



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](http://www.thevietnampost.com)

# THƯƠNG MAI WEEK-END

# Thương mai

## CUỐI TUẦN

## 2082

January 20, 2024

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](http://thevietnampost.com) \* E-mail: [info@thevietnampost.com](mailto: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 226 Houston, TX 77036 (713)988-0752

**Trung Tâm Dịch Vụ PACIFIC**

**KHAI THUẾ & KẾ TOÁN**  
 \* Khai thuế lợi tức cá nhân, cơ sở thương mại.  
 \* Lập hồ sơ mua bán, giữ 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 tối đa, hợp pháp, chính xác.

**DI TRÚ & 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 tiền lương, tiền tật, tiền hưu (có chuyên viên đưa đơn đi điện thân chủ trong cuộc phỏng vấn).  
 \* Khiếu nại xin tăng tiền SSI và Food Stamp (bảo đảm được mức tối đa).

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  
 ✓ Tiền 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

**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 \* lụt \* thương mại \* sức khỏe \* nhân thọ

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

CHỈ VÀI PHÚT ĐIỆN THOẠI MÀ TIẾT KIỆM THẬT NHIỀU TIỀN CHO QÚI VỊ.  
 (281)495-3493

11738 Wilcrest Dr., Houston, TX 77099  
 20 năm kinh nghiệm, trên 10 nhân viên phục vụ quý vị

**HARRY DAO INSURANCE FARMERS'**

BẢO HIỂM TỐT, GIÁ CẢ NHẸ NHÀNG  
**XE - NHÀ - THƯƠNG MẠI NHÂN THỌ - SỨC KHỎE**  
 INCOME TAX, GIẤY TỜ XE, GIẤY TICKET, DI TRÚ, 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  
 HDAA@FARMERSAGENT.COM  
 WWW.FARMERSAGENT.COM/HDAO

**TD Advisor, P.C.**  
 Certified Public Accountant

Quickbooks Accounting System Set up, Review & Training  
 Having IRS Problems or Delinquent Tax Returns Please Call TD Advisor, P.C.

**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](mailto:tudotax@yahoo.com)

**GENERAL SURGERY / VEIN CENTER**  
**TRUNG TÂM ĐIỀU TRỊ SUY GIÃN TĨNH MẠCH**

**TRIỆU CHỨNG & CÁCH ĐIỀU TRỊ GIÃN TĨNH MẠCH**

- Điều Trị Suy Giãn Tĩnh Mạch
- Điều Trị Thoát Vị
- Phẫu Thuật Túi Mật
- Phẫu Thuật Dạ Dày, Trực Tràng
- Phẫu Thuật Tuyến Giáp

**ĐIỀU TRỊ BẰNG PHƯƠNG PHÁP NỘI SOI Ổ BỤNG**

- Làm giảm đau và rút ngắn thời gian hồi phục
- Làm sẹo ít hơn sau phẫu thuật

**NHỮNG LỢI ÍCH CỦA ĐIỀU TRỊ SUY GIÃN TĨNH MẠCH**

- Gây mê cục bộ ngay tại văn phòng
- Đi lại ngay sau khi điều trị
- Không để lại sẹo hay sưng phù

**ĐIỀU TRỊ SUY GIÃN TĨNH MẠCH HẦU HẾT ĐỀU ĐƯỢC CÁC CÔNG TY BẢO HIỂM HỖ TRỢ**

TIẾNG ANH • TIẾNG VIỆT [thezhenmaster@hotmail.com](mailto:thezhenmaster@hotmail.com)

713-935-9758

9440 Bellaire Blvd., Ste. 205 Houston TX 77036  
 1140 Business Center Dr., Ste. 403 Houston TX 77043

Trước Phẫu Thuật Sau Phẫu Thuật

247-2093/1661

## YÊN AUTO BODY & REPAIR

📍 12157 Bellaire Blvd. Houston, TX 77072 ☎️ 832-695-6666  
 Fax 832-243-6503

**CHUYÊN**

- ✓ STATE INSPECTION
- ✓ NHẬN TẤT CẢ CÁC BẢO HIỂM
- ✓ SỬA CHỮA CÁC LOẠI XE
- ✓ ĐỊNH GIÁ MIỄN PHÍ
- ✓ LÀM ĐỒNG - SƠN
- ✓ KÉO XE MIỄN PHÍ

*Nếu Có Sửa Xe Tại Tiệm*

**THAY NHỚT**

**\$10.00 OFF**

**THAY THẮNG**

Trước \$10.00 OFF  
Sau \$20.00 OFF

**LÀM ĐỒNG**

**10% OFF**

OFFICIAL VEHICLE INSPECTION STATION



**CHUYÊN NGHIỆP - TẬN TÂM - UY TÍN**

## Z. MAX GOLF STUDIO

*Chơi Golf Là Hạnh Phúc*

Cung cấp những buổi học chơi golf riêng cho từng cá nhân tốt nhất ở Houston!

Hãy đến HỌC và LUYỆN tâm TRÍ của bạn để có được những cú đánh CHÍNH XÁC hơn.

Để đăng ký vui lòng  
Gọi hoặc Text  
**832-586-2586**



8743 Knight Rd Ste A, Houston, TX 77054  


844-2058/1624

## TOM CONSTRUCTION

- \* Nhận làm các dịch vụ điện, gas, nước
- \* Remodeling kitchen, bathroom
- \* Nhận new build out & remodeling Nail Salon, Restaurant, văn phòng bác sĩ, etc.
- \* Nhận đổ xi măng, xây patio, fencing, roofing, sprinkler system




**Xin liên lạc: Tom**  
**713-885-4903**

**Special:** có giá đặc biệt cho laminate, engineer wood, granite countertop, culture marble, sale & install.

267-2097/1665

## ACI HOME CARE


[www.acihomecare.com](http://www.acihomecare.com)

### CHUYÊN ĐẢM TRÁCH MỌI DỊCH VỤ CHĂM SÓC TẠI GIA

- Companionship Care (Chăm sóc đồng hành)
- Personal Care (Chăm sóc cá nhân)
- Dementia Care (Chăm sóc người giảm trí nhớ)
- Alzheimer's Care (Chăm sóc bệnh Alzheimer)
- Respite Care (Chăm sóc tạm thời, giúp gia đình có thời gian nghỉ ngơi)
- Transportation Arrangements (Giúp đưa đón người thân đi bác sĩ, đi chợ)
- Errand Assistance (Giúp việc vặt)
- Light Housekeeping (Giúp việc nhẹ trong nhà)
- Post Hospital and Surgery Care (Chăm sóc sau khi ra viện và phẫu thuật)

ACI Home Care với đội ngũ nhân viên chuyên nghiệp, được huấn luyện, có chứng chỉ, và được kiểm tra lý lịch cẩn thận.


Contact: **281-781-9220** or [admin@acihomecare.com](mailto:admin@acihomecare.com)  
**950 Echo Ln, Suite 200, Houston, TX 77024**



## TD Advisor, P.C.

*Certified Public Accountant*

6988 Wilcrest Dr., Ste B. Houston, TX 77072  
**Tel: 281.799.4967 / Fax: 281.530.8845**  
 Email: [tudotax@yahoo.com](mailto:tudotax@yahoo.com)



**Tu D. Do, CPA**

At TD Advisor, Quality Service and Confidentiality are the Keys to Our Success in Building Strong and Long - Term Client Relationships.


Having IRS Problems or Delinquent Tax Returns  
Please Call TD Advisor, P.C.

We Offer Clients Experience in the Specified Tax Needs of a Variety of Industries including Construction, Financial Services, Health Care, Manufacturing, Retail & Distribution, Professional Services and Real Estate.

- \* Bookkeeping & Payroll Services
- \* Tax Planning & Return Preparation for Federal & States
- \* Taxing Authority Representation
- \* Buying or Selling a Business Consultation
- \* Type of Business entity Selection (LLC, S. Corporation, LP & etc...)
- \* Personal Financial Statements
- \* Estate Planning
- \* Quickbooks Accounting System Set up, Review & Training

**The CPA You Trust**

*A Member of AICPA and Texas Society of Certified Public Accountants*



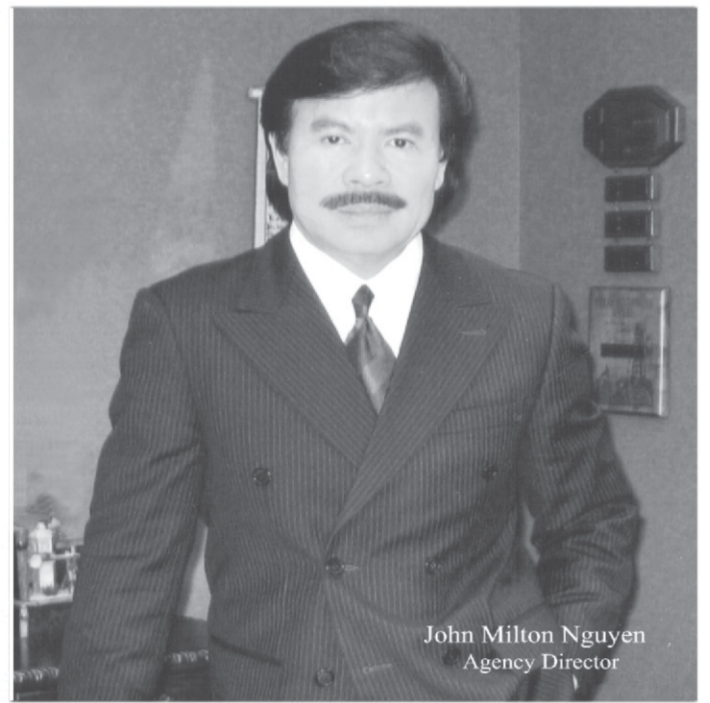
## Văn phòng **BẢO HIỂM** **John Milton Nguyen**

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.

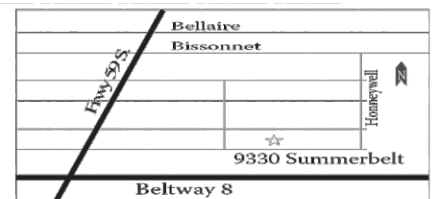
Chúng tôi cung cấp nhanh chóng, chất lượng cao và mỹ thuật vừa lòng khách hàng.

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](mailto:contact@apluscomputech.net)

[www.apluscomputech.net](http://www.apluscomputech.net)

# 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



## Trung Tâm Dịch Vụ

### **KHAI THUẾ & KẾ TOÁN**

- \* Khai thuế lợi tức cá nhân, cơ sở thương mại.
- \* Lập hồ sơ mua bán, giữ 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 tối đa, hợp pháp, chính xác.

### **XIN TRỢ CẤP AN SINH XÃ HỘI**

- \* Medical, Food Stamp, Chip (Bảo đảm được chấp thuận).
- \* SSI - SSA - Trợ cấp tiền bệnh, tàn tật, tiền hưu (có chuyên viên đưa đón đại diện thân chủ trong cuộc phỏng vấn).
- \* Khiếu nại xin tăng tiền SSI và Food Stamp (bảo đảm được mức tối đa).

11360 Bellaire Blvd Ste 820 Houston, TX 77072

(khu Tượng Đài Chiến Sĩ)

Phone: 281-530-4000

Cell: 832-640-5006

# PACIFIC

## **DI TRÚ & 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.

**KẾT QUẢ - TẬN TÂM - NHANH CHÓNG**



## 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



## Bán Nhà Hàng

KHU BELLAIRE

Bán nhà hàng trên đường Bellaire với đầy đủ trang thiết bị. Trong khu Dun Huang Palza

Xin vui lòng liên lạc: 832-319-7689



## 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 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 Nhà

KHU BELLAIRE

Cần bán nhà investment home only. Townhouse 3 phòng, 2 bath, khu Bellaire. Nhà Katy house, 4 phòng 2 bath, đang có người mượn.

Xin liên lạc: 346-907-7398



## Bán Đất Nghĩa Trang

KHU SOUTHWEST

Bán đất nghĩa trang 3 lô liền kề (làm bia đứng) tại Westheimer & Dairy Ashford, vùng Southwest.

Xin liên lạc Linda:

832-909-3209 \* 832-908-6117  
(Xin vui lòng nhắn tin, sẽ gọi lại nhanh nhất có thể)



## 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



## Cho Mượn Chỗ Làm Tóc

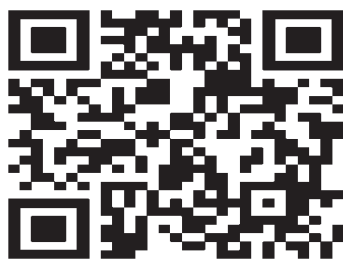
HOUSTON, TX 77065

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

Xin liên lạc (Text): 346-545-1762

# ĐÓN ĐỌC NGAY BÁO MỚI HÀNG NGÀY NGAY TRÊN ĐIỆN THOẠI BẠN!

SCAN QR CODE



OR VISIT US AT:  
www.thevietnampost.com



TỜ BÁO VIỆT NGỮ  
ĐƯỢC ĐỌC GIẢ YÊU THÍCH  
HƠN 30 NĂM NAY

10515 Harwin Dr, Suite 100-120  
Houston, TX 77036

(713) 777-4900 \* (713) 777-8438 \* (713) 777-2012



## SƯU TÂM & TÌM HIỂU

### Từng gây xúc động cho cả thế giới, bé gái sinh ra không có mũi, chỉ thở bằng miệng gây ngỡ ngàng với cuộc sống hiện tại

Năm 2013, cô bé Tessa Evans, đến từ thị trấn Maghera, hạt Londonderry, Ireland, nổi tiếng bất đắc dĩ trên truyền thông bởi căn bệnh di truyền hiếm gặp được gọi là hội chứng BAM (Bosma Arhinia Microphthalmia). Nghĩa là Tessa sinh ra đã không có mũi, phải thở bằng đường miệng.



*Tessa Evans sinh ra với một tình trạng hiếm gặp nhất trên thế giới*

Chứng bất sản xương mũi bẩm sinh mà Tessa mắc phải hiếm gặp đến mức mới chỉ có 47 trường hợp tương tự được ghi lại trong lịch sử y khoa của Anh. Đây được xem là một trong những căn bệnh hiếm nhất trên thế giới và Tessa là người duy nhất ở Ireland mắc phải căn bệnh này.

**Trong mắt mọi người, Tessa được coi là cô bé xinh đẹp và phi thường**

Dù không có khứu giác và cũng không có xoang, nhưng cô bé Tessa vẫn có thể bị ho, hắt xì hoặc cảm lạnh như những đứa trẻ khác. Mẹ cô bé, chị Grainne Evans, cho biết rằng mặc dù chứng bệnh mang lại nhiều khó khăn cho Tessa, nhưng trên môi cô bé vẫn luôn nở nụ cười.

Khi con gái chị sinh ra mà không có mũi, Grainne đã trấn trở rất nhiều. "Nhưng từ khi Tessa được đưa về nhà, dần dần không còn ai để ý tới những khác biệt của con bé nữa", chị chia sẻ.

"Đối với chúng tôi, con bé trông vẫn hoàn hảo. Nhưng chúng tôi cần phải nghĩ cách giúp con bé sống một cuộc sống bình thường như bao người khác", chị Grainne cho biết.

Gia đình đã thành lập một nhóm hỗ trợ và một trang Facebook có tên "Tessa: Sinh ra phi thường" để chia sẻ hành trình và cuộc sống của Tessa. Gia đình cũng đã liên lạc với khoảng 40 gia đình khác trên khắp thế giới và thông qua đó, họ có thể thu hút đủ người tham gia nghiên cứu di truyền và phân loại bệnh.

Thời gian thắm thoát trôi đi, giờ đây, Tessa

đã được 10 tuổi. Vừa qua, cô bé bất ngờ xuất hiện trong chương trình truyền hình nổi tiếng "The Late Late Show", phát sóng hàng năm ở Ireland. Chị Grainne cho biết chính giáo viên của Tessa, cô Muinteoire Laurene, là người đã đề xuất gửi đơn đăng ký tham gia chương trình truyền hình mang tính biểu tượng, được phát sóng lần đầu tiên vào năm 1975.

Tessa gây bất ngờ cho khán giả với diện mạo và cuộc sống hiện tại. Điều người ta dễ thấy nhất là nụ cười tươi rói vẫn nở trên khuôn mặt cô bé.

"Chúng tôi đã thực hiện một đoạn video ngắn rất đơn giản để Tessa nói về những món đồ chơi yêu thích của con bé và chúng tôi đã rất ngạc nhiên khi được gọi đến buổi thử giọng. Chúng tôi đến thành phố Dublin và đó là một ngày tuyệt vời đối với con bé. Cha mẹ không được phép vào phòng thử giọng, nhưng Tessa rất tự tin.

Con bé vừa bước vào và tôi có thể nghe thấy tiếng cười phát ra từ phòng và sau đó chúng tôi ngóng đợi suốt 2 tuần. Thế rồi, chúng tôi nhận được một cuộc điện thoại thông báo rằng Tessa đã được chọn tham gia chương trình. Đó thực sự là một giấc mơ trở thành hiện thực đối với chúng tôi".

Tessa được chọn tham gia chương trình truyền hình nổi tiếng ở Ireland.

Chị Grainne nói thêm rằng Tessa đã có hai buổi diễn tập. "Mọi thứ đã thực sự diễn ra trọn vẹn và Tessa đã có một trải nghiệm tuyệt vời rồi. Thật tuyệt vời khi được tham gia một trong những buổi biểu diễn vì có rất nhiều bé gái khác tham gia cùng con gái tôi. Con bé đã có rất nhiều bạn bè và rất hào hứng khi được làm điều đó cùng các bạn".

Chị Grainne cho biết Tessa, người có trang Facebook riêng, đã quen với việc được phỏng vấn và xuất hiện trước ống kính truyền hình để quay phim tài liệu.

Chị cho biết về tình hình hiện tại của con gái: "Tessa là người duy nhất ở Ireland mắc bệnh này (BAM), theo như chúng tôi biết, vì vậy trang Facebook của con bé là một cách để tiếp cận với những người khác trên khắp thế giới. Chúng tôi đã tạo ra rất nhiều kết nối thông qua đó. Tessa sinh ra đã không có mũi và bị khiếm thị. Ngoài ra còn có vấn đề về nội tiết tố và con bé phải phẫu thuật mở khí quản như một đường thở thứ hai". ■

### Cô gái gây sốt mạng với 4 năm sống du mục, ăn động vật chết, di chuyển bằng ngựa

Từ bỏ công việc lương cao tại thành phố, Barnett mua 2 con ngựa để sống cuộc đời nay đây mai đó, ngủ lều, ăn thịt động vật chết bên đường.

Manders Barnett (32 tuổi, đến từ bang Oregon, Mỹ) đang gây xôn xao mạng xã hội sau khi chia sẻ cuộc sống trong lều suốt 4 năm nhằm thoát khỏi "ma trận" của thế giới hiện đại vì trái tim và tâm hồn của cô thuộc về thiên nhiên. Thậm chí Barnett còn dùng thịt động vật chết ven đường làm

thực phẩm.

"Tôi thực sự rất giỏi trong việc nhận biết khi nào một con vật còn tươi", cô chia sẻ với South West News Service về cuộc sống hoang dã của mình.

Barnett bắt đầu hành trình du mục vào tháng 7/2019 sau khi gặp một chàng trai cũng đam mê lối sống này và có kinh nghiệm cưỡi ngựa suốt 6 năm.

Cô đã từ bỏ công việc kỹ thuật viên ổn định có thu nhập khá cao ở thành phố. Để thuận lợi cho chuyến hành trình nay đây mai đó, Barnett mua hai con ngựa có tên là Huittsuu (nghĩa là "con chim nhỏ") và Paxtwayla (nghĩa là "thân thiện").

Sau khi lên đường vào năm 2019, Barnett và bạn trai trải qua 2 năm rong ruổi. Trong thời gian, cặp đôi đã đi 800 km bằng ngựa từ bang Idaho đến bang Oregon. Barnett nói: "Chúng tôi đã có một cuộc sống ngoài lưới điện và từ bỏ mọi thứ để hòa mình vào thiên nhiên".

Năm 2022, hai người chia tay, Barnett duy trì lối sống du mục một mình. Hiện tại, cô vẫn đồng hành với hai chú ngựa trung thành của mình, sống trong chiếc lều bạt rộng hơn 9m2 ở Grants Pass, Oregon. "Tôi đã quen sống trong một không gian nhỏ vì tôi dành cả ngày ở bên ngoài", cô nói.

Sống ở ngoài trời 24/7 nên Barnett sử dụng bếp củi để sưởi ấm và nấu ăn; giặt giũ và tắm rửa bằng nước giếng. Người phụ nữ này sử dụng pin năng lượng mặt trời để sạc điện thoại và không bao giờ xem TV.

Barnett cho biết cô vẫn đảm bảo đủ chất dinh dưỡng bằng cách tìm hoa và nấm để làm món salad và ăn thịt động vật chết ven đường: "Tôi nhặt xác chết động vật ven đường để làm món ăn, tôi khá giỏi trong việc nhận biết sinh vật chết từ khi nào và có thể ăn được không".



*Manders Barnett và người bạn đồng hành*

Cô cho rằng thịt chó sói và hươu là những loại thực phẩm an toàn nhất, có lẽ là do chế độ ăn hữu cơ của chúng. Barnett thừa nhận không thích chế độ ăn này nhưng theo cô, thà ăn động vật đã chết còn hơn để xác chết đó trở nên vô ích, lãng phí.

Người phụ nữ này có mua thêm một số thực phẩm từ cửa hàng nông sản địa phương nhưng không rõ cô trả tiền thế nào. Barnett cho biết cô bán

## SỬU TÂM & TÌM HIỂU



tác phẩm nghệ thuật lấy cảm hứng từ thiên nhiên trên mạng.

Barnett cũng gieo các loại hạt giống để trả ơn cho vùng đất cô từng đi qua như một lời cảm ơn. Bất chấp những thử thách khi sống trong môi trường hoang dã, chạm trán với thú dữ, động vật nguy hiểm, Barnett vẫn không muốn từ bỏ lối sống du mục: "Điều tôi sợ là phải sống một cuộc sống không trọn vẹn".

Barnett cho rằng mình đã thay đổi một cách sâu sắc và tích cực hơn sau thời gian sống du mục và không có ý định quay trở lại cuộc sống thông thường. Barnett bày tỏ: "Con người quá hài lòng với lối sống gia đình nên đã mất khả năng hiểu ngôn ngữ của tự nhiên. Tôi bày tỏ lòng kính trọng của mình bằng lối sống du mục hòa mình vào thiên nhiên".

