



Cộng Đoàn Đức Mẹ La Vang Winchester, CA Giáo Xứ Chân Phước Teresa Calcutta

Linh mục Quản Nhiệm Joseph Nguyễn Trọng SVD
36515 Briggs Rd, Murrieta, CA 92562

website: www.cddmlv.com

Số Phát Hành: 185 Sep/24/2014

Bản Tin Hàng Tuần

Giờ Lễ Chủ Nhật

-Thứ Bảy:

5:30PM (English)
-Chủ Nhật: 7:15AM, 8:30AM, 10:15AM,
12 Noon & 5:00PM (English)

Lễ Tiếng Việt:

- Thánh Lễ: 1:30- 2:30PM
- Giải Tội: 1:00-1:30PM
- Tập Hát: 1:00-1:30PM
- Giáo Lý: 12:00PM-1:30PM

Website giờ lễ trên toàn thế
giới: www.masstimes.org

Rửa Tội, Hôn Phối, Thêm Sức, Gia
nhập vào Cộng Đoàn hoặc thay đổi
địa chỉ

Xin liên hệ Chủ Tịch Nguyễn B. Sương
858-206-5795

Xức Dầu & Rước Mình Thánh tại gia

Xin liên hệ Cha Giuse Nguyễn Trọng,
SVD. Phone: 951-742-9581

Ban Mục Vụ 2014-2016:

Chủ Tịch: Nguyễn B. Sương 858-206-5795

Ngoại Vụ: Nguyễn Q. Dung 951-375-9374

Xã hội: Nguyễn Thanh Tâm 951-834-7436

Lời Chúa: Tuấn Anh Hồ 714-837-0398

Thánh Thể: Vũ T Kim Oanh 951-375-6687

Phòng Thánh: Hà Đỗ 760 547-3444
Chris Phan 951-816-2889

Thánh Nhạc: Nguyễn Q. Dung 951-375-9374

Giáo lý: Trí Mai 951-795-0120

Truyền Thông: Nguyễn B. Sương
858-206-5795

email: banmucvu@cddmlv.com hoặc
bantruyenthong@cddmlv.com

CN XXV TN A TIN MỪNG

Mt 20, 1-16a

Khi ấy, Chúa Giêsu phán cùng các môn đệ dụ ngôn này rằng: "Nước trời giống như chủ nhà kia sáng sớm ra thuê người làm vườn nho mình. Khi đã thoả thuận với những người làm thuê về tiền công nhật là một đồng, ông sai họ đến vườn của ông. Khoảng giờ thứ ba, ông trở ra, thấy có những người khác đứng không ngoài chợ, ông bảo họ rằng: "Các người cũng hãy đi làm vườn nho ta, ta sẽ trả công cho các người xứng đáng". Họ liền đi. Khoảng giờ thứ sáu và thứ chín, ông cũng trở ra và làm như vậy.

Đến khoảng giờ thứ mười một ông lại trở ra, và thấy có kẻ đứng đó, thì bảo họ rằng: "Sao các người đứng nhưng không ở đây suốt ngày như thế?" Họ thưa rằng: "Vì không có ai thuê chúng tôi". Ông bảo họ rằng: "Các người cũng hãy đi làm vườn nho ta".

Đến chiều chủ vườn nho bảo người quản lý rằng: "Hãy gọi những kẻ làm thuê mà trả tiền công cho họ, từ người đến sau hết tới người đến trước hết." Vậy những người làm từ giờ thứ mười một đến, lãnh

Tới phiên những người đến làm trước, họ tưởng sẽ lãnh được nhiều hơn, nhưng họ cũng chỉ lãnh mỗi người một đồng. Đang khi lãnh liền, họ lẩm bẩm trách chủ nhà rằng: "Những người đến sau hết chỉ làm có một giờ, chúng tôi chịu nắng nôi khó nhọc suốt ngày mà ông kể họ bằng chúng tôi sao"? Chủ nhà trả lời với một kẻ trong nhóm họ rằng: "Này bạn, tôi không làm thiệt hại bạn đâu, chớ thì bạn đã không thoả thuận với tôi một đồng sao?" Bạn hãy lấy phần bạn mà đi về, tôi muốn trả cho người đến sau hết bằng bạn, nào tôi chẳng được phép làm như ý tôi muốn sao? Hay mắt bạn ganh tị, vì tôi nhân lành chăng? Như thế, kẻ sau hết sẽ nên trước hết, và kẻ trước hết sẽ nên sau hết".

CHIA SẺ TIN MỪNG

Thọ làm vườn nho

Radio Veritas Asia

Kể từ ngày Mẹ Têrêsa Calcutta qua đời, chúng ta đã biết không đầy hai năm sau khi Mẹ qua đời, hồ sơ phong chân phước cho Mẹ đã được khởi sự. Đây quả là một kỷ lục trong Giáo Hội, nhưng Mẹ Têrêsa Calcutta không chỉ là một vị thánh của Giáo Hội mà còn là một vĩ nhân của thế giới. Mẹ không chỉ là một mẫu gương thánh thiện cho các tín hữu Kitô, nhưng Mẹ còn để lại một gia sản tinh thần chung cho cả thế giới, gia sản đó là người ta không thể giải quyết mọi vấn đề đau khổ của nhân loại chỉ bằng tiền của vật chất, kỹ thuật, mà bằng trái tim rộng mở, bằng tấm lòng quảng đại.

Trước dư luận cho rằng, Mẹ Têrêsa không chủ trương giải quyết vấn đề nghèo đói tại Ấn Độ một cách tận căn. Mẹ đã trả lời:

“Tôi cảm thấy mình là người Ấn Độ cho đến tận đáy tâm hồn tôi. Những chiếc áo dòng cho phép các nữ tu cảm thấy mình nghèo với những người nghèo, được đồng hóa với những người tàn tật, những trẻ em, những người già cả và những người kém may mắn. Với cách ăn mặc như thế, các nữ tu thừa sai bác ái đã chia sẻ cuộc sống của những người nghèo khổ nhất trên thế giới. Dĩ nhiên, Ấn Độ cần có các chuyên viên, những nhà chuyên môn, các kinh tế gia, các y sĩ, các y tá để phát triển. Ấn Độ cần có một chương trình hoạt động rộng rãi được phối hợp chặt chẽ, nhưng chúng ta phải chờ đợi cho đến bao giờ các chương trình ấy được thực hiện? Chúng tôi không biết, nhưng trong khi chờ đợi thì dân chúng cần phải sống, cần phải có của để ăn, cần phải được săn sóc. Địa bàn hoạt động của chúng tôi tại Ấn Độ hiện nay là, bao lâu người dân còn cần những nhu cầu ấy thì chúng tôi còn tiếp tục công việc của mình”.

Quả thực, trong trái tim đơn thành, khiêm tốn, trong sạch của Mẹ Têrêsa Calcutta không hề có những chương trình vĩ đại, Mẹ chỉ thấy sự cần thiết trước mắt là sự nghèo đói khốn khổ của người đồng loại. Nhưng tâm lòng cảm thông và thông cảm ấy không chỉ thấy người dân đói khổ về vật chất, nhưng đói khổ từ ái của Mẹ Têrêsa còn nhìn thấy một nỗi khổ khủng khiếp hơn của người đồng loại, đó là nỗi khát khao được yêu thương. Mẹ Têrêsa không chỉ trao ban một miếng bánh, một chén cơm, không chỉ trùm trên thân xác đói lạnh một tấm chăn, không chỉ băng bó một vết thương trên thân xác, nhưng món quà quý giá nhất mẹ ban chính là tình thương.

Đây vốn là nhu cầu cơ bản và thiết yếu nhất của mỗi con người, dù con người ấy sống trong một nước nghèo khổ như Ấn Độ hay trong một đất nước phồn thịnh như Hoa Kỳ. Mẹ đã tóm tắt chương trình hành động của Mẹ trong câu nói: “Tôi không bao giờ săn sóc cho các đám đông, tôi chỉ săn sóc cho một người mà thôi”. Quả thực, trong ánh mắt từ ái của Mẹ không có đám đông vô danh, không có con số trong đám đông mà chỉ có từng cá nhân trước mắt cần được yêu thương mà thôi. Trong trái tim đầy yêu thương của Mẹ không có chương trình hành động vĩ đại, mà chỉ có những cử chỉ cụ thể mà con người có thể làm cho từng đồng loại của mình mà thôi.

Thế giới ngày càng làm ra nhiều của cải vật chất, thế giới ngày càng có nhiều chuyên viên kinh tế, chính trị, xã hội, tâm lý. Dĩ nhiên, thế giới ngày càng có nhiều chương trình vĩ đại hơn, xóa bỏ bất công và xóa đói giảm nghèo, thế nhưng bất công và đói khổ vẫn còn đó. Như vậy, trong lịch sử nhân loại, chương trình vĩ đại nhất để xóa bỏ bất công, san bằng xã hội, hẳn phải là một số chế độ độc tài. Kết quả của chương trình hành động vĩ đại này thật là thảm khốc, người ta xóa bỏ một bất công để tạo nên những bất công mới, người ta phá đổ một nhà tù để xây thêm nhiều nhà tù mới, người ta nài đến nhân quyền để chà đạp nhân quyền.

