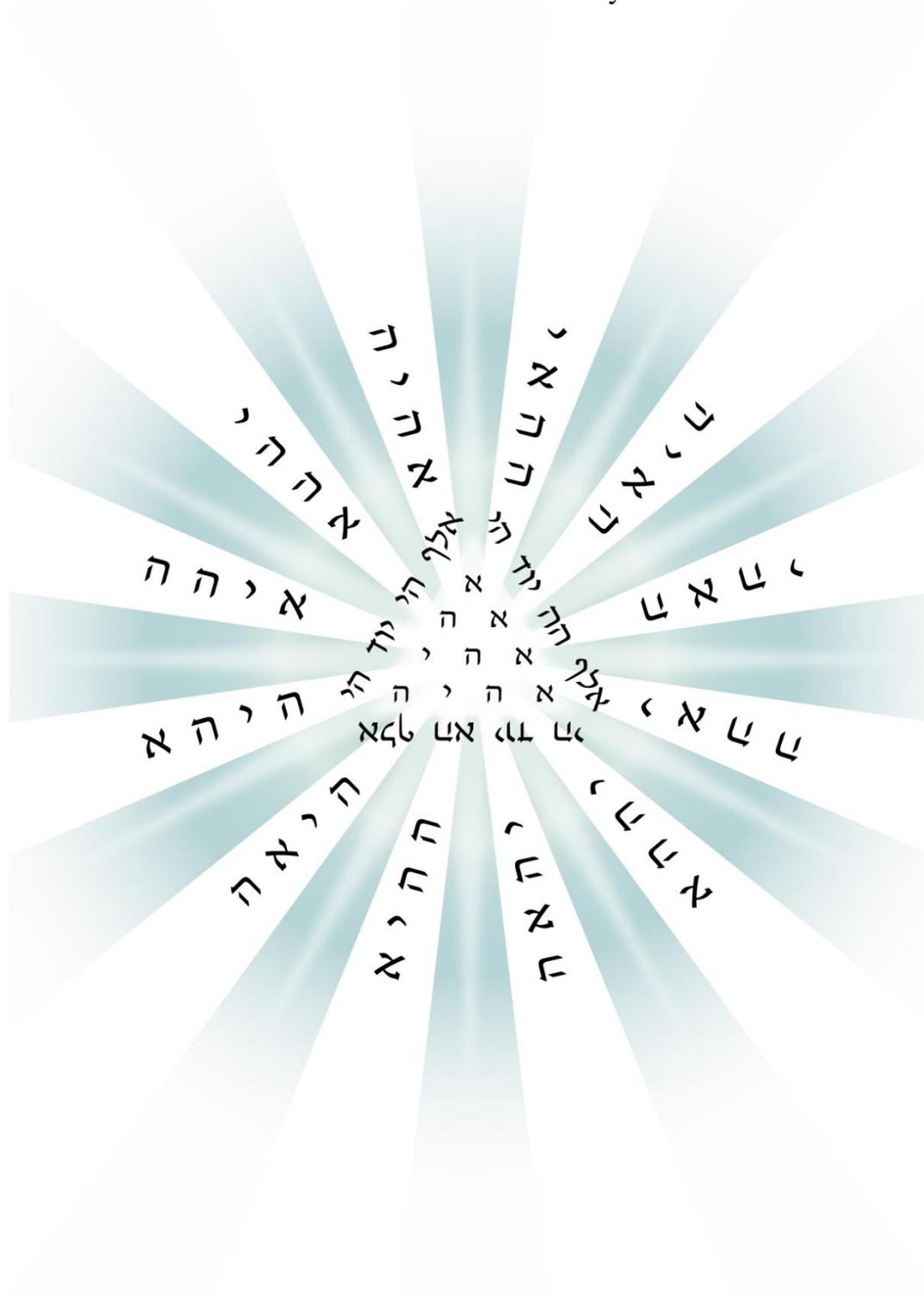


# LA CÁBALA DE LA MERCAVÁ

Una vía universal de iluminación y liberación



Eduardo Madirolas Isasa



# LA CÁBALA DE LA MERKAVÁ

Una vía universal de iluminación y liberación

Copyright  
Eduardo Madirolas Isasa

A todos los buscadores  
de la Verdad

## ÍNDICE

	Pag.
Presentación.....	11
Preámbulo.....	14
<b>PRIMERA PARTE</b> <b>FUNDAMENTOS TEÓRICOS</b>	
Capítulo I: Dinámicas cabalísticas. Un resumen de Maasé Bereshit, la Obra de la Creación.....	18
Capítulo II: Un atlas de conciencia.....	63
Capítulo III: El pilar del medio del Árbol Extendido.....	102
Capítulo IV: Nombres de Dios.....	114
<b>SEGUNDA PARTE</b> <b>PRÁCTICA</b>	
Capítulo V: Meditaciones generales.....	175
Capítulo VI: Dáat de Yetsirá: Tseruf.....	221
Capítulo VII: Dáat de Yetsirá: El nivel sutil/visionario de la psique.....	288
Capítulo VIII: Meditaciones del Cuerpo de Luz.....	339
Capítulo IX: La Neshamá Suprema.....	398
Capítulo X: Devekut.....	410
Capítulo XI: Mantras y versículos del pilar del medio del Árbol Extendido...	443

## ILUSTRACIONES

	Pag.
El Árbol de la Vida cabalístico.....	29
Los mundos en el Árbol.....	74
Tríadas o triángulos internos.....	76
Los mundos en el Árbol. Tetragrama.....	80
Árbol extendido: Interpenetración de mundos.....	82
El Árbol extendido.....	83
Submundos.....	86
Árbol en Asia.....	87
Árbol extendido: Interpretación de submundos.....	89
El mapa de la conciencia.....	96
Árbol extendido. Partes del alma.....	101
Conciliación de los sistemas judío y hermético.....	134
Árbol de Nombres de Dios.....	206
231 Puertas.....	281
El Árbol extendido (repetición).....	355
Centro de Kéter.....	362
Centro de la frente. Dáat Elión.....	364
Centro de la garganta. Dáat Tajtón.....	366
Centro del corazón. Tiféret.....	372
Centro del ombligo. Yesod Elión.....	374
Centro genital. Yesod.....	376
Centro de la base de la columna. Maljut.....	378
Los siete centros. Ana Bejóaj.....	394

## TABLAS

	Pag.
Letras hebreas.....	37
Tetragramaton.....	70
Las Tríadas.....	77
Correspondencias del Árbol extendido.....	90
Correspondenciasletras dobles. Sistema judío.....	133
Correspondencias letras dobles. Sistema hermético.....	133
Correspondencias letras dobles.....	135
Los 72 Nombres de Dios.....	146
Vocales en hebreo.....	228
ABGaD.....	252
Tikuním. Cualidades.....	345
Letras madres, dobles, simples.....	387

## CATÁLOGO DE MEDITACIONES

	Pág.
Meditación 1. El Árbol de la Vida en el aura I.....	175
Meditación 2. El Árbol de la Vida en el aura II.....	178
Meditación 3. Protocolo general de meditación sobre letras, Nombres y combinaciones de Nombres.....	183
Meditación 4. Meditación en un Nombre Divino sefirótico. Ejemplo: Nombre de Dios en Guevurá.....	192
Meditación 5. La práctica de la Presencia.....	199
Meditación 6. Armonización con la luz Divina.....	201
Meditación 7. Unificación del Santo y la Shejiná.....	203
Meditación 8. Árbol de la Vida en el aura con Tetragramaton.....	204
Meditación 9. El Nombre de 12 letras.....	207
Meditación 10. Meditación del versículo diario del Nombre de 42 letras.....	210
Meditación 11. Meditación de un versículo para un trabajo de intenciones.....	214
Meditación 12. Creación y/o materialización.....	215
Meditación 13. Meditación sobre uno de los 72 Nombres.....	218
Meditación 14. Permutaciones sefiróticas (Tseruf).....	232
Meditación 15. Permutación de cualidades.....	249
Meditación 16. Meditación con ABGaD.....	250
Meditación 17. Rotaciones vocálicas sefiróticas. Ejemplo: Kéter.....	257
Meditación 18. Meditación sobre las letras del Nombre de Dios (con movimientos de cabeza).....	264
Meditación 19. Meditación sobre el Tetragramaton (Albotini).....	266
Meditación 20. La transformación del Tetragramaton.....	269
Meditación 21. Ana Bejóaj con movimientos de cabeza.....	271
Meditación 22. Meditación sobre los 72 Nombres de Dios (Abulafia).....	272

Meditación 23. Vibración, permutación o cántico de las 231 puertas.....	278
Meditación 24. Maguidim.....	296
Meditación 25. Maguidim. Escritura automática.....	298
Meditación 26. Meditación jerarquías.....	300
Meditación 27. Ascensión a las dimensiones de Briá. Palacios.....	305
Meditación 28. El ascenso de los Yordé Merkavá (los que descienden a la Carroza.....	313
Meditación 29. Meditación de la merkavá I. Árbol de la Vida en el aura.....	356
Meditación 30. Recreación. Merkavá.....	360
Meditación 31. Órganos y partes del cuerpo I.....	380
Meditación 32. Órganos y partes del cuerpo II.....	386
Meditación 33. Órganos y partes del cuerpo III.....	396
Meditación 34. Meditación I de la neshamá suprema.....	400
Meditación 35. Meditación II de la neshamá suprema.....	403
Meditación 36. La rueda de las reencarnaciones.....	406
Meditación 37. Génesis.....	407
Meditación 38. Contemplación de “Devekut”.....	414
Meditación 39. No hay yo, sólo YHVH.....	423
Meditación 40. Aní YHVH I.....	425
Meditación 41. Aní YHVH II.....	426
Meditación 42. Shemá Israel I.....	428
Meditación 43. Shemá Israel II.....	430
Meditación 44. Shemá Israel III.....	431
Meditación 45. Shiviti.....	432
Meditación 46. Yo soy quien Yo soy (I).....	433
Meditación 47. Yo soy quien Yo soy (II).....	435

Meditación 48. Aní Atá Hu (o At Hi).....	441
Meditación 49. Lo.....	441
Meditación 50. Meditación Yo no soy.....	443
Meditación 51. Los siete centros del canal central.....	448
Meditación 52. El Pilar del Medio del Árbol extendido.....	464

## PRESENTACIÓN

Este libro trata sobre la merkavá, palabra que en hebreo significa carroza o carro.

Con el nombre de maasé merkavá – la obra del carro – se designa toda una corriente de especulación y de práctica cabalísticas, sobre todo de práctica. En ella se integran las técnicas de meditación conducentes a alcanzar una conexión personal directa con la Deidad, que es el objetivo último no sólo de esta rama, sino de toda la cabalá.

El nombre proviene de la visión de Ezequiel en la que el profeta contempla el carro Divino que prefigura la estructura de los mundos y sobre el cual se vislumbra la visión de la Gloria. La experiencia está narrada en los capítulos I y X del libro bíblico de Ezequiel y se dice que este texto contiene en forma genérica y críptica tanto las técnicas como los distintos estados que el meditador atraviesa en su vuelo místico.

Sobre la visión de Ezequiel tendremos oportunidad de extendernos en el capítulo correspondiente. Lo que queremos destacar aquí es que, como toda la literatura profética, se trata de una experiencia vivida y la pregunta es si ésta es única e irrepetible o si lo que se está presentando es una vía de desarrollo abierta para todo aquél que quiera recorrerla. La respuesta, al menos en determinados periodos de la historia, es que con la preparación y práctica adecuadas – que podrán exigir determinados requerimientos personales de idoneidad – se trata de un camino universal y que por tanto todos pueden seguir.

Este es el punto de vista adoptado en este libro. Más que eso, es su hipótesis o punto de partida. No se van a exponer, por tanto, consideraciones académicas de historicidad o de crítica textual, ni amplios panoramas de las distintas versiones o formulaciones que haya podido adoptar la merkavá en el pasado. Nuestro interés es práctico: presentar una formulación coherente del sistema y de sus metodologías que permitan emprender este camino a la persona interesada.

Entendemos, sin embargo, que no todo individuo está suficientemente familiarizado con el lenguaje cabalístico, o por lo menos con el enfoque que se le da en este libro. También la motivación del lector puede no ser necesariamente comprometerse con la práctica, sino simplemente informarse desde dentro de su alcance.

Por ello en el primer capítulo se da un amplio compendio de los principales principios cabalísticos y sus dinámicas. La idea es que el libro sea autocontenido, de modo que no sea necesario recurrir a otros textos y manuales. Hemos titulado el capítulo como: “Dinámicas cabalísticas. Un resumen de maasé bereshit, la obra de la creación”. Este es el nombre que recibe la otra gran rama de la cabalá, cuyo nombre está en referencia a la primera palabra del génesis: Bereshit.

Maasé bereshit es la cabalá teórica cuyo rango se extiende desde la concepción del Infinito hasta el mundo físico de cosas y sucesos que experimentamos como independientes y separados, pasando por las distintas configuraciones de la Deidad, el Árbol de la Vida, los mundos y sus pobladores, las almas humanas y su destino, la semántica del alfabeto hebreo, y un largo etcétera.

Es una creencia común que éste es el todo de la cabalá, desconociendo u obviando su parte práctica de interiorización y conciencia expandida – la maasé merkavá, objeto de este libro – que, sin embargo, pertenece a la tradición bíblica desde el principio. Puede ser un poco sorprendente considerar a los Patriarcas como practicantes, pero ciertamente los profetas lo eran, organizados en escuelas de iluminación o Rúaj HaKódesh (Espíritu Santo).

Si se admite que Moisés recibió toda la Torá en el Sinái, incluyendo las prácticas correspondientes a su formulación exotérica en la religión (y lo mismo respecto a la Torá oral), es lógico pensar que también recibiera las formas de poner en uso su formulación esotérica o cabalá.

En cualquier caso, existen amplias zonas de solape y ciertamente un buen fundamento teórico es necesario para una práctica equilibrada con perspectivas de éxito. Proporcionar esa base es el objetivo de los primeros capítulos, en particular del primero.

En el segundo se estudia el Árbol de la Vida extendido – el Árbol en los mundos – que es el mapa fundamental tanto al nivel macrocósmico como microcósmico. Por el primero entendemos el cosmos objetivo, mientras que por el segundo nos referimos al ser humano en su interioridad subjetiva. Igual que no resulta sensato emprender un viaje a zonas desconocidas sin recabar el máximo de información posible, lo mismo se aplica a los llamados planos internos. Un mapa resulta no sólo útil, sino necesario.

El tercer capítulo, El pilar del medio del Árbol extendido, incide sobre lo anterior desde el punto de vista de los niveles y estructuras de conciencia e identidad, importante para alcanzar una perspectiva global. La práctica propiamente dicha empieza en el cuarto capítulo y a ello se dedica el resto del libro.

En el capítulo cuarto, desarrollamos la teoría de los Nombres de Dios, uno de los pilares fundamentales, sino el principal, de toda la cabalá. Primero establecemos el marco sefirótico para profundizar después en dos herramientas básicas, como son el Nombre de 42 letras y los 72 Nombres de Dios deducidos del Éxodo.

El capítulo quinto, el primero de la parte práctica, es esencial ya que en él se establecen los procedimientos fundamentales de meditación con letras y Nombres Divinos. De hecho, si tan sólo integráramos las metodologías en él propuestas, haciendo de ellas una práctica constante, habríamos dado un paso de gigante en nuestro desarrollo espiritual.

Para mayor facilidad de referencia, a partir de este punto se numeran las meditaciones, tanto si están guiadas como si no. Se entiende que no es posible hacerlas todas, y menos de una vez. Cada cual debe establecer su propio paso y sus preferencias. Se dice que para que una meditación empiece a cristalizar se necesitan al menos siete días seguidos de realización, si bien el proceso culmina después de cuarenta días.

Esto es una regla general. Aunque es totalmente recomendable y necesaria para alcanzar resultados la práctica constante, también es verdad que es mejor hacer alguna meditación esporádica que no hacer nada. Tal como se dice, la única meditación que no funciona es la que no se hace.

En el capítulo sexto pasamos a un nivel más profundo, presentando los métodos propios de la llamada cabalá profética o extática – siguiendo los pasos del gran maestro Abraham Abulafia – con los que ya empezamos a vislumbrar el fruto de la visión de la merkavá, algo que puede alcanzarse en cualquier momento, incluso con las meditaciones del capítulo anterior, dependiendo del grado de madurez espiritual del practicante.

El capítulo séptimo pretende generar en el individuo experiencias concretas de conexión con los mundos espirituales, dando contenido a las meditaciones de los capítulos anteriores. Lo hacemos mediante el uso de la imaginación creativa, ya que la sefirá que pretendemos abrir es la de Dáat de Yetsirá que se solapa con el Yesod de Briá (ver capítulo 2), lo que corresponde al nivel visionario de la psique.

Hablamos de imaginación creativa como un sentido específico para percibir lo interno. En ese sentido nos abre a un plano de objetividad, lejos de los que podríamos considerar fantasía o imaginación subjetiva. Es decir, nos referimos a una verdadera visión, no a una imaginación irreal en el sentido que se da corrientemente al término.

Así, el capítulo cubre un amplio rango, empezando por la experiencia de maguidim o maestros de los planos internos y culminando con la mercavá clásica y su ascensión por los cielos.

El capítulo octavo es de consolidación. Trabajamos al nivel de nuestra propia vasija, desarrollando y perfeccionando el cuerpo de luz, no sólo como un instrumento para la meditación y la plenitud vital, sino como nuestro vehículo de tránsito e inmortalidad, tal como el patriarca Enok y el profeta Elías nos enseñan.

Todo es definido en términos de estados de conciencia. Tomamos a la Conciencia como la realidad fundamental y todo lo que experimentamos es un contenido de esta conciencia en diferentes configuraciones. En el capítulo noveno nos aproximamos al verdadero sujeto de nuestra identidad, no sólo transpersonal sino incluso divina. Es lo que llamamos la neshamá (alma espiritual) suprema, el primer contenido de la experiencia profética.

El trabajo no termina aquí. En la experiencia de la neshamá suprema apenas hemos tocado el Maljut de Atsilut, el punto más denso del mundo divino. Seguir ascendiendo por el pilar del medio del Árbol extendido – el gran pilar de la conciencia – es sumergirnos de lleno en el ser de lo Divino, la llamada Devekut o unión con Dios. Poca guía se puede dar a este nivel. Si siempre dependemos de la Gracia, ahora lo hacemos por completo en este nivel de anonadamiento absoluto en lo personal. La técnica que proponemos consiste en la meditación con mantras específicos de conciencia que, como una piedra arrojada a un lago profundo que descendiera de forma suave pero continua, nos llevaran al punto de trascendencia y abandono de toda técnica. Es el contenido del capítulo décimo.

Por último, el capítulo undécimo es de recapitulación y síntesis, tratando de cubrir todo el espectro de la conciencia – otro nombre para el pilar del medio del Árbol extendido – en un proceso único de meditación mántrica y de versículos bíblicos. Esto significa realizar el gran yijud o unificación del Ser y de la Nada, Yesh y Ayin en lenguaje cabalístico, lo cual representa el estado último de conciencia, lo máximo que podemos acercarnos a la realidad de Dios.

En el tema de la mística en general y de la cabalá en particular, todos somos estudiantes. Estamos aprendiendo y cometemos errores. Este libro es el fruto de un esfuerzo personal. No reclama otra autoridad que la que el lector quiera otorgarle. Espero que el juicio se base en una puesta a prueba en la práctica y no en consideraciones de otra índole. El camino está frente a uno y se recorre andándolo. Creo que merece la pena hacerlo e invito a otros a acompañarme en este sendero tan antiguo y moderno a un tiempo, atemporal de hecho.

## PREÁMBULO

La Cábala (Cabalá en pronunciación hebrea) es una tradición de Conocimiento. Es, por así decir, la versión occidental de la Sabiduría perenne. En el contexto de la espiritualidad universal presenta una formulación propia de la sabiduría original acerca de Dios, del ser humano y del cosmos, incluyendo, de acuerdo con ese conocimiento, las distintas técnicas de desarrollo y de transformación encaminadas a llevar al ser humano a su pleno estatus como ser espiritual y cósmico.

Su objetivo es establecer una conexión personal directa con el Fundamento Divino de la Realidad, sea cual sea la forma que éste adopte según nuestras creencias personales.

Su filosofía es profundamente monista: sólo hay una realidad, la Luz Infinita, definida como Conciencia, Energía, Vida, Amor, Creación. La infinita variedad de seres que percibimos responde al conjunto de configuraciones posibles de esa Luz Infinita, tamizada por las distintas esferas y senderos del Árbol de la Vida, que es el símbolo principal que usa la Cábala para representar el conjunto de la Manifestación<sup>1</sup>.

Cuando el ser humano se conoce a sí mismo y recupera su totalidad, trasciende la esfera de su personalidad psicológica y accede al mundo del alma, su verdadera morada. El alma humana es Ner Elohim, la lámpara de Dios, como la define la Biblia (Proverbios 20:27). En nuestro estado actual se encuentra apantallada por la personalidad egoica. Cuando por la conexión con la Luz se enciende y brilla, los poderes divinos fluyen a través de ella, iluminando al mundo. Ese es el poder que trasmite la Cábala.

Como vía de iluminación y realización espiritual del ser humano, la Cábala podríamos decir que tiene una madre y un padre. La madre es la tradición judía que la albergado y concebido en su seno: la ha amamantado, nutrido, dado sus vestiduras; la ha hecho crecer y evolucionar a lo largo de todos los avatares históricos por los que ha atravesado el pueblo judío. Y el hijo o la hija han correspondido a la madre pues en momentos difíciles, como la expulsión de España de los judíos, los cabalistas asumieron el papel de líderes del pueblo, dando un sentido a tan dramático acontecimiento.

Con toda justicia podemos decir entonces que la Cábala es el esoterismo del judaísmo. Sin embargo, desde un punto de vista más profundo, podemos preguntarnos si en realidad eso es así o, por el contrario, es el judaísmo el exoterismo de la Cábala, ya que si la esencia de éste es la Torá, vemos que ésta sólo cobra su sentido más profundo, universal y sublime gracias a la hermenéutica cabalística.

Hay, pues, una simbiosis entre ambas manifestaciones. Lo cual no deviene en pérdida de universalidad, porque si, como decimos, la madre de la Cábala es la tradición judía en su devenir histórico, su padre es el tronco general de la espiritualidad humana.

La Cábala es una forma específica de la Revelación primordial que ha sido conferida al ser humano y, en ese sentido tiene un alcance similar al de otras vías universales, tales como el Yoga, el Budismo, Taoísmo, el Chamanismo espiritual etc.

Es particularmente relevante para la mentalidad occidental, puesto que está en la raíz de lo que podríamos considerar como nuestra propia tradición espiritual y religiosa.

Pero no sólo está en la base de las religiones convencionales, ya que la cábala ha sido adoptada por los círculos herméticos, mágicos y esotéricos en general como fundamento teórico y místico de sus sistemas respectivos. Lo cual es lógico, puesto que todas las artes ocultas son también ramas de un mismo tronco de sabiduría primordial y

---

<sup>1</sup> Un concepto más amplio que el de Creación, ya que no sólo incluye a ésta, sino también al aspecto manifestado e increado de la Deidad.

la cábala es una formulación ideal de ese tronco, asumiendo el papel de matriz original, de fuente de los diversos sistemas fragmentados.

La comparación con el yoga hindú – entendido como Yug, es decir, como unión con ese marco de trascendencia y de realidad absoluta que llamamos “lo Divino” – es relevante, ya que en la Cábala están prácticamente presentes los distintos tipos del yoga clásico:

Jnana o yoga del conocimiento: es la maasé bereshit, una de las ramas en las que se divide el conocimiento cabalístico, conteniendo el conjunto de toda la especulación filosófica y teosófica de la Cábala.

Raja o yoga de la meditación: es la maasé mercavá, la otra gran rama tradicional, incluyendo las técnicas de meditación y del éxtasis que culminan en la devekut o unión con Dios, un estado no muy disimilar al samadhi-satori-sunyata de las tradiciones orientales. Además de las técnicas universales de meditación, la Cábala presenta un abanico de técnicas específicas.

Bakti o yoga devocional, basado en el amor a Dios y en la avodá o servicio divino, con una conciencia constantemente focalizada en la relación con Dios, quizá el modo más fácil y accesible de acercamiento a lo trascendente.

Karma o yoga de la acción, plasmado en el modo de vida y la acción no egoica y desapegada (lo cual implica una transformación profunda de las estructuras de la personalidad).

También están presentes las diversas formas de Tantra y Kundalini, con todo el trabajo en el cuerpo sutil y la transmutación de las energías, culminando en la noche del Shabat, de la que la unión de HaKadosh Baruj Hu (el Santo bendito Sea) y la Shejiná (Presencia inmanente), los aspectos, por así decir, masculino y femenino de Dios, es el paradigma.

Podría decirse que falta algo similar al Hatha, el cual, por otra parte se considera como una preparación para yogas más profundos. En realidad, en la Cábala halájica, es decir, conforme con la ley judía, las leyes alimentarias del kashrut y de la purificación constante en determinados ámbitos, tienen como objeto precisamente preparar la vasija corpórea para la recepción de la kedushá o santidad, nombre que en Cábala se da a la energía espiritual. Sin olvidar el papel que la música o la danza tenían en las escuelas de profecía del Israel bíblico como preparación para acceder al éxtasis profético.

Lo que se quiere enfatizar aquí con toda claridad es que la Cábala no es algo del pasado, ni la provincia exclusiva de doctos eruditos, o de ortodoxos religiosos de una determinada confesionalidad, sino una tradición viva, abierta a todos, de origen antiguo, pero constantemente reformulada en el espíritu de los tiempos y, así, tremendamente relevante para el ser humano actual, tan necesitado de espiritualidad, en este mundo materialista dominado por la codicia insaciable y las sed de poder sobre los demás.

Hay que tener en cuenta que en Cábala lo espiritual no se define por oposición con lo material, sino por su afinidad con lo Divino. Según la Cábala, todas las Sefirot (los elementos de la Creación/Manifestación estructurados en el Árbol de la Vida) son igualmente sagradas. La meta del cabalista no es evadirse ni escapar de nada (ni incluso de su propia psique) sino llevar todo a su plena realización, es decir, unir el Cielo con la Tierra.

Así, la Cábala constituye una vía universal, abierta a todos. Toma a cada individuo en el estado evolutivo en que se encuentra en ese momento y lo lleva más allá, a un nivel más completo de realización personal. De un modo u otro, todos estamos en camino.

Lo que define a un cabalista es su grado de conexión con su verdadera naturaleza en el plano de la esencia, es decir, con la Luz Infinita, tal como ha sido

definida antes. De hecho, ese es el significado profundo de la palabra Cábala, que proviene de la raíz hebrea קבל, QBL, de la cual deriva el verbo “lecabel”, recibir. Cábala significa Recepción. ¿Qué es lo que se recibe? Precisamente la conexión consciente con la Luz.

