Phụ Nữ Việt

Bilingual Magazine in Vietnamese and English - Issue 65 - January 2018 - ISSN: 1327 6328

Tết Mậu Tuất 2018

HỘI PHỤ NỮ VIỆT ÚC

Tổ chức vô vụ lợi phục vụ cộng đồng từ 1983

Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia

Hân hạnh phục vụ quý bác người Việt từ năm 2004
với chất lượng cao nhất theo tiêu chuẩn của Bộ Y Tế

Các bác cao niên mong muốn được sống vui sống khỏe tại nhà?

Hội Phụ Nữ Việt Úc có thể hỗ trợ các bác qua các dịch vụ như:

- Đưa đón đi chợ, đi chùa, đi nhà thờ v.v...
- Lau dọn nhà cửa, cắt cỏ, dọn rác, làm vườn v.v...
- Giúp tắm gội, vệ sinh cá nhân.v.v...
- Giúp có được các dụng cụ trợ giúp an toàn như tay vịn, ghế tắm, xe lăn v.v...
- Điện thoại trực 24/24

MIỄN PHÍ*

- **Nhân viên của Hội chuyên nghiệp và tận tâm, nói được tiếng Việt và tiếng Hoa.**
- **Thông hiểu và tôn trọng phong tục, tập quán của người Việt.**

Các bác đang nhận gói chăm sóc "Home Care Package" từ các tổ chức khác có thể chuyển qua Hội Phụ Nữ Việt Úc - thủ tục rất dễ dàng.

Hãy LIÊN LẠC NGAY với Hội Phụ Nữ Việt Úc - Chương trình Chăm sóc Cao niên Tại gia để được hướng dẫn và giúp đỡ.

**Miễn lệ phí chăm sóc cơ bản*

BRAYBROOK (03) 9396 1922 **RICHMOND** (03) 9428 9078 **SPRINGVALE** (03) 9546 2699

Australian Vietnamese Women's Association Inc.

avwa.org.au

Năm Mậu Tuất Lãnh Đạo Liên Bang và Tiểu Bang
Chúc Mừng Hội Phụ Nữ Việt Úc

35 Năm
Phục Vụ cộng đồng

Lần đầu tiên trong lịch sử 35 năm hoạt động của Hội, và cũng có thể của cả cộng đồng người Việt tị nạn tại Úc trong suốt 43 năm định cư, chúng ta hãnh diện đón nhận thư chúc mừng của tất cả các lãnh đạo Liên bang và Tiểu bang.

Thủ Tướng Úc ,
ông Malcolm Turnbull,
Lãnh Tụ Đối Lập Liên Bang ông Bill Shorten,
Thủ Hiến Victoria,
ông Daniel Andrews,
và Lãnh Tụ Đối Lập Victoria ông Matthew Guy,
đều ngỏ lời ca tụng những thành tựu mà Hội Phụ Nữ Việt Úc đã đạt được trong ba mươi lăm năm qua, không chỉ trong việc phục vụ cộng đồng người Việt tại tiểu bang Victoria, mà còn cả việc góp phần xây dựng một quốc gia đa văn hóa phồn thịnh và vững mạnh.

Thủ Tướng Úc, ông Malcolm Turnbull, phát biểu *"Trong suốt nhiều năm, Hội đã cung cấp dịch vụ quan trọng cho cộng đồng người Việt (tại Victoria), thắt chặt liên kết văn hoá và nâng cao năng lực, kết nối và cơ hội".*

Lãnh Tụ Đối Lập Liên Bang, ông Bill Shorten, khẳng định *"Dịp kỷ niệm này cũng là lời nhắc nhở cho biết nước Úc đã gặt hái được rất nhiều từ các cộng đồng di dân, và tất cả những thuyền nhân đã vượt biển để gọi Úc là quê hương của mình".*

Thủ Hiến Victoria, ông Daniel Andrews, khen tặng *"Là một trong những nhóm di dân lớn nhất ở Victoria, cộng đồng người Việt tiếp tục có nhiều đóng góp tuyệt vời cho tiểu bang chúng ta".*

Lãnh Tụ Đối Lập Victoria, ông Matthew Guy, nhắc nhở *"Kể từ năm 1983, đã cung cấp các hỗ trợ vô cùng quí giá cho cộng đồng người Việt trong nhiều lĩnh vực bao gồm dịch vụ chăm sóc cao niên tại gia, dịch vụ gia đình và trẻ em, giáo dục cộng đồng và các dịch vụ bênh vực và hỗ trợ những người khuyết tật".*

Hội Phụ Nữ Việt Úc rất hân hạnh được thay mặt cộng đồng người Việt tỵ nạn đón nhận những lời khen hiếm quý của các bậc Lãnh đạo nói trên.

Australian Vietnamese Women's Association Inc.
HỘI PHỤ NỮ VIỆT ÚC

PRIME MINISTER

MESSAGE FROM THE PRIME MINISTER

AUSTRALIAN VIETNAMESE WOMEN'S ASSOCIATION
35TH ANNIVERSARY

It is with great pleasure that I send my best wishes to everyone celebrating the 35th anniversary of the founding of the Australian Vietnamese Women's Association.

Over the years, the Association has provided an important service to the local Australian Vietnamese community, strengthening cultural bonds and nurturing capacity, connection and opportunity.

On this special anniversary, I trust that all members will find their sense of purpose and pride in these aims renewed, and their confidence in the future strengthened.

The Year of the Dog promises good tidings, given its association with intelligence, loyalty and honesty. As you celebrate its arrival, I wish Association members, and the entire Australian Vietnamese community, great fortune and happiness in the months ahead.

With these thoughts in mind, I commend staff and members of the Australian Vietnamese Women's Association—past and present—for your commitment to health, happiness and wellbeing. May you have a wonderful 35th anniversary celebration.

The Hon Malcolm Turnbull MP
Prime Minister of Australia

4 January 2018

THE HON BILL SHORTEN MP
LEADER OF THE OPPOSITION
SHADOW MINISTER FOR INDIGENOUS AFFAIRS AND ABORIGINAL AND TORRES STRAIT ISLANDERS
MEMBER FOR MARIBYRNONG

35th ANNIVERSARY – AUSTRALIAN VIETNAMESE WOMEN'S ASSOCIATION INC.

It gives me great pleasure to send my well wishes to the Australian Vietnamese Women's Association on the auspicious occasion of your 35th anniversary.

For 35 years your association has provided a wide range of services for both men and women of all ages. Your accomplishments go further and help alleviate social isolation amongst the older members in the community, whilst also helping migrants settle in, and break the many hurdles migrants and the elderly face, such as, language and lack of friends and family.

This celebration is another reminder of how much Australia has gained from our migrant communities, and all those who have come across the seas to call this land home.

Communities like yours who have embraced Australia as their home and yet kept faith with the traditions, culture and memories of the old country.

The Australian Labor Party recognises the valuable contribution that you make to our diverse society. Your efforts are critical in building a strong, multicultural nation.

Once again you have my best wishes for this auspicious occasion and I wish you the best for your future endeavours.

Yours sincerely

Bill Shorten

Bill Shorten
Leader of the Opposition

The Hon Daniel Andrews MP

Premier of Victoria

1 Treasury Place
Melbourne, Victoria 3002 Australia
Telephone: +613 9651 5000

D17/328578

MESSAGE FROM THE PREMIER

I congratulate the Australian Vietnamese Women's Association on your 35th anniversary.

Our state's cultural diversity is one of our greatest strengths, and the Victorian Government is committed to making sure every Victorian can be proud of their culture and heritage.

As one of the largest cultural groups in Victoria, the Vietnamese community continues to make many wonderful contributions to our state.

Since 1983, members of the Australian Vietnamese Women's Association have provided essential support to families, the young, and the elderly in the Vietnamese community.

Your incredible efforts have made a difference in the lives of many.

By working towards a harmonious society, in which everyone, regardless of their background can contribute, you set an excellent example for all Victorians.

On behalf of the Victorian Government, I send my best wishes to the Australian Vietnamese Women's Association on this significant milestone and wish your members a prosperous Year of the Dog.

The Hon Daniel Andrews MP
Premier

VICTORIA State Government

THE HON. **MATTHEW GUY MP**
Leader of the Opposition
Leader of the Liberal Party
State Member for Bulleen

Level 1, 157 Spring Street
Melbourne Victoria 3000
t. 03 9651 6719 f. 03 9651 8987
matthew.guy@parliament.vic.gov.au

MESSAGE FROM THE LEADER OF THE OPPOSITION

It gives me great pleasure to send my best wishes to The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA) as it comes together to mark its 35th Anniversary.

Since 1983 The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA) has provided invaluable support to Vietnamese Community in a variety of areas including aged care services, children's and family services, community education and advocacy and disability services.

The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA) has over the years shown great dedication to the Vietnamese community becoming one largest aged care and welfare service provider for the Vietnamese-Victorian community.

The multi-faceted support that The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA) continues to provide to those facing challenges and especially to the elderly is an example for all communities to follow.

Harnessing the essence of Vietnamese culture and values of family, hard work and tradition, The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA) has been able to bring together like-minded people, making real changes in the community.

These values, underpin Victoria's reputation as one of the most culturally diverse and harmonious societies and we are grateful to The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA) for the vital role it plays in this.

On behalf of the Liberal Nationals Coalition, I wish The Australian Vietnamese Women's Association Incorporated (AVWA), its staff, and volunteers, a very joyous 35th celebration and a long and prosperous future and a successful Year of the Dog.

THE HON. MATTHEW GUY MP
Leader of the Opposition
Leader of the Liberal Party
State Member for Bulleen

matthewguy.com.au @matthewguymp /matthewguymp

Thư Chúc Tết của Hội Trưởng

Tết đến
Hội Trưởng
và
Ban Quản Trị
Hội Phụ Nữ Việt Úc
xin kính chúc:

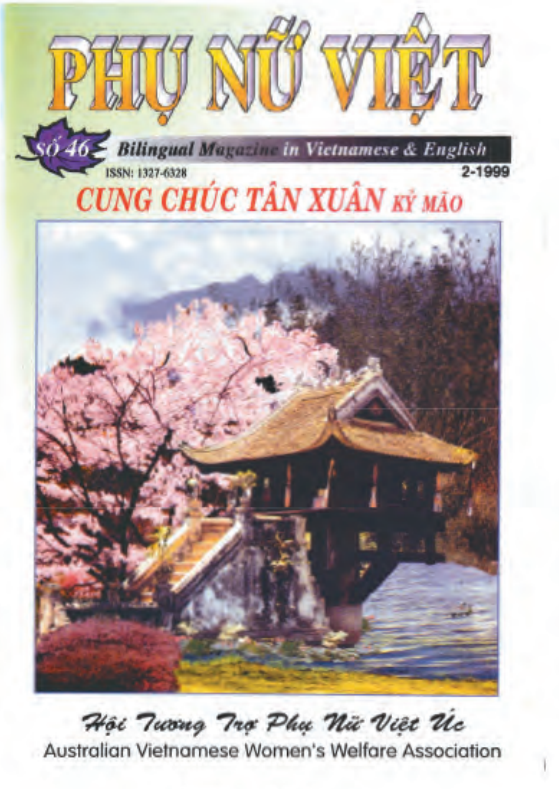
Bước sang Mậu Tuất
Kính chúc ông bà
Trẻ mãi không già
Kính chúc quí chị
Sắc đẹp hoàn mỹ
Kính chúc quí anh
Tiền tài song hành
Chúc cho các bé
Nghe lời cha mẹ
Kính chúc mọi nhà
Yêu thương thuận hoà
An khang thịnh vượng

Trần Đăng Thanh Khâm
Hội Trưởng
Đồng Chủ Bút Tập San Phụ Nữ Việt

1983 - 1st year

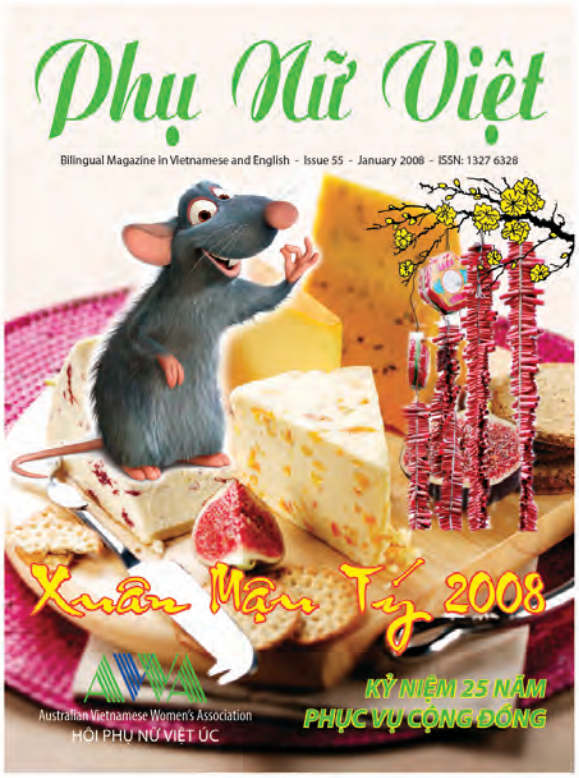
1988 - 5 years

1993 - 10 years

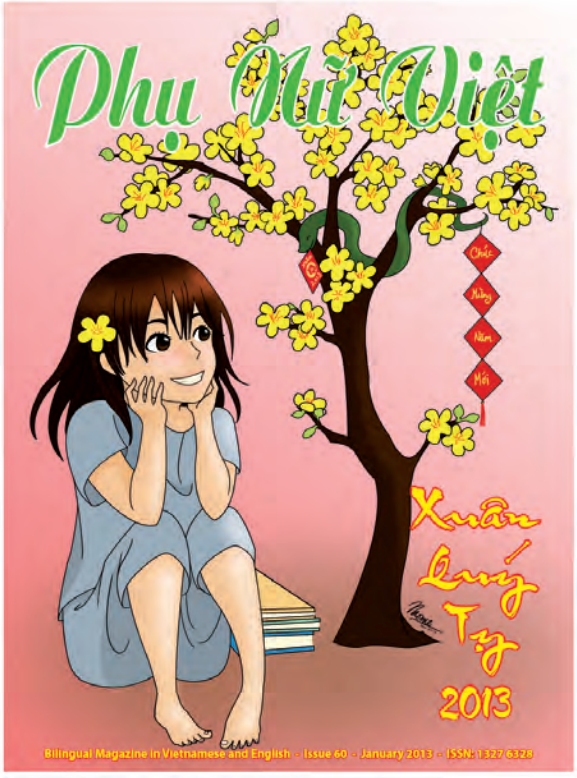


1999 - 16 years

2003 - 20 years



2008 - 25 years



2013 - 30 years

2017 - 34 years

Lời ngỏ của Chủ Bút

Quý độc giả thân mến,

Mỗi năm đều có thể là một năm đặc biệt, ví dụ như, kỷ niệm ngày sinh nhật lần thứ 21 của một thanh niên, kỷ niệm lễ bạc hoặc vàng của một cặp vợ chồng, hoặc cũng có thể là một kỷ niệm vui hay buồn của một gia đình. Đối với nước Úc và Châu Âu, năm 2018 đánh dấu kỷ niệm một trăm năm ngày kết thúc *Thế Chiến Thứ Nhất* - một biến cố đẫm máu và cực kỳ quan trọng trong lịch sử thế giới.

Năm 2018, Hội Phụ Nữ Việt Úc tổ chức lễ kỷ niệm 35 năm thành lập Hội, đồng thời cũng là 35 năm tuổi đời của tạp chí Phụ Nữ Việt. Tại cuộc họp đầu tiên được tổ chức vào ngày 15 tháng Giêng năm 1983 để thảo luận về việc thành lập Hội, tất cả những người có mặt đã đồng ý cho ra đời ấn bản Tết Nguyên Đán của tạp chí PNV để cho cộng đồng mình biết về tổ chức mới này. Các thành viên trong nhóm đã đề nghị thực hiện nhiều công việc khác nhau, từ viết bài đến đánh máy, tìm họa sĩ vẽ trang bìa, mua giấy, v.v.. cho đến việc *"in ấn"*. Dĩ nhiên, tất cả những việc ấy đều là việc làm thiện nguyện vì chúng tôi không có nhân viên hoặc bất cứ nguồn tài trợ nào.

"Vạn sự khởi đầu nan" - như câu tục ngữ đã nói. Năm 1983, ấn bản đầu tiên của tạp chí PNV rất mộc mạc được in trên giấy với chất lượng kém. Tại Đại Hội Thường Niên năm 2005 Nghị Viên Tiểu Bang vùng Footscray, ông Bruce Mildenhall, đã chúc mừng Hội vừa gia nhập câu lạc bộ triệu phú. Là một chính trị gia lão làng, ông biết rằng một tổ chức vô vị lợi như Hội chỉ có thể gia tăng thu nhập qua việc cung cấp phục vụ với chất lượng cao, chi tiêu vén khéo, và tuyệt đối tuân theo các quy định của các cơ quan tài trợ của chính phủ.

Năm 2008, trong dịp kỷ niệm 25 năm thành lập Hội, Thủ Hiến Victoria ông John Brumby, đã khai mạc tại Quốc Hội buổi ra mắt quyển sách song ngữ *"Chung Một Mái Nhà"* nói về 25 năm đầu hoạt động của Hội. Quyển sách này được viết bởi một tiến sĩ của *Khoa Sử Học* của *Đại Học Victoria.*

Năm 2013, sau 30 năm hoạt động, thu nhập của Hội lên đến gần 3 triệu đô la, tạp chí của Hội có bìa màu bóng bẩy với 64 trang. Chúng tôi chưa biết thu nhập của năm thứ 35 và tổng số trang của tạp chí kỷ niệm của Hội sẽ cao đến đâu.

Tuy nhiên, tổng thu nhập hàng năm của Hội hoặc số trang của tạp chí không quan trọng cho lắm. Niềm hãnh diện và vinh dự lớn nhất cho tất cả các hội viên Hội nói riêng, và của cả cộng đồng người Việt tại Victoria nói chung, là việc Hội nhận được thư ca ngợi và chúc mừng từ Thủ Tướng Úc, Thủ Hiến Victoria, và cả hai lãnh tụ đối lập Liên Bang và Tiểu Bang

Trong chương trình hoạt động năm nay, Hội sẽ tổ chức hai ngày đặc biệt. Ngay sau Tết Mậu Tuất, tại *Queen's Hall* (Quốc Hội Victoria), sẽ có một buổi lễ khai mạc cuộc triển lãm kéo dài một tuần về các hoạt động và sự phát triển của Hội.

Sự kiện thứ hai sẽ là một buổi dạ tiệc và gây quỹ trong *Tuần Lễ Tị Nạn* vào tháng Sáu. Toàn bộ số tiền gây quỹ sẽ được dành vào việc hỗ trợ người tị nạn, đặc biệt là người tị nạn Rohingya đã chạy khỏi Miến Điện đến ẩn náu tại Bangladesh, một trong những nước rất đông dân, với diện tích chỉ bằng tiểu bang Victoria nhưng với dân số 160 triệu người. Đây là cuộc khủng hoảng nhân đạo lớn nhất thế giới kể từ cuộc khủng hoảng người tị nạn Việt Nam năm 1975. Cộng đồng chúng ta đã được nước Úc mở rộng vòng tay đón nhận và đến nay đã khá ổn định, nên sẵn sàng ra tay giúp đỡ những người tị nạn mới.

Chúng tôi mong rằng quí vị sẽ tiếp tục ủng hộ các hoạt động của Hội. Xin thân chúc quý vị và gia quyến một năm Mậu Tuất nhiều may mắn, an khang, hạnh phúc và thịnh vượng.

Huỳnh Bích Cẩm,

Tổng Thư Ký kiêm Tổng Giám Đốc Đồng Chủ Bút Phụ Nữ Việt.

Editorial

Each year is possibly a special year, say, for a young person celebrating his or her 21st birthday, a couple celebrating their silver or golden wedding anniversary or a family commemorating a special event either happy or unhappy. For Australia and Europe, 2018 marks the centenary of the end of the First World War – a very bloody and important event in world history.

In 2018, our organisation celebrates at the same time the 35th year of publication of this magazine and the 35th year of operation of our women's association. At the first meeting which was held on January 15th 1983 to discuss the establishment of our organisation, all those present unanimously agreed to publish a Lunar New Year issue of the magazine to let our community know about our new organisation. Group members offered to undertake a variety of tasks ranging from writing articles to typing them, finding someone to draw up the cover, procuring the paper, etc... to doing the photocopying. It was all volunteer work of course since we did not have any staff or funding.

"Vạn sự khởi đầu nan" - "All beginnings are tough" as a Vietnamese proverb says. The 1983 first issue of our magazine was amateurish, on poor quality paper and only 14 pages long. At our 2005 AGM, the state member for Footscray, Hon Bruce Mildenhall congratulated us for having joined the millionaires' club. Being an experienced politician, he knew full well that a not-for-profit organisation like AVWA can only grow its income through consistently high quality and innovative service delivery combined with strict adherence to the rules and regulations of government funding bodies. In 2008, for our 25th anniversary, Premier John Brumby launched at the Victorian Parliament a book entitled *"A home of many rooms"* about the first 25 years of AVWA, written by a staff member of the History Department of Victoria University. In 2013, after 30 years of operation, our income was nearing $3 million, our magazine had a glossy cover and 64 pages of contents.We do not know yet the income of our 35th year of operation or the total number of pages of our anniversary magazine. However, it is neither the total annual income of our organisation nor the size and glossiness of our magazine which matter. It is a great honour not only for all AVWA members but also members of the Vietnamese community in Victoria to receive letters of acknowledgement and congratulation from our Prime Minister, the Premier of Victoria and both Leaders of the Opposition.

To celebrate our 35th anniversary, there will be two main events. The first one will be on February 19th. In Queen's Hall, there will be an official opening followed by a week-long exhibition about our activities and development.

The second event will be a gala dinner cum fundraising during the Refugee Week in June. The fundraising will be to support refugees in general and in particular, the Rohingya who had left Myanmar to take refuge in Bangladesh, one of the most overpopulated countries in the world, the size of Victoria with a population of 160+ million. This is the biggest humanitarian crisis in the world since the Vietnamese refugee crisis in 1975. Since our community is pretty well settled now, we should be ready to give back. We hope that you, would support both events.

With my best wishes to you and your loved ones for a Happy and Prosperous Year of the Dog.

Cam Nguyen,

Secretary and Chief Executive Officer - Joint Editor

Tình Người Viễn Xứ (Chín mươi năm trôi qua!)

Tôi sinh ra vào năm 1926, khi ấy Miền Nam Việt Nam dưới quyền cai trị của người Pháp. Ba tôi vốn là một cụ Đồ tinh thông Hán Học. Trong thời đại ấy, người phụ nữ không được ngang hàng với nam giới. Lúc ấy, tôi không được đến trường đi học như các anh em trai của tôi. Khi tôi vào khoảng bảy tuổi, chữ Quốc Ngữ bắt đầu được giảng dạy song song với chữ Pháp trong trường học ở Việt Nam. Chiều tối khi công việc nhà hay đồng ruộng xong, tôi thường đến hàng xóm để học lóm với các bạn con trai lối xóm đồng lứa được đến trường.

Sau vài năm, tôi biết đọc, biết viết, biết làm bốn phép toán và thuộc được bảng *Cửu Chương*. Mẹ tôi phát giác tôi đi học với *'con trai'*, tôi bị một trận đòn chí tử vì mẹ tôi bảo *'Nam nữ thọ thọ bất thân'*. Con gái thì phải học vá may, thêu thùa, làm bánh, nấu ăn và giữ em. Mẹ tôi mỗi năm mỗi sanh một đứa con, sau tôi là sáu đứa em nữa. Như vậy, mẹ tôi có tổng cộng mười một người con, bốn trai và bảy gái. Tôi yếu đuối không làm rẫy ruộng, leo cau, trèo dừa hái trái được nên mẹ thường giao tôi trông chừng các em của tôi. Lúc đó, hông tôi da chai cứng vì cứ bồng các em tối ngày. Tôi ngưng học từ đó, thỉnh thoảng lén mẹ để đọc thơ *Lục Vân Tiên* của cụ Đồ Chiểu hay truyện *Tấm Cám, Thạch Sanh Lý Thông, Lưu Bình Dương Lễ*, v.v… Nhờ vậy mà tôi không quên chữ Quốc Ngữ. Khi Việt Minh chiếm vùng tôi, khi người dân chia ra làm hai bên, bên có treo một quần đen của đàn bà bên thì không có. Ai đọc chữ Quốc Ngữ được thì đi qua không phải chung qua đáy quần, trong số đó có tôi.

Người ta gọi vùng tôi ở là vùng xôi đậu có nghĩa là ban ngày lính *Lê Dương* của người Pháp đi ruồng bố, bắt bớ những người chống lại chế độ thực dân. Ban đêm là *Lực Lượng Thanh Niên Tiền Phong*, với tầm vông vạt nhọn đánh Pháp, về xóm làng cổ động đánh mõ đánh trống để khủng bố tinh thần lính Pháp. Tất cả các lực lượng kháng Pháp gọi chung là *Việt Minh Phục Quốc Đồng Minh Hội*. Sau *Thế Chiến Thứ Hai*, Phát Xít Nhật cướp chánh quyền Pháp. Người Nhật áp chế một chánh sách cai trị vô cùng tàn ác. Người dân quê tôi thiếu cơm, không đủ áo mặc, không dầu đốt đèn … Tôi cùng các anh chị tôi phải vào Đồng Tháp Mười làm cá mướn để lấy ruột cá làm mắm và mỡ cá về làm dầu đốt đèn cộng với dầu của trái mù u. Thời điểm này cá ở Đồng Tháp Mười vô cùng phong phú.

Trong thời điểm này, các anh chị tôi phải trồng dâu nuôi tằm và dệt vải thô để may quần áo mặc. Dân tình vô cùng khổ sở dù Tây đi Nhật đến rồi Tây trở lại! Tôi lập gia đình. Đến khi ông Ngô Đình Diệm xây dựng *Đệ Nhất Cộng Hòa,* cuộc sống người dân Miền Nam tương đối dễ chịu đôi chút. Nhưng vào cuối năm 1960, *Mặt Trận Giải Phóng Miền Nam* được thành lập. Cuộc sống người dân một cổ hai tròng bên Quốc, bên Cộng cho đến khi miền Nam hoàn toàn sụp đổ vào ngày 30 tháng 04 năm 1975. Đầu năm 1961, máy bay bắt đầu bỏ bom làng tôi, rồi pháo kích, rồi thả thuốc khai hoang, v.v... Mẩu vườn măng cục vợ chồng tôi trồng, săn sóc hơn mười năm bắt đầu có trái thì bị cháy rụi cùng với mảnh vườn xoài, cam quýt, chôm chôm, v.v... Những cây dừa giờ đứng trơ trọi không lá như những cây đèn cầy. Từng đoàn ghe tam bản, xuồng chở nào người, gia súc, nồi niêu, son chảo, v.v.. lũ lượt từ sông con ra sông cái tản mạn đi lánh nạn đến những nơi tương đối an ninh như cù lao Tân Phong, Cù Lao Rồng, Cù Lao Phụng, Chợ Cai

Lậy, Cái Bè, Mỹ Tho, v.v... Gia đình tôi cũng trong đoàn người ly hương viễn xứ đó. May thay, cũng nhờ tình người chia đất cất nhà, chia sẻ nhau để kiếm sống qua ngày trong cơn ly loạn.

Sau 30 tháng 04 năm 1975, tưởng chừng thống nhất đất nước cuộc sống sẽ khả quan hơn, bao hy vọng vươn lên sau những kinh hoàng. Hai mươi năm dài Nam Bắc tương tàn, gà nhà bôi mặt đá nhau, gây biết bao nhiêu đổ vỡ tang tóc, chết chóc khổ đau. Cụm từ tên mỹ miều *"giải phóng Miền Nam"* ra đời nhưng thực tế không biết ai *"giải phóng"* ai? Tôi bán đất đai, những mẩu đất mấy chục năm vất vả mới có được. Bán đất đổi lấy vàng cho con đi vượt thoát cái cảnh bao cấp, bị ngược đãi, cái đói, cái nghèo, v.v… Vợ chồng tôi chỉ còn một ít ruộng vườn sống lay lắt trong lo âu và chẳng có ngày mai. Các cháu tôi bị đẩy qua Campuchia chiến đấu cho lý tưởng đại đồng, nhiều đứa một đi không trở lại.

Năm 1990, vợ chồng tôi sang Úc đoàn tụ với con cháu tôi tại Melbourne. Năm bảy năm đầu tiên vợ chồng tôi còn khỏe mạnh, cuộc sống an nhàn. Nhưng tấm thân con người mỏng manh, giòn bở và mọi thứ dễ đổi thay, sự mất mát sẽ có mặt trong phút giây này hoặc phút giây tới không có sự vật gì mà nó tồn tại vĩnh cửu. Sống trong cảnh ly hương viễn xứ, cũng may có *Hội Phụ Nữ Việt Úc,* một tổ chức thiện nguyện đã giúp đỡ những người lớn tuổi như vợ chồng tôi. Các cháu đã săn sóc từ những việc nhỏ nhặt mà vợ chồng tôi không thể làm được. Mười bảy năm sau nhà tôi qua đời, tôi chỉ đơn độc một mình trong căn nhà trống vắng. Ngoài con cháu thăm viếng, các cháu ở *Hội Phụ Nữ Việt Úc* đã đem cho tôi niềm an vui đáng kể.

Năm 2017, dù tinh thần tôi còn minh mẫn, nhưng đôi chân đi không còn vững vàng. Tôi quyết định xin vào viện dưỡng lão Mekong do *Hội Tỵ Nạn Đông Dương* quản lý. Trái cây xanh dần dần lớn tròn trịa căng da khi chín dần đến khô nhăn da móp méo là điều tất yếu. Tùy theo sự hiểu biết mà chúng ta có hạnh phúc cạn và sâu khác nhau. Không phải có những thứ vật chất bên ngoài mà hình thành do tâm thức của chúng ta được nâng cấp. Khi chuyển hóa được khổ đau phiền não thì hạnh phúc theo với trình độ chuyển hóa của tâm thức. Khi niềm vui nỗi khổ làm chủ thì của thân tâm như đói no ấm lạnh. Sống trong viện dưỡng lão Mekong, tôi được các cháu nhân viên gái trai tận tình săn sóc. Tôi sống trong tình người viễn xứ đầy ngọt ngào yêu thương. Sau 90 năm trên cuộc đời, tôi nhận ra những thành đạt về vật chất, thủ đắc về lợi danh theo dòng thời gian cuốn hút. Chín mươi năm cuộc đời mà trải dài trên vài ba trang giấy thì chắc chắn sẽ còn nhiều thiếu sót. Vả lại với trí nhớ còm cõi khi nhớ khi quên thì làm sao ghi lại tất cả tâm tư tình cảm của mình cho người đọc một cách trọn vẹn. Ngày 20 tháng 8 năm 2017, quý Thầy và *Đạo Tràng Quang Minh* cho tôi một kỉ niệm khó quên. Tôi được chúc Thượng Thọ 90 tuổi. Đây là lần thứ hai tôi được chúc thọ. Lần thứ nhất tôi 80 tuổi cách đây 10 năm. Lần này đầy đủ các bạn đạo, cháu, dâu và con. Đặc biệt lần này cô Vân ở *Hội Phụ Nữ Việt Úc* đến tham dự làm tôi thật là xúc động. Vân đã giúp đỡ tôi trong suốt thời gian hơn mười năm lúc tôi còn sống ở Footscray. Vân mang tặng tôi một hộp bánh Trung Thu do chính tay cô làm. Vân nói '*Bác ăn đi! Con làm riêng cho bác, không có bỏ nhiều đường'*. Đặc biệt, Vân còn tặng cho tôi một cây bonsai nhỏ do chính tay cô trồng, cho vào một chậu nhỏ trông rất xinh xắn. Đây là cây *'Trường Sinh'*. Có lẽ Vân hàm ý chúc tôi sống lâu. Vân nói *'bác để cây này trong phòng, mỗi ngày chỉ cần tưới một chút nước để luôn nhớ đến con'*. Ôi, cảm động làm sao cái *'tình người viễn xứ'* này! Tôi say sưa trong hạnh phúc cuối đời.

Có những đêm khuya tôi không ngủ được, trong khi đó các cháu giúp người già trong viện dưỡng lão Mekong cũng thức làm việc suốt đêm. Tôi cảm động nhất mỗi lần các cháu bước nhẹ vào phòng để theo dõi những hơi thở của tôi. Nhiều khi các cháu nhẹ nhàng kéo mền lên đậy kín ngực tôi như những mẹ hiền chăm sóc con yêu. Các cháu lo từng miếng ăn, ly nước cho người già ở Mekong

và nhất là luôn nở nụ cười thương yêu. Ôi tình người Việt Nam viễn xứ thật cao quý.

Trong buổi lễ này con trai tôi có chia sẻ cùng mọi người tham dự một bài thơ *'Chúc Mừng Thượng Thọ':*

Lan quế cụ phương thọ khương ninh
Xuân huyên tịnh mậu hưởng cao linh
Thọ đồng tùng bách thiên niên bích
Phẩm tự chi lan nhất vị thinh
Nhân thượng chinh đồ tâm bất lão
Chí triều phong đỉnh cảnh xuân xinh
Kim thời tinh tấn trì chánh niệm
Tín nguyện thường hành trí tuệ minh

Bài thơ được diễn nôm như sau:

Lan quế ngát hương thật thanh cao
Cỏ xuân tươi tốt hưởng tiên đào
Sống như tùng bách ngàn năm biếc
Đức tựa lan chi một hương tao
Ngàn bước chặng dài lòng luôn trẻ
Chí nhìn chót đỉnh cảnh tươi màu
Mỗi ngày tinh tấn gìn chánh niệm
Tín nguyện thường hành trí dạt dào.

