

# IŞILTILI VAHYİN AYNASI

## 1 VAHİY

Farkındalığın ezeli saflığının birleştirici yolu tüm kısıtlayıcı karşıtlıklardan özgür el değmemiş biliş olarak kendini gösterir. Farkındalığımız, ezeli buda Samantabhadra, bu sır talimatname sayesinde kendi yüzümüz olarak görünecektir.

## 2 HAZIRLIK

Bize kesin hakikati gösteren Guruya dayanıp inisiyasyon, izin ve talimatları uygun bir şekilde alarak, sakın bir yerde durumumuza göre öncelikle dört ya da altı günlük seans (ngondro/arındırıcı hazırlık uygulamaları) ile zihinlerimizi arındırırız.

## 3 SAMSARA ÜZERINE DÜŞÜNMEK

Bu dünya asla bitmeyen bir görünüşler girdabı mekanıdır. Bu zehir okyanusunda dönüp durduğumuz sürece özgürleşmeyi aramaya vakit yoktur. Ard arda turlarız samsaranın altı alemi, ve ne denersek deneyelim samsara'da olduğumuz sürece çile çekerken buluruz kendimizi. Bu şekilde dönüp dururken gerçek mutluluk için hiç bir fırsat yoktur.

## 4 BU HAYAT NADİR VE DEĞERLİDİR

Bu beden, henüz tüketmediğimiz karmik aktivitenin sayesinde gelen, elde etmesi oldukça zor özgürlük ve lütufların alanıdır. Bu uyanış için kusursuz bir temel olan ancak kazanması zor ama kaybetmesi kolay olan insan olarak var olma durumunu elde etmiş olarak, çabucak erdemli dharma pratiğine gayret göstermeliyiz.

## 5 GEÇİCİ VE ZARAR GÖRMEYE AÇIK

Ölüm zamanı belirsiz ve ömrümüz bir yaz çiçeği ya da gökkuşağıninki gibidir. Ölüm tanrısı bir şimşek gibi hızla gelir.

## 6 SIĞINMAK

Bu vakitte biricik sığınağımız, Gurumuz ve Üç mücevherden başka bizi koruyacak hiçbirşey bulamayacağız. Günde altı defa sığınma yeminimizi dile getirerek daima Gurumuz, Buda, Dharma ve Sangha'ya sığınmalıyız.

## 7 AYDINLANMA ZİHNİNİN ADANMIŞLIĞI

Samsara'daki tüm duyumsayan varlıklar bir zamanda ebeveynlerimiz oldu ve dolayısıyla onların faydası için uyanışa adanmayı içeren aydınlanma zihni bodhicitta'nın izafi

hakikatte iş gören niyetlenme ve uygulama yönleri ile doğal, gerçek hakikati doğrudan deneyimlemeyi kapsayan nihai yönünü geliştirmeliyiz. İnsan olarak var olmanın mükemmel desteğine sahibi olduğumuz şu anda Gurumuzun aldatmaz talimatlarını uygulamalıyız.

## 8 EYLEMLER NETİCELERE SAHİPTİR

Dikkatli olmalı ve benimsenecek erdemli eylemler ile terk edilecek erdemsiz eylemler arasında hatasızca ayırım yapmalıyız. Çünkü kötü eylemlerimizin neticelerini deneyimleyecek olan yine biz kendimiz olacağız.

## 9 IZDIRABIN İÇİNDE DOLAŞMAK

Yama, ölümün korkutucu tanrısı yaptığımız bütün iyi ve kötü eylemleri bilir. Samsaranın içinde nerede doğarsak doğalım sadece ızdırap ve çile çekeceğiz. Üç mücevher dışında bizi koruyup yanımızda olacak hiç bir sığınak bulamayacağız.

## 10 GURUYA GÜVENMEK

Kök Gurumuz geçmiş, şu anki ve gelecek tüm budaların vücut bulmuş halidir. Tüm iyi niteliklere sahip olan o bize materyal destek, dharma öğretileri ve aydınlanmanın üçlü şefkatini gösterir. Dolayısıyla her zaman, sonu gelmez bir hatırlama içinde, onun mevcudiyetini başımızın taç bölgesinin üzerinde tutarız. Böyle bir Guruya rastlamak gökyüzünde beliren çiçekler görmek gibi zordur. Onun öğretisini almak gündüz vakti gökyüzünde yıldızların belirmesi kadar nadirdir. Dolayısıyla onun zihniyle ayrılmaz bir şekilde birleşmek için dua etmeliyiz.

