

BÀI NÀY HAY QUÁ. GỬI CÁ NHÀ CÙNG ĐỌC !



**MỆO SỐNG LÂU NHỜ BÍ QUYẾT
NGÓN TAY CỦA NGƯỜI NHẬT**

Tại Nhật Bản tồn tại một nghệ thuật chữa bệnh đã 5.000 năm tuổi. Đó là cách chữa lành cơ thể bên trong hoàn toàn bằng cách nắm giữ các ngón tay trên bàn tay. Khi nắm chặt ngón tay cái, cơ thể giải phóng những căng thẳng trong não bộ, giúp bạn thoát khỏi căng thẳng về thần kinh. Tương tự như vậy, các ngón tay còn lại cũng có khả năng chữa bệnh khác nhau.

Dưới đây là cách giữ ngón tay để thoát khỏi bệnh tật của người Nhật:

1. Ngón tay cái

- Nếu bị căng thẳng, bạn chỉ cần giữ ngón tay cái thật chặt và đếm đến 20 giây. Việc đơn giản này lại có tác dụng giúp giảm căng thẳng cũng như làm dịu hệ thống thần kinh của bạn.

- Bạn đang bị rối loạn tiêu hóa cũng nên thực hiện theo bài tập này bởi ngón tay cái được kết nối với lá lách và dạ dày.

2. Ngón tay trỏ

- Ngón tay trỏ được kết nối đến thận. Có thể ngăn chặn sỏi thận và suy thận bằng cách giữ ngón tay trỏ trong một thời gian ngắn để cân bằng nước trong cơ thể, ngăn ngừa sỏi hình thành.

3. Ngón tay giữa

- Tức giận, thất vọng và mệt mỏi đều được kết nối với ngón tay giữa. Nếu bạn đang trải qua một cơn đau đầu nhẹ, hãy nắm chặt ngón tay giữa, nỗi đau của bạn sẽ biến mất.

- Mặt khác, các ngón tay giữa được kết nối với gan, túi mật và bàng quang, vì vậy bạn có thể điều trị bệnh liên quan đến các bộ phận kia một cách tự nhiên bằng cách giữ ngón tay ba lần trong ngày.

4. Ngón tay đeo nhẫn

Ngón tay này được kết nối với trung tâm, đến phổi. Khi nắm chặt, massage ngón tay đeo nhẫn giúp bạn thở tốt hơn. Bài tập này có lợi cho những người đang bị khó thở hay các vấn đề về hô hấp.

5. Ngón tay út

Nắm chặt và ấn nhẹ ngón tay út giúp làm dịu dây thần kinh trong cơ thể. Đồng thời, những ngón tay nhỏ được kết nối với trung tâm còn giúp ngăn ngừa cơn đau tim và bệnh về tim mạch.

6. Lòng bàn tay

Lòng bàn tay được kết nối với cơ hoành và rốn. Áp sát hai lòng bàn tay của bạn với nhau có lợi cho chăm sóc sức khỏe tổng thể.

[#suutam](#)

KINH DOANH LÀ... KINH DOANH



1. CÂU CHUYỆN THỨ NHẤT

Ở KFC, khi bạn mua gà rán, nhân viên sẽ đề nghị thêm Pepsi, ly nhỏ xítu giá 15K. Nhưng bao giờ cũng vậy, họ sẽ hỏi: “Anh/chị có muốn thêm 3K để lấy ly lớn hơn không?” (ly lớn là lớn gấp đôi luôn) vậy là mình gật đầu cho ly lớn.

Đây được gọi là UPSELL bằng BÁN CHÉO. Vì thời điểm bán hàng dễ nhất là lúc khách hàng vừa đồng ý mua món hàng đầu tiên.

Hãy nhớ, McDonald's chỉ dạy nhân viên nói câu: “Quý khách dùng thêm khoai tây chiên chứ?” mà mỗi ngày họ bán thêm được 4 triệu kg khoai.

2. CÂU CHUYỆN THỨ HAI

Ở Mỹ họ có chiêu thức bán hàng rất quái. Vào 7-Eleven mua bia, nhìn thấy hai bịch Budweiser. Một bịch 12 lon giá \$17, một bịch 18 lon giá \$18. Không phải nghĩ, xách luôn bịch 18 lon ra tính tiền. Mua xong mới nhận ra mình đã mua nhiều hơn bình thường. Doanh số bán hàng của Budweiser bỗng dưng tăng gấp rưỡi chỉ vì chủ trương đặt giá. Bịch 12 lon chỉ là ĐẠO CỤ BÁN HÀNG.

Đây được gọi là UPSELL bằng COMBO. Họ cho khách hàng quyền lựa chọn nhưng không có lựa chọn nào là KHÔNG. Vì chúng ta thích chọn mua chứ không thích bị bán hàng.

3. CÂU CHUYỆN THỨ BA

iPhone 7 thì sao? Họ chỉ bán bản 32 GB, 128 GB, 256 GB. Với máy chụp ảnh và quay phim 4K, bộ nhớ 32 GB là quá nhỏ, bản 64 GB sẽ hợp lý hơn nhưng... không có. Hầu hết mọi người lại “cố gắng” lên đời bản 128 GB đắt hơn hẳn \$100, vậy là Apple tăng doanh số một cách rất tự nhiên.

Đây được gọi là UPSELL bằng RAVING FANS. Đã là fans, tiền không còn là vấn đề.

4. CÂU CHUYỆN THỨ TƯ

Chuyện kể là đàn ông Hàn Quốc rất sung mãn, đến 70 tuổi mà họ vẫn có nhu cầu khá cao về chuyện chăn gối. Điều này cũng kéo theo lượng tiêu thụ của bao cao su (BCS) tại nước này rất lớn. Nhưng có một vấn đề là, đến tiệm thuốc mua BCS đã ngại rồi, gần 70 tuổi đi mua thì còn ngại hơn nữa, nên rất nhiều người đàn ông bị đưa vào thế tiến thoái lưỡng nan dẫn đến việc bán BCS bị trì trệ một thời gian.

Để giải quyết tình trạng này các nhà thuốc đã nghĩ ra một phương pháp, họ gộp chung một hộp BCS vào hộp xà bông tắm như món quà tặng kèm rồi đem bày bán. Thế là mỗi khi khách hàng đến chỉ cần nói: “Tôi muốn mua xà bông” là chủ tiệm sẽ hiểu thứ họ cần thực sự là gì. Như vậy không chỉ khách đỡ ngại mà tiệm thuốc còn bán được thêm cả xà bông tắm ngoài BCS nữa.

Bài học thú vị rút ra từ câu chuyện này là: Không chỉ nắm bắt nhu cầu mà còn phải hiểu cả hành vi của khách hàng và tìm ra những cách thức sáng tạo để tiếp cận và thỏa mãn nhu cầu của họ. Muốn thế bạn buộc phải nghiên cứu rất kỹ về các yếu tố văn hóa - xã hội, những thói quen của tập hợp khách hàng mục tiêu để lên chiến lược phù hợp.

5. CÂU CHUYỆN THỨ NĂM

Đối với người giàu có, họ sợ sản phẩm không an toàn, sợ không có địa vị, sợ mất thể diện, sợ không tốt bằng người khác.

Đối với người nghèo, họ muốn giá rẻ, muốn quà tặng, muốn giảm giá, muốn tính toán với người khác, muốn tiết kiệm càng nhiều càng tốt.

Sự khác biệt trong suy nghĩ của hai nhóm người khác nhau trong marketing gọi là “phân khúc thị trường”.

Nếu bán cho người giàu, đừng lạm dụng chuyện giảm giá. Nếu bán cho người nghèo, đừng quên quà tặng. Việc bạn bán hàng cho phân khúc nào thì phải áp dụng chiến lược đó.

6. CÂU CHUYỆN THỨ SÁU

Một ông chủ đến ngân hàng trên Phố Wall vay 500 USD thời hạn hai tuần. Ngân hàng cho vay nhất định phải có thế chấp, ông ta dùng chiếc xe Rolls-Royce đỗ trước cửa làm vật thế chấp.

Nhân viên ngân hàng đưa xe của ông ta vào kho xe và đưa cho ông ta tiền vay. Hai tuần sau, ông ta đến ngân hàng trả tiền, lãi chỉ mất 15 USD.

Nhân viên ngân hàng phát hiện trong tài khoản của ông ta có cả triệu USD, liền hỏi tại sao ông ta lại muốn vay tiền? Ông ta nói: "Phí gửi xe hai tuần 15 USD ở Phố Wall này không tìm đâu ra được".

Con vật hơn nhau ở sức mạnh cơ bắp. Con người hơn nhau là ở cái đầu.

7. CÂU CHUYỆN THỨ BẢY

Trương Tam luôn thích uống loại trà 20 tệ. Mỗi lần Trương Tam mua trà ở tiệm mới mở, ông chủ đều tặng anh nửa lạng trà ngon. Trương Tam dùng trà ngon để tiếp khách.