Tôi nhớ lại một chuyện thế giới loài vật. Ở Châu Phi loài voi đến lúc quá già đi lẻ loi một mình tìm đến một vũng nước ở giữa rừng già trầm mình ở đó chờ ngày bỏ thân già còm yếu đuối dù đàn con, cháu có ngăn cản gì

cũng không lay chuyển. Loài voi già sợ mình làm gánh nặng cho cả đàn. Không phải một con mà hầu hết voi già tập trung lại cùng một vũng nước. Không phải một con mà nhiều con voi già tan thịt tan da ở đây chỉ còn lại cặp ngà để lại cho đời sau - một vật quý hiếm cho thế nhân. Tôi cũng vậy. Mặc dù con dâu, cháu nội và cả cô Vân đại diện của *Hội Phụ Nữ Việt Úc* hết lời ngăn cản tôi vào viện dưỡng lão. Vân nói các cháu hết lòng đưa người đến giúp đỡ tại nhà không cần phải đi đâu cả. Nhưng thôi tôi đã quyết định như con voi già ở Phi Châu. Tôi tìm đến một nơi trầm mình ở đó chờ ngày bỏ báo thân này. Lễ chúc mừng thượng thọ năm nay tổ chức trong khóa thu *Báo Ân* chuẩn bị cho ngày quý tăng ni sắp sửa chấm dứt kiết đông. Thời điểm này cũng là mùa *Vu Lan Báo Hiếu* tháng bảy âm lịch. Lễ thượng thọ cùng thời điểm *Hội Hoa Đào* tại chùa Quang Minh. Các thiếu nữ Việt Nam mặc áo dài truyền thống đủ màu sắc tham dự lễ hội. Rồi nào y vàng theo sau là những chiếc áo tràng lam phất phơ theo gió đi kinh hành hòa theo tiếng niệm Phật. Hoa đào bên tôn tượng *Quan Thế Âm Bồ Tát* chạy dài theo triền đồi tận tôn tượng ngài *Di Lặc* nở rộ để đón chào mùa xuân 2017. Mùa xuân thứ 90 trong cuộc đời tôi, những ngày u hoài, lạnh lẽo của mùa đông đã qua cõi lòng cảm thấy nhẹ nhàng. Đến đây tôi xin ghi lại bài thơ một cảm tác trong ngày được chúc thượng thọ để làm dấu chấm hết:

Mừng Chín Mươi Tuổi và Khúc Ngao Du

Lời ca để lại khúc ngao du
Biển xanh mây trắng mịt mù xa khơi

Chín mươi tuổi
Bao tháng ngày mặn nhạt,
Xa quê hương, ta đi lưu lạc
Chín mươi năm xuôi ngược, nhìn lại,
Gõ nhịp ngón tay
Hát khúc ngao du bên khung cửa

Lúc chào đời thôi đừng nhắc nữa
Bắt đầu tiếng khóc
Nợ trần đời từ chiếc tả khung nôi
Chín mươi năm răng đâu còn, tóc đã bạc!
Bước âm thầm, cuộc thế vẫn buồn tênh!

Lê Thị Bảy

Đại Hội Thường Niên lần thứ 34 của Hội Phụ Nữ Việt Úc

Đại Hội Thường Niên của Hội Phụ Nữ Việt Úc năm nay được tổ chức vào ngày Thứ Sáu 3 tháng 11 năm 2017 tại hội trường chính của Tòa Thị Sảnh Richmond từ 10 giờ sáng đến 1 giờ chiều. Từ 9 giờ sáng nhiều nhân viên, hội viên và thiện nguyện viên đã có mặt để sửa soạn cho buổi lễ.

Các hội viên và thành viên Ban Quản Trị của Hội đã tề tựu đông đủ và chương trình đã khởi sự lúc 10:00 sáng với người điều khiển chương trình là cô Trương Thiên Kim, nhân viên của HPHVU và cũng là Nghị Viên Thành Phố Brimbank.

Khởi đầu, bà Huỳnh Bích Cẩm, Tổng Giám Đốc kiêm Tổng Thư Ký HPHVU, giới thiệu tổng quát ĐHTN lần thứ 34 và ngỏ lời chào mừng đến tất cả mọi người. Là sáng lập viên của Hội từ 1983, bà có đề cập đến viễn ảnh Hội sẽ ăn mừng 35 năm thành lập Hội vào năm 2018. Bà nhắc thoáng qua dịp sinh nhật lần thứ 25, Hội đã cho phát hành quyển sách *"Chung Một Mái Nhà"* do Tiến Sĩ Catherine Earl, thành viên khoa Sử Học của Đại Học Victoria nghiên cứu và biên soạn. Và bà báo cho mọi người biết hiện nay, việc lập kế hoạch chuẩn bị cho lễ kỷ niệm lần thứ 35 chỉ mới bắt đầu và Hội sẽ cố gắng tổ chức lễ kỷ niệm này một cách trang trọng, thú vị và khó quên.

Tiếp theo sau đó là phần tóm lược đến các thành quả đạt được trong năm qua. Trong đó bà đề cập đến văn phòng thứ ba tại Springvale đã chính thức khai trương với sự hiện diện của hai bộ trưởng và một số khách VIP từ cả hai cộng đồng Úc và Việt. Hiện nay Hội đang cố gắng dành dụm tài chính để mua một mảnh đất phù hợp tại Springvale, trước hết là xây văn phòng, và sau đó là một viện dưỡng lão, nhằm đáp ứng nhu cầu và sự mong đợi của bà con người Việt trong vùng. Hy vọng chỉ trong vòng vài năm nữa, phạm vi phục vụ người Việt ở khu vực Đông Nam Melbourne của Hội sẽ theo kịp và trở nên đa dạng như các dịch vụ của Hội ở các vùng khác. *Dịch vụ Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia*, chương trình lớn nhất của Hội rất thành công cũng được nhắc đến. Năm tài chính này cũng là năm có gia tăng lớn về tuyển dụng nhân sự. Nhờ Hội cung cấp các khóa dạy nghề, và cũng nhờ danh tiếng của Hội nên Hội đã không gặp trở ngại nào trong việc tuyển dụng nhân viên có tấm lòng và chuyên nghiệp cao. Cuối cùng bà cũng không quên cám ơn các nhân viên đã tận tuỵ làm việc, các tổ chức bạn và các cơ quan tài trợ.

Bà nhắc vắn tắt về ĐHTN kỳ trước và các hoạt động của Hội trong năm tài chánh này. Đặc biệt bà nhấn mạnh đến một số thay đổi nội qui của Hội đã được thông qua. Sau đó bà cùng với Ban Quản Trị và toàn thể hội viên có mặt chấp nhận bản *Báo Cáo Tài Chính* và đồng ý nhóm kiểm toán *Lanyon Partners* tiếp tục phục vụ cho Hội trong năm tài khoá 2017-2018.

Tin Vui ! Tin Vui!! Tin Vui!!!

Các bác đang nhận Gói Chăm Sóc (Home Care Package) từ các tổ chức khác có thể chuyển ngay qua Hội Phụ Nữ Việt Úc

Khi đến với Hội Phụ Nữ Việt Úc, các bác sẽ được:

- Miễn lệ phí Chăm Sóc Cơ Bản
- Hưởng chất lượng phục vụ cao nhất
- Nhân viên người Việt thông hiểu phong tục và tập quán của các bác, phục vụ chuyên nghiệp và tận tâm.
- Thông tin hoàn toàn bằng Tiếng Việt
- Liên lạc trực tiếp và dễ dàng
- Hưởng nhiều loại dịch vụ như: đưa đón đi lại, lau dọn nhà cửa, chăm sóc cá nhân, chăm sóc vườn tược,v.v.
- Điện thoại trực 24/24

" Từ ngày chuyển qua Hội Phụ Nữ Việt Úc tôi thấy mình không còn lo lắng như xưa . Bây giờ tôi được an ủi nhiều, thấy rất hạnh phúc, nhân viên lại dễ thương nữa."

(Lời của bác P ở vùng Wheelers Hill, bác đã chuyển gói chăm sóc sang Hội Phụ Nữ Việt Úc từ tháng Sáu năm 2017)

- **Các bác sẽ được hướng dẫn tận tình về cách thức chuyển Gói Chăm Sóc, để bảo đảm có được đầy đủ các quyền lợi và các dịch vụ tốt nhất**
- **Các bác trên 65 tuổi, chưa được hưởng dịch vụ chăm sóc, liên lạc ngay với Hội để được giúp đỡ.**

BRAYBROOK: **9396 1922**

RICHMOND: **9428 9078**

SPRINGVALE: **9546 2699**

Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia

Home Care Packages Program

AWA

HỘI PHỤ NỮ VIỆT ÚC

Các bác cần giúp đỡ:

- ✓ Đưa đón đi chợ, đi bác sĩ, chùa, nhà thờ, ...
- ✓ Lau dọn nhà cửa, cắt cỏ, dọn rác, làm vườn
- ✓ Tắm gội, vệ sinh cá nhân, chăm sóc tạm thế
- ✓ Gặp các chuyên viên vật lý trị liệu, chăm sóc bàn chân...
- ✓ Có các dụng cụ như xe trợ đi, xe lăn, v.v...

MIỄN PHÍ*

Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia

Home Care Packages Program

- ✓ **Chất lượng phục vụ cao nhất theo tiêu chuẩn của Bộ Y Tế từ năm 2004**
- ✓ **Nhân viên nói tiếng Việt và tiếng Hoa, chuyên nghiệp, tận tâm**
- ✓ Thông hiểu và tôn trọng phong tục của người Việt, người Hoa
- ✓ Phục vụ rộng rãi khắp bốn miền Đông, Tây, Nam, và Bắc Melbourne

- **Nhận dịch vụ không ảnh hưởng đến:**
  - **Tiền trợ cấp của bác**
  - **Tiền trợ cấp của người chăm sóc (carer)**

Hãy gọi ngay Hội Phụ Nữ Việt Úc để được giới thiệu đến Ban Thẩm Định

CÁC BÁC ĐANG CÓ GÓI CHĂM SÓC "HOME CARE PACKAGE" TỪ CÁC TỔ CHỨC KHÁC HÃY CHUYỂN NGAY QUA HỘI PHỤ NỮ VIỆT ÚC.

* Miễn lệ phí chăm sóc cơ bản

9396 1922
BRAYBROOK

9428 9078
RICHMOND

9546 2699
SPRINGVALE

Kế đến bà Nguyễn Thị Vinh tường trình về biên bản của ĐHTN lần thứ 33, năm 2015-2016. Toàn thể hội viên chấp thuận.

Tiếp theo là bà Hội Trưởng Trần Đăng Thanh Khâm trình bày vắn tắt các hoạt động của Hội trong niên khóa tài chánh 2016-2017. Bà khẳng định là Hội càng ngày càng phát triển vượt bậc kể từ khi bà khởi sự tham dự tại buổi họp đầu tiên của Hội ngày 15 tháng Giêng 1983 và có đề cập đến việc mở thêm văn phòng thứ ba ở vùng Springvale, khiến khách hàng của Hội đã tăng vọt. Bà cũng có nhắc đến việc áp dụng *Luật Lệ Hội Đoàn Theo Mẫu Mực* của *Tiểu Bang Victoria* và sau đó nhắc nhở hẹn gặp tất cả mọi người năm tới 2018 vào dịp ăn mừng 35 năm thành lập Hội.

Bà cũng thay mặt cho bà Vũ Thị Ngọc Yến, Thủ Quỹ của Hội đề cập đến báo cáo tài chánh tính đến ngày 30 tháng Sáu năm 2017. Trong đó tổng thu nhập của Hội đạt được trong năm vừa qua là 6.6 triệu Úc kim, 40% cao hơn so với năm trước, trong khi đó tổng chi tiêu cũng gia tăng 31%, lên đến 5.8 triệu Úc kim; tổng số thặng dư là 766,542 Úc kim. Đây là thành quả lớn do sự quản lý chi thu hiệu quả cùng với sự phát triển mạnh mẽ của các dịch vụ của Hội, đặc biệt là *Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia* và *Chương Trình Huấn Nghệ*. Một điều đáng lưu ý là mức lương bình quân của các nhân viên cũng được tăng 6.5% bao gồm *Equal Remuneration Order.*

Tiếp theo là phần giới thiệu Ban Quản Trị mới gồm có:

Hội Trưởng
Bà Trần Đăng Thanh Khâm
Phó Hội Trưởng
Bà Nguyễn Thị Vinh
Tổng Thư Ký
Bà Huỳnh Bích Cẩm
Phó Tổng Thư Ký
Bà Kat O'Reilly
Thủ Quỹ
Bà Vũ Thị Ngọc Yến
Thành viên
Bà Nguyễn Thị Ngọc Anh

Đến 11:20 sáng các quan khách

cùng đại diện các hội đoàn, đoàn thể đã tề tựu đông đủ. Ngoài các quan khách Úc thì còn có sự hiện hiện của ông Thái Tấn Truyền (Hội Trưởng VASA), bà Lâm Cúc (Nghị Viên TP Maribyrnong), Nguyễn Hoàng Hải (Tổng Giám Đốc ACACIA Indochinese Community Support Association) và ông Hồ Quyền đại diện báo Nhân Quyền. Tổng số quan khách và Hội viên, cảm tình viên tham dự Đại Hội ước chừng 160 người. Chương trình tiếp tục được giới thiệu bằng Anh ngữ, nội dung tương tự như phần đã trình bày bằng tiếng Việt trước đó ngoại trừ phần báo cáo tài chánh có phần giới thiệu của bà Kat O'Reilly là một thành viên của Ban Chấp Hành. Tiếp theo là phần phát biểu của một số quan khách gồm có:

Bà *Amanda Stone*, Thị Trưởng Thành Phố Yarra

Ông *John Hedditch*, Thị Trưởng Thành Phố Brimbank

Ông *Adam Bandt*, Australian Greens, Dân Biểu Liên Bang vùng Melbourne

Ông *Alexander Trudzik*, đại diện cho Dân Biểu Tiểu Bang Richard Wynne.

Tất cả đều ngỏ lời chúc mừng các thành quả của Hội và cám ơn Hội đã cung cấp các dịch vụ thật tốt cho cộng đồng.

Tiếp theo là phần cám ơn và tặng quà của Hội cho một số hội viên và nhân viên, đặc biệt là bà Lê Thị Cẩm Nhung là một thành viên của Ban Chấp Hành trong nhiều năm qua, đến nay thì xin ngừng nghỉ vì lý do sức khoẻ.

Cuối cùng, bà Huỳnh Bích Cẩm ngỏ lời cám ơn tất cả mọi người hiện diện. Và chẳng thể nào thiếu được trong tất cả các Đại Hội Thường Niên của Hội là bữa ăn trưa nhẹ. Các món ăn rất ngon miệng và được trình bày đẹp đẽ khiến mọi người thích thú thưởng thức. Đại Hội đã thành công tốt đẹp nhờ sự đóng góp tích cực của tất cả mọi người với sự giúp vui bằng các tiết mục văn nghệ cây nhà lá vườn của các nhân viên và các nhóm của Hội như nhóm Thứ Hai Richmond, nhóm Cao Niên Lalor, và nhóm Chơi Mà Học Delahey. Đại Hội chấm dứt vào lúc 1 giờ trưa.

Tường thuật viên T. Nguyễn

Muốn Nói Lời Cám Ơn

Khoảng năm 2012 tôi đã nghe nói về *Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia.* Lúc ấy đã vài lần có những người quen biết gọi điện cho tôi. Họ kể về Hội Phụ Nữ Việt Úc, và những gì họ được chính phủ giúp đỡ vì trong nhà có người già yếu. Khi đó, tôi nghe nhưng không chú ý đến. Tôi hiểu họ có ý tốt. Họ biết mẹ tôi hơn 70 tuổi, và bà đã phải lọc thận từ năm 1999. Nhưng lúc đó, chúng tôi, các con của mẹ vẫn còn khỏe mạnh, vẫn có thể chăm sóc cho bà. Tuy chúng tôi phải đi làm, nhưng luân phiên nhau đưa rước mẹ đi lọc thận mỗi tuần ba lần. Chúng tôi đưa mẹ đi gặp các bác sĩ theo lịch hẹn, hay mỗi thứ Bảy đưa mẹ đi chợ Việt ở Springvale. Lúc đó, mẹ tôi tự đẩy xe khi đi bộ, nếu không bà dễ bị ngã. Và tôi khiêng cái xe hơn 10 kg đó vô xe hơi, chở mẹ đi. Đến nơi tôi khiêng cái xe xuống cho bà tự đẩy. Mẹ tôi cũng đẩy chiếc xe đó đi trong nhà, từ phòng này qua phòng kia. Bà còn tự tắm một mình,chỉ thỉnh thoảng bà mệt, thì tôi giúp. Vì vậy, có những ngày nằm viện, mẹ tôi không chịu để y tá tắm. Mẹ tôi chờ sau giờ làm việc, tôi vào bệnh viện tắm cho bà.

Năm 2017, các con của mẹ giờ không khỏe. Người nhỏ nhất thì 50 tuổi, người lớn nhất đã qua 60 rồi. Chúng tôi ở lứa tuổi phải thường xuyên gặp các bác sĩ. Có người đã mổ tim, có người bị ung thư ... nên chúng tôi gặp khó khăn khi cần đưa mẹ đến bệnh viện. Vì có lúc mẹ tôi nhận đến bốn lá thư gặp bác sĩ trong một tháng. Thấy vậy, vài người tốt bụng lại nhắc cho chúng tôi về chương trình *"home care"*. Lúc này mẹ tôi đã yếu hơn. Chân của bà, do bịnh tiểu đường lâu năm đã bắt đầu nghẽn mạch máu. Một ngón chân của mẹ tôi bị làm mủ, phải gặp bác sĩ mỗi hai tuần. Đôi khi mẹ tôi đang tự đẩy xe đi bộ lại ngã xuống. Thế là chúng tôi quyết định liên lạc với Hội Phụ Nữ Việt Úc, xin giúp đỡ với *Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia.*

Chúng tôi đã được cô Liên Hương giúp làm hồ sơ nộp lên Chính phủ. Sau đó, có người của chính phủ đến nhà phỏng vấn, và thẩm định tình trạng sức khỏe của mẹ tôi và của hai vợ chồng tôi. Khi chúng tôi được chấp thuận *"home care"*, thì cô Thủy và cô Liên Hương đến tận nhà giải thích tường tận từng chi tiết của chương trình này.

Khi nghe tôi nói sẽ có người đến nhà giúp tắm cho mẹ, thì mẹ nói để bà tự tắm một mình. Vì mẹ tôi vốn là một phụ nữ kiên cường. Bà thích tự mình làm mọi thứ. Nhưng bà lại quên rằng bà đã yếu lắm. Vào ngày tôi nhập viện mổ lấy túi mật, chị tôi qua, bà cũng không cho giúp tắm. Chúng tôi thiệt bối rối và lo lắng, cứ sợ bà sẽ trợt té trong phòng tắm. Rồi bà đau thêm một chân nữa. Trước là

chân trái với một ngón làm mủ do nghẽn mạch máu. Giờ là chân phải, cũng nghẽn mạch máu. Thế là mẹ tôi không tự đẩy xe đi bộ, mà phải ngồi cho chúng tôi đẩy. Bà yếu hẳn đi, không thể tự thay áo quần, và không đòi tự tắm một mình nữa. Lúc này tôi cũng không khỏe, mới mổ túi mật, và lưng tôi thì vốn bị thoát vị ba đĩa đệm cột sống. Tôi gặp khó khăn trong việc khom người xuống và chồng tôi phải đỡ mẹ. Nhưng nếu trong toilet hay trong phòng tắm, chỉ có mẹ và tôi, nên đã vài lần chới với như sắp ngã nhào cả hai mẹ con.

Tôi vẫn nhớ có một ngày chồng tôi gọi điện cho tôi, nói rằng chiều nay khỏi sợ té khi tắm cho mẹ vì Hội Phụ Nữ Việt Úc trưa nay có cử cô Hoa đến giúp. Chẳng biết cô Hoa nói thế nào, mẹ đồng ý cho cô ấy tắm. Và cô ấy rất thành thạo, chuyên nghiệp, còn khiến mẹ vui vẻ nữa. Từ hôm đó, với *Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia*, chúng tôi được giúp đỡ rất nhiều. Cô Hoa đã giúp khiến mẹ tôi chịu cho người lạ tắm, cũng có nghĩa là giúp cho tôi khỏi phải lo sợ chẳng may té cả hai mẹ con, khi lưng tôi giở chứng không khom cúi được. Sau đó, khi mẹ tôi nằm viện thì đã chịu để y tá tắm. Hội Phụ Nữ Việt Úc còn cử người giúp chồng tôi chăm sóc vườn tược, cử người thiện nguyện đến nhà nói chuyện với mẹ tôi và xin thẻ taxi cho chúng tôi. Mẹ tôi ngồi trên chiếc xe lăn. Người tài xế taxi bấm nút nâng nguyên chiếc xe lăn vô xe taxi, rồi chúng tôi theo đưa bà đi bác sĩ, đi chợ Việt ở Springvale.

Nhạc sĩ Trịnh Công Sơn có một bài ca *"Cám ơn đời, mỗi sáng mai thức dậy, ta có thêm ngày nữa để yêu thương"*. Còn tôi, mỗi sáng mai khi lái xe đi làm, thì tôi muốn nói lời cám ơn nước Úc với chính sách an sinh xã hội, chăm lo đời sống người già, chăm lo cho mẹ tôi. Tôi cũng muốn nói lời cám ơn Hội Phụ Nữ Việt Úc, qua *Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia* đã giúp đỡ rất nhiều cho gia đình chúng tôi.

Tôi muốn nói lời cám ơn.

Th Lan

IKENOBO

IKENOBO

IKEBANA

ORIGIN OF IKEBANA

Khởi nguyên của

Nghệ thuật Cắm hoa Nhật Bản

Học để trở thành HOA SƯ, qualified Ikebana instructor

hay để thư giãn tinh thần, giảm stress …cho cuộc sống hàng ngày thêm phần thú vị ...

Xin vui lòng liên lạc cô MAI QUỲNH VI

Professor of IKENOBO Ikebana Grade 1

Email: **ikenobo.melbournevictoria@yahoo.com.au**

Tổn thất về nạn cờ bạc đối với dân Victoria là 7 tỉ dollars một năm

Kết quả nghiên cứu của viện đại học Central Queensland University (CQU) vừa đưa ra tại Melbourne vào ngày 23/11/2017 cho biết tổn thất do vấn nạn cờ bạc gây ra tại Victoria vào năm 2014-15 là 7 tỉ Úc kim.

Việc nghiên cứu này được tài trợ bởi cơ quan Victorian Responsible Gambling Foundation. Đây là một cuộc nghiên cứu định lượng đầu tiên về tổn thất do nạn cờ bạc gây ra có ảnh hưởng đến mọi mặt của xã hội trong toàn tiểu bang Victoria.

Bà Louise Glanville, Tổng Giám Đốc của Cơ Quan VRGF đã phát biểu: *"Nó là một sự nghiên cứu quan trọng bởi vì những định lượng của nó, vì đây là lần đầu tiên mà sự tổn hại do vấn nạn cờ bạc gây ra có liên hệ đến toàn tiểu bang đã được nghiên cứu và định giá.*

Khoảng 85% sự tổn thất do vấn nạn cờ bạc gây ra tại Victoria thì liên quan đến những trường hợp cờ bạc nhẹ hoặc trung bình, và chỉ có khoảng 15% đối với những trường hợp cờ bạc nặng, thế mà những nghiên cứu từ trước đến nay chỉ hoàn toàn tập trung vào những tổn hại có liên quan đến những trường hợp nặng mà thôi".

Chuyên viên nghiên cứu và cũng là người dẫn đầu việc biên soạn của viện Đại Học CQU là phó tiến sĩ Matthew Browne đã nói là những kết quả tìm thấy qua việc nghiên cứu này phù hợp với những nghiên cứu trước đây cũng đã từng cho biết là hầu hết những tổn hại do vấn nạn cờ bạc gây ra đều do những trường hợp mới chớm và những trường hợp trung bình chưa tiến đến giai đoạn nặng.

"Cuộc nghiên cứu cho biết rằng vào năm 2014-15, những trường hợp cờ bạc nhẹ và trung bình đã là những thành phần gây nên sự tổn thất nặng nề rõ rệt nhất cho xã hội tại Victoria là 4.3 tỉ dollars.

Cũng trong suốt khoảng thời gian này, sự thiệt hại gây ra do vấn nạn cờ bạc từ phía những thành phần nghiện cờ bạc nặng, tổng cộng là 2.36 tỉ dollars".

Bà Glanville đã cho biết những kết quả do việc nghiên cứu cho biết sự tổn hại nặng nề đối với những trường hợp cờ bạc nhẹ và trung bình là nguyên do chính đáng để hỗ trợ cho việc thực hiện một phương án về sức khỏe cộng đồng nhắm tới những tổn hại chung do nạn cờ bạc gây ra, chứ không chỉ riêng về những tổn thất do những trường hợp nghiện nặng mà thôi.

Bà nói: *"Tổn hại do cờ bạc gây ra là một vấn đề phức tạp của xã hội có thể bị ảnh hưởng bởi xã hội, phong tục tập quán, pháp luật và môi trường, cũng như những hình thức của cách chơi và cách quảng bá của những dịch vụ cờ bạc. Những hậu quả của nó có thể gây ảnh hưởng cho cá nhân, gia đình, bạn hữu và cả một cộng đồng rộng lớn".*

"Cuộc nghiên cứu mới này sẽ giúp Foundation hướng đến những sinh hoạt giúp nâng cao nhận thức về sự tổn hại của vấn nạn cờ bạc, đáp ứng với những thử thách và phát triển những mối quan hệ và những chương trình nhằm cung cấp sự phòng ngừa nạn cờ bạc một cách có hiệu quả, sự can thiệp kịp thời và những dịch vụ hỗ trợ dành cho người dân Victoria đang lâm vào hoặc đang có nguy cơ bị tổn hại bởi nạn cờ bạc.

Thay đổi được môi trường tại các sòng bài, nâng cao được ý thức trong cộng đồng về việc chơi cờ bạc để giải trí mà không gây tổn hại là đã đạt được những lợi ích rất to lớn".

Đối với một cá nhân, khác biệt giữa 'vô hại' và 'hại ít' có thể chỉ đơn giản bằng cách kiểm soát cách chơi của mình chẳng hạn chỉ chơi với một số tiền nhất định và cương quyết giữ ở mức giới hạn đó".

Phó tiến sĩ Browne cho biết thật là dễ dàng để nói tài chính là một sự tổn hại lớn nhất đối với nạn cờ bạc, nhưng điều đó không đúng.

"Những vấn đề đối với gia đình và những mối quan hệ, như xung đột, ly thân và ly dị, là những tổn hại lớn lao nhất do nạn cờ bạc gây ra, tiếp đến là những vấn đề về tình cảm và tâm lý.

Ông nói: "Tổn hại về tài chánh đứng thứ ba trong sáu sự tổn hại mà chúng tôi liệt kê sau đây".

Những nhà nghiên cứu đã xếp hạng những tổn hại do vấn nạn cờ bạc gây ra như sau:

- $2.2 tỷ - những vấn đề về gia đình và những mối quan hệ
- $1.6 tỷ - những vấn đề về tình cảm và tâm lý, bao gồm khủng hoảng, trầm cảm, tự tử và bạo hành
- $1.3 tỷ - tài chánh bị mất vì, thí dụ, chơi quá lố, vỡ nợ và cờ bạc ở nước ngoài
- $1.1 tỷ - hao hụt vào ngân sách của chính phủ Victoria, chẳng hạn việc nghiên cứu, ban hành đạo luật, những dịch vụ hỗ trợ, bao gồm những dịch vụ về sức khỏe tâm thần và những dịch vụ hỗ trợ những người vô gia cư.
- $600 triệu - ảnh hưởng đến sự sản xuất và công việc
- $100 triệu - tổn thất về vấn đề tội phạm, các thương vụ và hệ thống tư pháp

Bà Glanville cho biết: *"Cuộc nghiên cứu này cũng là điểm then chốt trong việc Foundation tài trợ cho chương trình tham khảo về vấn nạn cờ bạc và sức khỏe cũng như về sự tổn hại do nạn cờ bạc gây ra tại Victoria ngõ hầu giúp chúng tôi hiểu rõ hơn về những tác hại của nạn cờ bạc trong toàn tiểu bang".*

Nếu muốn biết đầy đủ chi tiết về bản báo cáo trên, xin vào website sau đây để tải xuống: www.responsiblegambling.vic.gov.au/socialcost.

Bùi Vĩnh Thúy phiên dịch

Quý vị có vấn đề về cờ bạc không?

Hãy liên lạc với chúng tôi để được giúp đỡ

Nên gọi nhân viên tư vấn người Việt của chúng tôi trực tiếp qua số 0423 882 718

Trụ Sở Richmond
(03) 9428 9078

Văn Phòng Braybrook
(03) 9396 1922

Thứ Hai - Thứ Sáu
9:00 giờ sáng - 5:00 giờ chiều,

PLAYGROUP - Ngôi Trường Dành Cho Mẹ Và Bé !

Rời Việt Nam, tôi theo chồng đến Úc để sinh sống, bỏ lại sau lưng gia đình, bạn bè và công việc. Sau sáu năm đặt chân lên vùng đất mới thì cuộc sống của chúng tôi đã ổn định. Tôi hiện giờ là mẹ của bé gái hai tuổi và bé trai bảy tháng. Con tôi sinh ra và lớn lên trong tình yêu thương của cha mẹ. Cháu rất ngoan, thông minh và nhanh nhẹn. Nhưng có lẽ do ít người thân, ít được tiếp xúc nói chuyện nên cháu rất rụt rè. Cứ thấy người lạ cháu lại sợ, chạy lại ôm chân mẹ, không chịu chơi một mình. Nhất là khi sinh bé nhỏ thì tôi lại có ít thời gian dành cho bé lớn hơn. Tôi bắt đầu lên mạng và tìm hiểu về *playgroup* (nhóm "Chơi mà Học"). Sau khi có được thông tin, tôi cho cháu đi các nhóm *playgroup* của Hội Phụ Nữ Việt Úc, ba buổi một tuần, mỗi buổi hai tiếng do cô Thủy Tiên và Cô Thu Thảo phụ trách.

Buổi đầu đến với playgroup tôi thật sự ngạc nhiên vì có rất nhiều bé và mẹ tham gia. Các bé được tiếp xúc với nhiều bạn khác, cùng chơi, cùng học và được sáng tạo như: tô màu, lắp ráp các chữ số, nặn tượng sáp *play dough*, cắt dán thủ công... Ở đây, tôi cùng chơi và trò chuyện với con nhiều hơn thay vì ở nhà cứ mở tivi cho bé xem và tôi tranh thủ làm công việc nhà. Bé bắt đầu nói nhiều hơn và hiểu hết những gì mọi người nói với bé. Bé biết đếm từ một đến 10 bằng cả hai ngôn ngữ Anh và Việt, thuộc hết bảng chữ cái, biết tên nhiều động vật và tiếng kêu của chúng. Bé dạn dĩ hơn, không còn sợ hãi chỗ đông người nữa.

Sau một tiếng để các bé chơi đồ chơi thì các cô ở đây đọc sách và cho các bé hát những bài hát thiếu nhi bằng tiếng Anh và tiếng Việt. Các bé rất hớn hở và thích thú với mỗi cuốn sách cô đọc, bé nào cũng tò mò giơ tay để được cô cho lên mở xem trong cuốn sách có con vật gì. Đó cũng là cách dạy cho bé yêu sách và thích đọc sách. Vì nhận thức được tầm quan trọng của sách nên về nhà tôi cố gắng duy trì thói quen đọc sách cho bé trước khi đi ngủ và cho bé tự chọn cuốn sách mà bé muốn mẹ đọc. Ở playgroup, bé học được phép lịch sự như nói cảm ơn, xin lỗi và chào hỏi. Bé biết xếp hàng đợi tới lượt để các cô phát quà, hay rửa tay trước khi ăn. Mỗi lần đi playgroup bé nhà tôi đều ăn nhiều hơn lúc ở nhà và tự múc ăn không cần mẹ đút. Hoạt động playgroup không chỉ là sân chơi cho các bé mà còn là nơi giao lưu, học hỏi và chia sẻ kinh nghiệm nuôi dạy con cho các bà mẹ. Mỗi kỳ đều có các cô là giảng viên do Hội Phụ Nữ Việt Úc giới thiệu tới thăm và nói chuyện về việc nuôi dạy con cái và chăm sóc gia đình. Tôi thấy mình thật may mắn vì ngoài thời gian chơi mà học cùng với con, tôi còn được làm quen và học hỏi nhiều điều từ các mẹ khác nhờ tham gia playgroup. Playgroup thật sự là nơi kết nối giữa các bé với nhau, kết nối giữa cha mẹ và con cái, kết nối giữa các mẹ lẫn nhau và đặc biệt là kết nối cộng đồng người Việt mỗi ngày mỗi gần hơn ở nước Úc xinh đẹp này. *Playgroup* - chính ngôi trường đầu tiên của bé và cũng là môi trường cho các mẹ dành thời gian chơi và học cùng con. Tôi mong sao chương trình *playgroup* của người Việt chúng ta mãi mãi được duy trì để các cháu có một sân chơi bổ ích mà vẫn giữ được nguồn gốc và truyền thống, bản sắc dân tộc cũng như phát triển tiếng nói mẹ đẻ cho các bé. Xin cảm ơn Hội Phụ Nữ Việt Úc đã tạo điều kiện để các nhóm chơi mà học được nhân rộng và lan truyền trong cộng đồng người Việt tại Victoria.

Diễm Nguyễn

Dịch Vụ Tư Vấn Cai Nghiện Rượu và Ma Túy

Dịch Vụ Tư Vấn Cai Nghiện Rượu và Ma Túy là dịch vụ miễn phí được Bộ Y Tế và Cao Niên thuộc chính phủ Liên bang tài trợ qua chương trình "National Illicit Drug Strategy" nhằm cung ứng tư vấn, trợ giúp và giới thiệu những vấn đề có liên quan đến việc sử dụng rượu và ma túy trong cộng đồng người Việt tại Tiểu bang Victoria.

Ai có thể sử dụng dịch vụ này?

Tất cả mọi người trong cộng đồng Việt Nam, không phận biệt tuổi tác và giới tính. Dịch vụ cung cấp hoàn toàn miễn phí và tất cả chi tiết cá nhân được hoàn toàn giữ kín.

- Gia đình và cá nhân người có gốc Việt bị ảnh hưởng đến việc sử dụng rượu và ma túy.
- Cá nhân người nghiện rượu và ma túy.
- Người muốn tìm hiểu các tin tức có liên quan đến rượu và ma túy (cá nhân hay nhóm).

Dịch vụ giúp đỡ như thế nào?

- Dịch vụ giúp đỡ cá nhân hiểu biết các vấn đề liên quan đến ma túy phù hợp với quan niệm giảm thiểu sự tổn hại cho người sử dụng ma túy thông qua tư vấn.
- Đánh giá và thiết lập một chương trình chữa trị bao gồm các mục tiêu ngắn và dài hạn cho cá nhân.
- Giúp hiểu biết cặn kẽ các phương thức trị liệu và sử dụng các dịch vụ liên quan đến rượu và ma túy tại Úc.
- Tất cả các chi tiết, tin tức trong các buổi tư vấn đều hoàn toàn được giữ kín.

Làm sao tôi có thể liên lạc hay sử dụng dịch vụ?

Quí vị có thể liên lạc bằng điện thoại hay email cho các nhân viên tư vấn từ thứ Hai đến thứ Sáu trong giờ làm việc từ 9 giờ sáng đến 5 giờ chiều.

