

LOS
SECRETOS
DEL
ZÓHAR

HISTORIAS Y MEDITACIONES
PARA DESPERTAR EL CORAZÓN

MICHAEL BERG

EDITOR DE LA PRIMERA TRADUCCIÓN
COMPLETA DEL ZÓHAR AL INGLÉS

P r ó l o g o

En septiembre del 2004 mi padre sufrió un derrame cerebral. En aquel momento los médicos no sabían si viviría o moriría y, de sobrevivir, los pronósticos acerca de su calidad de vida eran desoladores.

Desde entonces mi padre ha logrado una recuperación asombrosa, aunque ya no es el mismo que era antes del episodio. Los que estamos cerca de él entendemos de diferentes maneras por qué esto debía ocurrir y por qué él ha cambiado. Actualmente casi no tiene deseos de enseñar ni de escribir; principalmente desea rezar.

He estado aprendiendo de él en mis sueños.

Hace unos pocos meses, mientras comenzaba a trabajar en este libro, soñé que mi padre me hablaba del *Zóhar*. Con el paso del tiempo me he ido olvidando de los detalles, pero no del mensaje. Mi padre dijo: “Lo he estado diciendo durante años, pero nadie ha escuchado: todo esto es acerca del *Zóhar*”.

El “esto” al que se refería en el sueño es el gran trabajo del que él y mi madre han formado parte durante más de cuarenta años, el trabajo que se inició con la creación del mundo: crear un mundo perfecto en el que haya paz y plenitud para todos. Los kabbalistas enseñan que esto se logrará cuando las acciones positivas de la humanidad revelen una masa crítica de Luz en nuestro mundo.

Lo que mi padre dijo en el sueño no era diferente a lo que había dicho miles de veces antes: el instrumento más importante que tenemos para lograr esta asombrosa transformación global es el *Zóhar*.

Sólo después de su derrame cerebral y de este sueño, comencé a comprender verdaderamente su sencillo mensaje. Es mi esperanza continuar escuchándolo y *hacer* todo lo que esté a mi alcance para que el *Zóhar* esté disponible para todos.

Es un honor para mí escribir este libro como un nuevo paso en el proceso de acercarnos a todos a un mundo sin dolor, sin sufrimiento, e incluso, como prometen la Biblia y el *Zóhar*, un mundo sin muerte.

Dedico este libro a mi padre, el Rav Berg; deseando que logre una completa y total recuperación y que obtenga el mérito de ver cómo su visión de un mundo libre de caos se manifiesta en su vida. Y también a mi madre, Karen, sin cuya fortaleza, compromiso inquebrantable y gentil aliento, nada de este trabajo se habría logrado. Ella, aun en su dolor, continúa llevando adelante el sueño de ambos, un sueño que recibieron de los grandes kabbalistas de los últimos milenios.

Rezo para que yo y todos nosotros lo recordemos: “Todo esto es acerca del *Zóhar*”.

Con lágrimas, amor, Luz y certeza.

Michael Berg, Los Ángeles, California

Febrero de 2007



INTRODUCCIÓN

Antes de que existieran el tiempo y el espacio, antes de la aparición del primer átomo, la idea de la Creación ya era una realidad en la mente de Dios. Esta idea era, y es, la visión de un mundo perfecto —sin dolor, sin sufrimiento, sin muerte— que trae abundancia y realización ilimitadas a todas las almas.

Este mundo perfecto es mucho más que una mera visión. Es una realidad. Existe aquí mismo, ahora mismo. Es un universo paralelo que permanecerá oculto hasta que logremos nuestro propósito en este mundo.

¿Por qué está oculto el mundo perfecto? Porque nada puede sernos dado sin que nos lo ganemos. Hemos venido a este mundo en busca de la Luz, pero la Luz ya está aquí; sólo tenemos que prepararnos para recibirla.

Ése es nuestro propósito. Para ayudarnos a lograrlo, Dios nos ha dado un instrumento supremamente poderoso: el Zóhar.

Cuando comiences tu estudio y exploración del Zóhar, es importante que comprendas qué significa realmente “la idea de la Creación”. Antes de la creación de este mundo físico, existía una visión en la mente de Dios, la visión de un mundo perfecto, sin dolor ni sufrimiento, con alegría y plenitud para todos. Pero la idea divina de la Creación es mucho más que una mera visión. Debido a que el Creador no está limitado por el tiempo y el espacio, el mundo perfecto ya existe. Ese mundo, donde no hay dolor ni sufrimiento, es una realidad en este momento.

Sin embargo, como enseñan los kabbalistas, la entrada a ese mundo no nos puede ser simplemente otorgada; debemos ganárnosla y alcanzarla a través de nuestro trabajo y nuestra transformación espiritual. Para que esto sea posible, el Creador nos ha dado un gran regalo: un portal hacia el mundo perfecto. Ese portal es el Zóhar, la herramienta más poderosa para nuestra transformación. A medida que nuestros corazones despiertan al Zóhar, literalmente ingresamos a través de una espléndida entrada al

mundo perfecto y lo incorporamos en nuestras vidas. Cuanto más conectados con el *Zóhar* estemos, más unido estará nuestro mundo con la visión del Creador. A lo largo de los siglos, se han realizado muchas traducciones del *Zóhar* y de otros escritos kabbalísticos con el propósito de promover esta conexión. Sin embargo, aun siendo grandes logros, no han estado accesibles para todo el mundo. El presente libro da un paso más: abre una puerta hacia el *Zóhar* para todos aquellos que deseen entrar.

La verdad es que cada uno de nosotros ya tiene una conexión con la realidad celestial. Tu ser perfeccionado ya existe en la idea de la Creación. A medida que estudies el *Zóhar* y tus ojos recorran sus letras arameas, y a medida que medites acerca de sus enseñanzas, comenzarás a revelar tu ser perfecto en este mundo. Es más, la Kabbalah explica que cuando el número de personas que comiencen este estudio sea mayor, se logrará la transformación final del mundo físico.

Aunque físicamente el *Zóhar* es un libro, o a menudo un conjunto de libros, su forma física da lugar a un gran malentendido. El contenido del libro es un comentario acerca de la Biblia en forma de conversaciones entre maestros espirituales, pero los grandes sabios de la Kabbalah enseñan que no sólo la sabiduría del *Zóhar* encarna la Luz del Creador, sino también las palabras y las letras mismas. El *Zóhar* nos es dado en *forma* de libro sólo para que resulte accesible a toda persona en la faz de la tierra.

Al tiempo que nuestra conexión con el *Zóhar* se profundiza, también se profundiza nuestra conexión con la Luz del Creador. Para aquellos que se acercan con sinceridad y un corazón abierto, el *Zóhar* es el regalo más grande que pueda darse o recibirse. Como explica Rav Shimón bar Yojái en las páginas del *Zóhar*, sólo trayendo la Luz del *Zóhar* al mundo se logrará un mundo perfeccionado, libre de dolor, sufrimiento y muerte. Ésta es la razón por la que los kabbalistas estaban tan apasionadamente comprometidos con la revelación del *Zóhar*.

Despertar la Luz leyendo el *Zóhar*

La experiencia de leer un libro común es exactamente lo que parece: simplemente estamos *leyendo*. En cambio, estudiar y leer el *Zóhar* despierta las energías acerca de las cuales estamos leyendo. Por ejemplo, cuando leemos un pasaje relacionado con la misericordia, ese aspecto de la Luz del Creador se despierta en nosotros e incluso en el mundo entero. Nos volvemos más misericordiosos, más comprensivos, y eso despierta en los otros la misma cualidad. Cuando escaneamos con nuestra mirada pasajes del *Zóhar* que hablan sobre los juicios, adquirimos el poder de eliminar los juicios que pesan sobre nosotros, al mismo tiempo que eliminamos nuestra propia tendencia a juzgar a los demás.

Imagina esto: te encuentras para almorzar con una amiga y te muestra una vieja fotografía. Es la imagen de un matrimonio, y parece estar tomada en algún lugar del extranjero hace muchos años. Al principio esa foto despierta un cierto interés en ti; pero la ropa extraña, la escasa iluminación y tu falta de conexión con esas personas dificultan que la foto te cause un gran impacto.

En un intento de ser gentil, felicitas a tu amiga por la antigüedad que ha encontrado y luego se la devuelves. “¡Pero espera!”, te dice ella. “¿Acaso no te sientes absolutamente cautivado por esta fotografía? ¿No sientes una gran emoción al mirarla?” “La verdad que no” respondes, intentando ser paciente con ella; “¿por qué debería sentir algo? No conozco a esas personas, así que no puedo sentir nada al mirarlas. No sé dónde fue tomada, así que tampoco siento conexión con el lugar. La verdad es que no sé nada acerca del contexto de esa fotografía, ¿por qué debería interesarme?”

“Bueno —dice tu amiga—, supón que alguien dedicó mucho tiempo y esfuerzo a encontrar esta fotografía para ti. Verás, esas dos personas que aparecen en ella vivieron hace más de cien años, y son tus tatarabuelos.”

Al escuchar esta información, sin duda tu actitud hacia la fotografía cambiaría de inmediato. La foto sería la misma que antes, pero de pronto se volvería increíblemente interesante para ti. Mirarías a esas personas que

aparecen en ella de una forma totalmente distinta; buscarías algún parecido contigo o con tus padres; te preguntarías dónde vivieron, cómo se conocieron, cómo se ganaban la vida, y tal vez cómo murieron.

Más allá de lo específico de estas preguntas, indudablemente tendrías una fuerte reacción emocional ante la fotografía. Sentimientos intensos se encenderían de pronto en tu corazón, tal vez como nunca antes los habías sentido. Por el resto de tu vida recordarías esa fotografía y la circunstancia en que la viste por primera vez. Sin embargo, sólo un momento atrás te parecía absolutamente intrascendente y afirmabas no tener razones para emocionarte al verla.

Para la mayoría de las personas, el *Zóhar* es similar a la fotografía que acabo de describir. Al principio puede parecer remoto e incluso inaccesible en su extrañeza y complejidad. Pero el propósito de este libro es hacerte saber, de manera simple y directa, que hay una conexión profunda entre el *Zóhar* y quién eres en el nivel más profundo de tu alma.

Cuanto más estudies el *Zóhar*, comprenderás mejor su significado. Pero ahora, aun si no lo comprendes por completo, espero que te permitas experimentar la conexión con el *Zóhar* que ya existe dentro de ti. Ábrete a este poder; si lo haces, estará a tu disposición.

La Luz de Dios es como un pozo sin fondo, ilimitado en la cantidad de agua que puede proporcionar. Nuestra conciencia es como una vasija, una entidad receptora que también es infinita. Cuanto más grande es la vasija, más cantidad de agua podemos extraer del pozo. Cuanto más elevado es nuestro nivel de conciencia, mayor cantidad de Luz podemos recibir. Nuestra tarea es abrirnos más y más a la Luz, aumentar el volumen de nuestra vasija espiritual.

El estudio y la meditación del *Zóhar* son de vital importancia para cumplir esta tarea. Es más, tales actividades deberían hacerse no sólo en su traducción, sino en la lengua original, aun cuando no “comprendas” una sola palabra. Por esta razón han sido incluidos en este libro tanto el texto arameo original como su traducción al español. Considerando que los

kabbalistas enseñan que el solo hecho de tener el *Zóhar* en tu hogar genera una conexión con la Luz del Creador, está claro que leer, meditar o escanear sus páginas puede ser aun más poderoso, incluso si encuentras algo que está fuera de tu comprensión. De nuevo, la razón para esto está en el hecho de que el *Zóhar* es mucho más que sólo un libro de sabiduría; es una fuente de energía, un medio de acceder a la Luz divina que reside en el alma de cada ser humano. Toda conexión con el *Zóhar* atrae la Luz. Cuanto más profunda sea tu conexión mayor será la revelación de Luz.

La historia del *Zóhar*

El *Zóhar* ha existido desde siempre, aunque no en su forma presente como libro. El *Zóhar* comenzó como una tradición oral de secretos. Tanto Adán como los patriarcas de la Biblia poseían los conocimientos del *Zóhar*. Cuando Moisés recibió la *Torá* (la sabiduría espiritual) en el Monte Sinaí, también recibió en forma oral los secretos del *Zóhar*. Éstos fueron transmitidos de generación en generación, hasta que Rav Shimón bar Yojái recibió el permiso Divino para darles forma escrita.

El *Zóhar* fue compuesto originalmente en arameo, una lengua comúnmente hablada en el mundo antiguo pero ahora en gran medida olvidada. Fue escrito por primera vez hace aproximadamente dos mil años, aunque la fecha exacta es incierta. Pero más que ser escrito, el *Zóhar* fue *revelado*.

Si bien algunos eruditos laicos han discrepado acerca de su autoría, éste es un debate sin importancia desde el punto de vista espiritual. Cuando apreciamos la grandeza de la sabiduría del *Zóhar*, está claro que el autor (quienquiera que fuera) fue un alma realmente exaltada. Sin embargo, toda vez que los kabbalistas han discutido acerca de la autoría del *Zóhar*, han estado de acuerdo en que su autor debe haber sido Rav Shimón bar Yojái. Ninguna otra alma, salvo la suya, podría haber sido el canal para esta revelación. Así lo expresó Rav Yehuda Áshlag, el gran kabbalista del siglo XX: “Desde el día en que se me permitió, por medio de la Luz del Todopoderoso, examinar este libro sagrado, nunca se me ocurrió

investigar su autoría. La razón es simple: el contenido del libro hizo que mi mente evocara la excelencia de la autoridad de Rav Shimón bar Yojái, incalculablemente más que la de cualquier otro maestro sagrado”.

Durante la vida de Rav Shimón, el texto del *Zóhar* fue escrito por su discípulo, Rav Aba. Pero en los siglos siguientes, tal como lo predice el mismo *Zóhar*, este texto fue ocultado para gran parte del mundo. Los sabios de la Kabbalah se dieron cuenta de que la revelación del *Zóhar* debía esperar al día en que la humanidad entera estuviera preparada para recibirlo. En el siglo XIII, el *Zóhar* resurgió en España, gracias a los esfuerzos de Rav Moisés de León. Pero no fue hasta 1540 que un eminente kabbalista de ese tiempo, Rav Abraham Azulai, declaró que había llegado el momento de que el *Zóhar* se difundiera a toda la humanidad. “De ahora en adelante —escribió— los niveles básicos de la Kabbalah deben enseñarse a todos: jóvenes y mayores. Sólo a través de la Kabbalah podremos eliminar para siempre la guerra, la destrucción y la inhumanidad del hombre hacia su prójimo.” Rav Azulai invocó pasajes del *Zóhar* que representaban un futuro en el cual hasta los niños pequeños llegarían a conocer las enseñanzas de la Kabbalah.

El siguiente gran avance en la revelación kabbalística llegó de la mano de Rav Isaac Luria, conocido como el Arí, nacido en Jerusalén en 1534. Después de trasladarse de Jerusalén a Egipto en su juventud, se convirtió en un estudioso eremita aislándose con el *Zóhar* en una cabaña a orillas del Nilo. Según la Kabbalah, Elías el Profeta y un ejército de ángeles se unieron a él en su estudio, y allí fue donde Rav Luria obtuvo una conexión suprema y poderosa con la Luz del Creador.

A los treinta y seis años, el Arí fue enviado por Elías a la Tierra Sagrada, a la ciudad de Safed, una comunidad espiritual ubicada en lo que ahora es Israel. Allí debía encontrarse con un erudito, Jaim Vital, e instruirlo.

En aquel entonces, Rav Vital estaba teniendo dificultades con una sección compleja del *Zóhar*. Había pasado semanas rezando, meditando, rogando por la revelación de la sabiduría, intentando descifrar su código. En

aquellos tiempos, Rav Luria se ganaba la vida como un humilde tendero. Después de conocerse mutuamente, Rav Vital se preguntó a sí mismo: *¿Cómo puedo aprender sabiduría espiritual de un hombre que no hace nada más que trabajar en una tienda?* Luego comenzó a tener un sueño recurrente. En el sueño, Rav Luria le explicaba el *Zóhar* sin esfuerzo alguno.

Incitado por el poder de su sueño, Rav Vital buscó a Rav Luria, pero nuevamente la duda le sobrevino. Cuando Rav Vital dio la vuelta para marcharse, Rav Luria le preguntó si estaba familiarizado con cierta sección del *Zóhar*. Rav Vital se giró asombrado; era precisamente el pasaje en el cual él había estado teniendo dificultades.

En efecto, Rav Luria le mostró la sabiduría del texto, y una vez que la Luz contenida en ese pasaje le fue revelada, Rav Vital supo que a partir de ese momento Rav Luria estaba destinado a ser su maestro. Del mismo modo que Rav Shimón bar Yojái, Rav Luria nunca escribió una sola palabra. Su sabiduría se transmitió oralmente a sus discípulos, quienes llevaron registro de sus enseñanzas.

Los Kabbalistas Cristianos

Aunque algunos piensan que el *Zóhar* es un texto judío sólo accesible a eruditos selectos, el *Zóhar* siempre ha sido estudiado por toda clase de personas. Durante el siglo XV, por ejemplo, hubo un movimiento significativo de kabbalistas cristianos en toda Europa.

Uno de los primeros eruditos cristianos de la Kabbalah fue el reconocido humanista italiano Giovanni Pico della Mirandola, un prodigio intelectual. Pico veía a la Kabbalah como una tradición oral ininterrumpida que se remontaba hasta Moisés en el Monte Sinaí. La consideraba una revelación divina, la clave perdida para comprender enseñanzas antiguas capaces de desentrañar los secretos más profundos del cristianismo.

Pico della Mirandola murió a la edad de treinta y un años. Sus esfuerzos por difundir la Kabbalah al mundo cristiano fueron continuados por Johannes Reuchlin, pionero en el estudio del idioma hebreo. En su libro

Sobre el arte de la Kabbalah, Reuchlin argumenta —igual que Pico— que las enseñanzas cristianas no pueden comprenderse verdaderamente sin la comprensión de los principios kabbalísticos. En el siglo XVII tuvo lugar un nuevo avance, cuando los kabbalistas Christian Knorr von Rosenroth y Francis von Helmont realizaron una traducción al latín del *Zóhar*. Este texto, conocido como *Kabbalah Denudata*, influyó en muchos eruditos y científicos de la época, entre ellos Gottfried Leibniz en Alemania y Sir Isaac Newton en Inglaterra. La copia del *Zóhar* en latín que pertenecía a Newton puede verse actualmente en la biblioteca de la Universidad de Cambridge.

Leer el *Zóhar*

Desde que fuera abierta, la puerta del *Zóhar* nunca se ha cerrado. A lo largo de la historia, gigantes espirituales e intelectuales han recurrido a sus páginas para desentrañar los misterios del universo; y Rav Isaac Luria predijo que llegaría el día en el que “todos los hombres, mujeres y niños” tendrían acceso al *Zóhar*. Esta nueva era comenzó con el trabajo de Rav Yehuda Áshlag, quien fundó la organización conocida como Centro de Kabbalah. Rav Áshlag es el responsable de la primera traducción completa del *Zóhar* del arameo original al hebreo. Cuando Rav Áshlag falleció, su discípulo, Rav Yehuda Brandwein, se hizo cargo de difundir la sabiduría del *Zóhar*. Y tras la muerte de Rav Brandwein en 1969, Rav Berg y Karen Berg continuaron con esa tarea. Su trabajo supuso un histórico punto de inflexión en el proceso de hacer accesible el *Zóhar* para toda la humanidad, dando lugar a la primera traducción del *Zóhar* completo al inglés, con el comentario de Rav Áshlag, publicado por el Centro de Kabbalah en 1995. Fui bendecido con el encargo de ser el editor de dicho trabajo, el cual requirió de diez años y el esfuerzo colectivo de docenas de personas. Como resultado, el *Zóhar* está ahora disponible para la vasta comunidad internacional de angloparlantes.

El Lenguaje y las Letras del *Zóhar*

El *Zóhar* está escrito en el antiguo lenguaje arameo, una lengua hermana

del hebreo que utiliza letras hebreas. Mientras que el hebreo era el lenguaje de las clases altas, el arameo era el idioma de la gente común. La revelación del *Zóhar* en arameo conlleva un mensaje implícito: esta herramienta de Luz puede y debe ser usada por todas las personas, sin distinción de su nivel espiritual.

En nuestra vida cotidiana, estamos acostumbrados a pensar en las letras del alfabeto español en términos puramente funcionales. Las letras son unidades que juntamos para construir palabras, así como los ladrillos son unidades que usamos para construir una pared. Cuando pensamos tanto en las letras como en los ladrillos, lo hacemos en un sentido práctico más que espiritual: son objetos pequeños e inertes que utilizamos para crear elementos más grandes.

Las letras del alfabeto hebreo (que se usan tanto en arameo como en hebreo) deberían comprenderse de una forma totalmente distinta. Además de su importancia funcional como componentes de palabras, cada letra hebrea es también un canal de energía espiritual. Y esto es cierto independientemente de que sepamos cómo suenan las letras o cómo se combinan para formar determinadas palabras. Cuanto más sepamos acerca de la combinación y la secuencia de las letras, más rica será nuestra conexión a través de ellas. Tal como los kabbalistas dejan en claro, el alfabeto hebreo, el lenguaje hebreo y el lenguaje arameo también son herramientas universales creadas para toda la humanidad. El propósito final de estas herramientas es la conexión espiritual.

Asimismo, el *Zóhar* es un regalo divino para todos, no sólo para una nación o religión. El alfabeto hebreo es una herramienta que el Creador entregó a toda la humanidad. La concentración profunda en las letras hebreas es una manera poderosa de meditación kabbalista. El sólo acto de recorrer las letras con tus ojos abre un canal hacia la Luz. Esto es algo que todo el mundo *puede* hacer y que todos *deberíamos* hacer para dar el mejor uso posible al regalo que nos hizo el Creador.

Mientras Comienzas...

La versión del *Zóhar* traducida y comentada por Rav Áshlag se titula *Ha Sulam* o *La escalera*. Rav Áshlag explica:

Titulé esta introducción “La escalera” para demostrar que la función de mis comentarios es igual a la de una escalera. Cuando en el nivel superior hay una habitación repleta de toda clase de cosas buenas, lo único que necesitamos es una escalera para subir, y entonces todo lo bueno del mundo estará a nuestro alcance. Sin embargo, una escalera en sí misma no tiene ninguna finalidad. Es decir, si simplemente descansamos sobre un peldaño de la escalera y no entramos en la habitación, nuestros propósitos no se cumplirán.

*Esta consideración es igualmente válida para mis comentarios sobre el *Zóhar*. Aún no han sido creadas las palabras que transmitan los profundos significados del texto. Por tanto, lo que he hecho ha sido proporcionar un camino y una introducción para todo aquel que, por medio de éste, desee adentrarse en el sagrado *Zóhar*. Sólo entonces se habrá cumplido mi propósito.*

De la misma forma que Rav Áshlag describió su trabajo como una escalera, espero que el presente libro sirva de escalera para que esta generación se conecte con la asombrosa Luz que es el *Zóhar*.

Los Secretos del *Zóhar*. Formato y Fundamentos

La organización de este libro es muy sencilla. Presenta una selección de pasajes del *Zóhar* cuidadosamente ordenados a fin de proporcionar un sistema para el estudio y la meditación. Cada texto seleccionado está precedido por una breve introducción que explica el significado del pasaje y su poder en nuestras vidas cotidianas, seguido por una meditación para poner en práctica ese poder. De la misma forma que el estudio del *Zóhar* genera una conexión con la Luz, también lo hace la meditación sobre las palabras y letras originales. Por ese motivo, cada pasaje seleccionado se acompaña de su versión en arameo.

Para comenzar, he seleccionado dos pasajes del *Zóhar* con el objeto de mostrar cuál es la organización y el formato de lo que sigue del libro. El primer fragmento narra la historia de cómo fueron revelados el poder y la

trascendencia del *Zóhar*, así como la reunión de las numerosas almas justas que asistieron a esta gran revelación. El segundo pasaje trata acerca de un importante aspecto kabbalístico del amor, y el hecho de que la Luz del *Zóhar* sólo pudo ser revelada a través del amor que existió entre los amigos que rodeaban a Rav Shimón bar Yojái. Es mi esperanza que estas dos secciones introductorias abran tu corazón y guíen tu camino hacia la Luz del *Zóhar*.

APRECIAR EL ZÓHAR

(*HAKDAMAT, TIKÜNEI ZÓHAR*, VERSÍCULO 1) Con frecuencia desperdiciamos importantes regalos en nuestras vidas. No aprovechamos al máximo las maravillosas bendiciones que están disponibles para nosotros porque no apreciamos lo que se nos ha dado. La Kabbalah nos enseña que para obtener el beneficio de los dones destinados a nosotros, antes debemos apreciarlos. Lo mismo es válido para las herramientas espirituales que nos han sido otorgadas, especialmente las del *Zóhar*. Para maximizar la conexión con la Luz cuando estudiamos pasajes del *Zóhar*, incluyendo los escogidos en este libro, debemos cultivar nuestro aprecio por lo que el *Zóhar* es y por la forma en que fue creado. Tal como el mismo *Zóhar* nos dice, sus secretos fueron destinados a permanecer ocultos hasta nuestra generación, que recibe el nombre de la generación de *Mashiaj* (Mesías). Éste no se refiere a una persona, sino a un nivel de conciencia global alcanzado por toda la humanidad.

La revelación del *Zóhar* fue la expresión física de la idea de la Creación: la Luz de la realización total y completa. La revelación del *Zóhar* fue un acontecimiento inmensamente significativo y absolutamente único, sólo comparable a la revelación de la Biblia en el Monte Sinaí. Nunca antes —y ciertamente nunca después— las almas de todos los justos y todos los nombres sagrados participaron en un proceso histórico semejante. El *Zóhar* es el tesoro de Luz más grande que nunca ha recibido la humanidad. Gracias al *Zóhar* podemos seguir descubriendo cada día esa Luz y conectarnos a ella cada vez más. Esto no es sólo una oportunidad increíble; es, ni más ni menos, el verdadero propósito de nuestras vidas.

El siguiente pasaje es el comienzo de una sección del *Zóhar* conocida como *Tikunei Zóhar* (“las correcciones del *Zóhar*”). Consiste en setenta explicaciones de *Beresbit*, la primera palabra de la *Tora*. Rav Shimón bar Yojái reveló estos secretos durante los doce años que pasó en una cueva, escondido de los romanos. Durante ese periodo de tiempo, el Creador y todas las grandes almas de la historia se presentaron ante él.

Rav Shimón huyó al desierto de Lod y se escondió en una cueva; él y su hijo Rav Elazar. Un milagro ocurrió para ellos: un árbol de algarrobo brotó y una nueva fuente de agua apareció. Comieron del algarrobo y bebieron de la fuente. Eliyahu venía a ellos dos veces cada día y estudiaba con ellos, y nadie sabía dónde estaban.

1. רבי שמעון אל ליה וערק
למודסרא דלוד ואחזיו בחד
בערתא. הוא ורבי אלעזר
בריה אתרויש נסא. עק להון
חד ורוב. וחד בענינא דמיא
אכלי מנהיא ורוב. ושתן
מנהיא מיא. ונת אלהו וסוד
למזב אמי להון מכל יומא ורי
ויבני ואליהו לון וקא ידע איניש
בדא סא.

¡Levántate, Rav Shimón, y empieza a hablar ante la *Shejiná*! Empezó y dijo: “Y los sabios brillarán como el resplandor (heb. *Zóbar*) del firmamento”.

2. קום רבי שמעון אסתח
מילין קמו שכינתא. שתח
ואמר והמשיכים וזהירי
בחדר הקיע ולי.

Los “sabios” mencionados en el versículo son Rav Shi món y sus amigos. “Brillarán” significa que cuando se unieron para revelar el *Zóbar*, les fue otorgado permiso de arriba.

3. והמשיכים אלין רבי
שמעון וחסדיא. וזהירי בד
אתכשעו למעבד האי חסדיא.
רשותא אתיהיב להון ולאליהו
עמהון. וכלל נשמות
דמתיבתאן לנשמת בינייהו.
וכלל מלאכיא באתכשעו.
ובארז שכל.

También le fue concedido el permiso a Eliyahu y a todas las almas en la academia celestial para bajar a ellos, y también a los ángeles que están ocultos, y a los ángeles que están en la vía del entendimiento.

Y la Causa de todas las Causas dio permiso a todos los Nombres Santos, a todas las combinaciones del Tetragrámaton, y a todas las otras de nominaciones para revelarles secretos ocultos; cada nombre en su nivel. Y Él dio permiso a las diez *Sefirot* para revelarles secretos ocultos, ya que no estaba permitido revelar estos secretos hasta la generación de *Mashíaj* (Mesías).

4. ועלית על כלא ויהי רשו
לכל שמה קדישין. וכלל
הניין וכלל כניין. קלמא לון
רון סמירין. כל שם בדרגא
דיליה. ורשותא ויהי בעשר
ספירן קלמא לון רון סמירין.
דלא אתיהיב רשו קלמא לון
עד דיתי דרא דמקבא
קשיניא.

MEDITACIÓN

Esta meditación despierta nuestra capacidad de apreciar la fuente y el poder del *Zóhar*, y nos permite acceder a este poder. También genera una conexión con las grandes almas que ayudaron a Rav Shimón bar Yojái en la revelación del *Zóhar*. A medida que avanzamos en nuestro estudio del *Zóhar*, debemos mantenernos conscientes de su gran poder y de la unidad de las almas que llegaron juntas para su revelación. Cuanto mayor es nuestro agradecimiento por este inmenso regalo, más Luz del *Zóhar* podemos revelar.

←
Recorra visualmente de izquierda a derecha

וְהַמְשִׁכִּים אֵלֶיךָ רַבִּי שִׁמְעוֹן וְחִבְרַיָּא.
vejavrayá Shimón Rabi iléin vehamasquilim
וְהִירֹ, כֹּד אֶתְכֶּשֶׁוּ לְמַעַבַּד הָאֵי וְחִבְרַא.
jiburá hái lemeevad itcanshú cad yazhir
רְשִׁיטָא אֶתְיָהִיב לְהוֹן וְלֵעֲלִיָּהּ לְמַהוֹן.
imhón ulecliyahu lehón ityahiv reshutá
וְלֵעֲלִיָּהּ לְמַהוֹן וְלֵעֲלִיָּהּ לְמַהוֹן.
bcinayhú lenajatá dimtívtán nishmatín ulejol
וְלֵעֲלִיָּהּ לְמַהוֹן וְלֵעֲלִיָּהּ לְמַהוֹן.
séjel uvoraj beitchasiá malajayá ulejol

Los “sabios” mencionados en el versículo son Rav Shimón y sus amigos.

“Brillarán” significa que cuando llegaron juntos para revelar el *Zóhar*, les fue dado permiso de arriba. También le fue concedido permiso a Eliyahu y a todas las almas en la academia celestial para bajar a ellos, y también a los ángeles que están ocultos, y a los ángeles que están en la vía del entendimiento.

EL AMOR INCONDICIONAL

(*ZÓHAR, QUI T E T S É*, VERSÍCULO 54) Una de las enseñanzas más importantes de la Kabbalah es que, para tener éxito, cualquier esfuerzo debe contar con la unidad de todos los involucrados. Esto era verdad ciertamente para la revelación del *Zóhar*. En este pasaje el *Zóhar* mismo describe la realidad única que permitió su gran revelación en los tiempos de Rav Shimón bar Yojái. Sorprendentemente, la esencia de esa realidad no fue ni gran aprendizaje ni gran rectitud, sino el amor infinito e incondicional que estaba presente entre los amigos, tal como se les llamaba a los discípulos de Rav Shimón.

Para atraer la máxima Luz posible a nuestras vidas mediante el estudio del *Zóhar*, es preciso que al mismo tiempo aumentemos nuestra capacidad de amar de manera incondicional. Fue ese amor lo que permitió las grandes revelaciones de Rav Shimón, y es ese mismo amor lo que necesitamos si queremos revelar la Luz para nosotros mismos.

54. דאָסער רבי אָמאָ פֿל אַזין
 חבֿריאָ, דלֵא חוֹסין אַזין
 לאַפֿן, אַפֿטליק פֿעלעקאָ גר
 לאַ פֿאַט אַפֿטוּר, פֿל חבֿריאָ
 פֿינפֿי דר״ש, רויטו דאָפֿט
 רחמאָ נאָך פֿינפֿי, ובלֵט
 פֿרראָ דלֵא שטעלן פֿאַרשטאָ
 נאָך דאָס אַמור רבי שמוּעל,
 פֿל חבֿריאָ דלֵא חוֹסין אַזין
 לאַפֿן, גרמון דלֵא לומר באַרן
 פֿיטל, ועד דעמך פֿאַט פֿל
 דאָ אַרנאָמאָ רויטו אַנאָה
 קאָפֿט אַת פֿל, אַפֿרעס חוֹס
 דאָס, זאָק לאַפֿרעס,
 פֿעלפֿען דא פֿלא, זאָק
 פֿרעויד אַזין פֿל, פֿרעויד,
 אַפֿטוּר, זאָק רחמאָ דא
 פֿלא חבֿריאָ פֿרעויד זאָק
 אַפֿטוּר, זאָק לטעלר פֿיטל.

54. דאָסער רבי אָמאָ פֿל אַזין
ווערנאָ, דלעא רחמנא אַזין
לאַפּן, אַפּעלען פּעלעקא גר
לא פּאָט אַפּעלען פֿל ווערנאָ
פּעסען דר"ש, רחמנא פּעסען
וועלען נאָך פּעסען, וועלען
פּעסען דלעא רחמנא
נאָך דלעא אַפּער רבי פּעסען.
פֿל ווערנאָ, דלעא רחמנא אַזין
לאַפּן, פּעסען דלעא רחמנא
פּעסען, וועלען דלעא רחמנא
דלעא אַפּעלען רחמנא אַפּען
פּעסען אַזין פֿל, אַפּעלען
פּעסען, וועלען דלעא רחמנא
פּעסען אַזין פֿל, אַפּעלען
וועלען, וועלען רחמנא דלעא
דלעא ווערנאָ פּעסען אַפּען
אַפּעלען, וועלען דלעא רחמנא

MEDITACIÓN

Acrecentar nuestra capacidad de amar a los demás es esencial para nuestro propio crecimiento. La meditación que sigue genera conciencia acerca de la importancia del amor incondicional y nos ayuda a despertar ese amor en nosotros mismos.

כל חכמים ביומוי דר"ש, ריזימו
rejimu Shimón deRibi beyomoy javrayá col
דנאפשא ורזא דהא בינייהו, ובנ'כ
uveguíncaj beinayhú havá verujá denafshá
בדרא דר שומעון באגליא דהא
havá beitgaliá Shimón deRibi bedará

Todos los amigos durante los días de Rav Shimón se amaron unos a otros, alma y espíritu. Por lo tanto, en la generación de Rav Shimón los secretos de la Torá fueron revelados.

I

MEDITACIONES
PARA LOS DESAFÍOS
DE LA VIDA

ENCONTRAR TU FORTALEZA CUANDO TE SIENTES IMPOTENTE: “EL HIJO DE RAV YOSI DE PEKIÍN”

(*ZÓHAR*, *BALAK*, VERSÍCULO 357) Hay ocasiones en las que nuestros problemas parecen más fuertes que nuestra capacidad de hacerles frente. En realidad, ese sentimiento de impotencia o falta de poder es en sí mismo una de las herramientas más destructivas del lado negativo. También es una ilusión. Todos tenemos dentro de nosotros una parte del Creador —el alma— que nos da el poder de lograr mucho más de lo que jamás podríamos imaginar. Pero para hacer uso de nuestro poder, antes tenemos que ser conscientes de su presencia en nuestro interior, aun en momentos en los que nos sentimos débiles, pequeños e incapaces de cambiar.

El siguiente pasaje del *Zóhar*, que describe cómo hasta un niño pequeño es capaz de lograr la resurrección de su padre, nos inspira a darnos cuenta de que por muy pequeños que seamos, nada es demasiado grande para nosotros cuando estamos en conexión con la Luz. La historia comienza con el viaje que emprenden Rav Elazar, Rav Aba y varios de sus amigos para visitar al suegro de Rav Elazar, Rav Yosi, quien se halla enfermo. Han recibido el mensaje de que Rav Yosi no morirá, pero que un Rav Yosi diferente —Rav Yosi de Pekiín— morirá en su lugar.

Rav Elazar y Rav Aba visitan la casa de Rav Yosi de Pekiín, quien acaba

de morir. Allí se encuentran con su hijo pequeño en un estado de terrible aflicción. El niño no permite que nadie se acerque al cuerpo de su padre y reclama a Dios por haber tomado la vida de su padre en lugar de la suya propia y la de su hermana. En ese momento, una voz celestial anuncia que a Rav Yosi de Pekiín le han sido otorgados veintidós años más de vida y que trece personas, cuyo tiempo de morir se había cumplido, han sido llevadas en su lugar. Ahora el padre tendrá tiempo de instruir a su hijo en sus estudios. Rav Yosi de Pekiín regresa a la vida en medio de un gran júbilo y narra lo que le ha ocurrido mientras estaba en el Mundo Superior, y cómo el ofrecimiento de su hijo de renunciar a su propia vida suscitó la misericordia de Dios.

Vinimos a este mundo para realizar nuestro trabajo espiritual y para ayudar a otros a completar el suyo. Rav Yosi de Pekiín no necesitaba seguir vivo por él mismo, pues había completado su trabajo. Pero como su hijo aun necesitaba de su instrucción, Rav Yosi de Pekiín recibió veintidós años más de vida. Ésta es una lección muy importante. Ayudar a otros en su crecimiento no es sólo una oportunidad, es una de las razones fundamentales por las que permanecemos en este mundo, particularmente, la educación de un niño es muy importante. Tal como está escrito: “El mundo se sostiene por el aliento del estudio espiritual de los niños”.

