

El simbolismo del Mala (el collar-contador tibetano)

© Comunidad Dhyāna 2015 – 2021



Mala en sánscrito significa guirnalda de flores. Los malas son unos contadores que se utilizan para la recitación de mantras. Con el tiempo, pasaron del budismo al islamismo y después, en tiempos de las Cruzadas, del islamismo al cristianismo. La meditación con mantras consiste en repetir sonidos sagrados para generar vibraciones espirituales. Es una manera eficaz de mantenernos en el presente y de calmar la "mente de mono", que siempre está saltando de un pensamiento a otro.

Tradicionalmente el Mala se compone de 108 cuentas de diferentes materiales unidas por un hilo, que forman una especie de "collar" que se cuelga del cuello o se enrolla en el brazo izquierdo. Puede presentar ciertas divisiones: en las cuentas 27, 54 y 81 (dividiéndolo en tres partes exactas), o bien en las cuentas 7 y 21. Tiene una cuenta más grande llamada Monte Meru o Gurú que es por donde se inicia y se termina el mala. Al final de esta cuenta grande suele haber un adorno, como un penacho de hilos o bien una cuenta redonda y una cilíndrica (como en el caso de los malas tibetanos) que representan la sabiduría de todos los Budas y la inherencia de todo fenómeno respectivamente.

La razón de que sean precisamente 108 cuentas tiene múltiples motivos según las distintas tradiciones religiosas o culturales.

En el **Hinduismo** existen 54 caracteres y cada uno posee su lado masculino y femenino (Shiva y Shakti) así que en total se consideran 108 caracteres sagrados. También se relaciona con los 108 nombres principales del dios Visnu. Otras versiones hacen referencia a los 108 marmas (puntos vitales de acceso al prana) distribuidos a lo largo del cuerpo humano, y que son representados en el Sri Yantra. El caso es que en el hinduismo el número 108 aparece en innumerables ocasiones por ser considerado un número relacionado con lo sagrado.

También en el **Islam** el número 108 se refiere a Dios o a la divinidad.

En **astrología** se dice existen 12 casas zodiacales que, multiplicadas por los 9 planetas del sistema, también dan un total de 108.

En el **Budismo** el número 108 también puede tener varios significados. Se dice que existen 108 tipos de oscurecimientos mentales que impiden ver con la claridad de un Buda, un ser Despierto o iluminado. Estas 108 kleshas (oscurecimientos o venenos) resultan de la combinación de las tres clases de experiencia (positiva, negativa o neutra) de cada uno de los 6 sentidos (vista, oído, tacto,

gusto, olfato y conciencia o mente), nos da un total de 18 clases de experiencia sensorial. Multiplicando estas 18 experiencias por las dos clases de respuesta (apego o aversión), obtenemos 36 clases de respuestas a la experiencia sensorial. Multiplicadas por los tres tiempos (pasado, presente y futuro) obtenemos el número de 108. Cuando el ser supera estas 108 kleshas, alcanza el nirvana o la iluminación.

Existen multitud de explicaciones a las 108 cuentas que conforman los malas, pero en muchas tradiciones se asocia esta cifra con lo sagrado o supremo, y ahí radica su importancia, más allá de como lo conciba cada cual.

Por otra parte, la subdivisión en tres partes también tiene su simbolismo. Al igual que el número 108, el número 3 aparece en múltiples religiones o tradiciones espirituales. En el Budismo puede señalar los tres tiempos (presente, pasado y futuro); los tres dominios (del deseo, de la forma y de lo sin-forma); las tres puertas (cuerpo, palabra y mente); las tres raíces (lama, yidam, protectores); los tres vehículos (Hinayana, Mahayana, Vajrayana); los tres venenos (odio, avidez e ignorancia) o las tres Joyas (el Buda, el Dharma y la Sangha). En fin, también puede tener muchos significados, todos igualmente importantes y trascendentes para todo budista.

A la cuenta mayor del mala se le conoce también como Gurú y representa a la divinidad o el ser supremo. En el caso del Budismo significa que todo ser sintiente puede alcanzar el estado de Buda. Representa también a todos los Budas y por lo tanto a la iluminación misma, con todo lo que ésta conlleva. El motivo de no pasar sobre esta cuenta es por respeto hacia el maestro o Gurú.

En el Budismo el mala se utiliza principalmente para recitar mantras. El uso de un mala es para asegurarnos de realizar una recitación continua de 100 mantras por lo menos, es decir, se pronuncia un mantra por cada una de las cuentas del mala. Las cuentas del mala se pasan con los dedos pulgar (que representa la divinidad o el estado del Buda en este caso) y el dedo índice (que representa el ser individual); el hacerlo con estos dedos representa la unión de lo divino con lo individual, o la búsqueda de la budeidad. Para continuar contando mantras, al llegar a la cuenta final se debe girar el mala de forma que no se pase sobre la cuenta Gurú, y se continúa contando en dirección opuesta. Algunos malos poseen contadores extras entre las cuentas 8 y 9 con aros que sirven para realizar conteos de decenas y centenas de malas, es decir, de miles y decenas de miles de mantras.

Los mantras se recitan para evocar ciertas cualidades (determinadas por el mantra mismo) y con ello lograr el Despertar, la iluminación. Este es su objetivo final pero, mientras tanto, los mantras despiertan en nuestra mente los estados mentales de un Buda para que ésta se identifique con aquellos y se libere de lo ilusorio. Ni que decir tiene que se puede recitar cualquier mantra u oración de cualquier tradición espiritual.

Los materiales tradicionales de los que se suelen hacer los malos son las semillas de Rudrāksha, del árbol Bodhi (donde el Buda histórico alcanzó la iluminación), o semillas de Loto. También se hacen de madera (el sándalo es muy oloroso y resistente) e incluso con huesos de animales o humanos (usados solo por grandes maestros espirituales debido a su elevada carga kármica). En la actualidad también se realizan con diferentes materiales, como cuarzos, minerales y piedras que aportan sus respectivas propiedades.

Obviamente el mala NO es un artículo de joyería (que sólo alimentaría nuestro ego), sino una herramienta para la práctica espiritual con un importante significado simbólico que debe ser empleado para nuestra práctica. Cuídalo, como un instrumento valioso para tu desarrollo personal y

espiritual. Recuerda que nada ni nadie más que tú tiene el poder para liberarte. El mala es una herramienta para encaminarnos hacia nuestra propia liberación.

**Lo que importa del mala no es su coste ni el material del que está hecho,
sino comprender su significado profundo
y usarlo con la suprema motivación del bien común.**

Que esta actividad pueda ser beneficiosa y contribuir a que todos vivamos en armonía.

© Comunidad Dhyāna 2015 – 2021