

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

VIETNAMESE EDITION | SỐ 86 | 04 - 10/02/2022

Sự thật & Truyền thống

WWW.ETVIET.COM | \$2.00

EPOCH
TIMES
TIẾNG VIỆT

THƯA QUÝ ĐỘC GIẢ,

Epoch Times là một tập đoàn truyền thông độc lập phát triển nhanh nhất ở Mỹ. Chúng tôi không bị ảnh hưởng bởi bất kỳ chính phủ, tập đoàn kinh tế hay các đảng phái chính trị nào.

Được thành lập tại Hoa Kỳ vào năm 2000, Tập đoàn Epoch Times đã nhận được nhiều giải thưởng về nội dung và thiết kế của Hiệp hội Báo chí New York, Hiệp hội Nhà báo Chuyên nghiệp và Hiệp hội Thiết kế Tin tức.

Với 22 ngôn ngữ, Epoch Times đưa tin theo nguyên tắc Sự thật và Truyền thống. Thông qua những bài báo trung thực, cung cấp sự thật và làm sáng tỏ những vấn đề xã hội quan trọng, Epoch Times mong muốn gửi đến Quý độc giả những giá trị nhân văn của sự chính trực, lương thiện, lòng trắc ẩn, hay những bài học quý giá từ lịch sử, đồng thời tôn vinh các giá trị phổ quát của nhân loại.

Rất mong nhận được sự ủng hộ và đồng hành của Quý độc giả thông qua việc chia sẻ, lan tỏa các bài viết đến với cộng đồng. Epoch Times tin rằng đây là cách để chúng ta cùng kiến tạo tương lai, đi tới một Đại kỳ nguyên mới huy hoàng và đẹp đẽ hơn.

Để đặt mua báo dài hạn, Quý vị có thể đặt mua online tại: www.etviet.com, hoặc gọi 626-618-6168 / 714-356-8899, hoặc dùng mẫu được in sẵn tại trang cuối của tờ báo. Epoch Times Tiếng Việt sẽ được giao tận nhà mỗi tuần!

Trân trọng,
Epoch Times Tiếng Việt

KINH TẾ - TÀI CHÍNH

Kinh tế Hoa Kỳ
tăng trưởng 6.9%,
vượt mức dự báo

Độc bài trang 2



**QUẢNG CÁO - RAO VẬT
LÀM ĐẠI LÝ BÁO**
XIN LIÊN LẠC
(626) 618-6168
(714) 356-8899

HOME DELIVERY ADDRESS:

POSTMASTER: PLEASE DELIVER PROMPTLY TIME-SENSITIVE NEWS PERIODICALS



Căn nhà biệt lập ở Magna, Utah được niêm yết ở mức 374,000 USD.

UTAH, NEBRASKA, SOUTH CAROLINA:

Thị trường tốt nhất
cho người mua nhà
lần đầu

MARY PRENON

Magna (Utah), Mauldin (South Carolina), và Cottage Grove (Wisconsin) có điểm gì chung? Cả 3 cộng đồng khiêm tốn này đều được liệt kê trong “Báo cáo 10 Thị trường Tốt nhất dành cho Người mua nhà Lần đầu” thường niên đầu tiên của Realtor.com.

Magna, một vùng ngoại ô của Thành phố Salt Lake với dân số 26,500 người (theo điều tra dân

số năm 2010) chiếm vị trí số một trong danh sách này, dựa trên các tiêu chí bao gồm nhà giá cả phải chăng, nhiều việc làm và người trẻ tuổi, thời gian đi làm ngắn hơn và nhiều lựa chọn về địa điểm ăn uống. Magna nằm cách Thành phố Salt Lake khoảng 20 dặm (32 km) về phía Tây. Năm địa phương hàng đầu trong danh sách này, theo thứ tự xếp hạng là: Chalco của Nebraska; Mauldin của South Carolina; Beech Grove của Indiana; Xem tiếp trang 4

BẦU CỬ

Người Mỹ Latin
chuyển sang
ủng hộ Đảng
Cộng Hòa sẽ làm
rung chuyển các
cuộc bầu cử ở
California

JOHN SEILER



“Người Mỹ Latin gốc Tây Ban Nha (Hispanics) là các cử tri của Đảng Cộng



Hòa,” Tổng thống Ronald Reagan từng nói. “Họ chỉ chưa biết điều đó mà thôi.”

Chà, dường như giờ thì họ đã biết rồi. Nhiều cuộc thăm dò cho thấy các cử tri gốc Tây Ban Nha

FREDERIC J. BROWN/AFP/GETTY IMAGES

Một cử tri nhận được sự trợ giúp của một nhân viên bầu cử ở một trung tâm bỏ phiếu tại Grand Central Market ở Los Angeles hôm 03/11/2020.

(hoặc Mỹ Latin) đang chuyển sang ủng hộ Đảng Cộng Hòa. Sau cuộc bỏ phiếu mới đây bầu thống đốc tiểu bang Virginia, một tiểu bang có dân số gốc Latin gia tăng đáng kể. Xem tiếp trang 12

CALIFORNIA

Các hoạt động đón Tết ở Nam California

ALICE SUN

Tết Nguyên Đán là lúc trẻ em được tặng những phong bao lì xì tiền mừng tuổi và cất lên những lời chúc tốt lành, may mắn cho người thân.

Ngày 01/02/2022 cũng là ngày mừng Một Tết Nguyên Đán 2022 được đón mừng ở nhiều quốc gia khắp Á Châu, bao gồm Trung Quốc, Nam Hàn, Việt Nam, và Singapore. Mỗi quốc gia có các phong tục



Một người đi bộ đeo khẩu trang đi ngang qua khu Chinatown Central Plaza vắng vẻ được trang trí bằng các đèn lồng đỏ ở Los Angeles hôm 12/02/2021.

ĐÔNG DƯƠNG

ẤN ĐỘ MUỐN CẢ NGA
VÀ HOA KỲ LÀ ĐỒNG
MINH CHỐNG LẠI
TRUNG QUỐC

ANDERS CORR

Nga là một quốc gia không đáng tin cậy, chuyên quyền và thân Trung Cộng. Trong khi, Ấn độ là quốc gia lớn nhất thế giới có nền dân chủ, nhưng lại



Tiếp theo trang 26

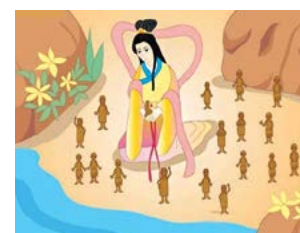
Đặc sắc



NGHỆ THUẬT

Những đứa trẻ thuần
kiết trong tranh của
họa sĩ Barbara Schafer

Độc bài trang 13



VĂN HÓA

Mùng 7 tháng Giêng
âm lịch và Truyền
thuyết Nữ Oa tạo ra
con người

Độc bài trang 16



TRANG TRÍ NỘI THẤT

Mang mùa xuân
vào nhà

Độc bài trang 16



GIÁO DỤC

3 bước nuôi dạy trẻ trở
thành người mạnh mẽ

Độc bài trang 18



TÂM & THÂN

Thở sao cho khỏe?
Bài tập giúp bạn
khôi phục lại cách
hít thở bằng mũi

Độc bài trang 29

**DỪNG CHẬM TRỄ, HÃY ĐẶT
MUA BÁO NGAY HÔM NAY:**
(626) 618-6168
(714) 356-8899

Xuất bản tại New York,
Washington D.C., Houston, Chicago,
Los Angeles và San Francisco.

THE EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT (USPS 21-800) is published weekly by The Epoch Media Group, 10962 Main Street, El Monte, CA 91731. Periodical postage paid at El Monte, CA and additional mailing offices. POSTMASTER: Send address changes to The Epoch Media Group, 10962 Main Street, El Monte, CA 91731

HOA KỲ

REUTERS



"Tổng thống không được giao phó quyết định quan trọng này cho cánh tả cấp tiến."
- Ông McConnell, nói về việc lựa chọn Phó Tổng Thống của Đảng Dân Chủ.



"Không có gì ngạc nhiên khi các chính trị gia và quan chức của các chính phủ khác đã lợi dụng mối lo ngại về một hành tinh đang nóng lên như một cái cớ phải mở rộng quyền lực."
- Tác Giả Nathan Worcester

KHẢO SÁT: 40% cử tri độc lập, 36% cử tri Đảng Cộng Hòa và 14% cử tri Đảng Dân Chủ cho biết họ chưa chích liều vaccine nào.

Kinh tế Hoa Kỳ tăng trưởng 6.9%, vượt mức dự báo

TOM OZIMEK

Nền kinh tế Mỹ đạt tốc độ tăng trưởng theo năm là 6.9% trong quý cuối cùng của năm 2021, cao hơn nhiều so với mức dự báo đồng thuận là 5.5%. Kết quả này được hỗ trợ một phần bởi lượng hàng tồn kho tích lũy và chỉ tiêu tiêu dùng vững chắc.

Các số liệu tăng trưởng kinh tế công bố hôm 27/01 cho thấy tổng sản phẩm quốc nội (GDP) của Hoa Kỳ trong cả năm 2021 tăng 5.7%, đánh dấu kết quả hoạt động trong một năm mạnh nhất kể từ 1984. Nền kinh tế Hoa Kỳ suy giảm 3.4% trong đại dịch năm 2020.

Ông Dean Baker, nhà kinh tế cao cấp tại Trung tâm Nghiên cứu Kinh tế và Chính sách, cho biết trong một tweet: "Nền kinh tế đang tiến gần đến mức bình thường, nhưng tiêu dùng dịch vụ vẫn còn suy giảm. Đầu tư đang rất mạnh, chỉ tiêu của tiểu bang và địa phương đang bị tụt hậu."

Sự gia tăng trong đầu tư vào hàng tồn kho tư nhân, tiêu dùng cá nhân, xuất cảng, và đầu tư cố định của những người không phải là thường trú nhân đã làm tăng GDP.

Nhập cảng gia tăng đã đưa thâm hụt thương mại hàng hóa của Hoa Kỳ trong tháng 12 lên mức cao kỷ lục là 101 tỷ USD, khiến tổng mức thâm hụt cho cả năm 2021 là hơn 1 ngàn tỷ USD, đây cũng là mức thâm hụt lớn nhất đầu tiên trong lịch sử.

Hàng tồn kho tăng 173.5 tỷ USD trong quý 4, đã cộng thêm 4.9 điểm phần trăm vào tăng trưởng GDP của quý 4/2021.

Ông Baker viết trong một tweet tiếp theo rằng, "Lượng hàng tồn kho tăng mạnh cho thấy các vấn đề về nguồn cung ứng đang giảm bớt. Như vậy sẽ tạo áp lực để giá cả giảm xuống trong những tháng tới."

Lạm phát trong vòng một năm tính đến tháng 12 đạt mức cao nhất trong nhiều thập niên là 7%, đã khiến Cục Dự trữ Liên bang đẩy nhanh tốc độ giải quyết các biện pháp tiền tệ lỏng lẻo của mình. Chủ tịch Fed Jerome Powell đã đưa ra một lưu ý điều hòa hôm 26/01, nói với các phóng viên sau cuộc họp chính sách kéo dài hai ngày rằng các quan chức đang xem xét thời điểm trong tháng Ba để bắt đầu tăng lãi suất nhằm kiềm chế giá cả tăng phi mã.

Ông cũng nói rõ Fed dự định tăng lãi suất nhiều lần trong năm nay.

"Bình nổ" là cách ông Ian Shepherdson, nhà kinh tế trưởng tại Pantheon Macroeconomics, mô tả về tăng trưởng kinh tế trong quý cuối cùng, đồng thời nói thêm rằng Fed nên nắm bắt cơ hội và "tăng [lãi suất] càng nhanh càng tốt".

Số liệu của Bộ Thương mại cho thấy tiêu dùng cá nhân tăng 3.3% trong quý cuối cùng và 7.9% cho cả năm 2021.

Vẫn còn bị ảnh hưởng bởi đại dịch và lạm phát, nền kinh tế Hoa Kỳ dự kiến sẽ tăng trưởng chậm lại trong năm nay.

Quý Tiền tệ Quốc tế gần đây đã hạ triển vọng tăng trưởng GDP của Hoa Kỳ xuống 4% cho cả năm 2022, một mức giảm mạnh so với dự báo hồi tháng Mười là 5.2%.

Bình Hòa biên dịch



Các container chất cao trên một con tàu chở hàng tại Cảng Los Angeles, California vào ngày 28/09/2021.



BILL PUGLIANO/GETTY IMAGES



TIMOTHY AEPPLE/REUTERS FILE PHOTO

Trái: Một công nhân làm việc ở Sterling Heights, Michigan vào ngày 26/08/2016; Phải: Một nhân viên làm việc tại Xưởng đúc Kirsh ở Beaver Dam, Wisconsin, hôm 12/04/2018.

20/20 Vision Optometry

Trung Tâm Nhãn Khoa

15622 Brookhurst St. Westminster, CA 92683
(Góc Brookhurst/McFadden)

ĐÃ PHỤC VỤ CỘNG ĐỒNG GẦN 30 NĂM QUẢ

- Bác Sĩ tận tâm, khám mắt và đo độ kính chính xác - bảo đảm quý khách sẽ hài lòng.
- Truy tìm các chứng bệnh về mắt như mắt lòa, mắt cườm, áp suất cao, mắt đỏ v.v...
- Có hợp tác với Laser Center cho quý vị cần giải phẫu mắt để khỏi đeo kính / contact lenses.
- Văn phòng trang bị máy móc tối tân.
- Phương pháp Ortho-K để bớt cận thị.

Trung tâm danh tiếng lâu năm và rất lớn với máy ngàn gọng kính hiệu và đủ các loại contact lenses.

NHẬN TẮT CẢ BẢO HIỂM MẮT, BAO GỒM: VSP, EYEMED, DAVIS, SUPERIOR, SPECTERA, MES.

NHẬN: CENTRAL HEALTH, WELLCARE, ONE CARE, CARE 1ST, BRAND NEW DAY, MEDI-CAL/MEDICARE: ĐẾN THẲNG 20/20 VISION, KHÔNG CẦN QUẢ BS GIA ĐÌNH GIỚI THIỆU.

THÔNG BÁO: HIỆN TẠI MEDI-CAL ĐANG CHO NGƯỜI LỚN TRÊN 21 TUỔI KHÁM MẮT VÀ LÀM KÍNH MIỄN PHÍ.

VĂN PHÒNG MỞ CỬA 7 NGÀY
Thứ Hai - Thứ Sáu: 10 AM - 5:30 PM
Thứ Bảy: 10 AM - 5 PM
Chủ Nhật: 10 AM - 2 PM

714-775-4553

TIFFANY & CO. roberto cavalli DOICE. GABBANA GUCCI BURBERRY BVLGARI

GIORGIO ARMANI Salvatore Ferragamo Cartier SAINT LAURENT Chloé CHANEL

FENDI VALENTINO BOSS TOM FORD PRADA

Thanh Trang Bridal

Áo Dài Cưới - Áo Dài Việt Nam

Call: 714-799-7260
or 714-897-2069

- Tiệm sang trọng và lớn nhất trong khu mua sắm Phước Lộc Thọ
- Custom made design wedding áo dài, áo dạ hội, thi Hoa Hậu
- Đặt may hay bán sẵn
- Áo cưới cho cô dâu hay chú rể
- Áo dài đặc biệt cho ca sĩ hay thí thi Hoa Hậu
- Có áo bán sẵn và sửa tại chỗ.
- Nhận gói hàng các tiểu bang, có giá đặc biệt cho mùa Xuân và các ngày lễ.

9200 Bolsa Ave, #106 & 107, Westminster, CA 92683
Open (Mở cửa): Mon - Sun, 10am - 7pm

Chúng tôi cung cấp cho bạn các dịch vụ gia đình và doanh nghiệp chất lượng cao nhất, hãy đăng ký ngay bây giờ và hỏi về chi tiết cài đặt miễn phí, và tận hưởng quyền sử dụng Hot Spot.

GIA ĐÌNH

HOME

KINH DOANH

BUSINESS

KHUYẾN MÃI

\$34⁹⁹ /MO.

Hợp đồng 12 tháng

100MBPS

Internet tốc độ cao

Đường dây nóng:
281-241-7488

Mạng Internet

TV

Điện thoại

Bảo vệ

Khảo sát: 31% người Mỹ nói rằng họ chưa chích vaccine COVID-19

JACK PHILLIPS

Theo một cuộc khảo sát của Economist/YouGov được công bố gần đây, khoảng 1/3 người Mỹ cho biết họ chưa chích vaccine COVID-19.

Cuộc thăm dò này đã yêu cầu những người tham dự cho biết liệu họ đã chích mũi vaccine ngừa virus Trung Cộng (căn bệnh gây ra COVID-19) nào hay chưa, và khoảng 31% nói rằng họ chưa chích mũi nào.

Trong số đó, khoảng 61% cho biết họ chưa từng có dự định chích bất kỳ loại vaccine COVID-19 nào. 20% khác cho biết họ "có thể" đi chích vaccine trong tương lai, cuộc thăm dò cho thấy.

Cuộc khảo sát cho biết 40% cử tri độc lập, 36% cử tri Đảng Cộng Hòa và 14% cử tri Đảng Dân Chủ cho biết họ chưa chích liều vaccine nào. 8% những người bỏ phiếu cho Tổng thống Joe Biden vào năm 2020 chưa chích vaccine, và 43% những người bỏ phiếu cho cựu Tổng thống Donald Trump chưa chích ngừa.

Cuộc khảo sát trên, được thực hiện từ ngày 15/01 đến ngày 18/01, đã thăm dò ý kiến của khoảng 1,500 công dân Hoa Kỳ và có sai số cộng hoặc trừ 2.8 điểm phần trăm.

Cuộc khảo sát này được đưa ra sau khi Tối cao Pháp viện viết trong một bản phán quyết với sự ủng hộ đa số 6-3 vào ngày 13/01 rằng Cục Quản trị Sức khỏe và An toàn Lao Động (OSHA) của Bộ Lao động hầu như không có thẩm quyền ban hành lệnh bắt buộc chích ngừa hoặc xét nghiệm, vốn được dự kiến sẽ áp dụng cho các doanh nghiệp có 100 nhân viên trở lên.

Bản phán quyết này viết, "Đạo luật này trao quyền cho Bộ trưởng thiết lập các tiêu chuẩn an toàn tại nơi làm việc, chứ không phải các biện pháp về sức khỏe cộng đồng rộng rãi. Xác nhận quan điểm trên, các điều khoản của Đạo luật thường đề cập đến những mối nguy hiểm mà nhân viên phải đối mặt tại nơi làm việc. Và không có điều khoản nào của Đạo luật đề cập đến sức khỏe cộng đồng một cách tổng quát hơn, vốn nằm ngoài lĩnh vực chuyên môn của OSHA."

Một số công ty đã chọn giữ nguyên quy định bắt buộc chích vaccine bất chấp bản phán quyết trên của Tối cao Pháp viện. Nhưng một số công ty, bao gồm cả Starbucks, đã đồng ý các quy định này.

Hôm 21/01, lệnh bắt buộc chích vaccine của Tổng thống Joe Biden đối với toàn bộ nhân viên liên bang đã bị một thẩm phán



Một tá đang rút liều vaccine COVID-19 của Pfizer-BioNTech ở Southfield, Michigan, hôm 05/11/2021.

liên bang chặn lại, với phán quyết rằng chính phủ liên bang không có thẩm quyền áp đặt quy định này. Không giống như quy định của OSHA, nhân viên liên bang không có khả năng từ chối lệnh bắt buộc chích ngừa bằng cách nộp phiếu xét nghiệm hàng tuần.

"Vì vậy, việc chích một vaccine COVID-19, đặc biệt khi được yêu cầu như một điều kiện trong việc làm của một người, có phải là cách hành xử nơi làm việc? Câu

trả lời cho câu hỏi này đã trở nên rõ ràng hơn rất nhiều sau phán quyết của Tối cao Pháp viện hồi đầu tháng này," Thẩm phán Tòa Địa hạt Liên bang Jeffrey Brown, người được cựu Tổng thống Donald Trump bổ nhiệm, viết trong bản phán quyết của mình.

Chính phủ liên bang đã kháng cáo ngay sau khi phán quyết được đưa ra.

Hồng Ân biên dịch

Các hoạt động đón Tết ở Nam California

Tiếp theo từ trang 1

tập quán và cách ăn Tết riêng. Là một trong những ngày lễ truyền thống mang tính biểu tượng nhất của cộng đồng người Á Châu, các lễ hội Tết Nguyên Đán thường kéo dài cho đến Lễ Hội Đèn Lồng vào ngày 15/02 (ngày rằm tháng Giêng).

Thư viện Huntington

Thư viện Huntington ở San Marino chào đón Năm Nhâm Dần với lễ kỷ niệm diễn ra trong hai ngày 05-06/02. Khách tham quan có thể thưởng thức chương trình giải trí như múa sư tử, biến điện (thay đổi mặt nạ), hát bội Trung Hoa, thư pháp Trung Hoa, biểu diễn võ thuật Trung Hoa, v.v.

Lễ Hội Tết Nguyên Đán Alhambra thường niên lần thứ 30

Lễ Hội Tết Nguyên Đán Alhambra diễn ra vào Chủ Nhật, ngày 20/02, từ 8 giờ 30 phút sáng đến 1 giờ 30 phút chiều cùng với chợ nông sản. Lễ hội có múa sư tử, ca nhạc sống, trình diễn nấu ăn, và các tiết mục biểu diễn văn hóa khác.



J. EMILIO FLORES / GETTY IMAGES

Những người tham gia diễu hành trong dịp Tết Nguyên Đán ở Los Angeles, California - Ảnh tư liệu.

Sân khấu chính sẽ nằm ngoài trời diễn với lối vào của Tòa Thị Chính Alhambra trên Đường số 1.

Tết tại Quận Cam

Tết Việt Nam được tổ chức tại Trung tâm Hội chợ và Sự kiện Quận Cam. Chủ đề Tết năm nay là "Xuân Sum Vầy" làm nổi bật di sản Việt Nam thông qua chương trình ca hát

trực tiếp, trình diễn đốt pháo, các trò chơi, và cưỡi ngựa.

Ngoài biểu diễn văn nghệ, lễ hội cũng sẽ tổ chức một cuộc thi ăn Phở và dưa hấu.

Các trung tâm mua sắm Grove và Americana

Các trung tâm mua sắm The Grove và The Americana at Brand đều đón

Tết Nguyên Đán với những màn lễ hội. Năm nay, những khách hàng ghé thăm quầy lễ tân được tặng một túi xách Năm Nhâm Dần và một phong bao lì xì chứa 2 USD hoặc phiếu giảm giá từ một trong những nhà cung cấp. Sự kiện sẽ kéo dài đến ngày 06/02/2022.

Lễ Hội Đèn Lồng Eastvale 2022

Lễ Hội Đèn Lồng do Panana Event và Thành phố Eastvale đồng tổ chức và sẽ bắt đầu bằng lễ khai mạc ngày 19/02 lúc 11 giờ sáng. Lễ hội sẽ diễn ra tại Địa điểm Tổ chức Sự kiện Citrus và có hàng chục nhà cung cấp thực phẩm cũng như các nghệ nhân trong khu vực bán hàng hóa truyền thống và hiện đại.

Sự kiện sẽ có các màn trình diễn văn hóa độc đáo như múa truyền thống và biểu diễn võ thuật Trung Hoa. Trẻ em có thể tham gia trò chơi cưỡi các con thú bươm bươm và giành giải thưởng tại các máy trò chơi của Nhật Bản.

Vào cửa được miễn phí cho sự kiện này.

Việt Phương biên dịch

Tạp chí Tân Xuân 2022

| Nhâm Dần

Mua 10 tặng 1

Một ấn phẩm đặc biệt để đón mừng Xuân mới với những nội dung chọn lọc, đặc sắc và ý nghĩa.

ĐẶT MUA NGAY:

(626) 618-6168 / (714) 356-8899

Hoặc Quý vị có thể đặt online tại:
<https://etviet.com/magazine-2022-subscription>

Utah, Nebraska, South Carolina: Thị trường tốt nhất cho người mua nhà lần đầu



Một căn nhà phố ở Magna, Utah, được niêm yết với giá 325,000 USD.

Tiếp theo từ trang 1

và Portsmouth của Virginia.

Khi thực hiện báo cáo, Realtor.com đã xếp hạng 1,112 thành phố và địa điểm với dân số hơn 5,000 người, có tính đến tỷ lệ dân số từ 25 đến 34 tuổi trong địa phương. Họ cũng đo lường mức độ sẵn có của các ngôi nhà rao bán, cơ hội việc làm tại địa phương, và khả năng chi trả, ước tính bằng tỷ lệ giữa giá niêm yết trên tổng thu nhập của nhóm tuổi đó ở mỗi địa phương.

Cottage Grove của Wisconsin chiếm vị trí thứ 6, tiếp theo là Grimes (Iowa), sau đó là Kuna (Indiana), với Ferndale (Michigan) ở vị trí thứ chín, và Maitland (Florida) hoàn thành danh sách.

Ông George Ratiu, giám đốc nghiên cứu kinh tế của Realtor.com, nói với The Epoch Times: “Chúng tôi đã xem xét những địa điểm gần các khu vực đô thị lớn hơn và các trung tâm tuyển dụng lớn. Nhiều người trẻ tuổi có thể không đủ tiền mua nhà ở những khu vực trung tâm thành phố đó, nhưng các cộng đồng xung quanh cung cấp một số lựa chọn tuyệt vời cho những người mua nhà lần đầu tiên. Chúng tôi đã xem xét nhiều địa điểm và tìm thấy những nơi có thể không được nhiều người biết đến.”

Ông Ratiu chỉ ra rằng Thành phố Salt Lake, Utah đang nổi lên như một trong những thị trường địa phương phát triển nhanh nhất, và Magna đã trở thành một cộng đồng vệ tinh nổi tiếng.

Được biết đến với khả năng tiếp cận dễ dàng đến các hồ và núi, Magna đã trở thành một điểm thu hút rất lớn đối với những người đam mê hoạt động ngoài trời. Các báo cáo của Realtor.com cũng lưu ý rằng việc xây dựng nhà mới đang bùng nổ ở Magna, mang đến nhiều

COURTESY OF THE STERN TEAM, KELLER WILLIAMS, SALT LAKE CITY

cho nhiều gia đình như chung cư, condos và townhomes.”

Ông cho biết, ở Magna “khả năng chi trả là điều quan trọng,” giá bán trung bình của một ngôi nhà dành cho một gia đình vẫn ở mức 371,500 USD trong năm qua. Với thời gian đưa ra thị trường trung bình [của một ngôi nhà rao bán] chỉ năm ngày, khu vực này đã trở thành điểm đến cho những người muốn ở gần Thành phố Salt Lake nhưng không đủ tiền.

Ông Wolters lưu ý: “Giá trung bình hiện nay cho một ngôi nhà dành cho một gia đình ở Quận Salt Lake là hơn 500,000 USD.”

Các condo và townhome đang được bán với giá trung bình 250,000 USD cho một căn 2 hoặc 3 phòng ngủ, trong khi thị trường cho thuê cũng nóng, với giá thuê dao động từ 1,500 USD đến 2,000 USD cho căn 1 hoặc 2 phòng ngủ.

Ông Wolters và nhóm của ông ấy làm việc với rất nhiều người mua nhà lần đầu, gồm cả cư dân địa phương cũng như những người ngoài tỉnh bang.

Ông nói, “Khi đại dịch bắt đầu, chúng tôi thấy một dòng người từ California đến khu vực của chúng tôi. Rất nhiều người trong số họ đã có thể mua nhà bằng tiền mặt sau khi bán căn nhà giá cao của họ ở California.”

Ông tin rằng khu vực Salt Lake sẽ tiếp tục là một thị trường rất đáng mơ ước với các lựa chọn về nhà ở, chỉ phí sinh hoạt, tỷ lệ thất nghiệp thấp, và nền kinh tế đang phát triển. Khu vực này cũng có một số khu nghỉ dưỡng trượt tuyết và công viên quốc gia.

Theo báo cáo của Realtor.com, hơn 15% nhà ở Magna là nhà của nhóm tuổi từ 25 đến 34 và thời gian di làm trung bình chỉ mất 26 phút. Một số địa điểm khác được liệt kê trong báo cáo cũng ít được biết đến gần các khu vực lớn hơn, nổi tiếng hơn như Indianapolis, Omaha, Virginia Beach, và Orlando.

Maitland của Florida, đứng ở vị trí thứ 10 trong danh sách, chỉ cách Orlando 20 dặm về phía bắc và được biết đến với những hồ nước nổi tiếng, trường học tốt và những ngôi nhà rộng lớn. Mặc dù khu vực này được xem là vùng ngoại ô cao cấp hơn, do gần Winter Park,

những người mới đến từ New York và California có thể xem giá nhà trung bình 500,000 USD cho một gia đình là giá hời.

Ông Paul Young của Young Real Estate nói với The Epoch Times: “Dòng khách hàng lớn nhất của chúng tôi đến từ New York và California, nơi mọi người đang trả rất nhiều tiền vào việc thuê hoặc nhà ở, và giờ nhận ra rằng họ có thể mua một ngôi nhà thực sự đẹp có thuê bất động sản thấp với số tiền ít hơn.”

Ông Young, một cựu chiến binh Hoa Kỳ, thành lập công ty của riêng mình chỉ 4 năm trước tại Casselberry, Florida, chỉ cách Maitland vài dặm. Kể từ khi bắt đầu đại dịch COVID-19, ông Young và nhóm của ông đã chứng kiến một cuộc di cư lớn đến trung tâm Florida, và hiện tại chỉ có 32 ngôi nhà ở Maitland có mặt trên thị trường. Mặc dù tình thoái có một số căn condo và townhome xuất hiện trên thị trường, nhưng hầu hết các bất động sản ở Maitland đều là nhà biệt lập dành cho một gia đình.

Maitland cũng cung cấp nhiều bất động sản bền hồ, góp phần vào sự nổi tiếng của nó. Ông Young nói thêm: “Những ngôi nhà này thường được bán với giá gần hoặc hơn một triệu USD. Chúng tôi đã có sự gia tăng mạnh về giá trị bất động sản trong hai năm qua.”

Ông Young cũng đã chứng kiến công việc kinh doanh của mình phát triển, với gần 200 đại lý hiện nay và được xếp hạng là một trong 10 công ty môi giới độc lập hàng đầu trong quận. Khách hàng của ông bao gồm cả những người mua nhà lần đầu, những người đã rời bỏ, và những người khách hàng từ các nước khác đến.

Ông Ratiu cho biết, “Tất cả những cộng đồng trong danh sách của chúng tôi đều là những nơi thăng cuộc theo quan sát của chúng tôi, và tôi nghĩ quý vị sẽ thấy nhiều người mua nhà lần đầu đổ xô đến những nơi đó nhiều hơn. Rất nhiều người thuộc thế hệ tiếp niên kỷ đang suy nghĩ về việc lập gia đình, và họ muốn có nhiều lựa chọn hợp lý hơn với các trường học tốt ở địa phương.”

Lưu Ý: Dịch biên dịch

COURTESY OF YOUNG REAL ESTATE, FLORIDA



Một ngôi nhà dành cho một gia đình ở Maitland, Florida được bán với giá 470,000 USD.

Ashley Nghi Tang
Direct: 626.283.9240
ashleytang999@gmail.com
Senior Loan Officer
NMLS ID 384719

ESTEEM MORTGAGE | PURCHASE & REFINANCE CHO VAY TIỀN MUA NHÀ

- * Cho vay tiền mua nhà dễ dàng và nhanh chóng trong vòng 21 ngày
- * Refinance (tái tài trợ) giảm các khoản thanh toán hàng tháng và lãi suất xuống thấp nhất
- * Cho vay tiền mua nhà đầu tư không cần chứng minh thu nhập trên giấy thuê
- * Cho vay tiền mua nhà ở các Tiểu Bang: California, Texas, Florida & Colorado & Illinois Maryland & New Jersey & Ohio

Với chương trình này quý khách sẽ có được sự đảm bảo là hồ sơ đã hoàn toàn được chấp nhận-Approved Esteem Mortgage Corporation. All information contained here in is for information purposes only and, while every effort has been made to insure accuracy, no guarantee is expressed or implied. Any programs shown do not demonstrate all option or pricing structures. Rates, terms, programs and underwriting policies subjects to change without notice. This is not an offer to extend credit or a commitment to lend. All loans subject to underwriting approval. Some products may not be available in all states and restrictions apply. Equal Housing opportunity.

KEYS TO THE REAL ESTATE MARKET

TruOne

Financial & Insurance Services

Annie Lam
CA LIC #0128989
vui lòng lấy hẹn trước
714-478-1209
Thứ 2 - thứ 6: 10AM - 5PM
Thứ 7 & Chủ Nhật: Lấy hẹn

COVERED CALIFORNIA

- Bảo hiểm y tế sức khỏe

MEDICARE

- Ghi danh Part A, B, C, D
- Giúp giảm trả tiền cho Part B
- Giúp đổi hoặc ra khỏi tờ hợp

SERVICES (Điển đơn)

- Medi-Cal / Medicare
- Tiền Huu / SSA
- Medi-Cal Annual Renewal
- Thay đổi địa chỉ
- Điển đơn cho thẻ Handicap
- Đóng tiền thuê lưu hành xe

LIFE INSURANCE & ANNUITY

- Bảo hiểm nhân thọ term 10yr, 15yr, 20yr, 30yr.
- Bảo hiểm được hưởng ngay khi còn sống.
- Bảo hiểm hưu sự trọn gói
- Quy đầu tư hưu trí
- Giúp hoạch định 401k, IRA

VĂN PHÒNG CÓ LUẬT SƯ CHUYÊN LOẠI

- TAI NHẬN XE CỘ, THƯƠNG TÍCH, CHỖ LẠM, TRỤC XUẤT, HÌNH SỰ, LY DỊ, PHÂN CHIA TÀI SẢN, ...

16459 Magnolia St, Westminster, CA 92683 (Góc đường Magnolia & Heil)

8,500 binh sĩ Hoa Kỳ ‘sẵn sàng cao độ’ để hỗ trợ các nước Đông NATO

NICK CIOLINO

Hôm 24/01, Ngũ Giác Đài thông báo rằng theo chỉ thị của Tổng thống Joe Biden, 8,500 lính Mỹ ở trạng thái “sẵn sàng điều động” để hỗ trợ các đồng minh Đông NATO trên các căng thẳng giữa Nga và Ukraine leo thang.

Tham vụ Báo chí Bộ Quốc phòng (DoD) John Kirby nhấn mạnh với các phóng viên trong một cuộc họp báo ngày 24/01 rằng “chưa có quyết định điều động” bất kỳ quân nhân nào vào thời điểm này.

Ông Kirby nói: “Chúng ta vẫn cam kết với liên minh (NATO), và chúng ta chắc chắn vẫn cam kết tăng cường khả năng phòng thủ của sườn phía đông NATO đến mức độ họ mong muốn.”

Nga đã tập trung hàng chục

ngàn quân dọc theo biên giới Ukraine, cũng như Belarus và bán đảo Bi Na sáp nhập Crimea. Ông Kirby cho biết hôm 24/01 rằng quân đội Nga đã tiếp tục tăng trong những ngày gần đây.

Nếu được điều động, quân đội Hoa Kỳ sẽ hỗ trợ Lực lượng Ứng phó NATO (NRF) đa quốc gia, bao gồm khoảng 4,000 binh sĩ trên không, trên biển, và trên bộ. Ông Kirby cho biết quyết định kích hoạt NRF hay không là tùy thuộc vào NATO.

Cảnh báo mức độ cao này đặt Hoa Kỳ vào vị thế cứu thêm các nhóm chiến đấu lữ đoàn, hậu cần, y tế, hàng không, giám sát tình báo, trinh sát, và các khả năng khác chi viện vào Âu Châu trong trường hợp NRF được kích hoạt hoặc khi “môi trường an ninh xấu đi.”

“Trong một số trường hợp, một số lực lượng đã ở tư thế sẵn sàng cao độ – tư thế sẵn sàng điều động – và Bộ trưởng Lloyd Austen đã quyết định sẽ làm nhiều hơn nữa, rút ngắn dây buộc hơn nữa,” ông Kirby nói.

Vào cuối ngày 24/01, Tổng thống Biden tổ chức một cuộc điện đàm video với một số nhà lãnh đạo Âu Châu về việc Nga tăng cường quân đội và các phản ứng tiềm năng đối với một cuộc xâm lược, Tòa Bạch Ốc cho biết.

Tối ngày 23/01, Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ đã ra lệnh cho các thành viên gia đình của các nhân viên chính phủ Hoa Kỳ tại Đại sứ quán Hoa Kỳ ở Kyiv phải rời thủ đô Ukraine và cho phép các công chức không thiết yếu tự nguyện rời đi.

Trước đây, Tổng thống Biden đã nói rằng việc điều quân đội



DREW ANGERER/GETTY IMAGES

Tham vụ Báo chí Ngũ Giác Đài John Kirby trình bày trong một cuộc họp báo tại Ngũ Giác Đài ở Arlington, Virginia, hôm 03/09/2021.

Hoa Kỳ đến Ukraine trong trường hợp Nga xâm lược “không phải là một lựa chọn”.

Các quan chức Hoa Kỳ đã và đang làm việc để bảo đảm một mặt trận thống nhất giữa các đồng minh ở Âu Châu nhằm đưa ra một đe dọa về các biện pháp trừng phạt “cứng rắn” nếu Nga tiến hành xâm lược.

An Nhiên biên dịch

California: các nhà phân phối thuốc opioid đạt được thỏa thuận với các thành phố và quận

KATABELLA ROBERTS

Tổng chưởng lý California Rob Bonta đã thông báo hôm 26/01 rằng hơn 90% các thành phố và quận đủ điều kiện của California đã ký kết thỏa thuận bồi thường trị giá hàng tỷ USD mang tính lịch sử với ba nhà phân phối dược phẩm lớn của quốc gia, do họ bị cáo buộc thúc đẩy nạn thuốc phiện và có gốc thuốc phiện (opioid) lan rộng ở tiểu bang này.

Thỏa thuận bồi thường trị giá 26 tỷ USD với Cardinal Health, McKesson, AmerisourceBergen cũng như Johnson & Johnson (J&J) này được đưa ra sau cuộc điều tra của các chưởng lý tiểu bang về việc 3 công ty đã không thi chối giao opioid đến các tiệm thuốc đã trình các đơn đặt hàng opioid đáng ngờ.

Thỏa thuận bồi thường này cũng tập trung vào việc liệu nhà sản xuất thuốc Johnson & Johnson có đánh lừa các bệnh nhân và bác sĩ về bản chất gây nghiện của các loại opioid, vốn chủ yếu được sử dụng để giảm đau hay không.

Ông Bonta nói, tại California, hơn 400 thành phố và quận – đại diện cho 97% dân số của tiểu bang – đã tham gia vào thỏa thuận bồi thường này, có nghĩa là California có vẻ sẽ nhận được toàn bộ 2 tỷ USD trong thỏa thuận bồi thường cấp quốc gia này.

Ông Bonta cho biết số tiền này chủ yếu nhằm mục đích tài trợ cho việc điều trị và phòng ngừa opioid và đem lại “sự cứu

trợ rất cần thiết cho các gia đình khắp California, những người có cuộc sống bị ảnh hưởng bởi cuộc khủng hoảng opioid.”

Các cuộc đàm phán về thỏa thuận bồi thường trị giá 26 tỷ USD này do ông Bonta và các tổng chưởng lý của North Carolina, Tennessee, Colorado, Connecticut, Delaware, Florida, Georgia, Louisiana, Massachusetts, New York, Ohio, Pennsylvania, và Texas dẫn đầu.

Sau khi hoàn tất, thỏa thuận bồi thường này sẽ chấm dứt gần 4,000 vụ kiện đã được đệ trình lên cả tòa án liên bang và tiểu bang nhằm buộc các nhà phân phối và sản xuất thuốc phải chịu trách nhiệm về cáo buộc họ là nguyên nhân dẫn đến nạn opioid.

Các công ty có thời gian cho đến ngày 25/02 để quyết định có xúc tiến thỏa thuận này hay không và nếu họ quyết định tiếp tục, ba nhà phân phối nói trên sẽ thực hiện khoản thanh toán đầu tiên vào tháng Tư trong khi Johnson & Johnson sẽ thực hiện khoản thanh toán đầu tiên vào tháng Bảy.

