



22.3
2020

CHÚA NHẬT 4 MÙA CHAY A

CD CHÚA KITÔ PHỤC SINH
TRUNG TÂM ĐỨC BÀ PHỤ HỘ CÁC GIÁO HỮU
7707 Murray Drive - Stockton, CA 95210
website: cdcktpsstockton.com

Đại dịch CORONA! NÊN LÀM GÌ?

Nên LÀM GÌ trong mùa dịch bệnh khi không có Thánh Lễ và có nhiều thời gian khi cô lập với xã hội? Những việc sau đây được tổng hợp từ những khuyên nhủ của ĐTC Phanxicô và các vị chủ chăn:

- **Nghiêm chỉnh chấp hành những hướng dẫn của các cấp Chính Quyền và Giáo Quyền.**
- **Thánh Lễ, đối với người Công Giáo, là nguồn mạch và chóp đỉnh đức tin. Để bù đắp phần nào, chúng ta nên tham dự Thánh Lễ trực tuyến và:**
- **Đọc và suy niệm Lời Chúa của Thánh Lễ hằng ngày.**
- **Chịu lễ thiêng liêng.**
- **Cầu nguyện khi thức dậy và trước khi ngủ.**
- **Chăm sóc và nói chuyện với nhau trong gia đình.**
- **Dành giờ đọc những sách hay bài viết về đức tin hay về đề tài thiêng liêng.**
- **Thăm hỏi người thân, người đau ốm, tuổi tác qua phương tiện truyền thông.**
- **Theo dõi những thông tin cập nhật về nạn dịch từ những nguồn tin khả tín.**

Không ít trong chúng ta được khen có đôi mắt đẹp, đôi mắt sáng, đôi mắt tinh tuyến, đôi mắt sành đời... Nhưng không mấy ai khen tặng những lời tốt đẹp cho người mù thể lý cũng như người mù về mặt thiêng liêng lại có đôi mắt sáng! Các bài đọc trong Phụng Vụ hôm nay ít nhiều đều nói tới đôi mắt và cách nhìn của Chúa, cũng như ánh mắt, lối nhìn - nghĩ suy của con người nói chung.



Khi Thiên Chúa mời gọi và chọn ai trong dân Is-ra-el thay mặt Ngài lãnh đạo, thì Ngài luôn nhắc nhở các tiên tri, đặc biệt tiên tri Sa-mu-el nơi bài đọc I "đừng nhìn xem diện mạo, vóc cao, vì Ta đã loại nó rồi. Ta không xem xét theo kiểu của con người, vì chung con người chỉ thấy điều mắt thấy, còn Thiên Chúa thì thấy tận đáy lòng" (1Sm 1, 7). Quả thật 'đôi mắt là cửa sổ tâm hồn' như chúng ta đã từng nghe, nhưng khi xem xét, nhìn nhận sự việc hay tha nhân, thì đôi mắt của chúng ta thường chỉ dừng lại bên ngoài cánh cửa ấy, và dường như bị hấp dẫn, bị tác động bởi dáng vẻ bên ngoài, quên đi việc bước vào tâm hồn ấy! Chính vì lối nhìn ấy nên ảnh hưởng đến cách nghĩ suy của chúng ta, và trông rất giống như các luật sỹ, biệt phái "mày sinh ra trong tội mà mà dám dạy chúng ta ư?" (x. Ga 9, 34). Họ gán ghép và mặc định những ai bị khuyết tật, bị bệnh hoạn, bị tai nạn là do tội của họ hoặc tội của cha mẹ họ. Và đây cũng chính là vấn đề các môn đệ hỏi Chúa Giê-su ở đoạn đầu Phúc Âm hôm nay. Một cách khẳng khái, Ngài đã phá vỡ cách nhìn mặc định, chụp mũ của họ mà trả lời rõ ràng rằng: "không phải anh ta, cũng chẳng phải cha mẹ anh ta đã phạm tội. Nhưng chuyện đó xảy ra là để các việc của Thiên Chúa được tỏ hiện nơi anh" (x. Ga 9, 3). Câu trả lời của Chúa Giê-su khiến chúng ta thật sự xem lại cách nhìn, lối suy nghĩ về những gì không may mắn, rủi ro, thậm chí

