



Bạn có thể scan mã QR trên để truy cập trang báo điện tử của chúng tôi. Khách hàng cũng có thể xem quảng cáo rao vặt của mình ngay trực tuyến tại www.thevietnampost.com

THƯƠNG MAI WEEK-END

Thương mai

CUỐI TUẦN

2078

December 23, 2023

10515 Harwin Dr., Suite 100-120, Houston, TX 77036 (góc Harwin Dr. @ Corporate Dr.)
Tel: 713-777-4900 * 713-777-8438 * 713-777-VIET * 713-777-2012 * Fax.: 713-777-4848
Website: thevietnampost.com * E-mail: info@thevietnampost.com

Allstate
You're in good hands.

Chúng tôi chuyên đảm trách mọi dịch vụ BẢO HIỂM:
XE HƠI - NHÀ CỬA - NHÂN THỌ
THƯƠNG MẠI - IRA - MUTUAL FUNDS

SHAWN XUÂN NGUYỄN, LUTCF
10039 Bissonnet, Suite 228 Houston, TX 77036 (713)988-0752

HARRY DAO INSURANCE
BẢO HIỂM TỐT, GIÁ CẢ NHẸ NHÀNG
XE - NHÀ - THƯƠNG MẠI
NHÂN THỌ - SỨC KHỎE
INCOME TAX, GIẤY TỜ XE, GIẢI TICKET, DI TRƯ, HỘ CHIẾU ĐỘC THÂN CÔNG HÀM BILL OF SALE

281-933-8300
8300 W. SAM HOUSTON PKWY S. #122 HOUSTON, TX 77072
KHU CHỢ VIỆT HOA
HDAO@FARMERSAGENT.COM
WWW.FARMERSAGENT.COM/HDAO

BẢO HIỂM John Milton Nguyễn
Đại Diện Nhiều Hãng Nổi Tiếng Nhất Hoa Kỳ

xin gọi ngay để có giá tốt nhất chưa từng có cho bảo hiểm:
* xe * nhà * lư * thường mai * sức khỏe * nhân thọ

Có Giá Thật Tốt Cho:
Tiệm Ăn, Văn Phòng, Hair, Nail Salon, Shopping Center, Tiệm Giặt Ủi, v.v.

(281)495-3493
11738 Wilcrest Dr., Houston, TX 77099
20 năm kinh nghiệm, trên 10 nhân viên phục vụ quý vị

TD Advisor, P.C.
Certified Public Accountant

Tu D. Do, CPA
The CPA You Trust

10623 Bellaire Blvd Ste C-130 - Houston, TX 77072
Tel: 281.799.4967 / Fax: 281.530.8845
Email: tudotax@yahoo.com

Trung Tâm Dịch Vụ PACIFIC

KHAI THUẾ & KẾ TOÁN
* Khai thuế lợi tức cá nhân, cơ sở thương mại.
* Lập hồ sơ mua bán, gởi sổ sách cho các cơ sở thương mại.
* Thay mặt thân chủ giải quyết các hồ sơ khó khăn & rắc rối với sở thuế.
* Xin giảm thuế nhà.
* Lấy thuế lợi tức, hợp pháp, chính xác.

DI TRƯ & NHẬP TỊCH
* Hồ sơ bảo lãnh cha mẹ, vợ chồng, con cái, hôn phu, hôn thê.
* Xin quốc tịch, thẻ xanh, giấy đi làm.
* Theo dõi hồ sơ di trú còn dở dang hay gặp khó khăn.

XIN TRỢ CẤP AN SINH XÃ HỘI
* Medical, Food Stamp, CHIP (Bảo đảm được chấp thuận).
* SSI - SSA - Trợ cấp tàn tật, tàn tật, tiền hưu (cơ chuyên viên đưa đơn đại diện thân chủ trong cuộc phỏng vấn).
* Khiếu nại xin tăng tiền SSI và Food Stamp (báo đảm được mức lợi ích).

11360 Bellaire Blvd Ste 820 Houston, TX 77072 (khu Tượng Đài Chiến Sĩ)
Phone: 281-530-4000 * Cell: 832-640-5006
KẾT QUẢ - TẬN TÂM - NHANH CHÓNG

THE HUYNH LAW FIRM PLLC.
TỔ HỢP LUẬT SƯ CHUYÊN VỀ TAI NẠN & THƯƠNG TÍCH

THAM KHẢO MIỄN PHÍ

Không cần nói chuyện với bất cứ ai, chúng tôi sẽ giúp từ A-Z.
✓ Kéo xe ✓ Mướn xe ✓ Sửa xe
✓ Điều tra bảo hiểm người lái bên kia
✓ Tiễn bác sĩ

KHÔNG THẮNG KHÔNG TRẢ TIỀN

TAI NẠN XE CỘ
TAI NẠN XE 18 BÁNH, XE BUS
TAI NẠN XE MOTORCYCLE / XE ĐẠP
TAI NẠN NGƯỜI ĐI BỘ
TAI NẠN TÀU BÈ
TAI NẠN XE LỬA
TAI NẠN TRONG CHỖ LÀM
TAI NẠN TRƯỢT TẾ CHỖ CÔNG CỘNG
TAI NẠN HÒA HOẠN / CHÁY NHÀ
TAI NẠN CÁ NHÂN
APARTMENT RAPE / SHOOTING
TỬ THƯƠNG PHI PHÁP

LS. Sarah Huynh Ý-Nhi 6100 Corporate Dr, Ste 110, Houston, TX 77036 **(281) 702-8128**

Nha Khoa Thiên Vũ
10 Đường Mai Chí Thọ, An Lợi Đông, Quận 2, Sài Gòn, Việt Nam

PHÒNG KHÁM NHA KHOA ĐẢM TRÁCH MỌI DỊCH VỤ:
★ Nha Khoa Tổng Quát ★ Nha Khoa Thẩm Mỹ ★ Nha Khoa Nhi Đồng

Đặc Biệt Chuyên Về:
* IMPLANT * LÀM RĂNG SỨ * VENEER
* PHẪU THUẬT NƯỚC * NIỀNG RĂNG * TẨY TRẮNG RĂNG

Bác Sĩ Phụ Trách Nguyễn Thiên Vũ

- Đội ngũ bác sĩ và nhân viên chuyên nghiệp
- Phòng mạch mới, sạch sẽ, trang bị thiết bị tối tân, chữa theo kỹ thuật hiện đại nhất.
- Dụng cụ khử trùng theo đúng tiêu chuẩn quốc tế để bảo vệ sức khỏe bệnh nhân.

Nếu bạn muốn có một hàm răng đẹp cùng nụ cười xinh với giá cả phải chăng, hãy đến với:

0913747090
0942121022

DENTAL CLINIC
* Có dịch vụ hỗ trợ đưa đón khách MIỄN PHÍ trong phạm vi Sài Gòn.
Kinh nghiệm - Tận Tâm - Nhẹ Nhàng - Kỹ Lưỡng

CẦU SIÊU



Hương Linh Phật Tử: **Bùi Thị Tuyết Hồng**
(1946- 2023)

Pháp Danh: **Hạnh Hương**

Từ Trần ngày: **25/10/2023**

Nhằm thứ tư ngày: **11/9 (AL) năm Quý Mão**

Được vãng sanh về cõi Phật

Nam Mô Tiếp Dẫn Đạo Sư A Di Đà Phật.

TEXAIR AIR CONDITIONING AND HEATING

Chuyên thiết kế và sửa chữa các hệ thống máy lạnh, máy sưởi cho tư gia và cơ sở thương mại.
Licensed and Insured: TACLB38901E

The New Degree of Comfort

- * Có giá đặc biệt khi thay máy mới và thay tất cả hệ thống ống Ducts trong nhà.
- * Có chương trình trả góp không tiền lãi.

Đặc biệt: 10% OFF cho Quý Cao Niên

Free Estimate 24/7 khi thay máy lạnh mới Giá cả nhẹ nhàng

Xin gọi: Vinh **832-659-3990**

DISCOVER NOVUS VISA MasterCard

Allstate
You're in good hands.

Chúng tôi chuyên đảm trách mọi dịch vụ bảo hiểm:
**XE HƠI - NHÀ CỬA - NHÂN THỌ
THƯƠNG MẠI - IRA - MUTUAL FUNDS**

Xin mời quý vị ghé lại văn phòng hoặc gọi điện thoại cho tôi
SHAWN XUÂN NGUYỄN, LUTCF
10039 Bissonnet, Suite 226
Houston, TX 77036
(713) 988-0752

Giờ mở cửa: **Monday - Friday: 9:00 A.M. - 5:30 P.M.**
Saturday: 9:00 A.M. - 1:00 P.M.

WWW.ALLSTATE.COM
Allstate Fire and Casualty Insurance Company: Northbrook, Illinois and Allstate County Mutual Insurance Company: Irving, Texas.
©2005 Allstate Insurance Company, AllstateYourChoice.com 04/05

THIM HING

Sandwich

10905 Bellaire Blvd
Houston, TX 77036

(phía sau Jack In The Box)

281-564-1692

Giờ Mở Cửa

- Thứ Hai - thứ Bảy: **5:00am - 6:30pm**
- Chúa Nhật: **6:00am - 6:00pm**
- Thứ Năm: **Đóng Cửa**

BÁNH MÌ gồm:

- * Jambon
- * Giò Heo
- * Paté
- * Gà Ham
- * Xiu Mại
- * Thịt Nướng
- * Gà Rô-Ti
- * Chả Lụa
- * Cá Mòi

Đặc Biệt:

- * Bò Bía
- * Gỏi Cuốn
- * Mì, Hủ Tiếu Gà
- * Mì Vịt Tiềm
- * Bánh Mì, Hủ Tiếu, Mì Bò Kho (Cà-Ri)
- * Bún Bò Huế
- * CƠM Gà Hải Nam
- * CƠM Bì Sườn Chả
- * Bánh Bột Chiên
- * Mì Hoàn Thánh
- * Bánh Xếp Nước, Mì

THIM HING Kính mời



Bán Hoặc Cho Thuê Cửa Hàng Thương Mại

MISSOURI CITY, TX 77459



Cần bán cửa hàng thương mại mới tinh chất lượng cao, #101E, 1800 sqft, Cần bán Giá: \$540,000, hoặc cho thuê giá \$2.00/sqft, vị trí đắc địa, tiềm năng phát triển rất tốt, có nhiều cửa hàng gần đó đã sẵn sàng cho việc nâng cấp và mở cửa, địa chỉ: 4899 Highway 6, Missouri city, TX 77459.

Các bạn quan tâm vui lòng liên lạc Janet: 832-560-3089



Cho Mướn Chỗ Làm Tóc

HOUSTON, TX 77065

Salon Studio By Advanced Beauty Services. 11130 N. Eldridge Pkwy #2, Houston, TX 77065. Booth Rental Available/Cho mướn chỗ làm tóc. Bạn muốn tự chủ kinh doanh với thu nhập như ý?

Xin liên lạc (Text): 346-545-1762



Cần Bán Tiệm Nail

KHU SOUTHWEST

Cần bán tiệm nail trên đường Bellaire và 59 freeway, cách chợ Hong Kong 4 khoảng 10 phút, vì không có người trông coi. Tiệm có 7 bàn nails, 6 ghế pedicure, 2 phòng wax, có đầy đủ máy giặt, máy sấy. Cần sang lại giá 40k, có thể thương lượng.

Xin vui lòng gọi hoặc nhắn tin: 346-664-0747



Bán Tiệm Nail

CÁCH HK4 20' LÁI XE

Tiệm cách Hong Kong 4 - 20 phút lái xe, tiệm mới remodel, rộng 1,270 sqft. Hiện có 5 thợ, tiệm có 6 ghế, 8 bàn Nails, 1 phòng Wax, phòng ăn, đầy đủ supply. Có lượng khách ổn định. Chủ cần move.

Anh chị em nào cần vui lòng gọi: 832-462-4433
(Xin để lại lời nhắn.)



Bán Trạm Xăng Exxon & Deli

BEAUMONT, TX

Bán trạm xăng Exxon & Deli, trạm có 8 cây xăng, nằm ngay góc ngã 4 đèn giao thông. Khu vực đông đúc. Rent \$8,500 NNN lease.

Chủ đã sở hữu 18 năm. Giá bán \$550,000.

Thật lòng mua xin gọi Hiền Nguyễn: 832-877-9951



Cần Bán Tiệm Tóc

KHU SOUTHWEST

Cần bán tiệm tóc khu SW, khu Mễ, chung quanh là các Apartments góc Beechnut và Club Creek. Tiệm rộng 1,000 sqft. Có ba station, hiện đang có người thuê hai station, hai bàn nail, một ghế spa, một phòng Wax. Rent \$1,185/tháng. Năm năm mới renew. Giá bán \$28K, có thương lượng.

Xin vui lòng liên lạc: 832-643-9698

Thương Mại

The Viet Nam Post

Thương Mại

Rao Vật Hằng Ngày

Thương Mại

RAO VẬT CUỐI TUẦN



* Quảng cáo **Rao Vật Cấp Tốc** \$75- viết lời rao không quá 35 chữ cho các mục: (CẦN THỢ NAILS, CẦN NGƯỜI, GIỮ TRẺ, SHARE PHÒNG, BÁN 1 CHIẾC XE v.v...) hoặc **Business Classified** (BÁN 1 CỬA TIỆM, 1 CÁI NHÀ v.v...) giá từ \$140 trở lên (tùy theo size lớn, nhỏ) được đánh máy, Layout 1 lần và được đăng liên tiếp **10 tuần lễ - 2 tháng rưỡi - tổng cộng (60 số báo)**.

* **Rao Vật Cấp Tốc, (Business Classified - KHÔNG GIỚI HẠN SỐ CHỮ)** được nhận đăng khoản **10 tuần lễ - 2 tháng rưỡi (60 số báo)**; * Rao Vật của Quý vị **ĐÃ ĐĂNG BÁO** (dù chỉ đăng 1 kỳ báo) - **NEU QUÝ VỊ MUỐN NGỪNG ĐĂNG** - chúng tôi sẽ ngưng đăng và xem như rao vật của Quý vị **đã có kết quả**.

* Rao Vật Cấp Tốc, Business Classified **ĐÃ ĐĂNG BÁO** không có vấn đề **TRẢ TIỀN LẠI**.

KHÔNG NHẬN SỬA ĐỔI CHI TIẾT HOẶC SỐ ĐIỆN THOẠI

Mèo nhà và mèo hoang khác nhau ở những điểm gì?

Tại sao mèo nhà và mèo hoang lại có nhiều đặc tính khác nhau? Nguồn gốc sâu xa của loài mèo nhà và quá trình tiến hóa của chúng từ loài mèo rừng sẽ giúp bạn giải đáp.

Hầu hết các loài động vật thuần hóa có ngoại hình khác xa so với tổ tiên hoang dã của chúng, ví dụ như sự khác nhau giữa chó và chó sói, lợn và lợn rừng.

Tuy nhiên, người bạn mèo của chúng ta lại không giống như vậy. Mọi con mèo nhà đều có nguồn gốc từ mèo rừng châu Phi, một loài gần như trông giống hoàn toàn với mèo nhà hiện đại.

Trên thực tế, mèo nhà so với mèo rừng chỉ có 13 gen khác nhau bị thay đổi bởi chọn lọc tự nhiên trong quá trình thuần hóa. Chúng ta chỉ có hai cách để xác định rõ ràng được mèo rừng. Cách thứ nhất là đo kích thước não của chúng. Mèo nhà cũng giống như các loài động vật nuôi trong nhà khác, chúng đã tiến hóa để làm giảm các phần não

liên quan đến sự hung hăng, sợ hãi và phản ứng tổng thể. Cách thứ hai là đo chiều dài ruột của chúng. Mèo nhà có chiều dài ruột lớn hơn để có thể tiêu hóa thức ăn có nguồn gốc từ thực vật do con người cung cấp.

Sự tiến hóa quan trọng nhất trong quá trình thuần hóa loài mèo là hành vi xã hội của chúng. Khi nhiều mèo nhà sống chung cùng nhau, chúng sẽ tạo thành các nhóm xã hội gần giống với mô hình các nhóm xã hội của sư tử. Những con cái có quan hệ họ hàng với nhau sẽ rất thân thiện với nhau. Chúng chải lông, chơi đùa và nằm chồng lên nhau, thậm chí còn làm bà đỡ khi sinh. Tính hòa đồng này không giống với hành vi của loài mèo rừng châu Phi hay bất kỳ loài mèo nào khác ngoại trừ Vua của Rừng xanh.

Sự giống nhau về mặt tiến hóa của hai loài này còn ở cách chúng chào nhau. Để tỏ ý thân thiện, một con mèo đến gần sẽ dựng đuôi thẳng lên. Một đặc điểm giống với sư tử và không giống với bất kỳ loài mèo nào khác. Những tiến hóa này của mèo nhà đều là những sự thay đổi phù hợp để sống chung với loài người.

Các nghiên cứu DNA gần đây đã chỉ ra rằng mèo nhà ngày nay có nguồn gốc từ phân loài Bắc Phi, Felis silvestris lybica. Nền văn minh bắt đầu ở Fertile Crescent (Lưỡi liềm màu mỡ) khoảng 10.000 năm trước, khi những người đầu tiên định cư và bắt đầu trồng trọt.

Khu vực này trải dài khắp các vùng của Ai Cập, Thổ Nhĩ Kỳ, Syria, Iran... ngày nay, là nơi sinh sống của nhiều loài mèo nhỏ. Trong số đó, mèo rừng châu Phi là một trong những loài mèo thân thiện nhất. Khi được nuôi dưỡng đúng cách, chúng có thể trở thành người bạn đồng hành dễ mến. Ngược lại, dù được quan tâm đúng cách, mèo rừng châu Âu lớn lên lại có tính cách không mấy dễ chịu.

Khi con người định cư và trồng trọt, những vựa lúa đã dẫn đến sự bùng nổ số lượng loài gặm nhấm. Một số loài mèo rừng châu Phi đã tận dụng cơ hội này để khiến con người thấy được lợi ích của chúng và cho chúng chỗ ở, thức ăn.

Những con mèo táo bạo nhất bắt đầu đi vào túp lều và cho phép con người vuốt ve chúng. Vậy là loài mèo nhà ra đời. ■



SƯU TÂM & TÌM HIỂU

Hành trình từ cô bé vô danh khu ổ chuột đến người mẫu của thương hiệu thời trang xa xỉ

Dù sống trong điều kiện kinh tế khó khăn, Maleesha vẫn quyết tâm theo đuổi ước mơ.



Maleesha không ngại trưng bày cuộc sống cũ của mình

Maleesha Kharwa từng phải trải qua những tháng năm ấu thơ tại một khu ổ chuột ở Mumbai, Ấn Độ. Không ai ngờ một ngày cô bé 14 tuổi này được chọn làm gương mặt đại diện cho thương hiệu thời trang xa xỉ Forest Essentials.

Gương mặt sáng giá của Maleesha được nam diễn viên Hollywood Robert Hoffman phát hiện. Sau đó cô bé trở thành người mẫu tuổi teen và xuất hiện trên các trang bìa tạp chí thời trang như Cosmopolitan India và The Peacock. Đến nay, cô bé có hơn 250.000 người theo dõi trên Instagram.

Nàng công chúa khu ổ chuột

Cuộc gặp gỡ tình cờ giữa Maleesha và nam diễn viên Hollywood Robert Hoffman đã tạo ra bước ngoặt thay đổi cuộc đời của cô bé mãi mãi. Nam diễn viên mô tả cuộc gặp gỡ đầu tiên của anh với Maleesha như một điều bước ra từ trong phim: “Cô bé đứng giữa một nhóm cư dân khu ổ chuột nhưng khuôn mặt của em quá nổi bật, tôi không hiểu sao trước đây người ta lại bỏ lỡ gương mặt sáng giá này”.

Robert Hoffman nói chuyện và cố gắng thuyết phục gia đình, giải thích về những cơ hội đời của cô bé. Hoffman sau đó mở tài khoản mạng xã hội cho em và thành lập một trang GoFundMe. Sự hỗ trợ hết mình từ bậc tiền bối đã giúp Maleesha nhận được hai lời mời đóng phim Hollywood.

Maleesha cũng góp mặt trong bộ phim

ngắn có tựa đề Live Your Fairytale của Arsala Qureishi và Jas Sagu. “Em rất hài lòng với vị trí hiện tại. Có lúc em đi ra ngoài và ai đó nhận ra em vì họ có theo dõi em trên mạng xã hội. Họ bảo họ rất hâm mộ em, làm em tự hào và hạnh phúc vô cùng”, Maleesha chia sẻ với tờ Mid-Day.

Gương mặt ưu ái của thương hiệu cao cấp

Forest Essentials đã sử dụng hình ảnh nữ người mẫu tuổi teen cho chiến dịch mới Yuvati Selection. Theo tạp chí Vogue India, thương hiệu xa xỉ này sẽ đóng góp cho Dự án Paathshala - chương trình hướng đến giáo dục trẻ em kém may mắn, giúp các em chạm đến ước mơ.

“Mặc dù Maleesha là gương mặt đại diện cho chiến dịch này, nhưng điều mà Forest Essentials muốn tập trung vào nhất là chuyên tải thông điệp về ước mơ. Không quan trọng bạn đến từ đâu, giấc mơ lớn hay nhỏ, tất cả chúng ta đều có quyền ước mơ, bởi ước mơ nào cũng đều đáng quý hết”, Mira Kulkarni, người sáng lập và giám đốc điều hành của Forest Essentials, trích dẫn.

Trong một video được đăng trên Instagram, có thể thấy cô bé đang ghé thăm một cửa hàng Forest Essentials. Bài viết đi kèm dòng mô tả: “Khuôn mặt em ánh lên niềm vui vì nhìn ngắm giấc mơ của mình hiện ra ngay trong tầm mắt. Câu chuyện của Maleesha là một thông điệp nhắc nhở chúng ta rằng những giấc mơ rồi sẽ trở thành hiện thực. #BecauseYourDreamsMatter”.

Trò chuyện với tạp chí Vogue, Maleesha nói về chiến dịch, “Đây là công việc quan trọng nhất của em từ trước đến giờ và nó đã thay đổi cuộc đời em rất nhiều. Em muốn trở thành một người mẫu, nhưng giáo dục sẽ luôn là ưu tiên hàng đầu vào lúc này”.

Không tự ti về xuất phát điểm khó khăn

Các bài đăng trên Instagram của Maleesha luôn tràn đầy năng lượng, sức sống và nét đẹp tươi mới. Nhưng điều đặc biệt nhất có lẽ nằm ở việc em không ngại trưng bày cuộc sống trước đây của mình.

Em từng đăng hình ảnh ngôi nhà của mình - một chiếc lều dựng lên bằng những thanh tre và mảnh vải, dòng nội dung đi kèm là “Đây là nhà em. Nhiều người muốn biết em có thích sống ở đây không, sự thực là em rất yêu quý nhà của mình”.

Trong một cuộc phỏng vấn với Cosmopolitan India, Maleesha rất cởi mở về điều kiện sống khó khăn của mình, em kể việc thiếu nước sạch hoặc thức ăn xảy ra thường xuyên. “Có lúc chính quyền thành phố phá dỡ nhà vì em và gia đình sống gần biển. Vào những ngày thời tiết nắng nóng, gia đình em phải ngủ trên những tảng đá gần nguồn nước. Nhưng những khó khăn này không thể ngăn em tự đi tìm hạnh phúc của riêng mình”.

Maleesha từng bị một số người chỉ trích vì “làn da ngăm đen”, họ dựa vào đặc điểm này để đánh giá em không đủ điều kiện làm người mẫu, nhưng cô bé vẫn chiến thắng lời lẽ chỉ trích bằng một thái độ sống cực kỳ tích cực: làm việc chăm chỉ là sẽ đạt được ước mơ!

