



Cuộc sống là những ngày xuân tràn ngập niềm vui

ISSN: 2734-9195 09:15 25/03/2026

Con người muốn được vui vẻ chỉ nên chọn sống một cách đơn thuần là để sống, không cần phải giải thích mọi điều mình làm cho người khác.

Những ngày cận Tết ở **miền Bắc** luôn là thời điểm lạnh giá với từng cơn gió mang cảm giác se sắt lạnh tràn về. Mặc dù thời tiết giá rét nhưng ánh mặt trời vẫn quật cường trên bầu không trung cao vút. Thức giấc sau một giấc ngủ dài, tôi thoáng thấy vài áng mây ửng hồng như gương mặt người thiếu nữ đang độ xuân thì. Chọn một góc nhỏ, lặng lẽ ngồi xuống lan can của sân thượng, tôi hướng mặt về phía ánh nắng đang dần tươi hồng.

Cũng lâu lắm rồi tôi mới dứt được những trang sách dày cộp toàn con số và chữ cái để ngồi ngắm nhìn thiên nhiên trong trẻo và tươi đẹp.

Cái lạnh dẫu se sắt nhưng bản thân vẫn đang được sống trong **mùa xuân**. Tôi đã nghĩ như thế khi bắt đầu một hành trình đạp xe hơn 20 km mỗi ngày quanh hồ Gươm. Trời vẫn âm u lắm, nhiều mây nhưng những đoá hoa cẩm tú cầu đã bùng nở hồng tươi quanh mặt hồ trong xanh. Cảm xúc được thức giấc vào mỗi sáng mùa xuân để chào đón một ngày mới, dù mưa hay nắng, dù nóng hay lạnh, thật vô cùng tuyệt vời.

Cảm xúc bất chợt ấy khiến tôi nhớ đến những dòng này trong cuốn tiểu thuyết nổi tiếng *"Anne tóc đỏ dưới mái nhà xanh"* (1908) của nhà văn Lucy Maud Montgomery: *"Thế giới thân yêu ơi", cô bé thì thầm, "bạn thật đáng yêu, và tôi rất vui vì được sống trong thế giới này"*. Mỗi buổi sáng, khi bình minh được chiếu sáng, luôn là một khởi đầu mới, luôn tràn ngập những việc cần làm và những khám phá cần thực hiện.

Cuộc sống là những ngày mùa xuân ngập tràn niềm vui và điều kỳ diệu, được dệt nên từ cảm xúc đối với cuộc sống.



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

Khi đọc truyện này, tôi rất xúc động với cảm xúc của nhân vật cô bé Anne Shirley mơ mộng, hài hước, có trí tưởng tượng phong phú về cuộc sống xung quanh cô. Tôi không còn ở tuổi của Anne, nhưng vẫn luôn cố gắng giữ được một thái độ sống tích cực, duy trì tình yêu cuộc sống da diết như thế, mặc dù đã trải qua rất nhiều biến động và thăng trầm trong cuộc đời đã qua.

Nhiều ngày nay, việc thức dậy sớm và vận động đã trở thành một dạng kỉ luật, thói quen quan trọng giúp cải thiện tâm trạng, cân bằng sức khỏe cho bản thân tôi. Tôi học cách sống vui vẻ, khỏe khoắn, loại bỏ được nhiều lượng mỡ thừa trên cơ thể. Trước đây, khi còn trẻ, tôi hay thức khuya, hay la cà ở các quán cà phê mở cửa suốt đêm. Trong tâm thức của một người trẻ khi ấy, việc thức khuya là một điều gì đó rất ngẫu, tạo cảm giác cá tính. Tuy nhiên, cũng chính thói quen này đã tàn phá sức khỏe của tôi ghê gớm. Da dẻ tôi ngày càng vàng vọt, sức khỏe kém đi, đầu óc lúc nào cũng căng thẳng.

Sau một thời gian, tôi nhận ra rằng bản thân nên thay đổi. Tôi chọn đi ngủ sớm hơn thay vì ngủ muộn tạo ra sự sáng khoái mỗi khi thức dậy. Chính thói quen này khiến tôi cảm thấy vui vẻ và năng lượng luôn tràn đầy. Đồng hành cùng việc thức giấc sớm, tôi rèn thói quen viết ra các post chiêm nghiệm về cuộc sống sau mỗi một chuyến đạp xe. Đó cũng là một điều rất tuyệt vời để bản thân tập suy nghĩ và chia sẻ cảm xúc của chính mình.

