



Lặng buồn nếp giao tiếp trong nhiều gia đình hiện đại

ISSN: 2734-9195

17:30 25/04/2025

Trẻ nhỏ học nói bằng tai nhưng học đạo đức bằng trái tim.

Tác giả: **Lê Thị Hiệp** - Trường CĐSP Trung ương

Ngày nay, không ít gia đình đang chứng kiến sự mai một dần của một nét đẹp truyền thống: ngôn ngữ ứng xử mang tính lễ giáo giữa các thế hệ. Từ lời thưa gửi, mời chào, đến cách xưng hô kính trọng trong mỗi bữa ăn, mỗi cuộc trò chuyện,... tất cả đang dần vắng bóng. Nhưng đây không chỉ là một sự thay đổi văn hóa đơn thuần. Đó còn là biểu hiện của sự rạn nứt nền tảng đạo đức gia đình, nơi mà lời nói thô tục, thái độ cộc cằn của người lớn đang âm thầm gieo rắc hạt giống bất kính trong tâm hồn con trẻ.

Từ “*thưa gửi*” đến “*mày - tao*”: Bước trượt dài của ứng xử gia đình

Trong truyền thống văn hóa Việt, lời ăn tiếng nói trong gia đình không chỉ là giao tiếp, mà còn là tấm gương phản chiếu đạo đức và nền nếp gia phong. Một tiếng “*dạ*”, một lời “*thưa gửi*”, câu mời cơm “*Con mời ông bà, cha mẹ dùng bữa*” – tưởng như nhỏ, nhưng chính là những hạt giống nuôi dưỡng lòng hiếu kính, sự khiêm cung và tình cảm gắn kết gia đình.

Tuy nhiên, trong nhiều gia đình hiện đại – từ nông thôn tới thành thị – nét đẹp ấy đang dần bị thay thế bởi một lối ứng xử khô khốc và trượt dài trong lời nói. Vợ chồng gọi nhau bằng “*mày - tao*” trước mặt con cái, con cái buông những câu “*cái gì?*”, “*bà ấy*”, “*lão ấy*” với thái độ vô lễ, cộc cằn. Không ít đứa trẻ đi học về bước vào nhà mà không thềm cất lời chào, bữa cơm gia đình trở nên lạnh nhạt, không còn lời mời, không còn tiếng cảm ơn.

Điều đáng buồn là người lớn, những người giữ vai trò làm gương, lại chính là người gieo rắc những thói quen ấy, vô tình để con trẻ hấp thụ như một điều “*bình thường mới*”.

Trong Kinh Pháp Cú (Dhammapada, kệ 231) dạy: *“Người khéo giữ lời nói, không phỉ báng, không làm tổn thương người khác, sẽ được an vui lâu dài.”*

Lời nói không chỉ tạo ra không khí trong nhà ấm hay lạnh mà còn in sâu vào tâm khảm của trẻ nhỏ những bài học sống đầu tiên. Một đứa trẻ lớn lên giữa tiếng chửi thề, quát nạt, sẽ khó có thể học được cách lắng nghe, kính trọng và nói lời tử tế.

Tựa như một dòng sông bị nhiễm độc từ thượng nguồn, ngôn ngữ thô lỗ trong gia đình nếu không được *“lọc lại”* từ gốc rễ là người lớn, thì sẽ tiếp tục chảy tràn xuống thế hệ kế tiếp, làm xói mòn cả nền nếp và đạo lý.

***“Gieo lời nói, gặt hành động”*: Hệ quả sâu xa từ thói quen ngôn ngữ trong gia đình**

Ngôn ngữ không chỉ là phương tiện giao tiếp mà nó còn là tấm gương phản chiếu nội tâm và là chiếc khuôn định hình nhân cách. Một lời nói tử tế có thể nuôi lớn một tâm hồn. Nhưng một lời cay độc, thô tục, nhất là từ người thân trong gia đình cũng có thể để lại những vết sẹo tâm lý suốt đời.

Trong Kinh Tăng Chi Bộ (Aṅguttara Nikāya, chương IV, phẩm “Bốn điều tốt đẹp”) dạy: *“Có bốn hạng người cao quý: nói đúng lúc, nói đúng sự thật, nói lời êm ái và nói vì lòng từ bi.”*

Đó không chỉ là chuẩn mực ứng xử đạo đức, mà còn là lời cảnh tỉnh dành cho người làm cha mẹ, những người đôi khi quên mất rằng: trẻ nhỏ học nói bằng tai nhưng học đạo đức bằng trái tim.

