

## Dạy trẻ trong việc đi dự tiệc, ăn tiệc lịch sự

ISSN: 2734-9195 09:05 01/04/2025

Mỗi người lớn cần làm gương cho con trẻ, hướng dẫn các em biết ăn uống có văn hóa, có ý thức. Đừng để đến khi trưởng thành, con cái chúng ta lại bị chê cười là “tham ăn tục uống”, chỉ vì những bài học quan trọng này đã bị bỏ quên từ thuở ấu thơ!

*Mới đây, một video ghi lại cảnh một người phụ nữ cho cả muôi chè lên miệng để nếm ngay quầy buffet tráng miệng tại một nhà hàng ở Tp.Hồ Chí Minh đã khiến "cư dân mạng" xôn xao.*



(Ảnh: Internet)

Theo hình ảnh ghi lại, người phụ nữ này sau khi nếm xong còn chép miệng và thuận tay đổ phần nước thừa trong muôi vào âu chè, rồi sau đó mới múc tiếp vào bát của mình.

Khi thấy người phụ nữ có hành vi này, một số người chứng kiến đã “đứng hình” và bỏ đi ngay lập tức, không dám lấy thức ăn ở quầy ăn chung nữa. Video được chia sẻ nhanh chóng trên các nền tảng mạng xã hội như Facebook, YouTube, TikTok... và nhận được rất nhiều bình luận từ cư dân mạng.

Hầu hết mọi người đều tỏ ra bất bình với hành động này, đó là hành vi thiếu ý thức, mất vệ sinh, mất lịch sự... Một số người thì cho rằng, ngay từ khi còn nhỏ người phụ nữ này chắc chắn đã không được dạy dỗ, giáo dục về cách ăn tiệc sao cho lịch sự, có văn hoá..., nên mới ra nông nổi như vậy, chứ ai đi ăn tiệc ở nơi đông người mà lại tỏ ra mất lịch sự, mất vệ sinh, thiếu văn hoá như thế...

## Văn hóa ăn uống dưới góc nhìn Phật giáo

Trong Phật giáo, cách ăn uống không chỉ dừng lại ở phép lịch sự mà còn liên quan đến đạo đức và nhân quả. Đức Phật từng dạy rằng, người biết ăn uống có tiết chế, không tham lam, không lãng phí thì sẽ tích được phước báu lớn, ngược lại, người tham ăn, ăn uống vô độ, hoặc hoang phí thực phẩm sẽ tạo ra nghiệp xấu.



(Ảnh: Internet)

Trong Kinh Đại Bát Niết Bàn, phẩm Hạnh Đầu Đà, đức Phật khuyến khích tinh thần tri túc - tức là biết đủ và không hoang phí. Khi đi khất thực, các vị Tỳ-kheo chỉ nhận vừa đủ để nuôi thân, tránh lấy quá nhiều rồi bỏ phí. Điều này cũng hoàn toàn phù hợp trong bối cảnh hiện đại, nhất là tại các bữa tiệc buffet hay tiệc cưới, nơi mà nhiều người lấy đồ ăn thừa mứa nhưng không dùng hết, gây lãng phí nghiêm trọng.

Cũng trong Kinh Tăng Chi Bộ, có dạy: “Có bốn loại người: Người tự mình ăn nhưng không chia sẻ, người chia sẻ nhưng không tự ăn, người vừa ăn vừa chia sẻ, và người không ăn cũng chẳng chia sẻ. Trong đó, người biết chia sẻ và không lãng phí thức ăn sẽ tạo ra phước báu lớn, đời này và đời sau được sung túc, đủ đầy”.

Thức ăn không chỉ là thứ giúp ta nuôi dưỡng thân mạng mà còn là duyên khởi của phước đức. Nếu ta lấy nhiều mà không dùng hết, vô tình tạo nghiệp tham - xả thải, làm hao phí tài nguyên, khiến bao người khác không có cơ hội thụ hưởng.

