

MILAREPA AND THE PIGEON

MILAREPA VÀ BỒ CÂU

Story 8 · The Hundred Thousand Songs of Milarepa · Garma C. C. Chang translation · printed pp. 88-94

Obeisance to all Gurus

In accordance with the prophecy [of his Patron Buddha], Milarepa went to Tibet proper from Yolmo. He arrived at Gu Tang and lived in a cave, absorbing himself in the Meditation of the Great Illumination.

One day a pigeon wearing golden ornaments came to Milarepa. The bird nodded, bowed, and circled him many times. Then it flew away in the direction of the Immaculate Rock. Milarepa understood that this must be a spell of the Non-men to make him welcome. So he followed the pigeon and went up to the hill, where he found a heap of white rice. The bird pecked the rice with its bill and brought some to Milarepa as if showing him hospitality and welcome. Milarepa, [surprised and delighted], broke into song:

Đánh lễ tất cả chư Đạo sư.

Theo lời tiên tri [của vị Phật Bốn Tôn của Ngài], Milarepa từ Yolmo đi vào vùng chính của Tây Tạng. Ngài đến Gu Tang và sống trong một hang động, chuyên tâm trong Thiền Định Đại Quang Minh.

Một ngày nọ, một con bồ câu mang những đồ trang sức bằng vàng đến chỗ Milarepa. Con chim gật đầu, cúi chào và đi vòng quanh Ngài nhiều lần. Rồi nó bay về phía Tảng Đá Vô Nhiễm. Milarepa hiểu rằng đây hẳn là một phép biến hóa của các phi nhân để nghênh đón Ngài. Vì vậy Ngài đi theo con bồ câu lên đồi, nơi Ngài thấy một đống gạo trắng. Con chim mổ gạo bằng mỏ rồi mang một ít đến cho Milarepa, như thể bày tỏ lòng hiếu khách và chào đón. Milarepa [ngạc nhiên và hoan hỷ] liền cất tiếng hát:

Oh! My gracious Guru, Marpa Lho Draug Wa,
From the depth of my heart I think of you.
In deepest earnestness I meditate on you.
That I never be separated from you, is my prayer.

Merging the Self-mind with the Guru is indeed a happy thing.
Manifestation itself is the essence of Reality.
Through the realization of this unborn Dharmakaya,
I merge myself in the Realm of Non-effort.¹
To both the high and low Views² am I indifferent.
In the mind of Non-effort I feel happiness and joy.

The nature of Mind is the Light and the Void.
By realizing the awareness of Light-Void,
I merge myself in the original state of Non-effort.
To good and bad experiences am I indifferent.
With a mind of Non-effort, I feel happiness and joy.

The Six Senses and Sense Objects³ of themselves

dissolve [into the Dharmadhatu].
Where the Non-differentiation of subject and object is realized.
I merge happiness and sorrow into one;
I enter the original state of Non-effort.
To right and wrong actions, am I indifferent.
Happy indeed is the Non-effort mind.

The very nature of the Dharmakaya
Is identified through its myriad forms;
The myriad forms are the Nirmanakaya of Buddha.
With this understanding in mind,
Whatever circumstance I may encounter,
I am free in the happy realm of Liberation!
To return to the home of Buddha
I have no longing!
Happy indeed is this mind of Non-effort.

*Ôi! Guru từ ái của con, Marpa Lho Draug Wa,
Từ tận đáy lòng, con tưởng nhớ đến Thầy.
Với lòng chí thành sâu xa nhất, con thiển quán về Thầy.
Nguyện con không bao giờ xa lìa Thầy.*

*Hòa Tự Tâm với Guru quả thật là điều hạnh phúc.
Chính sự hiển hiện là tinh yếu của Thực Tại.
Nhờ chúng ngộ Pháp Thân bất sinh này,
Con hòa mình vào Cảnh Giới Vô Tác.¹
Đối với Kiến cao hay thấp², con đều không thiên chấp.
Trong tâm Vô Tác, con cảm nhận hạnh phúc và hoan hỷ.*

*Bản tánh của Tâm là Ánh Sáng và Tính Không.
Nhờ chúng ngộ giác biết Ánh Sáng-Tính Không,
Con hòa mình vào trạng thái nguyên sơ Vô Tác.
Đối với kinh nghiệm tốt hay xấu, con đều bình thản.
Với tâm Vô Tác, con cảm nhận hạnh phúc và hoan hỷ.*