những tai nạn xảy đến với chúng ta, với người thân trong cuộc đời này. Chẳng phải vì chúng ta bị phạm tội, hay ông bà tổ tiên cha mẹ chúng ta phạm tội sinh ra hậu quả chúng ta bị khuyết tật bẩm sinh, bị tai nạn... Một phần nào đó, nói theo khoa học, những gì bố mẹ làm (như lúc

thời trai trẻ, họ dùng quá nhiều thức uống có cồn, dùng thuốc tránh thai, có lối sống không lành mạnh...) có thể ảnh hưởng đến hình hài con cái sau này, nhưng đó không phải là lí do để mặc định, quy chụp cho ai bị tật nguyên, thiếu năng bẩm sinh!

Thật vậy, nếu chúng ta có được đôi mắt sáng về mặt thể lý thì xin cho cách nhìn, lối suy nghĩ của chúng ta cũng được sáng suốt qua những việc tốt lành, công chính và chân thật như Thánh Phao-lô nhấn gửi giáo đoàn Ê-phê-sô "anh em hãy ăn ở như con cái của sự sáng, bởi vì hoa trái của sự sáng ở lại tất cả những gì là tốt lành, là công chính và chân thật" (Ep 5, 8 - 9). Hơn nữa, nếu chúng ta được phúc có đôi mắt sáng về mặt thể lý, thì xin cho con mắt đức tin của chúng ta ngày càng sáng tỏ hầu nhận ra thánh ý, nhận biết Chúa qua các biến cố cuộc sống, nhìn thấy Chúa nơi anh chị em không chút thiên vị hay phân biệt hoặc định kiến, "anh em hãy nhận biết điều gì làm đẹp lòng Chúa, và đừng thông phần vào những việc con cái tối tăm không sinh lợi ích gì..." (x. Ep 5, 10 - 11). Và sau cùng, nếu đôi mắt thể lý hay con mắt đức tin chúng ta đang trong tình trạng 'mù' hay 'ngủ mê' hay 'khép kín', ảnh hưởng đến tầm nhìn, cách nhìn, lối nghĩ suy thì như lời răn bảo của Thánh Phao-lô, xin cho chúng ta can đảm trỗi dậy "tỉnh giấc đi hỡi người con đang ngủ, từ chốn tử vong, trỗi dậy đi nào, Đức Ki-tô sẽ chiếu sáng người!" (Ep 5, 14).

Lm. Xuân Hy Vọng

THÔNG BÁO

Để ngăn ngừa sự lây lan của bệnh dịch Corona và để bảo vệ sức khỏe cho tín hữu, chiếu theo quyết định của Đức Giám Mục Giáo Phận Stockton, **Cộng Đoàn Chúa Kitô Phục Sinh không có Thánh Lễ Chúa Nhật và ngày thường cũng như những sinh hoạt mục vụ kể từ thứ Tư 18-3-2020 tới khi có thông báo mới.**

Quý ông bà anh chị em nhớ theo dõi trên Tuần Tin, trên trang mạng <http://www.cdcktpsstockton.com> để nhận được những tin tức cập nhật về Thánh Lễ và sinh hoạt của Cộng Đoàn.

LỜI CHÚA

Chúa Nhật 4 Mùa Chay A

BÀI ĐỌC I: 1 Sm 16, 1b. 6-7. 10-13a
"Đavit được xúc dầu làm vua Israel".

Trích sách Samuel quyển thứ nhất.

Trong những ngày ấy, Chúa phán cùng Samuel rằng: "Hãy đổ dầu cho đầy bình và lên đường. Ta sai người đến nhà Isai dân thành Bêlem, vì Ta chọn một người con của ông ấy lên làm vua".

