

# ESKİ UYGUR METİNLERİNDE FİZYOLOJİ VE MAÑÐALA

## *Physiology and Mañðala in Old Uyghur Texts*

**Hacer TOKYÜREK\***

*Dil Araştırmaları, Bahar 2018/22: 27-46*

**Öz:** Budist Uygur metinleri dinî metinler olduğu için bu metinler pek çok anlamsal değer ifade eder. Eski Uygur metinlerinde *mandal* ve *tilgen* kelimeleri bulunmaktadır. Sanskrit kökenli olan *mañðala* kelimesi, Mahāyāna Budizm’inde ve Tantrik Budizm’de önemli bir yere sahiptir. Büyüsel ve simgesel bir anlam ifade eden *mañðala*, Budizm’de insan fizyolojisinin oluşumu, şehir, kent ve sarayların inşası ve evrenin oluşumuyla bağlantılıdır. Bu makalede ise insan fizyolojisi ile ilgili *mañðala* konusu incelenecektir. İnsan fizyolojisinin oluşumu canlının ölümüyle başlar. Ölen canlı ara dünyada 49 gün geçirir, fakat aynı zamanda bu ara dünyada yeniden doğum süreci de başlamıştır. Yeniden doğum sürecine giren canlının bedeni de bu süreçte oluşmaya başlar. Bu bağlamda bu makalede hem insan bedeni hem de insan bedeninde bulunan enerji noktalarıyla birlikte Buddhalr ayrıntılı olarak ele alınacaktır.

**Anahtar Kelimeler:** Tantrik Budizm, mañðala ve cakra, insan bedeni, doğum ölüm döngüsü.

**Abstract:** Since Buddhist Uyghur texts are religious texts, these texts express many semantic values. There are words of *mandal* and *tilgen* ‘wheel’ in the Old Uyghur texts. The *mañðala* word which originated in Sanskrit has an important place in Mahāyāna Buddhism and Tantric Buddhism. *Mañðala*, which has a magical and symbolic meaning, is related to the formation of human physiology in Buddhism, the construction of cities, towns, palaces and the formation of the universe. In this article will be examined the *mañðala* subject about human physiology. The formation of human physiology begins with the death of living. The dead living beings spend 49 days in the intermediate state, but at the same time the rebirth process has begun in the intermediate state. The body of the creature entering the reproductive process also begins to form in this process. In this context, this article will deal with the Buddhas in detail, along with both the human body and the chakras in the human body.

**Keywords:** Tantric Buddhism, mañðala and cakra , human body , birth-death cycle.

### **Mañðala Nedir, Neden İnsan Bedeniyle İlgilenir?**

İnsan bedeni oldukça ilginç bir yapıya sahiptir ve yüz yıllar boyunca da hemen her toplumun ilgilendiği konular arasındadır. İnsan bedeni genel olarak mikrokozmozoloji olarak adlandırılır, makrokozmozoloji ile de karşılaştırılır. Çünkü gerek canlıların bedensel yapısı gerekse evrenin/dünyanın yapısı oldukça benzer özellikler gösterir.

\* Doç. Dr., Erciyes Üniversitesi, Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü, Kayseri/TÜRKİYE; Shanghai International Studies University, School of Asian and African Studies, Department of Turkish, Shanghai/CHINA htokyurek@hotmail.com, hacertokyurek@erciyes.edu.tr. Gönderim Tarihi: 16.02.2018 / Kabul Tarihi: 04.04.2018

Bu yüzden pek çok mitsel düşünüş küçük evren ile büyük evreni bir ilişki halinde görür. Bu bağlamda düşünüldüğünde insan bedeni, tıp ilminin konusu olmakla birlikte zaman zaman bazı dinlerin de ilgi alanı içerisine girebilmektedir. Bu dinlerden biri de Budizm'dir ve Budizm'de tıp ilmi ve dolayısıyla da insan bedeni önemli bir yere sahiptir. Fakat burada insanın beden yapısı tamamıyla dinî bir boyut kazanıp ölüm ile yeniden doğum paralelinde insanın kurtuluşunu amaçlar. İnsanın ya da canlıların kurtuluşlarından biri de Tantrik Budist inanca göre beden maṇḍala'sıyla mümkündür.

Skr. *maṇḍala*, Çin. 曼荼羅 *màntúluó*, 曼怛羅 *màn dà luó*, 曼特羅 *màn tè luó*, 曼陀羅 *màntuóluó* 'daire, küre, tekerlek halkası; dairesel şekil ya da şema'; sihirseldaire; aydınlanma yeri ya da noktası, Buddha ya da Bodhisattvaların yerleştiği kare sunaklar' (Soothill-Hodous 1937: 352b) anlamındadır. Genel olarak incelendiğinde Budizm'de *maṇḍala* terimi ya da *maṇḍala* oluşumu üç farklı alanda, üç farklı yerde kullanılmaktadır. Birincisi evrenin ya da dünyanın yaratılmasıyla birlikte doğum ve ölümü yani giriş/geçiş ifade eder. İkincisi ise ülkelerin, şehir ve kasabaların kurulumuyla ilgilidir ve yine tüm şehri oluşturan olgular *maṇḍala* ile bağlantılıdır (Martin 1994; Xu 2004). Üçüncüsü ise insan bedeninin oluşumuyla ilgilidir ve insanın bedenini meydana getiren tüm olgular *maṇḍala* ile açıklanır. Aslında birinci ve üçüncü *maṇḍala* olgusu birbiriyle benzer gibi gözükse de tamamıyla farklıdır. Birinci türdeki *maṇḍala* başka bir makalede incelenmiştir.

Peki neden *maṇḍala* insan bedeniyle ilgilenir ve özellikle Tantrik Budizm'de ve Tibet'in Ölüler Kitabı'nda bu konu ayrıntılı olarak ele alınır? Öncelikle bu konu belirtilmelidir. Budizm'de yeniden doğum ölümle başlar, yani ölüm bir son değil yeniden doğumun habercisidir. Genel olarak *maṇḍala* düşüncesi de Budizm'de giriş/geçiş törenleri için kullanılan simgesel bir düşüncedir. Aşağıda daha ayrıntılı olarak ifade edileceği üzere canlıların ölüp de ara dünyada geçirmiş olduğu süre ile doğum yoluna girmesi ve embriyo süreci 49 gündür ve bu süreç aynı zamanda canlının kurtuluşu yani yeniden doğumdan kurtulmaya çalıştığı süreçtir. Beden maṇḍala'sı denilen Tantrik uygulama ise kozmik yıkım ile vücudun parçalanıp ölümle sonuçlanması ve arkasından bunu yeniden doğumun izlemesi olayında almış olduğu tavidir. Beden *maṇḍala'sı* insan vücudunda bulunan doğa güçlerinin kullanılması ritüelidir. Bu sürecin tekrar tekrar canlandırılmasıyla Tantrik uygulayıcı sıradan doğum ve ölümün üstesinden gelmeye ve bir Buddha vücuduna ulaşmayı hedeflemektedir (Dachille 2015: 37). Tantrik uygulamaların insan vücudunun bölümlerini numaralandırması ya da ayrıştırması kişinin kendi bedenini ve dünya ile olan ilişkisini değerlendirmesiyle ilgilidir. Böylece kişi kendi bedenini daha iyi tanıyarak çeşitli yöntemler ve görseller geliştirecek, Buddha bedenini bulmaya çalışacak ve yeniden doğuşa bağlılığı da terk edecektir (Dachille 2015: 38).

İnsan bedeninin bölümlerini anlayabilmek için öncelikle ölüm ve yeniden doğumdan başlamak gerekir.

## 1. Ölüm ve Yeniden Doğum

Budizm'de doğum ölümü, ölüm de doğumu beraberinde getirir. Her şey bu sonsuz döngü içerisinde dönüp durur ki bu da canlı için sonsuz ızdırıp anlamına gelir. O

yüzden canlılar yaşarken ve öldükten sonra tekrar doğmamak ve gerçek kurtuluşa erişebilmek için her türlü eylemi uygularlar. Gerçek ve mutlak kurtuluş için ölen bir canlının mücadelesi ölüp de tekrar doğuncaya kadarki sürede de devam etmektedir. Bu ölüm ve yeniden doğum arasında geçen süreye Budist düşüncede ‘ara dünya’ denilir. Skr. *antarābhava*, Tib. *bardo* (Zieme-Kara 1978: dipnot 2), Uyg. *antirabav* ‘antarābhava’ (Zieme-Kara 1978: 4), *ara bolmaklıg antirabav* ‘ara dünyada olma antarābhava’ (Zieme-Kara 1978: 15) olarak gösterilen ara dünya terimi, ölen bir canlının yani insanın öldükten sonra geçirmiş olduğu süreci ele alır. Bu sürece göre, bir canlı ara dünyada 3,5<sup>1</sup> gün ve arkasından da 49<sup>2</sup> gün olmak üzere toplamda 52<sup>3</sup> gün geçirir. Bu 52 günlük sürecin 3,5 günü canlı başı boş olarak ara dünyada dolaşır. Geri kalan 49 günlük süreçte canlı doğum yoluna girmemek için uğraşırken çeşitli tanrı ve şeytanlarla karşılaşır ve tanrılar onun yeniden doğumunu engellemeye çalışır, şeytanlar ya da kötü ruhlar ise onun doğum yoluna girmesi yönünde hareket eder (Evans-Wentz 2000). Bu yüzden genel olarak Budist dualarda insanlar öldükten sonra ‘*burhanıg ömek tuşuşmak birle yaratılalı*’ (Ölmez 1998: 70) Buddha’yı düşünme ve karşılaşma (şansıyyla) yaratılalı.’ şeklinde dua ederler. Ölen canlı bu ara dünya sürecinde doğum yoluna da girmiştir. İlginçtir ki canlı bir taraftan doğum yoluna girmemek için uğraşırken diğer taraftan yeniden doğum süreci ve canlı olma süreci de başlamıştır. Yani canlının kurtulma isteği ile doğum süreci paralel devam etmektedir (Evans-Wentz 2000: 233 dipnot 4). Bu durum Eski Uygurca metninde geçen ‘*tugum ajun tutguluk kapıgun sınaqu ol*’ (Zieme-Kara 1978: 213) Doğum yoluna girecek kapıyı sınavacaktır.’ ifadesi canlının ara sıra ara dünyada doğum yoluna girdiğini ifade ederken ‘*kértgünç köñül öritmek üze tugumtın yanar*’ (Zieme-Kara 1978: 186) İmanlı gönül besleyerek doğumdan döner.’ ifadesi ise canlının doğum yolundan döndüğünü belirtir. Fakat başlayan süreç ya kurtuluşa ya da yeniden doğum ile sonuçlanabilir ki genellikle bu süreç yeniden doğum ile sonuçlanır. Genel olarak embriyo henüz meydana gelmeden önce anne ve babanın yumurta ve tohumunun birleşmesiyle ortaya çıkabilmektedir. Buna göre, Eski Uygur metninde ‘*tugmaksız köñül yaruk yaşuk köñülke sinmek üze anta basa kaññıñ tüz töpüdeki bir ak tamır<sup>4</sup> bodi köñüllüg tigli<sup>5</sup> ögñiñ kindik altıñkı bir tamır kızıl<sup>6</sup> tigli<sup>7</sup> ikegü bilig birle yürekdeki abaduti tamırñıñ içinde yığılmakı üze ol üdte ilinmeksiz yapşınmaksız tegşilmeksiz nomlug etöz kentün tugar*’ (Zieme-Kara 1978: 276-283) Doğmayan gönlün parlak gönle batmasından sonra babanın düz tepesindeki beyaz damardaki meni hücreleri ile annenin göbük altındaki kırmızı kan damarının birleşmesi üzerine yürekdeki avaduti damarının içinde (bunlar) toplandığında bağlanmayan, yapışmayan dharma vücudu doğar.’ cümlesi verilebilir.