*Sáu Căn và các Đối Tượng của Căn³ tự chúng
Tan hòa [vào Pháp Giới].
Nơi đó sự bất phân giữa chủ thể và đối tượng được chúng ngộ.
Con hòa hạnh phúc và khổ đau thành một;
Con đi vào trạng thái nguyên sơ Vô Tác.
Đối với hành động đúng hay sai, con đều không thiên chấp.
Hạnh phúc thay tâm Vô Tác.*

*Chính bản tánh của Pháp Thân
Được nhận ra qua vô số hình tướng;
Vô số hình tướng là Hóa Thân của Phật.
Với sự hiểu biết này trong tâm,
Dù gặp bất kỳ hoàn cảnh nào,
Con vẫn tự do trong cảnh giới hạnh phúc của Giải Thoát!*

*Trở về ngôi nhà của Phật,
Con chẳng có lòng mong cầu!
Hạnh phúc thay tâm Vô Tác này.*

Whereupon the pigeon, with seven companions, came nearer to Milarepa. They all bowed to him and circled him many times, as the first bird had done before. Milarepa thought, "These pigeons must be Non-men. I shall ask them and see whether they will tell the truth." So he said, "Who are you, and why do you come here?" The pigeons then broke the spell and displayed their real forms as female Devas. Their leader said, "We are the angel-maidens of Heaven. Because we have great faith in you, we come here to learn the Dharma from you. We beseech you to give us the instructions."

In response, Milarepa sang:

Bấy giờ con bồ câu cùng bảy bạn đồng hành tiến lại gần Milarepa. Tất cả đều cúi lạy và đi vòng quanh Ngài nhiều lần, giống như con chim đầu tiên đã làm. Milarepa nghĩ: "Những con bồ câu này hẳn là phi nhân. Ta sẽ hỏi xem họ có nói thật không." Ngài hỏi: "Các vị là ai, và tại sao đến đây?" Các con bồ câu liền giải phép biến hóa và hiện nguyên hình là các thiên nữ. Vị đứng đầu nói: "Chúng con là các thiên nữ trên cõi Trời. Vì có lòng tin lớn lao nơi Ngài, chúng con đến đây để học Pháp. Xin Ngài ban cho chúng con những chỉ dạy."

Đáp lại, Milarepa hát:

Oh! The wondrous Transformation Body of my Guru!
Pray, kindly grant me your grace-wave.
You eight charming maidens of Heaven,
Who appeared just now in pigeon form,
Your spell was fine, and in conformity with the Dharma!

If you, the eight beautiful maidens of Heaven,
Wish to practice the white Dharma of Buddha,
Pray remember the meaning of this song.

Though worldly happiness and pleasure
Seem delightful and pleasing,
They soon will pass away.
Though high-ranking ladies are proud and exultant
In their lofty dignity,
What refuge and shelter do they have?
To dwell in the fiery home of Samsara
Sometimes seems pleasant, but is mostly misery.
If a well-endowed and well-loved son
Has no self-respect and makes no self-effort,
His father will meet nothing but distress.
If a disciple commits evil deeds,
He must fall into Samsara,
No matter how superb his Guru may be.

You maidens of Heaven, the conjurers of the pigeons!
It is easy for you to ask for Dharma,

But hard to have deep faith in it.
You should remind yourselves
Of the inevitable misfortunes
Connected with worldly joys.
The pains and miseries of this life,
You should regard as friends leading you toward Nirvana.
As for me, I am very grateful for
The misfortunes I have met.
Oh, my friends, bear this in mind, and do the same!

*Ôi! Hóa Thân kỳ diệu của Guru con!
Xin từ ái ban cho con làn sóng gia trì.
Hỡi tám thiên nữ duyên dáng,
Vừa hiện ra trong hình dạng bồ câu,
Phép biến hóa của các vị thật khéo và phù hợp với Pháp!*

*Nếu tám thiên nữ xinh đẹp cõi Trời
Muốn thực hành Bạch Pháp của Đức Phật,
Xin hãy ghi nhớ ý nghĩa bài ca này.*

*Dù hạnh phúc và khoái lạc thế gian
Có vẻ vui thích và dễ chịu,
Chúng chẳng bao lâu sẽ qua đi.
Dù những người nữ địa vị cao kiêu hãnh và hân hoan
Trong phẩm vị cao sang của mình,
Họ có nơi nương tựa và che chở nào?
Sống trong ngôi nhà lửa của Luân hồi
Đôi khi có vẻ dễ chịu, nhưng phần lớn là khổ đau.
Nếu một người con đầy đủ phước duyên và được yêu thương
Không biết tự trọng và không tự nỗ lực,
Cha của người ấy chỉ gặp phiền muộn.
Nếu một đệ tử tạo ác nghiệp,
Người ấy phải rơi vào Luân hồi,
Dù Guru của mình cao quý đến đâu.*