Khi (họ) vào nhà, Samuel gặp ngay Eliab và nói: "Có phải người xúc dầu của Chúa đang ở trước mặt Chúa đây không?" Và Chúa phán cùng Samuel: "Đừng nhìn xem diện mạo, vóc cao, vì Ta đã loại nó rồi. Ta không xem xét theo kiểu của con người, vì chúng con người nhìn xem bên ngoài, còn Thiên Chúa thì nhìn xem tâm hồn". Isai lần lượt đem bảy đứa con mình ra trình diện với Samuel. Samuel nói với Isai: "Chúa không chọn ai trong những người này". Samuel nói tiếp: "Tất cả con ông có bấy nhiêu đó phải không?" Isai đáp: "Còn một đứa út nữa, nó đi chăn chiên". Samuel nói với Isai: "Ông hãy sai người đi gọi nó về, vì chúng ta không ngồi vào bàn ăn trước khi nó về". Isai sai người đi tìm đứa con út. Đứa út này có mái tóc hoe, có đôi mắt xinh và gương mặt đẹp. Chúa phán: "Người hãy chỗi dậy, xúc dầu lên nó, vì chính nó đó". Samuel lấy bình dầu ra, xúc lên nó trước mặt các anh em, và Thánh Thần Chúa ngự trong Đavit từ ngày đó trở đi.

Đó là lời Chúa.

ĐÁP CA: Tv 22, 1-3a, 3b-4, 5, 6

Đáp: Chúa chăn nuôi tôi, tôi chẳng thiếu thốn chi (c. 1).

1) Chúa chăn nuôi tôi, tôi chẳng thiếu thốn chi; trên đồng cỏ xanh rì, Người thả tôi nằm nghỉ. Tới nguồn nước, chỗ nghỉ ngơi, Người hướng dẫn tôi; tâm hồn tôi, Người lo bồi dưỡng. - Đáp.

2) Người dẫn tôi qua những con đường đoan chính, sợ dĩ vì uy danh Người. - Dù bước đi trong thung lũng tối, con không lo mắc nạn, vì Chúa ở cùng con. Cây roi và cái gậy của Ngài, đó là điều an ủi lòng con. - Đáp.

3) Chúa dọn ra cho con mâm cỗ, ngay trước mặt những kẻ đối phương; đầu con thì Chúa xúc dầu thơm, chén rượu con đầy tràn chan chứa. - Đáp.

4) Lòng nhân từ và ân sủng Chúa theo tôi, hết mọi ngày trong đời sống; và trong nhà Chúa, tôi sẽ định cư cho tới thời gian rất ư lâu dài. - Đáp.

BÀI ĐỌC II: Ep 5, 8-14

"Từ trong cõi chết, người hãy đứng lên và Chúa Kitô sẽ

chiếu sáng trên người".

Trích thư Thánh Phaolô Tông đồ gửi tín hữu Êphêxô.

Anh em thân mến, xưa kia anh em là sự tối tăm, nhưng bây giờ, anh em là sự sáng trong Chúa. Anh em hãy ăn ở như con của sự sáng, bởi vì hoa trái của sự sáng ở tại tất cả những gì là tốt lành, là công chính và chân thật. Anh em hãy nhận biết điều gì làm đẹp lòng Chúa, và đừng thông phần vào những việc con cái tối tăm không sinh lợi ích gì, nhưng phải tố cáo thì hơn. Vì chúng, việc chúng làm cách thâm kín, dầu có nói ra cũng phải hổ thẹn. Nhưng tất cả những việc người ta tố cáo, thì nhờ sự sáng mà được tỏ bày ra; vì mọi việc được tỏ bày, đều là sự sáng. Bởi thế, thiên hạ nói: "Hỡi kẻ đang ngủ, hãy thức dậy, hãy vùng dậy ra khỏi cõi chết, và Chúa Kitô sẽ chiếu sáng trên người".