Vấn đề ăn tiệc tưởng như đơn giản, nhưng thực tế không hề giản đơn như chúng ta nghĩ, bởi ở những nơi đông người như vậy thì mọi hành động, cử chỉ của mỗi người đều có sự chú ý của rất nhiều con mắt hướng tới, nên mỗi chúng ta cần phải giữ ý tứ để làm sao luôn thể hiện là một người có văn hoá, lịch thiệp trong mắt của mọi người.

## Khi trẻ nhỏ học cách ăn tiệc có văn hóa



(Ảnh: Internet)

Dịp giữa tháng 03/2025 gần đây, gia đình tôi đi du lịch ở một tỉnh miền Trung và trong những ngày lưu trú, nghỉ ngơi tại một khách sạn, chúng tôi thường ăn bữa sáng bằng tiệc buffet tự chọn. Vì đây là khách sạn lớn, với hàng trăm phòng nên lượng khách lưu trú cũng đông, nên tiệc buffet cũng rất... "hoành tráng", với rất nhiều đồ ăn thức uống.

Vốn dĩ các thành viên trong gia đình tôi đang trong tình trạng ai cũng thừa cân, nên dù có hàng trăm đồ ăn thức uống, dù toàn là món ngon, được ăn thỏa thích theo ý muốn, nhưng tôi và chồng chỉ dùng vài món rau quả, lát bánh mì, chứ không đụng tới những thứ đồ nhiều thịt, nhiều dầu mỡ... Ngay cả cu cậu con trai

8 tuổi của tôi cũng bị ăn "khống chế", khi tôi chỉ lựa vài đồ ăn nhẹ nhàng, ly sữa nóng... Vì con trai đã đi ăn tiệc nhiều lần cùng bố mẹ và tôi dạy bảo, rèn giũa "văn hóa" ăn tiệc, nên cu cậu thấy bố lựa món nào là ăn món đó, chứ không mè nheo, đòi hỏi. Điều đặc biệt là tôi luôn hướng con ăn được bao nhiêu thì lấy bấy nhiêu, chứ không được lấy thật nhiều đồ ăn rồi bỏ thừa, rất phí phạm, trong khi những người khác không có để ăn.

**Ngay từ nhỏ** tôi và chồng đã rèn dạy con những điều tối thiểu về cách thức khi đi ăn tiệc như vậy, nên con trai tôi đã luôn ý thức được mình và giờ đây mỗi lần đi ăn tiệc, bữa nào không ăn được nhiều, cháu luôn nhắc nhở cha mẹ lấy ít đồ ăn thôi, chứ đừng lấy nhiều kéo phải bỏ, phí phạm...

Thế nhưng, hôm ăn tiệc ở khách sạn nơi chúng tôi đến du lịch, tôi quan sát để ý thấy có không ít các nhóm khách, trong đó có nhiều trẻ em đã ăn một cách tham lam, thiếu văn hóa. Cha mẹ, người lớn dẫn trẻ con đi cùng bỏ mặc chúng tới các quầy, kệ để thức ăn đồ uống để chúng tự lấy. Như chúng ta biết, bản tính của con trẻ thường "no bụng đói con mắt", thích nhiều thứ, nên chúng gấp, lấy rất nhiều các loại đồ ăn, thức uống. Không chỉ lấy một đĩa đồ ăn, có em nhỏ còn tự ý lấy cả vài đĩa đồ ăn đầy ăm ắp bao nhiêu là món.



Hình mang tính minh họa. Ảnh: Internet.

Khi lấy nhiều đồ ăn như vậy, tất nhiên là không ai nhắc nhở gì cả, bởi giá tiền phòng khách sạn đã được "bao" luôn trong bữa tiệc buffet sáng. Thế nhưng trẻ

con ăn được là bao nhiêu đâu, chính vì vậy chúng bỏ mứa rất nhiều, nhìn mà thấy phí phạm. Nếu đồ ăn chúng để nguyên còn đỡ, như vậy nhân viên còn có thể thu dọn rồi bày biện lại để người khác dậy muộn hơn còn có cái lấy ăn. Nhưng, khốn nỗi, các bé đều dùng đũa, nĩa chọc, ngoáy banh bét, thậm chí có em còn tưới cả nước sốt, tương ớt lên cả đĩa đồ ăn, cắn vài miếng rồi... bỏ. Vì vậy số đồ ăn thừa này chỉ còn nước bỏ vào thùng rác, chứ không thể tận dụng được nữa!