“Em thấy rất lạ khi mọi người cứ hỏi vì sao trông em hạnh phúc như vậy, em chỉ đơn giản là yêu cuộc sống của mình. Mọi người có thể hạnh phúc ngay khi họ không có nhà to cửa rộng hay có xe hơi đẹp. Với em, có một gia đình yêu thương và hỗ trợ, có bạn tốt quan tâm, là điều quan trọng hơn cả”, Maleesha nói với tờ Cosmopolitan India. ■

Tiểu thư "đi lùi mới về vạch đích" của đế chế pha lê đình đám Swarovski

Là người thừa kế thế hệ thứ 5 của đế chế pha lê nổi danh, cuộc sống của Victoria Swarovski quả thực khiến nhiều người vô cùng ngưỡng mộ.

Khi nhắc tới pha lê, Swarovski - công ty chế tác đá quý lâu đời đến từ nước Áo, luôn là một trong những thương hiệu đứng đầu. Trải qua hơn 120 năm phát triển, Swarovski đã nắm giữ vị trí khó ai có thể thay thế, tượng trưng cho sự giàu có và đẳng cấp. Do đó, người thừa kế đời thứ 5 của thương hiệu này là Victoria Swarovski cũng nhận được nhiều sự quan tâm.

Victoria Swarovski sinh năm 1993 tại Áo, cô là con gái của Alexandra và Paul Swarovski, người sở hữu doanh nghiệp đá quý Swarovski nổi danh và giàu có bậc nhất thế giới. Sinh ra đã là một tiểu thư đài các với cuộc sống xa hoa, sắc đẹp và tài năng của Victoria Swarovski luôn là đề tài được nhiều người quan tâm khi cô không chỉ sống nhờ tiền của gia đình mà còn tự mình xây dựng sự nghiệp riêng.

Tự xây dựng con đường riêng

Bất chấp sự giàu có của gia đình, Victoria cho biết cha mẹ cô đã dạy cô tầm quan trọng của sự chăm chỉ ngay từ khi còn nhỏ, cô nói: "Cha mẹ tôi đã dạy tôi cách trở nên bình thường và ổn định đồng thời họ luôn nói với tôi rằng tất cả có thể biến mất trong giây lát, đó là lý do tại sao tôi bắt đầu sự nghiệp của riêng mình".

Cô dần khẳng định được tài năng của mình trong giới giải trí

Nhờ sở hữu tài năng nghệ thuật, ngay từ nhỏ, cô gái trẻ đã tham gia ca đoàn của nhà thờ rồi bắt đầu phát triển nghề ca hát. Lần đầu tiên cô xuất hiện trước công chúng là vào năm 17 tuổi với vai trò là một ca sĩ tuổi teen rồi ký hợp đồng thu âm với hãng đĩa nổi tiếng Sony Music. Mọi thứ đến với cô rất thuận lợi nhờ có tài năng.

Thậm chí, cô còn được mời vào ghế giám khảo chương trình tìm kiếm tài năng nổi tiếng Das Super Talent vào năm 2016 sau đó là giành vị trí Á quân của cuộc thi Let's Dance tại quê nhà và nhận được sự yêu thích của nhiều khán giả.

Vốn có xuất thân danh gia vọng tộc, là ái nữ gia đình giàu có nhất nhì hành tinh nên Victoria luôn khiến nhiều người ngưỡng mộ với lối sống xa hoa. Trên trang cá nhân của mình, nữ thừa kế thường xuyên chia sẻ hình ảnh vi vu khắp nơi trên thế giới, sở hữu loạt hàng hiệu đắt đỏ cũng như tham dự các sự kiện dành cho giới siêu giàu trên

SƯU TÂM & TÌM HIỂU



khắp thế giới.

Cuộc sống xa hoa của Victoria

Vào năm 2017, Victoria đã một lần nữa cho thấy sự giàu có xa hoa của mình khi tổ chức một hôn lễ cổ tích gây choáng ngợp với vị hôn phu Werner Mürz, người làm việc trong lĩnh vực bất động sản, sau nhiều năm hẹn hò.



Victoria là con gái của người sở hữu đế chế Swarovski

Trong đám cưới, Victoria đã mặc một chiếc váy của nhà thiết kế Michael Cinco với cái giá lên tới hơn 700.000 USD, được đính khoảng 500.000 viên pha lê Swarovski và nặng tới 46kg. Đi kèm với chiếc váy trắng lộng lẫy, cô dâu Victoria còn đeo thêm tám mạng che dài 8 mét và đôi giày cao gót của nhà thiết kế Jimmy Choo.

Đám cưới gây sốt với chiếc váy đính 500.000 viên pha lê của Victoria

Không chỉ vậy, sau buổi lễ tại nhà thờ, đám cưới của ái nữ đế chế pha lê còn kéo dài thêm 3 ngày nữa tại khu nghỉ dưỡng năm sao Falisia ở Portopiccò để phục vụ giải trí, nghỉ dưỡng cho hơn 250 khách mời. Đám cưới này của Victoria sau đó đã nhận được sự ngưỡng mộ của nhiều người và được cho là đám cưới trong mơ của mọi cô gái. ■

Kỳ lạ khu chợ đá quý được mệnh danh là "quê hương của các loại ngọc": Trang sức giá trị vài trăm triệu được mua bán lộ thiên như rau

Không chỉ vào những khu trung tâm thương mại, các cửa hàng lớn mới có trang sức giá trị, đắt tiền. Tại Tân Cương có một vùng đất mà người ta mua bán ngọc quý ngay bên lề đường, ở những phiên chợ.

Khu tự trị Tân Cương (Trung Quốc) nổi tiếng là vùng đất đặc biệt, nơi sản sinh ra vô số mỹ nhân đình đám như: Địch Lệ Nhiệt Ba, Cổ Lục Na Trát... Bên cạnh đó đây cũng là vùng đất rực rỡ sắc màu văn hóa.

Địa khu Hoà Điền (Hotan - Hetian) thành phố cấp huyện thuộc khu tự trị Tân Cương được mệnh danh là "quê hương của các loại ngọc". Nổi tiếng với ngọc bích Hoà Điền - một trong những

"Trung Hoa Tứ Đại Danh Ngọc", thứ mà bất kỳ người chơi ngọc nào cũng mong muốn được sở hữu.

Bởi muốn chơi được ngọc bích Hoà Điền không chỉ cần có tiền, kiến thức hiểu biết rộng, mà còn cần có sự đánh giá toàn diện về thời đại mới phân biệt được hàng chuẩn.

Ngọc bích Hoà Điền ở Tân Cương cùng với ngọc Lam Điền ở Thiểm Tây, ngọc Bích Cổ ở Liêu Ninh và ngọc Dushan ở Hà Nam được mệnh danh là "Trung Hoa Tứ Đại Danh Ngọc".

Vùng đất ngọc với lịch sử hơn 4000 năm

Ngọc bích Hoà Điền ở Tân Cương là kho báu lớn, không còn quá bí ẩn, tồn tại từ thời cổ đại xa xưa. Theo ghi chép của lịch sử Trung Quốc, khai thác ngọc bích Hoà Điền đã có nguồn gốc hơn 4000 năm.

Địa khu Hoà Điền còn được gọi là "Khotan" nghĩa là nơi sản xuất ngọc bích lớn. Vùng đất này nằm ở phía Nam Tân Cương rất giàu tài nguyên khoáng sản và có trữ lượng ngọc phong phú. Ngoài ra nơi đây cũng nổi tiếng về lụa, các sản phẩm từ lụa, hoa quả như dưa hay các loại trái cây tươi ngon khác.

Ngọc Hoà Điền được phân bố chủ yếu ở sườn bắc núi Côn Luân. Chất lượng ngọc được xác định dựa trên màu sắc như: Thanh ngọc, Hoàng Ngọc, Bạch Ngọc, Tử Ngọc, Bích Ngọc, Hồng Ngọc...

Trong đó, quý giá nhất là Bạch Ngọc (ngọc trắng hay còn gọi là Dương chi Ngọc) được miêu tả với vẻ đẹp tuyệt trần, trắng như mỡ dê, bóng mịn, trong suốt không tạp chất. Dương chi Ngọc cũng là loại ngọc được tôn vinh, là biểu tượng cho phẩm chất của người quân tử, thường được làm thành Ngọc ấn, Ngọc bội cho Vua chúa, quý tộc thời xưa.

Vào thời phong kiến, ngọc sẽ được sử dụng làm trang sức đeo bên cạnh vua chúa, quý tộc. Các khối ngọc sau khi được khai quật lên, sẽ được các người thợ kim hoàn điêu khắc tỉ mỉ tạo nên các sản phẩm trang sức xinh đẹp, thể hiện sự sang trọng, quý giá.

Theo sử sách ngọc được tìm thấy lần đầu tiên tại Côn Luân nên được gọi là "Côn Sơn Ngọc". Chính vào thời Tần Thủy Hoàng thống nhất Trung Hoa, ngọc được đổi tên thành ngọc bích Hoà Điền. Sau đó đến năm thứ 9 của triều Thanh thì được chính thức có tên là ngọc bích Tân Cương. Không chỉ là khoáng vật nổi tiếng, chúng còn được sử dụng làm biểu tượng của Olympic.

Buôn bán ngọc, trang sức vài trăm triệu lộ thiên

Ngày nay, buôn bán đá quý, ngọc bích, ngọc bích Hoà Điền... rất phổ biến tại Hoà Điền. Những sạp hàng ven đường, các khu chợ ngoài trời buôn bán vô số ngọc bích quý hiếm nằm rải rác trên vùng đất xinh đẹp này.

Các viên đá quý, ngọc bích có mức giá khác nhau tùy theo độ tinh khiết của ngọc cũng như chất lượng khi đã điêu khắc thành sản phẩm. Nhiều loại ngọc có giá hàng chục nghìn NDT đến trăm nghìn thậm chí là chục triệu NDT được bày bán tràn lan.

Hơn nữa, khi đến Hoà Điền khách du lịch cũng có thể trải nghiệm thú vị tự khai thác ngọc trên sông.

Vậy nên, người ta vẫn thường đùa nhau rằng nếu ai biết nhìn hàng, có kiến thức về ngọc hãy đến đây tìm kho báu. Có thể điều này sẽ giúp bạn kiếm bộn tiền, trải nghiệm cảm giác "làm giàu chỉ sau một đêm".

Tuy nhiên, nếu là người bình thường, không am hiểu về ngọc hay trang sức thì sẽ thấy đây chỉ là những viên đá thô giống nhau, không có giá trị.

Ngày nay, do nhu cầu khai thác lớn, nên số lượng đá ngọc bích thô dần cạn kiệt. Hiện rất khó để tìm kiếm những viên đá quý, chất lượng.

Vậy nên, nếu có đi du lịch Tân Cương, đi tham quan những địa điểm này thì đừng vội mua ngọc mà chưa kiểm chứng rõ ràng. Có thể nó sẽ mang lại cho bạn nhiều giá trị, nhưng cũng có thể bạn đã bị lừa bởi những viên ngọc kém chất lượng.

Tác dụng của ngọc bích Hoà Điền

- Đối với sức khỏe: Nhờ vào những thành phần hóa học có chứa những vi chất, ngọc giúp cho cơ thể được thanh lọc. Không chỉ vậy, người Trung Quốc thời xưa còn sử dụng ngọc Hoà Điền nghiền thành bột, sau đó trộn với kem dưỡng để chăm sóc da mặt mỗi ngày. Vậy nên các phi tần ngày xưa đều có được vẻ đẹp trẻ trung và lâu lão hóa.



Ngọc bích Hoà Điền nổi tiếng lâu đời bởi vẻ đẹp quyến rũ và tinh tế của nó. Đây là loại ngọc có giá trị trên thị trường rất cao và được nhiều người "sành" ngọc săn đón

- Đối với tinh thần: Ngọc Hoà Điền còn hội tụ những tinh hoa được tích tụ lâu năm từ đất trời, giúp người sử dụng tăng cường vận khí, sinh lực và trí lực. Nhờ vào tác dụng của ngọc mà con người sẽ trở nên khỏe mạnh hơn, làm việc hiệu quả hơn, từ đó gặp nhiều thuận lợi, may mắn và bình an trong công việc lẫn cuộc sống. Ngọc còn giúp bạn có giấc ngủ ngon và sâu hơn, không bị giật mình, từ đó đầu óc minh mẫn hơn và tuổi thọ cũng cao hơn.

- Đối với phong thủy: Nhờ vào sự tích tụ linh khí qua hàng triệu năm mà những viên ngọc Hoà Điền đều sở hữu nhiều năng lượng giúp chủ nhân gặp nhiều may mắn, thịnh vượng. Ngoài ra, ý nghĩa ngọc Hoà Điền còn khá hiệu nghiệm trong con đường sự nghiệp và thăng tiến. Nó còn giúp bạn xua đuổi tà khí, thúc đẩy mối quan hệ hòa thuận trong gia đình và ngoài xã hội. ■



SƯU TÂM & TÌM HIỂU

Cách đón năm mới kỳ thú của một số nước

Năm mới, mỗi nơi một phong tục “tổng cựu nghinh tân”, không nơi nào giống nơi nào. Nhưng tựu chung, đều cầu cho an lạc và hạnh phúc...



(BELARUS) THE ROOSTER DECIDES

Piles of corn are placed at the feet of unmarried women before a rooster is let loose. Whoever's pile the rooster picks shall be the next to marry.

Gà trống Belarus quyết định tình duyên năm mới

Gà trống báo nhân duyên

Người Belarus xưa đón năm mới bắt đầu từ ngày 25/12 theo Công lịch - kéo dài từ 1 tới 2 tuần lễ. Năm mới truyền thống này được gọi là Kaliady, kỳ nghỉ lễ lớn nhất năm (kết hợp Giáng Sinh và nghỉ đông).

Trước đêm Giao thừa, người Belarus sẽ có một bữa tiệc Kuccia truyền thống, với những món ăn được làm từ lúa mạch, không ăn thịt và mỡ. Vào dịp năm mới, những phụ nữ độc thân ở Belarus sẽ đặt một bắp ngô/ đông ngô trên mặt đất. Sau đó, một chú gà trống được thả ra.

Con gà trống chạy tới bắp ngô của cô gái nào, người đó sẽ kết hôn trong năm tới. Ngoài ra, những người phụ nữ đã kết hôn giấu những vật đặc biệt quanh nhà để cho những cô gái chưa kết hôn đi tìm. Ai tìm ra bánh mì sẽ lấy một người đàn ông giàu có. Ai tìm thấy một chiếc nhẫn sẽ cưới được người chồng đẹp trai.

Một điều thú vị nữa trong lễ Kaliady của người Belarus là trẻ con thường cùng nhau xuống đường, mặc những trang phục cắt, khâu bằng tay và đeo mặt nạ. Chúng đến từng nhà, hát những bài hát của mùa lễ hội, cầu sức khỏe và mùa màng bội thu. Đổi lại, chúng sẽ được cho quà, đồ uống hay tiền.

108 tiếng chuông may mắn

Tuy là quốc gia châu Á, nhưng Nhật Bản lại đón Tết Dương lịch như phương Tây, kéo dài ba ngày (từ 1- 3/1) được gọi là dịp Oshogatsu.

Cứ mỗi dịp Oshogatsu, người Nhật có tập quán trang trí cây thông/tùng/tre trước cửa nhà, cửa công ty, cửa hàng với quan niệm cây thông là nơi đón vị thần Toshigamisama tới nhà và ban sự thịnh vượng, may mắn, trường thọ.

Trước ngày Tết khoảng một tuần, người dân Nhật rộn ràng đi mua sắm các loại thực phẩm

để làm bánh Tết và các món ăn tổng hợp khác.

Trước Tết ba ngày, con cái sẽ về tề tựu quây quần bên cha mẹ và có những món quà Tết tặng đáng sinh thành.

Do đó, dù có hệ thống giao thông tốt, Nhật Bản cũng không tránh khỏi quá tải vào đầu và cuối dịp lễ, cả trên đường cao tốc và nội đô. Chuyện tắc cả đoạn đường dài 35 km là điều hoàn toàn có thể xảy ra, đại diện Công ty đường cao tốc Nippon cho biết.

Ngày cuối năm, mọi thành viên trong gia đình sẽ bên nhau ăn bún kiều mạch mong được sống lâu. Thường thường, người dân Nhật thích cùng cả nhà xem chương trình ca nhạc trên truyền hình. Sau đó, đến đúng 12 giờ đêm, 108 tiếng chuông chùa sẽ được gióng lên và truyền hình đi khắp cả nước.

Người Nhật tin rằng, 108 tiếng chuông chùa sẽ xua đuổi 108 con quỷ sứ. Đêm Giao thừa, người Nhật thường đến chùa cầu may mắn. Ngày đầu tiên của năm mới, các thành viên trong gia đình tụ họp cùng nhau chúc Tết, ăn Tết và trẻ em sẽ được tặng tiền mừng tuổi. Lượng tiền mừng tuổi tùy thuộc vào độ tuổi.

Ngày Tết thứ hai, mọi người sẽ chọn một hướng tốt (ehou) - mỗi năm có một hướng tốt khác nhau và chỉ đi chùa theo hướng đó. Khi viếng chùa, việc đầu tiên là rửa tay và súc miệng. Sau đó người đi lễ sẽ tiến đến, tung vào hòm công đức trước điện thờ mấy đồng tiền, gọi là tiền hương hoa dâng lên Thần Phật. Ngày mùng ba, mọi người mới bắt đầu đến thăm họ hàng, bạn bè.

Đó là một số tập quán vẫn còn giữ được nguyên vẹn qua thời gian. Bên cạnh đó, thời hiện đại, một số phong tục, tập quán khác được người Nhật giảm nhẹ hoặc thiên biến vạn hóa như tập quán tặng thiệp, trẻ em sẽ chơi các trò chơi dân gian...

Nếu như thời xưa người Nhật thường tự chuẩn bị thiệp và viết những lời chúc trang trọng nhất thì nay những bức thư điện tử, hay một cú điện thoại sẽ thay thế cho những tấm thiệp đó. Hơn nữa, người Nhật hiện nay thường chuộng dùng lời chúc “Happy New Year” hơn là sử dụng câu chúc năm mới bằng tiếng Nhật.

Ngày xưa, không khí ba ngày Tết tại Nhật sẽ yên ắng đặc biệt vì toàn bộ các cửa hàng sẽ đóng cửa trong những ngày này. Hiện nay, nhiều cửa hàng trên đường phố mở cửa ngay từ mùng 1 khiến không khí ồn ã, náo nhiệt hơn trước kia.

Đồng xu may mắn trong bánh Vasilopita

Mỗi dịp Tết đến, người Hy Lạp có phong tục nướng và cắt một “pita” (có nghĩa là một ô bánh mì, một chiếc bánh hay một miếng bánh) bánh Vasilopita vào đúng ngày 1/1, theo Antinochian.

Vasilopita được chế biến theo kiểu bánh mì hoặc bánh ngọt phụ thuộc vào khu vực hoặc từng gia đình. Tuy nhiên, dù loại bánh nào, điểm chung của Vasilopita là luôn có một đồng tiền xu bí ẩn bên trong. Khi nhào bột, người ta sẽ gói đồng tiền trong một chiếc lá, nhắm mắt và đặt vào vị trí bất kỳ trong bánh.

Cũng chính vì không biết đồng xu nằm ở đâu nên mỗi lần cắt bánh, người thường thức thường rất sợ cắn phải đồng xu. Anh Michael Chad, một người nước ngoài tới thăm Hy Lạp đúng dịp Tết cho biết: Anh hồn nhiên cắn một miếng rất to khiến cả nhà căng thẳng ra mặt vì sợ anh nuốt phải đồng xu.

Tuy nhiên, hài hước thay, chính một thành viên trong gia đình lại dính phải đồng xu và suýt nuốt xuống họng. Suýt gặp nạn, nhưng người cắn phải đồng xu vẫn vui mừng vì tin rằng năm tới họ sẽ gặp rất nhiều điều tốt đẹp.

Trước đây, đồng xu trong bánh là đồng xu vàng rất có giá trị, bất cứ ai tìm thấy đồng xu này sẽ gặp may mắn trong năm mới. Nay, người ta thường chuẩn bị những món quà nhỏ, tiền hay bất cứ quà tặng nào cho người có được đồng xu may mắn.

Nghi thức này thể hiện sự tôn kính đối với Đức thánh cha Basil the Great, Tổng Giám mục của Caesarea tại Cappodocia. Đó cũng là lý do vì sao tên gọi bánh “Vasilopita” có nghĩa là “Bánh mì của Thánh Basil”.

Người cắt bánh sẽ là người đứng đầu gia đình (thường là đàn ông). Bánh được cắt theo tuần tự, thứ bậc trong gia đình, kể cả khách đến nhà; từ người lớn tuổi tới người trẻ.

Tâm gửi cầu chồng

Ireland, quốc đảo xinh đẹp ở tây bắc châu Âu đón năm mới vào ngày 1/1 hàng năm. Người Ireland tổ chức tiệc sum họp đêm Giao thừa và bày tỏ lòng thành kính với tổ tiên cùng những người thân đã khuất. Trong bữa tiệc năm mới, sẽ có một chỗ trang trọng dành cho người thân đã khuất về dự tiệc và mở rộng các cánh cửa trong nhà.

Trước đó, người dân Ireland dùng bánh mì đập vào tường và cửa ra vào của ngôi nhà. Họ tin rằng điều này sẽ mang lại may mắn và xua đi những rủi ro, xui xẻo trong năm mới.

Đêm Giao thừa, những cô gái độc thân ở Ireland sẽ đi ngủ với một cây tầm gửi đặt ở dưới gối. Theo phong tục, vào thời khắc chuyển giao giữa hai năm, điều này sẽ mang đến tình duyên cho họ trong năm mới và giải thoát họ khỏi những điều kém may mắn.

Ngoài ra, người Ireland chú ý tới nhân vật “xông nhà” đầu năm. Nếu đó là một người đàn ông vạm vỡ, khỏe mạnh, năm mới hứa hẹn sẽ may mắn, thành đạt. Còn nếu xông nhà là một người phụ nữ tóc đỏ hoặc vàng, năm đó sẽ là một năm đau buồn và không may mắn.

Ngoài ra còn có những cái tết kỳ lạ nhất trên thế giới

Tết voi ở Thái Lan: Ngày 10 tháng 12 hàng năm, tại tỉnh Fukhaburi có Tết voi. Ở đây tuyển các chú voi kiện tướng đưa về dự đại hội thể thao voi, thi các môn: cử tạ, nhặt đồ vật.

Tết rắn ở Ấn Độ: Tết rắn vào tháng 8 hàng năm. Người Ấn Độ rất sùng rắn, tín đồ Ấn Độ giáo hôn hít rắn, các chàng trai quấn rắn lên cổ...

Tết lửa ở Biển Đỏ (Sudan): Ngày cuối cùng tháng 4 là ngày Tết của lửa. Dân chúng dán la liệt ảnh lửa, còn những chú lửa thật được trang trí



đẹp đẽ, đi chơi cùng chủ.

Tết bò ở Nepal: Tết Kính Bò được bắt đầu từ ngày 1 đến 8 tháng 5 (theo lịch Nepal). Người ta vẽ hình bò lên mặt đất, đội lên đầu hai cái sừng bện bằng rom. Mọi người đều hóa trang thành bò, nhảy múa.

Tết cừu ở Australia: Ngày 14 tháng 8 là ngày Tết cừu. Tại đây người ta đốt pháo, nói những lời chúc tốt đẹp đến những chú cừu.

Tết lợn ở miền nam nước Pháp: Đây là thị trường lợn lớn nhất châu Âu và mọi người lấy luôn ngày 21 tháng 7 hàng năm là ngày Tết lợn. Những người giỏi bắt chước lợn trên toàn quốc đều đổ về đây biểu diễn các động tác, các thói quen của lợn. Ai nhất sẽ được thưởng một chú lợn quay to.

Tết chó ở Canada: Chủ nhật tuần đầu tháng 2 hàng năm có Tết chó. Những chú chó được tắm rửa sạch sẽ, ăn ngon, đi chơi.