### Thói quen khác thường của người dân xứ chuột túi



**T**hói quen đi chân trần của người Úc khiến nhiều người đến từ các quốc gia phát triển tỏ ra lạ lẫm.

Nhiều ngôi sao Úc cũng ưa thích việc đi chân trần trên đường phố, kể cả khi không còn ở quê nhà

Trong khi người Mỹ nổi tiếng với việc đi giày vào nhà (rất nhiều gia đình nhưng không phải tất cả), người Nhật có đôi guốc Geta truyền thống thì câu chuyện về thói quen mang giày dép tại xứ sở chuột túi lại có phần khác thường.

Cụ thể, mới đây cặp vlogger người Anh Curtis và Darcie đã chia sẻ một video lên mạng với tựa đề "Đã xác nhận: Người Úc ghét giày...". Nội dung video là hàng loạt hình ảnh người Úc đang thoải mái đi chân trần khắp mọi nơi, từ đường phố đến trung tâm thương mại, nhà hàng, cửa hàng... Trên video còn có thêm dòng chữ "Câu hỏi nghiêm túc, tại sao nhiều người Úc đi khắp nơi mà không mang giày thế??".

Điều này đúng là kỳ lạ với những người chưa bao giờ đến Úc. Trả lời câu hỏi trên, một người Úc có tài khoản tên Sir-be-gore bình luận: "Chúng tôi để ra đã khác", trong khi tài khoản alliyahhhhhh nhận xét: "Kiểu Úc thôi ấy mà".

#### Chỉ có ở Úc...

Một số ý kiến cho rằng việc này hơi mất vệ sinh và có thể nguy hiểm do Úc nổi tiếng là nơi với nhiều loài vật có độc. Thậm chí có người còn bình

luận: "Ở Mỹ, không giày hoặc không áo thì không phục vụ!".

Không chỉ những người dân bình thường mới có thói quen này mà nhiều người nổi tiếng cũng đi chân trần trên đường. "Thần sấm" Chris Hemsworth cũng từng bị phát hiện đi chân trần thoải mái quanh thành phố. Ngoài Hemsworth, ngôi sao Jacob Elordi của loạt phim Euphoria còn mang cả "truyền thống" này sang Malibu, Mỹ.

Theo blog chuyên về du lịch Úc Outback Tourist, có cả lý do tự nhiên và văn hóa cho thói quen này.

Có thể lý do chính khiến mọi người đi chân trần ở Úc là do thời tiết. Thời tiết ở Úc rất nóng, ngoại trừ mùa đông ngắn. Nhiều người cảm giác họ không thể không đi chân trần trong thời tiết vừa nóng vừa khô đặc trưng. Chưa kể, Úc nổi tiếng với các bãi biển và điều này cũng ảnh hưởng rất nhiều tới thói quen trên (có thể họ muốn ra biển nhưng lười mang dép chẳng?).

Tất nhiên, người ta có thể hỏi tiếp là tại sao họ không đi dép. Câu trả lời đơn giản là... người Úc thích thế, và bởi vì họ có thể, do văn hóa Úc khá cởi mở và không thực sự quan tâm tới việc bạn ăn mặc thế nào.

Hầu hết những người đi chân đất đều còn trẻ. Họ cũng khá tự tin, bởi đường phố tại Úc thường sạch sẽ. Một điều nữa là, ở các thành phố trung tâm như Melbourne, bạn sẽ không thấy nhiều người đi chân đất. Việc này phổ biến hơn đối với những người sống xung quanh bãi biển, đặc biệt là vào mùa hè.

Người Úc cũng tin rằng đi chân đất thực sự hữu ích khi trời nóng và một số người nói rằng nó cũng có thể chữa khỏi tình trạng mất nước, và giúp đôi chân dẻo dai hơn. ■

### Đào mương, lộ ra kho báu 3.000 năm gây choáng váng

**B**a kho báu gồm hàng ngàn đồng xu cổ và hàng chục hiện vật độc đáo khác, có giá trị vô cùng lớn không chỉ vì niên đại mà còn ở những thông tin mà chúng ẩn chứa.

Theo Heritage Daily, 3 kho báu đã được các nhà khảo cổ Đức thu thập dưới dạng các mảnh vỡ vương vãi gần mặt đất tại khu vực bang Mecklenburg-Western Pomerania.

Họ cho rằng những thứ này đã lộ ra sau các hoạt động mặt đất gần đây, bao gồm nạo vét để cải tạo mương nước hoặc cày xới các thửa ruộng.

Thông báo từ Văn phòng Bảo tồn văn hóa và di tích nhà nước (LAKD) của Đức, kho báu thứ nhất gồm 7 thanh kiếm 3.000 năm tuổi, có thể được dùng như vật tùy táng hoặc hiến tế trong thời đại đồ đồng.

Mặc dù một số hiện vật thời kỳ này đã được tìm thấy trong khu vực, nhưng cùng lúc 7 thanh kiếm nằm cùng một chỗ là điều bất thường.

Khu vực phát hiện chúng thuộc địa phận quận Mecklenburg Lake của bang Mecklenburg-

Western Pomerania. Tại một địa điểm khác của quận này, kho báu thứ hai gồm 2 hộp đựng thánh tích cũng xuất hiện bất ngờ ở vị trí gần như lộ thiên.



Các hiện vật trong 3 kho báu đang được các nhà khoa học phân loại

Bên trong các hộp ngoài thánh tích - bao gồm một cây thánh giá cổ - còn có 1.700 đồng xu, nhẫn, vòng cổ ngọc trai, pha lê và các hạt trang sức khác.

Đây được coi là phát hiện lớn bởi chúng đóng vai trò như bằng chứng hiếm hoi về đức tin Cơ đốc giáo trong một khu vực chủ yếu bị ảnh hưởng bởi các tín ngưỡng khác thời kỳ đó.

Trong khi đó, kho báu thứ ba lộ diện gần như cùng lúc ở gần Rügen - cũng thuộc bang Mecklenburg-Western Pomerania - bao gồm 6.000 đồng bạc từ thế kỷ thứ XI.

Các đồng xu trong kho báu ngàn năm này phần lớn có nguồn gốc từ Tây Đức, nhưng cũng bao gồm một ít tiền xu từ Anh, Đan Mạch, Bohemia và Hungary.

"Đây là kho tích trữ đồng xu Slavic lớn nhất từng được tìm thấy từ thời hậu chiến cho đến nay" - LAKD cho biết.

Kho báu này hứa hẹn chỉ ra các mối quan hệ thương mại có thể chưa từng được biết trong thế kỷ XI, giúp các nhà khảo cổ viết lại một đoạn lịch sử còn khá ít thông tin.

Đây là lần đầu tiên các nhà khảo cổ của bang Mecklenburg-Western Pomerania tìm thấy cùng một lúc nhiều kho báu có giá trị như vậy.

Các công bố nói trên mới chỉ là khởi đầu, bởi việc phân tích các đồng xu tại phòng thí nghiệm hứa hẹn mở đường cho nhiều nghiên cứu giá trị khác trong tương lai. ■

## Vui Cười

### \* Thùng thư biết huyết sáo

Cô con gái rón rén định ra khỏi nhà lúc gần đi ngủ thì bị ông bố chặn lại.

- Muộn thế này con còn định đi đâu nữa?

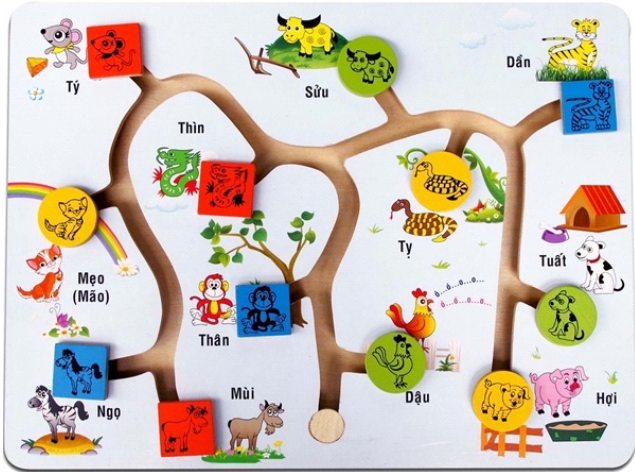
- Con định chạy ù ra thùng thư để bỏ hai lá thư thôi bố ạ!

- Thế thì nhanh lên một chút, thùng thư đó đã huyết sáo hai lần rồi đấy!!!

## ĐA KIẾN THỨC PHỔ THÔNG

### 12 con giáp từ đâu mà có?

Từ xưa đến nay, nền văn hóa phương Tây có 12 cung hoàng đạo, thì người phương Đông lại sử dụng 12 con giáp như là một trong những hệ đếm phổ biến và quan trọng bậc nhất.



Cùng với ngày, tháng, năm và múi giờ theo chuẩn quốc tế, người Việt Nam còn sử dụng 12 con giáp để tạo nên lịch âm. Vậy 12 con giáp bắt nguồn từ đâu và có ý nghĩa gì trong đời sống của chúng ta?

#### Nguồn gốc ra đời

Khi đặt ra vấn đề về nguồn gốc của 12 con giáp, nhiều ý kiến cho rằng những gì liên quan đến tín ngưỡng, tâm linh đều xuất phát từ Trung Quốc, vì vậy xuất xứ của 12 con giáp cũng từ đây mà ra.

Tuy nhiên, trong một công trình nghiên cứu về ngôn ngữ Việt cổ, nhà nghiên cứu ngôn ngữ học Nguyễn Cung Thông đã bất ngờ phát hiện ra nguồn gốc 12 con giáp có xuất xứ từ Việt Nam.

Trải qua hơn 2000 năm giao thoa văn hóa liên tiếp và chồng chất lên nhau giữa Việt Nam và Trung Hoa, những dấu hiệu nhận biết nét riêng của từng dân tộc đã không còn quá rõ ràng. Chưa kể, các tài liệu xưa không còn nhiều, nếu có cũng viết bằng chữ Hán cổ rất khó đọc và dịch thuật, gây khá nhiều khó khăn cho việc nghiên cứu.

Tuy nhiên các nhà khoa học vẫn cố gắng tìm tòi cho bằng được những bí ẩn ngôn ngữ của tổ tiên mà theo họ, đó là những "lá bùa" mà con cháu cần tìm lời giải.

Trong quá trình nghiên cứu, ông Thông đã phát hiện ra một số từ Việt cổ mà người Việt đã dùng để chỉ 12 con giáp có nguồn gốc lâu đời trước khi 12 con giáp xuất hiện ở Trung Hoa.

"Tìm hiểu về gốc của tên 12 con giáp là cơ hội để ta tìm về cội nguồn tiếng Việt. 12 con giáp theo thứ tự là Tý/Tử, Sửu, Dần, Mão/Mẹo, Thìn/Thần, Tỵ, Ngọ, Mùi/Vị, Thân/Khôi, Dậu, Tuất, Hợi. Thoạt nhìn thì thập nhị chi trên có vẻ bắt nguồn từ Trung Quốc vì là những từ Hán Việt, nhưng khi phân tách các tiếng Việt, và thấy có những khác lạ, tôi đem so sánh trong hệ thống ngôn ngữ vay mượn thì thật sự không phải vậy" – ông cho biết.

Theo ông, nếu đọc theo tiếng Bắc Kinh, tên 12 con giáp lần lượt phiên âm như sau: zi, chou, yin, mǎo, chén, sì, wè, wèi, shèn, yòu, xù, hài...

hoàn toàn không liên hệ đến cách gọi tên 12 con giáp trong tiếng Trung Quốc hiện nay, ngay cả khi sử dụng âm Trung Quốc thời Thượng Cổ. Vì vậy nếu có một dân tộc nào đó dùng tên 12 con thú tương tự như tên 12 con giáp ngày nay thì dân tộc đó phải có liên hệ khăng khít với nguồn gốc tên 12 con giáp này.

Ông cũng cho rằng chỉ có dân tộc Việt mới dùng mèo cho chi Mão bởi nguyên âm e hay ie là các dạng cổ đơn của a như vẽ/họa, keo/giáo, beo/báo... Và mèo cũng là loài vật gắn liền với đời sống của người Việt Nam chúng ta – Khác với Trung Quốc, khi họ sử dụng thỏ thay cho mèo.

Vì những lý do trên cùng với nhiều bằng chứng cụ thể khác, ông khẳng định rằng 12 con giáp được bắt nguồn từ Việt Nam, sau đó mới được lưu truyền sang Trung Quốc và những nước phương Đông khác.

Lý giải về nguyên nhân dẫn đến việc tại sao nguồn gốc của 12 con giáp lại bị "lọt" vào tay người láng giềng phương Bắc, ông Thông cho rằng:

"Với ảnh hưởng quan trọng của nền văn hoá Trung Quốc, từ đời Hán và sau đó là Đường, Tống... với sức ép của giai cấp thống trị từ phương Bắc tên 12 con vật tổ đã từ từ được thay thế bằng hình ảnh con người, mang nặng màu sắc văn hoá Trung Hoa hơn. Từ tính chất cụ thể của các loài vật láng giềng, 12 con giáp đã trở nên trừu tượng và còn ảnh hưởng đến vận mạng con người nữa (bói toán). Tuy nhiên, cái vỏ hào nhoáng của chữ Hán, Hán Việt không thể thay đổi được nền văn hoá bình dân (khẩu ngữ) trong đời sống người Việt".

#### Ý nghĩa của việc sử dụng 12 con giáp

Tương truyền từ thời xa xưa, khi con người chưa xác định cụ thể được thời gian, thì họ đã lấy mặt trời làm chuẩn cho một ngày lao động: "Mặt trời mọc thì làm, lặn thì nghỉ".

Nhưng trong trường hợp thời tiết xấu, con người không biết dựa vào đâu để làm việc, vì vậy ông cha ta đã tạo ra Thập can gồm Giáp, Ất, Bính, Đinh, Mậu, Kỷ, Canh, Tân, Nhâm, Quý và Thập nhị chi gồm Tý, Sửu, Dần, Mão, Thìn, Tỵ, Ngọ, Mùi, Thân, Dậu, Tuất, Hợi để tính thời gian.

Một ngày chia làm 12 giờ (vì 1 giờ âm lịch bằng 2 giờ dương lịch) với một chi sẽ đại diện cho một giờ, kết hợp với thiên can để tính năm như: Mậu Dần, Canh Thân, Bính Thìn... Ngoài ra, thập can và thập nhị chi phối hợp với nhau để sinh ra Lục thập hoa giáp (chu kỳ 60 năm gọi là Nguyên).

Việc tính giờ theo can chi cũng phần nào liên quan đến tập tính của các con vật. Từ đây cũng có thể biết được khái quát tính cách của một người thông qua tuổi của họ.

Tý (23-1 giờ): Lúc chuột đang hoạt động mạnh. Người mang tuổi Tý rất duyên dáng và hấp dẫn người khác phái. Tuy nhiên, họ rất sợ ánh sáng và tiếng động. Người mang tuổi này rất tích cực và năng động nhưng họ cũng thường gặp lắm chuyện vặt vãnh. Người mang tuổi Tý cũng có mặt mạnh vì nếu Chuột xuất hiện có nghĩa là phải có lúa trong bồ.

Sửu (1-3 giờ): Lúc trâu đang nhai lại, chuẩn bị đi cày. Trâu tượng trưng cho sự siêng năng và lòng kiên nhẫn. Năm này có tiền triển vững vàng nhưng chậm và một sức mạnh bền bỉ; người mang tuổi Sửu thường có tính cách thích hợp để trở thành một nhà khoa học. Trâu biểu tượng cho mùa Xuân và nông nghiệp vì gắn liền với cái cày và thích đầm mình trong bùn. Người mang tuổi này thường điềm tĩnh và rất kiên định nhưng rất bướng bỉnh.

Dần (3-5 giờ): Khi cọp trở về hang sau khi đi rình mồi trong đêm. Những người mang tuổi hổ thường rất dễ nổi giận, thiếu lập trường nhưng họ có thể rất mềm mỏng và xoay chuyển cá tính cho thích nghi với hoàn cảnh. Hổ là chúa tể rừng xanh, thường sống về đêm và gọi lên những hình ảnh về bóng đen và giông tố.

Mão (5-7 giờ): Mèo tượng trưng cho những người ăn nói nhẹ nhàng, nhiều tài năng, nhiều tham vọng và sẽ thành công trên con đường học vấn. Họ rất xung khắc với người tuổi Tý. Người tuổi Mão có tinh thần mềm dẻo, tính kiên nhẫn và biết chờ thời cơ trước khi hành động.

Thìn (7-9 giờ): Lúc đàn rồng quây mưa (quần long hành vũ). Rồng chỉ là con vật do con người tưởng tượng ra, chứ không có thực. Con rồng trong huyền thoại của người phương Đông là tính Dương của vũ trụ, biểu tượng uy quyền hoàng gia. Theo đó, rồng hiện diện ở khắp mọi nơi, dưới nước, trên mặt đất và không trung. Rồng là biểu tượng của nước và là dấu hiệu thuận lợi cho nông nghiệp. Người tuổi Rồng rất trung thực, năng nổ nhưng rất nóng tính và bướng bỉnh. Họ là biểu tượng của quyền lực, sự giàu có, thịnh vượng và của hoàng tộc.

Tỵ (9-11 giờ): Lúc rắn không hại người. Người tuổi rắn nói ít nhưng rất thông thái. Họ thích hợp với vùng đất ẩm ướt. Rắn tượng trưng cho sự tiến hóa vĩnh cửu của tuổi tác và sự kế vị; sự phân hủy và sự nối tiếp các thế hệ của nhân loại. Người tuổi rắn rất điềm tĩnh, hiền lành, sâu sắc và cảm thông nhưng thỉnh thoảng cũng hay nổi giận. Họ rất kiên quyết và cố chấp.

Ngọ (11-13 giờ): Ngựa có dương tính cao. Người tuổi Ngọ thường ăn nói dịu dàng, thoải mái và rộng lượng. Do đó, họ dễ được nhiều người mến chuộng nhưng họ ít khi nghe lời khuyên can. Người tuổi này thường có tính khí rất nóng nảy. Tốc độ chạy của ngựa làm người ta liên tưởng đến mặt trời rơi đến trái đất hàng ngày. Trong thần thoại, mặt trời được cho là liên quan đến những con ngựa đang nổi cơn cuồng nộ. Tuổi này thường được cho là có tính thanh sạch, cao quý và thông thái. Người tuổi này thường được quý trọng do thông minh, mạnh mẽ và đầy thân ái tình người.

Mùi (13-15 giờ): Lúc dê ăn cỏ không ảnh hưởng tới việc cày cỏ mọc lại. Người mang tuổi Mùi thường rất điềm tĩnh nhưng nhút nhát, rất khiêm tốn nhưng không có lập trường. Họ ăn nói rất vụng về, vì thế họ không thể là người bán hàng giỏi nhưng họ rất cảm thương người hoạn nạn và thường hay giúp đỡ mọi người. Họ thường có lợi thế vì tính tốt bụng và nhút nhát tự nhiên của họ.





**Thân (15-17 giờ):** Lúc khi thích thú. Người tuổi Thân thường là một nhân tài có tính cách thất thường. Họ rất tài ba và khéo léo trong các vụ giao dịch tiền bạc. Người tuổi này thường rất vui vẻ, khéo tay, tò mò và nhiều sáng kiến, nhưng họ lại nói quá nhiều nên dễ bị người khác xem thường và khinh ghét. Khuyết điểm của họ nằm trong tính khí thất thường và không nhất quán.

**Dậu (17-19 giờ):** Lúc gà bắt đầu lên chuồng. Năm Dậu tượng trưng cho một giai đoạn hoạt động lao động cần cù siêng năng vì gà phải bận rộn từ sáng đến tối. Cái mào của nó là một dấu hiệu của sự cực kỳ thông minh và một trí tuệ bác học. Người sinh vào năm Dậu được xem là người có tư duy sâu sắc. Đồng thời, gà được coi là sự bảo vệ chống lại lửa. Người sinh vào năm Dậu thường kiếm sống nhờ kinh doanh nhỏ, làm ăn cần cù như "một chú gà bới đất tìm sâu".

**Tuất (19-21 giờ):** Lúc chó phải tỉnh táo để trông nhà. Năm Tuất cho biết một tương lai thịnh vượng. Trên khắp thế giới, chó được dùng để giữ nhà chống lại những kẻ xâm nhập. Những cặp chó đá thường được đặt hai bên cổng làng để bảo vệ. Năm Tuất được tin là năm rất an toàn.

**Hợi (21-23 giờ):** Lúc lợn ngủ say nhất. Lợn tượng trưng cho sự giàu có vì loài lợn rừng thường làm hang trong những khu rừng. Người tuổi Hợi rất hào hiệp, ga-lăng, tốt bụng và dũng cảm nhưng thường rất bướng bỉnh, nóng tính nhưng siêng năng và chịu lắng nghe.

Ngày nay, song song với việc sử dụng lịch dương nhằm trùng khớp nhịp độ sản xuất với thị trường thế giới, Việt Nam vẫn đang sử dụng 12 con giáp để phục vụ cho nhiều mục đích quan trọng như tính tuổi, xem ngày tháng tốt để làm những việc lớn như cưới hỏi, làm nhà, khai trương...

Khoan đề cập đến những mặt lợi và hại mà lịch âm mang lại - thì 12 con giáp có thể được coi như là một di sản văn hóa phi vật thể đã được ông cha ta lưu truyền qua nhiều đời. Và chúng ta cần thiết phải bảo tồn nét văn hóa độc đáo này trước khi nó bị "lãng quên" trong quá trình hội nhập ngày càng mạnh mẽ như hiện nay. ■

### **Cuộc sống của những bà mẹ Hy Lạp cổ đại**

**T**rong cả đời thực và các thiên sử thi, người mẹ Hy Lạp cổ đại hiện lên với tấm lòng hi sinh và tình thương con vô bờ bến.

Người Hy Lạp cổ đại không có những ngày lễ như Ngày của Mẹ - được kỷ niệm ở Mỹ và Vương quốc Anh ngày nay, nhưng họ vẫn có những lễ hội để tôn vinh người mẹ, chủ yếu tập trung vào nữ thần Hera (nữ thần của hôn nhân, thần bảo trợ cho cuộc sống gia đình) hoặc nữ thần Cybele (vị thần bảo hộ cho các bà mẹ). Dù vậy, vào những ngày này, phụ nữ vẫn vất vả đảm nhận vai trò chủ chốt trong việc chuẩn bị các hoạt động của lễ hội.