Một hôm rảnh rỗi ngồi pha trà liền thử một ngụm trà ngon. Uống xong cốc trà ngon miễn phí, Trương Tam liền không muốn loại 20 tệ nữa.

Đặc biệt là, cho dù anh ta mua trà đắt như thế nào, ông chủ đều tặng nửa lạng trà ngon hơn. Trong vòng nửa năm, tiền Trương Tam mua trà gấp 10 lần trước đây. Khi bạn bán trà, nhớ tặng thêm trà, nhưng phải ngon hơn!

Chaunguyenthi suu tâm

VÀI LỜI PHẢI TRÁI VỚI LÊ HOÀNG

Trí Hữu Ng. Chuyên



Đáng lẽ với cái tâm của anh chàng này không đáng để Lão Nông bận bịu nhưng vì anh ta có ảnh hưởng khá nhiều với giới trẻ, nhất là với đám ưa sống gấp mà anh ta lại có nhiều phát ngôn có tính cổ xuý cho lối sống buông thả. Tỉ dụ đại loại như “cần phải tự hào khi vợ ngoại tình sinh con với sếp vì sẽ có đứa con thông minh”, nào là “ly hôn là văn minh, là cần phải thế” và anh ta “thấy mừng vì tỉ lệ ly hôn ngày càng nhiều”, nào là (như ảnh dưới), nào là “cho phép con gọi cha là mày và xưng tao cho cha” v v... nên đành phải nhắc nhở hay nói một cách khác là “dạy dỗ” anh ta vài điều.

Cần phải nhớ rằng loài người khác loài súc sinh ở chỗ trước tiên nó biết phát minh ra và sử dụng vài vóc để che đi những chỗ cần phải che lại cùng lúc tôn thêm vẻ đẹp một cách rất... người. Nó biết thiết lập gia đình trong đó có vợ chồng với con cái, ông bà với cháu chắt tương quan nhiều thế hệ để phân biệt dòng giống nên chắc chắn không thể lai tạo giữa giống này với giống khác để cho ra “năng suất hay chất lượng cao” như giống bò, giống lợn ; không thể cùng một mẹ sinh ra nhưng không cùng bố, thậm chí sau khi sinh ra thì những đứa con không biết bố nó là cái loại chó má nào.

Con người khác con vật ở chỗ không thể cứ thích là đến với nhau, chán nhau lại mỗi người một ngã bởi cái thằng được gọi là bố dù không trực tiếp đẻ ra con nhưng con nó là huyết thống của mình nên không thể vô trách nhiệm với con của nó.

Bởi vậy người ta phải kết hôn, phải có sự ràng buộc bởi tờ đăng ký kết hôn để đảm bảo rằng đứa con được sinh ra trong tình yêu thương của cha mẹ, được dưỡng dục bởi cả cha lẫn mẹ và hàng ngày nó cần bên cạnh cha mẹ để được chăm sóc, yêu thương của cả hai dưới một mái nhà chứ không thể có mẹ không cha, có cha không mẹ như những con vịt, con gà con.

Bởi vậy ly hôn không những là thảm họa của mọi đứa con, của mọi gia đình từ ông bà trở xuống mà còn là thảm họa cho cả xã hội vì hệ lụy nó để lại chứ không phải văn minh ; nếu nó được coi là văn minh thì chỉ có loài súc sinh mà thôi !

Không có bất kỳ một gia đình nào dù là một gia đình hoàn toàn vô học lại có cảnh con gọi cha là mày, con xưng tao cho cha trừ giống tôm.

Loài người giống loài súc sinh ở bản năng tình dục nhưng khác về ý thức tình dục. Thay vì bạ đâu đè nhau ra đấy bất chấp đường chợ, xô xình hay nơi công cộng, già trẻ lớn bé không cần phân biệt thì loài người biết nên hoạt động tình dục ở chỗ nào, lúc nào, với ai ? Không thể mẹ nằm phơi ra cho con nó trèo lên bụng, không thể bà tụt quần ra cho cháu nó rúc mồm hay cắm cái “của nợ” vào !

Công, dung, ngôn, hạnh là tứ đức của người phụ nữ thời nào cũng cần có chứ không phải thứ đồ chơi cho những loại súc sinh thoả con cuồng dục hay một phương tiện kiếm tiền. Bởi vậy đáng lẽ phải khuyên người ta giữ lấy những gì cần có, tu dưỡng con người cho hoàn thiện, hiểu nhau, cảm thông với nhau, bỏ qua cho nhau những gì có thể, dẹp bớt chữ tôi lại để gìn giữ lấy gia đình mà nuôi con khỏe, dạy con ngoan trở thành người có ích cho gia đình, xã hội thay vì tạo ra hệ lụy cho gia đình, xã hội hay sản sinh ra mỗi đứa con một thằng bố, hoặc biến đứa trẻ thành nạn nhân của các cuộc ly hôn giữa cõi đời đen bạc ; đáng lẽ hướng dẫn cho mọi người nên biết chơi thế nào cho ra cái giống người thì lại cổ xuý cái thói hoang dâm bừa bãi !

Lão đây thực sự không hiểu cậu là cái loại gì và tại sao lại là một “đạo diễn” đầy Lê Hoàng ạ !

Thật nguy hiểm !

Lão Nông

NHÀ BÁO KHĂN RẦN.



Hình: 1. Nguyễn Ngọc Tư.



2. Võ Đắc Danh.

Cà Mau, tiếng Khmer, là nước đen. VC vô không khoái đen mà khoái trắng, khoái sang, nên tụi nó sửa tên lại là Minh Hải.

Biển sáng mà đời tối thui. Hồng ai xài cái tên mắc dịch, mắc gió này nên tụi nó de lại ‘vũ như cần’: Cà Mau.

Tui thấy Tư Đầm Dơi quán khăn rằn bắt chước Trùm Việt Cộng Ba Định (Nguyễn Thị Định Bến Tre) ; giờ tui lại thấy ông nhà báo cũng quán khăn rằn.

Xin hỏi khăn rằn dùng để đi tắm lau mình. Đi chụp hình mà trông chiếc khăn rằn quanh cái cần cổ chi vậy cha nội? Hay ông muốn dùng chiếc khăn rằn để chứng minh tui là ‘Vi Xi’ đó nghe!

Hai ông bà này, ké tung người hứng, áo thụng vái nhau nên ‘đắc danh’ hết biết. Danh tui cũng khoái; vì tui thuộc loại háo danh! Háo danh là phải cà nanh. Tui bèn vạch lá tìm sâu, dùng kính lúp sẫm soi chữ này, chữ nọ, bắt bẻ nọ kia, đá giò lái ổng chơi!

Là dân Cà Mau, ông dùng chữ lai Bắc Kỳ hai nút 75 nhiều quá. Không phải tui kỳ thị miền nhưng dùng chữ phải cho nó đúng.

1. Chẳng hạn như ông viết về nữ nghệ sĩ cải lương Út Bạch Lan và danh cầm Văn Vĩ như vậy nè: “Hai người mẹ bị bỏ rơi, dắt hai đứa trẻ đi lang thang giữa chợ đời, tình cờ gặp nhau rồi kết nghĩa chị em, sống trong một trạm gác cũ bên hông chợ Bình Tây.”

Dân Sài Gòn nói: “Dem con đi cho: bỏ rơi con. Hai người bị chồng bỏ mà ông viết ‘hai người mẹ bị bỏ rơi’ là trật lất!

2. Rồi: “Mỗi sáng, Út Lùn được các bà chủ sạp sai đi mua thức ăn và được trả công bằng những thứ hàng của sạp như trứng vịt, rau cải, thịt heo, tôm cá... đủ để nuôi

sống hai bà mẹ và người anh trai mù lòa. Ban đêm, hai người mẹ ngủ trong lô-cốt, hai anh em ngủ trên sạp hàng.”

Dân Sài Gòn không ai nói: “bà chủ sạp sai đi mua thức ăn” mà nói “sai đi mua đồ ăn”.

3. Nói trúng cút; nhưng không ai nói trúng vịt mà nói hột vịt. Cái hột nó lớn hơn cái trứng nhe. Đi học, làm bài tập không được bị thầy cô cho hai cái ‘trứng vịt’. (Hồi xưa, thang điểm thầy cô cho từ hai cái trứng vịt tới hai mươi). Chữ trúng nó hay lắm. Đàn bà cũng có; ông cũng có!

4. Còn ‘Lô cốt’, “blockhaus” gốc tiếng Đức. Lô cốt được xây dựng kiên cố bằng gạch, đá, bê tông, có lỗ châu mai để lính phòng thủ bắn ra. Lô cốt có nhiều trên quốc lộ 4 thời Tây. Nói ‘lô cốt’ trong chợ Bình Tây thì thú thiệt lần đầu tui mới nghe ông nói. Cái bót gác (Bake hai nút gọi là “bốt”) (Poste de garde) của mã tà (thời đó) cảnh sát sau này thì đúng hơn.

5. Rồi ông viết: “Khi bài Dạ cổ hoài lang cất lên cùng với tiếng đàn guitar trên hè phố, trời đất như chim sa cá lặn, những kẻ qua đường dừng lại lắng nghe, những đồng tiền xu rơi xuống chiếu”?

