



Sự ra đời của Lễ Tạ Ơn

Câu hỏi về nguồn gốc thực sự của Lễ Tạ Ơn có thể dẫn tới những câu trả lời gây tranh cãi

Trang 13 VĂN HÓA



Bay trên thành phố Anchorage

Khám phá Alaska bằng seaplane

Trang 18 DU LỊCH



7 loại thực phẩm

dành cho cha mẹ khi kiệt sức

Trang 29 TÂM & THÂN

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

VIETNAMESE EDITION | SỐ 127 | 18 - 24/11/2022

Sự thật & Truyền thống

WWW.EPOCHTIMESVIET.COM | \$2.00

TRUNG QUỐC

Kế hoạch kinh tế mới của Trung Quốc: Doanh nghiệp nhà nước phải hình thành các đại công ty độc quyền

JESSICA MAO

Các doanh nghiệp nhà nước (DNNN) và tập đoàn của Trung Quốc đang mở rộng và thành lập các trụ sở khu vực mới trên khắp Trung Quốc. Có vẻ như Trung Cộng muốn tăng sức mạnh các DNNN của mình và độc quyền

Xem tiếp trang 22

NDREW HARNIK/AFP/GETTY IMAGES



THẾ GIỚI

Không có tuyên bố chung sau Hội nghị thượng đỉnh Đông Á do bất đồng giữa Hoa Kỳ và Nga

ALDGRA FREDLY

Bloomberg đưa tin cho hay Hội nghị thượng đỉnh Đông Á tại Campuchia đã kết thúc hôm 13/11 mà không có một tuyên bố chung nào do Nga và Hoa Kỳ không thể đồng ý

Xem tiếp trang 24

QUẢNG CÁO - RAO VẬT LÀM ĐẠI LÝ BÁO

XIN LIÊN LẠC

(626) 618-6168

(714) 356-8899

HOME DELIVERY ADDRESS:



Cựu Tổng thống Donald Trump tuyên bố ông sẽ ra tranh cử tổng thống vào năm 2024 trong một bài diễn văn tại khu nghỉ dưỡng Mar-a-Lago của ông ở Palm Beach, Florida, hôm 15/11/2022.

CHÍNH TRỊ

Cựu TT Donald Trump công bố chiến dịch tranh cử vào Tòa Bạch Ốc năm 2024

Cựu tổng thống tuyên bố ra tranh cử lần thứ 3 cho vị trí tổng thống để 'giúp Mỹ quốc vĩ đại và vinh quang trở lại'

IVAN PENTCHOUKOV

PALM BEACH, Florida — Hôm 15/11, cựu Tổng thống (TT) Donald Trump đã bắt đầu chiến dịch tranh cử lần thứ ba của ông vào Tòa Bạch Ốc.

Ông Trump, 76 tuổi, người đã có chỉ dấu cho biết về một cuộc tranh cử năm 2024 hơn một năm qua, đã thông báo về kế hoạch tranh cử tổng thống trong một bài diễn văn vào khung giờ vàng tại khu nghỉ dưỡng Mar-a-Lago của ông ở Florida.

KINH TẾ - TÀI CHÍNH

Sự sụp đổ của FTX đem lại bài học cho các nhà đầu tư

FAN YU

Ngành công nghiệp mã kim (cryptocurrency) đang sụp đổ với tốc độ gây kinh ngạc. FTX, cách đây vài tuần được xem là "tổ chức cho vay cuối cùng" và là một công ty vững chắc trong ngành mã kim, đã nộp đơn khai

BẦU CỬ GIỮA KỲ 2022

Georgia: TNS Warnock khởi kiện nhằm khôi phục việc bỏ phiếu sớm cho vòng bầu cử bổ sung vào Thượng viện

DAN M. BERGER

Ông Raphael Warnock và các đồng minh trong Đảng Dân Chủ của ông đã khởi kiện tiểu bang Georgia sau khi Tổng thư ký tiểu bang Brad Raffensperger cấm bỏ phiếu sớm cho cuộc tranh cử bổ sung vào Thượng viện giữa ông Warnock và ông Herschel Walker bắt đầu từ thứ Bảy, ngày 26/11.

Việc đình chỉ bỏ phiếu sớm



Người dân ngồi gần dinh thự Mar-a-Lago của cựu Tổng thống Donald Trump ở Palm Beach, Florida, hôm 15/11/2022.

Ông Trump nói: "Để giúp Mỹ quốc vĩ đại và vinh quang trở lại, tối nay tôi tuyên bố ứng cử Tổng thống Hoa Kỳ."

Cựu tổng thống nhấn mạnh rằng đây sẽ không phải là chiến dịch tranh cử của ông mà là "chiến dịch tranh cử của chúng ta," khi nói rằng lực lượng duy nhất "đủ mạnh để đánh bại đại nạn tham nhũng mà chúng ta đang chống lại chính là quý vị - những người dân Mỹ."

"Chúng ta sẽ cùng nhau đánh bại các thế lực tham nhũng nhất và những lợi ích cố thủ nhất có thể hình dung được. Đất nước chúng ta đang ở trong một tình trạng vô cùng tồi tệ. Chúng ta đang ở trong

Xem tiếp trang 6

BẦU CỬ GIỮA KỲ 2022

Các ứng cử viên ủng hộ quyền cha mẹ giành chiến thắng trên toàn quốc

JACKSON ELLIOTT

GIORGIO WIERA/AFP/GETTY IMAGES

kiểm soát việc giáo dục con em họ.

Bà Justice nói với The Epoch Times, tuy rằng Đảng Cộng Hòa (GOP) có kết quả dưới mức mong đợi trong chu kỳ bầu cử này, nhưng nhiều người có triển vọng trong hội đồng trường đã vận động

Xem tiếp trang 5

TƯ PHÁP

Thẩm phán Samuel Alito được tán dương vì lật ngược phán quyết về phá thai

MATTHEW VADUM

Thẩm phán Tối cao Pháp viện Samuel Alito đã nhận được sự tán dương nhiệt liệt từ hội trường đồng đảng luật sư trong bữa dạ yến trang trọng được tổ chức hôm 10/11 vì đã chấp bút cho phán quyết pháp lý mang tính bước ngoặt lật ngược án lệ Roe kiện

Xem tiếp trang 8

Nổi bật

TIN TỨC

» Đảng Cộng Hòa giành quyền kiểm soát Hạ viện ... Tr. 3

» Hoa Kỳ gia hạn trạng thái bảo vệ người nhập cư từ 6 quốc gia ... Tr. 7

» Thượng nghị sĩ GOP: Đảng Cộng Hòa 'cũ đã không còn nữa,' kêu gọi những thay đổi lớn ... Tr. 8

» Thống đốc Texas: Gửi chuyển xe buýt thứ 300 chở người nhập cư đến các tiểu bang xanh ... Tr. 9

» Chloe Cole sẽ kiện Kaiser Permanente vì đã chuyển đổi giới tính cho cô ... Tr. 9

» Phân tích bài diễn văn chiến thắng của Thống đốc California Newsom ... Tr. 11

» Sự kiểm soát của ông Tập đang ngăn Trung Quốc vượt qua Hoa Kỳ ... Tr. 21

» Trung Cộng rút ngắn thời gian cách ly, tiếp tục chính sách zero COVID ... Tr. 23

» Đài Loan: Hơn 5,000 người truyền tải thông điệp về hy vọng và kiên định ... Tr. 26

BÌNH LUẬN

» **Gabriel Moens:** Làn sóng đỏ: Hứa hẹn quá nhiều mà chẳng thực hiện được bao nhiêu ... Tr. 27

» **Stephen Moore:** TT Biden đang phá hủy nền kinh tế. Liệu có chủ đích không? ... Tr. 28

ĐẶC SẮC

» **Nghệ thuật:** Sự giả thiêng liêng 10 nhạc cụ đưa chúng ta đến gần các vị Thần ... Tr. 15

» **Đời sống:** Bữa tiệc Lễ Tạ Ơn, ăn mừng sự đầy đủ ... Tr. 16

» **Đời sống:** 5 lý do tuyệt vời để viết thư cảm ơn thượng xuyên hơn ... Tr. 17

» **Tâm & Thân:** Căng thẳng ảnh hưởng đến làn da thế nào? ... Tr. 31

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



Chính xác & Toàn vẹn

The Epoch Media Group được thành lập năm 2000 với tôn chỉ là kênh truyền thông có trách nhiệm đối với xã hội cũng như bảo trì tính chân thực. Chúng tôi đã nhận được nhiều giải thưởng từ Hiệp hội các Nhà báo Chuyên nghiệp, Hiệp hội Thiết kế Tin tức và Hiệp hội Báo chí New York.



ĐIỂM TIN

IMAGES BY SHUTTERSTOCK, PHOTOS BY GETTY IMAGES, INSTAGRAM, THE EPOCH TIMES



Chúng tôi đã thiết lập tất cả các công cụ cần thiết tại Liên minh Âu Châu.

Bà Ursula von der Leyen, chủ tịch Ủy ban Âu Châu, nói với Bloomberg rằng EU đã "sẵn sàng" áp đặt một mức giá trần lên dầu xuất cảng của Nga.



Tối cao Pháp viện sẽ không thụ lý vụ kiện thách thức lệnh cấm súng có gắn bump stock dưới thời cựu TT Trump

Tối cao Pháp viện đã bác bỏ một vụ kiện thách thức khác đối với lệnh cấm của cựu Tổng thống Donald Trump cho cái gọi là bump stock - một thiết bị cho phép vũ khí bán tự động tăng tốc độ bắn như súng máy. Phán quyết này được đưa ra sau khi Pháp viện công nhận một quyền hiến định được mang súng ở nơi công cộng để tự vệ, trong một phán quyết hồi tháng Sáu bác bỏ một đạo luật của New York yêu cầu người nộp đơn phải chứng minh "lý do chính đáng" để có được giấy phép mang theo một khẩu súng ngắn gia đình trong người ở nơi công cộng. Điều đáng chú ý là Pháp viện cũng nhận thấy các hạn chế về súng phải bắt nguồn sâu xa từ lịch sử Hoa Kỳ nếu chúng muốn tồn tại dưới sự giám sát của Hiến Pháp.



Ông Netanyahu chính thức được giao nhiệm vụ thành lập tân chính phủ Israel

Cựu Thủ tướng Israel Benjamin Netanyahu đã nhận được sự ủy nhiệm chính thức để thành lập một chính phủ mới. Giao nhiệm vụ cho ông Netanyahu xây dựng liên minh tiếp theo, Tổng thống Isaac Herzog lưu ý rằng vị thủ tướng phục vụ lâu nhất của Israel này đã nhận được đủ khuyến nghị từ các đảng có cùng chỉ hướng để giành được 64 trong số 120 ghế Quốc hội. Điều đó đặt ông Netanyahu theo phái bảo tồn truyền thống trên con đường hướng tới một trong những chính phủ ổn định nhất trong nhiều năm, sau 18 tháng gián đoạn, trong đó ông bị thay thế bởi một liên minh gồm các chính trị gia trung dung, tự do, dân tộc chủ nghĩa, và Á Rập.



Disney thông báo ngừng tuyển dụng, sa thải, cắt giảm chi phí đi lại

Công ty Walt Disney dường như là tập đoàn mới nhất giảm quy mô tuyển dụng và chi tiêu khi nền kinh tế đi xuống. Đại công ty giải trí này được cho là đã công bố những thay đổi đối với các nhân viên cao cấp sau một báo cáo hàng quý đáng thất vọng khiến cổ phiếu giảm xuống mức thấp nhất trong vòng 21 năm. Một bản ghi nhớ nội bộ mà CNBC có được hôm 11/11 nêu chi tiết kế hoạch của Giám đốc điều hành Disney Bob Chapek, để đưa ra một đợt ngừng tuyển dụng, cắt giảm việc làm, và giảm chi phí điều hành. "Chúng tôi đang hạn chế bổ sung số lượng nhân viên bằng cách ngừng tuyển dụng có mục tiêu," CNBC dẫn lời của ông Chapek. "Tuyển dụng cho một nhóm nhỏ các vị trí quan trọng nhất, các vị trí thúc đẩy kinh doanh vẫn tiếp tục, nhưng tất cả các vị trí khác thì tạm dừng."



Người đứng đầu cơ quan biên giới của TT Biden từ chức trong bối cảnh khủng hoảng biên giới tiếp diễn

Tòa Bạch Ốc thông báo, ông Chris Magnus đã đơn từ chức khỏi vai trò ủy viên Cục Hải quan và Biên phòng Hoa Kỳ (CBP), trong bối cảnh lượng người nhập cư bất hợp pháp từ Mexico tràn vào Hoa Kỳ cao kỷ lục. Tham vụ báo chí Tòa Bạch Ốc Karine Jean-Pierre cho biết Tổng thống Joe Biden đã chấp nhận đơn từ chức này. Đơn từ chức của ông Magnus không nêu rõ lý do ông rời bỏ vị trí này. Trong thư, ông bày tỏ sự biết ơn vì đã được phục vụ trong vai trò này, và rằng sự từ chức của ông sẽ có hiệu lực ngay lập tức.



Hãy hy vọng thế giới không quay trở lại thời của những người theo chủ nghĩa toàn cầu... Bởi vì nếu như vậy thì chúng ta sẽ bị diệt vong.

Cựu Thống đốc Arkansas Mike Huckabee, khi nói với Fox Business rằng Đảng Cộng Hòa phải gắn bó với tăng trưởng lao động hoặc đối mặt với số phận bị diệt vong.

SỰ SỤP ĐỔ CỦA NỀN TẢNG MÃ KIM FTX GIẢNG MỘT ĐÒN VÀO SỰ GIÀU CÓ CỦA NHÀ TÀI TRỢ LỚN THỨ HAI CHO ĐẢNG DÂN CHỦ

Giá trị ròng của nhà sáng lập sản giao dịch mã kim FTX, nhà siêu tài tử Sam Bankman-Fried của Đảng Dân Chủ, đã giảm mạnh trong sự kiện mã Chi số Tỷ phú Bloomberg cho là mức sụt giảm tài sản lớn nhất trong một ngày đối với một vị tỷ phú giữa bối cảnh nền tảng mã kim FTX bị sụp đổ. Hôm 11/11, FTX đã nộp đơn yêu cầu bảo hộ phá sản sau khi đối mặt với cuộc khủng hoảng thanh khoản rất lớn, trong đó người dùng đã đổ xô đi rút tiền của họ. Anh Bankman-Fried, 30 tuổi, trong một loạt bài đăng trên Twitter, đã xin lỗi về biến cố của FTX và nói rằng anh "bi chán động khi thấy mọi thứ diễn ra theo cách chúng đã diễn ra." Anh đã từ chức giám đốc điều hành FTX hôm 11/11.



Đảng Cộng Hòa đã bảo toàn một số địa hạt chiến địa và ghi được những chiến thắng đáng ngạc nhiên ở những địa hạt khác, thay thế các ghế ở các tiểu bang như Arizona, New York, và Oregon. Dân biểu Kevin McCarthy (Cộng Hòa-California), Lãnh đạo Thiểu số Hạ viện, cho biết trong một tuyên bố: "Đảng Cộng Hòa đã chính thức đảo ngược vị thế tại Hạ viện của Người dân! Người Mỹ đã sẵn sàng cho một hướng đi mới, và các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện đã sẵn sàng phụng sự." Việc kiểm đếm phiếu bị kéo dài, chủ yếu ở các tiểu bang miền Tây, đã trì hoãn việc biết được đảng nào sẽ giành quyền kiểm soát Hạ viện bắt đầu từ tháng 01/2023, khi các dân biểu đắc cử sẽ tuyên thệ nhậm chức.

Ghế thứ 218 được công bố hôm 16/11. Dân biểu Mike Garcia (Cộng Hòa-California) đã tái đắc cử, chiến thắng trước thành viên Đảng Dân Chủ Christy Smith trong cuộc đua vào Địa hạt Quốc hội số 27 của California. Sau lần cập nhật mới nhất, ông Garcia đã

Tổng thống Joe Biden đã công bố một quỹ trị giá hàng triệu dollar, với mục đích là thúc đẩy phụ nữ tham gia vào các vấn đề biến đổi khí hậu. Sáng kiến "Quy Giới tính Thay đổi Khí hậu" ("Climate Change Gender Fund"), được công bố tại hội nghị khí hậu COP27 của Liên Hiệp Quốc ở Ai Cập, sẽ bắt đầu với 6 triệu USD tài trợ hạt giống.

HOA KỲ



"Chúng ta sẽ có khả năng thay đổi nước Mỹ." Lãnh đạo Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện Kevin McCarthy, người đã được đảng này đề cử cho vị trí Chủ tịch Hạ viện.

3.1 TỶ USD Walmart đã đồng ý bỏ ra 3.1 tỷ USD để giải quyết các cáo buộc của nhà chức trách ở một số tiểu bang về việc nhà bán lẻ này góp phần vào cuộc khủng hoảng opioid quốc gia.



Lãnh đạo Thiểu số Hạ viện Kevin McCarthy (Cộng Hòa-California) được các phóng viên đi theo sau phỏng vấn khi ông đến dự cuộc họp của Liên minh Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện tại Tòa nhà Điện Capitol Hoa Kỳ ở Thủ đô Hoa Thịnh Đốn, hôm 14/11/2022.

Đảng Cộng Hòa giành quyền kiểm soát Hạ viện

Đảng Cộng Hòa đã có được 218 ghế cần thiết để giành quyền kiểm soát Hạ viện sau khi giành chiến thắng trong các cuộc tranh cử then chốt trong đợt bầu cử giữa nhiệm kỳ năm 2022.

Đảng Cộng Hòa đã bảo toàn một số địa hạt chiến địa và ghi được những chiến thắng đáng ngạc nhiên ở những địa hạt khác, thay thế các ghế ở các tiểu bang như Arizona, New York, và Oregon. Dân biểu Kevin McCarthy (Cộng Hòa-California), Lãnh đạo Thiểu số Hạ viện, cho biết trong một tuyên bố, "Đây là vinh dự của đời tôi khi được tiếp tục phục vụ #CA27 (Địa hạt Quốc hội số 27 của California) tại Quốc hội. Tôi tranh cử để đấu tranh cho các gia đình ở California và bảo vệ Giác mơ Mỹ, và tôi mong muốn được làm việc cần mẫn mỗi ngày để tiếp tục sứ mệnh đó." Bà Smith, 53 tuổi, một nữ dân biểu tiểu bang California, đã thừa nhận hồi đầu tuần rằng ông Garcia có thể sẽ chiến thắng.

Đảng Cộng Hòa có kế hoạch nhanh chóng hành động khi Quốc hội khóa mới bắt đầu. Kế hoạch của họ bao gồm việc điều tra nguồn gốc đại dịch COVID-19, kiểm tra phản ứng của Hoa Kỳ đối với đại dịch COVID-19, và tiến hành giám sát cuộc khủng hoảng biên giới. Họ cũng cho biết sẽ tiến hành bãi bỏ việc thuê 87,000 nhân viên IRS mới, vốn là một phần của Đạo luật Giám Lạm Phát của Đảng Dân Chủ; tăng cường khai thác năng lượng trong nước; và giảm tội phạm. TT Joe Biden có thể phủ quyết bất kỳ dự luật nào được đưa đến bàn làm việc của ông, và việc tiếp tục có một Thượng viện do Đảng Dân Chủ chiếm khối đa số khiến công việc của các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện đáng khó khăn hơn.

Việc bác bỏ quyền phủ quyết đòi hỏi phải có hai phần ba số phiếu biểu quyết tại mỗi viện - một đề nghị phi thực tế đối với hầu hết các điều luật.

Full Services Real Estate advertisement for Liliane Tran, Realtor/R.E. Consultant in Orange County, Los Angeles, and Riverside. Includes contact info: (714) 588-9792, 9972 Bolsa Ave, Suite 100, Westminster, CA 92683.

thể hàng chục ghế thuộc làn sóng xanh trong nhiệm kỳ của cựu Tổng thống (TT) Donald Trump. Đảng Dân Chủ chiếm thế đa số với tỉ lệ 222-212 hồi năm 2021. Tỉ lệ đó hiện là 220-212 do còn một số vị trí trống.

Các cuộc bầu cử giữa nhiệm kỳ thường được xem như một cuộc trưng cầu dân ý về đảng cầm quyền, đặc biệt nếu đảng đó kiểm soát ít nhất một viện ngoài vị trí tổng thống. Đảng Dân Chủ đã nắm giữ cả hai viện lẫn chức vụ tổng thống trong hai năm qua và sẽ giữ quyền kiểm soát Thượng viện trong Quốc hội khóa mới sau khi thực hiện tốt hơn mong đợi trong đợt bầu cử giữa nhiệm kỳ vừa qua.

Đảng Cộng Hòa có kế hoạch nhanh chóng hành động khi Quốc hội khóa mới bắt đầu. Kế hoạch của họ bao gồm việc điều tra nguồn gốc đại dịch COVID-19, kiểm tra phản ứng của Hoa Kỳ đối với đại dịch COVID-19, và tiến hành giám sát cuộc khủng hoảng biên giới.

Họ cũng cho biết sẽ tiến hành bãi bỏ việc thuê 87,000 nhân viên IRS mới, vốn là một phần của Đạo luật Giám Lạm Phát của Đảng Dân Chủ; tăng cường khai thác năng lượng trong nước; và giảm tội phạm. TT Joe Biden có thể phủ quyết bất kỳ dự luật nào được đưa đến bàn làm việc của ông, và việc tiếp tục có một Thượng viện do Đảng Dân Chủ chiếm khối đa số khiến công việc của các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện đáng khó khăn hơn.

Việc bác bỏ quyền phủ quyết đòi hỏi phải có hai phần ba số phiếu biểu quyết tại mỗi viện - một đề nghị phi thực tế đối với hầu hết các điều luật.

Tân Chủ tịch Hạ viện Bà Pelosi đã nhậm chức từ năm 1987, và sắp hoàn thành nhiệm kỳ thứ tư với tư cách là Chủ tịch Hạ viện. Hôm 15/11, ông McCarthy đã được Đảng Cộng Hòa bầu chọn với tư cách là ứng cử viên chủ tịch Hạ viện của đảng này.

Toàn bộ Hạ viện sẽ bỏ phiếu chọn ra người đảm nhận chức chủ tịch vào tháng 01/2023. Ông McCarthy chưa từng đảm nhận vị trí này trước đây. Chủ tịch Hạ viện cuối cùng của Đảng Cộng Hòa, cựu Dân biểu Paul Ryan (Cộng Hòa-Wisconsin), đã rời nhiệm sở hồi năm 2019. Người tiền nhiệm của ông, Dân biểu John Boehner (Cộng Hòa-Ohio), rời nhiệm sở hồi năm 2015. Chủ tịch Hạ viện đứng thứ hai trong thứ tự kế vị tổng thống Hoa Kỳ, ngay sau vị trí kế vị thứ nhất thuộc về phó tổng thống.

An Nhiên biên dịch

Nghi phạm tấn công ông Paul Pelosi không nhận tội với các cáo buộc liên bang

Một người đàn ông bị buộc tội tấn công phu nhân của Chủ tịch Hạ viện Hoa Kỳ Nancy Pelosi (Dân Chủ-California) đã không nhận tội hôm 15/11 đối với các cáo buộc liên bang về việc cố gắng bắt cóc một quan chức liên bang và hành hung một thành viên trong gia đình của một quan chức liên bang. Ông David DePape, 42 tuổi, phải đối mặt với mức án tối đa lên tới 50 năm tù nếu bị tuyên bố về những tội liên bang này, mặc dù các hướng dẫn tuyên án thường yêu cầu thời gian ngồi tù ít hơn.

Cảnh sát trưởng Oregon từ chối thi hành luật súng mới của tiểu bang

Một số cảnh sát trưởng ở Oregon nói rằng họ sẽ không thi hành luật súng mới của tiểu bang đặt ra giới hạn về sức chứa băng đạn, lập luận rằng điều khoản này vi phạm Tu chính án thứ Hai của Hiến Pháp. Trong cuộc bầu cử giữa kỳ hôm 08/11, cử tri Oregon đã thông qua Dự luật 114, còn tên là Đạo luật Giám thời Báo Lực Súng đạn. Quy định này, bên cạnh các hạn chế khác, khiến các ổ đạn có hơn 10 vòng là vi phạm pháp luật - tương tự như các quy định đã được áp dụng ở New York, California, và các tiểu bang khác do Đảng Dân Chủ kiểm soát. Một số cảnh sát trưởng quận đã tuyên bố công khai rằng họ sẽ không thực thi luật luật này hoặc các phần của luật này.

450,000 USD

Giới chức liên bang công bố rằng các nhân viên hải quan tại Phi trường Quốc tế Kennedy của New York đã tịch thu số cocaine trị giá 450,000 USD từ một du khách buôn lậu ma túy bên trong những chiếc hành xe lên của bà.

Luật pháp Texas tìm cách hình sự hóa các quy trình thay đổi giới tính đối với trẻ em

Hai dự luật tại Hạ viện Texas đặt mục tiêu đưa việc cung cấp dịch vụ "chăm sóc sức khỏe kháng định giới tính" cho trẻ em tương đương với hành vi lạm dụng trẻ em và thậm chí là đưa trẻ em tới đại hình. Dự luật Hạ viện 42, do Dân biểu thuộc Bryan Staton (Cộng Hòa-Thành phố Royse) đệ trình, muốn mở rộng định nghĩa về lạm dụng trẻ em để bao gồm cả "mục đích cố gắng thay đổi hoặc kháng định nhận thức của một đứa trẻ về giới tính của đứa trẻ đó nếu nhận thức đó không phù hợp với giới tính sinh học của đứa trẻ như được xác định bởi các cơ quan sinh dục, nhiễm sắc thể, và hồ sơ nội tiết tố nội sinh của đứa trẻ đó." Hồi mùa hè, ông Staton cũng thông báo sẽ đưa ra luật cấm các trị liệu nhằm thay đổi giới tính của trẻ em, nhưng bị hoãn lại do các buổi biểu diễn nam giả nữ (drag shows) trong tiểu bang.

Thẩm phán Florida bác bỏ vụ kiện ông DeSantis về các chuyển bay chỗ người nhập cư bất hợp pháp

Hôm 14/11, một thẩm phán ở tiểu bang Florida đã bác bỏ vụ kiện khởi kiện Thống đốc Ron DeSantis về việc ông sử dụng quỹ tiểu bang để đưa những người nhập cư bất hợp pháp từ Texas đến Martha's Vineyard trước đó trong năm nay. Hồi tháng Chín, vị thẩm phán Đẳng Cộng Hòa này đã xác nhận rằng chính phủ của ông đã đưa những người nhập cư bất hợp pháp bay đến hòn đảo giàu có ở Massachusetts. Khoảng 50 người ngoại quốc chủ yếu là người gốc Venezuela đã được đưa đến hòn đảo này, thu hút một phần ứng nhàn chong từ các quan chức tiểu bang và địa phương, những người đã điều động Lực lượng Vệ binh Quốc gia để chở họ đến một căn cứ quân sự.

BẦU CỬ GIỮA KỶ 2022

Georgia: TNS Warnock khởi kiện nhằm khôi phục việc bỏ phiếu sớm cho vòng bầu cử bổ sung vào Thượng viện

Tiếp theo từ trang 1

vào ngày hôm đó.

Họ cho biết trong đơn kiện, được đệ trình hôm 14/11 tại Tòa Thượng thẩm Quận Fulton, rằng luật yêu cầu việc bỏ phiếu sớm phải được bắt đầu không trễ hơn thứ Hai, ngày 28/11, và việc bỏ phiếu bắt đầu “càng sớm càng tốt.” Và họ lưu ý rằng cả ông Raffensperger và cấp phó của ông, ông Gabriel Sterling, hôm 09/11, đã công bố – một ngày sau Ngày Bầu Cử, khi ông Raffensperger tái đắc cử nhiệm kỳ bốn năm lần thứ hai – rằng họ dự đoán việc bỏ phiếu sẽ bắt đầu ở các quận đã chọn bỏ phiếu sớm vào ngày 26/11.

Các nguyên đơn, trong đó có Đảng Dân Chủ Georgia và DSCC, một ủy ban thượng nghị sĩ Đảng Dân Chủ, lập luận rằng ông Raffensperger đã hiểu lầm một đoạn trong điều luật được đề cập nhằm áp dụng cho các cuộc bầu cử sơ bộ và tổng tuyển cử, cũng như áp dụng cho các cuộc bầu cử bổ sung.

Đoạn luật này vốn thiết lập lịch trình bỏ phiếu sớm dường như ngăn cản việc tổ chức bỏ phiếu sớm vào thứ Bảy như được đề cập, bởi vì cuộc bỏ phiếu này diễn ra chỉ cách ngày Lễ Tạ Ơn hai ngày. Ông Warnock và các nguyên đơn đồng sự của ông lập luận rằng lệnh cấm này không áp dụng cho các cuộc



(Trái) Thượng nghị sĩ Raphael Warnock (Dân Chủ-Georgia) ở Columbus, Georgia, hôm 08/10/2022.

(Phải) Ứng cử viên chức thượng nghị sĩ Đảng Cộng Hòa Georgia Herschel Walker ở Carrollton, Georgia, hôm 11/10/2022.

bầu cử bổ sung và rằng họ nên bắt đầu “càng sớm càng tốt.”

Tiểu bang này đã sửa đổi lại các luật bầu cử của mình sau cuộc bầu cử tổng thống đầy tranh cãi năm 2020, và hai cuộc bầu cử bổ sung vào Thượng viện Georgia. Hai thượng nghị sĩ Đảng Cộng Hòa đã bị đánh bại, ông Warnock và ông Jon Ossoff được bầu vào vị trí của họ. Một trong những cải tổ này đã rút ngắn thời gian chờ đợi cho cuộc bầu cử bổ sung từ chín tuần xuống còn bốn tuần, và đây là cuộc tổng tuyển cử đầu tiên kể từ khi những luật đó được thông qua.

Văn phòng Tổng thư ký tiểu bang đã không phúc đáp đề nghị bình luận từ The Epoch Times.

Đánh giá tính hợp lý và độ chính xác

Một yếu tố cần bàn có thể là sự cần thiết về mặt pháp lý của việc bắt đầu đánh giá “tính hợp lý và độ chính xác” bắt buộc đối với các cuộc bỏ phiếu không dưới ba ngày trước cuộc bầu cử. Những bài đánh giá tính hợp lý và độ chính xác là các bài kiểm tra kỹ lưỡng bảo đảm rằng hệ thống bỏ phiếu điện tử của cuộc bỏ phiếu sẽ kiểm đếm chính xác số phiếu bầu.

Nếu việc bỏ phiếu sớm bắt đầu từ thứ Hai, ngày 28/11, tiểu bang này có thể bắt đầu vào thứ Sáu, ngày 25/11, một ngày sau Lễ Tạ Ơn.

Nhưng nếu việc bỏ phiếu sớm bắt đầu vào thứ Bảy, ngày 26/11, tiểu bang này sẽ phải bắt đầu từ thứ Tư, ngày 23/11 và làm việc trong suốt kỳ nghỉ hoặc thậm chí bắt đầu sớm hơn, vài ngày kể từ bây giờ.

Bảng tin Bầu cử Chính thức (Official Election Bulletin), do Giám đốc Bộ phận Bầu cử tiểu bang Blake Evans phát hành hôm 12/11, lưu ý rằng các quận có thể bắt đầu bỏ phiếu sớm trước Lễ Tạ Ơn nếu họ có thể hoàn tất công tác chuẩn bị. Và họ có thể tổ chức bỏ phiếu sớm vào Chủ Nhật, ngày 27/11. Tuy nhiên, bảng tin nêu rõ rằng họ có thể không bỏ phiếu sớm vào ngày Lễ Tạ Ơn, vào thứ Sáu, ngày 25/11, hoặc vào thứ Bảy, ngày 26/11.

Trước đó, bà Marci McCarthy, Chủ tịch Đảng Cộng Hòa Quận DeKalb, nói với The Epoch Times rằng các bài đánh giá tính hợp lý và độ chính xác là rất cần thiết.

Việc Quận DeKalb không lập lại những bài đánh giá này khi một ứng cử viên Đảng Dân Chủ bỏ cuộc trong cuộc bầu cử sơ bộ của ủy ban quận vào cuối chiến dịch đã để lại một lỗi trên máy điện toán khiến cho một cuộc kiểm đếm phiếu phải được thực hiện lại.

Bà McCarthy cho biết ứng cử viên xếp thứ ba cuối cùng đã giành chiến thắng sau khi hàng ngàn phiếu bầu, vốn không được trao cho bà do nhầm lẫn, đã được khôi phục.

Ngoài ra, ủng hộ cho tranh chấp này là những giả định về số lượng cử tri bỏ phiếu bổ sung. Trong lịch sử, Đảng Cộng Hòa đã làm tốt hơn ở Georgia trong việc lôi kéo cử tri của họ quay trở lại cuộc bầu cử bổ sung so với Đảng Dân Chủ, và việc rút ngắn thời gian bỏ phiếu sớm có thể được xem là có lợi cho ứng cử viên Đảng Cộng Hòa.

Cả hai ông Warnock và Walker đều không đạt ngưỡng 50% để giành chiến thắng hôm 08/11. Cuộc đua của họ là cuộc đua vào Thượng viện cùng chưa được ngã ngũ trong cả nước, khi Đảng Dân Chủ dẫn trước Đảng Cộng Hòa với tỷ lệ 50-49.

Nếu ông Walker thắng, Thượng viện sẽ duy trì tỷ lệ chia đều 50-50 như hiện tại, trong đó Phó Tổng thống Kamala Harris nắm giữ lá phiếu phá vỡ thế hòa. Nếu ông Warnock thắng, Đảng Dân Chủ sẽ được nâng lên thành một khối đa số sit sao.

Thứ Sáu sau ngày Lễ Tạ Ơn cũng là một ngày lễ của tiểu bang. Trước đây ngày này được tổ chức như ngày thành lập của ông Robert E. Lee. Chỉ định đó đã bị bãi bỏ, nhưng ngày lễ này vẫn được duy trì.

Các luật sư Adam M. Sparks và Joyce Gist Lewis ở Atlanta và Nhóm luật Elias của Hoa Thịnh Đốn đã đại diện cho ông Warnock và Đảng Dân Chủ.

Khanh Ngọc biên dịch

BẦU CỬ GIỮA KỶ 2022

Các ứng cử viên ủng hộ quyền cha mẹ giành chiến thắng trên toàn quốc

Tiếp theo từ trang 1

trên nền tảng ủng hộ quyền cha mẹ đã giành chiến thắng hôm 08/11, ngay cả ở các tiểu bang thành trì màu xanh dương.

Tổ chức Moms for Liberty đã đem lại chiến thắng cho các ứng cử viên địa phương ủng hộ quyền cha mẹ ở Maryland và New Jersey – hai tiểu bang đã cử các thành viên Đảng Dân Chủ đến Quốc hội. Một số ứng cử viên được Moms for Liberty ủng hộ đã giành chiến thắng tại các địa hạt bầu cử mà Đảng Dân Chủ chiếm đa số ở các tiểu bang theo hướng bảo tồn truyền thống.

“Những gì quý vị đang chứng kiến hiện nay là các bậc cha mẹ đang đẩy mạnh các cộng đồng địa phương và giành lại hệ thống giáo dục của họ,” bà Justice cho biết. “Chúng tôi là một tổ chức phi đảng phái. Chúng tôi muốn những người ủng hộ quyền cha mẹ giành chiến thắng.”

Trên khắp đất nước, Moms for Liberty đã bảo chứng cho 270 ứng cử viên.

Bà Justice cho biết, bất chấp những khó khăn, hơn 50% trong số họ đã thách thức những người đương nhiệm và giành phần thắng.

Bà nói: “Nếu quý vị xem xét tỷ lệ phần trăm chung của những ứng cử viên lần đầu giành chiến thắng, thì [quý vị sẽ thấy] tỷ lệ này thấp hơn 50% rất nhiều.”

Theo hãng thông tấn Breitbart, chiến thắng này thậm chí còn ấn tượng hơn vì Hiệp hội Giáo dục Quốc gia (NEA) và Liên đoàn Giáo viên Hoa Kỳ (AFT) đã chi 59 triệu USD cho các chiến dịch chính trị cánh tả.

The Epoch Times đã liên lạc với NEA và AFT, nhưng cả hai tổ chức đều không đưa ra bình luận nào vào thời điểm phát hành bản tin này.

Các chiến thắng ở Florida

Đối với một ứng cử viên tranh cử địa trên nền tảng về quyền cha mẹ, thì các vấn đề quan trọng bao gồm các chính sách của trường học về quy định đeo khẩu trang, sách khiêu dâm, và hệ tư tưởng LGBT. Các bậc cha mẹ cũng bày tỏ lo ngại về việc trường học không dạy đọc, viết, và số học theo các tiêu chuẩn có thể chấp nhận được.

Thành viên đương nhiệm Jacqueline Rosario đã tái tranh cử vào hội đồng trường với sự bảo chứng của Thống đốc Florida Ron DeSantis, một thành viên Đảng Cộng Hòa. Bà cùng với năm ứng cử viên khác được ông DeSantis bảo chứng trong cuộc bầu cử ngày 08/11 đã giành được các vị trí trong hội đồng trường.

“Hệ tư tưởng tính sẽ không được chấp nhận trong các trường công lập,” bà Rosario nói với The Epoch Times. “Chúng ta cần duy trì hoặc quay trở lại với các môn truyền thống là đọc, viết, số học, và khoa học. Đây là những môn học

mà chúng ta phải có trách nhiệm giảng dạy.”

Bà nói thêm rằng các trường học ở Florida phải cải thiện hệ thống giáo dục vì nhiều lý do. Điểm môn toán đã giảm xuống và điểm ngôn ngữ hiện ở mức trung bình 50/100.

Nhưng thay vì khắc phục những vấn đề này, các trường học đã tập trung vào việc truyền bá học thuyết thức tỉnh.

“Không phải chỉ là làm tốt đâu... Chúng ta cần phải làm tốt hơn nữa,” bà Rosario nói.

“Điều đó thật là tuyệt vời,” bà nói về sự bảo chứng của ông DeSantis. “Tôi vừa cảm thấy vinh dự, vừa bối rối, vừa hào hứng. Cùng việc mà tôi đã và đang làm trong hội đồng này chính xác như những gì nghị trình giáo dục của chúng tôi được viết ra.”

Bà đã khuyến các ứng viên tương lai rằng cam kết của họ đối với quyền cha mẹ phải là chân thành.

“Điều đó phải xuyên suốt, phải chân thành, và quý vị phải quyết tâm thực hiện được điều đó,” bà nói. “Các bậc cha mẹ ngoài kia trông cậy vào quý vị để đại diện cho tiếng nói của họ trong hội đồng trường.”

Da dạng, công bằng và hòa nhập (Diversity, Equity & Inclusion, DEI) đã thất bại hoàn toàn

Ông Alvin Lui, chủ tịch của tổ chức Courage is a Habit (Can đảm là một Thói quen) nói với The Epoch Times rằng khi COVID-19 khiến các lớp học chuyển vào phòng khách, điều này đã khởi xướng cho phong trào quyền cha mẹ.

Ông nói rằng, trường học được chuyển về nhà; tiếp đến các bậc cha mẹ đã đi đến trường.

