

Práctica de los 42 Sellos

A continuación, se presenta un resumen práctico de toda la técnica, que comprende: el nombre del sello, el mantra en Sánscrito, la traducción no interpretada, y el estado general del ser a cultivar. Este resumen no compensará el estudio y la contemplación en profundidad del dharma presentado anteriormente. Debes practicar la serie completa de los 42 sellos, en orden, cuando los hayas estudiado concienzudamente antes. Siendo la técnica lo que es, dará resultados de igual manera si se practica antes de la iniciación o de la contemplación seria.

Para cada sello:

- Inspira lenta pero cómodamente mientras haces el mudra
- Recita el mantra sánscrito con una voz suave y clara, mientras modulas en tu interior el sentimiento/emoción deseado
- Toma una segunda respiración, relajada y silenciosa, mientras saboreas suavemente la sensación
- Procede al siguiente sello

Cuando termines con los 42 sellos, vuelve a poner las palmas de las manos sobre las rodillas o los muslos. Una vez que la serie completa se haga más natural para ti, puedes saltarte la segunda respiración, y hacer todo el proceso de forma continua, una respiración por sello.

También deberías practicar los pasos que sientes que necesitas más con más dedicación. Cualquier cantidad de tiempo servirá. Los nuevos practicantes deben limitar su tiempo de práctica a una hora o menos al día, dando tiempo al sistema nervioso para adaptarse al nuevo poder invocado con esta práctica.

1. Mudra Perla de Sabiduría

Om vajra bhadra hum phat

Om, puro estado de la fortuna, experimentado intensamente.

Abundancia, gratitud

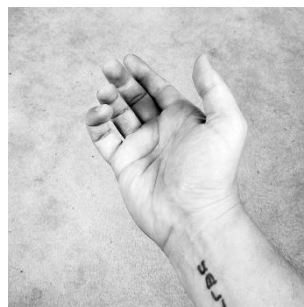
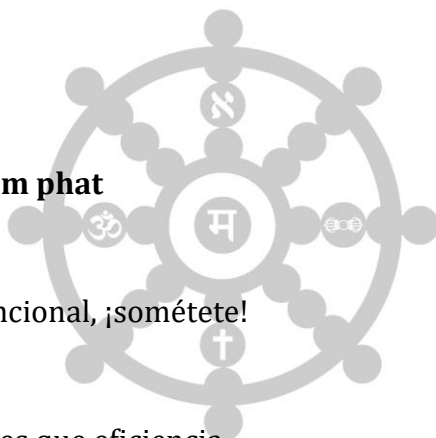


2. Mudra Lazo

Om jala rora man aira hum phat

Om, mente refrescada y funcional, ¡sométete!

Paz, frescura, descanso antes que eficiencia.



MAHAJRYA
tradición budista

3. Mudra Cuenco apreciado

Om jala jala vajra hum phat

Om, fluyendo, circulando, el verdadero Yo, ¡sométete!

Perdón, relajación, confianza.



4. Mudra Espada apreciada

Om dasa-daja duvini dudevataya hum phat

Om, el dolor y los espíritus basados en el demonio, desaparece, ¡sométete!

Responsabilidad, coraje, mando

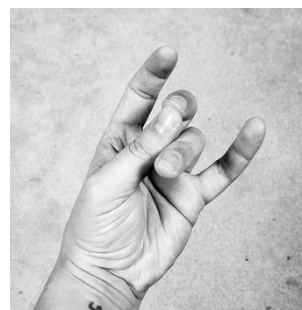


5. Mudra Vajra

Om nabha nabha napaya mahasrija swaha

Om, que brota de los cielos, sin perturbar la gran fuerza creativa, rindo homenaje.

Fe, seguridad, invocación.



MAHAJRYA
tradición budista

6. Mudra Vajra Majadero

Om vajra zana pranapadaya swaha

Om, estado puro, absorbo en la calma, completamente sin reglas ni límites, alabo.

Libertad, confianza, optimismo.



7. Mudra Dando-Sin Miedo

Om vajra naya hum phat

Om, comportamiento del Ser Verdadero, ¡experimenta intensamente!

Coraje, poder, certeza.