Anh Nguyễn Tường
Điều Hợp Viên,
Nhân viên Tư Vấn
Điện thoại: *9396 1922*
Fax: *9396 1923*
Email: *tuong.nguyen@avwa.org.au*

Anh Phương Nguyễn
Nhân viên Tư Vấn
Điện thoại: *9396 1922*
Email: *phuong.nguyen@avwa.org.au*

Chúng tôi làm việc tại ba địa điểm:

Văn phòng Braybrook
7/6-12, South Road, Braybrook, 3019

Trụ sở Richmond
30-32 Lennox Street, North Richmond, 3121

Văn phòng Springvale
19/134 Springvale Road, Springvale, 3171

Giả Tướng

Thay Lời Muốn Nói

Tôi quen em vào dịp hè, khi tôi về thăm quê nhà. Năm ấy tôi còn là một cậu sinh viên nghèo. Có lẽ với cái 'mác' Việt kiều đã giúp tôi ở thế thượng phong, loại được các chàng trai trong xóm đang ngó nghé đến em. Với chiếc Honda cũ mà người chị gái cho mượn, tôi cùng em khám phá Sài Gòn trong suốt ba tháng hè và đó cũng là chuỗi kỷ niệm đẹp và thơ mộng của tôi với em.

Rồi ngày hè qua mau, dĩ nhiên tôi không muốn chia tay với mùa hè và nhất là chia tay với em. Ôi cái đêm trước ngày tôi phải trở về lại Melbourne, đêm chia tay nó buồn làm sao ấy. Chúng tôi cùng nhịp bước dạo quanh phố như bao lần hò hẹn. Phố khuya trời Sài Gòn cuối năm gió lạnh thổi từng cơn nhẹ, như những giọt sầu rớt xuống tâm hồn của kẻ đi, người ở lại. Tôi nắm chặt lấy tay em và em cũng không muốn rời xa, có lẽ cả hai đều muốn níu kéo chút thời gian còn lại vì biết rằng thời gian bên nhau chẳng còn bao lâu. Tôi muốn nói lời an ủi, nhưng cảm thấy điều ấy thật vô nghĩa, ngoài những lời hẹn ước về tương lai, nhưng tôi lại sợ mình không thể thực hiện được lời ước hẹn ấy nên đành thôi. *"Anh viết thư về thăm em."* Không hiểu sao tôi lại nói câu dư thừa ấy. Em cố hé run môi gượng cười mà mắt ngấn lệ.

Tôi trở lại và quay cuồng với cuộc sống, đôi khi cũng cố gắng viết thư cho em, những lá thư qua lại cũng dần thưa rồi vàng vọt chết dần theo năm tháng. Vậy mà cũng đã hơn hai mươi mấy năm, dòng thời gian rồi cũng xoá nhoà lời yêu thương. Nhưng hôm nay kỷ niệm xa xưa bỗng trở về ngập lòng, hiện rõ từng bóng dáng, *dù chốn cũ đã thành mùa mưa nắng*[1]. Thầm nhủ lòng, dù tình yêu không trọn vẹn đi đến duyên phận như mong muốn, nhưng cái thủa ban đầu lưu luyến ấy, vẫn là những kỷ niệm đẹp vì tình em trao là những nụ thanh xuân của người con gái. Tôi nhớ mãi kỷ niệm lần chúng tôi đi lễ chùa vào dịp đầu năm. Em đã tinh nghịch, mặc cho tôi ngăn cản, em cố tìm cho bằng được miếng gạch vụn để khắc tên hai đứa vào bên trong lòng chiếc chuông đồng. Những giây phút chúng tôi bên nhau dưới gác chuông chùa thủa ấy, là những khoảnh khắc hạnh phúc tuyệt vời, và em như đã khắc vào tim tôi khoảnh khắc ấy như em đã khắc tên chúng tôi vào lòng chuông đồng. Có lẽ em cũng như tôi, muốn khoảnh khắc ấy kéo dài vô tận, nhưng cả hai đều ý thức được đó là điều không thể, không thực.

Trong niềm say đắm ngất ngây, tôi ngớ ngẩn hỏi em:

Sao em lại làm thế? Bộ em không sợ Trời Phật quở phạt hay sao?

Em bẽn lẽn trả lời:

Em khắc tên hai chúng mình bên trong lòng chiếc chuông như khắc tên anh trong trái em nhỏ bé của chính mình, mỗi nhịp tim đập cũng như mỗi khi chuông chùa đổ sẽ là tiếng kinh cầu lên Đấng Chí Tôn, xin Ngài thương tình ban cho hai đứa mình luôn được gần nhau.

Năm tháng qua dần, tiếng chuông chùa vẫn đều đặn đổ ngân nga, văng vẳng những sớm mai hay chiều hôm. Lời kinh cầu của riêng em như tiếng chuông chiều, tan loãng giữa không gian rồi lạc vào cõi tịch tĩnh, hư không. Tôi biết gác chuông, chốn xưa em vẫn mong chờ, vẫn *"ngóng về phương xa chờ tin nhạn, nhưng nhạn nào có biết nơi nao mà chờ, Nhạn còn véo von bay cao bay xa tít, chẳng có hẹn ngày về tìm ai nơi*

nao"[2] . Có lẽ, như nhạc sĩ nào đó trải bày tâm tư qua một tình khúc buồn, *"dòng sông bình yên, bỗng dưng một chiều dậy sóng, để em cuồng điên yêu anh một tình yêu vô vọng"* [3]. Dòng nhạc ấy mỗi khi nghe, cứ xoáy vào tim như lời em oán trách.

Khi mái tóc có dấu thời gian qua lại, tôi mới nhận ra được tấm chân tình mà em đã dành cho tôi trong tình yêu. Những lúc ngồi một mình, tôi vẫn hay thường bắt gặp chính mình với nỗi dằn vặt trong tâm hồn vì sự nhếch nhác và thờ-ơ với tình em trao và đôi khi cũng biện lý *"nếu chúng mình có thành đôi lứa chắc gì ta đã thoát ra đời khổ đau"* [4]. Trong nỗi đau khổ của sự dằn vặt, tôi đã tìm được sự cứu cánh từ sách nhà Phật mà tôi có duyên đọc ở đâu đó. Sách dạy rằng, *thật hay không thật, hiện hữu hay không hiện hữu chỉ là hai ý niệm trái ngược nhau. Chúng không phải là chân lý và chúng cũng không diễn tả được chân lý* [5]. Cũng tương tự, tình yêu mà em đã dành cho tôi, tôi vẫn muôn nghĩ đó là thực. Vì nhịp đập và hơi thở con tim đã cho tôi cảm nghiệm điều đó là hạnh phúc. Và cũng chính ý niệm hạnh phúc ấy cũng là nguyên do gây cho tôi bao khổ não. Cũng như sống và chết chỉ là những ý niệm không có thực. Ý niệm hiện hữu và không hiện hữu khiến cho tôi tin là cái này có, cái kia là không. Ý niệm có và không đó, không thể áp dụng vào thực tại, vì thực tại không bị ràng buộc vào bất kỳ ý niệm nào. Ý niệm chỉ cho chúng ta một tiêu chuẩn giúp chúng ta suy luận qua sự cảm nghiệm của khối óc và con tim. Do đó, nếu ta có một ý niệm và coi đó là chân lý thì ta đã đánh mất cơ hội để thấy được chân lý. Cho dù chân lý có tới tận nhà gõ cửa, ta cũng sẽ từ chối, vì cánh cửa tuệ giác đã đóng chặt và được gài then chốt cẩn thận bằng một ý niệm.

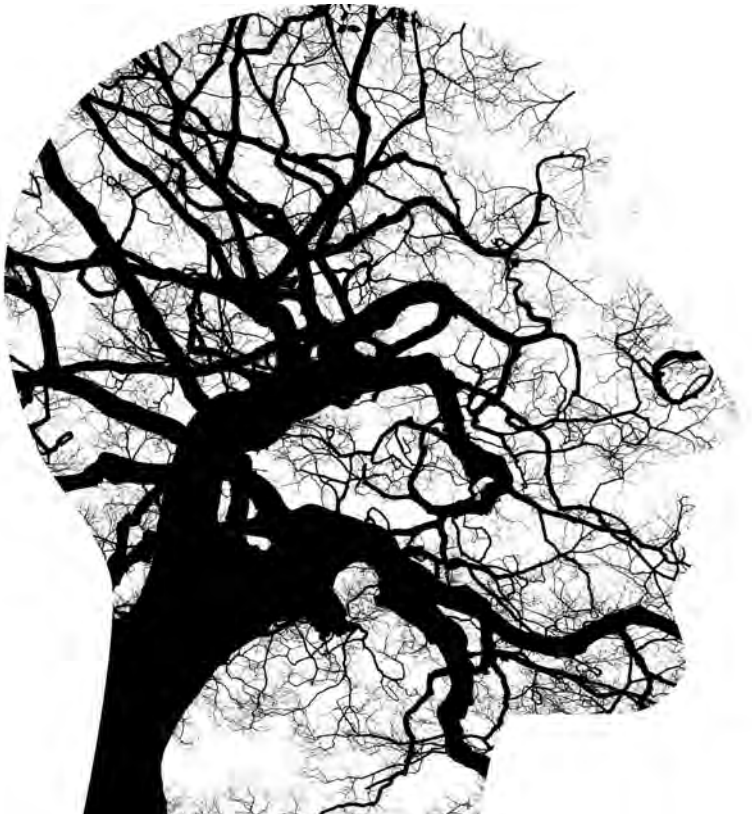
Trong duyên hạnh ngộ tôi mới hiểu ra rằng, lời cầu của riêng em như tiếng chuông sớm mai hay chiều hôm đã không tan loãng giữa không gian hoặc lạc vào cõi tịch tĩnh, hư không. Trong chánh niệm, tôi ở trong em, em ở trong tôi và chúng ta ở trong nhau. Như Thiền Sư Nhất Hạnh dạy *"khi thực tập chánh niệm và nhìn sâu sẽ có khả năng tiếp xúc sâu sắc được với thứ mà bạn muốn trở thành"*. Thân xác nhỏ bé này là hợp thể của cha mẹ, ông bà, cơ thể, cảm thọ, nhận thức, và vô số các yếu tố không phải ta. Tất cả những thứ đó tùy theo nhân duyên. Ta thấy rằng tất cả những thứ đó đã, đang hay sẽ biểu hiện đều có tương quan và liên hệ mật thiết với nhau. Những gì biểu hiện ra mà ta nhìn thấy, chỉ là một phần của bao thứ khác, của các điều kiện đầy đủ khiến cho nó có mặt. Có lẽ giống như tình yêu của em và tôi, khi nhân duyên không còn đầy đủ, thì nó rút lui, đợi tới đúng thời điểm sẽ biểu hiện trở lại. Nhưng ta đừng ảo tưởng nghĩ mình là những con người của năm xưa vì chúng ta đã tự thay đổi từng sát na như Heraclitus, nhà triết học duy vật biện chứng nói, "không ai có thể tắm hai lần trên cùng một dòng sông". *Mọi sự mọi vật đều không được sinh ra hay bị mất đi vì chúng luôn luôn ở trong tiến trình liên tục biểu hiện* [6].

Đã về, đã tới
Bây giờ, ở đây
Vững chãi, thảnh thơi
Quay về nương tựa.[7]

Như bất cứ ai trong chúng ta cũng đều muốn mưu cầu hạnh phúc. Tôi cũng cố mong tìm cho mình *sự vững chãi và thảnh thơi*.[8] Có lẽ chúng ta có thể đạt được điều này khi mình nhận thức và đứng vững từng sát na trong hiện tại. Khi không có gì thúc đẩy khiến mình phải chạy hoặc sợ hãi. Đó là *khi mình được giải thoát khỏi những lo âu quá khứ, không còn bị bế tắc, lo lắng về tương lai. Mình thật sự được tự do, và chỉ khi có tự do người ta mới có hạnh phúc. Số lượng hạnh phúc đó tùy thuộc vào số lượng tự do có trong tâm mình. Tự do là sự vượt thoát khỏi những tiếc nuối, sợ hãi, lo âu và buồn phiền. Ngay cả khi không âu lo, mình cũng không thể có hạnh phúc nếu mình không vững chải, thảnh thơi. Nuôi dưỡng sự vững chãi và thảnh thơi là món quà quý nhất chúng ta có thể tự cho mình.*[9]

Phạm Văn Lộc

1. Dương Phương Linh, Một Lần.
2. Tu My (Đỗ Mạnh Cường), Tan tác (Hận lòng).
3. Diệu Hương, Ở Lại Ta Đi.
4. Vũ Thành An, Bài Không Tên Cuối Cùng Nối tiếp.
5. Thích Nhất Hạnh, Không Sinh, Không Diệt, Đừng Sợ Hãi.
6. Thích Nhất Hạnh, Không Sinh, Không Diệt, Đừng Sợ Hãi.
7. Thích Nhất Hạnh, Không Sinh, Không Diệt, Đừng Sợ Hãi.
8. Thích Nhất Hạnh, Không Sinh, Không Diệt, Đừng Sợ Hãi.
9. Thích Nhất Hạnh, Không Sinh, Không Diệt, Đừng Sợ Hãi.



Sức khỏe tâm thần

Theo ghi nhận gần đây của Tổ Chức Y tế Thế Giới (WHO) thì trong bốn người sẽ có một người mắc chứng rối loạn tâm thần hoặc bệnh thần kinh ở một vài thời điểm trong cuộc đời. Với số liệu ước tính có khoảng 450 triệu người hiện nay đang gánh chịu các triệu chứng liên quan đến bệnh tâm thần thì các chuyên gia đã đặt bệnh tâm thần là một trong những nguyên nhân hàng đầu gây ảnh hưởng nghiêm trọng về sức khỏe và tàn tật trên toàn thế giới.

Bệnh tâm thần chỉ là một danh từ chung chỉ về các loại bệnh liên quan đến chứng rối loạn tâm thần bao gồm cảm xúc, suy nghĩ và hành vi của một người. Điều này cũng tương tự như khi ta nói về bệnh tim, bao gồm một nhóm các loại khác nhau liên quan đến tim như hở van tim, nhồi máu cơ tim, rối loạn nhịp tim, v.v…

Các chứng rối loạn tâm thần đôi khi xảy ra tức thời trong khoảng thời gian gặp những biến cố, sự việc gây căng thẳng, stress nhưng nếu thiếu hoặc không có các giải pháp điều trị hiệu quả có thể dẫn đến bệnh tâm thần nặng.

Rối loạn tâm thần có thể gây tác hại lớn không những đến sức khỏe, công việc, học hành đối với cá nhân người bệnh mà còn ảnh hưởng đến mối quan hệ xã hội như người thân trong gia đình và bạn bè.

Đơn cử trong kết quả khảo sát quốc gia ở Úc năm 2007 cho thấy 75% những người vô gia cư mắc các chứng liên quan đến bệnh tâm thần. 40% tù nhân có dấu hiệu bệnh tâm thần, trong đó 10-20% mắc bệnh nặng. Một nghiên cứu khác cũng chỉ ra 84% sinh viên cảm thấy áp lực, căng thẳng trong việc học, và khoảng 15% có biểu hiện rối loạn tâm thần. Báo cáo ở Mỹ năm 2001 cũng cho thấy 6 triệu người tuổi từ 16-64 mất việc hoặc không tìm được việc bởi vì gặp các bệnh rối loạn tâm thần.

Chỉ tính riêng năm 2015 thì số người tự tử có liên quan đến bệnh trầm cảm và rối loạn lo âu là 788,000 người trên toàn cầu. Số lượng những người có ý định tự tử hoặc thực hiện hành vi tự sát nhưng không thành công còn lớn hơn nhiều.

Tuy nhiên sự hiểu biết cũng như kiến thức về sức khỏe tâm thần với phần đông dân số còn rất hạn chế. Ngay cả những quốc gia có hệ thống sức khỏe, giáo dục, truyền thông phát triển như Mỹ, Canada, Úc, v.v… thì số người được chẩn đoán và tự biết mình đang gặp vấn đề liên quan đến sức khỏe tâm thần cũng chiếm chưa tới 50%. Phần còn lại thì không biết, hiểu sai và không thừa nhận mình có vấn đề. Ở các nước có thu nhập thấp hoặc trung

Nhóm Hỗ Trợ Người Sa Sút Trí Tuệ Hội Phụ Nữ Việt Úc

Nhóm hỗ trợ người sa sút trí tuệ của Hội Phụ Nữ Việt Úc sinh hoạt vào Thứ Sáu hàng tuần tại Trung Tâm Sinh Hoạt Cộng Đồng Braybrook từ 10 sáng – 1:30 trưa. Nhóm được tổ chức nhằm mục đích tạo môi trường sinh hoạt cho các bác bị suy giảm trí nhớ và sa sút trí tuệ.

Chương trình sinh hoạt gồm có: tập thể dục, chơi các trò chơi, làm thủ công,...

Ngoài ra còn có nhân viên dinh dưỡng đến kiểm tra cho các bác, tư vấn và giới thiệu tới các dịch vụ cần thiết khác,...

Muốn biết thêm chi tiết xin liên lạc Vân Hà qua số **9396 1922**.

If you need help with:

- ✓ Transporting to shops, medical appointments, temples, churches...
- ✓ House cleaning, gardening
- ✓ Personal care or respite care
- ✓ Accessing allied health services such as occupational therapy, podiatry...
- ✓ Accessing mobility equipment such as walking frame, wheelchair...

FREE *

AVWA

Home Care Packages Program

- ✓ **Highest quality of care meeting the Department of Health-Home care standards since 2004.**
- ✓ **Professional and dedicated staff who speak Vietnamese and Chinese.**
- ✓ Understanding and respect of Vietnamese/ Chinese cultures.
- ✓ Services are available in all Melbourne metropolitan areas.

* **Accepting a Home Care Package does not affect:**

- **your age pension payment**
- **your carer payment/ allowance**

Contact AVWA to be referred to Aged Care Assessment Service

9396 1922
BRAYBROOK

9428 9078
RICHMOND

9546 2699
SPRINGVALE

IF YOU ARE RECEIVING A HOME CARE PACKAGE FROM ANOTHER PROVIDER,

YOU CAN TRANSFER YOUR PACKAGE TO AVWA

*** We do not charge basic daily care fee**

bình thì gần 85% dân số không có kiến thức hoặc biết rất ít về bệnh rối loạn tâm thần.

Đây là một thực trạng rất đáng lo ngại vì những người mắc bệnh tâm thần nếu không được chăm sóc và điều trị kịp thời rất dễ có nguy cơ dẫn đến những hậu quả nghiêm trọng như nói ở trên.

Hiểu biết sai lầm

Bệnh tâm thần là bệnh điên, hay chỉ những người đần độn, có những hành động kỳ quặc như nói năng lảm nhảm, la hét, v.v…?

Đây là quan niệm sai lầm. Bệnh tâm thần bao gồm tất cả các biểu hiện bất thường về tâm lý như: lo âu thái quá dẫn đến mất ngủ, đau đầu, dễ bực tức, mệt mỏi, buồn chán không rõ lý do, mất trí nhớ, sợ đám đông, rối loạn cảm xúc như vui buồn thất thường, ảo giác về hình ảnh, âm thanh, tự kỉ, v.v…

Ngày nay các chuyên gia cũng liệt nhiều hành vi vào chứng tâm thần nhưng ít người để ý. Ví dụ như bệnh cuồng ghen vẫn hay gặp ở một số người. Người mắc chứng cuồng ghen luôn cảm thấy lo âu và ám ảnh, về sự phản bội tình cảm của bạn tình. Nghiện cờ bạc, ma túy, mua sắm, nghiện quan hệ tình dục một cách thái hóa, hay trầm cảm, lo âu thái quá, v.v… cũng được xem là bệnh tâm thần

Bệnh tâm thần là do di truyền?

Không đúng. Chỉ một số loại có tính di truyền ví dụ như Down, Parkinsons, trầm cảm. Yếu tố di truyền cũng chỉ là một trong số các tác nhân quan trọng khác làm phát triển bệnh.

Ai cũng có nguy cơ mắc bệnh tâm thần, các tác nhân chủ yếu bao gồm:

Yếu tố sinh học: ngoài gen di truyền, các sang chấn từ môi trường bên ngoài như chấn thương não, thiếu cân bằng chất hóa học (neurotransmitter) trong não, nhiễm virus hoặc các chất độc hại trong bụng mẹ như rượu, thuốc lá cũng có thể làm phát triển bệnh tâm thần.

Chấn thương tâm lý: việc phải đối mặt và trải qua những tình huống đặc biệt khó khăn hay gây sang chấn tâm lý mạnh như ly hôn, mất người thân yêu nhất, bị bạo hành (thể xác, tình dục), chiến tranh, tai nạn nghiêm trọng, v.v… là một trong những nguyên nhân hàng đầu dẫn đến các chứng rối loạn tâm thần.

Tư duy: trong quá trình trải nghiệm cuộc sống, chúng ta thường hình thành những niềm tin và quan niệm về bản thân và cuộc sống. Tuy nhiên, việc nắm giữ những niềm tin, quan niệm không hợp lý có thể tạo ra cảm xúc tiêu cực hay những áp lực trói buộc cá nhân người đó, ví dụ như:

"tôi phải thành công, trong bất kỳ việc gì tôi làm";

"tôi biết mọi người sẽ cười vào mặt tôi nếu tôi làm sai";

Văn hóa, giáo dục trong gia đình là một trong những nguyên nhân có ảnh hưởng lớn về hình thành những quan niệm sống.

Những người mắc bệnh tâm thần thường gây nguy hiểm cho người khác?

Đây là một quan niệm hết sức sai lầm và nguy hiểm. Hầu hết những người mắc bệnh tâm thần không gây nguy hại cho người khác và xã hội. Ngay cả những người mắc bệnh tâm thần nặng cũng ít gây nguy hiểm nếu được chăm sóc và điều trị đúng mức.

Những người mắc bệnh tâm thần nên cô lập với xã hội?

Những người có biểu hiện hoặc liên quan đến bệnh tâm thần thường phục hồi nhanh và không nhất thiết phải điều trị trong bệnh viện. Có những trường hợp nhập viện nhưng cũng chỉ cần điều trị một thời gian ngắn. Chỉ một số rất nhỏ, 1/1000 trường hợp mắc bệnh tâm thần là cần phải điều trị lâu dài trong bệnh viện.

Đáng buồn là rất nhiều người mắc bệnh tâm thần được điều trị bên ngoài bệnh viện đôi khi phải đối mặt với thái độ xem thường, khinh bỉ, phân biệt từ những người trong xã hội. Điều này cũng có thể xảy ra trong người thân gia đình và bạn bè.

Phương Nguyễn

Nguồn tham khảo:

Bộ Y Tế Úc (2009). Kế hoạch sức khoẻ tâm thần quốc gia lần thứ tư: chương trình nghị sự về hành động hợp tác của chính phủ trong lĩnh vực chăm sóc sức khoẻ tâm thần 2009-2014.

Bộ Y Tế Úc (2007). Sự thật và hiểu biết sai lầm về sức khỏe tâm thần.

Hiệp Hội Sinh Viên Y Khoa Úc (2013). Sức khỏe tâm thần với sinh viên Úc.

Tổ Chức Y Tế Thế Giới (2013). Kế hoạch hành động về sức khỏe tâm thần cho giai đoạn 2013-2020.

Tổ Chức Y Tế Thế Giới (2017). Trầm cảm và những bệnh tâm thần phổ biến khác.

Hòn Vọng Thê

Ba giờ sáng, trời trở gió, Nhi choàng tỉnh dậy, ngậm ngùi biết Hùng vẫn chưa về. Tiếng hài nhi khóc oa oa vẫn còn văng vẳng trong óc. Gió quật mạnh, xâu xé chăn nệm. Nàng thở dài đánh thượt, lần mò cài chặt then song cửa.

Nhi ngả lưng xuống giường nhưng không thể ngủ lại được. Gió đập cửa, đòi vào ngủ chung. Nhi thở dài, từng nhịp thở pha lẫn nỗi thấp thỏm, sao Hùng vẫn chưa về, liệu anh ấy có chuyện gì chăng? Nhìn bức ảnh cưới treo trên tường, Nhi hồi tưởng những ngày yêu đầu, Hùng mang đến cho Nhi những nụ hôn mãnh liệt, những lời yêu, những lời hứa, thề nguyện, ... Bức ảnh cưới gợi bao cảm xúc ngày yêu đầu giờ đã phai dần rồi chăng? Đôi mắt Nhi hiền hòa, ngời lên niềm hạnh phúc. Bàn tay Hùng dạo ấy ấm áp, đan chặt vào bàn tay thon gầy, gân xanh vất vả.

Nhưng đêm nay, Hùng bỏ mặc Nhi trong đêm lạnh đến khiếp sợ. Trận gió già hung hãn lại đập cửa đe dọa. Nhi vuốt bụng, cái bụng cách đây hai tháng vẫn còn phẳng phiu, nay những thớ thịt đã trồi đầy thiên tính làm mẹ. Nhi hát ru, bài ru buồn *"con hãy ngủ ngoan, đừng sợ, đã có vòng tay mẹ…"*. Nhi cũng tự đưa mình trở lại giấc ngủ. Trong mơ, tiếng khóc hài nhi lại vang lên, tiếng Hùng cười khanh khách, chỉ có nước mắt nàng rơi long lanh không thành tiếng.

Nàng ngủ mê man, tám giờ mới chịu dậy. Đêm khủng khiếp ấy qua rồi, nhưng sẽ trở lại trong đời Nhi nữa không? Nhi nhìn ra ngoài, đợi tiếng xe lạch bạch về mái ấm, đợi giây phút tiếng cười của Hùng hòa tan trong nắng mơ màng. Nhi vẫn đợi. Hùng vẫn chưa về. Nhi hao gầy. Hùng vẫn chưa về. Nắng tràn vào nhà, nhảy múa tưng bừng cùng niềm vui của Nhi. Nhi bắt đầu luồn từng mũi kim, sợi len mềm oằn mình chờ đợi tiếng xe rộn ràng trong nắng.

Tiếng thở dài đứt quãng. Nắng cáu bẳn. Hùng về. Tiếng xe rộn ràng. Lòng Nhi rộn ràng. Hùng về. Bước vào nhà, anh vứt chiếc áo khoác xuống chiếc trường kỷ, mắt long sòng sọc nhìn quanh, rồi nhìn Nhi:

- Nhà còn gì ăn không?

- Vẫn còn phần cơm đêm qua của anh, để em xuống bếp làm nóng…

Hùng thoáng nhìn vào đôi mắt Nhi dọ xét tâm trạng, may quá vợ mình có vẻ ổn. Nhưng nàng không chỉ ổn mà nàng còn hạnh phúc nữa kìa. Hùng không nhận ra. Hùng sao có thể nhận ra! Nhi khát khao một câu hỏi, *"em có gì vui, kể anh nghe?"*. Chồng nàng thở mạnh, phẩy tay:

- Thôi được rồi. Chốc nữa anh ăn sau. Anh có chuyện muốn nói với em.

Nhi cũng đợi chờ giây phút *"em cũng có chuyện muốn nói với anh"*. Nàng bỏ mớ len xuống và mỉm cười trông chờ, biết đâu là tin vui từ Hùng:

- Anh nói đi, em nghe đây.

- Đêm qua, anh thua trận bạc, số tiền thua hôm nay lớn lắm. Anh

xin lỗi em…

Môi Nhi tái nhợt, tai vẫn vểnh lên, cố nghe nốt:

- Anh chỉ muốn có thật nhiều tiền để lo cho cuộc sống tương lai của hai đứa mình. Nhưng… đen quá! Anh đã thua…

Nhi cố gắng lấy lại bình tĩnh và trấn an Hùng:

- Qua rồi, chúng ta có thể cùng nhau làm việc chân chính và... (xóa nợ).

"Anh muốn em ngủ với thằng G, nó sẽ giúp anh xóa số nợ này", cái câu nói tàn độc ấy đã cướp mất giọng nói của Nhi, vùi chôn nụ cười của Nhi dưới hầm sâu buốt giá.

Nàng nhìn Hùng, mắt đen ươn ướt van nài. Hùng, giọng chắc nịch, nói tiếp:

- Được không em?

Bào thai trong Nhi cựa quậy. Mắt Nhi đã vội đầm đìa. Nhi ngả người vào lưng ghế, giọt ngắn giọt dài thấm qua lần áo. Bào thai sừng sộ, không cho phép cha bán mẹ mình cho quỷ. Ngoài kia nắng vẫn hắt, sực lên mùi tanh nôn mửa. Hùng lại buông thêm một nhát dao, vằm nát trái tim Nhi:

- Anh không ghen đâu. Chỉ một đêm thôi, rồi chúng ta sẽ thoát nợ…

Bóng tối bao trùm thân thể Nhi. Thịt da Nhi tái nhợt. Nhưng Hùng đã bỏ đi rồi, còn lại mỗi Nhi và đứa con chưa thành hình. Tiếng hài nhi khóc văng vẳng trong bóng tối. Nhi buông người như mớ sợi len rơi xuống nền. Hết thật rồi!

***

Hùng tỉnh dậy sau giấc ngủ miên man. Anh tin rằng sau vài giờ suy nghĩ, vợ anh sẽ cứu vớt những nông nổi của đời anh. Nhà im ắng quá, sau vài tiếng gọi, Nhi vẫn không trả lời, Hùng bật dậy xuống bếp, nhìn đĩa thức ăn ngon lành nhưng đã nguội. Đặt cạnh đĩa thức ăn là lá thư còn chưa ráo mực. Những dòng chữ nhảy múa, hăng hắc cười đểu. Hùng tá hỏa, mắt trừng trợn, tay run bật.

"Anh Hùng,

Em đã chạy ra khỏi nhà vào đúng đêm ba mươi giao thừa để tránh trận đòn của bố, để bảo toàn tính mạng, để theo anh xây dựng một tương lai tốt đẹp như bao đêm em từng mơ mộng.

Em đã tin những lời anh hứa, tin vào một tương lai hạnh phúc anh đã vẽ cho em trong đêm ấy. Em có thể làm mọi tất cả để giúp anh xây dựng mái ấm của đôi ta, cho anh những đứa con, cho anh những bữa cơm, cho anh những lời khuyên, cho anh điểm tựa về tinh thần,… Nhưng em không thể san sẻ tâm hồn hay thể xác của mình cho người khác để giúp anh. Em chỉ là vợ, không phải là vị cứu tinh của đời anh. Đừng bán em cho quỷ để thế mạng! Đêm qua trận cuồng phong đập cửa, có lẽ là tìm anh. Em nghĩ, đã đến lúc Thượng đế phán quyết cuộc đời anh.

Đây là bữa cơm cuối cùng em nấu cho anh. Trao anh lại với Thượng đế. Vĩnh biệt anh.".

Hùng gào lên, *"Trời ơi! Nhi ơi, em ơi!"*. Tiếng gào trong điên loạn. Anh cuống cuồng chạy ra cửa, ngóng về phương Nam, ngóng về phương Bắc, biết vợ đi phương nào? Cách đây vài tiếng đồng hồ, cái phương án trao vợ cho thằng G, đánh ván nào ăn ván đó, là một phương án hoàn hảo, không một chút ý niệm trái khoáy, tàn nhẫn. Nhưng giờ, Hùng tự thấy mình điên thật rồi. Nhi đi mãi không về.

***

Lần cuối trông thấy Nhi, đó là lần cô bần thần xách giỏ ra khỏi hẻm vắng, chẳng thèm ngoái lại nhìn cánh cổng nhà lai láng rêu xanh chỉ sau một mùa mưa. Nhà của đôi vợ chồng mới cưới! Bước chân ra đại lộ, nàng vội tan vào biển người. Tôi đã dự cảm ngay có chuyện chẳng lành rồi. Đêm đó, Hùng ra trước thềm ngóng đợi, không chợp mắt, cạy miệng cũng không hé nửa lời. Mấy hôm sau, tôi thấy Hùng trong bộ dạng bê bết máu, nhưng vẫn gượng ngồi trong cái thế ngóng đợi.

Rồi anh ta cũng chủ động tìm đến tôi và kể. Nghe anh kể rồi, suy nghĩ đầu tiên trong đầu tôi là trách mình. Chỉ biết Hùng bị vợ bỏ, mấy bà trong xóm to nhỏ đủ điều nào là *"bỏ nhà theo trai", "chắc nó gom một mớ của thằng Hùng đi rồi",… "rõ tội"*. Mà tội cho ai? Trước đó, tôi nhìn Hùng, chậc lưỡi, nghĩ ngợi *"biết đâu thành hòn vọng thê"!* Nghe thật cao cả!

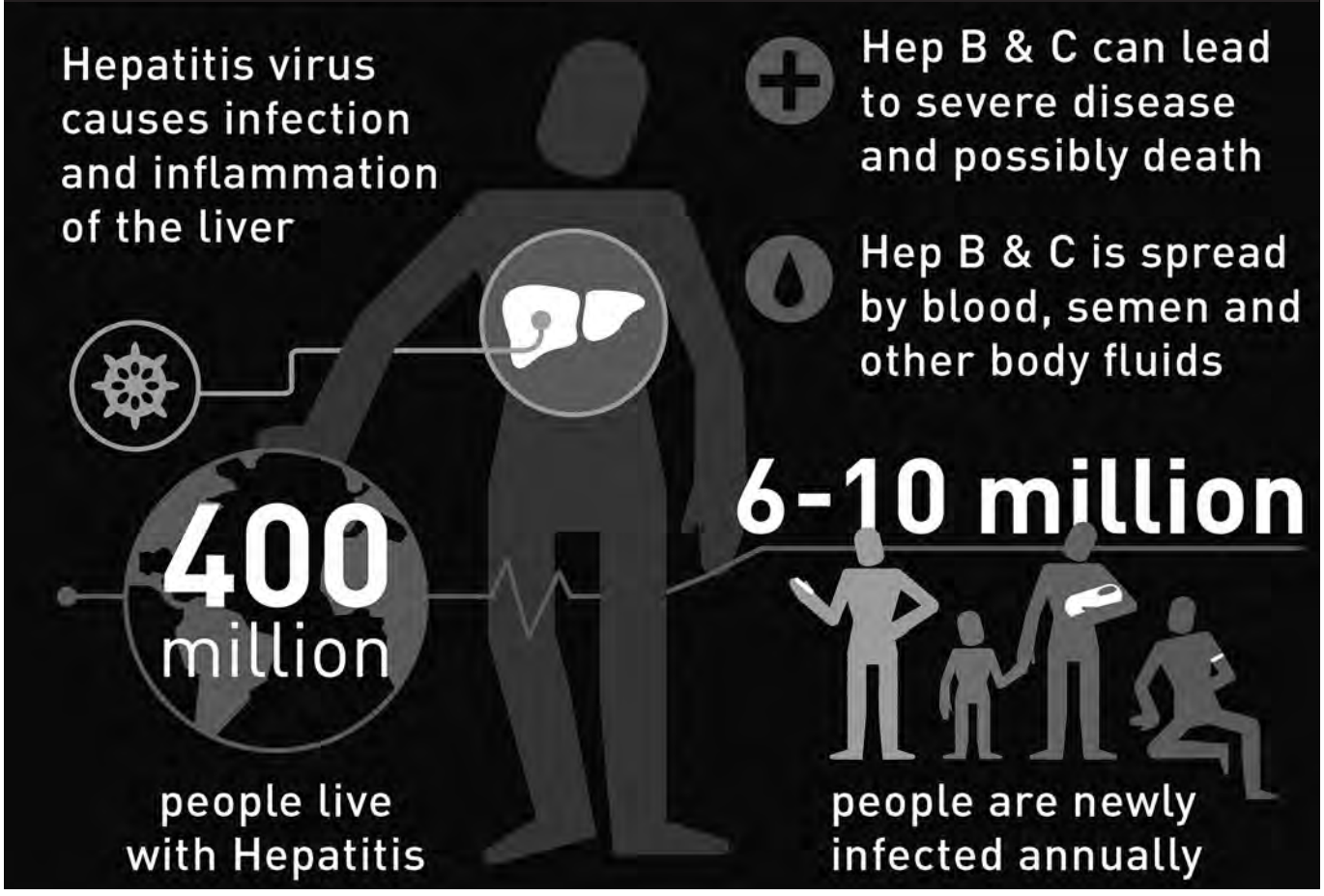
Thi Phú

Lời Chủ Bút:

Hội Phụ Nữ Việt Úc có *Chương Trình Tư Vấn Cai Nghiện Cờ Bạc* cho cộng đồng người Việt tại Victoria.

