn đang diễn là “Đoạn Tuyệt Tiếng Việt”, sau màn này thì có thể hạ màn luôn, văn tuồng không cần chờ đến hạn kỳ 60 năm

vì ông Lương Khải Siêu đã nói: "*Dục diệt nhân chi quốc giả, tiên diệt kỳ ngôn ngữ văn tự.*" nghĩa là "*muốn giết chết dân một nước, trước hết hãy giết chết ngôn ngữ và văn chương của dân nước đó.*"

CSVN đang đoạn tuyệt chữ quốc ngữ, đoạn tuyệt quốc gia dân tộc, "*biến giang san của ta từ cái tổ đạì bàng thành cái tổ chim chích*" (lời của Hoàng đế Trần Nhân Tông). Còn chúng ta đang làm gì? Đã đến lúc đoạn tuyệt với đảng CSVN chưa?

CGV-Nguyễn Phương Thúy

December 8, 2017

Tham khảo:

[http://quangngai.net/showthread.php?15707-nguy%C3%AAn-v%C4%83n-m%E1%BB%99t-t%E1%BB%9D-truy%E1%BB%81n-%C4%91%C6%A1n-\(1951\)&s=e605e75d2b952636001f3ae93e0c84ef](http://quangngai.net/showthread.php?15707-nguy%C3%AAn-v%C4%83n-m%E1%BB%99t-t%E1%BB%9D-truy%E1%BB%81n-%C4%91%C6%A1n-(1951)&s=e605e75d2b952636001f3ae93e0c84ef)

<http://huongduongtxd.com/truongchinh.pdf>

<http://nghiencuuquocte.org/forums/topic/hoi-nghi-thanh-nguyen-nhan-dien-bien-va-hau-qua/>

## Bức Họa

Cảnh đẹp thiên nhiên lòng bát ngát  
Biển rộng nước xanh sóng vỗ vào  
Nghe đâu thoang thoảng cơn gió mát  
Lăn tăn bọt trắng, nắng trên cao

Tóc buông sợi rối bờ vai hờ  
Đôi môi nồng ấm một trái tim  
Cặp mắt liêu trai thêm ánh lửa  
Chiều buông dịu lại một màu sim

Nàng không nét đẹp một giai nhân  
Sống trong thế giới mờ sương ảnh  
Chàng trên trái đất kiếp phù vân  
Mực pha nét bút... đẹp màu tranh

Vàng, cam, nghệ thuật như tranh vẽ  
Lục, lam, chàm, tím cả trời xanh  
Yêu sao cảnh đẹp màu muôn vẻ  
Yêu cả đời này quá mong manh

Sóng vào để lại trên biển cát  
Đậm màu thâm thía góc suy tư  
Trời cao thăm thẳm trong đáy mắt  
Một thoáng mơ hồ nét chân như...

Phạm T. Thu Hương

**TIỀN NGƯỜI  
"DU HÀNH"**

## **ĐỐT, PHẢI CHÁY CÁ LÒ!**

*Lắm cảnh Hồng ngạo mạn  
Bồn cợt những Tay Mơ,  
Gây thù bao nhiêu bạn,  
Trêu đùa những anh Khờ.*

*Anh Mơ trí mù mờ,  
Tay Khờ nhiều vô hạn!  
Ai cũng quá ngây thơ  
Để Hồng bùng rạo rạo.*

*Hồng ghênh ngang, ngạo nghệ  
Ai cũng xóc dầm đau  
Gai Hồng nhiều vô kể  
Tìm ai cũng tím màu!*

*Hồng này là Hồng Đỏ  
Đảng nhuộm sắc đủ no  
Đảng dạy đâu ra đó:  
**Đốt, phải cháy cả lò!**  
Á Nghi*

## **LÀM THƠ CHO NHÀ**

*"Cầm lược thì nhớ tới gương" \**  
Cầm gì anh hồi sẽ thương em hoài?  
Em noi gương sáng: gươm mài  
Chờ người-yêu-nước trao tay, phát cờ

Anh đi Đông, Bắc, Nam, Tây  
Em về hóng gió hây hây, tuyết buồn  
Thông cao: nước đá lệ tuôn  
Đường trơn như mỡ, xe luồn lách nhau  
Chúc anh vui vẻ trên tàu  
Em không lẽ để theo sau làm gì!  
**Á Nghi**

Cầm gươm anh nhớ: em chờ  
Rồi tình sẽ đẹp hơn... thơ-cho-Nhà  
**Á Nghi**  
\*Ca dao

## Bạn Có Biết Stress Là Gì Không Nhi?



Hình như ai cũng bị Stress ít nhất một lần trong đời. Người viết cũng thường nghe bạn bè than rằng: “Tôi đang bị Stress nè bạn ơi”.

Bạn và người yêu bé bỏng dễ thương của bạn vì một lý do nào đó đành phải chia tay nhau như hai chiếc lá phải lìa cành vào Mùa Thu Lá Bay. Bạn và cô ấy sẽ buồn lắm! Dĩ nhiên Nàng sẽ khóc. Nước mắt của nàng đẹp buồn như Giọt Mưa Thu. Chẳng sẽ đau lòng đi lang thang giữa Thành Phố Buồn. Chắc chắn là chàng và nàng bị Stress rồi vì cuộc tình dang dở!