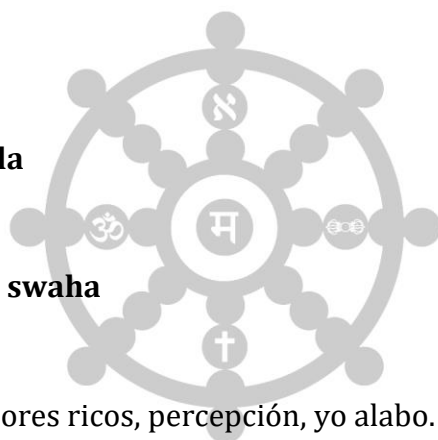


8. Mudra Esencia Refinada

Om duvo gayaduvo varni swaha

Om, obtener más y más colores ricos, percepción, yo alabo.

Humildad, aceptar información, observar



MAHAJRYA
tradición budista

9. Mudra Esencia Refinada de la Luna

Om shusa dhikkara swaha

Om, reduce el calor, alabo.

No-dramático, cabeza fría, pacífico.



10. Mudra Arco apreciado

Om AzA vara swaha

Om, la mejor perspectiva, alabo.

Positividad, logros.

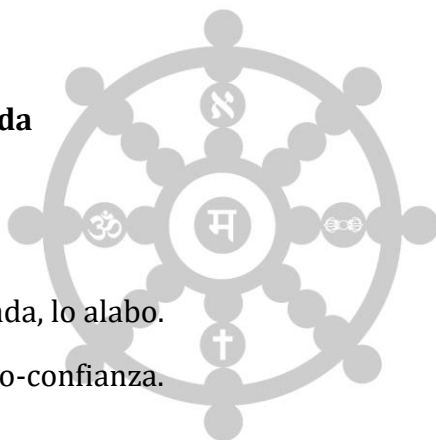


11. Mudra flecha apreciada

Om gamara swaha

Om, la convección potenciada, lo alabo.

Esperanzado, paciente, auto-confianza.



12. Mudra Rama de Sauce

**Om shusa dhikkara vara dAnam dA mudAya
vajra pata hanna hanna Hum Phat**

Om, quita la fiebre, proveyendo bien la purificación, con alegría, nutrido del Ser/Alma, evacua los obstáculos intensamente.

Encarnado, sano, disponible.



13. Mudra Cepillo Blanco

**Om pranamana bhagavate mahadeva
gamahani swaha**

Om, inclinándose reverentemente ante los sagrados gran divinos aspectos más altos de la naturaleza, yo alabo.

Reverente, amabilidad amorosa.

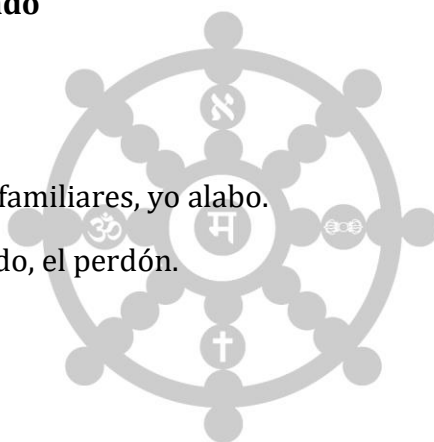


14. Mudra Jarrón apreciado

Om kara samanya swaha

Om, interactuando con los familiares, yo alabo.

El reencuentro con el mundo, el perdón.



15. Mudra Escudo

**Om yakshana nayajana radanuboraya
bhasha bhasha swaha**

Om, a todos los espíritus que viven como criaturas en el camino, a los que tienen dientes y garras, que muerden y desgarran, que hacen todo tipo de sonidos, les rindo homenaje. (Abraza la naturaleza y su poder.)



16. Mudra Hacha-Tomahawk

Om miraya miraya swaha

Om, libre, ilimitado como el océano, lo alabo.

Sin límites de juicio ni de reglas.

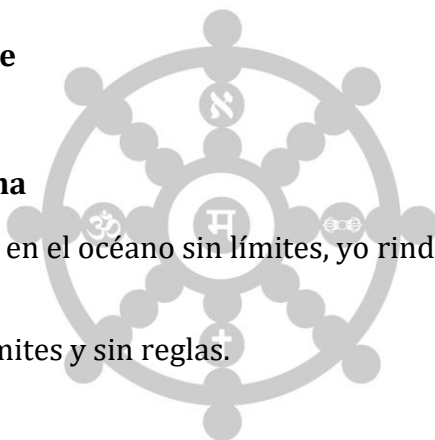


17. Mudra Pulsera de Jade

Om pranaha miraya swaha

Om, manteniéndome firme en el océano sin límites, yo rindo homenaje.