Xin vui lòng liên lạc với Hội qua số **9428 9078** (Trụ Sở Richmond) hoặc **9396 1922** (Văn Phòng Braybrook).

Viêm gan siêu vi trong cộng đồng người Việt ở Úc



Dẫn nhập

Những con số thống kê mới nhất về viêm gan siêu vi loại B trong cộng đồng người Việt ở Úc (sinh tại Việt nam) thật đáng báo động. Người Việt bị viêm gan loại B cao gấp 8,2 lần so với người Úc. Cũng còn rất nhiều trường hợp vẫn chưa được chẩn đoán. Viêm gan B chưa được chẩn đoán và chữa trị là nguyên nhân chính gây ung thư gan. Ung thư gan hiện phát triển nhanh nhất so với các loại ung thư ở Úc.

Người Việt đang sinh sống ở Úc có khả năng bị ung thư gan đứng hạng thứ hai so với các sắc dân khác. Chẳng hạn, một phụ nữ Việt có khả năng bị ung thư gan cao gấp 15 lần so với phụ nữ Úc. Đàn ông Việt thì có khả năng bị ung thư cao gấp 7 lần so với đàn ông Úc.

Chẩn đoán, theo dõi và điều trị viêm gan B làm giảm khả năng gây ra ung thư gan rất nhiều.

Nhận thấy vấn đề viêm gan gây phương hại rất nghiêm trọng đến sức khoẻ cộng đồng người Việt vì vậy HPNVU cố gắng giới thiệu bài viết về viêm gan siêu vi, bài này được thực hiện bởi cơ quan Hepatitis Victoria trong đó có phần phát biểu của Bà Huỳnh Bích Cẩm trong một buổi họp tại Nghị Viện Úc về vấn đề Viêm Gan của người Việt trong các sắc tộc ở Úc.

Viêm gan siêu vi là gì?

Viêm gan có nghĩa là gan bị viêm sưng. Có nhiều nguyên nhân gây ra viêm gan, khi gan viêm do nguồn gốc là siêu vi trùng thì gọi là viêm gan siêu vi.

Có nhiều loại khác biệt về viêm gan siêu vi chẳng hạn như các loại viêm gan A, B, C, D, và E. Ở Úc, chủ yếu là hai loại B và C.

Có khoảng hơn 500,000 người Úc đang bị nhiễm viêm gan siêu vi mãn tính và rất nhiều người trong họ không biết bị nhiễm bệnh (viêm gan B và C). Nhiều người bị nhiễm viêm gan siêu vi trong nhiều thập niên nhưng không hề có bất cứ triệu chứng bệnh nào. Số người bị viêm gan

siêu vi nhiều hơn 17 lần số người bị nhiễm vi trùng bệnh liệt kháng hay có phát bệnh liệt kháng (HIV/AIDS) và cao gấp đôi số người bị bệnh kinh phong.

Khoảng 15,000 người Úc được chẩn đoán là bị nhiễm viêm gan siêu vi mỗi năm – con số tương đương với số người bị chẩn đoán ung thư vú. Đường lây nhiễm nhiều nhất của viêm gan loại C là do chơi ma tuý vì hay dùng chung các dụng cụ và kim chích. Viêm gan loại B chủ yếu là từ các cộng đồng di dân ở nơi nào có nhiều sự lây lan loại siêu vi trùng này. Riêng ở Úc thì việc lây lan loại viêm gan B là hiếm.

Gần 1,000 người Úc chết hàng năm do viêm gan B và C. Bốn người dân ở bang Victoria chết mỗi một tuần do các hệ quả của viêm gan siêu vi. Phần lớn ung thư gan có nguyên nhân là từ viêm gan siêu vi mãn tính, là một trong những loại ung thư gây chết nhanh nhất ở Úc.

Viêm gan siêu vi với cộng đồng người Việt

(Dưới đây là phần phát biểu của Bà Huỳnh Bích Cẩm tại Nghị viện Úc ngày 24/07/2017)

Người ta ước lượng có khoảng một phần tám (1/8) người Úc Việt sinh ở Việt Nam (chiếm 12.5 phần trăm) có viêm nhiễm viên gan B. Viêm gan C thì tỉ lệ thấp hơn một ít – nhỏ hơn 5% và chủ yếu là từ những người chơi ma tuý. Một nghiên cứu về người gốc Việt chơi ma tuý qua đường chích choát thì cho thấy đến 81.1% những người tham dự nghiên cứu này bị nhiễn viêm gan C *(Hellard 2006)*. Trong Chiến Lược Quốc Gia lần thứ 2 về viêm gan siêu vi từ 2014-2017 (*The Second National Hepatitis B Strategy 2014-2917*) xác định người Úc gốc Việt là nhóm dân được lưu ý hàng đầu.

Cũng có những vấn đề gây hạn chế liên quan đến việc phục vụ cho nhóm người Việt bị viêm gan siêu vi một số các lý do như không thông thạo Anh ngữ, ít quan tâm đến loại viêm nhiễm này, quan niệm sai lệch về bệnh, bị dán nhãn xấu và kỳ thị khi vướng phải viêm gan siêu vi.

Tôi xin chia sẻ với quí vị hai trường hợp xảy ra như sau:

Trường hợp thứ nhất là một khách hàng của chúng tôi, một phụ nữ 64 tuổi. Người này được chẩn đoán là có nhiễm viêm gan C qua một cuộc xét nghiệm máu cách đây 10 năm. Nguyên nhân có lẽ là do năm 1975 ở Việt Nam

TIỆM VÀNG JEWELLERY
KIM LUÂN
Handmade Jewellery
Gold - Diamonds - Jade - Pearls
Creative Designs - Repairs While you wait
Engagement & Wedding Rings at Wholesale Prices
phone : 9429 1332
mobile: 0434 090 063
Shop 1-214 Victoria St.
Richmond Victoria 3121

người này sinh đôi và do bị mất máu nhiều nên được truyền 1,5 lít máu. Sau khi phát hiện bà được chữa trị và theo dõi trong vòng 10 năm và hiện nay viêm gan C không còn hiện diện trong cơ thể của bà nữa. Tuy nhiên gan của bà ta đã bị tổn thương và hiện nay bị một số hệ quả của gan bệnh bao gồm cả vấn đề chai gan.

Một khách hàng khác là một phụ nữ 46 tuổi, là một người chưa bao giờ chơi ma tuý nhưng lại được chẩn đoán có bị viêm gan C cách đây vài năm. Người phụ nữ này đã được chữa trị từ năm ngoái với dòng thuốc mới (*xin đọc bài viết về Viêm gan siêu vi – có tải lên mạng của HPNVU*) và hiện nay được xem là không còn mang trong người siêu vi viêm gan C nữa.

Tìm tin tức liên quan và các hỗ trợ

- "Người Việt mạn đàm" (*Vietnamese in Conversation)* – Một chương trình giáo dục nhóm hỗ trợ viêm gan B (*Hepatitis B peer group*) dành cho cộng đồng người Việt.
- LiverWell (http://www.liverwell.org.au) là một công cụ để giúp bạn gìn giữ lá gan tốt. HEPCheck hướng dẫn bạn qua một bảng đánh giá về hiểm hoạ viêm gan của bạn.
- CARECheck giúp bạn biết về sức khoẻ và gan của bạn.
- THEApp cung cấp tiếp tục chăm sóc lá gan của bạn ở nơi nào.

Bạn có thể điện thoại trực tiếp đến: **Hepatitis Victoria Infoline: 1800 703 003**

Hay xem qua trang mạng của **Hepatitis Victoria http://www.hepvic.org.au**

Hợp tác trong thông tin và quảng bá sức khoẻ về vấn đề Viêm Gan của Hội Phụ Nữ Việt Úc

HPNVU với các chương trình của Hepatitis Victoria

HPNVU đã hợp tác với Hepatitis Victoria với nhiều chương trình khác nhau, tập trung vào lĩnh vực giáo dục và quảng bá Viêm Gan B và C gồm có:

- Chương trình hiểu biết về viêm gan B (từ năm 2013 – hiện nay)
- Chương trình các bà mẹ và viêm gan B (từ năm 2013 – hiện nay)
- Chương trình quảng bá sức khoẻ ở Thành Phố Greater Dandenong (2016)
- Chương trình nhóm hỗ trợ "Người Việt Mạn Đàm" (2016-2018)

Các Hoạt động chính

- Các buổi nói chuyện/giáo dục cộng đồng dành cho các nhóm cao niên, chơi mà học của HPNVU được thực hiện bởi chính nhân viên của Hepatitis Victoria với sự kết hợp của các nhân viên điều hành nhóm của HPNVU.
- Trong các dịp lễ hội: các Lễ Hội Tết Âm Lịch và Tết Trung Thu khắp Melbourne.
- HPNVU là một trong những cơ quan đang triển khai dự án "Người Việt mạn đàm" (*Vietnamese in Conversation*): chúng tôi cung cấp tờ rơi về sự hỗ trợ, nêu tên và duy trì mạng lưới các trưởng nhóm giáo dục.
- Bà Huỳnh Bích Cẩm, Tổng Thư Ký và cũng là Tổng Giám Đốc HPNVU là một thành viên và cũng là người đại diện cộng đồng trong Buổi Hội Thảo: "*Cộng Đồng Đa Văn Hoá và Sự Thách Thức Viêm Gan – Các Đường Hướng để Loại Trừ và Triệt Tiêu"* được tổ chức bởi cơ quan Hepatitis Victoria và Hội Đồng Các Cộng Đồng Sắc Tộc ngày 24/7/2017.

Các Hợp Tác trong tương lai

- Sẽ tiếp tục hợp tác trong việc thực hiện các buổi giáo dục cộng đồng về viêm gan B và C, và gìn giữ Gan lành mạnh cho nhiều nhóm cộng đồng nhỏ được điều hành với HPNVU.
- Sẽ dự phần vào việc triển khai chương trình "Người Việt mạn đàm" (Vietnamese in Conversation).
- Sẽ giới thiệu chương trình tập huấn HEPReady cho nhân viên của HPNVU làm việc trong các chương trình liên quan đến phục vụ sức khoẻ cộng đồng như chương trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia, Tư Vấn Cai Nghiện Rượu và Ma Tuý, v.v…

Giới thiệu và lược dịch từ "VIRAL HEPATITIS AMONG THE VIETNAMESE COMMUNITY" của COMMUNITY PROFILE – Hepatitis Victoria

Nguyễn Quang Tường
Nhân viên Tư Vấn Cai Nghiện Rượu và Ma Túy

1300 133 445
Gambler's Help North & North Western

Gambler's Help North & North Western cung cấp Dịch Vụ Giúp Đỡ Nạn Cờ Bạc cho vùng miền Bắc và Tây Bắc Melbourne.

Tất cả dịch vụ của chúng tôi **hoàn toàn miễn phí và bảo mật.**

Chúng tôi cung cấp dịch vụ tại các vùng sau đây:

- Banyule
- Brimbank
- Darebin
- Hume
- Melton
- Maribyrnong
- Nillumbik
- Whittlesea

Dịch vụ của chúng tôi bao gồm:

- Tư vấn Trực Tiếp
- Tư vấn qua Điện Thoại
- Tư vấn về Tài Chánh
- Hỗ Trợ cho Vợ Chồng và Gia Đình
- Nhóm Hỗ Trợ

Có nhiều cách để được giúp đỡ:

Để biết thêm thông tin một cách kín đáo về các dịch vụ và hỗ trợ từ Dịch Vụ Giúp Đỡ Nạn Cờ Bạc miền Bắc & Tây Bắc. Xin vui lòng liên lạc với chúng tôi:

Điện thoại: 1300 133 445
Thời gian: Thứ Hai - Thứ Sáu, 9giờ sáng - 5giờ chiều
Điện thư: ghnintake@bchs.org.au
Trang mạng: gamblershelpnnw.org.au

Victorian Responsible Gambling Foundation

Gambler's Help 1800 858 858 gamblershelp.com.au

BANYULE Community Health

Xuân về quét lá thu rơi

Hôm rồi dậy sớm chẳng biết làm gì, lấy cây chổi ra quét lá cây quanh nhà. Cây chổi hôm bữa hai vợ chồng đi coi *Flowers and Garden Show* mua được, vì thấy nó giống như cây chổi chà ở Việt Nam, nhưng cây chổi bên này cán dài hơn, do đó khi xài, người quét có vẻ thong thả, không phải còng người xuống quét như khi xài cây chổi chà. Năm nay mùa Thu Melbourne không lạnh lắm, đã cuối tháng Tư, mà nhiều cây lá còn xanh. Buổi sáng có sương mù là điểm báo hiệu cho một ngày nắng đẹp. Cái nắng mùa thu của Melbourne rất dịu và ánh lên một màu vàng hoe, khiến khung cảnh thêm trữ tình và quyến rũ. Hình ảnh đẹp tuyệt vời mà bạn bè post trên Facebook khi đi thưởng ngoạn cảnh mùa thu ở những vùng ngoại ô Melbourne. Những con đường thẳng tắp, cây hai bên lề lá vàng như đưa ta vào một cõi thiên thai nào đó. Nhìn hình cũng muốn kéo cả nhà cùng đi, nhưng lại *"hẹn ngày sau sẽ mua vui"*. Rồi chợt bắt gặp chính mình với ý tưởng hạnh phúc chỉ có mặt trong tương lai. Hạnh phúc chỉ trọn vẹn như khi miếng puzzle cuối cùng được đặt vào, để ta có được một bức tranh hoàn hảo. Ý niệm này khiến ta sống trong sự trông ngóng, chờ mong hạnh phúc khi những điều kiện phải hội đủ, mà bỏ qua những gì đang xảy ra ngay thực tại, ngay trước mắt. Thầm nghĩ, hạnh phúc không đồng nghĩa với việc chối bỏ khổ đau. Nhưng ngược lại, là sự trực diện, là một hành trình kiếm tìm nguyên nhân nào khiến ta đau khổ, nhìn nhận bản chất của đau khổ và từ từ tháo đi từng gút dây đang giày vò tâm can khiến ta đau khổ. Khi nhận ra được nguyên nhân của khổ đau cũng chính là lúc bước chân vào cánh cửa hạnh phúc.

Lần đầu tiên trong đời tôi quét sân vào buổi sáng sớm. Không khí trong lành và dịu dàng của mùa thu làm người thật dễ chịu và thoải mái. Tôi cảm thấy mình như đang *"thiền hành"* hơn là quét lá vàng rơi trên sân. Tiếng chổi quét trên sân gạch, gợi lại âm thanh của những ngày tháng xa xôi. Tiếng chổi Mẹ tôi quét sau nhà ngày xa xưa, thứ âm thanh tưởng chừng chẳng chút giá trị nào bỗng dưng nghe rõ từng âm điệu. Ai đó nói rằng ngoài sự nối tiếp về huyết thống, con cái cũng là sự tiếp nối của Bố Mẹ trong "chánh niệm". Dẫu Mẹ tôi mất đã hơn mười năm, nhưng tôi luôn có những cảm nghiệm rất thật về sự hiện hữu của Mẹ trong lối suy nghĩ và hành động của mình trong cuộc sống. Có lẽ, như Thiền sư Nhất Hạnh nói: *"Từ có không thể biến thành không. Từ không, không thể biến thành có. Khoa học giúp ta hiểu được điều này, vì vật chất không thể bị hủy diệt hoàn toàn, nó sẽ biến thành năng lượng. Và năng lượng cũng sẽ biến thành vật chất chứ không bị hủy diệt hết được"*. Mẹ cũng vậy. Bản chất của Mẹ cũng như tất cả chúng ta là vô sinh bất diệt.

Nhìn mấy hũ mắm mà vợ tôi làm từ mùa hè năm ngoái, phơi dưới ánh nắng ban mai, làm tôi nhớ đến hũ mắm tép mà Mẹ tôi đã từng làm vào mùa nắng của những ngày tháng cũ. Thủa ấy, cứ mỗi năm vào độ cuối năm dương lịch, dẫu cho bận rộn với trăm công ngàn việc, nhưng Mẹ tôi vẫn hay mua tép để làm mắm. Tôi biết chắc là tép chứ không phải là ruốc vì tép sống ở môi trường nước ngọt, còn ruốc thì sống ở môi trường nước lợ hay ven biển, mà Mẹ tôi chỉ mua tép của những người từ xóm dưới - Bến Đá, vớt

tép trong ruộng của họ đem bán. Tôi nhớ có lần người ta gạ bán một rổ tép nhìn rất tươi, nhưng Mẹ nhất định không mua. Hỏi ra mới biết vì nước ruộng đã chuyển mùa nước lợ, tép làm mắm sẽ hư, chỉ làm được mắm tôm hay mắm ruốc. Nhưng có lẽ Mẹ tôi không biết làm hai thứ mắm đó, vì không thích ăn hai thứ mắm đó là chính.

Tôi không biết các anh, chị tôi còn nhớ công thức cách làm mắm của Mẹ hay không, nhưng với tôi thì đã thất truyền. Tôi chỉ nhớ Mẹ rửa tép cho sạch rồi để cho ráo nước, rang gạo làm thính. Ngoài muối ra, hình như Mẹ tôi cũng bỏ rượu trắng vào. Có lẽ rượu và thính giúp cho lên men và mắm có màu hồng tươi. Mẹ tôi ủ mắm trong một chiếc vại sành và đem lên nóc bể để phơi. Nhà tôi, nóc bể là nơi an toàn nhất để phơi những thứ như hũ chanh muối, dưa muối.

Tôi còn nhớ có năm khi kinh tế gia đình được dư dả, mẹ tôi hay mua thịt ba rọi (ba chỉ) về kho với mắm tép, nhưng thường thì chỉ phi mỡ với hành, tỏi cho thơm, sau đó mắm được chưng để chấm với rau diếp (xà lách) hoặc tần-ô. Có những năm nhà tôi trồng dưa gang, cà chua hay bông cải ngọt là những thứ rẻ tiền không bán được nên để lại ăn. Dù bữa cơm đạm bạc với nước mắm tép kho, không cầu kỳ cao lương mỹ vị, nhưng những bữa ăn chung của gia đình, là những bữa ăn trong sự yêu thương che chở của Bố Mẹ và sự đùm bọc của anh chị, của bầu không khí thương yêu, của sự quây quần chung quanh mâm cơm, cùng chia nhau con cá, cùng nhau chan chung tô canh, cùng nhau chấm chung bát nước mắm do chính Mẹ làm, là những kỷ niệm để đời mà tôi không bao giờ quên.

Có lẽ tôi được may mắn sớm cảm nghiệm được tình thương vừa thực tế vừa bao dung của Bố Mẹ và sự đùm bọc của các anh, các chị. Cảm nghiệm này như một mầm giống được chăm sóc tưới tẩm qua những bữa cơm chung của gia đình, để mầm mống yêu thương ấy phát triển thành lăng kiếng giúp tôi nhìn nhận cuộc sống, là những bóng mát trên con đường đời mà không phải lúc nào cũng thuận duyên.

Ô hay, tôi chợt bắt gặp chính mình hít thở không khí của dĩ vãng. Tôi lại lần mò trở về với ý niệm *"vô sinh bất diệt"* vừa thoáng qua tâm thức. Tôi bỗng nhớ ra câu của Thiền sư Nhất Hạnh mà tôi từng đọc ở đâu đó, *"vô sinh bất diệt không đồng nghĩa với thường hằng"*. Sau một hơi hít vào hay hơi thở ra, ta đã là một người khác rồi. Vô thường có nghĩa là mọi sự đều thay đổi. Nhìn vào bản chất của mọi sự vật, ta thấy không có vật thể nào không thay đổi trong hai thời điểm nối tiếp nhau. Vì không có sự vật nào bất biến với thời gian, nên chúng không có tự tánh cố định, không có cái ngã thường hằng. Thiền sư Nhất Hạnh dậy rằng *"trong giáo pháp vô thường ta không thể tìm thấy một cái ngã bất biến. Ta gọi đó là vô ngã. Chính nhờ sự biến đổi không ngừng, nhờ tính cách vô ngã của vạn hữu mà ta có thể có tự do"*.

Chợt thấy mình sao giống như ông thầy chùa đang thiền hành trong lúc quét lá cây trên sân tự. Một ý tưởng thoảng qua, nghĩ mình như nhân vật Tảo Địa Lão Tăng trong Thiên Long Bát Bộ của tác giả Kim Dung. Tảo Địa Lão Tăng còn được biết đến là nhà sư quét lá, hay Vô Danh Thần Tăng. Ông xuất hiện một cách khiêm tốn với bộ áo cà sa cũ, quét lá cây trên sân chùa trong khu tàng kinh viện, nhưng lại vào lúc đỉnh điểm khi Tiêu Viễn Sơn và con trai là Kiều Phong sắp báo được đại thù của ba mươi năm về trước. Vì âm mưu phục quốc, Mộ Dung Bác đã âm thầm dàn lên cảnh mai phục tại Nhạn Môn Quan, giữa các cao thủ võ lâm nước Tống với Tiêu Viễn Sơn. Trong trận giao chiến này, vợ của Tiêu Viễn Sơn bị giết hại, vì quá yêu thương vợ mình nên Tiêu Viễn Sơn ôm xác vợ nhảy xuống vực tự vẫn, bỏ lại đứa con nhỏ là Kiều Phong.

Chỉ có một ít phút quét lá trên sân, vậy mà bao nhiêu ý niệm đã lần lượt biểu hiện trong tâm thức. Tôi chợt nhớ ra lời nhắn nhủ của Thiền Sư Nhất Hạnh viết ở đâu đó mà tôi đã đọc qua, *'với sự thực tập thiền quán, nhìn sâu chúng ta có thể tiếp xúc được với cha, với mẹ ngay cả khi họ không còn nữa. Điều này không phải là ảo tưởng, vì khi thực tập chánh niệm và nhìn sâu sẽ có khả năng tiếp xúc sâu sắc được với thứ mà bạn muốn trở thành. Vậy thì tìm kiếm làm gì nữa? Bạn là một sự biểu hiện tuyệt diệu. Tất cả vũ trụ đều góp phần vào việc làm cho bạn biểu hiện. Không có gì không ở trong bạn cả. Vương quốc của Thượng Đế, Niết bàn, Tịnh độ, Hạnh phúc và Tự do, tất cả đều trong bạn'*.

Phạm Văn Lộc

Thiên đường ở đâu?

Thiên đường ở đâu? Với tôi chính là nơi đây, nơi xứ sở an lành – Australia. Không phải thiên đường trong truyền thuyết, trên chín tầng mây các tiên gia chỉ đánh cờ, ca hát. Trên trái đất này, trừ những người sinh ra trong các gia đình đại phú, thì đa số con người phải có làm mới có ăn. Nhưng, hiện nay ở một số quốc gia, người dân đã cực khổ làm việc, nhưng không đủ cơm ăn, không tiền chửa bệnh.

Tôi lấy ví dụ đơn giản, một người thợ trọng ngành may, là tôi. Tiền lương làm việc ba mươi tám tiếng mỗi tuần mà tôi lãnh ra, vén khéo đủ các chi tiêu trong nhà. Khi bệnh, tôi được khám và chữa bệnh miễn phí hoặc chỉ tốn một số tiền, mà trong khả năng lương người lao động có thể chi trả. Trong khi đó, ở Việt Nam, một người thợ hãng may, lương chừng bốn triệu mỗi tháng. Họ hoàn toàn không có cách gì *"vén khéo chi tiêu"* mà không thiếu hụt. Nếu phải vào bệnh viện, họ đối diện với nợ nần. Nếu có cha mẹ chẳng may đau yếu, họ càng vất vả chạy tiền cứu giúp, mẹ tôi, năm nay 77 tuổi và bà đã lọc thận từ năm 1999. Suốt 16 năm nay, mỗi tuần được lọc thận ba lần miễn phí. Giữa mấy tiếng đồng hồ lọc máu đó, còn được mời ăn bánh, uống sữa, trà cà phê… cũng trong 16 năm nay, nhiều lần mẹ tôi phải đi cấp cứu, phải tiếp máu hay mổ…tất cả đều không tốn tiền. Từ đầu tháng 12 đến nay, mẹ tôi đã nằm viện ba lần. Phòng bệnh sang trọng như khách sạn năm sao. Chẳng những thuốc men, xét nghiệm các thứ đều miễn phí mà thức ăn cũng vậy. Mỗi ngày họ đẩy xe tới năm lần gồm ba bữa chính và hai lần *"teatime"*. Thứ tư tuần rồi, trong phòng cấp cứu, một lần nữa tử thần đã đến chờ mẹ tôi, nhưng không thắng nỗi sự tận tâm của các bác sĩ và nhanh nhẹn trọng hệ thống hành chính xứ này. Không quan liêu, không lề mề, không đòi tiền như ở Việt Nam, họ xử lý vô cùng khoa học, tôi nhớ trường hợp anh chồng tôi là bác sĩ ở Việt Nam , khi vào cấp cứu, người nhà phải nộp 100 triệu thì mới được chích thuốc. Ở đây, khi xe cứu thương chở mẹ tôi đến, một bác sĩ nhanh nhẹn thăm khám. Cô ấy nói ngay tình trạng mẹ tôi quá yếu, không đo được huyết áp, nhịp tim… Khi bác sĩ chuyên khoa đến, một mặt nói với người nhà quả tim mẹ tôi có thể ngừng đập, một mặt họ cấp cứu nhanh chóng, gắn ngay những dây nhợ từ máy trợ tim, chụp Xray phổi… Đêm hôm đó, họ tiếp cho mẹ tôi ba bịch máu trong phòng chăm sóc đặc biệt: *Intensive Care Unit (ICU)*. Trưa hôm sau, họ soi bao tử cho mẹ tôi và truyền nước biển. Tới chiều, mẹ tôi được đưa đến phòng bệnh thường, vì tử thần đã bị đuổi đi. Và các bác sĩ, y tá tiếp tục theo dõi từ nước uống đến chất thải ra trong cơ thể mẹ tôi.

Ngoài việc chữa bệnh miễn phí, mẹ tôi từ khi hưu trí được lãnh tiền. Hiện nay là $450 mỗi tuần. Quả thật, thiên đường ở đâu xa… chính là nơi đây!

Ngày thứ tư tuần rồi, khi mẹ tôi trên xe cứu thương, chồng tôi gọi vô hãng và tôi chạy đến bệnh viện. vì thế, ngày hôm sau từ chủ đến đồng nghiệp, ai cũng hỏi thăm về tình trạng của mẹ tôi. Tôi kể về sự chu đáo cấp cứu của bệnh viện và tôi cúi đầu nói lời cảm ơn đất nước Australia. Họ có vẻ cảm động khi biết mình mang ơn, và nói: *"Yes, your mum is lucky to be in Australia"*.

Trên diễn đàn cựu nữ sinh Gia Long hôm nay, tôi kể chuyện này. Trước hết, cám ơn vợ chồng Thúy Vân. Khi nghe tin mẹ tôi vào bệnh viện, đã trong một ngày đến bệnh viện hai lần hỏi thăm mẹ. Thật bạn bè có lòng biết bao! Anh Thắng còn hái những trái cây mới chín trong vườn cho mẹ tôi. Cuối cùng, tôi muốn nhắn nhủ với những bạn đang ở *"thiên đường"* như tôi, như mẹ tôi. Hãy trân trọng cuộc sống ở xứ sở này, vì chắc chắn một điều nếu sống ở Việt Nam, bạn sẽ không được lãnh tiền khi về già, không được chữa bệnh miễn phí.

Thiên đường là nơi đây!

Thúy Lan

KẺ CẮP THẦM LẶNG:
Đừng để viêm gan B, viêm gan C và các bệnh về gan đánh cắp sức khỏe của quý vị trong yên lặng

Quý vị có biết, người gốc Việt có tỷ lệ mắc ung thư gan cao nhất ở Úc?

Thông kê cho thấy tỷ lệ người Việt tại Úc mắc phải căn bệnh chết người này cao hơn nhiều so với người sống tại Úc nói chung – gấp 7 lần ở nam giới và gấp 15 lần ở nữ giới.

Đây là một vấn đề sức khỏe đáng lo ngại và KHÔNG THỂ XEM THƯỜNG.

Viêm gan mạn tính có thể gây ra các bệnh lý gan nguy hiểm và ung thư gan, tuy nhiên, viêm gan B có thể dự phòng bằng cách chích ngừa, và người mắc viêm gan B có thể kiểm soát tình trạng bệnh và viêm gan C đã có thuốc mới có thể chữa khỏi dễ dàng.

Hãy tìm hiểu xem quý vị có cần xét nghiệm hay điều trị không?

Tổ chức Viêm Gan Victoria cung cấp thông tin hỗ trợ bằng Việt ngữ:

Hãy quét mã QR dưới đây để tải về tài liệu quý vị quan tâm dưới mục Vietnamese

For more information, visit *www.hepvic.org.au*
Để biết thêm thông tin, xin mời truy cập trang mạng:
***www.hepvic.org.au* (bằng Anh ngữ)**

HEPATITIS VICTORIA

LiverWell
www.liverwell.org.au

hepatitis infoline
1800 703 003

AVWA
TOID: 22594

avwa.org.au

VICTORIA State Government

Chương Trình "Tạo Cơ Hội Mới"
(Skills First Reconnect Program)

Bạn muốn tạo bước đột phá thay đổi cuộc đời và biến giấc mơ học tập, nghề nghiệp thành hiện thực?

Bạn có khó khăn về sức khỏe, gia đình ảnh hưởng đến việc học của bạn?

Bạn chưa có bằng cấp tại Úc nhưng luôn khát khao một cơ hội làm việc tốt hơn?

Chương trình "Tạo Cơ Hội Mới" của Hội Phụ Nữ Việt Úc hỗ trợ ***miễn phí (*)*** để giúp chuyển tiếp sang các khóa được công nhận trên toàn quốc cho những học viên:

- Sống tại vùng Maribyrnong, Brimbank hoặc Dandenong;
- Chưa có việc làm trong 12 tháng qua;
- Tuổi từ 17 – 64, chưa tốt nghiệp lớp 12 hoặc trình độ tương đương;
- Hiện không tham gia bất kỳ khóa học nào khác.

(Bộ Giáo Dục Bang Victoria tài trợ chương trình "Tạo Cơ Hội Mới")
(*) Có điều kiện áp dụng

Các khóa Tiếng Anh MIỄN PHÍ (*) (22250VIC & 22252VIC)

- **Dành cho học viên đủ mọi lứa tuổi và trình độ;**
- **Đảm bảo nâng cao các kỹ năng giao tiếp;**
- **Thích hợp cho học viên mất căn bản về ngữ pháp.**
- **Được công nhận trên toàn quốc và do Chính Phủ Liên Bang và Victoria tài trợ học phí.**

(Khuyến khích người khuyết tật ghi danh)
(*) Có điều kiện áp dụng

Hãy gọi ngay

Tiến Sĩ Ngô Thái Phương:
9396 1922 / 0403 406 341
hoặc gửi thư tới: ***training@avwa.org.au***

Địa điểm học

Braybrook, Richmond & Springvale

Giải quyết tranh chấp gia đình an toàn

Dịch vụ giải quyết tranh chấp gia đình có sự trợ giúp của luật sư miễn phí cho cộng đồng người Việt sống tại miền Tây Melbourne

Quý vị đang/ đã ly thân hoặc đang/ đã ly dị, và có nhu cầu:

- Lên kế hoạch xem con cái mình sống với ai?
- Lên kế hoạch xem khi nào và làm thế nào con mình có thể thăm nom cha/ mẹ phía bên kia?
- Cần giúp đỡ hòa giải phân chia tài sản và bất động sản?
- Cần giúp đỡ trong trường hợp có bạo lực gia đình?

Chúng tôi có thể trợ giúp quý vị những dịch vụ sau:

Chúng tôi cung cấp dịch vụ giải quyết tranh chấp gia đình có sự trợ giúp của luật sư miễn phí, gọi là dịch vụ hòa giải tranh chấp, để giúp quý vị và người cha/mẹ bên kia giải quyết ổn thỏa và an toàn các tranh chấp về luật gia đình.

Chúng tôi sẽ gặp gỡ riêng quý vị và người cha/mẹ bên kia để xem xét dịch vụ hòa giải tranh chấp có thích hợp với hoàn cảnh của quý vị hay không. Nếu thích hợp, chúng tôi sẽ cung cấp luật sư riêng để tư vấn bảo mật cho quý vị đồng thời sẽ đại diện cho quý vị trước tòa trong các phiên tố tụng luật gia đình.

Chúng tôi có đội ngũ chuyên gia hòa giải dày dặn kinh nghiệm, thông dịch viên thông thạo về luật gia đình và nhân viên nói Tiếng Việt tại trung tâm. Nếu quý vị bị bạo hành gia đình, quý vị sẽ được trợ giúp thêm bởi nhân viên Bảo Đảm An Toàn Gia Đình người Việt.

Cung Cấp Thông Tin Tư Vấn Cho Cộng Đồng

Chúng tôi có thể trình bày và cung cấp thông tin cho các nhóm cộng đồng về các vấn đề về ly thân, cách nuôi dạy con cái sau ly thân và các khía cạnh khác của luật gia đình.

Thông tin liên lạc

Nếu quý vị muốn biết thêm thông tin, xin gọi cho Trung Tâm Giúp Đỡ về Quan Hệ Gia Đình tại Sunshine qua số (03) 9313 0444.

Nếu quý vị muốn nói Tiếng Việt, xin làm ơn hỏi gặp Tâm hoặc Michelle.

FAMILY RELATIONSHIP CENTRE
HELPING FAMILIES BUILD BETTER RELATIONSHIPS

Relationships Australia VICTORIA

AWA Australian Vietnamese Women's Association Inc.
HỘI PHỤ NỮ VIỆT ÚC

WEstjustice

BRIMBANK MELTON COMMUNITY LEGAL CENTRE
community

An Australian Government Initiative

Một đàn bà Việt trên đất khách

Chị mang cái tên rất đẹp: Thanh Xuân. Ngày tôi biết chị, khi ấy chị hai mươi tư, xinh đẹp, thon thả, thanh xuân ôm ấp tương lai chị. Chị có anh người yêu trầm tính, là nhân viên của một công ty nhỏ. Thu nhập tuy chưa cao, nhưng anh có công việc ổn định, tương lai có khi hứa hẹn thăng tiến. Một cái đám cưới không xa, hạnh phúc rồi sẽ đến với cuộc đời chị, như chị từng thỏ thẻ tâm tình.