“Chim sa cá lặn” là một điển cố bên Tàu để diễn tả sắc đẹp của các mỹ nhân như: Tây Thi, Vương Chiêu Quân, Điêu Thuyền và Dương Quý Phi. Tây Thi đẹp đến nỗi ‘trăm ngư’ là cá trông thấy phải chìm sâu dưới nước. Vương Chiêu Quân đẹp đến nỗi ‘lạc nhạn’ là chim nhạn sa xuống đất. Điêu Thuyền đẹp đến nỗi ‘bé nguyệt’ là mặt trăng phải giấu mình. Và Dương Quý Phi đẹp đến nỗi ‘tu hoa’ là khiến hoa phải xấu hổ.

Nhưng hát hay, đàn hay thì tại sao chim phải sa và cá phải lặn? Nghe hát hay, nghe đàn hay thì chim phải bay lại gần, cá phải trôi dạt lên nghe; chớ chim rút cái bịch xuống đất; cá lặn hết sùi bọt tăm chuồn hết ráo thì hay cái giống gì? Viết khen hay viết chửi đây cha nội?

Muốn diễn tả giọng hát buồn hòa với tiếng đàn tha thiết thì thiết nghĩ ông nên ‘cọp pi (copy) tức cọt dê (copier) Nguyễn Du viết đoạn Hoạn Thư cuồng ghen, bắt Kiều đàn hầu rượu Thúc Sinh với mình:

“Bốn dây như khóc như than.

Khiến người trên tiệc cũng tan nát lòng
là đúng sách vở nhưt.

6. Rồi ông viết: “Nghệ sĩ Thành Công nói rằng: “Đã thành ca sĩ (?) của đài rồi thì phải chọn một nghệ danh chớ không thể gọi là Út Lùn được. Bên đài Quốc Gia có ca sĩ Bạch Huệ, hay là ta đặt tên em là Bạch Lan”.

Viết thời nào phải dùng chữ thời đó. Ông dùng chữ ‘ca sĩ’ cho giới cổ nhạc vào những năm 50 là trật lất. Ca sĩ dành cho người hát tân nhạc. Hát cổ nhạc phải là nghệ sĩ.

7. Rồi ông còn cho rằng: “Ký giả kịch trường Trần Tấn Quốc đã bình luận về cô như vậy trong một bài viết có nhan đề “Sầu nữ Út Bạch Lan”, rồi thành danh cho đến bây giờ.”

Nói ký giả kịch trường Trần Tấn Quốc là không đúng. Ông Trần Tấn Quốc là tên thiệt của ông chủ báo Tiếng Dội, Đuốc Nhà Nam để mần ăn và để cúng cơm. Còn khi viết bài, tùy thể loại, ông có những bút hiệu khác nhau. Bình luận ông ký Cao Trần Lãnh. (Người họ Trần quê Cao Lãnh”. Phê bình kịch trường ông ký Thanh Tâm. (Ông có lập ra giải Thanh Tâm cho giới cải lương).

Sầu nữ Út Bạch Lan là biệt danh do soạn giả cải lương Kiên Giang Hà Huy Hà đặt. Ông Kiên Giang còn đặt: “Nữ hoàng sân khấu” cho Thanh Nga...

8. Rồi ông nhà báo khấn rằn viết là: “Có thể nói, sau thế hệ của nghệ sĩ Phùng Há, thế hệ Út Bạch Lan là những người tiếp tục xây dựng nền móng cho sân khấu cải lương Nam bộ.”.

Nói vậy là không đúng. Thời của nghệ sĩ Út Bạch Lan là nền móng đã xây xong. Nó là thời hoàng kim của sân khấu cải lương Miền Nam. Khi CSBV vô cải lương mới tàn lụi đi.

Tóm lại, theo thiên ý của tui, mặc dù là dân chánh gốc Cà Mau, Cô ba xà bông Trương Văn Bền 72 phần dẫu, mà ông lại lấy từ những bài báo của các cây viết ‘Ba Ke hai nút’. Hậu quả tất nhiên là dùng phương ngữ đã sai. Tài liệu lại không chánh xác.

Bút pháp của nhà báo Bake 75 là: Vừa viết vừa tán láo, bóc phét, bợ đỡ quá đáng người nghệ sĩ rồi đem đòi tư những thân nhân của người nghệ sĩ để câu độc giả. Tui đọc, thấy chướng tai gai mắt về những dữ liệu này nên giữa miệng chõ mó vô bài của ông; chớ tui không dám có ác ý với ông đâu.

Đoàn Xuân Thu. (Melbourne).

ĐÊM SÀI GÒN XƯA...

Nguồn lược trên MXH, quên không ghi tên tác giả ; thật áy náy !



Tôi chủ nhật, mở chương trình VTV, tình cờ tôi xem được một vài tiết mục trong một chương trình ca nhạc có tên Phòng Trà Đêm Sài Gòn. Tôi ít khi nghe nhạc từ TV nhưng hai chữ “Sài Gòn” được chính thức xuất hiện trên VTV đã gọi cho tôi một chút tò mò.

Chương trình được trực tiếp truyền hình từ một phòng trà nào đó. Khá đông khán giả ngồi nghe nhạc bên ly nước ngọt, tách cà phê. Không khí của phòng trà khá lịch sự, không ồn ào chen chúc như ở các tụ điểm ca nhạc. Phòng trà mang tên Sài Gòn vì ở đây khán giả sẽ được nghe lại dòng nhạc khi thành phố này còn mang tên Sài Gòn. Tôi vào mạng xem thêm một vài chương trình đã phát sóng trong các chủ nhật trước. Chương trình được biên tập theo những đề tài như: Tình Gàn Xa, Nhớ, Đường Xưa Lối Cũ, Chuyện của Mùa Đông, Mưa và Nỗi Nhớ...

Các ca khúc của Đoàn Chuẩn, Văn Cao, Y Vân, Phạm Duy, Trúc Phương... được hát lại trên sân khấu phòng trà. Chủ phòng trà bắt mạch đúng khao khát của khán giả Sài

Gòn lớn tuổi. Họ muốn tạo dựng không khí nghe lại dòng nhạc lãng mạn của một thời. Không hiểu khán giả trong phòng trà có hài lòng với bữa tiệc âm nhạc Đêm Sài Gòn này không. Với tôi, dựng lại một cái gì đã chết không dễ.

Những bài hát cũ thì còn đó như một cái xác nhưng ca sĩ, người thổi hồn vào xác thì dường như chưa hiểu hát ở phòng trà khác với biểu diễn ở sân khấu lớn, ở tụ điểm ngoài trời như thế nào.

Tôi đã muốn bật cười khi có ca sĩ hát nhạc Ngô Thụy Miên đến cuối bài lại hú lên vài tiếng như muốn kích động cho các khán giả đáng tuổi cha chú ngồi dưới hú theo. Các ca sĩ gốc nhạc viện thì thật sự không hợp với không khí phòng trà vì dù giọng hát cực kỳ khỏe như cơ bắp của lực sĩ, họ quá thiên về phô trương kỹ thuật làm hỏng đi chất giọng riêng, điều cốt lõi để gây không khí quyến rũ, mê hoặc của phòng trà.

Và tôi đã hiểu vì sao những lão ông, lão bà như Chế Linh, Tuấn Ngọc, Lệ Thu, Khánh Ly, Lê Uyên, Phương Dung ... dù giọng hát đã “phều phào” (chữ dùng của nhạc sĩ Tuấn Khanh) vẫn còn được người Sài Gòn chừa một chỗ trong trái tim hoài cổ của họ. Bao giờ những phòng trà của Sài Gòn về đêm mới trở lại như thuở ấy?

Đó là thuở mà phòng trà là chốn ma mị làm mê dại lòng người. Đó là nơi ca sĩ không phải hát theo chủ đề. Không phải cứ chủ đề mùa đông thì Thái Thanh, Lệ Thu buộc phải hát một bài nào đó về mùa đông, bởi vì “Đêm Đông” đã dành riêng cho Bạch Yến. Không ca sĩ nào dại dột hát “Dòng Sông Xanh” vì tổ đã giao bài hát ấy cho Thái Thanh và “Thuyền Viễn Xứ” dường như là ngôi đền thiêng mà chỉ có Lệ Thu mới dám đặt chân vào.

Người đến phòng trà vì mê không khí nơi ấy chứ không phải để tìm hiểu xem mùa Thu, mùa xuân... có bao nhiêu bài hát.

Các ca sĩ thời ấy rất kiêu hãnh. Không ai có thể bắt họ phải hát bài hát họ không thích và có khi chủ phòng trà phải chấp nhận việc cả tháng trời họ đến phòng trà chỉ để hát một bài hát. Chấp nhận, bởi vì có cả khối đàn ông chấp nhận đến phòng trà chỉ để ngắm nàng và nghe nàng hát chỉ một bài hát ấy.