Trong những năm đầu tiên đến xứ Mỹ, người viết cũng đã nếm mùi Stress khi trở lại đời sống học trò nơi xứ lạ.

Mời bạn nghe người viết tâm tình để xem bạn có từng bị Stress giống như người viết hay không nhé?

... “Vào lớp học, nhiều khi ta ngủ gục  
Thầy giảng bài sao giống tiếng Mẹ ru  
Ta mơ màng như thoát kiếp phù du  
Hồn bay bổng về trường xưa bạn cũ

Cũng vì bởi nhiều đêm ta không ngủ  
Thức học bài “Quiz”, “Test” với “MidTerm”  
Vừa dứt xong, lại đã thấy “Final”  
Phải cố học sao “get A” bốn chấm!

Dưới hai chấm, bạn, tôi, ta buồn lắm!  
“Basic Grant” sẽ cắt, hết “Workstudy”  
Bạn với tôi sẽ lên chức.... “Cu li”  
Nơi xứ Mỹ, đường “Janitor” rộng mở

Vào lớp học, vừa buồn, vừa lo sợ  
Giáo sư nào kỳ thị! Kể như tiêu!  
Bạn sẽ buồn, sẽ chán nản đủ điều  
Sẽ thấm thía “Đời học trò xứ lạ”!

(Trích trong bài thơ Học Trò Xứ Lạ – Thơ Suong Lam)

Chắc chắn quý ông quý bà nào cũng bị stress khi bị "đi" bởi "boss lớn, boss nhỏ" trong gia đình hay trong sở làm. Lúc đó bạn tức bực trong lòng nhưng.... đành phải im hơi lặng tiếng, nếu không, chiến tranh sẽ bùng nổ bây giờ. Smile!



Nói đông nói dài, Bạn vẫn chưa hiểu Stress là gì nhỉ? Mời Bạn lắng nghe Bác Sĩ Đỗ Hồng Ngọc giải thích nhé.

### Stress là gì

“Stress là một phản ứng bảo vệ, khi cơ thể bị một mối đe dọa, mối nguy hiểm xảy đến cho nó. Người ta gọi nó là phản ứng (hay đáp ứng) “chiến đấu hoặc bỏ chạy (Fight or Flight response), nghĩa là trong tình huống đó, chỉ có hai cách để chọn lựa: chiến đấu để sinh tồn hoặc bỏ chạy để... sinh tồn!

Lúc đó, cơ thể phải huy động toàn lực để đối phó. Não thùy sẽ ra lệnh tiết các kích thích tố cần thiết, nào adrenaline, nào norepinephrine, cortisol...ồ ạt đổ vào máu. Tim đập nhanh để bơm máu về các cơ bắp lớn, phổi hỗn hên tăng tốc bơm oxy, đường huyết vọt lên cao nhằm tăng cường khả năng cấp năng lượng, đồng tử mắt nở to để nhìn cho rõ, tai vểnh lên, mũi phồng ra... Tóm lại, mọi thứ đều phải trong tư thế sẵn sàng. Trong lúc các mạch máu lớn chuyển máu đến các bắp cơ thì mạch máu nhỏ ngoại biên co thắt lại, để nếu có bị thương thì máu cũng không bị mất nhiều... Vì thế mà người bị stress thường mặt mày tái ngắt, xanh lè, tay chân đơ cứng...”

Dễ sợ chưa?

Chưa hết đâu, bác sĩ còn nói thêm như sau:

“... Những dấu hiệu sớm để nhận biết stress là có vấn đề về trí nhớ như hay quên, mất định hướng, thường hoang mang... Về cảm xúc thì dễ dao động, bứt rứt, dễ bị kích động, tâm tính bất thường, hay cáu gắt, lúc nào cũng có cảm giác bị tràn ngập, rất khó tìm được sự thư giãn. Trong lúc nghỉ ngơi mà vẫn cứ lo lắng, thậm chí còn lo lắng nhiều hơn! Các triệu chứng về thể chất dễ nhận ra như nhức đầu, đau lưng, rối loạn tiêu hóa, buồn nôn, chóng mặt. Đặc biệt đau cột sống cổ hay cột sống thắt lưng. Cứ tưởng là loãng xương, là gai cột sống, là thoát vị đĩa đệm gì gì đó, thực ra gốc ở stress.