1 ‘*üç yarım küñniñ arasında öziñiñ ölmüşin bilmedin*’ (Zieme-Kara 1978: 95-96) Üç buçuk gün kendisinin öldüğünü bilmeden’ ve ‘*üç yarım küñniñ arasında aya amı ölmüş men tip ol üdte yolug bışuruñalı uyur*’ (Zieme-Kara 1978: 98-99) Üç buçuk günde eyvah ben ölmüşüm, diye o zaman yolu öğrenebilir.’

2 *muntag osuglug 七 yēti tokuz elig künke tegi turur* (Zieme-Kara 1978: 99-100) ‘Bunun gibi yedi kere yedi yani kırk dokuz güne kadar durur.’

3 Türkiye’deki önemli hurafelerden biri olan ve ölen bir kişinin arkasından 52. gün yapılan törenle bir bağlantısı var mıdır? Bu 52. gece ya da gün denilen bu törende cesedin kemikleri ile etlerinin ayrıldığı düşünülür.

4 *ak tamır* babada bulunan *rasanā* damar.

5 *bodi köñüllüg tigli* babada bulunan tohum hücreleri, meni.

6 *kızıl tamır* annede bulunan *lalanā* damar.

7 *kızıl tigli* annede bulunan yumurta hücreleri.

Anne babadan gelen hücrelerin birleşmesi sonucunda embriyo meydana gelir ve artık canlı doğum yollarından birini tutar. Bu süreç Eski Uygurca metninde ‘*munta ajan tutmakı erser tört tugumlarta ög karınta tugma yumurtgata tugma bugün kelgin tugmak ol ölte şıta tugmak erür*’ (Zieme-Kara-1978: 100-103) Burada hayat şekline girmesi ise dört doğumdan (biriyle doğmaktır yani) anne karnında doğmak, yumurtadan çıkmak, değişim<sub>2</sub> ile doğmak ve suda<sub>2</sub> doğmaktır.’ şeklindedir. Bu da canlılığın doğum yoluna girdiğini ve yeniden doğacağına habercisidir.

Canlı eğer doğum yoluna girmişse artık yeniden vücut bulma süreci de başlamış demektir. Canlılığın doğum yoluna girmesinin ilk safhası anne ve babanın cinsel ilişkisiyle başlar ve daha sonra erkek ve kadın hücresi birleşerek döllenme meydana gelir. Bazı Eski Uygurca metinlerde ve Budist metinlerde döllenme ve embriyonun gelişimi genellikle beş safhada açıklanır<sup>8</sup>. Tibet’in Ölüler Kitabı’nda ise ilk yedi haftalık süreçten bahsedilir. Peki Tibet’in Ölüler Kitabı neden sadece ilk yedi haftayı yani yaklaşık olarak iki ayı konu edinmiştir. Bunun cevabı oldukça basittir. Çünkü embriyo bu iki ay içerisinde kolaylıkla doğum yolundan dönebilir yani düşük gerçekleşebilir. Ara dünyada da canlı doğumdan kurtulmak için mücadele vermektedir. Dolayısıyla düşük olan embriyo da yeniden doğumdan kurtulmuş olur. Tibet’in Ölüler Kitabı canlıların yani insanların embriyo dönemini ara dünya olarak kabul etmiştir. Tibet’in Ölüler Kitabı’ndaki yedi haftalık evre şöyle sıralanır;

**Birinci hafta** ‘*kaññıñ üç evin tigli ög birle ök ananıñ üç evin kızıl tigliniñ içinde bir teg kavışıp sütlü suvlu teg bilig birle katılıp turur anta basa yėti künke tegi bilig ulug meñi tözte ornanıp akıgsız meñike tükellig turur*’ (Zieme-Kara 1978: 345-350) Babanın üç bölümlü tohumu anne ile annenin üç bölümlü kırmızı yumurtasının içinde bir olup birleşip süt ve su gibi bilgi ile karışır. Ondan sonra yedi güne kadar bilgi büyük ebedi esasta yerleşip akmayan bilgide muhteşem olur.’

Burada anne ve babanın yumurta ve tohumunun birleşmesi ve bu birleşmenin sonucunda da döllenmenin olması anlatılmaktadır. Bu konu modern tıp ile açıklanırsa şunlar söylenebilir. Metinde geçen *kaññıñ üç evin tigli* ile *ananıñ üç evin kızıl tigli* ifadeleri tohum ve yumurtanın bölümlerine işaret eder. Buna göre, babanın tohumu baş, orta parça ve kuyruk olmak üzere üç kısımdan oluşur. Baş kısmında çekirdek ve enzim içeren akrozom, orta parçada bol miktarda spiral şekilli mitokondri, az miktarda vezikül ve sitoplazma ve kuyruğun başladığı bölüm bulunur (Aydın 2006: 249). Yine kadının yumurtası da çekirdek, vitellin zar ve protoplazma olmak üzere üç kısımdan oluşur (Semiz 1990:176). Babanın üç hücreli yumurtası ile annenin üç hücreli yumurtasının birleşmesiyle bir hücre meydana gelir ve bu hücreye de döllenmiş

8 Örneğin bu konuda Bhikkhu Revata’nın ‘The Truth Taught by All the Buddhas’ çalışmasında embriyonun beş haftalık sürecinden bahsedilir. Bu süreçte göre, embriyonun rahimdeki başlangıç dönemi *kalala* olarak adlandırılır. *Kalala* bir yünün üç kılından yapılmış bir ip parçası gibi küçük bir yağ damlası kadar küçüktür. Bu safhada meditasyon yapan kişi geçmiş hayatını fark ettiği an tekrar dönmek isteyecektir. *Kalala* dönemi bu hayatın başıdır. İkinci haftada embriyo *abbuda* safhasına girer. Bu dönemde embriyo haşhaş tohumu kadardır ve su rengindedir. Üçüncü haftada *pesti* safhasına geçilir. Bu safhada embriyo şekilsizdir ve pembe renktedir. Embriyonun büyüklüğü susam tohumu kadardır ve kurbaga yavrusu gibidir ve embriyonun büyümesi hızlanmaya başlamıştır. Dördüncü haftada embriyo *ghana* safhasına geçer. Bu safhada embriyo tavuk yumurtası şeklini alır ama büyüklüğü yaklaşık mercimek kadardır. Bu dönemde burun, ağız ve kulak yerleri ile beyin ve bağırsak oluşmaya başlar. Bu safhada artık bedenin uzuvları oluşmaya başlar. Kollar, bacaklar ve baş birer tomurcuk gibidir. Ayrıca kollarda eller ve bacakta da ayaklar oluşmaya başlamıştır. Bu dönemde embriyo yaklaşık yabanmersini kadardır (2016: 97-99). Ayrıca Uygurca bilgi için bk. (Elmalı 2012, Wilkens 2015).

yumurta ‘zigot’ adı verilir. Döllenmiş yumurta, döllenmeden 30 saat sonra hızlıca bölünmeye başlar (Semiz 1990:181). Bu bölünme süreci de hızlıca devam eder fakat oluşan dölde bir büyüme söz konusu değildir. Bu sırada döllenmiş yumurta da rahme doğru yol almaya başlar.

**İkinci hafta** ‘*ikinti yėti künte sarıg suv teg bolur* (Zieme-Kara 1978: 350-351) İkinci yedi günde sarı su gibi olur.’;

**Üçüncü hafta** ‘*üçünç yėti künte süt teg bolur* (Zieme-Kara 1978: 351-352) Üçüncü yedi günde süt gibi olur.’

**Dördüncü hafta** ‘*törtünç yėti künte yogrut teg bolur* (Zieme-Kara 1978: 352-353) Dördüncü yedi günde yoğurt gibi olur.’;

**Beşinci hafta** ‘*běşinç yėti künte yeg yag teg bolur* (Zieme-Kara 1978: 353-354) Beşinci yedi günde yağ gibi olur.’;

**Altıncı hafta** ‘*altınç yėti künte balıkka okşadı bolur ol üdte kindikte isig oot tözlüg çandali oot tımırıg ayini keyikniñ közi teg tep tegirmi tamur belgürür* (Zieme-Kara 1978: 354-357) Altıncı yedi günde balığa benzer. O zaman göbekte ateş esaslı çañdālī ateş cakrası aineya (antilop) hayvanın gözü gibi yusuvarlak damar belirir.’;

**Yedinci hafta** ‘*yētinç (yėti) künte müyüz bakaka okşatı erişlik bolup iki kol orunu başı iki adak orunu birle bēşegü budık alınıp üner* (Zieme-Kara 1978: 357-360) Yedinci yedi günde böyle kaplumbağa haline gelip iki kol yeri, başı (ve) iki bacak yeri ile beş budak olup çıkar.’. Yedinci haftadan itibaren insanın kolları, bacakları ve başı belli olmaya başlamıştır. Bu yerler insan bedeninde oluşan ilk yerlerdir.