Tết đánh quỷ ở Nhật Bản: Tết này được tổ chức vào các thời kỳ lập xuân. Ở các gia đình, người ta rán qua một miếng đậu to, bày lên nơi trang trọng cúng tế, rồi vừa hô to: “Phúc đến, quỷ đi!”, vừa hô vừa vớt các mảnh của đậu rán ra khắp các góc nhà.

Sau khi làm việc đó, người ta phải ăn một lượng đậu tương đương với số đậu đã tung ra. Làm nghi lễ này, thần dân Nhật Bản tin rằng đã xua đuổi được ma quỷ và đón phúc lộc vào nhà.

Tết gấu, gọt vỏ củ hành: Tại Romania, vào đêm Giao thừa, mỗi người sẽ mặc một bộ quần áo hình nộm con gấu và nhảy múa trước cửa hộ gia đình. Người ta cho rằng, phong tục này sẽ giúp người dân xua đi những điều tà ác để đón năm mới an lành và hạnh phúc.

Ngoài ra, một số người dân địa phương sẽ gọt vỏ củ hành vào ngày 31/12, sau đó ngâm muối, và nhìn vào lớp da của củ hành để xác định thời tiết trong những năm tới.

Tết nho của người Hungary: Mục đích của Tết này là chào mừng mùa màng bội thu. Vào ngày này người ta dùng rất nhiều hoa tươi, đèn màu trang trí khắp các đường đi lối lại. Ở cửa các ngôi nhà, người ta treo tấm biển đề: “Thần rượu”, ý chỉ sự đón tiếp một mùa nho bội thu dâng lên thần.

Tết - những ngày lo sợ nhất trong năm của người Manha Mexico: Người Manha chia một năm ra làm 18 tháng, mỗi tháng có 20 ngày, 5 ngày dư ra được đặt vào cuối năm.

5 ngày đó được gọi là những ngày “rủi ro” đồng thời là những ngày họ luôn lo sợ và cúng tế. Tại sao vậy? Người Manha cho rằng 5 ngày của năm cũ này là thời điểm “giao ban” giữa vị thần bảo hộ của năm cũ và vị thần bảo hộ của năm mới.

Những ngày này, vị thần năm cũ thì lơ là trút bỏ công việc mà đi; còn vị thần năm mới lại mãi vui chơi chưa đến nhận nhiệm vụ, cho nên trong thời gian này họ không có ai bảo hộ; trục trặc và bất hạnh hay xảy ra.

Vì thế họ thường khẩn vái cho vị thần năm cũ chăm chỉ chú tâm vào công việc và vị thần năm mới mau đến sớm làm nhiệm vụ. Nghi lễ rất nhiều, có như vậy họ mới không bị bỏ rơi trong thời gian

Tết này. ■

Lý do Năm Mới bắt đầu vào ngày 1 tháng 1

Cả thế giới đều hân hoan chào đón Năm Mới dương lịch vào ngày 1 tháng 1. Tuy vậy, không nhiều người hiểu rõ tại sao Năm Mới bắt đầu vào ngày này?

Vào thời xa xưa, ngày 25/3 được chọn là ngày đầu Năm Mới ở La Mã. Đây không phải là thời điểm thu hoạch vụ mùa hay đánh dấu sự kiện đặc biệt nào mà chỉ là ngày các nguyên lão trúng cử bắt đầu nhận nhiệm vụ mới trong Viện Nguyên lão (Thượng viện) của đế quốc La Mã.



Lý do ngày 1 tháng 1 trở thành ngày đầu Năm Mới là bắt nguồn từ Vua La Mã Numa Pompilius

Ngày này được đa số nước theo đạo Cơ đốc ở châu Âu chấp nhận trong những năm 1100 - 1400 TCN.

Sau này, vào khoảng năm 753 TCN, Romulus - người sáng lập thành Roma đã tạo ra lịch La Mã dựa trên hệ thống âm lịch do người Hy Lạp sử dụng. Lịch này được gọi là lịch Romulus bao gồm 10 tháng.

Đến vị vua thứ 2 của La Mã là Numa Pompilius (715-673 TCN) đã cải tiến lịch Romulus thành lịch Numa gồm 12 tháng. Một năm bình thường của lịch Numa có 355 ngày và vào năm có tháng nhuận thì có 385 ngày.

Vào thời kỳ Cộng hòa La Mã (khoảng 450 TCN), lịch Numa được sửa đổi thành lịch Cộng hòa La Mã. Tuy đã chính xác hơn so với các lịch trước, nhưng lịch Cộng hòa La Mã vẫn còn rất phức tạp, thường bị tính sai vì nhiều lý do khác nhau.

Dựa trên bộ lịch này, La Mã là quốc gia đầu tiên chọn ngày 1 tháng 1 làm ngày khởi đầu Năm Mới từ năm 153 TCN. Tuy nhiên, điều này ít được tôn trọng do tập quán văn hóa, chính trị ở các vùng khác nhau của La Mã.

Mặt khác, mỗi hoàng đế La Mã lên trị vì thường đặt thêm tên khác cho tháng, ví dụ tháng 9 (September) còn gọi là “Germanicus”, “Antonius” hay “Tacitus”, và tháng 11 (November) còn gọi là “Domitianus”, “Faustinus” hay “Romanus”.

Trước những bất tiện này, đến thời hoàng đế Julius Caesar (100 - 44 TCN), ông đã cho cải tiến một cách căn bản hệ thống lịch cũ, lập bộ lịch mới gọi là lịch Julian Caesar lịch Julius. Lịch mới là phát minh của nhà Thiên văn người Hy Lạp Alexandria, trong đó ông tính hệ thống thời gian cho lịch theo mặt trời. Đây là bộ lịch đặt nền móng cho Dương lịch ngày nay.

Bộ lịch mới của Julius Caesar được áp dụng khá đồng bộ trên toàn đế quốc La Mã, vẫn giữ ngày 1 tháng 1 là ngày đầu năm bởi ông cho rằng đây là ngày hợp lý nhất, vì như vậy sẽ phù hợp với điểm chí hay điểm phân và tiết khí. Các tháng 9, 10, 11, 12 đẩy lên thành 7, 8, 9 và 10.

Để tưởng nhớ tới ông, trong bộ lịch mới này, Viện Nguyên lão đã dùng tháng sinh nhật của ông (tháng 7) đổi tên thành tháng July (xuất xứ từ chữ Julius) từ tên cũ là tháng Quintilis.

Đền đời cháu của Caesar, hoàng đế Augustus cũng được dành ra tháng 8 (August) để nhớ tháng sinh nhật của ông. Công lớn của Augustus là sửa sai cách tính toán của năm nhuận.

Lịch Julian được chấp nhận ở Venice (Ý) năm 1522; Tây Ban Nha, Bồ Đào Nha, Hà Lan, người Cơ đốc giáo ở Nam châu Âu năm 1556; đế quốc Phổ, Đan Mạch, Thụy Điển năm 1559; Pháp năm 1564.

Lịch này không có những sửa đổi quan trọng nào cho đến năm 1582 khi Giáo hoàng Gregory XII nhậm chức. Giáo hoàng tiếp tục xác nhận ngày của Năm Mới là ngày 1 tháng 1 bất chấp mọi chống đối của các hiệp hội tín đồ Cơ đốc giáo lúc đó. Bên cạnh đó, trong sửa đổi của lịch Gregorian, 10 ngày trong tháng 10 bị bỏ đi.

Bằng cách này, Giáo hoàng đã xóa bỏ 11 ngày nhuận dự trữ cho năm 1700 để các năm 1700, 1800 và 1900 không phải là năm nhuận mà đến năm 2000 chuyển giao thiên niên kỷ mới nhuận.

Trải qua nhiều cải cách về sau, nhân loại đã có một Dương lịch hoàn chỉnh như ngày nay và ngày 1 tháng 1 được cả thế giới công nhận là ngày bắt đầu Năm Mới.

Những quốc gia Công giáo công nhận lịch mới này sớm nhất, sau đó đến các nước theo đạo Tin lành, nước Đức năm 1700, Anh, Mỹ, Canada năm 1752 và Thụy Điển năm 1753.

Những nước phương Đông ảnh hưởng của nhiều tôn giáo như Hindus, đạo Lão, Phật giáo, Hồi giáo cũng lần lượt dùng lịch giống Cơ đốc giáo. Nhật Bản chấp nhận ngày Năm Mới Dương lịch vào năm 1873 và Trung Quốc năm 1912.

Những giáo hội dòng chính thống giáo phương Đông đón nhận ngày Tết Dương lịch muộn hơn, khoảng thập kỷ 1920. Nước Nga chấp nhận ngày này trong hai lần, lần đầu tiên năm 1918 và lần thứ hai năm 1924.

Tại Việt Nam, Tết Dương lịch được áp dụng từ thời Pháp thuộc, khi lịch Tây bắt đầu được sử dụng. Ngày nay, Tết Dương lịch đã được Việt hóa và trở thành một ngày lễ truyền thống của toàn dân. ■

ĐA KIẾN THỨC PHỔ THÔNG

Bí ẩn những dòng suối có khả năng "cải tử hoàn sinh"

Mặc dù được kiểm nghiệm không chứa các dược liệu quý hiếm nhưng các dòng suối thánh vẫn chữa lành bệnh tật một cách kỳ diệu.



Bia giới thiệu lịch sử hình thành tại lối vào God's Acre Healing Springs

God's Acre Healing Springs – Mỹ

God's Acre Healing Springs là dòng suối tự nhiên có niên đại hơn một triệu năm, nằm phía sau nhà thờ lâu đời Baptist, thị trấn Blackville, bang South Carolina, Mỹ.

Hàng năm, ước tính có hàng nghìn người trên khắp thế giới không quản ngại đường xa mang đủ các loại vật dụng đến Healing Springs lấy nước vì họ tin vào khả năng của dòng suối thánh có thể chữa lành bách bệnh.

Healing Springs bắt nguồn từ những ngọn núi cao cách hàng trăm dặm về phía Bắc, chảy ngầm xuyên qua các khối đá do đó hoàn toàn không bị ảnh hưởng bởi sự ô nhiễm.

Sau khi đến định cư ở đây, người Mỹ bản địa đã đổi Healing Springs lấy ngô với một lái buôn Châu Âu. Trải qua nhiều lần mua đi bán lại, năm 1944, người chủ cuối cùng của dòng suối thánh đã quyết định trả nó về cho Chúa để mọi người dân có thể tự do đến lấy nước, tận hưởng phước lành ngài ban tặng.

Theo trang Daily Mail (Anh), câu chuyện về khả năng cải tử hoàn sinh của Healing Springs bắt đầu khi cuộc cách mạng giành độc lập chống lại đế quốc Anh diễn ra ở Mỹ (1775-1783).

Năm 1781, sau trận chiến đẫm máu tại Windy Hill Creek (phía Bắc Blackville), bốn binh lính Anh bị viên chỉ huy bỏ lại trong tình trạng thương nặng, nằm thoi thóp chờ chết. Rất may sau đó họ được một người dân bản địa tốt bụng phát hiện và kéo đến suối Healing Springs.

Sau khi được cho uống và tắm nước suối, những người lính Anh không thoát chết mà còn dần khỏe mạnh, tìm lại được về khu trại lính khiến đồng đội và viên chỉ huy vô cùng kinh ngạc.

Câu chuyện hồi phục kỳ diệu của những

binh lính được truyền tai nhau đi khắp nơi. Và kể từ đó đến nay trải qua hàng thế kỷ, bất chấp những tiến bộ vượt bậc của y học người dân vẫn đổ xô đến Healing Springs để lấy nước và mong đợi sự kỳ diệu từ dòng nước của Chúa Trời tạo ra.

Năm 2012, bà Annabelle Galik, 51 tuổi, sống tại Goose Creek được chẩn đoán mắc ung thư phổi chỉ sống được thêm bốn tháng. Thay vì nằm chờ đến ngày cuối đời, bà đã tìm đến Blackville để lấy nước uống hàng ngày và áp dụng biện pháp chữa trị truyền thống.

Đã ba năm trôi qua kể từ ngày bà được bác sĩ thông báo bà đang cận kề cái chết, Galik vẫn duy trì được sức khỏe và rất biết ơn nguồn nước suối: "Tôi thường tắm ở đây nếu có cơ hội. Dòng suối thuộc về Chúa và nếu Ngài vẫn lưu giữ nó ở đây, chắc chắn nó sẽ mang lại những lợi ích tốt đẹp" – bà Galik bày tỏ.

"Bố tôi thường uống nước ở đây và ông đã sống đến 90 tuổi" – anh Walter Tobin sống cách Blackville 80 km, thường ghé qua suối lấy nước về dùng trên đường đến thăm em gái cho hay.

Trên thực tế, Sở Y tế và Quản lý môi trường địa phương đã tiến hành thử nghiệm mẫu nước tại Healing Springs. Và thật bất ngờ, nước tại dòng suối không những không hề nhiễm các loại khuẩn thường thấy mà còn được đánh giá sạch sẽ và tinh khiết.

Dòng suối thánh tại Lourdes – Pháp

Nổi tiếng nhờ khả năng chữa bệnh kỳ diệu, hàng năm dòng suối thánh tại Lourdes thu hút 8 triệu lượt khách trên khắp thế giới ghé thăm.

Bắt nguồn từ hang đá nhỏ tên là Massabielle, gần nhà thờ Lourdes thuộc thị trấn Lourdes, tỉnh Hautes-Pyrénées, miền Tây nước Pháp, dòng suối gắn liền với câu chuyện huyền bí về thánh nữ bắt từ Bernadette Soubirous.

Tương truyền, vào ngày 11-2-1858, năm Bernadette 14 tuổi, khi đang dạo chơi trên đồi Pyrénées, Đức Mẹ Maria bất ngờ hiện ra trước mặt em. Bà chỉ dẫn Bernadette đào một khoảng đất và sẽ có một dòng suối chảy ra, hãy uống nước từ dòng suối đó vì nó có thể chữa được mọi bệnh tật.

Bernadette không hề cảm thấy sợ hãi trái lại vô cùng tò mò. Em làm theo lời bà chỉ dẫn thì quả nhiên thấy một dòng nước phun ra từ trong lòng đất. Khi Bernadette quay lại chỗ cũ thì Đức Mẹ đã biến mất.

Cũng trong năm này, Bernadette là người duy nhất được chứng kiến dung nhan Đức Mẹ Maria hiện lên 18 lần. Sau đó, Bernadette trở thành tu nữ và qua đời ở tuổi 35. Tuy nhiên sau khi được chôn cất 30 năm dưới lòng đất, thi thể của Bernadette không có dấu hiệu thối rữa mà còn nguyên vẹn, hồng hào như người sống đang say giấc nồng.

Đã 157 năm trôi qua, từ khoảng đất được đào lên, dòng suối vẫn chảy nước mãi không ngừng. Theo tư liệu tại cơ quan y tế của thị trấn Lourdes ghi nhận, khoảng hơn 7000 trường hợp đã được chữa khỏi bệnh một cách kỳ diệu nhờ nước

suối.

Người đầu tiên bà Catharine Latapie, 38 tuổi, sống tại Lourdes có cánh tay phải bị liệt từ lâu do cây đổ vào người. Sau khi nghe được câu chuyện của Bernadette Soubirous, sáng sớm ngày 1-3-1858, Catharine đã đến hang đá nơi có dòng suối và ngâm cánh tay trong hồ nhỏ đã được tạo để trữ nước.

Khi trở về nhà ngay lập tức cánh tay của Catharine có cảm giác và các ngón tay có thể cử động được. Bà sinh đứa con thứ ba ngay trong ngày hôm đó và sau này đứa bé cũng trở thành một vị linh mục.

Và gần đây là bà Danila Castelli, sinh năm 1946, người Mỹ mắc chứng huyết áp cao bất thường ở tuổi 34 không rõ nguyên nhân. Sau khi trải qua hàng loạt phẫu thuật từ cắt bỏ tử cung để loại bỏ khối u xơ đến cắt bỏ tuyến tụy, rồi u bàng quang nhưng tình hình vẫn không được cải thiện.

Danila Castelli quyết định tìm đến Lourdes với hy vọng cuối cùng. Ngay lần đầu tiên tắm bằng nước suối, Danila đã có cảm giác nhẹ nhõm lạ thường. Sau đó không lâu, Danila đã gửi thông báo cho cơ quan y tế Lourdes là bà đã khỏi hẳn bệnh và trở lại cuộc sống bình thường.

Trải qua bao thế kỷ cùng với sự phát triển không ngừng của khoa học, nhưng năng lực siêu nhiên của God's Acre Healing Springs và dòng suối thánh tại Lourdes vẫn còn là một bí ẩn chưa có lời giải đáp. ■

Aokigahara: Khu rừng bí ẩn ở Nhật Bản

Nằm ở chân núi phía tây bắc của núi Phú Sĩ, Aokigahara là một khu rừng rậm, nổi tiếng với một số lượng lớn các vụ tự tử ở đó, mặc dù có nhiều điều bí ẩn nhưng đây vẫn là một trong những địa điểm du lịch được nhiều người tới thăm nhất tại Nhật Bản.

Một số người cho rằng khu rừng Aokigahara là nơi bị ma ám, nơi đây chứa đầy những loài ma quỷ trong thần thoại Nhật Bản. Nhiều người khác cho rằng khu rừng này cũng là nơi diễn ra các hoạt động huyền bí vì số lượng người chết ở đó rất đông, do đó Aokigahara còn được gọi là "Khu rừng tự sát".

Aokigahara cũng có một tên gọi khác là Jukai (nghĩa là biển cây), là một khu rừng ở sườn phía tây bắc núi Phú Sĩ trên đảo Honshu của Nhật Bản. Khu rừng này phát triển trên nền nham thạch đã cứng rộng 30 km vuông có nguồn gốc từ vụ phun trào lớn cuối cùng của núi Phú Sĩ vào năm 864 Sau Công Nguyên.

Rìa phía tây của Aokigahara, nơi có một số hang động đầy băng tuyết vào mùa đông, là một địa điểm nổi tiếng cho tham quan và du lịch. Một phần của Aokigahara thì rất dày đặc cây cối, và lớp nham thạch xốp trong khu rừng có khả năng hấp thụ âm thanh, giúp mang lại cho khách du lịch cảm giác vô cùng cô độc.



Khu rừng Aokigahara là một địa điểm nổi tiếng về các vụ tự tử ở Nhật Bản và là một địa điểm hấp dẫn đối với những du khách quan ưa thích những bộ phim kinh dị. Rừng Aokigahara nằm tại phía Tây Bắc của núi Phú Sĩ và thuộc địa phận của tỉnh Yamanashi. Nếu những ai chọn trạm 5 để chinh phục núi Phú Sĩ sẽ có cơ hội đi qua khu rừng nổi tiếng này của Nhật Bản.



Cho đến năm 1988, có khoảng 30 người được cho là đã tự tử trong khu rừng này mỗi năm. Tổng cộng có 78 thi thể được tìm thấy vào năm 2002, 105 vào năm 2003 và tính đến năm 2010, ước tính có khoảng 200 người trở lên đã tự sát tại đây, trong đó có 54 người thành công.

Vào tháng 3 hàng năm, thời điểm kết thúc năm tài chính ở Nhật Bản, tỷ lệ tự tử tại quốc gia này cũng ở mức cao nhất. Các phương pháp phổ biến nhất để thực hiện hành vi này là treo cổ hoặc dùng thuốc quá liều.

Nhật Bản có tỷ lệ tự tử hàng năm rất cao, với trung bình 70 người tự tử (nhưng chủ yếu đều tự tử không thành công) mỗi ngày trong năm 2014. Đại đa số, khoảng 71%, nạn nhân là nam giới và đây là nguyên nhân tử vong hàng đầu ở nam giới từ 20 đến 44 tuổi tại quốc gia này.

Nhật Bản có lịch sử về các vụ tự tử theo nghi thức vì nhiều lý do và tập tục này rất phổ biến trong quân đội thời phong kiến.

Ví dụ điển hình nhất chính là các samurai tự sát để tránh bị bắt hoặc vì thất bại, trong Thế chiến thứ hai những người lính cũng tự sát để mang lại danh dự hoặc để tránh sự xấu hổ cho gia đình khi họ thất bại trên chiến trường. Các samurai sẽ rạch bụng bằng một thanh kiếm và tin rằng điều đó giải phóng tinh thần của họ và ngăn họ khỏi cái chết nhục nhã dưới tay kẻ thù.

Đây là một khu rừng rậm rạp được tạo bởi nham thạch của núi lửa vào năm 864 Sau Công Nguyên. Khu rừng có chứa hàm lượng sắt cực kỳ cao và ẩm thấp, khiến nơi này cực kỳ lạnh và mang đến cảm giác rùng rợn.

Nếu đi sâu khoảng 2 km bạn sẽ hoàn toàn không cảm nhận được sự sống bên ngoài. Đồng thời những thiết bị định vị GPS và la bàn cũng gần như không hoạt động.

Kể từ những năm 1990, Nhật Bản chứng kiến sự gia tăng số vụ tự tử vì thất nghiệp do suy

thoái kinh tế, trầm cảm hoặc áp lực xã hội. Năm 1998, sau khi số vụ tự tử tăng 34,7% so với năm trước, chính phủ Nhật Bản đã tăng quỹ để điều trị nguyên nhân và giúp đỡ những người cố gắng tự tử hồi phục sau khi tự tử thất bại.

Tại lối vào của con đường mòn chính dẫn vào rừng Aokigahara, có một tấm biển kêu gọi những người có ý định tự tử hãy nghĩ đến gia đình của họ và tìm kiếm sự giúp đỡ từ hiệp hội phòng chống tự tử.

Những chữ trên tấm bảng này là: “Hãy nghĩ lại một lần nữa về cuộc sống mà bạn được ban cho, cha mẹ, anh chị em và con cái của bạn. Đừng chịu đựng một mình, hãy liên hệ với ai đó. (Và số điện thoại đường dây nóng trợ giúp)”.

Aokigahara là một khu rừng rất rậm rạp với một số lượng lớn các hang động, nơi đây cũng rất phổ biến đối với khách du lịch. Khu rừng này rậm rạp đến nỗi nó có thể ngăn chặn tất cả các âm thanh khác ngoại trừ âm thanh tự nhiên của khu rừng. Để tránh bị lạc, hầu hết những người đi bộ đường dài và khách du lịch đều sử dụng băng để đánh dấu đường đi của họ để họ có thể quay lại nếu bị lạc.

Khu rừng rậm rạp với những tán cây cổ thụ cực to và những bộ rễ mọc lờm chờm không đồng đều. Những cây xanh cao đến nỗi che khuất ánh sáng Mặt Trời, khiến cho nơi này càng thêm lạnh và tối mù mịt hơn mặc dù đi vào ban ngày. Chính vì thế, Aokigahara còn được gọi với cái tên là Jukai có nghĩa là “biển cây”.

Theo truyền thuyết của Nhật Bản, khu rừng này là nơi cư ngụ của yūrei: các hồn ma của những kẻ đã khuất trong thân thoại Nhật Bản.

Trong những năm gần đây, Aokigahara đã trở nên nổi tiếng với quốc tế vì được biết đến là "Khu rừng tự sát", một trong những địa điểm tự sát phổ biến nhất trên thế giới.

Aokigahara cũng được nhắc đến trên một số phương tiện truyền thông, bao gồm anime và manga, phim ảnh, văn học, âm nhạc và trò chơi điện tử. ■

Hàng trăm vòng nhang “không bao giờ tắt” trong ngôi chùa cổ miền Tây

Chùa Ông 127 năm tuổi, nằm đối diện bên Ninh Kiều, quận Ninh Kiều (TP Cần Thơ) là điểm văn hóa tâm linh lâu đời của người dân. Chùa luôn nghi ngút khói nhang cả ngày lẫn đêm.

Chùa Ông còn có tên gọi khác là "Quảng Triệu Hội Quán", được cộng đồng người Hoa xây dựng năm 1894, đến năm 1896 hoàn thành. Chùa có diện tích 532 m2, bố cục kiến trúc hình chữ Quốc, mái lợp ngói âm dương.