Người bị stress dễ bị bệnh vặt, cảm cúm triền miên vì sức đề kháng giảm sút đáng kể, dễ bị mất ngủ, tức ngực, tim đập nhanh và... dễ nổi mụn, nổi chàm trên da. Không có gì ngạc nhiên vì ở trong phôi thai, não và da vốn cùng xuất phát từ một lá mầm ngoại bì (ectoderme). Não mà bất an thì da cũng nhăn nhúm, nổi mụn, nổi chàm, chữa hoài không khỏi, thoa mỹ phẩm đặc tiền cũng vô ích. Não mà an vui thì da cũng tươi nhuận, hồng hào, sáng láng. Người bị stress còn hay có những hành vi bất thường như tự dung thêm ăn, ăn hoài, lên cân đột ngột; hoặc bỗng nhiên bỏ ăn, sụt ký đột ngột... Có người còn đi qua đi lại, đi tới đi lui, cắn móng tay, nhai nhóp nhép. Các huấn luyện viên bóng đá, ông nào cũng hay đi qua đi lại, đi tới đi lui, nhai nhóp nhép “sinh-gom” hoặc phì phèo thuốc lá liên tục giữa lúc hai đội bóng vờn nhau trên sân. Họ bị stress. Nhưng đó là một thứ stress cấp, coi căng vậy mà hiền, chóng qua, hết trận đấu là xong, lại bắt tay nhau vui vẻ! Còn cái thứ stress nhai nhóp nhép kiểu “gặm một khối căm hờn trong cũi sắt” mới là thứ stress nặng, mạn tính, triền miên, sinh đủ thứ chuyện...”

Nhưng làm thế nào để xả stress. Mời Bạn hãy đọc tiếp những chiêu thức hoá giải Stress của BS Đỗ Hồng Ngọc nhé. Người viết là “cây quạt bự” (Fan) của vị bác sĩ có lối viết văn hóm hỉnh, tếu tếu của một người nghệ sĩ này.

Xin bạn hãy ráng chịu khó đọc nhé vì chiêu thức này rất hữu ích cho bạn khi bạn gặp phải hung thần Stress.

“... Đó là cách thở sâu, thở bụng, đưa hơi xuống huyết... đan điền (dưới rún chừng 4 cm). Nó giúp làm cho ta tĩnh tâm lại, nó chuyển dịch vùng căng thẳng ở vỏ não qua vùng êm ái của... cái rún, với điều kiện là phải để tâm quan sát xem cái hơi thở đó nó vào ra lên xuống ra sao. Khi chú tâm vào hơi thở, lắng nghe hơi thở, quan sát nó, dòm ngó nó, nghiền ngẫm nó... thì ta đã đánh “lạc hướng” cảm xúc ta rồi! Vỏ não khi đã tập trung vào hơi thở thì “quên” tập trung vào các chuyện linh tinh khác. Cách đơn giản này có khả năng giải stress rất tốt.



Tập luyện đúng mức, não thùy sẽ tiết ra một kích thích tố gọi là endorphine, một thứ á-phiện nội sinh, làm cho dịu nhẹ toàn thân, tạo sự sảng khoái, lâng lâng, mà không gây tác dụng phụ. Thiền, yoga, dưỡng sinh, tài chí, khí công... đều là những cách làm cho thân tâm hợp nhất, làm cho ta quay trở lại với chính mình bằng cách lắng nghe hơi thở của chính mình (có thể kết hợp với động tác hay không cần động tác) đó thôi. Hiện nay các kỹ thuật này ngày càng được nghiên cứu và ứng dụng rộng rãi ở các Trung tâm y khoa lớn trên thế giới để trị liệu các bệnh do stress gây ra, các chứng trầm cảm, tâm thần, lo âu, đau nhức kể cả nghiện rượu, thuốc lá, ma túy... một cách rất có hiệu quả.

(Nguồn: Xã Stress của BS Đỗ Hồng Ngọc- Cảm ơn bác sĩ ĐHN)

Xin mời đọc thêm những bài viết khác của BS Đỗ Hồng Ngọc trong trang nhà BS Đỗ Hồng Ngọc <http://www.dohongngoc.com/web/> )

Trong thực tại, khi người viết gặp những chuyện bực mình, tôi thường bỏ đi nơi khác tìm đọc kinh sách, thơ văn hay nghe âm nhạc êm dịu để tinh thần được bình thản trở lại, để không bị vướng bận vào hung thần stress này. Smile!

Bạn và tôi thử đọc bài thơ dưới đây của Thầy Thích Tánh Tuệ mỗi khi gặp chuyện bực mình xem có thể đuổi anh stress đi chỗ khác chơi được không nhé?

### **Rót Cho Nhau**

Rót tặng đêm dài một ánh trăng  
Cho người lạc lối hết bản khoăn.  
Tay sen xin chấp dâng lời nguyện  
Hạnh phúc, an bình cho thế nhân.

Rót xuống bờ môi những nụ cười  
Cho hồn sa mạc chợt xanh tươi.  
- Em cười, thế giới cười trao lại  
Nhưng khóc, riêng mình em khóc thôi!

