

Bí quy tắc trồng xuân qua tục ngữ ca dao

Tác Giả: GS Ph&#m Th&# Nhung
Chúa Nhật, 22 Tháng 11 Năm 2009 20:51

Ng&#i x&#a tu&#i th&# kém, ai s&#ng t&#i b&#y m&#i đã cho là hi&#m hoi...

&#nhân sinh th&#t th&#p c&# lai hy...

*Ai &#i ch&#i &#y k&#o già,
m&#ng m&#c có &#a ng&#i ta có thì;
Ch&#i xuân k&#o h&#t xuân đi,
cái già x&#ng x&#c nó thì theo sau.*

Ng&#i x&#a tu&#i th&# kém , ai s&#ng t&#i b&#y m&#i đã cho là hi&#m hoi , nhân sinh th&#t th&#p c&# lai hy .
Đã v&#y , nhi&#u ng&#i su&#t đ&#i ch&# hùng h&#c làm vi&#c , ch&#y theo b&# &#i danh , bo bo gi&# c&#a ,
không bi&#t h&#ng đ&#i là gì ; t&#i khi già y&#u , s&#p xuôi tay nh&#m m&#t , tính s&# cu&#c đ&#i m&#i th&#y là
đ&#i:



- M&#t năm là m&#y tháng Xuân
- M&#t đ&#i ph&#ng đ&#c m&#y &#n vinh hoa?
- Ch&#ng ăn , ch&#ng m&#c , ch&#ng ch&#i
- Bo bo gi&# &#y c&#a tr&#i làm chi ?
- B&#y m&#i ch&#ng g&#y ra đi

Than thân ṛng tḥ đ̣ng thì cḥng cḥi?

Ṭ đó , ng̣i x̣a rút kinh nghịm , đ̣ i cho con cháu bịt bao là i khuyên ḅo chí lý , không ngoài ṃc đích khuỵn khích chúng ta hãy ṭn ḥng nḥng ḥng ṿ c̣a cục ṣng ngay ṭ tḥ thanh niên son tṛ ; cùng cho chúng ta nḥng bí quỵt đ̣ kéo dài tụi xuân :

- Ai i cḥi ḷy ḳo già

Ṃng ṃc có ḷa , ng̣i ta có thì .

Cḥi xuân ḳo ḥt xuân đi

Cái già x̣ng x̣c nó thì theo sau .

- Ṃi năm , ṃi tụi , ṃi già

Cḥng lo lịu tṛc ṭ là ḷy sau .

Ngày nay chúng ta đ̣u bịt, khoa ḥc tịn ḅ ṿt ḅc đã giúp cho con ng̣i ṛt nhịu pḥng tịn , đ̣ đ̣c ḥng ṃt cục ṣng tịn nghi , thọi mái và lý thú ḥn x̣a . Đ̣ng tḥi , ngành y đ̣c cũng tịn ḅ đáng ḳ , đã giúp cho con ng̣i cḥa đ̣c ḷm ḅnh hịm nghèo , tăng thêm ṣc khọ và kéo dài tụi tḥ . Nḥng ḳt qụ này tuy đã đem i nhịu phúc ḷi cho nhân lọi , nḥng vì thịu tính cḥt nhân ḅn nên ṿn không giúp cho con ng̣i đ̣t đ̣c chân ḥnh phúc . Đây chính là lý do vì sao chúng ta thích đ̣c i ca dao , ṭc ng̣ , ṃt lọi văn cḥng bình dân truỵn kḥu phong phú c̣a dân ṭc , c̣t tìm hịu xem đâu là quan nịm nhân sinh c̣a ng̣i x̣a ; và qua đó, chúng ta lĩnh ḥi đ̣c nḥng gì ṿ bí quỵt tṛng xuân, đ̣ đem i cho mình ṃt đ̣i ṣng ḥnh phúc tṛn ṿn , lâu dài ?

