

## El Mala y la Pulsera

Tal como se usa en la tradición budista Mahajrya

### ¿Qué es un Mala?

El mala es una ristra de cuentas usada para asistir la recitación de mantras, u oraciones. El mala más común es un collar de 108 cuentas. Algunos collares hindúes tienen 109 cuentas, (la cuenta extra se usa para sostener la vorla, pero no se cuenta). Los malas pueden también tener la forma de pulsera, con 21 o 27 cuentas. Recitamos mantras para cargar el alma (trayendo los componentes que frecuentemente faltan), elevando nuestra conciencia e incrementando nuestras habilidades de sanación. La expresión “recitar un mala” significa que recitaremos o diremos rápidamente, un mantra determinado 108 veces, mientras usamos el mala para contra – llamamos a esto “japa”. Es una manera de contar sin poner demasiada atención en contar. Esto nos permite enfocar sobre la filosofía y visualización de los mantras. Usar el mala durante la recitación también transforma el mala en una herramienta poderosa.

### Significado Sagrado Inherente al Mala

#### Material de las Cuentas

Las cuentas típicamente se hacen de semillas, Madera, hueso o piedra. Las semillas contienen la habilidad de producir vida, son muy apropiadas para sanadores. La Madera permite que la vida fluya, pero es más estructurada que las semillas. Los huesos son incluso más estructurados que la Madera, también sostienen vida, pero no tanto como las semillas o la Madera – para triunfadores o conquistadores. La piedra no sostiene vida biológica pero está completamente estructurada, consiste en energía cruda y construcción de materiales. Entonces, las semillas representan fuerza de vida, la piedra representa estructura y construcción y la Madera y huesos son intermedios. Los usuarios en general prefieren Madera dado que es la más económica, y representa estructura, vida, todo.

Los malas perderán energía con el tiempo si no se usan. Los malas de semillas mantendrán la energía muchos años después de no ser usados. La piedra perderá su carga un año después si no se usa. Por ejemplo, la energía fluye a través del cristal; es natural que no mantenga la energía.

## Tamaño de las Cuentas

El tamaño de la cuenta es un asunto de conveniencia. Se acomoda a la facilidad de contra dependiendo del tamaño de los dedos. El tamaño pequeño de la cuenta permite discreción si lleva el mala bajo la ropa.

## La Borla

El significado original de la borla era simplemente práctico—marcar la cuenta 108. Pero conlleva un significado de “energía que fluye desde la conciencia”. Al final de cada mala, lleve la borla al 3º ojo, significando unidad con la divinidad. También puede tocar el ojo derecho con la borla, luego el izquierdo, luego el 3º ojo, significando que la divinidad está en todo. De otra manera, el resultado será el mismo—nos ponemos en comunión con nuestra divinidad preferida.

## Color de la Borla

El color de la borla tiene tan solo una influencia menor, pero un significado.

Rojo—poder, fuerza y fuerza vital; el reino físico

Naranja—energía y experiencia de vida

Amarillo—comprensión y conocimiento

Verde—compasión y amor indefinido

Azul—paz y sabiduría (conocimiento del ser elevado knowledge )

Indigo—sabiduría elevada, energías elevadas y espiritualidad

Violeta—transformación y energía de transmutación

Violeta muy oscuro—energía divina (la Mirada de Shiva, la compasión de the compasión de Avalokiteshwara)

Los principiantes pueden tener una borla roja para fomentar la sensibilidad en sentir la energía. Puede usar una borla roja con un mala marrón de Madera para tener la energía lo más cercana posible al nivel físico. Los malas verdes pueden tener una borla verde para que todo quede al nivel de compasión y del corazón.

## Numerología—el Significado Sagrado de los Números

- 0 El mundo. Múltiples 0 = multidimensional, niveles
- 1 Conciencia primordial
- 2 Dualidad, o complicidad, con maestría o no
- 3 Expansión
- 4 Forma, o estructura, portal
- 5 Fuerza, poder, acción
- 6 Unificación del mundo físico y espiritual
- 7 Herramienta, arma, trabajo espiritual
- 8 Realización en progreso
- 9 Perfección
- 10 Conciencia original del mundo (1 + 0)
- 11 Movimiento de, o transmisión de conciencia
- 12 Encarnación, o experiencia de vida (como en los 12 signos del zodiaco)
- 13 La matriz, la Madre, Amor, Conciencia en expansión
- 21 Energía manifestada, conciencia observada

### 108 Cuentas

Por lo tanto, el significado de las 108 cuentas es la realización de la conciencia primordial en el mundo, con el objetivo de la perfección. Primordial significa previo a la individualidad.  $1+0+8=9$ , así que el objetivo es alcanzar la perfección.

### Formulas para Recitar Mantras

La determinación de la formula a usar con un mantra, se basa en aquella que da lugar a una hora de práctica. La formula más común es  $9 \times 12 = 9$  malas al día durante 12 días, resultando 108 malas.