Daha sonraki süreçte insan bedenini oluşumu daha da hızlanacaktır. İnsan bedeninin bölümleri *mañdala* noktalarını oluşturur.

Konuyla ilgili bk. → Şekil 1.

## 2. İnsan Bedeninin Oluşumu

Bedenin ilk oluşumu makrokozmozolojide olduğu gibi mikrokozmozoloji de beş unsurla başlar. Ölüm olayı nasıl beş unsurun yok olmasıyla sonuçlanıyorsa doğum olayı da aynı şekilde beş unsurun varlığı ile mümkündür. Bu bağlamda embriyonun ilk oluşumu beş unsurun oluşmasıyla ilgilidir. Eski Uygurcada ‘*běş mahabud tözlüg tun* (Zieme-Kara 1978: 532) Beş mahābhūta esaslı nefes’ olarak belirtilir ve bu beş unsur bedendeki tüm organlarda da yer alır. Beş unsur için bk. → (Tokyürek 2014).

Tantrik Budist metinleri incelendiğinde genel olarak damarların oluşumu embriyonun altıncı haftasından itibaren. Bu bağlamda altıncı haftadan sonra insan bedeni yavaş yavaş oluşmaya başlar ve bu oluşum da damarlarla başlar. Yukarıdaki cümlede de görüldüğü üzere bu damar topluluğu ilk olarak göbekte oluşur ve bu damar bir yumak halindedir. Daha sonra embriyonun dölüt sürecine girmesiyle bu damarlar vücuda yayılırlar.

Buna göre, Budist metinlerde ve buna bağlı olarak Eski Uygurcada ‘*anta basa tamırlarıg yadsar iki tümen bir miñ altı yüz tamır bolur kavırası yüz yegirmi tamır bolur takı artuk kavırası lalana rasana avtudi üçegü erür bolar üçegü tüz töpüde tügün osuglug bolup turur* (Zieme-Kara 1978: 367-371) Ondan sonra damarları

yaysa 21600 damardır, özeti 120 damardır ve daha da özeti lalanā, rasanā, avadhūtī (denilen) üçüdür, bu üçü düz tepede düğüm gibidir.’ ya da ‘*rasana lalana avatudi üçegü tamir tilgen kıladaçi erür* (Zieme-Kara 1978: 398-401) Rasanā, lalanā, avadhūtī üçü cakra oluşturacaktır.’ cümlelerinden de anlaşılacağı üzere bedende üç ana damar, bu üç ana damardan vücuda yayılan 120 damar ve bu 120 damardan da vücuda dağılan 21600 damar bulunmaktadır. Bu üç ana damar, Tantrik Budizm’de oldukça önemlidir ve bunlar bir damar dairesi oluştururlar. Bu damar dairesi için Skr. *nāḍīcakra* terimi kullanılır ve bu üç temel damar da *lalanā, rasanā, avadhūtī* diye adlandırılır. *Avadhūtī* damar en önemli damardır ve bu damar da baştan karına doğru dikey olarak uzanır. *Lalanā* ve *rasanā* ise *avadhūtī* damarının sağ ve sol yanında uzanır. Daha doğrusu *lalanā* sol, *rasanā* ise sağ taraftadır. Bu üç damar farklı taç yaprakları olan lotus şeklindeki cakrayı ifade eder. Cakralar bazı damarların birleştiği vücut noktalarıdır. Bazı Budist düşünürlerine göre vücutta dört, bazılarına göre ise altı cakra yeri vardır. Budist düşünürlere göre dört ana cakra şunlardır. 1. Başta Skr. *Mahāsukhacakra* ‘büyük mutluluk cakrası’; 2. Boğazda Skr. *Sambhogacakra* ‘haz cakrası’; 3. Kalpte Skr. *Dharmacakra* ‘öğreti cakrası’ ve 4. Göbekte ya da karında Skr. *Nirmānacakra* ‘yaratılış cakrası’ yer alır (Sugiki 2016:170). Skr. *cakra* ‘tekerlek, yıl döngüsü ya da mevsimsel döngü, beden döngüsü, bedendeki altı nokta’ (Monier-Williams 1899: 380c), *anuttara-yoga-tantrik* uygulama, insan bedeninde bulunan enerji noktaları, *maṇḍala* olarak tanımlanır (Keown 2003: 47) ve Eski Uygurcada ‘*çakir* (Zieme-Kara 1978: 399) cakra’, *tamir tilgen* ‘damar tekerleği yani cakra’ olarak ifade edilir. Dolayısıyla *maṇḍala* ile *cakra* birbirleriyle bağlantılıdır. Genel olarak da bu cakra yerlerinde çeşitli Buddhalar oturur. Bunun için Eski Uygurcadaki ‘*anta basa töpüteki burhanlar yaruk bolup tamgaktaki burhanlarka tamgaktaki burhanlar yürekteki burhanlarka siymişin yene kizlek oruntaki burhanlar yaruk bolup kindikteki burhanlarka kindikteki burhanlar yürekteki burhanlarka siymişin yürekteki burhanlar yaruk bolup* (Kara-Zieme 1976: K 6-14) Ondan sonra tepedeki Buddhalar parlak olup damaktaki Buddhalar, damaktaki Buddhalar yürekteki Buddhalar batmış ve yine gizli yerdeki (cinsel organlardaki) Buddhalar parlayıp göbekteki Buddhalar, göbekteki Buddhalar yürekteki Buddhalar battığında yürekteki Buddhalar parlayıp.’ cümlesi örnek olarak verilebilir. Bedendeki cakra yerlerini daha iyi görmek için Şekil 2’ye bk.

Budizm’deki dört ana cakra için ‘*tört tamir içinde beş rasyan akar* (Zieme-Kara 1978: 428-429) Dört damar yani cakra içinde beş amrta akar.’ örneğinde görüldüğü üzere *tört tamir* ‘dört cakra’ terimi kullanılır. Bu dört cakra Eski Uygurcada şöyle sıralanır;

**Nirmānacakra** → *belgürtme tilgen* → *belgürtme etöz* → ‘*kindiktin belgürtme tilgenke tegi tun yeél yorır* (Zieme-Kara 1978: 534) ‘Göbekten Nirmānacakra’ya kadar nefes yürür’, ‘*kindikteki birisi belgürtme etöz erür* (Zieme-Kara 1978: 496-497) Göbekteki birincisi Nirmāna bedendir.’. Göbekte bulunan damar yumağını ifade eder.

**Dharmacakra** → *nomlug tilgen* → *nomlug etöz* → ‘*içtin uçukguluk yañça kulsar yürek nomlug tilgen erür kiruka kök önlüg tamir erür* (Zieme-Kara 1978: 416-418) İçeriden uçacak gibi yapsa yürek Dharmacakrasıdır. Kiruka mavi renkli damardır.’, ‘*yürekde nomlug tilgente ornanıp turur* (Zieme-Kara 1978: 533) Yürekte Dharmacakrada yerleşip durur.’, ‘*yürekteki ikisi nomlug etöz erür* (Zieme-Kara 1978: 497-498) Yürekteki ikincisi Dharma bedendir.’. Kalpte bulunan damar yumağını ifade eder.

**Sambhogacakra** → *tüş tilgen* → *tüş etöz* → ‘*tamgak tüş tilgeniñ öjdüni* (Zieme-Kara 1978: 537-538) Damak Sambhogacakranın öñü’, ‘*tamgaktaki üç tüş etöz erür* (Zieme-Kara 1978: 498) Damaktaki ya da boğazdaki Sambhoga bedendir.’, ‘*boguzka tegi turmuşın sakınıp* (Zieme-Kara 1978: 1138) Boğaza kadar durduğunu düşünüp’. Boğazda bulunan damar yumağını ifade eder.

**Mahāsukhacakra** → *ulug meñilig tilgen* → *tört ulug meñilig etöz* → ‘*töpüteki ulug meñilig tilgente otuz iki tamırlar bar erür* (Zieme-Kara 1978: 398-400) Tepedeki Mahāsukha cakrasında 32 damar vardır.’, ‘*töpüdeki dört ulug meñilig etöz erür* (Zieme-Kara 1978: 498-499) ‘Tepedeki ya da baştaki Mahāsukha bedendir.’. Başta ya da tepede bulunan damar yumağını ifade eder.

Budizmde bu dört ana cakranın da her birinin ayrı ayrı damarları bulunmaktadır. Buna göre, başta bulunan cakrada 32, boğazda bulunan cakrada 16, kalpte bulunan cakrada 8 ve göbekte bulunan cakrada da 64 damar bulunur (Gyatso 2013: 267). Eski Uygurcada ise bu cakraların damar sayıları aşağıdaki gibidir.

**32** → *iki kırk* → ‘*otuz iki tamırlar* (Zieme-Kara 1978: 37) Otuz iki damar’, ‘*soltunki lalananiñ içindeki altı yegirmi ali uşikler iki kata altı yegirmi bolmak üze iki kırk lakşan bolur* (Zieme-Kara 1978: 519-522) Soldaki lalana içindeki 16 ali harfin iki katı 16 ile 32 lakşana olur.’, ‘*iki kırk teñri kızları* (Yakup 2016: D 19) Otuz iki Tanrı kızı.’,

**16** → *altı yegirmi* → ‘*soltunki lalananiñ içindeki altı yegirmi ali uşikler iki kata altı yegirmi bolmak üze iki kırk lakşan bolur* (Zieme-Kara 1978: 519-522) Soldaki lalana içindeki 16 ali harfin iki katı 16 ile 32 lakşana olur.’,

**8** → *sekiz* → ‘*sekiz buluñ yınaktaki takinilarka yoga kañ yok erür* (Zieme-Kara 1978: 411-412) Sekiz taraftaki dākinilarda yoga baba yoktur.’,

**64** → *altmış dört* → ‘*altmış dört teñri kızları* (Yakup 2016: D 7-8) Altmış dört Tanrı kızları.’.

Dört ana cakrada yer alan 32+16+8+64 damar toplamda 120 damar yapar (Gyatso 2013: 268). Bu da yukarıda Eski Uygurca metninde *yüz yegirmi tamır* ‘yüz yirmi damar’ şeklinde gösterilmiştir.