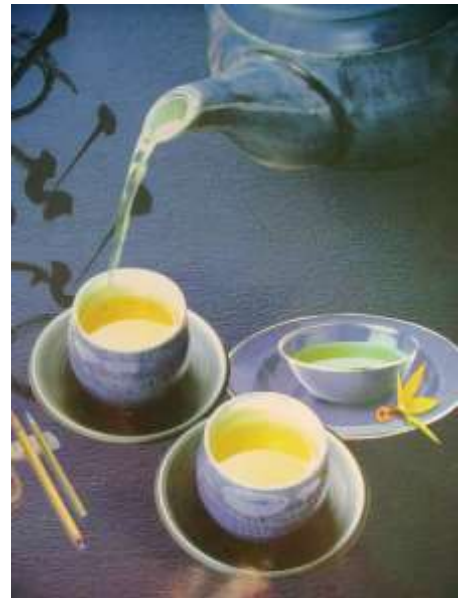
Xin rót cho Lời tiếng dễ thương  
Vỗ về, xoa dịu những đau buồn.  
Một câu, xa lạ thành tri kỷ  
Một lời, vực thẳm cách hai phương.

Rót tặng trong chiều những tiếng Kinh  
Đề dừng chân bước giữa phiêu linh,  
Đề bừng mắt thấy trần gian mộng  
Mà khổ vì đâu? - Mấy chữ tình...

Xin thấp vào tim một ngọn đèn  
Xua lòng u tối đã nhiều phen,  
Xua tan tâm niệm hoài nghi kỷ  
Thói cũ đi, về trong nhỏ nhen...

Xin rót vào tai những tiếng chuông  
Vườn tâm hoa nở Hiêu và Thương.  
Nghe chuông. thông thấu nguồn chân thật  
Thôi kiếp đi hoang, kiếp đoạn trường.

- Tà dương, lại nổi tà dương mộng  
Về vén sương mù, tỉnh giấc say.



Rót tách trà sen mời bạn lữ  
Ngồi trong thực tại ngắm mây bay.

**Như Nhiên- Thích Tánh Tuệ**

Xin mời xem Youtube Chử Tâm Trong Thư Pháp để cái Tâm của mình lắng đọng trong một ít phút giây  
<https://www.youtube.com/watch?v=jQj3L-o7N7w>

Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiền Nhân

**Sương Lam**

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi-MCTN397-ORTB810-12617)

Ảnh sưu tầm: 1 nông trại Calgary



Calgary\* 2.12.2017

Thơ & trình bày:

*Uy Nga*

**T**uyết vàng theo ánh trăng khuya  
Thoáng thoai, chú sóc phân ra hai hàng  
Dấu chân nho nhỏ mịn màng  
Điêm tô bóng múa nhịp nhàng nhánh thông.

*Gió lơi chi lắm se lòng*  
Đề đêm nhung nhớ cả đồng nội Quê  
    *À... ơi... là dạ ừ ê*  
Đâu bây vệt nhỏ đẹp mê mẩn hồn?

*À... ơi... củ ấu sao tròn?*  
Người đi ấp ủ, héo hon ngã về  
    *Mẹ già ốm yếu bên tê*  
Xót thân bại liệt nhiều khê ằm bông.

*Công xưa Mẹ ẵm đêm rờng*  
Ru con, dỗ ngủ lòng vòng ngoài sân  
    *Bây giờ con trẻ dặm ngàn*  
Ai ru Mẹ ngủ, báo ân sinh thành?  
    *Thương ơi sinh mạng mong manh*  
Tám chân ai đắp? Quần quanh ai cùng?

\*Trích tuyển tập sẽ xuất bản: THƯƠNG NHỚ LÀM MẸ ƠI!

*Mơ chi đến chuyện tương phùng*  
*Phận dân, vận Nước điệp trùng tả tơi.*  
*Lòng buồn, thương lắm Mẹ ơi!*  
*Nửa đêm về sáng bởi bởi ruột gan.*

*Vườn trăng thôn thức đêm tàn*  
*Dấu chân sóc gợi gian nan vận Nhà.*  
*Thơ đề hai chữ GIA GIA*  
*Tâm con thương Nước lệ nhòa ai chia?*  
*Một mai Hán hóa san hà*  
*Bên kia, bên kia, bên kia ai đau?*

*Bên nào còn kẻ nhắc nhau?*  
*Bên ni tự vẫn, Cà Mau ai còn:*  
*Thủ thành, giữ Đất sắt son*  
*Mà Nam Quan Ai soi mòn lòng con?*  
*Làm sao về lại Sài Gòn*  
*Đánh Tàu, dẹp Cộng, bảo toàn giang san?*

*Chén cơm, viên thuốc ân cần*  
*Làm sao dâng Mẹ miếng ăn cuối đời,*  
*Cho lòng hiếu thảo thành thơ?*  
*Nỗi đau QUỐC QUỐC, may Trời giúp chăng?*

## Tiếng Nước Tôi

"Tôi yêu tiếng nước tôi  
từ khi mới ra đời" (1)

Một hôm đẹp trời ThúyM nổi máu cà rớn kêu  
gọi các CGV làm thơ lục bát có chữ cà. Thế  
là cảm hứng tuôn trào lai láng:

Lời nhạc xưa nhắc nhớ  
Chữ Việt, tiếng Mẹ Cha  
Nghẹn ngào cất tiếng ca  
"Ngậm ngùi theo mệnh nước nổi trôi" (2)

Bao nhiêu năm lúc nhớ lúc quên  
Nhớ con đường cũ nhớ tên xưa  
Nhớ ngày cờ đỏ nghênh ngang phố  
Cha buồn Mẹ khóc lúc tiễn đưa!

