



BẢNG TIN HẰNG THÁNG SỐ 58

HỘI ÁI HỮU BIÊN HOÀ

HỘI ĐOÀN BÁT VỤ LỢI VÀ TỪ THIỆN

GIẤY PHÉP SỐ 800032127 – SỐ MIỄN THUẾ VỤ: 20-0094475

TRỤ SỞ TẠM: 10731 TRIOLA LANE, HOUSTON, TEXAS 77072

DIỆN THOẠI: 713-933-3127 ** EMAIL: datlam1951@hotmail.com

datlam1951@hotmail.com Web Site: www.hoiaihoubienhoa.org

PHÁT HÀNH NGÀY 01 THÁNG 5 NĂM 2008, TẠI HOUSTON, TEXAS

**Thành phần
Ban Chấp Hành
2007-2010**

Ban Cố Vấn

Ông Lê Văn Năm
Ông Lê Văn Trường

Ban Điều Hành

Hội Trưởng

Ông Lâm Sĩ Đắt

Phó Hội Trưởng Nội Vụ

Ông Ngô Khương An

Phó Hội Trưởng Ngoại Vụ

Ông Kevin Đức Nguyễn

Thư Ký

Cô Đỗ Thị Minh Tâm

Thủ Quỹ

Cậu Bùi Văn Tuấn

T/B Lễ Vía Đức Ông

Trần Thượng Xuyên

Ông Từ Phước Hạnh

T/B Đại Hội Tân Niên

Ông Nguyễn Văn Ngân

Thông Tin và Liên Lạc

Cô Vân : 281-261-5844

Ông Lâm Sĩ Đắt

Tư Gia : 281-933-3127

Cell Phone: 713-922-5638

Thư từ gửi về địa chỉ:

10731 Triola Lane

Houston, Texas 77072

Thư Ngỏ

Kính thưa Quý Đồng Hương và Thân Hữu,

Bắt đầu vào tháng Tư, hầu hết các tiểu bang của Hoa Kỳ cũng như các quốc gia châu Âu đang rộn rịp chào đón mùa xuân mới. Sinh hoạt trở nên nhộn nhịp với những lễ hội nơi thị thành cũng như làng quê. Nếu tính theo lịch ta, là vào tháng Ba, là những ngày xuân muộn cho cộng đồng người Á châu. Thế nhưng, tiệc mừng xuân Mậu Tý của các hội đồng hương vẫn được tổ chức liên tục trong những ngày cuối tuần, thêm vào đó, Bộ Giáo Dục của Hoa Kỳ cho phép học sinh được nghỉ học “xã hơi” (Spring Break) đã tạo nên một khung cảnh trời xuân tràn đầy nhựa sống. Từ đó, mọi người có dịp vui mừng hội ngộ, những người thân từ những nơi xa, gần có cơ hội tìm về thăm viếng nhau.

Trong những ngày “Spring Break”, Hội Ái Hữu Biên Hoà được hân hạnh chào đón Đồng Hương Anh Chị Nguyễn Kim Lộc tại trụ sở Hội. Từ Chicago, Illinois về Houston, Texas, Anh Chị đã gặp lại thân quyến và Ông Hội Trưởng Lâm Sĩ Đắt cùng Ban Chấp Hành nhân dịp này tiếp đãi khách quý từ với những buổi cơm gia đình ấm cúng tại các nhà hàng khá nổi danh đặc sản Houston. Một chuyến đi NASA được tổ chức, ghi lại những giây phút đầy kỷ niệm khi Anh Chị Lộc đã cùng chụp chung với phái đoàn tại những khu triển lãm phi thuyền, hoá tiễn...đặc biệt Anh Lộc và Ông Hội Trưởng đã trở thành phi hành gia khi chụp chung một bức ảnh lưu niệm, tạm gọi là Phi Hành Đoàn Hội Ái Hữu Biên Hoà, Phi đoàn trưởng Nguyễn Kim Lộc, Phi đoàn phó Lâm Sĩ Đắt, một thân tình sâu đậm khó quên! Ngày trở về lại Chicago, Illinois, Ông Hội Trưởng đã tiễn đưa Anh Chị trong niềm ước mơ ngày tái ngộ.

Vì là một đoàn thể có sự sinh hoạt liên tục, Hội Ái Hữu Biên Hoà, Houston, Texas luôn đón nhận những thư mời của các đoàn thể bạn. Ngày Chúa Nhật 30 tháng 3, 2008, Ông Hội Trưởng cùng với phái đoàn có Bác Trần-thượng Thủ và Thân Hữu Trần Đình Vinh đã đến tham dự Tiệc Mừng Xuân của Hội Đồng Hương Thái Bình. Trong tinh thần siết chặt tình thân hữu giữa hai hội, Ông Hội Trưởng đã nhờ Thủ Quỹ trao ngân phiếu ủng hộ \$200 dollars cho việc phát triển Hội Đồng Hương Thái Bình. Số tiền này Ông Hội Trưởng bảo trợ và hoàn lại quỹ hội.

Ngoài ra, vì bận công vụ nên Hội Ái Hữu Biên Hoà không hiện diện được ngày ra mắt sách Viết Từ Hang Đá - Nhỏ Lệ Cùng Dân do Nhóm Yểm Trợ Các Đấu Tranh Dân Chủ Nhân Quyền Việt Nam, ngày Đại Lễ Giỗ Quốc Tổ Hùng Vương tại trụ sở Cộng Đồng NVQG Houston & Phụ Cận. ngày Vinh Danh Các Nhà Đấu Tranh Dân Chủ do Cộng Đồng Houston & Phụ Cận.

Những dịp tiếp đón đồng hương, những lần tham dự sinh hoạt hội bạn hay không thể hiện diện vì lý do công vụ, rồi thư từ, điện thoại, lo ẩn hành Bảng Tin HẰNG THÁNG... cho chúng ta thấy hình ảnh hy sinh của một hội đoàn bất vụ lợi phục vụ tinh nhà, hầu mong giữ hương thơm hoa Bưởi, tạo cơ hội đồng hương và thân hữu xích lại gần bên nhau.