Göbekten yukarı doğru çıkan *lalanā, rasanā, avadhūtī*’den oluşan üç ana damar kalpte birleşirler ve bu birleşmenin sonucunda da bu damarlar dört yöne doğru dağılırlar. Bu yönler sağ ve sol kollar ile aşağı ve yukarıdır. Konuyla ilgili bk. → Şekil 3. Eski Uygurca ‘*anta basa üç evin bugday oruniñca altın yer orunta erdinilig ordu karşı dört buluñlug tamır* (Zieme-Kara 1978: 385-387) Ondan sonra üç hücreli buğday tarlası gibi alt yerinde cevherli saray dört yönlü damardır.’ ifadesi de dört yönü ifade etmekle birlikte kalbin bölümlerini de gösterir. Tibet Budizmi’nde kalbin dört bölümü vardır, merkezle birlikte beş bölüm olarak gösterilir (Evans-Wentz 2000: 121). Dört yönü olan ve lotus çiçeği gibi resmedilen yürek, Eski Uygurcada ‘*yürekte dört yapırğaklıg lēnhua sakıñu ol* (Zieme-Kara 1978: 1223-1225) Yürek/kalpte dört yapraklı lotusu düşün.’ şeklindedir ve bu da yürek cakrasını gösterir. Aşağıdaki şekil de bu yürek/kalp cakrasının yönünü ve hecesini işaret eder.

9 Burada şu ifade edilmektedir. Budizm’de beden dünya olarak algılanır ve dünyada nasıl Buddhalar ve üstatlar varsa bedende de aynı şekile Buddha ve üstatlar vardır.

	<i>tagdın r uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1228) ‘kuzeyde r hecesi’	
<i>kitin d uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1228) ‘batıda d hecesi’	<i>kök önlüg huş uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1225- 1226) ‘mavi renkli hung hecesi’	<i>öndün yapırgakında a uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1226-1227) ‘doğu yaprağında a hecesi’
	<i>küntin nu uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1227) ‘güneyde nu hecesi’	

Bütün cakralarda olduğu gibi yürek cakrasında ya da kalpte de toprak, su, ateş, hava ve uzaydan oluşan beş unsur bulunur. Bu Eski Uygurcada ‘*yürekteki dört tamırlarta bodi köñüllüg tigli akmaz beş mahabudlarınñ yeél yorır* (Zieme-Kara 1978: 424-425) Yürekteki dört damarda meni hücreleri akmaz, beş unsurun rüzgârı yürür.’ şeklindedir. Ayrıca bu damarlarda beş rasâyana ya da amrta akar ‘*tört tamırlar içinde beş rasyan akar* (Zieme-Kara 1978: 428-429) Dört damar içinden beş rasâyana akar.’

Yine Budizmde kalp/yürek sekiz yapraklı olarak gösterilir. Bu sekiz yaprak da Budist metinlerinde genellikle sekiz yapraklı lotus çiçeği olarak resmedilir. Konuyla ilgili olarak Eski Uygurcada ‘*sekiz yapırgaklıg lénhuaka okşatı kılzar* (Zieme 2005: D 17-18) Sekiz yapraklı lotusa benzetirse.’, ‘*burhanlarınñ yüreki sekiz yapırgaklıg lénhua teg bolup turur* (Zieme-Kara 1978: 804-805) Buddhaların yüreği sekiz yapraklı lotus gibi olur.’, ‘*sekiz kanatlıg çakra sakınıp* (Yakup 2016: H 19) Sekiz kanatlı cakrayı düşünüp’ örnekleri verilebilir. Kalpte bulunan sekiz yaprak da sekiz yöne işaret eder. Bu yukarıda da belirtildiği üzere Eski Uygurca metinlerde ‘*sekiz buluş yınaktaki takinilarka yoga kaş yok erür* (Zieme-Kara 1978: 411-412) Sekiz taraftaki dâkinilerde yoga baba yoktur.’ şeklinde belirtilir. Bu sekiz yön Budizm’de, doğu → toprak, kuzey → rüzgâr, batı → ateş, güney → su, güneydoğu → şekil-görme unsuru, güneybatı → koku unsuru, kuzeybatı → tatma unsuru, kuzeydoğu → dokunma unsuru olarak sıralanır. Kalpteki bu sekiz yön de üçlü bölümlere ayrılır (Gyatso 2013: 268). Bu konu Eski Uygurcada ‘*bo üç tamırlar bir ikintike naru berü kitip bag tügün bamış teg bolup turmak üze tamırlar kanı erkek közi teg tegirmi ornanıp turur anta basa üç evin bugday orunınça altın yer orunta erdinilig ordu karşı dört buluşlug tamır anta basa yana ok üç evin bugday orunınça altın orunta üç uuşlug lénhua tamır erür* (Zieme-Kara 1978: 382-390) ‘Bu üç damar birbirine ileri geri gidip bağlanmış gibi olup bu damarların hanı geşik gözü gibi yuvarlaklı olur. Sonra üç hücreli buğday tarlası gibi alt yerinde cevherli saray dört yönlü damardır. Ondan sonra yine üç hücreli buğday tarlası gibi alt yerinde üç uçlu lotus damardır.’ şeklindedir. Bu sekiz yönün üçlü bölümlere ayrılması sonucunda da toplamda yirmi dört farklı damar oluşur. Bu da Eski Uygurca ‘*inçip yme dört otuz tamırlarıg taştınkı törütgünlük yança kılzar dört otuz takinilarka yoga kaş bar erür* (Zieme-Kara 1978:



401-403) Şöyle yirmi dört damarı dışarıdan yaratacak olsa yirmi dört yerde yoga baba vardır.’ şeklinde gösterilir. Budizm’de de bu yirmi dört damar/organ şöyledir; saç, tepe, sağ kulak, boynun arkası, sol kulak, iki kaşın arası, iki göz, iki omuz, iki koltuk altı, iki göğüs, göbek, burun ucu, ağız, kalp, iki testis ya da vajinanın iki yüzü, cinsel organın ucu, anüs, iki uyluk, iki bacak, sekiz el parmağı ve sekiz ayak parmağı, ayakların üstü, iki el başparmağı ve iki ayak başparmağı, iki dizdir (Gyatso 2013: 269). Bu yirmi dört organ, yirmi dört coğrafi bölgeyle temsil edilir ve bu mañđala çiziminde de kullanılır. Bu organlarla anılan yerler Budizm için kutsal olan yerlerdir (Sugiki 2009: 521-524). Ayrıca burada yer alan yirmi dört organ ve kutsal yerler üç cakra yerinde bulunur. Bu üç cakra yeri diğerlerinden farklı olarak gönül cakrası Skr. *cittacakra*, dil cakrası Skr. *vākcakra* ve beden cakrası Skr. *kāyacakra*’dır. Bu cakra ların Uygurcaları aşığdadır.

**cittacakra** → **köñül tilgen** → *köñül tilgenteki divatalarınñ töpülerinte akşobi* (Kara-Zieme 1976: A 130-131) ‘Gönül tekerleğindeki Devataların tepelerinde Akşobhya’,

**vākcakra** → **til tilgen** → *til tilgenteki divatalarınñ töpülerinte abita* (Kara-Zieme 1976: A 131-132) ‘Dil tekerleğindeki Devataların tepelerinde Amitābha’,

**kāyacakra** → **etöz tilgen** → *etöz tilgenteki divatalarınñ töpülerinte varyoçana* (Kara-Zieme 1976: A 133-134) ‘Beden tekerleğindeki Devataların tepelerinde Vairocana’.

Eski Uygurcada bu organlar ve bu kutsal yerler şöyle sıralanmaktadır:

<i>köñül tilgen</i>	<i>töpü pulliramalaya atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 35-36) ‘Tepe Pulliramalaya adlı yerde’
Skr. <i>cittacakra</i>	<i>saç tegzinçük çaldara atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 36-37) ‘Saç Jālandhara adlı yerde’
	<i>oñ kulgak ottiyana atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 38-39) ‘Sağ kulak Ottiyāna adlı yerde’
	<i>eñse arbuda atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 39-40) ‘Ense Arbuda adlı yerde’
	<i>sol kulgak gödvari atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976:A 42) ‘Sol kulak Godāvarī adlı yerde’
	<i>kaş kavışığınta ramaişvari atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 43-44) ‘Kaş ortasında Rāmeşvara adlı yerde’
	<i>iki köz tivikota atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 45) ‘İki göz Devīkoṭa adlı yerde’
	<i>iki eñin malavar atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 46-47) ‘İki ense Mālabar adlı yerde’

<p><i>til tilgen</i></p> <p>Skr. <i>Vāccakra</i></p> <p>ya da Skr. <i>Vāccakra</i></p>	<p><i>iki kolduk kamarupa atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 50-51) ‘İki koltuk Kāmarūpa adlı yerde’</p> <p><i>iki kögüz otişiva atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 51-52) ‘İki göğüs Otevisa adlı yerde’</p> <p><i>kintik tirişa kuni atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 54) ‘Göbek Trişakune adlı yerde’</p> <p><i>burun uçı koşala atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 55-56) ‘Burun ucu Kosala adlı yerde’</p> <p><i>agız kalinga atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A57-58) ‘Ağız Kalinga adlı yerde’</p> <p><i>tamgak lambaka atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 59) ‘Damak Lambāka adlı yerde’</p> <p><i>yürek kançi atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 60-61) ‘Yürek Kāñcī adlı yerde’</p> <p><i>kizlek orun himalaya atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 62) ‘Gizli yer (testis ve vajina) Himālaya adlı yerde’</p>
<p><i>etöz tilgen</i></p> <p>Skr. <i>Kāyacakra</i></p>	<p><i>öndün yol pridapuri atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 65) ‘Ön taraf (cinsel organ) Pretapurī adlı yerde’</p> <p><i>kidin yol kirihatiua atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 66-67) ‘Arka taraf (anüs) Gṛihadeva adlı yerde’</p> <p><i>iki udluk soyuraşdira atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 69) ‘İki uyluk Saurāştra adlı yerde’</p> <p><i>iki baltır suvarnadivipa atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976:A 70-71) ‘İki baldır Suvarṇadvīpa adlı yerde’</p> <p><i>altı yëgirmi eṇrek naraga atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 73) ‘On altı parmak Nāraga adlı yerde’</p> <p><i>topık sintu atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 75) ‘Topuk Sindhu adlı yerde’</p> <p><i>tört ulug eṇrek maru atlıg orunta</i> (Kara-Zieme 1976: A 77-78) ‘Dört başparmak Maru adlı yerde’</p> <p><i>tiz kuluda atlag orunta</i> (Kara-Zieme 1976:A 78-79) ‘Diz Kulūta adlı yerde’</p>

Görüldüğü üzere yukarıda sekiz yöne yayılmış ve üç ana cakrada birleşmiş yirmi dört organ ve kutsal yerler belirtilmiştir. Bu yerler aynı zamanda maṇḍala yerleridir.