*Hỡi các thiên nữ, những người biến hóa thành bồ câu!
Xin Pháp thì dễ,
Nhưng có lòng tin sâu xa nơi Pháp thì khó.
Các vị nên tự nhắc mình
Về những bất hạnh không thể tránh khỏi
Gắn liền với những niềm vui thế gian.
Đau đớn và khổ sở của đời này,
Các vị nên xem như những người bạn dẫn mình đến Niết-bàn.
Riêng ta, ta vô cùng biết ơn
Những bất hạnh mà ta đã gặp.
Hỡi các bạn, hãy ghi nhớ điều này và cũng thực hành như vậy!*

The Devas smiled at Milarepa and said, "We shall do so." Then they made obeisance and circumambulated him many times. The Jetsun then asked the angels, "Why did you come

here in pigeon form?" They replied, "You are a yogi who has not the slightest attachment to yourself, nor any desire for this worldly life. It is only for the sake of Bodhi and the welfare of sentient beings that you have remained in solitude and meditated without distraction. With our heavenly eyes, we have been able to see you; and with respect and faith we now come to you for Dharma. But in order to [conceal our real form from] sinful beings, we have transformed ourselves into pigeons. We pray that your Reverence will now be kind enough to go up into Heaven with us to preach the righteous Dharma for us."

But Milarepa replied, "As long as life lasts, I shall remain in this world to benefit sentient beings here. You must know that Heaven is far from dependable; it is not eternal, and one should not rely on it. To be born in Heaven is not necessarily a wonderful thing. You should pay heed and follow these instructions":

Các thiên nữ mỉm cười với Milarepa và nói: "Chúng con sẽ làm như vậy." Rồi họ đánh lễ và đi nhiều quanh Ngài nhiều lần. Jetsun hỏi: "Tại sao các vị đến đây trong hình dạng bồ câu?" Họ đáp: "Ngài là một yogi không có chút bám chấp nào vào bản thân, cũng chẳng ham muốn đời sống thế gian này. Chỉ vì Bồ-đề và lợi ích của chúng sinh mà Ngài ở nơi cô tịch và thiền định không xao lãng. Bằng thiên nhãn, chúng con có thể thấy Ngài; với lòng tôn kính và tín tâm, nay chúng con đến cầu Pháp. Nhưng để [che giấu hình dạng thật của chúng con trước] những chúng sinh tội lỗi, chúng con biến thành bồ câu. Xin Ngài từ bi cùng chúng con lên cõi Trời để thuyết Chánh Pháp."

Nhưng Milarepa đáp: "Chừng nào còn sống, ta sẽ ở lại thế gian này để làm lợi ích cho chúng sinh nơi đây. Các vị phải biết rằng cõi Trời hoàn toàn không đáng nương tựa; nó không vĩnh cửu và người ta không nên dựa vào nó. Sinh lên cõi Trời chưa hẳn là điều kỳ diệu. Hãy chú tâm và làm theo những chỉ dạy này":

I bow down at the feet of Marpa Lho Draug.
Oh, Father Guru! Pray grant me your grace-wave and accomplishment.
You, eight beauties of the Deva-realm,
Have offered me white rice, the wondrous fruit of Dhyana.
Eating it my body is strengthened, and my mind enlivened.
As a token of my gratitude, I sing this song of Dharma to you.
Now, lift up your ears, and listen to me carefully.

Even though one reaches the highest Heaven of the White Devas,⁴
It has no permanent value and meaning!
Lovable and touching are those flowers of youth in Heaven.
But however pleasant it may seem to be,
In the end comes separation.
Although the bliss in Heaven seems to be very great,
It is merely a deceitful mirage, a bewildering hallucination;
In fact, it is the very cause of the return to suffering!

Thinking of the miseries of the Six Realms in Samsara,
I cannot help but have a feeling of disgust and aversion—
A feeling of anguish and distressed emotion!

Should you intend to practice the teaching of Buddha,
You must take refuge in the Three Precious Ones and pray to them.

Sentient beings in the Six Realms
You should consider as your parents.
Give to the poor, and offer to the Guru!
For the benefit of all, dedicate your merits.
Always remember that death may come at any moment.
Identify your body with Buddha's body!
Identify your own voice with Buddha's Mantra.
Contemplate the Sunyata of self-awakening Wisdom,
And always try to be master of your mind!