Đó là lời Chúa.

TIỀN XUỐNG PHÚC ÂM: Ga 8, 12b

Chúa phán: "Ta là sự sáng thế gian, ai theo Ta, sẽ được ánh sáng ban sự sống".

PHÚC ÂM: Ga 9, 1. 6-9. 13-17. 34-38

"Hắn đi rửa, rồi trở lại trông thấy rồi".

Tin Mừng Chúa Giêsu Kitô theo Thánh Gioan.

Khi ấy, Chúa Giêsu đi qua, thấy một người mù từ khi mới sinh. Người nhỏ xuống đất, lấy nước miếng trộn thành bùn, rồi xoa bùn trên mắt người ấy, và bảo: "Anh hãy đến hồ Silôe mà rửa" (chữ Silôe có nghĩa là được sai)". Anh ta ra đi và rửa, rồi trở lại thì trông thấy được.

Những người láng giềng và kẻ xưa kia từng thấy anh ta ăn xin đều nói: "Đó chẳng phải là người vẫn ngồi ăn xin sao?" Có kẻ nói: "Đúng hẳn". Lại có người bảo: "Không phải, nhưng là một người giống hẳn". Còn anh ta thì nói: "Chính tôi đây".

Họ liền dẫn người trước kia bị mù đến với những người biệt phái, lý do tại Chúa Giêsu hoà bùn và chữa mắt cho anh ta lại nhằm ngày Sabbat. Các người biệt phái cũng hỏi anh ta do đâu được sáng mắt. Anh đáp: "Ngài đã xoa bùn vào mắt tôi, tôi đi rửa và tôi được sáng mắt". Mấy người biệt phái nói: "Người đó không phải bởi Thiên Chúa, vì không giữ ngày Sabbat". Mấy kẻ khác lại rằng: "Làm sao một người tội lỗi lại làm được những phép lạ thế ấy?" Họ bất đồng ý kiến với nhau. Họ liền quay lại hỏi người mù lần nữa: "Còn anh, anh nói gì về người đã mở mắt cho anh?" Anh đáp: "Đó là một Tiên tri". Họ bảo anh ta: "Mày sinh ra trong tội mà mày dám dạy chúng ta ư?" Rồi họ đuổi anh ta ra ngoài.

Chúa Giêsu hay tin họ đuổi anh ra ngoài, nên khi gặp anh, Người liền bảo: "Anh có tin Con

Thiên Chúa không?" Anh thưa: "Thưa Ngài, nhưng Người là ai để tôi tin Người?" Chúa Giêsu đáp: "Anh đang nhìn thấy Người và chính Người đang nói với anh". Anh ta liền nói: "Lạy Ngài, tôi tin", và anh ta sấp mình thờ lạy Người.

Đó là lời Chúa.

Lời khuyên của Thánh Gioan Bosco trong nạn đại dịch

Tính đến hôm nay, thứ Bảy 21-3-2020, trên thế giới đã có 304.054 người bị lây nhiễm, 94,674 người được chữa khỏi, 12,983 tử vong vì dịch Corona. Riêng tại Hoa Kỳ đã có 24,142 người bị lây nhiễm, 171 người được chữa khỏi và 288 người qua đời.

Coronavirus càng ngày càng làm mọi người lo lắng. Và nếu chúng ta thử nghe lời khuyên của Thánh Gioan Bosco để có được bình an tâm hồn thì sao?

Rửa tay thường xuyên, che miệng khi ho, tránh tiếp xúc thể lý và gặp gỡ đông người, không đi đến nước nào đang có nguy cơ. Đó cũng là các lời khuyên chính của các nhà cầm quyền để tránh lây lan vi-rút. Thêm vào các lời khuyên này, còn có một lời khuyên thiêng liêng: mang trong người tượng Đức Mẹ và cầu nguyện thường xuyên.

