

Viera v Milarepu  
bola ďalej vzbudená  
v jeho poslucháčoch  
a oni mu vzdali veľkú úctu.  
Poklonili sa  
a chodili okolo neho  
mnoho krát.  
Väčšina z nich sa potom  
vrátila do svojich domov.  
Ale vodca démonov, Bha Ro,  
a niektorí jeho nasledovníci  
stále neodchádzali.  
Opäť vyčarovali  
hrôzostrašné vízie,  
aby Milarepu vystrašili,  
ale on im čelil piesňou,  
v ktorej sa hovorí o pravde  
o dobre a zle:  
Klaniam sa pri nohách  
milostivého Marpu.  
Ste vy zhubní démoni  
stále nahnevani?  
Vaše telá dokážu s ľahkosťou  
lietať po oblohe  
ale vaše mysle sú naplnené  
hriešnymi a navyknutými  
myšlienkami.  
Odhaľujete svoje smrteľné  
tesáky, aby ste vystrašili  
iných, ale môžete si byť istí,  
že keď ich budete sužovať,  
prinášate problémy iba sebe.  
Zákon karmy (odplaty)  
nikdy neprestane fungovať;  
Nikto neunikne  
jeho dozrievaniu.  
Prinášate problémy iba sebe,  
vy hladní duchovia,  
zmätení a hriešni!  
Pociťujem k vám iba  
súciť a ľútosť.  
Pretože večne hrešíte,  
byť naničhodným  
je pre vás prirodzené.  
Pretože vás zväzuje  
karma (odplata) zabíjania,  
chutí vám mäso a krv  
ako vaša potrava.  
Tým, že beriete životy iným,  
zrodili ste sa

ako hladní duchovia.  
Vaše hriešne skutky  
vás priviedli  
na najnižšiu Cestu.  
Odvráťte sa, priatelia moji,  
od tejto ľstivej  
karmy (odplaty)  
a pokúste sa dosiahnuť  
skutočné šťastie, ktoré je  
nad akúkoľvek nádej  
a strach!  
Démoni sa mu vysmiali:  
„Tvoja obratná rola kazateľa,  
ktorý dôkladne pozná  
Učenie,  
je veľmi impozantná,  
ale aké presvedčenie  
si získal  
z praktikovania Dharmy  
(pravého učenia)?“  
Milarepa odpovedal  
„Piesňou  
o dokonalej istote“:  
Úcta dokonalému Marpovi.  
Som jogín,  
ktorý si uvedomuje  
Konečnú Pravdu.  
V Počiatku Nezrodeného  
získavam istotu  
na Ceste  
Ne-zaniknutia, pomaly  
zdokonaľujem svoju silu;  
S významnými  
symbolmi a slovami  
prúdiacimi z môjho  
veľkého súcitu,  
spievam teraz túto pieseň  
zo zvrchovanej ríše  
Podstaty Dharmy.  
Pretože vaša hriešna  
Karma (odplata)  
vytvorila hustú slepotu  
a nepreniknuteľnú prekážku,  
nemôžete pochopiť zmysel  
Konečnej Pravdy.  
Počúvajte preto  
Núdzovú Pravdu.  
Vo svojich nepoškvrnených  
starobylých Sútrach  
všetci Budhovia minulosti

opakovane upozorňovali  
na večnú Pravdu o Karme –  
že každá cítiaca bytosť  
je človeku príbuznou.  
Toto je večná Pravda,  
ktorá nikdy nezlyhá.  
Počúvajte dobre  
učenie Súcitú.  
Ja, jogín, ktorý sa vyvinul  
týmto praktikovaním,  
viem, že vonkajšie prekážky  
sú len tieňovou hrou  
a iluzívnym svetom,  
nejestvujúcou  
magickou hrou mysle.  
Pozeraním sa dovnútra  
do mysle možno uvidieť  
podstatu mysle  
bez hmoty,  
skutočne prázdnu.  
Prostredníctvom meditácie  
v samote, milosť  
postupnosti Guruov  
a učenie veľkého Naropa  
sú dosiahnuté.  
Vnútoraná pravda Budhu  
by mala byť  
predmetom meditácie.  
Vďaka milostivému  
poučeniu od môjho Gurua  
je pochopený  
hlboký vnútorný  
zmysel Tantry.  
Praktikovaním  
pozdvihujúcej a  
zdokonaľujúcej jogy  
je podnietená Životná Sila  
a realizovaný vnútorný  
zmysel pre mikrokozmos.  
Takto sa vo vonkajšom svete  
nebojím  
iluzórnych prekážok.  
Patrím k Veľkej Božskej  
Línii,  
s nespočetnými jogínmi  
veľkými ako celý Vesmír.  
Keď vo vlastnej mysli  
človek uvažuje  
o pôvodnom stave mysle,  
iluzórne myšlienky

