

MENLA NEWS

Menla News Juni 2013

Sangye Menla Retreat in Assisi 2012



Liebe Freunde,

unser nächstes Retreat wird bald beginnen und wir freuen uns besonders darauf, bald mit Euch allen zusammen zu sein.

Es ist für uns immer ein besonderes Ereignis, mit

Euch die Zeitlosigkeit des Geistes zu teilen - als Ausgleich zu all den vielen Stunden die wir beim TCM Studium miteinander verbringen.

Wer ist Sangye Menla – der Medizinbuddha?

Sangye Menla ist kein Mensch und auch keine Gottheit (obwohl seine Aktivität durch viele liebevolle Therapeuten täglich zum Ausdruck kommt). Sangye Menla ist die natürliche Offenbarung des nicht Konzeptuellen Geistes und seine heilende Qualität. Sangye Menla ist das, was du seit anfangloser Zeit BIST!

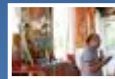
Buddha Menla ist blau wie das Himmelsgewölbe und vereinigt durch seine Attribute (Bettelschale und Arura Pflanze) die relative und absolute

Was ist Meditation



Die Kunst des Meditierens ist, sich auf den Meditierenden zu konzentrieren.

Es gibt nichts zu gewinnen



Es geht hier nicht darum etwas zu gewinnen, sondern seine Ich-Haftigkeit aufzugeben.

Das Verneinen



Erleuchtung hat nichts mit Dir zu tun. Es ist nicht eine psychologische sondern eine physiologische Mutation



Der psychologische Tod ist die Voraussetzung für die natürliche und freie Entfaltung des Ungeborenen Geistes.

Sangye Menla ist die natürliche Offenbarung des Seins, das was du bist!

Ebene des Heilens. Die relative Ebene des Heilens wird durch die unzähligen Heilverfahren symbolisiert und die Absolute durch die mühelose Einsicht, dass alles ohne Täterschaft geschieht.

Die ikonographische Darstellung des Medizinbuddha führt immer auf die Zeitlosigkeit zurück. Daher sein blaues, durchsichtiges und leuchtendes Aussehen, welches die Vereinigung von Leerheit und Glückseligkeit symbolisiert.

Bedeutung des Zusammenseins

Erleuchtung kann niemals erzwungen oder beschleunigt werden. Die Sadhana (Praxis) bereitet den Körper vor und nicht den konzeptuellen Geist. Es geht hier nicht darum, seine Ich-Wesenheit zu verstärken und ein spirituelles Ego zu gewinnen, sondern es geht darum zu erkennen, dass es keinen Täter gibt.

Die aufbauende Phase der Meditation schneidet jegliche Anhaftung an Gewohnheitsmuster ab und die Verschmelzungsphase der Meditation führt dort hin, wo Subjekt, Objekt und Tat zu einer Einheit werden bzw. zu einem Zustand, wo es nur Handlung ohne Täter gibt.

Wir sind Objekte des Raumes die sich subjektiviert haben. Wie kann der Schatten eines Baumes den Baum verstehen?

Die Beständigkeit im Verneinen und das Meditieren auf den Meditierenden selbst, ist das Herz der Medizinbuddha Praxis.

Erwarte hierbei keine körperliche Heilung, sondern den Verlust von Gewohnheitsmustern und Konzepten. Körperliche Heilung mag vielleicht eine Begleiterscheinung sein, aber dies ist nicht Bestandteil des Sadhana.



*Die Beständigkeit im
Verneinen und das
Meditieren auf den
Meditierenden selbst ist
das Herz der
Medizinbuddha
Meditation*

Die Attribute des Medizinbuddha



*Das Zusammensein bereitet immer
sehr große Freude*

Sein Körper ist blau wie das Himmelsgewölbe und symbolisiert damit die Grenzenlosigkeit des Geistes. Aus Sicht der Fünf Buddha Familien (5 Archetypen des ungeborenen Geistes) symbolisiert er vor allem die Transformation von Dualität und Zorn in Spiegelgleiche Weisheit. So wie ein Spiegel alle Phänomene mit Gleichwertigkeit und ohne Bewertung erscheinen lässt, spiegelt Sangye Menla die gesamte Manifestation wieder.

Wir sollten nicht vergessen, dass diese Beschreibung sich auf unsere eigene Zeitlosigkeit bezieht und nicht auf eine Gottheit irgendwo im Weltall. Obwohl der Text, der uns überliefert wurde diesen Eindruck erwecken könnte (durch die Opferungen).

Der Ablauf einer Zurückziehung ist immer gleich und vor allem freiwillig.



Die Attribute des Medizinbuddha

Dass Sangye Menla ausserhalb von uns ist, ist nur trügerisch. Die Durchsichtigkeit seines Körpers symbolisiert die Abwesenheit von Ich-Haftigkeit und die Regenbogenlichter seine Glückseeligkeit. Daher die Bezeichnung: von Leerheit und Glückseeligkeit untrennbar vereinigt.

