TẠP CHÍ NGHIÊN CỨU
PHẬT HỌC
CƠ QUAN NGÔN LUẬN CỦA TRUNG ƯƠNG GIÁO HỘI PHẬT GIÁO VIỆT NAM
ISSN: 2734-9195

Hạnh phúc là một hành trình

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

Tôi học được sự kiên định, mạnh mẽ từ những người nông dân khoác áo bông dày, dắt bò lên đồi, bàn tay nứt nẻ mà ánh mắt sáng rực niềm tin. Họ đào từng luống đất, gieo kê, trồng cao lương, chăm chút từng giọt nước như giữ vàng trong đất.

Thi thoảng, được xuất hiện trong những lần trò chuyện truyền cảm hứng cho sinh viên, bản thân tôi thường được đặt câu hỏi: "**Hạnh phúc** là gì?".

Câu hỏi này vốn dĩ không khó nhưng lại có vô số đáp án khiến bản thân luôn chần chừ. Cũng bởi, trên thế giới có bao nhiêu người thì ắt hẳn sẽ có bấy nhiêu định nghĩa về hạnh phúc. Với một người mê xê dịch như tôi thì hạnh phúc đơn giản là đi khắp nơi, xa nhất có thể, dài nhất có thể, vượt qua những vùng đất, sa mạc, gió tuyết, thậm chí leo lên những đỉnh núi, bay qua những đại dương, gặp gỡ thật nhiều người trong các hành trình và nếm trải mọi cảm giác trong những chuyến đi.

Với tôi, những chuyến đi cũng là một hành trình tìm kiếm tự do, đấy là việc chúng ta cho phép mình tự do đón nhận mọi cảm xúc, rong chơi, biểu cảm và gắn kết với thiên nhiên trong mỗi chuyến đi.

Đương nhiên để được như thế, bản thân phải luôn duy trì được sức khoẻ tốt, tinh thần lạc quan, tư duy tích cực, trang bị cần thiết và đầy đủ, sẵn sàng cho một hành trình...



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Hơn 10 năm nay, tôi rèn luyện thói quen đi nhiều, ghi lại hành trạng **cảm xúc**, trải qua đủ cung bậc của những hành trình xuyên biên giới. Từ những chuyến đi, tôi nhận ra rằng, cách một người chọn di chuyển không chỉ đơn thuần là việc đi từ nơi này đến nơi khác.

Mỗi chuyến đi luôn hàm chứa thông điệp riêng, giúp tôi nhận ra mình là ai, đã trân trọng quỹ thời gian hạn hẹp của bản thân thế nào và lưu giữ lại điều gì về hành trình của chính mình.

Nhiều người hỏi tôi sao lại sẵn sàng đánh đổi tiền bạc và sức khoẻ cho một chuyến đi. Tôi thường mỉm cười cho rằng đó là cách tôi đối xử thật tốt và xa xỉ của tâm hồn, nơi bản thân có quyền được yên tĩnh để đọc nốt một chương sách, tranh thủ viết báo hoặc chuẩn bị ý tưởng cho một dự án nào đó. Có một điều đáng ngạc nhiên là đa số các bản thảo báo chí của tôi đều được viết trong nhà chờ hoặc trong các chuyến bay. Bạn thấy đó, trong một thế giới luôn hối hả, đôi khi việc chọn cho mình một "khoảng lặng" ở một nơi xa lạ chính là cách để chúng ta tái tạo lại năng lượng sáng tạo. Để rồi khi kết thúc một hành trình, chúng ta không chỉ sở hữu những kí ức khó quên, mà còn có khả năng gặp gỡ với một phiên bản tốt hơn của chính mình, tràn đầy cảm hứng và sẵn sàng cho những hành trình mới. Vì đời là những **chuyến đi** và chúng ta xứng đáng được đi một cách tuyệt vời và hào hứng nhất.