Trong khi họ đang tính đến chuyện đám cưới, về cùng mái nhà thì ba của chị phát bệnh ung thư, cần nhiều tiền để thuốc thang, chữa trị. Chiều hôm ấy, tôi chạy ra biển tìm chị. Biển nổi sóng, mây đen đặc quánh lại, gió thốc mạnh từng cơn. Chị chưa muốn về nhà. Chị không muốn về nhà. Chị ước người yêu chị có thể đến và đưa chị đi khỏi. Rồi chị cho tôi hay cái hung tin, cái hung tin ấy nuốt chửng thanh xuân dấu yêu của chị. Ba mẹ chị đành phải gả chị cho một Việt kiều, lấy tiền chữa bệnh cho ba, giúp mẹ tiền cơm gạo, để hai đứa em lên cấp ba có sách vở đến trường.

Chị không đành bỏ trốn, chị đành chia tay người yêu, từ bỏ quê hương, như trở thành Huyền Trân, cứu giúp gia đình. Chị đi trước tôi hai năm. Lúc tôi sung sướng nhận được giấy báo trúng tuyển học bổng thạc sỹ ở đại học Queensland, Úc, thì cũng là lúc lòng bồi hồi nghĩ về chị. Tháng Chín, tôi gặp lại chị, trùng hợp thay, tôi và chị ở cùng một hạt. Ngày gặp lại, tay chân tôi run rẩy, vỡ òa, chị gầy đi nhiều quá!

Thời gian sau đó, có lần gặp lại chị trong chợ. Chị nói, chị vừa lái xe giữa trời đông rét buốt đưa con đến cho bà nội giữ, để rảnh rang lo việc bếp núc, cơm nước cho anh chồng khó tính. Tôi hỏi nhỏ, chị có còn giữ liên lạc với người cũ không? Chị bảo, bây giờ chị chẳng còn thời gian để tơ tưởng, nghĩ đến người cũ. Nhưng tôi cho chị hay cái tin, anh vẫn đơn độc, như để chờ đợi chị.*"Anh ấy chờ làm gì, chẳng còn hy vọng đâu!"* – chị Thanh Xuân lắc đầu, ưu phiền đáp lại.

Điều bất hạnh nhất của người đàn bà này, không phải là không đến được với người yêu mà là đời sống hôn nhân như địa ngục. Khi tôi phát hiện chị bị chồng mắng chửi và có cả thượng cẳng tay, hạ cẳng chân, tôi đã ôm chị thật chặt. Tôi khuyên chị hãy báo cảnh sát. Chị chịu đựng những cái đánh trút giận của chồng, những cơn ghen tuông vô cớ của chồng thì được gì? Chị khóc rất nhiều. Khóc xong, chị mới nói: chị không muốn ly hôn, không muốn gia đình nhỏ của mình ly tán, không muốn đứa con bé bỏng của mình không có cha, không muốn ba mẹ nơi quê nhà lo lắng. Chị sẽ tìm những lời lẽ dịu dàng để xoa dịu ông chồng cộc cằn.

Lòng tôi quặn lại khi hiểu những tâm sự của chị. Đúng là đàn bà, đàn bà Việt! Đàn bà thì vẫn cứ là đàn bà, dù ở đâu, vẫn muốn gia đình mình được yên bình, con cái có đầy đủ cha mẹ. Chị ấy, chị Thanh Xuân, là một đàn bà Việt trên đất khách quê người, có bỏ được cái nề nếp truyền thống mà người ta đặt ra cho đàn bà đâu!

Xin đừng khoác lên vai những người đàn bà chúng tôi những bộ áo khoác rực rỡ, những sợi trang sức lấp lánh như *"tần tảo", "chịu đựng", "hy sinh", "tam tòng, tứ đức", "khéo chiều chồng, khéo nuôi con",…* tưởng chừng như ca ngợi nhưng càng làm khổ đàn bà! Hãy đặt vào lòng chúng tôi hơi ấm của tình thương, sự trân trọng, sự quan tâm, chăm sóc, để chúng tôi thoát khỏi những xiềng xích lâu nay. Đàn bà dù ở đâu thì vẫn cần thanh xuân để yêu đời, yêu người!

Thi Phú

Lời Chủ Bút:

Relationship Australia có kết hợp với Hội Phụ Nữ Việt Úc và vài tổ chức khác chuyên về luật pháp và dịch vụ xã hội để triển khai chương trình *"Giải Quyết Tranh Chấp Gia Đình An Toàn"* dành cho cộng đồng người Việt tại Victoria.

Muốn biết thêm chi tiết, xin vui lòng liên lạc với Trung Tâm Giúp Đỡ Về Quan Hệ Gia Đình tại Sunshine qua số 9313 0444. Nếu quí vị không nói được tiếng Anh, xin hỏi gặp anh Tâm hoặc chị Michelle.

FM974
Vietnamese Voice
0404.974.974

Tường Dinh: 0404 974 974
www.fm974.com.au

Chương Trình Phát Thanh Việt Ngữ RADIO FM97.4
Sáng: **MON – TUE – WED – THU – FRI** Từ: **6:00 am – 8:00 am.**
Tối: **MON – TUE – WED – THU – FRI** Từ: **08:00 pm – 10:00 pm** & **SUN: 8:00 PM – Midnight.**

GOLDEN FLIGHTS
TRAVEL & SERVICES

22 Barwon Avenue, NORTH SUNSHINE VIC 3020

Tel: 04 11 22 88 88

Email: tuongdinh@goldenflightstravel.com

Anh Tường Dinh JP – Thẩm Quyền Thị Thực Giấy Tờ.

Nhận Thông - Dịch Các Thứ Tiếng Trên Thế giới

- Lo Visa và Vé máy bay Urgent đi Việtnam trong vòng 24 giờ.
- Xin Visa 5 năm nhanh chóng.
- Có Luật Sư Đoàn kinh nghiệm chuyên lo về: Di Trú – Du Học – Du Lịch - Đoàn Tụ.
- Bán vé máy bay Quốc Tế và Nội Địa.
- Bán vé xe bus:Firefly Express,Grey Hound. . .
- Bán Tour du lịch trong & ngoài nước Úc.
- Bán vé tàu du ngọan Tasmania.
- Bán bảo hiểm: Du Lịch – Gia Đình – Thương Nghiệp và Nhân Thọ.

GLIGHTS-592/RE/9

Ria FINANCIAL SERVICES

• Chuyển Tiền về Việtnam và Khắp nơi trên Thế Giới Nhanh Chóng • Nhận Chuyển hàng hóa về Việtnam Super Fast.

Nhóm chuyên viên Kế Toán – Thuế Vụ - Tài Chánh của TDN Accounting & Finance sẽ đến tận nhà giúp qúy vị:

Home Loan – Personal Loan – Car Loan – Commercial Loan - Business Loan - Refinance.v.v.

Hãy gọi anh Tường Dinh JP 0411 22 88 88

Phục vụ khách với phương châm: "Khách Hàng Là Số 1"

Cao niên hay già?

- Anh không nên chọc ghẹo tôi. Tôi già lắm rồi đấy.

Đây là một kỹ sư đồng nghiệp mà tôi gặp trong một chuyến đi làm xa bên trời Tây của Úc (Western Power, Perth). Anh người Mã Lai, chuyên viên về "Cân bằng hệ thống Điện" đã hơn 20 năm. Tôi hỏi anh:

- Xin lỗi, anh bao nhiêu tuổi?

- Tôi 53 tuổi rồi đó nhe!

Tôi muốn lăn đùng ra cười nhưng sợ anh giận nên chỉ mỉm cười, nhẹ nhàng:

- Xin lỗi anh, tôi hơn anh mấy tuổi đó nhe.

Anh nhìn thẳng vào mặt tôi, xem xét và ngỡ ngàng, rồi thở dài, chậm rãi:

- Thật vậy sao. Anh trông trẻ hơn tôi nhiều.

- Anh cũng có thể như tôi nếu muốn. Không khó đâu. Tôi đỡ lời.

Từ đó anh nhận lời mời của tôi đi ra ngoài ăn trưa thường xuyên, lúc chỉ có anh và tôi, lúc có thêm các bạn khác. Tôi nhận ra là sau hai mươi năm chỉ làm một công việc duy nhất, anh bây giờ cảm thấy chán nản, mòn mỏi và trở thành *"già"* trước tuổi. Đi ra ngoài chơi với tôi và các bạn anh bỗng cảm thấy trẻ ra, năng nổ thêm và không dám bảo là mình già nữa, nhất là trước mặt tôi.

Tôi bảo anh: *"Người ta có ba cái tuổi: "tuổi trong khai sinh, tuổi thể xác và tuổi tâm hồn."* Nếu tâm hồn anh cảm thấy già thì anh sẽ già. Vậy thôi. Chẳng ai bắt buộc anh phải nghĩ thế. Anh từ từ đồng ý với tôi. Trên 60 thì kêu là "cao niên" (*senior)* còn "già" hay không là tùy mình quyết định. Úc đã ra luật không bắt buộc phải về hưu vì cao tuổi. Mới 53 mà nghĩ mình già thì quá độ. Đây không phải là Á châu.

Năm 2017, tôi hân hạnh được trông nom hai Nhóm Cao Niên tự lập ở Richmond và Springvale. Tôi đã gặp nhiều vị trên 70 hay 80 nhưng quả thật chưa già. Vẫn chịu khó tập hát hò và trình diễn trên sân khấu dù là phải đi xe lửa từ Richmond tới Springvale (gần 30 km). Có những vị đi bộ, đánh bóng bàn, *line dance* tài giỏi và năng nổ mỗi tuần. Tất nhiên không thể quên bà Tổng Giám Đốc Huỳnh Bích Cẩm của Hội Phụ Nữ Việt Úc chúng tôi, vẫn bơi lội và vận động trong gym thường xuyên mặc dầu bận rộn. Đây là những thí dụ của những người cao tuổi nhưng chưa già. Hãy theo gương họ.

Trên đây là một vài hình ảnh của hai nhóm *Richmond Monday* và *Springvale Friday*.

Để tóm tắt:

Xuân năm nay và mười hai cái Xuân nữa, hãy sống vui, sống khỏe và nối tiếp (không cô lập)

Dại gì mà già trước tuổi. Hihi.

John Thụy

Bí quyết thành công của Melbourne

Giấc Mơ Úc đang trở thành hiện thực trong các quán cà phê ở các thành phố mới quanh vùng nội thành, nơi mà các chuyên gia trẻ gặp nhau để giao dịch kinh doanh, hoặc để hàn huyên; và những người ngồi làm việc một mình trên máy tính xách tay của họ - cảnh tượng này chẳng khác chi với những khu phố phồn hoa và sang trọng của Châu Âu.

Giấc Mơ Úc cũng hiện hữu trong các tư gia - lâu đài ấm áp và hoan hỷ, thỏa mãn được nhu cầu và sở thích của đôi vợ chồng, và cũng là nơi trẻ con lớn lên, vui chơi, trú ẩn, ngay cả trong những năm vị thành niên, chúng có thể rút lui khỏi thế giới hời hợt bên ngoài.

Giấc Mơ Úc đang hiện hữu trên bãi biển, dưới bầu trời xanh biếc, nơi những cư dân vùng đất ngập tràn ánh mặt trời, say đắm trong cát vàng ấm áp. Và trên hết, cao điểm của giấc mơ được tìm thấy ngay tại các thành phố, nơi có 90% dân cư chọn để cư ngụ.

Đây là thời điểm thích hợp để ôn lại những biến động tại Úc. Đáng nhớ nhất là sự bùng phát kéo dài cả một phần tư thế kỷ, bắt đầu vào khoảng năm 1990, hai thế kỷ sau đợt định cư của người Châu Âu. Sự bùng phát này là một thành tựu phi thường độc nhất vô nhị trên thế giới, nhưng lại bị lãng quên.

Melbourne là thành phố đã xác định tính năng động của nền kinh tế hiện đại ở Úc. Úc ăn nên làm ra một cách ngoạn mục với các thành phố hiện đại. Tài năng khan hiếm tụ hợp về đây - rất khác biệt so với Hoa Kỳ và Anh.

Melbourne đã lột xác từ hai thập kỷ trước, khi nó phải đối diện với viễn cảnh kinh kế suy sụp, như những gì đã xảy ra tại các thành phố với lượng sản xuất giảm suất ở Hoa Kỳ (đặc biệt là Detroit). Ngành công nghiệp ô tô đã co thắt, vì mức thuế nhập khẩu giúp bảo vệ ngành này đã giảm. Ngân Hàng Tiểu Bang Victoria và một hiệp hội tín dụng lớn đã sụp đổ.

Một phần tư thế kỷ từ năm 1990, Melbourne ngày nay là một nơi quan trọng và đa dạng hơn, với một nền kinh tế phát triển mạnh mẽ. Melbourne vừa qua mặt Sydney về tỉ lệ gia tăng dân số, chấm dứt cuộc *"chạy đua"* kéo dài 30 năm. Vào năm 2013, nó là thành phố có mức phát triển nhanh hàng thứ tư trong nước. Và Victoria có ngân sách lành mạnh nhất của quốc gia.

Bốn điều kiện đã kết hợp để tạo ra sự năng động - một nền kinh tế đa dạng, tỷ lệ di dân đa văn hóa cao, địa hình và sự kết hợp của đô thị hóa với nét đặc thù của ngoại ô.

1. Nền kinh tế đa dạng

Các yếu nhân là các tập đoàn lớn, ngân hàng, tài chính, luật pháp, sản xuất, vận tải, thời trang, thực phẩm, y tế, giáo dục, du lịch, nghệ thuật và thể thao. Tính đa dạng này đã đóng một vai trò quan trọng trong việc cứu thành phố khỏi nguy cơ suy giảm vào đầu thập niên 1990.

Peter Hall, tác giả quyển *"Cities in Civilization",* cho biết, các ngành công nghiệp sáng tạo vững mạnh là chìa khóa cho một thành phố năng động đương đại. Leon van Schaik, vào năm 2006, lập luận, rằng Melbourne đã làm được những gì mà Graz và Barcelona đã làm trước đây, là trở thành trung tâm thiết kế hàng đầu

thế giới. Lập luận này có thể gây tranh cãi, nhưng nó thật sự có giá trị, vì nó được đưa ra từ một giáo sư kiến trúc xuất chúng.

Nghệ thuật đã trở thành một trọng điểm trong cuộc sống của thành phố trong thời gian gần đây. 100 phòng triển lãm nghệ thuật tư nhân và nhiều nơi giao dịch khác, Melbourne là nơi tập trung lớn nhất của thế giới tiếp thị nghệ thuật, với khoảng 2500 cuộc triển lãm solo 2500 triển lãm nhóm mỗi năm.

Thành phố này là nền tảng lịch sử cho việc thiết kế ở Úc. Ví dụ về các sản phẩm công nghiệp sáng tạo bắt nguồn từ Melbourne trước khi thành công trên toàn cầu bao gồm: ghế Featherston, máy ghi âm hộp đen, tai nhân tạo bionic, lithium được sử dụng như thuốc thần kinh, thuốc giải độc nọc rắn và nọc nhện, thuốc cúm đầu tiên *(Zanamivir)*, găng tay phẫu thuật latex, Triton Workbench, sách du lịch Lonely Planet, cửa hàng nước hoa và mỹ phẩm Aesop, dao Staysharp và rất nhiều trò chơi điện tử.

Vào năm 1992, giờ mở cửa giao dịch đã được thả lỏng tại Melbourne, và lần đầu tiên trong lịch sử, các cửa hàng mua sắm được phép mở cửa vào Chủ Nhật. Đồng thời, quy chế của hội đồng thành phố đã được thay đổi để cho phép ăn uống trên vỉa hè. Kết quả là sự bùng phát của văn hoá *"cà phê quán"*, thúc đẩy sự lột xác của cuộc sống đô thị. Sau việc các quán cà phê mọc lên như nấm là sự gia tăng của các nhà hàng và quán rượu, được phép mở ra kinh doanh vì luật cấp giấy phép được nới lỏng vào năm 1988.

Melbourne là thủ phủ thể thao của quốc gia. Chỉ có Luân Đôn mới gần sánh bằng về số lượng các tổ chức thể thao trong địa hạt của thành phố. Sự phong phú và đa dạng của cụm công nghiệp thể thao mang lại lợi thế cạnh tranh cho Melbourne. Các nhà quản lý giỏi nhất và các nhân viên phụ trợ trong ngành, và nhiều vận động viên, được tuyển từ đây. Sự cạnh tranh giữa các môn thể thao kích thích sự đổi mới, và chất lượng trình bày, làm tăng mong đợi của người hâm mộ.

Kỹ nghệ du lịch tạo ra khoảng 20 tỷ đô la một năm, và đóng góp 7 phần trăm việc làm cho dân địa phương. Và Melbourne là một trong những thành phố thành công nhất trên thế giới trong việc thu hút sinh viên quốc tế, chiếm khoảng 20% dân số nội thành.

Tổ chức nghiên cứu khoa học hàng đầu của quốc gia, CSIRO, có trụ sở tại Melbourne. Lại thêm Trung Tâm Nghiên Cứu và Giảng Dạy Y Sinh Parkville *(Parkville Biomedical Research and Teaching Precinct),* liên kết với Đại Học Melbourne, nơi tập trung 10,000 nhà nghiên cứu.

2. Di Dân

Bảy mươi năm di dân đa văn hóa đã giúp dân số mở rộng từ 1.2 triệu năm 1945 lên 5 triệu (khu vực thống kê của Melbourne). Đến năm 2011, dân số Anglo đã giảm xuống còn 55%, người gốc Ý và Hy Lạp chiếm 15%, Đức và Hoà Lan 10% và người Á châu tăng thành 15%.

Là một ví dụ điển hình, Melbourne là thành phố lớn thứ ba trên thế giới của người Hy Lạp, sau Athens và Salonika. Các doanh nhân Hy Lạp đã làm ăn rất khá giả ở Úc. Nhưng họ lại vắng mặt tại Hy Lạp! Sự khác biệt chính giữa Melbourne và Hy Lạp là văn hoá: các phong tục xã hội và phong tục tập quán, lề thói giao dịch kinh tế và môi trường chính trị ở Úc khuyến khích trách nhiệm và độc lập cá nhân.

Văn học Mỹ đề cập đến các thành phố sáng tạo nhấn mạnh đến sự hòa nhập văn hoá. Melbourne đã tiếp quản hàng triệu người từ 100 nguồn gốc sắc tộc khác nhau trong hơn bảy thập kỷ. Không có khu ổ chuột *ghettoes* nào đã manh động phát triển.

Một trong những ví dụ điển hình về độ hòa nhập là việc kết hôn. Các sắc tộc khác nhau càng ngày càng có nhiều người kết hôn với người có nguồn văn hóa khác. Ví dụ, tỷ lệ này tăng lên đối với người gốc Hy Lạp, Li Băng và Trung Quốc từ 10 phần trăm ở thế hệ đầu tiên, đến 30 phần trăm trở lên ở thế hệ thứ hai, đến thế hệ thứ ba thì là 60 phần trăm trở lên.

Các ví dụ điển hình của sự hòa nhập văn hoá là sự lột xác và nâng gia cấp xã hội trong các thế hệ con cháu: thế hệ thứ hai khi trưởng thành, chúng có địa vị xã hội cao hơn cha mẹ gốc di dân của chúng. Trong số các nước phát triển (OECD), Úc, Canada và các nước Bắc Âu có dao động cao trong lĩnh vực này, trái ngược với Pháp, Nam Âu, Anh và Hoa Kỳ.

3. Địa hình

Thẩm mỹ học của một thành phố và việc sử dụng địa hình, dù khó để hiệu chuẩn, đóng vai trò quan trọng đối với đặc thù của nó. Khu nội thành của Melbourne hình vuông. Trong mạng lưới hình bàn cờ của mình, nó nằm gọn một tháp pháo ngây thơm của những con đường nhỏ, làm cho thành phố sôi động hẳn lên.

Trung tâm của Melbourne đã và đang được lột xác trong 25 năm qua, từ một vùng đất văn phòng thưa thớt thành một trái tim đập rộn rã, trong đó có 50,000 người gọi nơi đây là nhà. Những yếu tố nào đã kết hợp để khôi phục một trung tâm chết vắng, được bao quanh bằng những khu ngoại ô kéo dài?

Lãnh đạo dân sự là rất quan trọng. Thị Trưởng và các nghị viên thành phố với tầm nhìn xa đã đặt nền tảng từ thập niên 1980. Được hỗ trợ bởi chính phủ tiểu bang, họ ủng hộ ông Rob Adams, giám đốc thiết kế nội thành tại thành phố Melbourne, và những người khác để chỉ đạo việc chuyển hướng của thủ phủ.

Melbourne là một thành phố sông nước. Nó có thể dễ dàng là một thành phố bến cảng, với trung tâm hướng lên vịnh cảng Port Phillip Bay rộng lớn. Vị trí dọc theo các bờ sông có độ rộng khiêm tốn cho phép sự gần gủi vì tính lưu động, được tạo điều kiện bởi các cây cầu kết nối các khu lại với nhau. Các lãnh phận chuyên môn có thể phát triển trong khả năng tiếp cận dễ dàng của nhau, cảnh vật dễ nhìn với sông nước và các bãi cỏ, cây trồng.

Mép sông Melbourne đã được vực dậy từ năm 1990, và mở rộng ra bến tàu. Quảng Trường Federation Square, khánh thành vào năm 2002, đã phát triển thành trung tâm nối kết mà thành phố chưa bao giờ có. Liên kết với nó, lĩnh vực thể thao và nghệ thuật mạch lạc đã phát triển, pha lẫn với sông nước và các vườn cỏ, với một hỗn hợp của thiết kế cảnh quan đô thị rực rỡ và may mắn.

Các thành phố dễ sống và được ưa chuộng đóng một vai trò trong việc định hình bố cục cảm xúc của cư dân và thậm chí cả nhận thức của họ. Người dân Úc du lịch ở nước ngoài ngày càng nhiều và nhặt, họ so sánh và ủng hộ các thành phố Úc của họ - những so sánh này hiện đang được thực hiện bởi chủ nghĩa hiện thực hơn là vì cảm giác thua thiệt.

Trong thập niên 1960, các thành phố địa phương vẫn có vẻ như các khu tỉnh lị và tẻ nhạt so với, chẳng hạn như Luân Đôn, Paris và Rome. Ngày nay, chúng đang trở nên thịnh vượng lên, rộng rãi hơn, so với các đối tác châu Âu của chúng, và có tính cách quốc tế hơn với những đường nét đặc thù của chúng.

4. Đô thị-ngoại ô

Một trung điểm của tính năng động mới ở Melbourne là sự hòa hợp giữa tính năng động của quá

trình đô thị hóa trong nội thành với những khu ngoại ô đang trở mình, liên kết hỗ tương cho nhau.

Trong thời hậu chiến, người ta có xu hướng an cư tại các vùng ngoại ô. Báo The Age xuất đã bản một báo cáo vào năm 2011 về những vùng ngoại ô dễ sống nhất ở Melbourne. Đáng chú ý là mức độ mà mọi người đã lên tiếng gắn bó với vùng ngoại ô của họ. Cho dù là vùng Strathmore, St Kilda hay Scoresby, họ thể hiện niềm tự hào về địa phương của mình, hệt như biếm họa trong bộ phim *The Castle (1998)*. Vùng ngoại ô Úc luôn là môi trường tốt cho cuộc sống gia đình và cho việc nuôi dạy con cái. Nhưng kể từ năm 1990, khu vực trung tâm và các vùng ven biên đô thị của Melbourne đã mọc lên nhiều quán cà phê, quán rượu, nhà hàng và các điểm giải trí như rạp chiếu phim, kịch trường, sân vận động thể thao đã thu hút các cư dân ngoại ô đổ về thành phố, đặc biệt là vào cuối tuần. Một phần, họ bị thu hút bởi không gian công cộng phong phú khắp nơi. Người dân đã phát triển cảm giác rằng không gian công cộng của thành phố là sở hữu của mình.

Những gì được thể hiện là một hình thức mới của láng giềng và văn minh, nối kết những người đến từ các khu vực khác nhau của thành phố lại với nhau để cộng hưởng một niềm đam mê tập thể - như bóng đá, hay lễ hội nghệ thuật, hoặc Carols by Candlelight.

Người dân vẫn là chìa khoá quan trọng cho tính năng động kinh tế. Nó phụ thuộc vào sự tập hợp của những người có tính sáng tạo và những doanh nghiệp của họ, những người có ý chí cầu tiến, trí tưởng tượng và lòng kiên trì. Nó phụ thuộc vào tinh thần phấn chấn, cạnh tranh khốc liệt và phấn đấu không ngừng để đạt được sự xuất sắc. Và nó phụ thuộc vào việc xác định mạnh mẽ địa điểm, cái nhìn và cảm nhận, và cách thức của nó.

Huy Lưu chuyển ngữ từ bài viết "Melbourne and the secret to success" của John Carroll 21/10/2017.

Nguồn: *http://www.smh.com.au/national/australias-economic-triumph-is-a-triumph-of-cities-with-melbourne-in-the-lead-20171010-gyygiq.html*

Vài nhận xét về con ấn Sắc Mệnh Chi Bảo của Vua Minh Mạng

Khoảng cuối năm 2017 một người bạn (nay tôi không nhớ tên) gửi cho tôi một bài báo trong đó có nói đến tờ sắc chiếu của vua Minh Mạng. Trong tờ sắc này Vua Minh Mạng đã bổ nhiệm một ông quan họ Tôn (phần tên còn lại đã bị mục mất) giữ chức vụ Trấn thủ thành Điện Hải (nay thuộc Huyện Hải Châu, Thành phố Đà Nẵng.

Người viết hiện đang tìm tòi xem có tài liệu nào nói đến nhiệm vụ của quan Trấn thủ thành Điện Hải đã từng có nhiệm vụ quản thủ, khai thác, bảo vệ quần đảo Hoàng Sa hay không (*quý độc giả nào có giữ tài liệu liên quan tới vấn đề này, xin vui lòng cho tôi biết. Xin tri ân ở đây*). Thiết nghĩ sắc chiếu nầy là một chứng cứ lịch sử quý giá liên quan đến Đà Nẵng (*xin Google thêm về di tích thành Điện Hải*), tôi nhờ cô Karen Jao ở Đài Loan phiên âm ra Hán Việt và dịch nghĩa để độc giả cùng tham khảo (*xem phần Phụ chú*). Cô Karen Jao hiện đang hoàn thành luận án Tiến sĩ (hơn 60 ngàn chữ) tại Đại học Kinh Dịch, Đài Loan.

Trước đây tôi có dịp mua được cuốn sách nhan đề Kim Ngọc Bảo Tỷ (của Hoàng đế và Vương hậu Triều Nguyễn Việt Nam) tại Hà Nội. Cuốn sách đặc biệt này thuộc Công Trình Chào Mừng Đại Lễ Kỷ Niệm 1000 Năm Thăng Long tại Hà Nội. Ba tác giả là Nguyễn Đình Chiến, Phạm Quốc Quân và Nguyễn Công Việt. Sách do Viện Bảo tàng Lịch sử Việt Nam xuất bản năm 2009. Các thông tin về con ấn trong bài viết này đều lấy ra từ cuốn sách KNBT nói trên, có thêm sự tri ân ở đây của người viết.

Như chúng ta từng nghe nói, mỗi vị vua nhà Nguyễn thường cho chế tác ra một số con ấn để sử dụng trong các lĩnh vực khác nhau. Tôi tìm thấy trong cuốn KNBT vua Gia Long có tới mười con ấn (triện). Riêng vua Minh Mạng có tới 15 con ấn, trong đó nhà vua cho lập ra 8 con ấn đúc bằng vàng mang tên riêng biệt như Sắc mệnh chi bảo, Hoàng đế tôn thân chi bảo, Khâm chỉ chi tỷ, Duệ vũ chi tỷ, Trị lịch minh thời chi bảo, Trường khánh công ấn, v.v…

Tôi tìm được con ấn Săc Mệnh Chi Bảo của vua Minh Mạng trong cuốn KNBT nói trên. Vậy xin trích thông tin đến quý vị cùng xem.

Con ấn Sắc Mệnh Chi Bảo của vua Minh Mạng
(Cao 11 cm, cạnh 14cm x 14cm, dầy 2,5cm;
Đúc vào tháng 10, năm Minh Mệnh thứ 8, 1827, vàng ròng nặng 8.3kg)

Hình trên cho thấy đây quả là một công trình điêu khắc hoàn mỹ tuyệt tác. Hình rồng cuộn ngồi xổm, oai nghiêm mãnh liệt, chân 5 móng tượng trưng cho quyền hành của Hoàng đế (thường thấy trong những đồ ngự dụng), mình rồng có vẩy chạm khắc tinh vi.

Các tác giả cuốn KNBT đã ghi rõ những lời sau đây:

"Ấn đúc bằng vàng, 2 cấp hình vuông, quai rồng cuộn ngồi xổm, đầu ngẩng, 2 sừng dài, đuôi xòe dải hình ngọn lửa, chân rồng 5 móng. Lưng ấn khắc 2 dòng chữ Hán:

Bên trái: *Thập tuế hoàng kim, trọng nhị bách nhị thập tam lạng lục tiền.* (vàng 10 tuổi, nặng 223 lạng 6 tiền, [khoảng 8,3 kg]).

Bên phải: *Minh Mệnh bát niên thập nguyệt cát nhật tạo.* (Đúc vào ngày lành tháng 10 năm Minh Mệnh thứ 8, 1827)."

Tôi để ý đến con dấu in trên sắc chiếu và đem so với con dấu in trong cuốn KNBT thì thấy chúng giống in hệt nhau.

Thay lời kết:

Sự tồn tại của khoảng hơn 500 bảo vật của triều Nguyễn trong đó có hơn 85 ấn bảo tỷ bằng vàng, bằng ngọc, kim sách, ngân sách, v.v.. quả là một hồng phước kỳ lạ cho dân tộc Việt Nam chúng ta. Khi ông Trần Duy Liệu từ Hà Nội đi vào Huế năm 1945 để chứng kiến sự thoái vị của vua Bảo Đại, vị Cựu Hoàng đã giao lại toàn bộ bảo vật Triều Nguyễn cho chính phủ mới. Trần Huy Liệu chuyển về Hà Nội. Suốt trong thời kỳ chiến tranh 1945-1954, toàn bộ bảo vật đã sống sót toàn vẹn, nay được giao lại cho Viện Bảo tàng Lịch sử Việt Nam để bảo quản, tu sửa làm quốc bảo cho chung cả dân tộc.

Một vài hiện vật được tuyển chọn để trưng bày cho công chúng xem tại Viện Bảo tàng, trước kia là Viện Viễn Đông Bác Cổ. Có một điều rất đáng buồn là trong bao nhiêu năm chiến tranh, loạn lạc, toàn bộ bảo vật Triều Nguyễn đã được gìn giữ bảo vệ không hề bị mất mát gì, nhưng khi tôi đến thăm Viện Bảo tàng Lịch sử ở số 1 đường Tràng Tiền Hà Nội tôi được cho biết là một bảo vật đầu tiên trưng bày tại Viện Viễn đông Bác cổ đã bị mất cắp. Thật là một điều rất đáng tiếc và vô cùng đau đớn. Một số biện pháp an ninh đã được tăng cường để bảo vệ vài bảo vật khác hiện đang được trưng bầy. Độc giả khi đến Hà Nội nên để dành chút thì giờ đến chiêm ngưỡng mấy di vật quốc bảo này.

Người viết đã bỏ thì giờ xem qua một số quốc ấn bảo tỷ của Trung Quốc, Nhật Bản, Đại Hàn, Thái Lan, và các nước Đông Nam Á. Ngoại trừ Trung Quốc có vài ba món đáng xem – có thể là các bảo tỷ thượng thặng thứ thiệt và nặng ký chưa được công bố - không đâu có được bộ Kim Ngọc Bảo Tỷ như của Triều Nguyễn. Đó cũng là điều chúng ta có thể lấy làm hãnh diện vậy.

PHẦN PHỤ LỤC:

Phiên âm Hán Việt (Dịch giả: Karen Jao, Nghiên cứu sinh Tiến sĩ tại Đại học Kinh Dịch, Đài Loan):

Tùng bổ vụ dự hữu công trạng ti binh bộ nghị bổ (*)
Thấu thần cơ dinh tiền vệ nhất đội cai đội TÔN (*)
Đề chuẩn nhĩ thăng thử Điện Hải Thành thành thủ quý soái thuộc biền binh tùng cai quản viên phàm chư công vụ (*)
phụng hành nhã quyết chức phất kiền minh chương cụ tại khâm thử.
Minh mạng nhị thập nhất niên thất nguyệt nhị thập tứ nhật
(*) : Chữ bị mục nát, không đọc được.

Tạm dịch nghĩa: (Karen Jao)

Tiền vệ đội Một Thần cơ binh (họ) Tôn (phần tên còn lại bị mờ xóa không đọc rõ được),

Dựa trên Binh bộ đề nghị, dựa trên công trạng trong chức vụ truy nã,

nay chuẩn cho thăng chức Trấn thủ thành Điện Hải

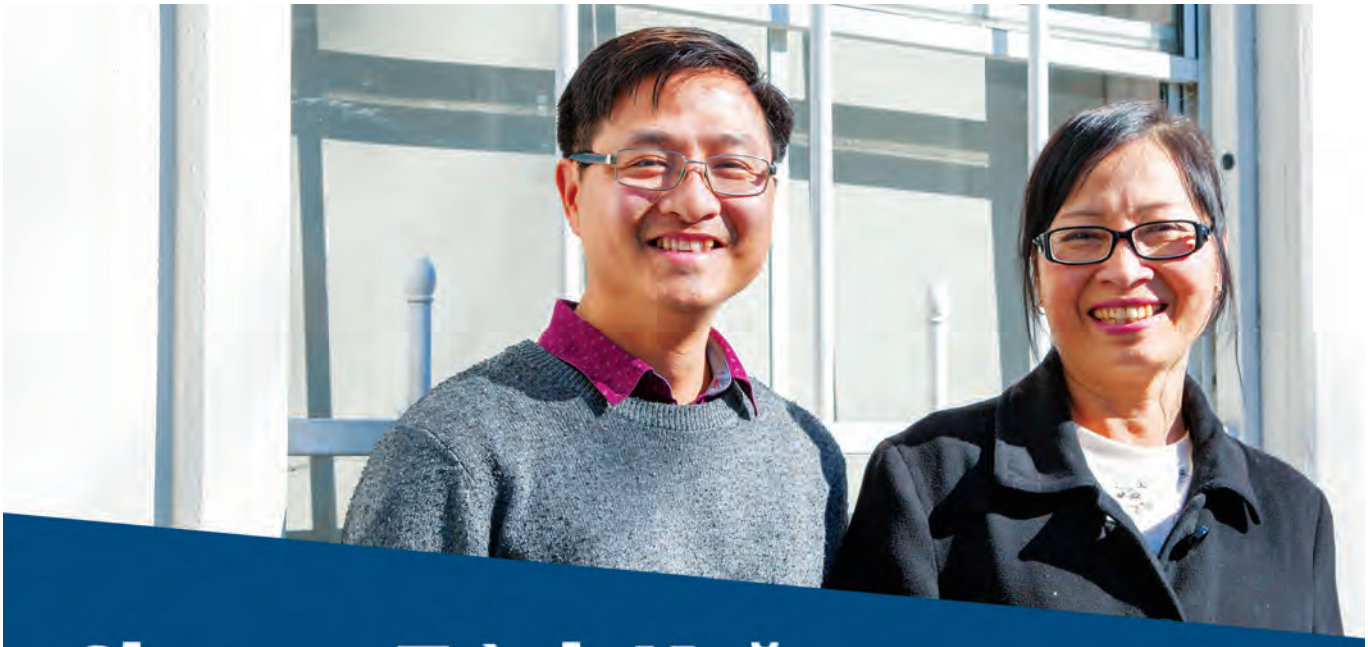
Cùng cai quản các binh sĩ thuộc hạ để vâng lệnh thi hành

mọi công vụ theo quy chương rõ ràng.

