



Thái Tiểu Văn

SỰ NGHIỆP LÀM CHA



Ghi chép sự huy hoàng
của một gia đình tiến sĩ

Kinh thành về dạy con thành tài

*Xuất bản vào tháng 5 năm 2007, tái bản lần thứ 10
vào tháng 11 năm 2009*



Sách cho bạn trẻ và gia đình trẻ

Hoàng Bắc
Biên soạn

Nhà xuất bản Thanh Niên

Năm xuất bản : 1998

Khổ : 13 x 19cm

Chuyển sang ebook :

quocvu2k

Ngày hoàn thành:

27/03/2007

<http://www.thuvien-ebook.com>

Lời giới thiệu

Một gia đình văn minh, hạnh phúc. Đó là mong muốn của tất cả mọi người. Muốn vậy cần phải hiểu và làm được rất nhiều việc. Trước hết phải hiểu được tình yêu và hôn nhân một cách đúng đắn để tìm được một người yêu tâm đầu ý hợp, sống với nhau đến đầu bạc răng long. Có gia đình rồi thì phải có con.

Nuôi dạy con thế nào cho nên người - một con người khoẻ mạnh, thông minh, tài giỏi. Sau đó còn phải tạo lập một gia đình có văn hoá, có môi trường đầm ấm, trong sạch, cuốn hút mọi người. Đó là những điều mà cuốn sách này muốn trao đổi cùng các bạn. Hy vọng những điều sách đề cập đến sẽ có ích cho các bạn tham khảo, suy nghĩ, nhất là những bạn trẻ và những gia đình trẻ.

Hoàng

Bắc

Mục Lục

Phần I

Những điều cần biết về
yêu đương và cưới xin

1- Tính chất và đặc điểm của tình yêu

2 - Tình yêu và tình bạn

3- Cơ sở của tình yêu

4- Giá trị của tình yêu

5- Tác dụng của tình yêu

6- Không nên trông mặt đặt tên

7- Tình yêu chín muồi cần phải đi sâu
tìm hiểu.

8- Mười điều không nên trong yêu
đương.

9 - nghệ thuật theo đuổi tình yêu

10- Không nên mình hát mình khen hay

11- Tình yêu đối với người đã phạm

sai lầm

12- Bảy điều kiêng kỵ khi nói chuyện với người yêu

13- Không nên tiết lộ bí mật yêu đương quá sớm

14- Nên đối xử với lời cầu hôn của đối phương như thế nào?

15- Làm thế nào để dự đoán đượchạnh phúc sau khi cưới ?

16 - Sau khi thất tình thì phải làm gì ?

17- quan hệ tình dục trước khi cưới là có hại

18- Điều kiện kết hôn

19- Những điều cần biết về chuyến đi du lịch tuần trăng mật

20 - Lý trí và sự kiên trì tiết tháo

21-Mười điều hoà giải giữa vợ chồng

22 - Làm thế nào để chiến thắng sự ghen tuông

23- Không được coi thường việc ly hôn

24 - Nếu cuộc hôn nhân không thể cứu vãn

thì chia tay vẫn là việc tốt

25 - Xử lý quan hệ mẹ chồng, nàng dâu như thế nào cho tốt ?

26 - Tôn trọng người khác như thế nào ?

27- Những yếu tố làm cho gia đình khoẻ đẹp

Phần II

Giáo dục gia đình

Địa vị và tác dụng

của giáo dục gia đình

1 - Gia đình là cái nôi để con cái thành tài

2 - Khởi điểm của giáo dục là ở thai nhi

3- Giáo dục bào thai như thế nào

4 - Trí lực và giáo dục

5- Tiến hành giáo dục từ sớm như thế nào ?

6- Kinh nghiệm giáo dục từ sớm để cho trẻ em thông minh

7- Hãy xem con bạn có năng khiếu gì ?

4- Con bạn rất ít khi lạc đường.

6- Con bạn hát đúng nhịp điệu.

8 - Làm thế nào để nhận xét trẻ em có thông minh hay không

3/ Nó có hứng thú đọc sách từ rất sớm ?

7/ Nó có trí nhớ tuyệt vời không ?

10/ Nó có thích làm việc độc lập không ?

9- Phải bồi dưỡng những trẻ em thông minh như thế nào ?

10- Phương pháp chẩn đoán sớm và giáo dục đặc biệt đối với trẻ em trí lực chậm phát triển

11- Những điều cấm kỵ trong giáo dục gia đình

12 - Mươi yêu cầu của trẻ em đối với cha mẹ

2/ Tình cảm yêu thương phải công bằng đối với tất cả con cái trong nhà, không được thiên vị.

13- mười kinh nghiệm bồi dưỡng trẻ em ngoan

14- Mười điều kiêng kỵ trong việc giáo dục con cái

15 - Những câu chuyện hay là cánh tay của sự thành tài

16- Bồi dưỡng cho trẻ em hứng thú và thói quen tốt trong học tập

1/ Phải nắm được hứng thú học tập của

tré.

4/ Phải giúp các em biết kiên trì.

17- Giáo dục gia đình trong thời kỳ con cái còn trẻ tuổi.

18- Phải đối đãi với trẻ em một cách bình đẳng.

19 - Ảnh hưởng của môi trường sống đối với con cái.

20 - Hướng dẫn trẻ em sinh hoạt và vui chơi giải trí một cách đúng đắn.

21 - Dạy cho trẻ biết cách tiếp đãi người ngoài và tiếp nhận quà tặng.

22 - Giao tiếp văn minh người hiện đại cần có quan niệm mới

23 - Cách ngôn về cuộc sống.

Phần III

Vui chơi giải trí trong gia đình

1-Thưởng thức âm nhạc

2 - Các loại âm nhạc

3 - Thưởng thức một ca khúc

4 - Thưởng thức một vở kịch

5 - Thưởng thức múa (vũ đạo)

6 - Giao tế vũ

7 - Vũ khúc

8 - Sa-lông gia đình

9 - Thưởng thức điện ảnh

10- Cầm , kỳ , thư , hoạ .

11 - Chơi tem

12 - Những cái nhất của tem thư

13 - Ảnh dưỡng sinh

14 - viên nghệ dưỡng sinh

15 - Hoa cỏ chia làm bao nhiêu loài

16 - Trồng hoa ở trong phòng như thế

nào ?

17- Những cây hoa lá có hại cho sức

khỏe con người

18 - Mươi điều không nên trồng hoa ở

trong phòng

19 - Những hiểu biết cơ bản về cá

vàng

20 - Thể dục với gia đình hiện đại

Phần I

Những điều cần biết về

**yêu đương và cưới
xin**

1- Tính chất và đặc điểm của tình yêu

Cũng như những sự vật khác, tình yêu cũng có thể nhận thức và nói ra được. Qua các thời đại, các nhà văn, nhà triết học, nhà nghệ thuật, nhà tư tưởng đều đã nghiên cứu vấn đề này, và cũng đã giải thích theo mức độ khác nhau. Song chỉ có Mác và Ăngghen mới thật sự vạch ra được những bí ẩn nội tại của nó.

Mác cho rằng tình yêu là sản vật của một giai đoạn nhất định trong tiến trình lịch sử của hôn nhân và gia đình, là kết tinh của văn minh nhân loại. Nó không chỉ là một hiện tượng sinh lý, mà điều quan trọng hơn, nó là một loại hiện tượng tinh thần của xã hội, là sự hâm mộ, sự chí đồng đạo hợp của những người khác giới kết thành mối quan hệ xã hội đặc thù. Tâm lý tình cảm đặc thù của những người yêu nhau là do

những nhân tố như lý tưởng, chí thú, khí chất, tính cách, tài năng, phẩm đức của đôi phương đem lại; tình yêu đôi lứa khác với tình cảm đối với cha mẹ, anh em, bạn hữu, nó là một thứ tình yêu thân mật nhất, chân thành nhất, từ nội dung cho đến hình thức đều có tính qui luật đặc thù; nó gồm luyện ái, lý tưởng, nghĩa vụ thống nhất lại với nhau, là sự chuyên nhất của tự do, bình đẳng, mãnh liệt, trường cửu và thuần khiết; nó

cũng chính là thể thống nhất
biện chứng giữa quan hệ xã hội
và quan hệ sinh vật của con
người, giữa nhân tố xã hội và
nhân tố tâm lý, giữa bản chất xã
hội và bản chất tự nhiên, là sự
thể hiện và sự minh chứng của
bản chất xã hội của con người.

2 - Tình yêu và tình bạn

Tình yêu và tình bạn là hai khái niệm khác nhau, giữa hai khái niệm ấy có sự khác biệt về bản chất, nhưng chúng cũng có những điểm tương đồng nhất định.

Tình yêu là tình cảm có sự chuẩn bị đầy đủ để tuyển chọn sự phối ngẫu, là sự kết hợp giữa tính ái và tình ái, là cảm tình thuần khiết cao thượng nhất, có

tính chuyên nhất và tính biệt lập rõ ràng. Còn phạm vi của tình bạn thì rộng hơn, một người có thể kết bạn với rất nhiều người mà không bị hạn chế bởi điều kiện tính biệt.

Tình yêu và tình bạn cũng có những điểm chung, cả hai đều xây dựng trên cơ sở tin tưởng, ủng hộ, giúp đỡ lẫn nhau. Do đó, trong tình yêu có bao hàm tình bạn, tình bạn là cơ sở của tình yêu.

Từ tình bạn có thể phát triển thành tình yêu. Các bạn trẻ kết bạn trong những cuộc giao tiếp quý báu và cũng có thể từ tình bạn mà phát triển thành tình yêu. Song không phải mọi tình bạn đều có thể phát triển thành tình yêu. Nam nữ thanh niên phải xử lý đúng đắn và hài hòa mối quan hệ giữa tình bạn và tình yêu, quyết không thể lẫn lộn, coi tình bạn là tình yêu, nếu không sẽ tổn hại đến tình bạn

3- Cơ sở của tình yêu

Tình yêu có nội dung tư tưởng, hàm nghĩa tinh thần đặc hữu của nó. Bởi vì mọi sự vật và quá trình trên thế giới này đều tồn tại những mâu thuẫn thì tình yêu cũng như vậy. Mâu thuẫn của tình yêu cũng không ngoài sự khác biệt về lý tưởng, sự phân kỳ của tư tưởng chính trị và thế giới quan. Quá trình xây dựng quan hệ tình yêu cũng đều do những nhân tố nhất định

của quan niệm tư tưởng, của tiêu chuẩn đạo đức, của ý thức thẩm mỹ chỉ đạo. Quan niệm tư tưởng khác nhau thì trong tình yêu cũng sẽ không có tiếng nói và hứng thú chung. Còn nếu tư tưởng chính trị và nhân sinh quan nhất trí với nhau, chí đồng đạo hợp với nhau thì có thể hoà hợp với nhau, chung sức chung lòng, hiệp tác với nhau và thúc đẩy nhau cùng tiến lên. Cho nên cơ sở tư tưởng xã hội là cơ sở chung của tình yêu. Cơ sở tư

tưởng bền vững thì cơ sở của tình yêu sẽ vững. Không có cơ sở tư tưởng thành thực thì không có tình yêu. Cách nhìn của một người đối với các sự kiện chính trị, với các hành động và các cải cách xã hội chính là thái độ chính trị của người đó. Có những thanh niên thông qua thái độ chính trị cộng đồng mà đạt được tình yêu. Ngược lại, có những mâu thuẫn trên vấn đề này cũng thường dẫn đến sự tan vỡ của tình yêu.

Sự kiện chính trị là khách quan, mỗi thanh niên đều phải suy nghĩ, vừa phải tìm hiểu một cách đầy đủ lịch sử quá khứ của nó, vừa phải phán đoán một cách chính xác những biến hoá có thể xảy ra sau này.

Tình yêu là sự kết tinh của văn minh nhân loại, là sự thể hiện và minh xác bản chất xã hội của con người, còn những cái hấp dẫn khác giới mù quáng chỉ là bản năng, nó không phải là tình yêu, cũng không phải là

cơ sở của tình yêu. Do đó, trong quá trình tiếp xúc, người thanh niên phải giữ cho đầu não được tỉnh táo, bình tĩnh, phải lái tình cảm một cách có lý trí, phải xác định một cách khoa học tiêu chuẩn lựa chọn, trước hết phải thẩm tra một cách thận trọng xem cơ sở của tình yêu như thế nào, rồi sau đó mới căn cứ vào khả năng mà xây dựng tình cảm, tuyệt đối không được khinh suất mù quáng, nếu không thì cuối cùng cũng chỉ là

“Đã chàng xe cát” mà thôi.

4- Giá trị của tình yêu

Tình yêu là “thể kết tinh “ của tình cảm, là sự thăng hoa đã vứt bỏ được những sự thấp kém, dung tục hời hợt, là một bộ phận quan trọng của nền văn minh tinh thần, là sự thể hiện một tâm linh đẹp đẽ và là vật sáng tạo của đạo đức cao thượng. Từ một lĩnh vực đặc hữu, nó thực hiện sự thống nhất chân, thiện, mỹ và lợi.

Tình yêu giống như một cái thước có thể đo được biên độ giá trị chân chính trên một con người. Tình yêu chân chính là một tình yêu trong trắng, đôn hậu, bao la, siêu phàm thoát tục. Trong nhiều cuộc chiến tranh cách mạng đã có không biết bao nhiêu anh hùng, mà cuộc đời và tình yêu của họ thật cảm động lòng người và là những câu trả lời tuyệt hảo về thế nào là giá trị của cuộc sống con người và thế nào là giá trị

của tình yêu : “Sinh mệnh thành khả quý, ái tình giá cánh cao, vi liễu tự do cố, nhi giả giai khả phao”. Cũng tức là nói, sự nghiệp là hàng đầu, tình yêu là thứ hai, sự nghiệp cao hơn tình yêu, tình yêu phải phục tùng sự nghiệp. Đó chính là quan điểm giá trị tình yêu của người cách mạng.

5- Tác dụng của tình yêu

Tình yêu không phải là sự trưởng thành tình cảm một cách thông tục của nam nữ. Nó là một loại kết cấu tâm linh của con người.

Tình yêu là sự thống nhất giữa chân, thiện, mỹ, lợi, có hiệu ứng bổ sung lẫn cho nhau, lấy dài bù ngắn để cùng được nâng cao. Nó có thể kiên định được lý tưởng con người, đề

cao được tinh thần con người, làm phong phú trí lực con người, làm đẹp thêm tâm linh con người, thúc đẩy việc xây dựng văn minh tinh thần và văn minh vật chất cho con người.

Tình yêu là cái buồm gió của sự nghiệp, là động lực để tiến lên. Trong thực tiễn nhận thức thế giới và cải tạo thế giới, nó có thể kêu gọi và thúc đẩy con người phát huy tính năng động chủ quan, cải tạo thế giới khách quan, đạt đến điểm hoàn

mỹ lý tưởng. Ví dụ như vợ chồng nhà khoa học Ma-ri Qui-ri nổi danh toàn thế giới, như Gienni và Các Mác, Chu Ân Lai và Trịnh Dĩnh Siêu. Họ là những tấm gương liên hệ chặt chẽ giữa tình yêu và sự nghiệp, cống hiến của họ cho thế giới thật là cao cả và vĩ đại.

6- Không nên trông mặt đặt tên

Tinh thần yêu cái đẹp, yêu người đẹp thường vẫn có. Những người trong tuổi yêu đương, ai cũng mong muốn người yêu của mình đẹp, điều đó có thể hiểu được. Sự hấp dẫn về dung mạo của song phương cũng là một nhân tố không thể coi thường trong mối quan hệ yêu đương. Nhưng nếu người nào đó chỉ theo đuổi cái

diện mạo bên ngoài mà không tính đến các mặt khác thì sau khi cưới xin có thể gặp những nỗi đau khổ. Chỉ có nhân tố quyết định là tâm linh đẹp mới không ngừng phát triển tình cảm sau khi cưới. Do đó không nên lấy diện mạo bên ngoài làm nhân tố quan trọng đầu tiên để chọn người yêu.

So sánh tâm linh đẹp với diện mạo bên ngoài thì tâm linh đẹp không thể không chiếm địa vị hàng đầu. Tâm linh đẹp ở

đây là đạo đức, tình cảm, tiết hạnh, phẩm cách, khí chất vv... Những điểm này phải là tiêu chuẩn đánh giá một người yêu đẹp của chúng ta. Diện mạo bên ngoài đẹp mà tâm linh không đẹp thì không thể hạnh phúc với những người như vậy được. Trái lại người có tâm linh đẹp mà diện mạo bên ngoài chỉ bình thường hoặc có một chút khiếm khuyết gì đó, thì vẫn có thể yêu và tiến tới hôn nhân hạnh phúc.

Trong cuộc sống hiện thực rất nhiều bài học “Trông mặt đặt tên” đã gây nên những bi kịch cho gia đình. Chỉ có tâm linh đẹp mới vượt qua được những thử thách của thời gian, mới là nhân tố quyết định để bảo đảm tình cảm không ngừng phát triển sau khi cưới. Nếu không, những cặp lầy nhau mà ”ngoài là vàng ngọc, trong là bông bong” sẽ chỉ làm cho họ khổ tâm.

7- Tình yêu chín muồi cần phải đi sâu tìm hiểu.

chuyện lứa đôi là một việc lớn và nghiêm túc, không được mảy may coi nhẹ, nóng vội hay buông thả. “Đi đường xa mới biết sức ngựa, ở gần lâu mới biết lòng người”. Để hiểu được thế giới nội tâm của đối phương, không thể chỉ trong một sớm một chiều mà phải tìm hiểu sâu sắc rồi mới “có cái gì đó” trong lòng được. Nếu

chỉ qua một vài lần gặp mặt mà đã tin tưởng một cách dễ dãi vào đối phương, đã “dùng dằng nửa ở nửa về”, thì loại tình cảm đó chưa chắc đã chín muồi.

Trong quá trình yêu đương cần phải bình tĩnh, lặng lẽ tìm hiểu, quan sát đối phương xem có thật ý hợp tâm đầu với mình hay không, hứng thú có trùng hợp, tính cách có dung hợp với nhau không, rồi lại còn phải mời cha mẹ, lãnh đạo, bè bạn

làm tham mưu. Phải tìm hiểu kỹ đối phương, có thể thông qua tổ chức đơn vị, địa phương, gia đình và hàng xóm láng giềng của đối phương.

Việc tìm hiểu lừa dối là để xây dựng gia đình, đạo đức gia đình của một con người không giống như đạo đức nghề nghiệp và đạo đức xã hội. Có người trong đơn vị công tác thì tỏ ra rất tốt, nhưng ở nhà thì lại rất buông thả: Là một người con trai độc quyền độc đoán, hoặc

là người con gái thêu hoa áo gôi. Cũng có người, có thể là cá biệt, tính cách rất bệnh hoạn, ngay đến đạo đức gia đình tối thiểu cũng không có, họ ngụy trang khi tìm hiểu, lấy sự lừa dối làm thực chất. Do đó khi yêu thì phải tìm hiểu cho kỹ trước khi cưới, chẳng may bị một người tự tư tự lợi, đê tiện, tâm địa bản thủ lừa gạt thì hậu họa sẽ rất nghiêm trọng.

Thanh niên yêu đương, có khi nảy sinh một cách không tự

giác hiện tượng nhất kiến chung tình (yêu sau cái nhìn đầu tiên). Lúc này đầu óc phải thật tỉnh táo, trong quá trình tìm hiểu nhau phải kiểm tra và củng cố tình cảm, làm cho sự chung tình ấy phát triển một cách lành mạnh. Khi đã phát hiện ra là sai lầm cũng không nên sợ sệt, phải từ chối lời hứa hôn và phải xử lý cho thoả đáng, không được miễn cưỡng, gượng ép, nếu không thì sau khi cưới sẽ càng phiền phức hơn.

8- Mười điều không nên trong yêu đương.

Nam nữ thanh niên , có ai là không đeo đuổi một tình yêu? Có điều, tình yêu không phải tất cả đều là mật và hoa, mà còn có cả quả đắng nữa. Làm thế nào để tránh ăn phải quả đắng? Xin hãy chú ý mấy mặt sau đây:

1) *Không nên yêu đương quá sớm.* Thời kỳ thanh niên

học sinh là thời kỳ lớn lên về thân thể, tăng trưởng tri thức, phải giành thời gian, tinh lực tập trung vào việc học tập để đặt cơ sở bền vững cho lý tưởng và sự nghiệp tốt đẹp sau này. Hơn nữa, tuổi quá trẻ, chưa từng trải, thì việc chọn người yêu khó tránh khỏi sự nông nổi thiếu thận trọng, ảnh hưởng đến tiền đồ cá nhân, hơn nữa nếu tìm không ra đối tượng yêu đương thích hợp, thì sẽ để lại ân hận suốt đời.

2) *Không nên bàn đến tình yêu đa giác.* Yêu đương là chuyện của hai người, phải tự do, bình đẳng, thuần khiết và biệt lập. Nếu sau khi xác định quan hệ yêu đương rồi mà vẫn còn “bắt cá hai tay” thì đó là hành vi lừa dối, là phản lại đạo đức xã hội. Kết quả đã hại mình lại làm hại cả người khác nữa.

3) *Không nên qua quýt, cầu thả.* Yêu đương cưới xin là

việc lớn của cả đời người, phải suy nghĩ kỹ càng, chín chắn, không nên hấp tấp vội vàng, cũng không nên nghe theo người khác sắp đặt, phải qua tiếp xúc và tìm hiểu sâu sắc, phải tự mình quyết định, không được mù quáng, hứa hôn một cách nông nổi.

4) *Không nên nản chí.*

Trong yêu đương, khó tránh khỏi những chuyện hiểu lầm, mâu thuẫn, do đó, các bạn phải chú ý điều hoà, nếu không phải

là mâu thuẫn thuộc về nguyên tắc thì không nên nản chí, thờ dãi cho qua. Thái độ đúng đắn là cả hai cùng nhượng bộ lẫn nhau, phải lượng thứ cho nhau, thấy mình thấy người, thấy cái nhược của người, nhưng cũng phải thấy cái ưu, cái sở trường của họ, lấy dài bù ngắn, cùng nhau tiến lên.

5) *Không nên hoài cựu.* So sánh với người yêu cũ, về khía cạnh nào đó bao giờ cũng cảm thấy không được tốt đẹp bằng

tình yêu ban đầu. Cái bệnh hoài
cự này là do si tình mà ra.
Phải nhận thức một cách sáng
suốt rằng người yêu cũ tuy có
cảm tình, nhưng thời gian và
hoàn cảnh đã thay đổi, do si
tình mà hoài cự là một kẻ ngu
muội, có hại, cần phải nhìn
thẳng vào sự thật.

6) *Không nên co lại.* Do
áp lực bên ngoài mạnh quá nên
phải miễn cưỡng co lại, không
lạc quan phấn khởi, rất đau khổ
về mặt tinh thần, ảnh hưởng đến

tim. Đó là thiếu trách nhiệm với bản thân.

7) *Không nên giấu tình cảm thật.* Theo đuổi đối phương, song không lấy thái độ thành thực, mà lại đi phụ họa tâng bốc đối phương hoặc không dám nói ra những điểm chưa hoàn hảo trong điều kiện của mình, lừa dối đối phương. Chẳng may đối phương tìm ra chân tướng thì dù cho “Gạo sống có nấu thành cơm chín” rồi đi nữa thì tư tưởng, tình cảm

cũng đã nảy sinh hồ nghi cách, thậm chí phải chia tay, đã làm hại người khác mà còn hại cả mình nữa.

8) *Không nên báo thù khi thất tình.* Yêu đương không thành công, chúng tỏ đối phương không thích nghi làm thành viên gia đình, nhưng nên là những người bạn tốt của nhau. Thất tình mà báo thù là hành vi tự tư đê tiện của tiểu nhân, là người vô đạo đức.

9) *Không nên thân mật quá sớm.* Quá trình yêu đương của thanh niên là một quá trình bồi dưỡng tình cảm. Bất kể đối phương như thế nào, nếu như có những hành động cử chỉ thân mật quá sớm thì e sẽ có hại. Thời kỳ đầu xây dựng tình cảm phải dựa trên sự quan sát, tìm hiểu và giao lưu tư tưởng. Phải cảnh giác với những người có tâm địa “chơi trò khác giới”, bởi vì quan hệ yêu đương không được pháp luật bảo hộ.

10) *Không nên tùy tiện nhận “quà tặng”*. Yêu đương phải được xây dựng trên cơ sở “Chí đồng đạo hợp” chứ quyết không để cho kim tiền mê hoặc. Con người không phải là thương phẩm, tình yêu lại càng là thứ nghìn vàng khó mà mua được. Tình yêu chân, thuần, thiện, mỹ là bông hoa của cuộc sống con người, là văn minh cao thượng. Loại người chỉ vì kim tiền cám dỗ là loại người rất nguy hiểm và là loại người hủ bại, không

có nhân cách.

9 - nghệ thuật theo đuổi tình yêu

Trong cuộc tìm chọn lựa đôi, sau khi phát hiện được ý trung nhân rồi thì có ý đi thăm dò tâm tư và thái độ của đối phương, sau đó căn cứ vào khả năng mà đặt vấn đề cầu hôn.

Đặt vấn đề vừa phải chú ý đến phương pháp, vừa phải nắm vững “độ lửa”. Dùng phương pháp thỏa đáng để bày tỏ tình

cảm của mình, thường thấy những phương pháp sau đây :

Thử trực tiếp : Nếu là bạn học hoặc bạn bè đã quen, khi cả hai bên đều có tình có ý với nhau rồi thì có thể mạnh dạn nói thẳng với đối phương.

Kiểu hẹn hò: Có thể mời người bạn lòng của mình đi xem phim, ca nhạc, đi khiêu vũ vv....Nếu đối phương miễn cảm thì qua cuộc hẹn hò sẽ cảm nhận được tín hiệu cầu hôn của

bạn.

Kiểu mượn đồ vật : Nếu như bạn còn ngượng ngùng không dám đặt vấn đề thẳng với đối phương thì có thể áp dụng biện pháp mượn đồ vật để thay lời.

4) *Kiểu uỷ thác* : Nếu bạn không có dũng khí trực tiếp hoặc gián tiếp đặt vấn đề với đối phương thì có thể nhờ người giúp để làm “bà mối”. Đó là người trung gian được uỷ thác

gặp người mình đang yêu để tỏ lòng mến mộ.

5) *Kiểu thư từ* : Phương thức viết “Thư tình” dùng cho những người hay xấu hổ, ngượng ngùng là thích hợp nhất. Song bức thư tình đầu tiên ngôn ngữ phải chất phác, không nên viết những điều mộng ảo. Hãy kể lại tình hình của mình một cách chân thực, xác đáng, không nên khoe khoang về mình, thái độ phải chân thành uyển chuyển, làm sao cho đối

phương có cảm giác đáng tin cậy. Căn cứ vào trình độ học thức, vào sở thích, tâm tư của đối phương mà nêu ra một hai vấn đề để cùng thảo luận, mục đích là làm sao để đối phương chấp nhận là cả hai cùng quan tâm đến vấn đề đó. Như thế là đã tạo được sợi dây liên lạc của tình cảm. Bức thư tình đầu tiên nên tránh dùng những chữ “thân yêu”, “của anh”, “của em”, cũng không nên dò hỏi tình hình gia đình của đối

phương quá kỹ càng.