*Con đánh lễ dưới chân Marpa Lho Draug.
Ôi Guru Cha! Xin ban cho con làn sóng gia trì và thành tựu.
Hồi tám mỹ nữ của cõi Thiên,
Các vị đã dâng cho ta gạo trắng, quả kỳ diệu của Dhyana.
Ăn vào, thân ta được tăng sức và tâm ta thêm sinh động.
Để tỏ lòng biết ơn, ta hát bài Pháp ca này cho các vị.
Giờ hãy lắng tai và nghe ta thật kỹ.*

*Dù một người đạt đến cõi Trời cao nhất của các Thiên Tráng,⁴
Nó cũng chẳng có giá trị hay ý nghĩa vĩnh viễn!
Đáng yêu và cảm động thay những đóa hoa tuổi trẻ trên cõi Trời.
Nhưng dù có vẻ dễ chịu đến đâu,
Cuối cùng vẫn là chia lìa.
Dù phúc lạc cõi Trời có vẻ vô cùng lớn lao,
Nó chỉ là ảo ảnh dối lừa, một huyễn tượng làm mê hoặc;
Thật ra, chính nó là nguyên nhân đưa người ta trở lại khổ đau!*

*Nghĩ đến những thống khổ của Sáu Cõi trong Luân hồi,
Ta không thể không cảm thấy chán lìa và ghê sợ—
Một cảm giác đau đớn và ưu phiền sâu sắc!*

*Nếu các vị muốn thực hành giáo pháp của Đức Phật,
Phải quy y Ba Ngôi Báu và cầu nguyện đến các Ngài.
Chúng sinh trong Sáu Cõi
Nên được xem như cha mẹ của mình.
Hãy bố thí cho người nghèo và cúng dường Guru!
Vì lợi ích của tất cả, hãy hồi hướng công đức.
Luôn nhớ rằng cái chết có thể đến bất cứ lúc nào.
Hãy đồng nhất thân mình với thân Phật!
Hãy đồng nhất tiếng nói của mình với Mantra của Phật.
Hãy quán Tính Không của Trí Tuệ Tịch Giác,
Và luôn cố gắng làm chủ tâm mình!*

The Devas of Heaven said, "In ignorant beings like us, the Klesas always follow the mind.
Pray give us a teaching with which we can correct this fault, so we may depend upon it and
practice it frequently."

In response to their request, Milarepa sang:

Các thiên nữ nói: “Ở những chúng sinh vô minh như chúng con, các phiền não luôn đi theo tâm. Xin ban cho chúng con một giáo huấn để sửa lỗi này, để chúng con có thể nương vào đó và thường xuyên thực hành.”

Đáp lại lời thỉnh cầu, Milarepa hát:

Obeisance to Marpa, the gracious one!
Pray grant me the blessing of virtuous remedy.

Should you, oh faithful lady Devas, intend to practice the Dharma often,
Inwardly you should practice concentration and contemplation.
The renunciation of external affairs is your adornment.
Oh, bear in mind this remedy for external involvement!

With self-composure and mindfulness, you should remain serene.
Glory is the equanimity of mind and speech!
Glory is the resignation from many actions!

Should you meet disagreeable conditions,
Disturbing to your mind,
Keep watch upon yourself and be alert;
Keep warning yourself:
“The danger of anger is on its way.”

When you meet with enticing wealth,
Keep watch upon yourself and be alert;
Keep a check upon yourself:
“The danger of craving is on its way.”

Should hurtful, insulting words come to your ears,
Keep watch upon yourself and be alert,
And so remind yourself:
“Hurtful sounds are but delusions of the ear.”

When you associate with your friends,
Watch carefully and warn yourself:
“Let not jealousy in my heart arise.”

When you are plied with services and offerings,
Be alert and warn yourself:
“Let me beware, lest pride should spring up in my heart.”

At all times, in every way, keep watch upon yourself.
At all times try to conquer the evil thoughts within you!
Whatever you may meet in your daily doings,⁵
You should contemplate its void and illusory nature.
Were even one hundred saints and scholars gathered here,
More than this they could not say.

May you all be happy and prosperous!

May you all, with joyful hearts,
Devote yourselves to the practice of the Dharma!