Sau khi nghịen c̣u ṭc ng̣ , ca dao , chúng ta ḥn tḥy, bí quỵt tṛng xuân c̣a ng̣i x̣a đã đ̣c qui vào nḥng đ̣i m sau đây :

1. Ng̣i ta tṛc ḥt pḥi bịt ṣng theo trịt lý tri túc, tịn túc , nghĩa là bịt đ̣ y là đ̣ . Chính vì bịt ṣng an pḥn , không đòi ḥi nhịu nên cục ṣng ṃi đ̣c nḥn nḥ , tâm ḥn ṃi đ̣c tḥnh tḥi:

- Ông c̣ ng̣i trên ṣp vàng

C̣ ăn , c̣ ṃc ḷi càng c̣ lo .

Ông ḅp ng̣i trong xó tro ,

Ít ăn , ít ṃc , ít lo , ít làm .

Hụng chi cục đ̣i quá ng̣n ng̣i, làm nhịu làm chi cho kḥ thân :

- Đ̣i ng̣i ṣng ṃy gang tay ,

Ḥi đâu c̣m c̣i c̣ ngày ḷn đêm

2. Pḥi bịt qụng gánh lo đi mà vui ṣng . Ṣ lo nghĩ , bụn phịn làm cho tâm tḥn ṛa ṛi , ṃt ṃy héo úa , x̣u x̣i, ṣc khọ sa sút . Ông Nguỵn Gia Thịu trong Cung Oán Ngâm Khúc, cũng nḥ bà Đoàn Tḥ Địm trong Chinh Pḥ Ngâm Khúc đ̣u đã công nḥn địu này :

Chịu ụ đ̣t gịc mai tṛa ṣm

Ṿ ḅng khụng ḥn ḅm ṿn ṿ .

(Cung Oán Ngâm Khúc)

Ṿ vàng đ̣i khác ḥnh thù

Ṇi khụ ly bịt mùi chua đ̣ng này!

(Chinh Pḥ Ngâm Khúc)

Ḅi ṿy, ca dao ṃi khuyên ta cḥ nên c̣ lo nḥ các bà ṃ x̣a, ṃi chuỵn lo c̣ ṃi, chuỵn không đáng cũng lo , nḥ tḥ thì lo c̣ đ̣i cḥa ḥt :

- Ṃ già lo ḅy , lo ba ,

Lo cau tṛ mụn , lo già ḥt duyên .

Và pḥi bịt xem nḥ , xem tḥng ṃi chuỵn :

- Lo gì mà lo, lo con bò tṛng ṛng

Mua ba đ ng thu c nhu m răng cho bò.

3. Đ ng th i , ph i nuôi đ ng l y các đ c tính T , Bi , Hì , X . Có bi t c m thông , th ng xót , giúp đ và tha th cho ng i , tâm ta m i không v ng b n ghen ghét , oán thù , mà h ng gi đ c trong sáng , hoan l c :

- Có câu tích đ c tu thân

Ho n n n t ng c u , phú b n t ng tri (trì)

- Đ ng tr ng phu & đ ng thù m i đáng

Đ ng anh hùng đ ng oán m i hay .

4. Cái tâm trong sáng , hoan l c này l i c n đ c th hi n qua n c i luôn luôn t i n trên môi . Khi c i , không nh ng các b p th t m t đ c th dẫn , v m t trông t i mát, mà lòng ta cũng c m th y ph n kh i , h nh phúc . Giá tr c a n c i đã đ c ng i x a xác nh n qua câu t c ng :

M t n c i b ng m i thang thu c b .

Ngoài ra , n c i t i còn gây đ c nh h ng vui s ng cho nh ng ng i xung quanh :

- Ngó lên l mi ng em c ; i

Nh búp hoa n , nh m t tr i m i lên.

- Mình v , mình nh ta chẳng

Ta v , ta nh hàm răng mình c i .

Trăm quan mua l y mi ng c i

Nghìn quan ch ng ti c , ti c n c i em xinh .