Nhiều lần đi ăn tiệc cỗ cưới ở nhà hàng, khách sạn tôi cũng thấy các ông bố, bà mẹ quá vô tâm, vô tư khi nuông chiều con nhỏ một cách thái quá. Bình thường, mỗi đĩa đồ ăn trong bàn tiệc gia chủ bày các phần ăn tương ứng với số khách dự tiệc, nghĩa là một khách chỉ có từ một tới hai loại món ăn trong một đĩa. Thế nhưng, khi có người mang theo con nhỏ và các bé đòi lúc thì đồ ăn này, khi lại đồ ăn nọ..., thì người khác trong bàn tiệc đương nhiên sẽ bị... mất phần, vì phải nhường cho cháu bé. Đòi là vậy, nhưng có những đứa bé không ăn, chỉ cắn vài miếng rồi bỏ mứa thật phí phạm. Gặp tình huống đi ăn tiệc có kèm trẻ em như vậy thì không chỉ cha mẹ, người lớn của bé ái ngại, xấu hổ, mà những khách khác cũng khó lòng thấy vui.

Với con trẻ, ngoài việc luôn phải gương mẫu, thì cha mẹ cũng cần chú ý tới việc dạy bảo, uốn nắn con đi ăn tiệc sao cho văn hóa, lịch thiệp cũng là cần thiết. Để khi lớn lên là một người lịch thiệp, có "văn hóa" trong khi đi ăn tiệc, thiết nghĩ ngay từ lúc con cái còn nhỏ thì cha mẹ, những người lớn tuổi trong gia đình phải luôn dạy bảo, uốn nắn trẻ từ những chi tiết, cử chỉ nhỏ nhất.

Ví dụ như: Ở các buổi tiệc buffet thì khuyên trẻ nên lấy đồ ăn vừa phải sao cho đủ ăn. Nói với con ăn được đến đâu thì lấy đến đó và cũng không nên ăn cố, ăn lấy được, bởi khi quá no cũng sẽ ảnh hưởng tới dạ dày và sức khỏe.

Còn khi đi ăn tiệc cỗ, tiệc khách họp mặt..., thì tốt hơn nhất không nên cho trẻ em đi kèm, nếu có cho đi kèm trong một số trường hợp bắt buộc phải để trẻ ngồi cùng bàn tiệc với người lớn, phải dạy trẻ không được đòi đồ ăn này, đồ ăn kia theo ý thích, mà phải có ý thức "ăn trông nôi, ngồi trông hướng", nghĩa là nhìn số lượng đồ ăn trên đĩa để lấy, để đòi cha mẹ, người lớn gắp cho và đặc biệt là phải nói với trẻ không nên ăn mất phần của người khác.

Văn hóa ăn uống không chỉ là phép lịch sự xã hội mà còn liên quan đến đạo đức, nhân quả và phước báu trong Phật giáo. Nếu biết tiết chế, ăn trong chính niệm và không hoang phí, chúng ta sẽ gieo được những hạt giống thiện lành, giúp bản thân và gia đình có được sức khỏe, bình an và hạnh phúc.

Trên hết, mỗi người lớn cần làm gương cho con trẻ, hướng dẫn các em biết ăn uống có văn hóa, có ý thức. Đừng để đến khi trưởng thành, con cái chúng ta lại bị chê cười là “tham ăn tục uống”, chỉ vì những bài học quan trọng này đã bị bỏ quên từ thuở ấu thơ!

**Tác giả: Nguyễn Gia Long** Địa chỉ: Số 58/24 đường Tân Lập 1, phường Hiệp Phú, Tp.Thủ Đức (Tp.HCM)