Cuando viajaban, una paloma se acercó a Rav Elazar, arrullando y posándose ante él. Rav Elazar declaró: “Paloma digna, tú eres siempre fiel en tu misión. Ve e informa a Rav Yosi, mi suegro, que esté preparado para los amigos que van a llegar, y dile que yo estoy con ellos. Un milagro le ocurrirá en tres días. No debe temer, porque vamos a él con alegría”. Rav Elazar habló otra vez, diciendo: “Yo no estoy muy feliz, porque estoy turbado en gran manera, debido a que una granada completa (un alma justa) fue dada en su lugar; su nombre también es Yosi”. La paloma se fue de su presencia y los amigos partieron.

Rav Aba dijo: “Rav Elazar, ¿qué es esta gran maravilla que he observado?” Rav Elazar replicó: “Esta paloma llegó a mí en una misión de Rav Yosi, mi suegro, quien está enfermo. Me enteré por la paloma que él está ya a salvo, que un sustituto fue dado en su lugar, y él se puso bien”.

Mientras seguían su camino, he aquí que un cuervo apareció ante ellos, gritando y graznando fuertemente. Rav Elazar dijo al cuervo: “Éste es tu deber, y por esta razón fuiste creado. Sigue tu camino, porque yo conozco ya tus noticias (que el otro Rav Yosi va a morir)”. Rav Elazar dijo: “Vamos y presentemos nuestros respetos a esa granada que estaba llena de todo; Rav Yosi de Pekiín era su nombre. Él se fue de este mundo. Y no hay nadie allí que merezca cuidarlo, y él está cerca”.

357. עד דהו אבלי, הא ויהי
חד קטא קלבי רבי אלקור.
שריאת, וקא קלפא קבוי.
אמר רבי אלקור, ויהי כשרה
במזמנת דהו תדיר
בשליחותיה, וכל ואמא ליה.
הא ובריה אתאן קלבר, ואמא
עמהן. וקא ובריה ליה
לכחא וישי, וקא ופול ליה
דחיל, דהא בחדיה און און
קלבי. אהב וקא אורא
ואמר, לא ודינא סגא, וקא
בעלי סג, על חד רמנא
מליא דאמריב תוחתיה, וישי
שניה. און דהו וקא
מקבוי, ואון ובריה און.

358. אמר רבי אבא לר
אלקור, מא תא, תורא סג.
מקא דחמנא, און ויהי דא
אתא קלבי בשליחותיה
דרבי ישי חמי, דהו בבי
מקליה, דהו מנה ויהי
דאמריב, ודינא אהייה
לכיה ואהי.

359. עד דהו און, הא
שריאת חד קאם לקבוי.
קרא בריא, וקלפא
אמריב סג, אמר רבי
אלקור, דהו את קימא
והכי און מתא, וכל דאמריב
דהו דהו אמר ר אלקור,
ובריה וכל וקלבי חסד
לרמנא, דהו מליא מברא
ורבי ישי דשקיען שניה איה.
דהו אסתלק מלקמא דין,
וליה מאן דהו דאמריב
מיה, ואיה קרב קלבי.

Se desviaron del camino y fueron a la casa de Rav Yosi de Pekiín. Cuando la gente del pueblo los vio, todos fueron a recibirlos, y los amigos entraron en la casa. Rav Yosi tenía un hijo pequeño que no permitía a nadie acercarse a la cama de su padre después que éste murió. Sólo él estaba junto a ésta, llorando sobre su padre con su boca sobre la boca de su padre.

El hijo comenzó y dijo:

“¡Señor del Mundo, la *Torá* dice: ‘Si por casualidad encuentras un nido de pájaro... sin duda dejarás ir a la madre.’!” El hijo lloraba. Dijo: “¡Señor del Mundo, cumple con lo que está escrito en Tu *Torá*! Fuimos dos hijos para mi padre y madre; mi hermanita y yo. Debías habernos tomado a nosotros y actuado de acuerdo con las palabras de la *Torá*, como está escrito: ‘De cierto dejarás a la madre irse, y tomarás a los pequeños para ti’. ¡Señor del Mundo, si estás en desacuerdo, porque la *Torá* dice ‘madre’ y no ‘padre’, conoce que todo ha ocurrido aquí. Porque mi madre murió, y Tú la has llevado lejos de sus hijos, ahora también a mi padre, quien nos protegía, te lo has llevado lejos de sus hijos. ¿Dónde está la justicia de la *Torá*?! Rav Elazar y sus amigos lloraron al ser testigos de la pena y lágrimas del jovencito.

Rav Elazar comenzó la discusión con el versículo: “El Cielo por alto, y la Tierra por profunda”. Cuando Rav Elazar habló este versículo, un pilar de fuego los separó del fallecido, pero el hijo continuaba pegado a los labios de su padre y no se separó. Rav Elazar dijo: “Una de dos: Dios quiere realizar un milagro y revivir al padre de este niño, o Él desea que nadie más se acerque al cuerpo. Sin embargo, no puedo aguantar ver las lágrimas del

360. סטו מארנא, ואילו לתמן. בין דחמו לין כל בני מאנא, ופיקו לנבייהו. ועאלו תמן בני רבי יוסי דסקיעין. אינן וזכרייא אמן. ברא זעירא הנה ליה לרבי יוסי, וכל שביק לבר גש דיומא לפרסא דאבוי, בחר דמית. אלא תא סלודויה הנה סמך ליה, ובכי זעירא, פומיה בפומיה סתריקא.

מאריה דעלמא, בתיב מארייתא, כי יקרא קן צפור לפניך ולא, שלח השלח את האם ולא, הנה גלי ההוא יפקא ובכי, אמר, מאריה דעלמא, קיים מלה דא דארייתא, תרין בון תינא מאנא ואמי, אלא ואזוי זעירתא מנא, הנה לך למיסב קן, ולקיימא מלה דארייתא, ואי תימא מאריה דעלמא, אם בתיב, ולא אם, הא תכא סילא היא, אבא ואמא, אימא ביתה, וזכות ליה בעל בון, השתא אבא דהני ופיק זקן, אנשים בעל בון, אן דינא דארייתא, פכו ר אלקור וזכרייא, לקבל מביה וגלי דהוא יפקא.

362. פסח ר אלקור ואמר, שמים כרום וארץ לעומק ולא, עד הנה אמר ר אלקור קרא דא, הנה למורא דאשא פסיק מנניהו, והוא יפקא זקן דביק בפומיה דאבוי, ולא הו סתרישאן, אר אלקור, או בעי קורשא בריך הוא למרנש זיסא, או בעי דלא ישתכל בר גש אחרא גמיה, אבל על סמך דהוא יפקא ודמיה, לא ידילא למסב.

muchacho ni oír sus palabras”.

Mientras permanecían sentados, oyeron otra voz que decía: “¡Bendito eres, Rav Yosi, porque las palabras del jovencito y sus lágrimas se elevaron al trono de Dios y quitaron el decreto. Y Dios entregó a trece personas en tu lugar al Ángel de la Muerte. He aquí que ellos han añadido 22 años a tu vida, y así tendrás tiempo de enseñar al chico, el perfecto y amado, ante el Creador!”

Rav Elazar y los amigos se levantaron y no permitieron a nadie permanecer en la casa. Vieron que el pilar de fuego se había ido. Rav Yosi abrió sus ojos y el hijo estaba todavía con sus labios presionados sobre sus labios.

Rav Elazar dijo: “¡Bendita es nuestra porción que con nuestros propios ojos fuimos testigos de la resurrección de los muertos!”. Se acercaron a Rav Yosi y el niño se quedó dormido, como si estuviera expirando de este mundo. Dijeron: ¡Bendita es tu porción, Rav Yosi, y bendito es el Misericordioso, quien debido al clamor y el llanto de tu hijo ha realizado un milagro por ti. Él estaba empujando, para abrirlas, las puertas del Cielo con sus bellas palabras, y te fue añadida vida por causa de su súplica y llanto!”.

Ellos tomaron al hijo y lo besaron y lloraron con él en gran alegría. Lo llevaron a otra casa y lo despertaron. No le informaron inmediatamente del retorno a la vida de su padre, pero lo hicieron más tarde. Se regocijaron ahí tres días y revelaron, con Rav Yosi, muchos secretos nuevos en la *Torá*.

363. גר' דהו' יתבין, שמוע' נר' קלא, דהוה אמר, אבא אנת רבי יוסי, דמלין דהא גריא גליא, ודמלי, סליקו קלבי דרסויא דמלקא דדישא, ודע דהא, ותליסר בני גשא אמין דורשא בריר, דהא למלאך המות בגיגך, והא גלידון יתרון שזון אוסיפו לך, גר' דתליסר אורייתא, קלא גריא גליטא, ודמלקא קמי דורשא בריר דהא.

364. קמו ר' אלעזר ודבריהם, ולא שבקי לבר גש' למימם בביתא, מיד דמו דהוא גמורא דאשא דסליק, ור' יוסי פתח גיגיו, והוהא יוקא דביק פומיה בפומיה.

א'ר אלעזר, אבא דוולקא דחמינא תונית המותם, גיגא גלינא, קריבו קלביה, והוה דהא יוקא גאים, סמוה דגל מלאי גלמא, אמרו אבא וולקך רבי יוסי, ובריר דחמינא דאורייתא לך גשא, גל גליא ובכייא דגלך, ובמלי, דהכי דווקא במלין שפירין לתרע שומא, במלי ובדמלי אוסיפו לך חיון.

365. גטלוהו ליהוה יוקא, וישמחוהו ובכו עמיה בחדרה שגיא, ואפקוהו לביתא אחרא, ואתגרו גליה, ולא אדעו ליה מיד, אלא לבתר דכי, ודו תמן תקלמא יומין, ודדישו ברהי דהוא רבי יוסי, סמוה דדישין באורייתא.

Rav Yosi les dijo: “Amigos: no me fue conferida autoridad para revelar lo que observé en ese mundo, hasta que hayan pasado doce años.

366. אמר לון ר' יוסי, ובריא. לא אהיה נחלת לך רעו לנפלאה מנהוגא דחמינא ביהווא עקמא. אלא לבתר תריסר שני.

Sin embargo, las 365 lágrimas que mi hijo derramó fueron tomadas en cuenta ante Dios. Y les digo, amigos: en el momento en que mi hijo dijo ese versículo de la *Torá*, y clamó con todas esas palabras, 300.000 bancas que estaban en la academia celestial fueron sacudidas. Todas las almas se presentaron ante Dios y pidieron compasión para mí, y fueron garantes por mí, afirmando que yo no pecaría en el tiempo que me sería otorgado. El Creador se llenó de compasión por mí”.

אבל תלת מאה ושתין וחמשי דמילין, דאשירי ברי, נאכלו מוחשקמא קמוי מלכא קדישא. ואמיןא לכו ובריא. דבשעתא דשנתא ביהווא פסוקא. ונלא באינן מילין, אדמילי תלת מאה אלפי ספסלי דהיו במחשבתא דרקינא. ובקרו קומוי קמיה דמלכא קדישא. ובעי רחמי עלי. ונרבו לי. וקדישא ברוך הוא אתקולי רחמין עלי.

“Las palabras de mi hijo y la manera en la cual entregó su alma por mí, agradaron a Dios. Un ángel estaba presente y dijo: “¡Señor del Universo! ¿No dice: ‘De la boca de los bebés y los lactantes has establecido fuerza contra Tus enemigos, para que puedas inmovilizar al enemigo y al vengador’? ¡Que te sea grato que a través del mérito de la *Torá*, y el merecimiento de ese hijo que estaba listo para dar su alma por amor a su padre, tengas misericordia de él y él será salvado!”.

367. ואשיר קמיה, אינן מילין. והך ספר נפשיה עלי. וחד אפטרופסא הוה קמיה. וקאמר, מארי דעלמא, הא כתיב מפי עוללים ויונקים יסדת עו לטמן צורריך להשבות איים ומתנקם. והא רנא קמר, וכו דאדרינא. וכו דיהווא רנא. דקא מסר נפשיה על אבותי דתחוס עליה. וישמח.

“Trece personas fueron preparadas y entregadas al Ángel de la Muerte en mi lugar. Entonces, Dios llamó al Ángel de la Muerte y lo instruyó para regresar después de 22 años, porque aquellos trece que me rescataron no me libraron de la muerte para siempre. Fueron meramente colocados en las manos del Ángel de la Muerte como custodios temporales. Ahora, amigos, porque Dios vio que ustedes eran verdaderamente justos, el milagro

368. תריסר בני ושא אמין ליה תוחתי, ונרבונא ונב ליה. מדינא תקיפא דא. כדון קרא קדישא ברוך הוא למלאך המות, ופקיד ליה עלי. דמלתא לבתר גלידון תריין שני. דהא לא ערבונא קמיה. אלא ליתוב לידוי. משיבון דהיו בידי. השתא ובריא. בלי דמלא קדישא ברוך הוא דאמין ופא קשיוט. אהרתיש ושא לעיניכו.

ocurrió ante sus ojos”.

MEDITACIÓN

Al meditar sobre este pasaje, se enciende nuestra apreciación por el poder que reside dentro de cada uno de nosotros, y despertamos ese poder para llevar a cabo cosas mucho más grandes que las que podríamos imaginar jamás.

זכאָה אַתָּה רַבִּי יוֹסֵי, דִּמְלִין דְּהָא גָדִיא זַעִירָא.
zeirá gadiá dehá demilin Yosei Ribí ant zacaá
דִּמְעֵי, סְלִיקוּ קִלְבֵּי בְרַסְיָא דְּמַלְכָּא קַדִּישָׁא.
kadishá demalcá curseyá legabéi slikú vedimói
דִּינָא וְדָנָא
diná vedanu

Bendito eres, Rav Yosi, porque las palabras del jovencito y sus lágrimas se elevaron al trono de Dios y quitaron el decreto.

SUPERAR EL MIEDO: “UNA MONTAÑA FORMIDABLE”

(ZÓHAR, VAYEJÍ, VERSÍCULO 423) Si somos honestos acerca de esto, son muchas las cosas que nos dan miedo. Desde el día en que nacemos y hasta el día en que dejamos este mundo, el miedo es un desafío constante en nuestras vidas. Como bien explica el *Zóhar*, experimentamos la sensación de miedo debido a nuestra falta de conexión espiritual. Estos pasajes del *Zóhar* hablan acerca de viajar, aunque en realidad se refieren al viaje de la vida. A medida que avanzamos en nuestro “viaje”, debemos atraer una conexión con la Luz en cada paso del camino.

Rav Yosi, Rav Yehuda y Rav Jizkiyá están viajando cuando se topan con una montaña formidable. Al principio, Rav Yosi se espanta ante los peligros que podrían amenazarlos. Pero Rav Yehuda explica que mientras estemos conectados a la *Shejiná* no hay razón para sentir miedo. El término *Shejiná*, empleado con frecuencia en el *Zóhar*, representa el aspecto femenino de la Luz del Creador. La *Shejiná* es nuestra madre espiritual, la Luz que se manifiesta y nos rodea, nuestra protectora, nuestro sustento. Ella es la fuente de toda Luz y de las bendiciones que atraemos a nuestras vidas. Por lo tanto, Rav Yehuda enfatiza la importancia de conectarnos de manera consciente con la *Shejiná* para atraer protección a nuestras vidas.

Al principio de este fragmento, Rav Yosi se refiere al miedo que siente el profeta Samuel cuando Dios le pide que encuentre un reemplazo para el Rey Saúl. Cuando Dios pregunta a Samuel por qué vacila en comenzar esa

búsqueda, Samuel le responde que el Rey Saúl lo mataría si se enterase de su misión. Rav Yehuda explica que la situación de los tres amigos es bien distinta, que no corren ningún peligro inminente ya que no se encuentran solos: están conectados con la Luz a través de su trabajo espiritual. En otras palabras, la *Shejiná* está con ellos.

Mientras caminaban, llegaron a una montaña. Rav Yosi dijo: “Esta montaña es formidable; no nos que demos aquí sino que continuemos caminando”. Rav Yehuda dijo: “ Si es tuvieras solitario, yo te lo a aconsejaría, porque hemos aprendido que quien camina solo en el camino pone en peligro su vida, pero esto no se aplica a tres. Además, cada uno de nosotros es digno de que la *Shejiná* no se aleje de nosotros”.

Rav Yosi dijo: “Hemos aprendido que un hombre no debe depender de un milagro. Sabemos esto de Shmuel, como está escrito: ‘¿Cómo puedo ir? Si Shaúl oye esto, me matará’, y Shmuel era más digno que nosotros”. Rav Yehuda le dijo: “Aunque él era más merecedor de un milagro de lo que lo somos nosotros, estaba solo, y el peligro era patente. Pero nosotros somos tres, y no hay peligro a la vista. Si hubiera malos espíritus, hemos aprendido que no aparecen delante de, o causan daño a, un grupo de tres; ni hay asaltantes aquí, ya que la montaña está lejos de lugares habitados, y no hay gente aquí, aunque es verdad que hay bestias salvajes aquí”.

Rav Yehuda continuó la discusión diciendo: ““El ángel que redime...””. Dice ‘redime’, mientras que debió haber sido: ‘quien redimió’. ¿Por qué el tiempo presente? Es por que el ángel mora siempre con las personas y nunca abandona a un hombre justo. Ven y ve: El ángel que me redime es la *Shejiná*, quien continuamente acompaña al hombre, nunca abandonándolo en tanto éste persista en su labor espiritual. Un hombre debe, por lo tanto, ser cuidadoso de no salir solo al camino. ¿Qué es ‘solo’? Un hombre debe ser cuidadoso de persistir en el trabajo espiritual, de modo que la *Shejiná* no se vaya de él, y no

423. עד דהו אילי אגלי
טורי מרא אר יסי. האי
טורא דגליל. וזך וכל דחלפ
הבא בן דטורא דזיקלא הוא
אמר רבי וזכרה. א זכרה וז
זכרה אגליא רבי. דהא תנן
דמאן דאלי וזיקא מארזא
אמרייב טרשייה. אכל תלתא
לא וכל חד וחד מון. אמרו
דלא תעבי מון שכינתא.

424. אר יסי. הא תנן דלא
יסמוך בר גט גל דא. מנן.
משמואל דההוב אר אר
ושמע שאל וזכרה. והא
אמרו שמואל יסמוך מון. אמר
לית. אפילו רבי. איהו וז
זכרה. והוהא אשתבח לעינא.
אכל און תלתא. והוהא לא
אשתבח לעינא. האי משום
מוסין. הא תנן. דתלתא לא
מקטני. (לא מוקי. ואי משום
לסטים. לא משתכחי הבא.
דהא רזיק מיישובא האי
טורא. ובי גט לא משתכחי
הבא. ברם דזכרה הוא. דזכרה
ברא דמשתכחין הבא.

425. שמו ואמר המלאך
הואל אותי מכל רע. האי
קרא אית לאשתכחא בית.
הואל. אשר גאל מכלי בית.
מאי הואל. בן דהוא
משתבח תדיר לגבי בן גטא.
וכא אגרי סב' ופאה
לגלסין. תא וז. המלאך
הואל אותי דא שכינתא.
האלי גמיה רב' תדיר. (לא
אגרי מויה. בר ב' גטא
סקיני אריותא. וז' וזכרה
בר גט. דלא שוק וזיקא
מארזא. מאי וזיקא. דזכרה
ב' דסטר סקיני אריותא.
בן דלא תעבי מויה שכינתא.
וזכרה דסטר וזיקא. ברא
וזא דשכינתא.

tenga que ir solo, sin la compañía de la *Shejiná*.

Ven y ve: Cuando un hombre se pone en camino, debe orar ante Dios para atraer la *Shejiná* sobre él, y entonces partir, unido con la *Shejiná*, quien lo redimirá en el camino y lo salvará en tiempo de necesidad.

426. תא וזוי, בדר ופיק בר גיש
לאריותא וסדר צלותא קמי
סאריה, בגין לאמשיבא עליה
ישכינתא ולבשר ופיק לאריותא.
ויעבד וזגא דישכינתא, למפיק
לית באריותא וקענבא ליה.
בבבל כזה האגמדרך.

“Está escrito que Yaakov dijo: ‘Si Dios está conmigo’, refiriéndose a la unión con la *Shejiná*, ‘y me guardará en este camino’ para salvarlo de cualquier daño. Yaakov estaba so litario esa vez, y la *Shejiná* caminaba delante de él.

427. כזה כתיב ביעקב, אם
יהיה אלקים עמדי, דא וזגא
דשכינתא. ושמרני בדרך
הזת, למפיק לי מפלגא ויעקב
וויירא תיה ביהוה וזגא.
ישכינתא אפלת קמיה, כל
שבן וקרייא דאית בינייהו
פלין דאורייתא, על אית
כסוד וספוד.

¡Cuánto más para amigos — esto es: los justos— con las palabras de la *Torá* entre ellos!”.

Rav Yo si dijo: “¿Qué haremos? Si nos quedamos aquí, el día declina y si subimos, ésta es una montaña grande y formidable, y temo a las bestias salvajes”. Rav Yehuda dijo: “Estoy sorprendido de que estés tan atemorizado”. Rav Yosi le dijo: “Hemos aprendido que un hombre no debe depender de un milagro, ya que Dios no realiza milagros todo el tiempo”. Rav Yehuda le dijo: “Esto es verdad para un hombre solo, pero noso tros somos tres. Con palabras de la *Torá* entre nosotros, y la *Shejiná* con nosotros, no tengo temor”.

428. אר יוסי, מאי געביד, אי
והעבב הבא, דא יומא טאך
למיעל, אי גתך לעילא, טורא
רב איהו, ותיזיל דחיוון וקלא
דחילקא אר יהודה, תווקא
גתך ר יוסי, אל דא תגין
דלא יסמוך בר גיש על יסא.
דקורעא בריך דא לא ירויש
יסא בבבל שעתא, אל ד'ם
וויירא, אבבל אגמא תקתא.
ובלי אריותא ביגא, וישכינתא
עבא, לא דחילקא.

MEDITACIÓN

A medida que leas estas palabras del *Zóhar*, piensa en las cosas de tu vida que te hacen sentir miedo. La conexión con la *Shejiná* que imparte esta meditación te ayudará en el proceso de superar tus miedos. Esta meditación también incita a comprender que, para ser librados del miedo para siempre, necesitamos fortalecer de manera continua nuestra conexión con la Luz del Creador. El miedo, literalmente, no puede existir si mantenemos una fuerte conexión con la *Shejiná*.

וּמְלֵי אֲרֵי־תָא בֵּינָא, וְשִׁינְתָּא לִמָּנָא,
imaná ushjintá beinaná oraitá umiléi
לָא דְנִיכְלָא
dajeilná la

Con palabras de la Torá entre nosotros, y la Shejiná con nosotros, no tengo temor.

CUANDO NECESITAS PROTECCIÓN: “Y EL MIEDO DE TI Y EL TEMOR DE TI”

(ZÓHAR, NÓAJ, VERSÍCULO 252) En el fragmento anterior hablamos acerca de los miedos. Aquí, el *Zóhar* nos enseña cómo lograr la protección total.

No todo miedo es irracional. Hay muchas cosas a las que realmente deberíamos temer, aunque eso no significa que tengamos que dejarnos dominar por esas cosas. Por el contrario, según el *Zóhar*, cada uno de nosotros nace con un escudo protector de Luz, el *Tselem Elokim*, que rodea cada cuerpo como un aura. Cuando este escudo está fuerte, sano y funciona en su máxima potencia, hasta los poderes genuinamente peligrosos y aterradores que hay en el mundo (simbolizados en este fragmento por animales salvajes) se apartan de nosotros.

No obstante, también es verdad que las acciones negativas pueden debilitar y oscurecer nuestro escudo protector de Luz, generando en nosotros la sensación de miedo. Y esta clase de miedo no es en absoluto irracional porque, en realidad, nuestras acciones negativas nos han hecho más vulnerables a esas fuerzas destructivas externas.

Una vez que entendemos esto, la importancia práctica del trabajo espiritual se hace evidente. Superar nuestros impulsos negativos y realizar nuestro trabajo espiritual mediante actos generosos y de compartir no son meras acciones virtuosas. De una forma muy práctica, este comportamiento fortalece nuestras defensas contra los verdaderos peligros que se nos presentan en la vida.

252. ויוראבם ויחזקם ויהי.
מבא ויחלאת. יהא לבן
ויקפן דבני נשא. דהא
בקרמיתא לא הו דייקפן
דבני נשא. תא ווי בקרמיתא
פתיב בעלם אלקים עשה את
הארץ. ופתיב ברמות אלקים
עשה אותו. פון דחטו אשתו
דייקפיהו. מזהא דייקפא
עלאת. ואתהפסו אפן
למחלל פקמי חיון ברא.

[illegible]

254. האם יש להבחין בין
האדם והחיה והצומח
באשר לאיכות הנפש?

זו דייקנא דלחין, לא אשתו
מוזיו דדייקנא עלמא, וכל
ברין דלמא, וזין דחולין
קפיד, ופיעלמא דבני ושא
לברין על פתלמי אריותא.
אתחלף דייקנא דלחין, וכל
זין דחולין מקמי ברין
אזרין, וזין דאתחלף דייקנא
עלמא, ואתעלם מליוה, וברין
שלימי ברו חיות קרא, דהא
לא חמי ברו, דהא דייקנא
עלמא דלחין.

Cuando las personas dejaron el arca y el mundo fue renovado, Dios los bendijo otorgándoles dominio sobre todas las criaturas, aun sobre los peces en el mar. Como está escrito: “Y sobre todos los peces del mar; son entregados a tu mano”. Rav Jiyá dijo: “A tu mano son entregados” indica que cuando Dios creó el mundo, entregó todo a las manos del hombre. Como está escrito: “Y ten dominio sobre los peces del mar, y sobre las aves del aire...”.

255. וְעַל כָּךְ, הַשָּׁמַיִם בִּינָן
הָעֵלְמָא אֲתִיבֵי בְּמִקְדָּשָׁא.
בְּרִיךְ לֵן, בְּרִיכָה דָא, וְשִׁפְטָה
לֵן עַל כָּלָּא, כִּדְּא וְכָל דְּגִי
הָיִם בְּיָדָם נִתְּנָה. וְאַסְיֵי נִתְּנָה
וְכָא ר' חֲזִינָא אֲמֹר, בְּיָדָם
נִתְּנָה. מִקְדָּשָׁא דָא. דְּבִרָא
קִדְשָׁא בְּרִיךְ הִיא עֲלֵמָא בְּסֵד
כָּלָּא בִּירְהוּן, דְּכִתְיִב, וְרָדִי
בְּרִיכָה הָיִם וְכָלֵף הַשָּׁמַיִם וְעַל.

MEDITACIÓN

En definitiva, podemos alcanzar un estado del ser en el que nada puede hacernos daño. Esta meditación fortalece nuestro escudo protector y nos inspira a evitar acciones que lo debilitan.

תָּא וְחַי, כָּל אֵינָן בְּנֵי יִשְׂרָאֵל, דְּלֹא חֲטָאן
jatán dela nashá bnéi inún col jazéi ta
קָמִי מַאֲרִיחֹן, וְלֹא עֲבָרִין עַל פְּקֻדֵי אִירֵיכָא.
oraitá pikudéi al avrín velá marcihón kaméi
וְיִדְעֻיכֻנָּא דְלִהֹן, לֹא אִשְׁתַּנֵּי מִנֵּיהּ דְּיִדְעֻיכֻנָּא
dideyokná mejeizú ishtanéi la dilhón deyokná ziv
עֲלֵאָהּ, וְכָל בְּרִיין דְּעֲלָמָא, זַיִן וְדַחַלִין
vedajalín zaín dealmá beriyán vejol ilaá
קָמִי.
kaméi

Ven y ve: Todas las personas que no se conducen negativamente ante su Señor, y no transgreden las leyes espirituales, retienen el esplendor Divino de la imagen del Creador. Por lo tanto, todas las criaturas del mundo tiemblan de miedo ante ellos.

EL PODER DEL PERDÓN PARA ELIMINAR JUICIO:
“RAVABA Y EL VIAJERO”

(ZÓHAR, *MLKETS*, VERSÍCULO 186) ¿Cuántas veces en tu vida has sentido el deseo de herir a alguien por la simple razón de que esa persona te hirió primero? Cuando intentas aplicar venganza, aunque sientas que es justificada, creas un espacio para que se promulgue un juicio en tu contra. En cambio, si resistes el impulso reactivo de la venganza, atraes perdón y buena voluntad a tu vida.

Algunas veces las enseñanzas del *Zóhar* son desafiantes y a veces son sencillas. Este pasaje, sin embargo, recurre a una historia simple y clara para revelar el poder del verdadero perdón. El viajero de este relato no era siquiera consciente de los dos milagros que lo habían salvado del peligro. Pero fue el poder del perdón practicado a lo largo de su vida lo que lo protegió. Rav Aba aprende de este poder del viajero, y a su vez Rav Aba nos enseña a nosotros.

Cuando Rav Aba estaba sentado junto a la puerta de la ciudad de Lod, vio a un viajero parado cerca de la orilla de un precipicio en el lado de la montaña. El viajero debía estar fatigado del camino, porque mientras Rav Aba observaba, el viajero se tendió en el suelo y se durmió. Mientras dormía, una serpiente vino hacia él. Entonces, apareció súbitamente un lagarto y mató a la serpiente. Cuando el viajero despertó, vio a la serpiente muerta y se retiró del precipicio. En ese preciso momento, el precipicio fue arrancado de la montaña y cayó valle abajo, pero el viajero fue salvado. Si hubiera despertado un momento más tarde, habría caído hacia la muerte.

186. ר' אבא הוה יתיב אתרעא דאמבא דלוד, וזא חזי בר גש דהנה אתי, ותיב סוד קולטא דתקא דארעא. וזנה לא מארנא, ותיב וזאם תפן, אדחכי חמי חזי וזא דהנה אתי לזביה, ופק קסטא דגורדנא, וקטיל ביה לזנא. פד אתער הווא בר גש, וזא הווא וזא לקבליה דהנה סיד, אדחכי הווא בר גש, וזא קולטא דעוקא דחזותי ואשתויב.

Rav Aba se acercó al viajero y dijo: “¿Qué has hecho para que el Santísimo, bendito sea Él, realizara dos milagros para ti: salvarte de la serpiente, y salvarte de la caída del precipicio? Porque estos eventos no sucedieron sin una razón”.

187. אתא ר' אבא לזביה, אפר לו אמא לי סאן עבדך, דהא קדשא בריך הוא רחיש לך אלון דרין גסין, לא אעין למנא.

El viajero contestó: “Toda mi vida perdoné e hice la paz con cualquier hombre que me hacía el mal. Si no podía hacer la paz con él, no dormía en mi cama antes de perdonarlo, y a todos los otros que me habían agraviado, y no les guardé rencor por cualquier daño que me hubiesen ocasionado. Más aún, de ese día en adelante, traté de ser bondadoso con ellos”.

188. אפר לו הווא בר גש, פכל וזאם לא אשלים לי בר גש בישא בעלמא, דלא אחפיקא בנהיה, ומוזיקא ביה, וזא אי לא זכיקא לאתפיקא בנהיה, לא סזיקא לערסי, גר המזיקא ביה, וזא אעין דמזגרי לי, וזא וזיקא כל וזא להווא בישא דאשלים לי, וזא די לי דא, אלא דמנהוא וזא וזיקא, אשתדקא קמער עמהן סבא.

Rav Aba lloró y dijo: “Los actos de este hombre superan a aquellos de Yosef, porque aquél los que hirieron a Yosef eran sus hermanos. Ciertamente, él tenía que apenarse por ellos y perdonarlos en aras de su hermandad.

189. בכה ר' אבא ואמר, יתיר עבדוי דרין מוסק, דיוסף הוה אדני ונאי, וזנה ביה לרזמא גלוי, אכל סה דעבד דא, יתיר הוה מוסק, יאזת הוה דקדשא בריך הוא ורחיש ביה זיקא על זיקא.

Pero este hombre perdonaba a todos, de modo que es más grande que

Yosef y es digno de que el Santísimo, bendito sea Él, realice un milagro tras otro por amor a él”.

MEDITACIÓN

Todo lo que te sucede es el efecto de algo que has hecho en esta vida o en una vida pasada; o puede ser una experiencia que se te brinda para ayudarte en tu transformación. En cualquier caso, lo que ocurre es *exactamente* lo que necesitas en ese momento.

Una vez que comprendas esto, te resultará sencillo perdonar a aquellos que te han “hecho mal”. De hecho, la venganza será reemplazada por la gratitud. Medita sobre este pasaje del *Zóhar* para despertar tu capacidad de perdonar de verdad a los demás.

כל יומא לא אשלימ כ' בר נש בישא
bishá nash bar li ashleim la yomái col
בעלמא. דלא אתפייסא בהדיה. וכו' יקנא כ'יה.
léi umajilna bahadéi itpayasna dela bealmá
ה. אי לא יביקנא לאתפייסא בהדיה. לא סליקנא
salekna la bahadéi leitpaysá yajilna la i vetú
קערסי. עד דמחיקנא כ'יה. וכל אינן דמסארו
dimtsaarú inún ulejol léi demajilna ad learsí
כ'יה. וקנא ווייטנא כל יומא להחא בישא
bishá lehahú yomá col jaishaná vela li
דאשלימ כ'יה. וקנא די כ'יה. אקנא דמחא בישא
yomá dimhahú ela da li di velav li deashleim
ובחלאה. אשתדלנא למעבד עמון טבא.
tavá imhón lemebad ishtadalna ulchalá

*Toda mi vida perdoné e hice la paz con cualquier hombre que me hacía el mal.
Si no podía hacer la paz con él, no dormía en mi cama antes de perdonarlo, y
a todos los otros que me habían agraviado, y no les guardé rencor por cualquier
daño que me hubiesen ocasionado. Más aún, de ese día en adelante, traté de ser
bondadoso con ellos.*

ENCONTRAR LA LUZ EN LA OSCURIDAD: “LA SALIDA DE RAV SHIMÓN DE LA CUEVA”

(ZÓHAR, PRÓLOGO, VERSÍCULO 185) Cuando nos encontramos en situaciones difíciles u oscuras, habitualmente nos preguntamos: ¿por qué la vida ha dado este giro? Sin embargo, aun en las tinieblas, la Luz puede ser revelada. Hay un simple ejemplo que ilustra muy claramente este punto: no hay experiencia más dolorosa que la de dar a luz; sin embargo, a través de este dolor, se trae la vida al mundo. El principio que dice que la oscuridad sólo es una cubierta para la Luz que brilla en nuestro interior es una de las enseñanzas más inspiradoras del *Zóhar*.

El *Zóhar* cuenta la historia de cómo Rav Shimón se vio obligado a ocultarse de los romanos, quienes habían prohibido las enseñanzas de esta sabiduría. De hecho, el maestro de Rav Shimón, Rav Akivá, había sido asesinado por impartirla. Rav Shimón y su hijo Rav Elazar huyeron a las montañas, donde permanecieron escondidos estudiando en una cueva durante trece años.

En este pasaje, Rav Pinjás, el suegro de Rav Shimón, visita a su amigo Rav Rejumai. Éste, valiéndose del símbolo de una joya, elogia el esplendor espiritual de Rav Shimón y de Rav Elazar. Al marcharse, Rav Pinjás se encuentra con dos pájaros que le entregan un mensaje: que Rav Shimón ha salido de la cueva.

Rav Pinjás se apresura para reunirse con Rav Shimón y su hijo. Durante los trece años que estuvieron escondidos en aquella cueva, nos dice el *Zóhar*, Rav Shimón se había enterrado hasta el cuello, y fue durante ese período que el *Zóhar* le fue revelado. Aunque maltrecho y descompuesto, Rav Shimón se siente feliz y pleno. La dificultad que Rav Shimón soportó generó gran Luz para él mismo y para el mundo.

Rav Pinjás visitaba frecuentemente a Rav Rejumái, quien vivía a orillas del Lago Kinéret. Rav Rejumái era un gran hombre, pero era muy anciano y había perdido su vista. Le dijo a Rav Pinjás: “He oído que nuestro amigo Yojái tiene una joya, una piedra preciosa. Esto es: tiene un hijo. He observado la Luz que brilla de esa joya. Brilla como el resplandor del Sol cuando éste emerge de su estuche e ilumina a todo el mundo”.

185. רבין פנינא ויהוה הוה שכינא
קמי דרבי ריומאי בבית וסא
הנפסר. וכל רב וקטניא
היומין הוה. וקטניא אסתלקו
מלפניו. אמר לרבי פנינא.
וראי שמינא דיומאי וסרנא
אית ליה מרנאית אבן טובא.
ואסתכלית מנארא דהוה
מרנאית. ופיקא מנארא
דשמינא מנארא. ונארא כל
עלמא.

“Esa Luz bajará del Cielo para iluminar a todo el mundo, hasta que el Anciano de los Días aparezca y esté sentado apropiadamente en su Trono. En tu familia, Rav Pinjás, ese resplandor está presente en su totalidad. Y de esta Luz en tu familia un rayito ha salido e ilumina a todo el mundo. ¡Cuán feliz es tu porción! ¡Ve, hijo mío, ve! Ve a esa joya que ilumina a todo el mundo, porque es la hora correcta”.

186. והוה נארא קאם
משמינא לארעא. ונארא כל
עלמא. עד דהוה עתיק יומין.
והוה נארא כרסא כרסא
יאות. והוה נארא כרסא
כרסא כרסא. וסרנא
דאסתכלית מנארא. ופיקא
דפיק דפיק. ופיק דפיק. ונארא
כל עלמא. ונארא וינארא. ופיק
כרסא פוק. וכל אסתכלית דהוה
מרנאית דנארא. ונארא
שמינא קינא כרסא.

Entonces Rav Pinjás dejó a Rav Rejumái.

187. ופיק מנארא וקאם
למיעל בהוה ארעא.

Acompañado por dos personas, Rav Pinjás se preparaba para abordar un barco, cuando vio dos pájaros volando hacia él a través del lago. Rav Pinjás alzó su voz y dijo: “¡Pájaros, oh pájaros!, ustedes que vuelan sobre las aguas, ¿han visto el lugar donde está el hijo de Yojái?” Esperó un tiempo y dijo entonces: “¡Pájaros, oh pájaros: vayan y tráiganme una respuesta!” Los pájaros se alejaron volando hacia el medio del mar y desaparecieron.

