Chọn sống dễ dàng giữa cuộc đời gian nan

ISSN: 2734-9195 15:35 18/04/2026

Cuộc sống có dễ dàng hay không, tất thảy đều phụ thuộc vào suy nghĩ của bản thân mình.

Tác giả: **Trần Xuân Hiệp**

Sáng nay, tôi tình cờ gặp lại người bạn thân chung lớp đại học khi xưa. Sau vài câu chào hỏi, người bạn tôi vui vẻ nói: *"Nhìn bạn tươi tắn và tự tin như thế này, hẳn cuộc đời đã rất dễ dàng với bạn suốt những năm tháng vừa qua"*. Tôi khẽ mỉm cười thay câu trả lời. Trên đường về, tôi vẫn luôn miên man với ý nghĩ: "***Cuộc sống*** *này có thật sự dễ dàng?*" Câu trả lời chắc chắn sẽ là không.

Dù xuất thân, hoàn cảnh, địa vị xã hội thế nào thì cuộc sống của mỗi người đều có vấn đề khác nhau, đòi hỏi chúng ta phải vật lộn với chúng hằng ngày. Và dù có giải quyết được hay không giải quyết được thì bản thân mỗi người vẫn phải sống và kiên cường từng ngày để vượt qua. Cá nhân tôi cũng không là ngoại lệ, khi phải thường trực đối diện với biết bao khó khăn và gian nan suốt nhiều năm trở lại đây. Tuy nhiên, sau nhiều biến cố, đời sống nội tâm của tôi dần có nhiều thay đổi.

Tôi chọn cách sống dễ dàng, tự tin với bản thể cá nhân và học cách đơn giản hoá mọi điều khó khăn trong đời sống.

Trước đây, khi còn đi học, tôi thường ấn tượng với câu chuyện của một nữ giảng viên dạy văn học Trung Quốc. Cô giáo của tôi khi ấy kể lại một giai thoại về Trang Tử. Trong một lần cùng nhau chu du, **Trang Tử** và Huệ Tử đi qua cầu sông Hào. Nhìn ngắm đàn cá dưới dòng sông, Trang Tử bảo: *"Đàn cá bơi lội trông rất vui"*. Huệ Tử liền thắc mắc: "*Ông không phải là cá, làm sao ông biết đàn cá có vui hay không?".*

Trang Tử lập tức đáp lại: *"Ông cũng không phải là tôi, sao biết tôi không biết cá có vui hay không?*"

Kỳ thực, niềm vui của cá là đơn thuần là được bơi lội tung tăng, niềm vui của người cũng giản đơn là được tồn tại một cách tự nhiên nhất. Câu chuyện ấy

truyền cho tôi một nguồn năng lượng tích cực, khiến tôi nhận ra rằng sau biết bao gian khó trong đời, niềm vui đơn giản chính là người ta là được sống đúng với cái tôi cá nhân, chứ không phải sống lệ thuộc theo một khuôn khổ nào đó của tiêu chuẩn cộng đồng.

Chợt nhớ đến Nomadland, bộ phim trước đây tôi rất yêu thích. Nội dung phim kể về cuộc sống của những người du mục, vốn là một cộng đồng rất đặc biệt ở nước Mỹ. Một người bạn của tôi sống tại quốc gia này kể rằng theo thống kê, trên toàn nước Mỹ có khoảng 3 triệu người "*nomadic*", tức **những kẻ du mục**.

Điều đặc biệt là 90% trong số đó đều là nhóm người trên 55 tuổi. Cá nhân tôi cho rằng chỉ có nước Mỹ mới có thể xuất hiện nhiều kẻ du mục như thế, nguyên nhân có thể do hệ thống đường sá và những tiện nghi trên đường đều tốt.



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

Khi quyết định chọn đề tài nói về một cộng đồng chỉ khoảng 1% của nước Mỹ để làm phim, đạo diễn khiến tôi rất bất ngờ vì tính thời sự nhưng cũng rất đỗi dung dị, mang tính nghệ thuật cao. Với một đạo diễn di dân như Chloe Zhao, việc khai thác đề tài về cuộc sống lang thang đây đó trên những con đường của một cộng đồng người du mục, là một thành công rất lớn. Dẫu xuất phát từ nhiều lí do khác nhau như mong muốn ngắm nhìn vẻ đẹp của tự nhiên và sống gần tự nhiên hoặc thực hiện lời hứa với người đã khuất, để hàn gắn những vết thương lòng... nhưng các nhân vật trong phim đều là một cộng đồng đáng yêu và đáng mến. Ngoại trừ một chàng trai đi vì yêu thích cuộc sống như thế, tất cả những người trong cộng đồng này đều là người già.