Ông Bonta cho biết khi thông báo về tin này: “Chúng tôi đang tiến gần hơn một bước nữa trong việc đem các nguồn lực và cứu trợ rất cần thiết cho các cộng đồng ở California và khắp cả nước. Dù là một thành viên trong gia đình, hàng xóm, hay bạn bè – thì có quá nhiều người trong chúng ta đều biết một người nào đó mà cuộc đời của họ đã kết thúc hoặc bị cắt ngắn một cách bi thảm vì chứng nghiện opioid.”



BRYAN WOOLSTON/REUTERS

Viên nén Hydrocodone với thành phần opioid tại một hiệu thuốc ở Portsmouth, Ohio, hôm 21/06/2017.

Ông Bonta nói, “Thỏa thuận bồi thường này sẽ không chỉ buộc Johnson & Johnson, Cardinal, McKesson, và AmerisourceBergen phải chịu trách nhiệm về vai trò của họ trong việc thúc đẩy cuộc khủng hoảng opioid tàn khốc, mà dự kiến sẽ đem lại hàng tỷ USD cho California để giúp những người bị rối loạn chất kích thích tiếp cận với sự giúp đỡ mà họ cần để hồi phục.”

Theo thỏa thuận bồi thường nói trên, ba nhà phân phối sẽ phải cùng nhau trả lên tới 21 tỷ USD trong 18 năm trong khi Johnson & Johnson sẽ trả tới 5

tỷ USD trong 9 năm, trong đó khoản bồi thường lên tới 3,7 tỷ USD phải được thanh toán trong vòng ba năm đầu tiên.

Sở tiền chính xác mà các công ty rút cuộc sẽ chi trả sẽ do chính phủ địa phương và tiểu bang tham gia xác định.

Hãng J&J cho biết trong một tuyên bố với Reuters rằng họ đang đánh giá mức độ tham gia của các chính phủ địa phương đủ điều kiện.

The Epoch Times đã liên hệ với Cardinal, McKesson, AmerisourceBergen, và Johnson & Johnson để yêu cầu đưa ra bình luận.

Theo Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh, trong hai thập niên qua, đại dịch thuốc giảm đau opioid ở Mỹ đã cướp đi sinh mạng của gần 500,000 người Mỹ.

Trong 12 tháng đầu tiên của đại dịch COVID-19, các ca sử dụng thuốc quá liều cao kỷ lục là 96,779 ca, tăng 29.6% trong thời gian một năm kể từ tháng 03/2020; opioid đứng đầu trong số ca tử vong vì dùng thuốc quá liều được báo cáo trong quãng thời gian đó.

Lưu Ý: Dịch biên dịch

Dự luật cấm đầu lọc thuốc lá và thuốc lá điện tử dùng một lần tại California

ALICE SUN

Hôm 25/01, nhà lập pháp của California đã đề xướng một dự luật cấm thuốc lá điện tử dùng một lần và đầu lọc thuốc lá để bảo vệ sức khỏe cộng đồng và môi trường.

Nữ dân biểu Luz Rivas (Dân Chủ–San Fernando Valley) đã giới thiệu Dự luật Hạ viện số 1690 (Assembly Bill, AB) tại một cuộc họp báo trực tuyến cùng với các đồng tác giả của dự luật này; đó là các dân biểu Mark Stone (Dân Chủ–Monterey Bay) và Cottie Petrie-Norris (Dân Chủ–Irvine).

“Trong hơn nửa thế kỷ qua, đầu lọc thuốc lá đã gây ra một cuộc khủng hoảng sức khỏe cộng đồng và môi trường,” cô Rivas nói. “Chiến lược hạt v nhựa trên toàn tiểu bang của Hội đồng Bảo tồn Đại dương đã khuyến nghị rằng California nên cấm bán các sản phẩm thuốc lá dùng một lần, bao gồm cả đầu lọc thuốc lá và thuốc lá điện tử.”

Nếu được ký thành luật, thì dự luật AB 1690 sẽ cấm hoạt động buôn bán thuốc lá có đầu lọc sử dụng một lần, thuốc lá điện tử dùng một lần, thiết bị

nhựa gắn vào thuốc lá, hoặc thiết bị hóa hơi của bất kỳ cá nhân hay tổ chức nào. Những người nào vi phạm sẽ bị phạt dân sự 500 USD cho mỗi lần vi phạm.

Tại hội nghị này, ông Stone giải thích rằng đầu lọc thuốc lá không mang lại chút lợi ích sức khỏe nào cho người hút thuốc nhưng mang lại một “lợi thế tiếp thị” cho các công ty thuốc lá.

Ông Stone nói rằng, “Ngành công nghiệp thuốc lá đã thêm vào các đầu lọc sử dụng một lần để tạo ấn tượng giá rằng điều thuốc có lợi cho sức khỏe, mặc dù các đầu lọc không có chút ích lợi nào cho sức khỏe. Chiến lược marketing để lừa người này đã khởi tác dụng trong nhiều thập niên, dẫn đến việc những đầu thuốc lá không thể phân hủy sinh học trở thành loại vụn rác được thu nhặt khắp nơi ở California.”

Bà Petrie-Norris cũng nói rằng đầu lọc thuốc lá là một nguồn xả rác chính và họ cũng đang chứng kiến nhiều điều thuốc lá điện tử dùng một lần đang bị vứt bừa bãi trên các bãi biển.

Bà Petrie-Norris cho biết, “Đầu lọc thuốc lá là một trong những nguồn rác thải chính

trên các bãi biển, đại dương, và đường thủy khắp thế giới. Như chúng ta đang thấy bây giờ với sự lên ngôi của thuốc lá điện tử sử dụng một lần, không có gì ngạc nhiên khi chúng ta cũng bắt đầu nhìn thấy loại thuốc lá này trên các bãi biển và gây ảnh hưởng đến tuyến đường thủy của chúng ta.”

Bà Heidi Sanborn – giám đốc sáng lập của Hội đồng Hành động Quản trị Quốc gia (National Stewardship Action Council), một tổ chức cam kết giảm thiểu ô nhiễm – cho biết tại hội nghị này rằng các đầu lọc thuốc lá đều được làm từ nhựa và gây ô nhiễm môi trường.

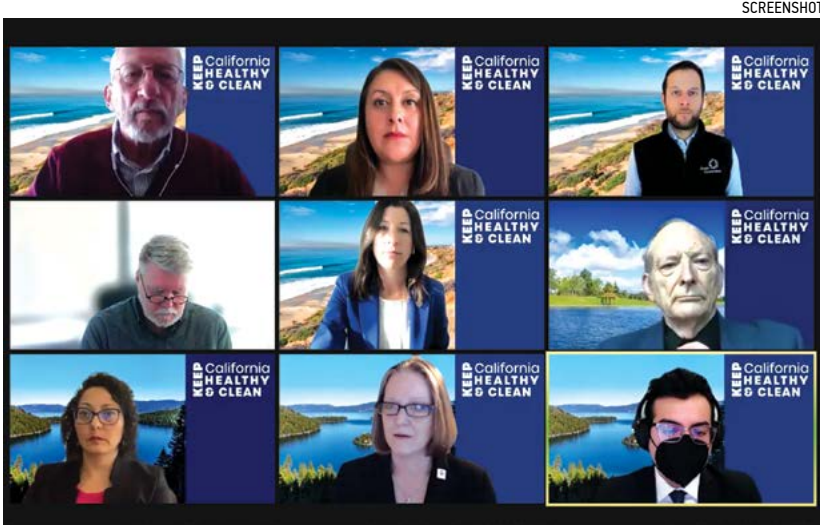
Bà Sanborn nói rằng, “Đầu thuốc lá chủ yếu làm từ sợi cellulose acetate (còn gọi là sợi gai), vốn là một loại nhựa. Bởi vì khi chúng còn đang cháy dở, thì người ta đem vứt chúng xuống đất. Họ lấy chân đi đi lại lại, thế là họ phá vỡ kết cấu của những sợi gai thành hạt vi nhựa, quyền với các hóa chất độc hại, rồi sau đó các đầu mẩu này trôi theo nước mưa.”

Bà Petrie-Norris cũng nói rằng đầu lọc thuốc lá là một nguồn xả rác chính và họ cũng đang chứng kiến nhiều điều thuốc lá điện tử dùng một lần đang bị vứt bừa bãi trên các bãi biển.

Bà Petrie-Norris cho biết, “Đầu lọc thuốc lá là một trong những nguồn rác thải chính



Các bao thuốc lá được trưng bày trên kệ tại một cửa hàng CVS ở Greenbrae, California, vào ngày 06/02/2014.



Các nhà lập pháp California tổ chức một cuộc họp báo giới thiệu Dự luật Hạ viện số 1690.

Los Angeles sẽ cấm các giếng dầu và khí đốt

MICAELA RICAFORTE

Các giếng dầu và khí đốt có thể trở nên lỗi thời ở thành phố Los Angeles vào năm 2027, sau khi hội đồng thành phố đồng thuận thông qua kiến nghị soạn thảo sắc lệnh cấm các giếng mới và hiện có trong vòng năm năm tới.

Kiến nghị này lần đầu tiên được Chủ tịch Hội đồng Nury Martinez và Ủy viên Hội đồng Paul Krekorian đưa ra hồi tháng 12/2020 khi có khiếu nại từ cư dân sống gần những giếng này.

“Từ Wilmington đến thung lũng San Fernando, khí đốt, việc khoan, và giếng dầu đã ảnh hưởng không nhỏ đến sức khỏe của các khu dân cư thuộc tầng lớp lao động của chúng ta,” ông Martinez nói trong cuộc họp hôm 26/01. “Đây là một ví dụ khác về cách các cộng đồng tuyến đầu chịu tác động của ô nhiễm và biến đổi khí hậu, cho dù đó là một nhà máy điện, các tuyến đường cao tốc, hay một phi trường.”

Theo Sở Quy hoạch Thành phố, có 26 mỏ dầu khí và hơn 5.000 giếng dầu khí trên địa bàn thành phố.

Ủy viên Hội đồng Joe Buscaino cho biết trước cuộc họp rằng các giếng này đặc biệt gây ảnh hưởng đến cộng đồng của cư dân trong Khu vực 15 của quận, đặc biệt là trong vùng Wilmington.

“Đó mà nói rằng vấn đề trước mắt chúng ta gây ảnh hưởng sâu sắc đến khu vực của tôi sẽ là một cách nói thiếu nghiêm chỉnh, các đồng sự thân mến,” ông Buscaino nói. “Khu vực của tôi... có mật độ giếng dầu và khí đốt cao nhất thành phố, với gần 400 giếng đang hoạt động. Trong khu vực của tôi, chúng tôi có hơn 55% các địa điểm đang hoạt động trong thành phố... quý vị có thể tưởng tượng thiệt hại mà những giếng dầu này gây ra hàng ngày.”

Một số cư dân bản địa Los Angeles, đặc biệt là cư dân Wilmington, đã ủng hộ việc cấm các giếng dầu gần các khu dân cư.

Một cư dân tên là Wendy đã gọi đến cuộc họp hội đồng thành phố, nói rằng khu phố Wilmington của cô đã bị các giếng dầu ảnh hưởng nặng nề.

Cô Wendy cho biết cô sống cách giếng dầu đang hoạt động gần nhất khoảng 1.6 km và có cảm như các thành viên trong gia đình và hàng xóm của cô đã bị bệnh hen suyễn, đau đầu, chảy máu cam, và nhiều hơn nữa vì giếng dầu này.

“Tôi lớn lên và chứng kiến mẹ

tôi sử dụng máy phun bụi nước mỗi đêm chỉ để cho bà có thể thở được,” cô Wendy nói. “Chúng tôi là những cư dân tuyến đầu không thể chờ đợi lâu hơn nữa. Sức khỏe của chúng tôi và cộng đồng của chúng tôi không phải là thứ có thể vứt bỏ.”

Một cư dân khác của Wilmington, cô Ashley Martinez, đã trình bày cùng bà Martinez, ông Krekorian, và các quan chức Los Angeles khác tại một cuộc họp báo bên ngoài Toa Thị Chính hôm 26/01.

Cô Martinez, một nhà tổ chức trẻ tuổi cho tổ chức môi trường S.T.A.N.D.–LA, cho biết cô và cộng đồng của cô đã trải qua mọi thứ, từ chảy máu cam đến nhiễm trùng mắt, và thậm chí cô đã chứng kiến một số thầy cô giáo của mình bị ốm do ô nhiễm từ những giếng gần đó.

“Tôi đã sống tại khu vực khoan dầu tuyến đầu trong suốt cuộc đời của mình, và tôi không thể bắt đầu biến đổi khí hậu, cho dù đó là một nhà máy điện, các tuyến đường cao tốc, hay một phi trường.”

Theo Sở Quy hoạch Thành phố, có 26 mỏ dầu khí và hơn 5.000 giếng dầu khí trên địa bàn thành phố.

Ủy viên Hội đồng Joe Buscaino cho biết trước cuộc họp rằng các giếng này đặc biệt gây ảnh hưởng đến cộng đồng của cư dân trong Khu vực 15 của quận, đặc biệt là trong vùng Wilmington.

“Đó mà nói rằng vấn đề trước mắt chúng ta gây ảnh hưởng sâu sắc đến khu vực của tôi sẽ là một cách nói thiếu nghiêm chỉnh, các đồng sự thân mến,” ông Buscaino nói. “Khu vực của tôi... có mật độ giếng dầu và khí đốt cao nhất thành phố, với gần 400 giếng đang hoạt động. Trong khu vực của tôi, chúng tôi có hơn 55% các địa điểm đang hoạt động trong thành phố... quý vị có thể tưởng tượng thiệt hại mà những giếng dầu này gây ra hàng ngày.”



Một cư dân tên là Wendy đã gọi đến cuộc họp hội đồng thành phố, nói rằng khu phố Wilmington của cô đã bị các giếng dầu ảnh hưởng nặng nề.

Cô Wendy cho biết cô sống cách giếng dầu đang hoạt động gần nhất khoảng 1.6 km và có cảm như các thành viên trong gia đình và hàng xóm của cô đã bị bệnh hen suyễn, đau đầu, chảy máu cam, và nhiều hơn nữa vì giếng dầu này.

“Tôi lớn lên và chứng kiến mẹ

đổi những nỗ lực của thành phố trong việc cấm các giếng dầu. Năm 2019, giám đốc điều hành của hiệp hội này đã gửi một bức thư cho bà Martinez bày tỏ sự lo lắng về việc hàng ngàn người sẽ mất việc làm nếu thành phố cấm các giếng dầu.

“Những trở ngại gia tăng và các hạn chế thêm vào... sẽ tàn phá sinh khí của thành phố Los Angeles,” bức thư lập luận rằng lệnh cấm giếng dầu sẽ loại bỏ hàng ngàn việc làm, khiến thất thu hàng chục triệu USD doanh thu thuế địa phương, làm tăng chi phí sinh hoạt cho cư dân Los Angeles, và đe dọa nền kinh tế và sinh kế của cư dân bằng cách tăng sự phụ thuộc vào các nguồn tài trợ không đáng tin cậy bên ngoài.

Trước dự đoán về việc các công nhân dầu khí bị sa thải, kiến nghị này hướng dẫn Sở Phát triển Kinh tế và Lực lượng Lao động của thành phố chuẩn bị một báo cáo về tác động việc làm liên quan đến sắc lệnh cấm khai thác dầu khí.

Trong cuộc họp, bà Martinez cũng yêu cầu thành lập một văn phòng mới về ổn định chất lượng việc làm “để bảo đảm công nhân của chúng ta có thể chuyển đổi sang một nền kinh tế năng lượng sạch mới trong khi vẫn giữ được tiền lương và phúc lợi của họ.”

Bản kiến nghị của Los Angeles

phản ánh một phong trào lớn hơn: việc rút khỏi các hoạt động khoan dầu và khí đốt của các quận lân cận, cũng như tiểu bang.

Năm ngoái, Hội đồng Giám sát Quận Los Angeles đã cấm các giếng dầu khí mới và bỏ phiếu loại bỏ đơn các giếng hiện có ở những khu vực chưa hợp nhất (không thuộc khu tự quản và không có hội đồng địa diện).

Sau sự kiện tràn dầu ngày 01/10 ngoài khơi Huntington Beach, California, Hạ viện tiểu bang đã thành lập một ủy ban để điều tra tai nạn tràn dầu và thảo luận về khả năng ngừng hoạt động khoan dầu ngoài khơi. Tuần này, Hạ viện tiểu bang đã trải qua các phiên điều trần với các nhóm công nhân về tác động đến nguồn nhân lực của việc ngừng hoạt động khoan dầu ngoài khơi.

Hôm 21/10, Thống đốc Gavin Newsom đã đề xướng các quy định mới cấm các giếng dầu hoặc cơ sở khoan mới trong vòng 3.200 feet (gần 1 km) tính từ khu dân cư hoặc các địa điểm “nhạy cảm” khác như trường học, bệnh viện, viện dưỡng lão, với lý do ảnh hưởng tiêu cực đến sức khỏe xung quanh cộng đồng.

Đề xướng của ông Newsom đang được phân tích kinh tế và lấy ý kiến công chúng trước khi có hiệu lực.

Ông Newsom cũng đã kêu gọi loại bỏ dần các giếng dầu ở tiểu bang này cho đến năm 2045.

Nguyễn Lê biên dịch



Một phụ nữ xem vũ khí tại một cuộc triển lãm súng ở Fort Worth, Texas, vào ngày 10/07/2016.



Khách hàng đứng xếp hàng bên ngoài cửa hàng súng Martin B. Retting ở Culver City, California, hôm 15/03/2020.

Người sở hữu súng ở San Jose phải trả phí thường niên

BRANDON DREY

SAN JOSE, California — Hội đồng thành phố San Jose đã làm nên lịch sử trong cuộc họp hôm 25/01 bằng cách yêu cầu cư dân sở hữu súng phải mua bảo hiểm trách nhiệm pháp lý và trả phí thường niên cho một tổ chức bất vụ lợi. Đây là những quy định đầu tiên thuộc loại này ở Hoa Kỳ.

Sau bốn giờ thảo luận, tranh luận, góp ý của công chúng về việc ủng hộ hay phản đối luật mới này, hội đồng đã bỏ phiếu với tỷ lệ 10–1 cho yêu cầu bảo hiểm trong khi cho phí hàng năm ở tỷ lệ là 8–3.

“Mặc dù Tu chính án thứ Hai bảo vệ quyền sở hữu vũ khí, nhưng không yêu cầu người nộp thuế phải chu cấp quyền sở hữu súng,” Thị trưởng Sam Liccardo cho biết trong một tuyên bố. “Chúng ta sẽ không chấm dứt bạo lực súng đạn một cách thần kỳ, nhưng chúng ta sẽ ngừng trả tiền cho việc này.”

Ông Liccardo nói với hội đồng rằng bất chấp các quan điểm khác nhau, nhưng mọi người có thể đồng ý làm việc cùng nhau để giảm bạo lực súng đạn.

Ngهی Devora Davis, người đã bỏ phiếu chống lại các quy định mới này, lo ngại rằng những quy định đó có khả năng vi phạm Tu chính án thứ Hai.

Bà Davis nói: “Những gì chúng ta có trước mắt tôi nay

là vi hiến. Và mặc dù chúng ta có các dịch vụ vì lợi ích cộng đồng để chống lại vấn đề này trước tòa, thành phố có thể vẫn phải chịu trách nhiệm các khoản phí pháp lý và những thiệt hại tiềm ẩn nếu tòa án tuyên bố quy định của thành phố là vi hiến.”

Theo quy định mới, có hiệu lực từ tháng 08/2022, các chủ sở hữu súng ở thành phố San Jose phải cung cấp bằng chứng bảo hiểm bắt cứ khi nào súng được lưu trữ hoặc vận chuyển.

Bảo hiểm nói trên phải cung cấp phát vụ bảo hiểm tối thiểu thông qua bảo hiểm trách nhiệm của chủ sở hữu, hoặc người thuê súng, đặc biệt bao gồm “những tổn thất hoặc thiệt hại do bất kỳ sơ suất hoặc vô tình sử dụng súng”, theo quy định.

Ngoài ra, luật sẽ yêu cầu chủ sở hữu súng phải trả “phí giám tác hại do súng” hàng năm từ 25 đến 35 USD, khoản tiền này tài trợ cho một tổ chức bất vụ lợi – vẫn đang trong quá trình phát triển – đầu tư vào an toàn súng, dịch vụ sức khỏe tâm thần và phòng chống tự sát.

Những công dân không tuân thủ lệnh mới có thể bị phạt tiền hoặc bị tịch thu vũ khí tạm thời hoặc vĩnh viễn.

Những người được miễn trừ khỏi quy định này là cơ quan thực thi pháp luật, những chủ sở hữu súng có giấy phép ẩn dấu vũ khí, và những người có thu

nhập thấp.

Những người ủng hộ việc kiểm soát súng đã ăn mừng quyết định tăng cường trách nhiệm sử dụng súng này.

“Việc sở hữu súng đi kèm với rủi ro – rủi ro cho người sở hữu súng và rủi ro cho tất cả chúng ta,” một người dân cho biết trong phần công chúng góp ý. “Những rủi ro này cũng liên quan đến từ vong do súng, bị thương, và chấn thương tâm lý. Cho đến nay, tất cả chúng ta đều phải trả những cái giá này cho dù chúng ta có sở hữu súng hay không. Tôi tin rằng đã đến lúc các chủ sở hữu súng phải trả phần của họ.”

Mặt khác, những người ủng hộ Tu chính án thứ Hai gọi quy định này là vi phạm quyền mang vũ khí theo hiến pháp của họ; một số cư dân nói rằng lệnh này trừng phạt các công dân tuân thủ luật pháp và chỉ có thể làm trầm trọng thêm việc sử dụng vũ khí bất hợp pháp và chưa ghi danh [sở hữu súng] trong tiểu bang.

“Áp đặt một khoản phí 25 USD cho ‘đặc quyền’ sở hữu súng của chúng ta trong giới hạn thành phố đã trở thành một điều kiện khi thực thi quyền được nêu trong hiến pháp,” ông Sam Paredes – giám đốc điều hành của Gun Owners of California, một ủy ban hành động chính trị ủng hộ súng có trụ sở tại thủ phủ của tiểu bang

– nói với The Epoch Times. “Quý vị không thể đặt những điều kiện tiên quyết trong việc thực hành tôn giáo, trong khả năng hội họp của chúng ta, và khả năng thực hiện Tu chính án thứ Hai của người dân.”

Ông Paredes, người đã bắt đầu thành lập một “đội hình hoàn hảo” gồm các luật sư để thách thức quy định này của thành phố San Jose trước khi luật này có hiệu lực vào mùa hè năm nay, cho biết các chính sách bảo hiểm chi trả việc lạm dụng súng chỉ đơn giản là không tồn tại mặc dù chủ sở hữu súng của thành phố hiện được yêu cầu phải có bảo hiểm.

Ông nói: “Đó là hành động chính trị thiếu chân thành nhất ở tiểu bang California. Điều

này dễ trở thành một tiền lệ không tốt, vì những gì xảy ra ở California đều ảnh hưởng hoặc lây nhiễm sang phần còn lại của đất nước này.”

Theo ông Paredes, đã có 8 triệu người Mỹ đã mua súng trong vòng 12 tháng qua.

“Họ mua súng lần đầu tiên vì họ kết luận rằng họ chính là tuyên pho^{ng} thủ đầu tiên của mình,” ông Paredes nói.

Năm 2020, doanh số bán súng ngắn ở California đã tăng 65,5% lên gần 690.000 khẩu so với năm 2019, theo một tuyên bố được công bố vào tháng 07/2021 của ông Rob Bonta, Tổng trưởng lý của tiểu bang California.

Nguyễn Lê biên dịch

	<h1>RAO VẬT</h1>
<p>PRO: MUA BÁN NHÀ, BUSINESS, COMMERCIAL</p> <p>Có direct lender chuyên làm loan tiền lãi thấp</p> <ul style="list-style-type: none">Mượn tiền không cần chứng minh income, tax Credit trung bình OK - Refinance, tu vấn đầu tư. <p>L/L: Thu Anh, Lic.02106686, (949) 419-7653</p>	<p>TƯ VẤN ĐIỂM CREDIT</p> <ul style="list-style-type: none">Credit tồi? Tư vấn & kiểm thêm nhiều tiền. Hãy khám phá bí quyết nhanh từ dịch vụ của chúng tôi. Lỡ vài tiền gọi người bạn mà hiện tại vẫn có trả số tiền tối thiểu. Dùng họ, hãy liên lạc với chúng tôi. Điểm credit thấp/xấu hoặc đang bên bankruptcy, Kháng sao, chúng tôi có giải pháp. Muốn mượn được tiền thì credit card để ra làm an mở thông vụ. Chúng tôi sẽ giúp được. <p>L/L: anh Lâm Hoàng (949) 228-8733, LamTheHoang138@yahoo.com</p>
<p>SKIN CARE</p> <p>Xóa nốt tuổi, mụn cóc. Permanent makeup. Các loại sản phẩm cao cấp chăm sóc da. Nhận học viên, học phi thập.</p> <p>L/L: Dianne Skin Care Clinic, 714-487-3968 / 714-531-1089.</p>	<p>SMOG CHECK \$38 OUT THE DOOR</p> <p>Included DMV certificate & Transfer Fee</p> <p>Quickie Smog Test Only 9525 Warner Ave #B, Fountain Valley, CA 92708</p> <p>Tim: 714-675-3675 - Tom: 714-220-7007</p>
<p>MUỐN MUA NHÀ Ở TEXAS?</p> <p>L/L: Jane Nga Nguyễn</p> <p>Cell: 281-802-9231</p> <p>Mua bán, thuê muốn, quản trị , Mượn tiền, cash out sựa nhà để bán. Trả cash khi cần bán gấp, sắp bị foreclosure.</p>	<p>OC PHARMACY</p> <p>Nhiều loại thuốc, sửa Ensure, dầu xanh, dầu Trường Thọ, Arthro 7. Chích ngừa viêm phổi và giới leo. Giao thuốc miễn phí trong vòng 5 miles.</p> <p>L/L: 714-590-9401</p>
<p>BS TÔN THẤT ANH KIỆT</p> <p>Chuyên khoa gia đình, nội thương và người già. VP: 14082 Magnolia St #109, Westminster, CA 92683.</p> <p>(714) 895-8583 (714) 206-3618</p>	<p>GIÁ RAO VẬT</p> <p>*Size thường: Rộng 1.6 inch X Cao 1 inch. Mỗi tháng (4 tuần): \$25. Cứ thêm 1 tuần là thì tính: \$7</p> <p>*Double Size: Rộng 1.6 inch X Cao 2 inch. Mỗi tháng (4 tuần): \$40. Cứ thêm 1 tuần là thì tính: \$10</p>
<p>CREDIT REPAIR</p> <p>Dịch vụ sửa chữa tín dụng uy tín, chân thực, kết quả nhanh. VP: 9039 Bolsa Ave #303, Westminster, CA 92683</p> <p>(657) 217-4877</p>	

*Epoch Times Tiếng Việt hoàn toàn không chịu trách nhiệm về nội dung và hình ảnh của các quảng cáo và rao vặt đăng trên tờ báo. Thời chủ đang quảng cáo/r rao vặt chịu trách nhiệm về các nội dung và hình ảnh này.



Lãnh đạo Thượng viện McConnell (Cộng Hòa-Kentucky) (ở giữa) nói chuyện với các phòng viên khi các thượng nghị sĩ khác đứng sát bên tại Hoa Thịnh Đốn hôm 22/09/2021.

Các thành viên GOP chống lại việc ‘cánh tả cấp tiến’ kiểm soát Tối cao Pháp viện

JOSEPH LORD

Lãnh đạo Thiếu số Thượng viện Mitch McConnell (Cộng Hòa-Kentucky) và các thành viên Đảng Cộng Hòa khác đang khuyến Tổng thống (TT) Joe Biden không nên ‘dựa vào cánh tả cấp tiến’ để chọn ứng cử viên Tối cao Pháp viện, cảnh báo rằng họ sẽ chống lại việc xác nhận bất kỳ ai mà họ cho là quá thiên tả.

Trong nhiều tháng, vì lo sợ sẽ mất thêm một ghế nữa trong tòa án tỷ lệ 6-3 theo khuynh hướng bảo tồn truyền thống, cánh tả đã gây áp lực buộc Thẩm phán 83 tuổi Stephen Breyer từ chức trong khi thành viên Đảng Dân Chủ (Tổng thống Biden) nắm giữ Tòa Bạch Ốc. Sau một loạt tin đồn ông sắp về hưu, ông Breyer đã chính thức thông báo hôm 27/01 rằng ông sẽ từ chức vào cuối nhiệm kỳ của Tối cao Pháp viện vào mùa hè năm nay.

Tòa Bạch Ốc đã xác nhận hôm 27/01 rằng TT Biden sẽ thực hiện lời hứa được đưa ra trong chiến dịch tranh cử là bổ nhiệm một phụ nữ người Mỹ gốc Phi Châu vào Tối cao Pháp viện.

Sau thông báo chính thức của ông Breyer, Lãnh đạo Đảng Cộng Hòa (GOP) tại Thượng viện McConnell đã khuyến TT Biden không nên cho phép “cánh tả cực đoan” kiểm soát quá trình đề cử. Ông McConnell lưu ý rằng TT Biden – khi mà đảng của ông đã chiếm đa số ở Thượng viện với biên độ mỏng nhất – không có quyền chỉ định một thẩm phán cấp tiến.

Ông McConnell nói trong một tuyên bố: “Người dân Hoa Kỳ đã bầu một Thượng viện có tỷ lệ chia đều 50-50. Mức độ mà Tổng thống Biden đã được trao quyền là điều hành từ cấp trung gian, quản trị các thể chế của chúng ta, và đoàn kết Hoa Kỳ.” “Tổng thống không được giao phó quyết định quan trọng này cho cánh tả cấp tiến,” ông McConnell tiếp tục. “Người dân Hoa Kỳ xứng đáng có một ứng cử viên thể hiện sự tôn trọng đối với các văn bản luật và Hiến Pháp của chúng ta.”

Tuyên bố của ông McConnell lặp lại một tuyên bố tương tự của Thượng nghị sĩ Josh Hawley (Cộng Hòa-Missouri) trước đó hôm 27/01. Ông Hawley đã lên Twitter để cảnh báo các thành viên Đảng Dân Chủ rằng họ nên “liều trước một cuộc chiến lớn” nếu TT Biden cố gắng bổ nhiệm một “nhà hoạt động thực tình” vào tòa án cao nhất của đất nước.

Trong một tuyên bố, Chủ tịch Ủy ban Quốc gia Đảng Cộng Hòa (RNC) Ronna McDaniel đã dự đoán rằng người được TT Biden đề cử sẽ là một

người cấp tiến cánh tả.

Bà McDaniel cho rằng ứng cử viên được TT Biden đề cử sẽ là một “thẩm phán kiểu nhà hoạt động, người sẽ nhanh chóng chấp thuận nghị trình chính trị của phe cực tả.”

Bà McDaniel nói: “Kiểu thẩm phán này là một mối đe dọa đối với các quyền hiến định của người Mỹ, bao gồm cả quyền tự do tôn giáo, quyền Tu chính án thứ Hai, quyền được sống, và quyền tự do ngôn luận.”

“RNC sẽ làm mọi thứ trong khả năng của chúng tôi để làm rõ về ứng cử viên Tối cao Pháp viện của Tổng thống Biden và buộc các thành viên Đảng Dân Chủ tại Thượng viện chịu trách nhiệm về lá phiếu của họ vào tháng 11/2022,” bà McDaniel tuyên bố. Thượng nghị sĩ Chuck Grassley (Cộng Hòa-Iowa) đã lưu ý trong một thông cáo báo chí rằng ông từng ủng hộ việc xác nhận ông Breyer vào năm 1994, cũng như hầu hết các thượng nghị sĩ khác.

Tuy nhiên, kể từ đó, các ứng cử viên của Tối cao Pháp viện ngày càng phải đối mặt với các quy trình xác nhận mang tính đảng phái. Sự xác nhận của bà Amy Coney Barrett, Thẩm phán mới nhất của Tối cao Pháp viện, đã được thông qua mà không có sự ủng hộ của Đảng Dân Chủ – lần đầu tiên trong lịch sử Hoa Kỳ. Ứng cử viên tiếp theo của TT Biden có thể sẽ phải đối mặt với một cuộc bỏ phiếu mang tính đảng phái tương tự.

Mặc dù vậy, ông Grassley bày tỏ hy vọng rằng người được đề cử là một người “theo xu hướng chung của ngành tư pháp... có thể nhận được sự ủng hộ rộng rãi của lưỡng đảng.” Ông Grassley đã nhận định rằng “một ứng cử viên như vậy sẽ bảo toàn niềm tin vào tòa án và phản ánh ý chí của người dân Hoa Kỳ khi họ bầu chọn cho một Thượng viện cân bằng[50-50].”

Bất chấp đa số trên danh nghĩa của họ, Đảng Dân Chủ có thể sẽ phải đối mặt với thách thức khi thức đẩy một ứng cử viên quá đảng phái. Đầu tiên, Đảng Cộng Hòa có thể ngăn không cho ứng cử viên này đi xa hơn ngoài Ủy ban Tư pháp Thượng viện, nơi cả hai đảng đều có số phiếu bầu bằng nhau.

Tuy nhiên, điều này sẽ đòi hỏi sự đồng thuận của toàn bộ các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Ủy ban Tư pháp Thượng viện, bao gồm cả các thượng nghị sĩ hay đạo động trong quyết định của họ như ông Lindsey Graham (Cộng Hòa-South Carolina) và ông Thom Tillis (Cộng Hòa-North Carolina). Và ngay cả khi tất cả các thành viên Đảng Cộng Hòa của Ủy ban Tư pháp đều bầu theo đảng phái,

ứng cử viên được đề cử vẫn có thể đến được phòng họp Thượng viện.

Điều này là do các quy tắc được định ra giữa Lãnh đạo Đảng Cộng Hòa (GOP) ông McConnell và Lãnh đạo Đảng Dân Chủ Chuck Schumer (Dân Chủ-New York) vào đầu Quốc hội khóa 117; sự phân chia theo tỷ lệ 50-50 tại Thượng viện là điều rất hiếm thấy trong lịch sử Hoa Kỳ và gây ra những trở ngại đáng kể cho quy trình lập pháp.

Trong Nghị quyết Thượng viện 27, được thông qua hồi tháng 02/2021, cả hai nhà lãnh đạo này đã đồng ý rằng các nhiệm vụ của ủy ban sẽ được chia đều cho hai đảng để thể hiện quyền kiểm soát ngang nhau của họ đối với Thượng viện. Trong các Quốc hội khóa trước, sự phân công của ủy ban được ưu tiên cho đảng đa số.

Người dân Hoa Kỳ xứng đáng có một ứng cử viên thể hiện sự tôn trọng đối với các văn bản luật và Hiến Pháp của chúng ta.

Ông McConnell, Lãnh đạo Thiếu số Thượng viện

Ví dụ, trong Quốc hội khóa 116, khi Đảng Cộng Hòa nắm giữ Thượng viện, Ủy ban Tư pháp trong khi Đảng Dân Chủ chỉ có 10 ghế. Khi Thượng viện không được chia đều, các cuộc bỏ phiếu của ủy ban thường có kết quả đa số rõ ràng. Các dự luật hoặc ứng cử viên nhận được đa số phiếu được báo cáo và lên lịch lập pháp để đưa ra xem xét tại phòng họp.

Trả lời một đài phát thanh ở West Virginia, ông Manchin đã không loại trừ khả năng bỏ phiếu cho một ứng cử viên thiên tả hơn ông – nhưng ông cũng không cam kết bỏ phiếu cho bất kỳ ai mà tổng thống cử đến Thượng viện. Trong một trường hợp, Đảng Cộng Hòa đã tuyên bố rõ ràng rằng họ sẽ làm tất cả trong khả năng của mình để chống lại bất kỳ ứng cử viên được đề cử sẽ có nguy cơ bị mất tiếp tục với một lựa chọn cấp tiến bất chấp những cảnh báo này, thì ứng cử viên được đề cử sẽ có nguy cơ bị mất những phiếu bầu quan trọng của các thượng nghị sĩ ôn hòa.

Do đó, ngay cả khi toàn bộ 10 thành viên Đảng Cộng Hòa trong Ủy ban Tư pháp đồng ý thì một ứng cử viên được đề cử, Chủ tịch Tư pháp Thượng viện Dick Durbin (Dân Chủ-Illinois) vẫn có thể đưa người được đề cử đến phòng họp Thượng viện.

Một phương án khác để Đảng Cộng Hòa thách thức người được bổ nhiệm mà họ cho là quá cấp tiến sẽ đòi hỏi có ít nhất một thành viên Đảng Dân Chủ “đào ngũ”.

Dưới thời cựu Tổng thống Donald Trump, các thành viên Đảng Cộng Hòa ở Thượng viện đã sử dụng cái gọi là “lựa chọn hạt nhân” – thay đổi các quy tắc của Thượng viện – để đẩy các ứng cử viên của ông Trump qua các cuộc bỏ phiếu xác nhận, sau khi các thành viên Đảng Dân Chủ từ chối chấm dứt cuộc tranh luận về ông Neil Gorsuch.

Trước đó, việc kết thúc tranh luận về các ứng cử viên Tối cao Pháp viện đã chuyển đến một cuộc bỏ phiếu cuối cùng tại phòng họp căn 60 phiếu bầu. Sau khi sử dụng lựa chọn hạt nhân, Đảng Cộng Hòa đã hạ ngưỡng xuống còn 51 phiếu. Quyết định này có thể sẽ sớm trở lại âm ảnh đảng này, khi họ thuộc phe thiểu số.

Nếu toàn bộ 50 thành viên Đảng Dân Chủ đều đồng ý về việc đề cử một ứng cử viên, thì Phó Tổng thống Kamala Harris sẽ có thể sử dụng lá phiếu phá vỡ thế hòa của mình để kết thúc tranh luận và cho phép tiến hành cuộc bỏ phiếu xác nhận cuối cùng. Trong trường hợp này, Đảng Cộng Hòa sẽ hầu như không thể làm gì để ngăn chặn việc xác nhận.

Tuy nhiên, nếu có ít nhất một thành viên Đảng Dân Chủ đào ngũ, thì Đảng Dân Chủ sẽ không thể đạt ngưỡng 51 phiếu bầu.

Nếu người được TT Biden lựa chọn quá cấp tiến so với thị hiếu của Đảng Cộng Hòa, thì Đảng Cộng Hòa có thể tìm đến các thượng nghị sĩ ôn hòa của Thượng viện là ông Joe Manchin (Dân Chủ-West Virginia) và bà Kyrsten Sinema (Dân Chủ-Arizona) như những người đào ngũ tiềm năng.

Trả lời một đài phát thanh ở West Virginia, ông Manchin đã không loại trừ khả năng bỏ phiếu cho một ứng cử viên thiên tả hơn ông – nhưng ông cũng không cam kết bỏ phiếu cho bất kỳ ai mà tổng thống cử đến Thượng viện.

Trong một trường hợp, Đảng Cộng Hòa đã tuyên bố rõ ràng rằng họ sẽ làm tất cả trong khả năng của mình để chống lại bất kỳ ứng cử viên được đề cử sẽ có nguy cơ bị mất tiếp tục với một lựa chọn cấp tiến bất chấp những cảnh báo này, thì ứng cử viên được đề cử sẽ có nguy cơ bị mất những phiếu bầu quan trọng của các thượng nghị sĩ ôn hòa.

Tòa Bạch Ốc cho biết hôm 27/01 rằng TT Biden sẽ đưa ra lựa chọn của mình vào cuối tháng Hai.

Minh Ngọc biên dịch

Thẩm phán Tối cao Pháp viện Hoa Kỳ Stephen Breyer sẽ về hưu

JACK PHILLIPS

Theo Lãnh đạo Đa số Thượng viện Chuck Schumer (Dân Chủ-New York), Thẩm phán Tối cao Pháp viện Stephen Breyer sẽ về hưu, mở đường cho Tổng thống (TT) Joe Biden bổ nhiệm thẩm phán Tối cao Pháp viện đầu tiên của mình.