Algunos mantras han de ser cargados durante 108 días (para alcanzar la perfección) de cara a usarlos con otros.

108 cuentas x 108 malas resulta 11,664 mantras. Sobre todo, significa perfección de la experiencia de vida, creando realización de conciencia primordial en el mundo.

- 1 es la conciencia
  - 6 es la unificación del mundo físico y espiritual
  - 4 es la forma o la estructura
- Así que unimos la conciencia en el cuerpo

Si tomamos un par de números idénticos:

11 es la conciencia que es transmitida  
66 une el zodíaco, la unificación a todos los niveles  
4 en la forma o en el cuerpo

si sumamos:

$$1+1+6+6+4=18$$

18 es la conciencia realizada

$$1+8=9$$

9 es el número de la perfección

La formula 1 x 41 (1 mala al día durante 41 días) es forma de conciencia.  $4+1=5$ , dando el poder para usar el mantra. 40 es el número perfecto, es la perfecta forma del mundo. Los hindúes decidieron añadir el 1 por si acaso, para ir más allá de la perfección de la forma del mundo, lo que da el resultado del poder de usarlo.

La formula 21x41 (21 recitaciones durante 41 días), por ejemplo, el Mahakaruna. Esta formula se usa cuando recitar un mala de la oración lleva más de una hora. 21 es energía manifestada. Cada mantra cargado durante 41 días es suficiente para que el que lo usa se vea afectado personalmente. Para usarlo en el exterior del cuerpo, en una gran extension, necesita una sobrecarga de 108 días.

Cualquier mantra puede ser cargado 1008 malas si quiere alcanzar la experiencia de la iluminación de un mantra específico. 1008 es la conciencia original en los tres planos (1000), con la perfección (8). Puede cargar 1008 malas de mantras específicos que le afecten de forma personal. Si carga una serie de mantras (p.ej. 5 elementos) asegúrese de hacerlos equitativamente, o en el orden sugerido, para no crear desequilibrio (1008 malas del mantra de fuego cargado antes del de tierra puede dañar su sistema nervioso, o hacerle propenso a la deshidratación).

Durante un seminario, la energía es intensa y las nuevas iniciaciones tienen lugar sin que usted lo note, que debería para sus propios procesos durante este período. De cara a no perder lo realizado del proceso, tan solo haga 1 mala al día de los mantras cortos, y 21 recitaciones de los mantras largos (párrafos), para sostener la energía. Esto le permitirá más tiempo para integrar la nueva experiencia, y permitir que las energías elevadas penetren. Este método no ha de usarse para saltarse días cada vez que quiera; solo funciona cuando se encuentre en un estado espiritual durante todo el día. En ese caso, simplemente añada un día al final del día en que supuestamente terminaría.

***Si no tiene un mala, puede contar 108 usando los dedos. El método más simple, menos eficaz (menos deseado) es recitar el mantra durante 30 minutos al día.***

## Técnica Mala

“Rule el mala”, o “salte una cuenta” con el pulgar o con el dedo corazón. No debe usar el índice para pasar las cuentas, porque vaciaría la carga. De cualquier forma, no es dramático tocar el mala con el índice mientras no hace japa. Comience a contar *tras* la cuenta de la borla. Esta cuenta será “1”, y la borla será “108”.

Coja el mala con las dos manos, sin tensión. Si cuenta con el dedo corazón, mantenga las palmas hacia abajo con los pulgares y anulares unidos, con el mala descansando sobre ellos. Tire del mala hacia usted con el dedo corazón de la mano derecha. Si cuenta con el pulgar, mantenga las manos con las palmas hacia arriba, con el mala descansando sobre los anulares. Tire del mala hacia usted con el pulgar derecho.

Puede también usar solo la mano derecha, dejando la izquierda libre o con un mudra de su elección. Tengo un amigo que deja el mala alrededor del cuello mientras lo rueda con la mano derecha.

## Usando su Mala

No se requiere usar el mala a diario. Uselo para fomentar energías, cuando se sienta espiritual—úselo constantemente si quiere ser espiritual todo el día. No lo use cuando no quiera ser espiritual. Cuanto más lo use siendo espiritual, más le afectará—ambos se elevan al estado que estaba mientras lo cargaba.

Cuando no lo esté usando, no lo deje en cualquier sitio. Póngalo en su altar, o en alguna bolsa o caja. No ponga su mala al sol o a la luna, porque usamos estas técnicas cuando queremos purificar los malas.

## Guías para Cargar Mantras

### Requerimiento para la Fórmula 9x12

No hay un proceso absoluto. Estamos cargando conciencia, y esto es siempre perfecto. Hay un tiempo recomendado—9 malas (o 35 minutos) durante 12 días consecutivos (en este ejemplo). Esta fórmula es una garantía para alguien que no ha hecho trabajo espiritual para elevar la conciencia. Pero puede hacer 3 malas al día durante 36 días consecutivos, o 1 mala al día durante 108 días consecutivos.