Bên trong chùa Ông có hàng trăm vòng nhang được cộng đồng người Hoa, Phật tử, người dân mang đến cúng chùa, cầu phước lành. Chùa thờ Quan Thánh Đế Quân (tức Quan Công). Ngoài

ra trong chùa còn có bàn thờ cả 2 vị Thiên Hậu Thánh Mẫu và Phật Bà Quan Thế Âm.

Sau khi tiếp nhận nhang cúng, các thành viên phụ trách việc trông coi chùa sẽ hỗ trợ người dân treo nhang vòng lên các khu vực trang trọng trong khuôn viên chùa.

Theo quan niệm, hoạt động cúng vái với vật phẩm là vòng nhang, phía trong vòng có ghi tên gia chủ bằng tiếng Hoa để cầu may mắn, phước lành.

Các vòng nhang lớn có thời gian đốt kéo dài trong 72 giờ, được những thành viên trông coi chùa Ông luân phiên thay đổi liên tục cả ngày lẫn đêm để duy trì ngôi chùa lúc nào cũng nghi ngút nhang khói. Theo người dân, cũng vì thế mà họ nhận thấy những vòng nhang trong chùa Ông dường như "không bao giờ tắt".

Gần gian thờ chính của chùa có một giếng trời khá rộng để thoát khói nhang. Theo người dân, những vòng nhang được thắp cả ngày lẫn đêm nhưng nhờ có không gian thoát khói, mọi người không cảm thấy ngột ngạt, cũng ít cảm thấy phiền phức vì cay mắt.

Hình tượng rồng, các bao lam, hoành phi, liễn đối, bức phù điêu... trong chùa được chạm nổi tinh xảo. Nội dung của những bức phù điêu được lấy từ các câu chuyện huyền thoại, lịch sử của người Hoa thời xưa.

Chùa là điểm đến khẩn vái, cầu phước của đông đảo người dân, du khách khi đến TP Cần Thơ. Trong những dịp lễ, Tết, hoặc ngày vía Quan Thánh Đế, vía Thiên Hậu Thánh Mẫu, chùa thường rất đông đúc.



Theo Bảo tàng TP Cần Thơ, đây là một trong số ít ngôi chùa được giữ nguyên bản từ lúc xây dựng cho đến nay, dù đã 127 năm tuổi.

Chùa được xây dựng theo lối kiến trúc đền miếu thường thấy của người Hoa. Từ ngoài nhìn vào sẽ thấy nhiều tạo hình kiến trúc với màu rực rỡ. Nhiều hạng mục được khắc hình rồng phượng, ông Nhật, bà Nguyệt...

Từ lâu, chùa Ông là biểu tượng văn hóa tín ngưỡng của cộng đồng người Hoa ở TP Cần Thơ nói riêng, người dân địa phương nói chung. Chùa được xếp hạng Di tích Lịch sử - Văn hóa cấp quốc gia năm 1993. ■

New **Tuyển Nhân Viên**
BELLAIRE

Shabu Shabu Upscale Restaurant
Now hiring all positions!
Including: - Hand Noodle Pullers
- Wok Chef

Address: 9110 Bellaire Blvd #B, Houston, TX 77036
Please call: **540-671-9730**

New **Tuyển Nhân Viên**
HOUSTON - 77045

Hãng bán sớ thực phẩm Four Seasons Food ở 2010 Holmes Road, Houston 77045 tuyển nhân viên cho kho hàng.

Vui lòng đến ứng tuyển trực tiếp tại địa chỉ trên từ Thứ Hai đến Thứ Sáu, 9:00AM - 4:00PM
Hoặc gọi David 832-274-6045 (xin nói tiếng Anh)

Nov 2023 **Tuyển Nhân Viên**
NEW! NEW! NEW!

Cần tuyển nhân viên làm hãng thực phẩm dây chuyền sản xuất và cần người lái xe giao hàng.

Xin liên lạc anh Kiên: **281-908-6800**

New **Tuyển Nhân Viên**
NEW! NEW! NEW!

Lucky Dragon help wanted, looking for dealer, fulltime no experience willing to train, pay hourly, plus tip. Must speak basic English.
Lucky Dragon tuyển nhân viên chia bài toàn thời gian, sẵn sàng đào tạo cho người chưa có kinh nghiệm. Lương trả theo giờ + tip. Phải biết tiếng Anh cơ bản.

Please call: **626-731-5238**

Elite ALTERATIONS **Cần Thợ May**
KEMAH, SPRING - COLLEGE STATION

Tiệm sửa quần áo Elite Alterations, trong vùng Kemah, Spring - College Station cần tuyển một số nhân viên có kinh nghiệm về lĩnh vực sửa quần áo cho Đàn Ông, Đà Bà, Áo Cưới, Áo Dạ Hội và Áo Vest.

Xin liên lạc Cô Tú Trinh: **832-704-4440**
Hoặc Anh Minh Hạnh: **281-489-6800**

NEW **Trại Gà Cần Người**
CÁCH HOUSTON 1H45'

Trại gà cần tuyển người lấy trứng gà, cách Houston 1h45' lái xe. Bao ăn ở. Lương \$1,600/tháng (tùy theo kinh nghiệm)

Xin liên lạc: **281-348-6392**
714-746-2097 * 714-478-8994

NEW 7/2023 **Cần Thợ Nails**
CÁCH BELLAIRE 1H LÁI XE

Cần thợ chân tay nước, lớn tuổi cũng được. Tiệm Mỹ Trắng, Tip cao, tiệm mở cửa 5 ngày, đóng cửa Chủ Nhật và Thứ Hai. Mở cửa từ 10h sáng đến 6h chiều. Tiệm cách Bellaire 1 tiếng lái xe. Chủ chủ đi mỗi ngày. Chỗ làm vui vẻ, thoải mái.

Xin liên lạc Lynn: **832-964-7313**

NEW **Cần Thợ Massage**
KHU GALLERIA

Cần thợ Massage làm Part time hoặc Full time, good tip, khu Galleria.

Text message hoặc nhắn tin: **713-266-2855**

New **Tuyển Nhân Viên**
8236 KIRBY DRIVE

Cần người:
#1. Bếp cần 2 người có kinh nghiệm
#2. Phục vụ cần 2 người có kinh nghiệm
Tiệm ở khu Nails, tip hậu.

Xin liên lạc Hùng: **850-501-2182**

Dec 2023 **Cần Thợ Nails**
N.45 & 610

Tiệm trong khu shopping center rất lớn (N.45 & I-610). Khu mix, rất đông khách walk-ins. Cần nhiều thợ bột, tay chân nước. Lương \$1,000 - \$1,500/tuần & up + tips. Bao lương \$1,200.

Xin liên lạc: **713-972-2254**

NEW **Nhà Cho Mướn**
KHU SOUTHWEST

Nhà 4 phòng ngủ, 2,5 tầng, rộng 2,500 sqft. Master Bedroom dưới lầu, có tủ lạnh và sofa. Khu yên tĩnh, Eldridge & Bellaire. Cách Hong Kong 4 (5 phút). Rent \$1,900 + deposit.

Phone or Text message: **832-387-2247**

NEW **Cần Người Giúp Việc**
NEW! NEW! NEW!

Mình cần người làm full time đưa mẹ đi vệ sinh, nấu ăn, tắm rửa cho mẹ. Tôi có một người khác để giúp bạn chăm sóc mẹ tôi. Tôi tên là John. Tôi sống ở khu vực Katy.

Số điện thoại của tôi: **832-280-4173**
Email: uyeninvestments@gmail.com

NEW **Tuyển Nhân Viên**
CHỢ MỸ HOA

Tuyển Dụng / Hiring

- Thu Ngân / Cashier
- Bán và Cắt Thịt Cho Quầy Heo Quay / BBQ Cutter
- Người Cắt Thịt / Meat Cutter
- Người Chốt Hàng / Stocker
- Người Bảo Trì / Maintenance or Handyman
- Nhập Dữ Liệu / Data Entry

Bán thời gian hoặc toàn thời gian / Part time or full time.
Ưu tiên cho người biết tiếng Việt và tiếng Anh / Priority is given to Vietnamese and English bilingual

Áp dụng / Apply by:
Gọi / Call 832-308-0166
www.myhoafoodmarket.com/myhoa-career.php
Đến gặp trực tiếp chúng tôi tại siêu thị / come in person

NEW **SHARE PHÒNG**
HWY6 & BELLAIRE

Cho share Master bedroom, làm mới toàn bộ \$700/tháng. Bao điện, nước, wifi. Có giường, Tivi, tủ lạnh (đặc biệt có lối đi riêng biệt). Hwy6 & Bellaire, zipcode 77083.

Text hoặc Call: **832-794-8083**

Lời Nguyện

 Kính lạy Cha,
Lạy Cha chúng con ở trên trời, chúng con nguyện danh Cha cả sáng, nước Cha trị đến ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời.
Xin Cha cho chúng con hôm nay lương thực hằng ngày, và tha nợ chúng con, như chúng con cũng tha kẻ có nợ chúng con. Xin chớ để chúng con sa chước cám dỗ, nhưng cứu chúng con khỏi mọi sự dữ. Amen.

In God We Trust
TM

Thương mại **CUỐI TUẦN**

Issue # 2078 * Saturday, December 23, 2023

VIET HOA INTERNATIONAL FOODS

WEEKLY

SPECIALS

Year 2023 Starts Saving
Use Your V.I.P. Card to Earn



\$1 = 100 Points.

VIETHOA.COM 832.448.8828 @VIETHOAHOUSTON
8300 W. SAM HOUSTON PKWY SOUTH HOUSTON TX 77072

Có Hiệu Lực: 22 23 24 25 26 27 28

Số Lượng Quà Tặng & Sản Phẩm Khuyến Mãi Có Giới Hạn, Chương Trình Có Thể Kết Thúc Sớm Hơn Dự Kiến.

ĐỔI ĐIỂM NHẬN QUÀ

FREE Unsalted Peanuts Đậu Phộng Rang	with 29999 pts	FREE Pickled Mango Xoài Ngâm	with 23999 pts
FREE Mixed Flavour Cookies Bánh Men	with 23999 pts	FREE Sate Trieu-Chau Sate An Pho & Bo Viên	with 17999 pts

GROCERY

Bird's Nest Beverage Nước Yến Sào	2 for \$5.00 SALE	Ginseng Root Powder Bột Nhân Sâm	\$9.99 (Ea.) SALE	Pork Flavor Noodle Mì Heo	\$9.99 (Ea.) SALE
Herbal Beverage Nước Mát	\$13.99 (Ea.) SALE	Chicken Bouillon Powder Bột Nêm Gà	\$8.99 (Ea.) SALE	Thai Tea Mix Trà Thái	2 for \$6.00 SALE

VEGETABLE

Sherlihon Cải Bẹ Xanh	\$1.59 Lb. SALE	Broccoli Bông Cải Xanh	89¢ Lb. SALE	Long Bok Choy Cải Trắng	\$1.19 Lb. SALE
Chinese Celery Cần Tàu	\$1.99 Lb. SALE	Envy Apple Táo Envy	\$2.19 Lb. SALE	Papaya Đu Đủ Vàng	\$1.19 Lb. SALE

ĐỔI ĐIỂM NHẬN QUÀ

FREE Lady Fingers Biscuits Bánh Quy (Bánh Sampa)	with 25999 pts	FREE Cappuccino Cà Phê Cappuccino	with 25999 pts
FREE Preserved Mango with Chili Xoài Ngâm Ớt	with 13999 pts	FREE X.O Fish Paste Mắm Cá X.O	with 53999 pts

MEAT

Beef Chuck Tender Bò Xào Mềm	\$7.49 Lb. SALE	Beef Drop Flank Nạm Vê Giòn	\$5.49 Lb. SALE	Pork Shoulder Thịt Dùi Trước	\$3.29 Lb. SALE
Pork Chop Thịt Cốt Lết	\$2.69 Lb. SALE	Australia Goat Meat Thịt Dê Úc	\$8.99 Lb. SALE	Chicken Drumstick Dùi Gà Nhỏ	\$1.49 Lb. SALE

SEAFOOD

White Headless Shrimp (16oz) Tôm Trắng Không Đầu	\$5.99 Lb. SALE	Dace Fish Paste Chả Cá Đúc	\$5.99 Ea. SALE	King Fish (Whole) Cá Thu	\$6.49 Lb. SALE
Corvina Steak Cá Đù	\$10.99 Ea. SALE	American Red Snapper (Small) Cá Hường Nhỏ	\$6.49 Lb. SALE	Apple Snail Ốc Bươu	2 for \$5.00 SALE

HOT POT City BUFFET

TEL: 832.328.3888
8300 W. SAM HOUSTON PKWY,
HOUSTON TX 77072

All You Can Eat

Soft Opening

10% off

Free Fountain Drinks!

Áp Dụng Đến: 12/31/2023

Hâm Nóng
Mùa Đông Giá Lạnh
Cùng Gia Đình & Bạn Bè
tại
**HOT POT CITY
BUFFET**

Cần Người

Help Wanted

298-2087/1655

CẦN NGƯỜI GIÚP VIỆC

Cần phụ nữ chăm sóc cụ Bà 95 tuổi, ở lại đêm, bao ăn ở, Khu Northwest - Loop 610 và xa lộ 290. Lương thưởng lượng tùy theo kinh nghiệm.

Xin liên lạc:

713-443-1280

294-2085/1653

CẦN NGƯỜI

Cần một cô tận tâm (nói tiếng Việt và tiếng Anh) để chăm sóc cụ bà ở khu Sugarland. Khoảng 6 tiếng mỗi ngày, 5 đến 7 ngày mỗi tuần.

Xin liên lạc:

512-999-0634

274-2082/1641

CẦN NGƯỜI

Ước vọng có đứa con. Cầu nguyện Ông Trên cho gặp quý nhân giúp là một Single mom để làm việc này. Sẽ đền ơn xứng đáng, xin hậu tạ.

Xin vui lòng liên lạc Trương:

P.O BOX 764761

Dallas, TX 75376

289-2085/1653

CẦN THỢ TÓC

Cần thợ tóc Nữ hay Nam, biết làm Bald Fade và Tape Fade. Bao lương tùy theo khả năng và part time. Đồng khách, tip cao, thoải mái, đường Antoine.

Xin liên lạc Oanh:

713-382-1071

270-2081/1649

CẦN THỢ SỬA QUẦN ÁO

Tiệm sửa quần áo cần thợ biết sửa đồ, có kinh nghiệm. Biết chút tiếng Anh, lương cao. Khu Galleria, 610 và Richmond.

Xin liên lạc cô Kim:

281-236-8880

163-2080/1648

CẦN MUA

Cần tìm mua 1 chiếc xe cũ, hoặc P/U Truck, chạy hoặc không chạy:

Xin Gọi:

832-661-0342

Cho Thuê Phòng

Room For Share

264-2080/1648

CHO SHARE PHÒNG

Nhà còn một phòng rộng, sạch sẽ, cho share. Khu yên tĩnh, gần chợ Mỹ, Việt Nam, ... gần trường học, thuận tiện đi lại, nhưng rất an ninh..

Ai cần xin gọi Quang:

281-935-9661

238-2091/1659

CHO SHARE PHÒNG

Dư hai phòng đẹp, rộng rãi, sạch sẽ. Khu sang, yên tĩnh, đầy đủ tiện nghi. Đường Neff & Redding (Khu Bellaire). \$400/1 phòng, 2 phòng \$700.

Xin liên lạc Thi Yến:

714-707-8296

714-707-8438

273-2082/1650

CHO SHARE PHÒNG

Master bedroom(có phòng tắm riêng) dưới lầu, ưu tiên cho nam nữ du học sinh hoặc Nữ độc thân \$550/1 tháng, bao điện nước và internet. Đi bộ ra chợ Thanh Bình 5 phút.

Xin liên lạc Kim:

281-940-9524

226-2074/1642

CHO SHARE PHÒNG

Nhà dư phòng cho thuê ở Gessner & W.Airport, gần BWY Sam Houston. Bao điện nước, giặt sấy, có internet. Nhà rộng, sạch sẽ, không nấu ăn. \$400 một tháng.

Xin liên lạc:

713-367-5069

286-2085/1653

CHO SHARE PHÒNG

Nhà khu Northwest gần chợ Hong Kong 3, Tân Định có phòng cho share. Bao điện, nước, giặt sấy, internet. Khu yên tĩnh.

Xin liên lạc Trang:

763-777-0778

281-745-4324

291-2085/1963

CHO SHARE PHÒNG

Nhà khu yên tĩnh, sạch sẽ, còn dư phòng cho share. Đầy đủ tiện nghi, ưu tiên độc thân. Khu Beechnut và 59.

Xin liên lạc Kim:

281-236-8880

220-2074/1642

CHO SHARE PHÒNG

Nhà mới, có phòng Master Bedroom cho share giá \$600/tháng. Rất tốt cho học sinh, gần trường, chợ Hong Kong, Mỹ Hoa, HEB. Bao điện, internet, giặt, sấy. Không ở chung với chủ, góc Bellaire - Eldridge.

Xin liên lạc Mạnh:

972-854-8191

279-2083/1651

CHO THUÊ PHÒNG

Nhà góc đường Hw6 & Beechnut có phòng cho thuê. Bao điện, nước, giặt, wifi. Khu vực an ninh, phòng master \$500/1 người - \$700/2 người.

Xin liên lạc chị Kim:

832-566-3731

264-2080/1648

CHO SHARE PHÒNG

Khu Northwest cần cho share một phòng \$350. Một nhà nhỏ, mới, size 14x18, tiện nghi, giá \$550. Có chỗ đậu xe phía sau, yên tĩnh, an toàn.

Ai cần xin gọi Mr. Ba Dương:

832-298-4523 * 832-298-4534

261-2080/1648

CHO SHARE PHÒNG

Nhà dư 1 phòng (có Restroom bên trong). Chủ bao điện, nước, giặt, sấy và Internet. Khu tốt, gần chợ Mỹ Hoa.

Xin liên lạc:

832-289-7619 * 832-247-6959

261-2080/1648

CHO SHARE PHÒNG

Khu Sugarland 77498. \$450, clean quiet neighbor hood and friendly. Sorry, Nam only.

Please leave message:

713-330-6021

Thank You - Christy

288-2085/1653

CHO SHARE PHÒNG

Nhà dư phòng cho thuê, nằm ở Gessner & W. Airport, gần Bwy Same Houston, có Internet, bao điện, nước, giặt sấy, nhà rộng, sạch sẽ, \$400/tháng.

Xin liên lạc:

713-367-5069

Vui Cười

Đổi ngôi

Hai cô gái rủ nhau cùng đi ăn trưa ở một quán ven hồ. Một cô quan tâm hỏi bạn:

– Thần tượng của cậu ra sao rồi, sao dạo này bóng trên sàn diễn thế?

– À, lúc trước anh ấy là thần tượng của tớ, giờ tớ lại là thần tượng của anh ấy!

– Sao, đổi ngôi bằng cách nào?

– Bằng nghệ thuật, anh ấy say mê tâm t.h.â.n bốc lửa của tớ, hát suốt ngày để giữ chân tớ ở nhà, nhưng tớ cứ đi làm. Anh ấy mất tất cả thời gian theo tớ, còn thì giờ đâu lên sàn diễn nữa. Thế thần tượng của cậu? Hẳn đã bóng thì phải ra sân bãi chứ?

– Ngược lại, danh thủ số một bóng đá gọi tớ là “quả bóng của đời anh” mà anh không điều khiển nổi. Bây giờ để giữ chân tớ ở nhà và suốt ngày ngắm nhìn tớ, thần tượng quần quanh rửa bát, nấu cơm, dọn dẹp và chờ sắp tới giờ tan sở, lấy xe máy đi đón tớ.

Hai cô cùng gật gù:

– Lạ thật! Bọn đàn ông lạ thật! Lúc đầu mình chỉ muốn là kẻ theo hầu thần tượng, tưởng không với được. Thế quái nào mà chúng mình lại trở thành thần tượng của họ.

Tin tưởng bác sĩ

Người đàn ông chở vợ đi về quê chẳng may bị tai nạn. Anh ta ngã bất tỉnh nhân sự. Vào một bệnh viện cấp cứu, bác sĩ khám xong, bảo:

– Chết một lúc rồi!

Người đàn ông nghe vậy nhồm ngay dậy, quát:

– Chưa chết! Ai bảo anh thế!

Chị vợ vội vàng đẩy chồng nằm xuống và nói:

– Năm xuống đi! Bác sĩ đã nói là đúng.

Nha Khoa Thiên Vũ

60 Song Hành Cao Tốc Dầu Giây, An Phú, Quận 2 - Tp. Thủ Đức, Tp. Hồ Chí Minh (Khu Đô Thị Lakeview City)

PHÒNG KHÁM NHA KHOA ĐẢM TRÁCH MỌI DỊCH VỤ:

★ Nha Khoa Tổng Quát ★ Nha Khoa Thẩm Mỹ ★ Nha Khoa Nhi Đồng



Bác Sĩ Phụ Trách
Nguyễn Thiên Vũ

- **Đội ngũ bác sĩ và nhân viên chuyên nghiệp**
- **Phòng mạch mới, sạch sẽ, trang bị thiết bị tối tân, chữa theo kỹ thuật hiện đại nhất.**
- **Dụng cụ khử trùng theo đúng tiêu chuẩn quốc tế để bảo vệ sức khỏe bệnh nhân.**

Đặc Biệt Chuyên Về:

- * **IMPLANT**
- * **LÀM RĂNG SỨ**
- * **VENEER**
- * **PHẪU THUẬT Nướu**
- * **NIỀNG RĂNG**
- * **TẨY TRẮNG RĂNG**

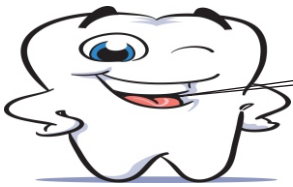


Nếu bạn muốn có một hàm răng đẹp cùng nụ cười xinh với giá cả phải chăng, hãy đến với:

0913747090
0942121022



* Có dịch vụ hỗ trợ đưa đón khách **MIỄN PHÍ** trong phạm vi Sài Gòn.
Kinh nghiệm - Tận Tâm - Nhẹ Nhàng - Kỹ Lượng



Harry Dao Insurance Agency, Inc.

8300 W. Sam Houston S., Suite 122, Houston TX 77072

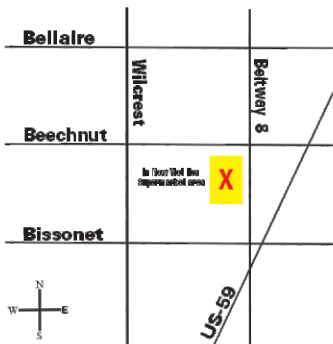
Trong khu chợ Việt Hoa mới, Beechnut và Beltway 8, Đối diện chợ HEB

Phone: (281)933-8300 FAX: (281) 933-5333

email: hdao@farmersagent.com / website: www.farmersagent.com/hdao

XE - NHÀ - THƯƠNG MẠI - NHÂN THỌ - SỨC KHỎE

- * Nếu quý vị không hài lòng với dịch vụ hay giá cả bảo hiểm hiện có, xin liên lạc để được giúp đỡ, giải thích và chọn lựa loại bảo hiểm thích hợp với điều kiện gia đình
- * Commercial: nhà hàng, tiệm tóc và móng tay, grocery store, washateria, professional offices, commercial buildings, apartment complexes...
- * Sang tên xe, mua sticker, bảng số, mất giấy xe, thông dịch, giải ticket, thị thực chữ ký, thẻ điện thoại.
- * DDA, Bill of Sales, Sales tax, Lập corporation, LLC, Tax ID.
- * Di trú: Điền đơn, chụp hình thẻ xanh, quốc tịch,
- * Hộ chiếu Việt Nam, Độc thân công hàm, Hợp pháp hóa, Miễn thị thực
- * Income tax, Payroll, W2, 1099, giảm thuế tối đa hợp pháp.



Presidential Council Member

Member



MDRT

The Premier Association of Financial Professionals®



FARMERS

Hợp đồng (và giấy tờ thông tin, nếu áp dụng) hiện chỉ có bản Anh ngữ là văn bản chính thức.



