EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

VIETNAMESE EDITION | SỐ 176 | NGÀY 27/10 — 02/11/2023 | *Sự thật & Truyền thống* | WWW.EPOCHTIMESVIET.COM | $2.00

VĂN HÓA — 15

Tại sao Phật Thích Ca tu đắc chính quả vẫn phải chịu quả báo?

ĐỜI SỐNG — 16

Lợi ích đáng kể từ bữa ăn tối trong gia đình

TÂM & THÂN — 29

Sức mạnh chữa lành của giấc ngủ

QUẢNG CÁO - RAO VẶT LÀM ĐẠI LÝ BÁO

XIN LIÊN LẠC

(714) 356-8899

Ký giả Lee Smith: Truyền thông thao túng công chúng về cuộc chiến Israel-Hamas

Samantha Flom và Jan Jekielek

THE EPOCH TIMES

Ký giả và tác giả điều tra Lee Smith.

Việc đưa tin tức không chính xác của giới truyền thông đã khiến sự chia rẽ về cuộc Chiến tranh Israel–Hamas thêm phần trầm trọng, giữa bối cảnh có sự nhầm lẫn về vụ nổ tại một bệnh viện ở thành phố Gaza.

Sau khi các quan chức Hoa Kỳ ủng hộ tuyên bố của Israel rằng họ vô tội trong vụ nổ này, các hãng thông tấn lớn nào đã dựa vào cách giải thích của Hamas về vụ việc này – như New York Times – buộc phải đưa ra những đính chính, cho dù lặng lẽ và miễn cưỡng.

Những ai chờ đợi một lời xin lỗi chân thành có thể sẽ thất vọng, vì theo ký giả và tác giả điều tra Lee Smith, trong nhiều năm qua, giới truyền thông đã đồng lõa với một cỗ máy tuyên truyền có chủ định "làm mất phương hướng và mất tinh thần" của công chúng Mỹ.

Hôm 20/10, ông Smith nói trên chương trình "Những nhà lãnh

Xem tiếp ***trang 24***

TOM BRENNER/AFP VIA GETTY IMAGES

▲ Chủ tịch Hạ viện Mike Johnson tuyên thệ nhậm chức tại Điện Capitol Hoa Kỳ ở Hoa Thịnh Đốn, hôm 25/10/2023.

Dân biểu Mike Johnson đắc cử chủ tịch Hạ viện Hoa Kỳ

Lawrence Wilson

Việc dân biểu Mike Johnson (Cộng Hòa–Louisiana) tuyên thệ nhậm chức chủ tịch đã chấm dứt 22 ngày bế tắc tại Hạ viện Hoa Kỳ

Dân biểu Mike Johnson (Cộng Hòa–Louisiana) đã được bầu làm chủ tịch Hạ viện Hoa Kỳ, tạo thuận lợi cho Hạ viện mở cửa trở lại sau 22 ngày bế tắc.

Ông đã được hội nghị Đảng Cộng Hòa bầu chọn bằng một cuộc bỏ phiếu trong đó mọi thành viên đều đồng thuận – một khoảnh khắc tuyệt vời kết thúc nhiều tuần mâu thuẫn nội bộ đầy biến động chứng kiến sự thăng trầm của ba ứng cử viên chủ tịch Hạ viện khác.

Ông Johnson đã đắc cử ngay trong lần bỏ phiếu đầu tiên hôm 25/10 – một diễn biến đáng hoan nghênh sau khi một ứng cử viên Đảng Cộng Hòa trước đó không giành được chiến thắng trong cuộc bầu cử và hai người khác không nhận được sự ủng hộ để tranh cử vào Hạ viện.

Xem tiếp ***trang 8***

Nổi bật

California lắp đặt camera ghi tốc độ ở sáu thành phố lớn ... Tr. 3

Bắt một người trong cuộc điều tra phòng thí nghiệm sinh học bí mật của Trung Quốc ở California... Tr. 5

Lãnh đạo một tổ chức BLM đứng về phía các tù nhân trong sự kiện ngày 01/06 ... Tr. 9

Bank of America: Các nhà đầu tư bi quan và lo sợ kinh tế rớt mạnh ... Tr. 12

Trung Quốc ghi nhận chưa tới 10 triệu ca sinh vào năm 2022 ... Tr. 22

Các ca 'phổi trắng' ở trẻ em tràn ngập bệnh viện Trung Quốc, nghi ngại về đợt dịch COVID-19 khác ... Tr. 23

QUAN ĐIỂM

David Harsanyi
Cứ việc tùy ý ghét ông Trump, nhưng lệnh bịt miệng vẫn là sai trái ... Tr. 27

Eric Abetz
Đừng rời mắt khỏi Eo biển Đài Loan ... Tr. 28

Trung Cộng cản trở đợt lưu diễn của một công ty biểu diễn nghệ thuật Hoa Kỳ tại Nam Hàn

Eva Fu

Tổng thống Nam Hàn Yoon Sukyeol được bầu lên hồi năm 2022 dựa trên những lời hứa hẹn rằng ông sẽ đưa đất nước này đến gần hơn với Hoa Kỳ và có lập trường cứng rắn hơn đối với Bắc Kinh.

Cam kết đó của ông Yoon hiện đang được thử thách khi một công ty nghệ thuật biểu diễn của Mỹ được thông báo rằng họ không thể biểu diễn ở Nam Hàn do ảnh hưởng từ Trung Cộng.

Ý tưởng trao đổi văn hóa giữa Hoa Kỳ và Nam Hàn là điều mà các quan chức hàng đầu, trong đó có ông Yoon, đã đích thân thúc đẩy nhằm thắt chặt mối bang giao giữa hai quốc gia.

Trong bữa tiệc tối quốc gia tại Tòa Bạch Ốc hồi tháng Tư, ông Yoon thậm chí còn hát bài "American Pie" kinh điển của Mỹ và nói rằng mối bang giao giữa hai nước là "một liên minh về những giá trị."

Xem tiếp ***trang 10***

GWANHAE SEONG

▲ Nhà hát KBS do đài truyền hình nhà nước KBS của Nam Hàn điều hành ở Seoul.

ARIS MESSINIS/AFP VIA GETTY IMAGES

▲ Công dân Hoa Kỳ chờ được sơ tán đến Cyprus từ cảng Haifa, Israel, hôm 16/10/2023.

Hoa Kỳ cảnh báo người Mỹ không nên đến những địa điểm này

Bộ Ngoại giao ban hành các mức khuyến cáo đi lại đối với hơn 200 quốc gia

XEM BÀI VIẾT TR. 4

Những thay đổi quan trọng trong chương trình Medicare năm 2024

George Citroner

Chương trình Medicare năm 2024 có những thay đổi lớn. Từ việc tăng thuế đối với những người có thu nhập cao đến mở rộng các dịch vụ chăm sóc sức khỏe từ xa, người cao niên ở Hoa Kỳ nên chuẩn bị cho những thay đổi về bảo hiểm và chi phí chăm sóc sức khỏe.

Bà Pavani Rangachari – giáo sư quản trị chăm sóc sức khỏe và y tế công cộng, đồng

Xem tiếp ***trang 11***

Châu Âu lảng tránh Diễn đàn Vành đai và Con đường, nhưng Taliban lại tham dự

Alex Wu

Trung Quốc đã tổ chức hội nghị thượng đỉnh Sáng kiến Vành đai và Con đường (BRI) lần thứ ba tại Bắc Kinh trong hai ngày 17 và 18/10.

Năm nay đánh dấu kỷ niệm 10 năm Bắc Kinh khởi động dự án chính sách ngoại giao bề thế của họ nhằm mở rộng ảnh hưởng chính trị trên toàn thế giới – thông qua các khoản đầu tư lớn vào cơ sở hạ tầng ở các quốc gia khác. Tuy nhiên, quy mô của hội nghị

Xem tiếp ***trang 25***

HOME DELIVERY ADDRESS:

POSTMASTER: PLEASE DELIVER PROMPTLY TIME-SENSITIVE NEWS PERIODICALS

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

ĐỪNG CHẬM TRỄ.
HÃY ĐẶT MUA BÁO NGAY HÔM NAY.
TEL: (714) 356-8899

Bộ phim mới của ông Dinesh D'Souza là một hồi chuông cảnh tỉnh

HOA KỲ 6

Ngũ Giác Đài: Trung Quốc sở hữu 500 đầu đạn hạt nhân hoạt động

MỸ - TRUNG 21

Điểm tin tuần qua

"Bà Sidney Powell không phải và chưa bao giờ là luật sư của tôi."

CỰU TỔNG THỐNG DONALD TRUMP, phản ứng trước lời nhận tội của bà Powell trong một vụ án bầu cử ở quận Fulton, Georgia

Chuyến bay của Alaska Airlines phải chuyển hướng vì 'mối đe dọa an ninh nguy cơ cao'

Hôm 22/10, một phi cơ của Alaska Airlines đi đến San Francisco đã hạ cánh đột ngột sau khi một phi công ngoài giờ làm việc được cho là đã cố gắng tắt động cơ của phi cơ này.

Hãng hàng không cho biết, chuyến bay do công ty con trong khu vực của hãng là Horizon Airlines khai thác đã khởi hành từ Everett, tiểu bang Washington, khi phi hành đoàn báo cáo có một "mối đe dọa nguy cơ cao về an ninh liên quan đến một nhân sự được phép ngồi ghế phụ trong khoang lái", buộc phi cơ này phải hạ cánh ở Portland, Oregon.

Hồ sơ cho thấy nghi phạm 44 tuổi đã bị buộc 83 tội cố ý sát nhân, 83 tội liều lĩnh gây nguy hiểm, và một tội gây nguy hiểm cho phi cơ.

"Chúng ta là một quốc gia nghiện nợ nần."

BÀ MAYA MACGUINEAS, chủ tịch Ủy ban Ngân sách Liên bang Có trách nhiệm, nhận xét sau khi báo cáo hàng tháng cuối cùng của Bộ Ngân khố cho tài khóa 2023 cho thấy thâm hụt ngân sách của Hoa Kỳ đã lên tới mức gần 1.7 ngàn tỷ USD.

Israel chuẩn bị đóng cửa Al Jazeera

Israel đang tiến tới quyết định cấm hãng truyền thông Al Jazeera có lập trường ủng hộ Hamas và được Qatar tài trợ vì lo ngại rằng mạng lưới này có liên quan đến việc tuyên truyền chống lại đất nước họ và đang lan truyền luận điệu của các tổ chức khủng bố. Hôm 19/10, chính phủ Israel đã bỏ phiếu thông qua các quy định cho phép nước này tạm thời đóng cửa các hãng truyền thông ngoại quốc trong thời gian khẩn cấp. Lệnh ngừng hoạt động sẽ được ban hành dựa trên việc các hãng đó có tham gia vào các hành động đe dọa an ninh quốc gia hay không. Theo The Times of Israel, Bộ trưởng Truyền thông Shlomo Karhi đã thúc đẩy các quy định này nhằm nỗ lực đóng cửa Al-Jazeera – hãng truyền thông mà ông cáo buộc đã khiến an ninh của Israel gặp nguy hiểm.

الجزيرة.نت

"Vì tiền lệ pháp lý do hành động của Hội đồng này tạo ra, tương lai chúng ta sẽ có thể bị buộc phải tài trợ cho các giáo lý Hồi Giáo cực đoan như luật Sharia."

ÔNG GENTNER DRUMMOND, Tổng Chưởng lý Oklahoma, nói về việc kiện Hội đồng Trường Công lập Trực tuyến Toàn Tiểu bang Oklahoma vì đã chấp thuận trường tôn giáo nhận tài trợ công đầu tiên ở Hoa Kỳ.

Nghiên cứu mới tiết lộ mối liên hệ giữa lối sống một mình và bệnh ung thư

Theo một nghiên cứu gần đây, những người Mỹ sống một mình có thể phải đối mặt với nguy cơ tử vong do ung thư cao hơn, trong đó nam giới, người trưởng thành da trắng không phải gốc Tây Ban Nha, và những người có trình độ học vấn cao sẽ có nguy cơ gặp nguy cơ cao hơn.

Nghiên cứu do Hiệp hội Ung thư Mỹ công bố hôm 19/10 đã phân tích dữ liệu sức khỏe từ gần nửa triệu người Mỹ trưởng thành từ năm 1998 đến 2019, xem xét mối liên hệ giữa tỷ lệ tử vong do ung thư và việc sống một mình. Nghiên cứu phát hiện ra rằng những người trưởng thành sống một mình có nguy cơ tử vong vì ung thư cao gấp 1.32 lần so với những người trưởng thành sống cùng người khác. Nam giới có nguy cơ cao hơn so với phụ nữ.

"Chúng ta phải chống lại trục ma quỷ này – Trung Quốc, Nga, Iran – đây là trường hợp khẩn cấp vì là mối đe dọa trực tiếp đối với Hoa Kỳ."

LÃNH ĐẠO THIỂU SỐ TẠI THƯỢNG VIỆN MITCH MCCONNELL

269,000

NGƯỜI NHẬP CƯ BẤT HỢP PHÁP

Theo Cục Quan thuế và Bảo vệ Biên giới Hoa Kỳ (CBP), vào tháng Chín, có hơn 269,000 người bị bắt trong lúc băng qua biên giới phía Nam trái phép – mức cao kỷ lục trong một tháng.

10

TRIỆU NGƯỜI MỸ

Theo Bộ Y tế và Dịch vụ Nhân sinh Hoa Kỳ, khoảng 3% dân số Hoa Kỳ đã được chích vaccine ngừa COVID-19 loại mới cập nhật của Moderna, Pfizer, hoặc Novavax kể từ khi những loại vaccine này được cấp phép hồi tháng Chín.

40%

Theo một nghiên cứu do tổ chức bất vụ lợi Junior Achievement công bố, cứ 10 thanh thiếu niên thì trong đó có 4 em có xu hướng sử dụng trí tuệ nhân tạo (AI) để hoàn thành bài tập về nhà thay vì tự mình nghiên cứu và trau dồi khả năng Anh ngữ cũng như ngữ pháp.

66,000

NGƯỜI TRÚNG GIẢI

FGA

Theo thống kê của Tổ chức Trách nhiệm Giải trình của Chính phủ, kể từ năm 2019, có hơn 66,000 người vẫn nằm trong danh sách nhận trợ cấp thực phẩm mặc dù tiền trúng xổ số đã khiến họ nằm ngoài tiêu chuẩn nhận trợ cấp.

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

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

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

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

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

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

Để đặt mua báo dài hạn, Quý vị có thể đặt mua online tại: **www.EpochTimesViet.com**, hoặc gọi **714-356-8899**, hoặc dùng **mẫu được in sẵn** trong mỗi số báo. Epoch Times Tiếng Việt sẽ được giao tận nhà mỗi tuần!

Tòa soạn: 10962 Main Street, Suite 101, El Monte, CA 91731-2922
Tel: (714) 356-8899

THE EPOCH TIMES TIENG VIET (USPS 21-800) is published weekly by The Epoch Media Group, 10962 Main Street, El Monte, CA 91731. Periodical postage paid at El Monte, CA and additional mailing offices.

POSTMASTER: Send address changes to The Epoch Media Group, 10962 Main Street, El Monte, CA 91731

PHIÊN BẢN TRỰC TUYẾN CỦA CHÚNG TÔI EpochTimesViet.com

Chính xác & Toàn vẹn

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

SOCIETY OF PROFESSIONAL JOURNALISTS. SND SOCIETY FOR NEWS DESIGN New York Press Association NYPA

HOA KỲ

LOUISIANA STATE POLICE/HANDOUT VIA REUTERS

Hiện tượng "siêu sương mù", vốn trở nên nghiêm trọng hơn do vụ cháy đầm lầy ở Louisiana, đã dẫn đến việc 158 xe hơi va chạm với nhau tại phía Tây New Orleans, khiến bảy người thiệt mạng và ít nhất 25 người bị thương hôm 23/10.

SCOTT OLSON/GETTY IMAGES

"Khi tôi làm Tổng thống, nếu quý vị là người ngoại quốc ở đây... và quý vị có chung tư tưởng với Hamas, thì tôi sẽ hủy chiếu khán của quý vị."

Thống đốc tiểu bang Florida Ron DeSantis

California lắp đặt camera ghi tốc độ ở sáu thành phố lớn

Jill McLaughlin

Các camera giám sát giao thông chẳng bao lâu nữa sẽ có thể ghi phiếu phạt đối với những người lái xe chạy quá tốc độ tại sáu thành bố lớn nhất tiểu bang California, sau khi Thống đốc Gavin Newsom ký thành luật chương trình thí điểm hệ thống [bảo đảm] an toàn tốc độ hôm 13/10.

Dự luật Quốc hội (AB) 645, của Dân biểu Laura Friedman (Dân Chủ–Burbank), cho phép các thành phố Los Angeles, San Jose, Oakland, Glendale, Long Beach, và thành phố kiêm quận San Francisco thành lập một chương trình thí điểm 5 năm để lắp đặt các camera ghi tốc độ tại các địa điểm hay xảy ra tai nạn như hành lang, khu vực trường học, hoặc những nơi khét tiếng là các điểm đua xe trên đường phố.

Nữ Dân biểu California Laura Friedman (Dân Chủ–Glendale), người đề xuất Dự luật Quốc hội (AB) 645.

RICH PEDRONCELLI/AP PHOTO

Chữ ký của ông Newsome đã chính thức khiến California thành tiểu bang thứ 21 cho phép sử dụng camera giao thông để đẩy lùi tình trạng chạy quá tốc độ.

Chương trình thí điểm sẽ bắt đầu sớm nhất vào ngày 01/01/2024 khi luật ban hành có hiệu lực.

Theo ông David Sforza, nhân viên Ủy ban Vận tải Hạ viện, khi áp dụng chương trình, các thành phố được phép vận hành camera trong vòng 5 năm hoặc cho đến ngày 01/01/2032, tùy vào thời hạn nào đến trước.

Theo phân tích lập pháp của dự luật, ngay khi được thi hành, các camera sẽ được đặt tại nhiều vị trí có đặc điểm địa lý và kinh tế xã hội khác nhau. Các thành phố cũng phải lắp đặt các camera tại góc và chỉ sử dụng với mục đích ghi lại hình của những người chạy quá tốc độ mà không được ghi lại hình ảnh của những người điều khiển xe, xe cộ, hoặc những người đi bộ khác.

Ông Sfroza nói với The Epoch Times: Mục đích [của chương trình] là để bảo đảm Cơ quan lập pháp [thu thập] các dữ liệu hữu dụng."

Với chương trình mới này, các thành phố tham gia sẽ được yêu cầu trước tiên phải thông qua chính sách địa phương cho chương trình này và phê chuẩn nghiên cứu về cách mà chương trình sẽ tác động đến người dân, sau đó là một chiến dịch công khai thông tin kéo dài 30 ngày.

Chương trình thí điểm kéo dài 5 năm sẽ áp dụng ở các thành phố Los Angeles, San Jose, Oakland, Glendale, Long Beach, và San Francisco.

Sau khi chương trình đi vào vận hành, chỉ những tài xế bị camera ghi lại khi vượt quá giới hạn tốc độ cho phép trên 10 dặm/giờ (khoảng 16 km/h) mới bị lưu lại hình ảnh. Những người vi phạm lần đầu khi bị phát hiện lái xe vượt quá tốc độ cho phép, từ 11 dặm/giờ (khoảng 17.7 km/h) đến 15 dặm/giờ (khoảng 24 km/h) sẽ bị cảnh cáo.

JOHN FREDRICKS/THE EPOCH TIMES

Xe cộ và người đi bộ di chuyển ở phía tây Los Angeles vào ngày 10/11/2021.

Đối với những người vi phạm lần hai thì phiếu phạt sẽ được gửi qua đường bưu điện.

Tiền phạt ít nhất là 50 USD và có thể lên tới 500 USD cho những lần vi phạm tiếp theo; tuy nhiên tiền phạt có thể được giảm bớt đối với những người vi phạm có thu nhập thấp. Các hình ảnh và hồ sơ phiếu phạt sẽ được giữ bí mật, và các hình ảnh trích xuất không được phép sử dụng để đình chỉ hoặc thu hồi giấy phép lái xe, hoặc cộng điểm [phạt] trong hồ sơ lái xe của người vi phạm.

Phiếu phạt được phát hành trong vòng 15 ngày và bao gồm ảnh chụp biển số xe cùng đuôi xe, vị trí thu hình, và ngày giờ vi phạm, cùng với số tiền phạt. Chủ xe có 30 ngày để yêu cầu xem xét miễn phạt hoặc một phiên điều trần hành chính.

Số tiền thu được từ chương trình sẽ được sử dụng cho đường xá và các chương trình bảo trì của mỗi khu vực pháp lý địa phương hoặc được sử dụng cho các chiến dịch nhằm giảm vi phạm vượt quá tốc độ cho phép.

Bà Friedman cho biết dự luật "tiên phong" này sẽ giúp đường phố trở nên an toàn hơn.

Trong tuyên bố hôm 01/09, khi dự luật đang tiến đến vòng bỏ phiếu cuối cùng tại Thượng viện của tiểu bang, bà cho biết: "Đã từ rất lâu rồi, chúng ta gọi hầu hết những vụ thiệt mạng này là "tai nạn" để che giấu sự thật không mấy dễ chịu: những vụ thiệt mạng này có thể ngăn chặn được."

Dự luật đã được Hạ viện thông qua hôm 31/05 với 58 phiếu thuận trên 7 phiếu chống, cùng 15 người bỏ phiếu trắng, và được Thượng viện thông qua hôm 12/09 với 29 phiếu thuận trên 6 phiếu chống, cùng năm người không bỏ phiếu.

Tuệ Chân lược dịch

ARIS MESSINIS/AFP VIA GETTY IMAGES

Công dân Hoa Kỳ chờ được sơ tán đến Cyprus từ cảng Haifa, Israel, hôm 16/10/2023.

Hoa Kỳ cảnh báo người Mỹ không nên đến những địa điểm này

Jack Phillips

Sau khi chiến tranh bùng nổ giữa Israel và Hamas làm gia tăng căng thẳng trên khắp Trung Đông, Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ đã đưa ra một cảnh báo thận trọng trên toàn thế giới dành cho người Mỹ đi lại ở ngoại quốc.

Cảnh báo này được đưa ra do "căng thẳng gia tăng ở nhiều địa điểm khác nhau trên thế giới, nguy cơ xảy ra các cuộc tấn công khủng bố, biểu tình, hoặc các hành động bạo lực đối với công dân và lợi ích của Hoa Kỳ." Trước bản cập nhật đó, thì bản khuyến cáo thận trọng trên toàn thế giới gần đây nhất đã được gửi đi hồi năm 2022 sau cuộc tấn công hạ sát thủ lĩnh al-Qaeda Ayman al-Zawahiri của Hoa Kỳ.

21
QUỐC GIA
Ít nhất 21 quốc gia trên khắp thế giới có cảnh báo Cấp độ 4.

Bộ Ngoại giao ban hành các mức cảnh báo đi lại đối với hơn 200 quốc gia, với các mức khuyến cáo từ Cấp độ 1 đến Cấp độ 4. Nhìn chung, các quốc gia thuộc cảnh báo Cấp độ 4 có nguy cơ cao về tình trạng bất ổn, khủng bố, hoặc xung đột, có nghĩa là mọi người có thể không nên đến đó, trong khi các quốc gia thuộc cảnh báo Cấp độ 1 có nghĩa là công dân Hoa Kỳ nên thực hiện các biện pháp phòng ngừa thông thường khi đi lại.

Những quốc gia có cảnh báo cấp độ 4

Ít nhất 21 quốc gia trên khắp thế giới có cảnh báo Cấp độ 4 – bao gồm Haiti, Nga, Ukraine, Bắc Hàn, Belarus, Venezuela, Miến Điện (còn được gọi là Myanmar), Iran, Iraq, Afghanistan, Syria, Somalia, Yemen, và Israel, cùng những quốc gia khác. Một số quốc gia Phi Châu cũng nằm trong diện cảnh báo cấp độ 4.

Gần đây, Bộ Ngoại giao ban hành khuyến cáo Cấp độ 4 cho Lebanon, Tây Ngạn và Gaza của Israel vì cuộc xung đột đang diễn ra với Hamas, một nhóm khủng bố được chỉ định. Khuyến cáo này xuất hiện sau khi Hamas tấn công nhiều khu vực ở Israel hồi đầu tháng này, khiến hàng trăm thường dân thiệt mạng và dẫn đến một chiến dịch oanh tạc quy mô lớn của Israel nhắm vào Gaza, khu vực mà Hamas kiểm soát.

Đối với Lebanon, đã có những tin tức về giao tranh và các cuộc không kích xung quanh khu vực biên giới Israel-Lebanon, trong khi nhóm Hezbollah của Lebanon do Iran hậu thuẫn – cũng bị Bộ Ngoại giao xem là một tổ chức khủng bố – đã đưa ra những cảnh báo về việc xung đột đang lan rộng hơn.

Nhiều cảnh báo từ lâu đã được đưa ra cho những công dân đi tới Iran, nơi mà công dân Hoa Kỳ có nguy cơ bị "bắt giữ và giam giữ tùy tiện." Từ lâu Hoa Kỳ cũng đã xếp Iraq vào danh sách Cấp độ 4, cảnh báo rằng có nguy cơ cao xảy ra bắt cóc, khủng bố, và xung đột vũ trang. Cơ quan này cảnh báo rằng khu vực lân cận Syria – quốc gia gần đây đã trải qua cuộc nội chiến kéo dài hàng thập niên – cũng đang nằm trong tình trạng cảnh báo tương tự, với xung đột vũ trang, khủng bố, bắt cóc, bất ổn dân sự, và nguy cơ bị giam giữ bất công là khá lớn.

Trong khi đó, Ukraine và Nga đã bị lôi kéo vào một cuộc xung đột trong gần hai năm. Bộ Ngoại giao Hoa Kỳ nói rằng Ukraine nằm trong danh sách Cấp độ 4 vì cuộc xâm lược của Nga, nhưng cơ quan này nói thêm rằng tình trạng bất ổn dân sự và tội phạm cũng là những yếu tố.

Khuyến cáo dành cho Nga nói rằng việc các quan chức Nga sách nhiễu công dân Hoa Kỳ và việc thực thi pháp luật tùy tiện cũng như cuộc chiến đang diễn ra là những lý do dẫn đến cảnh báo Cấp độ 4. Một khuyến cáo tương tự cũng được đưa ra đối với Belarus, quốc gia có khoảng 10 triệu dân nằm bên cạnh Ukraine và Nga.

Đi lại ở Tây bán cầu

Ở Tây bán cầu, các quan chức Hoa Kỳ nói rằng người Mỹ nên tránh xa Venezuela, một quốc gia từ lâu đã bị đẩy vào cảnh tội phạm, bắt cóc, bất ổn dân sự, và giam giữ tùy tiện bởi các quan chức trung thành với nhà độc tài xã hội chủ nghĩa Nicolás Maduro.

Trong khi đó, năm nay, các quan chức đã đưa ra một số cảnh báo về việc đi tới Haiti, vốn được xem là quốc gia nghèo nhất châu Mỹ, vì tình trạng bắt cóc, tội phạm, bất ổn dân sự, và cơ sở hạ tầng chăm sóc sức khỏe kém, mặc dù Bộ Ngoại giao đã ra lệnh thân nhân của các nhân viên chính phủ Hoa Kỳ phải rời đi. Cảnh báo được đưa ra khi đất nước này thực sự không có chính phủ kể từ vụ ám sát tổng thống hồi năm 2021, dẫn đến hoạt động của băng đảng tội phạm tăng đột biến.

Lưu ý là, các khu vực của Mexico đang nằm trong cảnh báo Cấp độ 4, bao gồm các tiểu bang Sinaloa, Tamaulipas, và Guerrero, phần lớn là do tội phạm và bắt cóc. Trong khi đó, nhiều tiểu bang ở miền bắc Mexico nằm dưới Cấp độ 3, cấp độ này cho thấy người Mỹ nên xem xét lại dự định đi tới đó.

Bộ Ngoại giao lưu ý rằng người Mỹ không nên đến Bắc Hàn – một quốc gia cộng sản bị cô lập và một cách nghiêm túc thì vẫn đang có chiến tranh với Hoa Kỳ. Sự khác biệt Cấp độ 4, theo họ, là do "tiếp tục có nguy cơ nghiêm trọng bị bắt giữ và giam giữ lâu dài đối với công dân Hoa Kỳ," đồng thời nói thêm rằng sổ thông hành Hoa Kỳ không có giá trị ở nước này. Một binh sĩ Hoa Kỳ, anh Travis King, đã bỏ trốn qua biên giới sang Bắc Hàn hồi tháng Bảy, nhưng anh bị đưa trở lại Hoa Kỳ trong những ngày gần đây và hiện phải đối mặt với các cáo buộc.

Cơ quan này khuyến cáo người Mỹ không nên đến Afghanistan vì "xung đột vũ trang, bất ổn dân sự, tội phạm, khủng bố, và bắt cóc," xảy ra hơn hai năm sau khi Taliban tiếp quản đất nước này, khi quân đội Hoa Kỳ rút quân sau cuộc xung đột kéo dài nhiều thập niên theo sau vụ tấn công khủng bố ngày 11/09/2001. Tháng 08/2021, Đại sứ quán Hoa Kỳ tại Kabul đã ngừng hoạt động khi Taliban tiếp quản nhiều vùng ở đất nước này, dẫn đến việc công dân Hoa Kỳ và một số công dân Afghanistan phải vội vàng di tản.

Từ lâu Yemen đã nằm trong danh sách rủi ro Cấp độ 4 của Bộ Ngoại giao, một phần vì cuộc chiến kéo dài nhiều năm cũng như tình trạng mất an ninh lương thực và nguy cơ bệnh dịch tả. Khủng bố, bất ổn dân sự, rủi ro về sức khỏe, các bãi mìn, xung đột vũ trang, và bắt cóc đã được Bộ Ngoại giao viện dẫn trong cảnh báo.

Các quốc gia khác trong danh sách Cấp độ 4 bao gồm Somalia, Mali, Libya, Cộng hòa Trung Phi, Burkina Faso, Sudan, Nam Sudan, và Niger.

Bộ Ngoại giao hiện liệt kê Trung Quốc vào Cấp độ 3, nêu rõ: "Hãy xem xét lại việc đi đến Hoa lục" vì việc các quan chức Đảng Cộng sản Trung Quốc "thực thi luật pháp địa phương một cách tùy tiện, bao gồm cả liên quan đến lệnh cấm xuất cảnh, và nguy cơ bị giam giữ bất hợp pháp."

Cẩm An biên dịch

Bắt một người trong cuộc điều tra phòng thí nghiệm sinh học bí mật của Trung Quốc ở California

Lear Zhou

FRESNO COUNTY PUBLIC HEALTH DEPARTMENT/JUDICIAL WATCH, NATHAN SU/THE EPOCH TIMES, COURTESY OF CITY OF REEDLEY

Ảnh ghép của phòng thí nghiệm sinh học ở Reedley, California.

Ông "Jesse" Chúc Gia Bối (Jia Bei "Jesse" Zhu) bị bắt hôm 19/10 tại California trong bối cảnh cuộc điều tra về một phòng thí nghiệm sinh học chợ đen của Trung Quốc hoạt động tại một nhà kho ở Reedley, cách Fresno khoảng 25 dặm về phía đông nam.

Ông Chúc bị buộc tội sản xuất và phân phối các thiết bị y tế có nhãn hiệu sai và khai man với Cục Quản trị Thực phẩm và Dược phẩm (FDA).

Theo Giám đốc thành phố Reedley Nicole Zieba, vụ bắt giữ này được các đặc vụ FDA thực hiện vào khoảng giữa trưa, chỉ vài giờ sau khi The Epoch Times công bố bài báo kết nối ông Chúc Gia Bối với phòng thí nghiệm sinh học bí mật của Trung Quốc này.

The Epoch Times đã không thể xác nhận nơi ở của ông Chúc trong cuộc điều tra kéo dài hai tháng về phòng thí nghiệm này.

Đơn kiện đệ trình hôm 18/10 cho thấy năm 2021, ông Chúc, 62 tuổi, đến Hoa Kỳ từ Trung Quốc với tên gọi "David" Hà Cường (Qiang "David" He). Ông Chúc nhiều lần tự nhận mình là Hà Cường với các quan chức từ nhiều cơ quan khác nhau và tuyên bố rằng ông có thể lên tiếng thay mặt cho cả Universal Meditech Inc. (UMI) và Prestige Biotech Inc. (PBI).

Ông "Jesse" Chúc Gia Bối (Jia Bei "Jesse" Zhu).
COURTESY OF THE U.S. DEPARTMENT OF JUSTICE

Tuy nhiên, dấu vân tay của ông Hà Cường trùng khớp với dấu vân tay thu được của ông Chúc khi ông Chúc nhập cảnh vào nước này bảy lần từ 2003 đến 2008.

Trong cuộc khám xét hôm 13/09 tại nhà kho Reedley, thuộc sở hữu của PBI, các đặc vụ của FDA đã tìm thấy bản sao bằng lái xe Canada được cấp năm 2014 cho ông "Jia Bei Zhu" (Chúc Gia Bối). Bức ảnh trên giấy phép trùng khớp với người tự nhận mình là "David" Hà Cường trên cảnh quay camera gắn trên người của các đặc vụ chụp trong cuộc kiểm tra hồi tháng 05/2023.

Trong một thông báo, Biện lý Hoa Kỳ Phillip A. Talbert cho biết: "Một phần trong kế hoạch của bị cáo là thay đổi họ tên, tên các công ty của mình, và địa chỉ của các công ty này."

Theo Văn phòng Biện lý Hoa Kỳ cho Địa hạt Phía Đông California, ông Chúc phải đối mặt với mức án tối đa là ba năm tù vì tội ghi sai nhãn hiệu và thêm năm năm nữa vì tội khai man.

Theo các tài liệu của tòa án, từ tháng 12/2020 đến tháng 03/2023, ông Chúc và những người khác bị cáo buộc đã sản xuất, nhập cảng, bán, và phân phối hàng trăm ngàn bộ dụng cụ xét nghiệm COVID-19 và các bộ dụng cụ xét nghiệm khác ở Hoa Kỳ và Trung Quốc. Họ đã làm như vậy thông qua các công ty UMI và PBI mà không có giấy phép hợp pháp.

Theo đơn kiện hình sự, tháng 05/2020, UMI đã nộp đơn xin cấp phép sử dụng khẩn cấp cho một bộ xét nghiệm kháng thể COVID-19 và một bộ xét nghiệm phản ứng chuỗi polymerase COVID-19, nhưng đã rút lại bộ xét nghiệm kháng thể, còn bộ xét nghiệm phản ứng thì đã bị từ chối hồi tháng 10/2020.

Đơn kiện cáo buộc rằng trong quá trình điều tra, ông Chúc đã đưa ra một số tuyên bố sai sự thật với các quan chức FDA, bao gồm cả việc sử dụng tên giả và trình bày gian dối về hoạt động của các công ty.

Đơn kiện viết: "Ông Chúc chịu trách nhiệm về hoạt động của UMI và PBI, và nắm rõ các quy tắc và quy định của FDA đối với các bộ dụng cụ xét nghiệm IVD COVID-19 và các loại bộ dụng cụ xét nghiệm IVD khác."

Ông Chúc đã được nhắc đến 16 lần trong đơn kiện dưới cái tên "Nhân viên UMI thứ Ba". Cựu Tổng giám đốc UMI Karekin Khatchadoorian nói với các đặc vụ FBI trong cuộc phỏng vấn hôm 21/12/2022 rằng mặc dù chức danh của ông Chúc chỉ là "Cố vấn Văn phòng Công nghệ", nhưng ông này đã điều hành hầu hết các hoạt động của công ty.

Cẩm An biên dịch

FULL SERVICES REAL ESTATE
• Orange County • Los Angeles • Riverside
(Over 17 years R.E Professional Investment Consultant)
BUYING OR SELLING A HOME?
Bạn đang có ý định mua hoặc bán nhà?

• Mua Bán Nhà, Chung Cư, Cơ Sở Thương Mại, Vay Mượn Địa Ốc/ Residential, Comermercial Listings, Imcome, Investment Properties, Short Sales, Foreclosures, REO's 1031Exchanges.
• Có nhà mới lên thị trường mỗi ngày.
• Định giá nhà miễn phí.
• List nhà với lệ phí thấp.
• Chương trình mượn nợ không cần Tax Return,
• Chương trình mượn nợ cho người nước ngoài.
• Commercial loan, Business loan, tham khảo hoàn toàn miễn phí.
• LOAN purchase/ Refinance/ Refinance Cash out với lệ phí và phân lời thấp tuỳ theo hoàn cảnh của từng khách hàng.
Liliane Tran
Realtor/ R.E.Consultant
CalDRE#01505609
LilianeTranRealtor@gmail.com
(714) 588 - 9792
9972 Bolsa Ave, Suite 100, Westminster, CA 92683

L.A. BẢO HIỂM
9191 Bolsa Ave, #212, Westminster, CA 92683
(Trong khu chợ Á Đông, đối diện Phước Lộc Thọ)
1. BẢO HIỂM XE
2. BẢO HIỂM NHÀ
3. BẢO HIỂM NHÂN THỌ
4. BẢO HIỂM SỨC KHỎE
5. CÁC LOẠI BOND
GIÁ BẢO HIỂM TIÊU CHUẨN
(A) Cho người làm chủ xe (Nam và Nữ)
• 1 chiều: $295/năm
• 1 chiều rưỡi: $390/năm
(B) Cho người không làm chủ xe
• Nam trên 25 tuổi: $290/năm
• Nam dưới 25 tuổi: $350/năm

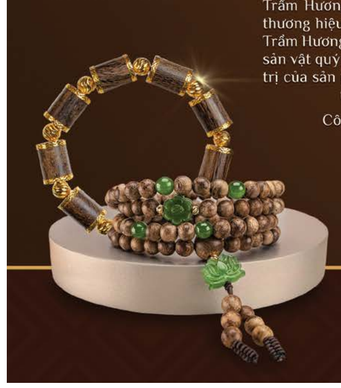
Xin gọi:
JULIE TRƯƠNG
(Insurance Broker)
(714) 373-2437
Giờ làm việc: (6 ngày trong tuần)
Từ 10 giờ sáng đến 7 giờ chiều

THOMAS TRAN, CPA
Certified Public Accountant
· Income Tax · Accounting Services · Consulting

• Khai thuế cá nhân, thuế cơ sở thương mại.
• Giữ sổ sách kế toán.
• Làm lương cho nhân viên (W-2, 1099-NEC)
• Khai thuế Payroll, Sale Tax.
• Tax planning.
• Audit Rep
THÔNG BÁO
ERC REFUND
Văn phòng chúng tôi chuyên giúp các Cơ Sở Thương Mại apply ERTC (Employee Retention Tax Credit).
Nếu công ty quý vị có trả lương W-2 cho nhân viên trong năm 2020 & 2021. Văn phòng chúng tôi sẽ giúp quý vị xin tiền Refund, không cần trả lại, lên đến $26,000 cho mỗi nhân viên.
Vui lòng liên lạc văn phòng để được tư vấn miễn phí.
How much is the Refund or Credit?

PAYROLL / QUARTER 2021	IRS REFUND / CREDIT
PAYROLL $10,000	UP TO $7,000
PAYROLL $30,000	UP TO $21,000
PAYROLL $70,000	UP TO $49,000
PAYROLL $100,000	UP TO $70,000

Office: (714) 462 - 6307
Fax: (800) 418 - 0893
ThomasTranCPA@gmail.com
Địa chỉ: 10282 Westminster Ave, Garden Grove, CA 92843
(Giữa đường Brookhurst và Bowen)

GOLDEN AGARWOOD JEWELRY
TRẦM HƯƠNG NGUYỄN
GIÀU ĐEO VÀNG – SANG ĐEO TRẦM
ĐEO VÒNG TRẦM HƯƠNG – ĐÓN VẠN SỰ
MAY MẮN – TÀI LỘC & SỨC KHỎE
Trầm Hương Nguyễn – Golden Agarwood Jewelry là một trong những thương hiệu đầu tiên của người Việt, tiên phong về lĩnh vực kinh doanh Trầm Hương tại Mỹ. Là tâm huyết của doanh nhân Hương Nguyễn đối với sản vật quý giá của Việt Nam, mong muốn quảng bá, khẳng định đúng giá trị của sản phẩm, công sức của người khai thác Trầm cũng như sự sáng tạo không ngừng nghỉ của các nghệ nhân chế tác.
Công ty Trầm Hương Nguyễn sản xuất Trầm thật 100% không nhuộm màu hay mùi hóa chất.


Đại sứ thương hiệu
Ca sĩ Đan Nguyên
CÔNG TY TRẦM HƯƠNG NGUYỄN
Có hơn 20 đại lý phân phối tại nhiều tiểu bang trên toàn nước Mỹ.
Miễn phí ship trên toàn nước Mỹ & Việt Nam.
Website: tramhuongnguyen.com
Fanpage: Trầm Hương Nguyễn (fb.com/tramhuongnguyenus)
Youtube: Trầm Hương Nguyễn
Store USA: Asian Garden Mall – Phước Lộc Thọ, 9200 Bolsa Ave, Unit #A146, Westminster, CA 92683 | Hotline: 714.588.9989
Store VietNam: 188 Nguyễn Văn Khối, Phường 9, Quận Gò Vấp, Sài Gòn | Phone: 0983 556669 (Thanh Nguyễn)

FIRST EUCLID LAW CENTER
VĂN PHÒNG LUẬT SƯ TÔN CHÍ NGUYỄN

LUẬT SƯ TÔN CHÍ NGUYỄN
PHỤC VỤ CỘNG ĐỒNG TỪ NĂM 1994
CHUYÊN BIỆN HỘ NHỮNG TỘI VỀ HÌNH LUẬT
NẾU BỊ GIAM GIỮ, LUẬT SƯ TÔN CHÍ NGUYỄN SẼ CAN THIỆP ĐỂ ĐƯỢC RA KHỎI TÙ NGAY TỨC KHẮC
HÌNH LUẬT (STATE - TIỂU BANG / FEDERAL - LIÊN BANG) | TAI NẠN XE CỘ, CHÓ CẮN..vv.. | LY DỊ CÓ TRANH CHẤP | PHÁ SẢN (BANKRUPTCY)
WILLS AND TRUSTS
Chúng ta thật "không vui" khi phải làm kế hoạch về chuyện "Qua Đời". Nhưng khi chúng ta không có kế hoạch về việc này, con cháu chúng ta sẽ gặp nhiều phiền phức và rắc rối sau này.
Mọi người đều cần có một kế hoạch
• NẾU BẠN CÓ CON HOẶC KHÔNG CÓ
• NẾU BẠN SỞ HỮU MỘT NGÔI NHÀ, HOẶC THUÊ.
• CHO DÙ BẠN CÓ BAO NHIÊU TIỀN BẠN VẪN CẦN LẬP KẾ HOẠCH.
✓ NGƯỜI GIÁM HỘ CHO CON BẠN
✓ GIẤY ỦY QUYỀN Y TẾ
✓ GIẤY ỦY QUYỀN TÀI CHÍNH
✓ CHỈ THỊ TRƯỚC CHO CHĂM SÓC SỨC KHỎE
LUẬT SƯ - ATTORNEY AT LAW
TÔN CHÍ NGUYỄN
CHUYÊN VỀ HÌNH LUẬT
STATE & FEDERAL
BÀ KELLY ĐÀO PHỤ TÁ LUẬT SƯ - 29 NĂM PHỤC VỤ QUÝ THÂN CHỦ
714-835-3333
Thứ Hai - Thứ Sáu - 9:00 a.m. to 5:00 p.m. Cuối tuần làm hẹn.
4806 W. FIRST STREET - SANTA ANA, CA 92703
(Đi Bolsa, về hướng East, qua khỏi Euclid St., 300 thước, tay phải, building ngay mặt tiền)
Xin đón nghe Talkshow của Luật Sư Tôn thứ Sáu 5:00 p.m. mỗi tuần - 1480AM
LY DỊ
KHÔNG TRANH CHẤP
CÓ GIÁ ĐẶC BIỆT
29 NĂM PHỤC VỤ CỘNG ĐỒNG
Bà Kelly Đào:
714-552-0110
lydikhongtranhchap.com

Bộ phim mới của ông Dinesh D'Souza là một hồi chuông cảnh tỉnh

Steven Kovac

COURTESY OF DINESH D'SOUZA

Một cảnh hư cấu trong bộ phim mới nhất "Police State" (Nhà Nước Cảnh Sát) của ông Dinesh D'Souza, mô tả vụ bắt giữ một tín đồ Cơ Đốc Giáo.

