

Visualización para el Mantra SA LE Ö

Mientras descansas en la quietud del cuerpo, el silencio del habla interna y la espaciosidad de la mente, permanece en el estado natural. Desarrolla la intención de beneficiar a todos los seres a través de tu práctica y realización.

Ahora imagina en el cielo ante ti, a la deidad pacífica de la luz blanca, Shenlha Ökar, sentado en un trono de león sobre cojines de discos del sol y de la luna. En el corazón de Shenlha Ökar, luz blanca irradia desde una sílaba **A** blanca. Esta luz purifica las huellas kármicas tuyas y las de todos los seres. Entonces Shenlha Ökar se disuelve en luz y esa luz se disuelve en ti mientras te transformas en Shenlha Ökar.

Como Shenlha Ökar, en el centro de tu corazón aparece una sílaba **A** blanca y luminosa rodeada por las otras ocho sílabas [**A KAR SALÉ Ö A YANG OM DU**] del mantra, que están de pie y que rodean la **A** en sentido anti-horario.

Las sílabas irradian luz al espacio infinito como una ofrenda a todos los seres iluminados. Los seres iluminados te devuelven la luz, que ingresa a tu corazón y empodera tu cuerpo, habla y mente y te bendice para tu liberación y para tu bienestar en esta vida.

Ahora, mientras emanar rayos de luz desde tu corazón hacia tu entorno, imagina que todos los lugares ordinarios se convierten en lugares sagrados y todos los seres se convierten en seres iluminados. Todas tus percepciones se vuelven puras. Todos y todo lo que ves son seres iluminados en una dimensión pura; todo lo que oyes es el mantra **SA LE Ö**; cada pensamiento y emoción es la manifestación pura de la luz de la conciencia despierta.

Desde ese estado de conciencia abierta, canta y recita el mantra **SA LE Ö**, continuando irradiando luz desde la **A** mientras el mantra gira en sentido anti-horario en tu corazón, irradiando luz a todos los seres, beneficiándolos.

A OM HUNG ~ A A KAR SA LE Ö A YANG OM DU

Concluye con la dedicación de mérito.

© 2020 Tenzin Wangyal. Este material está destinado a ser utilizado por los participantes en la Práctica de Luna Llena de 24 horas, 5 de julio de 2020.

No publiques, copies ni distribuyas este material.