Seguro en un mundo sin límites y sin reglas.



MAHAJRYA
tradición budista

18. Mudra del Loto Blanco

Om vajra miraya swaha

Om, el verdadero ser tan ilimitado como el océano, lo alabo.

Autocontenido, virtuoso, presente.



19. Mudra del Loto Azul

Om jala jala vajra bhurapanta swaha

Om, conciencia intensamente fluyente del verdadero Yo en la tierra pura de las diez direcciones, experimentada intensamente!!

Despierto en todos los planos de conciencia.



20. Mudra Del Espejo Apreciado

Om visapura naragacha vajra mantra hum phat

Om, promueve el avance de la humanidad hablando desde el verdadero Yo, expresado con certeza.

Integridad, crecimiento personal, honestidad contigo mismo.

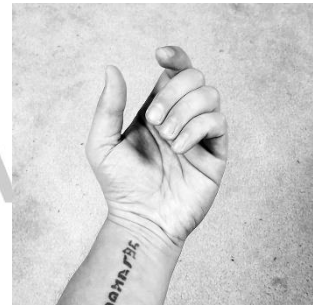


21. Mudra del Loto Púrpura

Om sara sara vajra gara hum phat

Om, bebiendo la refinada esencia del verdadero Yo, experimentado intensamente!

Integridad, crecimiento personal, transformación.



22. Mudra de la Caja Apreciada

Om vajra bhujagari kanakam ra hum

Om, el verdadero yo sosteniendo densas riquezas, que proporciona experiencias.

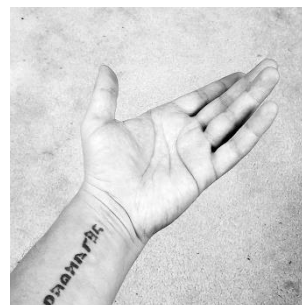
Encarnación divina, mundo maravilloso.



23. Mudra de Nubes de Cinco Colores

Om vajra gariraja hamsa

Om, el verdadero ser, rey de la densidad, pero espiritual
Abrazar conscientemente el mundo físico.



24. Mudra de Botella de Baño

Om vajra shakara raja hamsa

Om, el verdadero Ser, el espíritu rey energético

Responsable, espiritual.



MAHAJRYA
tradición budista

25. Mudra del Loto Rojo

Om shamgala swaha

Om, encarnación favorable, alabo

Satisfecho, agradecido.

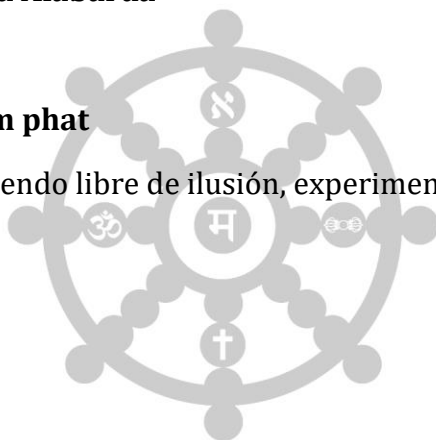


26. Mudra de la apreciada Alabarda

Om samaye janahare hum phat

Om, con sincronicidad, viviendo libre de ilusión, experimentó intensamente

Libertad, fe, confianza.



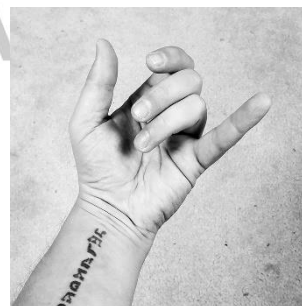
27. Mudra de Apreciada Trompeta de Conchas

Om shamgala mahasamanyam swaha

Om, encarnación favorable con las más amplias posibilidades,

Alabo

Libertad, comunicación, orientación.



