

Mantras para la mañana

[Video n°1: «Mantras para la mañana»]

Mantra con el efecto de aumentar

En la página 7 del *Libro de oraciones de retiro* de la FPMT [y en el *Libro de oraciones de la FPMT, Volumen I*, pág. 15 y el *Cuaderno de prácticas* facilitado con este módulo, pág. 15], podemos leer:

OM SAMBHARA SAMBHARA BIMANA SARA MAHA JAVA HUM /
OM SMARA SMARA BIMANA SKARA MAHA JAVA HUM

Este mantra se recita siete veces para aumentar por cien mil el mérito, tal como se menciona en el capítulo del *Sutra de la rueda de la dedicación completa*.

Mantra para bendecir el mala

Recita después OM RUCHIRA MANI PRAVARTAYA HUM [siete veces] y sopla sobre el mala. Esto aumenta diez millones de veces el poder de los mantras que recitamos, o el efecto de hablar de budas o tathagatas. Estos diez millones se convierten en cien mil millones o un *tratríg*, como ya he mencionado en otras ocasiones. Primero diez millones que luego aumentan a un *tratríg* (un *tratríg* es diez grandes *tribum*); luego un *tratríg* aumenta cien veces y luego mil veces. Esto se enseña en el *Sutra de la mansión celestial insondable de joyas pulidas*, y es una muestra del tipo de cosas que Buda, con su gran compasión, enseñó a los seres. Buda enseñó estos mantras para incrementar el mérito de los seres, de modo que incluso el hecho de recitar un solo mantra hace aumentar el mérito, gracias al poder que posee la compasión de Buda para guiar a los seres hacia el despertar. Además del que nos ocupa, en los textos tibetanos figuran otros muchos mantras para bendecir el mala.

Mantra para bendecir los pies

OM KHRECHA RAGHANA HUM HRI SVAHA

Algunos textos dicen que hay que recitar este mantra siete veces, pero aquí se dice tres veces; después hay que soplar y escupir (no sólo soplar) sobre la planta de los pies de modo que, ese día, todos los insectos que mueran al ser pisados renacerán en el reino de los devas de los treinta y tres. Aquí no se menciona de qué texto procede este dato, aunque es importante tener una referencia precisa, poder citar el sutra de donde procede. Yo lo encontré en otro texto, el Tantra raíz de Manjughosha (Jampäl Tsagyü). Se trata de un mantra muy beneficioso si uno sale a caminar por el bosque o por la playa, donde hay muchos cangrejos diminutos en la arena, o si uno camina por la hierba donde abundan pequeños insectos que saltan cuando caminamos. Si al caminar atravesamos una zona iluminada por el sol, veremos muchos pequeños insectos que desaparecen cuando nos adentramos en la umbría. Ellos siguen ahí aunque no los veamos, y el hecho es que cuando caminamos, pisamos multitud de insectos diminutos que somos incapaces de ver; es algo increíble, sólo los vemos cuando hay la luz del Sol, pero no cuando ésta no está. Lo he visto en Italia, y también en otros sitios, incluido aquí recientemente. Realmente, nos hace recordar el valor del cuerpo humano que hemos recibido ahora y lo difícil que es obtenerlo, en comparación con el incontable número de todos esos pequeños insectos. [Fin del video]