

MA TRI ~ El Mantra de Liberación ~ La Visualización

Reconoce y libera todos los esfuerzos del cuerpo, el habla y la mente, y descansa en la quietud, el silencio y la espaciosidad. Desarrolla la intención de que todos los seres sintientes alcancen la liberación del sufrimiento.

Desde el espacio sin límites, instantáneamente te transformas en Tonpa Shenrap, un buda dorado y de luz, pacífico y ornamentado. Siéntete como un ser iluminado, un buda.

En tu corazón, sobre un loto puro y blanco, está la sílaba semilla OM, que simboliza las cinco sabidurías. El resto de las sílabas semilla MA TRI MU YE SA LE DU están de pie erguidas y circulan el OM en contra de las manecillas del reloj, generando energía y luz. Envía esta luz al espacio infinito de la fuente, a todos los budas. Recibiendo esta ofrenda, los budas responden enviando luz de regreso hacia tí. Siente que a través de esas luces recibes los empoderamientos de cuerpo, habla y mente y te vuelves uno con Tonpa Shenrap.

A través de las sílabas en tu corazón, envía luz a los seis reinos del samsara: infierno, espíritus hambrientos, animal, humano, semi-dioses y dioses, despejando el sufrimiento. Envía luz en particular a los sitios y a los seres que sabes que sufren. A través de esas luces, aquellos que sufren de ira se llenan con amor. Aquellos que sufren de codicia se llenan con generosidad. Aquellos que sufren de ignorancia alcanzan la claridad. Aquellos que sufren de celos se convierten en seres de gran apertura. Aquellos que sufren de orgullo reciben la medicina de la paz. Aquellos que están absortos en sí mismos reciben la medicina de la compasión infinita. A través de esas luces, todo el sufrimiento se despeja. Los ambientes se vuelven dimensiones puras y los seres se vuelven seres iluminados.

Cada sonido que oyes es el sonido del mantra MA TRI. Todos tus pensamientos y sentimientos se convierten espontáneamente en cualidades virtuosas que surgen para el beneficio de los demás. Manteniendo esto, canta y recita el mantra conforme las sílabas circulan en contra de las manecillas del reloj alrededor de la sílaba OM en tu corazón, irradiando luz a todos los seres, quienes se vuelven libres de sufrimiento y ahora manifiestan cualidades virtuosas.

OM MA TRI MU YE SA LE DU

Concluye con la dedicación.

© 2020 Tenzin Wangyal ~ Este material está destinado para uso personal solamente para los participantes de la Meditación de Luna Llena de Cyber Sangha en Agosto 2020.

Por favor respeta este material y no lo copies, compartas o publiques.