Ông cho biết, lần đầu tiên các bậc cha mẹ chứng kiến nhà trường đã dạy cho con em mình tư tưởng cực đoan về giới tính, nhối sợ chúng với các hoạt động xã hội, và cho chúng tiếp cận với sách khiêu dâm. “Khi những đứa trẻ ở nhà trong thời kỳ COVID, rất nhiều các bậc cha mẹ đã chứng kiến các em được dạy những gì,” ông Lui nói. “Đây là lần đầu tiên các bậc cha mẹ thấy những gì diễn ra trong lớp học của con em họ.”

Ở những nơi như Maine, các giáo viên đưa cho trẻ em sách khiêu dâm, và trường học treo những tấm áp phích ở hành lang khuyến khích trẻ em có tư tưởng giới tính cực đoan.

Một số trẻ em nói với cha mẹ chúng rằng các em cảm thấy áp lực từ giáo viên và bạn đồng trang lứa nên phải tuyên bố mình là bản sắc giới tính mới. Một quy định mới về giáo dục ở Maine sẽ cho phép các trường học giữ bí mật với các bậc cha mẹ về con của họ.

Một video của Courage is a Habit giải thích rằng, “Sở Giáo dục Maine sắp thông qua một quy định cho phép có vấn học đường



Bà Jacqueline Rosario, thành viên hội đồng trường của Địa hạt bầu cử số 2, ở Vero Beach, Florida, hôm 16/10/2022. Việc bà Rosario tái đắc cử là nhờ sự ủng hộ của tổ chức Moms for Liberty và sự bảo chứng của Thống đốc Florida Ron DeSantis.



Các sách dành cho người chuyển giới được trưng bày trong thư viện tại một trường tiểu học ở Richmond, California, hôm 17/05/2022.

Hệ tư tưởng thức tỉnh sẽ không được chấp nhận trong các trường công lập. Chúng ta cần duy trì hoặc quay trở lại với các môn truyền thống là đọc, viết, số học, và khoa học. Đây là những môn học mà chúng ta phải có trách nhiệm giảng dạy.

Bà Jacqueline Rosario

và nhân viên xã hội tách trẻ em khỏi cha mẹ.”

Ông Lui cho biết các bậc cha mẹ bị bất ngờ trước thông tin này đã phản đối chương trình của trường dạy con em họ những tư tưởng cấp tiến.

Theo Ballotpedia, hầu hết các hội đồng trường đều có nhiệm kỳ từ hai đến bốn năm. Vào năm 2022 đánh dấu cơ hội rộng mở đầu tiên để các cử tri đưa ra lựa chọn kể từ sau đợt phong tỏa do COVID-19.

Ông Shawn McBreairty, người ủng hộ quyền cha mẹ, đã nói với The Epoch Times qua thư điện tử rằng các cuộc bầu cử địa phương vào các hội đồng trường học vẫn diễn ra một cách sôi động ở Maine. Ông nói, những tổn thất của GOP ở Maine là kết quả của việc những người theo phái bảo tồn truyền thống không khuyến khích cho các cuộc trong giáo dục.

Ông viết: “Không có tiếng kêu gọi tập hợp, không có chiến lược tổng thể để mỗi ứng cử viên Đảng Cộng Hòa hợp thành một đội nhằm phơi bày tình hình giáo dục tồi tệ ở Maine, điều mà Đảng Dân Chủ không thể bảo chữa được,” ông viết. “Đó là lý do vì sao chúng ta thất bại.”

Một học khu địa phương đã kiện ông McBreairty sau khi ông

đọc trong buổi họp hội đồng nhà trường những đoạn trong các cuốn sách khiêu dâm được tìm thấy trong trường, như The Epoch Times đã đưa tin trước đó. Cuối cùng ông McBreairty đã thắng kiện trường học này.

Như MSN đưa tin, ở những nơi khác, FBI đã mở nhiều cuộc điều tra đối với các bậc cha mẹ đã phản đối các trường.

Bà Justice lưu ý rằng Hiệp hội Giáo dục New Jersey đã phát hành một quảng cáo bầu cử phản đối các bậc cha mẹ. Hiệp hội này tuyên bố, “Khi những kẻ cực đoan bắt đầu tấn công các trường học của chúng ta, chúng ta không phải là những người như thế.”

Bà Justice nói: “Các bậc cha mẹ đã vào cuộc và muốn lấy lại nền giáo dục công lập.”

Bà nói Moms for Liberty hy vọng rằng làn sóng chiến thắng trong cuộc bầu cử sẽ dẫn đến thành quả giáo dục tăng lên.

“Những người đang nắm quyền kiểm soát giáo dục vẫn tiếp tục quảng bá các giải pháp lừa dối, như DEI, CRT và SEL,” bà nói thêm, “thay vì tập trung vào vấn đề thực sự gây tranh cãi, đó là trẻ em không được học đọc ở trường.”

Thanh Nhã biên dịch

LUCKY STARS FINANCIAL

12666 Brookhurst St., #230
Garden Grove, CA 92840

14361 Beach Blvd., #209
Westminster, CA 92683

(714) 699-9289

MEDICARE

- Giúp ghi danh chương trình Medicare A và B.
- Giúp ghi danh chương trình part C.
- Chúng tôi sẽ giúp quý vị chọn lựa tổ hợp để hưởng nhiều quyền lợi như trả tiền thuốc, nha khoa, nhân khoa, xe đưa đón, chăm cứu, chính xương tập thể dục.
- Giúp giảm tiền trả part B.
- Giúp ghi danh part D để giảm giá thuốc đặc trị.
- Giúp đỡ ra tự do.

OBAMACARE

- Giúp ghi danh Covered CA và Obama Care.
- Giúp cho người ghi danh trẻ, mới đến Cali, bị phạt thuế.
- Giúp người mất bảo hiểm từ hãng xưởng.
- Giúp quý vị lựa chọn, bổ sung 1 chương trình phù hợp với gia đình, không lo âu khi khai thuế cuối năm.
- Có nhiều chương trình rẻ được tài trợ của tiểu bang.
- Open enrollment từ 10/15 đến 12/30.

LIFE INSURANCE

- Bảo hiểm nhân thọ được hưởng ngay khi còn sống.
- Lấy tiền lúc bệnh nặng tàn tật.
- Lấy tiền ra khi mất job.
- Đề dành tiền cho con đi học, có tiền về hưu.
- Có chương trình cho người trên 65 tuổi mua ngay không cần thử máu.
- Giúp hoạch định retirement plan 401k, IRA TSP, 457 trước và sau khi về hưu để có lợi về thuế.

INCOME TAX

- Khai thuế cá nhân và small business.
- Lấy thuế tối đa và hợp pháp.
- Giúp giảm tiền phạt thuế Obama Care.
- Free efile và direct deposit.
- Tham khảo miễn phí.

CHUYÊN NGHIỆP – TẬN TÂM – UY TÍN

Ana Real Estate Ana Funding, Inc.

10900 Westminster Ave #10 Garden Grove, CA 92843	Phone: 714-636-2299	Fax: 714-636-2298	Mobile: 714-260-5884
---	------------------------	----------------------	-------------------------

- Tác phẩm **Chính Chiến Điều Linh** của nữ phóng viên chiến trường Kiêu Mỹ Duyên viết về cuộc chiến của những người lính Miền Nam Việt Nam.
- GIỚI THIỆU SÁCH MỚI:** tác giả **Kiêu Mỹ Duyên** sắp ra mắt sách mới **Hoa Cỏ Bên Đường**. Tác phẩm gồm những phóng sự về cuộc sống ở hải ngoại của người Việt Nam. Xin mời quý vị đón xem.
- Quý đồng hương có nhà cho thuê cần người đứng ra quản lý xin liên lạc Broker Ana Nguyễn với văn phòng Ana Real Estate. Dịch vụ quản lý nhà cho thuê bao gồm tư vấn để chuẩn bị nhà cho thuê, quảng cáo tìm khách thuê trên báo, đài, internet. Đưa khách đi thuê nhà, nhận đơn xin thuê nhà, kiểm tra credit, thu nhập và nhân thân.

Quản lý hàng tháng gồm thu tiền rent từ khách thuê và quản lý sửa chữa nhà khi cần thiết.

SANG TÊN NHÀ, ĐẤT HOẶC CƠ SỞ THƯƠNG MẠI CHO NGƯỜI THÂN

Quý vị đồng hương muốn sang tên nhà đang ở hoặc nhà đầu tư cho con, cho người thân đứng tên. Nếu muốn sang tên cơ sở thương mại hoặc đất cho người trong gia đình. Chúng tôi có hướng dẫn làm giấy tờ và chỉ lấy một lệ phí hợp lý.

BÁN 4 UNITS STANTON. \$1,750,000. 4,360sf, 9 br, 8 ba. Xây 1975. Người thuê trả tiền đứng thời hạn. Cơ hội đầu tư tốt. Thu \$93,600/năm.

NHÀ GARDEN GROVE. \$1,150,000. 3,074 sf/3,320 sf lot. 6 br, 3.5 ba. 2 tầng, có hồ bơi. Nhà đẹp. Gán chợ, trường học tốt, khu yên tĩnh.

NHÀ GARDEN GROVE. \$950,000. 1,400 sf. Đất rộng **10,658 sf.** Có thể xây thêm phòng. Có hồ bơi. Nhà góc đường. 4 br/2 ba. Garage/2. Gán chợ, Disneyland, Little Saigon.

NHÀ BÁN SANTA ANA. \$699,000. 1,044 sf/6,016 sf lot. 2 br/1 ba. Garage 1 xe và 6 chỗ đậu xe trên driveway. Trần nhà mới, nhà sơn mới. Cách Santa Ana College 5 phút, gần trung tâm mua sắm.

TIỆM CÀ PHÊ WESTMINSTER tăng khuôn viên trường đại học, bán rồi trở ra thị trường, 11 bàn, 44 chỗ ngồi. Tiền thuê rất rẻ \$1,000/tháng. Bán thức ăn và nước uống. Giá **\$138,000.**

BÁN TIỆM NAILS & SPA Ở PASADENA, LOS ANGELES. \$89,000, đang có lời. 1,600sf, 8 bàn, 5 ghế, có máy giặt, máy sấy. Tiền thuê \$3,300/tháng. 5 thợ. Mở 19 năm, khu tốt.

BÁN TIỆM CHĂM SÓC DA BOLSA, WESTMINSTER. \$99,000. 970 sf. 3 phòng, 3 giường, 2 thợ. Mở cửa 7 ngày/tuần. Tiền thuê \$2,100. Lợi tức \$10,000/tháng.

BÁN TIỆM NAILS Ở TORRANCE. \$150,000. 800 sf, 3 thợ full-time, 3 thợ part-time. Tiền thuê \$2,600. Mở cửa 10am-7pm. Trong khu thương mại.

Xin Gọi Cho:
Broker An Nguyễn, DRE#00847066



Bà Tiffany Justice (trái) và bà Tina Descovich (phải), đồng sáng lập tổ chức Moms for Liberty.

Nhà Dưỡng Lão Non Nước

• Chăm Sóc Quý Vị Cao Niên Đầy Tình Yêu Thương •

- Có Nhân Viên chăm sóc cho mọi nhu cầu sinh hoạt hàng ngày: *Dọn dẹp phòng, giúp thay quần áo, dẫn đi bộ mỗi buổi sáng.*
- Có thức ăn nóng đầy đủ dinh dưỡng mỗi ngày.
- Chỗ ở rộng rãi, tiện nghi, cung cấp Internet 24/24.
- Phòng giải trí riêng biệt và sân sau rộng rãi cho những sinh hoạt ngoài trời.
- Có y tá theo dõi tình trạng sức khỏe và liên lạc với Bác Sĩ gia đình nếu cần.

Xin gọi: **Emily Phan (657-226-7775)** • Email: **emilypphan2017@gmail.com**

CHÍNH TRỊ

Cựu TT Donald Trump công bố chiến dịch tranh cử vào Tòa Bạch Ốc năm 2024

Cựu tổng thống tuyên bố ra tranh cử lần thứ 3 cho vị trí tổng thống để ‘giúp Mỹ quốc vĩ đại và vinh quang trở lại’

Tiếp theo từ trang 1

tình cảnh rất khó khăn.”

Đối diện với một đám đông gồm những người ủng hộ và các đồng minh, vị tổng thống thứ 45 này quy trách nhiệm cho chính phủ TT Biden và Đảng Dân Chủ về tình trạng lạm phát cao, nguy cơ chiến tranh, và biên giới phía nam rộng mở.

Ông đề ra một tầm nhìn quen thuộc để đưa quốc gia trở lại thời kỳ vĩ đại, trong đó có chính sách ngoại giao mạnh mẽ hơn, cắt giảm thuế, cũng như cắt giảm các quy định.

“Sử trở lại của Mỹ quốc bắt đầu ngay lúc này,” ông Trump nói. “Hai năm trước, khi tôi rời khỏi nhiệm sở, đất nước chúng ta đã sẵn sàng bước vào thời kỳ hoàng kim.”

“Sau nhiều thập niên đưa các hoạt động kinh doanh ra ngoại quốc theo chủ nghĩa toàn cầu hóa và các thỏa thuận thương mại một chiều, chúng ta đã bước sang một thời kỳ mới khiến hàng triệu người thoát khỏi cảnh đói nghèo, và chúng ta cùng nhau xây dựng nền kinh tế vĩ đại nhất trong lịch sử thế giới.”

Ông Trump đã từ hào về thành tựu của mình với các đối thủ ngoại quốc, nói rằng cách đây hai năm thì Trung Quốc, Nga, và Bắc Hàn đều nằm trong tầm kiểm soát.

“Lần đầu tiên, Trung Quốc quay cuồng và lùi bước. Trước đây, quý vị chưa bao giờ chứng kiến được điều đó, bởi vì Hoa Kỳ đã vượt xa họ trên mọi mặt trận và Trung Quốc đang trả hàng tỷ dollar tiến thuế và thuế quan.”

Ông Trump cho biết ông tin rằng áp lực mà ông đặt lên Trung Quốc đã thúc đẩy Trung Cộng ‘đóng một vai trò rất tích cực’ trong cuộc bầu cử năm 2020.

“Chúng ta sẽ tiến hành một chiến dịch toàn lực để tách rời Mỹ quốc khỏi sự phụ thuộc vào Trung Quốc,” vị cựu tổng thống hứa.

Ông Trump đã nhắc vào TT Joe Biden, quy trách nhiệm cho ông Biden và chính phủ của ông vì đưa Hoa Kỳ trở thành một “quốc gia thất bại”.

“Ông Joe Biden là gương mặt đại diện cho sự thất bại của cánh tả và nan thân những của Hoa Thịnh Đốn,” ông nói. Để cập đến tình trạng lạm phát và giá xăng [tăng cao], ông Trump nói: “Đối với hàng triệu người dân Mỹ, hai năm qua dưới thời ông Joe Biden là một khoảng thời gian đau khổ, khó khăn, lo lắng, và tuyệt vọng.”

Ông Trump, vốn là nhà lãnh đạo trên thực tế của Đảng Cộng Hòa, đã ra mắt chiến dịch tranh cử của mình vào giai đoạn đầy bất ổn của Quốc hội và Đảng Cộng Hòa. Đứng một tuần sau Ngày Bầu Cử của đợt bầu cử giữa nhiệm kỳ năm 2022, Đảng Cộng Hòa vẫn còn cách một ghế để bảo đảm quyền kiểm soát Hạ viện Hoa Kỳ.

Quyền kiểm soát Thượng viện Hoa Kỳ đã được quyết định hai ngày trước khi ông Trump tuyên bố, với việc Thượng nghị sĩ (TNS) đương nhiệm của Đảng Dân Chủ Catherine Masto (Dân Chủ-Nevada) thắng thế ở Nevada trước đối thủ của Đảng Cộng Hòa Adam Laxalt. Điểm dẫn tranh đáng kể của ông Laxalt trong đêm bầu cử bốc hơi sau sáu ngày kiểm đếm phiếu. Một ngày trước đó tại Arizona, TNS Mark Kelly (Dân Chủ-Arizona) được dự đoán là người chiến thắng

trong cuộc đua với đối thủ thuộc Đảng Cộng Hòa Blake Masters.

Việc kiểm đếm phiếu bị trì hoãn ở hai tiểu bang này làm gợi nhớ về năm 2020, khi cả hai tiểu bang này mất vài ngày để kiểm đếm số lượng lớn các phiếu bầu. Ông Trump đặt nghi vấn về tính liêm chính của cuộc bầu cử năm 2022 ở hai tiểu bang Nevada và Arizona.

“Chúng ta sẽ làm bất cứ điều gì cần thiết để mang sự trung thực, sự vĩ đại, và sự tin nhiệm trở lại cho các cuộc bầu cử của chúng ta,” ông Trump nói. “Để loại bỏ gian lận, tôi sẽ ngay lập tức yêu cầu ID cử tri, bỏ phiếu trong cùng ngày, và chỉ những lá phiếu bầu bằng giấy.”

“Chúng ta sẽ loại bỏ nhà nước ngầm và khôi phục lại chính phủ vì người dân. Để tát cạn đầm lầy hơn nữa, tôi sẽ thúc đẩy một sửa đổi hiến pháp để đề nghị giới hạn nhiệm kỳ đối với các thành viên của quốc hội. Đã đến lúc rồi.”

Nếu quay trở lại Oval Office, ông Trump cũng hứa sẽ “bảo vệ gia đình là tâm điểm của cuộc sống Mỹ,” cũng như quyền của các bậc cha mẹ trong giáo dục công lập.

“Khi tôi hiện diện tại Tòa Bạch Ốc, các trường học của chúng ta sẽ ngừng thực sự thuyết chúng tôi nằm trong tầm kiểm soát.”

“Lần đầu tiên, Trung Quốc quay cuồng và lùi bước. Trước đây, quý vị chưa bao giờ chứng kiến được điều đó, bởi vì Hoa Kỳ đã vượt xa họ trên mọi mặt trận và Trung Quốc đang trả hàng tỷ dollar tiến thuế và thuế quan.”

Ông Trump cho biết ông tin rằng áp lực mà ông đặt lên Trung Quốc đã thúc đẩy Trung Cộng ‘đóng một vai trò rất tích cực’ trong cuộc bầu cử năm 2020.

“Chúng ta sẽ tiến hành một chiến dịch toàn lực để tách rời Mỹ quốc khỏi sự phụ thuộc vào Trung Quốc,” vị cựu tổng thống hứa. Ông Trump được cho là sẽ phải đối mặt với những đối thủ trong nội bộ đảng tại các cuộc bầu cử sơ bộ. Các tin đồn tiếp tục lan truyền về triển vọng của một thách thức chính đến từ Thống đốc Florida mới tái đắc cử Ron DeSantis. Ông Trump đã một vài lần tấn công phủ đầu ông DeSantis, khi gọi ông là “một thống đốc ĐẢNG CỘNG HÒA hạng trung có Quan hệ công chúng tốt.”

Thời điểm trước thông báo của ông Trump, cựu phó tổng thống và cũng là người từng đồng tranh cử với ông trước đây, ông Mike Pence, cho biết có nhiều lựa chọn tốt hơn cho cặp đôi ứng cử viên của Đảng Cộng Hòa vào năm 2024. Cả ông Trump lẫn ông Pence vẫn chưa hàn gắn sau sự kiện ngày 06/01/2021, khi ông Pence đã không đồng ý với dự định của ông Trump là đưa các kết quả bầu cử ở một số tiểu bang trở lại cơ quan lập pháp tiểu bang

trong bối cảnh có những lo ngại về tính liêm chính của cuộc bầu cử. Những thách thức từ bên trong Đảng Dân Chủ, cho biết ông sẽ làm bất cứ điều gì cần thiết để mang sự trung thực, sự vĩ đại, và sự tin nhiệm trở lại cho các cuộc bầu cử của chúng ta,” ông Trump nói. “Để loại bỏ gian lận, tôi sẽ ngay lập tức yêu cầu ID cử tri, bỏ phiếu trong cùng ngày, và chỉ những lá phiếu bầu bằng giấy.”

“Chúng ta sẽ loại bỏ nhà nước ngầm và khôi phục lại chính phủ vì người dân. Để tát cạn đầm lầy hơn nữa, tôi sẽ thúc đẩy một sửa đổi hiến pháp để đề nghị giới hạn nhiệm kỳ đối với các thành viên của quốc hội. Đã đến lúc rồi.”

Nếu quay trở lại Oval Office, ông Trump cũng hứa sẽ “bảo vệ gia đình là tâm điểm của cuộc sống Mỹ,” cũng như quyền của các bậc cha mẹ trong giáo dục công lập. “Khi tôi hiện diện tại Tòa Bạch Ốc, các trường học của chúng ta sẽ ngừng thực sự thuyết chúng tôi nằm trong tầm kiểm soát.”



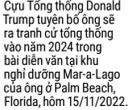
Cựu TT Donald Trump nói chuyện tại một sự kiện trong đêm đầu cử ở Mar-a-Lago, Palm Beach, Florida, hôm 08/11/2022.

Chúng ta sẽ bị tấn công, chúng ta sẽ bị vu khống, chúng ta sẽ bị bức hại... nhưng không thể để da chúng ta, chúng ta sẽ kiên định, chúng ta sẽ đứng vững trong cơn bão.

Cựu Tổng thống Donald Trump



Cựu Tổng thống Donald Trump tuyên bố ông sẽ ra tranh cử tổng thống vào năm 2024 trong bài diễn văn tại khu nghỉ dưỡng Mar-a-Lago của ông ở Palm Beach, Florida, hôm 15/11/2022.



Đình thự Mar-a-Lago của cựu TT Donald Trump ở Palm Beach, Florida, vào ngày 03/04/2019.



JOE RAEDLE/GETTY IMAGES

chính đảng của ông Trump không phải là những trở ngại duy nhất được dự đoán cho chiến dịch tranh cử mới của ông. Kể từ khi thành lập ủy ban Hạ viện ngày 06/01, Đảng Dân Chủ đã dàn dựng một câu chuyện phức tạp về các sự kiện của ngày hôm đó, xem ông Trump như là kiến trúc sư của một âm mưu bị cáo buộc nhằm trì hoãn việc chứng nhận phiếu bầu của Đại cử tri đoàn. Vị cựu tổng thống này đã không tuân theo một trật hầu tòa từ ủy ban và đối mặt với khả năng bị truy tố. Ông Stephen Bannon, một trong những người ủng hộ lớn nhất của ông Trump, đã bị kết tội kinh doanh Quốc hội vì không tuân theo một trật đòi hầu tòa tương tự.

Một cuộc điều tra khác về việc ông Trump giải quyết các tài liệu mật kể từ khi rời Tòa Bạch Ốc đã dẫn đến một cuộc đột kích gây tranh cãi vào khu dinh thự của ông tại Mar-a-Lago và có thể dẫn đến sự truy tố. Cả hai trường hợp, nếu Bộ Tư pháp thực hiện một bước đi chưa có tiền lệ để theo đuổi các vụ truy tố, có thể kết thúc trước Tòa cao Pháp viện trong thời điểm căng thẳng của mùa tranh cử, làm tăng thêm kịch tính pháp lý cho sân khấu chính trị vốn đã diễn biến cực nhanh.

Kể từ khi ông Biden chuyển đến Tòa Bạch Ốc vào ngày 20/01/2021, chính phủ của ông đã phải đối mặt với một số cuộc khủng hoảng, chủ yếu trong số đó là chi phí thực phẩm và khi đốt tăng cao. Tuy nhiên, khi nói đến các cuộc bầu cử giữa nhiệm kỳ, những lời nhắc nhở hàng ngày từ các kệ hàng trong siêu thị và giá xăng hiển thị ở các trạm xăng không đủ để thuyết phục người Mỹ bỏ phiếu cho Đảng Cộng Hòa.

Khi viễn cảnh về một lần sống do lắng xuống, một số thành viên cao cấp của Đảng Cộng Hòa đã đổ lỗi cho Lãnh đạo Thiểu số Thượng viện Mitch McConnell (Cộng Hòa-Kentucky), và một số thượng nghị sĩ đã yêu cầu trì hoãn cuộc bầu cử lãnh đạo của viện này cho đến khi kết quả bầu cử vào Hạ viện được xác nhận. TNS Rick Scott (Cộng Hòa-Florida) đã chỉ trích chiến lược trung hạn của ông McConnell là tập trung vào những thiếu sót của chính phủ Tổng thống Biden hơn là thực hiện một nghị trình mang tính chủ động.

Hôm 13/11, ông Trump đã tham gia cuộc tấn công này, đổ lỗi cho ông McConnell vì đã không ủng hộ ông Masters ở tiểu bang Arizona và để Đảng Dân Chủ thông qua gói chi tiêu “Thỏa thuận Mới Xanh” của họ. Ông McConnell đã không phản ứng trước những cuộc tấn công này. TNS Tom Cotton (Cộng Hòa-Arkansas) đã ủng hộ ông McConnell trong một cuộc phỏng vấn hôm 13/11 trên đài truyền hình CBS.

Trong khi đổ lỗi cho ông Trump về hoạt động kém hiệu quả của Đảng Cộng Hòa trong cuộc bầu cử giữa kỳ, Lãnh đạo Đa số Thượng viện Chuck Schumer (Dân Chủ-New York) hôm 14/11 đã kêu gọi các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Thượng viện từ bỏ cựu tổng thống và hợp tác với Đảng Dân Chủ.

Tại Hạ viện, Dân biểu Kevin McCarthy (Cộng Hòa-California) lãnh đạo phe thiểu số, đã được Đảng Cộng Hòa đề cử để đảm nhận vị trí Chủ tịch Hạ viện vì dự kiến các thành viên Đảng Cộng Hòa sẽ giành được ít nhất thêm một ghế nữa, vốn là điều cần thiết cho việc bảo đảm quyền kiểm soát viện này. Các nhà lập pháp cao cấp của Đảng Cộng Hòa đã báo hiệu rằng họ sẽ theo đuổi một nghị trình điều tra và giám sát tích cực nhằm vào chính phủ TT Biden và các giao dịch kinh doanh của các thành viên gia đình nhà Biden. Trong dự kiến của mình, ông Trump đã thắng thần thừa nhận rằng chiến dịch tranh cử tổng thống của ông sẽ gặp phải sự phản kháng. “Chúng ta sẽ bị phân đôi bởi nhiều lực lượng kết hợp từ giới quyền lực, giới truyền thông, những người theo chủ nghĩa toàn cầu, những người cực đoan theo chủ nghĩa Marx, những tập đoàn thực tiễn, vũ khí hóa quyền lực của chính phủ liên bang, những cỗ máy chính trị lớn, làn sóng tiến bộ nạn tối và hệ thống kiểm duyệt nội địa nguy hiểm nhất do con người từng tạo ra,” ông nói.

“Chúng ta sẽ bị vu khống, chúng ta sẽ bị bức hại ... nhưng chúng ta sẽ không bị hại ... nhưng chúng ta sẽ kiên định, chúng ta sẽ đứng vững trong cơn bão.”

“Từ giờ cho đến Ngày Bầu Cử năm 2024... Tôi sẽ chiến đấu như thể chưa từng có ai từng chiến đấu. Chúng ta sẽ đánh bại những nhà dân chủ cánh tả cực đoan đang cố gắng phá hủy đất nước chúng ta từ bên trong, và tương tự như vậy, để bảo vệ tất cả chúng ta,” ông Trump nói trong tuyên bố của mình.

EPOCH TIMES NGÀY 18 — 24/11/2022

Hoa Kỳ gia hạn trạng thái bảo vệ người nhập cư từ 6 quốc gia

MIMI NGUYEN LY

Chính phủ Hoa Kỳ đã gia hạn các biện pháp bảo vệ khỏi bị trục xuất cho hàng trăm ngàn người đến từ sáu quốc gia đang ở Hoa Kỳ.

Việc gia hạn có nghĩa là chương trình Trạng thái Được bảo vệ Tạm Thời (TPS) dành cho công dân của Haiti, El Salvador, Nicaragua, Sudan, Honduras, và Nepal sẽ không hết hạn vào ngày 31/12 như đã dự kiến trước đó. Thời hạn mới sẽ là ngày 30/06/2024, theo một tài liệu do Sở Địa trú và Nhập tịch Hoa Kỳ (USCIS) đệ trình, dự kiến sẽ được đăng chính thức trên Công báo Liên bang (Federal Register)

vào ngày 16/11. Chương trình Trạng thái Được bảo hộ Tạm Thời (TPS), do Quốc hội thiết lập vào năm 1990, là một quyền lợi tạm thời nhằm bảo hộ người nhập cư từ các quốc gia được chỉ định. Mười lăm quốc gia hiện đang được chỉ định, mặc dù sự gia hạn mới nhất chỉ ảnh hưởng đến những người nhập cư từ sáu quốc gia nói trên.

Theo chương trình, người dân của các quốc gia được chỉ định sẽ được bảo vệ ngay cả khi những người này đang sinh sống tại Hoa Kỳ một cách bất hợp pháp trước khi có sự chỉ định của TPS. Những người này cũng được cấp giấy phép làm việc.

MANUEL BALCE CENETA/AP PHOTO

EPOCH TIMES NGÀY 18 — 24/11/2022

Hoa Kỳ gia hạn trạng thái bảo vệ người nhập cư từ 6 quốc gia

MIMI NGUYEN LY

Chính phủ Hoa Kỳ đã gia hạn các biện pháp bảo vệ khỏi bị trục xuất cho hàng trăm ngàn người đến từ sáu quốc gia đang ở Hoa Kỳ.

Việc gia hạn có nghĩa là chương trình Trạng thái Được bảo vệ Tạm Thời (TPS) dành cho công dân của Haiti, El Salvador, Nicaragua, Sudan, Honduras, và Nepal sẽ không hết hạn vào ngày 31/12 như đã dự kiến trước đó. Thời hạn mới sẽ là ngày 30/06/2024, theo một tài liệu do Sở Địa trú và Nhập tịch Hoa Kỳ (USCIS) đệ trình, dự kiến sẽ được đăng chính thức trên Công báo Liên bang (Federal Register)

vào ngày 16/11. Chương trình Trạng thái Được bảo hộ Tạm Thời (TPS), do Quốc hội thiết lập vào năm 1990, là một quyền lợi tạm thời nhằm bảo hộ người nhập cư từ các quốc gia được chỉ định. Mười lăm quốc gia hiện đang được chỉ định, mặc dù sự gia hạn mới nhất chỉ ảnh hưởng đến những người nhập cư từ sáu quốc gia nói trên.

Theo chương trình, người dân của các quốc gia được chỉ định sẽ được bảo vệ ngay cả khi những người này đang sinh sống tại Hoa Kỳ một cách bất hợp pháp trước khi có sự chỉ định của TPS. Những người này cũng được cấp giấy phép làm việc.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công dân của nước đó trở về an toàn, hoặc trong một số trường hợp nhất định, nơi quốc gia đó không thể xử lý việc trả lại công dân của mình một cách thỏa đáng.” Những trường hợp như vậy bao gồm thiên tai, xung đột vũ trang, hoặc các cuộc khủng hoảng nhân đạo khác.

Theo tài liệu này, Bộ An ninh Nội địa (DHS) đã thông báo biện pháp gia hạn “để bảo đảm việc tiếp tục tuân thủ mọi lệnh tòa án có liên quan,” trong bối cảnh hai phiên tòa đang diễn ra.

Theo dữ liệu của USCIS, lần

“có thể chỉ định TPS cho một quốc gia ngoại quốc do các điều kiện trong quốc gia này tạm thời ngăn cản công

Thượng nghị sĩ GOP: Đảng Cộng Hòa ‘cũ đã không còn nữa,’ kêu gọi những thay đổi lớn

JACK PHILLIPS

Một thượng nghị sĩ (TNS) Đảng Cộng Hòa (Grand Old Party, GOP) cho biết, GOP phải “xây dựng một thứ gì đó mới” sau khi không thể giành lại thế đa số tại Thượng viện sau cuộc bầu cử giữa kỳ năm 2022.

Đảng Dân Chủ đã giành được một ghế quan trọng trong Thượng viện ở Nevada sau chiến thắng của TNS Catherine Cortez Masto (Dân Chủ–Nevada) trước đối thủ Đảng Cộng Hòa Adam Laxalt, sau khi nhiều hãng thông tấn công bố kết quả cuộc đua này nghiêng về phía bà Masto hôm 12/11. Vài ngày trước đó, ứng cử viên GOP Mehmet Oz đã nhận thua trước ứng cử viên Đảng Dân Chủ John Fetterman, trong khi các hãng thông tấn đã công bố người thắng cho cuộc đua vào ghế Thượng viện của Arizona là TNS đương nhiệm Mark Kelly (Dân Chủ–Arizona).

“Đảng cũ đã không còn nữa. Đã đến lúc phải chôn vùi nó. Xây dựng một thứ gì đó mới,” TNS Josh Hawley (Cộng Hòa–Missouri) đã viết trên mạng xã hội. Một ngày trước, ông Hawley cho biết các nhà lãnh đạo của Đảng Cộng Hòa tại Thượng viện đã thất bại trong việc thúc đẩy các sáng kiến được các cử tri của họ ủng hộ.



WIN MCNAMÉE/GETTY IMAGES

Wade – vốn là phán quyết của tòa án tối cao này vào năm 1973 về việc hợp pháp hóa việc phá thai trên toàn quốc.

Hôm 24/06, Pháp viện đã ra phán quyết với tỷ lệ 5–4 (5 thuận 4 chống) trong án lệ Dobbs kiện Tổ chức Y tế Phụ nữ Jackson rằng không có Hiến Pháp quyền phá thai và trả lại quy định phá thai cho các tiểu bang. Phán quyết này đã làm dấy lên các cuộc biểu tình tại tư gia của các thẩm phán, một cố gắng thất bại nhằm ám sát Thẩm phán Brett Kavanaugh, và sự sách nhiễu nhằm vào các thẩm phán tại nơi công cộng của các nhóm cánh tả.

Các bình luận diễn ra tại Union Station được bảo vệ nghiêm ngặt ở Hoa Thịnh Đốn trong bữa dạ tiệc kỷ niệm 40 năm thành lập Hiệp hội Liên bang (Federalist Society), một nhóm luật sư theo phái bảo tồn truyền thống – những người theo chủ nghĩa hợp hiến vốn ngày càng có ảnh hưởng trong quá trình xác nhận tư pháp những năm gần đây. Từ Politico ước tính số lượng người tham dự là 2,000 người.

Bà thẩm phán khác vốn đồng thuận trong phán quyết Dobbs – gồm ông Kavanaugh, ông Neil Gorsuch, và bà Amy Coney Barrett

Thẩm phán Tối cao Pháp viện Hoa Kỳ Samuel Alito nói chuyện tại Đại học Georgetown ở Hoa Thịnh Đốn, vào ngày 23/02/2016.

Ông Alito nói rằng phán quyết Dobbs đã khiến các thẩm phán theo phái bảo tồn truyền thống có tâm điểm trên lưng, khiến họ trở thành “mục tiêu ám sát.”

Ông Alito, vốn được cựu TT George W. Bush bổ nhiệm, không nhắc đến phán quyết Dobbs, thay vào đó, đưa ra những giải thích thú vị về nhóm này.

“Chúa ơi, công việc ngày nay

“Chủ nghĩa Cộng Hòa ở Hoa Thịnh đốn đã thua lớn vào đêm hôm 08/11. Khi ‘nghị trình’ của quý vị là đầu hàng các đại công ty dược phẩm (Big Pharma) về insulin, đầu hàng TNS Chuck Schumer về kiểm soát súng và Thỏa thuận Xanh Mới (‘cơ sở hạ tầng’), và chịu rủi ro cho những thay đổi đối với An sinh Xã hội và Medicare, thì quý vị đã thua,” ông Hawley viết hôm 10/11.

Ông Hawley, TNS Marco Rubio (Cộng Hòa–Florida), và TNS Rick Scott (Cộng Hòa–Florida) được cho là đã gửi một bức thư kêu gọi Đảng Cộng Hòa hoãn cuộc bỏ phiếu lãnh đạo Thượng viện của họ. Có thông tin cho rằng Lãnh đạo Thiểu số Thượng viện Mitch McConnell (Cộng Hòa–Kentucky) đang cạnh tranh để giành lại vị trí lãnh đạo Thượng viện của mình, mặc dù ông chưa trả lời bức thư của ba thành viên Đảng Cộng Hòa.

“Tôi không biết tại sao Thượng viện GOP lại tổ chức một cuộc bỏ phiếu lãnh đạo cho Quốc hội khóa tiếp theo trước khi cuộc bầu cử này kết thúc. Chúng ta có một vấn đề cứ bỏ sung ở Georgia... có phải họ muốn nói rằng điều đó không quan trọng? Đứng tức quyền bầu chọn như thế,” ông Hawley đã viết vào cuối tuần trước (12–13/11) để phản hồi lại tuyên bố của ông Rubio rằng cuộc bỏ phiếu cần



ALEX WONG/GETTY IMAGES

được tổ chức vào một ngày sau đó. Một số người, trong đó có cả cựu Tổng thống (TT) Donald Trump, đã kêu gọi truất phế ông McConnell với tư cách là lãnh đạo của GOP tại Thượng viện. Đầu năm nay (2022), ông McConnell cho biết rằng ông sẽ giành chiến thắng trong cuộc tái tranh cử vị trí lãnh đạo của mình.

“Ông ấy là NGƯỜI TỐI TỆ NHẤT!” ông Trump đã viết trên Truth Social về ông McConnell như vậy.

Đối với các cuộc đua vào Hạ viện, Đảng Cộng Hòa giành được nhiều hơn khoảng 6 triệu phiếu bầu số, các cử ứng cử viên Đảng Dân Chủ, nhưng đã thua trong nhiều cuộc đua. Cựu Chủ tịch Hạ viện Newt Gingrich, một cộng tác viên viết bài cho The Epoch Times, cho biết rằng kết quả cuối cùng thật kỳ lạ đối với ông.

“Tôi chưa bao giờ dự đoán sai như năm nay,” ông Gingrich nói hồi tuần trước. “Điều này khiến tôi nghi ngờ mọi mô hình mà tôi biết, và nhận ra rằng tôi phải thực sự đứng lại và dành một chút thời gian để suy ngẫm và cố gắng hiểu bức tranh tổng quát.”

Nguyễn Lê biên dịch



CHIP SOMODEVILLA/FILE/GETTY IMAGES

– cũng có mặt. Cả ba đều do cựu Tổng thống (TT) Donald Trump bổ nhiệm. Cùng tham dự còn có Lãnh đạo Thiểu số Thượng viện Mitch McConnell (Cộng Hòa–Kentucky) và Thượng nghị sĩ vừa tái đắc cử Mike Lee (Cộng Hòa–Utah).

Cựu Thẩm phán Tòa án Tối cao Michigan Stephen Markham, người sáng lập phái hội Thủ đô Hoa Thịnh Đốn của Hiệp hội Liên bang, cho biết phán quyết Dobbs sẽ giúp ông Alito có một vị trí trong lịch sử.

Tại bữa tiệc, ông Markham đã cổ vũ, nói: “Quyết định Dobbs sẽ mãi mãi là một phần không thể xóa nhòa trong di sản của Thẩm phán Alito.”

