

"Nữ hoàng tốc độ": Không phải trở lại, mà là trở nên tốt hơn

ISSN: 2734-9195 14:10 02/09/2026

Có lẽ, đến một lúc nào đó, ta sẽ hiểu câu nói của Richardson theo một nghĩa khác: Không phải tôi đã trở lại. Tôi chỉ đang tiếp tục trở thành một phiên bản tỉnh thức hơn của chính mình.

Sha'Carri Richardson và bài học sau những lần vấp ngã.

Có những người khiến chúng ta khâm phục vì họ chưa từng thất bại. Nhưng cũng có những người khiến chúng ta suy nghĩ lâu hơn bởi họ từng sai, từng bị lên án, từng tưởng như đánh mất tất cả, rồi đứng dậy.

Sha'Carri Richardson thuộc nhóm thứ hai.



(Ảnh: Internet)

Được kỳ vọng trở thành nữ hoàng tốc độ mới của nước Mỹ, Richardson từng đứng trước cánh cửa Olympic rồi bị đẩy ra ngoài sau khi mẫu xét nghiệm dương

tính với THC. Cô trở thành tâm điểm của những lời chỉ trích. Nhưng hai năm sau, cô giành HCV 100 m tại Giải vô địch thế giới 2023 với thành tích 10,65 giây - kỷ lục giải.

Tại Olympic Paris 2024, Richardson giành HCB 100 m và HCV 4×100 m. Năm 2025, cô lại vướng vào một biến cố đời tư nghiêm trọng khi bị bắt với cáo buộc hành hung bạn trai Christian Coleman.

Nếu chỉ nhìn vào huy chương, Richardson là một nhà vô địch. Nếu chỉ nhìn vào sai lầm, cô là một nhân vật gây tranh cãi.

Từ thần đồng đến cú ngã

Richardson sinh năm 2000 tại Dallas, Texas. Tài năng chạy nước rút của cô được phát hiện từ nhỏ. Năm 2019, khi mới 19 tuổi, cô chạy 100 mét trong 10,75 giây và 200 m trong 22,17 giây tại giải NCAA, phá các kỷ lục thế giới U20 ở cả hai nội dung.

Năm 2021, khi đang ở đỉnh cao, Richardson trải qua một cú ngã lớn.

Cô vừa giành quyền dự Olympic Tokyo sau chiến thắng ở nội dung 100m tại Olympic Trials thì mẹ qua đời. Richardson sau này kể rằng cô biết tin mẹ mất từ một phóng viên, trong thời điểm vô cùng nhạy cảm.

Sau đó, mẫu xét nghiệm của cô cho kết quả dương tính với THC. Theo quy định chống doping khi ấy, thành tích 100 m tại Olympic Trials bị hủy và cô nhận án đình chỉ một tháng, đồng nghĩa với việc mất cơ hội thi đấu 100 m tại Olympic Tokyo.

Một sai lầm không phải toàn bộ con người

Sau biến cố năm 2021, Richardson trở thành mục tiêu của sự phán xét, một cô gái trẻ vừa mất mẹ, một vận động viên vừa mất cơ hội Olympic và một con người đang tổn thương phải đứng trước hàng triệu ánh mắt.

Đám đông thường rất nhanh.

Nhanh hơn cả đường chạy 100 m.

Chúng ta dễ gọi một người là “thất bại”, “đáng trách” hay “vết nhoe”. Nhưng một hành động không phải toàn bộ con người. Một thất bại không phải toàn bộ cuộc đời.

Trong góc nhìn Phật giáo, nếu hôm qua một người đã sai, điều đó không bắt buộc họ phải sai mãi ngày mai.



(Ảnh: Internet)

Đó chính là cánh cửa của chuyển hóa.

Richardson không phủ nhận những gì đã xảy ra. Nhưng cô cũng không để biến cố ấy trở thành định nghĩa cuối cùng về mình.

Năm 2023, cô trở lại đỉnh cao. Tại giải vô địch Mỹ, Richardson giành chức vô địch 100m với thành tích 10,82 giây. Tại Giải vô địch thế giới ở Budapest, cô giành HCV 100 m với thành tích 10,65 giây và tiếp tục giành HCV 4×100 m cùng đội Mỹ.

Richardson gọi hành trình ấy bằng một câu nổi tiếng: “I’m not back. I’m better”.