והוה נארא קאם
משמינא לארעא. ונארא כל
עלמא. עד דהוה עתיק יומין.
והוה נארא כרסא כרסא
יאות. והוה נארא כרסא
כרסא כרסא. וסרנא
דאסתכלית מנארא. ופיקא
דפיק דפיק. ופיק דפיק. ונארא
כל עלמא. ונארא וינארא. ופיק
כרסא פוק. וכל אסתכלית דהוה
מרנאית דנארא. ונארא
שמינא קינא כרסא.

Entonces, antes de que Rav Pinjás abordara el barco, los dos pájaros reaparecieron. En el pico de un pájaro había una carta informándole que Rav Shimón, el hijo de Yojái, había salido de la cueva junto con su hijo, Rav Elazar. Cuando Rav Pinjás fue a encontrarse con Rav Shimón, vio que Rav Shimón había cambiado completamente. Su cuerpo estaba lleno de cicatrices y llagas por haber permanecido tanto tiempo en la cueva. Rav Pinjás lloró con Rav Shimón y dijo: “¡Qué tragedia que te he visto así!” Rav Shimón contestó: “¡Cuán feliz es mi porción, que me has visto así. Porque si no me hubieses visto con tantas cicatrices, no sería lo que soy!”.

188. גר' ה'שפ'ק, דא איזן
אפרין אמרין, ופוקא דה'א
מגידו פתקא דה'א, וכתוב
בג'וה, דה'א גר' יוחאי נפק מן
מערותא, ורבי אלקיז בריה
אזל לגביה, ואשכח דה'א
מינעא, ופיה מלא חכמין.
בבה בנהיה, ואמר, וי
דחמיתך בך, אמר, ובה
וולקי דחמית לי בך,
דאלמלא לא וסיתא לי בך
לא הי'א בך, פתח רבי
שמעון בפקדו אורייתא
ואמר, פקדי אורייתא דיהב
קדיש ברוך הוא ד'שאל
קדוהו פאורייתא פארוו כלל
קדיש.

MEDITACIÓN

Utiliza esta meditación cuando te encuentres en una situación oscura y difícil. Te ayudará a saber que hay Luz escondida en la oscuridad; y lo que es aun más importante, te ayudará a revelar esa Luz.

אָמַר. זאַכאַ ווילקיי דאָמייט לי בֵּיגֶי.
bejaj li dajameit julakí zacaá amar
דאָלמלאַ לאַ דאָמייטא לי בֵּיגֶי לאַ האַבִּינאַ בֵּיגֶי.
bejaj haveiná la bejaj li jameitá la deilmalé

“¡Cuán feliz es mi porción, que me has visto así. Porque si no me hubieses visto con tantas cicatrices, no sería lo que soy!”

CUANDO NECESITAS ELIMINAR LOS CELOS Y LA ENVIDIA: “NO COMAS PAN DE QUIEN TIENE MAL DE OJO”

(*ZÓHAR*, *SHEMOT*, VERSÍCULO 21) ¿Qué ocasiona que deseemos lo que otros tienen? A menudo es un sentimiento de vacío o de carencia en nosotros mismos. Si bien el Mal de Ojo puede ser un concepto nuevo, seguramente todos hemos sentido celos y envidia. La Kabbalah enseña que estos sentimientos crean una energía y una fuerza —el Mal de Ojo— que influye negativamente no sólo en quienes lo sentimos, sino también en la persona que es objeto de esos celos o envidia.

A través de sus ojos, la gente transfiere esta energía negativa hacia objetos físicos, comidas y bebidas, o hacia otras personas. En esta sección, el *Zóhar* expone el peligro de ingerir la comida de alguien que tiene Mal de Ojo. Los egipcios fueron capaces de controlar a los Israelitas porque éstos comieron del pan imbuido con el Mal de Ojo. Este concepto no se limita a comidas y bebidas. Compartir cualquier placer con una persona negativa es definitivamente algo que debemos evitar. Necesitamos ser conscientes de los efectos del Mal de Ojo en cada área de nuestras vidas, así como de la negatividad que nosotros mismos podemos dirigir hacia los demás.

Rav Jiyá abrió la discusión diciendo: “No comas el pan de aquél que tiene un Ojo Maligno, por que el pan o los beneficios que serán obtenidos de esa persona no tienen ningún valor”. Cuando el pueblo de Yisrael bajó a Egipto, si no hubieran probado el pan de Egipto, no habrían sido abandonados en el exilio y los egipcios no habrían podido hacerles daño.

21. ואכלה עמונת בני ישראל.
רבי יחיא פתח. אל תכלום את
כלום רע עין. ואכל התא
למטעמתי. אל תכלום את
כלום רע עין. פנין דהתמא או
הנאה דהתמא פד נש דהני רע
עין. לא אוהו כדאי למיכל
יכארתהו מניה. דאי פד נהני
ישראל למעריס. לא יטעמון
נהמא דמערמי. לא אשתבקי
פוליתא. ולא יתקן לון מערמי.

Rav Yitzjak le dijo: “Pero fue decretado que el pueblo de Yisrael debía estar en el exilio, y esto iba a suceder aun si no hubiesen comido el pan de los egipcios”. Rav Jiyá le dijo: “Todo esto es correcto. Pero no fue decretado que el exilio fuera en Egipto, ya que no está escrito: ‘Tu descendencia será extranjera en la tierra de Egipto’ sino más bien: ‘En una tierra que no es de ellos’. Y hasta pudo haber sido en una tierra diferente”.

22. אסור ליה רבי יצחק. והא
נזרא אתמור. אל כלא אוהו
כדקא נאח. דהא לא אתמור
במערס דווקא. דהא לא
כתוב כי נר ותיא והלך בארץ
מצרים. אלא בארץ לא להם.
ואפילו בארץ אחרא.

Rav Yitzjak dijo: “Una persona que se preocupa por su alma, para quien el comer está infundido con importancia y conciencia —o aun una persona que come simplemente para sobrevivir— debe ser extremadamente vigilante. Si encuentra una persona que tiene Ojo Maligno, debe ser muy cuidadoso de no comer del pan de esa persona. Porque no hay peor pan en el mundo que el de una persona con Ojo Maligno”.

23. אסור ר' יצחק. מאן דאורי
בגל גופו. דמיקבליה ותיור
משאר בני נשא. אי מאן
דהוא איל בתר מעי. אי
אערע דהוא רע עין. יכוס
גרמיה וכל יוכל מנהמא
דיליה. דלית נהמא שיטא
בעלמא. פד מההוא כלום רע
עין. מה כתוב כי לא יוכלון
המערס לאכל את העברים
כלום כי חלצה היא למעריס.
הא כך כלום רע עין.

MEDITACIÓN

Con la siguiente meditación despertamos la conciencia del peligro de los celos que provienen tanto de otras personas como de nosotros mismos. También nos protegemos del Mal de Ojo de los demás.

אָמַר ר' יִצְחָק, מַאֵן הָאִיזָה בְּעַלְלָא זָשֵׁט,
 néfesh baal deihú man Yitsjak Ribí amar
 הַמִּיכְלִית יְהִיר מִשְׁאָר בְּנֵי זָשֵׁט, אִי מַאֵן
 man o nashá bnéi mishar yatir demcijléi
 הָהוּא אֵיל בְּתֵר מַעִי, אִי אֶעֱרַע בְּהוּא רַע
 ra behahú iará i meói batar azil dehú
 עֵין, יָכֹס לְרַמְיָה וְלֹא יִכּוֹל מִנְהָמָא דִּילֵיהּ,
 díleí minahamá yejul velá garméi yejus aín
 דְּלִית לְהָמָא בִּישָׂא בְּעַלְמָא, בָּר מַהוּא קְלוֹם
 léjem mehahú bar bealmá bishá nahamá deleit
 רַע עֵין, מִהּ כְּתִיב כִּי לֹא יִכְלֹן הַמִּצְרִים
 haMitsrim yujlún lo qui ctiv ma aín ra
 לְאֹכֵל אֶת הַעֲבָרִים קְלוֹם כִּי תוֹעֵבָה הִיא
 hí toevá qui léjem haivrim et lecjol
 לְמִצְרַיִם, הֵא לָךְ קְלוֹם רַע עֵין.
 aín ra léjem laj ha leMitsraim

Rav Yitzjak dijo: “Una persona que se preocupa por su alma, para quien el comer está infundido con importancia y conciencia —o aun una persona que come simplemente para sobrevivir— debe ser extremadamente vigilante. Si encuentra una persona que tiene el Ojo Maligno, debe ser muy cuidadoso de no comer del pan de esa persona. Porque no hay peor pan en el mundo que el de una persona con Ojo Maligno”.

COMPRENDER AL Oponente, EL ORIGEN DE TODO CAOS Y
NEGATIVIDAD: “CON TODO TU CORAZÓN, Y CON
TODA TU ALMA, Y CON TODA TU FUERZA”

(ZÓHAR, TRUMÁ, VERSÍCULO 673) ¿Existe aquí y ahora algún área de tu vida que parece estar fuera de control? Puede ser una complicación financiera, una relación difícil o un problema de salud. Todos experimentamos conflictos en nuestra vida, y la Kabbalah nos enseña que ninguno de ellos es meramente fortuito. Detrás de cada problema hay una fuerza de energía generada por el Creador para darnos la posibilidad de superar los desafíos. Sin un Oponente que vencer, no seríamos capaces de crecer y lograr el propósito por el que vinimos a este mundo.

A través de la historia del hijo de un rey y una prostituta, el *Zóhar* explica que el Oponente es una fuerza negativa con un propósito positivo. Así como en este relato resistirse a la prostituta permite al príncipe llegar a ser rey, superar a nuestro Oponente nos permite lograr nuestra verdadera grandeza.

Tal como describe este pasaje, todo aquel que nos inclina hacia la reacción negativa merece en realidad nuestra gratitud, ya que nos está proporcionando la oportunidad de alejarnos de la negatividad mediante nuestro propio esfuerzo; y cuando lo logramos, revelamos Luz. Ésta es la verdadera función del mal en el mundo. Nos brinda la oportunidad de convertirnos en la causa y en los creadores de nuestra propia Luz, y de esta manera realizamos nuestro propósito en el mundo.

Es como un rey que tenía un único hijo, y lo amaba extremadamente. Y le ordenó con amor no acercarse a una mujer maligna, porque cualquiera que se aproximara a ella no era digno de entrar al palacio del rey. Es e hijo prometió que cumpliría amorosamente la voluntad de su padre.

Fuera del palacio del rey estaba una prostituta que era demasiado hermosa digna de ser contemplada. Después de unos pocos días, el rey dijo: “Deseo conocer los sentimientos de mi hijo hacia mí”. Llamó a esa prostituta y le dijo: “Ve y tienta a mi hijo, para probar sus sentimientos hacia mí”. ¿Qué hizo la prostituta? Fue a donde el hijo del rey y lo abrazó y besó y lo tentó con toda clase tentaciones. El hijo es como debe ser y obedece las órdenes de su padre; la regaña y no la escucha y la arroja lejos

de él. Entonces el padre se regocija con su hijo, lo trae al sanctasanctórum de su palacio, y le da regalos y obsequios y un gran honor. ¿Quién causó todo éste honor para este hijo? Debemos decir que fue la prostituta.

673. אָבאָ וָדאָי רעטתא
ד'מאריה עבד. למלכא ד'תת
לית בר וואדא, וְהָא רחום
לית יתיר, וְפָקִיד עַלֵּיהּ בְּרוּחִי.
ד'לא יקרב גְּרוּמיה לַאֲתֵתא
בִּישָׁא, בְּזָן ד'כָּל מֵאן ד'יקרב
לְגַבֵּיהּ, לֹא בִדְאִי אִיהוּ לֹאֲעֵלֵא
עַ פִּלְטָרִין ד'מלכא. אִדְּוִי לִית
הָוֵא בְּרֵא, לְמַעַבְדִּי רעטתא
ד'אבוי בְּרוּחִי.

674. בְּבִיתא ד'מלכא, לְבַר,
תַּת וָדא וָנָה, וָאָה בְּוִיחִי,
וְשִׁפְדָא בְּרִיָּא, לְיוֹסִין אָמִיר
מלכא, בְּעִינָא לְמוֹנֵי רעטתא
ד'ברי לְגַבֵּא, קָרָא לֵה כְּהֵוֵא
וָנָה, וְאָמִיר כֵּה וְכֵה וְתַפְתִּי
לְבַר, לְמוֹנֵי רעטתא ד'ברי
לְגַבֵּא, הָוֵא וָנָה מֵאָה עֲבָדִית,
אֶלֵּה אֲבִתְרִיהּ ד'בריה ד'מלכא
שָׂרֵאת לְוַשְׁקָא לִיה וְלַעֲשָׂקָא
לִיה, וְכַפְתִּי לִיה טַבְּכֹה פְּתִיין.
אִי הָוֵא בְּרֵא יֵאֵת, וְאֶעֱתִי
לְשִׁקְדָא ד'אבוי, גְּלֵר כֵּה, וְכֵא
אֶעֱתִי כֵה, וְרִיזִי כֵה מַעֲתִי. בְּרִין
אָבוי וָדִי בְּבִרִית, וְאֶעֱלֵל לִיה
לְעַ פִּרְטָא ד'הִיבְכִית, וְהָוֵא
לִיה מִתְּנֵן וְנִבְּלָא וְיִקֵּר סְגִיא.
מֵאן גְּרִים כָּל הָאִי וְקֵר כְּהֵא
בְּרֵא, הָוִי אִיבֹא הָוֵא וָנָה.

¿Merece la prostituta elogio por esto o no? Ciertamente, lo merecen todo respecto, porque cumplió la orden del rey y despertó el amor del rey hacia su hijo. Por lo tanto, está escrito: “Y ¡he aquí que era muy bueno!”. ‘Y, ¡he aquí que era bueno!’ se refiere al Ángel de la Vida, mientras que ‘muy’ se refiere al Ángel de la Muerte, quien también es ciertamente muy bueno, porque cumple la orden d e su Señor. Ven y ve: Si no hubiese sido por este tentador, entonces el justo no heredaría aquellos tesoros celestiales que son su porción en el Mundo por Venir.

Benditos son aquéllos que se encontraron con este tentador, benditos son aquéllos que no lo hicieron. Benditos son aquél los que le hicieron frente a este tentador, y que fueron salvados de él, porque por causa de éste heredan todo lo que es bueno y todas esas delicias, y todos esos placeres del Mundo por Venir.

675. והיה וזוהי וזוהי את זה
שקראו בהאי אי לאו. וראי
שקראו את זה מכל סטרו.
וזר, העבדות פקודת המלכא.
וזר, העבדות לזה לזהוהו
מלא. לבל זהוהו טובו, לבל
האי רחובו המלכא לזהוהו.
על כחית, והנה טוב מאד.
והנה טוב, דא מלאך נחיש.
מאד, דא מלאך העדות.
דאיהו ונאי טוב מאד, לטאן
דאגות פקודין דמאדיות. ונא
וזי, אי לא וזה נאי
מקטרגא. לא ירדון צדיקא
הני וזוהי עלאין, דמסין
לירתא ללכטא דאחי.

676. וקאין איזן דאנרע
בהאי מקטרגא. וקאין איזן
דלא אנרע ביה. וקאין איזן
דאנרע ביה, ואשתדו מזה.
דבגויה דתין כל איזן טבין.
וכל איזן עדיין.
וכל איזן כסופין דלכטא
דאחי, דעליוה כחית גין לא
ראתה אלהים וזקח.

MEDITACIÓN

Darte cuenta de que tienes el poder de resistirte a la negatividad implica la responsabilidad de usar ese poder. Puede parecer más fácil aceptar el papel de víctima y de verte indefenso ante tu destino. Sin embargo, la idea de que vivimos en un universo caótico y aleatorio es, en última instancia, el punto de vista más negativo y destructivo de todos. Aun cuando te resulte difícil ver los desafíos preparados por el Oponente como regalos para nosotros, esta meditación suscitará en ti esa comprensión y la energía necesaria para actuar de acuerdo con ella.

יְבָרַךְ אֱלֹהֵינוּ יְהוָה מֶלֶךְ עוֹלָם וְעַד
inún vezacáin mekatregá behái deiráu inún zacáin
דֵּלָא אֲנֵרְעוּ בֵּיהּ. יְבָרַךְ אֱלֹהֵינוּ יְהוָה
bei deirau inun zacain bei iarau dela
וְאַתְּחִיבּוּ מִנֵּיהּ. דִּבְּנֵינָהּ יְהוָה כֹּל אֱלֹהֵינוּ
inún col yartín divguinéi minéi veishtezívu
טָבִין. וְכֹל אֱלֹהֵינוּ עֲרֵינָהּ. וְכֹל אֱלֹהֵינוּ כְּסוּפִין
quisufin inún vejol idunín inún vejol tavín
דֵּאֲלֵמָּה דֵּאֲלֵמָּה.
deatéi dealmá

Benditos son aquéllos que se encontraron con este tentador, benditos son aquéllos que no lo hicieron. Benditos son aquéllos que le hicieron frente a este tentador, y que fueron salvados de él, porque por causa de éste heredan todo lo que es bueno y todas esas delicias, y todos esos placeres del Mundo por Venir.

CONECTAR CON TU ALMA GEMELA (ZÓHAR, LEÍLEJÁ,
VERSÍCULO 346) Para la mayoría de las personas, encontrar su alma
gemela es la tarea más difícil de su vida. Parte de la dificultad surge de su
intento de hallar a la persona adecuada, en lugar de *ser* la persona adecuada.
Encontrar a tu alma gemela no se trata de tener muchas citas o establecer
contactos para conocer nuevas amistades todos los días. Para atraer al alma
que deseas, primero necesitas que tu alma alcance su mismo nivel. Eso
significa desarrollarte espiritualmente. Significa hacer el trabajo espiritual
que describe el *Zóhar* y utilizar las herramientas espirituales que
proporciona la Kabbalah.

En el pasaje seleccionado, el *Zóhar* revela los misterios que rodean los
aspectos femenino y masculino del alma, así como el concepto de las
relaciones entre almas gemelas. Cuando un alma completa ingresa en este
reino físico, lo hace a través de los esfuerzos del ángel *Laila*, que en
español significa “Noche”. Durante este proceso de descenso del Mundo
Superior, el alma unificada se separa en dos mitades: masculina y
femenina. Si ambas mitades se embarcan en un camino espiritual durante
su existencia física, pueden ameritar su reunificación. Mientras que el ángel
Laila es responsable de conducir las almas a la dimensión física, es el
Creador quien reúne las dos mitades de una misma alma en el momento
adecuado, ya que sólo el Creador sabe con certeza quiénes son verdaderas
almas gemelas.

Ven y ve: Todas las almas que están destinadas a venir al mundo se presentan ante Él como parejas, con cada alma dividida en mitades masculina y femenina. Después, cuando las almas llegan al mundo, el Santísimo, bendito sea Él, las junta. Rav Yitzjak dijo: “El Santísimo dice: ‘La hija de este hombre irá con el hijo de aquel hombre’”.

346. ותא וזין, טבס' אינן
דייבונן דזשטותין דעלמא.
כלות וזין וזין קמיה.
לבתר, כד אתין קתא
עלמא, קדשא בריך הוא
מזיג וזין. אמר ר' יצחק.
קדשא בריך הוא אמר בת
קלוי לקלוי.

Rav Yosi preguntó: “¿Cuál es el significado de esto? ¿Cómo puede el Santísimo anunciar quién va con quién cuando las almas entran en este mundo, ya que está escrito: ‘Y n o hay nada nuevo bajo el Sol’, lo que significa que todo fue arreglado en el momento de la creación del mundo?” Rav Yehuda dijo: “Está escrito: ‘bajo el Sol’. Pero ‘arriba del Sol’, nuevas cosas pueden tener lugar”. Rav Yosi preguntó: “¿Por qué el Santísimo ha de hacer un anuncio, ya que Rav Jizkiyá dijo que Rav Jiyá dijo que exactamente en el momento en que un hombre nace y emerge en el mundo, su esposa le es asignada?”

347. אמר רבי יוסי, מאי קא
מירי, והא כתיב אין כל חדש
תחת השמש. אמר ר' יהודה.
תחת השמש כתיב, שאני
לגילא. אמר רבי יוסי, מאי
בריא רבא. והא אמר ר'
יוסקיה אמר רבי יוסיא, כהניא
שעתא מיטע, דזשיק כר זע
לקמא, בת וזו אנדמנת לו.

Rav Aba respondió: “Felices son los justos, cuyas almas son adornadas cuando aparecen ante el Santísimo, antes de venir a este mundo. Porque hemos aprendido que cuando el Santísimo, bendito sea Él, envía a las almas al mundo, todos estos espíritus y almas incluyen un masculino y un femenino unidos”.

348. אמר רבי אבא, וכן
אינן צדיקיא, דזשמותין
מחלפין קמי מלכא קדשא.
גד לא ייתן לעלמא, דהכי
תנין, כהניא שעתא דאפיק
קדשא בריך הוא זשמותין
לקמא, כל אינן רוחין
זשמותין, כלוי בליק דבר
ויקבא דמחלפין כדכא.

“Ellos son entregados a un ministro, quien es un emisario a cargo de la concepción humana y cuyo nombre es *Laila*. De ese modo, cuando las almas descienden al mundo y son entregadas al ministro, son separadas una de la otra. A veces una precede a la otra en bajar y entrar en el cuerpo de un ser humano”.

349. (אתמסרן בירא דהויא
מבנא, שליוא דאחפיקר על
ליואיהן דבני זשא, ולילה
שמיא, ובשעתא דזוחין
ואתמסרן בידי, מחפשיין.
ולקטין דא אקדים בן דא,
ואזית לוי טבני זשא.

Cuando llega su tiempo de casarse, el Santísimo, bendito sea Él, quien conoce a estos espíritus, los junta como estaban antes de que bajaran al mundo. Y Él anuncia: ‘La hija de este hombre irá con el hijo de ese hombre’.

350. וְכֵן מְבִיא עֵרֶךְ דְּוִוְנָא
דְּקִלְוִין. מְדַשָּׁא בְּרִיךְ הוּא
דְּנִדְעֵי אֵינֵן רִוּוּן וְשִׁמְתִין.
מְזַבֵּר לֵין בְּדִקְדֻמִּיתָא.
וּמְבִירָא גְבִירָה.

“Cuando son juntados, se vuelven un cuerpo y un alma, el derecho y el izquierdo en unidad apropiada. Y a causa de esto, ‘no hay nada nuevo bajo el Sol’. Esto no es nada nuevo, sino más bien un retorno a como estaban antes de bajar a este mundo. Dado que sólo el Santísimo, bendito sea Él, sabe esto, Él hace por lo tanto un anuncio con respecto a ellos”.

וְכֵן אֶתְחַבְרִין, אֶתְגְּבִירִי חַד
וְשָׂא חַד שְׁמִיתָא. וְכֵן
שְׁמִיתָא בְּרִיקָא חַד. וְכֵן
בְּרִיקָא חַד וְכֵן חַד
הַשְׁמִישׁ.

“Ustedes pueden decir: ‘¡Pero hemos aprendido que un hombre obtiene una pareja de acuerdo a sus actos y formas de conducta!’. ¡Ciertamente, es así! Si es merecedor y sus caminos son correctos, entonces merece a su propia alma gemela, para juntarse con ella como cuando dejaron el Mundo Superior”.

351. וְאִי תִּסְתָּא הָא תַּנְיִן, בֵּית
וְוִוְנָא. אֶתְבִּירָא לְפִינִי עֹבְדִין
וְאֶרְחוּ דְּבִירָא שֵׁי. הָכִי הוּא
וְהָא, דְּהָא אֶבִּירָא וְעֹבְדִין
אֶתְבִּירָא, אֶבִּירָא לְהוּא דְּיִלְוִיה.
לְאֶתְחַבְרָא בֵּיתָא, בְּמִתָּה דְּשִׁפְיָא.

MEDITACIÓN

Incluso después de haber encontrado a tu alma gemela, puede haber momentos en los que sientas que se están separando. Una relación de almas gemelas no necesariamente es un vínculo en el que te sientes en calma y en paz todo el tiempo. No se reduce a: “yo estoy bien, tú estás bien”. El propósito último de esta reunificación es el crecimiento espiritual constante. Y es precisamente cuando ese crecimiento ocurre que la unidad entre las almas se hace más profunda.

Esta meditación puede ayudarte a atraer tu alma gemela a tu vida. También puede fortalecer tu conexión con un alma gemela que ya encontraste. Cuando se despierte en ti el deseo de encontrar a tu alma gemela, o cuando necesites renovar tu vínculo, usa la meditación siguiente:

דאז זאגט, וועבדוי אדעשטן, זאגט זאגט דאז זאגט דאז זאגט
lehahú zajé itcashrán veovadói zajé deí
דאז זאגט, דאז זאגט דאז זאגט דאז זאגט דאז זאגט
denafeik quema béi lehitjabara diléi

“Si es merecedor y sus caminos son correctos, entonces merece a su propia alma gemela, para juntarse con ella como cuando dejaron el Mundo Superior”.

EMPEZAR ALGO NUEVO: “ATRAER LA LUZ”

(*ZÓHAR*, *BERESHIT B*, VERSÍCULO 438) A menudo, cuando comenzamos algo nuevo experimentamos entusiasmo y energía, pero con el correr del tiempo esa energía empieza a debilitarse. El *Zóhar* explica, sin embargo, que podemos sostener la fuerza inicial de nuestros inicios si atraemos la Luz del Creador desde un comienzo. Así como un árbol depende de la semilla, todas las manifestaciones futuras dependen de sus comienzos. Es más, todos los momentos de nuestras vidas, incluso aquellos que parecen representar completitud, también son, en realidad, comienzos.

La Kabbalah enseña que el verdadero destino de todos nuestros viajes es la alegría y la plenitud totales. Para alcanzar este destino necesitamos conectarnos con la Luz. El nombre que el *Zóhar* da a esa Luz que atraemos es *Shejiná*, el aspecto femenino del Creador, que está allí para ayudarnos y protegernos en cualquier viaje que emprendamos.

Esta sección revela la importancia de atraer la Luz a todos nuestros comienzos. En otras palabras, en todo aquello que hacemos, siempre debemos ir acompañados de la Luz.

Rav Shimón viajaba acompañado de su hijo, Rav Elazar, Rav Yosi y Rav Jiyá. Rav Elazar dijo a su padre: “El camino está despejado delante de nosotros, y nos gustaría oír palabras de sabiduría”.

438. רבי שמעון ויהו אחיב
בארנא. והו עמיה רבי
אלעזר ברית. ורבי יוסי ורבי
יויא. עד דהיה אולי אמר
רבי אלעזר לאבוי. ארנא
מתקא קון. בעין למשמע
מפי דאורייתא.

Rav Shimón empezó a hablar de las palabras: “Aun cuando un necio va por su camino, su corazón está faltando”. Rav Shimón dijo: “Cuando un hombre está de viaje y quiere hacer sus maneras agradables al Creador, debe consultar al Creador y orarle antes de proceder, para que su viaje esté asegurado. Esto es como aprendimos en relación al versículo: ‘La Justicia va delante de él; entonces pondrá sus pies en el camino’, lo cual significa que debe orar para que la *Shejiná* no se aparte de él”.

439. פתח רבי שמעון ואמר.
גם בדרך פשהקבל ואלך
לבו חסר וגו. עד ב"ו בעי
לארנא ארנא קמי קדשא
ברוך הוא. עד לא יפיק
לארנא. בעי לאמקא ביה.
ולגלי קמיה על ארנא. כח
דחנא. דחנא גרע קמי
יהיך וישם בדרך פגמי.
דהא שכינתא לא אהקרא
מיה.

De aquél que no tiene fe en su Señor, está escrito: ‘Aun cuando un necio va por su camino, su corazón está faltando’. Rav Shimón preguntó : “¿Qué se quiere decir con ‘su corazón?’”.

440. ופאן דאיה לא
מהקא בברית. מה קמי
בית. וגם בדרך פשהקבל
והלך לבו חסר. מאן לבו.

“Es el Santísimo, bendito sea Él, cuya *Shejiná* no acompaña a los necios. Así, ‘su corazón está faltando’ significa que al necio le falta Su ayuda en su camino. Todo esto es porque un hombre que no confía en su Señor no busca la ayuda de su Señor antes de emprender el viaje”.

לא קדשא ברוך הוא. ולא
יהי עמיה בארנא. ואלך
סייעתא בארנא. פון
דחנא פו גו. דלא מוחסן
מיה בארנא. עד לא יפיק
בארנא. לא בעי סיעתא
דמארי.

“Y aun cuando está de camino, no está ocupado en el estudio de la sabiduría, y así ‘su corazón está faltando’. Debido a que no sigue a su Señor, no encuentra a su Señor en su camino. El versículo continúa: ‘Y él proclama a todos que es necio’, queriendo decir que aunque oye palabras de la Fe verdadera en Dios, él dice que es necedad prestar atención”.

441. ואפילו בארץ, כד
 איהו איל, לא אשתדל במילי
 הארץיתא. וכו' כן, לבו
 חסר, דלא איל בהנחית
 דבריה. וכן אשתדל
 בארץיתא. ואמר לכל סכל
 הוא. אפילו כד שמוע סכל
 דקדושתא דקאריה. הוא
 אמר, דטעושתא הוא
 לאשתדל ביה.

MEDITACIÓN

Cuando inicies una tarea o una nueva relación, recurre a esta meditación para atraer la *Shejiná* a tu viaje y para obtener y mantener las bendiciones que la Luz te traiga.

בְּרִיךְ כֹּהֵן גָּדֵל לְאֶתְקָנָא אֲרֵי קָמִי קִדְשָׁא
kudshá kaméi arjéi leatkaná baéi barnash cad
בְּרִיךְ הוּא. גַּד לָא יִפּוֹק לְאֶרְחָא. בְּרִי לְאֶמְלָכָא
leamlajá baéi learjá yipok la ad hu berij
בֵּיתָ, וּלְצִלִּי קָמִיָּה. עַל אֲרֵיָּה.
arjéi al kaméi uletsaléi búi

Rav Shimón dijo: “Cuando un hombre está de viaje y quiere hacer sus maneras agradables al Creador, debe consultar al Creador y orarle antes de proceder, para que su viaje esté asegurado”.

REEMPLAZAR LA DUDA POR CERTEZA: “SU ESPOSO ES CONOCIDO EN LAS PUERTAS”

(ZÓHAR, VAYERÁ, VERSÍCULO 151) Aunque ciertamente la vida incluye puntos de inflexión claves y momentos dramáticos, no es menos cierto que nuestros emprendimientos más importantes nos toman por lo general años, más que horas o minutos. Ya se trate de desarrollar una carrera profesional, formar una familia o superar un problema complicado de salud, esta sección —una de las más importantes del *Zóhar*— revela el único elemento básico que necesitas para conectarte con la Luz. Ese elemento es la *certeza*.

La certeza es el poder que atrae la Luz a nuestras vidas. La certeza es la Vasija hacia la cual fluye la Luz. Del mismo modo que la física cuántica afirma que el proceso de observación crea aquello que es observado, la Luz del Creador se vuelve presente en nuestras vidas en el mismo grado en que tenemos certeza de su presencia. Esta correlación también se da en sentido inverso: en la medida en que dudemos de la existencia de la Luz, ésta literalmente dejará de existir en nuestras vidas.

Esta es una asombrosa lección: la conciencia es la clave. Es nuestra conciencia la que literalmente atrae al Creador a nuestras vidas. En este pasaje, el hecho de que la conciencia fomenta la presencia del Creador se expresa a través del doble significado de la palabra hebrea para “puertas”. En hebreo, “puertas” (*shearim*) también connota la acción de “revelar” o “interpretar” (*meshaer*). El *Zóhar* explica que el verso “Su esposo es conocido en las puertas” tiene un significado más profundo: Dios es conocido y revelado en la medida en que nuestra propia conciencia ve la Luz.

Rav Yehuda habló del versículo: “Su esposo es conocido en las puertas, cuando se sienta entre los ancianos de la tierra’. Ven y ve: El Creador es exaltado en Su gloria, porque Él está oculto y es grandemente elevado. Desde la creación del mundo, nadie ha sido capaz de captar y concebir Su sabiduría completa. Nadie es capaz de comprenderla”.

“Él está oculto y es exaltado muy por arriba del alcance de ambos: los seres inferiores y los superiores. Está tan alto que todos ellos proclaman: ‘¡Bendita sea la gloria de Dios desde Su lugar!’ La gente en la Tierra proclama que Dios está en lo alto, como está escrito: ‘Su gloria está por arriba del Cielo’, pero los ángeles dicen que Dios está abajo, como está escrito: ‘Su gloria está sobre toda la Tierra’. Así, tanto los seres celestiales como los seres humanos declaran: ‘¡Bendita sea la gloria de Dios desde Su lugar!’, porque Él es inescrutable, y nadie es capaz de captarlo. Así, ¿cómo se explica uno el versículo: ‘Su esposo es conocido en las puertas?’”.

“Con toda seguridad, ‘Su esposo es conocido en las puertas’ se refiere al Creador, quien es conocido y concebido de acuerdo a lo que cada uno de nosotros construye en su mente y es capaz de captar con el Espíritu de la Sabiduría. Así, es capaz de entender de acuerdo a lo que es capaz de asumir. Por lo tanto, está escrito: ‘Su esposo es conocido en las puertas’, aunque el completo conocimiento de Él está mucho más allá del alcance de cualquiera”.

151. ר' יהודה פתח. נודע בשערים בעלה בשבתו עם אבני ארץ. תא וזו קודשא בריך הוא אסתלק ביקריו. דאיהו גזי וסתים. בעלויא סגיא. לא איתי בעלמא. וכל הנה מן יומא דאתברי עולם. היכול לקיימא על ויבסותא דיבית. וכל יביל לקיימא ביה.

152. בגין דאיהו גזי וסתים. ואסתלק לעילא לעילא. וכלהו עלאי ותתאי לא יכלין לאתדבקא. עד דכלהו אמרין ברוך כבוד ה' במקומו. תתאי אמרי דאיהו לעילא. דכתיב על השמים כבודי. עלאי אמרי דאיהו לתתא. דכתיב על כל הארץ כבודך. עד דכלהו עלאי ותתאי אמרי ברוך כבוד ה' במקומו. בגין דלא אתידיע. ולא הנה מאן היכול לקיימא ביה. ואת אמרת נודע בשערים בעלה.

153. אלא וראי. נודע בשערים בעלה. דא קודשא בריך הוא. דאיהו אתידיע ואתדבק. לפום פה דמשער כלפיה. כל וד. כפה היביל לאדבקא ביומא דויבסותא. ולפום פה דמשער כלפיה. הכי אתידיע כלפיה. וכוזי כר. נודע בשערים. באיזון שערים. אכל דאתידיע בדקא יאות. לא הנה מאן היכול לאדבקא וקמנודע ביה.

MEDITACIÓN

Cuando sientas la necesidad de certeza para manifestar la máxima cantidad de Luz posible en tu trabajo, en tus relaciones o en cualquier área de tu vida en la que sientas una carencia, utiliza esta meditación para atraer la máxima cantidad de bendiciones de la Luz del Creador. Utilízala también antes de emprender cualquier acción espiritual importante, para fortalecer la certeza en tus habilidades y en las bendiciones que atraerás.

אֵלֹהִים וְדָאִי, נִדְעָה בְּשִׁעְרֵימָהּ. דָּא קִדְשָׁא
kudshá da baelá bashearim nodá vadái ela
בְּרִיךְ הוּא. הָאִיְהוָה אֵתְיָדֵל וְאֵתְדַבֵּק, לְפִנֵּי מֶה
ma lepum veitdabak ityedá deihú hu berij
דִּמְשָׁעַר בְּלִבֵּיהּ, כָּל יוֹד, כָּמֹה דֵּיכִיל
deyajil camá jad col belibéi dimshaer
לְאֵתְדַבֵּק בְּרוּחָא דְיוֹקְמֵתָא.
dejojmetá berujá leidabká

Con toda seguridad 'Su esposo es conocido en las puertas se refiere al Creador, quien es conocido y concebido de acuerdo a lo que cada uno de nosotros construye en su mente y es capaz de captar con el Espíritu de la Sabiduría.

DESEAR MÁS Y NO CONFORMARSE CON MENOS: “EL LIBRO OCULTO”

(ZÓHAR, SAFRÁ D ETSNIUTÁ, VERSÍCULO 1) Muchas

personas llegan a un punto en sus vidas en el que no se sienten plenas o satisfechas, por lo que llegan a la conclusión de que la vida *no fue hecha* para lograr la realización completa y se resignan a conformarse con menos.

Pero la Kabbalah nos enseña que eso es lo opuesto a la verdad. Nunca deberíamos conformarnos con menos que la completa satisfacción, tanto física como espiritualmente.

Uno de los riesgos más grandes en nuestro trabajo espiritual es pensar que hemos logrado un cierto nivel de desarrollo y que ya no hay necesidad de seguir profundizando. El *Zóhar* nos dice que deberíamos desear más de lo que jamás hayamos imaginado, y que la Luz se encargará de traerlo a nuestras vidas. Nuestro propósito en este mundo es alcanzar la alegría y la realización total y completas. Y para ello, nuestro deseo más profundo debería ser la conexión con la Luz del Creador.

En tal sentido, la parábola de esta sección explica que la conexión con la Luz implica un anhelo y un esfuerzo continuos por alcanzar la sabiduría más profunda. Rav Shimón afirma que sin un crecimiento constante en nuestra comprensión, no habrá un crecimiento constante de la revelación de la Luz del Creador.

Anhelar verdaderamente una comprensión más profunda es mucho más que una experiencia intelectual. En una carta al Rav Berg, mi padre y

maestro, Rav Yehuda Brandwein, su maestro, se refirió al hecho de que existen infinitos niveles de sabiduría en cada enseñanza. En ella explicaba que descubrir estos niveles es una experiencia física y sensorial, como encontrar un nuevo sabor en un sorbo de vino. No podemos descubrir la próxima revelación a menos que nuestro anhelo por ella esté siempre presente. Mientras nuestro deseo de comprender crezca de forma continua, nuestra experiencia y sentimiento por esta sabiduría serán cada vez más profundos. Somos capaces de percibir físicamente la Luz del Creador en nuestro interior.