Nhà làm phim theo phái bảo tồn truyền thống Dinesh D'Souza đã sản xuất một bộ phim tài liệu dài mà ông hy vọng sẽ cảnh báo tất cả người Mỹ về mối nguy hiểm đang trỗi của nhà nước cảnh sát Mỹ.

Trong cuộc phỏng vấn qua điện thoại gần đây với The Epoch Times, ông D'Souza nói rằng, ngay cả khi còn là một thiếu niên nhập cư vào Hoa Kỳ, ông "không chỉ say mê với cơ hội kinh tế và sự phát triển đi lên của đất nước này, mà còn với hệ thống của các quyền cá nhân của Mỹ."

"Những quyền này được trân trọng giữ gìn trong Tuyên ngôn Nhân quyền như là những điều bất khả xâm phạm, không thể bàn cãi."

Ông nói: "Điều đáng buồn là hiện nay không có quyền nào trong số những quyền này được an toàn."

Bộ phim có tựa đề "Police State" (Nhà Nước Cảnh Sát) được chiếu tại hàng trăm rạp trên toàn quốc chỉ trong hai ngày, 23 và 25/10. Giá vé khoảng 22 USD.

Các quyền tự do dân sự đang xói mòn

Nhà làm phim Dinesh D'Souza tại buổi ra mắt phim "Death of a Nation" ở Hoa Thịnh Đốn vào ngày 01/08/2018.

SAMIRA BOUAOU/ THE EPOCH TIMES

"Kẻ xấu đang dùng nhiều cái cớ và nhiều lý do khác nhau, nhưng xu hướng đó là rõ rệt. Các quyền tự do của chúng ta đang bị bóp nghẹt từng cái một."

"Tình huống này cũng giống như một đàn gia súc đang gặm cỏ và ngủ gật yên bình trên cánh đồng mà không hề biết đến sự hiện diện của kẻ săn mồi đang ẩn nấp trên cây."

"Nhà Nước Cảnh Sát là một hồi chuông cảnh tỉnh. Đó là nỗ lực nhằm đánh thức nước Mỹ khỏi sự thờ ơ và ngủ quên," ông D'Souza nói.

Bộ phim này ra mắt trên mạng vào ngày 27/10. Sau sự kiện có bán vé này sẽ là phần hỏi đáp với ông D'Souza và những người khác.

Vào một ngày chưa được tiết lộ trong tương lai, khán giả sẽ có thể được xem bộ phim này trên một số dịch vụ phát trực tuyến có tính lệ phí, hoặc có thể xem bằng DVD.

Chế độ độc tài đang hình thành

Ông D'Souza cho biết, "[Bộ phim] của chúng tôi là về một nhà nước cảnh sát đang trong tiến trình được xây dựng. Nó cần cử tri để giúp xây dựng và bảo vệ nhà nước này. Cánh tả và Đảng Dân Chủ ngày nay là các cử tri đó."

"Họ có thể nói rằng họ cam kết thực hiện các quyền như tự do ngôn luận, nhưng điều họ muốn nói là quyền tự do ngôn luận cho họ, chứ không phải cho tất cả mọi người."

"Ngoài mặt thì họ xem những quyền này như một chiến thuật chứ không phải là một cam kết thực sự đối với quyền tự do dân sự. Về nguyên tắc, họ không cam kết cho quyền tự do dân sự. Họ không thích quyền này vì nó làm chậm nghị trình của họ."

Khi được yêu cầu hãy đưa ra định nghĩa cho nhóm từ "nhà nước cảnh sát", ông nói: "Hãy nhìn quanh thế giới này. Hãy xem xét Trung Quốc, Bắc Hàn, Iran, và Liên Xô cũ."

"Họ đều có những điểm chung này; công dân của họ bị giám sát hàng loạt, sự kiểm duyệt có hệ thống, truyền bá chính trị và tư tưởng thay vì nền giáo dục chân chính, đàn áp các đảng đối lập, giam giữ các tù nhân chính trị, và tất cả những nước này đều phá hoại tôn giáo. Họ cũng không bao giờ cho phép mọi người tự do rời đi."

"Tất cả những điều này đặt ra câu hỏi, 'Có phải chúng ta đang tiến tới một nhà nước cảnh sát?'"

"Chắc chắn chúng ta vẫn có những sự tự do cơ bản ở Mỹ, chẳng hạn như tự do đi lại. Tuy nhiên, tôi ước tính rằng trên thang điểm từ 1 đến 10, đất nước chúng ta đang ở mức 6 hoặc 7 trên con đường trở thành một nhà nước cảnh sát."

Ông nói: "Tình hình này nghiêm trọng đến mức chúng tôi có lý do chính đáng để cảm thấy báo động, nhưng chúng tôi vẫn chưa đến mức mất hết hy vọng."

Một lời kêu gọi hãy có dũng khí

Một trong những mục tiêu của bộ phim này là tiếp cận những người tử tế, có thiện chí, những người có thể không nhận thấy điều gì đang xảy ra.

Ông D'Souza nói: "Tôi hy vọng bộ phim sẽ khiến tâm trí họ nảy lên câu hỏi này, 'Quý vị có thực sự muốn mọi việc diễn ra theo cách này không?'"

Ông nói thêm rằng, "Chúng tôi cũng hy vọng bộ phim sẽ tiếp thêm dũng khí cho những người ái quốc đang phản đối nhà nước cảnh sát này một cách yếu ớt, chẳng hạn như các tín đồ Cơ Đốc Giáo, và các lãnh đạo Đảng Cộng Hòa quá nhút nhát và sợ bị tấn công."

"Khi các chính trị gia Đảng Cộng Hòa không hành động, thì thông điệp gửi đến Cánh Tả là 'Chúng ta hãy cứ tiếp tục tấn công mà không bị trừng phạt vì sẽ không có hậu quả nào, không có hình phạt hay cái giá nào phải trả.'"

'Mô hình Trung Quốc'

Khi The Epoch Times hỏi ông tại sao nhiều chính trị gia, ông trùm kinh doanh, và học giả Mỹ lại ngưỡng mộ cái gọi là "Mô hình Trung Quốc", ông D'Souza trả lời: "Họ say sưa với sự kiểm soát tập trung và mức độ hiệu quả cao trong việc thi hành chính sách mà họ thấy ở Đảng Cộng sản Trung Quốc."

"Cái gọi là 'Mô hình Trung Quốc' hoàn toàn trái ngược với Mô hình Mỹ. Chúng ta có sự phân chia quyền lực, đó là sự phân quyền. Chúng ta có sự kiểm tra và cân bằng, có nghĩa là sự giám sát và trách nhiệm giải trình. Hai đặc điểm này của hệ thống Mỹ được tạo ra nhằm bảo vệ quyền tự do."

"Mô hình Trung Quốc là quyền lực tập trung, độc tài."

"Những Tổ phụ Lập quốc của chúng ta đã để lại cho chúng ta một thỏa thuận nhằm phân tán quyền lực. Hệ thống của chúng ta dựa trên nỗi sợ hãi hợp lý mà các phe phái dành cho nhau."

"Điều đó dẫn đến sự tôn trọng lẫn nhau giữa đa số và thiểu số. Mô hình Mỹ không khuyến khích cả hai bên tham gia vào hành vi chuyên chế. Ở đây, các cá nhân có những quyền bất khả xâm phạm mà khối đa số không thể bỏ phiếu để tước bỏ. Các quyền của chúng ta cũng không thể bị tước đoạt."

Cộng tác với ông D'Souza trong bộ phim này là người dẫn chương trình trò chuyện trên đài phát thanh kiêm cựu nhân viên Mật vụ Dan Bongino, cùng sự xuất hiện rất có sức thuyết phục của ký giả điều tra Peter Schweitzer.

Những người được phỏng vấn trong phim là Dân biểu Jim Jordan (Cộng Hòa–Ohio); ông Kash Patel, cựu chánh văn phòng của Bộ trưởng Quốc phòng và cũng là người trung thành với ông Trump, và Thượng nghị sĩ Rand Paul (Cộng Hòa–Kentucky), cùng một số nhân vật khác.

Chủ nghĩa khủng bố nội địa là mối đe dọa lớn nhất của chúng ta sao?

Ông Schweitzer tuyên bố trong đoạn giới thiệu công khai của bộ phim rằng bộ máy an ninh chính phủ từng phải đối mặt với mối đe dọa khủng bố Hồi Giáo giờ đây đang truy lùng chủ nghĩa cực đoan nội địa.

Ông Schweitzer nói: "Bộ máy này thực sự tô vẽ lên bất kỳ ai ở cánh hữu."

Bên cạnh những cuộc phỏng vấn những nhân vật có thật đã bị nhà nước cảnh sát này quấy nhiễu, hầu như bộ phim là sự kịch tính hóa về thái độ và hành động của FBI ngày nay qua phần diễn xuất của các diễn viên chuyên nghiệp.

"Trong phim, lời thoại của các diễn viên đóng vai nhân viên FBI được lấy trực tiếp từ các tuyên bố công khai của FBI, kể cả lời khai trước Quốc hội."

Ông D'Souza nói: "Hành động và phương pháp của các đặc vụ khi đề ra kế hoạch và tiến hành các cuộc đột kích được mô tả trong phim đều dựa trên những thực tế hoàn toàn xác thực."

Vé xem buổi chiếu phim chỉ được cung cấp khi quý vị truy cập trang web PoliceStateFilm.net.

Thanh Nhã biên dịch

GREENBUILD Technologies
MÁY LẠNH – MÁY SƯỞI – HỆ THỐNG ĐIỆN

Biz license # 02900058
Hành nghề 25 năm, Chuyên nghiệp, Tận tâm

Chuyên thiết kế, ráp mới và sửa chữa cho cơ sở thương mại, nhà xưởng, tư gia:
- Hệ thống máy lạnh, máy sưởi (central AC, central heat)
- Hệ thống điện, nước và thông gió...
- Nâng công suất đồng hồ điện, thay mới main panel...

FREE ESTIMATE

1. Máy cũ sử dụng lâu ngày, không an toàn cho sức khỏe
2. Hao tốn năng lượng (tiền điện, gas...)
3. Dễ xảy ra nguy cơ cháy nổ khi xài heater
4. Rất tốn kém vì phải sửa chữa nhiều lần

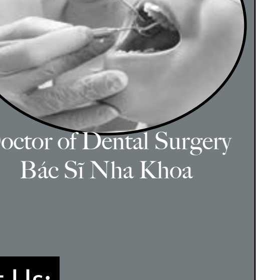
ƯU ĐÃI
- Mua lại máy lạnh, máy sưởi cũ, up to $500, khi khách hàng đổi máy mới*
- Đổi cũ lấy mới*

NHANH TAY NHẬN NGAY ƯU ĐÃI
(Số lượng có hạn)

Gọi cho **John Le**:
714.234.4605
*Xin gọi ngay để biết thêm chi tiết

Newton Bui, D.D.S. & Associates
14331 Euclid St, Ste 101, Garden Grove, CA 92843

Dịch Vụ / Our Services:
- **Nha Khoa Gia Đình/ Family Dentistry.**
- **Cấy Răng & Thẩm Mỹ/ Implant & Cosmetic**
- **Làm Răng Giả, Lấy Gân Máu, Giải Phẫu.**
- **Chữa Trị Nướu Răng.**
- **Trám Răng.**



Doctor of Dental Surgery
Bác Sĩ Nha Khoa

Giờ làm việc :
Thứ 2,3,5,6 : 10 am - 6 pm
Thứ 7 : 9 am - 1 pm
Thứ 4 : Nghỉ

Về Chúng Tôi/ About Us:
- Tốt nghiệp Doctor of Dental Surgery tại University of California, San Francisco.
- Tốt nghiệp Bachelor of Science tại University of California, Irvine.
- Hội viên của Orange, California và American Dental Association.

(714) 554 - 4413

Rao vặt · Classifieds

GIÁ RAO VẶT: Size thường (tối đa 30 chữ). Mỗi tháng (4 tuần): $25. Cứ thêm 1 tuần lễ thì tính: $7 ; Double Size (tối đa 60 chữ). Mỗi tháng (4 tuần): $40. Cứ thêm 1 tuần lễ thì tính: $10
Quý vị có nhu cầu đăng Rao vặt, vui lòng liên lạc: Tel: (714) 356-8899. Trang Rao vặt trực tuyến của Epoch Times Tiếng Việt: https://RaoVat.EpochTimesViet.com

VIỆC LÀM

CẦN THỢ TÓC AND NAIL
Làm ở West Los Angeles, kinh nghiệm. Cindy cell (408) 807-7030; Tiệm (310) 397-0339

CẦN THỢ NAILS
Tiệm Nails ở vùng Chino cần thợ có kinh nghiệm làm Bột + Dipping + Gel và CTN, có bao lương. L/L: Tâm 714-757-6299

VIỆC LÀM PART-TIME LƯƠNG CAO
Cách vùng phía tây của Pasadena chỉ 10 phút lái xe. Một nam chuyên viên đã nghỉ hưu cần người giúp tập trị liệu (kéo duỗi chân) và xoa bóp nhẹ. Lương cao, giờ làm việc linh hoạt, không bắt buộc phải có kinh nghiệm. Biết tiếng Anh căn bản. Xin L/L: 626-625-8105 (tiếng Anh)

STANLEY HEALTHCARE CENTER
Trung tâm chăm sóc sức khỏe Stanley đang tìm kiếm các trợ lý y tá được chứng nhận và y tá dạy nghề được cấp phép tham gia nhóm của chúng tôi. Apply today! 14102 Springdale St, Westminster, CA 92683. Gọi (714) 893-0026

TUYỂN DỤNG
Việc làm Full time/Part time, vẽ 2D/3D hoặc Goggle Sketchup, tuyển dụng ngay. Gởi Resume vô email : Seeking.job188@gmail.com, hoặc Officespace363@gmail.com - Cơ hội Việc làm Bình đẳng.

Your Classifieds

BẢO HIỂM

CHUYÊN BẢO HIỂM CHO:
Xe – Nhà – Đầu tư – Cơ sở thương mại – Nhân thọ. Chúng tôi tư vấn miễn phí và giải đáp mọi thắc mắc của quý vị.
• VAN GORDON (License #0K45003) 8927 Westminster Ave, Garden Grove, CA 92844 • L/L: (714) 903-5555 www.farmersagent.com/vgordon

DỊCH VỤ:
• Giúp ghi danh chương trình Medicare A & B, Part C, Part D. Giúp giảm tiền trả part D
• Giúp ghi danh Corved CA và Obama Care • Bán bảo hiểm nhân thọ • Bán bảo hiểm: Xe, nhà ở, nhà cho thuê, cơ sở thương mại, nhà hàng,...và Umbrella • Khai thuế cá nhân và small business. Lấy thuế tối đa và hợp pháp
• Giúp giảm tiền phạt thuế Obama Care
• FREE efile và direct deposit
THAM KHẢO MIỄN PHÍ.
LUCKY STARS FINANCIAL
12666 Brookhurst St, #230 Garden Grove, CA 92840. L/L: (714) 699-9289

BẢO HIỂM SỨC KHỎE. Ghi danh miễn phí: Medicare Advantage (HMO + PPO), Bảo hiểm Bổ sung Medicare Supplement & Part D - Nhiều lựa chọn. Có chương trình giúp $125 share of cost Part B. Có chương trình cho Medi-Medi tiếp tục đi tự do. L/L: Stephanie Nguyen (714) 914-2065. Insurance Lic. 0I56175 - VP: 9550 Bolsa Ave #204, Westminster, CA 92683

BẢO HIỂM SỨC KHỎE. Ghi danh miễn phí: Obamacare - Bảo hiểm giá rẻ của Covered California. Blue Shield, Blue Cross, Kaiser, Health Net, Oscar, Molina. Giúp tìm bác sĩ gia đình, chọn tổ hợp y tế. L/L: Stephanie Nguyen: (714) 914-2065 Insurance Lic. 0I56175 - VP: 9550 Bolsa Ave # 204, Westminster, CA 92683

LÀM ĐẸP (SPA)

EYELASHES - EYE BROWN
Chỉ cần $50 sẽ có đôi mi Volume hoặc katun đẹp. long lanh tự nhiên.
• $50 cho nối mi
• $175 phun xăm chân mày
Gọi: 714-391-5297 Nina
Nếu chưa kịp nghe phone để lại message

CỬA, MÁI, KIẾNG

GLASS & MIRROR
Chuyên cắt kiếng và lắp kiếng các loại cửa sổ, cửa ra vào khung nhôm, bồn tắm... cho nhà ở, và commercial. Bảo đảm uy tín. Giá cả phải chăng. L/L: Quốc 714-724-4063

GARAGE DOOR
Chuyên bán, sửa chữa, lắp ráp các loại cửa, cửa Garage. Bảo đảm, uy tín, tận tâm. Có license and bonded.
L/L: 714-251-6558 / 714-804-3700

DISCOUNT ROOFING & SOLAR
Chuyên các loại mái nhà và hệ thống Solar, được khấu trừ thuế 30%, và nâng cấp đồng hồ điện, gắn hệ thống sạc pin cho xe điện, Financing available.
**Giá phải chăng, uy tín, chất lượng.
*L/L: 714-880-2620
(LIC1079621/C39/BOND/INSURED)

SANG NHƯỢNG

CẦN SANG TIỆM BÁNH MÌ
ở thành phố Houston, TX
Tiệm mở cửa 6 ngày, Income trung bình 35k / tháng. Giá bán: $285k
Trong vòng 2 năm lấy vốn lại. Chủ tiệm sẽ dạy nghề lại từ A đến Z.
L/L: Daniel 832-367-4644
Để lại message nếu không kịp bắt máy.

ĐỊA ỐC

REAL ESTATE & ASSOCIATES
Mua bán bất động sản - Trên 40 năm kinh nghiệm địa ốc-Listing. Đại diện list Property của Quý vị với Commission thấp-Purchase. Phân tích tình trạng xấu ngôi nhà Quý vị muốn mua. TẬN TÂM, UY TÍN, CẨN MẬT, bảo vệ quyền lợi tốt nhất cho Quý vị-FRED REGIUS Broker/ Owner.
Please call: Fred:714-469-7140 (ENG)
Lisa:714-363-1539 (VIET)

MUA BÁN NHÀ
CONDO-TOWNHOUSE-APARTMENT
Không cần chứng minh income
L/L: MINH 714-660-8999

HPT REALTY & FINANCE
Cần tìm chỗ ở lý tưởng, cần bán nhà, tham khảo đầu tư địa ốc. L/L: Đỗ Bích Ngọc, Realtor 01945423, (562) 237-0358, bichngoc.realestate@gmail.com
Tín nhiệm & thành tâm.

NHÀ BÁN
ở Westminster và Garden Grove
1 . Nhà Garden Grove (Chapman + Euclic). Giá bán: $825,000. 3 pn, 2 pt, 2 car garage, rộng 1339 sf, đất 7,204sf.
2. Nhà Westminster (Westminster + Golden West). Giá bán: $899,000. 4 pn, 2 pt, 2 car garage, rộng 1502 sf, đất 7,776sf.
Vui lòng gọi: TUAN NGO (714) 759 - 6699

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

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

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

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

CHUYÊN VIÊN MUA BÁN NHÀ CỬA,
thương mại, lập hồ sơ vay nợ mua nhà, tái tài trợ nợ nhà. Thành thật, uy tín.
L/L: Tony Tran, Lic. #01372778, MNCS #211253, (714) 757-1919,
trantony5218@gmail.com

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

FOR SALE Rental Property
3 units in LA, 2 buildings total 3,260sf. Rental space. Lot size 7,320 sf. The 2 front units 2 beds/1bath each and the back unit 3beds/2baths. No HOA. Long term tenants, gross income $46,000/year. Price $799,900.
L/L: Liliane Tran (714) 588-9792

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

COMMERCIAL BUILDING FOR SALE
Ngay trung tâm DOWNTOWN. MIXUSE Retail/ Office rộng 13,472 square footage, rất nhiều parking, đang cho mướn dài hạn. Ground floor đang cho mướn JEWELER Retailer and WESTERN APPAREL Retailer, Income $8500 a month and upstairs đang có contract ký 10 year, $12,000 a month, hoặc là người chủ có thể ở .
• Địa chỉ: 10914 Main Street, El Monte, CA in Western San Gabriel Valley.
• Giá bán: $ 3,650.000
$271/ per square foot.
GỌI: 714-363-1539 Lisa
để biết thêm chi tiết.

REALTOR & LOAN OFFICER STEVE LEDUC,
Lic. #02018518
Chuyên hỗ trợ mua bán nhà, làm loan.
Tận tâm, uy tín & nhanh chóng.
L/L: 714-884-8566
Email: stevelhpt@gmail.com

NHÀ BÁN IN TUSTIN RANCH
Single Family Home
Nhà đẹp khu sang trọng, có cổng an toàn, trên đồi cao, rất mát mẻ. 3 beds, 2 ½ baths. 1510 sqft .
• Địa chỉ: 10249 Ferrey Dr, Tustin, CA 92783 • Giá bán: $1,200,000
L/L: (949) 231-7085 Van Gordon

CẦN BÁN TIỆM NAILS
Tiệm Nails vùng Silver Lake khách sang tip nhiều cách Rosemead 15 phút lái xe tiền Rent rẻ. Tiệm đẹp vào làm ngay xin liên lạc 323-457-0020

BÁN CONDO, 4PN, 3 PT, 1,525 SQFT. GIÁ $705,000
Add: 2142 W York Cir, Anaheim, CA 92804.
Liên lạc xem nhà: (714) 376-2770
Thu Nguyen DRE#02082990

ANA REAL ESTATE
10900 Westminster Ave #10
Garden Grove, CA 92843
Broker An Nguyen, DRE #00847066
(714) 636-2299 / (714) 260-5884

1. Mời quý đồng hương có bằng địa ốc của tiểu bang California về cộng tác với Ana Real Estate. Làm việc toàn thời gian, bán thời gian vẫn có lợi tức, có thể đầu tư sinh lợi cho chính mình, cho gia đình mình. Chuyên viên địa ốc mới vào nghề sẽ được luật sư địa ốc huấn luyện một cách tỉ mỉ và những chuyên viên địa ốc có kinh nghiệm hướng dẫn để trở thành chuyên viên chuyên nghiệp. Những lớp học hoàn toàn miễn phí. Gọi broker An Nguyễn 714-260-5884. DRE#00847066.

2. Bán sách bút ký chiến trường Chinh Chiến Điêu Linh, người thật việc thật, những chiến tích lẫy lừng của chiến sĩ QLVNCH vẫn còn trong trái tim của những người thương lính, yêu lính. Sách Hoa Cỏ Bên Đường, những bài phỏng vấn với những vị lãnh đạo tinh thần: Đại Lão Hòa Thượng Thích Tâm Châu, Giám Mục Chủ Tịch Hội Đồng Giám Mục Hoa Kỳ, những chuyến đi làm từ thiện ở Á Châu, Bắc Âu, Trung Mỹ, v.v. và 22 ngòi bút nổi tiếng viết cảm nghĩ về Hoa Cỏ Bên Đường.

3. Bán cơ sở thương mại, Garden Grove, $1,600,000. 3,200sf. Lot 11,000sf. Khu đông khách hàng, nhiều chỗ đậu xe, gần freeway 22.

4. Bán 4 units Stanton, $1,500,000. 3,600sf, 1 tầng. Rộng 7,612sf. 1unit: 2br/1ba/ 4 chỗ đậu xe. Có sẵn tenants. Hàng xóm tốt. Gần chợ, chùa, nhà thờ, trường học, xa lộ. Đang cho thuê giá rẻ. Thu nhập $83,100/năm.

5. Bán 4 units Garden Grove, $1,700,000. 4,463SF/ 6,970SF. 9br/8ba. 2 tầng. Hàng xóm tốt, trường học tốt. Thu nhập: $90,600/năm. Garage/2 xe/ 1unit. Giá thuê rẻ hơn so với thị trường.

6. Nhà bán Beverly Hills, $3,200,000. 2,550sf, đất rộng 6,365sf. 5br/3ba. Garage 2 xe. Khu tốt, trường học tốt, gần chợ, khu mua sắm.

7. Bán nhà hàng Garden Grove, $165,000. 1,000sf, 40 chỗ ngồi. Tiền mướn $2,400/ tháng. Có license rượu, bia. Có máy lạnh, hệ thống chữa lửa, máy hút, máy nước nóng. Đông khách, đang có lời.

8. Tiệm bán cá kiểng Garden Grove, $119,000. Bán các loại cá kiểng, hồ kiếng, thức ăn cá, vật trang trí, đông khách. Đang có lời. Tiền mướn phố rẻ, lợi tức $12,000-$15,000/ tháng. Mở cửa 1 tuần 7 ngày, đông khách hàng.

9. Tiệm giặt ủi Huntington Beach, $299,999. 3,800sf. Thành lập 15 năm. Địa điểm tốt trong khu mua sắm đông đúc. Tiền thuê $4,400. Để lại các thiết bị.

10. Bán đất Moreno Valley, $270,000, 19.78 AC. Khu đang phát triển, cơ hội tốt đầu tư xây nhà tương lai hoặc làm nông trại. Đất Bakersfield, Kern County, $180,000. 2.49AC. Đất Apple Valley, $119,900. 0.524 AC. Địa thế tốt, sẵn sàng xây nhà, appartments, chung cư.

11. Bán tiệm Donut Huntington Beach, $120,000. 1,550sf. Nhiều chỗ đậu xe. Bếp lớn, khu vực ngồi ăn rộng rãi. Mở cửa mỗi ngày từ 4.30am đến nửa đêm. 3 thợ. Lợi tức nuôi sống 1 gia đình.

12. Bán tiệm Nail, Santa Ana, $95,000. 8 bàn, 8 ghế spa mới, 2 phòng wax, nhiều chỗ đậu xe. 1,600sf. Tiền thuê $7,282/ tháng. Khu thương mại đông khách, nhiều chỗ đậu xe.

13. Tiệm nails, tóc, facial, Lake Forest, $85,000, 1,300SF. 10 stations, 3 spa chairs, 4 nail tables. 3 thợ tóc, 3 thợ nails, 1 thợ facial. Rent: $3,500 (Lease option 10 years). Thu nhập $10,000/tháng. Tiệm nail North Hollywood, $59,000. Khu tốt. Giá rẻ.

14. Tiệm tóc, Covina, $59,500, 1,350sf. 9 stations. Thành lập 25 năm. Tiền thuê $2,980/tháng. Thu nhập 5 tháng đầu năm 2023 trên $60,000.

15. Muốn mua bán nhà, apartment, shopping centers, cho mướn nhà, sang tên nhà cho người thân hay cho con của mình, xin gọi Broker An Nguyễn, 714-636-2299/ 714-260-5884.

BÁN TRANG TRẠI
Ở đảo Big Island, gần Hilo (Hawaii). Gồm có : đất rộng 24.5 Acres, 1 Warehouse khoảng 4000 sf. Nhiều máy móc : 7 chiếc máy cày từ 45 HP đến 200 HP - 7 chiếc máy cày tay dùng để lên giống - 3 máy cắt cỏ - 2 máy xới đất và kéo giống - 3 giàn cày – 2 máy rửa dây chuyền – 3 máy xịt thuốc. Thuế đất là $3,590/năm. Đang trồng nghệ, gừng và khoai lang tím Okinawa. Trên đất nhà có trồng nhiều loại cây ăn trái. Phần đất canh tác đang có thuê thêm 2 lô đất (một miếng 30 Acres và một miếng 20 Acres) có thể ký HĐ dài hạn. Không người trông coi, cần bán gấp, vừa bán vừa tặng. L/L: Lisa 714-363-1539.

XÂY, SỬA NHÀ

NHẬN LÀM NEW AND REMODEL
kitchen, Add phòng, Window and Patio. Door, Shower Door, lót sàn gỗ, lót gạch, sơn nhà trong ngoài.
Mọi chi tiết L/L: VŨ NGUYỄN 714-705-9311

PHÚC CONSTRUCTION
• Nhận remodel restroom, tile, vinyl, điện, nước. Sơn trong ngoài • Làm vách ngăn phòng • Chuyên Roofing – Clean Tile Roof • Nhận làm cỏ giả.
Trách nhiệm, Tận tâm, Uy tín.
L/L: 909-360-9474 / 714-360-4270

HÙNG CONSTRUCTION
• Chuyên lót gạch, gỗ
• Remodel nhà tắm, nhà bếp, phòng khách
• Sơn trong ngoài
Đẹp, uy tín. L/L: 714-553-3584

MINH MẬP CHUYÊN TRỊ
• Sơn nhà, mobile home, business commercial • Removal popcorn tex, repair stucco • Patio, deck, bacony, fence • Thay gỗ mục fascia board, rafter • Door, closet, general install repair.
K/đ miễn nhận thù lao
L/L: 714-417-8503

LANDSCAPING
• Chuyên đổ xi-măng • Đốn cây, đổ rác
• Xây tường rào (Gỗ, nhựa, sắt) • Làm Patio
• Làm landscaping • Điện, nước, sơn
• Sửa nhà cửa Gọi: HIỀN 714-224-8935

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

NAM LANDSCAPING & CONSTRUCTION STATE LIC: B&C.27#880816
Bond & Workercom.Ins.
Landscape services: Lót gạch; Trồng cỏ; Xây bồn hoa. Làm mới và sửa chữa hệ thống tưới nước (sprinklers).
Không nhận tiền cọc, làm xong mới lấy tiền.
Gọi: 714-300-8484 Nam

BROTHER CONSTRUCTIONS
License# 980728
Xây nhà, xây ADU, room addition, covert garage thành ADU. Sửa nhà, business, electrical, plumbing, gas, thêm ổ điện, công tắc đèn, recess light. Sửa ống nước, bồn cầu, bồn tắm, faucet, sink, bình nước nóng, thông cống. EV ELECTRIC, TESLA.
Bảo đảm, uy tín. L/L: 714-878-3985 (Hùng) 915-274-8760 (Hải)

THAY, SỬA MÁI NHÀ
Sửa mái dột, leaking. Thay Tile, Shingles Roof. Sơn sửa nhà. Thay cửa sổ, cửa kính, phòng tắm, bếp, Garage, Gas, Điện, Nước Làm bản vẽ nhà, xây ADU, Patio, Epoxy Remodel. Lắp ráp Solar, EV charging; xây thành, xây lắp hồ bơi, đổ Cement, lót gạch. Chặt cây, landscaping,...
Làm xong mới lấy tiền. GỌI: 714-858-5525

ĐA TÀI CONSTRUCTION HANDYMAN Lic. 184484
PROFESSIONAL SERVICES 30yrs.
Đáp ứng mọi nhu cầu xây sửa trong NHÀ và MOBILEHOME. Điện-Gas-Nước-Roof-Window. Phòng tắm-Nhà bếp-Lót Vinyl-Sơn. Bảo Đảm-Uy Tín-Nhanh Chóng.
L/L: Lôi Huynh 714-823-6939
909-990-9879

CORNERSTONE
- Công ty chúng tôi chuyên các loại mái nhà và hệ thống solar, được khấu trừ thuế 30%, và có cho mượn loan.
- Chúng tôi cũng có license để xây ADU, nhà mới, làm landscape, đổ xi-măng, làm cỏ giả, làm hệ thống điện cho toàn bộ nhà, lót gạch, sơn trong ngoài nhà, làm stucco.
** Giá phải chăng, uy tín, chất lượng.
*L/L: DAVID TRAN 714-206-4320
(LIC: 1092069/C39, BOND/INSURED)

HANDYMAN
• Chuyên sơn, thay mới Cabinet. Treo TV lên tường • Remodel Nhà tắm, Bếp, Lót gạch, Lót vinyl, Laminate • Thay các loại cửa, sơn trong ngoài nhà, Patio sửa đóng mới, Gas, Điện nước. Đẹp, Đúng, Chất lượng. L/L: HÙNG 714-786-9705

NHÀ CHO THUÊ

MOBILE HOME FOR SALE
7850 Slater Huntington Beach, gần biển Huntington. Khu yên tĩnh, family park, 2PN/ 2PT, có vườn cây nhỏ. Tiền đất $1,400/ tháng. Giá $155,000. Cash Only. Cần income $4,500-$5,000.
Gọi 714-705-9452

COMMECIAL BUILDING IN GARDEN GROVE
Across from Walmart, has 2 suites for rent. Small suite 440 sq ft, rent $850/month. Large suite 880 sq ft $1,700/month.
L/L: 714-588-9792 / Liliane Tran

WEST COVINA
3 pn/ 2 pn, 1.5 pt, 2 tầng, 2 nhà để xe. Bao gồm nước, rác, điều hòa, máy sưởi, nhà mới được tân trang lại.
Gọi 626-482-5382

ẨM THỰC

NHÀ HÀNG LỤC ĐỈNH KÝ 1
Kính mời quý khách! Cảm ơn quý đồng hương gần xa đã luôn ủng hộ và ghé thăm trong suốt thời gian qua.
• MIỄN PHÍ nước mát cho mỗi phần ăn.
• LỤC ĐỈNH KÝ 1: 9812 Bolsa Ave, Suite 100, Westminster, CA 92683
L/L: (714) 839-6813

SỨC KHỎE

PROFESSIONAL PHARMACY
• Giao thuốc miễn phí • Thuốc điều trị an toàn và 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 và dụng vụ y tế.
Địa chỉ : • 7631 D Westminster Blvd Westminster, CA 92683 • 2339 W First St Santa Ana, CA 92703 • 1002 N. Fairview St Santa Ana, CA 92703

TIỆM THUỐC TÂY CHAUSON PHARMACY
9029 McFadden Ave, Westminster, CA 92683 L/L: (657) 334-7087
• Giao thuốc tận nhà, miễn phí • Có quà tặng cho khách mới và đơn thuốc mới • Có thử Covid-19 nhanh (Antigen) và PCR
• Chích ngừa cảm cúm (Flu) • Dược sĩ tận tình hướng dẫn cách sử dụng thuốc an toàn và hiệu quả • Bán nhiều loại thuốc theo toa (Prescription) và không theo toa (OTC)
• Nhận hầu hết các loại bảo hiểm, Medicare và Medi-Cal • Giúp quý vị gọi bác sĩ và chuyển toa dễ dàng, nhanh chóng • Có giá đặc biệt cho khách không có bảo hiểm.

TIỆM THUỐC TÂY TT PHARMACY
9091 Edinger Ave, Ste B, Westminster, CA 92683
L/L: (714) 622-5549
• Có đầy đủ các loại thuốc • Bán thuốc theo toa và không theo toa • Giúp quý vị gọi bác sĩ và chuyển toa dễ dàng, nhanh chóng
• Nhận hầu hết các loại bảo hiểm Medicare và Medi-Cal • Có tiêm phòng các loại vắc xin*(xin liên hệ để biết thêm chi tiết) • Giao thuốc tận nhà, miễn phí.
TẬN TÂM - CHẤT LƯỢNG - UY TÍN

XE BÁN

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

CẦN BÁN XE. Xe truck TOYOTA TACOMA SR5-V6. Year 2020. White color. 10,500 Miles. Plate number: 23745B3. VIN number: 3T-MAZ5C-N6LM138612. Xin L/L: 626-466-6994

ĐIỆN, NƯỚC, ỐNG

ANDY PLUMBING LIC.#854494
Sửa ống nước, rỉ dưới nền nhà.
Có máy dò ống nước, thông cống.
Có gắn máy lạnh.
Thay bình nước nóng, gas, điện.
Sơn sửa nhà cửa.
Làm việc tận tâm, uy tín.
ANDY: 714-679-7927

TS PLUMBING LIC.#569198
Chuyên thông ống cống nghẹt, sửa ống nước, gas water heater, bathtub, sinks, faucet, toilets, completed plumbing.
Việc làm kỹ lưỡng.
Gọi: 714-785-9482 Long

UNITED PLUMPING
C36 = 968067 License, Bond, Insured
• Commercial - Residential • Thay và sửa ống nước, ống cống, ống gas • Leak detection, video Inspection, line located, re-pipe, water heater (tank-tankless), hydrojet, Pipe lining, all fixtures services & repair. Johnny (Trung) 714-333-6188

MINH: 714-823-6855
(LIC#980972)
Sửa/ Thay mới hệ thống ống nước, cống. Hot water tank, sink, Faucets, Disposal, Toilet,... Thông cống, Mainline snake machine,... Tận tâm, kỹ lưỡng.
XIN ỦNG HỘ

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

CƯỜNG HANDYMAN
Nhận sửa chữa nhà cửa đủ thứ như điện, nước, nhận bỏ đủ thứ và rác, linh tinh.
Gọi: 657-877-9159

GREENBUILD
Technologies (Biz license # 02900058)
• Chuyên thiết kế, ráp mới và sửa chữa cho cơ sở thương mại, nhà xưởng, tư gia: Hệ thống máy lạnh, máy sưởi (central AC, central heat), Hệ thống điện, nước và thông gió..., Nâng công suất đồng hồ điện, thay mới main panel...
** ƯU ĐÃI: Đang có chương trình giảm giá $500-$1,000 cho máy lạnh treo tường Ductless Mini Split, Heat & Cool.
GỌI: JOHN LE 714-234-4605

NT ELECTRIC & HVAC
State License Contractor
C10, c20, c38 #959727
• Sửa chữa, lắp ráp: Cental Air & Heating với Air balancing, Zoning control.
• Lắp ráp Ductless, Mini-Split Systems thay thế cho Central Air & Heating.
• Sửa chữa, lắp ráp Walk-in Freezer, Cooler, ice-maker, Make Up Air, Exhaust hood.
• Thiết kế, lắp đặt hệ thống điện cơ sở thương mại và Tư gia.
• Có chương trình trả góp qua Ngân hàng không tiền lời, nhận thẻ Credit Card.
L/L: Nghĩa Dương 714-277-6747

CHUYÊN SỬA MÁY GIẶT, MÁY SẤY
• Nhận sửa chữa tất cả các hiệu máy giặt, không rút nước, vắt không khô.
• Máy sấy không nóng, không chạy.
Gọi: Quang vũ 714-725-4349

CHUYÊN SỬA MÁY GIẶT, MÁY SẤY
Nhận sửa các loại máy giặt máy sấy không rút nước, giặt không khô, máy sấy không nóng, không chạy sấy không êm.
L/L Tuấn (714) 837-3260

CHUYÊN BÁN SỈ VÀ LẺ
các loại hệ thống lọc nước. Giá rất phải chăng. (Đặc biệt: nước chất khoáng thiên nhiên Alkaline dễ uống, tuyệt đối không bị đọng vôi). L/L: 714 - 804 - 9905
or Pswaterusa.com. 9353 Bolsa Ave, #B, Westminster, CA 92683

DẠY KÈM

DẠY TOÁN K-6
Dạy tiếng Anh ESL (thi quốc tịch)
Dạy tiếng Việt
Liên lạc: Cô Duyên
dtraneducator@gmail.com
Phone: 714-204-8028

DỊCH VỤ KHÁC

HUẤN LUYỆN VIÊN LÁI XE ĐÃ GHI DANH VỚI DMV
Trợ giúp đăng bộ xe, nộp đơn và gia hạn bằng lái xe trực tuyến. Phục vụ người nhập cư bất hợp pháp, người không rành tiếng Anh, khách du lịch, bằng lái hết hạn, v.v. Bảo đảm sẽ có được bằng lái của Cafilornia. Gọi (626) 503-6029

Ten Lei Yến
Thương Hiệu Uy Tín.
Bán sỉ và lẻ các loại tổ Yến đến từ Indonesia.
Đông Trùng Hạ Thảo thiên nhiên từ cao nguyên Tây Tạng.
L/L: (714) 418-9788
TenLeiYen.com
9741 Bolsa Ave, #107,
Westminster, CA 92683
(CATINAT PLAZA)

GERMAN IMPORTS AUTO REPAIRS
mobile services specially MERCEDES BENZ BMW LEXUS Electrical services, check engine light on. Special sử dụng máy scanner của chính hãng.
CALL: ĐẠT 714-383-2685 / 714-251-1508

TRUNG TÂM VÀNG BẠC ĐÁ QUÝ HANNACCI
• Chuyên mua bán, gia công vàng, nhẫn 9999, 14k, 18k, 24k, vàng nữ trang, đồng hồ và đá quý các loại,... • Tiệm lớn và uy tín tại Westminster. 9200 Bolsa Ave, #227, Booth # 52&53, Westminster, CA 92683
L/L: (213) 675-6066

ANTHONY: 714-468-7163
Architectural & Engineering Designs
Vẽ đồ hoạ, 3D Modeling, Rendering. Xin giấy phép City, County. Custom, New Home Remodeling, ADU. Room Additions Commercial, Ofice. Restaurant, Boba, Tea; Nail
FREE ESTIMATE !

SAIGON TOW
714-924-0001 / 714-914-4009
Làm việc 24/7. Kéo xe, Mở Khoá Xe.
Mua Xe: Mới Cũ Hư Đụng
Tow Free Xe Bỏ.

LUYỆN THI & LÀM HỒ SƠ THI QUỐC TỊCH
Điền đơn N-400, phiên dịch, soạn thảo hồ sơ & thư từ liên quan đến di trú tại Hoa Kỳ. 30 năm kinh nghiệm.
L/L: Tài H. Nguyễn (657) 250-6061
TPAtinyeu@gmail.com

Spectrum
CHÚNG TÔI LÀ BROKER CHO SPECTRUM
AT &T & FrontierHome & Businessco
Giá đặc biệt cho khách hàng cũ và mới 50 Tiểu Bang USA. Internet Wifi and Cell Phone $29.99. Chúng tôi có giúp xin tiền Chính Phủ $30 mỗi tháng trả tiền internet.
*20 năm trong nghề, Tận Tâm, Uy tín có Văn Phòng đàng hoàng. 15355 Brookhurst St, Suite #201, Westminster, CA 92683.
L/L: VU LU 714-231-8511 để biết chi tiết.

ĐẠI HẠ GIÁ 85%
dưới giá thị trường các loại nệm, furniture. Mattress or Bed from $129, Sofa-Bed $199, Sectional Sofa $399.
10872 Westminster #109, góc Euclid (Open 2-7 PM) LL: 714-591-5609

DỊCH VỤ:
• Khai thuế cá nhân, thuế Cơ sở thương mại
• Giữ sổ sách kế toán • Làm lương cho nhân viên (W-2, 1099-NEC) • Khai thuế Payroll, Sale Tax • Tax planning • Audit Rep
*Thông báo: ERC REFUND
Văn phòng chúng tôi chuyên giúp các Cơ Sở Thương Mại apply ERTC (Employee Retention Tax Credit). Nếu công ty quý vị. có trả lương W-2 cho nhân viên trong năm 2020 & 2021. Vanư phòng chúng tôi sẽ giúp quý vị xin tiền REFUND, không cần trả lại, lên đến $26,000 cho mỗi nhân viên. THOMAS TRAN, CPA (Certified Public Accountant). 10282 Westminster Ave, Garden Grove, CA 92843 L/L: (714) 462-6307

*Epoch Times Tiếng Việt hoàn toàn không chịu trách nhiệm về nội dung và hình ảnh của các quảng cáo và rao vặt đăng trên tờ báo. Thân chủ đăng quảng cáo/rao vặt chịu trách nhiệm về các nội dung và hình ảnh này. Chúng tôi có quyền từ chối bất cứ nội dung cậy đăng nào, không nêu lý do.

ALEX WONG/GETTY IMAGES

▲ Các thành viên Đảng Cộng Hòa vỗ tay khi Dân biểu Mike Johnson (Cộng Hòa – Louisiana) (giữa) được bầu làm Chủ tịch Hạ viện tại Điện Capitol ở Hoa Thịnh Đốn, hôm 25/10/2023.

Dân biểu Mike Johnson đắc cử chức chủ tịch, chấm dứt 22 ngày bế tắc tại Hạ viện Hoa Kỳ

Tiếp theo từ trang 1

Trong một loạt diễn biến xảy ra rất nhanh vào ngày hôm trước, ban đầu ông Johnson đã thất bại trong một hội nghị để cử của Đảng Cộng Hòa, nhưng đã được bầu lại chưa đầy 10 giờ sau đó sau khi Phó Lãnh đạo Đa số Hạ viện Tom Emmer (Cộng Hòa–Minnesota) rút khỏi cuộc tranh cử.

Vị luật sư 51 tuổi từng là người dẫn chương trình phát thanh này hiện đang phải đối mặt với nhiệm vụ khó khăn là tập hợp lại một khối đa số đang bị chia rẽ của Đảng Cộng Hòa khi họ phải đối mặt với một loạt các quyết định gần như ngay lập tức.

220
PHIẾU
Ông Johnson đã đắc cử với 220 phiếu thuận và 209 phiếu chống, được tất cả các thành viên Đảng Cộng Hòa có mặt tại đó ủng hộ.

Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện cuối cùng cũng đạt được đồng thuận

Ông Johnson đã nhận được một tràng vỗ tay kéo dài từ phía các thành viên Đảng Cộng Hòa khi được Chủ tịch Hội nghị Elise Stefanik (Cộng Hòa–New York) đề cử – một dấu hiệu đáng khích lệ sau sự đón nhận trái chiều dành cho các ứng cử viên trước đó.

"Hôm nay là ngày mà các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện sẽ khiêm nhường hướng vào nội tâm của mình và bầu chọn ông Mike Johnson làm Chủ tịch Hạ viện," bà Stefanik nói, thể hiện mong muốn của nhiều thành viên Đảng Cộng Hòa là gạt bỏ sự chia rẽ giữa họ trong ba tuần qua.

Bà mô tả ông Johnson là một người có đức tin và có nguyên tắc sâu sắc, mạnh mẽ, công bằng, tốt bụng, và có khả năng lãnh đạo Hạ viện đối mặt với những vấn đề quan trọng của đất nước. "Người dân đang trông chờ Hạ viện vĩ đại này cứu lấy Hoa Kỳ, và cứu lấy Hoa Kỳ chính là việc mà chúng ta sẽ làm," bà Stefanik nói. "Hôm nay là ngày mà chúng ta sẽ hoàn thành việc này."

Dân biểu Pete Aguilar (Dân Chủ–California) đã bày tỏ sự tôn trọng với Chủ tịch Hạ viện tạm thời Patrick McHenry (Cộng Hòa–New Carolina) trước khi đề cử Lãnh đạo Thiểu số Hakeem Jeffries (Dân Chủ–New York).

"Hôm nay tôi nhận thấy ông tươi tỉnh hơn một chút so với trước đây," ông Aguilar nói, đồng thời ghi nhận sự phục vụ của ông McHenry trong một vai trò tạm thời đầy thử thách khi công việc này sắp đi đến kết thúc.

▲ Dân biểu Elise Stefanik (Cộng Hòa–New York), chủ tịch Hội nghị Đảng Cộng hòa tại Hạ viện, trong cuộc họp báo tại Điện Capitol Hoa Kỳ ở Hoa Thịnh Đốn, hôm 13/09/2023.

ANNA MONEYMAKER/GETTY IMAGES

Nhận xét này đã khiến ông McHenry nở một nụ cười ngại ngùng và vị Chủ tịch Hạ viện tạm thời này đã nhận được sự hoan nghênh nhiệt liệt từ phía lưỡng đảng.

Ông Aguilar sau đó đã cho rằng cuộc bầu cử chủ tịch Hạ viện là một cuộc chiến đảng phái do cựu Tổng thống Trump gây ra. "Việc bầu chọn chủ tịch luôn là xoay quanh một vấn đề, và vấn đề đó là ai có thể thuận theo ông Donald Trump."

Cuộc bỏ phiếu đã bắt đầu ngay trước 1 giờ chiều với 429 thành viên có mặt, trong đó có 220 thành viên Đảng Cộng Hòa. Số phiếu cần thiết cho việc đắc cử là 215.

Ông Johnson đã đắc cử với 220 phiếu thuận và 209 phiếu chống, được tất cả các thành viên Đảng Cộng Hòa có mặt tại đó ủng hộ.

Con đường phía trước

Ông Johnson cho biết hành động đầu tiên của Hạ viện sẽ là thông qua một nghị quyết không mang tính ràng buộc nhằm ủng hộ quyền tự vệ của Israel. Nghị quyết này, một biện pháp mang tính biểu tượng, có 425 dân biểu đồng bảo trợ và sẽ là một chiến thắng nhanh chóng cho tân chủ tịch Hạ viện.

Sau đó, nghị trình lập pháp sẽ tập trung chủ yếu vào việc hoàn thành quy trình phân bổ ngân sách trước khi nguồn tài trợ của chính phủ hết hạn vào ngày 17/11.

Ông Johnson đặt mục tiêu nhanh chóng thông qua 8 dự luật phân bổ ngân sách còn lại – điều sẽ cho phép Hạ viện đàm phán với Thượng viện do Đảng Dân Chủ kiểm soát từ "một vị thế có trọng lượng". Ông không loại trừ việc thông qua dự luật chi tiêu tạm thời thứ hai nếu cần thiết.

Tân chủ tịch Hạ viện đã đề nghị sử dụng các phương pháp sáng tạo để nhanh chóng thúc đẩy các dự luật chi tiêu, trong đó có thể kể đến việc bắt buộc đẩy nhanh một số dự luật ra khỏi ủy ban phân bổ ngân sách và thành lập một nhóm làm việc để giải quyết các vấn đề trong Dự luật Nông nghiệp đã không được thông qua hồi tháng Chín.

Không rõ các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện sẽ đón nhận các chiến thuật này như thế nào, vì mối lo ngại về "thủ tục hợp pháp" trong quy trình lập pháp là một trong những khiếu nại chính chống lại cựu Chủ tịch Kevin McCarthy (Cộng Hòa–California). Việc thông qua biện pháp chi tiêu tạm thời trong vòng 45 ngày đã trở thành giọt nước cuối cùng làm tràn ly dẫn đến việc ông bị bãi nhiệm.

Nghị trình của ông Johnson bao gồm việc hoàn thành các dự luật chi tiêu năm 2025 vào cuối tháng Bảy để tránh lặp lại tình trạng hối hả cuối năm về chi tiêu chính phủ – điều mà những người theo đường lối cứng rắn về tài khóa luôn mong muốn đạt được. Chủ tịch Hạ viện cũng cho biết ông sẽ không để Hạ viện có được kỳ nghỉ vào tháng Tám trừ phi cả 12 dự luật phân bổ ngân sách đều đã được thông qua.

Ngoài các khoản phân bổ thường xuyên, TT Joe Biden đã yêu cầu viện trợ khẩn cấp khoảng 105 tỷ USD cho Ukraine, Israel, các đồng minh ở Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương, và trợ giúp cho an ninh biên giới. Đảng Cộng Hòa mong muốn viện trợ cho Israel và tăng cường an ninh biên giới, nhưng nhiều người lại cảnh giác với viện trợ cho Ukraine và cho rằng những yêu cầu đó nên được xem xét riêng lẻ thay vì gộp cả lại vào gói chung.

Hạ viện cũng nên xem xét áp dụng các biện pháp trừng phạt bổ sung đối với việc bán dầu của Iran để nỗ lực làm suy yếu khả năng tài trợ cho các hoạt động khủng bố của họ.

Ông Johnson phải hoàn thành được điều này đồng thời làm quen với vai trò chủ tịch Hạ viện. Mặc dù ông là cựu chủ tịch Ủy ban Nghiên cứu của Đảng Cộng Hòa, nhóm lớn nhất trong số năm nhóm kín lớn của Đảng Cộng Hòa, nhưng ông vẫn chưa từng giữ chức chủ tịch ủy ban.

Lãnh đạo mới, hội nghị cũ

Cuộc bỏ phiếu đồng thuận ủng hộ ông Johnson của Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện, dù chỉ là tạm thời, đã che khuất đi sự chia rẽ sâu sắc tồn tại trong hội nghị của họ. Trong những ngày trước đó, Đảng Cộng Hòa sẵn sàng thừa nhận sự mâu thuẫn đó một cách công khai hơn.

"Tôi nghĩ người dân Mỹ thấy rõ rằng có một sự chia rẽ không thể cứu vãn trong hội nghị Đảng Cộng Hòa," Dân biểu Steve Womack (Cộng Hòa–Arkansas) nói với các phóng viên hôm 24/10.

Những chia rẽ này thể hiện rõ trong các sự kiện diễn ra ba tuần trước đó, khi một số ít thành viên Đảng Cộng Hòa – không phải lúc nào cũng cùng là một nhóm người – đã tìm cách buộc hội nghị từ bỏ ý chí của đa số.

"Đầu tiên, ông McCarthy là người gặp vấn đề, sau đó là ông Steve Scalise, sau đó là ông Jim Jordan, rồi đến ông Tom Emmer," Dân biểu Dusty Johnson (Cộng Hòa–South Dakota) than thở. "Có thể các thành viên Đảng Cộng Hòa tại Hạ viện đã quen với việc nói không trừ phi họ đạt được mọi thứ họ muốn."

Lãnh đạo một hội nghị đa dạng và thường hay tranh cãi gay gắt sẽ là một thách thức, nhưng một số thành viên bày tỏ sự tin tưởng rằng Chủ tịch Hạ viện Johnson có đủ năng lực cho công việc này.

"Tôi rất tôn trọng sự chín chắn, khả năng phán đoán, và nhân cách của ông ấy. Và tôi nghĩ chúng ta sẽ chứng kiến những điều đó nếu chúng ta gặp bất kỳ thách thức nào," Dân biểu Tom Cole (Cộng Hòa–Oklahoma) cho biết.

Bản tin có sự đóng góp của Jackson Richman, Joseph Lord, Ryusuke Abe, và Melina Wisecup của NTD
Nguyễn Lê biên dịch

Luật California cho phép bán nhà phụ dưới dạng condo

Rudy Blalock

Theo luật mới, kể từ năm 2024, các chủ nhà tại California có thể bán các căn nhà phụ (accessory dwelling unit, ADU) được xây dựng trên đất của họ dưới dạng condo, trong bối cảnh các nhà lập pháp tiêu bang đang cố gắng tăng số lượng nhà ở vừa túi tiền tại tiểu bang.

Dự luật Lập pháp 1033, do Nghị sĩ Phil Ting (Dân Chủ–San Francisco) soạn thảo và Thống đốc Gavin Newsom ký hôm 11/10, cho phép các thành phố áp dụng sắc lệnh địa phương chấp nhận việc bán nhà phụ tách biệt khỏi căn nhà chính. Luật cũ chỉ cho phép bán riêng những loại nhà phụ được các tổ chức bất vụ lợi đủ tiêu chuẩn xây dựng, và chỉ dành cho những người có thu nhập được xem là thấp, hoặc có thu nhập thấp hơn 80% thu nhập trung bình của khu vực.

Ông Ting cho biết trong buổi phân tích dự luật mới gần đây trên chương trình Assembly Floor, "Việc thiếu hụt cơ hội sở hữu nhà ở tại hầu hết các cộng đồng gia đình lao động tại California góp phần làm cho tỷ lệ người thuê nhà tăng lên và khiến các gia đình chuyển ra khỏi tiểu bang để họ có thể mua được nhà."

Ông cho biết việc thiếu hụt nhà ở vừa túi tiền đối với các gia đình thuộc giai tầng trung lưu đang ngăn cản họ tích lũy, làm giảm sự ổn định về nhà ở, điều mà ông cho là nguyên nhân của "các chính sách phân biệt đối xử trong quá khứ".

Theo phân tích gần đây của Thượng viện, trước năm 2017, các loại nhà phụ – chẳng hạn như những căn nhà tại sân sau hoặc nhà để xe đã được sửa chữa lại – chiếm chưa đến 1% công trình mới xây dựng được cấp phép tại California. Sau đó, một luật mới của tiểu bang đã cho phép các loại nhà phụ được xây dựng trên các lô đất single-family, và hiện nay nhà phụ chiếm khoảng 10% tổng số công trình xây dựng mới, tương đương với khoảng 9,600 căn được xây dựng trong năm 2022.

Hội đồng Vùng Vịnh – một hiệp hội doanh nghiệp ủng hộ Vùng Vịnh kiêm nhà đồng tài trợ cho dự luật – cho biết luật mới sẽ giúp cung cấp nhà ở cho các gia đình mua nhà lần đầu tại California.

Hội đồng cho biết trong phân tích gần đây của Thượng viện, "Các chính phủ địa phương nào muốn cho phép bán những căn nhà cho người mua nhà lần đầu nhỏ hơn sẽ tận dụng cơ hội này để áp dụng luật về nhà phụ nhằm tạo ra nhiều hơn nữa những lựa chọn bán với giá cả phải chăng trong các cộng đồng của họ."

Một số bên phản đối dự luật – bao gồm Hiệp hội Môi giới địa ốc California (CAR) – lập luận rằng dự luật lẽ ra nên bao gồm một yêu cầu vào ở với chủ sở hữu, trong đó quy định rằng người mua nhà phụ phải chuyển vào ở trong vòng 60 ngày sau khi mua và ở trong căn nhà đó ít nhất một năm.

Ông Sanjay Wagle – Phó Chủ tịch Cao cấp về các Vấn đề Chính phủ của CAR – nói với The Epoch Times, "Nhiều mối lo ngại của CAR về dự luật này đã được giải quyết vào thời điểm dự luật được ký kết. Tuy nhiên, CAR vẫn tiếp tục phản đối dự luật vì chúng tôi tin rằng chính phủ địa phương cần có quyền ra yêu cầu 'chủ nhà phải cư trú', để bảo đảm cơ hội sở hữu nhà thực sự tăng lên như mục đích của dự luật này."

Tuệ Chân lược dịch

Lãnh đạo một tổ chức BLM đứng về phía các tù nhân trong sự kiện ngày 01/06

Ông Mark Fisher nói: "Đây là những điều chính phủ làm đối với những người thể hiện tư tưởng riêng và muốn đứng lên vì những gì họ tin tưởng."

Matt McGregor

Người sáng lập một tổ chức theo phong trào Black Lives Matter (BLM) đang lên tiếng ủng hộ các tù nhân trong sự kiện ngày 06/01 và không ngần ngại tán dương cựu Tổng thống (TT) Donald Trump là "ứng cử viên sáng giá nhất mà chúng ta có."

Ông Mark Fisher – người đã rời khỏi vị trí lãnh đạo tại BLM Rhode Island, tổ chức do ông đồng sáng lập và hiện là nhà sáng lập kiêm giám đốc điều hành của BLM Incorporated có trụ sở tại Maryland – đã ủng hộ những người đứng đầu nhóm Proud Boys và chủ trì các buổi cầu nguyện cho những người mà ông tin là tù nhân chính trị.

"Họ là những con cừu non bị xẻ thịt để làm gương cho tất cả những ai muốn thể hiện sự bất đồng chính kiến trong tương lai," ông Fisher nói với The Epoch Times. "Đây là điều mà chính phủ làm đối với những người bày tỏ tư tưởng riêng biệt và muốn đứng lên vì những điều họ tin tưởng."

Ông nói, những gì ông nhìn thấy trong cách cư xử đầy thù nghịch đối với các tù nhân trong sự kiện 01/06 cũng giống như cách người Mỹ gốc Phi Châu bị đối xử, và khát vọng của ông trong việc liên tưởng như vậy là tìm ra điểm chung.

"Một trong những điều tôi nhấn mạnh khi trò chuyện với họ là giờ đây họ có một sự hiểu biết hoàn toàn mới về những gì người Mỹ gốc Phi Châu đã phải trải qua với tình trạng quản thúc quá mức, sự tàn bạo của cảnh sát, và sự đối xử bất công trong hệ thống tư pháp hai tầng cũng như cách mà hệ thống này áp bức và lạm quyền như thế nào," ông Fisher nói.

Truyền thông bóp méo sự thật

Tương tự như cách các hãng truyền thông chính thống đã bóp méo những gì xảy ra tại Tòa nhà Quốc hội Hoa Kỳ hôm 06/01/2021 bằng cách cáo buộc những người ủng hộ cựu Tổng thống (TT) Trump về một cuộc nổi dậy bạo lực, ông Fisher cho biết BLM đã bị quy chụp trong cuộc bạo loạn vào mùa hè năm 2020, mặc dù có cả những nhóm khác như nhóm cánh tả cực đoan Antifa, vốn là nguồn gốc của sự hỗn loạn.

Ông nói: "Antifa có liên quan rất nhiều đến cuộc bạo loạn năm 2020, và có rất nhiều nhóm theo chủ nghĩa vô chính phủ chỉ muốn lợi dụng thời điểm này để lộ diện ra phá hoại."

Ông Fisher cho biết Black Lives Matter đã tồn tại nhiều năm trước khi ông George Floyd qua đời trong lúc bị cảnh sát bắt giữ ở Minneapolis hồi năm 2020. Cựu cảnh sát Minneapolis Derek Chauvin đã bị kết tội sát nhân trong vụ án này.

"Đó là lúc Black Lives Matter trở thành một phong trào chính trị và là trung tâm của sự chú ý trên cả nước và toàn cầu," ông Fisher cho biết. "Các hãng truyền thông đã biến chúng tôi thành con cưng của họ, điều mà họ rất thích làm, và họ đã có thể biến chúng tôi thành kẻ thế tội khi mọi thứ bắt đầu tệ đi."

Ông Fisher là một người theo đạo Cơ Đốc có bằng thần học với kinh nghiệm làm mục sư. Ông bày tỏ thái độ không xem trọng cả chính phủ lẫn giới truyền thông.

"Tôi chẳng tin tưởng chính phủ liên bang hoặc tiểu bang chút nào, và giới truyền thông đang cố gắng ngăn cản chúng ta hiệp lực," ông nói. "Chính giới truyền thông đã gây ra sự chia rẽ giữa tất cả các nhóm bị gạt ra ngoài lề xã hội này ngay từ đầu, để khiến chúng ta luôn phải đối đầu với nhau."

BLM có nghĩa là gì

Theo ông Fisher, người ta đã hiểu sai mục đích ban đầu trong sứ mệnh của BLM.

Chính cái tên của tổ chức này đã đưa đến sự tức giận.

"Tên của tổ chức này không mang ý nghĩa mạng sống của người Mỹ gốc Phi Châu cao quý hơn," ông nói. "Không phải mạng sống của người Mỹ gốc Phi Châu quan trọng hơn hay mạng sống của người Mỹ gốc Phi Châu đáng giá hơn. Đó chỉ đơn giản có nghĩa là mạng sống của người Mỹ gốc Phi Châu có quan trọng. Bản thân câu nói đó đã có nhiều nghĩa đến mức mọi người đã hiểu nó theo những cách khác nhau thông qua lăng kính và kinh nghiệm của chính họ."

Ông nói rằng việc không thể nhìn nhận ý nghĩa của tuyên bố này từ góc độ của một người Mỹ gốc Phi Châu đồng nghĩa với thất bại trong việc nhìn nó qua lăng kính của lòng trắc ẩn.

COURTESY OF MARK FISHER

▲ Ông Mark Fisher, người đồng sáng lập Black Lives Matter Rhode Island.

Ông Fisher phủ nhận việc nhìn nhận BLM là một tổ chức theo chủ nghĩa Marx.

"Người Mỹ gốc Phi Châu muốn điều giống với điều mà người da trắng mong muốn," ông nói. "Chúng tôi muốn có cuộc sống, tự do, và mưu cầu hạnh phúc. Chúng tôi muốn kiếm tiền và có một gia đình. Liệu những điều đó nghe có vẻ giống với các nguyên tắc của chủ nghĩa Marx hay không? Đối với tôi, đó căn bản là những nguyên tắc của người Mỹ, của các doanh nhân và chủ nghĩa tư bản. Chúng tôi muốn có được sự giàu có và để lại thứ gì đó cho con em mình – như Kinh Thánh dạy chúng ta."

BLM Incorporated, tổ chức hiện tại của ông Fisher, tập trung vào giáo dục khởi nghiệp và trao quyền tài chính cho người Mỹ gốc Phi Châu.

Trang web cũng tuyên bố rằng tổ chức này không liên kết với bất kỳ đảng phái hoặc lập trường chính trị nào, "trừ phi những hoạt động chính trị đó nhằm mục đích xóa bỏ hệ thống phân biệt chủng tộc và xóa bỏ tư tưởng chủ nghĩa thượng đẳng của người da trắng, cũng như sự tàn bạo của cảnh sát được chính phủ cho phép đối với việc sát hại người Mỹ gốc Phi Châu."

'Một đảng phân biệt chủng tộc'

Ông Fisher không đánh giá cao Đảng Dân Chủ.

"Đó là một đảng phân biệt chủng tộc với các chính sách phân biệt chủng tộc có tác động tiêu cực đến các gia đình người Mỹ gốc Phi Châu," ông nói. "Về mặt tinh thần, người Mỹ gốc Phi Châu bị mắc kẹt trong đồn điền đó (nơi cha ông họ từng bị làm nô lệ). Họ là nô lệ trong tâm trí của chính mình vì họ từ chối nhìn vào bức tranh toàn cảnh và vào cách chúng tôi bị Đảng Dân Chủ lợi dụng và lạm dụng với những chính sách hoàn toàn trái ngược với những gì người Mỹ gốc Phi Châu khao khát ở đất nước này, đó là cuộc sống, tự do, tự tại, mưu cầu hạnh phúc, và một gia đình để nuôi dưỡng."

MADALINA VASILIU/THE EPOCH TIMES

▲ Những người biểu tình "Người da đen ủng hộ Trump" tập trung xung quanh Tòa án Liên bang E. Barrett Prettyman ở Hoa Thịnh Đốn, hôm 03/08/2023.

Ông Fisher cũng không tin tưởng vào Đảng Cộng Hòa, đảng phái mà ông cho rằng là một tổ chức tham nhũng.

"Đây là lý do vì sao ông Donald Trump lại được yêu thích đến vậy," ông nói. "Ông ấy chống lại thể chế. Ông ấy không thể bị mua chuộc. Ông ấy không thể bị đem ra mua bán. Ông ấy sẽ thẳng thắng nói với quý vị và giữ cho điều đó luôn là sự thật, và những ai đồng cảm với nét tính cách này đều yêu thích ông ở điểm đó. Nếu quý vị nhìn vào cả hai đảng và các ứng cử viên tiềm năng – gồm cả tổng thống và phó tổng thống đương nhiệm – thì tôi nghĩ ông ấy là ứng cử viên sáng giá nhất mà chúng ta có. Đó là điều không cần phải suy nghĩ."

Mặc dù bị các hãng truyền thông lớn xem như là kẻ phân biệt chủng tộc và bài ngoại, ông Fisher cho biết cựu TT Trump đã giúp đỡ cộng đồng người Mỹ gốc Phi Châu "100%".

"Nếu quý vị nhìn vào các chính sách của ông ấy, quý vị sẽ thấy những điều ông ấy làm cho cộng đồng của chúng tôi đều không được chú ý, và ông ấy không hề khoe khoang về điều đó," ông nói. "Ông ấy không cố gắng thuyết phục bất cứ ai rằng ông ấy không phải là người phân biệt chủng tộc, giống như tôi sẽ không cố gắng thuyết phục quý vị rằng tôi không phải là người phân biệt chủng tộc. Những gì quý vị thấy là những gì quý vị nhận được, và khi quý vị biết tôi, thì quý vị sẽ hiểu được tâm của tôi."

Ông Fisher nói rằng tuy nhiên, TT Joe Biden đã thường xuyên đưa ra những tuyên bố phân biệt chủng tộc trong thời gian làm một chính trị gia được nhiều người chú ý.

Ông nhớ lại những tuyên bố của TT Biden trên một chương trình phát thanh khi tranh cử hồi năm 2020, khi ông nói, "Tôi nói cho quý vị biết điều này, nếu quý vị gặp khó khăn trong việc xác định xem quý vị ủng hộ tôi hay ông Trump, thì quý vị không phải là người Mỹ gốc Phi Châu."

"Câu nói đó phải phân biệt chủng tộc đến mức nào chứ?" ông Fisher hỏi. "Đó là cách đồn điền của Đảng Dân Chủ nói với người Mỹ gốc Phi Châu rằng họ quá ngốc để suy nghĩ độc lập, quá ngốc để suy nghĩ chín chắn, và rằng chúng tôi phải tuân hành đến các điểm bỏ phiếu và làm những gì chúng tôi được yêu cầu."

Người Mỹ gốc Phi Châu ủng hộ ông Trump

Ông Fisher không phải là người duy nhất trong cộng đồng người Mỹ gốc Phi Châu mong muốn được nhìn thấy cựu TT Trump trở lại nắm quyền vào năm 2024.

"Ngày càng có nhiều người Mỹ gốc Phi Châu ủng hộ ông ấy," ông bày tỏ. "Hãy nhìn những rapper. Người gần đây nhất đã phản đối Đảng Dân Chủ là Waka Flocka Flame, người đã thông báo trên Twitter rằng anh ấy sẽ bỏ phiếu cho ông Trump."

Hôm 16/10, rapper này đã đăng một bức ảnh của anh ấy và cựu TT Trump, và một bài đăng khác chỉ đơn giản là "TRUMP2024".

Ông Fisher nói thêm: "Hãy xem một khu dân cư người Mỹ gốc Phi Châu ở quận Fulton đã ủng hộ ông Trump như thế nào trên đường đến nhà giam của quận."

Họ biết rằng chính phủ đang quấy rối ông vì họ đã chứng kiến điều đó trong cuộc sống của chính họ, ông nói, và họ nhận ra sự đàn áp.

Ông Fisher cho biết ông không ngại bị người khác trong cộng đồng người Mỹ gốc Phi Châu chỉ trích vì ủng hộ TT Trump.

"Trong việc này, tôi đoán rằng tôi sẽ vấp phải sự phản đối tương tự như điều mà tôi đã phải đối mặt khi thành lập tổ chức, không chỉ từ cộng đồng người da trắng mà còn từ chính cộng đồng của tôi," ông bày tỏ. "Đó chỉ là điều đương nhiên khi quý vị là một người dẫn đầu. Quý vị phải mạnh dạn lên. Quý vị không thể lo sợ sẽ bị chế giễu."

Ông Fisher cho biết, nhiều người trong cộng đồng da màu đang bí mật đứng về phía cựu TT Trump và muốn thấy ông quay lại nhiệm kỳ của ông.

Ông nói: "Họ sẽ không nói điều đó trước công chúng vì sợ phản ứng dữ dội từ cộng đồng vì họ có danh tiếng, công việc kinh doanh, và các mối quan hệ mà họ không muốn gây ra sự tổn hại, nhưng họ sẽ trò chuyện bằng lá phiếu của mình."

'Thức tỉnh' nghĩa là gì

Đối với ông Fisher, thuật ngữ "thức tỉnh" từng tượng trưng cho lòng trắc ẩn, nhưng hàm ý đó giờ đây đã không còn nữa.

Ông chỉ ra lời chỉ trích của ông Trump về từ ngữ này.

"Tôi không thích thuật ngữ thức tỉnh vì tôi nghe thấy 'thức tỉnh thức tỉnh thức tỉnh'," cựu TT Trump nói với khán giả tại Câu lạc bộ Bảo tồn truyền thống Westside ở Iowa vào tháng 06/2023. "Đó chỉ là một thuật ngữ họ sử dụng, một nửa trong số họ thậm chí không thể hiểu được định nghĩa của từ này; họ không hiểu được đó là gì."

Ông Fisher nói, mọi người có những quan niệm hoàn toàn khác nhau về sự thức tỉnh, nhưng việc sử dụng nó để lên án sẽ có hại cho quan hệ chủng tộc.

"Độ bao hàm của từ này lớn đến mức giờ đây không ai biết nó có nghĩa gì," ông nói. "Nó đã bão hòa rồi."

Khi giới truyền thông tiếp tục tạo ra sự chia rẽ, ông Fisher cho rằng điều quan trọng là tất cả mọi người phải lấy lại câu chuyện của mình và cởi mở với quan điểm của nhau, ngay cả khi họ không đồng tình.

Những hành động nhỏ, như lắng nghe người khác thay vì nghe truyền thông, sẽ có tác dụng lâu dài.

"Điều đó sẽ không tự xảy ra," ông nói. "Sẽ cần phải làm việc có chủ ý và chu đáo. Chúng ta phải sử dụng sức mạnh đó trong việc kiểm soát cuộc sống của chính mình để có thể định hình tương lai của mình. Tất cả chúng ta đều có sức mạnh đó."

Doanh Doanh biên dịch

FDA im lặng khi phát hiện các vấn đề về vaccine ở trẻ em

Các nhà quản lý của Hoa Kỳ đã từ chối cho biết mối liên hệ có thể có giữa các cơn co giật và vaccine mRNA COVID-19 ở trẻ em được xác định lần đầu là vào khi nào.

Hôm 15/10, Cục Quản trị Thực phẩm và Dược phẩm (FDA) đã báo cáo trong một bài nghiên cứu chưa được bình duyệt rằng họ đã phát hiện ra một tín hiệu cảnh báo an toàn đối với tình trạng động kinh/co giật ở trẻ em từ 2 đến 4 tuổi sau khi chích vaccine COVID-19 của hãng Pfizer và ở trẻ em từ 2 đến 5 tuổi sau khi chích vaccine COVID-19 của hãng Moderna. Bài nghiên cứu này đã xem xét các kết quả giám sát an toàn trên dữ liệu trước tháng 04/2023.

Một phát ngôn viên của FDA đã từ chối tiết lộ thông tin cụ thể với The Epoch Times về thời điểm mà lần đầu tiên tín hiệu này được xác định, vì cơ quan này vẫn tiếp tục giữ kín thông tin liên quan đến các loại vaccine COVID-19.

Người đóng thuế phải chi trả cho các liệu pháp chuyển đổi giới tính ở trẻ em

Theo chi nhánh tiểu bang của Viện Nghiên cứu Gia đình, những người đóng thuế ở Pennsylvania đang phải trả số tiền ngày càng tăng mỗi năm cho các hóa đơn y tế của những đứa trẻ [đến từ các gia đình] có thu nhập thấp, đang theo đuổi liệu pháp chuyển đổi giới tính vô cùng đắt đỏ, vì các hormone được kê đơn đòi hỏi một cam kết y tế lâu dài.

Người đóng thuế đã đang chi trả cho các liệu pháp điều trị giới tính của những trẻ em có thu nhập thấp kể từ năm 2015, khi các bác sĩ từ hệ thống bệnh viện Pennsylvania vận động để mở rộng phạm vi bảo hiểm của tiểu bang cho các phương pháp điều trị "khẳng định giới tính" đối với những trẻ em được trợ cấp y tế thông qua Chương trình Bảo hiểm Y tế Trẻ em.

Dữ liệu do Viện Gia đình Pennsylvania thu thập cho thấy, kể từ năm 2015, người dân Pennsylvania đã chi hơn 20 triệu USD cho các ca phẫu thuật và dịch vụ chuyển giới dành cho trẻ em.

220,000

▶ Theo Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh, từ năm 2017 đến 2021, khoảng 220,000 trẻ em dưới 18 tuổi ở Hoa Kỳ được chẩn đoán mắc bệnh viêm khớp.

Trang app biên giới mới gần như cho toàn bộ người nhập cư bất hợp pháp ở lại Hoa Kỳ

Các thành viên Đảng Cộng Hòa trong Ủy ban An ninh Nội địa Hạ viện cho biết, trong những tháng gần đây, gần 96% người nhập cư bất hợp pháp đặt ngày giờ hẹn qua trang app di động dành cho người nhập cư của chính phủ Hoa Kỳ đã được thả vào nước này theo diện tạm tha kèm theo "Thông báo Trình diện".

Theo các tài liệu từ ngày 12/01 đến ngày 30/09 mà Bộ An ninh Nội địa (DHS) cung cấp cho ủy ban kể trên, trong số hơn 278,000 người đã đặt ngày hẹn, thì có hơn 266,000 người thuộc diện không đủ điều kiện được thu nhận đã được thả ra.

"Những con số này là bằng chứng cho thấy hoạt động của [Bộ trưởng DHS Alejandro] Mayorkas chỉ là một màn hỏa mù che mắt cho việc thả người hàng loạt vào đất nước này, những người sẽ không có quyền đề đòi hỏi được nhận vào," Chủ tịch ủy ban, Dân biểu Mark Green (Cộng Hòa–Tennessee) cho biết khi nhắc đến số liệu thống kê từ trang app CBP One của Cục Quan thuế và Bảo vệ Biên giới.

Trung Cộng cản trở đợt lưu diễn của một công ty biểu diễn nghệ thuật Hoa Kỳ tại Nam Hàn

Tiếp theo từ trang 1

Tuy nhiên, trong vụ việc mà Đoàn Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun có trụ sở tại New York gặp phải này, Trung Cộng đã và đang có thể duy trì chiến dịch gây ảnh hưởng kéo dài gần hai thập niên của họ ở Nam Hàn. Nhà tổ chức Shen Yun ở nước sở tại nói rằng, đến nay, hai nhà hát lớn của Seoul đã từ chối nỗ lực đến biểu diễn của đoàn nghệ thuật do áp lực từ Trung Cộng.

Các tài liệu nội bộ mà The Epoch Times thu thập được tiết lộ rằng trong nhiều năm nay, Đại sứ quán Trung Quốc tại Nam Hàn đã tiến hành một chiến dịch đe dọa nhằm vào các nhà hát lẫn chính phủ Nam Hàn. Họ đưa ra những lời đe dọa về hậu quả kinh tế và chính trị nếu nước này cho phép Shen Yun biểu diễn ở đó.

Shen Yun trình diễn văn hóa Trung Hoa đích thực thông qua vũ đạo và âm nhạc vốn đã tồn tại trước khi đảng cộng sản cai trị, và năm nào Shen Yun cũng biểu diễn ở hơn 20 quốc gia trên khắp năm châu lục.

Ông Trevor Loudon, một chuyên gia về sự xâm nhập của cộng sản, cho biết Trung Cộng xem Shen Yun là một điều "rất nguy hiểm" đối với hệ tư tưởng của họ vì đoàn nghệ thuật biểu diễn này luôn nỗ lực hồi sinh và khắc họa văn hóa truyền thống Trung Hoa.

Ông nói, chính quyền Bắc Kinh muốn người ta tin rằng văn hóa Trung Hoa về căn bản là xã hội chủ nghĩa.

Những nỗ lực nhằm ngăn cản Shen Yun biểu diễn của Trung Cộng không chỉ giới hạn ở Nam Hàn mà còn diễn ra ở hầu hết các quốc gia mà đoàn nghệ thuật này có mặt. Tuy rằng, những nỗ lực của chế độ cộng sản đã thất bại ở hầu hết các quốc gia nhưng ở Nam Hàn, các quan chức đã nhượng bộ trước những lời đe dọa.

Ông Han Minho, cựu giám đốc của Bộ Văn hóa, Thể thao, và Du lịch Nam Hàn, cho rằng đây là kết quả sau nhiều thập niên Trung Quốc xâm nhập nước này.

"Trong 30 năm qua, Đảng Cộng sản Trung Quốc đã chiêu mộ nhiều nhân vật quan trọng ở nhiều cấp độ khác nhau," ông Han, người thành lập nhóm dân sự Công dân Phơi bày Viện Khổng Tử, một tổ chức ủng hộ việc đóng cửa chương trình ngôn ngữ cùng tên do chính phủ Trung Quốc tài trợ ở Nam Hàn, nói với The Epoch Times.

Ông nói, việc Shen Yun bị ngăn cản ở Nam Hàn là bằng chứng cho thấy các chiến thuật gây ảnh hưởng của chính quyền này đã có hiệu quả.

Ông nói: "Khi điều này diễn ra nhiều lần, thì người ta dễ tiếp nhận ý tưởng rằng việc phục tùng các yêu cầu của Trung Cộng là điều hiển nhiên và cần phải như vậy, và điều đó trở thành thông lệ."

Ông Han cho biết liệu Shen Yun cuối cùng có thể biểu diễn ở Nam Hàn hay không là một "phép thử" để biết được "Nam Hàn có thực sự là đồng minh của Hoa Kỳ hay không."

"Chính phủ Nam Hàn không cho phép công ty Shen Yun của Hoa Kỳ biểu diễn tại Nam Hàn. Điều đó có nghĩa là nhiều quốc gia khác có thể nhìn nhận Nam Hàn là không đáng tin cậy," ông nói. "Chúng tôi sẽ bị xem là cúi đầu trước những lời đe dọa từ phía Trung Quốc."

Nhiều lần gây trở ngại

Trong khi Shen Yun biểu diễn ở những địa điểm hàng đầu trên khắp thế giới – trong đó có Trung tâm Lincoln ở New York và Palais des Congrès ở Paris – thì ở Nam Hàn, các nhà hát hàng đầu đều liên quan tới chính phủ. Kết quả là Trung Cộng đã trực tiếp nhắm mục tiêu vào các nhà hát và đồng thời gián tiếp thông qua chính phủ Nam Hàn.

Kể từ khi công ty nghệ thuật biểu diễn này được thành lập vào năm 2006, Bắc Kinh đã tìm mọi cách đe dọa từ việc từ chối cấp chiếu khán đến thiệt hại kinh tế và các hậu quả về ngoại giao, bằng cách các quan chức Trung Quốc tìm đến nơi, gọi điện, hoặc gửi thư để gây áp lực.

Năm 2009, Trung tâm Nghệ thuật Toàn cầu ở Seoul đã rút lại hợp đồng 12 ngày trước khi Shen Yun đến biểu diễn theo lịch trình. Các nhà tổ chức địa phương sau đó được biết rằng Đại sứ quán Trung Quốc đã đe dọa không cấp chiếu khán đến Trung Quốc cho nhân viên nhà hát và đoàn nghệ thuật biểu diễn của Trung tâm Nghệ thuật Toàn cầu.

KIM GUK-HWAN/THE EPOCH TIMES

▲ Các nghệ sĩ của Đoàn Nghệ thuật Biểu diễn Shen Yun Thế giới chào khán giả trước khi hạ màn tại Nhà hát Quốc gia Nam Hàn ở Seoul, Nam Hàn, hôm 19/02/2023.

"Không phải là chúng tôi đang muốn làm khó Shen Yun. Nhưng chính quyền Trung Quốc sẽ khiến chúng tôi thiệt hại từ hàng chục đến hàng trăm tỷ [won], vậy thì chúng tôi có thể làm được gì đây?" ông Bohee Park, phó chủ tịch của Tongil Foundation, công ty sở hữu nhà hát này, sau đó đã nói với những người dẫn chương trình địa phương của Shen Yun và nói thêm rằng ông chúc Shen Yun "thành công."

Trong một vụ việc được cộng đồng quốc tế chú ý hồi năm 2016, Đại sứ quán Trung Quốc đã viết thư ít nhất hai lần tới Korean Broadcasting System, chủ sở hữu của nhà hát KBS ở Seoul, để yêu cầu hủy hợp đồng với Shen Yun trước khi công ty này đến đó biểu diễn.

Theo một trong những bức thư để tháng Một mà The Epoch Times có được, các quan chức Trung Quốc cho biết rằng KBS, với tư cách là đài truyền hình quốc gia lớn nhất, đã "thiết lập mối quan hệ hợp tác thân thiện với các hãng truyền thông như CCTV." Họ tiếp tục yêu cầu nhà hát này phải từ chối quyền tiếp cận của Shen Yun vì "mối bang giao giữa Trung Quốc và Nam Hàn".

Đài truyền hình này đã đồng ý làm theo yêu cầu trong thư mặc dù hàng ngàn tấm vé đã được bán hết. Trong cuộc chiến pháp lý xảy ra sau đó, một tòa án ở Seoul ban đầu ra phán quyết ủng hộ Shen Yun, nhưng đã hủy bỏ quyết định này chỉ hai ngày trước buổi biểu diễn, nói rằng hậu quả tiềm ẩn về kinh tế mà Trung Quốc gây ra cho KBS vượt xa mọi tổn hại về danh tiếng và tài chính mà công ty này sẽ phải gánh chịu.

Ông Louis Ahn, điều phối viên Shen Yun tại Nam Hàn hiện đang sinh sống tại San Francisco, cho biết Trung Cộng đã âm thầm gây "áp lực mạnh mẽ" để can thiệp vào phán quyết của tòa án.

Trường hợp của KBS nói trên chỉ là một trong hàng loạt những lần các nhà hát địa phương tại quốc gia này hủy bỏ và thay đổi quyết định đột ngột mà công ty nghệ thuật ở New York này phải đối mặt trong các chuyến lưu diễn vòng quanh thế giới suốt 17 năm qua.

Hồi tháng 12/2012, khi các ủy viên của Hội đồng Thành phố Seoul ở Seoul thu thập chữ ký ủng hộ nỗ lực biểu diễn của Shen Yun tại Trung tâm Sejong, thì phó thị trưởng đặc trách các vấn đề chính trị của Seoul, ông Kim Young Ju, đã nói với ban tổ chức Shen Yun địa phương rằng thành phố đã quyết định ngăn cản buổi biểu diễn vì "suy xét đến mối bang giao giữa Nam Hàn và Trung Quốc," và [việc gom] chữ ký cho bức thư đề nghị trên cũng sẽ không giúp ích gì. Đó là những gì mà ủy viên hội đồng đương thời Jun Chan Lee sau đó đã kể lại với những người dẫn chương trình Shen Yun địa phương. Nỗ lực thuê nhà hát thất bại đã khiến ông Lee "thất vọng sâu sắc".

Trong khi nhiều thách thức đang chồng chất, thì năm 2022 đánh dấu một bước ngoặt theo chiều hướng còn tồi tệ hơn nữa. Đến cuối cùng, tổng cộng có 13 nhà hát trực thuộc chính phủ địa phương đã quay lưng lại với Shen Yun, trong đó có một nhà hát có mối quan hệ 10 năm với công ty. Hồi tháng 08/2022, thành phố Seongnam đã liên lạc để mời Shen Yun đến biểu diễn, nhưng đã thay đổi một tháng sau đó, và [công ty] đã mất liên lạc với người làm trung gian có quan hệ mật thiết với thị trưởng thành phố.

Ông Han cho biết liệu Shen Yun cuối cùng có thể biểu diễn ở Nam Hàn hay không là một "phép thử" để biết được "Nam Hàn có thực sự là đồng minh của Hoa Kỳ hay không."

Theo các nhà tổ chức, hồi tháng 02/2023, Trung tâm Văn hóa và Nghệ thuật Seoul đã từ chối đơn ghi danh thuê địa điểm biểu diễn của Shen Yun sau khi một cuộc họp tại tòa thị chính nêu ra vấn đề rằng mối quan hệ với Trung Quốc có thể xấu đi.

Khi từ chối đơn ghi danh của Shen Yun, Trung tâm Văn hóa và Nghệ thuật Ulsan nêu lên lý do cần ưu tiên các buổi biểu diễn địa phương, mặc dù địa điểm này đã đóng cửa vào ngày Shen Yun muốn đặt chỗ.

Ông Ahn nói, các quan chức Trung Quốc lâu nay rất hài lòng vì chính phủ Nam Hàn "tuân theo mệnh lệnh của họ."

"Họ luôn phục tùng những người đó," ông nói về các quan chức Nam Hàn trong quá khứ.

'Nhược điểm của nền dân chủ tự do'

Ông Lee Ji-yong, một giáo sư nghiên cứu về Trung Quốc tại Đại học Keimyung có trụ sở tại Daegu, không ngạc nhiên trước việc các quan chức địa phương và nhân viên nhà hát tỏ ra lo lắng.

Ông nói, nỗi sợ bị mất công ăn việc làm, làm tổn hại đến quan hệ ngoại giao với Trung Quốc, hoặc chịu tổn thất tài chính đã dẫn đến việc họ tự kiểm duyệt bản thân.

Ông nói: "Cả xã hội Nam Hàn phải nghiên cứu mục đích thật sự của Trung Quốc trong các hành động của họ."

Đầu năm 2019, khi những người dẫn chương trình Shen Yun liên lạc với Trung tâm Sejong, trung tâm văn hóa và nghệ thuật lớn nhất Seoul, về việc thuê nhà hát, người quản lý cho biết ông sẽ bị sa thải nếu ông ký hợp đồng này. Ông nói, chính phủ Nam Hàn đã biết về vấn đề này và Trung tâm Sejong không được phép chấp thuận cho Shen Yun nếu cấp trên chưa cho phép.

Ông cho biết các đặc vụ Trung Quốc nghiên cứu kỹ càng "nhược điểm của một nền dân chủ tự do". "Họ xoáy sâu vào nhược điểm đó. Và họ đạt được mục đích."

Tình hình ở Nam Hàn đã thu hút sự chú ý của các nhà lập pháp Hoa Kỳ. Hồi tháng Tám, Dân biểu Michelle Steel (Cộng Hòa–California) đã viết thư cho ông Yoon nói rằng bà "cảm thấy lo ngại khi biết rằng [Trung Cộng] đang lợi dụng tầm ảnh hưởng để ngăn chặn các buổi biểu diễn ở Nam Hàn."

Bà Steel viết rằng "là một quốc gia tự do và dân chủ, Nam Hàn là một trong những đồng minh quan trọng nhất của Hoa Kỳ trong việc thúc đẩy các giá trị chung của nhân loại."

Bà cho biết, "Nhiệm vụ của các chính phủ dân chủ là bảo vệ sự tự do khi đối diện với áp bức."

