

Người Hạnh Phúc Nhất Trần Gian

Nụ cười bình thản và vạt áo đỏ vắt ngang vai, Matthieu Ricard an nhiên giữa gió trời Himalaya trong lành.

Matthieu Ricard

Nụ cười bình thản và vạt áo đỏ vắt ngang vai, Matthieu Ricard an nhiên giữa gió trời Himalaya trong lành. Đó là minh chứng mạnh mẽ nhất cho việc các nhà khoa học bình chọn ông là người hạnh phúc nhất thế gian.

Matthieu Ricard, một nhà nghiên cứu về tế bào di truyền, đã từ bỏ cuộc sống hiện đại danh vọng, phù hoa, tìm về Tây Tạng, trở thành tu sĩ Phật giáo và là thị giả thân cận của Đức Đạt Lai Lạt Ma.

Ông sinh năm 1946 tại Pháp, là con trai của Jean-François Revel - một triết gia Pháp nổi tiếng và Yahne Le Toumelin - một nữ họa sĩ theo trường phái trừu tượng. Năm 1972, ông hoàn thành luận án tiến sĩ Sinh vật học ở Đại học Sorbonne sau khoảng thời gian dài miệt mài trên giảng đường và làm việc không ngừng nghỉ tại Viện Pasteur.

Năm 26 tuổi, Matthieu Ricard đã xin phép cha mẹ đến Tây Tạng, trở thành một tu sĩ Phật giáo, để lại sau lưng con đường danh vọng thênh thang của một nhà khoa học. Quyết định ấy được lý giải qua cuộc trò chuyện thú vị với người cha được viết thành quyển sách “The Monk And The Philosopher” (Tạm dịch: Tu sĩ và Triết gia).

Trong đó có đoạn: “Con đã theo đuổi khoa học là vì con thích nghiên cứu. Nhưng rồi con thấy nghiên cứu có hay đến mấy cũng không giải quyết được vấn đề căn bản của con người... Con đã nhìn thấy ở các vị Lạt Ma, hình ảnh những điều họ dạy dỗ, khuyên răn mọi người. Con không hiểu rõ tại sao, chỉ cảm thấy đây là những bậc thánh nhân, những nhà hiền triết hiếm gặp”.

Cuốn sách mau chóng trở thành hiện tượng, được dịch ra 21 thứ tiếng và được độc giả đón nhận đông đảo.

Năm 1979, Ricard chính thức trở thành tu sĩ, là người học trò gần gũi và thân thiết nhất của đại sư Dilgo Khyentse Rinpoché. Năm 1980, lần đầu tiên ông gặp Đức Đạt Lai Lạt Ma và sau đó trở thành phiên dịch viên tiếng Pháp cho Người.

Từ đó đến nay, ông đã sống ở tự viện Shéchèn (Nepal), thuộc rặng núi Himalaya bên những vị thầy tâm linh lớn, dành trọn cuộc đời tu hành, gìn giữ nền văn hóa Hy Mã Lạp Sơn và thực hiện những dự án nhân đạo ở Tây Tạng.

Tại Diễn đàn Kinh tế Thế giới ở Davos năm 2009, cũng là thời gian đỉnh điểm của cuộc khủng hoảng kinh tế, Matthieu Ricard đã phát biểu trước các lãnh đạo cấp cao và doanh nghiệp rằng đã đến lúc từ bỏ tham vọng lợi nhuận khổng lồ, hướng đến vị tha bao dung.

Đối với Matthieu Ricard, hạnh phúc là nhận thức bẩm sinh của chúng ta. Khi đi trên tuyết, hay dưới bầu trời đầy sao chúng ta đều rất thích thú. Khi vỗ về một đứa trẻ nhỏ, chúng ta cảm nhận được tình yêu thương thuần túy. Tâm của chúng ta tựa như tấm gương soi, phản chiếu tất cả mọi hình ảnh: sự giận dữ, tươi cười hay buồn bã, trầm tư.

Bằng cách luyện tâm, học yêu thương và tha thứ nhiều hơn, lấy tự do thuần hóa tham lam chúng ta sẽ mở được cánh cửa tâm hồn. Đó chính là thiền.

Thiền định đã giúp Matthieu Ricard thưởng thức cuộc sống xung quanh, nuôi dưỡng lòng từ bi bao la và cân bằng những cảm xúc một cách kỳ diệu. Giờ đây, ông đã trở thành một đột phá của giới khoa học.

Trường Đại học Wisconsin (Mỹ) đã thực hiện thí nghiệm quét với 256 bộ cảm biến. Kết quả thật kinh ngạc: Vỏ não trước trán bên trái của Matthieu Ricard hoạt động với tần suất gấp nhiều lần so với bên phải. Điều này đã đem đến cho ông sự hạnh phúc vô bờ. Dường như những suy nghĩ tiêu cực không hề tồn tại hoặc rất ít.

Ở tuổi 66, Matthieu Ricard trở thành một trong những học giả hàng đầu về Tôn giáo ở Phương Tây và là hình tượng được mọi tầng lớp Phật tử kính ngưỡng. Ông đã hiến tặng toàn bộ số tiền thu được từ sách đến 110 dự án nhân đạo, trong đó xây dựng trường học cho 21.000 trẻ em, chăm sóc y tế cho 100.000 bệnh nhân hàng năm.

Trước những đóng góp tham lạng gìn giữ văn hóa vùng Hy Mã Lạp Sơn và cống hiến cho cộng đồng, Pháp đã trao tặng Huân chương Quốc gia để vinh danh ông. Trong khi đó, ông cười hiền từ khuyên mọi người sống tốt đẹp, nuôi dưỡng lòng từ bi để có hạnh phúc.

Theo Hương Giang

Kiến thức/BuddhistDoor