Ahora bien, conexión es unión. Conectarnos con la Luz es vibrar en su fase, y en lo espiritual dos entes que vibran en la misma fase (frecuencia) se identifican. No hay elementos de espacio y tiempo que separen. Hay una transformación completa. La conexión con la Luz es así unificación con la Fuente Divina, con la raíz de la propia alma y con las energías metafísicas y cósmicas que conforman el mundo y rigen los distintos aspectos de la vida. Todo ello en grado creciente de profundización y perfección.

Así pues, el acercamiento a la Deidad conlleva la asimilación del proceso creativo y redentor que dimana de Ella. Es decir, la recepción no es puramente pasiva. Por la comprensión, clasificación y manejo de las energías divinas – el arquetipo de todo lo que es – el cabalista deviene en co-creador y colaborador del plan Divino, llámese tikún olam o rectificación del mundo. O de los mundos, con sus actos alcanzando repercusión cósmica.

Es el Edén recuperado, la realización de la esencia Adam – hombre/mujer arquetípico – llamado a cuidar y cultivar el Jardín y cuya conciencia abarcaba de uno a otro extremo del universo.

Y ahora sí, el ser humano podrá comer del Árbol de la Vida, y como ser completo y plenamente realizado, vivir en la Luz para siempre.

**PRIMERA PARTE: FUNDAMENTOS TEÓRICOS.**

## **Capítulo I: Dinámicas cabalísticas. Un resumen de Maasé Bereshit, la Obra de la Creación**

Este es un capítulo de introducción a la Cábala. En él se resumen los conceptos principales de modo que el lector no familiarizado con el lenguaje cabalístico pueda abordar el núcleo de la obra, de contenido netamente meditativo. Un estudio en profundidad de los aspectos teóricos, así como una panorámica general de las tres vías de aproximación a la Cábala – estudio, meditación y acción – se presentan en mi libro “El Camino del Árbol de la Vida: Un curso de introducción a la Cabalá Mística”, al cual se remite. En mi segunda obra, “Senderos en el jardín de la conciencia: Manual de meditaciones cabalísticas”, se incluye también una amplia introducción a la Cábala, así como fichas de correspondencias de cada uno de los elementos del Árbol de la Vida, con apéndices sobre las jerarquías internas que los rigen.

Este libro aborda el tema de lo que se conoce como Maasé Merkavá, la llamada Obra del Carro, en la que se investiga la estructura de los mundos internos y se trabaja fundamentalmente la conexión directa con la Deidad. Pero antes de lanzarnos a la exploración de nuevos territorios, es necesario tener una idea clara del mapa, esencialmente del Árbol de la Vida y la ordenación de los Mundos, y ese es el objetivo del presente y del próximo capítulo.

En este capítulo, la metodología que utilizaremos es el enunciado de principios, añadiendo donde sea necesario, pero con apenas desarrollo para evitar repeticiones con los escritos antes citados.

Por supuesto, el lector ya versado en estos temas, o que simplemente quiera, quizá desde otras perspectivas complementarias, abordar directamente la práctica de las meditaciones propuestas, puede ir directamente a la segunda parte, retornando a la primera cuando la situación lo requiera.

### **PRINCIPIOS DE CÁBALA**

#### **1. El Absoluto**

El punto de partida de toda la reflexión cabalística es el de la unidad esencial de todas las cosas. Dios es Uno. La Realidad es una. Toda discontinuidad es aparente.

Llamamos Absoluto al estado de Realidad Total. Esta Realidad incluye tanto a la parte que está manifestada, es decir, que se hace presente en la conciencia, particularmente en la conciencia humana, como la que permanece inmanifestada, y por tanto, no conocida, incluso incognoscible. Hablando globalmente, la parte manifestada es más amplia de lo que comúnmente entendemos por la Creación, pues el mismo Creador presenta una parte de sí manifestada, aunque en su esencia no lo esté.

En todo lo anterior, y en lo que sigue, se da por sentada la limitación intrínseca del lenguaje. Por necesidad hemos de referirnos a realidades que lo trascienden y, por tanto, los conceptos utilizados deben entenderse en términos metafóricos. No renunciamos, sin embargo a hablar – lo que sería otra opción – pues aunque el lenguaje forma parte de lo contingente, es un peldaño necesario para acceder en lo posible a aquello mismo que lo supera, aunque lo incluye.

Así, Dios es una palabra, es un Nombre de “Eso” que también hemos denominado el Absoluto. Utilizamos estos términos prácticamente como sinónimos: Dios, Absoluto, Realidad Total, y también Infinito, Emanador, Creador y otras denominaciones que deberán ser precisadas más adelante.

Puesto que nosotros, en nuestro estado actual, no tenemos una experiencia directa del Infinito como tal, deducimos su realidad como un principio necesario, llevando al extremo nuestra percepción de un mundo fragmentado y determinado por la existencia de límites. Para ello ascendemos por la escalera de la abstracción creciente o, si se quiere, recorremos en sentido inverso la cadena de las causas. Y decimos a la inversa, porque, para la Cábala, el sentido de la causalidad es de arriba abajo – del espíritu a la materia – y no al contrario.

Admitimos entonces que Dios, el Absoluto, es la causa primera o primordial, la causa de las causas y, puesto que, por necesidad, el estado de Infinito no puede ser de otra manera que una esencia simple y perfecta en grado superlativo, la pregunta es cómo, a partir de él, deviene un cosmos múltiple compuesto por entes finitos y con un grado de independencia en mayor o menor grado. Pero no es sólo el aspecto mecánico el que nos interesa; está también el por qué y el para qué de todo ello.

En este capítulo no nos proponemos el justificar rigurosamente nuestras aseveraciones, que serán para nosotros postulados, hipótesis de trabajo, si se quiere. Así, partimos de la existencia de ese estado primordial que llamamos Absoluto y que es la Fuente de todo, razón por la cual debe contener todo en un grado máximo de perfección. Es decir, debemos concebirlo como absolutamente lleno de todas las cualidades en su grado máximo de completitud y realización.

Y, sin embargo, por otro lado, sabemos que no podemos atribuirle ninguna cualidad, ni siquiera la de existencia, pues eso sería encerrarlo en límites: existencia frente a no existencia y lo mismo con otras consideraciones semejantes. Debe estar, pues, más allá de toda cualidad y, por tanto, vacío, al no poder predicar nada de él. Por esta razón es llamado, a veces el Ain, la Nada, porque no hay nada a lo que pueda compararse.

Éste es un término que, siendo completamente sugerente, puede resultar equívoco, pues, en el fondo se trata de una paradoja: hablamos de una Nada Positiva, que produce o genera de sí, y es, por tanto, lo contrario de lo que comúnmente se entiende por el estado negativo y pasivo que llamamos nada.

Y puesto que, en esencia, más que un problema ontológico, se trata de una cuestión que pertenece al ámbito de la conciencia – de lo que podemos llegar a conocer o a concebir desde nuestro estado actual – es preferible usar el término de Inmanifestado para referirnos a ese tipo de Realidad que se halla completamente fuera de nuestras categorías mentales o las de cualquier otro ser (salvo las del Absoluto mismo).

Por el contrario, llamamos Manifestación al tipo de Realidad de la que podamos tener conciencia – nosotros o cualquier otro ser dentro del ámbito de la existencia – y que comprende al conjunto de todos los mundos y planos que han sido, son y serán en todas las dimensiones del ser, incluso Divinas.

Dios, en su esencia, está inmanifestado – es el Inmanifestado – pero revela una reflexión de Sí (o una versión de Sí – las palabras fallan –) en la Manifestación. Y así, decimos que, en la jerarquía de los mundos (véase más adelante), el llamado mundo Divino o de las Emanaciones – previo a la Creación – constituye la revelación activa y directa del Absoluto Inmanifestado en el seno de la Manifestación.

No se entienda lo anterior como una apelación al dualismo, propugnando la existencia de dos modos irreducibles de ser. La Cábala es esencialmente monista. Sólo hay un Ser. La proclamación de la Unidad es el precepto fundamental del judaísmo y la piedra angular de la sabiduría cabalística.

Es el Shemá Israel (Deut 6:4):

שְׁמַע יִשְׂרָאֵל יְהוָה אֱלֹהֵינוּ יְהוָה אֶחָד:

## Escucha Israel YHVH Elohenu (nuestro Dios) YHVH es Uno

Tendremos ocasión de ver que el Nombre de Dios, יהוה, YHVH, es la metafórmula de la Manifestación, la Vasija que contiene la Luz Infinita (o con que se viste la Luz del Infinito) para dar lugar a todo lo que existe.

También en otro lugar analizaremos y utilizaremos toda la potencia meditativa del Nombre y de este versículo. En estos momentos baste decir que la proclamación anterior de la unidad se completa con la afirmación de la unicidad: Dios es Ejad (Uno) y Yajid (Único). No hay nada más.

Tenemos las siguientes citas:

Deut 4:35

אַתָּה הָרָאָתָ לְדַעַת כִּי יְהוָה הוּא הָאֱלֹהִים אֵין עוֹד מִלְּבָדוֹ:

A ti te fue mostrado, para que supieses que YHVH es Dios, y no hay otro fuera de él.

Deut 4:39

וַיְדַעְתָּ הַיּוֹם וְהַשַּׁבָּת אֶל־לִבְכָדְךָ כִּי יְהוָה הוּא הָאֱלֹהִים בְּשָׁמַיִם מִמַּעַל וְעַל־הָאָרֶץ מִתַּחַת אֵין עוֹד:

Conoce pues, hoy, y reflexiona en tu corazón que YHVH es Dios arriba en el cielo y abajo en la tierra, y no hay otro.

Isa 45:5

אֲנִי יְהוָה וְאֵין עוֹד

Yo soy YHVH, y ninguno más hay

Todo lo cual se interpreta convencionalmente como que sólo hay un Dios (monoteísmo), pero que el judaísmo místico contempla como la afirmación de que Dios no es sólo Uno, es también Único; es el único Ser.

Y observamos que en las tres expresiones anteriores encontramos la palabra Ain, אֵין, cuyo significado cabalístico es el del velo de la Nada puesto delante de la esencia Divina. Y a continuación la palabra Od, עוֹד, que esencialmente consiste en las dos letras que en el Shemá Israel aparecen escritas de mayor tamaño, עֹד (ya que la letra intermedia, la Vav, significa unión, conjunción). Su significado general es Conciencia y también Eternidad, ya que la conciencia en sí permanece aparte de sus contenidos, entre los que se encuentra la temporalidad. Es la primera letra, la Ayin, אֵ, la que de hecho porta el significado de conciencia. La segunda, la Dalet, ד, que es el número 4, es el anagrama de la manifestación. Esto es una clave importante: el hecho de que la manifestación tenga lugar en el seno de la Conciencia Divina, de lo Absoluto como Conciencia.

Decimos, pues, que la Manifestación sucede en el seno de lo Inmanifestado, es decir en el seno de Dios, y no es discontinua con él. Tal como se afirma: Dios es el sitio del mundo y el mundo no es su sitio.

Resulta, entonces, que si la manifestación es un hecho de conciencia, la discontinuidad es sólo aparente. Sucede, por así decir, por una contracción en el campo de la conciencia del Infinito, de la Deidad. Explicar esto constituye uno de los principales temas de Maasé Bereshit, la Obra de la Creación.

Pero antes de entrar en ello, conviene plantearse al menos ciertas cuestiones:

Si hemos dicho que no podemos atribuir cualidad alguna al estado primordial de Absoluto, ¿en qué sentido podemos hablar de conciencia?

No podemos atribuirle conciencia, pero tampoco podemos dejar de hacerlo. El Absoluto es el Todo en Unidad perfecta que es anterior a todo, a la conciencia y a la no conciencia. Ese estadio de dicotomía constituye una diversificación posterior. Y no es lo mismo unidad que unificación, porque lo segundo exige una multiplicidad previa. Ese será más bien nuestro camino, nuestro recorrido.

Como hemos dicho antes, la génesis causal de lo real es descendente. Eso contradice al punto de vista materialista que propugna justo el punto de vista inverso. Así, por empezar por algún punto, si consideramos que la realidad fundamental está constituida de partículas elementales y todo lo que existe es una combinación de las mismas en diferentes grados de complejidad estructural, no podemos considerar que propiedades como la vida, o la conciencia, tengan ningún tipo de realidad esencial. Se tratará de epifenómenos de la materia o, si se quiere, de propiedades emergentes que se manifiestan con la complejidad.

En Cábala se piensa que sí, que es cierto que la manifestación de esas propiedades abstractas exige un grado de complejidad en la organización, pero no es que la propia complejidad las cause, simplemente las permite. Es decir, la vida, la conciencia, etc., tienen una realidad previa en otro plano del ser. De hecho son propiedades de todo lo existente, pero son participadas (en sentido platónico), y por tanto manifestadas en mayor o menor medida, según el grado de organización de la vasija que las alberga.

Eso quiere decir que, puesto que participamos de las cualidades que de ella dimanar y que de algún modo tienen que reflejarla – aunque la diferencia de grado sea infinita – es posible establecer una relación con esa Realidad Absoluta que llamamos Dios, aunque en general este término se aplica al aspecto del mismo manifestado a la Creación.

En realidad, del Absoluto nada sabemos. Por eso al hablar de Ain, la Nada, u otras expresiones similares, nosotros preferimos considerarlas no como realidades en sí, sino como velos que nos apantallan su realidad infinita e incomprensible y, sin embargo, por lo que hemos dicho antes, absolutamente presente.

Podemos entonces, en lo que sigue, utilizar tres metodologías para abordar el problema de la existencia:

1. Sólo el Absoluto es real. Nada más existe. Todo lo demás – aquello que a nuestra percepción aparece con el peso específico de realidad, incluyéndonos a nosotros mismos en nuestra identidad como seres separados – es una ilusión concebida y desarrollada en el seno mismo de lo Absoluto.

2. Aunque inmersos en el seno de esa ilusión – aunque nuestra existencia forme parte del juego del propio Absoluto de esconderse y encontrarse – toda cualidad que podamos concebir es atribuible al Absoluto en el grado infinito de perfección y completitud. En particular, podemos concebirlo y apelar a él como una superconciencia o superidentidad con la que podemos establecer relación, si bien, en general, lo haremos a través de sus Rostros manifestados (sus diferentes grados de Presencia que nos servirán como lentes). Podemos, por ejemplo, desde nuestra realidad, amar a Dios (aunque en otro plano Dios se esté amando a Sí mismo).

3. Podemos también traspasar la frontera entre lo subjetivo y lo objetivo – pasar de la conciencia pura al plano del ente – y establecer una génesis o cadena de causas y efectos que nos explique la realidad tal como la percibimos; hacer así una física o metafísica de lo existente.

El punto 1 corresponde a lo que en otro lenguaje llamaríamos el Espíritu. El punto 2 al Alma. El punto 3 al Cuerpo. Usaremos uno u otro según la situación lo requiera, siempre recordando que para cada enfoque existen los otros complementarios.

¿Cómo, pues, de este Infinito absolutamente simple y perfecto deviene un Cosmos múltiple, fragmentado, caracterizado por entes finitos y limitados?

## 2. Génesis

El Absoluto es la única realidad. Su esencia es Nada, Ain. Por un lado, siendo inconcebible, nada de lo que podamos decir es. Pero por el camino de la paradoja podemos afirmar que es una Nada llena, la Plenitud absoluta.

Su modo de ser es En Sof, la negación de límites, el Infinito. Este es el nombre más común por el que la Deidad, en su estado primordial, es designada en Cábala.

Podemos entender la infinitud como límite, como se hace en matemáticas con los conjuntos numéricos. Significa que cualquier cualidad, considerada en su máximo grado de completitud y perfección, sin ningún tipo de condicionamiento o frontera, está contenida en su realidad. Del mismo modo, los infinitos numéricos contienen a otros conjuntos infinitos como subconjuntos propios, es decir, sin igualarlos ni llenarlos.

Y la naturaleza de esa Plenitud Infinita, su autoafirmación, su autocontemplación, el estado de Sí en Sí mismo – todo referido en términos muy metafóricos – es lo que llamamos Or En Sof, Luz Infinita.

¿Qué es la Luz? Misterio de los Misterios. Podemos aproximarnos por sus propiedades manifestadas: Una esencia energética, vibrante, consciente, dadora y creadora. Son las cualidades que luego veremos concretadas en las esencias elementales del Uno frente al Cuatro de la Manifestación: Voluntad, Vida, Luz, Amor y Ley. Todas ellas pertenecen ya al dominio de lo emanado, pero no por ello dejan de reflejar la esencia de la Fuente.

Y puesto que por la superabundancia desbordante y luminosa de la plenitud del Uno, forma parte de su esencia el dar – darse a Sí mismo, el Sumo Bien, puesto que es lo único que existe – necesariamente la primera fase es desarrollar su posibilidad.

Estamos definiendo una cadena lógica, no ciertamente sucesiva y menos aún temporal. No se trata de informar, sino de desarrollar vías de aproximación, inevitablemente finitas y limitadas. Y así, afirmamos que todo lo que existe en los mundos manifestados es la Luz Infinita, la manifestación del Absoluto, en sus diferentes configuraciones.

Como esta Luz, desde el punto de vista de la Manifestación, es esencialmente dadora, debe contener dentro de sí la doble posibilidad de dar y recibir. Hay que tener en cuenta que al nivel de En Sof – el plano de la Unidad – no existe dualidad alguna. Dar, recibir y el acto en sí de donación/recepción es uno y lo mismo. Recibir forma parte del dar tanto como el dar forma parte del recibir.

Por qué, en un momento dado, surge una diferenciación, es algo que pertenece al dominio de lo Absoluto. No tenemos respuesta. Podemos decir que surge en el seno de En Sof un tipo de dinamismo – lo que el Zohar llama el Deseo de los Deseos – que se concreta en una Voluntad de crear, de manifestar su esencia ante un sí mismo considerado como otro, como una forma de autoconocimiento en objetividad.

Y así, esa pareja de amantes eternamente unidos e inconscientes de su diferencia, deviene en eso, en una posibilidad de Dar, que será el arquetipo de Luz, y una posibilidad de recibir, que será el arquetipo de Vasija. E inmediatamente surge una corriente entre ambos, como un campo de fuerzas entre los dos polos de un imán circular que, sin perder su circularidad, en algún punto de su circunferencia experimentara un corte y una posterior abertura. Eso pondría de manifiesto el campo magnético inherente (implícito). Aparecería un polo positivo – que diríamos dador – y

uno negativo – que diríamos receptor, y el campo de líneas de fuerza entre ambos, que sería el concepto abstracto de relación.

Por supuesto, ambos son Luz. Podríamos definirlos como Luz positiva y Luz negativa. Nosotros experimentamos la primera como luz propiamente dicha, y la segunda como oscuridad, entendida simplemente como ausencia de luz (una no luz-positiva, pero el fondo o marco que permite su percepción). Son dos caras de una misma realidad: la proyección de En Sof que hemos llamado En Sof Or, la Luz Infinita.

Todo lo explicado hasta ahora ni sucede en lugar alguno, ni representa ninguna sucesión de acontecimientos. Pertenece al campo de lo que podríamos denominar el Pleroma Divino, y eso está más allá de cualquier consideración que podamos hacer por medio de nuestras categorías mentales. Ya hemos dicho antes que podríamos contemplar estas realidades primordiales más como velos de conciencia que como cosas en sí. Una vez que estos velos están extendidos tenemos un fondo sobre el que poder percibir algo en la conciencia. Los velos son como los postulados, las peticiones de principio en todo discurso lógico, que permiten la construcción del edificio de pensamiento. Éste, a su vez, será la vasija de Entendimiento que permitirá el flujo de Sabiduría, la manifestación directa en nosotros de la Luz positiva.

Damos un paso adelante en el proceso de génesis: Cuando En Sof deviene de Sí Mismo su Voluntad de Manifestación, la primera configuración de la Luz positiva, que constituye la totalidad de la Luz que va a ser emanada, recibe en Cábala el nombre de Adam Kadmon, el Hombre Primordial. De alguna forma representa la Idea de Sí que emana la autoconciencia de En Sof (y que por tanto será modelo de todos los desarrollos futuros). A pesar del nombre, no debemos atribuirle forma alguna. Su esencia es puramente dadora, y enmarca la voluntad de darse a Sí Mismo del Infinito, su voluntad de crear. Posteriormente se desenvolverá en el Árbol de la Vida, llamado también el Hombre Atsilútico (Atsilut es el mundo Divino). Y su manifestación más completa en el plano de la materia es el ser humano, o sea, nosotros.

Al mismo tiempo, la Luz negativa, definida como ausencia, ha desarrollado un marco, un vacío abstracto en el seno de En Sof, que constituye la Vasija primordial de la Manifestación. En Cábala recibe el nombre de Jalal, el Vacío. En él tendrá lugar todo el despliegue de los mundos.

Si bien presente en la literatura zohárica, desde la Cábala del Ari en Safed el concepto de Tsimtsum o contracción ha sido el dominante para representarnos la génesis del vacío y por ende de toda la manifestación. El principio es simple: ¿Cómo puede existir algo aparte de En Sof? Sólo si hubiera un tipo de espacio metafórico, relativamente ausente de su Realidad absoluta, podría tener lugar un “otro” como distinto de Él.

Pero esto mismo es una imposibilidad metafísica, porque supondría una limitación para En Sof, con lo que, o bien dejaría de ser En Sof, o bien ese espacio vacío quedaría instantáneamente lleno de su Realidad, con lo que dejaría de ser.

Al mismo tiempo, hablar de una imposibilidad para En Sof también es contradictorio, y no puede resultar más que de nuestra ignorancia o limitación conceptual. Para Él debe ser posible eso. Él mismo es la definición de posibilidad.

Debemos suponer, entonces, que es su Voluntad el que eso sea así, el que Él mismo se retire de una parte de Sí para dejar espacio a la realidad manifestada. Después, podrá verter su Luz sobre ese vacío, debidamente medida o limitada, pues en su plenitud aniquilaría el concepto mismo de vacío. La luz medida es el Rayo que despliega todos los mundos manifestados.

Ese acto de auto-retirada es lo que llamamos el Tsimtsum, la contracción primordial. Representa la acción de esa Luz negativa de la que hablábamos antes. El

Zohar la llama Lámpara de Oscuridad. Y quizá debamos considerarla no como una retirada en esencia – como luz negativa sigue siendo En Sof, aunque en otra fase de manifestación – sino como una retirada en conciencia.

Al fin y al cabo, ¿cuál es el lugar de nuestros pensamientos? Supongamos que estamos escribiendo un relato (en el que quizá nosotros mismos seamos los protagonistas). En el acto creativo, ¿no hemos de retirar nuestra atención del resto de nuestros procesos internos – por ejemplo fisiológicos – para concentrarnos y poder verter el poder de nuestra mente en lo que estamos narrando? ¿Y no es eso una autolimitación? Sin embargo, nosotros seguimos estando totalmente ahí, sólo que muchas cosas de nosotros pasan momentáneamente a nuestro subconsciente y parece que hubieran dejado de estar presentes (ser).

Podemos entonces concebir el tsimtsum como una autolimitación de la superconciencia de En Sof en aras de la Creación. En última instancia, llegamos a la conclusión de que todo es Mente. Desarrollando el postulado de continuidad anteriormente expuesto, incluso lo que llamamos materia es una forma de conciencia. Para nosotros, conciencia cristalizada. Y nuestra conciencia también es continua con la Conciencia Divina. Todo sucede en la Mente de Dios.

Debemos pensar que el acto creativo no sucede por adición: el ser que surge de la nada, como un añadido a ¿qué? Ese es el modelo que se ha venido enseñando tradicionalmente.

En Cábala se considera que la Creación se realiza por sustracción. Cada fase es una contracción de la fase anterior. No añade, sino que quita. Podemos, por ejemplo, pensar en una cantidad de agua, una parte de la cual experimenta un proceso de congelación. Ha aparecido algo aparentemente nuevo, aunque todo es H<sub>2</sub>O: la composición química no ha variado. Pero las moléculas del hielo tienen menos grados de libertad – capacidad de movimiento – que las del agua líquida. Podemos también decir que han perdido simetrías, ya que ahora las moléculas pasan de un estado de uniformidad a verse constreñidas a estructurarse en direcciones determinadas. Y, por supuesto, ha habido una disminución de energía, razón por la cual es necesario aportar calor para recuperar el estado fluido.

La transición de fase en física puede servirnos de modelo para entender la contracción metafísica: cómo un estado puede contener a una evolución posterior del mismo que, al mismo tiempo, presenta una disminución de sus cualidades, o una densificación de las mismas. Al mismo tiempo, ese nuevo estado puede servir como recipiente del anterior. La fase anterior es la Luz. La fase posterior es la Vasija. En el ejemplo anterior se habría generado una vasija de hielo capaz de contener una porción de agua, separándola, por así decir, del resto de líquido. Y el tipo de vasija también la dotaría de una cierta individualidad.

Todo en la Manifestación se desenvuelve según el modelo de Luz y Vasija. Es el desarrollo de ese primer desdoblamiento de la Luz Infinita en lo que hemos llamado Luz positiva y Luz negativa. Con las siguientes particularidades:

1. Lo que es vasija en un plano es luz para la fase siguiente. En el ejemplo anterior, el vapor se condensa en agua líquida y ésta, a su vez, en hielo, y así sucesivamente. Hay una concatenación de fases. Así, Adam Kadmon será una vasija para la Luz Infinita, pero a su vez será la Luz del Mundo Divino, el cual constituirá su vasija. Del mismo modo, este mundo será la luz del siguiente (Mundo de la Creación), y así sucesivamente. En el plano humano, el alma será la luz del cuerpo, que será su vasija. Todo esto se precisará más adelante, en su lugar.

2. La luz no aparece directamente en el plano de la vasija. Desde el punto de vista de ésta – desde su sentido de realidad, por así decir – la luz es como si no existiera,

ya que sólo se observan sus manifestaciones. La vasija se experimenta a sí misma como “lo real”, aunque sólo es un instrumento de percepción. El “sujeto” de la conciencia está en el plano de la luz, si bien, temporalmente, está totalmente identificado con la vasija que le proporciona su experiencia de identidad. ¿Se encuentra en el plano del cuerpo algo de lo que podríamos decir: esto es el alma? Obviamente no. Algunas personas afirman igualmente que Dios no existe porque no lo experimentan directamente con los instrumentos de percepción propios de la vasija.

Decimos entonces que la vasija – aunque también es luz – apantalla de hecho la manifestación positiva de la misma. Hay un descenso de nivel. Ese es el sentido de la contracción o tsimtsum de la conciencia. A veces se usa la imagen de la cortina (o del velo) para expresar el mismo concepto. Se tiene así una concatenación de apantallamientos u ocultaciones, hasta alcanzar el llamado plano físico o de la materia en el que se da la máxima ocultación.