Sáng mùa xuân, tôi chọn ngồi ở một góc quán cà phê gần phố cổ, lặng lẽ ngắm nhìn tiết trời trong xanh se sắt lạnh. Tôi cứ thế tĩnh lặng ngắm phố phường cho đến khi một chị quen khẽ khàng gọi: "*Chào em. Dạo này trông em khác quá. Chị suýt nữa không nhận ra em rồi*". Tôi khá ngỡ ngàng khi nghe câu nói ấy từ chị. Bản thân chợt nhận ra sẽ có một thời điểm nào đó, khi dần trưởng thành

hơn, chúng ta sẽ có xu hướng không còn kiếm tìm vị trí của mình trên thế giới mà quay sang ổn định vị trí của mình trong chính nội tâm.

Thay vì mặc định rằng cuộc sống trở thành một màn trình diễn, chúng ta cố gắng sống để được người khác chấp thuận, tôi học cách quay trở lại với chính mình để thấu hiểu bản thân. Đó không còn là việc mọi người nhìn nhận bạn như thế nào, mà thay vào đó là cách chúng ta học cách đối diện với bản thân mình khi căn phòng trống rỗng và thế giới trở nên tĩnh lặng.

Kể từ khi nhận ra giá trị của sự tĩnh lặng nội tâm, tôi dần không quan tâm hay định nghĩa bất kỳ giá trị, mục đích hay hướng đi của bản thân dựa trên góc nhìn của thế giới. Cũng bởi, bản thân hiểu rằng mọi người xung quanh luôn có thói quen thích dán nhãn, gán cho chúng ta những định nghĩa hoặc phán xét theo góc nhìn của họ mà không hiểu con người của chúng ta.

Điều này thực ra không quan trọng với **hành trình trưởng thành** của mỗi chúng ta. Con người muốn được vui vẻ chỉ nên chọn sống một cách đơn thuần là để sống, không cần phải giải thích mọi điều mình làm cho người khác. Phương thức khả dĩ nhất là chúng ta học cách yêu bản thân, tự tin vào chính mình, hạn chế để những nhận xét thiếu khách quan của thế giới bên ngoài khiến chúng ta buồn rầu và dao động, không còn cảm thấy tự tin.

Trải qua nhiều biến cố, bản thân thấu hiểu rằng những suy nghĩ, thậm chí thành kiến của người khác nghĩ về tôi không thể định nghĩa con người bạn. Việc người khác nghĩ gì về bạn không liên quan gì đến chúng ta. Điều chúng ta có thể làm hằng ngày là học cách nhìn nhận bản thân, tập lắng nghe và hơn hết là thể hiện bản lĩnh trong cuộc sống của chính mình. Bởi vì sức mạnh nội tâm, kiên định tin tưởng vào bản thân của một người có thể làm được và định hình tất cả mọi thứ như lựa chọn, ranh giới, lòng dũng cảm, năng lượng bạn mang vào cuộc sống này. Thế giới này không thể quyết định bạn là ai. Chính chúng ta mới là người quyết định quyền năng này.

Đâu đó sâu thẳm bên trong, chúng ta đều nhận thức được việc mình có mặt trong cuộc đời này để làm gì. Mỗi người chúng ta đều có quyền quyết định mình là ai, trở thành điều gì và muốn được bước đi như thế nào trong cuộc sống này. Đó là sức mạnh và trách nhiệm của chúng ta.

Trong bất kỳ tình huống nào, xin hãy kiên định lựa chọn chính mình. Bởi vì đó là nơi duy nhất bạn thực sự cần thuộc về chính là bên trong bạn.

Mùa xuân mới lại bắt đầu bằng những âm thanh rao hàng rộn rã của những cô gánh hàng hoa với cơ man đủ các loại như thực dược, cúc họa mi... trên khắp

phố phường **Hà Nội**. Cuộc sống này tưởng chừng dài mà thực ra ngắn ngủi lắm. Một năm mới thoáng chốc sẽ lại kết thúc như quy luật tất yếu của vũ trụ.

Bạn thân mến, thay vì lo lắng vì ánh nhìn của thế giới chung quanh, chúng ta hãy bận rộn với những điều tích cực, học cách suy nghĩ và hành động tích cực, bận rộn yêu thương chính mình, và hãy lười nghĩ và làm những điều tiêu cực.

Nhiều người thích nói đến chữ “*có kiêng có lành*” nhưng theo một ý hoàn toàn tâm linh, trong khi cái cần kiêng là làm điều xấu, nghĩ điều xấu thì không làm. Cuộc sống ngắn ngủi và cũng rất công bằng cho người tin vào điều tốt. Hãy yêu đời và đời sẽ yêu lại bạn, một khi bạn luôn bận rộn với những điều tích cực cho bản thân và mọi người...

Tác giả: **Huỳnh Thị Ánh Tuyết**