Ông Lee, người nghiên cứu chuyên sâu về chính trị và kinh tế Trung Quốc, nói rằng việc nhận ra Trung Quốc có tầm ảnh hưởng đến mức nào ở đất nước mình "khiến [ông] rất đau lòng."

Ông muốn chứng kiến sự can thiệp ngấm ngầm của Trung Quốc – như được thể hiện trong những lần ngăn cản Shen Yun đến Nam Hàn – được công khai cho người dân Nam Hàn biết.

Ông nói: "Nếu chúng ta mất đi tự do, thì chúng ta sẽ mất tất cả."

Thanh Nhã biên dịch

GWANHAE SEONG

▶ Nhà hát KBS do đài truyền hình nhà nước KBS của Nam Hàn điều hành ở Seoul.

Những thay đổi quan trọng trong chương trình Medicare năm 2024

Tiếp theo từ trang 1

thời là giám đốc chương trình Cao học Quản trị Y tế tại Đại học New Haven ở Connecticut – nói với The Epoch Times rằng những thay đổi này là "tin tốt" về khả năng chi trả và phạm vi bảo hiểm cho tất cả những người thụ hưởng.

Với mức phí bảo hiểm dự kiến sẽ ổn định ngay cả khi có các mô hình trả tiền mới nhằm cải thiện phẩm chất chăm sóc, năm tới sẽ là bài kiểm tra xem các cải tổ chăm sóc sức khỏe sâu rộng sẽ phục vụ cho nhu cầu của những người cao niên như thế nào.

Mức tăng thuế Medicare mới nhắm vào những người có thu nhập cao nhất

Một trong những thay đổi quan trọng nhất là việc thực hiện tăng thuế Medicare. Việc tăng thuế này chỉ áp dụng cho những người có thu nhập trên 400,000 USD mỗi năm. Những người có thu nhập thấp hơn sẽ không bị tăng thuế Medicare.

Tòa Bạch Ốc cho biết mức tăng này nhằm đến các chuyên viên lương cao và các chủ doanh nghiệp giàu có – những người bảo vệ thu nhập bằng cách không phân loại thu nhập đó là thu nhập kiếm được hay thu nhập đầu tư.

Cụ thể, thuế suất sẽ tăng từ 3.8% lên 5% bắt đầu từ ngày 01/01/2024. Khoản tiền này nhằm giúp kéo dài khả năng chi trả của chương trình này thêm ít nhất 25 năm.

Sự tăng trưởng của Medicare Advantage đi kèm với những cảnh báo

Một thay đổi đáng kể khác là việc mở rộng các chương trình Medicare Advantage (MA), vì số người ghi danh MA dự kiến sẽ tăng 47% trong năm 2024 so với năm 2023. Chương trình này cung cấp một giải pháp thay thế cho Medicare truyền thống bằng cách cung cấp các phúc lợi bổ sung như bảo hiểm nhãn khoa, nha khoa, và thính giác.

Nếu quý vị lo lắng về việc thay đổi chương trình trong thời gian ghi danh mở rộng bắt đầu từ ngày 15/10, thì Trung tâm Dịch vụ Medicare & Medicaid (CMS) đã công bố Xếp hạng Sao cho các chương trình Medicare Advantage. Những xếp hạng này đánh giá phẩm chất dịch vụ y tế và thuốc được cung cấp dựa trên kinh nghiệm trước đây của bệnh nhân.

Các chương trình Medicare Advantage là các chương trình sức khỏe do các công ty tư nhân có hợp đồng với Medicare điều hành. Chọn sai chương trình có thể hạn chế thu nhập – vì bảo hiểm của một số chương trình sức khỏe nhất định có chi phí cao hơn các chương trình khác, có phẩm chất thấp hơn, hoặc không kê toa thuốc. Việc thay đổi chương trình sau này cũng có thể khó khăn hoặc tốn kém. Theo CMS, tùy thuộc vào các quy định của chủ doanh nghiệp hoặc nghiệp đoàn về bảo hiểm y tế, việc tham gia chương trình MA có thể đồng nghĩa với việc mất bảo hiểm của chủ doanh nghiệp hoặc nghiệp đoàn, bao gồm cả đối với vợ/chồng và người phụ thuộc.

"Tôi nghĩ rằng gần đây có rất nhiều mối lo ngại đến từ chính phủ liên bang nói riêng cũng như các nhóm vận động người tiêu dùng rằng những người ghi danh Medicare Advantage thường có xu hướng báo cáo những rắc rối trong việc chi trả dịch vụ chăm sóc sức khỏe hơn những người tham gia Medicare truyền thống" ông Loren Anthes, người đứng đầu về đối ngoại và các chương trình Yuvo Health, một công ty chăm sóc sức khỏe hợp tác với các trung tâm y tế đạt tiêu chuẩn liên bang, cho biết.

Ông Anthes lưu ý rằng các chương trình Medicare Advantage sử dụng trí tuệ nhân tạo ngày càng nhiều để xác định thời điểm ngừng chi trả các dịch vụ.

Nhắm đến giá thuốc Medicare trong khi giữ nguyên phí bảo hiểm

Dự án CMS sẽ vẫn ổn định vào năm 2024. Dự án này tính trung bình chi phí phí bảo hiểm, quyền lợi, và các lựa chọn chương trình cho Medicare Advantage và chương trình thuốc theo toa Medicare Phần D.

Phúc lợi một phần đang bị loại bỏ nên hiện tại, tất cả những người đủ tiêu chuẩn nhận phúc lợi một phần bắt đầu từ năm tới sẽ đủ tiêu chuẩn nhận phúc lợi toàn phần.

ông David Lipschutz – phó giám đốc tại Trung tâm Vận động Medicare

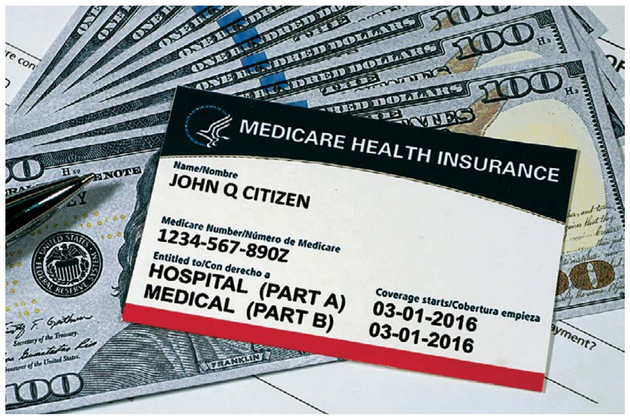
Năm 2024, Medicare sẽ áp dụng một mô hình thanh toán mới cho các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe ban đầu, để ra các khuyến khích chăm sóc có phẩm chất cho các bên cung cấp dịch vụ chăm sóc phẩm chất cao và có thể giảm chi phí. Bằng cách tăng thanh toán cho các dịch vụ cơ bản, mô hình này có mục đích thu hút nhiều bác sĩ lâm sàng hơn.

Bà Rangachari cho biết CMS sẽ yêu cầu các công ty dược phẩm phải trả tiền cho chính phủ nếu giá thuốc Phần D và Phần B tăng nhanh hơn lạm phát. Điều này có thể cho phép việc đàm phán với các hãng dược phẩm để dự trữ nhiều thuốc gốc hơn, giúp kiểm soát chi phí mà không làm giảm quyền tiếp cận hoặc phẩm chất.

Bà nói thêm: "Đó là cách để hạn chế chi phí thuốc, vốn thực sự góp một phần lớn vào chi phí chăm sóc sức khỏe tổng thể."

Các mô hình bắt buộc nhỏ mới cũng có thể khiến các khoản thanh toán thuốc liên quan đến kết quả được cải thiện, giảm sự chênh lệch, khả năng chi trả, và chi phí thấp hơn.

RIX PIX PHOTOGRAPHY/SHUTTERSTOCK



Tăng phạm vi bảo hiểm cho các dịch vụ y tế từ xa

Medicare sẽ mở rộng các dịch vụ y tế từ xa, cải thiện khả năng tiếp cận dịch vụ tư vấn y tế từ xa. Y tế từ xa đã trở thành một cách rất phổ biến để khám bệnh cho bệnh nhân, đặc biệt là những bệnh nhân sống ở khu vực nông thôn. Đại dịch COVID-19 nhấn mạnh sự cần thiết phải tăng cường khả năng tiếp cận các dịch vụ này.

Đạo luật Phân bổ ngân sách Hợp nhất năm 2023 đã mở rộng nhiều đặc điểm linh hoạt của chương trình chăm sóc sức khỏe từ xa của Medicare cho những người tham gia chương trình cho đến ngày 31/12/2024, bao gồm:

- Tiếp cận trên khắp Hoa Kỳ, không chỉ khu vực nông thôn.
- Cho phép chăm sóc sức khỏe từ xa tại nhà thay vì buộc bệnh nhân phải đến cơ sở chăm sóc sức khỏe.

Sau năm 2024, một số Tổ chức Chăm sóc có Trách nhiệm vẫn có thể cung cấp dịch vụ y tế từ xa, cho phép các nhà cung cấp điều trị cho bệnh nhân từ xa bất kể vị trí.

Điều này sẽ mang lại cho những người thụ hưởng khả năng tiếp cận tốt hơn với dịch vụ chăm sóc tại nhà.

Những thay đổi về trợ cấp cho người thu nhập thấp

Theo ông David Lipschutz – phó giám đốc tại Trung tâm Vận động Medicare – một số thay đổi về bảo hiểm thuốc theo toa Phần D sẽ ảnh hưởng đến tất cả mọi người, trong khi những thay đổi khác chỉ ảnh hưởng đến những người nhận Trợ cấp cho Thu nhập Thấp (LIS).

Chương trình Trợ cấp cho Người có Thu nhập Thấp, thường được gọi là "chương trình trợ giúp bổ sung" (Extra-help) trợ giúp những người thụ hưởng Medicare trang trải chi phí thuốc theo toa, giảm tổng chi phí liên quan đến bảo hiểm thuốc theo toa của Medicare.

Những thay đổi này gắn liền với Đạo luật Giảm Lạm Phát – một đạo luật năm 2022 nhằm hạn chế việc tăng giá bằng cách giảm thâm hụt liên bang – làm cho thuốc kê toa có giá cả phải chăng hơn, trợ giúp sản xuất năng lượng trong nước, bao gồm cả các nguồn năng lượng sạch và các biện pháp khác.

"Theo kết cấu của phúc lợi hiện nay, có phúc lợi đầy đủ và phúc lợi một phần dựa trên thu nhập và các nguồn lực của mỗi người," ông Lipschutz nói. "Tuy nhiên, phúc lợi một phần đang bị loại bỏ nên hiện tại, tất cả những người đủ tiêu chuẩn nhận phúc lợi một phần bắt đầu từ năm tới sẽ đủ tiêu chuẩn nhận phúc lợi toàn phần."

Ông Lipschutz lưu ý rằng sẽ có những thay đổi ngoài Trợ cấp cho Người có Thu nhập Thấp.

Ông lưu ý rằng vào năm 2024, yêu cầu đồng bảo hiểm 5% cho giai đoạn bảo hiểm tai ương [sau khi tự trả đến hạn mức $2000] theo Phần D sẽ bị loại bỏ, và chi phí tự trả [out-of-pocket] sẽ giới hạn ở mức 2,000 USD vào năm 2025. "Đó là những điều bên cạnh những thay đổi có hiệu lực trong năm nay, chẳng hạn như giới hạn chi phí hàng tháng cho insulin ở mức 35 USD và cung cấp miễn phí một số loại vaccine phòng bệnh."

Chương trình tình nguyện mới nhằm cải thiện sức khỏe dân cư

Vào tháng Chín, CMS đã công bố mô hình AHEAD tự nguyện mới – viết tắt của Mô hình Phát triển và Thúc đẩy Tiếp cận Công bằng về Sức khỏe cho Tất cả Người trả tiền ở các Tiểu bang – nhằm cải thiện việc quản lý sức khỏe dân cư của các tiểu bang. Chương trình nhằm mục đích điều trị tốt hơn các căn bệnh mạn tính, sức khỏe hành vi, và các bệnh khác.

CMS sẽ hợp tác với các tiểu bang tham gia để sắp xếp lại việc cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe và cải thiện sức khỏe toàn diện cho người dân. Mục tiêu này được cho là sẽ đạt được bằng cách nâng cao phẩm chất và hiệu quả chăm sóc, giảm sự chênh lệch về sức khỏe, và cải thiện kết quả.

Thanh Nguyên biên dịch

Ana Real Estate
Office: Ana Real Estate. 10900 Westminster Ave. Suite 10, Garden Grove, CA 92843
TEL: (714) 636-2299
HOA TRUONG (714) 622-9988
DRE#: 02013309 hoatruong9988@gmail.com
Chuyên viên địa ốc toàn thời gian 24/7
Tận Tâm, Uy Tín, Chuyên Nghiệp
Làm việc trên toàn tiểu bang California, từ San Francisco, San Jose, Sacramento đến Los Angeles, San Diego
Listing với lệ phí thấp
Giúp sang tên cho anh chị em, con cháu
Giúp định giá miễn phí. Mua nhà mới xây
Giúp vay tiền mua nhà, đặc biệt cho những người lợi tức thấp, điểm tín dụng yếu, du học sinh

DIAMOND STAR INSURANCE, INC.
9550 Bolsa Ave., #104, Westminster, CA 92683
Tel: 714–531–4444 • Email: star.insuranceinc@yahoo.com
INSURANCE, DMV, INCOME TAX
• BẢO HIỂM: MEDICARE, COVERED CALIFORNIA; Xe, nhà, cơ sở thương mại, sức khỏe, nhân thọ...
• DMV: Registration, Title, Sticker, Bảng số xe, Xe ngoài tiểu bang, Bằng Lái xe Quốc tế...
• KHAI THUẾ: Cá nhân, công ty... Payroll, Bookkeeping...
COVERED CALIFORNIA
Certified Insurance Agent
DỊCH VỤ DI TRÚ & PHÁP LÝ
• IMMIGRATION, Quốc tịch, Thẻ xanh; Bảo lãnh gia đình, Đầu tư, Lao động, Du lịch, Du học...
• Thành lập Doanh nghiệp: Corporations, LLC, Sole Proprietorship...
• Ly dị, Đổi tên, Living trusts...
GIẤY TỜ VN (Luật sư VN phụ trách)
• Sang tên, ủy quyền Nhà đất và các đối tượng khác...
• Công hàm độc thân, hộ chiếu VN, thị thực, khai sinh...
• Khởi kiện, tranh tụng trước Tòa án VN...
DỊCH VỤ HỖ TRỢ KHÁC
• SSI, TIỀN BỆNH, TIỀN HƯU, TRỢ CẤP...
• DỊCH THUẬT: Anh, Pháp, Hoa, Nhật...
• NOTARY PUBLIC
MEDICARE HEALTH INSURANCE
JOHN L SMITH
1EG4-TE5-MK72
HOSPITAL (PART A) 03-01-2016
MEDICAL (PART B) 03-01-2016
SAMPLE

Bank of America: Các nhà đầu tư bi quan và lo sợ kinh tế rớt mạnh

Tom Ozimek

Một cuộc khảo sát do Bank of America thực hiện qua theo dõi sát sao các nhà quản lý quỹ toàn cầu, cho thấy giới đầu tư đã lại có xu hướng suy đoán thị trường giảm giá lần nữa, nhiều người rút tiền mặt hơn, và ngày càng có nhiều người tin rằng nền kinh tế có thể "hạ cánh gay go" (hard landing).

Cuộc khảo sát hồi tháng Mười của BofA với 225 nhà quản lý quỹ đầu tư hiện đang nắm giữ 664 tỷ USD hôm 17/10 cho thấy giới đầu tư đã xuống tinh thần trong tháng Mười.

"Tâm lý vẫn đi xuống," các nhà phân tích viết trong báo cáo, lưu ý rằng thước đo tâm lý rộng nhất của BofA – dựa trên vị thế tiền mặt, phân bổ vốn cổ phần, và kỳ vọng tăng trưởng kinh tế – đã giảm xuống 1.7 trong tháng Mười từ mức 2.2 trong tháng Chín.

Các nhà đầu tư đã chuyển sang tiền mặt, tăng đến mức 5.3% – là tỷ lệ giữ tiền mặt cao nhất so với mức 4.9%, kể từ tháng Bảy.

Mặc dù tình huống kinh tế hạ cánh êm ả (soft landing) vẫn là cơ sở, nhưng tiên đoán của các nhà đầu tư về cuộc hạ cánh gập ghềnh đã tăng thêm 9% – lên mức 30% trong tháng Mười, từ mức 21% trong tháng Chín.

Cuộc khảo sát diễn ra sau một số báo cáo cho thấy sức mua của người tiêu dùng dường như đang suy giảm, trong khi Tổng Giám đốc JPMorgan Jamie Dimon gần đây đã cảnh báo rằng sự kết hợp của nhiều yếu tố, gồm cả cuộc chiến Israel–Hamas, đã mở ra "thời kỳ nguy hiểm nhất" trong nhiều thập niên.

MARIO TAMA/GETTY IMAGES

▲ Một người phụ nữ mua sắm trong một cửa thực phẩm ở Los Angeles, hôm 12/10/2023.

'Tình huống lạc quan nhất': Suy thoái cộng với việc cắt giảm lãi suất

Trước đó, chiến lược gia Michael Hartnett của BofA cho biết trong một ghi chú được Bloomberg trích dẫn rằng "tình huống lạc quan nhất" là suy thoái kinh tế cùng với Hệ thống Dự trữ Liên bang cắt giảm lãi suất. Đây sẽ là tín hiệu để các nhà đầu tư "bán tiền mặt" và "kích hoạt các khoản đầu tư mới," và "kích hoạt thị trường giá lên (bullish)," thúc đẩy một cuộc phục hồi thị trường chứng khoán rộng hơn.

Trong khi đó, theo dữ liệu trước đó do Bộ Thương mại công bố hôm 17/10, doanh số bán lẻ đã tăng 0.7% so với tháng trước trong tháng Chín, gần gấp đôi ước tính đồng thuận.

"Tin tốt này thực ra lại là tin xấu; điều đó đáng chú ý," ông Peter Tuz, chủ tịch của Chase Investment Counsel ở Charlottesville, Virginia, nói với Reuters. "Số liệu bán lẻ vững chắc và có thể có tác dụng giữ lãi suất cao hơn trong thời gian dài hơn."

Ông nói thêm: "Đó có lẽ là yếu tố lớn nhất tạo nên sự thay đổi của thị trường chứng khoán ngày nay."

Doanh số bán lẻ, được điều chỉnh theo mùa nhưng không điều chỉnh theo lạm phát, đã tăng 0.7% trong tháng Chín, và mức tăng của tháng Tám đã được điều chỉnh tăng lên cho thấy mức tăng trưởng 0.8%.

SPENCER PLATT/GETTY IMAGES

▲ Các nhà giao dịch làm việc trên sàn Sở giao dịch chứng khoán New York, hôm 05/09/2023.

30 PHẦN TRĂM
Tiên đoán của các nhà đầu tư về cuộc hạ cánh gập ghềnh đã tăng thêm 9% – lên mức 30% trong tháng Mười, từ mức 21% trong tháng Chín.

Tuy nhiên, một số chuyên gia đã nêu ra rằng, khi điều chỉnh theo lạm phát, doanh số bán lẻ đã giảm 0.7% so với cùng thời kỳ trong tháng Chín, đánh dấu mức giảm thứ 11 liên tiếp so với cùng thời kỳ năm ngoái.

"Đó là chuỗi giảm dài nhất kể từ năm 2009," nhà phân tích thị trường Charlie Bilello cho biết trong một bài đăng trên X, trước đây gọi là Twitter.

Nhà kinh tế học Peter Schiff cho biết trong một bài đăng trên X rằng lạm phát chứ không phải tăng trưởng kinh tế mạnh hơn, đang thúc đẩy doanh số bán lẻ cao hơn "vì người tiêu dùng ngày càng phải trả nhiều tiền hơn để mua được ít hơn."

Ông viết: "Mức tăng này cũng cung cấp thêm bằng chứng cho thấy Fed đã thua trong cuộc chiến chống lạm phát."

Mặc dù một số người xem dữ liệu bán lẻ là bằng chứng cho thấy sự lo ngại về sức tiêu dùng suy yếu là đang bị phóng đại, nhưng dữ liệu gần đây cho thấy niềm tin của người tiêu dùng đã giảm, khi một lượng kỷ lục người Mỹ đang nói rằng giá cả cao đang làm giảm mức sống của họ.

Cuộc khảo sát tâm lý người tiêu dùng mới nhất của Đại học Michigan cho thấy niềm tin của người tiêu dùng nhìn chung đã giảm 7% trong tháng Mười, sau hai tháng tương đối ít thay đổi.

Ông Joanne Hsu, giám đốc Khảo sát người tiêu dùng của Đại học Michigan, cho biết: "Đánh giá về tài chính cá nhân đã giảm khoảng 15%, chủ yếu là do lo ngại về lạm phát gia tăng đáng kể, và kỳ vọng về điều kiện kinh doanh trong một năm tới đã giảm khoảng 19%."

Cuộc khảo sát của Đại học Michigan cho thấy dự đoán lạm phát trong tương lai đã tăng vào tháng Mười, và người sáng lập "Bear Traps Report" Larry McDonald đã cảnh báo về hậu quả kinh tế từ cuộc chiến Israel–Hamas. [Bear Traps Report là Ấn phẩm Nghiên cứu Đầu tư độc lập hàng tuần tập trung vào rủi ro chính trị và hệ thống toàn cầu, với các ý tưởng thương mại có thể thực hiện được.]

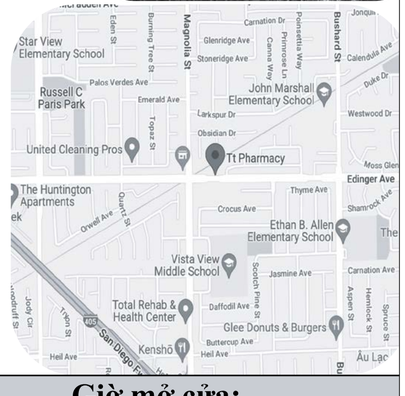
Ông cảnh báo rằng chiến tranh "rất dễ gây ra lạm phát" và dự đoán rằng, do nhiều năm đầu tư vào sản xuất dầu thô không đủ, giá dầu có thể tăng vọt lên tới 250 USD/thùng trong vòng 3 đến 5 năm tới.

Vân Du biên dịch

TT PHARMACY
9091 Edinger Ave, Ste B, Westminster, CA 92683
(714) 622-5549

KÍNH MỜI QUÝ KHÁCH

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



Giờ mở cửa:
Thứ 2,3,5,6 : 10 AM – 6 PM
Thứ 7 : 10 AM – 2 PM
Chủ nhật & Thứ 4 : Nghỉ

TẬN TÂM — CHẤT LƯỢNG — UY TÍN

PUBLIC DOMAIN

Pho tượng "Portrait of Hotto Enmyo Kokushi" (Chân dung Thiền sư Hotto Enmyo Kokushi), khoảng năm 1295–1315, Nhật Bản, thời kỳ Kamakura (1185–1333). Tác phẩm này là một phần trong bộ tượng điêu khắc; Chất liệu: gỗ bách Hinoki kết hợp sơn mài, đinh kẹp và phụ kiện bằng kim loại; kích thước: 36 inch (khoảng 0.9m). Quỹ Leonard C. Hanna, Jr; Bảo tàng Nghệ thuật Cleveland.

Tuyệt tác điêu khắc của Nhật Bản ở Mỹ quốc

Lorraine Ferrier

Quý vị có thể chiêm ngưỡng tác phẩm điêu khắc bằng gỗ hơn 750 tuổi của một vị Thiền sư Phật Giáo tại Bảo tàng Nghệ thuật Cleveland.

Pho tượng Thiền sư Hotto Enmyo Kokushi trầm mặc ngồi ngay ngắn, với đôi mắt nhắm khẽ và bàn tay kết ấn (là một trong nhiều thế tay hoặc "thủ ấn" của Phật gia biểu thị ngôn ngữ của Thần Phật).

Mặc dù chúng ta không biết ai là người tạc nên bức tượng chân dung thiêng liêng này vào hơn 700 năm trước, nhưng các Phật tử tin rằng dù là ai đi nữa thì họ cũng đã tích được âm đức cho bản thân.

Pho tượng này được chế tác vào thời kỳ Kamakura (1192–1333), chạm khắc trên gỗ bách Hinoki bản địa của Nhật Bản, một loại gỗ bền chắc thường sử dụng cho các ngôi đền và chùa miếu truyền thống ở đất nước này.

Quý vị có thể chiêm ngưỡng các pho tượng nổi tiếng của Thiền sư Kokushi tại tự viện Ankokuji ở Hiroshima, và tự viện Kokokuji ở Wakayama, miền nam Nhật Bản. Theo trang web của Bảo tàng Nghệ thuật Cleveland, cả hai bức tượng đều được tạc khi thiền sư còn tại thế, lần lượt vào năm 1275 và năm 1286.

Thiền sư Kokushi tên khai sinh là Shinchi Kakushin (1203–1298). Sau sáu năm tu tập cùng các bậc thầy tâm linh ở Trung Quốc, ngài Kakushin đã truyền bá tông phái Fuke Zen (Phổ Hóa Tông) vào Nhật Bản. Môn phái này được thực hành ở Nhật Bản cho đến thế kỷ XIX. Sau khi thiền sư Kakushin viên tịch, Hoàng đế Gao-Ji sắc phong cho ông danh hiệu "Hotto Enmyo Kokushi" (Pháp Đăng Viên Minh Quốc Sư), nghĩa là "Quốc sư Pháp Đăng đã hoàn toàn tỉnh giác."

Theo trang web của Bảo tàng Nghệ thuật Metropolitan, thời kỳ Kamakura là thời kỳ mà tầng lớp võ sĩ cầm quyền "coi trọng những nghệ sĩ đối đãi với các chủ đề nghệ thuật bằng sự ngay thẳng chính trực, và khí lực rắn rỏi phù hợp với [phẩm chất] của chính họ. Thời kỳ trường phái tả thực sau này là chưa từng có trước cuối thế kỷ 18 [ở Nhật Bản]."

Quý vị có thể thưởng lãm pho tượng bằng gỗ bách Hinoki này tại Bảo tàng Nghệ thuật Cleveland. Để tìm hiểu thêm, vui lòng truy cập trang *ClevelandArt.org*.

Cô Lorraine Ferrier là tác giả viết về mỹ thuật và thủ công cho The Epoch Times. Cô đặc biệt quan tâm đến những ngành nghệ thuật và thủ công hiếm gặp và ít được biết đến. Cô hy vọng chúng ta có thể bảo tồn di sản nghệ thuật truyền thống. Cô sinh sống và sáng tác tại vùng ngoại ô thành phố London, Anh quốc.

Thanh Ân biên dịch

ALL PHOTOS IN THE PUBLIC DOMAIN

▲ Tác phẩm "The Garden of Eden with the Fall of Man" (Vườn Địa Đàng và Sự Sa ngã của loài người) của các họa sĩ Peter Paul Rubens và Jan Brueghel Già, khoảng năm 1615.

Chúng ta học được gì khi đọc Sáng Thế Ký, Chương 1 từ góc độ thần thoại?

Thần thoại và Triết học (Phần 4)

James Sale

Điều gì sẽ xảy ra nếu đạo đức được đưa vào đặc tính của vũ trụ, và điều đó có ý nghĩa gì đối với chúng ta thời nay?

Trong phần đầu tiên của loạt bài "Thần thoại và Triết học" này, chúng ta đã thảo luận về điểm khác biệt giữa thần thoại và lý luận. Sau đó, trong phần hai, ta tiếp tục bàn luận về việc con người ưu ái lý luận hơn thần thoại đã dẫn đến việc khoa học lấn lướt tôn giáo. Trong Phần 3, chúng ta xem xét góc nhìn dựa trên thần thoại khi đọc cuốn sách đầu tiên của Kinh Thánh – Sáng Thế Ký – để nghiên cứu ý nghĩa và vẻ đẹp được sáng tạo ra như thế nào. Trong bài viết cuối cùng của loạt bài này, chúng ta một lần nữa nhìn lại Sáng Thế Ký nhưng tập trung vào sự tốt lành của công việc sáng tạo.

Hãy nhớ rằng từ "tốt lành" trong Sáng Thế Ký Chương 1 trong tiếng Hebrew là "tov", và trong Phần 3 chúng ta đã định ra năm ý nghĩa có thể dành cho từ này – đức hạnh là một trong những ý nghĩa đó. Rất rõ ràng, từ "tốt lành" mang một khía cạnh đạo đức trong đó, vì trong lối nói thông thường, chúng ta nói những điều như "hãy là một bé trai hoặc bé gái tốt," hay "anh ấy hoặc cô ấy là người tốt." Khi chúng ta nói những điều thế này, chúng ta thường đang đề cập đến những phẩm chất đạo đức biểu hiện qua những hành vi tương ứng.

Do đó, khi chúng ta nghiên cứu Sáng Thế Ký Chương 1 (chỉ chương này), chúng ta có cảm giác kinh ngạc không chỉ về quyền năng và sự sáng tạo của Chúa, mà còn về đức hạnh của Ngài. Đạo đức có thể được tìm thấy trong kết cấu của chính vũ trụ (đầu tiên và quan trọng nhất là từ ánh sáng, và mở rộng ra là mặt trời và các vì sao), trong các sinh vật sống sinh trưởng và phát triển trên trái đất, nhưng hơn tất cả là ở loài người trong bối cảnh của toàn bộ sự sáng tạo; muôn loài, như Chúa nói, "rất tốt lành". Hành động của Chúa, nếu chúng ta có thể gọi như vậy, bao gồm việc tạo ra những điều tốt đẹp đến mức mọi thứ trở nên rất tốt lành.

Vậy điều này có ý nghĩa gì đối với chúng ta? Có ít nhất ba điểm chính.

Sự tồn tại là điều tốt lành

Trước hết, sự tồn tại thì đáng trân quý hơn là không hiện hữu. Điều này có vẻ hiển nhiên, nhưng liệu có phải vậy không? Chúng ta với tư cách là con người được trao cơ hội tuyệt vời này: Được tồn tại! Vậy nên, phản ứng đầu tiên của chúng ta đối với điều đó phải là lòng biết ơn, thậm chí là niềm hân hoan.

Lòng biết ơn này có nghĩa rằng chúng ta nên có tấm lòng trung thành trinh nguyên với vũ trụ, với Trái đất, và với tất cả những ai được hưởng lợi khác (nghĩa là, các sinh mệnh sống), bao gồm cả chính chúng ta.

Tôi tin rằng, chính vì lòng cảm ân đó, thì một trong những điều cấm kỵ lâu đời và cố hữu nhất trong hầu hết các nền văn hóa theo thời gian đã xuất hiện: sự chỉ trích hay ghê sợ của toàn thế giới đối với việc tự tử (ngoại trừ trong các tình huống cụ thể và được xác định rõ ràng như trong chiến tranh, vì danh dự, v.v.). Tự tử là khước từ sự sống và từ chối điều tốt lành để chấp nhận trạng thái vô tồn hay là điều "không tốt lành".

Cuộc sống thật tốt lành

Thứ hai, tiếp nối từ quan điểm đầu tiên, sự sống (nghĩa là, tồn tại một cách sống động, và trong trường hợp của con người là tồn tại có tri giác) thì đáng quý hơn là không có sự sống, hoặc điều mà chúng ta thường gọi là cái chết. Cuộc sống là điều tốt lành, đúng hơn là, rất tốt lành. Bất cứ ai, hay có lẽ chính xác hơn, hầu hết những người từng cận kề cửa tử (như bản thân tôi) trong các tình huống nguy hiểm, bệnh tật, tai nạn, v.v., đều được trực giác mách bảo rằng cuộc sống là tốt lành. Bởi cuộc sống trong Sáng Thế Ký Chương 1 không đơn thuần hàm nghĩa là sự tồn tại hờ hững. Chúng ta lưu ý về mặt từ ngữ – trái đất "nảy mầm", thảm thực vật "cho hạt", cây cối "ra trái", nguồn nước "dồi dào", sinh vật "bầy đàn", chim "bay lượn" – và sau đó Sáng Thế Ký viết rằng "Chúa ban phước cho các loài đó". Sau này, loài người cũng được ban phước. Khả năng sinh sản là để tự tạo ra nhiều hơn! Trong tất cả những điều này đều có một cảm giác lớn lao về năng lượng, về sinh khí: Cuộc sống là sự cảm nhận, thúc đẩy, hân hoan trong sinh khí đó, nhìn nguồn sinh khí đó đúng bản chất của nó, như cách mà Đức Chúa Trời nhìn, là rất tốt lành.

Những gì Sáng Thế Ký Chương 1 làm rõ là liệu chúng ta muốn điều tốt lành và đạo đức hay chúng ta muốn lựa chọn điều khác, bóng tối hỗn loạn.

Trong năng lượng của cuộc sống thực này, hầu như tất cả mọi người đều được phục hồi bằng cách tiếp xúc với nó: cơn bão hay sự êm đềm trên biển, những chú chim trên bầu trời, những chú ong đua nhau thu thập nhiều phấn hoa hơn cả mức chúng có thể mang đi. Hoạt động này ở khắp mọi nơi! Và thật khoan khoái biết bao, đôi khi ta ra khỏi văn phòng hay thậm chí ngay tại nhà, để tìm thấy nguồn năng lượng phục hồi đó. Vâng, có những người xấu ở ngoài kia; đây chẳng phải là một thế giới hoàn hảo, nhưng nó "rất tốt lành".

Rút ra từ việc chỉ đọc một chương này, chúng ta có thể hiểu rằng các phong trào trợ tử thời nay và việc họ khẳng định rằng nhà nước hoặc các tổ chức đại diện, hoặc cá nhân và người nhà của họ, có quyền chấm dứt một cuộc sống "với phẩm đức" về căn bản đã trái ngược hoàn toàn với những ý định của Đức Chúa Trời. Trong bối cảnh này, "nhân phẩm" là một khái niệm thế tục được sử dụng để chống lại điều tốt lành của công việc sáng tạo.

Dù sao thì, nhân phẩm liệu có mang ý nghĩa nhiều không? Bất cứ sự tử vong nào cũng đều không dễ chịu cho dù là một chút. Tất cả cái chết đều liên quan đến việc mất kiểm soát – từ việc mất kiểm soát trí tuệ cho đến việc bài tiết của chúng ta.

Lấy một ví dụ khác, Đức Chúa Trời không bao giờ nghĩ rằng việc phá thai theo yêu cầu là một điều tốt lành – như thể việc ngẫu nhiên sát hại một sinh mệnh sống bởi vì điều đó tiện lợi là hoàn toàn ổn. Rõ ràng, có những trường hợp mà phá thai là sự lựa chọn duy nhất: ví dụ như để cứu mạng người mẹ. Nhưng vì sự sống là điều tốt lành và được ban phước, làm thế nào có thể là tốt khi kết thúc sự sống của một bào thai vô tội?

Cuộc sống thật quý giá, sinh mệnh con người thật thiêng liêng, và việc chủ ý hủy diệt sinh mệnh không bao giờ là đúng, không bao giờ có thể tốt được, dù chúng ta hợp thức hóa những vụ sát nhân bằng hệ tư tưởng về lựa chọn [cá nhân]. Tất cả chúng ta đều có thể chọn trở thành kẻ sát nhân hay người sát hại sinh linh đang nên hình, nhưng thực hiện lựa chọn như vậy không làm cuộc sống trở nên tốt hơn; mà chỉ đơn giản là thuận tiện và vị kỷ.

▲ Tác phẩm "Mankind's Eternal Dilemma – The Choice Between Virtue And Vice" (Thế tiến thoái lưỡng nan muôn thuở của nhân loại – Lựa chọn giữa đức hạnh và tội lỗi) của họa sĩ Frans Francken con, vẽ năm 1633. Tranh sơn dầu trên bảng vẽ. Bảo tàng Mỹ thuật Boston.

Sống một cuộc sống đạo đức thông qua trật tự

Điều thứ ba, và cuối cùng trong bài viết quá ngắn này về sức mạnh thần thoại của Sáng Thế Ký, Chương 1, ta hãy cùng nhớ lại những lời của một trong những nhà nhân chủng học vĩ đại của thế kỷ 20: ông Claude Lévi-Strauss. Trong cuốn sách "Myth and Meaning" (Huyền Thoại và Ý Nghĩa) của mình, ông nhận xét: "Tôi nghĩ, hình dung về ý nghĩa mà không đi kèm với trật tự là điều bất khả. … Mẫu số chung [của tất cả những nỗ lực tri thức của con người] là luôn đưa ra một loại trật tự nào đó. Nếu điều này đại diện cho một nhu cầu căn bản về trật tự trong tâm trí con người và vì, xét cho cùng, tâm trí con người chỉ là một phần của vũ trụ, thì nhu cầu này có thể tồn tại bởi vì có một số trật tự trong vũ trụ và vũ trụ không phải là một mớ hỗn mang."

Vũ trụ không phải là một mớ hỗn mang! Vì vậy, vũ trụ không phải là bóng tối lộn xộn, rối tung, không có trật tự. Trước hết, Đức Chúa Trời tạo ra ánh sáng, và điều này cho phép chúng ta nhìn thấy trật tự. Ngày rồi đến đêm. Hay ví dụ, con người không muốn kiệt sức thì phải nghỉ ngơi một ngày trong bảy ngày cho dù việc nghỉ ngơi là vì lý do thiêng liêng hay thế tục.

Ý tưởng này không chỉ giới hạn trong truyền thống của Do Thái – Kitô giáo. Ý tưởng về sự tồn tại có trật tự được tìm thấy ở khắp mọi nơi khi những nhà tư tưởng nghiêm túc quan sát bản chất thực của thế giới. Ví dụ, theo triết gia Trung Quốc là Đổng Trọng Thư (khoảng 179–104 trước Công Nguyên): "Các lực lượng sống của Thiên và Đại hợp lại tạo thành nhất thể, phân tách thành âm và dương, chia thành bốn mùa, và tự sắp xếp thành năm nguyên tố (ngũ hành)... Theo thứ tự nối tiếp nhau, chúng tương sinh nhau, trong khi theo một trật tự khác, chúng tương khắc nhau. Do đó, trong việc cai trị, nếu một người vi phạm trật tự này, thì sẽ rối loạn, nhưng nếu thuận theo nó, thì tất cả sẽ được cai quản tốt."

Ông Đổng đề cập đến câu chuyện xảy ra sau Sáng Thế Ký: Sự sa ngã của Adam và Eva. Chỉ có ở đây, thay vì gọi là Tội Tổ Tông truyền, nó được mô tả là "vi phạm trật tự"; điều này dẫn đến rối loạn – sự tăm tối thuở sơ khai. Đạo đức cốt ở việc cưỡng lại hoặc phá vỡ sự mất trật tự.

Trong quyển sách của mình có nhan đề "Beyond Order: 12 More Rules for Life" (Vượt Ra Ngoài Trật Tự: 12 Nguyên Tắc Khác Cho Cuộc Sống), tác giả Jordan B. Peterson chắc chắn chạm đến trọng tâm của vấn đề khi ông viết về "thế giới ảo siêu thực này, bao gồm sự tương tác liên tục giữa rối loạn và trật tự, điều luôn luôn đóng vai trò như chiến trường giữa thiện và ác." Cuộc chiến chống lại sự rối loạn mà ông Peterson nhắc đến này chính là điều tạo nên hình tượng người anh hùng.

Điều này luôn luôn đòi hỏi một cuộc đấu tranh về mặt đạo đức: vượt qua cái ác hoặc hỗn loạn bên trong, và cái ác hoặc hỗn loạn bên ngoài. Bởi vì luôn có một trật tự trong tâm trí chúng ta cũng như trong vũ trụ. Trật tự trong tâm trí chúng ta, nhu cầu về trật tự, bắt nguồn từ việc chúng ta [được tạo ra] theo hình hài của Chúa và trật tự phản ánh sự sáng tạo của Ngài thuở ban đầu.

Những gì Sáng Thế Ký Chương 1 làm rõ là liệu chúng ta muốn điều tốt lành và đạo đức hay chúng ta muốn lựa chọn điều khác, bóng tối hỗn loạn. Cả hai đều không phải là sự lựa chọn trí tuệ; mà là lựa chọn thuộc về mặt đạo đức. Cuối cùng, nó liên quan đến ý chí của chúng ta, thông qua đó chúng ta đưa ra lựa chọn và sống cuộc sống của mình. Tất cả đàn ông và phụ nữ đều được triệu hồi để chiến đấu chống lại cái ác và rối loạn, dù cho họ có nhận thức được điều đó hay không.

Ông James Sale là một doanh nhân người Anh sở hữu công ty Motivational Maps Ltd., hoạt động tại 14 quốc gia. Ông là tác giả của hơn 40 cuốn sách về quản lý và giáo dục từ các nhà xuất bản quốc tế lớn như Macmillan, Pearson và Routledge. Ông đạt giải nhất trong cuộc thi The Society of Classical Poets' 2017 (Hiệp Hội Các Nhà Thơ Cổ Điển Năm 2017) tại New York năm 2019.

Diệu Linh biên dịch

VĂN HÓA TRUYỀN THỐNG

Tại sao Phật Thích Ca Mâu Ni tu đắc chính quả vẫn phải chịu quả báo?

Hoài Nhẫn Nhẫn

Phật gia giảng tất cả sinh mệnh đều trong nhân quả luân hồi. Khi Phật Thích Ca Mâu Ni đạt được sự tự tại, giải thoát và độ chúng sinh, ngài vẫn còn gặp phải chuyện quả báo. Trong đó có báo ứng ba tháng phải ăn lúa mạch dành cho ngựa, báo ứng đau đầu, và báo ứng bị vu khống hãm hại. Phật Đà đã tu thành chính quả, tại sao vẫn phải chịu quả báo?

PUBLIC DOMAIN

▲ Trích đoạn bức tranh "Miracle of the Dragon," những năm 1600, với hình ảnh Đức Phật Thích Ca Mâu Ni đang ngồi thiền trong khi những chú chim làm tổ trên đỉnh đầu.

Báo ứng ba tháng ăn lúa mạch dành cho ngựa

Phật Thích Ca Mâu Ni và năm trăm vị La Hán môn đệ được một vị Bà La Môn mời đến thành Tì Lan để cung dưỡng an cư trong ba tháng. Tuy nhiên, do một số tình huống kỳ lạ phát sinh nên cuối cùng Phật Đà và chúng đệ tử lại không nhận được cung dưỡng. Phật Thích Ca Mâu Ni cùng đệ tử đi hóa duyên, nhưng cũng không xin được thức ăn. Vì vậy, ông cùng các đệ tử của mình phải ăn lúa mạch dành cho ngựa trong suốt ba tháng.

Trong "Phật thuyết hưng khởi hành kinh" có ghi lại, trong suối lớn A Nậu, Thích Ca Mâu Ni thuyết giảng cho đệ tử một đoạn liên quan giữa duyên tiền kiếp và đoạn nghiệp báo này.

Đức Phật giảng rằng rất nhiều kiếp về trước, Tỳ Bà Diệp Như Lai đã được quốc vương và người dân long trọng lễ bái cúng dường tại thành Bàn Đầu Ma Bạt. Lúc đó có một "Phạm Chí" của Bà La Môn (tu sĩ ngoại đạo tu khổ hạnh), tên là Nhân Đề Kỳ Lợi, là sư phụ của một sơn môn, dạy bảo năm trăm đồng tử.

Có một lần, Quốc vương mở yến tiệc chiêu đãi Tỳ Bà Diệp Như Lai và chúng đệ tử của ông. Họ thuận theo tâm ý của Quốc vương, cầm bình bát đến. Lúc ấy có một tỳ kheo bị bệnh không thể đi được. Đoàn người đến dự tiệc, sau khi yến tiệc kết thúc thì mang thức ăn về cho vị tỳ kheo bị bệnh. Khi họ trở về, đi ngang qua núi thì gặp Phạm Chí Nhân Đề Kỳ Lợi. Nhìn và ngửi thấy thức ăn rất thơm ngon, trong lòng Phạm Chí nổi lên sự đố kỵ, nói: "Sa môn đầu trọc thì chỉ nên ăn lúa mạch dành cho ngựa, không nên ăn những món cao lương mỹ vị này." Nói rồi, ông ta cố ý hỏi năm trăm đệ tử của mình: "Các ngươi xem những sa môn đầu trọc này, có nên ăn các món ngon không?" Năm trăm đồng tử thuận theo ý của thầy, thưa rằng: "Không chỉ những người này, mà cả sư phụ của họ, cũng phải ăn lúa mạch dành cho ngựa."

