

# Thiền Tập Cho Người Đồng Tính Luyến Ái

*Thầy Pháp Dung*

Ở Pháp bây giờ là mùa xuân. Con đường dẫn đến Tăng xá trên Xóm Thượng Làng Mai nở hoa anh đào thật đẹp. Người Tây phương gọi mùa xuân là mùa tuôn dậy, bởi vì muôn hoa cỏ đều đâm chồi nảy lộc cùng một lúc. Tôi tự hứa với mình là sẽ dành nhiều thời giờ hơn để đi dạo ngoài thiên nhiên. Những bước chân thoải mái đặt trên mặt đất bình an đã luôn luôn nuôi dưỡng tôi.

Mỗi con người sống trên trái đất này đều có quyền có hạnh phúc. Dù bạn là người đồng tính hay là dị tính luyến ái, thì bạn cũng là những con người có quyền có hạnh phúc. Mà hạnh phúc là một cái gì có thật. Tôi vẫn thường nói như vậy với những người bạn của tôi. Tuy hạnh phúc có sinh và có diệt, nhưng ai bảo là sinh diệt không màu nhiệm? Mùa xuân cũng có sinh và có diệt. Nhưng sự sinh diệt đó càng làm cho mùa xuân càng rực rỡ thêm mỗi khi đúng hạn trở về cùng với mọi người. Hạnh phúc là một thứ mùa xuân. Hạnh phúc là cái mà mọi người đều có quyền hưởng. Là người đồng tính luyến ái, bạn cũng có hạnh phúc của bạn. Bạn có hạnh phúc khi gần với một người bạn đồng tính. Tôi hoàn toàn tôn trọng niềm hạnh phúc đó của bạn. Vấn đề tôi quan tâm là làm thế nào để bạn giữ gìn hạnh phúc mình đang có. Cái đó đạo Bụt gọi là giữ giới. Nếu không giữ giới mình có thể làm hư hoại hạnh phúc của mình. Điều trước hết tôi đề nghị bạn thực tập, như một người đồng tính luyến ái là:

## **1. Thấy đồng tính luyến ái không phải là một căn bệnh.**

Ở xã hội Tây phương, những người đồng tính luyến ái có quyền kết hôn với nhau. Đã có những vị linh mục đồng ý làm lễ thành hôn cho họ. Đây là một phát triển rất tốt của xã hội. Qua đó, những em trai khi khám phá ra rằng mình là người đồng tính luyến ái thì sẽ không bị mặc cảm, che giấu và đau khổ. Bụt dạy rất rõ là ta đau khổ vì ta vô minh. Ta đừng để con cháu của ta đau khổ trong vô minh nữa. Ta hãy hướng dẫn cho chúng biết đồng tính luyến ái là một chuyện bình thường. Các em không cần phải mặc cảm khi mình là người đồng tính luyến ái. Trong xã hội ta, có nhiều em gái phải mang thai là vì không được giáo dục đàng hoàng về tính dục. Ta hãy lấy giáo dục làm nền tảng cho mọi sự giải thoát. Đây là hướng đi của đạo Bụt. Đạo Bụt khuyến khích ta luôn luôn cởi mở, phải thấy các pháp là không, là trống rỗng - trong đó có nhận thức, hiểu biết của ta - vì vậy cho nên ta phải cởi mở để mà học hỏi. Ta cần cho các em biết là trong xã hội ta có bao nhiêu phần trăm là những người đồng tính luyến ái. Và nếu em là một người đồng tính luyến ái, thì em cũng là một đứa con của ba, của mẹ và của gia đình. Không có lý do nào mà em phải mặc cảm, xấu hổ hay coi đó là một căn bệnh. Điều thứ hai bạn cần thực tập là:

## **2. Biết trân quý tình thương giữa mình và bạn mình.**

Tình thương là một cái gì quý giá vô cùng. Ta không thể nhân danh một cái gì để mà hủy hoại tình thương. Em có quyền thương yêu và có quyền được thương. Em có quyền thương người mình chọn lựa. Và em cần học hỏi để nuôi dưỡng và bảo vệ tình thương đó. Tu tập là để hiểu và thương cho thật sâu sắc, trong đó có những phương pháp như là thiền ngồi, thiền đi. Và ta phải nên học nói lời ái ngữ và học hạnh lắng nghe. Khi nói, ta lựa nói lời chân thật, từ tốn. Khi nghe ta học nuôi dưỡng lòng kiên nhẫn. Tôi hoàn toàn không thấy một lý do nào tại sao một người đồng tính luyện ái tu tập không thành công được. Muốn tu tập có kết quả, bạn phải hiểu tại sao mình cần hành trì. Tu tập sẽ mang đến có bạn niềm bình an, sự hiểu biết và lòng thương yêu. Đó là những hoa trái rất cụ thể của sự tu tập. Nếu bạn thương yêu một người và người đó cũng thương yêu bạn, thì hai bạn là những người rất may mắn. Dù người đó có phải là người đồng tính hay không thì tôi vẫn thấy đây là một tình thương đáng được bạn trân quý và bảo vệ. Điều thứ ba:

### **3. Bạn cần học hạnh chung thủy đối với bạn tình của mình.**

Nếu bạn không cẩn trọng trong sự giao du và nhất là trong sinh hoạt tính dục, bạn mang lại cho bạn tình của mình nhiều niềm đau khổ mà hàn gắn được. Niềm tin là nền tảng của đời sống hạnh phúc. Lòng chung thủy là để bảo vệ niềm tin đó. Tình thương là một cái gì sâu sắc và cao quý hơn niềm đam mê tính dục rất nhiều. Đồng tính luyện ái không phải là căn bệnh, nhưng nếu bạn buông thả trong đời sống tính dục của người đồng tính luyện ái thì điều đó mới mang lại nhiều căn bệnh cho bạn, trong đó có những bệnh về tâm và những bệnh về thân. Nếu đã có kinh nghiệm về việc này rồi thì ta phải điều chỉnh lại những thói quen của ta. Ta hãy cho xã hội thấy là người đồng tính luyện ái, ta cũng có nếp sống rất lành mạnh. Điều này sẽ tạo ra sự kính nể nơi mọi người trong xã hội. Nếu thấy đó là con đường đúng thì ta phải can đảm mà bước tới, dù ta cần có vài thập kỷ để thay đổi nhận thức của cộng đồng. Điều thứ tư:

### **4. Ta thấy ta là sự tiếp nối của gia đình.**

Ta có cha, có mẹ và đương nhiên ta là sự tiếp nối màu nhiệm của ông bà tổ tiên ta. Muốn sống đời sống hai người cho có hạnh phúc, ta cần nuôi dưỡng gốc rễ của ta trong gia đình thật mạnh. Vì vậy mà chuyện tu tập không phải chỉ thiết yếu đối hai người mà còn cần thiết đối với gia đình đôi bên. Ta cần phải tập tạo truyền thống ở trong gia đình. Ba ta có hạnh phúc hay nỗi khổ gì? Mẹ ta có hạnh phúc hay nỗi khổ gì? Anh ta, chị ta, em ta, họ đều rất cần sự chăm sóc và quan tâm của ta. Ta không phải là một cá nhân riêng lẻ, ta là một sự tiếp nối. Ta phải biết chăm sóc cho ta và cho cả gia đình của ta. Vì vậy ta phải thấy rằng ta không phải chỉ là một người đồng tính luyện ái mà thôi, mà là một cái gì rộng lớn hơn nhiều. Ngày nay những cặp vợ chồng trẻ tại Tây phương thường đi tới ly dị sau một thời gian ngắn ngủi sống chung với nhau. Đó là vì họ không biết nương tựa và chăm sóc cho gia đình huyết thống của hai người. Điều thứ năm:

### **5. Ta phải biết chăm sóc cho sự tiếp nối của ta.**

Ở tại Tây phương, những cặp đồng tính luyến ái có thể xin con nuôi và cùng tạo dựng một gia đình. Khi có con ta phải sống với nhau như thế nào để cho con ta thấy một gương mẫu về đời sống đạo đức. Sự hòa thuận giữa hai người sẽ là món quà lớn nhất ta có thể tặng cho con. Con ta là sự tiếp nối của ta, dù đó là con nuôi hay là con ruột. Mỗi ngày, qua sự tu tập của ta mà ta trao truyền vốn liếng của sự hành trì cho con. Cho nên ta đừng để hết thời gian để lo kinh tế cho gia đình. Ta phải tập sống như thế nào để ta có thời gian cho nhau. Ta sống và có sự thanh thoi trong khi sống. Ngay cả với người tu, nếu ta không có sự thanh thoi trong đời sống thì sự hành trì của ta không thể nào đạt tới chiều sâu được. Vì vậy mà muốn chăm sóc cho tương lai, mỗi người trong chúng ta phải tập sống bớt bận rộn, bớt lằng xằng. Tiền của chưa phải là món quà lớn ta có thể để lại cho con mình. Ông bà mình thường nói: để đức cho con. Con cháu ở đâu thì ông bà ở đó. Ông bà luôn có mặt trong dạng của đức độ, trong hình thức của những hạt giống trong tâm ta.

Trên đây là năm điều tôi đề nghị. Nếu bạn thấy phù hợp thì cần phải đem ra hành trì. Không phải làm là được liền đâu bạn. Nếu ta có niềm tin thì ta sẽ có quyết tâm. Cái đó đạo Bụt gọi là tín lực làm phát sinh ra tấn lực. Rồi tấn lực làm ra niệm lực. Niệm lực tức là chánh niệm. Chánh niệm là năng lượng giúp ta biết cái gì đang xảy ra trong giây phút hiện tại. Trong hiện tại, ta có đủ hạnh phúc không? Thành thoi không? Bình an không? Và niệm lực mang đến định lực. Rồi định lực mang tới tuệ lực. Tuệ là sự hiểu biết giúp cho ta biết sống, biết thương. Tất cả đều phát sinh ra từ niềm tin và sự quyết tâm. Chúc bạn thành công.

*Làng Mai, 29-3-2006 [www.langmai.org](http://www.langmai.org)*