Sự dấn thân phục vụ cao quý này luôn cần được sự ủng hộ của Quý Vị.

Trân trọng kính chào.



Cầu Rạch Cát-Sông Đồng Nai

LƯU VỰC SÔNG ĐỒNG NAI ĐỊA BÀN CƯ TRÚ NGƯỜI TIỀN SỬ

Sông Đồng Nai tạo ra một khu vực khá rộng (10.000km²) ở hạ lưu. Vùng này cấu tạo bằng hai loại đất: phù sa cổ và đất Basalte, một loại đất đá do nham thạch hỏa sơn phun ra. Theo địa chất học vào cuối thời kỳ Pléistocene, cách nay chừng 50.000 năm, miền Đông và cả Nam Phần hình thành chừng khoảng 6.000 năm nay, do hiện tượng biển rút lui dần. Ngày nay các nhà địa chất còn tìm thấy xen giữa những lớp đá ong, hay phía dưới, là những tầng phù sa cổ, lớp đất sét, đất sét pha cát. Đó chính là nguồn nguyên liệu để vùng Biên Hoà, Lái Thiêu, dùng cho ngành sản xuất đồ gốm như chén, đĩa, lu, hủ, gạch, ngói... Diện tích phù sa cổ và đá Basalte tỷ lệ nghịch trong việc cấu tạo bề mặt: phía trên vùng Lộc Ninh, Hớn Quản, Bình Long...đất Basalte chiếm ưu thế, phù sa cổ hẹp lại, còn phía hạ lưu Đồng Nai tới xung quanh Sài Gòn thì ngược lại. Đất Basalte là một loại đất màu đỏ, là sản phẩm của loại đá Basalte bị phân hủy, là những tro và bụi có nguồn gốc từ phun thạch hoả sơn. Đất này thích hợp cho việc trồng cây cao su, trà, cà phê và một vài loại cây ăn trái khác. Trước kia miền Trung du Biên Hoà là ruộng tre, nứa bạt ngàn. Nói theo cách bình dân, lưu vực sông Đồng Nai cho ta hai loại đất: đất xám hấp các loại cây ăn trái vì giữ nước và độ ẩm cao, đất đỏ thích hợp với cây kỹ nghệ. Đất đỏ có nguồn gốc từ hoả sơn phun ra.

Dưới thời Pháp thuộc, lưu vực sông Đồng Nai với các địa điểm như Cù Lao Rùa, Cù Lao Phố, Bến đò...đã được những nhà khảo cổ khai quật nhiều lần, nhiều nơi, tìm được hàng ngàn cổ vật như búa, rìu bằng đá, bằng đồng... chứng tỏ rằng lưu vực sông Đồng Nai cũng có loài người cư ngụ từ 4.000 năm đến 2.500 năm nay. Thời kỳ đó chưa có lịch sử, chữ viết ghi chép, nên gọi là thời kỳ tiền sử. Họ chính là những con người tiên phong đến khai thác hạ lưu sông Đồng Nai, tạo ra một nền văn minh hái lượm, làm ruộng nước. Quan sát khu vực này, chúng ta thấy đất cao ráo, có nguồn nước ngọt, nhiều thứ đá có thể làm dụng cụ. Nơi chùa Hội Sơn ở hạ lưu sông Đồng Nai, cách cầu Đồng Nai chừng 2km, thuộc Quận Thủ Đức, người ta phát hiện hàng chục cái rìu bằng đá. Nơi Bến Đò, nằm sát bờ sông Đồng Nai cũng Quận Thủ Đức, cách xa lộ chừng 3km, được nhà khảo cổ L.Malleret khai quật vào năm 1937, tìm thấy hàng trăm cổ vật, hàng ngàn mảnh gốm, 214 cái rìu (cũng có chỗ gọi là búa) và một lưỡi cày... Nơi đây cũng có vài cổ vật bằng đồng (đồng thời với văn minh Đông Sơn, Thanh Hoá?)

Cù Lao Rùa, Cù Lao Phố nằm trên sông Đồng Nai, khúc sông này ở trạng thái sông già, xâm thực cân bằng, nước chày hoà hoãn. Do đó, cảnh quan Cù Lao Rùa, Cù Lao Phố hàng mấy trăm năm nay gần như không biến đổi. Đây là nơi các nhà khảo cổ tìm được nhiều cổ vật như Miền Nam. Nhiều nhà khảo cổ Pháp đã đến Cù Lao Rùa khai quật nhiều lần trong khoảng thời gian dài: Năm 1888 có Cartailhac, năm 1902 có Grossin, năm 1909 có Loesh (nhà thầu trong khi đào móng xây tường đã phát hiện nhiều cổ vật bằng đá). Năm 1911 có Barthère và Repelin. Năm 1937 có L. Malleret, O.Jansé... Những cuộc khai quật kế tiếp trên Cù Lao Phố, còn tìm được những xương sọ của người tiền sử, những dụng cụ bằng đá mài nhẵn (đồ đá mới). Tất cả các cổ vật thu thập (đá, đồng, sắt, gốm, xương sọ... đã được phân loại thành những bộ sưu tập đặc biệt) được trưng bày ở Viện Bảo Tàng Hà Nội, Viện Bảo Tàng Sài Gòn, Viện Bảo Tàng Nhân chủng Học Paris. Những cuộc khai quật trên đã chứng tỏ một điều: “Người tiền sử biết lựa chọn nơi cư trú thích hợp: đất cao nằm cạnh sông hay suối. Họ sử dụng nguyên liệu địa phương để chế tạo các đồ dùng (sa thạch làm bàn mài, đá hoa cương làm dụng cụ cầm tay, rìu, búa không cán). Những sự kiện trên đây đã góp phần giải thích tại sao người tiền sử đến sinh sống lưu vực sông Đồng Nai sớm như Miền Nam.