“Tôi không biết về bất kỳ phán quyết nào, về bất kỳ tòa án nào, của bất kỳ thẩm phán nào, mà trong đó, thẩm phán đó có thể tự hào hơn về di sản đó,” ông nói.

Ông Alito, vốn được cựu TT George W. Bush bổ nhiệm, không nhắc đến phán quyết Dobbs, thay vào đó, đưa ra những giải thích thú vị về nhóm này.

“Chúa ơi, công việc ngày nay

được tổ chức vào một ngày sau đó.

Một số người, trong đó có cả cựu Tổng thống (TT) Donald Trump, đã kêu gọi truất phế ông McConnell với tư cách là lãnh đạo của GOP tại Thượng viện. Đầu năm nay (2022), ông McConnell cho biết rằng ông sẽ giành chiến thắng trong cuộc tái tranh cử vị trí lãnh đạo của mình.

“Ông ấy là NGƯỜI TỐI TỆ NHẤT!” ông Trump đã viết trên Truth Social về ông McConnell như vậy.

Đối với các cuộc đua vào Hạ viện, Đảng Cộng Hòa giành được nhiều hơn khoảng 6 triệu phiếu bầu số, nhưng đã thua trong nhiều cuộc đua. Cựu Chủ tịch Hạ viện Newt Gingrich, một cộng tác viên viết bài cho The Epoch Times, cho biết rằng kết quả cuối cùng thật kỳ lạ đối với ông.

“Tôi chưa bao giờ dự đoán sai như năm nay,” ông Gingrich nói hồi tuần trước. “Điều này khiến tôi nghi ngờ mọi mô hình mà tôi biết, và nhận ra rằng tôi phải thực sự đứng lại và dành một chút thời gian để suy ngẫm và cố gắng hiểu bức tranh tổng quát.”

“Tôi chưa bao giờ dự đoán sai như năm nay,” ông Gingrich nói hồi tuần trước. “Điều này khiến tôi nghi ngờ mọi mô hình mà tôi biết, và nhận ra rằng tôi phải thực sự đứng lại và dành một chút thời gian để suy ngẫm và cố gắng hiểu bức tranh tổng quát.”

khán giả của Quỹ Di Sản (Heritage Foundation) rằng phán quyết Dobbs đã khiến các thẩm phán theo phái bảo tồn truyền thống có tâm điểm trên lưng, khiến họ trở thành “mục tiêu ám sát,” như The Epoch Times đã đưa tin trước đó.

Một phiên bản ban đầu của bản dự thảo ý kiến đa số của ông Alito về án lệ Dobbs đã được đưa ra cho giới truyền thông, một sự rò rỉ chưa từng có cho nguyên một bản ý kiến của Pháp viện. Hôm 02/05, tờ Politico đã công bố bản dự thảo mà không tiết lộ nguồn của nó.

Vụ rò rỉ “là một sự phản bội lòng tin nghiêm trọng của ai đó,” ông Alito nói. Mặc cho nhiều nghi ngờ và giả thuyết, danh tính của người rò rỉ hoặc những người rò rỉ vẫn chưa được biết. Các quan chức Tối cao Pháp viện cho biết họ đang điều tra vụ rò rỉ.

“Vụ việc chắc chắn đã làm thay đổi bầu không khí của án trong thời gian còn lại của nhiệm kỳ trước,” ông nói thêm.

Trong nhận xét ngắn gọn tại cùng sự kiện diễn ra hôm 10/11, Thẩm phán Barrett, vốn đã bị những người biểu tình ủng hộ lựa chọn phá thai truy đuổi trong nhiều tháng, đã chia sẻ: “Thật tuyệt khi có nhiều tiếng ồn không phải là do những người biểu tình bên ngoài tư gia của tôi.”

Bà Barrett, vốn cũng nhận được sự hoan nghênh nhiệt liệt, cho biết bà đã ghi danh với Hiệp hội Liên bang với tư cách là một giáo sư tại Trường Luật Notre Dame, và bà đã “được hưởng lợi rất nhiều” từ việc trở thành thành viên của nhóm.

Bản tin có sự đóng góp của Emel Akan Khánh Ngọc biên dịch

Thống đốc Texas: Gửi chuyến xe buýt thứ 300 chở người nhập cư đến các tiểu bang xanh

KATABELLA ROBERTS

Texas hiện đã gửi khoảng 300 chuyến xe buýt chở người nhập cư đến các khu vực chủ yếu do Đảng Dân Chủ điều hành trên cả nước trong nỗ lực ứng phó với dòng người nhập cư bất hợp pháp ở biên giới phía nam.

Thống đốc Greg Abbott đã thông báo về lần vận chuyển người nhập cư bất hợp pháp mới nhất đến cái gọi là các thành phố “trú ẩn” trên Twitter hôm 11/11.

Vị Thống đốc Đảng Cộng Hòa (GOP) này viết: “Chuyến xe buýt thứ 300 của Texas chở người đi cư vừa rời đi đến Chicago. Vì [Tổng thống Joe] Biden không làm gì cả, nên Texas sẽ tiếp tục thực hiện hành động chưa từng có để trợ giúp các cộng đồng biên giới



BRANDON BELL/GETTY IMAGES

Thống đốc Texas Greg Abbott nói tại một cuộc họp báo ở Beaumont, Texas, hôm 17/10/2022.

“Tôi chưa bao giờ dự đoán sai như năm nay,” ông Gingrich nói hồi tuần trước. “Điều này khiến tôi nghi ngờ mọi mô hình mà tôi biết, và nhận ra rằng tôi phải thực sự đứng lại và dành một chút thời gian để suy ngẫm và cố gắng hiểu bức tranh tổng quát.”

“Tôi chưa bao giờ dự đoán sai như năm nay,” ông Gingrich nói hồi tuần trước. “Điều này khiến tôi nghi ngờ mọi mô hình mà tôi biết, và nhận ra rằng tôi phải thực sự đứng lại và dành một chút thời gian để suy ngẫm và cố gắng hiểu bức tranh tổng quát.”

Chloe Cole sẽ kiện Kaiser Permanente vì đã chuyển đổi giới tính cho cô

BRAD JONES

Chloe Cole, người được

kê đơn thuốc ức chế dậy thì, hormone chuyển giới, và cắt bỏ ngực khi mới 15 tuổi, cho biết cô sẽ kiện nhóm y tế và bệnh viện đã tạo điều kiện cho việc chuyển đổi giới tính mà cô phải trải qua khi còn nhỏ mà giờ đây có vẻ càng tồi tệ hơn. “Những người trưởng thành mà tôi ghét nhất xã hội và y tế để trông giống nam giới hơn.” Cha mẹ của cô được cho là đã được hỏi rằng, “Ông bà muốn có một đứa con gái đã chết hay một đứa con trai còn sống?” Cô Cole đang tìm kiếm “bồi thường thiệt hại mang tính chất trừng phạt dựa trên bằng chứng về sự ác tâm, áp bức, và gian lận,” theo bức thư.

“Hệ thống y tế này không nên quyết định tương lai cuộc đời của trẻ nhỏ. Thông qua hành động pháp lý này, ‘những chuyên gia’ có liên quan sẽ bị buộc phải chịu trách nhiệm về ý đồ hèn hạ của họ nhằm hủy hoại trẻ em và thu lợi về tài chính từ việc đó,” bà Harmeet Dillon, Giám đốc điều hành của Trung tâm American Liberty cho biết. “Chúng tôi sẽ phá vỡ vòng lặp của những hành động làm suy sụp con em của chúng ta trước khi quá muộn.” Gần đây, cô Cole đã làm chứng chống lại đạo luật “chăm sóc sức



Cô Chloe Cole chia sẻ trong nước mắt về hành trình đảo ngược nhận dạng người chuyển giới của mình ở Anaheim, California, hôm 08/10/2022.



Một người cha bế con gái của mình sau khi họ vượt biên trái phép qua biên giới phía nam của Hoa Kỳ với Mexico, hôm 10/10/2022 tại Eagle Pass, Texas.

bị quá tải của chúng tôi và bảo vệ biên giới.”

Hôm 04/11, một tuyên bố từ văn phòng của ông Abbott cho biết kể từ tháng Tư Texas đã đưa gần 8.300 người nhập cư bất hợp pháp đến Thủ đô Hoa Thịnh Đốn, hơn 3.500 người đến thành phố New York kể từ ngày 05/08, và hơn 1.100 đến Chicago kể từ ngày 31/08 như một phần nỗ lực bảo vệ biên giới của tiểu bang này.

Văn phòng thống đốc cho biết nhiệm vụ vận chuyển bằng xe buýt đang “cung cấp sự trợ giúp rất cần thiết cho các cộng đồng biên giới bị quá tải của chúng tôi.”

Ông Abbott và các thành viên Đảng Cộng Hòa khác đã chỉ trích các chính sách biên giới mở của ông Biden vì đã tạo ra một cuộc khủng hoảng với những con số bất vũ kỷ lực lượng người nhập cư bất hợp pháp cố gắng tiến vào Hoa Kỳ.

Con số kỷ lục các vụ bắt giữ tại biên giới

Khoảng 4.9 triệu người đã vượt biên trái phép vào Hoa Kỳ từ Mexico kể

từ khi ông Biden nhậm chức hồi tháng 01/2021, theo một báo cáo được công bố hồi tháng Tám.

Trong khi đó, hơn 2.3 triệu người nhập cư bất hợp pháp đã bị bắt tại biên giới phía nam trong năm tài chính 2022, theo dữ liệu từ Cục Hải quan và Biên phòng Hoa Kỳ được công bố hồi tháng Chín, con số cao nhất từng được ghi nhận.

Cùng với sự gia tăng số người nhập cư bất hợp pháp, lượng thuốc gây tử vong fentanyl mà các băng đảng mang qua biên giới cũng đạt con số kỷ lục.

Tuy nhiên, các nhà lập pháp Đảng Dân Chủ đã nhắc vào chương trình xe buýt của ông Abbott và cáo buộc Đảng Cộng Hòa “buồn” những người nhập cư.

Tổng chưởng lý Đặc khu Columbia Karl Racine đã mở một cuộc điều tra về việc liệu ông Abbott và các thống đốc GOP khác có đang lừa dối những người nhập cư bất hợp pháp để đưa họ đến những nơi như Hoa Thịnh Đốn, Chicago, và

New York hay không. Theo một bản tin của ProPublica

cho biết các điều tra viên của ông đã phỏng vấn những người nhập cư, những người “đã kể rất thuyết phục về việc họ bị những người tổ chức chuyến đi lừa dối, với hứa hẹn về các dịch vụ” trước khi lên xe buýt đến các tiểu bang khác. Ông Racine không cung cấp thêm thông tin về cuộc điều tra này.

Ông Abbott đã bảo vệ biện pháp đưa người nhập cư ra khỏi tiểu bang bằng xe buýt và nói rằng ông buộc phải thực hiện hành động chưa từng có để giữ an toàn cho các cộng đồng của Texas.

Trong khi đó, những nơi như tiểu bang New York và Washington [D.C.] đang chật vật để thích ứng với dòng người nhập cư, với việc New York phải mở các khách sạn khẩn cấp để ứng phó với số lượng người nhập cư gia tăng.

Ông Abbott đã tái đắc cử nhiệm kỳ thứ ba sau khi đánh bại đối thủ Đảng Dân Chủ Beto O'Rourke.

khỏe khẳng định giới tính” biến California trở thành tiểu bang bảo vệ người chuyển giới. Tháng trước, Thống đốc Gavin Newsom đã ký thành luật Dự luật Thượng viện 107 do Thượng nghị sĩ Scott Wiener (Dân Chủ–San Francisco) đưa ra. Đạo luật này đã bị phản đối rộng rãi bởi các nhóm quyền của cha mẹ phản đối việc trẻ vị thành niên dùng thuốc ức chế dậy thì, hormone chuyển đổi giới tính, và phẫu thuật chuyển đổi giới tính.

“Cuộc đời thiếu nữ của tôi là đỉnh điểm của nỗi đau tột cùng, sự hổ hèn, và, quan trọng nhất là, sự bất công,” cô Cole nói trong một tuyên bố hôm 10/11. “Điều tồi tệ hơn là không chỉ mình tôi ấy đau khổ. Tôi sẽ chứng kiến thực tế rằng máu và nước mắt của những người quay trở lại giới tính ban đầu (detransitioner) như tôi sẽ không bị lãng phí. Tôi không thể nào lấy lại được những gì đã mất, nhưng tôi có thể bảo đảm sẽ không có đứa trẻ nào buộc bị tổn hại dưới bàn tay của những kẻ dối trá và hủy hoại này.”

Trung tâm American Liberty cũng cáo buộc Kaiser đã không thông báo cho cha mẹ của cô Cole về các lựa chọn điều trị tâm thần hoặc bất kỳ phương pháp nào mà cô thể cố gắng điều trị các tình trạng tâm lý tiềm ẩn của cô “để mang lại

trạng thái tinh thần phù hợp với giới tính sinh học của cô Chloe.”

Cô Cole vào bệnh viện có đã được các chuyên gia y tế cho biết nỗi đau khổ mà cô đang trải qua 107 do thuốc giảm đau giới tính số tiêu tan khi cô chuyển đổi giới tính, nhưng sau khi trải qua vài giai đoạn chuyển đổi trong nhiều năm, tình trạng tinh thần của cô chỉ xấu đi.

“Thật vậy, các vấn đề về sức khỏe tâm thần và ý muốn tự tử của cô ấy trở nên tồi tệ đáng kể hơn sau khi cô ấy phẫu thuật cắt bỏ toàn bộ bầu ngực,” bức thư viết. “Cuối cùng, cô Chloe nhận ra rằng câu trả lời cho sự khốn yên của cô ấy không phải là phẫu thuật và hormone, như cô ấy đã được khuyến, mà là sự thay đổi trong quan điểm tinh thần của cô ấy. Cô ấy nhận ra rằng cách duy nhất để có ý hạnh phúc là nếu như trong tâm thức cô chấp nhận giới tính sinh học của mình và chọn sống một cuộc sống phù hợp với giới tính tự nhiên của mình.”

Kaiser Permanente có 90 ngày để giải quyết vụ việc hoặc trả lời thư bày tỏ ý định khởi kiện trước khi đơn kiện được đệ trình.

Các quan chức của Kaiser Permanente đã không phúc đáp với nhiều đề nghị bình luận hôm 11/11.

Cấm An biên dịch

ALLISON DINNEN/FP VIA GETTY IMAGES

COURTESY OF CHLOE COLE



Chloe Cole, 15 tuổi, tình dấy sau ca phẫu thuật cắt bỏ ngực.

“Tôi không thể nào lấy lại được những gì đã mất, nhưng tôi có thể bảo đảm sẽ không có đứa trẻ nào buộc bị tổn hại dưới bàn tay của những kẻ dối trá và hủy hoại này.”

Chloe Cole, người được kê đơn thuốc ức chế dậy thì, hormone chuyển giới, và cắt bỏ ngực khi mới 15 tuổi, cho biết cô sẽ kiện nhóm y tế và bệnh viện đã tạo điều kiện cho việc chuyển đổi giới tính mà cô phải trải qua khi còn nhỏ mà giờ đây có vẻ càng tồi tệ hơn. “Những người trưởng thành mà tôi ghét nhất xã hội và y tế để trông giống nam giới hơn.” Cha mẹ của cô được cho là đã được hỏi rằng, “Ông bà muốn có một đứa con gái đã chết hay một đứa con trai còn sống?” Cô Cole đang tìm kiếm “bồi thường thiệt hại mang tính chất trừng phạt dựa trên bằng chứng về sự ác tâm, áp bức, và gian lận,” theo bức thư.

BRAD JONES/THE EPOCH TIMES

Cô Chloe Cole

TUONG SHOES REPAIR

TIỆM SỬA CHỮA GIẤY, DÉP

Chúng tôi sửa chữa, đánh bóng, làm sạch tất cả các loại giày, dép, giày cao gót, boot, sandals,...

- **Sửa chữa các loại túi xách hàng hiệu làm bằng nhiều chất liệu khác nhau như da,...**

(714) 677 - 7690

Địa Chỉ: 9902 Bolsa Ave, Westminster, CA 92683

Các kế hoạch nghỉ lễ của người Mỹ sẽ ngắn hơn và ít hơn, do lạm phát

AUTUMN SPREDEMAN

Đù đi thăm họ hàng hay đi du lịch đến một quốc gia xa lạ nào đó, du lịch vào mùa nghỉ lễ là một truyền thống của nhiều gia đình. Bỏ qua những phiền phức trong mùa cao điểm như xếp hàng, người Mỹ thường không hề do dự để ra phi trường hoặc ngồi sau tay lái xe hơi.

Mặc dù năm nay, nhiều người đang e dè bước vào các kỳ nghỉ trong tháng Mười Một, Mười Hai, và tháng Một. Lạm phát tăng vọt đã gây ra khó khăn khác cho nhu cầu nghỉ đông của Mỹ sau hai năm bị trì hoãn và hủy bỏ vì đại dịch.

Lạm phát ở Hoa Kỳ chạm 8.5% trong năm nay, mức tăng đột biến cao nhất kể từ năm 1982. Kết hợp với thực tế này, một nghiên cứu kinh tế gần đây của Visa, cho thấy ảnh hưởng sẽ kéo dài hơn so với dự đoán ban đầu của các nhà phân tích.

Báo cáo cho biết người Mỹ có thể cảm nhận được tác động của lạm phát trong tiền lương của họ cho đến quý đầu tiên của năm 2024.

Chi phí sinh hoạt cao hơn kết hợp với giá vận chuyển và chỗ ở cao ngất ngưỡng đã đập tắt nhiều giấc mơ về kỳ nghỉ xa nhà. Theo một cuộc khảo sát của Bankrate, chi phí đi lại tăng cao đã làm thay đổi kế hoạch kỳ nghỉ của 79% cư dân Hoa Kỳ.

Trong số những người vẫn sẵn sàng đóng hành lý trong mùa lễ này, nghiên cứu cho thấy 96% sẽ đi du lịch ngắn ngày hơn, 24% khác cho biết họ sẽ đi ít chuyến hơn và 23% sẽ đi quãng đường ngắn hơn.



JUSTIN SULLIVAN/GETTY IMAGES

gây thiệt hại nặng nề cho ngành công nghiệp du lịch và giống như nhiều người, đã điều chỉnh kế hoạch du lịch của riêng mình.

Về việc tăng giá vé phi cơ, có cho biết việc tăng giá này đã khiến một số người hoàn toàn không thể nghỉ tối việc đi nghỉ. Đối với những người khác, các phương thức vận chuyển hoặc điểm đến ít tốn kém hơn đã là một giải pháp ở giữa.

Có nói: “Điều này đặc biệt nan giải đối với những du khách có tâm lý muốn tiết kiệm tiền.”

Có thể dự đoán, các gia đình có thu nhập trung bình và thấp sẽ bị ảnh hưởng nhiều nhất.

Một nghiên cứu cho thấy gần 90% người Mỹ kiếm được ít hơn 50.000 USD một năm phải điều chỉnh hoặc hủy bỏ các chuyến du lịch vào kỳ nghỉ của họ do chi phí tăng cao. Con số đó là 70% đối với những người kiếm được hơn 100.000 USD mỗi năm. Một số nhà khai thác từng tận hưởng làn sóng khách du lịch sau phong tỏa vì đại dịch nói rằng lạm phát đã kim hãm sự phục hồi của ngành này.

Giá mùa cao điểm
Cò Schmit điều hành blog nổi tiếng Uprooted Traveler, nơi cung cấp các lời khuyên và bí quyết hữu ích cho những người có khát vọng ngao du. Chọn ngoài mùa cao điểm, có cho biết cô và chồng mình đang lên kế hoạch cho một “kỳ nghỉ lễ nhỏ bù” vào tháng Hai. Cô nói rằng họ có ý định thuê một phòng Airbnb cùng gia đình và nấu một bữa tiệc theo phong cách Lễ Tạ Ơn truyền thống với tất cả các món ăn.

Cô nói: “Khoai tây nghiên sẽ ngon không kém vào tháng Hai.” Những người trong ngành và chủ doanh nghiệp cũng đã nhận thấy sự thay đổi về doanh số bán hàng và lưu lượng truy cập trang web. Hơn nữa, một số đã phải tăng giá tour và dịch vụ do chi phí vận hành cao hơn.

Anh Raj Mahal nói với The Epoch Times: “Đây có thể là năm tồi tệ nhất đối với ngành du lịch trong 20 năm qua. Ứng dụng của

gây thiệt hại nặng nề cho ngành công nghiệp du lịch và giống như nhiều người, đã điều chỉnh kế hoạch du lịch của riêng mình.

Về việc tăng giá vé phi cơ, có cho biết việc tăng giá này đã khiến một số người hoàn toàn không thể nghỉ tối việc đi nghỉ. Đối với những người khác, các phương thức vận chuyển hoặc điểm đến ít tốn kém hơn đã là một giải pháp ở giữa.

Có nói: “Điều này đặc biệt nan giải đối với những du khách có tâm lý muốn tiết kiệm tiền.”

Có thể dự đoán, các gia đình có thu nhập trung bình và thấp sẽ bị ảnh hưởng nhiều nhất.

Một nghiên cứu cho thấy gần 90% người Mỹ kiếm được ít hơn 50.000 USD một năm phải điều chỉnh hoặc hủy bỏ các chuyến du lịch vào kỳ nghỉ của họ do chi phí tăng cao. Con số đó là 70% đối với những người kiếm được hơn 100.000 USD mỗi năm. Một số nhà khai thác từng tận hưởng làn sóng khách du lịch sau phong tỏa vì đại dịch nói rằng lạm phát đã kim hãm sự phục hồi của ngành này.

Ông Satyan Merchant, phó chủ tịch cao cấp của TransUnion, nói với CNBC rằng, “Người tiêu dùng vẫn muốn trả đúng hạn nếu họ có

Cò Avital Ungar nói với The Epoch Times: “Tôi điều hành một công ty du lịch ẩm thực ở Thành phố New York, San Francisco, và Los Angeles. Tôi nhận thấy rằng thị trường du lịch sau đại dịch đang gia tăng, nhưng dường như đã chậm lại khi có lạm phát.”

Công ty kinh doanh Avital của cò Ungar đưa những người yêu thích ẩm thực đi du ngoạn để nếm thử các món ăn ngon. Cò nói rằng thưởng thức những món ăn ngon là một khía cạnh khác của ngành du lịch khi bị lạm phát ảnh hưởng.

Cò nói: “Mỗi chuyến du lịch ẩm thực của chúng tôi đều đến thăm bốn nhà hàng, và chúng tôi đã thấy các chi phí đều tăng lên.”

Tính đến tháng 10/2022, chi phí ăn uống ở nhà hàng tăng hơn 8% so với cùng thời điểm năm ngoái.

Văn Du biên dịch

JUSTIN SULLIVAN/GETTY IMAGES

EPOCH TIMES, NGÀY 18 — 24/11/2022

Nợ xe hơi trẻ hạn chạm mức cao nhất trong một thập niên

BRYAN JUNG

Số người Mỹ không trả được các khoản vay mua xe hơi đã tăng lên mức cao nhất trong một thập niên khi chi phí vay tăng lên.

Tổ chức tín dụng TransUnion theo dõi hơn 81 triệu khoản nợ mua xe hơi trên khắp Hoa Kỳ tháng báo rằng 1.65% các khoản nợ mua xe hơi, tương ứng với 200.000 khách hàng, đã trả nợ trễ ít nhất 60 ngày trong quý thứ ba, đây là tỉ lệ nợ trễ hạn cao nhất trong hơn một thập niên.

Biện pháp của Cục Dự trữ Liên bang để chống lạm phát ngày càng tăng đã buộc Fed phải tăng lãi suất, khiến ngày càng nhiều người Mỹ bị trễ hạn trả các khoản nợ của họ.

Ông Satyan Merchant, phó chủ tịch cao cấp của TransUnion, nói với CNBC rằng, “Người tiêu dùng vẫn muốn trả đúng hạn nếu họ có

thể. Chỉ là môi trường lạm phát này đang khiến việc trả đúng hạn trở nên thách thức.”

“Họ chỉ còn ít tiền hơn trong túi để chi trả nợ mua xe hơi [hàng tháng], bởi vì họ phải trả nhiều hơn cho trứng, sữa, và những thứ khác”.

Hầu hết những người nhận được trợ giúp thêm trong đại dịch là những người đi vay dưới chuẩn với điểm tín dụng kém trong nhóm thu nhập thấp hơn.

Nhiều người trong đó đã tận dụng sự trợ giúp trong thời kỳ đại dịch của chính phủ liên bang và tiểu bang.

Tiền lương cũng không theo kịp với lạm phát, khiến doanh số bán xe hơi sụt giảm.

Fox News đưa tin, số người đủ khả năng mua một chiếc xe hơi mới từ tháng 08/2019 đến 08/2022 đã giảm 13.3%, trong khi số người đủ khả năng mua xe đã qua sử dụng giảm 26.7% trong cùng thời gian đó.

Phân tích bài diễn văn chiến thắng của Thống đốc California Newsom

JOHN SEILER



Bình luận

Bài diễn văn của Thống đốc Gavin Newsom sau chiến thắng hôm 08/11 cho thấy nhiều điều về kế hoạch tổng thống của ông hơn là cách mà ông sẽ điều hành California. 57.3% phiếu bầu mà ông đạt được lần này đã giảm so với mức phiếu giành chiến thắng 61.9% hồi năm 2018 của ông, mặc dù đối thủ của ông đợt này, ứng cử viên Đảng Cộng Hòa Brian Dahle, gần như là vô danh đối với các cử tri.

Giới giảm 4.6 điểm phần trăm đó cho thấy không phải tất cả người dân California đều hài lòng với sự điều hành của ông. Tuy nhiên, chiến thắng là chiến thắng.

Ông bắt đầu bài diễn văn, “Nhưng tôi cũng được thúc đẩy một cách sâu sắc và lưu tâm đến tất cả năng lực tiềm tàng trong căn phòng này, đặc biệt là bước khẳng định mà tiểu bang California đã thực hiện, người dân California đã tiếp nhận các điều khoản rõ ràng để giữ vững giá trị của chúng ta và để tiếp tục tiến tới cùng như tuyên bố khắp nơi rằng chúng ta là một tiểu bang có quyền tự do, rằng chúng ta ủng hộ các quyền của phụ nữ và chăm sóc sức khỏe sinh sản cho trẻ em gái.”

Ông đang nói về việc thông qua Dự luật 1 – điều đã khiến quyền phá thai, vốn đã hợp pháp đến tuần thứ 25 của thai kỳ ở California – trở nên hợp pháp cho đến tuần thứ hai trước khi sinh. Dự luật này nhận được 65% phiếu bầu, mặc dù những người phản đối hầu như không bỏ phiếu. Trước đó trong năm nay, các cuộc bỏ phiếu phá thai được hợp pháp hóa cũng giành phần thắng trên toàn quốc ở các tiểu bang Michigan, Kentucky, Vermont, Montana, và cả ở tiểu bang Kansas.

Những cuộc bỏ phiếu này diễn ra để phản ứng với việc hồi tháng Sáu, Tối cao Pháp viện liên bang đã lật ngược phần quyết trong vụ Roe kiện Wade, đưa vấn đề này trở lại các tiểu bang.

Nhưng trong bài diễn văn của ông Newsom, hãy lưu ý là ông cũng đề cập đến “việc chăm sóc sức khỏe sinh sản cho trẻ em gái” như thế nào. Có nghĩa là trẻ em 12 tuổi có thể được phép đi phá thai, hoặc dùng các biện pháp tránh thai, mà không cần có sự đồng ý của các bậc cha mẹ. Điều này có lẽ sẽ không được ủng hộ như vậy ở các tiểu bang được đề cập phía trên, vốn quy định quyền phá thai cho những người trưởng thành.

Ông Newsom tiếp tục nói, “Nhưng điều đáng giải quyết ở đây hôm nay là chúng ta thể hiện tiếng bang chúng ta là ai và những giá trị chúng ta trân quý. Quyền tự do, niềm tin vào gia đình.”

Nhưng điều chưa giải quyết được là quyền tự do của các bậc cha mẹ trong việc nuôi dạy con em họ theo niềm tin tôn giáo hoặc theo tin ngưỡng đạo đức riêng của họ.

Ông nói thêm vài phút về Dự luật 1, khi nhấn mạnh một lần nữa rằng, “Tôi tự hào biết bao vì chúng ta đã khẳng định rõ ràng với niềm tin rằng chúng ta là một tiểu bang có quyền tự do thực sự, rằng chúng ta chào đón cuộc sống của phụ nữ và trẻ em gái.”

Một lần nữa lại nói đến “trẻ em gái”. Sẽ rất thú vị khi nhận thấy vấn đề phá thai diễn ra trên toàn quốc như thế nào trong vài năm tới. Năm nay đã khác biệt vì phần quyết lật ngược án lệ Roe. Nhưng điều quan trọng nhất là việc đưa vấn đề này quay trở về cho các tiểu bang, và việc này đã xảy ra. Việc ông Newsom, Tổng thống Biden, và những người khác, khiến vấn đề này trở thành một vấn đề quốc gia cũng có thể không hiệu quả trong năm 2024.

Ông nói, “Chúng ta có các thống đốc tài đức cử tri noi y các tiểu bang khác đang cấm sách, cấm ngôn luận, cấm phá thai. Và ở đây, ngay tại California, chúng ta đang chuyển sang một hướng hoàn toàn khác. Đây là một điểm tảo sâu sắc, và với niềm đam mê đó mà tôi mang đến cho nhiệm kỳ thứ hai này quyết tâm làm nhiều hơn nữa để thúc đẩy mục tiêu về quyền tự do và công bằng.”

Trên thực tế, “lệnh cấm sách” duy nhất này đang diễn ra là bởi các công ty kỹ thuật cao ở California, tất cả đều có liên kết mật thiết với các cơ quan quản lý an ninh quốc gia, cấm tự do ngôn luận trực tuyến. Điều mà ông Newsom đang nói đến là việc Florida và các tiểu bang khác cấm giới thiệu nội dung khiến dâm cho học sinh. Nếu ông mong muốn tranh cử bằng vào việc để những đứa trẻ 8 tuổi tiếp xúc với những điều thô bỉ – trong các lớp học do tiền thuế tài trợ – thì ông có thể sẽ gặp phải một số bất ngờ.

Về vấn đề nhập cư, ông Newsom cho biết, “Những tiểu bang đó này có một sự tàn nhẫn khi coi khinh người ta, bắt nạt người ta, khiến họ cảm thấy ít được trân trọng hơn. Sự tàn nhẫn này được nhân rộng bằng cách cho những người nhập cư bay đến một hòn đảo và ăn mừng điều đó như thể là một kiểu chiến thắng nông cạn nào đó trên nỗi đau của người khác.”

Ông đang chỉ trích hành động của Thống đốc tiểu bang Florida Ron DeSantis, một đối thủ tiềm năng cho chức vị tổng thống, khi đưa những người nhập cư bất hợp pháp bay đến hòn đảo Martha’s Vineyard ở Massachusetts. Đây là sân chơi dành riêng cho giới siêu giàu, như ông Newsom, người muốn báo ban phần còn lại của đất nước biết phải làm gì về vấn đề mở cửa biên giới và các vấn đề khác. Theo tất cả những tin tức đã đưa, những người nhập cư đó đã tận

JUSTIN SULLIVAN/GETTY IMAGES

có thể sẽ lên đến mức trước đại dịch vào cuối năm nay.

Ông Merchant nói: “Tình trạng trả nợ trễ hạn đã có thể xảy ra vài năm trước, nhưng bị đẩy lui hoặc bị trì hoãn vì người tiêu dùng đã không phải trả nợ hoặc họ đang có một thỏa thuận dàn xếp.

Vì vậy, giờ đây diễn ra tình trạng trễ hạn của một số khoản nợ.”

Tuy nhiên, ông vẫn tin rằng thị trường cho vay nợ mua xe hơi vẫn lành mạnh, bất chấp tỉ lệ nợ quá hạn tăng đột biến.

Trong khi đó, TransUnion báo cáo rằng lãi suất vay trung bình cho khoản vay nợ mua xe hơi mới đã tăng lên 5.2% ở quý trước, trong khi lãi suất trung bình cho khoản vay mua xe đã qua sử dụng chạm mức 9.7%.

Theo cơ quan tín dụng này, cả hai loại trên đều tăng hơn 1% so với năm ngoái.

Ông Merchant lưu ý rằng việc tăng lãi suất đã khiến nhiều người mua xe hơi kéo dài thời

hạn chi trả khoản vay của họ lên ít nhất bảy năm.

Ông cũng cho biết hiện tại, số lượng người mua không thể trả các khoản nợ xe của họ sẽ phần nào được kiểm soát vì tỉ lệ thất nghiệp liên tục thấp.

Ông nói: “Nếu chúng ta rơi vào tình huống mà việc làm bắt đầu trở thành một thách thức ở Hoa Kỳ và tỉ lệ thất nghiệp gia tăng, đó là lúc ngành công nghiệp này sẽ bắt đầu phải thực sự lo ngại về khả năng chi trả các khoản nợ xe hơi của người tiêu dùng.”

Nhật Thăng biên dịch



JUSTIN SULLIVAN/GETTY IMAGES

Thống đốc California Gavin Newsom nói trước cuộc họp báo ở San Francisco hôm 06/10/2022.

hường chuyển đi này và được đối xử tốt, trước khi bị Lực lượng Vệ binh Quốc gia – vốn gồm những binh sĩ thuộc tầng lớp nghèo và trung lưu – đưa ra khỏi tầm nhìn của những bằng hữu giàu có của ông Newsom.

Nếu xem California như một tiểu bang trú ẩn, thì tại sao ông Newsom không mới họ đến đây nhỉ?

Ông kết luận bằng một câu dài, “Khi chúng ta lật sang một trang mới đối với chiến dịch tranh cử này, tôi hi vọng chúng ta cũng sẽ lật sang một trang mới đối với sự phân cực này trong cuộc đàm luận trên toàn quốc của chúng ta, một khi tất cả các cuộc bầu cử quốc gia này lắng xuống, thì tất cả chúng ta đều có thể bắt đầu dung hòa những khác biệt và đều bắt đầu tập trung vào những giá trị cách nghiêm trọng hơn và sâu sắc hơn bao giờ hết. Đối với vấn đề phá thai mà ông hi vọng nhờ đó sẽ tranh cử được vào Oval Office, thì Florida, Texas, và các tiểu bang khác đang đi theo hướng ngược lại với California cũng như khiến hành vi này là hoàn toàn bất hợp pháp. Nếu ông Newsom và những người cấp tiến khác để sự việc ở yên mức này, với việc mỗi tiểu bang tự quyết định về vấn đề phá thai, thì vấn đề này sẽ trở nên ít quan trọng hơn.

Nhưng ông Newsom và những người khác – như Chủ tịch Hạ viện Nancy Pelosi, các thống đốc tái đắc cử Kathy Hochul của tiểu bang New York và Gretchen Whitmer của tiểu bang Michigan – sẽ không để yên cho vấn đề này. Phá thai sẽ luôn luôn là vấn đề gây chia rẽ trên toàn quốc bởi vì họ muốn như vậy.

Những ngôn từ kết thúc bài diễn văn của ông Newsome là: “Chúng ta đều có trách nhiệm cố gắng hơn một chút trong



Những chiếc xe mới đợi trong các kho chứa gần Khu phức hợp lắp ráp Stellantis Detroit ở Detroit hôm 05/10/2022.

hạn chi trả khoản vay của họ lên ít nhất bảy năm.

Ông cũng cho biết hiện tại, số lượng người mua không thể trả các khoản nợ xe của họ sẽ phần nào được kiểm soát vì tỉ lệ thất nghiệp liên tục thấp.

Ông nói: “Nếu chúng ta rơi vào tình huống mà việc làm bắt đầu trở thành một thách thức ở Hoa Kỳ và tỉ lệ thất nghiệp gia tăng, đó là lúc ngành công nghiệp này sẽ bắt đầu phải thực sự lo ngại về khả năng chi trả các khoản nợ xe hơi của người tiêu dùng.”

Nhật Thăng biên dịch

JUSTIN SULLIVAN/GETTY IMAGES

TT PHARMACY

📍 9091 Edinger Ave, Ste B, Westminster, CA 92683

☎️ (714) 622-5549 🌿

KÍNH MỜI QUÝ KHÁCH

- Có đầy đủ các loại thuốc.
- Bán thuốc theo toa (Prescription) và không theo toa (OTC).
- Có tiêm phòng các loại vắc xin*(Xin liên hệ để biết thêm chi tiết)
- Giúp quý vị gọi Bác Sĩ và chuyên toa để dàng, nhanh chóng.
- Nhận hầu hết các loại bảo hiểm Medicare và Medi-Cal.
- Có giá đặc biệt cho quý khách không có bảo hiểm.
- Giao thuốc tận nhà, miễn phí.

Giờ mở cửa:

Thứ 2,3,5,6 : 10 AM – 6 PM

Thứ 7 : 10 AM – 2 PM

Chủ nhật & Thứ 4 : Nghỉ

TẬN TÂM — CHẤT LƯỢNG — UY TÍN

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 kỳ 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 Moorlock. Ông viết blog tại johnseiler.substack.com

Thanh Nguyễn biên dịch

KINH TẾ - TÀI CHÍNH

Hoa Kỳ: Dư nợ Thẻ tín dụng, nợ cá nhân cao kỷ lục trong bối cảnh lạm phát tăng vọt

ANDREW MORAN

Một báo cáo mới đây cho thấy khi người tiêu dùng đối mặt với lạm phát tăng vọt và lãi suất tăng, ngày càng có nhiều người Mỹ phải gánh thêm nợ để giảm bớt áp lực tài chính gia đình.

Theo Báo Cáo Thông Tin Chi Tiết Về Ngành Tín Dụng Quý 3/2022 (CIIR) của TransUnion, số dư thẻ tín dụng tăng 19% so với cùng thời kỳ năm ngoái trong quý 3, lên mức cao nhất mọi thời đại là 866 tỷ USD. Sự tăng trưởng này là do những người đi vay thế hệ Z và thế hệ millennial thúc đẩy mạnh mẽ, với số dư trong các nhóm tuổi này tăng lần lượt là 72% và 32%.

Khoản nợ thẻ tín dụng trung bình cho mỗi người đi vay là 5.474 USD, tăng 12% so với năm 2021. Tỷ lệ nợ trễ hạn cũng tăng lên 1.94% trong giai đoạn từ tháng Bảy đến tháng Chín, tăng từ 1.13% vào cùng thời điểm một năm trước.

“Trong môi trường lạm phát này, người tiêu dùng ngày càng chuyển sang tín dụng, bằng chứng là tổng số dư thẻ ngân hàng kỷ lục trong quý này,” ông Paul Siegfried, phó chủ tịch cao cấp kiêm lãnh đạo kinh doanh thẻ tín dụng tại TransUnion nói. “Điều này đặc biệt đúng đối với nhóm người tiêu dùng dưới chuẩn. Tình trạng nợ trễ hạn đang gia tăng; điều này là có thể lường trước trong bối cảnh nhiều người tiêu dùng đang tiếp cận với tín dụng, với nhiều người tiếp cận lần đầu tiên.”

