



Nhỏ bé và xinh đẹp
Tranh chân dung tiểu họa của Edward Greene Malbone

Trang 13 NGHỆ THUẬT



Thời khắc của năm: Giữ gìn mùa lễ hội

Trang 16 ĐỜI SỐNG



Những cách sử dụng đường khôn ngoan trong mùa lễ

Trang 29

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

VIETNAMESE EDITION | SỐ 133 | 30/12/2022 – 05/01/2023

Sự thật & Truyền thống

WWW.EPOCHTIMESVIET.COM | \$2.00

TRUNG QUỐC

Nhiều người trong giới tinh anh Trung Cộng qua đời trong bối cảnh dịch COVID-19 tấn công Trung Quốc

EVA FU

Dấu hiệu nhận biết đầu tiên của COVID-19 là sốt cao, và chẳng bao lâu sẽ cho kết quả dương tính. Sau đó, ông Dương Lương Hóa (Yang Lianghua), nguyên là phóng viên cao cấp của tờ Nhân dân Nhật báo – cơ quan ngôn luận chính thức của chế độ cộng sản Trung Quốc và là tổng biên tập ấn bản quốc tế của tờ báo – đã phải chờ

Xem tiếp trang 22

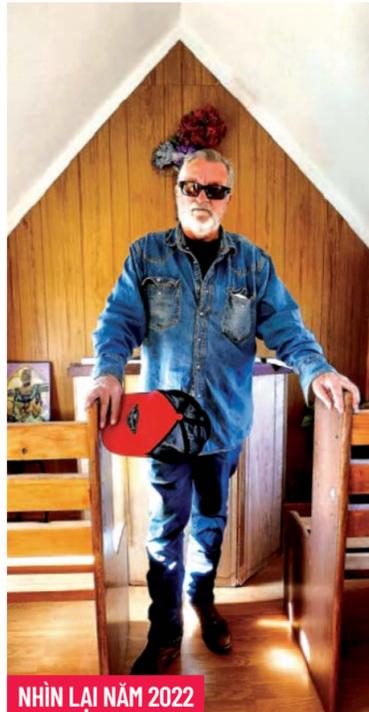
ĐÔNG DƯƠNG

Indonesia thông qua bộ luật hình sự mới cấm tuyên truyền cộng sản

ALEX WU

Indonesia đã thông qua một bộ luật hình sự mới trong tháng này để cấm tuyên truyền chủ nghĩa cộng sản và chủ nghĩa Marx-Lenin. Các chuyên gia tin rằng hành động này là một phần trong xu hướng chung nhằm cô lập và bài trừ nhà cầm quyền cộng sản Trung Quốc trên toàn cầu.

Hôm 06/12, Quốc hội Indonesia Xem tiếp trang 24



NHÌN LẠI NĂM 2022



(Theo chiều kim đồng hồ từ trái sang phải) ông Mike Sponsel ở thành phố Yuma, tiểu bang Arizona, bà Nancy Caywood ở thành phố Casa Grande, tiểu bang Arizona, ông Michael Molisani và vợ, bà Tora Engle-Molisani ở thành phố Virginia, tiểu bang Nevada, và ông Felipe Torres ở thành phố Bakersfield, tiểu bang California.

Bài viết sau đây thuật lại năm ngày lái xe qua các tiểu bang Arizona, California, và Nevada, mỗi ngày lắng nghe những người chia sẻ trải nghiệm cá nhân của họ về năm 2022 và những hy vọng của họ cho năm tới. Đối với một số người, năm 2022 là một năm đầy thử thách và bi kịch, còn đối với những người khác, thì đó là thời gian để thấu hiểu và hàn gắn.



Một năm vất vả, khó khăn, và hy vọng

Nhiều người Mỹ, đang gặp khó khăn theo những cách khác nhau, dự đoán những ngày tốt đẹp hơn ở phía trước

ALLAN STEIN

Ông Michael Sponsel trông phiến muộn nhưng đầy khắc kỷ. Quý vị có thể nói rằng

ông đang tổn thương trong tâm, một mình trong Nhà nguyện Nhỏ Loren Pratt ở thành phố Yuma, tiểu bang Arizona. Đứng trước điện thờ của nhà Xem tiếp trang 6

NGHỆ THUẬT BIỂU DIỄN

Shen Yun khởi động mùa lưu diễn quy mô nhất tại 180 thành phố

CATHERINE YANG

ATLANTA — Cô Celena Brown, một doanh nhân và là chủ doanh nghiệp ở thành phố Atlanta, là một trong những người đầu tiên đến xem buổi biểu diễn mở màn mùa lưu diễn vòng quanh thế giới năm 2023 của Đoàn Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun.

Ngồi ở vị trí hàng đầu và ngay trung tâm, cô Brown chia sẻ rằng



Phần hạ màn của Shen Yun tại Trung tâm Biểu diễn Nghệ thuật ở San Jose, California, 26/12/2022.

bà có cơ hội được chiêm ngưỡng mỗi từng động tác, và bà gọi đó là một trải nghiệm kỳ diệu.

“Buổi biểu diễn, tài năng của các nghệ sĩ gây ấn tượng rất mạnh,” cô chia sẻ. “Những nghệ sĩ biểu diễn khiến khán giả thật kinh ngạc. Rõ ràng là họ đã dành

toàn bộ tâm huyết cho nghệ thuật này, và chắc hẳn là họ đã bỏ ra hàng ngàn giờ để luyện tập. Vũ đạo của họ quá đẹp.”

Cô chia sẻ: “Tôi yêu môn múa truyền thống, động tác, trang phục truyền thống, những câu chuyện Xem tiếp trang 4

QUỐC HỘI

‘Tệ nhất trong lịch sử’: Các nhà phê bình chỉ trích dự luật trị giá 1.7 ngàn tỷ USD

E MEL AKAN

Trong một hành động khác vào phút chót nhằm tránh việc chính phủ phải đóng cửa, cả Thượng viện lẫn Hạ viện đã thông qua dự luật chi tiêu đồ sộ trị giá 1.7 ngàn tỷ USD. Điều này đã khiến nhiều người thất vọng, trong đó có các nhà bình luận, chuyên gia chính

sách, và công chúng nói chung.

Tổng thống (TT) Joe Biden tuyên bố hôm 23/12 trước khi ký dự luật kể trên thành luật, “Dự luật này là bằng chứng hơn nữa cho thấy Đảng Cộng Hòa và Đảng Dân Chủ có thể cùng nhau giải quyết vấn đề cho người dân Mỹ.”

Tuy nhiên, một số người cho Xem tiếp trang 3

BÌNH LUẬN

Sự thật đáng suy ngẫm về 5G

JOHN MAC GHLIONN



Hoa Kỳ và Trung Quốc đang trong một cuộc chiến. Tuy nhiên, cuộc chiến này có một chút khác biệt so với các cuộc chiến trước đây. Đó là một cuộc chiến công nghệ: phi cơ không người Xem tiếp trang 26

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

HOME DELIVERY ADDRESS:

POSTMASTER: PLEASE DELIVER PROMPTLY. TIME-SENSITIVE NEWS PERIODICALS



ĐIỂM TIN

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

Thư Quý độc giả,

Nhân dịp cuối năm, phóng viên Allan Stein của Epoch Times đã đến các tiểu bang Arizona, Nevada, và California để phỏng vấn người dân về trải nghiệm của họ trong năm 2022 và hy vọng của họ trong năm tới.

Tại Thành phố Carson của Nevada, tài xế xe đầu kéo Roger Sunderland đang ăn mừng vì “khỏe mạnh và không say xỉn” trong 600 ngày.

“Tôi đã có một năm tuyệt vời. Tuy có những lúc thăng trầm, nhưng tôi mang tinh thần của mùa Lễ Giáng Sinh,” ông nói.

Ở Casa Grande, Arizona, nông dân trồng bông Nancy Caywood cầu mưa. Bà Caywood cho biết các vấn đề liên quan đến hạn hán là điều tồi tệ nhất mà trang trại gia đình bà gặp phải kể từ những năm 1930.

Tuy nhiên, bà vẫn lạc quan. “Là nông dân, quý vị phải lạc quan,” bà nói. Bà đang hy vọng một vụ mùa bội thu vào năm 2023. Đọc bài tại trang Nhất.

COVID-19 một lần nữa đang lan rộng ở Trung Quốc, có vô số ca tử vong.

Trong khi Trung Cộng đang che đậy những con số thực, thì các tài liệu nội bộ bị rò rỉ từ cơ quan y tế hàng đầu của họ tiết lộ rằng có đến 37 triệu ca nhiễm mới được ghi nhận trong một ngày, với tổng số gần 250 triệu ca nhiễm mới trong vòng 20 ngày của tháng Mười Hai.

Những cố gắng sử dụng các biện pháp phong tỏa hà khắc của Trung Cộng, bao gồm việc nhốt người dân trong nhà và chặn cửa ra vào, đã được chứng minh là vô ích trong việc ngăn chặn virus. Hãy đọc bản tin chính của tuần này về tình hình ở Trung Quốc.

Kết thúc năm 2022, chúng tôi muốn nhân cơ hội này cảm ơn tất cả Quý độc giả vì đã ủng hộ chúng tôi. Đội ngũ nhân viên của Epoch Times Tiếng Việt kính chúc quý vị và những người thân yêu một Năm Mới Hạnh Phúc!

BBT Epoch Times Tiếng Việt



Kẻ đào tẩu trong danh sách 10 người bị truy nã gắt gao nhất của FBI bị bắt ở Tây Ban Nha

Cơ quan Điều tra Liên bang Hoa Kỳ (FBI) thông báo rằng Michael James Pratt, một kẻ đào tẩu bị buộc nhiều tội danh, trong đó có buôn bán tình dục và khiêu dâm trẻ em, đã bị bắt ở Tây Ban Nha.

Ông Pratt, người gốc Christchurch, New Zealand, đào tẩu từ năm 2019, bị cáo buộc trốn khỏi đất nước trong bối cảnh một phiên xét xử dân sự diễn ra ở San Diego. Theo một bản cáo trạng gồm 19 tội danh, người đàn ông 40 tuổi này bị buộc tội về buôn bán tình dục, sản xuất nội dung khiêu dâm trẻ em, buôn bán tình dục trẻ vị thành niên, và âm mưu rửa tên liên quan đến trang web khiêu dâm GirlsDoPorn có trụ sở tại San Diego do ông này sở hữu mà hiện đã không còn tồn tại.

Hôm 21/12, Cảnh sát Quốc gia Tây Ban Nha đã bắt giữ ông này tại một khách sạn ở Madrid, nơi ông ta đang cư trú dưới một trong nhiều danh tính giả mà ông ta sử dụng để trốn tránh sự truy bắt.



Bồi thẩm đoàn kết luận rapper người Canada Tory Lanez phạm tội bắn Megan Thee Stallion

Hôm 23/12, các công tố viên cho biết, một bồi thẩm đoàn Los Angeles đã kết tội anh Daystar Peterson, rapper người Canada được biết đến với tên Tory Lanez, vì đã bắn vào ca hai chân người sĩ đồng nghiệp Megan Thee Stallion sau một cuộc tranh cãi hồi năm 2020.

Bồi thẩm đoàn này kết luận anh Lanez, 30 tuổi, phạm ba trọng tội: mang một khẩu súng đã nạp đạn và chưa ghi danh trong một chiếc xe; tấn công bằng một khẩu súng ngắn bán tự động; và xả súng với sự bất cẩn nghiêm trọng. Anh Lanez phải đối mặt với hơn 20 năm tù giam và khả năng bị trục xuất về Canada.



TT Biden ký dự luật an ninh mạng điện toán lượng tử

Tổng thống (TT) Joe Biden đã ký ban hành Đạo luật Sản phẩm An ninh mạng Điện toán Lượng tử (Quantum Computing Cybersecurity Preparedness Act). Đạo luật này được đề xuất nhằm thúc đẩy chính phủ liên bang áp dụng công nghệ được thiết kế để bảo vệ chống lại các nỗ lực xâm nhập dữ liệu tiềm ẩn của một máy điện toán lượng tử trong tương lai.

Đạo luật lưỡng đảng này, còn được gọi là Đạo luật H.R. 7535, được ký thông qua hôm 21/12 trong bối cảnh Trung Quốc đang thay đổi về thủ công nghệ điện toán lượng tử cũng như giữa những lo ngại rằng một ngày nào đó Trung Quốc và các đối thủ khác của Hoa Kỳ có thể giải mã được các hình thức bảo mật mã hóa hiện hữu. Các hình thức bảo mật này vốn dĩ dựa trên các máy điện toán cổ điển và do đó bị hạn chế về khả năng tính toán so với các máy điện toán lượng tử.

Đạo luật mới được ký ban hành này yêu cầu Văn phòng Quản lý và Ngân sách (OMB) – văn phòng lớn nhất trong Tòa Bạch Ốc – ưu tiên chuyển các hệ thống công nghệ thông tin của các cơ quan liên bang sang mã hóa hậu lượng tử.

Tối cao Pháp viện ra phán quyết duy trì hiệu lực chính sách biên giới Đê mục 42

Hôm 27/12, Tối cao Pháp viện đã cho phép Đê mục 42, lệnh về nhập cư và y tế công cộng thời cựu Tổng thống Donald Trump, được giữ nguyên trong thời điểm hiện tại, quyết định này được biểu quyết thống qua với tỷ lệ 5-4.

1.8 TRIỆU

Theo trang web theo dõi Poweroutage.us, một cơn bão tuyết mùa đông bao trùm phần lớn nước Mỹ vào sáng sớm hôm 24/12 đã khiến gần 2 triệu gia đình và doanh nghiệp mất điện.



Nhóm Hội đồng Thành phố New York kêu gọi TT Biden ban bố 'tình trạng khẩn cấp' về khủng hoảng di dân

Một nhóm lưỡng đảng gồm các thành viên của Hội đồng Thành phố New York đang yêu cầu TT Joe Biden ban bố tình trạng khẩn cấp liên bang trong cuộc khủng hoảng nhập cư bất hợp pháp, nói rằng làm như vậy sẽ giúp các quận của thành phố này có kinh phí để giải quyết cuộc khủng hoảng di dân.

Sáu thành viên Đảng Cộng Hòa và hai thành viên Đảng Dân Chủ trong "Nhóm họp kín về Lợi ích Chung" ("Common Sense Caucus") của Hội đồng nói trên đã đưa ra yêu cầu của họ trong một lá thư gửi cho TT Biden và các quan chức liên bang khác.

Họ cho biết việc ban bố tình trạng khẩn cấp có thể giúp Thị trưởng Thành phố New York Eric Adams nhận được khoản tài trợ 1 tỷ USD từ Cơ quan Quản lý Khẩn cấp Liên bang (FEMA).



248 TRIỆU NGƯỜI

Trong 20 ngày đầu tiên của tháng Mười Hai, 248 triệu người ở Trung Quốc – chiếm khoảng 18% dân số – có khả năng đã bị nhiễm COVID-19, theo tài liệu cuộc họp bị rò rỉ của cơ quan y tế hàng đầu nước này hôm 12/12.



Người nhập cư bất hợp pháp được thả gần tư dinh tại thủ đô của Phó Tổng thống Harris

Hôm 25/12, các nhóm trợ giúp người nhập cư cho biết các đoàn xe buýt chở người nhập cư bất hợp pháp đã được chở đến Hoa Thịnh Đốn gần nơi ở của Phó Tổng thống Kamala Harris vào cuối tuần lễ Giáng Sinh trong điều kiện nhiệt độ đóng băng.

Bà Tatiana Laborde, giám đốc điều hành của SAMU First Response, một cơ quan cứu trợ làm việc với thành phố Hoa Thịnh Đốn, cho biết khoảng 110 đến 130 người, cùng 787 tỷ USD chi tiêu này là "tệ nhất trong lịch sử".

Năm nào các nhà lập pháp cũng đều bị chỉ trích vì sử dụng dự luật chi tiêu tổng hợp để tài trợ cho toàn bộ chính phủ thay vì thông qua các dự luật chi tiêu thông thường đúng hạn. Ngoài ra, họ bị chê trách vì đã vội vã và thông qua các thay đổi chính sách bằng dự luật chi tiêu tổng hợp này, trong số đó có nhiều chính sách đòi hỏi có các cuộc bỏ phiếu riêng hoặc không thể được thông qua khi chỉ đứng một mình.

Ban biên tập của The Journal cho biết, "Các thay

HOA KỲ



"Chúng ta đang trong Tình trạng Khẩn cấp và lệnh cấm lái xe vẫn được tiếp tục duy trì đối với thành phố Buffalo."

Ông Mark Poloncarz, Giám đốc điều hành Quận Erie, tiểu bang New York, cho biết

ÂM 18.8

Chỉ số hoạt động kinh doanh chung trong ngành sản xuất của tiểu bang Texas đã giảm xuống mức -18.8 trong tháng Mười Hai, giảm từ mức -14.4 trong tháng Mười Một.

‘Tệ nhất trong lịch sử’: Các nhà phê bình chỉ trích dự luật trị giá 1.7 ngàn tỷ USD



Điện Capitol Hoa Kỳ ở Hoa Thịnh Đốn vào ngày 02/01/2020.

Tiếp theo từ trang 1

rằng gói chi tiêu dài 4,155 trang này đã không thể đem lại lợi ích tốt nhất cho người dân, đặc biệt là khi hầu hết các nghị sĩ không biết họ đang bỏ phiếu cho điều gì.

Một trong những lời chỉ trích gay gắt nhất trong năm nay đến từ ban biên tập của The Wall Street Journal. Hôm 20/12 họ đã viết một bài bình luận với nhan đề "Dự Luật Tổng Hợp Khó Ua Nhất Từng Có" (The Ugliest Omnibus Bill Ever) sau khi các nhà lãnh đạo Quốc hội công bố gói chi tiêu này là 1.7 ngàn tỷ USD này.

"Đây không phải là cách điều hành trong một nền dân chủ, nhưng chúng ta đã tới nước này," ban biên tập tờ The Journal viết, đồng thời gọi dự luật chi tiêu này là "tệ nhất trong lịch sử".

Năm nào các nhà lập pháp cũng đều bị chỉ trích vì sử dụng dự luật chi tiêu tổng hợp để tài trợ cho toàn bộ chính phủ thay vì thông qua các dự luật chi tiêu thông thường đúng hạn. Ngoài ra, họ bị chê trách vì đã vội vã và thông qua các thay đổi chính sách bằng dự luật chi tiêu tổng hợp này, trong số đó có nhiều chính sách đòi hỏi có các cuộc bỏ phiếu riêng hoặc không thể được thông qua khi chỉ đứng một mình.

Ban biên tập của The Journal cho biết, "Các thay

đổi lớn về luật lệ ra phải được tranh luận và bỏ phiếu riêng. Thay vào đó, một số ít các nhà lập pháp quyền lực đã viết ra dự luật đồ sộ này ở hậu trường."

Nhiều nhà lập pháp ủng hộ dự luật đã loan báo rộng rãi chiến thắng này; tuy nhiên, mỗi người lại thông báo chiến thắng theo cách riêng. Một số người cho rằng though thậm chí tiêu này sẽ làm giảm lạm phát và tạo ra việc làm được trả lương cao. Một số người ca ngợi dự luật vì thúc đẩy quân đội, trong khi những người khác ủng hộ dự luật vì bảo vệ môi trường.

Dự luật này gồm 858 tỷ USD chi tiêu quốc phòng, tăng gần 10% so với năm ngoái, một mức tăng nhận được sự ủng hộ của Đảng Cộng Hòa – cùng 787 tỷ USD chi tiêu phi quốc phòng, tăng gần 8%.

Tỷ phú Elon Musk, người mới đây đã thăng thần nói về thời gian để suy xét những chi tiết của dự luật này, thì ngay cơ xảy ra phản đối càng cao.

Một số ví dụ về các khoản chi tiêu gồm có 1 triệu USD cho Bảo tàng và Đại sảnh Danh vọng Rock and Roll ở Cleveland, 4 triệu USD cho hồ bơi của trường trung học Covina, và 5 triệu USD cho Dự án Tài phòng thích Ca hồi của Các Bộ lạc Thống nhất Thượng Columbia.

Một số thành viên Đảng Cộng Hòa và các hãng truyền thông bảo tồn truyền thống cũng đã lên tiếng phản đối gói chi tiêu này, cho rằng chính phủ đang sử dụng tiền thuế cho các sáng kiến thức tỉnh (woke). Năm trong số những dự án bị chỉ trích là những khoản kinh

phi 3 triệu USD cho Bảo tàng LGBTQ+ của Mỹ ở thành phố New York, 3.6 triệu USD cho Đường mòn Michelle Obama ở Georgia, 477,000 USD cho Viện Công bằng ở Rhode Island, và 1.2 triệu USD cho các Trung tâm Tự hào LGBTQIA+.

"Sự lựa chọn là rõ ràng" Theo Chủ tịch Ủy ban Phân bổ ngân sách Thượng viện Patrick Leahy (Dân Chủ-Vermont), dự luật giúp giảm lạm phát cho người Mỹ, vì gói này cung cấp kinh phí cho các chương trình dinh dưỡng, trợ giúp về gia cư, chi phí năng lượng gia đình, và khả năng chi trả cho trường đại học cùng nhiều thứ khác.

Ông Ditch của Quỹ Di sản đã lưu ý trên Twitter, văn bản lập pháp này được đính kèm thêm 2,670 trang "các tài liệu giải thích", chưa hơn 3,200 khoản chi tiêu, còn được gọi là các khoản mục cho các dự án địa phương (pork projects).

Ông Ditch cảnh báo rằng các nghị sĩ chỉ có vài ngày để xem xét tài liệu này, vốn là sự không thể nghi ngờ và đi ngược lại với các nhân viên.

Bà Romina Boccia, giám đốc ngân sách và chính sách quyền lợi tại Viện Cato cũng có đóng góp quan điểm, lưu ý rằng ngay cả những nghị sĩ siêng năng nhất của Quốc hội và nhân viên của họ cũng sẽ không thể đọc hết gói chi tiêu đồ sộ này.

"Và đó là có chủ đích," bà giải thích trong một blog. "Các nhà lập pháp càng có nhiều thời gian để suy xét những chi tiết của dự luật này, thì nguy cơ xảy ra phản đối càng cao."

Một số ví dụ về các khoản chi tiêu gồm có 1 triệu USD cho Bảo tàng và Đại sảnh Danh vọng Rock and Roll ở Cleveland, 4 triệu USD cho hồ bơi của trường trung học Covina, và 5 triệu USD cho Dự án Tài phòng thích Ca hồi của Các Bộ lạc Thống nhất Thượng Columbia.

Một số thành viên Đảng Cộng Hòa và các hãng truyền thông bảo tồn truyền thống cũng đã lên tiếng phản đối gói chi tiêu này, cho rằng chính phủ đang sử dụng tiền thuế cho các sáng kiến thức tỉnh (woke). Năm trong số những dự án bị chỉ trích là những khoản kinh

phi 3 triệu USD cho Bảo tàng LGBTQ+ của Mỹ ở thành phố New York, 3.6 triệu USD cho Đường mòn Michelle Obama ở Georgia, 477,000 USD cho Viện Công bằng ở Rhode Island, và 1.2 triệu USD cho các Trung tâm Tự hào LGBTQIA+.

"Sự lựa chọn là rõ ràng" Theo Chủ tịch Ủy ban Phân bổ ngân sách Thượng viện Patrick Leahy (Dân Chủ-Vermont), dự luật giúp giảm lạm phát cho người Mỹ, vì gói này cung cấp kinh phí cho các chương trình dinh dưỡng, trợ giúp về gia cư, chi phí năng lượng gia đình, và khả năng chi trả cho trường đại học cùng nhiều thứ khác.

Ông Ditch của Quỹ Di sản đã lưu ý trên Twitter, văn bản lập pháp này được đính kèm thêm 2,670 trang "các tài liệu giải thích", chưa hơn 3,200 khoản chi tiêu, còn được gọi là các khoản mục cho các dự án địa phương (pork projects).

Ông Ditch cảnh báo rằng các nghị sĩ chỉ có vài ngày để xem xét tài liệu này, vốn là sự không thể nghi ngờ và đi ngược lại với các nhân viên.

Bà Romina Boccia, giám đốc ngân sách và chính sách quyền lợi tại Viện Cato cũng có đóng góp quan điểm, lưu ý rằng ngay cả những nghị sĩ siêng năng nhất của Quốc hội và nhân viên của họ cũng sẽ không thể đọc hết gói chi tiêu đồ sộ này.

"Và đó là có chủ đích," bà giải thích trong một blog. "Các nhà lập pháp càng có nhiều thời gian để suy xét những chi tiết của dự luật này, thì nguy cơ xảy ra phản đối càng cao."

Một số ví dụ về các khoản chi tiêu gồm có 1 triệu USD cho Bảo tàng và Đại sảnh Danh vọng Rock and Roll ở Cleveland, 4 triệu USD cho hồ bơi của trường trung học Covina, và 5 triệu USD cho Dự án Tài phòng thích Ca hồi của Các Bộ lạc Thống nhất Thượng Columbia.



TT Biden chấp thuận tuyên bố khẩn cấp của New York khi số người thiệt mạng vì cơn bão mùa đông lên tới 28

Tổng thống (TT) Joe Biden đã chấp thuận yêu cầu tuyên bố tình trạng khẩn cấp của New York, trong bối cảnh tiểu bang này đang phải chống chọi với một cơn bão mùa đông mạnh mẽ đã

tức đi sinh mạng của ít nhất 50 người trên khắp nước Mỹ. Theo một tuyên bố của Tòa Bạch Ốc, hôm 26/12, TT Biden đã ban hành một tuyên bố khẩn cấp đối với các quận Erie và Genesee.

Theo tuyên bố trên, sự chấp thuận này "Ủy quyền cho Bộ An ninh Nội địa, Cơ quan Quản lý Khẩn cấp Liên bang (FEMA), điều phối tất cả các nỗ lực cứu trợ thiên tai nhằm mục đích giảm bớt khổ khăn và đau khổ do tình trạng khẩn cấp gây ra cho người dân địa phương, đồng thời cung cấp trợ giúp thích hợp cho các biện pháp khẩn cấp được yêu cầu."

Hơn 400 binh sĩ Vệ binh Quốc gia đã được điều đến phía tây New York để trợ giúp các hoạt động cứu trợ.

FDA đẩy mạnh việc xem xét về thuốc giải độc quá liều fentanyl

Hôm 26/12, công ty bất vụ lợi Harm Reduction Therapeutics cho biết FDA sẽ đánh trạng thái ưu tiên cho thuốc xịt mũi giải độc quá liều thuốc phiện vốn đã được đề trình để xem xét.

RiVive, một loại thuốc xịt mũi cung cấp 3.0 mg naloxone cần thiết để chống lại opioid fentanyl tổng hợp, có liên quan đến hàng chục ngàn ca tử vong do dùng quá liều hàng năm ở Hoa Kỳ. Mỗi

đây, các nhà lập pháp California đã đưa ra một dự luật yêu cầu bắt buộc có thuốc này trong khu vực kiểm soát opioid ở Hoa Kỳ, các chuyên gia y tế công cộng và FDA đã kêu gọi cung cấp naloxone ở dạng không cần toa.

7.6 PHẦN TRĂM

Doanh số bán lẻ ngày lễ tăng 7.6% hàng năm trong mùa lễ này, từ ngày 01/11 đến ngày 24/12.

Sau khi dự luật chi tiêu tổng hợp được thông qua, hàng triệu người Mỹ sẽ bị loại khỏi chương trình Medicaid

Hàng triệu công dân Hoa Kỳ đã ghi danh vào chương trình bảo hiểm Medicaid trong đại dịch COVID-19 có thể sẽ sớm mất bảo hiểm sau khi dự luật chi tiêu tổng hợp trị giá 1.7 ngàn tỷ USD được thông qua.

Hồi tháng 01/2020, chính phủ TT Trump đã tuyên bố tình trạng khẩn cấp về sức khỏe cộng đồng (public health emergency, PHE) vốn được gia hạn 90 ngày một lần kể từ đó. Đạo luật Ủng hộ với Virus Corona Gia đình là Trên hết (FFCRA), vốn đã được ký thành luật hồi tháng 03/2020, cấm các tiểu bang loại bỏ những người đã thuộc diện Medicaid

khỏi chương trình này miễn là PHE còn hiệu lực, do đó bảo đảm rằng người Mỹ được tiếp cận với bảo hiểm y tế liên tục trong thời gian xảy ra đại dịch.

Tuy nhiên, dự luật chi tiêu tổng hợp trị giá 1.7 ngàn tỷ USD có một điều khoản mà sẽ loại bỏ phạm vi bảo hiểm của Medicaid khỏi PHE, ngụ ý rằng các tiểu bang có thể bắt đầu loại bỏ những cá nhân không hội đủ tiêu chuẩn của Medicaid bắt đầu từ tháng 04/2023.

Thanh Nhã biên dịch

378,000

Các quan chức của Cơ quan Thực thi Di trú và Hải quan không thể tìm thấy hồ sơ của 378,000 người nhập cư bất hợp pháp từ chương trình Giải pháp thay thế Giam giữ (Alternatives to Detention) của họ.



233,740

Là số các trường hợp bắt gặp người di cư qua biên giới phía nam mà Cục Hải quan và Biên giới Hoa Kỳ ghi nhận được trong tháng Mười Một, theo một báo cáo công bố hôm 23/12 của cơ quan này.



23

23 tiểu bang của Hoa Kỳ sắp thực hiện mức lương tối thiểu 15 USD một giờ.



50%

Hôm 23/11, một cuộc thăm dò mới, do Ipsos thực hiện, cho thấy một số người Canada nói rằng họ muốn có một cuộc bầu cử liên bang vào năm 2023 và một đa số không đáng kể cho biết Thủ tướng Justin Trudeau nên từ chức lãnh đạo Đảng Tự Do vào năm mới.



Người từ 18 tuổi trở lên ở Texas có thể mang súng sau khi tiểu bang hủy bỏ kháng cáo

Người dân Texas từ 18 tuổi trở lên có thể mang theo súng ngắn sau khi tiểu bang này hủy bỏ một kháng cáo về một lệnh gần đây.

Hồ sơ tòa án cho thấy, các quan chức Texas đã chuẩn bị đưa ra vụ kiện chống lại lệnh này, vốn cho rằng một luật Texas cấm những người từ 18-20 tuổi mang theo súng ngắn là vi hiến, nhưng lại đặt ngót yêu cầu rút đơn kháng cáo kể trên vào hôm 20/12.

Giám đốc Sở An toàn Công cộng Texas Steven McCraw đã yêu cầu Tòa Phúc thẩm Hoa Kỳ Khu vực 5 rút lại đơn kháng cáo, và tòa phúc thẩm này đã chấp thuận yêu cầu đó mà không phân đôi. Ông McCraw đã không cho biết lý do vì sao tiểu bang này, vốn đã nộp một thông báo kháng cáo hồi tháng Chín nhưng chưa bao giờ đệ trình một bản tóm tắt ngắn gọn về quan điểm của mình, lại rút lui. Cơ quan này đã không phản đáp yêu cầu bình luận.

“ Đây sẽ là... cơn bão tàn phá nặng nề nhất trong lịch sử dày dạn lâu đời của thành phố Buffalo... [một] cuộc khủng hoảng có quy mô vô cùng to lớn.

Thống đốc New York Kathy Hochul cho biết về cơn bão xảy ra vào kỳ nghỉ cuối tuần



Thống đốc New York Kathy Hochul cho biết về cơn bão xảy ra vào kỳ nghỉ cuối tuần

Elon Musk poll: Should Congress approve the \$1.7 trillion omnibus spending bill? Yes 28.8%, No 71.2%

FULL SERVICES REAL ESTATE advertisement for Liliane Tran, Realtor/ R.E. Consultant, including contact info and services.

Shen Yun khởi động mùa lưu diễn quy mô nhất tại 180 thành phố

Tiếp theo từ *trang 1*

Thần thoại, cũng như cách chú Thần bảo hộ nhân loại, mà chúng ta đến thế gian làm người là để cứu độ hết thảy mọi sinh mệnh.”

“Tôi nghĩ buổi biểu diễn này thật hoàn hảo. Một câu chuyện hoàn hảo về vẻ đẹp của những vị Thần dang mùa,” cô Brown cho biết.

Cô khuyến khích mọi người hãy đến thưởng thức Shen Yun để có những trải nghiệm riêng và “hãy để đoàn nghệ thuật này tạo ra sự đồng cảm sâu sắc giữa chúng ta, để thân tâm của quý vị được thư giãn, hòa cùng nghệ thuật, để nghệ thuật trở thành một phần trong quý vị. Để câu chuyện này trở thành một phần trong sinh mệnh của chúng ta.”

Mùa diễn năm 2023 của Shen Yun sẽ là mùa lưu diễn lớn nhất từ trước đến nay, với quy mô tám đoàn lưu diễn sẽ dừng chân tại hơn 180 thành phố trải dài khắp năm châu lục.

Có trụ sở tại New York, Shen Yun là một công ty nghệ thuật vũ đạo Trung Hoa cổ điển hàng đầu thế giới, và trong những năm gần đây đã thiết lập một chuẩn mực mới cho loại hình nghệ thuật này trên toàn thế giới.

Shen Yun được thành lập vào năm 2006 do các nghệ sĩ đã rời khỏi Trung Quốc để tâm cầu quyền tự do tín ngưỡng, và trở thành một hiện tượng toàn cầu chỉ trong khoảng 5 năm. Sự mệnh của Shen Yun là phục hưng nền văn minh Trung Hoa 5,000 năm. Thông qua âm nhạc và vũ đạo ngoạn mục,

Cô Celena Brown, một doanh nhân, cùng với con gái bà đã đến xem buổi biểu diễn mở màn chuyên lưu diễn vòng quanh thế giới của Đoàn Nghệ Thuật Biểu diễn Shen Yun tại Nhà hát Giáo hướng Atlanta hôm 24/12/2022.

Ông Hélcio Bueno, trưởng bộ phận tài chính, kiểm soát, và giao dịch kinh doanh của phòng Cố vấn công ty Ernst & Young tại khu vực Nam Mỹ Latinh, cùng với con gái đã thưởng thức buổi biểu diễn mở màn trong chuyên lưu diễn vòng quanh thế giới của Đoàn Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun tại Nhà hát Giáo hướng Atlanta, hôm 24/12/2022.



Shen Yun đang làm sống lại vẻ đẹp huy hoàng của Trung Quốc thời tiến cộng sản. Hàng triệu người đã được tận mắt chiêm ngưỡng văn hóa truyền thống đích thực của Trung Quốc qua các buổi biểu diễn của đoàn nghệ thuật này.

Mùa lưu diễn năm nay chính thức ra mắt vào đêm Giáng Sinh ở thành phố Atlanta. Nhu cầu đến thưởng lãm buổi biểu diễn này cao đến mức vẫn có nhiều quý khán giả muốn xem và đoàn phải thêm ghế vào phút cuối, ngay cả khi vé đã được bán hết.

Mùa diễn năm 2022 là mùa diễn dài nhất và đặc biệt nhất của Shen Yun, với các buổi biểu diễn bổ sung để bù đắp cho mùa diễn năm 2020

bị cắt giảm do đại dịch. Đây cũng là một trong những công ty biểu diễn nghệ thuật đầu tiên trở lại biểu diễn sau thời gian phong tỏa, và là công ty đầu tiên đi lưu diễn khắp thế giới. The Epoch Times đã đưa tin về những lỗi tán thưởng không ngờ của khán giả từ khắp nơi trên thế giới dành cho Shen Yun, cũng như cách mà buổi biểu diễn này đã đem lại hy vọng cho khán giả khắp năm châu. Mùa diễn năm nay sẽ kéo dài gần nửa năm, từ cuối tháng 12/2022 đến tháng 05/2023.

‘Một trận chiến tâm linh’

Tên gọi “Shen Yun” có nghĩa là “vẻ đẹp của những vị Thần dang mùa.” Như lời giới thiệu trên trang web của Shen Yun, sứ mệnh của công ty là tái hiện vẻ đẹp huy hoàng của nền văn minh Trung Hoa 5,000 năm, tái hiện một Trung Quốc thuần túy thời tiến cộng sản.

Ông Hélcio Bueno, Đối tác Cố vấn của công ty Ernst & Young, cùng vợ và cô con gái nhỏ của ông là những khán giả đầu tiên tới thưởng thức buổi biểu diễn năm nay của Shen Yun.

Ông Bueno, trưởng bộ phận tài chính, kiểm soát, và giao dịch kinh

doanh của phòng Cố vấn công ty Ernst & Young tại Brazil cho biết, “Buổi biểu diễn này thật khác biệt và tuyệt đẹp.” Ông đánh giá cao buổi biểu diễn vì đã cho ông thấy nét phảng phất về một nơi từng được gọi là Thần Châu, một đất nước Trung Hoa có nền văn hóa được biết đến là nền văn hóa Thần truyền. Theo ông Bueno, những khác biệt về văn hóa này vừa mang tính giải trí vừa mang tính giáo dục, và cuối cùng đã gọi lên một điều gì đó tương đồng và có tính phổ quát.

Ông bày tỏ: “Chúng ta luôn tin vào một điều gì đó vượt ra ngoài thể chế của Shen Yun. “Đường như đối với nhiều nghệ sĩ mùa thì luật hấp dẫn của Ngài Isaac Newton là điều vô nghĩa, họ đã bắt nhảy rất cao và giữ thăng bằng trên không trung! Điều này khiến tôi rất kinh ngạc.”

Trong số khán giả đến xem buổi biểu diễn ngày hôm đó còn có ông Lisle Cormier, ông có chia sẻ tương tự rằng điều tạo ra sự đồng cảm lớn nhất chính là những giá trị phổ quát được thể hiện thông qua âm nhạc và vũ đạo.

“[Bài hát] nói về Thiên Quốc, về Sáng Thế Chủ, và rằng một ngày nào đó tất cả chúng ta sẽ quay trở về Thiên Quốc, rằng trước khi quay về chúng ta sẽ bị bức hại và rằng chúng

ta còn có một trận chiến ở đây, ngay tại thế gian này, trước khi chúng ta trở về thiên giới,” ông chia sẻ. “Có những nhân vật trong tiết mục này trông giống như các vị Thần.”

“Tôi nghĩ rằng tiết mục này muốn truyền tải một thông điệp: Chúng ta cần phải biết có một trận chiến tâm linh dang diễn ra; đây là điều mà hầu hết mọi người đều không nhận ra,” ông cho hay. “Chúng ta có thể bỏ lỡ điều này nhưng chúng ta vẫn sẽ là một phần của cuộc chiến đó, tôi nghĩ vậy, và đồng thời: những điều vĩ đại có thể đến thông qua quá trình gánh chịu khổ nạn. Chúng ta không nhất thiết phải trốn tránh sự thực này, nhưng nhờ chịu khổ mà chúng ta có thể được tôi luyện và tịnh hóa bản thể, và có sự chuẩn bị tốt hơn cho những thử thách tiếp theo.”

Là một nghệ sĩ chơi kèn, ông Cormier đã dành nhiều lời tán thưởng cho dàn nhạc Shen Yun vì đã kết hợp nhuần nhuyễn các nhạc cụ cổ xưa của Trung Quốc vào trong dàn nhạc. Đồng thời, ông cũng đánh giá cao giá trị mà các tiết mục biểu diễn mang lại.

“Buổi biểu diễn thật ngoạn mục. Tôi thực sự nghĩ rằng kỹ thuật diễn ảnh khá xuất sắc,” ông cho biết khi đề cập đến kỹ thuật phỏng nền sống động đã nhận được bằng sáng chế của Shen Yun. “Đường như đối với nhiều nghệ sĩ mùa thì luật hấp dẫn của Ngài Isaac Newton là điều vô nghĩa, họ đã bắt nhảy rất cao và giữ thăng bằng trên không trung! Điều này khiến tôi rất kinh ngạc.”

“Đây mới chỉ là khởi đầu – còn có rất nhiều cơ hội để thưởng thức các màn trình diễn này tại nơi quý vị đang cư ngụ,” ông cho biết thêm.

Ông Titus Gambrell, một giám đốc y tế đã về hưu, cho biết ông nhìn thấy ở Shen Yun “một thông điệp của hy vọng.”

“Tôi có chút bất ngờ, nhưng buổi biểu diễn này đã đánh thức rất nhiều giác quan của tôi – từ hình ảnh, âm thanh... và cho đến cả tinh thần,” ông cho hay. “Đối với tôi, buổi biểu diễn đã kích thích tất cả những giác quan đó. Buổi biểu diễn này cũng giúp tôi có được một sự lý giải sâu rộng hơn về quan niệm tâm linh của người Trung Hoa.”

Ông Gambrell cho biết buổi biểu diễn đã kết nối ông với một tinh thần siêu xuất khỏi những khác biệt về tôn giáo.

“Tôi nghĩ đó là những gì tôi đang nhìn thấy, đang cảm nhận, điều đó thực sự chạm đến nơi sâu thẳm trong tâm linh của một người, đó chính là tâm hồn,” ông nói. “[Đó là một] thông điệp của hy vọng, tình yêu, và sự hòa hợp.”