Die Leerheit (Shunyata) wird durch seine Durchsichtigkeit symbolisiert und die Verschmelzungsphase der Meditation damit vervollkommen. Jegliche Referenzpunkte werden uns am Ende des Sadhanas entzogen. Die aufbauende Phase der Meditation ist eine konzeptuelle Form der Leerheit, welche nur durch die Verschmelzungsphase am ende verschwinden kann.

Er trägt die drei Dharma-Roben als Symbol für die drei Buddha-Körper bzw. den Körper des Raumes (Dharmakaya), den Körper der Glückseeligkeit (Sambogakaya) und den Form-Körper (Nirmanakaya). So wie ein Blatt Papier das Wesen eines gesamten Waldes in sich trägt, werden alle drei Körper durch die Vollkommenheit vereinigt.

Er trägt in seiner linken Hand, in der Geste des meditativen Gleichgewichts eine Bettelschale und in der rechten Hand, in der Geste des Gebens zwischen Zeigefinger und Daumen eine Arura Pflanze. Die Bettelschale ist mit Langeslebensnektar gefüllt und symbolisiert die ungeborene Weisheit des Raumes welche Heilung durch die zeitlose Präsenz des Seins vollbringt. Die Arura Pflanze symbolisiert die geschickten Mittel des Raumes und vor allem die Transformation aller drei Geistesgifte: Verblendung, Anhaftung und Agressionsmuster.

Damit werden relative und absolute Mittel vereinigt und vor allem die Information vermittelt, dass es Handlung (Arura) ohne Täter (Bettelschale) gibt.

Die zeitlose und unbegrenzte Präsenz des Seins ist die höchste Form des Heilens!

Sangye Menla sitzt in der Mitte einer prachtvollen Lotusblüte auf einer Sonnen- und Mondscheibe.

Die Lotusblüte symbolisiert Transformation. Das Erblühen der Reinheit aus dem Sumpf der Ich-Haftigkeit und Konzepte.

Die Lotusblüte symbolisiert auch den Uterus und Sonnen- und Mondscheibe symbolisieren Ovulum und Sperma. Hiermit wird der Beginn der Ich-Haftigkeit bzw. der Zeugungs Moment gereinigt und damit der Ursprung des Leides im Keim erstickt.

Die zwei Arten des Gedächtnis (Hun und Po) werden durch die Yidam Meditation gereinigt. Bereits zu Anfang der Meditation durch die stufenweise Visualisierung des Medizinbuddha, wenn die Keimsilbe in der Mitte der Lotusblüte auf Sonnen- und Mondscheibe sich in Sangye Menla verwandelt, wird der Zeugungs Moment gereinigt oder anders ausgedrückt - die zeitlose Natur des ungeborenen Geistes wird von Verblendung befreit.

Dieses Sadhana stammt ursprünglich aus der höchsten Tantraklasse (Anutara Tantra) und wurde von Sangye Menla (Medizinbuddha) in müheloser Weise manifestiert. In diesem Sinn ist es keine menschliche Erfindung, sondern eine natürliche Manifestation der Raum/Klarheit (Nam Tar), die zum Wohl der Erscheinungen wirkt.

Ich möchte hiermit die tiefgreifende Ebene dieses Sadhana zum Ausdruck bringen und zeigen, dass es nicht darum geht die Individualität zu verfestigen oder Sonderkräfte zu gewinnen, sondern wesentlich ist, sich von Konditionierungen zu lösen.

Eine natürliche Offenbarung des Seins kann niemals erzwungen werden! Auch nicht durch die Rezitation von Millionen von Mantras und Gebeten. Es ist primär ein Lied der Sehnsucht und eine unerschütterliche Hingabe in die zeitlose Schönheit die Vollkommenheit ermöglicht.

Die aufbauende und verschmelzende Phase der Meditation bereitet den **Körper** auf eine Mutation vor - nicht das individuelle und konzeptuelle Ich-Wesen.

Der Zweck dieses Sadhana besteht lediglich darin, alle Konditionierungen zu entfernen und nicht noch etwas Neues hinzu zu fügen.

Die vier unermässlichen Eigenschaften des Raumes sind immer vorhanden: Gleichmut, Liebe, Mitgefühl, Freude. Nichts muss hinzugefügt werden! Alle verwirklichten Meister haben immer darauf hingewiesen, dass wir bereits Buddhas sind. Es müssen nur die Schleier der Gewohnheitsmuster gereinigt werden.

WER BIST DU ?



Du bist der Spiegel

Du bist nicht eines der
Bilder
im Spiegel.
Sondern du bist der
Spiegel
selbst!



Hingabe ins Sein

Wenn du die Hingabe in
Deine Zeitlosigkeit
verlierst, dann hast du
alles verloren!

Wir sind keine Sünder!

Sondern wir sind die
Raum-Klarheit welche
Phänomene
manifestieren lässt.

Tagesablauf während einer Zurückziehung

Die Meditation beginnt um 10 Uhr und dauert bis 13 Uhr. Nachmittags findet die Sitzung von 15 bis 18 Uhr oder bei sehr heißem Wetter von 16 bis 19 Uhr statt. Die Abendsitzungen sind nur gelegentlich von 20 bis 21.30 Uhr.