6) *Bồi dưỡng tình cảm* : Quan hệ yêu đương của đôi bên nam nữ khi đã được xác lập thì bông hoa tình yêu sẽ dựa vào công lao không ngừng chăm bón của cả hai người mà lớn lên. Con đường để phát triển tình cảm có rất nhiều, mấu chốt là ở chỗ chân thành đối đãi và giúp đỡ lẫn nhau.

Việc đầu tiên để phát triển tình cảm là giúp đỡ lẫn nhau

trong sự nghiệp. Sự nghiệp là trực chính để sản sinh ra tình yêu và phát triển tình yêu. Không có cái trực chính này thì tình yêu sẽ ảm đạm không còn màu sắc. Do đó đôi bên nam nữ đều phải ủng hộ sự nghiệp của nhau, không ngừng thúc đẩy nhau tiến thủ trong sự nghiệp. Trong sự nghiệp hai bên đều phải hết lòng ủng hộ nhau, có thành quả thì cùng hưởng, từ đó tình yêu tự nhiên sẽ phát triển lên.

Sự thông cảm và giúp đỡ lẫn nhau trong cuộc sống cũng là con đường quan trọng để phát triển tình cảm. Một bên có vấn đề tư tưởng gì đó, bên kia chủ động quan tâm giúp đỡ; một bên kinh tế khó khăn, bên kia cứu trợ một cách khảng khái vô tư, thành tâm. Tóm lại là phải cùng chung hoạn nạn, cùng hưởng hạnh phúc.

Ngoài công tác, việc sử dụng thời gian nhàn rỗi cũng

rất có lợi cho việc phát triển tình cảm. Ngày nghỉ cùng đi xem phim, dạo chơi công viên, tham gia vũ hội, ngắm hoa vãn cảnh, cùng đi bơi thuyền, vẽ tranh ngâm thơ đều thúc đẩy việc giao lưu tình cảm, đề cao những hứng thú, từ đó mà tình cảm thêm gắn bó.

Trong mỗi lần tiếp xúc, tìm hiểu nhau phải chú ý sao cho văn minh, phải có thể giới tinh thần phong phú. Tuyệt đối không được quá giản đơn, lỗ

mãng, vượt quá giai đoạn phát triển của tình cảm, dễ dàng có những động tác quá ư thân mật, kết quả thì ngược lại, nó có thể phá hoại sự âu yếm, tế nhị của tình yêu. Nên biết rằng tình yêu chân chính không phải thể hiện bằng lời, mà phải dùng tâm linh để thể nghiệm, tình cảm sâu đậm không đơn thuần dựa vào trực quan để thu được, mà phải thông qua sự quan tâm lẫn nhau, phải chân thành giúp nhau cùng tiến.

10-Không nên mình hát mình khen hay

Người tự tăng bốc mình thường không phải là người hèn kém vô dụng, mà thường là điều kiện mọi mặt tương đối ưu việt, xung quanh mình lại có nhiều người theo đuổi. Chính vì tài mạo song toàn, nhiều người theo đuổi càng làm cho tính hư vinh của họ bành trướng lên. Đầu óc kiêu ngạo càng cao, người này không lọt mắt,

người kia không hợp cách, trong hiện thực mọi người theo đuổi đều làm cho họ thất vọng. Loại người như thế này thường hay lý tưởng hoá tình yêu, người yêu bị thần thánh hoá. Trên thực tế không phải là trong hiện thực không chọn được đối tượng thích hợp, mà chỉ là do chủ quan nhận không ra. Đó là loại người “Mình hát mình khen hay” nên đã tạo ra một bệnh chứng gọi là tình cảm lạnh nhạt thờ ơ, nếu không trị

loại bệnh này đi thì vĩnh viễn sẽ không tìm được bạn đời hạnh phúc.

11- Tình yêu đối với người đã phạm sai lầm

Người đã mắc sai lầm cũng cần phải có tình yêu, hơn nữa cũng có quyền tìm được tình yêu, đó là điều khẳng định không còn nghi ngờ gì nữa. Tục ngữ có câu “Lãng tử hồi đầu kim bất hoán”. Trong lãng tử hồi đầu những kẻ ngoan cố không hối cải, những kẻ lấy oán trả ân chỉ là thiểu số. Người đâu có phải là thánh hiền, làm sao không

phạm sai lầm được, chỉ có điều là sai lầm lớn hay nhỏ mà thôi. Những thanh niên đã vấp ngã tuyệt đại đa số tự nguyện hồi cải đê lại đi lên con đường chính. Chỉ cần lãng tử quay đầu lại là có cơ hội phát triển tài trí, thậm chí so sánh với người nói chung còn làm tốt hơn nữa. Nhiều trẻ em đã từng bị đi tập trung, cải tạo, sau vẫn trở thành những công dân tốt. Thậm chí còn có người nắm giữ những công việc quan trọng. Từ đó ta

thấy không thể nhìn người bằng con mắt cũ được. Nói chuyện với những thanh niên đã thực sự nhận thức đúng về vấn đề tình yêu thì sẽ thấy được tình yêu và hạnh phúc chân chính.

Đối với những thanh niên đã bị vết thương tâm lý, chúng ta nên có sự thông cảm với họ chứ phải là làm cho họ chán nản, tuyệt vọng. Nếu đem tinh thần hy sinh ra để hy vọng đối phương thay đổi, thì đó cũng không phải tình yêu và niềm

hạnh phúc chân chính. Bởi vì đồng tình không phải là ái tình. Nếu đối phương trở nên tốt, là người chí đồng đạo hợp, có chung chí hướng thì không phải quan tâm đến những sai lầm trước. Phải dũng cảm giúp đỡ, quan tâm đến đối phương, tiếp tục phát triển tình cảm, đi đến thành công. Tình yêu như vậy mới thật là có giá trị.

12- Bảy điều kiêng kỵ khi nói chuyện với người yêu

Giác Lon-đơn là nhà văn Mỹ đã viết trong cuốn “*Matin Idon*” như sau “*Trên thế giới này phải có tình yêu trước rồi sau đó mới có ngôn ngữ tình yêu.*” Ngôn ngữ tình yêu có những cách hiểu riêng, đặc biệt là trong việc bàn về yêu đương, nói như thế nào, nói những gì? Điều này không có khuôn mẫu cố định và qui tắc nào cả. Song

trong cuộc nói chuyện phải có kỹ xảo, có văn hoá. Trong thực tiễn cuộc sống, chúng ta có thể tổng kết được bảy điều kiêng kỵ trong khi nói chuyện với người yêu như sau:

1- Không nên nói kiểu thăm tra. Nam nữ thanh niên chưa lấy nhau, mới chỉ quen biết và có chút thiện cảm với nhau thì nên trò chuyện bình thường, đặc biệt là cuộc nói chuyện lần đầu. Trong cuộc chuyện trò, thái độ phải tỏ ra

ngghiêm túc, không nên nói chuyện với đối phương như kiểu thăm tra đối chiếu hộ khẩu, liên tục phát ra những câu hỏi hoặc là hỏi tận ngọn nguồn đối phương, những cách làm như vậy đều không ổn. Như vậy có thể dồn đối phương đến chỗ không còn cách nào mà chống đỡ, mà trở tay, làm cho đối phương mặt đỏ tía tai hoàn toàn bị động, dễ sinh tự ái, có cảm giác xấu hổ. Ví dụ có một đôi tình nhân , sau khi gặp

nhau chàng đã mở miệng hỏi ngay: Tại sao cha mẹ nàng lại li dị nhau? ở riêng bao nhiêu năm nay rồi? Phân chia tài sản như thế nào? Bố mẹ có đi bước nữa không? v.v...và v.v.... Nàng thật không có cách nào mà trả lời, cảm thấy rất bối rối, do đó mà nàng cho rằng chàng thiếu được tu dưỡng, rất ngớ ngẩn, không hiểu lý sự. Kết quả là cuộc gặp mặt lần đầu tiên đã biến thành cuộc gặp mặt lần cuối cùng.

2- Không nên dùng kiểu

trâm ngâm. Bàn về yêu đương, chủ đề phải bất ngờ, phải xoáy chặt vào chủ đề tình yêu mà bàn. Hai bên không nên nói năng tùy tiện. Nên tránh, hễ nói là thao thao bất tuyệt, hoặc là cứ ngồi ỳ ra không nói một lời nào. Như vậy dễ dẫn đến hiểu lầm, làm cho đối phương cảm thấy ngỡ ngàng, thậm chí còn nghi ngờ bạn không vui hay là bị ốm. Đã nói chuyện thì cả hai bên đều phải nói, mỗi bên đều thổ lộ tâm sự của mình, có như

vậy mới đạt được mục đích là cùng hiểu nhau, là giao lưu tình cảm.

3- *Không nên theo kiểu phụ họa.* Trong cuộc nói chuyện, hai bên đều bình đẳng, đều có quyền nói lên quan điểm, lập trường và phương pháp của mình. Không nên người ta nói gì thì phụ họa như thế, người ta nói đông, mình cũng nói đông, người ta nói tây thì mình lập tức nói là tây. Như vậy có thể làm cho đối phương

tưởng rằng bạn là người “ngả theo chiều gió”, không có cá tính và chủ kiến hoặc là xuê xoa, bợ đỡ.

4- *Không nên theo kiểu nịnh nọt.* Có người trong cuộc trò chuyện về yêu đương, đề chiếm được cảm tình và sự yêu mến của đối phương, thúc đẩy nhanh hơn tình yêu, thì thường hay tâng bốc đối phương quá sự thực, luôn luôn đề cao đối phương, thậm chí tâng bốc đến mức thô bỉ. Thực ra làm như

vậy thường chỉ dẫn đến tác dụng ngược lại, đồng thời có thể làm cho đối phương hiểu lầm là bạn ba hoa khoác lác, giả dối không thành thực, hoặc là cho rằng bạn đang cố tình châm biếm, giễu cợt người ta.

5- *Không nên nôn nóng muốn xong ngay.* Tình yêu từ chỗ “cuộc đất gieo mầm” đến khi “ra hoa kết quả” phải là một quá trình, không nên nôn nóng vội vàng. Có người muốn cứ sau một vài buổi chuyện trò

là tình yêu nảy sinh và kết trái, muốn như vậy là không hiện thực. Có một cô thanh nữ, bạn bè giới thiệu cho cô một anh thanh niên công nhân mỏ. Hai người vừa gặp nhau lần đầu ở nhà bạn trai, cô ta đã tháo giày nhảy ngay lên giường để đo chiều ngang chiều dọc cửa sổ để đi về may rèm cửa sổ. Người bạn trai thấy vậy thì không hài lòng, cho rằng cô bạn gái quá bông bột nhẹ dạ. Kết quả là như người ta thường nói “Dục

tốc thì bất đạt”.

6 - *Không nên cắt ngang lời đối phương.* Trong cuộc chuyện trò, hai người đều phải kiên nhẫn nghe hết những lời đối phương đang nói, không nên tùy tiện ngắt lời, chen ngang câu chuyện, nếu không đối phương sẽ cho rằng bạn là người không lịch sự và thiếu văn hoá.

7 - *Không nên tự khoe khoang.* Trong cuộc nói chuyện

không nên tự khoe mình, nói
thao thao bất tuyệt, huyên
hoang về tài năng của mình. Ví
dụ, có một thanh niên, anh ta
sáng tác nghiệp dư được một
vài tác phẩm. Anh ta không nói
ra thì đối phương cũng đã biết
rồi, nhưng vì sợ đối phương
không biết nên vừa gặp nhau,
chưa nói được chuyện gì thì
anh ta đã thao thao bất tuyệt,
khoe những tác phẩm của
mình, làm cho đối phương ngồi
nghe rất khó chịu, cho rằng bạn

mình chỉ thích hư vinh, thích khoe khoang.

Tóm lại, khi nói chuyện trong giai đoạn đang yêu phải chân thành tôn trọng đối phương, nói những lời tự đáy lòng để cho đối phương hiểu, phải luôn đặt niềm tin ở đối phương. Nếu chỉ dựa vào “nhập vai” thôi thì không đủ, bởi vì “vai diễn” vẫn chỉ là “vai diễn”, mà ở đây lại là sự bộc lộ tình cảm, tâm linh, nói chuyện về tâm hồn.

13- Không nên tiết lộ bí mật yêu đương quá sớm

Có những thanh niên đua đòi, sau khi có bạn khác giới thường hay huyênh hoang, đi đâu cũng khoe khoang, nên đã gặp phải hậu quả là ”Dục tốc thì bất đạt ” làm hỏng cả việc. Từ yêu đương đến lúc kết hôn là cả một quá trình phát triển; có người thì phát triển thuận lợi, cũng có người đã phải nếm mùi thất bại. Nếu tình yêu chưa

chín muồi thì tốt nhất là không nên công khai quá sớm, như vậy nếu không thành công thì cũng không ảnh hưởng đến áp lực và xã hội. Nếu như một bên hoàn toàn thuận tình mà đối phương còn do dự không quyết định, lúc đó nên nói ra sự thực và nhờ dư luận tác động để cho đối phương khỏi rút lui. Có người đã tổng kết kinh nghiệm rằng: "Dự báo thời tiết đã báo là đúng, còn tình yêu mà thông báo thì là ngừng". Đó chính là

khi tình yêu chưa chín muồi mà đã công bố bí mật của tình yêu quá sớm, dẫn đến tâm lý phản ứng của đối phương, kết quả là sự việc ngược lại với nguyện vọng.

14- Nên đối xử với lời cầu hôn của đối phương như thế nào?

Khi đến tuổi trưởng thành, thanh niên có quyền yêu và được yêu. Nếu có người đặt vấn đề với bạn thì không nên sợ hãi, đây là những việc mà trong cuộc sống của người thanh niên đều phải gặp. Trước hết bạn nên vui mừng, nếu đó không phải là ác ý của người xấu nào đó; điều đó chứng tỏ bạn đã có

ưu điểm nào đó đáng được người ta yêu. Thứ hai, bạn nên tôn trọng tình cảm của người khác đối với bạn. Nếu bạn cảm thấy đối phương không thích hợp với bạn, không phải là ý trung nhân của bạn thì trên cơ sở tôn trọng đối phương, bạn nên tỏ thái độ của mình một cách đúng mực. Tuyệt đối không nên lấy sự yêu mến của người khác đối với mình để tự kiêu tự đại, giấu cợt người khác, càng không nên tùy tiện

phổ biến trong bạn bè. Cần phải biết rằng, lời lẽ và hành vi không văn minh sẽ gây ra sự đau khổ cho người khác, và tổn hại ngay cho chính bản thân mình nữa. Cho nên khi có người đặt vấn đề yêu bạn, bạn nhất định phải tôn trọng tình cảm của đối phương, phải tỏ ra là một người có giáo dục.

Người chủ động tỏ tình cũng không nên cảm thấy xấu hổ, cuộc sống tương đối phức tạp, tỏ tình cũng là một nghệ

thuật. Chỉ cần lương tâm trong sạch, xử lý đúng mực thì sẽ gây được cảm tình của đối phương, nếu có thiện cảm thì đối phương sẽ tạo điều kiện cho bạn.

15- Làm thế nào để dự đoán được hạnh phúc sau khi cưới ?

Căn cứ vào sự nghiên cứu của các nhà tâm lý học gia đình thì nam nữ thanh niên trong luyện ái có thể dự đoán được sau hôn nhân có hạnh phúc hay không dựa trên mấy phương diện sau đây:

1- Xem cơ sở của hôn nhân có vững chắc hay không. Nếu trên cơ sở tâm đầu ý hợp,

mền mọ lẫn nhau mà xây dựng quan hệ yêu đương thì sau khi cưới sẽ có hạnh phúc trọn vẹn. Ngược lại, nếu cơ sở của hôn nhân mà xây dựng trên các quan hệ lợi dụng nhau thì không thể có hạnh phúc bền vững được.

2- Xem đôi bên có cùng một chí hướng hay không, có ý hợp tâm đầu hay không? Nếu có thì đó là sợi dây bền chắc để bảo vệ mối quan hệ vợ chồng, ngược lại thì chẳng có lạc thú

nào hết.

3- Xem tính tình và tính cách đôi bên có hài hoà hay không? Tính cách của đôi bên nam nữ mà dung hợp, tính tình tương đối đồng nhất hoặc chỉ hơi bất đồng một chút, nhưng có thể mềm rắn bổ sung cho nhau được, thì sau khi cưới cũng có thể có hạnh phúc.

4- Xem trình độ giáo dục của đôi bên. Trong hôn nhân người ta thường dựa vào trình độ văn hoá, học vấn để so sánh,

lựa chọn. Song có một số nam nữ thanh niên nông thôn tuy trình độ văn hoá không cao nhưng tình cảm chân thành, chất phác thì cũng bảo đảm được hạnh phúc hôn nhân.

5- Hoàn cảnh gia đình của đôi bên cũng có thể là cơ sở để tham khảo. Nếu cha mẹ tôn trọng lẫn nhau, thì hôn nhân hạnh phúc của con cháu sẽ có ảnh hưởng tốt .

16 - Sau khi thất tình thì phải làm gì ?

Thất tình là điều cực kỳ đau khổ. Để thoát ra khỏi sự đau khổ của thất tình, khôi phục tâm lý trở lại bình thường, giữ gìn sức khỏe ổn định thì phải làm những việc sau đây:

1- Phải xác lập được nhân sinh quan đúng đắn, khắc phục quan điểm tình yêu là trên hết. Tình yêu rất quan trọng,

nhưng điều quan trọng hơn trong cuộc sống là theo đuổi lý tưởng, theo đuổi sự nghiệp. Ôt-xơ-rôp-xki đã từng nói: “Trong cuộc đời tôi cũng đã từng trải qua những đau khổ của sự mất mát và phản bội, song có một cái đã cứu tôi: cuộc sống của tôi bao giờ cũng có mục đích, có ý nghĩa, đó chính là sự phấn đấu vì chủ nghĩa xã hội”.

2- Phải thay đổi môi trường: Năm 21 tuổi, Ăng-ghen đã từng bị thất tình, ông đau

khổ viết: “*Trong nỗi đau khổ có mang sắc thái cá nhân, còn có nỗi đau khổ nào cao thượng, thiêng liêng như nỗi đau khổ của tình yêu? Trong những lúc như thế này, ta nên lấy thiên nhiên tươi đẹp làm bầu bạn.*”

Từ đó Ăng-ghen đã đi du lịch và chẳng bao lâu ông đã lấy lại được tâm trạng bình thường, giải thoát được nỗi đau khổ. Từ đó ta có thể thấy, sau khi thất tình nên lập tức thay đổi môi trường. Đây là một phương pháp điều

trị có hiệu quả.

3- Cần phải tiến hành việc thay đổi tình cảm. Nếu chẳng may bị thất tình, thì phải phân tích một cách khách quan nguyên nhân việc xảy ra thất tình, xem xem liệu có thể nối lại được không. Nếu như chỉ là sự bực bội nhất thời thì nên thành khẩn kiểm thảo sai sót của mình để xin lỗi đối phương tha thứ. Phải quý trọng tình cảm mà các bạn đã vun đắp được, không nên vứt bỏ nó một cách

khinh suất; tuyệt đối không được “lên mặt”. Thái độ ấy sẽ làm cho cả đôi bên ân hận suốt đời. Nếu quả thật không có cách nào cứu vãn được nữa, buộc lòng phải cắt đứt quan hệ, nhận thức rõ rằng đối phương là một người không đáng được bạn yêu thì vẫn cần phải có một niềm tin rằng ta sẽ tìm được một người mà ta thực sự yêu thương. Đây cũng là một cách thay đổi cảm tình tích cực.

4- Hãy nghĩ nhiều về đối

phương. Chỉ cần anh ấy (chị ấy) có hạnh phúc thì hãy để cho anh ấy (hay chị ấy) rời khỏi bạn. Pu-skin đã từng viết : *“Tôi yêu em chân thành không hy vọng. Cầu cho em được người tình như tôi đã yêu em “*. Đó là một tính cách cực kỳ cao thượng.

5- “Vết thương lòng vẫn cần thuốc chữa”. Khi mà bản thân không tự kìm chế được thì có thể tâm sự với những người bạn tri âm, tri kỷ. Những lời an

ủi của bạn bè có thể làm giảm bớt nỗi đau khổ của bạn.

6- Phải hoạt động thể dục một cách thích đáng, phải thường xuyên hít thở sâu một cách từ từ, như vậy có thể làm cho bạn cảm thấy đỡ đau ngực, tinh thần bớt căng thẳng và sự đau khổ cũng dần dần tiêu tan đi.

Tóm lại, nếu thất tình, bạn nên có thái độ tích cực để khôi phục tâm lý trở lại bình thường,

tuyệt đối không nên “quyên sinh” hoặc báo thù.

17- quan hệ tình dục trước khi cưới là có hại

Giai đoạn yêu đương, việc giao tiếp của đôi bên nên dừng lại chủ yếu ở mặt tinh thần, bất kể là tình cảm nồng cháy đến mức nào. Chỉ khi nào tiến hành xong việc đăng ký kết hôn thì mới có tự do chung sống. Nếu trước khi cưới mà đã có quan hệ giới tính thì sẽ đem lại hậu quả cho xã hội cũng như cho bản thân.

Quan hệ giới tính của hôn nhân phi pháp hoặc trong thời kỳ đang yêu vừa không được pháp luật bảo hộ, lại vừa bị xã hội lên án, xỉ vả. Hậu quả trực tiếp của quan hệ giới tính là có thai và sinh con, việc này rất có hại đối với sức khỏe của người phụ nữ, tai họa sau này khó mà lường trước.

Việc yêu đương của nam nữ thanh niên không thể bỏ qua những nguyên nhân này

khác không hợp nhau rồi phải chia tay nhau. Chung sống trước khi cưới không thể bảo đảm rằng không xảy ra những mâu thuẫn và đổ vỡ. Như thế cả hai bên đều không thể không hứng lấy những kết cục tai hại là hy sinh sự tiết tháo.

Tóm lại, quan hệ giới tính trước khi cưới là làm hư hỏng quan hệ yêu đương thông thường, là một trong những nhân tố làm cho xã hội mất ổn định; là một biểu hiện không

lành mạnh về quan niệm đạo đức cũng như quan niệm pháp luật. Trong yêu đương , nam nữ thanh niên cần phải nhận thức rõ điều này và phải điều chỉnh tình cảm một cách có lý trí, làm cho tình cảm cuồng nhiệt phải được “nguội dần” trong lý trí, và từ đó mà “thăng hoa” về mặt tinh thần. Phải tin tưởng rằng, tình bạn và tình yêu trường cửu sẽ có tác dụng phát triển tình cảm, tư tưởng của đôi bạn, sẽ không thể nào so sánh được

giữa sự say đắm nồng nàn với
sự khoái lạc dung tục trong
khoảnh khắc.

18- Điều kiện kết hôn

kết hôn là tiêu chí được xác lập giữa quan hệ yêu đương với cuộc sống vợ chồng. Người kết hôn phải có đủ điều kiện phù hợp do pháp luật qui định được pháp luật của nhà nước bảo hộ thì mới là hôn nhân hợp pháp. Nếu không sẽ không có hiệu lực pháp luật của hôn nhân.

Căn cứ vào qui định của

luật hôn nhân; điều kiện kết hôn có thể chia ra làm hai phương diện, đó là điều kiện đầy đủ để kết hôn và điều kiện cấm không được kết hôn. Nếu thiếu, thì cơ quan đăng ký kết hôn không cho đăng ký, không cho tổ chức cưới.

I/ Điều kiện cần có để kết hôn :

1- Điều xx luật hôn nhân qui định: ”Kết hôn cần phải được nam nữ đôi bên hoàn toàn

tự nguyện, không cho phép bất kỳ bên nào cưỡng bức bên nào hoặc bất cứ người thứ ba nào can thiệp”. Điều qui định này là sự thể hiện cụ thể nguyên tắc tự do hôn nhân, là điều kiện cần có và là điều kiện đầu tiên của hôn nhân.

2- Phải đủ tuổi kết hôn theo luật qui định (Nam từ 20 tuổi trở lên, nữ 18 tuổi trở lên)

3- Phải phù hợp chế độ một vợ một chồng.

II/ Điều kiện ngăn cấm không được kết hôn:

1- Cấm tảo hôn, cấm kết hôn khi đang có vợ có chồng.

2- Cấm những người cùng dòng máu về trực hệ: Giữa anh em cùng cha, cùng mẹ, cùng cha khác mẹ hoặc cùng mẹ khác cha; giữa những người có họ trong phạm vi ba đời; Giữa cha mẹ nuôi và con nuôi. Điều này vừa là qui định của pháp luật, cũng là yêu cầu của ưu

sinh học và luân lý đạo đức.

3- Cấm kết hôn khi đang mắc bệnh tâm thần, bệnh hoa liễu, bệnh di truyền.

Luật pháp cấm những người mắc các bệnh trên không được kết hôn là xuất phát từ lợi ích của xã hội, của quốc gia và của bản thân người mắc bệnh; đồng thời cũng có những căn cứ về mặt y học và sinh học. Những qui định này có ý nghĩa rất quan trọng đối với việc bảo

đảm cho việc hôn nhân của đôi
lứa sau khi cưới, tạo cho họ có
được cuộc sống hạnh phúc lâu
bền, thân thể khoẻ mạnh và sức
khỏe của con cái sau này.

19- Những điều cần biết về chuyến đi du lịch tuần trăng mật

Khi đặt kế hoạch đi du lịch tuần trăng mật, bạn cần phải chuẩn bị tất cả mọi thứ cho chuyến đi bao gồm sự sắp xếp về thời gian, hướng đi, lộ tuyến, dự toán kinh tế.

Về thời gian, bạn nên sắp xếp vào mùa xuân, mùa thu là thích hợp. Thời gian cụ thể còn

phải do nhiều yếu tố khác quyết định, cũng phải cân nhắc tình trạng sinh lý của nữ giới (phải tránh thời kỳ hành kinh), thứ đến là phải tránh giao hợp lần đầu trong khi đi đường. Người con gái giao hợp lần đầu có hơi bị đau và có cảm giác không thích hợp, ảnh hưởng đến nhã hứng của cuộc lữ hành tuần trăng mật.

Thời gian cho chuyến đi du lịch tuần trăng mật không nên dài quá. Nói chung từ 5 đến 10

ngày là thích hợp.

Khi xác định hướng đi phải dựa vào nhu cầu, sở thích của cả hai bên. Nếu đi gần thì cũng tốt bởi vừa tốn ít tiền, tiết kiệm thời gian, thân thể đỡ mệt nhọc. Việc chọn lộ tuyến thì xem nơi nào giao thông thuận tiện để chuyển đi được thoải mái.

Về mặt dự toán kinh tế thì trên nguyên tắc là lượng sức mà đi, sắp xếp cho phù hợp, có dự trữ thêm một chút.

Thứ hai là phải chú ý vệ sinh, phòng bệnh cho chuyến “du lịch tuần trăng mật”. Trước khi động phòng, cả hai vợ chồng đều phải dùng nước đun sôi để ấm để vệ sinh bộ phận sinh dục. Sau khi giao hợp, người con gái phải đi tiểu một lần rồi dùng thuốc tím 1/5000 pha nước ấm rửa sạch âm hộ để tránh “cảm nhiễm hệ thống tiết niệu”, nếu chẳng may bị cảm nhiễm, niệu đạo bị đau thì phải uống thuốc hoặc đi khám

bác sĩ .