Hôm 26/01, ông Schumer đã đưa ra một tuyên bố nói rằng Thẩm phán Breyer dự định từ chức Tối cao Pháp viện khi kết thúc nhiệm kỳ tại tòa án vào mùa hè năm nay. Tuyên bố này được đưa ra sau khi nhiều nguồn tin ẩn danh nói chuyện với các hãng thông tấn rằng ông Breyer, 83 tuổi, sẽ về hưu.

The Epoch Times đã liên lạc với văn phòng báo chí của Tối cao Pháp viện để yêu cầu bình luận.

Tham vụ Báo chí Tòa Bạch Ốc Jen Psaki đã viết trên Twitter hôm 26/01 rằng chính phủ TT Biden sẽ không bình luận các tin tức về việc ông Breyer từ chức.

“Bất kỳ Thẩm phán Tối cao Pháp viện nào cũng luôn là người quyết định liệu họ có muốn, khi nào họ muốn về hưu, và họ muốn công bố điều đó như thế nào; điều đó vẫn duy trì cho đến nay. Chúng tôi không có chi tiết hoặc thông tin bổ sung nào để chia sẻ từ Tòa Bạch Ốc,” bà Psaki viết trên Twitter.

Tòa Bạch Ốc cho biết hồi năm ngoái rằng nếu tòa án này có chỗ trống, thì TT Biden sẽ đề cử một phụ nữ người Mỹ gốc Phi Châu. Ông Breyer, người được xem

là một phần của cánh tả cấp tiến trong Tối cao Pháp viện, được cựu Tổng thống Bill Clinton, một thành viên Đảng Dân Chủ, bổ nhiệm. Người thay thế ông sẽ phải được Thượng viện chuẩn thuận, hiện đang chia thành 50-50 giữa các thành viên Đảng Cộng Hòa và Đảng Dân Chủ; Phó Tổng thống Kamala Harris có khả năng phá vỡ thế hòa này với tư cách chủ tịch Quốc hội.

Ông Schumer cho biết trong một tuyên bố rằng ứng cử viên của TT Biden “sẽ có một phiên điều trần ngay lập tức tại Ủy ban Tư pháp Thượng viện, và sẽ được toàn thể Thượng viện Hoa Kỳ đánh giá và xác nhận với sự bàn thảo kỹ lưỡng thận trọng.”

Ông Breyer đã là tâm điểm của rất nhiều đồn đoán về việc liệu ông có về hưu hay không. Các nhà hoạt động cánh tả và các thành viên của Quốc hội đã kêu gọi ông từ chức sau sự qua đời của cựu Thẩm phán Ruth Bader Ginsburg hồi tháng 09/2020.

Trong một cuộc phỏng vấn hồi tháng 08/2021 với New York Times, ông Breyer khẳng định rằng ông đang đau đầu với câu hỏi khi nào nên về hưu.

“Có rất nhiều thứ phải xem xét để đi đến quyết định về hưu,” ông Breyer nói. “Tôi không nghĩ mình sẽ ở đó cho đến khi tôi từ già cõi đời – hy vọng là không,” ông nói thêm.

Trong nhiều năm, ông Breyer cũng đã phân bác các tuyên bố rằng các thẩm phán hành động theo quan điểm chính trị.



Thẩm phán Stephen Breyer ngồi với các thẩm phán Tối cao Pháp viện trong bức chân dung nhóm tại Tòa nhà Tối cao Pháp viện ở Hoa Thịnh Đốn, vào ngày 30/11/2018.

“Kinh nghiệm hơn 30 năm làm thẩm phán của tôi đã cho tôi thấy rằng một khi vị nam hay nữ thẩm phán tuyên thệ, lời tuyên thệ ở mãi trong trái tim họ,” ông nói hồi tháng Tư năm ngoái trong một bài giảng tại Trường Luật Harvard. “Họ trung thành với pháp quyền, chứ không phải với đảng phái chính trị đã giúp họ có được vị trí đó.”

Ông Breyer cũng cảnh báo: “Nếu công chúng xem thẩm phán là ‘các chính trị gia trong chiếc áo choàng xét xử’, thì sự tin tưởng của họ đối với tòa án và vào pháp quyền chỉ có thể giảm đi, làm suy yếu quyền lực của tòa án, bao gồm cả quyền hạn hành động như một công cụ ‘kiểm tra’ đối với các nhánh quyền lực khác.”

Trong chiến dịch tranh cử năm 2020, ông Biden cam kết rằng ông sẽ đề cử một phụ nữ người Mỹ gốc Phi Châu đầu tiên vào Tối cao Pháp viện.

Thượng nghị sĩ Patty Murray (Dân Chủ-Washington), thành viên Đảng Dân Chủ Thượng viện số 3, kêu gọi TT Biden đề cử một phụ người Mỹ gốc Phi Châu đầu tiên vào Tối cao Pháp viện.

Ông Murray nói trong một tuyên bố hôm 26/01 rằng, “Sau khi ông Justice Breyer về hưu, tôi muốn bày tỏ sự ủng hộ của mình đối với cam kết của Tổng thống Biden về việc đề cử người phụ nữ người Mỹ gốc Phi Châu đầu tiên vào Tối cao Pháp viện.”

Hiện không rõ người mà tổng thống có thể đề cử là ai, nhưng một số người đã suy đoán rằng Thẩm phán Ketanji Brown Jackson – một cựu Lục sự của Thẩm phán Breyer, người gần đây đã được đề cử vào Tòa Phúc thẩm Địa phận Thủ đô Hoa Thịnh Đốn – có thể sẽ được TT Biden bổ nhiệm. Một khả năng khác là Thẩm phán Leandra Kruger, 45 tuổi, làm việc tại Tối cao Pháp viện tiểu bang California.

Ân Nhiên biên dịch

2022 WUSA Tết Festival

Year of the Tiger

FEBRUARY 5-6 OC Fair & Event Center
SAT 10AM-10PM / SUN 10AM-9PM / \$8 GENERAL ADMISSION

Tổng Hội Sinh Viên Việt Nam sẽ tổ chức Hội Tết Sinh Viên lần thứ 40 để chào đón Tết Nguyên đán với các tiết mục trình diễn và ẩm thực truyền thống, cùng với nhiều cuộc thi và nhiều trò chơi đặc sắc khác.

Contact Us | (714) 576-6411 • tetfestival.org • contact@wusa.org • 2831 Western Ave, Unit B, Garden Grove, CA 92841

Liệu nó có thể đảo ngược quá trình lão hóa và giúp con người sống đến 150 tuổi?

Năm 2018, ông Sinclair, giáo sư tại chức tại Đại học Y Khoa Harvard, Hoa Kỳ, đã công bố thông tin gây chấn động giới khoa học phương Tây trên tờ “Daily Mail” của Anh: “Kỳ nghệ chống lão hóa thần kỳ có thể khiến con người sống đến 150 tuổi!”.

Khám phá về yếu tố tuổi thọ NMN:

Ngày từ năm 1906, con người đã phát hiện ra NAD+, một chất quan trọng trong tế bào giúp duy trì trạng thái tươi trẻ của cơ thể con người; **Lượng NAD+ tăng cơ thể sẽ giảm đi đáng kể theo tuổi tác.**

Trong những năm gần đây, các nhà khoa học đã tìm ra tiền chất của NAD+ trong tự

nhiên là NMN. Bổ sung chất NMN có thể làm tăng mức độ NAD+ trong cơ thể, từ đó đạt được mục đích trì hoãn sự lão hóa và kéo dài tuổi thọ. Hàng chục nhà khoa học đã công bố NMN trong lĩnh vực lão hóa trên các tạp chí khoa học nổi tiếng quốc tế, chứng minh đây đủ rằng bổ sung NMN có tác dụng tăng cường miễn dịch và trì hoãn quá trình lão hóa một cách hiệu quả. Kể từ khi phát hiện ra NMN và NAD+, sáu giải Nobel Hóa học hoặc Sinh học đã ra đời.

Phát hiện từ thí nghiệm về chất bổ sung NMN:

Giáo sư Sinclair phát hiện ra rằng yếu tố tuổi thọ NMN có thể làm trẻ hóa những con chuột

già và kéo dài tuổi thọ của chúng thêm 30%-50%.

Một giáo sư từ Đại học Washington đã cho những con chuột mắc bệnh tiểu đường uống NMN trong một tuần và nhận thấy rằng lượng đường trong máu của những con chuột này giảm xuống dưới mức bình thường. Hiện một số quốc gia như Hoa Kỳ, Thụy Sĩ, Nhật Bản đã sử dụng NMN để kiểm soát lượng đường trong máu và cải thiện chuyển hóa năng lượng.

Yếu tố trường thọ NMN, trước năm 2018, chỉ được những người giàu có hàng đầu như ông Lý Gia Thành và ông Buffett mới có khả năng tài chính hưởng dụng yếu tố trường thọ của NMN. Ngày nay, công chúng cũng có thể được hưởng thức NMN9600.

Mã giảm giá đặc biệt: 555

Lựa chọn thương hiệu sản phẩm chăm sóc sức khỏe là quan trọng nhất! Trong 27 năm qua, Edward không có lời phàn nàn nào từ khách hàng; được đón nhận nồng nhiệt với những lời nhận xét rất tích cực, bán chạy nhất ở Hoa Kỳ và trên toàn thế giới.

www.edvip.com

Công ty Edward International USA,
Địa chỉ: 9552 Las Tunas Dr., Temple City, CA 91780

KINH TẾ - TÀI CHÍNH

Sự thật về các bong bóng thị trường

LANCE ROBERTS



Có một sự thật đơn giản nhưng thường bị bỏ qua, đó là sự thật về các bong bóng thị trường.

Bong bóng thị trường KHÔNG liên quan gì đến các việc định giá (valuation) hoặc các nguyên tắc phân tích căn bản.

Đúng vậy, mức định giá hiện tại đang ở mức đỉnh của các thị trường tăng giá trước đây. Như đã trình bày, S&P 500 hiện giao dịch cao hơn 90% so với các mức định giá trong lịch sử.

Tuy nhiên, vì “các bong bóng” thị trường chứng khoán phản ánh sự đau cơ, lòng tham, những cảm xúc chủ quan, nên việc định giá là sự phản ánh của những khuynh hướng tâm lý đó. Do đó, giá cả trở thành việc phản ánh tâm lý nhiều hơn.

Ở “góc độ giá cả”, mức độ của “lông tham” được hiển thị đầy đủ. Hiện tại, S&P 500 giao dịch với độ lệch lớn nhất được ghi nhận so với xu hướng tích lũy dài hạn của chỉ số này. (Mức mà khó có thể dung hòa được với mức điều chỉnh 35% của thị trường vào năm 2020)

Nói cách khác, các bong bóng thị trường có thể tồn tại ngay cả vào những thời điểm mà việc định giá và các nguyên tắc phân tích căn bản có thể cho kết quả ngược lại. Lưu ý rằng chỉ ngoại trừ năm 1929, 2000, và 2007, mọi lần sụp đổ lớn khác của thị trường đều xảy ra ở các mức định giá THẤP HƠN hiện nay.

Không bong bóng nào giống nhau
Trong lịch sử, mọi sự sụp đổ của thị trường đều là kết quả của những điều không liên quan đến mức định giá. Các vấn đề như thanh khoản, hành động của chính phủ, sai lầm trong chính sách tiền tệ, suy thoái, hoặc lạm phát đột biến là tất cả phạm gây ra sự đổ vỡ ngầm tâm lý. Điều quan trọng là, các bong bóng thị trường và sự phá sản không bao giờ giống nhau.

“Có thể giả định một cách hợp lý nhất rằng các thị trường hoạt động đủ hiệu quả để mọi bong bóng thị trường đều khác biệt đáng kể so với bong bóng thị trường trước đó. Một bong bóng thị trường mới sẽ luôn khác với (các) bong bóng thị trường trước đó. Sự khác biệt này là vì các nhà đầu tư sẽ chỉ đặt mua



SCOTT OLSON/GETTY IMAGES

Khách hàng mua sắm tại một siêu thị ở Chicago, Illinois, hôm 10/06/2021.

ở mức giá đặc biệt cao nếu họ chắc chắn rằng những gì đã dẫn đến bong bóng trước đó sẽ không lặp lại.

Ông Bob Bronson nói qua Advisor Perspective, “Trung tư, cho dù một vụ tai nạn xe hơi gây tử vong được nghiên cứu kỹ lưỡng đến đâu, thì vẫn sẽ có những vụ tai nạn xe hơi gây tử vong khác. Điều đó đúng ngay cả khi chúng tôi tránh được tất cả những sai lầm gây ra tai nạn trước đây.”

Chu kỳ thị trường hiện tại không giống như 1995, 1999, hay 2007 r? Định giá, kinh tế, nhân tố tác động, v.v., tất cả đều khác nhau từ chu kỳ này sang chu kỳ tiếp theo.

Tuy nhiên, quan trọng nhất là, thị trường tài chính thích ứng với nguyên nhân của những lần sụp đổ tai hại trước đó.

Nhưng sự thích nghi đó sẽ không ngăn cản được lần sụp đổ tiếp theo.

George Soros và lý thuyết về sự phản xạ (Theory of Reflexivity)
Với nền tảng này, chúng ta có thể hiểu rõ hơn về “Lý thuyết Phản xạ”. Đó là lý thuyết được thảo luận bởi nhà tỷ phú đầu tư huyền thoại, ông George Soros.

“Thị trường tài chính, không phản ánh chính xác tất cả những tri thức sẵn có, luôn cho một cái nhìn mờ mố về thực tế. Mức độ biến dạng có thể thay đổi theo thời gian. Sự biến dạng này đôi khi khá là nhỏ, và vào những lúc khác, lại khá rõ ràng. Khi có sự khác biệt đáng kể giữa giá cả trên thị trường và thực tế căn bản, thì ở đó sẽ thiếu các điều kiện cân bằng.

Ông Soros nói: “Mọi bong bóng thị trường đều có hai thành phần: một xu hướng căn bản đang thịnh hành trên thực tế và một quan niệm sai lầm liên quan đến xu hướng đó. Khi một phần

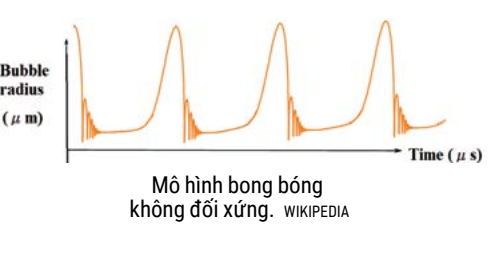
hồi tích cực hình thành giữa xu hướng và quan niệm sai lầm ấy, thì sự phản hồi này sẽ thiết lập một quá trình chuyển động bùng nổ–sụp đổ (tăng nhanh– giảm nhanh) của nền kinh tế. Quá trình này có

khả năng được thử thách kiểm nghiệm bằng các phản hồi tiêu cực kèm theo khi diễn ra. Nếu quá trình ấy đủ mạnh để tồn tại qua những lần thử nghiệm [phản hồi tiêu cực] này, thì quá trình ấy sẽ cũng cố cả xu hướng và quan niệm sai lầm kia.”

Cuối cùng, những kỳ vọng của thị trường trở nên xa rời thực tế nếu thực tế này buộc mọi người nhận ra rằng có liên quan đến một quan niệm sai lầm. Thời kỳ chạng vạng xảy ra khi những nghi ngờ ngày càng lớn. Ngày càng có nhiều người mất niềm tin, nhưng sức i vẫn duy trì xu hướng thịnh hành.

Thông thường, các bong bóng [thị trường] có hình dạng không đối xứng. Sự bùng nổ kéo dài và bắt đầu chậm chạp. Bong bóng tăng tốc dần dần cho đến khi cán bằng trong thời kỳ chạng vạng. Sự đổ vỡ là nhanh và nghiêm trọng vì nó liên quan đến việc bắt buộc phải thanh lý các khoản đầu tư kém hiệu quả.”

Biểu đồ dưới đây là một ví dụ về bong bóng không đối xứng.

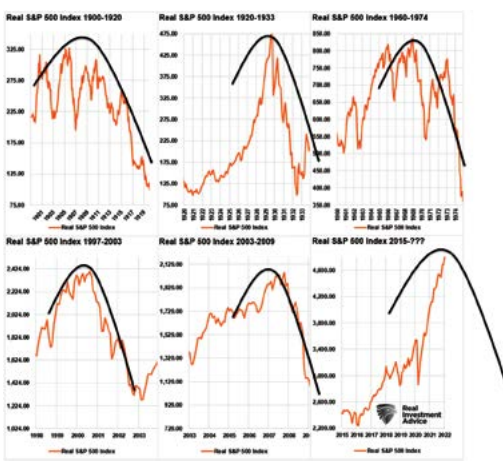


Quan điểm của ông Soros về mô hình bong bóng rất thú vị vì nó thay đổi lập luận từ quan điểm [phân tích] căn bản sang quan điểm [phân tích] kỹ thuật. Giá cả phản ánh tâm lý của thị trường, tạo ra một vòng phản hồi giữa thị trường và các yếu tố căn bản. Như ông Soros đã tuyên bố:

“Thị trường tài chính không đóng một vai trò thụ động thuần túy; chúng cũng có thể ảnh hưởng đến cái gọi là nguyên tắc căn bản mà chúng phải phản ánh. Hai chức năng mà thị trường tài chính thực hiện này, hoạt động ngược chiều nhau. Trong chức năng thụ động hoặc nhận thức, các yếu tố căn bản được coi là xác định giá cả thị trường. Trong thị trường có tính hoạt động năng động hoặc thao túng, giá cả tìm cách ảnh hưởng đến các yếu tố căn bản. Khi cả hai chức năng hoạt động cùng một lúc, chúng can thiệp vào nhau. Biến số được cho là độc lập của một hàm số cũng là biến số phụ thuộc, vì vậy hàm số [thị trường] không có biến số thực sự độc

lập. Do đó, cả hai yếu tố giá thị trường và thực tế căn bản đều không được xác định đầy đủ. Cả hai đều vướng phải một yếu tố không chắc chắn mà không thể định lượng được.”

Biểu đồ dưới đây sử dụng dữ liệu thị trường chứng khoán của Tiến sĩ Robert Shiller từ năm 1900 trên cơ sở điều chỉnh lạm phát. Sau đó tôi phủ lên hình bong bóng không đối xứng của Soros.



Các giai đoạn đã chọn của Chỉ số S&P 500 so với mô hình bong bóng bất đối xứng.
REALINVESTMENTADVICE.COM/DR. ROBERT SHILLER DATA

Lời kết

Hiện đang có nhiều tranh luận về sức khỏe của thị trường tài chính. Liệu giá cả có thể tách rời khỏi các nguyên tắc căn bản đủ lâu để xảy ra suy thoái kinh tế/thu nhập để bất kỳ với giá cả không?

Có thể. Chuyện này chưa bao giờ xảy ra. Hơn nữa, các nhà đầu tư đã được thị trường “huấn luyện” để “tiếp tục đầu tư” vì “sự bị bỏ lỡ”.

Rủi ro từ đầu cơ gia tăng, kết hợp với đòn bẩy vay nợ quá mức, khiến thị trường dễ bị điều chỉnh [giảm] lớn. Chất xúc tác duy nhất còn thiếu cho sự điều chỉnh như vậy để khởi động quá trình là tâm lý hoảng loạn của nhà đầu tư lúc thoát khỏi thị trường.

Tình huống này gợi nhớ đến đỉnh điểm của thị trường năm 1929 khi Tiến sĩ Irving Fisher thổi lên những lời mà giờ đã trở nên nổi tiếng: “Có phiếu hiện đã đạt đến mức cao không tưởng.”

Quan điểm trong bài viết này là của tác giả và không nhất thiết phản ánh quan điểm của The Epoch Times.

Ông Lance Roberts là chiến lược gia đầu tư chính của RIA Advisors và là biên tập viên chính của Real Investment Report (Bản tin Đầu tư Thực tế), một bản tin hàng tuần có hơn 100,000 người đọc trên toàn quốc. Bản tin bao gồm các chủ đề kinh tế, chính trị và thị trường vì chúng liên quan đến tiền bạc và cuộc sống của quý vị.

Bình Hòa biên dịch

BÌNH LUẬN

Chính sách khí hậu và sự mở rộng quyền lực của chính phủ

Các chính trị gia toàn cầu lợi dụng hành tinh đang nóng lên như cái cớ để mở rộng quyền lực

ALBERTO PEZZALI/POOL/AFPIGETTY IMAGES



Cuộc đàm luận về hiện tượng nóng lên toàn cầu vẫn chưa hạ nhiệt trong tiết trời mát mẻ này. Trên thực tế, dường như mối lo ngại về khí hậu đã ảnh hưởng đến mọi vấn đề ngày nay.

Tại Hoa Thịnh Đốn, Hạ viện do Đảng Dân Chủ vững mạnh nắm quyền đã trao cho một Thương viện vốn bị chia rẽ nhưng nằm dưới sự kiểm soát của Đảng Dân Chủ một đạo luật mới đất đỏ. “Đạo luật Xây dựng lại Tốt hơn” trị giá 2 ngàn tỷ USD đã được Hạ viện thông qua hôm 19/11, với duy nhất một thành viên Đảng Dân Chủ phản đối là ông Jared Golden (Dân Chủ–Maine).

Không có gì ngạc nhiên khi cụm từ “khí hậu” xuất hiện trong đạo luật mới này đến 131 lần, trong khi cụm từ “khí gây hiệu ứng nhà kính” hoặc “những khí gây hiệu ứng nhà kính” xuất hiện 72 lần.

Đặc biệt, đạo luật này x hướng mới.

Đạo luật cơ sở hạ tầng trị giá 1 ngàn tỷ USD, nay là luật đất đai, sử dụng từ “khí hậu” 22 lần và từ “carbon” [được lặp đi lặp lại] một cách đáng kinh ngạc đến 203 lần.

Sau bốn năm nhiệm kỳ của Tổng thống (TT) Donald Trump, năm 2021 đánh dấu sự trở lại trạng thái của thời Obama trong rất nhiều vấn đề, trong đó có cả chính sách về khí hậu. Chính phủ TT Biden đã tăng sự tập trung vào tất cả mọi vấn đề về khí hậu, thậm chí còn vượt qua cả thời TT Barack Obama – trong khi một thành viên về sự tôn tại, các nguyên nhân, và quỹ đạo của biến đổi khí hậu đã phải đối mặt với sự phản đối chưa từng có tiền lệ.

Chỉ vài ngày sau khi nhậm chức, TT Joe Biden đã ký ban hành một sắc lệnh lớn về biến đổi khí hậu, trở buột khí hậu vào trong mọi vấn đề, từ an ninh quốc gia đến công lý môi trường. Một sắc lệnh cho ban hành hồi tháng Năm đã giao cho các bộ phận khác nhau của chính phủ liên bang nhiệm vụ thiết lập các biện pháp mới để ước tính rủi ro liên quan đến khí hậu.

Trong một chủ đề trên Twitter gần đây, kỹ giả Michael Shellenbeger đã thảo luận về một báo cáo mới của Cục dự trữ liên bang, cho thấy chính sách liên quan đến khí hậu có thể gây ra mối đe dọa cho hoạt động ngân hàng hơn là cho chính bản thân khí hậu. Ông nói rằng tham vọng của chính phủ TT Biden nhằm “thay đổi hoàn toàn cách thức cho vay tiền của các ngân hàng Hoa Kỳ, ngành năng lượng, và toàn bộ nền kinh tế,” là một cách ứng phó với biến đổi khí hậu – có thể được các nhà hoạt động giàu có thúc đẩy và có khả năng càng trở nên giàu có hơn trong quá trình này.

Các nhà lãnh đạo trên thế giới, từ Thủ tướng Anh Quốc Boris Johnson và Thủ tướng Ấn Độ Narendra Modi, cho đến lãnh đạo Tập Cận Bình của Trung Quốc, cũng như Thủ tướng Justin Trudeau của Canada đã thường bản luận về những nguy cơ sắp xảy ra do biến đổi khí hậu – những nguy cơ mà khi nhìn lại, thường lùi xa đến một ngày nào đó trong tương lai gần (nhưng không quá gần), (Viện Doanh nghiệp Cạnh tranh đã tóm tắt sơ lược một vài điều trong dự ngôn tận thế đáng ghi nhớ này, được ông Tony Heller sưu tầm đầy tiện).

Không có gì ngạc nhiên khi các chính trị gia và quan chức của các chính phủ khác đã lợi dụng mối lo ngại về một hành tinh đang nóng lên như một cái cớ phơi mở rộng quyền lực, thậm chí trong một lĩnh vực, mà trong hầu hết mọi lĩnh vực của cuộc sống. Dường như mọi thứ đều có liên quan đến biến đổi khí hậu.

Tại Trung Quốc, có lẽ một loạt các đợt cắt điện vào mùa thu năm 2021 phần nào đã được thúc đẩy bởi Hội nghị Khí hậu COP26 của Liên Hiệp Quốc, theo giáo sư Frank Tian Xie của Đại học South Carolina Aiken. Trong một bài báo trên tờ The Epoch Times, giáo sư Xie viết rằng ông Tập của Trung Quốc muốn “ô ra đẹp mặt trước các nhà lãnh đạo thế giới khác khi ông ta đã hứa hẹn rằng Trung Quốc sẽ cắt giảm lượng phát thải carbon, giảm tiêu thụ điện năng, và



Các nhà lãnh đạo thế giới tại Hội nghị thượng đỉnh về biến đổi khí hậu của Liên Hiệp Quốc COP26 ở Glasgow, Scotland, hôm 01/11. Giới lãnh đạo toàn cầu thường bàn về những mối nguy hiểm sắp xảy ra do biến đổi khí hậu – thường là những mối nguy hiểm không xảy ra trong tương lai gần.

giảm mức độ ô nhiễm trong vòng một tháng, bằng mọi giá.”

Hồi tháng 08/2021, Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ đã ra mắt Văn phòng mới về Biến đổi Khí hậu và Bình đẳng Y tế. Trợ lý Bộ trưởng Y tế và Dịch vụ Nhân sinh là ông Rachel Levine cho biết, văn phòng mới sẽ “áp dụng các bài học kinh nghiệm từ COVID-19 để giải quyết những cách biệt này, ưu tiên và bảo vệ sức khỏe của quốc gia.”

Rất nhiều quan chức của chính phủ các nước đã suy xét về việc áp dụng những “bài học kinh nghiệm” từ COVID-19 sang cho biến đổi khí hậu, kể cả biện pháp phong tỏa vì khí hậu. Trong bài diễn văn của mình tại Cuộc họp Các Diễn giả nhóm G7 năm 2020, ông Lindsay Yocco, điển gia của Hạ viện Anh Quốc, dường như đã ứng hộ “những quan chế về lựa chọn cá nhân và phong cách sống” theo lối sống [trong đại dịch] COVID-19, để giải quyết vấn đề biến đổi khí hậu. Bà Mariana Mazzucato, một kinh tế gia tại Đại học College London đã phục vụ trong các hội đồng da chính phủ và Tổ chức Y tế Thế giới, viết trong một bài báo do tờ Project Syndicate xuất bản hồi tháng 09/2020 rằng, “trong tương lai gần, thế giới có thể phải dùng đến các biện pháp phong tỏa mới lần nữa – đã đến lúc giải quyết các tình huống khẩn cấp về khí hậu.”

Việc sử dụng ngôn từ mạnh mẽ về khí hậu trong năm 2021 đã chấm dứt tại hội nghị COP26 ở Glasgow, Scotland, nơi mà các bên ký kết thỏa thuận mới nhất tại sự kiện này đã cam kết “giảm dần hiện trạng sử dụng than đá” – ngôn từ đã trở nên dịu hơn trong một dự thảo trước đó (thay vì cụm từ “loại bỏ”) theo yêu cầu của Ấn Độ.

Tổng thư ký Liên Hiệp Quốc Antonio Guterres cho biết thỏa thuận sau cùng này là “chưa đủ”.

Ông Guterres nói: “Chúng ta phải hành động nhanh vì khí hậu để duy trì mục tiêu giới hạn mức tăng nhiệt độ toàn cầu 1,5 độ C,” đồng thời kêu gọi thế giới chuyển sang “cấp độ khẩn cấp”.

Báo cáo mới nhất của Ủy ban Liên Chính phủ về Biến đổi Khí hậu (IPCC), được công bố vào tháng 08/2021, ít cực đoan hơn, thậm chí nói rằng khả năng xảy ra các tình huống phát thải cao đã được mô hình hóa “được xem là thấp so với những phát triển gần đây trong lĩnh vực năng lượng.”

Ngay cả khi khoa học về khí hậu đã được tận dụng để mở rộng quyền lực của các chính phủ và các cơ quan đa phương, thì các quan điểm khác nhau vẫn tồn tại.

Nhà nghiên cứu Valentina Zharkova nói với The Epoch Times rằng những dự đoán của bà về một giai đoạn Cực tiểu Lớn của Mặt Trời đã được chứng minh là đúng, nghĩa là quá trình Trái Đất lạnh hơn có thể bắt đầu trong tương lai gần. Đáng lưu ý là, mặc dù nhiệt độ mới số tháng được báo cáo đã tiệm cận hoặc vượt qua mức cao kỷ lục trên toàn cầu vào năm 2021, thì mùa đông năm 2021 tại Nam Cực là mùa lạnh giá nhất từng được ghi nhận.

Một nghiên cứu khác kết luận rằng biến đổi khí hậu chủ yếu là do ảnh

hưởng của mặt trời chứ không phải do carbon dioxide.

Ông Ronan Connolly, tác giả chính của nghiên cứu này nói với The Epoch Times rằng: “Khi họ kháng kháng muốn thúc đẩy cái gọi là sự đồng thuận khoa học, IPCC dường như đã quyết định chỉ xem xét những bộ dữ liệu và nghiên cứu hỗ trợ cho câu chuyện họ đã chọn.”

Trong một nghiên cứu mới khác, kinh tế gia Ross McKittrick đã thách thức một phương pháp thống kê quan trọng được sử dụng để quy cho biến đổi khí hậu là do phát thải khí nhà kính, từ đó thúc đẩy cuộc tranh luận với một trong những nhà phát triển giả thuyết này, như được nêu chi tiết trên The Epoch Times.

Ông Steven Koonin, một nhà vật lý thuyết từng phục vụ trong Bộ Năng lượng dưới thời chính phủ TT Obama, nói với Đài truyền hình Tân Đường Nhân rằng những thay đổi nhanh chóng về mặt chính trị đối với năng lượng là rất nguy hiểm.

Ông Koonin cho biết: “Nếu chúng ta thực hiện những thay đổi quá nhanh, điều đó sẽ gây ra nhiều thiệt hại hơn bất kỳ thiệt hại nào có thể hình dung được do biến đổi khí hậu.”

Ông Chris Wright, giám đốc điều hành của công ty khí đốt tự nhiên

Liberty Oilfield Services, nói với The Epoch Times rằng biến đổi khí hậu là có thật nhưng “không có cơ hội” để thế giới đạt đến mức phát thải bằng 0 vào năm 2050. Vào thời điểm mà một số kết luận khoa học về khí hậu đang thúc đẩy hành động ò ạt trên quy mô toàn cầu, thì việc tranh luận dường như rất quan trọng – thậm chí là không thể thiếu.

Nhưng các đại công ty công nghệ (Big Tech) như Google, Facebook, và Twitter đã chuyển sang ngăn cấm các cuộc thảo luận đó bằng cách xác định một số nội dung là thông tin sai lệch về khí hậu và hủy kiếm tiền hoặc ngăn chặn nội dung đó.

Xu hướng chống đối tự do ngôn luận này có thể vẫn tiếp diễn vào năm 2022. Tuy nhiên, năm mới cũng có thể đem lại những chương bộ mới trước hơn cầu về năng lượng giá rẻ và đáng tin cậy, đặc biệt nếu Đảng Cộng Hòa nắm cả Hạ viện và Thượng viện. Về lâu dài, những tiến bộ trong công nghệ nhiệt hạch và các công nghệ năng lượng khác có thể giúp giải quyết nhu cầu năng lượng của thế giới.

Đầu vậy, thật khó để hình dung rằng những luận điệu về khí hậu sẽ sớm hạ nhiệt bất cứ lúc nào.

Doanh Doanh biên dịch



SEAN GALLUP/GETTY IMAGES



XAVIER GALIANA/AFPIGETTY IMAGES

Trái: Rất nhiều xe cộ và phương tiện giao thông tắc nghẽn trên đường cao tốc vành đai A100 vào lúc hoàng hôn ở thành phố Berlin, hôm 03/11/2014. **Phải:** Toàn cảnh một mỏ than lộ thiên gần Mahagama, tiểu bang Jharkhand, Ấn Độ, hôm 05/04/2019. Tại hội nghị COP26, các bên ký kết thỏa thuận cuối cùng đã làm dấy ngôn từ trong một bản dự thảo trước đó theo yêu cầu của Ấn Độ.

TÌM THỢ AUTO BODY

- Cần thợ có kinh nghiệm kỹ thuật về Auto Body.**
- Lương hàng tuần: \$ 800 - \$ 1,000 (dựa trên kinh nghiệm)**
- Hoặc lãnh theo hoa hồng hàng tuần.**



Liên lạc:
J&T COLLISION CENTER
626.758.0368
626.279.6833
10350 Rush St., S. El Monte, CA 91733

Người Mỹ Latin chuyển sang ủng hộ Đảng Cộng Hòa sẽ làm rung chuyển các cuộc bầu cử ở California



Các cử tri bỏ phiếu tại Văn phòng Đảng kỹ Hat Los Angeles ở Norwalk, California vào ngày 05/11/2018, một ngày trước cuộc bầu cử giữa kỳ ngày 06/11 ở Hoa Kỳ.

Tiếp theo từ trang 1

kể, thì một cuộc khảo sát sau bầu cử của AP VoteCast cho thấy rng viên giành chiến thắng là ông Glenn Youngkin của Đảng Cộng Hòa đã giành được 55% số phiếu bầu của người Mỹ Latin, so với 43% số phiếu dành cho ông Terry McAuliffe của Đảng Dân Chủ. Đó là một sự thay đổi lớn ở một tiểu bang mà theo một cuộc thăm dò ý kiến các cử tri sau khi rời phòng bỏ phiếu của Washington Poll năm 2020 thì tỷ lệ này là 60% cho ông Joe Biden của Đảng Dân Chủ và 40% cho cựu TT Donald Trump của Đảng Cộng Hòa.

Thông tin gần đây nhất: Cuộc thăm dò ý kiến do Marist Poll thực hiện hôm 11–13/12/2021 với 1.400 người trưởng thành trên toàn Hoa Kỳ đã đánh giá mức độ tin nhiệm đối với Tổng thống Joe Biden. Dưới đây là tỷ lệ ủng hộ theo đảng phái.

Tỷ lệ ủng hộ theo đảng phái	% Ủng hộ	% Không ủng hộ	% Không rõ
Dân Chủ (Democrat)	87	11	2
Cộng Hòa (Republican)	4	95	1
Độc Lập (Independent)	29	66	5

Không có gì là ngạc nhiên. Cử tri của Đảng Dân Chủ yêu thích ông Biden, còn cử tri của Đảng Cộng Hòa thì không tin nhiệm ông ấy.

Và tiếp theo, hãy nhìn vào các số liệu về người Mỹ Latin.

Tỷ lệ ủng hộ theo chủng tộc/sắc tộc	% Ủng hộ	% Không ủng hộ	% Không rõ
Da trắng (White)	40	56	4
Da màu (Non-White)	44	52	3
Mỹ Latin (Latino)	33	65	2

Các kết quả ở trên cho thấy có những vấn đề lớn cho Đảng Dân Chủ. Nhóm sắc tộc phát triển nhanh nhất ở Hoa Kỳ là người Mỹ Latin, hiện chiếm 19% dân số. Nhưng tỷ lệ ủng hộ 33% của người Mỹ Latin [dành cho Tổng thống Joe Biden] là ít nhất trong số các nhóm được khảo sát.

Da trắng/Giới tính/Học vấn	% Ủng hộ	% Không ủng hộ	% Không rõ
Nam giới Không có trình độ Đại học (Men Not College Grad)	29	67	4
Nam giới Trình độ Đại học (Men College Grad)	44	54	1
Nữ giới Không có trình độ Đại học (Women Not College Grad)	34	59	7
Nữ giới Trình độ Đại học (Women College Grad)	59	40	1

Kể đến, kết hợp hai nghi vấn cuối cùng, cho thấy người Mỹ Latin, hiện nay chủ yếu là những cử tri thuộc tầng lớp lao động, có tỷ lệ 65% không ủng hộ ông Biden, đồng tình với cử tri thuộc tầng lớp lao

động da trắng (Không có trình độ Đại học), có tỷ lệ không ủng hộ là 67%.

Tôi sẽ chỉ đề cập đến một điều nữa: các cử tri ở vùng nông thôn thuộc mọi giai tầng có 71% không tin nhiệm ông Biden, cao nhất so với bất kỳ nhóm nào được khảo sát. Con số đó cũng xấp xỉ tỷ lệ các cử tri vùng nông thôn ở Virginia, cho đến gần đây vẫn còn là những người theo Đảng Dân Chủ, đã ủng hộ ông Youngkin. Về căn bản, chính những người Mỹ Latin ở Virginia, người da trắng ở vùng nông thôn, và các bà mẹ ở vùng ngoại ô (những người vừa mới đây bỏ phiếu cho Đảng Dân Chủ) là những người đã chuyển sang ủng hộ Đảng Cộng Hòa.

Sự nổi dậy của người lao động

Những gì chúng ta đang chứng kiến là sự nổi dậy của tầng lớp lao động chống lại Đảng Dân Chủ. Trước đây là ngôi nhà chính của những người lao động, Đảng Dân Chủ đã đang trở nên điên cuồng với thuyết sắc tộc trọng yếu (CRT), đung dẫn chính trị (PC) cực đoan, “sự thực tình”, và sự khinh rẻ nói chung đối với những người dân Mỹ bình thường thuộc mọi giai tầng. Gần đây, ông Biden cũng nói rằng ông ấy sẽ đưa ra hai chương trình phổ biến với tầng lớp lao động trong năm 2022. Việc đình chỉ thanh toán nợ sinh viên sẽ chấm dứt, cũng như tín thuế trẻ em.

Những người có trình độ đại học thuộc tất cả các nhóm sắc tộc có nhiều khả năng ủng hộ ông Biden hơn vì được truyền bá trong trường đại học. Tôi xin trân trọng loại trừ các độc giả của The Epoch Times. Một yếu tố khác ảnh hưởng đến người Mỹ Latin là nỗ lực lộ bịch để thực sự thay đổi ngôn ngữ của họ, chuyển từ dùng để chỉ nữ giới (Latina) và chỉ nam giới (Latino) sang từ trung lập về giới tính là Latinx. Bất cứ ai đã học ngôn ngữ đều biết rằng trong số các ngôn ngữ thì nhiều loại – chẳng hạn như tiếng Tây Ban Nha và tiếng Nga, hai loại ngôn ngữ mà tôi biết rõ nhất – có sự phân biệt giới tính rất rõ ràng, với mỗi danh từ được phân ra thành giống đực, giống cái, hoặc trung tính.

Khi tôi học tiếng Nga tại Học viện Ngôn ngữ Quốc phòng ở Monterey, các giáo viên của chúng tôi – vào những năm 1978–1979, họ đều là những người lưu vong trốn khỏi chủ nghĩa cộng sản Liên Xô – nói với chúng tôi về việc những người Bolshevik đã thực sự thay đổi ngôn ngữ dựa trên ý thức hệ như thế nào. Theo “Cách những người Bolshevik cách mạng hóa tiếng Nga”, một bài báo trên tờ Russia Beyond, thì “Sau năm 1917, chính phủ Bolshevik mới đã hành động dứt khoát hơn nhiều: ý định của họ là loại bỏ mọi thứ ‘cũ’ – chế độ Nga hoàng, tôn giáo, nền kinh tế, và cả ngôn ngữ.”

Đối với người Mỹ Latin, theo một cuộc thăm dò hồi tháng 11/2021 của Bendixen & Amandi International, chỉ 2% người Mỹ Latin sinh ra ở Hoa Kỳ sử dụng thuật ngữ Latinx, trong khi đó 40% cảm thấy bị xúc phạm bởi thuật ngữ này. Hôm 14/12 trên

kênh NBC News tự do thiên tả, bà Luisita Lopez Torregrosa viết rằng, “Nhiều người Mỹ Latin như tôi thấy chữ ‘X’ này thật kỳ quặc và khó chịu vì nó không tuân theo cấu trúc truyền thống của tiếng Tây Ban Nha, khiến thuật ngữ này trở nên khá ngược ngạo và khó phát âm bởi trong tiếng Tây Ban Nha thì một số từ kết thúc bằng hai phụ âm.”