Thật ra, loài người muốn xóa bỏ mọi thứ bất công bằng tiền của và các phương tiện kỹ thuật, xét cho cùng trong sự tính toán của loài người thì tiền của vẫn là điểm quy chiếu tối hậu, đó là tư tưởng và cách giải quyết của loài người chúng ta. Còn tư tưởng và đường lối của Thiên Chúa như chúng ta nghe trong bài đọc thứ nhất (x.Is 55,6-9), đường lối và cách giải quyết của Thiên Chúa thì hoàn toàn khác với loài người. Thiên Chúa mời gọi chúng ta đi vào tư tưởng, đi vào sự tính toán và cách giải quyết của Ngài. Thiên Chúa dựa trên một tiêu chuẩn khác với tiêu chuẩn và các phương tiện kỹ thuật, tiêu chuẩn đó là tình yêu, lòng độ lượng khoan dung, sự tha thứ cách quảng đại, tinh thần phục vụ dân thân cách đặc lực.

Đây là việc làm mà Chúa Giêsu luôn mời gọi mọi người thực hành đức công bình bác ái với mọi người: ***“Các con hãy yêu thương nhau như Thầy đã yêu thương các con”***.

Đây là tiêu chuẩn mà Chúa Giêsu muốn làm nổi bật qua dụ ngôn được Giáo Hội cho chúng ta lắng nghe hôm nay, chúng ta sẽ ngạc nhiên về cách giải quyết của Thiên Chúa, là người thợ chỉ làm có một giờ cũng lãnh bằng những người thợ làm quần quật suốt ngày. Với cách cư xử của ông chủ vườn nho, Thiên Chúa muốn cho chúng ta thấy cách cư xử độ lượng của Thiên Chúa đối với tất cả mọi người. Ngài cho chúng ta thấy rằng, bất công trong xã hội và tất cả mọi khổ đau của con người chỉ có thể giải quyết được bằng tình thương mà thôi. Sự thật hiển nhiên là thế giới không bao giờ thiếu của cải, có thiếu chẳng chỉ là thiếu tình thương, thiếu lòng quảng đại, thiếu sự chia sẻ mà thôi. Thiếu tình thương thì không những người nghèo quần quại trong đói khổ và cả người giàu cũng héo hắt trong vỏ ốc ích kỷ của mình.

Chúng ta được diễm phúc dự phần vào bàn tiệc Thánh Thể, Tấm Bánh được bẻ ra để chia cho tất cả mọi người. Chúa Giêsu đến với chúng ta qua dấu chỉ ấy để mời gọi chúng ta quảng đại chia sẻ với mọi người. Xã hội sẽ không bao giờ hết những bất công và đau khổ, nhưng bất công và đau khổ sẽ vơi đi biết bao nếu mỗi người biết lấy tình thương, lòng quảng đại và sự chia sẻ đối với nhau. Đó phải là niềm xác tín của chúng ta trong cuộc sống mỗi ngày.

SỐNG ĐẠO

KẸ TÀ ĐẠO LÀ GÌ?

Đây là một câu chuyện thật.

Tác giả Rick Mathes là một vị lãnh đạo nổi tiếng trong việc mục vụ ở nhà tù.

Kẻ nào đồng hành với Thượng Đế sẽ luôn luôn đạt tới cùng đích của mình. Nếu bạn có nhịp đập của con tim thì bạn có một mục đích. Đạo Hồi là một tôn giáo gia tăng nhanh chóng nhất tính theo đầu người ở Hoa Kỳ, nhất là trong các sắc dân thiểu số.

Tháng trước tôi đã tham dự khóa huấn luyện hàng năm có tính cách bắt buộc để giữ đủ điều kiện về an ninh ở nhà tù. Trong khóa huấn luyện này có phần trình bày của ba diễn giả đại diện cho Công Giáo La Mã, Tin Lành và Hồi Giáo, mỗi người giải thích về niềm tin của họ. Tôi đặc biệt quan tâm đến bài của người diễn giả Hồi Giáo. Vị diễn giả này đã trình bày lời cuốn về các căn bản của đạo Hồi và kết thúc với một cuộn băng video. Sau các bài tham luận có thời giờ dành cho

các câu hỏi và trả lời.

Khi đến lượt, tôi đã đặt câu hỏi cho vị diễn giả đạo Hồi :

"Xin vui lòng, nếu tôi có sai thì hãy sửa lại cho tôi, vì tôi hiểu rằng hầu hết các vị Giáo Chủ và chức sắc đạo Hồi đều tuyên bố thánh chiến (jihad) chống lại các kẻ tà đạo (infidels) trên thế giới, và bằng cách giết một kẻ tà đạo (đó là một lệnh truyền cho tất cả mọi người Hồi Giáo) thì họ sẽ được bảo đảm một chỗ trên thiên đàng. Nếu vậy ông có thể cho tôi biết định nghĩa về một kẻ tà đạo không? Không có ai bất đồng về câu hỏi của tôi và vị diễn giả kia đã trả lời không chút do dự rằng đó là những kẻ 'không tin vào đạo Hồi' (non-believers)

Tôi đáp lại *"Vậy để chắc chắn xem tôi có hiểu đúng không nhé. Đó là tất cả các tín đồ của đấng Allah đã được truyền lệnh giết bất cứ ai không cùng niềm tin để họ có một chỗ trên thiên đàng. Như thế có đúng không ạ? "*

Sự biểu cảm trên khuôn mặt của vị diễn giả Hồi giáo bỗng thay đổi, từ một kẻ có quyền uy và lệnh lạc trở nên khuôn mặt của một cậu bé bị bắt gặp khi đang thò tay vào hủ kẹo.

Ông ta (giả) cừ non (khẽ khàng) đáp lại: " Vâng ".

Tôi bèn nói : *"Vậy thưa ông, tôi lấy làm khó nghĩ quá khi tưởng tượng rằng nếu Vị Giáo Hoàng cũng truyền lệnh các người Công giáo đi giết các tín đồ Hồi giáo, hay Tiến Sĩ Stanley ban lệnh cho các người Tin Lành cũng làm như vậy để bảo đảm được một chỗ trên thiên đàng thì sao?"*

Vị đạo Hồi cứng miệng!

Tôi hỏi tiếp: *"Tôi cũng có lẩn cán trong vấn đề làm bạn với ông vì rằng ông và các chức sắc bạn ông lại đang bảo các tín đồ của ông giết tôi! Tôi hỏi ông, ông nên chọn đấng Allah của ông, đấng ấy bảo ông giết tôi để có chỗ cho ông trên thiên đàng, hay nên chọn Đức Giêsu của tôi, Ngài bảo tôi yêu ông vì (nhờ đó) tôi sẽ lên thiên đàng và Ngài còn muốn ông cũng được lên nơi đó cùng với tôi ?"*

Vị Hồi giáo cúi đầu xấu hổ và- có một khoảnh khắc yên ắng đến nỗi nếu một chiếc kim rơi cũng có thể nghe tiếng được.

Khỏi phải nói, các người tổ chức và tán trợ buổi thảo luận có tên 'Sự Dị Biệt' đã không vui vì cách đối thoại của tôi với vị Hồi giáo đã làm phơi bày sự thật về những niềm tin của đạo Hồi.

Trong vòng 20 năm nữa sẽ có đủ các phiếu của người đạo Hồi để bầu Tổng Thống. Tôi nghĩ mọi người ở Hoa Kỳ phải nên đọc bài này, nhưng vì ACLU (American Civil Liberties Union) nên không có cách nào để việc này được phổ biến rộng rãi trừ phi mỗi chúng ta tiếp tay phát tán ra.

Đây là cơ hội của bạn để có thể giúp làm thay đổi tình thế
(Vì Chúaxin bạn hãy tiếp tay gửi đi bản tin này)

Lm. LÊ THANH LIÊM

TIN TỨC GIÁO HỘI HOÀN VŨ

ĐTC: Tại sao suy tôn Thánh Giá?

“Tại sao các Kitô hữu suy tôn Thánh Giá Đức Kitô?” Đức Thánh Cha Phanxicô đã đặt câu hỏi như thế với khách hành hương vào Chúa nhật 14.09 tại quảng trường thánh Phêrô trong buổi đọc kinh Truyền Tin. Vì Thánh Giá nơi Chúa Kitô bị đóng đinh trên đó “là khởi nguồn lòng thương xót Thiên Chúa bao trùm toàn thể thế giới”. Nó không chỉ là một thanh dọc và thanh ngang nhưng là nguồn ơn cứu độ chúng ta.