Así, la evolución, la génesis, es un proceso que tiene lugar hacia adentro, estando cada fase contenida en la anterior y siendo cada fase una contracción de la precedente. El Infinito retira su Luz de una parte de Sí Mismo y en el Vacío así generado proyecta de nuevo un rayo de la misma, el cual recibe en Cábala el nombre de Kav, la línea, y que es la sustancia de los mundos manifestados.

Metafóricamente hablando, la retirada de Luz deja un espacio circular (esférico), pues no puede haber direcciones privilegiadas en En Sof. La línea indica restricción, ya que la luz se ve constreñida a moverse según un canal determinado. La razón es que si la luz fluyera en su completitud, representado por la figura circular, todo retornaría al estado primordial de En Sof. La autolimitación de la luz es ya una nueva contracción.

La inteligencia de la luz es dar. La inteligencia de la vasija es recibir. Como ambas son proyecciones de la Voluntad de manifestación de En Sof, hablamos de voluntad de dar y voluntad de recibir como fuerzas dinámicas de la Creación. Con frecuencia se prefiere utilizar el término más plástico de Deseo: deseo de dar y deseo de recibir. Mientras que el deseo de dar es unificador, manifestando la característica esencial de Unidad de la luz (y por tanto de retorno a la Fuente en el proceso de evolución), el deseo de recibir es separador. Es la fase negativa de la luz lo que genera las diferencias. Su propio deseo de recibir es lo que constituye a cada ser como ente definido y (aparentemente) separado.

No se sobreentienda que la fase negativa de la luz – el deseo de recibir – es algo “malo” en sí. Es, de hecho, una condición necesaria para la manifestación. Es imposible dar sin que haya algo o alguien que reciba. Dios no puede darse a Sí Mismo – el Sumo Bien – sin que haya una vasija que lo reciba. Por eso, el verdadero acto de Creación no consiste en la Luz sino en la Oscuridad. El profeta Isaías (Isías 45:7) lo expresa claramente cuando dice de Dios: “Forma la luz y crea la oscuridad”.

La Luz es preexistente. Es directamente de la naturaleza de En Sof. La Oscuridad es lo nuevo. También proviene de En Sof como una condición previa para generar un No-Yo (desde su punto de vista infinito), aunque éste sea sólo aparente como parte del “juego” de perderse para encontrarse. Y es la oscuridad – la vasija, el deseo de recibir – lo que constituye el elemento formador de la luz.

¿Cuál es, entonces, la raíz del mal? Lo que en Cábala se llama Deseo de Recibir sólo para uno mismo. Hay que tener en cuenta que tiene que haber un equilibrio entre el recibir y el dar. Si sólo se recibe y no hay ningún tipo de dar, es imposible crear ningún tipo de afinidad con En Sof, y por tanto ninguna forma de asimilarse a Él. Una vasija que sólo recibe es llamada Klipá, es decir, Cáscara, Corteza. Es lo más opuesto a la naturaleza de la Luz, cuya esencia es dar.

En el plano de la materia la separación se realiza fundamentalmente mediante el espacio y el tiempo. De ese modo, los opuestos pueden coexistir en el plano físico. La dimensión espiritual es, sin embargo, vibratoria. Es la diferencia de fase lo que separa, de modo que dos entes que vibran en la misma frecuencia son, de hecho, el mismo ser. Mientras que los entes cuyas frecuencias vibran en oposición están ontológicamente acones de separación. Si queremos entonces desarrollar nuestra afinidad con la Luz, debemos vibrar en su misma frecuencia, es decir, en la fase de dar. Una vasija que sólo reciba no puede coexistir con la luz. Se encuentra en el otro polo.

Retomando el proceso de génesis, vemos que el tránsito de lo Uno a lo múltiple se realiza en una serie de pasos sucesivos. Puesto que en esencia se trata de una objetivación de la Mente Divina, las primeras configuraciones de la luz emanada revelarán en su pureza sus Arquetipos fundamentales. Éstos son las Sefirot, numeraciones o esferas, las formas elementales de manifestación de lo Divino, o también, los estados básicos del ser. En una serie de pasos que a continuación comentaremos, se organizarán en la estructura conocida como el Árbol de la Vida que, a su vez, será por necesidad el modelo o prototipo de todos los desarrollos futuros.

Pero es necesario explicar cómo en este entramado de perfección surge la posibilidad del mal, el cual, al menos desde la experiencia humana, forma parte del escenario cósmico. Su raíz se encuentra en estos estados primigenios, algo que el texto bíblico presenta inmediatamente después del primer versículo del Génesis: “Y la Tierra era caos y vacío...”

Es necesario decir que el Pensamiento de la Creación – la formulación directa de la Voluntad Divina – es el Bien. Dios quiere crear un Cosmos de seres a los que comunicar el máximo Bien posible, que es el darse a Sí Mismo a las criaturas hasta el máximo de su posibilidad.

Dios es el Dador absoluto y las criaturas son vasijas que reciben su Luz. Esta Luz es simple y no tiene partes. Es, por supuesto, continua con la Deidad, no algo separado de ella, de manera que cuando una criatura recibe esta Luz se torna a su vez divina. Pero aquí hay una contradicción en los términos: si la vasija sólo recibe, por muy perfecta y sublime que sea la Luz, está en fase contraria con ella y, por tanto, según hemos expuesto antes, se encuentra absolutamente separada de la misma. La única posibilidad de soportar el embate de la Luz es que la vasija sea también dadora, para lo cual habrá que desarrollar algún procedimiento que lo permita.

En Cábala se afirma que la primera emanación de las Sefirot fue en forma de puras vasijas. Eso no quiere decir más que cada esencia fue desarrollada en sí misma, sin relación directa con las demás. En consecuencia, por la contradicción inherente, no pudieron soportar la Luz que fue vertida en ellas y se rompieron en pedazos. Sus fragmentos – puras formas de nada más recibir – cayeron en el vacío (es decir, en dirección contraria a la luz), dando lugar a las fuerzas activas de la negatividad (la Klipá, en términos generales).

Y decimos activas porque en su caída arrastraron consigo chispas de Luz, lo que les da un cierto nivel de vitalidad. Y también de existencia, porque si no estuvieran alimentadas por la Luz, simplemente no serían. Es su querencia el incrementar constantemente su nivel de Luz capturando más chispas – en ello está su supervivencia – y ello lo intentan principalmente apropiándose de la Luz inherente de los seres humanos. De ahí su interés en que permanezcan en un estado de relativa opacidad, inmersos en el mundo material, inconscientes de su divinidad, sin desarrollar modos de retorno a la Fuente.

Porque, ¿cuál es el papel de los seres humanos en este esquema? En el Génesis se les presenta como “imagen y semejanza” de Dios, unos términos cuyo alcance habrá que precisar en gran medida, pero que de momento nos indican que son una vasija completa, capaz de recibir en plenitud la Luz Divina y por tanto de asimilarse al Creador.

Ése es el objetivo de la Manifestación, al menos en lo relativo al ser humano. El Infinito crea una vasija a la que poder darse plenamente, en la que poder habitar en el seno de la Manifestación y experimentarla desde el punto de vista de la finitud, en la que poder conocerse a Sí Mismo en su Divinidad inherente. El ser humano es así una chispa de En Sof encarnada.

Pero nos topamos con la misma contradicción. ¿Cómo puede el ser humano ser divino sin ser absolutamente dador? ¿Cómo puede ser, al mismo tiempo, divino, sin tener libertad de elección? La libertad es ciertamente una característica esencial de lo Divino, ya que En Sof no se ve constreñido en absoluto a realizar acción alguna, y menos a crear. Eso sería una limitación, incompatible con su ser infinito.

Dios podría haber creado al ser humano como un autómatas perfecto, pero entonces podría llegar a ser todo menos divino. Hay, así, dos elementos a tener en cuenta: primero, el ser humano debe ser capaz de dar. En segundo lugar, debe tener la posibilidad de no hacerlo, pues un dar compulsivo no es un verdadero dar. Para que esto último pudiera darse – para que pudiera haber una elección entre el Bien y el Mal – fue diseñado en primera instancia el procedimiento de ruptura de las vasijas.

Ahora bien, ¿qué puede dar el ser humano en términos de su divinidad? ¿Y, por otra parte, qué necesidad tiene de hacerlo, en su estado prístino (edénico) completamente saturada de la Luz de En Sof, y por tanto con todo deseo absolutamente satisfecho? Pues está claro que, como parte de En Sof, la génesis del ser humano sigue el mismo orden que la sucesión de los mundos, es decir, de arriba abajo. Quiere decir que lo primero que es emanado en el ser humano es su esencia luminosa, radiante.

Se ve entonces en una situación que el Zohar llama “comer el pan de la vergüenza”. Sólo recibe, pero sin esfuerzo o mérito por su parte. Es una divinidad en potencia, pero no en acto. Como un niño, o un adolescente, completamente dependiente de sus progenitores. Para alcanzar el estado de madurez necesita aprender a hacer las cosas por sí mismo. Si recibe todo hecho no se desarrolla nunca. Y el placer que experimentan sus padres es que su despliegue sea efectivo, que llegue a ser un hombre o una mujer de pleno derecho. Realmente – estamos en una situación ideal, por supuesto – un hijo no puede dar en esencia nada más a sus padres que son ya seres completos. Sin embargo, también es cierto que el poder ver “su obra” cumplida les proporciona otro plano de realización. Son creadores.

Esto puede servirnos como ejemplo de la correspondencia del ser humano con En Sof (con el cual se relaciona a través de sus arquetipos esenciales manifestados como sefirot en el mundo supremo). Nada puede dar al Infinito que lo tiene todo, más que el de cumplir su Voluntad actualizando al máximo sus potencialidades inherentes, llegando a ser una divinidad en acto, perfecta imagen y semejanza realizadas.

Para lo cual necesita aprender, desarrollar sus capacidades, ejercer su libertad, en particular su libertad de elección entre el bien y el mal. Eso sólo lo puede realizar si se vacía de su Luz, es decir, si desciende hasta el fondo de la escala sefirótica, hasta el estado en el que la Luz está más apantallada, y aprende a recuperarla por sí mismo, con su propio esfuerzo, generando el mérito de ganarla.

De ese modo también se siente liberado del sentimiento de comer el pan de la vergüenza, ese sentimiento que experimentamos cuando alguien nos abrumba con múltiples obsequios y no tenemos posibilidad alguna de corresponder. El resultado para

la psique es corrosivo, tremendamente destructivo, degradándonos en nuestra integridad.

Estamos ante el “ganarás el pan con el sudor de tu frente” bíblico, pues el descenso del alma humana a la materialidad es lo que se conoce como el mito de la Caída. Es el proceso paralelo a la ruptura de las vasijas del estado primordial. Es una manifestación del tsimtsum o contracción, algo que, como vemos, sucede a muchos niveles.

Así pues, tras la ruptura de las vasijas – los llamados Reyes de Edom – las Sefirot son emanadas de nuevo, pero esta vez de forma rectificada. Ya hemos explicado antes el concepto de la línea (Kav) que supone una luz disminuida (un tsimtsum) en medida suficiente para poder ser asimilada por las vasijas. Queda por decir que esta luz es emitida en zig-zag – el llamado rayo relampagueante – de manera que las sefirot se organizan en estructuras de relación: pares complementarios de sefirot, ternas o tríadas, rostros o estructuras de conciencia, etc. Las sefirot son así receptoras y dadoras a un tiempo, con lo que el sistema alcanza estabilidad.

Se tiene así la organización de la Luz en la forma del Árbol de la Vida cuyo diseño actual es el que muestra la imagen (ver):

Como ya hemos expuesto al principio del presente capítulo y dado que ya hemos hecho un estudio del Árbol en otros lugares, aquí nos limitaremos a mostrar sus elementos fundamentales en forma muy esquemática, entresacando la información (con algunas modificaciones) de otros trabajos míos.

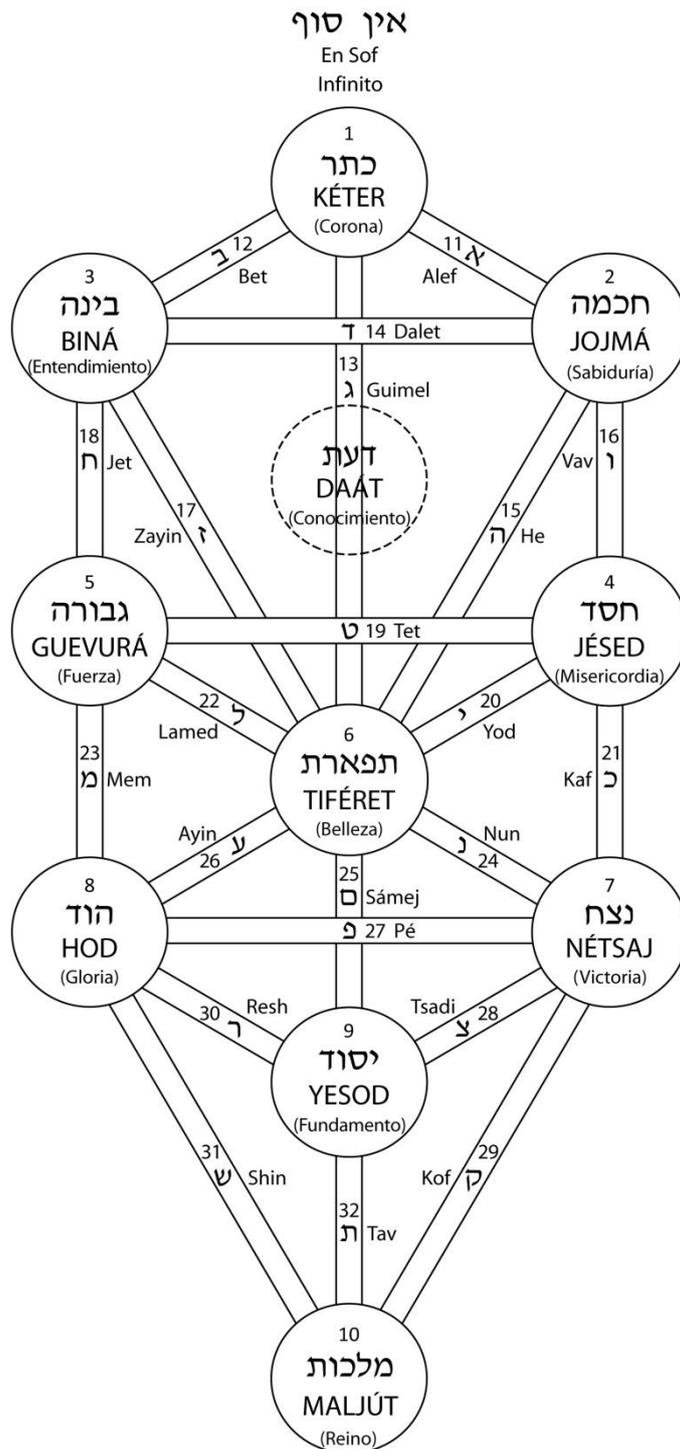
### **3. El Árbol de la Vida:**

El Árbol de la Vida es el mapa de la Manifestación. Es la metafórmula – fórmula de las fórmulas – que presenta en su disposición todas las variables del ser. En sentido sincrónico – como un conjunto de relaciones – representa el conjunto de los arquetipos de la Mente Divina, o lo que es lo mismo, las manifestaciones de la conciencia y los núcleos energéticos de todas las fuerzas.

El Árbol de la Vida representa el modo en que la Deidad decide configurarse a Sí Misma, lo que constituye el modelo de todos los desarrollos posteriores, incluyendo el ser humano. Dándose forma a Sí Mismo – lo cual involucra procesos de su propia vida interna – Dios crea y da forma a todo lo que existe. Mediante el Árbol, todo participa de la Vida Divina.

Por otro lado, en sentido diacrónico – como un desarrollo temporal – el Árbol simboliza el camino de la Manifestación: Cómo desde esa esencia de Unidad y Plenitud absolutas, se llega mediante una serie de contracciones y filtros de Luz, a este Cosmos de apariencia múltiple y fragmentada, con cada estadio desarrollando su propio nivel de conciencia.

Y la propia imagen del cosmos manifestado como árbol ejemplifica ese postulado de continuidad del que partimos. Todo es uno: la Manifestación es un gran Todo orgánico por cuyos elementos – esferas, canales y mundos – circula una misma savia, que es la misma Vida Divina, la revelación de la Luz Infinita.



EL ÁRBOL DE LA VIDA CABALÍSTICO

Los elementos fundamentales del **Árbol de la Vida** son:

I. Los números del 1 al 10 (más el cero): Son las sefirot o esferas, los estados básicos del Ser, que a continuación nombraremos.

II. Las 22 letras hebreas, expresión de la potencia creadora divina; las vasijas metafísicas de la Creación (“Y dijo Dios... y la Luz era). La Palabra de Dios es la

sustancia de la Creación. El orden de manifestación es: Luz → Pensamiento → Palabra → Cosa. Vamos así del Pensamiento a la Palabra, cuyos elementos – los del Pensamiento Divino – están codificados en las letras, que son como los ladrillos que construyen las Palabras (configuraciones de energías). Las letras constituyen así las fuerzas básicas en el despliegue creativo de las sefirot. Así, pues, las letras expresan las articulaciones o relaciones de las esferas entre sí (que recordemos son los arquetipos primordiales, puramente energéticos) y se corresponden con los 22 senderos o canales del Árbol.

III. Hay otro elemento esencial del lenguaje cabalístico, aunque no aparece directamente en la estructura del Árbol simple, y es el de los cuatro mundos (más un quinto). Estos serían: 1) Mundo de los fenómenos espacio temporales, de la acción, de lo físico. 2) Mundo de lo psíquico, también llamado lo astral, aunque en Cábala se le da el nombre preciso de Yetsirá: formación, los contenidos de la mente, tanto propia como la mente universal. 3) Mundo espiritual, también llamado de la Creación, que incluye las cualidades puras del Ser y del Espíritu, 4) Mundo Divino, de los arquetipos que conforman el propio ser (o no ser) de lo Divino. Ese es el mundo de las sefirot o esferas en su aspecto más exaltado. Hay un quinto mundo que antes hemos llamado Adam Kadmón y que es la interfase de la Manifestación con el Infinito. Adam Kadmón – manifestado y no manifestado a un tiempo – es en todos los sentidos continuo con la Luz. Podríamos llamar igualmente a ese plano Mundo del Infinito o de la Luz Infinita que, como hemos visto, es la sustancia de todo lo que hay. Todo lo que existe son configuraciones de esa Luz Infinita, de la Conciencia/Energía, aquí en su estado primordial.

**El tema de los mundos – fundamental para todas las consideraciones prácticas – será objeto del segundo capítulo.**

### **I. SEFIROT Y SENDEROS:**

A pesar de la dificultad del alto y sutil nivel de abstracción de las Sefirot en su estado Divino más exaltado, podemos hacernos una idea mediante las consideraciones siguientes:

**1. Kéter, Corona.** Unidad omniabarcante. Todos los opuestos están unidos: Ser (Yesh) y No Ser (Ayin) unidos en el sello de lo Infinito. Estado Último de conciencia. Sí Mismo absoluto: El que Es, Eheiéh Asher Eheiéh (Yo Soy-Seré Quien Yo Soy-Seré). Expresa la Voluntad Divina de Manifestación que proyecta los Mundos a la existencia. Luz suprema, oculta, simplicísima, Ser/No Ser, Infinito, Luminoso, Radiante, Superabundante, Dador Absoluto, Sumo Bien, en el que todos los mundos han sido son y serán sin disminuirle en modo alguno. Es llamado el Rostro Inmenso de Dios (Gran Rostro). Representa el estado máximo de Devekut, unión con Dios.

**2. Jojmá, Sabiduría.** Reflejo o resplandor de la Luz increada. Energía pura del Pensamiento Divino. Polo positivo de la Mente Divina. Arquetipos Cósmicos, seminales, aformales. Pensamiento Divino como presencia viva y actuante que es la luz y vida de los mundos y de los seres. Es llamado Abba, Padre. Reshit, principio, origen (tiempo Jairós, arquetípico). Bereshit bará (primeras palabras del Génesis): Con la Sabiduría creó (crea). Estado llamado Temor de Dios, porque supone un anonadamiento de todo y trascendencia absoluta de toda forma. Es la Jaiá, la Vida verdadera, en Dios y con Dios.

**3. Biná, Entendimiento.** Inteligencia Activa. Polo negativo de la Mente Divina. Mente que se externaliza, que proyecta el mundo de sí misma y que lo reabsorbe en sí misma. Palacio resplandeciente con que se viste el rayo único de la conciencia/energía (Jojmá). Concibe, da a luz y mantiene providentemente a todos los mundos creados (tiempo Cronos, sucesivo, causal, expresión de la Ley Cósmica). Es llamada Imma, Madre. El mar de la existencia. Puerta de salida y entrada (50 puertas del Entendimiento) de todos los seres y almas en su circuito cósmico de encarnación en los planos de la forma, tikún (alcanzar el estado de perfección), retorno y liberación final: reintegración en el Uno y en el Todo, como una gota en el océano de la existencia, con una conciencia personal/transpersonal.

**0. Dáat, Conocimiento.** Un estado de síntesis de las tres esferas superiores, ya que la diferenciación y separación a ese nivel es puramente pedagógica: Él y su Nombre son Uno. El espejo de la Mente Divina en el que Dios se conoce a Sí mismo, en Sí Mismo y en la Manifestación. Unidad de conocedor, conocido y conocimiento. Todo es mente. Lugar metafórico de la contracción, la ruptura de las vasijas y la caída del ser humano (separación de conocedor y conocido, mente subjetiva y objetiva, Tiféret como Rostro Menor y Maljút, Adam y Javá). El Abismo que separa la conciencia divina de la conciencia humana. La Puerta entre los Mundos (a través del abismo). En el sendero de retorno, la integración de la experiencia del Yo/Mundo en una síntesis de Conocimiento.

**4. Jésed, Misericordia.** Amor divino, la fuerza constructiva y expansiva del universo. Energía del Dar. Mundo de las Ideas (en el sentido platónico) como primera manifestación de los planos de la forma (que son energéticas, aún no delimitadas, lo que tiene lugar en la esfera siguiente). La luz del primer día de la Creación, que es Tov (“y vió Dios la Luz que era Tov”), el Bien, la idea de Bien. El acto de donación constante de Dios: misericordia, inmanencia divina, Gracia, el mundo conteniendo a Dios, presencia que es Amor (Ahavá), la fuerza de la Unidad (Ejad). Ambos, Ejad y Ahavá, suman 13. Energía del perdón, superación y limpieza de todos los karmas. En el plano humano, energía psíquica positiva, dadora, motivadora, que impulsa a buscar la realización personal, el camino con corazón, que trae satisfacción, plenitud, alegría de vivir, grandeza de alma. Idealismo y altruismo. También llamada Guedolá, Grandeza.

**5. Guevurá, Fuerza, Poder.** Restricción, la fuerza contractiva del universo. Energía del Recibir. Ley de la limitación. La concentración y la resistencia son las leyes de la generación y uso consciente del poder. Severidad, Rigor. Precisión. Mente discriminativa, separadora y dualista. Otros nombres son Din, Juicio y Pájad, Temor. Luz de la Verdad. Negación de la negación. Operación de la ley cósmica. Aseveración, juicio, aplicación de la justicia. Acción y reacción. Al nivel personal se experimenta como energía psíquica negativa, que construye las estructuras anímicas internas, como pautas de comportamiento, complejos, etc. Disciplina, autodomínio, control, lucha contra el deseo de recibir sólo para uno mismo. Crisis. Experiencias difíciles que ponen a prueba nuestros límites. El camino del guerrero.

**6. Tiféret, Belleza.** Equilibrio, armonía, integración, centro, ser, conciencia de sí, Identidad o Self (resultado de la energía de Jésed y la definición de Guevurá), manifestación de la esencia ideal espiritual que hace a cada cosa ser lo que es. Iluminación, Chispa Divina individualizada. Es llamado el Rostro Menor de Dios (junto con las seis sefirot de Jésed a Yesod, de las cuales Tiféret es el centro). Es el

aspecto de Dios personal interactuando activamente con la Creación. En el plano humano el self o sí mismo, el yo auténtico, existencial, centáurico (integración físico-psíquica), el verdadero centro de la totalidad de mi mismo, lo que soy de verdad, etc. Energía de compartir (recibir para dar). Empatía, Compasión (Rajamím).

**7. Nétsaj. Victoria.** Proyección de las ideas arquetípicas (autoexpresión o afirmación de sí como poderes astrales). La Victoria de lo Eterno. Polaridad fuerza de la psique y de la luz astral. La luz de Tiféret difractándose en los siete colores del prisma (cuya interacción da lugar a todas las formas de vibración). Fuerzas de la naturaleza. Sentimientos, emociones. Pasión. El juego de las polaridades. La Victoria de la Luz.

**8. Hod. Gloria.** Capacidad de los arquetipos de dotarse de formas o vestiduras de manifestación (manifestación de la verdad del ser en todas sus configuraciones). Multiplicidad de formas. El Esplendor de la Luz. Esplendor radiante. Polaridad forma de la psique y de la luz astral. Esfera de la mente concreta, del intelecto. Pensamiento, lógica, razón, comunicación, lo social. Voluntad personal. Razón estratégico-teleológica. Racionalización del “deseo de recibir”. De Nétsaj – emociones – es la Victoria. Entonces, Hod las racionaliza y es su Gloria. Nombres, mantras, palabras de poder.

**9. Yesod. Fundamento.** Potencia generativa y vital. Capacidad de la Vida de autopropetuar. Estructuración orgánica de la vida. Instintos. Receptáculo de todas las emanaciones. Contiene las imágenes de todo lo que existe. Es la matriz etérico-astral. En el plano de lo humano es el espejo de la mente. Como facultad, la imaginación creativa, lo onírico, el plano de los sueños, lo psíquico. Como estado de conciencia se establece la dicotomía entre consciente y subconsciente, con el ego como filtro y mecanismo censor y como centro de referencia de las representaciones conscientes. El ego es el yo mental, identificado con aspectos de la personalidad (lo que me creo que soy), pero arrojando una sombra de contenidos rechazados.

**10. Maljút. Reino.** Completitud o realización final. Conciencia externa objetiva. El Reino de Dios. Mundo externo de objetos, yoes y cosas separadas. Plano físico. Cuerpo, sentidos, cerebro y sistema nervioso. Incluye la parte etérica de energías sutiles. Luz en estado de máxima ocultación, muy contraída. Resistencia, estabilidad, inercia. Es llamada Shejiná, o Presencia Divina. Representa el aspecto femenino o pasivo de la Divinidad (frente al Rostro Menor que representa el aspecto masculino o activo). Todo es Luz Divina, pero se encuentra apantallada (en exilio) en aras de la realización del tikún.

Para una justificación de todos estos puntos se remite al lector a los libros citados. Hay que tener en cuenta que las sefirot son como joyas con infinitud de facetas. De ahí que la metodología de su estudio siempre ha sido por aproximaciones sucesivas, moviéndonos con frecuencia en círculos o saltando de uno a otro nivel conceptual.

