



Thái Bình

Chủ nhật

CƠ QUAN CỦA ĐẢNG BỘ ĐẢNG CỘNG SẢN VIỆT NAM TỈNH THÁI BÌNH
TIẾNG NÓI CỦA ĐẢNG BỘ, CHÍNH QUYỀN VÀ NHÂN DÂN THÁI BÌNH

SỐ 898
Chủ nhật
Ngày 16 - 3 - 2025

TÒA SOẠN:
126 - PHỐ LÊ LỢI - THÀNH PHỐ THÁI BÌNH
ĐT: 0227.3836.308 - 0227.3836.544 - 0227.3832.958
BÁO THÁI BÌNH ĐIỆN TỬ: www.baothaibinh.com.vn
EMAIL: tsbaothaibinh@gmail.com

KỶ NIỆM 135 NĂM NGÀY THÀNH LẬP TỈNH (21/3/1890 - 21/3/2025)

Bảo tồn nghệ thuật múa rối nước góp phần phát triển du lịch cộng đồng

(Xem trang 5)



Nghệ nhân biểu diễn múa rối nước chào khán giả sau chương trình biểu diễn.



Quét mã QR để xem
Báo Thái Bình điện tử
tại địa chỉ <https://baothaibinh.com.vn>



Quét mã QR để xem
phiên bản báo in
trên Báo Thái Bình điện tử



Quét mã QR để xem Fanpage
Báo Thái Bình điện tử tại địa chỉ
<https://www.facebook.com/baothaibinh.com.vn>

ĐỘC LẬP

Phát huy thể mạnh nuôi trồng thủy sản



Trang 3

Tư tưởng chỉ đạo của đồng chí Tổng Bí thư Tô Lâm trong bài viết “Học tập suốt đời”

■ **Thạc sĩ VŨ MẠNH HIỂN**
Chủ tịch Hội Khuyến học tỉnh Thái Bình

Bài viết “Học tập suốt đời” của đồng chí Tổng Bí thư Tô Lâm đặt ra những vấn đề quan trọng, có ý nghĩa sâu sắc đối với công tác khuyến học, khuyến tài, xây dựng xã hội học tập và phát triển giáo dục trong giai đoạn mới.



Lãnh đạo tỉnh Thái Bình và lãnh đạo Hội Khuyến học tỉnh khen thưởng, trao học bổng “Học không bao giờ cùng” cho học sinh đạt giải quốc gia.

Thứ nhất, bài viết của đồng chí Tổng Bí thư thể hiện tầm nhìn chiến lược, tư duy hệ thống, đồng thời cụ thể hóa và làm sâu sắc thêm tư tưởng của Chủ tịch Hồ Chí Minh cũng như quan điểm của Đảng ta về “Học tập suốt đời” và xây dựng xã hội học tập.

Đồng chí Tổng Bí thư nhấn mạnh tư tưởng học tập suốt đời đã được Đảng ta và Bác Hồ đề cao ngay từ những ngày đầu giành độc lập dân tộc. Bác Hồ từng khẳng định: “Khoa học kỹ thuật trên thế giới phát triển không ngừng, ai không học là lùi, công việc sẽ gặt mình lại phía sau”. Cả cuộc đời hoạt động cách mạng của Bác đều vì con người và tư tưởng này tiếp tục được đồng chí Tổng Bí thư làm sâu sắc hơn trong bối cảnh Bộ Chính trị đang chỉ đạo quyết liệt công cuộc cải cách tư pháp, cải cách hành chính, tinh gọn bộ máy. Đây là một yêu cầu tất yếu, thể hiện sự nhất quán trong quan điểm của Chủ tịch Hồ Chí Minh và của Đảng ta về việc học tập và học tập suốt đời. Tổng Bí thư cũng khẳng định: “Để thực hiện thắng lợi yêu cầu, nhiệm vụ, trọng trách trong giai đoạn mới, học tập suốt đời để dám nghĩ, dám nói, dám làm, dám chịu trách nhiệm, dám hy sinh vì lợi ích chung, để trở thành những người hữu dụng đang là đòi hỏi cấp thiết đối với từng cá nhân, mỗi công dân, đặc biệt là những cán bộ, nhân viên trong hệ thống chính trị”. Quả thực, nếu không có những con người hội tụ đầy đủ trí tuệ, hiểu biết, năng lực và kỹ năng cần thiết để chủ động, sáng tạo, dám quyết định và chịu trách nhiệm, dám hy sinh vì lợi ích chung, thì không thể đạt được thành công. Việc học tập không chỉ giúp mỗi cá nhân phát triển bản thân mà còn góp phần nâng cao hiệu lực quản lý nhà nước, nâng cao chất lượng đội ngũ

Bên cạnh kết quả, thực hiện chủ trương học tập suốt đời vẫn còn một số tồn tại, hạn chế. Đào tạo, bồi dưỡng còn chạy theo số lượng mà chưa thực sự chú trọng tới chất lượng; việc tự học, thực học và học tập suốt đời của đội ngũ cán bộ, đảng viên chưa đạt kết quả như mong muốn; còn tình trạng học theo phong trào, sinh bằng cấp mà chưa thực sự căn cứ vào đòi hỏi thực tiễn, ngại khó, ngại khổ trong học tập, không đào sâu suy nghĩ để vươn lên chinh phục những đỉnh cao trong khoa học. Tình trạng hạn chế về chuyên môn, nghiệp vụ, chủ nghĩa cá nhân, bệnh kinh nghiệm trong một bộ phận cán bộ, đảng viên ảnh hưởng đến chất lượng thực thi công vụ, chất lượng phục vụ Nhân dân; ảnh hưởng đến tinh thần dám nghĩ, dám nói, dám làm, dám chịu trách nhiệm; triệt tiêu động lực đổi mới, sáng tạo, không đủ nền tảng kiến thức và tự tin về năng lực để xuất và thực hiện những sáng kiến, giải pháp đột phá. Một bộ phận cán bộ, công chức, viên chức, người lao động thỏa mãn với kiến thức đã học trong các trường lớp, cơ sở đào tạo, hoặc chạy theo việc học để hoàn thiện bằng cấp đủ điều kiện thăng tiến, không chịu nghiên cứu, học hỏi thường xuyên để nâng cao trình độ chuyên môn, năng lực quản lý, kiến thức, kỹ năng hội nhập và khả năng thích ứng... Một bộ phận biểu hiện ngại học, không có khái niệm học thường xuyên, học suốt đời nên trở thành lạc hậu, bảo thủ, không thích nghi và bắt nhịp với “guồng quay” hối hả của nhịp sống “vũ bão” thời khoa học và công nghệ 4.0 và X.0”.

Trích bài viết “Học tập suốt đời” của đồng chí Tổng Bí thư Tô Lâm

cán bộ, đảng viên, từ đó thúc đẩy sự phát triển bền vững của đất nước.

Thứ hai, đồng chí Tổng Bí thư nêu những thành tựu về xây dựng xã hội học tập, học tập suốt đời nhưng cũng chỉ rõ những khuyết điểm còn tồn tại của một bộ phận cán bộ, đảng viên đối với việc học tập.

Đồng chí Tổng Bí thư thẳng thắn chỉ ra những khuyết điểm của cán bộ, đảng viên trong quá trình học tập và rèn luyện.

Cụ thể, vẫn còn một bộ phận ngại học, một số cá nhân học chạy theo số lượng, bằng cấp mà thiếu chú trọng đến chất lượng, không gắn việc học với yêu cầu thực tiễn. Tình trạng thiếu tinh thần tự học dẫn đến tư duy bảo thủ, trì trệ, ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng công việc và khả năng đổi mới. Điều này không chỉ làm suy giảm tinh thần dám nghĩ, dám làm mà còn khiến cán bộ, đảng viên thiếu nền tảng, kiến thức để đề xuất những giải

pháp mang tính đột phá, từ đó cản trở sự phát triển của đất nước. Những nhận xét của Tổng Bí thư đặt ra yêu cầu để mỗi cá nhân tự soi xét, tự đánh giá bản thân xem liệu mình có những khuyết điểm như vậy hay không. Đặc biệt, trong bối cảnh hiện nay, khi chúng ta đang chuẩn bị hành trang để bước vào một giai đoạn phát triển bền vững và thịnh vượng, việc học tập càng trở nên quan trọng và cấp thiết hơn bao giờ hết. Nếu cán bộ, đảng viên không chủ động học tập, trau dồi kiến thức và kỹ năng, liệu có thể đáp ứng được yêu cầu của công việc và đóng góp vào sự phát triển chung của đất nước hay không?