(Đúng ra là : Nghìn quan ch ng ti c , ti c ng i răng đen)

Giá tr n c i không ch đ c ng i Á Đông chúng ta đ cao , mà ngay Á Âu M cũng có nhi u câu danh ngôn đ c truy n t ng :

- Chaque fois qu'un homme sourit, et plus encore quand il rit , il ajoute quelque chose à ce brin de vie. (M i khi m t ng i m m c i , và h n n a khi h n c i , h n đã thêm m t chút gì có ý nghĩa cho cu c đ i mong manh này .)

- Le sourire apporte la chaleur à celui qqui recoit , ne cou^te rien à celui qui donne. (N c i mang l i s m áp cho ng i nh n , mà ng i cho ch ng m t mát gì.)

5. Ph i bi t gi v sinh cho thân th . Con ng i , thân th có s ch s m i kho m nh đ c.

Nhan s c các bà các cô m t ph n do cái răng , cái tóc quy t đ nh :

- Cái răng, cái tóc, m t góc con ng i.

Ai mu n có m t hàm răng đ u đ n , t i t n , bóng b y nh nh ng câu ca dao v a đ n ch ng trên , t t ph i bi t phép gi v sinh và b i đ ng cho răng l i . B ng ch ng ch u gi gìn , răng s b sâu , b th i , b sún , b s t , b gãy , nhan s c trông ch ng còn đ p tí nào ; mà khi ăn l i khó nhai , khó c n , m t c ngon . V y mu n s ch mi ng , t t răng , ng i x a đ y , ph i xúc mi ng b ng n c mu i , ph i ăn tr u và nhu m răng đen . Mu n th m da , mát th t thì t m n c n u hoa h ng nhu , hoa mùi già hay cánh hoa ng c lan . Còn mu n t t tóc , s ch g u thì :

- T t tóc thì c m n trr u

S ch ghét, sách g u b k t v i chanh.

Ng i s ch s là ng i bi t t tr ng và đ gây đ c thi n c m v i ng i xung quanh, nh t là ng i đó l i thu c phái đ p :

- N c trong ai ch ng r a chân ,

Cái má tr ng ng n ai ch ng mu n hôn.

6. B n ph n làm đ p . Nam hay n đ u nên làm đ p . Riêng phái n , làm đ p còn ph i k là m t b n ph n đ t o h nh phúc cho gia đình . Trong Chinh Ph Ngâm , bà Đoàn Th Đi m cũng đã ch p nh n nh th :

- Vì chàng, tay chußc chén vàng

Vì chàng, đißm phßn, đeo hßng nßng nßng.

Ngßi ta làm đßp qua cách đißm trang và cách ăn mßc . Làm đßp giúp ta trông trß ra , đßp hßn và có duyên thêm :

- Trßng da vì bßi phßn gißi

Đen da vì bßi em ngßi chß trßa .

- Có trßu cho mißng đßp môi

Có rßu cho chén thêm tßi má hßng .

- Cau già , dao sßc lßi non Nß giòng trang đißm lßi giòng hßn xßa.

- Ngßi i tßt vß lßa.

(Lúa tßt vß phân)

Chân tßt vß hài

Tai tßt vß hoßn.

Và cũng vì trang đißm đßp thêm nên ta cßm thßy tß tin hßn , yêu đßi hßn và cußc đßi cũng vì đó mà lên hßng thêm , cao giá thêm :

- Còn duyên nhß tßng tô vàng

Hßt duyên nhß tßng tàng ngày mßa .

- Còn duyên kß đón ngßi đßa

Hßt duyên đi sßm vß trßa mßt mình .

- Còn duyên kén nhßng trai tß

Hßt duyên ông lão cũng vß làm chßng.

7. Phßi bißt ăn ußng sao cho bß và ngon . Tßc ngß có câu Dĩ thßc vi tiên . Ngßi i xßa xem chuyßn ăn ußng quan trßng hßn cß , vì hißu rßng :

- Ăn vóc, hßc hay .