Thứ ba là phải chuẩn bị đầy đủ vật dụng đi đường, phải dự phòng thêm một số thuốc như thuốc cảm cúm, thuốc sốt, thuốc đau bụng đi ngoài, thuốc chống nôn, thuốc chữa các bệnh ngoài da và thuốc giảm đau rồi dùng một cái hộp bằng kim loại để đựng thuốc.

20 - Lý trí và sự kiên trì tiết tháo

Quan niệm “kiên trì tiết tháo” đã hình thành từ thời đại quân hôn mộng muội đến thời đại văn minh. Nó là một quan điểm đạo đức có ý nghĩa tiến bộ trong lịch sử, được áp dụng trong chế độ phong kiến trước đây. Song song với sự tiến bộ và phát triển của xã hội, quan điểm “kiên trì tiết tháo” của xã hội phong kiến lại biến thành

xiềng xích tinh thần để cấm đoán phụ nữ. Nào là “Tam tòng tứ đức”, “Tòng nhất nhi chung” v.v... làm cho người phụ nữ mất hết quyền tự do, trở thành nô lệ của xã hội phong kiến, và biến họ thành công cụ để sinh con đẻ cái.

Sau khi giải phóng, người phụ nữ đã vùng lên, trở thành chủ nhân của thời đại mới. Song song với sự phát triển của thời đại, con người theo đuổi một nền văn minh vật chất và

một nền văn minh tinh thần. Quan niệm “kiên trinh tiết tháo” cũng mang một ý nghĩa mới. Quan niệm “kiên trinh tiết tháo” là sản vật của chế độ tư hữu, phản ánh một cách tập trung sự bất bình đẳng và mối quan hệ lệ thuộc về con người giữa nam và nữ dưới chế độ phong kiến . Còn nam nữ bình đẳng như ngày nay, quan niệm “kiên trinh tiết tháo” cũng phải đổi mới một cách đúng mực, phù hợp. Nó hoàn toàn khác với việc

người con gái không được tái giá, “tòng nhất nhi chung”. Kiểu “Kiên trinh tiết tháo” này, trinh tiết không chỉ thích dùng với nữ giới, mà cũng thích dùng cả với nam giới. Bất kể nam hay nữ, trong quan hệ giới tính đều phải nghiêm túc trung trinh. Về mặt yêu đương cưới xin đều phải tuân theo các quan hệ đạo đức, luật pháp xã hội, tuân theo quan niệm “kiên trinh tiết tháo” mới, tuyệt đối không được hẹp hòi, ngu muội, giản

đơn, phiền diện, lẫn lộn “kiên
trinh tiết tháo” với màng trinh.

Nữ giới hiện đại thường
tham gia rộng rãi các hoạt động
thể lực, có khi vận động quá
mạnh hoặc lao động quá sức
làm cho màng trinh bị rách mà
chính bản thân cũng không biết,
làm sao có thể nói người ta
không “kiên trinh tiết tháo “
được. Tất nhiên do rất nhiều
nguyên nhân xã hội và lịch sử
ảnh hưởng đến những phụ nữ
nói chung thiếu kinh nghiệm xã

hội, suy nghĩ giản đơn, ấu trĩ về người khác giới, trong mỗi tình cuồng nhiệt đã bị lừa dối, cuối cùng tan vỡ hoặc có thể có rất ít thiếu nữ bị kẻ xấu lợi dụng, ta nên thông cảm và lượng thứ cho số ít bị lừa gạt, bị hại đó. Người mà trong tâm linh có tổn thương chưa chắc đã là người xấu. Nếu như người yêu sau này không hiểu rõ, kỳ thị và ngược đãi người con gái đã bị hại hoặc đã có một lần yêu thì họ cũng không bao giờ tự nhận là thấp

kém, không nên bỏ mất dũng khí để sống và bỏ mất sự tôn nghiêm của việc làm người. Chỉ cần bạn tôn trọng quan niệm “kiên trinh tiết tháo” mới thì thế giới nhất định sẽ có người hiểu bạn, thương yêu bạn, cuộc sống của bạn vẫn có thể tràn đầy ánh sáng.

Có một số rất ít thanh niên bị ảnh hưởng tư tưởng giải phóng tình dục của phương tây. Tư tưởng hỗn loạn, tùy tiện “đi lại” với người khác giới. Đó là

đối tượng cần phải đả kích,
phải lên án, phải trừng trị

21-Mười điều hoà giải giữa vợ chồng

1/ **Không** có người yêu nào hoàn hảo tất cả mọi mặt. Phải chấp nhận khuyết điểm của đối phương và giúp họ sửa chữa những sai lầm, khuyết điểm.

2/ Phải công khai phát biểu ý kiến của mình, không được a dua mù quáng và phục tùng miễn cưỡng nhưng phải trên nguyên tắc không làm phương hại đến lòng tự tôn của đối phương.

3/ Khi bạn đang suy nghĩ,

tính toán việc gì đó cho mình, đồng thời cũng phải nghĩ đến nhu cầu của đối phương. Phải biết sống : “ Mình vì mọi người ” chứ không nên sống ích kỷ, hẹp hòi, chỉ biết “ Tôi ” mà không biết đến “ Chúng ta ” .

4/ Không nên lúc nào cũng kè kè bên nhau. Phải để cho đối phương có không gian hoàn toàn tự do, nếu không sẽ nảy sinh mâu thuẫn.

5/ Phải hiểu rõ hứng thú,

nhu cầu và thông cảm với đối phương; cùng quan tâm và giúp đỡ nhau tiến bộ; điều chỉnh khéo léo từng hành động và bước đi của đôi bên.

6/ Nếu xảy ra sự cãi cọ không thể tránh được thì nên cố giữ ở mức nội bộ gia đình. Phải biết nhượng bộ, hoà giải.

7/ Tự khuyên mình trở thành người bạn đời trung thực nhất của đối phương. Khi vợ chồng gần gũi, hành động của

bạn phải biểu hiện bạn vô cùng yêu quý người bạn đời của mình. Khi người bạn đời của bạn đi với người khác giới thì hành vi của bạn phải làm sao để cho đối phương của bạn hiểu rằng bạn hoàn toàn tín nhiệm bạn ấy.

8/ Chân thành là sợi dây bền chắc nhất để làm cho hôn nhân được hạnh phúc. Bất cứ sự giả dối nào cũng có thể làm cho đối phương của bạn sa vào nỗi khổ não, nghi hoặc.

9/ Tốt nhất là nên đặt ra “*Qui tắc gia đình*” rõ ràng, hợp lý, qui định rõ trách nhiệm, nghĩa vụ và quyền lợi của mỗi người đối với nhau và gia đình. Cần phân công hợp lý, bình đẳng, tương trợ lẫn nhau .

10/ Quan điểm giáo dục con cái phải được nhất trí. Biện pháp giáo dục trong gia đình không nên “Trống đánh xuôi, kèn thổi ngược”. Cần phải đồng lòng, như vậy mới có lợi cho con

cái sửa chữa sai lầm. Giáo dục tốt con cái là trách nhiệm và hạnh phúc lớn lao của gia đình.

22 - Làm thế nào để chiến thắng sự ghen tuông

Đố kỵ được bắt nguồn từ chữ “ *Tư* ” , là một loại tâm lý tiêu cực. Trong xã hội cũ của chế độ tư hữu, đâu đâu cũng có những sự tranh chấp khốc liệt. Sự đố kỵ do tâm lý bệnh thái của xã hội, bệnh thái sản sinh ra trong trường hợp này không có gì đáng ngạc nhiên cả. Ngày nay chúng ta biết rằng, muốn

phát triển mình, đề cao mình thì cũng phải phát triển và đề cao người khác. Những người lao động cũng rất tôn kính, mến mộ và giúp đỡ những người đã vượt hơn mình về những mặt này và cố gắng học tập họ, họ không có lòng ghen tị. Nếu người nào đó đã nảy sinh một cách không tự giác lòng đố kỵ thì phải xử lý loại tiêu cực này, dùng ý chí để chiến thắng nó một cách thông minh, làm cho mình trở thành người độ lượng, cởi mở, yêu

thương người khác một cách vô tư, khích lệ sự tiến bộ, đồng thời cũng từ đó mà đề cao mình.

Người nào hay đổ kỹ người khác, cố chấp, đem sức lực ra bỏ vào tình cảm tiêu cực thì tinh thần của họ rất không ổn định, trong lòng mà không thanh thản thì rất dễ dẫn đến bệnh hoạn. Chu Du trong “*Tam quốc diễn nghĩa*” là người có bản lĩnh, nhưng tính đổ kỹ rất cao, không bao giờ muốn cho

người khác tiến lên, kết quả bị cái bệnh đố kỵ làm hại 3 lần suýt chết vì vết thương cũ tái phát, cuối cùng cũng ôm hận mà chết. Rõ ràng, tính đố kỵ là một căn bệnh rất có hại cho bản thân và ảnh hưởng xấu tới xã hội .

23- Không được coi thường việc ly hôn

Căn cứ vào thống kê của những ngành hữu quan, trên thế giới cứ 4 phút 39 giây lại có một cặp vợ chồng ly hôn. Con số này không thể coi là nhỏ. Trước sự tràn lan của việc ly hôn, một số bạn trẻ chẳng thấy gì là lo ngại, thậm chí còn coi như một việc bình thường. Và khi đến lượt mình gặp phải cũng chẳng lo sợ và luyến tiếc.

Thanh niên đối với vấn đề hôn nhân đại sự mà có thái độ như vậy thì thật đáng tiếc.

Thời cổ đại, Trung Quốc có một câu chuyện nói một cặp vợ chồng bỏ nhau, sau này gặp lại, người vợ cũ hỏi người chồng cũ : “ Người mới như thế nào?” Người chồng đối chiếu tỉ mỉ người vợ cũ với người vợ mới về mọi mặt, sắc đẹp cũng như nét na, bèn thở dài, luyến tiếc nói : “ Người mới không bằng người cũ” . Tình hình này

ở trong xã hội hiện nay cũng vẫn thường xảy ra. Thực ra một đôi vợ chồng tốt, chỉ vì một sự việc nhỏ bất hoà mà không biết nhường nhịn, điều chỉnh lẫn nhau đã đi đến ly hôn. Sau khi ly hôn, mỗi người lại thành lập gia đình, nhưng lại cảm thấy người bạn đời hiện nay kỳ thực lại không bằng người vợ cũ hoặc người chồng trước. Đó là do đã coi thường việc ly hôn.

Coi thường hôn nhân, tất nhiên sẽ dễ dàng đi đến phân

ly. Hậu quả này sẽ gây những ảnh hưởng nghiêm trọng đối với mỗi cá nhân và toàn xã hội. Nó sẽ làm tổn thương những tâm linh thuần khiết, sẽ làm cho một gia đình thực ra còn có thể là một gia đình hạnh phúc thành một gia đình ly tán, sẽ làm cho có người bị đau khổ suốt đời hoặc có những suy nghĩ tiêu cực, tuyệt vọng. Nếu một gia đình đã có con cái mà ly tán thì càng đem lại cho con trẻ những đau khổ, thậm chí ảnh hưởng

đến sức khỏe bản thân của chúng nữa.

**24 - Nếu cuộc hôn nhân
không thể cứu vãn**

thì chia tay vẫn là việc tốt

Hôn nhân là một sự kiện thiêng liêng, cao đẹp. Tuy vậy, nếu tình cảm quả thực đã bị rạn nứt, không còn cách nào cứu vãn được nữa thì cuộc hôn nhân này thuộc kiểu hôn nhân “*Chết*” . Đối với một cuộc hôn nhân đã đi đến chỗ “*Tử vong*” , nếu cứ duy trì sự hoàn chỉnh về bề ngoài thì rõ ràng là cố chấp. Do đó, khi việc ly dị

không thể tránh được thì phải xác lập dũng khí để thoát khỏi cuộc sống đau khổ này, không nên bị ảnh hưởng của thế tục coi việc ly hôn như là việc không thể được. Tự do hôn nhân trong quyền công dân được *Hiến pháp* qui định bao gồm cả hai mặt tự do kết hôn và tự do ly hôn. Do hiểu lầm mà tìm sai đối tượng, không tổ chức tốt được gia đình, không có nghĩa là mọi cái đều đã hết. Phải có tinh thần tự tin, tự lập,

tự chủ, tự tôn, không nên có tư tưởng báo thù. Một cách làm có lý trí là phải bình tĩnh mà phân tích, “ Tụ tốt, tán nhanh ” , vợ chồng chia tay, nhưng tình bạn vẫn còn, nhiều trường hợp còn thống nhất biện pháp để giáo dục con cái.

Sự kết thúc của bi kịch tình yêu, có khi không tránh khỏi việc đem lại cho mỗi phía những đau khổ nhất định. Song sự chia lìa của một gia đình bất hạnh sẽ kết thúc bằng sự bất

hạnh, nhưng cũng có khả năng sản sinh ra hai gia đình hạnh phúc.

Có người biết rất rõ cuộc hôn nhân của mình là không thể cứu vãn được, nhưng vẫn kết hôn với nhau vì sợ tập quán và dư luận. Vì sự ép buộc nào đó mà chung sống với nhau, nhưng chỉ là hình thức ràng buộc nhau về kinh tế hoặc vì con cái. Cho nên đối với những cuộc hôn nhân biết là không thể cứu vãn được thì chia tay vẫn là việc tốt.

**25 - Xử lý quan hệ mẹ
chồng,
nàng dâu như thế nào cho
tốt ?**

Quan hệ gia đình là một loại quan hệ xã hội đặc thù lấy quan hệ hôn nhân và quan hệ huyết thống làm nền tảng.

Giữa mẹ chồng và nàng dâu, vừa không có quan hệ huyết thống, cũng không có quan hệ hôn nhân mà là một

mối quan hệ đặc biệt ở giữa hai quan hệ hôn nhân và huyết thống. Loại quan hệ này ở trong gia đình khá phức tạp. Nếu xử lý được tốt thì đôi bên sẽ “ hoà thuận, hạnh phúc ” , còn nếu xử lý không tốt thì rất dễ nảy sinh mâu thuẫn.

Muốn xử lý tốt mối quan hệ mẹ chồng nàng dâu, cần chú ý những điểm sau đây :

1- Phải tôn trọng lẫn nhau:
Mẹ chồng và nàng dâu mỗi

người có nhân cách và vị trí độc lập, không ai được chi phối ai. Những vấn đề chính có liên quan đến gia đình thì phải bàn bạc, cái gì thuộc phạm vi cá nhân thì không nên can thiệp, tuyệt đối không nên áp đặt người khác.. Tóm lại, nàng dâu phải tôn trọng mẹ chồng nhiều hơn, mẹ chồng cũng phải yêu quý con dâu. Những người còn trẻ thường ít có tư tưởng bảo thủ, người già thì có nhiều kinh nghiệm, cho nên phải giúp đỡ,

tôn trọng lẫn nhau.

2- Phải thứ lỗi cho nhau, mỗi người hãy nghĩ đến người khác nhiều hơn.

Cần tránh những cuộc cãi cọ. Trong bất kỳ tình huống nào cũng không nên cãi nhau. Nếu một bên nổi nóng thì bên kia phải tạm thời nhẫn nại nhường nhịn để sau đó hãy nói. Nếu có ý kiến gì, tuyệt đối không nên nói lung tung với hàng xóm, với bạn bè, tránh

thối phồng mâu thuẫn, phải
chân thành với nhau.

Phải chiếu cố lẫn nhau.
Con dâu phải thường xuyên
quan tâm, thăm hỏi và săn sóc
mẹ chồng. Mẹ chồng cũng phải
quan tâm, chiếu cố đến con dâu
lúc bình thường cũng như khi
sinh nở, ốm đau.

Tác dụng trung gian của
con cái: Để làm tốt quan hệ mẹ
chồng nàng dâu, con cái có thể
giúp đỡ mẹ chồng nàng dâu bắc

cầu tình cảm. Nếu có mâu thuẫn, con cái phải hoà giải để đôi bên hiểu được và cảm thông với nhau.

26 - Tôn trọng người khác như thế nào ?

Tôn trọng con người là đức tính tốt đẹp mà mỗi công dân trong xã hội cần phải có, là căn cứ chủ yếu những giá trị tình cảm của con người. Người biết tôn trọng người khác có thể sáng tạo ra tình cảm tốt đẹp trong các mối quan hệ. Vậy tôn trọng người khác như thế nào ?

Trước hết, thái độ phải

chân thành, có thể biểu thị trực tiếp, hoặc gián tiếp. Chân thành khiến chúng ta có thể khắc phục được những khó khăn mà nhiều người khác phải tốn rất nhiều chất xám cũng không khắc phục được. Bởi vì con người ta không thể tin nhiệm một con người mà đã bị người ta mất lòng tin. Người có tín nhiệm lớn mà chính trực thì không thể thủ đoạn, lừa gạt được, cho nên người có thái độ chân thành có thể được người

ta tín nhiệm, đồng tình và ủng hộ.

Tôn trọng, tán dương người khác phải tỏ rõ thành ý, những lời tán dương cần phải được đối phương cảm thấy đáng được tiếp thu. Thái độ khiến người ta hài lòng và việc đánh giá một cách chân thực là việc tán dương tốt nhất đối với người khác, không nên nịnh bợ. Cũng có người biết rõ tán dương một cách quá sự thật là không nên, nhưng cũng lại thích nghe

những lời xun xoe. Những lời tán dương chính xác và những sự bình giá đúng đắn sẽ chứng tỏ bạn biết cách phân biệt, biết cách đánh giá.

Cho dù chúng ta có thái độ chân thành tôn trọng người khác, nhưng nếu không biết cách biểu đạt sự tôn trọng của mình thì kết quả sẽ không cao. Do đó, phương pháp cũng rất quan trọng, nó giúp ta cải tiến quan hệ giao tiếp giữa con người với con người, sáng tạo ra

môi trường sống lành mạnh. Những phương pháp có hiệu quả, chủ yếu có mấy loại như sau :

1- Lễ phép và nhiệt thành -

Trong tất cả những cuộc gặp gỡ tình cờ thì cử chỉ văn minh, lễ độ khiến người ta vui mừng. Song việc vận dụng lễ độ cũng phải sao cho phù hợp với hoàn cảnh, đúng mức. Thông thường thì phải thăm hỏi người ta, nên có mấy câu chuyện xã giao, bắt tay cáo biệt v.v..., mỗi lần tiếp

xúc đều có thể làm tăng thêm tình hữu nghị.

Nhiệt thành - Chân thành không phải chỉ là nhiệt tình, mà là phương pháp gián tiếp biểu thị sự tôn trọng. Đây là một thái độ hoà nhã, nhưng không cầu nệ, nó làm cho người ta cảm thấy vui thú khi bạn xuất hiện. Nhiệt thành thường biểu hiện ở chỗ mỉm cười, cử chỉ bắt tay hay những câu chào hỏi hoan nghênh, nó làm cho người có khát vọng được thừa nhận cảm

thấy phần chân, làm cho cuộc nói chuyện tăng thêm không khí ấm áp.

2- *Quan tâm đến người khác* - Người nào hay quan tâm chiếu cố đến người khác thì lương tâm rất lương thiện, khiến cho người ta cảm thấy ấm áp. Quan tâm đến người khác nghĩa là đồng tình và hiểu người ta. Ví dụ như người y tá đặc biệt chiếu cố đến một số bệnh nhân, nhiều khi còn có tác dụng mạnh hơn cả thuốc chữa bệnh. Bất kỳ

người nào, khi quan tâm đến người khác đều biểu thị sự tôn trọng của họ đối với người khác.

3- *Bình đẳng đối xử với mọi người* - Mọi người không chỉ đòi hỏi những người cùng chung sống hoặc cùng làm việc thừa nhận, tôn trọng, mà điều căn bản nhất là đòi hỏi đối xử với mình phải bình đẳng. Thái độ đối xử bình đẳng khiến người ta cảm thấy vui thú, đồng thời làm cho người ta tự tin

hơn. Biểu hiện bình đẳng với người khác là nhấn mạnh mình và đối phương có chung một hứng thú, thái độ hoặc những nét tương đồng khác. Thừa nhận mình cần đến ý kiến hoặc kiến nghị của người khác có thể khiến cho đối phương nảy sinh cảm giác ưu việt trong vấn đề mình đề nghị, mình nêu lên; dùng biện pháp yêu cầu sự giúp đỡ của người khác để biểu thị việc đối xử bình đẳng với người khác; có một số nhượng bộ cần

thiết cho người ngang tài ngang sức với mình cũng là biểu hiện hữu hảo, bình đẳng.

4- *Đối thoại* - Vui vẻ và biết cách chuyện trò với người khác là phương pháp người ta thường dùng để biểu thị sự tôn trọng người khác. Đối thoại thường chỉ là tỏ ra sự lễ độ, nhưng nó lại có thể làm cho người ta vui sướng thật sự. Cần phải làm cho cuộc nói chuyện thật có ý nghĩa, khi nói chuyện phải chú ý chia sẻ niềm vui và

nỗi buồn của đôi phương. Để cho đôi phương cảm thấy hứng thú, trong câu chuyện bạn nên đặt trọng điểm vào việc giải toả những khúc mắc của đôi phương, giải quyết vấn đề cho bạn hoặc đề cập đến những dự định tương lai. Dùng những phương pháp này để kích lệ bạn, làm cho bạn mình cảm thấy phấn khởi.

Trong cuộc nói chuyện, không nên hỏi những vấn đề có “ tính can thiệp ”, đừng giống

như một toà án thẩm vấn, hoặc một hình thức cứng nhắc nào đó để khuất phục, làm cho đối phương cảm thấy vô cùng khó xử và cảm thấy bị xỉ nhục. Muốn tiếp xúc với người khác một cách vui vẻ thì trong cuộc nói chuyện phải biểu thị sự thông cảm với đối phương, trọng điểm phải đặt vào vấn đề của họ, phải có sự đồng tình và chiều cố.

Trong giao tiếp có khi còn phải áp dụng cả văn tự để

truyền đạt thông tin. Sử dụng văn tự phải chú ý cân nhắc, gọt giũa, phải coi việc tôn trọng con người làm xuất phát điểm, tranh thủ được cảm tình tốt đẹp mà mình được đáp lại.

Tóm lại là phải vận dụng linh hoạt các phương pháp để hợp tác và điều chỉnh các mối quan hệ trong giao tiếp, vừa tôn trọng người khác lại vừa tôn trọng mình, sáng tạo ra môi trường sống lành mạnh, có ích cho cuộc sống, cho công tác và

cho sức khỏe con người.

27- Những yếu tố làm cho gia đình khoẻ đẹp

Một gia đình đương đại không chỉ có thời trang đúng mốt, ăn uống đầy đủ dinh dưỡng, nhà ở khang trang thoải mái, phương tiện đi lại và tiện nghi sinh hoạt đầy đủ mà còn phải chú ý đến vẻ khoẻ đẹp và vui chơi giải trí nữa. Phải chú ý đến văn minh vật chất và văn minh tinh thần, không ngừng nâng cao trình độ hiểu biết và

vấn đề sức khỏe. Do đó, một gia đình khỏe đẹp cần phải làm được 7 điều sau đây :

1/ Phải có môi trường học tập tốt. Gia đình cần mua một số sách, báo, tạp chí để đọc, tạo thành không khí học hành sôi nổi rất có lợi cho sự khỏe mạnh về tư tưởng.

2/ Phải vui vẻ làm các công việc trong nhà. Công việc trong nhà phải phân công cho hợp lý, phải tự giác giúp đỡ lẫn nhau,

không nên “*việc nhà thì nhác, việc chú bác thì siêng*”, phải có tinh thần trách nhiệm và thói quen tốt.

3/ Gia đình phải hoà thuận. Tất cả các thành viên trong gia đình đều phải thương yêu giúp đỡ lẫn nhau, cùng nhau giải quyết các mâu thuẫn trong gia đình.

4/ Phải đẩy mạnh một số hoạt động văn hoá, thể dục, thể thao. ở trong gia đình có thể

căn cứ vào sở thích, đặc điểm cá nhân mà triển khai nhiều loại hoạt động văn học nghệ thuật và hoạt động thể dục, thể thao làm cho mọi người hoạt bát hơn, để việc học tập, nghỉ ngơi đạt kết quả tốt nhất.

5/ Phải triển khai một số hoạt động giao tiếp. Những khi nhàn rỗi hay tết nhất, có thể đi thăm bà con bạn bè thân hữu hoặc hẹn mấy người bạn thân thiết đến nhà chuyện trò tâm sự để tăng thêm niềm vui cho cuộc

sống. Nếu có điều kiện thì ngày lễ, ngày nghỉ cũng có thể đi du ngoạn, tham quan, thưởng thức phong cảnh núi sông của Tổ quốc.

6/ Phải làm cho mảnh vườn của gia đình thêm tươi đẹp. Trên ban công, trong vườn nhà nên trồng các loại hoa, nên để cho màu xanh cánh chả thường xuyên có ở trong vườn, phải để cho các loại hoa khoe sắc hàng ngày: Nguyệt quế, Nguyệt quí, Hoa hồng, Nghênh xuân, Hoa

cúc, Mẫu đơn v.v... toả mùi hương thơm ngào ngạt, khoe sắc đẹp rực rỡ. Những chùm hoa nở, những chậu cảnh xanh, không chỉ trang điểm cho môi trường gia đình thêm rực rỡ mà còn mỹ hoá tâm linh, dung mạo và thể chất con người. Chăm sóc cây cảnh, sỏi đất, bón phân, tưới nước vừa vui thú lại khoẻ người.

7/ Phải biết cách nghỉ ngơi.
“*Ăn được ngủ được là tiên.*”
Câu nói này hoàn toàn đúng.

Nghỉ ngơi và giấc ngủ làm cho cơ thể điều tiết sinh lý nhịp nhàng thì chỉ có lợi chứ không bao giờ có hại. Do đó trong một gia đình hiện đại không thể có cảnh làm việc thâu đêm. Nếu có làm nghề phụ cũng phải nghỉ ngơi đúng lúc, bảo đảm giấc ngủ đầy đủ, tạo cho gia đình và bản thân mình thành thói quen nghỉ ngơi đúng giờ giấc.

DANH NGÔN

- Thuận vợ thuận chồng,
tát biển Đông cũng cạn.
- Yêu nhau tam tứ núi
cũng trèo,
Thất bát sông cũng lội, cửu
thập đèo cũng qua.
- Yêu nhau yêu cả đường
đi lười về.
- Xấu chàng hổ ai!
- Lập gia đình là dịch bài

thơ ái tình ra vẫn xuôi.

- Tình yêu là sự yếu đuối cao quý nhất của tinh thần.
- Tình yêu giống như bệnh sởi, người nào cũng phải trải qua.
- Ái tình là cái khôn của người dại, là cái dại của người khôn.
- Chỉ có một thứ ái tình mà thôi, nhưng nó có hàng nghìn bản sao khác nhau.

- Đời người là giấc ngủ.
Tình yêu là chiêm bao trong
giấc ngủ đó. Bạn sẽ sống
thực nếu bạn đã được yêu.
- Yêu là bình minh của
đám cưới và đám cưới là
hoàng hôn của tình yêu.
- Có tiền mua tiên cũng
được, trừ hạnh phúc.
- Người ta thường nói mỗi
tình đầu là mỗi tình đẹp nhất.
Nhưng chính mỗi tình cuối
cùng mới thực sự là mỗi tình

bất diệt.