Xứ Đồng Nai chính thức thuộc chủ quyền Việt Nam từ thời Chúa Nguyễn Phúc Chu. Năm 1698 đánh dấu một thời điểm quan trọng trong việc thôn thuộc đất Chân Lạp. Chúa Nguyễn Phúc Chu sai tướng Nguyễn Hữu Cảnh (còn gọi Kính) vào Nam kinh lược xứ Đồng Nai, lúc đó gọi Đông Phố. Tới nơi quan sát địa thế, sinh hoạt dân cư, rồi Nguyễn Hữu Cảnh lập ra Phủ Gia Định:

- Xứ Đồng Nai đặt ra Huyện Phước Long, dựng Dinh Trấn Biên.
- Xứ Sài gòn đặt ra Huyện Tân Bình, dựng Dinh Phiên Trấn, tại một Dinh Ông đặt chức Lưu Thủ, Cai Ba và Ký Lục để cai trị.

Vây ban đầu Đồng Nai, còn gọi là Lộc Dã (cánh đồng có nhiều nai) thuộc về Huyện Phước Long, bao gồm phần đất từ Nam Bình Thuận tới Thủ Đức. Con sông Đồng Nai chảy qua Huyện ấy cũng được gọi là Phước Long Giang.

Hội Ái Hữu Biên Hoà hân hạnh giới thiệu cùng Quý Vị một bài văn ngắn đầy ý nghĩa nói lên tình thương cao cả của cha mẹ, nhân ngày Lễ Hiền Mẫu (Mother's Day), của Hoàng Vũ sưu tầm. Hội chân thành cảm tạ tác giả bài này và các vị có công sưu tập để chúng ta cùng thưởng lãm. Kính mời Quý Vị.

CÂU CHUYỆN CÂY TÁO

Có một cây táo rất to, cậu bé con thường xuyên đến chơi quanh cây táo. Cậu trèo lên cây, ăn những quả táo chín đỏ và ngủ dưới tàn cây. Cậu rất yêu cây táo và táo cũng vậy, rất thích chơi cùng cậu.

Nhưng thời gian trôi qua....

Cậu bé đã lớn, và không đến chơi quanh cây táo hằng ngày nữa. Một ngày kia cậu lại đến với một vẻ mặt đượm buồn. Cây táo cất tiếng:

- *Hãy lại chơi với ta*

- *Tôi không còn là đứa bé nữa. Tôi không muốn chơi ở quanh cây táo đâu. Tôi muốn có đồ chơi. Tôi cần tiền để mua đồ chơi.* Cậu bé nói.

- *Xin lỗi, ta không có tiền. Nhưng cậu có thể hái táo đem bán. Sau đó cậu sẽ có tiền nhé!*

Cậu bé quá đổi vui mừng, hái hết số táo trên cây rồi quay bước đi. Từ đợt đó cậu không quay trở lại, cây táo rất buồn.

Rồi một ngày khác, cậu bé năm nào lại quay trở lại, cây táo quá đổi vui mừng.

- *Hãy đến đây chơi với ta nào.*

- *Tôi không có thời giờ đâu. Tôi phải làm việc cho gia đình. Chúng tôi muốn có cái nhà để ở. Liệu cây có thể giúp tôi được không?*

- *Xin lỗi, ta không có nhà. Nhưng cậu có thể chặt các nhánh cây của ta để làm nhà ở.*

Thế là cậu bé, giờ đã trở chàng trai trẻ, chặt hết các nhánh cây táo và vui vẻ bước đi. Cây táo thấy vui khi nhìn cậu hạnh phúc. Nhưng từ đó chàng trai không quay trở lại nữa.

Cây táo cảm thấy cô đơn và buồn tui. Một ngày hè nóng nực, cậu bé năm nào nay đã già, quay trở lại. Cây táo mừng rỡ nói:

- *Hãy đến chơi với ta.*

Cậu bé ngày nào trả lời:

- *Tôi buồn lắm, tôi cũng già rồi. Tôi muốn đi du thuyền để thư giãn, ngắm cảnh trời, nước...*

Cây táo đáp lại:

- *Hãy dùng thân cây của ta mà làm thuyền. Cậu có thể đi khắp nơi.*

Cậu bé năm nào chặt thân cây để làm thuyền rồi đi chu du, không quay lại thăm cây táo trong một thời gian dài.

Nhiều năm sau, cậu bé quay lại, giờ cậu đã trở thành ông lão.

Cây táo cảm động vô cùng và thốt lên:

- *Xin lỗi cậu bé của ta, ta không còn gì để cho cậu nữa rồi. Ta không còn táo cho cậu...*

- *Tôi không còn răng để ăn.*

- *Ta không còn thân cây cho cậu trèo.*

- *Tôi đã quá lớn tuổi để làm điều đó.*

- *Ta thực sự không thể cho cậu gì nữa, chỉ còn duy nhất phần gốc đang chết dần... Cây táo nhen ngào.*

- *Bây giờ tôi không cần gì hết, tôi chỉ cần một chỗ để nghỉ ngơi. Tôi mệt mỏi sau bao nhiêu năm tháng...*

- *Ồ, hay quá! Gốc cây già nua này sẽ là nơi tốt nhất cho cậu nghỉ. Nào, hãy đến đây, hãy đến đây với ta và nằm nghỉ bên ta.*

Cậu bé năm nào ngồi xuống, cây táo vui mừng trào nước mắt...