Như cánh chim trời khắp bốn phương  
Đẽ rời xa mãi một quê hương  
Ai hỏi bao giờ tôi trở lại?  
Ngậm ngùi gạt lệ giấu vẩn vương!

Ra đi ngày ấy cứ đần đờ  
Mẹ Cha để lại nỗi âu lo  
Mạng sống bấp bênh treo sợi chỉ  
Tìm về thế giới đất tự do...

Việt nam ơi! Việt Nam!  
Gọi tên nghe xót xa  
Còn đây với trái tim  
Việt Nam! Rất Việt Nam.

Chạnh lòng nhớ đến quê hương  
Chạnh lòng nhớ đến Việt Nam  
Nhớ về đất nước đã xa xăm  
Ngày đi để lại những đoạn trường.

Ai bảo người dân giàu hơn nhỉ?  
Hào nhoáng bên ngoài ru giấc ngủ  
Cơn gió Bắc, độc thâm lẫn lú  
Tiền tài mờ mắt... bán lương tri.

Quốc ngữ Việt Nam nay muốn đổi?  
Chôn vùi hoá Việt bán nước non!  
Cha Ông gây dựng mấy ngàn năm  
Tổ tiên dân tộc nở dập vùi?

Việt Nam tên nước đừng để mất  
Chữ Việt ngàn xưa dân vẫn yêu  
Tiếng Mẹ, ai ơi cùng nhau hát  
"Tôi yêu tiếng nước tôi"  
từ khi mới ra đời... (3)

**Phạm T. Thu Hương**

Dec 2, 2017

PS (1) (2) (3) lời nhạc trong bài Tình Ca của Phạm Duy.

***Biển Tình***

Hồi đó hay mút CÀ LEM (cà rem)  
Hồi này mắt mũi kèm nhèm thấy ghê  
Bông tai CÀ RÁ cũng chê  
Nhưng thích CÀ KHIA lê thê đỡ ghiền  
Ai cùng sở thích thì... quen!!

**matnau**

Khi xưa mặc áo hoa cà  
Bây giờ mặc áo lam già niệm kinh  
Khi xưa xinh thật là xinh  
Cà rà vài chú bên mình theo đuôi  
Bây giờ cũng đã ngồi xuôi  
Không còn cà nhộng rong chơi tối ngày  
Cà trắng muối xối ăn ngay  
Cà tím bỏ nướng mời ngài xơi cho  
Cà bát to bằng cái tô  
Tía tô đậu hũ nhí nhô nhập nhằng  
Cà chua xanh hầy còn hăng  
Phải đợi cho chín mới quăng vào nồi.  
Ngoài vườn cà cũng rục rồi  
Dái dê tên gọi kỳ khôi tức cười  
Đem vào kho nhé người ơi  
Kho cùng cá mặn thì nổi cơm voi  
Cà răng cặng tai về xuôi  
Ăn vào, mê mẩn bỏ rơi núi rừng  
Cà lăm lạp bấp tung bùng  
Vui gì mà nhây đùng đùng cà tung  
Cà tung cà tung cà tung  
Cà lên cà xuống làm xung quai hàm (đánh răng)  
Chuyện cà dài lắm, làm nhàm  
Cà rơn, cà chớn cả làng cùng vui.

**Sao Khuê**

**THỞ DÀI**

Thương em từ thuở lên ba  
Qua về chuộc ngài cà tha để dành  
Chờ em mười sáu xuân xanh  
Đón dâu bằng chiếc ghe chành cà dom  
Mặc bao trai trẻ đứng dòm  
"Cà tong hết quách còn ôm trắng tròn  
O ni chỉ đáng tuổi con  
Đề cho lão đó... cà tròn hoa lài..."  
Nghe mà chi biết... thở dài.

**Kiều Mộng Hà**

**Bạn hàng xóm**

Sáng nay ra ngắm cây cà  
Hái được dăm trái vô nhà nấu canh  
Có chị hàng xóm cà nanh  
Chạy qua xin xỏ vài cành cà non



*Biển mênh mông chân mây xanh thắm  
Em đợi khờ trời đất có bao dung  
Cho trái tim nồng nàn theo gió quỳên  
Đến bên người hong ấm mỗi tình duyên.*

*Mặt nước lăn tăn, sóng êm gió lặng  
Nhưng trong ta bão loạn cuồng phong  
Biết bao giờ thấy nhau lần nữa  
Hay chỉ còn, nỗi nhớ mênh mông.*

*Gặp gỡ biệt ly đời là bể khổ  
Vào đời em hạnh phúc hay đờn đau  
Mà giọt lệ tình đắng môi chát ngắt  
Đam mê cuộn cuộn sóng dâng trào.*

*Ước mơ ơi! Thôi đừng réo gọi  
Người tình ơi! Chia cách đôi nơi  
Sóng cứ vỗ cuốn trôi bờ khát vọng  
Mặt mừng xa chim mỗi cánh lưng trời.  
**Ngọc Quyên***

