

SỐNG “HẠNH PHÚC” TRONG NĂM THÁNH 2025

Mỗi dịp Xuân về, người người nhà nhà đều trao gửi cho nhau những lời cầu chúc tốt đẹp như “Chúc mừng Năm Mới”, “Năm mới Hạnh phúc”, “Happy New Year”, “Bonne année”, “Buon Anno Nuovo”, và nhiều lời chúc khác. Khi bước vào Năm Thánh 2025, Năm Hồng Ân, chúng ta, những người Kitô hữu, cũng không ngoại lệ, cùng nhau cầu nguyện cho bản thân và cho mọi người luôn được sự bình và hạnh phúc, đặc biệt là thứ hạnh phúc đích thực. Vậy hạnh phúc đích thực là gì? Làm thế nào để có thể đạt được hạnh phúc đó?

I. Hạnh phúc là gì?

Xét về ngôn ngữ, từ “hạnh phúc” có nguồn gốc từ chữ “phúc”. Trong tiếng Việt, “phúc” mang ý nghĩa là điều may mắn, tốt lành hoặc những điều tốt đẹp mà con người nhận được trong cuộc sống. Vì thế, chữ “phúc” thường được kết hợp với các từ như Phúc lành, Phúc đức, Phúc lộc, Hồng phúc, Diễm phúc, Hạnh phúc, để diễn tả sự an lành, sung túc, thịnh vượng, và cảm giác hạnh phúc cả về mặt tinh thần lẫn vật chất. Bên cạnh đó, “phúc” còn mang ý nghĩa là ân huệ từ Thiên Chúa, mang lại niềm vui và hạnh phúc cho con người.

Xét về phương diện xã hội, hạnh phúc không chỉ đơn thuần là sự giàu có vật chất, những thú vui chóng qua, khoái cảm hay thành công bên ngoài. Hạnh phúc thực sự là những mong ước giản dị của con người về một cuộc sống bình yên, có nơi để ở, có nhà để về, có một gia đình ấm êm, và có công việc ổn định để mưu sinh. Có thể nói, hạnh phúc là trạng thái của sự vui vẻ, hài lòng trong cuộc sống.

Đối với người Kitô hữu, Đức Thánh Cha Phanxicô trong Tự sắc Công bố năm thánh thường lệ 2025 *Spes non Confundit* (SnC) – *Hy vọng không làm thất vọng* đã diễn tả: hạnh phúc là ơn gọi của con người, là mục tiêu thiết thân với mỗi người. Hạnh phúc “không phải là niềm vui mau qua, là sự thỏa mãn nhất thời mà một khi đã đạt được thì lại luôn đòi hỏi nhiều hơn nữa trong vòng xoáy dục vọng;

nơi đó tâm hồn con người chẳng bao giờ được thỏa mãn mà ngày càng thêm trống rỗng”. Đức Thánh Cha xác định: “Chúng ta cần một thứ hạnh phúc đạt được một lần và mãi mãi trong điều làm chúng ta tăng triển, nghĩa là trong tình yêu, để từ nay trở đi chúng ta có thể nói: Tôi được yêu, nên tôi hiện hữu; và tôi sẽ luôn hiện hữu trong Tình yêu không làm tôi thất vọng. Không có gì và cũng chẳng có ai có thể tách tôi ra khỏi Tình yêu ấy. Một lần nữa chúng ta hãy nhắc lại lời của thánh Tông đồ: *‘Tôi tin chắc rằng: cho dầu là sự chết hay sự sống, thiên thần hay ma vương quỷ lực, hiện tại hay tương lai, hoặc bất cứ sức mạnh nào, trời cao hay vực thẳm hay bất cứ một loài thọ tạo nào khác, không có gì tách được chúng ta ra khỏi tình yêu của Thiên Chúa thể hiện nơi Đức Kitô Giêsu, Chúa chúng ta’* (Rm 8,38-39)” (SnC số 21). Như vậy, Chúa chính là hạnh phúc, là niềm hy vọng của con người:

*“Hãy nghiệm xem Chúa tốt lành biết mấy:
hạnh phúc thay kẻ ẩn náu bên Người!” (Tv 34,9)*

II. Làm thế nào để được hạnh phúc?

Khi tạo dựng con người, Thiên Chúa đã đặt để con người ở trong vườn địa đàng, để con người được an vui hạnh phúc, sống hiệp thông liên vị với Chúa và với nhau. Tuy nhiên, tội lỗi đã làm tổn thương chương trình của Thiên Chúa, chia cắt mọi thứ tương quan; từ nay *“đất đai bị nguyên rủa vì người; người sẽ phải cực nhọc mọi ngày trong đời người. (...) Người là bụi đất, và sẽ trở về với bụi đất”* (St 2,17-19). Với tình yêu cao cả và lòng thương xót vô biên, Chúa Cha đã sai con của Người là Đức Giêsu đến thế gian để khôi phục lại những gì đã hư mất, và cho con người có niềm tin, niềm hy vọng vào sự sống vĩnh cửu.