Khởi đầu mạnh mẽ cho mùa lưu diễn năm nay
Vào cùng ngày 24/12, một đoàn lưu diễn khác của Shen Yun đã đến thành phố Narita, Nhật Bản. Một ngày sau

lễ Giáng Sinh sẽ là buổi biểu diễn đầu tiên của Shen Yun ở Á Châu.

Hôm 26/12, Đoàn Shen Yun Thế Giới đã có buổi biểu diễn tại nhà hát J:COM Hall Hachioji ở Hachioji, Nhật Bản. Hai buổi biểu diễn nữa sẽ diễn ra ở thành phố Atlanta. Đoàn Shen Yun Quốc Tế sẽ diễn mở màn tại thành phố Houston với hai buổi biểu diễn tại Nhà hát Jones Hall for the Performing Arts. Đoàn Shen Yun Tân Kỳ Nguyên sẽ biểu diễn ở thành phố San Jose, tiểu bang California. Vào ngày 28/12, Đoàn Shen Yun Toàn Cầu sẽ bắt đầu trình diễn ở châu lục thứ ba, tại thành phố Berlin, Đức.

Mùa lưu diễn năm 2022 là một trong những mùa lưu diễn đặc biệt nhất của Shen Yun, kéo dài gần tròn một năm và đã tạo được nhiều tiếng vang sau khi đại dịch toàn cầu làm gián đoạn mùa lưu diễn trước đó hồi năm 2020.

Năm nay, Shen Yun sẽ trở lại New Zealand sau một vài năm gián đoạn, biểu diễn lần đầu tiên tại Cộng hòa Dominica, đồng thời ghé thăm Israel và Brazil lần thứ hai. Số lượng các buổi biểu diễn ở Âu Châu tăng gần gấp đôi so với mùa trước, với các buổi biểu diễn được tổ chức theo từng đợt ở Pháp từ tháng Hai đến tháng Năm.

Đoàn diễn thứ tám của Shen Yun, là đoàn diễn mới nhất, vừa gia nhập mùa lưu diễn này. Tổng cộng, mùa lưu diễn năm 2023 sẽ mở rộng trên toàn cầu, kéo dài trong nửa năm, và kết thúc vào khoảng tháng Năm.

Bài viết do Ronald Ree và Frank Liang của Đài truyền hình NTD tường thuật.

The Epoch Times là nhà tài trợ danh dự của Đoàn Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun. Chúng tôi đã đưa tin về phần hồi của khán giả từ những ngày đầu thành lập Shen Yun vào năm 2006.

Các buổi biểu diễn sắp tới của Shen Yun	
Boston Massachusetts	29-31/12/2022
Miami Florida	29-31/12/2022
Louisville Kentucky	30/12/2022
San Jose California	29/12/2022 – 01/01/2023
Houston Texas	29/12/2022 – 02/01/2023
Atlanta Georgia	06-08/01/2023
Bắc Charleston South Carolina	02-03/01/2023
Gainesville Florida	03-04/01/2023
San Francisco California	04-08/01/2023

Quý vị vui lòng truy cập trang ShenYun.com để biết thêm chi tiết về lịch biểu diễn.

Nhà Đan biên dịch

Các công ty tiện ích cúp điện, cảnh báo về lưới điện do thời tiết đóng băng

JACK PHILLIPS

Một số công ty tiện ích của Hoa Kỳ đã kêu gọi khách hàng tiết kiệm điện do thời tiết đóng băng hôm 24/12 và 25/12.

Công ty Con Edison, phục vụ khu vực đô thị Thành phố New York, đã yêu cầu 1.1 triệu khách hàng sử dụng khí đốt tự nhiên, 3.5 triệu khách hàng sử dụng điện, và các khách hàng khác ở Thành phố New York tiết kiệm điện. Nhiệt độ ở thành phố Big Apple nay giảm xuống khoảng 15 độ F (-3 độ C) suốt đêm vào sáng ngày 24/12 và 25/12.

“Tiết kiệm năng lượng nhiều nhất có thể bây giờ sẽ giúp bảo đảm đủ khí đốt tự nhiên để sưởi ấm còn lại của cuối tuần,” Con Edison cho biết vào cuối ngày 24/12. Công ty tiện ích này nói thêm: “Các chủ đường ống dẫn khí đốt tự nhiên đã báo cáo rằng các trục trực thiết bị do thời tiết lạnh và mưa tuyết lớn về khí đốt tự nhiên đang thách thức khả năng cung cấp đủ lượng khí đốt của họ khắp vùng Đông Bắc.”

Một công ty khác, ISO New England, đã cảnh báo hôm 24/12 rằng họ “không đủ nguồn dự trữ” và kêu gọi các khách hàng “tự nguyện cắt giảm năng lượng” do lưới điện quá tải, Bloomberg đưa tin.

Phát ngôn viên của ISO New England, ông Matthew Kakley, nói với Bloomberg News rằng: “Chúng tôi đã ban bố một cảnh báo về năng lượng cho khu vực này và phải dùng các nguồn dự trữ do sự sụt giảm bất ngờ về phát điện và nhập cảng.”

Theo một thông cáo báo chí, công ty Duke Energy, hoạt động trên một số tiểu bang, đã đưa ra yêu cầu tương tự cho khách hàng trước đó hôm 24/12. Công ty này viện dẫn nguồn cung cấp khan hiếm do mức tiêu thụ năng lượng cao và nhiệt độ lạnh bất thường.

Thông cáo cho biết họ đang “yêu cầu khách hàng ở Ohio và Kentucky tự nguyện giảm sử dụng tất cả các loại thiết bị điện không thiết yếu cho đến 10 giờ sáng ngày Giáng Sinh,” điều này “sẽ giúp các công ty thành viên của PJM tiếp tục cung cấp dịch vụ đáng tin cậy trong khoảng thời gian nhiệt độ xuống thấp đáng kể này trên toàn khu vực.”

Cuối ngày 24/12, công ty cho biết họ sẽ áp dụng biện pháp cúp điện luân phiên ở North và South Carolina vào đêm Giáng Sinh do lưới điện ngày càng quá tải. Vào khoảng trưa thứ Bảy, khoảng 340.000 khách hàng của Duke bị mất điện.

Thống đốc North Carolina Roy Cooper, một thành viên Đảng Dân Chủ, đã viết trên Twitter rằng ông đã nói chuyện với CEO của Duke Energy Lynn Good “để đề nghị trợ giúp và bày tỏ sự cấp bách về nhu cầu khôi phục điện nhanh chóng trong thời tiết lạnh cực điểm này đồng thời thông báo chính xác cho khách hàng.”

Vị thống đốc này viết: “Tôi biết ơn những công nhân đã bắt chấp gió và lạnh để khôi phục lại nguồn điện.”

Cũng trong ngày 24/12, công ty PJM Interconnection có trụ sở tại Pennsylvania đã gửi một cảnh báo khẩn cấp về việc duy trì nguồn điện trên 13 tiểu bang nếu không có thể áp dụng cắt điện luân phiên. Công ty này yêu cầu khách hàng



Mọi người đẩy một chiếc ô tô dọc theo Đại lộ South Park sau trận bão tuyết ở Buffalo, New York, hôm 27/12/2022.

đặt máy điều nhiệt thấp hơn bình thường và không sử dụng các thiết bị chính như máy sấy tóc, máy rửa bát, bếp điện và những thiết bị khác.

Ông Mike Bryson, phó chủ tịch cao cấp phụ trách hoạt động của PJM, nói với truyền thông địa phương: “Điều này sẽ chỉ tồn tại trong thời gian ngắn, chúng tôi sẽ làm mọi thứ có thể để ngăn chặn việc này, nhưng đó là một khả năng thực sự có thể xảy ra.”

Những trận bão tuyết mù mịt, mưa băng, và giá lạnh bao trùm phần lớn nước Mỹ đã khiến khoảng 1.7 triệu gia đình và doanh nghiệp mất điện. Khu vực do PJM phụ trách bao gồm toàn bộ hoặc một phần của Delaware, Illinois, Indiana, Kentucky, Maryland, Michigan, New Jersey, North Carolina, Ohio, Pennsylvania, Tennessee, West Virginia, và Thủ đô Hoa Thịnh Đốn.

Các lãnh đạo của PJM cho biết nhu cầu trên toàn hệ thống điện của họ gia tăng đồng thời do một số nhà máy điện đang gặp khó khăn khi vận hành trong thời tiết lạnh cực điểm. Họ cảnh báo về tình trạng mất điện luân phiên và nói rằng họ muốn mọi người chuẩn bị sẵn sàng. Theo PJM, những người sử dụng điện thường mại và công nghiệp cũng được yêu cầu cắt giảm.

Theo dịch vụ theo dõi chuyến bay FlightAware, hơn 2,700 chuyến bay ở Hoa Kỳ đã bị hủy vào thứ Bảy, với tổng số chuyến bay bị hoãn là hơn 6.400. Hãng FlightAware cho biết hơn 5,000 chuyến bay đã bị hủy hôm 23/12.

Theo các hãng thông tấn, các vụ tai nạn xe hơi liên quan đến thời tiết trên khắp đất nước khiến ít nhất 16 người thiệt mạng và hàng trăm người bị kẹt trong những con đường phủ đầy băng và tuyết.

Tại Quận Erie, ngoại ô New York, khoảng 500 người lái xe đã bị kẹt trong xe của họ từ tối ngày 23/12 đến sáng ngày 24/12, với Lực lượng Vệ binh Quốc gia được gọi đến để giải tỏa kẹt cừu, Giám đốc điều hành Quận Erie Mark Poloncarz nói với giới truyền thông. Ông cho biết ít nhất một người được phát hiện đã tử vong trong xe hơi.

Các nhà khí tượng cho biết nhiệt độ sẽ bắt đầu ổn hòa từ tây sang đông trong khắp nước Mỹ, cùng với việc các vùng núi cao và miền Trung Hoa Kỳ sẽ trở lại bình thường vào ngày 27/12, nhưng nhiệt độ sẽ không ấm lên ở Bồ Đông cho đến ngày 29/12 hoặc ngày 30/12.

Bản tin có sự đóng góp của The Associated Press Nguyễn Lê 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, chỉnh 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.
- Để dành tiền cho con di 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 Đấu Linh** của nữ phóng viên chiến trường Kiêm Mỹ Duyên viết về cuộc chiến của những người lính Miền Nam Việt Nam.
- **GIỚI THIỆU SÁCH MỚI:** tác giả **Kiểm Mỹ Duyên** sắp ra mắt sách mới **Hoa Cô Bền 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 tại 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 nhà 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/7,320 sf lot. 6 br, 3.5 ba. 2 tầng, có hồ bơi. Nhà đẹp. Gần 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. Gần 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 trong khuôn viên trường đại học, bán rời 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

THOMAS TRAN, CPA

• Income Tax • Accounting Services • Consulting

Certified Public
Accountant

- Khai thuế cá nhân, thuế cơ sở thương mại.
- Giữ sổ sách kế toán.
- Làm lương cho nhân viên (W-2, 1099-NEC)
- Khai thuế Payroll, Sale Tax.
- Tax planning.
- Audit Rep

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

NHÌN LẠI NĂM 2022

2022: Một năm vất vả, khó khăn, và hy vọng

Nhiều người Mỹ, đang gặp khó khăn theo những cách khác nhau, dự đoán những ngày tốt đẹp hơn ở phía trước

Arizona

Tiếp theo từ **trang 1**

nguyên nhỏ bé có một phòng này giữa một nơi hẻo lánh, ông Sponsel, đến từ Denver, cầu nguyện cho người con trai quá cố của mình, anh Michael “Mikie” Sponsel, và ký tên vào sổ lưu bút. Đó là một năm tang tóc đau thương. Anh Mikie, sinh ngày 22/02/1977, vốn là một người đàn ông 44 tuổi khỏe mạnh, yêu cuộc sống và gia đình. Anh bị chẩn thương đầu gối và hình thành cục máu đông không rõ nguyên nhân ở bắp chân. Anh qua đời vào ngày 18/08/2021, để lại một người vợ, ba đứa con, và một người cha đau buồn. “Đó là điều khó khăn nhất mà tôi từng đối mặt — mất đi con trai của mình,” ông Sponsel nói khi có kim những giọt nước mắt.

Ông thường đến ngôi nhà nguyện nhỏ này mỗi khi có cơ hội đến khu vực Yuma. Những chủa bao giờ điều này lại thấm thía như lúc này hay đây ý nghĩa

như vậy trước khi anh Mikie qua đời. Ở tuổi 69, ông Sponsel cao lớn và trông có vẻ nghiêm nghị, đeo kính râm, mặc áo sơ mi denim, và quần jeans. Ông hầu như giữ kín tâm tư của mình — ngoại trừ khi nói về con trai ông. “[Mikie] là một người cha tuyệt vời và là một chàng trai tuyệt vời,” ông nói với The Epoch Times. “Cháu là một sĩ quan Thủy quân lục chiến vạm vỡ, cứng rắn, mạnh mẽ và là một người lương thiện, [thế nhưng] Đức Chúa Trời làm việc theo những cách bí ẩn.”

Nhiều năm trước, ông Sponsel rất quý mến nhà nguyện có kích thước bằng nhà kho chứa dụng cụ này, được xây dựng vào năm 1995 để tưởng nhớ phu nhân của ông Pratt. Ngày nay, nhà nguyện này có sáu băng ghế gỗ nhỏ và sáu cửa sổ, trong đó có hai cửa sổ kính màu. Nhà nguyện nhỏ đến nỗi một cơn gió mạnh đã làm nó đổ sập vào năm 2011 và ông Pratt phải cho xây dựng lại.



(Trái) Ông Mike Sponsel, 69 tuổi, đến từ thành phố Denver, đứng trước đền thờ bên trong Nhà nguyện Nhỏ của ông Loren Pratt ở thành phố Yuma, tiểu bang Arizona, hôm 08/12/2022. Ông Sponsel đã mất đi con trai của mình, anh Michael “Mikie” Sponsel, vì chấn thương do một cục máu đông gây ra hồi năm 2021. Năm nay, ông đến để cầu nguyện cho con trai mình khi ông cố gắng sống tích cực trong năm 2023. (Phải) Ngôi nhà nguyện nhỏ chỉ có một phòng mà ông Pratt đã xây dựng để tưởng nhớ phu nhân ông vào năm 1995.

“Tôi nghĩ đó là một nơi nhỏ bé lạ thường. Quý vị có thể ngồi ở đây. Hãy cầu nguyện một chút,” ông Sponsel nói. Đối mặt với năm sắp tới mà không có Mikie, “Chà — con trai à. Cha sẽ cố gắng sống tốt,” ông Sponsel nói, và rồi cũng đến lúc phải đi.

Sau khi ông Sponsel rời khỏi nhà thờ, ông Joe Kirsh đến từ tiểu bang Pennsylvania bước vào và ngồi ở hàng ghế giữa. Một cách lặng lẽ, ông bắt đầu cầu nguyện cho hàng chục băng đĩa của mình đã rơi vào một trong đại dịch COVID-19. “Tôi vừa mất đi một người chị dâu — chị ấy bị ung thư phổi. Chị ấy ra đi rất nhanh,” ông Kirsh nói. “Họ nói chị ấy còn sáu tháng nữa. Vậy mà bốn ngày sau, chị ấy đã qua đời.”

Mới đây, anh trai ông, một linh mục Công giáo, đã mắc COVID-19 và, giống như chị dâu ông, ông ấy được chẩn đoán mắc bệnh ung thư phổi. Ông Kirsh đã cầu nguyện để mong có một phép màu xảy ra. “Đó là một cuộc chiến đối với nhiều người,” ông Kirsh nói. “Ở đây, tôi thấy nhiều người không có tiền. Thật đáng buồn. Mọi người đang trải qua một số thời điểm đầy khó khăn. Giống như tôi đây.”

Bây giờ đã về hưu, ông Kirsh cho

biết An sinh Xã hội của ông không còn chi trả cho các chi phí của ông nữa. Giá xăng và giá thực phẩm thì tăng liên tục. “Thật đáng sợ,” ông nói. Mặc dù không thích nói về chính trị hay tôn giáo, nhưng ông Kirsh đã quyết định không bỏ phiếu trong các cuộc bầu cử sau này nữa. “Tôi không thích những gì đã xảy ra với cuộc bầu cử vừa qua [hồi năm 2020],” ông nói với The Epoch Times. Tuy nhiên, ông vẫn chưa đến mức tuyệt vọng hay vô vọng. Mọi thứ hoàn toàn ngược lại. Trong những thời điểm khó khăn, ông Kirsh nhìn thấy những dấu hiệu đầy hy vọng ở những người ông gặp gỡ hàng ngày. Mọi người ngày càng tụ hội gần nhau hơn để tìm kiếm sự trợ giúp — “trở nên thân thiện hơn.”

Đôi khi cùng nhau vượt qua những gian khổ lại là điều để người ta cư xử nhân văn hơn.



(Trái) Ông Joe Kirsh, đến từ tiểu bang Pennsylvania, ký vào sổ lưu ký bên trong Nhà nguyện Nhỏ của ông Loren Pratt ở thành phố Yuma, tiểu bang Arizona, hôm 08/12/2022. Ông Kirsh cho biết đây là một năm khó khăn về tài chính với tiền kinh tế đang chậm lại, và ông cầu nguyện rằng mọi việc sẽ tốt hơn vào năm 2023. (Phải) Sổ lưu ký đặt trên bàn thờ để du khách ký tên bên trong Nhà nguyện Nhỏ của ông Loren Pratt ở thành phố Yuma, tiểu bang Arizona, hôm 08/12/2022.

Và trên hết, ông Kirsh cho rằng cầu nguyện là điều rất hữu ích. “Quý vị phải cầu nguyện, quý vị biết không?” ông nói. “Và hãy hy vọng mọi thứ sẽ trở nên tốt hơn.”

86
PHẦN TRÂM

Hạn hán trong khu vực đã gây ra các hạn chế về nước đối với ngành nông nghiệp ở Cấp độ 2, làm giảm mức sử dụng tới 86%. Năm 1993, một cơn đại hạn do cung cấp nước cho trang trại đã tràn qua và vẫn chưa được lấp đầy hoàn toàn do không có mưa hay tuyết tan trong nhiều năm dài. “Vì vậy, chúng tôi rơi vào tình trạng hạn hán,” bà Caywood nói. “Chà, không ai nhận ra tình trạng này sẽ đến mức như vậy.”

Hồi tháng 08/2018, các con kênh cung cấp nước cho nông nghiệp đã ngừng hoạt động, khiến người nông dân phải lựa chọn xem có nên trồng trọt hay không.

Bà Caywood cho biết kể từ khi trang trại của gia đình bà bắt đầu trồng bông vào những năm 1930, mọi thứ chưa từng tệ đến mức đó này. Trong năm 2022, mùa vụ cỏ linh

lăng bắt đầu chứng kiến lại. Không có mưa, mọi thứ chỉ ngày càng trở nên tệ hơn. Kể từ năm 2021, trang trại rộng 255 hecta (khoảng 1.03 km2) này không còn trồng bông nữa. “Chúng tôi không thể trồng trọt được,” bà Caywood nói với The Epoch Times. “Do [hạn hán], nên chúng tôi đã không trồng bông, và từng ngon có linh lăng mà chúng tôi gieo trồng đều không phát triển nổi.”

Bà Caywood cảm thấy rằng những lời cầu nguyện của bà đã được hồi đáp khi những cơn mưa lớn đem lại cứu cánh tạm thời trong mùa hè và mùa thu vừa qua. “Hơn bất cứ điều gì, chúng tôi rất biết ơn vì nước mưa đã tràn vào con đập. Nước mưa đã làm đầy con đập,” bà Caywood nói. “Tôi muốn nói rằng [năm 2022] là một năm có lượng mưa nhiều hơn — chúng tôi rất biết ơn vì điều đó.”

Những người nông dân bắt đầu cảm thấy lạc quan về năm tới — và bà Caywood tự thấy bản thân cũng là một người lạc quan. “Là những nông dân, quý vị phải lạc quan,” bà nói. “Chúng tôi đã chịu

cảnh hạn hán trong nhiều năm qua. Thật bất ngờ, chúng tôi đã có mưa. Chúng tôi biết rằng trận mưa này không giúp chấm dứt nạn hạn hán.”

“Đây hẳn là một sự thay đổi theo chu kỳ. Chúng tôi biết điều đó — nhưng có lẽ lượng mưa mà chúng tôi nhận được hồi cuối tuần trước nhiều hơn lượng mưa trong hai năm qua.”

Các vấn đề về chuỗi cung ứng lại là một trở ngại khác — chưa kể đến nạn lạm phát về giá cả và thực tế là “mọi người không muốn làm việc.”

Bà Caywood cho biết việc tìm kiếm sự trợ giúp — và nhiên liệu diesel — là những vấn đề tiềm ẩn sẽ xảy ra vào năm 2023. “Chúng tôi đã đặt mua nhiên liệu. Chúng tôi mất khoảng sáu tuần để nhận được hàng vì họ không có đủ nhân lực để vận chuyển hàng hóa đến đây,” bà Caywood nói. “Chúng tôi đã phải đi vào thị trấn chỉ với một bình nhiên liệu vì máy kéo của chúng tôi đã cạn dầu rồi.”

Trang trại Caywood hy vọng bông sẽ nở đẹp cảnh đồng vào năm 2023. “Chúng ta hãy đợi xem sao,” bà Caywood nói.



Bà Nancy Caywood, nông dân trồng bông ở Trang trại Caywood thuộc thành phố Casa Grande, tiểu bang Arizona, đứng trên một cánh đồng cỏ linh lăng xanh mướt hôm 07/12/2022. Bà Caywood hy vọng năm 2023 sẽ là một năm tốt đẹp hơn — và có mưa nhiều hơn — để thuận lợi cho việc trồng trọt.

“Chúng tôi sẽ không rơi vào một cuộc suy thoái. Chúng tôi vẫn không có đủ nhân lực cho tất cả các công việc.”

Ông Michael Molisani, một diễn viên chuyên đóng các phần cảnh tái hiện lịch sử ở thành phố Virginia, tiểu bang Nevada.

“Tôi muốn nói rằng [năm 2022] là một năm có lượng mưa nhiều hơn — chúng tôi rất biết ơn vì điều đó.”

Bà Nancy Caywood, nông dân trồng bông ở thành phố Casa Grande, tiểu bang Arizona.

Theo góc nhìn của tôi, mỗi ngày khi thức dậy, quý vị luôn là người chiến thắng.”

Ông Felipe Torres, một người thợ sửa giày ở thành phố Bakersfield, tiểu bang California.

Già thực phẩm đã tăng chóng mặt — nếu quý vị có thể tìm thấy những món hàng đó.

Ông Jeff Pruett, chủ nhà hàng ở thành phố Williams, tiểu bang Arizona.

Chúng ta cũng đang trải qua sự thay đổi lớn. Vì vậy, đây là lúc để mọi người thức tỉnh.

Ông Charley Lamson, nhà ngoại cảm ở thành phố Sedona, tiểu bang Arizona.

Tôi không thích những gì đã xảy ra với cuộc bầu cử vừa qua [hồi năm 2020].

Ông Joe Kirsh, tiểu bang Pennsylvania

Chúng tôi nhận thấy có ít thực khách hơn — đặc biệt là so với lượng khách mà chúng tôi thường tiếp đón vào mùa thu,” cô Angelina Howe, người quản lý phục vụ chính cho biết. “Mùa hè thường khá tuyệt vời. Chúng tôi có rất nhiều thực khách địa phương và rất nhiều thực khách ngoại quốc yêu thích văn hóa Mỹ. Tất cả mọi thứ đều nguyên bản. Du lịch là ngành duy nhất giúp thị trấn này tiếp tục phát triển thịnh vượng.”

Tuy đại dịch quả thực đầy thách thức, nhưng ông Pruett cho biết mọi thứ hầu như đã trở lại bình thường. Ông đã đỡ bỏ tất cả các tấm chắn kính, một dấu hiệu cho thấy giai đoạn xấu nhất của đại dịch COVID-19 đã qua. Ông Pruett nói: “Tôi kiếm sống khá khá. Hầu hết những nhân viên của tôi đã làm việc với tôi khá lâu rồi.”

Thách thức hiện thời là lạm phát và tìm kiếm sự trợ giúp tốt.

Theo ông Charley Lamson, một nhà ngoại cảm tại Trung tâm Thời đại Mới ở thành phố Sedona, tiểu bang Arizona, cách đó 90 dặm (hơn 144 km) về phía nam, thì quả thực hiện tượng này giúp khai thác một nguồn năng lượng cao hơn và nhìn thấy tương lai. Dưới ánh trăng gần như tròn này, ánh sáng bên ngoài của trung tâm nổi trên nền sáng màu hồng và màu tím lúc 5 giờ 30 phút chiều. Một mùi trầm hương ngào ngạt tỏa khắp trung tâm này khi ông Lamson, 45 tuổi, ngồi bắt chéo chân sau một chiếc bàn kính, tay ông làm các ký hiệu trong khi ông bàn luận đến những thay đổi sắp tới vào năm 2023. “Đây là một khoảng thời gian tuyệt vời trên Trái Đất,” ông nói. “Nhưng chúng ta cũng đang trải qua sự thay đổi lớn. Vì vậy, đây là lúc để mọi thứ dường như không mấy tốt đẹp.”

Ông Lamson cho biết các sự kiện toàn cầu đang bắt đầu nổi lên như một dòng điện mà sẽ phơi bày rất nhiều sự thật. “Tôi nghĩ quý vị sẽ thấy nhiều trẻ thơ thức tỉnh hơn — trẻ hóa hơn — thoát khỏi các nghị trình, trở nên tự chủ hơn,” ông nói. “Suy nghĩ cho chính bản thân họ một lần nữa.”

Ông Lamson đã nói rằng hãy xem điều đó như một vòng quay cần thiết của bánh xe này, một sự thay đổi tất yếu của các electron quay quanh các nguyên tử — ánh sáng đi cùng với ánh sáng — chứ không phải với bóng tối. Ông cho biết: “Điều đây cảm hứng là rất nhiều người — mặc dù không tham gia nhiều vào chính trị — đang bắt đầu hội tụ lại gần nhau.”

Vì lý do này, ông Lamson đã nói rằng vào năm 2023, mọi người sẽ bắt đầu cảm nhận bằng trực giác rằng “những sự thật” mà họ đã biết được chủ yếu là những lời dối trá. Mặc dù năm 2022 là một năm khó cực đối với nhiều người, nhưng ông nhìn thấy một thời đại khai sáng sắp đến — “dù có muốn hay không.”

Ông Jeff Pruett, chủ nhà hàng Route 66 Diner ở thành phố Williams, tiểu bang Arizona, và các nhân viên của ông đã sẵn sàng phục vụ rất đông thực khách vào giờ ăn trưa hôm 07/12/2022. Ông Pruett cho biết công việc kinh doanh của ông đã trải qua một năm chậm chạp, nhưng rất khó tìm được sự trợ giúp.

Ông nói: “Quý vị không thể nào mang tâm trạng bị quan và yếm thế như vậy.”

Nhà ngoại cảm Charley Lamson ngồi sau bàn làm việc của mình tại Trung tâm Thời đại Mới ở Sedona, Arizona, hôm 07/12/2022.

Ông Cobble Felipe Torres đã quản lý tiệm sửa giày The Big Shoe ở thành phố Bakersfield, tiểu bang California từ năm 2002.

Thợ đóng giày. Tôi học được nghề này từ ông ấy.”

Ông Torres nhìn thấy viễn cảnh của công việc sửa chữa giày của mình vào năm 2023 với đầy hy vọng rằng công việc sẽ tốt hơn so với thời kỳ đại dịch. “Đầu tiên, tôi hy vọng sức khỏe của mình sẽ tốt hơn,” ông nói, khi vẫn đang chiến đấu với hội chứng COVID kéo dài. “Bệnh cúm — bất cứ thứ gì.”

“Tôi hy vọng nền kinh tế sẽ tốt hơn và mọi người sẽ quay trở lại làm việc. Về tình trạng sức khỏe của tôi? Lên và xuống. Nhưng theo góc nhìn của tôi, mỗi ngày khi thức dậy, quý vị tôi còn nhỏ,” ông nói. “Cha tôi là một



Thợ đóng giày. Tôi học được nghề này từ ông ấy.” Ông Torres nhìn thấy viễn cảnh của công việc sửa chữa giày của mình vào năm 2023 với đầy hy vọng rằng công việc sẽ tốt hơn so với thời kỳ đại dịch. “Đầu tiên, tôi hy vọng sức khỏe của mình sẽ tốt hơn,” ông nói, khi vẫn đang chiến đấu với hội chứng COVID kéo dài. “Bệnh cúm — bất cứ thứ gì.” “Tôi hy vọng nền kinh tế sẽ tốt hơn và mọi người sẽ quay trở lại làm việc. Về tình trạng sức khỏe của tôi? Lên và xuống. Nhưng theo góc nhìn của tôi, mỗi ngày khi thức dậy, quý vị tôi còn nhỏ,” ông nói. “Cha tôi là một

Xem tiếp trang 8



Ông Joe Kirsh, tiểu bang Pennsylvania

2022: Một năm vất vả, khó khăn, và hy vọng

Tiếp theo từ [trang 7](#)

Nevada

Ông Roger Sunderland, tài xế của công ty cung cấp dịch vụ lái dật A&A Towing, tại Thành phố Carson, tiểu bang Nevada, chắc chắn sẽ đồng ý.

Trong 600 ngày qua, ông đã rất “khỏe mạnh và tinh táo” và chuỗi ngày này vẫn đang tiếp tục.

“Tôi đã có một năm tuyệt vời. Tuy tôi đã trải qua những thăng trầm, nhưng tôi mang một tinh thần của mùa Lễ Giáng Sinh, gia đình tôi ở Sacramento, các con gái của tôi,” ông Sunderland, 59 tuổi, cho biết.

“Mọi thứ đều tốt đẹp. Tôi yêu quý vùng đất này. Tôi mới chuyển đến đây



và năm trước. Tôi rất thích nơi này.”

Ông Sunderland hy vọng rằng trong năm 2023, ông sẽ tiếp tục đi đúng hướng “bởi vì mọi thứ bây giờ đều rõ ràng và tươi đẹp.”



(Trái) Ông Roger Sunderland, lái xe của công ty cung cấp dịch vụ lái dật A&A Towing, cho biết năm 2022 là một năm quan trọng, đánh dấu ngày thứ 600 ông không uống rượu. Ông mong đợi một năm 2023 thậm chí còn tốt đẹp hơn. (Phải) Thác nước trắng xóa vào mùa đông chảy qua Rừng Quốc gia Eldorado ở phía bắc California trên Tuyến đường 50 hướng đến Thành phố Carson, tiểu bang Nevada, hôm 10/12/2022.

Khoảng 15 dặm (khoảng 24 km) về phía đông bắc của Thành phố Carson là Thành phố Virginia, tiểu bang Nevada, một thị trấn khai thác bạc cũ trên sườn phía đông phủ đầy tuyết của Dãy Virginia.

Đường lái xe lên dốc rất trơn trượt và đầy nguy hiểm, hướng vào thị trấn trong một cơn bão tuyết. Những cảm giác kỳ diệu và thích thú khi băng qua chặng đường này cứ như thế quý vị đã trúng mô vàng lớn.

Khu trung tâm thành phố trông giống như thời cách đây hơn 150 năm, với khu mặt tiền của hàng kiểu phương Tây kiểu cổ điển hiện là các cửa hiệu bán đồ cổ, quán cà phê, nhà hàng, cửa hàng quần áo, và quán rượu.

Thành phố Virginia, với dân số 787 người, đã phát triển thành một thị trấn bùng nổ dịch thực với việc



phát hiện ra bạc vào năm 1859 ở nơi được gọi là Comstock Lode. Năm 1883, kỹ giả kiêm cây bút người Mỹ Samuel Clemens bắt đầu làm phóng viên tại tờ báo Territorial Enterprise ở Silver Queen Saloon.

“Vào tháng 02/1863, khi đang làm việc cho tờ Territorial Legislature, ông Clemens đã lần đầu tiên ký tên cho tác phẩm của mình bằng bút danh Mark Twain,” một bài đăng về lịch sử viết.

“Ông Clemens qua đời ở Redding, tiểu bang Connecticut vào năm 1910, nhưng bút danh Mark Twain đã sinh ra ở địa điểm này 150 năm trước.”

Ông Michael Molisani như thể đang nhập tâm vào vai nhà văn Mark Twain. Ông Michael, vận bộ trang phục của thời kỳ năm 1873, đang cùng với vợ mình, bà Tora Engle-Molisani, dạo bước dọc theo lối đi bộ lót ván ở Thành phố Virginia.

Cặp đôi này đều là các diễn viên tái hiện lịch sử, đang trên đường đến Silverland Inn and Suites để dự tiệc Giáng Sinh hàng năm của nhóm Những Nhà Văn Thẩm Lặng (Silent Writers).

“Chúng tôi ăn vận như thế này và đi bộ trong thị trấn,” ông Molisani nói. “Chúng tôi ở đây để tạo ra bầu không khí và cung cấp thông tin lịch sử cho các du khách. Vì vậy, nếu một khách du lịch muốn biết, ‘Này, đây là

gi?’, thì chúng tôi sẽ giúp họ.”

Ở khía cạnh cá nhân, năm 2022 là một năm đầy thử thách đối với cặp vợ chồng này.

Bà Engle-Molisani cho hay: “Cho dù quý vị có cố gắng đến mức nào đi chăng nữa để vượt qua những khó khăn thì — vẫn có những chi phí không lường trước được.”

“Một phần nhà để xe của chúng tôi bị thổi bay. Công việc cũ của tôi đã không còn.”

Điều đó không ổn chút nào. Nhưng bà vẫn kiên trì và tìm được một công việc mới tại bộ phận nhân sự của hãng Tesla.

“Tôi chưa gặp ông Elon Musk. Tôi vô cùng hy vọng mọi thứ tốt đẹp cho năm 2023,” bà Engle-Molisani cho biết.

Một khác, chồng bà có giai đoạn bị nhiễm trùng xoang trong sáu tháng.

“Điều đó thật tệ,” ông Molisani nói, ông cảm thấy biết ơn vì thuốc kháng sinh và steroid đã chữa khỏi bệnh của ông.

Làm việc công việc lao động chân tay, ông cho biết ông không thích tình hình kinh tế hiện tại.

“Nhưng tôi cũng biết chúng tôi sẽ không rơi vào một cuộc suy thoái,” ông Molisani cho biết. “Chúng tôi vẫn không có đủ người cho tất cả các công việc.”

Và còn rất nhiều điều mà cặp đôi



(Trên) Ông Michael Molisani cùng với vợ, bà Tora Engle-Molisani, trong bộ cổ phục, dạo bước dọc theo lối đi lát ván trong một cơn bão tuyết ở Thành phố Virginia, tiểu bang Nevada, hôm 10/12/2022. (Bên trái) Tuyết rơi dày đặc bao trùm Thành phố Virginia, tiểu bang Nevada, hôm 10/12/2022, để lại lớp tuyết dày hơn một foot (hơn 30 cm) che phủ thị trấn cổ xưa này.

này sẽ phải trông chờ vào năm 2023, chẳng hạn như nhân nuôi một con mèo thứ sáu.

Ngoài ra, “thế giới là rác rưởi,” ông Molisani nói với The Epoch Times.

“Nhưng quý vị biết gì không? Tôi không quan tâm vì tôi không thể sửa chữa điều này. Và tôi chỉ có ngân quỹ nằm trên Trái Đất. Vì vậy, tôi sẽ không nằm ra đó. Tôi sẽ nhảy múa.”



Anh Charlie Seaton quản lý quán bar tại Silver Queen Saloon ở Thành phố Virginia, tiểu bang Nevada, hôm 10/12/2022. Anh Seaton cho biết tòa nhà này từng là nơi đất tổ báo mà ông Samuel Clemens (Mark Twain) đã làm việc vào cuối những năm 1800.

Nhóm biên dịch tin tức Anh ngữ Epoch Times Tiếng Việt



Mọi người đều muốn thoát khỏi thực tại khi họ đến đây.

Bà Constance Carlson, đồng sở hữu của Silver Queen Hotel Saloon, Thành phố Virginia, tiểu bang Nevada.

Tại Silver Queen Hotel Saloon, trên lối đi bộ bằng gỗ ở phía xa, anh nhân viên pha chế Charlie Seaton đã cho biết về spirits (các vang hỗn) — chứ không phải loại rượu mạnh mà quý vị uống.

Truyền thuyết du lịch cổ kể về các vong hồn ám lấy quán rượu cũ và khách sạn gồm 28 phòng này, vốn được xây dựng vào năm 1876.

“Có vô số câu chuyện về những hồn ma ở đây,” anh Seaton, người đã vài lần gặp ma, cho biết. “Không có gì ghê rợn cả. Chỉ là những năng lượng và trải nghiệm khác nhau.”

Giờ đây, khi bầu không khí Giáng Sinh đang tràn ngập Thành phố Virginia, anh Seaton cho biết năm 2023 sẽ là một năm tuyệt vời cho các hoạt động kinh doanh. Năm nay chắc chắn là như vậy.

“Sự phát triển của khu vực này rất

đáng chú ý,” anh Seaton nói với The Epoch Times. “Đó là một năm thịnh vượng ở nơi đây. Đại dịch đã thúc đẩy sự tăng trưởng. Mọi người đều [yêu thích] thị trấn đầy gắn kết này, phải không?”

Người đồng sở hữu khách sạn Silver Queen, bà Constance Carlson, cho biết nếu như năm 2022 có thể chỉ dẫn điều gì đó, thì nói lên rằng năm 2023 sẽ có nhiều khách du lịch.

“Tôi rất bận vì mọi người đều muốn thoát khỏi thực tại khi họ đến đây. Đây là tháng bận rộn nhất của tôi trong 33 năm qua,” bà Carlson nói. “Quá bận rộn — và không có đủ sự trợ giúp.”

Ở bên kia đường của khách sạn Silver Dollar Saloon, ông Brian Staples, anh Seaton cho biết năm 2023 sẽ là một năm tuyệt vời cho các hoạt động kinh doanh. Năm nay chắc chắn là như vậy.