Este pasaje es una introducción a la sección del *Zóhar* llamada “El Libro Oculto” (*Safrú Detsniuta*), que contiene la base de todos los secretos. Rav Shimón explica la necesidad de un aprendizaje más profundo, incluso más allá de los fundamentos.

¿Qué es el Libro Oculto? Rav Shimón dijo: “Hay cinco capítulos, contenidos en una gran cámara, que llena la Tierra entera”. Rav Yehuda dijo: “Si éstos incluyen toda la sabiduría, son lo mejor y no hay necesidad de estudiar más allá”. Rav Shimón dijo: “Esto es verdad para aquel que ha entrado a la Sabiduría y salido de ésta en paz. Pero no es así para uno que no entró a la Sabiduría y emergió de ésta en paz”.

1. מאן צויענעמא דיספרא.
אמר רבי שמעון, חמשה
פרקים אינן דכלילין ביהיכל
רב, ומילין כל ארעא. אמר ר'
יהודה, אי כלילין הני, מכלהו
גרושי. אמר ר' שמעון, הכי
הוא, למאן דגאל נפיק,
ולקמן דלא גאל נפיק לא
הכי.

Esto es parecido a un hombre que vivió en las montañas y no conocía a los habitantes de la ciudad. Sembraba trigo, y entonces comía el trigo tal como estaba. Un día, vino a la ciudad, donde le sirvieron pan bueno. Esa persona dijo: ¿Qué es esto? Le contestaron: ‘Es pan para comer’. Comió y resultó delicioso a su paladar. Dijo: ‘¿De qué está hecho?’ Dijeron: ‘Está hecho de trigo’. Después le sirvieron galletas mezcladas con aceite. Las probó. Preguntó: ‘¿Y de qué están hechas éstas?’ Contestaron: ‘De trigo’. Después le ofrecieron comida digna de reyes amasada con aceite y miel. Dijo: ‘¿De qué está hecha?’ Le dijeron: ‘De trigo’. Dijo: ‘Ciertamente tengo todo esto, porque como la esencia de todo esto, la cual es el trigo’. Debido a esta opinión, no aprendió cómo hacer todos estos manjares y no conoció las delicias del mundo; así, estaban perdidas para él. Es también así con aquel que toma la generalidad de la sabiduría, pero no conoce las delicias y manjares que derivan de esa generalidad.

2. מותא. לבר נט דהיה
היחיד בני טורין, ולא ידע
בדיורי מותא. ידע חסין.
ואכיל חטי כושייהו. יומא חד
גאל למותא. אקריבו ליה
נהמא טבא. אמר יהוא בר
נט, דגא לקה. אמרו נהמא
הוא כמיכל. אכל וטעם
לזרע לזכיה. אמר ומוסה
אתעביד דא אמרו מוטיין.
לבתר אקריבו ליה גרושין
דלישין כושיותא טעם כושיות.
אמר ואלין מוטה אתעבידו.
אמרו מוטיין.
לבתר אקריבו ליה טריקי
מלכין. דלישין בויבשא
ומישחא. אמר ואלין מוטה
אתעבידו. אמרו מוטיין. אמר
יהוא אנא קארי דכל אפין.
דאנא אכיל לקרא דכל אפין
דאיהו חסין. בגין יהוא
דעתא מערשי גלקא לא ידע
ואתעבידו מוטה. כך, מאן
דנקיט בקלא, ולא ידע
מכלהו גרושין דמבגין, דנפקין
מהוא בקלא.

MEDITACIÓN

Esta meditación despierta el deseo de obtener más en cada área de la vida, así como el entendimiento de que siempre hay más. Nos trae la conciencia de la necesidad de hacer cada vez más profunda tu satisfacción por la vida y tu comprensión de la sabiduría espiritual, para que nunca te conformes con tu situación actual.

בְּכַל מַאֲן הַדְּאִית בְּכַל אֶלָּא וְלֹא יָדַע בְּבִלְחִי
bejullhú yadá velá clalá denakit man caj
עִדּוּנִין דִּמְהַנְיָאן הַדְּאִית מְהֵרָא בְּכַל אֶלָּא
clalá mehahú denafkin dimhanyán idunín

Es también así con aquel que toma la generalidad de la sabiduría, pero no conoce las delicias y manjares que derivan de esa generalidad.

ATRAER MILAGROS: “LA ESPOSA DE OBADIA”

(*ZÓHAR, LEÍ LEJÁ*, VERSÍCULO 261) En ocasiones sentimos que no hay esperanza, parece que no hay salida posible a menos que ocurra un milagro. Sin embargo, según explica el *Zóhar*, la conciencia de desesperación es precisamente lo que impide que se produzcan los milagros. Para que suceda algo que rompa la barrera y vaya más allá de los límites de lo natural y lo normal (eso es lo que es un milagro, después de todo) es necesario que haya un punto de partida sobre el cual se base el milagro.

Cuando un doctor le dice a su paciente que sólo existe un cinco por ciento de probabilidad de sobrevivir, el paciente debería aferrarse a ese cinco por ciento de probabilidad. De la misma manera, alguien que tiene una pequeña suma de dinero debería utilizarla para pedirle al Creador que realice un milagro. En este caso, el dinero proporcionará al milagro un punto de partida sobre el cual descansar. Sin importar cuán pequeño sea ese punto de partida, ya sea un objeto físico o un momento de conciencia, éste puede servir como el espacio a partir del cual los milagros pueden tener lugar.

Para explicar esto, el *Zóhar* recurre a la historia bíblica de la esposa de Obadía (heb. Ovadyá), quien se encontró inmersa en grandes deudas después de la muerte de su esposo (Reyes II, 4:68). Cuando los acreedores amenazaron con tomar a sus hijos como esclavos, ella acudió al Profeta Elishá (esp. Eliseo) en busca de ayuda. Probablemente para su sorpresa, el

profeta simplemente le preguntó: “¿Qué tienes en tu casa?”. Cuando la mujer respondió que sólo tenía una pequeña vasija con un poco de aceite, Elishá le dijo que pidiese prestadas más vasijas a sus vecinos. Así lo hizo ella, y tal como Elishá le dijo, vertió el aceite de su vasija en las nuevas. Milagrosamente, la viuda fue capaz de llenar todas las vasijas con el contenido de la suya.

Los kabbalistas se hicieron una sencilla pregunta acerca de esta historia: si el Profeta tenía el poder de realizar un milagro en nombre de esta viuda, ¿por qué era importante que supiera qué había en su casa? ¿Por qué era necesario que ella tuviera una pequeña cantidad del aceite para que ocurriera el milagro? La respuesta es reveladora. En primer lugar, hacía falta un punto de partida para el milagro, en este caso la poca cantidad de aceite con el que contaba la viuda. Una vez que este elemento estuvo presente, pudo transformarse milagrosamente de escaso a abundante.

Igual que la viuda del relato bíblico, nosotros también podemos sentir desesperación. Esperamos que de alguna manera el Creador nos ayude con un milagro; sin embargo, somos nosotros mismos los que debemos crear un espacio para que ese milagro pueda entrar en nuestras vidas. Si todavía no disponemos de ese espacio, necesitamos crear uno. Una vez lo hayamos creado, por muy pequeño que sea, podrá ocurrir el milagro.

Rav Yehuda abrió el discurso citando el versículo: “Soy de mi amado y su deseo es hacia mí”. Esto significa que un despertar abajo resulta en un despertar arriba. No puede haber un despertar de arriba sino hasta que hay un despertar de abajo. Las bendiciones de arriba descansarán en un lugar con sustancia, no en un lugar vacío.

261. אזור והבשרים האלה הן
דבר ה' אל אברהם וצ' ר' יוחנן
שמו' אני לרד' וצ' השקדו.
הא אברהם, אבל שאתעלה
דליתא אשתכח' אתעלה
לעילא, דהא לא אהר' לעילא.
ער דאמר' ליתא. וברבא
דלעילא לא משהכח' אלא
מב' דא' מ' משהכח' וצ'
אז' ריקנא.

Sabemos esto de la esposa de Ovadyá, a quien Elishá dijo: “Dime, ¿qué tienes en tu casa?”. Preguntó esto porque las bendiciones de arriba no descansan en una mesa vacía, ni en un lugar vacío. Ella respondió: “Tu sirvienta no tiene nada en la casa sino una vasija con aceite”. Con referencia a esto, Rav Yehuda preguntó: ¿Cuánto había en la vasija? Había sólo suficiente aceite para untar en el dedo meñique”.

262. מנא' מאת עובדיה.
דאמר' לה אלה' הנני ל' מה
יש לך בבית' דהא ברבא
דלעילא לא שרין על פתחא
ריקנא וצ' מאמר' ריקנא מה
פריב' וצ' אר' ל' שפוח' כל
מב' מ' א' אר' שפ' קא
אר' אלא אר' ל' שיער
דהא משהכח' לא אז' אלא
מ' משהכח' אצ' וצ'.

Elishá dijo: “Me has tranquilizado. No sabía cómo las bendiciones de arriba descansarían en un lugar vacío. Pero ahora que tienes algo de aceite, éste es el lugar donde las bendiciones descansarán”.

263. אר' ל' מ' וצ' דהא
לא וצ' האר' שרין ברבא
דלעילא מ' וצ' ריקנא אבל
השתא דא' ל' שפ' דהא
אר' לאשתכח' מ' ברבא
מנא' וצ' מ' מ' וצ'
ו' שפ' מה פריב' מ' שפ' א' ה'
א' ה' וצ' א' א' וצ'
ו' אר' דהא ברבא.

MEDITACIÓN

En momentos difíciles, esta meditación te dará el poder de descubrir un lugar o de crear un espacio donde los milagros puedan realizarse.

וּבְרָכָאן דִּלְעִילָא לָא מִשְׁתַּכְּנִי, אֱלָא בְּמִדָּה
bame ela mishtacjéi la dileilá uvirján
דִּיאִית בֵּיה מַמָּשָׁא, וְלֹא אִידֵּי רֵיקָנָא
reikanyá ihú velá mamashá béi deit

Las bendiciones de arriba descansan en un lugar con sustancia, no en un lugar vacío.

TRANSFORMAR EL DOLOR: “LA MUERTE DE LOS TRES AMIGOS”

(*ZÓHAR*, *IDRÁ RABA*, VERSÍCULO 353) Hay momentos en la vida en los que nos sentimos genuinamente tristes. Puede ser por causa de una muerte, una pérdida o simplemente porque alguien hizo o dijo algo que nos lastimó. En este fragmento, el *Zóhar* nos muestra que incluso las grandes almas como Rav Aba experimentaron momentos de tristeza. Pero aunque la tristeza forme parte del ser humano, también se desvanece una vez que ampliamos nuestra perspectiva y vemos el cuadro completo.

Las almas de Rav Yosi, Rav Jizkiyá y Rav Yesá, tres de los amigos, dejaron este mundo inmediatamente después de la *Idrá Rabá* (la Gran Asamblea) y su inmensa revelación de Luz. ¿Por qué se fueron en ese preciso momento? Una voz celestial explica a Rav Shimón que sus muertes no fueron en absoluto un castigo para ellos, sino grandes bendiciones. Habían completado su trabajo y estaban preparados para ascender.

Sin embargo, Rav Aba permanece triste, hasta que experimenta una visión de los tres amigos en el Mundo por Venir. Al principio sólo podía ver lo que el hombre había revelado en el plano físico. Cuando vio el cuadro completo de la felicidad que sentían sus amigos, su tristeza se transformó en alegría.

Durante la *Idrá Rabá*, Rav Shimón reveló secretos que nunca antes habían

sido revelados. De hecho, esta revelación trajo al mundo una mayor cantidad de Luz que en cualquier otro momento desde que se produjera la revelación en el Monte Sinaí.

Hemos aprendido que antes de la partida de los amigos de la Idrá Rabá (la Gran Asamblea); Rav Yosi, hijo de Rav Yaakov; Rav Jizkiyá y Rav Yesá, murieron. Los amigos vieron que ángeles santos los llevaron por el aire en un velo. Los amigos se calmaron y estuvieron silenciosos cuando Rav Shimón habló. Él clamó: “Quizás, el cielo no lo quiera, un mandato fue decretado para que fuésemos castigados, ya que fue revelado a través de nosotros lo que no ha sido revelado desde el día en que Moshé se paró en el Monte Sinaí. Está escrito: ‘Y estuvo allí con Dios cuarenta días y cuarenta noches...’ ¿Qué he hecho, si ésta es la razón para su castigo?”

Él oyó a una voz decir: “Rav Shimón, tú mereces alabanza. Alabada es tu porción y la porción de tus amigos que viven contigo, ya que te fue revelado lo que no ha sido revelado a todas las legiones arriba. Sin embargo, ven y ve lo que está escrito: ‘Él pondrá su fundamento con su primogénito, y con su hijo más joven pondrá las puertas de éste’. Ciertamente, las almas de los amigos fueron unidas con una pasión grande y fuerte en el momento en que fueron llevados por los ángeles. Alabada es su porción, ya que a través de la perfección, murieron”.

Hemos aprendido que mientras estos secretos eran revelados, todos aquéllos en los Mundos Superior e Inferior temblaron de entusiasmo. Una voz fue despertada y declaró, en 250 mundos celestiales, que secretos antiguos estaban siendo revelados abajo. Durante la Idrá Rabá, mientras estos tres amigos estaban perfumando y perfeccionando sus almas, sus almas se fueron de este mundo con un beso y fueron adheridas al velo celestial. Los ángeles más altos se los llevaron y los

353. תנא, עד לא נפקו חכמיא מיהיא ארדא. מיתו ר' יוסי בר' יעקב, ור' חזקיה, ור' יוסא, וחמו חכמיא, דהיו וסלין לון סלאבין קדישין כהנא פקסא. וא"ש מנה. ואשתכחו ציון ואמר, שמו ויו גרה אתגור עלגא לאתעושה, דאתגלי על דגא. מה דלא אתגלי מיומא דקאים משה על טורא דיסיני. דכתיב ויהי שם עם וי ארבעים יום וארבעים לילה וגו'. מה אגא חכא. אי סלין דא אתעושו.

354. שקיל קלא, ופאה אנה ר"ש, ופאה חזקיה ויחכמיא. אלון דקיימין בהרר, דהא אתגלי לכון מה דלא אתגלי לכל וילא דלעילא, אבל דהו, דהא כתיב, בסכורו ויסדנה ובעליו יצוב דלמיה. וכל דכרע קני ותקור, אתרביקו ופשתהון בשילתא דא דאתגסבו. ופאה חזקיה, דהא בשילתא אתרביקו.

355. תנא, בעד דאתגלין סלין, אתרבישו עלאין ותתאין, וקלא אתגור סמאן ותקשין עלמין דהא סלין גתיקין לתתא אתגלין, גדי דאלין סתבסבין וססתיהו סאין סלין, ופאה וססתיהו בשילתא, ואתקשד כהנא פקסא. וסלין קדי סלאבין עלא, וסלין לון לעילא, ואמאי אלין. משהו דלאגל קלא ופאי ופא ארדא סן קרעת דגא, וקדי ארביז לאכל ופקו.

elevaron arriba.

Rav Shimón dijo: “ Cuán feliz es la porción de estos tres, y a causa de esto, exaltada es nuestra porción en el Mundo por Venir”.

Una segunda voz sonó y dijo: “Pero ustedes que sí se apegaron a Dios están vivos, cada uno de ustedes, en este día”. Se levantaron y se fueron. Por donde quiera que los siete miraban, había fragancias ascendiendo. Rav Shimón dijo: “Parece, de esto, que el mundo recibe bendiciones por medio de nosotros”. Todas sus caras resplandecían brillantes y las personas del mundo no podían mirarlos.

Así, hemos aprendido que diez entraron a la Idrá Rabá, y siete salieron de ella. Rav Shimón se regocijó por esto, pero Rav Aba estaba entristecido. Un día, Rav Aba estaba sentado con Rav Shimón. Rav Shimón habló. Vieron a los tres amigos que habían fallecido. Los ángeles superiores estaban mostrándoles los tesoros y cámaras arriba, que habían sido preparados en su honor. Los ángeles estaban introduciéndolos en las montañas de caquis. Entonces la mente de Rav Aba se calmó y quedó en paz.

Hemos aprendido que de ese día en adelante, los amigos no abandonaron la casa de Rav Shimón. Cuando Rav Shimón estaba revelando secretos, nadie más estaba presente. Rav Shimón se refería a ellos como: ‘Somos los siete ojos de Dios’, como está escrito: “Aquellos siete... los ojos de Dios”. Rav Aba dijo a Rav Shimón: “Somos seis velas iluminadas por la séptima. Tú eres la séptima de cada una, porque las seis no pueden durar sin la séptima, ya que todo depende de la séptima”. Rav Yehuda solía referirse a Rav Shimón como: “Shabat, del cual todos los seis días obtienen su bendición”, como

356. אר"ש, בטה וקאה
והלקח דהני תלתא, וקאה
והלקח לעלמא דאתי, בון
דא.

ושק קלא תנינות ואמור, ואתם
הרבנים בון אלהיכם חיים
בכלכם חיים, קמו ואלי.
בכל אתר דהו מוסתפלי
סליק ריון. אר"ש שטע
מניה, דלמא מתברך בון.
והו גורן אפוי דבקה, וקא
הו יבלין בון לעלמא
למסתפלא ביה.

357. תאמא, עשרה גאלי.
ושבע ושק, ונהו חדי ר"ש.
רבי אבא גליב, וקא חד
נהו ותיב ר"ש ורבי אבא
עמיה, אר"ש מלה, וחמו
לאלין תלתא דהו מיתין להון
מלאכין עלאין, ומוחין דהו
גורן ואדרין דלמלא, בון
וקרא דהון, והו גליב בון
בטורי דאפוסמא דקא, וזו
דלמית דרבי אבא.

358. תאמא, מנהיא וקא לא
אלין וקריא מבי ר"ש.
וכד נהו ר"ש מלה רון, לא
משמחון תון אלא איון.
ונהו קארי דהו רבי שטען,
שטעה און עני ז', דכתיב,
שטעה אלה עני ז' וגדן
אתמור, אר אבא, און שיתא
מניני, דנהראן משמיעא.
אנת הוא שטיגא דכלא.
דהא לית קיומא לשיתא, בר
משמיעא, דכלא תלי
משמיעא, רבי ונהו קארי
לית שבת, דבקה שיתא מניה
מתברכן, דכתיב שבת ליל,
קדש ליל, מה שבת ליל קדש,
אף ר"ש שבת ליל קדש.

está escrito: 'Shabat para Dios', o 'Sagrado para Dios'.

Así como el Shabates sagrado para Dios, así Rav Shimón es Shabat sagrado para Dios.

MEDITACIÓN

La siguiente meditación te permitirá ver la tristeza desde una perspectiva más amplia. Esto te hará consciente del hecho de que existe una visión más completa, y que a menudo ser simplemente consciente de ello es extremadamente útil. Además, este fragmento va más allá, abriéndonos a la comprensión de lo que implica ver el cuadro completo: te darás cuenta de que todo ocurre para nuestro bien, aunque no sea evidente en el momento.

יומא חד תהי יתיב ר"ע ורבי אבא למיה,
iméi Aba veRibí Shimón Ribí yativ havá jad yomá
אר"ע מלה, וחמו לאלין תלתא דהו
dahavo telatá leiléin vejamú milá Shimón Ribí amar
מיתין קהן מלאכין עלאין, ומחזין קה
lehú umjazyan ilain malajin lehón mayitín
גזין ואדרין דלעילא, בגין יקרא דלהן.
dilhón yekará beguín dileilá veidarín guenizín
דהו עילי לון בטורי דאפרסמונא דקיא.
dajjá deafarsemona beturéi lon ayléi vahavó
זו דעתיה דרבי אבא.
Aba deRibí daetéi naj

Un día, Rav Aba estaba sentado con Rav Shimón. Rav Shimón hablaba. Vieron a los tres amigos que habían fallecido. Los ángeles superiores estaban mostrándoles los tesoros y cámaras arriba, que habían sido preparados en su honor. Los ángeles estaban introduciéndolos en las montañas de caquis. Entonces la mente de Rav Aba se calmó y quedó en paz.

II
MEDITACIONES
PARA EL
CRECIMIENTO
ESPIRITUAL

EL ESFUERZO INCONDICIONAL Y LA
RECOMPENSA INFINITA: “DEBEN TRAERME UNA
OFRENDA”

(ZÓHAR, TRUMÁ, VERSÍCULO 34) Con frecuencia nuestras acciones espirituales no generan la satisfacción que esperamos. El *Zóhar* nos dice que el secreto para recibir satisfacción y conexión con la Luz a través de nuestras acciones es realizarlas con esfuerzo y compromiso. Además, deja bien claro que cualquiera puede merecer una conexión con la Luz del Creador, pero que cuando realizamos acciones orientadas a generar esa conexión, debemos esforzarnos tanto físicamente como en el nivel de nuestra entrega. Sólo entonces nuestras acciones nos traerán la satisfacción completa y la conexión con la Luz. No basta con realizar acciones espirituales. Para merecer la conexión con la Luz, la acción debe hacerse con esfuerzo incondicional y compromiso total.

Rav Shimón empezó: “Deben traerme una ofrenda de cada hombre cuyo corazón lo despierte para dar”. ‘Deben traer me’ significa que si alguno desea encargarse de un precepto —una acción positiva— y aspirar al Santísimo, bendito sea Él, es necesario que la persona no se esfuerce a medias y en vano, sino que más bien debe hacer un esfuerzo con toda su fuerza, según su capacidad. Hemos hablado acerca de esto en muchos lugares, y ésta es la manera correcta de que una persona se esfuerce en llegar al Santísimo, bendito sea Él, como está escrito: “Cada hombre debe dar según sus capacidades, de acuerdo con las bendiciones que su Dios les ha dado”.

“Y si ustedes preguntan: ¿No está escrito: ‘Vengan y tomen y coman; tomen leche y vino sin dinero y sin pagar un precio’? Este versículo se refiere a esforzarse tras el Santísimo, bendito sea Él. ¿De ese modo no parece que este versículo enseña que el luchar es gratis y sin esfuerzo? Vemos que es gratis y que es la lucha tras el Santísimo, bendito sea Él”. Rav Shimón contesta: “Cualquiera que desee entender la *Torá* (la sabiduría espiritual), merece la sabiduría. Cualquiera que desee conocer al Santísimo, bendito sea Él, debe merecer el conocimiento sin ningún pago. Pero si el esforzarse tras el Santísimo, bendito sea Él, es en la forma de un acto, está prohibido realizar ese acto sin entusiasmo y en vano, porque uno no merecerá la atracción de ese espíritu de santidad a menos que pague totalmente”.

34. פתחו רבני שמואל ברישא ואמר. תתקו לוי תרומות מאת כל איש אשר יתבונן לבו תתקו את תרומותי. ותקו לו. האי מאן דבגלי לאשתדלא סמאנה. וכלאשתדלא ביה סקודשא בריך הוא. אגטרין דלא ישתדל ביה בריקניא וסמאנה. אלא אגטרין ליה לבד גש לאשתדלא ביה סקדא זאת פסוס ויליה. והא אקסמא מלה דא סכסוד אגרי. זאת למיסב בר גש הווא אשתדלתא דקודשא בריך הוא. כד'א איש סתתת ידו ונא.

35. ואי תימא. הא פתוב לבו שברו ואכלו ולכו שברו כלל סקדא וכלל מוזירין וזילב. דהא איז סמאנה. ואיז אשתדלתא דקודשא בריך הוא. אלא אשתדלתא דאגטרין. כל מאן דבגלי גבי ביה. אשתדלתא דקודשא בריך הוא. למגדע ליה. כל מאן דבגלי גבי ביה. כלל אגרא סקל. אכל אשתדלתא דקודשא בריך הוא דקיסא בעוברה. אגרי לומלא ליה למאנה ובריקניא. גון דלא גבי סתתא עברה כלל. למאשקא גלית רחא דקודשא. אלא מאגר שלים.

En los libros de hechicería que Ashmedái, el rey de los demonios, enseñó al Rey Shlomó, está escrito que quien desea comprar meterse a eliminar de sí el espíritu impuro y someter al espíritu del Otro Lado, debe pagar el precio total por la acción en la que desea comprometerse, y debe dar lo que se sea que se le requiera, ya sea poco o mucho.

36. בספרא דחורשי, דאליף
אשמדאי לשלמה מלכא, כל
מאן דבעי לאשתדלא
לאשכרא מניה ריחן מסאבא,
ולאכפויא רוחא אחרא. יהוא
עובדא דבעי לאשתדלא
מניה, בעי למקני ליה באגד
שלים, בכל מה דידעון מניה.
בין זעיר בין רב, בין חרות
מסאבא, איהו אחרון תדיר
במאגא ובריקנא.

El espíritu de la impureza está siempre listo libremente y por nada, y está disponible sin pago, porque el espíritu de la impureza obliga a la gente sobre la que mora y los tienta a vivir con él. Los provoca para hacer su habitación con él de muchas maneras.

ואחרון בלא אגרא, ואזיס
לבעי זשא למשרי גביוהו,
ומפתי לין לבזירא עמרוח.
במכות פתיון, במכות ארוחין,
סטי לין לשוואת חוריות
למרוחין.

El espíritu de la santidad no es de esta manera, sino que sólo es alcanzable con pago completo y gran compromiso, y por medio de purificarse y purificar su habitación con el deseo de su corazón y alma. Y aún entonces, es afortunado aquél que merece que el espíritu de la santidad descansa con él. Aún con todo esto, debe ser cuidadoso para seguir la senda correcta, sin volverse a derecha o izquierda. Si no lo hace, se separa inmediatamente y se distancia del espíritu de la santidad, y no será otra vez capaz de merecerla (su conexión) como hizo originalmente.

37. וריחן קדישא לאי רבן, אגרא
באגד שלים, ובאשתדליותא רב
סגן, ובאשתדליותא דגמיות
ובאשתדליותא דמטביות,
וברעיותא דגמיות ופשיטות. וקנא
דיכיל למרוחין מיה, דישני
מחיות ממות. ועבד דחור
באגד מישור, דקא וסטי למבוא
ולשכאבא, ואי קא, סגד
אשתדל מניה, ואשתדל מניה.
וקא דיכיל למרוחין מיה
דיבדקדמיותא.

MEDITACIÓN

Leer esta sección despertará nuestro entendimiento y nuestro deseo de entregarnos a nuestro trabajo espiritual con el máximo compromiso y esfuerzo, junto con la certeza de que nuestras acciones generarán la conexión con la Luz del Creador.

וְיִקְחוּ לִי, הֵאֵי מֵאֵן דְּבַעִי לְאַשְׁתַּדְלָא
leishtadlá deva'ci man hái li veyikju
בְּמִצְוָה, וּלְאַשְׁתַּדְלָא בֵּיהּ בְּקוּדְשָׁא בְּרִיךְ
berij bekudshá béi ulishtadlá bemitsvá
הוּא, אֲצִטְרִיךְ דְּלָא יִשְׁתַּדַּל בֵּיהּ בְּרִיקָנְיָא
bereikanyá béi ishtadal dela itsterij hu
וּבְמִגְנָא, אֵלֵּא אֲצִטְרִיךְ לִיהּ לְבַר וְשֵׁ לְאַשְׁתַּדְלָא
leishtadlá nash levar léi itsterij ela uvemeganá
בֵּיהּ בְּדִקָּא יְאוּת כְּפֻם וַיִּלֵּיהּ.
jeiléi cfum yeot cadká béi

'Que deben traerme' significa que si alguno desea encargarse de un precepto — una acción positiva— y aspirar al Santísimo, bendito sea Él, es necesario que la persona no se esfuerce a medias y en vano, sino que más bien debe hacer un esfuerzo con toda su fuerza., según su capacidad

CUANDO QUIERAS IR ATRÁS EN EL TIEMPO: “ÉSTE ES EL LIBRO DE LAS GENERACIONES DE ADÁN”

(ZÓHAR, BERESHIT B, VERSÍCULO 361) A veces hacemos cosas que claramente lastiman a otras personas, y con frecuencia sólo nos damos cuenta más tarde del daño que hemos ocasionado. La Kabbalah proporciona una forma de eliminar la oscuridad que hemos causado; es un proceso llamado *Teshuvá*, palabra que suele traducirse como “arrepentimiento” pero cuya raíz hebrea es “regreso”. *Teshuvá* es regresar al momento previo a la creación de la oscuridad. Es más, a través de este proceso de regreso, no sólo podemos eliminar la oscuridad sino también transformarla en Luz.

En esta sección, el *Zóhar* habla del gran regalo que le fue dado a Adán en la forma del Libro de la Sabiduría. El pasaje explica que cuando Adán pecó, en realidad actuó desde el Deseo de Recibir Sólo para Sí Mismo, y que por eso perdió el Libro de la Sabiduría. Pero en vez de renunciar o desesperarse, Adán atravesó un proceso de *Teshuvá* y recobró el acceso a la sabiduría que había perdido. Al hacerlo, Adán abrió un canal para que todos los seres humanos tengamos acceso al poder de *Teshuvá* y, por lo tanto, podamos transformar nuestra propia negatividad en Luz.

361. זה ספר, ספר נרא ונהא
אקיקא. קדד ונהא ארם
בנתא לעז. וזית ליה קדישא
ברוך הוא ספרא. על נרא
קדישא. מלכא קדישא.
ממא על רח עלאן קדישין.
וביה גליפין. גליפי עלאן.
ונחבא קדישא ישבען חרין
זי רחבבבא. וזו מחפישין
מזית. לישית קאה ישבען
גליפין חרין עלאה.

362. תַּמְצִיעֶתָּה דִּסְפָּרָא
לְיִשְׂרָאֵל דְּלִסְפָּרָתָּה. לְמִדְּבַר אֵלֶּיךָ
וְנִשְׁמַע קוֹלָהּ מִסְתַּחֲלֵי. דְּלֵא
אֲתַסְפֵּן לְעֵלְיָא קִדְשֵׁי.
בְּכֵלָהּ אֲתַסְפֵּי בֵּית הַסְפָּרָא
עַד דְּסֵפֶּה לְנָפִי דְּאֶרְבֵּי. הָיוּ
מִלְכֵּי מִלְכֵּי מִלְכֵּי
לְמִדְּבַר וְלִסְמִינֵהּ. וְהָיוּ אֲתַר
דְּרִשָּׁה אֶל הַמִּשְׁכָּן אֲנִלְקֵם אֶל
כָּל הָאָרֶץ כְּבוֹדֵךְ.

os, para oírlos y aprenderlos. Los
arriba del Cielo. Que Su gloria

[illegible]

364. דלא בקרמיתא, וזה
מקורו היה ומשפשו כל זמא
משפחה דמרה, ואתנחן ליה
דון עקאן, מה דלא ידע
שישמי עקאן, בין דקמא
ועבר על מקרא דמאריה
מה דהוא סקא מניה, וזה
אדם טעם על רשמי, וכן
עמאט מטי תחז על קדמיה
ומא עקדן, ופיה תחז
לכדן, ואשתיה ויהי.

y lloraba. Para arrepentirse, entró en las aguas del Río Guijón hasta el cuello, hasta que su cuerpo se arrugó y se hizo poroso y su resplandor cambió.

En ese momento, Dios le indicó al Ángel Rafael que le regresara el libro a Adam. Adam lo estudió. Se lo dejó a Shet, su hijo, y a todas las generaciones después de él hasta Avraham. Avraham sabía cómo usar el libro para examinar la Gloria de su Señor. Esto ya ha sido explicado. Este libro fue también dado a Janoj, y a través de éste, Janoj percibió la Gloria Celestial.

365. בשעתא דהיא, רבון
קדשא בריך הוא לרשאל,
ואתניב ליה נהוא סקרא. ובית
הנה משהביל אדם, ואגוז ליה
לשית בריה.
וכן לכל אעין חקירות. עד
דמקא לאברהם, ובית ויה
ידע לאסתכלא ביקרא
דמאריה. והא אתמר. וכן
לגנוך, אתניב ליה סקרא
ואסתכל מניה, ביקרא עלאה.

MEDITACIÓN

Por medio de esta meditación nos conectamos con el acto original de *Teshuvá* de Adán. Y lo que es más importante, podemos utilizar el canal que Adán abrió para realizar nuestras propias correcciones espirituales y transformar en Luz cualquier oscuridad que hayamos creado.

וְהָיָה אָדָם טָפוֹן עַל רִישׁוֹ, וְבָכָה.
uvajéi reishói al tofeaj adam vahavá
וְנָאֵל בְּכוֹי גִּיּוֹן עַד קַדְלֵיהָ, וּבִמָּה
umayá kadléi ad Guijón beméi veal
עֲבָדִין גּוֹפִיָּה וְלָדִין וְלָדִין, וְאַשְׁתַּנִּי וְיִיָּה.
zivéi veishtanéi jaladín jaladín guféi avdín

A causa de esto, Adán golpeaba su cabeza y lloraba. Para arrepentirse, entró en las aguas del Río Guijón hasta el cuello, hasta que su cuerpo se arrugó y se hizo poroso y su resplandor cambió.

DESPERTAR EL DESEO POR LA LUZ: “NI COMIÓ PAN NI BEBIÓ AGUA”

(ZÓHAR, SHEMOT, VERSÍCULO 251) Muchas veces nos

enfrentamos a desafíos, circunstancias caóticas o simplemente una sensación de vacío en nuestras vidas. La Kabbalah explica que hemos recibido las herramientas necesarias para lograr que tales situaciones mejoren y llenarlas de Luz. Para acceder a dichas herramientas, cada uno de nosotros debe atravesar un importante proceso; debemos iniciar y continuamente ampliar nuestra experiencia de la Luz del Creador. En otras palabras, debemos fortalecer nuestra conexión personal con la Luz. Esta creciente experiencia espiritual se convertirá en una maravillosa fuente de plenitud en nuestras vidas.

En el siguiente pasaje, el *Zóhar* describe la profunda conexión con la Luz que Rav Shimón y Rav Elazar experimentaron mediante el aprendizaje de los secretos del *Zóhar*. Su satisfacción fue tan completa, que no sentían ninguna necesidad física: “ninguno comió pan ni bebió agua”.

Rav Shimón se sentó mientras su hijo, Rav El azar, se puso de pie y explicó los secretos de las palabras de sabiduría, y su cara resplandecía como el Sol. Y las palabras se esparcían y volaban al cielo. Se sentaron dos días y no comieron ni bebieron, y no sabían si era día o noche. Cuando salieron, se dieron cuenta de que ya habían pasado dos días y no habían comido nada. Rav Shimón exclamó: “Y estuvo allí con Dios cuarenta días y cuarenta noches; no comió pan ni bebió agua”. Si para nosotros hubo el mérito de conectarnos o adherirnos a Dios por un tiempo, fue que pasamos dos días y no sabíamos dónde estábamos. Para Moshé acerca de quien la *Torá* testifica: “Y estuvo allí con Dios cuarenta días” es mucho más así.

251. והיה ר' שמעון, ור' אלעזר
 בריה קאם ומפרש מילי דרבי
 דהוסיקתא. והוה אפסי דהוה
 כשמישא. ומילין בותברין
 וטאסין ברהקלא. ויתבו הדין
 וימון דלא אכלו ולא שותו. וכל
 הוה דיעין א דיה ימוןא א
 ליליא. כד נפקי. ודעו דהוה הדין
 וימון דלא טעמו מידי. קרא על
 דא רבי שמעון. והוה שם עם ה
 ארבעים יום וארבעים לילה
 כלום לא אכל ולא שותו. ויהוה א
 כשמישא דהוה כר. משה דקרא
 אשהיה ביה. והוה שם עם ה
 ארבעים יום ושלש אלות כשה
 ובשר.

Cuando Rav Jiyá vino ante su padre, Rav Shimón ben Gamliel, y le habló de esto, Rav Shimón ben Gamliel quedó maravillado y le dijo: “Hijo mío, Rav Shimón bar Yojái es un león, y su hijo Rav Elazar es un león, y Rav Shimón no es como los otros leones.

252. כד אתא רבי ויזיא
 קמיה דרבי, וסח ליה עובדא.
 היה רבי, ואמר ליה ר' שמעון
 בן גמליאל אבוי. כרי, ר'
 שמעון בן יוחאי אריא. ורבי
 אלעזר בריה אריא.

Acerca de él está escrito: ‘Un león ha rugido; ¿quién no temerá?’. Ahora que los mundos superiores tiemblan ante él, ciertamente nosotros temblamos. Él es un hombre que nunca decretó un ayuno por el cual haya rezado o suplicado. Simplemente decreta, y Dios realiza. Dios decreta y él anula. Esto es lo que hemos aprendido del pasaje: ‘Aquél que gobierna a los hombres debe ser justo, gobernando en el temor de Dios’. Dios rige al hombre, y ¿quién gobierna a Dios, si no el hombre justo? Porque Dios decreta y el justo anula este decreto”.

וכלא ר' שמעון כשאר
 אריותא. גליה בתיב אריה
 שאג מי לא ירא ולא וקח
 גלמין דקלמין. כדלעזר
 מיניה. אגן עאכו. גברא דלא
 גר תעניתא דקלמין על מה
 דשאל ובעי. אלא הוא גר.
 קורשא בריך הוא קביוס.
 קורשא בריך הוא גר. ואיהו
 קבול. והוה דתגן. ואי
 דקתיב מישל באדם צדיק
 מישל וראת אליהם. הקורשא
 בריך הוא מישל באדם. ויהו
 מישל בהקורשא בריך הוא.
 צדיק. דאיהו גר. גר.
 והצדיק קבול.

MEDITACIÓN

Con esta meditación despertaremos tanto nuestro deseo como nuestra necesidad de experimentar la Luz del Creador. Al meditar sobre estas palabras podemos probar la plenitud que deriva de esta experiencia y, por lo tanto, crear un mayor anhelo de conexión con la Luz.