Ngày lễ Suy Tôn Thánh Giá – Đức Thánh Cha mời gọi chúng ta cầu nguyện cho các Kitô hữu đang bị bách hại và bị giết chết vì tin vào Chúa Kitô. “Đặc biệt ở những nơi mà không có tự do tôn giáo hay tự do tôn giáo không được thực thi đầy đủ. Nhưng nó cũng xảy ra tại những nước và những môi trường trên nguyên tắc bảo vệ tự do và các quyền con người, nhưng trong thực tế cụ thể các tín hữu, nhất là các tín hữu Kitô, bị giới hạn hoặc bị kỳ thị. Họ bị phân biệt đối xử, bị hạn chế gặp gỡ. Vì vậy, hôm nay chúng ta nhớ đến họ và cầu nguyện đặc biệt cho họ”.

Tòa Thánh lên án nô lệ hiện đại

Tin Catholic World News ngày 12 tháng Chín cho hay Đức TGM Silvano Tomasi, Đại Diện Thường Trực của Tòa Thánh cạnh các văn phòng LHQ tại Genève nhân khi nhận định phúc trình mới đây của LHQ về nạn nô lệ, Đức TGM Tomasi nói rằng “một số hình thức nô lệ hiện đại đầy kinh hoàng đang lôi kéo chú ý chính đáng của giới truyền thông và cộng đồng quốc tế nói chung; các hình thức này bao gồm những vụ bắt cóc hàng loạt và mua bán các thiếu nữ dưới các chiêu bài giả tạo của giáo huấn tôn giáo như là hình thức của Boko Haram tại Nigeria, chẳng hạn, hay của nhóm tự gọi là Quốc Gia Hồi Giáo tại Bắc Iraq”. Đức TGM Tomasi cũng lên án “các hình thức nô lệ tinh tế hơn rất đáng được lưu ý, trong đó có việc 5.7 triệu trẻ em đang là nạn nhân của lao động cưỡng bức và để trả nợ, nô dịch ngay trong nhà, bị kết hôn sớm, cưỡng bức và để hầu hạ, làm những công việc như những trẻ em nô lệ và các hình thức nô lệ trên căn bản đẳng cấp. Các hình thức nô lệ này đang gây tác hại cho biết bao nhiêu cuộc đời và không chỉ giới hạn trong các nước nghèo và đang mở mang”.

Trong tham luận của ngài, Đức TGM Tomasi cũng nhắc tới việc “khoảng 250,000 trẻ em đang bị cưỡng bách tòng quân và thậm chí còn bị dùng làm bia đỡ đạn ngay trên các tuyến đầu của các tranh chấp vũ trang”.

Về các hình thức nô lệ tinh tế hơn, ngài nói thêm rằng các yếu tố góp phần vào việc quảng bá các hình thức nô lệ này có việc “gia tăng các trường hợp nghèo khổ tuyệt đối nơi nhiều gia đình gây ra do các cuộc khủng hoảng kinh tế, thiếu giáo dục và mù chữ, thất nghiệp lâu năm và xem ra không thể đảo ngược từng

buộc người ta phải làm những công việc không chính thức, không được trả công xứng đáng hay không được bảo vệ về xã hội, hoặc phải cưỡng bức di cư, và trở thành nạn nhân của nạn buôn bán người”.

Mặc dù cộng đồng quốc tế đã khai triển nhiều công ước và thỏa ước quốc tế nhằm chống lại các hình thức nô lệ hiện đại, quan sát viên của Tòa Thánh vẫn nhận thấy cần phải có ý chí chính trị mạnh mẽ hơn để đảm bảo tính hữu hiệu cho các phương thế này và để gia tăng ý thức quần chúng. “Ta cần phải phá bỏ sự im lặng của ta trước vết thương tác hại trong cơ thể xã hội hiện đại này và động viên mọi người nam nữ có thiện chí để họ lớn tiếng hô lên: Đủ rồi!”. Ngài nói thêm: Đức GH Phanxicô đã tận dụng mọi dịp để tố cáo “nhiều hình thức nô lệ ghê tởm vẫn còn đang hiện diện trong thế giới ngày nay” và đã “cùng nhiều nhà lãnh đạo các truyền thống tôn giáo lớn khác cổ vũ các lý tưởng đức tin và giá trị nhân bản chung nhằm tận diệt nạn nô lệ và buôn người hiện đại... cho mọi thời đại”.

Đức Đức Thánh Cha Phanxicô theo sát sự phát triển quan hệ Việt Nam-Tòa Thánh

13/9/2014. Theo Vatican Radio, Đức Giáo Hoàng Phanxicô ‘theo dõi sát sao’ việc phát triển quan hệ giữa Tòa Thánh và Việt Nam, đồng thời cũng khuyến khích người Công giáo trong nước tiếp tục đóng góp vào thiện ích chung và xã hội dân sự. Điều này dựa trên tuyên bố được đưa ra hôm thứ Năm trong kết luận của lần làm việc thứ 5 giữa Việt Nam với Nhóm làm việc chung Tòa Thánh tại Hà Nội.

Sứ mạng của Tổ công tác là để tìm kiếm khả năng thiết lập quan hệ ngoại giao đầy đủ giữa Toà Thánh và VN.

Theo báo cáo, cuộc họp diễn ra trong bầu khí “chân thành, thẳng thắn và tôn trọng lẫn nhau” với ghi nhận của cả hai bên về những phát triển tích cực trong quan hệ Việt Nam – Tòa Thánh, được thấy trong việc gia tăng trao đổi và liên lạc ở mọi cấp.

Đó là các chuyến thăm làm việc của Đặc phái viên không thường trú tại Việt Nam, Đức Tổng Giám mục Leopoldo Girelli, người được bổ nhiệm vào năm 2011 và đã thực hiện nhiều chuyến thăm cộng đồng Công Giáo Việt Nam.

Ngài cũng đã thúc đẩy việc đối thoại với nhà cầm quyền Cộng sản.

Về phần mình, phái đoàn Tòa Thánh nhấn mạnh rằng Đức Thánh Cha Phanxicô theo dõi sát những diễn biến gần đây trong quan hệ Việt Nam – Tòa Thánh và khuyến khích cộng đồng Công giáo Việt Nam tiếp tục đóng góp cho các mục tiêu chính của đất nước.

Nhà cầm quyền Việt Nam khẳng định chính sách của họ tôn trọng tự do tôn giáo và tín ngưỡng và hỗ trợ cho Giáo Hội Công Giáo tại Việt Nam tham gia tích cực vào việc phát triển xã hội và kinh tế của đất nước.

Cuộc họp đầu tiên của Nhóm công tác đã diễn ra tại Hà Nội vào tháng Hai

năm 2009. Tính đến Tháng 6 năm nay, tổng cộng có 3 cuộc họp đã diễn ra. Cuộc họp lần thứ 4 diễn ra tại Vatican vào tháng Sáu, cách nay gần ba tháng. Cuộc họp lần thứ 6 sẽ diễn ra tại Vatican, nhưng chưa quyết định thời điểm.

Vua nước Hồi giáo Bahrain hiến đất cho Giáo Hội Công Giáo xây nhà thờ



Trong cuộc phỏng vấn dành cho đài Vatican ngày 22 tháng 8 vừa qua, Đức Cha Camillo Ballin Giám quản tông tòa vùng bắc Ả rập (bao gồm Bahrain, Kuwait, Qatar và Ả rập Saudi) đã cho biết vua Hamad Bin Isa Al Khalifa của vương quốc Bahrain đã hiến tặng Giáo Hội Công Giáo một khu đất rộng 9.000 mét vuông để xây nhà thờ Chính tòa dâng kính Đức Bà Ả Rập.

Mô hình nhà thờ diễn tả chiếc lều của người Do thái trong thời Xuất Hành. Nhà thờ có hình bát giác, bởi vì số tám là con số diễn tả sự vĩnh cửu, có 2.300 chỗ ngồi, bên trái có nhà nguyện đặt Thánh Thể, bên phải là nhà nguyện kính Đức Mẹ Ả rập, rồi có một nhà nguyện khác nữa dành cho việc giải tội.

Đức cha cũng cho biết thêm rằng Vua Bahrain đã tuyên bố sẵn sàng trợ giúp 200 gia đình Kitô chạy trốn các cuộc bách hại từ thành phố Mossul, Iraq và cũng sẵn sàng đón tiếp họ tại Bahrain.

Nghĩa cử của vị quốc vương có đa số dân theo Hồi giáo này (có gần 1,3 triệu dân, 80% theo Hồi giáo, 10% theo Kitô giáo và 10% theo các tôn giáo khác) đã làm nhiều người kinh ngạc và ca ngợi giữa bối cảnh có nhiều cuộc bách hại các Kitô hữu thiểu số tại các nước Hồi giáo như: Syria, Iraq, Libya...

Tưởng cũng nên nhắc lại, Đức Giáo Hoàng Phanxicô và Quốc vương Bahrain đã gặp nhau trong một cuộc họp kéo dài 27 phút, trong đó hai vị đã nói về hòa bình và ổn định ở Trung Đông và những đóng góp của các Kitô hữu trong cả nước. Nhà vua đã tặng cho Đức Giáo Hoàng một mô hình dài 90 cm của một nhà thờ sẽ được xây dựng tại Bahrain, mà theo nhà vua, sẽ là nhà thờ lớn nhất tại bán đảo Ả Rập.