## **CHIẾC LÁ ĐÔNG SANG**

Nhớ thời chàng mặc áo tân lang  
Cả xóm ra xem, chút ngõ ngang  
Cô gái Cần Thơ nhìn eo lá  
Chàng trai xứ Huế ngó hiên ngang  
Cặp đôi tri kỷ thành phu phụ  
Thập nhất giao tình tạo hoá ban  
Vẫn ngõ trăm năm tròn hạnh phúc  
Đâu ngờ chàng chiếc lá đông sang.  
**Kiều Mộng Hà**

Chị đem theo cặp cà ròn  
Đựng cà mới bẻ lon ton xách về  
Chị khoái ăn cà dú dê  
Sau khi uống cũ cà phê không đường.  
Tính chị cà từng-dễ thương  
Cà lăm chút chút nhưng thường nói mau  
Có tên cà chớn xóm sau  
Cả hai cà khía choảng nhau quá trời  
Nhưng họ cà rơn cũng vui  
Giả bộ cà nhắc cho tui cười hoài.  
Cà kê dê ngỗng lai rai  
Cà ry chín tới, bái bai chuyện cà.  
**Hoài Niệm**

Ra ngõ gặp gã la cà  
Bịt răng vàng ánh xung Cà Mau quê  
- Bậu ơi xin chớ có chê  
Cưới qua, bậu sẽ... đê mê mắt cà  
Nghe mà muốn nổi da gà.  
**Kiều Mộng Hà**

Xưa em cà tổng cà teo  
Phát phơ trước gió biết vèo về đâu  
Gặp người quân tử qua cầu  
Cà kê dê ngỗng nên câu sắc cảm  
Công chàng vỗ béo quanh năm  
Cà xích cà đùi em bánh trứng ra  
Bây giờ to lớn đầy đà  
Cà núng cà nính đi ra đi vào. ☺  
**ThúyM**

## **Trộm Nhìn Nhau**



Phu quân của người viết và tôi rất thích bài hát "Trộm Nhìn Nhau" do nhạc sĩ Trầm Tử Thiêng sáng tác vì tiết tấu âm nhạc hay lạ và lời nhạc cũng thật dễ thương. Smile!  
Bài hát này được nhiều ca sĩ nam lẫn nữ trình diễn nhưng theo thiên ý của người viết thì ca sĩ Hương Lan hát hay nhất với giọng hát ngọt ngào, tha thiết của cô.  
Có bao giờ bạn "trộm nhìn nhau" người chồng, người vợ của mình hay không nhỉ?  
Hãy lắng nghe tâm tình của chàng khi trộm nhìn nàng thật tình tứ làm sao:

*"Đôi khi trộm nhìn em  
Xem dung nhan đó bây giờ ra sao  
Em có còn đôi má đào như ngày nào*

*Kể từ khi vắng anh em như tấm vải lụa nhàu  
Thương thấu đêm giấc mộng xanh xao  
Anh có bề nào ai đón đưa em...."*

*Và khi nàng trộm nhìn chàng thấy cũng thật dễ thương:*

*"Đôi khi em trộm nhìn anh xem đôi tay rắn phong trần năm xưa  
Anh có còn mê sông hồ qua từng ngày  
Kể từ khi vắng anh em như tấm vải lụa nhàu  
Đêm thâu đêm giấc ngủ xanh xao  
Anh có bề nào ai đón ai đưa ...."*

Mời xem youtube **Trộm Nhìn Nhau** qua tiếng hát của Hương Lan.  
Cám ơn anh TienTY nhé.

**Trộm Nhìn Nhau | Ca sĩ: Hương Lan | Nhạc sĩ: Trầm Tử Thiêng**  
<https://www.youtube.com/watch?v=PoiY20vRhs>

Những hình ảnh trên thật lãng mạn, trữ tình khi hai người còn đang trong thời kỳ yêu đương chứ bây giờ nếu trộm nhìn chàng đang đóng vai "tặc zăn nổi giận" hay khi trộm nhìn nàng đang "mắt phượng trọn trùng" thì bạn thấy hết hồn ngay vì khi con người đang cơn nóng giận thì mặt mày xấu xa như quỷ sứ vậy đó. Nếu không tin, bạn hãy nhìn vào gương khi đang cơn nóng giận, bạn sẽ thấy con người hiền lành, dễ thương thường ngày biến đi đâu mất rồi. Thay vào đó là "một ông kẹ, một bà chẳng lửa" đang nhìn bạn trong gương. Đáng sợ nhỉ?

Nhà Phật đã dạy Tham Sân Si là tam độc cần phải được diệt trừ thì con người mới sống hạnh phúc được. "Tham, Sân, Si có thể được tìm thấy một cách dễ dàng nơi hành động, ngôn ngữ, và ý nghĩ của chính mình cũng như của kẻ khác. Kinh nghiệm cho ta biết bất cứ ở đâu hay lúc nào, nếu tham sân si có mặt và ngự trị thì cuộc sống riêng hay chung đều trở nên xấu xa đau khổ."