Quý trước đã đạt kỷ lục 22 triệu người tiêu dùng duy trì một khoản vay cá nhân không có bảo đảm, với tổng số dư tăng 34% so

với cùng thời kỳ năm ngoái, lên 210 tỷ USD. Tỷ lệ nợ trễ hạn đã tăng lên 3.89%, tăng từ 2.52% trong quý 3/2021. Khoản nợ trung bình cho mỗi người đi vay là 10,749 USD, tăng hơn 14% so với năm ngoái.

Cô Liz Pagel, phó chủ tịch cao cấp về cho vay tiêu dùng của TransUnion, cho biết: “Đừng như dự kiến, việc tăng cho vay đối với các cấp độ rủi ro cao hơn đã làm tăng tổng tỷ lệ nợ trễ hạn, với tỷ lệ nợ trễ hạn nghiêm trọng hiện đã vượt quá mức trước đại dịch.”

Trong khi đó, nhiều chủ nhà đang vay mượn từ tài sản nhà của họ. Dữ liệu của TransUnion cho thấy số lượng hồ sơ vay tín dụng từ vốn sở hữu nhà (home equity line of ccredit) tăng với tốc độ hàng năm là 47%, lên hơn 409,000, và số lượng hồ sơ vay từ vốn sở hữu nhà (home equity line) tăng 42%, lên 296,723.

Nhưng tỷ lệ nợ trễ hạn đã ở mức thấp, chỉ 0.6% so với 1.02% trong quý 3/2019.

Trong khi số lượng các khoản cho vay mua xe hơi đã giảm hơn 2% so với năm ngoái, xuống còn 81.2 triệu, thì tỷ lệ nợ trễ hạn vẫn đang tăng dần lên, đến mức 1.65%. Ông Satyan Merchant, phó chủ tịch cao cấp kiêm lãnh đạo mảng kinh doanh xe hơi tại TransUnion, cho biết điều này rõ ràng nhất ở những người đi vay dưới chuẩn.

Ông Merchant cho biết: “Tình trạng nợ trễ hạn đang tăng, đặc biệt là ở những người tiêu dùng dưới chuẩn, một xu hướng mà chúng tôi cho rằng sẽ tiếp tục trong ngắn hạn. Tuy nhiên, tỷ lệ trễ hạn nói chung vẫn tương đối phù hợp với các tiêu chuẩn trong quá khứ.”

Ngoài ra, các khoản chi trả trung bình hàng tháng cho xe mới và xe cũ đã tăng lên lần lượt là 679 USD và 517 USD. Hơn nữa, số dư trung bình tăng gần 14%, lên 29,169 USD, và khoản nợ trung bình trên mỗi tài khoản tăng 9%, lên 18,405 USD.

Điều này xảy ra sau khi Cục dự trữ Liên bang và văn phòng tín dụng tiêu dùng đã tăng 25 tỷ USD hồi tháng Chín, dẫn đến tỷ lệ hàng năm được điều chỉnh theo mùa là 6.4%. Trong tháng Tám, tăng trưởng tín dụng tiêu dùng là 30.2 tỷ USD và tốc độ hàng năm là 7.8%. Tín dụng quay vòng, chẳng hạn như thẻ tín dụng, tăng 8.7%, giảm từ 18.1% trong tháng Tám.

Nhìn chung, trong quý 3, tín dụng quay vòng tăng 12.9%. Tín dụng không quay vòng, trong đó có các khoản vay mua xe hơi và vay sinh viên, tăng 5.7%.

Nợ trả trễ hạn tăng?

Theo trang blog Liberty Street Economics của Ngân hàng Dự trữ Liên bang New York, môi lo ngại đáng chú ý nhất là xu hướng tỷ lệ nợ trễ hạn thấp trong quá khứ sẽ kết thúc.

Các kinh tế gia Andrew Haughwout, Donghoon Lee, Daniel Mangrum, Joelle Scally, và Wilbert van der Klaauw đã viết trong bài đăng trên trang blog này hồi tháng Tám: “Với những chính sách hỗ trợ đại dịch chủ yếu đã thuộc về quá khứ, có những người đi vay bắt đầu tỏ ra rung quần về khoản nợ của họ. Nhìn chung, sự gia tăng tỷ lệ chuyển đổi nợ trễ hạn khá rõ rệt.”

“Khi chúng tôi phân chia những khoản nợ này theo thu nhập của các khu vực bằng cách



Những người mua sắm được nhìn thấy trong một siêu thị Kroger ở Atlanta, Georgia, hôm 14/10/2022.

sử dụng mã zip code từ người đi vay, chúng tôi nhận thấy rằng tỷ lệ nợ trễ hạn đối với thẻ tín dụng và các khoản vay mua xe hơi đang tăng lên, đặc biệt là ở các khu vực có thu nhập thấp hơn. Các tỷ lệ này dường như đang tiếp nối một xu hướng gia tăng nợ trễ hạn trong số những người đi vay dưới chuẩn – mà chúng tôi đã bắt đầu thấy kể từ năm 2019 trong các khoản đi vay mua xe hơi, trong đó những người đi vay dưới chuẩn giữ lại một phần lớn trong số dư chưa thanh toán.”

Liên quan đến các xu hướng nợ tư nhân, không phải là tất cả đều là tin xấu trong nền kinh tế Hoa Kỳ. Dữ liệu của CoreLogic cho thấy 2.8% số các khoản nợ nhà của Hoa Kỳ đang ở trong một số giai đoạn trả trễ hạn hồi tháng Tám, giảm so với mức 4% của một năm trước. Đây là mức thấp nhất kể từ trước đại dịch virus corona.

Tỷ lệ nợ trễ hạn giai đoạn đầu (trả trễ 30–59 ngày) là 1.2% trong tháng Tám, tăng từ 1.1%. Tỷ lệ nợ trễ hạn bất lợi (trễ 60–90 ngày) không thay đổi ở mức 0.3%. Tỷ lệ nợ trễ hạn nghiêm trọng (trễ 90 ngày trở lên) là 1.2%, giảm từ mức 2.6% của tháng 08/2021. Tỷ lệ hàng tồn kho bị tịch biên nhích lên 0.3%, tăng từ 0.2%.

“Tỷ lệ những người đi vay ở Hoa Kỳ chậm thanh toán nợ

nhà từ sáu tháng trở lên đã giảm xuống mức thấp nhất trong hai năm hồi tháng Tám và thấp hơn so với ⅓ mức cao của đại dịch được ghi nhận trong tháng 02/2021,” cô Molly Boesel, kinh tế gia chính tại CoreLogic, cho biết. “Hơn nữa, tỷ lệ tài sản bị tịch biên vẫn ở gần mức thấp nhất mọi thời đại, điều này cho thấy rằng những người đi vay thoát khỏi tình trạng nợ trễ hạn ở giai đoạn cuối đã tìm thấy các giải pháp thay thế để không bị vỡ nợ.”

Người Mỹ đang gặp khó khăn với chi phí sinh hoạt

Một báo cáo gần đây của Câu lạc bộ Cho vay cho thấy có 63% người Mỹ kiếm được đồng nào tiêu hết đồng ấy hồi tháng Chín, thấp hơn một chút so với mức cao kỷ lục 64% hồi tháng Ba.

Nhiều gia đình đang phải chật vật để theo kịp với chi phí sinh hoạt ở Hoa Kỳ. Hồi tháng Chín, tỷ lệ lạm phát hàng năm ở mức 8.2%, trong khi thu nhập trung bình thực tế theo giờ (đã điều chỉnh theo lạm phát) là âm 3%, theo Cục Thống kê Lao động (BLS). Thêm vào đó, lãi suất đã cao hơn trên toàn bộ thị trường tín dụng.

Liệu đây có phải là nỗi đau mà Chủ tịch Fed Jerome Powell đã cảnh báo trong mùa hè vừa qua?

Vân Du biên dịch

VĂN HÓA & NGHỆ THUẬT



Bức tranh "Washington triệu tập quân đội tại Monmouth", 1854, Emanuel Leutze. Sơn dầu trên vải; 7x4m. Thư Viện Tưởng Niệm Doe.

KHÁM PHÁ NGHỆ THUẬT DÀNH CHO NGƯỜI TUỔI TRẺ VÀ NHỮNG TÂM HỒN TRẺ TRUNG

Sự ra đời của Lễ Tạ Ơn

ANDREA NUTT FALCE

Lễ Tạ Ơn gợi lên cho bạn suy nghĩ gì? Nếu bạn nói đến gia đình, gà tây nướng, nước sốt cranberry hoặc bánh bí ngô, tất cả những điều này đều có thể sẽ khơi gợi kỷ ức trong hầu hết người Mỹ. Tuy nhiên, nếu được hỏi về nguồn gốc thực sự của Lễ Tạ Ơn, thì câu trả lời có thể gây ra tranh cãi với những hiểu biết có giới hạn.

Bạn đã học được gì về Lễ Tạ Ơn tại trường học? Lịch điều đó có liên quan đến Plymouth Rock, những người hành hương, một vụ chung tay thu hoạch với sự giúp sức của người da đỏ bản địa, và các cuộc thảo luận về hòa bình hay áp bức không? Trong khi những người hành hương đã tổ chức các lễ hội tôn vinh Chúa ban tặng cho họ những vụ

Nỗ lực khiêm tốn và anh dũng của những người Mỹ dưới sự bảo trợ của Chúa thực sự khiến cảm hứng cho lòng biết ơn.

mùa bội thu và có những câu chuyện về các bộ lạc người da đỏ bản địa được kể lại, thì cũng tồn tại rất nhiều tuyên truyền bộp méo sự thật về các sự kiện lễ lạc của người Mỹ.

Một số người xem Lễ Tạ Ơn thành “Ngày của Gà tây”. Một số phủ nhận cả sự tồn tại của Chúa lẫn lòng biết ơn. Tuy vậy, những người trân trọng sự thật và truyền thống ít nhất phải tìm hiểu chính xác lịch sử liên quan đến ngày lễ này.

Tuyên bố của Tổng thống Washington năm 1789

Vào ngày 03/10/1789, George Washington, tổng thống đầu tiên của Hợp chúng quốc Hoa Kỳ mới thành lập, đã ban hành Tuyên cáo đầu tiên về Lễ Tạ Ơn. Theo lời của Ngài Washington:

“Xét rằng tất cả các Quốc gia có trách nhiệm cảm nhận những an bài của Chúa

toàn năng, tuân theo ý chỉ của Ngài, cảm tạ những an lành Ngài ban cho, và khiêm cung xin sự bảo vệ và ân điển của Ngài... Do đó, tôi đề xướng và ấn định thứ Năm ngày 26/11 tới đây là ngày mà người dân các tiểu bang xin phụng sự Đấng vinh quang vĩ đại, đã ban những phúc lành từ xưa tới nay và mãi về sau – Để chúng ta có thể cùng nhau phụng sự Ngài với lòng biết ơn và khiêm tốn... vì quyền công dân và tự do tín ngưỡng mà chúng ta được ban cho... chúng ta có thể cùng nhau dâng lời cầu nguyện và khẩn nài lên Thiên Chúa, người trị vì các quốc gia, và cầu xin Ngài tha thứ cho những sai phạm của đất nước chúng ta và những lỗi lầm khác.”

Một số gọi tuyên bố của Washington là lệnh hành pháp đầu tiên, một số cho là

Xem tiếp trang 14

Sự sụp đổ của FTX đem lại bài học cho các nhà đầu tư

Tiếp theo từ [trang 1](#)

phá sản. Người sáng lập kiêm (cựu) CEO đầy hấp lực của FTX, Sam Bankman-Fried, đã mất khối tài sản trị giá 16 tỉ USD chỉ trong vài ngày. Anh Bankman-Fried, người cách đây vài tháng được so sánh với ông John Piermont Morgan và ông Warren Buffett, hóa ra lại là một nhà điều hành thiếu kinh nghiệm trong trường hợp tốt nhất, và là một kẻ lừa đảo trong trường hợp tệ nhất.

Chúng ta sẽ không nhắc lại những sự kiện dẫn đến sự phá sản và sụp đổ của FTX. Đủ để nói rằng, tốc độ sụp đổ của sân giao dịch này đã khiến các công ty đầu ngành, các cơ quan quản lý, và các nhà đầu tư bất ngờ. Các khách hàng của FTX đang chuẩn bị cho điều tồi tệ nhất. Các khách hàng của các nền tảng mã kim khác mà trước đây FTX đã cứu trợ – chẳng hạn như Voyager – cũng đang chuẩn bị cho điều tồi tệ nhất.

Có một số bài học quan trọng cho các nhà đầu tư ở đây, bất kể người đó có sở hữu bất kỳ loại mã kim nào hay không.

Chúng ta phải để lời gián tiếp cho Cục Dự trữ Liên bang và chính sách tiền tệ của Hoa Kỳ trong thập niên gần đây nhất. Chính sách lãi suất thấp giá tạo ở Hoa Kỳ và các quốc gia khác đã tạo ra tình trạng dư thừa thanh khoản – nói cách khác, mọi người có quá nhiều tiền. Điều này đã tạo ra các bong bóng tài sản rất lớn, làm tăng giá tất cả các loại tài sản. Khi mọi thứ đang tăng lên, và tăng lên nhanh chóng, thì rất ít quy trình thẩm tra được thực hiện. Thực tế này dẫn đến việc chấp nhận rủi ro nhiều hơn, vì không có động cơ nào để xây dựng quản trị và kiểm soát thích hợp khi mà tài sản đang tăng giá và không một ai chất vấn.

Bài học đầu tiên là việc có những nhà đầu tư đầy uy tín hậu thuẫn không bảo đảm cho sự thành công. FTX và công



Samuel

ty thương mại Alameda Research của anh Bankman-Fried chắc chắn có một danh sách những nhà đầu tư mạo hiểm hạng A hậu thuẫn trên bảng vốn hóa của công ty. Sequoia Capital, Tiger Global Management, Iconiq Capital, SoftBank, Lightspeed Venture Partners, người nổi tiếng đồng thời là nhà đầu tư “Shark Tank” Kevin O’Leary, và quỹ đầu tư quốc gia Singapore Temasek Holdings chỉ là một vài trong số các nhà đầu tư mạo hiểm có uy tín đã đầu tư hơn 2 tỉ USD vào công ty của anh Bankman-Fried.

Trong khi các nhà đầu tư mạo hiểm đã tài trợ cho nhiều câu chuyện thành công, thì với mỗi công ty thành công như Google lại có hàng trăm công ty thất bại. Tất nhiên, FTX là một công ty rất lớn, được định giá hơn 30 tỷ USD vào lúc đỉnh điểm nhất của công ty. Nhưng FTX sẽ không phải là công ty thất bại cuối cùng. Webvan, Jawbone, Houseparty, và Beequick chỉ là một vài công ty khởi nghiệp thất bại được Sequoia tài trợ. Katerra và WeWork đã từng là những công ty khởi nghiệp được SoftBank hậu thuẫn rất thành công.

Những cố gắng tiếp thị và hợp tác của FTX đã khiến sân giao dịch này trở

SAUL LOEB/AFP/GETTY IMAGES

Anh Samuel Bankman-Fried, nhà sáng lập và là CEO của FTX, trong phiên điều trần về Kiểm tra Tài sản Kỹ thuật số: Rủi ro, Quy định, và Đổi mới của một ủy ban Thượng viện, tại Capitol Hill ở Hoa Thịnh Đốn hôm 09/02/2022.

quản lý rủi ro tốt.

Một bài học khác là các nhà đầu tư chỉ nên đầu tư vào những gì họ có thể hiểu được. Nếu họ không thể lý giải được công dụng của một sản phẩm hoặc cách thức hoạt động của một công ty, thì hãy hết sức cẩn thận trước khi đầu tư. Có rất nhiều token mã kim nghe có vẻ thú vị, và được những người nổi tiếng hoặc người có ảnh hưởng trên mạng xã hội quảng bá, nhưng lại có các mô hình kinh doanh hoặc tiện ích rất mờng lung. Hãy cảnh giác.

Điều này dẫn chúng ta đến việc quy định. Kiểm soát quá mức cản trở sự đổi mới và đầu tư, nhưng một quy định tối thiểu là cần thiết đối với bất kỳ ngành nào. Không phải ai cũng có thể giải thích và hiểu đầy đủ về sự phức tạp của một khoản đầu tư hoặc một công ty, và đó là nơi các cơ quan quản lý có thể đóng vai trò quan trọng trong việc thiết lập các ranh giới và khuôn khổ hợp lý cho các doanh nghiệp hoạt động. Các nhà đầu tư cá nhân không thể lúc nào cũng nghiên cứu kỹ lưỡng để tìm ra các hoạt động kinh doanh phi đạo đức hoặc phát hiện các xung đột lợi ích giữa các công ty. Đó là vai trò mà các cơ quan quản lý nên thực hiện.

Nhà sáng lập kiêm CEO Coinbase, ông Brian Armstrong, đã tóm lược một cách súc tích trong một bài bình luận trên CNBC: “Các thị trường mã kim cần có quy định để tránh cho những vụ thất bại hoàn toàn như FTX xảy ra nhiều hơn.”

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

Fan Yu là một chuyên gia trong lĩnh vực tài chính và kinh tế và đã đóng góp các phân tích về nền kinh tế Trung Quốc từ năm 2015.

Nhật Thăng biên dịch

ANDREA NUTT FALCE

Lễ Tạ Ơn gợi lên cho bạn suy nghĩ gì? Nếu bạn nói đến gia đình, gà tây nướng, nước sốt cranberry hoặc bánh bí ngô, tất cả những điều này đều có thể sẽ khơi gợi kỷ ức trong hầu hết người Mỹ. Tuy nhiên, nếu được hỏi về nguồn gốc thực sự của Lễ Tạ Ơn, thì câu trả lời có thể gây ra tranh cãi với những hiểu biết có giới hạn.

Bạn đã học được gì về Lễ Tạ Ơn tại trường học? Lịch điều đó có liên quan đến Plymouth Rock, những người hành hương, một vụ chung tay thu hoạch với sự giúp sức của người da đỏ bản địa, và các cuộc thảo luận về hòa bình hay áp bức không? Trong khi những người hành hương đã tổ chức các lễ hội tôn vinh Chúa ban tặng cho họ những vụ

Hình ảnh của Hy vọng: Người Chăn Cừu Tốt Bụng

ELIZABETH LEV

Đến thế kỷ thứ ba sau Công nguyên, đế chế La Mã đã trở thành nơi sinh sống của nhiều dân tộc, với những xung đột điên rồ liên miên, và bất ổn chính trị thì không có hồi kết. Họ cố quên đi nỗi lo lắng hiện hữu của mình bằng những thú vui và sự xa xỉ, tìm hiểu về vô số tôn giáo để cố lấp đầy tâm hồn trống rỗng của mình trong thời đại đó. Bản sắc La Mã đã bị mai một đối với nhiều cư dân sinh sống trên lãnh thổ rộng lớn đó, họ không biết rằng sự

Xem tiếp trang 14



Carole Raddato/CC BY-SA 2.0

Một chi tiết của bức tượng bằng đá cẩm thạch, “The Good Shepherd”, vào khoảng năm 300–350, nghệ sĩ vô danh, tại Hầm mộ Domitilla, Bảo tàng Vatican.

Sự ra đời của Lễ Tạ Ôn

Tiếp theo từ trang 13

lệnh hành pháp thứ nhì. Các nhóm khác dường như có xu hướng bỏ qua sự tôn tại của tuyên bố này. Tổng thống George Washington luôn coi trọng việc gửi lời cảm ân. Ông đã viết một lá thư cho James Madison bày tỏ mong muốn thiết lập một ngày lễ quốc gia để tỏ lòng biết ơn đối với Chúa vài tháng trước khi ông trình lên Quốc hội. Ông cũng được biết đến là người đã chỉ định những ngày cầu nguyện đặc biệt sau chiến thắng trong Chiến tranh Cách mạng Hoa Kỳ. Sau Washington, nhiều tổng thống Mỹ tiếp tục gin giữ truyền thống Lễ Tạ Ôn, và nhiều tiểu bang đã giữ nguyên Tháng 11 hoặc tuyên bố thêm ngày tạ ơn Chúa trong suốt cả năm. Tạ ơn Chúa là một truyền thống căn bản của Hoa Kỳ. Từ lâu việc này đã được hiểu là điều cần thiết để hình thành một bản sắc dân tộc.

Sự chữa lành

Vào ngày 03/10/1863, đáp lại chiến thắng quan trọng của Liên minh tại trận Gettysburg, Tổng thống Abraham Lincoln tuyên bố cả nước sẽ kỷ niệm ngày Lễ Tạ Ôn chính thức vào ngày 26/11/1863. Quốc gia đã từ bỏ tàn phá bởi cuộc nội chiến và nhà lãnh đạo đáng kính đã cầu xin Chúa để được giúp đỡ và chữa lành, bắt đầu bằng lời cảm ơn.

Theo lời của ngài Lincoln:

“Năm sắp kết thúc tôi đã đầy phước lành với vụ mùa bội thu và trời đất an hòa. Những đặc ân này, vốn luôn có được nên đời khi chúng ta quên đi nguồn gốc của chúng, còn có những đặc ân khác, phi thường đến mức có thể thâm nhập và làm tan chảy cả những trái tim vô cảm trước những an bài chu toàn của Chúa toàn năng.”

“Đó là những món quà đầy tình thương của Thiên Chúa tôi cao, Đáng đấng lòng thương xót đã Ngài đang thịnh nộ vì những tội lỗi của chúng ta. Đối với tôi, dường như toàn thể người dân Hoa Kỳ đã đồng lòng đồng thanh ghi nhận một cách trang trọng, tôn kính và biết ơn. Vì vậy, tôi mời gọi người dân từ mọi vùng miền của Hoa Kỳ, những người đang lãnh đênhr trên biển hay đang lưu trú tại hải ngoại, hãy dâng riêng thứ Năm cuối cùng của tháng 11 này để cử hành Lễ Tạ Ôn và Ngợi ca Chúa nhân tử của chúng ta, là đáng ngợy trên thiên đàng.”

Ngày từ những tuyên bố đầu tiên, Lễ

Tạ Ôn đã được dự định là một ngày lễ của người Mỹ nhằm tôn vinh Chúa và cảm ơn Đấng toàn năng vì hòa bình, những đặc ân và vụ mùa bội thu mà Ngài đã ban cho vùng đất quý. Không ai cố gắng thay đổi Ngày Lễ Tạ Ôn do Lincoln đề xướng mãi cho đến đời Tổng thống Franklin Delano Roosevelt thế kỷ 20. Để tối đa lợi ích thương mại trước Giáng sinh, năm 1939, Franklin Delano Roosevelt quyết định dời Lễ Tạ Ôn sang Thứ Năm của tuần thứ hai thay vì Thứ Năm cuối cùng của tháng 11. Việc ưu tiên các chính sách về kinh tế hơn là một ngày để đón thuận bầy tỏ lòng biết ơn đã không hoàn toàn được các tiểu bang đồng ý; 32 tiểu bang đưa ra tuyên bố chấp nhận sự thay đổi của Tổng thống và 16 tiểu bang đã từ chối.

Trong hai năm 1939 và 1940, đất nước Hoa Kỳ tổ chức Lễ Tạ Ôn vào các tuần riêng biệt. Cho tới ngày 06/10/1941, Quốc Hội đã nghị đặt Ngày Lễ Tạ Ôn thành một ngày lễ cố định, là ngày thứ Năm cuối cùng của tháng 11. Vì các lợi ích được thỏa hiệp, Thượng viện đã sửa đổi nghị quyết sang Thứ Năm thứ tư của tháng (sau khi đã suy xét đến những mối quan tâm của giới tư bản liên quan đến các tháng 11 có 5 ngày thứ Năm). Tổng thống Roosevelt đã ký nghị quyết vào ngày 26/12/1941 và ngày Lễ Tạ Ôn trở thành một ngày lễ chính thức của liên bang. Chính phủ Hoa Kỳ được thành lập để tôn trọng và bảo vệ ý chí, tự do và đức tin của người dân Hoa Kỳ. Tuy nhiên, như các Tổ phụ lập quốc đã dạy, điều đó không bao giờ được coi nhẹ.

Năm 1854, một bức tranh sơn dầu có tựa đề “Washington triệu tập quân đội tại Monmouth” được một người Mỹ nhập cư gốc Đức tên là Emanuel Leutze sáng tác. Leutze ngưỡng mộ lý tưởng của người Mỹ đến nỗi ngay cả khi trở lại Âu Châu để học hội họa, ông đã chọn nghệ thuật để gây ảnh hưởng đến những người cai cách ở Âu Châu, ông đã đề cập đến đức hạnh và chủ nghĩa anh hùng của Cách mạng Mỹ. Khung cảnh mô tả Tướng quân Washington trên lưng ngựa, vung thanh kiếm đầy quả cảm trên chiến trường, dẫn dắt những người lính Mỹ đến chiến thắng.

Một nông dân Washington giận đì

Sau thời gian tận hiến cả cuộc đời để chiến đấu cho tự do như một người lính, rồi phục vụ hai nhiệm kỳ tổng thống, thay vì nắm giữ



Bức tranh “Để trở thành một chàng trai nông dân” 1887, Winslow Homer. Màu nước trên giấy canvas;36 x 51 cm. Viện Nghệ Thuật Chicago.

quyền lực chính trị vĩnh viễn, Washington đã từ bỏ vị trí của mình, ông quay về làm việc trên mảnh đất mà ông hằng yêu quý. Washington là một nhà lãnh đạo quyết đoán của các quốc gia và cũng là một nông dân giản dị, đầy lòng biết ơn. Khi trở về Mount Vernon sau Cách mạng, Washington đã viết cho một người quen như sau: “Hầu tước thâm mên của tôi, từ lâu rồi tôi đã trở thành một công dân bình thường bên bờ sông Potomac, dưới bóng cây nho và cây và của riêng tôi.”

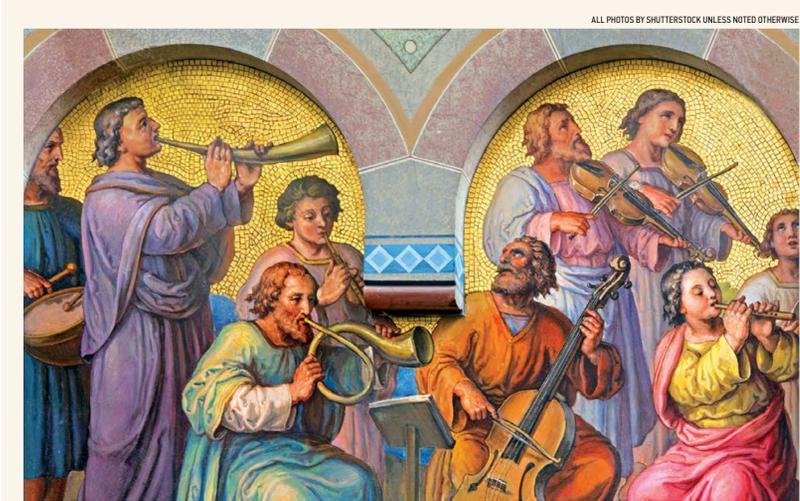
George Washington đã đề cập đến cây nho và cây và trong suốt các tác phẩm cá nhân về cuộc sống nông trại, ám chỉ tinh tế đến đoạn Kinh Thánh, “Judah và Israel an cư lạc nghiệp, ai nấy đều sống an lành dưới bóng cây nho và cây và của mình.” (1 Kings 4:25)

Bức tranh “Để trở thành một người nông dân”

Còn một bức tranh thứ hai mà bạn có thể thấy thú vị trong kỳ nghỉ này. Đó là một tác phẩm màu nước nhỏ xinh của một họa sĩ người Mỹ khác tên là Winslow Homer. Tác phẩm có tựa đề “Để Trở Thành một Chàng trai Nông Dân” được vẽ vào năm 1887. Trong tranh là hình ảnh chàng trai trẻ đứng giữa vụ mùa bí ngô và rau xanh tươi tốt. Theo Viện Nghệ Thuật Chicago, thông qua phương pháp chụp X-quang và các cách kiểm tra khác, bầu trời rực sáng ban đầu được tô bằng màu vàng chrome và màu hồng phấn, cả hai đều là sắc tố không bền (có nghĩa là chúng sẽ mờ dần theo thời gian nhưng tạo ra

Sứ giả thiêng liêng

10 nhạc cụ đưa chúng ta đến gần các vị Thần



ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK UNLESS NOTED OTHERWISE

GIÁO DỤC & ĐỜI SỐNG



BRENT HOFACKER / SHUTTERSTOCK

Hình ảnh những món quen thuộc vào ngày Lễ Tạ Ơn trên bàn ăn của người Mỹ.

Bữa tiệc Lễ Tạ Ơn, ăn mừng sự đầy đủ

Khắp Hoa Kỳ, những đặc sản địa phương và những công thức gia đình cùng tô điểm cho sự phong phú của bữa tiệc truyền thống này

BELINDA HULIN CRISSMAN

Truyền thống chính là phần cốt lõi của ngày Lễ Tạ Ơn tại Hoa Kỳ. Hàng năm, gia đình và bạn bè sẽ tụ họp; họ thường quây quần tại cùng một nhà hoặc cùng một địa điểm hàng năm để trao nhau những lời tri ân chân thành. Trong dịp lễ đó, người Mỹ thường dành cho nhau những cái gật đầu cảm kích, hoặc trong một số gia đình là những cái ôm thật chặt, để bày tỏ tình cảm và sự biết ơn đối với những ân phúc cuộc đời ban cho. Nếu có sự hiện diện của những người trẻ tuổi, chúng ta còn có thể kể chuyện về tổ tiên, về việc cùng nhau ăn mừng của những người dân bản địa và người Tây phương.

Vì Lễ Tạ Ơn mang ý nghĩa của một lễ hội thu hoạch, kể cả cho những ai xa lạ với cuộc sống ruộng đồng và nông trại. Vì thế, toàn bộ bối cảnh của ngày lễ sẽ diễn ra với rất nhiều lương thực.

Rõ ràng, thực đơn của ngày Lễ Tạ Ơn kiểu truyền thống là để bày tỏ sự thành kính đối với ngày Lễ Tạ Ơn đầu tiên được tổ chức tại thành phố Plymouth, tiểu bang Massachusetts. Những người tham dự bữa tiệc tối của Lễ Tạ Ơn sẽ thưởng thức gà tây

Dù thế nào đi nữa, biểu tượng của ngày Lễ Tạ Ơn hiện nay là bàn tiệc đầy ắp gà tây nhồi bánh mì, nước sốt thịt, khoai tây nghiền, khoai lang, sốt cranberry, thịt hầm đậu xanh và bánh bí đỏ; tất cả đã khác nhiều so với bàn tiệc ban đầu.

hoang dã, vịt và ngỗng, thịt nai, bí, bánh mì bắp hoặc cháo, hành tây, các loại hạt đại, và có thể cả cá khô. Nhưng nếu bạn nghiên cứu về những tư liệu về Lễ Tạ Ơn hơn 50 năm trước đó, với những người di dân người Tây Ban Nha và bộ tộc Timucua ở thành phố St. Augustine, tiểu bang Florida, bữa tiệc có thể bao gồm vang đỏ, thịt heo muối, đậu garbanzo, ô liu, tỏi, cá nướng, nghêu, rùa, bắp tươi, đậu, bí và quả trứng cá.

Dù thế nào đi nữa, biểu tượng của ngày Lễ Tạ Ơn hiện nay là bàn tiệc đầy ắp gà tây nhồi bánh mì, nước sốt thịt, khoai tây nghiền, khoai lang, sốt cranberry, thịt hầm đậu xanh và bánh bí đỏ; tất cả đã khác nhiều so với bàn tiệc ban đầu. Những nguyên liệu của bàn tiệc ngày nay gồm những thứ không sẵn có đối với những người di

đàn đầu tiên. Nhưng điều đó không phải là thứ quá to tát, bởi sự thay đổi và thích ứng là một phần của truyền thống lâu đời của ngày Lễ Tạ Ơn tại Hoa Kỳ. Sự khác biệt về địa lý, cộng với sự đa dạng của những di sản của các sắc dân, khẩu vị và khả năng nấu nướng, chưa kể đến sự sẵn có của các nguyên liệu và mức chi chiểu, tiếp tục duy trì sự đa dạng cho bàn tiệc trong ngày Lễ Tạ Ơn.

Ăn mừng vì gian bếp và mùa thu hoạch

Việc bổ sung thêm các món ăn tuyệt vời vào thực đơn của dịp lễ dựa vào sự sẵn có của các thành phẩm theo mùa cùng với sự hào phóng trong chi tiêu của mỗi gia đình.

Hàng năm, có tác giả, bà Ann Hyman, hệ thống tư của một gia đình tại Florida, đã tổ chức một buổi lễ nổi tiếng mang tên “Lost souls Thanksgiving” dành riêng cho bạn bè sống ở thành phố Jacksonville – những người không thể đoàn tụ cùng gia đình trong dịp Lễ Tạ Ơn. Trong bữa tiệc, các vị khách sẽ đem đến tất cả những món làm từ thịt, và cả các món liên quan đến gà tây, những “nhân vật chính” của bàn tiệc chính là món hầu tươi nướng được chuẩn bị bởi Joe, con trai của bà Ann. Du khách sẽ ra về với những kỷ niệm khó quên khi được thả mình trên bãi cỏ nhìn thẳng ra sông St. Johns, đồng thời thưởng thức món hầu nóng hôi được phục vụ ngay trước lò nướng, cùng với việc nhắm nhấp rượu, và trên hết là bầu không khí tri ân sâu sắc đến những điều may mắn trong cuộc sống.

Ở thị trấn Oriental nhỏ bé ngay trung tâm tiểu bang Pennsylvania, Sue Goodling nhớ lại rằng vào ngày Lễ Tạ Ơn, cha mẹ cô đã kỷ công chuẩn bị các món ăn. “Chúng tôi có một đại gia đình, và đó là một dịp duy nhất mà tất cả, bao gồm vợ chồng và con cái sẽ quây quần cùng nhau”, cô nói.

“Cha tôi luôn chuẩn bị món salad cranberry ngon nhất. Khi đó chúng tôi vẫn chưa có các thiết bị xay rau củ như



PUBLIC DOMAIN

Hình minh họa của họa sĩ Norman Rockwell mang tên "Freedom From Want", xuất hiện trên The Saturday Evening Post ngày 06/03/1943, đã trở thành biểu tượng cho Lễ Tạ Ơn của người Mỹ. Cơ quan Quản lý Lưu trữ và Hồ sơ Quốc gia.

hiện nay. Nền ông sẽ xay cranberry, táo tươi có sẵn ở địa phương, thơm và quả óc chó đen bằng máy xay cầm tay. Còn mẹ sẽ nướng bánh bí đỏ, và cũng có lúc làm bánh nướng nhân thịt, bà thường dùng thịt nai từ những chuyến đi săn của một thành viên nào đó trong gia đình.”

Ăn mừng các công thức nấu nướng của gia đình

Ở tiểu bang Louisiana, bánh pecan là món thay thế bí đỏ, và người ta sẽ dùng xúc xích andouille để làm nhân của các món nhồi. Ở tiểu bang New Mexico, ớt xanh sẽ được bày trên bàn ăn; ở vùng Pacific Northwest, hạt hazelnut và nấm rừng là thứ không thể thiếu; còn tại tiểu bang Baltimore, dưa cải muối kiểu Đức là nét đặc trưng của bàn tiệc dịp Lễ Tạ Ơn.

Cherie Claire, tác giả của Viola Valentine mysteries, lớn lên ở thành phố New Orleans và giờ gọi Cajun là quê hương. Ngay từ nhỏ cô đã có vị giác nhạy bén, và khả năng thiên phú này ngày càng phát triển khi cô dần trưởng thành.

“Tôi may mắn khi được sinh ra ở nơi được mệnh danh là Mecca của nền ẩm thực – thành phố New Orleans,” cô nói. “Đặc trưng của Lễ Tạ Ơn nơi đây là sốt hầu và rượu sữa whisky. Tuy nhiên, suốt những năm tháng thiếu thời và ngay cả khi học đại học, tôi đã sống ở rất nhiều nơi và sau khi kết hôn với một người chồng Do Thái, mẹ chồng đã giới thiệu cho tôi những món độc đáo và tuyệt vời.”

Claire nói rằng món gà tây mà cô chuẩn bị trong Lễ Tạ Ơn thường được tẩm ướp gia vị rồi chiên cả con; đây chính là cách nấu nướng được nhiều gia đình vùng Cajun ưa thích trong nhiều thập niên. Gà tây chiên giòn cho thịt mềm, ngọt, thơm ngon và đặc biệt chỉ mất một nửa thời gian để thực hiện so với món gà tây nướng.

Phương pháp nấu ăn kể trên khá cầu kỳ, vì vậy các đầu bếp kinh nghiệm lâu năm khuyên ta nên theo sát các chỉ dẫn cụ thể. (Nó không đơn giản như việc nhờ ai đó kể bên “cắm lỵ bia giúp tôi” để bạn rửa tay cho cả con gà tây vào dầu đang sôi.)



ROMAN SAMBORSKIY/SHUTTERSTOCK

Ăn mừng sự đầy đủ

Đôi khi, những món ăn phụ thêm vào trong ngày Lễ Tạ Ơn truyền thống lại được chuẩn bị một cách tình cờ.

Bữa ăn trong ngày Lễ Tạ Ơn của riêng tôi hiện nay có dưa chua – bởi vì chồng tôi rất mê món ăn này; mì Ý và pho mát – vì bạn thân của con gái tôi là người ăn chay; đậu mắt đen – bởi vì tôi thích ăn món đậu này với nước sốt bánh mì bắp; và cải bắp, bởi vì con dâu tôi thích chúng. Chúng tôi dùng kem như món tráng miệng vì con gái tôi đang làm việc tại một cửa hàng kem, và năm nay bữa ăn sẽ có thêm những khoanh bánh chanh hình vuông vì mọi người đang nài ni tỏi thích hiện món này.

Những món ăn trên đang nhanh chóng trở thành một phần truyền thống của ngày Lễ Tạ Ơn tại gia đình chúng tôi, và thậm chí chúng đã trở thành một phần không thể thiếu trong thực đơn của dịp lễ này. Mặt khác, tất cả các món mang tính biểu tượng như gà tây, thịt nhồi, nước sốt thịt, khoai lang, ngô, đậu xanh, nước sốt cranberry, và các loại bánh vẫn là món chính trên bàn tiệc.

Vậy truyền thống của ngày Lễ Tạ Ơn là cảm tạ sự phong phú và no đủ? Tất nhiên rồi!

Đến từ thị trấn Atlantic Beach, tiểu bang Florida, Cô Belinda Hulin Crissman, người gốc Louisiana, là tác giả của năm cuốn sách dạy nấu ăn và nhiều bài viết về chủ đề ẩm thực. Ngoài đam mê viết về lịch, cô còn thích sáng tạo các công thức nấu ăn dựa trên sự giao thoa giữa ẩm thực truyền thống và hiện đại.

Song Ngư biên dịch

NHÂN SINH

5 lý do tuyệt vời để viết thư cảm ơn thường xuyên hơn



ELIZAVETA GALITSKAAYA/SHUTTERSTOCK

PURPOSEFAIRY.COM

Lần cuối cùng bạn gửi lời cảm ơn cho ai đó bằng một bức thư viết tay và gửi qua đường bưu điện chậm như rùa là khi nào?