### **SENDEROS: Algunas intenciones a trabajar y capacidades a desarrollar**

Mientras que las sefirot representan estados objetivos del Ser, los senderos son fórmulas de paso entre ellos. Es por tanto interesante verlos desde el punto de vista de la conciencia transitándolos, de donde propiamente les damos el nombre de senderos. En

el sentido evolutivo de ascenso por el Árbol son como las asignaturas que es necesario superar para establecerse plenamente en las distintas sefirot y ser capaces de canalizar sus influencias. Eso es lo que se desarrolla de forma esquemática en el siguiente apartado. Téngase en cuenta que, aunque en el contexto del Árbol simple, se entiende que estamos trabajando en diversos planos y mundos.

### **Sendero 32: Maljút-Yesod**

Conexión matriz etérico-astral con el plano físico

Sentido de las experiencias. Propio lugar en el Universo. Regir sobre los elementos, propios y exteriores. Psiquismo, clarividencia, sueños, adivinación, proyección astral. Comunicación con el subconsciente. Superar miedo al más allá. Decisión de seguir un camino espiritual. Desarrollar la discriminación. Concretar y dar forma.

### **Sendero 31: Maljút-Hod**

Conexión mente-mundo

Relaciones. Manejo del Fuego en general. El fuego interior. Energía que circula por los canales. Transformaciones. Mente aplicada a la materia. Poder de la palabra. Evocación mágica. Mantras.

Sendero de la claridad. Foco mental. La fuerza de la razón que nos permite tomar decisiones tras haber considerado todas las opciones. Equilibrar lo mental y lo físico. Mejorar la memoria.

### **Sendero 30: Yesod-Hod**

Conexión mente-entramado. Categorías. Conecta la parte racional y lógica de la mente consciente con la parte inconsciente.

Desarrollar la intuición. Exploración de símbolos y sueños. Obtener información.

Ideas sobre uno mismo. Autoestima. Arquetipo persona. Autoanálisis. Astrología. Curación en general. Sugestión.

### **Sendero 29: Maljút-Nétsaj**

Improntas físico-instintivas-emocionales. Liga el ser emocional con el mundo material y la existencia mundana.

Emociones congeladas en estructuras psicofísicas. Armadura de carácter. Soltar lastre o traumas. Triunfar sobre las adversidades y alcanzar el fin de la búsqueda. Animales de poder. El viaje del chamán a los mundos inferiores. Desarrollar la personalidad mágica. Bajo astral. Sendero del glamur. Dispensar ilusiones y/o neutralizarlas.

### **Sendero 28: Yesod-Nétsaj**

Conexión entre emociones y subconsciente. Sendero de la pasión. Poner emoción en el intento. Trabajar con la sexualidad.

Arquetipos de la personalidad. Componentes elementales del propio ser.

Terapia en general. Trabajo de individuación. Arquetipos. Imágenes arquetípicas. Símbolos. Conexión cósmica. Fuerzas de la Naturaleza. El alma de la naturaleza. Plantar semillas en el inconsciente.

### **Sendero 27: Hod-Nétsaj**

Conexión emoción-intelecto. Energía psíquica, libido. Plexo solar

Energía, Chi, bioenergética, descarga emocional. Voluntad aplicada. Trabajo con la imagen contrasexual: anima/animus. Integración pensamiento/sentimiento. Armonía

interior. Superación de emociones negativas, estados depresivos, etc. Desarrollar destrezas de comunicación.

#### **Sendero 26: Hod-Tiféret**

Forma parte del sendero de autoconocimiento. Hábitos y programaciones subconscientes. Trascendencia de ideas, pensamiento, lenguaje. Conecta las dos esferas de potencial curativo. Sanación.

Liberación de hábitos, programaciones, alienaciones, sentimientos de culpa, etc. Pensamiento positivo. Conseguir promocionarse y avanzar en general.

Vacío mental. Desapego.

#### **Sendero 25: Yesod-Tiféret**

Conexión Sol – Luna. Conecta el intento y la voluntad con el inconsciente y los dominios sutiles.

Conexión ego-self. Trabajo de individuación.

Despertar. El niño interior. Ser uno mismo. Mostrarse en la propia verdad. Atreverse. El trabajo interior. Meditación. Alquimia interior. Centración, integración. El poder divino del Rostro Superior empieza a hacerse accesible. Conocer la pauta de vida: pasado, presente, futuro. Curación en general. Impulsar niveles de poder. Crear armonía. Energizarse a uno mismo.

#### **Sendero 24: Nétsaj-Tiféret**

Une voluntad y amor, dando intención a la pasión. Desarrollo de gracia y atractivo. Disipar una autoimagen negativa. Expandir los marcos y energías existentes.

Desidentificación de la experiencia emocional experimentada como muerte.

Romper, cortar, cambio radical. Cambio de vida. Muerte. Muerte en el camino (como técnica de meditación). El astral superior. Enfrentar a los propios arquetipos. Transmutación de energías.

#### **Sendero 23: Hod-Guevurá**

Entramado de la psique. Limitaciones inherentes (decretos fijos). Procesamiento de experiencias. Complejos. Disipación de viejas ideas. Superación de obstáculos. Une el dinamismo de Marte y la rapidez de Mercurio. Propagación de ideas e información.

Encarnación, aceptación, sacrificio. Sendero de disolución (“Solve et coagula”). Gran Obra. Piedra filosofal (encontrada en el cuerpo del adepto). Fijación (talismanes). Meditación. Mindfulness. El centro en medio de las condiciones. Regresión. Recordar vidas pasadas.

#### **Sendero 22: Tiféret-Guevurá**

Intento enfocado en metas para alcanzar realización, completar proyectos, superar situaciones difíciles. Fortalecer la voluntad. Ganar competiciones. Acción.

Karma, juicio sobre uno mismo. Equilibrar. Justicia (restablecimiento del equilibrio). Medicina universal (equilibrio). Juicio. Rectificación. Purificación. Disciplina. Visión clara. Objetividad. Saber decir no.

#### **Sendero 21: Nétsaj-Jésed**

La rueda de mi vida. Deseo. Motivación. Ideales. El diseño de la vida.

Evolución, cambio y transformación según naturaleza. Tiempo cíclico. Ciclos, moverse con los ciclos. Fortuna personal. Incrementar la propia fortuna. Tener suerte.

Adivinación. Pautas repetitivas. Satisfacción de deseos. Liberación de la Rueda. Capacidad de liderazgo. Olfato para las oportunidades. Saber aprovecharlas. Capacidad de organización. Ver en totalidades.

### **Sendero 20: Tiféret-Jesed**

Desarrollar devoción. Gracias. Energía de ser: libido o energía psíquica a un nivel más profundo. Generar estados emocionales positivos. Instrumentos positivos de realización. Fertilidad de ideas, sentimientos y proyectos. Crecimiento emocional.

Obras de perdón. Caridad. Gracia. Actitud positiva. Ver el alma de las personas. Guías. Maestros. Enseñanza. Ascensión a los cielos. Humanismo. Altruismo. Luz. Trabajo con la luz interior. Canalización de luz. Vínculo con la divinidad, interior y exterior.

### **Sendero 19: Guevurá-Jésed**

Equilibrio misericordia/severidad; amor/temor. Mantener el equilibrio mientras estás en el ojo del huracán. Aplicar fuerza con suavidad. Dirigir los sucesos para alcanzar las metas. Cultivar benevolencia.

Alma. Procesamiento íntimo de las experiencias. Autoexpresión, acción, ética del corazón, poder personal, realización. Espontaneidad con control o control espontáneo. Fluir. Dejarse ir. Domesticación del animal (néfesh, libido). Ascenso de Kundalini.

### **Sendero 18: Guevurá-Biná**

Causalidad de la encarnación. Entendimiento del propósito espiritual.

Casa. Hechos de poder. Causar grandes cambios. Extender la propia influencia. Pruebas. Victorias y derrotas. Camino del guerrero. Sometimiento a la voluntad superior y al propio destino.

Invisibilidad. Proyección. Cuerpo de luz. Protección. Defensa. Neutralización de encantamientos. Dispersar energías maléficas.

### **Sendero 17: Tiféret-Biná**

Conexión rúaj-neshamá. Aceptación del propio destino.

Conexión con el Todo. Iluminación

Fe. Madre. Providencia. Noche oscura. Espíritu Santo. Desdoblamiento. Alma espiritual. Yo sutil. Desarrollo de destrezas psíquicas. Contacto Planos Internos. Recepción de mensajes. Canalización. Revelación y transformación. Entendimiento. Conexión con la Shejiná. Ángeles.

### **Sendero 16: Jésed-Jojmá**

Asumir una posición superior. Incrementar el poder creativo.

Conexión religiosa. Arquetipos del inconsciente colectivo.

Bendición. Paraíso. Poderes sagrados. Magia ceremonial. Astrología. Religión. Enseñanza. Palabra creativa. Jerarquía. Sabiduría.

### **Sendero 15: Tiféret-Jojmá**

Conexión neshamá suprema. Sendero del propio destino. Servicio a la esencia divina creativa.

Padre. Nevuá: Profecía. Visión del Yo Superior. Voluntad espiritual. Inspiración. Discernimiento de las raíces. Arquetipos colectivos.

Manifestar el propio potencial ante el mundo, brillando e irradiando verdad y evolución positiva: curación, bendición, dispersión de negatividad.

### **Sendero 14: Biná-Jojmá**

Abre la puerta a los makifim, envolturas transpersonales.

Unión. Incrementar la conexión con el sexo opuesto. Polaridad espiritual. Tantra. Naturaleza, vida natural. Fertilidad en todos los ámbitos, incluso mental. Belleza. Arte. Imaginación. Amor. Creatividad. Solución a todos los problemas. Bitul (anonadamiento).

### **Sendero 13: Tiféret-Kéter**

Superar las últimas ilusiones. Pasar la prueba de Dáat. Silencio.

Devekut. Ascensión. Resurrección.

Contemplación. Unión mística. Sabiduría. Resurrección. Ascenso a los cielos. Conexión con Dios. Iluminación. Trascendencia.

### **Sendero 12: Biná-Kéter**

Conocimiento y expresión del dios interior.

Poderes. Capacidad de curación. Don de la palabra. Manifestar la verdad. Bendecir. Extender el intento (vestirse con la voluntad Divina). Conocimiento de las ciencias. Superación del dolor y del miedo (incluido a lo desconocido). El vacío fértil.

### **Sendero 11: Jojmá-Kéter**

Alcanzar la perfección. Unidad superior. Interconectividad de todo. Realización de la Chispa Divina.

Mente primordial. Rigpa, wu-wei, nirvana, no acción, mente primordial. Espontaneidad de la conciencia. Confianza: Gam zu letová (También esto es para bien). Lanzarse. Poder del ahora. Conversación con Dios cara a cara. Creación.

## **II. LETRAS:**

El alfabeto hebreo se compone de 22 letras consonantes. Las vocales no se escribían en hebreo antiguo, sino que la persona al leer el texto consonántico lo entendía por el contexto. Sólo a partir de los primeros siglos de nuestra era se empezaron a escribir las vocales como puntitos y/o pequeñas marcas alrededor de las letras. Hay 22 consonantes y 22 senderos en el Árbol de la Vida en correspondencia con ellas.

Las letras son los elementos de la creación. En el Génesis está escrito:

“y Dios **dijo** hágase la luz”

¿Qué elementos usó en su decir? Son las letras en su esencia más exaltada: los elementos del lenguaje divino. En ese sentido las letras son arquetipos.

La unión de las letras es lo que hace que las palabras sean creaciones y tengan una influencia espiritual y mágica. Una palabra en hebreo es una combinación de letras, y como éstas son todas significativas, lo que expresa la palabra en sí es una ecuación de la energía. Una palabra es así una configuración energética; moviliza una energía.

Las sefirot son los 10 arquetipos fundamentales de la Mente Divina organizados en la forma del Árbol de la Vida, y las 22 letras son la forma en que estos arquetipos se relacionan entre sí: la articulación de estos conceptos raíz desarrollados en lenguaje creativo, en complejidad, en interacciones mutuas. Cuando hablamos de las letras no nos estamos refiriendo a ellas como simplemente vehículo de comunicación, como

elementos atómicos del lenguaje. Las consideramos a nivel metafísico, como vasijas de la luz infinita, divina. Las letras en ese sentido tienen conexión directa e inmediata. Son como cables, interruptores de la corriente que es la Luz infinita. De ahí su correspondencia con los senderos.

Hay que tener en cuenta que antiguamente la lengua era un arte sagrado, porque en todas las civilizaciones antiguas no era simplemente un vehículo de conexión entre personas; era justamente un arte, una manera de codificar fórmulas energéticas. Era usado como medio para ponerse en contacto con los dioses, con otros planos.

Las letras son significativas por el significado de su nombre, por su valor numérico, por su forma, su sonido, por el principio espiritual que encarnan, por su sendero correspondiente en el Árbol de la Vida, por sus correspondencias astrales, por su relación con otros conjuntos simbólicos como el Tarot, por su correspondencia corporal, etc.

La siguiente tabla expone alguno de estos asuntos enumerados:

Letra hebrea	Transcripción aproximada	Nombre	Significado del nombre	Valor numérico	Principio espiritual	Árbol de la Vida Sendero
א, Alef	muda	אֵלֶף, alef	Buey	1	Luz Infinita, Unidad omniabarcante.	Kéter - Jojmá
ב, Bet	b, v	בַּיִת, bet (vet)	Casa	2	Luz de la Creación, Casa de Dios	Kéter - Biná
ג, Guimel	g, gu	גִּמְלוֹ, guimel	Camello	3	Luz de dar, Movimiento	Kéter - Tiféret
ד, Dalet	d	דַּלֵּת, dalet	Puerta	4	Luz de recibir, Resistencia que manifiesta la Luz.	Jojmá - Biná
ה, He	h ( muda o suavemente aspirada)	הַי/הָא/הֵה, he	Ventana	5	Luz del Ser. Hábito Divino. Alma.	Jojmá - Tiféret
ו, Vav	v (o, u)	וַי/וֹא/וּו, vav	Gancho	6	Luz Directa, Conjunción, conexión.	Jojmá - Jésed
ז, Zayin	z	זַיִן, zain	Arma	7	Luz Reflejada, Potencialidad, Simiente, Revelación.	Biná - Tiféret
ח, Jet	j	חַיִּת, jet	Valla	8	Luz vital, Materia proptoplásmica, Ocultación.	Biná - Guevurá
ט, Tet	t	טֵית, tet	Serpiente	9	Luz del Bien, Crecimiento orgánico, Gestación.	Jésed - Guevurá
י, Yod	y (i)	יּוֹד, yod	Mano	10	Fuente de Luz, Poder activo, Manifestación	Jésed - Tiféret
כ*, ך (final) Kaf, Jaf	k, j (kh)	כַּף, kaf (jaf)	Palma de la mano	20, 500 (final)	Luz del Trono, Recepción, Vasija, Diseño de cada ser.	Jésed - Nétsaj
ל, Lamed	l	לָמֵד, lamed	Agujada para bueyes	30	Luz de la Aspiración, Despliegue, Expansión, Ley de la balanza, Retribución.	Guevurá - Tiféret

מ, ם (final) Mem	m	מם, mem	Agua	40, 600 (final)	Luz de Misericordia, Matriz espacio/tiempo/sustancia Encarnación.	Guevurá - Hod
נ, ן (final) Nun	n	נון, nun	Pez	50, 700 (final)	Luz de Individuación, Caída y Redención.	Tiféret - Nétsaj
ס, Samej	s	סמוך, sámej	Soprote	60	Luz de la Armonía, Poder del Centro, Ciclo.	Tiféret - Yesod
ע, Ayin	muda	עין, ayin	Ojo	70	Luz de la Conciencia, Posibilidad, creatividad, Providencia.	Tiféret - Hod
פ*, ף (final) Pe, Fe	p, f	פא, pe (fe)	Boca	80, 800 (final)	Luz de la Liberación, Manifestación del Espíritu, Palabra, Energía psíquica, Líbido.	Nétsaj - Hod
צ, ץ (final) Tsadi	ts	צדי, tsadi	Anzuelo	90, 900 (final)	Luz de la Realización. Integración, Estructuración, Unificación.	Nétsaj - Yesod
ק, Kof	qu, k	קוף, kof	Nuca	100	Luz de Santificación, Realidad de las Chispas caídas, Inconsciente.	Nétsaj - Maljút
ר, Resh	r	ריש, resh	Cabeza	200	Luz de Discriminación, Libertad de elección, Egoicidad, Voluntad.	Hod - Yesod
ש, Shin, Sin	sh, s	שין, shin (sin)	Diente	300	Luz de la Omnipotencia, del Movimiento, del Cambio, Equilibrio energético.	Hod - Maljút
ת, Tav	t, th	תו, tav	Cruz	400	Luz del Mérito. Rectificación, Tikún, Completitud, Perfección.	Yesod, Maljút

Un estudio profundo de cada letra excede el marco de la presente obra. Baste con estas someras pinceladas como punto de partida.

Pero para poder desentrañar el significado de los textos cabalísticos – empezando por la misma Torá – no basta con el conocimiento individual de cada una de las letras. Hay que pasar al nivel de las palabras y frases, teniendo en cuenta asimismo que el significado de las mismas no es meramente el significado literal conceptual. El hebreo es una lengua sagrada pero oculta, no porque haya algo que esconder, sino porque el significado profundo, místico, es algo incomunicable, a desentrañar por la propia práctica y revelación personal.

Para llegar a él hay una serie de procedimientos clásicos, técnicas de deconstrucción y reconstrucción semánticas con los que es necesario familiarizarse en el proceso de descriptación de la lengua hebrea. Lo cual constituye en sí una práctica de meditación, de conexión con el nivel del espíritu.

Existen muchos métodos de los cuales los principales son:

#### A) Guematria:

Si las letras son números, también lo son las combinaciones de letras, en particular las palabras y sus composiciones. El principio de la guematria es que dos palabras con el mismo valor numérico están ontológicamente relacionadas. Mediante esta relación el campo semántico queda clasificado en grupos correspondientes a los distintos valores numéricos. Descubrir cuál es su vínculo metafísico no siempre es evidente y constituye una técnica no sólo de interpretación, sino de meditación y conexión con el nivel arquetípico.

Algunos ejemplos clásicos:

Ejad, **אָדָא**, Uno, suma 13: (Alef = 1) + (Jet = 8) + (Dalet = 4) = 13.

Ahavá, **אָהָבָא**, Amor, tiene el mismo valor numérico: (Alef = 1) + (He = 5) + (Bet = 2) + (He = 5) = 13.

La esencia de la Unidad es Amor y viceversa: El Amor es lo que lleva a la Unidad. Ambos conceptos son dos rostros de la misma esencia.

El Nombre de Dios por excelencia, el Tetragrama, YHVH, **יְהוָה**, es 26: (He = 5) + (Vav = 6) + (He = 5) + (Yod = 10) = 26, que es 13 + 13, Unidad más Amor. También, cuando dos personas se aman están actualizando el Nombre de Dios y por tanto la Presencia Divina (Él y su Nombre son Uno).

Podemos seguir elaborando numéricamente. Así,  $13 \times 7 = 91$ , número que manifiesta la expresión de la Unidad en el septenario de los mundos de la forma.

Pero 91 es también la unión de dos Nombres de Dios: el Tetragrama, YHVH (=26) y Adonai, **אֲדֹנָי**, mi Señor, cuyo valor numérico es 65: (Alef = 1) + (Dalet = 4) + (Nun = 50) + (Yod = 10).

El primer Nombre representa el conjunto de sefirot de Jésed a Yesod, particularmente Tiféret. Este conjunto es llamado Zer Anpin, el Rostro menor de la Deidad. También HaKadosh Barúj Hu, el Santo Bendito Sea. Es el Rey, el Hijo, los Cielos, Adam.

El segundo es el Nombre de Dios en Maljut: La Hembra de Zer Anpin, la Shejiná, la Reina la Hija, la Tierra, Javá.

El número 91, YHVH unido a ADONAI, que hemos visto que era la Unidad (y el Amor) en el septenario, está canalizando la unión del Santo Bendito Sea y la Shejiná, los aspectos masculino y femenino de la Deidad manifestada, es decir, las bodas místicas, la unión de los Cielos y la Tierra.

#### B) Notaricón (acrósticos):

En este procedimiento semántico consideramos las primeras letras de las palabras de una frase o versículo para condensar en una nueva palabra su energía (a modo de semilla). Igualmente, dado un término podemos desarrollarlo en una frase que exponga alguno de sus significados. Por generalización, también se pueden considerar las letras finales o las que ocupen algún lugar predefinido.

Ejemplos:

La palabra Amén, **אָמֵן**, es notaricón de la expresión Adonai Mélej Neemán, que significa: Mi Señor (es) Rey Fiel. Podemos confiar plenamente en Adonai porque realiza su Palabra, es fidedigno, cumple con su Alianza.

Los procedimientos pueden combinarse entre sí. Vemos que el valor numérico de Amen es 91, del cual hemos hablado en el apartado anterior. Así, Amen es una poderosa fórmula de conjunción, de descenso de la berajá, bendición, al realizar la

unión del cielo y de la tierra. recibimos con ello el Maná el sustento integral, que es una de las permutaciones de la palabra (y de valor, por tanto, igualmente 91).

### C) Temurá:

Consiste en la sustitución de unas letras por otras según determinados códigos y reglas. Se obtienen así nuevas palabras que explican metafísica o místicamente a las anteriores. El principio puede resultar extraño, pero hay que pensar que todo está en todo de modo holográfico. Con estas técnicas nos abrimos a nuevas esferas de significación y transmisión energética.

Hay una infinidad de procedimientos. Los principales a ser usados en la presente obra son:

#### 1. Aiq Beker:

Es llamado también cabalá de las nueve cámaras porque dividimos el alfabeto en nueve conjuntos de igual valor numérico reducido. Así: Alef (1), Yod (10), Qof (100), sería la primera cámara (Aiq); Bet(2), Kaf (20), Resh (200), sería la segunda (Beker). Y así sucesivamente. Dentro de cada cámara las letras son intercambiables.

ג ל ש	ב כ ר	א י ק
ו ס ם	ה נ ך	ד מ ת
ט צ ץ	ח פ ף	ז ע ן

Ejemplo: ¿Qué tienen en común las palabras

300 8 50    נ ח ש, Nájash, Serpiente

30 80 50    ל פ נ, raíz de nefilá, Caída

300 80 50    ש פ נ, Néfesh, Alma (en particular alma vital) ?

#### 2. ALBaM:

Expresa las relaciones de complementaridad. Si se colocan las letras en un círculo, sustituimos cada una de ellas por su opuesta. En forma simple:

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ  
ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת

Cada letra se sustituye por la correspondiente de su columna.

Ejemplo:

Natán, Dar, נתן, se transforma en גכג. Analizada esta última palabra vemos que su valor numérico es 26, el número del Nombre de Dios YHVH, cuya esencia vemos que es Dar.

#### 3. ATBaSh:

Expresa las relaciones de polaridad. Ahora se emparejan las letras situadas frente a frente en la representación en un círculo. En forma lineal:

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ  
ת ש ר ק צ פ ע ס נ מ ל

Como antes, cada letra se sustituye por la correspondiente de su columna.

Ejemplo:

El Tetragrama, יהוה, por atbash se transforma en מצפ"י, que es un gran Nombre de Dios en sí mismo. Su valor numérico es 300 (generalmente no se tiene en cuenta el valor numérico de las letras como finales), el mismo que el de la letra Shin, Fuego, y el de la expresión Rúaj Elohim, רוח אלהים, el Aliento de Dios (que aleteaba sobre la superficie de las aguas, en el Génesis). Es interesante ver que la palabra Conciencia es Matspún. La raíz es MTsP, sustantivada con la terminación –un. También, si consideramos M como masa (en forma genérica, materia), P como energía y Ts como luz en movimiento (ver las correspondencias de las letras), tendríamos una versión de la ecuación  $E = mc^2$ , lo cual corroboraría desde otro punto de vista que el Tetragrama es la metafórmula de la Manifestación.

#### 4. ABGaD

Cada letra se transforma en la siguiente, que es, por así decir, su marco de actuación. La relación es de circularidad, como la serpiente que se mueve la cola. Así:

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת  
ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת א

Según este procedimiento, el Tetragrama deviene en otro Nombre Divino: כוון. Su valor numérico es 39, el mismo que el de la palabra Tal, טל, que significa rocío. Místicamente se trata de un símbolo de la Luz Infinita, la fuente del maná antes aludido.

Otros procedimientos fundamentales, como el **Tseruf o permutación** de letras, se explicarán más adelante.

#### 4. Estructuras sefiróticas:

Para entender la dinámica del Árbol de la Vida, debemos estudiar los diversos agrupamientos sefiróticos, ya que las sefirot no actúan aisladamente, sino siempre en relación unas con otras y con todo el conjunto del Árbol.

Los principales son:

- I. Los tres pilares. La balanza.
- II. Los cuatro (cinco) mundos.
- III. El septenario: septenario sefirótico y septenario relativo a la columna central.
- IV. El rayo relampagueante. El sendero de la creación.
- V. Rostros Divinos o Partzufim.
- VI. El ser humano. Teoría de almas.

## I. Los tres pilares. La balanza.

La Cábala no es un sistema dual. Las sefirot siempre actúan en conjuntos de tres. Por supuesto que hay sefirot que forman pares complementarios polarizados entre sí. Son las que se encuentran en los pilares laterales del Árbol, lo cual forma un circuito de fuerza que genera energía. Pero dos sefirot laterales siempre se equilibran mediante una tercera en el pilar del medio. Siempre hay un tercer término, conformando una relación dialéctica de la cual el punto central sería la síntesis.

Tenemos, pues, los siguientes agrupamientos en tres columnas o pilares:

### **Pilar de la derecha** (situándonos frente al Árbol):

Está formado por Jojmá, Jésed y Nétsaj. Estas tres sefirot son dadoras, ponen en movimiento, son motivadoras, energéticas.

Es llamado Pilar de la Misericordia, de la Fuerza, de la energía del dar. Es el polo positivo. Sus sefirot son activas.

### **Pilar de la izquierda:**

Está formado por Biná, Guevurá y Hod. Estas tres sefirot son receptoras. Limitan y organizan.

Es llamado Pilar de la Severidad (o del rigor), de la Forma (entendida como fuerza que ha sido organizada), de la energía del recibir. Es el polo negativo. Sus sefirot son pasivas.

### **Pilar del medio:**

Consiste en Kéter, Tiféret, Yesod, y Maljút. Sus sefirot son sintetizadoras y equilibradoras. El pilar de la fuerza pone en movimiento; el pilar de la forma organiza; en el pilar del medio las cosas simplemente “son” (tienen existencia, identidad).

Es llamado Pilar del Equilibrio (Fuerza-Forma-Equilibrio), de la suavidad (Misericordia-Severidad-Suavidad), Pilar de la Conciencia (Energía-Organización-Conciencia). Expresa la energía del compartir (Recibir para Dar). Es neutro.