Thích Ca Mâu Ni nói với các đệ tử của mình: "Sơn Vương Phạm Chí trong kiếp đó chính là ta bây giờ, còn năm trăm đồng tử kia là năm trăm La Hán các con." Vì lời nói đố kỵ, họ phải chịu báo ứng và phải chịu vô số kiếp trong địa ngục.

Tuy nhiên, báo ứng vẫn chưa hết. Sau khi Phật Thích Ca Mâu Ni tu thành chính quả, vẫn phải chịu báo ứng ba tháng ăn lúa mạch dành cho ngựa. Thích Ca Mâu Ni đi hóa duyên, có thể ăn được nhân lúa mạch dành cho ngựa, nhưng năm trăm vị La Hán chỉ có được vỏ trấu. Nguyên do là vì năm trăm đồng tử trong kiếp đó không chỉ nói lời xúc phạm Tỳ kheo, mà còn xúc phạm Tỳ Bà Diệp Như Lai.

(Nguồn: "Phật thuyết hưng khởi hành kinh")

Quả báo Đức Phật đau đầu

Khi Đức Phật ở A Nậu Đại Tuyền, ngài đã nói với Xá Lợi Phất về nhân duyên kiếp trước: "Rất lâu trước kia, ở trong thành La Duyệt Kỳ xảy ra nạn đói. Mọi người phải nhặt xương trắng nấu canh, đào đủ loại rễ cỏ để duy trì sinh mệnh yếu ớt. Một thăng vàng chỉ có thể đổi được một thăng ngũ cốc. Khi đó ở trong thành La Duyệt Kỳ có một thôn trang lớn tên là Chi Việt. Cách thôn trang này không xa về phía Đông có một cái ao, gọi là Ao nhiều cá. Người dân làng Chi Việt đưa thê tử đến ao, bắt cá làm thức ăn. Khi đó, mọi người bắt được cá đều để cá lên bờ rồi chế biến. Cá nhảy loạn trên mặt đất.

Tất cả tai ương và bất hạnh của đời người, kỳ thực đều là nghiệp do đời trước tạo ra, tự làm tự chịu mà thôi.

Lúc đó ta chỉ là một đứa trẻ, mới bốn tuổi, nhìn thấy cá nhảy trên mặt đất, cảm thấy rất vui. Lúc đó trong ao có hai loại cá, một loại gọi là Phu ngư và một loại gọi là Đa Thiệt ngư. Chúng nói với nhau: 'Chúng ta không đắc tội với con người, chỉ vì bị người ta nhìn thấy liền bị bắt. Đời sau chúng ta nhất định phải báo mối thù này.'"

Phật Đà hỏi Xá Lợi Phất: "Con có nhớ nam nữ già trẻ của thôn Chi Việt khi đó không? Một số họ tộc Thích Ca của nước Ca Tỳ La Việt hiện nay chính là họ khi đó. Đứa trẻ khi đó là ta. Con cá Phu ngư chính là Vua Tỳ Lâu Lặc; con cá Đa Thiệt chính là tướng soái của Vua Tỳ Lâu Lặc ngày nay. Khi đó, lúc con cá nhảy lên, ta đã dùng cái gậy nhỏ đánh vào đầu cá. Bởi vì nhân duyên này, ta bị đọa vào địa ngục, chịu khổ mấy ngàn năm. Mặc dù hiện nay ta đã chứng đắc quả vị A Duy Tam Phật, nhưng do nhân duyên còn sót lại này, khi Vua Tỳ Lâu Lặc tấn công gia tộc Thích Ca, ta sẽ bị đau đầu."

(Nguồn: Phật thuyết đầu thống trong "Túc duyên Kinh số 3")

Báo ứng bị vu khống

Trong "Hưng khởi hành kinh" ghi chép, một phụ nữ trông như đang mang thai bước vào tịnh xá của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni. Bất chấp việc Ngài đang thuyết pháp cho các đệ tử, nàng ta đi đến rồi chỉ vào Đức Phật nói: "Sa môn! Ông đã làm cho tôi quá đau khổ. Ông đã làm cho tôi có thai, lại nhẫn tâm bỏ mặc tôi, trốn ở đây tiêu diêu tự tại. Bây giờ, cuối cùng tôi đã tìm được ông rồi. Ông nói đi, ông sẽ sắp đặt cho tôi như thế nào?"

Người phụ nữ này là ai? Nàng ta là Bà la môn Chiên Sa. Kỳ thực, nàng không có thai, mánh khóe của nàng đã bị các đệ tử của Đức Phật vạch trần. Hóa ra, nàng đã nhét chiếc chậu gỗ vào trong y phục của mình, giả vờ mang thai rồi vu khống cho Đức Phật.

Lúc bấy giờ, các đệ tử nghe Pháp đều thắc mắc: Tại sao Đức Phật đã đạt được giải thoát tự tại mà vẫn phải chịu quả báo như vậy? Xá Lợi Phất thay mặt các đệ tử xin thỉnh giáo Đức Phật.

Đức Phật liền khai thị ngay tại chỗ. Đức Phật giảng: "Trước kia, rất lâu rất lâu rồi, trong thành Ba La Nại, có một nữ nhân xinh đẹp tên là Thiện Huyễn, là thê tử của trưởng giả Đại Ái. Nàng ấy rất tôn kính người tu hành. Có hai vị pháp sư thường xuyên được nàng cung dưỡng là Vô Thắng và Thường Hoan. Vô Thắng pháp sư tu hành vô cùng tinh tấn, đức hạnh rất cao, bởi vậy được đại chúng tôn trọng hơn; còn về phần Thường Hoan pháp sư, tuy là một người tu hành, nhưng thói xấu nơi thế tục lại không trừ bỏ hết. Thiện Huyễn tôn kính Vô Thắng pháp sư, cung dưỡng ông rất đầy đủ, còn đối với Thường Hoan pháp sư thì chỉ cung dưỡng một chút mà thôi. Lâu ngày, trong lòng Thường Hoan pháp sư nổi lên ngọn lửa đố kỵ. Ông ta tung tin bịa đặt khắp nơi trong thành, nói rằng Thiện Huyễn và Vô Thắng pháp sư tư thông với nhau."

Đức Phật nói đến đây, dừng lại một lúc, sau đó nói với các đệ tử: "Các con có biết vị Thường Hoan pháp sư kia là ai không? Chính là tiền thân của ta trong một kiếp người. Bởi vì ta đã từng ác ý phỉ báng người tu hành có đức, cho nên bị đọa vào địa ngục chịu vô số kiếp, chịu nỗi khổ lửa mạnh thiêu thân. Ta hiện tại tuy rằng công đức thành tựu, nhưng tai ương vẫn chưa hết, cho nên phải chịu quả báo bị phỉ báng."

(Nguồn: Phật thuyết Bà la môn Chiên Sa báng Phật duyên Kinh số 8 trong "Phật thuyết hưng khởi hành kinh").

***

Trong "Đại Bảo Tích Kinh – quyển 57" có một đoạn kệ:

"Giả sử kinh bách kiếp,
Sở tác nghiệp bất vong,
Nhân duyên hội ngộ thời,
Quả báo hoàn tự thụ."

Ý rằng: dù trải qua một trăm kiếp, nghiệp đã tạo ra vẫn không mất đi, khi nhân duyên hội ngộ, quả báo đến thì phải chịu.

Lời này đã điểm ngộ cho thế nhân rằng những việc tốt đã làm và nghiệp ác đã tạo của một người, bất kể thời gian dài đến đâu, sẽ không tự động mất đi. Cho dù trải qua thời gian dài hơn một trăm kiếp, thì nghiệp lực vẫn tồn tại ở đó; khi nhân duyên đến, sẽ phải chịu hoàn trả. Tất cả tai ương và bất hạnh của đời người, kỳ thực đều là nghiệp do đời trước tạo ra, tự làm tự chịu mà thôi. Câu chuyện Phật Thích Ca Mâu Ni phải chịu báo ứng đã chứng minh điểm này.

Sương Sương biên dịch

Giáo dục & Đời sống

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

16 NGÀY 27/10 — 02/11/2023

BIBA KAVEVICH

Bữa tối ở nhà

Truyền thống nuôi dưỡng trái tim và tâm trí

Những lợi ích đáng kể từ bữa ăn tối trong gia đình

Walker Larson

Bữa ăn là khoảng thời gian đáng quý không chỉ để nuôi dưỡng thân thể, mà còn nuôi dưỡng cả tâm và trí. Từ xa xưa đến nay, các bữa ăn là một truyền thống được tôn trọng.

Xuyên suốt các nền văn hóa và thời đại khác nhau trên thế giới, bữa ăn mang ý nghĩa nghi lễ về tình bạn, sự tôn trọng, tin cậy, lòng hiếu khách, biểu đạt văn hóa, và thậm chí cả ý nghĩa tôn giáo.

Cùng nhau mở tiệc ăn mừng

Chẳng hạn, trong truyền thống Cơ Đốc Giáo, chúng ta thấy được tầm quan trọng của một bữa ăn trong Dụ ngôn Người con hoang đàng trong Kinh thánh. Hành động nào có vẻ thích hợp nhất để người cha bày tỏ niềm vui khi con trai trở về nhà? Một bữa tiệc. Nghi thức duy nhất phù hợp để thể hiện niềm vui tâm linh đang hiện hữu này là một bữa tiệc: "Hãy bắt con bê mập làm thịt đi. Chúng ta hãy ăn mừng: Vì con ta đây đã chết mà bây giờ lại sống, đã mất mà bây giờ lại thấy được. Đoạn, họ khởi sự vui mừng." (Lu-ca 15:23-24)

Việc ăn uống một mình luôn được xem là khá bi ai. Tất nhiên, ăn uống một mình cũng như ăn uống cùng với người khác thì chỉ đơn thuần cung ứng được nhu cầu cơ thể của bạn, nhưng việc ăn một mình vẫn là một tình huống không lý tưởng – điều này cho thấy vai trò quan trọng của việc ăn uống cùng nhau trong đời sống và nền văn minh của loài người, và tầm quan trọng đó vượt xa cả "tính thực tế".

Động vật ăn để thỏa mãn, để tồn tại. Nhưng chúng ta thì khác. Nhân loại ăn để chúc mừng, để bày tỏ lòng thương xót, để trò chuyện, để giao lưu.

Và sự hiệp thông đó không chỉ giữa con người với nhau, mà còn với thiên nhiên, ở chừng mực nào đó thì việc ăn uống giúp chúng ta kết nối với hệ thống nông nghiệp và thiên nhiên – nền tảng của cuộc sống loài người và nền văn minh.

Như ông Wendell Berry đã có câu nói nổi tiếng, "Eating is an agricultural act" (Ăn uống là một hành vi nông nghiệp).

Khi mùi thơm tràn ngập phòng ăn, hòa quyện với tiếng cười và cuộc trò chuyện của những người đang dùng bữa cùng nhau, và tinh thần của mỗi cá nhân hòa vào tinh thần của xã hội, tinh thần cùng với thể xác được tiếp thêm sức mạnh.

Tầm quan trọng của bữa ăn tối cùng gia đình

Những bữa ăn trong gia đình rõ ràng chính là nơi tạo ra những điều quan trọng nhất đối với cộng đồng và cuộc sống của con người. Nhiều thập niên nghiên cứu đã cho thấy nhiều lợi ích của những bữa ăn tối đều đặn cùng gia đình. Trẻ em có gia đình thường xuyên cùng nhau dùng bữa tối sẽ được hưởng lợi ích như kết quả học tập tốt hơn, lòng tự trọng cao hơn, thói quen ăn uống tốt hơn, giảm nguy cơ lạm dụng chất gây nghiện, và giảm nguy cơ trầm cảm. Vì tất cả những điều đã nêu ở trên, giờ ăn của gia đình phải được tôn trọng. Nhưng làm thế nào để chúng ta cùng có bữa ăn tối với sự quan tâm và chú trọng phù hợp?

Dưới đây là một vài ý tưởng:

Hãy cất điện thoại đi. Mọi người đều biết rõ rằng các thiết bị điện tử gây trở ngại cho giao tiếp và trò chuyện trực tiếp. Trên thực tế, theo giáo sư Sherry Turkle đến từ MIT – người đã thực hiện nghiên cứu đáng kể về những tác động tiêu cực của công nghệ đối với trò chuyện và sự thấu cảm của con người – chỉ với sự hiện diện ít ỏi của điện thoại, ngay cả khi nó chỉ ở tầm nhìn ngoại vi, cũng khiến chúng ta bớt chú ý hơn vào cuộc hội thoại với mọi người xung quanh.

Trẻ em sẽ không bao giờ học được cách trò chuyện thực sự – vốn là nền tảng của mọi mối quan hệ giữa người với người – nếu các em luôn dán mắt vào các thiết bị và nếu các em không nhìn thấy cha mẹ làm gương cho việc giao tiếp đích thực giữa người với người.

Thắp vài ngọn nến. Không phải loại sáng bằng pin, mà là ngọn nến thật, với ngọn lửa nến thật. Nến ngay lập tức khơi dậy cảm xúc cho bất kỳ bữa ăn nào – nến thắp sáng bàn ăn, theo cả nghĩa đen và nghĩa bóng. Bạn sẽ cảm thấy "sang trọng hơn" và bạn sẽ cư xử theo như vậy.

Sử dụng bộ dụng cụ ăn uống và đĩa ăn chất lượng, đồng thời cắt giảm đồ dùng nhựa. Thay vì dùng chai nước sốt cà chua, bạn hãy cho nước sốt cà chua đó vào tô nhỏ kèm một cái muỗng. Thay vì dùng túi khoai tây chiên, hãy đặt vào giỏ hoặc tô. Chúng ta không cần những biểu tượng công ty và những giấy gói sặc sỡ gây lộn xộn trên bàn ăn và khiến chúng ta phân tâm khi cố gắng nhìn nhau. Giống như nến, khăn trải bàn cũng ngay lập tức khơi dậy cảm xúc tại bàn ăn.

BIBA KAVEVICH

Đừng để các thành viên trong gia đình ăn trước giờ ăn chung. Ăn một mình ngay khi thấy đói sẽ khiến chúng ta nương theo bản năng mà không cần suy nghĩ và không chờ đợi người khác tới lúc thích hợp. Nói cách khác, chúng ta đặt bản thân lên trên hết nếu chúng ta không sẵn sàng chịu đựng một chút cơn đói để có thể dùng bữa cùng với người khác.

> **Mỗi hành động nhỏ bé đều định hình chúng ta ở mức độ nào đó, và cách cư xử không khéo sẽ dần dần làm chúng ta mất đi thói quen để tâm tới người khác.**

Thực hành cách ứng xử tốt. Cách ứng xử tốt là kết tinh của lòng bác ái và tình yêu thương dành cho người khác, là biểu hiện bề ngoài của phẩm chất bên trong. Các phép cư xử này có vẻ nhỏ thôi, nhưng hình thành trong chúng ta thói quen quan tâm đến người khác và không nên xem đó là "cổ hủ" hay "lỗi thời". Mỗi hành động nhỏ bé đều định hình chúng ta ở mức độ nào đó, và cách cư xử không khéo sẽ dần dần làm chúng ta mất đi thói quen để tâm tới người khác.

Thường thì sự thân thuộc với người nhà khiến chúng ta bỏ qua những cử chỉ nho nhỏ thể hiện sự quan tâm – chúng ta cho rằng "chỉ là anh trai thôi mà" hay "chỉ là mẹ thôi". Tuy nhiên, chúng ta nên dành những nụ cười ấm áp nhất, sự ân cần chu đáo nhất, và cuộc trò chuyện đáng giá nhất cho các thành viên trong gia đình.

Chuẩn bị thứ gì đó hay ho. Ở đây, tôi nói đến cả thực phẩm và cuộc trò chuyện. Hiển nhiên là, thức ăn thực sự đóng vai trò nuôi dưỡng gia đình. Nhưng cuộc trò chuyện cũng nên như vậy. Bạn có thể mua một bộ thẻ bài khơi mào cuộc trò chuyện – chẳng hạn như bộ Questions for Humans. Hoặc có thể mang một bài viết hoặc một bài thơ thú vị để đọc và thảo luận trong hoặc sau bữa ăn. Tôi nhớ rất rõ hình ảnh cha tôi thỉnh thoảng mang một bài thơ đến bàn ăn, như là "The Lovesong of J. Alfred Prufrock" (Bản tình ca của J.Alfred Prufrock) của tác giả TS Eliot hay bài "Ode to a Nightingale" (Chào chim sơn ca) của John Keats và sau đó thảo luận với chúng tôi. Những khoảnh khắc đó góp phần đáng kể vào việc hình thành tính cách của tôi.

Mọi người sẽ hiểu được giá trị của những bữa ăn gia đình tỉ lệ thuận với mức độ nghiêm túc mà chúng ta nhìn nhận bữa ăn đó. Những gợi ý nhỏ trên có vẻ nhỏ nhặt, nhưng khi được thực hiện cùng với nhau, chúng sẽ hình thành một thái độ hoàn chỉnh về bữa ăn và tầm quan trọng của chúng sẽ gửi đi thông điệp chân thật, ngay cả khi không nói ra thành lời. Cuối cùng, thông điệp đó là về tầm quan trọng của thực phẩm ngon, cách cư xử, và phong tục, đúng vậy, nhưng quan trọng nhất, đó là thông điệp về tầm quan trọng của chính gia đình.

Y Văn biên dịch

ProCare
Pharmacy & Medical Supplies

- Cung cấp đầy đủ các loại thuốc tây, vắc xin ngừa cảm cúm, COVID-19, và du lịch. Không cần lấy hẹn trước.
- Cung cấp tất cả các loại dụng cụ y khoa như xe lăn, gậy, dụng cụ an toàn trong phòng tắm, gối đặc biệt cho người đau cổ, đau lưng, đau chân... Đặc biệt: Có bán giày trị liệu cho bệnh nhân Tiểu Đường; Giày, nịt lưng giảm đau cột sống... Và rất nhiều sản phẩm hữu ích khác để phục vụ quý khách hàng.
- Nhà thuốc ProCare được công nhận là nhà thuốc chuyên cung cấp các loại thuốc đặc trị bởi Cơ Quan Kiểm Định Sử Dụng thuốc của Hoa Kỳ (URAC).
- Mục tiêu chính của toàn thể nhân viên nhà thuốc chúng tôi là cung cấp đầy đủ mọi chỉ dẫn về sức khỏe và đồng thời phục vụ tối đa để đáp ứng nhu cầu của từng bệnh nhân.
- Chương trình "Đơn giản thuốc" nhằm tăng sự tiện lợi cho quý vị và giúp đạt hiệu quả trong cách dùng thuốc qua việc tư vấn trực tiếp giữa Dược Sĩ với từng bệnh nhân.

Châm ngôn của chúng tôi:
Chất Lượng - Thành Tâm - Nhanh Chóng

Free Delivery

9191 Westminster Ave.
Garden Grove, CA 92844
Website: www.ProCareDrugStore.com
Email: info@ProCareDrugStore.com

Phone: (714) 899-1111
Fax: (714) 899-2808

Mở Cửa 7 Ngày Mỗi Tuần
Thứ Hai – Thứ Sáu 9:30 AM - 6:30 PM
Thứ Bảy – Chủ Nhật 9:30 AM - 1:30 PM

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK

Con đường chính Via Emilia bắt đầu ở Rimini tại di Tiberio, một cây cầu La Mã 2,000 năm tuổi.

Hành trình du lịch và thưởng thức các món ăn vùng Emilia–Romagna

Du ngoạn trên con đường lịch sử Via Emilia và nếm thử những món ăn đặc trưng nhất của nước Ý

Kevin Revolinski

Nếu bạn yêu thích ẩm thực Ý thì đây sẽ là chuyến du lịch đường bộ hoặc đường sắt sắp tới của bạn: Emilia–Romagna. Khu vực này bắt đầu từ phía đông nam Milan và vùng Lombardy, trải dài qua rìa phía Bắc của Tuscany cho tới tận Biển Adriatic. Dọc theo trục tây–đông là con đường Via Emilia do người La Mã xây dựng.

Nước Ý có những sản phẩm thực phẩm được bảo vệ (được chỉ định rõ địa danh được bảo vệ – được gọi là PGI trong tiếng Anh và IGP trong tiếng Ý – hoặc chỉ định xuất xứ được bảo vệ, được gọi là PDO trong tiếng Anh và DOP trong tiếng Ý) nhiều hơn bất kỳ quốc gia Âu Châu nào, vượt qua con số 300 sản phẩm và đang tăng lên – và vùng Emilia-Romagna có tỷ lệ phần trăm cao hơn so với bất kỳ khu vực nào với con số 47 sản phẩm được bảo vệ. Giăm bông Parma? Giấm balsamic từ Modena? Nước sốt Bolognese? Chúng tôi đã nghe theo tiếng gọi của bao tử và dành gần hai tuần để đi xe lửa từ thành phố này sang thành phố khác.

Thành phố Parma

Điểm dừng đầu tiên của chúng tôi là một nơi cho thuê Airbnb ba đêm, cách ga xe lửa ở ngay rìa của trung tâm lịch sử thành phố Parma một đoạn đi bộ ngắn. Cả thành phố và tỉnh đều được đặt tên là Parma, nổi tiếng về món giăm bông Parma và phô mai Parmesan. Tổ chức UNESCO liệt kê đây là một Thành phố Sáng tạo về Ẩm thực.

Nhưng bản thân trung tâm đó cũng có nhiều tòa nhà với kiến trúc La Mã tráng lệ, chẳng hạn như nhà thờ chính tòa có từ thế kỷ thứ 12, được trang trí bằng vô số bức bích họa và nhà rửa tội làm bằng đá cẩm thạch hồng. Hãy đi xem một buổi hòa nhạc cổ điển tại nhà hát opera có từ thế kỷ 19, Teatro Regio. Bên trong khu phức hợp bằng gạch đá vững chãi Palazzo della Pilotta là Phòng trưng bày Quốc gia đầy ấn tượng và một bảo tàng khảo cổ học.

Bạn hãy thử món tortelli d'erbetta, món mì pasta với các loại thảo mộc và phô mai váng sữa ricotta, hoặc cappelletti, những chiếc nón pasta nhỏ nhồi nhân nấu với nước dùng. Cho một bữa ăn nhẹ hoặc một khay charcuterie bạn tự làm ở trong phòng, hãy ghé tiệm Salumeria Garibaldi để mua prosciutto di Parma (giăm bông treo khô đã ướp muối được 18 tháng hoặc 40 tháng) và culatello di Zibello – một loại giăm bông ướp muối hiếm hoi hơn được chế biến từ phần thịt bắp chân sau của heo.

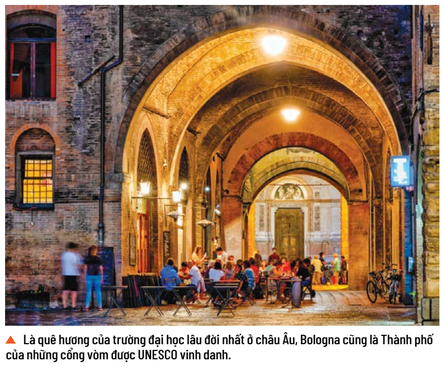
Vùng Emilia-Romagna tuyên bố sở hữu 47 sản phẩm trong số 300 sản phẩm thực phẩm được bảo vệ ở Ý, nhiều hơn bất kỳ vùng nào khác.

Thành phố Modena

Quê hương của giấm balsamic được bảo vệ nhãn hiệu có một trung tâm lịch sử với nhà thờ được UNESCO vinh danh – có từ thế kỷ 12 theo kiến trúc La Mã và một tháp chuông 200 bậc thang với tầm nhìn tuyệt vời. Cách đó một tòa nhà, Mercato Albinelli (Chợ Albinelli) có từ đầu thế kỷ 20, một khu chợ lịch sử có mái che, là một nơi không thể bỏ qua. Khu chợ này không chỉ là nơi để ngắm nhìn các loại nông sản tươi đa dạng, phô mai, rượu vang, và thịt mà những người dân địa phương ưa chuộng, mà còn là nơi để thưởng thức được bữa trưa nhàn nhã với một vài người bán hàng phục vụ các món ăn địa phương tươi ngon. Những người hâm mộ xe hơi không thể bỏ qua Bảo tàng Enzo Ferrari (hoặc cũng là nhà máy và bảo tàng về đua xe F1 cách năm dặm về phía Nam của thành phố), và những người yêu thích opera sẽ thích thú với Bảo tàng Nhà ở của danh ca Luciano Pavarotti.

Nhưng hãy thu xếp một chuyến thưởng ngoạn về vùng đồng quê nữa. Bạn hãy thuê xe hơi hoặc hướng dẫn viên để lái xe tới nơi có vùng đồng bằng đột nhiên gồ lên thành những ngọn đồi xứng tầm với vùng Tuscany, nơi những khu vườn nho bắt đầu. Khu vực này nổi tiếng về rượu vang sủi bọt Lambrusco. Khu nhà máy rượu vang Opera 02 vẫn duy trì một khách sạn nhỏ cao cấp hiện đại, thiết kế đẹp mắt và phục vụ bữa ăn trưa sang trọng tuyệt vời trên sân hiên ngoài trời nhìn ra xứ sở rượu vang. Nơi đây sản xuất rượu Lambrusco hảo hạng cũng như giấm balsamic truyền thống theo từng mẻ nhỏ.

Nhà rửa tội hình bát giác của Parma, được xây dựng bằng đá cẩm thạch Verona hồng.



Là quê hương của trường đại học lâu đời nhất ở châu Âu, Bologna cũng là Thành phố của những cổng vòm được UNESCO vinh danh.

Thành phố Modena có một trung tâm lịch sử với một nhà thờ được UNESCO vinh danh có từ thế kỷ 12 theo kiến trúc La Mã, và một tháp chuông 200 bậc có tầm nhìn tuyệt vời.

Được quan chấp chính La Mã Marcus Aemilius Lepidus hoàn thành vào năm 187 trước Công Nguyên, con đường Via Emilia trải dài từ Sông Rubicon qua toàn bộ vùng Emilia-Romagna.

Lâu đài Sismondo có từ thế kỷ 15 ở thành phố Rimini là tòa nhà đầu tiên và lớn nhất trong số hai tòa nhà lịch sử có Bảo tàng Fellini tọa lạc.

Chuyến viếng thăm Bảo tàng Giấm Balsamic Truyền thống của Spilamberto, cũng là một quãng lái xe ngắn bên ngoài thành phố Modena, là địa điểm nên được ghé qua. Nhiều người dân địa phương tự làm món này theo kiểu truyền thống. Và bảo tàng này bán giấm chính gốc – không phải kiểu "gia vị" rẻ tiền (trộn với giấm rượu vang đỏ) mà hầu hết chúng ta đã quen thuộc ở Hoa Kỳ. Một chai nguyên chất 100 ml (3.34 oz) có giá khởi điểm là 63.30 USD và có thể được mang lên phi cơ.

Thành phố Bologna

Là quê hương của trường đại học lâu đời ở châu Âu, Bologna cũng là City of Porticoes (Thành phố của những cổng vòm) được UNESCO vinh danh. Người ta có thể đi ngang qua hầu hết các trung tâm lịch sử được che chắn khỏi mưa hoặc nắng trên những vỉa hè có mái che, kể cả quãng đường đi bộ dài hai dặm thẳng đến Vương cung Thánh đường San Luca với một bên là quang cảnh bao quát của thành phố Bologna và bên kia là những ngọn đồi xanh tươi.

Là thành phố lớn nhất ở cung đường này, đây là một điểm đến phong phú cho những người thích ngao du với vô số quán ăn, quán rượu, nhà thờ lịch sử, và bảo tàng. Hãy leo 498 bậc thang lên đỉnh Tháp Asinelli cao 319 foot (khoảng 97.23 m), một trong hai tòa tháp nghiêng của thành phố. Chỉ riêng bức bích họa "Heaven and Hell" (Thiên đường và địa ngục) đã khiến chuyến viếng thăm đến Vương cung Thánh đường San Petronio ở Piazza Maggiore trở nên đáng giá.

Còn về những thực phẩm cùng tên thì sao? Món mà chúng ta gọi là bologna (baloney) là loại xúc xích mortadella (xúc xích thịt heo xay mịn), được cắt thành những lát cỡ chiếc đĩa, mỏng như tờ giấy tại một cửa hàng bán các món ăn chế biến sẵn và thường có chứa hạt dẻ cười. Nhưng món mì tagliatelle alla Bolognese, ragu với nước sốt thịt, là món ăn truyền thống. Bạn hãy học cách tự làm tại các lớp học của Il Salotto di Penelope. Chị Barbara và anh Pietro đã dạy chúng tôi cách làm món Bolognese và mì pasta tươi cùng với cách nhồi nhân cho món cappelletti mà không cần đến bất kỳ máy móc hoặc thiết bị cầu kỳ nào. Cuối buổi học, bạn sẽ thưởng thức những món do mình chế biến. Thật rất đáng để thử!

Phô mai Parmigiano-Reggiano, được mệnh danh là Vua của các loại Phô mai.

Thành phố Rimini

Nổi tiếng với những người thích đi biển ở Ý, Rimini cũng là điểm bắt đầu Con đường Emilia-Romagna lịch sử. Ponte di Tiberio (cây cầu của Hoàng đế La Mã Tiberius) – cây cầu La Mã 2,000 tuổi – là nơi con đường Via Emilia bắt đầu. Những người hâm mộ đạo diễn Federico Fellini sẽ yêu thích viện bảo tàng của người xuất thân từ Rimini này, lấy một bối cảnh nhà tù/lâu đài lịch sử và một rạp chiếu phim xưa cũ nơi vị đạo diễn huyền thoại đó đã xem những bộ phim đầu tiên của ông.

Hải sản là trọng tâm của thực đơn; bạn có thể sẽ ghé thăm những ngôi nhà được tân trang lại, sơn màu sặc sỡ, và các bức bích họa tại Borgo San Giuliano – một làng chài cũ nằm ngay bên kia cây cầu lịch sử này. Bạn sẽ tìm thấy một bộ sưu tập các nhà hàng tuyệt vời đầy hấp dẫn. Người dân địa phương đến bờ biển để thưởng thức cocktail, và từ đó, có thể nhìn ra mặt nước để ngắm mặt trời lặn sau thành phố.

Thành phố Ravenna

Xét đến hành trình từ Bologna hoặc Rimini đến Ravenna mất một tiếng, chúng tôi cảm thấy nơi đây có quá nhiều nơi viếng thăm đối với chuyến du lịch trong ngày. Tám địa điểm riêng biệt – hai nhà rửa tội, hai lăng mộ, một nhà nguyện, và ba Vương cung Thánh đường – được liệt kê cùng nhau vì chúng có những bức tranh khảm đầy màu sắc có niên đại từ thế kỷ thứ năm và thứ sáu được bảo tồn tốt một cách đáng kinh ngạc. Ngôi mộ của nhà thơ Dante Alighieri, người bị lưu đày khỏi thành phố quê nhà Florence, sừng sững ở đó và chứng kiến buổi đọc Divine Comedy (Thần khúc) mỗi buổi tối.

Bạn có thể học một buổi làm tranh khảm trong hai tiếng tại Xưởng Barbara Liverani. Đây không chỉ là một kinh nghiệm học tập sáng tạo, mà còn là niềm vui và cơ hội để bạn tự làm quà lưu niệm. Thành phố Ferrara

Được UNESCO vinh danh vì vai trò của mình trong thời kỳ Phục hưng, thành phố Ferrara là một nơi dừng chân trong một hoặc hai đêm. Bạn hãy đi thăm bằng xe đạp – nơi đây không có bất kỳ ngọn đồi nào, và không được phép sử dụng xe hơi trong thành phố cổ. Dù nhà thờ Chính tòa Ferrara thường đóng cửa trong giai đoạn trùng tu hiện nay, nhưng những mặt tiền đá cẩm thạch trắng tinh mỹ cũng đáng để ngắm nhìn. Đi xuống con hẻm là quán rượu lâu đời nhất trên thế giới, Al Brindisi, nơi nhà thiên văn học người Ba Lan Copernicus từng sống ở lầu trên khi còn là sinh viên.

Bạn dùng bữa tại nhà hàng có danh hiệu Michelin Trattoria da Noemi. Bà Noemi quá cố đã mở một quán rượu ở đây hồi năm 1958; ngày nay; con gái của bà điều hành một nhà hàng tuyệt vời cùng với hai cậu con trai của mình. Hãy thử món đặc sản địa phương salama da sugo, một loại nước sốt được chế biến từ xúc xích nấu chậm dùng kèm với khoai tây nghiền hoặc pasticcio di maccheroni, món mì ống nướng.

Ông Kevin Revolinski là người đam mê du lịch, có niềm yêu thích với bia thủ công, và thích nấu ăn tại nhà. Ông là tác giả của 15 quyển sách, trong đó có "The Yogurt Man Cometh: Tales of an American Teacher in Turkey" và "Stealing Away".

Nam Anh biên dịch

KINH NGHIỆM DÀNH CHO BẠN

Đường hàng không: Trừ phi bạn đang trên một chuyến bay thẳng đến Milan, bạn sẽ nối chuyến ở châu Âu, có thể là Frankfurt hoặc một trung tâm lớn khác. Khi bạn tìm kiếm các chuyến bay tốt nhất, hãy xem xét các phi trường nhỏ hơn tại điểm đến của bạn. Thay vì phi trường Milan Malpensa (MXP), cách thành phố 1 tiếng rưỡi về phía tây bắc bằng xe lửa, hãy chọn phi trường Milan Linate (LIN), ở phía đông của thành phố, cách Nhà ga Trung tâm của Milan chưa đầy 30 phút đi xe buýt. Thành phố Bologna (BLQ) có một phi trường quốc tế nhỏ, thuận tiện kết nối với thành phố bằng tàu điện một ray Marconi Express, mất bảy phút di chuyển.

Bằng xe lửa: Tất cả các nhà ga trung tâm đều nằm trong khoảng cách có thể đi bộ đến trung tâm lịch sử của mỗi thành phố. Bạn có thể mua vé trước đối với các chuyến tàu tốc hành đắt tiền hơn, nhưng các tuyến khu vực thì khá rẻ, chạy thường xuyên, và với khoảng cách ngắn. Chúng tôi đã mua mọi thứ trong ngày từ các máy bán vé tự động ở nhà ga hoặc từ trang web Trenitalia, và chọn các ghế hạng hai với giá rẻ hơn gần một nửa. Thời gian đi lại giữa mỗi thành phố dao động từ 20 phút đến khoảng một tiếng, và mọi chuyến tàu đều đúng giờ hoặc rất sát giờ.

Nhà máy rượu vang Opera 02 sản xuất một loại rượu Lambrusco hảo hạng.

LUCKY STARS FINANCIAL

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

14361 Beach Blvd., #209
Westminster, CA 92683

(714) 699–9289

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

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

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

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

INSURANCE
- Xe, nhà ở, nhà cho thuê và Umbrella.
- Flood insurance; Earthquake insurance.
- Cơ sở Thương mại, Office, Nhà hàng, Tiệm nail.
- Worker compensation.
- Travel insurance.

CHUYÊN NGHIỆP – TẬN TÂM – UY TÍN

Những điều không lường trước của trường mầm non

Trường mầm non thường được ca ngợi vì đem lại nhiều lợi ích, nhưng một số chuyên gia lại có quan điểm khác

Annie Holmquist

STUDIO ROMANTIC/SHUTTERSTOCK

▲ Học sinh mầm non được khuyến khích cạnh tranh với các bạn đồng trang lứa để có được đồ chơi, không gian, và sự chú ý.

Chúng ta liên tục có nhiều chương trình mầm non hơn. Trên thực tế, một bài báo gần đây của The New York Times cho thấy có nhiều trường mầm non đến mức không có đủ học sinh, tờ này viết "những người ủng hộ giáo dục sớm cho hay có thể sẽ có nhiều gia đình ghi danh [cho con] hơn nếu họ biết về những lợi ích của trường mầm non."

Nhưng những điều-gọi-là lợi ích này thường không thành hiện thực. Như nhiều nghiên cứu học thuật khác nhau cho thấy, trẻ em học trường mầm non có thể gặp khó khăn trong cuộc sống về sau, tụt hậu so với các bạn đồng trang lứa không đi học mầm non về cả hành vi và thành tích học tập, và có nguy cơ cao bị giữ lại lớp trong quá trình học tập sau này.

Gần 50 năm trước, chuyên gia giáo dục người Mỹ, cha đẻ của phong trào giáo dục tại gia hiện đại Raymond Moore đã lường trước những vấn đề này. Ông đã ghi lại trong quyển sách có nhan đề "Better Late Than Early" (Muộn Còn Tốt Hơn Sớm). Việc tự nguyện không đưa bé đến trường trong một khoảng thời gian ngắn khiến nhiều người lo lắng vì họ cho rằng, các bạn đồng trang lứa của con sẽ "vượt lên". Vì vậy, ông Moore đã cố gắng trấn an các bậc cha mẹ bằng cách giải đáp những lo ngại của họ về việc không cho trẻ em đi học mầm non, đồng thời nêu ra một số khó khăn không lường trước do việc cho trẻ em bắt đầu đi học quá sớm.

Lời khuyên của ông vẫn đúng cho đến ngày nay, và mỗi bậc cha mẹ nên xem xét những điều sau đây trước khi giao phó con mình cho một tổ chức giáo dục.

Trường mầm non khiến trẻ em gặp khó khăn trong học tập

Tất cả các bậc cha mẹ đều muốn các con thành công và vượt trội về hành vi và thành tích học tập. Thật không may, cho con đi học mầm non có thể gây ra tác dụng ngược lại, vì điều đó tách trẻ em khỏi những người lớn mà các em cần nhất: cha mẹ. Việc chia tách [với cha mẹ] ở độ tuổi nhỏ như vậy, theo ông Moore, "thường gây ra sự bất an nhất định cho tất cả trẻ em." Và sự tách rời này thường "đặt nền móng cho các vấn đề nghiêm trọng liên quan đến cảm xúc và học tập sau này."

Nhiều bậc cha mẹ cho rằng các con của họ thích đi học ở độ tuổi nhỏ như vậy, các em thường biểu lộ vẻ hào hứng và nhiệt tình. Nhưng ông Moore khuyên rằng nên thận trọng, lưu ý rằng bên dưới vẻ hào hứng kia thường là sự lo lắng. Và nỗi lo lắng hay bất an chỉ tăng lên khi trẻ em được đưa vào một trường mầm non có sự biến động hoặc giới hạn về nhân sự, một tình trạng dường như phổ biến trong lực lượng nhân sự hiện nay.

Trường mầm non thường đem lại những ảnh hưởng tiêu cực

Quan điểm cho rằng trẻ em cần được hòa nhập xã hội và tiếp xúc với những ảnh hưởng bên ngoài gia đình thường được thốt lên một cách khinh suất. Đó có thể là lời khuyên đúng đắn một khi đứa bé sắp đến tuổi trưởng thành, nhưng không phải lúc chỉ mới 3 hoặc 4 tuổi.

Ông Moore cho rằng khi gửi con đến trường mầm non, "các bậc cha mẹ chủ động đưa con mình vào tầm ảnh hưởng mà họ không thể kiểm soát được," bao gồm cả giáo viên và các bạn học. Điều này đặc biệt đúng trong thời đại hiện tại, khi các thuyết như chủ nghĩa chuyển giới ngày càng phổ biến và được khuyến khích trong lớp học.

"Vì trẻ em không thể nghĩ một cách nhất quán, các em thường bối rối trước sự đối lập giữa các phong tục và giá trị trong gia đình với những điều ở trường học." Thực tế này có thể tạo ra sự xung đột không cần thiết, vì trẻ em có xu hướng "xem trọng lời của giáo viên hơn là lời của cha mẹ mình".

Trường mầm non cũng có thể ảnh hưởng đến trẻ em, khiến các em hình thành thái độ hưởng thụ hơn. Ông Moore nêu ra rằng "việc có quá nhiều đồ chơi và thiết bị và không phải làm việc nhà có thể khiến trẻ em bất mãn với những quy định tại nhà trước khi trẻ em có thể nhận thức được nguyên nhân của sự khác biệt này." Việc cho trẻ em dành thời gian ở nhà trong suốt những năm đầu đời có thể hướng các em đến thái độ phục vụ vì người khác hơn, thay vì thái độ của một đứa trẻ được nuông chiều, mong muốn mọi ý thích bất chợt của bản thân phải được đáp ứng.

> **Trẻ em không thể nghĩ một cách nhất quán, các em thường bối rối trước sự đối lập giữa các phong tục và giá trị trong gia đình với những điều ở trường học.**
>
> Raymond Moore, Chuyên gia giáo dục

Trường mầm non đưa ra quá nhiều thứ và quá sớm

Việc gấp rút đưa trẻ em ra khỏi nhà và gửi các em đến một tổ chức giáo dục làm mất đi giai đoạn tuổi thơ giản dị, vô tư lự của các em và thay thế bằng sự kích thích quá mức, ông Moore giải thích.

Ông Moore viết: "Cạnh tranh với rất nhiều bạn đồng trang lứa để có được đồ chơi và không gian, cũng như so bì nhau về khả năng thể chất hoặc tinh thần, thường là một áp lực lớn đối với trẻ nhỏ." Trẻ em cuối cùng sẽ phải cạnh tranh trong thế giới thực tại ngoài kia. Các em sẽ có nhiều thời gian cho một lịch trình bận rộn, vội vã. Tại sao lại khiến các em từ bỏ sự tự do của mình khỏi lối sống như vậy trước khi cần thiết?

Thay vào đó, ông Moore khích lệ cuộc sống gia đình, ông viết rằng, "Cuộc sống gia đình trong 8 năm đầu đời có xu hướng chuẩn bị cho đứa bé một cách nhẹ nhàng hơn cho sự cạnh tranh mà cuối cùng các con phải đối mặt."

Vậy nếu trường mầm non có thể gây ra nhiều vấn đề như thế, thì chúng ta làm thế nào để định hướng thành công việc giáo dục sớm cho trẻ nhỏ mà không cần đến trường?

Ông Moore có một câu trả lời đơn giản cho câu hỏi trên: một gia đình hạnh phúc.

"Không có bằng chứng có hệ thống từ các nghiên cứu ủng hộ nhu cầu giáo dục mầm non cho những trẻ em có một gia đình hạnh phúc," ông viết. Vì vậy, hãy tạo ra một mái ấm tốt lành cho trẻ em. Hãy để các con chơi và sáng tạo. Dạy các con làm việc cùng bạn, giúp con "học hỏi về trách nhiệm, kỷ luật, sự chăm chỉ, trung thực, và các giá trị tương tự."

Bởi vì nền kinh tế đã biến việc một gia đình có hai thu nhập (có cả cha lẫn mẹ đều đi làm) trở thành điều bình thường, nên cách làm trên khó được thực hiện hơn trước đây. Tuy nhiên, có những gia đình chỉ đơn giản "sử dụng trường mầm non như một nơi gửi gắm – phó mặc cho trường mầm non một số vấn đề nhất định của các con mà họ không thể giải quyết hay hành vi [của con] mà họ không thể lý giải được," ông Moore viết.

Với những vấn đề dai dẳng của việc đưa trẻ em đến trường ở độ tuổi quá sớm có thể mang lại, chúng ta đừng dùng trường mầm non như một nơi trốn tránh trách nhiệm. Hãy tận dụng mọi cơ hội để cho trẻ em có cơ hội được sống trong một môi trường gia đình yêu thương, để các em học hỏi chỉ bằng cách sống trong vòng tay cha mẹ, ông bà, và anh chị em xung quanh. Bằng cách đó, chúng ta sẽ trao cho những đứa bé ấy lợi thế về việc học tập và cách cư xử tốt nhiều so với những gì mà trường mầm non danh tiếng nhất có thể mang lại.

Cô Annie Holmquist là nhà bình luận văn hóa đến từ vùng trung tâm của Hoa Kỳ. Cô yêu thích sách cổ điển, kiến trúc, âm nhạc, và các giá trị. Quý vị có thể tìm thấy các tác phẩm của cô tại Annie's Attic trên Substack.

Minh Châu biên dịch

MỸ - TRUNG

Ông Biden yêu cầu 7.4 tỷ USD để chống lại Trung Quốc, và chế tạo tiềm thủy đĩnh tấn công

Andrew Thornebrooke

U.S. NAVY/JOHN WHALEN/HUNTINGTON INGALLS INDUSTRIES/HANDOUT VIA REUTERS

▲ Tiềm thủy đĩnh tấn công John Warner (SSN 785), tiềm thủy đĩnh Loại Virginia - Đơn vị tiền vận hành (PCU), được chuyển đến ụ nổi của Công ty đóng tàu Newport News Shipbuilding để chuẩn bị cho buổi lễ đặt tên vào ngày 06/09, tại Newport News, Virginia, Hoa Kỳ, ngày 31/08/2014.