Thứ ba, đồng chí Tổng Bí thư giao nhiệm vụ cho cấp ủy, chính quyền, cán bộ, đảng viên và mỗi chúng ta về học tập suốt đời trong giai đoạn mới.

Trong đoạn kết của bài viết, đồng chí Tổng Bí thư nhấn mạnh: “Học tập suốt đời là quy luật sống, là chìa khóa để nâng cao dân trí, đào tạo nhân lực, bồi dưỡng nhân tài, là con đường duy nhất, hướng đi tất yếu của mọi quốc gia để phát triển thịnh vượng và bền vững”. Tổng Bí thư khẳng định vai trò quan trọng của học tập suốt đời và việc xây dựng xã hội học tập ở Việt Nam trong bối cảnh thế giới hiện nay. Việt Nam không thể đứng ngoài con đường hướng tới hạnh phúc, thịnh vượng nếu mỗi người dân không coi trọng việc học tập, đặc biệt là học tập suốt đời.

Đồng chí Tổng Bí thư cũng giao nhiệm vụ: Để thực hiện thành công Nghị quyết số 57-NQ/TW, ngày 22/12/2024 của Bộ Chính trị về đột phá phát triển khoa học, công nghệ, đổi mới sáng tạo và chuyển đổi số quốc gia, cần tận dụng công nghệ số như một phương tiện hỗ trợ mạnh mẽ cho việc tự học và học tập suốt đời. Trong bối cảnh chuyển đổi số hiện nay, việc học tập trên nền tảng số là yêu cầu tất yếu. Công nghệ số sẽ giúp truyền bá tri thức, tạo điều kiện thuận lợi để mỗi người tự học và phát triển bản thân. Đặc biệt, vấn đề “bình dân học vụ số” sẽ giúp người dân dễ dàng tiếp cận nền tảng số, từ đó nâng cao trình độ và tri thức một cách chủ động, hiệu quả.

Đồng chí Tổng Bí thư chỉ đạo rõ: “Mỗi cấp ủy, mỗi cán bộ, đảng viên phải học tập, học tập suốt đời”. Đồng thời nhấn mạnh: “Chỉ khi toàn Đảng, toàn dân, toàn quân, nhà nhà, người người thực hiện hiệu quả việc học tập suốt đời, xây dựng được đội ngũ cán bộ dám làm, dám nói, dám chịu trách nhiệm, dám hy sinh, chúng ta mới vững vàng tiến vào kỷ nguyên mới, kỷ nguyên phát triển, giàu mạnh dưới sự lãnh đạo của Đảng”. Đây không chỉ là một định hướng mà còn là một mệnh lệnh, một nhiệm vụ quan trọng đặt ra cho toàn thể cán bộ, đảng viên và nhân dân, nhằm góp phần xây dựng đất nước phát triển, dân giàu, nước mạnh, công bằng, dân chủ, văn minh.

Đặc biệt, đồng chí Tổng Bí thư nhấn mạnh, mỗi cấp ủy đảng, chính quyền cần theo dõi, kiểm tra, giám sát chặt chẽ quá trình triển khai thí điểm các đề xuất mới, sáng tạo. Một điểm đột phá trong nhiệm vụ này là phải thường xuyên trao đổi, kiểm tra, kịp thời phát hiện các vấn đề nảy sinh, hỗ trợ tháo gỡ khó khăn và có chính sách điều chỉnh phù hợp. Đồng thời, Tổng Bí thư khẳng định: Mặc dù toàn hệ thống đã nỗ lực hết sức với tinh thần tận tụy, trách nhiệm, không quản ngại khó khăn, nhưng nếu vì lý do khách quan mà không đạt kết quả như mong muốn, chỉ đạt một phần mục tiêu hoặc gặp rủi ro, thiệt hại thì sẽ được miễn trừ trách nhiệm. Đây là một điểm rất mới, có ý nghĩa động viên, khích lệ mạnh mẽ tinh thần học tập,

👉 sáng tạo, dám nghĩ, dám làm, dám chịu trách nhiệm của cán bộ, đảng viên. Học tập suốt đời không chỉ giúp mỗi người bồi đắp tri thức mà còn rèn luyện, hoàn thiện nhân cách, nâng cao bản lĩnh chính trị để đáp ứng yêu cầu của thời đại mới.

Các cấp hội khuyến học đã đi đúng hướng, đúng con đường mà đồng chí Tổng Bí thư Tô Lâm đã đúc kết và chỉ đạo - con đường xây dựng xã hội học tập theo định hướng của Đảng.

Nhiệm vụ xây dựng xã hội học tập, học tập suốt đời trong thời gian tới

Nhiệm vụ xây dựng xã hội học tập, học tập suốt đời là một chủ trương quan trọng nhưng còn nhiều khó khăn phía trước. Để thực hiện thành công, chúng ta cần xác định những việc quan trọng phải làm trong thời gian tới:

Một là, các cấp hội cần phối hợp với các cơ quan, đơn vị, báo, đài lan tỏa mạnh mẽ tư tưởng của đồng chí Tổng Bí thư Tô Lâm đến cấp ủy, chính quyền, các tổ chức chính trị - xã hội các cấp và toàn dân, từ đó tạo nên sự chuyển biến sâu sắc trong nhận thức và hành động về học tập suốt đời và xây dựng xã hội học tập.

Hai là, tham mưu cho cấp ủy, chính quyền các cấp từ tỉnh đến cơ sở tiếp tục kiện toàn ban chỉ đạo xây dựng xã hội học tập phù hợp với tình hình mới. Đồng thời, xây dựng kế hoạch để triển khai, tổ chức quán triệt và thực hiện các nhiệm vụ theo chỉ đạo của Tổng Bí thư về học tập suốt đời, xây dựng xã hội học tập. Bên cạnh đó, cần phát triển và nâng cao chất lượng các mô hình học tập; thúc đẩy phong trào cả nước thi đua xây dựng xã hội học tập, đẩy mạnh học tập suốt đời.

Ba là, thúc đẩy xây dựng nền tảng và cơ sở hạ tầng cho học tập suốt đời, trong đó chú trọng:

- Ứng dụng công nghệ thông tin để người dân có thể học tập bằng các phương tiện kỹ thuật số. Triển khai chương trình “bình dân học vụ số” nhằm hỗ trợ những người chưa thành thạo công nghệ.

- Phát triển nguồn tài nguyên giáo dục mở; đổi mới hoạt động của các trung tâm học tập cộng đồng trên nền tảng số, trang bị cơ sở vật chất hiện đại hơn để tạo điều kiện cho người học có thể tiếp cận kiến thức mọi lúc, mọi nơi, mọi nội dung.

Ngoài ra, có thể xem xét giao cho các doanh nghiệp tư nhân tham gia xây dựng các trung tâm học tập cộng đồng, nhằm tăng cường cơ sở vật chất hiện đại, gia tăng độ phủ và tính linh hoạt trong giáo dục.

Thời gian tới, hội khuyến học các cấp sẽ triển khai nhiều hoạt động thúc đẩy học tập suốt đời, bao gồm việc tổ chức trao học bổng “Học không bao giờ ngừng”, tham gia giải “Nhân tài Đất Việt - Tự học thành tài” và phối hợp chặt chẽ với các tổ chức, trường đại học trong việc tổ chức học tập cho người dân tại các trung tâm học tập cộng đồng trên nền tảng số. Hội Khuyến học tỉnh sẽ chủ trì các hội thảo, tọa đàm về “Khuyến học xanh - Hướng đi bền vững cho tương lai”, trong đó chú trọng nội dung “Tư duy xanh, lối sống xanh, kỹ năng xanh”; kiểm tra, giám sát hoạt động của hội cấp cơ sở nhằm rút kinh nghiệm và đề xuất giải pháp cải tiến cho phù hợp với yêu cầu thực tiễn.

Với những định hướng và chỉ đạo của đồng chí Tổng Bí thư Tô Lâm, chắc chắn công tác khuyến học, khuyến tài, học tập suốt đời và xây dựng xã hội học tập tại Thái Bình sẽ được triển khai mạnh mẽ và đạt hiệu quả cao hơn trong thời gian tới, góp phần thúc đẩy kinh tế - xã hội của tỉnh phát triển nhanh và bền vững.

ĐỘC LẬP

Phát huy thế mạnh nuôi trồng thủy sản

■ THANH THỦY

Là địa phương có điều kiện thuận lợi để phát triển nuôi trồng thủy sản (NTTS), những năm qua, xã Độc Lập (Hưng Hà) đã tạo điều kiện giúp người dân đầu tư mở rộng, chuyển đổi diện tích NTTS theo hướng bền vững. Hiệu quả mang lại từ các mô hình NTTS đã góp phần nâng cao đời sống người dân và phát triển kinh tế địa phương.