Trong bối cảnh của một thế giới tân tiến mà cũng đầy bất ổn hiện nay, nơi mà chiến tranh, bệnh tật, đau khổ và thử thách là điều không thể tránh khỏi, làm sao chúng ta có thể kiên vững và tiếp tục sống theo lý tưởng của Chúa, để đạt được niềm vui, hy vọng và hạnh phúc?

Với chủ đề của Năm Thánh: “Những người hành hương của hy vọng”, chúng ta được mời gọi nắm giữ niềm hy vọng dành cho chúng ta, niềm hy vọng tựa như *cái neo chắc chắn và bền vững* của tâm



hồn, chìm sâu vào bên trong bức màn cung thánh, nơi Đức Giêsu đã vào như người tiên phong mở đường cho chúng ta (x. Dt 6,18-20). “Hình ảnh chiếc mỏ neo gợi lên sự ổn định và an toàn mà chúng ta có được giữa dòng nước xao động của cuộc đời nếu chúng ta nương tựa vào Chúa Giêsu.

Giông tố không bao giờ thắng được vì chúng ta neo chặt vào niềm hy vọng ân sủng có thể giúp chúng ta sống trong Chúa Kitô bằng cách chiến thắng tội lỗi, sợ hãi và cái chết. Niềm hy vọng này, lớn hơn nhiều so với việc thỏa mãn các nhu cầu hằng ngày và việc cải thiện những điều kiện sống, đưa chúng ta vượt qua thử thách và thúc đẩy chúng ta tiến bước, mắt luôn dõi nhìn mục tiêu cao cả mà chúng ta được kêu gọi hướng đến là Nước Trời” (SnC 25). Đây cũng là lời mời gọi sống thánh thiện, lời mời gọi sống theo Hiến chương Nước Trời (x. Mt 5, 1-12).

III. **Sống hạnh phúc theo tinh thần Tám Mối Phúc**

Mọi người đều mong ước nhận được phần thưởng và tìm kiếm hạnh phúc, nhưng tám nguyên tắc Chúa Giêsu đưa ra để được chúc phúc không phải là điều dễ dàng, bởi vì chúng đi ngược lại với những gì thế gian mong đợi và không phải là điều thế gian tìm kiếm. Chính vì vậy, sống theo tinh thần của Tám Mối Phúc quả là một thử thách! Tuy nhiên, điều này không phải là không thể, vì chúng ta tin vào lời hứa của Chúa Giêsu: “Ơn Ta đủ cho con” (2Cr 12, 9). Xin Chúa ban cho chúng con sự khôn ngoan để biết phân định và cộng tác với ơn Chúa trong việc thực hành Lời Ngài, trở nên những Kitô hữu thánh thiện, tìm kiếm bình an và hạnh phúc đích thực, đồng thời cũng biết gieo rắc niềm hy vọng cho những người xung quanh.

*“Hạnh phúc thay ai sống đời hoàn thiện,
biết noi theo luật pháp Chúa Trời.” (Tv 119,1)*

1. "Phúc thay ai có tâm hồn nghèo khó, vì Nước Trời là của họ" (Mt 5,3)

Không ai trong chúng ta mong muốn một cuộc sống bần cùng đói khổ, nhưng chúng ta cần biết cách sử dụng của cải đời này sao cho đúng với mục đích của nó: *"hãy làm chủ của cải, chứ đừng để nó làm chủ mình"*, vì *"cội rễ sinh ra mọi điều ác là lòng ham muốn tiền bạc"* (1 Tm 6,10). Tin Mừng mời gọi chúng ta nhận thức giá trị đích thực của cuộc sống, một giá trị mà của cải không thể mang lại. Đó là cuộc sống nghèo về tinh thần, nghĩa là sống khiêm nhường, không tự cao tự đại, biết chia sẻ và nhận ra rằng mọi điều tốt đẹp mà chúng ta có đều là quà tặng từ Thiên Chúa. Người nghèo khó về tinh thần tìm thấy hạnh phúc không phải trong những gì mình sở hữu, mà trong niềm tin vững vàng về kho tàng trên trời và mối quan hệ mật thiết với Thiên Chúa và tha nhân. Đức Thánh Cha Phanxicô khẳng định: *"nghèo khó trong lòng, đó chính là sự thánh thiện"* (ĐTC Phanxicô, Tông huấn *Gaudete et Exultate* (GE)– *Hãy Vui Mừng Hoan Hỉ*, 70).