Hành trình làm lễ sinh cho 50 tiểu bang Hoa Kỳ của một thiếu nữ mắc bệnh Down

CNS đưa tin – Kara Jackson, một lễ sinh 16 tuổi có đôi mắt xanh, mái tóc vàng mượt với nụ cười tràn ngập niềm vui, đến từ nhà thờ Thánh Gia tại Middletown, Ohio đang thực hiện ước muốn giúp lễ trong các thánh đường của tất cả 50 tiểu bang Hoa Kỳ. Cô đã hoàn tất chương trình huấn luyện lễ sinh năm cô lên 9 tuổi.

Cho đến nay, cô đã giúp phụng vụ được 18 tiểu bang và thường xuyên phục vụ trong thánh lễ sáng tại Nhà thờ Thánh Giuse ở Hartford.



Ông Rick Jackson cha của cô Kara đang giúp cô thắp nến trước khi bắt đầu giúp lễ tại nhà thờ chánh tòa St. Joseph ở Hartford, Conn.

Kara chia sẻ: “Khi bạn phục vụ trong Thánh Lễ, bạn sẽ cảm thấy gần gũi hơn với Thiên Chúa”

“Kara thật đặc biệt”, Đức Tổng Giám Mục Joseph E. Kurtz của Louisville, Kentucky, chủ tịch Hội Đồng Giám Mục nói. “Cô sinh ra đã mắc bệnh Down và có một tình yêu đặc biệt đối với Thiên

Chúa và với tất cả mọi người.” Kentucky là bang thứ sáu trên hành trình phục vụ của Kara.

Đức Ông Paul Metzger, là một người biết khá rõ về cuộc sống của Kara đã động viên cô bé. Ngài nói với cô bé rằng đó là một ý tưởng tốt và cô có thể thực hiện được. Điều đó không ngạc nhiên lắm vì ngài đã lãnh nhận sứ vụ linh mục được 70 năm và đã cử hành Thánh Lễ ở tất cả 50 tiểu bang.

Kara cho biết, cô tin rằng Thiên Chúa đã cho mình động lực để thực hiện sứ mệnh phục vụ.

Mặc dù vẫn còn chút hoài nghi nhưng bà Christina và Rick chồng bà đã quyết định giúp đỡ con gái của mình đạt được mục tiêu và gửi thư liên lạc với một giáo xứ không xa ở Indiana.

Hai ngày sau, Cha Kevin Morris ở nhà thờ St Mary ở Richmond, Indiana đã gọi Kara đến thăm giáo xứ. Một vài tuần sau đó, vào đêm trước Chúa Nhật Lòng Chúa Thương Xót, Kara phục vụ trong Thánh Lễ với Cha Morris. Cô đến sớm để làm quen với các thủ tục khác nhau giữa các giáo xứ và lắng nghe suy tư và cầu nguyện cho các linh mục và giáo dân của nhà thờ.

Nỗ lực của Kara là một hành trình đức tin bắt đầu từ năm 2013 cô đã đi cùng gia đình để phục vụ các Thánh Lễ tại các tiểu bang xa về phía Tây, Nam và Đông như Nevada, Georgia và Maine.

Ngoài ra Kara đã phục vụ trong Thánh Lễ với Đức Tổng Giám mục và Cha Michael Kurtz Tobin tại Nhà thờ Truyền Tin ở Shelbyville, nằm giữa Louisville và Lexington, ở Utah, Vermont, và nhà thờ ở Rhode Island là nơi Tổng thống John Kennedy và Jacqueline đã kết hôn.

Những người khác chứng kiến sự tận tâm của Kara đã viết những lời động viên

cô. Bất cứ nơi nào Kara đến, cô bé đều được các linh mục, phó tế và giáo dân khuyến khích và hỗ trợ.

Cha mẹ của Kara không còn nghi ngờ khát vọng của con gái mình, họ rất tự hào về cách con gái của họ dễ dàng kết nối và tham gia với giáo dân ở mọi lứa tuổi, đặc biệt là người già.

Kara còn 32 tiểu bang để đến trong hành trình phục vụ của mình. Hiện tại cô ấy đã trở lại trường học, nhưng sẽ tiếp tục cuộc hành trình của mình trong những ngày cuối tuần và những kỳ nghỉ học dài ngày.

Tổn thất nặng nề: 2500 người Công Giáo bị Hồi Giáo Boko Haram giết chết

Thông tấn xã Công Giáo Catholic World News cho biết Đức Giám Mục Oliver Doeme của giáo phận Maidiguri, một thành phố ở đông bắc Nigeria, nói rằng nhóm khủng bố Hồi Giáo Boko Haram đã giết chết hơn 2,500 người Công Giáo trong giáo phận của ngài.

Đức Cha Oliver đã phải bỏ chạy khỏi Tổng Giám Mục của ngài sau khi thành phố Maidiguri bị quân khủng bố tấn công hôm 12 tháng 9.

Đức Cha Oliver đang tạm trú tại Yola cùng với hàng ngàn người Công Giáo. Đức Cha cho biết "nhiều gia đình không biết nương tựa vào đâu", và "khá nhiều cha mẹ vẫn đang tìm kiếm con em bị mất tích và những người thân yêu."

Ngài cho biết thảm họa xảy ra "vì những người lính đã bỏ ngũ chạy trốn quân khủng bố vì sợ bị giết" nên thành phố đã rơi vào tình trạng hỗn loạn.

Hôm thứ Hai 15 tháng 9, quân đội Nigeria đã tái chiếm Maidiguri giết chết hàng trăm thành viên của quân khủng bố.

SINH HOẠT GIÁO XỨ & CỘNG ĐOÀN

Khóa Thần Học Giáo Dân

Địa điểm: Nhà thờ St. Anthony

275 S. Victoria Ave., San Jacinto, CA 92583

Thời gian: Các ngày thứ Sáu @ 6:00pm

Từ ngày 26/9/2014 đến ngày 8/3/2015

Lớp Khai mạc: Bắt Đầu Cuộc hành trình/ 1 tuần/ Sr. Theresa Thanh Thủy

Khóa 1: Mời gọi làm môn đệ/ 4 tuần/ LM Anthony Đại Bùi

Khóa 2: Cảm nghiệm về Chúa/ 4 tuần/ LM Anthony Chính Đào

Khóa 3: Kitô học/ 4 tuần/ LM Joseph Trọng Nguyễn

Khóa 4: Giáo Hội/ 4 tuần/ LM Toàn Phạm & LM Vincent Thanh Âu

Lớp bẻ mạc: Mời gọi phục vụ/ 1 tuần/ Sr. Theresa Thanh Thủy

Lệ phí khóa học: \$90.00

Kính mời quý anh chị trong Ban Mục Vụ và những quý vị muốn học hỏi về Thần Học tham dự khóa huấn luyện.

Hạn chót ghi danh: 26/9/2014

Liên hệ: Sương Nguyễn 858-206-5795

Lớp huấn luyện các em Giúp Lễ

Thứ bảy ngày 27/9/2014 @ 1:00 pm – 2:30 pm

Liên hệ: Chris Phan @ 951.816.2889

MỖI TUẦN MỘT VẤN NẠN

Việc cho phép linh mục kết hôn có giải quyết được vấn đề thiếu ơn gọi? Những nguy hiểm và thách thức khi thay đổi kỷ luật Giáo Hội

Roma, ngày 07/7/2014- Chia sẻ của linh mục Dwight Longenecker, một cựu linh mục Anh giáo đã có vợ nay đã gia nhập Giáo Hội Công Giáo

Các linh mục được lập gia đình ư? Tôi là một ví dụ về một linh mục đã lập gia đình. Tôi là một cựu linh mục Anh giáo và đã được truyền chức linh mục lại bằng nghi thức Công Giáo theo một chương trình đặc biệt được gọi là Pastoral Provision (tạm dịch là Đáp ứng Mục vụ). Theo chương trình này, một người đã kết hôn được truyền chức linh mục trong Anh Giáo (đôi khi cả các giáo hội Luther và Methodist) được miễn trừ khỏi luật độc thân để được truyền chức trở thành linh mục Công giáo.

Vì thế người ta thường hỏi tôi rằng: “*Thưa cha, cha rất yêu mến trẻ em, vì trước hết cha hiểu về hôn nhân. Cha có nghĩ rằng Giáo hội nên cho phép các linh mục kết hôn không?*”

Trước hết, chúng ta cần phải phân biệt một số điều. Độc thân linh mục là một kỷ luật của Giáo hội chứ không phải là một tín điều. Đó là lý do tại sao lại có những ngoại lệ và luật thì có thể được thay đổi.

Tuy nhiên, nếu điều đó được thay đổi không có nghĩa rằng các linh mục có thể được kết hôn. Giáo Hội vẫn tiếp tục duy trì truyền thống tốt đẹp và cổ kính về luật độc thân linh mục và một linh mục phải khấn hứa sống độc thân trọn đời và không thể bị hủy bỏ.