Vùng NTTS hơn 50ha của xã Độc Lập được đầu tư theo hình thức thâm canh, bán thâm canh của 36 hộ dân, chủ yếu nuôi cá rô phi, mè, trôi, trắm. Mỗi năm, vùng NTTS cho thu hoạch trên 350 tấn cá, chiếm 30% giá trị sản xuất nông nghiệp, lâm nghiệp, thủy sản của xã. Ông Trần Ngọc Bích, thôn Xuân La là một trong những hộ có hơn 20 năm kinh nghiệm NTTS của xã đã mạnh dạn chuyển đổi diện tích đất nông nghiệp kém hiệu quả sang đào ao NTTS với 5 mẫu. Hiện ông có 2 ao nuôi cá, mỗi ao rộng 2,5 mẫu, nuôi 4.000 con cá trôi, 1.000 con cá chép, 200 - 300 con cá trắm. Mỗi năm ông Bích thu 8 - 10 tấn cá. Ông cho biết: Thay vì chỉ thả một giống cá, tôi tìm hiểu để lựa chọn thêm một số con giống phù hợp để thả chung vào một ao. Mỗi giống cá sẽ sinh sống ở một tầng nước khác nhau, tạo ra cả một hệ sinh thái chỉ trong một ao. Như vậy sẽ tận dụng tối đa nguồn thức ăn, lại giúp môi trường ao sạch sẽ hơn. Thức ăn cho vật nuôi cũng được tận dụng từ các sản phẩm nông nghiệp có sẵn như cám gạo, ngô, bèo, cỏ... Điều này giúp gia đình tôi tiết kiệm từ 30 - 40% chi phí so với sử dụng thức ăn công nghiệp.

Cũng như ông Bích, ông Trần Trọng Tình, thôn Đồng Phú đã mạnh dạn đầu tư gần 3 mẫu đất để đào 2 ao thả cá, mỗi năm thu hoạch 5 - 6 tấn cá/mẫu.

Những ngày này, ông Tình đang tập trung chăm sóc để cá phát triển, xuất bán vào dịp nghỉ lễ 30/4 - 1/5. Ông cho biết: Nuôi cá cũng như các con vật nuôi khác, cũng có rủi ro về bệnh tật và giá cả thị trường nhưng nếu mình biết cách phòng tránh thì giá trị kinh tế mang về khá cao mà không tốn nhiều công chăm sóc. Để tránh rủi ro, tôi chú trọng đầu tư cải tạo ao, hút bùn đáy, xây dựng bờ ao kiên cố. Đồng thời, thực hiện vệ sinh ao nuôi, phơi ao sau mỗi vụ thu hoạch. Nước trước khi được bơm vào ao được lọc kỹ để loại bỏ tạp chất, vi khuẩn cũng như ấu trùng gây bệnh. Nhờ đó, năng suất cá hàng năm luôn ổn định; tùy theo giá cá mà lợi nhuận thu về 400 - 500 triệu đồng/năm.

Xã Độc Lập hiện có 55 lồng cá, chủ yếu nuôi cá chép giòn, lăng, trắm, diêu hồng... Từ đầu tháng 3 là thời điểm các hộ nuôi cá lồng bước vào vụ nuôi thả mới. Tại khu vực nuôi cá lồng của anh Trần Đức Thành thời điểm này đang tập trung gia cố lồng bè, vệ sinh lưới để nuôi thả cá mới. Năm nay, bên cạnh những loại cá truyền thống như rô phi, diêu hồng, trắm giòn..., anh còn mở rộng thêm diện tích nuôi cá lăng và xuống giống hơn 2.000 cá koi. Anh chia sẻ: Tôi đầu tư 14 lồng cá để nuôi các loại cá đặc sản. Năm nay, tôi đầu tư mỗi lồng 2.000 - 3.000 con, trong đó cá lăng chiếm 1/3. Đây là loại cá chất lượng, thịt thơm ngon, thành phần dinh dưỡng cao, phù hợp với người tiêu dùng nên không phải lo đầu ra cho sản phẩm. Để nuôi cá

lồng trên sông đạt hiệu quả cao, người nuôi cần lưu ý các kỹ thuật như vị trí đặt lồng, chọn cá giống, quản lý, chăm sóc... Trong quá trình nuôi, mỗi tuần vệ sinh lồng một lần, loại bỏ rác trôi nổi và các vật cứng bám vào cụm lồng nuôi, vớt bỏ thức ăn thừa trong lồng bè. Bên cạnh đó, cần áp dụng triệt để các biện pháp phòng bệnh cho cá. Nếu bảo đảm được nguồn nước sạch, chăm sóc đúng kỹ thuật, hiệu quả kinh tế nuôi cá lồng trên sông mang lại gấp nhiều lần so với nuôi cá truyền thống.

Ông Bùi Văn Hiến, Chủ tịch UBND xã Độc Lập cho biết: Phát triển NTTS ở Độc Lập đã và đang góp phần giải quyết việc làm, tăng thu nhập cho bà con nơi đây. Để khuyến khích phát triển NTTS, chúng tôi tiếp tục hướng dẫn, tạo điều kiện cho người dân NTTS theo quy hoạch và có cơ chế phù hợp động viên, khuyến khích người dân mở rộng diện tích. Đồng thời, chú trọng tập huấn kiến thức NTTS; tuyên truyền, vận động các hộ nuôi đa dạng đối tượng nuôi có giá trị kinh tế cao phục vụ tiêu dùng... Ngoài ra, xã hướng dẫn người dân chăn nuôi an toàn sinh học để hạn chế dịch bệnh, giảm thiểu rủi ro, bảo vệ môi trường. Bên cạnh đó, xã ưu tiên nguồn lực đầu tư hệ thống cơ sở hạ tầng khu chuyển đổi NTTS; đẩy mạnh quảng bá, giới thiệu sản phẩm, tạo đầu ra ổn định.



Anh Trần Đức Thành, xã Độc Lập có 14 lồng nuôi cá trên sông.



GẠC MA

Thấm máu đào 8 liệt sĩ quê hương Thái Bình

■ MẠNH HÙNG
Nghệ An

Trường Sa giờ đây thật kỳ diệu! Vật chất đủ đầy đã đành, tinh thần cũng đầy đặn. Ti vi, điện thoại kết nối đất liền 24/24 giờ. Mùa nào, tháng nào, thậm chí hàng tuần đều có các đoàn văn công ra phục vụ quân và dân trên đảo. Rõ tiếng chuông chùa, thấp thoáng bóng áo nâu sồng thật là gần gũi, thân thương... Ở Trường Sa hội tụ mọi miền quê. Miền Bắc có Nam Định, Thái Bình, Hà Nội, Hải Phòng...; miền Trung có Thanh - Nghệ - Tĩnh, Bình - Trị - Thiên...; miền Nam có Long An, Đồng Tháp, Bến Tre...; dân tộc có Kinh, Thái, Mường, Khơ me...; lương có, giáo có. Dải đất hình chữ S dường như thu gọn ở Trường Sa!

Ra Trường Sa, tôi gặp nhiều con em quê Thái Bình đang công tác ở đây. Họ để lại trong tôi một ấn tượng thật sâu đậm với khí chất kiên trung của “Quê hương năm tấn” chảy trong huyết mạch thấm đậm trên từng đảo chìm, đảo nổi. Chắc có lẽ do sinh ra và lớn lên trên mảnh đất kiên trung, anh dũng trong chiến đấu bảo vệ quê hương, cần cù, sáng tạo trong lao động sản xuất nên dù có ở nơi sóng gió này hay bất kỳ nơi đâu khó khăn, gian khổ hơn, bất kể chiến tranh hay thời bình thì khí chất đó vẫn luôn ngời sáng.

