

**Un fragmento de las Enseñanzas de uno de los más famosos yoguis  
budistas tibetanos, Jetsun Milarepa  
(c. 1052 – c. 1135 CE)**



**Una estatua de Jetsun Milarepa de Milarepa Gompa, en Helambu valley, Hyolmo, Nepal.**

**¡**Qué estúpido es pecar temeraria o imprudentemente  
mientras el dharma puro se esparce a tu alrededor;  
Qué tonto gastar el tiempo de tu vida sin sentido,  
Cuando es don tan raro obtener el valioso cuerpo humano;  
qué ridículo atarse a una ciudad-prisión y allí permanecer;  
qué risible pelear y querellarse con esposas y parientes

**1**

que apenas si son visitantes pasajeros;  
cuan vano estimar palabras dulces y tiernas  
que apenas son ecos vacíos en un sueño;  
cuan fatuo malgastar la vida litigando con enemigos  
que son como flores delicadas;  
qué tonto es atormentarse hasta la agonía pensando en la familia,  
que nos ata a la mansión de maya<sup>1</sup>;  
qué estúpido restringirse a la tarea del dinero y de la propiedad,  
que es la deuda contraída sobre el préstamo que otros nos hacen;  
qué ridículo embellecer y engalanar el cuerpo,  
que es vaso lleno de inmundicia;  
qué fatuo excitar cada nervio con riqueza y bienes  
y descuidar el néctar de la enseñanza interior!

<http://en.wikipedia.org/wiki/Milarepa>

---

<sup>1</sup> Maya significa ilusión. El budismo considera el mundo fenomenal como un sueño, un fantasma, un juego de sombras mágicas, un reflejo; en fin, una existencia ilusoria y no algo real, una apariencia.