

Posvätný text tibetského budhizmu:

Šesťdesiat piesní Milarepu,  
Piesne 13, 22, 23, 33, 37

Pieseň 13

Rechungpa,  
Milarepovho žiaka,  
po návrate z Indie  
postihla choroba pýchy  
a Milarepa sa ho rôznymi  
spôsobmi pokúšal vyliečiť.  
Keďže jeho žiak chcel jedlo,  
išli po almužny  
no boli osočovaní  
jednou starou ženou,  
ktorá vyhlasovala,  
že nemá žiadne jedlo.  
Nasledujúce ráno  
ju našli mŕtvu  
a Milarepa povedal:  
„Rechungpa,  
tak ako táto žena,  
každá cítiaca bytosť  
je predurčená zomrieť  
ale ľudia len zriedkavo  
myslia na tento fakt.  
Takže stratia  
mnoho príležitostí  
pre praktikovanie Dharmy.  
My obaja by sme si mali  
zapamätať tento incident  
a naučiť sa z neho  
lekciu.“

A potom zaspieval:  
Pieseň o pomínutelnosti  
a prelude  
Keď pomínutelnosť života  
hlboko vpadne  
do srdca človeka,  
jeho myšlienky a skutky  
budú prirodzene  
v súlade s Dharmou.  
Ak človek opätovne  
a neprestajne  
myslí na smrť,  
dokáže ľahko poraziť  
démonov lenivosti.  
Nikto nevie,

kedy na neho zostúpi smrť,  
presne ako na túto ženu  
minulú noc!  
Rechungpa,  
Nebud' hrubý  
a počúvaj svojho Gurua!  
Hľa,  
všetky manifestácie (prejavu)  
vo vonkajšom svete  
sú prchavé  
ako sen minulej noci!  
Človek sa cíti načisto stratený  
v smútku,  
keď myslí  
na tento odchádzajúci sen.  
Rechungpa,  
prebudil si sa už celkom  
z tejto veľkej rozpačitosti?  
Ach,  
čím viac o tom premýšľam,  
tým viac túžim  
po Budhovi a Dharme.  
po rozkoši túžiace  
ľudské telo  
je nevďačný veriteľ.  
Čokoľvek dobrého  
pre neho urobíš,  
vždy vysadí  
semená bolesti.  
Toto ľudské telo  
je vrece odpadkov a špiny.  
Nikdy naň nebud' pyšný,  
Rechungpa,  
ale počúvaj moju pieseň!  
Keď sa obzriem späť  
na svoje telo,  
vidím ho ako mesto ilúzie.  
Hoci ho nejaký čas môžem  
udržiavať, je odsúdené  
k záhube.  
Keď o tom premýšľam,  
moje srdce je naplnené  
zármuťkom!  
Rechungpa,  
nezastavil by si Samsáru?  
Ach,  
čím viac o tom premýšľam,  
tým viac premýšľam  
o Budhovi a Dharme!  
Hriešny človek nemôže

nikdy dospieť ku šťastiu.  
Nestále myšlienky  
sú príčinou všetkého žiaľu,  
zlé povahy sú príčinou  
všetkého utrpenia,  
nikdy nebud' pažravý,  
ach Rechungpa,  
ale počúvaj moju pieseň!  
Keď sa obzriem späť  
ku svojej lipnúcej mysli,  
objaví sa ako  
vrabec v lese  
s krátkym životom –  
bez domova,  
bez miesta, kde by prespal.  
Keď o tom premýšľam,  
moje srdce je naplnené  
zármuťkom.  
Rechungpa,  
dovoliš sám sebe hovieť si  
v zlej vôli?  
Ach,  
čím viac o tom premýšľam,  
tým viac túžim  
po Budhovi a Dharme!  
Ľudský život  
je taký neistý  
ako jediný tenký vlas  
z konského chvosta  
zachytený na okraji  
medze.  
Kedykoľvek môže byť  
odfúknutý tak,  
ako táto stará žena  
minulú noc!  
Nelipni k tomuto životu,  
Rechungpa,  
ale počúvaj moju pieseň!  
Keď vnútorne pozorujem  
svoje nádychy,  
vidím, že sú nestále  
ako hmla.  
V momente môžu zmiznúť  
do ničoty.  
Keď o tom premýšľam,  
moje srdce je naplnené  
zármuťkom.  
Rechungpa,  
nechceš teraz poraziť  
tú neistotu?