Chuyến ra Trường Sa chuyến hàng tết Ất Tỵ 2025 với tôi thật đặc biệt. Đến đảo Sinh Tồn, tâm trạng tôi từ ngỡ ngàng đến tự hào xen lẫn ngậm ngùi. Ngỡ ngàng bởi không ngờ Sinh Tồn, đúng như tên gọi của đảo, “sáng - xanh - sạch - đẹp” đến thế. Còn tự hào lẫn ngậm ngùi là tâm trạng khi tôi đứng trước Bia phương danh anh linh 64 chiến sĩ Gạc Ma hy sinh ngày 14/3/1988 được đặt ở vị trí trang trọng phía trước quần thể chùa Sinh Tồn. Trong trận chiến đấu chống lại kẻ thù bảo vệ đảo Gạc Ma ngày ấy, 64 chiến sĩ hy sinh thì có 8 chiến sĩ là con em quê hương Thái Bình. Danh tính các anh gồm:

1. Trần Đức Thông, sinh năm 1944, quê ở xã Minh Hòa, huyện Hưng Hà;
2. Nguyễn Văn Phương, sinh năm 1969, quê ở xã Mê Linh, huyện Đông Hưng;
3. Vũ Văn Thắng, sinh năm 1962, quê ở xã Thái Hưng, huyện Thái Thụy;
4. Trần Văn Chức, sinh năm 1965, quê ở xã Canh Tân, huyện Hưng Hà;
5. Nguyễn Minh Tân, sinh năm 1965, quê ở xã Dân Chủ (nay là xã Quang Trung), huyện Hưng Hà;
6. Trần Văn Phòng, sinh năm 1960, quê ở xã Minh Tân, huyện Kiến Xương;
7. Mai Văn Tuyến, sinh năm 1968, quê ở xã Tây An (nay là thị trấn Tiền Hải), huyện Tiền Hải;
8. Bùi Duy Hiển, sinh năm 1966, quê ở thị trấn Diêm Điền, huyện Thái Thụy.

Tùng dòng tên của mỗi anh khắc lên bia đá, được chở che bởi mây trời Trường Sa và bóng cây xanh mát trên đảo. Anh linh các anh được tiếng mô, bóng áo nâu sồng, tiếng chuông chùa gọi nỗi an lạc, tiếng gió biển du dương dội vào lòng đảo ru giấc ngủ ngàn năm. Các anh nhập ngũ, ra đảo, chiến đấu, hy sinh khi đang ở cái tuổi đẹp nhất đời người, khi còn dở dang biết bao ước mơ, hoài bão. Tay tôi run run, tim tôi nhói lên khi chạm đến từng

Thái Bình - Trường Sa, nếu tính theo đường chim bay cũng cách xa hàng nghìn ki-lô-mét nhưng ở Trường Sa thân yêu, nơi đầu sóng ngọn gió, đảo tiền tiêu của Tổ quốc dường như gần hơn với mảnh đất Thái Bình, bởi nơi đây từ chiến tranh đến hòa bình vẫn luôn có sự hiện diện của những người con “Quê hương năm tấn” chắc tay súng bảo vệ biển, đảo Tổ quốc. Lịch sử sẽ mãi ghi danh 64 liệt sĩ đã hy sinh anh dũng chiến đấu bảo vệ đảo Gạc Ma cách đây 37 năm (14/3/1988 - 14/3/2025), trong đó có 8 liệt sĩ quê Thái Bình.



Lễ tưởng niệm các liệt sĩ hy sinh trên quần đảo Trường Sa.



Bia phương danh anh linh 64 liệt sĩ hy sinh tại đảo Gạc Ma ngày 14/3/1988, trong đó có 8 liệt sĩ quê hương Thái Bình.

nét khắc trên bia. 8 chiến sĩ quê Thái Bình không cô đơn mà các anh mãi sống trong vòng tay đồng đội.

Sau ngày giải phóng miền Nam, thống nhất đất nước, 8 anh cũng như bao bạn bè đồng trang lứa khác đều ước mơ được ngồi ở giảng đường đại học, cao đẳng hay vào các nông trường, xí nghiệp lao động sản xuất xây dựng quê hương, đất nước. Nhưng khi hai đầu Tổ quốc và Biển Đông lại vang tiếng súng, họ tạm gác ước mơ,

hoài bão để tình nguyện lên đường bảo vệ Tổ quốc. Cuốn Lịch sử Hải quân nhân dân Việt Nam ghi lại đầy đủ, chi tiết những sự kiện đã diễn ra trong chiến dịch CQ-88, mãi mãi khắc ghi tên tuổi các chiến sĩ hy sinh chiến đấu bảo vệ chủ quyền vùng biển Cô Lin - Gạc Ma thuộc quần đảo Trường Sa sáng ngày 14/3/1988.

Ngược dòng lịch sử, đầu tháng 3/1988, nhiều tàu chiến Trung Quốc đến khiêu khích tại quần đảo Trường Sa của Việt

Nam, đưa quân chiếm đóng trái phép một số đảo. Giữa tháng 3/1988, các tàu HQ-505, HQ-604, HQ-605 của Lữ đoàn 125 phối hợp với Lữ đoàn 146 và Trung đoàn công binh 83 Hải quân được lệnh hành quân khẩn cấp về nhóm đảo chìm Gạc Ma, Cô Lin, Len Đảo thuộc quần đảo Trường Sa. Đến chiều tối ngày 13/3, tàu HQ-604 đến vùng biển Gạc Ma, tàu HQ-505 đến Cô Lin và tàu HQ-605 thẳng tiến đến Len Đảo.

Lúc này nhiều tàu địch kéo đến đảo chìm Gạc Ma khiêu khích nhằm ép tàu vận tải và bộ đội ta rời khỏi đảo. Sáng ngày 14/3/1988, địch thả thuyền nhòm và quân đổ bộ lên đảo, giật cờ Việt Nam tại đảo Gạc Ma. Các chiến sĩ của ta quyết tâm bảo vệ đảo. Địch cạy thế đông, lăm lăm vũ khí xông vào cướp cờ của ta. Các anh quyết không lùi bước, người trước ngã xuống thì người sau xông lên chiến đấu, hy sinh để rồi máu đào của các anh đã thấm đậm, tô thắm lá cờ Tổ quốc.

Các chiến sĩ trên đảo đã cùng nhau tạo thành một vòng tròn quyết tâm bảo vệ lá cờ đỏ sao vàng thiêng liêng. Tàu địch đã bắn đạn pháo làm chìm tàu HQ-604 của ta. 8 chiến sĩ quê hương Thái Bình cùng đồng đội đã chiến đấu đến hơi thở cuối cùng và anh dũng hy sinh.

Lịch sử dân tộc Việt Nam sẽ mãi mãi khắc ghi bản hùng ca về tám gương chiến đấu anh dũng của 64 chiến sĩ Gạc Ma hy sinh ngày 14/3/1988.



Bảo tồn nghệ thuật múa rối nước góp phần phát triển du lịch cộng đồng

■ ANH TÚ

Múa rối nước là loại hình nghệ thuật sân khấu dân gian độc đáo, khắc họa đời sống tinh thần đa dạng, phong phú của người Việt. Tại Thái Bình, phường múa rối nước Nguyên Xá (Đông Hưng) là 1 trong 2 phường rối nổi tiếng mà nghệ thuật múa rối nước nơi đây đã được công nhận di sản văn hóa phi vật thể quốc gia. Thực hiện Nghị quyết số 09-NQ/TU, ngày 3/10/2024 của Ban Chấp hành Đảng bộ tỉnh về phát triển du lịch trở thành ngành kinh tế quan trọng của tỉnh, mô hình biểu diễn múa rối nước phục vụ khách du lịch ngày càng được quan tâm chú trọng đầu tư. Qua đó góp phần phát triển không gian, sản phẩm du lịch đa dạng, mang thương hiệu đặc trưng của Thái Bình.



Biểu diễn múa rối nước tại nhà thủy đình phường rối nước Nguyên Xá (Đông Hưng).

Bảo tồn nghệ thuật

Nghệ thuật múa rối có ở nhiều quốc gia trên thế giới nhưng múa rối nước chỉ duy nhất có ở Việt Nam. Thời gian khởi nguồn chính xác của môn nghệ thuật này cho đến nay vẫn còn bỏ ngõ nhưng theo những dòng chữ Hán được khắc trên tấm bia đá cổ có từ triều đại nhà Lý đặt tại chùa Long Đọi (tỉnh Hà Nam), vào năm 1121, múa rối nước đã được đưa vào biểu diễn để mừng thọ vua. Như vậy, tính đến nay nghệ thuật múa rối nước đã trải qua quá trình phát triển lâu bền, dần hoàn thiện để trở thành loại hình sân khấu dân gian với những giá trị văn hóa truyền thống sâu sắc được kết tinh trong đời sống văn hóa tinh thần của người Việt. Tại Thái Bình, việc bảo tồn nghệ thuật múa rối nước gắn bó chặt chẽ với việc bảo tồn nghệ thuật chèo.