יְתִיב ר' שִׁמְעוֹן, וְר' אֶלְעָזָר בְּרִיהַ קָאִים
kacim beréi Elazar veRibí Shimón Ribí yativ
וּמִפְּרֵשׁ מִלֵּי דְרַזְעֵי דִּיחֻכְמֵתָא. וְהָו אֲנָפִי
anpói vahavó dejajmeta derazéi miléi umefaresht
נְהִירִין כְּשִׁמְשָׁא. וּמִלִּין מִתְבַּדְרִין וְנֶאֱסִין
vetasín mitbadrín umilín queshimshá nehirín
בִּרְקִיָּא. יְתִבּוּ תְרִין יוֹמִין דְּלֹא אֶבְלוּ
ajlú dela yomin trein yatvú birkíyá
וְלֹא שָׂתוּ, וְלֹא הָו יָדַעַן אִי הָיָה
havá i yadín havó vela shatú velo
יָמָא אִי לֵילָא.
leilá o yemamá

Rav Shimón se sentó mientras su hijo, Rav Elazar, se puso de pie y explicó los secretos de las palabras de sabiduría, y su cara resplandecía como el Sol. Y las palabras se esparcían y volaban al cielo. Se sentaron dos días y no comieron ni bebieron, y no sabían si era día o noche.

DAR PODER A TUS ORACIONES

(*ZÓHAR, SHEMOT, VERSÍCULO 253*) ¿Alguna vez has dicho una oración con toda tu alma y tu corazón, y sentiste que tu plegaria no fue respondida? Para comprender lo que realmente significa esto, es importante saber que la oración no es sólo una forma de pedir y recibir regalos de arriba. Más importante aún, la oración es un medio para ganar cercanía y conexión con el Creador. Éste es el beneficio real y el verdadero propósito de la oración.

La famosa enseñanza del Rav de Kotsk permite apreciar este concepto con claridad. Mientras hablaba con sus alumnos, el Rav destacó que después del pecado de Adán la serpiente fue condenada a comer polvo durante el resto de su existencia. Pero ¿por qué fue esto un castigo, cuando polvo era todo lo que la serpiente realmente necesitaba? El Rav de Kotsk explica que éste es precisamente el punto. Dado que todas sus necesidades estaban cubiertas, la serpiente nunca tendría motivo para conectarse realmente con Dios. En conclusión, las cosas que nos faltan en la vida son precisamente las que despiertan nuestra conexión con el Creador.

Rav Yehuda dijo: “Nada hay que sea tan apreciado por Dios como las oraciones de los justos. Aunque esto le agrada, alguna veces concede su petición y algunas veces no”.

253. תנן. אמר ר' יהודה. אין לך דבר שבכבודא קמי קודשא בריך הוא. כמו תפלתן של צדיקים. ואף על גב דזינא ליה. וזמן דעבוד בעיתיהן. וזמן דלא עבדי.

Una vez —han enseñado los sabios— el mundo necesitaba lluvia. Rav Eliézer vino y decretó cuarenta ayunos, pero la lluvia no llegó. Oró, pero la lluvia no llegó. Rav Akivá vino, estuvo de pie y oró. Dijo: “Él hace al viento soplar” y el viento sopló fuerte y poderoso. Dijo: “Y Él hace a la lluvia caer”, y la lluvia llegó. Rav Eliézer estaba alicaído. Rav Akivá miró su cara y vio desaliento.

254. ת"ר. וזמן ודא הוה גלגל אדקא למטרא. אתא רבי אליעזר. וזמן ארבעין תעניתא. ולא אתא מטרא. צלי צלותא. ולא אתא מטרא. אתא רבי עקיבא. וקם וצלי. אמר משיב רוחו. וקם וקא. אמר ובורח תשום. ואתא מטרא. וכל דעתיה דרבי אליעזר. אסתכל רבי עקיבא בארסו.

Rav Akivá se paró ante la gente y dijo: “Daré un ejemplo para explicar esta situación. Rav Eliézer es como un amigo estimado del rey. Cuando aparece ante el rey, es bienvenido y aceptado con mucho agrado. El rey no quiere cumplir su deseo rápidamente, porque es muy agradable hablar con él”.

255. קם רבי עקיבא קמי עמא ואמר. אפשייל לבם מושיל לבם דרבי דומה. רבי אליעזר דבין לרזיקא דמלכא. דרוחם ליה יחיד. וכד לאל קמי מלכא. זינא ליה. וקא מלי קויתן ליה בעתיה שבחלו. כי דמי דקא ליתפריש מניה.

“Pero yo soy como un sirviente del rey que hace a éste una petición, y el rey no desea que traspase las puertas del palacio, y no desea hablar con él. El rey dice: ‘Concédanle su petición inmediatamente y no lo dejen entrar aquí’. Rav Eliézer es el amigo del rey y yo soy el sirviente. El rey desea hablar con él constantemente y no estar lejos de él. Pero en cuanto a mí, el rey no desea que cruce las puertas de su palacio; por lo tanto, inmediatamente me concede lo que le pido”. Al oír esto, Rav Eliézer recobró su compostura.

הזינא ליה דלישתעי בהדיה. ואזא רבי לעזרא דמלכא. דבעא בעתיה קמיה. וקא מלי מלכא דליעול דחרגי פלטרין. וכ"ש דלישתעי בהדיה. אמר מלכא. הבו ליה בעתיה שבחלו. וקא ליעול דקא. כך רבי אליעזר איזו רזיקא דמלכא. ואזא עבדא. וכלי מלכא לאשתעי בהדיה כל יומא. וקא דתפריש מניה. ואזא. קא מלי מלכא דאיעול דרגי דפלטרין. וזן דעתיה דרבי אליעזר.

MEDITACIÓN

Esta meditación despierta nuestra comprensión del verdadero significado de la oración, que es crear una conexión profunda con el Creador, y otorga a nuestras oraciones el poder de establecerla.

רבי אליעזר דמי לרמימא דמלכא, דרמימ ליה
léi derajim demalcá lirjima daméi Eliezer Ribí
יתיר, וכד גאל קמי מלכא, מינא ליה, וכל בעי
baéi velá léi nijá malcá kaméi al vejad yatir
למיתן ליה בעתיה בבהילו, כי היכי דלא
dela heiji qui bivhilu bautéi léi lemaitán
ליתפרע מינה, דמינא ליה דלישתעי בהדיה
bahadéi delishtéi léi denijá minéi litperash

Rav Eliézer es como un amigo estimado del rey. Cuando aparece ante el rey, es bienvenido y aceptado con mucho agrado. El rey no quiere cumplir su deseo rápidamente, porque es muy agradable hablar con él.

DESPERTAR TU DESEO DE REALIZAR TU POTENCIAL: “CUANDO RAV SHIMÓN QUISO ABANDONAR EL MUNDO”

(*ZÓHAR, HAAZINU*, VERSÍCULO 23) Algunas veces puedes encontrarte pensando: “soy realmente una buena persona”, o incluso: “soy una persona verdaderamente espiritual”.

Mientras que la autoestima es importante, la autocomplacencia es una gran oportunidad perdida, y el marco equivocado para vernos a nosotros mismos y a nuestro trabajo espiritual. Todos vinimos a este mundo con una misión, y nuestro objetivo no es simplemente ser personas “buenas” o “espirituales”, sino completar la misión para la que hemos venido. Si no completamos nuestra única misión, la Luz que estamos destinados a revelar permanecerá oculta.

Tal como nos muestra este fragmento, cuando Rav Shimón eligió abandonar este mundo estaba decidido a no hacerlo deshonrosamente, sin haber revelado toda la Luz y los secretos que estaba destinado a revelar. Cada uno de nosotros debería sentir ese mismo compromiso y esa misma urgencia, porque es fácil volvernos autocomplacientes con nuestro trabajo espiritual y pensar: “He hecho todo esto, entonces ya estoy bien”. Pero éste es un criterio equivocado para juzgarnos a nosotros mismos. Nuestro trabajo no consiste solamente en ser espiritualmente observantes, sino también en realizar nuestro verdadero propósito en el mundo y nuestro verdadero potencial para revelar la Luz. Nuestro tiempo aquí es limitado, y ésta es la causa de la urgencia que Rav Shimón sintió de manera tan fuerte.

A través de la Luz revelada por Rav Shimón en el momento de su muerte, podemos volver a reconocer nuestro propósito en el mundo, que es conectarnos con la Luz y revelarla en forma de paz, alegría, plenitud e incluso inmortalidad. Necesitamos un sentido de urgencia para alcanzar ese objetivo. Es el mismo sentido de urgencia que Rav Shimón tuvo para completar su propio trabajo espiritual.

Rav Shimón alcanzó tal grado de conexión con la Luz que, literalmente, obtuvo el poder sobre la muerte. Cuando él abandonó este mundo, lo hizo por decisión propia. Antes de partir, Rav Shimón sabía que debía revelar toda la Luz que estaba destinado a revelar. Por esa razón, decidió revelar todos los secretos que antes no había revelado, es decir, toda la Luz que estaba destinado a traer a este mundo. Y he aquí un principio importante para todos nosotros: nuestro trabajo espiritual debe ser completado antes de que llegue la hora de nuestra partida, y dado que no sabemos cuándo llegará ese momento, un sentido de urgencia debe acompañarnos siempre.

La muerte de Rav Shimón es verdaderamente un momento capital en el *Zóhar*. Todas las grandes almas que partieron de este mundo están presentes para ayudar en esta gran revelación de Luz.

Aprendimos que, en el día en que Rav Shimón deseó partir del mundo y estaba poniendo sus asuntos en orden, los amigos se reunieron en la casa de Rav Shimón. Rav Elazar, su hijo, estaba ante él, y Rav Aba y otros amigos. Rav Shimón levantó sus ojos y vio que la casa se había llenado. Rav Shimón lloró y dijo: “En una ocasión en que yo estaba enfermo, Rav Pinjás ben Yair estaba ante mí, y me esperó hasta que yo inquiriese acerca de mi lugar en el Jardín de Edén. Cuando retorné un fuego me rodeaba, el cual nunca paraba. Nadie entraba en mi casa excepto con mi permiso. Ahora veo que el fuego ha cesado, y veo que la casa está llena”.

Mientras estaban sentados, Rav Shimón abrió sus ojos y vio lo que vio, y el fuego rodeaba la casa. Algunos de los amigos se fueron, y sólo Rav Elazar, su hijo, y Rav Aba permanecieron. El resto de los amigos se quedó fuera. Rav Shimón dijo a Rav Elazar: “Sal y ve si Rav Yitzjak está aquí, porque soy garante por él.

Dile que arregle sus asuntos y que se siente junto a mí. Feliz es su porción”.

Rav Shimón se levantó y se sentó; rió y se regocijó. Dijo: “¿Dónde están los amigos?”. Rav Elazar se levantó y los dejó entrar y se sentaron ante él. Rav Shimón levantó sus manos, recitó una oración y estaba contento. Dijo: “Que los amigos que estaban presentes en la Idrá Rabá (Gran Asamblea), vengan aquí”. Rav Elazar, su hijo, Rav Aba, Rav Yehuda, Rav Yosi y Rav Jiyá se quedaron, mientras que los otros salieron. Mientras tanto, Rav Yitzjak entró. Rav Shimón le dijo: “¡Cuán merecida es tu porción! ¡Cuánta alegría te será añadida en este día!” Rav Aba se sentó atrás de Rav Shimón y Rav Elazar ante él.

23. תאנא ביהמא יומא דר"ש
בעא לאסתלקא בון עלקמא.
ותו ססדר מילי. אתכשיו
ותריא לבו ר"ש. ותו קפיה
ר' אלעזר ברית. ור' אבא
ישאך ותריא. ותו מליא
ביתא. וקף עיני ר"ש. וקמא
דאחסיי ביתא. עבה ר"ש
ואמר. קומא אורא כד
הניא עמי מרע. הנה רבי
פניס בון יאיר קמאי. ועד
דבריקא דיקתא ארוסו לי
עד השתא. וכד תבא. אסור
אשא מוקמאי. ויבליסין לא
אחסיק. ולא תהא עאל טר
גלי. אלא ברשותא. והשתא
ומינא דאחסיק. והא אתמלי
ביתא.

24. עד דהו יתב, פתח עיני
ר"ש. וקמא טה דקומא.
ואסור אשא בביתא. ופני
מליא. ואשתארו רבי אלעזר
ברית. ורבי אבא. וישאך
ותריא ותב אסורא. אל ר"ש
לרבי אלעזר ברית. פני וזו.
א דבא רבי יצחק. דאנא
מלכבא ליה. אבא

לית דסדר מילי. ויתב
לפניא. וקמא דחלקיה.

25. קם ר"ש. ותיב. ותיב.
ותו. אמר. אן אינן חברייא.
קם רבי אלעזר. ואעיל בון.
יתב קפיה. וקף ידיו ר"ש.
וקמלי פליתא. ותו חדי. ואמר.
אינן חברייא דאשתביוו כבי
אורא. וקמלן דבא. ופני
מליא. ואשתארו רבי אלעזר
ברית. ורבי אבא. ורבי יהודה.
ורבי יוסי. ורבי יוא. ארדכו.
גאל רבי יצחק. אל ר"ש.
כמה יאמ דחלקך. כמה חדי
בעי לאחסיק לך בנאי יומא.
יתב רבי אבא בתר כתי.
ורבי אלעזר קפיה.

Rav Shimón dijo: “Ahora es un tiempo de buena voluntad, y yo deseo entrar sin desdoro en el Mundo por Venir. Aquí están asuntos sagrados que no he revelado hasta ahora. Hasta ahora han estado ocultos en mi corazón.

26. אר"ש, דא דעשתא שעתא
דעשתא דא, ואזא בעינא
לביעל בלא כסוקא לעלמא
דאמי. ודא מלין קרישין דלא
זליאן ער דעשתא. בעינא
לעלאה קבוי שכינתא.

Deseo revelarlos ante la *Shejiná*, de modo que pueda yo entrar por medio de ellos en el Mundo por Venir, para que no se diga que me fui de este mundo en falta”.

דלא יסורין דהא בעריעותא
אסתלקא בעלמא. וער כען
למירן דא ככאמי, לביעל
ברו לעלמא דאמי.

“Así es como voy a acomodarlos a ustedes: Rav Aba escribirá. Rav Elazar, mi hijo recitará oralmente y los otros amigos susurrarán en sus corazones”. Rav Aba se levantó de atrás de él. Rav Elazar estaba sentado enfrente de él. Rav Shimón dijo: “Levántate hijo mío, porque otro se sentará en este lugar”. Rav Elazar se levantó.

27. וכך אסדרנא לכו, רבי
אבא יכתוב, ורבי אלקור ברי
זלני, וזאב וזבריא ורחשין
כלבייהו. קם רבי אבא
מבתר בתפוי. ויתוב רבי
אלקור ברית קמיה, אל קם
ברי, דהא אורא ותיב
בהווא אתר, קם רבי אלקור.

MEDITACIÓN

La meditación que sigue tiene el poder de mantenerte constantemente motivado y concentrado en la tarea de lograr tu potencial. Utilízala para encender un sentido de urgencia en tu propósito espiritual, especialmente en aquellos momentos en los que comienzas a sentirte cómodo o complaciente contigo mismo.

אֲרִ"י, הָא הַשְׁתָּא שְׁעָתָא דִּירְעוּתָא הוּא.
hu dirutá shaatá hashtá ha Shimón Ribí amar
וְאָנָּה בְּעִינָא לְמֵינַל בְּלָא כְּסוּפָּא לְעֵלְמָא דְּאַתֵּי.
deatéi lealmá quisufá beló lemeyal baciná vaaná

Rav Shimón dijo: “Ahora es un tiempo de buena voluntad y yo deseo entrar sin desdoro en el Mundo por Venir”.

CUANDO TIENES MUCHO QUE HACER Y TE SIENTES
ABRUMADO: “LA IMPORTANCIA DE LAS PEQUEÑAS
ABERTURAS”

(ZÓHAR, EMOR, VERSÍCULO 128) A veces la vida parece abrumadora, tanto en tu vida cotidiana como en lo que ocurre en el mundo entero. Sencillamente, hay demasiado por hacer y todo es muy difícil. No es una sensación muy agradable, pero cuando se apodera de ti, sé consciente de que ese malestar contiene algunos mensajes importantes.

Primero, debes saber que realmente *h a y* mucho por hacer, y que hay momentos en los que te sentirás ‘con el agua al cuello’. Pero no vinimos a este mundo para trabajar dentro de los límites de nuestras capacidades. Nuestro propósito en la vida es ir más allá de estos límites, y satisfacer este propósito requiere que nos conectemos con la Luz del Creador.

Éste es el mensaje oculto tras la sensación de que la vida *e s* demasiado difícil para ti, que no puedes manejarla por ti mismo; pero, en realidad, no tienes que manejarla por ti mismo. Todo lo que tienes que hacer es una pequeña abertura realizando una acción positiva.

Una vez, un discípulo del gran kabbalista Rav Yehuda Áshlag le gritó desesperado a su maestro: “¡Hice todo lo que pude en mi trabajo espiritual, y todavía no logré completarlo!”. Para sorpresa del estudiante, Rav Áshlag parecía bastante satisfecho. “Si realmente has hecho todo lo que has podido, entonces has aprendido que no puedes hacerlo por ti mismo. Ahora puedes pedirle ayuda al Creador con todo tu corazón y con toda tu alma”.

Conectarse con la Luz no significa que tienes que ser un gran sabio. Sólo debes dar el primer paso. Sólo toma la iniciativa, y el Creador se encargará del resto. Crea una abertura como “el ojo de una aguja” y la Luz infinita fluirá a través de ella.

Rav Jiyá empezó: “Duermo, pero mi corazón está despierto. Mi amado está llamando...”. Ésta es la Asamblea de Yisrael diciendo: ‘Duermo en el exilio en Egipto’. Mis hijos estuvieron allí, en esclavitud severa, ‘pero mi corazón está despierto’ para protegerlos de ser destruidos en el exilio. ‘Mi amado está llamando’ se refiere al Creador, quien dijo: ‘Y he recordado Mi Pacto’”.

128. וּבְחֹדֶשׁ הָרִאשֹׁן
בְּאַרְבַּעַת עָשָׂר יוֹם כְּחֹדֶשׁ וָעֹ.
רַבִּי חִיָּיא קָמַח, אֲנִי יִשְׁנָה וְלִבִּי
עַל קוֹל הוֹדִי דּוּפֵק וְעַל. אֲמַרְתָּ
בְּנִסְתָּ יִשְׂרָאֵל, אֲנִי יִשְׁנָה
בְּמִלְחָמָא דְּמִצְרַיִם, דִּהְיוּ בְּנֵי
בְּשִׁילְבוֹרָא דְּקִטְיָי. וְלִבִּי עַל.
כְּלִטְרָא כְּהוּ דְּלֵא יִשְׁתַּיְצֹן
בְּמִלְחָמָא. קוֹל הוֹדִי דּוּפֵק, דֵּא
קוֹדֵשָׁא בְּרִיךְ הוּא, דְּאֲמַר
וְאִכְסֹר אֶת בְּרִיתִי.

“Ábreme’ significa: provee para mí una abertura del tamaño del ojo de una aguja, y yo abriré para ti las puertas celestiales”.

129. פִּתְחֵי לִי פִתְחֵי
בְּחִירָא דְּבִנְיָמִן, וְאֲנִי
אֲפִתְחֵי לְךָ תַּרְעִין עֲלָאִין.

MEDITACIÓN

Esta meditación despierta nuestra conciencia de que todo lo que tenemos que hacer es crear pequeñas aberturas para la Luz del Creador. También fortalecerá el poder de las acciones que son las aberturas mismas, para dejar que la Luz fluya a través de ellas.

סַתְּוִי לִי שְׂתוּא קְוִדּוּדָא דְּמַיָּא
demajata quejidudá pitjá li pitji
וְאֵנָּה אֶפְתּוֹ כָּךְ תִּרְעִין לְעֵלָּאין.
ilain tarin lejá aftaj vaana

‘Abreme’ significa: provee para mí una abertura del tamaño del ojo de una aguja, y yo abriré para ti las puertas celestiales.

BORRAR EL EGO: “EL QUE ES PEQUEÑO ES GRANDE”
(*ZÓHAR, JAYEÍ SARA*, VERSÍCULO 21) Cuando las cosas te van bien, debes indudablemente otorgarte el crédito que te mereces; sin embargo, puedes también notar una creciente sensación de tu propia importancia, lo cual es algo que debes resistir. De manera similar, puedes sentirte herido o enojado cuando algo va mal en tu vida. En este caso, puede que quieras culpar a otros o a ti mismo. A medida que cobres conciencia de tus sentimientos, mantén en mente este importante principio de la Kabbalah: cuanto más pequeño sea tu ego, más fuerte será tu conexión con la Luz; y en la medida en que tu ego se agrande, tu conexión se debilitará. Es un equilibrio permanente y exacto.

El *Zóhar* explica que tanto el engrimiento exagerado como el autodesprecio excesivo son señales de que tu ego está tomando el control. A diferencia del alma —cuyo único deseo es conectarse con la Luz del Creador—, el ego siempre tiene segundas intenciones. Es la naturaleza del ego el enojarse cuando sus segundas intenciones no son satisfechas, y también el ser complaciente y sentirse satisfecho cuando sus intenciones parecen ser logradas. Estos sentimientos son las dos caras de una misma moneda, y ambos pueden bloquear la conexión con la Luz.

Cuando el *Zóhar* afirma que “lo pequeño es grande”, se refiere a la ausencia de ego en una persona verdaderamente justa. En el fragmento que sigue, se llega a ese punto a través del significado kabbalístico de la edad de Sara, quien murió cuando tenía 127 años. La *Torá* expresa este número en tres partes: cien año (en singular), veinte año (nuevamente en singular) y luego siete años (en plural). Esto indica que el menor de los números tiene una importancia mayor. El secreto es este: *menos* ego hace que la persona sea más, es decir, que esté más conectada con la Luz del Creador.

Feliz es aquél que hace menos de sí mismo en este mundo, porque ¡cuán grande y elevado es en el Mundo Eterno! La cabeza de la Academia Celestial habló al respecto, diciendo que quien es pequeño es grande. Quien es grande en este mundo es pequeño en el Mundo Eterno, como está escrito: “Y la vida de Sará fue de cien año...”; cien, que es un número grande, es seguido por la palabra ‘año’, en singular. Pero siete, que es un número pequeño, fue grandemente aumentado, porque es seguido por la palabra plural ‘años’. Ven y ve: El Creador sólo hace grande a la persona que se empequeñece a sí misma. Disminuye sólo a la persona que se engrandece a sí misma. Feliz es aquél que se disminuye a sí mismo en este mundo. ¡Cuán grande es en el Mundo Eterno!

21. וְכָתוּב אִתּוֹ מִן הָאֱלֹהִים
 לְמִידָּהּ. כִּי הָיָה לְכָל הָאֱלֹהִים
 אִתּוֹ רַב וְעֲלֵהּ. כִּי הָיָה
 לְכָל הָאֱלֹהִים וְהָיָה רַב
 מִתְּחִלָּה. מִן הָאֱלֹהִים וְעַתָּה
 אִתּוֹ רַב. מִן הָאֱלֹהִים רַב.
 אִתּוֹ וְעַתָּה. הַכְּתוּב וְהָיָה
 שָׁרָה וְעַתָּה. מִן הָאֱלֹהִים וְעַתָּה
 רַב. כִּי הָיָה שָׁרָה וְעַתָּה
 וְעַתָּה. חַיִּים. אֲנִי לֵב. שָׁרָה
 הָאֱלֹהִים וְעַתָּה. אֲנִי לֵב
 וְעַתָּה. הַכְּתוּב שָׁרָה. תָּא
 וְעַתָּה. רַב. כִּי הָיָה שָׁרָה
 הָאֱלֹהִים. אֲנִי לֵב. וְעַתָּה
 אֲנִי. אֲנִי לֵב. וְעַתָּה. וְעַתָּה
 אִתּוֹ. מִן הָאֱלֹהִים וְעַתָּה
 כִּי הָיָה לְכָל הָאֱלֹהִים
 עֲלֵהּ. לְכָל הָאֱלֹהִים (עַד
 כָּאן).

MEDITACIÓN

Esta meditación disminuye tu ego. Cuando sientas que tu ego se está llevando lo mejor de ti, utiliza esta meditación para reducir su influencia y así fortalecer tu conexión con la Luz.

זכאָה איהו, מאן דאָזער גרמיה, ביהאי עלמא.
almá behái garméi deazeir man ihú zacaá
במה איהו רב ועלאה, ביהוא עלמא.
almá behahú veilaá rav ihú camá

Feliz es aquél que se disminuye a sí mismo en este mundo. ¡Cuán grande es en el Mundo Eterno!

TENER CERTEZA EN EL SISTEMA ESPIRITUAL, AUN CUANDO EL RESULTADO ESTÉ EN DUDA (ZÓHAR, MÍSHPATÍM, VERSÍCULO 99) A medida que avanzas en tu trabajo espiritual, tienes la expectativa de que éste repercuta en resultados físicos y materiales en todas las áreas de tu vida. Pero puede haber momentos en los que sientas que la Luz no se está revelando de la manera que esperabas. Tal vez pierdas un buen negocio, por ejemplo, o una relación personal importante se deteriore. Cuando algo así sucede, generalmente las personas detienen su trabajo espiritual, no porque sientan que han logrado su objetivo, sino porque se desalientan y piensan que nunca lo lograrán.

La revelación de la Luz del Creador no llega cuando la esperamos ni de la manera que la esperamos, pero *llegará*. La Luz se revela en destellos, de distintas maneras y en diferentes momentos. Llegamos a merecernos esos vislumbres intermitentes cuando anhelamos y buscamos la Luz de un modo constante y consistente. De esto se trata realmente el fragmento del *Zóhar* aquí citado. A medida que avancemos en nuestro trabajo espiritual, esos destellos de Luz se expandirán en una conexión más profunda y prolongada.

En este fragmento, un sabio maestro explica que la *Torá* revela su sabiduría espiritual poco a poco, como un enamorado que mira desde su escondite un momento y rápidamente vuelve a desaparecer. Vivimos en un mundo de ocultamiento. En esta dimensión de la realidad, la Luz del Creador no se revela en todas partes ni todo el tiempo. La conexión con la Luz, por tanto, es un proceso continuo de revelación y ocultamiento. Este proceso no está gobernado por nuestras expectativas, especialmente si esperamos que la revelación se produzca de inmediato. Pero cuando la Luz se revela a sí misma, nuestro anhelo continuo nos permite alcanzar esa Luz. A través de este proceso, podemos incrementar de forma continua nuestra conexión con la Luz y su manifestación en nuestra vida. El *Zóhar* deja muy claro que sólo aquellos que buscan la Luz del Creador de manera constante merecerán encontrarla y fortalecerla.

La porción de la *Torá* mencionada en este pasaje no se refiere sólo a

historias bíblicas o información. En un sentido más amplio, la *Torá* es la esencia del Creador. Aquí el *Zóhar* habla de la relación entre esa esencia y aquellos que la buscan.

[illegible][illegible]

necia se aproxima, la *Torá* empieza por hablarle desde atrás del velo que se extiende ante él. Le habla de acuerdo a su entendimiento, hasta que poco a poco pone atención. Este nivel de interpretación homilética es conocido como *Drash*.

Más tarde habla con él en acertijos desde atrás de una tela delgada. Éste es el nivel conocido como *Hagadá*. Si frecuentemente él regresa, la *Torá* le es revelada cara a cara, y le dice todos los secretos oscuros y caminos oscuros que estaban escondidos en su corazón desde los días antiguos. Entonces ese hombre es un gobernante, un hombre de la *Torá*, el señor de la casa, porque la *Torá* le reveló todos sus secretos y no ha guardado u ocultado nada de él.

La *Torá* le dijo: “Recuerda la alusión que te di al principio. Éstos son los secretos que estaban contenidos en esa alusión”. Él ve entonces que uno no debe añadir a, o disminuir, las palabras de la *Torá*. El significado literal es como es, así que ni una letra debe ser añadida o quitada. Por lo tanto, las personas del mundo deben poner atención en seguir a la *Torá* y amarla, como aprendimos.

101. לְבַחַר, תִּשְׁתַּלֵּי בְּהַרְיָה.
מִבְּחַר יִשְׁעֵיפָא דְּקִיק, מִפִּין
הַחִיָּה, וְכָא אִיהוּ הַגָּדָה.
לְבַחַר דְּאִיהוּ רַגִּל לְגִבְהָ,
אֲתֵּלְאֵת לְגִבְיָה אֲפִין
בְּאֲפִין, וּמִלְכֵּת בְּהַרְיָה כֹּל
רִין סְתִימִין חֵילָה, וְכֹל אֲרִיחִין
סְתִימִין, רַחֲמֵי כְּלָמָה שְׁמִירִין.
מִימִין קְרִמָּאין. כְּדִין אִיהוּ כֹּר
גָּשׁ שְׁלִים, שְׁלֵל חֲרָה וְכָא,
סִרְיָי דְּבִיתָא, דְּהָא כֹּל רִין
חֵילָה גְּלִיָּתָה כִּיָּה, וְכָא
רִיחֵיקָה, וְכָא כְּסִיָּתָה מִיָּה
כְּלִים.

102. אֲמַרְהָ כִּיָּה, חֲסִית מִכָּה
דְּרַבְּנָא דְּקָא רַמְיָנָא כֹּר
בְּקִרְמִיתָא, כֹּר וְכֹר רִין הִיוּ.
כֹּר וְכֹר הוּא. כְּדִין חֲסִי, דְּעֵל
אִינִין מִפִּין לֹא לְאִסְפָּא, וְכָא
לְמַנְרֵעַ מַנְיָה. וְכְּדִין פְּשִׁטָּה
דְּקָרָא, כְּמֹה דְּאִיהוּ, דְּכָא
לְאִסְפָּא וְכָא לְמַנְרֵעַ אֲפִילוּ
אֵת חֹר, וְעַד, כְּדִין גָּשׁ
אֲפִילוּ כֹּר לְאִנְרֵהָ, וְכָא
אֲבִתָּא דְּאִרְיָתָא, לְמַנְרֵעַ
רִיחֵיקָה חֵילָה, כְּמֹה דְּאִתְּמַר.

MEDITACIÓN

Esta meditación despierta nuestro entendimiento de los mecanismos del sistema espiritual. Nos ayuda a no desalentarnos cuando la Luz no se revela en el momento o de la manera que esperamos. Nos da el poder de anhelar y buscar constantemente las revelaciones, así como de tomarlas cuando ocurran.

לְבַתֵּר דְּאִיהוּ רָגִיל לְגַבָּהּ, אֶתְגַּלִּיאת לְגַבִּיה
legabéi itgueliat legabá raguil deihú levatar
אֲנִפִּין בְּאֲנִפִּין, וּמְלִילַת בְּהַדְרִיה כֹּל רָזִין סְתִימִין
stimín razín col bahadéi umelilat beanpín anpín
דִּילָהּ, וְכֹל אֲרִיזִין סְתִימִין, דָּהֲוֹ בְּלִבָּא
belibá dahavó stimín arjín vejol dilá
טְמִירִין, מִיּוֹמִין קַדְמָאִין.
kadmaín miyomin temirin

Si frecuentemente él regresa, la Torá le es revelada cara a cara, y le dice todos los secretos oscuros y caminos oscuros que estaban escondidos en su corazón desde los días antiguos.

LA PREPARACIÓN

(ZÓHAR, NÓAJ, VERSÍCULO 273) Como cualquier tarea importante, el estudio del *Zóhar* y otros trabajos espirituales debe realizarse con preparación, atención concentrada y respeto. El propósito del respeto no es simplemente para honrarlo; el respeto es la manifestación física de nuestra conciencia, y nuestra conciencia es la Vasija en la que la Luz puede manifestarse.

Ni el estudio ni la acción pueden crear una conexión profunda con la Luz si se realizan de manera descuidada. Por el contrario, lo opuesto es verdad: la cantidad de Luz revelada por tu estudio y tus acciones estará en proporción directa con la preparación que hayas realizado.

En esta sección, Rav Yehuda despierta en la mitad de la noche y comienza a hablar de asuntos espirituales. Otro viajero, que también está despierto, empieza a hacerle preguntas. Pero Rav Yehuda le dice al viajero que no puede discutir asuntos espirituales mientras está tumbado en la cama, que semejante discusión requiere de una preparación cuidadosa de corazón, mente y alma. La preparación expresa nuestro respeto tanto por el acto de estudiar como por la Luz que éste revela. Cuanto más aguda sea nuestra conciencia del respeto, más intensa será nuestra conexión con la Luz.

Rav Yehuda despertó una noche para estudiar. Era la media noche, en una casa de huéspedes en el pueblo de Matá Majseyá. Había otro viajero hospedado ahí, quien había llegado con dos bultos de ropa para vender. Rav Yehuda abrió la discusión diciendo: “Y esta piedra que he puesto como pilar será la casa de Dios”. Continuó: “Esta piedra es la Piedra Angular, sobre la cual el mundo fue establecido. ¡Y sobre esa piedra el Templo Sagrado fue construido!”.

El otro viajero levantó su cabeza y dijo: “¿Cómo puede ser esto posible? Porque la Piedra Angular existía antes que el mundo fuera creado: y de ésta el mundo fue establecido. Tú proclamas que ‘esta piedra que he puesto como pilar’ significa que hasta que Yaakov la puso como pilar, ella no estaba apropiadamente en su lugar. Como está escrito: ‘Y tomó la piedra que había puesto bajo su cabeza’. Pero la Piedra Angular fue establecida y colocada en su lugar antes de la creación del mundo. Y además, Yaakov estaba en Bet El, en tanto que la Piedra Angular estaba en Yerushaláyim, donde se encuentra en el lugar del Templo Sagrado”.

Rav Yehuda, sin volver la cabeza hacia él, citó el versículo: “¡Prepárate para encontrar a tu Dios, Yisrael!”.

Continuó: “Como está escrito: ‘¡Pon atención y escucha, Yisrael!’ Esto significa que las palabras de la *Torá* (la sabiduría espiritual) requieren atención completa. Nunca deben ser abordadas sin el cuerpo y el alma apropiadamente enfocados”. El otro viajero se levantó, se vistió, se sentó junto a Rav Yehuda, y dijo: “¡Feliz eres tú, justo, que estudias la *Torá* día y noche!”.

273. רבי יהודה. קם ליליא
חד למילי באריותא. כפלי
ליליא. כבי אישפילא. כפלי
מיליא. ויהי תמן בביתא. חד
יירא. דאתא כחרי קסירא
דקמפירא. פתח רבי יהודה
ואמר. (האב) האת אשר
שיתי מצבה יהיה בית
אלקים. דא היא אבן שתיה.
דמסמן אשתיל לקמא. ונהיה
אתבני בי מקדשא.

274. זקף רישיה. והוא יירא
ואמר לו האי מזה אבן
אשר. (הא אבן שתיה עד
לא אתברי לקמא הוה. ומנה
אשתיל לקמא. ואת אמרת
(האב) האת אשר שיתי
מצבה. דמשמע דיעקב שוי
בה השתא. דכתיב וקח את
האבן אשר שם מראשיתיו.
והו דיעקב בבית אל הוה.
והאי אבןא הוה מירושלים.

275. רבי יהודה. לא אסור
רישיה לגביה. פתח ואמר
הבן לקראת אלקיך ישראל.
וכתיב הסבת וסע ישראל.
מלי דאריותא בעין כוונה.
ובסין דאריותא. בעין
לאתקנא בלפא ירעותא
כורא. קם והוא יירא.
ואתלבש. ותיב לגביה דרבי
יהודה. ואמר וכוון אתון
אדוקא. דמשתדלי באריותא
זקא וליכי.

Rav Yehuda le dijo: “Ahora que te has preparado apropiadamente, conversaremos uno con el otro, y puedes decir lo que desees decir. Porque antes de discutir la *Torá* una persona debe preparar adecuadamente su cuerpo y corazón. Si no fuera así, yo estaría acostado en mi cama y pensaría en estas cosas en mi corazón. Pero hemos aprendido que aun una persona sentada y estudiando la *Torá* está acompañada por la *Shejina*. Y si la *Shejiná* ya está aquí, ¿cómo puedo estar acostado en la cama? También, para profundizar en la *Torá*, un a persona necesita claridad de mente, y quien está acostado en la cama no tiene una mente clara”.

276. אמר לו רבי יהודה.
השתא דכוננת גרמך, אימא
מילך, דנחמבר כחך. דהא
מלי דאורייתא בעין תקנא
דעפא, ותקנא דלבא. ואי
לא, בערסאי שכינתא
ובלבאי אמרנא מלין. אלא
הא תנן, דאפילו חד דנתיב
דלי שכינתא שכינתא
אמרינת ביה. ומה
שכינתא דבא. ואנא שכיב
בערסאי. וקא עדי, אלא
דבעין צויתא.

“Además, cuando una persona despierta para estudiar la *Torá* en medio de la noche, cuando el viento del Norte despierta, el Creador entra al Jardín de Edén y disfruta de la compañía de los justos. Y Él, junto con los justos en el Jardín, escucha las palabras que vienen de la boca de esa persona. De modo que si el Creador y el Justo se deleitan en escuchar las palabras de la *Torá* a esta hora, ¿Cómo puedo yacer en mi cama?” “Así ahora”, dijo Rav Yehuda al viajero, “dilo que tienes que decir”.

277. ותי, דכל בר נש, דקם
למלי שכינתא, מפקנא
ליליא, פד אתער רוח צפון.
קדשא בריך הוא אתי
לאשתגשגא עם צדיקא
בגנתא דעדן. והוא וכל
צדיקיא דבגנתא, פקדי
ציתון לאפין מלין דעסקי
מפסיה. ומה קדשא בריך
הוא, וכל צדיקיא, מתגדנן
למשכנא מלי דאורייתא
בשעתא דא. ואנא אהא
שכיב בערסאי. אמר ליה.
השתא אימא מילך.

MEDITACIÓN

Esta meditación no sólo te permitirá valorar la necesidad de prepararte para el trabajo espiritual con la conciencia correcta, sino que también puede ser uno de los pasos en esa preparación.

