SỐ 47, THÁNG 11/2022

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

GIÁO DỤC & ĐỜI SỐNG

PUBLIC DOMAIN

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

Bữa tiệc Lễ Tạ Ơn, *ăn mừng sự đầy đủ*

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

*Đọc bài viết **trang 2***

BRENT HOFACKER / SHUTTERSTOCK

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

Bữa tiệc Lễ Tạ Ơn, *ăn mừng sự đầy đủ*

BELINDA HULIN CRISSMAN

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

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

Rõ ràng, thực đơn của ngày Lễ Tạ Ơn kiểu truyền thống là để bày tỏ sự thành kính đối với ngày Lễ Tạ Ơn đầu tiên được tổ chức tại thành phố Plymouth, tiểu bang Massachusetts. Những người tham dự bữa tiệc tối của Lễ Tạ Ơn sẽ thưởng thức gà tây hoang dã, vịt và ngỗng, thịt nai, bí, bánh mì bắp hoặc cháo, hành tây, các loại hạt dại, và có thể cả cá khô.

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

Nhưng nếu bạn nghiên cứu về những tư liệu về Lễ Tạ Ơn hơn 50 năm trước đó, với những người di dân người Tây Ban Nha và bộ tộc Timucua ở thành phố St. Augustine, tiểu bang Florida, bữa tiệc có thể bao gồm vang đỏ, thịt heo muối, đậu garbanzo, ô liu, tỏi, cá nướng, nghêu, rùa, bắp tươi, đậu, bí và quả trứng cá.

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

PUBLIC DOMAIN

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

Nhưng điều đó không phải là thứ quá to tát, bởi sự thay đổi và thích ứng là một phần của truyền thống lâu đời của ngày Lễ Tạ Ơn tại Hoa Kỳ.

Sự khác biệt về địa lý, cộng với sự đa dạng của những di sản của các sắc dân, khẩu vị và khả năng nấu nướng, chưa kể đến sự sẵn có của các nguyên liệu và mức chi chiêu, tiếp tục duy trì sự đa dạng cho bàn tiệc trong ngày Lễ Tạ Ơn.

Ăn mừng vì gian bếp và mùa thu hoạch

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

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

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

"Cha tôi luôn chuẩn bị món salad cranberry ngon nhất. Khi đó chúng tôi vẫn chưa có các thiết bị xay rau củ như hiện nay. Nên ông sẽ xay cranberry, táo tươi có sẵn ở địa phương, thơm và quả óc chó đen bằng máy xay cầm tay. Còn mẹ sẽ nướng bánh bí đỏ, và cũng có lúc làm bánh nướng nhân thịt, bà thường dùng thịt nai từ những chuyến đi săn của một thành viên nào đó trong gia đình."

Ăn mừng các công thức nấu nướng của gia đình

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

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

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

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

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

ROMAN SAMBORSKYI/SHUTTERSTOCK

Ăn mừng sự đầy đủ

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

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

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

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

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

Song Ngư biên dịch

Bạn muốn chia sẻ báo với người thân, bạn bè?
Epoch Times sẽ giúp chuyển tận nhà mỗi tuần.
TEL: (626) 618-6168 - (714) 356-8899 | WWW.EPOCHTIMESVIET.COM

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

NHÂN SINH

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

ELIZAVETA GALITSKAYA/SHUTTERSTOCK

PURPOSEFAIRY.COM

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

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

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

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

Tại sao việc viết thư cảm ơn lại quan trọng

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

Mẹ tôi nhấn mạnh rằng chúng tôi phải tự làm thiệp, và viết những điều chân thành chỉ dành riêng cho người nhận mà thôi.

Không được phép gửi loại thiệp Hallmark in sẵn thay cho lời cảm ơn.

Yêu cầu đó của mẹ tôi mạnh mẽ đến mức chúng tôi phải thực sự tự tay làm thiệp. Tấm thiệp không chỉ riêng dành cho người nhận đó mà còn phải thể hiện được thái độ chân thành của chúng tôi nữa. Vì thế, khi soạn lời viết cảm ơn, chúng tôi cũng phải dừng lại và thực sự nghĩ về người nhận, về mối quan hệ của chúng tôi với họ để làm cho thông điệp đó trở nên nồng ấm và riêng tư nhất.

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

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

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

Và dưới đây là năm lý do tuyệt vời để các bạn nên viết thư cảm ơn thường xuyên hơn.

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

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

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

2. Cải thiện các mối quan hệ

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

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

3. Giảm lo lắng và trầm cảm

Lòng biết ơn là một liều thuốc chống trầm cảm tự nhiên. Khi chúng ta bày tỏ lòng biết ơn, não của chúng ta tiết ra chất serotonin và dopamine, hai chất dẫn truyền thần kinh khiến chúng ta trở nên hạnh phúc.

Dopamine là chất dẫn truyền thần kinh khiến chúng ta cảm thấy hoạt bát hơn. Những người có mức dopamine thấp thường hay nghi ngờ bản thân hơn, độ ì cao hơn và ít nhiệt tình hơn.

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

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

Bức thư cảm ơn viết tay là một môn nghệ thuật đang sắp bị tiêu vong và ngày nay rất ít người còn sử dụng. Nhưng bạn hãy tận dụng việc này. Khi bạn nộp đơn xin việc hoặc khi được thăng chức, hãy dành thời gian để viết cho người phỏng vấn bạn một bức thư tỏ lòng biết ơn. Bức thư của bạn sẽ khiến bạn nổi bật giữa biển người nộp đơn và sẽ thể hiện đẳng cấp, thái độ lịch sự, tính chính trực và sự tốt bụng của bạn – đó chính là tất cả những phẩm chất được giới kinh doanh tìm kiếm.

5. Đem hạnh phúc đến cho người nhận

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

Giờ thì bạn hãy viết lời cảm ơn đi nào!

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

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

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

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

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

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

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

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

Khánh Nam biên dịch

SEVENTYFOUR/GETTY

Nếu một đứa trẻ thật sự nghiện trò chơi điện tử, giải pháp duy nhất có lẽ là cai nghiện, Tiến sĩ Leonard Sax viết.

Con trai bạn có đang nghiện trò chơi điện tử?

Các bậc cha mẹ cần phân biệt giữa việc trẻ em dành quá nhiều thời gian chơi game và một người bị nghiện game nặng

LEONARD SAX

Khi cha mẹ Jacob đưa cậu đến gặp tôi ở văn phòng, cậu ấy đã 22 tuổi. Cậu vẫn còn sống ở nhà và chỉ làm việc vài giờ một tuần, chính là phụ giúp cha mình sắp xếp công việc kinh doanh. Cha mẹ cậu lo ngại vì Jacob hoàn toàn không có hoài bão nào.

Cậu không có việc làm ngoại trừ thỉnh thoảng phụ giúp cha, không tiếp tục đi học sau khi tốt nghiệp trung học và cũng không hứng thú học thêm thứ gì khác như học nghề hay học môn nào đó. Và cậu cũng không có bất kỳ kế hoạch nào cho tương lai mà chỉ ngồi chơi điện tử ít nhất 40 tiếng một tuần – thời gian tương đương như [một người] làm việc toàn thời gian.

Tôi hỏi cậu, "Hãy kể cho chú nghe về những người bạn tốt nhất của cháu."

Jacob trả lời, "Cháu có 12 người bạn. Chú muốn cháu bắt đầu kể từ đâu?"

Tôi đáp, "Cháu chỉ cần cho chú biết tên của ba người bạn đầu tiên trong số đó."

Jacob trả lời, "À, đó là Jonathan."

Tôi hỏi, "Lần cuối cháu gặp bạn Jonathan là khi nào?"

"Cháu chưa từng gặp mặt Jonathan," Jacob đáp. "Cậu ấy sống ở Singapore. Cậu ở trong nhóm trò chơi trực tuyến World of Warcraft của cháu."

Tôi hỏi, "Vậy lần cuối cùng cháu có bạn ghé chơi nhà là khi nào?"

"À, ra vậy, cháu hiểu ý chú muốn nói gì rồi. Có phải ý chú là thế giới ảo không tốt đẹp như ở thế giới thực tại, đúng không?" Jacob nói.

Tôi đáp,"Ừ, đúng thế. Chú thật sự nghĩ rằng những mối quan hệ trong đời thực quan trọng hơn nhiều so với những gì trực tuyến hoặc trong thế giới ảo."

Jacob đang dành quá nhiều thời gian để chơi game. Trò chơi điện tử đã lấn át mọi thứ khác.

