

## Einfache Medizinbuddha-Praxis

**W**ir visualisieren vor uns in voller Lebensgrösse den Medizinbuddha. Er sitzt in Meditationshaltung auf einer Lotosblüte und trägt die Mönchsroben. Sein Körper ist von blauer Farbe, wie Lapislazuli. Seine rechte Hand hält er in der Geste der Wunschgewährung und er hält den Stengel einer Arura-Heilpflanze. Seine linke Hand in der Mudra der Meditation hält eine Schale aus Lapislazuli, die gefüllt ist mit heilendem Nektar.

Es kommt nicht so darauf an, dass wir uns dies alles ganz genau vorstellen können. Wichtig ist nur, zu wissen, dass er da ist und ihn ganz deutlich zu fühlen.

Die Gegenwart des Medizinbuddha erfüllt uns mehr und mehr mit tiefem Frieden und Vertrauen. Vertrauen auf Heilung und Unterstützung. Und wir spüren unendliche Liebe und Mitgefühl von ihm ausgehen.

Wir formulieren nun unsere Bitten um Hilfe und Heilung für uns selbst oder für andere. – In früherer Zeit hat der Medizinbuddha (Bhaisajyaguru) zwölf grosse Wunschgebete ausgeführt. Mögen wir heute durch die Kraft seiner Weisheit, seiner Energie und seines Mitgefühls die aus den Wunschgebeten gereiften Früchte geniessen.

*Edler Medizinbuddha, Bezwinger aller negativen Kräfte, vollkommen Erleuchteter, vor Dir verneigen wir uns. Wir bringen (geistige) Opfergaben dar und nehmen Zuflucht zu Dir.*

*Wir bitten Dich, Bhagawan Medizinbuddha, gewähre uns Deinen Segen.*

*Wir bitten Dich, Guru Medizinbuddha, gewähre allen fühlenden Wesen in sämtlichen Daseinsbereichen Deinen Segen.*

*Mögen alle Bitten, die Du selbst in der Vergangenheit gesprochen hast und die wir jetzt sprechen oder denken, augenblicklich für uns und für alle fühlenden Wesen erfüllt werden.*

Als Antwort auf unsere Bitten sendet der Medizinbuddha aus seiner Herzgend unendliche Strahlen weissen Lichtes aus, die unseren Körper vom Scheitel bis zu den Zehen erfüllen.

Diese Lichtstrahlen reinigen uns vollständig von allen Krankheiten und Schäden durch negative Geister, ebenso von deren Ursachen, von unserem negativen Karma und von unseren Geistesschleiern und Verblendungen. Unser Körper wird jetzt durch und durch gereinigt und ganz klar wie ein Kristall.

Ununterbrochen strömt das heilende Licht auf uns und erfüllt uns mit grosser Glückseligkeit. Wir atmen dieses Licht auch ein und fühlen, wie es sich in uns ausbreitet.

Wenn wir nun gleich das Mantra rezitieren, gehen von unserem Herzen ebenfalls Lichtstrahlen hinaus in die Welt, in alle Richtungen und helfen allen fühlenden Wesen aller sechs Daseinsbereiche im ganzen Kosmos.

Wir selbst werden eins mit diesem heilenden Licht und fühlen stark die Verbindung zum Medizinbuddha.



**Mantrarezitation:**   Teyatha, Om Bekandse Bekandse  
                                  Maha Bekandse Bekandse  
                                  Randza Samungate Soha

*Deutsch (sinngemäss):*

Der Heiler, der Heiler, der grosse Heiler, der königliche Heiler  
mit seinen ozeanartigen Qualitäten. Sein Segen soll immer bei uns bleiben!

Nach der Rezitation bedanken wir uns beim Medizinbuddha für seine Hilfe und lassen ihn sich wieder zurückziehen in seinen Aufenthaltsbereich. Er löst sich langsam in strahlendes Licht auf und entschwindet unserem Anblick.

\* \* \* \* \*

*Der Medizinbuddha ist ein Buddha-Aspekt und drückt die «heilende Kraft aller Buddhas» aus. Durch solche Meditation und Rezitation seines Mantras können Krankheiten, Schwierigkeiten und Probleme aller Art aufgelöst werden. Wahre Heilung beginnt immer auf der geistig-seelischen Ebene. Dies ist das Wesentliche. Dann kann gegebenenfalls auch der Körper geheilt werden.*