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Thi thoảng, ngồi dưới ánh hoàng hôn của một quán cà phê nào đó, tôi lại nhớ về những ngày đã từng rong chơi ở Trùng Khánh... Thành phố hiện đại dựa vào lưng núi ấy không chỉ có những con dốc chồng lên nhau hoặc vài cây cầu bắc qua sông, mà còn chứa đựng rất nhiều ký ức. Khi mặt trời dần khuất bóng, ánh hoàng hôn về chiều nhuộm vàng những tòa nhà, phản chiếu xuống dòng sông, tôi lặng lẽ ngồi thưởng thức cốc matcha thơm béo, ngắm nhìn Trùng Khánh với vẻ ngoài dịu dàng đến lạ kỳ so với vẻ ngoài náo nhiệt thường ngày. Thi thoảng, đồng hành cùng vài người bạn mới trong cuộc hành trình, tôi cứ thế miên man dọc theo những con phố, nhìn tàu điện lướt qua giữa các tòa nhà, hay đứng trên cao ngắm dòng người qua lại, cảm nhận được nhịp sống rất riêng của đô thị này, vừa vội vã, vừa đầy cảm xúc. Có những thành phố, rời đi rồi sẽ lãng quên. Nhưng cũng có những nơi, chỉ cần vài khoảnh khắc thôi, cũng đủ để chúng ta ghi nhớ rất lâu. Và Trùng Khánh, có lẽ chính là một nơi như thế.

Lại có những lần, tôi thả hồn giữa Nam Kinh vào mùa hoa anh đào nở rộ, đẹp như một khung hình bước ra từ **giấc mơ**. Giữa lòng Nam Kinh, chúng tôi chậm rãi đi viếng chùa Kê Minh, ngắm nhìn mùa hoa đẹp nhất trong năm. Con đường dẫn lên chùa được bao phủ bởi những tán anh đào rực rỡ, sắc hồng nhẹ nhàng trải dài, tạo nên không gian vừa lãng mạn vừa cổ kính. Có những bình minh, tôi mua vội cốc cà phê rồi cứ thế đi đắm chìm trong ánh nắng chiếu qua từng cánh hoa, khiến cả con đường như bừng sáng. Thi thoàng, vài cơn gió nhẹ thổi khiến những cánh hoa bâng khuâng rời cành, mang lại cảm giác rất đỗi dịu dàng. Tuy nhiên, khi đêm xuống, không gian ở Nam Kinh lại toát lên vẻ đẹp khác biệt với những ánh đèn vàng hòa cùng sắc hoa tạo nên khung cảnh “dạ anh đào” đầy mê hoặc, tựa như thước phim chậm trôi giữa đời thực. Có những chuyến đi, không cần di chuyển quá nhiều, chỉ cần tản bộ dưới hàng cây, ta vẫn có thể cảm nhận hạnh phúc trọn vẹn khi đứng giữa đất trời vào xuân. Mỗi góc nhỏ đều

có thể trở thành khung hình đầy cảm xúc, vừa trong trẻo vừa hoài niệm...



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Với tôi, **hạnh phúc** trong mỗi chuyến đi đến từ những khoảnh khắc rất giản dị, điển hình như việc được ngắm nhìn cảnh sắc mùa Xuân và cảm xúc của mình trong sớm mai đầy thong thả. Tuy nhiên, có những chuyến đi không hẳn là yên ả.

Ví như chuyến đi đến cao nguyên vào năm ngoái. Xe ô tô chở tôi rời thành phố Đôn Hoàng khi trời chưa sáng. Ở đây 7 giờ sáng mà trời vẫn tối đen như mực, đến 8 giờ sáng mới bắt đầu có những tia sáng đầu tiên. Dù mỏi mệt vì phải thức giấc từ sớm nhưng tôi vẫn cố gắng tỉnh táo ngồi ghi chú những thông tin đầu tiên về chuyến đi. Thi thoảng tôi ngước nhìn qua khung cửa sổ, ánh đèn vàng hắt lên những triền đồi trơ trụi, nơi đất đã nhuộm thành màu mật ong khô của thời gian.

Chiếc xe ô tô chở chúng tôi băng qua sa mạc trên đường cao tốc, vượt qua vô số tầng đất như những trang sách cổ xếp chồng lên nhau. Tôi nhìn những lớp đất hoàng thổ ven đường, chợt nhận ra đó là thứ đất từng đi vào văn học Trung Hoa như một biểu tượng thiêng liêng của lao động, gợi nên bao ký ức và nỗi đau trong đời sống thực.