Suốt quá trình di chuyển trên đường, họ phải đối mặt với rất nhiều chướng ngại tất yếu như sức khỏe suy giảm, tiền bạc cạn kiệt, xe bị hư hỏng, sự kỳ thị của gia đình,... Tuy nhiên, họ vẫn sẵn lòng giúp đỡ và hỗ trợ cho nhau, chia sẻ những câu chuyện thật lòng với nhau, cho nhau lời khuyên, dựa vào nhau khi cần thiết. Điều thú vị là khi chia tay, họ thường nói hẹn gặp lại chứ không bao giờ chịu nói tạm biệt mãi mãi. Cũng bởi, họ sẽ luôn nhìn thấy nhau qua bóng dáng người khác, trên chặng hành trình phía trước.

Thông điệp của bộ phim đơn giản nhưng khiến tôi xúc động sâu sắc. Có cảm tưởng điều các nhân vật trong phim tìm kiếm là sự tự do vượt qua mọi ranh giới về quan niệm, truyền thống hoặc thành kiến cộng đồng về những điều được định nghĩa là hạnh phúc. Cũng từ bộ phim này, tôi nhận ra cuộc sống chỉ thật sự dễ dàng khi chúng ta cho phép mình được tự do. Hạnh phúc không đến từ những điều người khác mặc định cho ta, nó đến từ việc chúng ta đã dũng cảm nhận ra mình cần điều gì, thực hiện việc gì để cảm thấy đủ đầy và an nhiên.

Năm 2019, mẹ tôi qua đời. Đó là một biến cố rất lớn với cá nhân tôi. Suốt một thời gian dài, tôi không cảm nhận được niềm vui trong đời sống. Bế tắc với đời sống, tôi quyết định thay đổi không gian sống. Tôi tìm đến thị trấn Chefchaouen ở Morocco. Hằng ngày, tôi đi dọc những góc phố với những ngôi nhà sơn trùng tông xanh, lặng lẽ ngắm nhìn những cây mận tán rộng đang ra lá non giữa bầu trời tĩnh mịch sau cơn bão tuyết dài. Tôi an tĩnh đứng ngắm những thứ ấy, cảm giác có một nguồn năng lượng nào đó len lỏi vào cơ thể, chạy thẳng lên não, bung mở vài hộc tủ kẹt cứng trong đó. Phép màu của sự tỉnh thức đã khiến tôi học cách sống an nhiên hơn, biết chấp nhận hơn sau biến cố lớn nhất đời là mất mẹ.

Cũng trong năm ấy, tôi chọn đổi nơi làm việc, cũng bắt nguồn từ suy nghĩ nên chọn lựa điều gì hợp với mình trong thời điểm đó. Môi trường làm việc mới, những con người mới cho tôi một nguồn sinh lực mới. Điều tuyệt vời là cánh cửa ở môi trường trước đó vẫn không đóng lại. Đó là niềm khích lệ tuyệt vời. Tôi vẫn gìn giữ được tình thầy trò, tình đồng nghiệp, tình bạn với vài người. Như thế đã là quá đủ với bản thân.

Bản thân tôi nhận ra mình không có nhiều kinh nghiệm sống. Sống tới đâu biết tới đó, sửa sai tới đó. Chỉ xin chia sẻ với mọi người một trải nghiệm nhỏ của bản thân: Một cách tự nhiên và thường trực, bạn hãy nghĩ chân thành và trung thực nhất về cuộc sống mà bạn thực sự muốn sống mỗi ngày, từ công việc, tình yêu, sức khỏe, ước nguyện, địa điểm sống và dịch chuyển... và vui vẻ thực hiện nó mỗi ngày, trong khả năng cho phép của chính mình.

Cuộc sống có dễ dàng hay không, tất thảy đều phụ thuộc vào suy nghĩ của bản thân mình.

Tác giả: **Trần Xuân Hiệp**