וְכַתִּיב הַסִּכַּת וְשָׁמַע יִשְׂרָאֵל מִלֵּי דְאֻרֵּיתָא בְּעֵינ
baeyán deoraitá miléi Israel ushmá hasquet ujtiv
בְּוִינָה וּמִלִּין דְּאֻרֵּיתָא בְּעֵינ לְאַתְתֵּקָנָא בְּעוּפָא
begufá leittakaná baán deoraitá umilin cavaná
וְרֵעִיתָא כְּוָדָא
cajadá urecutá

‘Pon atención y escucha, Yisrael!’ Esto significa que las palabras de la Torá (la sabiduría espiritual) requieren atención completa. Nunca deben ser abordadas sin el cuerpo y el alma apropiadamente enfocados.

III
MEDITACIONES
PARA UNA MAYOR
CONCIENCIA

AUMENTAR TU ANHELO POR LA LUZ: “LA VISIÓN DE RAY JIYÁ”

(ZÓHAR, PRÓLOGO, VERSÍCULO 49) En ocasiones

sentimos como si nos hubieran apaleado; nos sentimos solos en la

oscuridad, con una sensación de vacío inquebrantable. Lo que necesitamos

entender en ese momento es que no podemos salir de allí sin la ayuda de la

Luz del Creador, y esa comprensión en sí misma provoca anhelo por la

conexión. Los problemas de nuestra vida cotidiana se presentan por alguna

razón; necesitamos afrontar los desafíos e incluso sentir dolor a fin de

anhelar genuinamente la Luz. Pero una vez que la conexión con la Luz del

Creador se ha convertido en nuestro sincero deseo, el dolor de la vida

cotidiana en el mundo se desvanece de manera casi milagrosa.

El siguiente pasaje del *Zóhar* nos cuenta que Rav Jiyá hizo ayuno para lograr un nivel espiritual en el cual mereció su deseo más profundo: una visión de Rav Shimón y de su hijo Rav Elazar. Tan intenso era su deseo, que Rav Jiyá se mantuvo completamente ajeno al dolor físico causado por el ayuno. Cuando por fin recibió la visión de Rav Shimón, Rav Jiyá fue elevado a una conexión superior con la Luz del Creador.

Rav Jiyá se postró en tierra. Besó el polvo y clamó con una gran voz: “¡Polvo, polvo, que terco eres! ¡Qué desvergonzado eres, que todas las delicias del ojo perecen dentro de ti! Consumes todos los faros de Luz en el mundo, quienes son las personas justas, y las desmenuzas en nada. ¡Cuán impertinente eres! ¡La Luz Sagrada que iluminó al mundo, el gran líder que gobierna al mundo entero, y cuyo mérito sostiene al mundo, es consumida por ti! ¡Rav Shimón, la Luz de la Iluminación, la Luz de los Mundos, pereces en el polvo aun mientras sostienes y gobiernas al mundo!” Rav Jiyá cayó entonces en un ensueño por un momento, y dijo: “¡Polvo, polvo, no seas orgulloso! ¡Los pilares del mundo no serán entregados en tus manos! ¡Rav Shimón no será consumido por ti!”.

49. אשתתוף רבי יוסיא
בארלא ונשק קלפרא. ובעה
ואמר. עשרא עשרא. כשה את
קשי קרל. כשה את בוציפו.
דכל בוציפו עינא ותכלין כך.
כל עינא וזרין דעלמא
תיכול ותדוק. כשה את
העשרא. בוציפא קדישא דהנה
גזיר עלמא שליטא דכרמא
קמא דכסותיה קמים עלמא.
אתכלי כך. רבי שמעון גזיר
הבוציפא גזיר דעלמין. את
כלי קלפרא ואות קים ונהג
עלמא. אשתתוף רביא קרא.
ואמר עשרא עשרא לא
תתנאי. דלא יתמסרין כך
עמורין דעלמא. דהא רבי
שמעון לא אתכלי כך.

Rav Jiyá caminaba llorando en compañía de Rav Yosi. Durante cuarenta días ayunó de modo que pudiera encontrarse con Rav Shimón. Cuando le fue dicho: “No eres digno de verlo”, lloró y ayunó durante otros cuarenta días. Entonces, en una visión le fueron mostrados Rav Shimón y Rav Elazar, su hijo. Estaban discutiendo la interpretación de ese cierto mundo el cual Rav Yosi había mencionado en el nombre de Rav Shimón. Y muchos miles escuchaban sus palabras.

50. קם רבי יוסיא ויהי עמי.
אלו ורבי יוסי עמיה. בחדא
יומא אשתתוף ארבעין יומין
למחמי לרבי שמעון.
אמרו ליה ליה את רשאי
למחמי ליה. כשה ואשתתוף
ארבעין יומין אחריו. אשתתוף
ליה בנחמא לרבי שמעון ורבי
אקלר ברית. דהו ללא
במלה דא דאמר רבי יוסי.
והו כשה אקלר צייתין
למחמיה.

En su visión, Rav Jiyá vio grandes alas celestiales esperando a Rav Shimón y a Rav Elazar. Ellos montaron en las alas, y fueron llevados por el aire a la Academia Celestial. Rav Jiyá vio entonces que el esplendor de Rav Shimón y Rav Elazar era constantemente renovado, y resplandecían más brillantes que el Sol.

51. ארבעין חמא כשה גרין
ברבין עלאן. וסליקו עבדיה
רבי שמעון ורבי אקלר ברית
וסליקו למחמיה דרביא.
וכל אבין גרין והו מוכסין
ליה חמא דמתהדרין וסתורין
בזוין וזוין חמא מנהרא דהו
דשמשא.

Rav Shimón abrió la discusión diciendo: “Dejen a Rav Jiyá entrar y ver cuánto restaurará el Santísimo, bendito sea Él, los rostros de los justos en el Mundo por Venir. ¡Cuán feliz es aquél que viene aquí sin vergüenza, y cuán feliz es aquél que se mantiene erecto en este mundo como un pilar fuerte que sostiene todo!”

52. פתח רבי שמעון ואמר.
ייעל רבי תיא וליחמי. ברכות
הזמן קדוש ברוך הוא
לחיותא אנפי צדיקיא קומנא
דאמרי. ופאה איהו מאן דעאל
הכא בלא כסופא ופאה מאן
דקאים ביהווא עלמא.
במורא תקיף בבלא וזמא

Rav Jiyá, en su visión, se vio a sí mismo entrando. Vio a Rav Elazar ponerse de pie, igual que hicieron todos los otros pilares del mundo, quienes habían estado previamente sentados. Todos se levantaron por Rav Jiyá, y Rav Jiyá se sintió indigno. Cuando entró, se separó de los pilares del mundo y se sentó a los pies de Rav Shimón.

היה עאל והיה קם רבי
אלעזר וזאר עמדין דיתבין
תבין. והוא היה כסין.
ואשמית גרמיה. ועאל והיה
ברגלי דרבי שמעון.

MEDITACIÓN

Muchas veces el auténtico anhelo de conexión con la Luz aparece sólo después de haber vivido una experiencia de dolor y sufrimiento. A través de esta meditación, el anhelo de la Luz se despertará en ti sin la necesidad de que el caos afecte ningún aspecto de tu vida.

מַהֲרַא יִימָא אֲתַעֲלֵי אַרְבַּעִין יְוִמִין קְמַנְוָמִי
lemejeméi yomín arbein itanéi yomá mehahú
קְרַבִּי שְׁמַעֲנָן. אֲמַרְדּוּ לֵיהּ אֵת רַשָּׁאִי
rashái ant leit léi amrú Shimón leRabi
קְמַנְוָמִי לֵיהּ בְּכַה וְאֲתַעֲלֵי אַרְבַּעִין יְוִמִין
yomín arbein veitanéi bejá léi lemejeméi
אֲזַרְיִין, אֲזַיִזָּא לֵיהּ בְּחַזְזָא קְרַבִּי שְׁמַעֲנָן
Shimón leRabi bejezvá léi ajazíu ajarínín
וְרַבִּי אֶלְעָזָר בְּרִיהּ.
bréi Elazar veRabi

Durante cuarenta días ayunó de modo que pudiera encontrarse con Rav Shimón. Cuando le fue dicho: “No eres digno de verlo”, lloró y ayunó durante otros cuarenta días. Entonces, en una visión le fueron mostrados Rav Shimón y Rav Elazar, su hijo.

CUANDO NECESITAS ELIMINAR LOS JUICIOS DE TU VIDA: “RAV YITZJAK Y EL PODER DEL CAMBIO”

(ZÓHAR, VAYEJÍ, VERSÍCULO 144) Algo en tu vida puede

parecer doloroso y más allá de tu poder para cambiarlo. Podría ser un

problema en tu trabajo, o en tu salud, o en tu relación con alguien muy

cercano a ti. Pero no importa cuán difícil o imposible una situación pueda

parecer — aun cuando parezca una sentencia de muerte—, cualquier juicio

puede eliminarse a través de la conexión con la Luz del Creador.

Rav Yitzjak visita a Rav Yehuda y le habla de una forma que sugiere que él, Rav Yitzjak, cree que está a punto de morir. Rav Yehuda lo escucha perturbado y le pide a Rav Yitzjak que le explique. Entonces los dos amigos deciden consultar a su maestro, Rav Shimón.

Después de ver al Ángel de la Muerte en presencia de Rav Yitzjak, Rav Shimón le pide a Dios que retire su sentencia, y la petición le es otorgada.

Rav Yitzjak se duerme y en sueños ve a su padre, quien le describe la bienvenida que le habría esperado en el cielo si hubiera muerto. Pero ahora Rav Yitzjak ha obtenido un indulto, gracias al cual vivirá hasta el día en que entrará en el Mundo Superior junto a Rav Shimón.

Un día, Rav Yehuda se sorprendió al encontrar a Rav Yitzjak sentado tristemente en su puerta. Preocupado, Rav Yehuda preguntó si pasaba algo.

144. ר' יצחק, הוה יתב יומא חד, אשתקא דר' יהודה, ויהוה לעיב, נפיק ר' יהודה, אשתכחיה לתרעיה, דהוה יתב ונעב, אל פאן יומא דין משאר יומין.

Rav Yitzjak dijo: “He venido a pedirte tres cosas. Primero, que si te sirves de alguna de mis enseñanzas después de que yo hay a dejado este mundo, te asegures que me las atribuyes por mi nombre. Segundo, que enseñes la *Torá* a mi hijo Yosef. Tercero, que visites mi tumba durante los siete días de duelo, y si tienes algunas peticiones, las pidas allí”.

145. אל, אחיא קבר, למבלי מילך תלת מילין: חד, דכד תיקא מלי דאחייהא, ותדבר מאינן מילין דאנא אמינא, דתיקא לון משכני, מילין דאשרא שמי, וחד דתנבי דיוסף ברי דאחייהא, וחד, דתנבי דקברי קל וימין, ותבלי בעיתך עלי.

Rav Yehuda replicó: “De lo que dices, veo que estás esperando morir. Pero ¿por qué crees eso?” “Mi alma se va de mí cada noche cuando duermo”, le dijo Rav Yitzjak, “pero ya no me ilumina con sueño s mientras duermo. Además, cuando rezo y llego al versículo: ‘Aquél que oye y acepta las oraciones’, entonces busco mi sombra en la pared, pero no la veo. Entonces, debido a que la sombra se ha ido supongo que moriré. Porque está escrito: ‘Ciertamente todo hombre camina en una sombra’. En tanto la sombra de un hombre no se ha ido de él, ‘todo hombre camina’. Esto es: su espíritu permanece dentro de él. Pero una vez que la sombra de un hombre deja de se r vista, él se va de este mundo”.

146. אל מילן קר, אל הא ושמתי אשתלקת מיני בכל לילא, ולא אנהיר לי בולקא, כבוד דהוה בקדמויהא, ועוד דכד אנא מצלינא, ופטינא לעומע תפלה, אשלינא בעלמי דילי בסתלא, ולא ומונא ליה, ואמינא דהואיל דלקא אהלבר ולא אחוה, דהא קרנא נפיק ובריה, דכתיב אך בעלם יתהלך איש, כל ונא דצולקא דבר ושי לא יתעבר משה, יתהלך איש, ודחיה אתקיימא כחיה, אהלבר צולקא דבר ושי ולא אחוה, אהלבר מהאי עלקא.

Rav Yehuda dijo: “Eso también deriva del versículo: ‘Porque nuestros días sobre la tierra son como una sombra’”. Entonces Rav Yehuda dijo: “Satisfaré tus peticiones. Pero también pido que reserves un lugar para mí junto a ti en el otro mundo, ya que estuve a tu lado en este mundo”. Oyendo esto, Rav Yitzjak lloró y dijo: “Por

147. אל ומהקא, דכתיב כי אל ימיט עלי ארץ, אל, כל מילן דאת דלי גבדינא, אכל דלינא מילך דכדחא זלקא, תבריד דוקתא זבר, כסוד דחיהא מהאי עלקא, ככה רבי יצחק ואמר, כמטו מילך, דלא תתפרש מנא כל מילן וימין.

favor no me dejes solo”.

Fueron a Rav Shimón y lo encontraron ocupado con la *Torá*. Rav Shimón levantó sus ojos y vio al Ángel de la Muerte corriendo y bailando delante de Rav Yitzjak.

Rav Shimón se levantó, tomó a Rav Yitzjak de la mano y dijo: “Decreto que quien está acostumbrado a venir a mí, entre, y el que no esté acostumbrado, que no entre”. Por lo tanto, el Ángel de la Muerte permaneció afuera, incapaz de entrar. Pero Rav Yitzjak y Rav Yehuda entraron.

Rav Shimón miró a Rav Yitzjak y vio que su tiempo de morir no llegaría hasta la octava hora del día. Rav Shimón dijo a su hijo Rav Elazar: “Siéntate a la puerta, y quien sea que veas no hables con él. Si desea entrar, haz un juramento para que no pueda entrar”. Entonces Rav Shimón colocó a Rav Yitzjak ante él, y estudió la *Torá* con él.

Rav Shimón dijo a Rav Yitzjak: “¿Has visto hoy la imagen de tu padre fallecido, o no la has visto? Porque hemos aprendido que cuando un hombre está a punto de irse del mundo, sus padres y parientes que han fallecido están allí con él, y él los ve y los reconoce.

Y todos aquéllos con quienes morará en el otro mundo se reúnen para estar con él, y acompañarán a su alma a su morada”. Rav Yitzjak replicó: “Hasta ahora no he visto la imagen de mi padre”.

148. אָנְכִי לְגִבּוֹת דְּרָבִי שְׁמִיעוֹן, אֲשֶׁרְכֻזוֹהִי בְּהִנֵּה לְגִי בְּאַרְבִּיזָהּ, וְקִיף גִּיעִי רִישׁ. וְיִשָּׂא לְרָבִי יִצְחָק, וְיִשָּׂא לְמִלְאָךְ הַמָּוֶת דְּרַחֲמֵי קְדוּתָהּ, וְרָקִיד קְדוּתָהּ.

קָם רַבִּי שְׁמִיעוֹן, אֲזוּרֵי בִידָיו דְּרָבִי יִצְחָק, אָמַר, גִּזְרָנָא. מֵאֵן דְּרָגִיל לְמִיעֵל, יִיעֵל. וּמֵאֵן דְּלֹא רָגִיל לְמִיעֵל, לֹא יִיעֵל. עֲאֵלֵי רַבִּי יִצְחָק וְרַבִּי יְהוּדָה, קְטִיר מִלְאָךְ הַמָּוֶת לְבַר.

149. אֲשֶׁנִּי רִישׁ, וְיִשָּׂא, דְּעֵר כְּעָן לֹא מָטָא עֲדָנָא, דְּהָא עֵר תְּמוּנָא שְׁלֵמִי דְּיוֹסָא וְהָא וְכָנָא, אֲתֵבִיהַ קְדוּי רִישׁ, וְהָא לְגִי לִיהַ בְּאַרְבִּיזָהּ, אֲרִישׁ לְרַבִּי אֶלְעָזָר בְּרִיהַ, הֵיב אֲפִתְזָא וְהָא דְּתַנּוּמִי, לֹא הִשְׁתַּמְעִי בְּהִרְוִיהַ, וְאִי יִבְעִי לְמִיעֵל דְּכָא, אֲמִי אֲמִיָּה דְּלֹא לִיעֵל.

150. אָמַר רִישׁ לְרַבִּי יִצְחָק, וְמוֹת דְּיוֹקָא דְּאַבְרָהָם יִשָּׂא דֹא, אִי לֹא. דְּהָא, תִּינָן, מִשְׁתַּמְעִי דְּכָר וְשִׁי אֲסִתְמַלֵּךְ מִלְּקָמָא, אֲבִי וְכָרִיבִי מִשְׁתַּמְעִין תַּמָּן עֲמִיהַ, וְיִשָּׂא לֵן וְאַשְׁתַּמְעִיעַ לֵן, וְכָל אִיעֵן דְּהָא מְדִירִיהַ לְמִיָּהּ מְהֵרָא.

לְקָמָא בְּרַחֲמָא חֲדָא, בְּרַחֲמֵי מִתְבַּשְׂשִׁי וּמִשְׁתַּבְּחִי עֲמִיהַ, וְאַלְלִין עִם וְשְׁמוֹתֵיהַ, גֵּר אֲבִיר דְּתַשְׁרִי בְּאַתְרֵיהַ. אָמַר, עֵר כְּעָן לֹא וְכָנָא.

Entonces Rav Shimón se puso de pie y dijo: “¡Señor del Universo! Tenemos a un cierto Rav Yitzjak con nosotros, quien es uno de los siete ojos. Mira: mientras yo lo sostengo ahora, ¡dámelo!” Una voz resonó diciendo: “El trono de su Señor, ha aproximado la unión en las alas de Rav Shimón. He aquí que Rav Yitzjak es tuyo, y tú vendrás con él cuando tú mismo te sientes en tu lugar”. Rav Shimón dijo: “Seguramente, lo traeré conmigo cuando me vaya del mundo”.

151. אלהי קם ר' שמעון ואמר, קארי דעלמא. אשתמונדע רבי יצחק קלמן, ומאן שקלה עינין דהבא הוא. הא אחידא בית, והם לי. גפק קלא ואמר, בורשיא דמאריה קריבא בגופי דר' שמעון, הא דידך הוא, ועקר מיתיה, באוקא דמיעול למינר בבורסך. אמר ר' ש' ודא.

Mientras Rav Shimón hablaba, Rav Elazar vio al Ángel de la Muerte partir y Rav Elazar dijo: “Ningún juicio se mantiene en el lugar de Rav Shimón”. Rav Shimón dijo entonces a Rav Elazar: “Ven aquí y sostén a Rav Yitzjak, porque veo que está temeroso”. Rav Elazar entró y lo sostuvo, y Rav Shimón volvió a estudiar la *Torá*.

152. אלהי, וקא רבי אלעזר, דהיה אשתמיל מלאך המות. ואמר, לית קופטרא דמיסא באמר דרבי שמעון בן יוחאי שכיט. אמר רבי שמעון דרבי אלעזר בריה, עיל הבא, ואחיד ביה ברי יצחק.

Entonces Rav Yitzjak durmió, y en un sueño vio a su padre. Su padre le dijo: “ ¡Hijo mío: feliz es tu porción en este mundo y en el Mundo por Venir, porque te sientas entre las hojas del Árbol de la Vida en el Jardín de Edén. Un árbol grande y fuerte en ambos mundos es Rav Shimón. Él te sostiene en sus ramas. Feliz es tu porción, hijo mío!”.

153. גיב רבי יצחק, וקא לאבוי, אל ברי, וקאח וולקך, בעלמא דין, ובעלמא דאמי, דהא בן טרפי איקלא דתי דגלמא דעין, אמהוב איקלא רבא ותקיף בתרין עלמין, ריש בן יוחאי הוא, דהא הוא אחיד כך בגופי, וקאח וולקך ברי.

Rav Yitzjak preguntó: “Padre, ¿cuál será mi lugar allí, en el Mundo de la Verdad?” Y el padre de Rav Yitzjak le dijo: “Durante tres días tu aposento ha sido preparado, con ventanas abiertas para iluminarte desde las cuatro direcciones d el mundo. He visto tu lugar, me he regocijado y dije: ‘Feliz es tu porción, hijo’. La única cosa que me entristeció es el hecho de que tu hijo no había estudiado todavía la *Tora*.

154. אמר ליה אבא, וקא אנא דתום, אבד ליה תלת יומין וזו דחופי אדרא דמשכבך, ותקיע דך בין פתיין, לאגרא דך מארבע סטרין דעלמא, ואנא ומויא דיובתיך וזרייא, דאמייא וקאח וולקך ברי. בר דעד סען, ברך לא ובי באריתא.

El padre de Rav Yitzjak continuó: “Doce hombres justos de entre los amigos se estaban preparando para ir a ti. Cuando se iban, un sonido salió en todos los mundos: ‘¡Amigos que están aquí: Rav Shimón ha hecho una petición al Santísimo, bendito sea Él, para que Rav Yitzjak no muera! ¡Y la petición ha sido concedida!’”.

155. והא השתא נתי אמינין
למיני גסר, תריסר צדיקיא
הוהרניא ונתי דהניא זקני
אתער קלא בבליה ללמין.
מאן תבין הקיומן תבא.
אתער, בגינה דרבי
שמעון, שאלתא שאיל
ואתניהב ליה.

“No sólo esto, sino que setenta lugares son adornados para Rav Shimón en el Mundo Superior. Cada lugar tiene puertas abriéndose a setenta mundos; cada mundo abriéndose a setenta canales, cada uno abierto para setenta coronas celestiales donde hay siempre caminos que conducen a Atiká, lo más oculto de todo, para ver la más alta afabilidad que deleita y resplandece sobre todo, como dice: ‘contemplar la afabilidad de Dios, e inquirir en Su Templo’. Como está escrito: ‘Porque él es el más confiable en toda mi casa’”.

156. וכל דא בקוודין, דהא
שבעין דוכתי מתערין תבא
דיליה. וכל דוכתא ודוכתא
פתוח פתוח לשבעין ללמין.
וכל לבא ולבא, אתער
לל דהניא, וכל דהניא
ידהניא, אתער לשבעין
כדון לבא, ומתקן אתער
אין קלתיקא, סתמא
דכלא לבא דהניא גלגל
עלמא דהניא, וסתמא לבא
כדון דהא אביר, כדון
ה ולבא דהניא, סדא וכל
דהניא, נתי דהניא בכל
בתי אביר דהא.

Rav Yitzjak preguntó: “Padre, ¿cuánto tiempo se me ha dado para vivir en este mundo?” Su padre contestó: “No se me dio permiso para decírtelo, porque el hombre no está hecho para saber esto. Pero en la fiesta para Rav Shimón en el día de su partida, estarás allí para sentarte a su mesa y revelar misterios con él. Como está escrito: “¡Vayan, oh hijas de Tsiyón, y contemplen al Rey Shlomó con la corona con la cual su madre lo coronó el día de su casamiento, y en el día de la alegría de su de su corazón!””.

157. אמר ליה אבא כדון
ומא ויהי לי קלא לבא.
אל בית לי רשותא, וכל
מודעי ליה לבא, אביר
הכלל רבא דר שמעון.
תהא מתקן פתוח, כדון
אביר ורמא כדון
כדון שלמא דהניא
שלמא כל אביר ויהי
וביום שמות לבא.

Rav Yitzjak despertó entonces y rió y su cara resplandeció. Rav Shimón lo miró al rostro y dijo: “Has oído una gran revelación”. Rav Yitzjak respondió: “Ciertamente la he oído”. Le dijo a Rav Shimón lo que había visto en su sueño, y se postró en el suelo ante Rav Shimón.

158. אדריב אתער רבי
והניא, ויהי דהניא, ואביר
והניא, ויהי רבי שמעון.
ואסתכל באביר, אל מנה
ויהי שמעון, אביר ליה
ובא, סד ליה, אשתקל קביר
דרבי שמעון.

Hemos aprendido que, de ese día en adelante, Rav Yitzjak tomó la mano de su hijo, y estudiaba la *Torá* con él, y nunca lo dejó. Cuando venía ante Rav Shimón, su hijo se sentaba afuera. Rav Yitzjak se sentaba ante Rav Shimón y exclamaba: “ Oh Dios, remueve mi dolor y sé mi protección”.

159. תאנא, ביהוה זימא.
היה רבי יצחק אומר לבריה
ביריה, וקלי ליה באריותא.
וקא היה שבתיה.
כי היה גאל קמיה דרבי
שמעון, איתביה לבריה לבר.
והיה קמיה דרבי שמעון,
והיה קרי קמיה ה' גשקת לי
גרבני.

MEDITACIÓN

Leer este fragmento y utilizar la meditación puede despertar la energía para eliminar los juicios. Así como Rav Shimón eliminó el juicio de la muerte que pesaba sobre Rav Yitzjak, con esta meditación podemos obtener el poder de eliminar decretos negativos.

אֶדְהִי, וְזָמָּה רִבִּי אֶלְעָזָר, דְּהִיָּה אִסְתַּלֵּיק
istalek dahavá Elazar Ribí jamá adhajéi
מִלֵּאךְ הַמָּוֶת, וְאָמַר, לֵית קוֹפְטָרָא דְטִיפְסָא.
detifsá kofterá leit vaamar hamavet malaj
בְּאַתֵּר דְּרִבִּי שְׁמַעוֹן בֶּן יוֹחָאי שְׂכִינָה.
shejtaj Yojái ben Shimón deRibí batar

Mientras Rav Shimón hablaba, Rav Elazar vio al Angel de la Muerte partir y Rav Elazar dijo: “Ningún juicio se mantiene en el lugar de Rav Shimón”.

UN LUGAR MÁS ALLÁ DE LA MUERTE: “EL CANAL DE LA INMORTALIDAD”

(ZÓHAR, TRUMÁ, VERSÍCULO 467) Casi todo el mundo le tiene miedo a la muerte. Aunque la muerte parece inevitable y fuera de nuestro control, la Kabbalah enseña que esto no es así. El mundo tal y como lo conocemos no es el estado definitivo del ser. La muerte es necesaria en este punto, pero al final habrá inmortalidad, la cual será manifestada como resultado de nuestro trabajo espiritual. A diferencia de otras metas espirituales que podemos alcanzar individualmente, la inmortalidad sólo llegará cuando se alcance una masa crítica y tenga lugar una transformación global de toda la humanidad.

El *Zóhar* revela que existe un lugar en el mundo donde el ángel de la destrucción no tiene dominio y donde la Muerte no existe. La letra *Tet*, que es un canal de vida eterna, se encuentra suspendida sobre ese lugar y, gracias a su energía, la muerte no tiene poder allí. El ángel destructor no puede entrar en ese espacio y huye de la letra *Tet*. La ubicación física de este lugar no es importante; no se trata de un mágico “Shangri-La” que debamos buscar. Más bien, es un espacio físico que representa una semilla de conciencia que puede florecer más tarde como la conciencia global de que la inmortalidad es posible. En el pasaje citado del *Zóhar*, tras pedirle a Rav Yitzjak una explicación acerca de esto, los discípulos se acercan a Rav Shimón, quien les explica que Dios creó el mundo usando las energías de

las letras hebreas y de los grabados del Nombre Sagrado. Como enseñan los kabbalistas, tanto las letras como el idioma hebreo son formas universales de comunicación, formas a través de las cuales toda la humanidad puede conectarse con la Luz del Creador.

El trabajo espiritual de atraer la inmortalidad al mundo ya ha sido comenzado para nosotros. Dios plantó la semilla de la inmortalidad mediante la creación de un lugar donde no existe la muerte. Este lugar es una línea abierta, un canal hacia la energía de la inmortalidad. Dada la existencia de esta semilla, no se pretende que creemos algo de la nada; por el contrario, la tarea es más sencilla: sólo debemos expandir un canal que ya existe.

Para hacerlo, no precisamos buscar ni ir al lugar físico de la inmortalidad. Más bien, nuestro trabajo espiritual consiste en conectarnos con la energía de inmortalidad y de “muerte de la muerte”, que es nuestro verdadero destino.

En este fragmento es importante comprender por qué Rav Yitzjak se niega a responder cuando se le pregunta por qué el ángel de la muerte no tiene dominio. Rav Yitzjak decide no hablar porque sus maestros nunca le explicaron este concepto. Como kabbalista, Rav Yitzjak nunca hablaría acerca de algo en lo cual no ha sido instruido. En su lugar, decide trasladar la pregunta a la autoridad mayor, Rav Shimón.

Hay un lugar en el mundo donde el ángel de la destrucción y la muerte no tiene dominio y no le es permitido entrar. Aquéllos que viven allí no mueren hasta que salen de la ciudad. No hay uno allí que no muera. Mueren en otro lugar, como las otras personas, pero no en la ciudad. ¿Cuál es la razón para que mueran? No pueden permanecer siempre en la ciudad. Más bien, vienen y van, y por lo tanto, todos mueren.

467. אַתָּה אֵיךְ עוֹשֶׂה בָּהֶם.
הָיָה שְׂלֵמָה בֵּית הַהוּא
מִזְבֵּלָה. וְכֵן אֲחֵיהֶם בֵּית
רִשִׁי לֹאֲלֵלָה חֲסָן. וְכֵן אֲחֵיהֶם
הַדְּיוֹרִי חֲסָן. לֹא חֲסָן. עַד
הַדְּיוֹרִי לְכָר מִקְרָתָה. וְכֵן
לֵךְ עַד שֶׁ מִכָּל הַדְּיוֹרִי חֲסָן.
הָיָה חֲסָן. וְכֵן חֲסָן מִשְׁמַר
בְּיָד וְשֵׁמָּה אֲבָל לֹא מִשְׁמַר.
מִיֵּט. עַד הָיָה וְכֵן לְכָר מִשְׁמַר
הַדְּיוֹרִי מִשְׁמַר. אֲבָל אֲחֵיהֶם וְכֵן.
וְאֲחֵיהֶם עַד־כֵּן. עַד־כֵּן חֲסָן.

¿Cuál es la razón para que el ángel de la destrucción no tenga dominio allí? Si ustedes dicen que la ciudad no está en su dominio, he aquí que la Tierra Santa tampoco está en su dominio, pero la gente aún muere allí. Así que, ¿cuál es la razón para que la gente no muera en ese lugar? Si ustedes dicen que es por causa de la santidad del lugar, miren: no hay lugar que sea santo como la Tierra de Yisrael, pero la gente de todos modos muere allí. Y si ustedes dicen que es por el mérito del hombre que construyó la ciudad, he aquí que hubo muchas personas que merecían más que él. Rav Yitzjak dijo: “No oí algo de mis maestros acerca de esto; no puedo comentar”.

468. מִיֵּט לֹא שְׂלֵמָה חֲסָן
הַהוּא מִלֵּאךְ מִזְבֵּלָה. אִי
הָיָה הָיָה מִשְׁמַר בְּרִשְׁתֵּיהֶם.
הָיָה אֲבָל קְדִישָׁה הָיָה
קְדִישָׁה בְּרִשְׁתֵּיהֶם אֲחֵיהֶם.
מִהָיָה אֲחֵיהֶם אֲבָל לֹא חֲסָן.
אִי הָיָה עַד קְדִישָׁה בֵּית
אֲחֵיהֶם מִקְרָתָה מִכָּל יוֹשְׁבֵיהֶם
מִשְׁמַר הָיָה חֲסָן. וְכֵן אֲבָל
הָיָה עַד הָיָה וְכֵן חֲסָן.
לֹא. מִשְׁמַר בְּיָד וְשֵׁמָּה הָיָה
הַדְּיוֹרִי חֲסָן. וְכֵן חֲסָן. אֲבָל
רִשִׁי וְכֵן. אֲבָל לֹא שְׂלֵמָה
וְכֵן אֲבָל.

Ellos vinieron y preguntaron a Rav Shimón. Él les dijo: “Ciertamente el Ángel de la Muerte no tiene dominio sobre ese lugar, y Dios no desea que persona alguna muera nunca allí. Si ustedes dicen que las personas morían allí originalmente antes de que la ciudad fuese construida, esto no es así. Desde el día en que el hombre fue creado, ese lugar fue establecido, y el secreto de secretos está contenido en esta idea, para aquéllos que examinan los secretos de la Sabiduría”.

469. אֵיךְ עוֹשֶׂה בֵּית לֵךְ שִׁי.
אֲבָר לֵךְ. וְכֵן הָיָה אֲחֵיהֶם לֹא
שְׂלֵמָה עַד־כֵּן. מִלֵּאךְ חֲסָן.
וְכֵן חֲסָן הָיָה לֹא בְּיָד
הַדְּיוֹרִי אֲחֵיהֶם וְכֵן חֲסָן.
לֵךְ חֲסָן. וְכֵן חֲסָן. חֲסָן
לֵךְ חֲסָן חֲסָן. עַד־כֵּן לֹא
אֲבָל. מִיֵּט חֲסָן חֲסָן.
לֹא חֲסָן. אֲבָל חֲסָן חֲסָן
הַדְּיוֹרִי חֲסָן. אֲבָל חֲסָן.
הָיָה אֲחֵיהֶם. חֲסָן. וְכֵן
הָיָה חֲסָן. לֹאֲלֵלָה חֲסָן.
חֲסָן חֲסָן.

“Cuando Dios creó al mundo, lo creó con el secreto de las letras del alfabeto hebreo. Las letras empezaron a girar, de la última letra hacia la primera, y Él creó al mundo con los grabados del Nombre Santo, y las letras giraron y rodearon al mundo con grabados. Cuando el mundo se volvió manifiesto, cuando se expandió y fue creado, y las letras estaban girando para crear, Dios dijo que el mundo debía ser concluido con la letra *Yud*, la décima letra. La letra *Tet*, la novena letra, permaneció suspendida en el aire en ese lugar, donde el ángel de la destrucción no tenía dominio. *Tet* es la letra que ilumina con la vida; por lo tanto, es una buena señal para quien ve a la letra *Tet* en un sueño, y la vida está preparada para él. Por lo tanto, ya que la *Tet* está suspendida sobre ese lugar, la muerte no tiene dominio allí”.

470. בד כרא קדשא כריך
הוא עקמא כרא ליה כרא
דאמון ואתגלגל ארון.
יברא עקמא כרא דישמא
קדשא אתגלגל ארון.
ואסורו עקמא כרא דישמא
אתגל ואתקיש עקמא
ואתברי וכו' ארון סורן
למברי אמר קדשא כריך
הוא דיקתים כירי.
אשתארת את ט כהוא
דיקתא תקיא כאירא טיר.
איה את דהירי ויון כון
כך כוא דחמי טיר כחלמיה.
סימא טמא היא ליה ויון
אתקני ליה וכל דא כון
דהיה ט תקיא על ובי הווא
אמר לא שלטא ביה מותא.

MEDITACIÓN

Leer este pasaje despierta nuestra comprensión de que el canal de la inmortalidad existe y nos mantiene enfocados en la inmortalidad, no sólo como el objetivo de nuestro trabajo, sino como nuestro verdadero destino.

אַתָּר אֵיךְ בְּיִשׁוּבָא. דְּלֹא שְׁלֵטָא בֵּיהּ הַהוּא
hahú b'ei shaltá dela beyishuvá it atar
בְּזוּבְלָא. וְלֹא אִתְיַחִיב לֵיהּ רֵשׁוּ לְאַעְלָא תַמָּן
tamán leaalá reshú léi itychiv vela mejablá

Hay un lugar en el mundo donde el ángel de la destrucción y la muerte no tiene dominio y no le es permitido entrar.

AYUDA DE LAS ALMAS DE LOS JUSTOS: “LA MUERTE DE RAV SHIMÓN”

(ZÓHAR, HAAZINU, VERSÍCULO 196) La vida nos presenta muchas situaciones que simplemente no podemos manejar solos. Necesitamos ayuda, y la Kabbalah nos ofrece la sabiduría para enfrentar los desafíos de la vida. Además del entendimiento, la Kabbalah también nos proporciona herramientas prácticas. Una de ellas consiste en el poder de obtener la asistencia de las almas de los justos que ya dejaron este mundo. Esto se logra de dos maneras: visitando las tumbas de personas justas y estudiando sus enseñanzas. Los kabbalistas explican que cuando un justo muere, es en ese preciso instante de su muerte que su Luz completa es revelada.

Este fragmento del *Zóhar* describe los últimos momentos de la vida de Rav Shimón, al término de la *Idrá Zutá* (la Asamblea Menor), y habla del aprecio que sienten por él todos los que están a su alrededor. Tan grande era el respeto por Rav Shimón, que hasta hubo enérgicas discusiones acerca del lugar donde sería sepultado. Al leer este pasaje, nos conectamos con el máximo nivel del alma de Rav Shimón.

Rav Aba dijo: “Rav Shimón apenas había terminado de pronunciar la palabra ‘vida’ cuando sus palabras cesaron. Yo estaba escribiendo sus palabras, y estaba a punto de escribir más, pero no oí nada. No levanté mi cabeza, porque la Luz era grande y no podía mirar. Entonces temblé y oí una voz llamando y diciendo: ‘Extensión de días y larga vida...’. Entonces oí otra voz diciendo: ‘Él pidió vida de Ti.’”.

“Todo el día no cesó el fuego de la casa, y nadie podía llegar a él, a causa de la Luz y el fuego que lo rodeaban. Estuve postrado en el suelo todo ese día, llorando ruidosamente. Después que el fuego se fue, vi que Rav Shimón —la Luz Sagrada, el Santo de Santos— se había ido del mundo, y estaba tendido sobre su costado derecho con una faz sonriente”.

“Rav Elazar, su hijo, se levantó y tocó sus manos y las besó, mientras yo besaba el polvo bajo sus pies. Los amigos empezaron a llorar. Rav Elazar cayó al suelo tres veces, y no podía abrir su boca. Al fin, dijo: ‘Padre, Padre, eran tres que se volvieron uno otra vez’. Ahora, después que este gran árbol se ha ido, las bestias que solían caminar bajo el árbol vagarán, y los pájaros que solían morar en sus ramas se hundirán en el abismo en el gran mar, y los amigos, en vez del bien que recibían del árbol, beberán sangre”.

196. א"ר אבא. לא סיים
בוינא קדישא לביסור חיים,
ע"י דאשתכחו מלוי, ואנא
כתבנא סברנא למוכתב טפי,
ולא שמינא. ולא זקיפנא
רישא דהורא דהוה סג, ולא
הוה זכינא לאסתכלא.
אדכחי אדלענא שמינא
קלא דקארי ואמר ארך ימים
ישנות חיים נל. שמינא קלא
אורא. חיים שאל טוך נל.