“Sự phát triển của khu vực này rất

Big Deal – Ưu Đãi Cuối Năm

Giảm 25% cho 1 năm

Giảm 10% cho 6 tháng

Khi khách hàng đăng quảng cáo dài hạn trên báo in Epoch Times Tiếng Việt

(chỉ áp dụng ở Hoa Kỳ)

- ✓ Miễn phí thiết kế quảng cáo
- ✓ Tặng rao vặt miễn phí
- ✓ Tặng kèm miễn phí đăng quảng cáo online trên www.epochtimesviet.com

Áp dụng:

12/16/2022 đến hết 01/31/2023

Nếu quý thân chủ muốn đăng quảng cáo, vui lòng cho biết tên, địa chỉ, số điện thoại, email (nếu có), và gửi đến:

Email: contact@epochtimesviet.com

Hoặc điện thoại: (714) 356-8899 / (626) 618-6168

Giá biểu:

KÍCH CỠ (TRANG ĐEN)	12 THÁNG (Giảm 25%)	6 THÁNG (Giảm 10%)
1/16 TRANG / TUẦN	\$2,800 \$585	\$3,400 \$551
¼ TRANG / TUẦN	\$1,200 \$975	\$6,800 \$585
½ TRANG / TUẦN	\$2,800 \$2,145	\$3,400 \$1,287
¾ TRANG / TUẦN	\$5,200 \$4,290	\$2,800 \$2,574
FULL TRANG / TUẦN	\$10,400 \$7,800	\$5,200 \$4,680

KÍCH CỠ (MÀU)	12 THÁNG (Giảm 25%)	6 THÁNG (Giảm 10%)
1/16 TRANG / TUẦN	\$1,200 \$975	\$6,800 \$585
¼ TRANG / TUẦN	\$2,200 \$1,950	\$1,200 \$1,170
½ TRANG / TUẦN	\$5,200 \$3,900	\$2,800 \$2,340
¾ TRANG / TUẦN	\$10,400 \$7,800	\$5,200 \$4,680
FULL TRANG / TUẦN	\$18,200 \$13,650	\$9,400 \$8,190

Nhà Dưỡng Lão Non Nước

➔ Chăm Sóc Quý Vị Cao Niên Đầy Tinh 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: emilypfan2017@gmail.com

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

Your Ad Here

Contact:
(626) 618-6168
(714) 356-8899

RAO VẬT • Classifieds

GARAGE DOOR & HANDYMAN COMPANY, LIC. #316559
Nhanh chóng - BẢO ĐẢM - Giá rẻ.
Khi hoàn tất công việc mới nhận tiền công.
L/L: **Sonny - (714) 510-0163**

SMOG CHECK \$38 OUT THE DOOR
Included DMV certificate & Transfer Fee
Quickie Smog Test Only 9525 Warner Ave #B, Fountain Valley, CA 92708
Tim: **714-675-3675 - Tom: 714-220-7007**

LA VIE EN ROSE BAKERY (TIỆM BÁNH NÓI TIẾNG)
Đặc biệt: Bánh bông lan trứng muối, Bánh mì phô mai bơ tỏi.
Nhận đặc tiệc cưới hỏi, sinh nhật...
L/L: **(714) 340-9419**

BOLSA CARE PHARMACY (GRAND OPENING)
Được Sĩ Cường Kinh Mời
9550 Bolsa Ave, # 109 Westminster, CA 92683
(Trong khu Wells Fargo, sau lưng nhà hàng Lục Dinh Kỳ)
L/L: **(714) 884-4742**

KIM PHÚ - EXPRESS Chuyển Tiền Nhanh Về Việt Nam
(trong khu chợ ABC Bolsa)
Sửa Ensure, Entrust, Pediasure và Dầu xanh giao tận nhà.
Có bán pinless V247.
Mô cửa: 8am - 5pm mỗi ngày
L/L: **(714) 899-3825**

LEXUS, Love LEXUS
Muốn mua xe LEXUS, New or used, không qua Salesman, bán đúng giá, nhanh gọn, buy or lease dễ dàng. Giúp đỡ đồng hương, Uy tín, chân thành. Hãy gọi cho chúng tôi khi bạn quyết định mua xe.
Tel: **(714) 620-4486**

SKIN CARE
Xóa nốt ruồi, mụn, sẹo. Permanent makeup. Các loại sản phẩm cao cấp chăm sóc da. Diện tích viên, học phí thấp.
L/L: **Nhân Skin Care Clinic, 714-487-3968 / 714-531-1089.**

A.Y BEAUTY SUPPLY
8937 Westminster Ave, Garden Grove, CA 92844
Cung cấp các loại mỹ phẩm, mỹ phẩm, các sản phẩm làm nails. Các sản phẩm làm đẹp, Hand sanitizer
Mô cửa 7 ngày mỗi tuần
Tel: **714-899-8332 - Fax: 714-899-8322**

OC PHARMACY
Nhiều loại thuốc, sửa Ensure, dầu xanh, dầu Trùng Thô, Arthro 7, Chích ngừa viêm phổi và giới leo. Giao thuốc miễn phí trong vòng 5 miles.
L/L: **714-590-9401**

BS TÔN THẤT ANH KIỆT
Chuyên khoa: gia đình, nhi thường và người già. VP: 14082 Magnolia St #109, Westminster, CA 92683.
(714) 895-8583
(714) 206-3618

HPT REALTY & FINANCE
Chuyên viên địa ốc & lập hồ sơ vay vốn mua nhà, tài tài trợ nợ nhà. Tận tâm, Uy tín & Vui vẻ. L/L: Hollie Hoa Luong, BRE #02106257, MICS #2015753, Tel: **714-880-5789**
Email: hoaluonghpt@gmail.com

DU LỄ / IAA
TX License #2525934
• Bảo hiểm nhân thọ có tiền lãi, để dành tiền cho con em và đại học • Bảo hiểm khi bị bệnh • Bảo hiểm nhân thọ định kỳ
• Quý hưu trí (IRA, Roth IRA, 401K Rollover)
713-304-8779 dule.insagent@gmail.com

Your Classifieds

CẦN BÁN XE
Xe truck TOYOTA TACOMA SR5-V6, Year 2020. White color. 10,500 Miles.
Plate number: 23745B3
VIN number: 3T-MAZ5C-NGLM138612
Xin L/L: **626-466-6994**

MUA BÁN NHÀ CỬA, CỞ SỞ THƯƠNG MẠI
1/ Chủ về hưu cần sang gấp Nhà Hàng vùng Little SG. Tiệm rộng hơn 1,200sf, mới tân trang, 90 chỗ ngồi mặt tiền đường thương mại. Giá \$150K

2/ This 2-story gated townhouse features 3 bedrooms, 2.5 bathrooms, 2 attached garages, and Living 1,363 sf. Built in 1998. All bedrooms are upstairs. Central AC, central heat. Price \$3,195 per month.

3/ CHUYỂN MUA BÁN NHÀ CỬA, ĐẦU TƯ, VAY MƯỢN, BUSINESS, COMMERCIAL. Listing 1%, Free escrow fee. Start 3.5% down payment.

L/L: **Liliane Tran 714-588-9792 LilianeTranRealtor@gmail.com**

THÀNH PHỐ GARDEN GROVE TUYỂN ỦY VIÊN CÁC ỦY BAN THÀNH PHỐ
Thành Phố Garden Grove đang tuyển ủy viên các ủy ban thành phố. Đây là công việc thiện nguyện, những ứng cử viên phải đăng ký đi bầu và là cư dân sống trong Garden Grove. Người ủy viên sẽ phục vụ nhiệm kỳ trong hai năm, thường xuyên phải tham dự các cuộc họp, và được bổ nhiệm làm người có văn cho Hội Đồng Thành Phố, đóng góp ý kiến cho Thành phố.

Các ứng cử viên có thể lên trang mạng của Thành phố [gccity.org/form/commissions/applications](http://www.gccity.org/form/commissions/applications) để điền đơn online. Hoặc các ứng cử viên cũng có thể tới lấy đơn tại văn phòng Thu Ký Thành phố, lầu 2, trong City Hall, địa chỉ 11222 Accacia Parkway, hoặc gọi về số **(714) 741-5040**.

Thời hạn nhận đơn bắt đầu từ bây giờ đến 5:30 giờ chiều ngày Thứ Năm, 12 tháng Giêng, 2023. Buổi bổ nhiệm các ủy viên dự kiến sẽ diễn ra tại cuộc họp Hội đồng Thành phố thường kỳ ngày 24 tháng Giêng, 2023.

Để biết thêm thông tin, xem tại www.gccity.org/commissions hoặc gọi cho Thu Ký Thành phố tại **(714) 741-5040**.

TƯ VẤN ĐIỂM CREDIT
• Credit tốt bị bạn sẽ kiếm thêm nhiều tiền. Hãy khám phá bí quyết nhanh từ dịch vụ của chúng tôi.
• Là cá nhân quá giới hạn mà hiện tại vẫn có cơ sở tín tín tốt nhất. Đừng lo, hãy liên lạc với chúng tôi.
• Điểm credit thấp/xấu hoặc đang bị bankruptcy. Không sao, chúng tôi có giải pháp.
• Muốn mượn được tiền từ tài credit card để ra làm ăn mở thương vụ. Chúng tôi sẽ giúp được.
L/L: anh Lâm Hoàng (949) 228-8733, LamTheHoang138@yahoo.com

FOR SALE Nail Salon in Yorba Linda
Rộng 1,275sf. Trong khu shopping center, a lot of parking spaces. 9 ghế spa, 3 tables, 1 facial room. Price \$250,000.
L/L: **Liliane Tran (714) 588-9792**

FOR SALE Rental Property
3 units in LA, 2 buildings total 3,260sf. Rental space. Lot size 7,320 sf. The 2 front units 2 beds/1bath each and the back unit 3beds/2baths. No HOA. Long term tenants, gross income \$46,000/year. Price \$79,900. L/L: **Liliane Tran (714) 588-9792**

NHÀ CHO THUÊ
Nhà ở El Monte (đường La Madera góc Lower Azusa), 3 phòng ngủ, 2 phòng tắm, nhiều chỗ đậu xe.
Giá \$2,800/tháng.
L/L: **562-256-4939**

CREDIT REPAIR
Dịch vụ sửa chữa tín dụng uy tín, chân thực, kết quả nhanh. VP: 9039 Bolsa Ave #303, Westminster, CA 92683
(657) 217-4877

CREDIT REPAIR
Dịch vụ sửa chữa tín dụng uy tín, chân thực, kết quả nhanh. VP: 9039 Bolsa Ave #303, Westminster, CA 92683
(657) 217-4877

CREDIT REPAIR
Dịch vụ sửa chữa tín dụng uy tín, chân thực, kết quả nhanh. VP: 9039 Bolsa Ave #303, Westminster, CA 92683
(657) 217-4877

CẦN THỢ TÓC
Beauty Salon vùng RANCHO PENASQUITOS đồng khách walk-in, cần thợ nữ Full time or Part time, bao lương \$1,500+ a week or ăn chia.
L/L: **Billy (858) 231-6054**

TÌM NGƯỜI CLEAN UP (DỌN DẸP) PHÒNG ở khu vực El Monte - Rosemead.
Liên lạc: **(626) 456-1150**

CẦN GẤP NGƯỜI LÀM
Cần người làm PART-TIME, Cashier ở Retail Store, phải biết Tiếng Việt.
L/L: **(714) 823-6911**

VIỆC LÀM
Tuyển 1 Được sếp part-time, Pharmacy technician full-time ở quận Cam.
Liên lạc: **Chị Kim (714) 360-8967 (Text)**

CẦN NGƯỜI CHẠY BÀN, LÀM BẾP, PHỤ BẾP
Tiệm Phở Hai tại Garvey Ave, S El Monte, CA 91733.
L/L: **(626) 623-4978**

VACATION ROOM
Ngay trung tâm Little Saigon, đi bộ ra chợ ABC Bolsa và Phước Lộc Thọ. Cho mượn ngắn hạn, dài hạn, phòng đẹp, lối đi riêng. Đầy đủ tiện nghi.
2 người \$400/tuần.
L/L: **714-363-1539**

MUA, BÁN NHÀ
1. Nhà 2 unit ở Santa Ana (Newhope & McFadden), mỗi unit 2 beds, 2 baths. 2 Car Garage. 2,032 sqft; lot 7,170 sqft. Giá: \$1,020,000.
2. Nhà Garden Grove (Bolsa & Ward) 4 beds, 2 baths, 2 Car Garage Attached; 1,432 sqft. Lot 6,000 sqft. Giá: \$975,000.
Lily Nguyen (949) 524 - 9290 (Realtor) uyenrealty@gmail.com

PRO: MUA BÁN NHÀ, BUSINESS, COMMERCIAL
Có direct lender chuyên làm loan tiền lãi thấp
-Mượn tiền không cần chứng minh income, tax
-Credit trung bình OK -Refinance, tu vấn đầu tư.
L/L: **Thu Anh, Lic.02106686, (949) 419-7653**

ĐẤT BÁN
Bán 2 miếng đất ở Phelan. Mỗi miếng giá \$190,000. Diện tích rộng 20 acres. L/L: **(714) 423 - 7277**

NHÀ BÁN
Nhà ở Stanton, 3PN, 3 1/2 PT, rộng 1800 sft, xây năm 2008.
Giá bán: \$810,000.
L/L: **(714) 423 - 7277**

MUA, BÁN NHÀ
•BÁN tiệm nails Bellflower 5 ghé, 4 bàn, có của sauphông facial, parking rộng, tiệm lâu năm. Giá \$99K
•BÁN Mobile Home ở Anaheim: 2pn,2pt, 3 chỗ đậu xe, rộng 1,140sqft, nội thất mới, khu yên tĩnh. Giá \$156,900K
•Muốn mượn tiền, chứng minh hoặc không chứng minh income.
L/L: **Christina Le (714) 468-7223 (Agent)**

MUỐN MUA NHÀ Ở TEXAS?
L/L: **Jane Nga Nguyễn Cell: 281-802-9231**
Mua bán, thuê mua, quản trị. Mượn tiền, cash out sửa nhà để bán. Trả cash khi cần bán gấp, sắp bị foreclosure.

CHUYÊN VIÊN ĐỊA ỐC 30 NĂM KINH NGHIỆM
Chuyên mua bán nhà, mobile home. Chăm chỉ, vui vẻ & yêu nghề. L/L: Lan Nguyen, Lic. #01149923, Cell: **714-878-7671**
Email: lanlannguyen@hotmail.com

CHUYÊN VIÊN MUA BÁN NHÀ CỦA, thường mai, lập hồ sơ vay mua nhà, tài tài trợ nợ nhà. Thành thật, uy tín.
L/L: Tony Tran, Lic.#01372718, MICS #211253, (714) 757-1919, trantony5218@gmail.com

BẢO HIỂM SỨC KHỎE
Ghi danh miễn phí:
Obamacare - Bảo hiểm giá rẻ của Covered California. Blue Shield, Blue Cross, Kaiser, Health Net, Oscar, Molina. Giúp tìm bác sĩ gia đình, chọn tổ hợp y tế.
L/L: **Stephanie Nguyen: (714) 914-2065 - Insurance Lic. 0156175 - VP: 9550 Bolsa Ave # 204, Westminster, CA 92683**

GIÁ RAO VẬT
*Size thường: Rộng 1.6 inch X Cao 1 inch. Mỗi tháng (4 tuần): \$25. Cứ thêm 1 tuần lễ thì tính: \$7
*Double Size: Rộng 1.6 inch X Cao 2 inch. Mỗi tháng (4 tuần): \$40. Cứ thêm 1 tuần lễ thì tính: \$10

Ngành du lịch sinh con đang thu lợi từ quốc tịch Hoa Kỳ



TNS Rob Portman (Cộng Hòa-Ohio) tại Capitol Hill ở Hoa Thịnh Đốn, ngày 09/06/2020.

MARK TAPSCOTT

Theo một báo cáo mới của Thượng viện, những người mẹ sắp sinh đến từ Trung Quốc, Nga, và các quốc gia khác thường đến Hoa Kỳ để sinh con và nhờ đó mà có được quốc tịch Hoa Kỳ cho con của họ, mặc dù làm như vậy là trái pháp luật.

Thượng nghị sĩ Rob Portman (Cộng Hòa-Ohio), thành viên cao cấp của Đảng Cộng Hòa trong Ủy ban Thương viện về An ninh Nội địa và Các vấn đề Chính phủ (SCHSGA), cho biết: “Báo cáo này bóc trần một ngành đang lạm dụng quyền sở hữu quốc tịch theo nơi sinh của Hoa Kỳ bằng cách giúp công dân ngoại quốc mua quốc tịch Hoa Kỳ cho con em của họ.”

“Ngành du lịch sinh con đang làm suy yếu thủ tục nhập quốc tịch Hoa Ky bằng cách kiếm tiền từ đặc quyền của quốc tịch Hoa Kỳ, đôi khi bằng chi phí của người nộp thuế Hoa Kỳ.”

Tuyên bố của ông Portman đi kèm với việc công bố bản báo cáo do các nhà điều tra Đảng Cộng Hòa trong SCHSGA soạn thảo.

“Quyền sở hữu quốc tịch

phải là một kế hoạch dự phòng.”

Theo một phụ tá Quốc hội cao cấp yêu cầu được ẩn danh, để đo lường toàn bộ phạm vi của vấn đề du lịch sinh con, ủy ban này gặp một trở ngại lớn là Bộ Ngoại giao không thống kê cụ thể có bao nhiêu cá nhân như vậy được phép nhập cảnh vào Hoa Kỳ trong bất kỳ năm nào.

Báo cáo lưu ý rằng Bộ Ngoại giao thừa nhận “những du khách có thị thực B sinh ra hàng năm vậy được phép nhập cảnh vào Hoa Kỳ trong bất kỳ năm nào.

Báo cáo lưu ý rằng Bộ Ngoại giao thừa nhận “những du khách có thị thực B sinh ra hàng năm trẻ em mỗi năm. Ước tính này dựa trên các báo cáo từ các đại sứ quán và lãnh sự quán Hoa Kỳ. Các cơ quan này chứng kiến ngày càng nhiều người xin thị thực B liệt kê việc sinh con như là mục đích chính của họ khi đến Hoa Kỳ.”

Thị thực B cho phép những người không phải là công dân nhập cảnh vào Hoa Kỳ tạm thời với mục đích kinh doanh hoặc du lịch. Báo cáo nói rằng các quan chức Bộ Ngoại giao cũng thừa nhận rằng việc cho phép những người không phải là công dân “có được thị thực để đến Hoa Kỳ chủ yếu là để có được quốc tịch Hoa Kỳ cho một đứa trẻ sẽ tạo ra một lỗ hổng tiềm ẩn lâu dài đối với an ninh quốc gia.”

Báo cáo viết: “Việc có được quốc tịch Hoa Kỳ cho con em của họ là một vụ cá cược phòng ngừa rủi ro – một khoản quỹ dự phòng để có một cuộc sống tốt đẹp hơn.”

“Không cần giải thích nhiều về những quyền lợi của quốc tịch Hoa Kỳ, và tất cả những ai được trao đặc quyền như vậy cũng nên trân trọng. Người đi du lịch sinh con chắc chắn hiểu được những lợi ích, nhưng không hiểu được đặc quyền của quốc tịch Hoa Kỳ.”

“Du lịch sinh con là một vấn đề nan giải vì việc này làm gián đoạn và hạ thấp thủ tục nhập tịch của Hoa Kỳ. Quốc tịch Hoa Kỳ không

“Công ty đã giúp khách hàng lựa chọn một bệnh viện phù hợp với sở thích của họ và giới thiệu một bác sĩ dựa trên tình trạng thai kỳ của họ. Theo trang web này, một số bác sĩ cũng là người nổi tiếng Nga.”

Một thông báo hồi năm 2015 của Bộ Ngoại giao đã mở ra cánh cửa cho du lịch sinh con, trong đó các bà mẹ trả tiền cho các công ty tư nhân có trụ sở tại Hoa Kỳ để sắp xếp dịch vụ chăm sóc y tế và các chi phí liên quan.

Thông báo tuyên bố rằng các chuyên tâm đến Hoa Kỳ như vậy là hợp pháp và hướng dẫn các quan chức lãnh sự Hoa Kỳ không từ chối cấp thị thực cho mục đích đó.

Báo cáo viết: “Điều này có nghĩa là khách du lịch sinh con không còn phải nói dối về mục đích chuyến thăm Hoa Kỳ của họ nữa.”

Ngành nhà ở tạm nhanh chóng mọc lên ở Hoa Kỳ để giúp đỡ các bà mẹ tương lai muốn sinh con ở Hoa Kỳ. Nhưng hồi năm 2020, Bộ Ngoại giao đã sửa đổi thông báo của mình sau khi SCHSGA bắt đầu cuộc điều tra dẫn đến bản báo cáo hiện thời.

Tuy nhiên, ngay cả theo thông báo đã qua sửa đổi hồi năm

2020, các quan chức lãnh sự Hoa Kỳ “được hướng dẫn không trực tiếp “hỏi người xin thị thực xem họ có đang mang thai hay không trừ phi [họ] có lý do rõ ràng cụ thể để tin rằng người xin thị thực có thể đang mang thai và đang dự định sinh con tại Hoa Kỳ,” báo cáo lưu ý.

Sau khi xem xét dữ liệu từ Cục Hải quan và Biên phòng Hoa Kỳ (CBP), các nhà điều tra của Thượng viện đã xác định được ba xu hướng quan trọng.

“Khách du lịch sinh con

thường khai báo số tiền mặt đáng kể khi nhập cảnh vào Hoa Kỳ. Các tờ khai này dao động từ vài ngàn đến vài trăm ngàn dollar,” báo cáo viết.

“Trong khi hầu hết các tờ khai tiền mặt dao động trong khoảng từ 20,000 đến 50,000 USD, dữ liệu CBP cho một khách du lịch sinh con từ năm 2019 đã báo cáo một tờ khai tiền mặt trị giá 301,400 USD cho các chi phí y tế.”

“Khách du lịch sinh con thường đến Hoa Kỳ nhiều lần để tìm kiếm quốc tịch cho nhiều trẻ em. Những vị khách du lịch đó thường viện dẫn các cơ hội giáo dục và nghề nghiệp ở Hoa Kỳ làm lý do để họ làm vậy.”

“Trong một số trường hợp, ủy ban này xác định những khách du lịch đã nhận được khoản điều chỉnh vượt quá 25,000 USD. Kết quả là, trong một số trường hợp, tiểu bang nơi đứa trẻ được sinh ra phải trả khoản chênh lệch chưa thanh toán trên tổng chi phí mà khách du lịch sinh con đó phải chi.”

Trong một trường hợp kiểu như vậy, khách du lịch sinh con chỉ trả 4,000 USD trên tổng hóa đơn bệnh viện là 34,000 USD; phần còn lại là do người nộp thuế ở California chi trả.

Báo cáo này đưa ra hai khuyến nghị.

Thứ nhất, “Bộ Ngoại giao và CBP nên tăng cường giám sát đối tác của họ để theo dõi toàn diện hơn hoạt động du lịch sinh con ở Hoa Kỳ,” và thứ hai, “Quốc hội nên làm rõ bằng luật rằng Đạo luật Nhập cư và Quốc tịch không cho phép cấp thị thực du lịch cho những du khách đến Hoa Kỳ trong thời gian ngắn chỉ để lấy quốc tịch cho con của họ.”

Minh Ngọc biên dịch

NGÀY 30/12/2022 — 05/01/2023 EPOCH TIMES

EPOCH TIMES NGÀY 30/12/2022 — 05/01/2023

Oregon loại bỏ xe chạy bằng xăng để đạt mục tiêu chất lượng không khí

SCOTTIE BARNES

Các loại xe chạy bằng xăng sẽ sớm trở thành dĩ vãng ở Oregon.

Hôm 19/12, Ủy ban Chất lượng Môi trường của Oregon thông qua một quy định mới cấm bán các loại xe mới chạy bằng xăng và yêu cầu tất cả xe hơi, xe tải, và SUV mới được bán trong tiểu bang này phải là “Xe Không Phát thải” (ZEVs) vào năm 2035.

Quy định này dựa trên các tiêu chuẩn về khí thải của xe hơi được California thông qua hồi tháng Tám.

Các nhà sản xuất xe hơi sẽ có hai năm để lập kế hoạch cho bước thực thi đầu tiên của quy định mới này, bắt đầu với các loại xe chở khách cho phiến bản xe năm 2026.

Thống đốc thuộc Đảng Dân Chủ Kate Brown đã chỉ định một ủy ban gồm năm người làm việc với tư cách là hội đồng xây dựng quy định của Bộ Chất lượng Môi trường (Department of Environmental Quality: DEQ) của tiểu bang Oregon.

Khi công bố quy định trên, ủy ban này đã viết, “Việc giảm lượng khí thải từ xe chạy bằng xăng là bắt buộc để đạt được

các mục tiêu về khí hậu và chất lượng không khí của Oregon.” “Hành động này sẽ đem lại chất lượng không khí tốt hơn và nâng cao sức khỏe của tất cả

người dân Oregon.”

Việc thông qua Quy tắc Xe hơi Sạch Tân tiến II (Advanced Clean Cars II hay ACC II) đánh dấu hành động mới nhất của ủy ban này nhằm chống biến đổi khí hậu và hướng Oregon đạt được các mục tiêu giảm khí thải nhà kính vào năm 2035.

Những không phải ai cũng

hài lòng.

“Hành động này được thực hiện bí mật sau những cánh cửa đóng kín bởi quy tắc hành chính sử dụng sắc lệnh của Thống đốc, chiếm đoạt quyền lực từ cơ quan lập pháp,” các Thượng nghị sĩ Đảng Cộng Hòa Oregon Fred Girod và Lynn Findley viết trong một tuyên bố công khai, gọi hành động này là “vi phạm rõ ràng về sự phân chia quyền lực”.

“Các quan chức không được bầu chọn không nên đưa ra các quyết định cho người dân Oregon,” Dân biểu Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện Shelly Boshart Davis, phát thải Liên Ủy ban Giao thông vận tải, cho biết thêm.

Đảng Cộng Hòa gọi hành

động trên là sự lạm quyền.

Ông Girod cho biết: “ĐEQ là một cơ quan đã trở nên điên cuồng và cho thấy nhu cầu cấp thiết trong việc giám sát hành chính,” đồng thời ông cho biết thêm rằng ông có kế hoạch giới thiệu dự luật để kiểm chế cơ quan này trong phiên họp lập



pháp sắp tới.

Trong 13 tháng qua, ủy ban này đã thông qua Quy tắc Xe tải Sạch Tân tiến (Advanced Clean Trucks Rule) để chuyển đổi xe tải hạng trung và hạng nặng của Oregon sang công nghệ không phát thải (Zero-Emissions Vehicle: ZEV), Chương trình Bảo vệ Khí hậu vốn đặt ra các giới hạn về phát thải khí nhà kính, và Mở rộng Chương trình Nhiên liệu Sạch nhằm mục đích giảm lượng khí thải carbon.

Đổi với bà Brown, người sẽ rời nhiệm sở vào tháng Một, các quy tắc trên là đỉnh cao trong các mục tiêu biến đổi khí hậu dài hạn của bà.

Năm 2020, bà Brown đã ký Sắc lệnh 20-04 chỉ thị các cơ quan tiểu bang giảm 50% lượng khí thải vào năm 2035 và 90% vào năm 2050.

Bởi vì lĩnh vực giao thông vận tải chiếm gần 40% lượng phát thải khí nhà kính trong tiểu

bang, Oregon xem việc chuyển đổi các xe chạy bằng xăng [sang xe EZV] là chìa khóa để đạt được những mục tiêu đó.

Oregon đã và đang ra sức hướng tới mục tiêu do cơ quan lập pháp đặt ra năm 2019 là có 250,000 chiếc ZEV đã đăng bộ trong tiểu bang vào năm 2025. Tính đến tháng 04/2022, có khoảng 50,000 chiếc trên đường phố Oregon, cách quota xa con số mục tiêu trong ba năm đầu tiên.

Quy định mới này sẽ thúc đẩy việc áp dụng công nghệ ZEV.

“Tôi cam kết giải quyết cuộc khủng hoảng khí hậu một cách khẩn cấp,” bà Brown viết hôm 20/12.

“Giảm lượng khí thải từ lĩnh vực giao thông vận tải là một phần quan trọng trong kế hoạch toàn diện của Oregon nhằm giảm lượng khí thải nhà kính, và ACC II là một bước quan trọng để đạt được các mục tiêu của chúng tôi, đồng thời thúc

đẩy khả năng tiếp cận xe điện công bằng cho tất cả người dân Oregon bằng cách giúp phát triển thị trường xe không phát thải đã qua sử dụng.”

DEQ cho biết họ sẽ làm việc với một số cơ quan tiểu bang, chính quyền địa phương, các công ty điện lực, và doanh nghiệp tư nhân để phát triển một cách tiếp cận theo từng giai đoạn cho tương lai của ZEV.

Hồi tháng Năm, Sở Giao thông vận tải Oregon đã cam kết chi 100 triệu USD từ quỹ liên bang và tiểu bang trong 5 năm tới để mở rộng cơ sở hạ tầng sạc xe điện của Oregon.

Lệnh cấm này sẽ không ảnh hưởng đến các xe hơi đang lưu thông trên đường hoặc việc mua các loại xe chạy bằng xăng đã qua sử dụng. Những người quan tâm đến việc mua một chiếc xe mới chạy bằng xăng sẽ phải mua bên ngoài Oregon.

Nhà Đan biên dịch

Thực phẩm được nuôi cấy trong phòng thí nghiệm có nguy hại đối với sức khỏe của người Mỹ hay không?

JOHN MAC GHLIENN



Bình luận

Giờ đây khi các công ty quảng bá sản phẩm bơ sữa và thực phẩm nuôi cấy trong phòng thí nghiệm đang được FDA chấp thuận, thì đã đến lúc cần có một cuộc thảo luận không mấy thoải mái nhưng hệ trọng về nỗ lực tái tạo lại cách ăn uống của người Mỹ.

Chúng ta được bảo rằng sản phẩm bơ sữa từ phòng thí nghiệm là tương lai. Loại bỏ bơ sữa ra khỏi sự cân bằng đồng nghĩa với việc lượng khí thải methane ít hơn. Môi trường có lợi hơn. Nhưng quý vị có biết ai sẽ phải là người chịu thiệt hại hay không? Hàng triệu nông dân chăn nuôi bò sữa trên toàn thế giới. Bơ sữa làm từ phòng thí nghiệm hứa hẹn nhiều mặt tích cực nhưng lại không đề cập đến những mặt trái tiềm tàng, khá là thảm khốc của việc quay lưng với bơ sữa. Để “cứu lấy môi trường” thì có vẻ như phải phá bỏ các phương thức canh tác truyền thống.

Ngành công nghiệp sữa toàn cầu đang bị tấn công. Từ Ireland trải dài đến Ấn Độ, các nông dân chăn nuôi bò sữa đang bị giới thượng lưu đẩy ra ngoài lề, những người tin rằng ngành công nghiệp sữa cần một cuộc đại tu hoàn toàn. Họ nói rằng sữa tổng hợp, còn được gọi là sữa nuôi cấy trong phòng thí nghiệm, chính là tương lai.

Theo nhà nghiên cứu Milena Bojovic, chúng ta nên đơn nhận cuộc cách mạng được kiến tạo từ phòng thí nghiệm này, vì cuộc cách mạng này không yêu cầu sử dụng bò sữa hoặc các động vật khác. Hơn nữa, khi mà “ngày càng có nhiều lời kêu gọi chuyển từ các hệ thống thực phẩm dựa trên động vật sang các hình thức sản xuất thực phẩm bền vững hơn,” thì giờ là lúc để thay đổi. Ông Bojovic lập luận rằng đây là vấn đề “phúc lợi động vật”.

Nhưng còn phúc lợi của con người thì sao? Việc thúc đẩy sản xuất sữa tổng hợp trở thành xu hướng chủ đạo sẽ tàn phá nền kinh tế địa phương và đảo lộn cuộc sống của những người chăn nuôi bò sữa trên khắp thế giới. Ngày nay, có khoảng 116 triệu nông dân chăn nuôi bò sữa trên toàn thế giới; đến năm 2030, do sự can thiệp quá mức của chính phủ và các sáng kiến tại phòng thí nghiệm, sẽ chỉ còn 104 triệu nông dân. Hoa Kỳ là nơi sinh sống

NICHOLAS TERGETTY IMAGES



Hình ảnh một viên gà chiên làm từ thịt gà được nuôi cấy trong phòng thí nghiệm tại buổi ra mắt trên truyền thông ở Singapore hôm 22/12/2020. Đây là quốc gia đầu tiên cho phép bán thịt được tạo ra mà không cần giết mổ bất kỳ động vật nào.

của 30,000 nông dân chăn nuôi bò sữa. Hai mươi năm trước, con số đó là 70,000.

Nông dân chăn nuôi bò sữa đang biến mất khi thế giới cần họ hơn bao giờ hết. Hàng chục triệu người trên toàn cầu dựa vào các sản phẩm sữa để tồn tại. Nhiều người trong số này đến từ các quốc gia nghèo khó hơn. Chẳng hạn, protein trong sữa bò là thành phần chính trong các sản phẩm dùng để điều trị cho trẻ em suy dinh dưỡng (đến cuối thập niên này, sẽ có 129 triệu trẻ em suy dinh dưỡng trên toàn thế giới).

Sữa bò rất dồi dào dưỡng chất, cung cấp protein và các vi dưỡng chất như calci, magnesium, selenium, riboflavin, và các vitamin B5, B12. Tiều thụ sữa có liên quan trực tiếp đến việc giảm nguy cơ phát triển bệnh loãng xương và có thể ngay cả bệnh ung thư đại trực tràng. Liệu có thể nói điều tương tự khi đề cập đến sữa tổng hợp không? Tóm lại là không. Sữa tổng hợp thiếu hụt các chất dinh dưỡng quan trọng. Điều này không có gì là ngạc nhiên. Xét cho cùng, từ “tổng hợp” chỉ là một từ đồng nghĩa hoa mỹ của từ giả mạo. Nhưng nỗ lực nuôi cấy trong phòng thí nghiệm để đạt tư hoàn toàn ngành nông nghiệp lại là thật.

Thực phẩm giả, rủi ro thật
Cuộc đàn áp sản phẩm bơ sữa phải được nhìn qua lăng kính phổ quát hơn

nhieu. Để hiểu tương tận về quy mô của chiến dịch này, người ta phải thảo luận về Diễn đàn Kinh tế Thế giới (WEF), tổ chức quốc tế đứng sau cuộc Đại Tái Thiết. Giới tinh hoa ở Davos hoàn toàn có ý định chuyển đổi ngành nông nghiệp. Có một toan tính phối hợp để thúc đẩy nông dân rời bỏ công việc đồng áng, thay thế con người bằng máy móc, thay thế sữa thật bằng sữa giả, và thay thế thịt thật bằng thịt được nuôi trong phòng thí nghiệm – tất cả đều nhằm danh tính bền vững.

Năm 2009, WEF đưa ra Tầm nhìn mới cho Nông nghiệp (NVA). Theo một tài liệu chính thức của WEF, sáng kiến này được tạo ra để “cùng lúc đem lại an ninh lương thực, tính bền vững của môi trường và cơ hội kinh tế.” WEF đã hướng đến năm 2050 để đạt được mục tiêu cao cả này. Điều thú vị là Monsanto, tập đoàn hóa chất nông nghiệp vương quốc nhiều vụ bê bối, đã từng là một đối tác của NVA. Thú vị hơn nữa, Bayer Crop Science, công ty đã mua lại Monsanto vào năm 2016, vẫn là một đối tác tích cực.

Một trong những nhà tài trợ cho sáng kiến này là chính phủ Hà Lan. Chính phủ Hà Lan đang cố gắng hết sức để giảm lượng khí thải nitrogen của đất vào các sản phẩm sữa để tồn tại. Nhiều người trong số này đến từ các quốc gia nghèo khó hơn. Chẳng hạn, protein trong sữa bò là thành phần chính trong các sản phẩm dùng để điều trị cho trẻ em suy dinh dưỡng (đến cuối thập niên này, sẽ có 129 triệu trẻ em suy dinh dưỡng trên toàn thế giới).

Sữa bò rất dồi dào dưỡng chất, cung cấp protein và các vi dưỡng chất như calci, magnesium, selenium, riboflavin, và các vitamin B5, B12. Tiều thụ sữa có liên quan trực tiếp đến việc giảm nguy cơ phát triển bệnh loãng xương và có thể ngay cả bệnh ung thư đại trực tràng. Liệu có thể nói điều tương tự khi đề cập đến sữa tổng hợp không? Tóm lại là không. Sữa tổng hợp thiếu hụt các chất dinh dưỡng quan trọng. Điều này không có gì là ngạc nhiên. Xét cho cùng, từ “tổng hợp” chỉ là một từ đồng nghĩa hoa mỹ của từ giả mạo. Nhưng nỗ lực nuôi cấy trong phòng thí nghiệm để đạt tư hoàn toàn ngành nông nghiệp lại là thật.

Thực phẩm giả, rủi ro thật
Cuộc đàn áp sản phẩm bơ sữa phải được nhìn qua lăng kính phổ quát hơn

lê quý 4 năm 2021 của họ đã tăng 85%. Những khoản lợi nhuận là lành mạnh, nhưng loại bánh mì kẹp thịt đó có lành mạnh cho sức khỏe không?

Theo Bác sĩ Joseph Mercola, gần như chắc chắn là không. “Thử nghiệm cho thấy Impossible Burger chứa 11.3 ppb glyphosate,” ông Mercola lưu ý, trước khi cho biết thêm rằng “các nghiên cứu trên động vật cho thấy 0.1 ppb glyphosate có thể làm thay đổi chức năng của hơn 4,000 gen của gan và thận, đồng thời gây tổn thương nội tạng.”

Các thí phụ có ảnh hưởng như Richard Branson và Bill Gates đang thúc đẩy việc chuyển sang thực phẩm không tự nhiên; cả hai vị này đều đã đầu tư một khoản tiền lớn vào các dự án nuôi cấy trong phòng thí nghiệm. Trong một cuộc phỏng vấn với MIT Technology Review, ông Gates nói rằng các quốc gia giàu có như Hoa Kỳ nên chuyển hoàn toàn sang thịt bò tổng hợp – thì đã đến lúc cần phải đặt ra những câu hỏi quan trọng. Nhân loại đang hướng về đâu? Đến một nơi mà máy bay không người lái thay thế nông dân và chèo đò phòng thí nghiệm tạo ra thay thế thực phẩm thật; chính là nơi đó. Đến một nơi mà con người, tác nhân con người, và ý thức chung về mục đích bị loại bỏ khỏi sự cân bằng nông nghiệp.

Thức phẩm từ này đó không thật – thật giả, sữa giả, tiêu chuẩn sắc đẹp nhân tạo, nguy khoa học, tin tức giả, thế giới ảo mới (xem Metaverse) – thì đã đến lúc cần phải đặt ra những câu hỏi quan trọng. Nhân loại đang hướng về đâu? Đến một nơi mà máy bay không người lái thay thế nông dân và chèo đò phòng thí nghiệm tạo ra thay thế thực phẩm thật; chính là nơi đó. Đến một nơi mà con người, tác nhân con người, và ý thức chung về mục đích bị loại bỏ khỏi sự cân bằng nông nghiệp. Thức phẩm từ thí không chỉ giới hạn ở văn hóa, chính trị, và ý thức hệ. Đó là một trong số ít những điều đem lại cho chúng ta sự thoải mái chân thực.

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

Ông John Mac Ghlionn là một nhà nghiên cứu và nhà viết tiểu luận. Tác phẩm của ông đã được những hãng thông tấn như New York Post, Sydney Morning Herald, Newsweek, National Review, The Spectator US cùng những tờ báo danh tiếng khác xuất bản. Ông cũng viết về tâm lý và các mối quan hệ xã hội, rất quan tâm đến vấn đề rối loạn chức năng xã hội và sự thao túng của truyền thông.

Doanh Doanh biên dịch

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 chuyển 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

Mức lương tối thiểu 15 USD/giờ sắp được áp dụng ở 23 tiểu bang

BRYAN JUNG

Hai mươi ba tiểu bang của Hoa Kỳ sắp thực hiện mức lương tối thiểu 15 USD/giờ.

Mức lạm phát tăng cao trong lịch sử đã vượt qua mức tăng lương trong năm qua, khiến hàng triệu công nhân Mỹ gặp khó khăn khi chi trả các hóa đơn của họ.

Hiện tại, giá hàng hóa ở mức cao nhất trong lịch sử 40 năm, trong khi lãi suất nợ nhà cao gấp đôi so với năm 2021, do Cục Dự trữ Liên bang tăng lãi suất vay để kiểm soát giá cả tăng cao.

Chỉ số giá tiêu dùng (CPI) đạt mức cao lịch sử với 9.1% trong tháng Sáu trước khi giảm xuống 7.1% trong tháng Mười một.

Cho đến mùa xuân năm ngoái, mức lạm phát tăng thường niên đã tăng trung bình từ 1% đến 2% kể từ năm 2010. Mức lạm phát này bắt đầu tăng mạnh sau khi các nước dần mở cửa trở lại khi các biện pháp phong tỏa được nới lỏng.

Theo Chỉ số Chi phí Việc làm của Bộ Lao động, tiền lương thường niên của khu vực tư nhân tăng 5.2% trong quý thứ ba, thấp hơn nhiều so với tỷ lệ lạm phát.

Các tiểu bang, địa phương tăng lương tối thiểu

Theo một báo cáo độc quyền của Dự án Luật Việc làm Quốc gia (NELP), một nhóm vận động cho người lao động, được đăng trên tờ USA Today hôm 21/12, ít nhất 21 tiểu bang, 41 thành phố và quận sẽ tăng lương tối thiểu vào khoảng Ngày Đầu Năm Mới 2023.

Massachusetts và Washington, cùng với các tiểu bang như California và hầu hết New York, sẽ tăng lương tối thiểu lên 15 USD/giờ vào đầu tháng Một.

Theo NELP, vào khoảng cuối năm nay, nhiều chính phủ địa

Các nhà hoạt động kiến nghị mức lương tối thiểu 15 USD gần Điện Capitol ở Hoa Thịnh Đốn hôm 25/02/2021.

Các chủ doanh nghiệp, và đặc biệt là các nhà hàng nhỏ sẽ phải trả giá.

Ông Michael Saltzman, giám đốc điều hành của Viện Chính sách Việc làm

Nhân viên làm việc tại một tiệm Chipotle Mexican Grill ở Houston, Texas, hôm 09/06/2021. Giá thực đơn tại Chipotle Mexican Grill trong thời gian này đã tăng khoảng 4% để trang trải chi phí tăng lương tối thiểu lên 15 USD/giờ cho nhân viên.



EVA HAMBACH/AFP/GETTY IMAGES



Các xếp từ 20 USD mới in được xếp thành tệp và đóng gói tại Cục Khắc và In của Bộ Ngân khố Hoa Kỳ ở Hoa Thịnh Đốn vào ngày 20/07/2018.

Jim Watson/AFP/GETTY IMAGES

Tòa nhà Sở Thuế vụ (IRS) ở Hoa Thịnh Đốn hôm 19/02/2014.

hoạch Giải cứu Hoa Kỳ. Để giúp sự chuyển đổi diễn ra suôn sẻ và bảo đảm sự rõ ràng cho người nộp thuế, chuyên gia thuế và ngành thuế, IRS sẽ tri hoãn việc thực hiện các thay đổi 1099-K.”

Quy định này không thay đổi về mức thu nhập nào phải chịu thuế, chỉ thay đổi thông tin khoản tiền mà IRS sẽ nhận được. Người làm việc tạm thời và người bán hàng sử dụng các nền tảng trực tuyến được yêu cầu báo cáo và theo dõi thu nhập của họ theo luật.