- Có thßc mßi vßc đßc đßo.

và :

- No nên bßt , đói ra ma .

Hißn nhiên, có ăn mßi khoß mßnh nên hình đßng con ngßi đßp đß , cũng nhß có hßc mßi thành ngßi gißi , ngßi tài . Sau nßa , có ăn no đß ngßi ta mßi dß dàng giß đßc nhßn cách , đßo đßc , sßng đßi tß bi bác ái .

Khi đã xem vßn đß ăn ußng là chuyßn hàng đßu ß đßi , mà chuyßn ăn ußng lßi là chuyßn tß nhß , chuyßn nghß thußt , chuyßn văn hoá chß chßng phßi chßi, nên ngßi ta mßi cßn đßn tài nßi trß , bßp nßc đßm đßng , khéo léo cßa các bà các cô .

Tßt nhiên không kß đßn nhßng ngßi quá nghèo , hay đang gßp cßn bß cßc , không tißn mua gßo, đành phßi ăn rau , ăn rßy , ăn khoai đßn bßng đß sßng qua ngày :

- Đói ăn rau , đau ußng thußc .

- Đói thì ăn rßy , ăn khoaai

Chß thßy lúa trß tháng hai mà mßng.

(trß : bßt đßu ra hoa, chß dùng riêng cho lúa ngô)

Còn ngßi nßi trß bình thßng nào cũng bißt “lißu cßm gßp mßm”, nghĩa là bißt tuß theo khß năng mà lo cho chßng con đßc cßm đßo canh ngßt . Hai bßa ăn chính cßa dân ta, cßm là căn bßn nên phßi lo trßc tißn . Theo ngßi i xßa :

- Cßm ba bát , áo ba manh

Đói chßng xanh , rét chßng chßt.

Cho thßy, con ngßi ta khi cßm đß no (mßi bßa ba bát), tßt sß có đß sßc khoß đß chßng chßi vßi khí hßu khßc nghißt . Cßm đß ăn rßi , ngßi ta mßi nghĩ đßn cách nßu nßng , chß bißn thßc

Bí quyết trồng rau xuân qua tủ lạnh ca dao

Tác Giả: GS Phạm Thị Nhung

Chúa Nhật, 22 Tháng 11 Năm 2009 20:51

phẩm thành những món ăn, làm sao đem lại sự khoái khẩu và tăng thêm chất lượng dinh dưỡng cho cả thê .

- Nhieu ti n mua th t ít ti n mua x ng .

Đúng vậy , người n i tr khôn ngoan , khéo léo thì dù ít ti n v n có th s a so n nh ng món ăn ngon cho gia đình :

- Tr i m a cho t lá d a

Cho t i lu ng c i cho v a lòng em

Cho em hái đ t rau d n

N u tô canh ng t dâng lên m già .

- B ng em đi d o v n cà ,

Cà non ch m m m , cà già làm d a .

-Râu tôm n u v i ru t b u

Ch ng chan v húp, g t đ u khen ngon.

Nói chung, ở thôn quê Việt Nam xưa , nhà nào có đ g o ăn , lại có đ c cái ao rau mu ng v i

hai món t ng cà gia b n thì có th yên tâm , gia đình s đ c no đ và gia đ o s đ c an vui :

- Nhà em có v i cà đ y Có ao rau mu ng , có đ y chính t ng.

D u không m v cao l ng

Trên th cha m , d i nh ng anh em.

M t nhà vui v êm đ m

Đói no tu c nh, không thêm lu ai.

Còn những gia đình khá giả thì người n i tr th ng hay s a so n , n u n ng nh ng món ăn đ t ti n h n , c u k h n , c t làm tăng thêm kh u v cho m i ng i . Cũng vì mi ng ngon nh lâu nên người ta có th k l i vanh vách . Đây đây là nh ng món ngon dành cho m già :

- Tôm r n l t v b đuôi

Gĩa g o cho tr ng mà nuôi m già.