Chính phủ Biden vừa yêu cầu thêm ngân sách với hàng tỷ dollar để chống lại ảnh hưởng thâm hiểm của Trung Quốc cộng sản trên toàn thế giới và để tăng cường lực lượng hải quân Hoa Kỳ.

Trong yêu cầu ngân sách trị giá 106 tỷ USD này, chính phủ đề nghị 4 tỷ USD để cung cấp hoạt động huấn luyện quân sự cho các đối tác khu vực ở Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương và cung cấp các lựa chọn tài chính dài hạn ở hải ngoại như một giải pháp thay thế cho các chương trình cho vay kiểu bóc lột của Trung Quốc.

Ngoài ra, chính phủ còn đề nghị 3.4 tỷ USD để xây dựng cơ sở công nghiệp tiềm thủy đĩnh của quốc gia với hy vọng bảo đảm lợi thế quân sự mạnh mẽ hơn trước hải quân Trung Quốc vốn là lực lượng hải quân lớn nhất thế giới.

Cố vấn An ninh Quốc gia Tòa Bạch Ốc Jake Sullivan cho biết: "Điều hết sức quan trọng là chúng ta phải duy trì sự tập trung vào việc tăng cường khả năng răn đe ở Ấn Độ Dương-Thái Bình Dương và trợ giúp các đồng minh và đối tác quan trọng như một phần trong nỗ lực duy trì hòa bình và ổn định."

Hoa Kỳ muốn hạ thủy thêm tiềm thủy đĩnh tấn công

Điểm trọng yếu trong những nỗ lực của chính phủ là yêu cầu xây dựng năng lực công nghiệp quốc phòng của Hoa Kỳ để có thể nhanh chóng chế tạo và liên tục hạ thủy các tiềm thủy đĩnh tấn công nhanh.

Khoản tài trợ được đề nghị này sẽ trang trải chi phí cải tiến và xây dựng cơ sở hạ tầng mới tại bốn nhà máy đóng tàu thuộc Hải quân Hoa Kỳ, cũng như một số sáng kiến về nhân sự mà chính phủ cho rằng sẽ làm tăng tỷ lệ sản xuất và khả năng ứng chiến của tiềm thủy đĩnh.

Theo tờ thông tin Tòa Bạch Ốc do The Epoch Times thu thập được, "Khoản ngân sách này sẽ đẩy nhanh tốc độ xây dựng và duy trì các tiềm thủy đĩnh tấn công, một trong những khả năng hiệu quả nhất của chúng ta trong việc duy trì khả năng răn đe, nhằm đáp ứng các yêu cầu của quân đội Hoa Kỳ."

Mặc dù phần lớn ngân sách này sẽ được chuyển qua Bộ Quốc phòng, nhưng một số sẽ được chuyển đến Cơ quan An ninh Hạt nhân Quốc gia. Điều này cho thấy rằng các loại tàu theo ngân sách này sẽ có cả tiềm thủy đĩnh tấn công nhanh lớp Virginia chạy bằng năng lượng hạt nhân.

Úc cam kết mua ba tiềm thủy đĩnh lớp Virginia từ Hoa Kỳ như một phần của mối quan hệ đối tác an ninh AUKUS năm 2021. Tờ thông tin cũng lưu ý rằng Úc cam kết cung cấp các khoản đầu tư tài chính vào cơ sở công nghiệp tiềm thủy đĩnh của Hoa Kỳ để đẩy nhanh việc bàn giao ba tiềm thủy đĩnh lớp Virginia này.

Thỏa thuận ba bên sẽ là Hoa Kỳ và Vương quốc Anh trợ giúp cho Úc xây dựng các tiềm thủy đĩnh chạy bằng năng lượng hạt nhân của riêng mình trong thập niên tới.

Ông Sullivan cho biết: "Yêu cầu ngân sách này tạo ra các khoản đầu tư chiến lược đáng chú ý, trong đó có việc củng cố cơ sở công nghiệp tiềm thủy đĩnh của chúng ta, một thành phần quan trọng để tạo nên thành công cho thỏa thuận AUKUS, cũng như bằng cách cải thiện cơ sở hạ tầng và bổ sung năng lực để đáp ứng các yêu cầu của quân đội Hoa Kỳ."

Huấn luyện quân sự toàn vùng để chống lại Trung Quốc ở Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương

Yêu cầu bổ sung cũng bao gồm 2 tỷ USD để huấn luyện quân đội ngoại quốc tại Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương và 2 tỷ USD để cung cấp các khoản vay thay thế cho các chương trình cho vay quốc tế "cưỡng ép và không bền vững" của cộng sản Trung Quốc.

Ông Sullivan cho biết nguồn tài trợ dành cho các đối tác quân sự ngoại quốc sẽ được chuyển đến "nhiều đối tác" thông qua Bộ Ngoại giao. Tuy nhiên, ông không nêu rõ quốc gia nào được tham gia hoặc họ đã được tham khảo tới mức độ nào trong quá trình đưa ra yêu cầu này.

"Khoản tài trợ quân sự của Bộ Ngoại giao dành cho ngoại quốc nằm trong phần Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương của yêu cầu bổ sung là dành cho nhiều đối tác trong khu vực, nhằm tăng cường khả năng răn đe và tăng cường hòa bình, ổn định trên toàn bộ khu vực Ấn Độ Dương–Thái Bình Dương," ông Sullivan cho biết.

Khoản ngân sách này cũng sẽ giúp các đối tác trong khu vực thoát khỏi sự phụ thuộc vào thiết bị quân sự của Nga, có thể mở đường cho họ mua hàng từ khu vực quốc phòng Mỹ.

▲ Cố vấn An ninh Quốc gia Tòa Bạch Ốc Jake Sullivan.

GETTY IMAGES

Tờ thông tin cho biết: "Khoản tài trợ này sẽ tăng cường khả năng răn đe và trợ giúp các đồng minh và đối tác quan trọng khi họ phải đối mặt với một [Trung Quốc] ngày càng cương quyết, đồng thời sẽ trợ giúp các đối tác ngừng sử dụng thiết bị quân sự của Nga."

Ông Sullivan nói: "Các đồng minh và đối tác của chúng ta trong khu vực đang cần sự trợ giúp của chúng ta hơn bao giờ hết; Yêu cầu ngân sách này sẽ cung cấp các nguồn lực mới quan trọng để giúp họ xây dựng năng lực nhằm đối phó với những thách thức mới."

Tuệ Chân biên dịch

Ngũ Giác Đài: Trung Quốc sở hữu 500 đầu đạn hạt nhân hoạt động

Andrew Thornebrooke

GREG BAKER/AFP VIA GETTY IMAGES

▲ Hỏa tiễn đạn đạo xuyên lục địa DF-41 của Trung Quốc trong cuộc duyệt binh tại Quảng trường Thiên An Môn ở Bắc Kinh vào ngày 01/10/2019.

Theo một báo cáo mới của Ngũ Giác Đài, Trung Quốc hiện sở hữu hơn 500 đầu đạn hạt nhân và gần như vẫn đang cải thiện năng lực để có thể tấn công trực tiếp vào lục địa Hoa Kỳ.

Ước tính này, được đưa ra trong báo cáo thường niên của Ngũ Giác Đài về sức mạnh quân sự của Trung Quốc, có nghĩa là Trung Quốc đã đạt được một cột mốc quan trọng – mở rộng và hiện đại hóa hạt nhân sớm hơn hai năm so với dự đoán trước đây của Bộ Quốc phòng Hoa Kỳ (DoD).

"DoD ước tính rằng, tính đến tháng 05/2023, CHND Trung Hoa [Cộng hòa Nhân dân Trung Hoa] sở hữu hơn 500 đầu đạn hạt nhân sẵn sàng hoạt động – cao hơn con số ước tính lần trước như dự đoán," báo cáo nêu rõ. "DoD ước tính rằng Trung Quốc có thể sẽ có hơn 1,000 đầu đạn hạt nhân hoạt động vào năm 2030."

Báo cáo cũng nhấn mạnh rằng nhà cầm quyền nước này có thể đang đầu tư vào công nghệ phi đạn thông thường hiện đại hơn, nâng cấp để loại vũ khí này có thể tấn công trực tiếp vào lục địa Hoa Kỳ.

Báo cáo viết, "CHND Trung Hoa có thể đang tìm cách phát triển các hệ thống phi tiễn đạn đạo xuyên lục địa tầm xa được trang bị vũ khí thông thường, cho phép CHND Trung Hoa đe dọa bằng các cuộc tấn công thông thường nhằm vào các mục tiêu ở lục địa Hoa Kỳ."

Trung Quốc theo đuổi việc phát triển lực lượng quân sự có thể đánh bại Hoa Kỳ

Báo cáo Sức mạnh Quân sự Trung Quốc trước đây được công bố vào năm 2021 cho thấy Trung Quốc có thể sở hữu 1,000 đầu đạn hạt nhân vào năm 2030. Trong khi đó, báo cáo năm 2020 tuyên bố rằng Trung Quốc có khả năng chỉ có được khoảng 200 đầu đạn hạt nhân vào năm 2025.

Việc mở rộng và hiện đại hóa hạt nhân nhanh chóng này diễn ra trong bối cảnh ngày càng có nhiều nhà phân tích và chuyên gia cho rằng Bắc Kinh đang phát triển lực lượng hạt nhân với mục đích rõ ràng – đe dọa trực tiếp Hoa Kỳ.

Năm ngoái (2022), Quốc hội đã xác nhận rằng chế độ này thực sự có nhiều bệ phóng phi tiễn đạn đạo xuyên lục địa hơn số lượng mà Hoa Kỳ đang sở hữu.

Chính quyền Trung Quốc từ chối tham gia vào các cuộc đàm phán về không phổ biến vũ khí hạt nhân và ổn định chiến lược, bất chấp những lời hứa trước đó rằng họ sẽ hợp tác với Hoa Kỳ về các vấn đề như vậy.

Theo một tình tiết liên quan, hồi năm 2021, Tướng John Hyten – Phó Chủ tịch Hội đồng Tham mưu trưởng Liên quân khi đó – nói rằng các vụ thử phi đạn siêu thanh của Trung Quốc dường như nhằm mục đích phát triển năng lực quân sự phục vụ cho việc tiến hành một cuộc tấn công hạt nhân đầu tiên vào Hoa Kỳ.

"Họ đã phóng một phi đạn tầm xa," Tướng Hyten nói. "Phi đạn này đã bay vòng quanh thế giới, thả một phương tiện bay siêu thanh lướt về phía Trung Quốc, sau đó tấn công một mục tiêu ở Trung Quốc."

"Đối với tôi, trông cứ như loại vũ khí dùng để tấn công phủ đầu."

Một tuyên bố liên quan từ Ngũ Giác Đài được ban hành hôm 19/10 cho biết việc phổ biến vũ khí hạt nhân là một phần trong "những nỗ lực không ngừng của Trung Quốc nhằm đảo ngược trật tự quốc tế dựa trên luật lệ."

Chính phủ TT Biden nói rằng họ vẫn đang theo đuổi các cuộc đàm phán không phổ biến vũ khí hạt nhân với Trung Quốc "mà không cần điều kiện tiên quyết."

Chính phủ ông Biden cho rằng những cuộc đàm phán như vậy là cần thiết để ngăn chặn một cuộc chạy đua vũ trang hạt nhân mới, đồng thời giúp hạn chế tiềm năng xảy ra thảm họa do hiểu nhầm trong giao tiếp giữa quân đội hai nước.

Hồng Ân biên dịch

THẾ GIỚI

LEHTIKUVA/HEIKKI SAUKKOMAA VIA REUTERS

Thiệt hại tại một đường ống dẫn khí đốt trên Biển Baltic hồi đầu tháng được cho là do một con tàu kéo theo một chiếc mỏ neo lớn dọc đáy biển gây ra, cảnh sát Phần Lan cho biết hôm 24/10.

EZRA ACAYAN/GETTY IMAGES

"Chính phủ Philippines xem hành động gây hấn mới nhất của Trung Quốc là sự vi phạm trắng trợn luật pháp quốc tế."

Ông Gilberto Teodoro, *Bộ trưởng Quốc phòng Philippines*

Trung Quốc ghi nhận chưa tới 10 triệu ca sinh vào năm 2022

Số lượng thấp nhất kể từ khi Trung Cộng lên nắm quyền

Sophia Lam

CFOTO/FUTURE PUBLISHING VIA GETTY IMAGES

Một nữ y tá chăm sóc một em bé sơ sinh tại Bệnh viện Phụ nữ và Trẻ em ở thành phố Phụ Dương, tỉnh An Huy, Trung Quốc, ngày 08/08/2022.

Số ca sinh ở Trung Quốc đã giảm năm thứ sáu liên tiếp vào năm ngoái và hiện là mức thấp nhất kể từ năm 1949, thời điểm mà Trung Cộng cầm quyền ở Trung Quốc – mặc dù họ đã bãi bỏ chính sách một con khét tiếng vào năm 2016.

Ủy ban Y tế Quốc gia (NHC) của nhà cầm quyền cộng sản Trung Quốc đã công bố vào ngày 12/10 rằng năm 2022 cả nước ghi nhận 9.56 triệu ca sinh. Con số này chỉ bằng hơn một nửa so với con số 17.58 triệu ca sinh được ghi nhận gần đây vào năm 2017.

400 TRIỆU CA

Trung Cộng tuyên bố chính sách một con đã ngăn chặn khoảng 400 triệu ca sinh xảy ra từ 1979 đến 2011 – bao gồm hàng triệu ca bị ngăn chặn bằng cách cưỡng bức triệt sản và cưỡng bức phá thai.

Theo dữ liệu chính thức, 46.1% trẻ em sinh ra ở Trung Quốc vào năm ngoái là con đầu lòng, 38.9% số ca sinh là con thứ hai, và 15% là con thứ ba trở lên.

Chính quyền Trung Quốc đang nỗ lực kiềm chế xu hướng giảm dân số. Sau khi dỡ bỏ chính sách một con vào năm 2016, Bắc Kinh tiếp tục nới lỏng các chính sách kế hoạch hóa gia đình vào năm 2021 để khuyến khích người dân sinh thêm con.

Chính sách một con của Trung Quốc được thực hiện từ 1979 đến 2016. Nhà cầm quyền cộng sản tuyên bố chính sách này đã ngăn chặn khoảng 400 triệu ca sinh xảy ra từ 1979 đến 2011 – bao gồm hàng triệu ca bị ngăn chặn bằng cách cưỡng bức triệt sản và cưỡng bức phá thai.

Trong cuộc phỏng vấn với tờ Yicai, một hãng truyền thông của nhà nước Trung Quốc, theo ông Khương Toàn Bảo (Jiang Quanbao), giáo sư tại Viện Nghiên cứu Dân số và Phát triển của Đại học Giao thông Tây An, hai lý do chính khiến tỷ lệ sinh giảm là do người Trung Quốc ngày càng có xu hướng kết hôn muộn hơn, đồng thời tỷ lệ người muốn sống độc thân và không sinh con ngày càng tăng.

Trái ngược với tỷ lệ sinh giảm mạnh, số người về hưu ở Trung Quốc đang tăng vọt.

Người Trung Quốc trên 65 tuổi – được truyền thông Trung Quốc gọi là "thủy triều xám" – chiếm 14.9% dân số vào năm 2022, khiến nước này trở thành một xã hội đang già đi nhanh chóng.

Hồi năm ngoái, một cơ quan truyền thông nhà nước Trung Quốc đưa tin rằng "thủy triều xám lớn nhất từ trước đến nay" sẽ xảy ra trong thập niên tới. Những người Trung Quốc sinh vào những năm 1960 bắt đầu về hưu vào năm 2022 – với con số trung bình dự kiến là 20 triệu người trong độ tuổi này hiện đang về hưu hàng năm.

Người trẻ sợ có con

Theo các bản tin của truyền thông Trung Quốc, trong bối cảnh tỷ lệ sinh giảm liên tục trong nhiều năm qua, nhà cầm quyền cộng sản Trung Quốc đã thực hiện nhiều biện pháp khác nhau để thúc đẩy khả năng sinh sản của các công dân nữ đủ điều kiện và thúc đẩy việc sinh nở, bao gồm cả việc bổ sung acid folic cho các bé gái từ 15 tuổi và cho phụ nữ ở độ tuổi tối đa là 49 với sự giúp sức từ các đội y tế chuyên về sinh sản ở địa phương.

Sau công bố dữ liệu dân số gần đây của Bắc Kinh, nhiều cư dân mạng Trung Quốc trên nền tảng truyền thông xã hội nổi tiếng Trung Quốc Weibo tỏ ra dè dặt trong việc có con, trong đó nhiều người e sợ rằng họ không có đủ tài chính để nuôi con.

Một cư dân mạng có tên "Love China E5" viết: "Những người trẻ muốn có con nên suy nghĩ thật kỹ trước khi ra quyết định: Trong điều kiện hiện nay ở Trung Quốc, chúng ta có thể cho con mình những gì – hạnh phúc hay đau khổ?"

Một người dùng mạng xã hội khác bày tỏ sự thất vọng trước triển vọng kinh tế trong tương lai ở Trung Quốc: "Những người bình thường chúng ta có thể làm gì cơ chứ? Nền kinh tế ngày càng suy thoái, còn chúng ta thì ngày càng nghèo hơn. Chúng ta không có cơ hội để kiếm sống và chúng ta không đủ khả năng để nuôi một đứa trẻ."

Ngay từ năm 2021, một blogger có tên "Les Misérables" đã đăng một bài báo trên Zhihu, nền tảng truyền thông xã hội phổ biến của Trung Quốc, đề cập đến "cuộc khủng hoảng dân số" mới nổi ở Trung Quốc.

"Bề ngoài dường như là [người trẻ] không muốn có con, nhưng thực chất vấn đề là họ không dám. Họ không dám, đó là lý do tại sao họ không muốn," Les Misérables kết luận trong bài đăng của mình. Blogger này để lại một câu hỏi ở cuối bài mà không đưa ra câu trả lời: "Vấn đề cốt lõi là tại sao người ta không dám sinh con?"

Ngoài vấn đề dân số già ở Trung Quốc, chính quyền Trung Quốc còn công bố tỷ lệ thất nghiệp ở thanh niên cao kỷ lục là 21.3% trong tháng Sáu. Theo báo cáo của Diễn đàn Kinh tế Vĩ mô Trung Quốc (CMF), cuộc khủng hoảng thất nghiệp ở thanh niên đang diễn ra có thể kéo dài trong 10 năm tới và "tệ hại hơn trong ngắn hạn".

Các biện pháp zero-COVID hà khắc của chế độ cộng sản đã làm tăng thêm nỗi sợ hãi của người trẻ tuổi về việc sinh con và nuôi dạy con trong một xã hội toàn trị như vậy.

Hồi tháng Năm, một người đàn ông ở Thượng Hải được cho là đã từ chối đến điểm cách ly tập trung đã bị công an cảnh báo rằng hành động của anh có thể dẫn đến hậu quả làm ảnh hưởng đến gia đình anh trong "ba thế hệ". Người đàn ông trả lời: "Chúng tôi là thế hệ cuối cùng rồi." Suy nghĩ "thế hệ cuối cùng" này đại diện cho một lượng lớn thanh niên phản đối việc họ không được tôn trọng khi sống dưới sự cai trị của Trung Cộng cũng như các chính sách zero-COVID và các chính sách hà khắc khác của đảng này.

Bản tin có sự đóng góp của Hạ Tùng và Mary Hong
Hồng Ân biên dịch

Các quan chức Trung Quốc từng bức hại Pháp Luân Công bị điều tra vì cáo buộc tham nhũng

Mary Hong

Trong những năm gần đây, các cuộc điều tra quan chức tham nhũng và rất nhiều giám đốc Cục Quản lý nhà tù các tỉnh của Trung Quốc đã phát hiện ra "những hành vi vi phạm nguyên tắc và pháp luật nghiêm trọng," theo thông báo của nhiều tổ chức chống tham nhũng cấp tỉnh trực thuộc Ủy ban Kiểm tra Kỷ luật Trung ương Trung Cộng.

Tiến sĩ Uông Chí Viễn (Wang Zhiyuan), chủ tịch của Tổ chức Thế giới Điều tra cuộc Đàn áp Pháp Luân Công (WOIPFG), nói chuyện tại Berlin vào ngày 28/10/2016.

JASON WANG/EPOCH TIMES

Cục Quản lý nhà tù cấp tỉnh là cơ quan cao cấp hơn giám sát các trại giam trên địa bàn tỉnh. Luật pháp Trung Quốc quy định các cơ quan tư pháp phải chịu trách nhiệm quản lý các nhà tù trong quyền hạn của mình thông qua các bộ phận quản lý nhà tù của họ.

Những cá nhân này cũng nằm trong danh sách điều tra của Tổ chức Quốc tế Điều tra Cuộc đàn áp Pháp Luân Công (WOIPFG) – khi tổ chức này nỗ lực thu thập bằng chứng về các bên chịu trách nhiệm và bắt đầu truy tố hình sự vì vai trò tích cực của họ trong cuộc bức hại các học viên Pháp Luân Công.

WOIPFG là một tổ chức quốc tế bất vụ lợi với sứ mệnh khôi phục công lý bằng cách nghiên cứu và tổng hợp thông tin một cách có hệ thống về tất cả các cơ quan, tổ chức và cá nhân liên quan đến cuộc bức hại Pháp Luân Công ở Trung Quốc.

Pháp Luân Công, còn được biết đến với tên gọi là Pháp Luân Đại Pháp, là một môn tu luyện tâm và thân dựa trên các nguyên lý phổ quát chân, thiện, và nhẫn. Theo báo cáo của Trung tâm Thông tin Pháp Luân Đại Pháp, sau khi được giới thiệu [ra công chúng] vào năm 1992, đã có 70–100 triệu học viên tại Trung Quốc thực hành môn tu luyện này trước tháng Bảy năm 1999.

Ông Giang Trạch Dân, cựu lãnh đạo Trung Cộng, đã phát động cuộc bức hại các học viên Pháp Luân Công vào 07/1999. Mặc dù ông ta đã qua đời hồi tháng 11/2022, nhưng cuộc bức hại hiện vẫn đang tiếp diễn, và rất nhiều nạn nhân đã thiệt mạng trong khi bị giam giữ.

Một trong những nạn nhân bị bức hại gần đây là anh Bàng Huân (Pang Xun), một người dẫn chương trình phát thanh tại Tứ Xuyên bị bắt vì phát tài liệu về Pháp Luân Công. Sau khi bị cảnh sát tùy tiện bắt giữ trên đường đi làm, anh Bàng bị giam tại Nhà tù Lạc Sơn và bị những cai ngục đánh đập cho đến khi thiệt mạng chỉ trong vòng khoảng bốn tháng. Trường hợp của anh Bàng đã được công bố hồi tháng 02/2023.

Đây lại là một trường hợp vô cùng thương tâm nữa của các học viên Pháp Luân Công bị bức hại trong hệ thống nhà tù tại Trung Quốc. WOIPFG xem đây là một vụ án mạng nghiêm trọng và có ý định bắt đầu một cuộc điều tra kỹ lưỡng.

Theo công bố của WOIPFG, các tổ chức và cá nhân chủ chốt có liên quan đến vụ việc này bao gồm: ông Lưu Chí Thành (Liu Zhicheng), Giám đốc Sở Tư pháp tỉnh Tứ Xuyên; ông Trần Chí Lâm (Chen Zhilin), bí thư đảng ủy kiêm Giám đốc Cục quản lý nhà tù tỉnh Tứ Xuyên; ông Tần Khắc Bình (Qin Keqing), Quản giáo Nhà tù Gia Châu tỉnh Tứ Xuyên; và ông Lưu Thủ Thành (Liu Shoucheng), cựu bí thư đảng ủy của Ủy ban Chính trị và Pháp luật thành phố Thành Đô, cùng với những người khác. "Các cuộc điều tra kỹ lưỡng hơn đang được tiến hành để xác định thêm những cá nhân phải chịu trách nhiệm về vụ việc này."

Ông Lý Cảnh Ngôn, tỉnh Quảng Đông

Ông Lý Cảnh Ngôn (Li Jingyan), Giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Quảng Đông, đã bị bãi nhiệm hôm 25/08.

THE EPOCH TIMES

(Từ trái sang) Ông Thạch Anh, cựu Giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Hà Nam, ông Lý Cảnh Ngôn, cựu Giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Quảng Đông, và ông Vu Ái Vinh, cựu Giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Giang Tô đều đã bị điều tra vì cáo buộc vi phạm pháp luật. Họ đều tham gia vào cuộc bức hại Pháp Luân Công.

Ông Lý đã đảm nhiệm nhiều chức vụ khác nhau trong Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Quảng Đông từ cuối năm 2000.

Theo tài liệu của Minh Huệ Net, một trang web chuyên đưa tin về cộng đồng Pháp Luân Công trên toàn thế giới, khi còn đương chức, ông Lý Cảnh Ngôn đã tích cực ủng hộ cuộc bức hại Pháp Luân Công của Trung Cộng, và trong một số trường hợp, các học viên Pháp Luân Công vẫn tiếp tục bị bức hại sau khi họ ra tù.

Ví dụ, ông Giang Hán Toàn (Jiang Hanquan) đã bị công an bắt cóc hồi tháng 12/2014, mượn cớ là vì ông treo các biểu ngữ câu đối văn chương ngay trước cửa nhà ông trong dịp Tết Nguyên Đán Trung Quốc trong đó có ba chữ chân, thiện, và nhẫn – những nguyên lý phổ quát được các học viên Pháp Luân Công tôn vinh – để khuyến khích hành xử có đạo đức.

Ông Giang – là một nông dân và cũng là một học viên Pháp Luân Công tại Thành phố Phổ Ninh, tỉnh Quảng Đông – đã bị kết án oan ba năm sáu tháng tù vào ngày 09/04/2015.

Sức khỏe của ông Giang bị suy giảm nghiêm trọng do phải chịu đựng sự ngược đãi trong suốt ba năm bị giam giữ. Theo WOIPFG, Ủy ban Chính trị và Pháp luật địa phương tiếp tục theo dõi và sách nhiễu ông Giang sau khi ông được trả tự do hồi cuối năm 2017, dẫn đến việc ông Giang tử vong hồi tháng 01/2019.

Theo báo cáo của trang Minh Huệ Net, từ tháng Một đến tháng Bảy năm 2014, có ít nhất 57 học viên Pháp Luân Công ở tỉnh Quảng Đông đã bị chính quyền địa phương bắt cóc, xét xử và kết án phi pháp, bị đột nhập vào nhà, bị giám sát và đột kích mà không có giấy phép.

Ông Vu Ái Vinh, Tỉnh Giang Tô

Truyền thông Trung Quốc The Paper đưa tin ông Vu Ái Vinh (Yu Airong), cựu Giám đốc Cục Quản lý nhà tù tỉnh Giang Tô, hôm 22/08 đã nhận bản án 12 năm và sáu tháng tù giam vào vì tội tham nhũng, nhận hối lộ, và lạm dụng quyền hạn để cấp ân xá trái phép.

Ông được bổ nhiệm làm phó giám đốc hồi tháng 08/1997, và được bổ nhiệm làm giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Giang Tô hồi tháng 01/2001.

Trong nhiệm kỳ của ông Vu, có ít nhất 16 học viên Pháp Luân Công ở nhiều nhà tù khác nhau trên khắp tỉnh Giang Tô đã tử vong vì bị tra tấn trong tù. Theo trang Minh Huệ Net, tính đến năm 2013, có tổng cộng 515 học viên Pháp Luân Công được ghi nhận là bị giam giữ phi pháp tại các trại giam và bệnh viện tâm thần khác nhau trên khắp tỉnh Giang Tô.

Hồi tháng 07/2024, học viên Trần Quang Huy (Chen Guanghui) bị bức hại tại nhà tù Tô Châu, khiến anh rơi vào trạng thái sống thực vật. Trong hơn hai năm, sự sống của anh chủ yếu phụ thuộc vào việc truyền máu và thở oxy.

Anh Trần, 40 tuổi, quản lý kiêm phó khoa Khoa học Điện toán tại Chi nhánh Liên Vân Cảng của Ngân hàng Xây dựng Trung Quốc, đã qua đời hôm 12/12/2006.

Ông Thạch Anh, tỉnh Hà Nam

Ông Thạch Anh (Shi Ying), Ủy viên Đảng ủy Sở Tư pháp tỉnh Hà Nam, cũng là là Bí thư Đảng ủy kiêm Giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Hà Nam, đã phải đối mặt với cuộc điều tra về các vi phạm kỷ luật và pháp lý nghiêm trọng vào ngày 24/06/2022.

Theo tài liệu của Minh Huệ Net, ông Thạch đóng vai trò chủ chốt trong cuộc bức hại Pháp Luân Công tại hệ thống nhà tù tỉnh Hà Nam.

Tính đến tháng 12/2013, có ít nhất 12 học viên Pháp Luân Công đã tử vong trong các nhà tù tỉnh Hà Nam. Theo Minh Huệ Net, từ năm 2015 đến năm 2021, có 344 học viên Pháp Luân Công đã bị kết án và giam giữ phi pháp trong các nhà tù tỉnh Hà Nam, trong đó nhiều người đã tử vong trong thời gian bị giam giữ.

LARRY DAI/THE EPOCH TIMES

Các học viên Pháp Luân Công trong một cuộc diễn hành ở New York để kỷ niệm Ngày Pháp Luân Đại Pháp Thế giới và phản đối cuộc đàn áp của Trung Cộng đối với môn tu luyện này, vào ngày 13/05/2021.

Đơn cử, bà Chu Dĩnh (Zhu Ying), một học viên Pháp Luân Công 53 tuổi tại thành phố Tân Hương, đã tử vong trong vòng chưa đầy sáu tháng sau khi bị giam giữ phi pháp vào ngày 30/11/2010.

Trước đây bà Chu được vinh danh là hình mẫu lao động quốc gia và từng là một đại biểu cho cơ quan lập pháp bù nhìn Đại hội đại biểu Nhân dân toàn quốc của Trung Quốc.

Công an đã bắt cóc bà ở gần trung tâm thể thao thành phố vào ngày 02/04/2010. Bà bị kết án oan với tám năm tù giam hồi tháng Mười cùng năm.

Những cá nhân khác đang bị WOIPFG điều tra và bị khai trừ khỏi chính quyền gồm có ông Mã Lâm (Ma Lin), đã về hưu với tư cách là bí thư đảng ủy và giám đốc Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Vân Nam hồi năm 2016.

Theo tài liệu của Minh Huệ Net, trong suốt hơn một thập niên ông Mã đương nhiệm, Nhà tù Số Một và Nhà tù Số Hai tỉnh Vân Nam đã sát hại ít nhất 23 học viên Pháp Luân Công, và khiến vô số người bị chấn thương vĩnh viễn.

Ông Triệu Kim Thành (Zhao Jincheng), bí thư đảng ủy kiêm giám đốc Sở Tư pháp tỉnh Hắc Long Giang, Bí thư Đảng ủy Cục Quản lý Nhà tù tỉnh Hắc Long Giang, đồng thời cũng là Chính ủy Thứ nhất, đã bị điều tra vì cáo buộc vi phạm pháp luật vào ngày 06/11/2021.

Theo tài liệu của Minh Huệ Net, ông Triệu chịu trách nhiệm về nhiều vụ bắt cóc các học viên Pháp Luân Công trên quy mô lớn.

Hồi năm 2006, với tư cách là bí thư đảng ủy kiêm giám đốc Sở Công an Thành phố Mẫu Đơn Giang, ông đã được đề bạt tại Sở Công an tỉnh Hắc Long Giang để giám sát về việc bắt giữ hàng chục học viên Pháp Luân Công, theo trang Minh Huệ Net.

Ông Từ Hoành Quang (Xu Hongguang), cựu phó bí thư đảng ủy kiêm giám đốc Cục Quản lý Nhà tù Nội Mông, đã trở thành mục tiêu của một cuộc điều tra hồi tháng 06/2020, và đã chính thức bị bắt giữ do cáo buộc nhận hối lộ hồi tháng 01/2021, theo báo cáo của Viện Kiểm sát Nhân dân tối cao Nội Mông.

Theo báo cáo của Minh Huệ Net, hàng chục, đôi khi thậm chí hàng trăm học viên Pháp Luân Công bị kết án phi pháp và bị bức hại mỗi năm trong các nhà tù ở Khu tự trị Nội Mông.

Bản tin có sự đóng góp của Li Jiesi.
Tuệ Chân biên dịch

Các ca 'phổi trắng' ở trẻ em tràn ngập bệnh viện Trung Quốc, nghi ngại về đợt dịch COVID-19 khác

Alex Wu

Theo các phương tiện truyền thông Trung Quốc và các bài đăng trên mạng xã hội, nhiều trẻ em ở Hoa lục đang bị sốt cao, ho, và thậm chí có triệu chứng "phổi trắng". Gần đây hệ thống bệnh viện đã tiếp nhận rất nhiều ca bệnh nhi, nhiều em còn lây nhiễm cho các thành viên khác trong gia đình.

Mọi người vẫn nghi ngờ rằng một đợt bùng phát COVID-19 mới đã bắt đầu, căn cứ vào các triệu chứng được ghi nhận, sự thiếu minh bạch của chính quyền, và thiếu tự do báo chí ở Trung Quốc.

Hãng thông tấn trực tuyến Trung Quốc Hồng Tinh Tân Văn (Hongxing News), thuộc sở hữu của chính quyền thành phố Thành Đô, đưa tin rằng phòng điều trị ngoại trú nhi khoa của Bệnh viện số Một Hàng Châu đã chật kín vào lúc 8 giờ 30 phút sáng hôm 17/10. Giám đốc khoa Nhi, Bác sĩ Tưởng Xuân Minh (Jiang Chunming) nói với truyền thông địa phương rằng trong hai tháng qua, số lượng bệnh nhân ngoại trú nhi khoa là khoảng 1,000 người/ngày.

Tính đến cuối tuần lễ kết thúc hôm 15/10, số lượt khám ngoại trú lên tới 1,800 đến 1,900 lượt. Các phòng bệnh chật kín không có giường bệnh trống, trong khi nhiều trẻ em phải chờ nhập viện.

Bác sĩ Tưởng lấy một trường hợp làm ví dụ: một bé trai 10 tuổi có triệu chứng ho và sốt kéo dài. Cháu bé đã đến phòng khám nhi vào ngày thứ 12 nhiễm bệnh.

Bác sĩ Tưởng cho biết, "Khám nghiệm phát hiện những lỗ đen nhỏ ở vùng trắng của phổi và hoại tử một phần phổi. Bệnh nhân này cuối cùng được chẩn đoán nhiễm bệnh viêm phổi do vi khuẩn mycoplasma."

Hôm 12/10, Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh Bắc Kinh cho biết Bắc Kinh đang chứng kiến thời kỳ có số ca nhiễm bệnh viêm phổi "mycoplasma" cao, dự kiến sẽ đạt đỉnh điểm vào tháng Mười Một.

Hôm 20/10, một bác sĩ tại Bệnh viện Nhi Hà Nam nói với The Epoch Times rằng: "Bệnh viện đã kín chỗ và có rất nhiều bệnh nhân, tất cả đều bị viêm phổi mycoplasma, chủ yếu là trẻ em." Ông kêu gọi những người chăm sóc rằng nếu trẻ em sốt cao thì nên được đưa ngay đến khoa cấp cứu của bệnh viện để chụp CT, vì hiện nay nhiều bệnh nhi đã bị "phổi trắng", thậm chí là hoại tử phổi.

Ông Lý, một giáo viên tiểu học ở Thượng Hải, nói với The Epoch Times rằng: "Hiện nay, nhiều người đang bị cảm lạnh và sốt. Lớp tôi có hơn 40 học sinh nhưng chỉ có khoảng hơn chục học sinh đến trường. Con em của họ hàng tôi cũng có một số cháu bị sốt, người lớn cũng bị ốm lây. Trẻ em lây bệnh cho người lớn, và cả gia đình đều bị nhiễm bệnh."

Khoảng 9 giờ sáng ngày 20/10, một bác sĩ tại Bệnh viện Nhi Hồ Nam nói với The Epoch Times rằng bệnh viện đã kín chỗ, và toàn bộ lịch hẹn thăm khám trong ngày đều đã được đặt kín. Bác sĩ này cho biết nhiều trẻ có triệu chứng "phổi trắng", và nói thêm rằng, "Hiện giờ, bệnh viện hiện không còn giường, người dân cần xếp hàng chờ có giường. Phải ba bốn ngày mới được nhập viện."

Trong một video đăng trên mạng xã hội Trung Quốc, một bác sĩ nhi khoa ở Trịnh Châu cho biết hôm 16/10, trong một ngày mà bà đã điều trị cho hơn 100 bệnh nhân tại phòng khám ngoại trú, chủ yếu là trẻ em, nhiều em trong số đó bị "phổi trắng."

Những cái tên mới cho COVID-19

Sau khi Trung Cộng cầm quyền đột ngột dỡ bỏ chính sách zero COVID hà khắc và các biện pháp kiểm soát hạn chế hồi tháng 12/2022, Hoa lục đã trải qua một đợt bùng phát COVID-19 trên diện rộng, khiến vô số người tử vong, trong đó có một lượng lớn người cao niên bị "phổi trắng" trước khi qua đời.

Kể từ đó, bất cứ khi nào các bệnh viện trở nên quá tải với những bệnh nhân có triệu chứng giống COVID-19, chính quyền Trung Cộng lại nghĩ ra một thuật ngữ mới, chẳng hạn như "cúm", "noro", "viêm họng quốc gia", và bây giờ là "viêm phổi mycoplasma" để giải thích về sự bùng phát dịch bệnh này, vì xét nghiệm PCR COVID-19 bắt buộc đã bị hủy bỏ. Tuy nhiên, nhiều người dân Trung Quốc bày tỏ nghi ngờ rằng những cái tên mới này không đề cập đến những đợt bùng phát COVID-19 đang diễn ra.

Nhiều video trên mạng xã hội cho thấy các bệnh viện trên khắp Trung Quốc chật kín người, nhiều bậc cha mẹ đưa con đến khám tại các phòng khám sốt đang quá tải.

Thậm chí đến tận đêm khuya, người dân vẫn xếp hàng dài chờ được điều trị ở phòng cấp cứu. Vì các bệnh viện đã kín chỗ, nên nhiều bệnh nhân đang phải đứng ở sảnh hành lang hoặc sảnh bệnh viện để điều trị qua đường tĩnh mạch (IV).

Bác sĩ Úc, một bác sĩ nhi khoa ở Hoa lục, đã đăng một video lên mạng xã hội, nói rằng "ngoài trẻ em trên 5 tuổi, thì trẻ sơ sinh và người lớn cũng bị nhiễm bệnh, nên dịch viêm phổi năm nay đặc biệt nghiêm trọng."

Bệnh COVID-19 ban đầu được gọi là "bệnh viêm phổi Vũ Hán" ở Trung Quốc, do các triệu chứng bệnh khi đó bùng phát lần đầu tiên ở Vũ Hán, tỉnh Hồ Bắc, hồi cuối năm 2019.

Cô Chu, một giáo viên trung học cơ sở ở Hoa lục, cũng cho biết mọi người đều tin rằng cái gọi là "viêm phổi mycoplasma" là COVID-19.

Cô cho biết một số em ở trường cô bị "phổi trắng" đang được điều trị bằng kháng sinh azithromycin. Kể từ đó, thuốc này đã được bán rất chạy và hiện không còn hàng để bán.

Bản tin có sự đóng góp của Lý Vận và Hùng Bân
Cẩm An biên dịch

KEVIN FRAYER/GETTY IMAGES

Học sinh Trung Quốc đến lớp tại một trường học ở Bắc Kinh vào ngày 23/09/2020.

1,900 LƯỢT KHÁM

Tính đến cuối tuần lễ kết thúc hôm 15/10, số lượt khám ngoại trú lên tới 1,800 đến 1,900 lượt. Các phòng bệnh chật kín không có giường bệnh trống, trong khi nhiều trẻ em phải chờ nhập viện.

STR/AFP VIA GETTY IMAGES

Một người đàn ông mua thuốc hạ sốt tại hiệu thuốc ở Nam Kinh, tỉnh Giang Tô, Trung Quốc, vào ngày 19/12/2022.

KEVIN FRAYER/GETTY IMAGES

Các bệnh nhân và người chăm sóc quá tải trong một bệnh viện ở Thượng Hải vào ngày 14/01/2023.

Ký giả Lee Smith: Truyền thông thao túng công chúng về cuộc chiến Israel–Hamas

Tiếp theo từ trang 1

đạo Tư tưởng Hoa Kỳ" (American Thought Leaders) của EpochTV: "Kỳ thực, đối với hầu hết mọi người ở phe cánh hữu, lần đầu tiên họ tiếp xúc với thông tin giả thực sự, các chiến dịch thông tin thực sự, [đến từ việc họ] đã và đang theo dõi những gì đang diễn ra ở Trung Đông kể từ đầu Thế kỷ 21."

Từ cuộc chiến ở Iraq đến Chiến tranh Lebanon năm 2006 và bây giờ là Chiến tranh Israel–Hamas, ông Smith lưu ý rằng chiến tranh thông tin là một chiến thuật quan trọng được các chế độ phiến quân ở Trung Đông sử dụng để phá hủy ủng hộ dành cho kẻ thù của họ.

Tuy nhiên, ông cho rằng chính phủ Tổng thống (TT) Obama đã cố tình tạo ra một "phòng dội âm" [echo chamber: chỉ quảng bá thông tin họ muốn] để thuyết phục công chúng Mỹ vốn mơ hồ về thỏa thuận hạt nhân của chính phủ này với Iran. Và ông cáo buộc rằng cơ sở hạ tầng truyền thông tin đó hiện đang được sử dụng để truyền bá thông tin giả về Chiến tranh Israel–Hamas.

"Phòng dội âm" trước đây

Ông Smith lưu ý rằng khi chính phủ TT Obama đạt được thỏa thuận gây tranh cãi với Iran hồi năm 2015, thì hầu hết người Mỹ đều phản đối.

"Chúng ta biết rằng năm 1979, họ đã bắt các nhà ngoại giao của chúng ta làm con tin," ông nói. "Chúng ta biết rằng họ đã sát hại người Mỹ ở Iraq. Chúng ta biết rằng năm 1982, họ đã sát hại người Mỹ ở Lebanon, và họ phải chịu trách nhiệm cho hầu hết những người Mỹ đã thiệt mạng ở Iraq. … Vì vậy, hầu hết người Mỹ đang xem xét điều này, thỏa thuận với Iran, nói rằng, 'Điều này thật điên rồ.'"

Vào thời điểm đó, chính phủ đã thúc đẩy "Kế hoạch Hành động Toàn diện Chung" như một biện pháp ngăn chặn Iran phát triển vũ khí hạt nhân. Nhưng theo ông Smith, mục đích thực sự của thỏa thuận này là hoàn toàn ngược lại.

"Thỏa thuận này chưa bao giờ có chủ định là ngăn Iran có được loại bom này," ông lập luận. "Mà thỏa thuận này có chủ định là để Iran có được loại bom đó và hợp pháp hóa việc đó trong mắt cộng đồng quốc tế."

Ông Smith cho biết, về mặt khác, để thuyết phục công chúng, chính phủ dựa chủ yếu vào các ký giả thân thiện, các tổ chức tư vấn, và những người được gọi là "chuyên gia" để nhại lại các quan điểm thảo luận của Tòa Bạch Ốc.

"Ông Barack Obama có sức mạnh truyền thông hậu thuẫn – một lần nữa, đó là cơ sở hạ tầng truyền thông đã được xây dựng vào thời điểm đó. Và bây giờ cơ sở này hạ tầng được dùng để tuyên truyền mọi thứ, từ vụ Russiagate cho đến cuộc nổi dậy ngày 06/01."

SAID KHATIB/AFP VIA GETTY IMAGES

▲ Khói bốc lên từ một vụ nổ khi Israel bắn phá Rafah ở phía nam Dải Gaza, hôm 18/10/2023.

Xem xét lại thỏa thuận Iran

Ông Smith cho biết thông điệp mà phòng dội âm này hiện đang thuyết phục là Israel không được phép tự vệ trước thứ mà ông gọi là một chính quyền "bệnh hoạn".

"Chúng ta không nói về một chế độ quyền lực tập trung; chúng ta không nói về một nền dân chủ, một chế độ chuyên chế, một chế độ quân chủ," ông nói.