Với sự ra đời của Internet và sự hiện diện trực tuyến của chúng ta ngày càng tăng thì những lời cảm ơn bằng các bức thư viết tay trên thực tế đã trở nên lỗi thời. Điều này thật đáng tiếc.

Những bức thư viết tay bày tỏ lòng biết ơn giúp tăng thêm năng lực kết nối, đem lại niềm vui, có tác dụng giảm trầm cảm, và khiến bạn khác biệt với những người chung quanh trong thế giới kinh doanh đầy rẫy cạnh tranh này.

Tôi hy vọng bài này sẽ giúp phục hồi lại thói quen sống đẹp: Đó là cách gửi lời cảm ơn mà thế giới đang cần hơn bao giờ hết.

Tại sao việc viết thư cảm ơn lại quan trọng

Một trong những thành công lớn nhất trong việc nuôi dạy con của mẹ tôi là dạy tôi và chị gái cách nuôi dưỡng lòng biết ơn. Bất cứ khi nào có ai đó tặng chúng tôi một món quà gì đó hoặc làm điều gì đó tử tế cho chúng tôi (bất kể đó là cử chỉ nhỏ nhặt như thế nào đi chăng nữa) thì mẹ tôi cũng sẽ bảo chúng tôi viết và gửi cho họ một tấm thiệp cảm ơn.

Mẹ tôi nhấn mạnh rằng chúng tôi phải tự làm thiệp, và viết những điều chân thành chỉ dành riêng cho người nhận mà thôi. Không được phép gửi loại thiệp Hallmark in sẵn thay cho lời cảm ơn. Yêu cầu đó của mẹ tôi mạnh mẽ đến mức chúng tôi phải thực sự tự tay làm thiệp. Tấm thiệp không chỉ riêng dành cho người nhận đó mà còn phải thể hiện được thái độ chân thành của chúng tôi nữa. Vì thế, khi soạn lời viết cảm ơn, chúng tôi cũng phải dừng lại và thực sự biết ơn người nhận, về mối quan hệ của chúng tôi với họ để làm cho thông điệp đó trở nên nóng ấm và riêng tư nhất.

Cho đến tận ngày nay, đây vẫn là một trong những món quà lớn nhất mà mẹ tôi tặng cho tôi, đã truyền cho tôi cảm giác biết ơn sâu thẳm mà tôi nghĩ đó là lý do chính khiến tôi có cái nhìn tích cực về cuộc sống.

Khi chúng ta có thể khiến cho việc bày tỏ lòng biết ơn trở thành một thói quen thì chúng ta sẽ nhận thức được sâu sắc hơn về niềm hạnh phúc sẽ đến với mình, cho dù là hạnh phúc đó lớn hay nhỏ thì kết quả mà chúng ta nhận được sẽ là một cuộc sống vui vẻ hơn nhiều.

Tôi không bị mất gì khi chân thành cảm ơn nhân viên văn phòng Nha Lộ Vân (DMV) kiên nhẫn đón bình thường, do tình huống đặc biệt của tôi; hoặc khi anh bưu tá của tôi tự đi thêm ít bước để bảo đảm gói bưu kiện không bị ướt dưới cơn mưa tầm tã; hoặc khi một người bạn mà tôi biết đang gặp khó khăn về tài chính nhưng vẫn nhất quyết đưa tôi đi ăn tối để chúc mừng khi tôi thắng một cuộc thi nào đó.

Và dưới đây là năm lý do tuyệt vời

để các bạn nên viết thư cảm ơn thường xuyên hơn.

1. Đó là cách nhanh nhất để nuôi dưỡng niềm vui

Tôi định nghĩa ‘niềm vui’ là khi bạn ở trong trạng thái hoàn toàn biết ơn. Khi chúng ta vui vẻ, tâm hồn chúng ta rộng mở, chúng ta cảm thấy thoải mái và hạnh phúc vô cùng. Một trong những cách nhanh nhất để nuôi dưỡng niềm vui là tập trung vào những điều và những người trong cuộc sống mà chúng ta cần biết ơn. Viết thiệp cảm ơn là một cách dễ dàng và hữu ích để làm điều này.

Khi bạn ngồi viết lời cảm ơn cho ai đó, suy nghĩ của bạn sẽ tập trung vào những điều tốt mà người đó đã làm cho bạn hơn là vào những suy nghĩ căng thẳng thường xuyên chiếm lĩnh trong tâm trí của bạn – lúc này trong lòng bạn sẽ tràn ngập trạng thái biết ơn và điều đó mang lại niềm vui cho bạn.

2. Cải thiện các mối quan hệ

Mọi người đều mong muốn nhận được sự quý trọng. Khi bạn thường xuyên bày tỏ lòng cảm kích của mình đối với những người bạn yêu thương, những người đã tử tế và hào phóng với bạn, các bạn sẽ gần gũi với nhau hơn và sẽ tin tưởng nhau hơn. Mối quan hệ của các bạn sẽ càng khẳng định và trọn vẹn hơn.

3. Giảm lo lắng và trầm cảm

Lòng biết ơn là một liều thuốc chống trầm cảm tự nhiên. Khi chúng ta bày tỏ lòng biết ơn, não của chúng ta tiết ra chất serotonin và dopamine, hai chất dẫn truyền thần kinh khiến chúng ta trở nên hạnh phúc. Dopamine là chất dẫn truyền thần kinh khiến chúng ta cảm thấy hoạt bát hơn. Những người có mức dopamine thấp thường hay nghi ngờ bản thân hơn, độ i cao hơn và ít nhiệt tình hơn.

Serotonin là chất dẫn truyền thần kinh khiến chúng ta cảm giác về sự quan trọng và có ý nghĩa. Đây là thành phần chính trong hầu hết các loại thuốc chống trầm cảm. Những người có lượng serotonin thấp sẽ dễ cảm thấy cô đơn, trầm cảm và tự ti. Khi chúng ta bày tỏ lòng biết ơn, bộ não của chúng ta sẽ tràn ngập serotonin – đó là kết quả của việc cảm thấy có giá trị đồng thời cũng nhận ra tất cả những gì có giá trị trong cuộc sống của một người.

4. Viết thư cảm ơn khiến bạn trở nên khác biệt trong giới kinh doanh

Bức thư cảm ơn viết tay là một món nghệ thuật đang sắp bị tiêu vong và ngày nay rất ít người còn sử dụng. Nhưng bạn hãy tận dụng việc này. Khi bạn nộp đơn xin việc hoặc khi được thăng chức, hãy dành thời gian để viết cho người phỏng vấn bạn một bức thư tỏ lòng biết ơn. Bức thư của bạn sẽ khiến bạn nổi bật giữa biển người nộp đơn và sẽ thể hiện đẳng cấp, thái độ lịch

sự, tinh thần trực và sự tốt bụng của bạn – đó chính là tất cả những phẩm chất được giới kinh doanh tìm kiếm.

5. Đem hạnh phúc đến cho người nhận

Tất cả chúng ta đều biết cảm giác tuyệt vời như thế nào khi được nhìn nhận và trân trọng. Nhận được một lời cảm ơn viết tay chân thành không chỉ làm tăng niềm vui của người viết mà còn đem đến hạnh phúc cho người nhận. Trong một thế giới tràn ngập những tin tức đáng thất vọng và những sự kiện bi thảm, hãy vực dậy tinh thần cho ai đó bằng cách cho họ biết bạn trân trọng họ đến nhường nào.

Giờ thì bạn hãy viết lời cảm ơn đi nào!

Tôi khuyên bạn nên nghĩ về những người đã đối xử tử tế với bạn, hoặc người mà bạn ngưỡng mộ, hay người đã để lại dấu ấn không thể phai mờ trong cuộc đời bạn.

Người đó có thể là bất kỳ ai: Mẹ của bạn. Anh trai của bạn. Người đưa thư. Một khách hàng của bạn. Sếp của bạn. Con của bạn. Vợ hoặc chồng của bạn. Một người bạn của bạn. Nhân viên pha cà phê gần nhà của bạn. Một đồng nghiệp cũ. Một giáo viên thời trung học của bạn. Một giáo sư đại học của bạn.

Bạn hãy dành một phút để thực sự suy nghĩ về những gì người này đã đem đến cho cuộc đời của bạn.

Có thể bạn đã học được một bài học quan trọng từ họ. Có thể họ đã hào phóng với thời gian hay tình yêu hay tiếng bực của họ. Có thể họ đã bảo đảm rằng bạn sẽ nhận được thư của mình mỗi ngày và đó là điều rất có giá trị đối với bạn. Có thể sự hiện diện của họ trên thế giới này đem lại cho bạn sự thoải mái và vui vẻ. Có thể họ đã phải chịu đựng rất nhiều điều khó chịu từ bạn nhưng vẫn yêu bạn và đối xử tử tế với bạn.

Có thể họ đã sinh ra bạn và cho bạn cuộc sống. Có thể họ đã nuôi dưỡng và dạy dỗ bạn nên người. Có thể họ đã mở cửa trái tim của bạn. Có thể họ đón con bạn từ trường để bạn ung dung đi đến một cuộc hẹn quan trọng. Có thể họ đã chăm sóc cún cưng của bạn khi bạn đi vắng. Có thể họ đã xuất hiện vào thời điểm bạn thực sự gặp khó khăn và là một người bạn thực sự. Có lẽ bạn nên thực sự trân trọng lòng tốt của họ.

Điều duy nhất tôi đề nghị là bạn không nên vội vàng viết mà hãy dành thời gian cho những lời đến từ trái tim bạn; nhớ là thư được viết tay nhé, để vào phong bì và được gửi đi.

Không thiếu những điều để biết ơn và cũng không thiếu những người để cảm ơn.

Vậy thì hôm nay bạn sẽ gửi lời cảm ơn đến ai?

Khánh Nam biên dịch

Cảm ơn bằng thư viết tay là cách tuyệt vời để người nhận biết rằng họ được trân trọng.

UND KIM VISIT ANCHORAGE



Phi cơ cất cánh và taxi tại Căn cứ Thủy phi cơ Lake Hood ở Anchorage.

Bay trên thành phố Anchorage, khám phá Alaska bằng seaplane

TIM JOHNSON

Đây là thành phố của phi công, và tôi đã được bay cùng một trong những người giỏi nhất. Ở nơi tận cùng của nước Mỹ, một tiểu bang rộng gấp hai lần Texas và vẫn còn nhiều nơi hoang vắng, mọi thứ thường không thể gắn gũi trong tầm tay. Vì vậy, ở thành phố Anchorage, cách đơn giản nhất là thế này: chỉ cần bay.

Tiểu bang Alaska có số lượng phi công bình quân đầu người cao nhất Hoa Kỳ (gấp sáu lần mức trung bình quốc gia). Chỉ một hồ nước nhỏ đã có 1.100 phi cơ; 1.000 trong đó thuộc sở hữu tư nhân. Công việc bình thường của phi công Brian Carlin là lái trực thăng cấp cứu - công việc có vẻ hơi căng thẳng - mặc dù bạn sẽ không biết điều đó khi trò chuyện với anh ấy.

"Đó là công việc bay từ sân thượng này đến sân thượng kia," anh nói một cách điềm tĩnh. Nhưng gần đây, anh cũng đã đưa du khách đi tham quan bằng loại thủy phi cơ (seaplane); và hôm nay, anh Carlin đã sẵn sàng cho tôi xem mọi thứ rất gần với đường chân trời nơi trung tâm thành phố.

Là nơi sinh sống của dưới 300.000 cư dân, thành phố Anchorage là một địa điểm thu hút sự hiếu kỳ của du khách và rất hấp dẫn. Ở trung tâm thành phố, bạn có thể sẽ ngạc nhiên và tin chắc rằng mình đang ở một thành phố miền Trung Tây Mỹ Quốc cỡ trung bình, với những con phố đầy ắp cửa hàng và trung tâm mua sắm nhiều tầng có cả cửa hàng JCPenney. Nhưng



Nik Glacier đang quay phim sau khi rời trượt tuyết.



có lẽ không có trung tâm đô thị nào có thể dễ dàng tiếp cận những địa điểm siêu hoang dã như vậy. Và hôm nay, tôi đang bay cùng phi công Carlin trên chiếc Cessna 206 nhỏ bé; tôi đã chuẩn

bị bay và ngắm từ trên cao tất cả những địa điểm hấp dẫn này.

Các phi công đã quen thuộc với địa hình khó khăn và thời tiết khắc nghiệt của Alaska trong hơn một thế kỷ. Một số đã trở thành huyền thoại, bao gồm Joe Crosson, một phi công tự do đầu tiên đáp phi cơ xuống hồ băng ở Denali, ngọn núi cao nhất Bắc Mỹ. Một người khác tên Carl Ben Eielson là người đầu tiên thực hiện chuyến bay giao thư và gói hàng ở Alaska vào những năm 1920 - các vụ tai nạn đã chấm dứt hợp đồng của ông, và người ta đã phải sử dụng lại phương thức vận chuyển bưu chính trước đó, dùng xe do chó kéo.

Với những hành động liều lĩnh này trong tâm trí, tôi bước ra bến tàu nhỏ ra Hồ Hood, nơi đậu hàng dài những chiếc phi cơ màu đỏ đặc biệt của Rust's Flying Service - công ty điều hành thủy phi cơ lớn nhất ở đây, một doanh nghiệp gia đình làm chủ từ năm 1963. Tôi chen vào ghế sau của chiếc phi cơ rất nhỏ và đeo tai nghe để trò chuyện với phi công và các hành khách.

Khi đi thuyền phao ra phi cơ, Carlin nói rằng đây là phi trường thủy phi cơ bận rộn nhất thế giới với gần 200 chuyến bay mỗi ngày.

Anh cho biết: "Họ thậm chí còn có chiếc máy đặc biệt để cắt cỏ dưới đáy hồ. Nơi đây cho bạn có cảm giác giống như một phi trường trung tâm bận rộn, nhưng có các bộ nổi để giữ chặt các phi cơ lại, còn đường băng thì chứa đầy nước thay vì được trải bằng nhựa đường. Thậm chí còn có tháp điều khiển riêng và mã phi trường là LHD.

Cất cánh trên một chiếc thủy phi cơ



Phi công Brian Carlin đứng trên chiếc thủy phi cơ.



Cài đặt tai nghe và micro trước khi cất cánh.



Ngắm nhìn những ngọn núi Alaska trong chuyến bay tham quan từ Anchorage với Rust's Flying Service.

ROY NEESE/VISIT ANCHORAGE



Một chiếc seaplane của Rust's Flying Service khởi hành từ Hồ Hood ở Anchorage, tiểu bang Alaska.



Lên một chiếc phi cơ bush tại Lake Hood để ngắm cảnh.

là một trải nghiệm kỳ lạ. Đó là khoảnh khắc bạn đang lênh đênh, đập cánh trên sóng như trên một chiếc thuyền. Tiếp theo, bạn phóng nhanh, lướt dọc trên mặt nước, cảm nhận cảm giác được nâng lên khi bạn chuẩn bị rời khỏi đường băng ngập nước. Và cuối cùng, chiếc phi cơ bay lướt trên không, bên trên hồ, ao, sông biển nơi bạn khởi hành - với cánh quạt quay tít phía trước.

Một lúc sau, chúng tôi đã ở bên trên

các thành phố, các tòa tháp của trung tâm thành phố lệch về phía bên trái của chúng tôi, những ngọn núi phủ tuyết trắng và những thung lũng xanh thẳm thì ngay phía trước. Khi tiếp tục bay về phía ngoài ờ, chúng tôi băng qua một loạt những ngôi nhà lớn, một số trông giống như những cabin bằng gỗ sang trọng, khổng lồ, sau đó leo lên những đỉnh và những đường sườn núi xếp hàng. Vài giây sau đó, chúng tôi đi vào một thung lũng lớn xanh tươi và nhìn thấy những đốm trắng của bầy cừu Dall, gần như không tưởng tượng được, đang dạo chơi ngay gần đỉnh núi.

Và khoảng hai phút sau đó, chúng tôi đã ở trong một khu vực sông băng; mặt trời đang lộ dạng ở Sông băng Knik bên dưới, những ngọn núi phủ tuyết khổng lồ phía sau. Sông băng có chiều dài 40 km, ngang 8 km với những vũng nước nhỏ trong xanh đến kinh ngạc chảy trên đỉnh và những dòng chảy lăn tăn.

"Anh có thấy những vết nứt dưới đó không?" Carlin nói, chỉ vào những gợn sóng trong hồ xiu. "Chúng tôi lớn để nuốt trọn chiếc phi cơ này đây."

Chúng tôi phóng nhanh qua các sông băng khác, sau đó chuyển hướng bay ra khỏi vùng đất băng tuyết này.

Anh Carlin nói: "Chúng tôi sẽ bay về hướng 20 Mile Creek, và bạn sẽ thấy, toàn bộ hệ sinh thái thay đổi."

Một lát sau, chúng tôi đáp xuống Hồ Carmen với những sườn núi xanh tươi

RUST'S FLYING SERVICE



Rust's Flying Service, một doanh nghiệp do gia đình làm chủ, là hãng điều hành seaplane ổn nhất ở Anchorage.

TIM JOHNSON



Khung cảnh từ phi cơ thật ngoạn mục.



HOTEL CAPTAIN COOK

KINH NGHIỆM DÀNH CHO BẠN

Đường hàng không: Sân bay Quốc tế Ted Stevens Anchorage nối chuyến tới Alaska. Từ đó, tất cả các hãng hàng không lớn của Hoa Kỳ bay đến các trung tâm chính khác nhau trên khắp đất nước, bao gồm Seattle, Chicago, Minneapolis, và Denver.

Di chuyển chung quanh: Mặc dù thành phố có hệ thống giao thông công cộng, nhưng đây là một nơi rộng lớn có diện tích hơn 1,700 dặm vuông. Để thực sự khám phá Anchorage và môi trường xung quanh, bạn nên có một chiếc xe hơi. Hoặc tốt hơn nữa, hãy tham quan bằng phi cơ với một công ty như Rust's Flying Service.

Chỗ ở: Khách sạn Captain Cook tại trung tâm thành phố là nơi nghỉ mang dấu ấn của Anchorage và chi cách các cửa hiệu và nhà hàng vài bước chân.

Lưu ý: Bạn có thể nhìn thấy một số động vật hoang dã ngay giữa thành phố - đại bàng bay lượn trong các công viên thành phố, những người đánh bắt cá hồi dọc theo Ship Creek và nếu may mắn, bạn có thể nhìn thấy cá tầm đang nô đùa gần những chiếc thuyền.

xung quanh. Phi công đưa chúng tôi đến một bãi biển nhỏ và chúng tôi leo ra ngoài, nhảy lên phao của phi cơ rồi vào bờ. Đó là một thế giới khác xa với Anchorage và sông băng, yên bình và tĩnh lặng; đó là một ốc đảo trên núi.

Sau khi chụp xong một vài bức ảnh, đã đến lúc quay trở lại chiếc 206 và cất cánh. Chúng tôi bay dọc theo các rìa của đường thủy Turnagain Arm - được William Bligh, bậc thầy chèo thuyền cho thuyền trưởng James Cook, đặt tên, bởi vì con đường này không có lối ra và họ buộc phải "quay lại", mặc dù ngay phía trước mặt là Lake Hood và Anchorage đang chờ đợi. Nhưng lúc này, tôi rất hạnh phúc vì được tận hưởng tất cả vẻ đẹp ở mọi hướng từ trên cao; tôi đang ở rất gần thành phố nhưng vẫn còn nơi trung tâm của đường biên giới cuối cùng của Hoa Kỳ.

Nhà văn Tim Johnson, định cư ở Toronto, luôn đi du lịch khắp nơi để tìm kiếm và viết nên những câu chuyện tuyệt vời. Từng đến thăm hơn 140 quốc gia trên khắp 7 châu lục, ông đã theo dấu chân sư tử ở Botswana, tìm kiếm xương khủng long ở Mong Cổ, và đã từng đi bộ cùng với khoảng nửa triệu con chim cánh cụt ở Đảo Nam Georgia. Ông cộng tác với khắp số tờ báo lớn nhất của Bắc Mỹ, bao gồm cả CNN Travel, Bloomberg và The Globe and Mail.

Thu Anh 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 Miếng.





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 đậu ớt đỏ

Thật nhiều hương vị Lành bạn không thể quên hương vị châu Á

Nước sốt cay

Được pha trộn điều luyện và lành hoạt Không thể thiếu cho các món chiên

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

Xem thêm video của Chef John trên: Taste Show

Đáp trả những đòn tấn công vào nam tính

JEFF MINICK

Trong chuyến thăm gia đình con gái hồi giữa tháng Mười, con rể tôi kể lại những câu chuyện liên quan đến công việc xây dựng trước đây của mình. Cậu ấy kể về các cuộc thi cuối ngày – ví dụ như các cuộc đua xà khi, trong đó các công nhân xây dựng sẽ chạy đua trên các giàn giáo của tòa nhà bằng cách sử dụng các búa thay vì dùng tay và chỉ kết thúc khi có anh chàng nào đó bị trượt chân và bị chiếc búa của mình gây thương tích.

Anh bạn John của tôi, một cựu công nhân về bê tông, cũng kể thêm chuyện về một lần bị một khối xi măng rơi xuống và đập mạnh vào đầu, sau đó anh được đưa đến phòng cấp cứu với máu chảy đầy mặt.

Tôi bổ sung thêm vào đó những câu chuyện của thời học quân sự từ ngày xưa ngày xưa của mình với những trận đánh nhau chỉ vì một câu lơ lửng, và những trận chiến với súng cao su là kẹp giấy uốn cong và dây thun có thể để lại vết trầy như ong đốt trên da nạn nhân. Những trò nghịch ngợm như vậy hình như vẫn còn tồn tại ở một vài nơi thì phải, vì khi tôi đến thăm đứa cháu tuổi teen ở trường nội trú nam, tôi cũng được nghe kể về những trận đánh nhau ở ký túc xá với kết quả là những vết thương trên người.

Tất cả những trò chơi này đòi hỏi sức mạnh thể chất, sự bạo dạn dám chấp nhận rủi ro, sự liêu lĩnh, sự khéo léo – chỉ có ở một cậu trai biết chế ra một loại vũ khí bằng kẹp giấy và dây thun – và một tinh thần cứng cỏi. Nhiều độc giả nam cũng có thể dễ dàng thêm những tiêu chuẩn của họ vào danh sách này. Nhưng những thứ thuộc về nam tính như vậy hiện đang dần bị mai một.

Điều đó thật đáng tiếc, bởi vì những tinh cách đàn ông này và một số tinh



BIBA KATEWICH

cách khác là những phẩm chất rất quan trọng để xây dựng nền văn minh, đây là một thực tế mà tác giả và giáo sư Anthony Esolen đã nêu trong cuốn sách gần đây của mình, “No Apologies: Why Civilization Depends on the Strength of Men” (Tạm dịch: Không lời xin lỗi: Tại sao nền văn minh phụ thuộc vào sức mạnh của đàn ông). Tác giả Esolen lập luận rằng, trong suốt lịch sử, những người đàn ông đã xây dựng mọi thứ, từ các thành phố đến các lâu đài, đến các đường cao tốc, thành lập chính phủ, soạn thảo hiến pháp, tham gia chiến tranh, bảo vệ vợ con và dâng tặng cho thế giới phần lớn [những công trình] nghệ thuật vĩ đại.

Nhưng giờ đây thì không còn nữa. Như tác giả Esolen đã lưu ý trong câu đầu tiên, “Tôi đang viết một cuốn sách mà lẽ ra không cần phải viết, để trả lại cho nam giới ý thức về giá trị là đàn ông của họ và đem đến cho các chàng

▲ Tất cả những trò chơi này đòi hỏi sức mạnh thể chất, sự bạo dạn dám chấp nhận rủi ro, sự liêu lĩnh, sự khéo léo.

trai mục đích cao quý của nam tính; đó mới chính là mục đích chính đáng của họ.”

Cụm từ “mục đích cao quý của nam tính” có thể làm cho trái tim của một số người đang sống trong nền văn hóa nữ quyền của chúng ta đập mạnh. Thật vậy, chỉ riêng từ “nam tính” cổ xưa đó chắc chắn sẽ làm dậy lên những dị nghị từ những người có tư tưởng cấp tiến về giới tính, những người có ý định cải tạo đàn ông thành những chàng trai mặc pyjama không thích hợp để dựng lên những tòa nhà chọc trời, để chống lại kẻ thù trong chiến tranh, hoặc trở thành những người chống, người cha tốt.

Tác giả Esolen đã dùng khi bày tỏ rằng ông không cần phải viết một cuốn sách như vậy về mục đích cao quý của nam tính. Trong nhiều thế kỷ, các nhà văn đã viết nhiều cuốn sách và tiểu luận về ý nghĩa nam giới và những đức hạnh của họ – khi đó Tổng thống Hoa Kỳ Theodore Roosevelt sẽ xuất hiện ngay trong tâm trí người đọc – Nhưng một quyển sách kêu gọi hồi sinh lại phẩm chất quý giá của nam giới thì rất hiếm. Tuy nhiên, đàn ông và sự nam tính phải chịu đòn sau nhiều thập niên như những bao tải cát trong phòng tập thể dục thì sự ra

đời của cuốn sách này “Không lời xin lỗi” là hoàn toàn cần thiết, là một đòn phản công vào cuộc tấn công văn hóa đang diễn ra đối với sự nam tính.

Nhà văn C.S. Lewis đã dự đoán trước được cuộc tấn công này khi ông viết cuốn “The Abolition of Man” (Tạm dịch: Loại bỏ Đàn ông), “Chúng ta cắt bỏ những bộ phận [trên thân thể] của họ trong một cuộc phẫu thuật vô cùng đơn giản rồi thay đổi các chức năng. Chúng ta tạo ra những người đàn ông không có lòng ngực rồi mong rằng họ có đức hạnh và thực hiện sứ mệnh đàn ông. Chúng ta cười cợt danh dự của họ rồi choáng váng vì sao họ lại phản bội chúng ta. Chúng ta làm họ mất khả năng sinh sản và chúng ta phải trả giá vì những người đàn ông khiếm khuyết chức năng này.”

Tác giả Esolen cho rằng kết cục cuộc phẫu thuật “vô cùng đơn giản” này không những gây hại cho cảnh đàn ông mà còn tác động đến hôn nhân, gia đình và nền văn hóa của chúng ta nói chung. Bức tranh đó không đẹp để chút nào.

C.S. Lewis đã đưa ra lời khuyên trong cuốn “The Case for Christianity” như sau: “Nếu nhìn vào tình trạng hiện tại của thế giới thì quý vị sẽ thấy rõ ràng là nhân loại đã phạm phải một sai lầm lớn nào đó. Chúng ta đang đi sai đường. Và nếu vậy chúng ta phải quay trở lại. Quay trở lại là cách nhanh nhất để tiếp tục.”

Cũng giống như nhà văn Lewis, tác giả Esolen nói với chúng ta rằng chúng ta phải đảo ngược hướng đi và trong trường hợp này, hãy khôi phục lại danh dự và sự tôn trọng với những chàng trai như chúng ta còn mong muốn sửa chữa nền tảng của nền văn minh. Với “tình trạng hiện tại của thế giới”, đa số quý vị có thể sẽ đồng ý với quan điểm này.

Jeff Minick có bốn người con và rất nhiều cháu đang ở tuổi mới lớn. Trong 20 năm, ông đã dạy lịch sử, văn học và ngôn ngữ Latin cho các học sinh tại Asheville, North Carolina. Hiện tại, ông sống và làm việc tại Front Royal, Virginia. Quý vị có thể theo dõi ông tại trang JeffMinick.com.

Khánh Nam biên dịch

ĐỒ UỐNG

Cách pha cà phê lạnh

THE DAILY MEAL

Ghé thăm tiệm cà phê mỗi ngày có thể đem đến cho bạn niềm vui, cho tới khi bạn đến quầy tính tiền và phải chọn một món từ thực đơn. Có quá nhiều cách pha cà phê và các thức uống espresso đa dạng, đến nỗi chúng ta khó phát hiện ra điểm nào làm các loại khác nhau như vậy. Liệu có phải cà phê lạnh (Cold Brew) là tên gọi khác của món cà phê đá ưa thích?

Hóa ra, cà phê lạnh khác với một tách cà phê đá ở chỗ hạt cà phê được chuẩn bị trước, ngâm trong nước ở nhiệt độ phòng, và ủ trong ngăn mát tủ lạnh khoảng 12 tiếng hoặc hơn. Còn cà phê đá đơn giản chỉ là cho đá vào ly cà phê nóng.

Đĩ nhiên, khi chúng ta chờ đợi 12 tiếng mới được uống cà phê, vậy thì lâu quá. Nếu bạn đang vội hoặc vẫn chưa chuẩn bị xong cà phê ủ lạnh vào đêm trước thì ly cà phê nóng thêm đá sẽ tiện hơn khi bạn cần một chút caffeine. Còn nếu thật sự bạn đã dành thời gian chuẩn bị cà phê ủ lạnh thì bạn sẽ nhận ra thức uống ấy có vị đậm đà hơn, hương thơm nhẹ nhàng, và thậm chí khiến bạn cảm thấy phấn khởi. Đó là do thời gian ngâm lâu. Hạt cà phê ngâm lâu giúp chiết xuất hết các tinh chất có trong cà phê, dẫn đến hương vị cuối ít chua hơn và đậm đà hơn. Vì cà phê nóng được pha nhanh chóng nên dư vị bị chua, rồi còn giải tỏa cho thêm đá viên vào khiến thành phẩm loãng, nhạt do đá tan ra. Nếu bạn vẫn đang hoàn thiện cách pha cà phê lạnh tại nhà thì những gợi ý sau



JACQUI WEDNER/THE DAILY MEAL

đây sẽ giúp bạn nhanh chóng thành một người thợ pha.

Công thức pha chế cà phê ngâm lạnh

- Nguyên liệu*
- 4 3/4 cup nước lọc lạnh
 - 12 muỗng canh cà phê xay thô

Cách làm

- Trước tiên, cà phê được xay cỡ thô (hoặc bạn mua cà phê xay).
- Sau đó, chúng ta ngâm cà phê đã xay và nước trong bình hoặc chai.
- Chúng ta hãy ngâm hai ngày trong tủ lạnh. Rồi đem ra ngoài khi vị cà phê đã đậm như mong muốn.

© 2020 Nhà xuất bản Tribune; Được phân phối bởi Tribune Content Agency, LLC. The Daily Meal là nguồn tổng hợp cho mọi thứ về thực phẩm, bao gồm cả công thức nấu ăn, ý tưởng giải trí, du lịch và tin tức ẩm thực mỗi nhất. thedailymeal.com

Nam Anh biên dịch

MỸ - TRUNG

Sự kiểm soát của ông Tập đang ngăn Trung Quốc vượt qua Hoa Kỳ

Các chính sách của ông Tập đã hủy hoại nền kinh tế Trung Quốc

ANTONIO GRACEFFO



Dưới sự lãnh đạo của ông Tập Cận Bình, Trung Quốc sẽ khó có khả năng phục hồi kinh tế hoặc vượt qua Hoa Kỳ trong vài thập niên tới, nếu không muốn nói là bất khả thi.

Từ năm 1980 đến 2019, tốc độ tăng trưởng GDP trung bình của Trung Quốc là 8%. Trong những năm gần đây, tốc độ tăng trưởng hàng năm đều giảm sút. Và năm nay, Trung Quốc dự kiến sẽ công bố con số thấp nhất trong nhiều thập niên, có thể dưới 3%.

Quyền lực hoàn toàn rơi vào tay ông Tập đóng nghĩa với việc quốc gia này sẽ bị lèo lái hướng theo tầm nhìn tương lai của ông ấy: an ninh thật chặt hơn và thống nhất Đài Loan bằng vũ lực. Năng cao tăng trưởng kinh tế không phải là ưu tiên hàng đầu mặc dù ông Tập kêu gọi Trung Quốc trở thành quốc gia có thu nhập trung bình cao vào năm 2030.

Để đạt được mục tiêu của ông Tập, nền kinh tế sẽ phải tăng trưởng với tốc độ trung bình 5% mỗi năm. Với tốc độ tăng trưởng chậm như trong năm nay, tình trạng yếu kém chung của nền kinh tế, các đợt phong tỏa COVID-19 đang diễn ra, nợ nần chồng chất, thậm chí hạn chế sách nghiêm trọng, và khủng hoảng dân số, thì điều này có vẻ khó xảy ra. Trên thực tế, với tốc độ tăng trưởng hiện tại dưới 3%, Trung Quốc sẽ không thể vượt qua Hoa Kỳ cho đến năm 2060.

Trong những thập niên trước, Trung Quốc đã tăng trưởng bằng cách di cư người dân từ vùng thôn lân thành thị – nơi mà mức đóng góp GDP của một công nhân nhà máy cao gấp bốn lần so với một nông dân. Việc di cư hàng trăm triệu người đã khiến cho quy mô GDP của Trung Quốc tăng lên đáng kể. Giờ đây, quốc gia này phần lớn đã được đô thị hóa, vì vậy không còn sự tăng trưởng nhảy vọt nào có thể xảy ra ở những nơi này nữa.

Trong quá khứ, Trung Quốc cũng đã dùng việc xây dựng cơ sở hạ tầng để thúc đẩy nền kinh tế. GDP tăng đáng kể khi các tuyến đường sắt cao tốc đầu tiên và các tuyến đường bộ cải tiến được xây dựng giữa các thành phố. Hiện tại, gần như cả quốc gia này đã được kết nối nhờ đường xa lộ và tàu cao tốc, ngoại trừ những ngôi làng nhỏ ít người biết đến và chưa phát triển. Mặc dù việc kết nối các các làng mạc có thể làm tăng GDP của nhiều ngôi làng, tuy nhiên việc đó sẽ có tác động rất ít hoặc không ảnh hưởng đến GDP quốc gia. Trên thực tế, chi phí xây dựng một tuyến giao thông kết nối như vậy rất dễ vượt quá cả lợi ích đạt được.

Trung Quốc thực sự đã chạm đến ngưỡng mức sinh lời giảm dần về mặt chi tiêu cho cơ sở hạ tầng, trong đó mỗi dollar chi cho cơ sở hạ tầng có tác động nhỏ hơn lên GDP. Để tạo ra 1 USD tăng trưởng cho GDP, Trung Quốc phải đầu tư trung bình 8 USD. Tệ hơn nữa, nếu những đồng USD đó được viện trợ thông qua nợ, thì giờ đây những chi tiêu này sẽ còn tốn kém hơn khi lãi suất trên các thị trường của các thị trường nợ chính phủ trên thế giới tăng lên. Bất kỳ khoản nợ thêm nào được sử dụng để viện trợ cho cơ sở hạ tầng sẽ phải được cộng vào tổng nợ của Trung Quốc, tình cả nợ chính phủ và tư nhân thì đã bằng 270% GDP.

Một vấn đề khác mà Trung Quốc phải đối mặt là sinh suất giảm sút. Để duy trì quy mô lực lượng lao động của mình, Trung Quốc sẽ phải đạt trung bình 2.1 ca sinh nở cho mỗi gia đình. Tuy nhiên, vào năm 2021, sinh suất của Trung Quốc chỉ là 1.15. Việc tăng trưởng nền kinh tế với lực lượng lao động ngày càng giảm đòi hỏi phải cải thiện năng suất lao động để gia tăng mức đóng góp của mỗi người lao động vào GDP. Điều này có thể đạt được thông qua kỹ thuật và sản xuất hàng hóa có giá trị cao hơn.

Bằng cách chuyển đổi sang lĩnh vực sản xuất cao cấp hơn, Đức, Nhật Bản, Nam Hàn, và Đài Loan đã duy trì mức



KEVIN FRAYER/GETTY IMAGES

Lãnh đạo Trung Quốc Tập Cận Bình giơ tay biểu quyết trong phiên bế mạc Đại hội Đại biểu Toàn quốc lần thứ 20 của Đảng Cộng sản Trung Quốc tại Đại lễ đường Nhân dân ở Bắc Kinh, hôm 22/10/2022.

sống cao mặc dù lực lượng lao động đang giảm dần. Thay vì làm công việc sản xuất cấp thấp tạo ra [giá trị hàng hóa] 500 USD mỗi tháng như công nhân Trung Quốc, thì hàng tháng mỗi công nhân Nhật Bản bình thường đóng góp 2,000 USD vào GDP nhờ nền sản xuất tiên tiến.

Mặc dù Trung Quốc là nền kinh tế lớn thứ hai, tính trên bình quân, người dân Trung Quốc vẫn nghèo hơn nhiều so với người Mỹ. Một người Trung Quốc bình thường chỉ kiếm được khoảng 12,500 USD mỗi năm, trong khi người Mỹ bình thường kiếm được gần 70,000 USD. Xét về GDP bình quân đầu người, Trung Quốc cao hơn nhiều nước Á Châu nhưng lại thua xa Đài Loan, Nam Hàn, Nhật Bản, và Singapore. Và ông Tập dường như không có khả năng thu hẹp khoảng cách đó.

Dường như Trung Quốc đã mắc vào cái được gọi là bẫy thu nhập trung bình. Nói chung, ngay cả những quốc gia có mức tăng trưởng cao cũng sẽ chững lại khi họ đạt mức thu nhập trung bình. Điều này là do khả năng cạnh tranh cũng như đầu tư và đổi mới của quốc gia đó bị đình trệ. Mức lương thấp như ở Trung Quốc, vẫn cao hơn nhiều so với mức lương trung bình 130 USD/tháng trong ngành sản xuất ở Ấn Độ hay 200 USD/tháng ở Việt Nam. Điều này đồng nghĩa với việc Trung Quốc không còn sức cạnh tranh trong lĩnh vực sản xuất cấp thấp. Đồng thời, Trung Quốc thiếu vốn, đầu tư, kỹ thuật, và nhân lực để thay thế các công việc sản xuất ở nhà máy cấp thấp bằng một số công việc sản xuất cao cấp tương tự.

Trung Quốc đang phải đối mặt với nhu cầu cần tăng năng suất của lực lượng lao động đang già hóa để duy trì tốc độ tăng trưởng. Nhưng tăng trưởng năng suất đã giảm khoảng 50% trong thập niên vừa qua. Với tỉ lệ suy giảm quy mô lực lượng lao động và tăng động sản xây dự hiện tại của Trung Quốc chỉ đạt 0.7, quốc gia này sẽ gần như hóa vụn. Năng suất chỉ phát triển đủ nhanh để bù đắp sự suy giảm về quy mô lực lượng lao động.



Một màn hình điện tử hiển thị chỉ số GDP của Trung Quốc trên một công ph ở Thượng Hải, Trung Quốc, hôm 16/10/2021.

Dưới sự kiểm soát của ông Tập

Các nhà phân tích phương Tây từng tin rằng một quốc gia không thể giàu lên nếu thiếu các quyền tự do căn bản. Tự do báo chí và tự do ngôn luận được cho là cần thiết để theo đuổi nghiên cứu học thuật và thúc đẩy sự sáng tạo cũng như đổi mới cần thiết để phát triển nền kinh tế. Sau đó, Trung Quốc xuất hiện và có thể đạt mức tăng trưởng hai con số từ năm này qua năm khác mặc dù có một chính quyền độc tài. Đáng ra, đại nhảy vọt đã diễn ra sau năm 1978 cùng với sự mở cửa của xã hội Trung Quốc. Tuy nhiên, sự phát triển của Trung Quốc thực sự đã thách thức quan điểm của phương Tây rằng tự do là điều cần thiết để một quốc gia trở nên giàu có.