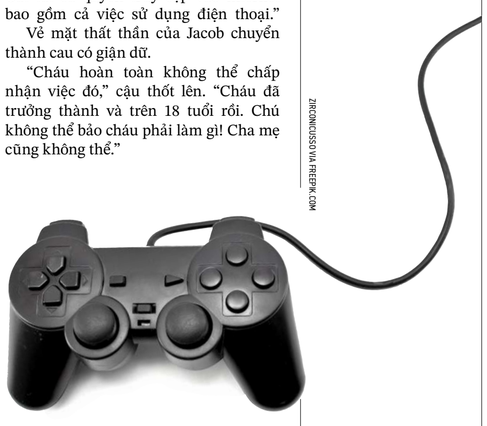
"Cách can thiệp có hiệu quả duy nhất trong tình huống này là cai nghiện," tôi trò chuyện với cha mẹ cậu bé. "Anh chị phải ngăn Jacob tiếp cận với trò chơi điện tử. Đó là không dùng Xbox nữa. Anh chị hãy loại bỏ thứ đó ra khỏi nhà. Cắt tất cả quyền truy cập vào internet bao gồm cả việc sử dụng điện thoại."

Về mặt thất thần của Jacob chuyển thành cau có giận dữ.

"Cháu hoàn toàn không thể chấp nhận việc đó," cậu thốt lên. "Cháu đã trưởng thành và trên 18 tuổi rồi. Chú không thể bảo cháu phải làm gì! Cha mẹ cũng không thể."

Vấn đề nằm ở chỗ con trẻ có lẽ không nhận thức sâu sắc những tác hại của game.

ZIRCONICUSSO VIA FREEPIK.COM



Tôi liền đáp, "Cháu nói đúng đấy. Cháu là người đã trưởng thành. Cháu được tự do ra khỏi nhà cha mẹ. Nhưng nếu cháu rời khỏi," – và tôi liếc nhìn sang cha mẹ cậu bé – "cha mẹ cháu sẽ không chu cấp gì cho cháu hết. Hiện tại, cháu đang ở nhà cha mẹ, nhưng cháu không trả tiền thuê nhà. Họ còn phải trả tiền thực phẩm và tiền internet cho cháu nữa. Nếu cháu dự định tiếp tục ở nhà họ thì cháu phải tuân thủ các quy tắc của họ."

Trò chơi điện tử đã tồn tại được nửa thế kỷ. Năm nay, chúng ta kỷ niệm 50 năm ngày hãng Atari ra mắt Pong, một trò chơi điện tử được lan truyền rộng rãi. Nhưng cách đây 50 năm, thậm chí cách đây 20 năm, chúng ta rất hiếm khi tìm thấy một thanh niên bỏ mặc mọi việc trong cuộc sống của mình chỉ vì game. Vậy mà bây giờ, điều này đang trở nên phổ biến.

Câu chuyện của Jacob là một trường hợp đặc biệt, nhưng tôi nghe người ta kể về nhiều chàng trai – luôn luôn hầu hết là các cậu, không phải cô – bỏ bê chuyện học hành và cuộc sống xã hội chỉ để ở trong phòng với cánh cửa đóng kín, đeo tai phone và cầm bộ điều khiển trong tay để chơi game. Những trò chơi kia hay ho đến vậy sao.

Nếu bạn đầu tư 40 tiếng hoặc hơn để thành thạo một trò chơi nhập vai như Red Dead Redemption 2, bạn sẽ cảm thấy như thể mình đã thực sự đạt được điều gì đó khi kết thúc – điều gì đó có ý nghĩa và quan trọng. Những cậu bé kể tôi nghe rằng chính cách ấy [khiến các cậu] thấy vừa lòng hơn là học tiếng Tây Ban Nha hoặc lịch sử Hoa Kỳ.

Theo nghiên cứu gần đây, có một số bé trai gặp phải nguy cơ lớn hơn: Đó là cậu bé sống cô độc hoặc bị xã hội xa lánh có nguy cơ bị các trò chơi điện tử bạo lực hấp dẫn mình hơn và trở nên hung hăng hơn. Mối liên hệ giữa trò chơi điện tử bạo lực và hành vi gây hấn có thể đem đến nhiều tranh cãi, nhưng một nghiên cứu gần đây khuyến nghị rằng có lẽ có mối liên kết chặt chẽ hơn giữa trò chơi điện tử bạo lực và bắt nạt trực tuyến. Ngay cả khi một cậu bé đã giết những kẻ thù trực tuyến trong trò chơi Grand Theft Auto 5 không có nhiều khả năng làm tổn hại mọi người trong đời thực, cậu bé ấy vẫn có khả năng tham gia vào các hành động gây hấn qua mạng.

Là một bác sĩ gia đình, tôi đã quan tâm đến các cậu bé và trò chơi điện tử trong nhiều năm. Năm 2007, tôi đã viết một quyển sách có nhan đề "Boys Adrift: The Five Factors Driving the Growing Epidemic of Unmotivated Boys and Underachieving Young Men" (tạm dịch: Những chàng trai lêu lổng: Năm yếu tố thúc đẩy đại dịch ngày càng gia tăng những chàng trai không có động lực và kém cỏi). Trò chơi điện tử là một trong năm yếu tố can dự thường xuyên nhất khiến các cậu bé bị trật đường ray như trường hợp của Jacob. Gần đây nhất, tôi đã viết một ấn bản thứ hai của cuốn "Boys Adrift" vì mọi thứ đang ngày càng tệ hơn.

Với sự động viên của tôi, cha mẹ của Jacob đã làm theo lời tôi hướng dẫn. Họ đã tặng Xbox và tất cả trò chơi của cậu cho quý từ thiện Goodwill. Họ mang máy vi tính ra khỏi phòng cậu. Họ đặt mật khẩu bảo vệ máy tính của họ và từ chối cho con trai truy cập vào máy.

Bốn tuần sau đó, họ đã trở lại [gặp tôi] như tôi đã yêu cầu.

"Thật không thể tin được, mọi chuyện khác hẳn," cha cậu chia sẻ. "Chẳng hạn, hồi đó tôi phải khó khăn lắm mới khiến Jacob phụ được việc và tôi phải kiểm tra mọi thứ mà cháu đã thực hiện. Còn bây giờ, cháu chủ động làm việc và làm còn giỏi hơn tôi."

Mẹ cậu cho biết, "Thật không dễ dàng. Lúc đầu Jacob không được như vậy. Thằng bé đã không trò chuyện với chúng tôi suốt cả một tuần đầu tiên. Cháu đã tự làm bữa sáng và mang vào phòng mình. Nhưng rồi, sau khoảng một tuần, cháu bắt đầu cùng chúng tôi dùng cơm tối. Có vẻ như cháu vừa thức tỉnh. Giống như là cháu đã ở trong đám sương mù suốt quãng thời gian chơi trò chơi điện tử trong nhiều năm qua. Có lẽ lúc đó cháu ngủ không đủ giấc. Hiện thời, cháu đã trò chuyện ở bữa ăn tối."

Nếu con trai bạn nghiện chơi game, bạn hãy đừng chờ cậu ấy nhận biết sâu sắc về tình huống của mình.

USER18526052 VIA FREEPIK.COM

Cha cậu nói, "Hình như bây giờ cháu sáng dạ hơn, hiểu biết và chú tâm tốt hơn. Cháu còn kiên nhẫn hơn."

Tôi hỏi Jacob, "Cháu nghĩ sao? Cháu có thấy đúng vậy không?"

"Dạ không, cháu không thấy vậy," Jacob trả lời. "Cháu không thấy có gì khác biệt, không thông minh hơn đâu, chắc chắn là thế."

"Nếu được lựa chọn, ngày mai cháu có bắt đầu chơi game nữa không?" tôi hỏi cậu bé.

"Có chứ ạ," Jacob đáp.

Cha mẹ cậu chỉ biết thở dài.

Jacob vẫn chưa nhận ra vấn đề. Cậu đã không nhận thức được trò chơi đã thay thế các hoạt động trong đời sống thực của mình ra sao.

Những dấu hiệu cho thấy con trai bạn là một người nghiện game

Các học giả không đồng ý rằng nghiện game hội đủ điều kiện để được chẩn đoán là chứng bệnh tâm thần. Nhưng là một bác sĩ gia đình, tôi đã tận mắt chứng kiến một số trẻ em – hầu hết là các bé trai – thật sự đã bị nghiện. Sự khác biệt giữa dành quá nhiều thời gian chơi game và bị nghiện trò chơi đó là gì? Phòng khám Mayo gợi ý nhiều dấu hiệu trọng yếu sau đây khiến con trẻ dần trở thành một người nghiện trò chơi điện tử.

Bỏ bê các hoạt động: Nếu trò chơi điện tử đang thế chỗ cho đời sống xã hội của trẻ hoặc trẻ không hoàn thành bài tập về nhà vì đang dành quá nhiều thời gian chơi game. Đó chính là một dấu hiệu nghiện game.