"Những câu chuyện còn sót lại về những người mẹ có thật và trong thần thoại hé lộ cho

chúng ta biết vai trò của họ", GS Cổ điển học Joel Christensen, Đại học Brandeis, nhận định.

#### **Những người mẹ có thật**

Nhìn chung, phụ nữ Hy Lạp cổ đại có cuộc sống không mấy dễ dàng. Theo nhà thơ Hesiod, sống vào khoảng năm 700 trước Công nguyên, người ta thường cho rằng, sau bốn hoặc năm năm kể từ lúc bắt đầu dậy thì, phụ nữ nên kết hôn với đàn ông lớn tuổi hơn. Quan niệm thời đó coi vị thế của phụ nữ thấp kém hơn đàn ông, và phụ nữ thường được đánh giá dựa trên khả năng sinh con.



Vào mùa xuân, người Hy Lạp thường tổ chức một lễ hội thường niên để tri ân những người mẹ. Họ cúng tế cho các nữ thần, đặc biệt là vị thần Rhea - Mẹ của nhiều vị thần trong thần thoại Hy Lạp.

Một số tài liệu ước tính trung bình mỗi phụ nữ sinh con khoảng sáu lần và có tới 40% trẻ sơ sinh không thể sống đến độ tuổi kết hôn. Mặc dù các ước tính về tỷ lệ tử vong ở trẻ sơ sinh có phần khác nhau, hầu hết các nhà sử học đều nhất trí rằng việc chết trẻ khá phổ biến trong thời cổ đại.

Thông tin về tỷ lệ tử vong khi sinh ở người mẹ khá ít ỏi. Dữ liệu nhân khẩu học cho thấy có thời điểm hơn 30% bà mẹ tử vong do các biến chứng liên quan đến sinh nở.

Có một số thông tin từ những tấm bia mộ được thu thập từ khắp các khu vực nói tiếng Hy Lạp thời cổ đại: Prakso, 21 tuổi, vợ của Theocritus, qua đời khi chuyển dạ và để lại đứa con 3 tuổi. Kainis mất ở tuổi 20 vì chuyển dạ kéo dài, nàng chỉ "vừa mới nếm trái hương vị cuộc đời". Plauta cũng ra đi ở tuổi 20, trong lần sinh nở thứ hai - nhưng danh tiếng của nàng "vẫn vang mãi, sâu lắng như nỗi đau vô tận của người chồng thân yêu", theo những dòng trên bia mộ.

Do sự bất ổn của trẻ trong giai đoạn đầu đời, người xưa chỉ tổ chức lễ đặt tên vào ngày thứ 10 sau khi sinh hoặc chính thức đăng ký đứa trẻ trở thành thành viên của gia đình trong hồ sơ thành phố khi trẻ được một tuổi.

Tuy nhiên, GS Joel Christensen không tin rằng rủi ro tử vong cao khiến cha mẹ trở nên xa cách với đứa trẻ. "Với tư cách là một người đã làm cha, tôi ngờ rằng cảm giác mong manh càng khiến trẻ trở thành một phần quý giá đối với tất cả các thành viên trong gia đình, và những năm tháng đầu đời đó càng thắt chặt thêm tình mẫu tử".

#### **Người mẹ trong sử thi**

"Khi nghe đến lĩnh vực nghiên cứu - sử thi -

người ta thường nghĩ về những nam anh hùng bạo lực và nhân vật nữ trong hình ảnh nạn nhân. Mặc dù cách nghĩ này chưa chắc đã sai, nhưng nó đã bỏ qua những khía cạnh khác, chẳng hạn như vai trò của người phụ nữ, đặc biệt là các bà mẹ, đối với thế giới thi ca và thần thoại Hy Lạp", GS Christensen phân tích.

Hy Lạp cổ đại có cả một thể loại thơ ca riêng, kể chuyện về gia đình của người anh hùng dựa trên hình ảnh người vợ và người mẹ, giúp đời thường hóa hình tượng người anh hùng đối với độc giả.

Ví dụ, trong thiên sử thi Odysseus, sau chuyến đi xuống Địa ngục, Odysseus đã kể về tất cả những bà mẹ của các vị anh hùng mà chàng gặp trong số những người đã khuất - và chàng đã nhắc đến mẹ của mình. Trong chuyến thăm ngắn ngủi, chàng biết rằng mẹ mình, Anticleia, đã qua đời với trái tim tan nát vì sự vắng mặt dài đằng đẵng của chàng. Và xuyên suốt sử thi, Odysseus dành phần lớn thời gian để tìm cách về nhà với người vợ Penelope - và cũng là mẹ của con trai chàng, Telemachus.

Trong sử thi Iliad, mẹ của chiến binh mạnh mẽ Achilles, Thetis, đã cầu xin thần Zeus trừng phạt Hy Lạp vì Agamemnon, thủ lĩnh của quân Hy Lạp, đã làm nhục con trai bà. Lúc khác, khi Achilles đối mặt với Hector, Thetis than thở rằng cuộc đời ngắn ngủi của con trai bà sắp kết thúc.

Xuyên suốt những câu chuyện về chiến tranh và danh dự trong sử thi Iliad, những người mẹ nhắc nhở người đọc, người nghe về hậu quả thực sự của chiến tranh. Trong một khoảnh khắc khi Hector, hoàng tử của thành Troy, chờ đợi để đối mặt với Achilles và có thể là với cái chết, Hecuba, mẹ của chàng, đứng trên bờ thành cao và nước mắt lăn chã tuôn rơi, cầu xin chàng nhớ đến những ngày tháng được bà chăm sóc, và hãy trở lại thành để tiếp tục bảo vệ bà.

Nhưng có một cảnh đặc biệt khiến GS Christensen cảm động, đó là những lời của Andromache, vợ của Hector, sau khi nàng nhận được tin về cái chết của chồng mình. Nàng xót xa cho tương lai đau khổ của con trai khi cậu bé giờ đây trở thành trẻ mồ côi cha. Mọi thứ càng đau lòng hơn khi chúng ta biết về số phận của con trai họ, Astyanax: Sau khi thành Troy thất thủ trước quân Hy Lạp, cậu bé đã bị ném ra khỏi các bức tường thành.

Những người mẹ Hy Lạp đầy lòng trắc ẩn và luôn hết lòng vì con cái. Nhìn chung, dù thế giới hiện đại rất khác so với quá khứ nhưng tấm lòng hy sinh vì con của người mẹ dường như là thứ vẫn không thay đổi.

Các nhà viết kịch đã khẳng định điều này thông qua những trang viết của mình. Nhà viết kịch Hy Lạp cổ đại Sophocles từng nhấn nhủ rằng "Con cái là điểm neo đậu của cuộc đời người mẹ". Còn nhà viết kịch Euripides thì gửi gắm: "Hỡi các con, hãy yêu mẹ của mình, không có tình yêu nào có thể ngọt ngào hơn tình yêu này!". ■

**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**  
**ANTOINE NORTHWEST**  
 Tiệm Dry Clean vùng Antoine Northwest, cần nữ Counter biết tiếng Anh. Làm full time hoặc part time. (Không kinh nghiệm sẽ train).  
 Cần nam phụ việc trong nhà máy Dry Clean làm việc Full Time.  
 Xin text hoặc message at  
**832-814-0852 \* 832-814-2305**

**Nov 2023** **Tuyển Nhân Viên**  
**NEW! NEW! NEW!**  
 Cần tuyển nhân viên làm hàng thực phẩm dây chuyền sản xuất và cần người lái xe giao hàng.  
 Xin liên lạc anh Kiến: **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** **Town House Cho Thuê**  
**WILCREST**  
 Cần cho mướn nguyên căn Town House ở đường Wilcrest, nhà mới remodel. 2 phòng ngủ, 1.5 phòng tắm, giá \$1,100/tháng. Có patio, chỗ đậu xe có mái che. Nhà có máy giặt, sấy đầy đủ.  
 Xin liên lạc: **713-416-0715**

**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**


**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** **Condo Cho Thuê**  
**HOUSTON 77072**  
 10555 Turtlewood Ct, Houston, TX 77072. Gần Kim Sớm Bellaire, gần Hong Kong 4. \$925/tháng, Bao nước.  
 Xin liên lạc Thông Nguyên: **713-585-6471**

**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.myhoafodmarket.com/myhoa-career.php](http://www.myhoafodmarket.com/myhoa-career.php)  
 Đến gặp trực tiếp chúng tôi tại siêu thị / come in person

**NEW** **Cần Người Giúp Việc**  
**MAGNOLIA, TX**  
 Tìm 2 người phụ giúp việc nhà từ thứ 2 đến thứ 7, khu vực Magnolonia TX. Bao ăn và ở, lương trả tùy theo kinh nghiệm.  
 Xin liên lạc cô Linh: **408-807-3773**

**NEW** **Nhà Cho Mướn**  
**KHU SOUTHWEST**  
 Nhà 4 phòng ngủ, 2,5 tắm, 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**

**Lời Nguyện**  
  
 Nam Mô Đại Từ Đại Bi Tâm Thanh Cứu Khổ Cứu Nạn Linh Cảm Quảng Đại Quan Thế Âm Bồ Tát Ma Ha. Nam Mô A Di Đà Phật. (Xin đọc lời nguyện này nhiều lần trong nhiều ngày liên tục để cầu xin phúc lành).  
 T

**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.  
 TM

# Thương mại **CUỐI TUẦN**

Issue # 2082 \* Saturday, January 20, 2024

## 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: **19 20 21 22 23 24 25**

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** Trancetto Fragola, Tiramisu **33999** pts  
**Bông Lan Đậu, Tiramisu**

**FREE** Pickled Mango **23999** pts  
**Xoài Ngâm**

**FREE** Pad Thai Sauce **27999** pts  
**Xốt Pad Thái**

**FREE** "SUNITY" Grass Jelly **13999** pts  
**Thạch Thảo Mộc**

### GROCERY

Bird's Nest Beverage **2.50** for SALE  
**Nước Yến Sào**

Ginseng Root Powder **9.99** (Ea.) SALE  
**Bột Nhân Sâm**

Dried Pomelo & Orange Marmalade **4.99** (Ea.) SALE  
**Chè Bưởi**

Pickled Eggplant & Cauli in Vinegar **2.65** for SALE  
**Cà Pháo Tương Ớt**

Sriracha Sauce **3.88** (Ea.) SALE  
**Tương Ớt**

Oyster Sauce **1.95** (Ea.) SALE  
**Dầu Hào**

### VEGETABLE

Taro Root **79¢** Lb. SALE  
**Khoai Môn**

Long Bok Choy **1.19** Lb. SALE  
**Cải Trắng**

Red Cabbage **69¢** Lb. SALE  
**Bắp Cải Tím**

Shang Hai Mue **1.89** Lb. SALE  
**Cải Thì Nhỏ**

Banana Flower **1.79** Lb. SALE  
**Bắp Chuối**

Yali Pears **1.29** Lb. SALE  
**Lê Ngọt**

### ĐỔI ĐIỂM NHẬN QUÀ

**FREE** Coconut Milk Lite **15999** pts  
**Nước Cốt Dừa**

**FREE** Seafood Clear Soup Paste **19999** pts  
**Cốt Hải Sản Tom Yum**

**FREE** Preserved Mango with Chili **13999** pts  
**Xoài Ngâm Ớt**

**FREE** White Coffee **59999** pts  
**Cà Phê Sữa**

### MEAT

Pork Loin Back Ribs **3.59** Lb. SALE  
**Sườn Non Bẹ**

Bacon Slice **4.99** Lb. SALE  
**Ba Rọi Cắt Lát**

Pork Butt **3.89** Lb. SALE  
**Thịt Nạc Dằm**

Chicken Feet **3.49** Lb. SALE  
**Chân Gà**

Lamb Shank (Bone in) **5.99** Lb. SALE  
**Bắp Cừu Có Xương**

Chicken Drumstick **1.49** Lb. SALE  
**Đùi Gà Nhỏ**

### SEAFOOD

White Headless Shrimp (1lb) **5.99** Lb. SALE  
**Tôm Trắng Không Đầu**

Grouper Body **10.99** Lb. SALE  
**Cá Bông Mú**

Stingray **2.99** Lb. SALE  
**Cá Đuối**

Salmon (Whole) **6.99** Lb. SALE  
**Cá Hồi**

American Red Snapper **9.99** Lb. SALE  
**Cá Hường**

Striped Bass **6.49** Lb. SALE  
**Cá Mè**

# HOT POT City

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

## BUFFET

# All You Can Eat

# 10% off

## Free Fountain Drinks!

when you check in our location  
or share photo booth snappic on your social media

**Áp Dụng Đến: 01/31/2024**

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

## Cần Người

Help Wanted

303-2088/1656

### CẦN NHIỀU THỢ TÓC

Tiệm tóc đông khách ở Richmond cần nhiều thợ tóc có kinh nghiệm, bao lương hay ăn chia tùy theo khả năng.

Xin liên lạc Call or Text:  
**832-973-9690**

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 Ôn 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. Đông 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**

307-2089/1657

### NHẬN GIỮ TRẺ CÓ LICENSE

Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi, nhà rộng sạch sẽ, yêu thương trẻ, chăm sóc chu đáo. Nhà ở Gessner & W. Airport gần Bwy Sam Houston.

Xin liên lạc:  
**713-367-5069**

## Cho Thuê Phòng

Room For Share

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**

305-2089/1657

### DƯ PHÒNG CHO SHARE

Nhà mới, khu Southwest Hk4, ưu tiên cho độc thân có việc làm. Bao gas, điện, nước và Internet, nấu ăn ít. Dọn vào ngay.

Xin liên lạc :  
**832-788-9606**

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**

312-2090/1658

### SHARE PHÒNG KHU SUGARLAND

Nhà sạch sẽ, quiet neighborhood và chủ nice, nhắn tin hoặc leave message.

Xin liên lạc Dung or Christy:  
**713-330-6021**

316-2091/1659

### CHO MUỐN PHÒNG

Nhà sạch sẽ, yên tĩnh, khu Southwest (Beechnut & Fondren), cho muốn phòng \$400/tháng, có phòng tắm riêng, bếp riêng, Internet, máy giặt sấy. Ưu tiên cho nữ, độc thân.

Text Ann:  
**832-561-6444**

317-2091/1659

### 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**

318-2091/1659

### CHO SHARE PHÒNG

Nhà khu Eldridge (Bellaire), gần chợ Mỹ Hoa, dư 1 phòng cho share \$380/tháng. Bao điện, nước, giặt sấy, internet. Khu an ninh.

Xin liên lạc Tuyết:  
**346-378-8333**

315-2091/1659

### CHO SHARE PHÒNG

Dư 1 phòng cho thuê, khu Hwy 6 & Clay Rd, gần HEB. Đầy đủ tiện nghi. Bao điện, nước, wifi giặt sấy.

Xin liên lạc Cô Hương:  
**832-768-8167**

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**

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**

307-2089/1657

### NHẬN GIỮ TRẺ CÓ LICENSE

Nhận giữ trẻ mọi lứa tuổi, nhà rộng sạch sẽ, yêu thương trẻ, chăm sóc chu đáo. Nhà ở Gessner & W. Airport gần Bwy Sam Houston.

Xin liên lạc:  
**713-367-5069**

## Vui Cười

### Vẫn không có giảm bông

Một ông khách gọi phục vụ bàn và bảo:

– Nay tôi chẳng thấy lát giảm bông trong chiếc bánh mì kẹp nhân này đâu cả.

– Lạ nhỉ, ông thử cắn miếng nữa xem sao.

– Ông khách cắn miếng bánh nữa và nói: Không, vẫn không thấy giảm bông.

– Thế thì ông cắn quá chỗ có giảm bông mất rồi.

### Ăn uống không đúng cách nên gặp bác sĩ tâm thần

Hai người đàn ông ngồi ở phòng chờ khoa tiêu hóa của bệnh viện.

Người đàn ông thứ nhất ôm bụng với vẻ mặt đau đớn, trong khi người đàn ông thứ hai mặt mũi dửng dưng, trên đầu có một chiếc bánh kem nhỏ, một củ cà rốt ở tai phải, một quả chuối cắm ở mũi.

Ngồi một lúc, người thứ hai lên tiếng trước:

– Chuyện gì xảy ra với bụng anh?

– Tôi ăn phải thứ gì đó không sạch sẽ nên bị đau bụng suốt hôm qua đến nay. – người thứ nhất rên rỉ – Còn anh gặp phải vấn đề gì thế?

Người thứ hai nhún vai:

– Cũng không có gì nghiêm trọng. Chỉ là tôi ăn uống không đúng cách nên mọi người khuyên đi gặp bác sĩ thôi.



### Điều gì xảy ra với hệ tiêu hóa khi nằm thẳng ngay sau khi ăn?

Nằm thẳng sau khi ăn đảo ngược quá trình phân hủy thức ăn tự nhiên, đặc biệt không tốt với những người bị trào ngược dạ dày hay thoát vị tạm thời.

#### Điều gì xảy ra với tiêu hóa nếu nằm xuống sau khi ăn?

“Khi nằm xuống sau khi ăn, có khả năng thức ăn bạn vừa ăn - đang trên đường đi qua thực quản để vào dạ dày - sẽ trào ngược trở lại và lên đến cổ họng nhờ sự tác động của một số axit của dạ dày”, Peyton Berookim, bác sĩ chuyên khoa tiêu hóa được chứng nhận hội đồng kép tại Viện Tiêu hóa Nam California, cho biết.

Nói cách khác nằm sau khi ăn làm đảo lộn và đảo ngược quá trình phân hủy thức ăn tự nhiên. Khi điều này xảy ra, bạn có thể gặp các triệu chứng ợ nóng và trào ngược axit.

“Điều này có thể biểu hiện dưới dạng cảm giác nóng rát ở ngực và cổ họng, vị chua trong miệng hoặc ợ hơi”, Berookim nói, cho biết thêm rằng trào ngược có khả năng gây kích ứng đường thở và dẫn đến ho, thậm chí có thể giống một số triệu chứng hen suyễn nhẹ.

Hơn nữa, một nghiên cứu nhỏ được công bố trên tạp chí Ứng dụng Sinh lý học, Dinh dưỡng và Trao đổi chất đã báo cáo những lợi ích bổ sung của việc ngồi thẳng trong khi ăn thay vì nằm nghiêng. Sau khi các nhà nghiên cứu theo dõi tác động của việc ăn protein ở cả hai tư thế, họ kết luận rằng việc cho ăn ở tư thế đứng thẳng thay vì tư thế nằm “đẩy nhanh quá trình làm rỗng dạ dày và tăng mức độ sẵn có của axit amin trong huyết tương sau bữa ăn bằng cách tăng tiêu hóa protein và mức độ hấp thụ axit amin”. Điều này đồng nghĩa bạn có thể phát huy chức năng tiêu hóa và hấp thụ chất dinh dưỡng tối ưu nếu ăn thực phẩm giàu protein khi ngồi thẳng thay vì nằm ăn.

#### Nằm sau khi ăn có sao không?

Nhiều người có xu hướng nằm xuống sau khi ăn, đặc biệt là sau một bữa ăn thịnh soạn. Bạn có thể cảm thấy thoải mái khi cởi một hoặc hai chiếc cúc áo, đặt chân về phía sau và nằm ngửa sau khi ăn no. Tuy nhiên, bác sĩ Berookim khẳng định: “Thực sự không có bất kỳ tình trạng hoặc tình huống nào mà chúng tôi khuyên nên nằm ngả lưng sau khi ăn. Nó chỉ đi ngược lại hướng tự nhiên của trọng lực nhằm thúc đẩy quá trình tiêu hóa khỏe mạnh”.

Ngoài ra, những người mắc một số bệnh lý nhất định nên đặc biệt chú ý giữ tư thế đứng thẳng sau bữa ăn. “Những người mắc bệnh trào ngược dạ dày thực quản (GERD) hoặc các tình trạng như thoát vị tạm thời chắc chắn không nên nằm ra sau khi ăn, vì làm như vậy có thể làm trầm trọng thêm sự khó chịu”, Berookim nói.

Berookim xác nhận theo nguyên tắc chung, tốt nhất bạn nên ngồi thẳng sau khi ăn.

Ngoài ra, hãy nhớ rằng giấc ngủ ảnh hưởng đến quá trình tiêu hóa như thế nào, nhưng cụ thể hơn là các tư thế ngủ khác nhau. Ali Rezaie, bác sĩ chuyên khoa tiêu hóa tại Cedars-Sinai ở Los Angeles, trước đây đã chia sẻ với Well+Good rằng: “Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra ngủ nghiêng bên phải làm tăng các đợt trào ngược axit và ợ chua so với nằm nghiêng bên trái”. Điều này đồng nghĩa một số tư thế ngủ có thể ảnh hưởng đến sức ép của dạ dày và ảnh hưởng đến khả năng tiêu hóa thức ăn.

#### Ăn xong nên chờ bao lâu mới nằm?

Cho dù bạn đang ở bãi biển và muốn nằm dài trên khăn tắm sau bữa trưa mới nấu, hay ở nhà và sẵn sàng cuộn tròn để xem bản phát hành mới nhất trên Netflix sau bữa ăn muộn, Berookim khuyên nên chờ đợi một khoảng thời gian nhất định trước khi làm như vậy. Trong hầu hết các trường hợp, thường là nên chờ từ 30 phút đến 4 tiếng.

“Thông thường, nên đợi ít nhất 30 phút sau khi ăn rồi mới nằm thẳng hoàn toàn. Tuy nhiên, nếu bạn nghỉ ở tư thế nghiêng hay dựa vào vài chiếc gối xếp chồng lên nhau, bạn không cần phải chăm chỉ xem đồng hồ nữa. Nếu bạn chỉ định nằm trên ghế dài nhưng kê cao đầu lên, bạn có thể làm thế ngay sau khi ăn”, Berookim nói.

Khi nói đến việc bắt đầu giấc ngủ sau bữa tối, khung thời gian lý tưởng sẽ dài hơn một chút. “Nói chung, chúng tôi khuyên bạn nên ăn đủ sớm để bạn có thể đi ngủ sau bữa tối hai giờ”, Berookim khuyên.