2. "Phúc thay ai hiền lành, vì họ sẽ được Đất Hứa làm gia nghiệp" (Mt 5,4)

Trong xã hội ngày nay, hiền lành đôi khi bị xem là nhu nhược, dễ bị bắt nạt. Tuy nhiên, Đức Giêsu đã dạy chúng ta: *"hãy học với tôi, vì tôi có lòng hiền hậu và khiêm nhường"* (Mt 11,29). Hiền lành ở đây không phải là yếu đuối, mà là sức mạnh của lòng nhân ái, sự khiêm tốn và kiên nhẫn. Hiền lành chính là một trong những hoa quả của Chúa Thánh Thần (x. Gal 5,23). Chúng ta được mời gọi sống hiền lành, điều này không có nghĩa là chúng ta sẽ không gặp phải những điều trái ý, những bất đồng hay xung đột, mà là hạnh phúc sẽ đến khi chúng ta biết đối diện với thực tế một cách bình tĩnh và khiêm tốn, đồng thời vẫn duy trì được sự hòa hợp với những người xung quanh. ĐTC Phanxicô khẳng định: *"cử xử hiền lành và khiêm nhường, đó là sự thánh thiện"* (GE 74).

3. “Phúc thay ai sầu khổ, vì họ sẽ được Thiên Chúa ủi an” (Mt 5,5)

Sống trên đời không ai đi tìm sự sầu khổ; ngược lại, người ta sẵn sàng đánh đổi mọi thứ để được sung sướng, sự thoải mái và tiện nghi. Tuy nhiên, đau khổ lại là điều luôn hiện hữu trong cuộc sống con người. Tin Mừng dạy chúng ta biết đối diện với những đau khổ, vì đau khổ không phải là dấu chấm hết mà là cơ hội để con người trở nên mạnh mẽ hơn, gần gũi với Thiên Chúa và tha nhân hơn. Hạnh phúc không phải là không có đau khổ, mà là biết cách đón nhận và vượt qua đau khổ bằng niềm tin vào Thiên Chúa. Từ đó, chúng ta cũng được mời gọi biết cảm thông với nỗi thống khổ của người khác và mang lại niềm an ủi cho tha nhân. ĐTC Phanxicô khẳng định: *“biết khóc với người khóc, đó là sự thánh thiện”* (GE 76).

4. “Phúc thay ai khát khao nên người công chính, vì họ sẽ được Thiên Chúa cho thỏa lòng” (Mt 5,6)

Giới trẻ ngày nay cho rằng: “thắng thắn thật thà thì thua thiệt, lắt léo lươn lẹo lại lên lương”. Tuy nhiên, là Kitô hữu chúng ta không thể sống theo kiểu tính toán của thế gian, mà cần phải là những người luôn tìm kiếm sự thật, công bằng và sống đúng với các giá trị đạo đức. Tin Mừng mời gọi chúng ta khát khao trở nên người công chính, không chỉ tìm kiếm lợi ích cho bản thân mà còn mong muốn làm cho xã hội trở nên công bằng và tốt đẹp hơn. Hạnh phúc của chúng ta là sự bình an nội tâm, sống đúng với lương tâm và sự công chính mà Thiên Chúa mong muốn. ĐTC Phanxicô khẳng định: *“đói khát sự công chính, đó là sự thánh thiện”* (GE 79).

5. “Phúc thay ai xót thương người, vì họ sẽ được Thiên Chúa xót thương” (Mt 5,7)

“Ăn miếng trả miếng” là câu chuyện dân gian diễn tả hành động trả đũa của một người với một người khác, và cho rằng đó là thỏa đáng! Tuy nhiên, Tin Mừng dạy chúng ta sống đức ái, vượt trên sự công bằng theo kiểu thế gian. Chúng ta được mời gọi sống theo giá trị của lòng thương xót, yêu thương những người khốn khó, đau khổ, và tha thứ cho những người làm hại mình. Người xót thương sẽ cảm

nhận được sự an ủi từ Thiên Chúa và nhận được lòng xót thương từ những người xung quanh. Hạnh phúc đến khi chúng ta biết chia sẻ tình yêu và sự cảm thông với những người khác. ĐTC Phanxicô khẳng định: *“biết nhìn và hành động với lòng thương xót, đó là sự thánh thiện”* (GE 82).