Đây là lời khuyên của Thánh Gioan Bosco khi thành phố Turin bị dịch tả năm 1854. Thánh Gioan Bosco xin các bạn trẻ khi đi thăm người bệnh nhớ mang tượng Đức Mẹ và cầu nguyện thường xuyên. Không một ai trong họ bị nhiễm. Nếu hai nạn dịch chắc chắn không thể nào so sánh với nhau được, nhưng lời khuyên của ngài luôn có giá trị: khiêm nhường cầu nguyện với đức tin và trông cậy vào Mẹ Thiên Chúa.

Marta An Nguyễn dịch
(phanxico.vn 13.03.2020/ fraleteia.org)

Địa chỉ những trang mạng tiếng Việt hữu ích cho đời sống đức tin trong thời đại dịch:

ĐỌC:

<http://www.vietcatholic.net>

<http://conggiao.info>

<http://thanhlinh.net>

NGHE:

<https://www.vaticannews.va/vi/professional-services.html>

<http://vietnamese.rvasia.org/>

<https://vntaiwan.catholic.org.tw/veritas/rvaudio.htm>

Dịch bệnh làm cho lòng người ra độc ác?

Văn Tài, S.J.

Theo thống kê của diễn đàn kinh tế thế giới[1], cho đến nay, lịch sử nhân loại đã trải qua ít nhất 20 trận đại dịch trên toàn cầu. Trong đó, có những trận đại dịch đã cướp đi sinh mạng của hàng chục cho đến hàng trăm triệu người, gây thiệt hại và khủng hoảng nghiêm trọng về mọi phương diện cho con người.

Gần đây nhất, sau hơn 2 tháng bùng phát, dịch SARS-CoV-2 đã gây ra một bầu không khí hoang mang, lo sợ và hỗn loạn bao trùm lên toàn nhân loại. Đáng buồn thay, bên cạnh những con người sẵn sàng đứng ở đầu chiến tuyến, thậm chí phải hy sinh để bảo vệ đồng loại, thì vẫn có đó những con người sống ích kỷ, nhẫn tâm trước sự đau khổ của người khác. Phải chăng, dịch bệnh đã làm cho lòng người ra độc ác?

Trong những ngày qua, không ít những tổ chức, cá nhân đã đầu cơ và tăng giá các mặt hàng thiết yếu như y tế, lương thực... Điều này khiến cho những mặt hàng ấy trở nên khan hiếm và đắt đỏ cách lạ thường. Chẳng hạn, giá khẩu trang y tế bình thường có giá 50 ngàn/1 hộp, thì nay giá tăng lên 300 ngàn, thậm chí có nơi bán 500 ngàn/1 hộp. Giá mì gói bình thường là 90 ngàn/1 thùng thì nay đã tăng lên 150-200 ngàn/1 thùng... Thậm chí có tiền cũng không chắc mua được những mặt hàng ấy. Chính vì thế mà dư luận đã dậy sóng với nhiều ý kiến trái chiều: người thì bày tỏ sự hoang mang, phẫn nộ; người khác lại cảm thấy quá đau lòng và thiếu niềm tin vào lẽ sống làm người. Thử hỏi, những hành vi tàn ác như vậy là do bởi dịch bệnh hay do sự tham lam, ích kỷ của con người mà ra?

Không những thế, đi đến đâu người ta cũng nghe thấy nạn kỳ thị và phân biệt đối xử xảy ra giữa cộng đồng nhân loại. Nếu là bạn, bạn có dám khẳng định rằng mình sẽ không bị