Yürekten damarların yukarı doğru çıkması ve orada bir damar yumağı oluşturmasıyla da boğaz cakrası oluşur. Bu boğaz cakrası da diğer cakralar gibi dört yapraklı lotus olarak resmedilir. Bu Eski Uygur metninde ‘*anta basa kentünij boguzta tört yapırgaklıg bir lēnhua sakınıp ol lēnhuanij oturasınta yürüj önlüg bir ivin tiglini közünjüteki körkdeş teg sakınıp udıgu ol* (Zieme-Kara 1978: 1195-1199) Ondan sonra kendisinin boğazında dört yapraklı bir lotus düşünüp o lotusun ortasında

beyaz renkli bir damlayı aynadaki görüntü gibi düşünerek uyu.’, ‘*agızında beş budıklıg lénhua bar* (Yakup 2016: H 67-68) Ağzında beş dallı (yapraklı) lotus var.’ şeklinde belirtilir. Aşağıda boğaz cakrasının lotus şekli, Buddhaları, yönleri, renkleri ve harfleri bulunmaktadır.

	<p><i>tagtın yapırgakında</i> <i>yaşıl öñlüg</i> <i>ra uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1206-1207) Kuzey yaprağında yeşil renkli ra hecesi’ <i>amogasiti burhan</i> (Zieme-Kara 1978: 1219) ‘Amoghasiddhi Buddha’</p>	
<p><i>kitin yapırgakında</i> <i>kızıl öñlüg</i> <i>ta uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1205-1206) ‘Batı yaprağında kırmızı renkli ta hecesi’ <i>abida burhan</i> (Zieme-Kara 1978: 1217) ‘Amitābha Buddha’</p>	<p><i>oturasınta</i> <i>yürüñ öñlüg</i> <i>oom uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1201-1202) ‘Ortasında beyaz renkli oom hecesi’ vayroçanda burhan (Zieme-Kara 1978: 1210) ‘Vairocana Buddha’</p>	<p><i>öñdün yapırgakında</i> <i>kök öñlüg</i> <i>a uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1203-1204) ‘doğu yaprağında mavi renkli a hecesi’ <i>aķşobi burhan</i> (Zieme-Kara 1978: 1212) ‘Akşobhya Buddha’</p>
	<p><i>küntin yapırgakında</i> <i>sarıg öñlüg</i> <i>nu uşık</i> (Zieme-Kara 1978: 1204-1205) ‘Güney yaprağında sarı renkli nu hecesi’ <i>radnasanbaua burhan</i> (Zieme-Kara 1978: 1214-1215) ‘Ratnasambhava Buddha’</p>	

Yukarıdaki gerek yürek cakrasında gerekse boğaz cakrasında ve diğer cakralarda lotus çiçeği saat yönünde düşünülür ve bu saat yönündeki heceler de *a-nu-ta-ra* ya da *a-nu-d-r* şeklindedir. Bu hecelerin oluşumu Skr. *anuttara*’dır. Skr. *anuttara* ‘eşsiz aydınlanma’ anlamındadır (Soothill-Hodous 1937: 52b). Zaten Budizm’in ve mañđalanın da amacı bu eşsiz muhteşem aydınlanmaya ulaşmaktır.

Bütün bu açıklamalarda görüldüğü üzere beş Dhyāni Buddha enerji noktalarının her birinde yer edinir ve bu da dört yapraklı bir lotus gibi gösterilir. Ayrıca beş Dhyāni Buddha her enerji noktasının merkezinde ayrı ayrı yer alır.

Yukarıdaki yirmi dört organla birlikte bedende aynı zamanda beş duyu organı da bulunmaktadır ve bu duyu organlarının her birinin beş ayrı damarı vardır. Zaten

genel olarak bakıldığında insan bedeni beş sayısı üzerine kuruludur. Burada beş duyu organının beş damarı Eski Uygurcada şöyle gösterilir. ‘*iki közte kirima tamur iki kulgakta kirisuma tamur burunta şumnu kızı tamur ağızta şumnıtın üdrülmüş tamur öndünki kidinki belgüberte it yüzlüg tamur erür* (Zieme-Kara 1978: 406-409) İki gözde khri-ma damar, iki kulakta khri-gsum-ma damar, burunda Māra kızı damar, ağızda Māradan ayrılmış damar (ve) ön ve arka yerlerde köpek yüzü damarlarıdır yani iki üriner organdır.’ Buradaki *öndünki kidinki belgüberte it yüzlüg tamur* ifadesi, ön ve arka üriner organlarını yani boşaltım organlarını ifade eder (Zieme-Kara 1978: dipnot 408-409).

Budizm’deki dört ana cakranın yanı sıra iki ayrı cakra daha vardır. Bu cakralar yaratılış cakraşının altındaki ateş cakraşısı, Skr. *Vahnicaakra* ve ateş cakraşının altındaki rüzgâr cakraşısı, Skr. *Vāyucakra*’dır (Sugiki 2016: 170).

**Vahnicaakra** → ‘*kindik altınki ootka tegmek üze* (Zieme-Kara 1978: 1150) Göbek altındaki ateşe dokunmak’, ‘*içtin uçukguluk yança kılzar kindik altınki üç bulunluğ kakamuka tamur erür* (Zieme-Kara 1978: 419-421) İçeriden uçacak gibi yapsa göbek altındaki üç yönlü kakamuka damardır.’

**Vāyucakra** → ‘*inçe k(a)ltı vayumañdal atl(ı)g yēel tilgen* (Kaya 1994: 208<sup>16</sup>,<sup>17</sup>; Tokyürek 2015: 183-184) Şöyle ki vayumañdala denilen rüzgâr tekerleği’, ‘*bütün etözteki yēel birle* (Zieme-Kara 1978: 302-303) bütün bedendeki rüzgâr ile’, ‘*beş mahabudların yēel yorır* (Zieme-Kara 1978: 425) Beş unsurun rüzgârı yürür.’, ‘*tun yēel tutmakıg* (Zieme-Kara 1978: 309-310) nefes tutması’.

Bu bağlamda bu altı cakra bir sıra halinde gösterilecek olursa göbekten başa ve göbekten aşağıya doğru şöyle sıralanabilir.

Nirmānacakra ← Dharmacakra ← Sambhogacakra ← **Mahāsukhacakra** → Vahnicaakra → Vāyucakra.

Bu dağılım Eski Uygurcada ‘*kindiktin yüreкке tegi yüreکتin tamgakka tegi tamgaktın töpüke tegi tamur butıklar inçke bolup turur* (Zieme-Kara 1978: 440-442) Göbekten yüreğe kadar, yürekten damağa kadar, damaktan tepeye kadar damar budakları ince olur.’, ‘*töpütin adak uulka tegi uzun tamur tartmış teg erür* (Zieme-Kara 1978: 452-453) Tepeden ayak altına kadar uzun damar uzanmış gibidir.’, ‘*anı üçün tamur barça töpütin adak uulka tegi saç tutuşmuş teg naru berü katılışıp turur antın бага tamırlıg mandal bolup turur* (Zieme-Kara 1978: 458-461) Onun için damarların tamamı tepeden ayak altına kadar saç dolaşmış gibi ileri geri birleşmiştir. Ondan bhagamañdala oluşmuştur.’ şeklinde ifade edilir.

Bütün bu açıklamalarla birlikte vücuttaki Skr. *Śri Heruka*, *Cakrasamvara* tanrılarını ifade eder. *Cakrasamvara* ‘muhteşem mutluluk çarkı’ anlamındadır (Keown 2003: 48a). Skr. *Śri Heruka* sözü Eski Uygurcada *kiruka* olarak adlandırılır. *Śri Heruka* Buddhaları ve bunların cakraları şöyle sıralanır: Ratnasambhava, Akşobhya Skr. *citta-cakra* yani zihin cakraşısı, Amitābha Skr. *vak-cakra* yani dil cakraşısı, Vairocana Skr. *kaya-cakra* yani beden cakraşısı, Amoghasiddhi Skr. *samaya-cakra* yani yemin cakraşısıdır. Aksobhya mañdalanın lideridir (Wayman 2014: 9).

**Śri Heruka** → **kiruka** → *öz etöz kiruka ög kañtın başlap* (Kara-Zieme 1976: A 217-218) Vücut herukası anneden babadan başlayıp’.