Nói dối: Nếu con bạn đang nói dối bạn rằng cháu không chơi trong khi sự thật là có, đó thường là dấu hiệu của cơn nghiện.

Giận dữ/Dễ cáu gắt: Nếu con hay tức giận, dễ cáu gắt hoặc lo lắng khi bạn hạn chế cho trẻ chơi game, đó có thể là một dấu hiệu.

Tăng thời gian chơi game: Nếu con bạn đang dành ngày càng nhiều thời gian hơn để chơi game, có khả năng là con bạn bị nghiện.

Các bậc cha mẹ cần phân biệt giữa việc con trẻ dành quá nhiều thời gian chơi game và con bị nghiện nặng. Điều này thật quan trọng. Nếu một đứa trẻ nghiện chơi, vậy thì giải pháp duy nhất thực sự đem lại hiệu quả theo kinh nghiệm của tôi là cai nghiện. Điều đó có nghĩa là lấy máy game ra khỏi nhà và đem cho hết các trò chơi.

Bí quyết giới hạn thời gian

Nếu một đứa trẻ dành quá nhiều thời gian chơi trò chơi điện tử, nhưng không nói dối hoặc cáu gắt vì không được cho phép chơi và đồng ý những hạn chế thì sao? Đứa trẻ này thật sự không phải là một người bị nghiện game. Tôi đã dành toàn bộ hai chương trong cuốn "Boys Adrift" để trình bày cuộc nghiên cứu về chủ đề này và đưa ra nhiều khuyến nghị có dẫn chứng. Dưới đây là bài tóm tắt dành cho những cậu bé cần có những giới hạn [thời lượng chơi game].

Các cậu bé không được chơi quá 40 phút một đêm và không quá 1 tiếng một ngày vào cuối tuần.

Chúng ta không được cộng dồn. Nếu cậu không chơi game trong ba tuần, điều đó không có nghĩa là cậu được phép chơi mải mê trong 7 tiếng vào thứ Bảy. Đó là [một loại] chơi game say sưa quá mức và có hại cho cậu.

Chúng ta không cho phép các con chơi những trò mà trong đó giải thưởng được trao cho kẻ giết người. Không cho chơi trò Grand Theft Auto và Call of Duty. Điều này yêu cầu các bậc cha mẹ biết được nội dung trò chơi của con trai mình đang chơi. Tất nhiên, những bậc phụ huynh bận rộn không có thời gian chỉ ngồi hàng giờ xem con trai mình chơi từng trò; vì thế, tôi giới thiệu với họ trang web Common Sense Media. Họ chỉ cần nhập tên của trò chơi và trang web đó cung cấp bản tóm tắt chính xác và độ tuổi phù hợp chơi loại game đó.

Nếu con trai bạn dành quá nhiều thời gian chơi game nhưng không nghiện, bạn hãy giải thích cho con là cần có những hạn chế và đặt ra giới hạn như tôi đề cập ở phần trên. Nếu bạn cần thêm hướng dẫn chỉ cách đặt giới hạn theo kiểu nuôi dạy con cái có thẩm quyền – làm thế nào để "vừa phải nhưng không quá khó khăn" – vậy thì tôi thật lòng đề nghị bạn đọc quyển sách của tôi, "The Collapse of Parenting" (tạm dịch: Sự gục ngã của việc nuôi dạy con).

Nếu con trai bạn nghiện chơi game, bạn hãy đừng chờ cậu ấy nhận biết sâu sắc về tình huống của mình. Tôi đã chứng kiến nhiều bậc cha mẹ hy vọng đứa con trai của họ từ 11 tuổi, rồi 15, hoặc 24 tuổi sẽ hành động hợp lý theo những điều mà các vị cha mẹ cảm thấy là đúng. Cha mẹ sẽ nói rằng: "Con hãy nhìn xem game đang tách con ra khỏi cuộc sống của mình. Chính là game làm phai nhạt những mối quan hệ bạn bè của con từ lúc con bắt đầu dành 20 tiếng mỗi tuần chỉ để ngồi trước màn hình như thế. Con có thấy không, chính là game khiến con lúc nào cũng mệt mỏi, ngoại trừ lúc con đang chơi!"

Vấn đề nằm ở chỗ con trẻ có lẽ không nhận thức sâu sắc những tác hại của game.

Vì thế, bạn hãy đừng chờ đợi. Bạn có lẽ chờ trong nhiều tháng hoặc thậm chí nhiều năm. Nếu con trai bạn là một trong hàng triệu những cậu bé để game thay thế mọi thứ khác trong cuộc sống của cậu, bạn cần kiên quyết hành động. Nếu bạn không làm vậy, thì ai sẽ [thay bạn làm đây]?

Tiến sĩ Bác sĩ Leonard Sax là tác giả của quyển "Boys Adrift: The Five Factors Driving the Growing Epidemic of Unmotivated Boys and Underachieving Young Men" (NXB Basic Books).

Nam Anh biên dịch

NHÂN SINH

Trí tuệ cổ xưa: Câu chuyện về khúc hát của người thợ giày

COURTESY OF SOUND OF HOPE RADIO NETWORK VIA MICHAEL ANDERSON

EPOCH INSPIRED STAFF

"Những câu chuyện về trí tuệ cổ xưa" nhắc nhở chúng ta về kho báu truyền thống và những giá trị đạo đức đã được gìn giữ khắp thế giới. Chúng tôi hy vọng những câu chuyện và thông điệp trong loạt bài này sẽ giúp sưởi ấm trái tim và tâm trí của độc giả.

"Khúc Hát Người Thợ Giày" là một câu chuyện cổ ngụ ý rằng tiền không phải lúc nào cũng đem lại hạnh phúc như người ta hằng mong muốn.

Chúng ta hãy cùng đọc lại câu chuyện và lạc vào một thế giới khác!

Ngày xưa có một người thợ đóng giày nghèo khổ sinh sống tại một căn hầm trong một ngôi nhà rộng lớn ở Paris. Anh ấy đã phải làm việc rất vất vả từ sáng sớm cho tới tối khuya để trang trải cuộc sống cho bản thân và vợ con anh ấy. Nhưng trong căn phòng nhỏ tối tăm đó, anh ấy vẫn luôn yêu đời và không ngừng hát ca khi sửa lại những đôi giày cũ cho khách hàng.

Sống ở tầng trên là một người đàn ông rất giàu có. Các căn phòng của ông ta rộng rãi và ngập tràn ánh nắng. Ông chưng diện những bộ cánh lộng lẫy và thưởng thức những bữa tiệc xa hoa. Vậy mà ông chưa bao giờ cảm thấy hạnh phúc. Suốt đêm ông trằn trọc không ngủ được vì nghĩ đến tiền: Làm thế nào để kiếm thêm, hay lo sợ ai đó lấy mất. Thường thì ông chỉ có thể chợp mắt khi mặt trời đã chiếu vào cửa sổ.

Giờ đây, khi trời tờ mờ sáng, người thợ giày lại dậy sớm và đi làm việc như thường lệ. Hòa vào tiếng gõ của chiếc búa đóng giày là những khúc ca, và tiếng hát của anh đã bay tới căn phòng của người đàn ông giàu có khiến ông thức giấc.

Người đàn ông giàu có thốt lên: "Thật là khó chịu! Đêm mình đã mất ngủ vì lo cho đống tiền; giờ mình lại không ngủ được vào ban ngày chỉ vì tiếng hát của tên thợ giày ngớ ngẩn kia. Chắc hẳn hẳn ta không có gì phải lo nghĩ nhiều; nếu không hẳn không thể hát nhiều đến thế. Mình phải nghĩ ra cách gì đó để ngăn hẳn ta lại mới được."

Vì vậy, người đàn ông giàu có bắt đầu ngồi xuống và tính toán. "Để xem nào,' ông ta tự nhủ: "Điều gì có thể làm con người bất an nhất nhỉ? Sao nào? Chỉ có thể là tiền thôi. Có người lo âu chỉ vì họ có rất ít tiền. Như tên thợ giày kia, hẳn ta chắc chẳng có bao nhiêu tiền đâu. Vậy mà hẳn vẫn không hề lo lắng. Quả là người đàn ông hạnh phúc nhất mà mình từng biết."

"Một số người thì lại lo lắng vì họ có quá nhiều tiền. Đó chính là vấn đề của mình. Không biết tên thợ giày kia có lo lắng không nếu hẳn có nhiều tiền nhỉ? Giờ thì mình biết mình cần phải làm gì rồi."

Vài phút sau, người đàn ông giàu có bước vào căn nhà bẩn hàn của người thợ giày.

"Tôi có thể giúp được gì cho ngài?" người thợ giày thắc mắc vì sao một người đàn ông sang trọng như vậy lại ghé thăm căn tiệm sửa chữa bé nhỏ của mình.