- Yêu là tốt, được yêu còn tốt hơn. Yêu là phục vụ, còn được yêu là được sai khiến.
- Khi đã yêu, không một trở ngại nào làm cho người ta lo sợ.
- Đời không tình yêu như trời không có nắng.
- Tình yêu nâng cao con người thoát khỏi sự tầm thường.

Tình yêu cũng như thanh danh, đã một lần mất đi là không bao giờ trở lại.

Đói cái gì cũng ngon, yêu cái gì cũng đẹp.

Ái tình như bệnh lây, càng sợ nó, càng dễ nhiễm.

Tình yêu là dấu hiệu chân chính của bản chất con người.

Phần II

Giáo dục gia đình

Địa vị và tác dụng

**của giáo dục gia
đình**

1 - Gia đình là cái nôi để con cái thành tài

Giáo dục gia đình là một môn khoa học tổng hợp và mang tính nghệ thuật, phạm vi tri thức mà nó bao quát rất rộng. Các bậc cha mẹ không những cần phải hiểu lý luận giáo dục, mà còn phải biết đặc điểm tâm lý lứa tuổi, những trẻ em có cá tính khác nhau phải dùng những phương pháp khác nhau để giáo dục.

Giáo dục gia đình là một bộ phận quan trọng không thể cắt rời được trong sự nghiệp giáo dục. Thế hệ sau của chúng ta lớn lên dưới sự nuôi dưỡng của cha mẹ, chúng là đội quân đầy sinh lực để xây dựng tổ quốc tương lai, trên một ý nghĩa nào đó thì “Vận mệnh của nhân loại nằm trong tay cha mẹ”. Đối với một người thì giáo dục gia đình là lâu dài, tính hữu hiệu tương đối lớn và cả tính quyền uy

cũng vậy. Nó có một địa vị quan trọng đặc thù mà không gì có thể thay thế được.

Thế thì phải phát huy ưu thế của giáo dục gia đình như thế nào?

1- Phải phát huy ưu thế của giáo dục gia đình là chính. Nê-ô-sen-ski, nhà giáo dục Nga vĩ đại đã nói: “Tính cách của con người, đa số hình thành trong mấy năm đầu của cuộc đời, mà trong mấy năm này, sự

hình thành tính cách của con người rất bền vững.” Giáo dục thời kỳ đầu rất quan trọng, nó lưu lại ấn tượng rất sâu sắc ở trong đứa trẻ.

2- Phải phát huy tác dụng “Ngâm ngấm đổi thay” của gia đình. Giáo dục gia đình cũng được tiến hành một cách vô tình trong cuộc sống thường ngày. Thiên tính của trẻ nhỏ là thích bắt chước. Lời nói và việc làm của cha mẹ sẽ truyền vào

đưa trẻ một cách âm thầm lặng lẽ. Chính vì thấm vào một cách âm thầm lặng lẽ mà tác dụng giáo dục gia đình rất lớn. Sự gương mẫu của cha mẹ có sức mạnh giáo dục rất lớn. Cha mẹ cần phải truyền đạt bằng lời và giáo dục bằng hành động bản thân, dùng lời nói và hành động cao thượng của mình để tác động ảnh hưởng đến con cái. Làm cha mẹ phải không ngừng học tập, phải tăng cường tu dưỡng bản thân, phải nghiên

cứu tri thức khoa học về giáo dục gia đình.

3- Cần chú trọng đến phương pháp giáo dục: Phương pháp giáo dục gia đình có tính khoa học và tính nghệ thuật nhất định. Một chuyên gia giáo dục gia đình của Trung-quốc là Trần Hùng Cầm đã xuất bản cuốn sách “*Giáo dục gia đình*”. Cuốn sách này giúp đỡ rất nhiều cho các bậc làm cha mẹ. Phương pháp cơ bản của ông là

“Hiếu là lý, hành động là tình”, tìm hiếu con cái một cách thực sự, nắm vững từng mạch tư tưởng của con cái rồi hướng dẫn mặt chính, lấy lý để thuyết phục người, làm cho con cái được đề cao về mặt tư tưởng. Tất nhiên, các trẻ em khác nhau có đặc điểm khác nhau, cùng một em đó nhưng ở hoàn cảnh khác nhau cũng lại có đặc điểm khác nhau, phương pháp giáo dục phải thật đa dạng. Đối với những trẻ em khác nhau,

sau khi chẩn đoán xong phải theo nhu cầu của em bé này để tìm ra điểm hiệu ứng tối ưu, và không ngừng đề cao phương pháp và tính nghệ thuật của giáo dục.

2 - Khởi điểm của giáo dục là ở thai nhi

Các nhà tâm lý học nhi đồng cho rằng: Giáo dục trẻ em nên bắt đầu từ việc “Giáo dục bào thai”. Thai nhi có năng lực tư duy, cảm giác và trí nhớ, nhất là sau khi người mẹ có mang từ 7 đến 8 tháng, lúc này thần kinh não của thai nhi đã hoàn toàn phát triển, việc giáo dục cái thai là hoàn toàn có cơ sở khoa học. Theo kết quả

ngiên cứu được thông báo, nếu người mẹ khi có mang mà tiến hành hoạt động giáo dục bào thai thì trong những đứa trẻ sinh ra có tới 71% trẻ có trí lực tốt hơn.

3- Giáo dục bào thai như thế nào

Thời kỳ có mang, người mẹ phải chú ý rèn đúc tình cảm và hành động. Hai vợ chồng đều phải giữ cho tinh thần sáng khoái, vui vẻ. Người mẹ phải giữ cho tinh thần ổn định, tránh sự cáu gắt và những hoạt động kích thích quá mạnh như cười quá to. Phải tiếp xúc nhiều với môi trường trong sạch, nghe nhiều bản nhạc du dương, xem

tranh, đọc sách hay, sách có nội dung tốt.

Phải tiến hành huấn luyện âm nhạc cho thai nhi. Nói chung đối với thai nhi thì nét nhạc nên trầm, uyển chuyển có tiết tấu nhịp nhàng với phản ứng động tác của thai nhi, tâm tình người có mang phải thoải mái, bào thai phải phản xạ bình thường.

Phải tiến hành huấn luyện cử động cho thai nhi. Đối với

thai nhi phải tiến hành động tác xoa nhè nhẹ để kích thích và huấn luyện phản xạ cho thai nhi ở trong bụng mẹ, qua sự huấn luyện như vậy, sau khi đưa trẻ sinh ra phản ứng sẽ linh hoạt, mẫn cảm hơn, đứng ngồi, đi lại đều sớm hơn đưa trẻ không được huấn luyện.

4 - Trí lực và giáo dục

Theo sự nghiên cứu của sinh lý học và tâm lý học, các nhân tố trí lực và di truyền của con người có liên quan với nhau. Nhưng giáo dục, nhất là giáo dục từ thời kỳ còn nhỏ là điều kiện mấu chốt của việc khai phá và phát triển trí lực . Các danh nhân trong lịch sử đối với luận thuyết giáo dục từ sớm đã có nhiều sự thực chứng minh. Cho dù trí lực kém hoặc

đần độn, thông qua giáo dục từ sớm cũng có thể nâng cao được trí lực, mối quan hệ giữa trí lực và giáo dục tỉ lệ thuận với nhau.

Nhấn mạnh tầm quan trọng của việc giáo dục từ thuở nhỏ, không có nghĩa là phủ nhận tác dụng giáo dục sau đó, việc phát triển trí lực quán xuyên suốt cuộc đời người. Thành quả phát minh khoa học của các nhà khoa học hầu như xuất hiện ở bất kỳ lứa tuổi nào. Có người

lên 10 tuổi đã nổi danh toàn thế giới, có người 20 tuổi mới thành “nhà”, có người hơn 50 tuổi mới có phát minh vĩ đại, Niu-ton 85 tuổi vẫn có những đóng góp to lớn cho nhân loại. Do đó, phải coi trọng giáo dục từ nhỏ, nhưng cũng không được coi thường việc giáo dục và rèn luyện của tất cả các thời kỳ sau này. Nếu không, cho dù là thần đồng, sau khi lớn lên, sự thông minh tài trí của họ cũng sẽ mai một ở dọc đường.

5- Tiến hành giáo dục từ sớm như thế nào ?

Phương pháp giáo dục từ sớm cần phải thích ứng với đặc điểm phát triển tâm lý của trẻ thơ, nhìn từ qui luật phát triển tâm lý của trẻ em. Trọng điểm giáo dục từ sớm phải đặt vào cá tính và phẩm chất tốt đẹp của trẻ em mà khai thác phát triển và bồi dưỡng trí lực. Do đó, giáo dục từ sớm phải chú ý làm tốt mấy mặt sau đây :

1- Phát triển cảm giác và tri giác của trẻ em. Cảm tri giác là gọi chung của cảm giác và tri giác. Đó là phản ánh khách quan sự tổng hợp các sự vật của nhiều thuộc tính trong đại não của con người. Ví dụ : Nhìn thấy màu sắc, nghe thấy âm thanh, ngửi thấy mùi vị, đều là cảm giác; nhìn thấy, sờ thấy, ăn thử quả táo, trong đại não sản sinh ra ấn tượng trọn vẹn của quả táo, đó là tri giác. Thời kỳ

ầu nhi, cảm tri giác phát triển vô cùng nhanh chóng, phải áp dụng những phương pháp phong phú, nhiều màu sắc, phải tích cực bồi dưỡng cảm tri giác cho trẻ em. Bắt đầu ngay từ khi mới sinh đã phải cho trẻ em nhìn thấy nhiều màu sắc, nhiều đồ vật và đồ chơi, phải được nghe âm nhạc và tiếng người nói chuyện. Kết hợp với thực tế cuộc sống của trẻ em, phải để cho trẻ em vận dụng nhiều loại cảm giác hiệp đồng hoạt động

với các khí quan, đối với những vật tiếp xúc hàng ngày trong sinh hoạt đều có thể hình thành biểu hiện tri giác tương đối hoàn chỉnh. Sau khi trẻ biết đi, phải thường xuyên đem chúng đi dạo, đi chơi hoặc đi tham quan để phát triển cảm tri giác.

2- Huấn luyện và phát triển ngôn ngữ của trẻ emL:Trẻ em khoảng 1 tuổi nên bắt đầu dạy cho chúng nói những từ và câu đơn giản, sau đó cứ tuần tự mà

tiến lên, dần dần quá độ đến câu phức hợp hoặc những từ phức tạp. Hai, ba tuổi là thời kỳ phát triển ngôn ngữ nói tốt nhất. Học ngoại ngữ cũng nên cho học từ thời kỳ này. Bốn năm tuổi thì nên có trọng điểm, dạy ngôn ngữ sách vở như kể chuyện, hát, nhìn tranh kể chuyện vân vân.

3- Cần phải trân trọng tính hiếu kỳ và lòng ham hiểu biết của trẻ em. Tính hiếu kỳ, hay

hỏi là thiên tính của trẻ thơ. Những trẻ em vừa mới chập chững học đi và bập bẹ học nói đối với mọi sự vật xung quanh đều cảm thấy đặc biệt kỳ lạ, hỏi cái này, hỏi cái kia, cái gì cũng muốn sờ thấy. Làm cha mẹ phải hết sức trân trọng tính hiếu kỳ của trẻ con và phải hết sức cố gắng dùng lời lẽ mà trẻ em có thể hiểu được để giải đáp, kích thích lòng ham hiểu biết của trẻ. Phải thường xuyên cùng các em tiến hành những

hoạt động chơi đùa, không ngừng củng cố và làm phong phú thêm tri thức và ngôn ngữ, trí lực của chúng, bồi dưỡng hứng thú học tập và tính hiếu học của trẻ.

Phải phát triển năng lực mỹ công cho trẻ, ví dụ như làm các đồ dùng thủ công, có thể chuẩn bị cho trẻ em một cái “hòm bách bảo” bỏ vào đó những vỏ sò, vỏ hến, những cái búa, cái hộp, nhãn hiệu, bộ đồ

chơi chấp hình v.v... Trẻ em sẽ chơi những thứ đó, thường xuyên sử dụng những thứ tích góp lại, xếp các loại hình mà chúng thích. Trong khi các em tập trung tinh thần, tâm huyết để chơi, sẽ có tác dụng dần dần nâng cao được sức tưởng tượng, năng lực thiết kế và năng lực kỹ xảo linh hoạt.

4- Về phương diện hội họa, nên đề cho các em “vẽ lung tung, bôi màu lung tung” để

cho các em có hứng thú với việc vẽ và tô màu, và phải luôn khen các em “vẽ đẹp lắm” và sau đó thì nhắc các em thu thập những thứ đã bày lung tung trong nhà. Dần dần từ những đường nét vẽ, từ những hình vẽ nguyệt ch ngoạc ấy mà liên tưởng đến chiếc ô-tô, đến con mèo và vẽ lại một cách ngây thơ mà sống động, cảm giác về hình dáng và màu sắc tự nhiên sẽ được phát triển lên.. Đối với tâm tình trẻ em thì cả quá trình

này rất tự do vui sướng, năng lực tư duy được kêu gọi và rèn luyện, khiến cho trí lực không ngừng được đề cao.

5- Phải bồi dưỡng hành vi tập quán tốt cho các em, tập quán đang chi phối hành vi của con người có tác dụng “quán tính” vô cùng quan trọng. Những hành vi, thói quen sớm hình thành ở các em thường có những ảnh hưởng sâu xa đối với những hành vi sau này của

chúng. Ngôn ngữ và tư duy của trẻ em dưới 3 tuổi thường bị hạn chế, cho nên lời nói và việc làm của cha mẹ đối với trẻ có ảnh hưởng vô cùng to lớn. Cha mẹ là người thầy giáo và là tấm gương đầu tiên về hành vi, thói quen tốt của trẻ em.

6- Rèn luyện ý chí và tính cách cho trẻ. Việc bồi dưỡng, rèn luyện ý chí, tính cách, không nên để mất thời cơ, khi gặp phải khó khăn thì phải động

viên các em kiên trì cho đến thắng lợi. Cũng có khi cha mẹ tạo ra những khó khăn nhất định để cho các em phải nỗ lực vượt qua, phải có ý chí hoàn thành một hoạt động nào đó. Phải khắc phục hai khuynh hướng quá nuông chiều và coi thường việc rèn rũa để làm cho các em có lòng tự tin và lòng tự tôn.

6- Kinh nghiệm giáo dục từ sớm để cho trẻ em thông minh

Các-vít là một trẻ em người Đức khi chưa đầy 14 tuổi đã được nhận học vị tiến sĩ triết học. Người ta hỏi ông bố làm thế nào mà con ông trở nên thông minh như vậy, ông tổng kết được 8 kinh nghiệm như sau:

1- Không lãng phí trí lực của

nhi đồng. Khi trẻ thơ đang ê a học nói, thì phải dạy nó những ngôn ngữ chính qui. Ví dụ, không nên gọi con mèo thành “miêu”.

2- Bồi dưỡng năng lực tư duy ngay từ nhỏ. Thường xuyên nêu những câu hỏi để cho trẻ em suy nghĩ trả lời. Ví dụ khi ăn dưa hấu thì hỏi, có từng này miếng dưa, nếu chia cho hai người ăn thì mỗi người ăn mấy miếng? Nếu bốn người ăn thì mỗi người ăn mấy miếng ?

3- Rèn luyện trí nhớ. Kể cho các em nghe một câu chuyện, sau đó để cho các em kể lại bằng lời của mình câu chuyện đó.

4- Dần dần nâng cao khả năng quan sát. Đôi khi cũng nên cố ý làm một vài việc nhỏ trái với việc làm thông thường, để cho trẻ em “sửa lại”.

5- Mở rộng tầm mắt. Thường xuyên đưa trẻ em đi ra ngoài chơi để mở rộng tầm mắt cho các em.

6- Bồi dưỡng hứng thú về mọi mặt cho trẻ em.

7- Kích động nhiệt tình học tập của trẻ em. Nếu các em đã hỏi thì phải trả lời, cho dù người lớn không hiểu cũng không nên nói qua loa cho xong chuyện.

8- Từ nhỏ đã phải nghiêm khắc yêu cầu, khiến cho trẻ em nuôi dưỡng thành đạo đức, phẩm chất và thói quen sinh hoạt tốt đẹp.

7- Hãy xem con bạn có năng khiếu gì ?

Xin bạn hãy dùng dấu (+) hoặc dấu (-) để trả lời 20 đề mục sau đây, bạn sẽ phát hiện được con bạn có tài hoa thiên bẩm ở những mặt nào :

1- Con của bạn có trí nhớ cực tốt đối với thơ ca và vận luật âm nhạc trong tivi.

2- Con của bạn rất chú ý đến những nỗi vui buồn của bạn.

3- Con của bạn luôn luôn nêu

cho bạn những câu hỏi như
“Vậy rốt cuộc thì thời gian bắt đầu có từ bao giờ ?”

4- Con bạn rất ít khi lạc đường.

5- Thân thể con của bạn rất xinh đẹp, tao nhã.

6- Con bạn hát đúng nhịp điệu.

7- Con bạn thường xuyên hỏi bạn những câu tương tự, đại loại như “Sấm sét hình thành như thế nào?”, “Nguyên nhân của mưa là gì ?”

8- Khi bạn kể cho con bạn nghe một câu chuyện, nếu bạn cố ý thay đổi một vài từ, con bạn sẽ nhận ra ngay và dám sửa lại.

9- Con bạn học buộc dây giày, hoặc học đi xe đạp rất nhanh.

10- Con bạn đặc biệt thích đóng các vai trong khi diễn kịch và có thể tóm tắt được tính cách khác nhau của các vai đó.

11- Cùng con bạn ngồi xe đi ra ngoài dạo chơi, con bạn

thường nhớ được những biển báo trên đường đi và nói được rằng “ Nơi này chúng ta đã đi qua vào thời gian ...”.

12- Con bạn thích nghe trình diễn các loại nhạc cụ, và có thể căn cứ vào những âm thanh khác nhau mà xác định được nó thuộc loại nhạc cụ nào?

13- Con bạn vẽ bản đồ, vẽ rất đẹp, có thể vẽ ra một cách rõ ràng các loại đối tượng.

14- Con bạn thích bắt chước động tác và điệu bộ của người

khác.

15 -Con bạn có thể sắp xếp đồ chơi các loại theo thứ tự to nhỏ, màu sắc hoặc kiểu dáng một cách chính tề đúng đắn.

16- Con bạn thường hay liên hệ động tác với tình cảm của mình, ví dụ nó nói : “ Mình làm sao có thể làm việc này được, thật là điên.”

17- Con bạn thích kể chuyện, và kể chuyện rất hay.

18- Con bạn có thể bình luận các loại âm hưởng khác nhau.

19- Lần đầu tiên con bạn gặp một người nào đó, nó có thể nói : ” Chị ấy làm con nhớ đến...”

20- Con bạn có thể phán đoán một cách chính xác cái gì nên làm và cái gì không nên làm.

Trong bản đáp án của bạn nếu trong các tổ hợp sau đây đều trả lời bằng dấu +, thì có thể nói, con bạn có tài năng và sở trường đóng trong dấu ngoặc ().

1- 8 - 17 (ngữ ngôn

học)

6 - 12 - 18 (âm nhạc)

3 - 7 - 15 (lô gích học,

số học)

4 - 11 - 13 (không gian

học, địa lý học)

5 - 9 - 14 (vũ đạo, thể

dục)

10 - 16 - 20 (Biết nhận

thức, phán đoán mình)

2 - 10 - 19 (Biết quan

tâm, quan sát người khác).

8 - Làm thế nào để nhận xét trẻ em có thông minh hay không

Mọi sự vật, hiện tượng đều mang tính tương đối , chứ không phải là tuyệt đối. Những trẻ em thần đồng thiên bẩm khác người cũng chỉ là tương đối mà thôi, nó tương đối là so với các trẻ em bình thường, về một phương diện nào đó nó phát triển sớm hơn một chút,

nhANH hơn một chút, tốt hơn một chút, đặc biệt hơn một chút. “Thần đồng” cũng không phải là “toàn năng siêu việt”. Những câu hỏi của 20 mặt sau đây có thể đề cho các bạn tham khảo, kiểm tra tổng hợp xem thiên tư của trẻ em như thế nào :

1/ So với trẻ em nói chung, nó có biết đi, biết nói sớm hơn ?

2/ Thành tích học tập của nó bao giờ cũng đứng đầu ?

3/ Nó có hứng thú đọc sách

từ rất sớm ?

4/ So với các em cùng lứa tuổi, vốn từ vựng của nó phong phú hơn ?

5/ Nó có hứng thú tìm hiểu lai lịch của các sự vật ?

6/ Những hứng thú và sở thích của nó có rộng không ?

7/ Nó có trí nhớ tuyệt vời không ?

8/ Nó có thể tập trung tinh lực một thời gian dài không ?

9/ Nó có thích giải đáp những vấn đề khó không?

10/ Nó có thích làm việc độc lập không ?

11/ Nó có thể nghĩ ra phương pháp mới để hoàn thành bài tập không?

12/ Nó có thể trình bày những tri thức mới mà nó đã hiểu được không ?

13/ Nó có thể hiểu một khái niệm trừu tượng nhanh chóng không?

14/ Trong việc tập làm văn, tập vẽ và tập múa, nó có sáng tạo gì mới không ?

15/ Nó có thích ở cùng với những người lớn hơn, có tài trí hơn nó không ?

16/ Nó sống với các bạn cùng lứa tuổi có tốt không ?

17/ Bạn bè nó có thường coi nó là lãnh đạo không ?

18/ Nó có nhạy bén với những nhu cầu và tình cảm của người khác không ?

19/ Nó có cảm thấy hứng thú với các vấn đề xã hội không ?

20/ Nó có cảm giác u buồn không ?

9- Phải bồi dưỡng những trẻ em thông minh như thế nào ?

Những trẻ em thông minh cũng cần có những năm tháng ấu niên, thiếu niên hân hoan và hạnh phúc. Cần phải làm mấy việc cụ thể sau đây mới có lợi cho việc phát triển thành tài của trẻ em:

1- Khuyến khích các em đi điều tra, đi chất vấn, đi tìm tòi đáp án của mọi hiện tượng, sự

vật.

2- Khi trả lời những câu hỏi của các em phải thành tâm, kiên nhẫn, thái độ phải ôn hoà.

3- Đồng thời với việc giúp đỡ các em phát triển trí lực, phải giúp đỡ chúng phát triển thể lực và những kỹ năng về mặt xã hội.

4- Phải giúp đỡ các em biết cách tiếp xúc với mọi người.

5- Phải hướng dẫn cho các em tự đặt được kế hoạch và có được những quyết định.

6- Phải giúp đỡ các em tìm được những cuốn sách hay để học và những cuốn sách thích hợp để các em đọc và giúp chúng tìm chọn những chương trình trên tivi.

7- Trong gia đình nên có nhiều sách báo, bản đồ và phải có nhiều tài liệu thích hợp cho các em tham khảo.

8- Trong nhà nên mua sắm những tài liệu có ích cho việc phát triển trí tưởng tượng và năng lực về các mặt.

9- Cổ vũ các em nên đi nghe nói chuyện, đi kể chuyện và đi tham gia các trò chơi.

10- Tạo điều kiện thuận lợi cho các em làm những việc mà các em hứng thú.

11- Cần thường xuyên dẫn các em đi xem vườn bách thú, đến các nhà bảo tàng, tham quan các di tích lịch sử và những địa phương có nhiều danh lam thắng cảnh.

12- Phải giúp các em tổng kết kinh nghiệm qua những việc

đã làm và chỉ bảo cho các em biết ứng dụng những tri thức đã học được như thế nào.

13- Phải khuyến khích các em nên chia sẻ những yêu thích và hứng thú của mình cho bạn bè.

14- Phải bồi dưỡng hứng thú học tập cho các em, tạo thành thói quen tốt, tự giác trong học tập, xác định rõ mục đích học tập.

**10- Phương pháp chẩn
đoán sớm
và giáo dục đặc biệt đối với
trẻ em trí lực chậm phát
triển**

Trí lực tức là trí thương, nó không phải là trí tuệ. Việc chẩn đoán trí lực chậm phát triển là một việc hết sức phức tạp, trước hết phải căn cứ vào nhân tố di truyền, sau đến nhân tố bệnh lý, phải nghiên cứu tổng hợp qua nhiều nhân tố biểu hiện

cụ thể trên điện não đồ và các hoạt động trí năng và phải hiệp đồng với những người làm công tác y vụ mới chẩn đoán được. Không nên chỉ căn cứ vào thành tích học tập tốt hay xấu mà kết luận một cách khinh suất.

Đối với những trẻ em đúng là trí lực chậm phát triển thì phải có thái độ đối xử cho đúng đắn, không những cần cho chúng ăn ngon ngủ yên, không sinh bệnh, mà còn phải áp dụng phương

pháp giáo dục và bồi dưỡng đặc thù, làm cho chúng khắc phục được một số chướng ngại về trí năng.

Nói chung những trẻ em trí lực thấp ở mức độ nhẹ thì sau khi được giáo dục một cách thích hợp, trình độ trí năng của chúng có thể được nâng cao, có thể trở thành người lao động sống bằng sức lực của mình được, nếu ở mức độ giữa thì khả năng tiếp thu giáo dục rất ít, nhưng nếu huấn luyện một

cách thích đáng thì vẫn có thể khiến cho trình độ trí lực được nâng cao, còn nếu trí lực thấp ở mức độ trầm trọng thì chủ yếu phải dựa vào hộ lí.

Hiện nay trong các thành phố lớn đã lập ra những “Trường nhi đồng trí lực yếu”, “Trường giáo dục đặc thù”, chỉ thu nhận những nhi đồng trí lực thấp ở mức độ nhẹ. Trong những trường học đặc thù đã nói ở trên, nhà trường có thể căn cứ đặc điểm mắc bệnh hàng năm

mà dạy cho các em những tri thức và kỹ năng cần thiết để hiệu chỉnh và khôi phục công năng tâm lý đã bị tổn hại, kích thích trẻ em nỗ lực phát triển bình thường, giúp đỡ chúng trở thành một thành viên bình đẳng, tắn mà không phế ở trong gia đình và trong xã hội.

ở trong gia đình, phương pháp giáo dưỡn của cha mẹ đối với trẻ em trí lực thấp là rất quan trọng, tuyệt đối không được cưỡng bức chúng làm

những việc mà lực của chúng không thể làm được. Dưới đây xin cung cấp mấy điểm để tham khảo :

1/ Phải nghe lời chuyên gia y tế hoặc những nhà làm công tác tâm lý học, những ý kiến giáo dục về mặt này, không nên tự tiện hành động.

2/ Tạo những cơ hội học tập và chú ý phối hợp về nhiều mặt ở mức độ cao nhất.

3/ Phải có lòng tin và tính nhẫn nại.

4/ ít lý luận trừu tượng, mà phải có nhiều hoạt động mẫu.

5/ Không nên nêu những yêu cầu quá cao.

6/ Luôn luôn khuyến khích cổ vũ các em.

7/ Ăn uống hợp lý, chú ý tăng thêm những thức ăn thích hợp có ích cho trí tuệ.

8/ coi trọng việc huấn luyện trong cuộc sống hàng ngày, tạo thói quen sinh hoạt điều hoà, khiến cho chúng có khả năng

sinh hoạt độc lập, mà cũng có lợi cho cảm giác an toàn về tâm lý và vệ sinh sức khỏe.