Theo Giáo Luật của Chính Thống giáo Đông Phương, những người nam đã lập gia đình có thể được truyền chức linh mục. Nói cách khác, nếu bạn đã kết hôn bạn có thể được xem xét cho chịu chức nhưng nếu bạn là một linh mục chưa kết hôn thì bạn không được phép kết hôn nữa. Điều này có vẻ phù hợp với giáo

huân của thánh Phaolô đối với những người độc thân rằng: “Với những người độc thân và quả phụ, tôi nói thế này: họ cứ ở vậy như tôi thì tốt cho họ” (I Cr. 7,25-27) Mặt khác, trong thư gửi cho Timôthê, ngài nói rằng các giám mục và phó tế phải là người chỉ có một đời vợ. (1Tm 3) Điều này có nghĩa là những người đã kết hôn với một người vợ duy nhất (thánh Phaolô cấm chế độ đa thê) có thể được xem là xứng đáng để chịu chức thánh. Kỷ luật của Giáo hội Tây phương không cho phép giáo sĩ kết hôn nhưng nếu là kỷ luật thì có thể được thay đổi. Chính thánh Phaolô đã nói trong thư I Cr 7,25 rằng “vấn đề độc thân tôi không có chỉ thị nào từ Chúa” và ngụ ý rằng điều này có thể thay đổi. Vậy có cần thay đổi không? Và chúng ta có nên cho phép những người đàn ông đã lập gia đình được thụ phong linh mục không?

Thoạt tiên, có vẻ sẽ có rất nhiều vấn đề được giải quyết, không chỉ ở các nước phát triển nơi mà luật độc thân bị xem là một trong những cản trở lớn nhất đối với việc gia tăng ơn gọi, mà còn cả ở các nước Châu Phi nơi mà độc thân là điều chưa từng được nói đến trong nền văn hóa của họ. Điều này có vẻ cũng giúp giải quyết được những vấn đề mà các linh mục ngày nay ở phương Tây gặp phải. Nhiều linh mục cảm thấy bị cô lập và cô độc. Có vô số những vấn đề vây bủa xung quanh những con người đang gặp nhiều xung đột với đời sống độc thân. Vậy điều này có thể trả lời cho câu hỏi liệu chúng ta có chấp nhận cho những người nam đã lập gia đình được phép thụ phong linh mục chăng?

Không nhất thiết rằng việc có những linh mục đã kết hôn sẽ giúp giải quyết được khủng hoảng ơn gọi. Tuy nhiên, có người tin rằng linh mục đã kết hôn chứng tỏ rằng họ đã trưởng thành và là những con người hạnh phúc. Ngẫm nghĩ một chút, tất cả chúng ta thấy rằng hôn nhân tự nó không làm nên một con người trưởng thành, biết sống cho đi và cảm thấy hạnh phúc.

Kinh nghiệm của tôi về đời sống giáo sĩ có gia đình trong Giáo Hội Tin Lành và Anh Giáo cho thấy đây không phải là vấn đề gây nên tình trạng thiếu ơn gọi. Việc giáo sĩ có vợ không hẳn sẽ giải quyết được vấn đề ơn gọi và cũng không thực sự giúp cải thiện sứ vụ linh mục, cũng như chắc chắn không thể là giải pháp cho vấn nạn lạm dụng tình dục ở một số linh mục.

Chúng ta nên lưu ý rằng những người đã lập gia đình không phải lúc nào cũng hoàn hảo. Giáo sĩ đã kết hôn thường là những người tham công tiếc việc. Nhiều giáo sĩ dù đã có vợ nhưng vẫn chưa thực sự trưởng thành hoặc có những vấn đề tình dục giống như những người đàn ông độc thân. Một số thì bị nghiện rượu hay vướng vào các tệ nạn xã hội. Một cuộc hôn nhân của giáo sĩ đổ vỡ thường thường gây tai tiếng và làm Giáo hội bị tổn thương. Tôi không cố ý vẽ một bức tranh khủng khiếp về những giáo sĩ lập gia đình nhưng chỉ muốn lưu ý một số

người rằng giáo sĩ kết hôn không thực sự hạnh phúc và tuyệt vời như họ nghĩ. Có nhiều vấn đề mang tính thực tiễn khác phát sinh như chuyện một số người Công giáo nói rằng họ muốn linh mục lập gia đình, nhưng họ có muốn trả tiền cho những linh mục này không? Trong tư cách là một người đàn ông đã kết hôn và có một gia đình tôi có thể kiếm được một khoản thu nhập thông qua việc viết lách và giảng dạy. Trong khi, vợ của tôi vẫn làm việc của cô ấy. Không phải tất cả các linh mục đã kết hôn và gia đình của họ có thể làm được điều này.

Khi nói đến khía cạnh tài chính của một linh mục đã kết hôn, nhiều người Công giáo ủng hộ đã quên rằng một linh mục trẻ và vợ ông ta sẽ phải sống theo giáo huấn của Giáo Hội Công Giáo. Có nghĩa là họ sẽ không được phép sử dụng những biện pháp tránh thai nhân tạo. Nếu họ còn trẻ thì họ có thể sinh ra một đại gia đình. Liệu giáo dân có thật sự muốn chi trả cho một linh mục với một gia đình gồm 6, 7, 8, 9, 10, 11 hay 12 thành viên không? Điều này chẳng ổn chút nào.

Những câu hỏi này chỉ là một phần trong một vấn đề lớn và rất phức tạp. Cần phải xem xét trên nhiều khía cạnh và phương diện trước khi thay đổi bất cứ luật lệ gì. Những vấn đề của Giáo hội trong thế giới đang phát triển cần phải được đưa ra xem xét như những đòi hỏi ở thế giới Phương Tây giàu có.

Vâng, đây chính là những vấn đề của đời sống độc thân linh mục. Tin tôi đi, sẽ có bằng đầy những vấn đề hoặc nhiều hơn nữa nếu chúng ta cho phép linh mục được kết hôn.

Chuyển ngữ: CTV Linh Tân

CHUYỆN ĐỜI THƯỜNG

Nước mận khô



Nhân đọc bài viết “Của Đi Thay Người” của tác giả Phạm Hoàng Chương, kể chuyện nhân vật ăn mít bị tắc ruột, tôi nhớ lại có một lần tôi cũng “ngón” một loại trái cây rồi bị chứng tắc ruột “hỏi thăm” sắp sửa cần đến xe cấp cứu, nhưng chỉ nhờ một thức uống đơn giản mà tôi đã thoát nạn một cách thần kỳ. Đặc biệt, loại nước mận này còn tốt hơn cả thuốc nhuận trường, vì nó vừa “xổ” lại vừa “bổ!”

Trong mười mấy năm qua nó đã giúp cho tôi và gia đình, làm cho chúng táo bón “không có cửa” để hoành hành. Xin viết ra đây để chia sẻ với những ai thường bị “chặt dạ.” Trước khi đi vào câu chuyện chai nước mận, tôi xin “tản mạn” đôi chút về chứng táo bón mà có lẽ trong đời

bạn cũng đã từng một vài lần bị nó “viếng thăm.” Theo tài liệu của viện sức khỏe quốc gia Hoa Kỳ, National Institutes of Health (NIH), táo bón là cái chứng (symptom) chứ không phải bệnh (disease) nhưng lại là một trong những triệu chứng thuộc về dạ dày và ruột được phân nản nhiều nhất trên xứ Cờ Hoa. Hàng năm, có hơn bốn triệu người Mỹ thường xuyên bị táo bón, gây nên khoản gần ba triệu cuộc viếng thăm bác sĩ, và có khoản trên bảy trăm triệu Mỹ Kim được dùng để mua thuốc nhuận trường.

Tuy nhiên, ngoại trừ những trường hợp bệnh đặc biệt về đường ruột hay bệnh nhân tiểu đường, theo NIH, chứng táo bón thường là tạm thời chứ không nghiêm trọng. Cũng theo NIH, một số trong những nguyên nhân thông thường nhất dẫn đến việc táo bón là do ăn uống không đủ chất sợi (fiber), ít hoạt động, thiếu nước, bị căng thẳng, hoặc là phải đối diện với sự đổi thay khắc nghiệt trong cuộc sống.

Có lẽ đây là trường hợp của tôi. Khi tôi đến Mỹ thì chứng táo bón đã theo tôi dễ cũng đến mười mấy năm rồi. Chứng táo bón này bắt đầu hành hạ tôi từ ngày gia đình tôi rời bỏ miền thùy dương cát trắng Nha Trang và dọn đến một vùng rừng núi để bắt đầu cuộc sống rẫy rừng. Ở vùng kinh tế mới, mỗi ngày tôi bỏ ba đứa con thơ dại ở nhà chơi với nhau (khi đó ai cũng làm vậy cả, giờ nghĩ lại giật mình!) xách giỏ cơm khoai độn kèm gói muối ớt, vai mang gùi theo nhà tôi lên rừng chặt cây, phát rẫy, cuốc đất, tĩa bắp, trồng khoai. Chiều về, vợ nặng quần vai gùi củi mục và rau rừng, chồng ịch với khúc gỗ to hay mấy gốc cây được đào bới lên từ nương rẫy. Đầu tắt mặt tối, cơm độn mà vẫn không đủ cho con ăn. Trăm nỗi lo âu, ngàn điều sầu não, ngủ không đủ giấc, ăn không đủ chất, bảo làm sao mà không... táo bón? Nhưng thời buổi ấy có khôi việc để lo, ai quan tâm đến “nghịệp vụ” của cái ruột già ruột non mà làm gì, hôm nay không đi được thì hôm sau, ngày này nó không ra thì ngày khác nó cũng phải chui ra thôi. Bởi thế cho nên khi chứng táo bón nó đến viếng thì nó lại... làm biếng ra đi. Những người xung quanh tôi cũng cùng chung tình trạng.