Las dos columnas laterales son funcionales, pero la conciencia asciende o desciende sólo por el pilar del medio – el Pilar de la Conciencia – por todos sus grados y niveles. Los pilares laterales juegan un papel muy importante en cuanto que generan la tensión que permite la elevación del nivel de conciencia.

El principio fundamental es el del equilibrio. El Árbol siempre acaba equilibrándose a sí mismo. El exceso de energía en una sefirá hace que ésta se torne negativa, desequilibrada. Es decir, las características positivas de esa sefirá se van desplazando hacia el lado negativo por exceso de energía. Así, por ejemplo, un exceso de severidad se desequilibra hacia la crueldad, la represión y la opresión, etc. Por el contrario, un exceso de misericordia llama a la autoindulgencia, la debilidad, la excesiva permisividad que hace que la negatividad aflore y se reproduzca, etc. En ambos casos se generan las fuerzas que tienden a volver al equilibrio y eso se ve tanto en los individuos como en las sociedades y los periodos históricos. El ingrediente que falta en este caso es Tiféret, el centro equilibrado, que es capaz de afrontar las cosas y situaciones como son, en su complejidad, y darles una salida creativa.

## II. Los cuatro (cinco) mundos.

En Cabalá, la manifestación de lo Absoluto, más allá de los velos de la Nada, lo Infinito y la Luz sin Fin, se despliega en cuatro Mundos o niveles, cada uno completo en sí mismo, si bien interconectado con los demás, tanto jerárquica como holográficamente. De hecho podemos considerar que son cinco, siendo el primero el llamado Adam Kadmón, aunque no es un mundo propiamente manifestado, estando más bien en la interfase entre lo Inmanifestado y la Manifestación. A efectos prácticos, el Infinito, Adam Kadmón y Kéter pueden tomarse como uno y el mismo.

Los 4 mundos manifestados son:

Atsilut: El mundo de la emanación

Briá: El mundo de la creación.

Yetsirá: El mundo de la formación

Asiá: El mundo de la acción.

**Asiá:** Es el mundo de la acción (significado literal), de la concreción, sustancia y realización final de todo; es el plano de la materia/energía, de los sucesos espacio temporales. En Asiá tenemos cuerpos. Es el plano de lo físico, pero incluyendo también los llamados niveles sutiles (etéricos y del cuerpo vital). Las dimensiones elementales operan en este nivel, tanto en su aspecto simple como en sus mezclas y composiciones (lo que da lugar a los cuerpos). En el aspecto macrocósmico sus sefirot operan a través de las esferas planetarias. Tanto el cuerpo físico, como el doble etérico y el alma néfesh (cuerpo vital) son específicos del mundo de Asiá, si bien a distintos niveles.

**Yetsirá:** Significa formación y es el mundo de las formas, palabras, imágenes y contenidos mentales, tanto de la mente personal como de la Mente Universal y Divina. En nuestro estado encarnado en Asiá es percibido como subjetivo e interno. Pero puede percibirse como objetivo y externo, siendo el dominio de la experiencia visionaria. Y por supuesto será así percibido en nuestro estado post mortem. Lo definimos como astral, emocional y energético. Sus sefirot son los Cielos, en sentido amplio. Sus entidades: ángeles (melajim), espíritus (rujot), los poderes formativos de las esferas. Y, por supuesto, es el dominio del aspecto Rúaj del alma.

**Briá:** Es el mundo de la Creación, donde “algo” surge de la “nada”. Es la esfera del Ser, puro y simple, más allá de toda forma. Es un mundo de cualidades: la Verdad, el Bien, la Belleza, la Grandeza, el ser, etc. Nosotros las percibimos brillando a través de las formas que las manifiestan en los mundos inferiores. A nivel psicológico lo experimentamos como nuestro ser auténtico. En este mundo todo rebosa luz, plenitud, excelencia, beatitud. Es el Trono de Dios, asiento de la Shejiná. Sus sefirot son los llamados Palacios (Hejalot) de la Presencia. Sus entidades: Arcángeles y almas neshamot (la neshamá es el hálito divino, el alma espiritual)

**Atsilút:** Es el mundo de las Emanaciones, el Mundo Divino del que hemos hablado en extensión antes, la esfera de los Arquetipos de la Mente Divina. El modo en que la Deidad decide conformarse a sí misma en orden a manifestarse. Definimos sus sefirot como Profundidades o dimensiones infinitas, en el sentido que le da el Séfer Yetsirá. Su realidad está representada por los Nombres de Dios y los Partsufim o Rostros Divinos. Es el dominio de la Nada plena, incondicionada, la Vida verdadera. Por eso llamamos Jaiá, es decir, Vida, a la parte del alma correspondiente a este mundo.

Y, como hemos dicho antes, por encima de los cuatro mundos manifestados está el Mundo de **Adam Kadmón**, la Luz de En Sof, el infinito, el absoluto, el mundo sin fin, el mundo de los velos de la existencia negativa. Se entiende, como hemos dicho

antes, que no hay diferencia entre el mundo divino, el de la emanación, y el mundo En Sof. Nos referimos a los tres, conjuntamente, cuando hablamos de El Creador.

Los cuatro mundos son la referencia de todos los cuaternarios, como por ejemplo, los cuatro elementos Tierra, Agua, Aire y Fuego (Asiá, Yetsirá, Briá y Atsilut) correspondiendo el mundo de Adam Kadmon, al elemento éter o quintaesencia.

El tema de los mundos, fundamental en este libro como mapa de conciencia, se desarrolla en profundidad en los capítulos 2 y 3.

### **III. El septenario: septenario sefirótico y septenario relativo a la columna central.**

Tras el ternario y el cuaternario el siete es un número que arroja importantísimos resultados. Además constituye una de las claves numéricas principales de la Biblia. La otra clave fundamental es la fórmula 1:4, el uno frente al cuatro, implícita en el apartado anterior sobre los Mundos y que desarrollaremos en el próximo capítulo.

¿Cómo se manifiesta el septenario en el Árbol de la Vida?

1. Las tres sefirot superiores (Kéter, Jojmá y Biná) frente a las siete de debajo del Abismo (de Jésed a Maljút). Estas últimas constituyen los planos o mundos de la forma, porque no hay forma al nivel de los Supremos. Biná es la madre de la forma (a la cabeza del pilar de ese nombre) pero está por encima de ella.

Este es el septenario de los días de la Creación, siendo Jésed el primero (la luz) y Maljút el séptimo (Shabat). Se halla reproducido en los días de la semana. También en las siete semanas de la cuenta del Omer y en los siete periodos de siete años que culminan en el Jubileo.

2. Si consideramos las siete sefirot de Dáat a Yesod obtenemos el hexagrama tiferético (llamado Maguén David o escudo de David): trazando líneas desde Jésed y Guevurá a Yesod, y desde Nétsaj y Hod a Dáat, formamos la estrella de seis puntas o hexagrama.

En realidad abarcamos todo el Árbol, ya que Kéter, Jojmá Y Biná se consideran sintetizados en Dáat y también Maljút integrado en Yesod (Yesod es como el alma de Maljút).

En cada Árbol y en cada mundo este agrupamiento constituye su nivel yetsiráico (ver capítulo siguiente). En Asiá es el hexagrama planetario clásico. En Yetsirá el círculo completo de la psique y también el esquema de los siete cielos. En Briá los siete Palacios de la Presencia Divina. En Atsilut conforma el llamado Rostro Menor de la Deidad.

Se puede trazar también un hexagrama centrado en Dáat, siendo por tanto sus vértices: Kéter, Jojmá, Biná, Jésed, Guevurá y Tiféret. Representa a los siete dones del Espíritu Santo, que desciende a través del Dáat y que en palabras del profeta Isaías son: Espíritu de YHVH, Espíritu de Sabiduría, Espíritu de Entendimiento, Espíritu de Consejo (Jésed), Espíritu de Fuerza, Espíritu de Conocimiento (Dáat) y Espíritu de Temor de YHVH.

3. Si consideramos el Árbol en la dimensión vertical se definen siete ternarios (siete conjuntos de tres sefirot), triángulos internos o simplemente tríadas, cuya comprensión resulta fundamental en el planteamiento de la presente obra.

Los triángulos internos están constituidos por una sefirá del pilar de la fuerza, otra del pilar de la forma, y la tercera del pilar del medio. Tienen, por tanto, estabilidad. Son estructuras que combinan los tres ingredientes: fuerza, forma y equilibrio (ser o conciencia) y consideradas en conjunto nos definen un mapa jerarquizado de distintos niveles de realidad y distintos niveles de conciencia.

Sefirot	Tríada	Nivel de conciencia
1. Kéter – Jojmá – Biná:	<b>DIOS SOLO.</b>	DEIDAD
2. Jojmá – Biná – Daát:	<b>DIOS HOMBRE.</b>	CONCIENCIA CÓSMICA
3. Jojmá – Biná – Tiféret:	<b>DIOS EN HOMBRE.</b>	CONCIENCIA ILUMINADA
4. Jésed – Guevurá – Tiféret:	<b>HOMBRE SOLO.</b>	VIGILIA (plenamente despierto)
5. Tiféret – Nétsaj – Hod:	<b>ANIMAL.</b>	DESPERTAR (duermevela)
6. Nétsaj – Hod – Yesod:	<b>VEGETAL.</b>	SOÑAR
7. Nétsaj – Hod – Maljút:	<b>MINERAL.</b>	DORMIR

A cada tríada le corresponde, además, uno de los centros psicofísicos del cuerpo etérico, de la siguiente manera:

Tríada	Centro
1. DIOS SOLO	Cabeza
2. DIOS HOMBRE	Frente
3. DIOS EN HOMBRE	Garganta
4. HOMBRE SOLO	Corazón
5. ANIMAL	Ombliigo
6. VEGETAL	Sacro
7. MINERAL	Base de la columna

Todo lo cual se usa en el ejercicio del Pilar del medio de la siguiente manera:

La tríada DIOS SOLO es esencialmente Kéter y se sitúa justo encima de la cabeza. Del mismo modo que Kéter permanece “aparte” de la manifestación el centro de la cabeza es exterior al ser humano, como una corona que se lleva, pero que no brota propiamente de la forma del individuo sino que le ha sido puesta desde afuera. Cuando la luz se visualiza en esta esfera es siempre de una purísima brillantez blanca que irradia de una forma inagotable. El Nombre divino a visualizar en el centro y vibrar es **יהי**, pronunciado Eheié.

La tríada DIOS HOMBRE es Jojmá y Biná – Sabiduría y Entendimiento – en conjunción con Daát-Conocimiento, pero es un Daát por encima del Abismo, como dilucidación de los propios arquetipos de la Mente Divina. En el cuerpo, Jojmá y Biná son los hemisferios cerebrales izquierdo y derecho. Daát se sitúa en el centro, en el área de detrás del entrecejo, en la intersección de ambos hemisferios (sendero Jojmá-Biná) más el elemento de conciencia que proporciona el sendero decimotercero de Kéter-Tiféret. La luz de este centro es gris, considerado como un oscurecimiento del blanco más que como un color en sí. Este gris posee irisaciones y brillos especulares de todos los colores. El Nombre Divino asociado es **יה**, pronunciado Yah.

La tríada DIOS EN HOMBRE representa la intersección de lo divino y lo humano. Mejor dicho, la manifestación de Dios en el ser humano simbolizada por la recepción del Espíritu Santo (Rúaj HaKódesh, en hebreo). Esto se realiza en Daát (sefirá totalmente contenida en la tríada) en medio del Abismo que separa el ser de Dios del ser del hombre. Daát (el Daát llamado inferior porque es la síntesis de Jojmá y Biná vueltos hacia la Creación) es también el lugar en el que el Rayo Relampagueante – el camino de la Creación – cruza el Abismo y se difracta en las siete frecuencias de las sefirot

inferiores (los siete días de la Creación). Su centro corporal asociado se sitúa en la garganta, el lugar de la palabra, ya sea ésta palabra inspirada, como en la profecía, ya palabra creativa, como en el Génesis. En consonancia con lo anterior se hace corresponder a este centro el elemento éter. Su Nombre Divino es יהוה אלהים, pronunciado Yehová Elohim. El color asociado es índigo profundo sobre fondo negro.

La tríada HOMBRE SOLO es la de la individualidad y el desarrollo anímico. También es la tríada del equilibrio (izquierda-derecha y arriba-abajo, por su posición central en el Árbol de la Vida). Su centro se ubica en el área del corazón, el asiento fundamental de la conciencia tiferética, pero incluyendo también, como hemos discutido antes, tanto al punto de intersección de los senderos Kéter-Tiféret y Jésed-Guevurá, como al solape entre las tríadas Dios en Hombre y Hombre Solo. Por ello visualizamos el centro del corazón de un diámetro mayor que los demás, como un sol radiante de luz dorada brillando en medio de una luz azul celeste claro. Y cuando sobre él ponemos una cruz – el signo del hombre con los brazos extendidos – nos referimos al punto de intersección antes referido. La correspondencia elemental es aire. El Nombre Divino asociado es יהוה אלוה ודעת, pronunciado IEAOUA ELÓAH VADÁAT<sup>2</sup>.

La tríada ANIMAL es energética tanto a nivel consciente como subconsciente. El centro corporal asociado es el centro del ombligo, representado en el Árbol por la intersección de los senderos Nétsaj-Hod y Tiferet-Yesod. Es el asiento fundamental de la naturaleza emocional. Esta tríada mira a Tiferet desde abajo, como la cúspide del reino animal: el sol como la fuente de luz, calor y vida en la naturaleza. Su color es rojo-anaranjado, se corresponde con el elemento fuego y el Nombre Divino a vibrar es una síntesis de los propios de Nétsaj y Hod: יהוה אלהים צבאות, pronunciado YEAOUA ELOHIM TSEBAOT, que se podría traducir como el Eterno es Dios/a de los Ejércitos.

La tríada VEGETAL es el asiento de la naturaleza instintiva, de la vitalidad, del magnetismo corpóreo, de los procesos autónomos inconscientes, de la sexualidad, del psiquismo. Representada fundamentalmente por Yesod, tiene su centro corporal en el área genital. Su color es el púrpura con tonalidades plateadas y violetas. Le corresponde el elemento agua. Su Nombre Divino es: שדי אל חי, pronunciado Shadai El Jai.

Por último, la tríada mineral es la de los sentidos, la exteriorización de la psique, el cuerpo en general, la energía de la Tierra, con toda su fuerza latente – el significado de “el séptimo día descansó” – llamada Shabat o Shejiná (kundalini, en nomenclatura tántrica hindú). Cuando estamos de pie se ubica en las plantas de los pies. Si estamos sentados (sobre todo en el suelo) se ubica en la base de la columna, en el perineo. Es

---

<sup>2</sup> En realidad, las letras hebreas son consonantes. Antiguamente las vocales no figuraban en el texto y eran aportadas por el lector que, o bien las conocía de antemano o bien, sobre todo en el caso de varias posibilidades, las deducía del contexto. Había, sin embargo varias letras – las llamadas semivocales – que si bien eran consonantes también podían funcionar como vocales (algo parecido a lo que ocurre con la “y griega” en castellano hoy en día). Son precisamente las tres letras Yod, He y Vav, constituyentes del Nombre de Dios de cuatro letras, YHVH. Así, la letra Yod era indicativa de la “i” y de la “e”; la He de la “a”; y la Vav de la “o” y de la “u”. El Nombre de Dios, YHVH, era pues un término puramente vocálico – designando al ser activo del Universo, de la misma forma que las vocales son el alma del lenguaje, sin las cuales las consonantes son letra muerta –. En cuanto a la progresión de las vocales es bien sabido en teoría fonética que la “i” vibra en la cabeza, la “a” en el pecho y la “u” en el vientre, siendo la “e” y la “o” estados intermedios. El Nombre de Dios indica así un descenso seguido de un ascenso, la segunda He, que culmina en el corazón. Se especula que en el Templo de Jerusalem el Nombre era cantado usando canto de armónicos, la forma más potente. Cuando se introdujeron las vocales en el texto bíblico (añadiendo puntos y pequeños signos) se empleó para el Tetragrama la vocalización de Adonai (Nombre de Dios en Maljút), lo que devino en la lectura Yehová o Jehová. Hemos empleado esta pronunciación en el Nombre correspondiente al centro de la garganta por su correspondencia con Biná, la esfera hasta la que se eleva la sefirá Maljút cuando la materia es plenamente transparente a la Luz (el Reino realizado).

nuestro punto de conexión con la Tierra y esa es también su correspondencia elemental. Se visualiza como el círculo cruz en los colores amarillo limón, verde oliva, rojo bermejo y negro. O bien como una esfera de luz ocre amarillenta. Su Nombre Divino asociado es אֲדֹנָי הָאֲרֵצִים, Adonai HaÁrets.

Para la pronunciación de un Nombre usamos un tipo de voz intencionada, cargada de poder y canalizadora de una voluntad específica, lo que no quiere decir que tenga que ser fuerte en cuanto al volumen. El efecto es incomparablemente mayor si en vez de decir la palabra ésta se vibra.<sup>3</sup>

#### **IV. El Rayo relampagueante. El sendero de la Creación.**

La cabalá es un sistema de causalidad descendente. Tiene estructurada una jerarquía del ser desde el Infinito (En Sof) hasta el mundo de la multiplicidad de seres que interaccionan en el plano espacio temporal de los sucesos. Y lo que sucede en este plano es reflejo de acontecimientos y realidades en los niveles superiores, que son los verdaderamente causales respecto de lo físico.

El sendero de la Creación es la línea causal que une el Absoluto desde el plano del Ayin (la Nada) con el plano físico de Maljút a través de todas las sefirot del Árbol de la Vida. Como esta línea opera en zigzag, partiendo de Kéter, pasando alternativamente del pilar de la fuerza al de la forma y viceversa, y atravesando las sefirot del pilar central cuando la situación lo requiera, recibe el nombre de rayo relampagueante y a veces de Espada del Kerub (que giraba a uno y otro lado y guardaba el camino del Árbol de la Vida).

Pero no se piense que la Creación es algo que tuvo lugar en cierta ocasión en el tiempo. La creación es un acto continuo que sucedió, sucede y sucederá. Y en cada instante se está recorriendo la distancia entre la nada y el ser en todas sus manifestaciones, incluyendo la representación multidiversa del plano físico.

El orden del rayo es: Inmanifestado, Ayin (Nada), En Sof (Infinito), Or En Sof (Luz Infinita), Voluntad Divina (Kéter); Pensamiento Divino, Conciencia-Energía (Jojmá); Concepción y gestación en la Mente Divina del pensamiento semilla de Jojmá (Biná); Proyección a la existencia (Dáat), Idea arquetípica (energética) en Jésed, definición y delimitación en Guevurá, el ser de cada cosa en su esencia ideal en Tiféret, autoexpresión en Nétsaj (cada arquetipo y esencia busca expresar su propio ser), forma delineada en Hod (se viste de cualidades y características), imagen en Yesod (existencia en el plano astral, muy fluida pero definida), realización en Maljút (manifestación en el plano de la materia y de los fenómenos espacio-temporales).

Desde un punto de vista personal, los niveles supremos, en todo cambio, en todo proceso, suelen ser inconscientes. Para poder actuar con conciencia en ellos, tenemos que ser capaces de trascender el nivel egoico y ver todo el asunto desde una

---

<sup>3</sup> La pronunciación de Nombres Divinos es un asunto muy serio. El practicante debe tener en cuenta el tercer mandamiento: “No tomarás el Nombre de YHVH Elohéja en vano”, y valorar la pureza de su motivación e intenciones. Los que profesan la religión judía tienen absolutamente prohibido por halajá la pronunciación de cualquier Nombre, salvo en el contexto de la oración o tefilá; y el Tetragrámaton en todos los casos, por lo que es sistemáticamente sustituido por el Nombre Adonai (Nombre de Dios en Maljut). Por otra parte, para los que siguen la religión del amor (en cualquier culto) se cumple lo que dice el Cantar de los Cantares: “Tu Nombre es como unguento derramado”. Cada cual debe tomar su propia decisión, pero hay que tener en cuenta lo siguiente: Hay 3 niveles de pronunciación: en voz alta, interna y pronunciación en silencio interior que es puramente escucha y que se alcanza como último plano. Corresponden respectivamente a los mundos de Asiá, Yetsirá y Briá. El ejercicio del Pilar del Medio puede hacerse en cualquiera de los tres.

perspectiva cósmica, con los ojos del espíritu. Empezamos a captar la trama en Jésed que para nosotros es la fase de determinación: qué queremos; es el impulso. En Guevurá decidimos qué no queremos o cuáles son los límites de la cuestión. Es la fase de discriminación. En Tiféret tenemos la idea clara que ya existe como tal en el plano abstracto. Es la fase de concepción. En Nétsaj energizamos, ponemos deseo y emoción. Es la fase de motivación. Damos forma concreta – pensamos los detalles – en Hod: fase de planificación. En Yesod tenemos la imagen acabada – está rodada, por así decir, la película del proceso – que existe como forma astral, con su propio momento. Es la fase de culminación (de todas las fases anteriores). En realidad, si el proceso está bien construido no tenemos más que hacer. La fase de Maljut, la realización, se alcanza por sí misma. Es el Shabat, el descanso.

Queda así esbozada una fórmula general del proceso creativo; una fórmula que liga en un rayo de luz única la esencia más alta, lo inmanifestado, con la fase más desarrollada del proceso terminado.

Es una fórmula que se aplica tanto al surgimiento de un cosmos como a la realización de un proyecto concreto, de una obra artística, o al diseño y manufactura de un objeto físico cualquiera. Es también el fundamento del hecho “mágico”, porque el proceso es reversible y aquél que sabe cómo unir la voluntad individual a la Voluntad Suprema se hace co-creador, “capaz de transmitir el influjo que corona a los Deseos y esencias Ocultas<sup>4</sup> con el modo de la Sabiduría, el espíritu del Entendimiento y el poder del Conocimiento”<sup>5</sup>.

Las citas siguientes ilustran este punto:

“Nada puede cambiar de una cosa a otra [sin primero perder su identidad original]... Por tanto, antes de que algo pueda transformarse debe acceder al nivel de la Nada. Así es como sucede el milagro que cambia las leyes de la naturaleza. Primero hay que elevar la cosa a la Emanación de la Nada. Entonces viene una influencia de esa emanación para producir el milagro”.<sup>6</sup>

“Cuando alguien contempla un objeto, lo eleva a su pensamiento. Si entonces su pensamiento se adhiere al Pensamiento supremo, lo puede elevar a ese Pensamiento. De ahí puede ser elevado al nivel de la Nada, en donde el objeto mismo se convierte en nada absoluta. La persona lo puede entonces bajar de nuevo al nivel del Pensamiento, que es algo. Al final de todos los niveles, lo puede transformar en oro”.

## V. Rostros Divinos o Partzufim.

La palabra Cábala – Cabalá en pronunciación hebrea – deriva del verbo Leqabel, que significa recibir. Cábala es recepción, lo cual se ha interpretado como una transmisión oral de conocimientos secretos de maestro a discípulo, y eso ha podido ser así en el pasado. Hoy en día los libros están abiertos para todo aquel que quiera leerlos. Lo cual nos lleva al significado profundo del término que no es otro que la recepción de la Luz del Creador. La verdadera recepción es un proceso interior, de conexión espiritual consciente; conexión con la Fuente Divina, con la raíz de la propia alma, con las energías metafísicas y cósmicas que conforman el mundo y rigen los distintos aspectos de la vida. El proceso ha recibido diversos nombres: Iluminación, Rúaj HaKódesh (Espíritu Santo), Devekut (unión con Dios), etc. La cábala es, pues, un

---

<sup>4</sup> O sea, Kéter en unidad con lo Absoluto Inmanifestado.

<sup>5</sup> Shaar HaKavanah LeMekubalim HaRishonim (La Puerta de la Kavanah de los antiguos cabalistas). Probablemente de Rabí Azriel de Gerona. Citado de Meditación y Cábala. Kaplan. pag 135.

<sup>6</sup> Imrey Tzadikim p.19c. Meditación y Cábala. Pag. 323-324.

conocimiento revelado que enseña el camino para la conexión del hombre con lo Absoluto.

Éste es el objetivo principal de la Cábala: establecer una relación personal, directa, con el Fundamento Divino de la Realidad, sean cuales sean las formas en que éste se manifieste según las distintas creencias personales. Y al establecer esa conexión, el ser humano encuentra su máximo grado de realización, su razón de ser. Ha desentrañado, por así decir, el misterio de su vida, el cual se halla intrínsecamente ligado al misterio del universo, de la Creación, y al conocimiento de la Deidad manifestada.

En la medida que sea posible, tratemos ahora de dilucidar algo de lo que constituye el principio, el núcleo esencial y el final de todo, que es el propio ser de Dios, porque todo deriva de ello: el modelo de Creación, la antropología y psicología cabalísticas, la búsqueda mística.

El concepto de Dios que tiene la Cabalá es bastante radical. Lo primero es volver a recalcar la unidad esencial, que no consiste sólo en una declaración total de monoteísmo, sino de monismo. Él es uno y su Nombre es uno, como dice el profeta (Zac. 14:9), y también se dice en Isaías (45:5): No hay otro. Es decir, todo el ser se encuentra contenido en Dios, es parte de Dios, es manifestación de Dios. Lo cual no es tampoco panteísmo, en el sentido de decir: Dios es el conjunto de todas las cosas. Es más bien un panenteísmo: Dios las contiene, pero es mucho más que todas las cosas. Como reza el aforismo: Dios es el sitio del mundo, pero el mundo no es su sitio.

Lo segundo es considerar diversos niveles de manifestación de lo Divino. Con ello empezamos a desarrollar una teosofía:

La esencia absoluta no está manifestada, sino oculta tras el velo de la Nada, porque nada de lo que podamos decir de ella es. Designamos esa Nada mediante la palabra hebrea Ain y decimos metafóricamente que es un velo que nos oculta el rostro de lo absoluto, la Deidad inmanifestada. Debemos considerar esta Nada en términos paradójicos, como una plenitud absoluta. Es decir, es nada respecto de la Creación, respecto de nosotros, aunque la verdadera relación es justo la opuesta. Nosotros somos nada respecto de ella.

Podemos tomar prestada de la física la imagen del vacío cuántico que es concebido como el máximo de energía posible. Diremos que el modo de “ser”, entre comillas, del Ain es el Infinito, Ain (En) Sof, la ausencia total de límites. Y este es el modo más corriente de designar a Dios en Cábala: como En Sof, el o lo Infinito.

Como negación y trascendencia de lo finito, el Infinito, En Sof, contiene, por así decir, cualquier cualidad en modo superlativo, en perfección absoluta. No podemos decir que sea un estado ni personal, ni impersonal, porque ambas pertenecen al dominio de lo manifestado. Se halla en un estado de superabundancia que es por naturaleza desbordante, dadora en esencia. Y su extensión, emanación o afirmación, por así decir, es lo que constituye la Luz Infinita: Or En Sof – Ain Sof Or, vemos un despliegue sucesivo codificado en el propio lenguaje –. Y esta Luz contiene en sí misma, en estado de potencialidad absoluta, todos los mundos manifestados, todos los mundos que alguna vez han sido, son o serán.