Nghệ nhân nhân dân (NNND) Nguyễn Đình Bảy, trưởng phường múa rối nước Nguyên Xá thông tin: Nội dung biểu diễn

của phường luôn là các tích trò cổ của các cụ trước đây truyền lại, đặc biệt là những trò dây, các thế hệ nghệ nhân hôm nay và mai sau phải cố gắng bảo tồn. Ngoài ra, để phục vụ khách du lịch ngày càng tốt hơn, phường rối chú trọng nâng cấp quân trò, âm thanh, ánh sáng, lời thoại, tiếng đàn hòa quyện. Trước mỗi buổi biểu diễn, dù công việc đã thuần thục nhưng khâu chuẩn bị vẫn luôn được chú trọng để khi lên sân khấu, mọi lời ca, tiếng hát, hoạt động quân rối trong các tích trò phải chuẩn chỉ. Ngoài các nghệ nhân múa rối nước, phường hiện còn có các nghệ nhân hát chèo ở nhiều độ tuổi bởi chèo với rối đã hòa quyện. Các làn điệu chèo được đưa vào múa rối có từ đời cha ông chúng tôi.

Xem qua hàng trăm tích trò trong truyền thống rối nước Thái Bình có thể quy về các nội dung: trò ca ngợi thú vui nghề nghiệp như: đi bừa, đi cấy, chăn vịt, úp nôm, câu cá, xay lúa, giã gạo...; trò vui giải trí phản ánh sinh động lễ hội

nông nghiệp như: đấu vật, chọi gà, chọi trâu, đua thuyền, bơi chải, đánh đu...; các nghi thức tín ngưỡng như: đi hội, đúc chuông, lễ Phật, rước thần... Ngoài ra còn có các tích trò ca ngợi truyền thống chống quân xâm lược của nhân dân ta và phản ánh các trích đoạn chèo nổi tiếng. Bảo tồn nghệ thuật múa rối nước trong giai đoạn hiện nay, NNND Nguyễn Đình Bảy nhấn mạnh: Tôi dám mạo muội khẳng định rằng rối nước ngày càng phát triển, không bao giờ mai một. Tre già đi, măng sẽ mọc lên. Cách đây trên chục năm, quỹ Ford có tài trợ để phường đào tạo tới 15 học viên trong 1 khóa. Năm vừa qua, với sự quan tâm của UBND tỉnh, Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch, chúng tôi có truyền nghề cho 30 học viên. Hiện nay, phường rối Nguyên Xá vẫn luôn có lớp kế cận. Tuy việc mở lớp không ồ ạt nhưng các nghệ nhân truyền nghề thông qua “cầm tay chỉ việc”, dạy 2 - 3 cháu trong một đợt. Những nghệ nhân, diễn viên lặn lội nhiều

năm trong nghề của phường phải có trọng trách đảm nhận những công việc ấy.

Rộn ràng ngày xuân

Mùa xuân này, niềm vui của các nghệ nhân tại phường rối nước Nguyên Xá là hoạt động biểu diễn tại nhà thủy đình của phường ngày thêm đều đặn hơn. Từ sự quan tâm của chính quyền địa phương, song song với hoạt động lưu diễn tại các huyện, thành phố trong và ngoài tỉnh, phường rối được tạo điều kiện thuận lợi trong cải tạo cảnh quan môi trường và có nhiều chương trình biểu diễn để đón tiếp du khách. Em Lê Đăng Khoa, Trường Tiểu học Đông Phong (Đông Hưng) cho biết: Khi đến trải nghiệm múa rối nước, con cảm thấy rất vui và hạnh phúc. Con mong muốn các bậc phụ huynh cùng các thầy cô giáo sẽ tạo điều kiện để chúng con được trải nghiệm múa rối nước nhiều hơn nữa. Bà Nguyễn Thị Bích Mai, Hiệu trưởng Trường Tiểu học Đông Phong chia sẻ: Qua cuộc trải nghiệm của học sinh toàn trường tại phường múa rối nước Nguyên Xá, không khí hứng khởi xuyên suốt chương trình, chúng tôi chắc chắn buổi biểu diễn sẽ đọng lại những kỷ niệm không bao giờ quên trong các em học sinh. Từ đó sẽ góp phần giáo dục cho các em tinh thần trách nhiệm trong gìn giữ, bảo tồn văn hóa phi vật thể của quê hương.

Thuộc lớp nghệ nhân trẻ của phường rối nước Nguyên Xá, anh Nguyễn Hữu Giang không khỏi xúc động khi chứng kiến niềm say mê của các em học sinh khi được xem biểu diễn tại nhà thủy đình của phường. Anh bày tỏ: Mong muốn của tôi là ngày càng có nhiều chương trình hấp dẫn, thu hút đông du khách trong nước, quốc tế đến với vùng quê hiền hòa này. Chúng tôi gắng sức lan tỏa vẻ đẹp văn hóa quê hương để xây dựng Nguyên Xá ngày càng phát triển.

Gắn bó với phường rối Nguyên Xá đã trên 10 năm trong vai trò nghệ nhân hát chèo, chị Nguyễn Thị Phương mong mỏi: Chúng tôi luôn cố gắng để nghệ thuật phát triển, không chỉ nhận được sự quan tâm, cổ vũ của nhân dân địa phương, du khách mọi miền đất nước mà còn huy động sự tham gia của ngày càng nhiều thế hệ thanh niên yêu nghề, cùng có mong muốn giữ gìn nghệ thuật quê hương.

Bảo tồn nghệ thuật truyền thống bằng con người là yếu tố then chốt quyết định sức sống của nghệ thuật bởi đó là sự bảo tồn bằng tình yêu, niềm tự hào về quê hương, đất nước của mỗi nghệ nhân. Trải qua bao thăng trầm của lịch sử, rối nước Thái Bình vẫn trường tồn với thời gian. Song song với việc nâng cao chất lượng phục vụ, phường rối nước Nguyên Xá đang nỗ lực kết hợp với các công ty du lịch, lữ hành trong hoạt động quảng bá, đưa du khách tới thưởng thức nét văn hóa truyền thống trên mảnh đất Thái Bình.

Sân chơi “duỡng tâm, luyện trí”

■ TÚ ANH

Từ xưa tới nay, thú chơi cờ nói chung, cờ tướng nói riêng vẫn luôn được ưa chuộng, gắn gũi với cuộc sống như một thú vui tao nhã. Đây là một trong những bộ môn thể thao giúp người chơi rèn luyện trí tuệ và lòng kiên trì, nhẫn nại. Mỗi ván cờ không chỉ mang đến niềm vui mà còn là cách chiêm nghiệm cuộc sống như 2 câu thơ trong bài thơ “Học đánh cờ” (chữ Hán: Học dịch kỳ) của Chủ tịch Hồ Chí Minh: “Lạc nước hai xe đành bỏ phí/Gặp thời một tốt cũng thành công”.



Phổ biến thú chơi cờ tướng tại lớp tập huấn, bồi dưỡng nâng cao chuyên môn nghiệp vụ cho ban chủ nhiệm nhà văn hóa, khu thể thao do Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch tổ chức.

“Cờ tướng ở xã Thụy Xuân (Thái Thụy) chúng tôi phong trào rất sôi nổi. Tháng nào tất cả thành viên trong CLB cũng có buổi tập trung về nhà văn hóa thôn để giao lưu. Từ năm 2015, địa phương cho phép thành lập CLB cờ tướng Xuân Trường. Đến nay, hàng năm thành viên CLB đều được tuyển dưỡng về những đóng góp tích cực trong phong trào rèn luyện thể thao. Ngoài ra, năm nào xã Thụy Xuân cũng tổ chức 2 lần thi đấu cờ tướng vào dịp lễ hội truyền thống và tết cổ truyền” - đó là những chia sẻ đầy hào hứng của ông Nguyễn Trọng Thắng về thú chơi cờ tướng tại địa phương mình. Được sự ủng hộ của chính quyền địa phương, sự tham gia sôi nổi của đông đảo người chơi ở mọi lứa tuổi nên các giải cờ tướng do huyện, tỉnh tổ chức đều có sự tham gia của thành viên CLB Xuân Trường. Cờ tướng là môn thể thao trí tuệ được nhiều người say mê, ngoài mang lại những phút giây giải trí thư giãn, người chơi tìm đến cờ tướng còn là để rèn luyện kỹ năng sống điềm đạm, tư duy chiến lược trong mọi lĩnh vực của cuộc sống.