Chẳng phải có thời người ta đến phòng trà nghe Bích Chiêu hát “Nỗi Lòng” mãi mà không chán. Khi nàng hát bài hát ấy, các bậc nam nhi trong phòng trà cảm thấy đau đớn, thổn thức như thể chính mình là thủ phạm đã làm trái tim nàng tan nát.

Tất nhiên cũng có Nam ca sĩ làm cho phòng trà đậm chất say đắm như Jo Marcel khi hát “Mộng Dưới Hoa”, “Thôi”, “Thúy Đã Đi Rồi” nhưng dường như Nữ ca sĩ làm chủ không khí phòng trà nhiều hơn, điều dễ hiểu khi thời đó hầu như đàn ông chiếm gần hết không gian phòng trà.

Vậy đó. Phòng trà là một nơi mà ca sĩ và người nghe như được cùng nhau bước vào một không gian mộng ảo, hư hư, thực thực trong âm thanh rã rời của kèn saxo, trong tiếng bập bùng của contrabass.

Mọi người thường phê phán rằng khác với ngày trước, ca sĩ Sài Gòn ngày nay ăn mặc quá hở hang, người đi nghe nhạc thì nhìn thay vì nghe ca sĩ hát. Làm vậy. Ngày xưa ở phòng trà, người ta mê ca sĩ, say đắm ngắm ca sĩ, nghiện không khí huyền hoặc đầy kịch tính của phòng trà hơn ngày nay rất nhiều.

Thuở ấy, các nữ ca sĩ của phòng trà Sài Gòn hầu hết đều mặc áo dài khi đứng trên sân khấu, nhưng dưới ánh đèn mờ ảo, đôi mắt sâu thẳm, vờ vờ buồn của các nàng quá là cuốn hút. Đôi mắt ấy chắc ban ngày cũng bình thường như mắt của vợ mình thôi, nhưng trong bóng tối, chúng được tô đậm ở viền mắt rồi nhạt dần sang màu khói nhang đã làm cho khán giả có cảm giác như đang nhìn ngắm một nỗi niềm u uẩn. Và trái tim đàn ông Sài Gòn ngày ấy vẫn hay bị chấn thương vì một ánh mắt u buồn, hờn trách hơn là vì một thân hình hở hang nóng bỏng.

Nhà thơ Hoàng Trúc Ly cũng là gã si tình chốn phòng trà khi viết: “Từ em tiếng hát lên trời Tay xao dòng tóc, tay vờ âm thanh” Nhà văn Mai Thảo thì hầu như là “con

ma” của “nhà hát” Đêm Màu Hồng khi tối nào cũng xuất hiện ở nơi mà ông chỉ cần nghe mỗi tiếng hát của Thái Thanh.

Và chắc mọi người không quên mối tình si của ký giả Hồng Dương dành cho ca sĩ Lê Thu. Khác với tình yêu của chàng trai mới lớn “Em tôi ưa đứng nhìn trời xanh xanh” (Em Tôi - Lê Trạch Lưu).

Tình yêu của người đàn ông ở phòng trà dành cho ca sĩ là sự si mê như mê thuốc lào “Đã chôn điếu xuống lại đào điếu lên”.

Và họ nghiện cảm giác mê dại ấy dù họ biết quá rõ ban ngày trông nàng xanh xao, rũ rượi, nàng luôn ngủ nướng đến 12 giờ trưa, nàng không hề xách giỏ đi chợ nấu cơm, khi rảnh nàng đánh tứ sắc, xì phé chứ không ủi quần áo cho ta, khi lau hết son phấn nàng chẳng đẹp gì hơn vợ ta....

Nhạc sĩ Trường Sa mô tả hay nhất tình yêu rất lênh đênh dành cho một giọng hát:

“Tình trong con ngủ mê Rồi phai trên hàng mi Chợt khi mình nhớ về Mộng thành mây bay đi Còn gì trên đôi tay Nên thâm hờn dỗi mình Cho tình càng thêm say”.

Phòng trà là như vậy, và chắc còn lâu lắm Sài Gòn bây giờ mới lại có được những phòng trà là nơi mà âm nhạc làm cho người ta “phê” như ngày xưa.

Chỉ 20 năm từ 1955 đến 1975 mà Sài Gòn sôi nổi với báo chí, văn thơ ca nhạc hoà lẫn trong những màn tối sáng của cuộc mưu sinh. Sài Gòn chết đi mới thấy nhớ tiếc.

Sài Gòn Nam bộ với cái lương thiện tượng được pha trộn phong cách Bắc kỳ di cư với nhạc tiền chiến và các nhà văn kiểu Bắc kỳ trong sáng tạo và những nhà thơ, nhà báo nghiện thuốc phiện...

Sài Gòn xô bồ mà vui...

TÔI ĐÃ TỪNG NGU

Trần Bảo Quốc

Không phải cứ kẻ thắng là hùng và người thua là hèn.

Tôi đã từng ngu như thế để phán đoán vội vàng với một nạn nhân của cuộc chiến tranh Việt Nam.

Khi đó tôi vừa đến Mỹ được 1 năm, và tôi quen ông, một Trung tá Việt Nam Cộng Hoà, dù tuổi tác chênh lệch rất xa nhưng chúng tôi nhanh chóng thành đôi bạn. Một ngày kia trong lúc tranh luận thật hăng say, tôi đã từng ngu để nói với ông: “Chóp bu Việt Nam Cộng Hoà là đám hèn nhất, bắt tài và bỏ chạy mất dép vắt dân chúng ở lại chịu khổ.”

Sau khi tôi nói, ông ngồi sững ra nhìn tôi, bất giác một hàng nước mắt lăn khỏi mắt ông và tình bạn giữa chúng tôi chấm dứt.

Tôi lớn lên trong mái trường XHCN cho dù tôi ham học, ham đọc nhưng 90% sách tôi đọc lúc đó là do nhà nước xuất bản. Bất cứ nơi nào cũng chỉ nhìn thấy nói về sự bắt tài và hèn của chóp bu Việt Nam Cộng Hoà mà thôi. Điều đó vô hình chung như một dấu ấn ghi vĩnh viễn trong lòng tôi. Tôi sang Mỹ dấu ấn đó không hề thay đổi, nên tôi từng ngu như thế!

Rồi một ngày kia ngồi trong thư viện bất chợt tôi nhìn thấy quyển hồi ký của ông Henry Kissinger, tôi tò mò đọc và vỡ ra. Tôi đi khắp nơi lục tìm sách để đọc. Tôi tìm hiểu từng trận đánh ác liệt, từng chiến dịch trước 1975 và tôi hiểu. Tôi bị lừa, tôi vô tình bị cộng sản lừa.

Tôi là một thằng ngu mà cứ tưởng mình khôn. Sự thật Việt Nam Cộng Hoà đã chiến đấu hết sức ngoan cường trong một hoàn cảnh hết sức cay đắng nghiệt ngã. Họ đã chiến đấu đến khi chả còn gì để hy vọng.

Henry Kissinger nói: “Tôi vô cùng khâm phục sự kiên nhẫn chịu đựng nhịn nhục của Tổng Thống Nguyễn Văn Thiệu. Ông ấy bất chấp mọi sự từ chối từ phía Mỹ, bất chấp tất cả mọi sự tuyệt vọng, đã kiên trì đến cùng cho việc đòi người Mỹ phải thực hiện giao ước tài chính với quân đội Việt Nam Cộng Hoà. Họ đã chiến đấu dù biết chắc chắn rằng đã không còn gì hết họ vẫn chiến đấu.”

Điều đó được nói bởi kẻ bán đứng Việt Nam Cộng Hoà đó, không phải kẻ bênh vực Việt Nam Cộng Hoà đâu.

Ngược lại Henry Kissinger bày tỏ thái độ hết sức khinh bỉ với các nhà ngoại giao Bắc Việt. Ông cho rằng: “họ đầy thù đoạn bản thủ đáng khinh.”

Rồi tôi tìm hiểu ngân sách của CS và biết chỉ riêng Trung Cộng đã viện trợ cho Bắc Việt hơn 800 tỷ USD. Đó là lý do Trung Cộng hận Việt Cộng tận xương tủy khi bị VC đá đít chạy theo Liên Xô. Ngân sách quân sự của Miền Bắc vượt xa lác so với Miền Nam.

Rồi tôi tìm hiểu kỹ thuật quân sự mới vỡ ra rằng. Quân đội Miền Bắc được trang bị những vũ khí hiện đại bậc nhất và quân đội Miền Nam chỉ có đa phần là vũ khí hạng hai. Ví dụ như xe tăng T-54 là đỉnh của lúc bấy giờ trong khi M41 của Việt Nam Cộng Hoà được xem là tạp nham, Mỹ đóng vội bán rẻ chứ không hề xài.

Vậy mà các bạn biết không trong trận xa chiến gần như là duy nhất và lớn nhất khi tăng chạm tăng tại Hạ Lào dù trong tình thế bất lợi, đơn vị tăng M41 của Việt Nam Cộng Hoà đã đánh thắng đơn vị tăng T-54 của cộng sản, giúp giảm bớt sự thiệt hại cho Việt Nam Cộng Hoà trong chiến dịch này.