PHỤ NỮ & GIA ĐÌNH

Ba bài học nuôi dạy con cái từ xã hội săn bắt hái lượm dành cho các bậc cha mẹ hiện đại

Một nghiên cứu gần đây cho thấy có những khía cạnh trong quá trình nuôi dạy trẻ của cộng đồng xã hội săn bắt hái lượm mang lại nhiều bài học quý giá cho các bậc cha mẹ hiện đại.

Theo dòng chảy thời gian, cách con người nuôi dạy con cái đã phát triển đáng kể. Nghiên cứu gần đây của Nikhil Chaudhary, so sánh cách nuôi dạy con cái của các xã hội hiện đại, đặc biệt là những xã hội thuộc phạm trù phương Tây và có học thức, với cách làm của các cộng đồng săn bắt hái lượm cổ xưa, đã phát hiện ra một số điều thú vị.

Mục đích của nghiên cứu không phải là lãng mạn hóa những thách thức mà trẻ em của các cộng đồng săn bắt hái lượm phải đối mặt, nhưng có những khía cạnh trong quá trình nuôi dạy trẻ trong thời kỳ này mang lại những bài học quý giá cho các bậc cha mẹ ngày nay. Dưới đây là một số điểm tương phản giữa cách nuôi dạy con cái thời đại đồ đá và thời hiện đại.

Đồng thời gian tiến hóa của loài người

Để hiểu được sự khác biệt giữa các phong cách nuôi dạy con cái này, điều cần thiết là phải hiểu lịch sử tiến hóa của loài người. Trẻ em thời săn bắt hái lượm đã trải qua những cột mốc phát triển độc đáo. Trẻ có sự tham gia của nhiều người chăm sóc và kéo dài thời gian học các kỹ năng thiết yếu. Nghiên cứu tập trung vào “sự không phù hợp về mặt tiến hóa” tiềm ẩn phát sinh khi các phương pháp nuôi dạy con cái hiện đại đi chệch khỏi các điều kiện mà loài người chúng ta tiến hóa để phát triển.



Ảnh minh họa

Thực hành chăm sóc trẻ em thời săn bắt hái lượm

Trong các cộng đồng săn bắt hái lượm, cuộc sống cộng đồng đảm bảo rằng trẻ sơ sinh không bao giờ đơn độc, trẻ luôn nhận được sự chăm sóc gần gũi. Có sự tiếp xúc cơ thể rất nhiều, trẻ sơ sinh luôn được bế, bú mẹ trong vài năm và ngủ chung trong suốt thời thơ ấu. Nghiên cứu chỉ ra rằng mức độ tiếp xúc cơ thể cao như vậy có tác dụng tâm lý tích cực, thúc đẩy sự gắn bó an toàn và giảm nguy cơ trầm cảm của người mẹ.

Cách nuôi dạy con cái hiện đại thường ít

tiếp xúc cơ thể hơn. Trong khi sự an toàn của môi trường ngày nay chắc chắn là cao hơn, những kỳ vọng tâm lý của trẻ sơ sinh, được hình thành bởi quá khứ tiến hóa của chúng ta, vẫn có thể ảnh hưởng đến phản ứng của trẻ. Theo các nhà nghiên cứu, cách tiếp xúc gần gũi được quan sát thấy trong các thời kỳ có thể khác nhau và tiềm ẩn những tác động đối với sự phát triển của trẻ.

Tầm quan trọng của việc chăm sóc nhiều lần

Những người săn bắt hái lượm, đặc biệt là những cá nhân không phải là cha mẹ chăm sóc đứa trẻ, đóng một vai trò quan trọng, đóng góp 40%-50% công việc chăm sóc trẻ. Điều này hoàn toàn trái ngược với cấu trúc gia đình chủ yếu là hạt nhân và mạng lưới chăm sóc hạn chế trong xã hội hiện đại.

Lợi ích của việc nhiều người chăm sóc bao gồm giảm căng thẳng tâm lý xã hội, giảm tỷ lệ trầm cảm ở bà mẹ và bảo vệ khỏi những khó khăn trong việc nuôi dạy con cái. Việc nhấn mạnh vào việc làm mẹ chuyên sâu trong các câu chuyện hiện đại bị thách thức với bởi cách nuôi dạy của cộng đồng săn bắt hái lượm.

Các cá nhân đảm nhận vai trò cha mẹ nhưng không phải là cha mẹ ruột của những đứa trẻ không chỉ hỗ trợ cha mẹ ruột mà còn thúc đẩy sự phát triển tình cảm xã hội của trẻ, có khả năng tạo ra lợi ích giữa các thế hệ.

Mô hình học tập: Săn bắt hái lượm và giáo dục hiện đại

Trẻ em cộng đồng săn bắt hái lượm trải qua một giai đoạn phát triển kéo dài với đặc điểm là học tập thông qua quan sát, bắt chước và khám phá. Sự vắng mặt của việc giảng dạy cho phép phát triển khả năng tự lực, như đã thấy trong quá trình tiếp thu các kỹ năng sớm.

Việc trẻ cộng đồng săn bắt hái lượm chơi với nhau một cách tự nhiên ở nhiều lứa tuổi thúc đẩy trẻ học tập hợp tác, trái ngược hoàn toàn với giờ học và giờ chơi có cấu trúc trong trường học hiện đại. Cách thức hoạt động do giáo viên hướng dẫn và đánh giá theo định hướng của các lớp học hiện đại có thể không phù hợp với phương pháp học tập tích cực và khám phá được điều chỉnh trong lịch sử phát triển của con người. Sự không phù hợp này có thể góp phần gây ra các vấn đề như rối loạn tăng động, giảm chú ý ở người lớn (ADHD), khiến chuyên gia phải đánh giá và tìm kiếm các phương pháp giáo dục trong xã hội hiện đại. ■

Những ý tưởng hẹn hò thú vị cho những cặp đôi yêu xa

Với những ý tưởng này, khoảng cách vật lý sẽ không thể ngăn cản các cặp đôi yêu nhau đến gần nhau hơn.

Hẹn hò chắc chắn là điều không dễ dàng khi những cặp đôi ở cách xa hàng nghìn km. Tuy

nhiên, điều này không có nghĩa là những cặp đôi yêu xa không thể có những buổi hẹn hò thú vị. Việc hẹn hò khi khoảng cách vật lý rất xa sẽ đòi hỏi thêm một chút sự sáng tạo, nhưng điều này vẫn có thể thực hiện được và thậm chí là mang lại rất nhiều niềm vui cho cặp đôi.

Dưới đây là những ý tưởng hẹn hò bạn có thể thử với người yêu khi các bạn yêu xa:

Đặt đồ ăn mang về nhà và cùng thưởng thức bữa ăn

Việc yêu xa đồng nghĩa bạn không thể cùng đến một nhà hàng. Tuy nhiên, các bạn vẫn có thể cùng thưởng thức một bữa ăn giống nhau. Trong buổi hẹn hò này, bạn hãy gọi đồ ăn cho người yêu và nhờ người đó làm điều tương tự. Sau đó, hãy cùng gọi điện video cho nhau và thưởng thức bữa tối.

Xem phim hoặc chương trình truyền hình

Hiện nay có nhiều ứng dụng phát trực tuyến hỗ trợ những buổi xem chung, trong đó bạn và những người khác có thể cùng xem một chương trình truyền hình hoặc phim trong khi vẫn nói chuyện điện thoại với nhau.

Cùng nấu một bữa ăn

Việc cùng nhau nấu ăn dù không ở cạnh nhau giúp tạo cơ hội cho các bạn thử sức với các công thức mới và cùng giúp đỡ nhau giải quyết các vấn đề của món ăn. Đầu tiên, hãy chọn món các bạn muốn nấu. Sau đó, mỗi người sẽ đi mua nguyên liệu và gọi video cho nhau khi bắt đầu nấu bữa ăn. Hãy cố gắng ở bên nhau từng bước để khắc phục những sự cố nếu có.

Chơi trò chơi để hiểu nhau hơn

Trò chơi dành cho các cặp đôi là một cách tuyệt vời để bạn tìm hiểu đối phương trong một môi trường ít áp lực. Những loại trò chơi này giúp duy trì cuộc đối thoại giữa các cặp đôi đã ở bên nhau thời gian dài và không có quá nhiều chủ đề để nói chuyện. Thông qua trò chơi, các bạn có thể tìm thấy nhiều chủ đề thú vị để khơi dậy những cuộc nói chuyện sâu sắc hơn.

Lên kế hoạch cho kỳ nghỉ tiếp theo

Khi yêu xa, thời gian các bạn dành cho nhau sẽ bị hạn chế. Do đó, hãy lên kế hoạch về việc cả hai gặp lại nhau, thậm chí kể cả trước khi nó diễn ra nhiều tháng, điều này giúp bạn có một ngày để mong chờ. Cho dù là một chuyến đi ngắn ngày cuối tuần hay một kỳ nghỉ dài, hãy tập thói quen lên kế hoạch cho một việc gì đó.

Cùng chia sẻ những “hộp quà yêu thương”

Đây là cách đơn giản để khiến đối phương cảm thấy được quan tâm và tràn ngập trong tình yêu dù yêu xa. Hộp quà này có thể là bất kỳ thứ gì bạn thích, bao gồm ảnh, đồ ăn nhẹ, sách... và gửi bất ngờ tới người yêu của bạn. Những hộp quà yêu thương này sẽ đặc biệt thú vị khi thực hiện trong các ngày lễ nếu các bạn không thể ở bên nhau. Vào mỗi ngày lễ khác nhau, bạn có thể tạo ra hộp quà với chủ đề riêng, xoay quanh dịp lễ này. ■



75% thành công của 1 đứa trẻ được hình thành từ gia đình, bắt nguồn từ 6 bài học này

Một báo cáo gần đây của tổ chức YMCA, Mỹ nghiên cứu trên 10,000 gia đình cho thấy 75% những thứ cần cho sự thành công và hạnh phúc của 1 đứa trẻ được hình thành từ chính gia đình của chúng. Vậy những bài học nào trẻ cần được dạy ngay từ trong gia đình mình và sẽ càng tốt hơn nếu trẻ được dạy những điều này từ sớm? Dưới đây là những chia sẻ đến từ chuyên gia Anh Nguyễn, tác giả cuốn “Làm mẹ không áp lực”.

1. Được dạy luôn biết ơn về những thứ trẻ có

Đừng phung phí mua quá nhiều đồ chơi, sách, thú nhồi bông... cho trẻ. Để dạy về bài học biết ơn, trẻ cần được dạy về cuộc sống “vừa đủ” hơn là luôn được dư thừa, thậm chí không cần đến. Khi trẻ có cuộc sống chỉ vừa đủ, trẻ sẽ nhận ra giá trị của từng thứ trẻ có và khi nhìn những người khác trẻ sẽ cảm thấy biết ơn khi mình có nó.

2. Con được học về đức tính trung thực

Không có trẻ nào sinh ra là biết nói dối. Nói dối là 1 hành vi học được từ môi trường bên ngoài. Có 2 loại môi trường có thể ảnh hưởng đến hành vi nói dối của trẻ: môi trường ảnh hưởng lâu dài từ cha mẹ chúng và môi trường ngắn hạn từ bạn bè, thần tượng, anh chị. Với môi trường ngắn hạn, trẻ học cách cho giống với môi trường đó, nhưng rồi sẽ tự bỏ khi trẻ qua môi trường khác. Nhưng, với môi trường lâu dài từ cha mẹ, lời nói dối dường như vô hại như thất hứa hay nói cho vui lại có ảnh hưởng lâu dài đến trẻ.



Ảnh minh họa

3. Không phán xét người khác

Khi trẻ lỡ nói các lời phán xét kiểu như “chú này béo quá”, “cô ấy xấu quá mẹ”... thực ra trẻ không hiểu điều đó là chưa đúng, lúc này bạn chỉ đơn giản nói “mẹ không biết, và mẹ cũng không nhận xét ai con ạ”. Khi trò chuyện với trẻ, bạn cũng không nên so sánh trẻ với ai, mà chỉ nên tập trung vào điều bạn muốn trẻ tốt hơn.

4. Học về thất bại và thừa nhận lỗi sai

Thực ra thất bại và chiến thắng là 2 mặt của 1 đồng xu, không thể tách rời. Trẻ con thường không biết cảm giác của thất bại, mà chỉ biết cảm giác vui vẻ của sự chiến thắng. Điều này dễ làm trẻ hiểu rằng thất bại là thứ gì đó kinh khủng. Thực tế,

thất bại là 1 phần của bất kì hoạt động nào, nó hoàn toàn có thể xảy ra cho dù bạn đã lên kế hoạch tốt nhất.

Làm sao để trẻ có thể đối mặt được với nó khi mà trước đây bạn không chuẩn bị cho trẻ hiểu về cảm giác này. Đứa trẻ giỏi là đứa trẻ hiểu được chiến thắng nhưng cũng biết cách đối mặt với thất bại. Do đó, khi chơi cùng trẻ, đừng tạo các chiến thắng giả tạo, hoặc làm dễ chỉ để trẻ chiến thắng hoặc để trẻ vui. Nó không tạo ra 1 đứa trẻ giỏi, mà chỉ tạo ra 1 lớp trẻ hiểu thắng nhưng sợ thất bại.

Dạy trẻ chấp nhận thất bại cũng như biết thừa nhận sự yếu kém hay lỗi lầm của bản thân là cách giáo dục đúng đắn về sự công bằng.

5. Lắng nghe trước khi nói

Lời nói hồ báo của cha mẹ với trẻ là ví dụ về sự yếu kém trong khả năng lắng nghe của người lớn chúng ta. Và khi lớn trẻ sẽ dùng cách này để giao tiếp lại với chúng ta. Nhưng, ngược lại ngay từ nhỏ, bạn luôn tôn trọng và lắng nghe trẻ trước khi nói hay đưa ra quyết định thì trẻ sẽ học để biết lắng nghe bạn và người khác khi lớn hơn. Khi trẻ giao tiếp với cha mẹ, anh chị em khác của trẻ hay bạn bè của trẻ, trẻ giành nói hay quát họ thì bạn nên nói với trẻ “Bin, mẹ muốn nghe chị Na nói, con im lặng được không?”.

Tương chừng như những can thiệp dạng vậy không quan trọng, trẻ con mà sao chả được nhưng thực ra nó có giá trị để trẻ hiểu rằng ai cũng có quyền nói và được lắng nghe bởi tất cả mọi người. Rất khó để dạy trẻ điều này khi trẻ lớn, đặc biệt khi trẻ tự cho là “mọi người phải nghe trẻ”, nhưng trong cuộc sống ai nói đúng thì người ta mới nghe. Và người luôn nói mà không biết lắng nghe thì điều họ nói chưa chắc đúng.

6. Biết cách chăm sóc sức khỏe bản thân

Ít ai nói đây là bài học nên dạy trẻ từ sớm, nhưng nó lại là bài học quan trọng. Khi trẻ chẳng may bị bệnh, là cha mẹ chúng ta luống cuống chăm sóc trẻ từ mua thuốc, nấu cháo, dụ trẻ ăn, uống sữa... nhưng thực ra có 1 cách nên dạy trẻ là giúp trẻ nhận ra là “cần tự chăm sóc bản thân” hơn là chỉ có 1 chiều từ cha mẹ. Khi nhỏ, trẻ bị bệnh không có nghĩa là cứ nằm đó xem TV, Ipad... để được chăm sóc, dụ dỗ... mà thay vào đó cho trẻ có cơ hội vận động, vui chơi, tham gia tự chăm sóc bản thân mình như tự lấy nước uống, lấy cam mẹ gọt sẵn để ăn, tự báo cáo với mẹ khi thấy đỡ mệt,...

Trẻ cần được cho thấy bản thân mình cũng có vai trò, hơn là chỉ nằm để đón nhận từ người khác. Khi lớn, trẻ sẽ cảm ơn bạn vì những bài học này đã giúp trẻ lớn lên tự tin và đủ kỹ năng tự chăm sóc bản thân cũng như người khác. ■

Ba dấu hiệu cho thấy bạn nên hủy buổi hẹn hò đầu tiên

Những dấu hiệu nào cho thấy bạn nên hủy cuộc hẹn ngay cả khi đó là buổi hẹn đầu tiên?

Những cuộc trò chuyện trước buổi hẹn hò

đầu tiên luôn tràn đầy cảm giác hồi hộp và mong chờ. Tuy nhiên, không phải lúc nào nó cũng diễn ra suôn sẻ và có thể khiến mọi người lưỡng lự trong việc quyết định sắp xếp buổi hẹn đó. Theo huấn luyện viên hẹn hò Erika Ettin, bạn không nên hủy bỏ buổi hẹn đầu tiên. Cô cũng tin rằng việc hủy bỏ vào phút chót là cách cư xử không lịch sự.

Trong thời gian chuẩn bị cho buổi hẹn, Ettin chia sẻ rằng bạn chỉ nên nhắn tin cho họ về nội dung sắp xếp buổi hẹn. Sau quá trình trò chuyện trong buổi hẹn đó, nếu cảm thấy đối phương phù hợp, bạn có thể tìm hiểu thêm một chút về họ sau.

Tuy nhiên, Ettin cũng đưa ra ba trường hợp đáng để hủy kèo vào phút chót.

Bạn nhận ra giá trị của mình không phù hợp

Ettin nói rằng bạn nên lưu ý về những giá trị của bản thân trước buổi hẹn đầu tiên. Những vấn đề như mong muốn có con cái và thực hiện hành vi tôn giáo nhất định là những giá trị cá nhân không thể thương lượng được liên quan đến lối sống. Những chủ đề này thường không xuất hiện trong cuộc trò chuyện trước buổi hẹn hò, nhưng có thể bạn sẽ thấy được điều đó từ hồ sơ thông tin của đối tượng.

Ettin cho rằng khó có ai muốn thương lượng lại các giá trị cá nhân của bản thân nên bạn hãy chấp nhận sự khác biệt đó và hủy bỏ buổi hẹn đầu tiên.

Cuộc trò chuyện chia sẻ thông tin quá mức hoặc mang tính gợi dục

Ettin cho biết, mặc dù việc chia sẻ quá mức không phải là một dấu hiệu có thể khiến bạn hủy bỏ ngay lập tức buổi hẹn, bạn vẫn có thể cân nhắc hủy nếu cuộc trò chuyện trước buổi hẹn nói về trải nghiệm tình dục hoặc ham muốn tình dục.

Cô đưa ra ví dụ về một khách hàng của cô đang sắp xếp buổi hẹn đầu tiên. Trong cuộc trò chuyện trước buổi hẹn, người đàn ông đã hỏi cô về lý do kết thúc cuộc hôn nhân cũ và cho biết anh kết thúc vì không hợp nhau về mặt tình dục. Anh cũng liên tục khen rằng cô rất hấp dẫn. “Điều đó là đủ để cô ấy cảnh giác và quyết định hủy bỏ”, Ettin nói.



Ảnh minh họa

Đối tác nói xấu người yêu cũ

Ettin cho rằng bạn nên hủy buổi hẹn hò đầu tiên nếu đối tác có những suy nghĩ và quan điểm tiêu cực về người yêu cũ. “Nếu ai đó nói xấu về người yêu cũ, đặc biệt là trước buổi hẹn hò đầu tiên, nó có thể là do họ không quên được người cũ. Họ có thể bất mãn về điều gì đó hoặc đơn giản là không chịu trách nhiệm cho một mối quan hệ đã đổ vỡ”. ■



PHỤ NỮ & GIA ĐÌNH

Cựu biên tập viên thời trang cực sành điệu ở tuổi 60, bí kíp chính là 3 món đồ cơ bản

Cựu biên tập viên thời trang 60 tuổi sẽ gợi ý cho chị em 3 món đồ đáng sắm để nâng tầm phong cách.

Alyson Walsh từng là biên tập viên thời trang cho tạp chí và tác giả của một cuốn sách về phong cách. Ở tuổi 60, cựu biên tập viên thời trang đã mang đến nguồn cảm hứng mặc đẹp cho nhiều người thông qua trang blog *That's Not My Age*. Phương châm của cựu biên tập viên thời trang là “tuổi tác không thành vấn đề, quan trọng là phong cách”. Quý bà 60 tuổi gây ấn tượng với style không quá cầu kỳ nhưng vẫn có sự nổi bật, thanh lịch và trẻ trung. Bà Alyson Walsh xây dựng phong cách với các món thời trang quen thuộc, trong đó áo blazer, áo khoác dáng dài và áo sơ mi chính là những item chủ đạo.



Ảnh minh họa
Áo blazer

Áo blazer được coi là kiểu áo khoác cơ bản, tuổi nào cũng có thể mặc đẹp. Mẫu áo khoác này sẽ mang đến cho người diện vẻ ngoài thanh lịch và chuẩn mốt. Quý bà Alyson Walsh sở hữu một bộ sưu tập blazer với màu sắc và họa tiết khác nhau. Đơn giản nhất là áo blazer trơn màu trung tính như blazer đen, blazer trắng. Các mẫu áo này được bà Alyson Walsh kết hợp với áo kẻ ngang, sơ mi và quần jeans hoặc quần ống đứng để tạo nên những bộ trang phục thời thượng, tinh tế.

Bên cạnh áo blazer trơn màu nhã nhặn, các mẫu blazer họa tiết kẻ cũng được bà Alyson Walsh diện thường xuyên. Áo blazer kẻ toát lên nét cổ điển và giúp vẻ ngoài của người mặc thêm nổi bật. Blazer kẻ và áo len trơn màu là công thức được bà Alyson Walsh ưa chuộng. Cách phối đồ này tạo nên bộ trang phục hài hòa và tinh tế. Ngoài ra, bà Alyson Walsh còn đổi mới phong cách với những set áo blazer kẻ kết hợp với áo len họa tiết và quần màu sắc tươi tắn.

Áo khoác dáng dài

Từ đầu mùa đông của mọi chị em nên có ít nhất là một chiếc áo khoác dáng dài. Mẫu áo này đem đến sự ấm áp và còn ghi điểm ở sự thanh lịch, thời thượng. Thông thường, áo khoác dạ dáng dài, tông màu đen được nhiều nàng ưa chuộng.

Tuy nhiên, bà Alyson Walsh không “đóng

khung” phong cách với một kiểu áo khoác dạ dáng dài. Thay vào đó, cựu biên tập viên 60 tuổi đa dạng hóa style với các phiên bản áo khoác dáng dài khác nhau như áo xám, áo họa tiết kẻ...

Kết hợp áo khoác dáng dài với những mẫu áo nổi bật như áo kẻ ngang, áo in chữ, áo màu pastel, vẻ ngoài của quý bà Alyson Walsh càng thêm rạng rỡ và trẻ trung. Quý bà sinh năm 1963 còn gợi ý một số kiểu giày lý tưởng để cộng điểm sành điệu cho các set áo khoác dáng dài, đó là boots, giày sneaker hoặc loafer thanh lịch.

Áo sơ mi

Vào mùa hè, áo sơ mi là món thời trang phủ sóng phong cách của bà Alyson Walsh. Thông qua những set trang phục của cựu biên tập viên thời trang, chị em sẽ nhận ra áo sơ mi trắng là item mà tuổi nào cũng có thể mặc đẹp. Bà Alyson Walsh kết hợp áo sơ mi trắng với quần jeans hoặc quần túi hộp để tạo nên các bộ trang phục sành điệu nhưng vẫn có sự trang nhã, hài hòa.

Áo sơ mi trắng không phải là phiên bản duy nhất được bà Alyson Walsh ưa chuộng. Cựu biên tập viên thời trang còn biến hóa phong cách với áo sơ mi kẻ, áo sơ mi màu xanh để style có sự tươi mới, trẻ trung.

Vốn dĩ các mẫu áo sơ mi màu sắc hay phủ họa tiết đã rất nổi bật nên bà Alyson Walsh chỉ kết hợp cùng quần trơn màu trang nhã. Như vậy, tổng thể trang phục sẽ ghi điểm tinh tế mà độ trẻ trung, nổi bật vẫn được giữ nguyên. ■

Nghiên cứu mới phát hiện đột biến gen có thể giúp kiểm soát cân nặng và giảm béo phì

Các nhà nghiên cứu cho biết một biến thể gen giúp điều chỉnh trọng lượng cơ thể có thể hỗ trợ giải quyết vấn đề béo phì.