Ach,  
 čím viac o tom premýšľam,  
 tým viac túžim  
 po Budhovi a Dharme.  
 Byť v blízkosti  
 hriешných príbuzných  
 spôsobuje len nenávisť.  
 Prípad tejto starej ženy  
 je veľmi dobrou lekciov.  
 Rechungpa, zastav  
 svoje chtivé myslenie  
 a počúvaj moju pieseň!  
 Keď sa pozerám na priateľov,  
 manželky a manželov,  
 javia sa mi ako  
 ľudia idúci okolo bazáru.  
 Stretnutie s nimi  
 je len dočasné  
 ale odlúčenie je večné!  
 Keď o tom premýšľam,  
 moje srdce je naplnené  
 zármutkom.  
 Rechungpa,  
 nechceš odhodiť  
 všetky spojenia so svetom?  
 Ach,  
 čím viac o tom premýšľam,  
 tým viac myslím  
 na Budhu a Dharmu.  
 Bohatý človek sa  
 len zriedka teší z bohatstva,  
 ktoré nadobudol.  
 Je to výsmech  
 Karmy a Samsáry,  
 peniaze a šperky  
 získané lakomstvom  
 a drinou sú ako taška  
 s jedlom tej starej ženy.  
 Nebuď chamtivý,  
 Rechungpa,  
 ale počúvaj moju pieseň!  
 Keď sa pozriem  
 na majetok bohatých,  
 javí sa mi  
 ako med včiel –  
 ťažká práca, slúžiaca len  
 pre potešenie iných,  
 je ovocím ich práce.  
 Keď o tom premýšľam,  
 moje srdce je naplnené

zármutkom.  
 Rechungpa,  
 nechceš otvoriť poklad  
 vo svojej mysli?  
 Ach,  
 čím viac o tom premýšľam,  
 tým viac túžim  
 po Budhovi a jeho učení.  
 Pieseň 22  
 Milarepa raz zobral  
 Rechungpa  
 na trh v Nya Non,  
 aby podporil jeho ducha  
 v odriekaní.  
 Zišlo sa tam  
 mnoho mäsiarov.  
 Mäso bolo naukladané  
 ako steny,  
 zvieracie hlavy boli  
 naukladané na veľké kopy,  
 kože boli rozmiestnené  
 po zemi  
 a krv tiekla  
 ako voda v rybníku.  
 Okrem toho  
 rady dobytku boli  
 sústredené k stĺpom  
 na zabitie.  
 A potom  
 so zdruvujúcim súcitom  
 Milarepa zaspieval:  
 Aké žalostné  
 sú cítiace bytosti  
 v Samsáre!  
 Pozerajúc sa smerom hore  
 na Cestu k Vyslobodeniu,  
 ako môže človek cítiť  
 čokoľvek iné ako smútok  
 kvôli týmto hriешným ľuďom.  
 Aké bláznivé a smutné to je  
 oddávať sa zabíjaniu,  
 keď vďaka šťastiu  
 a karme  
 má človek ľudskú formu.  
 Aké smutné to je vykonať  
 niečo, čo nakoniec  
 ublíži človeku samotnému.  
 Aké smutné to je postaviť  
 hriешnu stenu z mäsa,  
 vytvorenú z mäsa

umierajúcich predchodcov?  
 Aké smutné to je vidieť  
 jesť mäso a tiecť krv.  
 Aké smutné je vedieť,  
 že chaos a preludy  
 plnia myseľ ľudí.  
 Aké smutné to je  
 nenájsť nič iné než zlo,  
 nelásku,  
 v srdciach ľudí.  
 Aké smutné to je vidieť  
 závoje slepoty všetkých ľudí,  
 ktorí zachovávajú  
 hriешne skutky.  
 Žiadostivosť spôsobuje  
 biedu, zatiaľ čo svetské  
 skutky prinášajú bolesť.  
 S týmto na mysli  
 cíti sa človek nešťastný,  
 mysliac takto,  
 človek hľadá nápravu.  
 Keď rozmýšľam o tých,  
 ktorí nikdy nedbali  
 o svoje budúce životy, ale  
 oddávali sa zlým skutkom,  
 cítim sa najviac nepokojný  
 a smutný a hlboko  
 sa o nich strachujem.  
 Rechungpa,  
 vidiac všetky tieto veci,  
 spomínaš si  
 na Svätú Dharmu?  
 Nestratil si v Samsáre  
 celé svoje srdce?  
 Prebuď ducha  
 sebazaprenia, odriekania,  
 choď, Rechungpa,  
 meditovať do jaskyne!  
 Dbaj na veľkodušnosť  
 svojho Gurua a vyhni sa  
 všetkým hriешným činom,  
 odhodiac všetky  
 svetské veci,  
 zotrvaj pevne vo svojom  
 praktikovaní,  
 dodrž svoje dobré sľuby  
 a zasväť svoj život meditácii.  
 Pieseň 23  
 Veľmi krásne dievča  
 okolo 15 rokov veku,