“Trên thực tế, các cuộc khảo sát quốc gia gần đây về người gốc Tây Ban Nha/người Mỹ Latin cho thấy thuật ngữ Latinx rất không phổ biến. Các kênh truyền thông có ảnh hưởng và các nhóm vận động đã bắt đầu loại bỏ thuật ngữ này hay thậm chí còn phản đối việc sử dụng nó để tránh làm mất lòng những người không thích nó. Có lẽ thuật ngữ này được dự định dùng để bao gồm toàn diện hơn, nhưng trên thực tế nó có thể khiến mọi người cảm thấy muốn phản đối.”

Hôm 09/12, Liên Đoàn Công Dân Mỹ Latin Thống Nhất (LULAC) đã loại bỏ thuật ngữ Latinx ra khỏi các thông báo chính thức của họ. Dân biểu Ruben Gallego (Dân chủ–Arizona) viết trên Twitter rằng, “Khi các chính trị gia Mỹ Latin sử dụng thuật ngữ này, phần lớn là để xoa dịu những người da trắng cấp tiến giàu có, những người cho rằng đó là thuật ngữ chúng tôi sử dụng... Đó là một chủ trương đầy ác ý có thành kiến sâu sắc.”

Nhưng các tổ chức như thế chẳng hạn như tổ chức Những Người Theo Đảng Dân Chủ Latinx Trẻ Tuổi của Sacramento vẫn sử dụng thuật ngữ này; việc này không thể tránh khỏi làm tổn thương những người ủng hộ Đảng Dân Chủ nói chung.

Ảnh hưởng đến các cuộc bầu cử ở California

Ảnh hưởng của những thay đổi này trong các quan điểm của người Mỹ Latin vẫn còn phải chờ xem. “Cuộc thăm dò” duy nhất có giá trị là cuộc thăm dò diễn ra vào ngày bầu cử.

Thử thách đầu tiên sẽ diễn ra trong cuộc bầu cử sơ bộ ngày 07/06. Bởi vì tiểu bang có cơ chế Hai ứng viên Hàng đầu (Top Two system), nên chúng ta sẽ xem liệu Đảng Cộng Hòa có làm tốt hơn những gì mà họ đã làm trong năm 2018 hay không. Năm đó Đảng Cộng Hòa đã thể hiện rất kém, hai thành viên Đảng Dân Chủ cuối cùng đã đứng hàng đầu cho vị trí thượng nghị sĩ Hoa Kỳ, phó thống đốc, và quản lý chương trình giảng dạy công (bề ngoài là người phi đảng phái). Nếu có đủ người Mỹ Latin chuyển sang ủng hộ Đảng Cộng Hòa vào tháng Sáu năm nay để bảo đảm các cử tri ít nhất có sự lựa chọn giữa hai đảng vào tháng 11, thì đây sẽ là một sự thay đổi lớn.

Thượng nghị sĩ Alex Padilla sẽ suy tính tái tranh cử, cùng với tất cả các các quan chức của tiểu bang, bắt đầu với cuộc vận động tái tranh cử của Thống đốc Gavin Newsom.

Kể đến, như tôi đã lưu ý trong bài viết trước của mình, do các phương án phân chia lại khu vực bầu cử mới, sẽ rất khó khăn cho Đảng Cộng Hòa để giữ được 11 ghế của họ tại Hạ viện tiểu bang California. Nếu họ có thể giữ được các ghế này, hay thậm chí còn được thêm một vài ghế nữa, thì có lẽ người Mỹ Latin sẽ đóng một vai trò quan trọng trong sự thay đổi này. Đây là lý do tại sao chính trị lại rất thú vị. Các quan cơ trên bàn cờ 5D tiếp tục tự xoay chuyển vòng quanh.

Quan điểm trong bài viết này là của tác giả và không nhất thiết phản ánh quan điểm của The Epoch Times.

Ông John Seiler là một nhà viết bình luận kỹ cựu của California. Ông đã viết các bài xã luận cho nhật báo Orange County Register trong gần 30 năm. Ông là một cựu binh của Lục quân Hoa Kỳ và là cựu tham vụ báo chí của Thượng nghị sĩ Tiểu bang California John Moorlach. Ông viết blog tại johnseiler.substack.com

Doanh Doanh biên dịch

VĂN HÓA & NGHỆ THUẬT



Tác phẩm "Gratitude" (Tạm dịch: Lòng biết ơn) của bà Barbara Schafer. Sơn dầu trên vải; 116 cm x 84 cm.

Những đứa trẻ thuần khiết trong tranh của họa sĩ Barbara Schafer

PETA EVANS

Là một nghệ sĩ gốc Ba Lan lớn lên dưới chế độ cộng sản vào thập niên 50 và 60, bà Barbara Schafer thấu hiểu về hoàn cảnh của những gia đình bị bức hại về đức tin tại Trung Quốc ngày nay.

“Tôi em dễ dàng trở thành mục tiêu bức hại kế tiếp sau khi bị tách khỏi cha mẹ,” nghệ sĩ người Úc Barbara Schafer chia sẻ với The Epoch Times: “Nhiều trẻ em Trung Quốc đang bị bức hại vì đức tin của các em, nhiều em đã bị đuổi khỏi trường học, hoặc bị trừng phạt vì đi lễ nhà thờ hay vì tham gia các hoạt động tôn giáo bên ngoài trường học, chúng bị buộc phải đọc các khẩu hiệu chống tôn giáo và ủng hộ chủ nghĩa



Bà Barbara Schafer với tác phẩm sơn dầu "Gratitude" (Tạm dịch: Lòng biết ơn) trong triển lãm tại Cuộc thi Vẽ tranh Quốc tế NTD 2019 ở New York.

vô thần, nhiều em bị ép ký vào các văn bản từ bỏ đức tin của mình.”

Bà Schafer (hiện 69 tuổi) đã định cư tại thành phố Melbourne, Úc Châu từ năm 1987 sau khi lần đầu di cư từ Ba Lan đến New Zealand 10 năm trước cùng chồng năm bà 24 tuổi. Bà cho biết: “Nhiều thành viên trong gia đình tôi đã bị chế độ cộng sản đặc tài tàn bạo khủng bố.”

Bà chia sẻ một kỷ niệm khi còn nhỏ tuổi bà đã tin rằng các phương tiện truyền thông Ba Lan hoạt động vì lợi ích của người dân, vì thế cô gái nhỏ Schafer đã từng viết thư cho các tờ báo để bày tỏ những băn khoăn của mình đối với đất nước. Thật không may, sau đó bà phải chứng kiến những hậu quả cay đắng: “Mẹ

Xem tiếp trang 14

NMN đang biến điều này dần trở thành hiện thực!

Ai cũng muốn kéo dài tuổi thọ, muốn ngày càng trẻ ra, muốn ít ốm đau, không ốm đau, không muốn dùng thuốc, những năm gần đây các nhà khoa học đã tìm ra yếu tố trường thọ NMN trong tự nhiên, và yếu tố kéo dài tuổi thọ NMN là biến tất cả những điều này dần trở thành Hiện Thực!

Các nhà khoa học tiến hành nghiên cứu chuyên sâu về yếu tố tuổi thọ NMN

Trước hết, yếu tố kéo dài tuổi thọ NMN, với tư cách là một công nghệ chống lão hóa, là kết quả của quá trình nghiên cứu miệt mài của nhà sinh vật học David Sinclair của Trường Y Harvard.

Ông đã lập lại nhiều lần các thí nghiệm trên chuột và phát hiện ra rằng NMN có thể làm trẻ hóa những con chuột già, thay đổi tuổi

thọ của các tế bào già và kéo dài tuổi thọ thêm một phần ba. Điều tương tự cũng áp dụng cho thân thể con người, và họ có thể sống thêm ba mươi hoặc bốn mươi năm.

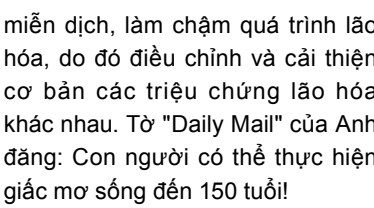
Kết luận này đã được chứng thật, và được giới sinh vật học chấp nhận, nó gây chấn động toàn thế giới, rất nhiều người giàu hàng đầu đã áp dụng nó. NMN có thể làm cho tế bào của con người phát triển ngược với sự lão hóa. Nguyên nhân chính là nó có thể làm cho những tế bào đã mất sức sống trở nên trẻ trung và tràn đầy năng lượng.

Một giáo sư tại Đại học Washington đã cho những con chuột mắc bệnh tiểu đường uống NMN trong một tuần và nhận thấy rằng lượng đường trong máu của những con chuột này giảm xuống mức bình thường. Hiện một số nước như Hoa Kỳ, Thụy Sĩ, Nhật

Bản đã sử dụng NMN để kiểm soát lượng đường trong máu, cải thiện chuyển hóa năng lượng và các biến chứng do lão hóa gây ra.

Từ năm 2016 đến 2018, các tổ chức nghiên cứu khoa học hàng đầu thế giới như Trường Y Harvard, Đại học Washington và Đại học Inkei của Nhật Bản đã tiến hành nghiên cứu chuyên sâu về NMN, một nghiên cứu toàn diện và mạnh mẽ từ nhiều khía cạnh như đẩy lùi chứng teo cơ, nâng cao thị lực , bảo vệ tim mạch và mạch máu não. Đã khẳng định tác dụng tuyệt vời của NMN trong việc chống lão hóa.

Trong những năm gần đây, các tạp chí học thuật có thẩm quyền nhất trên thế giới đã liên tục công bố các báo cáo nghiên cứu trên cơ thể con người và động vật, chứng minh đầy đủ rằng bổ sung NMN có thể tăng cường hiệu quả khả năng



miễn dịch, làm chậm quá trình lão hóa, do đó điều chỉnh và cải thiện cơ bản các triệu chứng lão hóa khác nhau. Từ “Daily Mail” của Anh đăng: Con người có thể thực hiện giấc mơ sống đến 150 tuổi!

Yếu tố trường thọ NMN, trước năm 2018, chỉ được những người giàu có hàng đầu như ông Lý Gia Thành và ông Buffett mới có khả năng tài chánh hưởng dụng yếu tố trường thọ của NMN. Ngày nay, công chúng cũng có thể được thưởng thức NMN9600. Được sản

Mã giảm giá đặc biệt: 555

Lựa chọn thương hiệu sản phẩm chăm sóc sức khỏe là quan trọng nhất! Trong 27 năm qua, Edward không có lời phản nản nào từ khách hàng; được đón nhận nồng nhiệt với những lời nhận xét rất tích cực, bán chạy nhất ở Hoa Kỳ và trên toàn thế giới.

Địa chỉ bán hàng độc quyền của American Edward:
9552 Las Tunas Dr. Temple City CA91780

Điện thoại miễn phí: 1-888-669-7888 www.edvip.com

Những đứa trẻ thuần khiết trong tranh của họa sĩ Barbara Schafer

ALL PHOTOS COURTESY OF BARBARA SCHAFER



Tác phẩm "The Sea of Suffering" (Tạm dịch: Biển khổ) của bà Barbara Schafer. Tranh sơn dầu trên vải, 120 cm x 120 cm.



Một số tác phẩm của bà Barbara Schafer: Bé trai Ba Lan trong trang phục truyền thống; Bé gái Ba Lan trong trang phục truyền thống; Bé gái Nam Âu trong trang phục truyền thống; Bé gái Phi Châu trong trang phục truyền thống. Chất liệu pastel.



Một số tác phẩm của bà Barbara Schafer: Cậu bé Trung Hoa trong trang phục truyền thống; Bé gái Nhật Bản trong trang phục truyền thống. Chất liệu pastel.



"Buddha Light Shines in Hong Kong" (Tạm dịch: "Phật quang phổ chiếu tại Hồng Kông") của bà Barbara Schafer. Tác phẩm sơn dầu trên vải, 90 cm x 60 cm.

Tiếp theo từ trang 13

tôi đã bị trừng phạt bởi vì hành động của tôi."

Từ đó, bà nhận ra quyền tự do về thông tin không hề tồn tại. "Mọi bức thư mà chúng tôi nhận được từ Tây phương đều bị đọc trước và một số thông tin trong đó bị tô xóa bằng mực đen."

Bà Schafer hỏi tương: ngay từ khi còn nhỏ, bà đã từng đứng canh gác ngoài cửa sổ để cha của bà nghe Đài Áu Châu Tự do hoặc Đài Tiếng nói Hoa Kỳ vì nếu bị phát hiện họ có thể bị bỏ tù.

"Khi các luật lệ của cộng sản thâm nhập sâu vào mọi ngõ ngách của xã hội, con người ngày càng suy thoái đạo đức, kiêu ngạo, lưỡi biếng và coi thường bản thân. Tham nhũng và hối lộ tràn lan, vì thế phiêu ẩn đã ra đời."

Bà Lan đã thoát khỏi ách cai trị chế độ của cộng sản sau sự kiện Liên Xô sụp đổ vào năm 1989. Bà Schafer tin rằng chế độ cộng Trung Cộng ngày nay cũng sẽ phải đối diện với số phận tương tự.

Bà tiếp tục: "Cũng giống như cuộc đàn áp các tín đồ Cơ Đốc dưới sự cai trị của đế quốc La Mã, Trung Cộng sẽ sụp đổ vì đã bức hại đến chết hàng triệu vô tội."

"Sự thuần khiết và thiện lương" của trẻ nhỏ

Bà Schafer tin rằng "hòa bình và những giá trị tốt đẹp sẽ chiến thắng" và hy vọng những tác phẩm của mình sẽ khơi dậy sự tò mò ở công chúng. Bà nói rằng ngay cả khi khán giả dừng lại chỉ để suy ngẫm về ý nghĩa cuộc đời trong vài giây ngắn ngủi, công việc của bà cũng không phải là vô ích.

Bà cho biết: "Tôi thực sự tin rằng lối thoát duy nhất dành cho nhân loại là khi mọi người có thể tự sửa chữa những lầm lỗi của bản thân đồng thời đề cao lòng tốt và sự từ bi khi đối đãi với nhau."

Bà Schafer đặc biệt thích miêu tả sự "thuần khiết và thiện lương" của

trẻ nhỏ từ các quốc gia khác nhau trong các tác phẩm nghệ thuật của mình. "Những em nhỏ có rất nhiều điểm chung trước khi trưởng thành và bị ảnh hưởng bởi xã hội," bà nói.

Một vài tác phẩm về trẻ em của bà đã được trưng bày tại nhiều cuộc triển lãm khác nhau, bao gồm bức vẽ "Gratitude" (Tạm dịch: Lòng biết ơn) — khắc họa hình ảnh hai chị em gái với đức tin vào Pháp Luân Công đang mặc trang phục truyền thống Hàn Quốc; và những bức chân dung về những em nhỏ trong trang phục truyền thống.

"Phật quang phổ chiếu tại Hồng Kông"

Trong một tác phẩm sơn dầu khác, có tựa đề "Buddha Light Shines in Hong Kong" (Tạm dịch: Phật quang phổ chiếu tại Hồng Kông), bà Schafer



Một bức ảnh bà Barbara Schafer khi còn nhỏ với bố mẹ ở Ba Lan.



Một chi tiết của tác phẩm sơn dầu "The Sea of Suffering" (Tạm dịch: Biển khổ). (Bên trái) là cậu bé 8 tháng tuổi, Meng Hao; (Bên phải) là bé Huang Ying.

đã miêu tả một sự kiện có thật về một người cha và hai cô con gái. Mới đây, họ đã từ Úc đến Hồng Kông nhằm truyền cảm hứng và mang hy vọng tới cho mọi người.

"Sự kiện Hồng Kông được trao trả cho Trung Quốc đã trở thành cơn ác mộng đối với nhiều người": bà Schafer đề cập đến việc Hồng Kông được bàn giao vào năm 1997 cho chính quyền Trung Cộng và cuộc chiến của người dân để giành độc lập khỏi chế độ cộng sản trong những năm gần đây.

Vào thời điểm được mô tả trong tranh — người cha và các cô con gái đang phát tờ rơi nói về Pháp Luân Công và cuộc bức hại ở Trung Quốc — Trung Cộng đã cố gắng mở rộng quy mô của chiến dịch bức hại tín ngưỡng này vượt ra khỏi đại lục đến tận Hồng Kông thông qua các nhóm mặt trận khác nhau.

Sự thiện lương, sự điềm tĩnh và lòng chân thành của ông bố trẻ người Úc cùng với lòng tốt và sự nhẫn nại của các cô con gái được thể hiện qua việc nắm giữ những bảng thông tin phía trên họ, khi họ cùng với hàng trăm học viên khác từ khắp nơi trên thế giới đến nơi đó nhằm giúp công chúng hiểu rõ về cuộc bức hại. Và nỗ lực trên cùng phần nào để đối phó với việc Trung Cộng đang gia tăng thực thi lệnh cấm đối với môn tu luyện này tại Hồng Kông.

Trên nền của bức tranh, bà Schafer quyết định lồng ghép một cảnh có từ nhiều năm trước — một nhóm lớn người Hồng Kông cầm ô, tượng trưng cho "Phong trào ô dù" của sinh viên Hồng Kông từ năm 2014, nơi những người biểu tình mang ô bên mình để che chắn sự đàn áp bằng bình xịt tiêu cay và hơi cay từ phía cảnh sát.

Bức tượng Phật bằng đồng lớn trên Đại Dữ Sơn của Hồng Kông được mô tả ở góc trái trên cùng của tác phẩm tỏa ánh sáng thần thánh xuống khung cảnh bên dưới. Bà Schafer khắc họa dòng chữ "Chân - Thiện - Nhân"

(các nguyên tắc chỉ đạo của Pháp Luân Công) trên biểu ngữ màu xanh.

Bức tranh sơn dầu "The Sea of Suffering" (Tạm dịch: Biển khổ) của bà được hoàn thành nhằm tôn vinh những mất mát mà những đứa trẻ Pháp Luân Công phải trải qua. Mỗi đứa trẻ được miêu tả trong tranh là một câu chuyện có thật giữa cuộc bức hại. Khi đề cập đến những em nhỏ trong tranh, bà Schafer thổ lộ: "Nhiều em đã trở thành trẻ mồ côi hoặc lạc mất thân nhân. Tôi vẽ một chiếc cầu vồng tuyệt đẹp để đưa các em lên thiên đường." Những em nhỏ được bà vẽ trong tư thế đang ngẩng trên những hoa sen trắng — tượng trưng cho "sự thuần khiết và ngây thơ" — đang vươn xa đến tận chân trời.

Song Ngữ biên dịch

SHEN YUN SHOP

Illuminate Autumn

With Shen Yun-inspired Elegance

ShenYunShop.com | TEL: 1.800.208.2384

State Farm

NHẬN BẢO HIỂM TUYỆT VỜI VÀ GIÁ TRỊ LỚN

XE NHẢY THẠO NGÂN HÀNG NHÀ SỨC KHỎE THƯƠNG MẠI

TIẾT KIEM ĐẾN 40%

Làm thế nào để bảo vệ bạn, những người thân yêu của bạn và cuộc sống bạn đã xây dựng bằng bảo hiểm?

VỚI SỰ PHỤC VỤ TẬN TÌNH CỦA CÔNG TY BẢO HIỂM XE & NHÀ HÀNG ĐẦU Ở MỸ

Tommy Tran 713-270-8868

State Farm Agent

Email: tommy.tran.do9d@statefarm.com
7601 W. Sam Houston Pkwy S. Ste. 176, Houston, TX 77036
(bên cạnh Khách Sạn Comfort Suite & Tandy Leather)
www.insurewithtommytran.com

Chào đón khách hàng đến tư vấn miễn phí
Chúng tôi nói Tiếng Việt, English, 中文, Se Habla Espanol
Chúng tôi rất vui lòng trả lời các câu hỏi của bạn

CẦN TUYỂN NHÂN VIÊN Thông thạo Anh-Việt
Xin liên lạc văn phòng hoặc ghi danh online tại:
tommytran.sfagentjobs.com/account
281-686-0380 / Email: tommy@insurewithtommytran.com

VĂN HÓA

Mùng 7 tháng Giêng âm lịch và Truyền thuyết Nữ Oa tạo ra con người

ZHOU HUIXIN

Trong suốt thời đại Nam Bắc Triều, truyền thuyết về Nhân Nhật (Ngày con người) được xem là ngày lễ quan trọng nhất tại đất nước Trung Hoa. Thật không may, truyền thống sâu sắc và

ý nghĩa này đã bị lãng quên tại Trung Quốc ngày nay, mặc dù truyền thống này vẫn tiếp tục được duy trì tại Nhật Bản.

Nguồn gốc lễ Nhân Nhật (Ngày Con người)

Trong suốt triều đại nhà Hán, Nhân Nhật đã trở thành một phần của truyền thống mừng năm mới ở Trung Quốc. Đó là ngày mùng 7 giáng Giêng âm lịch. Trong sách “Tiên Tri” có ghi chép lại, “Trước khi tạo ra con người, Nữ Oa đã lần lượt tạo ra gà vào Mùng 1 tháng Giêng âm lịch, chó vào Mùng 2 tháng Giêng âm lịch, cừu vào Mùng 3 tháng Giêng âm lịch, heo vào Mùng 4 tháng Giêng âm lịch, bò vào Mùng 5 tháng Giêng âm lịch và ngựa vào Mùng 6 tháng Giêng âm lịch.”

Sau triều đại nhà Ngụy và nhà Tấn, một truyền thuyết mới đã xuất hiện liên quan đến Nhân Nhật. Theo truyền thuyết của Trung Quốc, thần Nữ Oa dùng bùn đất để tạo ra nhân loại ngày nay; vì vậy, người ta cho rằng ngày Mùng 7 tháng giêng âm lịch là ngày sinh



Tranh minh họa truyền thuyết Nữ Oa tạo ra con người.

nhật của nhân loại.

Nữ Oa được biết đến như một nữ Thần sáng tạo và tổ tiên của loài người. Là một nữ Thần toàn năng, bà có thể tạo và biến hóa ra vạn vật. Bà đã tạo ra một nhóm người nhỏ mô phỏng theo hình dáng của chính mình. Bằng cách này,

trái đất nhanh chóng được bao phủ bởi dấu vết của con người.

Nữ Oa cũng ban ra giáo lý hôn nhân gia đình, để con người có thể dựa vào khả năng sinh sản mà tự phát triển giống nòi. Vì thế, bà được xem là người đáng của chính mình. Bằng cách này,

ALL PHOTOS BY EPOCH TIMES

nữ Thần hôn nhân.

Những cặp vợ chồng hiếm muộn con đã cầu nguyện Nữ Oa ban con cho họ. Vì vậy, Nữ Oa không chỉ là nữ Thần hôn nhân mà còn là nữ Thần sinh nở.

Sau đó, để cứu loài người thoát khỏi diệt vong, Nữ Oa đã vẽ một vòng trời bị rách bằng cách luyện đá. Vì vậy bà cũng được được tôn là Thần nữ bảo vệ nhân loại.

Người xưa quan niệm rằng Mùng 7 tháng Giêng âm lịch nên có nắng, tượng trưng cho trường thọ và thịnh vượng, cũng như thiên hạ thái bình.

Trong sách “Tiên Tri” của Đông Phương Thục Hán có viết: “Ngày mùng 7 Nhân Nhật, thời tiết đẹp trời bình minh đến hoàng hôn, trăng sáng rõ, ban đêm có thể nhìn thấy các vì sao, thiên hạ thái bình. Người trị vì và các tộc trưởng sẽ cùng nhau họp mặt theo mùa.”

Tuy nhiên, nếu vào ngày mùng 7 mà “thời tiết lạnh và khắc nghiệt, có nghĩa là năm đó sẽ có bệnh tật và sức khỏe yếu ớt.”

Hàng năm, người dân làm một chuỗi các hình người giấy, kết nối chúng với nhau, để tôn vinh nữ Thần đã tạo ra con người, cầu mong bà ban cho con đàn cháu đống.

Món ăn của Nhân Nhật: Súp bảy loại thảo mộc quý
Sinh ra con người là một điều rất quan trọng đối với nhân loại, vì vậy, nên ngày lễ Nhân Nhật được quan tâm đặc biệt, từ đó mà hình thành nên nhiều lễ hội khác nhau.

Một trong những phong tục của Nhân Nhật ở phía Nam bờ sông Dương Tử là nấu một món súp với bảy loại thảo mộc theo mùa.

Từ súp (羹) trong tiếng Trung đồng âm với từ (更) có nghĩa là đổi mới hoặc tái tạo, vì vậy món súp truyền thống này tượng trưng cho sự đổi mới. Người ta tin rằng món ăn này có thể giúp loại bỏ những tà khí và chữa lành các bệnh tật.

Nếu Tết Nguyên Đán tượng trưng cho sự khởi động mọi thứ thì Nhân Nhật tượng trưng cho sự đổi mới, tái



Tranh minh họa truyền thuyết Nữ Oa đội đá và trời.

tạo của cuộc sống con người.

Trang phục trong lễ Nhân Nhật

Người Trung Quốc cổ xưa có phong tục đeo “Ren Sheng” hoặc Cai Sheng hằng ngày. Đó là một loại mũ đội đầu bắt nguồn từ thời đại nhà Tấn, người ta đã cắt giấy thành hình những bông hoa và hình người, hoặc chạm khắc những

lá vàng để dán lên mũ hoặc cài lên tóc.

Hình người bằng giấy tượng trưng cho sự tái tạo tâm linh của con người. Thời đó, phong tục không chỉ dựa trên nguyện vọng sinh nở, mà quan trọng hơn là dựa trên góc nhìn của người Trung Quốc cổ xưa về cuộc sống con người, rằng con người có cần phải hưởng hạnh tu tâm dưỡng tánh.

Phong tục cùng nhau đi lên núi cao trong ngày lễ Nhân Nhật

Cho đến thời nhà Đường, vào ngày lễ Nhân Nhật, người ta vẫn còn giữ phong tục cùng nhau leo lên núi cao, tượng trưng cho chuyển du xuân đầu tiên sau mùa đông dài lạnh lẽo. Các nho sĩ có đại thường leo lên các đỉnh núi cao, nơi đó, họ có thể làm thơ và vẽ tranh.

Nhân Nhật chính là ngày sinh nhật của con người, là ngày để tỏ lòng biết ơn đến Nữ Oa đã tạo ra con người, bảo vệ con người và giữ cho con người được tiếp tục sinh tồn.

Thiên Ân biên dịch



LISA ROMEREN

Phòng chung cho gia đình của một ngôi nhà hướng biển tại vùng Oceanside, phía nam California, do cặp vợ chồng Steve và Brooke Giannetti thiết kế. Họ là những kiến trúc sư và nhà thiết kế nội thất được biết đến với “phong cách patina” (Tạm dịch: phong cách lớp gỉ đồng), pha trộn giữa xu hướng thẩm mỹ sử dụng sự cũ mòn của thời gian và văn mang tinh hiện đại. Các dự án của họ được trình bày chi tiết trong cuốn sách mới “Những ngôi nhà Patina” của Nhà xuất bản Gibbs Smith.

NGHỆ THUẬT TRANG TRÍ NỘI THẤT

Mang mùa xuân vào nhà

Giáo sư thiết kế nội thất Travis Wilson hướng dẫn cách đưa các họa tiết hoa lá vào mái ấm của bạn

TRAVIS KELLY WILSON

Mùa xuân là thời điểm để tẩy sạch và làm tươi sáng hơn cuộc sống của bạn. Thêm thắt các họa tiết hoa lá mùa xuân cho căn nhà thân thuộc khiến tinh thần của bạn sáng khoái hơn.

Giáo sư thiết kế nội thất Travis Wilson chia sẻ vài cách thêm thắt các họa tiết hoa lá mùa xuân làm điểm nhấn trong những thiết kế nội thất của ông.

Với những đóa hoa bung nở và

sắc xuân đang tràn ngập trong không khí, đã đến lúc làm tươi mới nhiều khía cạnh của cuộc sống, đặc biệt là ngôi nhà của chúng ta. Vì vậy hãy gấp lại tấm chăn dày đó, thay tấm vải flannel đó và làm đồ đạc của bạn trở nên nhẹ nhàng hơn với những mẫu trang trí mùa xuân tươi tắn.

Hãy kiếm tìm vẻ đẹp từ thiên nhiên và đem nó vào ngôi nhà của bạn. Đây là thời điểm để tẩy sạch và làm cuộc sống của bạn tươi sáng hơn. Giống như có bài thơ viết rằng, những cơn mưa rào tháng Tư chào đón những bông hoa tháng Năm.

Biểu tượng của mùa xuân ngập tràn xung quanh ngôi nhà của chúng ta; thiên nhiên đang hướng chúng ta [đến việc] sử dụng những phong nền đem lại sự đổi mới. Làm thế nào để chúng ta làm mới ngôi nhà của mình, và tiếp đó, làm tâm hồn của mình được khởi lên? Có một cách, chính là thêm vào những yếu tố hoa



Những bông hoa màu vàng và xanh lá cây được đặt trong phòng trang điểm bên trong một ngôi nhà ở Maine do Steve và Brooke Giannetti thiết kế.



LISA ROMEREN

Đồ nội thất mộc mạc và những chiếc gối ôm ấm áp trên ngọai ngôi nhà kiểu Tây Ban Nha ở Malibu, California do Steve và Brooke Giannetti thiết kế.



AERIN.COM



FIGLINSANDSHOME.COM

Trái: Khăn trải bàn làm từ vải linen được làm bằng những phương pháp dệt tay truyền thống. Khăn có màu xanh lá của cây xô thơm hoặc màu xanh lam nhẹ dịu (Alma Tablecloth by Aerin, \$375). Phải: Hoa tiết hoa màu đơn và hoa hồng với các màu hồng và vàng rực rỡ tạo nên điểm nhấn lý tưởng cho chiếc gối kẻ sọc sofa. (Nhà thiết kế Guild Tourangelle Peony Throw, giá \$310).



HOUSESPARTIES.COM

Herend, một công ty sản xuất đồ gốm có trụ sở tại Hungary, đã từng cung cấp các vật phẩm gốm sứ cho triều đại Habsburg. Họa tiết đặc biệt này được giới thiệu vào những năm 1850, với các loại trái cây và rau quả khác nhau được sắp xếp khá kỳ lạ. Những chiếc đĩa này được giới thiệu vào những năm 1850, với các loại trái cây và rau quả khác nhau được sắp xếp khá kỳ lạ. Những chiếc đĩa này được giới thiệu vào những năm 1850, với các loại trái cây và rau quả khác nhau được sắp xếp khá kỳ lạ. Những chiếc đĩa này được giới thiệu vào những năm 1850, với các loại trái cây và rau quả khác nhau được sắp xếp khá kỳ lạ. (Ảnh: Bộ đồ ăn Market Garden của Herend, giá \$730 cho bộ 5 món)

có xung quanh căn nhà của bạn. Khi màu tối hơn hoặc gam màu tự nhiên, hãy sử dụng những loại hoa trắng và vàng; tất cả sẽ tỏa ra sự tươi mát của mùa xuân. Tương tự, hãy sử dụng những chiếc bình trong suốt hoặc trắng có những kích thước phù hợp với kệ hoặc phù hợp với hình dạng và tỷ lệ của chiếc bàn.

Vào năm 2005, trường Đại học Rutgers đã hoàn thành ba nghiên cứu về những tác động đến cảm xúc của những loài hoa và cách chúng thay đổi trạng thái tinh thần của một người qua một ngày.

Trong nghiên cứu đầu tiên, tất cả 147 nữ giới tham gia [nghiên cứu] đã mỉm cười ngay sau khi nhận được những đóa hoa và cho biết họ có tâm trạng tích cực trong tối đa ba ngày.

Nghiên cứu thứ hai cho thấy đàn ông và phụ nữ có những hành vi xã hội tích cực hơn sau khi nhận hoa. Nghiên cứu thứ ba cho thấy những người trên 55 tuổi đã cải thiện trí nhớ sau khi nhận hoa. Thêm hoa vào ngôi nhà của chúng ta chỉ có thể đem lại lợi ích cho cuộc sống của chúng ta mà thôi.

Có rất nhiều cách để đem mùa xuân vào ngôi nhà của bạn. Một chút xoay chuyển các đồ vật trong nhà có thể có tác dụng đáng kể trong việc tạo ra một không gian mới. Quay trở lại với ngày trước, ông bà của ta thường kéo tất cả đồ dụng trong nhà ra ngoài để cọ rửa, thông báo cho cả gia đình rằng mùa xuân đã đến. Sơn lại mới [vật dụng], gấp những chiếc khăn dày lại và lau sạch mọi vật dụng là dấu hiệu cho thấy một mùa khác đang đến với chúng ta.

Nghiên cứu của trường Đại học Rutgers đã chỉ ra rằng, một bình hoa cắt đơn giản có thể khiến tâm trạng của bạn tốt hơn. Một cách là thay thế những bức tranh xung quanh ngôi nhà của bạn bằng những hình ảnh về hoa cỏ. Bức hình có thể là một bông hoa thật, những phiên bản cách điệu hoặc các bức tranh trừu tượng rực rỡ. Hãy tìm thứ gì đó xinh đẹp với màu sắc đem lại nhiều khí lực.

Xoay chuyển một vài bức ảnh được đóng khung theo mỗi mùa cũng là một cách hay vì nó đem lại ấn tượng về việc luôn có thứ gì đó mới trong nhà. Những bức ảnh này có thể được đặt ở bàn gần cửa ra vào nơi bạn đặt chìa khóa chìa cửa, hoặc trên đoạn tường vào tiền sảnh.

Khí trở về hoặc ra khỏi nhà, bạn sẽ được chào đón bằng vật phẩm trưng bày nhiều màu sắc. Một nơi khác nữa là cửa phòng tắm của bạn. Khi bạn thức dậy và chuẩn bị mọi thứ, một bức ảnh về không gian khoáng đạt rực rỡ sẽ đem đến cho bạn niềm hân hoan để bắt đầu một ngày mới.

Một ý tưởng khác là sử dụng hoa thật. Hãy đặt một bó hoa nhỏ trên kệ bếp, hoặc ở góc dùng điểm tâm sáng; một chút hương xuân sẽ chào đón bạn vào mỗi buổi sáng – mong rằng điều này sẽ giúp giảm bớt phần nào căng thẳng khi bạn chuẩn bị cho ngày mới.

Màu sắc của các bức tường, đồ nội thất và đồ đạc cố định trong nhà có thể giúp lựa chọn những [họa tiết] hoa cỏ. Đối với những căn phòng màu sắc trắng và hơi xám, hãy chọn loại hoa có màu hồng hoặc tím. Đối

với những căn phòng sử dụng gam màu tối hơn hoặc gam màu tự nhiên, hãy sử dụng những loại hoa trắng và vàng; tất cả sẽ tỏa ra sự tươi mát của mùa xuân. Tương tự, hãy sử dụng những chiếc bình trong suốt hoặc trắng có những kích thước phù hợp với kệ hoặc phù hợp với hình dạng và tỷ lệ của chiếc bàn.

Nếu bạn có một chiếc kệ hoặc bàn coffee dài, hãy sử dụng nhiều chiếc bình có độ cao khác nhau. Nếu bạn có một chiếc bàn đặt ở cửa ra vào với một bức tranh hoặc tấm gương treo trên đó, hãy sử dụng một chiếc bình tròn thấp để giảm bớt sự cân trở về mặt thị giác của hoa. Trong phòng ăn, bạn cũng nên sử dụng những chiếc bình ngắn với từng bó hoa ngắn để gia đình bạn không phải nhìn cách bài trí đó trong khi nói chuyện với nhau.

Một mẹo tạo điểm nhấn đơn giản khác là thêm những chiếc gối sofa mới hoặc những chiếc gối kẻ nhỏ trên ghế sofa. Bởi vì bạn đã cắt đi tấm chăn dày rồi, vậy hãy thay thế chúng bằng những tấm phủ có màu sáng để bổ khuyết cho chiếc ghế sofa hoặc chiếc ghế đơn của bạn. Nếu những đồ nội thất của bạn có chất liệu da thuộc hoặc vải có màu tối hơn, hãy chọn tông màu hoặc hoa văn sáng hơn. Nếu đồ nội thất của bạn có màu sáng, hãy chọn những món có điểm nhấn màu xanh lam hoặc vàng.

Một lựa chọn khác là thêm chất liệu vải họa tiết hoa cho mùa xuân. Những mẫu vải in hoa sẽ cho cảm giác nhẹ nhàng hơn. Tĩnh điện xứng cũng đem lại những chuyển động mặc nhiên, và cả năng lượng cho thị giác.

Mùa xuân cũng đánh dấu sự trở về của các loài chim, chúng mang đến nguồn năng lượng tràn đầy với những chuyển động nhanh nhẹn cùng âm thanh vui vẻ. Hãy sử dụng những gợi nhắc đầy cảm hứng này bằng cách kết hợp màu sắc của chim sơn ca, chim sẻ cánh vàng hoặc chim hồng y giáo chủ vào các hạng mục khác nhau trong ngôi nhà của bạn.

Nếu bạn có những chậu cây ngoài trời hoặc một khu vườn nhỏ, thì việc trồng hoa sẽ mang lại hiệu quả tương tự khi bạn rời khỏi nhà. Hãy lưu ý những món quà nhỏ tinh tế mà thiên nhiên đã ban tặng này.

Thêm vào những màu sắc pastel đơn giản, vải in họa tiết hoa, hoặc hoa cỏ thể làm ngôi nhà bạn tươi mát hơn. Hãy tìm các vật có thể thay đổi theo mùa, đi dời chúng quanh nhà, và cũng dễ dàng cất giữ. Chúng đem thiên nhiên vào ngôi nhà của bạn và vẫn truyền cảm hứng cho bạn bước ra và tận hưởng không gian bên ngoài. Hãy nghĩ đến những thứ sang trọng và nhiều màu sắc với sự thoải mái thư thái cho những mẫu trang trí mùa xuân của bạn.

Travis Kelly Wilson là một giáo sư về thiết kế nội thất tại trường Đại học Western Kentucky. Ông là tác giả của một bộ sách dành cho trẻ em có tên “Kiến trúc sư đầy ước vọng” (The Aspiring Architect).

Thiên Minh biên dịch

GIÁO DỤC & ĐỜI SỐNG



3 bước nuôi dạy trẻ trở thành người mạnh mẽ

JEFF MINICK

và đạo đức ngay thẳng.”

Các hần nhiều bậc cha mẹ đang tự hỏi làm thế nào để nuôi dạy con để chúng sẽ trở thành những người mạnh mẽ cũng coi khi trưởng thành. Bài viết này sẽ trình bày ba điều mà phụ huynh cần giúp con mình để đạt được mục tiêu trên.

AI cũng muốn trở nên mạnh mẽ, nhưng thực tế có tới 75% thanh niên không đủ chuẩn để có thể phục vụ trong quân ngũ. Số liệu thu thập từ Ngũ Giác Đài vào năm 2017 cho thấy chỉ có 25% thanh niên Hoa Kỳ có đủ tiêu chuẩn nhập ngũ vì các vấn đề liên quan đến béo phì và trình độ học vấn.

Con số thống kê có phần ám đạ này là một tin không tốt đối với an ninh quốc gia, đối với lực lượng lao động trong tương lai, đối với sức khỏe của người dân Hoa Kỳ, và đối với chính những người trẻ tuổi.

Những thử thách lâu dài mà đất nước chúng ta phải đối mặt như tình trạng lạm phát, sự thâu tóm thêm quyền lực từ chính phủ, nợ công vượt ngoài tầm kiểm soát, một nền văn hóa còn điên rồ hơn cả chú Billy Bob – người mua một chiếc du thuyền chỉ để trang trí cho sân trước của mình ở tiểu bang Iowa.

Để giải quyết những vấn đề như thế này, những người trẻ tuổi sẽ cần phải mạnh mẽ nếu muốn tồn tại và phát triển trong sự hỗn loạn này.