Đột biến gen ZFH3 - được cho là chỉ tồn tại ở 4% số người - đã được phát hiện có chức năng kiểm soát các phần não chịu trách nhiệm về cảm giác thèm ăn.

Các nhà khoa học tại Đại học Nottingham Trent và Viện MRC Harwell, đã phát hiện ra cơ chế ở chuột cho phép gen đột biến đóng vai trò chính trong việc điều chỉnh sự thèm ăn, cân nặng và hormone insulin - giúp giữ lượng đường trong máu được kiểm soát và ngăn ngừa các biến chứng của bệnh tiểu đường.

Nhóm nghiên cứu phát hiện ra rằng nó có thể ảnh hưởng đến một vùng não được gọi là vùng dưới đồi - nơi kiểm soát sự thèm ăn, lượng thức ăn đi vào, đói và khát - bằng cách bật và tắt chức năng của các gen khác ở đó.

Các nhà nghiên cứu cho biết việc hiểu được con đường này, đã được báo cáo trên Tạp chí Sinh học Thực nghiệm của Hiệp hội Hiệp hội Hoa Kỳ, có thể mở ra cơ hội cho các phương pháp điều trị giảm cân mới, được nhắm vào mục tiêu cụ thể.

Tiến sĩ Rebecca Dumbell, nhà nghiên cứu tại Trường Khoa học và Công nghệ thuộc Đại học Nottingham Trent, cho biết: “Lần đầu tiên, chúng tôi đã chứng minh được vai trò của gen này trong việc thay đổi sự tăng trưởng và cân bằng năng lượng bằng một đột biến làm thay đổi protein tương tự như một biến thể được tìm thấy ở tần số thấp trong dân số loài người”.

Cô ấy nói thêm: “Có một thành phần di truyền quan trọng liên quan đến sự thèm ăn và sự tăng trưởng của chúng ta nhưng nó vẫn chưa được hiểu đầy đủ. Hiểu được điều gì đang xảy ra ở những người có đột biến sẽ mở đường cho việc khám phá các mục tiêu can thiệp giảm cân mới tiềm năng cho tất cả mọi người”.

Dumbell tin rằng đột biến ZFH3, có vai trò tương tự ở chuột và người, có thể “giải thích nguyên nhân khiến một số người có cảm giác thèm ăn ít hơn và do đó có xu hướng không tăng cân nhiều như những người khác”.

Mặc dù mọi người đều có gen ZFH3, nhưng đột biến cụ thể thúc đẩy cơ chế này được cho là chỉ tồn tại ở một tỷ lệ nhỏ người.

Dumbell nói: “Có thể đó là một trong nhiều đột biến khác nhau khiến con người trở nên khác biệt về khả năng tự nhiên trong việc tuân thủ chế độ ăn kiêng ngay từ đầu”.

Trong nghiên cứu này, các nhà nghiên cứu đã theo dõi lượng thức ăn của những con chuột có gen ZFH3 bị đột biến cùng với những con chuột không có biến thể gen.

Họ phát hiện ra những người bị đột biến có lượng thức ăn ăn vào thấp hơn, chiều dài cơ thể ngắn hơn, nồng độ insulin và một loại hormone khác gọi là leptin, giúp điều chỉnh trọng lượng cơ thể, thấp hơn.

Những con chuột cũng ăn ít hơn khoảng 12% khi được một tuổi và nặng ít hơn khoảng 20% so với những con chuột không bị đột biến.

Chuột trong phòng thí nghiệm thường sống từ hai đến hai năm rưỡi, lâu hơn so với chuột ngoài tự nhiên, thường không sống quá một năm đến một năm rưỡi.

Các nhà nghiên cứu cho biết mức insulin thấp hơn cho thấy những con chuột có ít mỡ trong cơ thể có khả năng điều chỉnh lượng đường trong máu khỏe mạnh hơn và do đó ít có nguy cơ mắc các bệnh như tiểu đường loại 2 và bệnh tim.

Dumbell cho biết: “Công việc trong tương lai của chúng tôi sẽ xem xét cách thức hoạt động của gen ZFH3 trong các bộ phận quan trọng của não. Điều này sẽ giúp thu hẹp chính xác cách thức hoạt động để thay đổi lượng thức ăn của chuột hoặc tốc độ trao đổi chất của chúng”.

Công việc hiện tại cho thấy gen thực hiện điều này nhưng không chỉ ra cách thức.

Dumbell nói: “Hiểu được cách thức hoạt động của điều này sẽ cũng cho phép chúng tôi hiểu những người khác nhau có thể đấu tranh nhiều hơn như thế nào để duy trì cân nặng 'khỏe mạnh’”. ■



Có nên dùng roi vọt dạy con?

Một số cha mẹ tin rằng kỷ luật nghiêm khắc sẽ giúp con phát triển, trong khi những người khác lại quan niệm giáo dục dựa trên tình yêu thương có thể nuôi dưỡng những đứa trẻ xuất sắc.

Hình phạt có tính yêu thương và ôn hòa là có lợi, nhưng tác động của trừng phạt thân thể đối với trẻ là tích cực hay tiêu cực vẫn luôn là chủ đề được bàn luận sôi nổi.

Theo nghiên cứu của Giáo sư Li Meijin, có sự khác biệt đáng kể về khả năng thích ứng tâm lý, hành vi và xã hội giữa những đứa trẻ thường xuyên bị đánh đòn và những đứa trẻ không bao giờ bị đánh đòn. Những khác biệt này thường quyết định quỹ đạo cuộc sống tương lai của trẻ.

Giáo sư Li Meijin cho rằng trừng phạt thân thể sẽ không chỉ gây tổn hại về thể chất cho trẻ em mà còn hủy hoại sức khỏe tinh thần và khả năng thích ứng xã hội của chúng.

Khả năng thích ứng tâm lý

Những đứa trẻ thường xuyên bị đánh đòn thường có mức độ lo lắng, trầm cảm và lòng tự trọng thấp cao hơn, dễ cảm thấy chán nản, bất lực khi gặp khó khăn, thử thách.

Tình trạng tâm lý này thường khiến các em thiếu tự tin trong học tập và cuộc sống, từ đó ảnh hưởng đến sự phát triển của các em.

Ngược lại, những đứa trẻ chưa bao giờ bị đánh đòn lại có lòng tự trọng và sự tự tin cao hơn. Khi gặp khó khăn, chúng có xu hướng tích cực tìm kiếm giải pháp cho vấn đề hơn là trốn tránh hoặc bỏ cuộc.

Trạng thái tâm lý này chắc chắn đã đặt nền tảng vững chắc cho sự phát triển trong tương lai của trẻ.



Ảnh minh họa
Cấp độ hành vi

Trẻ em bị đánh đòn thường xuyên có nhiều khả năng thể hiện những hành vi xấu. Chúng có nhiều khả năng trốn học, đánh nhau, trộm cắp và các hành vi khác. Những hành vi này thường dẫn đến sự từ chối và cô lập trong trường học và cộng đồng.

Ngược lại, những đứa trẻ chưa bao giờ bị đánh đòn lại có ý thức đạo đức và trách nhiệm cao

hơn. Chúng biết cách tôn trọng người khác, sẵn sàng giúp đỡ mọi người hơn và sẵn sàng đảm nhận trách nhiệm của mình hơn.

Hành vi này chắc chắn sẽ giúp trẻ nhận được nhiều sự công nhận và tôn trọng hơn trong trường học và cộng đồng.

Khả năng thích ứng xã hội

Những đứa trẻ thường xuyên bị đánh đòn thường có khả năng thích ứng xã hội kém hơn. Chúng có nhiều khả năng cảm thấy bối rối và khó chịu khi phải đối mặt với những tình huống hoặc mối quan hệ mới. Hoàn cảnh này khiến chúng khó hòa nhập xã hội và tìm được chỗ đứng cho mình.

Ngược lại, những đứa trẻ chưa bao giờ bị đánh đòn lại có khả năng thích ứng xã hội cao hơn. Chúng có thể thích nghi tốt hơn với môi trường và lối sống mới, đồng thời có khả năng đương đầu tốt hơn với những thay đổi và thách thức trong cuộc sống.

Khả năng này chắc chắn sẽ hỗ trợ mạnh mẽ cho cuộc sống và sự phát triển nghề nghiệp trong tương lai.

Nghiên cứu của giáo sư Li Meijin cho chúng ta thấy tác động của việc bị đánh đòn thường xuyên và không bao giờ bị đánh đòn đối với trẻ em. Đối với các bậc phụ huynh và các nhà giáo dục, đây chắc chắn là một lời cảnh báo sâu sắc.

Chúng ta phải thừa nhận những tác động tiêu cực của trừng phạt thân thể. Trừng phạt thân thể không chỉ gây tổn hại về thể chất cho trẻ em mà còn gây tổn hại đến sức khỏe tinh thần và khả năng thích ứng xã hội của trẻ. Vì vậy, chúng ta nên cố gắng tránh sử dụng nhục hình để giáo dục.

Cha mẹ nên thực hiện giáo dục gia đình khoa học như thế nào?

Tôn trọng cá tính của trẻ

Mỗi đứa trẻ là một cá thể độc nhất và chúng ta nên tôn trọng sở thích và thể mạnh của chúng hơn là ép buộc chúng làm theo ý muốn của chúng ta.

Dẫn dắt bằng ví dụ

Cha mẹ là tấm gương cho con cái noi theo, lời nói, việc làm của chúng ta sẽ ảnh hưởng đến con cái. Vì vậy, chúng ta nên cố gắng sống trung thực, đáng tin cậy và chăm chỉ để làm gương tốt cho con cái.

Hãy lắng nghe con

Duy trì giao tiếp tốt với trẻ và hiểu được suy nghĩ cũng như nhu cầu của chúng là nền tảng để thiết lập mối quan hệ cha mẹ và con cái. Chúng ta nên học cách lắng nghe con cái mình và quan tâm, hỗ trợ con.

Hướng dẫn vừa phải

Khi trẻ mắc lỗi, chúng ta nên tập trung vào việc giáo dục và hướng dẫn thay vì chỉ trừng phạt chúng. Giúp trẻ thiết lập những giá trị và chuẩn mực hành vi đúng đắn bằng cách hướng dẫn trẻ nhận thức được hậu quả của những sai lầm.

Tạo không khí gia đình hòa thuận

Gia đình là cái nôi cho sự phát triển của trẻ và bầu không khí gia đình hòa thuận là điều cốt yếu

cho sự trưởng thành của.

Chúng ta nên cố gắng tạo dựng một môi trường gia đình tràn đầy yêu thương, quan tâm để trẻ em có thể lớn lên hạnh phúc.

Tất nhiên, tính cách và trải nghiệm trưởng thành của mỗi đứa trẻ là khác nhau và phương pháp giáo dục gia đình chỉ là một yếu tố.

Ngoài ra, mục đích của việc giáo dục gia đình không chỉ là khiến trẻ tuân theo nội quy mà quan trọng hơn là rèn luyện khả năng tư duy độc lập, khả năng phán đoán và nhân cách đạo đức tốt. ■

Phát hiện mới: Thịt đỏ và sản phẩm từ sữa có thể chống ung thư

Phát hiện mới này được cho là có thể hữu ích cho quá trình điều trị ung thư trong tương lai.

Các nhà khoa học tại Đại học Chicago đã phát hiện ra một hợp chất trong thịt đỏ, sữa và các sản phẩm từ sữa có thể giúp tế bào miễn dịch của cơ thể chống lại các khối u.

Nghiên cứu cũng chỉ ra rằng những bệnh nhân ung thư có nồng độ chất này trong máu cao hơn có phản ứng tốt hơn với liệu pháp miễn dịch.

Hợp chất này có tên là axit trans-vaccenic hoặc TVA, giúp kích hoạt các tế bào T trong cơ thể, giúp hệ thống miễn dịch chống lại vi trùng và bảo vệ cơ thể khỏi bệnh tật.

TVA được tìm thấy trong thịt của động vật nhai lại như bò, cừu và các động vật có vú khác. Ngoài ra, chất này còn được tìm thấy trong các sản phẩm từ sữa của chúng như sữa, pho mai, bơ và sữa chua.

Nghiên cứu mới này cho thấy hợp chất TVA có thể hữu ích như một chất bổ sung trong quá trình điều trị ung thư cho các bệnh nhân.

“Một chất dinh dưỡng đơn lẻ như TVA có cơ chế nhắm mục tiêu vào loại tế bào miễn dịch với phản ứng sinh lý ở cấp độ toàn bộ sinh vật. Điều này thật đáng kinh ngạc và hấp dẫn”, Jing Chen - nhà nghiên cứu tại Trung tâm Ung thư Hoa Kỳ - chia sẻ góc nhìn về phát hiện mới nhất.

Các nhà nghiên cứu cũng phát hiện ra rằng cho chuột ăn một chế độ giàu TVA giúp làm giảm đáng kể sự phát triển khối u của tế bào ung thư hắc tố và ung thư ruột kết, đồng thời tăng cường khả năng xâm nhập và tấn công các khối u của cơ thể.

Họ cũng phân tích mẫu máu của bệnh nhân ung thư hạch đang điều trị bằng liệu pháp miễn dịch.

Theo đó, những bệnh nhân có nồng độ TVA trong máu cao hơn có phản ứng tốt hơn với việc điều trị so với những bệnh nhân có nồng độ thấp hơn.

Cuối cùng, nghiên cứu cho rằng TVA đã tăng cường khả năng tiêu diệt tế bào ung thư bạch cầu ở bệnh nhân có trong một loại thuốc trị liệu miễn dịch. ■

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Phát triển công nghệ trải nghiệm âm thanh để điều trị bệnh

Theo một nghiên cứu được công bố trong tạp chí *Frontiers in Pain Research*, những bài hát yêu thích có thể giảm cảm nhận đau của người. Những bài hát xúc động đã được phát hiện là phương thuốc giảm đau hiệu quả nhất. Hay với người khiếm thính bộ quần áo sử dụng công nghệ haptic - công nghệ có thể tạo ra trải nghiệm chạm bằng cách tác động lực hay rung cũng giúp họ xóa bỏ mặc cảm với xã hội.

Công trình được nghiên cứu bởi tác Darius Valevicius, tiến sĩ ngành khoa học não tại Đại học Montreal, Canada. Trong cuộc thí nghiệm, 63 người đã mang theo hai bài hát yêu thích của họ, và yêu cầu duy nhất là những bài hát cần kéo dài ít nhất 3 phút 20 giây.

Cụ thể hơn, hai bài hát bao gồm bài nhạc yêu thích nhất của họ, cùng bài hát họ mang theo nếu bị mắc kẹt trên một hòn đảo hoang. Các nhà nghiên cứu cũng yêu cầu các ứng viên chọn thêm một trong bảy bài hát thư giãn mà người tham gia nghiên cứu chưa từng nghe.

Trong quá trình này, các nhà nghiên cứu đã đặt một vật nóng - giống như cảm giác đau từ một cốc trà sôi nóng trên da - vào khuỷu tay trong bên trái của người tham gia.



Buổi hòa nhạc tại New York, Mỹ, các khán giả thưởng thức âm nhạc qua trải nghiệm chạm bằng cách tác động lực hay rung, cùng vòng tay, vòng cổ

Khi đánh giá trải nghiệm của mình, các ứng viên cảm thấy ít đau hơn khi nghe nhạc yêu thích của họ, so với việc nghe bài hát thư giãn không quen thuộc hoặc khi im lặng. Những bản nhạc được xáo trộn cũng không làm giảm đau, điều mà các nhà nghiên cứu coi như bằng chứng cho việc âm nhạc mang nhiều ý nghĩa hơn là một cách giúp sao nhãng khỏi trải nghiệm khó chịu.

Sau khi phỏng vấn các người tham gia về bài hát họ mang theo và đánh giá về cảm giác đau, các nhà nghiên cứu phát hiện rằng, những người nghe những bài hát bi đát và cảm động cảm thấy ít đau hơn so với việc nghe những bài hát thư giãn hoặc vui vẻ.

Ông Valevicius giả thiết rằng, để tránh quá tải não với mọi kích thích xung quanh, não loại bỏ bất kỳ điều nào nó coi là dư thừa hoặc không liên quan. Trong trường hợp này, não có thể đang tập trung vào âm nhạc và lọc bỏ một số thông điệp về cơn đau. Mặc dù cơ thể vẫn cảm nhận cơn đau, nhưng thông điệp để chúng ta nhận thức về đau có thể không được truyền đi.

“Khi người ta đang nghe nhạc họ thích, theo đánh giá của chúng tôi, nó có thể giảm đau mà chúng ta đang cảm nhận khoảng 10%”, ông Valevicius cho biết.

Trước đó mấy tháng, tại một buổi hòa nhạc tại New York, Mỹ, các khán giả trong đó có nhiều người khiếm thính đã được đeo bộ quần áo sử dụng công nghệ haptic - công nghệ có thể tạo ra trải nghiệm chạm bằng cách tác động lực hay rung, cùng vòng tay, vòng cổ chân để có thể trải nghiệm âm nhạc qua các chuyển động rung trên da.

Mỗi nhạc cụ sẽ rung ở một vị trí khác nhau trên cơ thể, như violon được đặt ở ngực, âm trầm như bass ở phía sau người, kèn ở trên vai.

Với công nghệ này, bất kể khán giả có khả năng nghe hay không đều cùng cảm nhận được mức độ lên bổng xuống trầm của âm nhạc qua tác động vật lý.

Trải nghiệm cũng là cơ hội để kết nối những người tưởng chừng như không có điểm chung lại với nhau. Sau buổi hòa nhạc, nhiều người khiếm thính đã cho biết tâm trạng vui hơn rất nhiều. Bởi từ rất lâu họ không cảm nhận được những âm thanh, những bản nhạc hay như vậy.

Chính vì thế, trong tương lai những công nghệ giúp con người gần gũi hơn với âm nhạc để phục vụ các mục đích y khoa sẽ được nghiên cứu và phát triển nhiều hơn. ■

Đặc điểm di truyền chỉ có thể được thừa hưởng từ người cha

Việc truyền các đặc tính di truyền từ bố mẹ sang con cái phụ thuộc vào sự phân ly và tái tổ hợp của gene trong quá trình phân bào và thụ tinh, dẫn đến sự hình thành một cá thể mới tương tự các loài khác, nhưng biểu hiện một số biến thể nhất định do sự kết hợp của các gene cụ thể và sự tương tác của chúng với môi trường.

Khoa học đã chứng minh, mỗi một người sẽ có 23 cặp nhiễm sắc thể (NST). Trong đó một nửa được thừa hưởng từ cha và nửa còn lại từ mẹ, NST có cấu trúc dạng sợi xoắn và mang thông tin di truyền (gene). Tuy nhiên, trên thực tế, đứa trẻ có khả năng thừa hưởng những đặc điểm tích cực từ bố cao hơn 60%.

Chiều cao của một người được quyết định bởi ít nhất 700 biến thể di truyền được thừa hưởng từ cả bố và mẹ. Tuy nhiên, gene chiều cao của mỗi bậc cha mẹ dường như hoạt động theo những cách khác nhau. Ví dụ, gene của người cha rất quan

trọng trong việc kích thích tăng trưởng và do đó kích thích chiều cao.

Tiến sĩ Beatrice Knight giảng dạy tại Bệnh viện Royal Devon and Exeter (Anh) cho biết, các ông bố dường như sẽ truyền chiều cao của mình lại cho con. Cụ thể các nhà nghiên cứu đã liên hệ 1.000 gia đình để ghi lại số liệu về cân nặng và chiều cao của bố mẹ cũng như của em bé trong hai năm đầu đời.

Kết quả cho thấy, những đứa trẻ có bố cao thì thường to và nặng cân hơn những đứa trẻ có bố thấp.

- Răng khềnh

Trong trường hợp người cha có sức khỏe răng miệng không tốt, thì con cái của họ có nhiều khả năng sẽ phải đến gặp nha sĩ thường xuyên hơn so với các bạn cùng trang lứa, ngay cả khi mẹ có bộ răng rất đẹp. Mọi thứ từ sâu răng đến sâu răng và tất cả các vấn đề liên quan đến răng miệng đều có thể xuất phát trực tiếp từ gene của người cha.

- Giới tính

Các ông bố chịu trách nhiệm 100% về giới tính của con mình. Nhiễm sắc thể X và Y, thường được gọi là nhiễm sắc thể giới tính, xác định giới tính của trẻ. Con gái thừa hưởng nhiễm sắc thể X từ cha, tạo ra kiểu gene XX, và con trai thừa hưởng nhiễm sắc thể Y từ cha, dẫn đến kiểu gene XY. Vì mẹ chỉ truyền nhiễm sắc thể X nên người cha có toàn quyền kiểm soát giới tính.

- Lúm đồng tiền

Trong nhiều nền văn hóa, lúm đồng tiền được coi là dấu hiệu của vẻ đẹp và sự hấp dẫn. Tuy nhiên, các nhà khoa học mô tả lúm đồng tiền là một khiếm khuyết do cơ mặt bị rút ngắn. Lúm đồng tiền được cho là có tính di truyền vì chúng là đặc điểm di truyền trội và thường được di truyền từ người cha.

- Dấu vân tay

Không có 2 dấu vân tay nào giống hệt nhau vì chúng là một mẫu duy nhất. Tuy nhiên, dấu vân tay của người con có thể giống với dấu vân tay của cha của chúng. Như vậy, mẫu vân tay là đặc điểm di truyền được thừa hưởng từ gene trội của người cha.

- Cách hắt hơi

Nhiều người trong chúng ta biết ít nhất một người hắt hơi không kiểm soát khi nhìn chằm chằm vào mặt trời hoặc các nguồn sáng khác. Chà, đây là một đặc điểm di truyền khác mà người cha chịu trách nhiệm. Tình trạng này được gọi là hội chứng Achoo và có nhiều khả năng di truyền từ phía người cha.

- Mái tóc

Theo các nhà khoa học, độ dày của tóc có liên quan rất nhiều đến gene của người cha. Tuy nhiên, so với con gái, con trai có nhiều khả năng thừa hưởng gene quyết định lượng tóc từ bố hơn. Theo nhiều nghiên cứu cho thấy nếu bố bị rụng tóc nặng thì 70% khả năng sẽ di truyền bệnh rụng tóc cho con trai sau này, nhưng nếu là con gái thì xác suất giảm đi rất nhiều, chỉ khoảng 15%. ■



Môn thể thao 'lạ kỳ' được chuyên gia Harvard hết lời khen ngợi về lợi ích: Nhiều người chưa biết để chơi

Chuyên gia của trường Y Harvard cho biết pickleball là một môn thể thao mới lạ, có thể đem lại nhiều lợi ích sức khỏe.

Pickleball được đánh giá là môn thể thao phát triển nhanh nhất ở Hoa Kỳ, đặc biệt là đối với những người cao tuổi, theo Báo cáo của Hiệp hội Công nghiệp Thể thao & Thể hình năm 2023.

Môn pickleball là sự kết hợp giữa các yếu tố của môn quần vợt, bóng bàn và cầu lông. Đây cũng là một trong những bộ môn giúp rèn luyện cơ thể, giữ gìn sức khỏe thể chất và giúp cơ bắp săn chắc.

Pickleball sử dụng vợt bóng bàn và một quả bóng nhựa có kích cỡ gần bằng quả bóng golf nhưng được làm bằng nhựa, rỗng ruột và có nhiều lỗ trên bề mặt. Người chơi sẽ chơi pickleball ở trên một sân quần vợt có kích cỡ nhỏ hơn so với sân tennis thông thường và có mặt lưới thấp.

Một nghiên cứu được thực hiện vào tháng 10 chỉ ra rằng chơi pickleball có thể giúp người chơi đạt được nhịp tim ở vùng nhịp tim khi hoạt động với cường độ vừa phải hoặc mạnh. Điều này cũng giúp người chơi môn pickleball cải thiện sức khỏe tim mạch.



