

KİLİT NOKTALARI VURGULAYAN ÜÇ İFADE *PATRUL RINPOCHE*

Guruya selam olsun!

Görüş Longchen Rabjamdır, uçsuz bucaksız sonsuzluk.
Meditasyon Khyentse Ozerdir, bilgi ve sevginin ışık hüzmeleri.
Eylem Gyalwai Nyugudur, muzafferlerin evladı.
Bu şekilde uygulama yaparsan
Bu hayatta bir Buda olacaksın,
Olmasan da, zihnin mutlu olacak – a la la.

**Görüş uçsuz bucaksız sonsuzluktur:
Üç ifadenin manasının kilit noktalarına er.**

**Önce, zihninin rahatlamasına izin ver:
Düşünceden yoksun, hiçbir şey yansıtmak ve hiçbir şey
oluşturmaksızın.
Eşitlik (herşeye eşit şekilde açıklık) halindeyken, tamamen
rahat,
Zihnini yıkıma uğrat, aniden bağırarak; PHAT!**

**Şiddetli (Yırtıcı) ve ansızın: şoke edici!
E MA HO!
Hiçbir şey – Özgür!
Açık, özgür, engelsiz.
Doğrudan, engelsiz – dil ile vasfolunamaz.
Bunu açıkça kendi dharmakaya farkındalığın olarak tanı.
Hakiki yüzünün sana doğrudan olarak ifşa edilişi İLK İFADEDİR.**

**Ardından, zihnin meşgul de olsa dingin de,
Öfkeli veya arzulu ya da mutlu da olsa üzgün de,
Tüm vakitler ve tüm durumlarda
Dharmakaya kimliğinde kal.
Halihazırda tanışık anne ve evlat berrak
ışıkların buluşması.**

Farkındalığın olduğu gibiliği yönünün bu dil
ile vasfolunamaz halinde ikamet et.
Yöntem ve bilgeliğin hecelerinin ani şokları
ile,
Dinginlik, keyif, berraklık ve düşünce bolluğunu tekrar tekrar
imha et.
Dengede dinlenme ve ardıl deneyimi ayırma,
Oturma seansları ve aralar ayırımında bulunma.

Bu ayrılmazlık halinde sürekli bir şekilde kal.
Yine de, bu stabiliteye erişene dek,
Uyarıcı meşgaleleri bir kenara bırak ve uygulamana
önem ver.

Belirgin meditasyon seansları uygula.

Tüm vakitler ve tüm durumlarda,

Bu tek dharmakaya'yı tüm dalgalanmalar boyunca
muhafaza et.

Bundan başka yapılacak hiçbir şey olmadığından
emin ol.

Bu tekillikten kesin bir şekilde emin olmak İKİNCİ İFADEDİR.

Bu vakit, bağlanma, kaçınma, neşe, üzüntü ve her ne duygu, düşünce kendisini
gösterirse göstereceğin,

Hiçbir iz bırakmayacaktır.

Bilme halinde kalma.

Bu özgürleşmede (salıverilmede) dharmakaya'yı sapta.

Tıpkı suya yazılan bir yazı gibi,

Kendi kendine ortaya çıkan kendi kendine özgürleşme (salıverilme) süreklidir.

Her ne kendisini gösterirse göstereceğin çıplak, farkında boşluğun besinidir.

Tüm devinim bağımsız dharmakaya'nın ifadesidir.

İzsiz, içkin olarak saf – harika!

Kendisini gösteren herşeyin, kendisini gösterme biçimi eskisi gibidir.

Ancak çözülme biçimi ayırt edici kritik noktadır.

Bu olmadan, meditasyon bir aldaniş yolundan başka bir şey değildir;

Bu olduğunda ise meditasyon olmadığında dahi dharmakaya kendisini gösterir.

Özgürleşmeye (kendi kendine özgürleşmeye/saliverilmeye) doğrudan güveni sürdürmek ÜÇÜNCÜ İFADEDİR.

Bu üç ifadenin görüşü ile,

Bilgi ve sevgiyi birbirine bağlayan meditasyon ve Genel bodhisattva etkinliğinin desteğiyle,

Üç zamanın budaları bir araya gelseler dahi,

Bundan daha iyi bir yönerge ortaya koyamazlardı.

Farkındalığın ifade edici gücü,

Dharmakaya'nın hazine ifşa edicisi,

Bu hazineyi gerçek anlayışın enginliğinden getirdi.

Bu hazine yeryüzünden ve taştan çıkarılan birşeye benzemez.

Bu Garab Dorje'nin son vasiyetidir.

Bu üç aktarımın kalp özüdür.

Bu en kalbi öğrencilerime emanet edildi ve mühürlendi.

Bunun manası engindir, kalpten gelen bir öğreti.

Kalpten gelen bir öğreti, hayati mana.

Bu hayati mananın göz ardı edilmesine ve unutulmasına izin verme.

Bu yönergelerin ziyan olmasına izin verme.

Bu 'bilge ve şanlı kral'ın özel öğretisidir.'

Eşsiz iyiliğin vücut bulmuş hali, kök guruma selam olsun.

Burada görüş, meditasyon ve eylemin kilit noktalarının uygulanma yöntemini kısaca açıklayacağım. İlk olarak, kendi gurum üç mücevherin ta kendisi olduğundan, sadece onu selamlamak, tüm sığınma kaynaklarını selamlamaktır. Bu yüzden metin **Guruya selam olsun** diyerek başlar.