## 11 BU BİZİM YOLUMUZDUR

Geçmiş, şimdi ve geleceğin tüm Budaları bu öğretilerin yolunu yürür ve şimdi bizler bu gizli yol ile karşılaşma şansına sahip olduk. Tüm Budaların kalp özü bundan başka hiç birşey değil.

## 12 KİM OLDUĞUMUZA GİDEN YOL

Ati Dzogpachenpo'nun özü olan sonsuz bütün ile geri dönülmez bir şekilde uyandığımızda Budanın ta kendisiyizdir. Bu tüm dilekleri gerçekleştiren bir mücevher gibidir. Gayretli odaklanma ile dinleme, tefekkür ve meditasyon sayesinde gerçek görmeyi geliştiririz.

## 13 ZİHNİMİZİ BİLMEK

Zihnimiz fenomenin kaynağıdır. Pratiğe yeni başlarken 'zihin' kelimesi kulağa fazla karmaşık gibi gelir. Başlangıçta, zihin nereden gelir? Ortada zihin nerede durur? Sonunda o nereye gider? O hangi biçimdedir, ve hangi renge sahiptir? Zihnimizin kökünü tekrar tekrar araştırdığımızda zihnimizin gerçek oluş biçiminin berraklığına ulaşırız.

## 14 BİLİNEMEZ ZİHNİMİZİ BİLMEK

'Zihin' denilen şey şu veya bununla tanımlanıp, kimliklendirilemez. O bir varlık değildir ve hiç bir belirleyici niteliği yoktur. Onu aradığımızda bulunamaz çünkü en başından beri boştur, var olan bir öz'den yoksun. Boş, tanımlamanın ötesinde, doğum, ölüm, geliş ve gidiş tarafından dokunulmamış, hiç bir sebep tarafından yaratılmayıp hiç bir durum tarafından yok edilmemiş. O çoğalma ve azalma, gelişme ve bozulma ve herhangi bir değişimden bağımsız bir şekilde boşluk halindedir.

## 15 BASİTLİK

Varoluş, varolmayı, hem varoluş hem de varolmayı ve ne varoluş ne de varolmayı gibi felsefi düşüncenin sınırlayıcı kavramları ve hiç bir düşünce ve karşıtlık kategorisi ile tanımlanamayacak bir biçimde, zihin boş ve katışıksızdır. En başından beri değiştirilmemiş bu farkındalık hiç bir kimliği olmayan dolayısıyla herşeye misafirperverlik gösteren ayırım gözetmez transparan açıklıktır. Bu aydınlanma ile, diri, taze saf farkındalık üzerini kaplayan kabuğundan kurtulur ve kendi gerçek yüzümüzü görürüz, sonsuz iyilik Samantabhadra'nın doğal hali.

## 16 KARMAŞIKLIK

Buna uyanılmamış ise, farkındalığın hatırlanmayı ve dolayısıyla gerçeğin karartı altında kalması hali ortaya çıkar. Buna 'özne ve nesnenin birlikte doğuşu olan, birlikte ortaya çıkan cehalet' denilir. Bu durumda hakikatte bir olan görünüş ve boşluk yanlış bir şekilde ayrılmış ve birbirlerinden farklılaşmış gibi ele alınmışlardır. Dolayısıyla boşlukla bir olmayan, nesneyi tutup kavrayan gerçek bir özne/benlik ve aynı şekilde boşlukla bir olmayan tutup kavranılabilen gerçek bir nesnenin varlığı yanlış anlayışı oluşmuş,şeyleştirici kimlikleme meydana gelmiştir.

## 17 ŞEYLEŞME

Kendilik-özdeşleşmesi tarafından zincirlenmiş vaziyette kendimizi sözde gerçek belirimlerle karşı karşıya olan sözde gerçek bir ben kimliği olarak deneyimleriz. Bilinç akışımızda, var olan ve karşılarında pozisyon alınacak diğeri, diğer şeyler anlayışını da yaratan bir var olan 'ben' ve 'benim' anlayışları oluşur ve bu da dolayısıyla istek ve kaçınmanın ortaya çıkmasına sebep olur, buna bağlı olarakta çile döngüsünün yakıtı olan beş zehir denilen arzu, öfke, kıskançlık, kibir ve cehalet ile bezeli eylemler doğar. Böylece bir gerçek varlık inancından çile döngüsünün tüm varlıkları meydana gelir.