Dụng cụ để chơi môn pickleball

Vùng nhịp tim là một trong những cách để đánh giá cường độ tập luyện vì trung bình tim sẽ đập nhanh hơn khi hoạt động thể chất.

Để sử dụng phương pháp này, trước tiên mọi người cần đo nhịp tim tối đa (giới hạn mà hệ thống tim mạch có thể xử lý trong quá trình hoạt động thể chất). Nhịp tim tối đa = $208 - (\text{tuổi} \times 0,7)$.

Vùng nhịp tim khi tập luyện với cường độ vừa phải = 50-70% nhịp tim tối đa; Vùng nhịp tim khi tập luyện với cường độ mạnh = 70%-85% nhịp tim tối đa.

Tác giả chính của nghiên cứu, giáo sư y khoa, bác sĩ tim mạch Calum MacRae tại trường Y Harvard cho biết: “Dữ liệu nghiên cứu cho thấy duy trì nhịp tim ở vùng nhịp tim khi tập luyện với cường độ vừa phải có liên quan đến việc cải thiện

tình trạng kháng insulin và chỉ số VO2 max (là chỉ số đo lường khả năng hấp thụ oxy tối đa của cơ thể trong khi tập luyện. Chỉ số này phản ánh mức độ dẻo dai, sức bền và giúp đánh giá sức khỏe của hệ thống tim mạch, hô hấp)”.

GS Calum cũng cho biết môn pickleball có thể đem lại nhiều lợi ích cho sức khỏe hơn so với các bài tập thể dục thông thường.

Ba lợi ích bất ngờ của môn Pickleball

1. Cải thiện chức năng nhận thức

“Một số bài tập nhất định, bao gồm cả pickleball có thể giúp tăng cường chức năng nhận thức”, GS Calum chia sẻ với trang CNBC. Chuyên gia cũng cho biết thêm rằng thường xuyên tập luyện pickleball có thể giúp cải thiện trí nhớ cũng như làm giảm nguy cơ mắc suy giảm nhận thức.

2. Giúp bạn bớt cô đơn

Theo bác sĩ Vivek Murthy, giám đốc của U.S. Surgeon General - cơ quan y tế cộng đồng của Mỹ, cô đơn có thể đem đến tác hại tương đương với việc hút tới 15 điếu thuốc mỗi ngày. Tuy nhiên, môn thể thao pickleball lại là nơi để người chơi gặp gỡ, trò chuyện và kết nối với những người khác.

“Tham gia môn thể thao pickleball có thể giúp tăng tương tác với người khác trong lúc hoạt động thể chất, từ đó giúp giảm căng thẳng hiệu quả, tăng chỉ số hạnh phúc và giảm bớt sự cô đơn”, chuyên gia Calum giải thích.

Đối với những người chơi pickleball từ 70 tuổi trở lên, tăng tương tác xã hội với những người khác dường như trở thành ưu tiên lớn nhất của môn thể thao Pickleball.

3. Giúp cơ thể tiếp xúc nhiều hơn với môi trường bên ngoài

“Tôi nghĩ một trong những điều mà hiện nay chúng ta đang đánh giá thấp là lợi ích của việc tiếp xúc với không gian ngoài trời. Tuy nhiên, việc tiếp xúc thường xuyên với không gian ngoài trời, tận hưởng ánh nắng mặt trời lại có thể đem đến lợi ích cho giấc ngủ, giúp điều chỉnh chu kỳ giấc ngủ và có thể cải thiện chất lượng giấc ngủ. Điều này có thể gián tiếp tác động đến sức khỏe tinh thần”, GS Calum chia sẻ.

Đĩ nhiên, môn thể thao pickleball có thể mang lại lợi ích này vì các sân chơi pickleball thường ở ngoài trời.

Một số lợi ích khác

Ngoài những lợi ích kể trên, môn thể thao pickleball cũng được ví như một bài tập tốt cho sức khỏe tim mạch.

Trên thực tế, một nghiên cứu đã chỉ ra rằng những người chơi pickleball 3 lần/tuần, mỗi lần kéo dài 1 tiếng và chơi liên tục trong 6 tuần đã cải thiện đáng kể về mức cholesterol, huyết áp cũng như sức khỏe tim mạch.

Trong khi đó, một nghiên cứu khác cho thấy chơi pickleball có thể có tác động đến sức khỏe của bạn nhiều hơn so với đi bộ.

Các nhà nghiên cứu phát hiện ra rằng những người trong độ tuổi trung niên chơi pickleball trong 30 phút đã đốt cháy lượng calo nhiều hơn 40% so với khi họ đi bộ 30 phút. ■

Phát hiện “nhân tố X” giúp giảm ăn muối

Mới đây, các nhà khoa học Mỹ thông báo đã phát hiện ra tế bào thần kinh đặc biệt ở phía sau não điều chỉnh cơn thèm ăn muối.

“Sự thèm natri (muối ăn) và khả năng dung nạp muối được các loại tế bào thần kinh hoàn toàn khác nhau kiểm soát”, ông Yuki Oka, tác giả nghiên cứu và là giáo sư sinh học tại Viện Công nghệ California (Caltech - Mỹ), báo cáo trên tạp chí Cell.

Ông giải thích: cơ thể điều chỉnh tỉ mỉ nồng độ natri trong máu để duy trì chúng trong phạm vi hẹp từ 135 - 145 milimol. Điều này được thực hiện thông qua việc kiểm soát chính xác lượng muối tiêu thụ và giữ lại. Để giữ mức natri được cân bằng chính xác, não phải kiểm soát cả sự “yêu thích” và “ác cảm” với muối.



Năm 2019, các nhà nghiên cứu trong phòng thí nghiệm của ông Oka đã tìm ra tế bào thần kinh thúc đẩy cảm giác thèm muối ở chuột. Các tế bào thần kinh “thèm muối” này nằm ở đáy hộp sọ, trong vùng được gọi là não sau. Tuy nhiên, cơ chế điều chỉnh khả năng chịu mặn vẫn chưa được giải đáp. Mới đây, nhóm của giáo sư Oka phát hiện những tế bào thần kinh “ác cảm” với muối nằm ở não trước, cách xa và hoạt động độc lập với các tế bào thần kinh “thèm muối”.

Nghiên cứu cũng tìm thấy bằng chứng cho thấy các tế bào này phản ứng với những chất giống hormone gọi là prostaglandin. Những chất này lưu thông trong máu, được biết đến nhiều nhất với vai trò gây viêm, sốt và đau.

Phát hiện mới trên có thể giúp phát triển loại thuốc prostaglandin giúp ngăn mọi người ăn quá nhiều muối.

Bà Nirupa Chaudhari, giáo sư sinh lý học và sinh học tại Trường Y Miller thuộc Đại học Miami (Mỹ), cho biết phát hiện này có ý nghĩa về mặt sức khỏe, vì ăn muối là một “vấn đề lớn” ở nhiều quốc gia, trong đó có Mỹ.

Trên thực tế, việc cung cấp đủ lượng muối cho cơ thể rất quan trọng, đến nỗi các tế bào thần kinh trong não phải làm việc chăm chỉ để đảm bảo rằng cơ thể nhận được lượng muối cần thiết.

Tuy nhiên, ăn quá nhiều muối có thể gây ra huyết áp cao và làm tăng nguy cơ mắc bệnh tim và đột quỵ. ■

SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

Món ăn 'nhỏ nhưng có võ', giúp tăng năng lượng, sức khỏe trí não, thậm chí thay thế được cà phê

Mới đây, một cô gái đã chia sẻ về trải nghiệm bỏ cà phê của mình. Trong quá trình tìm đồ ăn thay thế cà phê, cô đã phát hiện một món vừa giúp tăng năng lượng, vừa tốt cho trí não.

Chuyện gì xảy ra sau khi bỏ cà phê?

Diana Buntajova, nữ phóng viên của tờ Express (Anh), mới đây chia sẻ về trải nghiệm từ bỏ cà phê của mình.

Diana kể hồi tháng 2 năm nay, cô phát hiện mình bị thiếu sắt, khiến cơ thể mệt mỏi. Ngoài ra, cô cũng phát hiện bị viêm loét đường ruột nên không được uống cà phê hay trà đen hoặc trà xanh.

“Lúc đầu, việc cai trà và cà phê dường như là nhiệm vụ bất khả thi”, Diana kể. “Tôi đã hy vọng rằng một khi tôi chuyển sang chế độ ăn dựa trên thực vật, được chế biến tối thiểu, tôi sẽ cảm thấy tràn đầy năng lượng hơn một chút”.

“Và sự thật đúng là như vậy. Nhưng đến buổi chiều, tôi vẫn uể oải, năng lượng cạn kiệt”.

Đó là lúc Diana thường đứng dậy và đi đến chỗ ấm đun nước, tự pha cho mình một đồ uống nóng để tiếp thêm năng lượng. Nhưng vì không được uống cà phê hay trà, cô đã phải tìm lựa chọn thay thế.

Phát hiện thứ thay thế tuyệt vời cho cà phê

“Tôi biết trà xanh hay matcha sẽ không khiến tôi quá khó chịu. Nhưng một lựa chọn khác có chứa một chút caffeine là sô cô la đen - một ứng cử viên sáng giá”.

Sau này, Diana phát hiện thêm rằng sô cô la đen cũng chứa nhiều magiê, chất có thể tăng cường sức mạnh não bộ. Khi đó, cô mới quyết định ăn một đến hai miếng sô cô la đen vào buổi chiều. “Thật ngạc nhiên, nó đã có tác dụng”, nữ phóng viên kể.

“Mặc dù sô cô la đen không mang lại nguồn năng lượng tức thì như cà phê, nhưng tôi thấy rằng nó dần dần khiến tôi cảm thấy tràn đầy năng lượng hơn một chút trong suốt buổi chiều. Thêm vào đó, món ăn này mang lại cảm giác tốt hơn nhiều so với việc không ăn uống gì cả”.

“Mặc dù sô cô la đen không mang lại nguồn năng lượng tức thì như cà phê, nhưng tôi thấy rằng nó dần dần khiến tôi cảm thấy tràn đầy năng lượng hơn một chút”, Diana kể.

Theo Laura Southern, nhà trị liệu dinh dưỡng tại Bệnh viện Phụ khoa London, Anh, lý do khiến sô cô la đen có vẻ hiệu quả với Diana là do hàm lượng chất chống oxy hóa có thể giúp giảm viêm và tăng cường chức năng não. Thực tế là sô cô la cũng chứa một lượng nhỏ caffeine.

Southern nói với Diana: “Sô cô la có chứa caffeine là chất kích thích và có thể làm tăng sự tập trung, tỉnh táo và do đó tăng mức năng lượng”.

Cuối cùng nhưng không kém phần quan trọng, món ăn nhẹ này còn giàu magie giúp tạo điều kiện giao tiếp giữa các tế bào não - thứ mà Diana chắc chắn cần vào buổi chiều. Điều này có thể góp phần cải thiện chức năng nhận thức, điều chỉnh tâm trạng và thậm chí giảm căng thẳng.

“Trong chín tháng ăn sô cô la đen, tôi nhận thấy trí não của tôi hoạt động tốt hơn một chút”, Diana nói.

Vì sao ăn sô cô la đen giúp cơ thể tỉnh táo?

Christianne Wolff, tác giả sách bán chạy nhất về dinh dưỡng và công thức nấu ăn, cũng chia sẻ rằng sô cô la đen có thể là “một sự thay thế hợp lý” cho những ai đang tìm kiếm một lựa chọn thay thế cà phê.

Chuyên gia cho biết: “Sô cô la đen chứa một lượng caffeine vừa phải, giúp tăng cường năng lượng một cách tinh tế mà không gây cảm giác bồn chồn giống như khi tiêu thụ quá nhiều cà phê. Hơn nữa, theobromine trong sô cô la mang lại sự tăng cường năng lượng mượt mà, lâu dài hơn”.

“Mặc dù nó có thể không thay thế hoàn toàn cốc cà phê buổi sáng của bạn, nhưng việc kết hợp sô cô la đen vào thói quen ăn uống có thể là một lựa chọn tốt và ngon miệng để cắt giảm lượng cà phê”.

Nếu bạn muốn thử, có hai quy tắc đơn giản:
- Nên chọn sô cô la có hàm lượng đường tối thiểu.

- Nên chọn sô cô la có hàm lượng cacao 70% trở lên. Tỷ lệ cao cao hơn thường có nghĩa là hàm lượng đường thấp hơn và nhiều lợi ích sức khỏe hơn.

Diana kể: “Tôi bắt đầu ở mức 60% trong tuần đầu tiên và tăng dần lên 85% trong một tháng. Đối với việc kiểm soát khẩu phần ăn, hãy nhớ rằng sô cô la đen vẫn là một món ăn, do đó, ăn uống điều độ vẫn là điều quan trọng”.

Chuyên gia Southern nói thêm: “Một vài miếng sô cô la ngay sau bữa trưa có thể là một ý tưởng tuyệt vời”.

Hệ thống đo nhịp tim từ xa nhờ chiếu laser vào cổ

Hệ thống mới sử dụng camera tốc độ cao kết hợp với trí tuệ nhân tạo để theo dõi nhịp tim của bệnh nhân và phát hiện những bất thường.

Các nhà khoa học tại Đại học Glasgow, Scotland, phát triển hệ thống camera laser giúp đo nhịp tim của một người từ xa và xác định những dấu hiệu cho thấy người này có thể đang mắc các bệnh về tim mạch.

Hệ thống mới sử dụng công nghệ lượng tử và trí tuệ nhân tạo (AI), có thể thay đổi cách con người theo dõi sức khỏe, Guardian hôm 3/12 đưa tin.

“Hệ thống có thể đặt trong các cabin ở trung tâm thương mại, nơi mọi người sẽ được kiểm

tra nhanh nhịp tim, sau đó bổ sung dữ liệu vào hồ sơ y tế trực tuyến của họ. Ngoài ra, máy theo dõi nhịp tim bằng laser có thể được lắp đặt trong nhà như một phần của hệ thống theo dõi nhiều thông số sức khỏe khác nhau”, Daniele Faccio, giáo sư tại Trung tâm Nghiên cứu Tiên tiến thuộc Đại học Glasgow, cho biết.

Faccio nói thêm, việc theo dõi nhịp tim từ xa đặc biệt hữu ích vì những bất thường, bao gồm tiếng thổi hoặc nhịp tim quá nhanh hay quá chậm, giúp cảnh báo bệnh nhân có nguy cơ đột quỵ hoặc ngừng tim.



Một bệnh nhân được theo dõi tại bệnh viện Queen Elizabeth ở Greenwich

Hiện tại, bác sĩ sử dụng ống nghe để theo dõi nhịp tim. “Cần trải qua đào tạo để sử dụng ống nghe đúng cách. Việc ấn quá mạnh vào ngực bệnh nhân sẽ làm giảm tín hiệu nhịp tim. Đồng thời, cách này có thể khó phát hiện các tiếng thổi ở tim, vốn cung cấp những dấu hiệu quan trọng cho các khiếm khuyết, phát ra phía sau nhịp tim chính”, Faccio giải thích.

Hệ thống do nhóm Faccio phát triển gồm camera tốc độ cao với khả năng ghi hình ở tốc độ 2.000 khung hình mỗi giây.

Một chùm tia laser chiếu lên da cổ bệnh nhân và phản xạ lại được sử dụng để đo lường chính xác mức độ da phồng lên xẹp xuống do động mạch chính giãn ra và co lại khi máu chảy qua. Những thay đổi này bao gồm cả sự dịch chuyển chỉ vài phần tỷ mét.

“Chúng tôi sử dụng hệ thống điện toán tiên tiến để lọc bỏ mọi thứ trừ những rung động do nhịp tim người gây ra, dù những rung động này là tín hiệu yếu hơn nhiều so với những tiếng động khác phát ra từ ngực. Chúng tôi biết phạm vi tần số của nhịp tim người, và AI sẽ tập trung vào đó”, Faccio nói.

Nhóm của Faccio hy vọng hệ thống mới sẵn sàng để sử dụng vào năm tới. “Hệ thống này rất chính xác. Kể cả khi bạn ở chung nhà với 10 người, nó vẫn có thể phân biệt bạn với những người khác bằng cách chiếu laser lên cổ và phân tích nhịp tim của bạn từ những gì phản xạ lại. Thực tế, một công dụng khác của hệ thống là nhận dạng sinh trắc học. Nhưng mục đích sử dụng chính của công nghệ mới sẽ là đo nhịp tim nhanh chóng, dễ dàng, ở ngoài bệnh viện hay các phòng khám đa khoa. Lợi ích thu được có thể rất lớn”, ông cho biết. ■



Ảo vọng tìm kiếm thuốc trường sinh bất tử

Thuốc trường sinh bất tử, hay thuốc trường sinh bất lão, là một loại vật chất huyền bí có thể giúp con người đạt được sự sống vĩnh cửu.



Các nền văn minh trong lịch sử loài người có những dạng thức khác nhau của loại thuốc đặc biệt này, nhưng phần lớn chúng chỉ tồn tại trong truyền thuyết hoặc huyền thoại.

Thuốc trường sinh bất tử trong các nền văn hóa

Thuốc trường sinh bất tử xuất hiện trong nhiều nền văn hóa trên thế giới. Ví dụ, người Hy Lạp cổ đại gọi loại vật chất này là “ambrosia”, hay “rượu ngon của các vị thần”. Họ tin rằng các vị thần trở nên bất tử bằng cách uống ambrosia.

Một chất tương tự mang tên “amrita” được tìm thấy trong thần thoại Ấn Độ giáo, đặc biệt là trong câu chuyện Khuấy Biển Sữa (Churning of the Ocean of Milk). Amrita là thứ cuối cùng trong số 14 báu vật trời lên khỏi mặt nước do nước biển bị khuấy trộn.

Theo truyền thuyết về vua Arthurian, những người uống nước trong Chén Thánh – chiếc cốc mà Chúa Jesus dùng trong bữa ăn tối cuối cùng trước khi qua đời – sẽ bất tử.

Các nhà giả kim thuật sống trong thời kỳ Trung cổ cũng tìm cách chế tạo thuốc trường sinh bất tử, và người duy nhất thành công theo lời đồn là nhà giả kim bậc thầy Nicolas Flamel [mặc dù không ai xác thực điều này].

Ở các ví dụ trên, thuốc trường sinh bất tử chỉ giới hạn trong phạm vi của những câu chuyện huyền thoại và truyền thuyết, nằm ngoài tầm với của con người.

Tuy nhiên trong lịch sử Trung Quốc, nhiều hoàng đế, quý tộc và quan lại đã sử dụng thuốc trường sinh bất tử với hy vọng sống mãi mãi. Nhưng trái với sự mong đợi, các loại thuốc mà họ uống thường rút ngắn tuổi thọ, thậm chí gây ra cái chết do thành phần của thuốc chứa những chất cực độc.

Những lý thuyết nền tảng về thuốc trường sinh bất tử ở Trung Quốc bắt nguồn từ hai nhánh của giả kim thuật Đạo giáo bao gồm Neidan và

Waidan.

Neidan đề cập đến các học thuyết, cũng như thực hành về thể chất, tinh thần và tâm linh, sử dụng chính cơ thể con người để đạt được sự bất tử. Neidan gồm có thiên Đạo giáo, các bài tập sinh lý, đặc biệt là thở và chế độ ăn uống.

Ngược lại, Waidan tập trung vào việc điều chế thuốc trường sinh bất tử bằng cách trộn các hóa chất với nhau. Waidan chia thành hai phương pháp. Phương pháp đầu tiên liên quan đến quá trình tinh chế, trộn lẫn thủy ngân với chì – hai nguyên tố hóa học được cho là đại diện của Âm (Yin) và Dương (Yang).

Phương pháp thứ hai là sự kết hợp thủy ngân [đại diện cho Âm] có trong khoáng vật chu sa với lưu huỳnh [đại diện cho Dương].

Tuy nhiên, thủy ngân và chì đều là hóa chất có độc tính cao nên những người tiếp xúc với chúng sẽ ảnh hưởng xấu đến sức khỏe. Các triệu chứng ngộ độc thủy ngân ở người lớn bao gồm khó nghe và nói, yếu cơ, thay đổi thị lực.

Trong khi đó, ngộ độc chì làm giảm trí nhớ hoặc sự tập trung, rối loạn tâm trạng, đau đầu, đau khớp, đau cơ. Nồng độ lớn của thủy ngân hoặc chì gây tổn thương vĩnh viễn cho thận và hệ thần kinh, cuối cùng dẫn đến tử vong.

Mặc dù nhánh giả kim thuật Waidan thường liên quan đến thủy ngân, chì và lưu huỳnh, nhưng các chất khác cũng được dùng để tạo ra thuốc trường sinh bất tử.

Trước đây, các nhà khảo cổ phát hiện một chiếc bình cổ bằng đồng ở Lạc Dương, một thành phố của tỉnh Hà Nam, Trung Quốc. Chiếc bình nằm trong ngôi mộ của một gia đình quý tộc có niên đại từ thời Tây Hán [kéo dài từ năm 202 trước Công nguyên đến năm 8 sau Công nguyên].

Theo báo cáo, chiếc bình chứa khoảng 3,5 lít chất lỏng. Ban đầu các nhà nghiên cứu nghĩ rằng đây là một bình rượu vì chất lỏng tỏa ra có mùi hương giống rượu.

Nhưng khi mang chất lỏng đến phòng thí nghiệm phân tích, họ nhận thấy nó bao gồm chủ yếu là kali nitrat và alunite. Các nhà khảo cổ học kết luận rằng, chất lỏng trong bình có thể là thuốc trường sinh bất tử huyền thoại mà người xưa tạo ra, giống những gì được ghi chép trong một số tài liệu cổ của Đạo giáo.

Đây là một khám phá quan trọng, vì nó là bằng chứng khảo cổ học đầu tiên về thuốc trường sinh bất tử ở Trung Quốc – dù loại thuốc này không thực sự mang lại hiệu quả như mong đợi. Giống như chì và thủy ngân, kali nitrat cũng là một chất độc hại. Những người tiếp xúc với nồng độ kali nitrat cao có thể dẫn đến đau đầu, mệt mỏi, chóng mặt, khó thở, thậm chí tử vong.

Cuộc sống bất diệt có đáng để mạo hiểm?

Trường hợp tử vong nổi tiếng nhất do ngộ độc thuốc trường sinh bất tử là Tần Thủy Hoàng, hoàng đế đầu tiên thống nhất Trung Hoa.

Các nhà khảo cổ đã từng phát hiện một bộ

thẻ gỗ cổ tại tỉnh Hồ Nam ghi chép mệnh lệnh của Tần Thủy Hoàng, yêu cầu tìm kiếm phương thuốc trường sinh bất lão trên khắp cả nước cùng tấu số phản hồi từ các quan lại địa phương.

Một trong những loại thuốc mà Tần Thủy Hoàng sử dụng thực chất là chất độc thủy ngân, và đây có thể là nguyên nhân khiến ông thiệt mạng.

Cái chết của Tần Thủy Hoàng dường như không thể ngăn cản các hoàng đế tương lai tìm kiếm sự bất tử bằng cách thức tương tự.

Do đó, trong quá trình lịch sử lâu dài của Trung Quốc, nhiều vị hoàng đế khác đã tự gây ra cái chết cho mình thông qua theo đuổi sự bất tử. Tấn Ai Đế [người trị vì trong thập niên 360 sau Công nguyên] là một ví dụ như vậy. Ông kiêng ăn hạt ngũ cốc, đồng thời uống nhiều loại thuốc do người khác dâng tặng. Hậu quả là ông bị đầu độc, mất ý thức về những gì diễn ra xung quanh và qua đời ở tuổi 24.

Giả kim thuật Đạo giáo phát triển mạnh mẽ dưới thời nhà Đường, từ năm 618 đến 907 sau Công nguyên. Tuy nhiên, một trong những hậu quả tiêu cực mà nó mang đến là nỗi ám ảnh ngày càng tăng đối với thuốc trường sinh bất tử.