197. כל היום יטא קא
אשיק אשא מן ביתא ולא הוה
מאן דטעי לביית. דלא זכיל
דחורא ואשא הוה בסוחרות.
כל היום יטא זכא זקינא על
אנא. ונענא בטר דאיל
אשא וטנא לבינא קדישא
קריי הקדוש. דאשתק מן
עלמא אדלענא שמינא על
ימיה. ואפסי ויכח.

198. קם רבי אלקור ברית,
זכיל ידיו וזשיק לון, ואנא
לזיכנא עפרא דתעוזת רגליו.
טעי וזכריא לטכפי, ולא
זכיל לטקלא.
שארו זכריא טכפיה, ורבי
אלקור ברית זכיל תבת זמן.
ולא זכיל למשתח פומיה.
לבתר שתח ואמר, אבא
אבא. תבת זמן, נד אחרון.
השתא תנדי חיותא, אפראן
זאסין, משתקנן בעקבאן
דקא רבא, וזכריא קדו
שתח דקא.

Rav Jiyá se levantó y dijo: “Hasta ahora la Luz Sagrada nos protegió. Ahora es tiempo de esforzarnos para honrarlo”. Rav Elazar y Rav Aba se levantaron y llevaron a Rav Shimón a una cama hecha como una escalera. ¡Quién había visto alguna vez tal confusión de los amigos! La casa entera emitía buenas fragancias. Lo levantaron en su cama, y nadie le atendía sino Rav Elazar y Rav Aba.

Maleantes y hombres armados llegaron de la aldea de Tsiporí, pidiendo que él fuera sepultado allí. Los habitantes de Merón los echaron y les gritaron en sus multitudes, porque querían que fuera sepultado donde ellos vivían. Después que su cama fue llevada de la casa, ésta se elevó en el aire y un fuego ardía delante de ésta. Entonces una voz dijo: “Vengan y reúnanse para la celebración de Rav Shimón. Que venga en paz y descansa en su lugar de reposo”.

Cuando Rav Shimón entró a la cueva, ellos oyeron una voz de dentro: “¡Éste es el hombre que hizo temblar a la tierra; que hizo temblar a los reinos! ¡Cuántos ángeles acusadores en el Cielo están silenciosos hoy por ti! ¡Éste es Rav Shimón bar Yojái, con quien su señor Se glorifica diariamente! ¡Bendita es su porción arriba y abajo! ¡Cuántos tesoros celestiales lo esperan! De él, se dice: ‘E irás hasta el final y descansarás, y permanecerás de pie para recibir tu porción asignada en el final de los días’”.

199. קום רבי חייא על רגליו ואמר, עד השתא מוגינא קדישא מסתכל עכף. השתא לאו היא ערף, אלא לאשתדלא ביקרות. קום רבי אבא ור' אבא, וטלו בית שטיקרא דסיקלא. מאן וקא ערביקא דוברהיא. וכל ביתא הוה סליק ריזון סליקו ביה פוריות, וכל אשתמש ביה, אלא ר' אבא ור' אבא.

200. אתו חרקים, ומארי חרסין דכפר אפרי ושרא בדי בני מרינא, צויון בקטיון, דחשיבו דלא יתקבר תמן. בטר דנפק פוריא, הוה סליק באירא. ואשא הוה להוט קמיה, שמעו קלא, עולי ואמי, ואתבטלו להוילא דרבי שמעון, ובא שלום יצחו על משכבותם.

201. בדי נאכל למערתא שבעה קלא במערתא, והאיש מרגיש הארץ טריון במלכות, בזה פטרין ברכיא בשמבין ביוקא דין בויגרי, דא רשבי, דטאריה בשמבין ביה בבל יומא. אבא חזקיה לעילא ותתא. בזה צויון עלאין מוסתמן ליה, גליה אומר ואמה כך לקין ותגיש ותעמוד לזרקה לקין תימן.

MEDITACIÓN

Por medio de esta meditación, nos conectamos con el alma de Rav Shimón bar Yojái y obtenemos su ayuda siempre que la necesitemos.

זֶה הָאִישׁ מְרַעֵשׁ הָאָרֶץ מְרַעֵשׁ מַמְלָאוֹת.
mamlajot marguiz haarets marish haish ze
כְּמוֹהַ פִּטְרִין בִּרְקִיעָא מְשַׁתְּכִין בְּיוֹמָא
beyomá mishtacjin birkíá pitrín camá
דִּין בְּגִינָךְ, הָאֵל רֵעִי, דִּמְרַעֵי
demaréi Yojái Bar Shimón Ribí dená beguinaj deín
מְשַׁתְּבִי בֵּיהּ בְּכָל יוֹמָא. וְיִלְכֵי זַצְאָא
julakéi zacaá yomá bejol béi mishtebaj
לְעִילָא וְתַתָּא. כְּמוֹהַ גִּנְזִין עֲלֵאִין מִסְתַּמְרָן
mistamrán ilaín gnizín camá vetatá leilá
לֵיהּ, עֲלֵיהּ אִתְמַר וְאִתְּהַר לֵךְ לִקְצֵי וְתַנּוּי
vetanuaj lakets lej veatá itmar aléi léi
וְתַעֲמוֹד לְעוֹרְלֵךְ לִקְצֵי הַיָּמִין.
hayamín lekets legoraljá vetaamod

*¡Éste es el hombre que hizo temblar a la tierra; que hizo temblar a los reinos!
¡Cuántos ángeles acusadores en el Cielo están silenciosos hoy por ti! ¡Éste es Rav
Shimón bar Yojái, con quien su señor Se glorifica diariamente! ¡Bendita es su
porción arriba y abajo! ¡Cuántos tesoros celestiales lo esperan! De él, se dice: 'E
irás hasta el final y descansarás, y permanecerás de pie para recibir tu porción
asignada en el final de los días'.*

LA FUENTE DE TODA VERDADERA PLENITUD:
“RAV ABAY RAV YOSI”

(ZÓHAR, LEÍ LEJÁ, VERSÍCULO 282) ¿Qué esperas de tu vida en este momento? Tal vez un trabajo mejor o acaso una relación más interesante. Quizá desees unas vacaciones en Hawai o una casa de verano en Cape Cod, o mil otras variantes de “más”, “diferente” y “mejor”. No te sientas para nada culpable por esto. De hecho, la Kabbalah enseña que debemos disfrutar de lo que el mundo físico nos ofrece, aunque también nos hace saber que nada en el mundo físico puede brindarnos una plenitud realmente duradera.

Cada vez que sientes alegría, la fuente verdadera de ese disfrute es una chispa de Luz del Creador que está allí presente. Incluso cuando pruebas un bocado de chocolate, el placer que sientes es la Luz, ya que hay una chispa de Luz en todas las cosas físicas. Pero el placer es sólo pasajero en estos casos porque sólo se trata de una chispa de Luz. Únicamente a través de nuestro trabajo espiritual podremos conectarnos con la abundancia infinita de la Luz que trae la plenitud completa y duradera.

El siguiente pasaje del *Zóhar* nos enseña que el estudio de la *Torá* (o trabajo espiritual) es mucho más que una experiencia intelectual. El estudio de la *Torá* revela una gran cantidad de Luz, tanto en quien aprende como en el mundo entero. Nuestra motivación para dedicarnos a su estudio no debería ser el deseo egoísta de obtener conocimiento, sino el propósito de revelar la Luz para nosotros y para impartirla a los demás.

Esta sección habla de la Luz que se revela a través del estudio de la *Torá* (trabajo espiritual). El relato cuenta cómo Rav Aba ayuda a su alumno, Rav Yosi, a transformar su trabajo espiritual de una búsqueda egoísta a un proceso de conexión con la Luz del Creador; todo ello con el objetivo de mejorar la vida de Rav Yosi y el mundo entero.

Después que Rav Aba regresó de Babilonia, declaró que quien deseara riqueza y vida eterna en el Mundo por Venir debía estudiar la *Torá*; y la comunidad entera se reunió en su derredor para estudiar. En el vecindario había un cierto soltero. Un día le dijo a Rav Aba: “Rav, quiero estudiar la *Torá* para que pueda ser rico”. Rav Aba respondió: “¡Claro, por supuesto! Merecerás mucha riqueza estudiando la *Torá*. ¿Cuál es tu nombre?”. El soltero respondió : “Yosi”. Entonces Rav Aba pidió a sus estudiantes referirse al soltero como: “Yosi, un hombre de gran riqueza y gloria”. Y Yosi emprendió el estudio de la *Torá*.

El tiempo pasó. Un día Yosi se paró ante su maestro y le preguntó: “Rav Aba, ¿dónde está la riqueza que iba a venir del estudio de la *Torá*?”. Rav Aba dijo: “¡Ya veo que él no está aprendiendo por amor al Cielo!”. Cuando se fue a su habitación para considerar qué hacer con Yosi, oyó una voz que decía: “¡No lo castigues, porque él se convertirá en un gran hombre!”. Rav Aba regresó a Yosi y dijo: “Siéntate hijo mío, siéntate. Te daré riqueza”.

En ese momento un visitante apareció con una vasija hecha de puro oro. Cuando la mostró, su centelleo iluminó toda la casa. Dijo: “Rav, deseo merecer el entendimiento de la *Torá*. Pero como no he merecido este entendimiento, estoy buscando a alguien que pueda estudiar la *Torá* por mí. Heredé gran riqueza de mi padre, quien acostumbraba poner sobre su mesa trece de estas copas hechas de puro oro. Deseo alcanzar el mérito de estudiar la *Torá*, y daré mi riqueza a quien lo alcance por mí”.

282. ר' אבא פד אבא
מנהגם, וזהו סכריו, מן בני
עזרא, ופאן בני אורכא
דנתי בעלמא דאחי, ויתו
השתדל באוריתא, וזו
מחשבתו סלי ללמא לגביה.
רנן וזו הנה עשיטותיה.
יופא וזו אבא לגביה, אבא
לו ר, בעלמא למלי
באוריתא, פני שיתיה לו
עזרא, אבא לו הא ונא.
אבא לו פה שפך, אבא לו
יוסי, אבא לו לתלמודו
דקורין ליה ר יוסי סארי
דעזרא וקרא, וזו
ואתלסק באוריתא.

283. לוימן, הנה קאם
קסות, אבא לו ר, אן הוא
עזרא, אבא שפע מנהג.
דלא לשם שפוס הא גביר,
והאל לאוריתא, שפע וזו
קלא דהנה אבא, לא
תלמודית, דעזרא רבא ליה.
תם לגביה, אבא ליה, תם
פני תם, ונא, ויהבא לך
עזרא.

284. ארזבי, אבא וקרא וזו,
והאזא דפן ביניה, אפיקה
ופל וזרא בביתא, אבא לו
רבי בעלמא למלי באוריתא,
והאזא לא וקרא, ובעלמא פאן
השתדל באוריתא פני.
דאזא את לי עזרא פני, דקא
שפך לי אבא, דכד ותיב על
פחיתא, וזהו סכר גביר,
תליסר פני סארי, ובעלמא
למלי באוריתא, ונא, ויהבא
עזרא.

Entonces Rav Aba dijo a Yosi el soltero: “¡Estudia la *Torá* y este hombre te dará riqueza!”. El visitante dio entonces a Rav Aba una copa de oro, y en respuesta Rav Aba habló el versículo: “El oro y el cristal no pueden igualarlo. Y el intercambio de éste no será por vasijas de oro fino”. Yosi el soltero entonces se sentó y estudió la *Torá*, y el visitante le dió oro.

285. אָמַר לוֹ לְהוּיָא רִיזָא, חֲשִׁתְנָל בְּאַרְיִיתָא, וְרָא וְהִיב לֵךְ עוֹתְרָא, וְהִיב לִיהּ הוּוּא בְּסָא דְפִי. קָרָא לְגִיָּה רַי אָבָא, לֹא יַעֲרְבָהּ וְהִיב וְחִסְכִּית וְתַמְוִקְתָּהּ כְּלִי פִי. וְהִיב וְלֵילָא בְּאַרְיִיתָא, וְהוּוּא בְּרַשׁ הָיָה וְהִיב לִיהּ עוֹתְרָא.

Según pasaban los días, un deseo sincero por la *Torá* entró en el corazón de Yosi. Un día se sentó y lloró. Rav Aba lo encontró llorando y dijo: “¿Por qué estás llorando?”. Yosi respondió: “¡Por esta riqueza estoy dejando atrás la vida en el Mundo por Venir!”. No deseo estudiar más por este visitante, sino más bien para merecer la *Torá* para mí mismo”. Rav Aba dijo: “Ahora veo que Yosi está estudiando por amor al Cielo”.

286. לְיוֹמִין גָּאֵל וְחִיּוּדִי דְאַרְיִיתָא בְּמַעוּי, יוֹסֵא חַד וְהָהּ וְהִיב, וְהָיָה בְּכִי. אֲשִׁכְחִיהּ רַבִּינָה דְהָיָה בְּכִי. אָמַר לוֹ לֵיל מָה קָא בְּכִית. אָמַר לוֹ, וְהָהּ מַצְוִנָא חַיִּי דְלֵילָא דְאַתִּי, בְּיוֹן הָאִי, לֹא בְּעִינָא אָקֵלָא לְמַכְּרִי לְגִבְרָא. אָמַר לוֹ הִשְׁתָּא עָלֵי דְהָא לְשֵׁם שְׁמִישׁ קָא גְבוּר.

Rav Aba llamó al visitante y le dijo : “¡Toma de regreso tu riqueza y compártela con los pobres y los huérfanos. Yo te daré a ti una mayor porción en la *Torá*, de todo lo que estamos aprendiendo!”. Rav Yosi regresó el oro que el visitante le había dado y hasta este mismo día el nombre Yosiben Pazí (Yosi hijo del oro) no ha sido quitado de Rav Yosi o de sus hijos.

287. קָרָא לִיהּ לְהוּיָא גְבוּרָא, אָמַר לוֹ טַיִל עוֹתְרֵךְ וְהִיב לִיהּ לְחִתְמִי וְלְמַסְכָּא, וְאַנָּא וְהוֹבְנָא לֵךְ וְחִיבֵךְ וְחִיד בְּאַרְיִיתָא, בְּכָל מָה דְאַנָּן לְעָאן. אַחֲרֵי לִיהּ רַי יוֹסִי הוּוּא בְּסָא דְפִי, וְעַד יוֹסֵא לֹא אֲעִידִי שְׁמִיהּ וְטָן בְּנִי בֶן פִּי. וְהִיב רַי יוֹסִי בֶן פִּי, וְהָיָה לְכַסְוֵה אֲרִיִּיתָא, הוּוּא וּבְנֵי.

Se convirtió en el famoso Rav Yosi ben Pazí. Él y sus hijos merecieron abundante estudio de la *Torá*, porque no hay mayor recompensa en el mundo que estudiar la *Torá*. Y no es necesario pagar por este estudio, como está escrito: “El oro y el cristal no pueden igualarlo; y el intercambio de éste no debe ser por vasijas de oro fino”.

דְּלִית לֵךְ אֲגֵר טַיִל בְּעִלְטָא סְמָאן דְּלֵילָא בְּאַרְיִיתָא.

MEDITACIÓN

Cuando te encuentres demasiado pendiente de las cosas físicas, esta meditación te ayudará a recuperar tu enfoque. Acude a ella para consolidar tu comprensión de que la auténtica plenitud proviene de tu entendimiento y de tu trabajo espiritual.

דְּלֵית לָךְ אָגַר טַב בְּעֵלְמָא קְמָאן
deleit laj delcit rav agar bealmá quemán
דְּלֵי בְּאִרְיָתָא.
deleci beoraytá delaíci

No hay mayor recompensa en el mundo que estudiar la Tora.

ALCANZAR EL EQUILIBRIO: “EL PRÓLOGO DEL *IDRÁ RABÁ*”

(*ZÓHAR*, *IDRÁ RABÁ*, VERSÍCULO 8) La mayor parte del tiempo las influencias externas dominan nuestras vidas. Alguien o algo nos ofende y nos concentramos en ese sentimiento perturbador. Pero los kabbalistas enseñan que para mantener una conexión con la Luz necesitamos un espíritu estable. Esto significa que debemos ser capaces de sostener nuestro equilibrio independientemente de lo que digan, escuchen o hagan los demás.

El siguiente pasaje del *Zóhar* enfatiza la importancia de hablar, así como la de saber guardar silencio. En tal sentido, sugiere que la necesidad constante de hablar, de mostrar a todos los secretos que conocemos, es una muestra de un espíritu inestable. Crear una estabilidad interna implica entrenarnos para no hablar ni reaccionar impulsivamente. Debemos esforzarnos cada vez más en mantener un espíritu estable.

Rav Shimón abrió entonces la discusión diciendo: “ El que va con cuentos revela secretos. Pero el que es de espíritu fiel oculta el asunto’. Este versículo es difícil. Debió haber dicho: ‘un hombre que dice cuentos’ en vez de ‘El que va con cuentos’. ¿Qué es ‘uno que va con cuentos’? Esto se refiere a alguien que no está asentado en su mente, y por lo tanto no es digno de confianza. Cualquier cosa que ha oído va dentro de él como una tabla sumergida en agua que no se hunde, y que se dispara para arriba cuando es liberada. Lo cual significa: no puede descansar hasta que no revele a alguien lo que oyó. Esto es porque el espíritu del que va con cuentos no está asentado y no es estable. Del que tiene un espíritu estable, está dicho: ‘ Pero el que es de espíritu fiel oculta el asunto’. Un espíritu fiel significa un espíritu estable. Todo depende del espíritu. También está escrito: ‘No dejes que tu boca haga pecar a tu carne’”.

8. ר"ש קתח ואמר, הולך
רכיל מלכה סוד ונאמן רוח
מכסה דבר. הולך רכיל, האי
קרא קטלא. איש רכיל מבגלי
לית למיטר, מאן הולך. אבא
מאן דלא אתישב ברמיזה.
ולא הוי מהימנא. תהיא מלכה
דקטנע, אולי בגיזה קוויזא
מבוא, עד דרפוי ליה לבד.
ב"ט. מעום דלית רמיזה
רוחא דקיימא. אבדל מאן
דרמיזה רוחא דקיימא. ביה
קתיב, ונאמן רוח מכסה דבר.
ונאמן רוח, קיימא דרוחא.
ברוחא תליא מלכא. וקתיב,
אל תתן את פוך כלליא את
בשרך.

MEDITACIÓN

Al leer este pasaje, despertamos el entendimiento de nuestra necesidad de desarrollar un espíritu estable, al tiempo que recibimos la ayuda para hacerlo.

אָבֶל מֵאֵן דֵּרוּחִיָּה רוּחָא דִּקְיֻמָּא. בֵּיה
bél dekiyumá rujá derujéi man aval
קִיבֵּי, וְאַמֵּן רוּחַ מְכֻסֶּה דְּבָר.
davar mejasé ruaj vencemán ctiv
וְאַמֵּן רוּחַ, קְיֻמָּא דֵּרוּחָא.
derujá kiumá ruaj vencemán

Del que tiene un espíritu estable, está dicho: 'Pero el que es de espíritu fiel oculta el asunto'. Un espíritu fiel significa un espíritu estable.

COMPRENDER LA REALIDAD SUPERIOR: “ELIMINAR EL MIEDO A LA MUERTE”

(*ZÓHAR, VAYEJÍ, VERSÍCULO 744*) Pensamos que la vida en este mundo es todo lo que existe. Sin embargo, también existe un reino espiritual infinito. Uno de los objetivos de nuestro trabajo espiritual es dejar de vivir meramente en la dimensión física y desarrollar nuestra conciencia de la realidad superior, así como también de nuestro lugar en ella. El dolor que experimentamos en nuestra vida cotidiana se origina en la estrechez de nuestro enfoque. Sólo cuando seamos conscientes de la realidad superior, el dolor y el temor desaparecerán.

Esto también es cierto en relación a nuestro miedo a morir. Tememos la muerte porque es un reino desconocido para nosotros. Pero en este fragmento, el *Zóhar* afirma que una vez que obtenemos conciencia de la dimensión mayor, podemos vivir en el reino infinito aun antes de morir. Así, la muerte se convierte en un mero paso de un reino a otro y deja de ser la entrada en una oscuridad incomprensible. En este pasaje, el *Zóhar* trata estas ideas mediante la historia de un padre y su hijo. El hijo se va del hogar paterno para vivir y crecer, pero el momento más feliz se presenta cuando regresa con su padre. Claramente, cuando dejamos este mundo, siempre que hayamos logrado el crecimiento y propósito espiritual por el cual vinimos, regresamos a un lugar mucho mejor.

El poder de esta sección se halla en derribar las barreras entre el mundo físico y el mundo metafísico. Expandimos nuestra conciencia más allá de la dimensión física y nos abrimos a los reinos del más allá.

Si las almas están elevadas en dos lados, ¿por qué entonces descienden a este mundo, y por qué lo dejan? Esto es como un rey que procreó un hijo y lo envió para ser criado en una aldea y educado en las maneras del palacio. Cuando el rey oyó que su hijo había crecido, por amor a él envió a la reina, su madre, para recogerlo. Ella lo trajo entonces a palacio, donde el rey se regocijaba con su hijo todos los días.

744. ואי תיבוא, הא עלאין אעין
מערין סטורן, אמאי צוזון ק'תא
עלמא, ואמאי אקתלקו מנייה.
למלכא דאדאמלך ליה בר.
שדר ליה לזר שפר, למרבה
לית, ולקללא ליה, עד דווצרבי.
וילפון ליה ארזי דהיכלא
דמלכא, שמוע מלכא, דהא
בריה רב ואוצרבי, מיה עלבד
ברזיבי דבריה, קושלר לה
למטורותא אפיה מנייה.
ואעיל להיכליה, וזרי עמיה כל
יומא.

El Creador también procreó un hijo por medio de la *Shejiná*. ¿Quién es el hijo? El Alma Santa Celestial. Lo envió a la aldea —esto es: a este mundo— para ser criado y ser educado en las maneras del palacio del Rey. Cuando el Rey vio que Su hijo había crecido y sido criado en esta aldea, y que era tiempo de traerlo al palacio, ¿qué hizo? Por amor a Su hijo, envió a la *Shejiná*, quien lo trajo al palacio del Rey. El alma nunca deja este mundo hasta que la *Shejiná* llega por ella y la trae al palacio del Rey, donde permanece para siempre.

745. בך קודשא בריך הוא.
אילר בר במטורותא, וקאי
איהי עמקתא עלאה קדישא.
שדר ליה לספר, להאי עלמא.
דווצרבי ביה, וילפון ליה ארזי
דהיכלא דמלכא, בין דזרע
מלכא דהא בריה אצרבי
בהאי שפר, ועידן הוא למינה
לית להיכליה, עלבד ברזיבי
דבריה, קושלר למטורותא
מנייה ואעיל ליה להיכליה.
ועמקתא לא סלקא מיהי
עלמא, עד דאצת מטורותא
מנייה, ואעיל לה להיכליה
דמלכא, ויתבית תמן לגלמין.

Pero es la manera de ser del mundo que los habitantes de la aldea lloren cuando el hijo del Rey se va de ellos. Había un sabio en la aldea, quien dijo: “¿Por qué lloran? ¿No es el hijo del Rey? No es correcto que viva entre ustedes más tiempo. Él debe vivir en el palacio de su padre”. Moshé también, que era sabio, vio a los habitantes de la aldea llorando, y les dijo: “Ustedes son los hijos del Creador; no deben acuchillarse ustedes mismos”.

746. תלם כל דא, אורחא
דעלמא, דאעין ב'י שפר.
בבאן על פריעי דבריה
דמלכא מנייה. וזר שקנ וזה
תמן, אמר לון על מה אצון
בבאן, ובי לא בריה דמלכא
איה, ולא אצוני למידר וזר
מנייה, אלא בריה דאבוי.
בך משה, דהנה שקנ, וקא
ב'י שפר דהנה בבאן, על דא
אמר, ב'ים אתם ל'י אכליכם
לא תתגורר.

Ven y ve: Si todos los justos supieran esto, se alegrarían cuando el día llegara para que se fueran de este mundo. Porque ¿no es un gran honor que la *Shejiná* venga por ellos para escoltarlos al palacio del Rey, y que el Rey se regocije con ellos cada día? Porque el Creador encuentra alegría sólo con las almas de los justos.

747. תא נחמי אילי דהו דהעין
 בלתי צדיקיא דא. דהו נחמי
 דהא "קא דמטי כון
 לאסתקא מדהא עלקא. ובי
 לא יקרא עלאה דהא.
 דמסורותא אמת בגיורא.
 וקאמבא כון דהיבא למבא.
 למנודי עהו מלכא כל יקא.
 דהא קורשא ברך דהא לא
 אשתעשע אלא בגימורא
 דגורא.

MEDITACIÓN

Con esta meditación despertamos nuestra conciencia a una realidad mayor, dentro de la cual el miedo a la muerte no existe.

תא וְחַי, אִילּוּ הָיוּ יָדְעִין כְּלָהוּ צְדִיקָיִא
tsadkiyá culhú yadín havú ilu jazéi ta
הָאֵי, הָיוּ הִדְאָן הָהוּא יוֹמָא דְּמַטֵּי כּוֹן
lon dematéi yomá hahú jadán havó hái
לְאַסְתַּלְקָא מִהָאֵי עֲלָמָא
almá mehai leistalká

Ven y ve: Si todos los justos supieran esto, se alegrarían cuando el día llegara para que se fueran de este mundo.

MAESTROS Y AMIGOS ESPIRITUALES: “CUYO CORAZÓN SE DESPIERTA” (ZÓHAR, TRUMÁ, VERSÍCULO 38)

Cuando te encuentres luchando, mira con atención a las personas que has invitado a tu vida. No puedes sostener una conciencia positiva cuando estás rodeado de individuos cuyas conciencias son más negativas que la tuya. En cambio, estar al lado de un maestro o amigo justo cuya conciencia es más fuerte que la tuya fortalecerá tu conexión con la Luz.

Esto no significa que deberías cortar relaciones de inmediato con todos aquellos cuyo trabajo espiritual no esté aún completo. Lejos de ello, incluso deberías buscarlos. Pero es fundamental que tomes conciencia del papel que cada persona cumple en tu vida. No confundas a aquellos a los que puedes ayudar con aquellos que pueden enseñarte y ayudarte.

El *Zóhar* enfatiza el *deseo* por la Luz como la cualidad más importante a buscar en un maestro espiritual. La erudición y el intelecto no son los distintivos principales de un gran maestro. Lo realmente esencial es el deseo del maestro de conectarse con la Luz desde lo más profundo de su corazón y su alma. El *Zóhar* también enfatiza la importancia de estar cerca de un maestro en todo momento, independientemente de las dificultades que pueda implicar. En la sección que sigue, la dificultad es sinónima de “pagarlo todo”. Ésta es también una evaluación importante de nuestro propio crecimiento. El *Zóhar* afirma con claridad que podemos saber si el Creador nos desea cuando evaluamos nuestro propio deseo interior por el Creador.

Está escrito: “Deben traerme una ofrenda de cada hombre cuyo corazón es despertado.” Esto es: quien vence a su inclinación negativa es llamado ‘hombre’. ¿Y qué significa “cuyo corazón es despertado”? Significa que Dios lo desea, como está escrito: “De Ti mi corazón ha dicho”; “la fuerza de mi corazón”; “de un corazón alegre”; y “Su corazón estaba alegre”. Todos éstos se refieren al corazón (el deseo) de Dios. Aquí también: “Cuyo corazón lo despierta” se refiere al deseo de Dios. De él “debes tomar Mi ofrenda”, porque allí es donde Dios se encuentra. Porque Dios mora en él y en ningún otro lugar.

38. וְגַל דָּא קְהִיב, וְיָקוּץ לִי
תְרוּמָה טַמֵּאת כָּל אִישׁ, מִהָהוּא
דְּאִקְרִי אִישׁ, דְּאִתְקַבֵּר עַל
יַעֲרִיָּה. וְכָל טַמֵּא דְּאִתְקַבֵּר עַל
יַעֲרִיָּה, אִקְרִי אִישׁ. אִשְׁרֵי
יִדְבֹּק לִבּוֹ, מֵאִי אִשְׁרֵי יִדְבֹּק
לִבּוֹ. אֵלֵּא, דְּיִתְרַעֲלֵי בֵּית
קִדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא, כִּדְּא לָךְ
אִשְׁרֵי לִבִּי, עֲזַר לִבִּי. וְטוֹב
לִבִּי, וְיִטְבֵּב לִבִּי. בְּקִדְוָה
בְּקִדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא קְאָמֵר.
אִפֻּךְ הִכָּא אִשְׁרֵי יִדְבֹּק לִבּוֹ.
טוֹיִת תִּקְוִי אֶת תְּרוּמָתִי, דְּהָא
תַּסֵּן אֶשְׁתַּכּוּ וְלֹא בִּאֲתֵר
אֲזִירָא.

¿Cómo sabemos que Dios lo desea y mora en él? Cuando vemos que la intención de una persona es dedicarse al Santísimo, bendito sea Él, con su corazón, alma y deseo, estamos seguros de que el espíritu de Dios mora en esa persona. Entonces debemos pagar totalmente (hacer lo que sea necesario) para hacer amistad con él y aprender de él. Acerca de esto, los antiguos decían: “- - - y adquiere para ti un amigo’. Debes comprar lo por el precio completo para merecer el espíritu de Dios que mora en él. Ésta es la medida a la que es necesario llegar para ir en pos de un hombre justo y merecerlo”.

39. וּמֵאֵן יִרְעִינָן דְּהָא קִדְשָׁא
בְּרִיךְ הוּא אִתְרַעֲלֵי בֵּית, וְשִׁנּוּ
מִדּוּרֵיהּ בֵּית. בְּדִי וְמוֹנִין
דְּרַעֲתָא דְּהָהוּא בְּרִי וְשִׁנּוּ
לְמִרְדָּף וְלִאֲשַׁתְּדֻלָּא אֲבִתְרֵיהּ
דְּקִדְשָׁא בְּרִיךְ הוּא בְּלִבֵּיהּ
וּבְנַפְשֵׁיהּ וּבְרַעֲיוֹתֶיהּ, וְרָאִי תַסֵּן
יִרְעִינָן דְּשִׁרְוָא בֵּית שְׂכִינָתָא.
כִּדְּרִין בְּעִינָן לְמַקְנֵי הָהוּא בְּרִי
וְשִׁנּוּ, בְּכַסְפֵּי שְׁלִיָּם, לְאַחֲזֻקְרָא
בְּהַרְיִית וְלְמִינְקָה מִצִּית. וְגַל דָּא
קִרְסָאֵי נָחוּ אִמְרִי, וְקִנְיָה לָךְ
וְחֵבֵר, בְּאִזְרֵי שְׁלִיָּם בְּעִי לְמַקְנֵי
לִיָּה. כְּנִין לְמַלְכֵי שְׂשִׁיבִינָתָא.
עֲדִי הִכָּא בְּעִי לְמִרְדָּף בְּתֵר
וְקָאָה וְקִמְקִנָה לִיָּה.

MEDITACIÓN

Esta meditación encenderá tu deseo de acercarte a tus maestros y amigos espirituales. Fortalecerá tu poder para atraerlos a tu vida y activará en ti una verdadera apreciación de su presencia.

וּמָנָא יִרְעִינָן דְּהָא קֳדֻשָּׁא בְּרִיךְ הוּא
hu berij kudshá dehá yadeinán umná
אַתְרָעִי בֵּיתָ וְשֵׁנִי מְדוּרָתָא בֵּיתָ. כֵּד
cad béi madoréi veshavéi béi itréi
חֲמִינָן דִּירְעִיתָא דְּהָהוּא בָּרַ וְשֵׁנִי לְמִרְדַּף
lemirdaf nash bar dehahú dirutá jameinán
וּלְאַשְׁתַּדְלָא אַבְתְּרִיָּה דְּקֳדֻשָּׁא בְּרִיךְ הוּא בְּלִבָּיָה
belibá hu berij dekudshá avatréi ulcishtadlá
וּבְלִפְשִׁיָּה וּבְרִעֻתִּיהָ. וְדָאֵי תָמָן יִרְעִינָן
yadinán tamán vadái uvirutéi uvenafshéi
דְּשָׂרְיָא בֵּיתָ שְׂכִינְתָּא. כְּדִין בְּעִינָן
bacinán quedéin shjintá béi desharia
לְמִקְנֵי הָהוּא בָּרַ וְשֵׁנִי בְּכֶסֶף שְׁלִים
shlim bejésef nash bar hahú lemiknéi
לְאַתְחַבְרָא בְּהַדְרָה וּלְמִיכַלָּהּ מִנֵּי
minéi ulemeilaf bahadéi leitjabrá

¿Cómo sabemos que Dios lo desea y mora en él? Cuando vemos que la intención de una persona es dedicarse al Santísimo, bendito sea Él, con su corazón, alma y deseo, estamos seguros de que el espíritu de Dios mora en esa persona. Entonces debemos pagar totalmente (hacer lo que sea necesario) para hacer amistad con él y aprender de él.

LA BATALLA: “EL O PONENTE ESTÁ ATACANDO”

(ZÓHAR, IDRÁ RABÁ, VERSÍCULO 1) Los grandes

kabbalistas comparan el trabajo espiritual con una batalla. Si piensas que has ganado la batalla, ya la has perdido. Debemos recordar esto cuando nuestra vida espiritual empieza a aflojar y empezamos a tomar el camino más fácil.

El estudio y la meditación kabbalística no se tratan tan sólo de relajación. Hay una lucha constante en el mundo entre la Luz y la oscuridad. Cuanta más Luz esté presente en el mundo, más alegría y plenitud sentiremos; así como el aumento de oscuridad implica más dolor y sufrimiento. El *Zóhar* nos enseña a reconocer esta disposición de fuerzas como una batalla. El estudio no sólo nos permite adquirir conocimiento; es una forma de revelar la Luz y eliminar la oscuridad, lo cual significa eliminar el dolor y el sufrimiento. En este pasaje, en la llamada Gran Asamblea, Rav Shimón comienza a revelar secretos (es decir, Luz) nunca antes revelados. El texto se inicia con un dramático llamado a la batalla, con el objetivo de preparar su propia conciencia y la de sus estudiantes para el verdadero propósito espiritual de su trabajo.

El *Zóhar* habla acerca de la necesidad de vivir con tres columnas. Dicho simplemente, esto concierne al concepto de compartir: la columna derecha es el Deseo de Compartir, la columna izquierda es el Deseo de Recibir, y la columna central es la restricción del Deseo de Recibir en favor del Deseo de Compartir. En este sentido, el *Zóhar* nos dice que sólo si vivimos con las tres columnas —es decir, no sólo recibiendo y no sólo compartiendo— podemos revelar Luz.

Se nos enseñó que Rav Shimón dijo a sus amigos:
 “¿Cuánto tiempo permaneceremos sostenidos por un
 pilar? Está escrito: ‘Es tiempo para actuar por Dios: ellos
 han invalidado *Tu Torá*’. Los días son pocos y el
 Oponente está atacando. Cada día resuena el llamado al
 arrepentimiento, y los segadores del campo son pocos.
 Aquéllos que entienden el llamado están al final del
 viñedo, y aún ellos no ponen atención al llamado”.

1. תנא אמר ר'ש לזכריא
 עד אסת נתיב עקיימא דחד
 סמבא קתיב עלת ללשיות ללי
 חפרי חרתיך יומין לעירין
 ימארי דחוקא דחיק כרתא
 קארי כל יומא ופוזידי
 חקלא לעירין איעין ואיעי
 עשולי פרמא לא אשנאן
 וכל ידעין כלן אתר אכלן
 סבה דיאות.

“Reúnanse en el Trono, amigos, con escudos, espadas y
 lanzas en sus manos. Apresúrense con su
 arrepentimiento, su consejo, su sabiduría, su
 entendimiento, su conocimiento, su apariencia, sus
 manos, y sus pies. Designen como Rey al que tiene
 autoridad de vida y muerte, para que decrete palabras
 verdaderas, las cuales el Santísimo Celestial escuchará, y
 estará contento de oír y conocer”.

2. אתקונין חכרייא לבי
 אדרא סובשין שרין סופי
 וריבויי בדיבין אדריין
 בתקוניבין בעיטא בןבסמא
 בסיבילעו בדיעתא בויין
 בדיין בדיבין אבסכו גליבין
 לבאן דברשותיה חיי ומותא
 לבגד מלין דקשטו מלין
 דקדושי גליבין צייתי ליה
 וחדאן לבשקע ליה וקסדיע
 ליה.

Rav Shimón se sentó y lloró. Dijo: “¡Ay de mí si revelo!, y
 ¡Ay de mí si no revelo!”. Los amigos que estaban
 reunidos allí se mantuvieron silenciosos. Finalmente, Rav
 Aba se levantó y dijo a Rav Shimón: “Si está bien para mi
 Señor revelar, he aquí que está escrito: ‘El secreto de
 Dios está con aquellos que Le temen’. Tus amigos temen
 al Santísimo, bendito sea Él. Ya han entrado en la
 asamblea previa, donde tú revelaste secretos. Algunos de ellos entraron
 aquí, y algunos salieron”.

3. יתיב ר'ש יבדה ואמר ווי
 אי גליגא ווי אי לא גליגא
 וזכרייא דהיה תמן אשתיקו
 קם ר' אבא ואל אי ניוא
 קסיה דסור לגלגא, הא קתיב
 סוד יי ליראוי, והא זכרייא
 אכלן דחילן דקדושא סריך
 הוא איעין וכפד גלאלי
 קאדרא דבי משקלא מנהון
 גלאלי מנהון ופקו.

Nos hemos enterado de que los siguientes amigos estaban presentes: Rav Elazar, el hijo de Rav Shimón; Rav Aba; Rav Yehuda; Rav Yosi bar Yaakov; Rav Yitzjak; Rav Jizkiyá bar Rav; Rav Jiyá; Rav Yosi, y Rav Yesá. Se acercaron a Rav Shimón con sus dedos apuntando hacia arriba. Entraron al campo entre los árboles y se sentaron. Rav Shimón se mantuvo de pie y rezó su oración. Entonces se sentó entre los amigos y dijo: “Cada uno debe poner sus manos en su pecho”. Cada uno de los amigos lo hizo así, y Rav Shimón los aceptó.