Phân Ưu

Được tin buồn Thân Phụ của Đồng Hương Thân Thị Ngọc Mai, Nhạc Phụ của Đồng Hương Nguyễn Văn Lợi là Ông Thân Văn Bình, Pháp Danh Minh Hoà (Cựu Thiếu Tá QL/VNCH, Cựu Tỉnh Đoàn Trưởng Cán Bộ Xây Dựng Nông Thôn Tỉnh Biên Hoà, Cựu Trung Tâm Trường Trung Tâm Điều Hợp Bình Định và Phát Triển Tỉnh Biên Hoà. Trong suốt thời gian làm việc cho đến tháng 4/1975, ông đã tích cực đóng góp rất nhiều công sức vào sự phát triển tỉnh nhà), sanh ngày 02 tháng 11 năm 1932, tại Bắc Giang, Hà Nội, đã mãn phần ngày 05 tháng 4 năm 2008 (nhằm ngày 29 tháng 02 năm Mậu Tý), tại Orange County, California. Hưởng thọ 77 tuổi.

Hội Ái Hữu Biên Hoà xin thành kính phân ưu cùng Đồng Hương Anh Chị Nguyễn Văn Lợi và Thân Thị Ngọc Mai và cùng toàn thể tang quyến. Nguyên xin hương linh Ông Thân Văn Bình sớm tiêu diêu về miền Tịnh Độ và hưởng muôn vạn phúc từ bi nơi chốn Niết Bàn.

Tìm Bạn

Chúng tôi mong được tìm bạn cũ tên là Trần Tất Hoà, sinh năm 1970, có người chị tên là Trần Thuý Loan, ngày trước khi còn ở Việt Nam, có nhà toạ lạc tại gần Ngã Ba Thành Kèn, về sau đi định cư cùng gia đình theo diện H.O. tại Hoa Kỳ.

Kính xin Quý Đồng Hương và Thân Hữu Biên Hoà giúp đỡ cho tin tức để chúng tôi có dịp gặp lại bạn xưa. Xin Quý Vị liên lạc về số điện thoại sau đây: 408-221-9619 hay 408-556-5446. Chân thành cảm tạ.

Chúc Mừng

Hội Ái Hữu Biên Hoà nhận được Thiệp Mời, của Đồng Hương Đỗ Tấn Tài, Arlington, Texas, và Thông gia Huỳnh Công Trí, Grand Prairie, Texas, thông báo ngày Lễ Thành Hôn và Vu Quy của hai cháu: Trưởng nam Đỗ Tấn Lộc và Thứ nữ Huỳnh Thanh Thảo tại Arlington, Texas, vào ngày thứ Bảy 24 tháng 5, 2008.

Hội chân thành chúc mừng hai họ có được Dâu Hiền và Rể Quý, mến chúc hai cháu Đỗ Tấn Lộc và Huỳnh Thanh Thảo một đời hạnh phúc, thương yêu nhau, an khang và thịnh vượng.

Tặng Quỹ Hội: Đ/H Lê Ngọc Sâm (Virginia Beach, VA) \$50, Đ/H Trịnh Văn Bé (Skokie, IL) \$50, Đ/H Dương Văn An (Midway City, CA) \$20, Đ/H Lê Văn Cồn (Waipahu, HI) 20 con tem, Đ/H Hoàng Thị Sĩ Cư (San Diego, CA) \$50: Đặc San và Tem, Chùa Từ Bi Đạo Trảng (Cypress, TX) \$100, Đ/H Bác Huỳnh Thị Thạnh (Fresno, CA) \$50, Đ/H Nguyễn Khắc Điệp (San Jose, CA) \$50, Đ/H Bác Lê Văn Nhơn (Huntington Beach, CA) \$100, Thân Hữu Hồ Thị Đạm (Louisville, KY) \$40.

Quỹ Tương Trợ Giúp Đỡ Gia Đình Chị Hà Thị Kim Ny

Đ/H Lê Ngọc Sâm (Virginia Beach, VA) \$50, Đ/H Ô/B Trương Đình Trí (Galveston, TX) \$100, Đ/H Trịnh Văn Bé (Skokie, IL) \$50, Đ/H Lê Văn Cồn (Waipahu, HI) \$100, Đ/H Hồ Thị Nguyệt (San Jose, CA) \$50, Đ/H Bác Lê Văn Nhơn (Huntington Beach, CA) \$100, Thân Hữu Gs Nguyễn Văn Phú (Montréal, Canada) \$50, Đ/H Hồ Ngọc Sơn (Honolulu, HI) \$50, Đ/H Nguyễn Thị Ngọc Tảo (Riverside, CA) \$20.

Tổng số tiền qua hai kỳ thông tin: \$860 + \$570 = \$1430

Lời Cảm Tạ

Kính thưa Quý Bác, Quý Anh Chị Đồng Hương và Thân Hữu Biên Hoà

Gia đình chúng tôi, Huỳnh Thị Kim Ny và con cháu, xin được ngỏ lời chân thành cảm tạ Hội Ái Hữu Biên Hoà, Quý Bác, Quý Anh Chị Đồng Hương và Thân Hữu đã giúp đỡ chúng tôi những tháng ngày qua.

Trong lúc khó khăn thiếu thốn chúng tôi đã nhận được hai tấm ngân phiếu \$1000 dollars và \$500 mà Hội gửi về để chúng tôi xoay trở.

Nơi xứ lạ quê người, cảnh đời rất chật vật, khi Anh Võ Hồng Sơn đã mất sớm ra đi, chúng tôi rất bơ vơ. May thay, nhờ bao tình thương của Quý Bác, Quý Anh Chị Đồng Hương và Thân Hữu tương trợ, nâng đỡ, an ủi và hướng dẫn, chúng tôi cảm thấy không còn cô đơn và vững niềm tin cố gắng hội nhập vào cuộc sống mới. Riêng với người đã ra đi, Anh Võ Hồng Sơn chấn chấn cũng ấm lòng nơi chốn suối vàng.

Tấm lòng cao cả thương giúp con cháu của Quý Vị đã nói lên trọn vẹn câu “*Lá lành đùm lá rách*”. Một nghĩa cử trân quý mà cả đời chúng tôi không quên ơn.

Kính xin Quý Bác, Quý Anh Chị Đồng Hương và Thân Hữu Biên Hoà nhận nơi đây lòng biết ơn sâu xa của gia đình chúng tôi.