Tüm kök ve silsile gurularının kendi zihninden ayrılmaz olduklarının bilinciyle uygulama yaptığında bu görüş, meditasyon ve eylem uygulamasının özüdür. Dolayısıyla görüş, meditasyon ve eylemi kendi kök ve silsile gurularımın isimlerinin manaları aracılığıyla açıklayacağım.

Öncelikle, görüş kişinin budaların rahminin büyük enginliğinde, tüm ikili (ikiliksel) kavramlardan azade herşeye misafirperver hakikatin (böyleliğin) eşitliğinde, samsara ve nirvana'nın sonsuz görünüşlerinin halihazırda tam olduklarına değin derin bilgisidir. Dolayısıyla metin şöyle der, **Görüş Longchen Rabjamdır, uçsuz bucaksız sonsuzluk.**

Tüm ikili (ikiliksel) kavramlardan içkin olarak azade bu görüş ile ayırdına varan bilgelik ve içgörü yoluyla tesis edilen bilme yönü boşluğu ifşa ederken, sakin ikamet yönteminden ayrılmaz büyük şefkat kendisini dalgalanmaksızın gösterir. Dolayısıyla meditasyon boşluk ve şefkatin birbirine bağlıdır. Böylece **meditasyon Khyentse Ozerdir, bilgi ve sevginin ışık hüzmeleri.**

Bu görüş ve meditasyon ile aşılanmış halden, muzaffer olanların, altı paramitalar yoluyla diğerlerine bodhisattva yöntemleriyle uyum içerisinde yardım edenlerin, taze filizleri etkinliklerini gösterir. Böylece **eylem Gyalwai Nyugudur, muzafferlerin evladı.**

Bu görüş, meditasyon ve etkinliği uygulayanların iyi talihini işaret etmek adına metin şöyle diyor; **bu şekilde uygulama yaparsan.**

Tüm dünyevi uğraşları terk ederek bir inziva yerinde kalırsan, tek noktalı uygulamanın gücüyle, bu hayat içerisinde zeminin bakir saflığında özgürleşeceksin. Dolayısıyla, **Bu hayatta bir Buda olacaksın.**

Bu olmadığında dahi, sadece zihnini görüş, meditasyon ve eyleme döndürürsen, bu hayatın zorluklarını nasıl yolun haline getirebileceğini bilecek, bu hayatın olaylarına değin umutlar ve korkular üretmeyerek bir mutlu hayattan bir diğerine koşacaksın. **Olmasan da zihnin mutlu olacak – A LA LA.**

Bu yararlı görüş, meditasyon ve eylemi adım adım açıklarken, öncelikle görüşün nasıl uygulanacağını açıklayacağım. **Görüş uçsuz bucaksız sonsuzluktur.**

Kilit noktaları vurgulayan üç ifadenin uygulanması üzerine bu yönerge aldanişın can damarını keser. Dolayısıyla, **üç ifadenin manasının kilit noktalarına er.**

Öncelikle görüşü sunmanın (henüz onunla karşılaşmamış olanları onunla tanıştırmamanın) çeşitli yöntemleri vardır. İşaretlere (izlere) dayanan genel budist sistemlerde görüşü açıklamak için yazınsal gelenekler ve akıl yürütmeden faydalanılırken, olağan Tantrik yaklaşımlarda dördüncü inisiyasyonda hakiki bilme üzerine, üçüncü inisiyasyonda gösterilen bilme örneklerine dayanan bir yönerge verilir. Dolayısıyla bunu yapmanın birçok yöntemi vardır. Ancak biz burada uygulama silsilesinin büyük ustalarının özel yaklaşımının yolunu izleyecek ve zihnini (kavramsal zihnin) kayboluşunu sunacağız.

Düşünce dalgalarının çöşkünüğünde nesnelere peşinden koşan tüm bu yoğun düşünceler zihnin olduğu gibiliğinin gerçek yüzünü gölgelerler. Bu yüzden önceden tanışılmış dahi olsa, zihin (zihnin gerçek doğası) anımsanmaz. Dolayısıyla bu kaba düşüncelerin dağılması için öncelikle **zihninin rahatlamasına izin ver.**

Dahası kendi zihnini, yapıntısızca, kendi halinde kaldığında, hakiki bilmenin berrak ışığının ta kendisidir. Zorlama (yapmacılık) yolu sana hakikatte olduğun gibiliğine uyanışı getirmeyecektir. Dolayısıyla kendine kendi yapıntısız “birlikte ortaya çıkan/beliren” hakiki bilmeni göstermek için; **Hiçbir şey yansıtmak ve hiçbir şey oluşturmaksızın.**

Uygulamaya yeni başladığında, zihnini değişmeyen doğal halde tutmayı denesen de, keyif, berraklık ve düşüncesizlik gibi, bu şekilde ikametini veçheleri olan meditasyon deneyimlerine bağımlılıktan kaçamayacaksın. Bu yüzden metin şöyle diyor, **eşitlik (herşeye eşit şekilde açıklık) halindeyken, tamamen rahat.**

Kendini bu deneyimlere bağımlılık çukurundan kurtarmak ve olduğun gibiliğinin (engelsiz çıplak farkındalık) ifşa olmasına izin vermek için, **zihnini şoka uğrat, aniden bağırarak; PHAT!**

Düşüncelerin akışını kesmek ve kavram tabanlı meditasyonu yıkmak son derece hayatidir. Bu yüzden de bağırmalısın - Phat! Şok edici bir şekilde. **Şiddetli (Yırtıcı) ve ansızın: şoke edici! E MA HO!**