*Đảnh lễ Marpa, bậc từ ái!
Xin ban cho con sự gia trì của phương thuốc thiện lành.*

*Hỡi các thiên nữ đầy tín tâm, nếu các vị muốn thường xuyên thực hành Pháp,
Bên trong nên thực hành định tâm và quán chiếu.
Từ bỏ những việc bên ngoài là trang sức của các vị.
Hãy ghi nhớ phương thuốc này đối với sự vướng bận bên ngoài!*

*Với sự tự chủ và chánh niệm, các vị nên an nhiên.
Vinh quang thay sự bình đẳng của tâm và lời nói!
Vinh quang thay sự từ bỏ quá nhiều hành động!*

*Nếu gặp hoàn cảnh trái ý
Làm tâm mình xao động,
Hãy quan sát chính mình và tỉnh giác;
Hãy tự cảnh báo:
“Nguy cơ của sân hận đang đến.”*

*Khi gặp của cải hấp dẫn,
Hãy quan sát chính mình và tỉnh giác;
Hãy tự kiểm soát:
“Nguy cơ của tham ái đang đến.”*

*Nếu những lời gây tổn thương, xúc phạm lọt vào tai,
Hãy quan sát chính mình và tỉnh giác,
Và tự nhắc:
“Âm thanh gây tổn thương chỉ là huyễn vọng của tai.”*

*Khi giao du với bạn bè,
Hãy quan sát cẩn thận và tự cảnh báo:
“Đừng để lòng ganh tị khởi lên trong tim ta.”*

*Khi được phục vụ và dâng cúng,
Hãy tỉnh giác và tự cảnh báo:
“Hãy cẩn thận, kẻ kiêu mạn sinh khởi trong tim ta.”*

*Mọi lúc, bằng mọi cách, hãy quan sát chính mình.
Mọi lúc hãy cố chế ngự những tư tưởng bất thiện bên trong!
Bất cứ điều gì gặp trong sinh hoạt hằng ngày,⁵
Hãy quán bản tánh Không và như huyễn của nó.
Dù một trăm bậc thánh và học giả tụ hội nơi đây,
Họ cũng không thể nói gì hơn điều này.*

*Nguyện tất cả các vị được hạnh phúc và thịnh vượng!
Nguyện tất cả các vị, với tâm hoan hỷ,
Dấn thân vào việc thực hành Pháp!*

The maidens of Heaven were all very happy, and in their delight and satisfaction they again turned their bodies into pigeons, and flew up toward Heaven. Milarepa then ate the offered rice, and set out for the Gray Rock Vajra Enclosure.

This is the story of the angel-maidens [in pigeon form] and their offerings.

Các thiên nữ đều vô cùng hoan hỷ; trong niềm vui và mãn nguyện, họ lại biến thân thành những con bồ câu và bay lên cõi Trời. Sau đó Milarepa dùng phần gạo được dâng cúng rồi lên đường đến Gray Rock Vajra Enclosure.

Đây là câu chuyện về các thiên nữ [trong hình dạng bồ câu] và phẩm vật dâng cúng của họ.

NOTES / CHÚ THÍCH

1. Non-effort: “no action, no disturbance, no doing,” and similar expressions; Chang notes that the Non-effort or Non-doing technique is a most important teaching of Mahamudra.

1. Vô Tác: “không hành động, không xao động, không làm,” và các cách diễn đạt tương tự; Chang ghi chú rằng phương pháp Vô Tác hay Không Làm là một giáo huấn rất quan trọng của Đại Thủ Ấn.

2. The high and low Views: Chang explains that Buddhist schools classify doctrinal views differently as high, low, expedient, ultimate, and so forth.

2. Kiến cao và thấp: Chang giải thích rằng các trường phái Phật giáo phân loại các quan điểm giáo lý khác nhau thành cao, thấp, phương tiện, tối hậu, v.v.

3. Six Senses and Sense Objects: literally “Six Groups”; for example, eye and form comprise one group, ear and sound another, and so on.

3. Sáu Căn và Đối Tượng của Căn: nghĩa đen là “Sáu Nhóm”; chẳng hạn mắt và sắc tạo thành một nhóm, tai và âm thanh một nhóm khác, v.v.

4. Heaven of the White Devas: Chang notes that Buddhism describes many levels of heaven; even the highest heavenly beings remain within Samsara.

4. Cõi Trời của các Thiên Tráng: Chang ghi chú rằng Phật giáo mô tả nhiều tầng trời; ngay cả các chúng sinh ở những cõi trời cao nhất vẫn còn trong Luân hồi.

5. Literally: the four kinds of daily activity—walking, standing, sitting, and lying down.

5. Nghĩa đen: bốn loại hoạt động hằng ngày—đi, đứng, ngồi và nằm.

SOURCE / NGUỒN

Garma C. C. Chang (trans. & annot.), *The Hundred Thousand Songs of Milarepa*, Vol. I, Part One, Story 8, “Milarepa and the Pigeon,” printed pp. 88–94. English text follows the reader’s supplied Chang edition; Vietnamese translation prepared faithfully for this bilingual edition. No commentary added.