4. תאנא אתקני חסדא קמיה דר'ע, ואשתדלוי רבי אלקר ברית. ור' אבא ור' יהודה. ורבי יוסי בר' יצחק. ור' יצחק בר' רב. ור' חייא. ור' יוסי. ור' יסא. ור' יוחנן ור' לוי. ואצטקן וקפו ל'קלא. ונאכלי ב'קלא ביני אצטקן ויתב. קם ר'ע וצמי צלמיה. ותיב ב'צויה ונאמר כל חד ישני ור' ב'תקפיה. שני ור'יהו. ונסיב לון. פתח ונאמר ארור האיש אשר יעשה פסל ומסכה מעשה ידיו ור'ע ור'ם ב'סתר ונאכל כל העם ואמרי אמן.

Él dijo: “¡Maldito sea el hombre que hace un ídolo tallado o fundido, una abominación de Dios, el trabajo de las manos de un artesano, y lo pone en secreto. Y toda la gente debe contestar y decir: ‘Amén!’”.

Rav Shimón dijo entonces: “Es tiempo de actuar por Dios. ¿Por qué es éste tiempo de actuar? ‘Porque han invalidado Tu *Torá*’. Han nulificado la *Torá* arriba, porque se vuelve nula si no está hecha en su perfección abajo. Del Anciano de los Días esta dicho: ¡Feliz eres tú Yisrael; ¿quién es como tú?! Y también dice: ‘¿Quién es como Tú, Dios, entre los dioses?’”.

5. פתח ר'ע ונאמר, עת ל'עשות ב'י, אבאי עת ל'עשות ב'י. בשום ד'תפרו תורתך. מאי תפרו תורתך. תורה ד'ל'עילא. ד'איהי מתבטלא אי לא ו'תגביר בתקונו ד'א. ו'ל'עתיק יומין אתמר. בתיב א'תרוך ישראל מי כבוד. ו'בתיב, מי כבוד ב'אלים יי.

Rav Shimón llamó a su hijo Rav Elazar, quien se sentó enfrente de él. Rav Aba estaba en el otro lado y dijo: “Hasta ahora los tres pilares estaban siendo construidos. Pero ahora nosotros quienes estamos aquí juntos, incluimos a todos los elementos espirituales”. Entonces estuvieron silenciosos, hasta que oyeron un sonido que los hizo temblar. Era el son ido de los amigos que habían muerto, reuniéndose en el Mundo Superior.

6. קרא לרבי אלקר ברית. איתביה קמיה. ורבי אבא ב'סבא א'זרא. ואמר און ב'קלא ד'בולא. ג'ר השתא אתתקנו קייבין. אשתדלוי שבעי קלא. ואר'ביתן ד'א קלא וקשן. מאי קלא. קלא ד'כנפ'יא ל'קאה ד'סתב'פוי.

Rav Shimón se regocijó y dijo: “Dios he oído de Ti, y tenía temor”. Era verdad que temía, ya que en ese momento estaba conectado con Javakuk, quien era de la Columna Izquierda. Pero para nosotros, que estamos unidos con la Columna Central, nuestra conexión está basada en el amor. Está escrito: “Y amarás a Dios, tu Creador”. También está escrito: “Porque Dios te amó” y también esta escrito: “Yo te he amado...”.

7. הנהי' ר"ש ואמר, ה' שמעתי
שמעך וראיתי אתך ואת הנה
לפניהי הויכ'. אכן בנביבותא
תקליא סקתא. וכתוב ואתה
את ה' אלוקיך, וכתוב מאהבת
ה' אתכם, וכתוב אהבתי
אתכם ונא.

MEDITACIÓN

Como ya hemos aprendido en otros fragmentos, nunca debemos ser complacientes con nuestro trabajo espiritual. No debemos olvidar que nuestro trabajo es una batalla entre la Luz y la oscuridad. Cuando meditamos en este fragmento, recuperamos el enfoque y la claridad acerca de la verdadera batalla que se libra en nuestras vidas.

אַתְּבָשֶׁה וְיִבְרִיא לְבִי אֶדְרָא מְלֻבָּשִׁין שְׂרִיין
sharián melubashín idará lebéi javrayá itcanashu
סִיפִי וְרוֹמְנִי בִּינִיכִין, אֶדְרָזוּ בְּתִקְוִיכִין.
betikuncijón izderazu bideijón verumjéi sayféi
בְּעִיטָא, בְּחֻבְמַתָּא, בְּסוּבְלֵתָא, בְּרִיעָתָא.
bedaetá besujletanu beajmetá beitá
בְּרִיזוּ, בְּרִיין, בְּרִגְלִין.
beraglin bidín bejeizú

*Reúnanse en el Trono, amigos, con escudos y espadas y lanzas en sus manos.
Apresúrense con su arrepentimiento, su consejo, su sabiduría, su entendimiento,
su conocimiento, su apariencia, sus manos, y sus pies.*

AYUDAR A OTROS: “BUSCA A AQUELLOS QUE NO HAN SUPERADO SU INCLINACIÓN NEGATIVA”

(ZÓHAR, T RUMÁ, VERSICULO 40) A menudo encontramos amigos que sufren y necesitan ayuda pero no sabemos cómo ayudarlos. Si bien es cierto que es muy importante ayudarlos con su problema inmediato, también deberíamos ayudarlos a darse cuenta de que la causa raíz de la situación que viven es la ausencia de Luz. Al despertar su conexión con la Luz, tanto el problema inmediato como su raíz pueden sanar.

Puede que ni siquiera nos demos cuenta, pero la razón por la que estamos en este mundo es para ayudar a otros de manera duradera. Es más, necesitamos buscar activamente a aquellos que necesitan de nuestra ayuda con la misma energía con la que buscamos a aquellos que nos pueden ayudar. Sólo si una persona ayuda a otra y esa persona a su vez ayuda a otras dos y así hasta el infinito, podremos alcanzar una masa crítica en la que el dolor y el sufrimiento desaparezcan de una vez para siempre.

Como vimos en la sección anterior, más Luz en el mundo significa más alegría y plenitud; más oscuridad implica más dolor y sufrimiento. Así pues, no sólo es importante alcanzar nuestra propia transformación, también lo es ayudar a otros en ese proceso. Tal vez dudes de tu capacidad de brindar ayuda o creas que tus propias imperfecciones te descalifican para desempeñar este papel. Tal vez te encuentres preguntándote: “¿Cómo podría yo ayudar a otro cuando hay tanto caos en mi propia vida?”. Pero el *Zóhar* fuertemente enfatiza que las bendiciones que atraemos a nuestras vidas se manifiestan cuando ayudamos a los demás a eliminar su oscuridad. Este concepto, extraído de este fragmento del *Zóhar*, es la base de todo el trabajo del Centro de Kabbalah.

Los justos deben dedicarse a aquéllos que no han vencido su inclinación negativa y comprarlos a precio completo para eliminar la negatividad de ellos, para vencer al Otro Lado en ellos, y par a construirlos, porque esto es considerado como si ellos hubieran sido nuevamente creados. ¡Esta acción eleva la grandeza (Luz) de Dios más que cualquier otra, y esta elevación es mayor que cualquier otra! ¿Cuál es la razón? Porque a través de estas acciones los justos causaron que el Otro Lado fuese vencido y elevaron la grandeza de Dios, como está escrito acerca de Aarón: “Y retrajo a muchos lejos de sus acciones negativas”.

40. אף הכי, והוא יבאזה בעלי
למדרגה בטר וזיבא, וקמקמי
לית באגר שלום, בגין דזיגבר
טוית והוא זזהבא, וזחכפוא
סטרא אורא, וזעבד קופטיות,
בגין דזחשעב עכיות, כאיפלי
הוא ברא לית, וזיא איהו
שטרא דזסתלק ביה וקרא
דקדשא בריך הוא, וזיר
טשטרא אורא, ואסתלקתא
דא וזיר טפלא, מאי טעמא,
בגין דאיהו גרים לאכפוא
סטרא אורא, ולאסתלקא
וקרא דקדשא בריך הוא, ועל
דא בתיב בארזן, ורבים השעב
טעון, וכתוב ברייתו תחת אתו.

Ven y ve: Cualquiera que sostiene la mano de una persona que no ha vencido la inclinación negativa y se esfuerza en ayudarlo a dejar la senda de la negatividad es elevado en tres elevaciones, a las cuales ninguna otra persona puede elevarse. Causa la derrota del Otro Lado; causa que el Creador sea elevado, y causa que el mundo sea preservado tanto arriba como abajo. Acerca de esta persona está escrito: “Mi lazo estaba con él para la vida y la paz” y merece ver a los hijos de sus hijos, y gana mérito en el Mundo por Venir. Todos los acusadores no serán capaces de juzgarlo en este mundo y en el Mundo por Venir. Entra a través de las doce puertas, y no hay nada para evitarle la entrada. Está escrito: “Su simiente será poderosa sobre la tierra; la generación de los rectos será bendecida. La abundancia y la riqueza estarán en su casa, y su rectitud durará por siempre. La Luz se eleva en la oscuridad para los justos: está lleno de gracia y compasión, y justo.”.

41. תא וזי, כל טאן דאזיד
בידא דזיזיבא, ואסתכל ביה,
לשטרא אורא בישא, איהו
אסתלק בתלת סליקין, טה
דלא אסתלק הכי בר גש
אורא, גרים לאכפוא סטרא
אורא, וגרים דאסתלק
דקדשא בריך הוא ביקריות,
וגרים לקויטא כל עלמא
בקויטות לעילא וחתא,
ועל תא בר גש בתיב, ברייתו
התה אתו תזיז וזשטלום,
וזכי למחמי בגין לבנוי, וזכי
בהאי עלמא, וזכי לעלמא
דאיתי, כל מארי דזין, לא
יכלין למירן לית, בהאי
עלמא ובעלמא דאיתי, גאל
בתריסר תרגי, ולית טאן
דזיזי בידות, ועל דא בתיב,
גבור בארזן יתה זרעו דור
ישרים ובורך, הן ועלזר
בביתו וזקנתו עופרת לער,
ורו בושך אור לזשירים וצו.

MEDITACIÓN

La meditación que sigue te permitirá apreciar cuán importante es ayudar a los demás y despertará en ti la capacidad de asistir activamente a aquellos que necesitan de tu ayuda.

תָּא וְזוּי, כֹּל מֵאן דְּאֵיזִיד בִּידָא דְּהֵיבָא.
dejayavá bidá deajid man col jazéi ta
וְאֵשְׁתַּדַּל בֵּי, לְמִשְׁבַּק אַרְיָא בִּישָׁא. אִיהוּ
ihú bishá arjá lemishvak bēi veishtadal
אִסְתַּלַּק בִּתְלַת סְלֻקִין, מִדָּא אִסְתַּלַּק הָבִי
hají istalak delá ma silukín bitlat istalak
בָּר וְשֵׁי אַזְרָא.
ajará nash bar

Ven y ve: Cualquiera que sostiene la mano de una persona que no ha vencido la inclinación negativa y se esfuerza en ayudarlo a dejar la senda de la negatividad es elevado en tres elevaciones, a las cuales ninguna otra persona puede elevarse.

DIFUNDIR E L ZÓHAR: “CUANDO E L ZÓHAR SEA
REVELADO, LAS MULTITUDES SE CONGREGARÁN A
SU ALREDEDOR”

(*ZÓHAR J ADASH, TIKÜNIM*, VERSÍCULO 114A) En este pasaje, el *Zóhar* compara su poder con el del Arca de Noé. En los tiempos de Noé, se produjo una gran destrucción en el mundo; sin embargo, aquellos que entraron en el arca fueron protegidos. De la misma manera, quienes entramos en el *Zóhar* estamos protegidos de la oscuridad que existe en nuestros tiempos. Y cuando por fin el *Zóhar* sea revelado tras tantos siglos de ocultamiento, tal como el texto mismo lo predice, las multitudes se congregarán para conectarse con él. Es esta reunión alrededor del *Zóhar*—como entrar en un arca— lo que permitirá que el mundo realice su propósito.

En realidad, la conexión con el *Zóhar* es la experiencia de regresar en el tiempo al momento histórico cuando una gran revelación se llevó a cabo en el lugar de reunión de todas las almas justas. Como comentario personal, considero que parte importante de mi trabajo es posibilitar que las personas se reúnan en torno al *Zóhar*, entren en él y logren conectarse con su Luz.

Este libro es como el Arc a de Nój, dentro de la cual se reúnen todas las diferentes clases y especies. Así también las almas de los justos y la gente de categoría se unen en este libro. Acerca de ellos está dicho: “Ésta es la puerta de Dios. Los justos pasan por ella y quienes no son justos no entran”.

וְהָאֵל חֲסִידָא הוּא כְּמִנְיָא
דְּתַבְתָּ עֵץ דְּאִתְכַּנְשֵׁי בֵּיתָ כָּל
מִין וּמִין. הָכִי מִתְכַּנְשֵׁין בְּהָא
חֲסִידָא כָּל נְשָׁמוֹתֵין דְּצַדִּיקִיא
וְאִנְשֵׁי מַדּוּת. דְּאִתְמַר בְּהֵן.
זֶה הַשַּׁעַר לְיוֹהֵ"ה צַדִּיקִים
יָבוֹאוּ בוֹ. (אֲחֵרִין דְּלֹא
צַדִּיקִים אֵתְרִין מִתְּמֵן.

Cuando esta composición del *Zóhar* sea revelada en el mundo, las multitudes se juntarán con éste. De ellos está dicho: “Aquéllos que están aquí hoy, y aquéllos que no están con nosotros, por medio de esta composición todos ellos están con nosotros hoy”.

וְכֵד אֲתֵלֵּא הָאֵל חֲסִידָא
בְּעֵלְמָא. כִּי אֵין מִתְכַּנְשֵׁין
לְבֵיתָהּ. דְּאִתְמַר בְּהֵן. כִּי אֵת
אִנְרִי יִקְעוּ פֶּה וְעִמּוֹ. וְאֵת
אִנְרִי אִינְרִי פֶּה. בְּהָא חֲסִידָא
נִקְמֵו הַיּוֹם.

MEDITACIÓN

Al meditar sobre este pasaje, despertamos la Luz de la protección del *Zóhar* y la revelación de la Luz del *Zóhar* en el mundo.

יְכַד אֶתְגַּלְיָא הָאִי חִבּוּרָא בְּעֵלְמָא.
bealmá jiburá hái itgaliá vejad
סִגְיָאִין מִתְכַּנְשִׁין לְגַבְעִי.
legabéi mitcanshín saguiín

Cuando esta composición del Zóhar sea revelada en el mundo, las multitudes se juntarán con éste.

EL ÁRBOL DE LA VIDA: “PORQUE SABOREARÁN EL ZÓHAR”

(ZÓHAR, NASÓ, VERSÍCULO 90) En este fragmento, Moisés está hablando con Rav Shimón bar Yojái, y le explica que los sabios —es decir, aquellos que estudian el *Zóhar*— “brillarán como el firmamento”, expresión que denota su profunda conexión con la Luz del Creador, la fuente de nuestra plenitud, la verdadera esencia del *Zóhar*. He aquí el significado de las diferentes metáforas empleadas en este pasaje: el Árbol de la Vida, la *Sefirá* de *Biná* y la Madre Celestial, a la que se denomina “arrepentimiento”.

Moisés afirma que todos aquellos que logren una conexión con el *Zóhar* no precisarán la purificación o el examen para conectarse con la revelación final y con la llegada del *Mashíaj* (Mesías). Con este término, el *Zóhar* se refiere al momento en el que toda la humanidad alcanzará la plenitud y la eliminación de todo dolor, sufrimiento y muerte, un tiempo en el que habrá una revelación completa de la Luz.

Debemos estar conscientes de que la palabra *Israelita* no se refiere a una nación en particular ni a un grupo étnico; se refiere a aquellos que se involucran en el trabajo espiritual y el estudio del *Zóhar*. Cuando Moisés habla de “probar del Árbol de la Vida”, está aludiendo a una conexión completa con el *Zóhar* en corazón, mente, cuerpo y alma, incluyendo hasta el sentido del gusto.

La frase que cierra este pasaje describe la pura claridad que existirá en los tiempos de la revelación final, cuando la presencia del Creador sea absolutamente clara y todo caos y confusión terminen.

“‘Pero los sabios entenderán’, ya que son del lado de *Biná*, que es el Árbol de la Vida. Para ellos fue dicho: ‘Y aquéllos que son sabios brillarán como el resplandor (heb. *Zóhar*) del firmamento’ con tu composición, que es el libro del *Zóhar*, de la Luz de la Madre Celestial, llamada ‘arrepentimiento’. No requerirán una prueba de purificación, porque los israelitas en el futuro probarán del Árbol de la Vida, el cual es el libro del *Zóhar*. Dejarán el exilio con misericordia. Será verdad acerca de ellos que ‘sólo el Creador los conducirá, y no habrá dios extraño con Él’”.

90. ותמשכילים יבינו.
 מסטרא דבינה, דאיהו איקלא
 דחיי, בגוניהו אתמור.
 ותמשכילים וזהו כוזהר
 הרקיע בהאי ובורא היכל
 דאיהו ספר הזהר, מן וזהר
 דאטא עלאה תשיבה.
 באלין לא צריך גשיון, ובין
 דעתידין ישראל קמטעם
 מאיקלא דחיי, דאיהו האי
 ספר הזהר, יפקין ביה מן
 גלותא ברחמי. ויתקיים בהון.
 וי בדר יגזלו ואין עמו אב
 זכר.

MEDITACIÓN

Con esta meditación despertamos nuestra capacidad para saborear el *Zóhar* con todo nuestro ser a través del estudio. Y por medio de la profunda conexión que este estudio ofrece, nos acercamos a nosotros y al mundo entero hacia el fin de todo dolor y sufrimiento, e incluso al fin de la muerte.

וּבְגִין דְּעִתִּידִין יִשְׂרָאֵל לְמִטָּעַם מֵאִלְנָא דְּחַיִּי.
dejayéi meilaná lemitam Israel daatidin uveguín
דְּאִירוּ הָאֵי סֵפֶר הַזֹּהַר, יִפְקֹן בֵּיהּ מִן
min béi yifikún haZóhar séfer hái deihú
לְכֻתָּא בְּרַחֲמֵי.
berajaméi galutá

Y porque los israelitas en el futuro probarán del Arbol de la Vida, el cual es el libro del Zóhar. Dejarán el exilio con misericordia.

LA INMORTALIDAD: “SE TRAGARÁ LA MUERTE PARA SIEMPRE”

(*ZÓHAR*, *BERESHIT A*, VERSÍCULO 481) En esta sección final, el *Zóhar* habla del mundo perfecto, que es el propósito fundamental de la Creación y el objetivo de nuestro trabajo espiritual. Por medio de nuestro trabajo, tal como aclara el *Zóhar*, podremos lograr que el dolor, el sufrimiento e incluso la muerte sean eliminados para siempre de la faz de la tierra.

Rav Yitzjak dijo que todas aquellas generaciones que se originaron con, y vinieron de Shet, eran piadosas y justas. Subsecuentemente, al esparcirse y multiplicarse, aprendieron los oficios terrenales de destrucción con espadas y lanzas. Esto continuó hasta que llegó Nój. Al principio, cuando llegó Nój, ellos no sabían sembrar ni cosechar. Él mejoró el mundo para ellos y les enseñó a cultivar la tierra, y dependieron de la agricultura. Esto es lo que quiso decir con el versículo: “Mientras permanezca la tierra...”.

481. אמר ר' יצחק, כל דורן
האשתכללו בשות, כדחי צדיקו
ויוסדי לבתר אתפשוטו ואלידו
ואליפו אבותתא דעלמא.
לשצאה כרומוזין יסויפין, עד
האתא לו, ואתקין לון תקנא
דעלמא, ולמסלח ולאתקנא
ארעא, דהא עקדמיתא לא הו
ירעין ויוצין, לבתר אצטרבו
לתא, דקתיב עוד כל ימי
הארץ ולא.

Rav Elazar dijo que en el futuro, el Creador corregirá al mundo y transformará el espíritu de vida en la gente para que vivan para siempre. Acerca de esto está escrito: “Porque como los días de un árbol serán los días de mi pueblo”, y “Él destruirá a la muerte para siempre; y el Creador enjugará las lágrimas de todas las caras; y la mancha de Su pueblo la quitará Él de toda la tierra; porque el Creador lo ha dicho”.

482. ר' אליעזר אמר, ימין
קדוש ברוך הוא לתקנא
עלמא, ולאתקנא רוחא בבני
נשא, בעין דיורכון יומין
לעלמין, דה'ר בי בימי העין
ימי עמי ולא, וכתוב ופליע
הפנות קנצו, ופנות ה' אכלים
הפנה בעל כל פנים ונרפת
עמו יסיר בעל כל הארץ, בי
ה' דבר.

MEDITACIÓN

A través de las palabras de esta meditación, nos despertamos en corazón y mente al propósito verdadero de la Creación. Leyendo este pasaje, tanto nosotros como el resto del mundo damos un paso más cerca a un mundo donde el dolor, el sufrimiento e incluso hasta la misma muerte son eliminados para siempre.

ר' אֵלְעָזָר אָמַר, יָמִין קָדוֹשׁ בְּרוּךְ הוּא
hu baruj kadosh zamin amar Elazar Ribí
לְתַקְנָא עָלְמָא וּלְאַתְקָנָא רוּחָא בְּכֵי יֵשָׁא.
neshá bivnéi rujá ulcatkaná almá letakaná
בְּיָן דִּי יוֹרְכֵן יוֹמִין לְעָלְמִין.
lealmín yomín deyorjún beguín

Rav Elazar dijo que en el futuro, el Creador corregirá al mundo y transformará el espíritu de vida en la gente para que vivan para siempre.

Más Libros que pueden ayudarte a incorporar la sabiduría de la Kabbalah en tu vida

Satán

Por Yehuda Berg



Se dice que el mayor truco que "El Diablo" haya realizado fue convencernos de que él no existía. En este libro, Yehuda Berg usa la herramienta de una biografía "como le fue relatada" para explicar el concepto del Oponente, quien juega un papel muy importante en la sabiduría kabbalística. Sabemos que el Satán reside dentro de todos, manifestándose como una vocecita constante de incertidumbre y negatividad, y es así como se crean estragos en el mundo. Al hacer el trabajo espiritual que enseña la Kabbalah, podemos erradicar la duda y las influencias negativas de nuestra vida, y eliminar el caos del mundo. A pesar de que Yehuda haya usado su creatividad en la narrativa de este libro, expone una representación fiel a la perspectiva que tiene la Kabbalah sobre la fuerza del mal que se encuentra presente en el universo físico.

Prosperidad verdadera

Por Yehuda Berg



El dinero es espiritual, y alcanzarlo involucra el uso de un plan de negocios que el universo ha diseñado para nosotros. En ***Prosperidad verdadera***, Yehuda Berg revela la clave secreta para la abundancia: ser la causa y no el efecto en la vida. Esto implica asumir la responsabilidad, romper las cadenas del pensamiento rutinario y la culpa, y usar el estrés como una plataforma para impulsarte a nuevos niveles de riqueza y realización. Al estar armados de certeza, podemos superar al Competidor (código para el Ego) y estar de forma continua en el lugar y momento correctos, y tomar las decisiones de negocios correctas. Yehuda muestra cómo usar las metas de forma estratégica y flexible para crear abundancia en todas las áreas de nuestra vida. Este libro es indispensable para los jefes de mente espiritual que deseen construir una compañía próspera donde cada empleado se sienta realizado. Aplicar estos principios ayudará a atraer más dinero del universo, así como más dicha y un mundo que funcione mejor para todos.

Las reglas espirituales de las relaciones

Por Yehuda Berg



Después de más de una década desde que el arrollador bestseller ***The Rules*** (Las reglas) aconsejara a las mujeres sobre cómo encontrar al "hombre ideal", ahora es el momento para un nuevo compendio de reglas con un enfoque más espiritual. Este libro describe las relaciones desde una perspectiva kabbalística y explica qué hace que funcionen (o dejen de funcionar); revela que es la mujer quien tiene el poder de determinar el resultado; e identifica las diferencias que hacen que hombres y mujeres piensen y actúen de forma diferente. A pesar de que no es una compilación de consejos para ligar, sus reglas funcionan. Tienen que funcionar: son las leyes del universo. Los lectores aprenden el verdadero significado del término "alma gemela" y por qué es mejor que un hombre persiga a una mujer, y no al contrario. Estas son más que simples reglas de las relaciones, son reglas para crear una vida más feliz y satisfactoria.

Los 72 Nombres de Dios

Por Yehuda Berg



La única herramienta que funciona como un remedio rápido para el alivio espiritual, Los 72 Nombres no son nombres en el sentido ordinario de la palabra; son una fuente de energía que conecta con la corriente infinita que fluye en el mundo. Este libro, exquisitamente diseñado, proporciona explicaciones profundas de cada Nombre. Al aplicar estas herramientas para el bienestar espiritual, podemos eliminar la energía negativa y el estrés, desvanecer la ira, abandonar la depresión, mejorar la autoestima, cultivar el poder de la prosperidad y dejar los temores. Usando esta tecnología, que se encuentra codificada en la Biblia, cualquiera puede comenzar a transformar su vida.

Nano: Tecnología de la mente sobre la materia

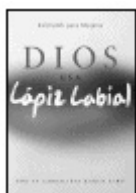
Por Rav Berg



Kabbalah es todo acerca de obtener el control sobre el mundo físico, incluyendo nuestra vida personal, en el nivel más fundamental de la realidad. Se trata de alcanzar y extender el poder de mente sobre materia y desarrollar la habilidad de crear plenitud, alegría, y felicidad al controlar todo al nivel más básico de existencia. De esta manera, Kabbalah es anterior y presagia la tendencia más apasionante en los desarrollos científicos y tecnológicos más recientes, la aplicación de la nanotecnología a todas las áreas de la vida para crear resultados mejores, más fuertes, y más eficientes. En Nano, el Rav desmitifica la conexión que hay entre la antigua sabiduría de la Kabbalah y el pensamiento científico actual, y muestra como la unión de ambos pondrá fin al caos en un futuro previsible.

Dios usa lápiz labial

Por Karen Berg



Durante miles de años, se prohibió a las mujeres estudiar la Kabbalah, la antigua fuente de sabiduría que explica quiénes somos, y cuál es nuestro propósito en el universo. Karen Berg lo cambió todo. Ella abrió las puertas del Centro de Kabbalah a todo aquel que quisiera aprender.

En Dios usa lápiz labial, Karen Berg comparte la sabiduría de la Kabbalah, específicamente, cómo te afecta a ti y a tus relaciones. También revela el lugar especial que ocupa la mujer en el universo, y por qué las mujeres tienen una ventaja espiritual sobre los hombres. Karen nos cuenta cómo encontrar a nuestra alma gemela, y nuestro propósito en la vida, así como ayudarnos a convertirnos en mejores seres humanos.

Simplemente Luz: Sabiduría del corazón de una mujer

Por Karen Berg



De la mujer considerada por muchos como su "madre espiritual" y cuya obra ha afectado a millones de vidas por todo el mundo, he aquí un libro con un mensaje simple y directo desde el corazón: todo gira alrededor del amor y el compartir.

La voz única de Karen te servirá de inspiración y te ayudará a confrontar los retos cotidianos. Abre el libro por cualquier página siempre que encuentres un momento, y empezarás a descubrir las claves para llevar una vida más plena y feliz.

Ser Como Dios

Por Michael Berg



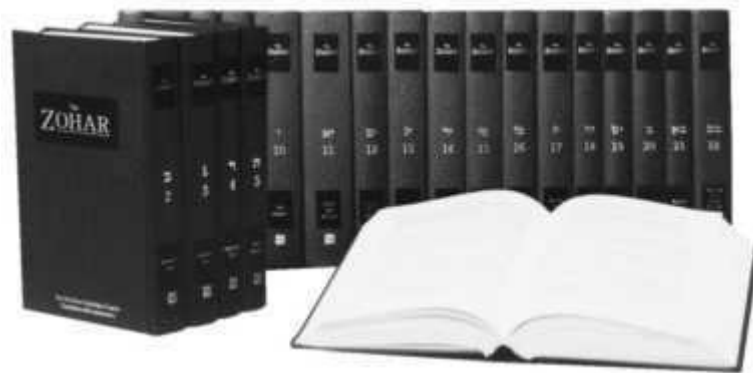
A los 16 años, el erudito Kabbalista Michael Berg comenzó la ardua tarea de traducir por primera vez del arameo original al inglés, El **Zóhar**, el principal texto de la Kabbalah. El **Zóhar**, compuesto de 23 volúmenes, es considerado un compendio de prácticamente toda la información concerniente al universo, y sólo hoy su sabiduría comienza a verificarse.

Durante los diez años que trabajó en El **Zóhar**, Michael Berg descubrió el secreto

perdido que la humanidad ha buscado durante más de 5000 años: cómo alcanzar nuestro destino final. Ser como Dios revela el método de transformación por el cual las personas pueden librarse de lo que se conoce como "la naturaleza del ego", lo que les permitirá alcanzar alegría total y vida perdurable.

En este libro, el autor pronostica la revolucionaria idea de que, por primera vez en la historia, se pone a disposición de la humanidad una oportunidad extraordinaria: la de Ser como Dios.

EL **Zóhar**



Creado hace más de 2.000 años, el **Zóhar** es un compendio de 23 volúmenes y un comentario sobre asuntos bíblicos y espirituales, escrito en forma de conversaciones entre maestros. Fue entregado por el Creador a la humanidad para traernos protección, para conectarnos con la Luz del Creador y, finalmente, cumplir nuestro derecho de nacimiento: transformarnos. El **Zóhar** es una herramienta efectiva para alcanzar nuestro propósito en la vida.

Hace más de ochenta años, cuando el Centro de Kabbalah fue fundado, el **Zóhar** había desaparecido virtualmente del mundo. Hoy en día, todo eso ha cambiado. A través de los esfuerzos editoriales de Michael Berg, el **Zóhar** está disponible en su arameo original y, por primera vez, en inglés y español con comentario.

Enseñamos Kabbalah, no como un estudio académico, sino como un camino para crear una vida mejor y un mundo mejor.

Quiénes somos:

El Centro de Kabbalah es una organización sin ánimo de lucro que lidera el camino de hacer la Kabbalah entendible y relevante en la vida cotidiana. El Centro fue fundado por Rav Yehuda Áshlag en 1922, y actualmente cuenta con sedes físicas en más de 40 ciudades y con una extensa presencia en línea. Nuestros fondos son empleados en la investigación y desarrollo de nuevos métodos para hacer la Kabbalah más accesible y comprensible.

Qué hacemos:

Traducimos y publicamos textos kabbalísticos, creamos cursos, clases y charlas en línea, libros, productos en audio, proveemos orientación individual, y realizamos conexiones y viajes energéticos a nivel local y global. Como los principios de la Kabbalah hacen énfasis en el compartir, contamos con un programa de voluntariado para que nuestros estudiantes puedan participar en iniciativas benéficas.

Cómo enseñamos:

Para cada estudiante hay un maestro.

Nuestra meta es garantizar que cada estudiante sea apoyado en su estudio. Los maestros y mentores son parte de la infraestructura educativa. Muchas de nuestras clases son realizadas en sedes físicas en todas partes del mundo; no obstante, con la creciente necesidad actual y deseo de buscar medios alternativos de aprendizaje, El Centro de Kabbalah también ofrece orientación vía telefónica, en grupos de estudios, y a través de la Internet mediante seminarios y clases en línea, así como también estudio autodidacta en audio.

Kabbalah University (ukabbalah.com):

Kabbalah University (ukabbalah.com) es una universidad en línea que ofrece clases, cursos y eventos en inglés y español. Este es un vínculo importante para los estudiantes en Estados Unidos y en todas partes del mundo que quieran estudiar Kabbalah pero no tienen acceso a un Centro de Kabbalah dentro de su comunidad. Kabbalah University proporciona acceso a una biblioteca de sabiduría de los últimos 30 años. Este Centro de Kabbalah virtual presenta los mismos cursos y conexiones espirituales que los Centros físicos, con el beneficio adicional de poder ver transmisiones de eventos a nivel mundial.

Kabbalah Publishing:

Cada año, traducimos y publicamos algunos de los textos kabbalísticos más complejos, incluyendo el **Zóhar**, **Los escritos del Arí** y **Las diez emanaciones luminosas con comentario**. Sintetizamos esta sabiduría en libros de niveles principiante e intermedio, que son distribuidos y publicados en más de 30 idiomas.

Museo de la Kabbalah:

Reunimos y preservamos textos kabbalísticos originales y manuscritos únicos en Los Ángeles. Hacemos que estos textos estén disponibles en línea para que estudiantes y eruditos puedan observarlos. Estos textos importantes nos permiten seguir liderando el camino de la enseñanza de la Kabbalah.

Apoyo al estudiante:

Como la Kabbalah puede ser un estudio profundo y constante, es útil tener a un maestro durante el viaje de adquisición de sabiduría y crecimiento. Con más de 300 maestros a nivel internacional trabajando para más de 100 localidades, en 20 idiomas, siempre hay un maestro para cada estudiante y una respuesta para cada pregunta. Todos los instructores de Apoyo al estudiante han estudiado Kabbalah bajo la supervisión del Kabbalista Rav Berg. Para más información, llama al 1 800 KABBALAH.

Se dictan clases en español en los siguientes Centros de Kabbalah: Nueva York, Miami y Los Ángeles. Para más información contacta al 1 800 KABBALAH.

Acerca del autor

Michael Berg



MICHAEL BERG es codirector del Centro de Kabbalah y la Universidad de Kabbalah, también es escritor, maestro y erudito. Él es el editor y traductor de la primera traducción íntegra de los veintitrés volúmenes del Zóhar y su comentario al inglés, libro ancestral en arameo que es la esencia misma del pensamiento kabbalístico. Al haber nacido en la tradición kabbalística por ser hijo del Rav y Karen Berg, Michael profundizó en la sabiduría del Zóhar desde temprana edad e inició su traducción cuando tenía tan sólo dieciocho años, tarea que culminó diez años después. Debido a que es adepto a escudriñar textos antiguos y sintetizar información compleja en ideas y lenguaje elegantes, Michael continúa la tradición iniciada por Rav Berg de condensar y simplificar la profunda sabiduría de la Kabbalah. Él es un autor de éxito en ventas y ha cultivado un gran número de seguidores de todas partes del mundo gracias a más de diez libros en inglés y hebreo, tales como Ser como Dios, Well of Life, El secreto y el best seller El camino de la Kabbalah; además, publica artículos de sabiduría semanal con más de 100.000 lectores cada mes. Entre sus más recientes proyectos está la compilación, edición y publicación de las cinco obras fundamentales de Rav Áshlag: La sabiduría de la verdad, Y escogerás la vida, Sobre la paz mundial, El Pensamiento de la Creación y La Luz de la sabiduría. Michael Berg también tradujo y editó Amado de Mi Alma, un compendio de cartas escritas por Rav Brandwein a Rav Berg a lo largo de muchos años. Este libro presenta enseñanzas únicas y sagradas mediante las cuales fue transferido el liderazgo del Centro de Kabbalah. Michael Berg vive actualmente en Nueva York con su esposa, Monica, y sus hijos, David, Miriam, Joshua y Abigail, y continúa dando conferencias en varias partes del mundo.

Table Of Contents

[Portada](#)

[Créditos](#)

[Portadilla](#)

[Prólogo](#)

[Introducción](#)

[Apreciar el Zóhar](#)

[El Amor Incondicional](#)

[I Meditaciones para los desafíos de la vida](#)

[Encontrar Tu Fortaleza Cuando Te Sientes Impotente:
“El hijo de Rav Yosi de Pekiín”](#)

[superar EL Miedo: “Una montaña formidable”](#)

[Cuando Necesitas Protección:](#)

[El Poder del Perdón para Eliminar Juicio:](#)

[Encontrar la Luz en la Oscuridad:](#)

[Cuando Necesitas Eliminar los Celos y la Envidia:](#)

[Comprender al Oponente, el Origen de Todo Caos y
NeGATIYIDAD:](#)

[Conectar con Tu Alma Gemela](#)

[Empezar Algo Nuevo:](#)

[Reemplazar la Duda por Certeza:](#)

[Desear Más y No Conformarse con Menos: “El Libro
Oculto”](#)

[Atraer Milagros:](#)

[Transformar el Dolor:](#)

[II Meditaciones para el crecimiento espiritual](#)

[El Esfuerzo Incondicional y la Recompensa Infinita:](#)

[Cuando Quieras ir Atrás en el Tiempo:](#)

[Despertar el Deseo por la Luz:](#)

[Dar Poder a Tus Oraciones](#)

[Despertar Tu Deseo de Realizar tu Potencial: “Cuando Rav Shimón quiso Abandonar el mundo”](#)

[Cuando Tienes Mucho que Hacer y Te Sientes Abrumado:](#)

[Borrar el Ego:](#)

[Tener Certeza en el Sistema Espiritual, Aun Cuando el Resultado Esté en Duda](#)

[La Preparación](#)

[III Meditaciones para una mayor conciencia](#)

[Aumentar Tu Anhelo por la Luz:](#)

[Cuando Necesitas Eliminar Los Juicios de Tu Vida: “Rav Yitzjak y el poder del cambio”](#)

[Un Lugar Más Allá de la Muerte:](#)

[Ayuda de las Almas de los Justos:](#)

[La Fuente de Toda Verdadera Plenitud: “Rav Aba y Rav Yosi”](#)

[Alcanzar el Equilibrio:](#)

[Comprender la Realidad Superior:](#)

[Maestros y Amigos Espirituales:](#)

[La Batalla:](#)

[Ayudar a Otros:](#)

[Difundir El Zóhar:](#)

[El Árbol de la vida:](#)

[La Inmortalidad:](#)

[Enseñamos Kabbalah, no como un estudio académico, sino como un camino para crear una vida mejor y un mundo mejor.](#)

[Información de Contacto de Centros y Grupos de Estudio](#)

[Dedicatoria](#)