11- Những điều cấm kỵ trong giáo dục gia đình

Một là cấm không được nuông chiều, cha mẹ coi đứa con như “Tiểu hoàng đế”, cái gì cũng chiều theo, cũng thoả mãn, con cái nghênh ngang, kiêu căng ngạo mạn, không coi ai ra gì cả, nếu chẳng may tình hình biến đổi, rất dễ phạm tội “Vô pháp vô thiên”.

Hai là không nên dung túng :

Con cái có sai lầm không tiến hành uốn nắn, mà lại đi xuê xoa, lảng tránh, làm cho trẻ em ở vào trạng thái ấu trĩ coi mình là trung tâm, từ đó mà cố tình hay vô ý đi vào con đường sai lầm.

Ba là không nên dọa dẫm, có khi để tạm yên ổn, có bậc cha mẹ đã tạo ra những câu chuyện bịa để dọa dẫm trẻ em, kéo dài việc mất lòng tin ở con cái, khiến cho con cái khó phân biệt

thật hư, gây thành tính cách giả dối.

Bốn là không nên châm biếm : Coi trẻ con như người lớn, dùng những lời châm biếm để “ đánh ” hoặc để “ khích lệ ” làm cho lòng tự tôn của trẻ em bị tổn thương, trở nên con người lạnh nhạt.

Năm là không nên đánh mắng: Đánh mắng trẻ em sẽ làm cho chúng cảm thấy ở trong gia đình bị gò bó, cá tính

không được phát triển, trong lòng lúc nào cũng như bị bất mãn, tạo tình cảm đối lập.

12 - Mười yêu cầu của trẻ em đối với cha mẹ

Theo sự điều tra của một học giả người Mỹ, yêu cầu của trẻ em đối với cha mẹ chủ yếu có 10 điều sau đây :

1/ Khi có mặt con cái, cha mẹ không nên cãi nhau.

2/ Tình cảm yêu thương phải công bằng đối với tất cả con cái trong nhà, không được thiên vị.

3/ Bất cứ lúc nào cha mẹ

cũng không được nói dối con cái.

4/ Giữa cha mẹ phải nhường nhịn và thông cảm với nhau.

5/ Giữa cha mẹ và con cái phải bảo đảm quan hệ thân mật khăng khít.

6/ Bạn bè của con đến chơi, cha mẹ cần hoan nghênh.

7/ Tất cả những câu hỏi con cái nêu ra đều phải cố gắng giải đáp toàn diện.

8/ Trước mặt bạn bè của con, không nên nói những

khuyết điểm của con mình.

9/ Chú ý quan sát những ưu điểm, thành tích của con, không nên quá cường điệu khuyết điểm hoặc cứ nhắc mãi những thiếu sót của con cái.

10 / Đối với trẻ con cần phải ôn hoà, nhẫn nại, không nên *động một tí là cáu gắt*.

13- mười kinh nghiệm bồi dưỡng trẻ em ngoan

1 / Ngay từ nhỏ đã phải bồi dưỡng năng lực tư duy, rèn luyện năng lực trí nhớ, thường xuyên kể cho trẻ nghe những câu chuyện bổ ích, sau đó để chúng bắt chước kể lại. Thường xuyên nêu câu hỏi, gợi ý cho chúng suy nghĩ và trả lời.

2/ Ngay từ nhỏ đã phải yêu cầu nghiêm khắc, dạy dỗ nghiêm khắc, tạo thành thói

quen sinh hoạt tốt đẹp.

3/ Khích lệ lòng say mê, nhiệt tình học tập của trẻ, gây cho chúng có tinh thần hiếu thắng, tinh thần tự tin mạnh mẽ.

4/ Bồi dưỡng tính tự giác học tập và tập quán tốt cho trẻ. Giúp chúng biết chủ động, độc lập hoàn thành các bài tập từ đầu đến cuối, hình thành một thói quen tốt đẹp.

5/ Yêu mến và tôn trọng trẻ, để cho trẻ cũng biết tôn trọng người khác. Phải coi trọng giáo

dục bằng hành động, bằng tấm gương hơn là bằng lời nói, làm cho trẻ *thấm* dần, thay đổi dần. Phương pháp không đơn thuần chỉ là truyền thụ.

6/ Phải chịu khó nghe trẻ nói chuyện, hiểu hoạt động tâm lý của trẻ, hướng dẫn chúng từng bước cho đến khi chúng trưởng thành.

7/ Phải có sự hạn chế trẻ em. Cần đặt ra cho chúng bản qui tắc rõ ràng về hành vi để hạn chế tính tự do phóng túng của

trẻ. Phát hiện ra mầm mống sai lầm thì phải uốn nắn ngay, đề phòng những phát sinh tiêu cực.

8/ Không nên đánh trẻ con, phải biểu dương rồi răn bảo. ý kiến của cả gia đình phải nhất trí, một người thay mặt nói, những người khác phải ủng hộ.

9/ Bồi dưỡng cho trẻ em tinh thần trách nhiệm xã hội và tính nết lành mạnh.

10/ Phải để cho các em được tự do. Chăm nom thái quá sẽ gây trở ngại cho sự rèn luyện

trong cuộc sống. Phải chú ý rèn luyện tinh thần tự lực cánh sinh, năng lực sống độc lập, không nên sống như những bông hoa trong nhà kính.

14- Mười điều kiêng kỵ trong việc giáo dục con cái

1 / Không được xỉ vả trẻ.
Không được nói: “Mày là đồ
bỏ đi, mày là đồ ngu xuẩn” v.v...

2/ Không được hối lộ trẻ con.
Không nên nói : “*Nếu con được
điểm 10 thì mẹ sẽ mua xe đạp
cho con hay sẽ mua đồng hồ
cho con*” v.v... Không nên kích
thích trẻ con bằng vật chất. Nên

vận dụng những tiêu chuẩn học sinh tốt để kích thích các em thi đua, cần khích lệ các em nhiều về mặt tinh thần.

3/ Khi phê bình một em đã hiểu biết thì tốt nhất nên trao đổi, phê bình khi em đó chỉ có một mình, tuyệt đối không nên để cho trẻ em bị “*mất mặt*” trước bạn bè của chúng, làm tổn thương đến lòng tự tôn của chúng.

4/ Trước khi phê bình trẻ con, nên có nhận xét về những

ưu điểm của chúng, rồi sau đó hãy chỉ ra khuyết điểm của chúng. Như vậy trẻ em mới cảm phục lời nhận xét của người lớn và vui vẻ tiếp thu lời phê bình đó.

5/ Không nên quá cường điệu những thiếu sót của trẻ em, trọng điểm là chỉ ra cách cho chúng sửa chữa.

6/ Không được uy hiếp trẻ. Khi người lớn phê bình trẻ thì thái độ phải ôn hoà, nếu không sẽ gây tác dụng nghịch về mặt

tâm lý.

7/ Không nên nói miên man, phê bình phải ngắn gọn, rõ ràng, phải nắm vững cái chính, cái mấu chốt.

8/ Phê bình phải kịp thời, khi trẻ em có thiếu sót gì thì phải lập tức phê bình, uốn nắn ngay, nếu để quá lâu rồi mới phê bình thì hiệu quả sẽ không tốt.

9/ Giữa bố mẹ, tuyệt đối không nên “trông đánh xuôi, kèn thổi ngược”. Cùng một

khuyết điểm, người thì trách mắng, người kia lại xuê xoa, coi như không có gì, như vậy trẻ sẽ không sửa chữa sai lầm triệt để, thậm chí còn luôn luôn đi tìm “ô dù” để che chắn.

10/ Không nên nghĩ rằng phê bình một lần là mọi việc đều xong xuôi tốt đẹp cả. Nếu trẻ lại mắc sai lầm thì phải kiên trì thuyết phục, yêu cầu chúng sửa chữa.

15 - Những câu chuyện hay là cánh tay của sự thành tài

Thích nghe kể chuyện là thiên tính của trẻ em. Thông qua việc kể chuyện có thể truyền thụ mọi tri thức cho trẻ em: Kể chuyện là một phương pháp hữu hiệu quan trọng để kêu gọi, dẫn dắt cho trí năng của các em.

Thông qua việc nghe kể chuyện có thể gọi lên trong các

em tinh thần ham hiểu biết, như vậy rất phù hợp với tâm lý hiếu kỳ đồng thời có thể bồi dưỡng năng lực tưởng tượng, sáng tạo và độc lập suy nghĩ cho các em. Thông qua việc nghe đi nghe lại nhiều lần những câu chuyện hay, bổ ích, có thể bồi dưỡng thói quen tư duy, nâng cao năng lực phân tích vấn đề, giải quyết vấn đề cho các em, từ đó trong tâm linh của lứa trẻ sẽ nảy sinh và trưởng thành tư tưởng tốt đẹp, động lực ham học, cầu tiến

của trẻ.

Có một số cậu ấm cô chiêu là con một, thường không chịu tự động nã, qua những câu chuyện hay có thể giúp chúng ngay từ nhỏ đã biết độc lập suy nghĩ, gây cho chúng phẩm đức và thói quen tốt, ham hiểu biết, cầu tiến bộ.

16- Bồi dưỡng cho trẻ em hứng thú và thói quen tốt trong học tập

Nếu muốn bồi dưỡng cho trẻ thành tài, thì ngay từ thuở nhỏ đã phải bồi dưỡng cho chúng hứng thú học tập. Nếu trẻ em mà không có hứng thú học tập, coi học tập như là một gánh nặng thì rất khó có thể thành tài.

Làm thế nào để bồi dưỡng cho trẻ em có hứng thú học tập? Chỉ cần cha mẹ chịu khó bỏ sức ra tìm tòi suy nghĩ thì nhất định sẽ tìm ra được biện pháp. Trẻ em thường có tính hiếu thắng, rất thích được biểu dương, ca tụng. Khi mới bắt đầu đi học cần hướng dẫn ngay cho chúng làm tốt các bài tập, khi có thành tích phải biểu dương ngay kịp thời. Nếu chúng có khuyết điểm thì cũng nên khẳng định thành tích của

chúng rồi hãy nêu ra khuyết điểm và chỉ cho chúng cách sửa chữa. Được sự giúp đỡ của cha mẹ , trẻ em đạt được thành tích tốt thì cha mẹ và thầy cô giáo phải khen ngợi ngay. Như vậy hứng thú học tập dần dần được nâng lên và củng cố. Điều đó góp phần tăng thêm lòng tự tin cho trẻ.

Biểu dương, cổ vũ, khen thưởng là niềm an ủi tinh thần rất lớn đối với trẻ, nó sẽ biến

thành động lực, từ đó nảy sinh hứng thú càng sớm hơn. Tất nhiên là học tập thì cũng như vậy mà thôi. Do đó, đối với hứng thú học tập của trẻ em cần hướng dẫn từ phía chính diện, nên khuyến khích cổ vũ nhiều hơn là phê bình, *tuyệt đối không nên dội gáo nước lạnh vào trẻ.*

Khi trẻ nhỏ đã có hứng thú học tập rồi mà muốn duy trì và kéo dài hứng thú đó thì phải không ngừng cổ vũ, khuyến

khích các em để dần dần hình thành một thói quen tốt, tự giác, chủ động, độc lập làm xong các bài tập đúng giờ. Khi thói quen đã trở thành tự nhiên, hình thành sự tuần hoàn tốt thì thành tích học tập cũng sẽ cao hơn.

Muốn bồi dưỡng thói quen học tập tốt cho trẻ, các bậc phụ huynh cần phải chú ý ngay từ khi trẻ mới bắt đầu đi học, cụ thể phải nắm vững những điểm sau:

- 1/ Phải nắm được hứng thú

học tập của trẻ.

2/ Phải rèn cho các em hoàn thành bài tập đúng giờ.

3/ Phải giúp các em nắm kỹ năng và phương pháp học tập.

4/ Phải giúp các em biết kiên trì.

Tóm lại, việc bồi dưỡng hứng thú học tập và thói quen tốt trong học tập cho trẻ phải đi song song với nhau, hỗ trợ cho nhau, đó là điều kiện tiên quyết quyết định thành tích học tập

của trẻ tốt hay là xấu.

17- Giáo dục gia đình trong thời kỳ con cái còn trẻ tuổi.

Thời kỳ thanh xuân là giai đoạn mấu chốt để trẻ em phát dục: Sức khoẻ trong thời kỳ này có ý nghĩa quan trọng trong suốt cuộc đời của chúng, do đó cần phải chú ý những mặt sau đây :

1/ Tiến hành giáo dục tình dục một cách thích đáng. Trẻ

em ở lứa tuổi dậy thì, do sự phát dục, cơ thể phát triển rất nhanh, ngoài việc phải tăng cường các chất dinh dưỡng, bảo vệ tốt sức khoẻ và triển khai hoạt động thể dục ra, còn phải tiến hành giáo dục thích đáng về tình dục. Giáo dục tình dục không phải chỉ đóng khung trong phạm vi kiến thức sinh lý giới tính mà còn phải chú ý liên hệ với giáo dục đạo đức nữa. Phải khắc phục sự gò bó truyền thống về tập tục, không nên có

quan điểm “thần bí về giới tính” mà không dám công khai giảng giải. Đối với những hiện tượng sinh lý bình thường, phải lấy thái độ khoa học để nhận thức và đối xử, việc phát dục về cơ thể của thiếu niên là một quá trình tự nhiên, phải giảng giải cho trẻ em hiểu rõ. Trong gia đình thì người cha phải giảng giải cho con trai, người mẹ phải giảng giải cho con gái . Phải để cho các em hiểu rõ những kiến thức cơ bản về giới tính, giúp

cho các em đỡ phải lo lắng, sợ hãi, xấu hổ về những hiện tượng xảy ra trong cơ thể mình.

Song song với việc giáo dục giới tính, còn phải tiến hành giáo dục đạo đức, giáo dục pháp luật. Phải làm sao cho đạo đức của các em được thành thực sớm hơn sự thành thực về giới tính, cũng phải chú ý hướng dẫn ý thức về giới tính, hình thành quan niệm về giới tính một cách khoa học, kiên quyết ngăn chặn sự xâm hại về

tình dục. Đạo đức là chuẩn mực của hành vi xã hội. Bất kỳ chỗ nào, hễ có cộng đồng người sinh sống là chỗ đó có sự tồn tại về đạo đức. Nó lấy hình thức và sức mạnh của dư luận để đánh giá ngôn luận, tư tưởng, tình cảm và hành vi của con người, xem đúng đắn hay sai lầm. Đạo đức trong quan hệ giữa hai giới cũng bao hàm trong phạm trù đạo đức chung của xã hội. Cha mẹ cần giáo dục cho con cái trở thành người có đạo đức, có lý

tưởng, có văn hoá và có kỷ luật.

Quan niệm đạo đức của trẻ em không hoàn chỉnh, quan niệm về luật pháp sơ sài thì phải tiến hành giáo dục cho chúng. Đó là sức mạnh tinh thần đề đề phòng và ngăn ngừa sản sinh ra động cơ sai lầm và phạm tội.

2/ Phải xây dựng một nhân sinh quan đúng đắn, bồi dưỡng những ước vọng cao đẹp. Xây dựng lý tưởng cách mạng và niềm tin vững chắc là sức mạnh để cho thanh thiếu niên tiến lên.

Phải giáo dục các em biết yêu Tổ quốc, hiến thân cho cộng đồng, cho xã hội, liên hệ chặt chẽ giữa hiện tại và tương lai, giữa cá nhân và nhà nước, nhận thức được giá trị tự thân, xây dựng mục đích, nỗ lực học tập vì Tổ quốc.

Căn cứ vào đặc điểm của thanh thiếu niên, tổ chức các em tham gia những hoạt động tập thể có ích và lành mạnh, bồi dưỡng cho các em lòng say mê, sự hứng thú và tạo mọi điều

kiện để tài năng phát triển, khiến cho chúng yêu cuộc sống, hăng say phấn đấu vì lý tưởng.

3/ Cha mẹ cần biết cách hướng dẫn và giáo dục trẻ em. Một vị phụ huynh biết cách giáo dục con trẻ không chỉ dựa vào “quyền thế” gia trưởng để áp đặt cho con trẻ, mà phải có khẩu khí bình đẳng, hướng dẫn chúng, như vậy lòng tự tôn của thanh thiếu niên sẽ được tăng cường, tính tích cực sẽ được phát huy, khiến chúng có chí

lớn, có quan điểm tư tưởng và tiêu chuẩn đạo đức chính xác khi xử lý với người ngoài, từ đó thúc đẩy sự thành thực của chúng.

18- Phải đối đãi với trẻ em một cách bình đẳng.

Khi các em đã hiểu được sự việc thì các bậc phụ huynh cần phải có thái độ và lời nói bình đẳng để đối xử với trẻ. Gặp những vấn đề xảy ra trong sinh hoạt và học tập thì phải có ý thức trao đổi với các em để đạt được ý kiến thống nhất. Như vậy vừa khiến cho các em có cảm giác chính chúng là người chủ nhỏ lại vừa rèn luyện

năng lực sống, do đó cũng chủ động, tự giác học tập hơn.

Các Mác rất chú ý đối xử văn minh và bình đẳng đối với trẻ em. Ví dụ : Khi ông cùng chơi với các em, bản thân ông đã hoà vào sự ham mê của các em. Khi gặp thanh niên, ông cũng giữ thái độ nhiệt tình và hiếu kỳ vốn có của thanh niên để tranh luận, bình luận cùng thanh niên. Thái độ đối xử bình đẳng với hậu sinh như vậy quả là một tấm gương về giáo

dục thể hệ trẻ.

Phê bình và tự phê bình xưa nay vẫn được coi là một phương pháp tốt thể hiện sự đối xử bình đẳng với mọi người. Đối đãi với con cái cũng không ngoại lệ. Việc tự phê bình của cha mẹ không những không làm cho mình bị giảm uy tín trong con mắt con cái mà còn là một tấm gương cho chúng noi theo.

19 - Ảnh hưởng của môi trường sống đối với con cái.

Trẻ em sống trong kích lệ, chúng sẽ học được niềm tự tin.

Trẻ em sống trong sự tán dương, chúng sẽ học tính tự phụ.

Trẻ em sống trong sự biểu dương đúng mức, chúng sẽ học được lòng tự tôn.

Trẻ em sống trong sự tủi

nhục, chúng sẽ sinh ra tự ti.

Trẻ em sống trong sự bình đẳng, chúng sẽ học được tính công bằng.

Trẻ em sống trong sự tranh cãi, chúng sẽ học được tính nguy hiểm.

Trẻ em sống trong sự ưu ái thiên lệch, chúng sẽ sinh đố kỵ.

Trẻ em sống trong cảnh lãnh đạm, chúng sẽ trở nên cô quạnh.

Trẻ em sống trong sự tán đồng, chúng sẽ học được tính

tự ái.

Trẻ em sống trong tình hữu ái, chúng sẽ học được sự quan tâm.

Trẻ em sống trong sự giúp đỡ, chúng sẽ học được sự tín nhiệm.

Trẻ em sống trong sự đàm tiếu, chúng sẽ sinh ra ngượng nghịu.

Trẻ em sống trong sự kình địch, chúng sẽ học được tính đấu tranh.

Trẻ em sống trong sự khiêu

khích, chúng sẽ học được sự hà
khắc.

20 - Hướng dẫn trẻ em sinh hoạt

và vui chơi giải trí một cách đúng đắn.

Nhiệm vụ học tập của trẻ em rất nặng nề, cần phải điều chỉnh hài hoà với việc nghỉ ngơi. Các bậc cha mẹ cần chú ý chủ động quan tâm và giúp đỡ các em sắp xếp các hoạt động vui chơi và phải chú trọng đến ý kiến chủ động của trẻ em để cho chúng dần dần học tập được cách sắp xếp cuộc sống của bản thân.

1/ ủng hộ việc các em tích cực tham gia các hoạt động ngoại khoá để mở rộng tầm hiểu biết. Hình thức hoạt động ngoại khoá hoạt bát, nội dung phong phú đa dạng sẽ giúp cho các em có môi trường tốt đẹp và điều kiện hữu ích để nâng cao sức khoẻ cơ thể và phát triển cá tính.

2/ Khuyến khích các em đọc những sách báo ngoài chương trình học tập, xem những bộ phim, vở kịch có ích.

Các bậc cha mẹ cần phải giúp con cái tìm chọn những cuốn sách hay, đề phòng chúng đọc phải những cuốn sách độc hại, hoang đường, khiêu dâm. Còn việc xem phim nước ngoài trên ti-vi thì các bậc cha mẹ phải vừa xem vừa tiến hành bình luận với con, giúp chúng tiếp thu những tinh hoa của bộ phim mà bỏ đi những vấn đề không lành mạnh. Thông qua việc xem những cuốn sách hay, những bộ phim tốt, có thể nâng cao năng

lực thưởng thức, năng lực phân biệt và nâng cao tổ dưỡng văn hoá cho trẻ.

3/ Tận dụng những ngày nghỉ lễ, nghỉ tết hay nghỉ hè, cả gia đình tranh thủ đi du lịch, tham quan, thưởng thức phong cảnh thiên nhiên ngoài trời, đi bơi thuyền, đi tắm biển, đi câu cá hoặc những hoạt động khác, làm cho con người được nhẹ nhõm, vui vẻ, bồi dưỡng tình cảm và hứng thú nhiều mặt, tiếp thu giáo dục trực quan sinh

động.

4/ Hãy cho trẻ làm một số việc trong nhà mà sức của chúng có thể làm được để bồi dưỡng năng lực hoạt động độc lập của trẻ.

Tóm lại, chỉ đạo đúng đắn các hoạt động vui chơi, giải trí của trẻ có thể làm cho trẻ chơi mà học, chơi mà rèn luyện, biến con em mình thành những đứa trẻ thông minh hơn.

21 - Dạy cho trẻ biết cách tiếp đãi người ngoài và tiếp nhận quà tặng.

Con người sống trong xã hội hiện đại, tất phải học hỏi cách tiếp đãi người ngoài, tiếp nhận quà tặng và biết cách hợp tác với người khác. Quan hệ hài hoà trong giao tiếp, năng lực xã giao với mọi người là một trong những tố chất quan trọng của nhân tài trong thế giới đương đại. Trẻ em ngày một lớn lên,

đặc biệt là sau thời kỳ trở thành người thanh niên, các bậc cha mẹ cần chú ý bồi dưỡng cho trẻ năng lực giao tiếp với mọi người, cách đối xử với người ngoài và cách tiếp nhận các tặng phẩm. Năng lực xã giao của trẻ em và năng lực tự lập của chúng sẽ hỗ trợ cho nhau, giúp nhau cùng trưởng thành. Một đứa trẻ có năng lực tự lập cao thì năng lực xã giao của chúng cũng tương đối mạnh mẽ và hoàn chỉnh.

22 - Giao tiếp văn minh người hiện đại

cần có quan niệm mới

1 / Quan niệm thời gian-
Hiểu được giá trị của thời gian,
tranh thủ trong một thời gian có
hạn làm được càng nhiều công
việc.

2/ Quan niệm về hiệu quả
và lợi ích - Người hiện đại cần
phải chú ý đến hiệu ích, không
nên làm những công việc vô
tích sự.

3/ Quan niệm về toàn cục -
Không chỉ chú ý đến đơn vị của

mình, xí nghiệp của mình, mà còn phải chiếu cố đến lợi ích toàn cục, xử lý đúng đắn mối quan hệ tốt giữa quốc gia, tập thể và cá nhân.

4/ Quan niệm về tin tức - Xã hội hiện đại ở vào thời đại thông tin, coi trọng thông tin, lợi dụng thông tin là yếu tố quan trọng góp phần làm nên sự thành công của bản thân.

5/ Quan niệm về nhân tài - Cần phải biết rằng, ở trong xã hội hiện đại, nhân tài chính là

của cải quý báu nhất. Chỉ có tôn trọng nhân tài, phát hiện nhân tài mới có thể bảo đảm cho sự phát triển xã hội được thuận lợi.

6/ Quan niệm về dân chủ và pháp chế - Người hiện đại vừa phải hiểu dân chủ, cũng lại phải hiểu việc tuân theo pháp luật.

7/ Quan niệm về cạnh tranh - Xã hội hiện đại ở trong trạng thái cạnh tranh kịch liệt. Chỉ có xác định quan niệm về cạnh tranh một cách đúng đắn

thì mới hạn chế thất bại về mọi mặt.

23 - Cách ngôn về cuộc sống.

- Nghiêm túc không thể là cô quạnh.*
- Hoạt bát không thể là phóng túng.*
- Cẩn trọng không thể là cứng nhắc.*
- Tôn trọng không thể là nhượng bộ.*
- Nhiệt tình không thể là thoải mái.*

*Hoà khí không thể là a
dua, quá chớn.*

*Bình tĩnh không thể là
lâm lì.*

*Pha trò không thể hại
người khác.*

Danh ngôn

*Dạy con từ thuở còn
thơ.*

*Con hư tại mẹ, cháu hư
tại bà.*

*Bé không vin, cả gãy
cành.*

Gia đình là tế bào của xã hội.

*“Công cha như núi Thái Sơn,
Nghĩa mẹ như nước trong nguồn chảy ra.*

*Một lòng thờ mẹ , kính cha,
Cho tròn chữ hiếu mới là đạo con.”*

Con ơi muốn nên thân người,

Lắng tai nghe lấy những lời mẹ cha.

Muốn con hay chữ,

phải yêu mến thầy.

*Cá không ăn muối cá
ươn,*

*Con cãi cha mẹ, trăm đường
con hư.*

*Chỉ có trong gia đình
mà người ta tìm thấy chốn
nuơng thân để chống lại tai
vương của số mệnh.*

Tục ngữ việt nam

*“Con nhà có tổ có tông,
Như cây có cội, như
sông có nguồn.”*

“ Con nhà tông, không

giống lông cũng giống cánh.”

“ Cha làm sao, con hao hao làm vậy.”

“ Giỏ nhà ai, quai nhà ấy.”

“ Đắng cay cũng thể ruột rà,

Ngọt ngào cho lắm cũng là người dung.”

“ Mọi gia đình hạnh phúc đều giống nhau. Nhưng mỗi gia đình bất hạnh lại có một kiểu riêng”

“ Dù là vua hay dân

thường, kẻ nào tìm thấy sự an bình trong gia đình là người sung sướng nhất”.

“ Không có gì cao quý và đáng kính hơn lòng chung thủy”.

“ Hạnh phúc không đến với những kẻ lười biếng”.

“ Người hạnh phúc nhất là người đem lại hạnh phúc cho nhiều người nhất”.

“ Người giàu chưa phải là người hạnh phúc mà người hạnh phúc mới là người giàu”.

“ở đời, mỗi người hạnh phúc một cách riêng”.