Bu anda ‘bu zihin...dır’ vb. gibi, tüm özne ve nesne değerlendirmelerinden özgürleşirsin. Özgürleşme kendisini göstermiştir ve dolayısıyla, **Hiçbir şey – Özgür!**

Bu şekilde dayanak nesnelere azade dharmakaya halinde, engellenmemiş çıplak farkındalık yönü zihnin ötesindeki hakiki bilme olarak ikamet eder. Dolayısıyla, **Açık, özgür, engelsiz.**

Bu engellenmemiş doğrudanlık ‘ortaya çıkış’, ‘yok oluş’, ‘varoluş’, ‘var olmayış’ gibi tüm kısıtlardan (şeyleştirici kavramsallaştırmadan) yoksundur. Konuşma ve zihnin (ikiliksel kavramsal zihnin) çabaya dayalı kavramsal etkinlikleri için bir nesne olmanın ötesinde, o ifade edilemez için hakiki bilmenin anahtar noktasıdır. Dolayısıyla, **doğrudan, engelsiz, dil ile vasfolunamaz.**

Bu hayati hakikat dharmakaya'nın, temelde (zeminde) ikamet eden farkındalığın, ilksel saflığın ikili (ikiliksel) kavramlardan azade yogilerinin yolunun ilksel hakikatidir. Dolayısıyla bu yegane nokta doğrudan olarak tanınmadan, ne kadar meditasyon uygulaması yaparsan yap, zihin (ikiliksel kavramsal zihin) tabanlı yapmacık görüş ve meditasyonun ötesine geçmeyecek, açık Büyük Tamlığın (Dzogchen) yaklaşımından yeryüzünün gökyüzünden olduğu kadar uzak olacak ve meditasyonsuzluğun sürekli berrak ışığının kilit noktasından yoksun olacaksın.

Bu yüzden, **bunu açıkça kendi dharmakaya farkındalığın olarak tanı.**

Bunun manası kilit noktaları vurgulayan üç ifadenin ilkidir. Bu (bu dharmakaya farkındalığı) görüş yoluyla ifşa edilmemesinde (doğrudan olarak tanınmadığında) meditasyonun muhafaza edeceği hiçbir şey, yani meditasyon için herhangi bir temel yoktur. Dolayısıyla öncelikle görüşün sana ifşa edilmesi en önemli noktadır. Dahası doğal hakiki bilme ile kendinde içkin olan bir şey olarak tanıştırdığında, bir başka yerde arayacak başka hiçbir şey olmadığı da apaçık hale gelir. O daha önce sahip olmayıp da şimdi elde ettiğin bir şey değildir. **Hakiki yüzünün sana doğrudan olarak ifşa edilişi İLK İFADEDİR.**

Şimdi meditasyonun nasıl uygulanacağını açıklayacağım. Bu halde kalarak (görüşte sana tarif edilen/ifşa edilen/tanıtılan) her zaman ve her vaziyette kesintisizce meditasyon yapmış olursun. Yani hareketsizlik ya da etkinliği teşvik etmeksizin görüşte (dharmakaya kimliğinde/zihninin doğal halinde) kalabilirsen bu hareketsizliği dharmakaya'nın gerçek yüzü ve spontane etkinliği de hakiki bilmenin ifadesi olarak muhafaza eder. Dolayısıyla **Ardından , zihnin meşgul de olsa dingin de .**

Zihindeki düşüncelerin ifade edici gücünden öfke ve arzunun ıstırap verici faktörleri , ıstırapın kökeni ve mutluluk ve üzüntü deneyimleri, ıstırap gerçeği kendisini gösterir. Tüm bu duygu ve düşüncelerin doğasının dharmata hakikati olduğunun farkında olursan, şu senin için apaçık hale gelecektir ki tüm bunlar dharmakaya'nın dalgalanan dramasından ibarettir. Dolayısıyla, **Öfkeli veya arzulu ya da mutlu da olsa üzgün de.**

Bu senin için tamamen mevcut olmadığına ve sadece genel bir anlayışa sahip olduğunda, görüş yoluyla kendinle (kendi hakikatin ile) tanıştırılmış olsan dahi meditasyonunun bu hali muhafaza edemeyişiyile alışageldik aldanişa düşeceksin ve düşünceler deneyimini doldurup seni samsara'ya bağlayacaklar. Dharmakaya ile karakterin ayrı kalmaya devam edecek ve sıradan insanlardan farkın olmayacak. Bu yüzden meditasyonsuzlukta doğal bir şekilde kalmaktan asla ayrılmamak hayattır. Dolayısıyla, **Tüm vakitler ve tüm durumlarda.**

Zihin hareketsiz, devinim halinde ya da her nasıl olursa olsun, ister ıstırap verici faktörler (kleshalar; bağlanma, kaçınma, bilmezlik, gurur, kıskançlık...) , ister çok sayıda farklı düşünce kendisini gösterebilir, bunların her biriyle başa çıkabilmek için ayrı ayrı panzehirlere ihtiyacın yoktur. Kendisini gösteren bütün düşünce ve ıstırap verici faktörler için tek bir panzehir yeterlidir. Bu tek panzehir halihazırda tanıştığımız görüşte kalmaktır. Dolayısıyla, **Dharmakaya kimliğinde kal.**