Trong một bài viết gần đây trên Intellectual Takeout, tôi đã thảo luận về tầm quan trọng của việc nuôi dạy những đứa trẻ mạnh mẽ. Sau bài viết đó, một người bạn của tôi đặt câu hỏi: “Vậy làm điều đó thế nào?” Và câu trả lời cho câu hỏi trên nằm trong lời tuyên thệ của hướng đạo sinh – Boy Scout Oath: “giữ cho thể chất tráng kiện, tinh thần tỉnh táo,

Thể chất tráng kiện

Trẻ em nơi tôi sống hiếm khi ra ngoài chơi. Tôi thỉnh thoảng còn bắt gặp những em học sinh lớp 7-8, đi bộ về nhà từ trạm xe buýt trường, vừa đi vừa dán mắt vào màn hình điện thoại.

Để có những đứa trẻ mạnh mẽ, chúng ta phải kiểm soát thực phẩm của chúng. Những bữa ăn tại McDonald's nên chỉ là những dịp hiếm hoi, thay vì thường xuyên là món ăn chủ yếu. Thời gian trẻ em sử dụng những thiết bị điện tử cũng nên được giới hạn.

Một điều không kém phần quan trọng là phải tạo điều kiện để trẻ em chơi thể thao, động viên chúng tham gia các trò chơi trong sân sau, khuyến khích chúng đi xe đạp, đi bộ đường dài, và tham gia vào tất cả những hoạt động tích cực về thể chất khác – những hoạt động mà từ lâu đã trở thành một phần của thể hệ chúng ta.

Những hoạt động này không chỉ giúp cho cơ bắp rắn chắc mà còn dạy trẻ nhỏ tính kiên nhẫn, kỷ luật và giá trị của việc rèn luyện. Một cậu nhóc vừa đoạt đai cam Karate và cô bé vừa tham gia vở diễn ballet The Nutcracker chắc hẳn đã có những trải nghiệm đáng nhớ trong hành trang cuộc đời.

Tinh thần tỉnh táo

Nhưng sẽ là thiếu sót nếu ta bỏ qua những hoàn cảnh bên ngoài môi trường giáo dục. Với cuộc sống bên ngoài, trẻ em phải có khả năng phân biệt đúng sai, cũng như khả năng phân biệt ‘sự kiện

Những người trẻ tuổi sẽ cần phải mạnh mẽ nếu muốn lớn tại và phát triển trong sự hỗn loạn này.

thực sự xảy ra’ và ‘quan điểm ý kiến’. Tinh thần sáng suốt là một công cụ cần thiết cần bản trong nền văn hóa đòi hỏi sự tuân thủ gắt gao.

Ta có thể giúp trẻ em phát triển những kỹ năng này bằng cách cùng chúng thảo luận về lịch sử, văn hóa đương đại, và các sự kiện thời sự tại bàn ăn. Ta có thể dạy chúng nhận ra những định kiến trong thời đại của chúng ta – điều mà nhiều người chấp nhận dễ dàng – và xoay những định kiến đó ngược lại, như thể nhìn dưới kính lúp của một người thợ kim hoàn để phân biệt giá trị của chúng. Ta cũng có thể dạy chúng đức tính giờ đã bị lãng quên là ‘vô tư’, suy nghĩ chín chắn để đánh giá một số vấn đề hoặc câu hỏi khó với càng ít thành kiến càng tốt.

Ngày nay, xã hội chúng ta cần những người trưởng thành mang theo bản lĩnh đó. Và ta có thể hy vọng rằng, bằng cách uốn nắn tư tưởng các con khi còn nhỏ, con chúng ta mai sau cũng sẽ trở thành những người như vậy.

Đạo đức ngay thẳng

Những bậc tiền bối không xa của chúng ta đã từng học được các giá trị của lòng quả cảm, tinh chững mực, sự khôn ngoan và những tính cách tốt có từ cha mẹ của họ, từ bộ sách giáo khoa kinh điển McGuffey Reader, từ nghệ thuật, từ nhà thờ và từ cộng đồng.

Việc giảng dạy về các đức tính truyền thống trên thực tế đã biến mất khỏi các trường học trong thời đại này – nơi thuyết tương đối và lòng tự trọng thái quá đang lên ngôi. Ngày càng ít người Mỹ đến nhà thờ. Và những giá

trị của nền văn hóa này dường như bị chia rẽ đến mức rối loạn. Trong xã hội ngày nay, chỉ một số ít nhà lãnh đạo và các minh tinh còn ôm giữ những giá trị đạo đức.

Vậy phải làm sao?

Một lần nữa, chúng ta, với vai trò là cha mẹ và đồng thời là người cố vấn, có thể truyền thụ những đức tính cho con cái thông qua lời nói và hành vi của mình. Ta có thể rót đầy tai bọn trẻ khi chúng còn bé với những câu nhìn dưới kính lúp của một người thợ kim hoàn để phân biệt giá trị của chúng. Ta cũng có thể dạy chúng đức tính giờ đã bị lãng quên là ‘vô tư’, suy nghĩ chín chắn để đánh giá một số vấn đề hoặc câu hỏi khó với càng ít thành kiến càng tốt.

Chúng ta có thể giúp định hướng cho chúng khi chúng lạc lối, và sau này, khi lớn lên, ta bắt chúng chịu trách nhiệm với hành vi của mình. Làm việc nhà và kiếm một công việc vào mùa hè cũng có thể giúp trẻ trở nên mạnh mẽ khi chúng trưởng thành. Những công việc trên dạy trẻ những đức tính tốt như tinh thần làm việc chăm chỉ và lối sống trách nhiệm.

Nhiều bậc cha mẹ đã và đang dạy con những giá trị như trên. Và họ nhận thức được rằng nhiệm vụ của bậc làm cha mẹ là vô tận, rằng họ phải lặp đi lặp lại những bài học hàng nghìn lần để giáo dục các con. Lấy một ví dụ nhé: một vài bà mẹ mà tôi biết, khi con họ trả lời “Yeah,” ngay lập tức họ sửa lại: “Yes Momma.”

Một câu ngôn ngữ La Mã rất hay là: “Repetitio est mater studiorum” – Sự lặp lại là cốt lõi của việc học và cũng là cốt lõi cho sự phát triển nhân cách.

Ông Jeff Minick có bốn người con và rất nhiều cháu đang ở tuổi lớn. Trong 20 năm, ông đã dạy lịch sử, văn học, và ngôn ngữ Latin cho các học sinh tại Asheville, North Carolina.

Song Ngu biên dịch



Chân dung Khổng Tử, 1770.

Những bài học cuộc sống ẩn chứa trí tuệ thâm sâu của cổ nhân

LEO TIMM

Bạn đã đạt được bước tiến nào cho những quyết tâm năm mới của mình chưa, hay chúng đã trở nên mờ nhạt và dần biến mất? Một số bài học cuộc sống ẩn chứa trí tuệ thâm sâu của người xưa Trung Hoa có thể sẽ giúp bạn đạt được mục tiêu và nguyện vọng của mình trong năm nay.

Lão Tử của Đạo gia có câu “Hành trình ngàn dặm khởi đầu bằng một bước chân,” nhưng trong thế giới đầy cảm dỗ ngày nay, khi bạn lên kế hoạch khởi động hành trình đó, chưa nói đến việc về đích đến thì đã có thể coi là một kỳ tích Hercule – vị anh hùng biểu trưng cho sức mạnh trong thần thoại Hy Lạp.

Học hỏi từ bạn bè đồng trang lứa

“Ba người đồng hành tất có một người là thầy của ta, chọn cái tốt của họ mà học theo, nhìn cái chưa tốt để tránh phạm phải.”

Câu nói này bắt nguồn từ “Luận Ngữ” của Khổng Tử, một tuyển tập nổi tiếng các cuộc trò chuyện của Ông và các học trò. Trước hết, Khổng Tử là một người học rất giỏi. Mặc dù sinh ra trong một gia đình nghèo khổ, nhưng đến năm 15 tuổi ông đã đọc hết toàn bộ tâm trí theo đuổi con đường học vấn.

Hãy thử quan sát những thành tựu và thất bại của người khác, và áp dụng những bài học mà họ đã học được (hoặc lẽ ra nên học) vào những nỗ lực mà bạn theo đuổi.

Ngại về những di sản bạn sẽ để lại cho thế hệ tương lai

Làm thế nào bạn có thể tri ân những điều mà người của thế hệ trước để lại? Chính là đóng góp điều gì đó đáng giá cho những người của thế hệ sau.

Khổng Tử nói, “Lập thân hành đạo, lưu danh hậu thế, đem lại tiếng thơm cho phụ mẫu, đấy là tận cùng của đạo hiếu.”

Mặc dù thực tế là để từ của Khổng Tử, Tử Dư đã đưa ra một bộ luận thuyết gồm

18 phần về đạo hiếu, từ đó bắt nguồn câu nói trên, nhưng khái niệm lập thân vẫn là chủ đề xuyên suốt trong toàn bộ tác phẩm.

Hãy thử tưởng tượng cách mà bạn muốn con cháu sẽ nhớ về đến mình? Điều gì sẽ khiến thế giới của họ trở nên tốt đẹp hơn và bạn có thể giúp họ đạt được điều đó bằng cách nào.

Suy nghĩ về một bức tranh toàn cảnh sẽ giúp bạn định hướng các hoạt động của mình, tập trung vào hoàn thành những gì bạn cảm thấy xứng đáng làm, và cũng là để bạn tránh được những cảm dỗ khác.



Người quân tử có thể tạo phúc cho bách tính mà không cần đến đáp ân huệ; khích lệ dân chúng chăm lo làm việc mà không để họ oán trách.

Khổng Tử

Nhẫn nại và kiên trì

Mặc kệ những gì mà các bà “mẹ hổ” đặt ra tiêu chuẩn quá cao, cải thiện bản thân cần đòi hỏi một quá trình từng bước học hỏi và nỗ lực không ngừng

Trong “Kinh điển về Đạo Hiếu”, Khổng Tử viết, “Người quân tử có thể tạo phúc cho bách tính mà không cần đến đáp ân huệ; khích lệ dân chúng chăm lo làm việc mà không để họ oán trách.” Mặt dù bạn có thể không muốn áp dụng các biện pháp mạnh mẽ như vậy, nhưng ý tưởng này lại là một cách khá thông minh. Bạn có thể khác phục bằng cách đưa ra một số hậu quả do bản thân mình không hoàn thành nhiệm vụ.

Chẳng hạn bạn có muốn cắt giảm chi tiêu cho các phê của mình không? Vậy hãy dùng một phong bì tiền mặt riêng để thanh toán các phê hàng tháng. Nếu bạn vượt quá chi tiêu của mình, thì cuối tháng bạn sẽ không được uống cà phê nữa.

Bạn có muốn đến phòng tập thể dục ba lần một tuần không? Hãy hứa với bạn của bạn rằng bạn sẽ trả cho anh ấy 10 đô la mỗi khi bạn bỏ lỡ một ngày tập luyện.

Thiền Ân biên dịch



PHO OLD TOWN

VIETNAMESE NOODLE & GRILL

25551 KINGSLAND BLVD. SUITE B102, KATY, TX 77494

(832) 437-4519

OPEN NOW

BUSINESS HOURS:
MON-THU: 11AM - 8PM
FRI-SAT: 11AM - 9PM
SUNDAY: CLOSED



Phở Tái Lăn Hà Nội, Phở Đặc Biệt, Phở Fillet Mignon, Phở Gà, Phở Đò Biển, Mì, Bún, Cơm, Bánh Mì, Chả Giò, Gỏi Cuốn, Hủ Tiếu Ấp Chảo, Món Ăn Chay, Trà Sữa, và Món Tráng Miệng.



Chef John
Taste of Joy

Được Phát Triển Bởi Vua Đầu Bếp John

- Đầu bếp nổi tiếng
- Trên 30 năm kinh nghiệm về ẩm thực
- Có hàng triệu người theo dõi trên YouTube và mạng xã hội
- Giám khảo các cuộc thi ẩm thực

Tập hợp các loại Nước sốt Đặc chế mới.

Nước sốt XO
Hương vị Hồng Kông nổi bật Umami ngon trong chai

Nước sốt đầu ớt đỏ
Thật nhiều hương vị Làm bạn không thể quên hương vị châu Á

Nước sốt cay
Được pha trộn điều luyện và tinh hoa Không thể thiếu cho các món chiên

Có bán tại:
MasterChefJohn.com
Amazon.com
Walmart.com

Xem thêm video của Chef John trên:

Sản xuất tại **CANADA**

Taste Show

COOKE_STUDIO VIA FREEPK.COM



2022: Năm mới, khởi đầu mới

JEFF MINICK

Hãy khởi đầu một năm mới với tất cả những điều tử tế mà mỗi chúng ta có thể đóng góp cho cuộc sống này, để biến thế giới này thành một nơi tốt đẹp và hạnh phúc hơn. Vậy là chúng ta bước qua một năm mới. Đây là thời điểm mà chúng ta bỏ đi cuốn lịch cũ của năm rồi và ánh mắt ta đổ dồn vào vào tờ lịch đầu tiên của năm mới. Khi đó, ta thỏa sức để mơ những giấc mơ của chính mình và niềm hân hoan của năm mới khiến cho tất cả những dự tính như đang nằm trong tâm tay chúng ta.

Đây cũng là thời điểm chúng ta lập những cam kết nhân dịp năm mới như việc giảm 20 pound hoặc đến phòng tập bốn lần một tuần. Một số trong chúng ta lại khao khát vươn tới những tầm cao lớn hơn: ví như để thay đổi nghề nghiệp, để chuyển nhà từ đường phố của San Francisco đến một thị trấn nhỏ ở Idaho, để làm việc trong hội đồng trường học khi ta đã có đủ thuốc điều trị nhức đầu.

Để những cam kết này trở thành hiện thực, chúng ta phải nhìn lại thật kỹ về bản thân mình và lấy hết can đảm để thực hiện những điều mà ta cam kết. Rất ít người sẽ cảm thấy dễ dàng trong việc duy trì quyết tâm. Nhưng phần lớn chúng ta sẽ đấu tranh trong trận chiến giữa khát vọng và thực tế này để đổi đầu

với chương ngại lớn nhất – chính chúng ta. Và thế là, sẽ lại có nhiều người cuối cùng sẽ gờ tay đầu hàng và quay về với những thói quen cũ.

Thật thú vị khi phần lớn những lời cam kết trong năm mới đều đến từ việc cải thiện bản thân. Vì chúng ta không hài lòng với điều gì đó trong cuộc sống nên muốn thay đổi nó.

Đây là một mong muốn hoàn toàn chính đáng và đáng khâm phục.

Nhưng sẽ ra sao nếu trong đầu ta lóe lên các giải pháp mới, mà những giải pháp này có thể đem lại niềm vui bằng cách chuyển hướng sự chú ý của ta ra khỏi bản ngã của chính mình. Sẽ như thế nào nếu những cam kết đó có thể làm cho thế giới trở thành một nơi tốt đẹp hơn, ngay cả khi đó chỉ là thế giới nhỏ của ta?

Hãy gọi tôi là ông Pollyanna, nhưng tôi có một số ý tưởng để việc thực hiện những cam kết trong năm mới với ít nỗ lực nhưng lại hiệu quả. Và đừng quên mỉm cười. Một ngày nọ, khi đang lái xe trên một con phố trong thị trấn thì tôi nhận thấy một phụ nữ trẻ đang đi xuống vỉa hè. Tôi nhìn cô mỉm cười và gật đầu. Và cô cũng gật đầu mỉm cười đáp lại. Cuộc trao đổi đủ ngắn ngủi đó đã làm rạng rỡ một ngày của tôi, và tôi hy vọng điều này cũng đến với cô ấy.

Hãy để mắt đến những người xung quanh. Điều này cũng chỉ mất vài phút. Như việc chào một cậu nhóc khi em

“**Có ba thứ quan trọng trong đời người. Điều đầu tiên là phải lịch sự. Điều thứ hai cần làm là phải tử tế. Và điều thứ ba là phải chu đáo.**”

Henry James



Ông Jeff Minick có bốn người con và rất nhiều cháu đang ở tuổi lớn. Trong 20 năm, ông đã dạy lịch sử, văn học, và ngôn ngữ Latin cho các học sinh tại Asheville, North Carolina.

Song Ngự biên dịch

đang thu tiền của bạn khi bạn đang thanh toán cho ly cà phê tại một quán cà phê gần nhà. Hãy hỏi han em. Những tiểu tiết dù nhỏ này, tuy chỉ thoáng qua, nhưng lại góp phần tạo nên những mối liên hệ giữa con người với nhau.

Hãy điềm tĩnh hơn. Thay vì vội vã bước qua đồng nghiệp của bạn ở hành lang, tại sao không đứng lại và hỏi thăm về gia đình cô ấy? Tại sao không dành thêm vài giây để chào hỏi, hay nói ra những lời chúc sức khỏe của bạn, hoặc viết những dòng từ biệt ngắn gọn trong email của bạn thay vì vội vàng gửi nó đi?

Chúng ta có thể đang ở trong một vòng luẩn quẩn (tựa như sóc chạy trong lồng). Nhưng điều đó không có nghĩa là chúng ta phải hành động như những chú sóc. Một lần nữa, một vài hành động lịch sự có thể khiến đối phương cảm thấy được tôn trọng đồng thời giúp ta có tâm trạng tốt hơn.

Hãy để tâm đến việc bày tỏ lòng biết ơn. Gần đây, khi tôi đang đứng gần quầy lễ tân của thư viện công cộng để chờ đọc một số cuốn sách. Một người đàn ông trẻ cao lớn với kiểu tóc bện thường thấy của người da màu đứng trước mặt tôi. Anh đang trò chuyện với một thú thư nhỏ nhún tuổi trong niên. Họ đang nói về một cuốn sách mà anh ấy muốn mượn. “Cảm ơn cô Mary,” anh nói với cô khi kết thúc cuộc trò chuyện.

Tôi muốn cài một tấm huy chương lên ngực anh chàng đó. Sự tử tế trong giọng nói và câu “Cảm ơn” cho thấy anh là người đàn ông lịch lãm.

Henry James từng nói: “Có ba thứ quan trọng trong đời người. Điều đầu tiên là phải lịch sự. Điều thứ hai cần làm là phải tử tế. Và điều thứ ba là phải chu đáo.”

Dù ở bất cứ đâu và bất cứ khi nào có thể trong năm mới này, chúng ta hãy quyết tâm trở nên tử tế và tử độ, hãy biến thế giới trở thành một nơi tử tế hơn.

Và nếu chúng ta áp dụng những hành động tử tế ngẫu nhiên như vậy như một giải pháp cho Năm mới, thì tôi tin rằng chúng ta cũng sẽ thấy mình được thăng hoa, hạnh phúc hơn trong tâm trí của chúng ta.

Món ăn truyền thống của người dân Trung Quốc vào dịp Năm Mới

EPOCH INSPIRED STAFF

Cho đến nay, Tết Nguyên Đán vẫn là một ngày lễ quan trọng nhất đối với các gia đình người Hoa và ẩm thực rất được coi trọng trong những ngày này. Hầu hết các món ăn và ẩm thực của dịp Tết Nguyên Đán đều mang ý nghĩa văn hóa đạo đức. Trong nhiều gia đình người Hoa, có vài món ăn chính sẽ luôn luôn được bày biện trên bàn trong suốt dịp Tết, trong khi một số món khác có thể được thay đổi.

Món ăn chính của Tết Nguyên Đán Hoàn thành và sủi cào – Trước khi sủi cào ra đời thì hoành thánh đã là một món ăn phổ biến của người Hoa. Từ hoành thánh trong tiếng Trung mang ý nghĩa là sự khởi đầu mới, phát âm nghe như là một thùng ngũ cốc đầy ắp. Đại diện cho một năm mới tốt lành và mùa màng bội thu.

Về sau, hoành thánh được người ta nặn thành hình trăng lưỡi liềm, và làm thành sủi cào như bây giờ. Truyền thống ăn sủi cào đã trở nên phổ biến trên khắp Trung Hoa vào thời đại nhà Đường.

Theo phong tục truyền thống, sủi



Sủi cào.



LIU MEILAN / EPOCH TIMES

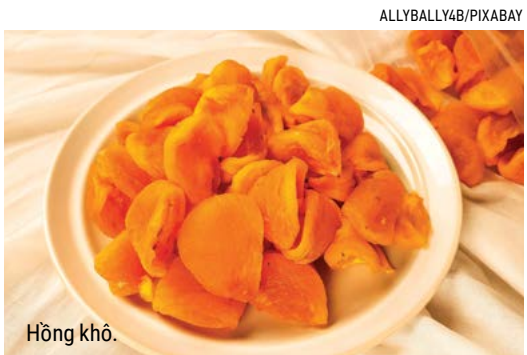
Mì dài.



Đậu phụ.



Quả chà là sấy.



Hồng khô.

Trong quá trình nấu chính không nên để sủi mì bị nát hoặc cắt thành từng đoạn. Món ăn này xuất hiện từ sau thời đại nhà Đường, vì trước đó sủi mì không dài và mỏng mà có hình dạng giống như miếng bột lọc mỏng.

Những món ăn phổ biến khác trong năm mới

Ngữ âm được đóng vai trò quan trọng trong việc xác định loại thực phẩm nào sẽ ăn trong năm mới. Ví dụ, từ cá (鱼, 魚) trong tiếng Trung có nghĩa là dư thừa, ngụ ý rằng năm mới thịnh vượng. Đậu và đuối cá nên được để nguyên vẹn, tượng trưng cho cả năm sung túc, no đủ.

Các món ẩm thực có trứng cũng được dùng rất phổ biến vì chúng tượng trưng cho khả năng sinh nở. Đậu phụ hoặc đậu hủ cũng được yêu thích bởi vì nó phát âm nghe giống như “may mắn đến với mọi người” (饺子 - giao tử) có thể ám chỉ là giờ nửa đêm, vào thời khắc này mang ý nghĩa là “sủi cào đón năm mới”. Một số người cũng nói rằng sủi cào giống như hình dạng của nén bực, nên vàng được dùng trong hoàng cung Trung Hoa tượng trưng cho gia đình giàu có, thịnh vượng.

Mi dài – Mi dài còn được gọi là mì trường thọ, bởi vì chúng đại diện cho cuộc sống lâu dài và thịnh vượng. Chúc mừng năm mới!

Thiên Ân biên dịch

MỸ - TRUNG

Hoa Kỳ trừng phạt các tổ chức quốc phòng Trung Quốc vì phổ biến công nghệ hỏa tiễn

KELLY SONG

Hôm 21/01, Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ đã công bố trừng phạt ba tổ chức của Trung Quốc vì tham gia vào các hoạt động phổ biến công nghệ hỏa tiễn căn cứ theo Đạo luật Kiểm soát Xuất cảng Vũ khí và Đạo luật Quản trị Xuất cảng năm 1979.

Trong vòng hai năm, các tổ chức này đều bị từ chối tất cả các giấy phép chuyển nhượng mới và các hợp đồng của chính phủ Hoa Kỳ, đồng thời không được phép xuất cảng sản phẩm của họ vào Hoa Kỳ.

Họ bao gồm các tổ chức phòng thủ hàng không vũ trụ lớn của Trung Quốc như Nhất Viện của Tập đoàn Khoa học và Công nghệ Hàng không Vũ trụ Trung Quốc (CASC) cùng các công ty con và đơn vị kế nhiệm của họ, PTI là một công ty quốc

của công ty này; Tư Viện của Tập đoàn Khoa học và Công nghiệp Hàng không Vũ trụ Trung Quốc (CASIC) cùng các công ty con và đơn vị kế nhiệm của tập đoàn này; và công ty Khoa học và Công nghệ Bảo Lợi (Poly Technologies Incorporated, PTI) cùng các đơn vị con và đơn vị kế thừa của công ty này.

PTI là công ty con của Tập đoàn Bảo Lợi Trung Quốc (China Poly Group Corporation), một tập đoàn có trụ sở tại Bắc Kinh với hàng trăm công ty con hoạt động trong nhiều lĩnh vực như xây dựng, bất động sản, tài nguyên thiên nhiên, đánh bắt cá, giải trí, và quân sự.

Tập đoàn này được Bộ Tổng tham mưu Quân đội Giải phóng Nhân dân (PLA) và Ngân hàng CITIC Trung Quốc thành lập vào năm 1983. Theo trang web của họ, PTI là một công ty quốc

phòng quy mô lớn được chính quyền trung ương Trung Cộng ủy quyền xuất nhập cảng nhiều loại thiết bị quốc phòng cho Lục quân, Hải quân, Không quân, lực lượng cảnh sát, và các lực lượng chống khủng bố.

Nhất Viện của CASC, còn được gọi là Học viện Công nghệ Phương tiện Phóng Trung Quốc, là cơ sở nghiên cứu và phát triển đầu tiên của ngành hàng không vũ trụ của Trung Cộng, đồng thời cũng là cơ sở lâu đời nhất và lớn nhất trong việc thử nghiệm và sản xuất vũ khí hỏa tiễn cũng như phát triển phương tiện phóng.

Tư Viện của CASIC, còn được gọi là Viện Nghiên cứu Công nghệ Năng lượng Hàng không Vũ trụ, là đơn vị nghiên cứu khoa học quốc phòng chủ lực của Trung Cộng và là viện nghiên cứu lớn nhất trong vấn



Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ tại thủ đô Hoa Thịnh Đốn, vào ngày 26/01/2017.

đề thiết kế, phát triển, sản xuất, và thử nghiệm động cơ hỏa tiễn [sử dụng nhiên liệu rắn].

Hôm 21/01, phát ngôn viên Bộ Ngoại giao Trung Quốc cho biết “Trung Quốc chỉ trích gay gắt và kiên quyết phản đối” các lệnh trừng phạt này, và rằng Trung Quốc “kêu gọi Hoa Kỳ hủy bỏ các lệnh trừng phạt này.”

Cùng ngày, phát ngôn viên của Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ đã kêu gọi lãnh đạo ở Bắc Kinh “tham gia vào các thỏa thuận nhằm giảm thiểu rủi ro vũ khí nguyên tử, nâng cao sự minh bạch, và tiến tới giải trừ quân bị nguyên tử.”

Thanh Tâm biên dịch

Hoa Kỳ cần năng lực tấn công trong không gian để răn đe Trung Quốc

ANDREW THORNEBROOKE

Quân đội Hoa Kỳ phải đầu tư vào cả năng lực tấn công lẫn phòng thủ trong không gian vũ trụ để răn đe hiệu quả các đối thủ tiềm năng như Trung Quốc và Nga, theo Bộ trưởng Không quân Frank Kendall.

“Không gian bản thân nó là một lĩnh vực mà quý vị không cố gắng chinh phục, mà sử dụng để cung cấp dịch vụ cho các lực lượng trên cạn của quý vị,” ông Kendall cho biết tại một hội thảo trên web gần đây, do Trung tâm An ninh Hoa Kỳ Mới (CNAS), một tổ chức tư vấn tập trung vào quốc phòng, thực hiện.

Ông Kendall, người đảm nhận vai trò lãnh đạo dân sự cao cấp của cả Lực lượng Không quân và Lực lượng Vũ trụ, cho biết các hệ thống thiết yếu trong không gian – như tránh nhiệm về liên lạc, GPS, hệ thống định vị mục tiêu, và các hệ thống cảnh báo sớm chiến lược thông báo cho các chỉ huy Hoa Kỳ khi có hỏa tiễn được phóng – đang bị tích cực đe dọa bởi cuộc cạnh tranh giành quyền thống trị trong không gian đang ngày càng gia tăng. “Chúng đang bị tấn công,” ông Kendall nói về các hệ thống này.

Để duy trì đây dù khả năng phòng thủ của các hệ thống trong không gian và để bảo đảm rằng Hoa Kỳ có thể ngăn chặn xung đột hoặc, nếu cần, là giành chiến thắng trong các cuộc chiến, ông Kendall cho biết cần phải phát triển và khai triển các hệ thống tấn công trong không gian.

Ông nói: “Chúng ta cần phải kết hợp đúng cách. Nó là sự kết hợp của việc phổ biến [các hệ thống] và sự phân chia [về mặt nền tảng].”

Mối đe dọa không gian đến từ Trung Cộng đang cận kề Ông Kendall cho biết ông đã phát triển một tập hợp các mệnh lệnh để giải quyết những thách thức lớn nhất mà quân đội Hoa Kỳ phải đối mặt, bao gồm cả việc răn đe một Trung Cộng đang ngày càng hiếu chiến. Ông nói rằng việc răn đe như vậy sẽ thất bại nếu không có những thay đổi thích hợp đối với nền tảng của Hoa Kỳ và các khả năng tấn công trong không gian. Ông Kendall nói: “Cách đây

nhiều năm, chúng ta đã nhận ra rằng không gian là một lĩnh vực tranh chấp.”

Theo ông Kendall, Trung Quốc đã không lãng phí thời gian để theo đuổi các khả năng tấn công trong vũ trụ. Ông nói: “Họ đã hoạt động rất tích cực để vận hành không gian từ góc độ quân sự.”

Những nhận xét trên giống như những nhận xét của Trưởng David Thompson thuộc Lực lượng Không gian Hoa Kỳ hồi tháng 11/2021. Ông Thompson nói rằng Trung Cộng “mỗi ngày” đều đang tấn công cơ sở hạ tầng không gian của Hoa Kỳ.

Các cuộc tấn công như vậy cần đến khả năng đáp trả, bởi vì kiểu tấn công mà Hoa Kỳ đang cố gắng ngăn chặn là một trong những kiểu có khả năng gây thảm họa to lớn, theo ông Kendall.

“Các loại xung đột mà chúng ta đang cố gắng ngăn chặn... giống như các cuộc đổ bộ Normandy (D-Day) hơn là giống như chiến dịch không quân chiến lược của Không quân ở Âu Châu,” ông nói khi đề cập đến chiến dịch ném bom của quân đồng minh trong Đệ nhị Thế chiến. “Chúng diễn ra chớp nhoáng. Chúng có mật độ rất cao.”

Do đó, ông Kendall cũng cho rằng cần phải làm nhiều việc hơn nữa để bảo vệ thích đáng cả cơ sở hạ tầng không gian của Hoa Kỳ lẫn kiến trúc căn bản của nó trên khắp khu vực Ấn Độ Dương-Thái Bình Dương, nơi mà ông cho rằng rất dễ bị tấn công bởi các công nghệ quân sự của Trung Quốc.

“Trung Quốc đã nhận thấy, điều đó khá dễ thấy, rằng chúng ta phụ thuộc vào một số lượng nhỏ khí tài, bao gồm cả các cảm cơ không quân đôn trú ở ngoại quốc, để tiến hành các hoạt động,” ông nói. “Và bởi vì các cảm cơ này là cố định, chúng có thể dễ dàng trở thành mục tiêu.”

“Trung Quốc đã xây dựng các khí tài để nhắm vào các căn cứ này. Vì vậy, chúng ta phải phản ứng với điều đó.”

Ông Kendall cho biết giờ đã muộn, nhu cầu này là cấp bách, và nếu không hành động ngay bây giờ thì sẽ là thảm họa cho sau này.

Ông nói: “Chúng ta không thể đi tiếp với một giả định ưu thế. Những vấn đề này đã ở ngay



TERRY RENNA/AP

Trong bức ảnh phơi sáng lâu này, hỏa tiễn United Launch Alliance Atlas V mang theo phi hành đoàn Boeing Starliner cất cánh trên quỹ đạo bay thử nghiệm tới Trạm Vũ trụ Quốc tế từ Tờ hợp Phóng Vũ trụ 41 tại Trạm Không quân Cape Canaveral, ở Cape Canaveral, Florida, hôm 20/12/2019.

trước mắt chúng ta rồi. Chúng không phải là thứ trong tương lai mà chúng ta phải lo lắng tại một thời điểm nào đó trong 5 hoặc 10 hoặc 15 năm nữa. Chúng đang ở ngay đây rồi.”

Trung Quốc và Hoa Kỳ có ‘bộ mục tiêu’ khác nhau

Ông Kendall cho biết tuy rằng cần khẩn trương nhưng không có nghĩa là Hoa Kỳ phải phản ứng một cách mù quáng. Ông lưu ý rằng các cuộc thảo luận gần đây về phát triển vũ khí siêu thanh là lĩnh vực mà ông cho là quá thận trọng và bỏ qua những chiến lược lớn hơn của Hoa Kỳ.

Ông nói: “Trung Quốc có một loạt các mục tiêu, và tôi có thể dễ dàng hiểu tại sao họ muốn trang bị vũ khí siêu thanh với số lượng hợp lý.”

Ông lưu ý rằng trong nhiều thập niên Trung Quốc đã trang bị nhiều vũ khí thông thường có khả năng tấn công các mục tiêu cụ thể của Hoa Kỳ, và hiện họ đang bổ sung vũ khí siêu thanh vào danh sách đó. Ông nói, mỗi loại vũ khí này đều đem lại một số lợi thế cụ thể cho cách thức mà Trung Quốc muốn tấn công vào các mục tiêu nhất định.

Vì vậy, ông Kendall cho biết vũ khí siêu thanh rất quan trọng trong một số ứng dụng hữu hạn dành cho quân đội Hoa Kỳ, nhưng Hoa Kỳ không có cùng các ưu tiên hoặc mục tiêu chiến lược giống như Trung Cộng và do đó đối

hỏi các công nghệ quân sự khác. “Chúng ta không có bộ mục tiêu

giống với bộ mục tiêu mà Trung Quốc đang bận tâm,” ông nói. Do đó, ông cho rằng sẽ tốt hơn cho quân đội nếu những can trở – đối với việc phát triển các hệ thống vũ khí hiệu quả về mặt chi phí và một bộ máy quan liêu mất kiểm soát khiến bất kỳ dự án nào cũng phải mất nhiều năm mới có thể thực hiện được – bị loại bỏ.

Những nhận xét này này lặp lại quan điểm của cựu Phó Chủ tịch Hội đồng Tham mưu trưởng Liên quân, Tướng John Hyten, người nói rằng một bộ máy quan liêu “nghiệt ngả” và văn hóa bài xích rủi ro đang ngăn cản Hoa Kỳ phát triển các hệ thống vũ khí mới.

Với suy nghĩ đó, ông Kendall nhấn mạnh mức độ nghiêm túc của cuộc cạnh tranh giữa Hoa Kỳ và Trung Quốc, nói rằng sự xung đột giữa các cường quốc đã điều chưa từng thấy kể từ sau Chiến Tranh Lạnh. Để giành chiến thắng, Hoa Kỳ sẽ phải cạnh tranh linh hoạt và mạnh mẽ.

“Tôi có 20 năm kinh nghiệm về Chiến Tranh Lạnh, lo lắng về một kẻ thù luôn suy nghĩ cách đánh bại chúng ta và cố gắng áp dụng công nghệ vào việc đó,” ông nói. “Chúng ta đang lại gặp phải điều đó một lần nữa. Đó là thực tế của chúng ta ngày hôm nay.”

Minh Ngọc biên dịch

Đại học Yale điều tra các khoản đầu tư vào Trung Quốc

Tiếp theo từ trang 1

hoạt động ở Trung Quốc mà có thể thông đồng với sự đàn áp và vi phạm nhân quyền ở đó.

Theo báo cáo năm 2020 từ văn phòng đầu tư của trường đại học này, 6,5% danh mục đầu tư của trường là vào các thị trường mới nổi, và Trung Quốc cũng nằm trong danh mục đó. Người ta không biết chính xác số tiền này được chuyển vào các công ty Trung Quốc là bao nhiêu.

Một báo cáo của New York Times nêu ra rằng danh mục đầu tư vào các thị trường mới nổi năm 2015 của trường đại học này đã bắt đầu có các khoản đầu tư vào JD.Com và Tencent – những công ty là mục tiêu của các cuộc đàn áp pháp lý gần đây của Trung Cộng. Chủ tịch Đại học Peter Salovey nói với tờ báo của sinh viên rằng sẽ thực hiện thoái vốn khỏi công ty tham gia tích cực vào việc gây bất ổn cho xã hội.

Việc đánh giá lại các khoản đầu tư này được đưa ra trong bối cảnh Hoa Kỳ ngày càng giám sát chặt chẽ các khoản đầu tư của

nước này vào các công ty Trung Quốc hỗ trợ cho quân đội của nhà cầm quyền cộng sản hoặc hỗ trợ các vi phạm nhân quyền ở Tân Cương và các khu vực khác khắp Trung Quốc. Chính phủ Hoa Kỳ đã cấm đầu tư vào hàng chục công ty Trung Quốc hỗ trợ quá trình hiện đại hóa quân đội của Trung Cộng.

Hồi tháng 08/2020, Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ đã gửi thư đến các trường đại học kêu gọi họ thoái vốn khỏi các công ty có phần Trung Quốc vì lo ngại ảnh hưởng ngày càng tăng của nhà cầm quyền độc tài Trung Cộng vào các trường học; bức thư này cảnh báo là về những tác động đến môi trường tự do trí tuệ trong các cơ sở giáo dục của Hoa Kỳ.

Bức thư đã nêu rõ: “Hội đồng quản trị các quỹ tài trợ có nghĩa vụ đạo đức, và thậm chí có thể là nghĩa vụ ủy thác, để bảo đảm rằng tổ chức của quý vị có các khoản đầu tư trong sạch và các quỹ tài trợ trong sạch.”

Trước đây, Đại học Yale đã có quan điểm mạnh mẽ chống lại việc hỗ trợ các công ty hoạt động tại các quốc gia có vấn đề về

nhân quyền. Để đáp lại với các cuộc biểu tình nhiệt thành của sinh viên và việc dựng các lều ngay trong khuôn viên trường vào đầu những năm 1990, Yale đã thoái vốn khỏi Nam Phi vì các chính sách phân biệt chủng tộc của quốc gia đó. Gần đây hơn, trường đại học này đã cắt các khoản đầu tư của mình vào một công ty dầu khí hoạt động ở Sudan vì vi phạm luật chống ở Darfur.

Đại học Yale cũng không ngại rút tiền ra khỏi các công ty có hành vi không phù hợp với quan điểm chính trị và xã hội mà chính phủ (Hoa Kỳ) ủng hộ. Tháng 04/2021, một lần nữa trường áp lực cao của các sinh viên, trường đại học này đã công bố bỏ hướng dẫn mới nhằm loại trừ việc đầu tư vào các công ty sử dụng nhiên liệu hóa thạch gây thiệt hại cho môi trường và khiến cuộc khủng hoảng khí hậu thêm phần bế tắc.

Cuộc điều tra do ủy ban thoái vốn thực hiện trong tháng này có phần bắt nguồn từ một bài báo ấn danh đăng trên tờ Yale Daily News về số phận của ngôi sao quần vợt Bành Soái, người

đã biến mất trước mắt công chúng vào cuối năm 2021 sau khi cô công kích hành vi sai trái về tình dục của cựu Phó Thủ tướng Trung Quốc Trương Cao Lệ. Những lo ngại liên tục về cô Soái, ngay cả sau khi cô đã trở lại với công chúng, đã khiến Hiệp hội Quần vợt Nữ hủy bỏ các giải đấu sẽ được tổ chức tại Trung Quốc trong năm nay, làm mất đi khoảng 1 tỷ USD doanh thu.

Tờ Yale Daily News đã công bố bức thư ấn danh của sinh viên – một ngoại lệ trong chính sách tiêu chuẩn về biên tập – với lý do rằng những sinh viên có gia đình ở Trung Quốc có thể phải chịu sự trừng phạt của Trung Cộng nếu danh tính của họ bị tiết lộ.

Tác giả của bài báo này chỉ trích Văn phòng Đầu tư Yale đã không xem xét các tác động về mặt đạo đức của các khoản đầu tư vào Trung Quốc và không công bố công khai chính sách đầu tư có đạo đức dành riêng cho đầu tư vào Trung Quốc. Không sự xét đến cáo buộc của cô Bành Soái là đúng hay sai, tác giả này đưa ra một trường hợp sử dụng việc



CHRISTOPHER CAPOZZELLO / GETTY IMAGES

Đại học Yale ở New Haven, Connecticut.

thoái vốn như một đòn bẩy để gây áp lực lên Trung Cộng về những vi phạm nhân quyền của Đảng này. Tác giả này nêu rõ, “Nếu không có áp lực quốc tế liên tục và mạnh mẽ, chúng ta sẽ không bao giờ lại nghe thấy điều có ý [Peng Shuai] phải nói, bởi vì chỉ có một ngôn ngữ duy nhất mà Trung Cộng hiểu được: ngôn ngữ của quyền lực.”