Sau nhiều thập niên tăng trưởng chưa từng có nhờ xuất cảng, cựu lãnh đạo Hồ Cẩm Đào nhận ra rằng sự tăng trưởng cần phải cân bằng hơn. Ông Tập lên nắm quyền cũng nói về việc đa dạng hóa nền kinh tế và gia tăng tiêu dùng tinh thể tỉ lệ phân trăm GDP. Nhưng thay vì tự do hóa nền kinh tế, ông Tập đã bắt đầu thiết chặt gong kim của mình, sử dụng trí tuệ nhân tạo và kỹ thuật mới để kiểm soát gần như mọi khía cạnh trong cuộc sống của người dân. Cuộc đàn áp của ông đối với việc đầu tư “hỗn loạn” đã gần như làm sụp đổ nền kinh tế. Vào thời điểm mà Trung Quốc vẫn phải đổi mới để phát triển, các biện pháp kiểm soát của ông Tập đang kìm hãm sự phát triển, và việc nâng cao chuyên môn cũng như nghiên cứu và đổi mới ở Trung Quốc đang chậm lại.

Giờ đây, khi ông Tập bắt đầu nhiệm kỳ thứ ba chưa từng có tiền lệ, nền kinh tế Trung Quốc đang ở trong tình trạng tồi tệ. Lĩnh vực bất động sản sụt giảm 30%. Lĩnh vực kỹ thuật đã mất hơn 1 ngàn tỷ USD trong hai năm. Các cuộc tẩy chay nợ nhà ngày càng diễn ra thường xuyên hơn. Người mua nhà từ chối chi trả các bất động sản xây dự đang và quá hạn từ lâu của các chủ đầu tư đang trên bờ vực vỡ nợ. Việc đóng băng tài khoản tiết kiệm ở các ngân hàng nhỏ hơn ở vùng nông thôn ngày

ALY SINGH/REUTERS

càng xảy ra nhiều hơn nhằm ngăn chặn việc rút tiền ra khỏi ngân hàng. Tỉ lệ thất nghiệp đang gia tăng, và người dân đang nhận thấy mức sống của họ bị đe dọa. Phản ứng của ông Tập là chuyển sự tập trung ra khỏi nền kinh tế.

Theo bài diễn văn khai mạc tại Đại hội Đại biểu Toàn quốc lần thứ 20 của Trung Cộng, hiện ông Tập đang ưu tiên an ninh hơn tăng trưởng kinh tế. Vì an ninh không đem lại lợi ích về mặt kinh tế, điều này sẽ khiến kinh tế Trung Quốc ít có khả năng phục hồi hơn.

Tổng thống Hoa Kỳ Joe Biden cũng đang ưu tiên bảo đảm an ninh hơn là thương mại với Trung Quốc bằng cách cắt giảm khả năng tiếp cận của Trung Quốc đối với các vi mạch bán dẫn tân tiến.

Hai nhà lãnh đạo này đang tấn công nền kinh tế Trung Quốc từ hai bên bờ Thái Bình Dương. Bắc Kinh cần vi mạch bán dẫn để chuyên đổi sang sản xuất cao cấp hơn và cứu lấy nền kinh tế của mình. Vì mạch bán dẫn cũng là thứ bắt buộc phải có cho vũ khí thế tiếp theo mà Trung Cộng cần để đạt được ưu thế về mặt quân sự so với Hoa Kỳ. Và tất nhiên, Trung Quốc cần tiền để tài trợ cho việc đầu tư kỹ thuật, mua vũ khí và các chương trình phát triển trang bị vũ khí. Các lệnh cấm về vi mạch bán dẫn cũng đang khiến các công ty Mỹ và các công ty khác rời khỏi Trung Quốc – điều đang làm giảm cơ hội cho hoạt động giao tiếp công nghiệp của Trung Cộng. Do đó, Trung Quốc sẽ không còn có thể đổi mới thông qua ép buộc chuyển giao kỹ thuật như họ đã từng làm trước đây.

Từ nay trở đi, sự kìm kẹp vốn đang hủy hoại con ngồng đê trứng vàng của ông Tập, khó có khả năng giảm bớt. Kể từ sau cuộc thanh trừng chính trị diễn ra sau Đại hội Đảng, hầu như không còn ai trong Trung Cộng có thể chống lại ông Tập. Và nếu không thay đổi hướng đi, ông Tập sẽ không đạt được mục tiêu Trung Quốc trở thành siêu cường kinh tế và quân sự của mình, hoặc Bắc Kinh sẽ thay thế Hoa Kỳ trở thành nhà lãnh đạo của một trật thế giới mới do Trung Quốc dẫn dắt.

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

Tiến sĩ Antonio Graceffo đã có hơn 20 năm làm việc tại Á Châu. Ông tốt nghiệp Đại học Thế thao Thượng Hải và có bằng Thạc sĩ Quản trị Kinh doanh của Đại học Giao thông Thượng Hải Trung Quốc. Ông Antonio là giáo sư kinh tế kiêm nhà phân tích kinh tế Trung Quốc, từng viết báo cho nhiều kênh truyền thông quốc tế.

Doanh Doanh biên dịch

TRUNG QUỐC

Kế hoạch kinh tế mới của Trung Quốc: Doanh nghiệp nhà nước phải hình thành các đại công ty độc quyền

Tiếp theo từ trang 1

hóa các lĩnh vực khác nhau của nền kinh tế. Những nỗ lực này đang dần phá các doanh nghiệp nhỏ của Trung Quốc và khiến các công ty ngoại quốc khó cạnh tranh hơn.

Trong những năm gần đây, Trung Cộng đã sử dụng các luật lệ và quy định tùy tiện để loại bỏ cạnh tranh ngoại quốc ra khỏi Trung Quốc, do đó tạo ra một môi trường thù địch cho các công ty ngoại quốc muốn thâm nhập thị trường Trung Quốc. Các nhà bán lẻ quốc tế như Carrefour, Walmart, và Home Depot đang rời đi hoặc đã rời khỏi Trung Quốc.

Kể từ sau Đại hội Trung Cộng lần thứ 20 hồi tháng Mười, các chính sách kinh tế cũng rắn hơn đang được đưa ra.

Trang tin NetEase của Trung Quốc đưa tin hôm 20/10 cho biết bảy công ty công nghiệp-quản sự quốc doanh đang mở các cơ sở ở Cấp Nhì Tân, tỉnh Hắc Long Giang, biến Cấp Nhì Tân thành một trung tâm phát triển và sản xuất thiết bị quân sự mới của Trung Quốc.

Sau đó, hôm 22/10, NetEase đưa tin cho biết rằng Trung Cộng đang thành lập trụ sở khu vực mới cho các DNNN của mình tại tỉnh Quảng Tây, miền nam Trung Quốc, đây không phải là một trong những tình phát triển nhất. Các công ty quốc doanh đó bao gồm các doanh nghiệp trong lĩnh vực đồng tâu, đường sắt, xây dựng, giáo dục, và kỹ thuật.

Trước đây NetEase đã đăng một số bài báo nói rằng Trung Cộng đã chọn từ 7 đến 8 tập đoàn quốc doanh khác nhau và sẽ thiết lập các trụ sở mới cho tất cả các tập đoàn này trên khắp đất nước. NetEase có trụ sở tại Trung Quốc và phải tuân thủ các quy tắc kiểm duyệt của Trung Cộng. Do đó, thông tin được đăng trong các bài báo cho thấy rằng Trung Cộng không lo lắng về việc để lộ ra tham vọng của mình.

Tạo ra các tập đoàn độc quyền
Ông Mike Sun, một chiến lược gia đầu tư kỳ cựu của Mỹ và là chuyên gia về Trung Quốc, nói với The Epoch Times, hành động hợp nhất các DNNN của Trung Cộng là để cho phép họ phát triển ngày càng lớn mạnh và hình thành các tập đoàn độc quyền trong các ngành tương ứng. Ông Sun cho biết các DNNN này do các cơ quan trung ương kiểm soát trực tiếp, khác với các doanh nghiệp địa phương và cấp tỉnh do các chính quyền khu vực ở Trung Quốc điều hành.

Ông Sun gợi ý rằng chính quyền



Một người đàn ông làm việc tại trạm nạp xăng của Sinopec, công ty đầu khí quốc doanh của Trung Quốc, ở Thượng Hải, hôm 22/03/2018.

20-30%

◀ Ngành địa ốc của Trung Quốc chiếm 20-30% GDP, là mối đe dọa rất lớn đối với Trung Cộng.

Ông Sun nói, mặc dù nền kinh tế Trung Quốc đã phát triển nhanh chóng trong 20 năm qua, nhưng phần lớn trong số đó là kinh doanh địa ốc và kinh doanh trực tuyến – đây không phải là hướng mà Trung Cộng muốn đi.

Trung Quốc không chỉ lấn át các doanh nghiệp vừa và nhỏ, doanh nghiệp tư nhân, và doanh nghiệp có vốn đầu tư ngoại quốc, mà còn cả các doanh nghiệp thuộc chính quyền địa phương của Trung Cộng. Ông cho hay, nhận định này phù hợp với tuyên bố của Ủy ban Giám sát và Quản lý Tài sản Nhà nước của Trung Cộng về “Mỗi doanh nghiệp một ngành, mỗi ngành một doanh nghiệp.” Nói cách khác, không nhất thiết phải có quá nhiều doanh nghiệp trong một ngành mà chỉ cần một, hai, hoặc ba doanh nghiệp tùy theo nhu cầu, là đủ. Ông nói, vì vậy, Trung Cộng đang độc quyền các ngành công nghiệp và kiểm soát các ngành này.

Hồi tháng 06/2020, Trung Cộng đã thông qua cái gọi là “Kế hoạch hành động ba năm cải cách doanh nghiệp nhà nước (2020-2022)”. Trung Cộng tuyên bố rằng các DNNN là nền tảng vật chất và chính trị quan trọng, và các doanh nghiệp đó dựa vào sức mạnh quyền lực cầm quyền của Trung Cộng. Ông Sun giải thích, kế hoạch này được thực hiện để đạt nền móng cho Đại hội Đảng lần thứ 20, vừa kết thúc hôm 22/10.

Theo ông Sun, tốc độ mở rộng của các DNNN của Trung Cộng sẽ tăng lên trong 5 năm tới. Đồng thời, không gian tồn tại cho các doanh nghiệp tư nhân và nhà đầu tư ngoại quốc sẽ bị ép lại rất nhiều, khiến nhiều doanh nghiệp và các khoản đầu tư phải rời bỏ Trung Quốc. Các DNNN đó đặc biệt chú trọng đến việc tạo công ăn việc làm khi họ chuyển đến. Điều này hạn chế khả năng điều hành các doanh nghiệp riêng của chính quyền địa phương ở Trung Quốc, và đó là kiểu tập trung chi tồn tại vào thời Mao Trạch Đông.

Phương hướng của nền kinh tế Trung Quốc

Nền kinh tế Trung Quốc đã phát triển nhanh chóng trong bốn thập niên qua theo chính sách “cải cách và mở cửa”, đặc biệt là trong hai thập niên gần đây sau khi nước này gia nhập Tổ chức Thương mại Thế giới. Ông Mike Sun nói, tuy nhiên, sau Đại hội lần thứ 20 của Trung Cộng gần đây, các chính sách kinh tế của Trung Quốc sẽ thay đổi; nhưng có lẽ nó sẽ không quay trở lại thời Mao khi kinh tế Trung Quốc là một nền kinh tế kế hoạch.

Ông Sun nói, “Nói cách khác, chính sách của Trung Cộng là tham gia vào ‘hiện đại hóa Trung Quốc’, theo khẩu hiệu được sử dụng tại Đại hội lần thứ 20 của Trung Cộng. Chính sách ấy phải ở đâu đó giữa nền kinh tế kế hoạch thời Mao và các chính sách cải cách hiện tại dưới thời các cựu lãnh đạo Trung Cộng Đặng Tiểu Bình và Hồ Cẩm Đào.”

Ông Sun cho biết một hướng chính sách kinh tế khác là khuyến khích đổi mới kỹ thuật cao. Trung Cộng nhận thấy rằng Hoa Kỳ đang tìm cách cô lập lĩnh vực kỹ thuật của Trung Quốc và giảm sự phụ thuộc của họ [Hoa Kỳ] vào các sản phẩm của Trung Quốc. Đây là lý do vì sao Trung Cộng muốn tập trung lẫn trung ương đều có thu nhập từ chăm sóc sức khỏe.

Trong số các bệnh viện do trung ương quản lý, có một nhóm khác do các DNNN quản lý. Nhưng trái ngược với sự mở rộng của các DNNN trong các ngành khác, Trung Cộng đã quyết định chuyển giao quyền quản lý các bệnh viện này cho chính quyền địa phương.

Một bài báo gần đây trên NetEase nói rằng Ủy ban Trung ương của Trung Cộng đã chuyển giao quyền quản lý mười bệnh viện quốc doanh cho các chính quyền địa phương. Các bệnh viện này đều nằm ở các thành phố lớn và có nguồn lực và trang thiết bị y tế vượt trội.

Theo ông Mike Sun, lý do thực sự khiến việc quản lý các bệnh viện đó bị chuyển giao là do những bệnh viện đó không thu được lợi nhuận trong những năm qua. Nói cách khác, Trung Cộng đang chuyển giao các DNNN không thành công – trong trường hợp này là mảng dịch vụ chăm sóc sức khỏe – cho các chính quyền địa phương trong khi mở rộng các DNNN trong nhiều ngành công nghiệp sinh lời khác.

Ông Sun nói rằng vẫn khó có thể suy đoán được kết cục kinh tế của Trung Cộng ở giai đoạn này là gì.

Vân Du biên dịch

Trung Cộng rút ngắn thời gian cách ly, tiếp tục chính sách zero COVID

ALEX WU

Hôm 11/11, chính quyền Trung Quốc tuyên bố sẽ nới lỏng một số biện pháp hạn chế liên quan đến COVID-19, nhưng lặp lại việc cam kết theo đuổi chính sách “zero COVID”. Chính quyền đã và đang áp dụng nhiều lệnh phong tỏa hơn tại đại đô thị Quảng Châu ở phía nam.

Quốc vụ viện và Ủy ban Y tế Quốc gia Trung Quốc đã công bố 20 biện pháp nới lỏng kiểm soát dịch bệnh COVID-19 hôm 11/11, bao gồm giảm thời gian cách ly tập trung 7 ngày xuống còn 5 ngày cách ly tại nhà. Các biện pháp mới cũng chấm dứt quy định gây tranh cãi về việc cấm bay từ vùng phát hiện ca bệnh đối với các chuyến bay nội địa và chỉ yêu cầu một kết quả xét nghiệm PCR âm tính trong vòng 48 giờ trước khi lên chuyến bay thay vì hai như trước. Mặc dù đã được nới lỏng, nhưng các biện pháp hạn chế liên quan đến COVID-19 của Trung Quốc vẫn còn nghiêm ngặt nhất thế giới, trong khi các chính phủ khác về căn bản đã cho phép người dân trở lại cuộc sống bình thường.

Cũng trong hôm 11/11, phát ngôn viên Bộ Ngoại giao Trung Quốc Triệu Lập Kiên cho biết trong một cuộc họp báo rằng nước này sẽ tiếp tục “kiến định thực hiện chính sách ‘zero COVID’ chung.”

Chính sách này đã tạo gánh nặng cho sự phát triển kinh tế của Trung Quốc và đem lại đau khổ triển miên và vô số thảm kịch cho người dân Trung Quốc. Chính sách này cũng khiến sự phân đối trong nước đối với các chính sách của chính quyền về các biện pháp kiểm soát COVID-19 nghiêm ngặt ngày càng tăng thêm.

Cùng lúc đó, các hãng thông tấn chính thức của Trung Cộng đã đăng tải các bài bình luận đả kích cho chính quyền địa phương về việc áp dụng các biện pháp kiểm soát COVID-19 không phù hợp, trong khi (trên thực tế) họ đang thực hiện các chính sách “zero-COVID” của lãnh đạo Trung Cộng Tập Cận Bình.



Người phát ngôn Bộ Ngoại giao Trung Quốc Triệu Lập Kiên trả lời câu hỏi tại cuộc họp báo hàng ngày ở Bắc Kinh vào ngày 08/04/2020.



Một nhân viên kiểm soát dịch bệnh đi ngang qua hàng rào chắn trong một khu phố bị phong tỏa ở Bắc Kinh, hôm 13/11/2022.

Chính sách này đã tạo gánh nặng cho sự phát triển kinh tế của Trung Quốc và đem lại đau khổ triển miên và vô số thảm kịch cho người dân Trung Quốc.

Bản về việc nới lỏng một số biện pháp kiểm soát, nhà bình luận về Trung Quốc Chu Hiểu Huy (Zhou Xiaohui) đã cho biết trong chuyên mục của mình với The Epoch Times: “Trước tình hình ngày càng khó kiểm soát, cuộc sống dưới các biện pháp kiểm soát COVID-19 ngày càng khiến người dân không thể chịu đựng nổi. Và trong bầu không khí xã hội ngày càng xấu đi, ông Tập và chính quyền cộng sản phải nới lỏng sự kìm kẹp một chút để giảm bớt sự phẫn nộ của công chúng cũng như cuộc khủng hoảng trong nước mà chính quyền này có thể gây ra khi đổ lỗi cho chính quyền địa phương.”

Các hãng thông tấn quốc tế, như The Wall Street Journal và Bloomberg, dẫn lời các nhà phân tích, cũng cảnh báo rằng cộng đồng quốc tế không nên quá lạc quan về việc nới lỏng [các chính sách kiểm soát ngặt nghèo này], vì những thay đổi chỉ là các điều chỉnh nhỏ. Các nhà phân tích dự đoán rằng chính sách “zero COVID” của chính quyền Trung Quốc sẽ kéo dài vô thời hạn.

Phong tỏa thêm một đại đô thị
Chính quyền Trung Quốc tiếp tục phong tỏa thêm nhiều thành phố và tiến hành xét nghiệm COVID-19 hàng loạt.

Quảng Châu, thủ phủ của tỉnh Quảng Đông, hiện đang đối diện với nguy cơ phong tỏa toàn thành phố, với hàng triệu cư dân phải trải qua đợt xét nghiệm hàng loạt và bị



Một nhân viên y tế lấy mẫu bệnh phẩm từ một phụ nữ đang được xét nghiệm COVID-19 tại Quảng Châu, tỉnh Quảng Đông, Trung Quốc, hôm 31/07/2022.

cách ly tại nhà.

Theo một thông báo chính thức, từ ngày 11/11, quận Hải Châu trong thành phố bị phong tỏa. Toàn bộ cư dân trong quận phải ở nhà và trải qua xét nghiệm PCR hàng loạt và vật dụng; chỉ có các siêu thị lớn mới được mở cửa. Điều này sẽ tác động lớn đến nền kinh tế.”

Mỗi gia đình được phép cử một người ra ngoài một lần mỗi ngày để mua những nhu yếu phẩm cần bản gần đó.

Các dịch vụ vận tải hành khách công cộng, bao gồm tàu điện ngầm, xe buýt, taxi, và dịch vụ gọi xe trực tuyến đã bị đình chỉ. Các lối vào và lối ra của đường cao tốc ở quận Hải Châu bị đóng, việc kiểm soát giao thông tạm thời được thực hiện trên toàn quốc.

Ông Trần (hóa danh), chủ một nhà hàng thịt nướng ở quận Hải

Châu, có năm hoặc sáu nhân viên sống trong hai khu nhà ở tập thể.

Hôm 11/11, ông nói với The Epoch Times: “Tôi không được phép mở cửa nhà hàng; chúng tôi không được phân phát thực phẩm và vật dụng; chỉ có các siêu thị lớn mới được mở cửa. Điều này sẽ tác động lớn đến nền kinh tế.”

Ông Trần cho biết sau khi thông báo phong tỏa được ban hành, mọi người đã đến các cửa hàng để mua thực phẩm dự trữ.

Ông nói: “Có rất nhiều người đổ xô đi mua, và nếu họ chậm chân, thì không còn gì để mua, chẳng hạn như không còn rau xanh để mua nữa.”

Bản tin có sự đóng góp của Tiêu Luật Sinh và Cổ Hiểu Hoa. Thiên Thư biên dịch



THOMAS TRAN, CPA

Income Tax · Accounting Services · Consulting

Certified Public Accountant

THÔNG BÁO
ERC REFUND

Văn phòng chúng tôi chuyên giúp các Cơ Sở Thương Mại apply ERTC (Employee Retention Tax Credit).
Nếu công ty quý vị có trả lương W-2 cho nhân viên trong năm 2020 & 2021. Văn phòng chúng tôi sẽ giúp quý vị xin tiền Refund, không cần trả lại, lên đến \$26,000 cho mỗi nhân viên.

Vui lòng liên lạc văn phòng để được tư vấn miễn phí.

Địa chỉ: 10282 Westminster Ave, Garden Grove, CA 92843
(Giữa đường Brookhurst và Bowen)

How much is the Refund or Credit?	
PAYROLL / QUARTER 2021	IRS REFUND / CREDIT
PAYROLL \$10,000	UP TO \$7,000
PAYROLL \$30,000	UP TO \$21,000
PAYROLL \$70,000	UP TO \$49,000
PAYROLL \$100,000	UP TO \$70,000

Office: (714) 462 - 6307
Fax: (800) 418 - 0893
ThomasTranCPA@gmail.com



EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

3 EASY WAYS TO SUBSCRIBE/Có thể đặt báo qua:

1. ONLINE:
www.epochtimesviet.com

2. BY PHONE/Call:
(626) 618-6168
(714) 356-8899

3. BY MAIL :
Fill out the form to the right and mail it to / Xin điền mẫu bên cạnh và gửi đến:
Epoch Times Tiếng Viet
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 Viet)

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): _____

THẾ GIỚI

Mỹ hạ nền kinh tế Nga xuống mức phi thị trường để cô lập Moscow hơn nữa

NAVEEN ATHRAPULLY

Hôm 10/11, Bộ Thương mại Hoa Kỳ đã loại nền kinh tế của Nga ra khỏi nhóm các nền kinh tế thị trường nhằm gây áp lực lên Moscow.

Bộ này chỉ ra rằng chính phủ Nga ngày càng can thiệp vào nền kinh tế của quốc gia này, dẫn đến bóp méo giá cả, gây bất lợi cho các doanh nghiệp Mỹ. Nghị quyết này – một hành động trả đũa của chính phủ Hoa Kỳ đối với việc Nga tiếp tục các hành động xâm lược ở Ukraine – kéo theo khả năng Hoa Kỳ áp dụng toàn bộ luật chống bán phá giá lên hàng hóa nhập cảng từ Nga.

Nga nằm trong danh sách các quốc gia mà Hoa Kỳ xem là nền kinh tế phi thị trường, nhưng đã bị loại khỏi bảng phân loại này vào năm 2002 sau khi Moscow theo đuổi các biện pháp tự do hóa nền kinh tế của mình.

Danh sách này bao gồm các quốc

Trong quyết định của mình, Bộ Thương mại đã phát hiện ra bước thoái lui lớn trong những lĩnh vực này, đặc biệt là kể từ cuộc xâm lược Ukraine.

Theo thông cáo báo chí của Bộ Thương mại Hoa Kỳ



Tổng thống Nga Vladimir Putin nói chuyện với lãnh đạo Trung Quốc Tập Cận Bình tại hội nghị thượng đỉnh của các nhà lãnh đạo 16 tổ chức Hợp tác Thượng Hải ở Samarkand, Uzbekistan, hôm 16/09/2022.

gia như các đồng minh của Nga là Belarus, Trung Quốc, Việt Nam, Armenia, Azerbaijan, Moldova, Uzbekistan, và các quốc gia khác thuộc Liên Xô cũ.

Quyết định của Bộ Thương mại dựa trên một số tiêu chí, bao gồm môi trường đầu tư ngoại quốc, khả năng chuyển đổi tiền tệ, và sự kiểm soát của chính phủ đối với các tài liệu sản xuất. Thông cáo báo chí của bộ này cho biết: “Trong quyết định của mình, Bộ Thương mại đã phát hiện ra bước thoái lui lớn trong những lĩnh vực này, đặc biệt là kể từ cuộc xâm lược Ukraine.”

Bán phá giá là việc các nhà sản xuất ngoại quốc bán hàng hóa

với giá thấp hơn giá bán của nhà sản xuất tại thị trường trong nước hoặc ở mức thấp hơn giá thành sản xuất. Điều này xảy ra khi chính phủ ở các quốc gia đó trợ cấp sản xuất và cung cấp hỗ trợ tài chính, chẳng hạn như các khoản vay với các điều kiện không phản ánh điều kiện thị trường.

Nền Thương mại Hoa Kỳ với Nga

Cách phân loại mới sẽ dẫn đến thuế nhập cảng cao hơn đối với các sản phẩm có xuất xứ từ Nga. Tuy nhiên, tác động được cho là sẽ chỉ có tác dụng nhẹ vì nhập cảng của Nga đã bị hạn chế kể từ cuộc xâm lược

Ukraine.

Năm 2022, Hoa Kỳ nhập cảng 12.5 tỷ USD hàng hóa của Nga từ đầu năm đến tháng Chín. Nhập cảng của Hoa Kỳ từ Nga đạt 29.7 tỷ USD vào năm 2021, gấp hơn hai lần mức của năm nay, trong khi xuất cảng của Hoa Kỳ sang Nga đạt 6.4 tỷ USD.

Dầu và khoáng sản, vải, và xi măng là những mặt hàng hàng đầu từ Nga, chiếm hơn 59% tổng lượng nhập cảng trong năm 2021. Kim loại cán bản, sắt, thép và dụng cụ theo sau với mức 13.4%; đá, thủy tinh, kim loại, và ngọc trai chiếm 10%. Năm ngoái, theo dữ liệu từ Bộ Thương mại, 7.9% tổng kim ngạch nhập cảng dầu và khoáng chất, vải, và xi măng của Hoa Kỳ đến từ Nga.

Thượng nghị sĩ Sherrod Brown (Dân Chủ-Ohio) nói: “Chính phủ Nga sở hữu tới 70% nền kinh tế – đó không phải là nền kinh tế thị trường – và bằng cách tước bỏ quy chế kinh tế thị trường của Nga, Hoa Kỳ sẽ ngăn chặn Nga tham gia vào các hành vi thương mại không công bằng với các đồng minh của chúng ta.” Tại hội nghị thượng đỉnh về khí hậu hôm 11/11 tại Ai Cập, Tổng thống Joe Biden đã kêu gọi Nga ngừng sử dụng “năng lượng làm vũ khí và gây nền kinh tế toàn cầu làm con tin.”

Vân Du biên dịch

luận ở Bali và tại Diễn đàn Hợp tác Kinh tế Á Châu-Thái Bình Dương ở Bangkok, cũng với các cam kết về khí hậu, mất an ninh lương thực, và căng thẳng trên Eo biển Đài Loan, Biển Đông, và Bắc Hàn.

Ngoại trưởng Rajapaksa tuyên bố ông sẽ từ chức, sau khi hàng ngàn người dân đổ xô vào gây nhiễu loạn đình thị ở thủ phủ, mất an ninh lương thực, và căng thẳng trên Eo biển Đài Loan, Biển Đông, và Bắc Hàn.

Ngoại trưởng Lavrov đang đại diện cho Tổng thống Nga Vladimir Putin tại hội nghị thượng đỉnh này và dự kiến sẽ nghe thấy những chỉ trích gay gắt từ bên trong G-20 về cuộc xâm lược Ukraine, mà Moscow gọi là một chiến dịch quân sự đặc biệt.

Ukraine không phải là một thành viên thuộc nhóm G-20 nhưng đã được nước chủ nhà Indonesia mời làm quan sát viên. Tổng thống Ukraine Volodymyr Zelensky sẽ nói chuyện với hội nghị theo phương thức trực tuyến.

Hôm 13/11, Bộ Ngoại giao Nga tuyên bố G-20 không phải là diễn đàn để giải quyết các vấn đề an ninh, và thay vào đó nên tập trung vào các thách thức kinh tế toàn cầu cấp bách.

Bản tin có sự đóng góp của Reuter. Yên Nhi biên dịch

EPOCH TIMES NGÀY 18 — 24/11/2022



Một nông dân Sri Lanka đang làm ruộng ở ngoại ô Colombo, Sri Lanka, ngày 09/01/2016.

Sri Lanka và ESG: Một trường hợp điển hình

ANDREW MORAN

Hiện nay, Sri Lanka đang ngày càng lún sâu vào tình trạng suy thoái kinh tế và một cuộc khủng hoảng nhân đạo, chỉ hơn một năm sau khi chính phủ liên bang áp dụng các chính sách nông nghiệp hữu cơ đi theo xu hướng quản trị, xã hội, và môi trường toàn cầu (ESG).

Mùa hè vừa qua, Tổng thống Gotabaya Rajapaksa tuyên bố ông sẽ từ chức, sau khi hàng ngàn người dân đổ xô vào gây nhiễu loạn đình thị ở thủ phủ, mất an ninh lương thực, và căng thẳng trên Eo biển Đài Loan, Biển Đông, và Bắc Hàn.

Ngoại trưởng Rajapaksa tuyên bố ông sẽ từ chức, sau khi hàng ngàn người dân đổ xô vào gây nhiễu loạn đình thị ở thủ phủ, mất an ninh lương thực, và căng thẳng trên Eo biển Đài Loan, Biển Đông, và Bắc Hàn.

Mặc dù đã có một chính phủ mới, nhưng quốc gia Đông Nam Á này vẫn rất khắt khe về chính sách thuế và những bất ổn chính trị. Hồi tháng Mười, tỉ lệ lạm phát thường niên tăng vọt lên 66%, đồng thời nền kinh tế của đất nước này rơi vào một cuộc suy thoái. Giá trị của đồng rupee đã giảm 73% so với đồng dollar Mỹ.

Cuộc khủng hoảng tài chính hiện tại của đất nước là cuộc khủng hoảng tồi tệ nhất kể từ khi quốc gia này tuyên bố độc lập khỏi Anh quốc năm 1948.

Sự kiện này bắt đầu bùng phát từ đầu năm 2021, khi chính phủ tổng thống Rajapaksa tuyên bố cải tiến các phương

thức canh tác nông nghiệp.

Hiện chưa rõ công ty Trung Quốc nào đã quan tâm đến việc mua công ty đó của Đức.

ERS Electronic chưa bình luận công khai về vấn đề này. Các quan chức của công ty đã không phớt đáp yêu cầu bình luận của The Epoch Times vào thời điểm phát hành bài báo này.

Quyết định ngừng bán các nhà máy bán dẫn của Đức được đưa ra trong bối cảnh nước này đang đối mặt với một cuộc suy thoái ngày càng trầm trọng hơn do cuộc xâm lược Ukraine của Nga và cuộc khủng hoảng năng lượng hệ lụy.

Hôm 04/11, Thủ tướng Đức Olaf Scholz đã gửi lời chào mừng Trung Quốc Tập Cận Bình cho một cuộc họp đầu tập trung vào mối liên hệ kinh doanh giữa hai quốc gia khi mới bang giao của Đức với Nga tiếp tục xấu đi.

Thanh Tâm biên dịch

EPOCH TIMES NGÀY 18 — 24/11/2022



Một nông dân Sri Lanka đang làm ruộng ở ngoại ô Colombo, Sri Lanka, ngày 09/01/2016.

Sri Lanka và ESG: Một trường hợp điển hình

để chúng tôi chung tay cùng Sri Lanka hướng tới một thế giới #Không-Độc-Hại và #Không-Có-Tập-Đoàn-Hoá-Chất-Độc-Hại vì sức khỏe của chúng ta và sức khỏe của hành tinh này.”

Tạp chí Wall Street cũng tán dương hành động này hồi cuối tháng 11/2021, khi chính phủ nước này bắt đầu chuyển trọng tâm về môi trường, xã hội, và quản trị (ESG) của họ.

Ông Buvanesh Wijesuriya, đối tác, Dịch vụ Tư vấn Giao dịch thuộc công ty Ernst & Young cho biết, “Sri Lanka sẽ có lợi thế để thu hút các khoản đầu tư trực tiếp khá lớn từ ngoại quốc, cũng như đạt được các mục tiêu về phát triển bền vững – khi mọi thứ vận hành vào guồng và nhìn qua với cùng một lăng kính chiến lược để xác định cách thức giá trị được tạo ra, phân phối, và đo lường trên tất cả theo hướng dọc.”

Theo trung tâm Nghiên cứu Kinh tế Thế giới ở London, chỉ thị chính sách này đã cho Sri Lanka số điểm giảm như hoàn hảo về các tác động môi trường của đất nước.

Tuy nhiên, chỉ sau vài tháng thực hiện sáng kiến kéo dài hàng thập niên, hai chức trách đã phản ứng trước sự sụt giảm sản lượng vụ mùa dẫn đến tỉ lệ lạm phát lương thực 100% hiện nay. Hồi tháng 11/2021, ông Rajapaksa đã đổ bộ một phàn lệnh cấm sử dụng phân bón hóa học, và sự linh hoạt từ nhân dơn quyết nhập cảng phân bón này để bảo đảm sản xuất lương thực không bị ảnh hưởng. Tổng thống cũng đề nghị khoản bồi thường trực 1.1 triệu USD cho khoảng 11.2 triệu nông dân và bổ sung thêm 149 triệu USD để trợ giá.

Chính phủ khẳng định rằng việc điều chỉnh chính sách không có nghĩa là quốc gia này đang dáo dục các hành động hướng đến canh tác hữu cơ của họ. Thêm vào đó, Hiệp hội Đát đai có trụ sở tại Vương quốc Anh tuyên bố trên một dòng tweet rằng “có rất nhiều vai giáo huấn có thể học từ Sri Lanka, nhưng những gì là ‘thấy chưa, canh tác hữu cơ không hiệu quả đâu’ thì không nằm trong số những bài học đó.”

Bất chấp điều kiện kinh tế nghèo nàn trong nhiều năm,

Ra lệnh đi theo xu hướng xanh và hệ lụy

Thủ đô Colombo đã ban hành một lệnh cấm sử dụng và nhập cảng phân bón tổng hợp và thuốc trừ sâu trên toàn quốc đối với các loại cây trồng xuất cảng chủ lực, bao gồm dừa, gạo, cao su, và trà. Chính phủ cũng ra chỉ thị cho hai triệu nông dân của đất nước phải đi theo hướng canh tác hữu cơ.

Ông Rajapaksa tuyên bố tại Diễn đàn Kinh tế Thế giới trước khi đại dịch virus corona bùng phát rằng: “Cách này sẽ làm cho đất nước của tôi hướng ngược trở lại vào năm 2025.”

Sắc lệnh này của chính phủ cũng nhận được sự hưởng ứng nồng nhiệt từ các nhà báo về môi trường trên toàn thế giới, trong đó có bà Vandana Shiva, một tác giả kiêm nhà hoạt động môi trường của Ấn Độ.

Bà đã đăng trên một dòng tweet vào tháng 06/2021, “Hây

ngành nông nghiệp của Sri Lanka vẫn có thể tự duy trì và tự cung tự cấp. Trước khi các biện pháp hạn chế được áp dụng, hơn 90% nông dân của đất nước này dùng phân bón hóa học. Sau lệnh cấm đó, 85% nông dân trong số đó phải chịu cảnh vụ mùa thất bát do giảm sử dụng phân bón.

Năm 2022, đất nước này buộc phải nhập cảng lượng gạo trị giá khoảng 450 triệu USD, vì sản xuất nội địa giảm 20% chỉ trong nửa đầu năm. Trong sáu tháng đầu năm 2022, sản lượng ngũ cốc nhập cảng tăng hơn 42%. Theo Bộ Nông nghiệp Hoa Kỳ (USDA), ngành công nghiệp trà của nước này đã bị ảnh hưởng đáng kể, với tổng thiệt hại kinh tế lên tới 425 triệu USD.

Một năm sau, áp lực lạm phát vẫn không cải thiện, với giá bán lẻ các nguyên liệu trong nhà bếp tăng chóng mặt. Kể từ khi lệnh cấm được công bố, giá bột mì đã tăng 185%, giá sữa bột tăng 200%, giá thịt gà tăng 90%, và giá gạo tăng 30%.

Một năm sau, áp lực lạm phát vẫn không cải thiện, với giá bán lẻ các nguyên liệu trong nhà bếp tăng chóng mặt. Kể từ khi lệnh cấm được công bố, giá bột mì đã tăng 185%, giá sữa bột tăng 200%, giá thịt gà tăng 90%, và giá gạo tăng 30%.

Cái giá phải trả cho canh tác hữu cơ

Theo ông Chris Rawley, Giám đốc điều hành của Harvest Returns, một nền tảng đầu tư vào nông nghiệp bền vững, việc tìm ra điểm cân bằng giữa tăng sản lượng lương thực để cung ứng cho dân số toàn cầu ngày càng tăng và giảm thiểu các tác động tiêu cực đến chất lượng đất và đa dạng sinh học hiện đang là một vấn đề sống còn.

“Như chúng ta đã thấy ở Sri Lanka, người dân của đất nước đang phát triển phải chịu tổn hại không tương xứng do tình trạng mất an ninh lương thực – gây ra bởi những người-hành-thiện dụng-y-tốt không suy xét đến hậu quả kinh tế và thực tiễn theo sau các quy định bắt buộc của họ,” ông Rawley nói với The Epoch Times. “Bất kỳ quy định nào đòi hỏi đo lường khí thải carbon trong nông nghiệp sẽ tạo thêm gánh nặng và các khoản chi phí không đáng có lên vai các nông trại gia đình nhỏ bé. Các nhà hoạch định chính sách phải đặt ưu

tiên an ninh lương thực trong ngắn hạn lên trên các yếu tố môi trường khác.”

Ông Rajapaksa tuyên bố tại Diễn đàn Kinh tế Thế giới trước khi đại dịch virus corona bùng phát rằng: “Cách này sẽ làm cho đất nước của tôi hướng ngược trở lại vào năm 2025.”

Sắc lệnh này của chính phủ cũng nhận được sự hưởng ứng nồng nhiệt từ các nhà báo về môi trường trên toàn thế giới, trong đó có bà Vandana Shiva, một tác giả kiêm nhà hoạt động môi trường của Ấn Độ.

Bà đã đăng trên một dòng tweet vào tháng 06/2021, “Hây

Thiên Thu biên dịch

THẾ GIỚI | 25

Người dân Iran đình công để nhắc lại các cuộc biểu tình năm 2019 giữa bối cảnh các nhà lãnh đạo cầm quyền mới bị chỉ bỏ

Hôm 15/11, người dân Iran đã đình công ở một số thành phố nhằm kỷ niệm các cuộc biểu tình hồi năm 2019 về giá nhiên liệu – một hành động thể hiện sự bất đồng chính kiến đã bị lực lượng an ninh деп tan trong cuộc đàn áp đẫm máu nhất trong lịch sử của nước Cộng hòa Hồi giáo này.

Hành động này sẽ gây thêm áp lực lên các nhà lãnh đạo Iran, những người hai tháng nay đã chật vạt ứng phó với các cuộc biểu tình trên toàn quốc diễn ra sau vụ thiệt mạng của một cô gái người Kurd 22 tuổi tên Mahsa Amini, xảy ra trong lúc cô bị cảnh sát đạo đức giam giữ.