Vài tuần trước, IRS đã đưa ra cảnh báo rằng người nộp thuế có thể cần chuẩn bị sẵn các tài liệu tài chính trước mùa khai thuế, và một số nhà phân tích độc lập cho biết những người khai thuế sớm nên hoãn nộp tờ khai thuế nếu họ dự đoán sẽ nhận được biểu mẫu 1099-K.

IRS cho biết: “Cần thận hơn một chút có thể giúp mọi người tiết kiệm thêm thời gian và công sức liên quan đến việc nộp tờ khai thuế sửa đổi. Giờ đây, một giao dịch vượt quá 600 USD có thể yêu cầu nền tảng bên thứ ba phát hành 1099-K. Tiễn nhận được thông qua mạng lưới chỉ trả của bên thứ ba từ bạn bè và người thân dưới dạng quà tặng cá nhân hoặc hoàn trả chi phí cá nhân không phải chịu thuế.”

Những lo lắng và hoang mang

Trước tuyên bố của O’Donnell, cả Đảng Dân Chủ và Đảng Cộng Hòa trong Quốc hội đều đề nghị tăng ngưỡng báo cáo 600 USD hoặc tri



J. SCOTT APPLEWHITE/AP PHOTO

phương và tiểu bang khác cũng sẽ tăng mức lương tối thiểu của họ, với tổng số 27 tiểu bang, 59 thành phố và quận.

Cô Yannet Lathrop, nhà nghiên cứu cao cấp kiêm nhà phân tích chính sách của NELP cho biết trong báo cáo “Tăng lương trên toàn quốc vào năm 2023”: “Xu hướng tăng lương này tiếp tục theo đà gia tăng.”

Cô Lathop cho biết, “Ít nhất 54 thành phố, quận và tiểu bang sẽ vượt mức lương tối thiểu 15 USD cho một số hoặc tất cả nhân viên vào cuối năm 2023.”

NELP cho biết các tiểu bang khác sẽ tăng dần mức tối thiểu trong 6 năm tới để đến năm 2028, tổng cộng 14 tiểu bang với khoảng 41% lực lượng lao động sẽ ở mức hoặc sẽ hướng tới mức 15 USD/giờ.

Theo dữ liệu từ Viện Chính sách Kinh tế, được USA Today phát hành, việc tăng lương tối thiểu vào

ngày đầu năm mới sẽ ảnh hưởng đến 3.4 triệu người lao động hiện đang hưởng lương cơ bản, trong khi 5.4 triệu người khác sẽ kiếm được nhiều hơn một chút nhưng sẽ được hưởng lợi từ các hiệu ứng nhỏ giọt từ bên trong doanh nghiệp.

Tuy nhiên, số liệu của viện này không tính đến mức tăng lương tối thiểu của thành phố và quận.

Một chiến dịch yêu cầu tăng mức lương tối thiểu đã phát triển trong nhiều năm kể từ khi mức lương tối thiểu liên bang được tăng lên 7.25 USD/giờ vào năm 2009.

Các thành viên Đảng Cộng Hòa trong Quốc hội đã chặn các nỗ lực tăng lương sau khi các chủ doanh nghiệp nhỏ phản đối rằng việc tăng lương sẽ ảnh hưởng đến sự tồn tại lâu dài của họ.

Khoảng 30 tiểu bang, chiếm 60% lực lượng lao động Mỹ, có mức lương tối thiểu cao hơn mức lương sàn của chính phủ liên bang.

Theo Bộ Lao động, Thủ đô Hoa Thịnh Đốn duy trì mức lương tối thiểu cao nhất ở Hoa Kỳ, với 16.10 USD/giờ.

Wyoming và Georgia đều có mức lương thấp nhất trong nước, với mức căn bản tối thiểu mỗi giờ là 5.15 USD, vì những người lao động đó được miễn trừ theo danh mục Đạo luật Tiêu chuẩn Lao động Công bằng Liên bang (FLSA).

Ở cả hai tiểu bang này, những người thuộc trường hợp ngoại lệ của FLSA có thể được trả ít hơn

mức lương tối thiểu của liên bang.

Trong khi đó, kể từ sau đại dịch, nhiều công ty đã tăng mức lương khởi điểm lên 15 USD, chẳng hạn như Target, Best Buy, Amazon, và Costco.

Hầu hết các tiểu bang và địa phương thường tăng mức lương tối thiểu thường niên của họ thông qua một loạt các mức tăng cao theo kế hoạch trong một số năm liên tiếp, trong khi những tiểu bang khác tăng dần mức lương của họ bằng cách liên kết mức tăng với tỷ lệ lạm phát thường niên.

‘Mức cơ sở tối thiểu vừa đủ’

Do giá cả tăng vọt, nhiều trong số 11 tiểu bang, 31 thành phố và quận ban hành việc tăng lương tối thiểu do lạm phát gây ra sẽ bắt đầu tăng lương đáng kể vào ngày 01/01.

Cô Lathrop cho biết, “Điều này sẽ giúp người lao động ít nhất cũng duy trì mức sống tối thiểu.” Cô cũng cho rằng mức tăng này sẽ hoàn toàn cho phép người lao động theo kịp mức tăng của giá cả hơn là bất kỳ lợi ích tài chính nào.

Cô nói: “Điều này sẽ giúp mọi người không phải đưa ra những quyết định khó khăn,” chẳng hạn như có nên ưu tiên một số nhu cầu cơ bản nhất định hay không.

Tuy nhiên, cô Lathrop gọi đó là “mức cơ sở tối thiểu vừa đủ,” khi cho biết, “15 USD vẫn là một mục tiêu rất quan trọng.”

Trong khi đó, nhiều doanh nghiệp như nhà hàng, sử dụng lao động lương thấp, tỏ ra thất vọng trước việc tăng lương tối thiểu này, cho rằng việc tăng lương tối thiểu sẽ chỉ làm cho tình trạng lạm phát trầm trọng hơn khi nhà tuyển dụng tăng giá để bù đắp chi phí lao động cao hơn.

Ông Michael Saltzman, giám đốc điều hành của Viện Chính sách Việc làm, nói với USA Today, “Một quy định về tiền lương cục đoan không có ý nghĩa về kinh tế trong bất kỳ hoàn cảnh nào. Ngay bây giờ, thật điên rồ khi tiếp tục với quy định này. Các chủ doanh nghiệp, và đặc biệt là các nhà hàng nhỏ sẽ phải trả giá.”

Văn Du biên dịch

rằng sự thay đổi quy định này là cần thiết để ứng phó với khoảng chênh lệch thuế đáng kể, trị giá hàng ngàn tỷ USD trong thập niên tới. Bộ trưởng đã bày tỏ lo ngại về những gì bà mô tả là sự thiếu hụt trong những gì IRS có thể thu được từ người nộp thuế.

Một số nhóm đại diện cho PayPal, Venmo, CashApp và các dịch vụ thanh toán khác đã cảnh báo rằng những người làm việc tạm thời mà chưa báo cáo một số thu nhập của họ trên tờ khai thuế sẽ bất ngờ khi họ nhận được biểu mẫu 1099-K cho những khoản thu nhập chưa được tính thuế trước đó. Gần đây, một luật sư đã ước tính có tới 50 triệu người Mỹ sẽ bị ảnh hưởng bởi quy định này.

Luật sư Arshi Siddiqui nói với New York Times hôm 21/12: “Nếu Quốc hội không hành động, chúng ta sẽ thấy một cơn sóng thần 1099 ập đến với những người sẽ bị lúng túng.”

Đã có sự mập mờ về việc liệu thay đổi thuế có ảnh hưởng đến các khoản thanh toán quà tặng, trả tiền thuê nhà, hoặc bán các mặt hàng cũ trên eBay hoặc các dịch vụ tương tự hay không. Các công ty bao gồm PayPal, CashApp và Venmo cho biết sự thay đổi về quy định này sẽ không ảnh hưởng đến quà tặng.

PayPal cho biết trên trang web của mình: “Điều này không bao gồm những thứ như trả lại tiền cho (Dân Chủ–Oregon), người đứng đầu Ủy ban Tài chính Thượng viện, đã gửi thư cho bà Yellen kêu gọi IRS cải thiện thông tin liên lạc của mình về việc thay đổi quy định đang chờ được ban hành này.”

Ông Wyden nói trong thư rằng, “Đã có sự hoang mang đáng kể về điều khoản này, và IRS cần cung cấp thông tin rõ ràng hơn cho người nộp thuế càng sớm càng tốt.” Trong khi đó, bà Yellen đã nói

Nhật Thăng biên dịch

VĂN HÓA & NGHỆ THUẬT



Bức chân dung từ tự họa thu nhỏ của họa sĩ Edward Greene Malbone, khoảng năm 1798. Phòng Trưng Bày Nghệ Thuật Corcoran.

PUBLIC DOMAIN

NGHỆ THUẬT

Nhỏ bé và xinh đẹp Tranh chân dung tiểu họa của Edward Greene Malbone

YVONNE MARCOTTE

Các bức chân dung tiểu họa của ông Malbone mang đến một cái nhìn độc đáo về phẩm chất và tâm hồn của những người mẫu.

Các bậc cha mẹ thường giữ một bức ảnh của con trẻ trong túi xách hoặc ví. Mặc dù có thể bị mờ và nhàn nhum, bức ảnh có thể cho bạn cảm giác luôn gần gũi với các con trong cuộc sống thường nhật. Các gia đình ở những thế kỷ 18 và 19 cũng có ước muốn như vậy, và vì thế những bức chân dung tiểu họa đã trở nên phổ biến đối với những người Mỹ giàu có thời kỳ đầu.

Có kích cỡ thông thường nhỏ hơn hai inch (gần 5 cm), bức tiểu họa được thiết kế sao cho người xem có thể cầm trong lòng bàn tay nhằm đối với những người với người thân yêu khi không thể trực tiếp kề cận bên họ, hoặc dành cho những cặp đã đính hôn hay những người thân trong gia đình bị chiến tranh chia cắt. Được đặt trong khung hình nhỏ, những bức tiểu họa này có thể được cài vào bên trong áo khoác hoặc cũng có thể bỏ trong túi để dễ dàng lấy ra ngắm cá ngày.

Theo thông tin trên trang web của

Weibold Studio, tổ chức chuyên bảo quản các bức chân dung thu nhỏ, các bức tranh này được vẽ để thắt chặt mối quan hệ tình cảm với những người đặc biệt:

Những bức chân dung thu nhỏ này có thể được trao đổi qua lại giữa một đôi tình nhân đã đính ước, hoặc đeo bên người để nhớ về một người thân đang sống ở nơi xa, hay có lẽ là một người thân đã qua đời. Thậm chí một số bức tiểu họa còn lồng vào một lọn tóc của người thân – có thể là để bên dưới bức chân dung hoặc ở mặt sau được dệt công phu cùng với những hạt ngọc trai hay sợi chỉ vàng.

Rất nhiều họa sĩ vẽ chân dung hàng đầu ở Hoa Kỳ, như họa sĩ Gilbert Stuart, đã phổ biến loại hình nghệ thuật này bằng cách đem những bức tiểu họa Âu Châu đến Hoa Kỳ để làm hài lòng những công dân Mỹ giàu có – những người mong muốn có được những vật phẩm thân thương này.

Thu nhỏ bức tranh

Các bức tiểu họa đã phát triển từ thế kỷ 16 và 17. Kỹ thuật phổ biến nhất được sử

dụng lúc đó là dùng một loại sơn màu nước trên ngà voi, mặc dù cũng có một số được vẽ trên giấy da bò kéo dần. Một số khác thì được vẽ bằng sơn dầu trên chất liệu đồng.

Thời kỳ phổ biến nhất của các bức tiểu họa này là vào giữa những năm 1800; những nghệ sĩ vẽ tiểu họa ở Hoa Kỳ đã cố gắng tìm cách tái hiện lại diện mạo của một bức chân dung sơn dầu. Và rồi, khi những bức chân dung thu nhỏ này ngày càng phổ biến, những người nghệ sĩ vẽ tranh tiểu họa đã nâng cao kỹ pháp của họ, đặc biệt là màu sắc tươi sáng hơn, chi tiết, tập trung đường nét hơn, và đưa ra thành phẩm trau chuốt hơn.

Đối với những người mong muốn nâng cao kỹ pháp này, thì những cuốn hướng dẫn để nghị nên học cách khắc công dân Mỹ giàu có – những người mong muốn có được những vật phẩm thân thương này.

Theo phân tích của Thư Viện & Bảo Tàng Morgan về bộ sưu tập của họ, “Các nghệ sĩ đã dùng các sắc

Xem tiếp **trang 14**

Nhỏ bé và xinh đẹp

Tiếp theo từ trang 13

trong suốt nhất của màu nước mà người họa sĩ có thể đạt được, phủ lên từng lớp màu riêng biệt để ngà voi có thể được rọi sáng xuyên qua nhiều lớp màu ấy.”

Các điểm nhấn nổi bật trên gương mặt được thể hiện bằng cách để nguyên lớp ngà voi, hoặc cẩn thận cạo bỏ các lớp màu để lộ ra các điểm nhấn này. Do đó, màu da nhợt đã được mô tả bằng ngà voi – vốn dĩ là một loại chất liệu sang trọng truyền tải sự kết hợp giữa chất liệu quý giá và diện mạo đáng mơ ước [của nhân vật].

Kỹ thuật phổ biến nhất lúc bấy giờ là vẽ bằng màu gouache (loại màu nước mờ và đục) trên ngà voi, đó là một nhiệm vụ đầy thử thách đòi hỏi sự chuẩn bị tỉ mỉ đối với cả ngà voi lẫn kỹ pháp hội họa đặc biệt. Nếu một người họa sĩ chỉ đơn giản là vẽ trực tiếp lên ngà voi, thì màu sắc sẽ bị trộn lẫn vào nhau và làm mất đi các đường nét. Ngà voi cần được rạch từng lát mỏng dọc theo các thớ ngà, được tinh chế sạch sẽ để loại bỏ tất cả dấu hữu cơ và được chà nhám để chuẩn bị cho vẽ tiểu họa. Người họa sĩ đã dùng các kỹ pháp vẽ tranh như là vẽ sọc (các đường ngăn nổi chống lên nhau để thể hiện sự chuyển đổi màu sắc) và vẽ chấm (chấm từng chấm màu lặp đi lặp lại) để tránh làm nhòe màu sắc.

Tay nghề thủ công điêu luyện là điều cần thiết để chế tác khung bao, còn được gọi là một “hộp đựng chân dung”, để trình bày bức chân dung đẹp nhất và hoàn thiện tác phẩm theo yêu cầu. “Các tấm ngà voi mỏng được dán vào những mảnh giấy vụn ngang vì vậy các họa sĩ có thể thao tác để dán trong khi vẽ,” theo mô tả của Bảo Tàng Gibbes về khung bao tranh tiểu họa.

Một khi đã hoàn thành, mảnh giấy sẽ được cắt gọn gàng để vừa với khung và để miếng ngà voi vào khít với lớp kính, nhằm bảo vệ bức tranh khỏi bụi bẩn và độ ẩm. Để tránh cho tấm ngà voi không bị dịch chuyển, người ta thường đem các mảnh giấy khác, thường là các lá bài hoặc mẩu giấy vụn, vào bên dưới bức tranh.

Kính thủy tinh màu được đặt thêm vào một số khung tranh tiểu họa làm tăng thêm sự cao quý của đôi tượng trong bức tranh.

Sự ngưỡng mộ song hành với trách nhiệm của người họa sĩ

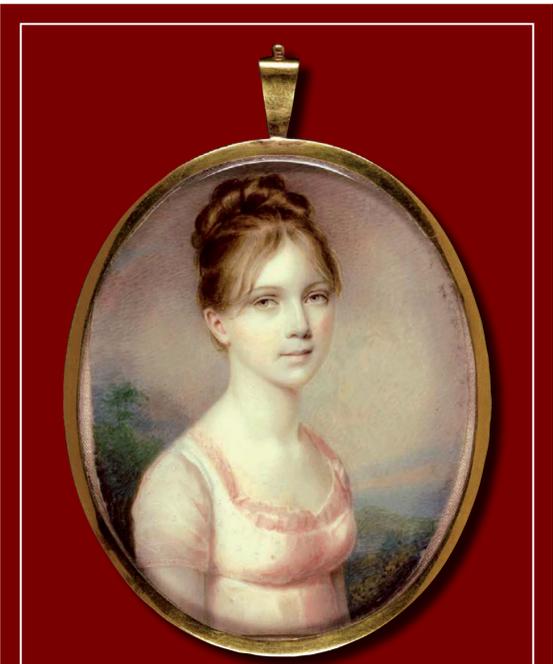
Là nghệ nhân vẽ tiểu họa hàng đầu ở Hoa Kỳ, ông Edward Greene Malbone được đồng đạo những họa sĩ ở cả Mỹ quốc lẫn Anh quốc ngưỡng mộ, và ông đã làm nên tên tuổi của mình như là một bậc thầy về tranh chân dung thu nhỏ.

Là một người tự học, ông Malbone đã rời khỏi ngôi nhà ở tiểu bang Rhode Island để làm một họa sĩ vẽ tranh tiểu họa cùng với người bạn cũng là họa sĩ, ông Washington Allston (1779–1843), ở thành phố Boston. Ông Allston đã nhận xét về thiên hướng hòa nhã của ông Malbone và cách mà ông sử dụng những khả năng nghệ thuật của mình để làm nổi bật nét đẹp nội tại của những người đã làm mẫu cho ông: Ông ấy có “năng khiếu xuất sắc... trong việc nâng tầm phẩm cách mà không làm giảm đi nét đẹp dung mạo [của người mẫu].”

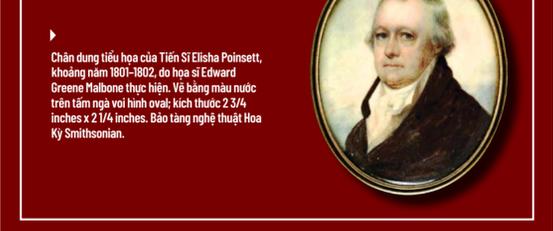
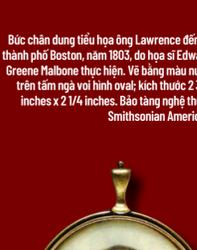
Khi tay nghề ngày càng cao, ông Malbone đã chu du khắp vùng Bờ Đông và trở nên nổi tiếng. Có thời điểm, ông đã trau dồi thêm ở Anh quốc nhưng sau đó lại quay về Mỹ quốc để làm việc tại thành phố Charleston, tiểu bang South Carolina, vào năm 1801. Khi đó ông đã nhận được rất nhiều đơn đặt hàng; ông bắt đầu thời kỳ làm việc sung sức nhất của mình, có thể hoàn thành đến ba bức tiểu họa mỗi tuần.

Các bức chân dung tiểu họa của ông Malbone mang đến một cái nhìn độc đáo về phẩm chất và tâm hồn của những người mẫu. Chẳng hạn như, với bức chân dung của bà Eliza Izard, ông đã sử dụng một kỹ thuật vẽ sọc, với những nét vẽ nhỏ và một sự pha trộn màu sắc. Mặc dù lần da bà trông rất mịn màng, nhưng khi kiểm tra kỹ hơn có thể thấy nhiều nét vẽ nhỏ của từng lớp màu sắc xếp chồng lên nhau để tạo nên một vết ửng hồng nhẹ trên má của bà.

Một số bức chân dung tiểu họa khác tại Bảo Tàng Nghệ Thuật Smithsonian American cung cấp nhiều thông tin chi tiết về họa sĩ Malbone và các chủ thể mà ông đã vẽ. Khi tin tức lan truyền giữa các gia đình và bạn hữu, thì số lượng đơn đặt vẽ của vị họa sĩ này đã tăng nhanh chóng.



Bức chân dung tiểu họa của một người đi của ông Henry B. Bounetheau, khoảng năm 1804, do họa sĩ Edward Greene Malbone thực hiện. Vẽ bằng màu nước trên tấm ngà voi hình oval; kích thước 2 3/4 inches x 2 1/4 inches. Bảo tàng nghệ thuật Smithsonian American.



Chân dung tiểu họa của Tiến Sĩ Elisha Poinsett, khoảng năm 1801–1802, do họa sĩ Edward Greene Malbone thực hiện. Vẽ bằng màu nước trên tấm ngà voi hình oval; kích thước 2 3/4 inches x 2 1/4 inches. Bảo tàng nghệ thuật Mỹ Smithsonian.



Bức chân dung tiểu họa của Bà Joseph Manigault (Charlotte Drayton), khoảng năm 1801, do họa sĩ Edward Greene Malbone thực hiện. Vẽ bằng màu nước trên ngà voi; kích thước 2 3/4 inches x 2 1/4 inches. Bảo tàng nghệ thuật Smithsonian American.

Bà Susannah Russell là một hậu duệ của các vương tộc Condé và Bourbon, cả một số vị vua nước Pháp cũng thuộc dòng dõi của bà, trong đó có Vua Louis IV.

Ông John Corlis, người có bức chân dung tiểu họa được vẽ vào năm 1795, là chủ của một đội tàu buôn có trụ sở tại thành phố Providence, tiểu bang Rhode Island. Từ năm 1792 đến 1810, hạm đội của ông đã giao thương qua lại giữa Hoa Kỳ, quần đảo Caribbean, và thành phố Hamburg, nước Đức.

Ông Joseph Manigault là chủ một đồn điền và là thành viên của cơ quan lập pháp tiểu bang South Carolina. Vị họa sĩ này đã hoàn thành một bức chân dung tiểu họa cho phu nhân của ông, bà Charlotte Drayton.

Ông Malbone đã vẽ chân dung tiểu họa cho nhiều thành viên của gia đình Poinsett trong chuyến đi đến thành phố Charleston từ năm 1801 đến 1802. Ông đã hoàn thành bức chân dung tiểu họa cho Tiến Sĩ Elisha Poinsett – cha của ông Joel R. Poinsett, một thành viên của Hạ viện Hoa Kỳ và cũng là Bộ trưởng Chiến tranh dưới thời Tổng Thống Martin Van Buren.

Vào thời điểm được vẽ chân dung, bà Susan Poinsett đang trong tiến trình phục hồi sức khỏe sau một cơn bạo bệnh kéo dài. Tuy nhiên, sự hồi phục của bà khá ngắn ngủi và bà đã qua đời hai năm sau đó. Bức chân dung tiểu họa khắc họa một người phụ nữ gầy gò với đôi mắt u sầu.

Ông Henry Bounetheau, một họa sĩ tranh tiểu họa hàng đầu ở thành phố Charleston, đã bày tỏ sự tôn trọng và lòng ngưỡng mộ lớn lao đối với họa sĩ Malbone bằng cách mời ông vẽ các bức chân dung cho chính gia đình Bounetheau của mình, trong đó có một người đi. Hiện vẫn chưa xác định được người đi nào của ông xuất hiện trong bức tiểu họa này.

Theo tiêu chuẩn thời nay

Mặc dù không quá đắt đỏ như một bức chân dung khổ lớn, nhưng giá cả của những vật phẩm gắn kết tình yêu thường như vậy cũng không phải là rẻ, tuy nhiên vào những năm 1830, nhiều tờ báo đã đăng quảng cáo cho các họa sĩ vẽ tranh tiểu họa. Thông thường, một họa sĩ vẽ chân dung để nghị mua hai tặng một để thu hút các khách hàng tạo dáng. Khi bức chân dung kích thước khổ lớn đang được hoàn thiện, thì họa sĩ tiểu họa cộng tác với họa sĩ vẽ chân dung sẽ tạo ra một bức chân dung nhỏ tương tự như thế.

Theo thông tin từ sổ kế toán của ông Malbone, ông đã vẽ một bức cho ông Lawrence vào tháng 12/1803 và được trả 70 USD cho công sức của ông vào ngày Lễ Giáng Sinh. Theo giá trị dollar thời nay, thù lao cho những họa sĩ hoàn thành một bức chân dung tiểu họa trên ngà voi dao động từ 450 USD đến 13,500 USD và giá trung bình là khoảng 1,325 USD. Giá cả phụ thuộc vào danh tiếng và tay nghề của người nghệ sĩ, chất liệu sử dụng, cũng như chất lượng của khung hình. Giá cả có thể sẽ được giảm nếu nhiều thành viên trong gia đình cùng đặt hàng vẽ các bức chân dung tiểu họa cho họ, và tùy thuộc vào việc khách hàng có đặt một bức chân dung khổ lớn luôn hay không.

Một bia đá lịch sử ở thành phố Savannah, tiểu bang Georgia, có khắc nhiều lời khen ngợi về tài năng của ông: “Thời nay, ông Malbone nổi tiếng là một nghệ sĩ vẽ tranh tiểu họa tài ba nhất mà quốc gia ông từng sản sinh ra, và là một trong những nhân vật vĩ đại nhất của mọi thời đại dù ở bất kỳ nơi đâu.”

Hoàng Long biên dịch

Quạt Thái cực của tráng sĩ Võ Đang ẩn chứa điển cố nào?

CAO THIÊN VẬN

Tiếng thanh la nhẹ nhàng, xa xôi và thần bí; rồi đến tiếng kèn trầm ấm, tiếng sáo du dương... âm nhạc của Shen Yun đưa khán giả đến với dãy núi Võ Đang hùng vĩ.

Một nhóm tráng sĩ trẻ tay cầm quạt hình Thái cực, nhảy múa xoay chuyển những chiếc quạt. Thân pháp của họ mạnh mẽ, tiêu sái phiêu dật. Đó chính là Thái Cực Quyền có nguồn gốc từ Võ Đang.

“Thái Cực Quyền” (Taichi Flow) là tác phẩm lưu diễn năm 2014 của Công ty Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun, thể hiện sự ảo diệu của Thái Cực và sự cao siêu của công pháp Võ Đang, khi vận lưu động, âm nhạc, vũ điệu giao hòa.

Nhạc phẩm “Tráng sĩ Võ Đang” được sử dụng trong tiết mục là một sáng tác của ông D.F., Giám đốc Nghệ thuật của Công ty Biểu diễn Nghệ thuật Shen Yun.

Phần mở đầu của nhạc khúc êm đềm và trang trọng, khắc họa hình ảnh núi sâu vắng vẻ và linh thiêng. Tiếng sáo, tiếng kèn bassoon xen lẫn, đem lại âm thanh tự nhiên uyển chuyển tựa như tiếng chim hót, thể hiện cảnh giới của thiên nhiên lớn nhất, cũng đối ứng với tâm hồn rộng lớn của các tráng sĩ Võ Đang. Sau đó, tiết tấu dần tăng nhanh, những giai điệu mạnh mẽ đón dập với nhịp uyển chuyển cho thấy các động tác vừa linh hoạt vừa thuần thục của họ. Bản nhạc êm đềm như dòng suối, trong đó lại có từng lớp sóng khởi lên, tăng tăng tiến tới, như niu kéo lòng người.

Trang phục của các diễn viên dùng ba màu xanh lam, cam và trắng; quạt Thái cực với màu cam và xanh lam, phối hợp cùng phong nền màu xanh Không Tước điểm xuyết những mái nhà màu lam tại thành điện, khung cảnh trong thật hài hòa. Màu sắc đơn giản, trang nhã mà không làm mất đi vẻ thanh tịch của Đạo gia.

Những khán giả tình y có thể nhận thấy rằng trong sự biến hóa của đôi hình còn ẩn chứa vòng quay của đồ hình Thái cực, quả là vi diệu khó nói nên lời. Thái cực là một khái niệm quan trọng trong tư tưởng triết học Trung Quốc cổ đại. Âm



Âm nhạc Shen Yun đưa khán giả đến với dãy núi Võ Đang hùng vĩ và tươi đẹp.

dương hòa hợp, sinh sôi vạn vật. Vậy mới tại Bảo Kê, rồi lại phục sinh. Khoảng 300 năm sau đó vào thời Minh triều, có người nói rằng đã từng nhìn thấy tung tích của ông; sau đó ông biến mất. Dân gian tưởng truyền rằng ông đã đắc Đạo thành Tiên.

Theo ghi chép của “Minh sử”, Trương Tam Phong thân hình cao lớn, khí độ bất phàm, có công năng đặc dị như đi trên đá, xuyên qua núi, mỗi ngày đi ngàn dặm, trong mấy tháng không cần ăn uống. Minh Thái Tổ và Minh Thành Tổ đều vô cùng mong muốn được kết giao với vị cao nhân này, bởi vậy từng phái người tìm kiếm khắp nơi nhưng không thấy tung tích của ông. Hoàng đế Minh Anh Tông từng ban tặng cho ông phong hiệu “Chân nhân hiển hóa cao thâm vi diệu”.

Văn nhân Hoàng Tông Hy thời Minh đã đề cập trong bài viết “Vương Chỉnh Nam mộ chí minh” (Bài minh trên bia mộ Vương Chỉnh Nam) rằng, Trương Tam Phong được Huyền Thiên Thượng Đế chỉ điểm trong mộng, sáng lập ra Thái Cực Quyền lấy tinh chế động. (“Dạ mộng Huyền đế thọ chỉ quyền pháp, quyết minh đi đàn đỉnh sát thế bách dư”

– Trong mộng, Huyền Đế trao cho quyền pháp, luyện thành rồi chỉ một mình cũng có thể đẹp hơn trăm tên giặc).

Trương Tam Phong đã giải thích về Thái cực trong quyển “Học Thái cực quyền tu liêm thân tự khí luận” rằng: “Cho nên, vạn vật đều có Võ cực và cũng có Thái cực. Dưới tác dụng của con người, động quá tất tĩnh, tĩnh quá tất động, động tĩnh là có mối quan hệ tương hỗ, mà âm dương phân tách, toàn vẹn cũng trong một thái cực.” Ông còn đặc biệt chỉ rõ điều thiên quyền để luyện quyền pháp Thái cực là: “Nếu muốn an tâm định tĩnh, liêm thân tự khí, thì không thể thiếu đá toạ, luyện công cũng không thể thiếu. Người học phải tìm tới chỗ ịch lợi trong sự động tinh của Thái cực, tâm cứu nguyên lý sinh khắc trong Ngũ hành, Bát quái...”

Trương Tam Phong rất thông hiểu pháp lý của các nhà Nho, Thích, và Đạo, rất xem trọng việc phân biệt chính tà. Ông từng nói: “Con người nếu có thể tu chỉnh thân tâm, thì tinh thần chân chính (chân tình, chân thần) sẽ hội tụ trong đó, đại tài đại đức sẽ xuất hiện từ đó.” Sự thực là, Thái Cực Quyền mà Trương Tam Phong sáng lập không chỉ bao gồm quyền pháp lấy tinh chế động, mà còn không thể thiếu Tâm pháp chỉ đạo. Thật đáng tiếc, hậu thế chỉ truy cứu phân phong thủ, tấn công bề ngoài, mà bỏ qua việc tu luyện nhân tâm, khiến nội hàm trân quý của Thái Cực Quyền ngày càng mai một.

Trong chốn hồng trần, thế sự hỗn loạn, giữa bao hồi hà nhộn nhịp, thường thức tiết mục âm dương tinh động trên sân khấu Shen Yun có thể khiến người ta bình tâm, trở về với truyền thống, và tìm lại con người thật của chính mình.

Mời quý vị thưởng thức các tác phẩm trên Shen Yun Zuo Pin:



https://bit.ly/3WJFleR

Thiên Ly biên dịch



Thưa Quý độc giả,

Thời gian thắm thoát thời đưa, năm cũ sắp hết, và một năm mới tốt lành đã gần kề. Nhân dịp năm mới Quý Mão sắp đến, Epoch Times Tiếng Việt sẽ cho ra mắt **Tạp chí Tân Xuân Đặc biệt 2023** vào ngày 01/01/2023. Chúng tôi mong rằng đây sẽ là một món quà thắm nhuần tinh nhân văn và giá trị tinh thần gửi đến quý đồng hương. Kính chúc Quý độc giả một năm mới Quý Mão 2023: **AN KHANG THỊNH VƯỢNG – VẠN SỰ NHƯ Ý**.

Trân trọng,
Epoch Times Tiếng Việt

ĐẶT MUA TẠP CHÍ

Giá: ~~\$12~~ **\$10** / cuốn

Shipping Fee:

Từ 1 đến 2 cuốn: \$9.90 / 1 lần đặt mua

Từ 3 đến 10 cuốn: \$17.05 / 1 lần đặt mua

ONLINE:

www.epochtimesviet.com

BY PHONE/Call:

(626) 618–6168

(714) 356–8899

BY MAIL:

Fill out the form to the right and mail it to / Xin điền mẫu bên cạnh và gửi đến:

Epoch Times Tieng Viet

10962 Main Street, Ste 101,

El Monte, CA 91731

Number of copies I'd like to purchase/Số lượng tạp chí tôi muốn mua:

1 cuốn (\$19.90) 2 cuốn (\$29.90) 3 cuốn (\$47.05) 4 cuốn (\$57.05)

5 cuốn (\$67.05) 6 cuốn (\$77.05) 7 cuốn (\$87.05) 8 cuốn (\$97.05)

9 cuốn (\$107.05) 10 cuốn (\$117.05)

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 Tieng 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): _____

GIÁO DỤC & ĐỜI SỐNG



Hãy nhớ rằng: Sum họp mới là tâm điểm của bữa tiệc, chứ không phải thức ăn.

Thời khắc của năm: Gìn giữ mùa lễ hội

JEFF MINICK

Oi chao, những ngày nghỉ đông. Đó là khoảng thời gian tươi đẹp khi những hy vọng và ước nguyện thể chỗ cho những trải nghiệm đã qua, khi những người đang tri lại hình dung mùa lễ hội - từ Lễ Tạ Ôn cho đến Năm Mới như bộ phim của hãng Hallmark - luôn tươi vui với tiếng reo hò phấn khởi và những tâm hồn phơi phới. Trong tâm trí mình, bạn thấy hình ảnh Bà đang nướng bánh trong bếp, Cha và Mẹ đang gói quà trong phòng ngủ, còn những đứa trẻ và Ông đang trang trí cho cây thông được thấp sáng rực rỡ.

Phù lên hình ảnh mùa lễ ngọt ngào như kẹo mận này một lớp tuyết trên bãi cỏ, và thế là bức tranh theo phong cách của họa sĩ Norman Rockwell của bạn đã hoàn thành.

Nhưng rồi, hiện thực lại là một chuyện khác.

Ông và Bà của bạn bị kẹt ở Phi trường Quốc tế Miami, và buộc phải nghỉ qua đêm trong phòng chờ ở phi trường, nói khó nghe với bạn trong cuộc gọi gần nhất. Cậu bé Timmy, bốn tuổi, nghĩ rằng sẽ rất thú vị khi giúp con mèo treo lên cái cây đã được treo đầy các món trang



Cách tốt nhất để tận hưởng mùa lễ là hãy khiến mọi việc đơn giản, trân trọng sự hiện diện của bạn hữu và gia đình.

trí. Cặp song sinh đang tranh giành chiếc điều khiển từ xa trong phòng, và đứa con ở tuổi thiếu niên của bạn ngồi hờn dỗi trên ghế sofa, dán mắt vào điện thoại. Vợ hoặc chồng của bạn bị cúm nằm liệt trên giường, và do bạn quá căng thẳng nên đã bị đứt tay khi gọt cam để làm món rượu hoa quả đặc biệt cho mùa lễ hội.

Khi lời bài hát cất lên, "Đường như không khi Giáng Sinh ở quanh đây rồi." (It's beginning to look a lot like Christmas.)

Nếu kịch bản này nghe có vẻ quen thuộc, nếu những giấc mơ về mùa lễ của bạn đang bị vụn vỡ bởi thực tế phũ phàng, thì đã đến lúc bạn nên thực hiện một số điều chỉnh. Dưới đây là một số lời khuyên có thể sẽ hữu ích cho bạn.

Hãy hít một hơi thật sâu và điều chỉnh một số dự định của bạn. Bạn không cần phải "hạ thấp kỳ vọng của mình" như mọi người vẫn khuyên bạn, nhưng bạn có thể lường trước được những thảm họa nhỏ. Chẳng hạn, nếu gần đây bạn đã trải lại tâm trạng phòng vui chơi, thì bạn có thể loại bỏ thức uống cocktail nam việt quất (cranberry) mà bạn đã lên kế hoạch cho bữa tiệc Đêm Giao Thừa của mình.

Hãy đơn giản hóa kỳ nghỉ lễ của bạn. Nếu bạn mời gia đình và bạn hữu đến dùng bữa, hãy dọn dẹp nhà cửa, cho thêm giấy vệ sinh vào phòng tắm, và sau đó đứng lo lắng gì nữa. Thực đơn hàng năm vẫn lặp lại như vậy. Hãy cho những món cầu kỳ của bà Martha Stewart đi nghỉ mất và chỉ chuẩn bị một vài món ăn và thức uống cần bản. Hãy nhớ rằng: Sum họp mới là tâm điểm của bữa tiệc, chứ không phải thức ăn.

Hãy cố gắng giảm thiểu chứng rối loạn mua sắm sau chấn thương (post-traumatic shopping disorder). Ví dụ, thay vì bạn tặng những món quà riêng lẻ cho từng thành viên trong gia đình đồng người, hãy mua một món quà dành cho cả nhà. Những người con đã trưởng thành của tôi đều có nhiều con. Và rồi kết quả là? Tôi trang trí một thùng các tông cho mỗi gia đình bằng giấy gói quà, đặt vào đó những đồ dùng ở cửa hàng bách hóa cho cả người lớn lẫn trẻ em, thêm vào một vài cuốn sách, và thế là tôi đã xong việc của mình.

Bạn hãy dành thời gian nghỉ ngơi. Một trong những thấy thuốc vi đại nhất thế giới, thần Somnus - vị thần giấc ngủ của người La Mã - đã chữa bệnh miễn phí cho người dân. Và nếu bạn thấy mình mệt mỏi quá căng thẳng nên đã bị đứt tay khi gọt cam để làm món rượu xịch, hãy chớp mắt một chút. Ngay cả một giấc ngủ ngắn cũng có thể giúp bạn lấy lại tinh thần, như thể ai đó đã tẩy tịnh tâm trí phiền muộn và xóa sạch những lo lắng của bạn.

Hãy là một người vui vẻ. Cho dù bạn là người vô cùng lạc quan hay bạn phải gắng hết sức để giữ nụ cười trên môi với giọng nói đầy hào hứng, cho dù bạn là chủ nhà hay là một vị khách, hãy lịch sự và tử tế với những người xung quanh. Bạn hãy cười vang, lắng nghe người khác, và hãy kiểm soát cơn nóng nảy và trao đổi cách xử của mình. Ai cũng ngăn ngấm nếu đụng phải một người gắt gỏng, đặc biệt là trong mùa đông này khi rất nhiều người bị lạm phát và nỗi sợ ảnh hưởng. Mong bạn đừng trở thành một ông Scrooge [một người khôn khổ và xem thường Giáng Sinh].

Và khi nói về nhân vật Scrooge của nhà văn Charles Dickens, chúng ta hãy ghi nhớ những lời của ông trong tác phẩm "Hồn Ma Đêm Giáng Sinh" (A Christmas Carol): "Hãy suy ngẫm về những phúc lành bạn đang có - về điều mà mỗi người chúng ta có vô vàn - chứ không phải về những bất hạnh trong quá khứ, điều mà tất cả chúng ta đều có đều từng trải qua."

Và đây rồi, lò sưởi giữ lửa cho những ngày nghỉ đông giá lạnh của chúng ta: Lòng biết ơn. Cùng nâng ly lên nào, các độc giả thân mến của tôi.

Ông Jeff Minick sống và sáng tác ở Front Royal, Virginia. Ông là tác giả của hai cuốn tiểu thuyết có nhan đề "Amanda Bell" và "Dust on their Wings," và hai tác phẩm không thuộc thể loại tiểu thuyết mang tên "Learning as I Go" và "Movies Make the Man."

Quỳnh Chi biên dịch

Khi kỳ nghỉ lễ của bạn không vui như mong đợi Ngay cả trong khó khăn, bạn vẫn có thể tìm thấy niềm vui

GREGORY JANTZ

Mùa lễ là thời điểm yêu thích trong năm của mọi người - liệu có phải thế không?

Hình ảnh văn hóa của những ngày lễ, tràn ngập những hình ảnh đẹp lung linh trên các phương tiện truyền thông, là khoảng thời gian của hòa hợp gia đình, những bữa tiệc thịnh soạn, những ngôi nhà rực rỡ ánh đèn, những nụ hôn dưới cây tằm gửi, và những đứa trẻ ngây thơ quây quần quanh gốc cây đó.

Điều tốt lành là hầu hết chúng ta đều trải qua những khoảnh khắc ấm áp đó. Một vài lần, hay một vài năm. Tuy nhiên không phải năm nào cũng có được những khoảnh khắc này. Và thậm chí, trong những năm chúng ta có một mùa Giáng Sinh tương đối vui vẻ, thì niềm hân hoan đó cũng đồng tại với những cảm xúc kém vui khác.