"À, ta có quà cho anh này," người đàn ông giàu có vừa nói vừa đưa cho người đàn ông nghèo khổ một cái túi.

Người thợ giày mở túi ra và thấy trong đó chứa đầy các đồng tiền vàng lấp lánh. "Tôi không thể nhận số tiền này!" anh ta thốt lên. "Xin ngài hãy nhận lại số tiền này vì tôi đâu có kiếm ra chúng."

"Không!" Người đàn ông giàu có trả lời, "Anh kiếm được là nhờ các khúc hát của mình đó. Ta đưa nó cho anh vì anh là người đàn ông hạnh phúc nhất mà ta biết." Sau đó, người đàn ông giàu có liền rời đi mà không cần đợi bất kỳ một lời cảm ơn nào từ phía anh thợ giày.

Người thợ giày đổ số tiền ra bàn và bắt đầu đếm. Khi đếm đến đồng vàng số 52, anh chợt nhìn lên và thấy một người đàn ông đi ngang qua cửa sổ. Anh vội vàng giấu số vàng dưới tạp dề và đi vào phòng ngủ rồi tiếp tục đếm để không ai có thể nhìn thấy. Nhìn đống vàng chất đầy trên giường mới thật sáng và lấp lánh làm sao. Chưa bao giờ anh có nhiều tiền đến vậy. Anh cứ ngắm đi ngắm lại số tiền cho đến khi trong mắt anh mọi thứ trong căn phòng đều lấp lánh ánh vàng. Rồi anh lại từ từ đếm chúng.

"Một trăm đồng tiền vàng! Mình giàu thật rồi! Mình biết cất số vàng ở đâu cho an toàn đây?" Lúc đầu, anh ta tính giấu chúng dưới tấm ga trải ở phía cuối giường nơi anh có thể trông chừng từ phía bàn thợ. Sau đấy anh ta ngồi xuống và lại nhìn về phía số tiền: "Nhìn tấm ga cộm lên thế kia, ai đó sẽ nhận ra và lấy trộm mất. Có lẽ mình sẽ giấu nó dưới gối."

Khi anh ta đang lúi húi giấu túi tiền dưới gối thì vợ anh bước vào phòng và hỏi: "Có chuyện gì với chiếc giường vậy anh?" Người thợ giày giận dữ trừng mắt nhìn vợ và đuổi cô ra khỏi phòng với những lời lẽ mà anh chưa từng bao giờ nói với cô.

Đến giờ ăn tối nhưng anh không nuốt nổi thìa nào. Anh rất sợ ai đó sẽ cướp mất gia tài của mình khi anh đang ngồi ăn. Lúc ăn khuya nhẹ, anh còn cảm thấy tệ hơn. Suốt ngày anh không mở miệng hát một câu nào. Anh cũng không nói với vợ dù một lời tử tế. Anh đi ngủ với tâm trạng muốn phát ốm vì lo âu và sợ hãi. Suốt đêm anh cứ lật gối lên để kiểm tra số vàng. Anh không dám đi ngủ vì sợ đến khi thức giấc số vàng đã không cánh mà bay.

Ngày lại ngày trôi qua và người thợ giày trông càng ủ rũ. Anh cứ lo lắng suốt ngày đêm về số tiền. Anh sợ không dám tin tưởng vợ. Anh cũng sợ không dám tin tưởng con. Anh cũng không còn vừa làm vừa hát, và cũng không nói gì ngoài những lời gắt gỏng, khó nghe. Trái tim của anh dường như trở nên khô cứng như những đồng tiền vàng.

Thế nhưng trên lầu, người đàn ông giàu có lại cảm thấy rất thích thú. "Quả là một kế hoạch hoàn hảo," ông ta tự nhủ. "Giờ thì mình có thể ngủ cả ngày mà không bị tiếng hát của tên thợ giày kia đánh thức nữa."

Người thợ giày cứ như thế bồn chồn bất an vì một trăm đồng tiền vàng trong suốt một tháng. Anh ta trông gầy gò xanh xao làm vợ con cũng buồn bã theo. Cuối cùng, anh ta không thể chịu nổi nữa liền gọi vợ và kể cho cô nghe toàn bộ câu chuyện.

"Anh yêu!" cô nói, "Hãy trả lại số vàng ấy đi. Với em, tất cả vàng trên thế giới này đều không bằng một khúc ca vui vẻ của anh trước kia."

Người thợ giày cảm thấy vô cùng hạnh phúc khi nghe những lời nói ấy từ cô. Anh liền nhặt túi tiền lên và chạy lên phòng của người đàn ông giàu có. Đặt số vàng lên bàn, anh thốt lên "Đây, tiền của ngài đây. Hãy nhận lại chúng. Tôi vẫn có thể sống mà không cần đến số tiền của ngài, nhưng tôi không thể sống nếu thiếu các khúc ca của tôi."

Thành Trang biên dịch

Làm ông chủ tốt

Con đường dẫn đến thành công

Trở thành một nhà lãnh đạo hiệu quả có thể giúp bạn đạt được thành công trong mọi công việc.

FEI MENG

Để trở thành một ông chủ thành công, bạn nên giữ vai trò chủ động

JEFF MINICK

Đến bất kỳ một thư viện công cộng nào bạn cũng sẽ tìm được hàng tá quyển sách nói về kỹ năng lãnh đạo. Khi tìm kiếm cụm từ "lãnh đạo tại nơi làm việc" trên Google, bạn sẽ có vô số kết quả. Hãy quan sát các nhà lãnh đạo khi họ làm việc – từ người quản lý trực tiếp của bạn cho đến vị tổng thống của Hoa Kỳ – bạn có thể rút ra rất nhiều bài học cho riêng mình, cả tốt lẫn xấu, từ chính phong cách quản trị của họ.

Nếu cô đọng những phát hiện này, chúng ta sẽ thấy chỉ còn lại một số nguyên tắc căn bản cho việc trở thành một nhà lãnh đạo hiệu quả hơn và mạnh mẽ hơn. Sau đây là sáu trong những điều căn bản đó. Và tôi chắc chắn rằng ai cũng có thể đưa thêm nội dung vào danh mục này của tôi.

Trách nhiệm. "The buck stops here" (Sự việc dừng lại tại đây) là nội dung của một tấm bảng nhỏ đặt trên bàn của Tổng thống Harry Truman. Cho dù ở trong Oval Office hoặc khi điều hành một doanh nghiệp nhỏ, những nhà lãnh đạo xuất sắc đều nhận lãnh trách nhiệm cho mọi sự sai sót nếu có. Không ai muốn làm việc cho một ông chủ luôn luôn khiển trách người khác chỉ vì những sách lược và hành động thất bại. Và những nhà lãnh đạo giỏi không chỉ gánh lấy trách nhiệm cho những sai sót đó, họ còn tìm kiếm các phương cách để khắc phục những điều này.

Tầm nhìn. Bạn là thuyền trưởng của một con tàu. Nếu như bạn không biết được mình nên nhắm hướng tới đâu, thì thủy thủ đoàn của bạn cũng sẽ không thể nào biết được. Hãy chia sẻ những điều căn bản nhất với họ về giấc mơ và đích đến của bạn. Khi vị Tướng quân Anh quốc, ông Bernard Montgomery chuyển bại thành thắng ở Bắc Phi, ông đã bắt đầu trận chiến bằng cách cho toàn bộ quân đội biết mục tiêu của mình – đánh đuổi người Đức khỏi El Alamein – cũng như phương thức mà ông dự định thực hiện để đạt được mục tiêu đó. Tuyên bố rõ ràng của tướng Montgomery đã thổi một luồng sinh khí mới vào tinh thần chiến đấu của những chiến binh dưới trướng ông.

Sự hiện diện. Những người lãnh đạo xuất sắc là những người luôn sẵn sàng có mặt khi cấp dưới cần đến họ. Tại cửa hàng thực phẩm địa phương của tôi có một người quản lý, bất cứ khi nào hoặc bất kỳ ai cần giúp đỡ từ việc xách giỏ hàng, giúp đỡ tại quầy tính tiền, hoặc là chào đón khách tại cửa ra vào, anh ta đều sẵn sàng. Những nhân viên của cửa hàng chắc chắn sẽ để tâm và đánh giá rất cao thái độ "làm thay vì nói" của anh.