Khi ông chồng hay bà vợ nổi giận thì hay thốt những lời nói khó nghe làm tổn thương tình cảm vợ chồng, làm mất đi sự kính trọng lẫn nhau, v.v. Khi nổi giận thì không kiểm soát được lý trí của mình nên có thể làm tổn hại nhân mạng người khác để rồi phải bị pháp luật trừng trị. Những thảm cảnh gia đình chồng giết vợ giết con, giết tình nhân, v.v. vì không chế ngự được sự tức giận của mình để rồi sau đó suốt đời phải hối hận và trả giá cho sự tức giận của mình trong tù tội.

Những người hay dễ nổi giận cần cũng cần biết nguy hại về sức khỏe của sự tức giận qua tài liệu dưới đây do người viết sưu tầm trên internet đem về đây chia sẻ với quý bạn nhé"

## **8 nguy hại lớn của tức giận**

Tức giận là triệu chứng thường gặp ở mỗi con người chúng ta, tuy nhiên thường xuyên tức giận sẽ gây ra nhiều nguy hại cho cơ thể.



### **1. Tổn thương gan**

Khi tức giận, cơ thể sẽ bài tiết ra một loại chất gọi là "catecholamine", tác dụng với hệ thống thần kinh trung ương, làm cho đường huyết tăng cao, tăng cường acid béo phân giải, độc tố trong tế bào gan và huyết dịch cũng theo đó tăng lên.

Khuyến nghị: Khi tức giận nên uống cốc nước. Nước có thể thúc đẩy acid béo tự do trong cơ thể bài tiết ra ngoài, giảm bớt độc tố.

### **2. Viêm sắc tố**

Khi tức giận, số lượng lớn huyết dịch chạy dồn về não bộ, vì vậy ô xy trong huyết dịch sẽ giảm bớt, độc tố tăng lên nhiều. Độc tố sẽ kích thích mao mạch, lỗ chân lông, gây ra các chứng viêm xung quanh lỗ chân lông với nhiều mức độ khác nhau, từ đó xuất hiện các viêm sắc tố.

Khuyến nghị: khi gặp phải việc không vui, có thể hít thở sâu, hai tay giơ ngang để điều tiết trạng thái cơ thể, đưa độc tố đẩy ra ngoài.

### 3. Đẩy nhanh suy thoái tế bào não

Đại lượng huyết dịch chạy dồn về não cũng sẽ làm cho áp lực của huyết quản não tăng lên. Lúc này trong huyết dịch hàm chứa độc tố nhiều nhất, ô xy ít nhất, không khác gì một “vị thuốc độc” cho não.

Khuyến nghị: gặp phải việc không vui có thể hít thở sâu, hai tay giơ ngang để điều tiết trạng thái cơ thể, đưa độc tố đẩy ra ngoài.

### 4. Viêm loét dạ dày

Tức giận sẽ làm cho thần kinh giao cảm hưng phấn và trực tiếp tác dụng vào tim và trên huyết quản, làm cho lưu lượng máu trong dạ dày đường ruột giảm thấp, nhu động chậm, ăn uống kém, khi nghiêm trọng còn gây ra viêm loét dạ dày.

Khuyến nghị: Mỗi ngày mát-xa nhiều phần dạ dày, giảm nhẹ triệu chứng.

### 5. Cơ tim thiếu ô xy

Đại lượng huyết dịch chảy về đại não và phần mặt sẽ làm cho huyết dịch cung ứng cho tim giảm bớt từ đó dẫn đến cơ tim thiếu ô xy. Tim để đáp ứng nhu cầu cơ thể, chỉ có cách làm việc gấp lên nhiều lần, từ đó làm cho nhịp tim không đập nhịp nhàng.

Khuyến nghị: cố gắng luôn mỉm cười và nhớ lại những việc vui vẻ, có thể làm cho tim đập khôi phục lại nhịp, để huyết dịch lưu động đều đặn hơn.

### 6. Gây ra cường giáp

Tức giận làm cho hệ thống nội bài tiết rối loạn, làm tăng hormon tuyến giáp trạng bài tiết, thời gian lâu dài sẽ gây ra cường giáp.

Khuyến nghị: ngồi xuống thư giãn, nhắm mắt lại, hít thở sâu.

### 7. Tổn thương phổi

Khi tâm trạng tức giận, hô hấp sẽ vội vàng, thậm chí xuất hiện hiện tượng hoán đổi khí quá độ. Bao phổi không ngừng khuếch trương, không có thời gian thu co, tức là không có được thư giãn và nghỉ ngơi nên có, từ đó nguy hại đến sức khỏe của phổi.

Khuyến cáo: chuyên tâm, hít thở sâu và nhẹ nhàng thở ra 5 lần, làm cho bao phổi có được nghỉ ngơi.