Nói cách khác, cuộc sống không phải là một bộ phim Hallmark, phải không nào? Đôi khi, những hình ảnh vui tươi ngày lễ và những kỳ vọng cao chỉ làm nổi rõ khoảng cách xa với giữa mùa lễ đẹp như mơ trong phim Hallmark và cuộc sống thực tại.

Cho ai chưa từng trải qua "thực tại buồn" đúng vào dịp Giáng Sinh chăng? Nếu bạn sống đủ lâu, chắc chắn bạn đã từng trải qua những ngày nghỉ đầy đau khổ, cô đơn, u sầu, hoặc thất vọng. Có lẽ, bạn đang thương tiếc một người thân yêu vừa qua đời, hoài vọng về ai đó đang ở ngoài chiến tuyến, than thở về một mối quan hệ đã tan vỡ, cốp nhặt trong cảnh túng quẫn, hay chống chọi với bệnh tật trong chính cuộc sống của bản thân hoặc của những người bạn yêu thương.

Trong giai đoạn mà cuộc sống của chúng ta đầy rẫy khó khăn, thì khi ấy những kỳ nghỉ lễ có thể giống như một mùa để chịu đựng hơn là tận hưởng. Không mấy ngạc nhiên khi mà nhiều người cho biết họ cảm thấy buồn phiền vào dịp Giáng Sinh hơn bất kỳ thời điểm nào khác trong năm.

Có lẽ phần thống khổ nhất của một mùa lễ hội kém vui với chính là cảm giác như thể bạn đang đơn độc - như thể mọi người trên kính thế giới đang ăn mừng lễ Giáng Sinh tuyệt vời nhất của họ trong khi bạn là người duy nhất đang đau khổ. Ý tưởng cho rằng Lễ Giáng Sinh là ra phải là một đại tiệc của hạnh phúc lại là một trong những sai lầm mang tính hủy hoại hơn cả.

Một nghiên cứu do Liên minh Quốc gia về Bệnh tâm thần (NAMI) cho thấy 64% những người đang gặp khó khăn về cảm xúc (chẳng hạn như chứng phiền muộn và lo âu) đều cho rằng những ngày nghỉ lễ khiến tình trạng của họ trở nên xấu hơn. Nếu kỳ nghỉ của bạn đang diễn ra với cảm xúc mất mát, phiền muộn, cô đơn, hay thậm chí là hoảng loạn, thì hãy hiểu rằng cảm xúc đó của bạn không có gì bất thường.

Chắc chắn, bạn không đơn độc.

Hãy đưa niềm vui vào thế giới của bạn Mặc dù trên thực tế, nhiều người phải cố gắng trải qua kỳ nghỉ lễ này, nhưng đúng là bất kỳ ai cũng có thể tìm thấy niềm vui ngay cả trong những lúc khó khăn. Giống

như hầu hết những điều tốt đẹp khác, niềm vui phải được nuôi dưỡng trước khi nảy nở và đơm hoa kết trái. Dưới đây là những cách thức mà bạn có thể bắt đầu:

Cho phép bản thân cảm thấy không vui. Nếu không cảm thấy hào hứng vào mùa lễ này, bạn không cần phải giả vờ rằng bạn đang rất vui. Khi đang phải trải qua một khoảng thời gian đầy cam go, việc tự trách móc bản thân vì không cảm thấy hân hoan là một những điều không giúp ích gì cho bạn nhất. Trải nghiệm riêng là của bạn, và bạn không cần phải sống theo bất kỳ quan điểm định kiến nào.

Cho phép bản thân cảm nhận niềm vui. Thỉnh thoảng, khi đang trải qua những thời điểm khó khăn, chúng ta do dự để thừa nhận với bản thân khi chúng ta cảm nhận được hạnh phúc hoặc niềm vui, như thể thừa nhận sự hiện diện của niềm vui hạnh phúc ấy là xem nhẹ nỗi đau của chúng ta vậy. Nhưng niềm vui và nỗi buồn không hề tách bạch với nhau - những cảm xúc ấy có thể song hành trong mùa lễ này. Cho phép bản thân thừa nhận niềm vui khi bạn cảm nhận được là một bước quan trọng để thoát ra khỏi nơi tăm tối và đến một miền tươi sáng hơn.

Duy trì các hoạt động nuôi dưỡng tâm hồn bạn. Nếu không cần thận, thì việc trải qua khó nạn có thể khiến cho bạn phải nặng lòng đến mức quên mất những hoạt động đã từng đem lại cho bạn sự an hòa và niềm vui. Một phần quan trọng của việc chăm sóc tốt bản thân là tiếp tục những thứ vốn đã từng tiếp sinh lực cho bạn và khiến bạn mỉm cười. Dành một chút thời gian để định ra ít nhất năm hoạt động đem lại niềm hạnh phúc cho bạn - chẳng hạn như gặp một người bạn để cùng ăn trưa, đạp xe đạp, hoặc chơi một hiệp golf. Sau đó, bạn hãy bắt đầu lên lịch trình cho các hoạt động này và thực hiện theo.

Tránh các biện pháp trốn tránh Khó khăn không phải là cảm xúc, chúng ta thường có xu hướng ăn uống quá độ, tiêu xài hoang phí, hoặc lạm dụng chất kích thích. Đó là vì chúng ta muốn làm điều gì đó để thay đổi tâm trạng của mình. Tất nhiên, danh mục những biện pháp trốn tránh vô ích và không lành mạnh có thể tiếp tục kéo dài. Những thói độ trốn tránh không tốt chỉ gieo rắc sự tiêu cực trong suốt cuộc đời bạn.

Thoát khỏi khó đau theo những cách tốt nhất. May mắn thay, không phải tất cả thái độ trốn tránh đều tiêu cực hoặc mang tính hủy hoại bản thân. Trên thực tế, để tinh thần và cảm xúc nghỉ ngơi nhằm thoát khỏi nguồn cơn của đau khổ là một cách hiệu quả cải thiện cách mà bạn đối mặt, thay đổi quan niệm của mình, và giúp bạn xác định những giải pháp lâu dài. Một cách để thoát khỏi tình trạng đó có thể đơn giản là dành một giờ đọc một cuốn sách thú vị bên lò sưởi hoặc tỉ mỉ hơn như lên kế hoạch cho kỳ nghỉ tiếp theo.

Chăm sóc thân thể bạn. Một trong những điều tốt nhất mà bạn có thể làm để giải quyết những khó khăn của cuộc sống



Một lối thoát lành mạnh có thể đơn giản như việc dành một giờ để đọc một cuốn sách thú vị bên lò sưởi.

là bởi bố sức khỏe và thân thể của mình. Ăn uống đúng cách, ngủ đủ giấc, và tập thể dục thường xuyên sẽ giúp giảm cảm giác lo âu, cải thiện được tâm trạng của bạn, và tiếp thêm sinh lực cho cơ thể, bộ não, và cảm xúc của bạn.

Giữ liên lạc với những người thân thiết nhất. Khi đang đối mặt với nỗi phiền muộn, lo âu, hoặc những khó khăn khác, bạn sẽ có xu hướng cô lập bản thân khỏi những người khác. Tuy nhiên, sự cô lập chỉ làm tăng thêm cảm giác đau khổ mà bạn đang trải qua. Hãy gắn gũi với những người hiện diện trong cuộc sống của bạn, những người đem lại cho bạn hạnh phúc và sự nở rộ. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng sự trợ giúp xã hội có thể đem đến một nguồn năng lượng cảm xúc quan trọng và khả năng phục hồi nhanh chóng. Trong hành trình cuộc đời, bạn bè sẽ trợ giúp bạn trong lúc hoạn nạn, chia sẻ tiếng cười trong lúc hạnh phúc, và luôn tin những điều tốt đẹp nhất về bạn.

Hình dung về bản thân và cuộc sống theo cách tốt nhất có thể. Mỗi ngày trong hai tuần tới, bạn hãy dành 15 phút suy nghĩ và viết ra những tình huống tốt nhất có thể diễn ra trong tương lai của bạn. Suy ngẫm về mục đích và ước mơ của mình - và hình dung rằng mọi thứ đều sẽ tốt nhất. Sau đó, bạn hãy dành thêm năm phút để hình dung cuộc sống vì lại tốt đẹp nhất này một cách sống động nhất có thể, với rất nhiều chi tiết.

Bài tập này có tác dụng nhiều hơn là chỉ tự khích lệ mình; bạn sẽ rèn luyện lại tâm trí bằng cách chuyển hướng tư duy của mình. Một nghiên cứu được công bố trên tạp san Nghiên cứu Tâm Thần (Psychiatry Research) đã chứng minh rằng bài tập này làm tăng đáng kể mức độ lạc quan của những người tham gia.

Hãy cười to lên. Thôi nài, lời khuyên này có vẻ vô lý. Đó là bởi vì hầu hết mọi người đều làm chúng rằng tiếng cười giống như nước chảy từ vòi và chỉ cảm giác hạnh phúc mới có thể kích hoạt nụ cười. Đầu tiên bạn phải cảm thấy

hạnh phúc trước, rồi nụ cười và tiếng cười sẽ đến.

Sự thật là, những nhà nghiên cứu đã phát hiện ra rằng tiếng cười và niềm vui đích thực là hai về của một phương trình đồng động theo cả hai hướng. Chắc chắn là như thế, tiếng cười tự phát là rất vui. Nhưng trong những khoảnh khắc kém vui hơn, thì lựa chọn mỉm cười hoặc cười lớn đều có sức mạnh - bởi vì cảm xúc thường sẽ theo sau, với những lợi ích sức khỏe thể chất lẫn tinh thần có thể đo lường được. Lúc nào cũng vậy, những gì mà xuất phát điểm là một lựa chọn theo đuổi niềm vui sẽ trở thành hiện thực và rất dễ lan tỏa.

Nuôi dưỡng lòng tốt. Giống như những tấm băng dãn sau xe hơi có ghi, "Thực hành những Hành động Tử tế Ngẫu nhiên" (Practice Random Acts of Kindness) Nhưng từ then chốt ở đây không phải là từ "ngẫu nhiên" - mà là từ "thực hành". Đó là bởi vì, giống như tiếng cười, lòng tốt không phải lúc nào cũng là động lực đầu tiên của chúng ta khi cảm thấy tuyệt vọng. Tất cả chúng ta đều có những rắc rối riêng của mình mà điều đó có thể khiến chúng ta thấy quá tải và khiến chúng ta không còn giữ được sự nghĩ "đổi xử tử tế với người khác như cách chúng ta muốn họ đối xử với chúng ta." Điều này cần sự thực hành và lòng quyết tâm biến sự rộng lượng trở thành một phần của con người bạn.

Sống chậm lại. Hầu hết mọi người đều có cuộc sống bận rộn trong 10 tháng đầu năm, và mùa lễ càng khiến cuộc sống thêm phần bận rộn. Thật khó, nếu không muốn nói là không thể, để tạo niềm hứng khởi cho bản thân vào những lúc bạn luôn cảm thấy vội vàng và hối hả. Hãy xác định những phẩm thiết yếu trong cuộc sống của bạn, sau đó bắt đầu bỏ bớt những phẩm không quan trọng. Việc hiểu được điều gì đem đến niềm vui cho bạn sẽ dễ dàng thực hiện hơn khi bạn dành thời gian để thong thả và tĩnh lặng.

Mùa lễ hội này, đừng chờ đợi niềm vui tìm đến mình. Hãy biến cuộc sống của bạn thành một lời mời rộng mở mỗi ngày.

Y Vân biên dịch

Giành được nhiều giải thưởng du lịch trong những năm qua

Giá năm 2022 (Đô la Canada)

Nhóm Gold Hotel từ \$635/người
Nhóm Diamond Hotel từ \$999/người

Ngắm cực quang (Trên sân thượng xem cực quang, thăm làng bảo tồn thú dân, đạp ven hồ ngoài ô), tham quan thành phố + rap chiếu phim mái vòm cực quang 360 độ, ngủ tại khách sạn (Gói tour Diamond bao gồm các bữa ăn và các hoạt động ban ngày tại nhà hàng Yellowknife nổi tiếng)

Mùa đông (tháng 12 đến giữa tháng 4) Các hoạt động ban ngày:
 Chó kéo xe trượt tuyết, cầu ca trên hồ băng, xe motor trượt tuyết

Mùa Đông: Bốn ngày ba đêm ở Trout Rock Lodge
 \$2,545 (tiền Canada)/người, 2 đêm ngủ tại Trout Rock Lodge (trải nghiệm đi xe motor trượt tuyết, cầu ca trên hồ băng, đi giày tuyết), 1 đêm ở Explorer Hotel hoặc khách sạn trượt tuyết, khứ hồi băng xe tăng lữ hành của quân đội Thủy Điện, bao 3 bữa ăn

Mùa Đông: Tour một ngày + khách sạn Trout Rock Lodge
 \$2,059 (tiền Canada)/người, chuyến đi một ngày, khách sạn Trout Rock Lodge (lữ hành motor trượt tuyết, cầu ca trên hồ băng, đi giày tuyết), 3 đêm ở Explorer Hotel hoặc khách sạn trượt tuyết, khứ hồi băng xe tăng lữ hành của quân đội Thủy Điện, bao 3 bữa ăn

Giá trên chưa bao gồm thuế, thuế địa phương, và vé máy bay đi Yellowknife, giấy phép cầu ca, tiền bảo chú tài và hướng dẫn viên.

Thậm vấn Có chuyên viên sắp xếp hành trình để đảm bảo chất lượng cho bạn, chỗ ở hạn, hãy đăng ký sớm!
 Di động : 867-446-0879 867-444-8179 Công ty : 867-873-4600
 Trang web : www.yellowknifetours.com Email : aurora@yellowknifetours.com

Yêu cầu chu đáo nhất ngắm cảnh Cực Quang (Aurora)

YELLOWKNIFE
YELLOWKNIFE TOURS LTD

Có 250 đêm/lần cơ hội để xem cực quang mỗi năm

GỬI THẾ HỆ TƯƠNG LAI

Hãy nghiên cứu lịch sử và mưu cầu đức hạnh

» Lời khuyên từ những độc giả của chúng tôi dành cho thế hệ trẻ

Sau đây là một số lời khuyên ngắn gọn dành cho các bạn. Tôi đang muốn dùng một từ viết tắt trong quân đội thời xưa nhằm truyền đạt những thông điệp một cách nhanh chóng và hiệu quả. Chứ không phải nhờ vào một ứng dụng của hãng Apple.

Hầu hết những lời khuyên của tôi tập trung vào CÁC BAN, thế hệ tương lai. Các bạn sẽ dẫn dắt chúng tôi đi tới tương lai... và các bạn đang nắm giữ chìa khóa định hình tương lai. Tinh cách, nền tảng giáo dục, hệ giá trị, trí tuệ và sức chịu đựng, cũng như khả năng của các bạn để “có thể trụ vững khi khó khăn ập đến”.

Đầu tiên, các bạn hãy tìm hiểu lịch sử. Đừng chỉ lướt qua, hãy chỉ xem trên truyền hình, hay chỉ nghe những bài thuyết giảng về lịch sử. Hãy soi xét mọi góc ngách. Hãy tìm kiếm sự thật. Hầu hết tất cả các sự kiện lịch sử đều liên quan với nhau theo một cách nào đó. Hãy học để đưa ra những câu hỏi hóc búa và trông đợi những câu trả lời chân thực. Đừng chỉ tiếp nhận các câu chuyện một cách mù quáng. Sau cùng, có thể những câu chuyện đó đã được đóng khung bởi những người có suy nghĩ một chiều bằng những nghị trình xuyên tạc. Các nghị trình có thể khác nhau, nhưng rất nhiều nghị trình trong số đó được “đưa ra” theo lối nghĩ “hiếu ra thì cũng đã muộn màng”.

Những nguồn tin liệu đáng tin cậy nhất của bất kỳ sự kiện lịch sử nào chính



SHUTTERSTOCK

là những điều quan sát được, tài liệu, và những bản ghi chép của những người đã thực sự sống trong giai đoạn lịch sử đó. Với vai trò là một bậc cha mẹ và là một giáo viên, tôi thường nhắc nhở học sinh rằng lịch sử chỉ được đánh giá chân thực thông qua những góc nhìn và chuẩn mực trong chính thời kỳ mà sự kiện đó xảy ra. Việc đánh giá các sự kiện lịch sử sau 20 năm hay 200 năm dựa trên các tiêu chuẩn hiện tại là một phương hướng sai lầm – đó là sự phán xét khiên cưỡng. Các bạn đã bao giờ nhìn thấy tỷ số bóng bầu dục thay đổi vào ngày thứ Hai sau trận đấu cuối tuần chưa?

Và nhân tiện, các bạn sẽ được gì khi khiến cho một quốc gia sụp đổ thay vì giúp cho quốc gia đó trở nên tốt đẹp hơn bằng việc xắn tay áo lên và dùng sức lực của mình để đóng góp cho sự thành công của cả một đội ngũ?

Để có được những hiểu biết tốt về tinh thần của lịch sử, tôi gợi ý cho các bạn cuốn sách có nhan đề “A History of the American People” (Lịch Sử Của Người Dân Mỹ Quốc) do sử gia người Anh Paul B. Johnson, CBE, viết. Ông là người đã tình cờ bắt đầu sự nghiệp ký giả dưới vai trò một người theo phe cánh tả.

“Điểm mấu chốt” của lịch sử. Một người có đủ sự kiên cường và bản lĩnh trong cuộc chiến lâu dài cho tự do của nhân loại đã tuân theo những quy tắc dưới đây:

“Chìm đắm trong quá khứ và bạn sẽ mất đi một cơn mắt; quên đi quá khứ thì bạn sẽ mù cả đôi mắt.” Đó là những gì mà

ông Aleksandr Solzhenitsyn, nhà văn người Nga được biết đến như một nhà bất đồng chính kiến nổi tiếng qua rất nhiều cuốn tiểu thuyết, trong đó có “The Gulag Archipelago” (Quần Đảo Gulag), “August 1914” (Tháng 8 Năm 1914), “Cancer Ward” (Khu Ung Thư), và những cuốn sách khác.

Thứ hai. Các bạn hãy tận lực gắn kết mọi thứ mình đã làm để giúp thế giới này trở nên tốt đẹp hơn, không chỉ cho bản thân bạn, mà còn cho tất cả mọi người xung quanh bạn. Câu tục ngữ “Khi nước nổi mọi chiếc thuyền đều nổi” luôn đúng.

Thứ ba. Đối diện với hiện thực – Đứng vậy, đó là một sự thật – các bạn sẽ đón nhận sự phản bác từ nơi này nơi kia; điều đó còn xảy ra nhiều hơn nữa nếu các bạn đang làm điều gì đó tốt và có ý nghĩa. Đừng trốn tránh để có “không gian an toàn”. Thay vào đó, các bạn hãy thu hết can đảm, tận sức, và kiên định tiếp tục. Tôi nhớ tới một câu trích dẫn rất phổ biến, được nhiều người nói đến, có thể giúp mọi người có một chỗ dựa đáng tin cậy vào những thời khắc gian nan:

“Cuối cùng rồi mọi thứ sẽ ổn. Nếu mọi thứ chưa ổn thì chưa phải là kết thúc.” Thứ tư. Hãy chăm sóc sức khỏe thể chất, tinh thần, cảm xúc, và tâm hồn của các bạn bằng cách tiêu thụ có kiểm soát các sản phẩm lành mạnh. Các bạn hãy nhớ “chủ động tấn công” chính là cách “phòng thủ tốt nhất”. Điều quan trọng là nên có sự cân bằng. Giữ gìn sức khỏe của bạn trong tất cả các khía cạnh nói trên luôn là điều dễ dàng hơn, tiêu tốn ít chi phí hơn, và có hiệu quả lâu dài hơn việc phục hồi sau khi chữa bệnh. Luôn luôn là vậy.

Làm những điều khó khăn nhưng cần thiết để đạt được kết quả. Ở tuổi 77, tôi vẫn làm những công việc nặng nhọc hoặc tập thể dục ít nhất ba giờ đồng hồ, sáu ngày một tuần – thường thì lợi ích tăng thêm từ thành quả này giúp cuộc sống của gia đình tôi trở nên tốt hơn. Trong khi nhiều người bạn của tôi tăng cân hoặc gầy hơn mỗi ngày do cách ăn kiêng xem trên truyền hình, phim ảnh, do kem và bánh ngọt, thì tôi vẫn khỏe mạnh và hạnh phúc hơn với công việc mà một số người nói với tôi rằng tôi “không nhất thiết phải làm.” Điều này là có ý gì?

Có sức khỏe tốt rất đơn giản, hãy phòng ngừa một số bị kịch nằm ngoài tầm kiểm soát của các bạn. Không có gì là bảo đảm, bởi “không có bữa trưa nào miễn phí.”

Các bạn hãy đọc tiểu thuyết hư cấu và phi hư cấu hay, có rất nhiều ấn phẩm loại này. Trò chuyện với những người cao tuổi hơn, nhiều kinh nghiệm hơn, những người đã gạt hái được những thành công ở một mức độ nào đó. Bạn cũng đừng giới hạn những cuộc trò chuyện như vậy với những người đã đạt được thành tựu rõ ràng, thành công về phương diện tiền tài. Hãy tìm đến những người có lối sống tử tế và nội tâm an hòa trong khi vẫn làm việc hiệu quả. Các bạn sẽ ngạc nhiên với những hiểu biết mà mình góp nhặt được.

Quá khứ của bản thân tôi khá tương đồng với rất nhiều câu chuyện của những độc giả khác đã được đăng tải trong chuyên mục này. Đó là một bức tranh lớn tương tự nhưng với các tình tiết khác nhau. Tôi lớn lên trong một gia đình đồng con vào những năm 40-60. Tôi là người con thứ tư trong số năm người con. Các công việc nhà, đức tính chăm chỉ, và các chuẩn mực khác của của nhiều người lớn trong gia đình đã dẫn dắt tôi – và đôi khi đưa tôi – đến một cuộc sống hữu ích từ khi còn nhỏ cho tới lúc trưởng thành. Cha mẹ, ông bà, giáo viên, các cha xứ nhà thờ và các huynh trưởng hướng đạo, rồi hàng xóm – tất cả đều chung tay góp phần

giúp tôi có được cuộc sống như hôm nay. Chúng tôi đã thụ hưởng nhiều lợi ích sau đây trong những năm tháng sống cùng gia đình:

Giáo dục khắt khe tại các trường công lập, kể cả hình phạt thân thể.

Tương tự là, sự dạy dỗ nghiêm khắc từ nhà thờ.

Tôn trọng luật pháp và trật tự. Tôn trọng các bậc cao niên. Tôn trọng thẩm quyền. Tôn trọng người khác.

Chúng tôi sẽ bị phạt nếu thiếu lễ độ với người khác.

Các lớp điển kinh sau giờ học với các huấn luyện viên khó tính.

Công việc mùa hè, công việc thời thơ ấu, lương thấp, và tiêu chuẩn hiệu suất cao, cho dù tôi giao hàng tạp hóa hay giao báo bằng xe đạp, cắt và cào cỏ, hay làm việc trong khu vườn của gia đình, v.v. Ở trường trung học, tôi chơi bóng rổ và diễn kịch; sau bữa tối, tôi đi làm công việc tạp vụ đến tận khuya. Sau đó, tôi kiếm được việc làm nhân viên kho trong một siêu thị, và có một mùa hè, tôi quét sơn bên ngoài cho khung nhà rộng lớn của chúng tôi. Cũng có những công việc khác nữa. Có mùa hè tôi làm trong một nhà máy sản xuất đồ nội thất, hay trực nghĩa trang.

Chúng tôi không có xe hơi khi tôi còn bé, không có truyền hình cho đến khi tôi 14 tuổi. Cha tôi là một chàng nông dân, học hết lớp 8, mẹ tôi có bằng tốt nghiệp trung học. Chỉ với lòng quyết tâm và rất nhiều tài năng, họ đã làm việc chăm chỉ, nhiều giờ để trang trải cuộc sống.

Khi tôi còn trẻ, những ánh mắt giám sát của hàng xóm ở khắp nơi. Tất cả những người cha, người mẹ đều gửi chúng tôi “trọng tâm mắt” nhờ sự hiện diện nhẹ nhàng của những người hàng xóm này. Chúng tôi biết cha mẹ sẽ nhanh chóng nhắc nhở chúng tôi nếu chúng tôi đi quá xa lệch khỏi giới hạn. Cho dù đó là trò chơi bóng chuyền, cảnh sát bắt cướp hay trốn tìm, chúng tôi biết rằng mình đều đang chịu giám sát từ người lớn. Theo tôi, đây là một chuẩn mực rất đáng được tiếp nối. Điều này tạo xu hướng khích lệ cộng đồng, và giúp mọi người gìn giữ các chuẩn mực tốt thiểu.

Là một vận động viên bóng rổ dự bị tại một trường cao đẳng cộng đồng, tôi nhận được một suất học bổng. Rồi tôi trở thành đội trưởng của đội. Tôi chưa bao giờ là một người nổi bật, nhưng là một người yêu thích việc thi đấu và tinh thần đồng đội. Vào năm thứ ba đại học, tôi tham gia chương trình mới kéo dài hai năm của Đội Huấn luyện Sĩ quan Dự bị Lục quân. Quá trình đào tạo nghiêm ngặt hoàn toàn phù hợp với mong muốn của tôi và tôi đã trở nên vượt trội. Tôi đã trở thành chỉ huy sinh viên quân của lứa đoàn đại học vào năm cuối, và tốt nghiệp với tư cách là một sinh viên Tốt nghiệp Quân sự Ưu tú.

Ngay lúc tôi đang tại ngũ trong những năm tháng ở Việt Nam, tôi kết hôn với người yêu sau hai năm yêu nhau. Chúng tôi đã nuôi nấng ba cô con gái xinh đẹp trong suốt chặng hành trình sự nghiệp của mình và đã gần bốn chục năm 54 năm vẫn với hạnh phúc như ngày đầu. Chúng tôi được Đảng Sáng Thế ban phúc lộc lành.

Giờ đây, trong thập niên thứ bảy của cuộc đời, chúng tôi tìm kiếm những phương thức để nâng cao kiến thức và năng lực, sự an hòa trong nội tâm, cách thức giúp đỡ người khác, khiến cho mọi thứ trở nên tốt đẹp hơn, thách thức những ý tưởng thông thường đã không còn khởi tác dụng. Chúng tôi tận hưởng thời gian với con cháu cùng như hàng xóm và những người bạn lâu năm.

Hồng ân và bình an cho tất cả mọi người.

Độc giả *Sternes Stubblefield*, tiểu bang Arkansas

Quý vị muốn đưa ra lời khuyên gì cho các thế hệ trẻ?

Chúng tôi kêu gọi Quý độc giả chia sẻ những giá trị vượt thời gian có thể phân định rõ đúng và sai, và truyền cho thế hệ tương lai những kiến thức uyên thâm và kinh nghiệm của mình. Chúng tôi nhận thấy những thông điệp ý nghĩa truyền lại cho thế hệ tiếp theo đang giảm dần theo thời gian, và rằng chỉ với một nền tảng đạo đức vững vàng thì thế hệ tương lai mới có thể phát triển khỏe của nhiều người lớn trong gia đình đã dẫn dắt tôi – và đôi khi đưa tôi – đến một cuộc sống hữu ích từ khi còn nhỏ cho tới lúc trưởng thành. Cha mẹ, ông bà, giáo viên, các cha xứ nhà thờ và các huynh trưởng hướng đạo, rồi hàng xóm – tất cả đều chung tay góp phần

Linh Đan biên dịch

STYLE



1



3



4



5



2

Sự phức tạp đầy cuốn hút: Đồng hồ thông minh phiên bản gốc

Tính năng đầu tiên của đồng hồ đeo tay chỉ đơn giản là một ô cửa sổ chỉ ngày, nhưng những chiếc đồng hồ thời nay còn có nhiều tính năng hơn thế

BILL LINDSEY

Những chiếc đồng hồ đặc biệt là loại đồng hồ có thêm nhiều tính năng, chẳng hạn như khả năng hiển thị múi giờ khác hoặc theo dõi chu kỳ mặt trăng. Vì loại đồng hồ này thường có giá từ 30,000 USD trở lên, nên chúng tôi đã thu thập các mẫu đồng hồ đa tính năng đầy ấn tượng với mức giá dễ chấp nhận hơn để giới thiệu tới quý vị.

1. Hạnh phúc thăng hoa (Over the Moon)

Bộ sưu tập *Longines Master L2.909.478.6* có giá **2,525 USD**

Được thành lập năm 1832 tại Saint-Imier (một thị trấn rất phát triển thuộc Jura Bernois tiểu bang Valais), Thụy Sĩ, kể từ đó thương hiệu đồng hồ Longines đã tạo dựng danh tiếng xứng đáng về chất lượng và sự cải tiến mà chúng ta có thể thấy qua chiếc đồng hồ thanh lịch này. Một chu kỳ mặt trăng được đặt ở vị trí 6 giờ, theo dõi chuyển động của quỹ đạo trên bầu trời, trong khi mặt số bên ngoài hiển thị, đồng thời theo dõi số được thiết kế kiểu “hạt lúa mạch” màu bạc tạo điểm nhấn tuyệt vời cho các kim giờ, phút, và giây bằng thép xanh, cũng như lớp vỏ 40 mm bằng thép không gỉ bảo vệ chuyển động cơ học của đồng hồ.

2. Cất cánh (Cleared for Takeoff)

Bộ sưu tập đồng hồ Quân đội *Hamilton Khaki Pilot Auto Chrono* có giá **1,845 USD**

Thương hiệu đồng hồ Hamilton được thành lập vào năm 1892 để sản xuất đồng hồ giúp đồng bộ hóa thời gian của các dịch vụ xe lửa Hoa Kỳ. Vào năm 1918, hãng Hamilton được giao nhiệm vụ cung cấp đồng hồ cho dịch vụ chuyển phát thư bằng đường hàng không mới ra đời của Hoa Kỳ để bảo đảm cung cấp dịch vụ đúng giờ. Đồng hồ bấm giờ mới nhất của hãng này có các tính năng được tìm thấy trên các mẫu đồng hồ cao cấp có giá cao gấp 10 lần – chẳng hạn như một chuyển động cơ học chuẩn xác với khả năng dự trữ năng lượng cho 60 tiếng, nằm trong một vỏ thép không gỉ 42mm đẹp mắt, đồng thời theo dõi giờ, phút, và giây đã trôi qua. Đây là mẫu đồng hồ bấm giờ truyền thống ấn tượng với một mức giá rất hợp lý.

3. Du hành thời gian (Time Traveler)

Đồng hồ *Tissot Heritage Navigator Automatic COSC ra mắt nhân dịp kỷ niệm 160 năm ngày thành lập hãng đồng hồ TISSOT* có giá **1,975 USD** Mẫu đồng hồ có tính ứng dụng cao và hấp dẫn này ra mắt nhằm

ăn mừng 160 năm sản xuất những chiếc đồng hồ tinh xảo của hãng Tissot. Mẫu đồng hồ này kết hợp khả năng theo dõi nhiều múi giờ với kiểu dáng trang nhã, phù hợp để đeo ở nhà, ở công sở hoặc nơi nường tiệc ở sân sau. Với mặt số được cài đặt một múi giờ cụ thể, chẳng hạn như thành phố Cairo hoặc Thành phố New York, bạn cũng có thể dễ dàng theo dõi thời gian tại các thành phố khác trên thế giới. Những tính năng trên khiến mẫu đồng hồ bấm giờ được COSC chứng nhận này trở nên vô cùng thuận tiện cho những người thường xuyên thực hiện cuộc gọi đến những nơi thuộc múi giờ khác nhau.

4. Một phong cách xem giờ khác

Đồng hồ *MeisterSinger Vintago* có giá **2,049 USD**

Chiếc đồng hồ này là một lựa chọn tuyệt vời cho những ai tìm kiếm một phong cách khác biệt để theo dõi thời gian và ưa chuộng vẻ đẹp cổ điển. Thay vì sắp xếp riêng biệt kim giờ và kim phút theo truyền thống, thì mẫu đồng hồ này chỉ có một kim

màu đen thuận dài để hiển thị thời gian khi cây kim này quét quanh mặt số, và nổi bật nhờ các vạch giờ và phút rất dễ đọc, rất tiện dụng. Một cửa sổ theo chiều dọc ở vị trí 3 giờ có một chấm nhỏ để hiển thị ngày trong tháng.

5. Lịch thiệp

Đồng hồ thông minh *Frederique Constant Gents Classics FC-285V5B4* có giá **1,501 USD**

Mẫu đồng hồ có kiểu dáng bóng bẩy này là một lựa chọn lý tưởng phù hợp với trang phục công sở hoặc trang thực hiện cuộc gọi đến những nơi thuộc múi giờ khác nhau. Mẫu đồng hồ này được trang bị vỏ chống thấm nước, và mạ vàng hồng, có đường kính 42 mm. Bên cạnh thời gian được hiển thị trên mặt số chính, mẫu đồng hồ này còn chứa một đồng hồ nhỏ bên trong ở vị trí 6 giờ, hiển thị ngày tháng và đếm 100 giây mỗi lần. Đồng hồ trang bị một dây đeo truyền thống bằng da bê. Tuổi thọ pin đồng hồ là khoảng 25 tháng.

Minh Châu biên dịch

NHẬN BẢO HIỂM TUYỆT VỜI VÀ GIÁ TRỊ LỚN

XE NHẬN THỌ NGÂN HÀNG
NHÀ SỨC KHỎE THƯƠNG MẠI

TIẾT KIEM ĐẾN 40%

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

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



Tommy Tran 713-270-8868

State Farm Agent

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

Chào đón khách hàng đến tư vấn miễn phí

Chúng tôi nói Tiếng Việt, English, 中文, Se Hable Espanol
Chúng tôi rất vui lòng trả lời các câu hỏi của bạn

CẦN TUYỂN NHÂN VIÊN Thông thạo Anh-Việt

Xin liên lạc văn phòng hoặc ghi danh online tại:
tommytran.sfagentjobs.com/account
281-686-0380 / Email: tommy@insurewithtommytran.com

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, Com, 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 đầu ớt đỏ
Thật nhiều hương vị Làm bạn không thể quên hương vị châu Á

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

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

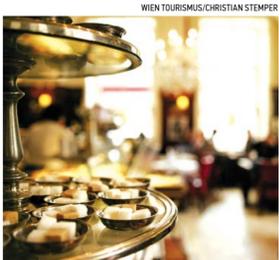
Xem thêm video của Chef John trên:
Taste Show



Tiệm cà phê kết hợp nhà hàng tại Bảo tàng Kunsthistorisches ở Vienna.



Cà phê kết hợp nhà hàng tại Bảo tàng Kunsthistorisches ở Vienna.



Các món đi kèm cà phê tại quán Café Diglas.

Phong cách cà phê truyền thống ở thủ đô Vienna

Ở Vienna có hơn 2,500 quán cà phê để bạn lựa chọn

JANNA GRABER

Bây giờ là gần hai giờ chiều và tôi đang có một nhiệm vụ. Nặng trĩu đôi mắt khi tôi thả bộ trên những con đường lát đá cuội ở quận Nhất của thủ đô Vienna, tiến đến một trong những quán cà phê yêu thích của mình.

Không khí tràn ngập mùi thơm nồng nàn của cà phê đen và bánh ngọt đang được phục vụ khắp nơi trong thành phố. Tuy cà phê thường là một loại thức uống vào buổi sáng, nhưng ở Vienna, buổi chiều mới là thời điểm lý tưởng để dừng chân và thưởng thức một ly cà phê cũng như một miếng bánh torte (một loại bánh ngọt chocolate đặc biệt). Đó là một truyền thống đã có từ thời đế chế Vienna.

Trong gần 640 năm, Vienna giữ vai trò là trung tâm của Đế chế Áo-Hung hùng mạnh. Gia tộc Hapsburgs cai trị từ Áo đến Hungary, và thậm chí cả đến nơi mà thời nay gọi là Cộng hòa Czech. Gia tộc hoàng gia này đã xây dựng những cung điện nguy nga tráng lệ, đặt hàng các nhà soạn nhạc hoàng gia (trong đó có nhạc sĩ Mozart) viết nhạc, và gia tộc này chỉ dùng bánh ngọt hoàng gia được chế biến dành riêng cho họ.

Mặc dù đế chế Áo bị sụp đổ sau Đệ nhất Thế chiến, nhưng những tàn tích của thời quá khứ đế quốc này vẫn là một phần văn hóa của Vienna. Tham quan các quán cà phê nổi tiếng của thành phố này cũng là một cách của mở ra thời đi vắng hoàng gia đó.

Văn hóa phát triển của quán cà phê đã khắc sâu trong cuộc sống của người dân thành phố Vienna. Từ phong cách vô cùng thanh lịch đến phong cách dân dã, mỗi quán cà phê phục vụ các món ăn của mình cho một tầng lớp khác nhau. Có rất nhiều loại cà phê được người dân say mê, từ loại Melange nổi tiếng bao đời

nay, một kiểu mở rộng của espresso với bột sữa; đến Fiaker, một loại espresso kép với rượu rum, kem, và một quả cherry cocktail; đến Einspänner, một loại mocha phủ kem tươi được đánh bóng sẵn.

Khi tôi còn sống ở Vienna theo diện sinh viên ngoại quốc, tôi nhanh chóng nhận ra rằng các quán cà phê cũng chính là phòng khách của thành phố này. Mọi người thường đến các quán cà phê để gặp gỡ bạn hữu, trò chuyện và tâm sự với nhau.

Nhưng cũng có những người khác lại thích thưởng thức cà phê một mình, thoải mái với một cuốn sách hay hoặc đọc báo địa phương, thường được bày trên các giá sách để người đọc dễ sử dụng. Cà phê thường được phục vụ tinh tế trên một chiếc khay bạc, cùng một cốc nước nhỏ và đôi khi là một miếng chocolate nhỏ.

Nếu bạn muốn tìm kiếm văn hóa của Vienna, thì bạn sẽ tìm được điều đó ở một quán cà phê. Với suy nghĩ đó, tôi đến quán Café Landtmann, được mở từ năm 1873. Tôi ngồi trên chiếc ghế Thonet nguyên bản có từ thời đế chế và ngắm nhìn hình ảnh phản chiếu của mình qua chiếc gương được sản xuất từ những năm 1920.

Người phục vụ bánh bao trong áo sơ mi trắng, nơ đen, và áo khoác búng cà phê đến cho tôi trên một chiếc khay bạc, cùng với một lát bánh hạt anh túc ưa thích của tôi. Bạn tôi và tôi nói chuyện hơn một giờ, trò chuyện về các công việc trong ngày, và tận hưởng khung cảnh.

Vienna có hơn 2,500 quán cà phê để bạn lựa chọn; vì vậy, bạn sẽ dễ dàng tìm được một quán cà phê ưng ý. Café Central là một trong những quán đẹp nhất. Nằm trong một cung điện nhỏ theo kiến trúc Vienna và Florentine, đây từng là nơi gặp gỡ của các nghệ sĩ, nhà văn, và nhà tư tưởng nổi tiếng, trong đó có nhà văn Franz Kafka.

Café Sperl có phong cách Bohemian



Món Melange ở quán cà phê Sperl.



Quán Café Demel.

hơn. Được mở vào năm 1880, quán cà phê này vẫn giữ được nét duyên dáng ban đầu thông qua những chiếc bàn bằng đá cẩm thạch và sàn lát gỗ. Quán này đã từng xuất hiện trong một số bộ phim, như "Before Sunrise" (Trước lúc Bình minh) và "A Dangerous Method" (Phương thức Nguy hiểm).

Quán cà phê kết hợp nhà hàng tại Bảo tàng Kunsthistorisches ở Vienna (Bảo tàng Lịch sử Nghệ thuật) là một quán cà phê khác cũng rất đẹp. Bản thân tòa nhà bảo tàng đã là một tác phẩm nghệ thuật lộng lẫy, và quán cà phê này cũng không phải là một ngoại lệ. Chỗ ngồi màu đỏ sang trọng dưới sảnh mái vòm trang nghiêm tạo cảm giác gần như vương giả, và thực khách có thể chiêm ngưỡng phong cảnh thành phố Vienna qua các khung cửa sổ cao.

Cà phê Diglas on Wollzeile chỉ cách Nhà thờ Thánh Stephen, trung tâm của Vienna, vài bước chân. Đây chính là một quán cà phê truyền thống thực sự ở Vienna, nơi đây phục vụ rất nhiều loại cà phê và bánh ngọt. Chắc hẳn những người thợ làm bánh của thành phố này rất bận rộn, vì mỗi nhà hàng và quán cà phê đều có những nét sáng tạo riêng của họ.