ktoré sa volalo  
Bardarbom,  
povedalo Milarepovi:  
„Jedine stretnutím sa s tebou  
zhromaždím  
veľký diel zásluh“,  
a žiadala, aby ju vzal  
ako svoju slúžku a žiačku.  
Milarepa odpovedal:  
„Ak vážne chceš  
praktikovať Dharmu,  
musíš sa naučiť,  
že svetské záležitosti  
sú tvoji nepriatelia  
a musíš sa ich vzdať.  
A zaspieval pieseň  
s názvom  
Štyri odriekania  
Počúvaj, ty šťastné dievča,  
ty, ktorá máš  
blahobyť a vieru!  
Budúce životy trvajú dlhšie  
ako tento život –  
vieš, ako sa zaopatriť?  
Dávajúc  
s lakomým srdcom  
akoby si krmila  
cudzieho strážneho psa,  
prináša len viac škody  
než úžitku –  
neprináša to nič  
ako odplatu za to,  
iba strašné uhryznutie,  
vzdaj sa lakomosti,  
teraz keď vieš, že je to zlo.  
Počúvaj, ty šťastné dievča!  
O tomto živote vieme menej  
ako o tom budúcom.  
Pripravila si sa  
zažala si svoju lampu?  
Ak by nemala byť  
pripravená, medituj  
na „Veľké Svetlo“.  
Ak sa rozhodneš pomôcť  
nevďačnému nepriateľovi,  
nezískaš priateľa  
ale škodu.  
Daj si pozor na slepé činy:  
daj si pozor na toto zlo  
a odmietni ho.

Počúvaj, ty šťastné dievča.  
Budúce životy sú horšie  
než tento život –  
Máš sprievodcu alebo  
sprievod na svojej ceste?  
Ak nemáš  
správneho sprievodcu,  
spoliehaj sa na svätú Dharmu.  
Daj si pozor na príbuzných  
a rodinných príslušníkov.  
Oni bránia a odporujú  
Dharme.  
Nikdy nepomôžu  
iba škodia.  
Vedela si,  
že tvoji príbuzní  
sú nepriatelia?  
Ak by to bola pravda,  
mala by si ich opustiť.  
Počúvaj, šťastné dievča.  
Cesta  
v budúcom živote  
je nebezpečnejšia než táto –  
pripravila si si na ňu  
skvelého koňa  
s veľkou vytrvalosťou?  
Ak nie,  
mala by si sa ťažko usilovať  
a usilovne pracovať.  
Počiatočné vzrušenie  
čoskoro opadne.  
Dávaj si pozor na nepriateľa,  
nečinnosť, ktorá človeka  
len zvedie z cesty.  
Náhlenie a vzrušenie  
nemajú žiaden zmysel,  
iba človeku uškodia.  
Vieš ešte aj to,  
že tvojimi nepriateľmi sú  
lenivosť a rozmary?  
Ak rozumieš mojim slovám,  
oboje by si mala odhodiť.  
Pieseň 33  
Jetsun (Ctený)  
sa chystal odísť z Nya Non  
do iných pustovní  
ale patrón toho miesta  
ho zaprisahal s najväčšou  
úprimnosťou, aby ešte ostal.  
Jetsun (Ctený) odpovedal:

„Ak nezmriem,  
vráť sa späť  
do vašej dediny.  
Ak sa nejaký čas  
nemôžeme vidieť,  
pokúste sa spomenúť si  
a praktikovať tieto veci.“  
A potom zaspieval:  
Ach beda, aké úbohé  
sú svetské veci!  
Ako drahocenný nefrit  
opatrujú svoje telá,  
hoci tak, ako starobylé  
stromy, sú nakoniec  
odsúdené k záhube a pádu.  
Udržte niekedy na uzde  
svoje divé myšlienky  
a berte ohľad na Dharmu.  
Aj keď získate bohatstvo  
tak ťažko, ako včely  
zbierajú med,  
choroby, ktoré vás môžu  
postihnúť,  
nemožno nikdy predpovedať.  
Udržte niekedy na uzde  
svoje divé myšlienky  
a berte ohľad na Dharmu.  
Človek môže ponúkať  
Lámovi náklady hodvábu  
po mnoho rokov,  
keď ale zostúpi nešťastie,  
ako slabnúca dúha,  
viera človeka  
sa okamžite rozplynie.  
Udržte niekedy na uzde  
svoje divé myšlienky  
a berte ohľad na Dharmu.  
Ako pár šeliem,  
milenci žijú spoločne,  
ale nešťastie  
v podobe útoku vlkov  
vás môže  
kedykoľvek prepadnúť.  
Udržte niekedy na uzde  
svoje divé myšlienky  
a berte ohľad na Dharmu.  
Môžete opatrovať svojho  
drahocenného syna ako keď  
sliepka sedí na vajciach.  
No padajúca skala ich môže

kedykoľvek rozdrvíť.  
Udržte niekedy na uzde  
svoje divé myšlienky  
a berte ohľad na Dharmu.  
Tvár môže byť taká pekná  
ako nejaký kvet,  
avšak kedykoľvek môže byť  
zmrzačená prudkým  
krupobitím. Premýšľajte  
niekedy o tom, aký je tento  
svet prechodný a márný.  
Aj keď k sebe syn s matkou  
pocitujú náklonnosť,  
. keď príde nezhoda,  
háďajú sa ako nepriatelia  
Niekedy by ste ku všetkým  
cítiacim bytostiam  
mali pociťovať súcit.  
Opaľovanie sa na  
teplom slnečnom svetle  
môže byť príjemné  
a pohodlné  
ale môže prísť  
búrka zármutku  
a kedykoľvek vás udusiť.  
Pamätajte niekedy  
na zanedbaných a dávajte  
almužny ľuďom v núdzi.  
Ó milovaní patróni  
a milované patrónky,  
pre toho, kto nedokáže  
praktikovať Dharmu,  
celý jeho život bude  
bezvýznamný. Všetky jeho  
činy budú previneniami!  
Pieseň 37  
Nejakí démoni prišli  
sužovať Milarepu  
ale potom, čo im zaspieval  
dve piesne,  
obrátili sa na Dharmu.  
Povedali:  
„Sme najvd'áčnejší  
za vašu kázeň obsahujúcu  
pravdu o Karme. So všetkou  
úprimnosťou, naša  
inteligencia je obmedzená  
nevedomosť neobmedzená.  
Naše mysle sú presýtené  
bahnom vzdorovitých

navyknutých myšlienok.  
Modlíme sa preto,  
daj nám ponaučenie  
hlbokého významu,  
veľkého úžitku  
a jednoduché na pochopenie  
a zachovávanie.“  
Milarepa teda zaspieval  
Pieseň o siedmych pravdách  
Akokoľvek krásne  
môžu byť slová piesne,  
sú len melódiou pre toho,  
kto nepochopil  
slová Pravdy.  
Ak sa podobenstvo nezhoduje  
s učením Budhu,  
akokoľvek výrečne  
môže znieť,  
je to len duniaca ozvena.  
Ak človek  
nepraktikuje Dharmu,  
môže vyhlasovať,  
že je akokoľvek vzdelaný  
v Náuke,  
klame len sám seba.  
Život v osamelosti  
je vlastné väzenie,  
ak človek nepraktikuje  
ústne odovzdané inštrukcie.  
Práca na farme  
je len trestaním seba samého,  
ak človek zanedbá  
učenie Budhu.  
Pre tých, ktorí si nestrážia  
svoju morálku,  
sú modlitby  
iba túžobným uvažovaním.  
Pre tých,  
ktorí nepraktikujú to,  
čo kážu,  
oratórium je len  
falošnou lžou.  
Vyhybanie sa previneniam  
zmenšuje ich hriechy.  
Vykonajte dobré skutky  
a získate zásluhy.  
Zotrvať v ústraní  
a meditujte osamote,  
príliš veľa rozprávania  
nemá žiaden úžitok,

nasledujte to, čo spievam  
a praktikujte Dharmu!