Phần III

Vui chơi giải trí trong gia đình

1-Thường thức âm nhạc

Thường thức âm nhạc là một bộ phận của việc thường thức văn nghệ: Bộ môn này vô cùng phong phú, đa dạng, sở thích của mỗi người cũng muôn màu muôn vẻ, không ai giống ai. Có người thì thích thường thức những bản nhạc cổ điển nổi tiếng phương Đông. Có người lại thích âm nhạc cổ điển phương Tây; có người thích nhạc giao hưởng khí thế hùng

vĩ; có người lại thích loại nhạc nhẹ, tiết tấu nhẹ nhàng ; Trong nghệ thuật ca hát, có người thì xúc động khi nghe một khúc hát hiên ngang khảng khái, có người thì bàng hoàng lưu luyến một giai điệu êm dịu của một khúc nhạc đang thịnh hành. Cũng có người tìm thấy thú vui trong những khúc hát hùng tráng của I-ta-li-a.... Song song với việc đề cao trình độ của “hai loại văn minh” nhạc điện (đàn oóc và ghi-ta điện), người

ta bắt đầu đi theo hướng nhạc phổ thông, trở lại với âm nhạc truyền thống mà nhân dân hằng ưa thích. Thực tế đã dậy lên phong trào sinh hoạt nghiệp dư, những cuộc sinh hoạt tinh thần vô cùng phong phú, từ băng từ đến các đĩa compac, cơ hội thưởng thức âm nhạc ngày một nhiều hơn, việc thưởng thức các loại âm nhạc cũng ngày càng phong phú. Dưới đây xin giới thiệu một số hình thức âm nhạc :

1/ Nhạc giao hưởng.

Nói chung, nhạc giao hưởng là những bản nhạc được trình diễn bởi một đội âm nhạc giao hưởng (một đội âm nhạc cỡ lớn). Thông thường một đội nhạc hoà tấu có bộ nhạc dây, bộ nhạc hơi bằng gỗ, bộ nhạc hơi bằng đồng và bộ nhạc gõ, tất cả do 4 bộ nhạc khí ấy hợp thành. Những bản nhạc do đội nhạc giao hưởng diễn tấu là nhạc giao hưởng. Nó dùng hình

thức tấu minh khúc để viết nên những khúc nhạc hoà tấu với hình thức lớn hơn, qui mô lớn hơn, thích nghi với khí thế hùng hực, với cảnh ý hùng vĩ.

2/ Sô-nát

Sô-nát là một trong những thể tài âm nhạc quan trọng nhất trong nền âm nhạc kim cổ cận đại. ở thế kỷ 16 -17 nó chỉ tất cả các bản nhạc cho nhạc khí. Sau thế kỷ 17, nó chỉ những bản hợp tấu của những tổ khúc

nhạc khí. Từ sau Hai-đơn, Mô-da, hệ sô-nát chỉ một khúc nhạc do 3 - 4 chương nhạc đặc sắc cụ thể hợp thành (như sô-nat cho dương cầm) và một khúc nhạc của một nhạc khí độc tấu và một khúc nhạc hợp tấu của dương cầm (như sô-nát cho vi-ô-lông, sô-nát cho sáo dài).

3/ Khúc hoà tấu.

Cái được gọi là khúc hoà tấu, thoạt đầu nó chỉ là một loại thanh nhạc có bán tấu nhạc

khí. Bắt đầu từ thế kỷ thứ 17 do một tiểu tổ nhạc khí độc tấu với một khúc nhạc hoà tấu của đội hoà tấu nhỏ. Khúc hoà tấu cận đại là một khúc nhạc cỡ lớn do nhạc khí độc tấu cùng với đội nhạc đồng diễn. Loại thể tài âm nhạc giao hưởng này thông thường có 3 chương nhạc : Chương thứ nhất là khoáng bản; chương thứ hai là khoan bản, tính chất trữ tình; chương thứ ba là khoáng bản chung khúc. ở châu Âu có rất nhiều nhạc sĩ đã

viết về thể tài này. Khúc hoà tấu cho pi-a-nô, cho vi-ô-lông, cho vi-ô-lông-xen và các nhạc khí khác.

ở Trung Quốc vào những năm 50, một khúc hoà tấu cho vi-ô-lông do Hà Chiêm Hào và Trần Cương sáng tác, tác phẩm Lương Sơn Bá và Chúc Anh Đài là một tác phẩm nổi tiếng trên toàn thế giới. Tác phẩm này đã được quảng đại thính giả Trung-Quốc quen thuộc.

4/ Âm nhạc nhẹ .

Âm nhạc nhẹ khác với khúc nhạc cỡ lớn, khúc hoà tấu giao hưởng. Nó có kết cấu tương đối nhỏ và ngắn, giai điệu tương đối thoải mái, hoạt bát, giản đơn, là một loại âm nhạc thông dụng dễ nghe, thậm chí bao gồm cả những ca khúc, vũ khúc, những bài hát trong kịch và trong điện ảnh. Với sự hấp dẫn độc đáo của âm nhạc nhẹ, nó có thể làm cho người ta giảm bớt mệt nhọc sau khi công tác, đem lại niềm

vui trong cuộc sống con người, đem lại sự đầy đủ, đem lại sự hưởng thụ cái đẹp cho con người.

5/ Âm nhạc thịnh hành .

Khái niệm về âm nhạc thịnh hành tương đối rộng. Nó vừa có thể bao gồm tất cả những khúc nhạc phổ thông được nhiều người ưa thích và hoan nghênh ở trong nhạc nhẹ, lại bao gồm cả những ca khúc phổ thông được nhiều người yêu thích.

Hiện nay những bài hát thuộc loại âm nhạc thịnh hành của các nước trên thế giới rất nhiều, những ban nhạc này cũng không ít. Âm nhạc thông dụng ở nhiều nước cũng đang được phát triển tầng tầng lớp lớp theo chiều hướng ngày càng cao, càng phong phú, càng lành mạnh.

2 - Các loại âm nhạc

Âm nhạc mở màn buổi ca kịch thanh xướng kịch gọi là tự khúc.

- Âm nhạc giữa hai màn của vở kịch gọi là gián tấu khúc.

- Âm nhạc dùng tiết tấu vũ đạo để viết ra gọi là vũ khúc.

- Âm nhạc xoay tròn, tiết tấu rộng rãi trong các vũ hội xã giao gọi là van- xơ.

- Âm nhạc tốc độ chậm rãi,

phong cách trang nhã gọi là vũ khúc nhỏ.

- Âm nhạc có tính chất trữ tình, trầm tư, tĩnh mịch gọi là dạ khúc.

- Âm nhạc đề cho những cặp tình nhân tỏ tình với nhau trong đêm khuya thanh vắng gọi là tiểu dạ khúc.

- Âm nhạc có chủ đề cứ lặp đi lặp lại một giai điệu gọi là nhạc Rông-đô.

- Những bản nhạc hình thành

từ những tổ khúc gọi là nhạc hoà tấu.

- Loại nhạc giàu tính sử thi có phong cách dân tộc gọi là nhạc phăng-ta-di.

- Những bản nhạc diễn tấu giàu tính ảo tưởng gọi là khúc ảo tưởng.

- Bản nhạc diễn tấu không có mục đích cố định gọi là tùy tưởng khúc.

- Bản nhạc mà tính tự sự và tính trữ tình đều mạnh thì gọi là

khúc nhạc rôman.

- Bản nhạc dùng tiết tấu bước đi để viết ra gọi là tiến hành khúc.

- Bản nhạc do nhiều đội nhạc cùng chơi gọi là bản hoà tấu.

- Một bản nhạc hoà tấu với một qui mô tương đối lớn thì gọi là nhạc giao hưởng.

- Một bản nhạc có tiết tấu vui tươi, thú vị, hoạt bát thì gọi là nhạc khôi hài.

3 - *Thường thức một ca khúc*

Thể tài của ca khúc.

Ca khúc có thể phân chia thành ca khúc thông dụng và ca khúc nghệ thuật. Đó là hai phạm trù lớn , nhưng giữa hai phạm trù ấy lại không hề có một ranh giới nào chia cắt chúng ra để không thể vượt qua được. Có những ca khúc nghệ thuật lại có tính thông tục

rõ ràng. Cũng như có những ca khúc rất thịnh hành nhưng lại có tính nghệ thuật mãnh liệt. Khi mới bắt đầu thưởng thức ca khúc thì nên thưởng thức những ca khúc thông tục trước, sau đó tiến lên nghe những ca khúc tương đối khó hơn.

Những thể tài chủ yếu của ca khúc thì có ca khúc trữ tình, ca khúc đại chúng, ca khúc hài hước, châm biếm và ca khúc tự sự.

1- Ca khúc trữ tình :

Ca khúc trữ tình là một thể tài ca khúc được nhiều người quen thuộc và yêu thích nhất. Nội dung của nó vô cùng rộng rãi, có thể biểu đạt tình yêu đối với Tổ quốc, đối với quê hương, đối với người thân, có thể biểu hiện những suy nghĩ, những theo đuổi, những mong muốn trong cuộc sống và cũng có thể mượn cảnh trữ tình mà ca ngợi một sự vật, một sự kiện. Tính cách của ca khúc trữ tình tương

đôi nhiều mặt, có thể ưu mỹ, ôn
hoà, cũng có thể nhẹ nhàng
khoan khoáng, du dương triền
miên, cũng có thể cao hứng,
hào phóng và cũng có thể trầm
tư, sâu lắng. Hơn nữa, ca khúc
trữ tình vừa có thể biểu đạt từ
góc độ quần chúng, vừa có thể
từ góc độ của cá tính, lấy ngôi
thứ nhất để biểu đạt. Ca khúc
trữ tình có công năng kích thích
tình cảm mạnh mẽ của âm nhạc
nên đã trở thành một loại thể tài
ca khúc quan trọng nhất trong

ca khúc.

Ca khúc trữ tình còn có thể chia nhỏ thành các loại hình khác :

Ca khúc trữ tình thể ca dao dân tộc - Loại ca khúc này có liên hệ rất nhiều với ca khúc dân gian , trong phong cách giai điệu, trên điệu thức, trên kết cấu đều có những đặc trưng rõ rệt mang tính dân tộc, ví dụ như bài “Trăng sáng đêm rằm”. “Ai cũng bảo quê hương tôi rất

đẹp ” vân vân.

Ca khúc trữ tình thông tục -

Loại ca khúc trữ tình này ngắn, dễ hát, phong cách chủ yếu của ca khúc này là phong cách ca khúc sáng tác và cũng có nhiều liên hệ với ca khúc nghệ thuật như các bài “Biển cả ơi, quê hương”, “ Du tử ngâm”, “Đồng niên”, “Hãy để cho thế giới tràn đầy tình yêu” v.v....

Về tiết tấu thì ca khúc lưu hành sử dụng hơi nhiều việc

phân chia tiết tấu, khi hoà tấu thường là các đội nhạc nhẹ (bao gồm cả nhạc điện), về phương pháp hát thì thường dùng “phương pháp hát thông tục”. Ca khúc hát lưu hành thường có ý thức dân chủ mạnh, cố gắng biểu hiện đầy đủ cảm tình và thường thổ lộ tình cảm của mình là chính, nó đã chiếm một địa vị tương đối quan trọng trong cuộc sống âm nhạc đương đại.

Ca khúc trữ tình nghệ thuật -

Loại ca khúc trữ tình này cách điệu tao nhã, nội dung sâu sắc, diễn xướng thường là theo “Luật mỹ thanh xướng”, như các bài “Tôi yêu người, Trung quốc ơi”, “Ca ngợi Hoàng Hà”, “Trên sông Gia lãng” vân vân.

2- Ca khúc đại chúng :

Như các bài “Chúng ta đi trên đường cái quan”, “Học tập tấm gương sáng của Lê Phong”, “Đoàn kết là sức

manh”.

3- Ca khúc hài hước châm biếm :

Như các bài “ Bài ca cai thuốc lá ”, “ Cười tốt hơn khóc”, “ Ông bố không già ” vân vân.

4-Ca khúc tự sự :

Loại ca khúc này có một tình tiết câu chuyện nhất định, khổ âm nhạc tương đối lớn, như các bài có phong cách âm nhạc hát nói “Trăng sáng đêm rằm tháng

tám”, “ Mẹ Vương Đại muốn
hoà bình” vân vân.

Những thể tài ca khúc nói
trên chỉ là phân loại một cách
đại thể, giữa các thể tài ca khúc
có khi cũng không có giới hạn
rạch ròi, có một số ca khúc có
đặc điểm là có thể có hai, ba
loại thể tài, ví dụ như bài “Trên
ruộng đồng hy vọng” vừa có
khúc điệu ưu mỹ, khoáng đạt
của ca khúc trữ tình, lại có tiết
tấu của ca khúc tiến hành khúc,
sau này lại có thêm đặc điểm

kêu gọi lao động của phong cách phương bắc đã tập trung vào trong một thể tài này.

4 - Thương thức một vở kịch

Hí kịch là một loại nghệ thuật tổng hợp. Căn cứ vào các loại hình khác nhau của tác phẩm, ta có thể chia ra thành nhiều loại hình kịch như bi kịch, hài kịch, chính kịch (bi hài kịch) vân vân. Kịch là dùng hình thức nghệ thuật đặc thù để phản ánh bộ mặt tinh thần của xã hội trong một giai đoạn nhất định

của lịch sử. Ví dụ như bi kịch thì đa số đề tài biểu hiện những xung đột mâu thuẫn có ý nghĩa xã hội lớn lao hoặc sâu sắc, còn hỉ kịch thì lấy tiếng cười để làm đặc trưng và thủ đoạn để mỉa mai hoặc trào phúng những hiện tượng xã hội lạc hậu tàn ác, từ đó mà khẳng định cái đẹp, cái tốt, khẳng định hiện tượng và lý tưởng tiến bộ. Giáo dục và thúc ép con người làm thế nào để trở thành một công dân tốt có cống hiến cho

xã hội, cho nhân dân.

Kịch nói - Kịch nói là một hình thức lấy động tác và đối thoại để diễn tả.

Tính chân thực của kịch nói rất mạnh, có thể trực tiếp phản ánh tư tưởng, tình cảm và nguyện vọng sống của quần chúng nhân dân, đã từng xuất hiện rất nhiều tác phẩm kịch được quảng đại quần chúng hoan nghênh. Những năm gần đây trên vũ đài kịch nói lại xuất

hiện một hình thức “Sân khấu nhỏ”, rất gần gũi với quần chúng, đề tài phản ánh tập trung tại điểm nóng mà mọi người hằng quan tâm, được quần chúng rất yêu thích, nên đã mở cho kịch nói một con đường mới để phát triển ở mức độ cao hơn.

5 - Thường thức múa (vũ đạo)

vũ đạo lấy các động tác của cơ thể là chủ yếu để thể hiện nội dung, lấy nghệ thuật để biểu đạt tư tưởng tình cảm của con người, phản ánh cuộc sống xã hội. Nhưng thường thức vũ đạo mà chỉ dừng lại ở hình thức đẹp đẽ bên ngoài thôi thì chưa đủ, mà phải hiểu hết “ngôn ngữ múa” tức là ngôn ngữ hình thể nữa. Chỉ có hiểu được ở mức

độ nhất định ngôn ngữ múa thì trình độ thưởng thức mới được nâng cao, mới cảm thụ được cái đẹp nghệ thuật thống nhất cao độ giữa nội dung và hình thức. Ngoài ra khi thưởng thức còn phải tìm hiểu nhiều hơn những tri thức về vũ đạo. Dựa vào sự khác nhau của động tác, vũ đạo có thể chia ra làm vũ đạo nghệ thuật và vũ đạo sinh hoạt. Đó là hai loại hình lớn của vũ đạo. Vũ đạo nghệ thuật chủ yếu là chỉ loại vũ đạo biểu diễn để cho

khán giả thưởng thức, loại vũ đạo này có thể chia ra thành 3 loại là múa cổ điển, múa dân gian và múa hiện đại. Múa sinh hoạt được sử dụng trong các sinh hoạt tập thể, ví dụ như giao tế vũ, tập thể vũ vân vân.

Múa cổ điển :

Múa cổ điển là một loại vũ đạo dựa trên cơ sở múa dân gian, được các nhà chuyên nghiệp các thời đại đề xướng, đào luyện, gia công, chỉnh lý,

sáng tạo mà hình thành nên một loại vũ đạo có trình thức nghiêm mật, động tác và kỹ xảo có tính mẫu mực. Nó đã trải qua những thử thách lâu dài nên đã có được tính mẫu mực. Múa cổ điển của châu Âu nói chung là chỉ điệu múa Ba-lê. Múa cổ điển của Trung Quốc là những điệu múa trong nghệ thuật kịch, người ta đã tiến hành tập hợp, chỉnh lý, đồng thời có tiếp thu võ thuật và tham khảo những trình thức múa Ba-lê mà xây

dụng nên.

Múa dân gian :

Múa dân gian là do nhân lao động các triều đại sáng tạo ra trong lao động và trong thực tiễn cuộc sống, được quảng đại quần chúng vô cùng yêu thích và là những điệu múa được lưu truyền rộng rãi nhất trong dân gian. Múa dân gian trực tiếp phản ánh nguyện vọng tốt đẹp trong tư tưởng tình cảm, trong phong tục tập quán sinh hoạt

của nhân dân, vừa hát vừa múa, hình thức tự do, hoạt bát, bất kỳ ở đâu, trên quảng trường hay trên đường phố hay trong sân đình đều có thể tiến hành biểu diễn những điệu múa. Quân chúng vừa là người biểu diễn, vừa là người thưởng thức, tính tự giải trí và tính biểu diễn thống nhất với nhau khiến cho múa dân gian không ngừng được phát triển ở mức độ ngày càng cao hơn.

Mỗi quốc gia, mỗi dân tộc,

mỗi vùng đều có ngôn ngữ, hoàn cảnh tự nhiên, phong tục tập quán, đời sống kinh tế khác nhau nên phong cách dân tộc, đặc điểm địa phương của múa dân gian thể hiện rất rõ rệt và vô cùng phong phú.

Trên thế giới này, mỗi quốc gia đều có những điệu múa dân gian của mình, trong kịch múa Ba-lê cổ điển, trải qua những gia công chuyên nghiệp, múa dân gian đã trở thành điệu múa có tính tiêu biểu, nó hoàn toàn

thống nhất với phong cách hài hoà của múa Ba-lê.

Múa hiện đại :

Múa hiện đại là triệt để từ bỏ sự thúc bách truyền thống của Ba-lê, là hình thức vũ đạo sâu khấu của phương Tây đòi hỏi được tự do biểu hiện tình cảm chân thực của con người mà độc lập phát triển lên. Người sáng lập ra múa hiện đại là một người Mỹ tên là Isatôla Denken.

Đầu thế kỷ 20, Denken cho rằng giày múa Ba-lê đã phản lại qui luật tự nhiên của con người khi huấn luyện cơ thể, là có hại cho cơ thể, hình thức biểu hiện thể thức hoá của Ba-lê gò bó sự biểu hiện chân thực tư tưởng tình cảm con người, do đó bà gương cao ngọn cờ phản đối Ba-lê, vứt bỏ giày múa Ba-lê mà nhảy bằng chân trần, khoác tấm voan mỏng, tự do chạy nhảy, bay bổng, múa, phát huy đầy đủ tư tưởng tình cảm nội

tâm của con người, do đó mà hình thành nên vũ đạo tự do của bà, cũng chính là múa hiện đại. Sau này rất nhiều nhà vũ đạo Âu Mỹ đã kế thừa chủ trương của bà Denken và mỗi người lại tự phát triển, sáng tạo theo cách của mình, hình thành nên rất nhiều trường phái múa hiện đại có những phong cách khác nhau, trong đó có tính đại biểu nhất là Ma-ri Clây-mu, người Đức. Múa hiện đại được phát triển dưới những ảnh

hưởng trực tiếp của các trường phái triết học hiện đại, các trào lưu văn nghệ hiện đại. Chủ trương phản đối truyền thống, không ngừng sáng tạo cách tân của họ đã thu hút được quảng đại thanh niên, trở thành một hình thức nghệ thuật múa mới. “Tiêu tân lập dị “ của múa hiện đại ngày càng được nhiều người tiếp thu tìm hiểu.

Thoạt đầu múa hiện đại bắt đầu từ việc chống lại múa Ba-lê, cho nên múa hiện đại hầu

như khắp mọi nơi chỗ nào cũng đi ngược lại con đường đi của múa Ba-lê. Ba-lê đi giày múa, thì múa hiện đại để chân trần. Múa Ba-lê yêu cầu bấp ùi từ mông đến đầu gối, đến bấp chân đều xoay hai hướng phải trái ra ngoài thì trong múa hiện đại tư thế bấp ùi, bước đi như người bình thường. Ba-lê cố gắng chống lại lực hút của tâm, cố gắng hướng thượng một cách nhẹ nhàng, thì múa hiện đại coi trái đất như người mẹ và

dứt khoát gục người xuống mặt đất. Ba-lê nhấn mạnh việc hết sức không chế phần mình của diễn viên thì múa hiện đại yêu cầu là lực độ của cột sống phải mềm mại. Về phương diện biểu hiện đề tài, múa Ba-lê thường lấy các đề tài ở các câu chuyện thần thoại và các truyền thuyết dân gian của châu Âu, còn múa hiện đại thì nếu có chọn đề tài cũng đều lấy từ các câu chuyện cổ đại hoặc những câu chuyện ngụ ngôn của các vùng ở Trung

Đông, các vùng của ấn Độ. Nó quan tâm nhiều đến xã hội hiện thực và tiếng nói chung của thời đại. Có lẽ cũng chính vì múa hiện đại đi ngược chiều như vậy cho nên ngay từ khi mới bắt đầu nó không hề yêu cầu sự trợ giúp của Ba-lê châu Âu để hình thành nên kỹ xảo múa cơ bản của mình và vì thế nó mới dần dần phát triển lớn mạnh, độc lập trở thành một hình thức nghệ thuật mới.

Các trường phái múa hiện đại

rất phức tạp. Mỗi trường phái đều có lý luận và phong cách múa riêng của mình. Song một mong muốn chung của họ là dùng vũ đạo để phản ánh thế giới tinh thần chủ quan của con người. Múa hiện đại đặc biệt căm ghét việc bắt chước, tái hiện hình thái bề ngoài của cuộc sống hiện thực, mà phải ra sức khai phá thế giới nội tâm đồng thời biểu hiện tình cảm của con người.. Trên cơ sở ấy, vũ đạo tràn đầy tính kích thích

tình cảm trừu tượng , thường thường mang tư tưởng, ý vị, triết lý chung chung, thậm chí có khi còn trở nên tối nghĩa khó hiểu.

Một chủ trương chung của múa hiện đại là phản đối truyền thống, không ngừng sáng tạo cách tân. Nó không ngừng phủ định người khác nhưng đồng thời cũng không ngừng phủ định chính mình. Vũ đạo không tồn tại “mô thức động “. Sáng tạo hôm qua không thể đại biểu

cho sáng tạo ngày hôm nay. Do đó vũ đạo có mang theo sắc thái cá tính sâu nặng của nhà vũ đạo, mà rất ít có những điểm giống nhau, thậm chí ngay một nhà biên đạo trong những sáng tác của mình, phong cách biểu diễn cũng không ngừng biến hoá. Do cường điệu việc đột xuất cá tính, mùa hiện đại không có qui mô lớn như mùa Ba-lê. Qui mô tối thiểu của nó là hai người, mà tối đa cũng chỉ khoảng 30 người mà thôi.

Múa hiện đại phát triển cho đến ngày nay, còn để lại một số di tượng rõ rệt, nó không còn như thuở ban đầu là đối lập với Ba-lê. Có khi nó còn mượn một số kỹ xảo của Ba-lê để tăng cường sức biểu hiện của mình. Các diễn viên múa hiện đại đều kinh qua huấn luyện Ba-lê. Đồng thời Ba-lê cũng thu nhận rất nhiều động tác của múa hiện đại và mượn một số thủ pháp biểu hiện của múa hiện đại. Song, cho dù có xuất hiện

những xu thế dung hoà lớn thì những cái có tính bản chất của múa hiện đại không thể cải biến được. Nó trở thành một hình thức vũ đạo độc lập có sức sống nghệ thuật lớn mạnh và lâu dài.

Múa đơn :

Múa đơn là điệu múa do một người biểu diễn, thông thường diễn tả tình cảm, tư tưởng và biểu đạt thế giới nội tâm của con người. Múa đơn đòi hỏi người diễn viên phải có năng

lực biểu diễn tương đối cao và kỹ thuật múa điêu luyện. Trong kịch múa hoặc trong những điệu múa tập thể, múa đơn thường được dùng để nêu bật sự biến hoá về tính cách, tình cảm và tư tưởng của nhân vật. Những tác phẩm múa đơn như “ Xuân giang hoa nguyệt dạ ” , “ Tường lâm tẩu ” “ , “ Nước ” , “ Sóng biển ” , “ Tước chi linh ” vân vân là những tác phẩm ưu tú có tính đại biểu của Trung Quốc.

Kịch múa :

Kịch múa là một loại tác phẩm kịch lấy múa làm biểu hiện chính. Thông qua tình tiết một câu chuyện hoàn chỉnh, phát triển những xung đột, mâu thuẫn của kịch, từ đó tạo nên hình tượng nhân vật, miêu tả diện mạo và thể chất của cuộc sống xã hội. Trong kịch múa, múa đơn và múa đôi là thủ pháp quan trọng để khắc họa nhân vật. Kịch câm là để bổ trợ

cho sự phát triển kịch tính, kịch
múa sử dụng biện pháp phân
màn phân cảnh. Một số cảnh
thành một màn, một số màn
hợp thành một vở kịch múa.
Cũng có vở không chia màn,
chia cảnh. Căn cứ vào dung
lượng của tác phẩm, kịch múa
chia ra làm nhiều loại như kịch
dài, kịch vừa, kịch ngắn và kịch
múa một màn. Căn cứ vào
những đề tài khác nhau của
kịch mà chia ra vũ kịch lịch sử,
vũ kịch hiện đại, vũ kịch thần

thoại vân vân. Căn cứ vào sự khác nhau về phong cách của vũ kịch mà lại chia ra thành vũ kịch cổ điển và vũ kịch dân tộc. Về thể tài, vũ kịch lại chia ra các loại chính kịch, bi kịch, hài kịch, bi hài kịch. Những vở vũ kịch như “ Hồng sắc nương tử quân ”, “ Tư lộ hoa vũ ”, “ Minh phượng chi tử ” vân vân đều là những tác phẩm kịch múa thành công của Trung Quốc.

Múa Ba-lê :

Song song với sự tiến triển của xã hội và thời đại, các mặt nội dung, hình thức, kỹ thuật của nghệ thuật Ba-lê cũng không ngừng phát sinh những sự thay đổi có tính căn bản. Đầu thế kỷ thứ 19, chịu ảnh hưởng của cách mạng lãng mạn chủ nghĩa, múa Ba-lê lấy đề tài của những câu chuyện thần tiên và truyền thuyết dân gian, những đề tài hư vô, phiêu diêu để biểu hiện một thế giới lý tưởng tốt đẹp, né tránh những

gian khổ của cuộc sống hiện thực. Vũ đạo càng ngày càng phát triển và gần gũi với đời sống. Khi cách múa bằng mũi giày ra đời thì múa Ba-lê đi vào thế giới vô nhân, hoàn toàn lý tưởng, đi vào cõi tiên. Từ đó trở đi, kỹ xảo mũi giày đã trở thành điều kiện cần phải có của mỗi nữ diễn viên múa Ba-lê đồng thời cũng trở thành một trong những đặc trưng cơ bản nhất của múa Ba-lê.