“tổn thương” khi bạn đi ăn ở một nhà hàng tại New York và có ai đó đến hét bên tai bạn rằng: “hãy bảo thằng này biến khỏi đây đi!” Hoặc có một nhóm người tiến lại gần và quát lớn vào mặt bạn rằng “chúng tao không muốn thấy con vi-rút corona của chúng mày ở trong đất nước của chúng tao” khi bạn đang đi bộ trên đường ở Anh Quốc[2]. Ngay tại Nước Pháp hào hoa lãng mạn, một du học sinh cảm thấy bị sốc nặng khi cầm trên tay tờ báo Le Monde với bài viết có đề tựa “Hãy giữ chặt con virus của mày lại, loại Trung Quốc như bản”[3]. Tất nhiên, còn vô vàn những trường hợp tương tự khác khiến chúng ta không khỏi “đáng lòng”. Thế mới thấy miệng lưỡi người đời sao mà “sắc bén tựa gươm đao”!

Đồng thời, khi đại dịch bùng phát, người ta có xu hướng “loại trừ” những người bệnh ra khỏi “thế giới an toàn” của mình, không chỉ bằng những ánh mắt, những lời nói như trên, nhưng còn bằng “vũ lực và sự cưỡng chế”. Như thế chẳng phải là đã man, chẳng phải là độc ác ư? Đành rằng sự “cách ly” là cần thiết để kiểm soát tình hình, nhưng có nhất thiết phải bằng những biện pháp “thô lỗ, vô nhân” như thế không? Tất nhiên, cũng phải làm sao thì người ta mới phải dùng đến “biện pháp” ấy. Nếu xã hội đủ nhân bản và đủ yêu thương, không ai có ý định “giết chết” đồng loại của mình cả. Khi ấy, không cần phải nhắc nhở, những người bệnh sẽ tự biết phải làm gì để đảm bảo sự an toàn cho những người thân cận.

Kể đến là vấn nạn ưu sinh dựa trên những nền tảng hết sức ‘CON người’: “ai còn khả dụng thì cứu chữa, ai vô dụng thì bỏ mặc”. Tại Ý, ngày 10/03, một người phụ nữ 68 tuổi đã đăng tải một bài xã luận dài trên website <http://www.nonsolocarnia.info/> với nhan đề: “Bạn đã già và dương tính với vi-rút Corona? Tôi rất xin lỗi

nhưng ...”[4]. Tác giả bày tỏ sự buồn tủi và thất vọng trước một xã hội thực dụng với tư tưởng ưu tiên cứu người trẻ hơn người già, vì đơn giản, người trẻ thì dễ cứu hơn, và tương lai, họ sẽ tiếp tục đóng góp trở lại cho cộng đồng.

Nhưng chuyện gì sẽ xảy ra nếu người trẻ được “ưu tiên cứu” ấy sẽ trở thành một tên khủng bố khét tiếng, còn người già vốn đã bị “bỏ mặc cho thần chết” ấy lại trở thành một Chuck Feeney[5] thứ “n” của thế giới – một nhà tỷ phú 89 tuổi người Mỹ gốc Ireland, người sáng lập “Quỹ từ thiện Đại Tây Dương” – một trong những quỹ từ nhân lớn nhất thế giới. Như vậy việc ưu sinh cho người trẻ mặc dù có sự hợp lý của nó, nhưng đó chẳng phải là sự hợp lý đầy “ích kỷ, độc ác và phiến diện” trong việc đối xử giữa con người với nhau hay sao? Vì không ai trong chúng ta biết trước được điều gì sẽ xảy ra trong tương lai cả!

Thi sĩ Nguyễn Du thật đã đúng khi nhận định rằng “Nẻo xa mới tỏ mặt người”, quả thật gian nan mới hiểu lòng người ra sao! Cơn đại dịch SARS-CoV-2 vẫn đang “oanh tạc” thế giới. Song song với đó, người ta cũng đang “oanh tạc” lẫn nhau bằng đủ các hình thức, chiêu trò buôn gian bán lận và thói kỳ thị, loại trừ người khác ra khỏi “vùng an toàn” của mình. Xin đừng như thế, vì nhân loại đã khổ cực lắm rồi! Quả thật, hiếm có những cơn thử thách lớn đối với nhân loại như thế này. Vì những thử thách thông thường chỉ gây tổn hại một vài khía cạnh nào đó của cuộc sống mà thôi. Nhưng đại dịch SARS-CoV-2 đã gây nên một tổn thất trầm trọng đến mọi chiều kích của nhân loại.