sa samé od seba rozplynú  
do ríše Dharmadhatu  
(Pravda Úplnosti).  
Nemožno vidieť ani  
sužujúceho ani sužovaného.  
Vyčerpávajúce štúdium  
Sútier nás nenaučí nič iné  
než toto.  
Vodca podriadených  
démonov potom ponúkol  
Milarepovi ich lebky,  
vzdávajúc mu úctu  
a chodiac okolo neho  
mnoho krát.  
Sľúbili, že mu prinesú  
zásoby jedla na mesiac  
a zmizli ako dúha na oblohe.  
Nasledujúceho rána na úsvite  
démon Bha Ro priviedol  
z Mon mnoho bohato  
odetých ženských duchov  
a početný sprievod.  
Niesli poháre  
zdobené drahými kameňmi  
a mosadzné tanieri naplnené  
množstvom rôzneho jedla,  
vrátane ryže,  
a všetko to ponúkli  
Jetsunovi (Milarepovi).  
Sľúbili, že odteraz mu budú  
slúžiť a poslúchať ho,  
mnohokrát sa mu poklonili  
a zmizli.  
Jeden z démonov, ktorý  
sa volal Jarbo Ton Drem,  
bol vodcom mnohých Dév.  
Vďaka tejto skúsenosti  
Milarepa získal veľké  
zdokonalenie v joge.  
Zotrval tam jeden mesiac,  
živý a radostný  
a bez bolestí z hladu.  
Jedného dňa, keď uplynul  
mesiac, Milarepa si spomenul  
na jedno miesto v Lashi,  
známe svojou  
dobrou vodou  
a rozhodol sa tam ísť.  
V deň jeho príchodu  
bola planina posiata

kvitnúcimi tamariškami.  
Uprostred planiny  
sa dvíhala veľká skala  
s vyčnievajúcou rímsou.  
Milarepa sedel na tej skale  
dlhý čas;  
mnoho bohýň za zjavilo,  
poklonilo sa mu  
a dávalo mu  
žiaduce milodary.  
Jedna z bohýň  
zanechala na skale  
dve odtlačky nôh  
a potom zmizla ako dúha.  
Milarepa pokračoval  
svojou cestou...  
Keď Milarepa došiel  
doprostred planiny,  
démon Bha Ro  
sa vrátil, aby ho privítal.  
Zjavil Jetsunovi  
sedadlo na kázanie,  
dal mu milodary  
a preukázal mu službu  
a požiadal ho o učenie.  
Milarepa mu prednášal  
súhrnne  
o karme (odplate)  
a ten démon sa potom  
rozpustil do veľkej skaly  
pred tým sedadlom.  
Milarepa  
vo veľmi radostnom stave  
zotrval na ústrednej  
planine jeden mesiac  
a potom cestoval  
do Nya Non Tsar Ma.  
Povedal tamojším ľuďom,  
že tá planina bola  
vskutku vykričaná,  
až kým nepremohol  
jej démonov  
a nepremenil tú planinu  
na miesto vhodné  
na praktikovanie Dharmy  
(pravého učenia).  
Tiež im povedal,  
že sa tam chce čo najskôr  
vrátiť meditovať.  
Potom mali ľudia

z Nya Non hlbokú vieru  
v Milarepu.  
Toto je príbeh  
„Cesta do Lashi“  
Milarepa  
v Junpan Nanka Tsangu  
Milarepa išiel  
do Junpan Nanka Tsangu  
a nejaký čas tam zotrval.  
Jedného dňa prišla  
k Milarepovej chatrči opica  
jazdiaca na králikovi,  
oblečená do brnenia z hríbu  
a niesla luk a šíp  
vyrobený zo stebiel.  
Jej zjav bol pre Milarepu  
taký smiešny, že sa nemohol  
ubrániť smiechu.  
Démon Jetsunovi povedal:  
„Prišiel si sem  
prostredníctvom strachu.  
Ak sa už viac nebojíš,  
môžeš odísť.“  
Milarepa odpovedal:  
„Uvedomujem si,  
že prejavovanie sa  
je myseľ samotná, a tiež  
vidím, že podstata mysle  
je rovnaká ako  
Dharmakaya.  
Ty žalostný príznak!  
Nech vyčaruješ akékoľvek  
zjavenie,  
bude to pre mňa na smiech.“  
Potom démon  
ponúkol milodar  
a zložil pred Milarepom sľub.  
Potom sa ako dúha  
stratil na oblohe.  
Bol to kráľ démonov  
menom Dro Tang.  
Jedného dňa prišli Milarepu  
navštíviť jeho  
podporovatelia.  
Spýtali sa ho,  
aký úžitok môže ponúknuť  
Junpan Nanka Tsang.  
Ako odpoveď  
Milarepa zaspieval:  
Modlím sa k môjmu Guruovi,