Her ne düşünce ve ıstırap verici faktör kendisini gösterirse gösterebilir, onlar gerçekte dharmakaya'nın hakiki bilmesinden (zihnin doğal parlaklığından) başka bir şey değildir. Tüm bu düşüncelerin doğası temel dharmakaya'nın berrak ışığı olduğu için, bunun farkına varıldığında bu temelde içkin anne berrak ışıktır. Gurun tarafından sana ifşa edilen doğal farkındalığın (rigpa) berrak ışığının görüşünü kendin (kendi doğan/kendi hakiki kimliğinin) olarak tanıman ise uygulama yolunun berrak ışığıdır. Kendi hakiki kimliğinde, zemin ve yol berrak ışıkların ayrılmazlığında ikamet ettiğinde buna anne ve evlat berrak ışıkların buluşması denilir. Dolayısıyla, **Halihazırda tanışık anne ve evlat berrak ışıkların buluşması.**

Bu yolla, kendin olarak tanımış olduğun berrak ışığın görüşünü daima zihninde tutarak (onda kalarak) , benimsemek ve kaçınmak, teşvik etmek ve engellemekten yoksunluğun hayati noktasına sahip olursun. Düşünceler ve ıstırap verici faktörler içinde ikamet ettiğin gerçek doğanın ifadesidir. Dolayısıyla, **Farkındalığın olduğu gibiliği yönünün bu dil ile vasfolunamaz halinde ikamet et.**

Uygulamaya yeni başladığında bu hali uzun bir süre muhafaza ettiğinde, keyif, berraklık ve düşüncesizlik deneyimleri değişmeyen içkin yüzünü (gerçek doğanı) örteceklerdir. Dolayısıyla bu deneyimlere bağlanmanın peçesinden ayrı olarak ve taze gösterimdeki farkındalığın çıplak yüzüyle, hakiki bilme kendisini gösterecektir. Şöyle söylenir;

Dik bir şekilde düşerek güçlendiği gibi dağ nehrinin,
Güçlenir yogi, sayesinde meditasyonunu yok etmenin.

Bununla uyumlu olarak metnimiz şöyle der; **Dinginlik, keyif, berraklık ve düşünce bolluğunu tekrar tekrar imha et.**

Peki bu imha ediş nasıl gerçekleştirilir? Dinginlik, keyif ya da berraklık deneyimleri veya haz kendisini gösterdiğinde şiddetli (yırtıcı) bir Phat! sesi çıkar. Tıpkı ani bir gök gürültüsü gibi. Phat! hünerli vasıtaların (skilful means) güzelleştirici harfi 'Pha' ve ayırmsayan bilgeliğin kesici harfi 'Ta'yı birleştirir. Bu deneyimlere bağlanmanın peçesini ortadan kaldırmak için onu kullanmalısın. Dolayısıyla, **Yöntem ve bilgeliğin hecelerinin ani şokları ile.**

“Meditasyon” deneyimlerine ilişkin olarak bu kilit noktayı kaybetmediğin ve ifade edilemez engellenmemiş farkındalığı her zaman ve her durumda muhafaza ettiğinde dengede dinlenme ve ardıl deneyim birbirinden ayrı olmayacaktır: **Dengede dinlenme ve ardıl deneyimi ayırma.**

Böylece seanslar halinde yapılan meditasyon ve aralardaki etkinlik vakti esnasındaki meditasyon ayrımı yoktur. Dolayısıyla, **Oturma seansları ve aralar ayrımında bulunma.**

Bu meditasyonsuzluğun büyük meditasyonudur. İçkin engin hakiki bilme bir nehirin akışı gibidir. Bu yoga ya da çabasız gevşemede meditasyon yapmak için en ufak bir sebep olmadığı gibi tek bir dağılma anı da yoktur. Şöyle denilir;

Hiçbir zaman meditasyon yapmamak ve hiçbir zaman
ondan ayrılmamak,
Budur daima meditasyonsuzluğun bütünlüğünde kalmak.

Bu doğru, dolayısıyla, **Bu ayrılmazlık halinde sürekli bir şekilde kal.**

Büyük tamlığın (Dzogchen) doğal yoluna uygun bir alıcı için bu öğretiyi içitmek ile uyanmak eş zamanlıdır, böylece görüngülerin büyük özgürleştirici temeli ve zihin ile kendisini gösteren herşey dharmakaya'nın draması haline gelecek ve ne bir meditasyon uygulayıcısı ne de bir meditasyon nesnesi olacaktır.

Bu yüzden üzerinde meditasyon yapılacak hiçbir şey ve meditasyon yapacak kimse yoktur ancak bu kadar şanslı olmayıp halen aldanış ve kavramsal düşüncenin etkisi altında kalanların (kurbanı olanların) stabiliteye erişene dek (gerçek doğalarında kalmakta) aşamalı yolu izlemeleri gerekmektedir. Dolayısıyla, **Yine de, bu stabiliteye erişene dek.**

Bu yolun (aşamalı yol) meditasyonuna ilişkin meditasyon deneyimleri ancak odağın stabilitesini sağlayacak tüm şartlar tamamen mevcut olduğunda ortaya çıkabilirler. Bu nedenle uyarımlar ve dağılmanın göbeğindeysen ne kadar uzun süre uygulama yaparsan yap bu deneyimler kendilerini göstermeyeceklerdir. **Dolayısıyla, uyarıcı meşgaleleri bir kenara bırak ve uygulamana önem ver.**