Tác giả cho biết thêm: “Các quỹ tài trợ của Yale cần phải thoái vốn khỏi Trung Quốc. Hồ sơ theo dõi Trung Cộng đã cho thấy rõ rằng rằng mỗi đồng USD đầu tư vào Trung Quốc là phi đạo đức, cho đến khi Trung Cộng sẵn sàng hồi đáp và có hành động đối với các cáo buộc của cô Bành Soái và nhiều người khác.”

Laru Đức biên dịch

Ngoại trưởng Blinken: Mối quan hệ Hoa Kỳ–Trung Quốc ngày càng đối nghịch

DOROTHY LI

Ngoại trưởng Hoa Kỳ Antony Blinken nói rằng ông nhận thấy ngày càng có nhiều khía cạnh “đối nghịch” trong mối quan hệ của Hoa Kỳ với Trung Quốc. Sự thay đổi này phần lớn là do Trung Cộng đã trở nên “quyết đoán hơn, hiểu biết hơn nhiều, cho dù là trong khu vực hay xa hơn, dưới nhiều cách thức khác nhau,” ông Blinken nói trong một sự kiện trực tuyến hôm 24/01.

Nhà ngoại giao hàng đầu của Hoa Kỳ lưu ý rằng mối quan hệ này đang ngày càng trở nên đối nghịch, thay vì cạnh tranh và hợp tác, là hai yếu tố làm nền tảng cho các chính sách của chính phủ Tổng thống Biden đối với Trung Quốc.

Ông Blinken đưa ra những lời chỉ trích nhằm vào hoạt động đầu tư cơ sở hạ tầng ở hải ngoại của Trung Quốc, các khoản đầu

tư được nhà nước hậu thuẫn vào các ngành và công nghệ nhạy cảm cũng như thái độ của nước này đối với nhân quyền và sớ hữu trí tuệ.

Theo ông Blinken, một cách hiệu quả để đề phòng “các khoản đầu tư có vấn đề” từ Trung Quốc hay bảo vệ công nghệ của Hoa Kỳ không bị rơi vào tay quân đội Trung Quốc là phối hợp với các đồng minh và tham gia nhiều hơn vào các tổ chức quốc tế.

“Khi Hoa Kỳ tự giải quyết vấn đề này, chúng ta đạt được 20 hoặc 25% GDP [tổng sản phẩm quốc nội] của thế giới. Khi chúng tôi thực hiện việc này cùng với các đối tác và đồng minh ở Âu Châu hoặc Á Châu, con số này là 40, 45%, hay 50% GDP của thế giới,” ông Blinken nói.

“Trung Quốc khó có thể bỏ qua điều đó.”

Xây dựng các liên minh và quan hệ đối tác để chống lại một



Ngoại trưởng Hoa Kỳ Antony Blinken trong một cuộc họp báo ở Geneva, hôm 21/01/2022.

loạt các hành vi lạm dụng kinh tế và quân sự của Trung Cộng là trọng tâm trong các tiếp xúc của chính phủ Tổng thống Biden với Trung Quốc.

Hoa Kỳ, Liên minh Âu Châu, và Nhật Bản vào tháng 11/2021 tuyên bố họ sẽ gia hạn quan hệ đối tác ba bên để giải quyết những thách thức do các thực tiễn phi thị trường đặt ra.

Ông Blinken cũng đã có chuyến công du ngoại quốc đầu tiên trên cương vị ngoại trưởng tới Đông Nam Á, nhằm thắt chặt quan hệ đối tác trong khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương. Hoa Thịnh Đốn đang gia tăng đầu tư và giao dịch thương mại ở các quốc gia như Indonesia – nước phụ thuộc nhiều về kinh tế vào Trung Quốc.

Về cạnh tranh công nghệ, chính phủ Tổng thống Biden sẽ thúc đẩy việc thông qua Đạo luật Vi mạch Bán dẫn (CHIPS Act) trị giá 52 tỷ USD, ông Blinken nói.

Thượng viện đã thông qua đạo luật này hồi tháng 06/2021, bao gồm 52 tỷ USD để mở rộng hoạt động sản xuất vi mạch bán dẫn trong nước, nhưng dự luật đã bị đình trệ trong nhiều tháng tại Hạ viện. Ông Blinken gọi dự luật này là một “bước tiến lớn” để thúc đẩy khả năng cạnh tranh của đất nước với công

nghệ Trung Quốc. Hôm 25/01, các nghị viên tại Hạ viện đã công bố phiên bản của dự luật này trong nỗ lực đàm phán về dự luật cuối cùng với Thượng viện trong năm nay.

Trong khi lưu ý đến hành vi gây hấn ngày càng mạnh mẽ của Trung Cộng khắp thế giới, ông Blinken nói rằng việc tách biệt hoàn toàn khỏi Bắc Kinh sẽ là “thiếu sót” và có khả năng là “không hợp lý”.

“Một lần nữa, nếu được thực hiện đúng cách, thì hoạt động thương mại, đầu tư, bao gồm cả với và từ Trung Quốc, có thể là một việc tốt.

Ông nói: “Nhưng nếu sân chơi này không bình đẳng – và thực tế là không, do nhiều thông lệ mà Trung Quốc thực hiện – thì đó là một vấn đề cần phải được giải quyết một cách hiệu quả.”

Phù Du biên dịch

TRUNG QUỐC

Ứng dụng Thế Vận Hội Mùa Đông 2022 có thể theo dõi người dùng

FRANK FANG và DAVID ZHANG

Một nhà nghiên cứu Mỹ đang cảnh báo về một lỗ hổng bảo mật trong một ứng dụng dành cho điện thoại thông minh, vốn là điều kiện tiên quyết đối với tất cả những người tham dự Thế Vận Hội Mùa Đông 2022, mô tả những gì ông phát hiện là “vô đạo đức và đáng lo ngại”.

Ông Jonathan Scott, kỹ sư bảo mật di động hàng đầu tại công ty công nghệ tài chính eLabs, mới đây đã phát hiện ra lỗ hổng này sau khi thiết kế đảo ngược công nghệ cá nhân bản iOS và Android của ứng dụng MY2022 – một công cụ được Bắc Kinh phát triển để theo dõi tình trạng sức khỏe COVID-19 của người dùng đồng thời cung cấp thông tin về Thế Vận Hội.

Ông Scott cũng phát hiện ra một điều là thuật toán AI đáng sợ ứng dụng vào được Công ty iFLYTEK phát triển, một công ty công nghệ Trung Quốc nằm trong danh sách đen, nổi tiếng vì sự liên hệ mật thiết của mình với các hoạt động vi phạm nhân quyền của Bắc Kinh ở vùng viễn tây Tân Cương của nước này.

Trong một cuộc phỏng vấn với chương trình “China Insider” của EpochTV, ông Scott đã giải thích lỗ hổng này là gì – ứng

dụng nghe lén mọi âm thanh tiếng động và khi ứng dụng này phát hiện người dùng nói những từ mà Bắc Kinh cho là nhạy cảm, nó sẽ thu thập đoạn âm thanh đó và gửi đến hệ thống máy chủ ở Trung Quốc để phân tích.

Theo ông Scott, ứng dụng này sẽ theo dõi người dùng nền trước của điện thoại ngay khi các từ nhạy cảm xuất hiện, ngay cả khi người dùng điện thoại đó ứng dụng ở chế độ nền.

“Đó là một ứng dụng xâm phạm... nếu quý vị đang tham gia Thế Vận Hội Mùa Đông 2022, thì quý vị không có lựa chọn nào khác ngoài việc cài đặt ứng dụng này,” ông nói.

Về những từ nhạy cảm này là gì, ông Scott cho biết chúng là những từ tạo nên một bản danh sách báo phim kiểm duyệt được các báo truyền đởi bởi Citizen Lab. Danh sách này phục vụ điều mà ông ấy gọi là một “tình năng báo động” để kích hoạt chức năng ghi âm của ứng dụng.

Citizen Lab, một viện nghiên cứu tại Đại học Toronto, đã công bố bản phân tích pháp y kỹ thuật số của mình vào ngày 18/01/2022 và phát hiện ra rằng chức năng mã hóa của ứng dụng để bảo vệ tệp âm thanh cũng như các từ khai y tế và hải quan của người dùng có thể để bị tin tặc tấn công.

iFLYTEK cùng 27 công ty và các cơ quan an ninh công cộng khác của Trung Quốc vào danh sách đen của Bộ Thương mại Hoa Kỳ.

Hồ sơ của bộ cho biết “các tổ chức này có dính líu tới các hoạt động vi phạm và lạm dụng nhân quyền trong việc thực hiện chiến dịch đàn áp, giam giữ tùy tiện hàng loạt, và giám sát công nghệ cao của Trung Quốc đối với người

Duy Ngô Nhì, người Kazakhstan, và các thành viên khác của các nhóm thiểu số “Bờ giáo.”

Một số chính phủ phương Tây, bao gồm Hoa Kỳ và Anh Quốc, đã xác định rằng các chính sách của chính quyền Trung Quốc ở Tân Cương đã tạo thành tội ác diệt chủng. Ước tính có khoảng một triệu người, hầu hết trong số họ là người Duy Ngô Nhì, hiện đang bị giam giữ trong các trại tập trung, nơi họ được biết đến là đối tượng bị lạm dụng, bao gồm cưỡng bức triệt sản, cưỡng bức phá thai, cưỡng hiếp, tra tấn, lao động cưỡng bức, và tách trẻ em ra khỏi gia đình.

“Chính thức hành vi này đã khiến họ bị đưa vào danh sách đen. Đó là việc giám sát người dân... Đó là hành vi vi phạm nhân quyền vì nó liên quan đến quyền riêng tư dữ liệu, chúng quy lại đó là bản chất của vấn đề này,” ông Scott khẳng định.



Một người dùng cầm điện thoại di động hiển thị ứng dụng chính thức của Thế Vận Hội Mùa Đông 2022 có tên là “MY2022” tại Bắc Kinh hôm 20/01/2022.

Hiện tại, câu hỏi đặt ra là liệu ứng dụng này có nên được cho sử dụng trên các cửa hàng ứng dụng của Google và Apple hay không.

“Đối với việc Apple và Google cho phép một công ty trong danh sách đen thực sự có mặt trên ứng dụng của người Mỹ, ý tôi là, rõ ràng có vấn đề ở đó, phải vậy không?” ông Scott nói. “Chúng ta hoàn toàn không thể bắt tay với họ được, nhưng chúng ta buộc phải có ứng dụng này trên thiết bị của mình.”

Một số quốc gia – bao gồm Úc, Canada, Hoa Kỳ, và Anh Quốc – đã tuyên bố tẩy chay ngoại giao Thế Vận Hội Mùa Đông 2022, sự kiện được đăng cai tại thủ đô Bắc Kinh, Trung Quốc từ ngày 04/02 đến ngày 20/02.

Apple và Google đã không phúc đáp yêu cầu bình luận này.

Hồng Ân biên dịch



Kevin Frayer/Getty Images

Đại sứ Nhật Bản: Hành vi của Trung Cộng đi ngược lại trật tự quốc tế

ANDREW THORNEBROOKE

Theo một vị đại sứ Nhật Bản, căng thẳng đang tiếp diễn giữa Trung Quốc và trật tự quốc tế lớn hơn [với những nước theo chủ nghĩa tự do], đôi khi các giải pháp phải khác với những gì đã được sử dụng trong Chiến tranh Lạnh. Điều đó có nghĩa là việc tách rời, một quá trình được đề nghị để tách rời hoàn toàn khỏi Trung Quốc về mặt kinh tế, là khó xảy ra.

Ông Koji Tomita, đại sứ Nhật Bản tại Hoa Kỳ, nói rằng “Trung Quốc là một quốc gia khác với Liên Xô trong Chiến tranh Lạnh.”

“La nền kinh tế lớn thứ hai trên thế giới, Trung Quốc đang hội nhập sâu rộng vào nền kinh tế toàn cầu, và là một quốc gia lớn. Trung Quốc có trách nhiệm rất quan trọng trong việc giải quyết những thách thức toàn cầu như biến đổi khí hậu.”

Ông Tomita đã đưa ra các bình luận trên trong một cuộc thảo luận hôm 18/01, do Viện Brookings tổ chức, bao gồm các chủ đề rộng lớn như kinh tế, COVID-19 và an ninh khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương.

Trong cuộc đàm luận, ông Tomita đã tập trung vào tầm nhìn chung của Nhật Bản và Hoa Kỳ về một khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương tự do, cởi mở, và trật tự quốc tế dựa trên luật lệ, cũng như vai trò của Trung Quốc có thể chưa thể hiện trong đó.

“Chúng tôi rất muốn Trung Quốc trở thành một phần của tầm nhìn này, nhưng thật không may, một số khía cạnh trong hành vi của Trung Quốc dường như đi ngược lại,” ông Tomita nói.

Các đồng minh theo đuổi sự an toàn và minh bạch, chứ không phải sự tách rời

Các bình luận này được đưa ra trong bối cảnh một số trong giới chính trị Mỹ ngày càng bản tán nhiều về việc tách rời [khỏi Trung Quốc về mặt kinh tế], và nêu ra các vấn đề quan trọng liên quan đến mức độ thực tế của những ý tưởng đó.

Trong tự, một quan chức ngoại giao cao cấp Hoa Kỳ tại Nhật Bản nói rằng chính phủ Tổng thống (TT) Biden không tìm cách tách khỏi Trung Quốc, nhưng xác nhận rằng họ đang tìm cách ngăn chặn các công nghệ quan trọng đối với an ninh của nước này không bị chuyển giao cho Cộng hòa Nhân dân Trung Hoa mà không có sự cho phép.

“Tôi không nghĩ rằng Hoa Kỳ hay Nhật Bản đang tìm cách tách khỏi Trung Quốc,” ông Raymond Greene, đại biện lâm thời cho Đại sứ quán Hoa Kỳ tại Tokyo, nói trong cuộc

đàm luận này.

“Cả những nỗ lực của Nhật Bản trong an ninh kinh tế và những nỗ lực của chúng tôi trong các lĩnh vực như phục hồi chuỗi cung ứng, đều có ý nghĩa quan trọng để bảo đảm chủ nghĩa tự do, đôi khi các giải pháp phải khác với những gì đã được sử dụng trong Chiến tranh và Minh Bạch.”

Từ lâu các chuyên gia an ninh đã kêu gọi một lệnh cấm cái gọi là chuyên gia công nghệ trí tuệ nhân tạo và các công nghệ trọng yếu khác cho Trung Quốc, cho dù những chuyên gia đó là thông qua gián điệp hay các thỏa thuận thương mại hợp pháp. Ngày càng có nhiều lo ngại trong cộng đồng hoạch định chính sách của Mỹ rằng các công nghệ của Hoa Kỳ có thể được quân đội Trung Quốc áp dụng và sử dụng để chống lại Hoa Kỳ.

Vì dụ, hồi tháng 10/2021, các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện đã cảnh báo rằng Trung Cộng đang tận dụng công nghệ đánh cắp được từ Hoa Kỳ, để tạo ra các vũ khí mới, bao gồm cả hỏa tiễn siêu thanh.

Trong tự như vậy, Trung tâm Phân tích và An ninh Quốc gia gần đây đã bắt đầu một chiến dịch tư vấn cho doanh nghiệp Mỹ về những rủi ro của các hoạt động gián gián, nói rằng Trung Cộng đã nhiều lần đánh cắp các công nghệ của Hoa Kỳ.

Cựu sĩ quan về nhu liệu của Lực lượng Không gian cũng cảnh báo thêm rằng mối đe dọa từ nội gián là thách thức lớn nhất mà các công ty công nghệ và trường đại học Mỹ phải đối mặt, và rằng Trung Cộng đã có một nỗ lực phối hợp sắp đặt để đánh cắp các công nghệ quan trọng và mới nổi.

Để đạt được mục tiêu đó, ông Greene nói rằng chính phủ TT Biden đang tìm kiếm sự thay đổi thực sự trong việc bảo vệ các công nghệ quan trọng, nhưng thay đổi đó không đòi hỏi phải có sự đổ vỡ hoàn toàn về kinh tế và ngoại giao do sự tách rời với Trung Quốc gây ra.

Ông Greene tuyên bố: “Chúng tôi muốn có một hàng rào nhỏ. Một hàng rào nhỏ nhưng rất cao, để bảo vệ các công nghệ cạnh tranh cốt lõi của mình trong các lĩnh vực có thể mạnh kinh tế, đồng thời cho phép hoạt động thương mại và đầu tư bình thường trong các lĩnh vực không nhạy cảm.”

Ông Greene cho rằng trật tự quốc tế dựa trên luật lệ là rất quan trọng đối với sự trỗi dậy của Trung Quốc như một cường quốc toàn cầu, và rằng hành động gây hấn của Trung Cộng chống lại Hoa Kỳ và Nhật Bản là phi pháp và vô ích.

phục sự mất cân bằng trong an ninh – điều mà Nhật Bản sẽ tìm cách hợp tác cùng với Hoa Kỳ.

“Tất nhiên, điều đầu tiên là nâng cấp khả năng phân tích và rà đe trong bối cảnh hợp tác liên minh của chúng ta,” ông Tomita nhận xét.

Ông Tomita cũng nói thêm rằng các nỗ lực chung của Hoa Kỳ và Nhật Bản sẽ tìm cách xây dựng sức mạnh tổng hợp giữa hai quốc gia để tạo ra khả năng phục hồi tốt hơn. Theo ông, những nỗ lực như vậy sẽ bao gồm đầu tư vào khoa học và công nghệ, cũng như nỗ lực bảo đảm chuỗi cung ứng và thúc đẩy các giá trị dân chủ thông qua các diễn đàn như Đối thoại Tứ giác An ninh (QUAD).

Ông Greene nêu rõ khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương là “trung tâm” trong nền tảng của chính phủ TT Biden và chiến lược toàn cầu quan trọng nhất. Ông cho rằng Nhật Bản là quốc gia “vô cùng quan trọng” đối với sự hưng thịnh liên tục của các nền dân chủ tự do trong khu vực.

Hai người đồng ý rằng kẻ thù, nếu có một ai đó, thì không phải là Trung Quốc, mà là các biện pháp phân dân chủ và “toàn trị dựa trên công nghệ” (techno-authoritarian) hiện đang được Trung Cộng theo đuổi, bao gồm cả việc đàn áp các dân tộc ở Tân Cương, Hồng Kông, và Tây Tạng.

Ông Greene nói rằng việc “thắt chặt ngoại giao” là cần thiết để bảo đảm rằng không có những tính toán sai lầm về ngoại giao hoặc quân sự có thể dẫn đến hậu quả đáng tiếc cho tất cả các quốc gia liên quan.

Ông nhấn mạnh các vấn đề có tầm quan trọng toàn cầu, như biến đổi khí hậu và kiểm soát vũ khí, có thể đóng vai trò là chất xúc tác cho sự hợp tác giữa Trung Quốc và cộng đồng quốc tế.

“Chúng tôi rất mong muốn hợp tác với Trung Quốc trong các nỗ lực kiểm soát vũ khí đa phương, giống như chúng tôi đã làm với Nga,” ông Greene cho hay.

Trọng tâm của Chính sách Quốc tế Hoa Kỳ

Cuộc đàm luận của ông Tomita và ông Greene diễn ra khi Nhật Bản và Hoa Kỳ gia tăng quan hệ kinh tế, ngoại giao, và quân sự để ngăn chặn các hành động ngày càng thù địch của Trung Quốc, mặc dù mỗi quốc gia đều có lý do lo ngại riêng.

Hoa Kỳ đang tìm cách duy trì một trật tự quốc tế và quyền tự do đi lại trong khu vực vốn quan trọng đối với nền kinh tế và cấu trúc liên minh của nước này. Trong khi đó, Nhật Bản ngày càng lo ngại về việc có thể tiếp tục duy trì nền tự trị của Đài Loan. Nếu Trung Quốc xâm lược hòn đảo này, thì Đài Loan có thể được sử dụng để tiến hành một cuộc tấn công vào Nhật Bản, cũng như các tác động an ninh của các cuộc tập trận quân sự Trung–Nga ngày càng gia tăng.

Chúng tôi rất muốn Trung Quốc trở thành một phần của tầm nhìn này. Nhưng, thật không may, một số khía cạnh trong hành vi của Trung Quốc dường như đi ngược lại

Chi riêng trong tháng 01/2022, hai quốc gia đã đồng ý về một thỏa thuận nâng cấp các chiến đấu cơ của Nhật Bản và tiến hành các cuộc họp “Hai cộng hai” giữa các nhà lãnh đạo ngoại giao và quốc phòng Hoa Kỳ và Nhật Bản.

Những nỗ lực đó tiến lên một tầm cao hơn nữa hôm 21/01, với cuộc gặp gỡ trực tuyến giữa Tổng thống Joe Biden và Thủ tướng Nhật Bản Fumio Kishida.

Một điều đáng có liên quan của Tòa Bạch Ốc, thông báo về cuộc họp này, đã gọi liên minh Nhật Bản–Hoa Kỳ là “nền tảng của hòa bình, an ninh và ổn định ở khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương và trên toàn thế giới.”

Tuy với lời lẽ hùng hồn như vậy, ông Tomita cảnh báo rằng các thông điệp và thỏa thuận bằng những ngôn từ mạnh mẽ là hoàn toàn chấp nhận được, nhưng hòa bình với Trung Quốc sẽ chỉ được duy trì nếu những ngôn từ đó được hỗ trợ bằng hành động cụ thể.

“Tất nhiên, chúng ta có thể cứng rắn trong thông điệp công khai của mình. Nhưng cứng rắn trong thông điệp là một chuyện. Chuẩn bị sẵn sàng là vấn đề hoàn toàn khác.”

Yến Nhi biên dịch

Việc phong tướng để lộ nỗi bất an về quân đội của ông Tập

NINH HẢI CHUNG

Hôm 21/01, Chủ tịch Tập Cận Bình đã phong tướng cho bảy sĩ quan quân đội và cảnh sát vũ trang. Một chuyện gia cho là ông Tập chú trọng vào việc xây dựng đội ngũ trung thành hơn là đội ngũ có tài đánh trận.

Bảy sĩ quan mới được thăng cấp này sẽ chỉ huy Bộ Tư lệnh Chiến khu phía Bắc của Quân Giải phóng Nhân dân (PLA), Bộ Tư lệnh Chiến khu Trung tâm của PLA, Lục quân PLA, Hải quân PLA, Lực lượng Hóa tiễn PLA, và Lực lượng Cảnh sát Vũ trang Nhân dân.

Kể từ khi ông Tập lên nắm quyền, ông đã thúc đẩy chiến dịch chống tham nhũng quy mô lớn trong quân đội Trung Quốc — cách chức một số sĩ quan cao cấp, trong đó có hai cựu phó chủ

tịch của Quân ủy Trung ương (CMC) — và cải cách quân đội. Những vị mới được phong tướng này đều sinh vào những năm 1960 (khoảng 60 tuổi). Kể từ năm 2012, ông Tập đã phong tướng cho 67 sĩ quan quân đội.

Các điều kiện để phong tướng trong PLA là phải đảm nhiệm ít nhất bốn năm tại hàm trung tướng hoặc đảm nhiệm ở các vị trí tư lệnh quân khu ít nhất hai năm. Lễ phong tướng thường diễn ra vào dịp kỷ niệm Ngày thành lập Quân đội Trung Cộng là ngày 01/08 hàng năm.

Thông lệ này đã thay đổi trong những năm gần đây. Việc thăng quân hàm này diễn ra trong khi người đó phục vụ đủ thời gian theo quy định ở một cấp bậc nhất định.

Chuyên gia về các vấn đề

Trung Quốc Thạch Tạng Sơn (Shi Zangshan) cho rằng ông Tập Cận Bình đang rất lo lắng; không phải vì ông ta có thể kiểm soát bao nhiêu sĩ quan, mà là với số bao nhiêu người trung thành với ông ta đủ điều kiện cất nhắc.

Ông Thạch nói: “Trước tiên, ông Tập không phải là người xuất thân trong quân đội. E rằng không có nhiều người [trong quân đội] mà ông Tập có thể tin tưởng được. Điều này thể hiện qua việc thay thế thường xuyên các sĩ quan ở nhiều cấp bậc trong những năm gần đây. Điều quan trọng là ông Tập có thể tin tưởng họ hay không. Thứ hai, ông Tập không thể tìm thấy một vị tướng đủ tiêu chuẩn cho chiến tranh hiện đại.”

Theo phân tích của ông Thạch, để cải cách quân đội cần phải am tường thông tin trong



Lãnh đạo Trung Quốc Tập Cận Bình (bên trái) diễn thuyết sau khi duyệt binh hạm đội Hải quân của Quân Giải phóng Nhân dân Trung Quốc (PLA) ở Biển Đông vào ngày 12/04/2018.

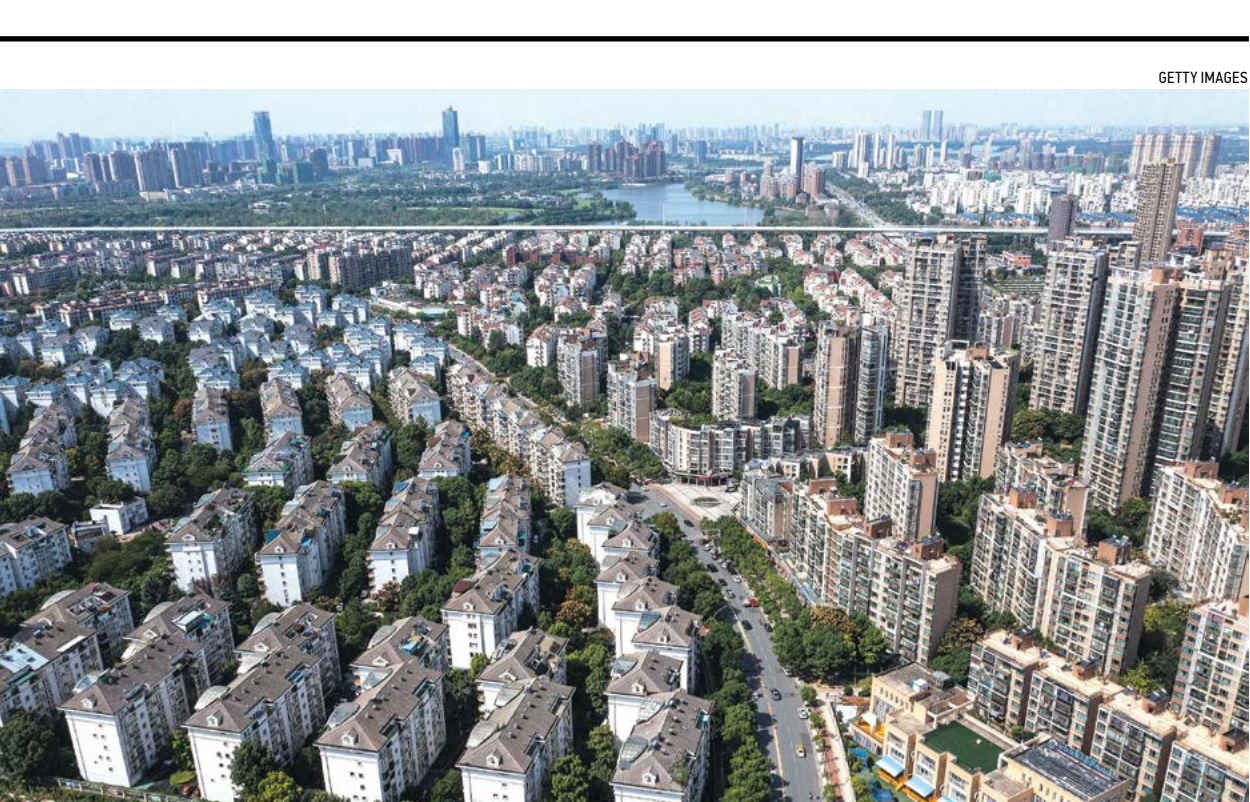
PLA. Điều đó có nghĩa là một vị tướng phải thực sự am hiểu cách tác chiến hiện đại, không chỉ hoạt động của lực lượng lục quân, hải quân, và không quân mà còn cả hoạt động của vệ tinh, hỏa tiễn, hoạt động dựa trên thông tin, tác chiến điện tử, cơ giới hóa lục quân, và lực lượng hỏa tiễn.

Ông giải thích rằng những người am hiểu chiến tranh và công

nghệ hiện đại đều ở độ tuổi 40, nhưng những người đủ điều kiện để thăng cấp lên Quân ủy Trung ương đều khoảng 60 tuổi. Khoảng cách là những 20 năm. “Những người được Đại học Quốc phòng đào tạo trong những năm qua đều khoảng 40 tuổi,” ông Thạch cho biết. Tuy nhiên, không có chỗ trong Quân ủy Trung ương cho những sĩ quan trẻ. Chỗ đó sẽ tiếp tục dành cho các thành viên của cùng một nhóm những người lớn tuổi, những người đảm nhiệm các vị trí tại Quân ủy Trung ương, cho dù những vị này không am hiểu về một cuộc chiến tranh hiện đại toàn diện.

Ông Thạch nói: “Những gì ông Tập có thể làm bây giờ chỉ là chiếm lấy ghế cho những người trung thành tuyệt đối.”

Hồng Ân biên dịch



Ảnh chụp từ trên không cho thấy cộng đồng Evergrande Changqing ở Vũ Hán, tỉnh Hồ Bắc, Trung Quốc, hôm 26/09/2021.

Hay một câu hỏi trị giá 116.6 ngàn tỷ USD?

Nếu quý vị là một người am hiểu về những sự thật bị cấm công bố như tôi, thì quý vị sẽ không tin các số liệu chính thức theo giá trị bề mặt. Quý vị sẽ tiếp tục tìm kiếm những trao đổi tiết lộ câu chuyện thực tiễn. Tôi tin rằng các số liệu thống kê của chính phủ Trung Quốc cũng giả như ở Hoa Kỳ. Và còn hơn thế nữa.

Giáo sư Christopher Balding của Trường Kinh doanh HSBC, Đại học Bắc Kinh, một tổ chức có những nguồn tin khá tốt trong Ban Ôn định Tài chính của Ngân hàng Nhân dân Trung Quốc (PBOC), gần đây đã thực hiện một số phép tính lật ngược sự kết hợp “tài sản trên bảng cân đối kế toán” với “tài sản ngoại bảng”. Hãy nhớ rằng, trong khi các khoản nợ là nghĩa vụ phải trả đối với người đi vay, chúng lại là tài sản đối với người cho vay.

Ông kết luận rằng tổng nợ ở Trung Quốc là 833% GDP. Điều đó có nghĩa là một khoản nợ khoảng 116.6 ngàn tỷ USD. Ôi, Thật là! Mức nợ trên thực tế có thể cao gấp 3.5 lần số liệu chính thức. Ủy ban Cải tổ và Phát triển Quốc gia cho biết khoản nợ của Trung Quốc lên tới 260% GDP (36.4 ngàn tỷ USD). Quỹ Tiền tế Quốc tế (IMF) chấp nhận một ước tính chính thức thấp hơn là 230%. Nhưng giá báo cáo của ông Balding là 833% là đúng. Trong trường hợp đó, thì con số này là vấn đề quan trọng về vốn đối với nền kinh tế thế giới và các khoản đầu tư của quý vị.

Trả lãi hàng năm trong đương 29% GDP?
Hãy nhớ rằng, lãi suất ở Trung Quốc không thấp như ở Hoa Kỳ hoặc âm như ở Âu Châu và Nhật Bản. Giá sử lãi suất bình quân được trả bằng số tiền gửi liên ngân hàng ngắn hạn là 3.5%. Ông Balding nhận xét, “thì mức lãi suất này có nghĩa là chi phí dịch vụ tài chính cho nền kinh tế là 29% GDP danh nghĩa.” Quả là một khó khăn lớn để giải quyết. Ngay cả tốc độ tăng trưởng của

Trung Quốc cũng sẽ không thể đủ chi trả được các chi phí tồn kho hàng năm là 29% này.

Có thể là ông Balding đúng chăng?

Đúng vậy. Tôi thấy có một số gợi ý cho thấy là ông ấy đúng.

Các số liệu tài chính chính thức có hoàn toàn sai không?

Có một điều là hầu hết mọi trường hợp phá sản của Trung Quốc đều mang bằng chứng về đối kế toán là hoàn toàn sai trái

Một cách để diễn đạt lại những tiết lộ của ông Balding là không ai biết ai nợ ai cái gì hay bao thường tin thấy những khoản nợ to lớn không được tiết lộ hoặc các sản phẩm quản trị tài sản (giống Enron) trong các vụ phá sản hoặc vỡ nợ ở Trung Quốc.”

Các khoản nợ không được tiết lộ này làm tăng mạnh sự nghi ngờ về mức nợ thực tế đã được làm thành thấp nhất có thể. Theo các nói của ông Balding, các khoản nợ không được tiết lộ cũng có nghĩa là “các số liệu tài chính chính thức trên bảng cân đối kế toán là hoàn toàn sai trái với những hậu quả tai hại.” Ông cảnh báo, “Các số liệu tài chính chính thức sai lầm này có nghĩa rằng chúng ta cần phải suy nghĩ lại toàn bộ các chính phủ của một số quốc gia khuyếch đại nợ đến mức vượt quá quy mô tài sản do những người giàu có nắm nắm giữ. Vấn đề này khiến việc có thể mua lại các tài sản này càng khó hơn trong khi bị mức nợ hiện tại của họ cản trở.

Ông James Dale Davidson là một nhà kinh tế học và nhà đờ báo tài chính được đánh giá cao, người có bản tin đầu tư nổi tiếng Strategic Investment, được xuất bản năm 1987. Một trong những người hâm mộ lớn nhất của ông Davidson là tỷ phú Peter Thiel, người nói rằng ông Davidson đã truyền cảm hứng cho ông ấy thành lập PayPal và nhắc đến ông Davidson như là “người chọn có phiếu yêu thích của ông ấy”.

‘Không có việc làm tốt nào không bị trừng phạt’
Nói về “sự-sợ-sợ”, quý vị không nên kinh ngạc khi biết rằng ông Balding đã bị sa thải khỏi Đại học Bắc Kinh sau khi thảo luận về kết luận của ông – dựa trên

EPOCH TIMES NGÀY 04 — 10/02/2022



Đoàn xe bọc thép của Nga di chuyển dọc theo một tuyến đường cao tốc ở Crimea hôm 18/01/2022.

Không chỉ Nga, Trung Quốc cũng gây ra các mối đe dọa cho Ukraine

Bắc Kinh đang hợp tác với Moscow và hậu thuẫn về kinh tế

ANDERS CORR



Bất kỳ cuộc xâm lược nào của Nga vào Ukraine cũng đều sẽ phụ thuộc vào khả năng kinh tế của Trung Quốc, và sự xoa dịu ngoại giao của Đức và

Pháp, Bắc Kinh dường như có khả năng khuyến khích Moscow tiến hành xâm lược để phục vụ cho các mục đích của Trung Cộng.

Trong khi lẽ ra NATO nên xoay trục để giải quyết mối đe dọa từ Trung Quốc, thì Nga lại đang đồn 100,000 quân ở biên giới với Ukraine để gây áp lực với NATO về “các bảo đảm an ninh có ràng buộc về mặt pháp lý” rằng Ukraine sẽ không tham gia liên minh này.

Moscow muốn các cơ sở hạ tầng quân sự của NATO rút về những trạng thái như năm 1997, khi hai bên ký kết thỏa thuận. Đây là những yêu cầu bất khả thi, vì điều đó có nghĩa là phá hủy nền dân chủ ở Đông Âu, và mở rộng ảnh hưởng phi tự do của Bắc Kinh và Moscow ra toàn cầu. Nếu NATO xoa dịu Nga bằng cách trì hoãn Ukraine hôm nay, thì Trung Quốc sẽ tăng gấp đôi tham vọng đối với Đài Loan ngày mai. Nhưng bỏ một kẻ bắt nạt chỉ khuyến khích những kẻ bắt nạt khác.

Hiện tại, một số quốc gia ở Đông Âu đã đang phủ quyết các biện pháp của Liên minh Âu Châu nhằm chống lại hành vi lạm dụng nhân quyền và xâm lược lãnh thổ của Bắc Kinh, kể cả ở khu vực Biển Đông. So với Tổng thống Joe Biden, Đức và Pháp là những quốc gia yếu thế hơn Trung Quốc và Nga, và họ đang tìm kiếm các biện pháp ngoại giao thoát hiểm mà có thể cần phải bỏ rơi Ukraine.

Ví dụ, Đức phản đối Estonia tặng các loại pháo đài Liên Xô sản xuất cho Ukraine, vì chúng được để tại Đông Đức khi thống nhất, từ đó chúng được chuyển đến Phần Lan, và sau đó là đến Estonia. Theo ghi nhận của The Wall Street Journal, “Sự khước từ của Đức có thể được Moscow coi là một dấu hiệu khác của sự chia rẽ trong liên minh phương Tây.”

Đây không phải là lúc dành cho sự chia rẽ giữa các nền dân chủ. Dù sao thì Estonia cũng nên giao các khẩu pháo tự hành này cho Ukraine, kèm theo một bài diễn văn về sự hèn nhát của Đức. Việc gia tăng quân đội của Nga rõ ràng đã khiến NATO mất tập trung và mất đoàn kết giữa các thành viên. Tổng thống Hoa Kỳ Joe Biden đã vô tình tiết lộ rằng gần đây các thành viên NATO có phản ứng không đồng thuận về các kịch bản xâm lược khác nhau của Nga.

Nhưng ít nhất thì, chắc chắn là các biện pháp trừng phạt sẽ được áp dụng. Bất kỳ cuộc xâm lược nào sâu hơn vào biên giới vượt ra những lãnh thổ mà ông Putin đã từng chiếm lấy – Crimea và trên thực tế là, cả khu vực Donbass của miền

EPOCH TIMES NGÀY 04 — 10/02/2022



AP PHOTO

Đông Ukraine – sẽ biến ông Vladimir Putin và các thuộc cấp của ông không chỉ trở thành các nhà lãnh đạo của một quốc gia bất kham như hiện tại, mà còn trở thành những kẻ hoàn toàn bị ruồng bỏ.

Ngay cả các đồng minh dân chủ không đủ cứng rắn với Nga và Trung Quốc cũng đang dần mất đi sự tôn trọng. Bài xã luận của nhà sử học Katja Hoyer trên tờ Washington Post có nhan đề “Germany has become a weak link in NATO’s line of defense” (Đức đã trở thành một mắt xích yếu trong tuyến phòng thủ của NATO) đã nói lên tất cả. Bà Hoyer lập luận rằng “không thể phụ thuộc vào Đức khi áp đặt các biện pháp trừng phạt đối với Nga.”

Các biện pháp trừng phạt sẽ khiến Nga dẫn sâu hơn vào vòng tay bắt

lương của Trung Quốc, quốc gia đã nuốt chửng rất nhiều quốc gia khác sau khi họ vi phạm nghiêm trọng luật pháp quốc tế, chẳng hạn như thông qua tội ác diệt chủng hoặc xâm lược các nước láng giềng. Một khi Nga hoàn toàn phụ thuộc vào thương mại với Trung Quốc để né tránh các lệnh trừng phạt của phương Tây, họ sẽ hoàn toàn đánh mất chủ quyền của mình.

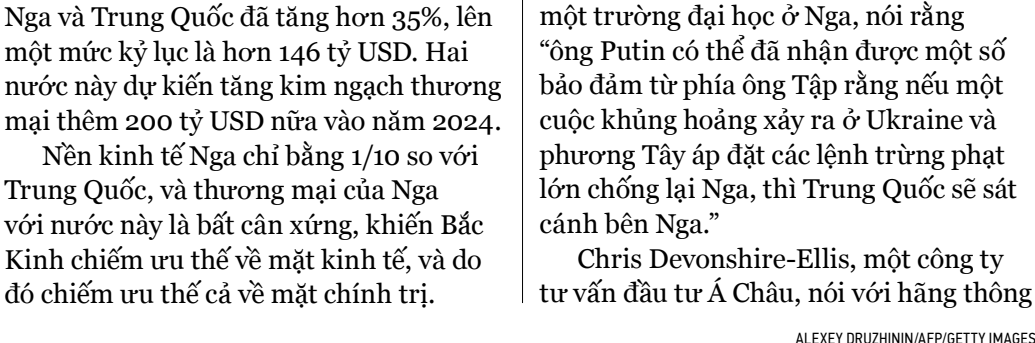
Miền Điện (thường được gọi là Myanmar), Bắc Hàn, Campuchia, Lào, Venezuela, và thêm nữa là Iran, Pakistan, Afghanistan, Philippines, và Nga đang đặt ra nghi vấn về lòng trung thành đối với nền dân chủ so với lợi nhuận kiếm được ở Trung Quốc.