Một lần, ông cụ hàng xóm người xứ Quảng đã dùng bã mía “cạy” dùm cho thằng cháu nội vì nó “rặn” mãi mà không ra. Đau quá thằng bé khóc la inh ỏi. Thấy tôi nhìn, cụ nói, “Hắn có ăn cái chất chi mô mà ịch hả cô, toàn là mắm với muối không thôi!” Tội nghiệp ông cụ, người con trai đại úy Biệt Động Quân đã bị đi “học tập” mút mùa nên cụ phải phụ với con dâu lo cho thằng cháu sau khi đi rẫy về. Cô dâu xinh đẹp của cụ người miền Nam, ngày xưa khi còn là vợ sĩ quan thường lên xe xuống kiệu, cơm nhà hàng, ngủ khách sạn, nhưng “gặp thời thế” chị cũng hăng hái thưởng thức những món “đặc sản” do người cha chồng chế biến để nuốt cho trôi cơm. Quanh năm suốt tháng, hễ ăn hết khạp chuối cây muối cụ lại làm một khạp cây đu đủ muối, món nào của cụ cũng mặn đến quán cả lưỡi. Lần đầu

tiên khi cụ giới thiệu cái món ruột cây đu đủ thái mỏng muối chua, tôi ngạc nhiên quá đỗi. Trước 75, cây chuối và cây đu đủ thường được bà tôi dùng nấu cho heo. Thực ra những món này cũng chỉ để lừa cái khẩu vị đã từng quen ăn sung mặc sướng trước kia, chứ bỏ khỏe gì. Cứ mãi hết muối đến dưa cộng với sự căng thẳng, chạy đua với cuộc sống cơ cực nên mọi người hè nhau mà “bí.” Tôi chịu đựng cái chứng táo bón này mãi cho đến ngày tôi rời quê hương đi định cư ở Mỹ.

Khi mới đến, cái đất nước rất quý trọng mạng sống con người này đã cho tôi được chọn một bác sĩ gia đình, cho tôi làm xét nghiệm từ A tới Z để xem tình hình sức khỏe của tôi. Bác sĩ đã bắt tôi uống thuốc đến sáu tháng trời vì cái “tội” thử da bị đỏ. Nhưng cái chứng táo bón cố hữu thì dầu cho bác sĩ thay đổi đủ loại thuốc nhuận trường, chúng chỉ “quót” được mấy lần đầu, rồi sau lại “vũ như cần.”

Cuối cùng bác sĩ cho đi soi ruột, tôi nhịn đói đến nỗi ngất xỉu phải gọi “Ambulance” nhưng rồi khi soi ruột cũng không tìm được gì. Bác sĩ bèn khuyên tôi nên thay đổi thức ăn. Từ đó, thực đơn chính của tôi nào là gạo lức muối mè, đu đủ chín, các loại rau, trái cây, và ăn ít thịt. Vậy mà cái ruột già của tôi nó vẫn “lì” ra đó, có khi nó làm việc có khi không. Có lẽ nó đã bị cái lũ mắm muối “đeo bám” kỹ rồi nên khó mà thay đổi! Dù bác sĩ nói chẳng nghiêm trọng gì, nhưng chứng táo bón đã làm cho tôi rất khó ngủ và khó chịu, bụng dạ lúc nào cũng cảm thấy anh ách, mặt mày nhiều lúc “quạu đeo.”

Cho đến khi tôi gặp bà Rosie. Bà khách già người Mỹ này từng làm việc trong ngành y khi còn trẻ. Một lần tán chuyện nghe tôi bị chứng táo bón kinh niên, bà liền đem đến cho tôi một chai nước trái mận khô gọi là “Prune Juice.” Bà bảo tôi cứ vài ngày thì uống một lần vào buổi sáng sớm khi bụng đói, uống chung với sữa, sẽ giúp ích cho việc nhuận trường. Mới đầu, tuy tôi cảm ơn Rosie về sự quan tâm của bà, tôi cũng không tin lắm vào sự hiệu quả của loại thức uống này. Tôi nghĩ, thuốc nhuận trường đủ loại, rau quả các thứ còn chưa “trông ăn” huống chi cái thức uống ngọt lịm đầy “nguy hiểm” này. Tôi đã từng tiếp xúc với nhiều người khách Mỹ bị bệnh tiểu đường nên tôi thường “kỳ thị” chất ngọt, chẳng thiết tha gì mấy với các loại thức uống và bánh kẹo của người Mỹ vì có chứa quá nhiều đường.

Nhưng thật không ngờ thứ nước uống này lại có hiệu quả tuyệt vời. Nó đã đuổi được chứng táo bón của tôi chạy... “mất dép!” Lần đầu tiên trong mười mấy năm, tôi hiểu thế nào là cái cảm giác “sạch ruột nhẹ lòng” như mấy ông thầy thuốc bác thường nói. Tôi bắt đầu làm “người quảng cáo thâm lặng” không công cho hãng “SunSweet.” Tất cả người trong gia đình, người quen, bạn bè, và cả khách hàng của tôi đều được tôi giới thiệu loại thức uống này và ai cũng hài lòng với kết quả nhuận trường của nó. Vì dùng thường xuyên nên tôi cũng sợ,

chẳng biết nó có tác hại phụ nào không?

Nhưng hầu hết các bác sĩ của gia đình tôi đều nói là Prune Juice dùng cho táo bón rất tốt và không có hại vì tuy nó ngọt nhưng đó là chất ngọt của chính trái “plum” chứ không có đường. Về sau tôi tìm ra quả là đúng như thế. Trên trang web nhà của hãng “SunSweet” họ khẳng định trong quá trình chế biến nước Prune Juice, họ không dùng hóa chất như chất bảo quản chống hư hoặc là bỏ thêm đường, mà tất cả thành phần, “ingredient,” chỉ có độc nhất trái mận khô (prune). Tôi cũng tìm thấy thông tin từ hội đồng California Dried Plum Board (CDPB) đại diện cho hơn 900 nhà trồng mận của tiểu bang California cho biết, kết quả của nhiều cuộc nghiên cứu cho thấy chất fiber rất cao trong trái mận khô sẽ giúp hấp thụ nước làm cho trơn ruột già, phân sẽ mềm ra dễ đi cầu, giúp hạ thấp mức cholesterol trong máu, và rất nhiều các hợp chất vitamins như B6, chất khoáng minerals, carbohydrates... có thể giúp làm giảm đi sự nguy hiểm của các chứng về tim mạch, hạ thấp chứng cao huyết áp, và giúp điều chỉnh mức đường trong máu (theo CDPB).

Biết được những thông tin này, tôi cũng an tâm khi liên tục dùng nước trái mận. Tủ lạnh nhà tôi lúc nào cũng có sẵn một chai Prune Juice, và nếu phải đi xa, tôi luôn mang theo một chai để phòng hờ nơi tôi đến không có bán. Ngay cả khi đi du lịch Hawaii tôi cũng nhét trong hành lý vài chai. Nhưng có một lần tôi đi “gần,” đi ăn mừng tân gia của vợ chồng thằng con út, nên không mang theo chai nước mận thì tôi lại gặp chuyện. Tụi nhỏ may mắn mua được căn nhà khá đẹp, địa thế tốt ở thành phố Fremont, Bắc Cali, mà còn mua với một cái giá “phải chăng,” bù lỗ lại cho cái nhà thứ nhất mua trong thời điểm “bong bóng phật phồng,” nên vợ chồng tôi rất mừng, bèn “khăn gói quả mướp” đến chung vui với con. Hôm sau xong tiệc, ông nhà tôi trở về đi làm còn tôi ở thêm một buổi để giúp trang trí bộ rèm cửa rồi sẽ về sau vì vợ chồng tụi nó phải đi làm. Sáng hôm đó, tôi ở nhà một mình, loay hoay với bộ rèm cửa cả tiếng đồng hồ nhưng vẫn chưa đầu vào đâu, thỉnh thoảng cảm thấy bụng đau quặn thắt.