La primera emanación o configuración de esa Luz Infinita es, por así decir, una imagen de sí mismo por parte del absoluto, un auto concepto o autopercepción o conciencia de sí que llamamos el Nombre de Dios – Adam Kadmón según otras denominaciones – y esa autoimagen refleja de la forma más perfecta posible la esencia Divina. En su despliegue constituye el primer mundo manifestado, el mundo Divino, la manifestación de Dios, lo que la Creación, nosotros incluidos, puede percibir de su realidad Infinita.

El mundo Divino, llamado mundo de Atsilut o de las Emanaciones, contiene los arquetipos esenciales de la Mente Divina, que son las diez sefirot del Árbol de la Vida, así como las 22 vasijas metafísicas de canalización, circulación e interrelación mutua de esos arquetipos o sefirot que llamamos letras, las letras del Pensamiento Divino.

Y todo ese mundo está estructurado en el Árbol de la Vida. Recibe el nombre de mundo de las emanaciones porque no es discontinuo con En Sof y lo Inmanifestado. Desde nuestro punto de vista es absolutamente luminoso y perfecto, conteniendo en sí todas las cualidades a las que nosotros podemos dar el apelativo de Divinas. El conjunto de lo Absoluto, En Sof y el mundo de Atsilut es lo que genéricamente designamos con el nombre del Creador.

El concepto de Dios es complejo. El principio enunciado de que existen diversos grados de manifestación de lo Divino no se refiere sólo a la dualidad Inmanifestado/Manifestación, sino que dentro del mundo Divino, de Atsilut, representado por el Árbol de la Vida, se dan también distintas estructuraciones (organizaciones de sefirot) que llamamos Rostros de Dios, Partsufim en hebreo. No contradicen el monoteísmo absoluto, sino que se refieren a las distintas formas que tenemos los seres creados de interactuar con el Creador. Porque los seres humanos podemos interactuar con las energías divinas del mundo de Atsilut, y es importante saber a qué nivel nos estamos refiriendo, sobre todo para comprender la relación de este esquema con las formas corrientes de religiosidad.

Así, hablamos del Gran Rostro de Dios, llamado Atika Yomin, Anciano de los Días, o Arij Anpin, el Gran Rostro, representación directa del Adam Kadmon y que son como la interfase entre lo Infinito inmanifestado y la Manifestación (Atika Yomin es el Rostro que mira más hacia lo Inmanifestado y Arij Anpin hacia la Manifestación). En conjunto (son uno y lo mismo) es Dios en su unidad absoluta, como pura voluntad de manifestación, el punto infinito del que todo dimana, el Yo soy quien Yo soy, el concepto más abstracto, filosófico y omniabarcante que podamos concebir de la Deidad.

Están Abba e Imma, Padre y Madre, las polaridades activa y pasiva de la Mente Divina (como el gran Yang y el gran Yin del Universo, por utilizar otro lenguaje).

Hablamos de Zer Anpin, el Pequeño Rostro, llamado el Hijo, el Rey, el Santo Bendito Sea, Adam, etc., y que se acerca al concepto ordinario que se tiene de Dios.

Y, por último, hablamos de Nukvá, la Hembra, la Hija, la Reina, la Shejiná o Presencia inmanente de la Deidad en todas las manifestaciones del ser, Javá (Eva), la Madre de todo viviente. La cabalá incorpora plenamente lo femenino en el esquema cósmico como un rostro divino específico.

Estos Rostros, considerados sefiróticamente, son organizaciones de conciencia energía que agrupan diversas manifestaciones sefiróticas. Son también el arquetipo de los mundos: El Anciano de los Días es Kéter y la conexión con el Infinito; Abba, el Padre, es la Sabiduría y el arquetipo del mundo de Atsilut; Imma, la Madre, es el Entendimiento y el arquetipo del mundo de la Creación; el Pequeño Rostro lo es del mundo de la Formación; agrupa el conjunto de esferas de Jésed, Misericordia, hasta Yesod, el Fundamento, la novena esfera. Por último, la Shejiná es plenamente Maljut y el arquetipo del mundo de la acción.

Si bien todos los Rostros aparecen en la Biblia, con mucho es Zer Anpin, el Rostro menor, el predominante. Él es el Dios bíblico por excelencia, manifestando las cualidades de Misericordia y Severidad, como corresponde a su representación sefirótica. Si bien el Tetragrámaton, el Nombre de Dios de cuatro letras, Yod He Vav He, representa a todo el Árbol de la Vida, específicamente es una manifestación de este Rostro Divino, centrado en la esfera de Tiféret, la Belleza, lo que antes definimos como el principio de identidad.

Hablamos de Dios porque esa es la esencia de la mística. De hecho, existen tres tipos de misticismo: de Dios, del Yo y de la Naturaleza. En el Árbol de la Vida se integran los tres: De Dios: En Od milevadó, como decíamos antes. No hay nada a su lado. Todo es Dios. Es una manifestación del Gran Rostro y, si se quiere, de Abba e Imma, Padre y Madre. De la naturaleza: meló jol haárets kevodó. Toda la Tierra está llena de su Gloria. Y el Nombre de Dios Elohim numéricamente equivale a HaTeva, la naturaleza. Es una manifestación del principio Shejiná, Presencia Divina. Del yo: Es una manifestación del Zer Anpin, del Rostro menor, aunque es más sutil y difícil de ver: Empieza con la creación del ser humano “a imagen y semejanza” en el versículo 26 del Génesis (26 es el valor numérico del Nombre de Dios YHVH). El primer capítulo es un despliegue del mundo de Briá. A imagen y semejanza del Adam Divino de Atsilut. Continúa con la pregunta que Dios le hace al ser humano en el Eden (mundo de Yetsirá): Ayeka, ¿dónde estás? Un poco de hermenéutica cabalística: Ayeka (אֵיכָה) como pregunta se transforma en אֲנִי, Yo soy, como respuesta, primera palabra de la revelación del Sinaí (mismas letras, transformando la He en Nun, del 5 al 50, operación permitida en Cábala). Y han transcurrido exactamente 26 generaciones de Adam a Moisés. Y también en el versículo 26 de Ezequiel 1 aparece la visión de la Deidad como la semejanza (Briá) de la apariencia (Yetsirá) de un Adam sentado en el Trono. Por último, recordar que ADAM numéricamente es 45, lo mismo que Yod He Vav He extendido en Yetsirá. Lo que quiere decir todo esto es que penetrando profundamente en la identidad personal llegamos al arquetipo, que no es otro que el Tetragramaton en el hondón, en el centro de la psique.

Para entender mejor el tema, enunciaremos así los siguientes principios cabalísticos fundamentales:

Los Rostros Divinos son una manifestación de la propia vida interna divina. Los acontecimientos descritos en la Biblia son reflejo de procesos en el seno de la Deidad. Digamos que configurándose a Sí Mismo, Dios da forma a todo lo que existe.

En este sentido, la relación entre los Rostros del Santo Bendito Sea y la Shejiná – los aspectos activo y pasivo de la Providencia Divina o, dicho de otro modo, del gobierno del mundo por Dios – es de esponsales, de cópula, de amor. Aparecen descritos en el Cantar de los Cantares de Salomón bajo la apariencia de las relaciones amorosas del rey.

Decimos que en esta época de ocultación, la Shejiná, la Presencia inmanente, el aspecto femenino de la Divinidad, se encuentra en exilio entre y con las criaturas. La santa unión entre ambos cónyuges se muestra en el mundo como una época de luz y manifestación de Dios. Es decir, que también la historia interna de la humanidad refleja los procesos que tienen lugar en el mundo Divino.

Todas estas relaciones están representadas en el Nombre de Dios, YHVH, que es una ecuación o, mejor dicho, la metafórmula de la manifestación. Cada letra representa un mundo, un Rostro, una configuración de sefirot, estando Kéter con sus correspondencias implicado en el ápice superior de la Yod, la primera letra. (Ver Cap. IV: Tetragrámmaton)

El Árbol de la Vida es un continuo. Todos los mundos están interconectados y dependen entre sí. La relación es directa, de modo que las acciones humanas tienen repercusiones en todos los planos, incluyendo el mundo Divino. Digamos que promueven o entorpecen esas bodas cósmicas de las que hablábamos antes: La unión del Santo y la Shejiná (dicho de otro modo, la conexión del Maljut, el Reino, con el resto del Árbol de la Vida). Los cabalistas se entregan plenamente, con conciencia, a esta práctica de unión.

## VI. El ser humano. Teoría de almas.

El ser humano es el único de toda la Creación que tiene manifestación potencial en todos los mundos.

Él es un rayo de luz, de esa Luz Infinita emanación directa de lo Inmanifestado, que según va, por así decir, atravesando los planos, se dota de vestiduras, de cuerpos, de vasijas para contener esa luz, como una piedra que atravesando la superficie del agua genera ondas circulares a su alrededor.

Llamamos a estas vestiduras almas o, mejor dicho, partes del alma. Así, hablamos de una Yejidáh o Chispa Divina, como parte del Adam Kadmón o Humano Arquetípico, que es, a su vez, la vestidura de manifestación del Infinito. Hablamos de una Jaiáh o Viviente, la parte atsilútica del alma, la raíz del alma individual, participando de la verdadera Vida Divina. La Neshamá es el alma espiritual, habitante del mundo de Briá, el mundo del ser, de las cualidades puras. El Rúaj es el alma racional, el asiento del yo, cuyo dominio propio es Yetsirá, el mundo de la formación. Por último hablamos del néfesh, el alma vital, del mundo de Asiáh, de la cual el cuerpo o Guf es su circunferencia exterior.

Néfesh y Rúaj son personales. El Rúaj, que literalmente significa viento o espíritu, es el asiento de la conciencia individual, la sede de las facultades mentales y de las cualidades éticas. El Rúaj es el dominio de lo humano por excelencia.

La neshamá, el alma espiritual, de Briá y de Biná, es personal y transpersonal a un tiempo. Cuando se halla plenamente operativa, el individuo se considera como la gota y el océano a un tiempo, con una conciencia cósmica abarcando de un extremo a otro de la Creación, que es el mar de la existencia. Digamos que la neshamá es mucho más de lo que abarca una encarnación. Las encarnaciones, por así decir, son chispas de luz proyectadas por la neshamá, que mora en su propio plano. En la neshamá moramos en lo eterno, en lo arquetípico.

Jaiáh y Yejidáh son transpersonales. El estado de conciencia correspondiente no es fácilmente describible (visión de Dios cara a cara, unión con Dios, etc.). Debe más bien ser experimentado.

Ahora bien, todo es un continuo y todo está conectado, interrelacionado. Estamos ya en todos los mundos, aunque no tengamos conciencia de ello. Hablamos de almas, o de partes del alma. Esas son diferencias conceptuales, para entendernos. En realidad el alma es una y se halla plenamente presente en todas sus manifestaciones. Es la conciencia la que tiene diferentes velos, diferentes apantallamientos, con la consiguiente merma del poder anímico.

Repetimos: Originalmente el alma mora en la plenitud del pleroma divino, en la Luz. Está llena de luz. El plan Divino, el Pensamiento de la Creación, es dar el máximo bien posible a todas las criaturas, hasta el máximo de su capacidad de recibirlo. En particular, ¿qué bien hay mayor que el propio Dios, y qué vasija hay más adecuada para recibirlo que el ser del hombre, hecho a su propia imagen y semejanza? Así es como es creado el ser humano, pero en un estado potencial que es necesario actualizar con conciencia.

Porque aquí hay una contradicción en los términos. Estamos llenos de luz, pero si sólo recibimos nos encontramos en una fase opuesta a la característica esencial de la Luz que es su carácter dador. Si queremos ser divinos, en fase con el Creador, en armonía con la Luz, tenemos que ser dadores.

Como vimos antes, esta situación se llama en cábala “comer el pan de la vergüenza”. Es el sentimiento de vergüenza que experimentamos cuando somos

totalmente abrumados por los dones que recibimos sin poder corresponder en nada. Porque, ¿qué le podríamos dar a Dios en su absoluta plenitud? Lo único que podemos dar a Dios es ganar el pan con el sudor de la frente, retornar a la luz mediante el mérito, como un hijo pródigo que vuelve llenando a su padre de gozo. O como un padre de nuevo que se regocija en los éxitos de sus hijos aunque, de hecho, estos no añadan como tal a su persona.

Toda esta metáfora nos ayuda a comprender el proceso por el cual el alma decide vaciarse de su luz, descendiendo a este mundo de ocultación, para volver a ganar la luz con el esfuerzo y el mérito, eliminando el sentimiento del pan de la vergüenza. Y al volver no se encuentra en el mismo punto, porque lo que antes era potencial se halla ahora completamente actualizado, con los poderes que podríamos llamar divinos a su disposición.

Y también nos ayuda a entender cómo la presencia del mal en el mundo puede formar parte del plan Divino. Porque el ser humano, si quiere ser divino tiene que ser libre, ya que Dios es completamente libre. Por supuesto que el Sumo Hacedor podría habernos creado como autómatas, como robots felices. Seríamos respecto a Dios lo mismo que un electrodoméstico sofisticado respecto de nosotros.

## 5. TORÁ

En apartados anteriores hemos hecho referencia varias veces al simbolismo bíblico. Para el cabalista la plasmación más perfecta del Pensamiento Divino es justamente la Torá – la Biblia en sentido amplio, el Pentateuco en sentido estricto – que es un libro de Revelación y además un manual para alcanzar la Vida Eterna.

La Torá, por su extensión y alcance, es uno de los libros esenciales de la humanidad. En ella, de forma genial, están inextricablemente unidos la historia, la alegoría, el mito, la ética, los preceptos legales, la religiosidad, el misticismo, la profecía, etc.

A nosotros nos interesa la lectura cabalística de la Torá. Independientemente de las cuestiones de autoría, de la historicidad de los hechos narrados, etc., lo cual pertenece al dominio académico, consideramos la Torá como un libro de nevuá, es decir, de profecía, de espiritualidad, de iluminación. El mundo que retrata es el mundo arquetípico, de lo eterno, que, por supuesto, se asoma por las rendijas del tiempo en hechos contingentes sometidos a la entropía de la historia. En cabalá, lo que pretendemos con la Torá es ni más ni menos que leer la propia Mente Divina.

La Tradición admite, en correspondencia con los cuatro mundos) cuatro niveles de interpretación de la Torá: el significado literal (Pshat), el alegórico (Rémez), el metafísico (Derash) y el místico o secreto (Sod). Es éste último el nivel que queremos desentrañar.

Dice el Zohar: “¡Ay del hombre que dice que la Torá presenta meros relatos y palabras corrientes, porque, si este fuera el caso, nosotros mismos en la actualidad podríamos componer una torá y hacerlo aún mejor!”, se lamenta el Zohar por boca de Rabí Shimón Bar Yojai<sup>7</sup>. Y continúa explicando Bar Yojai, uno de los más grandes místicos de la humanidad, que la Torá tiene un cuerpo, que son los preceptos, el cual aparece cubierto con los ropajes de las narraciones de este mundo. Es de necios mirar sólo a los vestidos, porque su valor reside en el cuerpo, y el de éste a su vez en el alma: “Los que saben algo más miran al cuerpo debajo de la ropa. Pero los sabios, los

---

<sup>7</sup> Zohar III, 152 a.

(auténticos) servidores del Rey Supremo, los que estuvieron en el monte Sinaí (en cualquier tiempo y lugar) miran sólo al alma, que es el fundamento de todo, la verdadera Torá. (Pero todavía hay un más allá) Y en la vida futura (entendida como un estado atemporal del ser o como un nivel de conciencia superior) están destinados a contemplar el alma del alma de la Torá<sup>8</sup>.

Debemos suponer que toda la Torá está escrita en código y que de cada elemento, letra, puntuación, versículo, se derivan innumerables secretos místicos. O quizá podríamos decir más exactamente que cada elemento despiden innumerables chispas de luz, luz que es conciencia, luz que es energía, energía espiritual, es decir, Kedushá, santidad.

Por ejemplo, interpretemos el primer versículo del Génesis: “Bereshit Bará Elohim Et HaShamaim VeEt HaAretz”, traducido generalmente como: En-principio creó Dios (-) los-cielos y (-) la-tierra. Los cabalistas interpretan este primer versículo del Génesis de la siguiente manera: Elohim, el Nombre Divino utilizado, no es sino un aspecto de la Deidad manifestada, particularmente referido a Biná, el Entendimiento o Inteligencia Divina, que es la tercera Sefirá.

En la frase en cuestión no está como sujeto, sino como objeto directo, siendo, pues, el resultado de la primera acción “creativa”. Por otra parte, la preposición “B-” en hebreo, puede traducirse como “con”, y no sólo como “en”. Reshit, principio, es otro nombre de la segunda Sefirá, la Sabiduría. Y el verdadero sujeto de la frase, que sería la primera Sefirá, La Voluntad Divina o Corona, prácticamente identificada con el Infinito o Absoluto de la Deidad, aparece tan sólo implícita, místicamente aludida en el versículo. El resultado final sería el siguiente: “Por medio de la Sabiduría, el Misterioso Incognoscible (bendito sea su Nombre) creó a Elohim...”

A continuación analizamos la segunda parte del versículo: Et HaShamaim VeEt HaÁrets. La partícula Et, Alef Tav, que aparece dos veces, no se traduce, siendo un indicativo de objeto directo. Pero en la interpretación cabalística se sustancializa, indicando un algo que también es creado.

Hay que tener en cuenta que, como se ha explicado en el apartado sobre las letras, en hebreo las veintidós letras son consonantes. Las vocales, en forma de puntos y pequeñas marcas, se añadieron siglos después. Además, originalmente la Torá estaba escrita sin separación de palabras. Podemos imaginar una sucesión de trescientas ochenta y pico mil letras sin solución de continuidad. Podemos comprender entonces por qué se dice que toda la Torá es un único Nombre de Dios.

Lo que queremos hacer notar aquí es que la separación en palabras y la vocalización precisa son ya una interpretación.

Volviendo a la segunda parte del versículo, podemos considerar Et, Alef Tav, como un átomo semilla conteniendo en sí mismo a todo el alfabeto. Alef es la primera letra y Tav es la última. Alef Tav es como decir Alfa y Omega.

Tenemos, pues, Et HaShamaim como las letras del cielo, y Et HaÁrets como las letras de la Tierra. El versículo se leería entonces: El Misterioso incognoscible por medio de la Sabiduría creó a Elohim, las letras de los Cielos y las letras de la Tierra.

Y he aquí un secreto cabalístico: Manipulando las letras de la Tierra ponemos en funcionamiento las letras del cielo. Las letras no son solamente alef, bet, etc. Eso es una representación de las mismas. Mercurio, Venus, las constelaciones son manifestación de letras celestes. Igual que los distintos órganos del cuerpo vital son manifestación de letras terrestres.

---

<sup>8</sup> Ibid. Todas las frases entre paréntesis son del autor.

Las letras, antes que grafos escritos, son entidades metafísicas. Son vasijas que contienen y canalizan la Luz Divina. Son, como propone el Séfer Yetsirá y la tradición cabalística, los elementos, los ladrillos de la Creación.

¿Cómo crea Dios? Mediante la Palabra. Vayómer Elohim Yehí Or Vaihí Or. Y dijo Dios sea luz y fue luz, en traducción literal. O hágase la luz como se lee normalmente. Y los elementos de la palabra son, a su vez, las letras.

El proceso, ya comentado, es: La Luz Infinita deviene en Pensamiento y éste deviene en palabra que a su vez deviene en cosa. Porque la esencia de la cosa es la palabra. Y en hebreo, Dabar significa tanto palabra como cosa. Y también tenemos que otro término para designar palabra, que es milá, significa también circuncisión. Vemos cómo, de alguna manera, la energía de la palabra se equipara a la energía de la generación. La palabra de la lengua y la palabra de la carne. Nuevamente la palabra creativa.

Lo cual no es tan extraño como podría parecer. ¿Qué se transmite en la generación? El código genético, que en esencia es información de cómo construir un nuevo ser vivo. El código genético es un conjunto de palabras materiales construidas a base de la combinación de ácidos nucleicos, que son letras de la Tierra.

Y en el plano de lo espiritual, determinadas combinaciones de letras en palabras y nombres, sobre todo Nombres de Dios, nos define el ADN de lo espiritual, del alma, de la Creación.

Y a esto está llegando por otros caminos la ciencia moderna. Porque, según ésta, ¿Cuál es la esencia de la realidad? Según el paradigma materialista debemos buscar respuesta en la teoría atómica y en las partículas elementales.

¿Qué es una partícula? En esencia no lo sabemos. Es algo que representamos matemáticamente mediante una función de onda que contiene toda la información que nos es asequible. Así, por ejemplo, la función de onda nos da la probabilidad de que la partícula se encuentre en cierto lugar.

Es decir, una partícula es en esencia una información. La esencia de la realidad es lo que en cábala se llama Dáat, Conocimiento. El Universo es una gran forma mental a nivel divino, sostenida por la Mente de Dios. Vemos entonces por qué las sefirot superiores, que contienen, por así decir, la energía de la Creación, son, en el Árbol de la Vida, Jojmá y Biná: Sabiduría y Entendimiento, términos ambos mentales.

En la Torá, el esfuerzo de desarrollo está también representado por la construcción del Templo Interior, tal como por ejemplo aparece narrado en el Éxodo, Shemot, en hebreo.

El Éxodo narra una historia de liberación, en su forma de un pueblo, pero esencialmente una liberación personal. Y así, se dice en la Agadá de Pésaj, en la celebración de la Pascua judía, que cada cual debe considerarse como si fuera liberado de Egipto, viviendo esos acontecimientos en primera persona.

Notamos que el Génesis, que empieza con la letra B de Bereshit, que es el número dos, nos presenta la Creación como un despliegue de dualidades (y veremos cómo el Éxodo culmina en el Sinaí, revelación Divina que comienza con la letra Alef de Anojí, Yo Soy, señalando el retorno a la unidad). El Génesis termina con el descenso a Egipto, Mitsraim en hebreo, que es el mundo de la materialidad, de la fragmentación, de la limitación, como la palabra Metsarim – mismas letras – que significa límites, fronteras. Egipto es esclavitud para el alma espiritual.

Empieza entonces la historia de liberación. Que nadie piense en salir de Egipto sin una dosis de sufrimiento, genéricamente representada por las plagas, incluyendo la muerte del primogénito, que significa el ego. También el Faraón es también un símbolo

del ego, pero más bien de las fuerzas oscuras que se sirven del ego, o mejor dicho del deseo de recibir sólo para mí mismo. Estas fuerzas están interesadas en perpetuar nuestra esclavitud, porque ellas viven a costa de nuestra luz.

La liberación tiene un punto de inflexión, de no retorno, con el paso del Mar Rojo, que en hebreo se llama Yam Suf, mar de los juncos, pero que podemos leer como Yam Sof, mar de los límites, el mar de la finitud. En él son ahogadas las fuerzas negativas, lo que quiere decir que retornan a la matriz primaria para su reciclaje.

El Árbol de la Vida es también un símbolo evolutivo, y el paso por el Yam Suf corresponde a atravesar el sendero Nétsaj/Hod, las esferas fuerza y forma – sentimiento y pensamiento – de la personalidad. Ascendemos así por la columna central hasta llegar a un lugar llamado Elim, donde hay doce fuentes y setenta palmeras, números evidentemente simbólicos.

Estamos en la esfera de Tiféret, de simbolismo solar, representado por los doce rayos (tribus) y las setenta lenguas. En realidad se está aludiendo al conjunto de los Poderes Sagrados, que es lo que significa el nombre Elim palabra cuyas letras permutadas (EILMH) reconstruyen el Nombre Elohim (ELHIM), traducido como Dios.

A partir del mar Rojo estamos en el desierto, el desierto de la materialidad, porque hemos dejado atrás la atracción gravitatoria de lo físico. Estamos en un espacio interior, como la misma palabra desierto, Midbar en hebreo, designa. Hay que tener en cuenta que palabra, habla, se dice en hebreo Medaber, de nuevo las mismas letras con diferente vocalización. Esto se agudiza más a partir de Tiféret, porque el sendero ascendente a la esfera de Dáat, Conocimiento, una síntesis de las tres sefirot superiores del Árbol, es la letra Guimel, que significa camello, el animal que nos permite atravesar el desierto.

Llegar a esta esfera de Dáat es ascender el monte, el Sinaí y toma a los israelitas 49 días, los siete por siete estadios de purificación de Maljút a Jésed. La entrega de la Torá es el quincuagésimo día, que corresponde a Biná. Este es el momento cumbre de la experiencia profética, directa de la Deidad, y el pueblo hubiera permanecido allí de no haber tenido miedo y delegado en la figura de Moisés.

En su lugar se aferran a una representación concreta de la Deidad, representada por el becerro de oro. Becerro es Eguel, en hebreo, de la raíz gal, rueda, y representa la rueda del tiempo, de los ciclos, de la materialidad. Entonces es formalizada la aproximación a Dios mediante un culto, un sacerdocio, un templo.

La construcción del templo, el Tabernáculo, un templo ambulante puesto que lo llevamos con nosotros en nuestro camino espiritual por el desierto en busca de la iluminación, es encargada a Betsalel, del cual dice el Talmud: Betsalel sabía cómo permutar las letras del cielo y de la tierra.

Volvemos de nuevo al Bereshit, los misterios de la Creación, porque la construcción del templo es un acto de creación, de nueva creación del ser. De hecho, los 39 tipos de trabajo empleados en la construcción del Templo son considerados paradigma de melajá, es decir, trabajo creativo, y son los 39 trabajos no permitidos en Shabat, el séptimo día en el que Dios descansó de toda la obra que había hecho.

Quiero detenerme en este punto para enfatizar que la construcción del templo es un trabajo de transformación interior, un trabajo alquímico, de desarrollo de ese cuerpo de luz al que antes nos referíamos como mercavá, la carroza. Podemos ver que en la interpretación esotérica cabalística de la Biblia hay un sistema, en mi opinión completo, de desarrollo personal. Como un yoga occidental.

También el esquema del Templo responde al simbolismo del Árbol de la Vida.

Empecemos considerando las tres divisiones del pueblo, que corresponden con las tres partes del alma: néfesh, rúaj y neshamá (con frecuencia se consideran las dos divisiones superiores, jaiáh y yejidáh, como los arcos superiores de la neshamá).