Es werden regelmässig kleine Pausen für die Beine und den Geist eingefügt. Die Abendsitzungen sind nicht regelmäßig sondern werden spontan entschieden.

Begleitend zu den Meditationssitzungen werden auch Pilger Ausflüge in Umbrien organisiert.

Ausser einer liebevollen Motivation sind keine besonderen Voraussetzungen für das Retreat erforderlich. Jeder sollte ein Meditations-Kissen und eine Decke als Sitzunterlage mitbringen. Die Meditations Texte werden von uns zu Beginn des Retreats verteilt.

Die Zeit des Zusammenseins ist sehr kostbar und sollte mit Freude und Achtsamkeit genossen werden. Es ist empfehlenswert inspirierende Bücher und/oder Malstifte mit zu nehmen, da Lesen, Kunst und Körper-Bewegungen wie Qi Qong, Tai Qi oder Yoga einen wichtigen Ausgleich während des Retreat sind.

Wichtig sind ebenfalls kleine Opferungen für den Altar zu Anfang des Retreats. Blumen, Kerzen und Weihrauch symbolisieren folgendes: Blumen repräsentieren die Eigenschaften eines Buddha und auch seine körperliche Schönheit. Kerzen symbolisieren das ungeborene klare Licht des Geistes und Weihrauch das Vertreiben von Gedanken und Konzepten während der Meditation. Diese Opferungen werden während des Retreats auf und vor den Altar gestellt.

Licht Opferungen sind Spiegelbilder des Lichtes das wir in uns tragen. Weihrauch Opferungen sind der Wunsch, sich die 6 tugendhaften Benehmen eines Buddha zu eigen zu machen. Blumen symbolisieren die Zunge eines Buddha, seine körperliche Perfektion und das ungehinderte Erblühen des ungeborenen Licht des Geistes.

Ich rate den Teilnehmern immer, während des Retreats nicht über ihre meditativen Erfahrungen oder Erlebnisse zu sprechen. Meditation ist keine Psychotherapie! Gefühle, Erlebnisse und Visionen sind in diesem Zusammenhang wertlos, weil sie dem Kern der Meditation widersprechen und Ausdruck einer dualistischen Wahrnehmungsweise sind.

Auch Tratschen und das Reden über Andere ist in dieser Zeit untersagt. Dieses Verhalten steht dem Wesen des Meditierens und Betens entgegen und blockiert die subtilen Kanäle.

Die Zurückziehung schließt keine andere Religion oder Philosophie aus. Sinn des Zusammenseins ist nicht Budhisten zu produzieren, sondern eine tiefe Sehnsucht nach Freiheit und Hingabe in die Zeitlosigkeit zu teilen. Das Aufgeben von Konzepten ist Bestandteil der Medizinbuddha Meditation und alle Formen von ISMUS gehören ebenfalls dazu. Es ist immer sehr erfreulich zu sehen, wie manche Teilnehmer durch eine buddhistische Praxis wieder Zugang zu ihrer eigenen Tradition finden und vor allem Antworten auf Fragen erhalten, die sie nicht bekommen konnten. Die Zeit des Zusammenseins sollte befruchtend wirken und vor allem neue Horizonte öffnen. Die Freundschaften die sich während des Retreats schließen sind genau so wichtig, wie das Sitzen und Rezitieren von Mantras und Gebeten. Tage lang neben jemanden zu sitzen (sowohl bei einem Retreat wie auch bei einer TCM Ausbildung) ohne sich jemals über das Befinden oder dem Namen seines Nachbarn zu erkundigen, betrachte ich als völligen Widerspruch zu dem Erlernten!

Wir sind immer erstaunt zu sehen, wie viele Therapeuten an Retreats teilnehmen und erfreut über ihre Ernsthaftigkeit beim Praktizieren – sowohl auf relativer wie auch absoluter Ebene. Wir möchten jeden dazu Ermutigen, der Zeitlosigkeit mehr Zeit zu widmen und sich regelmäßig zurückzuziehen um sich ganz dem Wesentlichen hinzugeben.

Neue Webseite: www.Medizinbuddha.Info

Wir haben für Meditation,
Zurückziehung und sonstige
spirituelle Informationen eine
neue Webseite
www.meditzinbuddha.info

Auf dieser Webseite werden
Audio, Video Filme, Texte und
Bilder über viele mystische
Traditionen frei zur Verfügung
gestellt.

Für die downloads und
Newsletter ist eine Anmeldung
notwendig.

Segensgebet für Bruder Leo

*Der Herr segne und behüte dich. Er
zeige dir sein Angesicht und
Erbarme sich deiner. Er wende dir
sein Antlitz zu und schenke dir den
Frieden. Der Herr segne dich.*



*Francesco von Assisi
beim Meditieren*

AVICENNA INSTITUT

Diolosa Claude & Ina

C.P.60 S.M.d.Angeli
I-06081 Assisi (PG)

www.meditzinbuddha.info