Tập luyện bộ môn cờ tướng từ những năm tháng còn trên ghế nhà trường, đến nay đã gần 25 năm, anh Trần Tuấn Ngọc ở thành phố Thái Bình, vẫn giữ trong mình ngọn lửa đam mê như những ngày vinh dự tham gia đội tuyển cờ tướng của tỉnh đi thi đấu toàn quốc. Anh cảm thấy vui mừng bởi những năm gần đây, phong trào tập luyện, thi đấu bộ môn cờ tướng tại các địa phương trên địa bàn tỉnh ngày càng phát triển mạnh mẽ, đặc biệt ở lễ hội đầu xuân thường diễn ra các giải cờ tướng thu hút nhiều kỳ thủ tham gia tranh tài. Anh Ngọc cho biết: Tôi nhận thấy ưu điểm của bộ môn cờ tướng là giúp bản thân mình rèn luyện được đức tính kiên trì và cẩn

thận, nhẫn nại. Ở các giải cờ tướng của tỉnh, tôi thi đấu cho đội tuyển thành phố Thái Bình, hy vọng sẽ góp phần thúc đẩy phong trào tập luyện, thi đấu bộ môn thể thao này. Mong rằng với những lợi ích rất thiết thực, cờ tướng sẽ đến gần hơn với lứa tuổi học sinh, từ đó sẽ phát triển thể thao nước nhà ở bộ môn này.

Ở tuổi 75, ông Nguyễn Phương Đông, CLB cờ tướng huyện Tiên Hải đã có gần 40 năm gắn bó với các cuộc thi cờ tướng

trong và ngoài tỉnh. Nhiều năm xếp thứ hạng cao ở các giải cờ tướng dành cho người cao tuổi toàn quốc, ông tự hào phong trào cờ tướng trên địa bàn tỉnh hiện nay phát triển bởi các CLB luôn chú trọng đào tạo, nâng cao chất lượng hội viên, đặc biệt là hội viên trẻ. Từ đó, các giải cờ tướng của tỉnh ngày càng có sự tham gia của nhiều kỳ thủ độ tuổi thanh niên. Dần dần, đây không chỉ là thú chơi dành cho các bậc cao niên mà đã trở thành sân

chơi của người đam mê ở nhiều độ tuổi. Cùng tham gia sinh hoạt tại CLB cờ tướng huyện Tiên Hải, anh Vũ Minh Thanh, một người trẻ có chung niềm đam mê bộ môn cờ tướng bày tỏ: Một trong những yếu tố giúp cờ tướng trở nên phổ biến bởi môn thể thao này không đòi hỏi cầu kỳ về sân bãi, dụng cụ tập luyện, người chơi chỉ cần chung niềm đam mê là có thể rèn luyện, thi đấu say sưa bằng những màn “cân não” kéo dài có khi cả tiếng đồng hồ. Không phân biệt giới tính, lứa tuổi, địa vị xã hội... bước vào một ván cờ, điều quan trọng nhất là những nước cờ hay, thế cờ khó của đối thủ. Mong phong trào cờ tướng ngày càng phát triển vì đây là bộ môn rất lành mạnh.

Về phong trào tập luyện bộ môn cờ tướng, bà Đinh Thị Hoàn, Phó Giám đốc Sở Văn hóa, Thể thao và Du lịch thông tin: Cờ tướng được xem là môn thể thao trí tuệ, lành mạnh, hấp dẫn, mang đến cho người chơi và người xem nhiều cung bậc cảm xúc, đồng thời trở thành nét đẹp văn hóa độc đáo của dân tộc Việt Nam nói chung và người dân Thái Bình nói riêng, nhất là trong mỗi dịp tết. Đây là bộ môn đòi hỏi ít về yếu tố thể lực nhưng lại yêu cầu rất cao về sự tập trung, bền bỉ, sức sáng tạo và tư duy logic. Việc rèn luyện tâm lý, năng lực tính toán, phán đoán trong khi chơi cờ sẽ mang đến cho người chơi rất nhiều lợi ích, trong đó có việc giải tỏa căng thẳng và rèn luyện trí nhớ. Mong rằng trong thời gian tới, thể thao Thái Bình nói chung, môn cờ tướng nói riêng cũng như các môn thể thao truyền thống của dân tộc có điều kiện tốt hơn để ngày càng được bảo tồn và phát triển.

Tuy phong trào cờ tướng trên địa bàn tỉnh đang phát triển mạnh nhưng phần lớn theo sở thích, thói quen cá nhân hoặc theo hình thức CLB, tự túc về kinh phí, tự phát về hoạt động. Để phong trào cờ tướng phát triển cả về số lượng và chất lượng, cần có thêm nhiều giải đấu nhằm tạo sân chơi giao lưu, học hỏi. Từ đó sẽ hình thành môi trường thuận lợi để bồi dưỡng các kỳ thủ tham gia giải đấu chuyên nghiệp của toàn quốc.



Bộ môn cờ tướng gắn bó với người chơi ở mọi độ tuổi.



I/ HIỂU VÀI NÉT VỀ ÂM - DƯƠNG, TẠNG - PHỦ, HÀN - NHIỆT ĐỂ PHÒNG VÀ CHỮA BỆNH

1) Tạng và phủ (Theo đông y, trong ổ bụng chúng ta có lục phủ và ngũ tạng)

- Lục phủ gồm:
 - Vị (dạ dày),
 - Đờm (mật),
 - Bàng quang,
 - Tiểu tràng (ruột non),
 - Đại tràng (ruột già),
 - Tam tiêu (Là một kinh thuộc bộ tiêu hóa).
- Ngũ tạng gồm:
 - Tâm (tim),
 - Can (gan),
 - Tỳ (lá lách),
 - Phế (phổi),
 - Thận.
- Tạng và phủ khi phát sinh ra bệnh, đều có liên quan tới sự mất cân bằng về âm và dương, hàn và nhiệt hoặc có nhiễm khuẩn gây hại.

2) Âm và dương
(Học thuyết âm dương là một học thuyết khá trừu tượng, dùng để lý giải cho sự vận động và biến hóa không ngừng của vạn vật, trong vạn vật đó thì cơ thể con người có các tạng thuộc về âm và các phủ

PHÒNG VÀ CHỮA BỆNH DẠ DÀY, ĐẠI TRÀNG VỚI THỦ PHÁP, CÂN BẰNG ÂM DƯƠNG, CÂN BẰNG HÀN NHIỆT

■ *Bác sĩ BÙI VŨ KHÚC*



Ảnh minh họa

- thuộc về dương)
- Nói về âm trong cơ thể thì: tạng, kinh âm, huyết, bụng, bên trong, ở dưới v.v... thuộc về âm.
 - Nói về dương trong cơ thể thì: phủ, kinh dương, khí, lưng, bên ngoài, ở trên... thuộc về dương.
 - Tuy âm dương phân biệt rõ ràng nhưng trong âm vẫn có dương và trong dương vẫn có âm.
 - Tạng thuộc âm, do tính chất trong âm có dương nên còn phân ra phế âm, phế khí; thận âm, thận dương; can huyết, can khí; tâm huyết, tâm khí.
 - Phủ thuộc dương nhưng vì trong dương có âm nên có vị âm và vị hỏa...
- 3) Quan hệ hàn và nhiệt, âm và dương trong bệnh lý

Về mặt bệnh lý, bệnh chứng, tuy phát triển phức tạp nhưng biểu hiện của nó cũng không ngoài âm dương mất thăng bằng, tức là: “Âm thắng thời dương bệnh, dương thắng thời âm bệnh” hoặc “Dương thắng thời nhiệt, âm thắng thời hàn”, và “Dương hư thời ngoài lạnh, âm hư thời trong nóng”, “Dương thịnh thời ngoài nóng, âm thịnh thời trong lạnh”.

II/ PHÒNG VÀ CHỮA BỆNH DẠ DÀY, ĐẠI TRÀNG BẰNG ỨNG DỤNG ÂM, DƯƠNG, HÀN, NHIỆT

Dạ dày và đại tràng đều là (phủ) thuộc về dương. Bệnh sinh ra ở dạ dày và đại tràng hầu hết đều do ăn uống từ ngoài đưa vào, có thể gây ra chứng vị nhiệt hoặc vị hàn.

Nếu ta không biết và ứng dụng được âm, dương, hàn, nhiệt, thì khó mà chữa khỏi được bệnh dạ dày, đại tràng.