Así los israelitas en general representan el néfesh o cuerpo vital, los levitas el rúaj y los sacerdotes la neshamá. Hay que tener en cuenta que el papel de los levitas era cantar salmos, transportar el Tabernáculo y enseñar, todas ellas tareas correspondientes al rúaj, la parte del alma correspondiente a Yetsirá. Los Sacerdotes, Kohanim, ofician los sacrificios, hacen tareas de curación y entran en el Santo para realizar tareas del incienso y la menorá. Luego detallaremos estos aspectos. Ahora vemos que el Kohen Gadol, el Sumo Sacerdote, que representa la Jayá, era el único que podía acceder al Santo de los Santos, y en el día de Yom Kipur, para tener un contacto directo con la Shejináh, la Presencia Divina.

En el atrio exterior, de los israelitas, tienen lugar los sacrificios animales. Son los poderes del néfesh, la parte animal, los que se purifican por el fuego. En la anatomía esotérica el altar de los sacrificios se corresponde con el centro o chakra del ombligo (es el lugar, entre las vísceras, en donde tiene lugar la asimilación de los alimentos). En el Árbol de la Vida se sitúa en el punto medio de las sefirot Nétsaj y Hod (alto Yesod). Es también el lugar del horno alquímico en la transmutación interior. Y el fuego es el fuego de la Shejináh, la Presencia Divina, el aspecto femenino de la Deidad, que desciende del cielo para consumir a la ofrenda.

Así, está escrito: está escrito: YHVH Eloheja, el Eterno tu Dios, es un fuego abrasador; lo cual se dice de la Shejiná, la Presencia Divina – femenina – que es un fuego que devora o transmuta según cuál sea la intención del corazón. Y también está escrito: Holocausto ígneo fragancia grata a YHVH. Algunos leen ishé-con fuego (ígneo) como ishá-una mujer<sup>9</sup>, es decir, la mujer de fuego debe ascender, ya que holocausto es Olá-lo que asciende por completo.

En el templo de Salomón, la puerta del Santo está circunscrita por dos columnas llamadas Yajín y Bóaz. No deja de ser curioso que las dos columnas tengan nombre propio, es decir, individualidad. Corresponden a los dos pilares del Árbol de la Vida, fuerza y forma, que ahora pasamos por el pilar central para entrar en el Santo, el lugar de Tiféret, la sefirá central del Árbol de la Vida.

En el Santo está el altar de oro, símbolo de Tiféret, que es altar del incienso. La ofrenda del incienso es la ofrenda del corazón, es decir, de los poderes del rúaj, y con ellos el sentido de individualidad separada (egoicidad). Y el fuego era traído desde el altar de los sacrificios animales. Hablamos entonces de una elevación del fuego interior, que es un símbolo universal de ascenso espiritual (ver en Números todo el episodio de la serpiente de bronce, la cual fue guardada en el Templo de Jerusalén hasta los tiempos de Ezequías).

No nos detendremos mucho en este punto. Baste decir que en el Santo se encontraba la menorá o candelabro de siete brazos, símbolo del septenario, y la mesa con los doce panes de la proposición, un símbolo solar nuevamente.

El velo, Parojet, en donde están grabados los Kerubím, es un símbolo del centro de la garganta, el asiento de Dáat, conocimiento, y el Kódesh haKodashím, el Santo de los Santos, corresponde a la cabeza en general. Es el asiento de la Shejináh, la Presencia Divina. Y no deja de ser curioso que su forma sea la de un cubo perfecto, la piedra cúbica, tal como está escrito: La piedra (Maljut) que los constructores (las seis sefirot de Jésed a Yesod) han rechazado ha llegado a ser la piedra angular.

---

<sup>9</sup> Isha, אשה, es también el fuego de la He.

En el Santo de los Santos está el Arca del Pacto, que contiene el Maná, símbolo de la Luz Infinita, la vara de Aarón, símbolo del pilar del medio con sus centros o chakras florecidos y, por supuesto, la Torá, la plasmación del Pensamiento Divino. Porque el Arca de la Alianza representa el centro de la frente, el llamado tercer ojo. Sobre la cubierta del Arca están los dos Kerubím, frente a frente, representando los dos hemisferios cerebrales y las dos formas de tentación. Y la Shejiná habla desde el centro de ambos.

Podemos pensar que todo esto es una elaboración mental. Pero, ¿qué sentido tienen las vestiduras del Sumo Sacerdote, sino representaciones del cuerpo sutil? Así por ejemplo el pectoral, con las doce piedras, símbolo del centro tiferético del corazón, donde se encuentran los Urim y los Tummim, las luces y las perfecciones, que manifiestan la voluntad divina en el oráculo.

Y es que la diferencia entre el exoterismo y el esoterismo es que el primero considera las realidades espirituales como exteriores y el segundo como interiores.

Estamos llamados a participar de ambos. El cumplir las 613 mitsvot (o las siete de Noé aplicables a toda la humanidad) con conciencia es realizar la Torá en nosotros y es cabalá. Cumplir con el precepto del Levítico de Amarás a tu prójimo como a ti mismo (que según el sabio Hilel es el todo de la Torá) es también cabalá, porque tu prójimo es tú mismo, ya que todos formamos parte del enjambre de chispas divinas que constituyen el cuerpo del Adam celeste.

Y buscar la unión mística, la Devekut, es la esencia de la cabalá, y es también Torá. La devekut es un mandamiento de la Torá, como está especificado en el Deuteronomio en varios lugares: (Deut 10:20 – 11:22 – 13:5 – 30:20). A ello apuntan todas las prácticas: la meditación, la tefilá u oración, sobre todo, la práctica de la Presencia constante, el hacer de Dios el foco de nuestra conciencia.

Y por supuesto es cabalá la construcción del Templo interior, tal como le dice el Rey David a Salomón, y con esta cita termino: “Conoce al Dios de tu padre y sírvelo con corazón íntegro y ánimo complacido, pues YHVH sondea todos los corazones, y todas las intenciones de los pensamientos comprende. Si le buscas, se dejará hallar de ti; pero si le abandonas te rechazará para siempre. Considera, pues, ahora que YHVH te ha elegido para construir una casa como Santuario. ¡Esfuézate en hacerla!” (I Cron. 28:9-10).

## 6. PRÁCTICA.

Las tres grandes vías de aproximación a la Cábala son: estudio, interiorización y acción. En realidad las tres convergen y no es posible desarrollar una sin apelar a las demás.

**A) Estudio:** No como simple recogida y acumulación de información, sino como un modo de conexión. Esto supone un método de estudio reflexivo y contemplativo que incluye la meditación en cada uno de los elementos del Árbol de la Vida.

- El estudio será de la Cábala en sentido amplio y del simbolismo en general. Es importante ampliar y/o modificar la visión estándar del mundo para acceder a zonas cada vez más amplias del nivel objeto (escalera de abstracción).

- Estudio de los textos sagrados de cualquier tradición, en particular de la Torá, aplicando la hermeneútica cabalística.

- Estudio de uno mismo, de la vida y la psique en general, con espíritu y actitud abiertos. Esto incluye el aprender de todas las experiencias. El estudio es algo que dura toda la vida.

**B) Interiorización:** Necesaria para establecer de forma equilibrada e integrada el flujo dual de energía, hacia el mundo exterior y hacia el mundo interior. El cabalista aprende a operar en varios planos a la vez. Esto conlleva:

- Adiestramiento mental, mediante ejercicios de relajación, concentración, visualización, vacío mental, flujo espontáneo de la mente, etc.

- Trabajo en el cuerpo de luz. El ejercicio más simple (no por ello menos básico) es el Pilar del medio.

- Establecimiento de un principio guía en nuestras vidas más amplio y total que el que detenta la conciencia egoica. A un nivel básico es el ejercicio del Santo Ángel Guardián, principio de un contacto con nuestro Tiferet.

- Comunicación o estado de conexión constante con algo más grande que uno mismo, símbolo o arquetipo de la totalidad. Eso es oración. Las meditaciones de corte místico están también incluidas aquí.

- Apertura a los planos llamados internos, lo que tradicionalmente ha venido a ser llamado Maasé merkavá (Trabajo de la Carroza). Las meditaciones de proyección, como las de tipo sendero, etc., también forman parte de este apartado.

- Técnicas de transformación (reprogramación), utilizando meditaciones específicas como yejudim, mantras, etc.

**C) Acción:** Como se ha dicho antes, la Cábala es un modo de vida. La vida es la gran iniciadora. La meta del cabalista no es simplemente ascender al cielo sino unir el cielo con la tierra. Todo debe manifestarse en lo físico.

- Trabajo en uno mismo, para lo cual es necesario querer cambiar. Se necesita una buena dosis de conciencia, auto-observación, introspección, cambios positivos, individuación, auto-realización personal, etc. En el contexto de un grupo pueden hacerse ejercicios específicos, técnicas de Gestalt, bioenergética, psicodrama y trabajos en grupo (incluyendo meditaciones). También interpretación de sueños, adivinaciones, usar otros mapas de conciencia (como la astrología), etc. El diario personal es una herramienta básica imprescindible.

- Llevar el Árbol de la Vida a la vida.

- Uso activo del simbolismo, principalmente mediante ritual (incluyendo los rituales de la vida cotidiana), usando el ritual como una herramienta para la educación y actualización de la verdadera voluntad.

- Trabajo ético, de esculpido anímico, en el sentido de que el hacer talla al ser. La meta es la rectificación de la vasija (tikún). Al hablar de ética no nos referimos a ningún código establecido que no haya pasado por el tamiz de la individuación. Es la ética del corazón.

- Esencial el cultivar y mantener una actitud específica positiva. Pueden usarse como guía los 10 principios enunciados en el último capítulo del libro El Camino del Árbol de la Vida, que resumimos:

1. Tener siempre presente cuál es el objetivo fundamental en la vida, que no es otro que el **objetivo espiritual**.

2. Soy el **creador de mi mundo**. He elegido libremente todas las condiciones de mi vida. En consecuencia, es necesario asumir plenamente la responsabilidad por mí mismo y mis acciones. Es inútil culpar a nada ni a nadie.

3. El objetivo espiritual se alcanza por la **autorrealización** personal (tikún personal) y por la **realización de la tarea específica** (tikún olam). La autorrealización personal pasa por ser verdaderamente uno mismo al nivel de Tiféret, lo cual implica necesariamente acción, es decir, manifestación y proyección de ese self que somos, la expresión de las propias cualidades (briáticas) que constituyen nuestra individualidad – única y específica – en la plena conciencia de nosotros mismos.

4. Es necesario comprender el **valor pedagógico de las experiencias negativas** y de las situaciones difíciles por las que atravesamos. En todo lo que nos ocurre hay lecciones que aprender, cualidades negativas a superar, teshuvá o rectificaciones que efectuar, expiaciones (para nosotros o para los demás) que realizar. Nada sucede porque sí. No es sólo que todo tenga una causa, es que también tiene una finalidad.

5. Siempre tenemos muchos caminos delante de nosotros. La norma infalible es la siguiente: elegir el camino de la afinidad con el Creador, es decir, el **deseo de dar**.

6. Las **emociones negativas** son la puerta de entrada al satán (el Yetser HaRá, la propia mala inclinación). La duda, el miedo, la culpa, la desesperación, la depresión, la tristeza, la cólera, etc., son los instrumentos directos mediante los que nos controla nuestra mala inclinación. Sin alegría no hay Dios.

7. La espiritualidad no se alcanza por la realización de actos extraordinarios, sino por la sublimación de lo cotidiano. La actitud a cultivar es el **éxtasis ordinario**, el vivir en un estado de conexión constante.

8. Toda situación es dual por naturaleza: tiene una cara positiva y una cara negativa. La cara positiva nos da placer. La cara negativa nos produce dolor. Es necesario **concentrarse en el placer** y no en el dolor, la dificultad, o el esfuerzo.

9. La espiritualidad es lo opuesto de la inconsciencia. El camino es, pues, necesariamente la conciencia, que empieza por el autoconocimiento. Para ello no hay otra puerta de entrada que la **honestidad** con uno mismo.

10. La ley espiritual es la ley del **esfuerzo**. No existe tal cosa como un camino espiritual fácil. Si es fácil no es verdadero. Como dice el Talmud: “¿Te esforzaste y encontraste? ¡Créetelo! - ¿No te esforzaste y encontraste? ¡No te lo creas!”

### **Algunos principios para una teoría del desarrollo personal:**

1. La evolución es en conciencia.

2. La conciencia es energía (y viceversa). Hablamos, pues, de conciencia/energía.

3. Hay diferentes estados de conciencia: ordinarios (dormir, soñar, vigilia,...) y no ordinarios (ensueño, trance, inspiración creativa, éxtasis,...). El estado de vigilia es uno entre varios de la franja “consciente”. Los demás permanecen en el ser humano como potenciales subconscientes.

4. También en la región subconsciente (cuya frontera es difusa) se dan distintos estratos: prepersonales (instintivos), personales (dependientes de la propia biografía) y transpersonales (superconscientes, en lenguaje clásico).

5. Hay una continuidad entre los distintos estados de conciencia, si bien la toma de conciencia del paso de uno a otro puede ser discontinua.

6. La energía sigue al pensamiento (consecuencia del postulado 2, ya que el pensamiento es una forma de conciencia formulada). Puesto que cada cual es dueño de su pensamiento, cada uno es responsable de su propia evolución en última instancia.

7. La evolución es en el sentido de la individualidad creciente. Es, por tanto, un proceso natural, que puede ser acelerado o catalizado por distintas experiencias y/o técnicas.

8. La individuación se realiza por integración dinámica en un todo orgánico de factores contrapuestos.

9. El estado ideal del ser humano es de una totalidad centrada. Al hablar de totalidad nos referimos a los aspectos tradicionalmente conocidos como físicos, emocionales (incluyendo la emocionalidad profunda, la unidad de sentimiento que llamamos alma) mentales (incluyendo la facultad de la mente abstracta, a veces confundida con el espíritu) y espirituales (incluyendo los aspectos trascendentes en espacio y tiempo del fundamento último de la realidad o fundamento divino).

10. Cada nivel está incluido o integrado en el siguiente. El estado último contiene, así, a todos los anteriores. Ese estado es plenitud, gozo, felicidad, verdad y certidumbre, sabiduría y entendimiento, compasión, amor, empatía, unidad de todo y con todo, etc.

11. En el desarrollo personal, la máxima individualidad coincide con la universalidad. Lo individual es un modo particular de ser de lo arquetípico. No existe tal cosa como desarrollo de uno sólo, en lo social, en lo planetario, en lo cósmico.

12. El Árbol de la Vida cabalístico es un mapa de conciencia de la totalidad: Dios, el universo, el ser humano. Su lenguaje es el del simbolismo, nexo de unión entre las mentes consciente y subconsciente. Una vez bien establecido en la psique actúa como un lenguaje de programación: dispara y pone en marcha procesos.

13. Utilizando el Árbol de la Vida como mapa, se pueden distinguir cuatro grados o niveles de desarrollo personal:

a) Desarrollo de las tríadas inferiores. Capacidades básicas. Individuación. Hasta Tiféret.

b) Desarrollo de la tríada “hombre solo” (Jésed, Guevurá y Tiféret): Trabajo ético. Esculpido anímico (el hacer talla al ser). Autorrealización.

c) Desarrollo de la tríada “Dios en hombre”. La Merkabá. El Rúaj HaKódesh (Espíritu Santo. Daát de Yetsirá). El cuerpo de luz.

d) Devekut: Unión con Dios. El Fundamento Divino (Daát de Briá). Integración en el estado último de conciencia. El cuerpo de “vacío”.

14. Es necesario trabajar en los cuatro desde el principio. Ello es posible porque Yesod es el receptáculo de todas las emanaciones. Pero no se puede uno saltar ningún nivel:

a) Ni el trabajo sobre la personalidad psicológica (terapia, etc.). Tríadas inferiores: mineral, vegetal, animal.

b) Ni el trabajo sobre la individualidad (realización personal/expresión del self). Tríada Hombre Solo

c) Ni el trabajo sobre la personalidad briática (alma/neshamá). Tríada Dios en Hombre.

d) Ni el trabajo de absorción en la Chispa Divina (Yejidá, la raíz del alma en la Mente Divina, el self transpersonal). Tríadas Dios Hombre y Dios Solo.

15. En lenguaje cabalístico, Kéter (la 1ª sefirá, el ser en estado de máxima unidad y simplicidad) está en Maljut (la 10ª sefirá, el ser en el estado de máxima multiplicidad y diversificación) y Maljut está en Kéter. La meta del cabalista es “unir el

cielo con la tierra". Lo espiritual y lo material no están reñidos y nunca han estado separados. Todas las sefirot son igualmente sagradas.

16. El valor de la realización espiritual se mide por su grado de realización en lo físico. En esencia, la Cabalá es un modo de vida. La vida es la gran iniciadora.

17. La ley principal del Árbol de la Vida es la ley del equilibrio. Esto se aplica, en particular, al equilibrio entre misericordia y severidad. Sólo nosotros mismos podemos hacer el trabajo que es para nosotros mismos. No hay desarrollo personal sin una medida de esfuerzo.

18. A pesar de todo, Guevurá (el rigor) es la 5ª sefirá. Antes viene Jésed (la misericordia, el perdón y la gracia), que es la 4ª sefirá. Biná (la creación, la ley cósmica) es la 3ª sefirá. Antes viene Jojmá (la sabiduría y la creatividad), que es la 2ª. Siempre hay un camino. Siempre hay esperanza. La 1ª sefirá es Kéter (voluntad y unidad) que trasciende todos los opuestos.

## Capítulo II: UN ATLAS DE LA CONCIENCIA

Este capítulo explora el planeta de la conciencia tomando como procedimiento de cartografía el Árbol de la Vida cabalístico combinado con el esquema de los Mundos, tanto en su formulación de Árbol simple (Mundos en el Árbol) como de Árbol compuesto (Árbol en los Mundos).

La Manifestación del Absoluto se despliega en cuatro mundos que son cinco, ya que hablamos de un quinto mundo que pertenece de hecho al dominio de lo Inmanifestado, pero que actúa de nexo o interfase entre el Infinito y su manifestación.

Cada mundo – con sus paisajes y habitantes – es un plano completo en sí mismo por el que podemos movernos en horizontal, por así decir, sin que eso quiera decir que está cerrado. Por el contrario, se halla abierto tanto por arriba – su mundo jerárquicamente superior – como por abajo – el mundo que le sigue en la cadena –.

Para poder referirnos a ellos, damos a continuación su nombre estándar:

0. אדם קדמון / Adam Kadmón: El Humano Primordial.
1. אצילות / Atsilút: El mundo de la emanación
2. בריאה / Briá: El mundo de la creación.
3. יצירה / Yetsirá: El mundo de la formación
4. עשיה / Asiá: El mundo de la acción.

La relación que se da entre los mundos es la misma que se da entre Luz Y Vasija, tal como se explicó en el capítulo anterior. Un mundo es la vasija de manifestación del mundo anterior, que es su luz, su alma. El proceso es por tsimtsum, contracción, con pérdida por tanto de contenidos y potencialidades, lo que se traduce en un apantallamiento (o velado) de la luz.

Hay una densificación. Eso no significa que haya una separación infranqueable entre los planos. Se tienen en efecto amplias zonas de solape, como se verá después. Por eso decimos que los mundos están abiertos, y podemos también movernos en vertical. Podemos pasar de uno a otro mundo siempre que, tal como ocurre en el caso humano, tengamos vehículo de manifestación en ambos.

Adam Kadmón es la vasija de la Luz de En Sof, pero es, a su vez, el alma de la Manifestación. El mundo de Atsilút – el mundo divino – es la vasija de Adam Kadmón y, será, de nuevo la luz de Briá, el mundo de la Creación, donde el ser surge de la nada (de Atsilút). Y así sucesivamente.

A veces se usan los sugerentes nombres de túnica interna de gloria para la luz, y túnica externa de manifestación para la vasija. Tienen la ventaja de enfatizar el aspecto de una esencia única en fase diferente. Si se tiene una sucesión de túnicas, cada una contenida en la anterior, es más fácil figurarse cómo una puede ser externa para la anterior e interna para la siguiente.

Porque, como hemos expresado ya, la evolución es hacia adentro, hacia la interiorización de la conciencia. Nosotros, en Asiá, el plano físico, experimentamos ese mundo como objetivo y externo, mientras que Yetsirá, el plano de la psique, es para nosotros subjetivo e interno.

Desde nuestro vehículo material experimentamos Asiá como lo real, mientras que no damos el mismo peso ontológico al mundo de lo psíquico, que se nos antoja vago, epifenoménico y, desde luego, sujeto al principio de realidad decretado por lo físico. La verdadera relación se da, sin embargo, a la inversa. Es el mundo de la materia

lo que tiene una realidad relativa frente a lo psíquico, el cual, por otra parte, es quien realmente percibe y experimenta.

Normalmente admitimos que “el mundo de ahí afuera” es una imagen que construye nuestro cerebro. El mundo existe en nuestro cerebro, pero éste, ¿dónde se encuentra? Podemos contestar que en el mundo obviamente, pero es una respuesta circular que nos remite de nuevo al punto de partida. Entramos así en lo que se conoce como una jerarquía entrelazada, de la cual no encontramos la salida salvo que admitamos una dimensión en vertical respecto al plano de las dos anteriores.

Quien percibe realmente es la conciencia que se encuentra en otro plano, específicamente, en este ejemplo, en el mundo de Yetsirá, el cual no depende de lo físico para su existencia, si bien lo utiliza. Y lo mismo cabe decir de este mundo de Yetsirá respecto del siguiente, Briá, la conciencia espiritual. Nuestra vasija/luz se va ensanchando según ascendemos por la escala de los mundos, hasta superar todos los velos de ilusión y encontrarse cara a cara frente al Absoluto.

Como nuestro modo de percepción es esencialmente mental, tendemos a contemplar todo el esquema de los mundos de una forma sucesiva, lineal. Para la conciencia del Infinito todo se halla simultáneamente presente. Adam Kadmón está en contacto, por así decir, con los cuatro mundos manifestados al mismo tiempo. De ahí que le hayamos asignado el número cero en el esquema anterior.

Decir que Adam Kadmón es la vasija de En Sof implica que contiene en Sí la Luz Infinita que es la esencia y sustancia de la Manifestación. Es la Voluntad de crear, también llamada el Nombre de Dios, por referencia explícita al Tetragrámaton. Está escrito: **הוּאֵ אֶחָד וְשֵׁמוֹ אֶחָד**, Hu Ejad UShmó Ejad, Él es Uno y su Nombre es Uno, lo que quiere decir que Él está completamente presente en su Nombre. Y es una ecuación conocida la identidad de “su Nombre” y Voluntad, sustentada por la igualdad de sus valores numéricos: **שְׁמוֹ**, su Nombre, suma 346, lo mismo que **רָצוֹן**, Ratsón, Voluntad.

Por eso se dice que Adam Kadmón viene representado por un Tetragrama, sin letras y sin vocales, aunque, por supuesto, las contiene en potencia, lo mismo que la letra Alef, el anagrama de la Unidad.



En escritura Ashurí, la escritura de la Torá, la letra Alef viene representada por dos letras Yod (de valor numérico 10) y un trazo oblicuo que representa una Vav (igual a seis). Como la letra Vav indica unión o conjunción, el significado de la letra es la unión de Inmanifestado y Manifestación, como dos caras de una misma realidad.

Lo Inmanifestado es el mundo de la unidad. La Manifestación es el mundo de la dualidad. Cuando la Yod (10) inferior es dividida en dos, se tienen dos letras He (5). Empieza el mundo de Bereshit, que conlleva un desarrollo de dualidades, empezando por la enunciada en el primer versículo del Génesis: los Cielos y la Tierra. Tenemos entonces el Nombre desplegado:



El Nombre de Dios es la ecuación básica de la Manifestación. En lenguaje de la mecánica cuántica diríamos que es una ecuación entre operadores. Es decir, sus letras – las variables de la ecuación – son operadores que actúan sobre la función de onda cósmica, que no es otra que la Luz Infinita. Los valores propios de estos operadores – los números cuánticos que definen los valores energéticos posibles – son las sefirot de cada uno de los mundos. Cada letra es la semilla, la génesis y la compleción de cada uno de los cuatro mundos, pues en este caso las letras no sólo definen la ecuación sino que son también su solución. Digamos que cada mundo manifiesta la descomposición espectral del operador que es su letra. No hay más realidad que Dios.

La correspondencia entre las letras y los mundos es la siguiente:

Yod: Atsilút.

1ª He: Briá.

Vav: Yetsirá.

2ª He: Asiá.

El quinto mundo, de Adam Kadmón, está implicado por el ápice superior de la letra Yod, que representa la conexión con el Inmanifestado.

Hay que tener en cuenta que el Nombre de Dios al nivel de Adam Kadmón no está representado por las letras. Digamos que aquí está contenida la esencia del Nombre que posteriormente se despliega en sus componentes: los mundos y el Árbol de la Vida en cada mundo.

Adam Kadmón es la Idea de Sí Mismo que emana la esencia de En Sof. Incluye su naturaleza dadora plasmada en la voluntad de crear. Crear para conocerse a Sí Mismo desde el punto de vista de la finitud. Crear para darse a Sí Mismo como Otro. Manifestar su esencia de plenitud a todos los niveles.

Todos los mundos están eternamente presentes frente a Adam Kadmón, ya que, de hecho, constituyen su proyección de Luz.

Adam Kadmón es el Uno frente al Cuatro, tal como lo define la fórmula bíblica respecto del Adam en el marco del Edén. Si analizamos la estructura de esta última palabra, אֶדֶן, Ayin Dálet Nun final, vemos que la raíz Ayin Dálet tiene el significado, por un lado, de Eternidad, y por otro de Conciencia (Testigo). La letra Nun final es un aumentativo que, de alguna manera, da existencia a lo implicado por la raíz anterior.

De hecho, es la letra Ayin (de significado Ojo) la que porta el significado de conciencia. Dalet, el número cuatro, representa la energía de concreción o manifestación, como viene ejemplificado por las extensiones del cuaternario: cuatro mundos, cuatro elementos, cuatro funciones de la conciencia (intuición, pensamiento, sentimiento y sensación), etc.

Fonéticamente, Ayin es una letra muda que representa el llamado espíritu áspero. Alef es también muda, siendo el espíritu suave. Ambas son guturales.

Adam, אָדָם, es Alef Dálet Mem final. Alef Dálet es el Uno frente al Cuatro que decíamos antes. La Mem final es un signo colectivo, representando la pluralidad

contenida en la raíz. Su valor numérico, como letra final, es 600, y arquetípicamente representa las 600000 raíces de almas (chispas de luz) contenidas en el cuerpo metafórico de Adam.

Toda la estructura del Edén está basada en este principio 1:4, que es la base de la manifestación. Así, leemos en Gen 2:6: “subía de la tierra un vapor (AD, Alef Dalet 1:4) el cual regaba toda la faz de la tierra.” Y más adelante (Gen 2:8-10): “Y YHVH ELOHIM plantó un huerto en Edén, al *oriente* (Quedem; QDM, misma raíz que Kadmón); y puso allí al hombre que había formado. Y YHVH ELOHIM hizo nacer de la tierra todo árbol delicioso a la vista, y bueno para comer; también el *árbol de vida* en medio del huerto, y el *árbol del conocimiento del bien y del mal*. Y salía de Edén *un río* para regar el huerto, y de allí se repartía en *cuatro brazos* (1:4).