Huỳnh Thị Kim Ny và con cháu

PHỤ BẢN BẢNG TIN HẰNG THÁNG SỐ 58
PHÁT HÀNH NGÀY 01 THÁNG 5 NĂM 2008 TẠI HOUSTON, TEXAS

Nhân dịp Ngày Lễ Mẹ (Mother's Day) được cử hành trọng thể tại Hoa Kỳ trong khoảng giữa tháng Năm, Hội Ái Hữu Biên Hoà xin được giới thiệu cùng Quý Vị một bài thơ rất hay, trích ra từ quyển **Nhớ Nguồn** của Thi sĩ Hàn Thiên Lương, bút hiệu của Rễ Biên Hoà Phạm Văn Tốt, phu quân Đồng Hương Trần Ngọc Liên, ở Cây Chàm, để chúng ta cùng thưởng lãm. Hội chân thành cảm tạ Thi sĩ Hàn Thiên Lương. Kính mời Quý Vị..



*Ai còn mẹ như nụ hồng tươi thắm
Nhu đàn nai bên suối mát chiều xuân
Nhu mai vàng lung linh trong nắng ấm
Nghe ca dao.....mẹ hát biết bao lần.*

*Thương lắm buổi đầu đời ai đưa võng
Lời ru êm bé ngủ rất hồn nhiên
Mẹ che ấm bên ngoài trời gió lộng
Mong bé thơ say ngủ giấc mơ hiền!*

*Ai còn mẹ nhớ quỳ bên gối mẹ
Đọc lời thơ chúc mẹ được trường sinh
Xin đừng để mẹ buồn và cô lẻ
Mình đắm chìm trong ảo mộng phù vinh!*

*Tôi mất mẹ tôi cài hoa trắng
Lời mẹ ru như còn văng bên tai
Tôi ném trọn vị đời cay đắng
Mẹ mất rồi biết chia xẻ cùng ai*

*Thương mẹ lắm giờ này đang thiếp ngủ
Giữa đồng xanh hoang vắng cõi quê hương
Bút mực nào vẽ mẹ hiền cho đủ
Lòng bao la của mẹ quá đại dương*



Nhân dịp Ngày Lễ Mẹ, Đồng Hương Ngọc Chân, Atlanta, Georgia, xin được đóng góp một bài văn đăng trên Bảng Tin kỳ này. Hội Ái Hữu Biên Hoà hân hạnh giới thiệu đến cùng Quý Vị bài “Biết Mấy Cho Vừa”. Đây là một trong những bài văn, thơ gửi về Hội dành cho phần “Tâm Tình Xứ Bưởi” khởi đăng thường xuyên. Chúng tôi mong được sự tham gia của Quý Vị mỗi ngày một đông để Bảng Tin luôn được phong phú và hấp dẫn. Hội chân thành cảm tạ Đồng Hương Ngọc Chân. Kính mời Quý Vị.

Biết Mấy Cho Vừa

Mỗi lần nghe má tôi buông câu “*Má mò coi*”, gương mặt đẹp lão và phúc hậu với đôi mắt nâu hiền từ âm áp, cái miệng móm như mím mím của má làm mấy đứa em nhỏ tôi đứa nào cũng phì cười, vì trong trí tưởng tượng của các em tôi, má chẳng giống chút nào hết với hình ảnh hai trẻ mồ côi Nghi Xuân, Tấn Lực trong chuyện cổ tích Phạm Công, Cúc Hoa, mà bọn tôi vẫn ngâm ngùi thương cảm.

Má kể lại má mất mẹ từ khi má vừa lên 3, chưa hiểu biết gì, chỉ biết khóc đòi hơi hương ấp ủ thương yêu của người mẹ hiền, mỗi khi bóng chiều buông xuống. Còn ông ngoại thì mãi ra đi theo Cách Mạng chống Pháp biên biệt tận phương xa nào, từ khi má còn trong bụng mẹ. Đến khi ông ngoại trở về với gia đình, thì má tôi đã có đàn con 8 đứa.

Vì thế câu “*Mồ coi cha ăn cơm với cá, mồ coi mẹ lót lá mà nằm*” với má tôi chẳng có cơm cá ăn mà cũng chẳng có lá lót nằm. Lứa tuổi đáng ra được nâng niu chịu đựng trong vòng tay cha mẹ, được tung tăng cắp sách đến trường, được vui đùa nhảy nhót hồn nhiên, má tôi đã biết cách mưu sinh. Những chiếc bánh phục linh xinh xắn đủ màu xanh, trắng, đỏ, hồng.....thơm phức mùi lá dứa hấp dẫn được đôi bàn tay nhỏ bé của má tôi in ra như trò chơi bán đồ hàng trẻ con, để đem đến trường học bán cho những trẻ cùng lứa tuổi. Cuộc sống khó khăn thiếu thốn cộng thêm lời giáo dục “*Thương cho roi cho vọt, ghét cho ngọt cho bùi*” nghiêm khắc thời đó, để lại má tôi một dấu ấn khó quên tuổi thơ. Chẳng phải những người họ hàng nuôi nấng má tôi khắc nghiệt bạc ác gì, họ cũng chật vật lắm nên nuôi thêm một miệng ăn cũng không dễ dàng chi.

Nhắc lại chuyện xưa, má tôi thường cười vui sửa lại câu “*Cái khó bó cái khôn*” thành “*Cái khó ló cái khôn*” và một mực thương yêu quý mến họ hàng, những người thân nhất thay mặt cha mẹ dưỡng nuôi má.