Ít nhất 6 hoàng đế của nhà Đường, cũng như nhiều học giả và quan lại đã chết vì ngộ độc “tiên dược”. Sau triều đại nhà Đường, sự phổ biến của nhánh giả kim thuật Waidan suy giảm. Thay vào đó, những người tìm kiếm sự bất tử chuyển sang thực hành theo phương pháp Neidan.

Lý Thời Trân, một danh y nổi tiếng sống trong thời nhà Minh của Trung Quốc vào thế kỷ 16, từng lên án việc tạo ra thuốc trường sinh bất tử bằng chất độc.

Trong Bản thảo cương mục (Bencao Gangmu) – tác phẩm hoàn chỉnh và toàn diện nhất của y học cổ truyền Trung Quốc – ông chỉ trích các nhà giả kim vì họ sử dụng thủy ngân trong thuốc trường sinh bất tử, nhưng ông nói rằng loại hóa chất này vẫn có thể dùng để điều trị bệnh.

Theo thời gian, niềm tin về loại tiên dược giúp con người trở nên bất tử dần chìm vào quá khứ. Các loại thuốc trường sinh bất tử được tạo ra theo phương pháp điều chế của người xưa cũng không còn được sử dụng cho đến ngày nay. ■

Vui Cười

* Chỉ tại cái chân

Hai sếp gặp nhau, một người hỏi:

- Mặt anh sao lại xây xát thế kia?

Người kia phản nản:

- Tại cái chân tôi dấy, chẳng may vấp phải hòn đá. Thế còn anh, tại sao trán sưng u lên thế kia?

- Cũng tại cái chân của tôi...

- Anh cũng bị vấp phải đá sao?

- Không, tôi để cô thư kí ngồi lên chân, thỉnh linh bà xã bắt gặp được...



SƯU TÂM & TÌM HIỂU

Những điều thú vị về Tết Dương lịch

Bạn có biết lễ hội đón chào năm mới đầu tiên đã được bắt đầu cách đây hơn 2.000 năm. Đậu đen, thịt nguội và bắp cải được xem là những đồ ăn mang lại may mắn, còn tôm hùm và thịt gà được cho rằng có thể lấy lại những điều bạn đã đánh mất trong năm cũ.

- Lễ kỷ niệm năm mới được biết đến tổ chức đầu tiên ở Mesopotamia, bắt đầu từ năm 2000 TCN. Ban đầu, người La Mã sử dụng ngày 1 tháng 3 làm ngày đầu năm mới. Còn các nền văn hoá khác đã chọn ngày thu phân hoặc đông chí để đánh dấu một năm mới đến.

- Năm 1582, lịch Gregorian ra đời đánh dấu ngày 1 tháng 1 là ngày đầu tiên của năm mới và được Giáo hội Công giáo La Mã thông qua. Julius Caesar là người đầu tiên tuyên bố năm mới sẽ bắt đầu từ ngày này. Ông đặt tên tháng đầu tiên là Janus (January), theo tên một vị thần của những cánh cửa theo truyện La Mã. Đây là vị thần có hai khuôn mặt, một mặt nhìn về phía trước và một mặt nhìn về phía sau.

- Năm mới là thời điểm mà nhiều người theo truyền thống đã đưa ra những giải pháp để phá vỡ những thói quen xấu và bắt đầu những thói quen tốt. Người Ba Tư cổ đại có phong tục tặng quà năm mới bằng trứng để biểu tượng cho sự sinh sôi và phát triển.

- Bật rượu Champagnes vào lúc nửa đêm là một hoạt động chính trong đêm giao thừa năm mới tại hầu hết các nước trên thế giới, cho dù tại các nhà hàng hay ở tại nhà.

- Theo văn hóa dân gian của Anh và Đức, người đầu tiên đi qua mặt bạn trong năm mới sẽ ảnh hưởng rất lớn đến vận hạn trong năm sau. Điều này khá thân thuộc với văn hóa Á Đông.



- Đậu đen, thịt nguội và bắp cải được coi là những đồ ăn mang lại may mắn nếu bạn ăn chúng vào đúng thời khắc giao thừa, bởi chúng sẽ mang lại tiền bạc trong năm mới.

Trong đó, đậu đen được ưa thích nhất vì trông chúng giống những đồng xu. Nhiều vùng ở Hoa Kỳ có truyền thống ăn đậu đen vào ngày đầu năm mới để cầu mong sự may mắn. Tôm hùm và thịt gà lại được cho rằng có thể lấy lại những điều

bạn trót đánh mất trong năm ngoái bởi tôm hùm có thể bơi giết lùi còn gà khi tìm thức ăn thường bơi ra sau.

- Bài hát mừng năm mới truyền thống ở Anh có tên là "Auld Lang Syne", có nghĩa là "Thời gian trôi qua", là ca khúc chúc mừng năm mới nổi tiếng nhất mọi thời đại. Đây là một bài hát cổ, có lịch sử hơn 200 năm và được người dân nhiều nước hát bài này vào đêm giao thừa, được viết bởi nhà thơ Scotland Robert Burns vào năm 1788.

Mặc dù không nhiều người hiểu hết các từ của bài hát nhưng thông điệp chung là nhắc nhở mọi người yêu thương người thân trong gia đình, dù họ còn sống hay đã chết thì hãy giữ hình ảnh của họ trong tim.

- Lễ hội pháo hoa chào đón năm mới đầu tiên được tổ chức trên đỉnh quảng trường One Time Square (Mỹ) vào năm 1904 bởi tờ New York Times để khánh thành trụ sở mới của họ ở đây và để đổi tên Longacre Square thành Times Square.

Sau đó, vào đêm 31/12/1907, người ta thay đổi cách thức chào đón năm mới bằng cách hạ quả cầu pha lê và bắn hoa giấy ở Time Square vào đúng thời khắc giao thừa lần đầu tiên được tổ chức sau khi lệnh cấm bắn pháo hoa được ban ra.

Quả cầu ban đầu nặng 700 pound (hơn 300 kg) và đường kính 5 feet (khoảng 1,5m), được làm bằng sắt và gỗ với có 100 bóng đèn được thắp sáng, rất khác với những gì chúng ta thấy ngày nay.

Vào năm 1942 và 1943, việc hạ quả cầu pha lê để chào đón thời khắc năm mới đến bị tạm dừng một thời gian bởi chiến tranh thế giới. Lúc này, những đám đông tụ tập tại quảng trường Time Square đã tổ chức lễ tưởng niệm 1 phút trong tiếng chuông được vang lên ở một chiếc xe tải.

Vào ngày 11/11/2008, một quả cầu mới được sử dụng thay cho quả cầu pha lê cũ. Nó được bao phủ bởi 2.688 viên pha lê, thắp sáng bởi 32.000 bóng đèn LED, nặng tới 11.875 pound (hơn 5 tấn) và có đường kính 12 feet (khoảng 3,5m). ■

Ý nghĩa nụ hôn đêm giao thừa của người châu Âu

Nếu bạn không có ai đó để trao nụ hôn, điều đó cũng không có nghĩa là bạn sẽ cô đơn hay kém may mắn suốt năm tới. Hình ảnh du khách thường gặp nhất khi đón giao thừa trên phố hay các quảng trường ở châu Âu là các đôi hôn nhau khi tiếng chuông mừng năm mới bắt đầu vang lên.

Hành động này cũng giống nhiều truyền thống khác, nó cũng có lịch sử từ lâu đời. Một số nhà sử học tin rằng, hôn nhau trong đêm giao thừa có nguồn gốc từ thời La Mã cổ đại. Khi đó, người La Mã đã biết cách tiệc tùng và tổ chức một lễ kỷ niệm lớn hàng năm với tên gọi Lễ hội Saturnalia, theo *Bussiness Insider*.

Trong lễ hội này, những người tham gia đã có những hành động thân mật với nhau và nụ hôn là điều tất yếu. Qua năm tháng, truyền thống trao nhau nụ hôn được nhiều nước châu Âu chất lọc và

giữ gìn.

Và lễ hội Saturnalia cũng giải thích lý do hôn nhau dưới gốc cây tâm gửi. Thời Hy Lạp cổ đại, để ăn mừng trong các buổi lễ hội, mọi người sẽ hôn nhau dưới những cây ký sinh. Người dân tin rằng, những cái cây này liên quan đến vấn đề sinh sản. Còn với người La Mã, họ sẽ hòa giải với kẻ thù dưới cây tâm gửi, thể hiện sự hòa bình.



Vào thời Phục hưng, các lễ hội hóa trang đã trở nên phổ biến khắp châu Âu. Vào nửa đêm, mọi người sẽ tháo mặt nạ ra và trao nhau những nụ hôn với ý nghĩa thanh lọc tâm hồn, xua đuổi những cái ác. Do đó, việc hôn nhau đêm giao thừa còn mang ý nghĩa là bắt đầu năm mới với sự tinh khôi, sạch sẽ.

Đối với người Anh và Đức, họ tin rằng một nụ hôn vào lúc nửa đêm sẽ khiến tình yêu của họ thêm lãng mạn và tránh một năm cô đơn phía trước.

Với những du khách còn độc thân và lo lắng không có ai hôn trong Giao thừa, Scotland sẽ là lựa chọn hàng đầu.

Trong lễ Hogmanay, lễ mừng năm mới của người Scotland, mọi người sẽ lần lượt tặng nhau một nụ hôn. Hành động này thể hiện sự kết nối tình bạn với người lạ, và giúp những người độc thân cảm thấy vui vẻ hơn. ■

Vui Cười

Xe hơi chưa đủ tuổi đi chơi khuya

Jack vô cùng hào hứng khi đón Tết năm 18 tuổi, vì điều đó đồng nghĩa với việc cậu có quyền đi xem pháo hoa qua khỏi giờ giới nghiêm của gia đình.

Ngay sau khi buổi tiệc tất niên kết thúc, Jack chạy đến nói với bố:

- Bố, năm nay con đã chính thức 18 tuổi rồi. Điều đó có nghĩa là con không cần phải về nhà trước 23 giờ phải không ạ?

- Dĩ nhiên rồi con trai - Người bố trả lời một cách khá miễn cưỡng.

- Vậy tối nay con sẽ đi xem bắn pháo hoa trong thị trấn và có thể con sẽ về rất khuya, bố không cần đợi con đâu nhé!

Ông bố ôn tồn trả lời:

- Được thôi, nhưng bố muốn nói với con một điều. Con thì đã đủ 18 tuổi để đi chơi khuya nhưng chiếc xe hơi của chúng ta vẫn chưa đủ tuổi, và nó cần có mặt ở gara trước 23 giờ...



Đón năm mới theo cách của người Scotland

Ít có quốc gia nào trên thế giới ăn mừng năm mới với nhiều niềm vui, đam mê như Scotland. Lễ hội Hogmanay không lồ bao trùm đất nước này vào dịp năm mới đã trở thành thời khắc đầy niềm vui mà bất kỳ ai cũng mơ một lần được trải nghiệm.



Thành phố Edinburgh rực rỡ trong đêm giao thừa

Lễ rước đuốc theo kiểu Viking

Hogmanay là lễ hội đón năm mới của người Scotland, kéo dài từ ngày 30-12 đến ngày 2-1 hằng năm. Nguồn gốc bắt nguồn từ lễ kỷ niệm ngày Đông chí của người Viking cổ xưa với những bữa tiệc hoang dã vào cuối tháng 12.

Lễ hội này được tổ chức trên khắp đất nước Scotland với những nghi lễ khác nhau nhưng đều vô cùng nồng nhiệt, khó quên với những ai từng một lần được tham dự. Năm 2004, lễ hội Hogmanay được ghi vào Sách kỷ lục Guinness là bữa tiệc năm mới lớn nhất của Vương quốc Anh, với 400.000 người tham dự.

Hogmanay bao gồm khá nhiều nghi lễ truyền thống và thật thú vị. Trong đó, nổi bật nhất là lễ rước lửa vào đêm 30-12. Ở Scotland, lễ đón năm mới được tiến hành với hàng nghìn người cầm đuốc tham gia sự kiện Up Helly Aa Vikings. Đây một loại lễ hội lửa được tổ chức hằng năm - từ tháng 1 đến tháng 3 - tại nhiều cộng đồng khác nhau ở Shetland, Scotland để đánh dấu sự kết thúc của mùa đông.

Các đội tham gia rước lửa sẽ mặc trang phục đóng giả người Viking cổ xưa, giúp bạn cảm thấy như đang quay ngược thời gian, trở về không khí những bữa tiệc của người Viking cách đây rất lâu. Lễ rước đuốc ở Edinburgh được miêu tả là mê hoặc nhất bởi dù ở bất kỳ địa điểm nào bạn cũng có thể thấy thành phố ngập tràn trong ánh lửa của những ngọn đuốc.

Đừng ngần ngại mua một ngọn đuốc và trở thành một phần của “dòng sông ánh sáng” chảy qua thành phố Edinburgh. Sau lễ rước đuốc là bữa tiệc đường phố diễn ra dọc theo phố Princes với sự tham gia của nhiều nghệ sĩ đường phố, DJ, ban nhạc... Đúng vào thời khắc giao thừa, mọi người cùng nhau ngắm pháo hoa thấp sáng bầu trời một cách ngoạn mục và lâu đài Edinburgh giống như

bước ra từ câu chuyện cổ tích nguy nga tráng lệ.

Những nghi thức cổ xưa

Trong lễ đón năm mới Hogmanay, có một số truyền thống mang hơi hướng tâm linh cổ xưa vẫn còn được duy trì đến ngày nay, đặc biệt là trong các cộng đồng lâu đời ở cao nguyên và quần đảo Scotland. Chẳng hạn, vào trước nửa đêm cuối cùng của năm cũ, mọi người sẽ phải hoàn thành việc dọn dẹp nhà cửa, giải quyết xong nợ nần năm trước để nghỉ ngơi đón một cái tết vui tươi, tránh những điều xấu của năm cũ còn rơi rớt lại.

Khi tiếng chuông báo hiệu giao thừa vang lên, mọi người sẽ cùng nhau hát ca khúc truyền thống “Auld Lang Syne”. Đây là bài hát chia tay năm cũ do Robert Burns sáng tác năm 1788 nhưng đã trở nên quen thuộc như một bài dân ca. Bài hát này được biết đến ở nhiều quốc gia với những phiên bản khác nhau.

Vào ngày đầu tiên của năm mới, người Scotland rất coi trọng việc ai là người đầu tiên bước chân vào nhà bạn (xông nhà). Bạn bè và những người thân trong gia đình đến nhà nhau để chúc tết với những món quà trên tay.

Người đầu tiên bước vào cửa sẽ tặng chủ nhà món quà tặng có ý nghĩa tượng trưng cho một lời chúc mừng năm mới. Những món quà thường được lựa chọn có thể là một đồng xu (tượng trưng cho sự giàu có), than đá (tượng trưng cho sự ấm áp), bánh mì (tượng trưng cho sự no đủ) hoặc rượu whisky (tượng trưng cho sự vui vẻ).

Sau khi vào nhà, họ sẽ ném than vào lò sưởi, đặt bánh mì trên bàn, rót rượu mời chủ nhà và gửi lời chúc mừng năm mới tới các thành viên trong gia đình. Người xông nhà sẽ vào nhà bằng cửa trước rồi ra khỏi nhà bằng cửa sau. Và đặc biệt hơn, nếu như trong ngày đầu năm bạn được một người đàn ông tóc đen cao lớn (tượng trưng cho người Viking cổ) xông nhà thì đó là một điều cực kỳ may mắn.

Trên nền chung đó, ở mỗi địa phương lại có cách tổ chức nghi lễ đón năm mới biến thể một chút, chẳng hạn họ có thể thay việc rước đuốc bằng rước quả cầu lửa, hay thực hiện nghi lễ đốt những đồng lửa lớn để xua đuổi tà ma và những điều xấu trong năm cũ.

Ở Dufftown, nơi được gọi là “Thủ đô whisky mạch nha của thế giới”, sau lễ hội Hogmanay, người dân sẽ tụ tập tại quảng trường, cùng nhau chia sẻ nhiều loại rượu whisky, bánh mì và gửi tới nhau những lời chúc năm mới tốt lành. ■

Vòng quanh thế giới với những phong tục đón năm mới độc đáo

Mỗi nước có những phong tục tập quán độc đáo riêng để đón chào năm mới...

Nga: Lấy cây từ dưới hồ đóng băng

Trong 25 năm qua, hai thợ lặn Father Frost và Ice Maiden thường xuyên đến hồ Baikal, hồ

nước ngọt lớn nhất thế giới vào thời điểm hồ bị đóng băng và lấy một nhánh cây, thường là cây vân sam, cách bề mặt hơn 30 mét về trang trí.

Cho dù nhiệt độ tại Nga thường ở mức thấp hơn nhiệt độ đóng băng vào đêm giao thừa, rất nhiều người từ khắp nơi trên thế giới đều có mặt để tham gia phong tục có một không hai này. Đặc biệt, vào ngày năm mới, người dân Nga có thói quen viết những mong ước của mình lên một tờ giấy, sau đó họ sẽ dùng nến đốt chúng, pha tro vào rượu champagne ăn mừng.

Brazil: Ném hoa xuống biển

Nếu tình cờ có mặt tại Brazil vào đêm giao thừa, ta sẽ thấy dưới khu vực đại dương có rất nhiều hoa và nến trắng nằm rải rác. Ở quốc gia này, người dân thường đến các bờ biển vào đêm giao thừa để dâng lễ lên Yemoja, vị thần đại dương, được cho là cai quản vùng biển, với mong muốn cầu nguyện phước lành trong năm tới.

Hy Lạp: Treo hành

Người Hy Lạp tin rằng hành tây là biểu tượng của sự tái sinh, do đó họ treo chúng trước cửa nhà với hy vọng làm ăn phát đạt trong năm tiếp theo. Văn hoá Hy Lạp từ lâu đã gắn liền hành tây với sự phát triển bền vững, do bản chất của hành tây là liên tục phát triển.

Đức: Đổ chì

Tại Đức, người dân ăn mừng giao thừa theo cách khá độc đáo. Họ sẽ tổ chức hoạt động mang tên gọi Bleigießen, hay đổ chì. Mỗi người sẽ dùng nến đốt một miếng chì hoặc thiếc nhỏ rồi đổ vào bát nước lạnh. Hình dáng của miếng thiếc hoặc chì sẽ phân nào dự đoán tương lai của người đó trong năm sắp tới.

Chile: Ăn mừng giao thừa tại nghĩa trang

Tại Chile, lễ mừng năm mới không được tổ chức tại nhà thờ mà được tổ chức tại nghĩa trang. Việc tổ chức tại đây cho phép mọi người dành thời gian bên các thành viên gia đình đã khuất và chung vui giao thừa cùng với họ.

Ireland: Đặt cây tầm gửi dưới gối

Ở Ireland, người dân có phong tục đặt một nhánh tầm gửi dưới gối trước khi đi ngủ vào ngày đầu năm mới, đặc biệt là phụ nữ với hy vọng có thể sớm tìm thấy nửa kia của cuộc đời mình.

Bang Idaho, Mỹ - Lễ hội GlowTato

Không chỉ là truyền thống kỳ lạ của người dân New York, mà bang Idaho vốn nổi tiếng với khoai tây. Vì vậy mà nơi đây đón mừng năm mới bằng cách nâng và hạ xuống mô hình một củ khoai tây khổng lồ. Đây là cách để tôn vinh nông sản của địa phương.

Ở thị trấn Boise, bang Idaho, phong tục này sẽ dùng cần câu hoặc dây kéo để treo lên và hạ xuống mô hình 1 củ khoai tây khổng lồ nặng khoảng 180 kg. Được gọi là GlowTato, mô hình được làm từ nhựa thông này do các nhà trồng khoai tây nổi tiếng của bang tạo nên. Các nghệ sĩ địa phương sẽ gắng sức để nó trông giống hệt như một củ khoai tây thật khổng lồ... ■

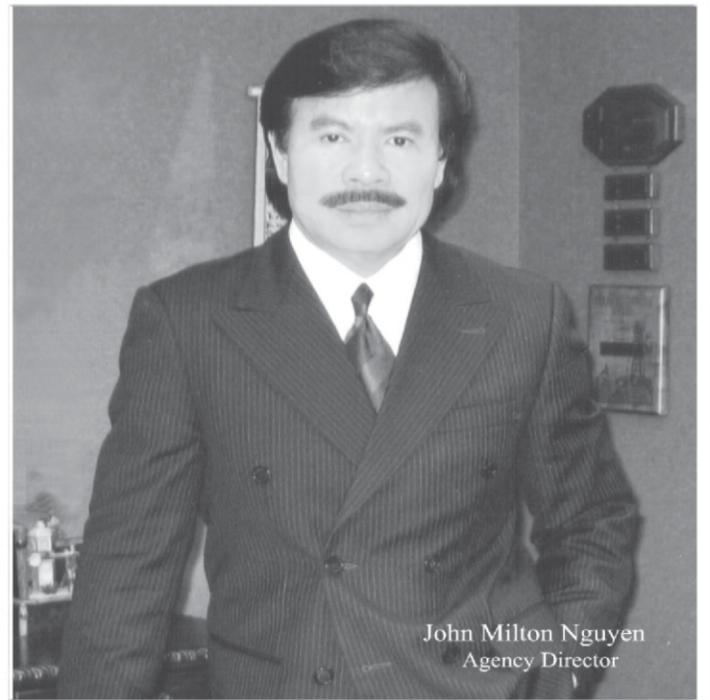
Văn phòng **BẢO HIỂM** **John Milton Nguyen**

11738 Wilcrest Dr Houston, TX 77099

281-495-3493

johnmiltoninsurance@gmail.com

Chỉ một cuộc gọi, sẽ có nhiều hãng Bảo Hiểm để chọn giá. Trong vòng vài phút, có 5 tới 7 hãng nổi tiếng, có giá ngay cho quý khách. Xin gọi ngay để tiết kiệm từ: \$200, \$300, \$400...?



John Milton Nguyen
Agency Director

Xe, Nhà, Lướt, Nhân Thọ, Sức Khỏe, Cơ Sở Thương Mại

KIM MÔN

Goldengate Restaurant Equipment Co.

Công ty chúng tôi đặc biệt chuyên sản xuất tất cả các loại Dụng Cụ về Bếp Nhà Hàng nhiều kinh nghiệm trong nhiều năm qua.

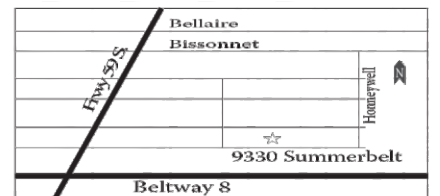
Chúng tôi cung cấp nhanh chóng, chất lượng cao và mỹ thuật vừa lòng khách hàng.

Chúng tôi cũng cung cấp Dịch Vụ Bảo Trì sau khi quý khách đã mua hàng của bốn hiệu - luôn cả lắp ráp và sửa chữa.

Hầu hết các sản phẩm của bốn hiệu đều được chấp thuận bởi State Health Department.

XUỞNG CHẾ TẠO LÒ BẾP NHÀ HÀNG

金 門 爐 頭 廠



9330 Summerbell Ln, Houston, TX 77074

Tel.: 713-228-2155 * Fax: 713-228-2156

A+ COMPUTECH LLC

* Lắp đặt hệ thống **SECURITY CAMERA**

- Xem mọi lúc mọi nơi qua computer hoặc **SMART PHONE**

* **Sửa chữa COMPUTER**

- Diệt **VIRUS** - Bảo vệ thông tin cá nhân

- **Networking**

* **WEBSITE design** cho cá nhân, cơ sở thương mại, eCommerce



FREE ESTIMATE

KHUYẾN MÃI ĐẶC BIỆT

- Tặng LED monitor và wireless mouse cho bộ 4 camera

- Tặng thêm 2 camera cho bộ 6 camera

281-652-8534

11746 Bellaire Blvd, Houston TX 77072

contact@apluscomputech.net

www.apluscomputech.net