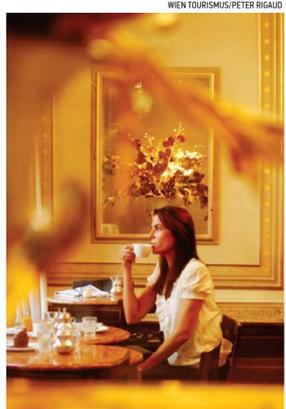
Sacher Torte là một trong những loại bánh nổi tiếng nhất của thành phố. Loại bánh này ra đời từ Khách sạn Sacher sáng lập từ năm 1832 bởi cậu bé Franz Sacher 16 tuổi, người đã làm món trắng miệng đặc biệt cho Hoàng tử Metternich. Thời nay, mỗi năm, Khách sạn Sacher phục vụ hơn 360,000 chiếc bánh Original Sacher Torte được làm thủ công. Thậm chí tôi đã đặt món này giao đến nhà tôi ở Hoa Kỳ.

Ngay cả trong những quán cà phê khiếm tốn nhất ở Vienna, bạn cũng có thể được thưởng thức những tách cà phê và bánh ngọt thơm ngon. Vào buổi sáng cuối cùng ở Áo, tôi và hai người bạn đã dừng lại ở quán Kleines Café, một quán cà phê nhỏ với một vài chiếc bàn ngoài trời ở một quảng trường bên cạnh Tu viện Franciscan.

Những thanh âm yên bình của thủ đô Vienna – tiếng bước chân trên đá cuội, tiếng những người chủ cửa hàng đang đỡ hàng và tiếng những đứa trẻ đang cười đùa ở chiếc bàn gần đó – vang lên trong khi tôi đang nghe những người bạn trò chuyện. Tôi chậm rãi nhắm nháp ly cà phê, mong muốn khoảnh khắc này cứ kéo dài mãi. Rồi tôi ngồi yên thư giãn và đắm mình trong cảm giác yên bình đó. Cảm giác thật tuyệt khi ở Vienna.

Có Janna Graber đã du lịch qua hơn 55 quốc gia. Cô là biên tập viên của ba tuyển tập du lịch, trong đó có tuyển tập "A Pink Suitcase: 22 Tales of Women's Travel," và là chủ bút của tạp chí Go World Travel.

Khánh Nam biên dịch



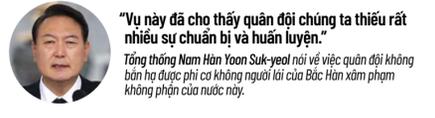
Quán cà phê Demel.



Quán cà phê Landtmann.

THẾ GIỚI

Các hành khách đến nhà ga quốc tế của Phi trường Haneda ở Tokyo hôm 11/10/2022. Nhật Bản cho biết nước này sẽ thắt chặt kiểm soát biên giới đối với du khách đến từ Trung Quốc, quốc gia đang có số ca nhiễm COVID-19 tăng nhanh.



"Vụ này đã cho thấy quân đội chúng ta thiếu rất nhiều sự chuẩn bị và huấn luyện."

Tổng thống Nam Hàn Yoon Suk-yeol nói về việc quân đội không sẵn sàng để xử lý khủng hoảng tại của Bắc Hàn xâm phạm không phận của nước này.

Xâm lược Đài Loan: Mục tiêu mà ông Tập Cận Bình không bao giờ có thể đạt được (Phần 1/2)

CHƯƠNG THIÊN LƯỢNG



Bình luận

Sau khi ông Tập Cận Bình đắc cử nhiệm kỳ thứ ba tại Đại hội Đảng Toàn quốc khóa 20 hồi tháng Mười, nhiều người đã suy đoán xem ông sẽ làm những gì tiếp theo. Một hành động đáng lo ngại nhất là ông sẽ dùng vũ lực để xâm chiếm Đài Loan.

Đặc biệt là sau chiến tranh Nga-Ukraine, Hoa Kỳ, Liên minh Âu Châu, và các viện nghiên cứu chính sách ở nhiều quốc gia đã chuyển sự chú ý của họ sang Trung Quốc, vì lo sợ rằng Trung Cộng sẽ nhân cơ hội này để phát động một cuộc chiến tranh chống lại Đài Loan.

Một số chuyên gia về Trung Quốc cũng cảnh báo rằng giấc mơ của ông Tập là duy trì quyền lực suốt đời và do đó, phải lập nên công trạng như một kỳ tích lịch sử cho Trung Cộng: Đó là thống nhất Đài Loan bằng vũ trang. Nhưng chúng ta phải xem xét bốn lý do vì sao việc ông Tập phát động cuộc chiến này lại không thực tế.

Công nghệ

Mặc dù Trung Quốc là một quốc gia sản xuất lớn, nhưng không phải là một cường quốc sản xuất. Hầu như tất cả các công nghệ chủ chốt đều nằm trong tay các quốc gia khác.

Ví dụ, vào ngày 16/04/2018, Bộ Thương mại Hoa Kỳ đã công bố một lệnh cấm bảy năm, trong đó nghiêm cấm các công ty Hoa Kỳ bán linh kiện cho Tập đoàn ZTE, một nhà sản xuất thiết bị viễn thông của Trung Quốc. Hoạt động kinh doanh của ZTE ngay lập tức bị xáo trộn. Theo bản tin của Đài Tiếng nói Hoa Kỳ (Voice of America, VOA) ông Tập đã gọi điện cho Tổng thống (TT) đương thời Donald Trump và hỏi liệu ông Trump có thể giúp đưa ZTE trở lại hoạt động kinh doanh bình thường hay không.

Ông Trump hỏi ông Tập điều ông sẵn sàng đánh đổi là gì. Ông Tập trả lời rằng ông sẽ nộp phạt 500 triệu USD, đồng thời sa thải ban quản lý và ban giám đốc của công ty này. Ông Trump đáp lại với [mức phạt] 1.5 tỷ USD. Ngoài ra, ông Trump

muốn có được một mức độ bảo đảm an ninh cao và ZTE phải mua một số lượng lớn linh kiện của Hoa Kỳ. Sau một hồi thương lượng, ông Tập đã giảm khoản tiền phạt 1.5 tỷ USD mà ông Trump đề nghị xuống còn 1.3 tỷ USD.

Một ví dụ khác là Huawei. Các biện pháp trừng phạt của Hoa Kỳ đối với đại tập đoàn viễn thông Trung Quốc này đã khiến hoạt động kinh doanh điện thoại di động của tập đoàn sụt giảm nghiêm trọng. Riêng năm 2021, công ty này chỉ bán được khoảng 35 triệu chiếc điện thoại, giảm 81.6% so với cùng thời kỳ năm 2020.

Chúng ta biết rằng Trung Cộng duy trì ổn định [xã hội] thông qua các camera giám sát ở khắp mọi nơi, nhận dạng khuôn mặt, thu thập dữ liệu lớn, v.v. Chính quyền này còn dựa vào sức mạnh điện toán và lưu trữ; không có vì mạch bán dẫn, Trung Cộng không thể kiểm soát xã hội. Do đó, một lệnh cấm vận trong lĩnh vực công nghệ cao sẽ gây nguy hiểm trực tiếp cho chính quyền Trung Cộng.

Một số người có thể lập luận rằng trong suốt thời kỳ cai trị của ông Mao Trạch Đông, Trung Cộng đã đạt được sự kiểm soát xã hội chặt chẽ mà không cần đến công nghệ tân tiến. Hơn nữa, tại sao Bắc Hàn có thể giành được toàn quyền kiểm soát người dân của mình mặc dù nước này rất nghèo?

Chúng ta cần hiểu một điều – bất kỳ sự cai trị nào cũng phải trả giá. Hình thức cai trị ít tốn kém nhất là sự tuân thủ vô điều kiện của người dân. Nói cách khác, một hiện tượng phổ biến ở các quốc gia cộng sản là chế độ cai trị này làm cho nhà lãnh đạo tối cao giống như một vị thần. Bằng cách làm cho nhà lãnh đạo trở thành một người đầy thuyết phục, thông suốt, giống như một vị thần, người mà người dân phục tùng một cách ngơ ngẩn, điều đó hầu như không gây ra trở ngại gì nhiều bởi vì vị lãnh đạo này đã chinh phục được lòng dân. Nhưng hiện tại, Trung Quốc hoàn toàn không ở trong vị thế để có thể làm được điều đó.

Quá nhiều người Trung Quốc đã đặt cho ông Tập dù loại biệt danh gièm pha chỉ trích. Nền tảng truyền thông xã hội



Lãnh đạo Trung Cộng Tập Cận Bình (giữa) bước lên bục để đọc bài diễn văn trong trang phục tay của các thành viên cao cấp và đại diện của Đảng Cộng sản Trung Quốc trong lễ khai mạc Đại hội Đảng Toàn quốc khóa 20 tại Bắc Kinh, Trung Quốc, hôm 16/10/2022.

Trung Quốc Xiaohongshu (có nghĩa là "tiểu hồng thư", giống như những gì Hồng vệ binh trong Đại Cách mạng Văn hóa dưới thời Mao chủ tịch), đã tiết lộ 564 từ nhạy cảm liên quan đến ông Tập mà Trung Cộng cố gắng kiểm duyệt, chẳng hạn như "Tập Bán Báo" ("Baozi" là một loại bánh bao hấp của Trung Quốc) và "Tập Đầu Heo" ("Zhutou" có nghĩa là đầu heo).

Do đó, Trung Cộng chỉ có thể dựa vào các lực bên ngoài như công nghệ cao để duy trì sự cai trị của mình. Nếu ông Tập giao chiến với Đài Loan, thì điều đó có thể phá hủy quyền lực của ông ta.

Nền kinh tế

Nếu sự cai trị của Trung Cộng chủ yếu dựa vào công nghệ cao, vốn cũng tốn kém không ít tiền của, thì Trung Cộng không thể khiến nền kinh tế suy sụp hoàn toàn. Trong ngân sách hàng năm của chính quyền này, có một khoản lớn được gọi là "chi phí duy trì sự ổn định" để duy trì hoạt động của bộ máy đàn áp, chẳng hạn như tiền lương, và trang thiết bị của công an vũ trang, chi phí cho các cơ quan tình báo, cùng những thứ khác.

Kể từ năm 2011, các chi phí duy trì ổn định của Trung Cộng đã vượt quá chi tiêu quân sự của chính quyền này – tương đương với việc tiến hành chiến tranh chống lại người dân của chính chế độ này mỗi năm. Nếu nền kinh tế sụp đổ, hệ thống duy trì ổn định này sẽ ngừng hoạt động bởi vì công an vũ trang không bảo vệ Trung Cộng vì lòng trung thành và sự mệnh, mà vì để nhận lương.

Nếu Trung Cộng tiến hành một cuộc xâm lược Đài Loan, các biện pháp trừng phạt kinh tế sẽ lu lút kéo đến, và việc cộng đồng quốc tế ngừng giao thương với Trung Quốc sẽ không chỉ

khiến nền kinh tế của nước này lao dốc, mà còn khiến cuộc sống của người dân trở nên bấp bênh.

Sau vụ thảm sát tại Quảng trường Thiên An Môn năm 1989, Trung Cộng đã và đang sử dụng việc cai trị hiệu quả của mình để trở thành một [đáng] chính thống; điều đó tức là chế độ này chưa được ủy quyền hợp pháp. Nhưng vì cuộc sống của người dân đã được cải thiện nhờ chính sách cải tổ và mở cửa cũng như việc Trung Quốc gia nhập Tổ chức Thương mại Thế giới, nên người dân không đặt câu hỏi vì sao Trung Cộng lại là đảng cầm quyền duy nhất. Thế nhưng, một cuộc suy thoái kinh tế sẽ biến quyền cai trị tựa hồ là danh chính ngôn thuận của Trung Cộng thành một vấn đề nổi cộm. Đó là lý do vì sao ông Tập không đủ khả năng để xâm lược Đài Loan.

Lý do thứ ba là ông Tập lo cho sự an nguy của ngài vàng quyền lực. Lý do thứ tư là liệu ông ấy có thể chiến thắng cuộc chiến này hay không. Hai vấn đề này sẽ được khám phá trong phần thứ hai của bài xã luận này.

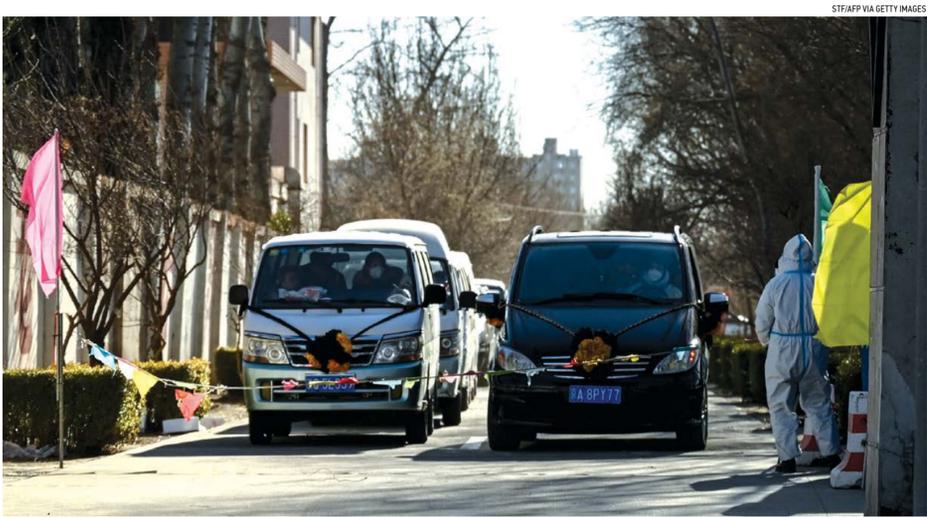
Quan điểm trong bài viết này là của tác giả và không nhất thiết phản ánh quan điểm của The Epoch Times.

Tiến sĩ Zhang Tianliang (Chương Thiên Lượng) là giáo sư tại Đại học Phi Thiên và là người viết nhạc cho các vở opera của Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun. Ông là một nhà văn, nhà sử học, nhà sản xuất phim, nhà biên kịch và nhà tư tưởng giới. Ông là đồng tác giả của một số cuốn sách về chủ nghĩa cộng sản đã được dịch ra hơn 20 thứ tiếng. Ông là người sáng lập NPO Tianliang Alliance. Theo dõi ông trên kênh YouTube @TianLiangTimes.

Nhà Đan biên dịch



Phi cơ của Bộ Tư lệnh Chiến khu Đông bộ của Quân Giải phóng Nhân dân Trung Quốc (PLA) tiến hành các cuộc tập trận huấn luyện chiến đấu chung quanh Đài Loan hôm 07/08/2022.



STF/AFP VIA GETTY IMAGES

Nhiều người trong giới tinh anh Trung Cộng qua đời trong bối cảnh dịch COVID-19 tấn công Trung Quốc

Tiếp theo thì ***trang 1***

trong phòng cấp cứu để có được một chiếc giường tại bệnh viện hàng đầu của Bắc Kinh, nơi hiện không còn chỗ chứa.

Với sự can thiệp của các giám đốc điều hành cao cấp của cơ quan truyền thông nhà nước này và giám đốc bệnh viện, ông Dương cuối cùng đã được đưa vào phòng hồi sức cấp cứu, nơi ông đã qua đời vài giờ sau đó. Nguyên nhân ông qua đời là nhiễm trùng phổi do vi khuẩn.

Ông Dương là một cái tên nổi trong danh sách dài những nhân vật u tu gắn liền với Trung Cộng đã qua đời trong bối cảnh số ca nhiễm biến thể Omicron tăng mạnh đang can quét Trung Quốc, sau khi nhà cầm quyền đột ngột nổi lòng các biện pháp phòng chống dịch COVID-19 hà khắc kéo dài mấy năm nay – điều khiến các doanh nghiệp phải đóng cửa, làm tê liệt nền kinh tế Trung Quốc, và khiến người dân Trung Quốc phải chật vật để duy trì mức sống căn bản của họ.

Tuy nhiên, quyết định đảo ngược đột ngột này đã được thực hiện mà không có sự cung cấp các nguồn lực cũng như chính sách để giúp người dân ứng phó với các ca nhiễm ngày càng gia tăng.

Hệ thống y tế của đất nước này chưa được chuẩn bị sẵn sàng. Khi chúng virus này lây lan khắp các gia đình, nhiều bệnh viện và lò hỏa táng đã rơi vào tình trạng hỗn loạn, và ngay cả giới tinh anh Trung Quốc – được biết đến với những đặc quyền mà họ được hưởng – cũng bị ảnh hưởng.

Ngoài ông Dương, những người đã tử vong trong vài tuần qua còn có ông Chu Chí Xuán (Zhou Zhichun), cựu phó tổng biên tập và phó chủ tịch của tờ Nhật báo Thanh niên Trung Quốc thuộc sở hữu nhà nước; chính trị gia Châu Trì Hoảng (Zhi Zhihong), nguyên là chủ tịch Ủy ban Hội nghị Hiệp thương Chính trị Nhân dân Trung Quốc tỉnh Giang Tây; nữ diễn viên



Các thành viên trong gia đình đi theo một chiếc hũ đựng tro cốt của người thân tại một lò hỏa táng ở Bắc Kinh hôm 22/12/2022.

Kinh kịch 39 tuổi Trữ Lan Lan (Chu Lanlan); kinh tế gia theo chủ nghĩa Marx Hồ Quân (Hu Jun); cựu phó giám đốc Ủy ban Thể thao Quốc gia Lưu Cát (Liu Ji); người thiết kế các biểu tượng cho Thế vận hội Bắc Kinh 2008, ông Ngô Quân Anh (Wu Guanying); cũng như hàng chục giáo sư lừng danh tại hai trường đại học danh tiếng nhất của Trung Quốc, Đại học Bắc Kinh và Đại học Thanh Hoa.

Khoảng một chục chuyên gia y tế hàng đầu cũng đã qua đời, trong đó có ông Nam Đăng Côn (Nan Dengkun), người được cho là đã đi tiên phong trong ngành y học phục hồi chức năng của Trung Quốc, và nhà khoa học được phẩm hàng đầu

Ngụy Thụ Lễ (Wei Shuli).

Số liệu chính thức bị cắt xén nhiều

Bất chấp ngày càng có nhiều tin cáo phó của những nhân vật nổi tiếng xuất hiện trên các kênh truyền thông nhà nước, rất ít chi tiết được đề cập về nguyên nhân tử vong của họ.

Chính quyền Trung Quốc đã sử dụng chiến lược sáo mồn của mình về việc báo cáo thấp hơn thực tế số ca nhiễm và tử vong do COVID nhằm giảm bớt những tin tức làm hoen ố hình ảnh của Trung Cộng. Ủy ban Y tế Quốc gia cho đến nay chỉ tính một số ít trường hợp tử vong do COVID – chín ca tử vong trong khoảng thời gian ba tuần. Chỉ những bệnh nhân tử vong vì viêm phổi và suy hô hấp do COVID gây ra mới được tính vào số liệu chính thức này. Những người có bệnh lý nền không được tính.

Nhưng những câu chuyện ngoài đời thực đưa ra một bức tranh ám đạm hơn nhiều.

Các nhà tang lễ khắp đất nước đang hoạt động suốt ngày đêm để hỏa táng các thi hài, đồng thời các cơ quan y tế cũng đang khuyến khích các bác sĩ về hưu trong 5 năm qua tái gia nhập lực lượng này để giảm bớt tình trạng thiếu



NOEL CELIS/AFP VIA GETTY IMAGES

nhân viên. Nhiều nhân viên y tế đang làm nhiệm vụ cũng bị nhiễm COVID. Một bác sĩ phẫu thuật tại bệnh viện lớn nhất Bắc Kinh nói với truyền thông Trung Quốc rằng khoảng 70% nhân viên y tế tại khoa của ông bị ốm, kể cả ông, nhưng ông vẫn phải tiếp tục làm việc.

Công ty nghiên cứu sức khỏe Airfinity có trụ sở tại London ước tính rằng hơn 5,000 người có khả năng tử vong mỗi ngày vì COVID-19, dựa trên việc lặp đi lặp lại tử dữ liệu khu vực của Trung Quốc.

Thống kê chính thức của Trung Quốc đang chứng minh cho mọi người thấy đây là một tài liệu không đáng tin cậy đến mức ngay cả Tổ chức Y tế Thế giới – một cơ quan thường không trực tiếp chỉ trích chính quyền này về sự thiếu minh bạch trong quá trình diễn ra đại dịch – cũng bày tỏ sự nghi ngờ.

Ông Mike Ryan, Giám đốc Chương trình Cấp cứu Y tế của WHO, nói với các phóng viên hôm 21/12, “Ở Trung Quốc, những gì đang được báo cáo là số lượng ca bệnh trong ICU (phòng chăm sóc tích cực) tương đối thấp, nhưng sự thật là, các phòng ICU đang chật kín.”

“Tôi không muốn nói rằng Trung Quốc đang chú động không muốn cho chúng tôi biết chuyện gì đang xảy ra. Tôi nghĩ rằng họ đang phản ứng quá chậm.”

Ác giả ác báo
Ông Hoàng Hà (Heng He), một nhà phân tích các vấn đề Trung Quốc, nhận thấy một yếu tố siêu hình đáng sau đợt bùng phát COVID hiện tại. Ông nói, mặc dù con số thương vong thực sự trong đợt bùng phát này vẫn chưa được công bố, nhưng việc nhiều người trong giới tinh anh Trung Quốc bị ảnh hưởng là rất đáng chú ý.

Nhiều người trong số họ là những nhân vật chủ chốt trong bộ máy quyền lực của chính quyền và cam kết trở thành những nhà tuyên truyền đánh bóng hình ảnh và tên tuổi cho Trung Cộng.

“Có thể quý vị nghĩ đó không phải là vấn đề lớn, nhưng Trung Cộng là một tập đoàn tội phạm,” ông nói với The Epoch Times, đồng thời cho biết thêm rằng số ca

NGÀY 30/12/2022 — 05/01/2023 EPOCH TIMES

nhiểm gia tăng gần đây sẽ khiến mọi người nhìn nhận lại sự liên đới của họ với chính quyền này. “Trối buộc cuộc đời của mình với số phận của Đảng sẽ không đem lại điều gì tốt đẹp cho quý vị.”

Ông nói, quan niệm “gieo nhân nào gặt quả nấy” đã ăn sâu vào tâm trí người Trung Quốc từ thời cổ đại.

Ông Hoàng giải thích, “Người Trung Quốc tin rằng thiên hữu thiện báo, ác hữu ác báo, và rằng một người có thể gặp quả báo nhân tiên (tức là lãnh báo ứng ngay trong kiếp này).”

“Đó là lý do vì sao người Trung Quốc luôn cảnh báo là đừng nên tiếp tay cho hành động sai trái – đặc biệt là việc đàn áp tin ngưỡng.” Ông Hoàng đã dẫn chứng về các chiến dịch đàn áp tàn bạo của nhà cầm quyền nhằm vào Pháp Luân Công và các tín ngưỡng tôn giáo khác.

Ông nói, “Ở một góc độ nào đó mà nhìn, thì người ta có lẽ sẽ xem đây là nghiệp báo.”

Khái niệm đó đã được Ngòi Lý Hồng Chí, nhà sáng lập môn tu luyện tinh thần Pháp Luân Công, mô tả trong một bài viết hồi tháng 03/2020.

Ngài Lý viết, “Nhưng mà ôn dịch ‘virus Trung Cộng’ (viêm phổi Vũ Hán) hiện nay xảy ra là có mục đích, là ôn dịch này có các mục tiêu. Nó đến để đào thải phần tử của đảng [Cộng sản Trung Quốc], và những ai đứng cùng bên với đảng này.”

“Không tin thì các vị hãy nhìn xem, hiện nay chính việc bị ảnh hưởng nghiêm trọng nhất, đều là những quốc gia đi đầu thiết với tư tưởng Trung Cộng; người cũng như thế. Thế thì làm sao đây? Hãy tránh xa Trung Cộng, không đứng cùng phe với t đảng.”

Giới tinh anh không phòng bị
Giới lãnh đạo chớp bu của Trung Cộng, những người phần lớn đã tử báo về mình không bị những tác động có hại của việc phong tỏa trong vài năm qua, đột nhiên nhận thấy mình dễ gặp chuyện bất trắc trong đợt bùng phát mới nhất này.

Một tài khoản trên trang tiêu blog Weibo của Trung Quốc xác định là thuộc về vợ của ông Triệu Lập Kiên, phát ngôn viên bộ ngoại giao, người nổi tiếng với luận điệu hiểu chiến và lan truyền thông tin sai lệch về virus – trong đó có thông tin sai lệch rằng virus này là do Quân đội Hoa Kỳ mang vào Vũ Hán – gần đây đã ta thán rằng bà ấy không thể tiếp cận được với bất kỳ loại thuốc kháng virus, thuốc chống viêm, hoặc thuốc cảm lạnh nào.

“Chúng ta sẽ sốt bao nhiêu ngày cho đến khi bình phục?” bà viết mà không nêu đích danh người mà bà đang đề cập đến – theo ảnh chụp màn hình của một bài đăng đã bị xóa. “Tất cả những loại thuốc này đã từ đâu?”

Sau đó, bà nói thêm rằng họ đang sử dụng kem que để hạ thân nhiệt.

Nhà kinh tế học theo chủ nghĩa dân tộc Hồ Yền Cường (Hu Angang), giám đốc Trung tâm Nghiên cứu Trung Quốc, người tham mưu cho giới lãnh đạo cộng sản, gần đây đã mất bố vợ vì bệnh viêm phổi do COVID-19. Gia đình ông không thể liên lạc với đường dây nóng của dịch vụ cứu thương trong một giờ, sau đó lại phải đợi xe cấp cứu thêm mấy giờ đồng hồ nữa – theo một bài đăng được chia sẻ rộng rãi từ ông Mai Tân Dục (Mai Xinyu), nhà phân tích cao cấp tại Viện Hợp tác Kinh tế và Thương mại Quốc tế thuộc Bộ Thương mại Trung Quốc.

“Vị lão thành này là một đảng viên kỳ cựu đã nhận được biết bao huân chương từ đất nước, nhưng chẳng còn cách nào ngoài việc nằm chờ hỏa táng trong nhà xác bệnh viện,” ông Mai viết hôm 21/12, đồng thời cho biết thêm rằng Nhà tang lễ Bát Bảo Sơn ở Bắc Kinh, nơi thi thể của ông sẽ được đưa đến, đang hỏa táng khoảng 200 đến 300 thi thể mỗi ngày. “Hôm nay thì không còn chỗ.”

Hồng Ân biên dịch

EPOCH TIMES NGÀY 30/12/2022 — 05/01/2023

Trung Quốc ước tính có 248 triệu người nhiễm COVID trong 20 ngày

EVA FU

Theo biên bản bị rò rỉ từ cuộc họp của cơ quan y tế hàng đầu của nước này đã được nhiều hãng thông tấn xác nhận, chỉ trong một ngày ở Trung Quốc có tới 37 triệu người nhiễm COVID-19.

Các quan chức cho biết trong cuộc họp nội bộ của Ủy ban Y tế Quốc gia hôm 21/12 rằng trong 20 ngày đầu tiên của tháng Mười Hai, đã có 248 triệu người – chiếm khoảng 18% dân số – có thể đã nhiễm COVID-19. Con số này cao hơn theo cấp số nhân so với số lượng người nhiễm virus chính thức mà chính quyền này [cộng bố], và nếu chính xác, thì có nghĩa là đợt bùng phát ở Trung Quốc [hiện nay] là lớn nhất trên thế giới.

Tuy nhiên, những con số nói trên dường như phù hợp với bằng chứng không chính thức về sự gia tăng đột biến các ca nhiễm bệnh và tử vong trên toàn quốc, trong đó có cả trong giới tinh hoa của chính quyền này. Số liệu này cũng phù hợp với phân tích của các nhà nghiên cứu Vương quốc Anh dự đoán 167 và 279 triệu ca trên toàn quốc, có thể tăng đến từ 1.3 đến 2.1 triệu ca tử vong.

Đợt bùng phát dịch bệnh lần này đã khiến các nhà xác và bệnh viện trên khắp Trung Quốc quá tải. Cục Nội vụ Thông Châu Bắc Kinh nói với tờ Nhật báo Thanh niên Bắc Kinh thuộc sở hữu nhà nước rằng kể từ ngày 22/12, nhà tang lễ ở quận của họ đang tiến hành hỏa táng từ 140 đến 150 thi thể mỗi ngày – trái ngược hoàn toàn với khối lượng công việc 40 thi thể mỗi



HECTOR RETAMAL/AFP/GETTY IMAGES

giờ vào nước này. Trong khi đó, các đợt phong tỏa thường xuyên và nghiêm ngặt dưới quyền cai trị của Chủ tịch Trung Quốc Tập Cận Bình nhằm bảo vệ Trung Quốc khỏi bị nhiễm virus này [tán công] đang gây ra rất nhiều thiệt hại đối với nền kinh tế của nước này nói riêng cũng như chuỗi cung ứng và thương mại toàn cầu nói chung. Dữ liệu chính thức từ Bộ Du lịch Trung Quốc cho thấy Trung Quốc có tổng cộng 27,47 triệu du khách đến từ nước ngoài — giảm 81% so với năm trước trước khi đại dịch bùng phát.

Theo NHC, cơ hội đi du lịch hải ngoại của công dân Trung Quốc cũng sẽ được “khôi phục một cách có trật tự.”

Sau thông báo mới nhất này, truyền thông Trung Quốc đã đưa tin về lượng tìm kiếm về phi cơ quốc tế tăng gấp tám lần trên nền tảng Lữ hành Đồng Trình (Tongcheng Travel) của nước này. Ba điểm đến trung tâm cách ly khỏi ngoại là Đan Đán, Nam Hàn, và Thái Lan, và phần lớn những người thực hiện các tìm kiếm này đều sống ở các đô thị hàng nhất của Trung Quốc như Bắc Kinh và Thượng Hải.

Trong ba năm qua, chính quyền Trung Quốc đã từ chối đơn xin thị thực của những công dân không có mục đích rõ ràng và cần thiết để du lịch hải ngoại.

Thông báo hôm 26/12 nói trên là một phần trong quyết định chính thức của trung quốc rằng họ đang hạ cấp việc quản lý dịch COVID-19 từ Loại A nghiêm ngặt nhất hiện tại

đến 20 triệu người bị nhiễm bệnh. Bloomberg và các hãng thông tấn khác đã xác nhận những ghi chú này của các quan chức ẩn danh đã tham gia vào những cuộc thảo luận nói trên.

Biên bản này đã trích dẫn 12 biến thể phụ của Omicron. Trong đó cũng viết rằng ba loại phổ biến nhất là BA.5.2, BF.7 và BM.7. Trong khi các quan chức cho biết họ chưa xác định được các biến thể có “sự thay đổi đáng kể về khả năng lây truyền, khả năng gây bệnh, và né tránh miễn dịch.”

Hiện vẫn chưa rõ về cách mà cơ quan này có được những số liệu nói trên do trước đó trong tháng này, Trung Quốc đã tử bỏ hoạt động xét nghiệm virus bắt buộc.

Tuy nhiên, những con số nói trên dường như phù hợp với bằng chứng không chính thức về sự gia tăng đột biến các ca nhiễm bệnh và tử vong trên toàn quốc, trong đó có cả trong giới tinh hoa của chính quyền này. Số liệu này cũng phù hợp với phân tích của các nhà nghiên cứu Vương quốc Anh dự đoán 167 và 279 triệu ca trên toàn quốc, có thể tăng đến từ 1.3 đến 2.1 triệu ca tử vong.

Đợt bùng phát dịch bệnh lần này đã khiến các nhà xác và bệnh viện trên khắp Trung Quốc quá tải. Cục Nội vụ Thông Châu Bắc Kinh nói với tờ Nhật báo Thanh niên Bắc Kinh thuộc sở hữu nhà nước rằng kể từ ngày 22/12, nhà tang lễ ở quận của họ đang tiến hành hỏa táng từ 140 đến 150 thi thể mỗi ngày – trái ngược hoàn toàn với khối lượng công việc 40 thi thể mỗi



NOEL CELIS/AFP/GETTY IMAGES

Các bệnh nhân nhiễm virus corona COVID-19 nằm trên giường bệnh tại sảnh lễ tân của Bệnh viện Nhân dân Trung Khánh số 5 ở thành phố Trùng Khánh phía tây nam Trung Quốc, hôm 23/12/2022.

Chính phủ không công bố số người tử vong vì COVID mặc dù có rất nhiều người đã thiệt mạng ở Bắc Kinh.

Một cư dân Bắc Kinh nói với The Epoch Times

ngày trước đây. Trong những ngày gần đây, cũng có 5 đến 7 nhà tang lễ đã xác nhận tình trạng tương tự với The Epoch Times.

Một cư dân Bắc Kinh nói với The Epoch Times rằng chỉ trong vòng 10 ngày mà anh đã mất đi năm thân nhân trong gia đình, trong đó có ít nhất hai người thân dương tính với COVID. Tất cả những người này đều đã chích vaccine Sinovac được bảo chế trong nước – vốn được dự bị cáo buộc có tác dụng phụ gây ra các bệnh từ tiểu đường đến bạch cầu, do đó đã bị dư luận giám sát sát sáo.

“Những loại vaccine giả này thực sự không đem đến sự bảo vệ nào hết,” anh nói trong một cuộc phỏng vấn hôm 21/12, yêu cầu ẩn danh vì lý do an toàn. “Những thường dân bị nhiễm COVID không có gì để tự vệ ngoài khả năng miễn dịch trong chính cơ thể họ.”

“Tôi thấy rất khó để chấp nhận chuyện này,” anh nói. “Chỉ trong vài ngày vừa qua, tôi gần như suy sụp hoàn toàn.”

Cư dân này nói thêm: “Chính phủ không công bố số người tử vong vì COVID mặc dù có rất nhiều người đã thiệt mạng ở Bắc Kinh.”

Ông Tống đến từ Tây An, thủ phủ của tỉnh Thiểm Tây, miền trung Trung Quốc, cũng mô tả một

Người dân xếp hàng chờ gọi khám tại khu vực Phòng khám Sốt ở Bệnh viện Đồng Nhân ở quận Trường Ninh, Trường Hải, hôm 23/12/2022.



ISAAC LAWRENCE/AFP/GETTY IMAGES

xuống Loại B ít nghiêm ngặt hơn.

Việc thay đổi chính sách ‘Zero-Covid’
Trung Quốc đã trở thành quốc gia lớn cuối cùng trên thế giới chuyển sang sống chung với COVID-19 kể từ những ngày đầu của đại dịch, xem virus này là bệnh đặc hữu.

Hôm 25/12, NHC của Trung Quốc đã thông báo rằng cơ quan này sẽ tạm dừng việc cập nhật hàng ngày các số liệu COVID-19 có độ tin cậy không cao của họ kể từ tuần này. Dù cho trên các nền tảng mạng xã hội lan truyền rất nhiều đoạn video cho thấy các bệnh viện quá tải và nhà tang lễ chật kín người, những số liệu thống kê COVID-19 chính thức cho thấy số ca tử vong chỉ ở mức một con số kể từ khi Bắc Kinh nói

lông hầu hết các biện pháp hạn chế trong tháng này.

Vì sự thiếu minh bạch và các biện pháp kiểm soát dịch bệnh bất ngờ của chính quyền, nên vẫn chưa rõ liệu thông báo mới được đưa ra này có dẫn đến sự gia tăng đột tử những ngày đầu của đại dịch, xem virus này là bệnh đặc hữu.

Hôm 26/12, các nhà chức trách cho biết việc sắp xếp để người ngoại quốc đến Trung Quốc như thăm gia đình, làm việc, và kinh doanh, sẽ được xem xét.

Nhà Dan biên dịch

Indonesia thông qua bộ luật hình sự mới cấm tuyên truyền cộng sản

Tiếp theo từ *trang 1*

đã thông qua một sửa đổi trong bộ luật hình sự quốc gia, theo đó quy định những người tuyên truyền chủ nghĩa cộng sản và chủ nghĩa Marx-Lenin có thể bị kết án tù 4 đến 15 năm tù.

Theo Điều 188 của bộ luật này, bất kỳ ai truyền bá hoặc quảng bá chủ nghĩa cộng sản hoặc chủ nghĩa Marx-Lenin – dù là bằng lời nói hoặc bằng văn bản, hay thông qua bất kỳ hãng thông tấn nào – sẽ phải đối mặt với mức án tối đa là bốn năm tù; nếu các hành vi được đề cập ở trên gây rối trật tự xã hội hoặc gây thiệt hại về tài sản, thì mức án tối đa là bảy năm; nếu gây thương tích hoặc gây thiệt mạng thì có thể bị phạt tù từ 12 đến 15 năm.

Hôm 20/12, nhà bình luận thời sự Tấn Bằng (Qin Peng) nói với The Epoch Times rằng, “Không phải ngẫu nhiên mà Indonesia ban hành



Tổng thư ký ASEAN Lim Jock Hoi (phải) và các bộ trưởng ngoại giao bắt tay trên khán đài tại một hội nghị thượng đỉnh giữa Trung Quốc và ASEAN (Hiệp hội các quốc gia Đông Nam Á) về dịch virus corona COVID-19 tại Venetiane, Lào, ngày 20/02/2020.

Ngân hàng Nhật Bản gây chấn động thị trường tài chính – liệu nền kinh tế toàn cầu có bị ảnh hưởng?

ANDREW MORAN

Hôm 20/12, Ngân hàng Trung ương Nhật Bản (BoJ) đã gây bất ngờ cho thị trường tài chính Á Châu khi nói rộng trần lãi suất trái phiếu chính phủ châu.

Ngân hàng trung ương này đã thông báo rằng họ sẽ cho phép đường cong lãi suất của trái phiếu chính phủ Nhật Bản kỳ hạn 10 năm nằm trong phạm vi 50 điểm cơ bản ở hai bên của mức tiêu 0%. Đó là tăng từ mức giới hạn 25 điểm cơ bản trước đó.

Các quan chức đã sửa đổi cách thực hiện kiểm soát đường cong lãi suất để “cải thiện hoạt động của thị trường và khuyến khích sự hình thành một mà hơn của toàn bộ đường cong lãi suất, đồng thời duy trì các điều kiện tài chính phù hợp.” BoJ đã kiểm chế không đề cập đến bất cứ điều gì liên quan đến lạm phát.

Trong các chỉ thị chính sách khác, ngân hàng trung ương giữ nguyên lãi suất cơ bản ở mức 0.1%. Ngân hàng này có kế hoạch tăng số lượng mua trái phiếu chính phủ lên 9.3 tỷ yen (68.1 tỷ USD) từ mức 7.3 ngàn tỷ yen (55.2 tỷ USD). BoJ cũng dự định mua trái phiếu kỳ hạn 10 năm với lãi suất 0.5% mỗi ngày làm việc thông qua hoạt động mua lãi suất có định.

Dữ liệu của BoJ cho thấy ngân hàng trung ương này sở hữu hơn 50% tổng số trái phiếu chính phủ Nhật Bản đang lưu hành.

Các nhà đầu tư đã phản ứng tiêu cực với tin tức này, với Chỉ số Nikkei 225 giảm gần 670 điểm, tương đương 2.46%. Chỉ số Hang Seng giảm 1.33%, trong khi chỉ số Shanghai Composite

Hành động này nhằm mục đích kiểm chế và đề phòng chính quyền Trung Quốc; đó là xu hướng chung của thế giới.

Ông Tấn Bằng, nhà bình luận thời sự

đã thông qua một sửa đổi trong bộ luật hình sự quốc gia, theo đó quy định những người tuyên truyền chủ nghĩa cộng sản và chủ nghĩa Marx-Lenin có thể bị kết án tù 4 đến 15 năm tù.

Theo Điều 188 của bộ luật này, bất kỳ ai truyền bá hoặc quảng bá chủ nghĩa cộng sản hoặc chủ nghĩa Marx-Lenin – dù là bằng lời nói hoặc bằng văn bản, hay thông qua bất kỳ hãng thông tấn nào – sẽ phải đối mặt với mức án tối đa là bốn năm tù; nếu các hành vi được đề cập ở trên gây rối trật tự xã hội hoặc gây thiệt hại về tài sản, thì mức án tối đa là bảy năm; nếu gây thương tích hoặc gây thiệt mạng thì có thể bị phạt tù từ 12 đến 15 năm.

Hôm 20/12, nhà bình luận thời sự Tấn Bằng (Qin Peng) nói với The Epoch Times rằng, “Không phải ngẫu nhiên mà Indonesia ban hành



Nhà máy phát điện Celukan Bawang 2 do Trung Quốc tài trợ ở Singaraja trên đảo nghỉ mát Bali của Indonesia vào ngày 29/10/2020.

luật này. Hành động này nhằm mục đích kiểm chế và đề phòng chính quyền Trung Quốc; đó là xu hướng chung của thế giới,” ông nói.

Ông nói rằng sự bành trướng trên toàn cầu của Trung Cộng ngày càng trở nên trắng trợn hơn, và ngày càng có nhiều quốc gia chú tâm hơn đến hành động này. Số người phản đối Trung Cộng ở nhiều quốc gia cũng đang không ngừng gia tăng.