"Chúng ta đang nói về sự cai trị của cái ác bệnh hoạn, hay sự cai trị bệnh hoạn. Và đó là những gì chúng ta đang thấy với Hamas và Hezbollah."

Ông lưu ý rằng việc Hamas sử dụng [thường dân làm] lá chắn sống "là thật bất bình thường – điều này thật kinh tởm, điều này thật bệnh hoạn." Và mặc dù một số người đã kêu gọi ngừng bắn, nhưng theo ông, hướng đi đó cuối cùng sẽ tước bỏ quyền tự vệ của Israel trước một chế độ như vậy.

"Tôi không nói rằng mọi người đều biết kết cục của cuộc tranh luận đó," ông nói. "Nhưng đó chính là nơi mà cuộc tranh luận diễn ra – rằng Israel không thể bảo vệ chính mình."

Về phần mình, chính phủ TT Biden đã nỗ lực thể hiện sự ủng hộ của mình về mặt quân sự đối với Israel, gửi đạn dược, phi cơ, và hàng không mẫu hạm sau khi cuộc tấn công xảy ra.

Hôm 23/10, cùng với một số nhà lãnh đạo thế giới, TT Joe Biden nhắc lại sự ủng hộ của ông đối với Israel và quyền tự vệ của quốc gia này.

Tuy nhiên, ông Smith lưu ý rằng chính phủ đã hạ thấp khả năng Iran liên quan đến vụ tấn công mặc dù nhiều tin tức cho biết rằng các quan chức an ninh của Iran đã giúp sắp xếp tất cả.

"Chúng tôi có hồ sơ về tất cả cuộc họp giữa các quan chức cao cấp của Iran, và lãnh đạo Hamas, Ismail Haniyeh, và lãnh đạo Hezbollah, Hassan Nasrallah, huấn luyện các đặc vụ chuyên biệt cho cuộc tấn công này bằng dù lượn. Rất là bệnh hoạn," ông nói.

"Và lý do mà chính phủ ông Biden đang che giấu điều này là vì chính phủ này vẫn muốn khôi phục thỏa thuận hạt nhân với Iran," ông cho biết.

Khi nhậm chức, cựu TT Donald Trump đã rút khỏi thỏa thuận hạt nhân này, loại bỏ Iran và các bên ủy nhiệm của nước này để ủng hộ việc củng cố bang giao với những đồng minh hiện có ở Trung Đông thông qua Hiệp định Abraham.

Ông Smith cho rằng chính phủ TT Biden đã phá hoại thỏa thuận đó với hy vọng "làm sụp đổ" chính phủ của Thủ tướng Israel Benjamin Netanyahu và đưa Iran trở lại bàn đàm phán.

Và những mục tiêu đó, ông nói, đặt ra câu hỏi tại sao.

"Tại sao giới lãnh đạo Mỹ quốc và Âu Châu muốn hợp pháp hóa chương trình vũ khí hạt nhân của một quốc gia bệnh hoạn? Chúng ta biết họ là gì… Tại sao họ lại đang bình thường hóa các chế độ như của Hamas, của Hezbollah, và như Cộng hòa Hồi Giáo Iran khi đây là những chính thể bệnh hoạn và điên cuồng?"

Niềm tin đang suy giảm

Mặc dù "phòng dội âm" trong giới truyền thông thiên tả có thể vẫn còn hoạt động, nhưng đối với nhiều người, thì hiệu quả đã suy yếu.

Từ đại dịch COVID-19 đến những lo ngại về tính liêm chính bầu cử và việc vũ khí hóa chính phủ liên bang, nhiều người Mỹ không còn tin tưởng vào những nguồn tin mà họ từng tin là đáng tin cậy.

Và đối với ông Smith, sự ngờ vực sâu sắc đó thể hiện một mối lo ngại khác cần được giải quyết.

Ông nói: "Những người vốn không có niềm tin vào thông tin mà họ nhận được và sẵn sàng tin mọi thứ đã trở nên vô cùng, vô cùng dễ bị tổn thương."

"Và một lần nữa, đó là dấu hiệu rất xấu đối với đất nước chúng ta, bởi vì đó là dấu hiệu cho thấy mọi người cảm thấy họ không có gì để tin cậy. Họ tin rằng mọi thứ về đất nước chúng ta, mọi thứ về thực tại của chúng ta đều là giả," ông nói. "Nhưng tất nhiên, điều đó không đúng."

Ông Smith cho rằng để giúp những người đó phân biệt sự thật với điều bịa đặt thì xã hội phải quay trở lại "nhìn vào những sự việc có thật và giải thích những điều có thật đó khi chúng xảy ra" – chớ đừng thêu dệt thêm.

Cẩm An biên dịch

MOHAMMED AL-MASRI/REUTERS

▶ Người dân quan sát khu vực bệnh viện Al-Ahli ở thành phố Gaza, nơi được cho là người Palestine đã thiệt mạng trong vụ nổ mà các quan chức Israel và Palestine đổ lỗi cho nhau, và là nơi những người Palestine đã phải rời bỏ nhà cửa để đến trú ẩn giữa cuộc xung đột đang diễn ra, hôm 18/10/2023.

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

www.EpochTimesViet.com

CHÚNG TÔI ĐƯA NHỮNG TIN TỨC QUAN TRỌNG, TRUNG THỰC VÀ TRUYỀN THỐNG

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

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

1. ONLINE: www.epochtimesviet.com

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

3. BY MAIL : Fill out the form to the right and mail it to / Xin điền mẫu bên cạnh và gửi đến:
Epoch Times Tieng Viet
10962 Main Street, Ste 101,
El Monte, CA 91731

Weekly print paper to your home / Một tờ báo sẽ được giao tận nhà mỗi tuần.

All subscriptions will continue until you request to cancel / Báo vẫn tiếp tục giao cho tới khi khách hàng yêu cầu ngưng.

Yes, I'd like to subscribe for/Vâng, tôi muốn đặt báo:
❒ Normal delivery/Gửi thường (khoảng 6–7 ngày sẽ nhận được báo)
❒ 6 months for $59 ❒ 12 months for $104
❒ Fast delivery/Gửi nhanh (khoảng 2–4 ngày sẽ nhận được báo)
❒ 3 months for $45 ❒ 6 months for $89 ❒ 12 months for $175
NAME/Tên
PHONE/Số phone
ADDRESS/Địa chỉ
CITY/Thành phố
STATE/Tiểu bang ZIP/Mã vùng
EMAIL
❒ PAY BY CHECK/Trả bằng chi phiếu (Payable to /Trả cho: Epoch Times Tieng Viet)
❒ USE MY CREDIT CARD/Dùng thẻ tín dụng
❒ VISA ❒ MasterCard ❒ Discover
Card number/Số thẻ: Exp.date/Ngày hết hạn:
Signature/Chữ ký: CVC # (REQUIRED) /Số CVC (bắt buộc):

Châu Âu lảng tránh Diễn đàn Vành đai và Con đường, nhưng Taliban lại tham dự

Tiếp theo từ trang 1

thượng đỉnh lần này đã bị thu hẹp đáng kể, cùng với đó là sự sụt giảm vốn đầu tư của Trung Quốc vào BRI.

Trong 10 năm qua, BRI đã bị chỉ trích rộng rãi vì tham nhũng, đặt bẫy nợ cho các nước tham gia, bóc lột lao động, và khiến cho các quốc gia tham dự phải phụ thuộc kinh tế vào Trung Quốc.

Tháng 05/2017, Trung Cộng cầm quyền đã tổ chức hội nghị thượng đỉnh BRI đầu tiên với nỗ lực giảm bớt những nghi ngờ của cộng đồng quốc tế về chương trình này. Hội nghị thượng đỉnh lần thứ hai được tổ chức hồi tháng 04/2019. Diễn đàn lần thứ ba bị hoãn lại đến tháng 10/2023 do đại dịch COVID-19.

So với hội nghị thượng đỉnh lần trước có 37 nhà lãnh đạo ngoại quốc tham dự, thì số lượng người tham dự năm nay giảm đáng kể, chỉ có 24 người tham dự. Hầu hết đến từ các nước đang phát triển ở Đông Nam Á và Nam Á, Trung Đông, châu Phi, và châu Mỹ Latinh.

24 NGƯỜI THAM DỰ

So với hội nghị thượng đỉnh lần trước có 37 nhà lãnh đạo ngoại quốc tham dự, thì số lượng người tham dự năm nay giảm đáng kể, chỉ có 24 người tham dự.

Đáng chú ý là hội nghị thượng đỉnh lần thứ ba này không có sự tham dự của nhiều nhà lãnh đạo đến từ châu Âu như mọi khi. Theo dữ liệu công khai, ⅓ số các nhà lãnh đạo thế giới tham dự hội nghị thượng đỉnh đầu tiên đến từ châu Âu. Năm nay, chỉ có lãnh đạo một số nước Đông Âu tham dự như Tổng thống (TT) Nga Vladimir Putin, Thủ tướng Hungary Viktor Orban, TT Serbia Aleksandar Vucic. Nhiều nguyên thủ quốc gia Âu Châu tham dự hội nghị lần trước đã không đến dự hội nghị thượng đỉnh năm nay – trong đó có tổng thống Bồ Đào Nha, thủ tướng Áo, thủ tướng Hy Lạp, tổng thống Liên bang Thụy Sĩ, tổng thống Cộng hòa Czech, tổng thống Belarus.

Ý dự tính rút khỏi BRI vào cuối năm nay và không cử quan chức tham dự hội nghị thượng đỉnh lần này.

Ông Lý Hằng Thanh (Li Hengqing), một nhà kinh tế sống tại Hoa Kỳ, nói với The Epoch Times: "Bây giờ Ý đã nói rõ rằng họ muốn rút lui. Điều này thực sự đại diện cho thái độ chung của hầu hết các nước phát triển."

Có 90 công ty trong danh sách Fortune 500 đã tham gia hội nghị thượng đỉnh BRI lần trước, nhưng năm nay chỉ còn khoảng 60 công ty tham gia.

Chuyên gia kinh tế trực tuyến Tài Kinh Lãnh Nhãn (Caijing Lengyan) nói với The Epoch Times: "Ảnh hưởng của BRI đang suy giảm nhanh chóng."

"Nhiều quốc gia đã bắt đầu hiểu rằng Trung Cộng kiểm soát các nước thuộc thế giới thứ ba qua khoản nợ [phát sinh thông qua BRI], vậy nên họ không tha thiết lắm đối với việc tham gia BRI. Ngoài ra, lợi nhuận của các dự án BRI đang ngày càng thấp, thậm chí còn thua lỗ; đó là nguyên nhân chính khiến số quốc gia và công ty đa quốc gia tham gia ngày càng ít hơn."

Ông Phùng Sùng Nghĩa (Feng Chongyi) – một giáo sư tại Đại học Công nghệ Sydney, Úc – nói với The Epoch Times: "Ý hiện đang từ bỏ BRI; điều đó có nghĩa là cả các nước phát triển và các quốc gia dân chủ đều sẽ không tham gia. Trung Cộng ban đầu muốn biến BRI thành một dự án toàn cầu, nhưng bây giờ dự án này đã bị hạ xuống mức chỉ dành cho các nước đang phát triển. Và nhiều nước đang phát triển là thành viên [của sáng kiến này] đang phải đối mặt với rất nhiều vấn đề."

Lãnh đạo của các quốc gia đang phát triển – những nước đang chìm sâu trong khoản nợ Trung Quốc sau khi gia nhập BRI – đều có mặt tại hội nghị thượng đỉnh năm nay, bao gồm TT Lào Thongloun Sisoulith, Thủ tướng Cambodia Hun Manet, TT Sri Lanka Ranil Wickremesinghe, và Thủ tướng Ethiopia Abiy Ahmed.

Trang tin Tài Kinh Lãnh Nhãn cho biết: "Mục đích họ tham dự là để thương lượng về các khoản nợ. … Về khoản tiền mà Trung Cộng cho vay, rất nhiều trong số đó đã trở thành nợ khó đòi. Bởi vì nhiều quốc gia đã phá sản. Chẳng hạn, Sri Lanka đã phá sản và không có khả năng hoàn trả [khoản đầu tư của Trung Quốc vào cơ sở hạ tầng]." Kết cục là Sri Lanka phải cho Trung Quốc thuê cảng nước sâu ở Hambantota theo hợp đồng thuê 99 năm.

Ông Lý Nguyên Hoa nói rằng mặc dù các quốc gia này có thể trả hết nợ bằng cách trao cho Trung Cộng quyền phát triển các nguồn tài nguyên khoáng sản quý hiếm ở nước họ và cho Trung Quốc thuê cảng của họ, nhưng người dân địa phương sẽ phản đối điều đó.

Ông nói: "Bây giờ trong bối cảnh nền kinh tế toàn cầu đang suy thoái, đặc biệt là kinh tế của Trung Quốc cũng đang suy thoái, thì việc [Trung Cộng] duy trì đà phát triển của BRI là một nhiệm vụ bất khả thi."

> **Trung Cộng ban đầu muốn biến BRI thành một dự án toàn cầu, nhưng bây giờ dự án này đã bị hạ xuống mức chỉ dành cho các nước đang phát triển.**
>
> Ông Phùng Sùng Nghĩa,
> giáo sư tại Đại học Công nghệ Sydney, Úc

Sự tham dự của Taliban

Taliban – lực lượng kiểm soát Afghanistan nhưng chưa được cộng đồng quốc tế công nhận – đã được Trung Cộng mời và đã tham gia hội nghị thượng đỉnh lần này.

Ông Phùng cho biết: "Đây là dự án lớn của ông Tập Cận Bình. Ông ta đã chi rất nhiều tiền vào đó. Hiện dự án này còn dang dở và bị nhiều nước từ chối. Vì vậy ông ấy muốn tiếp tục tổ chức hội nghị thượng đỉnh này để chứng tỏ mức độ thành công của kế hoạch đó, có được càng nhiều người tham dự càng tốt. Giờ thì Taliban đã đến, ông ấy thậm chí còn phải lôi họ vào để trình diễn."

Kể từ khi quân đội Hoa Kỳ rút khỏi Afghanistan hồi năm 2021, Taliban đã nắm quyền kiểm soát đất nước này. Cho đến nay, chính quyền của Taliban vẫn chưa được bất kỳ quốc gia nào công nhận. Tuy nhiên, chính quyền Trung Cộng là nước đầu tiên bổ nhiệm đại sứ mới tại Afghanistan dưới thời Taliban, và mối bang giao chính thức của nước này với chính quyền Taliban ngày càng trở nên thân thiết.

Hồi tháng Tám, đại công ty viễn thông Huawei được nhà nước Trung Quốc hậu thuẫn đã hợp tác với Taliban để xây dựng mạng lưới giám sát camera quy mô lớn trên khắp Afghanistan.

Hồi tháng Năm, các quan chức của Trung Cộng, Taliban, và Pakistan đã đồng ý đưa Afghanistan vào BRI và mở rộng Hành lang Kinh tế Trung Quốc–Pakistan tới Afghanistan.

Afghanistan có nguồn tài nguyên khoáng sản phong phú. Bắc Kinh vẫn đang đàm phán với Taliban về các kế hoạch phát triển một mỏ đồng lớn ở miền đông Afghanistan. Hồi tháng Một, Công ty TNHH Dầu khí Trung Á Tân Cương của Trung Quốc và Taliban đã ký một thỏa thuận thăm dò dầu khí liên quan đến khoản đầu tư 540 triệu USD trong ba năm ở miền bắc Afghanistan. Hồi tháng Bốn, công ty Trung Quốc Gochin cũng đề nghị đầu tư 10 tỷ USD để phát triển các mỏ lithium ở Afghanistan.

Ông Lý Nguyên Hoa (Li Yuanhua), một nhà sử học ở Úc, nói với The Epoch Times rằng miễn là Trung Cộng cảm thấy điều đó là có lợi cho lợi ích của chính mình thì họ sẽ hợp tác với bất kỳ quốc gia nào.

Ông nói: "Vì vậy, lần này, họ mời Taliban với mục đích tương tự; đó là lấy khoáng sản hoặc các tài nguyên khác từ nơi đó. Taliban hiện đang nắm quyền ở Afghanistan. Trung Cộng thậm chí còn ủng hộ Hamas, nên tất nhiên họ không hề e ngại việc ủng hộ Taliban."

Bản tin có sự đóng góp của Lạc Á, Trương Hồng, và Ninh Hải Chung
Cẩm An biên dịch

GRIGORY SYSOYEV/POOL/AFP VIA GETTY IMAGES

▲ Nhà lãnh đạo Trung Quốc Tập Cận Bình, Tổng thống Nga Vladimir Putin, và các nhà lãnh đạo khác chụp ảnh nhóm tại Diễn đàn Vành đai và Con đường lần thứ ba ở Bắc Kinh hôm 18/10/2023.

PAULA BRONSTEIN/GETTY IMAGES

Công nhân xây dựng đi bộ trên khuôn viên nơi sẽ trở thành khu phức hợp văn phòng và trung tâm bán lẻ Shangri-La do Trung Quốc quản lý ở Colombo, Sri Lanka, ngày 10/11/2018. ▼

ÔNG TIÊN CALI USA★
Sức Khỏe là Vàng - Đại Lý Bán Sỉ và Lẻ
12081 Brookhurst St #2, Garden Grove, CA 92840
Bên trong chợ Lucky Seafood mới (Chợ Best Choice cũ)
Quà tặng!
>>Khi mua sản phẩm trong tháng đầu khai trương, (bắt đầu ngày 05/08/2023).
>>Đến tận nơi để thử sức khỏe MIỄN PHÍ.
714-261-4068 & 714-209-3939
Mở cửa: 9 am - 8 pm
SẢN PHẨM TẾ BÀO GỐC BÀO TỬ NẤM LINH CHI ÔNG TIÊN
• Cho người đột quỵ.
• Ngừa ung thư.
• Hỗ trợ hóa/ Xạ trị.
• Tẩy độc gan. Đau dạ dày.
• Tiểu đường.
• Ổn định huyết áp
• Bệnh Gout. Mất ngủ.
• Cải thiện làn da sạm nám.
• Thận yếu. Sỏi thận.
• Bệnh đau nhức toàn thân.
• Làm lưu thông máu huyết.
• Tăng trí nhớ - Tăng tuổi thọ.
• Duy trì chức năng sinh lý.
• Hỗ trợ thời kỳ mãn kinh.
• Chống lão hóa.
• Đặc biệt kem trị ngứa chàm lác và mỹ phẩm bào từ tế bào gốc Nấm Linh Chi.
• Giảm mỡ trong máu.
• Cải thiện tim mạch.
Không có tác dụng phụ, không giữ nước và không cữ bất kỳ loại thuốc tây nào. (3 ngày không hết đau nhức, có thể lấy tiền lại*)
Sản phẩm này không phải là thuốc, không thể thay thế thuốc chữa bệnh.

ALPHA REALTORS
10925 Beechnut St, Suite A-104, Houston, TX 77072
Tel: (281) 933-6999 • Cel: (281) 802-9231
JANE NGA DUNG NGUYỄN
CPA, CFP
REAL ESTATE BROKER: License #0383545
MORTGAGE BROKER: License #351456
▪ Mua bán, thuê mướn, quản trị.
▪ Chương trình vay tiền đặc biệt cho người có trở ngại credit, lợi tức.
▪ Giúp mượn tiền sửa nhà để bán.
▪ Mua trả cash cho người cần bán gấp hoặc sắp bị foreclose.
▪ Nhân viên địa ốc toàn thời gian, 7 ngày/tuần.
REALTOR MLS EQUAL HOUSING OPPORTUNITY
PRIVATE LENDER • MORTGAGE • RESIDENTIAL • COMMERCIAL

TT Putin: ATACMS tầm xa do Hoa Kỳ cung cấp không xoay chuyển được cục diện chiến tranh

Adam Morrow

Tổng thống (TT) Nga Vladimir Putin cho rằng việc Kyiv sử dụng các Hệ thống Phi đạn Chiến thuật Lục quân (ATACMS) do Hoa Kỳ cung cấp sẽ không đủ để xoay chuyển cục diện cuộc xung đột theo hướng có lợi cho Ukraine.

Trong một cuộc họp báo hôm 18/10, ông Putin cho biết việc Ukraine sử dụng hệ thống phi đạn tầm xa "không có cơ hội làm thay đổi hoàn toàn tình hình dọc theo phòng tuyến liên lạc."

Một ngày trước đó, quân đội Ukraine lần đầu tiên sử dụng hệ thống phi đạn tân tiến này để tấn công các vị trí của Nga ở các khu vực Kherson và Zaporizhzhia phía nam.

Tổng thống Ukraine Volodymyr Zelensky trong cuộc họp báo ở Brussels, hôm 11/10/2023.

ERIC LALMAND/BELGA MAG/AFP VIA GETTY IMAGES

Theo Bộ Quốc phòng Ukraine, cuộc tấn công kép này đã thành công trong việc phá hủy phi cơ, xe và thiết bị quân sự, hai phi trường, và một kho đạn dược.

Một phát ngôn viên của Lực lượng Không quân Ukraine nói trong các bình luận trên truyền hình rằng: "Giờ đã có thể tấn công các mục tiêu một cách hoàn hảo, với độ chính xác cao, khiến kẻ thù không có cơ hội."

Sau đó, Moscow đã xác nhận các cuộc tấn công vào các thành phố cảng Skadovsk và Berdyansk (nằm ở Kherson và Zaporizhzhia), cả hai thành phố này đều nằm phía sau các tuyến phòng thủ của Nga vài chục dặm.

Theo các quan chức Nga, cả hai cuộc tấn công nói trên đều không gây thiệt hại đáng kể.

The Epoch Times không thể kiểm chứng độc lập các tuyên bố của cả hai bên.

Ngay sau hai cuộc tấn công, TT Ukraine Volodymyr Zelensky cảm ơn Hoa Kỳ vì đã cung cấp những hệ thống phi đạn này, trong đó có một số phiên bản có thể được sử dụng để bắn trúng các mục tiêu ở khoảng cách lên tới 190 dặm.

"Hôm nay tôi đặc biệt biết ơn Hoa Kỳ," ông Zelensky nói trong một bài đăng trên mạng xã hội hôm 17/10.

Những hệ thống phi đạn tầm xa này "đã chứng tỏ được khả năng của mình."

Cùng ngày, bà Adrienne Watson, phát ngôn viên của Hội đồng An ninh Quốc gia Hoa Kỳ, xác nhận rằng những hệ thống phi đạn này đã được chuyển đến Kyiv.

Bà Watson nói: "Chúng tôi tin rằng điều này sẽ khiến cho khả năng chiến đấu của Ukraine được tăng cường đáng kể mà không gây nguy hiểm cho khả năng sẵn sàng của quân đội chúng tôi."

Vẫn chưa rõ đến bây giờ Hoa Kỳ đã chuyển giao cho Ukraine bao nhiêu phi đạn ATACMS.

Nhưng một bài báo gần đây trên The New York Times, dẫn lời các quan chức phương Tây, đã đưa ra con số khoảng 20.

SOUTH KOREAN DEFENSE MINISTRY VIA GETTY IMAGES

Ngân sách quốc phòng được đề xướng của Hoa Kỳ năm 2024 bao gồm 80 triệu USD dành cho một Hệ thống Phi đạn Chiến thuật Lục quân Hoa Kỳ (ATACMS) – từng được Lục quân Nam Hàn sử dụng vào năm 2017 – để chuyển giao cho Ukraine.

Giống như các loại vũ khí tấn công khác do Hoa kỳ cung cấp, Kyiv được cho là đã cam kết không sử dụng ATACMS để thực hiện các cuộc tấn công vào bên trong lãnh thổ Nga.

Tháng 09/2022, Nga đã sáp nhập thành công Kherson và Zaporizhzhia, cùng với hai khu vực khác ở miền đông Ukraine.

Với sự giúp đỡ của các đồng minh phương Tây, Kyiv tuyên bố sẽ lấy lại toàn bộ lãnh thổ đã mất bằng vũ lực.

Các đợt giao hàng bí mật

Hôm 19/10, ông Dmytro Kuleba, Ngoại trưởng Ukraine, cho biết Kyiv dự kiến sẽ nhận thêm các đợt chuyển giao phi đạn của Hoa Kỳ – thường mang theo bom chùm – một cách thường xuyên và với số lượng lớn hơn.

Ông Kuleba nói trong các bình luận trên truyền hình rằng, "Đây là kết quả trực tiếp của thỏa thuận giữa TT Zelensky và TT [Joe] Biden, đạt được tại Hoa Thịnh Đốn trong một cuộc gặp cá nhân hồi cuối tháng Chín."

Trong nhiều tháng, Kyiv đã thúc bách các đồng minh phương Tây của mình để có được các hệ thống phi đạn tầm xa hơn, bao gồm cả ATACMS và phi đạn Taurus do Đức sản xuất.

Tuy nhiên, Tòa Bạch Ốc đã dừng lại, vì lo ngại hành động này sẽ làm leo thang cuộc xung đột kéo dài nhiều tháng với Nga này.

Trong chuyến thăm Hoa Thịnh Đốn hôm 21/09, ông Zelensky được cho là đã lặp lại yêu cầu này với TT Biden.

Vào thời điểm đó, cố vấn an ninh quốc gia Hoa Kỳ Jake Sullivan cho biết TT Biden đã cân nhắc yêu cầu này nhưng cuối cùng quyết định từ chối.

Nhưng ngay sau đó, NBC – dẫn lời các quan chức Hoa Kỳ ẩn danh – đưa tin rằng TT Biden trên thực tế đã bật đèn xanh cho hành động này.

Hôm 18/10, CNN đưa tin Hoa Thịnh Đốn đã quyết định chuyển giao hệ thống phi đạn tầm xa – một cách bí mật – để "khiến người Nga bất ngờ".

Cùng ngày, ông Putin thừa nhận rằng việc đưa hệ thống phi đạn này vào kho vũ khí của Ukraine sẽ gây ra "thêm mối đe dọa" cho Nga.

Nhưng ông tiếp tục khẳng định rằng quân đội Nga "chắc chắn có thể đẩy lùi các cuộc tấn công [bằng phi đạn tầm xa] này."

Ông Putin chế nhạo quyết định của Hoa Kỳ trong việc cung cấp cho Kyiv hệ thống phi đạn tiên tiến, mà theo ông, sẽ "chỉ kéo dài nỗi thống khổ của [Ukraine]."

Ông cũng cho biết hành động này là bằng chứng nữa cho thấy Hoa Kỳ đang "ngày càng tham gia vào cuộc xung đột."

Hôm 19/10, Reuters đưa tin rằng Hoa Kỳ có thể sẽ bắt đầu cung cấp cho Ukraine nhiều phiên bản của hệ thống phi đạn tầm xa này.

Để khẳng định cho tin tức của mình, hãng thông tấn này đã viện dẫn "các bài thuyết trình và dữ liệu ngân sách của Lục quân Hoa Kỳ."

Bản tin có sự đóng góp của Reuters

Cẩm An biên dịch

Iran có nhận ra mối nguy hiểm đang tiến đến mình không?

Victor Davis Hanson

Bình luận

Iran có thể dễ dàng tin rằng họ đang tiến lên đỉnh cao.

Quốc gia này tràn ngập tiền mặt. Họ còn gợi ý rằng họ gần như có được bom hạt nhân – và có thể sẽ sớm sử dụng thứ vũ khí này.

Người Iran đang khoe khoang về các đồng minh chuyên chế mới của họ như Nga và Trung Quốc.

Iran đang vỗ ngực khoe khoang rằng hiện nay họ là nhà lãnh đạo chiến tranh Hồi Giáo tự xưng thay mặt cho tất cả người Hồi Giáo. Họ hả hê rằng họ đang nuôi cỗ máy chiến tranh của Nga bằng cách xuất cảng phi cơ không người lái của đất nước mình.

Tehran tự hào đã cung cấp và tài trợ cho hoạt động sát hại dã man trẻ em Do Thái ở Israel của Hamas.

Họ thúc giục quân tốt khác của mình là Hezbollah phóng 100,000 phi đạn do Iran cung cấp vào Israel.

Họ liên tục khiêu khích Hoa Kỳ – chủ yếu bằng những lời đe dọa ngầm rằng sẽ thả những kẻ khủng bố chống Hoa Kỳ vào Trung Đông và có lẽ ngay trong chính lãnh thổ của Hoa Kỳ.

Nhưng trên hết, Iran rất thích thú trước cách hành xử xoa dịu của chính phủ Tổng thống (TT) Biden.

Ông Biden đã khôi phục lại kế hoạch mất lý trí của chính phủ cựu TT Obama nhằm tăng cường quyền lực cho khu vực "Lưỡi liềm Shia" – của Iran, trong đó có Syria và Hezbollah, và kể cả Hamas.

Ý tưởng của Hoa Kỳ rằng liên minh cực đoan này sẽ tạo ra "căng thẳng kích thích sáng tạo" và do đó sẽ tự động cân bằng sự thống trị của những người bạn của Hoa Kỳ ở Israel và các chế độ cầm quyền vùng Vịnh bằng các đối tác mới người Iran của Hoa Kỳ. Tuy nhiên, kết cục hợp lý của sự điên rồ như vậy chính là vụ thảm sát mà chúng ta đã chứng kiến ở Israel.

Ông Biden giao cho đặc phái viên ủng hộ Iran Robert Malley – hiện đang bị FBI điều tra – nhiệm vụ cầu xin Iran khởi động lại Thỏa thuận Iran đầy tai hại.

Chính phủ xanh xao yếu ớt của TT Biden được cho là chỉ đáp lại bốn lần đối với khoảng 83 cuộc tấn công của Iran nhằm vào người Mỹ.

Ông Biden đã dỡ bỏ các lệnh trừng phạt để cho phép Iran thu lợi được hàng chục tỷ dollar từ doanh số bán dầu mới – số tiền này sau đó đã được chuyển cho tất cả những tổ chức khủng bố là kẻ thù của Israel.

Ông ấy tìm cách trả tiền chuộc cho Iran để chuộc lại năm con tin người Mỹ – với chi phí 1.2 tỷ USD cho mỗi người bị bắt giữ và [chẳng khác nào] bật đèn xanh cho Tehran hãy bắt thêm người.

Chính phủ TT Biden đã khôi phục tổng cộng 1 tỷ USD viện trợ cho Bờ Tây và Gaza, bất chấp lịch sử lâu đời của chủ nghĩa khủng bố cực đoan ở Palestine.

Sự xoa dịu này dành cho Iran cũng khiến các tổ chức phụ thuộc của nước này là Hamas và Hezbollah tin rằng nếu bất kỳ ai trong số họ khởi mào cuộc chiến chống lại Israel, thì Iran sẽ bảo đảm cho chiến thắng của họ, Hoa Kỳ sẽ không làm gì cả – và có thể sẽ ép buộc Israel phải làm điều tương tự (không làm gì cả).

Tuy nhiên, một Iran bị ảo tưởng vẫn chưa hoàn toàn nhận thức được việc khoe khoang ầm ĩ và sự ủng hộ dành cho đối tác Hamas của mình trong việc sát hại dã man những thường dân Do Thái đã đưa nước này vào tình thế nguy hiểm chưa từng có ra sao.

Lần đầu tiên sau nhiều thập niên, không quốc gia nào có thể ngăn cản Israel tiêu diệt quân tốt Hamas của Iran – không phải sau khi tổ chức này tàn sát 1,400 công dân Do Thái trong khi những người Palestine cực đoan ở Gaza tiếp tục ăn mừng cuộc tàn sát đó và hứa hẹn thêm nhiều vụ sát nhân hàng loạt man rợ như vậy.

Tổ chức tai mắt khác của Iran là Hezbollah vẫn đưa ra những lời đe dọa khủng khiếp về việc bắn phi đạn. Nhưng họ biết rõ rằng nếu tấn công Israel bằng những phi đạn này, thì Beirut sẽ trở thành một thứ gì đó tồi tệ hơn nhiều so với đống đổ nát năm 2006 trong cuộc chiến tranh Trung Đông lần gần đây nhất.

ANWAR AMRO/AFP VIA GETTY IMAGES

Những kẻ khủng bố Hezbollah đứng gần nhiều bệ phóng hỏa tiễn ở Aaramta, Lebanon, hôm 21/05/2023.

Thế giới khinh thường Iran, và cuối cùng đã chấp nhận rằng không thể dỗ dành nước này. Các quốc gia Ả Rập không muốn người tị nạn Gaza ở bất cứ nào gần với họ, cũng như những kẻ khủng bố mà người Gaza từng bầu chọn lên nắm quyền.

Ngay cả châu Âu cũng ghê tởm hành động tàn sát thường dân Israel như thời tiền văn minh của Hamas.

Nga, nhà bảo trợ mới của Iran, sẽ chẳng giúp được gì nhiều cho nước này – vì đã sa lầy nơi Ukraine và đang rỉ máu chết dần dưới các lệnh trừng phạt và sự tẩy chay trên toàn cầu. Hơn nữa, Moscow cũng chưa quên được lịch sử xung đột trường kỳ của mình với Hồi Giáo.

Trung Quốc thì chỉ quan tâm việc bảo đảm dầu từ Trung Đông có giao tới nơi tới chốn, bình ổn các tuyến đường [giao thương] trên biển – và làm tổn thương Hoa Kỳ.

Ngoài đó ra, thì Bắc Kinh không muốn mạo hiểm nền kinh tế của mình bằng cách thúc đẩy một cuộc chiến tranh ở Iran – đặc biệt là khi Trung Quốc đã bỏ tù một triệu người Hồi Giáo Duy Ngô Nhĩ trong các trại lao động cưỡng bức.

Nếu phi đạn của Iran hoặc Hezbollah tấn công vào hai đội khu trục hạm rất lớn của Hoa Kỳ neo đậu ở Đông Địa Trung Hải, dư luận thậm chí sẽ buộc TT Biden phải đáp trả. Và sự đáp trả này sẽ không phải là cuộc chiến trên từng ngóc ngách đường phố ở Tehran hay Beirut.

Thay vào đó, nó sẽ là một cơn mưa hủy diệt như thời trung cổ từ trên không giáng xuống một trong hai hoặc cả hai nước này.

Sau sự sỉ nhục ở Afghanistan, cuộc xâm lược Ukraine của Nga, sứ mệnh khinh khí cầu do thám trắng trợn của Trung Quốc trên lãnh thổ trung tâm của Hoa Kỳ, tám triệu người nhập cư bất hợp pháp tràn qua biên giới phía nam, và cơn cuồng loạn về chủ nghĩa "thức tỉnh", có lẽ cuối cùng người Mỹ đã tỉnh ngộ rằng họ đã lãng phí một cách nguy hiểm – gần như là chí mạng – khả năng răn đe khó khăn lắm mới giành được trước đó, và phải bắt đầu lại từ đầu.

Để làm tròn vai trò thánh chiến toàn cầu của mình, Iran phải luôn tăng cường hoạt động khủng bố và không ngừng đe dọa hùng hổ hơn.

Iran cho rằng Trung Đông vẫn bình thường như mọi khi – trong khi nước này đang ngấm ngầm trở nên hoàn toàn ngược lại. Một TT Biden có thái độ xoa dịu không những sẽ mang đến các sự kiện, mà còn bị các sự kiện này xoay vần, cho dù ông ấy có biết điều đó hay không.

Người Iran hầu như không nhận ra rằng họ và các đồng minh của họ chỉ còn cách một loạt phi đạn ngu ngốc, hoặc một bước can thiệp liều lĩnh nữa là tiến tới sự đáp trả tàn khốc của phương Tây – một sự đáp trả vốn không nhất thiết phải "tương xứng".

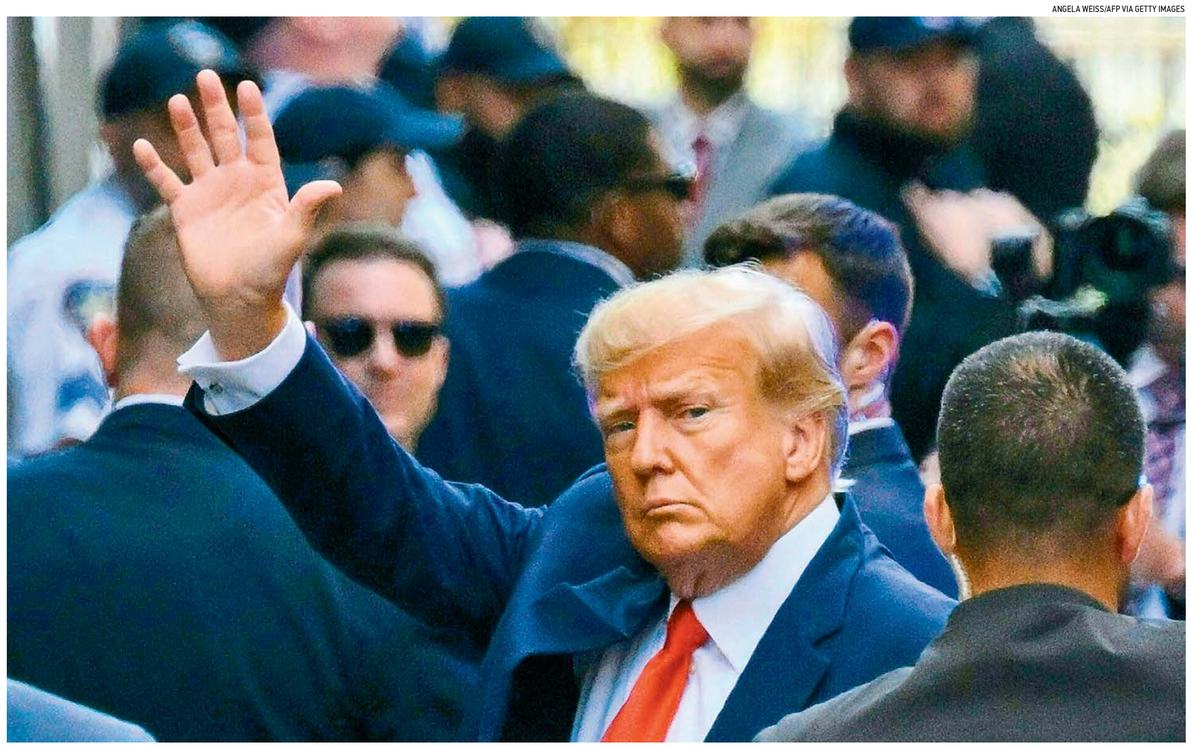
Và một phản ứng như vậy sẽ được rất nhiều đối thủ của Iran hoan nghênh, được một số ít cái gọi là "bạn bè" của nước này thầm vỗ tay tán thưởng, và phần lớn sẽ bị các đồng minh ít ỏi của nước này không thèm quan tâm.

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

Ông Victor Davis Hanson là một nhà bình luận theo phái bảo tồn truyền thống, nhà nghiên cứu văn hóa cổ điển, và nhà sử học quân sự. Ông là giáo sư danh dự về văn hóa cổ điển tại Đại học Tiểu bang California, thành viên cao cấp về lịch sử quân sự và văn hóa cổ điển tại Đại học Stanford, thành viên của Trường Cao đẳng Hillsdale, và là thành viên ưu tú của Center for American Greatness.

Tuệ Minh biên dịch

ANGELA WEISS/AFP VIA GETTY IMAGES



Tổng thống Donald Trump đến phiên điều trần tại Tòa án Hình sự Manhattan ở New York, hôm 04/04/2023.

Cứ việc tùy ý ghét ông Trump, nhưng lệnh bịt miệng vẫn là sai trái

David Harsanyi

Hôm 23/10, Thẩm phán Liên bang Hoa Kỳ Tanya Chutkan giám sát vụ Hoa Kỳ kiện ông Donald Trump đã ban hành lệnh bịt miệng cấm ứng cử viên tổng thống hàng đầu, ông Donald Trump, không được phát ngôn nhắm vào "nhân viên chính phủ" cùng những người khác trong thời gian diễn ra phiên tòa xét xử ông.

Nghe này, tôi hiểu cảm giác khinh thường của một số người theo phái bảo tồn truyền thống đối với cựu tổng thống. Tôi đồng cảm với cảm nghĩ đó. Nhưng nếu quý vị đang cổ vũ cho một thẩm phán đang ngăn cấm phát ngôn chính trị dựa trên những lý lẽ không vững chắc, thì quý vị không phải là người ủng hộ "dân chủ" hay Hiến Pháp.

"Ông Trump có lẽ vẫn hăng hái tìm kiếm sự ủng hộ của công chúng với tư cách là một ứng cử viên tổng thống, vẫn tranh biện về các chính sách và những người liên quan đến việc ứng cử đó, vẫn chỉ trích chính phủ đương nhiệm và khẳng định niềm tin của ông rằng vụ truy tố này là có động cơ chính trị", bà Chutkan giải thích. "Tuy nhiên, những [quyền] tự do mang tính quyết định theo Tu Chính Án Thứ Nhất không cho phép ông ấy phát động một chiến dịch bôi nhọ trước khi diễn ra phiên tòa nhằm tới các nhân viên chính phủ có tham gia vào phiên tòa, gia đình của họ cũng như những người có thể ra làm nhân chứng."

Bà Chutkan là ai mà lại có quyền quyết định phạm vi phát ngôn của một ứng cử viên tổng thống chứ? Điều gì sẽ xảy ra nếu một trong những "nhân viên chính phủ có tham gia vào phiên tòa" hoặc một thành viên trong gia đình họ bị tác động bởi tính đảng phái? Hơn nữa, việc gợi ý trước rằng, nếu không bịt miệng thì ông Trump sẽ tham gia vào một "chiến dịch bôi nhọ", cũng gây tổn hại cho vụ án này giống như bất kỳ lời kích động nào mà ông Trump từng tung ra trước kia. Việc bịt miệng như vậy ngụ ý rằng bất kỳ lời cáo buộc nào nhằm vào các công tố viên đều là sai sự thật.

Ông Trump cho rằng ông đang bị biện lý đặc biệt Jack Smith – một công tố viên liên bang lâu năm vốn đang làm việc thay mặt cho Đảng Dân Chủ và Tổng thống Joe Biden – kết tội một cách bất công. Quý vị có thể tin rằng biện lý đặc biệt là người bảo vệ mẫu mực cho Nữ Thần Công Lý, nhưng có thừa bằng chứng cho thấy có tồn tại những quan điểm mang tính đảng phái ở đây. Nỗi lo sợ về một Bộ Tư pháp bị chính trị hóa là có thật. Trong khi chúng ta đang nói về chuyện này, thì người đứng đầu Đảng Dân Chủ đang được chính phủ "ưu ái bảo vệ" trong một vụ việc rất tương tự liên quan đến các tài liệu mật.

Thẩm phán Tanya Chutkan.

USCOURTS.GOV

Cho dù vụ án này có thế nào đi nữa, thì Bộ Tư pháp hiện đang đóng một vai trò quan trọng trong chiến dịch tranh cử tổng thống của ông Trump – và có lẽ trong cả vụ án của ông ấy nữa. Nếu người ta có thể lan truyền những lời cáo buộc của chính phủ trên khắp các kênh truyền thông trước khi diễn ra phiên xét xử, thì tại sao bị cáo lại không thể công khai lên tiếng chứ?

Nhân danh sự công bằng, bà Chutkan cho rằng ông Trump không được hưởng các quyền tự do trong Tu chính án Thứ Nhất vì ông ấy có thể đe dọa các nhân chứng. Bản thân việc đe dọa nhân chứng đã là bất hợp pháp rồi. Hãy buộc tội ông ấy nếu ông ấy làm như thế. Đã có luật để giải quyết tất cả các giả thuyết (về sự vi phạm), ông Smith không nên dựa vào chúng để hợp lý hóa lệnh bịt miệng.

Có quan điểm cho rằng bồi thẩm đoàn sẽ chí công vô tư trong phiên tòa xét xử một cựu tổng thống vốn gây chia rẽ – một người không chỉ là ứng cử viên hàng đầu cho chức tổng thống mà còn là một trong những người nổi tiếng nhất trên Trái Đất. Quan điểm này nghe thật nực cười. Và ý kiến cho rằng một nhóm bồi thẩm đoàn ở Hoa Thịnh Đốn sẽ chí công vô tư khi nói đến ông Trump cũng thật viển vông. Chúng ta chẳng thể làm được gì nhiều để thay đổi điều này. Nhưng ít nhất thì, việc bịt miệng khiến người ta nhận ra rằng toàn bộ sự việc này đều có động cơ chính trị.

Các hãng truyền thông thiên tả thông báo với chúng ta rằng lệnh bịt miệng chỉ có "phạm vi hẹp" và nhằm "bảo vệ sự liêm chính của phiên tòa và nhóm bồi thẩm đoàn." Với sự sáng suốt của mình, bà Chutkan đã cắt giảm một nửa yêu cầu của phía công tố chính phủ. Một lệnh bịt miệng trong "phạm vi hẹp" để hạn chế tự do ngôn luận vẫn là một lệnh bịt miệng để hạn chế tự do ngôn luận. Thực tế về việc ông Smith vẫn đang tìm cách để áp đặt những hạn chế thậm chí còn rộng hơn chỉ càng khiến những tuyên bố của ông Trump trở nên hợp lý hơn.