- 1) Chứng vị nhiệt
- a) Vị nhiệt
- Người bệnh mắc chứng vị nhiệt sẽ có biểu hiện ăn nhiều chóng đói, sợ đồ ăn có tính nóng, tính nhiệt, thích ăn đồ ăn có tính mát, hay đau vùng thượng vị nóng rát, ợ hơi, ợ hơi miệng; hoặc đau vắn vắn ở vùng đại tràng, phân táo bón hoặc lờn nhõn, khó đi, mót rặn, có thể chảy máu hậu môn hoặc lòi búi trĩ). Chất lưỡi đỏ, rêu lưỡi vàng, chân răng sưng đau; mạch sắc mà hữu lực.
- b) Ứng dụng để phòng, chữa vị nhiệt
- * Không nên ăn uống những đồ có tính nóng, tính nhiệt:
 - Các loại gia vị cay nóng như: riềng, tỏi, hạt tiêu, sả, ớt, gừng, hành...
 - Hạn chế ăn ngọt, tinh bột, thịt đỏ: thịt bò, thịt chó...
 - Hạn chế uống đồ có ga, cồn, cafe...
 - * Nên ăn uống những đồ có tính mát, tính hàn như:
 - Cá, thịt trắng (lườn gà, thịt thăn...)
 - Các loại rau xanh mềm mát: bắp cải, cải bó xôi, rau muống, cải thảo...
 - Các loại rau, củ, quả tính mát, có chất nhớt: rau mồng tơi, rau đay, khoai lang, đậu bắp, bí đao, bầu, su hào...
 - Các loại hạt đậu: đậu xanh, đậu đen, đậu đỏ...
 - Bột sắn dây là một vị thuốc đặc hiệu để chữa bệnh vị nhiệt.
- (còn nữa)

HỘP THƯ BẠN ĐỌC



Tuần qua, Tòa soạn Báo Thái Bình tiếp tục nhận được nhiều tin, bài, ảnh, tản văn, thơ, tạp bút, truyện ngắn... của các cộng tác viên (CTV) trong và ngoài tỉnh. Tiêu biểu như các CTV: Nguyễn Thanh, Ngọc Tuyền (Kiến Xương); Nguyễn Tường Thuật (Thái Thụy); Đỗ Tuyền (Quỳnh Phụ); Ngân Hậu (Đông Hưng); Lương Thế Lộc (Ủy ban MTTQ tỉnh); Xuân Vạn (Bệnh viện Đa khoa Vũ Thư); Văn Dũng (Bộ CHQS tỉnh); Bình Vân (Công an tỉnh); Thanh Huyền (Trung tâm Văn hóa, Thể thao huyện Kiến Xương); Trúc Lành (Trung tâm Văn hóa, Thể thao huyện Hưng Hà); Mai Hiền, Bích Hạnh, Hải Thọ (Trung tâm Văn hóa, Thể thao thành phố Thái Bình); Hồng Thẩm (Trung tâm Văn hóa, Thể thao huyện Tiền Hải); Phạm Thị Mỹ Liên (Quảng Nam); Nguyễn Thanh Hoàng (Cần Thơ); Trầm Thanh Tuấn (Trà Vinh); Lê Đình Bút, Nguyễn Thị Hải, Lê Thị Kết (Hà Nội); Ngô Ngọc Thơ (Thanh Hóa); Phạm Thúy Vinh (Hải Phòng); Lê Hứa Huyền Trân (Bình Định); Mạnh Hùng (Nghệ An); Lê Thị Ngọc Nữ, Thạch Bích Ngọc (Thành phố Hồ Chí Minh); Minh Thuận (Bạc Liêu)...

Trong tuần, các CTV gửi cộng tác nhiều tin, bài, thơ, tản văn, truyện ngắn với đa dạng chủ đề. Trong đó, hướng tới kỷ niệm 94 năm ngày thành lập Đoàn Thanh niên Cộng sản Hồ Chí Minh (26/3/1931 -

26/3/2025), CTV Nguyễn Thanh Hoàng có bài “Ngày càng vững tin vào thanh niên”. Theo bài viết, tuổi trẻ Việt Nam thật đáng tự hào về truyền thống 94 năm, nối bước cha anh đã không ngừng trưởng thành trong phong trào đấu tranh cách mạng, lập nên những kỳ tích anh hùng, góp phần xứng đáng vào cuộc cách mạng vĩ đại của dân tộc ta trong sự nghiệp xây dựng và bảo vệ Tổ quốc, trong việc học tập vươn tới những bậc thang trí tuệ...; CTV Mạnh Hùng có bút ký “Gác Ma thăm máu đào 8 liệt sĩ quê hương Thái Bình”; CTV Đỗ Tuyền có bài thơ “Cảm xúc tháng ba”; CTV Ngô Ngọc Thơ có bài “Ngày thành lập đoàn”, “Cây gạo làng ta”; CTV Ngọc Tuyền có bài thơ “Mùa hoa gạo”; CTV Nguyễn Tường Thuật có thơ “Cánh đồng mùa xuân”, “Hội làng mùa xuân”; CTV Ngân Hậu có bài thơ “Tháng tư”; CTV Phạm Thị Mỹ Liên có tản văn “Sương gieo khắp nẻo quê nhà”; CTV Trầm Thanh Tuấn có bài thơ “Đôi bàn tay em”; CTV Lê Đình Bút có thơ “Làng vườn Bách Thuận”, “Viết bên hang Tám Cô”, “Chợ Khau Vai”...

Trong tuần, các CTV trong tỉnh cũng tích cực sâu sát cơ sở, kịp thời gửi cộng tác nhiều tin, bài thời sự ở nhiều lĩnh vực, trong đó CTV Thanh Huyền có tin: UBND huyện Kiến Xương tổ chức hội nghị công bố quyết định sáp nhập, tổ chức lại các

đơn vị sự nghiệp công lập và quyết định bổ nhiệm lãnh đạo quản lý; CTV Văn Dũng có tin: Bộ CHQS tỉnh gặp mặt kỷ niệm 115 năm ngày Quốc tế phụ nữ 8/3; CTV Lương Thế Lộc có tin: Ban Thường trực Ủy ban MTTQ Việt Nam tỉnh tổ chức hội nghị hướng dẫn nghiệp vụ cho trên 300 đại biểu là trưởng ban thanh tra nhân dân xã, phường, thị trấn và thành viên nhóm nông cốt, câu lạc bộ tuyên truyền, phổ biến, giáo dục pháp luật năm 2025; CTV Mai Hiền có tin: Thành phố Thái Bình phổ biến pháp luật, tư vấn pháp lý cho người cao tuổi; CTV Bình Vân có tin: Công an tỉnh Thái Bình khẩn trương điều tra vụ thanh thiếu niên gây rối trật tự công cộng trên địa bàn huyện Thái Thụy... CTV Xuân Vạn có bài “Nữ bác sĩ trẻ tích cực tham gia hiến máu tình nguyện”. Bài viết về nữ bác sĩ trẻ Tạ Thị Phương Anh, sinh năm 1998, hiện công tác tại Khoa Chẩn đoán hình ảnh - Thăm dò chức năng, Bệnh viện Đa khoa Vũ Thư. Làm trong ngành y, hiểu rõ vai trò, tầm quan trọng của máu trong cấp cứu người bệnh, bác sĩ Tạ Thị Phương Anh luôn tích cực tham gia hiến máu tình nguyện. Đến nay, bác sĩ Tạ Thị Phương Anh đã có 12 lần hiến máu tình nguyện và vẫn luôn khao khát tiếp tục cống hiến sức trẻ trong phong trào hiến máu tình nguyện vì cộng đồng... CTV Trúc Lành có bài “Nông dân thôn Trần Phú, xã Tây Đô, huyện Hưng Hà được mùa, được giá cây ngưu tất” và bài “Làm giàu từ nuôi lươn không bùn”... Cộng tác với chuyên mục “Người Thái Bình - Đất Thái Bình”, CTV Nguyễn Thanh có bài “Nhận diện di tích lịch sử văn hóa ở

Thái Bình”. So với các tỉnh, thành trong cả nước thì Thái Bình là một trong số những địa phương có nhiều di tích lịch sử văn hóa và di tích lịch sử cách mạng, kháng chiến. Trải qua bao thăng trầm của lịch sử, đến cuối năm 2021, toàn tỉnh còn 2.969 di tích, bao gồm nhiều loại hình như đình, chùa, đền, từ, miếu, am, phủ, từ đường, khảo cổ học... cùng di tích lịch sử cách mạng, kháng chiến. Trong đó, di tích đã được xếp hạng gồm: 2 di tích quốc gia đặc biệt, 223 di tích quốc gia, 583 di tích cấp tỉnh. Các loại hình di tích của Thái Bình phong phú, đa dạng, trải dài từ thời tiền sử đến các di tích cách mạng kháng chiến ở thời hiện đại. Cùng với những loại hình di tích này là những di tích kiến trúc nghệ thuật, di tích lịch sử các danh nhân. Đó là những di sản văn hóa vô giá về người Thái Bình - đất Thái Bình...