Trong nhiều gia đình hiện nay, không khó để bắt gặp những cuộc đối thoại *“đậm chất xung đột”*: vợ chồng quát tháo nhau bằng lời lẽ tục tằn, cha mẹ trách phạt con cái bằng tiếng quát hơn là sự thấu hiểu. Những âm thanh ấy – lặp đi lặp lại – trở thành ngôn ngữ đầu đời của trẻ, thứ ngôn ngữ dần khiến các em cho rằng to tiếng là quyền lực, nói tục là bình thường, thô lỗ là phản ứng hợp lý.

Một nghiên cứu của Trường Đại học Giáo dục – Đại học Quốc gia Hà Nội cho thấy:

Hơn 60% học sinh tiểu học tại các đô thị lớn có xu hướng sử dụng ngôn ngữ tiêu cực trong giao tiếp hàng ngày, và phần lớn ảnh hưởng đến từ môi trường gia đình. Không ngẫu nhiên khi trong Kinh Pháp Cú (Dhammapada, kệ 231) nhấn mạnh: *“Hãy canh giữ lời nói. Hãy tiết chế lời nói. Một lời không khéo như mũi tên làm tổn thương cả đời người.”*

Một lời nói vô tâm có thể gieo rắc thù hận. Một lời nói thiếu chừng mực có thể làm rạn nứt tình thân. Nhưng một lời nói ái ngữ – dù đơn giản – cũng có thể hóa giải hiểu lầm, khơi dậy từ tâm và làm dịu lại bao nhiêu giận dữ.

Gia đình là mái ấm, không phải chiến trường. Hãy nói với nhau như nói với người mình yêu quý nhất. Bởi một lời nói ra không thể thu lại, nhưng có thể định hình cả một thế hệ.



Hình ảnh mang tính chất minh họa (sưu tầm).

Lời chào – cử chỉ nhỏ, đạo lý lớn

Trong dòng chảy của cuộc sống hiện đại, nhiều giá trị cốt lõi trong giao tiếp gia đình đang dần bị đánh mất – mà tiêu biểu nhất là lời chào, tiếng mời trong sinh hoạt thường nhật. Một câu “*con chào ba mẹ*”, “*ông bà ăn cơm ạ*”, “*con mời cả nhà cùng dùng bữa*” – tuy nhỏ bé, nhưng lại chất chứa một nền tảng đạo lý lớn lao: hiếu kính, lễ độ, và lòng tri ân sâu sắc.

Ở những gia đình xưa, nghi thức mời cơm không chỉ là phép lịch sự mà còn là một nghi lễ thiêng liêng, thể hiện thứ bậc, sự hòa thuận và đạo nghĩa giữa các thế hệ. Mỗi lời chào là một nhịp gõ nhẹ vào cánh cửa tâm hồn, nhắc nhở người trẻ về lòng biết ơn, và khơi dậy nơi người lớn cảm giác được tôn trọng, được yêu thương.

Trong Kinh Thiện Sinh (Sigalovada Sutta), đức Phật nhấn mạnh vai trò của ứng xử trong gia đình: “*Người con hiếu thuận, sáng dậy thăm cha mẹ, chiều về lễ kính. Lời nói nhỏ nhẹ, hành vi cung kính. Gia đình đó sẽ an vui như trời mây trong sáng.*”

Một đứa trẻ lớn lên không được mời ăn cơm bằng giọng ấm áp, không được nhắc nhở việc chào người lớn, sẽ dần đánh mất cảm thức về lòng tri ân, thứ gốc rễ của đạo đức.

Người lớn - Gương mẫu hay gương xấu?

Trẻ em học cách sống không chỉ qua sách vở, mà từ chính từng cử chỉ, lời nói, hành vi của người lớn. Trong gia đình, người lớn chính là “*tấm gương đầu tiên*”, là giáo trình sống không lời mà mỗi ngày trẻ âm thầm đọc và ghi nhớ. Một người cha thường xuyên to tiếng với vợ, một người mẹ hay gắt gỏng với ông bà – đó là những bài học tiêu cực được truyền đi không cần giảng dạy.

Nếu cha mẹ là “*thầy đầu tiên*” của con, thì ngôn ngữ của người lớn chính là bài giảng đầu tiên – và cũng là bài thi âm thầm nhưng nghiêm khắc nhất về đạo đức, nhân cách, về cách sống làm người.

Thật vô lý khi cha mẹ quát tháo, thô lỗ nhưng lại muốn con cái dịu dàng và lễ phép. Không thể mong một đứa trẻ lớn lên biết kính trên nhường dưới, nếu mỗi ngày em chứng kiến cha mẹ cãi vã, thô ngôn với nhau. Như một tấm gương mờ không thể soi rõ, một người lớn buông thả trong lời nói và hành vi không thể dạy điều nghiêm cần.

