

BỮA CƠM GIA ĐÌNH

Họ và tên: TRẦN QUỐC ĐỊNH

Đơn vị: TỔ THANH TRA – PHÁP CHẾ

Ngày gia đình Việt Nam là một ngày lễ tôn vinh mái ấm gia đình Việt Nam, là ngày mọi người trong gia đình quan tâm đến nhau, xã hội quan tâm đến trẻ nhỏ và những người không có bố mẹ, cặp vợ chồng phải hiểu được giá trị mái ấm và cùng nhau vượt qua sóng gió để có một gia đình hạnh phúc. Do đó, Chính phủ đã chọn ngày 28 tháng 6 hàng năm là ngày gia đình Việt Nam.

Gia đình là tế bào của xã hội, là chiếc nôi sinh hạ mọi cuộc đời, là mảnh đất cho nhân cách nảy mầm và phát triển, là cội nguồn những tình cảm quý báu thiêng liêng nhất cho mỗi người.

Khi xã hội càng văn minh, cuộc sống càng ổn định thì gia đình càng trở thành hạt nhân quan trọng, bền vững cho sự định hình và phát triển mọi tiềm năng của thế hệ tương lai. Đó cũng là nguồn cội của mọi tình cảm thiêng liêng, nơi bắt đầu của thế giới ngày mai, nơi dự báo cho mọi hạnh phúc và đắng cay, vinh quang và tủi nhục, thiện và ác, ánh sáng và bóng đêm trên thế gian này.

“Bữa cơm gia đình ấm áp yêu thương” là mong đợi của nhiều người trong thời hội nhập này bởi trong đời sống gia đình, bữa cơm là một yếu tố vô cùng quan trọng, nó gắn kết các thành viên, tạo tình cảm yêu thương gắn bó.

“Xin cảm ơn buổi sớm mai thức dậy

Ta có thêm một ngày mới để yêu thương.

Xin mang ơn những buổi hoàng hôn vơi

Ta có được bữa cơm gia đình hạnh phúc.

Xin biết ơn giấc mộng đầy cảm xúc

Ta có thể rèn tâm thức được bình yên.

Nếu một mai ra đi trong an nhiên

Ta sẽ mỉm cười với lòng đầy cảm kích”

Nguồn: “Lòng biết ơn - Tú Yên”

Bữa cơm gia đình không chỉ cung cấp năng lượng vật chất cần thiết cho sự sinh tồn của các thành viên, bồi dưỡng sức khỏe mà còn chứa đựng những giá trị tinh thần tâm lý,

tình cảm sâu sắc. Đó là những hạnh phúc đơn sơ, mộc mạc nhưng vô cùng ấm áp và đáng quý. Đó cũng là viên gạch hồng xây dựng nên mái ấm gia đình.

Hạnh phúc gia đình là điều mà bất cứ thành viên nào cũng mong muốn có được, để cuộc sống thật sự có ý nghĩa và trọn vẹn. Tuy nhiên, cuộc sống gia đình lại luôn có những biến động, thay đổi khiến cho hạnh phúc không dễ để gìn giữ nếu như các thành viên không thường xuyên có ý thức vun đắp, củng cố nó.

Ngày nay cuộc sống phát triển, thói quen sinh hoạt truyền thống trong gia đình cũng biến đổi nhanh chóng, thêm vào đó là những tác động trái chiều từ môi trường xã hội đã khiến cho “sợi dây” gắn kết hạnh phúc gia đình càng thêm lỏng lẻo.

Nhiều người vẫn quan niệm: Hạnh phúc gia đình phải nói tới những điều đẹp đẽ, lớn lao, những giá trị đạo đức cao cả như: lòng chung thủy, tình nghĩa vợ chồng, hết lòng vì con cái. Điều đó không sai, tuy nhiên có không ít người lại không nhận ra rằng, hạnh phúc gia đình cũng được thể hiện ngay qua những việc làm nhỏ nhặt thường ngày giữa các thành viên qua cách ứng xử, qua nét sinh hoạt cụ thể, diễn ra trong đời như ăn uống, nghỉ ngơi, trò chuyện vui vẻ. Trong đó, bữa cơm gia đình hiện nay có vai trò rất quan trọng trong việc gắn kết yêu thương, sự quan tâm giữa các thành viên, qua đó vun đắp, củng cố hạnh phúc gia đình.