Và nếu bạn tình cờ gặp khó khăn với bệnh trào ngược dạ dày thực quản, một nghiên cứu được công bố trên Tạp chí Tiêu hóa Mỹ cho thấy kết quả sẽ tốt hơn khi chờ ít nhất ba giờ sau ăn mới đi ngủ. Trong khi đó, chờ 4 tiếng sau ăn mới ngủ mang lại nhiều lợi ích đáng kể hơn. ■

### Đột tử bởi cục máu đông hình thành khi ngồi suốt 50 giờ

Với sự phát triển của khoa học công nghệ, nhiều người đã quen với việc ngồi lâu sử dụng máy tính hoặc điện thoại di động để xem phim truyền hình, chơi game... và ít vận động. Tuy nhiên, ngồi trong thời gian dài dễ khiến bạn tích tụ mỡ, còn có thể ảnh hưởng đến tim, phổi, có thể gây tử vong đột ngột. Tình huống này đã xảy ra gần đây ở Đài Loan do bác sĩ tim mạch Gan Zongben chia sẻ trên chương trình y tế Doctor is Hot. Ông cho biết một người đàn ông 50 tuổi ngồi trong quán cà phê Internet suốt 50 giờ không đứng dậy. Khi nhân viên quán đến kiểm tra, họ phát hiện ông đã chết. Cuối cùng pháp y xác định rằng người đàn ông này bị huyết khối tĩnh mạch sâu ở chi dưới do ngồi lâu, cục máu đông làm tắc nghẽn tim hoặc phổi, dẫn đến đột tử.

Bác sĩ Gan cho rằng, ngồi lâu có thể dẫn đến hậu quả nghiêm trọng, khi lượng lớn cục máu đông làm tắc nghẽn phổi rất có thể dẫn đến tử vong, “thậm chí còn không còn sức để kêu cứu”. Ông cho

biết mọi người cần chú ý đến những rủi ro do ngồi lâu gây ra, như xem phim truyền hình dài tập, chơi điện tử... trong thời gian dài. Những lúc đó, chúng ta nên cố gắng tránh ngồi trong thời gian dài, thường xuyên đứng dậy để di chuyển. Ngoài ra, bạn cũng nên uống nhiều nước, nước làm loãng máu có thể giúp ngăn ngừa sự hình thành cục máu đông.

#### Các triệu chứng của cục máu đông trong cơ thể

##### 1. Ngáp liên tục

Nếu bạn ngáp thường xuyên và cảm thấy buồn ngủ dù đã ngủ đủ giấc, đó có thể là dấu hiệu của cục máu đông. Bởi vì cục máu đông sẽ ảnh hưởng đến tốc độ lưu thông và tuần hoàn máu, gây ra tình trạng thiếu oxy và thiếu máu cục bộ. Bạn cần chú ý và đến bệnh viện càng sớm càng tốt để kiểm tra.

##### 2. Độ dày bắp chân khác nhau

Nếu bạn nhận thấy sự chênh lệch về độ dày giữa hai bắp chân của bạn lớn hơn ba cm hoặc nếu một trong hai bắp chân của bạn lưu thông máu kém, có thể bạn đang bị cục máu đông. Lúc này, tốt nhất bạn nên đến bệnh viện để khám một số tĩnh mạch ở chi dưới để loại trừ nguy cơ mắc bệnh mạch máu ác tính.

##### 3. Chảy nước dãi một bên

Nếu bạn thường xuyên chảy nước dãi sang một bên khi ngủ, bạn nên chú ý xem đó có phải là dấu hiệu báo trước của nhồi máu não hay không. Nhiều người cao tuổi có triệu chứng này vì cục máu đông gây rối loạn chức năng cơ. Bạn nên chú ý đến sức khỏe mạch máu và đến bệnh viện càng sớm càng tốt để kiểm tra lưu lượng máu não.



Ảnh minh họa

##### 4. Đau ngực

Nếu bạn cảm thấy tức ngực và khó thở thì có thể do cục máu đông đi vào phổi. Đây là một tình huống rất nguy hiểm và cần được chăm sóc y tế ngay lập tức. Đồng thời, bạn có thể cảm thấy khó thở và đau tăng lên. Lúc này, bạn nên báo cho gia đình biết về hoàn cảnh của mình để tránh trường hợp cấp bách.

##### 5. Đỏ da

Nếu da bạn đỏ và nóng, đó có thể là triệu chứng của bệnh viêm tắc tĩnh mạch nông. Trong trường hợp này, vùng da bị đỏ sẽ có cảm giác rất nóng nhưng có thể không gây khó chịu rõ ràng. Bạn nên kiểm tra mạch máu kịp thời để tránh những hậu quả nghiêm trọng hơn do cục máu đông gây ra. ■

## SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

### Không phải chạy bộ, cụ bà thọ 100 tuổi nhờ 1 bộ môn trị bách bệnh, hạ đường huyết hiệu quả: Không cần đến phòng tập hay dụng cụ

**B**ộ môn này có thể quen với nhiều người nhưng ít ai hiểu hết tác dụng của nó với sức khỏe.

Theo UK Newspaper, dẫu đã 100 tuổi song bà Jean Dawson (West Yorkshire, Anh) vẫn có sức khỏe tốt và dẻo dai. Chia sẻ trên tờ này, cụ bà cho biết bí quyết để kéo dài tuổi thọ là nhờ một thói quen đơn giản đã được bắt đầu từ khi 67 tuổi, là tập yoga mỗi ngày.

Dành nhiều thập kỷ tập yoga, cuộc sống của bà Jean thay đổi theo hướng tích cực. Tập yoga đều đặn giúp bà giảm cơn đau hiệu quả và thực sự là cách chữa bệnh hữu hiệu. Cụ bà này từng bị thoát vị đĩa đệm, theo năm tháng, yoga đã giúp chữa khỏi căn bệnh.

Không chỉ dừng lại ở việc đem lại những lợi ích về sức khỏe, việc theo đuổi bộ môn này còn giúp bà Jean kết nối với những người bạn tuyệt vời. Yoga rèn luyện cho bà sự tập trung, sự cân bằng, tính linh hoạt và khả năng chịu đựng.

Thực tế, yoga không đơn thuần là một môn thể thao. Nó còn là cả một triết lý về sức khỏe và nhân sinh. Thực hiện các tư thế trong yoga mang lại nhiều lợi ích đối với sức khỏe tổng thể và hỗ trợ chữa bệnh.



Dưới đây là một số lợi ích của bộ môn này:

*Bà Jean Dawson*

#### Hạ đường huyết

Các nhà nghiên cứu của ĐH California (Mỹ) đã khẳng định yoga có thể làm giảm đáng kể lượng đường trong máu ở những người mắc bệnh tiểu đường loại 2.

Cụ thể, sau khi phân tích 28 nghiên cứu được thực hiện từ năm 1993-2022, các nhà nghiên cứu cho rằng việc tập yoga có thể giảm A1C (chỉ số đường huyết trung bình trong 3 tháng) xuống 1%.

Những chuyên gia này cho rằng mặc dù con số này có vẻ nhỏ nhưng nó có thể so sánh với mức giảm do metformin, loại thuốc điều trị tiểu đường phổ biến nhất mang lại.

Các kỹ thuật thiền định, khí công và các kỹ thuật giảm căng thẳng dựa trên chánh niệm trong

bộ môn yoga đều có thể giảm lượng đường trong máu.

#### Hỗ trợ giảm cân

Cũng giống như các bài tập thể dục nói chung, yoga kết hợp với chế độ ăn uống lành mạnh giúp bạn duy trì vóc dáng thon gọn, khỏe đẹp.

Yoga góp phần đốt cháy calo và đốt cháy mỡ thừa ở vùng bụng, cho bạn vòng eo thon, đôi chân thon thả và cơ thể săn chắc. Như bạn có thể thấy, những người tập yoga thường có vóc dáng khá đẹp. Yoga cũng là bộ môn yêu thích của các hoa hậu, người mẫu và người đẹp trên thế giới.

Nhờ tăng cường lưu thông máu, yoga có thể giúp làn da của bạn tươi sáng, hồng hào và rạng rỡ hơn.

#### Cải thiện sức khỏe tinh thần

Yoga giúp bạn kiểm soát hơi thở tốt hơn và góp phần cải thiện sức khỏe tinh thần. Theo nhiều nghiên cứu, yoga giúp giải tỏa stress, phần chần và vui vẻ hơn.

Đặc biệt, một số tư thế yoga xua tan mọi lo âu, căng thẳng, nhờ đó mà hệ miễn dịch bạn cũng được cải thiện, chống lại bệnh tật.

Có nhiều hình thức tập yoga, bạn cũng có thể tập một mình hoặc tập theo nhóm. Khi tập theo nhóm, bạn có cơ hội để giao lưu chia sẻ với mọi người, mở rộng giao tiếp xã hội, nhờ đó mà đánh bay trầm cảm.

#### Giảm đau thắt lưng, cổ vai gáy và khớp gối

Các nghiên cứu cho thấy rằng yoga có lợi đối với những người đau thắt lưng, đau cổ vai gáy, các triệu chứng của đau nửa đầu và viêm khớp gối.

Xã hội hiện đại phụ thuộc vào công nghệ, con người dường như dành nhiều thời gian hơn để ngồi hoặc tập trung trước các thiết bị.

Yoga sẽ tạo sự liên kết tốt hơn bằng cách giải phóng các cơ bị căng cứng, cải thiện khả năng vận động của cột sống.

Nhiều tư thế yoga tác động tới các cơ lưng, khớp vai và gối, cũng như có lợi với các cơ khác kết nối với cơ lưng của bạn.

#### Cải thiện chức năng tim mạch

Một nghiên cứu cho thấy những người trên 40 tuổi tập yoga trong 5 năm có huyết áp và nhịp tim thấp hơn những người không tập.

Theo đó, huyết áp cao là một trong những nguyên nhân chính gây ra các vấn đề về tim, chẳng hạn như đau tim và đột quỵ. Giảm huyết áp bằng yoga có thể giúp giảm nguy cơ mắc các bệnh này.

Việc kết hợp yoga cùng một lối sống lành mạnh có thể giúp làm chậm sự tiến triển của bệnh tim.

Đã có một nghiên cứu trên 113 bệnh nhân bị bệnh tim để xem xét tác động của việc thay đổi lối sống bao gồm: một năm tập luyện yoga kết hợp với điều chỉnh chế độ ăn uống và quản lý stress.

Kết quả rất tuyệt vời, những người tham gia giảm đến 23% tổng lượng cholesterol và giảm 26% cholesterol xấu.

Ngoài ra, sự tiến triển của bệnh tim dừng lại ở 47% bệnh nhân. ■

### Trị liệu bằng cách nói chuyện với những chú ngựa

**M**ột tình nguyện viên tại Nga đã chọn ngựa con để đem lại niềm hạnh phúc cho những bệnh nhân đang điều trị tại các nhà an dưỡng.

Cô Anastasia đã đến thăm các nhà an dưỡng xung quanh thủ đô Moscow hơn một năm nay. Trong những chuyến thăm của mình, cô đều mang theo chú ngựa con Dietrich như một phương pháp trị liệu độc đáo để đem lại niềm vui và tiếng cười cho những bệnh nhân.

Với bộ lông trắng óng mượt cùng tính cách tinh nghịch và thích chơi đùa, chú ngựa Dietrich luôn chiếm được trái tim của những người trong các nhà an dưỡng trong những chuyến thăm.

Cô Anastasia Kozyr - Chủ của ngựa con Dietrich: “Chú ngựa Dietrich thật tuyệt vời và tôi muốn chia sẻ điều đó với mọi người. Tôi nghĩ rằng những người trong nhà an dưỡng không có cơ hội đến thăm chuồng ngựa hoặc tiếp xúc với động vật, và tôi nghĩ họ cần tình bạn, cùng sự ấm áp của những con vật. Tôi rất vui khi có thể mang đến cho mọi người cơ hội để làm bạn với chú ngựa đáng yêu này”.

Sau khi phát hiện các khu vực như châu Âu và Mỹ sử dụng ngựa con như một phương thức trị liệu tâm lý cho những người dễ gặp căng thẳng và các bệnh nhân, cô quyết định đã đưa liệu pháp trên đến Moscow, nơi có nhiều bệnh nhân đã điều trị nhiều năm trong nhà an dưỡng và luôn khao khát được chăm lo cho thú nuôi.



Cô Mila - Điều dưỡng viên: “Tại đây, mỗi bệnh nhân đều có những mong muốn khác nhau, đó có thể là gọi điện thoại cho người thân sau một thời gian dài, hay chỉ đơn giản nhìn ngắm trời tuyết hay mưa. Vậy nên, chuyến thăm của chú ngựa Dietrich vô cùng ý nghĩa, nó giúp đem lại cảm giác hạnh phúc cho những bệnh nhân điều trị dài hạn”.

Việc sử dụng các loài động vật như một liệu pháp trị liệu tâm lý không phải là điều hiếm gặp. Tại nhiều nơi trên thế giới, những loài thú cưng như chó trị liệu trở nên vô cùng phổ biến trong việc giúp con người có thể giải tỏa căng thẳng và chống lại nỗi cô đơn.

Tuy nhiên, chú ngựa Dietrich là minh chứng cho thấy con người có thể tìm thấy niềm hạnh phúc từ những nơi không thể ngờ tới. ■



### Nghiên cứu mới cho thấy các vấn đề sức khỏe gặp phải khi còn trẻ có liên quan đến việc không có con sau này

**N**ghiên cứu lớn khẳng định việc được chẩn đoán mắc một trong 74 tình trạng sức khỏe này ở độ tuổi 20 có thể khiến nam và nữ mất khả năng sinh con.

Các nhà nghiên cứu của Đại học Harvard và Oxford xác định các vấn đề sức khỏe hành vi - chẳng hạn như nghiện rượu và tâm thần phân liệt - có ảnh hưởng lớn nhất đến tình trạng không có con ở nam giới được chẩn đoán ở độ tuổi 20.

Phụ nữ có nhiều khả năng không có con do các bệnh tự miễn dịch và viêm nhiễm như bệnh đa xơ cứng, rối loạn tim mạch và tiểu đường loại 2 khi được chẩn đoán ở độ tuổi 20. Danh sách dài gồm 74 tình trạng khác nhau làm tăng khả năng một người đàn ông hoặc phụ nữ không có con sau này đã bổ sung vào danh sách các yếu tố đã đẩy tỷ lệ sinh ở Mỹ rơi tự do, bao gồm căng thẳng về tài chính và làm việc hướng tới các mục tiêu nghề nghiệp.

Chẩn đoán dị tật bẩm sinh và các rối loạn khác từ khi sinh ra, cũng như các vấn đề và rối loạn sức khỏe tâm thần ảnh hưởng đến hệ thần kinh, chẳng hạn như bệnh xơ cứng rải rác (MS) và viêm khớp vị thành niên nằm trong số những vấn đề có ảnh hưởng mạnh nhất đến việc ai đó có con sau này hay không. Tình trạng không có con ngoài ý muốn là một thuật ngữ bao trùm một phạm vi vấn đề rộng lớn. Một người có thể vô tình không có con vì họ phải vật lộn với chứng vô sinh hoặc một tình trạng sức khỏe tiềm ẩn như cục máu đông hoặc bệnh tim khiến việc thụ thai hoặc sinh con không an toàn.



Ảnh minh họa

Việc mắc chứng rối loạn sức khỏe hành vi cũng có thể khiến một người vô tình không có con nếu họ biết vấn đề sức khỏe tâm thần tiềm ẩn của mình có thể truyền sang con hoặc nếu chứng rối loạn của họ nghiêm trọng đến mức họ sẽ không thể chăm sóc con.

Trong số 74 tình trạng liên quan đến việc không có con, mà trong hầu hết các trường hợp là không tự nguyện, hơn một nửa là các rối loạn hành vi và khuyết tật như tâm thần phân liệt, bại não, nghiện rượu và ma túy và rối loạn nhân cách chống đối xã hội. Các tình trạng không liên quan đến tâm thần khác cũng liên quan đến việc tăng tỷ lệ không

có con bao gồm huyết áp cao, rối loạn đông máu, nhiễm trùng âm đạo và không có kinh nguyệt đều đặn.

Các nhà nghiên cứu từ Đại học Harvard, Đại học Helsinki và Viện Karolinska ở Thụy Điển đã thực hiện nghiên cứu với gồm 2,5 triệu đối tượng nghiên cứu từ Phần Lan và Thụy Điển. Họ xem xét dữ liệu từ 1,4 triệu phụ nữ - sinh từ năm 1956 đến 1973 - và 1,1 triệu nam giới - sinh từ năm 1956 đến 1968.

Những phụ nữ từ 16 đến 20 tuổi khi được chẩn đoán mắc bệnh béo phì, được coi là một trong những vấn đề sức khỏe cộng đồng nghiêm trọng nhất ở Mỹ, có nhiều khả năng không có con hơn những người được chẩn đoán ở tuổi trưởng thành sớm. Nhìn chung, mối liên hệ chặt chẽ nhất với tình trạng không có con ở phụ nữ xảy ra khi căn bệnh này được chẩn đoán lần đầu ở độ tuổi từ 21 đến 25. Hầu hết các nghiên cứu về lý do không có con đều tập trung vào phụ nữ, nhưng vì các nhà nghiên cứu tập trung vào 71.524 cặp chị em và 77.622 cặp anh em ruột có biểu hiện khác biệt về tình trạng không có con nên nhóm nghiên cứu có thể chỉ ra sự khác biệt giữa hai giới.

Chính sự tập trung vào phụ nữ cũng như nam giới đã khiến các nhà nghiên cứu xác định rằng trong khi các vấn đề về tâm thần có ảnh hưởng lớn nhất ở nam giới thì các vấn đề về trao đổi chất và nội tiết như bệnh tiểu đường lại có ảnh hưởng lớn hơn đến tỷ lệ không có con ở phụ nữ.

Tiến sĩ Andrea Ganna, giám đốc Viện Y học phân tử Phần Lan (FIMM), cho biết: “Bằng cách đánh giá vai trò của nhiều bệnh ở giai đoạn đầu đời đối với việc không có con đối với 2,5 triệu người trên khắp Phần Lan và Thụy Điển, nghiên cứu này mở đường cho sự hiểu biết sâu hơn về bệnh tật góp phần như thế nào đến tình trạng không có con ngoài ý muốn và nhu cầu cải thiện các biện pháp can thiệp y tế”.

Một phần tư trong số 1,1 triệu nam giới được nghiên cứu không có con so với gần 17% trong số 1,4 triệu phụ nữ. Ở nam giới, ảnh hưởng của bệnh tật đến việc không có con là mạnh nhất khi bệnh được chẩn đoán ở độ tuổi từ 26 đến 30.

Tiến sĩ Aoxing Liu, tác giả chính của nghiên cứu và là nhà nghiên cứu tại Đại học Helsinki, cho biết: “Có nhiều yếu tố khác nhau đang dẫn đến sự gia tăng tình trạng không có con trên toàn thế giới, trong đó việc trì hoãn việc làm cha mẹ là một yếu tố góp phần đáng kể có khả năng làm tăng nguy cơ vô sinh ngoài ý muốn”.

Những phát hiện này đã được công bố trên tạp chí Nature Human Behavior. ■

### Nghiên cứu mới phát hiện đàn ông bớt hung hăng hơn khi ngửi mùi nước mắt phụ nữ

**M**ột nghiên cứu cho thấy nước mắt của con người chứa tín hiệu hóa học ngăn chặn sự hung hăng ở nam giới.

Qua một nghiên cứu mới, các nhà nghiên cứu đến từ Viện Khoa học Weizmann ở Israel tìm thấy dấu hiệu hóa học trong nước mắt tác động đến hành vi của đàn ông.

Các nhà nghiên cứu yêu cầu một nhóm đàn ông ngửi những giọt nước mắt xúc động của phụ nữ hoặc nước muối (hỗn hợp muối và nước) trong lúc họ chơi trò chơi hai người. Trò chơi được thiết kế để khơi dậy hành vi hung hăng, gây hấn đối với người chơi khác, trong đó người chơi thu thập số tiền mà đối thủ cố gắng đánh cắp từ họ. Hành vi hung hăng tìm cách trả thù trong trò chơi đã giảm hơn 40% sau khi nam giới ngửi thấy những giọt nước mắt xúc động của nữ giới.

Khi được lặp lại trên máy quét MRI, hình ảnh cho thấy hai vùng não liên quan đến sự gây hấn - vỏ não trước trán và thùy não phía trước - trở nên hoạt động mạnh hơn khi đàn ông bị khiêu khích trong trò chơi, nhưng không hoạt động mạnh như vậy trong những tình huống tương tự khi đàn ông ngửi nước mắt của phụ nữ.

Những kết quả này tương tự với kết quả nghiên cứu liên quan đến một số loài động vật có vú - chủ yếu là loài gặm nhấm - có chứa các chất hóa học đóng vai trò là tín hiệu xã hội có thể phát ra theo yêu cầu. Nghiên cứu phát hiện ra rằng sự hung hăng ở loài gặm nhấm được bị ngăn chặn khi chúng ngửi thấy nước mắt của con cái.

Công bố trên tạp chí PLOS Biology, nhóm nghiên cứu từ Viện Khoa học Weizmann ở Israel cho biết: “Chúng tôi phát hiện ra rằng giống như ở chuột, nước mắt của con người chứa tín hiệu hóa học ngăn chặn sự hung hăng của nam giới. Điều này đi ngược lại quan điểm cho rằng nước mắt cảm xúc chỉ có ở con người”.

Nhà nghiên cứu Shani Agron cho biết hiệu ứng này có thể nhận thấy quan trọng nhất khi không thể giao tiếp bằng lời nói - ví dụ như khi tương tác với trẻ sơ sinh.

“Trẻ sơ sinh không thể nói chuyện, vì vậy việc chúng phản ứng bằng các tín hiệu hóa học để bảo vệ bản thân trước sự hung hăng có thể rất quan trọng”, Shani Agron cho biết.

Nhóm nghiên cứu cho biết trong tương lai của họ sẽ tìm hiểu xem liệu những phát hiện của nghiên cứu có áp dụng đối với phụ nữ hay không.

Giáo sư Noam Sobel, người giám sát nghiên cứu, cho biết: “Nghiên cứu cho thấy rằng nước mắt kích hoạt các thụ thể khứu giác và chúng làm thay đổi các mạch não liên quan đến sự hung hăng, làm giảm đáng kể hành vi hung hăng. Những phát hiện này cho thấy nước mắt là một 'tấm chắn hóa học' mang lại sự bảo vệ chống lại sự hung hăng - tác dụng này là phổ biến đối với loài gặm nhấm và con người, và có lẽ có tác dụng đối với các động vật có vú khác”.

