

29 agosto pratica globale di Tara Verde

Date : August 28, 2020



Cara Famiglia del Vajra,

il 29 agosto faremo una pratica globale di TARA VEDE di 24 ore, dalle 00.00 alle 24.00 GMT+0.

Vi invitiamo a fare questa pratica insieme con l'intenzione di liberare tutte quelle persone che si trovano in situazioni difficili in molte parti del mondo e che possano liberarsi dalla sofferenza.

Tutte le tradizioni buddhiste sono invitate a partecipare, di questi tempi abbiamo tutti bisogno di essere più uniti che mai.

Che la Grande Madre si manifesti dalla luce della Sua sillaba seme. Ricevendo e integrandoci con la Sua saggezza ci auguriamo di rimanere nel nostro vero stato. Che tutta questa energia potenziamente pervada lo spazio infinito e che si risvegliano tutte le consapevolezza e che tutte le positività possano farci evolvere come umanità.

Come puoi partecipare?

1. Registrandoti compilando il seguente questionario: <http://pt.dzogchen.es/event/24-hours-green-tara-practice>

Controlla qui l'orario da te scelto in GMT+0

http://www.rumbo.com/worldclock/wt_es.htm

2. Consigliamo che ciascun praticante, o gruppo, faccia la pratica **Anuyoga di TARA VERDE**. Per non interrompere la catena è necessario iniziare almeno 10 minuti prima del tempo scelto al momento della registrazione (9 respirazioni, purificazione dei 5 elementi e Rifugio e Bodhicitta). Poi si pronuncia la TAM e ci si manifesta come TARA, e si recita il mantra: OM TARE TUTTARE TURE SVAHA, per 65 minuti (il tempo stabilito al momento della registrazione). Si conclude con il Canto del Vajra e la dedica.

*Durante la recita, mentre il mantra gira è necessario mantenere la presenza facendo il *trondü* (dalla TAM si irradiano infinite luci in tutte le direzioni, chiedendo tutti i poteri e le saggezze di tutti gli esseri realizzati che riceviamo sotto forma di luci che si unificano con noi). Vi invitiamo a **non** contare la quantità dei mantra.

Nel ricordare le parole del nostro amato Maestro Namkhai Norbu: rimaniamo nel vero stato e potenziamo i benefici praticando tutti i insieme.

Kuntuzangpo.

Il Team Practicing Together