Hướng dẫn. Giống như vị huấn luyện viên bóng đá ở trường trung học hoặc người thầy hướng dẫn môn quyền Anh tại trường đại học của tôi, những nhà lãnh đạo xuất sắc sẽ pha trộn cả tình yêu và nguyên tắc lại với nhau. Họ muốn tìm ra những gì tốt nhất bên trong mỗi học trò của mình. Thỉnh thoảng, đó có thể là một cái đá nhẹ giả bộ vào mông, đôi khi là một cái vỗ vai chúc mừng. "Được người khác kính sợ sẽ tốt hơn là được yêu mến," đó là một câu trong quyển sách nổi tiếng "The Prince" (Hoàng tử) của tác giả Machiavelli. Tuy nhiên, mọi người thường bỏ qua phần còn lại của câu trích dẫn này là "... nếu bạn không thể làm được cả hai." Hãy thay thế nỗi sợ bằng sự tôn trọng, rồi thêm vào một chút tình yêu thương, và như thế bạn sẽ có một nền tảng vững chắc của người lãnh đạo.

Sự gắn kết. Dù cho bạn quản lý một đội 10 người hoặc một tiểu đoàn lên đến 1,000 người, thì đều tương tự như một huấn luyện viên, bạn đều mong muốn rèn luyện họ thành một đội nhóm. Một vị luật sư mà tôi biết ở tiểu bang North Carolina – người đã sáng lập và điều hành bảy văn phòng luật trên khắp tiểu bang – họp mặt nhân viên của anh hai đến ba lần mỗi năm để đi nghỉ mát hoặc du lịch với cả gia đình và trẻ con của họ. Họ trao đổi các ý tưởng để làm cho công ty lớn mạnh hơn, nhưng điều quan trọng nhất là họ dành thời gian với đồng nghiệp để có thể thấu hiểu nhau hơn. Hoa Kỳ có một phương châm truyền thống là "E Pluribus unum" [Chúng Ta Là Một]. Những người lãnh đạo xuất sắc cũng sẽ tìm cách làm cho câu nói đó cũng là phương châm của chính mình.

Thái độ. Điều này phụ thuộc vào bản thân bạn. Một vị lãnh đạo sôi động sẽ làm cho cả công sở bừng sáng lên. Ngay lúc này, tôi liên nghĩ đến vị bác sĩ nha khoa của tôi. Trong lúc khám răng cho tôi, người đàn ông này thỉnh thoảng cũng nhún nhảy đầy nhiệt tình và hát theo một bài nhạc đang phát, thường là những bản nhạc đình đám của những năm 80 và 90, đùa giỡn với người phụ tá thỉnh thoảng cũng hay chọc ghẹo ông, mặc chiếc áo phẫu thuật kỳ cục, nhưng rõ ràng ông là người chịu trách nhiệm chính ở nơi đây và là người rất có năng lực, luôn hướng dẫn cho những nhân viên cấp dưới mỗi khi cần thiết.

Ghi chú trong những bài báo và các quyển sách của mình viết về vai trò lãnh đạo, ông John C Maxwell đã từng nói: "Dũng khí để hoàn thành tâm nguyện của một nhà lãnh đạo vĩ đại đến từ lòng đam mê chứ không phải từ chức vị."

Đó chính là tấm vé để dẫn đến thành công. Nhịp đập mạnh mẽ bên trong trái tim của một nhà lãnh đạo xuất sắc, như dẫn chứng bên trên, chính là niềm đam mê.

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

Hoàng Long biên dịch

Chăm sóc các món đồ nội thất bằng da

HANDOUT/TNS

Hai chiếc ghế bành bằng da đặt trang trọng bên bức tường của phòng trưng bày.

KATIE LAUGHRIDGE
TRIBUNE NEW SERVICE

Không có chất liệu gì hoàn toàn giống như đồ nội thất bằng da. Điều chúng tôi yêu thích ở da là nó đem lại cảm giác mát mẻ vào mùa hè, ấm áp khi trời lạnh, vẻ ngoài và cảm nhận khi sờ vào bề mặt da. Từ những chiếc đôn (ottoman) và ghế đẩu (stool) cho đến ghế ngồi (chair), ghế sofa, và thậm chí cả bộ ghế ghép từ nhiều mảnh, chúng ta yêu thích những món nội thất da có chất lượng.

Mỗi loại da phù hợp với mục đích sử dụng và phong cách sống khác nhau. Từ loại da tự nhiên có khả năng bảo vệ trước ánh sáng đến loại giả da có thể phù hợp với trẻ nhỏ và thú cưng, chúng ta có những loại da phù hợp với không gian của mình. Ngoài ra, màu sắc cũng khá phong phú, từ màu nâu tuyệt đẹp đến màu lục sẫm, màu cam đỏ, có nghĩa là bạn có thể thuộc da thành bất kỳ màu nào cũng được.

Trong khi rất yêu thích những món nội thất bằng da lâu bền, đã được yêu thương và chăm sóc kỹ, tôi vẫn luôn muốn giữ gìn cẩn thận những món ấy để có thể sử dụng trong nhiều năm. Bằng cách nào tôi làm được điều đó? Đây là một số cách hay nhất được những người thợ làm đồ nội thất bằng da thủ công gợi ý.

Trước khi tìm hiểu các cách cần thiết để giữ gìn đồ nội thất da, chúng ta cần lưu ý rằng da là một chất liệu tự nhiên, nên có nhiều loại màu sắc và kết cấu khác nhau. Da càng ít bị can thiệp (để bảo vệ chống trầy xước và phai màu) thì bề mặt da sẽ càng có nhiều hoa văn biến tấu hơn.

Mỗi phần da có những đặc điểm riêng biệt khác nhau như những nếp nhăn ở cổ và bụng – bằng chứng về cuộc sống ở ngoài trời, và các hình dạng khác biệt của các thớ thịt. Tất cả loại da này đều được xem xét lựa chọn khi cắt hoặc khâu, dán vào khung của các đồ nội thất. Nếu bạn thích nhìn đồ vật có chiều sâu và mang những nét đặc trưng riêng biệt thì bạn nên chọn loại da tự nhiên. Nếu bạn thích sự đều đều thì nên chọn loại da dày hoặc loại giả da để thay thế.

Giờ chúng ta nói đến các cách thức chăm sóc đồ nội thất làm từ da. Đây là những cách mà các chuyên gia của công ty CR Laine nói với chúng tôi:

Bạn dùng vải mềm và khô để lau bụi chiếc ghế da định kỳ để ngăn bụi và các mảnh rác tích tụ.

Chúng ta không bao giờ sử dụng chất tẩy rửa hoặc dung môi nồng độ cao để lau bề mặt da, vì như vậy có thể mài mòn lớp sơn hoặc lớp phủ trên da.

Nếu có bất kỳ vết đổ hoặc vết bẩn nào, bạn cũng phải dùng một miếng vải trắng mềm và thấm khô ngay lập tức. Đối với các vết bẩn cứng đầu, bạn nên dùng khăn ẩm mỏng với nước ấm thấm lên vết ố cho chỗ bẩn đó mềm ra, sau đó mới loại bỏ vết bẩn được. Nếu cách này không hiệu quả, thì bạn nên pha một ít dung dịch loãng gồm xà phòng nhẹ (không màu, có độ pH trung tính) và nước, sau đó thấm nhè nhẹ để loại bỏ vết bẩn, tiếp theo thấm lại bằng vải trắng và khô. Với mỗi phương thức nêu trên, bạn HÃY BẢO ĐẢM LÀ THẤM, CHỨ KHÔNG PHẢI LÀ LAU. Không bao giờ được lau chùi mạnh tay hoặc cọ rửa.

Bạn cần làm sạch một vùng lớn gấp đôi diện tích của vết bẩn và để vùng bẩn được khô tự nhiên vì nhiệt độ có thể làm cứng da.

Bạn hãy lưu ý rằng: Tất cả các loại da được nhuộm anilin (da được nhuộm riêng bằng thuốc nhuộm hòa tan) sẽ bị phai màu khi tiếp xúc với ánh sáng mặt trời

Cơ sở tốt nhất cho rất nhiều kiểu trang trí nhà đẹp là một căn phòng được thiết kế nội thất đúng cách, và những món này được giữ gìn cẩn thận bằng tình yêu thực sự. Nếu lâu rồi bạn chưa động đến những chiếc đệm hoặc bụi phủ mờ những món đồ da của bạn, thì đây là thời điểm thích hợp nhất để bạn thể hiện tình yêu của mình với chúng!

Theo trang nellhills.com. Cô Katie Laughridge là chủ của một số tiệm thiết kế nội thất Nell Hill's ở Kansas City. Để biết thêm thông tin, liên hệ với Katie tại info@nellhills.com.

Khánh Nam biên dịch

Nghi thức uống trà: Tinh tế từ chiếc tách

SANDY LINDSEY

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK

Chúng ta luôn cầm tách trà bằng tay cầm, không cầm chiếc tách, và nếu bạn rời khỏi bàn trà thì hãy để tách trà trên chiếc đĩa lót và cầm chiếc đĩa đó.