Trở lại năm 2011, một nghiên cứu khác đã chỉ ra rằng việc ngửi những giọt nước mắt xúc động của phụ nữ làm giảm nồng độ testosterone ở nam giới, dẫn đến mức độ hung phấn tình dục giảm đi phần nào. ■

## SỨC KHỎE & ĐỜI SỐNG

### Một kiểu tập luyện đã có lịch sử vài nghìn năm, giúp giảm cân, giải tỏa căng thẳng

**B**oxing hay quyền Anh, đấm bốc là môn thể thao có lịch sử lâu đời hàng nghìn năm. Nhiều nghiên cứu đã chứng minh quyền Anh khởi nguồn từ Bắc châu Phi vào khoảng 4.000 năm TCN, ở Địa Trung Hải khoảng 1.500 năm TCN, ở Hy Lạp khoảng 900 năm TCN, tại La Mã cổ đại là 500 năm sau CN. Khoảng 3.700 năm TCN, ở xứ Mésopotamie (Hy Lạp cổ) đã lưu hành môn đấu quyền, được cho là tiền thân của môn quyền Anh ngày nay.

Quyền Anh truyền thống là hình thức đối kháng của các võ sĩ trên võ đài, trong khi quyền Anh thể hình là hình thức luyện tập đang trở nên phổ biến, an toàn và mang lại nhiều lợi ích cho sức khỏe. Môn thể thao này không chỉ là một cách tuyệt vời để cải thiện thể lực mà còn là phương pháp thú vị để thử thách trí óc và cơ thể của bạn.

#### Cải thiện sức khỏe tim mạch

Khi luyện tập Boxing, bạn cần phải thực hiện các hoạt động cường độ cao thường xuyên trong các buổi tập hoặc trận đấu. Vậy nên Boxing chính là một hình thức tập luyện cường độ cao ngắt quãng (HIIT), đồng thời có thể thúc đẩy cơ thể liên tục duy trì các hoạt động cường độ cao. HIIT được chứng minh có liên quan trực tiếp đến việc giảm nguy cơ mắc bệnh tim.

Một nghiên cứu phát hiện ra rằng những người trưởng thành mắc bệnh béo phì theo chương trình tập luyện đấm bốc kéo dài 12 tuần đã giảm huyết áp tâm thu. Huyết áp tâm thu cao là yếu tố nguy cơ chính gây ra bệnh động mạch vành, một trong những bệnh tim phổ biến nhất nước Mỹ.



Ảnh minh họa

#### Hỗ trợ giảm cân

Tập luyện đấm bốc cường độ cao đã được chứng minh là làm giảm lượng mỡ trong cơ thể hơn các hoạt động khác như đi bộ nhanh. Ví dụ: Một người nặng 68 kg có thể đốt cháy 390-558 calo trong một buổi tập boxing 60 phút trong phòng điều hòa. Số lượng calo được đốt cháy sẽ thay đổi tùy theo cường độ và các yếu tố khác như việc bạn đấm bao cát hay đấu tập 1-1. Ngay cả trò chơi đấm bốc mô phỏng trên thiết bị điện tử cũng có thể đốt cháy calo một cách hiệu quả.

#### Tăng cường sức mạnh toàn thân

Hầu hết mọi người sẽ nghĩ rằng lực đấm chỉ đến từ vai nhưng thực tế, hành động tung cú đấm

đòi hỏi sự vận động của toàn bộ cơ thể. Một cú đấm tốt phải có sự góp phần của chi dưới chống vững xuống đất cùng với sự phối hợp của phần còn lại cơ thể để truyền lực qua đòn đánh. Do đó, tập quyền anh có thể gia tăng sức mạnh cho toàn thân.

#### Cải thiện khả năng giữ thăng bằng

Để luyện tập boxing đòi hỏi việc phối hợp các động tác chân và các chuyển động khác của cơ thể. Tất cả đều giúp cải thiện sự cân bằng của cơ thể. Trên thực tế, một nghiên cứu cho thấy tập đấm bốc có thể cải thiện khả năng giữ thăng bằng ở những người đang hồi phục sau đột quỵ.

Boxing còn được sử dụng như một phương pháp để điều trị bệnh Parkinson - một căn bệnh suy nhược thần kinh ảnh hưởng đến khả năng thực hiện các hoạt động phức tạp của cơ thể. Theo một nghiên cứu được đăng tải trên Thư viện Y khoa Quốc Gia Mỹ, việc tập luyện boxing 2 lần 1 tuần đã giúp giảm nguy cơ té ngã và cải thiện điểm thăng bằng ở những người mắc bệnh Parkinson.

#### Giảm căng thẳng

Các động tác Boxing có tác dụng giải tỏa căng thẳng một cách lành mạnh. Theo bác sĩ y học thể thao tại Bệnh viện Phẫu thuật Đặc biệt New York (Mỹ) Osric S. King việc tập trung tập luyện đấm bốc có thể giúp bạn “thoát khỏi các tình huống căng thẳng đang xâm chiếm tâm trí ngay lập tức”.

Một bài đánh giá được công bố vào tháng 9/2022 trên Tạp chí Y học Lối sống Hoa Kỳ cho thấy đấm bốc không tiếp xúc giúp cải thiện tâm trạng và chất lượng cuộc sống ở những người đang có vấn đề về sức khỏe thần kinh.

#### Hạ huyết áp

Huyết áp tăng cao là dấu hiệu báo trước của những biến chứng nguy hiểm như đau tim và đột quỵ. Theo một số nghiên cứu được đăng tải trên Thư viện Y khoa Quốc gia Mỹ, tập luyện quyền anh và HIIT đã được chứng minh là làm giảm cả huyết áp tâm thu và tâm trương, đồng thời giúp giảm căng thẳng cho mạch máu.

Đại học Texas (Mỹ) công bố nghiên cứu cho thấy chương trình tập luyện boxing làm giảm sự rối loạn nhịp tim, hạ huyết áp và cải thiện sức khỏe tim mạch ở những người bị tăng huyết áp giai đoạn 1. ■

### Bác sĩ mách ba cách hạ huyết áp trong vài phút

**B**ác sĩ gia đình Jen Caudle, người có 223.000 người đăng ký trên YouTube, đã đưa ra ba cách hạ huyết áp 'siêu nhanh, thậm chí chỉ trong vài phút'.

#### 1. Nghỉ ngơi

Tình huống đầu tiên dễ gây tăng huyết áp là khi bệnh nhân đi bộ từ phòng chờ đến phòng khám của bác sĩ.

Bác sĩ Caudle nói: “Họ phải đi từ phòng chờ đến phòng khám, phải đi qua một vài cánh cửa, qua một hành lang. Lúc này nếu tôi đo huyết áp cho bệnh nhân ngay lập tức, tôi có thể nói với họ rằng huyết áp của họ khá cao”.

Trong trường hợp này, theo bác sĩ Caudle, bệnh nhân thường có thể hạ huyết áp rất nhanh bằng cách ngồi xuống và thư giãn, hít thở sâu vài hơi để cơ thể ổn định.

Cô nói tiếp: “Bạn có nhớ chuyển đi bộ từ phòng chờ không? Nhịp tim của họ đã tăng lên. Họ đang đi lại. Họ có thể hơi khó thở tùy thuộc vào tình trạng y tế họ mắc phải. Có rất nhiều điều đang xảy ra và không có gì lạ khi huyết áp tăng cao chỉ vì bạn phải đi bộ một đoạn đường hoặc có thể bạn đang vội vã đến phòng khám. Và thế là bạn rơi vào tình huống hơi phấn khích”.

Bác sĩ Caudle khuyên trong trường hợp này, người đo huyết áp nên đợi vài phút trước khi kiểm tra.

#### 2. Hít thở và chánh niệm

Theo bác sĩ Caudle, lo lắng cũng có thể khiến huyết áp tăng cao. Cô giải thích: “Có bao nhiêu người trong số các bạn cảm thấy lo lắng khi đến gặp bác sĩ? Hoặc có thể lo lắng khi nghĩ đến việc đi khám bác sĩ. Tôi có những bệnh nhân bắt đầu lo lắng hai tuần trước khi họ đến gặp tôi. Đó chỉ là một phần con người họ thôi”.

Trong trường hợp này, Caudle cho biết chánh niệm và thiền định có thể hạ huyết áp trong vòng vài phút.

Cô nói thêm: “Ngoài ra còn có các bài tập thở. Hãy dành một chút thời gian để hít thở sâu, thực hiện một số bài tập thở, để có một vài khoảnh khắc thiền định trong im lặng. Một số động tác chánh niệm theo nghĩa đen có thể giúp bạn tập trung hơn, giúp bạn cảm thấy vững vàng và bớt lo lắng hơn. Nhiều khả năng huyết áp của bạn sẽ hạ xuống khi kiểm tra lại”.

#### 3. Ổn định cảm xúc

Bác sĩ Caudle cho biết cảm xúc có thể tác động mạnh mẽ đến huyết áp. “Rơi nước mắt, buồn bã, khóc lóc, khó chịu có thể khiến huyết áp tăng lên rất nhiều. Và nếu bạn có những cảm xúc này trong phòng khám của bác sĩ, thì huyết áp của bạn có thể tăng cao”, cô nói.

Giải pháp nhanh chóng là cố gắng bình tĩnh và giải quyết cảm xúc của mình. “Nếu bạn đang cảm thấy tức giận, hãy thử thở chánh niệm, tập thể dục, thiền định... tập trung vào bản thân để không cảm thấy tức giận và buồn bã quá nhiều. Thay đổi trạng thái cảm xúc có thể làm giảm huyết áp rất nhanh”, nữ bác sĩ giải thích.

#### Cách hạ huyết áp nếu huyết áp luôn cao

Theo *Express*, ba gợi ý trên của bác sĩ Caudle dành cho những người có huyết áp nhìn chung không cao. Nhưng nếu huyết áp của bạn luôn ở mức cao, cô cho biết mục tiêu sẽ không hoặc không nên hạ huyết áp một cách khẩn cấp. Lời khuyên của cô bao gồm:

- Duy trì chế độ ăn uống lành mạnh
- Giảm thiểu muối trong chế độ ăn uống
- Không hút thuốc hoặc bỏ hút thuốc
- Tập thể dục
- Duy trì cân nặng khỏe mạnh
- Giảm thiểu rượu. ■





### Câu chuyện đằng sau ngôi nhà cô đơn nhất thế giới

Có một ngôi nhà trên đảo Elliðaey (Ellidaey) được mệnh danh là ngôi nhà cô đơn nhất thế giới. Cấu trúc nhỏ màu trắng này là tòa nhà duy nhất được biết đến trên hòn đảo Elliðaey rộng 110 mẫu Anh.



Kể từ khi bức ảnh đầu tiên về ngôi nhà cô đơn nhất thế giới trên đảo Elliðaey xuất hiện trên mạng xã hội, những tin đồn và suy đoán đã tràn lan. Một số người cho rằng chính phủ đã tặng hòn đảo này cho ca sĩ kiêm nhạc sĩ người Iceland nổi tiếng thế giới Björk.

Tin đồn này bắt nguồn từ tuyên bố của cựu Thủ tướng Iceland, Davíð Oddsson, đề nghị Björk độc quyền sử dụng một hòn đảo tên là Elliðaey vào năm 2000. Tuy nhiên, Elliðaey được đề cập là một hòn đảo khác nằm ở vịnh Breiðafjörður, phía Tây đất liền Iceland.

Một tin đồn viên vông khác cho rằng một tỷ phú đã xây dựng ngôi nhà làm nơi trú ẩn trong trường hợp zombie bùng phát. Tuy nhiên, vẫn chưa có tin tức nào về việc chuyển quyền sở hữu hòn đảo cho bất kỳ tỷ phú hay cá nhân nào. Chỉ có một thực thể duy nhất nắm giữ quyền sở hữu đối với cấu trúc trên đảo và họ đã biến nơi này thành "ngôi nhà" vì một lý do rất cụ thể.

Trong suốt nhiều năm, những tin đồn và giả thuyết về ngôi nhà cô đơn trên đảo Elliðaey xuất hiện nhiều trên mạng. Chẳng hạn như nơi này do một doanh nhân lập dị xây dựng với mục đích trú ẩn cho ngày tận thế hoặc là tài sản của kẻ cuồng tín.

Bỏ qua mọi tin đồn xung quanh ngôi nhà cô đơn nhất thế giới, công trình này được Hiệp hội săn bắn Elliðaey xây dựng vào năm 1953. Ban đầu được dự định làm nhà nghỉ, các thợ săn được cho là đã sử dụng ngôi nhà trên đảo để săn chim nóc. Tuy nhiên, hiện tại không có dấu hiệu nào cho thấy hoạt động săn bắn vẫn diễn ra trên đảo và điểm thu hút chính của địa điểm này hiện chỉ là du lịch.

Các báo cáo khác nói rằng vào thế kỷ 18, có 5 gia đình gọi hòn đảo này là nhà. Họ đã tham gia đánh cá, săn cá nóc và chăn nuôi gia súc. Cư dân cuối cùng rời hòn đảo vào năm 1930 và nó vẫn không có dân cư kể từ đó. Việc thiếu người không có gì đáng ngạc nhiên vì đến được hòn đảo không chỉ là một quá trình lâu dài mà còn rất nguy hiểm!

Trên thực tế, Elliðaey, một phần của quần đảo Vestmannaeyjar, hòn đảo từng là nhà của 5 gia đình người Iceland từ 3 thế kỷ trước. Theo The Vintage News, họ sống bằng cách bắt cá, chăn nuôi gia súc và săn hải âu cổ rụt - loài động vật đặc trưng trên đảo. Những năm 1930, hòn đảo hoàn toàn bị bỏ hoang khi toàn bộ cư dân trở về đất liền để tìm kiếm cuộc sống tốt hơn.

Nhà nghỉ ở Elliðaey đã giành được danh hiệu ngôi nhà cô đơn nhất thế giới vì tất cả những lý do vừa kể trên. Và nếu muốn đến hòn đảo này, thì đây chắc chắn không phải là một cuộc hành trình dành cho người yếu tim. Nó bắt đầu bằng một chuyến đi thuyền lạnh giá vượt qua những con sóng kinh hoàng, nhưng đó vẫn là phần dễ dàng nhất của hành trình.

Những du khách dũng cảm sẽ phải nhảy từ thuyền sang sườn dốc của hòn đảo để bắt được một sợi dây. Nếu không thể tóm được sợi dây đó, bạn chắc chắn sẽ nhanh chóng chìm xuống làn nước lạnh giá. Sau khi bắt được sợi dây, bạn sẽ phải thật cẩn thận khi leo lên mặt vách đá vì nó gần như thẳng đứng.

Những tiện nghi hiện đại trong thời gian lưu trú sẽ gần như không có vì nhà nghỉ này thiếu điện, cũng như thiếu hệ thống ống nước trong nhà và hệ thống sưởi.

Tuy nhiên, nó có phòng tắm hơi được cung cấp bởi hệ thống thu gom nước mưa tự nhiên. Thực phẩm sẽ phải được vận chuyển lên tàu từ đất liền, cùng với bất kỳ nguồn lực cần thiết nào khác. Những người ở trên đảo cũng sẽ phải chịu ảnh hưởng của điều kiện thời tiết trên biển vì tại đây rất ít những ngày nắng.

Nhiều người khi nhìn vào bức ảnh chụp ngôi nhà, giữa thiên nhiên rộng lớn thường ca ngợi đây là một khung cảnh thơ mộng, xứng đáng là nơi nghỉ dưỡng giúp con người tránh xa cuộc sống ồn ào. Song điều kiện trong ngôi nhà cũng không quá thơ mộng như vậy.

Elliðaey chính thức được chính phủ Iceland liệt vào danh sách khu vực được bảo vệ.

Mặc dù việc tiếp cận hòn đảo bằng thuyền là hợp pháp nhưng tốt nhất bạn nên tranh thủ sự trợ giúp của chuyên gia địa phương để di chuyển trong vùng nước đóng băng và những thách thức pháp lý mà người ta có thể gặp phải.

Lưu trú tại đây đòi hỏi phải lập kế hoạch cẩn thận và cam kết mạnh mẽ, nhưng có thể sẽ là một trải nghiệm khó quên!

Ngôi nhà cô đơn nhất thế giới là một tòa nhà sơn trắng nằm giữa Elliðaey - một hòn đảo nhỏ và hẻo lánh ngoài khơi bờ biển phía Nam Iceland. Hòn đảo rộng 110 mẫu Anh và là nơi sinh sống của một lượng lớn các loài chim Bắc Âu được gọi là Puffins cũng như các loài chim khác.

Mặc dù là nhà nghỉ của một câu lạc bộ săn bắn tư nhân nhưng du khách vẫn được phép vào thăm ngôi nhà và dù việc qua đêm trong ngôi nhà vắng vẻ như vậy không phải là trải nghiệm thường xuyên nhưng chắc chắn rất đáng để trải nghiệm ít nhất một lần. ■

### Bí ẩn "thủ đô song sinh" của thế giới

Igbo-Ora của Nigeria và làng Kodinhi của Ấn Độ là những nơi kỳ lạ và đầy bí ẩn khi sản sinh ra nhiều cặp sinh đôi nhất thế giới với tỉ lệ tăng nhanh chóng mặt. Nhiều nhà khoa học đã dày công giải thích nhưng các lí giải dường như chưa thỏa đáng.

Igbo-Ora, nằm cách thành phố đông dân nhất châu Phi Lagos 80 km, là một trong số những thị trấn kỳ lạ nhất ở Nigeria khi có nhiều gia đình tại đây sinh đôi với tỷ lệ nhiều nhất thế giới.

#### Do ăn nhiều sắn và súp Ilasa?

Người dân của thị trấn Igbo-Ora chủ yếu là nông dân và thương nhân. Thị trấn này được mệnh danh là "Thị trấn sinh đôi của thế giới" vì tỉ lệ sinh đôi ở đây cao nhất thế giới. Hầu như nhà nào trong thị trấn này cũng có ít nhất một cặp sinh đôi.

Trong khi có những suy đoán rằng, việc sinh con có thể là do di truyền, nghiên cứu cho thấy việc sinh nhiều con có thể liên quan đến thói quen ăn uống của phụ nữ trong khu vực này.

Sắn khá phổ biến trong chế độ ăn kiêng của người Yoruba vì nó có thể được ăn dưới nhiều dạng như Amala, Garri, Fufu... Ngoài ra còn có nhiều món hầm đặc trưng của người Yoruba.

Nghiên cứu về các trường hợp sinh đôi được thực hiện tại Bệnh viện Giảng dạy Đại học Lagos của Nigeria chỉ ra hàm lượng hóa chất cao được tìm thấy trong vỏ của củ sắn và khoai mỡ được tìm thấy ở phụ nữ Yoruba.

Theo một cuộc phỏng vấn của BBC, một bác sĩ tư vấn phụ khoa, người từng chứng kiến nhiều trường hợp sinh nhiều con tại bệnh viện, cho biết:

"Những chất này thường liên quan đến việc rụng nhiều hơn một quả trứng. Điều đó có nghĩa là có thể có yếu tố môi trường thúc đẩy nồng độ cao của chất hóa học này".

Nhiều công trình nghiên cứu đã chỉ ra rằng, thức ăn từ củ của phụ nữ Yoruba, đặc biệt là vỏ, có chứa một lượng rất lớn các chất hóa học này. Những phụ nữ ở vùng này có một lượng lớn các hóa chất này trong cơ thể của họ một cách bất thường và điều này khuyến khích việc giải phóng nhiều hơn một quả trứng. Có đủ lý do để tin vào giả thuyết này.

Tuy nhiên, người đứng đầu cộng đồng Igbo-Ora đã liên hệ những ca sinh nở với món súp họ ăn với những loại củ này rằng: "Chúng tôi ăn rất nhiều lá đậu bắp hoặc súp Ilasa. Chúng tôi cũng ăn nhiều khoai mỡ và những chế độ ăn này ảnh hưởng đến việc sinh nhiều con".

Mặc dù không có lời giải thích hay bằng chứng khoa học nào có thể chứng minh rằng, việc ăn sắn hay khoai lang có thể gây ra đa thai, nhưng liệu súp Ilasa của người Nigeria có phải là lý do khiến tỷ lệ sinh đôi cao ở Igbo-Ora?

Tiền sĩ Lawrence, giảng viên bộ môn Sản phụ, Đại học Y khoa York, Anh quốc cho biết có thể



## SƯU TÂM & TÌM HIỂU

khoai mỡ hoặc đậu bắp trồng ở làng Igbo-Ora có chứa những chất thúc đẩy cơ thể phụ nữ sản sinh ra gonadotropins, một tác nhân hóa học kích thích sự rụng trứng. Thay vì chỉ rụng 1 trứng, họ lại rụng 2 trứng trong cùng một chu kỳ” nhưng bác sĩ Ekujumi Olarenwaju, giảng dạy tại đại học Y khoa Lagos lại có cách giải thích khác:

“Qua nhiều năm theo dõi, tôi thấy có những phụ nữ ở Igbo Ora sinh đôi do 2 tinh trùng cùng thụ tinh trong 1 trứng chứ không nhất thiết là phải có 2 trứng nên nguyên nhân có thể là do biến đổi gen”.

Với nhóm nghiên cứu của Bác sĩ Davis Pollock, Đại học Y khoa John Hopkins, Mỹ thì:

“Trong 2 năm, chúng tôi được 10 phụ nữ tình nguyện tham gia thử nghiệm ngay trước ngày họ lấy chồng. Bằng cách siêu âm buồng trứng, chúng tôi xác định cả 10 người chỉ rụng 1 trứng nhưng khi họ có thai được 6 tuần, 3 trong số 10 người này là thai đôi. Điều đó giải thích rằng đã có 2 tinh trùng của người chồng thụ tinh trong 1 trứng nhưng tại sao lại có tỉ lệ cao như vậy thì chúng tôi không thể trả lời”.

Các bác sĩ ở Ấn Độ đang phải vất óc để giải câu đố về hơn 220 cặp song sinh được sinh ra từ 2.000 gia đình tại ngôi làng xa xôi Kodinhi ở Kerala. Các chuyên gia thắc mắc về hiện tượng sinh đôi hiếm gặp, cao gấp gần 6 lần so với mức trung bình toàn cầu.