Meditasyon vaktine ilişkin olarak, her ne kadar dengede dinlenme ve ardıl deneyim arasında hiçbir gerçek bir fark olmasa da, yeni başlayan birisi olarak gerçek doğanda tam olarak köklenemiyorsan dengede otururken içerisinde kaldığın bu hali etkinlik ile bütünleştirmen mümkün olmayacak ve gündelik etkinliklerin akışını yol olarak kullanmak için mücadele etsen de yerleşik kötü eğilimlere bağlı olarak çok sayıda yanlış yola sapacaksın. Dolayısıyla **Belirgin meditasyon seansları uygula.**

Belirgin meditasyon seansları uygulamayı sürdürdüğünde, uygulaman yoluyla dengede dinlenmenin özünü (dharmakaya doğanı) muhafaza etme üzerine bir odağı koruyabildiğini fark edebilirsin. Ancak bunun ardıl etkinlikler ile sürekli bütünleşmesini muhafaza edememen halinde bu ikincil koşullara karşı bir panzehir teşkil etmeyecek ve böylece kavramsal düşüncenin ikincil koşulları seni yolundan çıkararak alışageldik yollara düşmeni sağlayacak. Dolayısıyla, **tüm vakitler ve tüm durumlarda.**

Bu vakit üzerinde meditasyon yapacak başka hiçbir şey aramana gerek yoktur. Dharmakaya görüşüyle aşılınmış dengede dinlenmeden ayırt edilemez hal içerisinde, kaygısızca ve eylem, eylemi gerçekleştiren (edim ve edimi gerçekleştiren algıları) ve kendisini gösteren tüm düşünceleri kale almaksızın, engellemek veya teşvik etmekten yoksun bir şekilde gelenin gelip gidenin gitmesine izin ver. Dolayısıyla, **Bu tek dharmakaya'yı tüm dalgalanmalar boyunca muhafaza et.**

Sakin ikamet ve üstün içgörünün ayrılmazlığının bu uygulaması kavramsal detaylandırmadan yoksun, hakikatin (böyleliğin) gerçek yüzü, yapıtınsız birlikte belirimi muhafaza eden değişmeyen yogadır. Bu gizli mantra vajrayana tantralarının tüm uygulamalarının kalbidir. Bu dördüncü inisiyasyonun 'hakiki bilme'sidir. Bu tüm uygulayıcı silsilelerin, tüm dilekleri gerçekleştiren özel öğretisidir. Bu hem Hindistan hem de Tibet'deki silsilelerin hem yeni (sarma) hem de eski tercüme (nyingma) okullarının üstadlarının kusursuz vizyonudur. Dolayısıyla buna sarsılmaz bir inanç duymalı ve başka öğretilerin peşinde koşmamalısın. Ancak eğer başka gizli yönergelere salya akıtmayı bırakamazsan evinde tuttuğu filini bulmak için ormandan ormana dolaşan 'mahant'a benzeyecek, sonu gelmez zihinsel araştırmanın tuzağına düşeceksin. Bu yüzden nasıl uygulama yapacağına değin kararlı olman hayatidir. Dolayısıyla, **bundan başka yapılacak hiçbir şey olmadığından emin ol.**

Dharmakaya'da içkin olan bu çıplak hakiki bilmenin asla aldanmamış buda olduğundan kararlı bir şekilde emin ol ve bunu sürekli olarak muhafaza et. Bu ikinci ifadenin oldukça önemli kilit noktasıdır. **Dolayısıyla, Bu tekillikten kesin bir şekilde emin olmak İKİNCİ İFADEDİR.**

Bu özgürleşme yöntemine güven duymadığında meditasyonun sadece zihnini huzurlu tutmaya yarayacak ve yüksek alemlere sapmanın ötesine geçemeyeceksin. Arzu ve öfke koşulları ile başa çıkamayacak, kompulsif etkinliğin (karmik biçimlenmelerin) akışını kesemeyecek, doğrudan kesinliğin inancını elde edemeyeceksin. Dolayısıyla bu mesele oldukça önemlidir.

Dahası arzuladığın şeylere karşı yoğun bir bağlanma ve arzulamadığın şeylere karşı yoğun bir kaçınma ya da mülkler edinmekten ve olumlu koşullardan dolayı keyif ve hastalıklar ve olumsuz koşullardan dolayı üzüntü deneyimlediğinde, bu anların her birinde bunun sadece farkındalığın ifadesinden (gerçek doğan olan zihninin parlaklığından) ibaret olduğunu görmelisin. Bu yüzden temelde özgürleşmenin hakiki bilmesini (özgürleşmenin zemini olan bilgeliği) tanımak hayatidir. Dolayısıyla **Bu vakit, bağlanma, kaçınma, neşe, üzüntü ve her ne duygu, düşünce kendisini gösterirse göstereceksin.**

Dahası uygulaman görünüşlerin belirim anında özgürleşmelerinin (kendilerini gösterdikleri anda kendi kendilerine saliverilmelerinin) kilit noktasından yoksunsa, fark edilmeyen düşünce dip akıntıları dahil olmak üzere, zihinde kendisini gösteren herşey samsara için karma biriktirecektir. Bu yüzden ister ince ister kaba her ne düşünce kendisini gösterirse göstereceğin, onların belirim anında özgürleşmelerini muhafaza etmek hayatidir. Böylelikle onlar iz bırakmayacaklardır. Dolayısıyla, **Hiçbir iz bırakmayacaktır.**