Tại Quảng Trị trong trận phục kích M41 Việt Nam Cộng Hoà đã tiêu diệt hoàn toàn đoàn tăng T-54/55 của CSVN.

Tôi từng đọc những bài nghiên cứu về tăng thiết giáp của Lục quân Hoa Kỳ và họ tỏ ra kính phục sự gan dạ và sáng tạo của lính tăng Việt Nam Cộng Hoà dù phải đối đầu kẻ địch mạnh hơn.

Thế đấy, Việt Nam Cộng Hoà có một lớp thối nát thật. Nhưng cơ bản từ Tổng Thống đến quân nhân họ đã cố gắng hết sức rồi. Họ thua do thế cuộc cay đắng.

Hạng Võ thua cuộc mất cả sinh mạng nhưng người đời chưa có ai chê Hạng Võ hèn cả.

Hai Bà Trưng thua trận phải tự sát nhưng Hai Bà là bậc vĩ nhân anh hùng.

Không cứ phải kẻ thắng là hùng và người thua là hèn. Điều ngược lại đã xảy ra trong cuộc chiến nửa thế kỷ trước ở VN.

Vậy mà có thời tôi đã từng ngu như thế!

Trần Bảo Quốc (28/01/2021)

Most ignorance is born when hands, feet or mouth work faster than the brain. (Hầu hết sự ngu dốt được phát sinh khi tay, chân, hay cái miệng hoạt động nhanh hơn não bộ).

Chỉ cần đặt một cái bẫy nhỏ thì sẽ có đám chuột háo hức tranh nhau vào bẫy. Bài viết sẽ được truyền tải rộng rãi trong nước.

ĐÊM SÀI GÒN XƯA...

Tôi chủ nhật, mở chương trình VTV, tình cờ tôi xem được một vài tiết mục trong một chương trình ca nhạc có tên Phòng Trà Đêm Sài Gòn. Tôi ít khi nghe nhạc từ TV nhưng hai chữ “Sài Gòn” được chính thức xuất hiện trên VTV đã gọi cho tôi một chút tò mò.

Chương trình được trực tiếp truyền hình từ một phòng trà nào đó. Khá đông khán giả ngồi nghe nhạc bên ly nước ngọt, tách cà phê. Không khí của phòng trà khá lịch sự, không ồn ào chen chúc như ở các tụ điểm ca nhạc. Phòng trà mang tên Sài Gòn vì ở đây khán giả sẽ được nghe lại dòng nhạc khi thành phố này còn mang tên Sài Gòn.

Tôi vào mạng xem thêm một vài chương trình đã phát sóng trong các chủ nhật trước. Chương trình được biên tập theo những đề tài như: Tình Gắn Xa, Nhớ, Đường Xưa Lối Cũ, Chuyện của Mùa Đông, Mưa và Nỗi Nhớ...

Các ca khúc của Đoàn Chuẩn, Văn Cao, Y Vân, Phạm Duy, Trúc Phương... được hát lại trên sân khấu phòng trà. Chủ phòng trà bắt mạch đúng khao khát của khán giả Sài Gòn lớn tuổi. Họ muốn tạo dựng không khí nghe lại dòng nhạc lãng mạn của một thời.

Không hiểu khán giả trong phòng trà có hài lòng với bữa tiệc âm nhạc Đêm Sài Gòn này không. Với tôi, dựng lại một cái gì đã chết không dễ.

Những bài hát cũ thì còn đó như một cái xác nhưng ca sĩ, người thổi hồn vào xác thì dường như chưa hiểu hát ở phòng trà khác với biểu diễn ở sân khấu lớn, ở tụ điểm ngoài trời như thế nào.

Tôi đã muốn bật cười khi có ca sĩ hát nhạc Ngô Thụy Miên đến cuối bài lại hú lên vài tiếng như muốn kích động cho các khán giả đáng tuổi cha chú ngồi dưới hú theo. Các ca sĩ gốc nhạc viện thì thật sự không hợp với không khí phòng trà vì dù giọng hát cực kỳ khỏe như cơ bắp của lực sĩ, họ quá thiên về phô trương kỹ thuật làm hỏng đi chất giọng riêng, điều cốt lõi để gây không khí quyến rũ, mê hoặc của phòng trà.

Và tôi đã hiểu vì sao những lão ông, lão bà như Chế Linh, Tuấn Ngọc, Lệ Thu, Khánh Ly, Lê Uyên, Phương Dung ... dù giọng hát đã “phều phào” (chữ dùng của nhạc sĩ Tuấn Khanh) vẫn còn được người Sài Gòn chừa một chỗ trong trái tim hoài cổ của họ.

Bao giờ những phòng trà của Sài Gòn về đêm mới trở lại như thuở ấy? Đó là thuở mà phòng trà là chốn ma mị làm mê dại lòng người. Đó là nơi ca sĩ không phải hát theo chủ đề. Không phải cứ chủ đề mùa đông thì Thái Thanh, Lệ Thu buộc phải hát một bài nào đó về mùa đông, bởi vì “Đêm Đông” đã dành riêng cho Bạch Yến. Không ca sĩ nào dại dột hát “Dòng Sông Xanh” vì tổ đã giao bài hát ấy cho Thái Thanh và “Thuyền Viễn Xứ” dường như là ngôi đền thiêng mà chỉ có Lệ Thu mới dám đặt chân vào.

Người đến phòng trà vì mê không khí nơi ấy chứ không phải để tìm hiểu xem mùa Thu, mùa xuân... có bao nhiêu bài hát.

Các ca sĩ thời ấy rất kiêu hãnh. Không ai có thể bắt họ phải hát bài hát họ không thích và có khi chủ phòng trà phải chấp nhận việc cả tháng trời họ đến phòng trà chỉ để hát một bài hát. Chấp nhận, bởi vì có cả khối đàn ông chấp nhận đến phòng trà chỉ để ngắm nàng và nghe nàng hát chỉ một bài hát ấy.

Chẳng phải có thời người ta đến phòng trà nghe Bích Chiêu hát “Nỗi Lòng” mãi mà không chán. Khi nàng hát bài hát ấy, các bậc nam nhi trong phòng trà cảm thấy đau đôn, thổn thức như thể chính mình là thủ phạm đã làm trái tim nàng tan nát.

Tất nhiên cũng có Nam ca sĩ làm cho phòng trà đậm chất say đắm như Jo Marcel khi hát “Mộng Dưới Hoa”, “Thôi”, “Thúy Đã Đi Rồi” nhưng dường như Nữ ca sĩ làm chủ không khí phòng trà nhiều hơn, điều dễ hiểu khi thời đó hầu như đàn ông chiếm gần hết không gian phòng trà.

Vậy đó. Phòng trà là một nơi mà ca sĩ và người nghe như được cùng nhau bước vào một không gian mộng ảo, hư hư, thực thực trong âm thanh rã rời của kèn saxo, trong tiếng bập bùng của contrebass.

Mọi người thường phê phán rằng khác với ngày trước, ca sĩ Sài Gòn ngày nay ăn mặc quá hở hang, người đi nghe nhạc thì nhìn thay vì nghe ca sĩ hát. Làm đấy. Ngày xưa ở phòng trà, người ta mê ca sĩ, say đắm ngắm ca sĩ, nghiện không khí huyền hoặc đầy kịch tính của phòng trà hơn ngày nay rất nhiều.

Thuở ấy, các nữ ca sĩ của phòng trà Sài Gòn hầu hết đều mặc áo dài khi đứng trên sân khấu, nhưng dưới ánh đèn mờ ảo, đôi mắt sâu thẳm, vời vời buồn của các nàng quá là cuốn hút. Đôi mắt ấy chắc ban ngày cũng bình thường như mắt của vợ mình thôi, nhưng trong bóng tối, chúng được tô đậm ở viền mắt rồi nhạt dần sang màu khói nhang đã làm cho khán giả có cảm giác như đang nhìn ngắm một nỗi niềm u uẩn. Và trái tim đàn ông Sài Gòn ngày ấy vẫn hay bị chấn thương vì một ánh mắt u buồn, hờn trách hơn là vì một thân hình hở hang nóng bỏng.

Nhà thơ Hoàng Trúc Ly cũng là gã si tình chốn phòng trà khi viết: “Từ em tiếng hát lên trời Tay xao dòng tóc, tay vời âm thanh” Nhà văn Mai Thảo thì hầu như là “con ma” của “nhà hát” Đêm Màu Hồng khi tới nào cũng xuất hiện ở nơi mà ông chỉ cần nghe mỗi tiếng hát của Thái Thanh.

Và chắc mọi người không quên mối tình si của ký giả Hồng Dương dành cho ca sĩ Lệ

Thu. Khác với tình yêu của chàng trai mới lớn “Em tôi ưa đứng nhìn trời xanh xanh ”(Em Tôi - Lê Trạch Lựu).