Ảnh hưởng tàn khốc của Trung Cộng trong lịch sử

Dữ liệu lịch sử cho thấy vào đầu những năm 1960, Trung Cộng đã cung cấp các khoản tiền viện trợ lớn và thiết bị quân sự cho Đảng Cộng sản Indonesia. Số đảng viên của đảng này đã một thời từng vượt quá 2 triệu người. Ông Chu Ân Lai, thủ tướng đương thời của chính quyền cộng sản Trung Quốc, đã phò trợ với cộng đồng quốc tế rằng có rất nhiều người Trung Quốc đang sống ở các nước Đông Nam Á, và con số đó nhiều đến mức họ có thể biến các quốc gia này thành các quốc gia cộng sản chỉ trong một đêm ngay khi Trung Cộng ra chỉ lệnh đó. Nhận xét của ông Chu đã dẫn đến các cuộc biểu

đồng bào động “đại bài Hoa” ở Đông Nam Á, đặc biệt là ở Indonesia, nơi có khoảng 500,000 người Hoa bị sát hại trong khoảng thời gian từ năm 1966 đến 1967.

Chính phủ Indonesia cũng nghiêm cấm giảng dạy Hoa ngữ vì tuyên bố đó của Trung Cộng. Năm 1967, Trung Quốc và Indonesia cắt đứt quan hệ ngoại giao, và mãi đến năm 1990 hai quốc gia này mới thiết lập lại bang giao.

Cho đến ngày nay, Indonesia vẫn nghiêm cấm những hình ảnh tượng trưng cho chủ nghĩa cộng sản như búa, liềm, cờ đỏ, v.v. Mặc dù chính phủ Indonesia đã nỗ lực gỡ bỏ lệnh cấm cộng sản này tại Quốc hội để tăng cường mối bang giao với Bắc Kinh trong những năm gần đây, nhưng chủ ý này đã bất thành.

Ông Tấn nói rằng mặc dù hầu hết các quốc gia không sẵn sàng đối đầu với Trung Cộng một cách trực tiếp và công khai vì lý do kinh tế hoặc an ninh, nhưng ngày càng có nhiều quốc gia đề phòng trước ảnh hưởng của Trung Cộng. Theo cách chỉ trong một đêm ngay khi Trung Cộng ra chỉ lệnh đó.

kinh tế lớn thứ ba thế giới sẽ phụ thuộc vào thông đốc ngân hàng trung ương tiếp theo. Hành động gần đây của ông Kuroda sẽ giúp tiến trình chuyển đổi sang thong đốc mới của BoJ để đáng hơn nhiều và hỗ trợ sự ổn định thị trường trong dài hạn.”

Ngày càng có nhiều nhà kinh tế dự đoán rằng BoJ sẽ loại bỏ chính sách lãi suất âm.

Tỷ lệ lạm phát hàng năm cho tháng Mười Một sẽ được công bố hôm 22/12. Tỷ lệ này dự kiến sẽ tăng lên 3.9%, trong khi tỷ lệ lạm phát cơ bản, loại trừ thực phẩm nhưng bao gồm chi phí năng lượng, được dự báo sẽ tăng lên 3.7%.

Vậy, quyết định của BoJ có ý nghĩa gì đối với nền kinh tế toàn cầu?
Tốt hay xấu cho thị trường quốc tế?
Tokyo đã từng là một trong những nước lớn cuối cùng kiên trì với chính sách thắt chặt, khi các nhà hoạch định chính sách cố gắng ngăn chặn suy thoái và kích thích nền kinh tế cùng lực. Trong những tháng gần đây, ngày càng có nhiều nhà kinh tế dự báo về một cuộc suy thoái kinh tế vào năm 2023. Một cuộc thăm dò gần đây của Reuters trên các nhà phân tích thị trường dự báo mức giảm 1.1% hàng năm trong quý 3 ở Nhật Bản.

Nếu Nhật Bản làm theo các quốc gia khác và thắt chặt chính sách tiền tệ, điều đó có thể ảnh hưởng đến triển vọng tăng trưởng – từ đó có thể có tác động lan tỏa vì Nhật Bản là nền kinh tế lớn thứ ba trên thế giới.

Bất chấp sự suy giảm ban đầu trên thị trường tài chính, các chuyên gia thị trường cho rằng hành động của BoJ có thể

NGÀY 30/12/2022 — 05/01/2023 EPOCH TIMES



Một người đàn ông đi ngang qua một màn hình hiển thị hiện thị mức trung bình chi phiếu Nikkei của Nhật Bản ở Tokyo hôm 14/10/2022.

ngày càng thu hẹp lại, ông nói thêm. Ông Lý Nguyên Hoa (Li Yuanhua), một sử gia sống ở Úc, nói với The Epoch Times hôm 20/12 rằng tuyên truyền ngoại giao của Trung Cộng tập trung vào việc “kể tốt những câu chuyện của Trung Quốc.” Ông nói, “Sau khi luật này được thông qua, chính quyền Trung Quốc sẽ hạn chế thực hiện luật này một cách công khai ở Indonesia trong tương lai. Họ không dám vi phạm luật pháp Indonesia đâu.”

Malaysia, một quốc gia khác trong Hiệp hội Các Quốc gia Đông Nam Á (ASEAN), cũng nghiêm cấm việc quảng bá chủ nghĩa cộng sản.

Ông Lý cho biết Indonesia và các quốc gia ASEAN khác có nhiều trao đổi kinh tế và thương mại với Trung Cộng. “Họ chỉ nói về kinh tế với Trung Quốc, chứ không nói về chính trị, và tác động [của bộ luật hình sự này] đối với hoạt động trao đổi kinh tế sẽ không có gì đặc biệt tiếp và công khai vì lý do kinh tế hoặc an ninh, nhưng ngày càng có nhiều quốc gia đề phòng trước ảnh hưởng của Trung Cộng. Theo cách này, không gian quốc tế cho hoạt động tuyên truyền ngoại giao quy mô lớn của Trung Cộng chắc chắn sẽ

ngày càng thu hẹp lại, ông nói thêm. Ông Lý Nguyên Hoa (Li Yuanhua), một sử gia sống ở Úc, nói với The Epoch Times hôm 20/12 rằng tuyên truyền ngoại giao của Trung Cộng tập trung vào việc “kể tốt những câu chuyện của Trung Quốc.” Ông nói, “Sau khi luật này được thông qua, chính quyền Trung Quốc sẽ hạn chế thực hiện luật này một cách công khai ở Indonesia trong tương lai. Họ không dám vi phạm luật pháp Indonesia đâu.”

Malaysia, một quốc gia khác trong Hiệp hội Các Quốc gia Đông Nam Á (ASEAN), cũng nghiêm cấm việc quảng bá chủ nghĩa cộng sản.

Ông Lý cho biết Indonesia và các quốc gia ASEAN khác có nhiều trao đổi kinh tế và thương mại với Trung Cộng. “Họ chỉ nói về kinh tế với Trung Quốc, chứ không nói về chính trị, và tác động [của bộ luật hình sự này] đối với hoạt động trao đổi kinh tế sẽ không có gì đặc biệt tiếp và công khai vì lý do kinh tế hoặc an ninh, nhưng ngày càng có nhiều quốc gia đề phòng trước ảnh hưởng của Trung Cộng. Theo cách này, không gian quốc tế cho hoạt động tuyên truyền ngoại giao quy mô lớn của Trung Cộng chắc chắn sẽ



Một người đàn ông đi ngang qua một màn hình hiển thị hiện thị mức trung bình chi phiếu Nikkei của Nhật Bản ở Tokyo hôm 14/10/2022.

dẫn đến những tác động tốt cho Hoa Kỳ và các thị trường phát triển khác, đặc biệt là trong cuộc chiến chống lạm phát trên toàn thế giới.

Giám đốc điều hành Tadrus Capital Mina Tadrus nói với The Epoch Times: “Khi các ngân hàng trung ương lớn đồng thời thắt chặt chính sách của họ, điều đó có thể giúp giảm áp lực lạm phát trên toàn cầu và có thể cho phép Cục Dự trữ Liên bang Hoa Kỳ và Ngân hàng Trung ương Âu Châu tăng lãi suất ít hơn để giảm lạm phát.”

Đồng thời, hành động thắt chặt này cũng có thể dẫn đến giá cả hàng hóa cao hơn, có thể bù đắp phần nào lạm phát gia tăng trong những tháng gần đây.

Ông Phil Flynn, chiến lược gia năng lượng và là tác giả của Báo cáo Năng lượng, cho biết trong một ghi chú hôm 20/12: “Thình thoảng khi xét đến thị trường dầu mỏ, việc chú ý đến mức cung và cầu hiện nay không giúp ích vì các ngân hàng trung ương toàn cầu có thể thay đổi các quy tắc bất cứ khi nào họ muốn. Bằng cách thay đổi các quy tắc, họ có thể thay đổi giá trị của tiền tệ và giá trị của hàng hóa nói chung.

Ông Andrew Moran đã đưa tin về kinh doanh, kinh tế, và tài chính trong hơn một thập niên. Ông là tác giả của cuốn sách “The War on Cash” (Cuộc Chiến Tiền Mặt).

Chỉ số USD (DXY), đo lường

EPOCH TIMES NGÀY 30/12/2022 — 05/01/2023

TT Putin tuyên bố sẽ phá hủy các hệ thống hỏa tiễn Patriot mà Hoa Kỳ hứa cung cấp cho Ukraine

LORENZ DUCHAMPS

Tổng thống (TT) Nga Vladimir Putin cho biết ông rất tự tin rằng Moscow sẽ phá hủy hệ thống phòng không Patriot mà Mỹ đã hứa sẽ cung cấp cho Ukraine trong gói trợ giúp an ninh mới.

Theo hãng thông tấn nhà nước TASS, trong cuộc phỏng vấn với người dẫn chương trình Pavel Zarubin của kênh truyền hình Rossiya-1 hôm 25/12, ông Putin cho biết, “Tất nhiên, chúng tôi sẽ tiêu diệt chúng, 100%!” đồng thời lưu ý rằng Ukraine chưa có hệ thống như vậy.

Một ngày sau khi Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ công bố một gói viện trợ mới trị giá 1.85 tỷ USD cho Ukraine, nâng tổng viện trợ tài chính lên khoảng 22 tỷ USD, ông Putin nói rằng, “Patriot là một hệ thống khá lỗi thời” và sẽ tìm được một “liều thuốc giải độc” cho những hệ thống này.

Theo đài truyền hình có trụ sở tại Kremlin này, TT Putin còn cho biết, “Họ nói rằng các hệ thống Patriot này có thể được gửi tới Ukraine. Cứ để cho họ gửi đi; chúng ta cũng sẽ loại bỏ những Patriot đó.”

Ông Putin cũng nói với Rossiya-1 TV rằng Moscow sẵn sàng bắt đầu đàm phán với tất cả các bên liên quan đến cuộc chiến Nga-Ukraine với mức ưu tiên cao ngày thứ 300.

“Chúng tôi sẵn sàng đàm phán với tất cả các bên liên quan về các giải pháp có thể chấp nhận được, nhưng điều đó tùy thuộc vào họ – chúng tôi không phải là những người từ chối đàm phán, mà chính là họ,” ông Putin nói với đài truyền



INTS KALININS/REUTERS

hình này.

Tuy nhiên, cuộc chiến này dường như chưa đến hồi kết khi Moscow tuyên bố rằng họ sẽ chiến đấu cho đến khi đạt được tất cả các mục tiêu của mình. Trong khi đó, Kiev nói rằng họ sẽ không dừng lại cho đến khi mọi binh sĩ Nga bị trục xuất khỏi tất cả các lãnh thổ của mình, bao gồm cả Crimea mà Nga đã sáp nhập hồi năm 2014.

Mới đây, các cuộc tấn công bằng hỏa tiễn của Nga nhằm vào cơ sở hạ tầng của Ukraine đã gia tăng, tước đi nguồn sưởi ấm và các nguồn năng lượng khác của người dân trong những tháng mùa đông khắc nghiệt này.

Trong khi đó, hồi tuần trước, TT Ukraine Volodymyr Zelensky đã gặp gỡ TT Joe Biden tại Tòa Bạch Ốc. Đây lần đầu tiên ông được biết là đã rời khỏi đất nước kể từ khi

Nga bắt đầu xâm lược Ukraine hồi cuối tháng Hai.

TT Biden nói với TT Zelensky rằng ông “sẽ không bao giờ chiến đấu một mình” và cho biết rằng TT Nga Vladimir Putin đang “sử dụng mùa đông như một vũ khí” bằng cách “phá hủy các hệ thống cung cấp nhiệt và ánh sáng trong thời điểm lạnh lẽo nhất và tối tăm nhất trong năm.”

Hồi năm 2015, tổ chức Hiệp ước Bắc Đại Tây Dương (NATO) cho biết Radar của hệ thống này có một tầm hoạt động hơn 150km (93 dặm).

Theo Trung tâm Nghiên cứu Chiến lược và Quốc tế, một khẩu đội Patriot mới được sản xuất có giá hơn 1 tỷ USD, trong đó 400 triệu USD cho hệ thống và 690 triệu USD cho các hỏa tiễn.



BRENDAN SMALOWSKI/AFPA VIA GETTY IMAGES

Hệ thống Patriot là gì?

Patriot, viết tắt của Phased Array Tracking Radar for Intercept on Target, là một hệ thống phòng thủ hỏa tiễn đất đối không trên toàn khu vực do Raytheon Technologies Corp chế tạo và được xem là một trong những hệ thống phòng không tân tiến nhất trong kho vũ khí của quân đội Hoa Kỳ.

Hệ thống này lần đầu tiên được sử dụng trong chiến đấu trong Chiến tranh vùng Vịnh năm 1991, với các tổ hợp hỏa tiễn bảo vệ Ả Rập Xê Út, Kuwait, và Israel, và sau đó được sử dụng trong cuộc xâm lược Iraq của Hoa Kỳ vào năm 2003.

Đó là một hệ thống di động thường bao gồm radar mạnh mẽ, một trạm điều khiển, một máy phát điện, các trạm phòng, và các phương tiện hỗ trợ khác.

Hệ thống này có các khả năng khác nhau tùy thuộc vào loại thiết bị định chặn nào được sử dụng.

Hỏa tiễn đánh chặn PAC-2 sử dụng một đầu đạn nổ phan mảnh, trong khi hỏa tiễn PAC-3 đã mới hơn sử dụng công nghệ hit-to-kill (truy đuổi-tiêu diệt) tiên tiến hơn.

Hồi năm 2015, tổ chức Hiệp ước Bắc Đại Tây Dương (NATO) cho biết Radar của hệ thống này có một tầm hoạt động hơn 150km (93 dặm).

Theo Trung tâm Nghiên cứu Chiến lược và Quốc tế, một khẩu đội Patriot mới được sản xuất có giá hơn 1 tỷ USD, trong đó 400 triệu USD cho hệ thống và 690 triệu USD cho các hỏa tiễn.

Bản tin do NTD News thực hiện với sự đóng góp của Reuters Thanh Tâm biên dịch

Chuyên gia: Saudi Arabia có xu hướng ‘xa Mỹ gần Trung’

HANNAH NG và TIFFANY MEIER

Theo ông Gregory Copley, chủ tịch Hiệp hội Nghiên cứu Chiến lược Quốc tế (ISSA), trong khi Trung Quốc và Saudi Arabia ngày càng thể hiện sự thân thiết, thì Hoa Kỳ lại đang chứng kiến mối bang giao của họ với quốc gia vùng Vịnh này ngày một xấu đi.

Trong chương trình “China in Focus” (Trung Quốc Tiêu Điểm) của đài truyền hình NTD, ông Copley nói rằng, “Đây là bước thụt lùi lớn nhất mà Hoa Kỳ và phương Tây đã chứng kiến kể từ cơ lộ là giữa thời kỳ Chiến Tranh Lạnh.”

Thái tử Saudi Arabia Mohammed bin Salman (phải) cung tay chào đón Tổng thống Hoa Kỳ Joe Biden sau khi ông đến Jeddah, Saudi Arabia, hôm 16/07/2022.

bằng hữu của tất cả mọi người, và chúng tôi sẽ bảo đảm hòa bình trong khu vực, vốn là điều mà chỉ Hoa Kỳ mới có thể làm được trong mấy chục năm qua.”

Ông nói: “Những gì chúng ta thấy vào đầu những năm 1970 là dưới thời Tổng thống Nixon, Hoa Kỳ và phương Tây đã đạt được một tình hữu nghị tuyệt vời với toàn bộ các quốc gia ở Trung Đông, bao gồm cả Israel, các Quốc gia Ả Rập và Iran.”

Ông nói thêm: “Không có mối đe dọa thực sự nào về sự thù địch lẫn nhau, khu vực này đã ổn định và phát triển thịnh vượng hơn rất nhiều.”

Năm 1973, chính phủ ông Nixon đã thành công trong việc bảo đảm một lệnh ngừng bắn giữa Israel, Ai Cập, và Syria.

Ông Copley nhận xét, “Và về căn bản, những gì chúng ta thấy dưới thời Tổng thống (TT) Biden là sự dục đoán, dưới thời TT Obama trong nhiệm kỳ trước đó, là sự cân bằng đó bị phá vỡ ở Trung Đông.”

Ông dẫn chứng chuyến công du của lãnh đạo Trung Cộng Tập Cận Bình tới Saudi Arabia hồi đầu tháng Mười Hai.

Ông cho hay, “Mục tiêu của Cộng hòa Nhân dân Trung Hoa là bước vào và nói: ‘Chúng tôi là

BANDAR ALJALUDI/SAUDI ROYAL PALACE VIA AP



Thái tử Saudi Arabia Mohammed bin Salman (phải) cung tay chào đón Tổng thống Hoa Kỳ Joe Biden sau khi ông đến Jeddah, Saudi Arabia, hôm 16/07/2022.

đồng bào động “đại bài Hoa” ở Đông Nam Á, đặc biệt là ở Indonesia, nơi có khoảng 500,000 người Hoa bị sát hại trong khoảng thời gian từ năm 1966 đến 1967.

Ông chỉ ra mối bang giao giữa phương Tây và Trung Đông dưới thời chính phủ Tổng thống Richard Nixon.

Ông nói: “Những gì chúng ta thấy vào đầu những năm 1970 là dưới thời Tổng thống Nixon, Hoa Kỳ và phương Tây đã đạt được một tình hữu nghị tuyệt vời với toàn bộ các quốc gia ở Trung Đông, bao gồm cả Israel, các Quốc gia Ả Rập và Iran.”

Ông nói thêm: “Không có mối đe dọa thực sự nào về sự thù địch lẫn nhau, khu vực này đã ổn định và phát triển thịnh vượng hơn rất nhiều.”

Năm 1973, chính phủ ông Nixon đã thành công trong việc bảo đảm một lệnh ngừng bắn giữa Israel, Ai Cập, và Syria.

Ông Copley nhận xét, “Và về căn bản, những gì chúng ta thấy dưới thời Tổng thống (TT) Biden là sự dục đoán, dưới thời TT Obama trong nhiệm kỳ trước đó, là sự cân bằng đó bị phá vỡ ở Trung Đông.”

Ông dẫn chứng chuyến công du của lãnh đạo Trung Cộng Tập Cận Bình tới Saudi Arabia hồi đầu tháng Mười Hai.

Ông cho hay, “Mục tiêu của Cộng hòa Nhân dân Trung Hoa là bước vào và nói: ‘Chúng tôi là

hiện giữa Israel, Bahrain, và Các Tiểu Vương Quốc Ả Rập Thống Nhất hồi năm 2020, trong đó chính phủ cựu TT Trump đứng giữa làm cầu nối.

The Epoch Times đã liên lạc với Tòa Bạch Ốc để đề nghị bình luận.

Bước tiến trong bang giao Trung Quốc-Saudi Arabia

Ông Copley chỉ ra thêm những bước tiến trong mối bang giao về kinh tế mà Bắc Kinh đã đạt được với quốc gia vùng Vịnh này, được đánh dấu bằng chuyến thăm mới nhất của ông Tập tới Saudi Arabia.

Ông nói: “Cộng hòa Nhân dân Trung Hoa đã đạt được bước tiến lớn trong việc đàm phán bán dầu từ Trung Đông, bằng các loại tiền tệ khác ngoài đồng dollar Mỹ – đồng dollar dầu mỏ.”

“Saudi Arabia cũng đang đưa giảm với ý tưởng bán dầu và khí đốt cho CHND Trung Hoa bằng đồng nhân dân tệ.”

Trong chuyến thăm của mình, ông Tập được cho là đã tập trung vào những nỗ lực liên tục của Trung Quốc nhằm sử dụng đồng nhân dân tệ thay cho đồng dollar với tư cách là loại tiền tệ chính trong giao dịch dầu mỏ giữa Trung Quốc và Saudi Arabia, thông qua việc sử dụng Sàn giao dịch Dầu mỏ và Khí đốt quốc gia Thượng Hải làm nền tảng thanh toán.

Ông Copley lưu ý: “Vị vậy, những gì chúng ta đang chứng kiến là một bước đại chuyển mình trong sự thống trị của đồng dollar Mỹ ở Trung Đông, nhưng không có nghĩa là nó đã hoàn thành.”

Chuyến thăm của ông Tập bao gồm các cuộc đàm phán giữa Saudi Arabia và Trung Quốc, một cuộc họp giữa Trung Quốc và Ả Rập, cùng hội nghị thượng đỉnh giữa Trung Quốc và Hội đồng Hợp tác Vùng Vịnh (GCC).

Hồng Ân biên dịch

BÌNH LUẬN



TOBIAS SCHWARZ/AFP/GETTY IMAGES

Ông Du Thừa Đông (Yu Chengdong), người đứng đầu bộ phận kinh doanh tiêu dùng của Huawei, nói chuyện trong buổi giới thiệu bộ vi mạch bán dẫn Kirin 990 5G tại hội chợ đổi mới và điện tử quốc tế IFA ở Berlin vào ngày 06/09/2019.

Sự thật đáng suy ngẫm về 5G

Tiếp theo từ *trang 1*

lái, trí tuệ nhân tạo, hoạt động mạng, và nhiều thứ khác.

Một yếu tố chính thúc đẩy cuộc chiến này là 5G; điều này đã xảy ra trong ít nhất bốn năm qua. Khi tôi viết bài này, cả hai quốc gia đều đang ra sức nắm bắt công nghệ mới, như bài viết này chứng minh, sẽ thay đổi đáng kể thế giới ngày mai – không nhất thiết là sẽ theo chiều hướng tốt hơn.

Đối với những ai chưa biết, 5G là phiên bản mới nhất của công nghệ di động, được thiết kế để tăng tốc độ, dung lượng, và khả năng phản hồi của mạng không dây. Theo các nhà phân tích của Boston Consulting Group (BCG), trong thập niên tới, 5G có thể tạo ra tới 1 triệu việc làm mới và đóng góp khoảng nửa tỷ dollar vào GDP của Hoa Kỳ. Năm 2021, thị trường 5G toàn cầu lên mức 2.25 tỷ USD; năm năm kế tới bây giờ, dự kiến sẽ đạt 14.57 tỷ USD.

Một nhóm các nhà phân tích khác thuộc Kearney, một công ty quản lý cố vấn toàn cầu, tin rằng 5G sẽ đóng một vai trò quan trọng trong tương lai của Hoa Kỳ. Họ nhấn mạnh rằng việc nắm bắt công nghệ này sẽ giúp Hoa Kỳ thực hiện ba mục tiêu quốc gia cụ thể. Đầu tiên, 5G sẽ chuyển nền kinh tế Hoa Kỳ

sang Cuộc Cách mạng Công nghiệp lần thứ Tư. Theo “những người từ tế ở Davos” [Davos là nơi diễn ra Hội nghị thường niên của Diễn đàn Kinh tế Thế giới], cuộc cách mạng này sẽ thay đổi cách chúng ta sống và làm việc.

Thứ hai, các nhà phân tích của Kearney dự đoán rằng 5G có thể sẽ “thúc đẩy một bối cảnh kinh doanh mạnh mẽ hơn, sáng tạo hơn, và cạnh tranh hơn.” Việc áp dụng 5G này có thể giúp tạo ra nhiều “việc làm bền vững và được trả lương cao hơn.” Cuối cùng, bằng cách cung cấp quyền truy cập ngày càng tăng vào thế giới trực tuyến, công nghệ này sẽ đem lại lợi ích lớn lao cho các cộng đồng địa phương và những người cư trú ở các khu vực chưa được phủ sóng. Quá tuyệt vời, một số người sẽ nói, hãy để bữa tiệc 5G bắt đầu thôi. Nhưng không nhanh như vậy đâu!

Ở Hoa Kỳ và các nước khác, người ta ngày càng lo ngại mạng 5G có thể làm nhiễu máy do độ cao của phi cơ. Những thiết bị này rất quan trọng trong việc đo độ cao trong lúc cất cánh và hạ cánh.

Điều này đặt ra câu hỏi: Tại sao những ai thất vấn về sự an toàn của mạng thế hệ thứ năm này thường bị chế giễu và xem thường, ngay cả khi chúng ta không có lý do gì để tin rằng 5G là an toàn?

Ai đó không cần phải là một kẻ theo thuyết âm mưu điên rồ để đặt câu hỏi về sự an toàn của loại công nghệ hoàn



Một chiếc Dreamliner 787-10 đến từ Los Angeles đứng trước cổng Phi trường Quốc tế Newark Liberty ở Newark, New Jersey, vào ngày 07/01/2019.

toàn mới, mà đa phần đều chưa được thử nghiệm này.

Mạng 5G tạo ra các trường điện từ tần số vô tuyến (EMF), được sử dụng để truyền thông tin. Hồi năm 2018, hơn 240 nhà khoa học đăng kính đã ký vào Bản Kiến nghị dành cho Khoa học gia EMF quốc tế, cảnh báo rằng một số “công bố khoa học mới đây đã cho thấy rằng EMF ảnh hưởng đến các sinh vật sống ở mức thấp hơn mức mà hầu hết các hướng dẫn cấp quốc tế và quốc gia để ra.”

Những tác động như vậy “bao gồm tăng nguy cơ ung thư, căng thẳng tế bào, tăng các gốc tự do có hại, tổn thương gene, thay đổi cấu trúc và chức năng của hệ sinh sản, giảm sút trí nhớ và học tập, rối loạn thần kinh, và tác động tiêu cực đến sức khỏe chung của con người.” Họ nói thêm rằng EMF không chỉ gây hại cho nhân loại, mà còn gây hại cho “cả đời sống thực vật và động vật”.

Hơn nữa, trước đây, như Cơ quan Nghiên cứu Ung thư Quốc tế (IARC) thuộc Tổ chức Y tế Thế giới đã cảnh báo, việc tiếp xúc với bức xạ tần số vô tuyến (RFR) “có thể gây ung thư cho con người”. 5G và RFR có liên kết chặt chẽ với nhau. Chương trình Chất độc Quốc gia (NTP) – một chương trình liên cơ quan do Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ điều hành – đã tìm thấy mối liên hệ rõ ràng giữa việc tiếp xúc với RFR và nguy cơ ung thư gia tăng.

Bên cạnh những rủi ro về sức khỏe liên quan đến công nghệ này, mạng 5G rất dễ bị tấn công. Như IEEE Spectrum đã báo cáo lần đầu, tại một hội nghị được tổ chức ở Hà Lan hồi tháng Bảy năm ngoái, một tin tặc (hacker) đã nói với những người tham dự rằng anh này và nhóm của mình đã tìm cách xâm nhập mạng 5G. Các tin tặc đó có toàn quyền kiểm soát mạng này cũng như quyền truy cập vào dữ liệu nhạy cảm.

Giờ đây, khi Hoa Kỳ đầu tư nhiều tiền

hòn vào công nghệ mới này, người ta tự hỏi một cuộc tấn công mạng 5G sẽ như thế nào.

Tóm lại, công nghệ này là khá tệ. Quý vị thấy đây, 5G được thiết lập để cung cấp năng lượng cho Internet Vạn vật (IoT), trong đó có các loại xe tự động và thành phố thông minh. IoT mô tả các đối tượng vật lý bằng các cảm biến và nhu liệu có khả năng “nói chuyện với nhau” (truyền dữ liệu). Điều này cho phép các thiết bị thông minh – trong đó có điện thoại, xe hơi, TV, máy đo nhịp tim, và thậm chí cả cửa của nhà để xe – giao tiếp với nhau.

Thật không may, IoT, giống như 5G, đi kèm với nhiều rủi ro bảo mật, khiến những thiết bị “biết nói” này rất dễ bị hàng triệu tin tặc trên toàn thế giới tấn công. Hồi năm 2017, CNN đã phát hành một bài báo đáng lo ngại thảo luận về các thiết bị tìm cây ghép của St. Jude Medical. Theo bài báo này, những thiết bị này sở hữu “các lỗ hổng có thể cho phép tin tặc truy cập vào một thiết bị nào đó.” Sau khi xâm nhập, tin tặc “có thể làm cạn kiệt pin hoặc điều khiển nhíp tim sai hoặc sốt tim.”

5G cũng sẽ đặt nền móng cho xe tự lái. Đó là tin xấu cho chúng ta, những thường dân vô tội. Nhưng đó là tin tuyệt vời cho tin tặc. Các loại xe tự động cũng có thể bị tấn công – tôi có thể nói thêm là tương đối dễ dàng. Điều tương tự cũng xảy ra với cái gọi là thành phố thông minh, cũng sẽ được cung cấp năng lượng bằng 5G. Các chuyên gia tin rằng các công nghệ thành phố thông minh cuối cùng sẽ chạm đến mọi ngõ ngách của Hoa Kỳ.

Điều quan trọng cần nhớ là trong số tất cả các quốc gia trên thế giới, Trung Quốc, kẻ thù số Một của Hoa Kỳ, là nơi có số lượng tin tặc lớn nhất. Khi căng thẳng giữa Hoa Kỳ và Trung Quốc tiếp tục leo thang, các chuyên gia báo mật cho rằng tin tặc Trung Quốc sẽ nhắm vào Hoa Kỳ thường xuyên hơn và thậm chí còn hung hăng hơn. Các tin tặc sẽ không chỉ nhắm vào các nhánh của chính phủ; họ có thể sẽ nhắm vào các thị trấn và thành phố trên cả nước.

Chúng ta đã sống trong một thiên đường của tin tặc. Khi chúng ta phụ thuộc nhiều vào 5G hơn, thì hãy trừu tượng trước rằng những kẻ xấu sẽ thịnh vượng và số lần xâm nhập an ninh mạng sẽ trở nên nghiêm trọng hơn.

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

Ông John Mac Ghlionn là một nhà nghiên cứu và nhà viết luận. Tác phẩm của ông đã được những hãng thông tấn như New York Post, Sydney Morning Herald, Newsweek, National Review, The Spectator US cùng những tờ báo danh tiếng khác xuất bản. Ông cũng viết về tâm lý và các mối quan hệ xã hội, rất quan tâm đến vấn đề rối loạn chức năng xã hội và sự thao túng của truyền thông.

Khánh Ngọc biên dịch

Nỗi sợ hãi lớn nhất của chúng ta về Twitter đã đúng

JEFFREY A. TUCKER



Toàn bộ sự việc này dường như hoàn toàn không thể tin được.

Không phải là chúng ta không hoài nghi điều đó. Thế nhưng, sự việc thậm chí còn tệ hơn những gì chúng ta có thể hình dung. FBI/CIA/DHS cũng như các đặc vụ hiện tại và thành phố thông minh. IoT mô tả các đối tượng vật lý bằng các cảm biến và nhu liệu có khả năng “nói chuyện với nhau” (truyền dữ liệu). Điều này cho phép các thiết bị thông minh – trong đó có điện thoại, xe hơi, TV, máy đo nhịp tim, và thậm chí cả cửa của nhà để xe – giao tiếp với nhau.

Thậm chí họ còn cấp cho ban quản lý của Twitter thẩm quyền truy cập thông tin mật hàng đầu của chính phủ. Tiếp đó, FBI đã chi trả 3.5 triệu dollar cho thời gian làm việc của các nhân viên Twitter. Điều này đồng nghĩa với việc bộ máy an ninh quốc gia – những gián điệp vốn có ác cảm với chúng ta – có một mối quan hệ mật thiết với Twitter và, rất có thể, là tất cả các phương tiện truyền thông xã hội.

Chuyện này đã xảy ra ở Hoa Kỳ. Chuyện này vẫn đang diễn ra.

Đọc qua tất cả các bằng chứng được công bố kể từ khi tỷ phú Elon Musk tiếp quản công ty này khiến người ta không khỏi kinh ngạc. Đó không chỉ là những gì đang diễn ra. Mà điều đó còn cho thấy là họ đang ngại giấu diếm việc này trong nội bộ công ty. Hơn thế nữa, dường như ban quản lý công ty thực sự thích thú với ý thế mà họ được tận hưởng khi thường xuyên liên lạc với chính phủ về những phát ngôn nào được phép và những phát ngôn nào phải bị cấm.

Liệu có bao giờ bất kỳ ai trong những người tham gia vào toàn bộ sự việc này nghĩ rằng sự đồng lòng này có thể vi phạm Tu chính án thứ Nhất không? Câu trả lời ngắn gọn là không. Khi chi tiêu đó chẳng thành vấn đề. Như thế những người làm công việc này nghĩ rằng điều đó là hoàn toàn bình thường. Hiến Pháp không là gì cả.

Làm thế nào mà trên chặng đường lịch sử của Hoa Kỳ, chúng ta lại sa chệch tới bước này, khi mà Hiến Pháp không còn có bất kỳ chỗ đứng thực sự nào trong đời sống? Đây chẳng phải là luật pháp của mảnh đất này sao? Đúng ra phải là vậy. Nhưng trên thực tế, Hiến Pháp thực sự quan trọng đến mức nào? Không quan trọng lắm.

Giờ đây, tất cả những điều này đang được thử thách tại tòa án, và các tòa án này có thể sẽ ra phán quyết chống lại chính phủ. Sao họ có thể không vào lúc này cơ chứ? Tuy nhiên, đó là niềm an ủi nhỏ nhoi đối với những gì chúng ta đã trải qua trong ít nhất ba năm qua và có thể lâu hơn nữa.

Các nền tảng mà chúng ta tin rằng là do khu vực do tư nhân thiết lập để chúng ta giao tiếp với nhau nhiều hơn và đem lại sức sống mới cho tư tưởng tự do ngôn luận đã được quốc hữu hóa một cách hiệu quả.

Ngày cả khi các tòa án tuyên bố việc đó là bất hợp pháp, thì điều gì sẽ ngăn sự việc đó xảy ra lần nữa? Thêm nhiều vụ kiện nữa chẳng? Vậy lực lượng chấp pháp ở đâu để chấm dứt và ngăn cản việc này trong tương lai? Ai hoặc thứ gì sẽ phải trả giá cho những điều đã xảy ra?

Ở đây, chúng ta thực sự đang đề cập đến vấn đề của bản thân chính phủ này. Chưa có ai thực sự nghĩ ra một



Trụ sở chính của Twitter tại San Francisco, hôm 27/04/2022.

biện pháp hoàn hảo để ngăn chính phủ này làm những điều quá đáng đối với người dân. Hệ tư tưởng của chế độ quân chủ là thể chế hóa truyền thống và kéo dài thời kỳ chịu trách nhiệm của các thể chế để một gia tộc có ý thức về lòng tự trọng và kiểm chế nạn cướp bóc. Điều đó đã có hiệu quả cho đến khi trở nên vô dụng. Nền dân chủ dường như là một kế hoạch tồi tệ: Để người dân chịu trách nhiệm. Nhưng sau đó, các chính trị gia đã chấp thuận các bộ máy quan liêu lâu đời tồn tại bên ngoài quy trình dân chủ. Hiến Pháp là một miếng da đẹp đẻ, nhưng chuyện gì sẽ xảy ra khi bị chính phủ hành chính lờ đi?

Tiếp đó, quý vị có sự kiểm tra của các tòa án. Nhưng các tòa án cũng có một vấn đề. Họ quá chậm chạp. Chi phí cho họ quá đắt đỏ. Và các thẩm phán không kiểm soát quân đội. Không rõ họ kiểm soát những thứ gì trong xã hội ngoại trừ có lẽ là các thành phần yếu thế nhất của xã hội. Nếu đủ giàu có và quyền lực, quý vị cũng có thể kiểm soát các tòa án này.

Đây là lý do vì sao rất nhiều nhân vật trong lịch sử đã bị lôi cuốn vào tư tưởng của chủ nghĩa vô chính phủ. Hãy loại bỏ hoàn toàn chính phủ. Có lẽ điều đó nghe có vẻ là một ý tưởng hay nhưng làm thế nào để chúng ta đạt được điều đó? Cách mạng quá tốn kém và hầu hết đều có kết cục khủng khiếp với rất ít ngoại lệ.

Rối cuộc, điều duy nhất thực sự có thể kiểm chế được chính phủ là dư luận. Nhưng để công chúng biết trần quý tự do thì họ cần phải được giáo dục, và đạt được độ chín chắn và lãnh mạnh nhất định. Khi người dân trở nên bại hoại, thì sự chuyển chế càng dễ lệch hướng và hầu như không thể ngăn chặn được.

Liệu đó có phải là thực trạng của chúng ta ngày hôm nay? Đôi khi, có vẻ là như vậy, nhưng tôi thực sự hoài nghi điều đó. Người dân vẫn còn có đủ sự khôn ngoan và dũng khí để kháng cự lại và khiến những kẻ bạo chúa trong chúng ta phải lùi bước. Sẽ không dễ dàng, nhưng việc quan trọng ở đây là

tiếp cận với những thông tin đúng đắn. Công chúng có hiểu biết hơn thì khó kiểm soát hơn.

Và đây là lý do vì sao chính phủ đặt việc kiểm duyệt ở một mức ưu tiên cao đến vậy. Tôi thừa nhận rằng tôi không biết việc kiểm duyệt lại nguy hiểm đến vậy ở Hoa Kỳ. Tôi đã lên lên trong một thời đại khác. Ủy ban Truyền thông Liên bang (FCC) kiểm soát truyền hình và đài phát thanh nhưng nhìn chung ủng hộ Tu chính án thứ Nhất. Cho đến nay, ủy ban này không kiểm soát nội dung trực tuyến.

Ngày cả bây giờ, trang web của FCC cũng tuyên bố rằng:

“Những hạn chế về quyền của FCC

trong việc giới hạn hoặc cấm tự do ngôn luận bắt nguồn từ Tu chính án thứ Nhất của Hiến Pháp Hoa Kỳ, trong đó quy định rằng chính phủ liên bang ‘không được ban hành luật ... hạn chế quyền tự do ngôn luận, hoặc tự do báo chí.’ Theo đó, Quốc hội thông qua Đề mục 326 của Đạo luật Truyền thông, 47 U.S.C. § 326, tuyên bố rõ ràng rằng không có điều gì trong quy chế ‘sẽ được hiểu hoặc được diễn giải là trao cho Ủy ban này quyền kiểm duyệt đối với thông tin [phát sóng] hoặc các tin hiệu được truyền đi bởi bất kỳ đài [phát thanh] nào, và ủy ban này không được phép ban hành hoặc đặt ra bất cứ quy định hoặc điều kiện nào để can thiệp vào quyền tự do ngôn luận bằng phương tiện truyền thông phát sóng.”

Kiểu hạn chế đó đã trở thành dĩ vãng. Giờ là thời đại mới. Có điều gì đó về chính phủ ông Trump đã khuấy động một sự điên cuồng trong bộ máy an ninh quốc gia khiến họ tin rằng không nên có bất kỳ giới hạn nào. Chúng cuồng loạn vì virus [corona] đã làm cho tình hình trở nên tệ hại hơn: Có tin đồn rằng đó là một vũ khí sinh học và do đó, phải đổ bỏ tất cả các giới hạn đối với chính phủ khi cả nước

chuẩn bị sẵn sàng bước vào thời chiến. Kể từ đó, các quyền của chúng ta đã bị hạn chế nghiêm trọng và tình trạng vẫn kéo dài cho đến ngày nay.

Sẽ cần nhiều công sức để lấy lại các quyền và tự do của chúng ta. Nếu không nhận thức được tình thế khẩn cấp đang tồn tại ngay bây giờ, tức là quý vị đã không được những thứ cần được. Sự thật là chúng ta đang ngày càng tiến gần hơn đến hệ thống tin nhiệm xã hội kiểu Trung Quốc. Chúng ta hầu như chưa bắt đầu phản kháng. Họ đã hủy hoại internet. Điều tiếp theo là phá hỏng hệ thống ngân hàng và hệ thống tiền tệ. Tiến trình này đang diễn ra.

Việc công bố Hồ sơ Twitter – hầu như không được cảnh báo chí thiên tả đưa tin – đã gióng lên hồi chuông cảnh báo. Bất cứ ai nghĩ rằng điều này là bình thường là đang không quan tâm. Ngay cả bây giờ, tôi rất biết ơn vì tôi có thể viết những lời này cho nguồn đưa tin tức tuyệt vời này (The Epoch Times). Chúng ta sẽ phải đấu tranh để giành quyền đọc những bài viết như vậy trong tương lai.