Svätému.  
 Počúvajte, patróni moji  
 a ja vám poviem  
 o zásluhách tohto miesta.  
 V peknej tichosti  
 tohto Nebeského Zámku  
 vysoko nad Janpanom,  
 zhromažďujú sa tmavé  
 mraky; Ďaleko dolu tečie  
 tmavomodrá rieka Tsang.  
 Za mojím chrbtom sa dvíha  
 Červená Skala Neba;  
 Pri mojich nohách  
 kvitnú divé kvety,  
 plné života a bohaté.  
 Na okraji mojej jaskyne  
 túlajú sa divé šelmy,  
 revú a chrochtajú.  
 Na modrej oblohe slobodne  
 krúžia supy a orly,  
 zatiaľ čo z neba prúdi  
 mrholiaci dážď.  
 Včely bzučia a hučia  
 svojím spevom;  
 Kobyly a žriebätá poskakujú  
 a divo cválajú;  
 Potok omieľa  
 okrúhliaky a skaly.  
 Na stromoch  
 skáču a kolíšu sa opice;  
 a škovránky spievajú  
 sladkú pieseň. Včasné  
 zvuky, ktoré počujem,  
 sú mojimi spoločníkmi.  
 Zásluhy tohto miesta  
 sú nepredstaviteľné –  
 teraz vám ich opíšem  
 v tejto piesni.  
 Ach, dobrí patróni,  
 nasledujte prosím moju Cestu  
 a môj príklad;  
 Zanechajte zlo  
 a praktikujte dobré skutky.  
 Spontánne  
 zo svojho srdca vám dávam  
 tieto inštrukcie.  
 Medzi patrónmi  
 bol jeden tantrický jogín,  
 ktorý povedal Milarepovi:  
 „Boli by sme

hlboko vďační,  
 keby si nám láskavo dal  
 dôležité inštrukcie  
 o Videní, Meditácii  
 a Konaní, ako pozdrav  
 alebo dar na privítanie.“  
 Milarepa ako odpoveď  
 zaspieval: Milosť môjho  
 Gurua vstupuje do môjho  
 srdca. Pomôž mi prosím  
 realizovať pravdu o Prázdne!  
 Ako odpoveď  
 mojím oddaným patrónom  
 spievam, aby som potešil  
 božstvá a Budhov.  
 Manifestácia, Prázdno  
 a Ne-rozlišovanie,  
 to sú tri podstaty Videnia.  
 Osvetlenie,  
 nemyslenie  
 a nerozptyľovanie  
 sú podstatou Meditácie.  
 Nelipnutie,  
 nepripútanie  
 a úplná ľahostajnosť  
 sú podstatou Konania.  
 Žiadna nádej, žiaden strach  
 a žiaden zmätok  
 sú podstatou Úspechu.  
 Žiaden pokus,  
 žiadne ukrývanie  
 a žiadne rozlišovanie,  
 to sú tri podstaty Prikázania.  
 Po vypočutí Milarepovej  
 piesne sa všetci patróni  
 vrátili domov.  
 O niekoľko dní neskôr  
 prišli Jetsuna opäť navštíviť  
 mnohí žiaci,  
 pýtali sa na jeho zdravie  
 a pohodu a popriali mu  
 všetko najlepšie.  
 Milarepa ako odpoveď  
 zaspieval: Skláňam sa  
 pri nohách môjho Gurua.  
 Hlboko v lese  
 ľuďmi nenasledovaný,  
 ja, Milarepa, šťastne  
 praktikujem meditáciu.  
 Bez akéhokoľvek pripútania,