Khâm thử. Ngày 24 tháng 7 năm Minh Mạng thứ Hai mươi mốt

(tức năm Canh Tý 1840: Lê Quý).

Viết tại Melbourne
Ngày 1-1-2018.
Lê Quý
(e: quy2000@gmail.com)



Chương Trình Ngăn Ngừa và Tư Vấn Nạn Cờ Bạc

Kể từ khi Crown Casino được mở ra năm 1994, rất nhiều người Việt đã sa vào nạn cờ bạc, gây ra đổ vỡ gia đình, gia tăng số lượng tù nhân nữ người Việt ở tiểu bang Victoria từ 2% đến 17%.

Theo bà Huỳnh Bích Cẩm, Tổng Giám Đốc Hội Phụ Nữ Việt Úc, nạn cờ bạc là một vấn đề nhạy cảm trong cộng đồng người Việt. Ngoài vấn đề trở ngại về ngôn ngữ, dị nghị, còn thêm lo ngại về việc bảo mật thông tin cá nhân, và sự tin tưởng cũng là trở ngại lớn cho người Việt khi tìm sự tư vấn, giúp đỡ.

Chương trình này được ra mắt vào tháng 8/2014. Mục đích của chương trình là nhằm nâng cao sự hiểu biết và cung cấp dịch vụ ngăn ngừa và tư vấn về nạn cờ bạc cho người Việt ở tiểu bang Victoria.

Để biết thêm chi tiết về chương trình, xin quí vị vui lòng liên lạc số **9428 9078** hoặc **9396 1922.**

- Tư vấn, hỗ trợ thực tiễn và hướng dẫn để giúp kiềm chế hay ngưng cờ bạc.
- Hỗ trợ từng cá nhân, người sống chung, gia đình và bạn bè của họ.
- Gặp gỡ thân chủ tại nhiều nơi khác nhau trong khu vực nội thành.
- Tư vấn qua điện thoại cho những ai sống ngoài nội thành.
- Tổ chức những buổi hướng dẫn tránh nạn cờ bạc cho các nhóm trong cộng đồng.

Victorian Responsible Gambling Foundation

Gambler's Help 1800 858 858 gamblershelp.com.au

AVA

SOLAR SHOWCASE

Quý vị muốn giảm hóa đơn điện hoặc khỏi phải trả tiền điện?

Hội Phụ Nữ Việt Úc và **Yarra Energy Foundation**, với sự tài trợ của **Department of Environment, Land, Water and Planning** (*DELWP*), triển khai chương trình **"Solar Showcase"** trong năm 2018.

Solar Showcase sẽ giúp quý vị:

- Chọn công ty lắp đặt solar panel tốt, uy tín của người Úc
- Có được một hợp đồng lắp đặt *solar panels* với chất lượng cao nhưng giá thấp
- Giới thiệu những quý vị có lợi tức thấp để được vay tiền không lãi (*No Interest Loan)* và lãi suất thấp (*StepUP Loan*)

Hãy gọi cho nhân viên của Hội Phụ Nữ Việt Úc:

Anh John Thụy (vùng miền Đông và Nam) số 0438 070 962
Chị Thiên Kim (vùng miền Tây và Bắc) số 0416 814 554

Solar Showcase - Hướng về một tương lai xanh, sạch và điện miễn phí!

YARRA ENERGY FOUNDATION

AWA Australian Vietnamese Women's Association Inc. Hội Phụ Nữ Việt Úc

VICTORIA State Government

Chương Trình Dạy Kèm Vùng Richmond

Hội Phụ Nữ Việt Úc cùng với trường Trung Học Melbourne Girls' College sẽ tiếp tục dạy kèm miễn phí (Richmond Tutoring Program) cho các em từ lớp Mẫu giáo đến lớp Sáu. Chương trình này được tổ chức tại Hội trường cộng đồng, 106 đường Elizabeth, Richmond vào các buổi chiều thứ Ba từ 3:15 đến 5:15 giờ chiều.

Chương trình ưu tiên cho các em đang cư ngụ và theo học tại các trường khu vực vùng Richmond.

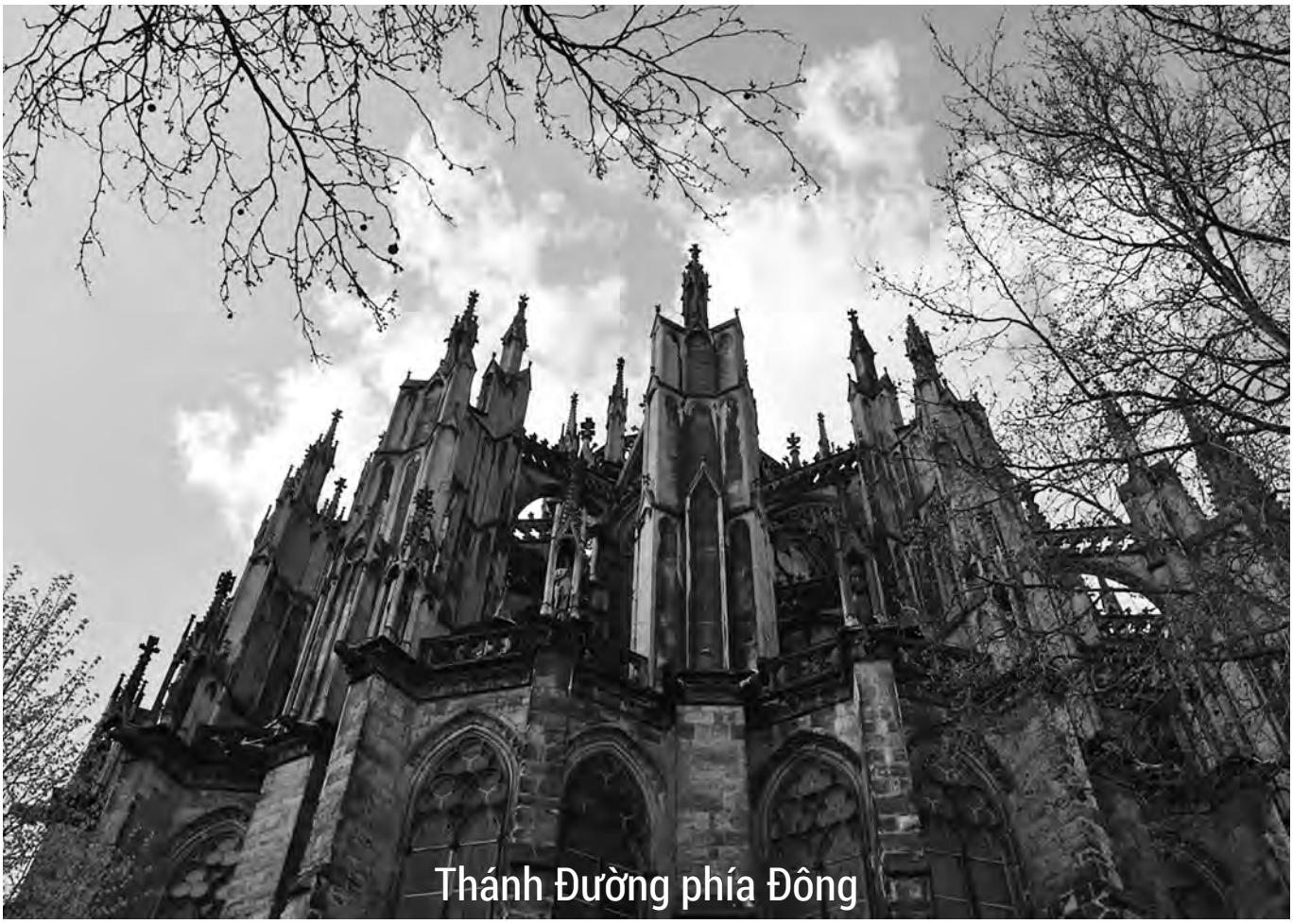
Ghi danh và giới thiệu chương trình:
Từ giữa tháng Hai năm 2018

Khoá học bắt đầu:
Thời gian sẽ được thông báo khi ghi danh.

Địa điểm:
Hội trường cộng đồng, 106 Elizabeth St, Richmond – VIC 3121.

Muốn biết thêm chi tiết và ghi danh, xin liện lạc nhân viên phụ trách chương trình qua số điện thoại: **(03) 9428 9078 / 0403 144 741.**

AWA



Thánh Đường phía Đông

Phía Đông thành phố, là những dải núi hoang lạnh. Không hiểu từ bao giờ và ai đã bỏ sức và tiền bạc để xây một Thánh Đường tráng lệ dưới chân núi. Trong thành phố không nhiều người biết Thánh Đường ấy đẹp ra sao. Họ xem phía Đông là vùng ngoại ô, vắng vẻ, đáng sợ, là chốn trú ngụ của bão tố. Nhưng nơi đấy mọc lên ngôi nhà tràn trề ánh sáng tốt đẹp, nơi ở của Đấng Cứu Thế.

Nhân cơ hội đến thăm thành phố ấy, một thành phố không quá ồn ào, tôi quyết định sẽ phải chiêm ngưỡng Thánh Đường. Nhưng không một chuyến xe khách nào đi ngang qua mảnh đất phía Đông thành phố. Tôi đành phải thuê một chiếc xe riêng để đi. Cô tiếp tân nhìn tôi trừng trừng, không tài xế nào cả gan đi ngang qua con đường lên núi. Nhưng tôi sẽ trả tiền gấp đôi, tôi chỉ muốn chiêm ngưỡng Thánh Đường. Thánh Đường ư? Làm gì có Thánh Đường nào trên đó? Một người bạn đã kể với tôi có một Thánh Đường ôm vào lòng thứ kiến trúc độc đáo. Không có Thánh Đường nào cả!

Lần trò chuyện trước, tôi quên hỏi anh bạn một chuyện vô cùng quan trọng, làm thế nào cậu đi đến được Thánh Đường đó? Nhưng tôi lại quên béng đi. Tôi say sưa nghe cậu ta miêu tả, con đường đến Thánh Đường thoai thoải dốc, nhưng không khúc khuỷu, lại còn rộng rãi, không có cỏ dại mọc tràn lan, dù hiếm khi mới có người qua lại. Tôi ủ rũ, bước ra khỏi phòng dịch vụ thuê xe. Về căn phòng thuê, tôi hỏi bà chủ về Thánh Đường phía Đông. Bà cau mày, cậu này mới đến thành phố hôm qua, nay đã biết đến thứ mà cả thành phố này hiếm người biết. Thật may mắn cho tôi, bà chủ nhà biết đến Thánh Đường ấy. Nhưng bà nói, tôi chẳng biết thêm gì để kể cho cậu nghe cả. Sao Thánh Đường ấy lại huyền bí thế bà? Tôi chẳng thể biết, tất cả đều là sự bí mật đối với công dân thành phố.

Tôi tin có vài người biết, biết rõ, nhưng tìm họ nơi nào? Hoặc bà chủ nhà cũng biết nhưng không tiện kể. Đêm buông xuống, thành phố trầm tịch. Tôi nhìn về phương Đông, tôi cố gắng nhìn xem có bắt gặp chấm sáng nào chốn ấy không. Và những gì tôi

nhận được là mù mịt. Con người chốn này không thấy được ánh sáng của Đấng Cứu Thế. Đêm ấy, tôi mở cửa sổ đón gió, qua song cửa, nhìn về phương Đông, lần tìm chấm sáng và chìm vào giấc ngủ lúc nào không hay.

Chớm sáng, giọng người đàn bà thì thầm ở vách tường đánh thức tôi. Tôi lắng tai nghe kỹ hơn, thì ra là giọng bà chủ nhà. Hãy còn ngái ngủ, tôi vừa nhắm mắt, vừa nghe. Bà đang kể về Thánh Đường ở phía Đông thành phố. Tiếng bọ đập cánh râm ran. Cũng tờ mờ sáng thế này, người con gái tóc nâu bỏ nhà chạy lên Thánh Đường. Đường đến Thánh Đường khá xa, nhưng nàng cố chạy, vẫn đến nơi. Thánh Đường thắp nến sáng suốt đêm, có một vị linh mục trông giữ. Nhưng nàng không gặp được vị linh mục đáng kính. Mái tóc nâu ướt đẫm mồ hôi. Nàng nén những hơi thở mạnh, cung kính bước vào Thánh Đường, quỳ dưới chân tượng Đấng Cứu Thế. Nàng im lặng rồi rưng rưng khóc.

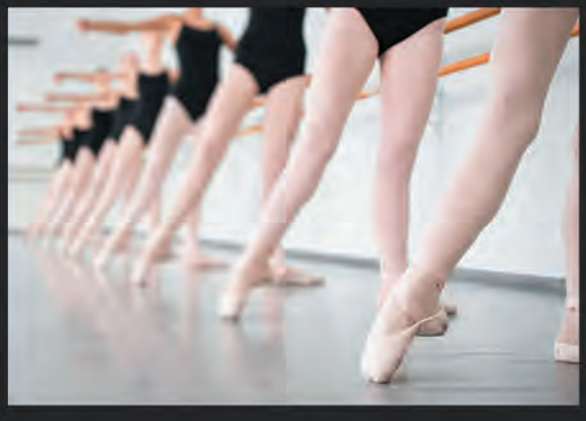
Nắng đã lên, từng sợi long lanh xuyên qua từng ô cửa, bụi mờ che mắt. Người đàn ông choàng áo đen đã đến tự bao giờ. Hắn ngồi đó, nhìn lên mắt đấng tối cao, sáng quắc. Hắn chờn chợn, với tay ra rồi rụt lại. Nàng ngồi thinh, nhắm mắt, cầu nguyện. Hắn nhìn mái tóc nâu cuồn cuộn, mê đắm. Tay với ra, với ra, với ra chút nữa, hắn chạm vào mái tóc của nàng. Trời tối sầm, ấm ầm. Nàng vẫn ngồi im, cầu nguyện. Hắn nhìn lên mắt Đấng Cứu Thế, vừa van xin, vừa phản kháng. Hắn hóa quỷ, nàng nhắm mắt cầu nguyện. Trời đổ trận mưa, gió thốc vào Thánh Đường, cuốn lốc, quét sạch bụi mù.

Bão đen lướt qua thành phố, từ Đông sang Tây. Nàng bước xuống nội ô, mang theo nắng. Cả thành phố bừng sáng. Nàng ngoái đầu nhìn lại phía sau lưng. Chóp Thánh Đường chìm dần vào mù sương. Khắp các bức tường trong thành phố dán lệnh truy nã cô gái tóc nâu. Rũ sạch bụi, gạt lệ nhòa, nàng mang nắng vào lòng thành phố. Cảnh sát ập đến, cô đã bị bắt vì tội giết người, chồng cô! Nàng mang theo nắng vào ngục tối, tắt dần.

Tôi bừng tỉnh. Nhìn ra song cửa, hướng về phía Đông thành phố. Mây mù đang kéo về phía tôi. Thế là mưa gió cả ngày, tôi không thể lên Thánh Đường phía Đông được, lại phí mất một ngày. Tôi sực lại nhớ đến câu chuyện và giọng người đàn bà kể chuyện, trong mộng hay ngoài thực?

Thi Phú

DXP DANCE



Trung Tâm Dạy Múa DXP

HÃY THÔI MƠ ƯỚC, BẮT ĐẦU MÚA ĐI

Con gái bạn có đam mê âm nhạc và các bước nhảy? Cô bé có sớm bộc lộ là nữ diễn viên múa ba lê?

Hãy Thôi Mơ Ước, Bắt Đầu Múa Đi

Trung Tâm Dạy Múa DXP tổ chức các lớp ba lê cho trẻ em ở mọi lứa tuổi

Các trưa thứ Ba tại RecWest
39 Lily St, Braybrook

Hãy gọi ngay Renée hôm nay để biết thêm thông tin về các lớp học thử
0402 754 340
www.dxpdance.com.au

Vầng trăng mười bốn

Tôi sống không gần trung tâm city, vì vậy trên những con đường tôi lái xe hằng ngày không đông đúc lắm. Mỗi khi đi đâu, tôi luôn trừ hao ít nhất mười phút, nên tôi thường lái xe thong thả. Tháng Sáu, Melbourne vào đông, trời mau tối lắm, tôi đi làm về mới hơn năm giờ, đã phải mở đèn xe. Khi xe ở trên đầu dốc, tôi vừa thích cầm tay lái vừa ngắm những ngọn đèn xe khác đang lung linh chuyển động phía dưới. Vào những ngày giữa tháng âm lịch của mùa đông. Chừng 8 giờ tối đã nhìn thấy trăng trên bầu trời. Khi lái xe tôi có thêm cảm giác như một ngọn đèn đuổi theo mình. Khi xe tôi rẽ trái, vầng trăng biến đi đâu mất. Nhưng, một lát sau vầng trăng lại thấp thoáng trên đầu ngọn cây chen lẫn với ngọn đèn đường. Rồi xe tôi rẽ phải, vầng trăng như ngọn đèn lớn lại ở ngay phía trước. Vào giây phút đó, tim tôi thường thắt lại… tôi nhớ những người thân yêu đã xa tôi vĩnh viễn. Lúc họ mất, tôi đã lái xe trong những đêm có trăng, đã hỏi vầng trăng sao mang họ ra khỏi đời tôi. Bà ngoại tôi ra đi ngày mười bốn âm lịch. Vầng trăng mười bốn chưa tròn lắm, chưa sáng lắm, nhưng tôi luôn mường tượng vầng trăng này như một viên ngọc. Viên ngọc đó chính là Ngoại tôi!

Tôi thường để hồi ức của mình về Ngoại trôi bồng bềnh, như tôi đang ở trên một con thuyền. Con thuyền xuất phát từ khi nào, tôi không còn nhớ. Có lẽ từ lúc tôi biết nghe kể chuyện. Và bây giờ, tôi cũng nhớ chuyện nào được nghe trước, chuyện nào nghe sau. Con thuyền đó đang trôi… trên thuyền có thêm người anh trai của Ngoại. Ông kể tôi nghe: *"Tên của ông là Ngà. Ông Cố bây muốn đặt tên cho Ngoại bây là Ngọc. Thời đó, chức việc trong làng viết chữ Quốc Ngữ trật lất, nên Ngoại bây mang tên Ngọt đó chớ! Bây biết không, thời đó con gái không được biết chữ mà Ngoại bây ham học lắm, cứ đòi ông dạy đọc, dạy viết"*. Người anh trai của Ngoại tôi rời khỏi chiếc thuyền, thì người em trai, một ông khác lên thuyền. Ông này kể rằng: *"Ông bà mình ngày xưa giàu lắm, ruộng nhà mình cò bay thẳng cánh, nhưng không cho con gái đi học. Ông là con trai phải đi học. Bữa nào, ông không muốn đi học, Bà Cố bây kêu người ở cõng ông đến trường. Rồi Ngoại bây dành cõng ông. Bây biết sao không, bởi Ngoại bây muốn đứng ngoài cửa đặng học lóm chữ."* Tôi vẫn còn nhớ lời kể của một bà cô, là chị của ông Ngoại tôi. Lúc đó, tôi còn ở bên Việt Nam, thỉnh thoảng về Việt Nam chơi. Chốn quê này, tính ra gần xịt Sài Gòn, Cần Đước chứ xa xôi gì, nhưng thời đó, chưa có điện. Cơm chiều xong, trời xâm xẩm tối, như trời mùa đông bên xứ Úc này. Mấy con muỗi, con bù mắt gì đó trời vừa tối là xông ra, nhiều lắm. Chúng bay vo ve bên tai, chứng bay mờ mờ trước mắt, ai quơ đại trong tay cũng dính vài con. Nhà dưới quê có mấy bộ ván, cứ ăn cơm chiều xong, mỗi bộ ván giăng một cái mùng. Nếu không mắc công chuyện gì, thì ai cũng chun vô mùng để tránh đàn muỗi, đàn bù mắt. Bà cô tôi ngồi trong mùng, tay phe phẩy cái quạt cho đỡ nóng, Bà kể chuyện Ông Ngoại tôi cưới vợ, mà ông muốn ở nhà đi hỏi cho ông người con gái không biết ông là Thầy giáo, đã chỉ một gánh hàng, hỏi sách ông đọc có nhiều như đồ đạc trong gánh hàng không? Rồi bà nói: *"Ông bây mất sớm quá, mới 30 tuổi. Bà bây ở góa nuôi con. Lúc đó, Má bây lớn nhứt, mới 9 tuổi, còn Dì bây, mấy Cậu bây nữa, lít nhít năm đứa. Cái bụng Ngoại bây lại mang thai lớn bộn"*. Tôi nhớ, hình như bà cô đã kể cúng 49 ngày của Ông Ngoại tôi, thì Bà Ngoại tôi đẻ cậu Út vào ngày hôm sau. Năm 2010, khi về Việt Nam, tôi đến thăm người em gái của Ngoại tôi. Bà cứ sụt sùi nhớ Ngoại tôi, cứ nhắc rằng Ngoại tôi thương bà lắm. Rồi tôi đến thăm,

người chị dâu của Ngoại tôi. Bà này đã hơn chín mươi, lẫn rồi. Tôi ở đó một tiếng đồng hồ, nghe Bà nhắc hơn chục lần về *"Cô Tư"* là Ngoại tôi, mặc dù bà không nhận ra tôi. Cứ một lát, Bà nói: *"Hồi xưa, Cô Tư cực lắm…"* Một lát sau: *"Cô Tư sống phải đạo làm người lắm!"*. Ngoại tôi đã sống như thế nào, đối đãi với anh chị em ra sao mà một người đã lẫn, lại không quên. Thật ra, với hoàn cảnh góa bụa, Ngoại tôi đã sống không phải dễ dàng. Đời người ai cũng phải trải qua thăng trầm, khi thảnh thơi an nhàn, khi cực nhọc lo toan. Ai cũng có lúc được người chung quanh thông cảm hay bị ức hiếp chèn ép, nhưng Ngoại tôi tha thứ tất cả lầm lỗi của những người đã đối xử khắc nghiệt với Bà. Trong hồi ức, từ lúc nhỏ tôi thường quanh quẩn bên Ngoại, lúc nhổ tóc bạc, lúc theo Bà xuống bếp. Nhưng tôi chưa bao giờ nghe Ngoại kể những chuyện không vui của Bà với người khác. Ngoại đã dạy cho tôi tình thương và luôn nhìn mọi người ở khía cạnh tốt nhất.

Con thuyền hồi ức của tôi vẫn bồng bềnh trôi. Lần này, cả Mẹ tôi và Dì, các Cậu tôi lên thuyền. Mọi người nói: *"Má mình thiệt rất thông minh, sáng dạ. Phải chi Ông Ngoại cho Má đi học, chắc Má giỏi lắm! Má buôn bán, tiền bạc tính đâu ra đó. Những người buôn bán chung, tin cậy, giao tiền cho má giữ"*. Dì tôi kể, thời Dì còn nhỏ, con gái đã đến học ở trường làng, nhưng hay lên tỉnh hay Sài Gòn học thì ít lắm. Vậy mà Ngoại cho Mẹ và Dì tôi đi học ở tỉnh, rồi ở Sài Gòn. Mẹ tôi nhắc lại với các Cậu: *"Hồi tụi bây đi làm, đi lính gởi tiền cho Má. Của đứa nào thì Má gói riêng ra, lấy hình đứa đó dán bên ngoài"*. Khi thời cuộc biến đổi, các Cậu của tôi từ những sĩ quan, trở thành những người tù. Ngoại tôi lặn lội thăm nuôi. Tôi nhớ hoài hình ảnh của Ngoại cặm cụi gỡ xương cá, rồi Bà đem cái bếp dầu xuống đất và Bà ngồi trên ghế nhỏ trước bếp dầu. Một tay bà vịn quai chảo, một tay đảo liên tục trong chảo để làm món cá chà bông. Những ban trưa vắng lặng, trong bếp có tiếng lộp độp, là lúc Ngoại giã tôm khô rồi rang với sả xắt khoanh mỏng. Ngoại nói mấy Cậu ở trong đó, đâu có cái gì để ăn …

Ngoại tôi làm bánh bò hấp, bánh đúc thì nổi tiếng trong xóm. Mỗi lần làm, Ngoại làm nhiều, cho con cháu ăn và đem biếu chòm xóm nữa! Nhắc đến thức ăn, con thuyền hồi ức của tôi chứa đầy nhóc một đàn cháu ngoại, cháu nội của Bà. Mấy anh chị em nhao nhao kể những món ăn ngày xửa ngày xưa Ngoại nấu. Món canh kiểm lờ lợ nước dừa, món cá lóc

THUY-TIEN NHAN

DipEd, Bsocialwork, LLB

Barrister & Solicitor

Luật sư Nhan Thuỷ-Tiên

Hân hạnh phục vụ Quý Đồng Hương với tất cả nhiệt tình, đầy lương tâm chức nghiệp và giá cả phải chăng.
Trong các lãnh vực: Luật Gia đình, mua bán, sang nhượng điền sản, cơ sở thương mại, lập và làm hồ sơ chia di chúc.

Xin liên lạc 0421 045 248 để hẹn trước

L.S Nhan Thuỷ-Tiên nói được cả tiếng Hoa.

Mobile: 0421 045 248

thuytien3@optusnet.com.au

kho tiêu, món canh đậu bắp nấu tôm khô… Tôi vẫn thèm được ăn một chén cơm với tép rang muối ớt của Ngoại, chan thêm canh chuối sứ. Món canh này chỉ là chuối sứ xắt khoanh, bỏ vô nồi nước sôi rồi nêm muối đường, nhưng nếu ăn với tép rang muối ớt thì tuyệt vời! Hôm nào đi chợ, gặp người dưới quê bán tép tươi thì Ngoại tôi mua hết mớ tép đó. Những con tép cỡ ngón tay còn sống, nhảy loi choi trong rổ. Sau khi lắc cái rổ tép dưới vòi nước lạnh, Ngoại cho vào nồi, bên dưới có một nhúm muối ớt, rồi đậy kín, chèn thêm tấm thớt trên nắp nồi. Tôi ngồi cạnh bếp, lắng nghe âm thanh lột sột trong nồi… Và chờ đến lúc được cầm con tép đỏ au, rồi… cắn một cái, nguyên con tép nằm trong miệng, chỉ còn trên tay cái chót đầu của con tép với cặp mắt và hai cọng râu. Vị ngọt tươi của tép, mặn mặn cay cay… ngon lắm! Bây giờ, mua tép về làm, tôi không tìm được hương vị đó. Có lẽ, bây giờ không mua được tép còn sống nhảy loi choi hay có lẽ, món ăn đó không còn Ngoại tôi. Thằng em thì nhắc chuyện trước khi đi vượt biên, sợ ra nước ngoài không có xoài ăn, Ngoại mua một giỏ xoài chín, cho mỗi người trong nhà một trái. Chị tôi tiếp lời, qua Úc rồi, thấy nhiều xoài. Ngoại lại mua cho mỗi đứa một thùng. Em gái tôi thì thẩn thờ, khi nhìn trong shop có bán vú sữa. Nó nhớ lúc Ngoại sắp mất, thèm ăn, nhưng vào mười mấy năm trước, chúng tôi đã kiếm khắp các shop ở Melbourne cũng không có một trái vú sữa nào.

Nhiều người thường nói gia đình tôi có phước lắm, khi đi vượt biên an toàn cả mười mấy người. Bây giờ, phải dùng chữ *"gia tộc"*, vì đã trở thành một đại gia đình hơn bốn mươi người, sống gần nhau và luôn quan tâm giúp đỡ nhau. Cậu tôi nói phước đó là nhờ đức của Ngoại tôi. Bà đã dạy dỗ con cháu bằng cả cuộc đời không bon chen tranh giành và bằng chính những việc làm rất đơn giản. Mẹ tôi kể, khi mới qua Úc, mọi người trong nhà nghèo lắm, ai cũng cắm đầu cày và cặm cụi để dành tiền mua nhà. Khi thấy Ngoại gởi quà về Việt Nam, Mẹ tôi nói: *"Má gởi cho người nghèo hơn mình, chớ Má gởi cho Cậu Ba chi, nhà Cậu ấy khá giả"*. Lúc đó, Ngoại tôi nói rằng: *"Má gởi chút quà cho anh em của Má, là tấm lòng Má thương anh em. Má làm chuyện này, để tụi con và các con của tụi con thương nhau như vậy"*. Ngoại tôi là thế đó!

Năm xưa Ông Cố tôi muốn con người ta là ngọc ngà châu báu, nên đặt tên cho con gái là Ngọc. Không ngờ vì một lỗi chính tả, Ngoại tôi mang tên Ngọt, một cái tên chân chất hiền lành như bản tính của Bà. Trăng rằm mười lăm thì tròn vằng vặc, sáng lồ lộ. Còn vầng trăng mười bốn mang ánh sáng dịu dàng ngọt ngào như một viên ngọc quý còn nguyên sơ tiềm ẩn.

Vầng trăng mười bốn!

Ngoại tôi !

Thúy Lan

Chương Trình Hỗ Trợ Tù Nhân Gốc Việt

Miễn Phí. Kín Đáo. Tận Tâm.

"Khôn ba năm, dại một giờ" và "Cái khó nó bó cái khôn" là hai câu tục ngữ đúng nhất để giải thích tại sao mỗi năm có trên 300 người Việt bị giam trong các trại cải huấn tại Victoria.

Hội Phụ Nữ Việt Úc là một tổ chức vô vị lợi, cung cấp rất nhiều dịch vụ cho cộng đồng, đặc biệt là những người cô thế, kể cả các tù nhân trong các trại cải huấn.

Hãy liên lạc với anh Đoàn Hồng Hải, nhân viên Hỗ Trợ Tù Nhân của Hội nếu quí vị:

- Có thân nhân đột nhiên biến mất - có cơ hội là họ có thể đang bị tạm giam;
- Biết thân nhân của mình đang bị giam tại một trung tâm cải huấn tại Victoria;

Chúng tôi có thể:

- Thăm viếng, tư vấn, hỗ trợ, giúp bênh vực, nối kết các dịch vụ cho tù nhân gốc Việt;
- Giúp liên lạc với thân nhân của tù nhân trên khắp thế giới;
- Cho thông tin, hướng dẫn thân nhân đối diện với cảnh có thân nhân bị giam
- Hỗ trợ những người được ân xá có điều kiện hoặc thi hành các án bên ngoài cộng đồng vùng miền Bắc và miền Tây Melbourne.

Hội cũng tổ chức quyên góp tài chính để giúp tổ chức Tết Nguyên Đán và Tết Trung Thu trong các trại cải huấn như:

- Barwon
- Dame Phyllis Frost Centre (tù nữ)
- Marngoneet
- Melbourne Assessment Prison
- Metropolitan Remand Centre
- Port Phillip Prison
- Tarrengower (tù nữ)

Ngoài việc giúp các tù nhân Á Châu có dịp "về nguồn" qua các món ẩm thực Việt Nam, các buổi họp mặt truyền thống này còn giúp người Úc và các sắc dân khác thấy được tình đoàn kết, thương yêu, đùm bọc lẫn nhau của cộng đồng người Việt chúng ta, đồng thời cũng giúp các tù nhân gốc Việt cảm nhận được lòng nhân ái và vị tha của những người đồng hương.

Mọi thắc mắc hoặc đóng góp tài chính,
Xin quí vị vui lòng liên lạc với anh Hải **0405 044 556**,
Trụ sở Richmond **9428 9078**, Văn phòng Braybrook **9396 1922**,
văn phòng Springvale **9546 2699** hoặc trang mạng **http://avwa.org.au**

Nếu quí vị muốn đóng góp bằng cách chuyển thẳng, xin gọi hoặc nhắn tin anh Hải 0405 044 556 để có chi tiết trương mục ngân hàng của Hội.

Hôm rồi thảnh thơi một chút, hai vợ chồng có dịp ngồi uống trà với nhau ở sau vườn. Nói chuyện loanh quanh mọi thứ trên đời, rồi quay về với những chuyện không vui từng xảy ra trong thời gian qua. Nửa nói đùa, nửa muốn chọc tức, vợ tôi nói móc:

- Thôi anh đừng làm tài lanh nữa, không biết có giúp được người hay không, nhưng lại tự chuốc cái phiền vào thân và rồi vào cả gia đình.

Tôi cảm thấy hơi bực mình, nhưng cũng may người đang trong trạng thái vui vẻ nên kiềm chế được nỗi bực bội. Vị chát của trà trên đầu lưỡi khiến tôi liên tưởng đến những chuyện đã xảy ra. Tôi không đi thẳng vào vấn đề mà bắt qua một chuyện hoàn toàn khác.

Anh đọc Báo Giác Ngộ của Chùa Viễn Giác đăng trên mạng, anh rất thích những biểu tượng của cây hoa sen được diễn giải rất hay, mà anh thấy có đôi ba nét trùng hợp với cách lý giải thần học bên Thiên Chúa Giáo.

- Sao nói chưa hết câu chuyện mà anh đã bắt qua chuyện khác?

Thì em cứ để anh nói hết đã nào!

Vừa nói tôi vừa vẫy tay chỉ vô miệng, làm dấu như chưa mời mà đã nhảy ngay vô miệng người ta ngồi rồi.

Vợ tôi cười nhẹ, rồi châm thêm trà vào ly cho tôi. Hơi nóng trong ly trà bốc lên như những sợi tơ trời óng vàng dưới nắng âm ban mai, chợt vụt cuốn mất theo hướng vợ tôi bỏ bình trà xuống. Tôi không uống ngay, vì khi trà mới rót ra ly còn rất nóng, uống liền sẽ không cảm được vị và hương trà. Tôi thong thả đi vào câu chuyện.