## 18 KENDİMİZİ ALDATIŞIMIZA UYANMAK

Aldanışımızın bizi nasıl aldattığına uyandığımızda,eforsuz ve zorlamasızca, herşeyi barındıran uzay olan boşluk ve farkındalığın birliği olan dharmakaya'nın doğal halinde ikamet ederiz.

## 19 RAHATLA , TUTMAKSIZIN

Sarsılmadan basitçe rahatlıkta kal. Eğer bunu efor içeren bir anımsayış ile tutmaya çalışırsak doğal biçimde mevcut oluşun herşeyi nasıl kendiliğinden çözerek özgürleştirdiğine açılmakta zorluk çekeriz. Hakikatimizi anımsayışın tazeliği ve farkındalığın görünüşlerin serbest düşüşü ile an'da mevcutluğuyla, görünüşlere çengellenmeden özgür halde kalırız.

## 20 ALDANMA YOK

Yanılgılı deneyimin akışı içerisindeki aldanmaya uyandığımızda bizler kaynak (aldanışın kaynağı; cehalet) veya kökü (aldanışı besleyen kökler; beş zehir) olmayan bir budayızdır.

## 21 OLDUĞUMUZ YERDEN AYRILMAK

Eğer bu noktadan ayrılırsak elimizde kalan tek şey kendi yanılgısal düşüncelerimiz olacaktır. Zihnimiz ezeli buda Samantabhadradır. Buna uyanarak kendi gerçek yüzümüz ile tanışırız. Ancak anlamsız yanılgı hakikatimizin farkında olmayış, yanlış anlama ve böylece yanıltan düşünceler getirir. Bu durumda beliren herşey kendiliğinden kaynaklanan gerçek bir gerçekliğe sahipmiş gibi ele alınır.

## 22 DUALİTENİN SERİMLENİŞİ

Gerçek olan bir 'ben' ve 'benim' yanlış anlayışları sebebiyle dışsal (dış dünyadaki her görüntü), içsel (zihnimizin içindeki, zihnimizin içeriği olan görünüşler) sabit (gök ve yer) ya da hareket eder vaziyette (nehirler, şelaleler), görünen herşey de, gerçek varlıklar olarak varlarmış gibi algılanır. Gerçek olarak ele aldığımız herşey benliğimizin hakikatte boşluk ile bir olan görünüşlere kendi algılama açısının yorumlarına dayanan ne'likler iliştiyerek gerçeklik atfetmesi ile oluşmuş ve böylece onlar gerçek varlıklar olarak inanılıp isimlendirilmiş ve nitelikleri sayılıp dökülmüştür.

## 23 SONU GELMEZ MÜDAHİL OLUŞ

Böylece görünen herşey hakikatte olduğu gibi olarak yani boşluk ile bir değilde gerçek varlığı olan bir objenin görünüşü olarak algılanır. Dolayısıyla onlar hakkında hem sübtıl hem de güçlü görünen inatçı düşünceler oluşup oluşmaya devam eder ve bizler bu

düşüncelerin etkisiyle müdahil olma isteği duyarak beliren ve anımsadığımız her ne olursa peşinden gideriz.

## 24 OBJELERİ ÖNEMLİ YAPMAK

Bazıları cehaleti yok etmek için cehaleti kullanmaya çalışıyor. Var olmayanın varlığına inanıyor ve objelerin nasıl tanımlandığını bilmeyi çok önemli görüyorlar. Uygulama yapmanın yolu bu değildir.

## 25 EFORDAN KAÇIN

Nihai hakikat ile ilgili de olsa düşünceler belirlediğinde, yapay olan hiç birşey yapmadan rahat vaziyette kal. Ne belirirse belirsin bu zihnin olduğu gibi doğal halinde kalmasına izin ver. Beklentili bir şekilde neyin gelebileceğini bekleme ya da gidenin peşinden gitme. En başından beri saf farkındalığın daima taze halinde ikamet et.

## 26 MÜDAHİL OLMAKTAN SAKIN

Havada hareket eden rüzgar ya da dağlardaki bir şelale gibi, aldatıcı düşüncelerin akışı durdurulamaz. Ne olursa ve nasıl olursa olsun farkındalık ve boşluğun ayrılmazlığını sürdür.