Về động tác, múa Ba-lê đòi

hỏi “ *khai, bãng, trực*”. Khai : chỉ sự cải biến sự vận động bình thường trước sau của bắp đùi, từ bắp đùi xoay chuyển ra phía ngoài sao cho bất cứ phương hướng nào, bắp đùi cũng tự do hoạt động được. Bãng : chỉ bàn chân lướt thẳng. Trực : chỉ bắp đùi duỗi thẳng. *Khai, bãng, trực* của Ba-lê mở rộng phạm vi hoạt động của cơ thể, cấu thành nội hạt cơ bản của động tác múa Ba-lê. Nó hình thành một đặc điểm từ cơ thể đến tâm linh

đều cố gắng hướng thượng, so với động tác xoay tròn của vũ đạo phương Đông, đặc điểm của tính hướng nội co lại một cách tự nhiên của bắp đùi, hình thành sự tương phản rõ rệt, phản ánh tố chất tâm lý của Tây Âu.

Trải qua nhiều cố gắng của các thế hệ, nghệ thuật Ba-lê dần dần đã trở nên hoàn thiện, hình thành một trình thức cố định . Sự quật khởi của Ba-lê hiện đại ở thế kỷ 20 khiến cho

nghệ thuật này đi vào một kỷ nguyên mới của lịch sử. Ba-lê hiện đại của Mỹ do Ba-lan-sin sáng lập đã phá tan Ba-lê cổ điển thông qua hình thức tính kịch của một câu chuyện tự sự, nhấn mạnh ý nghĩa bản thân của động tác múa, chú trọng sự phối hợp động tác và âm nhạc đã trở thành đại biểu của Ba-lê trừu tượng. Có rất nhiều trường phái Ba-lê hiện đại: đột phá tính qui củ thể thức hoá của Ba-lê cổ điển là đặc điểm chung của

tất cả các trường phái, xã hội đang tiến lên. Nghệ thuật cần đổi mới đã làm thay đổi sức sống nghệ thuật trường cửu của Ba-lê.

6 - Giao tế vũ

Giao tế vũ là một loại hoạt động vui chơi giải trí có tính quần chúng, bước nhảy đơn giản rõ ràng, rất dễ học. Nhịp cơ bản của âm nhạc là $3/4$ hoặc $4/4$. Bước nhảy cơ bản và cách nhảy cũng có những qui tắc nhất định.

Động tác của giao tế vũ dựa vào nhịp phách của âm nhạc , cho nên nhảy giao tế vũ cần

phải hiểu một chút tri thức âm nhạc, phải có năng lực thưởng thức âm nhạc ở một trình độ nhất định như giai điệu, tiết tấu, nhịp phách, tốc độ và các yếu lĩnh khác về âm nhạc. Nếu nghe mà không hiểu nhạc thì khi nhảy khó mà đẹp !

Giai điệu - cũng còn gọi là khúc điệu tức là âm nhạc cao thấp, trầm bổng, mạnh yếu. Nó biểu đạt tình cảm tốt nhất, tạo ra hình tượng, linh hồn và là cơ sở của âm nhạc.. Giai điệu vũ

khúc thường lặp đi lặp lại, lưu lại trong tâm trí của con người những ấn tượng rất sâu đậm.

Tiết tấu - Chính là hiện tượng mạnh yếu, dài ngắn có qui luật thay nhau xuất hiện trong âm nhạc. Tiết tấu là yếu tố của âm nhạc, cũng là yếu tố của vũ đạo.

Nhịp phách - Là sự thay nhau đều đều của những phách mạnh và phách yếu. Thường thấy thì có nhịp $2/4$, nhịp $3/4$,

nhịp 4/4, nhịp 6/8 v.v... Không thể nhầm lẫn giữa nhịp phách của âm nhạc với bước nhảy.

Tốc độ - Về cơ bản, tốc độ vũ khúc chia ra làm ba loại là tốc độ nhanh, tốc độ chậm và tốc độ trung bình. Ba loại tốc độ này thường nhất trí với các loại tinh thần biểu hiện trong nội dung khúc nhạc như hưng phấn hoạt bát, thoải mái dễ chịu, khoan hoà dịu dàng, thương cảm, hoài cựu ...

Nhảy giao tế vũ cần chú ý những tư thái cơ bản. Bạn nhảy hơi cúi mình về phía trước, hai chân để thẳng, hai vai để bằng thoải mái, vai trái của nam giới hơi chéch về phía trái, hơi cúi về phía trước, vai phải của nữ giới hơi chéch về phía phải và nắm lấy tay trái của bạn nam. Vai phải của bạn nam hơi thấp xuống, năm ngón tay khép kín, nhẹ nhàng tự nhiên quàng về phía sau lưng của bạn nữ, vai trái của bạn nữ ghé vào vai phải

của bạn nam, cong xuống một cách tự nhiên, khoảng cách giữa hai bộ ngực khoảng một nắm tay. Khi nhảy, nói chung bạn nam bước chân trái trước, còn bạn nữ thì bước chân phải trước.

Trong khi nhảy, hai vai phải để thoải mái, tự nhiên, tay trái bạn nữ không nên nắm chặt vai bạn nam hoặc dựa toàn thân vào người bạn nam. Nửa người trên của bạn nam phải giữ tư thế bình thường, không được

ngả về phía trước.. Bàn tay phải của bạn nam luôn luôn chuẩn bị làm ám hiệu cho bạn nữ : khi bước lên, bàn tay phải buông thõng; khi lùi, tay phải đặt sau lưng; khi vòng bên phải, tay phải kéo về phía sau bên phải, tay trái đẩy về phía phải; khi vòng sang trái, tay trái kéo về phía sau bên trái, tay phải đẩy về phía phải; khi xoay tròn, thân hình của hai người nên hơi nghiêng về phía sẽ quay. Tóm lại, mấu chốt của việc nhảy đẹp

là ở chỗ bạn nam có biết dẫn dắt hay không, bạn nữ có biết làm theo hay không, hai bên phải mật thiết phối hợp với nhau, sao cho bước nhảy đúng nhịp, nhẹ nhàng.

7 - Vũ khúc

Vũ khúc là nội dung trong sinh hoạt âm nhạc của gia đình. Vũ khúc mà gia đình tiếp xúc có hai loại: Một loại là thưởng thức ý nghĩa, như “ Vũ khúc bước ngắn ”, “ Vũ khúc Masuca ”, “ Vũ khúc Pônca ”, “ Vũ khúc Balan ”, “ Vũ khúc Pôlêlô ” v.v... Một loại là dùng để làm bạn nhảy xã giao, như “ Viên vũ khúc ”, “ Vũ khúc Tăng-gô ”, “ Vũ khúc Chipa ”,

“Vũ khúc Rumba ”, “ Vũ khúc Samba ”, “ Vũ khúc Disco ”, và căn cứ vào yêu cầu của bước nhảy , dùng ca khúc hoặc các nhạc khúc khác để làm nhạc khúc cho điệu múa hay điệu nhảy.

8 - Sa-lông gia đình

“Sa-lông ” nguyên có nghĩa là “ Phòng khách”, sau này chuyển nghĩa thành bữa tiệc nhỏ không chính thức và thường được cử hành trong gia đình cá nhân. Nghĩa rộng của từ sa-lông có thể là bữa tiệc với các loại chủ đề, như sinh nhật bạn bè, chúc thọ phụ mẫu, thăm hỏi nhau trong những ngày nghỉ, đi xa trở về, hoặc mời hàng xóm đến tán gẫu,

mua được một vài vật phẩm ly kỳ gì đó, mời bạn bè đến vừa bình luận, vừa thưởng thức.... Những người tâm đầu ý hợp với nhau, thậm chí còn có thể thường xuyên ngồi với nhau để bàn bạc về tư tưởng, thảo luận một vấn đề để cho tinh thần của mình được nâng cao trong những cuộc trao đổi chung này. Những người có chung chí hướng có thể cử hành không định kỳ những sa-lông nghệ thuật, hát một bài

Karaôkê, dạo một khúc nhạc “
Lãng mạn đáng yêu ”, đọc một
đoạn thơ tự sáng tác, nhảy một
điệu giao tế vũ nhẹ nhàng khoẻ
mạnh. Như vậy làm cho cuộc
sống muôn màu muôn vẻ , tình
bằng hữu giữa các bạn bè càng
thêm thân mật, nồng hậu, làm
cho thời gian rảnh rỗi tăng thêm
sự phong phú , bổ ích và thú vị.

9 - Thương thức điện ảnh

điện ảnh ra đời từ năm 1895 ở phương Tây. Hồi đó chỉ là một số hình ảnh không có tiếng. Từ vô thanh đến hữu thanh, từ đen trắng đến phim màu, từ màn ảnh thường đến màn ảnh rộng.... Một thế kỷ trở lại đây, điện ảnh đã trải qua rất nhiều bước nhảy vọt, ngày càng được đề cao và không ngừng hoàn thiện. Hiện nay các chủng loại điện ảnh trên thế giới rất phong

phủ, đa dạng, có phim toàn cảnh, có màn ảnh tròn, có điện ảnh triệt quang, có điện ảnh lập thể, có màn ảnh vòng cung ... loại nào cũng rất đặc sắc.

Điện ảnh là một nghệ thuật có tính tổng hợp, kết hợp giữa tiếng và hình, dùng hình tượng thị giác rất giàu tính động tác để phản ánh cuộc sống một cách rõ ràng sinh động, chuẩn xác. ở nước ta điện ảnh ngày càng được khán giả hoan nghênh, trở thành một trong những nội dung

quan trọng trong cuộc sống văn hoá của con người. Nghệ thuật điện ảnh sẽ mãi mãi thịnh vượng chứ không thể suy tàn.

Loại hình điện ảnh rất nhiều, về cơ bản có thể chia thành 3 loại lớn: phim nghệ thuật (phim truyện), phim khoa giáo và phim tài liệu.

Phim nghệ thuật có số bản rất nhiều, lượng phát hành rất lớn, khán giả rất đông. Nó bao gồm những phim truyện đủ các

loại đề tài như phim trinh thám, phim nghệ thuật sân khấu, phim viễn tưởng, phim hoạt hình v.v....

Phim khoa giáo là phim ảnh kết hợp giữa nội dung khoa học sâu sắc với hình tượng nghệ thuật tươi sáng.

Phim tài liệu, nói chung gọi là “ phim thời sự tài liệu ”. Loại phim này, trừ những phim “ thời sự ”, phim “ thời sự quốc tế ” ra còn có loại phim “ phong

cảnh ” và phim có tính phỏng
vấn, hoặc là phim quay trên sân
khấu. Nó còn có thể bảo tồn và
sử dụng những tư liệu lịch sử.
Ngoài ra còn có thể dùng những
bộ phim đã quay xong, sử dụng
một thứ ngôn ngữ khác ghi
vào một băng từ, sau đó phối
hợp với phim chính, như vậy
gọi là quá trình chế bản phim
nước ngoài, bộ phim đã được
làm xong được gọi là “ Phim
lồng tiếng ”.

10- Cầm , kỳ , thư , hoạ .

Cầm , kỳ , thư , hoạ là bốn thú chơi của những con người tao nhã , tài hoa. Người ta lợi dụng những ngày nghỉ, những lúc nhàn rỗi để học, để luyện, có thể tăng trưởng tài trí, tu tâm dưỡng tính, rèn luyện tình cảm và tiết hạnh.

Kỳ (cờ) là một loại hoạt động thi đấu được rất nhiều người ưa thích. Ma lực nghệ thuật và

những nước đi biến ảo không đoán được của cờ đã khai phá, phát triển và hoàn thiện trí năng của người chơi, dần dần nâng cao sự quan sát vấn đề một cách tỉ mỉ, phân tích vấn đề một cách biện chứng, xử lý chính xác và phán đoán kết quả sự vật một cách đúng đắn. Nghĩa là năng lực tư duy lô gích sẽ được nâng cao.

Mở bố cục cờ có thể khiến cho người chơi tiến hành tăng cường rèn luyện bản thân để xử

lý tư tưởng chiến lược, chiến thuật các sự vật, đến giữa ván cờ có thể bồi dưỡng cho người chơi cờ có tính cách khi gặp sự việc thì trầm tĩnh, ngoan cường, cơ tri, đến cuối ván cờ có thể rèn luyện cho người chơi ý chí kiên trì đấu tranh. Tóm lại trong 3 phần của ván cờ, mỗi giai đoạn đều đòi hỏi người chơi phải bỏ ra sức lao động gian khổ, sử dụng toàn bộ trí năng.

Các Mác, người thầy của cách mạng cũng rất thích chơi

cờ. Ông thường lấy “ tấn công một cách bất thành linh ” để áp đảo những người yếu về kỹ xảo. Ông thường gọi những ván cờ quốc tế là “ trò chơi thông minh ”. Lê-nin cũng là một người rất ham chơi cờ. Ông thường gọi việc chơi cờ là “ môn thể thao trí tuệ ”.

Thanh niên thường nhân những lúc nhàn rỗi để chơi cờ, có thể thúc đẩy sự khai phát trí năng và hoàn thiện tư duy, và nâng cao tổ chất của thân thể,

hưởng thụ đầy đủ hứng thú của trí tuệ. Song chơi cờ cũng phải có mức độ, không thể trở thành người mê cờ, càng không thể để ảnh hưởng đến cuộc sống của gia đình và công tác.

Cầm có nghĩa là âm nhạc. Nó có thể làm cho tinh thần vui vẻ phấn khởi, khơi dậy tâm linh, rèn luyện tình cảm và tiết hạnh của con người, làm cho con người yêu cuộc sống. Các bạn thanh niên cần phải học âm nhạc đến một trình độ nhất định

thì mới đạt được mỹ cảm của âm nhạc và cảm thụ nghệ thuật, mới tăng cường được tình cảm và hứng thú của cuộc sống.

Họa là sự thăng hoa tốt đẹp của tự nhiên và kết tinh của nghệ thuật. Nó có hứng thú nghệ thuật tao nhã, có thể làm phong phú cuộc sống của con người, gợi mở cho người ta tư duy sâu sắc. Làm cho tình cảm của con người càng bay lên những tầng cao hơn nữa, tăng cường tình yêu nồng thắm đối

với cuộc sống, thúc đẩy sự phát triển của xã hội và sự văn minh của con người.

Thư pháp là một hình thức nghệ thuật viết sách chữ Hán đặc hữu của Trung quốc, tuy nó không có màu sắc nhưng lại có sự xán lạn của bức tranh, không có tiếng mà lại có âm thanh hài hoà, khiến cho người thưởng thức có được tâm hồn sáng khoái.

Người ta yêu thích nghệ

thuật thư pháp và thường xuyên tập thư pháp. Thư pháp cũng là nghệ thuật rèn luyện tính tình và là con đường tu dưỡng, rèn luyện sức khỏe. Nghệ thuật thư pháp, về một hàm nghĩa nhất định thì đó là một loại nghệ thuật kêu gọi cho tâm hồn trở nên đẹp đẽ hơn.

Tóm lại, kết bạn với cầm, kỳ, thư, họa, các bạn trẻ sẽ tìm được sự hứng thú muôn màu muôn vẻ của cuộc sống, làm cho cuộc sống ngày càng

đầy đủ, tốt đẹp!

11 - Chơi tem

Chơi tem là một hoạt động vui chơi giải trí thú vị. Nó có thể làm cho tri thức con người trở nên uyên bác, tư tưởng khoáng đạt, có được những nhận thức mới đối với thế giới khách quan, mở mang trí tuệ và rèn luyện tính cách con người.

Chơi tem có hai loại, sưu tầm tem phổ thông và sưu tầm tem chuyên đề.

Sưu tầm tem phổ thông là căn cứ vào sở thích của mình mà sưu tầm những con tem rồi trao đổi với bạn bè để cùng thưởng thức.

Sưu tầm tem chuyên đề là dựa theo tình tiết một câu chuyện nào đó mà sưu tầm, lựa chọn trong những con tem trên thư hoặc trên bưu phẩm, rồi chỉnh lý thành bộ, thành sách.

Cách chọn đề của tem chuyên đề hết sức rộng rãi,

trong đó người ta thích sưu tầm tem chuyên đề nhất là những bộ tem về hội họa, âm nhạc, nghệ thuật, hàng không, đường sắt, hàng hải, máy bay, hàng không vũ trụ, y học, tôn giáo, thể dục thể thao, côn trùng, các loài chim, các loài hoa, các loài động vật v.v.... Nó không phân biệt tem của nước nào, thời gian, mục đích phát hành, không hạn chế về số lượng bộ, đã từng chiếm những vị trí quan trọng trong những cuộc triển

lăm tem quốc tế lớn. Nó có hai hình thức biểu hiện. Một là căn cứ vào sở thích của người chơi tem, thông qua những con tem, những bộ tem và những tư liệu có liên quan để trình bày một sự vật, một giai đoạn lịch sử hoặc một câu chuyện; hai là thông qua việc trao đổi những con tem cùng một đề tài, một sự vật, một sự kiện để sắp xếp thành một chuyên đề. Cách trình bày thứ tự những con tem trong chuyên đề, cách bố trí

sắp xếp những con tem ấy không cần có một khuôn mẫu nào cả. Nói chung do người chơi tem tự tổ chức, mục đích là để biểu hiện được tính tư tưởng, tính tri thức, tính nghệ thuật, tính sử liệu, tính thú vị của người chơi tem.

Hiện nay, các nước trên thế giới phát hành rất nhiều loại tem. Nội dung tem đề cập đến vấn đề xã hội, do đó nên xuất phát từ hứng thú, từ điều kiện của bản thân mà tuyển chọn

chuyên đề cho mình, phải chú ý chuyên đề mà mình chọn có được số lượng tem thư và tem bưu phẩm tương đối hay không, chú ý thể hiện sao cho đặc sắc và có phong cách riêng của mình, như vậy việc chọn đề tài mới thích đáng, mới tổ chức thành một bộ sưu tập tem tương đối có ý tưởng.

Trong số tem thư muôn màu muôn vẻ, có một bộ tem thư tuyệt nhất là bộ đĩa hát tem thư do Butan phát hành năm 1973.

Bộ tem thư này được in trong một chiếc đĩa hát vi hình cực mỏng. Cả bộ có 7 con tem, hình con tem được in ở giữa đĩa hát. Khi bạn đặt con tem lên chiếc máy hát thì đĩa hát tem thư sẽ tấu lên bản Quốc ca Butan cùng những khúc nhạc dân tộc khác vô cùng thú vị và hấp dẫn người nghe.

12 - Những cái nhất của tem thư

con tem phát hành đầu tiên trên thế giới là vào ngày 6 tháng 5 năm 1840 ở nước Anh, được gọi là con tem “Hêbensu”.

Người đề xuất ra từ “*Sưu tập tem*” đầu tiên là Naiopin, người Pháp. Năm 1865 ông đã sáng tạo ra từ “*sưu tập tem thư*”. Nguồn gốc của từ “*sưu tập tem thư*” là từ tiếng Hylạp có

nghĩa là “ Yêu thích ” và “Bằng chứng”.

Con dấu bưu điện đầu tiên trên thế giới là Pitraopu của Tổng cục bưu chính nước Anh khắc năm 1661, thế giới gọi là “ Con dấu Pitraopu ”.

Con tem đầu tiên trên thế giới được mang tên là “ Thiếu cước phí “ do Đông ấn Độ thuộc Hà Lan phát hành năm 1845.

Hiệp hội tem chơi đầu tiên

trên thế giới được thành lập năm 1861 ở Luân Đôn.

Hội nghị quốc tế những người chơi tem lần đầu tiên được triệu tập ở Pari nước Pháp năm 1878. Tại hội nghị này, những nhà chơi tem của 20 nước đã tham gia.

Người sưu tầm tem sớm nhất trên thế giới là Lơ Cla, người Pháp . Ông bắt đầu sưu tầm tem từ năm 1850.

Mục lục tem thư đầu tiên

trên thế giới xuất bản năm 1861, do một người Pháp tên là Laiphôn biên soạn. Cuốn sách này tên là “ Tem thư “, thu thập hơn 520 loại tem thư trên thế giới.

Hội chợ bán tem đầu tiên trên thế giới được tổ chức vào năm 1870 do Công ty tem của Ty thuế vụ Mỹ chủ trì.

Cuộc triển lãm tem thư cá nhân đầu tiên trên thế giới được tổ chức vào năm 1852, do

Ontimilon, người Bỉ tổ chức ở Brucxen, có 88 loại tem thư do ông sưu tầm được.

Triển lãm quốc tế tem thư lần đầu tiên trên thế giới được tiến hành ở Bỉ năm 1887.

Con tem kỷ niệm đầu tiên trên thế giới phát hành ở Pêru năm 1871, kỷ niệm 120 năm việc thông xe đường sắt từ Rima đến Lékaraaoma.

Con tem lớn nhất thế giới là con tem phát hành tại quần đảo

Maczao năm 1979. Khổ của con tem là 16cm x 11cm. Nó to hơn cả cái phong bì.

Con tem nhỏ nhất thế giới được phát hành tại công quốc Maikholinprukho Supôlin thuộc phía Bắc nước Đức năm 1856, khổ của con tem là 9mm x 9mm.

Con tem có giá trị cao nhất thế giới là con tem phát hành ở Đức năm 1923. Giá trị của nó lên tới 5 tỷ Mác.

Tạp chí tem chơi đầu tiên trên thế giới là tạp chí “ Quảng cáo nguyệt san “ phát hành ở Mỹ và ở Luân Đôn năm 1862.

Quốc gia có số lượng phát hành tem thư hàng năm lớn nhất thế giới là nước Mỹ, năm phát hành cao nhất là 4 tỷ con tem .

Nước phát hành số lượng tem chơi nhiều nhất thế giới là nước Mỹ. Năm 1932, nhân kỷ niệm 200 năm ngày sinh Oa-

sinh-tơn, nước Mỹ đã phát hành bộ tem kỷ niệm gồm 2 con tem, số lượng lên tới 4 tỷ 200 triệu con tem.

Thư viện tem chơi lớn nhất thế giới là thư viện tem chơi ở Đức. Nó thu thập được hơn 5 vạn cuốn sách tem chơi do các nước trên toàn thế giới xuất bản. ở đây còn giữ được một số lượng rất lớn *Mục lục tem thư* và *Tạp chí tem chơi* của các nước.

Con tem có nhiều thứ chữ nhất in ở trên đó là con tem của Liên hợp quốc. Trên con tem ấy in 5 thứ chữ là Anh, Pháp, Trung, Tây Ban Nha, và Nga .

Con tem bán giá cao nhất trên thế giới là con tem phát hành ở Guy-an-na thuộc Anh năm 1856. Năm 1980 bán đấu giá được 935 nghìn đô-la (bao gồm cả tiền Hoa hồng).

Giá tiền một phong thư cao nhất thế giới là phong thư có

con tem do Bưu cục
Alêchxandra phát hành năm
1846. Con tem ấy ghi giá “ 5 xu
“ (tục gọi là “ Chàng trai màu
xanh). Năm 1981 con tem ấy
bán đấu giá được 1 triệu đô-la.

13 - Ảnh dưỡng sinh

Một đời người để lại không biết bao nhiêu tấm ảnh. Nếu đem tất cả những tấm ảnh chụp từ hồi còn bé đến lúc tuổi già ra rồi đem xếp lại thành từng quyển an-bom, rồi sau bữa cơm, vào lúc nhàn rỗi, tùy ý xem lại những bức ảnh, bạn sẽ hồi tưởng lại biết bao nhiêu điều hay, điều tốt đẹp; bạn sẽ cảm thấy vô cùng lưu luyến nhớ lại cảnh tượng của hồi ấy, nơi ấy.

Nhờ có những tấm ảnh mà con người ta khôi phục được sự yên bình về tinh thần và tâm lý, đó chính là ý nghĩa dưỡng sinh của những tấm hình.

Khi con người ta ở vào trạng thái băng khuâng u uất, chán nản, buồn rầu, tinh thần bị áp lực lớn, tâm lý không bình thường thì hãy bình tĩnh lại, gỡ quyển an-bom ra mà xem lại những tấm hình của mình qua từng thời kỳ, hồi tưởng lại những mối liên hệ tình cảm với

các thân bằng cố hữu cùng những tình cảm hoan lạc, nhớ lại những công hiến mà mình đã đem lại cho nhân loại, cho xã hội, những niềm vui khi được người ta kính mến, ái mộ, lúc đó bạn nhất định sẽ được cổ vũ, tinh thần sẽ trở nên phấn chấn, tinh thần tâm lý sẽ trở lại bình thường tốt đẹp.

Những tấm ảnh tự mình thể hiện là những tấm ảnh do tự tay mình bấm máy, nó thường biểu lộ sự cảm thụ nội tâm đối với

ngoại giới của mình. Những khi bản thân cảm thấy vui sướng, phấn nộ, hồi hộp, căng thẳng v.v... nghĩa là trong tình huống tinh thần bị dao động mà chụp được những tấm ảnh tự biểu hiện mình thì có thể giúp cho mình nhận thức chính xác được tình cảm và hành động của bản thân, sẽ đạt được mục đích dưỡng sinh.

Các nhà y học thừa nhận rằng, bất kỳ trạng thái tinh thần nào của con người cũng bao

hàm hai mặt : Một là do đại não tổng hợp lại mang theo sự tự thể nghiệm có một số sắc thái đặc thù như hung phấn, sợ hãi, căm ghét v.v...; hai là cơ thể con người tự sản sinh ra một số phản ứng tương ứng, như mặt đỏ tía tai, trợn mắt há mồm, vò đầu vò tai ... chính là những biểu hiện ấy.

Gần đây những tấm ảnh dưỡng sinh mới trở thành một liệu pháp mới mẻ có tính hệ thống, nó không những có thể

điều tiết được ý chí tình cảm của mình, không chế được tâm lý tiêu cực mà còn có thể làm cho tinh thần tâm lý đạt được sự bình ổn mới. Điều này đã được mọi người hết sức coi trọng.

14 - viên nghệ dưỡng sinh

Thông qua việc trồng hoa cỏ, trồng rau, vun trồng những cây ăn quả cùng hàng loạt những hoạt động khác để đạt được mục đích dưỡng sinh, thì gọi là viên nghệ dưỡng sinh.

Viên nghệ dưỡng sinh hiện đại có thể điều chỉnh hệ thống thần kinh trung khu đã từng gây nên sự hưng phấn hoặc chế ngự sự thất thường, thúc đẩy bệnh tật chuyển biến tốt. Ví như

những người mắc những bệnh
mãn tính thường hay có tinh
thần bần khoản và tâm lý ủ dột,
thông qua trồng hoa cỏ, trồng
cây cối, nhìn thấy những cây
hoa do chính bàn tay mình vun
trồng thật là tươi tắn, ngoạn
mục, dáng vẻ yêu kiều diễm lệ,
trông thấy những cành lá xanh
tươi, mỡ màng, trào khí bùng
bùng, bỗng tự nhiên cảm thấy
lòng thật tự hào, hạnh phúc,
cảm thấy toàn thân sảng khoái,
nhẹ nhõm. Nhìn cảnh tượng

mỗi ngày một đôi mới, mỗi cây hoa đang vươn toả sức sống, khiến cho người ốm tăng thêm niềm tin chiến thắng bệnh tật, cổ vũ người ốm dũng cảm , vượt qua thử thách.