Má dạy tôi lòng can đảm, vượt thắng nỗi sợ hãi. Thuở bé, tôi là đứa nhát gan có hạng. Trên đoạn đường từ nhà đến chợ phải đi ngang qua cây điệp già gốc to mấy người ôm không hết ở đầu dốc Tòa án. Chẳng biết ai thêu dệt nên mà nơi đây tập trung đủ loại ma trên đời: ma thiếu nữ xoả tóc dài đến tận gót, ma mẹ bồng con ru hay đưa võng kéo kệt, ghê rợn hơn là ma một giò hoặc là ma cứ dần dần thả từng khúc tay, khúc chân xuống nhát người ...v...v...kể sao cho xiết....Mỗi khi má sai tôi đi chợ lúc trời sắp ngã về chiều, đường phố vắng vẻ ít người qua lại, tôi sợ lắm. Biết thế má trấn an tôi: “*Ma quỷ chẳng làm gì được người sống. Kể sống còn đáng sợ hơn cả ma quỷ với mưu mô, thủ đoạn lừa lọc hại người*”. Thế là cứ thế, tôi nín thở, tay nắm chặt, miệng lẩm nhẩm như thể đọc kinh mà chẳng hiểu gì sâu sắc lắm lời má nói trong đầu óc non trẻ của mình, ngon lành hơn tôi còn cả gan nghĩ thầm nếu nó xuất hiện nhát tôi, tôi sẽ dùng hết sức mình đánh trả lại đến cùng.

Lòng nhân hậu của má đã ảnh hưởng rất nhiều đến tâm tính của các anh em tôi. Đối với những ai làm điều sai quấy, má luôn buông nhẹ: “*Thôi kệ, mình cứ làm phải có trời đất biết*” hoặc là “*Một câu nhin chín câu lành*” hay “*Lấy nhân trả oán, oán tiêu tan*” để bỏ qua, không bận tâm đến. Má còn cho rằng mọi tôn giáo đều hướng dẫn người ta làm lành lánh dữ và chung qui cũng là đạo làm người. Má nói đạo làm người rất khó, phải cư xử sao cho vuông tròn mọi mặt.

Ba tôi là người rất hiền lành tốt bụng, thường hay giúp đỡ mọi người. Với số lương căn bản cố định của ba hàng tháng, má tôi phải chật vật tiết kiệm xoay sở để nuôi đàn con 10 đứa. Thế nhưng, ba tôi không bao giờ lợi dụng chức quyền để kiếm thêm những món tiền khác ngoài tiền lương mà nhiều người mang đến để dền ơn hoặc đổi chác điều kiện. Vì thế má không lúc nào ngưng tay làm việc. Hết công việc nhà, cơm nước, giặt giũ, chăm sóc chồng con, má cặm cụi ngồi đan đồ len trẻ con bỏ bán ngoài chợ Biên Hoà. Những chiếc nón phi công xinh xắn cho bé trai, nón con thỏ, con mèo ngộ nghĩnh cho con gái, những đôi vớ be bé có những tua rũ loãn xoắn...đủ màu đẹp mắt là sản phẩm độc nhất của má tôi thời đó. Mỗi buổi tối sum họp gia đình, má ngồi nhìn xem đàn con học hành, tay thoăn thoắt cây kim đan không ngừng nghỉ, kể cả khi bị cúp điện bất ngờ, má vẫn tiếp tục tay đan, miệng bắt bọn tôi lần lượt đọc bảng cửu chương lầ lầ như cháo má mới thổi. Má xem trọng việc học của con cái hơn bất cứ gì. Chẳng thế tôi mới vừa lên 5, má đã đem tôi gửi cho cô giáo dạy giỏi và nghiêm khắc nhất thành phố Biên Hoà, lúc đó khiến tôi luôn mang cái cảm giác mình ngu ngơ khờ khạo hơn mấy đứa học cùng lớp, đứa nào cũng to cao, khôn lanh hơn tôi mọi mặt mãi đến sau này.

Thương má vất vả trăm bề với anh em tôi, tôi tìm mọi cách đỡ đàn và phụ giúp theo cách trẻ con của tôi.

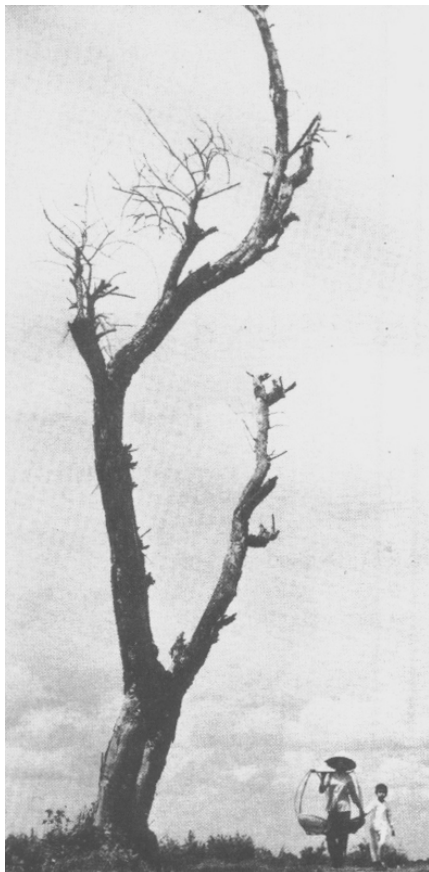
Như chuyện tặng lại má món tiền lì xì ít ỏi của tôi mỗi dịp Tết đến, có bạn nghe tôi kể thế đã hỏi đùa tôi: “*Có thật không hay về vôi hoa lá cành cho đẹp?*” Bạn ơi, có sống trong cảnh nhà đông anh em, chia nhau từng củ khoai, từng khoanh bánh mì, từng đốt mía... bạn mới thấy hết được nỗi lo toan của một bà mẹ tận tụy hy sinh cho con không quản đến thân mình.

