

- Với tình trạng rối ren như thế, anh bảo phải giải quyết ra sao cho nhân loại bớt ân oán hận thù, tăng tình yêu thương với nhau hơn, ngõ hầu không còn cảnh chiến tranh, chém giết giữa con người với người nữa? *Vinh vui về giảng giải:*

- Em giỏi đó, đã đặt câu hỏi vào trọng tâm của vấn đề. Nếu chỉ nói thôi thì dễ dàng lắm, cái khó là thực hiện những điều mình nói cơ. Mà thực hiện ư! Em ơi! Vô vàn khó khăn đấy. Nghĩa là, ta sẽ cùng nhau giải quyết từng bước như sau:

1) Cải tổ toàn cầu; Muốn cải tổ bất cứ ở cấp nào, trước tiên phải cải tổ tâm hồn và tư tưởng con người trước đã.

2) Mọi công dân trên thế giới, phải quán triệt cho bằng được chân lý: ***"Bom đạn không thể đem lại tình yêu thương được, bạo lực và gian dối không cưỡng hiếp được chân lý, lẽ phải..."***

3) Không nên dùng cái huyền thoại kêu gọi Thống nhất trong lúc mình vẫn tiếp tục kỳ thị nhau, hận thù nhau và quay lưng lại với nhau, thì đó chỉ là giả dối với nhau. Khiến tạo sự nghi ngờ, chia rẽ và tăng sự dị biệt thêm nữa...

4) Đừng tước đoạt những gì của người khác, lấy làm của mình, cho phe nhóm mình, cho dân tộc mình...

5) Mọi người hãy lo cho nhu cầu tinh thần y như đã lo cho nhu cầu vật chất. Phải hiểu rằng: Nếp sống càng tiện nghi, thì lại càng lao tâm nhọc trí để đạt cái tiện nghi cao hơn nữa (đã có ăn lại muốn ăn ngon hơn, đủ sống lại muốn muốn sống sang giàu, được sang giàu lại muốn sống giàu sang hơn thế nữa). Ta hãy sống giản đơn, đạm bạc với những nhu cầu cần thiết mà thôi, thì tâm hồn tự nhiên được thanh thản và không bị khổ đau. Bởi vì: Hết đầu có của cái vật chất cao sang là ở đó có tranh chấp lẫn nhau... (nếu Iraq không có nhiều giếng dầu thì chiến tranh làm gì xảy ra).

6) Mọi người phải lắng nghe nhau, chẳng những phải nghe bằng tai, mà còn phải nghe bằng trí tuệ và tâm cảm của tấm lòng nữa để dễ cảm thông nhau.

7) Cần có sự đối thoại, chia sẻ, góp ý với nhau, học hỏi lẫn nhau một cách chân thành là hết sức quan trọng và cần thiết.

8) Hãy làm nhỏ cái bản ngã của mình lại và xem mọi người thật sự đều bình đẳng với nhau chứ không chỉ ở đâu môi chót lưỡi.

Chỉ có vậy thôi, nếu mọi người công dân trên thế giới mà làm được như vậy, thì tình yêu thương không cần tìm kiếm đâu xa, tự nhiên cũng hiển lộ. Và khủng bố tự tiêu tan từ mật khu của nó.

Phạm Đà Giang

Gỏi sữa chay

Vật Liệu:

- 10g rau câu
- 2 trái dưa chuột
- 2 củ cà rốt
- 3 cây mì căn
- 2 trái ớt đỏ
- 100g đậu phộng
- 50g tàu hũ ky
- 2 trái chanh
- 50g mè
- Bột ngọt, tỏi, ngò
- Tàu vị yếu, đường, muối
- Bánh tráng nướng
- 2 muỗng súp dầu ăn
- 1 củ hành tây



Cách Làm:

Giai đoạn 1: sửa soạn

Rau câu: ngâm nước độ 5 phút, vớt ra xắt khúc, để ráo

Dưa: gọt bỏ ruột, xắt như cọng giá

Cà rốt: Làm giống như dưa

Mì căn + tàu hũ ky: xắt như cọng giá, chiên sơ

Ớt: xắt sợi

Đậu phộng: rang vàng, đâm nhỏ

Mè: đãi sạch, vang vàng, đâm nhỏ

Cà rốt, dưa chuột trộn chung với 2 muỗng đường nhồi cho ra nước. Dùng khăn vắt ráo

Giai đoạn 2: trộn gỏi

Tất cả các thứ trộn đều, nêm đường, muối, bột ngọt, nước cốt 2 trái chanh.

Nêm vừa ăn cho vào 2 muỗng dầu ăn đã khử tỏi Bày thức ăn ra đĩa, bên trên rắc đậu phộng và ngò cùng ớt tia hoạ Gỏi sữa chay ăn với bánh tráng nướng.

Hương-Việt