Thế nhưng, liệu có phải vì thế mà dịch bệnh là nguyên nhân khiến lòng người thành ra độc ác hay không? Hay chính bởi sự độc ác, ích kỷ của con người mà dịch bệnh đã đi đến chỗ mất kiểm soát? Chung quy lại, “cội nguồn cũng bởi lòng người mà ra” (Truyện Kiều). Vì từ bên trong, từ lòng người, phát xuất những ý định xấu: tà dâm, trộm cắp, giết người, ngoại tình, tham lam, độc ác, xảo trá, trác táng, ganh tị, phỉ báng, kiêu ngạo, ngông cuồng. (Mc 7, 21-22). Bạn và tôi hãy tự vấn và thức tỉnh!

(dongten.net 20.03.2020)

Không được để virus corona tiêu diệt *nhân tính* của chúng ta

Michael Rozier, S.J.

Sống trong cơn đại dịch covid-19, việc giữ khoảng cách và cách ly y tế là điều cần thiết để tránh làm trầm trọng thêm tình hình. Việc cấm tiếp xúc, tụ tập đông người trong tình hình hiện nay khiến mọi người nhận thấy rõ hơn tầm quan trọng của sự nối kết xã hội, vốn là một phần của bản tính con người, nhưng nay đã bị tước đoạt.

Những sinh hoạt gặp gỡ trong các nhóm và cộng đồng đã bị cấm, và điều đó gây ra những nguy hiểm lớn. Vậy, làm thế nào chúng ta có thể vừa giữ khoảng cách trong xã hội mà vẫn không gặp phải sự cô lập xã hội? Làm thế nào chúng ta có thể cư xử với nhau trong một sự thận trọng thích hợp mà không rơi vào sự sợ hãi, xa lánh nhau? Làm thế nào chúng ta vừa có thể cẩn trọng với sự nguy hiểm của con virus này mà vừa không cho nó quá nhiều sức mạnh để tác động tiêu cực đến chúng ta?

Một phần của câu trả lời là khi chúng ta đặt ra những khoảng cách vật lý giữa chúng ta với nhau, thì chúng ta hãy tạo ra những nối kết thay thế. Ví dụ, thay cho những cái ôm và bắt tay là những lời nói yêu thương và tâm huyết; thay cho những cuộc viếng thăm là những cuộc trò chuyện lâu hơn trên điện thoại; thay cho những cuộc đi bar, đi ăn nhà hàng hay tham gia nhạc hội là những giờ đọc sách, làm vườn, dọn dẹp nhà cửa sạch sẽ, gửi những bài viết bổ ích cho người thân qua mạng xã hội Facebook hay Twitter. Một chiến lược khác là tìm một hoặc hai người bạn cùng đồng hành. Nếu mỗi người trong nhóm nhỏ này giữ lời hứa trở thành bạn đồng hành với nhau trong giai đoạn khó khăn này, thì họ sẽ đem lại những

điều tốt đẹp cho nhau, và giúp nhau phòng tránh dịch bệnh.

Một chiến lược căn bản hơn, đó là chọn lựa cách thức chúng ta nhìn người khác trong giai đoạn này. Đây là một điều khó, vì trong cơn đại dịch, mỗi người đều là một mối đe dọa tiềm năng. Tuy nhiên, chúng ta có thể chọn: xem trước tiên một người là mối đe dọa, hay xem trước tiên người đó là một người dễ bị tổn thương trong cơn dịch bệnh như chúng ta. Cái nhìn của chúng ta là cái nhìn của sự thờ ơ và chống đối, hay là cái nhìn của sự cảm thông và liên đới? Chúng ta không thể để ý tưởng xem người khác như một sự đe dọa trở thành nhận thức căn bản của chúng ta về người khác. Làm điều đó, chúng ta không chỉ tiêu diệt nhân tính của họ, mà còn tiêu diệt nhân tính của chúng ta.

