

## 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

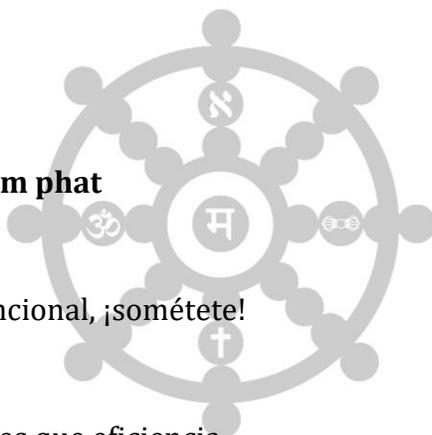


### 2. Mudra Lazo

**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.

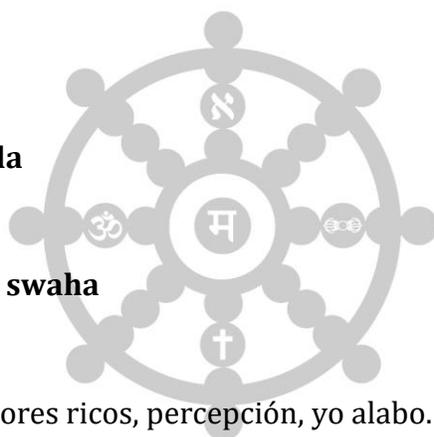


## 8. Mudra Esencia Refinada

**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.

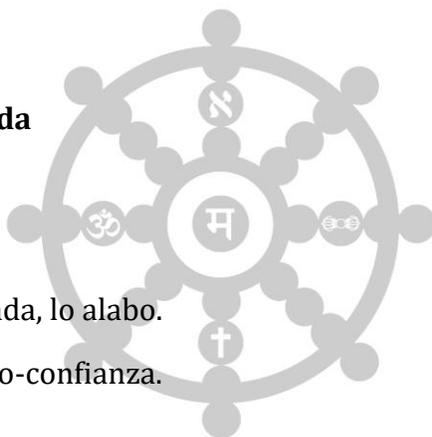


## 11. Mudra flecha apreciada

**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.

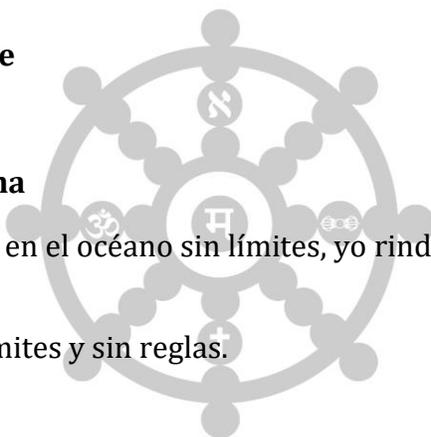


## 17. Mudra Pulsera de Jade

**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.

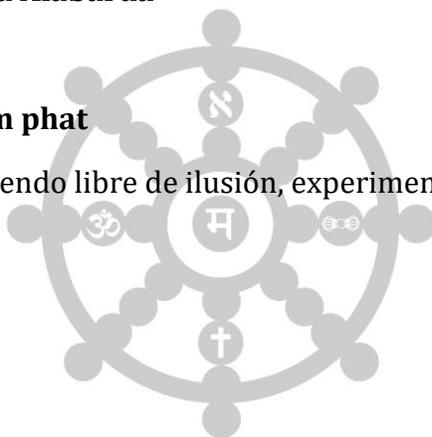


## 26. Mudra de la apreciada Alabarda

**Om samaye janahare hum phat**

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

Libertad, fe, confianza.



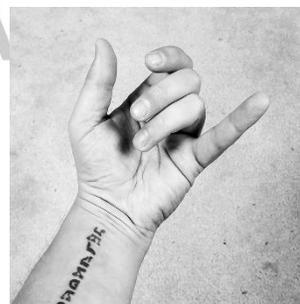
## 27. Mudra de Apreciada Trompeta de Conchas

**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.



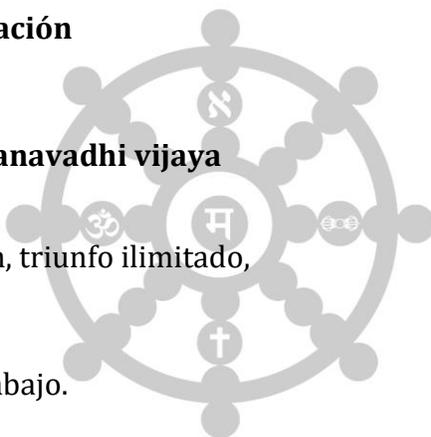
## 29. Mudra Cuentas de Oración

**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.