Ông Tập Cận Bình đang ép ông Putin trượt trên cùng những con dốc già, bằng cách trì hoãn các thỏa thuận cấp cao chờ ký kết tại Bắc Kinh, bao gồm cả một bản hợp đồng cuối cùng cho một đường ống dẫn khí đốt tự nhiên, tên là Power of Siberia-2, sẽ tiếp tục kể nối dài hai cường quốc phi tự do này.

Theo lưuy của ông Simes, “Các nhà phân tích cho rằng tình trạng bế tắc giữa Nga và phương Tây về vấn đề Ukraine, vốn có khả năng mang lại các biện pháp trừng phạt mới chống lại Moscow, có thể thật chặt hơn nữa mối quan hệ của Điện Kremlin với Bắc Kinh.”

Hàng thông tấn Nikkei trích lời giáo sư quan hệ quốc tế Artyom Lukin, tại một trường đại học ở Nga, nói rằng “ông Putin có thể đã nhận được một số bảo đảm từ phía ông Tập rằng nếu một cuộc khủng hoảng xảy ra ở Ukraine và phương Tây áp đặt các lệnh trừng phạt lớn chống lại Nga, thì Trung Quốc sẽ sát cánh bên Nga.”

Chris Devonshire-Ellis, một công ty tư vấn đầu tư Á Châu, nói với hãng thông



Lãnh đạo Trung Quốc Tập Cận Bình và Tổng thống Nga Vladimir Putin tham dự một buổi lễ ký hợp đồng cung cấp khí đốt dài số, kéo dài nhiều thập niên tại Thượng Hải vào ngày 21/05/2014.

tấn này rằng: “Nếu có thêm nhiều biện pháp trừng phạt thương mại hơn nữa đối với Nga, thì Moscow sẽ cần phải tăng cường khả năng tìm nguồn cung ứng cho Nga ở những nơi khác, với Trung Quốc là một lối thoát.”

Kể từ năm 2010, Nga đã ngày càng trở nên phụ thuộc hơn vào xuất cảng năng lượng của Trung Quốc, bao gồm xuất cảng thông qua hai đường ống trị giá 80 tỷ USD và một nhà máy xử lý khí đốt trị giá 13 tỷ USD.

Nếu Nga xâm lược Ukraine, Hoa Kỳ và đồng minh nên có ngay các biện pháp trừng phạt cứng rắn, kể cả các biện pháp trừng phạt chống lại ông Putin, các cộng sự thân tín nhất của ông, những doanh nhân lớn nhất của Nga, toàn bộ thân nhân trong gia đình trực hệ của họ, khoản nợ công của nước này, quyền truy cập vào hệ thống ngân hàng quốc tế SWIFT và công nghệ của Hoa Kỳ, các công ty hàng đầu của Trung Quốc đang kinh doanh ở Nga, và đường ống dẫn năng lượng Nord Stream-2 đến Đức.

Đức có trách nhiệm đặc biệt trong việc tránh một cuộc chiến tranh, và nếu nước này không dừng việc có ý chằm chập trong vấn đề về Nga, thì họ cần phải đổi mặt với những hậu quả kinh tế.

Như bà Hoyer đã nói, “mọi thứ phụ thuộc vào Berlin... Nếu Đức tiếp tục giao thương với Nga trong khi các quốc gia NATO khác áp dụng các biện pháp trừng phạt, thì tác động từ kinh tế sẽ giảm đi nhiều. Điều đó sẽ buộc các đồng minh phương Tây của Đức phải leo thang tình hình bằng sự can thiệp quân sự hoặc lùi lại, cho phép ông Putin thực hiện thêm một cuộc xâm chiếm nữa.”

Để tự giải thoát khỏi vấn đề đạo đức vốn có trong mối quan hệ với Moscow, Đức nên chi số tiền cần thiết để loại bỏ mối quen hữu hoạt mỗi trường của mình: phụ thuộc vào khí đốt của Nga. Điều này có thể đạt được bằng cách quay trở lại năng lượng hạt nhân sạch hơn. Đức cũng nên tìm kiếm an ninh năng lượng nhiều lớp bằng cách tăng gấp ba lần cảng và cơ sở lưu trữ cho khí đốt tự nhiên hóa lỏng của Hoa Kỳ và đồng minh để thay thế 1.7 tỷ mét khối mà nước này hiện đang mua từ Nga.

Từ thế phòng ngự của Đức cũng quá yếu. “Ông [Olaf] Scholz không sẵn lòng gánh vác một phần sức nặng của nền an ninh tập thể phương Tây nhiều hơn người tiền nhiệm Angela Merkel của ông ấy,” theo bà Hoyer.

Và Đức muốn đàm phán với Nga tuân theo “định dạng Normandy”, chỉ bao gồm Nga, Ukraine, Đức, và Pháp. Về căn bản, điều đó sẽ khiến NATO tan rã trước một cuộc xâm lược chống lại một nền dân chủ đồng minh đang tìm cách gia nhập liên minh này.

Pháp cũng tỏ ra yếu thế trước Nga khi đề nghị Liên minh Âu Châu đàm phán riêng với Moscow, phá vỡ hàng phòng thủ của NATO trước sự hiểu chiến của Nga. Do đó, Đức và Pháp, hai trong số các nền dân chủ mạnh nhất thế giới, đang thể hiện ra một sự hèn nhát không thể tha thứ về mặt đạo đức và thiên chấp về mặt chiến lược khi đối mặt với các mối đe dọa và khả năng bị Nga lừa dối.

Nếu Đức và các đồng minh khác không thực hiện vai trò của mình trong việc kiểm chế Nga, bảo vệ nền dân chủ mới của Ukraine, cũng như xây dựng nền dân chủ trên toàn cầu, thì những hậu quả kinh tế cần được xem xét không chỉ đối với Trung Quốc và Nga, mà còn đối với các đồng minh đang ăn bám của chúng ta.

Không một đồng minh dân chủ nào có thể trốn tránh nghĩa vụ chi tiêu quốc phòng mạnh mẽ và đứng lên chống lại các nhà độc tài trên thế giới và sự xâm lược của họ đối với các nền dân chủ khác. Nếu Đức và Pháp thực sự muốn dẫn thân vào con đường đố với vô mặt đất kết giữa các nước đồng minh, họ có thể kéo một Hoa Kỳ bất đắc dĩ nhưng cứng rắn cùng họ vào một cuộc khủng hoảng chung hoặc tự nguyện.

Quan điểm trong bài viết này là của tác giả và không nhất thiết phản ánh quan điểm của The Epoch Times.

Ông Anders Corr có bằng cử nhân/ thạc sĩ khoa học chính trị tại Đại học Yale (2001) và tiến sĩ về chính phủ tại Đại học Harvard (2008). Là người đồng biên Corr Analytics Inc., nhà xuất bản của Tạp chí Rủi ro Chính trị, và đã thực hiện các nghiên cứu sâu rộng ở Bắc Mỹ, Âu Châu, và Á Châu.

Thuần Thanh, Ảnh Dương, và Minh Ngọc biên dịch

ĐÔNG DƯƠNG

Ấn Độ muốn cả Nga và Hoa Kỳ là đồng minh chống lại Trung Quốc

Nhưng Moscow cũng hung hăng như Bắc Kinh trong việc chống lại nền dân chủ

Tiếp theo từ trang 1

ùng họ quốc gia Đông Âu này vì lịch sử bang giao và một Ấn Độ muốn duy trì tình bạn với cả Nga và Hoa Kỳ để sẵn sàng cho bất kỳ cuộc chiến tiềm tàng nào chống lại Trung Quốc.

Tại một cuộc họp thượng đỉnh hồi tháng 12/2021 với Thủ tướng Narendra Modi, nhà lãnh đạo Nga Vladimir Putin tuyên bố sẽ hợp tác với Ấn Độ về các vấn đề kỹ thuật–quân sự “theo cách không giống với bất kỳ quốc gia nào khác.” Ông Putin nhắc đến trình độ phát triển các thiết bị quân sự và quy trình sản xuất công nghệ cao, đáng chú ý nhất là ở chính Ấn Độ.

Ấn Độ có một lịch sử “tình hữu nghị” lâu dài với quốc gia có thể được mô tả đúng nhất, nhưng lại hiểm thấy trong thời hiện đại, là một đế chế Đông Âu. Vào ngày 09/08/1971, Liên Xô và Ấn Độ đã ký “Hiệp ước Hòa Bình, Hữu Nghị và Hợp tác” ở New Delhi, nhưng mỗi bang giao này đã có lịch sử xa xưa hơn nhiều.

Ngày nay, Liên bang Xô Viết cũ đã sụp đổ, còn Nga thì nghèo khó về kinh tế – một phần là do hành động xâm lược lãnh thổ ở Ukraine và các lệnh trừng phạt của phương Tây.

Trung Quốc đang vươn lên thành một thế chế độc tài quân có nhất thế giới, hùng mạnh nhất về quân sự, và hung hăng về lãnh thổ. Nga có rất ít giá trị để bán ra quốc tế, ngoài dầu mỏ, khí đốt, và lúa mì. Họ có công nghệ quân sự phát triển trong thời Chiến tranh Lạnh, mà họ dùng làm đòn bẩy cho quyền lực chính trị. Ấn Độ muốn mua để tập trung việc sản xuất quân sự của mình vào cuộc chiến ngày càng gay gắt chống Trung Quốc ở các vùng biên giới phía bắc.

Tuy nhiên hợp tác với Moscow về sản xuất trong lĩnh vực quân sự sẽ phá hủy các năng lực bản địa hiện có. Chẳng hạn, Moscow và New Delhi có kế hoạch sản xuất hơn 600,000 khẩu súng trường AK-230 của Nga trong vòng hơn 10 năm tại Ấn Độ. Nhưng số vũ khí này sẽ thay thế vũ khí hạng nhẹ INSAS do nội địa phát triển và sản xuất mà quân đội Ấn Độ đã sử dụng trong suốt ba thập niên. Những khẩu AK mới do Ấn Độ–Nga hợp tác sản xuất bán đầu sẽ không phải do Ấn Độ sản xuất 100%, và một số bộ phận sẽ được sản xuất tại Nga.

Những nghịch lý và những rạn nứt khác trong mối bang giao Nga–Ấn là hiện hữu.

Cựu đại sứ Ashok Sajjanha đã lưu ý trên tờ Sunday Guardian của New Delhi hôm 15/01 rằng: “Mối bang giao ngày càng phát triển của Ấn độ với Hoa Kỳ và mối quan hệ ngày càng mở rộng của Nga với Trung Quốc và Pakistan là những vấn đề có thể nảy sinh xung đột lợi ích” giữa Ấn Độ và Nga.

Ông Sajjanhar cũng là chủ tịch của Viện Nghiên cứu Toàn cầu của New Delhi. Những lời bình luận của ông xuất hiện trong bài bình phẩm về cuốn sách



Tổng thống Nga Vladimir Putin và Thủ tướng Ấn Độ Narendra Modi đến dự cuộc họp với các quan chức và doanh nhân Nga và Ấn Độ tại Điện Kremlin ở Moscow, vào ngày 24/12/2015.

mới nhất của Achala Moulik, “Kỷ niệm 50 năm quan hệ Ấn Độ–Nga.”

Mối quan hệ này rất quan trọng đối với nền chính trị toàn cầu, bao gồm cả cuộc xung đột giữa Hoa Kỳ và Trung Quốc, vì những người ủng hộ dân chủ trên toàn thế giới đều mong muốn điều tốt nhất cho Ấn Độ – chứ không phải là mối quan hệ mạo hiểm với một nước Nga hung hăng về lãnh thổ, và dĩ lại với một kẻ thù thậm chí còn nguy hiểm hơn: Trung Quốc. Nếu Ấn Độ suy yếu bởi vì một nước Nga “hai mặt”, chẳng hạn, thì nền dân chủ sẽ suy yếu trên toàn cầu.

Có rất nhiều cơ hội chơi trò hai mạng như vậy. Hồi tháng 12/2021, Ấn Độ và Nga đã cam kết hợp tác quân sự, bao gồm cả hòa tiến hành trình sử thao BraMos mới trong một thập niên nữa. Đây là bước tiến gần đây nhất trong hợp tác quốc phòng kỹ thuật cao và khá mong manh giữa hai nước, trong đó bao gồm cả việc Ấn Độ lên kế hoạch mua hóa tiễn đất đối không S-400.

Hoa Kỳ cho rằng việc mua sắm như vậy là không khôn ngoan. Khi Thổ Nhĩ Kỳ mua hệ thống S-400, Hoa Kỳ đã cấm vận nước này theo Đạo luật trừng phạt Đối thủ của Hoa Kỳ năm 2017 (CAITSA). Hoa Thịnh Đốn cũng đe dọa trừng trị với New Delhi, cùng với việc hạ cấp quan hệ Mỹ–Ấn nói chung.

Việc Moscow tiếp tục níu lấy Ấn Độ khiến cho quốc gia Nam Á này khó có các cơ hội tốt hơn để hợp tác quốc phòng với Hoa Kỳ và Âu Châu – là những quốc gia có chung giá trị dân chủ và tự do với Ấn Độ.

Điểm nổi bật nhất của việc hợp tác Moscow–Delhi là thỏa thuận hóa tiễn BrahMos, cho thấy “Ấn Độ đang nỗ lực để trở thành một nhà xuất cảng vũ khí.” Ông Joyeeta Basu, biên tập viên của tờ Sunday Guardian ở New Delhi viết rằng, “Thỏa thuận này tạo ra một động lực cho nội địa,” vốn là một ưu tiên hàng đầu của chính phủ đương nhiệm.

Basu đã viết trong một email rằng, “Các thời chính phủ đã bỏ qua khía cạnh này và giữ cho Ấn Độ không phụ thuộc vào việc nhập cảng vũ khí. Mọi thứ giờ đã

Ông Sajjanhar viết: “Ấn Độ đã cố gắng giải thích với phía Nga rằng mối bang giao ngày càng phát triển của Ấn Độ với Hoa Kỳ hay việc Ấn Độ gia nhập Bộ Tư hoặc ở Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương không nhằm chống lại Nga theo bất kỳ cách nào.” “Đó là để bảo đảm khả năng chống lại chính sách xâm lược và bành trướng của Trung Quốc”.

Việc Nga không ủng hộ Ấn Độ trong mối bang giao với Hoa Kỳ và các đồng minh là một thách thức cho mối quan hệ Nga–Ấn.

Ông Sajjanhar viết: “Rất tiếc là Nga đã không lường hết được mối đe dọa mà Ấn Độ phải đối mặt từ Trung Quốc trên các vùng biên giới ở đất liền, đặc biệt là các hành động đe dọa không có dấu hiệu giảm đi của Trung Quốc.”

Còn nữa, Ấn Độ không thích việc Nga nói ủng hộ Trung Quốc. Ông Sajjanhar viết:

“Một số quan chức Nga... hát những lời khen ngợi đối với Sáng kiến Vành đai và Con đường của Trung Quốc, hoàn toàn thừa nhận dự án quan trọng nhất của họ – Hành lang Kinh tế Trung Quốc–Pakistan (CPEC) – đi qua lãnh thổ bị Pakistan chiếm đóng một cách bất hợp pháp.”

“Sẽ yên tâm hơn nếu các quan chức Nga này cùng chỉ trích Trung Quốc vì hành động gây hấn với Ấn Độ, vì họ đã đơn phương vi phạm tất cả các thỏa thuận đã ký kết về việc duy trì hòa bình và yên ổn tại biên giới giữa hai nước, và vì đã xây dựng dự án CPEC qua lãnh thổ của Ấn Độ.”

Ông Basu và một chuyên gia quốc phòng khác của Ấn Độ, ông Subir Bhaumik, ám chỉ rằng Việt Nam và Indonesia đều muốn mua hệ thống Brahmos.

“Việc bán Brahmos đánh dấu một bước ngoặt quan trọng đối với Ấn Độ trong nỗ lực trở thành nước xuất cảng khí tài quân sự,” ông Bhaumil viết trong một email. “Cho đến nay Ấn Độ là một trong những nhà nhập cảng khí tài quân sự lớn nhất nhưng việc bán Brahmos cho Philippines sẽ khiến Ấn Độ trở thành một tác nhân thay đổi cuộc chơi đáng chú ý.”

Việc bán vũ khí của Ấn Độ sẽ làm gia tăng “chính sách ngoại giao quân sự của quốc gia Nam Á rộng lớn này ở Á Châu, và nếu Việt Nam và Indonesia thế chân Philippines trong việc mua Brahmos, điều đó chắc chắn sẽ giúp Delhi phát triển các mối quan hệ quân sự mạnh mẽ với những quốc gia vốn đã thể hiện đủ dấu hiệu đứng lên chống lại Trung Quốc,” ông Bhaumil viết.

“Những quốc gia đang ở gần cơn ác mộng Trung Quốc, điểm tắc nghẽn ở Malacca là rất trọng yếu, đặc biệt là vì hải quân Ấn Độ đang chuẩn bị đặt căn cứ tại Sabang, Indonesia,” ông nói. “Họ đang huấn luyện đội tàu ngầm của Việt Nam.”

Ông Sajjanhar lưu ý rằng mối quan hệ an ninh “Bộ Tư” của Ấn Độ với Hoa Kỳ, Nhật Bản, và Úc, cùng với các vấn đề ở khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương nói chung và Trung Quốc nói riêng, đã dẫn đến những căng thẳng trong mối quan hệ Nga–Ấn.

Ông Sajjanhar viết: “Ấn Độ đã cố gắng giải thích với phía Nga rằng mối bang giao ngày càng phát triển của Ấn Độ với Hoa Kỳ hay việc Ấn Độ gia nhập Bộ Tư hoặc ở Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương không nhằm chống lại Nga theo bất kỳ cách nào.” “Đó là để bảo đảm khả năng chống lại chính sách xâm lược và bành trướng của Trung Quốc”.

Việc Nga không ủng hộ Ấn Độ trong mối bang giao với Hoa Kỳ và các đồng minh là một thách thức cho mối quan hệ Nga–Ấn.

Ông Sajjanhar viết: “Rất tiếc là Nga đã không lường hết được mối đe dọa mà Ấn Độ phải đối mặt từ Trung Quốc trên các vùng biên giới ở đất liền, đặc biệt là các hành động đe dọa không có dấu hiệu giảm đi của Trung Quốc.”

Còn nữa, Ấn Độ không thích việc Nga nói ủng hộ Trung Quốc. Ông Sajjanhar viết:

“Một số quan chức Nga... hát những lời khen ngợi đối với Sáng kiến Vành đai và Con đường của Trung Quốc, hoàn toàn thừa nhận dự án quan trọng nhất của họ – Hành lang Kinh tế Trung Quốc–Pakistan (CPEC) – đi qua lãnh thổ bị Pakistan chiếm đóng một cách bất hợp pháp.”

“Sẽ yên tâm hơn nếu các quan chức Nga này cùng chỉ trích Trung Quốc vì hành động gây hấn với Ấn Độ, vì họ đã đơn phương vi phạm tất cả các thỏa thuận đã ký kết về việc duy trì hòa bình và yên ổn tại biên giới giữa hai nước, và vì đã xây dựng dự án CPEC qua lãnh thổ của Ấn Độ.”

Ông Sanjaha lập luận rằng “Nga sẽ không muốn nhìn thấy một Á Châu do Trung Quốc thống trị hoặc một thế giới do Trung Quốc kiểm soát. Để theo đuổi một thế giới đa cực, Ấn Độ là đối tác khả thi nhất của họ.”

Ấn Độ là một đối tác quan trọng đối trọng với quyền lực kinh tế và quân sự ngày càng tăng của Bắc Kinh, cũng như các mục tiêu bá chủ toàn cầu của nước này. Nhưng Moscow lại liên kết ủng hộ Bắc Kinh, gây ra nguy cơ hợp tác hai mặt, và khiến Ấn Độ rời xa những người bạn thực sự của nền dân chủ ở Âu Châu và Bắc Mỹ.

Chúng ta cũng hy vọng rằng Ấn Độ có thể tự lo cho mình cùng với sự giúp đỡ của các nền dân chủ và các đồng minh khác trên thế giới, thoát khỏi sự phụ thuộc vào liên minh công nghệ không đáng tin cậy và những ảnh hưởng phi tự do với Nga.

Quan điểm trong bài viết này là của tác giả và không nhất thiết phản ánh quan điểm của The Epoch Times.

Ông Anders Corr là cư nhân/thạc sĩ khoa học chính trị tại Đại học Yale (2001)

Ông Sajjanhar lưu ý rằng mối quan hệ an ninh “Bộ Tư” của Ấn Độ với Hoa Kỳ, Nhật Bản, và Úc, cùng với các vấn đề ở khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương nói chung và Trung Quốc nói riêng, đã dẫn đến những căng thẳng trong mối quan hệ Nga–Ấn.

Thuần Thanh biên dịch

TÂY DƯƠNG

Nhiều quốc gia Âu Châu nổi lòng các hạn chế COVID-19 bất chấp mức lây nhiễm cao

KATABELLA ROBERTS

Nhiều quốc gia khắp Âu Châu đã bắt đầu nổi lòng các quy tắc và hạn chế COVID-19 nhằm phát triển nền kinh tế, bất chấp mức độ gia tăng các ca nhiễm do biến thể Omicron.

Hôm 27/08, Anh Quốc đã dỡ bỏ nhiều hạn chế – bao gồm khẩu trang bắt buộc ở những địa điểm có không gian kín và giấy thông hành vaccine trước đây được yêu cầu để vào cửa các hộp đêm và các sự kiện lớn – mặc dù các cơ sở này vẫn có thể chọn sử dụng giấy thông hành COVID của Dịch vụ Y tế Quốc gia (NHS) nếu họ muốn làm như vậy.

Người dân trong quốc gia này cũng không còn được khuyến nghị làm việc tại nhà và kể từ ngày 31/01, sự giới hạn về số lượng khách được phép vào các viện dưỡng lão cũng sẽ bị xóa bỏ.

Các biện pháp “Kế hoạch B” này đã được ban hành từ tháng 12/2021 sau khi các ca nhiễm biến thể Omicron được phát hiện tại quốc gia này.

Những du khách đã chích ngừa nhập cảnh vào quốc gia này sẽ không còn phải xét nghiệm hoặc cách ly, trong khi những du khách chưa chích ngừa chỉ phải làm các xét nghiệm trước và sau khi khởi hành, nhưng cũng không bắt buộc phải cách ly trừ phi họ có kết quả dương tính với virus.

Ở những vùng khác của Hà Lan, nơi đã bị phong tỏa nghiêm ngặt từ giữa tháng 12/2021, chính phủ Hà Lan cũng thông báo họ sẽ bắt đầu dỡ bỏ các hạn chế để cho phép ngành dịch vụ nhà hàng, khách sạn đón khách trở lại.

“Kể từ 26/01, hầu hết các địa điểm ở đất nước chúng ta có thể mở cửa trở lại, dưới một số điều kiện nhất định,” giới chức của quốc gia này cho biết trong hướng dẫn giải thích việc nổi lòng các biện pháp ứng phó. “Điều này có nghĩa là các nhà hàng và quán bar, rạp chiếu phim, nhà hát, phòng hòa nhạc, bảo tàng, sở thú và các công viên giải trí có thể mở cửa trở lại.”

Từ hôm 26/01, ngành nhà hàng, khách sạn Hà Lan được phép đón khách trở lại, nhưng chỉ với điều kiện giảm sức chứa và áp dụng các quy định về giãn



Trưởng nhóm chích ngừa Julie Fletcher chuẩn bị chích vaccine AstraZeneca/Oxford COVID-19 cho bệnh nhân là cô Gillian Marriott, tại nhà của cô ở Hasland, gần Chesterfield, miền trung nước Anh, hôm 14/04/2021.

năng miễn dịch toàn cầu, nhờ vaccine hoặc nhờ mọi người có khả năng miễn dịch sau khi nhiễm bệnh, hoặc theo mùa.”

“Vì vậy, chúng tôi dự đoán rằng sẽ có một khoảng thời gian lắng dịu trước khi COVID-19 có thể quay trở lại vào cuối năm, nhưng không nhất thiết là đại dịch sẽ quay trở lại,” ông nói.

Tuy nhiên, Trung tâm Phòng

ngừa và Kiểm soát Dịch bệnh Âu Châu (ECDC) hồi đầu tháng này đã cảnh báo Âu Châu sẽ phải sẵn sàng cho việc có nhiều ca bệnh hơn trong những tuần tới do biến thể Omicron gây ra, có thể làm trầm trọng thêm tình trạng thiếu nhân công thiết yếu như nhân viên y tế.

Cơ quan y tế EU cho biết mức độ rủi ro sức khỏe cộng

đồng nói chung là “rất cao” khi các ca nhiễm biến thể Omicron tiếp tục lan rộng khắp Âu Châu.

Đã có ít nhất 120,294,000 ca nhiễm được ghi nhận và 1,954,000 trường hợp tử vong do COVID-19 gây ra ở Âu Châu cho đến nay, theo Reuters.

Nguyễn Lê biên dịch



Tổng Hội Sinh Viên Việt Nam sẽ tổ chức Hội Tết Sinh Viên lần thứ 40 để chào đón Tết Nguyên đán với các tiết mục trình diễn và âm thực truyền thống, cùng với nhiều cuộc thi và nhiều trò chơi đặc sắc khác.

FEBRUARY 5-6

OC Fair & Event Center

SAT 10AM-10PM
SUN 10AM-9PM
\$8 GENERAL ADMISSION



Hosted By








Contact Us | (714) 576-6411 • tetfestival.org • contact@uwsa.org • 2831 Western Ave, Unit B, Garden Grove, CA 92841

Kinh tế Đài Loan tăng trưởng cao nhất trong hơn một thập niên nhờ xuất cảng



Khách mua sắm đi bộ dưới hàng đèn lồng giăng cao khi người dân chuẩn bị cho Tết Nguyên Đán tại Phố Dìhwa ở Đài Bắc, Đài Loan, hôm 10/02/2021.

RITA LI

Năm 2021, nền kinh tế Đài Loan tăng trưởng với tốc độ nhanh nhất trong hơn một thập niên, nhờ vào xuất cảng mạnh mẽ công nghệ trong đại dịch COVID-19 để cung ứng cho xu hướng làm việc và học tập tại nhà.

Theo dữ liệu thống kê của chính phủ công bố hôm 27/01, tăng trưởng tổng sản phẩm quốc nội (GDP) năm 2021 vượt qua dự báo 6.1% trước đó lên mức 6.3%, được

thúc đẩy do quý 4/2021 tăng lên 4.9% so với cùng thời kỳ năm trước.

Đây là kết quả tốt nhất kể từ mức tăng 10.3% trong năm 2010 sau cuộc khủng hoảng tài chính toàn cầu. Năm 2020, nền kinh tế Đài Loan ghi nhận mức tăng 3.1%.

Bloomberg đưa tin rằng sau khi công bố kết quả nói trên, quan chức thống kê cao cấp Wu Pei-hsuan cho biết tại cuộc họp báo, “Nhu cầu bên ngoài gia tăng, vị thế công nghiệp mạnh mẽ của chúng ta, và tranh chấp công nghệ Hoa Kỳ–Trung Quốc đồng nghĩa với việc một số doanh nghiệp có cơ sở ở hải ngoại đã chuyển hoạt động sản xuất trở lại Đài Loan.”

Là một trung tâm quan trọng trong chuỗi cung ứng công nghệ toàn cầu cho những đại công ty như Apple Inc, nền kinh tế Đài Loan đã vượt trội so với nhiều quốc gia cùng khu vực do nhu cầu mạnh mẽ đối với các sản phẩm công nghệ cao của họ. Năm 2021, xuất cảng của Đài Loan tăng 29.4% lên mức cao kỷ lục; con khác chất bán dẫn đại đẳng khắp thế giới cũng đã lấp đầy các số đặt hàng của các nhà sản xuất vi mạch bán dẫn Đài Loan, làm sản xuất trong nước tăng mạnh.

Đài Loan sẽ công bố số liệu GDP điều chỉnh vào ngày 24/02, bao gồm cả ước tính tăng trưởng cho cả năm.

Trung Quốc suy thoái

Là đối tác thương mại hàng đầu của Đài Loan, Trung Quốc ghi nhận mức tăng trưởng GDP chậm lại trong suốt cả năm.

Trung Quốc công bố GDP của họ đã tăng 4% trong quý cuối cùng của năm 2021 so với một năm trước đó, ít hơn mức tăng 4.9% trong quý thứ 3 và giảm mạnh so với mức tăng trưởng 7.9% trong quý thứ 2 và 18.3% trong quý đầu tiên. Mặc dù Trung Quốc tuyên bố GDP của họ đã tăng 8.1% trong năm 2021, nhưng các nhà quan sát thị trường vẫn nghi ngờ độ tin cậy của các số liệu.

Ông Edward Huang, một nhà bình luận và người dẫn chương trình thảo luận người Đài Loan chuyên về kinh tế Trung Quốc, cho biết những người bên ngoài khó có thể tin tưởng vào số liệu kinh tế chính thức của Trung Quốc.

Ông nói với ấn bản Hoa ngữ của The Epoch Times trong một cuộc phỏng vấn gần đây: “Tôi nghĩ rằng con số này có thể

hơi quá cao. Nguyên nhân chính dẫn đến sự hoài nghi rộng rãi về con số này là do tình hình chung kém lý tưởng ở Trung Quốc hồi năm ngoái,” đồng thời nêu rõ các tác động của cuộc khủng hoảng nguồn điện nội địa, sự hạn chế của các cơ quan quản trị, và các đợt bùng phát COVID-19 lê tế.

Chủ khách sạn Lý Hua (bí danh) đã đóng cửa hoạt động kinh doanh ở miền nam Trung Quốc hồi tháng trước. Ông nói với The Epoch Times rằng, “Tôi biết nhiều cửa hàng đã đóng cửa và đối chủ, nhưng vấn đề vẫn chưa được giải quyết,” và lo lắng về việc mất niềm tin kinh doanh.

Giáo sư Frank Tạ Điền từ Đại học Nam Carolina, Aiken, cho biết: “Hầu hết các ngành công nghiệp thực sự đang sa thài một lượng lớn người lao động. Tiêu dùng của người Trung Quốc đang rất trì trệ và yếu ớt.”

Ông Tạ cho biết bên cạnh việc tiêu thụ nội địa trì trệ, nhu cầu toàn cầu đối với các sản phẩm Trung Quốc sẽ giảm bớt khi nhiều chuỗi sản xuất ngoại quốc chuyển ra khỏi lãnh thổ Trung Quốc.

Bản tin có sự đóng góp của Yi Ru và Reuters. Bình Hòa biên dịch

Pháp cấm người chưa chích ngừa đến các nơi công cộng

LORENZ DUCHAMP

Hôm 24/01, chính phủ Pháp đã ban hành luật mới ngăn chặn những người chưa chích ngừa đến hầu hết các địa điểm công cộng như nhà hàng, quán bar, địa điểm du lịch, và địa điểm tổ chức thi đấu thể thao.

Biện pháp này áp dụng cho tất cả những người từ 16 tuổi trở lên chưa chích vaccine ngừa virus Trung Cộng, và không áp dụng cho những người mới khỏi bệnh gần đây.

Kể từ mùa hè năm ngoái, Pháp đã yêu cầu phải có một “thẻ sức khỏe” để đến bất kỳ quán cà phê, bảo tàng, rạp chiếu phim, hoặc đi tàu liên vùng hoặc lên chuyến bay nội địa. Những người chưa chích ngừa có thể kích hoạt thẻ này nếu gần đây có kết quả xét nghiệm âm tính, nhưng đến ngày 24/01 thì mọi chuyện đã khác.

Sáng kiến mới này được đưa ra trong bối cảnh các quan chức y tế Pháp lo ngại rằng quốc gia Âu Châu này đang đối mặt với sự gia tăng các ca nhiễm COVID-19; Pháp ghi nhận số ca nhiễm virus Trung Cộng hàng ngày cao nhất tại Âu Châu. Theo dữ liệu của Trung tâm

Phòng ngừa và Kiểm soát Dịch bệnh Âu Châu, Pháp có số người chích ngừa cao hơn mức trung bình của Âu Châu – gần 76% dân số đã chích ngừa đầy đủ so với mức trung bình 69,7% ở các khu vực trong Liên minh Âu Châu (EU) và Khu vực Kinh tế Âu Châu (EEA).

Việc cập nhật giấy thông hành vaccine này của đất nước là một phần trong kế hoạch của Tổng thống (TT) Emmanuel Macron để làm cho cuộc sống của những người chưa chích ngừa gặp khó khăn đến mức họ không còn cách nào ngoài việc phải chích ngừa.

Các nhà phê bình đã đặt câu hỏi về hành động của TT Macron và nghi ngờ liệu giấy thông hành vaccine có tạo ra nhiều khác biệt ở một quốc gia mà 94% người trưởng thành đã chích ít nhất một liều vaccine hay không.

Gần đây, TT Macron đã làm

đấy lên sự chỉ trích từ công chúng và các đối thủ chính trị sau khi tiết lộ kế hoạch chích ngừa COVID-19 của mình, khi nói rằng chiến lược của ông là “chọc giận” những người từ chối chích ngừa và làm cho cuộc sống của họ khó khăn hơn để cuối cùng họ sẽ phải đi chích ngừa.

“Tôi không muốn chọc giận người Pháp... Nhưng giờ đây những người chưa chích ngừa, tôi thực sự muốn khiến họ tức giận. Và vì vậy, chúng ta sẽ tiếp tục làm như thế, cho đến khi kết thúc. Đây là chiến lược,” ông Macron nói trong một cuộc phỏng vấn với Le Parisien hồi đầu tháng 01/2022.

Vài ngày sau đó, vị Tổng thống Pháp cho biết ông vẫn bảo lưu bình luận trước đó của mình, nói rằng trách nhiệm của ông là phải gióng lên hồi chuông cảnh báo trước mỗi đe dọa do biến thể Omicron của virus Trung Cộng gây ra.

“Tôi bảo lưu những ý kiến trước đó của mình,” TT Macron nhấn mạnh rằng chính phủ có nghĩa vụ đặt ra những hạn chế đối với những người chưa chích ngừa, để bảo vệ những công dân Pháp đã chích ngừa.

Để được xem là “đã chích ngừa đầy đủ” theo giấy thông hành vaccine, trẻ em trong độ tuổi 12–17 sẽ không bắt buộc phải chích mũi bổ sung, nhưng người lớn sẽ cần phải chích mũi nữa. Trong khi đó, hôm 24/01, Pháp đã cho phép sử dụng các mũi chích tăng cường cho trẻ em



Người biểu tình cầm một tấm biểu ngữ có nội dung 'Nói không với thẻ thông hành vaccine' trong một cuộc biểu tình ở Paris, hôm 22/01/2022.

từ 12 đến 17 tuổi.

Theo các nghiên cứu, Omicron ít có khả năng gây bệnh nặng hơn so với biến thể Delta trước đó. Omicron lây lan dễ

dàng hơn các chủng virus Trung Cộng khác và đã trở thành biến thể chiếm ưu thế ở nhiều quốc gia. Các nghiên cứu cho biết biến thể này dễ dàng lây nhiễm sang những người đã chích ngừa hoặc đã từng nhiễm các phiên bản COVID-19 trước.

Chính phủ Pháp đã ít đặt thêm hạn chế trước làn sóng mới do Omicron gây ra, thay vào đó tập trung vào “giấy thông hành vaccine”. Quốc hội và Hội đồng Hiến Pháp đã thông qua vào tuần 17–23/01. Trong nhiều tháng liên tiếp,

đất nước này đã bị vạ vây bởi các cuộc biểu tình lớn chống các biện pháp hạn chế virus Trung Cộng của chính phủ, bao gồm cả cuộc biểu tình vào ngày 22–23/01 – hàng chục ngàn người trên toàn quốc đã phản đối chính thể chiếm ưu thế ở nhiều quốc gia. Các nghiên cứu cho biết biến thể này dễ dàng lây nhiễm sang những người đã chích ngừa hoặc đã từng nhiễm các phiên bản COVID-19 trước.

Chính phủ Pháp đã ít đặt thêm hạn chế trước làn sóng mới do Omicron gây ra, thay vào đó tập trung vào “giấy thông hành vaccine”.

Quốc hội và Hội đồng Hiến Pháp đã thông qua vào tuần 17–23/01. Trong nhiều tháng liên tiếp,

EU chia rẽ với Hoa Kỳ về quyết định quan trọng liên quan đến Ukraine

JACK PHILLIPS

Hôm 24/01, một quan chức Liên minh Âu Châu cho biết khối 27 quốc gia này sẽ không làm theo quyết định của Hoa Kỳ trong việc di tản nhân viên và thành viên gia đình ra khỏi đại sứ quán Ukraine trong bối cảnh căng thẳng giữa Nga và phương Tây leo thang.

“Chúng tôi sẽ không làm điều tương tự,” Đại diện Cao cấp về An ninh và Chính sách Ngoại giao của EU Josep Borrell tuyên bố tại một cuộc họp.

Ông Borrell nói đang chờ thông tin từ Ngoại trưởng Antony Blinken về quyết định của Bộ Ngoại giao trong việc di tản một số nhân viên.

“Chúng tôi biết rất rõ mức độ các mối đe dọa và cách mà chúng tôi phải phản ứng, và chắc chắn chúng ta phải tránh những phản ứng gieo hoang mang sợ hãi,” ông Borrell cho biết hôm 24/01. “Quý



Các thành viên của Lực lượng Phòng thủ Lãnh thổ Kyiv được huấn luyện tại một khu công nghiệp vào ngày 15/01/2022 tại Kyiv, Ukraine.

vị phải bình tĩnh làm những gì quý vị phải làm, và tránh việc dẫn đến một tình huống căng thẳng.”

Chủ tịch Ủy ban Âu Châu Ursula von der Leyen cũng đưa ra tuyên bố tương tự sau khi Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ cho biết vào tối ngày 23/01 rằng có vài cuộc di

tán sẽ được bắt đầu. Bà nói rằng “EU sẽ song hành cùng Ukraine trong hoàn cảnh khó khăn này” đồng thời thông báo “một gói hỗ trợ tài chính mới bao gồm cả khoản cho vay và trợ cấp khẩn cấp cho Ukraine.”

“Chúng tôi kiên định với

quyết tâm của mình,” bà von der Leyen nói. “EU đã hỗ trợ rất nhiều cho Ukraine, cả khả năng phục hồi và hiện đại hóa của đất nước, và đặc biệt là để chống lại đại dịch COVID-19. Kể từ 2014, EU và các tổ chức tài chính Âu Châu đã phân bổ hơn 17 tỷ EUR viện trợ không hoàn lại và các khoản cho vay cho quốc gia này.”

Theo một tuyên bố từ Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ, các thành viên gia đình của các nhân viên chính phủ Hoa Kỳ tại Đại sứ quán Hoa Kỳ ở Kyiv đã được yêu cầu rời khỏi thủ đô của Ukraine.

“Lệnh trên cho phép những công chức lựa chọn rời đi nếu họ muốn, điều đó không bắt buộc,” Đại sứ quán này thông báo hôm 23/01. “Nhưng các thành viên trong gia đình thì phải rời khỏi nước này.” Các quan chức Ukraine nói rằng các quyết định di tản nhân viên của Hoa Kỳ, Anh Quốc và các quốc gia khác là quá sớm. Bộ Ngoại giao Ukraine nói với các

hãng thông tấn rằng Úc và Đức cũng xác nhận một số nhân viên sẽ rời Ukraine.

Bộ Ngoại giao Ukraine cũng cho biết trong một tuyên bố hôm 24/01 rằng có 129 lãnh sự quán và đại sứ quán ngoại quốc đã xác nhận rằng họ sẽ không di tản.

Trong khi đó, Hoa Kỳ đã đặt khoảng 8,500 binh sĩ trong tình trạng sẵn sàng trong trường hợp NATO kích hoạt Lực lượng ứng phó của họ hoặc nếu tình hình ở Đông Âu xấu đi hơn nữa, một phát ngôn viên chính của Ngũ Giác Đài xác nhận hôm 24/01.