Tình yêu của người đàn ông ở phòng trà dành cho ca sĩ là sự si mê như mê thuốc lào “Đã chôn điếu xuống lại đào điếu lên”.

Và họ nghiện cảm giác mê dại ấy dù họ biết quá rõ ban ngày trông nàng xanh xao, rũ rượi, nàng luôn ngủ nướng đến 12 giờ trưa, nàng không hề xách giỏ đi chợ nấu cơm, khi rảnh nàng đánh tứ sắc, xì phé chứ không ủi quần áo cho ta, khi lau hết son phấn nàng chẳng đẹp gì hơn vợ ta....

Nhạc sĩ Trường Sa mô tả hay nhất tình yêu rất lênh đênh dành cho một giọng hát: “Tình trong cơn ngủ mê Rồi phai trên hàng mi Chợ khi mình nhớ về Mộng thành mây bay đi Còn gì trên đôi tay Nên thắm hôn đôi mình Cho tình càng thêm say”.

Phòng trà là như vậy, và chắc còn lâu lắm Sài Gòn bây giờ mới lại có được những phòng trà là nơi mà âm nhạc làm cho người ta “phê” như ngày xưa.

Chỉ 20 năm từ 1955 đến 1975 mà Sài Gòn sôi nổi với báo chí, văn thơ ca nhạc hoà lẫn trong những màn tối sáng của cuộc mưu sinh. Sài Gòn chết đi mới thấy nhớ tiếc. Sài Gòn Nam bộ với cái lương thân tượng được pha trộn phong cách Bắc kỳ di cư với nhạc tiền chiến và các nhà văn kiểu Bắc kỳ trong sáng tạo và những nhà thơ, nhà báo nghiện thuốc phiện...

Sài Gòn xô bồ mà vui...

Nguồn lược trên MXH, quên không ghi tên tác giả ; thật áy náy !

Chúng ta đang sống trong thời kỳ “đồ giả”

Dzung Bui



Nhân loại cách đây khoảng vài triệu năm sống trong Thời Kỳ Đồ Đá (Stone Age). Đánh nhau chỉ ném đá, chắc chỉ bị thương và chết chẳng bao nhiêu. Rồi từ từ tiến lên Thời Đại Đồ Đồng (Bronze Age). Mũi giáo, mũi tên được chế bằng đồng, chắc đánh nhau chết khá nhiều. Rồi bắt đầu văn minh tiến vào Thời Kỳ Đồ Sắt (Iron Age), gươm, đao, cung nỏ đều bằng sắt, đánh nhau chết khá bộn. Rồi càng văn minh hơn nữa chế ra thuốc nổ, bắt đầu có súng, lựu đạn, bom, mìn. Đệ Nhất Thế Chiến chết hơn 10 triệu

người. *Đệ Nhị Thế Chiến* chết khoảng 50 triệu người. Chỉ riêng hai trái bom nguyên tử thả xuống Hiroshima và Nagasaki đã giết khoảng 100,000 người.

Rồi nhân loại càng văn minh hơn nữa tiến vào thời đại điện tử (*Electrical Age*) rồi siêu kỹ thuật (*High Tech*) và trí tuệ nhân tạo (*Artificial Intelligence*) biến con người thành người máy chỉ cần bấm nút và có thể hủy diệt trái đất trong chớp nhoáng. Báo chí Hoa Kỳ cho biết, một binh sĩ ngồi ở căn cứ quân sự ở Tiểu Bang Florida có thể điều khiển máy bay không người lái ở A Phú Hãn, phóng hỏa tiễn giết chết một người đang chạy dưới đất, dù trong đêm tối.

Song song với siêu kỹ thuật và trí tuệ nhân tạo, con người phát triển, đã và đang đi vào một thời kỳ thật kinh hoàng đó là Thời Kỳ Đồ Giả (*Fraud Age*) do cái tâm điên đảo mà ra.

Ngày xưa cả triệu năm và cho tới Thời Cách Mạng Kỹ Nghệ (*Industrial Revolution*) khoảng năm 1820-1840 con người không có gian trá hay ít có gian trá. Hiện nay con người đang ung dung ngụp lặn trong Thời Kỳ Đồ Giả và vui sướng với đồ giả. Cứ thử nhìn vào xã hội mà xem có bao nhiêu thứ đồ giả và bao nhiêu con người gian trá. Xin đơn cử vài thí dụ:

1) Trên thương trường có: Vàng giả, tiền giả, kim cương giả, đồng hồ giả, săng giả, thuốc giả. Giấy da, nệm da tưởng da thật. Khách mua cứ tưởng da thật, vài năm sau trầy xước mới biết đó là da giả làm bằng giấy.

2) Trong học đường, quan trường, xã hội có: Bằng cấp giả dùng để thăng quan tiến chức, lừa bịp bạn bè, đóng tuồng trí thức, vênh vang với đời. Ở hải ngoại này có quá nhiều tiến sĩ (PhD của Mỹ), không biết trong đó có bao nhiêu “tiến sĩ giấy” Thậm chí còn có bác sĩ giả từ Nam Hàn qua mở thẩm mỹ viện giải phẫu khơi khơi ở Hà Nội, làm chết người rồi trốn mất.

3) Trong giao dịch có: Dự án giả, công ty giả, giấy tờ giả mạo để lường gạt, trốn thuế. Một căn nhà có thể bán cho hai người. Mướn xe hơi về làm giấy tờ giả bán cho hai ba người.

4) Hệ thống thông tin, truyền thông, mạng xã hội có: Tin tức giả, tung tin bịa đặt tin để lũng đoạn, triệt hạ hàng ngũ địch, mưu đồ chuyện xấu. Mỗi ngày trên thế giới có cả triệu tin giả lan tràn trên Internet mà giới nghiên cứu Anh Quốc nói rằng nó như những đợt sóng thần đè bẹp cả hệ thống truyền thông chân chính. Tâm lý con người rất lạ. Dù biết đó là tin giả nhưng vẫn thích đọc và lan truyền vì nó hợp với ý thích (khẩu vị) của mình. Hầu hết hình ảnh của các cô gái tung lên Facebook, Youtube, Twitter, Tiktok đều là chỉnh sửa. Gái 30 biến thành 18. Đàn bà 40 biến thành gái trẻ 20. Bà già 50, 60 biến thành gái 30. Tôi vì ngu độn cho nên chẳng hiểu họ tung lên như vậy để làm gì?

5) Giữa quốc gia với quốc gia, con người với con người có: Đạo đức giả. Nói lời cao quý như bình đẳng, tự do, dân chủ nhưng hành động như một đế quốc. Nói lời nhân nghĩa nhưng bên trong hành động xấu xa. Khen nhưng trong bụng chê. Ghét thấu trời nhưng khi kẻ đó chết cũng sùi sụt kiểu “nước mắt cá sấu”, toàn đóng bộ mặt giả nhân giả nghĩa. Báo chí thế giới đưa lên hình ảnh Tổng Thống Obama, bà thủ tướng Bỉ và ông thủ tướng Anh Cameron tham dự tang lễ cựu Tổng Thống Nam Phi Mandela,

chẳng nhỏ lệ xót thương gì hết mà chỉ đùa giỡn, ngồi xúm lại chụp hình selfie. Ba ông bà này đều là các siêu cường cho nên thế giới không dám chỉ trích vì sợ bị đưa vào danh sách đen, cấm vận hay lật đổ.

6) Rồi đời sống hàng ngày có: Giả ăn mày để sống bằng tiền của người bố thí. Ăn mặc giả sư để xin tiền hay lường gạt người nhẹ dạ. Giả cảnh sát để đi ăn cướp, tống tiền. Dưa hình giả, lý lịch giả, tài sản giả lên Facebook, Twitter, Tiktok để lường gạt ái tình. Ở Nhật có một người đàn ông giả vợ yêu và hứa làm đám cưới với tám bà để nhận quà tặng. Người ở trong nước nhưng đóng giả Việt kiều để lường gạt.

7) Rồi trong sân khấu ca hát: Hát nhái bằng cách thu băng trước rồi ra sân khấu nhép miệng. Khán giả tưởng hát thật nhưng là hát giả. Sáng tác nhạc nhưng thật ra là nhạc thuổng từ những bản nhạc cũ mà chỉ sửa đi chút đỉnh. Nhạc bây giờ cả trăm bản gọi là “sáng tác”, nhưng bản nào cũng giống bản nào.

8) 🤔 Trong văn học: Ăn cắp tác phẩm, ăn cắp luận án của người khác rồi đem trình hoặc đem in và nói đó là của mình. Ngày nay ăn cắp sách vở của người khác dễ lắm vì cái gì cũng có trên Internet. Chỉ cần tải xuống máy rồi sửa chữa vài câu đem in là xong, vừa có tiền vừa nổi tiếng là “học giả”.

9) Nhà hàng, quán ăn có: Tưởng là cua nhưng cua giả. Tưởng là thịt nhưng thịt giả. Trông như yến mà thực ra là dao câu, thạch trắng. Nói là vi cá nhưng vi cá giả. Bắp đem rang cháy đen làm cà phê giả. Sầu riêng vỏ xanh mướt nhưng nhờ ngâm thuốc hóa học. Hàng hóa giả mạo, hàng nhái tràn lan trên thị trường. Ai thích đồ rẻ sẽ mua phải đồ giả.