Đã có hơn 300 phụ nữ sinh con khỏe mạnh và trong số đó có 15 cặp song sinh đã chào đời tại làng. Theo điều tra dân số, 60 cặp song sinh đã được sinh ra trong 5 năm qua ở làng Kodinhi. Như vậy, tỷ lệ sinh đôi đang tăng lên mỗi năm và dự kiến sẽ phá vỡ kỷ lục trước đó.



Trong những năm qua, nhiều nhà khoa học và nhiều tổ chức khác nhau trên thế giới đã đến Kodinhi, bao gồm Trung tâm Sinh học tế bào CSIR có trụ sở tại Hyderabad, Viện Di truyền học New York, Đại học Y khoa John Hopkins, Mỹ, Đại học Y khoa York, Anh, Đại học Y khoa Hamburg, Đức... Họ lấy mẫu nước bọt và tóc của nhiều trẻ song sinh để phân tích ADN nhưng đến nay, tất cả vẫn còn là bí ẩn. Chưa có một giải đáp nào thỏa đáng cho hiện tượng tự nhiên kỳ lạ này.

Ngôi làng kỳ lạ ở Ấn Độ vì nhà nào cũng có cặp sinh đôi

Bác sĩ Krishnan Sribiju, tại Kerala, người có nghiên cứu khoa học về việc sinh đôi, đã cố gắng đi sâu vào bí ẩn về số lượng lớn các ca sinh đôi ở Kodinhi trong hai năm. Ông cho rằng số lượng cặp song sinh thực tế trong làng còn nhiều hơn số liệu chính thức được ghi trên giấy tờ. Tiến sĩ Sribiju nói: “Theo tôi, có khoảng 300 đến 350 cặp song sinh trong làng Kodinhi”.

Ông cũng cho biết thêm: “Điều thú vị là số lượng cặp song sinh ngày càng tăng qua mỗi năm, đến mức tôi cảm thấy trong 10 năm qua số lượng cặp song sinh ở Kodinhi đã tăng gấp đôi”.

Dân làng kể rằng, việc sinh đôi đã có từ ba thế hệ trước. Tiến sĩ Sribiju cho biết thêm: “Theo hiểu biết nhiều nhất của tôi, điều kỳ diệu về mặt y học này đã bắt đầu từ khoảng 60 đến 70 năm trước”.

Theo ông, nguyên nhân có thể xảy ra hiện tượng sinh đôi này có thể là do đồ ăn thức uống của dân làng. Tiến sĩ Sribiju cho biết: “Nếu không có thiết bị phân tích sinh hóa chi tiết, tôi không thể nói chắc chắn lý do dẫn đến việc sinh đôi, nhưng tôi cảm thấy nó liên quan đến những gì dân làng ăn uống”.

Ông nói thêm rằng, ông đã loại bỏ các yếu tố di truyền hoặc bất kỳ chất gây ô nhiễm chưa biết nào có thể là lý do đằng sau tính chất cục bộ của ngôi làng.

“Xét đến tỷ lệ sinh đôi thấp ở Ấn Độ, đặc biệt là ở châu Á, thật đáng ngạc nhiên khi chúng kiến một ngôi làng ở Ấn Độ có số lượng sinh đôi áp đảo. Tỷ lệ sinh đôi trên toàn cầu, đặc biệt là ở các nước phương Tây, đã tăng lên nhờ thụ tinh nhân tạo. Ngoài ra, cặp song sinh thường được sinh ra ở những phụ nữ lớn tuổi. Ở Kodinhi thì điều đó không xảy ra vì độ tuổi hôn nhân ở đây diễn ra trẻ hơn nhiều, vào khoảng 18 - 20 tuổi”, Tiến sĩ Sribiju cho biết thêm. ■

### Dưa lưới Yubari King giải cứu thành phố ở Nhật Bản

Loại dưa lưới Yubari King nổi tiếng đã trở thành niềm hy vọng đem thành phố khai thác than một thời "trở lại" trên bản đồ Nhật Bản.

Thành phố Yubari, tỉnh Hokkaido - Nhật Bản dường như chỉ là một thành phố trên danh nghĩa với rất ít tiện nghi gắn liền với cuộc sống đô thị: Không có tàu điện, không có khu mua sắm và rất ít phòng khám, dù nơi đây có diện tích lớn hơn cả Singapore.

Theo The Straits Times, Yubari là thành phố phá sản duy nhất của Nhật Bản. Nơi đây tuyên bố phá sản vào năm 2007 sau khi gánh khoản nợ 35 tỉ yen. Song, TP Yubari cũng gắn liền với một loại trái cây được cho là đắt nhất thế giới - dưa lưới Yubari King.

Vào thời kỳ phong kiến ở Nhật Bản, chỉ có vua chúa hoặc người có địa vị cao trong xã hội mới được thưởng thức dưa Yubari. Hiện nay, mỗi quả dưa đều thu về số tiền cao ngất ngưỡng ở các phiên đấu giá đầu mùa được tổ chức hàng năm.

Vừa qua, một cặp dưa được bán với giá 3,5 triệu yen - chỉ kém mức giá kỷ lục hồi năm 2019 khi một cặp dưa được mua với giá 5 triệu yen. Ngoài “giá ăn mừng” đầu mùa cao, một quả dưa Yubari có thể dễ dàng bán ra với giá thấp nhất là 5.000 yen ở các cửa hàng.

Dưa lưới Yubari King là giống dưa quý hiếm được liệt vào danh sách những giống thực vật được bảo tồn của Nhật Bản. Loại dưa này chỉ được cho phép trồng ở TP Yubari. Việc hạn chế khu vực trồng trọt bên trong thành phố là một hình thức bảo

vệ thương hiệu để ngăn chặn hàng giả. Thậm chí hạt giống của dưa Yubari cũng được bảo vệ nghiêm ngặt và chưa từng được vận chuyển ra ngoài thành phố.



Các cặp dưa Yubari King được đóng thùng và bán đấu giá hàng năm ở chợ buôn sỉ trung tâm Sapporo

Điều khiến dưa Yubari trở nên đắt đỏ là loại dưa này đòi hỏi trình độ chuyên môn kỹ thuật và nông nghiệp cao mới trồng được. Dưa Yubari vào mùa từ tháng 6 đến tháng 8 và chỉ để được 3 ngày ở nhiệt độ phòng từ khi thu hoạch đến khi chín rục.

Những quả dưa thượng hạng có hình tròn hoàn hảo và tỉ lệ đường cao nhất, từ 13% trở lên, cùng với hoa văn trên vỏ phải đạt 90% độ “hoàn chỉnh”. TP Yubari hiện vẫn là một thành phố vắng vẻ với dân số 6.464. Con số này chỉ xấp xỉ 5,6% dân số cao nhất của thành phố trong thời kỳ khai thác than thịnh vượng ngày trước.

Sản xuất dưa đang gặp khó khăn do sự suy giảm và già hóa dân số ở Yubari, dẫn đến thiếu nhân lực kế thừa tại các nông trại. Năm 1990, có 216 nông trại trồng và thu hoạch dưa Yubari King. Năm 2023, con số đó giảm còn 92 nông trại, sản lượng tương ứng 2 mốc thời gian trên là 7.598 tấn và 2.344 tấn.

Nguồn cung sụt giảm, cùng với việc sự chú ý từ truyền thông ngày càng tăng mỗi lần đấu giá đầu mùa, đã làm cho giá dưa Yubari King tăng 40% so với thập kỷ trước.

Theo Thị trường Tsukasa Atsuya, Yubari dự kiến thanh toán hết các khoản nợ vào tháng 5-2027. “Lúc tôi còn trẻ, thành phố này có hết mọi thứ. Có thể bây giờ nó chỉ còn là một thành phố vắng lặng nhưng điều này thúc đẩy chúng tôi làm hết sức để ngăn chặn suy thoái” - ông Atsuya nhấn mạnh. ■



### \* Sớm quá

Cô gái nũng nịu ngã đầu vào vai người yêu:  
- Hay là cuối năm nay mình cưới nhau đi anh yêu!

- Em yêu, tình yêu của chúng ta đang đẹp thế này, sao em lại định kết thúc sớm như thế???



### Quên bánh mì kẹp thịt trong balo khi đi máy bay, người phụ nữ vừa xuống sân bay đã nhận cú sốc bị phạt 3300 USD, ai cũng cần biết để tránh

**C**hiếc bánh sandwich bị bỏ quên trong balo đã trở thành "con ác mộng" đối với một cụ bà ở Úc.



*Bà June Armstrong hy vọng trải nghiệm "tốn kém" của bà sẽ là bài học cho những du khách khác. Suốt 6 tháng qua, bà June vẫn miệt mài đi "kêu oan"*

Theo Daily Mail, chuyện bắt đầu khi cụ bà June Armstrong, 77 tuổi, đến từ New Zealand, đã mua chiếc bánh nướng xốp và chiếc bánh mì kẹp thịt gà, rau diếp không chứa gluten tại Sân bay Christchurch trước chuyến bay vào sáng sớm đến thành phố Brisbane, bang Queensland (Úc).

Bà June ăn luôn bánh nướng xốp và cắt chiếc bánh sandwich vào balo với dự định để ăn trong chuyến bay kéo dài 3 tiếng rưỡi.

Thế nhưng, điều bà June không lường trước được là bà đã ngủ quên trong suốt chuyến bay và hoàn toàn không nhớ gì đến chiếc bánh mì kẹp vẫn nằm trong balo. Sau đó, khi khai tờ khai hải quan, bà lại quên khai báo về chiếc bánh mì.

Mãi cho đến khi gặp các nhân viên an toàn sinh học của Bộ Nông nghiệp, Lâm nghiệp và Thủy sản Úc, những người đề nghị kiểm tra balo, bà mới nhận ra sai lầm đắt giá của mình.

Bà bật khóc tại sân bay sau khi bị phạt nặng. "Tôi vừa khóc vừa nói: "3.300 USD cho một chiếc bánh sandwich nhỏ?!", bà nói với tờ tin tức New Zealand Herald.

Mãi cho đến khi các quan chức an ninh sân bay kiểm tra balo của bà June tại sân bay Brisbane, bà mới nhận ra sai lầm đắt giá của mình khi không khai báo bánh mì kẹp thịt gà và rau diếp có trong hành lý.

Bà June đã cố gắng kháng cáo khoản tiền phạt trong thời hạn thanh toán 28 ngày nhưng sau một loạt phản hồi tự động từ phía nhà chức trách Úc, cuối cùng bà vẫn phải trả số tiền đó.

"Chồng tôi bảo: "Cứ trả tiền đi". Nhưng đó là khoản tiền lớn so với vài đồng lương hưu của chúng tôi, chúng tôi không thể trả được khoản đó", bà June cho biết.

6 tháng trôi qua, bà vẫn đang phản đối khoản tiền phạt đã gây tổn hại về thể chất và tinh thần cho mình. "Tôi nghĩ về nó cả ngày lẫn đêm, giờ tôi đang phải dùng đến thuốc ngủ", bà viết trong lá đơn gửi lên Bộ Nông nghiệp, Thủy sản và Lâm nghiệp Úc.

May mắn cho bà June, mới đây, một doanh nhân (yêu cầu giữ kín danh tính) đã chấp nhận đứng ra trả toàn bộ số tiền cần nộp phạt cho bà June. Vị doanh nhân này bày tỏ sự ngạc nhiên vì thấy hình phạt quá nặng nề và yêu cầu New Zealand Herald cung cấp chi tiết tài khoản ngân hàng của bà June để giúp bà qua "kiếp nạn" này.

"Ai cũng có lý do để căng thẳng khi trải qua chuyện này. Tôi rất vui được giúp bà cụ giải quyết vấn đề đó", doanh nhân nói với ấn phẩm. Lời đề nghị giúp đỡ này được đưa ra chỉ 1 ngày sau khi bà June lên tiếng kể về rắc rối của mình sau chuyến bay đến Úc.

Bà muốn lên tiếng với hy vọng trải nghiệm tồi tệ của mình sẽ là lời cảnh báo cho những du khách khác.

"Tôi lẽ ra nên để chuyện đó qua đi, và chồng tôi nói tôi nên làm vậy. Nhưng các nhà chức trách không cho tôi bất kỳ câu trả lời nào", bà June nói. "Tất cả mọi người sau khi nghe đến số tiền phạt đều chết lặng, họ không thể tin được".

Du khách mang thực phẩm vào Úc cần phải khai báo trên thẻ hành khách nhập cảnh.

"Các nhân viên an toàn sinh học có thể cần kiểm tra một số thực phẩm bạn mang theo bên mình", trang web của Lực lượng Biên giới Australia (Australian Border Force - viết tắt ABF) nêu rõ.

Mặc dù các sản phẩm bánh mì có thể được mang vào Úc nhằm phục vụ cho nhu cầu cá nhân nhưng chúng không được chứa thịt hoặc các sản phẩm từ thịt động vật mà chưa đóng hộp.

Nếu khách du lịch không khai báo về các mặt hàng có "mức độ rủi ro an toàn sinh học cao", mức nộp phạt có thể lên đến thang 12 điểm (tức 3.756 USD), tùy thuộc vào mức độ rủi ro của hàng hóa đó... ■

### Bé 2 tuổi bị "cướp" khỏi tay mẹ trong vụ bắt cóc rúng động, cảnh sát ráo riết truy tìm rồi phát hiện sự thật "ngã ngựa"

**M**ới đây, tin tức về một cậu bé 2 tuổi, có tên Jhon Sabrit, bị bắt cóc ở Caribe Verde, phía Nam thành phố Barranquilla, Colombia, đã lan truyền chóng mặt trên mạng xã hội nước này.

Người mẹ kể lại rằng cô bị "cướp" con khỏi vòng tay mình khi đang đi trên phố. Sự việc diễn ra quá nhanh khiến người mẹ không kịp phản ứng.

Hai kẻ tấn công đội mũ bảo hiểm đi trên chiếc xe máy rồi tiếp cận người phụ nữ. Chúng đe dọa cô rồi bế đứa trẻ đi.

Khi cảnh sát đến hiện trường, họ bắt đầu thẩm vấn người phụ nữ về diễn biến sự việc. Bước đầu, việc xác định vị trí của đứa trẻ cần được thực hiện nhanh chóng.

Chỉ một thời gian ngắn sau, có người báo cáo về sự hiện diện của một đứa trẻ phù hợp với mô tả về nạn nhân bị bắt cóc trong căn hộ ở Caribe Verde. Một đội cảnh sát được lệnh xông vào căn hộ. Nhưng thay vì đối diện với những kẻ bắt cóc đeo mặt nạ, họ tìm thấy cậu bé đang được một người bạn của mẹ mình chăm sóc.

Cụ thể, khoảng nửa đêm hôm đó, một người phụ nữ gọi cảnh sát để báo rằng cậu con trai 17 tuổi của bà đã về nhà cùng một cậu bé giống hệt mô tả về nạn nhân bị bắt cóc.

Khi thẩm vấn thanh niên 17 tuổi, cảnh sát biết được rằng cậu ta là bạn của mẹ cậu bé bị bắt cóc. Chính người mẹ đã nhờ thanh niên này chăm sóc đứa trẻ trong vài ngày khi cô ta thực hiện âm mưu tống tiền cha cậu bé với số tiền 60 triệu peso.

Theo trang tin tức BNN Breaking, vụ bắt cóc dàn dựng này đã gây ra làn sóng chấn động trong dư luận bởi khi thông tin đứa trẻ bị bắt đi khiến nhiều người lo lắng. Sau đó, danh tính kẻ chủ mưu lại chính là người mẹ khiến dư luận chuyển sang phần nộ.

Một cuộc điều tra đang được thực hiện để xác định trách nhiệm của người mẹ và đồng phạm. Ở Colombia, quyền của trẻ em được bảo vệ bởi Hiến pháp và hiệp ước quốc tế được Liên hợp quốc thông qua năm 1989.



*Cậu bé Jhon Sabrit (2 tuổi) bị mẹ đem ra làm công cụ để đòi tiền từ chồng*

"Vụ việc này đã làm dấy lên cuộc tranh luận về sự cần thiết phải có cơ chế bảo vệ trẻ em mạnh mẽ hơn và vai trò của xã hội trong việc đảm bảo an toàn và phúc lợi cho các thành viên nhỏ tuổi nhất. Đó là một lời nhắc nhở rõ ràng về tầm quan trọng của sự thật, công lý và pháp quyền", trang BNN Breaking bình luận.

Không rõ liệu cha mẹ cậu bé có còn ở cùng nhau vào thời điểm vụ bắt cóc được dàn dựng hay không. Truyền thông Colombia đưa tin rằng cậu bé 2 tuổi hiện đang được người cha chăm sóc, trong khi người mẹ đang chờ bị kết án. ■



## SƯU TÂM & TÌM HIỂU

### Tòa chung cư độc lạ hình kim tự tháp ở Trung Quốc

Một tòa chung cư ở Trung Quốc đã trở thành địa điểm thu hút người dân địa phương và du khách nhờ thiết kế độc lạ với hình dạng như kim tự tháp.



Tòa chung cư ở quận Hoa Kiều thuộc thành phố Côn Sơn (tỉnh Tô Châu, Trung Quốc) trở nên nổi tiếng khi được xây dựng với hình dạng độc lạ như kim tự tháp Ai Cập.

Tòa nhà được đặt tên Thành Phố Tương Lai, là một phần của khu phức hợp giữa thương mại và dân cư. Tòa nhà có 18 tầng, cao 100m và tổng diện tích gần 130.000m<sup>2</sup>, được hoàn thành vào năm 2013. Bên cạnh là 2 tòa nhà 12 tầng khác với thiết kế tương tự.

Ý tưởng thiết kế tòa nhà được một kiến trúc sư Nhật Bản lấy cảm hứng từ hình ảnh ruộng bậc thang truyền thống ở một số nước châu Á. Thiết kế độc đáo này đã phá vỡ giới hạn che chắn giữa các tầng, giúp mỗi hộ gia đình đều có thể có một sân thượng rộng để tận hưởng ánh sáng tuyệt vời.

Người dân Trung Quốc và du khách nước ngoài đã bị hấp dẫn bởi bộ 3 tòa nhà kim tự tháp này. Nhiều người còn gợi ý rằng khu phức hợp này có thể làm bối cảnh của các bộ phim khoa học viễn tưởng.

Tuy nhiên, một số ý kiến khác lại cho rằng, công trình được thiết kế như vậy có thể tiềm ẩn nguy cơ lớn đối với sự an toàn của cư dân, tạo cơ hội tốt cho những tên trộm đi qua nhiều sân thượng khác nhau.

Ý tưởng xây dựng cũng được lấy cảm hứng từ môn thể thao mạo hiểm parkour, một hoạt động mà người chơi sẽ chạy và nhảy giữa các tòa nhà đồng thời được cư dân thành phố trẻ tuổi Trung Quốc yêu thích. ■

### Kỷ lục: chai rượu whisky được "săn lùng" nhiều nhất thế giới được bán với giá 2,7 triệu USD

Chai rượu hảo hạng ủ trong 60 năm đã được bán với giá 2,7 triệu USD, phá vỡ kỷ lục thế giới.

Chai rượu whisky Scotch được "săn lùng

nhiều nhất" trên thế giới mới đây đã được bán với giá 2,7 triệu USD tại Sotheby's, London. Theo nhà đấu giá, Macallan 1926 là một trong 40 chai được sản xuất sau khi ủ trong thùng rượu sherry 60 năm, khiến nó trở thành chai rượu Macallan cổ điển lâu đời nhất từng được sản xuất.

Sotheby's kỳ vọng nó sẽ thu về được từ 930.000 đến 1,4 triệu USD nhưng cuối cùng, mức giá đã được ấn định là 2,7 triệu USD, phá kỷ lục và trở thành chai rượu đắt giá nhất thế giới.

Trước cuộc đấu giá, người đứng đầu bộ phận rượu whisky của Sotheby's nói:

"Tôi đã ném thử một giọt nhỏ, nó rất đậm đà". Trong số 40 chai được sản xuất vào năm 1986, không một chai nào có sẵn hàng để mua. Một số chai được cung cấp cho các khách hàng hàng đầu của The Macallan.

Vào năm 2019, Sotheby's đã bán một chai The Macallan 1926 khác được trang trí bằng một trong 14 nhãn Fine and Rare với giá 1,9 triệu USD, phá vỡ kỷ lục thời bấy giờ.



Chai mới được đấu giá tại Sotheby's là một trong 12 chai được dán nhãn do họa sĩ người Ý Valerio Adami thiết kế. Đây cũng là chai đầu tiên trong bộ The Macallan 1926 được tân trang, do nhà máy chưng cất Macallan ở Scotland thực hiện trước khi bán đấu giá. ■

### Bảo vệ sống trong nhà di động tặng hàng triệu USD cho cả thị trấn, khiến ai cũng ngỡ ngàng: Hóa ra triệu phú ẩn dật với khả năng đầu tư kỳ tài

Tại thị trấn nhỏ, người dân địa phương biết đến người đàn ông này với lối sống đạm bạc, kín tiếng. Nhưng sự thật đã được tiết lộ sau khi ông qua đời.

Tại thị trấn nhỏ Hinsdale, tiểu bang New Hampshire, Mỹ, người dân địa phương biết đến ông Geoffrey Holt là một bảo vệ khiêm tốn của khu công viên nhà di động.

Điều họ không biết là người đàn ông giản dị này lại là triệu phú đô la. Ông đã quyên góp toàn bộ tài sản trị giá 3,8 triệu USD của mình cho thị trấn 4.000 người sau khi ông qua đời hưởng thọ 82 tuổi.

Theo trang Brattleboro Reformer, khi ông Holt bị đột quỵ vào tháng 9 năm 2021, người bạn thân là ông Edwin "Smokey" Smith đã trở thành

người giám hộ và là người quản lý tài sản thay ông Holt.

Ông Smith nói với CNBC: "Ông Geoff là một người kín tiếng, thích ở giữa đám đông hơn là đứng trước đám đông".

Sau khi không còn phục vụ Hải quân, ông Holt về định cư ở Hinsdale vào những năm 1970. Ông không sở hữu một chiếc autor nào và sống đạm bạc trong một ngôi nhà di động đặt trên mảnh đất của ông Smith.

Ông Smith ví nơi ở của bạn mình như một ốc đảo, nơi ông tách mình khỏi thế giới, tận hưởng cuộc sống hàng ngày như đọc sách, ngắm cây cối, ngắm suối và chim muông.