Có lẽ nhiều người biết đến biểu tượng không nhiễm của hoa sen trong Phật giáo, vì ai cũng biết đến câu "gần bùn mà chẳng hôi tanh mùi bùn". Dù sen mọc trong bùn, nhưng vẫn vươn mình lên khỏi mặt nước để nở hoa, tỏa hương thơm dịu dàng cho nhân thế. Thực tế là khi người ta hái hoa sen, họ khỏi cần rửa, vì đọt sen không bao giờ dính bùn nhơ. Điểm này, nói lên cái ý nghĩa sâu xa, đoá sen như biểu tượng của các chư Phật Bồ Tát không bị cấu nhiễm. Chư Phật Bồ Tát không phải là những siêu nhân từ cõi khác, giả làm con người. Các Ngài là con người thật sự như chúng ta. Các Ngài đã đến và sinh hoạt trong cõi đời này như chúng ta, nhưng các Ngài không bị cấu nhiễm. Hay như người Thiên Chúa giáo, họ xác tín rằng "môn đệ của Chúa là người ở trong thế gian nhưng không thuộc về thế gian" (Ga 15,18-25), và con người chúng ta được tạo dựng nên theo hình ảnh của Đức Chúa Trời (St. 1, 26-31), Đấng là nguồn cuội của mọi sự thánh thiện. Biểu tượng tiêu biểu không bị cấu nhiễm của hoa sen, một ẩn dụ cho mỗi người chúng ta là hình ảnh của Đức Chúa Trời, là ai ai cũng sẵn có Phật tánh mà Phật tánh hay hình ảnh của Đức Chúa Trời vốn không cấu nhiễm, để chúng ta như hoa sen cố vươn mình lên khỏi mặt nước để nở hoa, tỏa hương thơm dịu dàng cho nhân thế.

Tôi ngừng một lát, để uống một ngụm trà như ngấm giọng rồi nói tiếp:

Nếu chú ý đến chỗ sen mọc, thì nơi đó nước không bao giờ đục. Đó là tính trừng thanh hay lóng trong. Hễ mọc nơi nào thì sen làm cho nước đục nơi đó lóng trong. Đã không nhiễm mà lại còn biến cải hoàn cảnh chung quanh mình thì hoa sen là biểu tượng có thể ví đức tánh cảm hóa mà ta có thể thấy ở Đức Giêu-su, Đức Phật, các Thánh Nhân hay các chư Phật Bồ Tát.

Trong các hạt giống, có thể nói, hạt sen có khả năng duy trì mầm sống lâu nhất trong môi trường ẩm thấp. Sự phát triển của sen là cả một sự kiên nhẫn và đầy cố gắng. Nó phải vượt qua ba lớp: bùn, nước và một khoảng không trên mặt nước: Vượt lên hư không, rồi mới trổ hoa. Có thể ví hột sen như hột giống Bồ đề của ta, một khi đã gieo vào tâm thức thì không bao giờ mất hay hư hoại. Nó sẽ nảy nở nếu có đủ điều kiện về nhân duyên; ví bằng không gặp hoàn cảnh thuận tiện do ác nghiệp gây ra làm trở ngại thì nó vẫn nằm đó chớ không hề bị hư úng. Đến khi gặp đủ nhân duyên, hột sen tự phá lấy lớp vỏ cứng và cố gắng

Chương Trình Sinh Hoạt Cao Niên (PAGS)

Chương trình sinh hoạt PAGs của Hội Phụ Nữ Việt Úc được tổ chức mỗi tuần cho các bác cao niên già yếu, những người dưới 65 tuổi đang lãnh tiền bệnh và người chăm sóc đang sống ở các vùng phía Bắc và phía Tây Melbourne tới tham dự. Chương trình rất đa dạng, phong phú và được điều hành bởi các nhân viên và thiện nguyện viên được đào tạo kỹ càng.

Các sinh hoạt gồm có:

- Tập thể dục/Tai Chi
- Làm thủ công mỹ thuật, vẽ, đan móc, nấu ăn
- Đọc sách báo, ca múa, nghe nhạc, đánh cờ
- Hội thảo về y tế, xã hội, văn hoá
- Thảo luận về đời sống xưa & nay
- Du ngoạn, tham quan ngắn trong ngày
- Tổ chức sinh nhật, lễ tết, lễ hội trong trung tâm
- Bữa ăn trưa Việt Nam
- Đưa đón tận nhà (tuỳ theo sức khoẻ khi thẩm định và xe có chỗ hay không)
- Trợ giúp cá nhân khi tham gia nhóm
- Tư vấn và giới thiệu tới các dịch vụ chăm sóc cần thiết

Các Nhóm Sinh Hoạt Cao Niên bao gồm:

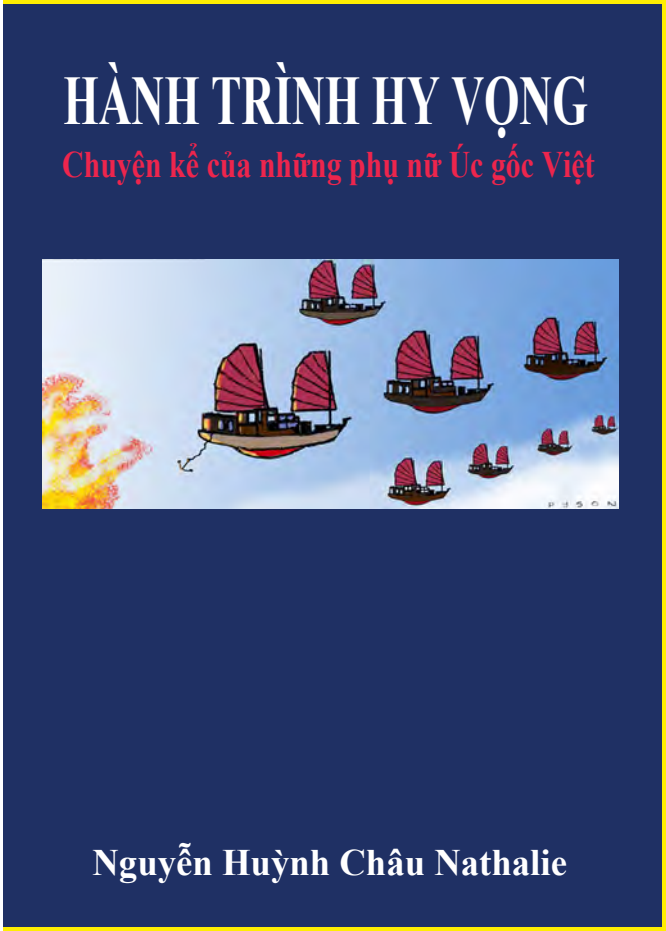
Sunshine:	**Thứ Hai**	**82 Phoenix St, Sunshine**
St Albans:	**Thứ Tư**	**69 Grantham Pde, St Albans**
Maidstone:	**Thứ Sáu**	**21 Yardley St, Maidstone**
West Footscray:	**Thứ Ba**	**RecWest: Cnr. Essex St và Market St, West Footscray**
Richmond:	**Thứ Năm**	**30-32 Lennox St, Richmond**
Thomastown:	**Thứ Hai**	**52 Main St, Thomastown**
Lalor:	**Thứ Ba**	**47A French Street, Lalor**

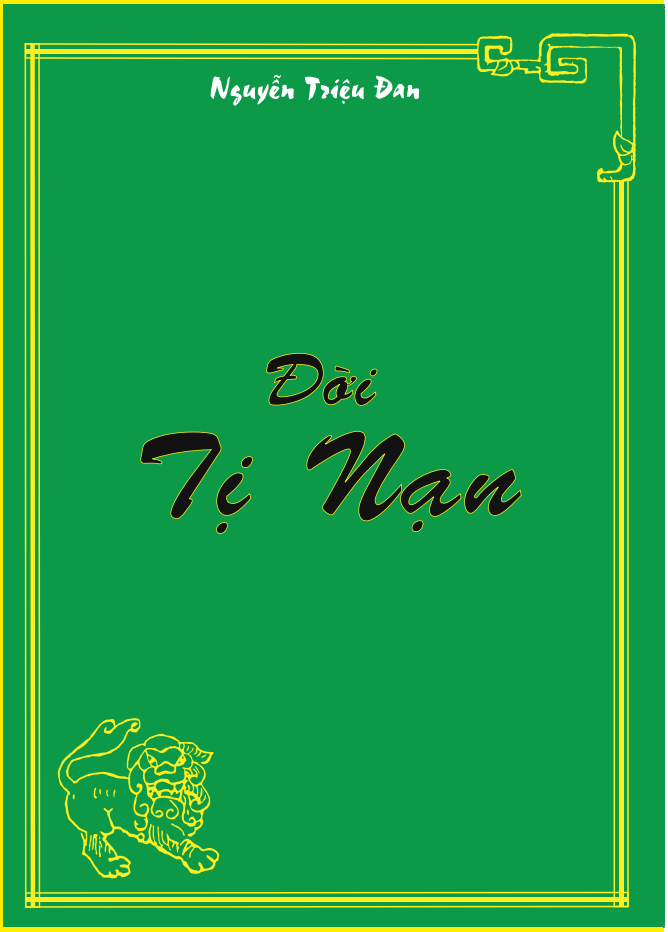
Muốn biết thêm chi tiết và ghi danh tham gia xin liên lạc điện thoại:

9428 9078 / 9396 1922

văn phòng Hội Phụ Nữ Việt Úc

43 NĂM NGƯỜI VIỆT ĐỊNH CƯ TẠI ÚC





Hành Trình Hy Vọng

Cuốn sách cho thấy ký ức của các phụ nữ về cuộc sống ở Việt Nam trong thời Pháp thuộc và sau đó, qua suốt cuộc chiến với những hậu quả của nó, và những gì đã khích động họ rời bỏ quê hương, thực hiện những chuyến đi nguy hiểm tìm tự do -- một hành trình hy vọng sau cùng đưa họ tới cuộc sống mới ở Úc đại lợi.

Về kinh nghiệm định cư tại Úc, Tiến sĩ Nguyễn Triệu Đan cho biết:

"Bước vào giai đoạn kiếm công ăn việc làm, tôi đã đụng chạm vào thực tế nơi mình tới và gặp các chông gai trở ngại. Mấy năm cực nhọc mới qua nổi. Ở nước Úc, chặng đầu gian nan có thể coi như một cửa ải chắn đường người mới tới. Phải chịu đi những bước nhẫn nhục và qua một thời gian thử thách gay go cửa ải mới mở ra cho mình vào...".

Sách có bán tại Văn phòng Hội Phụ Nữ Việt Úc

30-32 Lennox St, North Richmond Vic 3121 — **Điện thoại (03) 9428 9078**
7/6-12, South Road, Braybrook Vic 3019 — **Điện thoại (03) 9396 1922**
19/134, Springvale Road, Springvale Vic 3171 — **Điện thoại (03) 9546 2699**

không ngừng vượt lên. Mọc trong bùn đất hôi tanh nhưng nó không hề bị ô nhiễm, cố vượt cho ra khỏi lớp bùn để chui lên trong nước, càng vượt lên càng hoán cải hoàn cảnh chung quanh mình, biến lớp nước vẩn đục trở nên trong trẻo. Như Đức Giêu-su, Đức Phật, các Thánh Nhân hay các chư Phật Bồ Tát đã đến trong thế gian này để hoán cải, để " ý Cha thể hiện dưới đất cũng như trên trời" (Mt 6, 9-13).

Vợ tôi uống một ngụm trà, không nuốt hẳn mà nhâm nhi dường như để tận hưởng các hương vị thấm dần trong miệng. Đôi mắt đăm chiêu nhìn xa vời như muốn tìm bắt ý tưởng của tôi.

Tuy sen trồi lên khá cao trên mặt nước, nhưng ruột của đọt sen thì trống rỗng. Điểm nầy để nói lên một ý nghĩa rất sâu sắc của tâm hỷ xả. Hỷ xả là hai hạnh lành, có hai nghĩa, hai phạm vi, nhưng thường người ta hay nói chung với nhau, vì chúng nó có tương quan mật thiết, làm nhân làm quả cho nhau. Trong một tầng bậc thấp thì xả làm nhân cho hỷ, nghĩa là muốn vui theo với người, muốn làm cho người vui, thì trước tiên mình phải đừng chấp, phải xả bỏ những điều ngang trái, những điều thiệt thòi sỉ nhục mà người khác đã làm cho ta.

Nếu ta chưa có thể bỏ qua những điều ấy được thì không thể nào ta vui được và làm cho người khác vui được. Nếu đem so sánh với tánh nhẫn nhục thì Hỷ xả còn cao hơn một bậc. Tánh nhẫn nhục làm cho ta không phát ra nóng giận, bực tức, làm cho ta có sức chịu đựng những khổ nhục, đau xót ở đời; nó cản ngăn cái xấu không cho phát ra. Còn tánh Hỷ xả làm cho lòng ta nhẹ nhàng thư thái, phát ra cái vui tự nhiên trong sáng. Nhẫn nhục như người đang gánh một gánh nặng, phải luôn luôn cố gắng đi cho đến đích. Hỷ xả như người đã trút được gánh nặng, thân xác nhẹ nhàng, tâm hồn khoan khoái, vui vẻ, không bận tâm về một điều gì nữa. Nhẫn nhục như người điều phục voi dữ, luôn luôn phải đề phòng, lao tâm khổ trí, để cho nó khỏi phá phách. Hỷ xả như người cỡi ngựa nay đã thuần, có thể thảnh thơi ngao du đây đó, mà không cần chú ý đến con vật mình đang cỡi.

Trong đạo Thiên Chúa, chúng ta có thể thấy được hai hạnh lành này ở Tin Mừng mà thánh sử Luca đã viết: "hãy yêu kẻ thù và làm ơn cho kẻ ghét anh em, hãy chúc lành cho kẻ nguyền rủa anh em và cầu nguyện cho kẻ vu khống anh em. Ai vả anh má bên này, thì hãy giơ cả má bên kia nữa. Ai đoạt áo ngoài của anh, thì cũng đừng cản nó lấy áo trong. Ai xin, thì hãy cho, ai lấy cái gì của anh, thì đừng đòi lại. Đừng xét đoán, thì các con sẽ khỏi bị xét đoán; đừng kết án, thì các con khỏi bị kết án. Hãy tha thứ, thì các con sẽ được tha thứ" (Lc 6, 27-38). Một lần nữa Ngài nhắc nhở chúng ta: "các con hãy ở nhân từ như Cha các con là Đấng nhân từ" (Lc 6, 36).

Có lẽ em cũng như anh, tôi thong thả trở lại câu chuyện gốc của vấn đề sau khi uống xong một tuần nước trà:

Việc giúp đỡ những người xung quanh là những hành động tốt, là tình yêu thương, là tâm Phật mà mỗi người chúng ta đều có; là hình ảnh của Đức Chúa Trời mà chúng ta được tạo dựng nên. Cái giá trị đó là những gì mình được lãnh hội, luôn trân trọng và muốn truyền lại cho con cái chúng mình sau này. Những gương lành đó như hột giống Bồ Đề mà mình muốn gieo vào tâm thức chúng, hy vọng nó sẽ nảy nở khi có đủ điều kiện về nhân duyên. Và cũng vì chưa đủ điều kiện về nhân duyên, người đời vẫn luôn tìm "động cơ" của những việc tốt chúng mình đã làm, để biện minh cho sự khác biệt về suy nghĩ và hành động của họ. Đừng bận tâm về chuyện này. Mình giúp người là tình yêu thương, là muốn làm cho họ vui, vì muốn tạo điều kiện cho họ có được cuộc sống tốt lành hơn. Như lối diễn giải của Nhà Phật hay của Đạo Thiên Chúa, thì trước tiên mình phải đừng chấp, phải xả bỏ những điều ngang trái, những điều thiệt thòi sỉ nhục mà người khác đã làm cho ta. Nếu ta chưa có thể bỏ qua những điều ấy được thì không thể nào ta vui được và làm cho người khác vui được. Anh tội nghiệp cho họ thì đúng hơn, vì họ đã không có duyên để cảm nhận được những bài học nhân bản trong tình tương thân tương ái như anh và em đã cảm nhận được trong cuộc sống. Hãy cảm tạ Trời, Phật đã ban cho chúng mình có duyên gặp được những quý nhân trong đời và họ đã cho chúng ta những bài học quý giá ấy. Trong những lời Kinh anh chiêm nghiệm rằng, Trời, Phật không ở đâu xa xôi, Ngài ở ngay giữa chúng ta vì "Đâu có tình yêu thương, ở đấy có Đức Chúa Trời".

Phạm Văn Lộc

Mười bảy ngỡ như ngày hôm qua

Trung độc hành trên con phố khuya. Gió dắt người đi. Nụ trăng vừa nhú, gió vờn đong đưa. Trung, hai mươi bảy tuổi, rời khỏi nhà, trầm mình vào đêm. Hai mươi bảy tuổi, xã hội rù rì sau lưng như đấm vào tai anh, *"Giời ạ, đàn ông gì mà sợ vợ ra mặt, nhìn thành công hào nhoáng thế chứ thực ra do ông già vợ nâng đỡ thôi!"*.

Cú đêm ọ ọe. Cú đêm gầm gừ. Cành cây khô răng rắc, những cánh dơi chao liệng. Sương rơi trên những sợi cỏ non, nhọn hoắc, đòi đâm toạc bụng trời. Có lẽ trời đau thật, tuôn từng dòng máu đen xuống mặt đất, tanh tanh, ngập ngụa. Trung thở dài, tiếng thở dài thách thức bọn cú đêm. Đàn dơi tíu tít, rủ nhau dự đại tiệc, bỏ mặc Trung giữa không gian đặc quánh tiếng cú. Cú sẽ nói, *"Này anh kia, sao tối đến còn tranh giành đời sống riêng tư của chúng tôi? Về với văn minh của anh đi!"*.

Trung ngồi bệt xuống hè, nhìn trăng mà than thở. Nhưng trăng xa quá đâu nghe thấu lời Trung. Cú đêm gầm gừ đáp trả, *"con người sống chật vật quá, thế mà cũng tự hào hai tiếng tình người!"*. Hai mươi bảy tuổi, Trung đau đớn nhận ra, cuộc đời này tàn ác quá. Bố vợ vừa mắng trận lôi đình vì một chút sơ sẩy đã làm thất thoát bạc triệu của cơ quan. Cô vợ thơm tho, quần là áo lượt thì cứ than vãn, *"sao anh không còn âu yếm em như ngày mới cưới? Anh đang quen với con điếm nào tươi mơn mởn hơn em? Thứ đường chợ rác rến!"* Trung thở dài thầm trách, người nhà mà còn không hiểu cho nhau, thương yêu nhau thì người dưng còn tàn ác cỡ nào? Thằng cấp dưới cứ giả vờ nịnh nọt trước mặt, chứ sau lưng nó bĩu môi, đồn ầm lên, Trung nuôi gái, nuốt tiền cơ quan… Chỉ bấy nhiêu đó thôi, cũng đủ khiến Trung phải trốn khỏi nhà lúc nửa đêm, ngâm mình vào chốn tối tăm chỉ có gió và cú.

Gió thều thào những lời vô nghĩa. Đàn dơi dự tiệc trở về, nhếch mép, *"Vẫn còn ngồi đó à, sợ về nhà vợ cằn nhằn à?"*.

Sương ngày một dầy, u ám, se lạnh. Trung chợt nhận ra, mình ngồi cạnh cái miếu hoang từ lúc nào. Cái miếu thân quen năm ấy. Miếu vẫn còn đó, trơ trơ, rêu trên mái cũng dầy hơn. Dáng đứng đã hao gầy hơn xưa. Rồi lòng Trung bừng sáng. Trung nhớ lại cái tuổi mười bảy. Than ôi, cái tuổi mười bảy tươi đẹp ấy đã vụt qua tự bao giờ, Trung không thể níu giữ. Mười năm mà ngỡ như ngày hôm qua.

Cái buổi trưa nắng gắt, dưới tán bạch dương dịu dàng, Trung ngắm nhìn những giọt lệ ngọc ngà của Bích, *"Thôi đừng khóc nữa, anh sẽ học tốt và có việc làm thật tốt, tương lai đôi ta…"*

"Em chỉ sợ mai này sang giàu, anh tham phú, phụ bần."

"Bích, mai này dù có thành công hay thất bại anh vẫn mãi yêu em, tìm về với em"

Họ tản bộ trên con hè vắng. Bích thôi sụt sùi, ánh mắt ngời sáng, *"Hai ta hãy thề nguyền chờ đợi nhau đi, tại ngôi miếu này!"*. *"Em không tin anh sao?"*. Trung ngước mắt nhìn: một ngôi miếu cũ kỹ, cánh cửa gỗ khóc ré lên khi anh đẩy nhẹ, bước vào. Không một nén hương, không một người giữ miếu. Ngôi miếu bị bỏ hoang từ bao giờ? Trung quỳ gối, nhìn lên bức tượng bụi và rêu phủ đầy. Bích khấn nguyện, rồi ngước lên nhìn tượng Mẫu, *"Mẹ ơi, Mẹ hãy thương những người phụ nữ thiệt thòi trong tình yêu như con…"*.

Trăng tròn, những mảnh rơi loảng xoảng trên nền đất, trăm mảnh tan tành có ai thèm nhặt nhạnh. Cú cười cợt, "*Đấy, trăng rơi rớt xuống đây nghe anh than vãn rồi đấy"*. Trung nhìn quanh, nhận ra cây bạch dương nơi góc đường đã khô héo rồi. Gió quật mạnh, những cành khô răng rắc, cú mèo xù lông, rũ rượi. Trung rờn rợn khi nhìn vào đôi mắt sáng quắc của con cú già.

Trăng rơi trong sân miếu. Trung đứng dậy, đẩy cửa bước vào. Cánh cửa khóc ré lên, vừa tức tối, vừa oán trách, dỗi hờn. Miếu không còn bị bỏ hoang. Ai đó đã thắp hương. Từng sợi khói ngát thơm. Trung khom lưng nhặt từng mảnh trăng, ôm chúng vào lòng. Anh ngồi bệt xuống nền đất. Tượng Mẫu sạch bụi, gió luồn lách, hát điệu hát ai oán tình sầu.

Mười năm trước, sau lời thề nguyền, Bích đã trao đời mình cho Trung, trong ngôi miếu này. Nắng bứt rứt, Trung ngậm đầu vú ngọt ngào của Bích; dòng sữa trinh nữ cuộn trào. Bích cong lưng, Trung thỏ thẻ những lời yêu vụng dại… Sau cơn mê man, Trung không quên lời hứa hẹn, "*Hãy đợi anh, anh sẽ quay về và cưới em"*. Và thế là Trung rời đi khi vũng máu trên nền hãy còn ấm.

Mười năm sau, Trung đã quay về. Ôi, mười bảy ngỡ như ngày hôm qua. Bích đã sống ra sao suốt mười năm? Trung đã quên Bích suốt mười năm. Bích còn nhớ lời hẹn buổi trưa ấy? Trung nghĩ ngợi và lo sợ, tự tay đánh rơi những mảnh trăng, loảng xoảng. Trăng vỡ tan tành rồi. Trung nhận ra mình là thằng tồi, là thằng tham phú phụ bần.

Có tiếng trở mình tỉnh giấc, tiếng guốc lộc cộc bước ra, một người đàn bà phủ đầy bóng tối. Người đàn bà đưa ngọn nến ra phía trước mặt. Trung và Bích. Khuôn mặt Trung dầy gió dạn sương, mấy phen va vấp trên đường đời. Bích cười, nụ cười sáng như trăng rằm, *"Em biết anh sẽ trở về…"*. Nghe lại cái giọng nói dịu dàng như thời trinh nữ ấy, Trung bỗng nghe đau dữ dội. Bích vẫn còn đây, vẫn là của Trung. Còn Trung thì đã bán mình cho kim tiền.

Họ ngồi dưới chân tượng Mẫu, Trung ước gì được trở lại mười năm về trước, trở lại cái tuổi mười bảy dại khờ ấy. Ôi, mười bảy ngỡ như ngày hôm qua, *"Anh trót nợ em một đời, không riêng gì tuổi mười bảy!"*.

Thi Phú

Melbourne tháng 12

Melbourne tháng 12. Trên đường phố có những biểu tượng Merry Christmas. Nơi thì gắn dây kim tuyến xanh xanh, đỏ đỏ kết lại thành hai quả chuông, nơi khác kết hình ông già Noel. Ở trước thư viện nọ, có ba gói quà to bằng chiếc xe hơi. Trong các shop là những cây Noel cao, có đèn màu chớp chớp. Những ngày cuối tuần, người người đổ về các shop đông đúc. Trong carpark, vài chiếc xe cứ đảo vòng vòng để tìm chỗ đậu. Rộn rang tiếng nhạc đón Giáng Sinh. Rộn rang người qua kẻ lại tấp nập.

Melbourne tháng 12 là những ngày chạy hàng cuối năm của các hãng xưởng. Khoảng mười năm trở về trước là thời *"hoàng kim"* của công nhân xứ Úc. Đợt hàng cuối năm. Có lúc bắt đầu từ giữa tháng 11 đến ngày 22 tháng 12. Dù tăng giờ làm, nhưng tiền *overtime* cũng khiến mọi cơn mệt mỏi tan biến. Lúc đó, tôi đã làm từ bảy giờ sáng đến mười giờ tối mỗi ngày trong đợt hàng cuối năm. Chắc chắn tiền làm thêm cũng hai ngàn, xem như tôi có tiền… ăn tết và sắm sửa cho con tôi tựu trường sang năm. Những năm đó, làm nhiều giờ nhưng ra shop vui lắm. Mọi người dạo qua dạo lại, chọn nhiều món quà để mua. Tôi cũng bắt chước người Úc, mua nhiều thứ gói lại để tặng nhau, như người Việt biếu quà tết. Bây giờ, không có *overtime*, thậm chí… không có job để làm. Ai có job, phải cố gắng làm để không bị mất việc. Nhiều sinh viên tốt nghiệp đại học không tìm được job. Tôi nghe ở một công ty kia có hơn 8 ngàn người xin việc, mà chỉ chọn 150 người vào phỏng vấn. Sau đó chỉ lấy 60 người thử việc trong 3 tháng, và cuối cùng chọn 15 người. Một nơi khác, chỉ cần 1 người tài xế, mà có gần 10 ngàn đơn xin. Vẻ mệt mỏi hình như khắc sâu hơn trên mặt những người thợ. Họ không đau lưng, nhức tay… mà đau đầu vì bài toán chi tiêu trong gia đình. Một người thợ trẻ trong hãng tôi hiện còn đang thuê nhà, nên không mua bảo hiểm sức khỏe. Khi cô ấy nhổ hai cái răng, phải trả hơn tám trăm đô. Một người thợ khác, còn trả góp tiền nhà. Cô ta mong tiền làm thêm, để gởi về nước cho mẹ, và để sắm sửa các thứ cho con gái đi học. Có lẽ vì vậy, trong các shop chỉ *"rộn ràng người qua kẻ lại"* chứ không phải rộn ràng người mua kẻ bán. Và trong hãng, mọi người chỉ gửi nhau tấm thiệp cùng vài viên kẹo chocolate.

Melbourne Tháng 12… tôi không bị mất job, cũng không lo lắng tiền bạc nhưng trong nhà có người nằm viện, nên tôi không có thời gian. Tôi vội vàng đến shop, chỉ mua thức ăn về nấu nướng và ráng sức theo đợt hàng cuối năm trong hãng. Ở tuổi ngũ tuần và sức khỏe có hạn, tôi có cảm giác đang ì ạch leo dốc. Cuộc đời mình đã không nhắm đến đỉnh cao ngọn núi danh vọng nào. Nhưng ngọn đồi thấp của trách nhiệm cơ bản thì phải gắng sức vượt qua.

Melbourne tháng 12… tôi đang nhìn tờ lịch tháng cuối cùng. Thế là sắp hết 365 ngày! Xin gởi đến bạn bè phương xa lời chúc giáng sinh vui vẻ, đầm ấm bên gia đình.

MERRY CHRISTMAS!
MERRY CHRISTMAS!

Thúy Lan

Nóng giận là thuốc độc

Món thuốc độc: Ta vẫn thường hay uống.
Mà không hay: Thứ thuốc độc hàng ngày.
Là Nóng Giận: Hàng ngày ta nóng giận.
Ta uống vào: Thứ thuốc độc không hay.

Khi ta giận: Dạ dày sinh a xít.
A Xít là: Một chất độc cường toan.
Công dụng nó: là để làm tiêu hoá.
Nhưng nếu nhiều: Bao tử bị loét viêm.

Đau bao tử: Phần nhiều do nóng giận.
Nên đề phòng: Thì không được giận hờn.
Càng giận dữ: Thì càng đau bao tử.
Nên thương mình: Thì không được giận hờn.

Sự tức giận: Không hại riêng bao tử.
Mà rất nhiều: Nhiều nội tạng tổn thương.
Tim, Gan, Thận: Đều tổn thương vì Giận.
Mà thần kinh, bắp thịt: Cũng tổn thương.

Nên nóng giận: Thì Bạn thường mất ngủ.
Hệ quả là: rất nhiều bệnh kèm theo.
Khi nóng giận: Thì mất ăn, mất ngủ.
Nóng giận thì: mặt mũi cũng nhăn nheo!

Người nóng giận: Mặt mày trông méo mó.
Người an vui: mặt mũi mới dễ coi.
Nam hay Nữ: Giận đều trông cũng xấu.
Muốn ưa nhìn: Phải luôn giữ vui tươi.

Người nóng giận: tánh tình hay cáu gắt.
Nóng giận rồi: Lời nói hay bậy xằng.
Khi nóng giận: Nói năng thường sai quấy.
Nên giận hờn: Thì không được nói năng.

Người nóng giận: Thì thường hay gây sự.
Với người quen, người lạ: Thảy đều gây.
Nên gia đạo: Vẫn thường hay sóng gió.
Nên giận hờn: Quả thật tánh không hay.

Người nóng giận: Rất dễ gây thù oán.
Không ai ưa: Người có tánh giận hờn.
Ngay bè bạn: Cũng sợ mà xa lánh.
Cả người thân: Không thích tánh giận hờn.

Kẻ nóng giận: Nhiều người e, xa lánh.
Không ai ưa: gần gũi kẻ giận hờn.
Nên kết quả: kẻ giận hờn cô độc.
Tai hại ghê: cái tánh ý giận hờn.

Người nóng giận: Có rất nhiều kẻ địch.
Kẻ địch nhiều Đời sẽ gặp nguy nan.
Đời có bạn: Thì là đời có phúc.
Đời có thù: Không thể được bình an.

Cá nhân giận: Đã rất là tai hại.
Giận số đông: Nó sẽ hại vô cùng.
Đất nước giận: Sẽ rất là tai hại.
Giận tôn giáo: Sẽ tai hại vô cùng.

Giận một nước: Như Bắc Hàn Cộng Sản.
Nuôi hận thù: Quyết chế tạo đạn bom.
Vì thù hận: Cứ quyết tâm gây chiến.
Vì hận thù: Khiến thế giới bất an.

Vì thù hận: mà bọn người khủng bố.
Vẫn ngày đêm: Khủng bố, giết con người.
Còn thù hận: Thì còn thêm khủng bố.
Hết hận thù: Thì mới có bình yên.

Lòng thù hận: Không trị bằng súng đạn.
Mà phải bằng: Sự Giác Ngộ tinh thần.
Đạo Phật Giáo: Dạy Từ Bi, Hỉ xả.
Dạy Tình Thương: Đây là cái rất cần.

Sự nóng giận: Cũng giống như là lửa.
Còn Tình Thương: Như là nước tưới lên.
Dập tắt lửa: ta phải cần đến nước.
Nóng giận rồi: Ta cần có Tình Thương.

Nước ta tưới: là tinh thần Giác Ngộ.
Sự hận thù: Chỉ là thứ hại người.
Đời Thù hận: Là cuộc đời đau khổ.
Thù hận ai: Cũng chỉ khổ đau thôi.

Nói tóm lại: Bạn ơi! Đừng nóng giận.
Giận chuyện thường: Nhưng Giận chẳng ích gì.
Giận có hại: cho nên không nên giận.
Thay giận hờn: Bằng Đạo Đức, Từ Bi.

Thái Tấn Truyền

Đạo Vợ Chồng

Chồng với Vợ: buộc ràng bằng Mối Đạo.
Vợ với Chồng: là mối Đạo Đông Phương.
Chồng với Vợ: buộc ràng bằng vạn thứ.
Vợ với Chồng: kết chặt bởi Tình Thương.

Luật Thượng Đế: Con người cần Chồng Vợ.
Luật Nhân Gian: Con người có Vợ Chồng.
Luật Nhân Loại: Con người cần Chồng Vợ.
Luật Gia đình: ràng buộc nghĩa Vợ Chồng.

Chồng với Vợ: Sống chung cần Hạnh Phúc.
Hạnh Phúc cần: Chồng Vợ phải yêu thương.
Không yêu thương: thì không có hạnh phúc.
Muốn bền lâu: Phải cần có Tình Thương.

Với Tôn Giáo: Vợ Chồng là số phận.
Thượng Đế giao: Thì sẽ kết Vợ Chồng.
Không thể tránh: Nếu đã là duyên phận.
Có phận duyên: Thì sẽ kết Vợ Chồng.

Muốn Hạnh Phúc: phải Vợ Chồng xây dựng.
Không tự nhiên: có hạnh phúc Vợ Chồng.
Xây Hạnh Phúc: Có rất nhiều điều kiện.
Nhiều công trình: Mới Hạnh Phúc Vợ Chồng.

Chuyện Tình Yêu: Là một điều bắt buộc.
Không tình yêu: Không tình nghiã Vợ Chồng.
Yêu thương trước: Ngày xưa thường không có.
Thường sống chung: Rồi mới có yêu thương.

Nếu chung sống: mà không tình ân ái.
Thì Vợ Chồng: là gánh nặng của nhau.
Không tình ái: Vợ Chồng là khổ ải.
Không ưa nhau: Chồng Vợ chỉ khổ đau.

Khi bắt buộc: phải cùng nhau chung sống.
Muốn ôn hoà: Phải biết nhịn nhường nhau.
Không nhường nhịn: Gia đình là Địa ngục.
Không nhường nhau: không tránh khỏi khổ đau.

Chỉ nhường nhịn: thì vẫn còn chưa đủ.
Phải bao dung: Phải ngàn vạn bao dung.
Phải tha thứ : Phải ngàn lần tha thứ.
Phải yêu thương: Cố gắng để yêu thương.
Phải tôn trọng: Phải vô cùng tôn trọng.
Tôn trọng nhau: tuyệt đối tôn trọng nhau.
Từ cử chỉ: Cho đến từng lời nói.
Phải vô cùng: Chú ý tôn trọng nhau.

Chuyện khuyết điểm: Của Chồng hay của Vợ.
Ở trên đời: Khuyết điểm chuyện thông thường.
Không khuyết điểm: cái nầy là chuyện lạ.
Nên bỏ qua: Vì đó là chuyện thường.