Những tiệc trà thân tình

Cho dù bạn đang tổ chức tiệc trà high tea, hay tiệc trà low tea (trà chiều) hay chỉ đơn giản là ngồi uống trà trước lò sưởi thì hiểu về cách uống trà sẽ khiến cho buổi thưởng trà thêm phần ý vị.

Từ "High tea" gợi đến hình ảnh của một tiệc trà hoàng gia, trang trọng với những món ăn nhẹ trang nhã được đặt trong các căn phòng lộng lẫy của Cung điện Buckingham. Có lẽ thuật ngữ này đã bị hiểu sai. Tiệc trà high tea thực chất là phần thưởng cho những người lao động sau một ngày dài làm việc. Trà được phục vụ với các món ăn mặn gồm thịt, đậu nướng, khoai tây, và loại trà ngon nhất mà gia đình có thể mua được. Từ "High" có nghĩa là "Cao" thực chất chỉ là để chỉ những ghế tựa lưng cao ở bàn ăn tối.

Ngược lại, những buổi trà chiều kiểu cách (low tea), mà chúng ta sẽ nói đến ngay sau đây lại sử dụng những chiếc ghế thấp. Bạn hãy khiến cho bạn bè ngạc nhiên bằng cách áp dụng thuật ngữ một cách chính xác, tổ chức một buổi giao lưu, gặp gỡ bạn bè hoàn toàn thoải mái, đầm ấm để thưởng thức một số loại trà đặc biệt.

Bầu không khí của một buổi trà chiều

Trà chiều có tính chất thanh lịch: không gian tổ chức tiệc trà dễ thương, những chiếc ghế thấp cổ điển và trang phục lịch sự nhưng thoải mái. Bạn không thể nào sai khi chọn "cream tea – trà kem", thực đơn chỉ đơn giản là gồm một loại trà ngon, bánh nướng scones, và cream. Bạn có thể thêm một ít dâu tây tươi vào trà thành "strawberry tea – trà dâu" hoặc chọn bánh ngọt và bánh cookies để thành "light tea – trà nhẹ".

Nhiều người khi nghĩ đến trà chiều thường tưởng tượng ra hình ảnh của những chiếc bánh sandwich nhỏ xíu, sau đó là bánh ngọt và bánh nướng – tiệc trà này còn được gọi là "full tea – tiệc trà đầy đủ." Đây là tiệc trà có các món ăn cầm tay, không cần phải dùng đến dụng cụ ăn uống (trừ dao để phết kem đặc lên bánh nướng). Bạn nên bẻ đôi chiếc bánh nướng trước khi ăn hoặc nhấm nháp một cách tinh tế, không bao giờ được dùng dao cắt bánh.

Thưởng trà một cách khoan thai

Bạn nên hạ thấp ngón tay út xuống! Luôn cầm tách trà bằng quai cầm, không nên cầm trực tiếp vào tách trà; chỉ có một ngoại lệ duy nhất được áp dụng đó là khi bạn ngồi một mình trước lò sưởi ở nhà vào một ngày mùa thu trong lành, thoải mái cùng với loại trà yêu thích của bạn.

Bạn luôn để chiếc đĩa lót tách ở trên bàn, trừ phi bạn ở tư thế cách nó xa hơn 30 phân [ví dụ khi đứng lên]. Khi đó, bạn nên cầm chiếc đĩa lót tách bằng tay trái và tách trà bằng tay phải; hoặc đảo bên lại nếu bạn thuận tay trái.

Nếu trà quá nóng thì bạn nên để tách trà nguội một cách tự nhiên, không nên thổi vào tách trà. Bạn uống từng ngụm nhỏ và không nên tạo ra tiếng ồn. Không nên ngậm trà trong miệng – đây không phải là nếm rượu! Bạn cũng đừng bao giờ nhúng bánh nướng vào tách trà của mình.

Cảm nhận

Thức uống sáng giá của buổi tiệc trà chính là trà; vì vậy, chúng ta hãy bắt đầu với loại nước pha trà phù hợp. Lý tưởng nhất là loại nước tinh khiết có độ pH trung tính là 7. Loại nước kiềm quá cứng không có đủ thành phần hóa học để chiết xuất được tinh chất của lá trà, trong khi loại nước cất có độ acid nhẹ sẽ chiết xuất được quá nhiều tinh chất của lá trà, khiến cho trà có vị đắng chát.

Nhiệt độ nước phù hợp và thời gian hãm trà cũng rất quan trọng. Các loại trà có vị nhạt như trà xanh và trà trắng phù hợp với nhiệt độ từ 77 độ C đến 85 độ C, với thời gian hãm trà từ hai đến ba phút. Trà ô long và trà đen đậm sẽ tỏa hương thơm nhất ở nhiệt độ 85 độ C đến 90 độ C với thời gian hãm từ ba đến năm phút.

Rót trà đúng cách

Chủ nhà hoặc một vị khách được chọn sẽ rót trà cho toàn bộ những người ngồi cùng bàn; nếu chưa có người rót trà thì người ngồi gần bình trà nhất nên xin phép được rót trà và sẽ rót vào tách của họ sau cùng. Nếu chỉ có một quý bà và một quý ông thì quý ông nên đề nghị được rót trà. Trong trường hợp cần thiết, ta có thể dùng dụng cụ lọc trà, chỉ nên rót khoảng ba phần tư mỗi tách trà. Chúng ta luôn luôn châm trà vào các tách đã hết.

Có phải bạn nói rằng: Bà của bạn luôn cho sữa vào trước đúng không? Trước đây, mọi người thường cho sữa vào đầu tiên vì sợ rằng trà nóng sẽ làm vỡ chiếc tách mỏng manh. Nhưng hiện nay, các tách trà đã được làm bằng sứ nên bền hơn; vì vậy bạn hãy rót trà trước, chỉ nên rót đến ba phần tư của tách trà để khách có thể thêm sữa, chanh hoặc chất tạo ngọt tùy theo khẩu vị để tạo ra một tách trà ngọt hoàn hảo của riêng họ.

Tiệc trà high tea thực chất là phần thưởng cho những người lao động sau một ngày dài làm việc.

Sandy Lindsey là tác giả từng đoạt giải thưởng, hay viết về các chủ đề liên quan đến nhà cửa, làm vườn, những dự án DIY (tự làm), vật nuôi và chèo thuyền. Cô đã viết hai cuốn sách được nhà xuất bản McGraw-Hill phát hành.

Khánh Nam biên dịch

PROFESSIONAL PHARMACY
Formerly MTM Pharmacy Santa Ana

- Giao Thuốc Miễn Phí
- Thuốc An Toàn & Hiệu Quả
- Chích Ngừa Các Loại
- Giúp Cai Thuốc Lá
- Thuốc Ngừa Thai
- Tự Động Refill và Giao Thuốc Mỗi Tháng
- Nhà Thuốc Đặc Biệt Chuyên Khoa
- Dược Sĩ Có Chứng Chỉ Hành Nghề Cao Cấp
- Chăm Sóc Cho Bệnh Tiểu Đường và Bệnh Thận
- Thuốc Cho Người Đi Du Lịch & Dụng Cụ Y Tế

Sức khỏe của quý vị là ưu tiên của chúng tôi
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

Đáp trả những đòn tấn công vào nam tính

JEFF MINICK

BIBA KAYEWICH

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

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

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

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

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

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

Nhưng giờ đây thì không còn nữa. Như tác giả Esolen đã lưu ý trong câu đầu tiên, "Tôi đang viết một cuốn sách mà lẽ ra không cần phải viết, để trả lại cho nam giới ý thức về giá trị là đàn ông của họ và đem đến cho các chàng trai mục đích cao quý của nam tính; đó mới chính là mục đích chính đáng của họ."

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

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

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

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

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

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

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

Khánh Nam biên dịch

StateFarm®
NHẬN BẢO HIỂM TUYỆT VỜI VÀ GIÁ TRỊ LỚN
XE
NHÂN THỌ
NGÂN HÀNG
NHÀ
SỨC KHỎE
THƯƠNG MẠI
TIẾT KIỆM 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
281-686-0388 / Email: tommy@insurewithtommytran.com

ĐỒ UỐNG

Cách pha cà phê lạnh

THE DAILY MEAL

JACQUI WEDEWER/THE DAILY MEAL

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

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

Dĩ nhiên, khi chúng ta chờ đợi 12 tiếng mới được uống cà phê, vậy thì lâu quá. Nếu bạn đang vội hoặc vẫn chưa chuẩn bị xong cà phê ủ lạnh vào đêm trước thì ly cà phê nóng thêm đá sẽ tiện hơn khi bạn cần một chút caffeine. Còn nếu thật sự bạn đã dành thời gian chuẩn bị cà phê ủ lạnh thì bạn sẽ nhận ra thức uống ấy có vị đậm đà hơn, hương thơm nhẹ nhàng, và thậm chí khiến bạn cảm thấy phấn khởi.