Tưởng là đến lúc phải “xả xui” tôi chạy vội vào nhà vệ sinh. Nhưng dù đau đến toát mồ hôi, tôi vẫn chẳng đi được chút nào, một tí “hoi” cũng không có. Tôi uống vào một ly nước lọc thì nó lại ào ạt “ọc” ra ngay. Bụng căng cứng, hơi bị ứ bên trong từ bao tử dồn lên chèn ép trái tim, làm tôi tức ngực đến không thở được. Khó đứng khôn ngồi, tôi há miệng thở như con cá ngáp mới vừa được gỡ khỏi lưới câu. Tôi dùng tay vừa xoa cái bụng căng tròn, vừa nghĩ xem ngày trước đã ăn những gì. Thức ăn cho bữa tiệc chỉ là những món thông thường như bánh hỏi thịt quay, chả giò, gói cuốn, và súp măng cua..., con dâu tôi nó đặt mua từ một nhà hàng Việt Nam ở San Jose. Tôi không ăn thịt heo nên chỉ ăn một ít bánh hỏi với xì dầu và một chén xúp thì đâu đến nỗi bị ngộ độc.

Tôi bỗng nhớ lại buổi sáng sớm trước khi đi ăn tân gia, tôi có đi bộ với cô bạn

Jilly. Thường thì mấy ngày weekend chúng tôi đều tranh thủ đi bộ một giờ vào buổi chiều. Hôm ấy vì phải đi chơi cả ngày Chúa Nhật nên tôi rủ Jilly đi buổi sáng để tôi không bị gián đoạn. Khi đi ngang qua một cây hồng dòn bên lề đường Low Saramento sum suê những trái mà trái nào cũng chín vàng ươm, Jilly dừng lại hái một trái, chùi vào áo rồi đưa lên miệng cắn nhai rào rào luôn cả vỏ. Từ trước đến nay tôi chưa ăn hồng luôn vỏ như thế bao giờ. Nhưng thấy Jilly ăn một cách ngon lành, tôi nghĩ ăn vỏ chắc là “good fiber,” có nhiều chất sợi, nên tôi cũng bắt chước. Tôi rút một trái chín “bụ chảng” cắn thử và thấy rất ngọt nên tôi đã ngon trớn tới luôn, ăn hết sạch. Đúng là “tham thực cực thân,” có lẽ là tại trái hồng to đùng đó.

Tôi vào tủ thuốc gia đình của tụi nó lục lấy một viên tiêu thực “Maalox” rồi nhai như tôi vẫn thường làm mỗi khi ăn khó tiêu hay bị đầy hơi, hy vọng sẽ ợ được hơi ra cho nhẹ bụng. Lát sau, tôi nhai thêm một viên nữa. Hai viên tiêu thực tôi nhai đã được một lúc mà vẫn chẳng nghe ngóng gì, cơn đau bụng càng lúc càng tăng vì ợ không được, xả hơi không được, mà đi cầu cũng không được, tất cả các ngã “thông hơi” đều bị bế hết rồi. Phải gọi 911 thôi! Nhưng rồi tôi nghĩ đến bao nhiêu phiền phức sẽ kèm theo sau đó, phải gọi thẳng con về trong giờ làm việc, nó đã cho biết trong hãng có việc gấp nên dù rất muốn xin nghỉ hôm đó để dọn dẹp nhà cửa mà nó vẫn phải đi làm, con dâu thì làm việc ở xa, rồi sợ sẽ nằm viện lâu bỏ shop không ai làm, phải trả “deductible” cho bảo hiểm... thôi thì ráng đợi thêm chút nữa.

Tôi chợt nhớ đến chai nước Prune. Phải chi tôi có mang nó theo thì sẽ uống một ly, may ra nó giúp cho thông cái ruột. Vội vàng khóa cửa, tôi ôm bụng lê từng bước đến tiệm FoodMaxx gần nhà. Nhiều lúc đau quá tôi phải ngồi xuống bên lề để thở, đợi cho dịu xuống rồi đứng dậy đi tiếp. Tiệm chỉ cách nhà con tôi hơn ba block đường, mà tôi cảm thấy đi lâu như cả hàng... thế kỷ. Đến nơi, tôi vào ngay dãy thức uống và tìm thấy chai nước mạn quen thuộc. Không thể chờ được nữa, tôi ngồi bệt xuống sàn, run rẩy lắc mạnh cái chai cho đều, rồi vặn nắp ra và đưa lên miệng nốc một hơi dài đến “quên thở,” mặc kệ những khách hàng xung quanh đang tròn mắt nhìn tôi. Sau đó tôi đem chai nước ra quầy tính tiền, xin lỗi họ vì không thể chờ nên tôi đã uống trước. Cô thu ngân cũng vui vẻ nói, “Không sao, bà trả tiền đằng hoàng mà.” Tôi mang chai nước uống dở lết bệt ra về. Đi đến gần nhà, tôi bỗng nghe trong ruột sôi lên cuồn cuộn. Rồi tôi có cảm giác như là đã xả chút hơi và bất thành lình ợ được một cái rột. Và tôi bỗng thấy nhẹ cả người, không còn đau tức nữa.

Về nhà, tôi vội vàng chạy ngay vào toa lét. Chiều hôm đó, tôi đường hoàng lái xe ra về và ngày hôm sau đi làm tỉnh bơ. Từ đó, mỗi khi cảm thấy trong bụng đầy hơi, tôi uống nước Prune thay vì dùng viên tiêu thực Maalox. Chưa hết, ngoài việc giúp nhuận trường, trái mạn khô (prune) còn được cho là giúp tái tạo

xương một cách tự nhiên và rất đặc lực. Theo kết quả nghiên cứu năm 2012 của giáo sư tiến sĩ Bahram Arjmandi, chủ tịch khoa dinh dưỡng “Nutrition, Food, and Exercise Sciences” tại đại học Florida State University (FSU), thì ăn từ sáu đến mười trái mận khô mỗi ngày, chẳng những có thể giúp ngăn ngừa chứng loãng xương, giúp tái tạo xương cho phụ nữ trong thời kỳ mãn kinh, mà nó còn giúp bảo vệ xương cho cánh đàn ông, vì từ 65 tuổi trở lên, các ông cũng bị hao hụt mất xương nhanh chóng không thua gì các bà. Từ kết quả nghiên cứu của ông, tiến sĩ Bahram cho rằng trái mận khô là một loại trái cây “miracle,” kỳ diệu, có thể giúp cơ thể người ta chiến đấu chống lại các chứng bệnh về xương (theo FSU).

Đến đây thì tôi nghĩ, không biết có phải bà Rosie cũng nhờ loại mận khô này mà bà rất khỏe và rắn chắc hay chẳng. Bà đã qua tuổi chín mươi, nhưng vẫn đi đứng hiên ngang, nói cười rộn rã, lái xe chạy ào ào, chứ không phải nói bằng giọng hụt hơi thì thào, còng lưng mỗi gồi như phần đông những người cao tuổi. Có lần tôi hỏi thăm bí quyết sống của bà. Rosie cho biết bà thường ăn sáng bằng cheerios với trái mận khô trộn sữa hoặc nho khô, đi bộ mỗi ngày một giờ, thỉnh thoảng “rửa ruột” bằng nước mận, và tối nào bà cũng lột ăn nửa trái chanh cùng với một ly whisky rồi “night night,” tự chúc mình ngủ ngon, và lên giường rất sớm. Bà ngủ đến mười tiếng đồng hồ mỗi đêm.

Thật là ngưỡng mộ, vì tôi còn trẻ hơn bà, được sinh ra sau bà gần bốn thập niên mà họa hoằn lắm tôi mới ngủ được một đêm tám tiếng. Khi tôi dọn đi khỏi thành phố thì bà đã bước qua tuổi chín mươi lăm. Đó là chuyện về nước và trái mận khô.

Về chứng táo bón, viện sức khỏe quốc gia Hoa Kỳ đã có lời khuyên, “phòng bệnh hơn là chữa bệnh,” chứng táo bón không có gì nguy hiểm, nếu biết cách điều chỉnh cuộc sống, thay đổi thức ăn, cộng với thể thao thể dục thường xuyên, người ta sẽ tránh được nó. (Chứ để chứng táo bón “bám rễ” như trường hợp của tôi thì khổ lắm!) Phòng được bệnh chẳng những giúp cho chính bản thân và gia đình, mà còn giúp giảm đi chi phí “Medical” cho nước Mỹ. Tính sơ sơ nội cái chi cần giảm được chứng táo bón không thôi, mỗi năm đất nước Hoa Kỳ cũng sẽ tiết kiệm được hàng bảy tám trăm triệu Mỹ Kim.

Nhưng quan trọng hơn hết, sống khỏe thì mới sống vui, sống hạnh phúc yêu đời. Chứ cái mặt cứ “nhăn nhăn như thằn táo bón” thì yêu đời sao nổi. Tips cho chai nước Prune Juice: Ở các tiệm thực phẩm có bán rất nhiều loại chai nước “Prune Juice.” Nếu bạn đã từng biết đến và thử qua loại nước mận này nhưng không có hiệu quả, thì có lẽ bạn đã mua không đúng loại rồi, vì trong thực tế chỉ có một loại nước Prune dùng tốt nhất cho táo bón.