Năm 2019, Reuters đưa tin cho biết 1,500 người đã thiệt mạng trong làn sóng bất ổn đó, khởi đầu là do giá nhiên liệu tăng nhưng sau đó đã nhanh chóng chuyển sang bất ổn chính trị. Giới chức Iran đã bác bỏ con số tử vong này.

170 TẤN

► Hải quân Hoa Kỳ đã thu giữ 170 tấn vật liệu nguy hiểm được cho là để chế tạo chất nổ và nhiên liệu hỏa tiễn từ một con tàu đang trên đường đến Yemen.

Kỹ thuật AI mới có khả năng phát hiện các đột biến ung thư trong vài phút

Một kỹ thuật mới của Israel phân tích hình ảnh sinh thiết để toán hóa trong thời gian thực cho phép phát hiện các đột biến ung thư trong vài phút thay vì vài tuần.

Công ty Imagenet đã phát triển một thuật toán AI đặc biệt, có khả năng xác định hình dạng các thuốc chống ung thư của các tế bào có các đột biến khác nhau.

Ông Ido Wolf, giáo sư kiêm trưởng khoa ung thư của Trung tâm Y tế Tel Aviv cho biết, sự kết hợp giữa bệnh lý điện toán và trí tuệ nhân tạo của Imagenet “cho phép xác định các đột biến với tốc độ có thể cứu mạng người theo đúng nghĩa đen.”

Chính phủ Anh được kêu gọi trừng phạt các quan chức Hồng Kông

Hôm 14/11, chính phủ Vương quốc Anh được kêu gọi trừng phạt 16 quan chức được nhiệm và cựu quan chức ở Hồng Kông, bao gồm đặc khu trưởng Lý Gia Siêu (John Lee) và người tiền nhiệm Lâm Trinh Nguyệt Nga (Carrie Lam).

Một báo cáo do nhóm vận động Stand with Hong Kong công bố đã được ra mắt tại Nghị viện Anh vào cuối hôm 14/11 tại một sự kiện do Nhóm Nghị viên Liên Đẳng về Hồng Kông (APPG) tổ chức.

Các nhóm này đã kêu gọi chính phủ Vương quốc Anh, một trong những bên ký kết Tuyên bố chung Trung-Anh, trừng phạt các quan chức Hồng Kông vì vi phạm thỏa thuận những người vi phạm các quyền trong các cuộc biểu tình phản đối Dự luật Dân độ hồi năm 2019 và sau khi Bắc Kinh áp đặt Luật An ninh Quốc gia.

Vương quốc Anh kỳ thảo thuận mới với Pháp để hạn chế tình trạng nhập cư bất hợp pháp qua eo biển Manche

Hôm 14/11, Vương quốc Anh đã đạt được một thỏa thuận mới với Pháp để ngăn chặn những người nhập cư bất hợp pháp vào Vương quốc Anh bằng những chiếc thuyền nhỏ.

Thỏa thuận này được đưa ra sau khi 40.000 người đã được hiện thành công hành trình qua Eo biển Manche tính đến thời điểm này trong năm nay.

Tiếp theo từ trang 1

thượn về ngôn từ của tuyên bố này.

Được tổ chức đồng thời với Hội nghị thượng đỉnh Hiệp hội các Quốc gia Đông Nam Á (ASEAN) tại Campuchia, hội nghị thượng đỉnh này quy tụ các nhà lãnh đạo đến từ các nước thuộc khối ASEAN và Hoa Kỳ, Trung Quốc, Nga, Ấn Độ, Nhật Bản, Úc, Nam Hàn, và New Zealand.

Ngoại trưởng Nga Sergey Lavrov cho biết không có các quyết định chung nào được đưa ra vì Hoa Kỳ và các đồng minh đòi hỏi “ngôn từ tuyệt đối không thể chấp nhận được liên quan đến tình hình ở Ukraine.”

Ông Lavrov cũng đổ lỗi cho Hoa Kỳ vì đã chia rẽ khối ASEAN gồm 10 thành viên, và cáo buộc NATO đang mở rộng hoạt động ở khu vực Á Châu-Thái Bình Dương này.

Nói với các phóng viên tại Campuchia, ông Lavrov tuyên bố: “Có một xu hướng rõ rệt về việc



Ngoại trưởng Nga Sergey Lavrov (giữa) và Ngoại trưởng Hoa Kỳ Antony Blinken tham dự Hội nghị thượng đỉnh Các Ngoại trưởng Đông Á trong Hội nghị Ngoại trưởng ASEAN lần thứ 55 tại Phnom Penh, Campuchia, hôm 08/05/2022.

quần sự hóa khu vực này thông qua những nỗ lực phối hợp các đồng minh của Hoa Kỳ trong khu vực như Úc, New Zealand, và Nhật Bản với sự mở rộng của NATO.”

Tòa Bạch Ốc loan báo rằng Tổng thống Joe Biden đã nêu ra những lo ngại về các vụ thử hỏa tiễn của Bắc Hàn và lên án “cuộc chiến tàn bạo và phi nghĩa của Nga chống lại Ukraine, bằng những từ ngữ mạnh mẽ nhất.”

Ông Biden tuyên bố Hoa Kỳ sẽ “cạnh tranh mạnh mẽ” với Trung

Quốc.

Chất bán dẫn là một thành phần thiết yếu trong mọi thứ, từ các thiết bị điện tử như điện thoại di động đến xe điện.

Đầu năm nay, Liên minh Âu Châu đã công bố “Đạo luật Vi mạch” trị giá hàng tỷ euro nhằm đẩy mạnh khả năng cạnh tranh và khả năng phục hồi của Âu Châu trong các ứng dụng và công nghệ bán dẫn cũng như giảm sự phụ thuộc vào nguồn cung cấp từ Á Châu.

Theo các tin tức địa phương, ông Habeck cho biết: “Chúng tôi phải xem xét rất kỹ việc thu mua công ty này như những vụ này có liên quan đến cơ sở hạ tầng quan trọng, hoặc khi có nguy cơ công nghệ này sẽ chuyển sang người mua từ các nước không thuộc EU.”

Ông cũng lưu ý rằng thương vụ bán công ty thứ hai đã bị chính phủ từ chối, nhưng ông không nêu tên các công ty liên quan, với lý do “bí mật thương mại”.

Tuy nhiên, Bộ trưởng nghiên cứu của Đức, bà Bettina Stark-Watzinger, đã tiết lộ công ty này là ERS Electronic có trụ sở tại Bavaria,

ANDREW HARNIK/AFP/GETTY IMAGES

Quốc và liên tiếp về các vụ vi phạm nhân quyền của Trung Quốc trong khi “bảo đảm cạnh tranh không trở thành xung đột.” Ông Biden cũng tái khẳng định tám quan trọng của sự ổn định ở Eo biển Đài Loan.

Chủ tọa của hội nghị thượng đỉnh này, Thủ tướng Campuchia Hun Sen, cho biết hội nghị bao gồm một số cuộc thảo luận sôi nổi, nhưng bầu không khí không căng thẳng. Ông Hun Sen nói với các phóng viên rằng “các nhà lãnh đạo đã thảo luận một cách chín chắn” và “không một ai bỏ đi.”

Ông Biden đã bay đến Indonesia sau khi kết thúc các cuộc họp ASEAN để tham dự hội nghị thượng đỉnh Nhóm 20 (G-20) ở Bali, nơi ông dự kiến sẽ gặp lãnh đạo Trung Quốc Tập Cận Bình lần đầu tiên kể từ khi nhậm chức.

Cuộc chiến ở Ukraine và hậu quả kinh tế của cuộc chiến này dự kiến sẽ chi phối các cuộc thảo



Các vi mạch bán dẫn trên bảng mạch của máy điện toán trong một bức ảnh minh họa được chụp hôm 25/02/2022.

Hiện chưa rõ công ty Trung Quốc nào đã quan tâm đến việc mua công ty đó của Đức.

Hiện chưa rõ công ty Trung Quốc nào đã quan tâm đến việc mua công ty đó của Đức.

Hiện chưa rõ công ty Trung Quốc nào đã quan tâm đến việc mua công ty đó của Đức.

Thanh Tâm biên dịch

Đài Loan: Hơn 5,000 người truyền tải thông điệp về hy vọng và kiên định



Hơn 5,000 người quy tụ để tham gia vào hoạt động xếp chữ tại Quảng trường Tự do ở Đài Bắc, Đài Loan, hôm 12/11/2022.

FRANK FANG

ĐÀI BẮC — Quảng trường Tự do, địa điểm du lịch mang tính biểu tượng của Đài Loan, đã tràn ngập trong một đại dương đầy màu sắc hôm 12/11, khi hơn 5,000 người dân địa phương quy tụ cùng nhau để gửi đi một thông điệp tới Trung Quốc cộng sản. Thông điệp của họ đơn giản và minh bạch – Đó là: mặc dù chính quyền cộng sản vẫn đang tiếp tục bức hại tàn bạo Pháp Luân Công ở Trung Quốc đại lục, nhưng ngay bên kia Eo biển Đài Loan cũng như trên toàn thế giới, hàng triệu người vẫn đang tự do thực hành môn tu luyện tinh thần này và vẫn kiên định trên bước đường ấy suốt mấy chục năm học.

Pháp Luân Công, còn được gọi là Pháp Luân Đại Pháp, là một môn tu luyện cổ xưa của Trung Hoa bao gồm các bài giảng đạo đức dựa trên các nguyên lý chân, thiện, và nhân, cùng với bộ công pháp tinh tại để luyện hàng ngày. Kể từ khi được hồng truyền ở Trung Quốc năm 1992, pháp môn này đã trở nên phổ biến, và đến cuối thập niên đó, ước tính riêng ở Trung Quốc có khoảng 70 triệu đến 100 triệu học viên theo học.

Thế nhưng nhà cầm quyền cộng sản lại xem sự phổ biến như vậy là một mối đe dọa đối với quyền cai trị

của họ. Vào năm 1999, họ đã phát động một chiến dịch đàn áp rộng khắp đối với bộ phận các học viên Pháp Luân Công. Theo Trung tâm Thông tin Pháp Luân Đại Pháp, kể từ đó, hàng triệu học viên đã bị giam giữ, và vô số học viên đã mất đi sinh mạng vì bị tra tấn hoặc thủ hoạch nội tạng cưỡng bức.

Hôm 12/11, tại thủ đô của hòn đảo dân chủ Đài Loan, các học viên Pháp Luân Công địa phương trong những bộ trang phục rực rỡ đủ màu sắc như vàng, xanh, đỏ, đen, và trắng, đã ngồi yên lặng bên kia Eo biển Đài Loan cũng như trên toàn thế giới, hàng triệu người vẫn đang tự do thực hành môn tu luyện tinh thần này và vẫn kiên định trên bước đường ấy suốt mấy chục năm học.



5,000 học viên Pháp Luân Công ngồi thiền trên Quảng trường Tự do ở Đài Bắc, Đài Loan, hôm 12/11/2022.

Kể từ năm 2000 cho đến nay, năm nào các học viên Đài Loan cũng tổ chức hoạt động xếp chữ như vậy.

Bên dưới đó hình này là dòng chữ 9 Hán tự phồn thể khổng lồ được mọi người xếp thành. Hoạt động này được tổ chức nhằm kỷ niệm 30 năm môn tu luyện tinh thần này được hồng truyền ở Trung Quốc. Ông Tiêu Tùng Sơn (Hsiao Sung-shan), giáo sư kỹ thuật tại trường Đại học Quốc lập Hải dương Đài Loan và là Chủ tịch Hiệp hội Pháp Luân Đại Pháp Đài Loan, cho biết việc lựa chọn xếp hình biểu tượng này có mục đích cụ thể là “truyền tải năng lượng tích cực hòa bình, tươi sáng, và thiêng liêng” đến xã hội.

Ông Tiêu nói: “Biểu tượng này rất thiêng liêng với các học viên niên đã được nhiều người Đài Pháp Luân Đại Pháp.” đồng thời cho biết thêm rằng việc thực hành các bài công pháp đã đem lại niềm hy vọng cho vô số học viên.

Ông bày tỏ hy vọng rằng những người chứng kiến đội hình này – dù là tận mắt chứng kiến tại Quảng trường Tự do hay qua hình ảnh trên mạng – sẽ muốn tìm hiểu thêm về môn tập luyện này. Theo ông Tiêu, hơn 100 triệu người ở 114 quốc gia và khu vực đã theo học.

Ông Tiêu cho biết các học viên ở Trung Quốc là những người đầu tiên tổ chức hoạt động xếp chữ như vậy kể từ năm 1996, trước khi chính quyền Trung Quốc bức hại môn tu luyện. Ông nói thêm rằng

truyền thống đó vẫn đang được tiếp nối ở Đài Loan, và kể từ năm 2000 cho đến nay, năm nào các học viên Đài Loan cũng tổ chức hoạt động xếp chữ như vậy.

Ông Tiêu nói: “Tôi hy vọng rằng Đảng Cộng sản Trung Quốc có thể sớm chấm dứt cuộc bức hại, để Trung Quốc có thể giống như các nước khác trên thế giới – mọi người có thể tập luyện Pháp Luân Công một cách tự do.”

Hoạt động xếp chữ

Để có thể tạo nên một bức hình thù thắng như vậy, các học viên ở Đài Bắc đã dành ra ba ngày chuẩn bị tại Quảng trường Tự do. Họ dán thủ công hàng ngàn tấm thảm bằng giấy mỏng có màu sắc khác nhau xuống nền gạch – những tấm thảm này phục vụ mục đích đánh dấu vị trí của mọi người, cũng như cố định khung hình để tiện cho việc xếp chữ – theo một mẫu hình được thiết kế sẵn.

Hôm 12/11, các học viên có mặt tại quảng trường này, đứng xếp hàng theo từng nhóm được phân loại dựa trên màu sắc trang phục mà họ mặc, sau đó lần lượt đi chuyển đến những vị trí được đánh dấu và ngồi xuống những tấm thảm có màu tương ứng với trang phục của mình.

Kiến trúc sư đã về hưu Ngô Thanh Tường là người đã tạo ra bản thiết kế cho buổi xếp chữ này. Ông nói với The Epoch Times rằng trên thế giới cũng có những sự kiện xếp chữ khác, chẳng hạn như mọi người cùng quy tụ lại để kêu gọi cứu lấy đại dương hoặc bảo vệ môi trường.

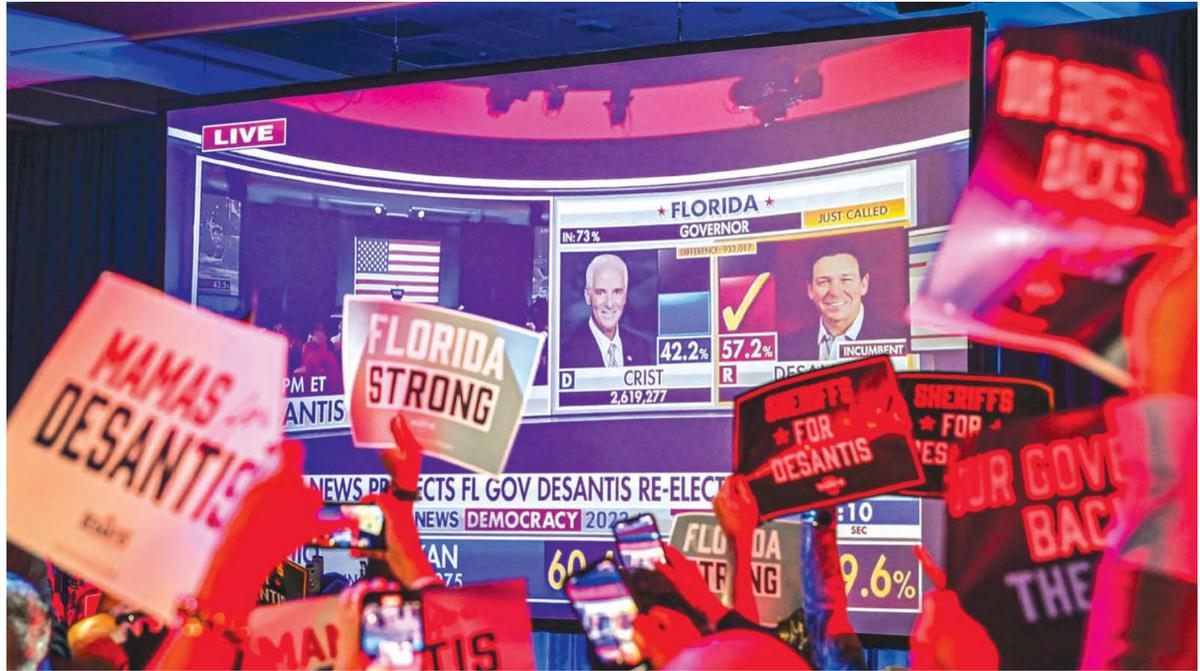
Tuy nhiên, theo ông Ngô, những sự kiện đó có quy mô nhỏ hơn so với sự kiện xếp chữ thường niên này của Đài Loan.

Cô Hoàng Xuân Mai (Huang Chun-mei), người tổ chức hoạt động và là Phó chủ tịch Hiệp hội Pháp Luân Đại Pháp Đài Loan, cũng đã nói chuyện với The Epoch Times. Cô cho biết sự kiện thường niên đã được nhiều người Đài Loan đón nhận. Để nêu ví dụ, cô chỉ vào giáo sư của con gái mình, người đã tham gia hoạt động xếp chữ hàng năm cũng như các hoạt động Pháp Luân Công khác ở địa phương trong nhiều năm.

Đối với những người không biết về Pháp Luân Công hoặc không hiểu vì sao rất nhiều học viên vẫn kiên định với việc tu luyện của họ ở Trung Quốc bất chấp cuộc bức hại, ông Ngô khuyến khích mọi người đọc “Chuyến Pháp Luân” – cuốn sách chính của Pháp Luân Công – và ông nói rằng quyển sách này đã được dịch sang nhiều ngôn ngữ, có cả tiếng Anh.

Thanh Nhã biên dịch

BÌNH LUẬN



Những người ủng hộ ông Ron DeSantis - người của Đảng Cộng Hòa reo hò khi họ xem kết quả trực tiếp ở Tampa, Florida, hôm 08/11/2022.

Làn sóng đỏ: Hứa hẹn quá nhiều mà chẳng thực hiện được bao nhiêu

GABRIËL MOENS



Ông Tom Peters, một chuyên gia quản lý hồi cuối thế kỷ 20, đã đưa ra câu nói đáng nhớ “hứa hẹn ít thôi – thực hiện nhiều hơn” (“under-promise – over-deliver”). Lời khuyên của ông tạo ra một chiến lược kinh doanh nổi tiếng nhằm duy trì, mở rộng, và làm hài lòng khách hàng thường xuyên của một công ty.

Khi hứa hẹn một cách khiêm tốn nhưng thực hiện một cách xuất chúng, các doanh nghiệp có thể làm hài lòng khách hàng, những người sẽ vui vẻ ngạc nhiên và biết ơn vì họ đạt được nhiều hơn những gì họ đã mong đợi.

Câu trích dẫn của ông Peters cũng có thể giải thích các động thái chính trị, bao gồm cả thành tích nhạt nhòa của Đảng Cộng Hòa trong cuộc bầu cử giữa kỳ tại Hoa Kỳ.

Trong nhiều tháng nay, các nhà bình luận trên truyền thông và chính trị gia đã dự đoán về một chiến thắng vang dội của Đảng Cộng Hòa trong các cuộc bầu cử Quốc hội – một làn sóng đỏ chỉ không thể ít hơn – sẽ hạ gục Đảng Dân Chủ. Ngay cả cựu Ngoại trưởng Hillary Clinton ít nhiều cũng dự đoán về một trận sống thần của Đảng Cộng Hòa khi bà nói trong một cuộc phỏng vấn trên MSNBC rằng cử tri Mỹ có thể không thực sự hiểu việc Đảng Cộng Hòa chiến thắng tại Quốc hội sẽ gây ra hậu quả gì.

Tuy nhiên, giờ đây chúng ta mới biết rằng chiến thắng của Đảng Cộng Hòa chắc chắn không phải là một chiến thắng vang dội, mà chỉ là một cơn sóng bầu cử. Lời dự đoán rằng đợt bầu cử giữa kỳ sẽ mang lại cho cựu Tổng thống Donald Trump một nền tảng lý tưởng để khởi động nỗ lực tái tranh cử tổng thống vào năm 2024 đã không thành hiện thực.

Như những học giả này hiện nói, kết quả của đợt bầu cử giữa kỳ này thật là may rủi.

Tại sao nhiều nhà bình luận và nhà thăm dò ý kiến lại dự đoán sai? Giống như nhiều người theo phái bảo đảng theo dõi đợt bầu cử giữa kỳ của Hoa Kỳ, tôi cũng đang hy vọng rằng Đảng Cộng Hòa sẽ giành chiến thắng “khá dễ dàng”. Hy vọng này dựa trên

dự tính rằng tình hình chính trị và kinh tế đã cung cấp mảnh đất màu mỡ cho một chiến thắng thuyết phục.

Thật vậy, ai lại có thể không dự đoán rằng sự hỗn loạn do chính phủ Tổng thống (TT) Biden tạo ra đã trở thành vấn đề quan trọng nhất trong tâm trí cử tri vào ngày bầu cử đây?

Chính phủ đương nhiệm của Hoa Kỳ đã quản lý yếu kém nền kinh tế với tỷ lệ lạm phát đang ở mức 7.745% – khi cựu TT Trump rời nhiệm sở, tỷ lệ này thấp hơn nửa giá xăng dầu và năng lượng đang tăng vọt, một phần do sự tôn trọng của chính phủ này đối với các thủy tu tế cao quý về biến đổi khí hậu.

Từ quan điểm chính trị, cuộc rút quân hỗn loạn khỏi Afghanistan, bỏ lại khí tài trị giá hàng tỷ dollar, và sự phân biệt đối xử mang tính thể chế đối với phụ nữ trẻ khác sau đó, là vô trách nhiệm.

Phụ nữ Afghanistan hiện nay thật sự bị đối xử như nô lệ tại chính đất nước của họ: gán dây, Taliban thậm chí còn ra lệnh cấm phụ nữ đến phòng tập thể dục hoặc sử dụng công viên công cộng.

Việc chính phủ TT Biden thi hành luật nhập cư và an ninh biên giới lỏng lẻo đã dẫn đến hơn bốn triệu người di tản bất hợp pháp tiến vào đất nước. Sự thiên vị của chính phủ trong các vấn đề xã hội gây tranh cãi cũng thể hiện rõ qua sự chỉ trích gay gắt việc Tối cao Pháp viện quyết định lật ngược phán quyết trong vụ Dobbs vốn đã cho phép phá thai theo yêu cầu trong gần 50 năm.

Có vô số ví dụ khác chứng minh chính phủ đương nhiệm đã bỏ bê về chính trị và kinh tế. Do đó, hoàn cảnh này là điều lý tưởng để mang lại một chiến thắng thuyết phục cho Đảng Cộng Hòa mà dường như đã không xảy ra.

Những nguyên nhân phức tạp Có một số lý do giải thích cho chiến thắng kém thuyết phục của Đảng Cộng Hòa. Những điều này bao gồm từ việc không truyền đạt một cách hiệu quả thông điệp của họ đến cử tri cho đến sự tự mãn trong bầu cử.

Một lý do khác dẫn đến kết quả này là khi một tình huống trở nên phức tạp và khó khăn, thì các cử tri muốn tình hình có thể đoán trước. Khi hoàn cảnh kinh tế và chính trị ở Hoa Kỳ thực sự có vấn đề, có thể đã sai khi kỳ vọng rằng cử tri sẽ lựa chọn thay đổi.

Cử tri có thể đã kết luận rằng thả gán bó với điều khủng khiếp mà họ

biết, còn hơn là ôm lấy một tương lai bất định!

Điều này cũng phù hợp với Úc vì dù gì cũng có thể giải thích được nguyên nhân chiến thắng của Đảng Lao Động ở Queensland và Tây Úc – chúng ta có thể sớm thêm Victoria vào danh sách này – nơi những người dân khốn đốn vì những đợt phong tỏa và bị vi phạm nghiêm trọng các quyền của họ tiếp tục bầu cho cùng một chính phủ.

Tôi đã thận trọng khi các nhà bình luận và chính trị gia luôn dự đoán về một làn sóng đỏ trong thời gian dài như vậy.

Cách thức cận thận trọng của tôi xuất phát từ thực tế là lẽ thường cho thấy, cũng như kinh nghiệm xác nhận, rằng hứa hẹn ít thôi nhưng thực hiện nhiều hơn sẽ phù hợp hơn để đem lại thành công cho bầu cử, hơn là cứ hứa hẹn thật nhiều mà làm không đạt.

Cụ thể, khi hứa hẹn quá mức – dự đoán một cách tự tin rằng Đảng Cộng Hòa sẽ chiến thắng dễ dàng và thuyết phục – trong một khoảng thời gian dài như vậy, thì nhiều cử tri Đảng Cộng Hòa có thể đã quyết định sẽ không bỏ phiếu.

Nhưng mà, tổng số phiếu bầu

không thu được, do cử tri không tham gia bỏ phiếu, có thể là đáng kể. Vậy nên việc kích lệ cơ sở cử tri của một đảng vẫn luôn là điều cần thiết, ngay cả khi mọi dự đoán đều nói rằng sẽ có một chiến thắng nhẹ nhàng.

Ngược lại, những người ủng hộ Đảng Dân Chủ sẽ cố gắng bỏ phiếu để giám thiểu làn sóng đỏ “không thể tránh khỏi”.

Do đó, hãy hứa hẹn ít thôi để rồi thực hiện nhiều hơn sẽ đem lại nhiều lợi ích hơn cho các cử tri theo phái bảo tồn truyền thống ở Hoa Kỳ. Câu cách ngôn của ông Peters là chuẩn xác cho giới chính trị cũng như cách câu này đã giải thích về thành công trong kinh doanh.

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

Ông Gabriël A. Moens là giáo sư luật danh dự tại Đại học Queensland, và từng là phó hiệu trưởng và trưởng khoa tại Đại học Murdoch. Năm 2003, ông Moens được thủ tướng trao tặng Huân chương Thế kỷ Úc cho những hoạt động trong lĩnh vực giáo dục.

Thanh Nhã biên dịch

ALPHA REALTORS

10925 Beechnut St, Suite A-104, Houston, TX 77072
Tel: (281) 933-6999 • Cel: (281) 802-9231

JANE NGA DUNG NGUYỄN
CPA, CFP

Mua bán, thuê mướn, quản trị.
Chương trình vay tiền đặc biệt cho người có trở ngại credit, lợi tức.
Giúp mượn tiền sửa nhà để bán.
Mua trả cash cho người cần bán gấp hoặc sắp bị foreclose.
Nhân viên địa ốc toàn thời gian, 7 ngày/tuần.

REAL ESTATE BROKER: License #0383545
MORTGAGE BROKER: License #351456

PRIVILEGED INFORMATION
EQUAL OPPORTUNITY

PRIVATE LENDER • MORTGAGE • RESIDENTIAL • COMMERCIAL

Home Health Services
(Dịch vụ chăm sóc sức khỏe tại nhà)

Chương trình Home Health Support tại gia dành cho người Cao niên 65 tuổi trở lên và những người mắc bệnh nan y như: Stroke, Parkinson, Cancer, Thận, Gan, mất trí nhớ hay bệnh thần kinh được chính phủ Liên bang Tài Trợ Miễn Phí và không ảnh hưởng đến những chương trình phúc lợi khác.

- Được giúp đỡ cung cấp dụng cụ Y tế như: Gậy (Cane), Xe đẩy(Walker), Xe lăn (Wheel Chair), Tã lót(Diapers),...
- Được nhân viên Y tế chuyên nghiệp đến nhà giúp tắm rửa, giúp làm Vệ Lý Trị Liệu tại nhà (nếu cần thiết).
- Đặc biệt còn được Y tá đến tận nhà kiểm tra, chăm sóc sức khỏe hàng tuần; tất cả hàng hóa, sửa Ensure sẽ được giao tận nhà hàng tháng.

***Văn Phòng hỗ trợ MIỄN PHÍ xin tiền IHSS, Food Stamp, Máy trợ thính,...

Điều kiện được CHẤP NHẬN : Medicare Part A-B / Medical

Để được giúp đỡ và biết thêm chi tiết xin vui lòng gọi:
(714) 274-3588 (TINA)
(OC, LA, RIVERSIDE, SAN BERNARDINO)

Newton Bui, D.D.S. & Associates

14331 Euclid St, Ste 101, Garden Grove, CA 92843

Dịch Vụ / Our Services:

- Nha Khoa Gia Đình/ Family Dentistry.
- Cấy Răng & Thẩm Mỹ/ Implant & Cosmetic
- Làm Răng Giả, Lấy Gân Máu, Giải Phẫu.
- Chữa Trị Nướu Răng.
- Trám Răng.

Về Chúng Tôi/ About Us:

- Tốt nghiệp Doctor of Dental Surgery tại University of California, San Francisco.
- Tốt nghiệp Bachelor of Science tại University of California, Irvine.
- Hội viên của Orange, California và American Dental Association.

Giờ làm việc:
Thứ 2,3,5,6: 10 am - 6 pm
Thứ 7: 9 am - 1 pm
Thứ 4: Nghỉ

(714) 554 - 4413

TT Biden đang phá hủy nền kinh tế. Liệu có chủ đích không?

STEPHEN MOORE



Ở bất cứ nơi nào tôi đến, mọi người đều hoang mang về nghị trình kinh tế của Tổng thống (TT) Joe Biden. Có quá ít chính sách phù hợp với lý thường tình cần bản đến nỗi tôi được hỏi đi hỏi lại cùng một câu: Có phải ông Biden đang cố ý phá hủy nền kinh tế không?

Tất cả những việc này có phải là một phần của một kế hoạch xấu xa nào đó, “đại tái thiết”, nhằm chấm dứt hệ thống chủ nghĩa tư bản thị trường tự do của chúng ta và thay thế nó bằng một hình thức chính phủ toàn trị kiểu xã hội chủ nghĩa nào đó?

TT Biden tiếp tục nói rằng ông muốn trở thành một vị tổng thống mang tính lịch sử – người sẽ “chuyển đổi” đất nước này thành một thiên đường của người lao động mới, nơi không ai sử dụng nhiên liệu hóa thạch hoặc điện hoặc xe hơi và bình đẳng là điều tối quan trọng, trên cả tăng trưởng và thịnh vượng. Có phải ông ấy đang đưa chúng ta đến đó mà không quan tâm đến hậu quả ngoài ý muốn đối với nước Mỹ?

Tôi tin rằng, không, tôi không nghĩ đây là một âm mưu bất chính, có chủ đích kiểu Tiến sĩ Ac ma (Dr. Evil).

Nhưng nếu đây là một kế hoạch kiểu dốt phá ngôi làng để tái thiết nó, thì ông Biden và chính phủ của ông đang làm rất tốt.

Dưới đây là bảy bước mà chính phủ TT Biden đang thực hiện nhằm phá hoại một nền kinh tế và xã hội từ bên trong. Tất cả những bước đi này đều có vẻ quen thuộc với các chính sách của tổng thống kể từ khi ông nhậm chức cách đây 21 tháng.

Bước số 1: Giảm thể nguồn cung cấp năng lượng của quốc gia

Chúng ta nhận được 70% năng lượng từ nhiên liệu hóa thạch. Ông Biden đã tuyên chiến với dầu khí của Mỹ, khiến chúng ta ngày càng phụ thuộc vào các địch thủ cho nhu cầu năng lượng căn bản của mình.



TT Joe Biden đưa ra nhận xét trong cuộc họp về nền kinh tế với các CEO và các thành viên trong Nội các của ông tại Phòng thông Tòa án phía Nam của Tòa Bạch Ốc hôm 28/07/2022.

Bước số 2: Không thực thi an ninh biên giới

Ông Biden đang để cho hàng trăm ngàn tên tội phạm, những kẻ khủng bố, người nhận phúc lợi, và kẻ thù tiềm năng của Hoa Kỳ xâm nhập vào đất nước chúng ta thông qua một biên giới mềm phía nam với Mexico. Nhập cư là tốt, nhưng điều này phải có trật tự và quy củ.

Bước số 3: Phá giá tiền tệ của quốc gia thông qua lạm phát

Lạm phát đã tăng gần 9% kể từ khi ông Biden nhậm chức. Lạm phát là một phương tiện làm xói mòn giá trị của đồng tiền.

Bước số 4: Phá hủy nền tài chính của quốc gia bằng cách tăng nợ lên nhiều ngàn tỷ dollar

Không có vị tổng thống nào trong thời hiện đại lại liều lĩnh đẩy đất nước chúng ta vào cảnh nợ nần nhanh chóng như ông Biden, thông qua khoản chi tiêu 4 ngàn tỷ USD của ông ấy được trả

bằng tổn thất tài chính.

Bước số 5: Chia rẽ hơn là gắn kết dân tộc

Giàu với nghèo, da đen với da trắng, đồng tình với dị tính, nông thôn với thành thị. Ông Biden hứa sẽ kết hợp mọi người lại. Thay vào đó, ông ta đặt các nhóm vào thế đối đầu nhau. Đây là chính trị bản sắc của Cảnh Tả, đối lập với “e pluribus unum” (“từ rất nhiều hợp thành một”).

Bước số 6: Thực hiện ngu dân và nhồi sọ con em chúng ta bằng cách tuyên truyền bài xích nước Mỹ trong các trường học và trên truyền thông

Và cho phép các nghiệp đoàn giáo viên cũng như các nhà hoạt động cánh tả nắm giữ chương trình giảng dạy với nội dung tuyên truyền chống Mỹ. Hành động này đối lập với việc nuôi dưỡng lòng ái quốc và tình yêu đất nước.

Bước số 7: Hợp pháp hóa rất nhiều tội phạm

Hãy để tội phạm ra đường. Kết thúc việc bảo lãnh. Dọn sạch nhà tù. Hãy để những tội nhỏ không bị trừng phạt. Các chính sách của TT Biden ưu tiên cho tội phạm hơn nạn nhân. Đó là một cảnh trong một bộ phim về Người Dơi.

Các chính sách này có chủ đích hay chỉ đơn giản là hoàn toàn sai hướng? Tôi không rõ. Nhưng điều đó có quan trọng không? Dù thế nào thì đất nước chúng ta cũng đang lâm vào tình cảnh nguy hiểm.

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

Ông Stephen Moore là viện sĩ cao cấp tại Quỹ Di sản, nhà kinh tế trưởng tại FreedomWorks, và là đồng sáng lập của Ủy ban Khai phóng Thịnh vượng. Ông từng là cố vấn kinh tế cao cấp cho ông Donald Trump.

Nhật Thăng biên dịch

TÂM & THÂN



Đa số các nghiên cứu về tình trạng cha mẹ kiệt sức nói làm việc cho thấy rằng các bà mẹ kiệt sức hơn các ông bố.

7 loại thực phẩm dành cho cha mẹ khi kiệt sức

MUHAMMAD USMAN

Tình trạng kiệt sức của cha mẹ là sự kiệt quệ về tinh thần, thể chất, và cảm xúc do căng thẳng kinh niên trong quá trình nuôi dạy con cái – dẫn đến nhiều hậu quả tiêu cực về tinh thần, bao gồm cả lo lắng và trầm cảm.

Mặc dù có những nghiên cứu cho thấy rằng 2/3 các cha mẹ đang đi làm gặp phải tình trạng kiệt sức, nhưng cần lưu ý rằng mọi người đều có thể bị kiệt sức ở các mức độ khác nhau tùy thuộc vào hoàn cảnh cá nhân và các yếu tố khác. Đa số các nghiên cứu về tình trạng cha mẹ kiệt sức nói làm việc cho thấy rằng các bà mẹ [thường bị] kiệt sức hơn các ông bố.

Các triệu chứng của tình trạng kiệt sức nơi làm việc của cha mẹ

Triệu chứng của tình trạng kiệt sức nơi làm việc của cha mẹ bao gồm:

- Trầm cảm, có nhiều khả năng phát triển thành các ca nghiêm trọng tình trạng cha mẹ kiệt sức nơi làm việc.
- Tình trạng mệt mỏi liên tục.
- Cảm giác hụt hẫng, bất lực hoặc tuyệt vọng. Ban bắt đầu cảm thấy không hoàn thành được [công việc] và [làm việc] không hiệu quả.
- Thay đổi cảm giác thèm ăn và khung giờ ngủ thất thường. Thiếu ngủ có thể dẫn đến các tình trạng nghiêm trọng như tăng nguy cơ bị bệnh tim, huyết áp cao, tiểu đường, bệnh thận và đột quỵ.
- Mất động lực trong mọi lĩnh vực, dẫn đến không hài lòng trong công việc và các hình thức nản lòng nhụt chí khác.
- Có lập, có đón và tách biệt khỏi thế giới, dẫn đến việc sử dụng rượu hoặc ma túy để đối phó – vốn dẫn đến nhiều vấn đề sức khỏe khác nhau.
- Cảm thấy cáu kỉnh với con cái, đồng nghiệp, đối tác hoặc khách hàng.



Thiếu ngủ có thể dẫn đến các tình trạng nghiêm trọng như tăng nguy cơ bị bệnh tim, huyết áp cao, tiểu đường, bệnh thận và đột quỵ.

- Thiếu tập trung, bao gồm cả hay quên.
- Đau đầu liên tục, đau dạ dày và ruột, mờ mắt, số ngày ốm đau gia tăng.
- Cảm giác giận dữ hoặc bực bội khi chăm sóc con cái và sự cô lập về thể chất và tình cảm với con cái.

Tuy nhiên, có một mối liên quan giữa cách ăn uống và tình trạng kiệt sức, và các bậc cha mẹ đang đi làm có thể kết hợp một số bí quyết này vào cuộc sống hàng ngày của mình.

7 thực phẩm hàng đầu để chống lại tình trạng kiệt sức

Chocolate đen
Chocolate là một trong những thực phẩm được tiêu thụ rộng rãi nhất hành tinh. Các nghiên cứu cho thấy chocolate đen có thể cải thiện sức khỏe thể chất, đặc biệt là giảm căng thẳng bằng cách điều chỉnh mức cortisol trong cơ thể.

Cortisol có nhiều công dụng, bao gồm điều chỉnh phản ứng trước các tình huống căng thẳng. Không thể phủ nhận là cortisol rất quan trọng để kiểm soát căng thẳng, nhưng mức độ [cortisol] cao

sau khi bị căng thẳng kinh niên có thể gây hại cho sức khỏe.

Theo một nghiên cứu về chocolate được thực hiện trên 65 người đàn ông khỏe mạnh, 31 người tham gia đã ăn 50g chocolate đen trong khi 34 người đàn ông ăn cùng một lượng chocolate trắng có màu trông giống như chocolate đen nhưng thiếu flavonoid. Những người đàn ông tham gia vào hai hoạt động căng thẳng hai giờ sau khi ăn chocolate. Các nhà nghiên cứu đã đo nồng độ hormone căng thẳng của họ trước và sau các hoạt động. Theo kết quả, những người ăn Chocolate đen tạo ra ít cortisol và epinephrine hơn. Cơ thể của họ không phản ứng mạnh với căng thẳng và ngược lại.