Đó là do thời gian ngâm lâu. Hạt cà phê ngâm lâu giúp chiết xuất hết các tinh chất có trong cà phê, dẫn đến hương vị cuối ít chua hơn và đậm đà hơn. Vì cà phê nóng được pha nhanh chóng nên dư vị bị chua, rồi còn được cho thêm đá viên vào khiến thành phẩm loãng, nhạt do đá tan ra. Nếu bạn vẫn đang hoàn thiện cách pha cà phê lạnh tại nhà thì những gợi ý sau đây sẽ giúp bạn nhanh chóng thành một người thợ pha.

Công thức pha chế cà phê ngâm lạnh

Nguyên liệu

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

Cách làm

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

© 2020 Nhà xuất bản Tribune; Được phân phối bởi Tribune Content Agency, LLC.

The Daily Meal là nguồn tổng hợp cho mọi thứ về thực phẩm, bao gồm cả công thức nấu ăn, ý tưởng giải trí, du lịch và tin tức ẩm thực mới nhất. thedailymeal.com

Nam Anh biên dịch

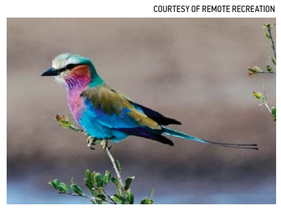
Zimbabwe: Thế giới hoang dã trong mơ của bạn

Từ những chuyến đi săn xa xôi cho đến những cuộc tản bộ thấy tận mắt các loài động vật, Zimbabwe đem đến cho bạn nhiều lựa chọn

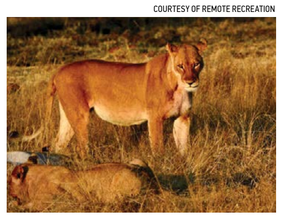
GETTY IMAGES

Ảnh chụp tại Công Viên Quốc Gia Mana Pools, Quốc gia Zimbabwe.

COURTESY OF REMOTE RECREATION



COURTESY OF REMOTE RECREATION



KEVIN REVOLINSKI

Từ trên phi cơ, bạn thấy phía xa xa dường như có khói bốc lên từ một đám cháy lớn. Nhưng khi đến càng gần hơn, bạn nhận ra đó là một vết nứt khổng lồ trên mặt đất, từ trong đó tuôn ra những đám mây hơi nước phun lên tận trời cao.

Đây là Mosi-oa-Tunya (Khói bốc lên từ sấm sét) – được biết đến một cách rộng rãi là Thác Victoria – là một trong những địa điểm mang tính biểu tượng của Phi Châu. Thác nước này đồng thời cũng là Di sản Thế giới được Tổ chức Giáo dục, Khoa học, và Văn hóa của Liên Hiệp Quốc (UNESCO) công nhận.

Thác nước nằm tại biên giới của hai quốc gia Zimbabwe và Zambia, nơi con sông Zambezi mở rộng lưu vực của nó lên đến hơn một dặm, tạo thành như một bức màn, toàn bộ lượng nước của nó đổ thẳng đứng xuống một vách đá sâu đến 360 feet (110 mét). Những làn sương bụi nước tóe lên từ vực thẳm khiến người ngưỡng mộ ướt sũng.

Dòng nước chảy từ phía Zambia, vì vậy nơi tuyệt vời nhất để ngắm nhìn vẻ đẹp của thác là từ bên lãnh thổ của đất nước Zimbabwe.

Chỉ riêng thác Victoria cũng đã đủ lý do để đến với Zimbabwe rồi. Tuy nhiên, phần còn lại của đất nước này cũng đem đến cho bạn những lựa chọn vô cùng phong phú với rất nhiều các cơ hội trải nghiệm cùng thiên nhiên hoang dã.

Chính phủ nơi này bảo vệ một môi trường sống tự nhiên rộng gần 18,000 dặm vuông, tương đương với khoảng 12% tổng lãnh thổ của quốc gia này. Cam kết bảo tồn này đã đưa họ vào các mối quan hệ đối tác với những quốc gia láng giềng, từ đó hình thành các khu bảo tồn tự nhiên rộng lớn hơn góp phần bảo vệ các tuyến đường di cư của động vật hoang dã.

Khu Bảo tồn xuyên biên giới Kavango–Zambezi bao gồm các khu vực của thác Victoria, hồ Kariba, và Công viên quốc gia Hwange, bảo tồn một khu vực rộng lớn bằng diện tích của cả nước Pháp.

Bạn sẽ cần tham quan những nơi nào?

Charlie Slater của tổ chức lữ hành Remote Recreation lên kế hoạch cho các chuyến săn hoang dã tập trung ở Châu Phi và xa hơn nữa. Ông nói rằng: "Zimbabwe là một nơi rất hoang sơ cổ kính."

"Ngành công nghiệp du lịch sinh thái của họ đã bỏ lỡ quá trình thương mại hóa đến hai mươi năm – nhưng đây lại là một điều rất rất tuyệt vời cho những ai muốn đi tìm một chuyến đi săn đích thực ở Châu Phi," ông Slater nói.

Thác Victoria thường là nơi đáp chuyến bay của du khách, và bản thân thác nước này cũng là một lời chào đón hoặc là lời chào tạm biệt dành cho du khách – hoặc cũng có thể là cả hai.

Còn công viên quốc gia Zambezi gần đó đem đến những trải nghiệm về thiên nhiên hoang dã cho du khách, và bản thân dòng sông này cũng nổi tiếng với các chuyến du lịch chèo thuyền vượt thác ly kỳ.

Cách khoảng một giờ lái xe từ thác Victoria là Công viên quốc gia Hwange, một công viên rộng 5,657 dặm vuông với vô số các đồng cỏ, là nơi mà bạn có thể bắt gặp những con sư tử, báo đốm và linh cẩu, cũng như những bầy đàn lớn gồm các loài như voi, trâu, linh dương, hươu cao cổ và ngựa vằn.

Bạn có thể nghỉ đêm ở nhà thuyền trên hồ Kariba, nằm ngay biên giới, hoặc có thể trải nghiệm việc ngủ ngoài trời ngay trong Công viên Quốc gia Matusadona liền kề, nơi bạn sẽ tìm thấy năm loài dã thú lớn Phi Châu [Sư tử, Báo đốm, Tê giác, Voi, và Trâu rừng].

Công viên quốc gia Mana Pools là Khu di sản thế giới thứ hai của quốc gia này. Nằm ở phía Bắc của Zambezi, công viên này và các vùng ngập lũ của nó duy trì một hệ sinh thái cần thiết; từ đó, chúng ta có thể được chứng kiến một thế giới hoang dã vô cùng trù phú với hơn 350 chủng loại chim. Những con sư tử tụ tập vòng quanh các hố nước ở Suối Chitake mỗi buổi sáng. Bạn có thể thám hiểm bằng tàu hoặc đi bộ ở khu vực này.

Công viên quốc gia Gonarezhou và Khu bảo tồn thiên nhiên hoang dã Malilangwe nằm ở xa hơn và cần thêm một chuyến bay nữa, nhưng phần thưởng rất là xứng đáng. Gonarezhou có nghĩa là "Lãnh địa của những con voi". Được đặt tên này là vì nơi đây có hơn 11,000 con voi đang sinh sống và là một trong những khu vực có mật độ phân bố cao nhất thế giới của loại động vật to lớn và hiền lành này; đồng thời nơi đây cũng là nhà của rất nhiều con mèo lớn.

Trên những vùng Cao nguyên phía Đông, dọc theo biên giới Mozambican, khí hậu mang đặc trưng vùng đồi núi và mát mẻ hơn, cảnh quan xanh tươi chập chùng các hẻm núi, sông và thác nước – thích hợp nhất để đi bộ đường dài, cưỡi ngựa, câu cá và đạp xe.

Tiếp tục tham quan

Quốc gia Zimbabwe là nơi phù hợp nhất để đi bộ thám hiểm, và đúng như tên gọi của nó: Du khách đi bộ trong các bụi rậm để tìm xem các con voi hoặc thậm chí là cả những con sư tử ở ngay lãnh địa của chúng.

Ngắm nhìn một con voi đực trưởng thành – với tất cả sự ngưỡng mộ dành cho sự oai vệ và sức mạnh của nó – là một điều gì đó mà bạn sẽ không bao giờ có thể quên, và đồng thời hãy chú ý đến lượng "adrenaline" sẽ tăng vọt khi bạn lần theo dấu chân của những con sư tử. Nghe có vẻ điên rồ, nhưng hoàn toàn không phải đâu. Thám hiểm hoang dã rất phổ biến và an toàn ở Zimbabwe – một sự công nhận đối với chương trình đào tạo khắt khe mà các hướng dẫn viên có giấy chứng nhận phải trải qua.