Trước khi qua đời, ông Holt đã tâm sự với bạn mình về khối tài sản mà ông có. Nhưng ông Smith không biết về kế hoạch của người bạn triệu phú cho đến khi ông trở thành người giám hộ. Ông Smith không ngạc nhiên về quyết định của bạn mình. Nhưng ông từng đoán rằng ông ấy sẽ để lại tiền ở nhiều nơi.

Tài sản của ông Holt được giao cho Quỹ từ thiện New Hampshire (NHCF) quản lý. Người phát ngôn của quỹ này cho biết khoản tiền sẽ được dùng để thực hiện những di nguyện của ông là hỗ trợ các dự án, các chương trình và tổ chức phục vụ lợi ích về sức khỏe, giáo dục, giải trí hoặc văn hóa cho cư dân thị trấn Hinsdale.

Là một nhà đầu tư khôn ngoan, ông Holt đã đầu tư vào một số quỹ tương hỗ và lợi nhuận tăng trưởng qua nhiều năm. Ông Smith tiết lộ: "Ông ấy khá ngạc nhiên khi các khoản đầu tư của mình lại mang lại kết quả tốt như vậy".

#### Một triệu phú ẩn dật khác cách 11 km

Điều thú vị rằng ông Holt không phải triệu phú ẩn thân duy nhất trong khu vực quyên góp số tiền lớn cho nơi họ sống.

Một người gác cổng đồng thời là nhân viên trạm xăng Ronald Read đã qua đời ở tuổi 92 tại Brattleboro, tiểu bang Vermont giáp với New Hampshire.

Giống như Holt, ông Read đã âm thầm tích lũy tài sản thông qua đầu tư khôn ngoan và sống tiết kiệm trong nhiều năm. Ngay cả những người bạn thân nhất của ông cũng không hề biết. Khi qua đời, ông để lại khối tài sản trị giá 8 triệu USD. Trong đó, ông dành 6 triệu USD cho bệnh viện và thư viện địa phương Brattleboro.

Đối với Read, khoản đầu tư 4,8 triệu USD của ông dành cho Bệnh viện Brattleboro Memorial có ý nghĩa riêng, vì ông là khách thường xuyên đến quán cà phê của bệnh viện.

Một người bạn kể lại ngay sau khi ông qua đời: "Ông ấy luôn uống một tách cà phê và ăn một chiếc bánh nướng xốp kiểu Anh với bơ đậu phộng. Vậy đó, ông ấy luôn ngồi tại đúng chiếc ghế ở quầy tính tiền".

Theo tờ The Wall Street Journal, với trường hợp của ông Read, ông thường đầu tư vào các cổ phiếu blue-chip trả cổ tức. Sau đó, ông sẽ sử dụng số cổ tức đó để đầu tư vào nhiều cổ phiếu hơn. ■

## TRUYỆN NGẮN

### Một mối tình si

Tốt nghiệp ra trường, tôi về dạy học ở một huyện vùng trung du. Cái thị trấn nhỏ nhỏ. Ngôi trường ngự ngay trên đồi.

Từ khu trường có thể nhìn bao quát xuống thị trấn, những mái nhà lô xô, cái mái ngói, cái mái tranh, trông đều vui mắt. Xa xa nữa, là những vạt chè xanh, trải dài ngút ngát. Một thị trấn thanh bình, mơ mộng!

Lũ học trò hiền lành, chăm chỉ. Cứ nhìn chúng tròn xoe mắt, lắng nghe từng câu, từng chữ trong các tiết học, trong những bài giảng của tôi, thấy chúng thật đáng yêu. Công việc, cuộc sống chỉ đến thế là cùng, mình có ước ao gì hơn nữa.

Năm dạy học đầu tiên qua đi tốt đẹp. Vào cuối năm ấy, tôi có người yêu, anh công tác ở một cơ quan trong huyện và hơn tôi năm tuổi. Bước vào năm thứ hai, mọi việc diễn ra vẫn bình thường, nếu như không có chuyện, một cậu học trò thường gây khó chịu cho tôi. Ngay tiết học môn văn đầu tiên, lên lớp được chừng 5 phút, đang giảng bài, tôi chợt nghe có tiếng thưa rõ to:

- Thưa cô!

Nhìn ra cửa, một cậu học trò cao lớn, không cặp, không sách, áo bỏ ngoài quần và nhất là cái đầu “trọc lóc” nghênh nghênh đứng. Trong lớp nổi lên những tiếng cười khinh khích. Tôi khó chịu, song cố nén, cất tiếng hỏi:

- Cậu... tên gì?

- Thưa cô, em là Nguyễn Lê Tùng Sơn, mười tám tuổi, học sinh tổ bốn, ngồi bàn cuối, nhà ở thôn Chùa...

Cả lớp rộ lên tiếng cười:

- Thôi! Cậu vào lớp ngay đi!

Trường hợp này, chỉ còn cách xử lý như vậy. Nếu giảng cơ, làm căng, mất hết cả tiết học, mà lại là tiết học đầu năm. Cậu học sinh khuynh khuynh đi vào lớp, vừa đi, vừa đưa tay như như cậu này, hất hàm với cậu kia. Tôi cố nén, tiếp tục tập trung vào bài giảng.

Một lúc sau nhìn xuống chỗ cậu ta, cậu học trò cũng kiếm đâu được cây bút, đang hí hoáy viết vẽ gì đó. Đến giữa tiết học, cậu ta không viết vẽ nữa, cái đầu trọc lóc gục trên mặt bàn. Cho đến tận lúc ra chơi, cậu vẫn ngủ ngon lành.

Biết làm gì với thứ học trò này đây, một loại học sinh cứng đầu, cứng cổ. Tôi băn khoăn tự hỏi, cần phải áp dụng biện pháp cứng rắn, hay mềm dẻo. Nghe tôi phân nản ở văn phòng, cô giáo dạy văn năm trước của cậu ta, nhún vai:

- À, cái cậu Nguyễn Lê Tùng Sơn chứ gì? Chịu! Đến tài thánh cũng chịu. Loại đó, chỉ có... đuổi.

Đuổi thì đơn giản, tôi nghĩ. Trong những tiết học tiếp theo, cậu ta còn nghĩ ra nhiều trò quỷ quái khác. Cả lớp đang cắm cúi chép bài, bỗng đứng một cái máy bay giấy phi đánh vào. Truy hỏi thủ phạm, cả lớp ngồi im lặng. Hay có lần, ngay

trên mặt bàn giáo viên, một tờ giấy nguệch ngoạc những hình vẽ bậy bạ... Một hôm, tôi đang giới thiệu về tác giả, thì cậu ta đứng lên, cắt ngang:

- Thưa cô, cô cho em hỏi một câu ạ?

- Cậu hỏi gì?

- Thưa cô! Thế nhà thơ Nguyễn Khuyến ở đâu ạ?

- Cậu đã học chương trình văn học lớp dưới chưa?

- Thưa cô, rồi ạ! Sách viết, ông Nguyễn Khuyến quê ở Hà Nam, đỗ tam nguyên, ra làm quan... Thế mà nay ở quê em, hàng ngày vẫn thấy ông Nguyễn Khuyến dặt trâu ra đồng?

Cả lớp cười rộ lên. Tức quá, không kìm được, tôi quát to:

- Ra, ra ngay! Cậu ra ngay khỏi lớp!

- Thưa cô, em phải ra ngay ạ? Cô bảo em về mời ông Nguyễn Khuyến đến đây! Vâng, thưa cô em đi, đi ngay đây ạ!

Nói rồi, cậu ta tót nhanh ra khỏi lớp. Tôi chỉ còn biết nhìn theo, uất ức, không nói lên lời. Có kìm nén mà nước mắt cứ trào ra. Học trò cả lớp cúi gằm. Ngay ngày hôm sau, theo kiến nghị của tôi, Ban giám hiệu nhà trường yêu cầu cậu ta lên văn phòng làm kiểm điểm.

Tối ấy tôi đang ngồi chấm bài. Đây là bài kiểm tra văn đầu tiên của năm học. Nhìn đến cái tên Nguyễn Lê Tùng Sơn, tôi đã định cho con số hai rõ to, song chợt dừng lại. Kể ra thì chữ viết của cậu ta cũng đẹp, nó có cái vẻ khoáng đạt.

Chữ như thế này mà sao người lại có những hành động như vậy nhỉ? Tôi chậm rãi đọc bài văn của cậu ta. Ừ, cậu ta viết khá, câu cú chuẩn xác, văn phong súc tích, ý tưởng của bài văn khá mới lạ. Đang vu vơ nghĩ, chợt nghe tiếng động ở cửa, ngẩng lên nhìn, tôi thấy cậu học trò tai quái kia:

- Thưa cô...

Khác với mọi khi, cậu học trò rụt rè. Tôi nghĩ bụng, hoá ra biện pháp cứng rắn lại có tác dụng. Tôi bảo đến mấy lần, cậu ta mới lúng túng ngồi xuống. Thấy cậu ta cứ ập a ập ứng, tôi đành chủ động:

- Cậu... Cậu đã thấy khuyết điểm của mình chưa?

- Dạ... thưa cô...

- Tôi vừa đọc bài kiểm tra của cậu xong. Sơn ạ, tôi thấy buồn và hơi lạ, một học trò viết được những điều như thế, sao có thể...

- Thưa cô... Em...

- Em làm sao?

- Dạ... em phải nghỉ học!

Cậu học trò vốn có cái vẻ phớt đời, ngông nghênh, giờ hiền khô, tội nghiệp. Tôi thoáng thấy ái ngại và hơi mũi lòng:

- Sao hả! Sao Sơn lại nghỉ học?

- Thưa cô... hoàn cảnh nhà em... Hôm nay em đến xin lỗi và chào cô...

Sơn đặt bản kiểm điểm lên mặt bàn, rồi lặng lẽ đứng lên. Bất ngờ khi biết ý định bỏ học của Sơn, tôi bảo cậu ta ngồi xuống, định có vài lời

khuyên nhủ. Cậu ta vẫn đứng, lí nhí chào và dứt khoát ra về. Khi cậu ta đi rồi, tôi thoáng ân hận. Có phải vì mình mà cậu học trò bỏ học?

Vài ngày sau, vào sáng chủ nhật, hỏi thăm địa chỉ, tôi đạp xe đến thăm nhà Sơn. Nhà Sơn nằm lưng chừng một quả đồi, căn nhà tranh ba gian, có vườn chè bao quanh. Sơn cởi trần, đang lúi húi sửa cái xe cải tiến.

Nhìn thấy tôi dắt xe vào sân, cậu ta có vẻ bất ngờ, miệng ập ứng chào. Trong khi tôi đang tìm nơi dựa xe, thì Sơn vội vã chạy vào nhà. Tôi ý tứ đứng lại ngoài sân, đợi cậu học trò mặc quần áo chỉnh tề. Từ trong nhà, một người đàn bà xấp xỉ tuổi năm mươi, toong tá chạy ra:

- Cô giáo... cô giáo đến chơi. Thằng cháu Sơn nhà tôi nó chẳng báo trước gì cả. Mời cô, mời cô giáo vào nhà.

Tôi bước vào nhà theo người đàn bà. Một căn nhà tuềnh toàng, nền đất gồ ghề, giáp tường có mấy bao sắn và bao thóc chông lên nhau. Tài sản đáng giá nhất là bàn thờ và cái giường gỗ rẻ quạt. Người đàn bà lúng túng giải thích, nhà chỉ có hai người, nên chẳng nước non gì cả. Nói rồi bà xách cái ấm xuống bếp. Từ trong buồng, Sơn ngập ngừng bước ra:

- Sơn... sao hai ba hôm rồi, không thấy Sơn tới lớp?

- Thưa cô...

Vẫn chưa hết lúng túng, cậu học trò tay vân vê gấu áo.



- Có điều gì mà Sơn lại nghỉ học? Có phải tại tôi...

- Dạ... thưa cô, không, không... Nhà em có chuyện. Khó...

- Khó thì mới phải cố gắng. Chỉ còn vài tháng nữa. Sơn không nghĩ tới tương lai của mình sao?

Chúng tôi đang dang dở câu chuyện, thì bà mẹ từ dưới bếp xách ấm nước lên. Bà ngừng ngang khi hay tin con trai định bỏ học:

## TRUYỆN NGẮN

- Báo cáo cô giáo, thảo nào, mấy hôm nay, thấy nó cứ ở nhà. Hỏi thì nó bảo...

Son cắt ngang lời mẹ:

- Kia mẹ! Mẹ biết gì mà... Con, con đã quyết rồi!

- Thế có chết không cơ chứ. Đã đến nỗi gì mà phải bỏ học. Việc của bố mày là việc của bố mày. Làm sao mày phải bỏ học...

Tôi đã biết lý do vì sao Son bỏ học qua câu chuyện của bà mẹ. Vừa dấm dứt khóc, bà vừa kể: Bố Son là thợ xây, ông thường đi vùng nọ, vùng kia xây cất nhà cửa. Trước đây ông còn có trách nhiệm với gia đình, thỉnh thoảng mang về chút tiền cho vợ con. Hai ba năm lại đây, đã rất ít về, mà tiền nong cũng tịnh không thấy một đồng nào.

Mãi cho đến gần đây, mẹ con Son mới biết, ông có vợ bé. Giờ đây mọi công việc đều trút lên vai người vợ. Bà lại hay đau ốm. Thương mẹ, Son quyết định bỏ học, để kiếm một công việc nào đó. Tôi ngồi lại quá trưa, ăn bữa cơm đạm bạc với hai mẹ con họ và rì rầm khuyên nhủ Son. Sau buổi tôi đến nhà, Son trở lại lớp học.

Từ buổi ấy Son như người khác lạ. Cậu học trò ngỗ ngược ngày nào, nay trầm tĩnh. Đúng là một học sinh có năng khiếu môn văn, những ý tưởng lạ, mơ mộng, những bài phân tích, bình luận sắc sảo, khúc chiết.

Trong những giờ tôi lên lớp, cậu yên lặng, chăm chú nghe bài giảng. Một lần đang ngồi xem sổ điểm, trong khi cả lớp cắm cúi làm bài, bất chợt ngẩng lên, tôi vô tình bắt gặp cái nhìn của Son, cậu ta lúng túng, vội nhìn nhanh sang hướng khác. Tôi nghĩ ngợi, hình như gần đây Son có cái nhìn khang khác.

Lại một đợt chấm bài kiểm tra. Xem đến bài của Son, tôi hơi bất ngờ. Cậu ta không làm theo đề ra, mà kể một câu chuyện yêu đương, chàng trai yêu thiết tha, còn cô gái...

Thế là linh cảm của tôi chính xác, Son đang yêu tôi, yêu cô giáo của cậu ta. Xử lý thế nào đây, một chàng trai mới lớn. Tôi dấm ra lúng túng. Không thể mang ra kiểm điểm, hay nói trước lớp. Khi trả bài kiểm tra, tôi giữ bài của Son và bảo cậu ta, cuối giờ ở lại gặp tôi.

Nhìn cậu học trò mặt mũi đỏ rừ, ngắc ngư ngồi sau bàn, tôi nhẹ nhàng nhắc, Son làm lại bài kiểm tra, còn câu chuyện mà cậu ta viết ra, thì ở cái tuổi và vào thời điểm cuối cấp học này, là chưa nên. Sau buổi đó, Son tránh gặp mặt tôi. Nhưng đôi lần, vô tình tôi vẫn bắt gặp ánh mắt của cậu ta, từ xa đôi nhìn tôi...

Giữa năm học đó tôi lập gia đình. Đám cưới của chúng tôi diễn ra vui vẻ, nào bạn bè, đồng nghiệp hai cơ quan, rồi học trò các lớp. Trên hội trường khi cùng chồng đến các bàn chúc rượu và cảm ơn, tôi bắt gặp cái nhìn đượm buồn của cậu học trò sau khung cửa sổ.

Rồi năm học sắp kết thúc, học trò tập trung vào kỳ thi tốt nghiệp, thi đại học. Trong buổi liên hoan chia tay, lớp Son tổ chức ăn uống, đàn hát đến khuya.

Tránh tiếng đàn hát, chúc tụng ồn ào, tôi bước ra khỏi phòng liên hoan. Đêm hè sân trường yên tĩnh. Cái nóng gắt gao ban ngày đã dịu bớt. Ngẩng lên, thấy bầu trời đầy sao.

Lâu lắm rồi, có lẽ từ khi ra trường, tôi mới có dịp ngắm sao. Nghĩ cũng nhanh thật đấy, ngày nào còn là cô sinh viên mơ mộng, bao lần cùng đám bạn bè leo lên gác thượng, ngồi tán gẫu và ngắm sao.

Đang thả hồn vẩn vơ giữa bầu trời đêm thăm thẳm, tôi chợt thoáng nghe có tiếng chân người bước sau lưng và đứng lại. Linh tính mách bảo, đó là ai. Một lúc khá lâu, vẫn không thấy cậu ta lên tiếng. Hình như có tiếng thở dài. Tôi chủ động quay lại, hỏi:

- Son đây hả... Sao không ở trong lớp vui với các bạn!

- Dạ...

- Chuẩn bị thi tốt chứ? Phải cố gắng lên nhé, Son!

- Dạ...

Rồi cả hai im lặng. Thời gian trôi đi. Chắc đã muộn rồi, tôi quay mình định vào chào mọi người, đến lúc này Son mới lên tiếng!

- Dạ... Cô... Cô cho Son gửi...

Son trao nhanh cho tôi lá thư, rồi vội vã bước vào khoảng tối trên sân trường. Lá thư tỏ tình chứa chan lời yêu đương. Phân vân, cuối cùng tôi quyết định, đưa lá thư của cậu học trò cho chồng tôi xem. Xem xong, anh mỉm cười, nói một môt tình học trò, chỉ tiếc là không có đoạn kết.

Sau mùa thi, Son trúng vào trường sĩ quan. Tiếp đó, thỉnh thoảng tôi nhận được những thông tin rời rạc về Son. Ra trường cậu ta được điều về một đơn vị công binh. Nghe nói đơn vị không đóng ở một chỗ cố định, mà nay đây, mai đó. Còn tôi, do bận bịu công việc và chuyện chồng con, nên ít có thời gian nghĩ về cậu học trò ấy nữa.

Số phận con người ai mà biết được. Cuộc đời của tôi tưởng như êm đềm, bất ngờ bị đảo lộn. Chồng tôi không may mắc một căn bệnh hiểm nghèo, bao thuốc thang chạy chữa, mà anh không qua khỏi.

Những ngày tháng đó tôi như kẻ mất hồn. Ban ngày vì công việc có thể còn ngoài ngoài, chứ đêm xuống, trong gian nhà vắng lặng, nhìn đứa con nhỏ, tôi tưởng như không sao chịu nổi. Để dịu bớt đi nỗi buồn, tôi chỉ còn biết lặng lẽ thấp nén nhang lên bàn thờ chồng.

Nhìn làn khói hương chao lượn, cảm giác trong tôi như thấy anh đang về cùng với mẹ con tôi. Sau lễ cúng trăm ngày, lúc đó khoảng tám giờ rưỡi tối, tôi nghe có tiếng ai gõ cửa. Thật bất ngờ, Son sùng sùng đứng trước hiên nhà.

Bộ quần áo sĩ quan làm Son thêm già dặn, cứng cỏi. Son đặt bó hương lên bàn thờ và thấp một nén nhang. Tôi đứng khóc lặng lẽ phía sau Son. Đến lúc này tôi cảm giác, càng thấy mình mất mát lớn quá. Son nói mấy lời chia buồn, rồi lặng lẽ ngồi hút thuốc. Tôi cũng ngồi yên lặng.

Tối hôm sau Son lại đến. Một tối rồi lại thêm một tối nữa, cho đến hôm trước khi trở lại đơn vị:

- Lan... tôi yêu Lan. Biết Lan đang đau khổ... Nói chuyện vào lúc này thật không hợp, nhưng...

- Thôi, đừng nói nữa Son. Tôi biết, tôi biết Son... Nhưng... không thể. Có lẽ, không bao giờ tôi quên được anh ấy. Hãy hiểu tôi...

- Không... Son sẽ đợi. Dù là bao lâu... anh sẽ đợi!

Son trở về đơn vị. Qua những lá thư, tôi biết Son đang ở đâu, khi thì một xã miền Trung, lúc tại một tỉnh lỵ miền Tây. Nhận thư của Son, nhưng tôi không hề đáp lại. Có lẽ đó là cách trả lời tốt nhất. Tháng tháng, vẫn những lá thư Son đều đặn gửi cho tôi. Chợt băng đi một, hai tháng, tôi không nhận được thư của Son nữa. Thôi, thế cũng hay, có lẽ Son đã thấu hiểu mọi chuyện và từ bỏ ý định của mình trong vô vọng...

Một buổi chiều đang đứng lớp, tôi thấy đám học trò lao xao, ngó ra ngoài sân. Trên sân trường, tôi nhìn thấy từ phía sau lưng, ông bảo vệ đi cùng một sĩ quan. Tự dưng tôi lại nghĩ tới Son. Hết tiết học, đang ngồi trong lớp, thì một cậu học trò chạy vào báo, tôi có khách, đang đợi ở văn phòng.

Tôi hồi hộp nghĩ, hay là Son. Bước vào văn phòng, thì biết mình nhầm. Viên sĩ quan từ tốn đứng dậy:

- Chào cô giáo!

- Chào anh!

- Có phải, cô là Nguyễn Thị Huyền Lan?

- Vâng...

Anh ra về ngần ngừ, chưa biết bắt đầu câu chuyện ra sao. Rót chén nước mời anh, tôi chủ động:

- Dạ... Có việc gì thế ạ?

- Dạ. Tôi... Tôi cùng đơn vị với Son.

Anh tần ngần lôi từ trong cặp ra cuốn sổ nhỏ.

- Đây là cuốn sổ tay của Son.

Tôi hơi bực mình nghĩ, cậu ta còn bày ra trò gì nữa đây. Thư từ gửi mãi rồi, chưa đủ sao. Giọng hơi bực bội, tôi hỏi:

- Sao lại gửi cho tôi?

- Đây là kỷ vật của Son. Cậu ấy đã hy sinh rồi!

- Sao hả?

- Hai tháng trước Son nhận nhiệm vụ tháo gỡ một quả mìn... Trước khi tắt thở, Son nhắn lại, muốn cuốn nhật ký này đến tận tay một người tên Huyền Lan...

