



Văn hóa giao tiếp trong gia đình

ISSN: 2734-9195

13:30 02/07/2025

Đạo Phật chưa từng đề cao việc rời bỏ thế gian để tìm cầu giác ngộ ở nơi xa xôi, mà nhấn mạnh sự tỉnh thức ngay trong từng khoảnh khắc đời sống. Đạo không nằm trên đỉnh núi cao, mà hiện hữu trong từng bữa cơm, tiếng gọi, lời chào trong gia đình.

Tác giả: **Nguyễn Thị Hải** - Trường Đại học Văn hóa

1. Lời mời cao hơn mâm cỗ

“Lời mời cao hơn mâm cỗ” – câu tục ngữ dân gian tưởng chừng giản dị, nhưng ẩn chứa chiều sâu của một nền đạo lý lâu đời. Bởi lẽ, trong truyền thống người Việt, một tiếng “mời cơm” không chỉ là nghi thức ăn uống, mà là biểu hiện của lòng tôn kính, của trật tự gia phong, và là một hình thức dưỡng nuôi đạo đức từ thuở thơ bé.

Ấy vậy mà, không khó để nhận ra rằng ngày nay, trong nhiều gia đình, tiếng mời ấy đã dần biến mất. Trẻ nhỏ đi học về lẳng lặng lấy cơm ăn trước. Người lớn tranh thủ “*ăn nhanh còn làm việc*”. Bữa cơm từ chỗ gắn kết các thế hệ, nay trở thành khoảng cách âm thầm giữa những người thân.

Không ít bậc phụ huynh cũng ngậm ngùi kể: “*Nó ăn không mời, ăn xong vứt bát rồi lên phòng. Hỏi thì bảo ‘con quen rồi’.* Buồn, mà không biết bắt đầu dạy lại từ đâu...”

Sự “*quen rồi*” ấy chính là căn bệnh vô cảm bắt đầu từ những điều nhỏ nhất. Khi những đứa trẻ lớn lên trong môi trường không có lời mời, không có lễ phép, không có gương mẫu, thì mâm cơm – vốn là cái nôi đầu tiên của giáo dục đạo đức đã bị lãng quên về mặt giá trị tinh thần.

Tôi từng chứng kiến một câu chuyện nhỏ nhưng khiến tôi lặng người suốt cả chiều hôm ấy. Đó là bữa cơm chiều muộn trong một gia đình ba thế hệ ở vùng ngoại thành Hà Nội. Người bà lúi húi trong bếp, người mẹ trẻ lướt điện thoại trên bàn ăn, còn cậu con trai chừng 12 tuổi ngồi ăn một mình, chẳng mời ai, chẳng nói gì. Khi bà vừa bung canh lên thì cháu đã ăn gần xong, hất hàm bảo: “*Bà ăn*

đi, cháu ăn rồi.” Người mẹ vẫn cúi mặt vào màn hình. Không ai mời ai. Không ai chờ ai. Cả căn bếp lặng như tờ.

Tôi nhớ ngày xưa, cũng một bữa cơm quê, nội tôi khi dọn mâm bao giờ cũng nói: *“Các con, các cháu ra ăn cơm.”* Tiếng *“dạ”* đồng thanh vang lên. Người lớn chưa ngồi, con cháu chưa gấp. Con cháu chưa mời, ông bà chưa ăn. Giờ đây, khi những *“lời mời cơm”* vắng dần trong từng gia đình, đó không chỉ là sự biến mất của một tập tục, mà là biến mất của một nền nếp đạo lý.



Hình ảnh chỉ mang tính chất minh hoạ (sưu tầm).

2. Văn hoá xưng hô giữa vợ - chồng, cha mẹ - con cái, cháu chắt - ông bà

Con người không sinh ra đã biết lễ nghĩa. Bài học đầu tiên về đạo làm người không nằm trong sách giáo khoa, mà khởi nguồn từ bàn ăn, cách xưng hô, và những lời dạy thâm lặng của người lớn. Văn hóa giao tiếp trong gia đình chính là nền móng tạo nên nhân cách, từ đó hình thành đạo đức xã hội. Thế nhưng, chính ở nơi đáng ra phải ấm áp nhất thì nhiều gia đình ngày nay đang đánh mất điều căn bản ấy.

Vợ - chồng gọi nhau bằng yêu thương hay bằng thói quen cay nghiệt?

Một số gia đình hiện nay đã coi việc vợ chồng gọi nhau *“mày - tao”* là... chuyện bình thường. Đôi khi là bông đùa, đôi khi là thói quen từ cơn giận, nhưng lâu dần, những từ thô ráp ấy ăn sâu vào đời sống hàng ngày. Hệ quả là tình nghĩa

vợ chồng bị thay thế bằng lối xưng hô khô khốc, thiếu đi sự trân trọng và dịu dàng vốn là chất keo của hôn nhân.

Trong Kinh Trung Bộ dạy: “Nếu con muốn nói một điều gì, hãy quán sát: lời này có đúng sự thật không? Có hợp thời không? Có nói với tâm từ không?... Nếu không, đừng nói.” (MN 61 – bản dịch của HT.Thích Minh Châu)

Cha mẹ - con cái: “Mày - tao” và sự xói mòn của lòng hiếu

Thật đáng buồn khi có những bậc cha mẹ lại dùng cách xưng hô mày - tao, quát tháo con cái bằng những từ ngữ tục tĩu. Nhiều người bao biện rằng: “*Tôi nóng quá nên nói thế*”, hoặc “*Tôi cũng bị bố mẹ tôi chửi mắng như thế, có sao đâu?*”. Nhưng trong sâu xa, đó là di sản của thói quen phản giáo dục, là vết đứt gãy âm thầm trong tình cảm cha con, mẹ con.

