

Bài học đắt giá khi yêu gấp, sống thử

ISSN: 2734-9195 10:05 02/10/2025

Tình yêu đẹp nhất không phải là sự chiếm hữu gấp gáp, mà là sự đồng hành
tỉnh thức, nuôi dưỡng nhau bằng hiểu biết và trách nhiệm.

Tác giả: **Nguyễn Thuý Uyên** - Trường Đại học Thủ Đức

Trong xã hội hiện đại, cụm từ “sống thử” không còn xa lạ. Nhiều bạn trẻ coi đó
như một “bước đệm” để kiểm chứng tình yêu, để rồi không ít trường hợp phải
đối diện những hậu quả nặng nề.

Câu chuyện của Tuấn và Hiền dưới đây – đôi bạn trẻ từ cùng quê lên thành phố
học, yêu nhau, sống chung và cuối cùng chia tay trong đau đớn – là một minh
chứng. Đằng sau cuộc tình ấy không chỉ là bi kịch **gia đình**, mà còn gợi lên
nhiều suy ngẫm từ lăng kính Phật giáo về dục vọng, trách nhiệm và sự tỉnh thức
trong tình yêu.

Tuấn và Hiền yêu nhau từ thời trung học, được gia đình hai bên ủng hộ. Khi vừa
bước chân vào giảng đường đại học, họ quyết định dọn về sống chung trong
một phòng trọ nhỏ. Lý do rất đơn giản: “*Kiểu gì rồi cũng cưới, nên sống với nhau
trước cũng chẳng sao.*”

Sự đồng thuận của gia đình khiến đôi trẻ yên tâm. Nhưng phía sau những lời
dăn dò “*đừng có con trước khi cưới*” là một lối sống buông thả: quan hệ tình dục
thiếu kiểm soát, áp dụng các biện pháp tránh thai không khoa học, rồi phá thai
nhiều lần khi “*sự cố*” xảy ra.

Trong mấy năm đại học, Hiền đã trải qua gần chục lần phá thai. Hậu quả để lại
quá nặng nề: sau khi cưới, dù không còn tránh thai, Hiền vẫn không thể có con.
Kết quả thăm khám cho thấy buồng tử cung bị tổn thương, ống dẫn trứng tắc
nghẽn, nội mạc tử cung lạc chỗ – hệ quả trực tiếp của việc nạo phá thai nhiều
lần. Hạnh phúc gia đình tan vỡ khi cha mẹ Tuấn ép anh phải ly hôn, Hiền mang
theo nỗi ân hận, day dứt suốt đời.

Phật giáo nhìn cuộc đời qua lăng kính nhân – quả: gieo nhân nào, gặt quả ấy.
Trường hợp của Hiền là ví dụ rõ ràng. Nhiều lần nạo phá thai không chỉ gây

thương tổn thân thể, mà còn tạo nên “*nghiệp báo*” khiến cô phải gánh chịu mất mát thiên chức làm mẹ.

Trong Kinh Tăng Chi Bộ (AN 8.39 – Lokavuddha Sutta) đã chỉ rõ tám điều đưa đến sự suy hoại của con người, đó là: nghiện rượu men, chất say; đi đêm, la cà ban đêm; ham mê ca hát, nhảy múa, trò giải trí; cờ bạc, trò may rủi; giao du với bạn xấu; buông lung trong dục; lười biếng, bỏ bê việc học tập và công việc; thô bạo, hung dữ trong lời nói và hành động. Đây là tám cánh cửa mở ra sự suy đồi về thân – tâm – trí nếu con người không biết phòng hộ.

Trong câu chuyện của Tuấn và Hiền, ta thấy rõ sự “*buông lung trong dục*” đã trở thành nhân tố then chốt dẫn đến vòng lặp: ham muốn – phá thai – hối hận – rồi lại tái phạm. Khi dục vọng lấn át trí tuệ, họ đánh mất khả năng làm chủ thân tâm, xem nhẹ sự sống và cuối cùng phải gánh chịu hậu quả vô cùng đắt giá. Nếu như đôi trẻ biết quán chiếu lời dạy của nhà Phật, giữ tâm tỉnh thức để tránh xa những điều suy hoại này, tình yêu của họ sẽ có nền tảng trách nhiệm và an toàn hơn, thay vì trở thành bi kịch.

Khi bi kịch xảy ra, cha mẹ hai bên lại chính là những người thúc đẩy ly hôn, vì họ coi việc có cháu là điều kiện tiên quyết của hôn nhân. Từ góc nhìn Phật giáo, đây cũng là một dạng chấp thủ – bám víu vào mong muốn cá nhân mà bỏ qua khổ đau của người khác.