Có thể mất đến năm năm mới có được kiến thức chuyên môn cần thiết như một nhà tự nhiên học, cũng như được đào tạo sâu rộng về lái xe, sơ cứu và cả sử dụng vũ khí.

Anh Julian Brookstein đã làm hướng dẫn viên trong 15 năm, sau một thời gian đào tạo và thử thách khắc nghiệt cho vai trò 'hướng dẫn viên đi bộ thám hiểm trong thiên nhiên hoang dã'.

"Tôi chỉ có thể đi bộ nhiều như thế này ở Zimbabwe. Ở các quốc gia khác, hoặc là đi rất ít hoặc là không đi chút nào." anh Brookstein nói

Không gì có thể so sánh được với việc có một hướng dẫn viên với đôi mắt đầy kinh nghiệm và những giác quan vượt trội. Anh ấy sẽ đem đến cho bạn những cơ hội nhìn ngắm bầy sư tử đang nằm nghỉ ngơi thoải mái sau bữa ăn – và không chỉ là chỉ cho bạn xem, mà còn có thể nói cho bạn biết là bạn đang nhìn ngắm những gì.

Sự kết hợp hoàn hảo

Đất nước Zimbabwe chỉ mới xuất hiện trên các bản đồ số lượt du lịch trong khoảng thời gian gần đây mặc dù nó có rất nhiều điều tuyệt vời. Sự phổ biến của các địa điểm du lịch khác cũng đồng nghĩa với việc sẽ có hàng tá các chiếc xe jeep quan sát quanh một bầy sư tử. Ở Zimbabwe thì hoàn toàn không có việc như thế xảy ra.

Bây giờ chính là thời điểm tốt nhất để đến thăm nơi này. Cho dù là bạn đặt chỗ trước một căn biệt thự riêng sang trọng nhìn ra Hồ Kariba, hay một chiếc lều cắm trại trong công viên, hoặc là đâu đó ở giữa hai thứ đó, tất cả đều sẽ đi kèm với lòng hiếu khách tuyệt vời của người dân Zimbabwe.

Kết hợp sự tuyệt vời này với sự trù phú của thiên nhiên hoang dã – và dĩ nhiên là không thể thiếu sự góp mặt của những hướng dẫn viên kỳ cựu nhất lục địa này – và chắc chắn bạn sẽ có một chuyến thám hiểm không thể nào quên trong cuộc đời của bạn.

KINH NGHIỆM DÀNH CHO BẠN

Thời gian: Tháng Năm đến Tháng Mười sẽ là thời điểm tốt nhất để tham quan, nhưng thời tiết sẽ nóng hơn vào Tháng Chín và Tháng Mười. Thác Victoria sẽ đẹp nhất vào cuối mùa mưa trong khoảng thời gian giữa Tháng Tư và Tháng Năm. Từ Tháng Tám đến Tháng Mười là thời gian tuyệt vời nhất cho việc chèo thuyền vượt thác.

Hãy dành khoảng 10–14 ngày cho chuyến đi, và cố gắng đến thăm ít nhất là ba công viên trong ba ngày, với buổi sáng và buổi chiều dành cho việc lái xe.

Vật dụng: hãy đem theo các vật dụng nhẹ nhàng, quần áo màu sáng, bao gồm chăn lông cừu cho ban đêm, và hãy sử dụng túi du lịch mềm. Chúng phù hợp cho di chuyển bằng xe jeep và phi cơ loại nhỏ.

Ông Kevin Revolinski là người yêu du lịch, thích làm bia theo cách thủ công, và là một tín đồ của các món ăn tại gia. Ông là tác giả của 15 cuốn sách, bao gồm "The Yogurt Man Cometh: Tales of an American Teacher in Turkey" và "Stealing Away". Ông đang sống tại Madison, Wisconsin, và bạn có thể truy cập vào trang web của ông tại TheMadTraveler.com".

Hoàng Long 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
VẬN ĐỘNG VIÊN OLYMPIC
"Pháp Luân Công đã dạy tôi biết quan tâm đến người khác và cải thiện các mối quan hệ của tôi qua việc giải quyết mâu thuẫn một cách xây dựng. [...] Pháp môn này đã đem lại cho tôi một trạng thái an nhiên tự tại, tinh thần minh mẫn đáng kinh ngạc, và không còn căng thẳng.
Cô Shiyu Zhou
TIẾN SĨ, HOA KỲ
Chuyển 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 Nhẫn. 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 đề 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. Mời 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

UNO KIM/VISIT ANCHORAGE

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

Bay trên thành phố Anchorage, khám phá Alaska bằng seaplane

TIM JOHNSON

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

Tiểu bang Alaska có số lượng phi công bình quân đầu người cao nhất Hoa Kỳ (gấp sáu lần mức trung bình quốc gia). Chỉ một hồ nước nhỏ đã có 1,100 phi cơ; 1,000 trong đó thuộc sở hữu tư nhân. Công việc bình thường của phi công Brian Carlin là lái trực thăng cấp cứu – công việc có vẻ hơi căng thẳng – mặc dù bạn sẽ không biết điều đó khi trò chuyện với anh ấy.

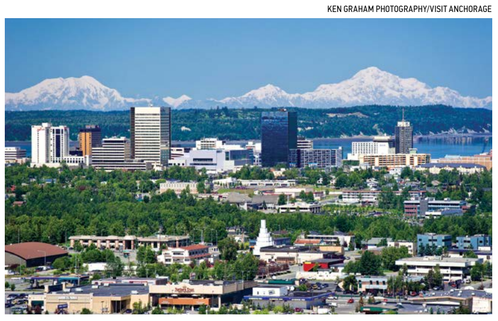
"Đó là công việc bay từ sân thượng này đến sân thượng kia," anh nói một cách điềm tĩnh. Nhưng gần đây, anh cũng đã đưa du khách đi tham quan bằng loại thủy phi cơ (seaplane); và hôm nay, anh Carlin đã sẵn sàng cho tôi xem mọi thứ rất gần với đường chân trời nơi trung tâm thành phố.

Là nơi sinh sống của dưới 300,000 cư dân, thành phố Anchorage là một địa điểm thu hút sự hiếu kỳ của du khách và rất hấp dẫn. Ở trung tâm thành phố, bạn có thể sẽ ngạc nhiên và tin chắc rằng mình đang ở một thành phố miền Trung Tây Mỹ Quốc cỡ trung bình, với những con phố đầy ắp cửa hàng và trung tâm mua sắm nhiều tầng có cả cửa hàng JCPenney. Nhưng có lẽ không có trung tâm đô thị nào có thể dễ dàng tiếp cận những địa điểm siêu hoang dã như vậy. Và hôm nay, tôi đang bay cùng phi công Carlin trên chiếc Cessna 206 nhỏ bé; tôi đã chuẩn bị bay và ngắm từ trên cao tất cả những địa điểm hấp dẫn này.

ASHLEY HEIMBIGNER/VISIT ANCHORAGE

Knik Glacier đang quay phim sau khi rời trực thăng.

KEN GRAHAM PHOTOGRAPHY/VISIT ANCHORAGE



Ảnh chụp từ trên không quang cảnh trung tâm thành phố Anchorage với dãy Alaska ở phía sau. Denali ở bên phải.

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

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

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

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

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

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

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

"Anh có thấy những vết nứt dưới đó không?" Carlin nói, chỉ vào những gợn sóng trông nhỏ xíu. "Chúng đủ lớn để nuốt trọn chiếc phi cơ này đấy."

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

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

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

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

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

Thu Anh biên dịch

TIM JOHNSON

Phi công Brian Carlin đứng trên chiếc thủy phi cơ.

MIKHAIL SISKOFF/VISIT ANCHORAGE

Cài đặt tai nghe và micro trước khi cất cánh.

SAVANAH EVANS/VISIT ANCHORAGE

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

ROY NEESE/VISIT ANCHORAGE

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

RUST'S FLYING SERVICE

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

TIM JOHNSON

Khung cảnh từ phi cơ thật ngoạn mục.

NICOLE GEILS/VISIT ANCHORAGE

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

HOTEL CAPTAIN COOK

KINH NGHIỆM DÀNH CHO BẠN

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

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

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

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

EPOCH TIMES
TIẾNG VIỆT

Chúng tôi đưa những tin tức quan trọng, trung thực và truyền thống

Bạn muốn chia sẻ báo với người thân, bạn bè?

Epoch Times sẽ giúp chuyển tận nhà mỗi tuần.

www.EpochTimesViet.com

10962 Main Street, Suite 101, El Monte, CA 91731-2922
Tel: (626) 618-6168 / (714) 356-8899