10) Còn trên thân thể đàn bà có bao nhiêu thứ đồ giả? Tóc giả đủ kiểu, xanh đỏ trắng tím vàng, hung hung, nâu, đen, râu ngô đều có. Lông mày cạo đi, xâm trở để có lông mày đẹp nhưng đó là lông mày giả. Mắt chớp chớp trông dễ thương nhưng đó là lông mi giả. Môi cong cong, hay vều lên trông hấp dẫn, gợi dục nhưng đó là môi đã nhờ bác sĩ cắt sửa. Vú bơm lên bằng silicon rồi có xu-chiêng nâng lên trông vô cùng hấp dẫn. Nhưng đó là vú giả. Mông trông cong lên nhưng bên trong mặc quần bó chèn độn lên bằng một lớp cao su. Đó là mông giả. Móng tay, móng chân dài, màu thật đẹp nhưng đó là móng tay giả. Tai, cổ, tay đeo dây nữ trang nhưng đó là nữ trang giả. Lùn thấp nhưng đi giày cao gót lên 10 phân, tưởng là gái “chân dài”. Lấy rồi mới vỡ lẽ ra em lùn quá bèn nạp đơn ly dị. Cậu trai nào muốn biết người yêu cao thật hay cao giả, chỉ cần mời đi tắm biển là biết ngay. Thậm chí một số nam diễn viên sân khấu cũng nhuộm tóc, căng da mặt, sửa mí mắt để làm cho trẻ lại. Một sự trẻ trung giả tạo.

Xin nhớ, già cũng có cái đẹp của già. Cây kiềng càng già càng giá trị. Đồ cổ càng lâu càng giá trị. Nhiều tư tưởng mới ồn ào xuất hiện rồi chết ngóm. Còn tư tưởng cũ cách đây vài ngàn năm vẫn là “Khuôn vàng thước ngọc” cho con người.

Chuyện “gái nhà lành giả” cũng tạo cười đau khóc hận. Gặp một cô mặt mày đẹp dễ là nữ tiếp viên hàng không. Hỏi em yêu ai chưa? Em nói em là con gái nhà lành, chưa yêu ai. Lấy rồi mới vỡ lẽ ra em đã từng là gái gọi. Ra tòa xin ly hôn được không? Trong nước thì tôi không biết. Nhưng luật gia đình của Pháp mô phỏng theo Luật Cổ La Mã quy định rằng: “Trong tình yêu tha hồ lừa dối” (Dans le mariage il trompe qui peut”. Nếu người đó nói mình là đại gia, khi lấy rồi mới vỡ lẽ anh chàng chỉ là gã lêu lổng không nghề nghiệp, thì không thể nạp đơn ly dị. Khi hai người yêu

nhau, người đàn bà cho tình nhân trẻ 50,000 đô-la. Lấy rồi, bắt hòa đòi lại tiền thì không được. Anh chàng Việt kiều hứa với người yêu là cưới anh xong anh sẽ cho em trai của em số tiền lớn để làm ăn. Lấy rồi không có gì hết mới biết mình bị lường gạt. Làm đơn ly hôn với lý do này không được. Gặp người con gái đi guốc cao, tưởng là “chân dài”, về nhà té ra em lùn quá thì không được nạp đơn ly dị với lý do này. Gặp anh chàng hào hoa mang lon đại úy. Lấy rồi mới vỡ lẽ ra anh ta chỉ là trung sĩ, thì không thể nạp đơn xin ly dị. Cho nên muốn lấy ai thì phải “điều tra” cho cẩn kẽ kéo lấy phải đồ giả. Và nhất là chớ tin lời “hứa”. Các cụ ngày xưa nói, “Lấy vợ xem tông (tông tích, lý lịch, nguồn gốc) lấy chồng xem giống.” Cái gì chân thật dù nghèo cũng tốt. Hứa lèo, hứa cho có mạng chắc chắn là đồ giả.

Tôi không hiểu tại sao con người càng văn minh và kỹ thuật càng tiến lên lại càng gian trá và sống vui, ngụy lặn trong gian trá và giả dối? Tất cả những giả dối này không phải do Trời hay Thần Linh xui khiến mà do cái tâm quay đảo, do tham-dục của con người.

Trong Kinh Viên Giác (*), Đức Phật dạy ngài Di Lặc Bồ Tát rằng, “Chúng sinh do gốc tham dục cho nên mới phát huy ra vô minh.” Đức Phật dạy ngài Văn Thù Sư Lợi Bồ Tát rằng, “Tất cả chúng sinh từ trước đến nay theo các món điên đảo cũng như người mê lâm, bốn phương đều quay đổi.”

Thật đúng như vậy. Tất cả chúng ta đều vì vô minh mà tưởng rằng cái Tôi, cái Ngã hay con người này có thật cho nên yêu mến cái tôi. Từ yêu mến cái tôi mà tìm cách phụng sự nó bằng cách đắp lên người, đeo lên mình những gì giả dối để thỏa mãn xác thân và hy vọng được người ta thêm khát, ngưỡng mộ. Cho nên tất cả những ai thấy Cái Tôi không thật hoặc không yêu chuộng thân mình quá đáng thì không bao giờ đắp lên người những đồ giả. Chúng ta thử nhìn xem, các ni cô, các sơ có bao giờ cạo lông mày, đeo lông mi giả, đi giày cao gót, nâng mông, sửa ngực, trát phấn bôi son không?

Xã hội càng văn minh con người càng sống trong ảo tưởng. Ảo tưởng về giá trị, về vẻ đẹp, ảo tưởng về sự sang cả, tâm tiếng và giàu có. Mà muốn có sự sang cả thì phải bồi đắp cho thân hình. Vì mình không có giá trị cho nên phải khoác lên mình giá trị giả tạo. Trí thức chưa đủ cho nên phải dùng bằng cấp giả. Tình yêu chưa có, chưa đủ để người ta tin cho nên phải lường gạt và hứa những hứa cuội. Vì mặc cảm xấu cho nên phải sửa sang sắc đẹp. Tất cả đều sống trong giả dối chỉ vì ảo tưởng về giá trị. Còn tất cả những ai sống bằng đạo đức họ có lường gạt, gian dối người khác không?

Những người sống trong đạo đức không cần phải làm những gì vĩ đại mà chỉ cần “Sống với những gì mình thật có”. Sống với những gì mình thật có chính là đạo đức: Mình nghèo thì cứ nói mình nghèo. Nghèo không phải là cái tội và nghèo không có nghĩa là hèn và chớ làm điều xằng bậy như lường gạt, gian trá. Biết bao nhiêu người lúc nhỏ nghèo sau trở thành tỷ phú. Là con người, điều đáng sợ nhất không phải là nghèo mà là không có nghị lực và trí tuệ.

Mình học không cao hoặc không được học thì cứ nói thật, đừng dùng bằng cấp giả. Cứ kiên trì và từ từ học lên rồi cũng như người ta. Kiến thức, bằng cấp tuy quý nhưng đạo đức lại quý hơn.

Mình xấu thì cứ nhận mình xấu có sao đâu. Nhiều người xấu nhưng tài năng và đức độ rất cao. Tôi đã từng thấy nhiều bà nhiều cô không đẹp lắm nhưng lấy được chồng

rất sang. Hầu hết vợ của các tổng thống, thủ tướng trên thế giới đều là các bà có sắc đẹp trung bình. Vậy xin chớ mặc cảm vì vẻ đẹp của mình. Cụ Mạc Đĩnh Chi là người xấu mà lưu danh thiên cổ. Ông Yến Anh người thấp bé mà thông minh tuyệt đỉnh sau làm tế tướng nước Tề. Biết bao kẻ có khuôn mặt khả ái mà làm điều xằng bậy và cuộc đời ba chìm bảy nổi. Hầu hết những cô gái bán dâm ở khắp mọi nơi trên thế giới đều có khuôn mặt đẹp. Vậy thì để con gái đẹp chớ vội mừng. Để con gái xấu chớ vội buồn.

Giáo sĩ, tu sĩ rao giảng về những gì không thể làm được, không tưởng... cũng là lừa mị, gian dối. Do đó Đức Phật dạy chúng ta phải thực hành Bát Chánh Đạo trong đó có Chánh Ngữ tức nói lời chân thật, nói lời có thể kiểm chứng, không nói lời hoang tưởng. Tất cả các tà giáo đều nói lời hoang đường lừa mị.

Trong rất nhiều pháp hội Đức Phật đều dạy rằng: Tâm chúng sinh vốn hư dối cho nên tất cả những gì đang hiện ra trước mắt đây đều do cái tâm giả dối ấy sinh ra mà chư Tổ gọi là “Nhất thiết duy tâm tạo”. Tâm bất chính cho nên để ra việc làm giả dối. Tâm hư dối cho nên yêu điều giả dối và phở biến những gì giả dối. Tâm chân thật hay chân tâm thì làm và yêu những gì chân thật. Cho nên muốn già từ Thời Kỳ Đồ Giả thì chỉ còn cách tu tâm. Ngoài việc tu tâm thì chẳng có pháp đối trị nào khác.