Trong một nghiên cứu khác, 60 người đàn ông và phụ nữ tiêu thụ 40g chocolate đen, trắng hoặc chocolate sữa mỗi ngày. Chocolate trắng gây ra căng thẳng, trong khi chocolate đen hoặc chocolate sữa làm giảm căng thẳng từ hai đến ba điểm. Họ nhận thấy tác dụng giảm căng thẳng của hai loại chocolate này ở nữ giới lớn hơn nam giới.

Khi ăn nhiều đó ngọt, có thể chúng ta sẽ chuyển sang giai đoạn tích trữ, dẫn đến tăng cân. Vì vậy, nếu bạn muốn ăn chocolate mà không lo tăng cân, hãy chỉ ăn chocolate đen để có thể nếm và cảm nhận từng chút một trong miệng. Điều này sẽ làm giảm xu hướng ăn quá nhiều. Chocolate đen được ưa thích hơn các loại chocolate khác vì nhiều lợi ích sức khỏe hiệu quả và có công dụng giảm căng thẳng của hai loại chocolate này ở nữ giới lớn hơn nam giới.

Cải cầu vồng (Swiss Chard)
Cải cầu vồng (hay cải Thụy Sĩ) là một loại rau có lá màu xanh đậm chứa một

Xem tiếp trang 32



Ý kiến Độc giả

Nếu quý vị muốn gửi một bức thư đến tòa soạn, vui lòng liên hệ với chúng tôi:
Email: reader.turn@epochtimes.com
The Epoch Times 223 W. 28th St., Fl. 7, New York, NY 10001

Hãy đưa con em chúng ta ra khỏi các trường công lập

Bài bình luận trong chuyên mục của ông Alex Newman với nhan đề “The Schools Are on Fire: Time to Get the Children Out” (Các Trường Học Đang Bốc Cháy: Đã Đến Lúc Đưa Bọn Trẻ Ra Ngoài) được phát hành hồi tháng Mười.

Tôi kêu gọi tất cả bậc cha mẹ có con học trường công lập theo dõi báo ấn bản tuần lễ từ 26/10 đến 01/11, trong đó có rất nhiều thông tin chất lượng.

Tôi thích hình ảnh vì von ngôi trường đang phát hỏa của ông ấy.

Liệu quý vị có để con trẻ “bị kẹt ở bên trong” hay là quý vị sẽ lao đến trường và tự mình kéo chúng ra – thậm chí không nhờ đến người khác?

Từng là một giáo viên tại một trong những học khu lớn nhất đất nước – Học khu Los Angeles – tôi sẽ không bao giờ để con mình đến học tại các trường công lập ngày nay hoặc khích lệ một người trẻ theo đuổi sự nghiệp trở thành một nhà giáo dục tại trường công lập.

Các nghiệp đoàn trường công lập có trách nhiệm trong việc khuyến khích các trường học của chúng ta đóng cửa giữa đại dịch – tác động tiêu cực đến tương lai của con em chúng ta – đã bị mua chuộc và đã bị một nghị trình công sản chứ không chỉ là một nghị trình xã hội chủ nghĩa (hãy đọc cuốn sách của tác giả Rebecca Friedrichs; cuốn sách năm 2018 của một giáo viên tiểu học có thâm niên 30 năm, “Đứng Lên Chống Lại Người Không Ló: Chiến Đấu Với Các Nghiệp Đoàn Giáo Viên Quốc Gia Và

Tiểu Bang Vì Trái Tim Và Tâm Hồn Của Trẻ Thơ Và Đất Nước Chúng Ta” (“Standing Up to Goliath: Battling State and National Teachers’ Unions for the Heart and Soul of Our Kids and Country”).

Ông Newman tuyên bố: “Hãy suy xét: Dữ liệu của chính phủ cho thấy chưa đến một phần ba nạn nhân trẻ em của họ thông thạo bất kỳ môn học chính yếu nào, dựa trên ‘các tiêu chuẩn’ bị hạ thấp một cách vô lý của chính phủ.” Là con trai của hai cựu giáo viên trường công lập – tôi đã từng tin rằng các trường công lập có thể được cải cách.

Không thể nào nữa! Các trường công lập không dạy các môn học chính yếu, họ đang thúc đẩy một nghị trình tẩy não về ý thức hệ, sẵn sàng chào đón con trẻ của quý vị để thực hiện mục đích đó.

Nghị trình về đồng tính, phá thai, chuyển giới, “thức tỉnh” đã khiến tôi tham gia vào trang web publicschoolexit.com, trang web đã giúp cung cấp các nguồn lực và hỗ trợ cho hàng ngàn bậc cha mẹ trong việc đưa ra quyết định rời khỏi các trường công lập.

Ông Newman đã đúng khi nói rằng: “Trong hàng thập niên, những người theo phái bảo tồn truyền thống đã phung phí hàng triệu dollar vào việc ‘cải cách trường công lập’. Trong gần hai năm, những người theo phái bảo tồn truyền thống đã xuất hiện tại các cuộc họp của hội đồng trường để khiếu nại.”
“Vô số những giáo viên tuyệt vời

đã làm mọi cách để bảo vệ học sinh của họ. Tuy nhiên, những cách làm đó đều không khởi tác dụng.”

Ông Newman đã đúng khi nói rằng: “Các trường học của chính phủ không phải ‘bị hỏng’, như những người bảo tồn truyền thống thường lặp lại.”

“Thay vào đó, họ đang làm rất tốt mục đích đã định: Biến đổi nước Mỹ một cách căn bản bằng cách làm cho ngu dốt, tẩy não, tình dục hóa, tập thể hóa, và vũ khí hóa các thế hệ tương lai.”

Tôi cũng như ông Friedrichs, ban đầu cố gắng cải cách ngôi trường công lập nơi tôi làm việc. Tôi đã thành lập một nhóm bất vụ lợi để dạy kèm cho học sinh trường công. Tôi tài trợ cho một câu lạc bộ Kinh Thánh. Nhưng không có cố gắng nào tạo ra sự khác biệt.

Ông Newman đã đúng khi kết luận: “Đã đến lúc ngừng chơi một trò chơi bị gian lận trên chiến địa của giới quyền uy trong ngành giáo dục bằng cách sử dụng các quy tắc của họ.”

Các bậc cha mẹ Mỹ nên chạy thoát khỏi hệ thống đó và xây dựng các thể chế song song, như thể là đất nước và nền tự do của họ phụ thuộc vào điều đó – bởi vì sự thật chính là như vậy.”

Độc giả MICHAEL HERNANDEZ
TIỂU BANG CALIFORNIA



Độc giả MARK MITCHELL
TIỂU BANG FLORIDA



Bác sĩ Nhật Bản chia sẻ về 5 lối sống phòng ngừa ung thư

WEBER LEE & ELLEN WAN

Ung thư luôn là căn bệnh “gây ám ảnh” cho tất cả mọi người. Tuy nhiên, một bác sĩ Nhật Bản, từ khi được chẩn đoán bị ung thư thận, đã bắt đầu suy ngẫm về cuộc đời của mình, và ung thư đã không tái phát suốt 15 năm sau cuộc phẫu thuật.

Ông Takashi Funato, giám đốc Phòng khám Funato ở tỉnh Gifu, Nhật Bản, được chẩn đoán bị ung thư thận vào năm 2007. Sau cuộc phẫu thuật, ông bắt đầu suy ngẫm về các thói quen sống của mình. Ông phân loại lối sống thành 5 nhóm: cách ăn uống, ngủ nghỉ, tập thể dục, nhiệt độ cơ thể, và tiếng cười. Sau đó, ông nhận ra rằng cuộc sống của ông đã có những sai lầm đáng kể.

1. Cách ăn uống

Ông Takashi cho biết trước khi bị bệnh ung thư, cách ăn uống của ông rất không lành mạnh. Ông thường ăn mì gói để no bụng và không hạn chế thức ăn nhanh và thức ăn vặt. Ông cho rằng sai lầm lớn nhất của mình trong cách ăn uống là “không quan tâm đến cách ăn uống” và “nghĩ rằng mình sẽ không bị ung thư”.

Sau khi phẫu thuật, ông Takashi tin rằng điều quan trọng nhất là hạn chế “loại đường mà bệnh ung thư ưa thích”. Ông đã thay đổi thói quen ăn uống thật thường, ăn nhiều thực phẩm địa phương theo mùa, cố gắng ăn no tám phần [muối], giảm lượng thịt đỏ, tránh các nguyên liệu chứa chất phụ gia và thuốc trừ sâu, ăn uống đúng giờ mỗi ngày, và nhịn ăn một cách hợp lý.

2. Ngủ đủ giấc

Ông Takashi tin rằng giấc ngủ là một trong những chìa khóa quan trọng để điều trị bệnh ung thư. Khi còn là bác sĩ phẫu thuật, ông có thể bị bệnh viện gọi đi bất



Ông Takashi Funato là giám đốc Phòng Khám Funato ở tỉnh Gifu, Nhật Bản. Ông bị ung thư thận cách đây 15 năm, và sau cuộc phẫu thuật, bệnh ung thư của ông đã không còn tái phát.

Ông Takashi Funato cho rằng sai lầm lớn nhất của mình trong cách ăn uống là “không quan tâm đến cách ăn uống” và “nghĩ rằng mình sẽ không bị ung thư”.



Hãy thử cố gắng hít thở sâu và mỉm cười; bạn sẽ cảm thấy trong lòng thư thái hơn. Mọi người có thể áp dụng nguyên tắc này vào cuộc sống hàng ngày, vì nụ cười chính là chìa khóa để giảm bớt căng thẳng.

cứ lúc nào, và giấc ngủ của ông khá bất ổn. Đây là một thực trạng khá phổ biến đối với các bác sĩ phẫu thuật tại bệnh viện. Vì vậy, ông đã xem đó là điều tất nhiên và không nhận ra mức độ tệ hại của việc này.

Tuy nhiên, giấc ngủ là một phương pháp chữa bệnh tự nhiên hiệu quả. Các tế bào lympho có tác dụng loại bỏ tế bào ung thư chủ yếu được kích thích bởi thần kinh phó giao cảm, vốn chiếm ưu thế vào ban đêm.

Nếu thời gian dành cho giấc ngủ và hoạt động của thần kinh phó giao cảm ngắn, thì thời gian tế bào lympho loại bỏ tế bào ung thư cũng sẽ bị rút ngắn lại. Do vậy, ông khuyến nghị bệnh nhân ung thư nên đi ngủ lúc 10 giờ tối, thức dậy lúc 6 giờ sáng, ngủ ít nhất 6 tiếng và không bao giờ đi ngủ muộn hơn 12 giờ đêm.

Ông cho biết nhiệt độ cơ thể tăng cao sẽ làm tăng hoạt động của tế bào miễn dịch và tăng số lượng các protein sốc nhiệt (Heat Shock Proteins) có chức năng sửa chữa tế bào.

3. Tập thể dục

Sau khi phẫu thuật, ông Takashi bắt đầu đi bộ ít nhất 3,000 bước mỗi ngày. Khi cần tư vấn cho bệnh nhân, ông sẽ đưa xe ra hơn và sau đó đi bộ đến địa điểm đã hẹn.

Ông khuyến nghị bệnh nhân ung thư nên đi bộ càng nhiều càng tốt và tập luyện cơ bắp thường xuyên. Trong quá trình tập luyện, nhiệt độ cơ thể sẽ tăng lên, và các tế bào bạch huyết sẽ được kích hoạt, vì vậy việc tập luyện cơ bắp và nâng cao thân nhiệt sẽ giúp cải thiện hệ miễn dịch.

Ngoài ra, tập thể dục có thể giúp cơ thể nhận nhiều oxy hơn và ức chế sự phát triển của tế bào ung thư. Tập thể dục cũng khiến cơ bắp tiêu thụ đường, từ

đó giảm cung cấp dinh dưỡng cho tế bào ung thư. Vì vậy, tập thể dục có thể xem như một mũi tên trúng ba đích.

4. Nhiệt độ cơ thể

Ông Takashi tin rằng việc tăng nhiệt độ cơ thể sẽ giúp bạn trở nên khỏe mạnh hơn, vì [tế bào] ung thư ưa thích nhiệt độ thấp. Ông khuyến bệnh nhân nên đi tắm hơi thường xuyên, là điều ông thường làm một hoặc hai lần mỗi tuần. Ông cũng chú ý giữ ấm cơ thể vùng bụng và thân dưới, nhất là vào mùa đông.

Ông cho biết nhiệt độ cơ thể tăng cao sẽ làm tăng hoạt động của tế bào miễn dịch và tăng số lượng các protein sốc nhiệt (Heat Shock Proteins) có chức năng sửa chữa tế bào.

5. Nụ cười

Ông Takashi cũng khuyến bệnh nhân ung thư nên cười nhiều hơn để luôn cảm thấy vui vẻ. Ngay cả khi bạn không thể cười một cách tự nhiên, bạn cũng nên mỉm cười một cách chủ động. Hãy thử cố gắng hít thở sâu và mỉm cười; bạn sẽ cảm thấy trong lòng thư thái hơn. Mọi người có thể áp dụng nguyên tắc này vào cuộc sống hàng ngày, vì nụ cười chính là chìa khóa để giảm bớt căng thẳng.

Ngoài ra, mỉm cười trước gương hoặc khi thấy những người khác đang cười, và tiếng cười tràn ngập bầu không khí chung quanh cũng có tác dụng tương tự.

Thanh Ngọc biên dịch

Căng thẳng ảnh hưởng đến làn da thế nào?

JAVAIRIA NOUREEN

Bạn có đang gặp những vấn đề về da dai dẳng cho dù đã dùng đủ kiểu chăm sóc da cao cấp? Có lẽ đã đến lúc bạn nên bắt đầu kiểm soát tình trạng căng thẳng của mình. Khoa học cho thấy rằng căng thẳng ảnh hưởng đến làn da bằng cách biểu hiện trực tiếp ra da hoặc làm trầm trọng thêm vấn đề về da.

Bài viết này sẽ đào sâu vào nguyên nhân và cách khắc phục tình trạng này.

Khi nào căng thẳng gây ảnh hưởng đến da?

Chúng ta cần biết rằng căng thẳng không hoàn toàn có hại. Đây là phản ứng tự nhiên của cơ thể khi có một nguy cơ xuất hiện. Để đối diện với nguy cơ đó, cơ thể tự chuẩn bị dưới hình thức chiến đấu/bỏ chạy và khai triển rất nhiều phản ứng sinh lý và sinh học để thích nghi với căng thẳng.

Khi căng thẳng giảm bớt, cơ thể trở về với chức năng bình thường. Tuy nhiên, khi căng thẳng kéo dài, cơ thể cũng bị mắc kẹt ở trạng thái chiến đấu hay bỏ chạy kéo dài, bất thường, từ đó sẽ dẫn đến hoặc làm trầm trọng thêm nhiều loại bệnh.

Ngoài trường hợp căng thẳng thật sự, còn có tình huống “căng thẳng cảm nhận”, hay khi một người cho rằng các yêu cầu bên ngoài vượt quá khả năng điều chỉnh của mình. Và mỗi người cảm nhận được cũng thường nhiều hơn những gì xảy ra trong tình huống thực tế. Điều đó ảnh hưởng đáng kể đến sức khỏe tâm lý, thể chất, xã hội và cảm xúc.

Nhiều vấn đề về da đều có nguồn gốc từ tâm trí. Do đó, lĩnh vực tâm lý da học (psychodermatology) đang ngày càng phát triển để giải quyết những tác động của căng thẳng lên da.

Căng thẳng có thể ảnh hưởng đến da như thế nào?

Có nhiều mức độ khác nhau về sự kết nối tâm trí-làn da. Nhiều đầu mút cùng thần kinh được kết nối với da. Điều này có nghĩa là khi cảm xúc của bạn biểu hiện trong não, da bạn cũng bị ảnh hưởng.

Khi bạn căng thẳng, cơ thể sản xuất cortisol góp phần quan trọng vào phản ứng căng thẳng. Tuy nhiên, điều đó không tốt cho da. Lớp hàng rào bảo vệ da đóng vai trò quan trọng trong cơ thể bao gồm duy trì toàn vẹn cơ thể và giúp cho chất gây dị ứng, hóa chất và vi khuẩn không thâm nhập được vào da. Trong lúc đó, cortisol làm tổn hại đến chức năng của hàng rào bảo vệ. Vì vậy, da trở nên sạm màu và mất độ ẩm, dẫn đến xuất hiện các nếp nhăn và vết chân chim.

Cortisol cũng khiến da phục hồi chậm hơn vì căng thẳng được biết là làm chậm tiến trình lành vết thương. Hơn nữa, cortisol còn làm tăng sản xuất các tuyến bã nhờn gây tắc lỗ chân lông, mụn và các đốm nâu. Căng thẳng và các bệnh da có mối quan hệ tương hỗ. Không nghĩ ngờ gì về việc các tình trạng da dai dẳng là nguyên nhân khiến bạn lo lắng và thiếu tự tin. Nói cách khác, căng thẳng lâu dài có thể biểu hiện ra những tình trạng da khác nhau, và làm trầm trọng thêm tình trạng đang có.

Tăng mức độ căng thẳng có thể gây



Căng thẳng và lo lắng có ảnh hưởng đến làn da của bạn không?

ra ngứa phát ban trên tay, rụng tóc, da có vảy, bong tróc, da nhọt nhọt, mảng đỏ trên da đầu, trichotillomania (rối loạn kéo tóc), onychophagia (cắn móng tay), alopecia (rụng tóc), pruritus (bệnh ngứa), và hyperhidrosis (tăng tiết mồ hôi).

Tình trạng căng thẳng có thể làm mức độ ngứa trầm trọng hơn ở các bệnh viêm da như viêm da do dị ứng và vẩy nến (những mảng đỏ gồ ghề trên da). Hơn nữa, mụn cũng bắt ngờ nổi lên khi căng thẳng và lo lắng.

Một vài vấn đề da cũng xảy ra do các bệnh tâm thần như rối loạn cưỡng chế (rối loạn kéo tóc), hay rối loạn giả bệnh để đạt được lợi ích nào đó – biểu hiện ở tình trạng viêm da tự tạo mà một người tự làm tổn thương móng, tóc và da của mình. Căng thẳng kinh niên có thể gây ra các phản ứng kéo dài về hành vi, sinh lý và cảm xúc góp phần gây nên sự khởi phát của bệnh hoặc làm tình trạng nặng hơn. Ngoài ra, mức độ căng thẳng cao cũng có thể tạo ra các hành vi thích nghi không tốt như giải ngứa không đúng.

Điều này làm cho vấn đề về da kinh niên tệ hơn, như trong trường hợp rối loạn cưỡng chế.

Căng thẳng có thể là nguyên nhân gây ra bong mắt. Khi bị mất tinh thần, da bắt đầu chảy xệ, dẫn đến quầng thâm.

Tóc chuyển bạc vì căng thẳng không còn là điều gây nghi ngờ nữa. Do căng thẳng, tế bào gốc tạo melanocyte (tế bào biểu bì tạo sắc tố) bị cạn kiệt dẫn đến tóc bạc màu. Tóc trở nên khô và gãy hơn. Vấn đề khác có thể xảy ra ở tóc do căng thẳng bao gồm rụng tóc và tróc da đầu như gàu hoặc viêm da đầu (vảy nến trên da đầu).

Một cách khác mà căng thẳng ảnh hưởng đến khuôn mặt là do sự suy yếu của hệ miễn dịch. Hệ miễn dịch suy yếu khiến bạn dễ bị tổn thương bởi những căn bệnh tự miễn dịch như mày đay adrenergic hay một dạng mày đay gây sưng, đỏ, ngứa xuất hiện trên mặt hay các vùng khác trên cơ thể.

Làm thế nào để giảm căng thẳng cho da?

Khi nhớ những yếu tố đáng sau các vấn đề da do căng thẳng được nhắc đến ở trên, bạn có thể biết chính xác cách giải quyết.

Ví dụ, khi có thể bạn tiếp xúc với cortisol một cách thường kỳ, sẽ cần trở sự sản xuất collagen và axit hyaluronic. Và

béo, calorie, và đường ảnh hưởng đến tiêu hóa và cân bằng hormone khiến da nổi mụn và sạm màu.

Ảnh hưởng của căng thẳng trên khuôn mặt

Căng thẳng ảnh hưởng khuôn mặt theo nhiều khía cạnh. Mặc dù lão hóa là tiến trình phụ thuộc vào thời gian, nhưng căng thẳng có thể làm đẩy nhanh tiến trình đó. Đặc trưng của da bị lão hóa là tăng sắc tố, hình thành nếp nhăn và vết chân chim, da sạm màu, và mất đi sự đàn hồi và săn chắc. Căng thẳng có thể gây ra mất cân bằng oxy hóa – là nguyên nhân quan trọng của lão hóa da.

Nói theo cách đơn giản, trong tình trạng căng thẳng, cơ thể sản xuất các gốc tự do hoạt động rất mạnh, làm phá hủy các tế bào mục tiêu. Hãy nhớ rằng đối với da, mục tiêu [của các gốc tự do] có thể là collagen và elastin, DNA hay chất béo.

Tất cả tổn thương này biểu hiện trên mặt dưới hình thức da khô, tổn thương lớp màng bảo vệ da, vết chân chim và nếp nhăn, mụn, và những vấn đề về da đã nhắc đến ở trên.

Căng thẳng có thể là nguyên nhân gây ra bong mắt. Khi bị mất tinh thần, da bắt đầu chảy xệ, dẫn đến quầng thâm.

Tóc chuyển bạc vì căng thẳng không còn là điều gây nghi ngờ nữa. Do căng thẳng, tế bào gốc tạo melanocyte (tế bào biểu bì tạo sắc tố) bị cạn kiệt dẫn đến tóc bạc màu. Tóc trở nên khô và gãy hơn. Vấn đề khác có thể xảy ra ở tóc do căng thẳng bao gồm rụng tóc và tróc da đầu như gàu hoặc viêm da đầu (vảy nến trên da đầu).

Một cách khác mà căng thẳng ảnh hưởng đến khuôn mặt là do sự suy yếu của hệ miễn dịch. Hệ miễn dịch suy yếu khiến bạn dễ bị tổn thương bởi những căn bệnh tự miễn dịch như mày đay adrenergic hay một dạng mày đay gây sưng, đỏ, ngứa xuất hiện trên mặt hay các vùng khác trên cơ thể.

Làm thế nào để giảm căng thẳng cho da?

Khi nhớ những yếu tố đáng sau các vấn đề da do căng thẳng được nhắc đến ở trên, bạn có thể biết chính xác cách giải quyết.

Ví dụ, khi có thể bạn tiếp xúc với cortisol một cách thường kỳ, sẽ cần trở sự sản xuất collagen và axit hyaluronic. Và

Không nghi ngờ gì về việc các tình trạng da dai dẳng là nguyên nhân khiến bạn lo lắng và thiếu tự tin.

Cuốn sách quý truyền cảm hứng cho toàn thế giới



“Quả thực tôi đã đích thân trải nghiệm rất nhiều điều kỳ diệu. Bất kể kinh nghiệm của quý vị là gì, quý vị có xuất thân thế nào, hay quý vị sinh ra ở quốc gia nào, thì quý vị cũng sẽ đều được thọ ích từ Pháp Luân Đại Pháp.”

Ông Martin Rubens
VĂN ĐỘNG VIÊN OLYMPIC

C huẩn Pháp Luân là cuốn sách chính của Pháp Luân Công (còn gọi là Pháp Luân Đại Pháp). Cuốn sách đưa ra lý giải sâu sắc về những nguyên lý thâm sâu là Chân, Thiện, và Nhân. Cuốn sách đề cập đến một khái niệm tu lâu dài bị lãng quên, “tu luyện”; nguyên nhân căn bản của bệnh tật, nghiệp lực; cũng như tầm quan trọng của việc để cao tâm tính trên con đường tu luyện hướng đến viên mãn và hơn thế nữa.

Cuốn Chuyển Pháp Luân là một trong những quyển sách bán chạy nhất ở Trung Quốc vào những năm 1990, và đã được chuyển ngữ sang hơn 40 thứ tiếng. Mọi quý vị tìm hiểu lý do quyển sách này nhận được sự mến mộ của hàng chục triệu người tại hơn 100 quốc gia trên toàn thế giới!

Mua ngay tại
FaYuanBooks.com



CHAUSON PHARMACY

Kính mời Quý Khách

- Giao thuốc tận nhà, miễn phí.
- Có quà tặng cho khách mới và đơn thuốc mới.
- Có thử Covid-19 nhanh (Antigen) và PCR.
- Chích ngừa cúm cúm (Flu).
- Được sĩ tận tình hướng dẫn cách sử dụng thuốc an toàn và hiệu quả.
- Bán nhiều loại thuốc theo toa (Prescription) và không theo toa (OTC).
- Nhận hầu hết các loại bảo hiểm, Medicare và Medi-Cal.
- Giúp quý vị gọi Bác Sĩ và chuyển toa dễ dàng, nhanh chóng.
- Có giá đặc biệt cho quý khách không có bảo hiểm.

Được sĩ có nhiều kinh nghiệm và sẽ tận tâm giúp đỡ, trả lời những thắc mắc về sức khỏe và thuốc cho quý vị.



CHAUSON PHARMACY
9029 McFadden Ave, Westminster, CA 92683
(657) 334 – 7087

GIỜ MỞ CỬA

- Thứ 2 đến thứ 6 : 10 AM – 6 PM
- Thứ 7 : 10 AM – 2 PM
- Chủ nhật : Nghỉ

L.A. BẢO HIỂM

9191 Bolsa Ave, #212, Westminster, CA 92683
(Trong khu chợ Á Đông, đối diện Phước Lộc Thọ)

1. BẢO HIỂM XE
2. BẢO HIỂM NHÀ
3. BẢO HIỂM NHÂN THỌ
4. BẢO HIỂM SỨC KHỎE
5. CÁC LOẠI BOND

GIÁ BẢO HIỂM TIÊU CHUẨN

- (A) Cho người làm chủ xe (Nam và Nữ)
- 1 chiều: **\$295/năm**
 - 1 chiều rưỡi: **\$390/năm**
- (B) Cho người không làm chủ xe
- Nam trên 25 tuổi: **\$290/năm**
 - Nam dưới 25 tuổi: **\$350/năm**



Xin gọi:
JULIE TRƯƠNG
(Insurance Broker)
(714) 373-2437

Giờ làm việc: (6 ngày trong tuần)
Từ 10 giờ sáng đến 7 giờ chiều



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



Financing Your World with Esteem Mortgage
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 thuế
- * Cho vay tiền mua nhà ở các Tiểu Bang: California, Texas, Florida & Colorado & Illinois Maryland & New Jersey & Ohio



The TBD-KOT Conditional Approval: Chương trình cho vay đã được "Underwriter" Fully Approved trước khi người mua ký hợp đồng mua nhà, bởi vì Underwriter đã xem xét và chấp nhận "Income, assets, credit, etc" của bên mua. Tất cả mọi người (Buyer, Seller and Agents) đều yêu thích TBD Approval vì đây là phương pháp an toàn, hiệu quả, và tốt nhất cho các bên mua và bán tránh những rắc rối thiệt hại có thể vấp phải trong giao dịch mua bán nhà.

Now we can submit a home buyer's credit package for a FULL underwriting review with a To Be Determined (TBD) property address. Esteem Mortgage will close the loan in 21 Calendar days or less.

Esteem Mortgage Corporation. All information contained here in is for information purposed 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.



Annie Lam
CA LIC # 0128989
Vui lòng liên hệ trước
(714) 478 - 1209
Thứ 2 - Thứ 6: 10AM - 5PM
Thứ 7 & Chủ Nhật: Liên hệ



TruOne
Financial & Insurance Services

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 (Điện đơn)

- Medi-Cal/ Medicare
- Tiền Hưu/ SSA
- Medi-Cal Annual Renewal
- Thay đổi địa chỉ
- Điện đơn cho thẻ Handicap
- Đóng tiền thuế 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 hậu sự trọn gói.
- Quy đổi hoặc ra khỏi tờ hợp
- Giúp hoạch định 401k, IRA.

VĂN PHÒNG CÓ LUẬT SƯ CHUYÊN LO VÉ

- Tai nạn xe có, thương tích, chó làm, trục xuất, hình sự, ly dị, phân chia tài sản, ...

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

7 loại thực phẩm dành cho cha mẹ khi kiệt sức

Tiếp theo từ trang 29

lượng đáng kể vitamin, hợp chất thực vật và khoáng chất cần thiết cho sức khỏe tổng thể.

Một chén cải cầu vồng nấu chín (175g) chứa 36% magnesium và có nhiều copper, iron, potassium, vitamin E và calcium. Tổng hàm lượng magnesium của cải Thụy Sĩ rất cần thiết cho việc đối phó căng thẳng. Nghiên cứu cho thấy mức magnesium giảm sau khi lo lắng, căng thẳng kinh niên và những cơn kích động hoảng sợ. Điều này làm cho magnesium trở nên quan trọng để chống lại kiệt sức và các triệu chứng của tình trạng này.

Có rất nhiều công thức chế biến món cải này. Bạn có thể cho một nhúm [cải] vào món salad, súp, món cuốn, món hầm hoặc bánh mì, hoặc thử món Phô mai mềm (Ricotta) và món Bánh cuốn nhân thịt (Cannelloni) với cải Thụy Sĩ ngon tuyệt này.

Nhân sâm Ấn Độ (Ashwagandha)

Ashwagandha, một loại cây bụi thường xanh (xanh quanh năm) mọc ở Phi châu, Á Châu và Nam Âu, từ lâu đã được dùng để bổ sung năng lượng, cải thiện sự tập trung và giảm bớt căng thẳng. Chất chiết xuất hoặc bột có nguồn gốc từ rễ hoặc lá của cây rất cần thiết để điều trị cho các tình trạng bệnh khác nhau.

Ashwagandha được xếp vào loại thảo dược làm tăng khả năng thích ứng của cơ thể với yếu tố môi trường vì công dụng chống lại căng thẳng. Các nghiên cứu cho thấy rằng Ashwagandha điều chỉnh các protein sốc nhiệt (Hsp70), protein kinase c-Jun N-terminal kích hoạt căng thẳng (JNK-1) và cortisol. Hơn nữa, Ashwagandha còn ức chế trục hạ đồi–tuyến yên–tuyến thượng thận, vốn là trục điều khiển phản ứng căng thẳng của cơ thể.

Ashwagandha có sẵn dưới dạng thực phẩm bổ sung, viên nang hoặc chiết xuất. Thật dễ dàng để pha trộn món Ashwagandha – thuốc bổ cho giấc ngủ của riêng bạn.

Bột matcha

Bột matcha là một loại trà xanh được ưa chuộng do chứa L-theanine nồng độ cao, một loại acid amin không phải protein có đặc tính chống căng thẳng mạnh mẽ.

Matcha chứa nhiều L-theanine hơn các loại trà xanh khác vì được làm từ những lá trà xanh.

Đậu gà hay Đậu răng ngựa (Chickpeas)

Đậu gà chứa nhiều magnesium, vitamin B, selen, zinc, copper, manganese và potassium, rất cần thiết để giảm căng thẳng. Đậu gà cũng chứa nhiều L-tryptophan, giúp kích thích cơ thể sản xuất chất dẫn truyền thần kinh điều chỉnh tâm trạng.

Theo nghiên cứu, thực phẩm chứa nhiều đậu gà có thể cải thiện đáng kể sức khỏe, hoạt động trí óc và giảm căng thẳng. Hơn nữa, nghiên cứu cho thấy rằng 9,000 người theo kiểu ăn Địa Trung Hải với nhiều đậu gà hạnh phúc hơn và ít căng thẳng hơn những người theo kiểu ăn Tây phương điển hình với



Tình trạng kiệt sức chỉ là tạm thời và hoàn toàn có thể tránh được.



Bột matcha có thể ức chế căng thẳng mạnh mẽ.

nhiều thực phẩm chế biến.

Có một số công thức chế biến món khai vị với đậu gà. Đây là một loại kem tuyệt vời.

Bông cải xanh (Broccoli)

Bông cải xanh là một loại rau họ cải với nhiều lợi ích sức khỏe, bao gồm giảm nguy cơ bị bệnh tim, ung thư và các vấn đề sức khỏe tâm thần khác như trầm cảm và lo lắng. Bông cải xanh có nhiều chất dinh dưỡng như vitamin C, vitamin B9 và magnesium, có thể giúp giảm các triệu chứng trầm cảm và tình trạng kiệt sức.

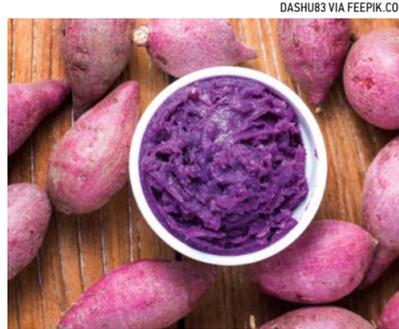
Bông cải xanh có chứa sulforaphane, một hợp chất bảo vệ thần kinh có thể ảnh hưởng đến tác dụng bình tĩnh và chống trầm cảm. Một chén (184g) bông cải xanh nấu chín chứa khoảng 20% vitamin B6 cho lượng dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể mỗi ngày, khi tiêu thụ một lượng lớn [vitamin B6] có thể làm giảm nguy cơ trầm cảm và lo lắng ở phụ nữ bị kiệt sức.

Món súp thì là tây bông cải xanh này là một cách tuyệt vời để thêm nhiều bông cải xanh vào các bữa ăn.

Khoai lang

Căng thẳng kinh niên có thể gây rối loạn chức năng cortisol, dẫn đến đau, sưng và các tác dụng phụ khác. Tiêu thụ thực phẩm giàu carbohydrate như khoai lang có thể làm giảm nồng độ hormone căng thẳng cortisol.

Theo nghiên cứu trên những phụ nữ có chỉ số BMI cao, những người theo kiểu ăn carbs toàn phần, giàu dinh dưỡng trong tám tuần giảm đáng kể mức cortisol trong nước bọt so với những người theo kiểu ăn uống tiêu chuẩn của Mỹ giàu carbs tinh chế.



Tiêu thụ thực phẩm giàu carbohydrate như khoai lang có thể làm giảm nồng độ hormone căng thẳng cortisol.

Khoai lang là một lựa chọn carbohydrate tuyệt vời vì chứa nhiều chất dinh dưỡng cần thiết cho việc điều chỉnh và phản ứng với căng thẳng, chẳng hạn như potassium, magnesium và vitamin C. Hãy thử món khoai lang nướng với gừng và rau mùi để làm này.

Thực phẩm nên tránh để ngăn chặn tình trạng kiệt sức

Ruột, bộ não, và hệ thống thần kinh liên kết với nhau; vì vậy những gì bạn ăn có thể ảnh hưởng đến cảm giác của bạn. Do đó, việc tìm hiểu các loại thực phẩm gây sưng đau kinh niên và làm trầm trọng thêm các triệu chứng kiệt sức là rất quan trọng, vì đây là một bước thiết thực để kiểm soát tâm trạng, chống lại tình trạng kiệt sức, đồng thời làm tăng mức năng lượng.

Bạn nên tránh các loại thực phẩm được liệt kê dưới đây vì chúng có thể làm trầm trọng thêm ảnh hưởng của tình trạng kiệt sức:

Thực phẩm chế biến: Tránh thực phẩm đóng gói và thực phẩm chế biến không lành mạnh như đồ nướng và soda vì chứa nhiều đường tinh luyện và đường



Ăn quá nhiều thực phẩm giàu acid omega-6 đã được chứng minh là gây ra trầm cảm và các triệu chứng kiệt sức khác.

bổ sung, có thể khiến bộ não bị ngập trong quá nhiều glucose. Tác động này có thể gây sưng đau vùng não, mệt mỏi và trầm cảm.

Dầu hạt công nghiệp: Dầu hạt nho, đậu nành, ngô, đậu cò và hướng dương là những ví dụ về dầu hạt. Quy trình công nghiệp trong sản xuất các loại dầu này làm tăng mức độ omega-6 và acid béo gây sưng đau trong khi giảm mức độ omega-3 chống sưng. Ăn quá nhiều thực phẩm giàu acid omega-6 đã được chứng minh là gây ra trầm cảm và các triệu chứng kiệt sức khác.

Đường tinh chế và đường bổ sung: Tương cà, khoai tây chiên và nước sốt salad đều chứa đường tinh luyện có thể dẫn đến nguy cơ viêm, lo lắng và thay đổi tâm trạng.

Thực phẩm chiên: Thực phẩm chiên rán có xu hướng được chế biến với chất béo không lành mạnh, dẫn đến bệnh tim mạch và các vấn đề sức khỏe khác.

Chất làm ngọt nhân tạo: Có rất nhiều bài báo về các chất thay thế đường và cách chúng có thể giúp bạn giảm cân. Tuy nhiên, các nghiên cứu cho thấy nhiều loại chất làm ngọt nhân tạo có thể gây trầm cảm. Một nghiên cứu cho thấy những người tiêu thụ chất làm ngọt nhân tạo dễ bị trầm cảm hơn những người không dùng.

Hơn nữa, nghiên cứu đã cho thấy rằng chất làm ngọt nhân tạo độc hại đối với bộ não, làm thay đổi nồng độ của chất dẫn truyền thần kinh điều chỉnh tâm trạng.

Giảm lượng chất làm ngọt nhân tạo nạp vào bằng cách tránh đồ uống đóng gói và thay thế chúng bằng mật hoa cây thùa hoặc mật ong trong đồ uống tự làm.

Tình trạng kiệt sức tiến triển dần dần

Tình trạng kiệt sức tiến triển dần dần, vì vậy bạn có thể không nhận thấy các triệu chứng ngay lập tức. Cơ thể và bộ não chỉ có thể chịu đựng được một mức độ kiệt sức nhất định trước khi không chống nổi sự suy sụp hoàn toàn và tình trạng sức khỏe kém.

Bạn cần nhận biết các triệu chứng, xác định nguyên nhân gốc rễ, xác định những thay đổi tức thời mà bạn có thể thực hiện, bao gồm cả những thay đổi về dinh dưỡng và xem xét các lựa chọn của bạn. Ngoài ra, hãy giành lại quyền kiểm soát, thiết lập ranh giới, thực hành lòng trắc ẩn, chú ý đến nhu cầu của bạn, làm những gì khiến bạn hạnh phúc và tham khảo ý kiến của bác sĩ trị liệu.

Mặc dù việc trở thành một bậc cha mẹ đi làm là việc lao tâm, nhưng bạn có thể quản lý và cân bằng cuộc sống một cách chính xác với các phương pháp phù hợp. Tình trạng kiệt sức chỉ là tạm thời và hoàn toàn có thể tránh được.

Nếu bạn đang gặp khó khăn, đừng ngần ngại tìm lời khuyên từ một chuyên gia chăm sóc sức khỏe.

Bác sĩ Muhammad Usman (Bsc, MBBS, MRCP) nhìn nhận sâu sắc về các vấn đề sức khỏe, thể dục và dinh dưỡng. Với trình độ và kinh nghiệm của mình, ông đã giúp nhiều người đạt được mục tiêu về sức khỏe và sự cân đối.

Tân Dân biên dịch



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