Bu nedenle kendisini gösteren tüm çeşitli düşüncelere ilişkin olarak, onların aldatıcı bir dip akıntısı olarak geçip gitmelerine izin vermek ve dolaşıklık yaratıcı kavramlarla onlara tutunmaksızın, değişmez olanın farkında olma halini (değişmez olanda/doğal hakiki farkındalıkta kalma halini) korurken onların geldikleri gibi gelmelerine izin ver ve böylece kendisini gösteren düşüncelerin gerçek doğasını tanı. Bu belirim anında özgürleşme halini korumak hayatidir. Tıpkı suya yazılan bir yazı gibi. Dolayısıyla, **Bilme halinde kalma.**

Bu vakit düşüncelerin kendi kendilerine özgürleşmelerinin sekteye uğraması halinde, onları sadece düşünce olarak tanımak aldanmış karmik etkinliğin akışını kesmeyecektir. Bu yüzden düşünceleri tanımak ile eş zamanlı olarak çıplak bir şekilde kendi mevcudiyetini de görmeli, daha önce karşılaşmış olduğun hakiki bilmeni tam olarak olduğu gibi saptayarak onda ikamet etmelisin. Düşüncelerin izsiz tam saflığının son derece kritik kilit noktasıdır. **Dolayısıyla, Bu özgürleşmede (saliverilmede) dharmakaya'yı sapta.**

Örneğin suya yazdığında, yazdığın yazı anında kaybolur. Yazma ve kaybolma eş zamanlıdır. Benzer şekilde düşüncenin kendisini gösterimi ve özgürleşmesi (saliverilmesi) de aynı anda gerçekleşmektedir. Dolayısıyla olan kendi kendine ortaya çıkış ve kendi kendine özgürleşmenin (saliverilmenin) birlikte oluşagelişidir. Dolayısıyla, **Tıpkı suya yazılan bir yazı gibi.**

Bu yüzden kendisini gösteren hiçbir şeyi engelleme – kendisini gösterecek olan her ne ise göstermesine izin ver. Değişmeyen halde kendisini gösteren her ne olursa olsun saftır. Bu yüzden uygulamanın bu kilit noktasını, kendisini gösteren herşeyi yolun ile bütünleştirmeyi daima muhafaza etmelisin. Dolayısıyla, **Kendi kendine ortaya çıkan kendi kendine özgürleşme (saliverilme) süreklidir.**

Bu yolla düşünceler dharmakaya'nın ifadesi olarak görüldüğünde, kendisini gösterip gösterebilecek tüm düşünceler farkındalığın ifadesi kimliğiyle ortaya çıkarlar. Böylece kendisini gösteren beş ıstırap verici faktör ile (kleshalar) aşılınmış düşünceler ne kadar kaba olursa özgürleştirici farkındalığın berraklığı da o kadar güçlenir. Dolayısıyla, **Her ne kendisini gösterirse göstereceğin çıplak, farkında boşluğun besinidir.**

Her ne düşünce, her ne derecede devinirse devinirsin, tümünün engellenmemiş boş farkındalık halinin içkin ifadesi olarak ortaya çıktığını görerek kabul etmek veya reddetmekten özgürlüğü muhafaza et. Böylece düşüncelerin özgürleşmesini (saliverilmesini) sağlayan düşüncelerin ortaya çıkış anının ta kendisi olacak ve bu yolla düşünceler dharmakaya'nın drama olmaktan sapmayacaktır. Dolayısıyla, **Tüm devinim bağımsız dharmakaya'nın ifadesidir.**

Tüm düşünceler, zihnin tüm diğer içerikleri, bilmezlik/cehalet/aymazlığın aldanmış biçimlerinin tümü farkında hakiki bilme, dharmakaya'nın engin genişliğinde saftır ve böylece fasılasız berraklığın engin genişliği içerisinde kendisini gösteren tüm düşünceler ve devinimler içkin olarak boştur. Dolayısıyla, **İzsiz, içkin olarak saf – harika!**

Uzun bir süre devamlı olarak bu şekilde uygulama yaptığında düşünceler artık meditasyon olarak kendisini gösterecek, hareketsizlik ve devinim arasındaki sınır ortadan kaybolacak ve böylece hareketsizlik zarar görmeyecek (kendisini gösteren hiçbir şey farkındalıkta kalışına zarar vermeyecektir). Dolayısıyla, **Kendisini gösteren herşeyin, kendisini gösterme biçimi eskisi gibidir.**

Böylece dharmakaya'nın ifadesi, tıpkı sıradan diğer insanlar için olduğu gibi senin için de mutlu ve üzgün, umutlu ve korkulu düşünceler biçiminde tezahür etmeye devam eder. Ancak onlardan farklı olarak engelleme ve teşvik etme edimlerinde bulunmaz, karmik içtepeler biriktirmez ve arzu ve öfkenin yabancı kuvvetinin etkisi altına girmezsin.

Yogiler için özgürleşme ortaya çıkış anında gerçekleşir.

Öncelikle düşünceler onları tanıma yoluyla özgürleşir (salıverilir), önceden tanıdığın birisi ile karşılaşmak gibi. Ardından düşünceler kendiliğinden özgürleşir, kendi kendini çözen bir yılan gibi. Nihayetinde düşünceler fayda ya zarardan yoksunluklarıyla özgürleşir, boş eve giren bir hırsız gibi. Dolayısıyla, **Ancak çözümlenme biçimi ayırt edici kritik noktadır.**

Bu yüzden şöyle denilir;

Meditasyon bilmek ancak özgürleşmeyi bilmemek –
Bunun tanrıların meditasyonundan ne farkı var?