Một khảo sát xã hội học cho thấy: ở những gia đình mà cha mẹ có hành vi giao tiếp văn hóa, trẻ em có khả năng kiểm chế cảm xúc và sử dụng ngôn ngữ ôn hòa cao gấp 3 lần so với trẻ trong môi trường thường xuyên căng thẳng, bạo ngôn.

Vì thế, muốn giáo dục trẻ, hãy bắt đầu bằng việc sửa lại chính mình. Hãy nói năng bằng lòng từ, hành xử bằng sự hiểu biết – bởi mỗi lời ta buông, mỗi cách ta sống, đều âm thầm chạm tới nhân cách của một đứa trẻ.

Gieo lại lời lành – là gieo lại nền móng đạo đức cho gia đình.

Gieo lại đạo nhà – là đóng góp cho một xã hội an hòa từ gốc rễ.

5 nguyên tắc ứng xử trong gia đình theo tinh thần Phật giáo, được rút ra từ Kinh điển và giáo lý đạo Phật, đặc biệt là từ *Kinh Thiện Sinh* (Sigalovada Sutta - kinh ứng xử dành cho người tại gia)

1. Kính trên nhường dưới - Biết giữ thứ bậc

Trong gia đình, cần có sự tôn trọng lẫn nhau giữa các thế hệ. Con cái phải hiếu kính cha mẹ, ông bà; vợ chồng phải cư xử hòa ái, tôn trọng lẫn nhau; anh em giữ đúng vai trò và thứ tự.

Kinh điển: *“Cha mẹ là Phạm Thiên trong nhà, là thầy đầu tiên của con.”* (Kinh Thiện Sanh)

Ứng dụng: Gọi nhau bằng tên ngôi phù hợp (ông, bà, cha, mẹ, anh, chị...), không dùng lời cộc cằn, không *“mày – tao”*, giữ phép lịch sự trong lời ăn tiếng nói.

2. Lời nói lành - Nói với tâm từ

Lời nói trong gia đình cần xuất phát từ tình thương và sự hiểu biết. Tránh mắng nhiếc, nặng lời, nói lời vô tâm, làm tổn thương người thân.

Kinh điển: *“Nói lời ái ngữ là bố thí cao thượng.”* (Kinh Tạp A-hàm)

Ứng dụng: Hạn chế quát mắng trẻ nhỏ. Luôn dùng từ *“mời”, “xin lỗi”, “cảm ơn”* trong sinh hoạt hằng ngày.

3. Biết ơn và đền ơn - Lấy hiếu hạnh làm gốc

Cội nguồn đạo đức trong gia đình bắt đầu từ tâm biết ơn – với đấng sinh thành, với người đã hy sinh, và với cả những việc nhỏ nhặt thường ngày.

Kinh điển: *“Có hai hạng người hiếm có trong đời: người biết ơn và người biết đền ơn.”* (Tăng Chi Bộ Kinh)

Ứng dụng: Con cái không được hỗn với cha mẹ; cha mẹ nêu gương sống tử tế để con noi theo. Thể hiện lòng biết ơn qua hành động – không chỉ lời nói.

4. Chia sẻ trách nhiệm - Cùng nhau vun đắp

Mỗi người trong gia đình cần góp phần duy trì hạnh phúc chung, không đùn đẩy, ỷ lại. Cha mẹ không nên độc đoán, con cái không nên vô tâm.

Kinh điển: *“Người sống biết hòa hợp, cùng chung phần công việc, cùng chung phần lợi ích, người ấy sống an lạc.”* (Kinh Tăng Chi Bộ)

Ứng dụng: Cùng dọn dẹp nhà cửa, cùng bàn bạc chuyện học hành, tài chính, chăm sóc ông bà – không phó mặc cho một phía.

5. Hiếu và thương - Nền tảng hạnh phúc bền lâu

Tình thân không chỉ là máu mủ, mà là tình hiểu biết và lòng bao dung. Gia đình chỉ bền khi các thành viên chịu lắng nghe và thấu hiểu nhau.

Thiền sư Thích Nhất Hạnh dạy: *“Yêu mà không hiểu là làm khổ nhau”*

Ứng dụng: Lắng nghe khi con cái gặp khó khăn, không áp đặt; vợ chồng chia sẻ suy nghĩ nhẹ nhàng; luôn để tâm lắng nghe thay vì phản ứng.

Tác giả: **Lê Thị Hiệp** - Trường CĐSP Trung ương