*tört ornagtağı divatalarñıñ töpülerinte ratnasanbavi* (Kara-Zieme 1976: A 129-130) ‘Dört yerdeki Devataların tepelerinde Ratnasambhava’

**citta-cakra** → **köñül tilgen** → *köñül tilgenteki divatalarñıñ töpülerinte akşobi* (Kara-Zieme 1976: A 130-131) ‘Zihin tekerleğindeki Devataların başında Akşobhya’

**vak-cakra** → **til tilgen** → *til tilgenteki divatalarñıñ töpülerinte abita* (Kara-Zieme 1976: A 131-132) ‘Dil tekerleğindeki Devataların başında Amitābha’

**kaya-cakra** → **etöz tilge** → *etöz tilgenteki divatalarñıñ töpülerinte varyoçana* (Kara-Zieme 1976: A 133-134) ‘Beden tekerleğindeki Devataların başında Vairocana’

**samaya-cakra** → **tañarığ tilgen** → *tañarığ tilgenteki divatalarñıñ töpülerinte amogasiti burhan* (Kara-Zieme 1976: A 134-135) ‘Yemin tekerleğindeki Devataların başında Amoghasiddhi Buddha’

Burada *divata* terimi Skr. Devatā’dır ve bunların tamamı aydınlanmanın otuz yedi yardımcı olarak kabul edilir (Wayman 2014: 8). Bunlar da mañđalada önemli yerlere sahip olan Budist dini kurallardır. Eski Uygurca ‘*mandaltaki divatalarka köñülüg tegürüp köñülüg amırturgu ol* (BT7 A 213-214) Mañđaladaki Devatalara sevgi gösterip gönlü sakinleştire.’ cümlesi verilebilir.

Ayrıca Buddha’nın otuz iki lakşanası yani işareti ile seksen fiziksel özelliği de canlıların bedeninde bulunur. Bu yine yukarıda belirtilen üç damar olan lalanā, rasanā, avadhūtī damarları ile ilgilidir. Buna göre, Eski Uygurca ‘*iki kırk lakşan sekiz nayrag tultag tözliüg ornannıñ erür ol yme soltunki lalanarñıñ içindeki altı yegirmi ali uşıklar iki kata altı yegirmi bolmak üze iki kırk lakşan bolur oñdıki rasanarñıñ içindeki otuz dört kali uşıklar iki uzun da uşıklar iki kısa da uşık birle otuz sekiz iki vara uşık birle kırk tükel bolur bolar iki kata bolup sekiz on nayrag bolur tultag üdte töz iki kırk lakşan sekiz on nayrag tolu tükel bolmak inçip tigililig mandal erür* (Zieme-Kara 1978: 518-528) Otuz iki lakşana seksen añuvyanjana sebebi yerleşmiştir. O da soldaki lalananın içindeki on altı ali hecesi ve onun iki katı on altı olmak üzere otuz iki olur. Sağdaki rasananın içindeki otuz dört kali hecesi iki uzun da hecesi iki kısa da hecesi ile otuz sekiz iki vara hecesiyle de kırk olur. Onun iki katı da seksen añuvyanjana olur. Böylece dört vücut otuz iki lakşana ve seksen añuvyanjana bir olup damla mañđalası olur.’. Canlıların bedenlerinde bulunan Buddhalar ve Buddha’nın fiziksel özellikleri ve diğerleri aslında her canlının kurtuluşu elde edebileceğini ifade eder.

İnsan bedeninde yukarıdan beri açıklanan enerji noktaları ve damarlardan sonra yedinci haftadan itibaren embriyonun dış organları oluşur. Bu organların büyük bir oranı damarlarla bağlantılı olması nedeniyle yukarıda belirtilmiştir. Eski Uygurcadaki ‘*yetiñç (yėti) künte müyüz bakaka okşatı erişlik bolup iki kol orunı başı iki adak orunı birle beşegü budık alınıp ünner* (Zieme-Kara 1978: 357-360) Yedinci yedi günde böyle kaplumbağaya haline gelip iki kol yeri, başı (ve) iki bacak yeri ile beş budak olup çıkar.’ cümlesinden de anlaşılacağı üzere yedinci haftadan itibaren insanın kolları, bacakları ve başı oluşmaya başlamıştır. Bu yerler insanın dış bedeninde oluşan ilk yerlerdir.

Yine Budizm’de önemli ritüellerden biri olan secde ritüelinde de beş ifadesi bulunur ve bu Eski Uygurca metinlerde ‘*bir köñülün bir uçlug sakınıp beş tilgenimizni yerke tegürüp ayayu ağırlayü el uluş iyesi eligler hanlar üçün* (Wilkins 2007: 250-252) Bir gönül ile bir amaçlı düşünüp beş tekerleğimizi yere değdirip saygıyla memleket

sahibi hükümdar için.’, *töpün töpülerinte tuta bês tilgenin pañçamanđal yinçürü töpün yükünü tegindiler* (Kaya 1994: 568<sub>7,9</sub>; Çetin 2017: 1701-1703) Başlarının üstünde tutarak beş tekerlek/mañdala ile eğildiler.’ şeklinde geçer. Buradaki *bês tilgenin pañçamanđal* kelimesi, Skr. *pañca-mañdala* ile Çin. 五體 *wū tǐ* ya da 五輪 *wúlún* kelimeleriyle karşılanır. Burada özellikle Çince kelimeler önemlidir. Buna göre, Eski Uygurca metinlerde her iki kelime de *bês tilgen* olarak çevrilmektedir. Budizm’de *bês tilgen* ne demektir? Çin. 五輪 *wúlún* ‘Beş tekerler ya da dönen şeyler: I. 五體 *wū tǐ* beş uzuv, dizler, dirsekler ve baş yani bunların tamamı yere konduğu zaman çok büyük saygıyı ifade eder. II. Dünyanın beş temeli yani uzay, rüzgârlar, elmas ya da toprak, ortak merkezli dokuz daire, sekiz deniz. III. Tantrik mezheplerde toprak, su, ateş, rüzgâr ve uzaydan oluşan 五大 *wúdà* beş unsur; IV. Buddha’nın beş parmağıdır (Soothill-Hodous 1937: 127b). Buradan hareketle *bês tilgen* ifadesi dar manasıyla ayak ya da diz, el ya da dirsek ve baş uzuvlarını ifade ederken geniş anlamıyla vücutta da bulunan beş unsur ve parmaklar ve aşağıda da inceleneceği üzere bedende bulunan beş Dhyāni Buddha’yı içine almaktadır, daha da geniş anlamıyla bütün bedendir.

Özellikle insan bedeninin enerji noktalarında bulunan beş Dhyāni Buddha, merkezde 大日 *dà rì* Vairocana, doğuda 阿閼 *ā chū* Akşobhya, güneyde 寶生 *bǎo shēng* Ratnasambhava, batıda 阿彌陀 *ē mítuó* Amitābha ve kuzeyde 不空成就 *bù kōng chéngjiù* Amoghasiddhi ya da Sākyamuni yer alır (Soothill-Hodous 1937: 182a). Ayrıca bu Buddhalara 五解脫輪 *wū jiětuō lún* kurtuluşun beş tekerleği, beş Dhyāni Buddha’nın beş tekerleği (Soothill-Hodous 1937: 127a) olarak da tanımlanır. Burada verilen beş Dhyāni Buddha ile yukarıda Eski Uygurca boğaz cakra için verilen örnek uyum içindedir. Bununla birlikte bu beş Dhyāni Buddha özellikle Tibet Budizmi’nde Vajradhātu mañdalasının beş Buddhası olarak da gösterilir ve bu beş Dhyāni Buddha kafa, iki el ve iki ayak ile de eşleşir ve temel ya da beş *jinās* Buddha’nın merkezde gruplaşmasını ifade eder. Vajradhātu ve mañdalanın bağlantısı da mantralar tarafından sağlanır (Dachille 2015: 46). Beş *jinās* baş, iki elin orta parmakları ve iki ayağın orta parmakları ile ilişkilidir ve her birini de bir tanrı ya da Buddha temsil eder. Burada Vajradhātu mañdalasının yönlerinden ziyade farklı bir yön telakki edilir. Bu nedenle genellikle merkezde yer alan Vairocana burada başta yer alır ve tacın en üst kısmında bulunur. Akşobhya mañdalanın doğusunda yer aldığı için burada Locana ile birlikte sağ elin orta parmağında yer alır. Ratnasambhava genellikle mañdalanın güney tarafında yaşar, burada ise Mamaki ile birlikte sol elin orta parmağıyla, Amitābha genellikle batıda yaşarken burada Pandaravasını ile birlikte sağ elin orta parmağıyla, Amoghasiddhi genellikle kuzeyde yaşarken burada eşi Samayatara ile sol ayağın orta parmağıyla ilişkilendirilir. Mañdalanın ana Buddhaları için vücudun ilgili bölümlerini birleştirerek bir merkezîyet oluşturduklarını söylemek mümkündür (Dachille 2015: 46-47). Bu bağlamda burada merkezî bir Buddha etrafında az sayıda bir Buddha dizilişini bedende görmek mümkündür. Tantrik Budizm’de beş Dhyāni Buddha beş *rasāyana* ya da *amṛta* ‘yaşam iksiri’ ile ve beş Dhyāni Buddha’nın eşleri de *beş māṃsa* ‘et’ ile bağlantılıdır. Bunlar Tantrik Budizm’de ruhsal sunu olarak gösterilmekle birlikte kafatası mañdala olarak da adlandırılır (Beer 2003: 217-218). Bu beş *amṛta* ‘yaşam iksiri’ ve beş *māṃsa* ‘et’ Eski Uygurca metninde ‘*anta basa öznüñ içinde ay tilgeni birle bês et bês rasyanlarig sakınıp* (Kara-Zieme 1977: A 328-330) Ondan sonra kendinin içinde ay tekerleği ile birlikte beş et ve beş rasāyanayı düşünüp’ şeklinde geçer. Bu

beş *amṛta*, Skr. *pañcāmṛta* ‘beş ölümsüzlük yemeği’, Tantrik Budizm’de temizliği ve kirliliği dönüştüren olarak tanımlanır ve beş ölümsüzlük yiyeceği de ‘dışkı, idrar, meni, âdet kanı, ilik’ olarak gösterilir. Bu beş ölümsüzlük yiyeceği Vairocana, Akşobhya, Amitābha, Ratnasambhava, Amoghasiddhi’yi temsil eder (Buswell-Lopez 2014: 1513). Bununla birlikte beş rasāyananın tablo şeklinde gösterilmesi daha açıklayıcı olacaktır. Buradaki tablo Beer’in eserindeki açıklamanın tablolaştırılmış şeklidir. Bk. → (Beer 2003: 217-222).