Hãy trở về với lòng trắc ẩn. Về cơ bản, chúng ta phụ thuộc với nhau, đặc biệt trong một đại dịch như thế này. Trong giai đoạn cách ly toàn xã hội, có nhiều người bị tổn thương, như: những người trong viện dưỡng lão, những người bị suy giảm miễn dịch và những người bị giam giữ. Chúng ta cần quan tâm những người này và các nhóm khác để đảm bảo họ không bị cô lập thêm do đại dịch này. Đối với những người lo lắng vì sợ không được lãnh nhận các bí tích trong thời gian các hoạt động tôn giáo bị hạn chế, thì chúng ta nên quên mình để ban bí tích cho họ.

Chúng ta cũng cần phải xem xét những gì xảy ra sau khi virus này được kiểm soát. Chúng ta phải làm gì trong những tuần sắp tới để giúp chúng ta gần nhau hơn và nhân ái hơn với những người ở bên lề xã hội? Làm thế

nào chúng ta có thể gia tăng sự gắn kết với nhau cho dù chúng ta phải đối mặt với đại dịch này?

Đây không phải là những câu hỏi lý thuyết. Chúng đã luôn ở đó, nhưng chúng ta có thể thấy chúng rõ hơn vào lúc này. Virus corona chỉ đơn giản là làm những gì nó làm. Đã đến lúc chúng ta phải làm những gì chúng ta nên làm. Đó là hãy trở nên nhân bản hơn trước, tin tưởng rằng làm như vậy chúng ta sẽ chuẩn bị tốt hơn cho mối đe dọa của đại dịch này và bất kỳ tai họa nào khác sẽ đến trong tương lai.

Văn Việt lược dịch từ americamagazine.org

Cách tốt nhất để tiêu diệt virus Corona trong xe hơi

Trong lúc các chuyên gia y tế vẫn đang nghiên cứu để xác định các khoảng thời gian mà virus Corona có thể sống được trên các bề mặt khác nhau là bao lâu thì một số các nghiên cứu ban đầu cho biết rằng virus Corona có thể sống sót cả ngày trời, thậm chí vài ngày trên các bề mặt như kim loại hay nhựa cứng.

Fox News vào ngày 17 Tháng Ba cho biết đây là những loại bề mặt chiếm đa số trên chiếc xe hơi của bạn. Thế thì làm sao để làm sạch sẽ các bề mặt này cũng như có thể tiêu diệt virus Corona nếu chẳng may nó xuất hiện trên chiếc xe hơi mà không làm hư hại chiếc xe của bạn, đặc biệt trong trường hợp có nhiều người đi chung hoặc sử dụng cùng một chiếc xe.

Trung Tâm Phòng Ngừa Bệnh Tật (CDC) đưa ra một danh sách những sản phẩm tẩy trùng, diệt khuẩn và làm sạch có khả năng tiêu diệt virus Corona một cách tốt nhất đa số là những sản phẩm có thuốc tẩy “bleach” hoặc có chất “hydrogen peroxide.”

Đây là những chất có thể làm hư hại bề mặt bên trong xe hơi nhất là khi muốn làm sạch màn hình điều khiển “touchscreen” của chiếc xe.

Dựa trên danh sách từ CDC, Consumer Reports đưa ra lời khuyên để các tài xế có thể tẩy trùng, diệt khuẩn, tiêu diệt virus Corona (nếu có) một cách tốt nhất đối với các bề mặt bên trong xe hơi đó là nên sử dụng các sản phẩm có nồng độ “alcohol” ít nhất là 70% hoặc cũng có thể sử dụng nước và xà bông để lau.