“Điều thực sự quan trọng cần nhớ là chưa có lệnh điều động nào được ấn định và chưa có nhiệm vụ nào được giao. Đây là về việc giúp một người sẵn sàng rời đi trong trường hợp cần thiết,” Tham vụ Báo chí Bộ Quốc phòng John Kirby nói với các phóng viên ở Hoa Thịnh Đốn.

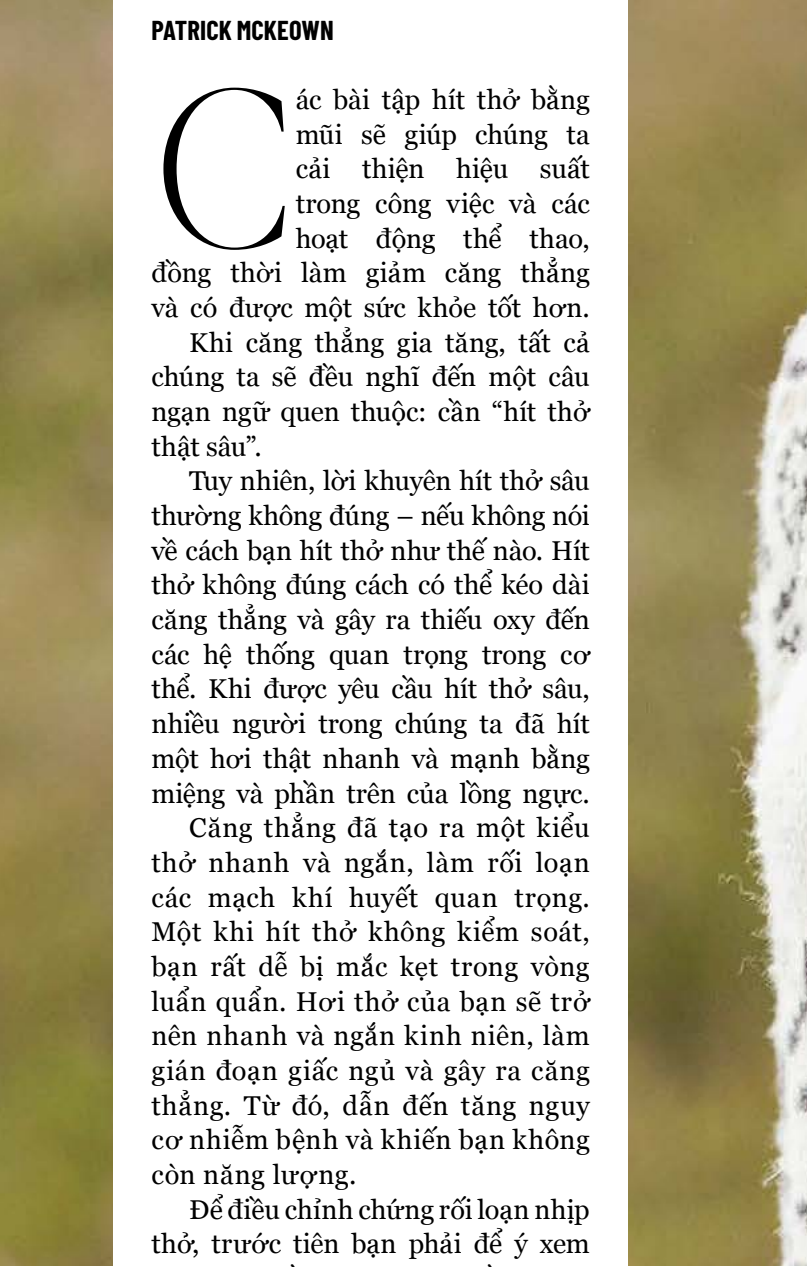
Phù Du biên dịch

TÂM & THÂN

Thở sao cho khỏe?

Bài tập giúp bạn khôi phục lại cách hít thở bằng mũi

Theo NTD News
Bản tin có sự đồng góp của The Associated Press.
Minh Ngọc biên dịch



PATRICK MCKEOWN

Các bài tập hít thở bằng mũi sẽ giúp chúng ta cải thiện hiệu suất trong công việc và các hoạt động thể thao, đồng thời làm sức căng thẳng và có được một sức khỏe tốt hơn. Khi căng thẳng gia tăng, tất cả chúng ta sẽ đều nghĩ đến một câu ngạn ngữ quen thuộc: cần “hít thở thật sâu”.

Tuy nhiên, lời khuyên hít thở sâu thường không đúng – nếu không nói về cách bạn hít thở như thế nào. Hít thở không đúng cách có thể kéo dài căng thẳng và gây ra thiếu oxy đến các hệ thống quan trọng trong cơ thể. Khi được yêu cầu hít thở sâu, nhiều người trong chúng ta đã hít một hơi thật nhanh và mạnh bằng miệng và phần trên của lồng ngực.

Căng thẳng đã tạo ra một kiểu thở nhanh và ngắn, làm rối loạn các mạch khí huyết quan trọng. Một khi hít thở không kiểm soát, bạn rất dễ bị mắc kẹt trong vòng luẩn quẩn. Hơi thở của bạn sẽ trở nên nhanh và ngắn kinh niên, làm gián đoạn giấc ngủ và gây ra căng thẳng. Từ đó, dẫn đến tăng nguy cơ nhiễm bệnh và khiến bạn không còn năng lượng.

Để điều chỉnh chứng rối loạn nhịp thở, trước tiên bạn phải để ý xem mình thở bằng miệng hay bằng mũi. Vào ban ngày, việc nhận biết điều này thật dễ dàng. Nhưng ban đêm thì khó hơn một chút. Nếu bạn ngày hoặc bị ngưng thở khi ngủ, người chung giường của bạn có thể nói cho bạn biết. Còn nếu bạn ngủ một mình, có một vài dấu hiệu để bạn nhận ra rằng mình đang thở bằng miệng.

Khi bạn thường xuyên thức dậy với tình trạng khô miệng và hơi thở có mùi vào buổi sáng, rất có thể bạn đã thở bằng miệng trong khi ngủ. Sau 40 tuổi, khả năng bạn ngủ ít nhất một nửa thời gian thở bằng miệng vào ban đêm cao hơn khoảng sáu lần. Trọng lượng tăng thêm lên bụng, cổ và lưng cũng góp phần vào việc thở bằng miệng. Và đôi với phụ nữ trải qua thời kỳ mãn kinh, nguy cơ ngưng thở khi ngủ tăng 200%.

Lợi ích của việc thở bằng mũi

Việc hít thở bằng mũi rất quan trọng đối với sức khỏe. Hít thở bằng mũi giúp cải thiện chất lượng của không khí hít vào thông qua quá trình lọc, làm ấm và làm ẩm không khí trước khi đến phổi. Quá trình này tạo ra một tuyến phòng thủ đầu tiên chống lại virus, vi khuẩn và các tác nhân gây dị ứng. Mũi bảo vệ bạn khỏi 20 tỷ hạt vật chất lạ mỗi ngày. Khi nói đến việc hít thở, miệng thực sự không có mục đích gì ngoài việc đóng vai trò dự phòng. Trong khi

mũi thực hiện ít nhất 30 chức năng của cơ thể.

Thở bằng mũi hiệu quả hơn 22% so với thở bằng miệng. Điều này có nghĩa là việc hít thở sẽ trở nên dễ dàng hơn và cơ hít thở sẽ không bị mệt quá nhanh.

Khi thở bằng mũi, bạn hít phải khí nitric oxide (NO) được tạo ra trong các xoang xung quanh mũi. Khí NO giúp khử trùng không khí hít vào nhờ khả năng ức chế sự nhân lên của virus COVID-19. Đồng thời bảo vệ cơ thể khỏi vi khuẩn, nấm và các mầm bệnh khác.

Hít vào và thở ra bằng mũi giúp đường thở được thông thoáng. Khí CO2 và NO trong đường thở mũi đều có tác dụng làm giãn mạch máu, giúp mũi không bị tắc nghẽn. Nitric oxide cũng có tác dụng mở các mạch máu trong phổi, cho phép nhiều oxy đi vào máu hơn.

Hít thở bằng mũi khi ngủ giúp khác phục chứng ngáy bằng miệng và làm cho các triệu chứng ngưng thở khi ngủ ít nghiêm trọng hơn nhiều. Trong quá trình thở bằng miệng, lưỡi có thể chặn ngang đường thở và khiến bạn bị nghẹt thở. Thở bằng miệng làm cho luồng không khí lưu thông nhanh hơn. Do vậy làm tăng khả năng bị xẹp đường thở. Các nhà khoa học đã chứng minh rằng khi



Thở bằng mũi hiệu quả hơn 22% so với thở bằng miệng. Điều này có nghĩa là việc hít thở sẽ trở nên dễ dàng hơn và cơ hít thở sẽ không bị mệt quá nhanh.

bệnh nhân bị ngưng thở do thở bằng miệng trong lúc ngủ, họ ngưng thở thường xuyên hơn và giảm nồng độ oxy máu nhiều hơn.

Ngoài ra, khi bạn tập thể dục, hít thở bằng mũi có thể mang lại một số lợi ích sau:

- Ngăn ngừa bệnh hen suyễn do tập thể dục gây ra bằng cách bảo vệ đường thở khỏi bị kích ứng và viêm.
- Sử dụng cơ hoành, từ đó hỗ trợ cột sống, giảm nguy cơ chấn thương và cải thiện tư thế và chuyển động thân thể lành mạnh.
- Giúp bạn tập thể dục với tốc độ chậm hơn cho đến khi việc hít thở được luyện tập đúng cách, làm giảm huyết áp, căng thẳng, và giúp bạn tránh tập luyện quá sức.
- Cải thiện quá trình cung cấp oxy cho các cơ đang hoạt động.

Mặc dù chúng ta thường coi O2 là khí thở quan trọng nhất, nhưng cơ thể con người cũng cần sự cân bằng CO2 lành mạnh để tồn tại. Hầu hết O2 bạn hít vào sẽ ở trong huyết sắc tố của tế bào hồng cầu đi khắp cơ thể. Nhưng CO2 quan trọng vì CO2 là chất xúc tác giải phóng O2 đến các mô và cơ quan.

Khi thở mạnh và nhanh bằng

Xem tiếp trang 30

Việc hít thở bằng mũi rất quan trọng đối với sức khỏe. Hít thở bằng mũi giúp cải thiện chất lượng của không khí hít vào thông qua quá trình lọc, làm ấm và làm ẩm không khí trước khi đến phổi.

SHYMA LIBERTY/ISTOCKPHOTO

Thở sao cho khỏe? Bài tập giúp bạn khôi phục lại cách hít thở bằng mũi

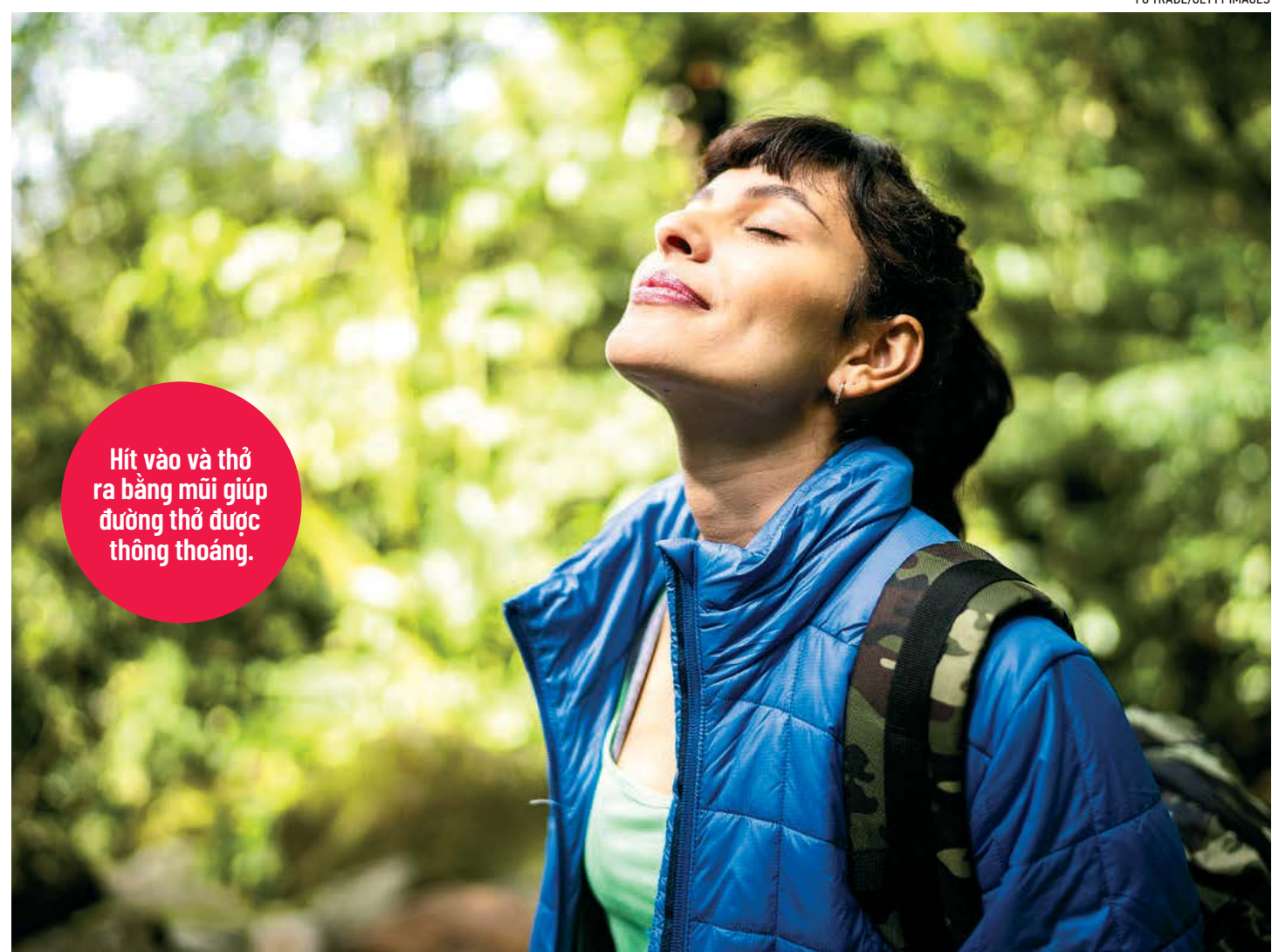
Tiếp theo từ trang 29

miệng, bạn sẽ thải ra quá nhiều CO2. Điều đó nghĩa là, mặc dù bạn hít thở nhiều không khí hơn, nhưng cơ thể bạn sẽ có ít O2 hơn. Thở bằng mũi giúp duy trì nồng độ CO2 ở mức bình thường và làm chậm nhịp thở. Vì vậy không khí sẽ ở lại trong phổi của bạn lâu hơn. Đó là một trong những lý do tại sao thở bằng mũi cung cấp O2 cho toàn bộ cơ thể tốt hơn.

Hít thở bằng mũi kích hoạt các vùng não cần thiết cho sự chú ý và tập trung. Đồng thời làm tăng lưu lượng máu đến não và giúp bạn có hiệu suất làm việc tốt hơn. Ngược lại, thở bằng miệng có thể kích hoạt phản ứng căng thẳng “chiến đấu hoặc bỏ chạy”, làm tắt các vùng não liên quan đến khả năng giải quyết vấn đề và trí nhớ. Kích hoạt phản ứng căng thẳng trong thời gian dài sẽ giết chết các tế bào não và làm teo não của bạn.

Bằng cách khôi phục việc hít thở bằng mũi, bạn sẽ có thể giảm cường độ thở và lượng không khí hít vào cơ thể. Điều này rất quan trọng để có một sức khỏe tốt và giúp bạn luôn khỏe mạnh.

Hít thở bằng mũi làm chậm nhịp thở của bạn một cách tự nhiên. Nếu bạn thở nhanh và mạnh bằng miệng, có nghĩa là bạn đang hít thở một lượng không khí lớn hơn. Giống như ăn quá nhiều, cơ thể sẽ quen với việc dư thừa,



Hít vào và thở ra bằng mũi giúp đường thở được thông thoáng.



Khi bạn thường xuyên thức dậy với tình trạng khô miệng và hơi thở có mùi vào buổi sáng, rất có thể bạn đã thở bằng miệng trong khi ngủ.

làm bạn luôn trong tình trạng “đói” không khí. Việc luôn hít thở quá sâu sẽ tạo ra bệnh tật cho cơ thể, liên quan đến các tình trạng từ bệnh tim mạch đến rối loạn chức năng tinh dịch, đau kinh niên, sâu răng, tiểu đường, hội chứng tiền kinh nguyệt và tất cả các bệnh do căng thẳng gây ra.

Bạn sẽ có thể nhận được một kết quả tốt hơn khi lồng ghép thêm một hoặc hai bài tập thở trong một ngày. Khi phục hồi hấp bằng mũi chắc chắn sẽ đảm bảo rằng bạn có được một sức khỏe tốt hơn và kéo dài tuổi thọ. Nhưng việc này không hề khó khăn. Đừng đợi cho đến khi bạn bị ốm, hãy thực hiện các bước đơn giản dưới đây để có thể nâng cao sức khỏe, hiệu suất làm việc, tuổi thọ và chất lượng cuộc sống.

Bài tập giúp bạn khôi phục việc hít thở bằng mũi

Đầu tiên, hãy dành thời gian để phát hiện những lúc bạn thở bằng miệng mở. Thông thường, bạn thường thở bằng miệng khi tập thể dục, nhưng bạn cũng có thể thở bằng miệng khi đang tập trung, cho dù bạn đang làm việc, lái xe hay đang xem TV. Mỗi lần bạn nhận thấy mình thở bằng miệng, hãy khép miệng lại và thở bằng mũi.

Nếu mũi của bạn bị nghẹt, hãy thực hiện các bước giúp thông tắc mũi sau đây:

1. Ngồi thẳng lưng trên ghế có lưng thẳng
2. Làm dịu nhịp thở
3. Hít một hơi nhỏ (hai giây) bằng mũi nếu có thể, và thở một hơi nhỏ (ba giây) ra bằng miệng
4. Nếu không thể hít vào bằng mũi, hãy lấy một ít không khí qua khe miệng
5. Sau khi thở ra, bóp hai cánh mũi để nín thở đồng thời giữ miệng khép lại
6. Nhẹ nhàng gật đầu lên xuống hoặc lắc lư cơ thể từ bên này sang bên kia cho đến khi không thể nín thở được nữa
7. Hít vào nhẹ nhàng bằng mũi một cách từ từ và thư giãn

Lặp lại bài tập cho đến khi bạn có thể thở hoàn toàn bằng cả hai lỗ mũi. Nếu mũi của bạn vẫn không được thông hoàn toàn, hãy đợi khoảng một phút và lặp lại một lần nữa.

Sau khi thực hiện, mũi của bạn sẽ được thông thoáng. Nhưng nếu tiếp tục hít thở quá mức, mũi của bạn sẽ bị nghẹt lại. Khi đó, các bài tập thở bằng mũi sẽ kịp thời giải quyết điều này.

Khi tập thể dục, hãy tập cho mình cách chỉ thở bằng mũi. Việc này sẽ mất khoảng sáu tuần để cơ thể thích nghi, nhưng rất đáng để bạn nỗ lực.

Nếu bạn có một chiếc mũi nhỏ, một vách ngăn lệch hoặc một số tác nhân khác ở mũi, hãy thử dùng thuốc thông mũi. Điều này sẽ giúp mở đường thở của bạn và khiến việc thở bằng mũi dễ dàng hơn.

Hãy thực hiện các bài tập thở hàng ngày. Tôi khuyên bạn nên thực hiện các bài tập làm giảm thể tích lượng khí hít vào và bình thường hóa khả năng dung nạp khí CO2. Khí CO2 làm chậm sự khởi phát của chứng khó thở và giúp phục hồi nhịp thở khỏe mạnh. Bạn có thể tìm thấy những bài tập này trong sách của tôi.

Dành 10 hoặc 15 phút trước khi ngủ để làm chậm và giảm nhịp thở. Điều này sẽ giúp bạn xoa dịu tâm trí và giảm nguy cơ bị chứng ngưng thở khi ngủ.

Nếu thường xuyên thấy mình thở bằng miệng, bạn cũng có thể dùng băng dán miệng vào các khoảng thời gian trong ngày cho đến khi bạn xây dựng được thói quen mới là thở bằng mũi.

Patrick McKeown là một huấn luyện viên về hô hấp, tác giả và diễn giả nổi tiếng quốc tế. Anh là người sáng lập Oxygen Advantage®, người sáng lập Buteyko Clinic International và là thành viên của Hiệp hội Sinh học Hoàng gia ở Vương quốc Anh.

Tân Dân biên dịch

Ngủ ngon bằng 4 giải pháp Đông y

JENNIFER DUBOWSKY

4 giải pháp cho chứng mất ngủ trong Đông y bao gồm: chăm cứu, thảo dược, thay đổi thực phẩm thường dùng, và lối sống.

Nếu bạn đã từng trải qua chứng mất ngủ, bạn sẽ biết rằng khó ngủ thật là khổ sở. Mất ngủ ảnh hưởng đến mọi khía cạnh trong cuộc sống của bạn, đặc biệt khi đã trở thành kinh niên. Mất ngủ có thể xảy ra dưới nhiều dạng khác nhau: một số người khó đi vào giấc ngủ và/hoặc ngủ không yên giấc, trong khi những người khác lại gặp rối loạn ác mộng.

Tôi có thể thông cảm với bất kỳ dạng mất ngủ nào khiến bạn cảm thấy không được nghỉ ngơi và thoải mái. Ngoài ra, tôi cũng muốn dành cho bạn một số lời khuyên của Đông y.

Chúng tôi cung cấp nhiều giải pháp cho chứng mất ngủ, bao gồm: chăm cứu, thảo dược, thay đổi cách ăn uống, và lối sống. Tùy thuộc vào các triệu chứng riêng của mỗi người mà có kế hoạch điều trị và những lời khuyên khác nhau. Nhưng nhìn chung, các phương thuốc Đông y đều đem lại hiệu quả đối với hầu hết bệnh nhân.

Dưới đây là 4 liệu pháp Đông y dành cho chứng mất ngủ

1. Chăm cứu

Chăm cứu giúp thư giãn và làm dịu tâm trí và cơ thể. Tổ chức Y tế Thế giới đã công nhận chăm cứu là một phương pháp điều trị chứng mất ngủ hiệu quả. Phương pháp Mayo uy tín cũng sử dụng phương pháp chăm cứu cho nhiều bệnh trạng và điều trị thành công chứng lo âu (một nguyên nhân gây ra bồn chồn) và chứng mất ngủ.

2. Các loại thảo mộc Trung Quốc

Có rất nhiều công thức thảo dược Trung Quốc giúp điều chỉnh giấc ngủ

một cách hiệu quả. Thêm vào đó, các loại thảo mộc Trung Quốc không có tác dụng phụ khó chịu như nhiều loại thuốc. Tốt nhất bạn nên đến gặp bác sĩ Đông y có giấy phép hành nghề để được kê loại thuốc phù hợp. Vì mỗi tình trạng và tiền sử bệnh đều sẽ có một công thức riêng biệt. Các loại thảo mộc Trung Quốc không bao giờ là “một phương thuốc dành cho tất cả các bệnh”.

3. Lời khuyên về lối sống

Hãy thử sử dụng tinh dầu oải hương trong lúc tắm hoặc dùng như một loại nước hoa. Mùi hương đem lại sự thư giãn từ loại tinh dầu này có thể khiến bạn ngủ ngon giấc hơn.

Hoặc bạn cũng có thể mua một cái gối mới. Các nghiên cứu cho thấy rằng những chiếc gối lôm ơ trung tâm có thể nâng cao chất lượng giấc ngủ và giảm đau cổ. Tempurpedic là một nhãn hiệu ưa thích của tôi.

4. Cách ăn uống

Nếu bạn dễ bị mất ngủ, hãy tránh sử dụng cà phê, soda hoặc bất kỳ sản phẩm có chứa caffeine nào khác sau 3 giờ chiều. Một loại chất kích thích khác gây rối loạn giấc ngủ là rượu. Rượu được cơ thể chuyển hóa nhanh chóng và có thể khiến bạn thức dậy nhiều lần trong đêm.

Bạn có thể thử ăn một ít quả óc chó trước khi đi ngủ. Việc này sẽ giúp bổ



UCLA/SHUTTERSTOCK

Nhìn chung, các phương thuốc Đông y đều đem lại hiệu quả đối với hầu hết bệnh nhân.

Hãy ăn một ít quả óc chó trước khi đi ngủ.



RACOLD STUDIO VIA FREEM

sung thêm một hỗn hợp gây ngủ tự nhiên bao gồm chất xơ cùng các acid béo thiết yếu và acid amin tryptophan. Bí đao luộc cũng rất tốt cho người mất ngủ nhờ tính ấm và tác dụng cải thiện lưu thông khí. Ngoài ra, những quả anh đào thơm ngon cũng là một trong số ít những thực phẩm có chứa melatonin giúp kiểm soát đồng hồ sinh học bên trong cơ thể.

Hãy thử thực hiện một vài ý tưởng ở trên và cho tôi biết hiệu quả của chúng như thế nào. Hoặc, gửi cho tôi các lời khuyên về giấc ngủ của bạn và tôi sẽ chia sẻ lại với mọi người. Những người đọc bài đăng trên blog lúc 3 giờ sáng chắc chắn sẽ cảm thấy rất biết ơn.

Jennifer Dubowsky, LAc, là một bác sĩ chăm cứu được cấp phép ở tiểu bang Chicago và là tác giả của cuốn sách *Adventures in Chinese Medicine (tạm dịch: Những Cuộc Phiêu Lưu trong Trung Y)*. Bạn có thể tìm thấy cô ấy tại <http://jenniferdubowsky.com>

Tú Liên biên dịch

HƯỚNG DẪN TẬP PHÁP LUÂN CÔNG

- Nâng cao sức khỏe và tăng sức đề kháng
- Giảm căng thẳng và mệt mỏi tinh thần
- Nâng cao tâm tính và trí tuệ

HOÀN TOÀN MIỄN PHÍ

Đây là phương pháp tu tâm theo nguyên lý Chân-Thiện-Nhân, và luyện thân bằng việc thực hành 5 bài công pháp dễ tập. Rất nhiều người đã tập và có kết quả tốt.

Hướng dẫn hoàn toàn miễn phí, không cần ghi danh. Có cung cấp tài liệu tham khảo và đĩa CD hướng dẫn. Quý vị có thể coi trực tiếp trên website: Falundafa.org



Cần biết thêm chi tiết hoặc cần đĩa CD và tài liệu tham khảo, xin nhấn hoặc message vào số ĐT: 626-262-3756 (Tiếng Việt)

• Địa điểm 1: tại Mile Square Park - 16801 Euclid St, Fountain Valley, CA 92708 (góc đường Euclid và Warner) vào mỗi sáng Chủ nhật từ 7:50 AM - 9:30AM. L/L: 714-401-7373 (Tiếng Việt)

• Địa điểm 2: tại Heritage Park - 4601 Walnut Ave, Irvine, CA 92604. Sat & Sun, 7:50AM - 10:10AM. L/L: 949-387-3188 (English)

• Địa điểm 3: tại Rosemead Park - 4343 Encinita Ave, CA 91770. Sat & Sun, 6:30AM - 8:30AM. L/L: 626-376-0966 (English)

Còn nhiều địa điểm tập Pháp Luân Công tại các tiểu bang khác. Xin coi website: www.falundafa.org/contacts

PROFESSIONAL PHARMACY

Formerly MTM Pharmacy Santa Ana



Sức khỏe của quý vị là ưu tiên của chúng tôi

- ▶ Giao Thuốc Miễn Phí
- ▶ Thuốc An Toàn & Hiệu Quả
- ▶ Chích Ngừa Các Loại
- ▶ Giúp Cai Thuốc Lá
- ▶ Thuốc Ngừa Thai

- ▶ Tự Động Refill và Giao Thuốc Mỗi Tháng
- ▶ Nhà Thuốc Đặc Biệt Chuyên Khoa
- ▶ Dược Sĩ Có Chứng Chỉ Hành Nghề Cao Cấp

- ▶ Chăm Sóc Cho Bệnh Tiểu Đường và Bệnh Thận
- ▶ Thuốc Cho Người Đi Du Lịch & Dụng Cụ Y Tế



info@theprofessionalrx.net | professionalrxoc.net

7631 D Westminster Blvd
Westminster, CA 92683
Phone: (714) 893-2464
Fax: (714) 893-4255
Mon-Fri: 9AM-6PM | Sat: 9AM-2PM

2339 W First St
Santa Ana, CA 92703
Phone: (714) 278-4800
Fax: (714) 278-4769
Mon-Fri: 9AM-6PM | Sat: Closed

1002 N. Fairview St
Santa Ana, CA 92703
Phone: (714) 881-0012
Fax: (714) 881-4321
Mon-Fri: 8:30AM-6PM | Sat: 9AM-1PM

THÀNH ĐẾ NHẤT CƠM TẤM
Đệ Nhất Com Tam

31 NĂM THỰC AN Tươi NGON BỔ DƯỠNG PHỤC VỤ CHU ĐÁO & NHANH CHÓNG

TẠI LITTLE SAIGON

HÃY ĐẾN THƯỜNG THỨC CÁC MÓN ĂN ĐẬM ĐÀ NGON MIỆNG
TẠI THÀNH ĐẾ NHẤT CƠM TẤM

714-531-3888

9872 BOLSA AVE, WESTMINSTER, CA 92683 (BROOKHURST & BOLSA)



10 cách cải thiện trí nhớ theo Đông y

LYNN JAFFEE

Một vài tách trà xanh, một vài buổi châm cứu để giải tỏa căng thẳng, những buổi tập thể dục vài lần trong tuần, và những thay đổi vừa phải trong cách ăn của bạn có thể đủ để làm giảm nguy cơ lão hóa liên quan đến vấn đề trí nhớ.

Bạn có thường đi vào phòng và quên mất rằng bạn cần phải làm gì? Bạn có từng không thể viết tên bạn thân của bạn? Bạn có thường xuyên quên những từ thông dụng? Đừng vội lo lắng, vì bạn không phải là người duy nhất nhận thấy rằng trí nhớ của mình đang giảm sút. Những chuyện nhỏ này khiến bạn lúng túng và thất vọng, nhưng điều này có đồng nghĩa với việc bạn sắp mắc bệnh sa sút trí tuệ có tên là Alzheimer? Câu trả lời có lẽ là không.

Trí nhớ giảm sút có thể là kết quả của một số yếu tố, trong đó phổ biến nhất là tuổi tác. Tuy nhiên, sự thay đổi hormon, cách ăn uống, căng thẳng, hay đơn giản là cố gắng làm nhiều thứ cùng một lúc cũng có thể sẽ khiến bạn trở nên rối rắm.

Có một vài hệ cơ quan trong Trung Y liên quan đến trí nhớ. Đầu tiên (mà tôi có thể nhớ) là Tim. Theo Trung Y, Tim là nơi bắt nguồn của ý thức, tinh thần, cảm giác, suy nghĩ, và trí nhớ của bạn. Suy giảm trí nhớ là một trong những dấu hiệu cho thấy tim đang hoạt động không hài hòa với toàn bộ thân thể.

Tỳ vị là cơ quan liên quan mật thiết với sự tiêu hoá. Tiêu hóa tốt hỗ trợ khí Dương sáng sủa mạnh mẽ có tác dụng phục hồi tâm trí. Tiêu hóa không tốt (ợ nóng, đau bụng, đường trong máu thấp, xỉ hơi, đầy hơi, hấp thụ thức ăn kém, và tiêu

chảy hoặc táo bón ...) dẫn đến những suy nghĩ rối rắm và những vấn đề về trí nhớ.

Hệ Thận cũng là một nhân tố trí nhớ. Một trong những chức năng quan trọng của thận tạng là bạn sẽ già đi một cách khỏe mạnh và phong độ như thế nào. Khi bạn già đi, thận của bạn đương nhiên trở nên yếu hơn, gây ảnh hưởng đến mọi thứ từ thính giác đến độ chắc của xương, và chức năng tâm trí/trí nhớ. Cùng với sự lão hóa, thận của bạn cũng sẽ điều khiển những thứ như sự phát triển, hoạt động tình dục, và sinh sản. Khi phụ nữ đến tuổi mãn kinh, thận tạng của họ bị ảnh hưởng, đó là lý do vì sao trí nhớ có vẻ là một vấn đề lớn trong suốt thời gian này.

Vậy câu hỏi là : Liệu Trung Y và châm cứu có thể hỗ trợ chứng suy giảm trí nhớ? Không có câu trả lời 'có' hay 'không' đơn giản, dựa vào nguồn gốc của vấn đề. Tuy nhiên, trong nhiều trường hợp, Trung Y có thể có ích. Với một số bệnh nhân tôi đã gặp trong phòng khám, vấn đề trí nhớ liên quan trực tiếp đến lượng stress mà họ đang trải qua, và với những người khác, vấn đề trí nhớ bắt đầu như một phần của



Giải ô chữ, sudoku, đố mẹo, hoặc ngay cả học một kỹ năng mới hay ngôn ngữ cũng giúp cho não bạn rèn luyện và làm chậm quá trình suy giảm trí nhớ.

sự mãn kinh. Với những bệnh nhân lớn tuổi hơn đang bắt đầu thể hiện những triệu chứng mất trí nhớ lão suy, có thể quá muộn để đảo ngược suy giảm trí nhớ.

Theo Trung Y, có một vài điều mà bạn có thể làm để bảo vệ trí nhớ của bạn, bao gồm :

1. Đơn giản hóa cuộc sống

Nếu bạn đang cảm thấy quá tải, não của bạn cũng sẽ đầy ắp. Tại một điểm nhất định, bạn chỉ không thể nắm giữ thêm bất kỳ chi tiết nào nữa, cho nên bạn bắt đầu quên chúng.

2. Vứt bỏ căng thẳng

Những tình huống căng thẳng làm cho bạn bị ám ảnh, làm bạn khó nhớ được bất cứ thứ gì ngoài những chi tiết làm cho bạn căng thẳng.

Hãy làm bất cứ điều gì, dù là liệu những bước đó có giải quyết vấn đề hay không, hoặc tham dự một lớp Yoga, thiền định, bắt đầu một sở thích, hay tạo dựng thời gian yên tĩnh cho chính bạn.

3. Chọn thực phẩm lành mạnh

Nghe có vẻ đơn giản, nhưng nó không luôn đơn giản vậy khi bạn chạy từ cuộc họp này đến cuộc họp khác hay đón con bạn từ hoạt động này đến hoạt động khác. Đôi khi giải pháp duy nhất có vẻ là một thứ gì đó nhanh chóng – nhưng thường thì giải pháp này không thật tốt cho bạn.

Hãy dành thời gian lên kế hoạch cho những gì bạn sẽ ăn, và đem theo nếu cần. Thức ăn tốt là thực phẩm toàn phần, chưa qua xử lý, nguyên hạt, nhiều rau, và một chút đạm, với một lượng rất ít thịt đỏ nếu có.

Hãy hạn chế lượng đường nạp vào vì đây là yếu tố nguy cơ có thể làm rối loạn lượng đường trong máu của bạn và có thể là nhân tố đóng góp trực tiếp cho những suy nghĩ rối rắm.

4. Hỗ trợ hấp thu thực phẩm lành mạnh

Nhấn nhor ngồi xuống và ăn. Nhai thức ăn kỹ và ngồi thẳng lưng. Hơn nữa, thức ăn được nấu chín thì dễ tiêu hóa hơn, thức ăn và đồ uống lạnh chặn quá trình tiêu hóa của bạn.

5. Bảo vệ tỳ vị

Bạn hãy lần lượt thực hiện từng công việc trong danh sách dài những việc cần làm của mình. Hãy từ tốn vì làm việc quá sức có thể là một nguyên nhân trực tiếp dẫn đến kiệt sức và bệnh tật. Cũng vậy, tiệc tùng quá mức, mặc dù bạn cảm thấy vui vẻ vào lúc đó nhưng nó cũng sẽ khiến cho hệ thận của bạn yếu đi, và sức khỏe tổng quát của bạn cũng sẽ suy giảm khi bạn lớn tuổi.

Bên cạnh Trung Y, các bác sĩ Tây Y và các nhà khoa học cũng đang tìm kiếm những biện pháp bảo vệ trí nhớ khi chúng ta già đi. Họ đã thực hiện nghiên cứu về trí nhớ và nhiều nhân tố khác nhau có thể làm chậm quá trình suy giảm trí nhớ như sau:

6. Vận động

Dữ liệu từ một nghiên cứu khởi điểm trong thập niên 30 cho thấy những bài tập vừa phải (chứng 2 lần/1 tuần) có thể làm giảm nguy cơ bị chứng Alzheimer.

7. Cai thuốc lá

Mặc dù bạn không thể hoàn toàn lấy lại trí nhớ đã mất, hoặc tổn thương não bộ đang hiện diện, thì việc bỏ thuốc lá nên được thực hiện càng sớm càng tốt.

8. Uống trà xanh

Kết quả từ nghiên cứu năm 2006 chỉ ra rằng mỗi ngày uống hai tách trà xanh vốn dồi dào chất chống oxy hóa, có thể làm giảm 50% nguy cơ về vấn đề nhận thức.

9. Lập danh sách

Trí nhớ lảm lẩn có thể là sản phẩm phụ của việc đơn giản là cố làm quá nhiều thứ một lần. Ở một điểm nào đó, não của bạn chỉ không thể chứa thêm bất kỳ chi tiết nào. Lập danh sách những việc cần làm giúp bạn rũ bỏ sự lộn xộn trong não bộ.

10. Chơi các trò chơi vận động trí não

Giải đố ô chữ, sudoku, những câu đố mẹo vặt, học một kỹ năng mới hay một ngôn ngữ mới có thể giữ cho não bạn hoạt động và làm chậm sự suy giảm trí nhớ.

Tin tốt ở đây là những thay đổi nhỏ có thể đủ để sinh ra kết quả lớn khi bạn duy trì trong thời gian dài.

Lynn Jaffee là một bác sĩ châm cứu được chứng nhận và là tác giả của quyển sách "Các phương pháp Trung Hoa đơn giản để có sức khỏe tốt hơn".

Ngọc Thuần biên dịch

EPOCH
TIMES
TIẾNG VIỆT

www.etviet.com

CHÚNG TÔI ĐƯA
NHỮNG TIN TỨC
QUAN TRỌNG,
TRUNG THỰC VÀ
TRUYỀN THỐNG



EPOCH TIMES TIENG VIET

3 EASY WAYS TO SUBSCRIBE/Có thể đặt báo qua:

ONLINE: www.etviet.com

BY PHONE/Call:

(626) 618-6168
(714) 356-8899

BY MAIL :

Fill out the form to the right
and mail it to / Xin điền mẫu
bên cạnh và gửi đến:

Epoch Times Tiếng Việt
10962 Main Street, Ste 101,
El Monte, CA 91731

Weekly print paper to your
home / Một tờ báo sẽ được
giao tận nhà mỗi tuần.

All subscriptions will continue
until you request to cancel /
Báo vẫn tiếp tục giao cho tới
khi khách hàng yêu cầu ngưng.

Yes, I'd like to subscribe for/Vâng, tôi muốn đặt báo:

Normal delivery/Gửi thường (khoảng 6-7 ngày sẽ nhận được báo)

6 months for \$59 12 months for \$104

Fast delivery/Gửi nhanh (khoảng 2-4 ngày sẽ nhận được báo)

3 months for \$45 6 months for \$89 12 months for \$175

NAME/Tên _____

PHONE/Số phone _____

ADDRESS/Địa chỉ _____

CITY/Thành phố _____

STATE/Tiểu bang _____ ZIP/Mã vùng _____

EMAIL _____

PAY BY CHECK/Trả bằng chi phiếu
(Payable to /Trả cho: Epoch Times Tiếng Việt)

USE MY CREDIT CARD/Dùng thẻ tín dụng

VISA MasterCard Discover

Card number/Số thẻ: _____ Exp.date/Ngày hết hạn: _____

Signature/Chữ ký: _____ CVC # (REQUIRED) /Số CVC (bắt buộc): _____