Özgürleşme (salıverme) biçiminin bu kilit noktalarından yoksun alışlageldik meditasyon bir çeşit zihinsel huzur haline dalmaktan başka bir şey değildir ve buna bel bağladığında dalıncın biçimsiz yüksek alemlerinde yolunu kaybetmen kaçınılmazdır. Hareketsizlik ve devinimi basitçe tanımanın yeterli olduğunu düşünenler aldanmış düşünceleriyle sıradan insanlardan farklı değillerdir.

Bununla birlikte boşluk, dharmakaya ve benzerlerine ilişkin kavramsal formülasyonlara bel bağlayanlar, talihsizlikler ve zorlu koşullarla karşılaştırdıklarında panzehirlerinin içkin kusurluluğunun ifşa oluşuyla yüzleşecek ve gerekli kaynaklardan yoksun olduklarını fark edeceklerdir. Dolayısıyla, **Bu olmadan, meditasyon bir aldanış yolundan başka bir şey değildir.**

Ona “Belirim anında özgürleşme/saliverilme”, “kendi kendine özgürleşme/saliverilme”, “kendiliğinden özgürleşme/saliverilme” vb. gibi farklı isimler uygulansa da düşüncelerin iz bırakmaksızın kendilerini özgürleştirdikleri/salıverdikleri bu özgürleşme biçimi aynı kilit noktadır. Bu doğal Büyük Tamlığın (Dzogchen’in) sıradışı özel öğretisidir. Eğer buna sahipsen kendisini gösteren ve gösterebilecek tüm ıstırap verici faktörler (kleshalar) ve düşünceler dharmakaya olarak ortaya çıkar ve aldanmış düşünceler hakiki bilme ile aynı derecede saf olurlar. Dahası zorlu koşullar müttefikler, ıstırap verici faktörler yol olarak işlev gösterir ve böylece samsara’yı reddetmeksizin saflıkta ikamet eder, samsara ve nirvana’nın esaretinden kurtulmuş/özgürleşmiş olarak mücadele etmek ve elde etmekten yoksun çabasız hale erersin. Dolayısıyla, **Bu olduğunda ise meditasyon olmadığına dahi dharmakaya kendisini gösterir.**

Bu özgürleşme biçiminden doğan güvene sahip olmadığında, görüşünün yüksek ve meditasyonunun derin olduğuna inansan dahi bunun zihnine hiçbir faydası olmayacak. Bu ıstırap verici faktörlere karşı bir panzehir işlevi görmeyecek ve dolayısıyla saf yolu tesis etmeyecek. Ancak eğer kendiliğinden ortaya çıkan kendi kendine özgürleşmenin (saliverilmenin) bu kilit noktasına sahip olduğunda, en yüksek görüşü kavrayamıyor veya en derin meditasyonun tek bir zerresine dahi ulaşamıyor olsan da ikiliğin esaretinden kurtulmaman imkansız hale gelecek. Altın diyarında, ne kadar arasan da sıradan bir taş veya toprak bulamazsın. Aynı şekilde şimdi tüm hareketsizlik, devinim ve düşünceler meditasyon olarak kendilerini gösterdiğinde aldanışın belirli işaretlerini istesen dahi bulamayacaksın. Bu, uygulamanın bu kilit noktasında ilerleyip ilerlemediğini belirlemek için kullanabileceğin bir ölçüdür. Dolayısıyla, **Özgürleşmeye (kendi kendine özgürleşmeye) doğrudan güveni sürdürmek ÜÇÜNCÜ İFADEDİR.**

Bu üç ifade ilksel kaynak farkındalığın engellenmemiş halinin, doğal Büyük Tamlığın (Dzogchen) görüş, meditasyon, eylem ve neticesinin hatasız, hayati ve yeterli uygulamasıdır. Dolayısıyla onlar aynı zamanda görüş, meditasyon ve eyleme değin bir ezoterik yönergedir.

Geleneğin genel terminolojisine göre, anlağın problemi olan bilginin doğrulanması için yazın, mantık yürütme ve delilden faydalanılmalıdır. Ancak hakiki bilmenin farkındalığının (rigpanın bilgeliğinin) görüşü, çıplak hakiki bilmenin gerçekleştirilişinin (kendi gerçek doğanda ikamet etmenin) ta kendisi olduğundan bu bizler için gerekli değildir. Çok sayıda görüş ve meditasyonun tek bir tadı olduğundan görüşün uygulamasını bu üç ifade bakımından açıklamak herhangi bir çelişki yaratmaz. Dolayısıyla, **Bu üç ifadenin görüşü ile.**

Bu uygulama doğal büyük tamliğin ilksel saflığının yolunun şaşmaz ilksel saflığıdır ve dokuz araçların (dokuz yanalar) doruk noktasıdır. Tıpkı bir kralın eşlikçiler ve ordusu olmaksızın yola çıkmayacağı gibi, tüm araçların yollarının kilit noktaları bu uygulamaya yardım ederler (tüm diğer budist araçların/yanaların kilit noktaları Dzogchen yolu için basamaklar ve destekler niteliğindedir).

Dahası kendi yüzün (gerçek doğan), ilksel saflığın farkındalığı olan gerçek bilmenin kendiliğinden doğan kandili (ışığı) ile tanıştığında, bunun ifadesi, meditasyondan doğan gerçek bilme alevlenecek ve erime sezonundaki bir yaz nehri gibi yükselen, genişleyen bir bilgelik haline gelecektir.