Thế là một người nữa lại ra đi! Đặt cuốn nhật ký lên bàn thờ, bên tấm ảnh của chồng, tôi thấp nén nhang. Chắc chồng tôi sẽ rộng lượng, cảm thông cho nén nhang thấp chung này, thấp cho một người đàn ông và một chàng trai, một người tôi yêu tha thiết và một người tha thiết yêu tôi. ■

Lan Khuê

## TRUYỆN NGẮN

### Chỉ có bạch tú cầu hiểu

Cách mà Nguyên nhìn luôn làm tôi thấy bồi hồi. Đó cũng là thứ đầu tiên khiến tôi biết rằng có sự tồn tại của một chàng trai như vậy trên đời.

Khi đó tôi đang ở trong một cửa hàng hoa, cửa hàng nhỏ nhắn, sạch sẽ và được xếp đặt hài hòa. Cậu đứng ở quầy thu ngân và nhìn tôi rất lâu. Lúc tôi đang chăm chú ngắm một chậu hoa nhỏ với những cánh hoa màu vàng có đốm đỏ, thì tiếng nói cất lên từ bên cạnh:

- Trông nó rất đẹp phải không? - Nguyên đã đứng cạnh tôi từ lúc nào.

- Đây là hoa gì vậy? - Tôi rụt rè.

- Tên của nó là Xạ Can.

- Mình chưa từng nghe tên loài hoa nào như thế! - Tôi thú thật.

- Ừ, không nhiều người biết hoa này. Mình nghĩ ở đây có rất nhiều loại hoa có lẽ bạn không biết, điều đó hoàn toàn bình thường.

- Hãy chỉ cho mình - Tôi mỉm cười.

Nguyên dẫn tôi đi quanh cửa hàng, cậu nói về từng loại hoa. Nào là Bạch Yến, Bạch Đồng Nam, rồi cả Lạc Di hay Bướm Bạc... Thực tế là tôi có biết một vài cái tên trong đó, nhưng tôi chỉ im lặng và gật gù. Không nên cắt nguồn cảm hứng của những chàng trai khi họ đang muốn chứng tỏ sự hiểu biết, suy cho cùng nó cũng chẳng có gì xấu.

- Mình muốn mua chậu hoa kia - Tôi chỉ vào chậu Xạ Can.

- Bạn không nên mua nó - Nguyên cười.

- Vì sao?

- Bởi vì thường thì người ta chỉ coi Xạ Can như một vị thuốc. Đây chỉ là một phần của nó, còn Xạ Can là một cây khá to, rất khó di chuyển! Thêm nữa, bạn có lẽ sẽ rất khó chăm sóc nó, bởi Xạ Can ưa sáng một cách cực đoan. Nếu không có đủ không gian và ánh sáng tự nhiên, nó sẽ rất tủi thân.

Tôi thích cách cậu nói về một loài hoa như vậy. Chúng tôi trò chuyện một lúc nữa trước khi tạm biệt. Tôi nói đã khá mỏi chân sau khi đi bộ lâu và muốn về khách sạn nghỉ ngơi.

- Ngày mai bạn sẽ ở đây chứ? - Tôi hỏi, dè dặt.

- Ừ, mình làm cả ngày ở đây.

- Mình là Như - Tôi nói nhanh như vừa trút được gánh nặng.

- Mình tên Khánh Nguyên - Cậu định bắt tay tôi nhưng rồi rụt lại, phải phủi nó vào cái tạp dề đeo trước ngực, mỉm cười.

Ngay khi đó, tôi đã biết tôi sẽ không bao giờ quên cái tên ấy, bằng một trực giác chỉ có con gái mới hiểu. Rảo bước về khách sạn, trong lòng tôi mơ hồ một cảm giác dịu dàng, khác với sự xáo trộn tôi đã cảm thấy ở chuyến xe đến thành phố này. Hoàng hôn Đà Lạt rất yên bình...

Sáng sớm hôm sau, khi Nguyên đang loay hoay dọn dẹp cửa hàng, tôi xuất hiện với quần jeans màu đen và chiếc áo len mỏng. Cậu nhìn tôi bằng ánh mắt vui vẻ:

- Bạn dậy sớm vậy sao?

- Mình quen rồi! - Tôi gật đầu - Bạn muốn uống trà chứ? - Tôi nói và giờ bình trà màu xanh vẫn giấu sau lưng.

Chúng tôi ngồi trước cửa hàng hoa, uống trà từ chiếc nắp được tách ra thành hai cái cốc nhỏ và bình thủy ngắm những du khách qua lại.

- Mình không nghĩ ở đây lại có loại trà này.

- Nó là trà Sencha, mình mua ở một cửa hàng nhỏ. Mình mang theo nó, vì thích uống thứ này dù ở bất cứ đâu.

- Cái bình này cũng thật tiện! - Nguyên lắc lắc chiếc bình bắt li thân của tôi.

- Món quà của bố mình đây!

- Bố bạn tâm lý vậy sao.

- Ừ, bố luôn rất hiểu mình. Nhưng bố mình đã mất rồi - Tôi nói giọng nhỏ dần đi.

- Mình... xin lỗi! - Nguyên nhìn tôi bồi hồi.

- Không sao, bố mình mất cách đây vài năm rồi - Tôi nhướn miệng - Chiếc bình này bố mang về sau một thời gian ở nước ngoài. Khi đó mình còn nhớ đã khóc vì cứ chờ đợi bố sẽ tặng búp bê. Rồi bố nói bố muốn tặng một thứ gì đó thật đặc biệt có thể ở cạnh mình lâu hơn. Từ đó, mình luôn mang theo chiếc bình này bên cạnh.

- Như thế là bố luôn ở bên Như?

- Có lẽ vậy! - Thật sự, tôi hơi giật mình vì sự nhạy cảm của Nguyên - Tại sao bạn lại chọn công việc này?

- Mình không chọn, mình sinh ra như thế này - Nguyên cười to - Ông bà mình trồng hoa, bố mẹ mình cũng thế, từ nhỏ mình đã sống với những cây lá hoa cỏ xung quanh.

- Nghe thật tuyệt, bạn thích công việc này chứ?

- Tất nhiên. Nhất là sau khi bố mẹ giao cho mình cửa hàng. Mình cảm thấy có trách nhiệm với mọi thứ trong cửa hàng này.

Hai người khách nước ngoài bước vào cửa hàng. Nguyên ra hiệu cho tôi chờ cậu một chút trước khi đứng lên, tôi nháy mắt. Khi Nguyên nói chuyện với cặp vợ chồng già, tôi ngắm nhìn đường phố và chìm vào những suy nghĩ của riêng mình. Tôi chỉ còn một tuần nữa ở Việt Nam.

Cách đây nửa năm, mẹ đã muốn tôi đi du học. Ban đầu tôi chẳng muốn chút nào. Một mình nơi đất khách quê người, không có điểm tựa và cũng chẳng có niềm tin, điều đó khiến tôi sợ hãi. Ý nghĩ tệ hại hơn là mẹ đã có người khác, mẹ không còn thương tôi nữa và muốn đẩy tôi đi thật xa, càng khiến tôi muốn ở lại.

Nhưng thời gian trôi qua, tôi cảm thấy mình chẳng có gì ở đây để luyến tiếc. Tôi đồng ý đi coi như một cách trốn chạy. Khi tất cả mọi thủ tục được làm xong, tôi quyết định lên máy bay một mình đến thành phố Đà Lạt này, như là cách tự cho mình một kỳ nghỉ cuối trước chặng đường công gai không còn xa.

Dứt mình khỏi dòng suy nghĩ, tôi uống hết cốc trà nhỏ, quay lại và thấy Nguyên đang bồi hồi trước cả chục người khách đang ngắm nghía rồi hỏi liên tục về các loại hoa trong cửa hàng. Tôi bước

vào trong, giúp cậu trả lời một số vị khách nước ngoài đang háo hức trước những loài hoa lạ.

Không hiểu sao, tôi lại có cảm giác nhẹ nhàng đến thế. Dường như những suy tư khi nãy chợt tan biến hết. Tôi vui vẻ cười với vài cô gái mắt xanh khi nghe câu đùa rằng họ sắp gọi một chiếc chuyên cơ đến để mang hết cả cửa hàng hoa và chàng trai dễ thương kia đi.

Một lúc sau lần lượt những vị khách đáng yêu rời khỏi cửa hàng với khuôn mặt hạnh phúc và từng chậu hoa nhỏ trên tay. Một trong những cô gái xinh đẹp kia quay lại nháy mắt và thì thầm với tôi:

- Hai bạn nên là một cặp đó bạn có biết không!

Tôi đỏ bừng mặt lí nhí lời cảm ơn. Trong lòng dâng lên cảm giác bồi hồi. Khi những vị khách đã đi khuất. Nguyên quay sang tôi định nói gì đó, nhưng tôi vợ vội bình trà và túi xách:

- Mình đi đây. Nguyên làm việc vui nhé!

Rồi tôi chạy thật nhanh, cố gắng không để cậu thấy sự thất vọng trên khuôn mặt của mình. Tôi có thể cần một lý do như thế này, tôi có thể cần một nơi như cửa hàng hoa này hay tôi cần cả một chàng trai như thế nữa.

Dù chỉ điều gì trong số đó, cũng đã có thể giữ tôi ở lại. Thế nhưng cái ngày tôi sắp sửa rời xa Việt Nam đang đến thật gần. Đà Lạt buồn nắng nhẹ, tôi chạy với chiếc bóng của mình tới cuối con đường, dù biết phía sau Nguyên ngoác nhìn tôi.

Đêm đó, có lẽ những vì sao trên trời cũng không thể hiểu nổi tại sao tôi cứ đứng ngắm chúng lâu đến thế ở lan can khách sạn. Có lẽ có một ngôi sao muốn nói với tôi rằng nó sẽ vẫn thế, dù tôi có ở vùng trời nào đi nữa...

Tôi nói với Nguyên lúc cậu đang xếp những thùng hoa lên giá cao:

- Mình xin lỗi ngày hôm qua.

Cậu hơi giật mình một chút, rồi mỉm cười:

- Như mang thứ trà đặc biệt đó chứ?

Tôi gật đầu.

- Vậy đi cùng mình, hôm nay mình đóng cửa hàng nghỉ.

- Bạn không cần làm thế!

- Đâu có, thứ hai nào mình cũng nghỉ mà - Nguyên nói câu đó tôi không biết cậu có nói thật lòng hay không.

- Chúng ta đi đâu?

- Đến một nơi với mình là khá thú vị, hy vọng bạn cũng cảm thấy thế!

Nói rồi cậu sập chiếc cửa nhôm xuống và dắt tay tôi đi. Cách Nguyên cầm lấy tay tôi tự nhiên tới mức tôi không thể phản ứng gì. Cậu đưa tôi một chiếc mũ bảo hiểm và cười:

- Bám chắc nhé, chắc sẽ hơi xóc đấy vì cái yên xe của mình rất tệ. Mình có nghĩ sẽ chờ ai bao giờ đâu!

Tôi mở to mắt lúc ngồi sau xe Nguyên, chiếc xe lên xuống những ngọn đồi của Đà Lạt rất lâu trước khi dừng lại tại một hẻm núi. Tôi tháo mũ, bước xuống, quang cảnh thật đáng kinh ngạc. Bình minh sương mù ngập trên những ngọn núi và ruộng bậc thang. Những tán thông chót vót đứng yên ả.

## TRUYỆN NGẮN

Một ngọn suối uốn lượn dịu dàng cạnh sườn núi. Ngay cạnh nơi chúng tôi đứng là một hang bạch tú cầu rất đẹp được ai đó trồng như vô tình. Chúng tôi im lặng một lúc rất lâu. Rồi tôi quay sang Nguyên, khẽ khàng:

- Nguyên, vì sao hôm đầu tiên gặp mình, bạn lại nhìn mình lâu thế?

- Bởi ở bạn có một điều gì đó rất đặc biệt. Mình cũng không thể diễn tả điều đó. Nhưng nó đã rất thu hút mình. Như là mình đã gặp bạn từ khi mình còn rất nhỏ vậy. Một cảm giác rất quen thuộc.

Chưa từng có một chàng trai nào nói với tôi như thế. Tôi muốn nói với Nguyên rằng tôi cũng đã nhìn thấy điều đó trong mắt cậu khi cậu nói với tôi về Xạ Can. Nhưng điều gì đó giữ môi tôi mím chặt. Nguyên nói tiếp:

- Mình có cảm giác bạn luôn có một sự tự lự phảng phất. Giống như bạn đang suy nghĩ một điều gì đó rất quan trọng vậy.

Tôi nhìn Nguyên một thoáng, rồi nói:

- Mình kể cho bạn tất cả những thứ về mình mà bạn chưa biết, bạn sẽ không phiền nếu sau đó mình có thể sẽ khóc chứ?

- Và biết đâu sau khi khóc Như sẽ thấy nhẹ lòng hơn?

Chúng tôi ngồi xuống, bình trà ấm nóng trên tay. Tôi đã kể hết với Nguyên, những cảm xúc hỗn độn và sâu kín trong lòng tôi. Cậu ở đó, thi thoảng nhấp ngụm trà và luôn nhìn vào mắt tôi. Tôi đã khóc. Và đúng là thấy nhẹ lòng hơn. Khi tôi lau khô nước mắt bằng vai áo của Nguyên, cậu nói với tôi:

- Bạn biết điều mình thích nhất khi chăm sóc những cây hoa là gì không? Chúng biết cách nói chuyện với mình, một cách nói chuyện rất thú vị dịu dàng. Chúng nở hoa và điều đó làm mình thấy những cố gắng của mình là không vô ích.

Cậu im lặng một lát, rồi nói:

- Như biết không, có những việc chưa chắc đã tệ đến vậy. Chỉ là chúng ta có mở lòng được không thôi. Mình tin mẹ Như không như vậy đâu và nếu có một người khác trong trái tim của mẹ bạn thật, thì điều đó không phải cũng đẹp lắm sao? Vì sau những khổ đau bởi mất mát, con người vẫn có thể lau khô nước mắt, gượng dậy và đi tiếp, để tiếp tục được cảm nhận hạnh phúc.

- Nguyên...

- Có lẽ đó cũng là điều Như nên làm bây giờ. Đừng sợ hãi. Mọi thứ vẫn luôn như vậy mà.

- Mình không muốn rời xa nơi này. Mình sợ mình chẳng thể quay trở về được nữa.

- Như sẽ về chứ! Mình vẫn ở đây mà. Mình sẽ chăm sóc những cây hoa và chờ Như!

Câu nói bình thản quá, tôi đã chờ một câu nói như thế, có lẽ từ rất lâu rồi. Sương mù đã lặng lẽ tan từ lúc nào, chỉ còn đọng lại trên những đỉnh núi như một chiếc mũ trong suốt. Một cơn mưa nhẹ bắt chợt đổ xuống, nhẹ tới mức tôi còn không cảm thấy ướt, nhưng rất dịu dàng, Nguyên đã cởi chiếc áo khoác nhẹ của cậu che cho tôi. Tôi nhìn về phía những hàng bạch tú cầu đang rung nhẹ lên trong mưa.

Trong một khoảnh khắc, tôi muốn nói điều gì đó thật quan trọng với Nguyên như một lời hứa. Tôi nói rất nhỏ, chắc chỉ có bạch tú cầu nghe được mà thôi... "Rằng mình sẽ quay trở về!". ■

Minh Nhật

### Thương quá nhãn lòng

Lại là một đêm với những cơn mưa rào rích, phủ từng đợt xuống mái lá nghèo. Những giọt mưa như cố tình xóa nhòa vạn vật, để rồi tạo nên một bản nhạc trầm buồn. Thỉnh thoảng, giữa tiếng mưa rơi là tiếng thờ dài của má tôi. Đêm nay, má lại không ngủ.

Chị em tôi lớn lên trong cái nghèo. Thiếu ăn và thiếu mặc là hai điều luôn tồn tại trong cuộc sống của nhà tôi, thế nhưng, chúng tôi chưa bao giờ bị thiếu tình thương. Hồi còn ba, ba hay vắng nhà để đi tìm việc làm xa, và mỗi lần về thăm, ba đều mua cho chị em chúng tôi quần áo và bánh trái, đưa má ít tiền rồi lại đi.

Tuy cực nhọc, nhưng với sự cần cù của ba, tánh vén khéo của má, gia đình tôi vẫn sống đủ. Nhưng sự bình yên đó chẳng kéo dài được bao lâu. Lúc thằng út lên 5 tuổi, ba bị tai nạn ở công trình xây dựng nơi ba làm phụ hồ. Kể từ đó, má phải thay ba làm trụ cột gia đình và chăm sóc chị em tôi. Bao nhiêu nỗi buồn lo cứ dồn vào tấm thân gầy yếu của má.

Mỗi đêm, má thường trần trọc để nghĩ về nợ nần, về gánh mưu sinh, và việc học hành của chị em tôi. Đến những thứ nhỏ nhặt như khạp gạo cạn dần, tiền lãi sắp đến hạn đóng... cũng làm cho má mất ngủ. Những đêm mưa, má lại lui cui đi hứng mấy chõ dột, loay hoay che cho chị em tôi khỏi bị mưa tạt.

Rồi mùa nắng, má than nực, lại lặng lẽ ra đưa vông bên hiên, nhìn sao, hứng gió. Đêm này qua đêm nọ, tháng này qua tháng nọ, mắt má cứ sâu dần, tóc má thêm bạc và người má lại ốm đi rất nhiều. Tôi biết má bị bệnh rồi, bệnh mất ngủ. Mấy đi hàng xóm cũng nói thế, họ khuyên má đi bệnh viện khám rồi lấy thuốc về uống, nhưng má cứ nói: *Có sao đâu!*

Má phớt lờ tình trạng của mình, bởi lẽ má biết rằng, ngày nào nhà còn nợ, chị em tôi chưa được học hành đến nơi đến chốn, thì ngày đó má còn chưa được ngủ yên. Chị em tôi thương má lắm, nhưng biết làm sao bây giờ. Thế là mỗi lần đi sang nhà hàng xóm chơi, tôi lại nghe ngóng các cô, các bác nói về những món ăn giúp ngủ ngon hơn. Trong số đó, nhãn lòng là thứ tôi có thể dễ dàng tìm được nhất.

Nhà tôi ở quê, nhãn lòng cứ mọc đầy bên mé sông, trong rẫy, sau hè. Chỉ cần một chút nắng, rồi một chút mưa, và một chút phù sa của đất mẹ, là cây sẽ sinh sôi phát triển, đâm hoa, kết quả. Giống hệt bọn trẻ con nhà nông như chúng tôi.

Suốt ngày chân đất, dang nắng lội sông, ăn rau vườn cá đồng, mà đứa nào cũng mạnh cùi cùi, rắn rỏi và mạnh dạn. Thằng út em tôi cũng thế. Tám tuổi, nó đã biết bắt ốc, cắm câu. Cứ mỗi mùa lúa, nó

lại ra đồng bắt chuột, mót lúa, hay lượm hột vịt mà đám vịt chạy đồng vô ý để rớt. Từ ngày má mất ngủ, nó có thêm công việc mới, đó là đi bứt nhãn lòng. Mấy bác hàng xóm nói:

- Nhãn lòng xứ này mọc không nổi với thằng Yên!

Cũng bởi, nghe ở đâu có nhãn lòng là nó đi gom về hết. Đợt non nó biểu tôi nấu canh cho má ăn, phần thân già thì nó rửa sạch, phơi khô, nấu nước cho má uống, còn trái chín vàng, nó dành riêng làm quà vặt ăn cho đỡ buồn.

Mỗi tối sau khi má ăn xong, nó lại canh xem tối nay má có ngủ được không. Nhưng cái thằng, đúng là con nít, mới nói đó là đã ngáy khò khò. Sáng hôm sau, khi thằng út hí hửng hỏi:

- Hồi tối má ngủ được hôn má?

- Được, má ngủ ngon lắm! - Má trả lời.

Nghe má nói, thằng út lại nhanh nhẩu đi bứt nhãn lòng về cho má, má lại nhiệt tình ăn, và tối tới, má lại mất ngủ. Không phải vì nhãn lòng của thằng út không có hiệu quả, mà chỉ vì, má vẫn chưa thể bớt lo.

Tháng này quê tôi sắp vào vụ lúa, khắp nơi phủ vàng một màu lúa chín. Ngoài đồng, chuột kéo về từng đàn để ăn lúa của nông dân. Người ta phải làm mọi cách để diệt chuột cứu lúa. Mùa này, thằng út hay ra đồng lắm, nó theo mấy chú học cách đi bẫy chuột đồng. Hôm đó, sau khi đem về cho tôi một xâu chuột đồng, thằng út lại hỏi há xách rô đi, không quên nói với lại:

- Em đi hái nhãn lòng cho má nghe chị hai!

Nói rồi nó chạy mất hút ra đồng. Nhưng trời chạng vạng tối, nó vẫn chưa về. Tôi đoán chắc nó mê theo mấy bác coi bẫy chuột đêm, nên quên về, nhưng má vẫn không yên lòng. Linh tính của người mẹ làm má cứ bồn chồn, thấp thỏm. Khi má vừa lấy đèn pin để đi kiểm thằng út, thì chú Tám hàng xóm hốt hải chạy vào báo:

- Chị Tư ơi, thằng Yên nó dính bẫy điện sống, nằm ngoài đồng kia chị!

Má sững sờ, tôi hốt hoảng, vội vàng chạy theo chú Tám. Con đường từ nhà ra ruộng hôm nay sao dài thế, chúng tôi cứ chạy mãi, chạy mãi, có cảm giác đôi chân bủn rủn này không phải là của mình nữa. Kia, phía xa xa, thằng út nằm đó. Cháy xém, cứng đờ, lạnh ngắt. Cái rô hồi chiều văng ra xa xa, nhãn lòng rơi tung tóe.

Thằng út có ngờ đâu, trong lúc nó hỏi há đem nhãn lòng về để tôi kịp nấu tô canh cho bữa cơm chiều, nó đã vô tình trở thành nạn nhân của những chiếc bẫy chuột giết người.

Và má có ngờ đâu, tấm lòng hiếu thảo của con trai má lại được đáp trả bằng một kết thúc buồn đến thế. Má khóc, tôi khóc. Cơn mưa đầu mùa từ đâu đổ xuống như khóc cho câu chuyện đau lòng của một vùng quê.

Đêm nay, má lại không ngủ, má vẫn thức trắng kể từ ngày thằng út đi. Và tôi, ngày ngày vẫn thay em tôi đi hái đợt nhãn lòng về nấu canh cho má ăn, để má ngủ yên, để trong giấc mơ chập chờn, má có thể gặp lại thằng út... ■

Đăng Thư