- Ba ti n m t khía cá buổi Cũng mua cho đ ng mà nuôi m già.

Này đây là nh ng món ngon dành cho v ch ng con cái :

- C m tr ng ăn v i ch chim

(Ch ng đ p v đ p nh ng nhìn mà no).

- Th ng ch ng n u cháo le le

N u canh bông bí , n u chè h t sen.

- B u câu cá b ng , ng t đ u kho tiêu

Kho tiêu , kho m , kho hành

Kho ba l ng th t đ dành cho em ăn.

-C m chín t i, c i v ng non

(Gái m t con) , gà mái gh .

-Thú quê rau , cá đã t ng

G o th m c m tr ng chi b ng tám xoan.

.....

+ Các bà n i tr còn lo s p x p th c đ n m i ngày , m i b a , món ăn đ i thay cho ch ng con ăn không chán , l i th y l và ngon mi ng :

- Sáng ngày b d c ch m chanh

Tr a g i cá cháy , t i canh cá ch y.

Vì c b p núc cũng l m công phu , mu n thành công ng i ta ph i n m đ c m t s bí quyết , nh :

+ Mùa nào th c ăn n y . Nh th v a r , v a ngon , v a t i i có nhi u ch t b d ng, giúp phát tri n và b o trì c th lành m nh :

- Chim , gà , cá , l n , cãnh cau **

Mùa nào th c n y gi màu nhà quê.

(*) bông cau non cũng là m t món ăn quý hi m. Theo tác gi Nguyên H ng (Dallas) trong bài Nam Ph ... Trèo Cau, Làng Văn s 135, cho bi t, Món bông cau non xào v i tôm th t , thêm hành, nhi u t i, r c trên m t chút mè, xúc ăn v i bánh tráng...ngon tuy t ! Bông cau non xào v i ong con còn trong t ,mùi v món ăn cũng l mi ng và thi t ngon.

+ Bi t cách ch n mua th c ph m sao cho t i và ngon :

- Mua th t thì ch n mi ng mông

(L y ch ng thì ch n con tông nhà nòi)

- Trông m t mà bi t hình dong

Con l n có béo thì lòng m i ngon .

- Mua b u xem cu ng

Mua mu ng xem lá

Mua cá xem mang

Mua cua xem càng .

+ Món ăn nào ph i dùng gia v n y . Ngoài ra làm ăn ph i s ch s , gi cho đ ăn đ c tinh khi t , trong lành m i là tr n v n :

- Con gà c c tác lá chanh

Con l n n n mua hành cho tôi

Con chó khóc đ ng khóc ng i

M i đi ch mua tôi đ ng gi ng.

- Th t đ y xanh không hành không ngon.

- Cái cò , cái v c , cái nông

Ba con cùng béo v t lông con nào ?

V t lông con v c cho tao

Hành, răm, m m, mu i b vào mà thuôn.

-Rau c i n u v i cá rô

G ng thêm m t lát cho cô đ t ch ng.

- Con l n có ti ng hôi ttanh

Xào n u s ch s cũng thành món ngon.

+ Nên bi t nh ng đ c s n c a m i vùng. Khi đã bi t , ra ch d mua bán và khi đã mua đ c trái cây , th c ph m ngon r i , ng i n i tr ch n ch n đ thành công h n trong vi c c m n c cho gia đình, hay nh ng b a ti c tùng cho h hàng, b n bè :

Thí d 1 , th s n mi n Nam :

- Xoài nào ngon b ng xoài Cao Lãnh

Vú s a nào ng t b ng vú s a C n Th ?

- S u riêng , măng c t Cái M n

B p thì Ch Gi a , gi ng khoai M Hoà .

- Bánh tráng M L ng

Bánh ph ng S n Đ c .

Thí d 2 , th s n mi n Trung :

- c g o Thanh Hãn

M t rú Bát Ph ng

.....

Th m r u Hà Trung

M m ru c C a Tùng

M m n m ch S i.