Tôi chợt nhớ lại một kỷ niệm xưa. Năm tôi học Đệ Lục, trên đường đi học về, đưa bạn học cùng lớp hí hửng khoe với tôi nó sẽ kiếm được nhiều tiền nhờ đi bán đồ hộp Mỹ ngoài chợ và rủ tôi cùng đi cho có bạn. Tôi vui mừng nhận lời vì tính tôi vốn nhút nhát, có nó cùng đi tôi đâu có ngán. Về nhà thưa má, đến cô giáo gần nhà mua hàng xong xuôi. Hôm sau tôi ôm đến nhà nó rủ đi. Trời hỡi! Nó tinh bơ lắc đầu nói không đi, làm tôi chết đứng tại chỗ, chẳng biết phải tính sao. Hàng đã mua rồi làm sao trả lại, còn đem về ăn ư, những món “xa xỉ phẩm” này đâu dành cho anh em tôi. Thôi thì một liều ba bảy cũng liều, tôi bặm gan lấy hết can đảm chường mặt tôi ra đường Nguyễn Thị Giang, lúc đó là con đường có đông người qua lại nhất. Có một em trai nhỏ 7, 8 tuổi đến bắt chuyện làm quen với tôi. Em kể em không được đi học vì nhà nghèo, làm tôi hết sức thương em. Nào ngờ khi em đi rồi, hộp tiền tôi để cũng đi theo em luôn. Thoạt đầu, tôi cũng tức giận sao em làm thế nhưng nhớ những khi má nói “*Bản cùng sinh đạo tặc, túng quá họ làm liều.*”, tôi bớt giận em và tự trách mình hơ hổng. Một bài học nhỏ lúc tôi chấp chững vào đời.

Hơn ba năm trời trôi qua, đến giờ tôi vẫn chưa tin má đã rời bỏ anh em tôi về bên kia thế giới. Mỗi khi nhớ đến, tôi không sao cầm được nước mắt nhớ thương má và cảm thấy mình như đứa trẻ bơ vơ không nơi nương tựa, dù tôi có đủ cháu nội, ngoại. Hình ảnh cuối cùng của má khi tiễn đưa tôi trở lại cuộc sống tha hương nơi xứ người làm lòng tôi quặn thắt. Đôi dòng lệ già tuôn rơi từ đôi mắt như mất hồn, miệng mếu máo, chân cứ bước theo hướng đứa con thương yêu không muốn lìa xa, cho đến khi bị người ngăn cản.....

Biết nói sao cho hết tình thương của má. Má ơi!!!

NỖI LÒNG THƯƠNG NHỚ KHÔN NGUÔI



Hỡi gió!
Có đưa mây trời
Về chốn quê tôi
Hãy mang nỗi lòng
Thương nhớ khôn nguôi
Nắng mưa bao mùa
Tuổi trẻ ngây thơ
Lớn khôn vào đời
Đất nước chia phôi
Mẹ không còn nữa
Nhớ thương bồi hồi!

Hỡi nắng!
Có soi muôn hình
Vào cõi thiên linh
Hãy mang khối tình
Mẫu tử thiết tha
Để ta tìm về
Lòng mẹ bao la
Hát ru từng lời
Dạy dỗ con thơ
Lời ru chan chứa
Nhớ thương vô vàn!

Mẹ xưa, giặc đến thôn làng
Rời quê diu dặt cả đàn con thơ
Thân cò cực khổ bơ vơ
Nuôi con khôn lớn, bây giờ mẹ đâu?
Cao xanh tưởng nhớ lên sâu
Bóng hình từ mẫu trên màu thiên thanh

Hương Âm

Hội Ái Hữu Biên Hoà hân hạnh giới thiệu cùng Quý Vị một tài liệu về y tế dinh dưỡng do Đồng Hương Trương Ngọc Sung gửi về, hầu mong được chia sẻ cùng chúng ta một cách ngừa bệnh rất hay. Trong tinh thần học hỏi và cải thiện đời sống, chúng tôi chỉ làm chuyện thông tin chuyển đến Quý Vị hầu nghiên cứu và thực nghiệm. Vì không biết tên tác giả nên chúng tôi xin được ngõ lời cảm ơn đến tác giả Ân Danh và Đồng Hương Trương Ngọc Sung. Kính mời Quý Vị.

TẮM ĐÚNG CÁCH ĐỂ NGỪA BỆNH

Theo Đông Y, con người là một “*Tiểu Thiên Địa*” với đầy đủ Âm Dương, Ngũ Hành: Kim, Mộc, Thủy, Hoả & Thổ. Khi tất cả những yếu tố đó vận hành trơn tru thì con người sẽ khoẻ mạnh, ngược lại, tất sẽ sinh ra các thứ bệnh tật cho cơ thể! Một nguyên nhân thông thường là TẮM KHÔNG ĐÚNG CÁCH.

Trong con người có một cơ thể điều hoà nhiệt độ rất tinh vi, giữ cho cơ thể một sự quân bình nhiệt độ hợp lý, nơi nào bất ngờ có sự thay đổi khác với “*tiêu chuẩn tối ưu*”, ngay lập tức trung tâm não bộ sẽ “*can thiệp*” để “*lập lại trật tự*”, điều chỉnh nhiệt độ hợp lý nhất cho cơ thể. Khi nóng, các tuyến mồ hôi sẽ tiết ra chất nước + muối (nước muối khi bay hơi sẽ “*lạnh*” hơn nước nhạt) làm dịu mát da thịt, chống lại cái nóng. Ngược lại khi lạnh, các mao quản (mạch máu li ti) sẽ co lại khiến máu di chuyển sâu bên dưới da, tránh bớt sự mất nhiệt của cơ thể. Đó là nguyên lý điều hoà nhiệt cơ bản & tối ưu.

Nếu tắm không đúng cách sẽ làm rối loạn cái cơ chế phức tạp đó và sẽ sinh ra bệnh, nhẹ nhất là cảm lạnh, sổ mũi, nhức đầu, nếu nặng hơn là sung phổi, viêm phế quản...nhưng về lâu về dài, sau quá nhiều lần cơ thể bị đảo lộn trật tự lạnh nóng bất thường, sẽ bị “*rối loạn Âm Dương*” và do vậy sẽ sinh ra đủ thứ bệnh tật!