Tin, bài của các bạn gửi về cộng tác đã, đang được biên tập, chọn đăng tải trên Báo Thái Bình điện tử (baothaibinh.com.vn) và báo in Báo Thái Bình. Ban Biên tập Báo Thái Bình trân trọng cảm ơn sự nhiệt tình cộng tác của các bạn và mong các bạn tiếp tục cộng tác thường xuyên.

Tin, bài gửi về cộng tác đề nghị các bạn ghi rõ họ tên, địa chỉ và số điện thoại liên lạc. Mỗi tin, bài gửi về cộng tác, đề nghị gửi kèm 1 - 3 ảnh cùng nội dung, có chú thích đầy đủ. Tin, bài thời sự, đề nghị các bạn gửi kịp thời trong ngày để đáp ứng nhu cầu của bạn đọc.

Tin, bài, ảnh cộng tác của các bạn gửi về địa chỉ: Tòa soạn Báo Thái Bình, số 126, phố Lê Lợi, thành phố Thái Bình, tỉnh Thái Bình hoặc hộp thư điện tử: tsbaothaibinh@gmail.com.

Trân trọng!

Vai trò của phụ nữ trong giáo dục con cái

■ NGUYỄN VĂN HÁN
Thành phố Thái Bình

Phụ nữ được tạo hóa ban cho thiên chức cao quý: làm mẹ. Chính từ thiên chức này, dù ở bất cứ thời kỳ nào của lịch sử, phụ nữ vẫn là người có vai trò đặc biệt quan trọng đối với việc chăm sóc và giáo dục người con trở thành những công dân có ích cho xã hội.



Ảnh minh họa

Thời kỳ nguyên thủy, xã hội theo chế độ mẫu hệ thị tộc, người con theo họ mẹ. Người mẹ có toàn quyền quyết định mọi công việc của gia đình và đương nhiên trong đó có cả việc chăm sóc và giáo dục con cái.

Đến chế độ phong kiến và chế độ tư bản, giai cấp thống trị đặt ra nhiều chế tài, hủ tục để bảo vệ quyền lợi và áp đặt chế độ phụ quyền; người đàn ông có quyền quyết định mọi việc trong gia đình (phu xướng phụ tùy). Từ đó xuất hiện tư tưởng trọng nam, khinh nữ: “Phụ nhân nan hóa” (tạm dịch: Đàn bà khó dạy); hoặc “Nhất nam ghi hữu, thập nữ viết vô” (Một người con trai được coi là có, mười người con gái vẫn coi là không có). Người phụ nữ phải chịu thân phận thấp hèn, người đời khinh miệt rẻ rúng: Khôn ngoan cũng thể đàn bà/Dẫu rằng vụng dại vẫn là đàn ông; hoặc: Thân em như chổi đầu hè/

Phòng khi mưa gió đi về chùi chân/Chùi rồi lại vứt ra sân/Gọi người hàng xóm có chân thì chùi.

Tuy nhiên, dù trực tiếp hay gián tiếp, và ở mức độ khác nhau xã hội vẫn phải thừa nhận vai trò rất quan trọng của người phụ nữ đối với việc nuôi dưỡng, chăm sóc và giáo dục con cái. Kho tàng ca dao, tục ngữ Việt Nam và những câu đồng dao được truyền tụng qua nhiều thế hệ đã nói lên điều đó. Tiêu biểu như: Cha sinh không tày mẹ dưỡng; Mẹ ngoảnh đi con dại, mẹ ngoảnh lại con khôn; Con dại, cái (mẹ) mang; Lên non mới biết non cao/ Nuôi con mới biết công lao mẹ hiền.

Nhiều tác phẩm văn học, nghệ thuật cũng thể hiện công lao sinh thành dưỡng dục của người mẹ đối với con cái. Ca từ trong bài “Xẩm thập ân”, theo tôi là một “tuyệt phẩm” kể về nỗi gian truân nhọc nhằn vất vả và đức hy sinh cao cả của

người mẹ từ lúc mang thai, sinh nở, đến bú mớm nuôi dưỡng “chỗ ướt mẹ nằm, chỗ khô con ngủ”, tiếp đến dạy dỗ con trưởng thành, rồi dựng vợ gả chồng cho con. Công lao ấy đúng là “như nước trong nguồn chảy ra” không có gì có thể so sánh được. Trong nhiều trường hợp người mẹ vừa làm mẹ vừa làm cha, thay người cha đảm đang lo việc nuôi dưỡng dạy dỗ con cái: Ngọt bùi thiệp đỡ hiếu nam/Dạy con đèn sách thiệp làm phụ thân (Chinh phụ ngâm). Nhà văn hóa Hoàng Đạo Thúy trong tác phẩm “Nghề thầy” đã viết: Người xưa nói rằng: “Phúc đức tại mẫu” là phải lắm. Lấy máu mình, rồi lấy sữa mình nuôi cho con, tình mẹ con là cái tình trong sạch, đẹp đẽ, thiêng liêng nhất. Chín chữ “cù lao” mẹ nhận một phần lớn. Việc dạy dỗ con, bà mẹ cũng đảm đương từ lúc con ở trong thai... Bà mẹ lấy xương máu của mình, làm xương máu cho con,

há lại không lấy được những điều ngay thẳng mà gây cho con cái tính ngay thẳng sao. Phép “thai giáo” còn dặn: Tai không nghe tiếng tục, lòng không nghĩ điều tà. Theo cụ Hoàng Đạo Thúy, để giáo dục con ngay từ trong bào thai, người mẹ không nghe tiếng tục, không nghĩ điều tà.

Người mẹ là người thầy đầu tiên của mỗi người. Từ lúc lọt lòng cất tiếng khóc chào đời, mẹ là người đầu tiên dạy con biết lắng nghe, biết bộc lộ cảm xúc thông qua những câu hát ru. Sự kết hợp giữa ý nghĩa răn dạy của lời ru với tình yêu thương và những cử chỉ âu yếm (vỗ nhẹ, xoa đầu) của người mẹ góp phần nuôi dưỡng tâm hồn, tình cảm của con người ngay từ khi đứa trẻ lọt lòng mẹ. Nguyễn Duy đã rất đúng khi ông có những vần thơ nổi tiếng: “Mẹ ru cái lè ở đời/Sữa nuôi phần xác, hát nuôi phần hồn”. Cũng chính từ những lời hát ru của mẹ đã giúp con trẻ dần hình thành nét đẹp chân - thiện - mỹ (cho dù còn rất sơ khai) ngay từ khi người con chưa đi học, hoặc chưa tham gia vào các hoạt động xã hội.

Khi con đã lớn, mẹ vẫn là người gần gũi con nhất. Mẹ không chỉ là người chăm lo cho con ăn mặc, học hành đỗ đạt mà còn là người dạy dỗ định hướng cho con biết lẽ phải, biết yêu lao động và yêu thương mọi người. Cùng với sự giáo dục của nhà trường và xã hội, người mẹ xây dựng cho con ý chí tự lập và bản lĩnh vững vàng, tự tin bước vào đời bằng chính đôi chân của mình mà không chút đắn đo trước sự xoay vần thế sự.

Ngày nay, phụ nữ được bình đẳng với đàn ông về mọi phương diện. Sự bình đẳng ấy được pháp luật nhà nước bảo vệ. Tất cả chị em phụ nữ đều được gia đình và xã hội tạo mọi điều kiện thuận lợi để học tập, cống hiến tùy theo khả năng trong các lĩnh vực của đời sống. Họ không chỉ giỏi việc nhà mà còn có nhiều cơ hội phát huy tài năng cống hiến cho xã hội. Từ đó, vai trò của người mẹ đối với việc giáo dục con cái ngày càng thay đổi theo chiều hướng tích cực hơn. Họ không chỉ có tri thức giáo dục con cái mà còn là tấm gương để con cái noi theo. Thực tế cuộc sống cho thấy, nhiều người con ngoan, chịu khó lao động, nhiều người học hành đỗ đạt trở thành người tử tế, có ích cho xã hội đều xuất phát từ gia đình có nền nếp gia phong. Và đương nhiên trong gia đình ấy người phụ nữ - người mẹ là một tấm gương sáng.

Khép lại bài viết, xin được nhắc lại lời dạy của Bác Hồ tại lễ kỷ niệm lần thứ 20 ngày thành lập Hội Liên hiệp Phụ nữ Việt Nam được tổ chức vào ngày 19/10/1966: “Nhân dân ta rất biết ơn các bà mẹ cả hai miền Nam - Bắc đã sinh đẻ và nuôi dạy những thế hệ anh hùng của nước ta”.