Hình minh họa. Nguồn: Internet

Người Trung Hoa thường ví von gọi cao nguyên hoàng thổ là “vùng đất mẹ của **dân tộc**”. Tên gọi này có lẽ xuất phát từ hàng nghìn năm trước, khi lớp đất vàng tơi xốp ấy đã nuôi dưỡng những hạt kê đầu tiên, tạo cơ sở cho nền nông nghiệp sơ khai và sự xuất hiện của những triều đại sớm nhất ở Trung Hoa cổ đại là các nhà Hạ, Thương, Chu. Cũng chính từ những bờ đất khô cằn này, nền văn minh Hoàng Hà được khởi sinh, mang theo lớp phù sa màu vàng và cả những cơn lũ dữ huyền thoại. Tuy nhiên, vùng đất hoàng thổ không chỉ là nguồn sống, mà còn là thử thách khắc nghiệt cho những cư dân sống tại đây. Với lượng mưa mỗi năm chỉ dao động khoảng 200 đến 600 milimét, thời tiết tại vùng đất này đặc biệt khó chịu với mùa hè khô bỏng như thiêu, mùa đông lạnh buốt đến nứt nẻ cả da người. Gió cuốn cát từ các sa mạc Gobi, Ordos thổi qua, phủ bụi lên mái nhà, lên mặt người, bao trùm cả ký ức. Đây cũng là vùng đất bị xói mòn nghiêm trọng nhất thế giới, chiếm gần 70% diện tích toàn cao nguyên. Mỗi năm, hơn một tỷ tấn đất bị gió và nước cuốn trôi, khiến sông Hoàng Hà đục ngầu phù sa. Dẫu là dòng sông mẹ của người Trung Hoa, nhưng đây cũng là dòng sông chứa đựng nhiều đau khổ và mất mát.

Tuy nhiên, điều tôi cảm thấy tuyệt vời nhất vẫn là sức sống của con người giữa vùng đất tưởng như chết lặng này.

Trong những áng văn chương từng đọc, tôi đã thấy những mái nhà hang đất gọi là “yaodong”(diêu động) khoét sâu vào sườn đồi. Những ngôi nhà chỉ có cửa sổ tròn và một ngọn đèn nhỏ, mùa đông thì ấm, mùa hè thì mát. **Cuộc sống** nhân sinh nơi đây là minh chứng cho sự bền bỉ như sức mạnh của đất: cứng cỏi, ít lời, nhưng chưa bao giờ gục ngã. Giữa khô cằn vẫn vang lên nhịp sống mãnh liệt. Tôi học được sự kiên định, mạnh mẽ từ những người nông dân khoác áo bông dày, dắt bò lên đồi, bàn tay nứt nẻ mà ánh mắt sáng rực niềm tin. Họ đào từng

luống đất, gieo kê, trồng cao lương, chăm chút từng giọt nước như giữ vàng trong đất.

Riêng tôi cho rằng hạnh phúc của một người hoàn toàn có thể được đo bằng những chuyến đi cùng biết bao trải nghiệm. Vốn sống của người đó cũng vì lẽ vậy mà ngày càng dày lên sau từng hành trình trải nghiệm. Có những chuyến đi trong mưa hoặc bão táp, có những ngày chứng kiến thời tiết đẹp mê hồn, lại có những lần delay hoặc huỷ chuyến bay ở một xó xỉnh nào đó của thế giới và chọn ngủ lại qua đêm gần sân bay.

Suốt nhiều năm qua, cảm ngộ hạnh phúc là một hành trình nên tôi luôn cho phép mình được đi và trải nghiệm, cảm nhận cuộc sống ở mọi khung trời, với mọi cung bậc cảm xúc.

Hạnh phúc chính là quá trình trải qua và thấm thía tất cả những cung bậc cảm xúc, thấu hiểu từng giá trị. Người lữ khách cứ thế bước đi. Những trải nghiệm, dù vui hay buồn, đều là hạnh phúc của kiếp người lang thang...

Tác giả: **Trần Xuân Hiệp**