Trong Kinh Trung Bộ (MN 22 – Kinh Con Rắn) dạy rằng: “*Chấp thủ vào điều gì không nên chấp thủ, ấy là nắm con rắn bằng đuôi.*”

Cha mẹ Tuấn vì bám chấp vào quan niệm “*phải có cháu nối dõi*” nên đã góp phần đẩy cuộc hôn nhân đến tan vỡ, thay vì khuyên con cái đối diện và tìm cách vượt qua. Đây là lời nhắc nhở cho xã hội hôm nay: **tình yêu và hôn nhân** không chỉ là việc sinh con, mà còn là sự đồng hành và nâng đỡ nhau trong gian khó.



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

***Bài học cho người trẻ**

Từ câu chuyện của Tuấn và Hiền, có thể rút ra nhiều bài học:

- Tỉnh thức trong tình yêu: Mọi hành động phải đi cùng chính niệm. Tình yêu không chỉ là cảm xúc, mà còn là trách nhiệm và sự trân trọng sự sống.
- Không buông lung trong dục: Sống thử thiếu kiểm soát dễ dẫn đến hệ quả. Quán niệm về vô thường giúp người trẻ không để dục vọng lấn át trí tuệ.
- Trân trọng thân thể: Phật giáo coi thân người là quý báu khó được (Kinh Tạp A-hàm, SA 1295). Phá thai nhiều lần không chỉ hủy hoại sự sống, mà còn hủy hoại chính thân căn làm nền tảng tu học.
- Tình yêu gắn với từ bi: Nếu tình yêu đặt trên nền tảng từ bi, đôi trẻ sẽ biết bảo hộ lẫn nhau, không để những quyết định nhất thời trở thành nỗi đau cả đời.

Xã hội hiện đại mở ra nhiều lối sống mới, trong đó có sống thử. Nhưng câu chuyện của Tuấn và Hiền là một hồi chuông cảnh tỉnh. Phật giáo nhắc chúng ta: mọi hành động thiếu chính niệm đều tạo ra nhân xấu, sớm hay muộn cũng trở quả khổ. Tình yêu đẹp nhất không phải là sự chiếm hữu gấp gáp, mà là sự đồng hành tỉnh thức, nuôi dưỡng nhau bằng hiểu biết và trách nhiệm. Yêu trong ánh sáng Phật pháp chính là yêu có chính niệm, biết dừng lại khi cần, biết bảo hộ sự sống, và không để dục vọng biến tình yêu thành bi kịch.

***Những con số biết nói**

Theo thống kê của Bộ Y tế và Tổng cục Dân số – Kế hoạch hóa gia đình, số ca nạo phá thai ở Việt Nam có xu hướng giảm trong hai thập niên gần đây, từ khoảng 250.560 ca năm 2012 xuống còn 134.101 ca năm 2022, tỷ lệ phá thai chung cũng giảm từ 13 ca/1.000 phụ nữ năm 2001 còn khoảng 3 ca/1.000 phụ nữ vào năm 2023.

Tuy nhiên, con số này vẫn ở mức đáng lo ngại, bởi nhiều trường hợp không được báo cáo chính thức. Ước tính mỗi năm cả nước vẫn có khoảng 200.000 – 250.000 ca phá thai, trong đó có tới 30% là phụ nữ ở độ tuổi 15–19, chủ yếu là học sinh, sinh viên.

Riêng tại TP.Hồ Chí Minh năm 2023, các bệnh viện ghi nhận gần 43.600 ca sinh và bỏ thai, trong đó 528 ca thuộc nhóm vị thành niên. Ở bình diện toàn cầu, Tổ chức Y tế Thế giới (WHO) cho biết mỗi năm có khoảng 121 triệu ca mang thai ngoài ý muốn, và 61% trong số này (tương đương 73 triệu ca) kết thúc bằng phá thai; đáng lo ngại là gần 45% ca phá thai trên toàn thế giới diễn ra trong điều kiện không an toàn, khiến khoảng 7 triệu phụ nữ phải nhập viện điều trị biến chứng và góp phần vào 5–13% ca tử vong mẹ hàng năm.

Những con số trên là lời cảnh báo nghiêm khắc đối với giới trẻ về hệ lụy của việc quan hệ tình dục thiếu trách nhiệm, đồng thời nhấn mạnh sự cần thiết của giáo dục giới tính, sức khỏe sinh sản và thái độ tỉnh thức trong tình yêu.

Tác giả: **Nguyễn Thuý Uyên** - *Trường Đại học Thủ Đức*

Tham khảo:

https://www.who.int/health-topics/abortion?utm_source=chatgpt.com#tab=tab_1

https://tuoitre.vn/nao-pha-thai-o-viet-nam-qua-nua-la-hoc-sinh-sinh-vien-2024082823042016.htm?utm_source=chatgpt.com

https://vovgiaothong.vn/newsaudio/bao-dong-tinh-trang-nao-pha-thai-va-nguy-co-de-doa-chat-luong-dan-so-d41626.html?utm_source=chatgpt.com