28. Mudra Bastón de Cráneo

Om duna vajra hai

Om, yo valientemente doy la bienvenida a la verdadera naturaleza de la muerte.

Aceptación, luto, paz.



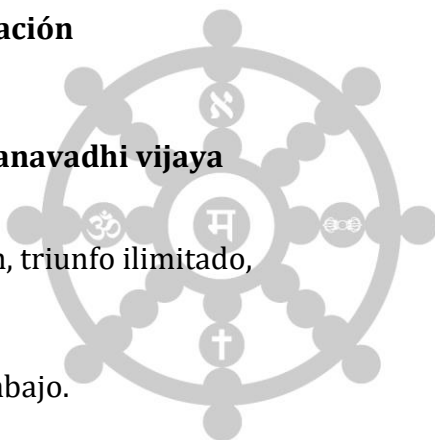
29. Mudra Cuentas de Oración

**Namo ratna-trayaya Om anavadhi vijaya
siddhi Siddhartha swaha**

Saludos a las tres joyas, Om, triunfo ilimitado,

logrando con éxito, alabo

Realización, dedicación, trabajo.



30. Mudra Campana Apreciada

**Namo pranaham bhaumaya Om amritam yan-vajraya
shrijam-rana swaha**

Saludos al que respira en la tierra, Om, esencia inmortal transmitida por el sonido vajra-resonante, alabo

Mente abierta, vibración, sabiduría.



31. Mudra Sello Apreciado

Om vajra nitanjaya swaha

Om, perfora como el diamante indestructible, alabo
Comunicación, diálogo, respeto.



32. Mudra Hierro Kushinagara

Om Aguru dharaghara vishaya namo swaha

Dando la bienvenida a las bendiciones que son esparcidas
sobre lo que importa, alabo
Comportamiento virtuoso, tolerancia, justicia.



33. Mudra Bastón de Hojalata

Om nilati nilati nilaja padhi niladhi nayapani hum phat

Om, acero azul absolutamente impenetrable, con una postura
fuerte y una mente clara, ¡somete!

Firme, presencia, responsabilidad.



34. Mudra Uniendo las Palmas

Om paramañjaly hri

Om, con la más alta reverencia, purifica

Respeto, cuidado, amabilidad amorosa.



35. Mudra Buddha Nirmana

Om chandrabahum jhari garana jharina jharini hum phat

Om, siente el flujo de gracia que emana de la mente pura,
¡somete!

Mente clara, gracia, plenitud.



MAHAJRYA

36. Mudra Palacio Nirmana tradición budista

Om visara visara hum phat

Om, tan lleno, tan abundante, ¡somete!

Reconocer la conciencia de Buda en todo.



37. Mudra Sutra apreciado

Om ahara-zaravani navetara bhunidhi swaha

Om, adquiriendo la elocuente sabiduría antigua, alabo
Conocimiento, inspiración, revelación.

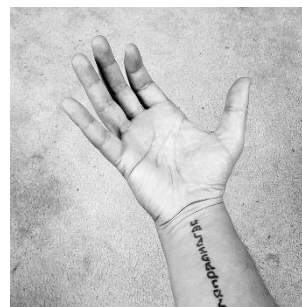


38. Mudra Rueda de Oro

Om senamaja swaha

Om, tantas flores, alabo

Todas las posibilidades, la conciencia infinita.



39. Mudra Buda Cumbre Nirmana

Om vajrana vajramaya swaha

Om, el verdadero Ser revelado en el mundo denso
como si estuviera hecho de diamantes, alabo

Conciencia universal, seguro que se cumple por sí mismo.



40. Mudra Uva

Om amalA kamada nanam swaha

Om, otorgando varios frutos deseados, yo alabo
Soberbia, satisfacción, gratitud.



41. Mudra Rocío Refrescante

Om suru-suru prasuru prasuru suru-suruya swaha

Om, brilla, brilla, brilla gloriosamente, brilla gloriosamente,
brilla, brilla en todas partes, ¡alabo!



Equidad, caridad, generosidad.

MAHAJRYA
tradición budista

42. Mudra Retención Total de mil Brazos

Tadyatha Avalokiteshwara sarvadhasya swaha

Om, simplemente como es, el Avalokiteshwara que todo lo
abarca, Alabo

Simplicidad, Meditación.