Beş Rasāyana	Beş Buddha	Beş Yön	Vücuttaki Beş Yön	Beş Renk	Beş Duyu Organi	Beş Duyu	Beş Skandha	Beş Parmak	Beş Harf	Beş Unsur
Dışkı	Vairocana	Doğu	Ön	Sarı	Göz	Görme	Şekil	Baş	Om	Su
İlik	Amoghasiddhi	Kuzey	Sağ	Yeşil	Ten	Dokunma	İstem	İşaret	Hum	Uzay
Meni	Amitābha	Batı	Arka	Beyaz	Dil	Tatma	İdrak	Orta	Tram	Toprak
Kan	Ratnasambhava	Güney	Sol	Kırmızı	Burun	Koklama	Hissetme	Yüzük	Hrih	Ateş
İdrar	Akşobhya	Merkez	Merkez	Mavi	Kulak	İşitme	Bilinç	Serçe	A	Hava

Bununla birlikte beş Dhyāni Buddha’nın yönleri bazen farklılık gösterebilmektedir. Aşağıdaki beş Dhyāni Buddha Beer’in listesine uygundur. Beş skandha’daki Buddhaları veren bu örnekler ne yazık ki eksiktir. Listeleme farklılıkları nedeniyle başka metinlerden örnek alınmamıştır. Eski Uygurca beş skandha ‘*bēş yükmeklig*’ (Zieme-Kara 1978:770) ‘Beş skandhalı’ şeklinde gösterilir.

**Vairocana** → **şekil** → Uygurca metinde eksiktir.

**Ratnasambhava** → **hissetme** → ‘... *ratna sanbaua burhan erür* (Kara-Zieme 1977: A 227-228) Ratnasambhava Buddha’dır.’

**Amitābha** → **ıdrak** → ‘*sakıñ ükmeki amida burhan erür* (Kara-Zieme 1977: A 228-229) İdrak skandhası Amitābha Buddha’dır.’

**Amoghasiddhi** → **istem** → ‘*kılınç ükmeki amogasidi burhan erür* (Kara-Zieme 1977: A 229-230) İstem skandhası Amoghasiddhi Buddha’dır.’

**Akşobhya** → **bilinç** → ‘*bilig ükmeki akşobi burhan erür* (Kara-Zieme 1977: A 230) Bilinç skandha Akşobhya Buddha’dır.’

Vücutta amṛtanın yanı sıra yukarıda da belirtildiği üzere beş *māṃsa* ‘et’ bulunur. Bu da Tantrik Budist metinlerinde genellikle aşağıdaki şekliyle gösterilir. Buradaki tablo Beer’in eserindeki açıklamanın tablolaştırılmış şeklidir. Bk. → (Beer 2003: 217-222).

Beş Et	Beş Buddha’nın eşi	Beş Yön	Vücuttaki Beş yön	Beş Renk	Beş Unsur	Beş Zehir
Boğa	Locana	güneydoğu	sol ön	siyah	toprak	cehalet
Köpek	Māmakī	güneybatı	sol arka	beyaz	Su	öfke
Fil	Pāñđara	kuzeybatı	sağ arka	kırmızı ya da mavi	Ateş	arzu
At	Tārā	kuzeydoğu	sağ ön	yeşil	rüzgâr	kıskançlık
İnsan ceseti	Vajradhātuiśvarī	merkez	merkez	kırmızı	Uzay	kibir

**Locana** → **toprak** → *bahşınıñ etözinteki yer mahabut buda locani kız erür* (Kara-Zieme 1977: A 232-233) Üstadın vücudundaki toprak unsuru Buddha Locana kızdır. ’,

**Māmakī** → **su** → *suv mahabut mamaki kız erür* (Kara-Zieme 1977: A 233-234) Su unsuru Māmakī kızdır. ’,

**Pāṇḍaravāsini** → **ateş** → *oot mahabut pantaravasini kız erür* (Kara-Zieme 1977: A 234-235) Ateş unsuru Pāṇḍaravāsini kızdır. ’,

**Tārā** → **rüzgâr** → *yêl mahabut tara erür* (Kara-Zieme 1977: A 235) Rüzgâr unsuru Tārā’dır. ’,

**Dharmadhātuişvarī** → **uzay** → *kök kalık uguşı darmatadu işvari atlıg kız erür* (Kara-Zieme 1977: A 235-236) Uzay unsuru Dharmadhātuişvarī adlı kızdır. ’,

**Su** → **beyaz** → *suv mahabud tözi yürüñ öñlüg körmek* (Zieme-Kara 1978: 775-776) Su unsurunun esası beyaz renkli görmek ’,

**Toprak** → **sarı** → *yêr mahabudlug yêl sarıg öñlüg körmek* (Zieme-Kara 1978: 777-778) Toprak unsurunu sarı renkli görmek ’,

**Ateş** → **kırmızı** → *oot mahabudlug yêl kızıl öñlüg körmek* (Zieme-Kara 1978: 778-780) Ateş unsurunu kırmızı görmek ’,

**Uzay** → **siyah** → *kök kalıgnıñ yêli kara öñlüg körmek* (Zieme-Kara 1978: 780-782) Uzay unsurunu siyah renkli görmek ’.

Bedende bulunan beş zehir için de Eski Uygurca ‘*bêş törlüñ agu nizvanılarınğ tüpindin berü tarkarur* (Zieme-Kara 1978: 877-878) Beş türlü zehirli ihtirasları baştan beri yok eder.’ şeklindedir. Bu beş zehir için bk. → (Tokyürek 2011).

Yine bu Vairocana’nın Locana, Māmakī, Pāṇḍaravāsini ve Tārā tanrıçalarından oluşan nöbetçileri yani dört tanrıçaları gözde, burunda, kulakta ve dilde yerleşmiş ve manevî mükemmelliği temsil eden dört pāramitā ile de başta örgütlenmişlerdir. Bu duyu organları vücut maṇḍala uygulamasının daha gelişmiş versiyonuyla duyu kapılarının kilidi durumundadır. Bu duyu organlarında tanrıların bulunması kapıların duyulara karşı ihtiyacı olduğunu gösterir ve duyu algısının kendisi yeniden doğuş döngüsüne bağlayan özne ve nesnenin ayrımını ortadan kaldıran ilahi ve aralıksız biçime dönüştürdüğünü gösterir. Fakat burada yer alan dört tanrıça her zamanki tanrıçalar değildir, ayrıca bunların renkleri, nitelikleri, pozisyonları ve unsurları da farklılık arz eder (Dachille 2015: 47). Yine altı duyu organında ve diğer organlarda Buddhalara yer alabilir. Bu Eski Uygurca metinlerde eksik olmasıyla birlikte aşağıdaki şekildedir;

**Göz** → **Kṣitigarbha** → *közi kṣitigarbi bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 237) Gözü Kṣitigarbha Bodhisattva’dır. ’

**Kulak** → **Vajrapāṇi** → *kulgakı vaçirapani bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 238) Kulağı Vajrapāṇi Bodhisattva’dır. ’

**Burun** → **Ākāśagarbha** → *burunu akaşagarbi bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 238-239) Burnu Ākāśagarbha Bodhisattva’dır. ’

**Dil** → **Ārya Avalokiteşvara** → *tili ariya avalokita işvari bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 239-240) Dili Ārya Avalokiteşvara Bodhisattva’dır. ’



**Beden** → **Sarvanīvaraṇaviṣkambhin** → *etözi sarva nivarana viṣkambi bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 240-241) Vücudu Sarvanīvaraṇaviṣkambhin Bodhisattva'dır.'

**Zihin** → **Ārya Mañjuśrī** → *köñjüli töziün mançuşiri bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 241-242) Zihni Ārya Mañjuśrī Bodhisattva'dır.'

**Eklemler** → **Samantabhadra** → *togun bogunları samantabadiri bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 242-243) Eklemleri Samantabhadra Bodhisattva'dır.'

**Damar ve Sinirler** → **Maitreya** → *tamır singirleri maytri bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 243-244) Damar ve sinirleri Maitreya Bodhisattva'dır.'

**Sağ el** → **Yamāntakṛt** → *oñ eliği yamandakirt bodisatav erür* (Kara-Zieme 1977: A 244-245) Sağ eli Yamāntakṛt Bodhisattva'dır.'

**Sol el** → **Aparājita** → *sol eliği aparaçidi erür* (Kara-Zieme 1977: A 245) Sol eli Aparājita'dır.'

Bütün bunların sonucu olarak Budist düşüncesinde küçük evren yani mikrokozmozoloji denilen insan bedeni büyük evrenle yani makrokozmozoloji ile eş tutulabilir. Nasıl tüm evreni oluşturan unsurlar ve bu unsurlara bağlı Buddhalar ve tanrılar varsa aynı şekilde canlıyı oluşturan unsurlarla da Buddha ve tanrılar ilişki hâlinindedir. Bu bakımdan düşünüldüğünde insan bedeni de ayrı bir önem belki de kutsiyet kazanmaktadır. Çünkü insan bedeninin her noktasında çeşitli Buddhalar ve tanrılar oturmaktadır.

### 3. Sonuç

Māhayāna Budizm'inde ve özellikle de Tantrik Budizm'inde önemli bir ritüel olan *mañdala* düşüncesi ve buna bağlı olarak cakra düşüncesi canlının doğum ölüm döngüsünden kurtulmak için yapmış olduğu uygulamaların en önemlilerinden biridir. Lotus çiçeği oturuşu yani Buddha oturuşu bu *mañdala* ritüelinde vazgeçilmez oturuş şekillerinden biridir. Canlı bu oturuş şekliyle aynı zamanda bedenindeki cakra noktalarını ve dolayısıyla da Buddha ve Bodhisattvaları da düşünerek yoğunlaşacak ve bu sırada çeşitli heceleri yani mantraları da söyleyerek mutlak kurtuluşu elde etmeye çalışacaktır. Canlının daha doğrusu insanın buradaki asıl gayesi doğum ölüm döngüsünden kurtulmak ve yeniden doğmamak düşüncesidir. Çünkü her yeni doğum ölümü ve her ölüm de yeniden doğumu beraberinde getirecektir. Bu da sonsuz bir döngü olarak insanın en büyük ızdırapları arasında yerini alacaktır. İşte *mañdalanın* asıl amacı canlının yeniden doğumdan kurtuluş yolundan kurtulmasını sağlamaktır.

