

## Consejos recientes de Lama Zopa Rimpoché para la paz en el mundo



*Cuando el mundo atraviesa por situaciones difíciles a veces nos sentimos muy impotentes y abrumados al no saber qué hacer para ayudar realmente. La sangha del IMI (Instituto Mahayana Internacional) pidió recientemente a Lama Zopa Rimpoché que les aconsejara sobre las oraciones y prácticas que podían hacer en estos momentos. Nos complace compartir este valioso consejo con todos vosotros:*

1. *Sampa Lhundrupma*
2. Recitación del mantra de Gurú Rimpoché
3. Recitación del *Sutra del Corazón*
4. Oración para detener la guerra *Oración acorde con los tiempos*
5. La sadhana de Hayagriva muy secreto (para aquellos que han recibido la iniciación y pueden realizar la práctica)

Para aquellos que pueden hacer, o patrocinar en un monasterio, por favor también:

- *Drugchuma*
- *Puja Hayagriva muy secreto*

### **Consejos de Lama Zopa Rimpoché sobre la motivación y cómo pensar al hacer estas oraciones y prácticas :**

Al principio genera una fuerte bodichita, luego haz estas oraciones y prácticas para detener la guerra entre Rusia y Ucrania. El objetivo principal es detener la guerra inmediatamente. Luego también para prevenir la hambruna, la enfermedad y todos los peligros de los elementos: tierra, agua, fuego y viento, para que todos estos peligros se pacifiquen inmediatamente. Para que en todo el mundo reinen la paz y felicidad perfectas, incluyendo la iluminación y para generar la bondad amorosa, compasión y bodichita en el corazón de todos los seres, especialmente en el del Presidente de Rusia.

Piensa que desde el corazón del Gurú Padmasambhava se irradian rayos que purifican totalmente a todos los seres de los seis reinos; purifican totalmente todos los engaños y karmas negativos acumulados desde los renacimientos sin principio, especialmente la ira, el apego y la ignorancia; piensa que éstos quedan totalmente purificados.

Luego recita *Sampa Lhundrupma*, seguido del mantra de Padmasambhava (uno o dos malas).

Con una fuerte fe en Gurú Padmasambhava y una confianza total, Gurú Padmasambhava ayudará definitivamente porque su compasión abarca a todos los seres.

También puedes pensar, con una fuerte fe en su santidad el Dalái Lama en su aspecto normal o como Gurú Padmasambhava emitiendo rayos de néctar hacia el presidente ruso que entran en su cuerpo y purifican totalmente todo su karma negativo y sus oscurecimientos. Toda la mente insatisfecha, el deseo, la ignorancia, el enfado y la mente egoísta son totalmente purificados y especialmente genera la bodichita así como todo el camino hacia la iluminación. Hazlo con mucha fuerza, haciendo fuertes oraciones a su santidad el Dalái Lama.

También los rayos de néctar se emiten a todos los ejércitos ruso y ucraniano que purifican el enfado y el pensamiento egoísta de ambos bandos, pero principalmente el del presidente Putin. Generan la bodichita y dejan de hacer daño incluso a un solo ser y sólo benefician a los seres, hasta la iluminación.

Luego recita el *Sutra del corazón* y la *Oración para detener la guerra*.

Para aquellos que puedan hacer la sadhana de Hayagriva muy secreto, hacedla al principio de la práctica. Al recitar el mantra, se pueden hacer las mismas visualizaciones que en el caso anterior y pensar que la mente del presidente Putin ha cambiado totalmente y que genera la bodichita.

*Colofón: Estos consejos los ha dado Lama Zopa Rimpoché y se compartieron en la Newsletter de la FPMT del 2 de septiembre de 2022. Traducido por V.Paloma Alba y revisado por Teresa Vega, del Servicio de Traducción de la FPMT España..*