## 27 ENGELLER DAĞILIR

Aldanmadan özgür olduğunda zihin kendi yerinde kalır ve düşünceler kendiliğinden ortadan kaybolur, sanki okyanusa dökülen bir göl gibi, dolayısıyla kavramsal bir eyleme gerek yoktur.

## 28 YAPILACAK BİRŞEY YOK

Bir temelsiz (cehalet), ve kökten yoksun (rahatsız edici duygular), doğal mevcudiyet boştur ve farkındalığın niteliği olarak berrak görünüşler ve boşluk herhangi bir yapmaya gerek olmaksızın birleşiktir.

## 29 AN'DA KAL

Beliren herşeyin dolaysızlığını sürdürerek, doğal biçimde an'da kalmak var olan şey birşeylere çengellenişten özgür rahatlamadır. Zihin doğal yerinde olduğunda uzun meditasyona gerek yoktur. Cesaretlendirme veya engelleme, sabitleme veya hareket uygulamadan kal.

### 30 OLUŞUM

Belirim vaktinde düşünceler birbirlerini bir arkadaşlar topluluğu gibi destekleyip akabindeki dağılıp kaybolma vaktinde ise hakikatin uçsuz bucaksızlığında birlikte dağılırlar. Tüm fenomenin nihai gerçeği sadece budur.

### 31 İKİLİK YOK

Altı duyu sayesinde görünen aldatıcı fenomenin peşinden koşma. Gece ya da gündüz dahil olduğumuz eylem ne olursa olsun, yapan ve yapılan iş algısı sadece bir aldanma, bir rüya gibi bir sihir gibi.

### 32 FARKINDALIĞA GÜVEN

Görünüşler sabit bir gerçeklikten yoksun olduklarından durmak bilmeden gelip giderler, Her ne belirirse belirsin kısıtlamasız, yargılamasız ve ön yargısız bir tavır takın. Her zaman ve her durumda, görünüşlerin peşinde kaybolmak ile onlardan istemli bir şekilde kaçınmanın orta noktası olan tetikte farkındalık halini sürdür.

### 33 BURASI VE ŞİMDİ

Tetikte farkındalığı bir an bile olsun gevşetme. Dağılmama, tutmama ve kaçınmamayı korumak hayatidir.

### 34 DOĞAL OLANDA İKAMET ET

Böylece boşluk ve onun doğal şefkatini dağılma ya da eforlu meditasyon olmaksızın sürdür. Efor ve zorlamadan özgürce, her durumda daima meditatif yansızlık ve ardından gelen deneyimin sağlamlığında kal.

### 35 BU YETERLİDİR

Bu pratik tüm Tantra kategorilerinin kıymetli en derin anlamı, dharma'nın kalp özüdür. Bu tüm budaların nihai pratiğidir. Bu görüş , meditasyon ve davranışın yegane derin hakikatidir.

### 36 BU FAYDALIDIR

Bu pratiği uygulayan iyi karmaya sahip şanslı kişiler için aşama ve yolların iyi nitelikleri gelişip artacak. Bu Dzogchen'in özünün distilasyonudur. Bu gelecekteki şanslı kişiler için bir dost olacak.

### 37 BU KORUMAYA DEĞER

Siz hazine doktrinlerin koruyucuları bu doktrinleri iyi korumalısınız. Siz yemin sahipleri bu öğretilere öz çocuklarınız gibi sahip çıkmalısınız. Samantabhadra'nın yüzünü göreceksiniz, farkındalığımızın ebedi saflığı.

### 38 TARTIŞMAK İÇİN DEĞİL

Bu öğretileri akıl yürütme ve tartışıp puan kazanmaya bağımlı akademisyenlere göstermek kesinlikle uygun değildir. Bu öğretiler boşlukta mühürlenmiştir. Çok gizli oldukları için dakinilerin gizli hazinesi olarak bilinirler.

### 39 & 40 KÜNYE

Bendza Ming olarak bilinen talihli kişi için saklanmıştır.

Bu metin Nuden Dorje Drophan Lingpa tarafından kuzey tibet'teki Kang Zang'ın. (Gangs bZang) kutsal yerinde açığa çıkarıldı. Zangri Khamar (Zangs Ri mKhar dMar) tarafından Machig Labdron'un kutsal yerinde yazıya döküldü.

*Bu revize edilmiş çeviri Nisan 2019'da James Low tarafından yapıldı  
Mustafa Mert Çelebi tarafından 2 Mayıs 2020'de çevirildi*