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

Ông Jeffrey A. Tucker là người sáng lập và là chủ tịch của Viện Brownstone, đồng thời là tác giả của hàng ngàn bài báo trên báo chí học thuật và phổ thông. Ông cũng là tác giả của mười cuốn sách bằng năm thứ tiếng, gần đây nhất là cuốn “Liberty or Lockdown” (“Tự Do hay Phong Tỏa). Ông cũng là biên tập viên của The Best of Mises. Ông viết cho một chuyên mục kinh tế hàng ngày cho The Epoch Times và về các chủ đề kinh tế, công nghệ, triết học xã hội, và văn hóa.

Doanh Doanh biên dịch



10925 Beechnut St, Suite A-104, Houston, TX 77072
Tel: (281) 933-6999 • Cel: (281) 802-9231

JANE NGA DUNG NGUYỄN
CPA, CFP



REAL ESTATE BROKER:
License #0383545
MORTGAGE BROKER:
License #351456

- 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.





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)



CHARLOTTE CUTHERBERTSON/THE EPOCH TIMES

Một chiếc xe của FBI bên ngoài trụ sở văn phòng ở Hoa Thịnh Đốn, vào ngày 13/01/2020.



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.



Doctor of Dental Surgery
Bác Sĩ Nha Khoa

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

Tại sao nhiều người bảo tồn truyền thống không được ở bên con cháu vào dịp Giáng Sinh này?



JOHN FREDRICKS/THE EPOCH TIMES

DENNIS PRAGER



Có lẽ có hàng trăm ngàn người, vì những khác biệt chính trị, duy trì rất ít hoặc không liên lạc với cha mẹ của họ và, thậm chí tàn nhẫn hơn là, không cho phép cha mẹ họ được có bất kỳ tiếp xúc nào với con của mình – tức là những đứa cháu của cha mẹ họ.

Có lẽ chưa bao giờ có nhiều người Mỹ có con trưởng thành lại rơi vào cảnh có độc trong dịp Giáng Sinh này đến thế, vì con họ sẽ không đến thăm họ cũng như không mời họ đến dùng bữa tối vào dịp lễ.

Trong một số trường hợp hiếm hoi khi cha mẹ có những hành vi khủng khiếp, thì điều này có thể tha thứ được; nhưng với lý do chính trị, thì không thể nào biện minh cho được.

Tôi đã mất thấy tai nghe về thực trạng này. Hết bậc cha mẹ này đến bậc cha mẹ khác gọi đến chương trình radio của tôi, họ thường gan như sắp khóc; đôi lúc họ thực sự thốt thét, trút bầu tâm sự với tôi về tình cảnh có độc trong những ngày lễ mặc dù họ có con cháu.

Trong hầu hết mọi trường hợp, thì người cha người mẹ là người theo phái bảo tồn truyền thống, và con của họ

thì theo bên cánh Tả. Tôi cho rằng cũng có những trường hợp người con trưởng thành theo phái bảo tồn truyền thống không cho phép cha mẹ theo phái tự do cấp tiến/cánh Tả gặp cháu của mình – nhưng tôi chưa bao giờ nghe nói về một trường hợp nào như vậy. Hầu như không thể nào tưởng tượng được một người trưởng thành theo phái bảo tồn truyền thống lại tước đi quyền gặp gỡ tiếp xúc với các cháu của cha mẹ mình chỉ vì họ đã bỏ phiếu cho Tổng thống Joe Biden. Ngoài ra, nếu có một người hành xử như vậy, thì tất cả những người bảo tồn truyền thống mà tôi biết sẽ kịch liệt lên án cá nhân này.

Tại sao chuyện này lại đang diễn ra?

Thứ nhất: Sự vô trách nhiệm

Quý vị đang tiến xa hơn về phía cánh tả, thì càng ít có khả năng quý vị tin rằng mình phải chịu trách nhiệm trước một quy tắc đạo đức tuyệt đối, chứ đừng nói đến một Đảng bạn cho quy tắc đạo đức tuyệt đối. Mặt khác, những người bảo tồn truyền thống, chắc chắn là những người bảo tồn truyền thống theo tôn giáo – là những người tin vào Mười Điều Răn mà Đức Chúa Trời ban cho – tin rằng họ có nghĩa vụ phải hiếu kính cha mẹ mình bất kể những điều như sự khác biệt về chính trị.

Mặc dù trong một số trường hợp hiếm hoi thì điều đó có thể cần thiết về mặt đạo đức, nhưng có một vài hành động tệ hơn cả việc chấm dứt mọi liên lạc với cha mẹ của một người và không cho họ gặp gỡ cháu của mình. Nhưng ở bên cánh Tả, điều này không phải là hiếm, và phổ biến hơn rất nhiều so với bên cánh Hữu.

Thực tế là chủ nghĩa cánh tả thường tạo ra những người khắc nghiệt. Trong số những người theo chủ nghĩa tự do cấp tiến thì có cả người đảng hoàng tử tệ lẫn không tử tệ, và những người theo phái bảo tồn truyền thống cũng tương tự như vậy. Nhưng nhiều người cánh tả đã trở thành người không tử tệ – và chủ nghĩa cánh tả khiến họ trở nên như vậy, trong khi cả chủ nghĩa tự do cấp tiến lẫn chủ nghĩa bảo tồn truyền thống đều không. Chủ nghĩa cánh tả nuôi dưỡng sự vô ơn bạc nghĩa, cảm giác nạn nhân, về cao ngạo về mặt đạo đức – và do đó mà tàn nhẫn. Cách đối xử của Đảng Dân Chủ đối với Thẩm phán đương thời Brett Kavanaugh là một trong vô số ví dụ. Việc chặn họng một cách nực cười các diễn giả bảo tồn truyền thống trong khu trường sở là một ví dụ khác. Và việc đối xử tàn nhẫn với các bậc cha mẹ là một ví dụ khác nữa.

Thứ hai: Thiếu lương tâm

Cánh Tả cho thấy họ hoàn toàn thiếu lương tâm. Để dẫn ra ví dụ hiện tại, những người con trưởng thành không cho cha mẹ theo phái bảo tồn truyền thống được gặp gỡ tiếp xúc với những đứa cháu của mình, hoàn toàn không cảm thấy tội lỗi gì cả. Tất cả những con người trăn trọc đó – kể cả những con người trăn trọc theo phái bảo tồn truyền thống, những người tranh luận rằng Đức Chúa Trời là không cần thiết vì con người chỉ cần theo đúng với lương tâm của họ là đủ – thì đều ngày thơ một cách đáng kinh ngạc. Lương tâm của hầu hết những người làm điều ác đều hạnh phúc không chút vướng bận.

Hầu hết những người sùng đạo đã làm – hoặc ít nhất là không chống lại – điều ác cũng không bị lương tâm cắn rứt. Nhưng để trở lại với thí dụ hiện tại

của chúng ta, những người theo đạo tin rằng họ phải trả lời trước Chúa về hành vi của mình có khả năng sẽ đối xử với cha mẹ họ tốt hơn những người không tin như vậy. Họ tin rằng Đức Chúa Trời truyền lệnh cho họ phải hiếu kính cha mẹ. Không có lệnh nào như vậy ở phía cánh Tả.

Thứ ba: Trưởng đại học

Xét về mặt đạo đức, thì hàng triệu thanh niên Mỹ tốt nghiệp đại học đã trở nên tồi tệ hơn so với khi họ mới bước chân vào đại học. Bao nhiêu bậc cha mẹ tin rằng con mình trở thành người tốt hơn – hoặc thậm chí hạnh phúc hơn – ở trường đại học? Bao nhiêu bậc cha mẹ tin rằng con mình đã trở thành một người tồi tệ hơn – và ít hạnh phúc hơn?

Quý vị hầu như phớt lờ nghiệp đại học để rời xa lãnh cha mẹ quý vị và không cho họ được gặp cháu của mình vì những khác biệt chính trị. Nếu Chủ đối với Thẩm phán đương thời Brett Kavanaugh là một trong vô số ví dụ. Việc chặn họng một cách nực cười các diễn giả bảo tồn truyền thống trong khu trường sở là một ví dụ khác. Và việc đối xử tàn nhẫn với các bậc cha mẹ là một ví dụ khác nữa.

Với cánh Tả, sẽ là một tội lỗi nghiêm trọng nếu người đại Trái Đái. Chứ không phải là người đại cha mẹ của một người nào đó.

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

Ông Dennis Prager là người dẫn chương trình kiêm người phụ trách chuyên mục của chương trình radio tổng hợp trên toàn quốc.

Cảm An biên dịch

TÂM & THÂN

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK



Những bánh kẹo Giáng Sinh sẽ luôn cảm đó bạn, nhưng có những bước bạn có thể làm để chống lại sự thôi thúc.

– và quán áo của bạn sẽ càng vừa vặn trong tháng Giêng!

Cuối cùng, đây là 11 cách tiết kiệm đường giúp cho mùa lễ của bạn lành mạnh hơn.

Hãy tập trung vào những lợi ích về sức khỏe, tâm trạng, và kiểm soát cân nặng mà bạn sẽ nhận được từ những lời khuyên khôn ngoan về đường này.

nào đó để lấy năng lượng nhanh chóng.

Đừng bỏ bữa, ngay cả trong ngày lễ Những người thường bỏ bữa sáng sẽ có xu hướng ăn nhiều carbohydrate, đường bổ sung, chất béo và calorie hơn trong bữa trưa, bữa tối, và bữa ăn nhẹ so với những người có ăn sáng.

Chọn Carbs của bạn một cách khôn ngoan

Bất cứ khi nào có thể, hãy chọn các loại rau không chứa tinh bột và thực phẩm có chỉ số đường huyết thấp, chẳng hạn như các loại hạt hoặc đậu không đường – carbohydrate ít ảnh hưởng đến lượng đường trong máu – hơn là các loại ngũ cốc, chẳng hạn như gạo và hầu hết các loại bánh mì vốn có chỉ số đường huyết cao hơn nên để làm cho lượng đường trong máu tăng đột biến.

Đặt mục tiêu cho mùa lễ

Bạn hãy tự hỏi bản thân rằng: Liệu bạn có duy trì cách ăn uống không có đường trong suốt kỳ lễ không? Hay bạn sẽ quyết định vung tiền cho món tráng miệng vào dịp Giáng Sinh, Hanukkah, và/hoặc Năm mới?

Thỉnh thoảng ăn bánh tráng miệng không phải là vấn đề nghiêm trọng nếu bạn có chủ định và ăn vừa phải. Nhưng nếu bạn chọn tuân thủ cách ăn uống không đường trong mùa lễ, thì bạn có thể chiểu đường bản thân món gì đó đơn giản không có đường thêm vào, chẳng hạn như mua quả mọng (berries) tươi và phủ lên một lớp kem tươi không đường, rắc bột quế hoặc táo áp chảo với quế và pho mai. Những món tráng miệng này sẽ thỏa mãn sở thích háo ngọt của bạn

Xem tiếp trang 30



Liệu bạn có duy trì cách ăn uống không có đường trong suốt kỳ lễ không?



PROFESSIONAL PHARMACY
Formerly MTM Pharmacy Santa Ana

Sức khỏe của quý vị là ưu tiên của chúng tôi

- ▶ Giao Thuốc Miễn Phí
- ▶ Thuốc An Toàn & Hiệu Quả
- ▶ Chích Ngừa Các Loại
- ▶ Giúp Cai Thuốc Lá
- ▶ Thuốc Ngừa Thai
- ▶ Tự Động Refill và Giao Thuốc Mỗi Tháng

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



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 229 W. 28th St., Fl. 7, New York, NY 10001

Phản hồi đối với bài bình luận ‘Chuyện gì đã xảy ra với nước Mỹ của tôi?’

Bức thư này là một góc nhìn khác đối với bài bình luận được đăng hồi tháng Mười Một.

Bài bình luận này được đăng trên ấn bản phát hành từ ngày 06-30/12, có nhan đề “Chuyện gì đã xảy ra với nước Mỹ của tôi?”

Mọi quốc gia vĩ đại đã sụp đổ đều đã làm như vậy từ bên trong nháng. Như vậy, sự hủ bại của các hệ thống tài chính, các giá trị đạo đức, và các cấu trúc chính trị.

Việc theo đuổi ba điều bại hoại này được thực hiện đồng thời và phối hợp với nhau một cách nhịp nhàng. Như vậy, khía cạnh tài chính đóng vai trò như tủy sống và não bộ, trong khi các giá trị đạo đức vận hành như các cơ quan nội tạng quan trọng (tim, phổi, gan, thận, mắt, tai, vv.), và hệ thống chính trị đại diện cho huyết mạch của quốc gia.

Các hệ thống tài chính: Xét về trường hợp của Mỹ quốc, đòn tấn công tài chính chủ yếu là do Đạo luật Dự trữ Liên bang gây ra. Điều này cho phép một tập đoàn tư nhân kiểm soát hoàn toàn tất cả các khoản tiền.

Các luật tài chính đã cùng góp phần gây nên hiện tượng này là các khoản thuế thu nhập (một nguyên lý của chủ nghĩa cộng sản, thuế tài sản, và phân phối lại của cải).

Cục Dự trữ Liên bang (một tập đoàn tư nhân) in và bán tiền cho Hoa Kỳ với một mức tăng giá (nợ quốc gia). Nếu Hoa Kỳ in và sử dụng tiền vào lưu thông, thì hầu như sẽ không có nợ. Vì vậy, Cục Dự trữ Liên bang không chỉ bán tiền của chúng ta cho chúng ta, mà họ còn xác định lãi suất, kiểm soát các ngân hàng, kiểm soát thị trường chứng khoán, và tác động đến mọi khía cạnh của nền kinh tế – tất cả đều gây tổn hại cho người nộp thuế. Nhà sáng lập nền tài chính quốc tế

Mayer Amschel Rothschild được cho là đã nói: “Hãy cho phép tôi phát hành và kiểm soát tiền của một quốc gia, và tôi không quan tâm ai là người thiết lập luật của quốc gia đó.”

Các giá trị đạo đức: Một thủ đoạn khác là phá hủy nền tảng đạo đức của quốc gia. Bằng cách sử dụng nhiều biện pháp, cấu trúc văn hóa-đạo đức bị hủy hoại một cách tinh vi bằng cách sử dụng nền giáo dục quốc gia, phương tiện truyền thông (báo chí, đài phát thanh, truyền hình, sách, giải trí, âm nhạc, quảng cáo, vv.), sự khác biệt về tín ngưỡng tôn giáo, và tình trạng vô luật pháp (luật pháp hạn chế quyền tự do, giám án, nhấn mạnh quyền của tội phạm hơn là quyền của nạn nhân, vv.).

Người ta cũng theo đuổi việc kiểm soát tất cả các hệ thống thông tin để những lời lẽ tuyên truyền có thể được nổi bật vào cuộc sống thường nhật của người dân.

Các cụm từ bị định nghĩa lại để đánh trao khái niệm với tình hình thực tế. Việc đàn áp các giá trị và hành vi đạo đức trở thành chuẩn mực bình thường. Áp lực đồng trang lứa (peer pressure) được sử dụng để bịt miệng hoặc bôi nhọ tất cả những ai có suy nghĩ khác biệt.

Các hệ thống chính trị: Khía cạnh này có các ‘vòi bạch tuộc’ kiểm soát dài nhất. Khi các nhà lập pháp, thẩm phán, quản lý điều hành, và toàn bộ hệ thống quan liêu của chúng ta bị tha hóa, thì phạm vi của hệ thống này sẽ bành trướng đến những ngách nhỏ nhất của quốc gia, và không một địa phương hay cá nhân nào có thể thoát khỏi tầm ảnh hưởng đó. Các luật được đưa ra đều đổi trắng thay đen: sát hại người ốm

hoặc người già (thì gọi là “trợ tử”) và sát hại thai nhi (thì gọi là “phá thai”). Các phản quyết được đưa ra dựa trên các chi tiết chuyên môn về mặt luật pháp chứ không phải dựa vào công lý.

Các sắc lệnh chiếm đoạt quyền lập pháp và tư pháp.

Bộ máy quan liêu bóp nghẹt sự sáng tạo, trừng trị sự xuất sắc, và sử dụng nổi bực cũng như hình phạt để buộc công chúng tuân thủ.

Bằng cách đàn xếp hệ thống bù phieu, họ duy trì và làm vững chắc hơn quyền kiểm soát của mình.

Phương tiện ôn hòa cuối cùng để người dân của bất kỳ quốc gia nào có thể tác động đến những sự việc của họ là thông qua một cuộc bầu cử công bằng, trung thực, và minh bạch. Phá hoại một cuộc bầu cử là một hành động tàn ác ở mức độ cao nhất. Khi đến thời điểm bù phieu về quy trình chứng nhận [kết quả bầu cử] vào ngày 07/01/2021, phần lớn các nhà lập pháp đã nhắm mắt làm ngơ trước sự thật, cố gắng không nhìn thấy điều gì đáng ác đang diễn ra trước mắt họ và điều đó đã biến những người này thành những kẻ hèn nhát.

Những người hoặc bù lương tâm của chính mình, những người không lòng dũng khí đứng về luân lý để ngăn chặn một hành động tàn bạo. Vì vậy, câu trả lời cho câu hỏi “Chuyện gì đã xảy ra với nước Mỹ của tôi?” chính là tự do ở Mỹ đã bị tàn vào ngày 07/01/2021, vào khoảng 3 giờ 40 phút sáng.

Rất sớm thôi, tiền sẽ được thay thế bằng đồng tiền kỹ thuật số.

Hệ thống chuyển chế về y tế sẽ cách ly tất cả những ai kháng cự. Xếp hạng

tín nhiệm xã hội sẽ có lập và loại bỏ tất cả những người không đồng ý với giới thượng lưu. Những người giàu có này sẽ tùy ý mua, bán, và hành động.

Mọi khía cạnh trong cuộc sống của quý vị sẽ được theo dõi liên tục và chính phủ này sẽ tịch thu mọi phương tiện (súng) để loại bỏ mọi khả năng kháng cự. Đứng bên giờ quên rằng “các chính phủ giải quyết các vấn đề dựa trên tình thuận tiện, không phải dựa trên lương tâm.” Nếu không có sự chấp thuận của chính phủ, thì không điều gì có thể thực sự xảy ra. Điều này làm bại hoại những người sử dụng tiền và quyền lực tích lũy được để duy trì và gia tăng quyền lực của mình. Những người này là những kẻ sẵn xuôi quyệt lực.

Chính trị gia George Mason đã nói: “Thượng đế sử dụng tai họa để trừng phạt tội lỗi của quốc gia.” Nước Mỹ hiện đang và sẽ tiếp tục gánh chịu những thảm họa quốc gia dưới bàn tay của Thượng đế vì sự thờ ơ và ngu dốt của người dân đất nước này. Tổng thống thứ ba của Hoa Kỳ Thomas Jefferson đã bày tỏ tư tưởng quan trọng sau: “Khi chế độ chuyên chế trở thành luật pháp, thì nỗi nhục trở thành bổn phận.” Với tinh thần đó, tôi trình bày tuyên bố như sau: “Tôi cam kết chống lại thể lực bại hoại ở Hoa Kỳ, và chế độ chuyên chế mà thể lực này đại diện, với các nhà lãnh đạo, quan chức vô đạo đức, và các doanh nghiệp thực hành điều ác, chia rẽ quốc gia, và chối bỏ nền tự do cũng như công lý cho tất cả mọi người.”

Độc giả DOUGLAS CROWSON
TIỂU BANG FLORIDA



Những cách sử dụng đường khôn ngoan trong mùa lễ

Tiếp theo từ trang 29

mà không ảnh hưởng đến sức khỏe hay đưa bạn lên tàu lượn siêu tốc đường huyết.

Nếu bạn thấy mình ở vị trí mà bạn cần phải từ chối món tráng miệng tại bàn, hãy lịch sự và khen ngợi. Hãy nói, “Trông thì tuyệt, nhưng tôi phải tránh đường vì lý do sức khỏe,” sau đó thay đổi chủ đề và tập trung vào cuộc trò chuyện bạn đang có với người khác.

Nếu món tráng miệng ngày lễ quan trọng đối với bạn, hãy lên kế hoạch Tự làm món tráng miệng là một cách tốt. Bằng cách này, bạn có thể kiểm soát loại và lượng chất làm ngọt và bột mì được sử dụng, cũng như thành phần siêu thực phẩm để làm cho món ăn ngon hơn, bổ dưỡng hơn, và tốt cho sức khỏe hơn. Tùy thuộc vào cách ăn uống, bạn có thể làm ngọt món ăn bằng có ngọt, chất làm ngọt từ quả la hán, 100% si rô lá phong, mật ong, si rô yacón, xylitol, hoặc erythritol.

Và khi bạn cho phép bản thân thưởng thức món ngọt, hãy nhắm nháp từ từ và thưởng thức từng chút một. Cách này có thể giúp bạn nhận cảm giác no và muốn ngừng ăn trước khi ăn quá nhiều và tiêu thụ quá nhiều đường và quá nhiều calorie.

Thêm chất xơ

Hãy ăn những thực phẩm có nhiều chất xơ, chẳng hạn như táo, các loại hạt hoặc đậu. Chất xơ giúp bạn cảm thấy no lâu hơn cũng như thúc đẩy nhu động ruột đều đặn và thích hợp hơn. Chất xơ cũng làm giảm phản ứng đường huyết. Bạn có thể thêm một vài nguyên liệu dồi dào chất xơ vào món tráng miệng bạn tự làm, hoặc ăn các loại rau nhiều chất xơ trong một bữa ăn cân bằng trước khi bạn ăn món tráng miệng.

Thử nghiệm với gia vị

Chiết xuất vani, quế, đậu khấu, gừng, đinh hương và bạch đậu khấu có thể làm

cho món ăn có vị ngọt ngào hơn, đem đến cho bạn hương vị và mùi thơm của ngày lễ, đồng thời giúp bạn thỏa mãn sở thích hảo ngọt mà không cần thêm đường.

Cẩn thận với thức uống có đường

Thức uống có đường hoặc chất làm ngọt khác bao gồm nước ngọt, nước tăng lực, nước ép trái cây, cà phê có đường và trà có đường (cả đá và nóng).

Về mặt phân loại, những loại thức uống này là nguồn cung cấp calorie và đường bổ sung lớn nhất trong bữa ăn của người Mỹ, và việc tiêu thụ chúng sẽ phá hủy sự cân bằng đường máu và kiểm soát sự thèm ăn.

Những người uống thức uống có đường không cảm thấy no như thể họ đã ăn cùng lượng calorie từ thức ăn, và nghiên cứu chỉ ra rằng họ cũng không ăn ít hơn để trừ lại lượng calorie rất cao trong những loại thức uống này.

Để ngăn thức uống trở thành kẻ phá hoại cách ăn uống lành mạnh của bạn, bạn hãy tập thói quen uống nước khoáng có ga không chứa calorie, tốt nhất là vào các bữa ăn trong kỳ nghỉ lễ này. Ngoài ra, hãy chọn cà phê hoặc trà không đường. Hoặc thêm loại ‘half and half’ hoặc loại kem không làm từ sữa và không ngọt để tăng thêm hương vị mà không cần thêm đường – chẳng hạn như nước cốt dừa không đường, NutPods vani không đường, hoặc kem hạnh nhân không đường của Califia Farms.

Hãy xem món thức uống Giáng Sinh của bạn là món tráng miệng

Đôi khi bạn không thể từ chối món thức uống Giáng Sinh. Với số có la nóng hoặc rượu trắng có nhiều đường, hãy thử làm bột ngọt bằng cách pha loãng với nước hoặc nước cốt dừa không đường. Hãy thưởng thức và nhắm nhai từ từ, sau đó lựa chọn cẩn thận lượng carb còn lại mà bạn ăn vào ngày hôm đó.



Hãy chọn cà phê hoặc trà không đường. Hoặc thêm loại ‘half and half’ hoặc loại kem không làm từ sữa và không ngọt để tăng thêm hương vị mà không cần thêm đường



Nếu món tráng miệng ngày lễ quan trọng đối với bạn, hãy lên kế hoạch để làm cho món ăn ngon hơn, bổ dưỡng hơn, và tốt cho sức khỏe hơn.

Kiểm soát căng thẳng và nghỉ ngơi đầy đủ

Nhiều nghiên cứu đã chỉ ra rằng chúng ta ăn nhiều đường, chất béo hoặc cả hai khi chúng ta gặp khó khăn về thể chất hoặc tinh thần, hoặc khi chúng ta không ngủ đủ giấc.

Để thành công trong việc hạn chế lượng đường, điều quan trọng là phải thường xuyên thực hành các kỹ thuật

giảm căng thẳng và ngủ đủ giấc. Nếu bạn cần thêm động lực để hạn chế lượng đường nạp vào cơ thể, bạn chỉ cần biết rằng một nghiên cứu năm 2016 trên Tập san Y học về Giấc ngủ Lâm sàng đã phát hiện ra rằng tiêu thụ nhiều đường hơn có thể phá hỏng giấc ngủ của bạn: đường có liên quan đến giấc ngủ bị gián đoạn, trằn trọc hơn.

Nếu thất bại, bạn cứ bình thản đi tiếp

Nếu bạn rơi vào tình huống phải ăn quá nhiều đường, hãy tập trung vào việc ăn uống bình thường trở lại vào bữa ăn tiếp theo. Đừng tự trách mình. Then chốt là bạn thoát khỏi cơn nghiện đường bằng cách ăn protein chất lượng cao, chẳng hạn như thịt, trứng hoặc pho mát để ổn định lượng đường trong máu và dập tắt cảm giác thèm đường, đồng thời quay lại lối sống không đường càng sớm càng tốt.

Cô Melissa Diane Smith là nhà cố vấn dinh dưỡng và kỹ giả viết về các chủ đề sức khỏe trong hơn 25 năm. Cô là tác giả của một số cuốn sách về dinh dưỡng, bao gồm “Syndrome X” (Hội chứng X), “Going Against the Grain” (Chống lại ngũ cốc), “Gluten Free Throughout the Year” (Không Gluten trong suốt cả năm), và “Going Against GMOs” (Chống lại GMOs).

Phan Hoa biên dịch

Thức uống chữa lành dành cho năm mới

MARGARET TREY

Vậy là, bạn đã trải qua kỳ Giáng Sinh với bao hồi hã mua sắm vào phút chót, tiệc tùng Giáng sinh và đoàn tụ gia đình, những món ăn ngày lễ, những đêm thức khuya, và thậm chí cả đợt giảm giá sau Giáng sinh. Tuy nhiên, vẫn còn nhiều việc chúng ta phải làm trước khi nói lời tạm biệt ngày cuối cùng của năm 2022 và chuẩn bị cuộc vui ăn mừng vào Đêm Giao Thừa.

Nếu bạn vẫn chưa hoàn thành danh sách cần phải làm trong năm mới, vẫn còn vài tiếng trước khi bước sang năm 2023. Hãy dành một chút thời gian cho bản thân và hồi tưởng một năm qua, ăn mừng thành quả đạt được, và suy ngẫm về điều bạn sẽ làm tốt hơn trong năm tới.

Dưới đây là bản tóm tắt những thực phẩm tốt cho sức khỏe và giúp chữa lành bệnh tật nếu bạn là độc giả của chuyên mục này: Thức uống ấm áp từ đầu có thể thải độc thức ăn. Thêm bột sắn dây và câu kỷ tử vào để nước táo của bạn thêm ngon miệng và có tác dụng chữa lành.

Cà rốt và củ cải trắng có thể loại bỏ chất béo và nhầy. Đồng thời, với nguyên liệu này, bạn có thể làm món tráng miệng ngọt ngào cho ngày lễ mà không cần dùng đến đường.

Tuần này, chúng tôi sẽ giới thiệu đến bạn hai loại thức uống thực dưỡng chữa bệnh khác – trà củ cải trắng khô và trà shoyu bancha, còn được gọi là trà kukicha (trà cành già).

Trà củ cải trắng khô có tác dụng làm sạch và giảm đau đầu, gồm cả chứng đau nửa đầu và nhức đầu ở thái dương, đồng thời loại bỏ chất béo tích tụ trong cơ thể.

Nếu chúng tôi đã nói tuần trước, trà cành bancha là thức uống rất tốt cho tiêu hóa. Bạn sẽ nhận thấy hai công thức tuần này có thêm một vài giọt shoyu (nước tương) hoặc tamari vào trà cành bancha. Công thức này giúp giảm đau đầu khi cơ thể tiêu thụ quá nhiều đường. Cả hai loại trà đều rất dễ làm và tiện lợi.

Trà củ cải trắng khô

- 1/2 chén củ củ cải thái nhỏ
- 2 chén nước
- Một chút muối biển hoặc vài giọt nước tương
- Một miếng táo bẹ kombu nhỏ (không bắt buộc)
- 1-2 miếng nấm đông cô (không bắt buộc)

Rửa sạch củ cải trắng khô đã cắt nhỏ trong nước lạnh và cho vào nồi với hai chén nước. Đun sôi, giảm lửa và đun nhỏ lửa trong khoảng 20 phút.

Thêm một chút muối biển hoặc vài giọt nước tương. Đun nhỏ lửa từ 3 đến 5 phút. Lọc và thưởng thức tách trà nóng hoặc để nguội tùy thích.

Bạn có thể dùng tamari thay cho nước tương, nhưng bạn không cần thêm đường hoặc bất kỳ chất làm ngọt nào vì vị ngọt sẽ khiến cho trà mang nhiều tính ấm và mất đi tác dụng cân bằng lượng đường tiêu thụ. Điều quan trọng là thêm một chút gia vị – muối biển, nước tương hoặc kombu, nếu bạn có thể chắt ấm hán (lạnh, yếu) hơn người bình thường.

Nấm đông cô giúp hòa tan chất béo và protein dư thừa trong cơ thể, trong khi



táo bẹ kombu cung cấp khoáng chất giúp cân bằng tính âm của củ cải trắng và nấm đông cô.

Với những người gặp vấn đề về tai, chẳng hạn như ù tai, hãy thử dùng trà củ cải trắng khô và chườm gừng (bạn có thể xem chủ đề này ở một bài khác) ở vùng lưng dưới hoặc xung quanh tai.

Giống như nhiều loại thức uống thực dưỡng khác, bạn có thể biến tấu món trà bằng cách thêm những thành phần khác vào công thức chính. Ví dụ, bạn có thể cho một trái mướp nhỏ hoặc một ít lá tía tô vào trà để trị bệnh gan và túi mật, và bột củ sen hoặc hoa sen tươi nghiền nhỏ để trị bệnh phổi.

Trà cành Bancha

Loại trà này có tính kiềm nhẹ và giúp trung hòa tính trạng thừa acid của cơ thể do ăn nhiều sản phẩm từ động vật. Trà shoyu bancha cũng giúp giảm đau đầu do căng thẳng, bổ máu và tăng lưu thông máu.

Cho một thìa cà phê đầy trà cành bancha cùng bốn cốc nước lạnh vào nồi. Đun sôi ở lửa vừa và lớn. Tắt bếp và để trà ngâm trong vòng vài phút.

Cho một vài giọt hoặc khoảng 1/4 thìa cà phê nước tương hoặc tamari vào tách trà. Để trà cành bancha đang nóng vào tách. Khuấy và thưởng thức trà nóng.

Lưu ý rằng bạn cần rót trà nóng lên nước tương trong tách, thay vì thêm nước tương vào trà.

Một cách biến tấu khác là thêm mơ muối vào trà (umeboshi plum) – tạo nên trà bancha ume-sho. Bạn có thể cho 1/2 hoặc một trái mơ muối nhỏ vào trà cùng với nước tương. Sau đó rót trà cành bancha nóng lên hỗn hợp. Khuấy đều. Uống trà khi còn nóng. Ăn cả mơ nữa. Hỗn hợp này có đặc tính chữa bệnh tuyệt vời.

Được xem là vua của các thực phẩm

Hãy dành một chút thời gian cho bản thân và hồi tưởng một năm qua, ăn mừng thành quả đạt được, và suy ngẫm về điều bạn sẽ làm tốt hơn trong năm tới.

tính kiềm, mơ muối bảo quản có thể trung hòa các thái cực của thể âm và dương. Chỉ nên dùng mơ muối thực dưỡng chất lượng tốt. Bạn có thể mua thực phẩm này từ Whole Foods Market hoặc từ cửa hàng thực dưỡng trực tuyến được đề cập bên dưới.

Trà bancha ume-sho giúp xoa tan một mỡ máu và giảm thiểu suy nhược. Mơ muối làm tăng thêm đặc tính chữa bệnh của trà shoyu bancha và giúp giảm bớt việc tiêu thụ quá nhiều thực phẩm tạo acid, đường, và nước ép trái cây. Với những công thức chữa bệnh trên, bạn đã được chuẩn bị đầy đủ cho kỳ nghỉ lễ. Hãy dùng trà thường xuyên và tận hưởng mùa lễ của mình.

Bạn có thể mua nguyên liệu ở đâu?

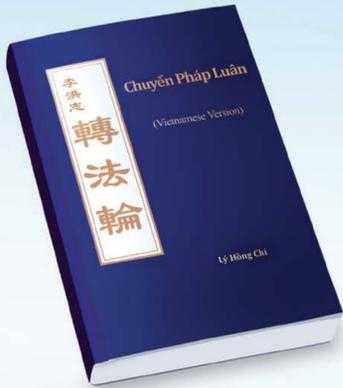
Nguyên liệu cho hai loại trà đều có sẵn trong các cửa hàng thực phẩm tự nhiên. Tôi thường mua trà củ cải trắng khô và cành bancha sấy từ một trong ba cửa hàng Sunrise Market ở Manhattan.

Tôi cũng mua trực tuyến từ các cửa hàng thực dưỡng có uy tín, chẳng hạn như Gold Mine Natural Foods Company ở San Diego hoặc xa hơn như Nature's Glory ở Singapore, nơi bạn có thể mua thực phẩm hữu cơ Nhật Bản do công ty MUSHO sản xuất với số lượng lớn và giá ưu đãi.

Cô Margaret Trey tốt nghiệp Tiến sĩ về cố vấn tâm lý tại Trường Đại học South Australia. Cô là nhà cố vấn sức khỏe tự nhiên, giám đốc của Spirit Shiatsu và WellnessWorks Counseling ở Úc trong hơn 10 năm. Tiến sĩ Trey viết bài và tiếp tục nghiên cứu về những ảnh hưởng của thiên định lên sức khỏe và hạnh phúc của con người.

Thanh Ngọc biên dịch

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 Rubenis
VĂN ĐỘNG VIÊN OLYMPIC

C huyển 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 từ lâu đã 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. Mỗi 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 cảm 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 để đăng, 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 khoẻ và thuốc cho quý vị.

PHARMACY

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

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 Underwrite 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 thời chờ 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.

Estem 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.

TruOne

Financial & Insurance Services

Annie Lam
CA LIC # 0128989
Vui lòng lấy hẹn trước
(714) 478 - 1209

Thứ 2 - Thứ 6: 10AM - 5PM
Thứ 7 & Chủ nhật: Lỳ hẹn

COVERED CALIFORNIA

- Bảo hiểm y tế sức khỏe.

MEDICARE

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

SERVICES (Điện đơn)

- Medi-Cal/ Medicare
- Tiền Hưu/ SSA
- Medi-Cal Annual Renewal
- Thay đổi địa chỉ
- Điện đơn cho thẻ Handicap
- Đăng 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 thu hu tru.
- Giúp hoạch định 401k, IRA.

VĂN PHÒNG CỐ LUẬT SƯ CHUYÊN LO VẾ

- Tai nạn xe cộ, 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)



China Before Communism
神韻晚會 2023
SHEN YUN



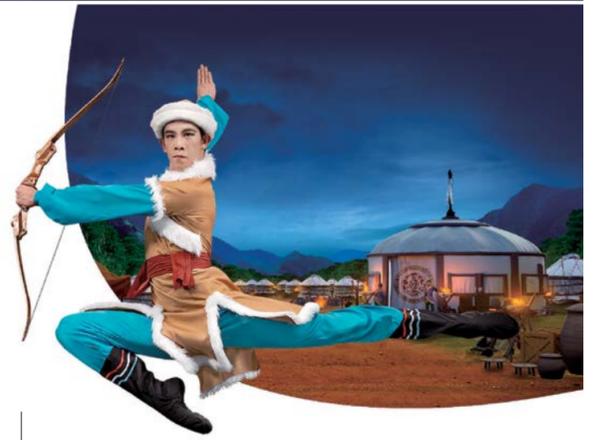
Khám phá
Vẻ đẹp Thần thánh & Trí tuệ Uyên thâm

Tầm nhìn nghệ thuật độc đáo của **SHEN YUN** đưa trải nghiệm sân khấu thành một hành trình đa chiều, xúc động sâu sắc. Với một trong những hệ thống vũ đạo phong phú và cổ xưa nhất thế giới - múa cổ điển Trung Quốc - cùng với phong nền sống động và các tác phẩm của dàn nhạc giao hưởng hoàn toàn nguyên bản, Shen Yun mở ra cánh cổng dẫn đến một nền văn minh khai sáng trí tuệ và vẻ đẹp huyền diệu.

Shen Yun cho thấy nền văn hoá Trung Hoa đã huy hoàng ra sao trước khi bị

chủ nghĩa cộng sản phá huỷ qua hàng thập niên. Trong năm nghìn năm, Trung Hoa là quê hương của một nền văn hoá tâm linh sâu sắc, một nền văn hoá quý trọng đức hạnh, lòng tốt, lòng trung thành, và sự chính trực. Nhưng khi Đảng Cộng sản Trung Quốc lên nắm quyền vào năm 1949, điều đầu tiên nó làm là xoá sạch văn hoá truyền thống Trung Hoa cùng với các giá trị và vẻ đẹp của nền văn hoá đó.

Shen Yun, có trụ sở tại New York, hiện đang làm sống lại nền văn hóa đã mất này - tái sinh nền văn minh năm nghìn năm.



Một Chương trình Vũ đạo lớn

đưa bạn vào một cuộc Phiêu lưu không thể nào quên

Múa cổ điển Trung Quốc có chung nguồn gốc với võ thuật. Với các kỹ thuật nhảy lên cao, xoay tròn, và múa trên không xuất sắc, các diễn viên múa của Shen Yun tương tác mượt mà với phong nền hoành tráng, sống động. Cùng với những bộ trang phục rực rỡ, những phong nền sống động này đưa bạn vào ngay quang cảnh màn diễn, ngay lập tức đưa bạn tiến nhập vào một nơi chốn và thời gian khác hẳn.

Âm nhạc Lưu Truyền qua Hàng Nghìn Năm

Dàn nhạc của Shen Yun là độc nhất vô nhị, kết hợp hài hòa vẻ đẹp độc đáo của các nhạc cụ Trung Quốc cổ xưa với sự hoành tráng của dàn nhạc giao hưởng Tây phương. Điều đó đã tạo ra âm thanh tuyệt đẹp và sống động với âm vực rung động lớn—hoàn hảo để làm sống lại linh hồn của một nền văn minh cổ xưa.



Các ca sĩ từng đoạt giải thưởng của Shen Yun được đào tạo một cách độc đáo theo phương pháp hát bel canto truyền thống nhất.



"Đây là món quà quý giá nhất dành cho thế giới. Tâm hồn tôi đã được nâng lên một tầm cao mới. Buổi biểu diễn dường như đưa tôi đến thăm thế giới thiên quốc."
 —Sam Paris, ca sĩ nổi tiếng

"Buổi biểu diễn này đã cho tôi cảm nhận thực sự về thiện lành và ý nghĩa trong cuộc sống."
 —Anna Liceica, cựu nghệ sĩ múa solo của Nhà hát Ballet Mỹ

"Sân khấu quá lộng lẫy và thần kỳ. Một chương trình cần phải xem!"
 —Broadway World

"Quả là đẹp và thật xúc động!"
 —Vikki Carr, ca sĩ từng đoạt giải Grammy

"Đây là buổi biểu diễn hay nhất mà tôi từng được xem. Rất phấn chấn. Mọi điều tốt đẹp trên thế giới này đều được nói đến."
 —Glen Duncan, nhạc sĩ từng đoạt giải Grammy

"Đó cũng là câu chuyện về niềm hy vọng vô biên và tinh thần phi thường... Tôi được truyền cảm hứng sâu sắc và thật vô cùng xúc động."
 —Rita Cosby, người dẫn chương trình truyền hình từng đoạt giải Emmy

Jones Hall for the Performing Arts
 (615 Louisiana Street, Houston, TX 77002)

MON	DEC 26, 2022	2:00PM	7:00PM
TUE	DEC 27, 2022	-	7:30PM
WED	DEC 28, 2022	-	7:30PM

THUR	DEC 29, 2022	-	7:30PM
FRI	DEC 30, 2022	-	7:30PM
SAT	DEC 31, 2022	1:00PM	
SUN	JAN 1, 2023	2:00PM	7:00PM
MON	JAN 2, 2023	1:00PM	

TICKETS:

\$200	\$180
\$150	\$120
\$90	\$80



ĐẶT MUA NGAY:

Online:
ShenYun.com/Houston
 Hotline:
877-663-7469

Presented by: Southern USA Falun Dafa Association