Maha usa la analogía de body-building—una cantidad de sacrificio manejable durante un tiempo es el mejor equilibrio y da los mejores resultados. Si quiere hacer más de 9 malas al día, es mejor que cargue diferentes mantras. Si ha de perder un día, intente hacer un mala para mantener la energía, y añada un día al final.

Si trasciende o se queda dormido durante la carga, sigue activando la energía previa a la trascendencia o al sueño. Si no termina la carga ese día, simplemente no cuente el día, pero no interrumpa el proceso. Para volver a sí mismo, haga unos mantras para no perder el proceso y añada un día al final.

### **Cargando un Mala de Repuesto**

Si alguna vez pierde, rompe o da su mala. Dado que es su alma quien ha cargado el mantra y que solo desea re-ajustar un nuevo mala, tan solo necesita hacer un día de la receta inicial que usó inicialmente, con su mente enfocada en cargar el mala.

Puede también elegir volver a enhebrar el mala si tiene todas las cuentas. Si ha cargado un mantra usando la formula 9x12, puede cargar este mantra en el nuevo mala, haciendo 9 malas. Si lo ha cargado con la formula 1x41, lo cargará en el nuevo mala haciendo 1 mala.

### **Cargando más de Un Mantra a la Vez**

Al cargar series de mantras (como los elementos) ha de asegurarse de comenzar en orden. Comience a cargar el mantra de fuego al terminar el mantra de tierra, para terminar el mantra de fuego después del de tierra. Esto significa que si carga los elementos tierra y fuego en los mismo doce día, tan solo tiene que hacer el mantra de tierra primero y el de fuego después.

Para cargar los mantras de los 9 Kuji-In, haga un mala de cada mantra largo al día (en orden, Rin hasta Zeb) durante 108 días (sin hacer el mudra Kuji-In al sostener el mala).

El orden le da poder adicional a la carga, como construir sobre cimientos.

### **Cargar Tradiciones Adicionales de los Mantras de Elementos**

Si ha cargado la tradición hindú con la formula 9x12, y ahora quiere cargar las tradiciones budista o Cristiana, haga la formula de 1 día. Hará 9 malas durante un día.

### **Cargar más de Un Mala al Tiempo**

Cada mala solo obtiene la mitad de la carga.

### **Cómo Testar si un Mantra está Cargado**

La formula 9 x 12, u otra formula para alcanzar 108, hará el trabajo, aunque usted no lo sienta. Luego, con el tiempo, haga ocasionalmente algunos malas para sostener el nivel de conciencia.

Si pierde varios días durante el proceso de carga, y se está cuestionando si ha de comenzar de Nuevo, haga este test: Tras completar el día 12, no haga el mantra durante una semana. Luego en algún momento, cuando no esté espiritualmente activo, diga el mantra 9 veces. Si la energía viene de manera poderos, en un momento no espiritual,

estará cargado. Si la energía viene suavemente o no tiene ningún efecto, entonces la carga no se ha finalizado y debería comenzar 12 días de nuevo.

Puede perder la carga completamente, fomentando actividades criminales, actuando de maneras que no promuevan la compasión, o no teniendo práctica espiritual durante 2 años. Si tiene pensamientos espirituales a diario, actúa con compasión, siente felicidad con frecuencia, no perderá sus cargas incluso aunque haya parado sus prácticas espirituales.

## La Pulsera

### Por qué usar una Pulsera?

El uso de un collar mala influencia el alma y le permite ponerse más fácilmente en un estado de ser. El uso de una pulsera en la muñeca izquierda (la mano que recibe) da energía al que la usa en cualquier momento. El uso de la pulsera en la mano derecha (la mano que ofrece) incrementa el poder de un tratamiento Reiki o Majutsu. No se recomienda llevar la pulsera en la muñeca derecha si no se está haciendo sanación, porque la energía que emite puede molestar a las personas que están cerca de usted.

### Cargando la Pulsera

No hay normas para cargar la pulsera, excepto que es preferible cargarla con mantras que ya ha completado. Tras cargar el mala con el proceso de los 108 mantras (o el proceso de 41 malas para mantras más largos) puede poner este mantra en su pulsera. Necesita recitar el mantra un número de veces como cuentas haya en la pulsera – si tiene 21 cuentas, recite el mantra 21 veces. No necesita volver a hacer el mantra las 108 veces.

Qué mantras debería cargar en su pulsera? En general, elegirá aquellos que son su especialidad o preferencia – tan solo lo que use con más asiduidad. Una elección común serían los cinco elementos.

### Estructura de la Pulsera

No hay un número definido de cuentas en la pulsera. Como hay tantas oportunidades para recitar 21 mantras u oraciones en los rituales budistas, recomendamos una pulsera con 21 cuentas. El color de las cuentas puede representar una divinidad o conceptos. Es bueno hacer su propia búsqueda y construir la pulsera, eligiendo colores de su preferencia.