Ông Smith cũng lập luận rằng ông Trump không nên được hưởng "sự đối xử đặc biệt" chỉ vì ông ấy là một ứng cử viên. Ông Smith đã nói đúng. Không nên hạn chế quyền tự bào chữa hoặc phát ngôn của bất kỳ ai, thậm chí là trong các phiên xét xử (mặc dù bất kỳ luật sư giỏi nào cũng sẽ khuyên thân chủ rằng, hãy vì lợi ích của mình mà giữ im lặng). Tuy nhiên trước đó, các lệnh bịt miệng hầu như luôn là một biện pháp hạn chế [tự do ngôn luận] mang tính vi hiến. Trong nhiều năm, Liên Đoàn Tự Do Dân Sự Mỹ (ACLU) và các tổ chức tương tự cũng đã lập luận như vậy.

Tôi chắc rằng nhiều người cũng đơn sơ tin ngay rằng ông Trump xứng đáng với lệnh bịt miệng đó. Tuy nhiên, hãy nghĩ về tiền lệ này: Các chính phủ giờ đây có thể khởi tố các đối thủ chính trị – được điều chỉnh để diễn ra ở các thành phố có lợi cho họ và lên lịch trùng với thời gian diễn ra các cuộc bầu cử – và sau đó yêu cầu thực thi các lệnh bịt miệng đối với những người đang ra tranh cử. Nếu quý vị nghĩ rằng họ sẽ không dám làm điều đó với người khác, thì quý vị đã không chú ý rồi."

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

Ông David Harsanyi là một ký giả theo khuynh hướng bảo tồn truyền thống, cây bút đa kênh, và là biên tập viên. Ông đã viết cho tờ Denver Post trong tám năm, và biên tập cho The Federalist trong hơn sáu năm trước khi trở thành cây bút cao cấp của tờ National Review hồi năm 2019.

Tuệ Minh biên dịch

Đừng rời mắt khỏi Eo biển Đài Loan

Eric Abetz

Liệu Đài Loan có phải là nơi diễn ra một cuộc chiến kinh hoàng đáng sợ thứ ba?

Đó là câu hỏi trong tâm trí nhiều người khi một cuộc xung đột tàn khốc khác đang nổ ra trước mắt chúng ta trên trường quốc tế. Và nếu câu hỏi này chưa được đặt ra thì đã đến lúc cần phải làm như vậy.

Trong thời gian gần đây, chúng ta đã chứng kiến sự tàn bạo của quân đội Nga khi họ tìm cách chiến thắng người dân Ukraine. Việc này đã phơi bày một phương Tây chưa hoàn toàn cam kết bảo vệ một nền dân chủ đồng minh.

Chúng ta chứng kiến Iran và các chế độ độc tài khác ủng hộ cuộc xâm lược của Nga. Phản ứng im lặng của Bắc Kinh vừa có thể dự đoán được vừa nói lên điều gì đó rất đặc trưng.

Gần đây hơn, chúng ta đã chứng kiến sự suy đổi của Hamas với cuộc xâm lược vào Israel – khiến ngay cả cộng đồng tình báo Israel vốn được nhiều người khen ngợi cũng bị bất ngờ và phải chật vật tìm lời giải thích.

Nhiều quốc gia đã phản ứng mạnh mẽ và rõ ràng, mặc dù phản ứng kêu gọi "cả hai bên kiềm chế" của Ngoại trưởng Úc được công chúng nghe mà không thể tin nổi.

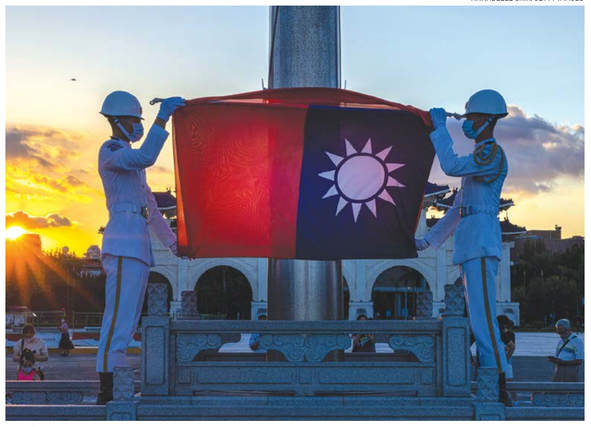
Nền dân chủ chân chính duy nhất ở Trung Đông đã bị một tổ chức mà chính nước Úc gắn mác là một tổ chức khủng bố tấn công, và đó lại là phản ứng của Úc sao?

May mắn là không phải vậy, thủ tướng Úc đã cam kết ủng hộ Israel mạnh mẽ hơn nhiều.

Rõ ràng hơn là tin tức chính thức của Trung Quốc đang nhấn mạnh đến vụ đánh bom của Israel vào Gaza chứ không nhắc nhiều đến cuộc xâm lược và hành động tàn bạo của Hamas.

Tuy nhiên, để không vuột mất cơ hội, [Trung Quốc] đang phát sóng một cách bất thường về "sự can thiệp ác ý" của Hoa Thịnh Đốn vào Trung Đông, khiến những người ngây thơ nhất mới không biết Trung Cộng đứng về phía nào.

ANNABELLE CHIH/GETTY IMAGES



▲ Lễ hạ cờ tại Quảng trường Tự do ở Đài Bắc, Đài Loan, vào ngày 09/08/2022.

Đứng trước sự lựa chọn giữa dân chủ và độc tài, chế độ độc tài Trung Quốc sẽ luôn đứng về phía kẻ áp bức.

Đối với Nga, quan điểm của nước này phức tạp hơn, nhưng mối quan hệ khăng khít của nước này với Iran và nhu cầu sử dụng phi cơ không người lái của Iran ở Ukraine sẽ khiến Nga rơi vào tình thế vô cùng khó khăn, do nước này đang nỗ lực giữ một lập trường có sắc thái riêng.

Trong tình hình hỗn loạn này với các nền dân chủ yêu tự do đang phải đối mặt [với thách thức] ở nhiều cấp độ và các mối đe dọa khác nhau khắp thế giới, sự chú ý [của quốc tế] đã chuyển hướng khỏi sự bắt nạt và các hành vi vi phạm không phận và hải phận của Trung Quốc đối với các nước láng giềng – đặc biệt là Đài Loan.

Sự chú ý cũng đã chuyển hướng khỏi các chương trình tài trợ tham nhũng mang tính độc tài của Trung Quốc cho chính quyền các đảo quốc ở Thái Bình Dương nhằm mở ra các bến cảng và nhiều cơ sở khác để trợ giúp các tham vọng xâm lược của họ.

Úc, Đài Loan chia sẻ lợi ích chung

Trong khi các quốc gia yêu tự do trên thế giới cần ủng hộ người dân Ukraine và Israel, thì họ không thể rời mắt khỏi mối đe dọa gia tăng ở cấp độ chưa từng có của chế độ độc tài cộng sản Trung Quốc đối với Đài Loan và khu vực này nói chung.

Nếu các quốc gia yêu tự do trên thế giới bị mất tập trung, thì họ có thể sẽ phải đối mặt với tình huống bất lợi như người Israel.

Với nền kinh tế đang suy thoái và mối nghi ngờ ngày càng tăng về tính hợp pháp của chế độ Trung Quốc trong nước, thì lời hiệu triệu tạo ra cảm tính sai lầm về chủ nghĩa dân tộc cùng với lời kêu gọi vũ trang có thể giúp tái thiết lập chế độ cộng sản.

Điều đó báo hiệu một mối đe dọa có quy mô vô cùng lớn, không chỉ đối với người dân Đài Loan mà còn đối với toàn bộ khu vực bao gồm cả Úc.

Nhật Bản và các đồng minh, cùng với Úc, không thể khoanh tay đứng nhìn.

Nếu một quốc gia xa xôi như Ukraine (12,975 km hoặc 8,062 dặm) đã chiếm được sự quan tâm chính đáng của Úc – như một nền dân chủ xứng đáng được viện trợ về quân sự và các hình thức trợ giúp khác – thì tình hình của Đài Loan phải thu hút gấp đôi sự quan tâm và ủng hộ, bởi vì Đài Loan ở gần Úc hơn nhiều (5,600 km).

Với tất cả những suy xét này, Úc có nghĩa vụ đứng về phía tự do, dân chủ, và tự chủ.

Mặc dù giao thương với Trung Quốc rất quan trọng đối với sự thịnh vượng của Úc, nhưng điều đó không bao giờ được phép có ưu tiên vượt trên những điều quan trọng hơn về nhân quyền và dân chủ.

Vào thời điểm đó, việc cho phép các nguồn lực của Úc cung cấp năng lượng cho một Trung Quốc đang phục hồi là điều hợp lý, bởi vì chế độ độc tài Trung Quốc được xem là đang thực hiện một chương trình về tự chủ và tự do hóa. Thế giới xem xiệc trợ giúp này là một điều tốt.

Hiện nay, khi Bắc Kinh đã bộc lộ khuynh hướng theo chủ nghĩa Stalin của mình, thì đã đến lúc Úc phải suy nghĩ lại về mặt chiến lược.

Trong khu vực này, sự cảnh giác và thay đổi của Úc là những điều quan trọng hơn bao giờ hết. Chế độ độc tài Trung Quốc phải hiểu rõ ràng rằng Đài Loan là bằng hữu của chúng ta, có chung quy mô dân số, và thậm chí quan trọng hơn, là có chung một loạt các giá trị phổ quát tương tự mà các thế hệ người Úc trước đây đã sẵn sàng chiến đấu trên khắp thế giới để bảo vệ.

Để ngăn chặn một cuộc đại thế chiến thứ ba – đặc biệt là trong khu vực của chúng ta – đòi hỏi phải có sự cảnh giác và quyết tâm mạnh mẽ.

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

Ông Eric Abetz là Thượng nghị sĩ Đảng Tự do Úc từ năm 1994–2022. Ông đã giữ một số chức vụ trong nội các và phục vụ trong các ủy ban quốc hội kiểm tra các vấn đề bầu cử, quyền của người bản địa, các vấn đề pháp lý và Hiến Pháp, cũng như các vấn đề đối ngoại, quốc phòng và thương mại.

Tuệ Minh biên dịch

TRUTH *and* TRADITION

In Our Own Words

Khoa Học Sức Khỏe, Không Giáo Điều

"Tôi tin rằng cơ thể của chúng ta là một món quà quý giá và vì thế, chúng ta nên làm tất cả những gì có thể để duy trì cơ thể chúng ta lâu bền nhất có thể.

Christy Trudeau
Biên tập viên chuyên mục
Tâm và Thân

Thưa Quý độc giả của Epoch Times,

Trong quá trình trưởng thành, tôi luôn là người chăm sóc những người khác trong gia đình mình. Thay băng, làm vệ sinh cho người khác – tất cả những công việc ai cũng né tránh – tôi đều làm.

Khi mẹ tôi phải ghép gan vào năm tôi tròn 13 tuổi, tôi đã có thêm kinh nghiệm thực tế khi giúp mẹ vượt qua quá trình hồi phục. Vì vậy, có lẽ không có gì ngạc nhiên khi tôi trở thành y tá được chứng nhận.

Tuy nhiên, bề ngoài thì mọi thứ thường luôn hào nhoáng hơn. Tôi sớm phát hiện ra rằng hệ thống chăm sóc sức khỏe của chúng ta, mặc dù có tất cả những điều kỳ diệu khiến nó hoạt động, nhưng lại cũng có thiếu sót lớn.

Tựa như chúng ta đang được điều trị trong [môi trường] chân không vậy: **nhiều người đến phòng khám khi đã quá muộn để chữa khỏi bệnh cho họ.** Nhiều người sống cả cuộc đời cách xa các nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe – nơi mà những hành động hàng ngày của họ như ăn gì, tập thể dục ra sao hay họ bị căng thẳng vì điều gì đều ảnh hưởng trực tiếp đến sức khỏe của họ. Nhưng tất cả những gì mà tôi được đào tạo chỉ tập trung vào sự cấp tính và tức thời, về những việc cần làm sau khi bệnh nhân đã nhập viện.

Tôi bắt đầu khám phá các phương pháp khác để giúp mọi người sống lành mạnh hơn, bao gồm cách ăn uống, tập thể dục, tinh thần, liệu pháp tự nhiên và các phương tiện khác. Đối với tôi, việc điều trị đến từ đâu không quan trọng. Điều quan trọng nhất là tác động của nó lên sức khỏe con người. Qua cuộc khám phá này, tôi nhận ra một điều khiến tôi bàng hoàng: Khoa học cũng có giáo điều của nó. Có những thứ gọi là "khoa học tốt" và "khoa học xấu" thay vì điều gì là đúng và điều gì là sai. **Những nhóm lợi ích đầy quyền lực đã kiểm soát câu chuyện về khoa học sức khỏe từ phòng thí nghiệm nghiên cứu đến các bác sĩ, quyết định phương pháp điều trị nào được xã hội chấp nhận trong khi hoàn toàn phớt lờ hiệu quả điều trị.**

Vào thời điểm gia nhập The Epoch Times, tôi đôi chút thất vọng về hệ thống chăm sóc sức khỏe của chúng ta và muốn tìm cách khác để giúp đỡ mọi người. Tôi đủ hiểu biết về việc thông tin chúng ta nhận được đang bị thao túng như thế nào, thế nên tôi quyết định đặt cược vào hãng truyền thông được thành lập bởi những người thực sự hiểu sự nguy hiểm của việc kiểm duyệt.

Khi ban biên tập gặp tôi vì họ cần một người có chuyên môn về chủ đề này để kiểm tra các bài báo về sức khỏe, tôi biết đó là cơ hội hoàn hảo.

Ở chuyên mục Sức Khỏe, chúng tôi cũng tuân theo phương châm Sự thật và Truyền Thống như tất cả các chuyên mục khác. Chúng tôi tập trung vào sự thật của vấn đề, những sự thật khoa học xung quanh việc điều trị – những số liệu thống kê, những nghiên cứu và những con số lạnh lùng, khó khăn. Chúng tôi không bị ảnh hưởng bởi các đại công ty dược phẩm "Big Pharma" và sẽ không bao giờ như vậy, nhiệm vụ của chúng tôi là sử dụng tốt quyền tự do đó.

Về truyền thống, chúng tôi không né tránh các hình thức y học xưa cũ thường bị cộng đồng y tế ngày nay loại bỏ – như dược thảo hoặc y học cổ truyền Trung Quốc. Chúng tôi khám phá các phương pháp này, kiểm tra và thử nghiệm chúng. Suy cho cùng, nếu bằng chứng cụ thể nói lên rằng có một phương pháp chữa trị ít xâm lấn hơn và hiệu quả hơn đối với một căn bệnh thì không phải mọi người đều xứng đáng được biết hay sao? **Tôi tin rằng cơ thể của chúng ta là một món quà quý giá và vì thế, chúng ta nên làm tất cả những gì có thể để duy trì cơ thể chúng ta lâu bền nhất có thể.** Tôi hy vọng rằng trong chuyên mục Sức khỏe của The Epoch Times, quý vị sẽ tìm thấy thông tin cần thiết để thực hiện điều đó.

Cảm ơn quý đọc giả đã sát cánh cùng hãng truyền thông nhỏ bé của chúng tôi trước những gì được gọi là "To lớn" trên thế giới. Chúng tôi trân trọng điều đó nhiều hơn quý vị có thể biết.

Trong Sự thật và Truyền thống

Christy Trudeau
The Epoch Times

THE EPOCH TIMES

Tìm hiểu thêm về The Epoch Times tại ***EpochSubscription.com***

Tâm & Thân

EPOCH TIMES TIẾNG VIỆT

ALL PHOTOS BY SHUTTERSTOCK

Khai thác sức mạnh chữa lành của giấc ngủ

Khởi động tâm trí và cơ thể mỗi ngày

Dr. Dwight Chapin

Nghiên cứu đã cho thấy rằng giấc ngủ là một trong những yếu tố quan trọng nhất giúp chúng ta đạt được hiệu suất cao nhất, trí nhớ, năng suất, chức năng miễn dịch và điều chỉnh tâm trạng. Điều gì xảy ra khi cơ thể chúng ta có được giấc ngủ ngon?

Giấc ngủ là một quá trình năng động và phức tạp, có ảnh hưởng đến tất cả cơ quan và hệ sinh học trong cơ thể chúng ta. Khi ngủ, khả năng tự chữa lành và tự sửa chữa tế bào hoạt động có hiệu quả tối đa.

Việc không chăm sóc giấc ngủ tốt sẽ khiến chúng ta nhanh chóng rơi vào tình trạng kiệt sức và bị các bệnh mạn tính.

Chức năng quan trọng của giấc ngủ

Giấc ngủ đóng một số vai trò quan trọng cần thiết cho sức khỏe và hoạt động hàng ngày.

1. Thanh lọc tâm trí

Giấc ngủ rất quan trọng đối với một số chức năng của bộ não, bao gồm cách các tế bào thần kinh giao tiếp với nhau và cách bộ não loại bỏ các protein làm suy giảm trí nhớ.

2. Kích hoạt hóa sinh

Giấc ngủ kích hoạt các chất dẫn truyền thần kinh và chuyển đổi nội tiết tố giúp cơ thể nghỉ ngơi và phục hồi.

3. Thả lỏng hệ thần kinh

Giấc ngủ giúp hệ thần kinh của chúng ta loại bỏ căng thẳng. Trong khi ngủ, hệ thống thần kinh giao cảm của chúng ta – nơi kiểm soát phản ứng căng thẳng chiến đấu hoặc bỏ chạy – có thể mất cảnh giác và thiết lập lại trong khi hệ thống thần kinh giao cảm đảm nhận vai trò giúp cơ thể thả lỏng và tiêu hóa.

Nếu việc đạt được giấc ngủ từ 7 đến 9 tiếng mỗi đêm khiến bạn cảm thấy quá sức, hãy thử kéo dài giấc ngủ của bạn thêm 20 đến 30 phút mỗi đêm trong vài tuần cho đến khi bạn đạt được mục tiêu.

4. Kiểm soát hormone căng thẳng cortisol

Giấc ngủ điều chỉnh mức cortisol của chúng ta. Cortisol là một loại hormone steroid do tuyến thượng thận sản xuất, ảnh hưởng đến nhiều hệ thống trong cơ thể và giúp kiểm soát huyết áp, lượng đường trong máu cũng như phản ứng của cơ thể với căng thẳng, viêm, và sức khỏe trao đổi chất.

5. Tăng sức đề kháng

Giấc ngủ giúp chúng ta tăng sức đề kháng. Trong khi ngủ, các protein chống viêm, trợ giúp hệ miễn dịch được tiết ra, trợ giúp cho quá trình sửa chữa tế bào và quá trình phục hồi của cơ thể.

Rượu có thể giúp bạn mau chóng chìm vào giấc ngủ nhưng lại làm gián đoạn chất lượng giấc ngủ sau này.

Ngủ ngon

Để có giấc ngủ ngon, bạn cần có sự cam kết và nhất quán. Giấc ngủ có hai khía cạnh – phẩm chất và thời lượng – và bạn nên bảo đảm cả hai. Trung bình, trẻ em trong độ tuổi đi học cần ngủ khoảng 10 tiếng mỗi đêm, trong khi người lớn từ 18 đến 64 tuổi cần 7 đến 9 tiếng và những người từ 65 tuổi trở lên cần 7 đến 8 tiếng.

Nếu những con số này không phải là con số thực tế của bạn hoặc bạn thường xuyên thức dậy mà không cảm thấy sảng khoái, bạn nên hành động để giải quyết mọi vấn đề. Nếu vấn đề vẫn tiếp diễn, bạn nên nói chuyện với nhóm chăm sóc sức khỏe riêng.

Hậu quả của việc ngủ không đủ giấc – còn được gọi là hội chứng ngủ không đủ giấc – góp phần gây ra lão hóa sớm, bệnh chuyển hóa và tim mạch, huyết áp cao, béo phì, một số bệnh ung thư, bệnh tâm thần và thậm chí tử vong sớm.

Nếu việc đạt được giấc ngủ từ 7 đến 9 tiếng mỗi đêm khiến bạn cảm thấy quá sức, hãy thử kéo dài giấc ngủ của bạn thêm 20 đến 30 phút mỗi đêm trong vài tuần cho đến khi bạn đạt được mục tiêu. Điều này có thể yêu cầu bạn thực hiện những thay đổi quan trọng trong lối sống.

Chuyên gia về khả năng phục hồi căng thẳng Robyne Hanley-Dafoe sử dụng thời gian ngủ trung bình ba ngày để giảm bớt lo lắng vào những ngày thời gian ngủ bị cắt ngắn. Nếu lịch trình khiến bà chệch hướng, bà sẽ đi ngủ sớm hơn một chút vào tối hôm sau. Bà cho biết trong một cuộc phỏng vấn cho cuốn sách của tôi rằng việc sắp xếp giấc ngủ theo từng khoảng thời gian ba ngày giúp bà không bị buộc phải nghỉ ngơi – điều này có thể làm tăng thêm căng thẳng.

"Chúng ta tiếp thu năng lượng, suy nghĩ và cảm xúc cả ngày. Bà Hanley-Dafoe nói, "Sẽ không thực tế khi mong đợi tắt những thứ này và tận hưởng giấc ngủ ngon theo yêu cầu."

"Một trong những mục tiêu mà tôi đặt ra trước khi đi ngủ là tìm cách thả lỏng và thư thái. Tôi cần tìm cảm giác tĩnh lặng trước khi ngủ."

Bà bắt đầu một nghi thức nghỉ ngơi bằng cách làm trống rỗng trí nhớ ngắn hạn của bản thân và ghi danh sách việc cần làm vào ngày mai vào các tờ ghi chú. Bà nói, khi đã giải quyết được những ưu tiên này, Bà không còn bị phân tâm hay suy nghĩ gì tới những điều đó nữa.

Những người phải làm việc vào ban đêm, những người mới làm cha mẹ và những ai đang vật lộn với chứng rối loạn giấc ngủ, những cơn đau dai dẳng hoặc các vấn đề về sức khỏe tâm thần thường khó có được giấc ngủ ổn định mặc dù đã nỗ lực hết sức.

Kẻ thù nổi tiếng của giấc ngủ là một cuộc chạy đua của tâm trí, tái hiện lại một việc trải qua đầy cảm xúc, trạng thái lo âu hoặc những ý nghĩ thiếu tự tin.

Nếu bạn thấy mình rơi vào vòng xoáy tinh thần tiêu cực hoặc mắc kẹt trong một cách suy nghĩ, bà Hanley-Dafoe khuyên bạn nên thực hành lòng biết ơn như một cách để tận dụng cảm giác tràn đầy năng lượng, trọn vẹn, an toàn và tình yêu.

Bà nói, "Tôi xem xét lại những điều cơ bản trong đầu, bắt đầu với những gì tôi biết ơn và sử dụng những suy ngẫm về lòng biết ơn để đưa bản thân ra khỏi trạng thái hối hả độc hại."

Yếu tố di truyền cũng có thể đóng một vai trò quan trọng trong thời lượng và phẩm chất giấc ngủ.

Các nhà khoa học đã xác định được một số gene có liên quan đến giấc ngủ và rối loạn giấc ngủ, bao gồm các gene kiểm soát tính dễ bị kích thích của tế bào thần kinh và các gene "đồng hồ" ảnh hưởng đến nhịp sinh học và thời gian ngủ.

Cần có thêm nghiên cứu để hiểu rõ hơn về kiểu ngủ di truyền và nguy cơ rối loạn giấc ngủ, nhưng một số chiến lược đã được chứng minh có thể giúp bạn tối đa hóa khả năng chữa bệnh của giấc ngủ.

Chuẩn bị trước khi đi ngủ

Một tiếng trước khi bạn muốn đi ngủ, hãy giảm ánh sáng, giới hạn thời gian sử dụng màn hình và cài đặt hẹn giờ.

Hình thành những thói quen này trước khi ngủ giúp bạn giảm căng thẳng về cảm xúc, chuẩn bị cho tâm trí và cơ thể bạn được nghỉ ngơi và cải thiện chất lượng giấc ngủ.

Tắm nước nóng, đọc sách, tập thở chậm, sâu, nhịp nhàng hoặc thiền định đều là những hoạt động tuyệt vời trước khi đi ngủ.

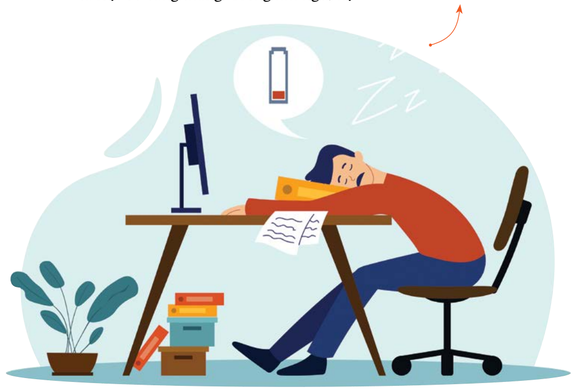
Ý tưởng ở đây là bắt đầu rèn luyện hệ thần kinh của bạn bằng những hoạt động này vào cuối ngày trước thời gian đi ngủ.

1. Tránh các chất kích thích vào cuối ngày

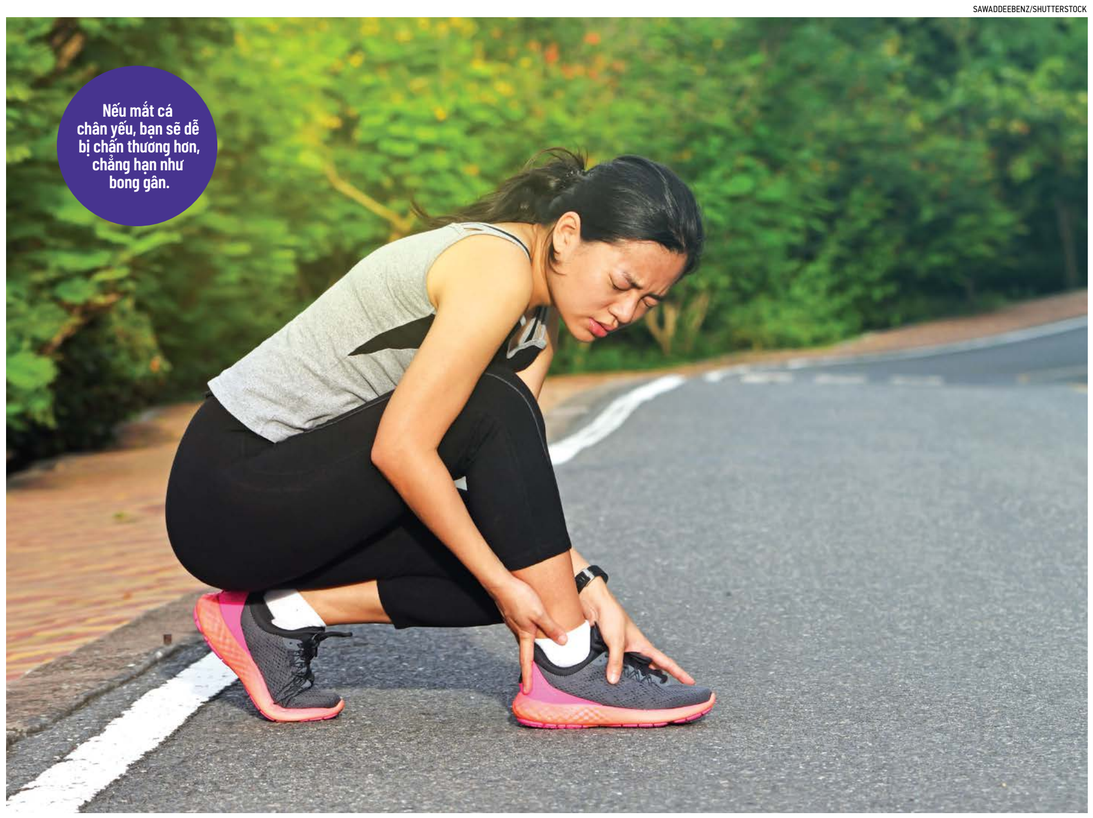
Hạn chế caffeine sau bữa trưa. Thời gian bán hủy kéo dài của chất kích thích này có thể kéo dài sáu tiếng. Vì vậy, ba tách coffee thông thường (tổng cộng khoảng 400mg caffeine) mà bạn uống trước bữa ăn trưa vẫn có thể có tác dụng tới lúc bạn sắp đi ngủ. Và nếu bạn muốn lấy lại năng lượng từ một tách coffee buổi chiều, điều đó có thể khiến bạn mất đi một giấc ngủ thực sự tái tạo năng lượng vào buổi tối.

Xem tiếp ***trang 30***

Giấc ngủ kém có thể làm giảm trí nhớ, ảnh hưởng đến năng suất làm việc, chức năng miễn dịch và tâm trạng.



SAWADDEEBENZ/SHUTTERSTOCK



Nếu mắt cá chân yếu, bạn sẽ dễ bị chấn thương hơn, chẳng hạn như bong gân.

Đau mắt cá chân kinh niên

5 bài tập giúp tăng sức mạnh và ngăn ngừa chấn thương

CÁC BÀI TẬP ĐƠN GIẢN CHỐNG LẠI CƠN ĐAU KINH NIÊN **PHẦN 6**

***Trong loạt bài này, "Các bài tập đơn giản giúp chống lại cơn đau kinh niên"**, chuyên gia vật lý trị liệu, ông Kevin Shelley, sẽ tập trung vào các vấn đề phổ biến liên quan đến đau kinh niên và các bài tập đơn giản giúp làm chắc cơ bắp và cải thiện khả năng vận động của khớp, với mục tiêu khiến bạn hết đau.*

Kevin Shelley

Mắt cá chân và các cơ xung quanh hấp thụ rất nhiều lực khi bạn di chuyển cả ngày. Nếu mắt cá chân yếu, bạn sẽ dễ bị chấn thương hơn, chẳng hạn như bong gân. Điều này có thể dễ dàng xảy ra do trẹo mắt cá chân khi chơi thể thao hoặc chỉ đơn giản là bước xuống lề đường. Bong gân ngoài ý muốn có thể khiến bạn phải nghỉ việc trong nhiều tuần.

Đau mắt cá chân liên tục có thể liên quan đến chấn thương xương, dây chằng hoặc gân, cũng như các loại viêm khớp khác nhau. Sự trợ giúp từ các cơ và gân xung quanh là chìa khóa để mắt cá chân hoạt động khỏe mạnh.

Các bài tập mắt cá chân có thể giúp bạn tăng sức mạnh cho mắt cá chân yếu và dây chằng liền kề, ngăn ngừa chấn thương đau đớn, đồng thời cải thiện khả năng vận động và sự ổn định. Mắt cá chân chắc khỏe cũng sẽ giúp giảm căng thẳng cho đầu gối và hông.

Nguyên nhân phổ biến đau mắt cá chân

Mắt cá chân là một sự sắp xếp phức tạp của các cơ, gân và dây chằng. Nhiều nguyên nhân có thể gây đau mắt cá chân, nhưng cảm giác đau ở mắt cá chân khỏe mạnh khác thường có thể là do các mẫu vận động và yếu cơ.

Các mẫu vận động

- Chạy hoặc nhảy quá nhiều có thể tạo lực nén đáng kể lên mắt cá chân và có thể gây đau.
- Đi bộ trên bề mặt không bằng phẳng với cơ mắt cá chân và gân yếu có thể gây ra vấn đề, đặc biệt là với các chuyển động lặp đi lặp lại.
- Đi giày sai cách mà không có sự trợ giúp đầy đủ có thể gây áp lực lên mắt cá chân, khiến mắt cá chân dễ bị yếu và chấn thương.
- Lối sống ít vận động sẽ khiến các cơ và gân ở mắt cá chân yếu đi, khiến bạn dễ bị chấn thương hơn.

Yếu cơ

Đau mắt cá chân có thể bắt nguồn từ yếu cơ. Các cơ gấp gan bàn chân yếu có thể mất khả năng nâng đỡ bàn chân và mắt cá chân trong khi đi bộ và chạy, tạo ra sự mất cân xứng có thể dẫn đến các tình trạng đau đớn.

May mắn thay, một kế hoạch tập luyện đơn giản, an toàn và hiệu quả có thể giúp mắt cá chân của nhiều người khỏe mạnh và không bị đau.

Ông Kevin Shelley là một nhà trị liệu có bằng hành nghề với hơn 30 năm kinh nghiệm trong các trung tâm chăm sóc sức khỏe lớn. Ông viết cho chuyên mục sức khỏe của The Epoch Times.

Thanh Ngọc biên dịch

Khai thác sức mạnh chữa lành của giấc ngủ: Khởi động tâm trí và cơ thể mỗi ngày

Tiếp theo từ trang 29

2. Hạn chế uống rượu gần giờ đi ngủ

Rượu có thể giúp bạn mau chóng chìm vào giấc ngủ nhưng lại làm gián đoạn chất lượng giấc ngủ sau này khi cơ thể chuyển hóa chất này, dẫn đến kích thích và giảm giấc ngủ sâu. Điều này có thể làm suy giảm trí nhớ, làm suy yếu khả năng tập trung và làm suy yếu khả năng phối hợp thể chất.

3. Cân bằng thói quen tập thể dục

Bạn hãy dành 150 phút hoạt động thể chất với nhịp độ vừa phải mỗi tuần, thói quen này giúp bạn cải thiện đáng kể chất lượng giấc ngủ.

Dành các bài tập cường độ cao vào đầu ngày. Các bài tập thả lỏng, chẳng hạn như tập yoga nhẹ nhàng hoặc đi dạo bình thường trong khu phố sau bữa tối, cũng có thể giúp bạn dễ dàng chìm vào một giấc ngủ ngon.

4. Hạn chế ăn khuya

Bữa ăn lớn hoặc bữa ăn nhẹ gần giờ đi ngủ có thể cản trở giấc ngủ và thách thức nỗ lực quản lý cân nặng của bạn. Khi bạn ăn, bạn đang nói với cơ thể rằng bạn cần năng lượng để hoạt động. Ăn ít hơn trước khi đi ngủ sẽ cho cơ thể biết rằng bạn không cần phải làm gì ngoài việc thả lỏng và nạp lại năng lượng.

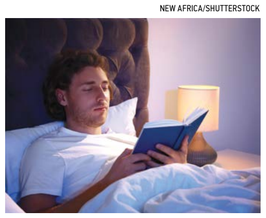
5. Tắm nắng vào buổi sáng

Tiếp xúc với ánh nắng buổi sáng trong 30 phút đầu tiên sau khi thức dậy sẽ thiết lập lại chu kỳ ngủ-thức của bạn. Tương tự như vậy, giảm ánh sáng một tiếng trước khi đi ngủ sẽ giúp cơ thể bạn biết rằng đã đến lúc phải nhắm mắt lại.

6. Giường ngủ chỉ dành để ngủ

Nếu bạn khó ngủ, hãy tránh các hoạt động như xem TV hoặc lướt internet trên giường. Nếu vẫn khó ngủ sau một tiếng nằm trên giường, hãy đứng dậy và làm điều gì đó êm dịu cho đến khi bạn cảm thấy buồn ngủ. Sau đó quay trở lại giường. Cách này nhằm nhấn mạnh ý tưởng giường ngủ là nơi dành để ngủ.

NEW AFRICA/SHUTTERSTOCK



▲ Tắm nước nóng, đọc sách, tập thở chậm, sâu, nhịp nhàng hoặc thiền định đều là những hoạt động tuyệt vời trước khi đi ngủ.

7. Theo dõi kiểu ngủ

Hãy dùng công nghệ thông minh để theo dõi xu hướng giấc ngủ của bạn. Những tiện ích này có thể ghi lại thời lượng giấc ngủ, nhịp tim, kiểu thở, v.v. liên kết chất lượng hoạt động ban ngày với thời gian nghỉ ngơi vào ban đêm.

8. Xin lời góp ý

Nếu bạn ngủ chung giường, hãy nói chuyện về thói quen ngủ của bạn với bạn đời. Họ sẽ giúp bạn nhận ra những triệu chứng như ngáy, thở hổn hển hoặc nghẹt thở khi ngủ – có thể là dấu hiệu của chứng ngưng thở khi ngủ. Bạn hãy yên tâm vì đã có có những phương pháp điều trị – từ chiến lược giảm cân đến thiết bị thở – có thể cải thiện đáng kể chất lượng giấc ngủ.

Bằng cách tuân theo các chiến lược này, bạn sẽ nâng cao phẩm chất giấc ngủ cũng như nâng cao sức khỏe và hiệu suất tổng thể của mình. Bạn sẽ bắt đầu thức dậy với cảm giác tràn đầy sức sống và sẵn sàng bắt đầu một ngày mới.

Tiến sĩ Dwight Chapin, cử nhân khoa học, bác sĩ chỉnh xương từng đoạt giải thưởng, đồng sở hữu một phòng khám chăm sóc sức khỏe đa khoa lớn ở Khu vực Greater Toronto, bác sĩ chỉnh xương của đội Toronto Argonauts của Liên đoàn bóng đá Canada và bác sĩ lâm sàng cho tòa soạn báo The Globe and Mail Canada.

Thu Anh biên dịch

ALL PHOTOS BY SAMIRA BOUAOU/THE EPOCH TIMES UNLESS OTHERWISE NOTED

CÁC BÀI TẬP ĐỂ TĂNG SỨC MẠNH CHO MẮT CÁ CHÂN

Chuyên gia vật lý trị liệu khuyên bạn nên tập các bài tập thể hình để tăng sức mạnh cho mắt cá chân vì khi được thực hiện đúng cách, các bài tập này rất hiệu quả và có thể tập luyện ở bất cứ đâu.

1 VIẾT BẢNG CHỮ CÁI BẰNG NGÓN CHÂN KHI NGỒI

Bài tập viết bảng chữ cái khi ngồi là một cách tuyệt vời để vận động tất cả các gân, dây chằng và cơ trợ giúp mắt cá chân.

Bước 1: Ngồi trên ghế. Ngoài ra, bạn có thể thực hiện động tác này ở tư thế đứng khi tựa vào một thứ gì đó cố định như ghế hoặc bồn.

Bước 2: Duỗi thẳng một bên chân, nhấc bàn chân khỏi mặt đất và duỗi các ngón chân.

Bước 3: Bắt đầu viết bảng chữ cái trên không trung bằng ngón chân cái, viết các chữ cái cao khoảng 1 foot (30.5 cm).

Bước 4: Lặp lại 10 đến 30 lần mỗi lượt và cố gắng thực hiện hai lượt. Bạn có thể viết cả chữ hoa và chữ thường để bài tập luyện thêm thú vị. Ngoài ra, hãy thử viết bằng chữ thảo (cursive) để gia tăng thử thách.

Hạn chế việc dùng chân để thực hiện tất cả các động tác. Thay vào đó, hãy cố gắng chuyển động mắt cá chân càng nhiều càng tốt. Đừng vội vàng trong các động tác; thay vào đó, hãy dành hai đến ba giây để viết từng chữ cái. Cố gắng viết chính xác các chữ cái.

1

2 ĐỨNG NHÓN CHÂN

Động tác đứng nhón chân tập trung vào các cơ gấp lòng bàn chân ở mặt sau của cẳng chân, đặc biệt là cơ bụng chân và cơ dép. Các cơ này rất quan trọng trong cử động cuối cùng của chân khi đi bộ và chạy.

Bước 1: Đứng trên một mặt phẳng. Bạn có thể bám vào ghế, bàn hoặc quầy để [lấy điểm tựa] cố định.

Bước 2: Đặt hai bàn chân cạnh nhau.

Bước 3: Từ từ nâng đầu ngón chân lên càng cao càng tốt. Giữ trong một giây rồi hạ xuống.

Bước 4: Lặp lại 10 đến 30 mỗi lượt và cố gắng thực hiện hai lượt.

Hãy chắc chắn không đột ngột hoặc vội vàng trong các chuyển động. Hãy chú ý đến cơ thể của bạn và đừng để bị đau hay khó chịu.

Điều quan trọng là không quá hăng hái mà hãy dành thời gian và tập trung vào hình thức đã phù hợp từ đầu.

2

3 ĐỨNG NHÓN BẰNG MỘT CHÂN

Động tác này tương tự như động tác đứng nhón chân nhưng có cường độ cao hơn đáng kể do chỉ thực hiện trên một chân thay vì cả hai chân.

Bước 1: Đứng trên một mặt phẳng đồng thời bám vào một bề mặt cố định.

Bước 2: Nhấc một chân lên khỏi sàn.

Bước 3: Nhón gót chân đang đứng trong khi giữ thẳng gối.

Bước 4: Lặp lại 10 đến 30 mỗi lượt và thử thực hiện hai lượt.

Dành một giây để chuyển giữa động tác nhón và hạ gót, không nên thực hiện một cách đột ngột hoặc quá nhanh. Bài tập này đặt ra những yêu cầu đáng kể đối với cơ bắp chân, vì vậy hãy lắng nghe cơ thể và đừng để bị đau hay khó chịu.

Lúc đầu, bạn có thể gấp hông về phía trước để giảm trọng lượng lên chân.

3

4 ĐỨNG MỘT CHÂN TRÊN KHĂN

Thay vì hướng vào một cơ cụ thể, bài tập nâng cao này hướng đến mọi phần của mắt cá chân một cách hiệu quả. Tư thế đứng một chân trên khăn là một động tác nâng cao gồm các chuyển động thăng bằng nhỏ, nhịp độ nhanh.

Bước 1: Gấp một khăn lớn nhiều lần và đặt trên sàn cạnh một mặt phẳng như mặt bàn.

Bước 2: Đứng phía trước và bám lấy mặt phẳng bằng cả hai tay.

Bước 3: Bước lên khăn bằng một chân. Khăn phải đủ rộng để chứa toàn bộ bàn chân.

Bước 4: Nhấc chân kia lên khỏi sàn.

Bước 5: Trong khi đứng trên khăn bằng một chân, hãy thử nhấc tay lên khỏi mặt phẳng vài inch trong khi giữ thăng bằng bằng chân đứng trên khăn.

Bước 6: Cố gắng đứng tại chỗ trong 30 giây, sau đó lặp lại bài tập với chân còn lại. Thực hiện động tác này ba lần với mỗi chân.

Luôn giữ tay gần bề mặt ổn định để bảo đảm sự an toàn tốt nhất.

Bài tập này ban đầu có thể khá khó khăn, vì vậy đừng bỏ cuộc. Khi càng tập nhiều, việc thực hiện sẽ càng trở nên dễ dàng.

4

5 NÂNG NGÓN CHÂN KHI NGỒI

Trong khi một số bài tập tập trung vào các cơ ở mặt sau của cẳng chân, thì động tác nâng cao ngón chân khi ngồi tập trung vào các cơ gấp mặt mu ở phía trước, đặc biệt là cơ chày trước, giúp tăng khả năng nâng cao chân khi đi bộ và chạy.

Bước 1: Ngồi thẳng lưng trên ghế.

Bước 2: Đặt hai bàn chân song song trên mặt sàn.

Bước 3: Giữ gót chân trên sàn, nhấc các ngón chân lên cao nhất có thể.

Bước 4: Lặp lại 10 đến 30 lần mỗi lượt và cố gắng thực hiện hai lượt.

Đừng thực hiện một cách đột ngột hoặc vội vàng. Dành một giây để gấp các ngón chân lên trên và bảo đảm nhấc hết các ngón chân lên để đạt được hiệu quả cao nhất.

Bạn có thể nâng cấp độ cho bài tập này bằng cách đặt gót chân của một bàn chân lên các ngón chân của bàn chân đang tập.

Mặc dù điều quan trọng là phải chú ý đến các hoạt động quá tải có thể gây ra các vấn đề về mắt cá chân, nhưng việc chủ động thực hiện các bài tập để tăng khối cơ mắt cá chân có thể giúp ích rất nhiều. Thực hiện các bài tập này ít nhất ba lần mỗi tuần giúp ngăn ngừa các chấn thương gây đau đớn, cải thiện khả năng vận động và sự ổn định, đồng thời sẽ giảm bớt căng thẳng cho hông và đầu gối.

5

www.catyus.com

Premium Noodle Soup

Caty

THE WORL D'S FIRST DRAGON FRUIT INSTANT NOODLES

Nano technology

Mì ăn liền
trái cây thanh long
đầu tiên trên thế giới

Ăn mì không sợ nóng
dễ tiêu hóa