6. “Phúc thay ai có tâm hồn trong sạch, vì họ sẽ được nhìn thấy Thiên Chúa (Mt 5,8)”

Xã hội hiện đại mang đến cho con người nhiều cơ hội phát triển, nhưng cũng tiềm ẩn nhiều nguy cơ liên quan đến chuẩn mực luân lý. Tin Mừng mời gọi chúng ta có một tâm hồn trong sạch, không bị ô nhiễm bởi những dục vọng xấu hay tội lỗi, mà là tâm hồn biết tìm kiếm và sống theo thánh ý Thiên Chúa. Những ai có tâm hồn trong sạch sẽ được Thiên Chúa hiện diện trong cuộc sống của họ, vì *“Người phàm chỉ thấy điều mắt thấy, còn Đức Chúa thì thấy tận đáy lòng”* (1 Sm 16,7). Hạnh phúc thực sự đến từ sự trong sạch, không chỉ trong hành động mà còn trong tư tưởng và tình cảm. ĐTC Phanxicô khẳng định: *“Giữ cho trái tim khỏi mọi sự làm nhơ ố tình yêu, đó là sự thánh thiện”* (GE 86)

7. “Phúc thay ai xây dựng hoà bình, vì họ sẽ được gọi là con Thiên Chúa” (Mt 5,9)”

Thế giới ngày nay đang chứng kiến những cuộc chiến tranh tàn khốc, không chỉ là những xung đột giữa các quốc gia, mà còn là những cuộc nội chiến và mâu thuẫn giữa con người, kể cả trong gia đình. Người xây dựng hòa bình không chỉ là người tránh gây ra xung đột, mà còn là người luôn tìm cách làm dịu mọi căng thẳng và hàn gắn những vết thương trong quan hệ con người. Chúng ta được mời gọi sống hòa hợp với người khác và góp phần xây dựng một cộng đồng hiệp hành, huynh đệ. Hạnh phúc sẽ đến khi chúng ta trở thành những người hòa giải, mang lại sự bình an cho gia đình, cộng đồng và xã hội. ĐTC Phanxicô khẳng định: *“Gieo rắc bình an quanh ta, đó là sự thánh thiện”* (GE 89).

8. Phúc thay ai bị bách hại vì sống công chính, vì Nước Trời là của họ (Mt 5,10)

Sống theo lời mời gọi của Chúa Giêsu là lội ngược dòng, là đi ngược lại những gì người ta thường muốn và làm trong xã hội. Quả thật, khi sống theo công lý và sự thật, chúng ta có thể đối mặt với sự chống đối, sự bách hại. Tuy nhiên, Chúa Giêsu dạy rằng những ai chịu khổ vì công lý sẽ nhận được phần thưởng lớn lao trong Nước Trời. Hạnh phúc đến khi chúng ta đứng vững trong đức tin và không từ bỏ lý tưởng công chính, dù phải đối mặt với khó khăn. ĐTC Phanxicô khẳng định: *“Chấp nhận con đường Phúc Âm hằng ngày, đó là sự thánh thiện”* (GE 94).

Kết luận

Tám mối phúc là những nguyên tắc sống giúp chúng ta đạt được hạnh phúc thực sự và bền vững trong tình yêu của Thiên Chúa. Sống hạnh phúc theo tinh thần tám mối phúc không phải là việc tìm kiếm những thỏa mãn bên ngoài, mà là xây dựng một cuộc sống nội tâm mạnh mẽ. Đây là một sứ điệp không dễ thực hiện, nên chúng ta được mời gọi sống gắn bó với Chúa và biến đổi cuộc sống, để ân sủng Chúa “đưa chúng ta vượt qua thử thách và thúc đẩy chúng ta tiến bước, mắt luôn dõi nhìn vào mục tiêu cao cả mà chúng ta được kêu gọi hướng đến là Nước Trời”. Ước gì Năm Thánh mang lại cho chúng ta nét đặc trưng của niềm hy vọng vĩnh cửu, niềm hy vọng đặt trọn nơi Thiên Chúa (x. SnC 25).

Nt. Teresa Nguyễn Thị Quỳnh Giao, OP.