Nếu bạn muốn thử, hãy mua đúng loại chai có nắp màu cam và có chữ “WITH PULP” (có xác) y như hình trên thì mới hiệu quả. Dùng cho táo bón: Buổi sáng

lúc mới ngủ dậy bụng đói, uống trước một ly nước lọc. Sau đó trộn nửa ly sữa chung với nửa ly nước Prune Juice rồi uống hết một lần. Có thể uống thêm nước lọc lai rai cho đến khi đi vệ sinh. Bảo đảm ruột của bạn sẽ được rửa sạch, “không đẹp không ăn tiền!” Loại nước chai có nắp màu cam này hơi khó tìm vì lúc nào cũng được bán hết sớm hơn các loại có nắp màu khác và giá cao hơn nhiều. Bạn có thể lên trang nhà của hãng này để mua, giá rẻ hơn một nửa giá bán lẻ của các tiệm thực phẩm: \$2.35 so với \$5.99/chai, hoặc nếu có “on sale” thì ít nhất cũng phải trên \$4.00. Nếu ở không xa, bạn cũng có thể đến tận địa chỉ nhà máy mà mua, họ có phòng bán lẻ tại đó để giới thiệu mặt hàng. Nếu mua nhiều, họ gửi UPS cước phí cũng nhẹ.

Phuong Hoa

Phở Đà Lạt

Vietnamese Cuisine
39400 Murrieta Hot Spring Rd #107
Murrieta, CA 92563.
Tel: 951-600-5700
Hours: Mon-Sun: 10:00am-9:00pm

Hiệp Hội Thánh Lễ Đồi Đồi

Mỗi hội viên sẽ được nhớ đến và cầu nguyện trong những Thánh Lễ hàng ngày và được thông phần công đức do các linh mục và tu huynh thuộc Dòng Truyền Giáo Ngôi Lời đang phục vụ trên các cánh đồng truyền giáo. Hiệp hội Thánh Lễ Đồi Đồi có thể xin cho người thân còn sống hay đã qua đời.
Liên hệ: Cha Nguyễn Văn Long SVD. Phone (951)454 - 0529
Email: nguyenvanlong59@yahoo.com

Land For Sale:

Hesperia City. one half acre corner lot on paved road near Freeway 15 and Main Street off ramp. Zoned 2-8 units per acre. Water and electrical @ street. Near new Walmart, new hotels, and shopping. Only 60k. Owner 714 675-3950.

EJ Belle Tiệm Tóc - Nail Day SPA.

Cựu Giáo Sư thẩm mỹ (40+ năm kinh nghiệm). Nhận dạy bằng về tóc hoặc da, cung cấp mỹ phẩm, trị các loại mụn không để lại sẹo không cần uống thuốc, sơn môi giữ nguyên ngày, lip conditioner cho phái nam chống khô môi, thâm môi
Liên lạc: Cô Đào: **714 675 3950**
www.ejbelle.com



Nếu bạn muốn tìm hiểu ơn gọi dòng Truyền Giáo Ngôi Lời, Xin liên lạc
Cha Mai Thành Trung: **714-797-9072**
Email: trungmaisvd@aol.com
Website: www.svdvocations.org

Cha Trương Bửu Diệp:

Nếu ai có thiện ý muốn xin ký thỉnh nguyện thư cho cha Cha Trương Bửu Diệp được phong thánh xin liên lạc: Minh Bùi, điện thoại: 909-528-7823

Congregation of the Holy Spirit Province of the United States

Rev. Brandon Bảy Nguyễn, C.S.CP.
Vocation Director
Off 773-734-4418
Cell 501-908-6188
brandon7cscp@aol.com
www.spiritans.org



GIÁO XỨ NGHÈO MIỀN BẮC VIỆT NAM

Ước mong đón nhận hảo tâm của Quý Vị Ân Nhân, xin Thiên Chúa trả công bội hậu cho những tấm lòng vàng. Suốt 100 năm qua, Giáo Xứ ước mơ một mái ấm đơn sơ cho con cháu có nơi học hành.

Lm. Quản Xứ: Jacintô VÕ THÀNH CHÂU, SVD: email: hyachau@gmail.com
Giáo Xứ Trang Cảnh
Nghị Xuân - Nghị Lộc - Nghệ An
Xứ Nghèo Miền Bắc - Việt Nam
Tel: 0903-877-053
L/L tại Mỹ:
13552 Garden Grove Blvd.
Garden Grove, CA 92868
Tel: 714-226-6175, 714-750-0266

Chuyên môn sản xuất hạt vẹt lộ organic

Ra lò ngày thứ Tư và Chủ Nhật.
Anh Chị Ba: 951-926-9986
951-786-8693

Kevin Khương Nguyễn, MD

Tận tình phục vụ Cộng Đoàn Việt Nam.
Có nhận một số chương trình trợ cấp y tế.
Hành nghề nhiều năm trong vùng với phòng khám.
29798 Haun Rd. #203
Menifee, CA 92586
951-301-9188

ARER Dental

Thanh Chuong &
Nguyen Minh Chau DDS
560 N. San Jacinto St
Hemet, CA 92543
951-765-3174

ASIAN Printing

15101 Moran St., Westminster, CA 92683
Tel: 714-891-0898 Fax 714-894-1862
email: asianprinting@gmail.com
Chuyên in Thiệp Cưới và
mọi dịch vụ Ấn Loát

Nhận Sửa Các Loại Máy Vi Tính

Laptop, thay màn hình
Motherboard, D.C. Jacks
Liên hệ 951-813-5362

IVY Springs Medical Care

Bách Nguyễn, MD

Board Certified in Family Practice
41680 Ivy St, #A Tel 951-677-2227
Murrieta, CA 92562 Cell 951-235-9528

Kim Thu Pham

R. E. Agent / Loan Consultant
Direct 858-610-2246 Home 951-694-6780
COUNTRYLAND
REAL ESTATE & MORTGAGE
4744 El Cajon Blvd., San Diego, CA 92115
Office: 619-282-9696 Fax: 619-516-1279

Redhawk Family Dentistry

44274 George Cushman Court,
Temecula,
CA 92592. Suite 205
Liên lạc: Hằng Nga(Gina) Vũ.
Cell: 951-303- 8695

Nhận giữ trẻ và dạy Việt Ngữ

Ai có nhu cầu xin liên hệ
Cô Hương Nhi

Tel. 951-305-1798

King Restaurant

Bánh Mì & Phở

31333 Temecula Parkway, Suite 130
Temecula, CA 92583.
Phone: 951-303- 8405

Blinds & Shutters

100% basswood shutters
2" & 2.5" basswood blinds
2" & 2.5" fauxwood blinds vertical
Free In-Home quote
Professional Installation
Phone: 626-572-3787
29350 BigHorn ct, Murrieta, CA

V & N Interior Design

Create the Home of Your Dream

Ngô T. Tran
Interior Designer
31772 Green Oak Way
Temecula, CA 92592
951-303-4372
951-699-9139



Skin Care by Kim: Chuyên trị da mụn, nám, cặn cổ. Đặc biệt lột da mặt rất có kết quả. Nhận xâm thẩm mỹ cho môi, mắt và chân mày. Trang điểm cô dâu, dạ hội. Ngoài ra còn có hướng dẫn trang điểm và dưỡng da cho từng cá nhân. Xin liên lạc: Kim
Tel 951-235-8103

29760 Rancho California Rd #103. Temecula. CA 92591.

DAN VO Nhận sửa xe 26955 Holly Grove Ct., Murietta, CA

Certified Toyota Master Technician, Certified Toyota Hybrid Vehicle, Certified Master ASE

Dùng phụ tùng thay thế như của Dealer.

Tiền công bằng 1/2 giá của Dealer. Bảo đảm 1 năm

Xin gọi phone làm hẹn: 951-445-9362

Phòng Mạch: Châm Cứu & Thuốc Bắc

Bùi Hoài Albert, OMD. Nhận: Bảo Hiểm
Chuyên Trị: Đau nhức, nội ngoại thương, tai nạn xe cộ,
nghề nghiệp.

29950 Hunter Rd, #101, Murrieta, CA 92563

Cell: (702)-376-3971

Off: (951) 461-8377

FULL REALTY – Service, Inc.

Realtor DRE License # 01806276

Liên lạc: D. "Chris" Nguyen. Cell: 951-834-7701

Email: nguyenchris@hotmail.com Fax: 951-870-4053

Website: www.chrisrealestate.com

Smile Dental Care, Steven T. Nguyễn

Cosmetic, Braces & Implants
Office Hours: Mon-Tue, Fri: 9:00am-5:30pm
Thu: 10am-6:30pm, Sat: 9am – 2pm
25100 Hancock Ave. # 112
Murrieta, CA 92562
Tel 951-304-7881
www.murrietasmile.com

LỜI NGUYỆN: Lạy Chúa, lạy Cha, Ngài là bậc Thánh ở cạnh Đấng Cứu Thế đầy quyền năng. Nay con cầu khẩn Cha giúp con vượt qua khó khăn cấp thiết hiện nay. Đọc những lời nguyện này 9 lần/1 ngày. Đọc liên tục 9 ngày với lòng thành tâm sẽ được toại nguyện. Được việc hứa in lời nguyện này và tình Cha **Trương Bửu Diệp**. Gia Đình Thuý Trần