Một người cha từng thú nhận: “*Tôi không dạy con nói hỗn. Nó học ở... chính tôi.*” Lời nói ấy nghe cay đắng, nhưng là sự thật trong vô số gia đình ngày nay.

Phật giáo dạy rằng: “*Khẩu nghiệp là một trong ba nghiệp (thân - khẩu - ý) quan trọng định hình số phận con người.*” Khi lời nói giữa cha mẹ và con cái mất đi tính giáo dưỡng, thì nghiệp lực ấy không chỉ tồn tại trong một đời, mà còn gieo hạt cho thế hệ tiếp theo.

Ông bà - cháu chắt: Khi lời chào trở thành điều xa lạ

Ngày xưa, trẻ con vào nhà là chắp tay lễ phép: “*Con chào ông bà ạ.*” Nhưng ngày nay, không hiếm gặp cảnh đứa trẻ đi học về không chào ai, thậm chí vừa đi vừa nghe điện thoại, hoặc tạt thẳng vào phòng riêng như khách trọ. Khi được hỏi thì đáp gọn lỏn: “*Quen rồi, có gì đâu!*” Chính sự “*quen*” này nếu tiếp diễn thường xuyên sẽ trở thành sự vô cảm có hệ thống. Và tệ hơn là quên cả vị trí tôn ti trong một gia đình.

Một nhà giáo dục từng nói: “*Điều đáng lo không phải là học sinh quên công thức Toán hay sai chính tả trong bài Văn, mà là khi các em đánh mất căn bản đạo đức làm người.*”

3. Thực tập chuyển hóa

Trong Kinh Thiện Sanh (Sigālovāda Sutta) – bản hiến chương đạo đức dành cho người tại gia đã kiến lập một hệ thống quan hệ xã hội và gia đình trên nền tảng của hiếu thuận, kính trọng, hướng dẫn và nêu gương đạo hạnh. Trong đó, con cái cần phụng dưỡng, giữ gìn truyền thống gia đình, còn cha mẹ có trách nhiệm không chỉ nuôi nấng mà còn dạy dỗ, truyền cảm hứng sống thiện lành, cả về

đạo đức lẫn cách mưu sinh chân chính.

Từ tinh thần đó, có thể thấy rằng việc thực hành Phật pháp trong bối cảnh gia đình không đòi hỏi những hành vi mang tính nghi lễ hình thức, mà bắt đầu từ những lời nói và cử chỉ thường nhật – vốn được xem như các “đơn vị đạo đức” nhỏ nhất, nhưng lại là hạt nhân tạo nên nền tảng luân lý bền vững.

Một lời “mời cơm” tưởng như đơn giản, lại là biểu hiện của sự kính nhường. Một tiếng “thưa mẹ”, “dạ con” không chỉ là lễ nghĩa, mà còn là biểu hiện của tâm cung kính (garava) – yếu tố không thể thiếu trong mọi mối quan hệ đúng pháp. Sự lễ phép, nhẩn nhện và ngôn ngữ từ ái trong sinh hoạt gia đình chính là thực hành chính ngữ (sammā-vācā) – yếu tố thứ ba trong Bát Chính Đạo, cũng là một trong ba nghiệp căn bản (thân – khẩu – ý) cần được chuyển hóa.

Đạo Phật chưa từng đề cao việc rời bỏ thế gian để tìm cầu giác ngộ ở nơi xa xôi, mà nhấn mạnh sự tỉnh thức ngay trong từng khoảnh khắc đời sống. Đạo không nằm trên đỉnh núi cao, mà hiện hữu trong từng bữa cơm, tiếng gọi, lời chào trong gia đình.

Giữ gìn văn hóa ứng xử trong gia đình vì thế không đơn thuần là bảo lưu một tập tục truyền thống, mà là hành động đạo đức mang tính thức tỉnh và chuyển hóa xã hội. Trong thời đại mà con người ngày càng sống gấp, nói vội, tương tác ảo và thiếu chiều sâu giao tiếp, thì việc phục hồi lại ngôn ngữ có lễ nghĩa, có từ bi, có giới hạn trong gia đình chính là bước đầu để thiết lập lại đạo lý, nuôi dưỡng lòng chân thành, giàu cảm xúc trong mỗi người.

Bởi lẽ, nếu con cái không học được lòng tử tế, sự tôn trọng và yêu thương ngay từ những người ruột thịt gần gũi nhất, thì rất có thể chúng sẽ nhận lấy sự thờ ơ, phòng vệ, thô bạo từ thế giới bên ngoài. Và khi ấy, sự đổ vỡ trong nề nếp gia đình không còn là lỗi của một thế hệ non trẻ, mà là hệ quả trực tiếp của một thế hệ người lớn đã quên đi vai trò làm gương – cả bằng hành vi lẫn ngôn từ.

Thực tập chuyển hóa, vì vậy, không thể trì hoãn. Và hãy bắt đầu từ chính bữa cơm trong gia đình, với một lời mời chân thành, một cách xưng hô đủ đầy và một ánh mắt biết lắng nghe.

Tác giả: **Nguyễn Thị Hải** - Trường Đại học Văn hóa