Mặt khác, rất nhiều hoa cỏ, cây cối đều có thể hút thán khí và những độc khí trong không khí và nhả ra dưỡng khí. Ví như cây Hiệp trúc đào, Quảng ngọc lan, cây Tô thiết, Bát giác kim bồn v.v... đối với hai loại dưỡng hoá lưu đều có sức hấp thụ

mạnh. Cây Tường vi có thể hấp thụ thủy ngân ở nồng độ thấp. Hoa Mộc, hoa Tử kinh, Tử thăng v.v... có khả năng chống các chất khí clo và clo hoá nhẹ rất mạnh; Mỹ nhân tiêu, Đinh hương, Liên kiều, Kim ngân hoa v.v... có tác dụng hấp thụ rất mạnh đối với chất khí flurom có độc tính rất mạnh. Từ đó ta thấy có rất nhiều thực vật có thể phòng bệnh và chữa bệnh tốt. Đối với các chứng bệnh có nguồn từ huyết áp

cao, huyết áp thấp, bệnh tim, bệnh thần kinh quan năng, bệnh dạ dày và nhiều bệnh khác như bệnh bí đái, bệnh viêm phổi, bệnh đau đầu căng thẳng đều có tác dụng phòng ngừa.

Y học hiện đại nghiên cứu xác nhận, viên nghệ dưỡng sinh có thể trợ giúp cho việc chữa chạy rất nhiều bệnh, nhất là đối với những người già lại càng thích hợp hơn.

15 - Hoa cỏ chia làm bao nhiều loài

Nguồn hoa cỏ trên thế giới rất phong phú, tính ra có tới trên 4000 loài hoa cỏ thực vật. Trong đó có hơn 2000 loài đã được trồng tĩa và thương thức. Để tiện nắm vững tập tính của các loài hoa cỏ, có lợi cho công việc trồng tĩa, thông thường người ta căn cứ vào đặc trưng hình thái của các loài hoa

cỏ, vào điều kiện sinh thái và ý đồ thưởng thức để tiến hành phân loại. Căn cứ vào đặc trưng hình thái, nói chung có thể chia các loài hoa cỏ ra làm hai loại: loài hoa cỏ thảo bản và loài hoa cỏ mộc bản. Những loài thảo chất có ruột và mềm mại thuộc vào loài hoa cỏ thảo bản. Những loài thuộc mộc chất có ruột cứng thì gọi là hoa cỏ mộc bản. Dựa theo điều kiện sinh thái, có thể chia hoa cỏ ra làm 5 loại lớn như sau :

Loài hoa cỏ thảo bản 1 năm sinh một lần.

Loài hoa cỏ chịu được mùa đông giá rét.

Loài hoa cỏ nhiệt độ thấp.

Loài hoa cỏ nhiệt độ trung bình.

Loài hoa cỏ nhiệt độ cao.

Dựa vào ý đồ thưởng thức có thể chia hoa cỏ ra làm 5 loại lớn :

1- *Loại để thưởng thức.* Lấy việc thưởng thức màu hoa và

hình

2- hoa là chính như hoa Cúc, Nguyệt quí, Mẫu đơn, hoa Đại lộ, Phù tang, Quân tử lan, Sơn trà, Đỗ quyên v.v.... Loại hoa cỏ này màu sắc tươi tắn và mỹ lệ.

2- *Loại xem lá.* Lấy việc thưởng thức màu sắc của lá, hình thù chiếc lá là chính, như Văn trúc, Qui bối trúc, Biên điệp mộc, cây Da tượng, Chu tiêu, Ngũ kim thông, Hiền quyết v.v.... Lá của loại hoa cỏ này rất

độc đáo.

3- *Loại xem quả.* Lấy việc thưởng thức quả là chính như Phật thủ, Thạch lựu, Kim quất, Nam thiên trúc, cây San hô, hoa Đại đại, San hô đông, cây quả không có hoa v.v.... Trái quả của những loại hoa cỏ này vô cùng phong phú, màu sắc cũng rất đa dạng.

4-*Loại để xem thân cây* - Lấy việc thưởng thức thân cây làm chính, như cây Độc thân,

Trúc bưng phật, cây San hô, cây Sơn ảnh, Hồ thích mai v.v... Thân cây của loại hoa cỏ này có phong thái rất đặc biệt.

5/ Loại có hương thơm - Lấy việc thưởng thức hương thơm là chính như Mễ lan, Hoa nhài, Chu lan, Bạch lan, Hàm tiếu, Hoa quế v.v.... Hoa của loại hoa cỏ này tươi lâu, hương thơm đậm.

16 - Trồng hoa ở trong phòng như thế nào ?

Muốn trang hoàng một không gian nhỏ hẹp trong căn phòng cho đẹp đẽ, thích hợp, có sức sống tràn trề thì không thể không chú ý đến việc trồng hoa chậu trong nhà. Ví dụ trên bệ cửa sổ đặt vài chậu hoa, hoặc có thể treo một hai dò Văn trúc ở phía trên cửa sổ hoặc dưới

mái hiên. Ngoài Văn trúc còn nhiều loại khác nữa như Điều lan, Thuỳ bồn thảo, Thiên môn đông, Trường xuân thẳng v.v..., những cành lá được tạo hình đẹp dễ rủ xuống, đặc biệt có sự hàm súc đậm đà vô cùng. Bên ngoài cửa sổ hai phía đông tây dựng những dàn cây nhỏ trồng những loại hoa như hoa Kim ngân, hoa Bìm bìm, cây Anh la v.v... có thể hình thành một chiếc bình phong màu xanh tuyệt đẹp. Nếu có điều kiện thì

bên ngoài cửa sổ nên bắc một cái giá gỗ rồi đặt những chậu hoa chịu nắng lên đó; hoặc là bên ngoài cửa sổ và trên bờ tường làm những cái máng trồng hoa để trồng những loại hoa rủ xuống dưới, yao nên một bức tranh lập thể tự nhiên sinh động. Tóm lại, phương thức để làm xanh hoá trong phòng thì rất nhiều, có thể căn cứ vào điều kiện từng phòng và hứng thú cá nhân mà tùy ý lựa chọn, phát huy. Trồng hoa trong

phòng cần chú ý mấy điểm sau đây :

Thứ nhất, phải trồng những chậu hoa có màu sắc ánh sáng tương ứng với căn phòng. Nói chung nên chọn những chậu hoa ưa râm và nửa râm. Đặc biệt những căn phòng có cửa sổ ở phía bắc, mùa đông hầu như không có ánh nắng mặt trời chiếu vào, phòng tương đối âm u thì chỉ nên trồng những loài hoa ưa râm mát như hoa Lan, hoa Bát tiên, hoa Tàng, Hải

đường thu, Lan một lá, Điều lan, Vạn niên thanh, cây Đa tọng, Qui bối trúc v.v... Những căn phòng hướng đông tây, mỗi ngày ánh nắng chiếu vào tương đối ít thì chỉ có thể chọn những loại hoa cỏ chịu được bóng râm như Vãn trúc, Quân tử lan, Nam thiên trúc, loại trúc thưởng ngoạn như Đỗ quyên, Sơn trà, Hàm tiếu, Lạp mai, Thông La hán v.v... Những căn phòng hướng nam, ánh sáng nhiều thì nên chọn những loại hoa cỏ ưa

ánh sáng, chịu được nhiệt độ cao như hoa Nhài, hoa Mễ lan, Phù tang, Nguyệt quý.... Những loài hoa cỏ thuộc hệ mộc như hoa Bạch lan, Thạch lựu, Kim quất v.v... Cũng có thể chọn những loại cây như Tiên nhân chương, hoa Sen kim tiến, Sơn ảnh v.v... hoặc những loại cây lá xanh, nhiều cành như cây úc hoặc những cây hoa thơm phức, quả sai chi chít, khiến cho căn phòng bốn mùa tràn đầy sinh khí.

Thứ hai là cách chăm sóc, quản lý phải thật tỉ mỉ. Trồng hoa ở trong phòng, thường vì thiếu ánh sáng và thiếu sự rèn luyện mưa gió cho hoa nên hoa cỏ rất yếu ớt, mảnh mai, vì thế việc chăm sóc quản lý càng phải thật chu đáo tỉ mỉ. Những chậu hoa đặt trên bệ cửa sổ, mùa hè phải chú ý kéo rèm che ánh nắng, đề phòng nắng gắt cháy mất hoa. Mùa đông lại phải chú ý chống rét, bảo đảm nhiệt độ, ánh sáng và không khí

phải được lưu thông. Tưới nước bón phân vừa phải, không nên quá nhiều để tránh đọng nước, thối rễ cây và phân làm cháy gốc. Phải thường xuyên tưới nước lên trên lá bằng nước sạch để rửa bụi trên lá để lợi dụng tác dụng quang hợp và nâng cao giá trị thương ngoạn cây hoa. Ngoài ra phải tăng cường theo dõi sâu bệnh và phải kịp thời phòng trị cho hoa.

Thứ ba là cây hoa, chậu hoa, giá hoa phải làm cho tinh vi,

nghệ thuật một chút. Ví như chậu sành thì phía bên ngoài phải trát xi măng và phải có hoa văn đẹp, hoặc phải là chậu sứ. Những phòng ở khác nhau nên đặt những chậu hoa khác nhau. Ví dụ như trong phòng sách thì nên đặt một vài chậu hoa Lan, Văn trúc cho có vẻ thanh tịnh nhã nhặn; trong phòng ngủ thì nên đặt những chậu hoa Mễ lan, Hoa nhài, Hoa quế tứ quý v.v...thì rất thích hợp. Còn trong phòng khách thì nên đặt những

chậu hoa Nguyệt quí, hoa Kim
quất, cây Thiết thụ v.v...đề
thưởng ngoạn, đề xem hoa,
xem quả, xem lá và còn thể
hiện ý thức đón chào khách của
chủ nhà

17- Những cây hoa lá có hại cho sức khỏe con người

*1- Những loài hoa cỏ không
nên để lâu ở trong phòng:*

Những loại cây như Tùng bách, nếu để ở trong phòng một số lượng tương đối nhiều thì sẽ toả ra nhiều mùi dầu thông nồng đậm, ảnh hưởng đến khẩu vị của người trong phòng, làm cho người có mang bị buồn nôn; Thiên trúc tế sẽ làm cho

một số người phản ứng quá
mẫn cảm; mùi thơm của hoa
cây Uc kim có chứa chất kiềm
độc, tiếp xúc lâu ngày sẽ làm
cho người ta nhức đầu chóng
mặt và có thể làm cho rụng tóc;
ban đêm, khi mùi thơm hết tác
dụng quang hợp thì sẽ toả ra
khối lượng thán khí rất lớn, sẽ
làm cho những người cao huyết
áp và những người mắc bệnh
đau tim cảm thấy u buồn; mùi
của cây Tiếp cốt mộc toả ra
cũng làm cho người ta buồn

nôn và chóng mặt. Do đó, những loài cây cỏ kể trên không nên để lâu ở trong phòng.

2 - *Những loài hoa cỏ có chất độc là :*

1- *Đỗ quyên vàng:* trong thân và hoa cây đều có chứa chất độc. Nếu ăn nhầm thì sẽ bị trúng độc.

2- *Nhật phảm hồng:* cả cây đều có độc, nhựa màu trắng có thể kích thích da sưng đỏ, nếu ăn nhầm phải nụ, phải lá của nó

thì sẽ có nguy hiểm ngộ độc chết người.

3- Hiệp trúc đào: trong cành, lá và vỏ cây đều chứa chất glucozit. Nếu ăn nhầm chỉ vài gam Hiệp Trúc Đào thôi cũng đủ bị trúng độc.

4- Cây có độc thuộc loài thực vật nhiều nhựa, sau khi ngắt nụ, nó sẽ chảy ra một thứ nước trắng có thể làm cho da bị mọng đỏ, nếu bắn vào mắt có thể bị mù.

5- Mai ngũ sắc: hoa, lá đều có chất độc, ăn nhầm sẽ bị đau bụng đi ngoài, sẽ phát sốt.

6- Thuỷ tiên: trong thân cây có chất Lacôtin, ăn nhầm sẽ bị viêm ruột, bị nôn. Nước ở trong lá và hoa của nó có thể làm cho da bị mọng đỏ.

7- Thạch toan: thân cây có chứa chất kiềm thạch toan có chất độc. Nếu người nào chạm da vào nó thì sẽ sưng mọng lên và sẽ rất ngứa. Chất kiềm thạch

toan vào đường hô hấp sẽ làm cho người ta chảy máu cam, nếu ăn nhầm phải nó thì sẽ bị nôn mửa, đau bụng đi ngoài, chân tay rét run, đầu óc choáng váng. Nếu nghiêm trọng sẽ làm cho trung khu tê liệt dẫn đến tử vong.

8- Cỏ hàm tu: trong cơ thể mà có chất kiềm cỏ hàm tu, nếu tiếp xúc nhiều sẽ dẫn đến bị rụng tóc, rụng lông mày.

9- Hồ kích mai, Bá vương

tiên: chất nhựa trắng trong thân cây rất độc, tuyệt đối không được để rơi vào mắt.

10- Hoa lá Vạn niên thanh: trong hoa lá có chứa chất axit và chất tung môn tung, ăn nhầm phải nó sẽ bị sưng đau mồm, họng, thực quản, dạ dày và ruột, thậm chí còn nguy hại đến thanh đới, làm cho người ta bị câm.

11- Loài cây Tiên nhân chương: có chứa chất độc, sau

khi nó châm vào người thì sẽ bị
mọng đỏ và rất đau, rất ngứa.

18 - Mười điều không nên trồng hoa ở trong phòng

Trồng những cây hoa cỏ có nhiều sinh khí ở trong phòng thì rất có lợi. Nhưng cần chú ý những điều sau đây :

1- Không được đặt bình hoa lên trên ti-vi.

2- Không được đặt những cây hoa cỏ có thể tích lớn ở trong phòng. Diện tích của những cây hoa cỏ không nên

chiếm quá 1/10 diện tích căn phòng.

3- Không nên trồng quá nhiều loại hoa, số lượng quá nhiều, số loài quá phức tạp, màu sắc không nên quá nhiều. Nên bố trí sắp đặt sao cho ít mà tinh.

4- Mùi sắc hoa cỏ và màu sắc bối cảnh, về mặt sắc điệu hai cái đó không nên quá gần nhau.

5- Những loài cây có gai, có

chất độc thì không được đặt ở nơi mà trẻ con có thể với tới được.

6- Không nên đặt những chậu cây có màu xanh thẫm lên trên những dụng cụ có màu trà thẫm, bởi sẽ gây cảm giác u tối, không có sinh khí.

7- Không nên đặt những chậu hoa cao tròn lên trên những chiếc bàn dài. Bởi vì sự thay đổi trục tuyến và cô tuyến quá lớn dễ gây cho người ta

cảm giác không thoải mái.

8- Những hoa cỏ có hình thân cao không nên đặt lên trên những chiếc ghế hoặc trên bàn cao, nếu không sẽ gây cho người ta một cảm giác không ổn định.

9- Không nên đặt những chậu hoa xa nhau quá. Hướng đông một bó, hướng tây một cành, chẳng có cảm giác gì về màu sắc bối cảnh, khiến cho căn phòng trở nên rời rạc thảm

hại.

10- Trong phòng ngủ không nên để những chậu hoa có mùi thơm nồng quá; trong thư viện không nên đặt những chậu hoa màu sắc tươi quá; trên bệ cửa sổ không nên đặt những loài cây có thân cao, nếu không sẽ ảnh hưởng đến sự thông gió và ánh sáng ở trong phòng.

19 - Những hiểu biết cơ bản về cá vàng

Tính biến dị của cá vàng rất lớn. Cho đến ngày nay, tính biến dị có giá trị thương ngoạn đã xuất hiện, có thể khái quát chia ra thành 8 bộ phận như hình thể, màu sắc, đầu, mắt, mang, mũi, vây và vây cá. Có 19 loại biến dạng hình thái, 11 loại biến dạng về màu sắc, 14 loại biến dạng về vây cá.

Lựa chọn một con cá vàng đẹp, trước hết toàn thân phải hoàn chỉnh không được sứt

mẻ, thứ đến là màu sắc phải đẹp, phải đậm, phải tươi sáng, sau nữa là phải có đặc trưng đột xuất rõ ràng, tư thế bơi phải ổn định, ba điều trên hợp lại gọi là tư dung mỹ của cá vàng.

Cá vàng do con người trường kỳ thuần dưỡng nên tính thích ứng kém, khả năng đề kháng yếu, nên nó đòi hỏi những yêu cầu chăm sóc quản lý rất cao. Việc cho ăn chủ yếu phải chú ý tới 4 điểm sau :

1-*Mặt nước* : Cá không thể rời khỏi nước, dưỡng khí cần cho sự hoạt động để sống chủ yếu lấy từ trong nước. Khí cacbonic do tác dụng thay đổi sản sinh ra lại hoà tan trong nước. Cả hai thứ đó đều cần thông qua mặt nước mà trao đổi, cho nên mặt nước to hay nhỏ có ảnh hưởng đến cuộc sống của cá vàng . Mặt nước càng to càng dễ trao đổi. Cho nên, bể nuôi cá nên rộng rãi thì tốt. Mỗi cái bể nuôi bao nhiêu

con cá nên căn cứ vào cá to hay nhỏ, mùa nào và nhiệt độ trong nước là bao nhiêu mà quyết định. Trên đại thể thì một chiếc bể có cùng một diện tích như nhau, nếu nuôi cá lớn thì số lượng phải ít hơn, và ngược lại. Mùa đông nuôi nhiều thì mùa hè nuôi ít, khi nhiệt độ trong nước thấp thì nuôi nhiều, khi nhiệt độ trong nước cao thì nuôi ít, thể tích cá vàng biểu hiện bằng diện tích tỷ lệ thuận với mặt nước của bể nuôi cá;

mặt nước nên gấp 6 lần thể tích con cá, nếu là loại cá quý và cá vàng thì nên gấp 10 lần. Ví dụ như một cái bể nuôi cá đường kính là 30 cm, chiều sâu của nước là 10 cm, nếu nuôi những con cá vàng to nhỏ khoảng 3cm, thì trong cái bể ấy không nên nuôi quá 20 con. Càng ngày cá càng lớn lên, do đó số lượng cá trong bể phải rút dần đi. Đến khi thể tích con cá là 10 cm thì trong bể chỉ được nuôi từ 2 đến 4 con. Con cá vàng

càng to đòi hỏi mặt nước càng rộng.

2-Chất nước : Nước để nuôi cá vàng phải có lượng dưỡng khí cao, nước có tính vi kiềm vừa mới lọc là tốt nhất. Thủy lưu thì nước giếng là tốt nhất, mùa đông nước ấm, mùa hè nước mát, thích hợp với tính chất của cá. Nước máy có nhiều chất clo, đối với cá rất có hại, nên bình thường phải lấy ra và để 24 giờ sau mới có thể dùng được, mùa hè còn phải để

lâu hơn nữa. Nếu không chuẩn bị nước, chẳng may cần phải dùng ngay thì có thể cho một ít chất hyposunphit để trung hoà khí clo, mỗi lít nước pha 1 gam. Cá vàng thuộc loại động vật máu lạnh, nhiệt độ của cá thay đổi theo nhiệt độ của nước. Nó thích ứng với nhiệt độ của nước ở trong khoảng từ 4 độ đến 34 độ C, ở 25 độ C là thích hợp nhất.

3- *Thức ăn* : Cá vàng thuộc loại ăn tạp. Khẩu vị của nó có

liên quan y tực tiếp với nhiệt độ nước cao hay thấp và khí hậu nóng hay lạnh. Khi nhiệt độ nước là 18 đến 25 độ C thì tác dụng trao đổi mạnh mẽ, nó ăn tốt, phát triển nhanh; khi ở trên 30 độ C thì nó ăn kém, khi ở dưới 10 độ C thì nó ăn rất ít ; nếu ở 0 độ C thì nó hoàn toàn ngừng ăn. Trong việc cho cá ăn cũng phải chú ý cho ăn đúng giờ, đúng định lượng (nếu nuôi ở diện tích lớn thì còn phải cho ăn ở một nơi nhất định nữa).

Nên cho ăn mỗi ngày vào buổi sáng. Mùa hè cho ăn vào buổi sáng, mỗi ngày một lần. Số lượng thức ăn nên căn cứ xem cá khoẻ hay yếu, sự thay đổi về khí hậu và chất nước mà quyết định. Nói chung, người ta làm theo cách sau đây: Năm đầu thì số thức ăn nhiều hay ít tùy theo đầu con cá to hay nhỏ, số thức ăn bằng đầu con cá là vừa. Khi được 2 năm thì số thức ăn bằng $1/2$ đầu con cá, trong vòng nửa giờ là nó ăn hết ngay (diện tích

rộng thì 1 - 2 tiếng đồng hồ nó sẽ ăn hết), mùa thu có thể tăng lên một chút. Thức ăn để nuôi cá là loại giun giàu chất dinh dưỡng dùng để nuôi cá vàng là tốt nhất, lượng thức ăn rất ít, khoảng 1 đến 2% thể trọng của con cá. Những năm gần đây người ta dùng bột cá, bột nhộng, vitamin, men phối hợp theo tỉ lệ để cho cá ăn. Loại thức ăn này rất phù hợp nên cá lớn nhanh, nếu cho thêm kháng sinh vào thì có thể có tác dụng

phòng bệnh nữa.

4- *Việc quản lý* : Nuôi cá vàng nhất định phải thuộc tính chất của cá, phải nắm vững qui luật sinh hoạt của nó. Như vậy thì dù bể cá có nhỏ cũng có thể thường xuyên bảo đảm được sự hoạt bát, tươi tắn của cá. Nước là vấn đề then chốt, sau một thời gian nước trong bể sẽ đục, dưỡng khí không đủ nữa, cá sẽ không còn thích hợp với môi trường nước này, cần phải thay ngay. Nói chung, nguyên tắc

thay nước, trước hết xem cá có thường xuyên ngoi lên mặt nước để thở không khí hay không. Sau đó xem nước trong bể có màu gì, nếu xanh trong thì tốt, nếu là màu nâu thì không tốt, nếu xanh đậm thì chứng tỏ sinh vật phù du trong bể quá nhiều, cần phải thay nước. Trên đại thể thì mùa hè nên thay nước nhiều hơn, 2 - 3 ngày thay một lần, các mùa khác thì trên dưới một tuần thay một lần. Mùa đông có thể

nửa tháng một lần. Về phương pháp thay nước, mùa hè thường dùng phương pháp thay toàn bộ nước trong bể, các mùa khác thường dùng phương pháp cho nước chảy vào bể để thay từng phần nước đục, nhiệt độ nước thay đổi ít nên dễ nắm được. Khi cá đẻ hoặc khi cá bị bệnh, vẫn lấy việc thay nước là chính, nhưng phải nắm vững nhiệt độ, không được vượt quá 5 độ C, khi cá còn bé thì phải chú ý nhiều hơn.

Ngoài ra, mùa hè không được để cho mặt trời chiếu thẳng vào bể, phải để bể ở nơi thoáng khí. Mùa đông nên để bể nuôi cá hướng về phía mặt trời, như vậy rất có lợi cho cá. Mỗi ngày, sau khi cho cá ăn, nếu còn thừa thức ăn thì nên kịp thời tìm cách lấy ra, để khỏi ảnh hưởng đến chất lượng nước, phát sinh những bọt nước thiếu dưỡng khí. Mỗi ngày phải làm vệ sinh bể hai lần vào buổi sáng và buổi chiều, phải vớt hết

phân cá ra.

20 - Thể dục với gia đình hiện đại

Song song với việc nâng cao trình độ xây dựng “Hai nền văn minh”, công năng của thể dục trong gia đình hiện đại càng ngày càng nổi lên rõ rệt, trở thành một bộ phận của nội dung cuộc sống trong mỗi gia đình chúng ta. Với tác dụng và nâng cao sức khỏe, tính vui chơi giải trí, tính thi đấu cố hữu của nó, thể dục thể thao ngày

càng được các thành viên trong gia đình ưa thích. Những cuộc du ngoạn lấy gia đình làm đơn vị, những cuộc thi thể dục gia đình là những tiêu chí “Gia đình hoá” thể dục.

Hoạt động thể dục của gia đình hiện đại có thể làm cho toàn thể gia đình trở nên thân mật, vui vẻ, tăng thêm sự tiếp xúc với nhau, tăng thêm tình cảm và hứng thú, làm cho cuộc sống đầy đủ, tinh thần được điều tiết, sức khoẻ được tăng

tiến. Những môn thể dục thể thao thích nghi với gia đình thì rất nhiều, như tập cử tạ, đá cầu, nhảy dây, đánh cầu, cầu lông, bi-a, bóng bàn, thái cực quyền, thái cực kiếm, thể thao gia đình, khí công v.v... Các thành viên trong gia đình, ngoài giờ công tác, học tập ra nên tự lựa chọn một số bài thể dục để rèn luyện thân thể. Các thành viên trong gia đình phải học tập và thúc đẩy lẫn nhau, cũng có thể thi đấu với nhau để không khí thể

trong gia đình được sôi nổi,
không ngừng nâng cao sức
khỏe và trình độ văn minh của
gia đình.

Đời là gì ?

- Đời là cuộc phiêu lưu - Hãy mạo hiểm.
- Đời là chuyện thử thách - Phải đương đầu.
- Đời là vẻ diễm lệ - Hãy ca ngợi.
- Đời là lời cam kết - Phải giữ lời.
- Đời là một nhiệm vụ - Hãy thi hành.

- Đòi là cuộc chạy đua - Phải chiến thắng.
- Đòi là món tặng phẩm - Hãy tiếp nhận.
- Đòi là một trò chơi - Phải tham dự.
- Đòi là một mục tiêu - Hãy thể hiện.
- Đòi là cuộc hành trình - Phải hoàn tất.
- Đòi là tình yêu thương - Hãy vui hưởng.

Đòi là niềm bí
ẩn - Phải giải tỏa.

Đòi là một cơ
hội - Hãy nắm lấy.

Đòi là lời hứa hẹn
- Phải thực thi.

Đòi là một bài
ca - Hãy hát lên.

Đòi là bài toán
đố - Phải giải đáp.

Đòi là tấn thảm
kịch - Hãy đối diện.

Đòi là nỗi đau
thương - Phải vượt qua.

Đòi là vẻ tinh
thần - Hãy cảm
nhận.

Đòi là cuộc chiến
đấu - Phải đấu tranh.

Đòi dành để
sống - Hãy sống
từng ngày.

Nếu mất đi....

- Mất đi trọng tâm đảo.
- Con người lão đảo.
- Mất đi tín tâm thất vọng.
- Con người
- Mất đi thiện tâm ác.
- Con người tàn
- Mất đi nhân

tâm - Con người tàn
nhẫn.

Mất đi hùng tâm
- Con người ử rũ.

Mất đi lương
tâm - Con người thất
đức.

Mất đi chân
tâm - Con người
dung tục.

Mất đi hư
tâm - Con người
kiêu ngạo.

Mất đi trung tâm (lòng trung thành) - Con người vô sỉ.

Mất đi thành tâm giả dối. - Con người

Mất đi chuyên tâm vị. - Con người vô

Mất đi tráng tâm nhỏ bé. - Con người

Mất đi ái tâm (lòng yêu thương) - Con người thô lỗ.

Mất đi đồng tâm (tuổi ngây thơ) - Con người lọc lõi.

Mất đi nhiệt tâm - Con người lạnh nhạt.

Mất đi hảo tâm - Con người nhiễm tà.

Mất đi quyết tâm - Con người sợ khó khăn