Không tha thứ: không thể làm Chồng Vợ.
Luôn thứ tha: Luôn luôn phải khoan dung.
Hai người lạ: Có nhiều điều khác biệt.
Không thứ tha: Thì không thể sống chung.

Không nặng nhẹ: Luật bây giờ nghiêm cấm.
Nặng nhẹ nhau: Là phạm luật gia đình.
Nếu hành động: Thì lại càng nghiêm cấm.
Động tay chân: Phạm nặng luật gia đình.

Khi cãi vã: Thì tình yêu thương tổn.
Động tay chân: Thì càng khiến tổn thương.
Dù đánh nhẹ: Cũng vô cùng thương tổn.
Một vết thương: Tan nát cả tâm hồn.

Không so sánh: Vợ hay Chồng so sánh.
Thì lâm nguy: Có ngàn vạn lâm nguy.
Khi so sánh: Là dầu sôi, lửa đỏ.
Bao tình yêu: Cháy phỏng chẳng còn chi!

Lúc bệnh hoạn: Là khi cần nhau nhất.
Lúc ốm đau: Chồng Vợ rất cần nhau.
Đạo Của Chúa: bắt người ta thề nguyện.
Lúc ốm đau: Thề không được bỏ nhau.

Tình với nghĩa: Là cần khi hoạn nạn.
Lúc lâm nguy: Phải gánh vác cùng nhau.
Chồng với Vợ: Quan trọng là lúc khổ.
Vợ với Chồng: Tình nghĩa phải cùng nhau.

Lúc hoạn nạn: hay là khi giàu có.
Phải cùng nhau: Trong mọi cảnh, mọi tình.
Cùng hoạn nạn: Mới là Tình Chồng Vợ.
Cùng gian nan: Chồng Vợ mới là tình.

Thái Tấn Truyền

Tống cựu nghinh tân

Mèo đến nhà thì khó, chó đến nhà thì sang
Gâu, gâu, gâu
Mừng xuân Mậu Tuất
Mừng ngày xuân, nay vui thay
Bướm bướm hoa hoa tốt tươi
Khắp Cộng Đồng, mừng Tân Niên
Rất rất vui, rất vui mừng rất vui
Tấm lòng cung chúc, chúc nhau
Mừng vui rất vui
Cầu Thượng Đế ban phước ơn lành
Bình an, sống nay khỏe mạnh, tinh thần an vui
Rồi đây năm mới ta lại sinh hoạt
Học tập thể dục cùng nhau
Và ca hát cho đời dài lâu
Thọ, thọ, thọ
Chúc Mừng Năm Mới

Nguyễn Thị Linh
Nhóm PAG Richmond
(29-11-2017)

Sức khỏe là vàng

***Lý** do có sức khỏe*
***Bảo** nhau khắp tuổi già*
***Hiệp** nhau tập thể dục*
Hạnh phúc nơi mọi nhà

Bác Nguyễn Thị Linh
Tặng cô Lý Bảo Hiệp
Nhân viên Hội Phụ Nữ Việt Úc Richmond
Xuân Mậu Tuất- 2018

Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia

Trời mưa đất ướt cỏ lai sinh
Già cả tuổi cao bịnh khắp mình
Ăn uống cử kiêng, thêm thuốc bổ
Đỏ da, thắm thịt, mập thân hình
Bón phân, tưới nước, chăm săn sóc
Say trái, lá xanh, hoa nở xinh

***

Hoan nghinh chăm sóc của Chương Trình
Giúp đỡ người già rất nhiệt tình
Cháu Phong xe chở đi chơi Hội
Bếp núc, lau nhà, có cháu Trinh
Một tháng ngàn hai Xã Hội cấp
Ấm no nhờ có Bộ An Sinh
Trời Phật độ trì Chính Phủ Úc
Phần mình lo niệm thuộc bài kinh.

Bùi Nhã viết tặng Chương Trình

Đón Mừng Một Ngày Mới

Buổi sáng thức dậy mỉm cười
Cho đời tươi sáng, cho người an vui
Buổi sáng thức dậy mỉm cười
Nhìn đời hạnh phúc, cùng người tiến lên
Buổi sáng thức dậy mỉm cười
Yêu thương vạn vật, cùng người sống chung
Buổi sáng thức dậy mỉm cười
Yêu thương, tha thứ, người người bên nhau
Buổi sáng thức dậy mỉm cười
Quí trân đạo đức, cuộc đời thăng hoa.

Bùi Sính

Viết để hát lên trong những ngày đau bệnh, lúc nhớ nhớ, lúc quên quên, lúc vui vui, lúc buồn buồn của người sa sút trí tuệ.

Ký ức Mùa Xuân

Anh ơi bên ấy đã tàn Đông
Ấm lại chưa anh một cõi lòng?
Lộc hé chồi non mầm lá biếc
Mai vàng rực rỡ nở bên song

Năm nay đón Tết có tưng bừng?
Anh có làm dưa, gói bánh chưng?
Hay đã dành tiền may áo mới?
Cho đàn cháu nhỏ chạy reo mừng!

Nơi đây em nhớ đến quê ta
Nhớ lắm Anh trai với Mẹ già!
Nhớ Tết ngày xưa còn bé nhỏ
Xanh rêu..... nay đã mịt mù qua!

Tết lại sắp về, em vẫn xa
Mỗi năm ký ức vẫn chưa nhòa
Tha hương muôn dặm, đời muôn nỗi!
Chỉ có tình quê mãi đậm đà.

Bùi Vĩnh Thúy

Này em ơi!

Này em ơi cuộc đời trăm ngàn hướng
Biết tìm đâu ra đường nẻo mà đi
Hợp rồi tan, rồi hát khúc biệt ly
Đời là thế, là những gì không chắc.

Thôi vậy đi, đừng nghĩ suy, cứ mặc
Hãy vui lên dù người chẳng yêu ta
Hãy cười lên, dù đầy những phong ba
Đón ngày sang nắng chan hòa rực rỡ.

Này em ơi đừng xót xa bỡ ngỡ
Khi tình yêu tan vỡ chẳng như mơ
Khi người yêu quay lưng bước hững hờ
Vui lên nhé dệt vần thơ ngày mới

Hát lên đi khúc tân ca phơi phới
Đường ta đi chân trời nở đầy hoa
Cuộc đời ta tương lai vẫn chói lòa
Thì xá chi những ngày qua buồn tủi

Bùi Vĩnh Thúy

Nhóm Chơi Mà Học

Dành cho quí vị phụ huynh có các bé từ sơ sinh đến 5 tuổi cư ngụ trong vùng Brimbank, Maribyrnong và Yarra.

Mục đích của nhóm 'Chơi mà Học':

- Tạo ra một nhóm vui chơi cho các bé từ 5 tuổi trở xuống và các bậc phụ huynh trong tình thân ái và vui vẻ.*
- Tạo cơ hội cho các bé học hỏi và phát triển qua các trò chơi.
- Cùng nhau tổ chức nhóm sinh hoạt vui chơi an toàn cho các bé.
- Tạo điều kiện để các bậc phụ huynh có thể học hỏi và chia sẻ kinh nghiệm, nuôi dạy con và nâng cao khả năng hòa nhập với xã hội.

Phụ huynh có trách nhiệm coi sóc con cháu của mình trong thời gian sinh hoạt.

Các sinh hoạt tiêu biểu của nhóm:

- Vẽ và tô màu, cắt và dán hình
- Học hát, xếp hình
- Đọc sách song ngữ
- Học Anh ngữ, Việt ngữ
- Du ngoạn, lễ hội truyền thống văn hoá

AWA

Collingwood
Mỗi thứ Tư, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
Trường Tiểu Học Abbotsford
Lithgow Street, Abbotsford - Vic 3067
Liên lạc: ***Thanh Thuỷ 0423 390 187***

Richmond
Mỗi thứ Năm từ 10:00 giờ sáng - 12:00
North Richmond Community Health Centre
23 Lennox St, Nth Richmond – Vic 3121
Liên lạc: ***Thanh Thuỷ 0423 390 187***

Liên Lạc

St. Albans
Mỗi thứ Hai, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
St Albans Heights Primary School
Stradbroke Drive, St. Albans – Vic 3021
Liên lạc: ***Thu Thảo 0423 188 789***

St Albans
Mỗi thứ Hai, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
St Albans Meadow Primary School
2 Laurel Street, St Albans – Vic 3021
Liên lạc: ***Phuong Kim Chenh 0403 325 931***

St Albans
Mỗi thứ Ba, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
Holy Eucharist Primary School
1A Oleander Drive, St Albans South – Vic 3021
Liên lạc: ***Phạm Thuỷ Tiên 0469 410 595***

Footscray
Mỗi thứ Ba, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
Community Hall, St. Andrews Uniting Church
304 Barkly Street, Footscray – VIC 3011
Liên lạc: ***Thanh Thuỷ 0423 390 187***

Sunshine
Mỗi thứ Sáu, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
Duke Street Community House
27 Duke St, Sunshine – VIC 3020
Liên lạc: ***Phạm Thuỷ Tiên 0469 410 595***

Delahey
Mỗi thứ Sáu, từ 10:00 giờ sáng - 12:00
Delahey Community Centre
80 Copperfield Drive, Delahey Vic 3037
Liên lạc: ***Phạm Thuỷ Tiên 0469 410 595***

Thú chơi gốm sứ

Hình trên là một đĩa gốm sứ ký kiểu được đặt làm ở hãng Limoges France

Ngày nay gốm sứ được nhiều người Việt yêu thích, thường để dùng hàng ngày hay trưng bày, trang trí, cũng có khi là sưu tập, thừa kế từ gia đình hay quà tặng từ ai đó với rất nhiều nguồn khác nhau từ Âu sang Á, dưới dạng cổ ngoạn hay các bộ gốm sứ mới.

Qua tháng năm, gốm sứ không chỉ là những đồ dùng như tách, ấm, chén, bát, dĩa v.v… mà còn hơn thế, gốm sứ đã trở thành một vẻ đẹp mang tính nghệ thuật, nói lên tính cách cách, tâm hồn của người sáng tạo và người dùng nó. Một hoạ sĩ nổi tiếng của Pháp - Paul Gauguin (1848-1903) đã phát triển kỹ thuật làm gốm sứ dưới dạng *"điêu khắc"* trên đất sét và xem các sáng tạo gốm sứ này của chính ông như là một nghệ thuật "điêu khắc" (French Art Potterry – 2014).

Bạn cứ thử tưởng tượng đi, trong bóng hoàng hôn ngồi nhâm nhi với bạn bè chút đỉnh rượu với cái chén sứ bát Tràng màu nâu xám - men trắng bên trong, cạnh bên có tí kiệu trắng, tôm khô cong nhỏ nằm trên cái đĩa sứ men lam xứ Huế xinh xinh (người Việt xưa hay gọi là chén uống rượu, chẳng hạn như trong Ly rượu mừng, nhạc sĩ Phạm Đình Chương viết – ngày Xuân nâng chén ta chúc…). Hay trong một sáng cuối tuần, ở cái sân sau với bình trà bằng gốm sứ cũ kĩ màu gan gà, mấy cái tách trà nho nhỏ xinh xinh - ngồi nhâm nhi chi cọp, tán phép cùng bạn bè 'chẳng cũng khoái ư?' (một thuật ngữ của Lâm Ngữ Đường – Nguyễn Hiến Lê lược dịch trong Sống Đẹp). Hay ngồi ngắm một bình gốm màu xám nâu với nghệ thuật đắp nổi trên gốm của chàng hoạ sĩ kiêm điêu khắc Lê Thành Nhơn – một thời của Melbourne, được đặt trang trọng trên một kệ sách cũ xưa đời Adwardian. Hoặc thích thú trong một buổi tiệc trang trọng tại nhà với đĩa, chén, bát toàn là gốm sứ ký kiểu của gia đình ở một lò gốm sứ nào đó với các kiểu dáng, màu sắc, hoa văn trang trí, thơ văn minh họa và hiệu đề v.v. Cũng là cơ hội nhắc nhở đến cái truyền thừa của gia đình, cha ông – rất riêng.

Theo khảo cổ học, gốm sứ đã được chế tác và dùng ở đất Việt thật ra đã rất lâu đời có cả 10.000 năm trước đây. Tuy nhiên gốm sứ được làm và sử dụng nhiều chỉ bắt đầu được biết từ đời Lý (1010- 1224), Trần (1225-1339) cho đến ngày nay. Các loại gốm sứ xuất xứ từ Việt Nam đều mang vẻ đặc trưng riêng và nhiều trong chúng có kiểu dáng, màu sắc, trang trí và minh hoạ tuyệt đẹp, từ gốm Bát Tràng, Chu Đậu, Bình Dương v.v (thật ra còn có các dòng gốm từ những địa phương khác ở Việt nam cũng rất đẹp và có giá trị như Phù lãng, Đông Triều, Thanh Hà, Phước Tích, Bầu Chúc, Biên Hòa, Tân Phước Khánh, Chánh Nghĩa, Lái Thiêu, Vĩnh Long, Cây Mai. 4 trong số đó đã đi vào dĩ vãng đó là Cây Mai, Chu Đậu, Phước Tích và Thổ Hà nhưng trong giới hạn của bài viết nên chỉ xin được nhắc đến một vài dòng gốm chính).

Gốm Bát Tràng khởi nguồn từ thời Lý Trần, sản phẩm có rất nhiều thứ như chén, bát, đĩa, ấm, tách v.v. nhưng gạch Bát Tràng thì rất nỗi tiếng, đi vào cả tục ngữ, ca dao như:

"Khi nào anh lấy được nàng. Để anh mua gạch Bát Tràng về xây"

The first is relatively authentic, served with either beef, chicken or seafood but not without theatrical flair, as the broth is poured from a floral Bat Trang-style ceramic teapot. (Một dạng gốm Bát Tràng bình dân của quán bán thức ăn đường phố Hà Nội - CNN Travel, *"Tradition with a twist: Hanoi's street food gets a contemporary makeover" November 2017).*

Gốm Chu Đậu - là gốm sứ cổ truyền Việt Nam đã được sản xuất tại vùng mà nay thuộc làng Chu Đậu và làng Mỹ Xá, thuộc các xã Minh Tân (làng Mỹ Xá) và Thái Tân (làng Chu Đậu), huyện Nam Sách, tỉnh Hải Hưng (Hải Dương ngày nay).Tuy nhiên, gốm Chu Đâu tại Việt Nam ít người biết đến cho đến khi có sự việc ông Makoto Anabuki - cán bộ ngoại giao Nhật Bản tại Tokyo nhờ tìm hiểu về xuất xứ chiếc bình gốm hoa lam tại Bảo tàng Topkapi Saray, Istanbul (Thổ Nhĩ Kỳ) do ông nghi ngờ đây là bình gốm Việt Nam chứ không phải là Trung Quốc và sự việc khảo sát và khai quật con tàu đắm ở Cù lao Chàm (Quảng Nam) (Wikipedia: 9/10/2017).

Dòng gốm sứ này có thể đã được hình thành và phát triển trong khoảng từ thế kỷ 13 đến thế kỷ 18. Có nguồn nói, nó bị hủy diệt do chiến tranh Lê-Mạc cuối thế kỷ 16.

Gốm Chu Đậu sau mấy trăm năm biến mất đang dần trở lại với thị trường trong nước và quốc tế. Ngay sau lô sản phẩm gốm Chu Đậu đầu tiên xuất lò vào năm 2003, cùng với thị trường trong nước, gốm Chu Đậu đã xuất khẩu cung ứng sản phẩm cho nhiều nước trên thế giới (Wikipedia: 9 tháng 10 năm 2017).

Một đĩa cổ gốm sứ Chu Đậu

Gốm Chu Đậu ngày nay

Nghề gốm Thổ Hà có từ thế kỉ 12 và là một trong ba trung tâm gốm sứ cổ xưa nhất của người Việt, bên cạnh Phù Lãng và Bát Tràng. Theo gia phả làng nghề và những mẫu hiện vật khảo cổ được tìm thấy thì Thổ Hà là một trong những chiếc nôi của nghề gốm sứ. Thổ Hà đã là một thương cảng gốm tấp nập của vùng Kinh Bắc. Sự hưng thịnh của nghề gốm đã giúp người dân xây dựng một quần thể kiến trúc đình, chùa, văn chỉ, cổng làng, điếm bề thế uy nghi.

Gốm Bình Dương – cùng với các làng nghề gốm sứ Bát Tràng, Tràng An, Biên Hoà… gốm sứ Bình Dương cũng đã nổi tiếng trong và ngoài nước. Ngày nay bên cạnh hàng trăm cơ sở gốm sứ sản xuất theo phương pháp thủ công truyền thống với các lò nung bằng củi, than đá thì Bình Dương còn có một nhà sản xuất gốm sứ cao cấp với công nghệ và máy móc, dây chuyền sản xuất hiện đại. Đó là công ty TNHH Minh Long 1.

Công ty Minh Long 1 được thành lập từ năm 1970 nhưng thực ra nó được thừa kế 3 đời ở Việt Nam của một gia tộc họ Lý có truyền thống về nghề gốm bắt đầu từ thời ông nội của ông Lý Ngọc Minh (nhà sáng lập) tính đến nay đã hơn 100 năm trong dòng chảy thời gian đó, bây giờ lại nối tiếp thế hệ thứ tư. Xin xem một số hình gốm sứ mới dưới đây:

Đằng sau họa tiết, màu sắc trên bộ gốm sứ ẩn chứa nền văn hóa lịch sử nghìn năm của dân tộc Việt Nam. Chế tác công phu nhất là chiếc khay ăn hình chữ nhật, bên trên có đĩa bát hình tròn, nhìn từ trên xuống là bố cục hình vuông - tròn tượng trưng cho trời - đất, thể hiện triết lý nhân sinh của Việt Nam từ thời vua Hùng lập nước. Sự vuông tròn còn là điều ước cho mọi sự luôn tốt đẹp, toàn vẹn.

Được công ty ghi chú như sau: Đằng sau họa tiết, màu sắc trên bộ gốm sứ ẩn chứa nền văn hóa lịch sử nghìn năm của dân tộc Việt Nam. Chế tác công phu nhất là chiếc khay ăn hình chữ nhật, bên trên có đĩa bát hình tròn, nhìn từ trên xuống là bố cục hình vuông - tròn tượng trưng cho trời - đất, thể hiện triết lý nhân sinh của Việt Nam từ thời vua Hùng lập nước. Sự vuông tròn còn là điều ước cho mọi sự luôn tốt đẹp, toàn vẹn.

Ngoài những loại gốm sứ sản xuất trong nước ở Việt nam còn có các loại gốm sứ sản xuất từ phương Tây, nhiều nhất là dòng gốm sứ xuất xứ từ Anh quốc. Tại sao vậy? theo như ông J.H. Peyssonnaux (tập san *Những người bạn Cố Đô Huế* - 1922. NXB Thuận Hóa in lại 2001) xác định đồ gốm sứ phương Tây có mặt ở Việt Nam chủ yếu xuất xứ từ Anh Quốc, liên quan đến mối quan hệ thương mại của nước ta với bên ngoài từ khoảng nửa sau thế kỷ XIX, thời nhà Nguyễn.

Cũng xin nhắc chút đỉnh về một số hãng làm gốm sứ ở Anh, do nhiều người Việt ở Úc mua dùng vì rất thịnh hành ở Úc. Worcester bắt đầu từ thế kỷ 18, màu sắc, hình vẽ rất đẹp và một số hãng khác cùng thời kỳ như Vauxhall, Chelsea, Bow, Lowestoft, Plymouth, Liverpool – Chaffers, Derby v.v. (rất tiếc không đưa được hình lên đây do giới hạn của bài báo). Sang đến thế kỷ thứ 19 thì có thêm các hãng Minton, Royal Worcester, Rickway, Rockingham, Spode v.v. và nhiều trong các hãng này còn tồn tại đến ngày nay (P.134-143 – A closer look at Antiques, Judith Miller, 2000 – Noble Park – Vic, Australia).

Gốm sứ ký kiểu

Bên cạnh đó còn có các dòng sứ ký kiểu là một nhóm đồ sứ do người Việt Nam từ vua, quan, viên chức và cả thường dân từ các thời hậu Lê – Trịnh, Tây Sơn và nhà Nguyễn đặt làm tại các lò gốm sứ Trung Hoa ngoài ra còn có một số gốm sứ khác được ký kiểu làm tại các lò gốm nỗi tiếng ở Pháp với những yêu cầu riêng về kiểu dáng, màu sắc, hoa văn trang trí, thơ văn minh họa và hiệu đề.

Các dòng gốm sứ ký kiểu ở Trung Hoa

Đa số được đặt làm tại Cảnh Đức Trấn, nơi được mệnh danh là kinh đô đồ sứ, nằm ở phía đông bắc tỉnh Giang Tây, giáp Chiết Giang, An Huy (TQ) là một nơi có lịch sử văn hóa lâu đời. Cảnh Đức Trấn

nổi tiếng bởi đồ sứ với hơn 1700 năm là nôi sinh ra văn hoá gốm sứ và nghề chế tạo đồ gốm sứ của Giang Tây, có từ đời Hán. Đến đời Minh, Cảnh Đức Trấn đã chính thức trở thành *"nơi hội tụ của muôn lò nung trong thiên hạ"*.

Do chất lượng tốt, các đời Đường, Tống, Nguyên, Minh, Thanh, trấn Cảnh Đức là nơi chuyên sản xuất đồ sứ cho hoàng cung. Đồ sứ do đó rất phát triển, đặc biệt là vào thời Minh, trấn Cảnh Đức đã trở thành trung tâm sản xuất đồ sứ của cả nước, đồ sứ sản xuất ra không những được ưa chuộng trong nước, mà còn vượt cả đại dương, được các nước khác chào đón nhiệt liệt. Con đường gốm sứ trên biển cũng giống như con đường tơ lụa trên đất liền, trở thành cầu nối giao lưu văn hóa Đông Tây.

Khoảng năm 1616-1911 của đời Thanh, nghề chế tạo gốm sứ Cảnh Đức Trấn, cả về mặt tạo hình lẫn kỹ thuật trang trí đều trở nên chuẩn mực điêu luyện, xuất thần nhập hoá *""trộn lẫn giữa xưa và nay, sáng tạo những mẫu mới, trang trí sắp đặt khéo léo, vẽ nhân vật, phong cảnh, hoa, chim đều vô cùng đẹp""*.

Ký Kiểu – Nội Phủ Thị Trung – Nhà Lê Trịnh

Đồ Sứ Ký kiểu thời Nguyễn của quan lại với rồng bốn móng

Gốm sứ được ký kiểu ở các lò gốm sứ Tây phương

Một số gốm sứ khác được ký kiểu làm tại các lò gốm nỗi tiếng ở Pháp cũng với những yêu cầu riêng về kiểu dáng, màu sắc, hoa văn trang trí, thơ văn minh họa và hiệu đề. Hầu hết các loại gốm sứ này đều được đặt làm với những gia đình quyền thế, giàu có ở Miền Nam.

Cũng một dịp tình cờ, chúng tôi được biết cụ Huỳnh Hữu Hội là thân sinh của bà Huỳnh Bích Cẩm – Tổng Giám Đốc kiêm Tổng Thư Ký HPNVU đã có đặt làm gốm sứ ký kiểu ở Pháp tại một hãng rất nỗi tiếng có tên là Limoges France. Gốm sứ Limoges được sản xuất tại Limores, Pháp với hồ bột gồm sét trắng, một loại đá nghiền, đá thạch anh (mixture of kaolin, feldspath and quartz). Công thức này được tiếp tục từ thời hoàng hậu Marie Antoinette là một người yêu thích loại gốm sứ này. Hãng Limoges vẫn tiếp tục dùng công thức này cho đến tận ngày nay (Limoges Porcelain – Francalia.com.au).

Chắc hẳn cụ là một người có nhiều đam mê và hiểu biết về gốm sứ, nhất là các loại gốm sứ ký kiểu. Ở

vào thời cụ, gốm sứ không còn là độc quyền của người Hoa như trước đây. Dĩ nhiên, các loại gốm sứ sản xuất ở Tây phương đã xuất hiện nhiều ở Việt Nam do giới quan lại, viên chức và các gia đình người Pháp làm việc và sinh sống ở Việt Nam mang lại như đã có đề cập ở trên. Trong tinh thần muốn để lại một kỷ niệm đẹp và ý niệm về văn hoá người Việt cho các gia đình con cháu sau này, cụ tìm cách nâng cao mỹ thuật gốm bằng cách đặt làm gốm sứ ký kiểu. Có thể trước tiên là thoả mãn sở thích, hai là dùng để trình bày thức ăn uống đẹp mắt, sau nữa là giúp con cháu sau này biết thêm về cổ tích, văn hoá và lịch sử Việt (nhờ có hình ảnh, thơ, hiệu đề v.v. bằng chữ Quốc ngữ) và cũng là đồ duy nhất được sản xuất cho gia đình (unique products).

Cụ nhờ một giáo sư mỹ thuật của Trường Cao đẳng Mỹ thuật Đông Dương người Việt ở Hà Nội vào lúc đó vẽ hình, đề thơ, hiệu đề. Cái đặc biệt nhất ở đây là các câu thơ và hiệu đề hoàn toàn bằng chữ Quốc ngữ. Đây là một điểm rất đặc biệt vì hầu hết trước đây hay vào thời kỳ của cụ nhiều người sính chữ thì hay dùng chử Hán cho các thơ và hiệu đề trên gốm sứ ký kiểu. Hay tại sao không là tiếng Pháp, là ngôn ngữ rất phổ biến trong giới học hành, viên chức vào lúc ấy ở nước ta và cũng dễ dàng cho các hãng sản xuất gốm sứ ở Pháp. *Đây cũng là điều đáng quí vì là một trong những mạch truyền về văn hoá cho những người Việt thế hệ sau với tranh Việt, cảnh Việt, tiếng Việt trong các loại gốm sứ này.* Dường như tất cả các con của cụ đều được thừa kế mỗi người một bộ đầy đủ bao gồm chén, bát, đồ trà v.v. tất cả đều có ký hiệu, hình ảnh, thơ văn diễn giải (xin xem hình trang 79)

Đặc biệt có phần ấn triện của hãng gốm sứ Pháp Limoge France có kèm tên Chi & Diệp là tên hai cô con gái lớn của cụ (xem hình trang 78).

Nhiều phần trong các bộ gốm sứ này đã bị hư hỏng, vỡ và mất. May mắn thay, có một số con cháu đi học, làm ăn và sinh sống ở nước ngoài từ trước năm 1975, đã mang theo ra nước ngoài từ trước nên còn giữ lại được như một món quà của tiền nhân. Đây là một loại gốm sứ ký kiểu ở Tây phương mà lại có thơ văn và hiệu đề bằng chữ Quốc ngữ vì vậy người viết rất muốn phổ biến cho các người Việt thích sưu tập gốm sứ biết thêm về một khía cạnh khác về gốm sứ ký kiểu. Các gốm sứ ký kiểu này được đặt làm tại một hãng gốm sứ rất nỗi tiếng tại Pháp vào lúc ấy.

Kết từ:

Cụ Vương Hồng Sển, người suốt một đời đam mê sưu tập đồ cổ Đông Phương & Việt Nam đã để di chúc tặng toàn bộ đồ cổ cụ sưu tập được cho Quốc Gia đã có viết một đoạn về thú chơi đồ cổ trong cuốn 'Một nữa đời hư' như sau: *'... nên tìm cách nâng cao mỹ thuật bằng cách mua cổ vật, trước bày chơi cho vui cửa vui nhà, sau nữa hiểu biết thêm về cổ tích và lịch sử. Cũng là một lối vừa chơi, vừa trau dồi văn hoá'*.

Ở đây người viết xin được 'tạm ứng' các câu trên với chút đổi thay … "nên tìm cách nâng cao mỹ thuật bằng cách chơi gốm sứ, trước là bày chơi cho vui cửa vui nhà, hai là dùng để trình bày thức ăn cho đẹp mắt, kế đến là biết thêm tí ti về cổ tích, văn hoá và lịch sử (nếu có hình, thơ, hiệu đề) và sau rốt còn chút gì thư dãn bên chén trà xanh thơm nho nhỏ và xin dành "gởi mùi hoa lý phần … em" (tuỳ trà ướp sen, sói hay sứ v.v. – hương gây mùi nhớ, ngay cả nhà vua Tự Đức cũng đã đề thơ – có một câu trứ danh về hương khi nàng quí phi dấu yêu qua đời *'Xếp tàn y lại để dành hơi'*)".

Nguyễn Q Tường

Phụ Nữ Việt

ISSN: 1327 6328
Issue 65. January 2018
ABN: 69 724 826 405

Publisher:
Australian Vietnamese Women's Association Inc.

Phụ Nữ Việt is published annually. 10000 copies are distributed during the Lunar New Year celebrations around The Melbourne Metropolitan area.

Our 500 copies newsletter "Bản Tin" is published quarterly.

Editors:
Cam Nguyen & Thanh-Kham Tran-Dang

Production:
Xuan Dung Huynh

Proofreading & Design:
Xuan Dung Huynh, Huy Luu, The Ly & Naomie Tran

Production Assistants:
AVWA Staff & Volunteers

Advertising:
Xuan Dung Huynh

Subscriptions and other enquiries:

(03) 9396 1922

Head Office:
30-32 Lennox Street
North Richmond 3121
T: (03) 9428 9078 - F: (03) 9428 9079

Braybrook Office:
7/6-12 South Road
Braybrook 3019
T: (03) 9396 1922 - F: (03) 9396 1923

Springvale Office:
19/134 Springvale Road
Springvale 3171
T: (03) 9396 1922 - F: (03) 9396 1923

info@avwa.org.au

http://avwa.org.au

Mục Lục (Contents)

Articles in English

Message from The Hon Malcolm Turnbull MP, Prime Minister		3
Mesage from The Hon Bill Shorten MP, Leader of the Opposition		4
Message from The Hon Daniel Andrews MP, Premier of Victoria		5
Message from The Hon Matthew Guy MP, Leader of the Opposition		6
Editorial	Cam Nguyen	11

Việt Ngữ

Thư Chúc Mừng từ các Lãnh Đạo		1
Hãnh Diện với Thư Chúc Mừng của Lãnh Đạo Liên Bang & Tiểu Bang		2
Thư Chúc Tết của Hội Trưởng	Trần Đăng Thanh Khâm	7
Lời ngỏ của Chủ Bút	Huỳnh Bích Cẩm	10
Tình Người Viễn Xứ (Chín mươi năm trôi qua)	Lê Thị Bảy	12
Đại Hội Thường Niên lần thứ 34 của Hội Phụ Nữ Việt Úc	T. Nguyễn	15
Muốn nói lời cám ơn	Th Lan	19
Tổn thất về nạn cờ bạc đối với dân Victoria là 7 tỉ dollars một năm	Bùi Vĩnh Thúy	21
Playgroup - Ngôi trường dành cho Mẹ và Bé!	Diễm Nguyễn	23
Giả Tướng	Phạm Văn Lộc	25
Sức khỏe tâm thần	Phương Nguyễn	27
Hòn vọng thê	Thi Phú	31
Viêm gan siêu vi trong cộng đồng người Việt ở Úc	Nguyễn Quang Tường	33
Xuân về quét lá thu rơi	Phạm Văn Lộc	37
Thiên đường ở đâu?	Thúy Lan	39
Một đàn bà Việt trên đất khách	Thi Phú	43
Cao niên hay già	John Thụy	45
Bí quyết thành công của Melbourne	Huy Lưu	46
Vài nhận xét về con ấn Sắc Mệnh Chi Bảo của Vua Minh Mạng	Lê Quý	50
Thánh đường phía Đông	Thi Phú	55
Vầng trăng mười bốn	Thúy Lan	57
Lời Kinh Đêm	Phạm Văn Lộc	61
Mười bảy ngỡ như ngày hôm qua	Thi Phú	65
Melbourne tháng 12	Thúy Lan	67
Nóng giận là thuốc độc	Thái Tấn Truyền	68
Đạo vợ chồng	Thái Tấn Truyền	69
Tống cựu nghinh tân	Nguyễn Thị Linh	70
Sức khỏe là vàng	Nguyễn Thị Linh	70
Chương Trình Chăm Sóc Cao Niên Tại Gia	Bùi Nhã	70
Đón Mừng một ngày mới	Bùi Sính	70
Ký ức Mùa Xuân	Bùi Vĩnh Thúy	71
Này em ơi!	Bùi Vĩnh Thúy	71
Thú chơi gốm sứ	Nguyễn Q Tường	74
Mục Lục		80

TOID: 22594

HỘI PHỤ NỮ VIỆT ÚC

Tổ chức vô vụ lợi phục vụ cộng đồng từ 1983

Trường dạy nghề được Bộ Giáo Dục Victoria cấp phép.
Trên 20 năm kinh nghiệm với chất lượng cao nhất theo tiêu chuẩn của Chính Phủ.

HỌC MIỄN PHÍ (*)

- **Tiếng Anh** (22250VIC & 22252VIC)
- **Chăm Sóc Cao Niên** (CHC33015)
- **Chăm Sóc Trẻ Em** (CHC30113; CHC50113)

Các khóa học trên được công nhận toàn quốc và do Chính Phủ Liên Bang và Victoria tài trợ học phí. Khuyến khích người khuyết tật ghi danh

CÁC KHÓA TIẾNG ANH

- Dành cho học viên đủ mọi lứa tuổi và trình độ.
- Giúp nâng cao kỹ năng nghe, nói, đọc, viết.
- Thích hợp cho học viên mất căn bản về ngữ pháp.

HỌC TẠI HỘI, HỌC VIÊN NAM NỮ SẼ ĐƯỢC

- Cơ hội tìm được việc cao (70%-90%);
- Giúp tìm chỗ thực tập;
- Tỉ lệ học viên tốt nghiệp cao (90%);
- Nhân viên người Việt hỗ trợ tận tình suốt khóa học;
- Dễ dàng trao đổi và giúp đỡ nhau vì đa số học viên là người Việt;
- Cơ hội tham gia Chương trình 'Tạo Cơ Hội Mới' (*)

TẠO CƠ HỘI MỚI (Skills First Reconnect)

Hỗ trợ ***miễn phí**** học viên tuổi từ 17- 64, chưa tốt nghiệp lớp 12, chưa tìm được việc trong 12 tháng qua để chuyển tiếp sang các khóa được công nhận toàn quốc.

(*) Có điều kiện áp dụng

Địa điểm học:
Braybrook, Richmond & Springvale

Hãy Gọi Ngay Cho Tiến Sĩ Ngô Thái Phương:

9396 1922 / 0403 406 341

AWA 2018

January

S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

February

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28			

March

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

April

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

May

S	M	T	W	T	F	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	
27	28	29	30	31		

June

S	M	T	W	T	F	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

July

S	M	T	W	T	F	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

August

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

September

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

October

S	M	T	W	T	F	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

November

S	M	T	W	T	F	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

December

S	M	T	W	T	F	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

■ = Mồng Một ● = Rằm

Braybrook 9396 1922
Richmond 9428 9078
Springvale 9546 2699

avwa.org.au