Ardından boşluğun niteliği olan büyük şefkat kendisini gösterecek ve herşey temayülsüz sevecen iyiliğe dahil olacaktır. Bu herşeyin hakikatidir. Dolayısıyla, **Bilgi ve sevgiyi birbirine bağlayan meditasyon ve**

Boşluk ve şefkatin birliğinin bu yolunun kilit noktası sende kendisini gösterdiğinde, bodhisattvanın altı paramita ile ifade edilen okyanus gibi nitelikleri, güneş ve onun ışık hüzmelerini hatırlatan bir biçimde içkin ifade edici kuvvetin olarak ortaya çıkacaklar. Bu etkinlik erdem biriktirilmesi ile bağlantılıdır. Bu yüzden (bu noktada) her ne yaparsan yap bu diğer varlıklara fayda sağlayacaktır. Bu yolla en yüksek görüş sadece kendi huzur ve mutluluğun için çalışma yoluna sapmamana yardımcı olacaktır. Dolayısıyla, **Genel bodhisattva etkinliğinin desteğiyle.**

Bu görüş, meditasyon ve eylem geçmişin, şimdinin ve geleceğin tüm budalarının görümünü (vizyonunu) bir araya getirir. Dolayısıyla, **Üç zamanın budaları bir araya gelseler dahi**

Buda'nın yok edilemez kalbinin, tüm araçların zirvesinin bu yolunun esas noktasının neticesinden daha iyi olan hiçbir şey yoktur. Dolayısıyla, **Bundan daha iyi bir yönerge ortaya koyamazlardı.**

Bu yönergede ifade edilen hakikat silsilenin ezoterik öğretilerinin kalbidir ve manayı ifade eden bu kelimeler de farkındalığın ifadesinden ibarettir. Dolayısıyla, **Farkındalığın ifade edici gücü, Dharmakaya'nın hazine ifşa edicisi**

Her ne kadar bu öğretilerin manasını, meditasyondan doğan bilgelik yoluyla kendim deneyimlemiş olmasam da, kutsal gurularımın hatasız yönergeleri sayesinde öğrenmekten (işitmekten) gelen bilgelikle şüphelerimi yok etmeyi başardım. Ardından tefekkürden gelen bilgelikten doğan anlayış ile bu metni yazdım. Dolayısıyla, **Bu hazineyi gerçek anlayışın enginliğinden getirdi.**

Bu hazine sadece arızı yoksulluğu ortadan kaldırabilecek olan sıradan dünyevi hazinelere benzemez. Dolayısıyla, **Bu hazine yeryüzünden ve taştan çıkarılan birşeye benzemez.**

Üç kilit noktaya sahip olan bu görüş *KİLİT NOKTALARI VURGULAYAN ÜÇ İFADE* olarak bilinir. Tulku Garab Dorje bu öğretiyi büyük üstad Manjusrimitra'ya, nirvana'ya geçerken gökyüzündeki bir gökkuşağı küresinin içerisinden vermiştir. Bu onların idrakının ayırt edilemezliğini ifade eden kusursuz bir yönergedir. Dolayısıyla, **Bu Garab Dorje'nin son vasiyetidir.**

Bu yönergelerin kilit noktalarını elde eden herşeyi bilen dharma kralı (Longchen Rabjam, 'Uçsuz bucaksız sonsuzluk') tüm görüngünün ilksel saflıkta yok oluşuna tam olarak uyandı (içerisinde tüm görüngünün tükendiği ilksel saflığın bilgelik zihnini, kendi gerçek doğasını gerçekleştirdi) ve kusursuz budalığa erdi. Ardından hakiki bilme biçimini (bilgelik suretini) Rigdzin Jigme Lingpa'ya (Khyentse Ozer, 'bilginin ve sevginin ışık hüzmeleri) gösterdi ve onu semboller yoluyla farkındalık aktarımıyla kutsadı.

Ve Rigdzin Jigme Lingpa'dan da kendi kök gurum (Jigme Gyalwai Nyugu, 'muzafferlerin evladı') bu yönergenin işitsel aktarımını aldı ve doğrudan olarak hakikatle karşılaştı.

Ondan, varlıkların şanlı velinimetinden işittiğim bu yönergeler üç aktarımın kalp özüdür ve işlenmiş altın gibidir. Onlar en kalbi manayı içerir. Bu yüzden onları uygulama yapmayacak olan kişilere göstermek veya onları kendi hayatları gibi koruyacak, uygulayacak ve tek bir hayat süresi içerisinde budalığı elde etmeye çalışacak kişilere göstermemek ziyanlıktır. Dolayısıyla, Bu en kalbi öğrencilerime emanet edildi ve mühürlendi. Bunun manası engindir, kalpten gelen bir öğreti. Kalpten gelen bir öğreti, hayati mana. Bu hayati mananın göz ardı edilmesine ve unutulmasına izin verme. Bu yönergelerin ziyan olmasına izin verme.

KHEPA SRİ GYALPO'NUN ÖZEL ÖĞRETİSİNİN kısa açıklaması Bilge ve Şanlı Kral burada sona erdi. Erdemli, erdemli, erdemli olsun!

Tibetçe Orjinalinden Çeviren:

James Low

Türkçe Tercüme: Mustafa Mert Çelebi tarafından
9 Haziran 2020'de hazırlanıp 21.07.2024'te yenilendi