

## SANGYE MENLA SADHANA

von

Khenpo Tsültrim Gyamtso Rinpotsche,  
Karme Chöling, 1997, Liedform

Um meine und aller Wesen Leiden  
von Krankheit zu beseitigen,  
Folge aus früherem Handeln  
und plötzlich äußerem Einfluss  
nehme ich Zuflucht zum Buddha  
der Medizin.

Die durch vielfache Krankheit Gequälten  
aus temporärer Krankheit zu befreien,  
sie zum letztendlichen Erwachen  
zur Buddhaschaft zu führen,  
entschließe ich mich höchste Erleuchtung  
anzustreben.

Alle Erscheinungen, als zwei gesehen,  
als Subjekt und als Objekt,  
sind gereinigt in der von je her  
reinen leeren Weite.  
Aus der Leerheit heraus in einem Augenblick  
werde ich selbst zu Sangye Menla.

Mein Körper, Rede, Geist strahlen Licht aus.  
Alle Buddhas der zehn Richtungen  
nehmen so auch die Gestalt des Heilers  
Sangye Menla an,  
verschmelzen mit mir und werden  
eins mit mir selbst.

TEYATA OM BEKANDZE BEKANDZE MAHA BEKANDZE RADZA SAMUDGATE SWA HA

Indem durch dieses Gute ich und alle andern  
Sangye Menla verwirklicht haben,  
werde, ohne auch nur ein einziges  
Wesen auszulassen,  
die Ebene des Medizin Buddha  
Sangye Menla erreicht.

So wie die Sonne die Dunkelheit erhellt,  
möge die Unwissenheit vertrieben sein.  
Wie der Mond die Hitze abkühlt,  
mögen Störgefühle verschwinden.  
Sangye Menla vertreibe die Krankheit  
der Kleshas, der drei Gifte.  
Sei alles verheißungsvoll im Lichte  
von Lapislazuli.

Übersetzung aus dem Tibetischen: Jobst Koss und Dorothee Koss-Gehlen, März 2020,  
und in Singform gebracht nach der Melodie von Jim Scott, seiner englischen Version.