Vậy tắm thế nào mới gọi là tắm đúng cách? Tắm đúng cách là trước khi tắm phải khoá huyết đạo lại, không cho các huyết đạo bị “*ngấm nước*”. Kế tiếp là phải tập cho cơ thể “*làm quen*” với nhiệt độ nước mà ta sắp tắm! Nói thì nghe phức tạp nhưng thực hiện lại rất dễ dàng! Xin làm theo đúng trình tự sau đây:

1/ Ngâm một ngụm nước (nước mà ta sắp dùng để tắm vào người), dùng lưới đào nước trong miệng vì dưới lưỡi có 2 huyết đạo rất quan trọng cho cơ thể.

2/ Hít đầy hơi và nín thở (vậy là ta đang “*vận công*” đó!).

3/ Xối nước từ rốn (rún) xuống chân, trước và sau cho ướt thật đều.

4/ Lấy tay vốc nước đập đập vào dưới cần cổ (nơi cổ tiếp giáp với ngực) 2, 3 vốc nước như vậy.

5/ Lại vốc nước đập như vậy nhưng lần này là ngay sau ót (nơi cổ tiếp giáp với lưng) 2, 3 lần.

6/ Dội nước từ cổ trở xuống (nhớ là chỉ từ cổ xuống, chừa đầu lại) cho ướt đầm, cả trước lẫn sau lưng thật đều.

7/ Dội nước lên đầu cho ướt rồi nhổ bỏ ngụm nước trong miệng. Tất cả 7 động tác này chỉ mất chưa đầy 20 giây nhưng nếu trong lúc đang làm mà cảm thấy thấy ngộp thở, ta có thể tạm ngưng “*vận công*”, hít thở vài hơi dài rồi lại tiếp tục nín hơi, làm tiếp các động tác còn lại.

Quá đơn giản phải không, thưa quý vị? Nhưng xin quý vị cứ làm đúng như vậy mỗi lần tắm thì chỉ sau 3 ngày (thời gian tối thiểu cho cơ thể tự điều chỉnh & sửa chữa lại hệ thống kinh huyết bị rối loạn tự bấy lâu nay) quý vị sẽ thấy mình khoẻ hẳn hơn lên, các bệnh thông thường như cảm, sổ mũi, nhức đầu v.v... từ từ “*quên*” quý vị! Và càng lâu về sau, khi bộ máy “*Tiểu Thiên Địa*” vận hành điều hoà như xưa thì nếu quý vị bất ngờ thấy mình bớt hay khỏi hẳn những căn bệnh hiểm nghèo của tuổi trung niên thường có như huyết áp cao, tiểu đường, tim v.v... thì xin yên tâm là mình sẽ còn sống vui, sống khoẻ, sống trẻ trung ... dài dài chỉ là nhờ mình đã TẮM ĐÚNG CÁCH!!!

Để kết cho bài này, tôi xin “*kê khai*” ra đây hiện trạng sức khoẻ của bản thân và gia đình tôi như một chứng minh chính xác của cách tắm đúng nói trên. Tôi, nam, 54 tuổi, cao 1m70, nặng 75 kg (dư 10kg so với tiêu chuẩn lý tưởng!), không uống bia, rượu, có hút thuốc lá 1 gói (20 điếu) mỗi ngày, hoàn toàn không tập thể dục thể thao gì từ hơn 32 năm qua (trước ngày “*đứt phim*” có chơi tennis, bơi lội, bắn cá dưới biển v.v... nhưng từ ngày “*sập tiệm*” tới nay đã không còn tiếp tục nữa. Hoàn toàn không có bất cứ bệnh gì trong cơ thể và đã từ rất lâu, hơn 25 năm, không hề bị cảm cúm, không uống 1 viên thuốc nhức đầu. Tại sao tôi lại khẳng định con số 25 năm không còn bệnh, xin thưa vì tôi bắt đầu áp dụng cách tắm đúng từ năm 1982 đến nay. Và gia đình tôi kể luôn mẹ tôi nay đã gần 90 tuổi đã “*quên*” đi bác sĩ & bệnh viện từ rất lâu rồi! Mẹ tôi xưa kia bị huyết áp cao + tim nhưng nay thì hằng ngày ngồi “*điều binh, khiển tướng*” (chơi bài tứ sắc) từ 8 giờ sáng cho tới ...6 giờ chiều cho vui mà không cần ngã lưng, nghĩ một phút nào cả!!! Đêm đêm 10 giờ bà mới tắm! (Tắm đêm là điều rất kiên kỳ đối với người nhiều tuổi như bà). Không hề bệnh tật. Nguyên do là cả gia đình tôi đều áp dụng cách tắm đúng! Tôi xin phép gửi kèm theo đây kết quả đo huyết áp của tôi do tôi đo ngay trước máy PC khi viết bài này để quý vị thấy hiệu quả của cách tắm đúng: 117/71 và nhịp tim là 68. Đó là tiêu chuẩn căn bản huyết áp & nhịp tim của tuổi thanh niên 20 đến 30 khoẻ mạnh, chứ không phải của một người 54 như tôi. Chính vì vậy mỗi lần tôi khám sức khỏe có đo huyết áp là mỗi lần các bác sĩ cứ phải đo đi, đo lại mấy lần, tưởng đâu tại đo sai hoặc máy đo bị trục trặc. Và tóc của tôi vẫn đen bóng, không cần xài thuốc nhuộm. (Và xin nói nhỏ giữa đàn ông với nhau: tôi vẫn... như ý, lệnh trên ban xuống, cấp dưới thi hành chu tất đúng 100%, theo nghiêm lệnh!).

Kính thưa Quý Bậc Trưởng Thượng, huynh đệ, chúng tôi xin kính gửi tới các vị bài viết này như một món quà với lòng thành, tâm mong cho các huynh đệ sẽ áp dụng để có được sức khỏe tốt, sống vui, sống khoẻ, sống hạnh phúc... nếu được như vậy thì mong lắm thay!!!

Kính chúc quý vị luôn vui, trẻ, khoẻ & hạnh phúc ...nhờ TẮM ĐÚNG CÁCH.