Thời Kỳ Đồ Giả đang tung hoành và thống trị loài người nhưng loài người lại vui thích với nó. Nếu không chịu tu tâm ngay từ bây giờ, với đà tiến lên như thế này, không biết nhân loại sẽ đi về đâu? Dường như nhân loại đã mất cả phương hướng vì đang chìm đắm trong cơn mê dài. Đó là cơn mê Danh Vọng, Quyền Lực, Tiền Tài, Sắc Đẹp và Lạc Thú.


Thiện Quả Đào Văn Bình (30/10/2023)


(*) Kinh Viên Giác bản dịch của Cụ Thích Huyền Cơ năm 1952.


 **ĂN TRÁI CÂY KHI BỤNG RỘNG** 

Bác sĩ Stephen Mak


Một bài viết rất đáng đọc và suy ngẫm Anh Chị nhé !

 Gần đây, tỷ lệ thành công của tôi trong việc điều trị ung thư là khoảng 80% . Bệnh nhân ung thư lẽ ra không phải chết. Cách điều trị ung thư đã được tìm ra, chỉ là chúng ta có tin hay không. Tôi rất tiếc về việc hàng trăm bệnh nhân ung thư đã chết theo cách chữa trị truyền thống.


 Xin cảm ơn và cầu Thượng Đế gia hộ.

 Tất cả chúng ta cho rằng ăn trái cây chỉ có nghĩa là mua trái cây, cắt ra từng lát và bỏ vào miệng, nhưng không dễ như vậy. Điều quan trọng là phải biết ăn ra sao và khi nào.

Ăn trái cây như thế nào mới đúng ?

 Không ăn trái cây sau bữa ăn.

Nên ăn trái cây khi bụng trống. Nếu ăn theo cách này, trái cây sẽ đóng vai trò quan trọng trong việc tẩy uế cơ thể, cho quý vị năng lực để chữa béo phì và những hoạt động khác.

 Trái cây là thức ăn quan trọng nhất !

♥️ *Thí dụ quý vị ăn hai lát bánh mì, rồi một lát trái cây. Lát trái cây đã sẵn sàng đi thẳng qua bao tử, rồi vào ruột, nhưng bị ngăn cản.*

♥️ *Trong khi đó, toàn thể bữa ăn bị thối rữa, lên men, và biến thành acid. Khi trái cây gặp thức ăn trong bao tử và chất acid tiêu hóa, tất cả thức ăn bắt đầu thối rữa.*

♥️ *Vậy hãy ăn trái cây khi bụng trống, hoặc trước bữa ăn! Quý vị đã nghe nhiều người than rằng - mỗi lần ăn dưa hấu, tôi bị ợ ; khi ăn sầu riêng, tôi bị sinh bụng; khi ăn chuối, tôi cảm thấy muốn đi nhà vệ sinh v.v...*

Thật ra tất cả những điều này sẽ không xảy ra nếu quý vị ăn trái cây khi bụng trống. Trái cây hòa với những thức ăn thối rữa, sẽ tạo nên hơi gas, và làm quý vị bị sinh bụng.

Những việc như tóc bạc, hói đầu, tư tưởng bực bội, và bên dưới mắt bị quầng đen sẽ không xảy ra nếu quý vị ăn trái cây khi bụng trống.

🚫 *Không có chuyện vài thứ trái cây như cam 🍊 và chanh 🍋 có nhiều chất axit, bởi vì tất cả trái cây trở thành chất kiềm 🍌 (alkaline) trong cơ thể, theo bác sĩ Herbert Shelton, người đã nghiên cứu vấn đề này. Nếu quý vị nắm vững việc ăn trái cây đúng cách, quý vị sẽ có được bí mật của sắc đẹp, trường thọ, sức khỏe, năng lực, hạnh phúc và không béo phì.*

👉 *Khi cần uống nước trái cây - hãy uống nước trái cây tươi, không uống từ đồ hộp. Không uống nước trái cây đã nấu ấm. Không ăn trái cây đã nấu chín, bởi vì quý vị sẽ không có những chất dinh dưỡng, mà chỉ thưởng thức hương vị của trái cây. Nấu chín làm mất tất cả sinh tố.*

👉 *Nhưng ăn trái cây vẫn tốt hơn là uống nước trái cây. Nếu quý vị phải uống nước trái cây, hãy uống từng ngụm, từ từ, bởi vì cần để nước trái cây hòa tan với nước bọt trước khi nuốt xuống. (Phép dưỡng sinh Osawa cũng khuyên phải nhai cơm gạo lúc 100 lần trước khi nuốt, để gạo hòa với nước bọt). Quý vị có thể chỉ ăn trái cây trong 3 ngày để thanh lọc cơ thể. Chỉ ăn trái cây và uống nước trái cây trong suốt 3 ngày, và quý vị sẽ ngạc nhiên khi bạn bè cho biết quý vị nhìn thật tươi sáng!*

🍌 *Quả KIWI: Nhỏ mà rất mạnh. Có đủ các sinh tố potassium, magnesium, vitamin E & chất sợi. Lượng sinh tố C gấp 2 lần trái cam.*

🍎 *Táo: Ăn một trái táo mỗi ngày, không cần đến bác sĩ? Dù táo có lượng sinh tố C thấp, nhưng có tính chống oxy hóa & flavonoids để giúp sự hoạt động của sinh tố C, do đó giúp hạ tỷ lệ ung thư ruột già, nhồi máu cơ tim và đứt mạch máu O.*

🍎 *Dâu tây: là loại trái cây bảo vệ. Dâu tây có tính chống axit hóa cao nhất trong số các loại trái cây chính, bảo vệ cơ thể tránh ung thư, chống chất free radicals (gốc tự do) làm nghẽn mạch máu.*

🍊 *Cam: Thuốc tiên. Ăn từ 2 đến 4 trái cam mỗi ngày giúp khỏi bị cảm cúm, hạ thấp cholesterol (mỡ trong máu), tránh và làm tan sạn thận cũng như là hạ thấp tỷ lệ ung thư ruột già.*


🍉 *Dưa hấu: Hạ nhiệt làm đỡ khát. Chứa 92% nước, và nhiều chất glutathione giúp hệ miễn nhiễm. Dưa hấu cũng có nhiều chất lycopene chống ung thư.*

Những chất dinh dưỡng khác trong dưa hấu là sinh tố C & Potassium (Kali).

🍌 *Ôi & 🍌 Đu đủ đặc biệt là Gấc 🍆: hạng nhất về sinh tố C, chứa rất nhiều vitamin C. Ôi có nhiều chất sợi, giúp trị bón. Gấc có nhiều chất beta -carotene tốt cho mắt, ngoài ra Gấc còn là loại quả chứa hàm lượng cực cao Lycopene (cao gấp 70 lần cà chua) có tác dụng chống ung thư cực mạnh.*

🍷 *Uống nước lạnh sau bữa ăn có thể bị ung thư? Chuyện khó tin?? Cho những ai thích uống nước đá lạnh, bài này dành cho quý vị. Uống nước đá lạnh sau bữa ăn*

thật khoái khẩu. Tuy nhiên, nước lạnh sẽ làm đông đặc những chất dầu mỡ mà quý vị vừa ăn xong. Sẽ làm chậm tiêu hóa. Khi chất “bùn quánh” này phản ứng với axit, nó sẽ phân nhỏ và được hấp thụ vào ruột nhanh hơn là thức ăn đặc. Nó sẽ đóng quanh ruột. Chẳng bao lâu, nó sẽ biến thành chất béo và đưa đến ung thư. Tốt nhất là ăn súp nóng hay uống nước ấm sau bữa ăn (Đông y luôn khuyên nên uống nước ấm).

Một điều nghiêm trọng về nhồi máu cơ tim : “thủ tục” nhồi máu cơ tim (Không phải chuyện đùa) Những quý vị nữ nên biết rằng, không phải tất cả những triệu chứng nhồi máu cơ tim đều bắt đầu từ việc tay trái bị đau. Hãy chú ý khi bị đau hàm dữ dội. Có thể quý vị sẽ không bao giờ bị đau ngực khi bị nhồi máu cơ tim. Buồn nôn và toát mồ hôi dữ dội cũng là những triệu chứng thường xảy ra. 60% những người bị nhồi máu cơ tim trong khi ngủ sẽ không thức giấc. Đau hàm có thể khiến quý vị tỉnh dậy khi đang ngủ say. Hãy chú ý và để ý. Càng biết nhiều, chúng ta càng dễ sống sót.

Một bác sĩ chuyên khoa tim cho biết, nếu mọi người nhận được bài viết này gửi tiếp cho 10 người khác, thì ít nhất một mạng người sẽ được cứu sống.

*** Nguồn: Bác sĩ Stephen Mak 