bez akéhokoľvek lipnutia,  
 chôdza i ticho  
 sú príjemné.  
 Bez chorôb a zmätkov  
 dobrovoľne udržiavam  
 toto telo z ilúzie.  
 Nikdy nespíac, sedím  
 v pohodlí ticha.  
 Zotrvávajúc v Samádhi  
 ne-stálosti,  
 zažívam radosť.  
 Pokračovanie jóge  
 v teple bez chladu  
 je vskutku šťastné.  
 Bez zbabelosti  
 či zdesenia,  
 radostne nasledovať  
 tantrické praktikovanie;  
 Bez úsilia  
 zdokonaľujem kultiváciu;  
 Bez akéhokoľvek  
 rozptyľovania  
 zotrvávam v samote,  
 som skutočne šťastný.  
 Toto sú radosti tela.  
 Šťastná je cesta  
 Múdrosti a Spôsobov!  
 Šťastná je joga pozdvihujúca  
 a zdokonaľujúca;  
 meditácia dva v jednom.  
 Šťastná Prajna;  
 uvedomenie si  
 neprichádzania  
 a neodchádzania!  
 Šťastná neprítomnosť  
 rozprávania; žiadni priatelia  
 a žiadne rozprávanie!  
 Toto sú potešenia slov.  
 Šťastné je chápanie  
 ne-uchopovania;  
 Šťastná je meditácia  
 bez prerušenia;  
 Šťastný je výsledok  
 bez nádeje či strachu;  
 Šťastný skutok vykonaný  
 bez znesvätenia.  
 Toto sú potešenia mysle.  
 Šťastné je osvetlenie  
 bez myslenia  
 a bez premeny!

Šťastná je veľká blaženosť  
v čistote Úplnosti  
(Dharmadhatu)!  
Šťastná neustávajúca  
ríša formy!  
Táto malá pieseň  
veľkého šťastia,  
ktoré voľne prúdi  
z môjho srdca,  
je inšpirovaná meditáciou,  
zjednotením  
konania a poznania.  
Tí, ktorí sa usilujú  
o ovocie Bódhi  
(Budhovstva),  
môžu nasledovať túto cestu  
jogínskeho praktikovania.  
Žiaci povedali Milarepovi:  
„Vskutku skvelé  
sú radosti  
tela, slova a mysle,  
ako si ich práve popísal.  
Povedz nám prosím,  
čím boli spôsobené?“  
Milarepa odpovedal:  
„Uvedomením si mysle.“  
Žiaci na to povedali:  
„Hoci nikdy nebudeme  
schopní dosiahnuť  
také šťastie a potešenia,  
z akých si sa tešil ty,  
dúfame, že dokážeme  
získať aspoň malú časť;  
prosíme ťa preto,  
daj nám čistého učenia, ktoré  
je ľahké na pochopenie a  
jednoduché na praktikovanie,  
pomocou ktorého si môžeme  
uvedomiť podstatu mysle.“  
Na to Jetsun zaspieval  
„Dvanásť významov mysle“:  
Skláňam sa k nohám  
môjho Guru.  
Ó dobrí patróni!  
Ak si želáte uvedomiť si  
podstatu mysle,  
mali by ste praktikovať  
nasledujúce učenie:  
viera, poznanie a disciplína,  
tieto tri veci

sú živým stromom mysle.  
Toto je strom, ktorý by ste  
mali zasadiť a živiť.  
Ne-pripútanie,  
ne-lipnutie  
a ne-slepota,  
tieto tri veci  
sú štípmi mysle;  
Je ľahké ich odniesť  
a sú silné na obranu,  
a sú to štíty,  
ktoré by ste mali hľadať.  
Meditácia, usilovnosť  
a vytrvalosť,  
tieto tri veci  
sú koňmi mysle;  
Bežia rýchlo,  
utekajú rýchlo!  
Ak hľadáte kone,  
toto sú tie správne.  
Seba-uvedomenie,  
seba-osvetlenie  
a seba-nadšenie,  
tieto tri veci  
sú ovocím mysle.  
Zasejte semená,  
nechajte dozrieť ovocie,  
rafinujte šťavu  
a podstata sa vynorí.  
Ak hľadáte ovocie,  
toto je ovocie,  
ktoré by ste mali hľadať.  
Prameniaca z jogínskej  
intuície, bola zaspievaná  
táto pieseň o 12 významoch  
mysle.  
Inšpirovaní svojou vierou,  
pokračujte vo svojom  
praktikovaní,  
moji dobrí patróni!  
Patróni mali potom  
ešte viac viery  
v Milarepu a prinášali mu  
vynikajúce milodary.  
Milarepa sa rozhodol ísť  
do Yolmo Snow Range.  
Toto je príbeh Milarepu  
v Junpan Nanka Tsang  
(Nebeský zámok Junpan).