Thí d 3, th s n m i n B c :

- D a La, cà Láng, nem Báng, t ng B n

N c m m V n Vân , cá rô Đ m Sét.

+ B i t ch n các món ăn đi c p v i nhau cho tăng kh u v :cu i cùng ng i n i tr t nh , t ng tr i còn ph i b i t s p x p nh ng món ăn nào đi c p v i nhau khi n ăn vào làm tăng thêm kh u v nh :

- Mâm c m k o k t m m h ng

(Bát b t , m m đ ng k o k t m t n i)

Mâm th t k o v i m m xôi

Th t bùi , xôi d o k o n i bà già.

Củi d a k o k t bánh đa

Cái đĩa th t gà k o k t lá chanh.

N i c m k o v i n i canh

Qu bí trên c m k o v i tôm he.

Bánh ng t k o v i n c chè (trà) ...

- C m n m ăn v i th t dim

V a bùi v a d o i i thêm m n m.

Chính nh tài n i tr c m n c khéo léo và cách s p x p món ăn h p kh u v này mà các bà v Vi t Nam đã b o v đ c h nh phúc gia đình . Ng i ch ng xa nhà , th y nh món ăn ngon c a v i i mu n mau mau tr v :

- Anh đi, anh nh quê nhà

Nh canh rau mu ng, nh cà d m t ng .

N u ăn ngon đã tr thành m t trong nh ng bí quyết t o h nh phúc và gi h nh phúc gia đình .

Đ y là lý do vì sao không m t bà m Vi t Nam nào i không đ y con gái ngh thu t n u n ng . Và cô gái nào có ti ng n u n ng gi i , có kém nhan s c m t chút cũng v n i y đ c ch ng ngon lành nh th ng :

- Có phúc i y đ c v già

V a s ch c a nhà, i ng t c m canh.

8. Ăn ch i ph i có ch ng m c . Ăn u ng v a b , v a ngon m i ng t t đ m i cho con ng i nhi u s c kho . Có đ o đ c i có s c kho , ng i ta m i mong sinh đ c nh ng đ a con t t lành:

- Tr ng r ng i n ra r ng

Liu điu i n ra dòng liu điu .

L i n a, có s c kho , ng i ta m i mong h ng th đ c nhi u i c thú i . Thôi thì đ câu

- Làm trai cho đáng nên trai

Phú Xuân cũng tr i, Đ ng Nai cũng t ng.

- Già thì già tóc , già tai

Già răng , già i, đ ch i không già.

Tuy nhiên chúng ta đ u b i t , cái gì thái quá cũng không nên :

- Ăn i m thì h t m i ng ngon

Nói i m thì h t i khôn hoá r .

B i v y , n u ng i ta c m c s c ăn ch i , h ng th theo cái i buông th , ch i c :

- Đã sinh tài s c i đ i

Cḥng ăn cũng thịt, cḥng cḥi cũng hoài .

Không ṭ gịi ḥn, kịm cḥ đ̣c mình thì ṛi tṛọng xụan đâu cḥa tḥy , ṭt ḅnh đã theo nhau kéo đ̣n . Lúc ḅy gị ăn cũng cḥng đ̣c , mà ng̣ cũng cḥng yên , ng̣ i ta ṃi tḥm tḥa đ̣c ḥt ý nghĩa c̣a câu ṭc ng̣ :

- Ăn đ̣c , ng̣ đ̣c là tiên

Không ăn, không ng̣ ṃt tịn thêm lo.

Thêm lo thì đã quá mụn ṛi . Ṿy mụn đ̣c ṣng tṛọng tḥ , kéo dài tụi xụan thì ăn cḥi pḥi có đ̣i u đ̣ , pḥi bịt ḍe cḥng , theo tinh tḥn ṭ cḥ :

- Tay tiên chục chén ṛu đào

Đ̣ đi đ̣u tịc , ụng vào ṭt say .