Trong bữa cơm, sự khéo léo của người mẹ, người vợ là biết lựa chọn những món ăn, đồ dùng phù hợp với từng mùa, phù hợp với khẩu vị, sở thích của từng người trong khả năng cho phép. Đó chính là thể hiện sự quan tâm, chăm sóc đối với các thành viên gia đình, ăn bữa cơm mỗi người được thỏa mãn nhu cầu vật chất của mình thấy vui vẻ, phấn khởi, ăn no, ăn ngon, tự do lựa chọn, không phải khách sáo.

Đặc biệt, thông qua bữa cơm của người Việt còn là khoảng thời gian phù hợp để cha mẹ trò chuyện, khuyên bảo giáo dục cho mỗi thành viên, nhất là con cái biết nhường nhịn, sẻ chia có miếng gì ngon phải chú ý để phần cho người khác, không nên ăn hết. Đây là cách giáo dục rất cụ thể, thiết thực ngay từ trong gia đình về ý thức chia sẻ, quan tâm giữa các thành viên rồi sau này lớn lên hình thành cách ứng xử đúng mực ngoài xã hội.

Ngày nay bữa cơm gia đình còn được xem là khoảng thời gian duy nhất để các thành viên được đoàn tụ sau một ngày sống xa nhau, người lớn bận làm việc, con cái bận học tập. Thực tế hiện nay do đặc thù công việc lao động, học tập nên không ít gia đình buổi trưa bố mẹ ăn cơm tại cơ quan không về nhà, con cái ăn ở lớp bán trú, chỉ có duy nhất bữa cơm tối là có mặt đầy đủ các thành viên.

Trong bữa cơm tối các thành viên được gặp mặt trò chuyện hàn huyên, thông tin cho nhau về các sự kiện diễn ra trong ngày. Vì vậy, nếu không có bữa cơm gia đình thì các thành viên sẽ chẳng có những phút tụ tập đông đủ để trò chuyện, chia sẻ và quan tâm tới nhau. Nhiều người do yêu cầu của công việc thường xuyên phải ăn uống ở những khách sạn, nhà hàng sang trọng nơi đó tuy có những món ăn đặc sản đắt tiền, khung cảnh được bày trí sang trọng, đẹp đẽ nhưng lại thiếu mất sự gần gũi, tự nhiên, thiếu đi những món ăn quen thuộc, hợp khẩu vị, đặc biệt không có được cảm giác ấm cúng như bữa cơm gia đình.

Xây dựng hạnh phúc gia đình không phải là những điều gì đó to tát, xa vời mà chỉ là những việc làm rất nhỏ, giản dị và rất đời thường diễn ra hàng ngày như bữa cơm gia đình. Người phụ nữ cần phải ý thức rõ được vai trò chính của mình để chăm lo làm cho bữa cơm gia đình thật sự có ý nghĩa, chan chứa tình yêu thương. Người phụ nữ thường đảm nhiệm chính trong chế biến, nấu nướng – chuẩn bị bữa cơm gia đình. Những món ăn không cần quá cầu kỳ, nhưng cách chọn, cách nấu nướng phải phù hợp với sở thích của các thành viên, vừa túi tiền gia đình, đảm bảo sạch sẽ, ngon lành. Những lúc các thành viên ốm đau, mệt mỏi.

Sự quan tâm bằng việc nấu những món ăn phù hợp với người ốm như cháo, canh đều khiến họ rất cảm kích trước sự chăm nom, săn sóc của gia đình, nhất là của người vợ, người mẹ.

Thiết nghĩ, tổ chức tốt bữa cơm gia đình trong cuộc sống hiện nay có vai trò rất quan trọng trong việc gắn kết các thành viên và nguồn cội gìn giữ hạnh phúc gia đình.