Budist düşüncede bu doğum ölüm döngüsünde her şey ölümle başlar ve canlı öldükten sonra da ara dünyada yeniden doğmamak için mücadele eder. Ölen canlının yeniden doğması ise anne ve babanın cinsel ilişkisiyle başlar ve artık canlı doğum yolunu tutmuş olur.  $3,5 + 49 = 52$  günlük süreçte de canlı bu yeniden doğum yolundan kurtulmak isteyecek fakat genellikle bu yeniden doğum sürecinden kurtulamayarak 'anasınıñ karınında tokuz ay on kün turup tugar' (Zieme-Kara 1978: 121-122) Annesinin karnında dokuz ay on gün durup doğar.' cümlesinde görüldüğü üzere yeniden doğacaktır. Canlı bu hayat şekline yeniden doğmamak için özellikle 49

günlük ara dünyada mücadele edecek fakat beşinci haftadan itibaren artık embriyonun hayat belirtileri iyiden iyiye ortaya çıkmaya başladığı için bu durum altıncı ve yedinci haftayla daha da belirginleşecektir. Embriyonun yedinci haftasından sonra ise artık canlı için kurtuluş yolu tamamiyle kapanmış ve yeniden doğum yolu açılmış olacaktır. Yedinci haftayla hızlanan damar ve organ oluşumu daha da hızlanacak ve artık embriyo fetüs dönemine de girmiş bulunacaktır. İnsan bedeninin de tüm damarlarında ve tüm organlarında da Buddha ve tanrılar yerini alacaktır. Özellikle Buddhalar'ın oturmuş olduğu damarlar yumağı insan için önemlidir ve bu damar yumaklarının bulunduğu noktalar, bedenin enerji noktalarını, maṇḍala, cakra noktalarını oluşturacaktır. İnsanlar da *maṇḍala* ritüelinde bu enerji noktalarını düşünerek kurtuluşu elde etmeye çalışacaklardır.

Ayrıca Budizm'de insan bedeninin oluşumundan itibaren her şeyin Buddhalar ile temsil edilmesi önemli bir noktadır. Örneğin beş unsuru beş Buddha'nın temsil etmesi yine beş ya da altı duyu organını başka Buddhaların temsil etmesi canlıların yeniden doğmalarına neden olan günahları işlemelerine de bir engeldir. Bunun için yukarıda gösterilen zihin cakrası, dil cakrası ve beden cakrası canlıların günah ya da sevap işlemelerine neden olan bölgelerdir. Genel olarak düşündüğü zaman beş ya da altı duyu organı ve bu organların duyuları ile baş, kol ve parmaklar ile bacak ve ayaklar ve diğer organlar günah ya da sevap işleyen organlardır. Dolayısıyla insan bedeninin tamamı günah ya da sevap işlemeye müsaittir. İşte *maṇḍala*'nın asıl amacı insan bedeninin yeniden doğum ölüm döngüsünden kurtulması için bedendeki önemli noktaların insanın farkına varmasını sağlamaktır. Böylece bedendeki önemli noktaları fark eden insan, daha uyanık olacak ve gerçek aydınlanmayı da elde edecektir. Gerçek aydınlanmayı elde edebilmek için de *maṇḍala* ya da cakra noktalarını iyi bilmek gerekir.

## Kaynakça

- AYDIN, Süleyman (2006). *İnsan Anatomisi ve Fizyolojisi*, Eskişehir: Açıköğretim Eskişehir Üniversitesi Yayınları.
- BEER, Robert (2003). *The handbook of Tibetan Buddhist symbols*, Chicago: Serindia Publication.
- BHIKKHU Revata (2016). *The Truth Taught by All the Buddhas*, Singapur: Pa-Auk Meditations Centre.
- BUSWELL, Robert E., Donald S. LOPEZ (2014). *The Princeton Dictionary of Buddhism*, Princeton and Oxford: Princeton University Press.
- ÇETİN, Engin (2017). *Altun Yaruk Sekizinci Kitap, Berlin Bilimler Akademisindeki Metin Parçaları, Karşılaştırmalı Metin, Çeviri, Açıklamalar, Dizin*, Adana: Karahan Kitabevi.
- DACHILLE, Rae Erin (2015). *The Body Mandala Debate: Knowing the Body through a Network of Fifteenth-Century Tibetan Buddhist Texts*, Doctor of Philosophy in Buddhist Studies in the Graduate Division of the University of California.
- ELMALI, Murat (2012). 'Eski Uygurca Yalgukkiya Kelimesine Etimolojik Bir Yaklaşım', *Turkish Studies- International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic Volume 7/2*, p.443-460.
- EVANS-WWNTZ, W.Y. (2000). *The Tibetan Book of the Dead*, New York: Published by Oxford University Press.
- GYATSO, Geshe Kelsang (2013). *Modern Buddhism, The Path of Compassion and Wisdom*, Tharpa Publications Uk, Us, Canada, Australia, Asia.

- KARA, Georg, Peter ZIEME (1976). *Fragmente tantrischer Werke in vigurischer Übersetzung*, Berlin: Akademie Verlag, (Schriften zur Geschichte und Kultur des Alten Orients-Berliner Turfantexte; VII).
- KARA, Georg, Peter ZIEME (1977). *Die uigurischen Übersetzungen des Guruyogas "Tiefer Weg" von Sa-skya Pandita und der Maḡjuśrīnāmasaḡtī*, Berlin: Akademie Verlag, (Schriften zur Geschichte und Kultur des Alten Orients-Berliner Turfantexte; VIII).
- KAYA, Ceval (1994). *Uygurca Altun Yaruk, Giriş, Metin ve Dizin*, Ankara: TDK Yayınları.
- KEOWN, Damien (2003). *A Dictionary Buddhism*, Oxford: Oxford University Press.
- MARTIN, Dan (1994). *Maḡala Cosmogony, Human Body Good Thought and the Revelation of the Secret Mother Tantras of Bon*, Wiesbaden: Asiatische Forschungen, Harrassowitz Verlag.
- MONIER-WILLIAMS, M., A. (1899), *Sanskrit-English Dictionary*, Oxford.
- ÖLMEZ, Mehmet (1998). 'Tibet Buddhizmina Ait Eski Uygurca Bahşı Ögdisi', *Klaus Röhrborn Armaḡanı* (J. P. Laut M. Ölmez), Freiburg/İstanbul: s. 261-293.
- SEMİZ, Belma Derman (1990). *İnsan Anatomisi ve Fizyoloji*, İstanbul: Marmara Üniversitesi Yayınları.
- SOOTHILL, William Edward, Lewis HODOUS (1937). *A Dictionary of Chinese Buddhist Terms with Sanskrit and English Equivalents and a Sanskrit-Pali Index*, London: Kegan Paul, Trench, Trubner & Co.
- SUGIKI, Tsunehiko (2016). 'The Structure and Traditions of the Systems of Holy Sites in Buddhist Saḡvara Cycle and its Related Scriptural Cycles in Early Medieval South Asia', *Genesis and Development of Tantrism*, (Editör: Shingo Einoo), Institute of Oriental Culture University of Tokyo.
- TOKYÜREK, Hacer (2011). *Eski Uygur Türkçesinde Budizm ve Manihaizm Terimleri*, (Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi), Kayseri.
- TOKYÜREK, Hacer (2014), "Eski Uygurcada Āyurveda Tıbbı ve Beş Unsurlar", *Türkiyat Mecmuası*, C. 24/Güz, s. 237-262.
- TOKYÜREK, Hacer (2015). *Altun Yaruk Sudur IV. Tegziñç (Karşılaştırmalı Metin Yayını)*, Kayseri: Laçın Yayınları.
- XU, Ping (2004). "The Mandala as a Cosmic Model: Integrating Temple Architecture within the Tibetan Buddhist Landscape", *92nd ACSA Annual Meeting*, Miami FL, March 18-21, s. 143-156.
- WAYMAN, Alex (2014). *The Buddhist Tantras: Light on Indo-Tibetan Esotericism*, Poutledge Library Editions: Buddhism.
- WILKENS, Jens (2007). *Das Buch von der Sündentilgung, Edition des alttürkisch-buddhistischen Kṣanti Kīlguluk Nom Bitig*, Teil I-II. Turnhout (Belgien): (BT 25).
- WILKENS, Jens (2015). "Human Embryology According to an Old Uyghur Buddhist Text", In: YAKUP, Abdurishid (ed.), *Studies in Central Asian Philology: Papers of the International Symposium on Central Asian Philology*, Nov. 2012, Beijing: pp. 226-241.
- YAKUP, Abdurishid (2016). *Altıugurische Aparimitāyus-Literatur und kleinere tantrische Texte*, Berlin-Brandenburgische Akademie Der Wissenschaften Akademienvorhaben Turfanforschung, Berlin: Brepols.
- ZIEME, Peter, G. KARA (1978). *Ein uigurisches Totenbuch, Nāropas lehre in uigrischer Übersetzung*, Budapest: Akademiai Kiado.
- ZIEME, Peter (2005). *Magische Texte des Uigurischen Buddhismus*, Berlin: Berliner Turfantexte 20.

## İnternet Adresleri

<https://tibetanmedicine-edu.org/index.php/n-articles/tibetan-embryology-1> 16.02.2018 Şekil 1.

<https://www.google.com.tr/h?q=lalan%C4%81,+rasan%C4%81,+avadh%C5%ABt%C4%AB&t->

bm=isch&source=iu&ictx=1&fir=1JTibLV74rhgOM%253A%252Cnw\_f59TIzNtp-M%-252C\_&usg=\_\_ZCNgxSmglwPbZvvsRwTXBSEqSBI%3D&sa=X&ved=0ahUKewj6sJD-tonZAhWys1kKHYMRDFsQ9QEIOzAD#imgcr=1JTibLV74rhgOM: 03.02.2018 şekil 2.

Şekil 1.



Şekil 2. Lotus çiçeği oturuşu ve göbük, yürek, boğaz ya da damak ve tepe ya da baş cakra yerleri.



Şekil 3.