### 8. Tổn hại hệ thống miễn dịch

Khi tức giận, đại não sẽ ra mệnh lệnh cho cơ thể chế tạo ra một loại chất cortisol do cholesterol chuyển hóa thành. Loại chất này nếu tích lũy trong cơ thể quá nhiều sẽ gây chướng ngại cho sự hoạt động của hệ thống miễn dịch, làm cho sức đề kháng cơ thể thấp đi.

Khuyến nghị: Hồi nhớ về những việc tốt của mình trong quá khứ, cố gắng hết sức để bình hòa tâm trạng.

Dương Hằng

Theo xinhuonet

(Nguồn:internet)

Ngày xưa khi còn trẻ, người viết cũng dễ nổi giận lắm khi gặp chuyện bất bình: la hét um sùm, đập bàn đập ghế, v.v.

Bây giờ tuổi đời càng lớn, nhờ đọc qua kinh sách, học hỏi qua sách



vở, qua kinh nghiệm sống hằng ngày nên bây giờ người viết cũng bớt dần đi sự tức giận của mình. Mỗi lần sắp có chuyện "chiến tranh" với quý vị "boss lớn, boss nhỏ" trong gia đình, người viết đi tìm ly nước lạnh uống cho hạ hỏa, hoặc bỏ vào phòng nói chuyện với "người tình mặt chữ nhật" của mình là xong ngay, chứ không còn thích cãi cọ tùm lum nữa! Mệt quá!

Người viết cũng không thích tranh luận dài dòng trên cõn ảo vì ai đúng, ai sai hãy để cho cái "nhất điểm lương tâm" của mình phán quyết. Tức giận làm gì cho "hao mòn nhan sắc. Quý bà rất sợ "bị chê là xấu" lắm đấy dù mình cũng chẳng đẹp hơn "Hoa Hậu Thân Thiện" trong cuộc thi Hoa Hậu Áo Dài trong ngày Hội Tết hằng năm.

Xin mời quý bạn cùng đọc với người viết mẫu chuyện hay hay dưới đây để làm bài học chế ngự sự nóng giận của mình sau khi "trộm nhìn chàng" và thấy chàng không còn lịch sự, galant như ngày xưa nữa. Smile!

### **Bài học Cây Đinh**

Có một cậu bé trai, nó có cái tật xấu là ưa nổi nóng quạu quọ, vì vậy, cha của nó đã đưa cho nó một túi đinh; Lại bảo nó, mỗi khi nó có nổi nóng quạu quọ thì hãy đóng một cây đinh lên trên bờ rào phía sau vườn nhà. Ngày thứ nhất, nó đóng được 37 cây đinh. Và từ từ mỗi ngày số đinh được đóng lên bờ rào mỗi ít đi. Nó cũng đã phát hiện là nó đã không chế được cái tật xấu của nó cũng như cái việc đóng những cây đinh có hơi dễ dàng,

Cuối cùng, có một ngày kia cậu bé này cũng thấy là mình vẫn đủ nhẫn nại để không nổi lên cái tật xấu nóng nảy quạu quọ nữa, nó báo cho cha nó biết việc này.

Cha nó lại bảo nó, bắt đầu từ nay, mỗi khi nó không chế được cái tật xấu của nó thì hãy đi nhổ một cây đinh.

Ngày ngày trôi qua, sau cùng thì nó báo cho cha nó hay là, nó đã nhổ hết những cây đinh rồi.

Cha nó nắm tay nó, cùng đi ra sau vườn nhà và nói rằng: "Con của cha, con ngoan lắm, con làm rất hay. Nhưng mà hãy nhìn những cái lỗ đinh trên bờ rào, cái bờ rào này không thể hồi phục được cái nguyên trạng của nó nữa. Một khi con nổi nóng thì những lời nói của con nó cũng giống như những cái lỗ cây đinh này, chúng đã để lại những vết hằn.

Giả dụ như con dùng dao đâm người ta một dao, thì bất luận là con đã nói bao nhiêu lần những lời tạ lỗi, cái vết thương đó nó vẫn sẽ vĩnh viễn còn đó.

Những lời nói nhưc nhối cũng ví như sự nhưc nhối thực tại, không làm sao chấp nhận được (dù đó chỉ là lời nói)".

**Ghi chú:** Giữa người và người với nhau, thường do sự kiên trì về cô chấp bởi những lỗi lầm giữa đôi bên, đã tạo nên những thương tổn vĩnh viễn cho nhau.

Nếu mọi người trong chúng ta đều có thể tự mình làm, bắt đầu có thái độ khoan dung đối với mọi người, bạn nhất định sẽ nhận được những kết quả tốt mà bạn không hề nghĩ tới... Giúp mở cánh cửa sổ cho người ta, cũng là để cho chính mình nhìn thấy được một không gian hoàn chỉnh hơn.

(Nguồn: internet)



Xin chúc quý bạn có nhiều sức khỏe, thân tâm an lạc, sống vui từng ngày trong hiện tại với duyên nghiệp của mình nhé.

Người giữ vườn Một Cõi Thiên Nhân

**Sương Lam**

(Tài liệu và hình ảnh sưu tầm trên mạng lưới internet, qua điện thư bạn gửi MCTN396-ORTB809-112917)