(Đúng ra là : Đ̣ đi thì tịc , ụng vào thì say)

Ngày nay nhân lọi đã ḅc sang tḥ ḳ XXI . Sách báo và nhịu ng̣ i xung quanh ta tḥng nói ṭi nḥng ṿn đ̣ liên quan đ̣n các phát minh tịn ḅ ṿt ḅc c̣a khoa ḥc, nḥ ṿ các lọi máy móc đ̣n ṭ , ṿ truỵn thông ṿ tinh... ; cùng các tịn ḅ đáng ḳ c̣a ngành y đ̣c, nḥ đã tìm ra các pḥng thục tṛ ḅnh hịm nghèo , đã c̣u đ̣c c̣a nhịu sinh ṃng ḅng phép ghép thụn , ghép gan , thay tim v.v... Nḥ ṿy con ng̣ i đã đ̣c ḥng ṃt cục ṣng văn minh ṿt cḥt tịn ḅ đáng ḳ , và ṣc khọ cũng đ̣c ḅo ṿ ṭi đa , tụi tḥ vì tḥ đã gia tăng ṛt nhịu .

Ng̣ i x̣a năm ṃ i tụi đã đ̣c lịt vào tḥ cách , ai ṣng đ̣n ḅy ṃ i cho là hị ḥu Ng̣ i nay tụi tḥ trung bình đã ṿt lên ṭ ḅy ṃ i ṭi tám ṃ i tụi , có nhịu c̣ đã ṣng trên c̣ trăm tụi (C̣ bà Jeanne Clément là ṃt trong nḥng ng̣ i tḥ nḥt nḥi tḥ gịi , báo chí cho hay, c̣ đã ăn ṃng sinh nḥt ḷn tḥ 126 !) . Ṿy mà gị đây chúng ta còn gị ḷi nḥng câu ca dao, thành ng̣ c̣ truỵn c̣a dân ṭc đ̣ tìm hịu , ḥc ḥi thêm ṿ nḥng bí quỵt tṛọng xụan c̣a ng̣ i x̣a, không bịt nḥ tḥ có ḷc ḥu không?

Tôi thịt nghĩ là không . Tḥc ṿy , ṇu chúng ta ṇm đ̣c ngḥ thụt ṣng , nghĩa là bịt dung ṇp nḥng ̣u đ̣i m c̣a hai ḷi ṣng kia đ̣ ḅ khuỵt cho nhau . Theo đó, chúng ta ṿn ṣng đ̣i văn minh tịn ḅ c̣a Âu Ṃ đ̣ đ̣c ḅo đ̣m ṣc khọ cùng nḥng tịn nghi ṿt cḥt , nḥng chúng ta ṣ không ḅt cḥc tinh tḥn Âu Ṃ cḥy đưa ṿi kim đ̣ng ḥ , đưa đòi đ̣i theo ṃi tịn nghi ṭi tân hịn đ̣i đ̣ ḅ ḷ thục tịn nghi , khi n lúc nào cũng ṿi ṿ, hùng ḥc làm vịc , hùng ḥc ḥng tḥ , đ̣ ṛi sụt đ̣i pḥi ṣng trong cái vòng qụn quanh này. Đ̣ng tḥi, chúng ta nên sáng sụt tṛ ṿ ṿi quan nịm nhân sinh c̣a ông cha ta : ṣng đ̣i tri túc tịn túc , thanh tḥn , hoà ḥp ṿi thiên nhiên, cùng ḥng ṿ nḥng thú vui tinh tḥn thanh cao, nhân ái và đ̣o nghĩa .

Cḥ có quan nịm ṣng dung ḥp nḥ tḥ chúng ta ṃi có nhịu c̣ may kéo dài tụi xụan và tâm ḥn lúc nào cũng đ̣c thọi mái , ḥnh phúc . Và cḥ có quan nịm ṣng dung ḥp nḥ tḥ ṃi tḥc ṣ thích ḥp ṿi ḅn cḥt và tâm tính con ng̣ i Vịt Nam.