Huy chương không thể chữa lành vết thương

Richardson có thể chạy 100m trong hơn mười giây, nhưng tốc độ không thể giúp cô chạy khỏi nỗi đau mất mẹ.

Cô có thể đánh bại những đối thủ nhanh nhất thế giới, nhưng không thể chạy nhanh hơn ký ức.

Cô có thể đứng trên bục cao nhất, nhưng một tấm huy chương không tự động chữa lành những tổn thương bên trong.

Đó là điều xã hội hiện đại đôi khi dễ quên. Chúng ta thường nhìn thấy thành quả mà không nhìn thấy tâm thức phía sau thành quả.

Với một vận động viên, người ta nhìn vào đồng hồ: 10,65 giây, 10,71 giây hay 10,86 giây. Nhưng phía sau những con số ấy là một con người với gia đình, mất mát, nỗi đau, những ngày tập luyện và những lần thất bại.

Từ bi không có nghĩa là dung túng

Năm 2025, câu chuyện của Richardson lại có một bước ngoặt khó khăn. Cô bị bắt tại sân bay Seattle-Tacoma sau vụ việc hành hung bạn trai. Sau đó, Richardson công khai xin lỗi, nhận trách nhiệm và nói rằng những tổn thương trong quá khứ đã ảnh hưởng đến khả năng của cô trong việc tiếp nhận và trao đi tình yêu.

Cô tuyên bố sẽ tìm kiếm sự giúp đỡ.

Chi tiết này rất quan trọng nếu muốn nhìn Richardson như một con người đang chuyển hóa, thay vì biến cô thành một “tấm gương hoàn hảo”.

Con đường trung đạo là thấy rõ lỗi lầm nhưng không phủ nhận con người; thấy rõ hậu quả nhưng không nuôi dưỡng hận thù; có trách nhiệm nhưng không đóng đinh một người vào quá khứ.

Nếu Richardson sai, cô phải chịu trách nhiệm. Nếu cô gây tổn thương cho người khác, người bị tổn thương phải được tôn trọng.

Richardson đã thay đổi.

Không phải trở lại, mà là tiếp tục trở thành

Cuộc đời Richardson cho thấy sự vô thường ngay trên đường chạy 100 m.



(Ảnh: Internet)

Năm 2019, cô là thần đồng.

Năm 2021, cô bị loại khỏi Olympic.

Năm 2023, cô là nhà vô địch thế giới.

Năm 2024, cô giành huy chương Olympic.

Năm 2025, cô lại đứng trước khủng hoảng đời tư.

Không có trạng thái nào tồn tại mãi mãi.

Thành công vô thường. Thất bại cũng vô thường. Lời tung hô vô thường. Tiếng chỉ trích cũng vô thường.

Vì thế, câu chuyện Richardson không dạy rằng “cứ sai đi, rồi ngày mai sẽ vô địch thế giới”.

Cuộc đời không đơn giản như vậy.

Điều câu chuyện ấy gợi ra là: một lần ngã chưa phải là kết thúc, nếu ta còn khả năng tỉnh thức.

Richardson từng mất Olympic nhưng không mất toàn bộ cuộc đời. Từng bị người khác định nghĩa bằng một kết quả xét nghiệm nhưng vẫn có cơ hội định nghĩa lại mình bằng những lựa chọn tiếp theo.

Ngay cả khi sau đó cô lại mắc sai lầm, điều ấy cũng nhắc chúng ta rằng chuyển hóa không phải việc làm một lần là xong.

Chúng ta không trở thành người tốt hơn chỉ sau một chiến thắng, cũng không trở thành người xấu vĩnh viễn sau một thất bại.

Đời sống là tiến trình liên tục của nhận biết, chịu trách nhiệm, sửa chữa và tiếp tục đi tới.

Richardson vẫn còn một đường chạy phía trước. Cô có thể thắng, có thể thua, có thể đúng, có thể sai và có thể lại đứng dậy.

Có lẽ đó mới là điều đáng suy ngẫm nhất.

“Tốt hơn” có thể đơn giản là biết mình đã sai ở đâu, biết chịu trách nhiệm, biết xin lỗi, biết tìm kiếm sự giúp đỡ và không để quá khứ quyết định toàn bộ tương lai.

Không phải trở thành một người khác.

Mà là ngày càng tỉnh thức hơn với chính mình.

Tác giả: **Hoa Mạn**