Si ahora contemplamos la numerología de los dos árboles, tendremos:

$$\begin{array}{c} \text{עֵץ הַחַיִּים} \\ 40+10+10+8+5 \quad 90+70 = 233 \end{array}$$

$$\begin{array}{c} \text{עֵץ הַדַּעַת טוֹב וְרָע} \\ 70+200+6/2 +6+9/400+70+4+5/90+70 = 932 \end{array}$$

Pero  $932 = 4 \times 233$ , o sea que la relación entre los árboles es también de 1 a 4.

¿Qué simbolizan los dos Árboles?

Hay dos tipos de conexiones o programas para el ser humano: la conexión Árbol de la Vida y la conexión Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal. Ambas son estados de conciencia, modos de operar, programas.

La conexión Árbol de la Vida es la conexión de la Unidad, en la que toda la Realidad aparece y es vivida como un todo único, orgánicamente interconectado, participando de la misma savia, que es la Vida Divina (como el río de la vida que riega el Árbol).

La conexión Árbol del Conocimiento del Bien y del Mal es la visión de las dualidades, de la fragmentación, de las cosas separadas, “yoes” y “objetos”. Al comer del fruto de este Árbol el varón/hembra humano lo incorpora a su sustancia, lo interioriza, se hace uno con él.

Ambos son incompatibles simultáneamente. Forman una especie de dualidad onda-corpúsculo. Estamos en uno o estamos en el otro. (Esta dualidad de los modos de operación es también arquetípica. Tenemos, por ejemplo, la dicotomía entre samsara y nirvana en otras tradiciones.)

Involucrarse de una forma activa o positiva con el Árbol del Conocimiento es desconectarse del Árbol de la Vida. En el simbolismo bíblico eso significa muerte. Es quedarse con el cuatro y desligarse del Uno.

Pero si separamos la Dalet de la Alef en Adam, אַדָּם, Nos quedamos con אָדָּם, Dam, que significa sangre. Quiere decir que sin la conexión con la unidad, sin alma, el ser humano es sólo materia orgánica.

Igual relación se da entre dos palabras que son numéricamente equivalentes a las anteriores. Una es Emet, Verdad, el Sello de Dios. Emet se escribe אֱמֶת, que es 1, 40, 400 (Adam era 1, 4, 40). No vamos a analizar Emet por sus letras. Baste decir que si separamos Alef del resto – es decir, sin la conexión con el Espíritu, con la Unidad – obtenemos מֶת, Met, que significa muerte.

En realidad, la tarea del ser humano – trabajar y cuidar el jardín – era (y sigue siendo, solo que de otra manera) actualizar en la Manifestación la conexión entre el Uno y el Cuatro, tal como viene representada en la potencialidad por su arquetipo último de Adam Kadmón.

Todos los mundos que alguna vez han sido, son y serán tienen su raíz en Adam Kadmón. Esta estructura de Luz Infinita es previa a la emanación y por tanto anterior al proceso de ruptura de las vasijas. Toca, como hemos dicho, la punta superior de la Yod (el Kéter) del Tetragrámaton que representa el punto infinito de Luz, Fuente de la Manifestación.

En el mundo del Tikún, la rectificación de las sefirot (después de la ruptura de las vasijas) que deviene en la forma del Árbol de la Vida, la imponente configuración de Luz que es Adam Kadmón, es reflejada en una serie de Rostros Divinos (o Partzufim) – estructuras espirituales de Atsilút, el mundo divino – que de alguna manera mediatizan la relación del Infinito con los mundos creados.

Hay que tener en cuenta lo ya expuesto de que la evolución es hacia dentro y en conciencia. Para En Sof el esquema de los mundos es algo subjetivo. Dicho de otra forma: la Manifestación es una forma-pensamiento de Dios. Puesto que es lo único que existe, Dios se conoce a Sí Mismo. Y la revelación de ese autoconocimiento, la proyección de la Idea de Sí, es la Luz de la Manifestación que deviene en los mundos creados.

Una vez constituido el Árbol de la Vida, con las interrelaciones entre las esferas definidas, ciertas configuraciones sefiróticas sirven de asiento o vasija de manifestación a la Luz emanada, que ya es una restricción de la Luz de En Sof (recordemos lo dicho sobre el Kav, la línea, en el capítulo anterior). Pero la Luz es Conciencia y estas configuraciones o estructuras divinas se muestran como Rostros de manifestación a diversos niveles que nosotros podemos antropomorfizar.

Hablamos así del Anciano de los Días o Gran Rostro, del Pequeño Rostro, del Padre, la Madre o la Shejiná, para expresar la acción de una sefirá o de un grupo de sefirot en el mundo de Atsilut. Tengamos en cuenta, sin embargo, que “Él es Uno y su Nombre es Uno”. La Realidad detrás de todos los Partzufim es el Infinito, En Sof, el único Sujeto detrás de sus máscaras de manifestación.

Y la primera, como hemos dicho, es Adam Kadmón, todavía, por así decir, en el seno de lo Inmanifestado. Cuando se vuelve a la Manifestación – cuando la Voluntad Divina empieza a actualizarse – Adam Kadmón se personifica como Atik Yamín, el Anciano de los Días, simbolizado como una gran Cabeza cuyos órganos – sus formas de conciencia – revelan la Luz Infinita en diversos grados de organización y pureza. Se tiene así, respectivamente, la Luz del Cráneo propiamente dicha, la Luz de los Ojos, la Luz de los Oídos, la Luz de la Nariz y la Luz de la Boca. La extensión de cada una de ellas se manifiesta como una personificación que, a su vez, es la luz de un mundo.

La Luz del Cráneo define el marco de interioridad o subjetividad en el que se desenvuelve la Manifestación. Representa de alguna manera la circunferencia de Luz que rodea al espacio vacío generado por el tsimtsum en el seno de En Sof. Es así la frontera entre la Manifestación y lo Inmanifestado y, al mismo tiempo, el filtro de la Luz Infinita que permite el paso de la cantidad suficiente para que sea posible la Manifestación. Ahora bien, si bien desde el punto de vista de lo Absoluto tiene un carácter limitante – de cierto apantallamiento de la Luz Total – desde el punto de vista de lo manifestado representa ciertamente una luz infinita: la luz de la unidad, de una pureza, sutilidad y exaltación sin límites. Es el Kéter de Atsilut, el mundo Divino.

Del Inmanifestado se ha dicho que es el círculo cuya circunferencia está en todas partes y cuyo centro no está en ninguna. De este Kéter decimos que representa el centro

del círculo. Porque igual que lo podemos contemplar en la inmensidad de su extensión, también lo podemos considerar como un punto de infinito (lo que se llama una singularidad en el lenguaje de la física, si bien sería una singularidad espiritual), simple, sin dimensiones, como una ventana abierta desde el ser a la plenitud del vacío, como el ojo del manantial de la existencia positiva.

La Luz del Cráneo es llamada en general Atika Kadisha, el Santo Anciano. Y cuando se le considera mirando a la Manifestación recibe el nombre de Arij Anpin, el Gran Rostro, el Rostro Inmenso de Dios.

La Luz de los Ojos es llamada Abba, Padre, el Rostro de la Jojmá. Primordial. El tipo de conciencia que la visión ejemplifica es continua, inmediata, directa, no lineal, sintética, simultánea, global y superracional, todos ellos característicos del modo de Sabiduría. Todo está contenido en esta Luz en estado potencial, seminal, sin discriminación ni diferencias, lo que exigirá el modo Biná de conciencia. Siendo simultánea, trasciende la temporalidad, indicando la presencia eterna de la Conciencia en todas sus posibilidades y subyaciendo a todas sus manifestaciones. Es su luz inherente. Es su vida. Razón por la cual constituye el arquetipo del propio mundo de Atsilut.

La Luz de los Oídos es llamada Imma, la Madre. La inteligencia de la audición es lineal, secuencial, lógica, características del pensamiento verbal. Su modo de conciencia es analítico, discursivo, categorial, lógico, en una serie ordenada de contenidos conceptuales. El lenguaje delimita, define, clasifica, construye, lo que genera el Entendimiento. Es la Madre de la Creación que concibe el mundo del ser fijando en estructuras de pensamiento las posibilidades esenciales de Jojmá. Es así el arquetipo del mundo de Briá, de las cualidades puras.

Padre y Madre están eternamente unidos. Son estas cualidades briáticas las que constituyen el asiento de las potencialidades esenciales de Jojmá, su vestidura de manifestación, por así decir. En cierto modo son como las Ideas platónicas que todos los seres participan en mayor o menor grado. De hecho, la medida del ser verdadero de algo viene expresada por su nivel de participación en este mundo de las Ideas, de las cuales, según Platón, la idea suprema es la idea de Bien. En nuestro lenguaje, ese es el contenido del Pensamiento Divino de la Creación, el dar a cada criatura el máximo de Bien Divino que su posibilidad permita.

La Luz de la Nariz es la Vida de la Creación, el Espíritu que anima todas las cosas. El aliento que es respirado por las fosas nasales, en su espiración e inspiración, proyecta y reabsorbe los mundos en el seno de lo Divino. Es la luz del alma, que es el aspecto Forma, en el sentido aristotélico, de los seres. Hay un movimiento hacia la individualización y un retorno a la Fuente. Es el arquetipo del mundo de Yetsirá, de la formación, de ángeles y espíritus: Voz, Aliento y Palabra, como dice el Séfer Yetsirá. Se manifiesta como el Rostro Menor de la Deidad, el Pequeño Rostro, por contraste con el Gran Rostro de Kéter. También recibe el nombre de Zeir Anpin, o bien, HaKadosh, Barúj Hu, El Santo bendito Sea.

La Luz de la Boca es la Palabra pronunciada, la Palabra Creativa, la sustancia de la Creación. En hebreo, el vocablo Dabar designa tanto “palabra” como “cosa”. Es llamada la Madre Inferior porque dota a los seres del aspecto Materia, su existencia concreta y factual. Biná/Briá define el mundo del ser al nivel de la idea. Es así la Madre Superior. La Luz de la Boca es el arquetipo de Asiá, el mundo de los hechos, el despliegue espacio-temporal de los seres en existencia corpórea. Su Rostro de manifestación recibe distintos nombres: Hija, Reina (Zeir Anpin es el Hijo y el Rey), Nukva (Hembra) y Shejiná (Presencia Divina). Este último aspecto denota la inmanencia Divina en todas las facetas de la Creación. Es un Rostro femenino porque

designa, como hemos dicho, el aspecto materia (pasivo) que recibe el aspecto forma (activo), representado por Zeir Anpin. Se manifiesta como el Maljút de lo Divino, mientras que Zeir Anpin es una estructura compleja que abarca las seis sefirot de Jésed a Yesod, centrada en Tiféret.

Cuando estas luces emanadas de Adam Kadmón penetran en el vacío generado por el tsimtsum se configuran en el Mundo de Atsilút, que ya pertenece al dominio de lo manifestado, si bien en un grado de exaltación y sutilidad inconcebible para nosotros. Los diferentes Rostros, que expresan en sus influencias mutuas las relaciones sefiróticas dentro de Atsilút así como de cara a la Creación, son como los submundos del mundo de Atsilút y, como tales, los arquetipos de los mundos completos que seguirán. Así, Atika Kadisha sería el Adam Kadmón de Atsilút, Abba el Atsilút de Atsilút, Imma el Briá de Atsilút, Zeir Anpin su Yetsirá y Nukvá su Asiá.

Considerado, sin embargo, el mundo de Atsilút en conjunto hablaríamos de Adam Elión, el Hombre Superior o, simplemente el Hombre de Atsilút. No se entienda, sin embargo, que ésta es otra figura diferente, o que hay algún tipo de discontinuidad entre En Sof, Adam Kadmón y Atsilút. No la hay, de hecho, a ningún nivel de la Realidad, pero en este caso ni siquiera se da en sentido metafórico. La Luz de EnSof se extiende de forma directa hasta el fondo de Atsilút. En cierto modo, a efectos de nuestra comprensión, podemos pensar que la relación entre En Sof, Adam Kadmón y Atsilút es la que a otros niveles se da entre lo que denominamos Espíritu, Alma y Cuerpo, tres aspectos de una misma realidad que es la Esencia Última Divina.

La transición de Atsilút a Briá es el paso que se da entre Conciencia y Pensamiento. La representación de ese Pensamiento en formas mentales constituye el mundo de Yetsirá, y su expresión – su concreción en palabras – genera el mundo de Asiá. El conjunto de En Sof, Adam Kadmón y Atsilút recibe el Nombre genérico del Creador. Es la realidad detrás del Nombre de Dios de cuatro letras: el Tetragrámaton.

Ya hemos dicho que el propio diseño en cinco mundos es una extensión de este Nombre de Dios, יהוה, la metafórmula de la Creación (siendo el punto superior de la Yod el correspondiente al Kéter o quinto mundo). Porque, al igual que sucede en Atsilut, cada mundo se divide a su vez en otros cinco submundos, proceso que se repite una infinidad de veces. Se tiene entonces una imagen global de mundos dentro de mundos, en jerarquía y diferenciación sin fin, con cada fragmento reflejando holográficamente la metafórmula fundamental: El Nombre de Dios. Tal como está escrito en Isaías (43:7): “A todo el que es **llamado** por mi Nombre y para **mi gloria he creado, formado y hecho.**”

En la tabla siguiente se muestra la relación entre las letras del Tetragrámaton y los mundos. Cada uno de ellos viene representado además por un desarrollo (o deletreo) del Nombre según las distintas formas de extender las letras He y Vav. La columna correspondiente al nivel del alma se verá después. Queda por aclarar que, además, cada sefirá tiene una vocalización específica del Nombre, que cubre así, completamente, todo el Árbol de la Vida. Eso también se verá en su lugar.

Letra del Nombre	Mundo	Sefirá	Rostro	Expansión del Nombre	Nivel del alma
Punta superior de la Yod; י	Adam Kadmón; Hombre Primordial o Arquetípico	Kéter	Arij Anpin Rostro Inmenso	Expansión triangular=72  י ה י ה י ה י ה י	Yejidá; Chispa Divina
Yod; י	Atsilút; Mundo Divino	Jojmá	Abba Padre	Ab=72 יוד הי ויו הי	Jaiá; Vida; alma arquetípica.
1ª He; ה	Briá; Mundo de la Creación; Mundo del ser	Biná	Imma Madre	Sag=63 יוד הי וואו הי	Neshamá; Alma espiritual
Vav; ו	Yetsirá; Mundo de la Formación; Mundo de la mente y sus contenidos	Las seis intermedias: Jésed, Guevurá, Tiféret, Nétsaj, Hod, Yesod.	Zer Anpin Rostro Menor	Mah=45 יוד הא וואו הא	Rúaj; Alma racional
2ª He; ה	Asiá; Mundo de la acción; Mundo físico-etérico	Maljút	Nukva Hembra Sejiná o Presencia.	Ben=52 יוד הה וו הה	Néfesh; Alma vital

Puesto que la descripción general de los mundos ya ha sido expuesta en otro lugar (Capítulo Primero. II) pasamos ahora a contemplarlos de forma esquemática desde distintos puntos de vista. Después desarrollaremos una teoría completa en relación con el Árbol de la Vida (simple y extendido) y en sus interacciones mutuas. Este aspecto es fundamental, pues nos permitirá clarificar el mapa que nos servirá de guía en nuestras exploraciones meditativas.

### **Ejemplo 1: Materia** (mundo de la física):

Asiá: Concreción material. Moléculas, átomos, partículas, Radiaciones.

Yetsirá: Configuración formativa. Mecánica cuántica, dualidad onda/corpúsculo, impacto del observador, principio de superposición.

Briá: Delimitación causativa (cualidad, esencia). Unificación de las fuerzas, estado supersimétrico, constantes universales, leyes de la física.

Atsilút: Más allá del origen. Vacío cuántico, fluctuaciones cuánticas dando lugar al Universo (Big Bang).

### **Ejemplo 2: Percepción del mundo** (filosofía):

Asiá: Mundo externo. Realismo ingenuo que propugna la objetividad sustancial de las cosas.

Yetsirá: La mente y sus contenidos. Determinación de nuestro conocimiento del mundo por las categorías de nuestro lenguaje y nuestro pensamiento. La descripción del mundo no es el mundo en sí. Procedimiento selectivo: la escalera de abstracción. Realidad relativa del mundo.

Briá: Mundo del ser. Cualidades. Mente pura previa a sus contenidos e “independiente” de estos. Pensamiento. Por encima del yo. No dual. Silencio.

Atsilút: Mundo Divino. Arquetipos insustanciales de la Mente Divina. Fundamento vacío, no ser, infinito, de absoluta libertad, sobre el que nada puede decirse.

**3. El Nombre de Dios:** Si bien se encuentran en una relación jerárquica de sutilidad, no podemos considerar que los mundos se hallan simplemente uno encima del otro, con fronteras claramente delimitadas entre sí. De hecho, los mundos se interpenetran, con amplias áreas de solape y comunicación. (Ver después).

La relación entre ellos se puede expresar metafóricamente como la de dos parejas de amantes:

1. Objetividad/Subjetividad, Hija/Hijo, Asiá/Yetsirá, letras He final y Vav del Tetragrámaton

2. Ser/No ser, Madre/Padre, Briá/Atsilút. Letras He y Yod. Pueden verse como objetividad absoluta y subjetividad absoluta. La conciencia es el vacío. Viene expresada por la siguiente ecuación: םׁ/Aní/yo = ׁׁ/Ayin/nada = 61 (identidad guemátrica).

Padre y Madre, Sabiduría y Entendimiento, se hallan siempre unidas al nivel de las funciones de la Mente Divina. Esta unión engendra el mundo de las formas y de los hechos. Cuando estos últimos se hallan propiamente unidos, entre sí y con los superiores, todo aparece formando un solo cuerpo, en la perfecta unidad del mundo sin principio ni fin del Infinito, el En Sof (5º Mundo).

Yod y Vav son los aspectos subjetivos, internos, de conciencia/energía.  
Las dos He's son los aspectos, manifestantes, limitantes, objetivos, femeninos.  
La primera He: Cualidad, esencia. La segunda He: Realización material.

Yod/He: conjunción superior.

Vav/He: conjunción inferior.

Hay pues dos unificaciones: “Él es Uno y su Nombre Uno”. Uno es  $\aleph$ /Ejad  
=13.  $13+13 = 26 = \aleph'$

Un solo Nombre en cuatro planos de manifestación. Es la cara visible del  
Inmanifestado. La Realidad es Una.

#### 4. Rostros de Dios. Corresponden a los submundos de Atsilút:

Asiá: Nukva (Hembra), Hija, Reina, Esposa, Shejiná, Javá (Eva)

Yetsirá: Hijo, Rey; Zer Anpin (Rostro menor), el Santo Bendito Sea, Adam.

Briá: Madre, Imma.

Atsilút: Padre, Abba.

5° Mundo: Arij Anpin (Rostro inmenso), Atika Kadisha (Santo Anciano).

El Hombre/Mujer llamado colectivamente Adam es separado en dos mitades: el polo subjetivo es llamado de nuevo Adam y el objetivo Javá (Eva), de la cual dice el Génesis que es la madre de todo viviente. Como consecuencia de la Caída se genera el Abismo que separa la Mente Divina (la polaridad Jojmá/Biná) de sus contrapartes proyectadas a la Creación. Dicho de otro modo, el Abismo separa el pensamiento Divino en sí de sus propios contenidos singularizados – como resaltando cada uno del conjunto – con lo que se crea una ilusión de identidad en cierto modo autónoma o separada. Este proceso tiene lugar en fases progresivas de diferenciación y diversificación crecientes.

**5. Alma.** El alma humana existe en todos los planos. Las partes del alma son las envolturas con que se reviste el rayo único de Luz Infinita en cada uno de los mundos.

En Asiá tenemos el **Néfesh**. Es el alma perceptiva, sensitiva, vegetativa. El cuerpo vital.

En *Yetsirá* tenemos el **Rúaj**. El alma racional, el asiento del Yo y de las facultades del juicio. Habitante de los llamados “cielos”.

En *Briá* tenemos la **Neshamá**. Es el alma espiritual, el cuerpo de pensamiento puro.

En *Atsilút* tenemos la **Jaiá**, que significa Vida. Vida en el sentido exaltado de Jojmá; vida superlativa, la verdadera vida, la vida en Dios, en el Espíritu.

El quinto nivel correspondería a la raíz, que sería la **Yejidá**. Proviene de la palabra Ejad (uno). Lo que nosotros traducimos como Chispa Divina. Es la raíz del alma en el EN SOF.

Los dos primeros niveles son personales, los dos últimos transpersonales. La Neshamá es el vínculo entre ambas, entre la conciencia personal (individual) y la conciencia transpersonal o conciencia cósmica. Al nivel de la Neshamá, que se corresponde con una conciencia tipo Briá, una persona conservaría el sentido intenso de su Yo como existente, mientras que al mismo tiempo se percibiría plenamente unida a toda la creación. La Neshamá es personal y transpersonal al tiempo.

## LOS MUNDOS EN EL ÁRBOL (ÁRBOL SIMPLE)

Como hemos dicho, los mundos no están situados uno encima del otro como si fueran los cuatro pisos de una casa, sino que se interpenetran entre sí. Se tienen entonces dos diagramas complementarios que vamos a estudiar sucesivamente: los Mundos en el Árbol (llamado Árbol simple) y el Árbol en los Mundos (llamado Árbol extendido). En el primero dividimos el Árbol en cuatro regiones que se solapan, cada una correspondiente a un mundo. En el segundo tenemos un Árbol de la Vida para cada mundo y especificamos sus relaciones mutuas.

En el Árbol simple trazamos cuatro círculos haciendo centro en las sefirot del Pilar del Medio. Cada círculo corresponde a un mundo. El radio del círculo es justamente la distancia entre dos sefirot consecutivas de esta columna central. Así, Kéter es el centro de Atsilút, Dáat el centro de Briá, Tiféret lo es de Yetsirá y Yesod de Asiá (ver figura).

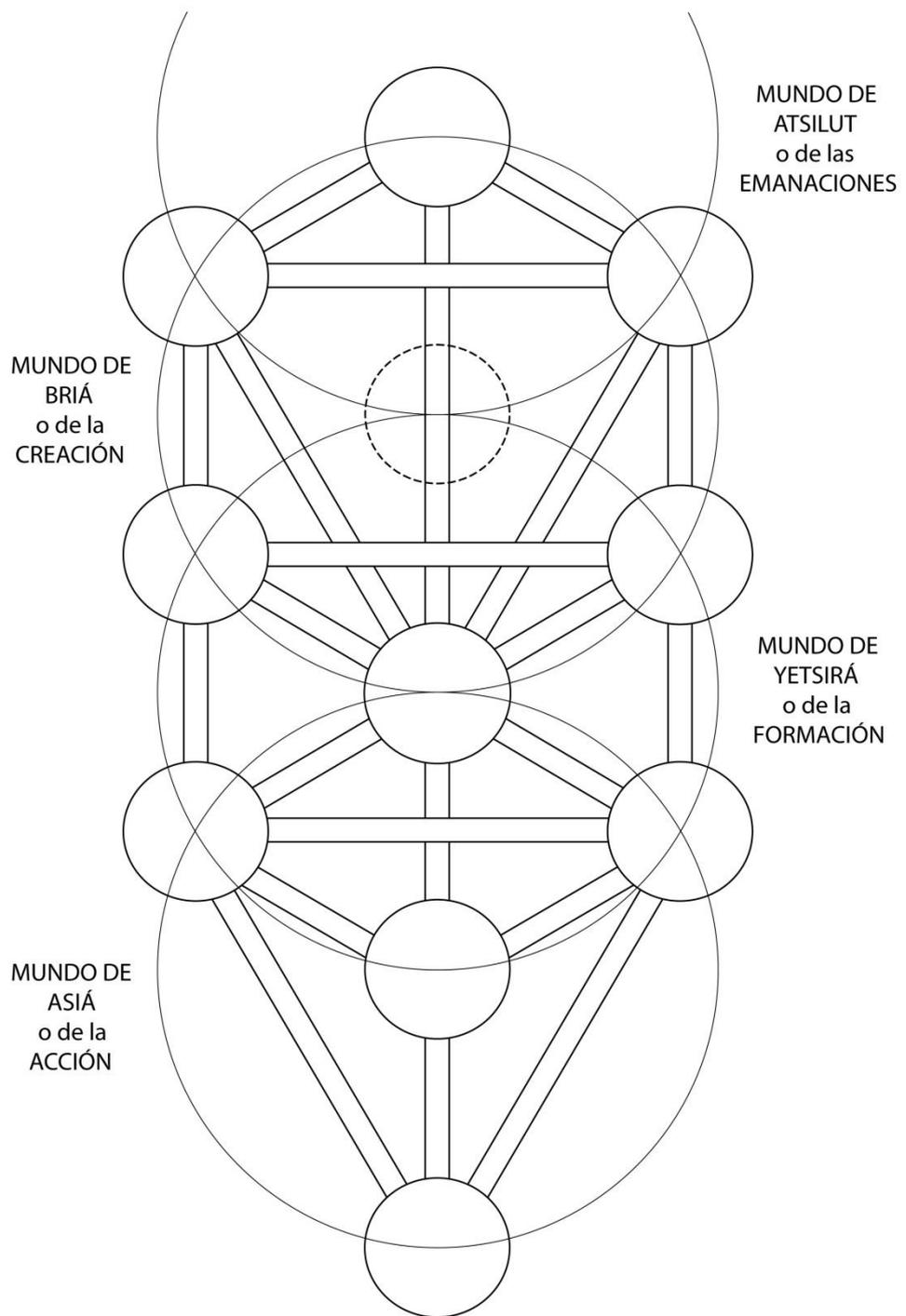
Yesod sería el centro del mundo de Asiá, que se extiende desde Maljút hasta Tiféret.

Tiféret sería el centro del mundo de Yetsirá, que se extiende desde Yesod hasta Dáat.

Dáat sería el centro del mundo de Briá, que se extiende desde Tiféret hasta Kéter.

Kéter sería el centro del mundo de Atsilút, del cual solamente dibujamos una semicircunferencia hasta Dáat.

Un primer concepto fundamental es el de que los mundos no son niveles ajenos unos a otros sino que hay zonas que participan de ambos mundos



LOS MUNDOS EN EL ÁRBOL

**Comentarios:**

**Asiá**

El centro del mundo de **Asiá** no es Maljút, sino Yesod, en donde se encuentra la “imagen del mundo”. Por eso decimos que para hacer algo en Maljút hay que actuar en Yesod. En Yesod, es donde se realiza la siembra y en Maljút es donde se recibe la

cosecha. Yesod es, por así decir, el corazón de este mundo que se corresponde con el llamado rostro inferior del Árbol de la Vida; es decir, en cierto modo, Yesod es Tiféret mirando hacia abajo.

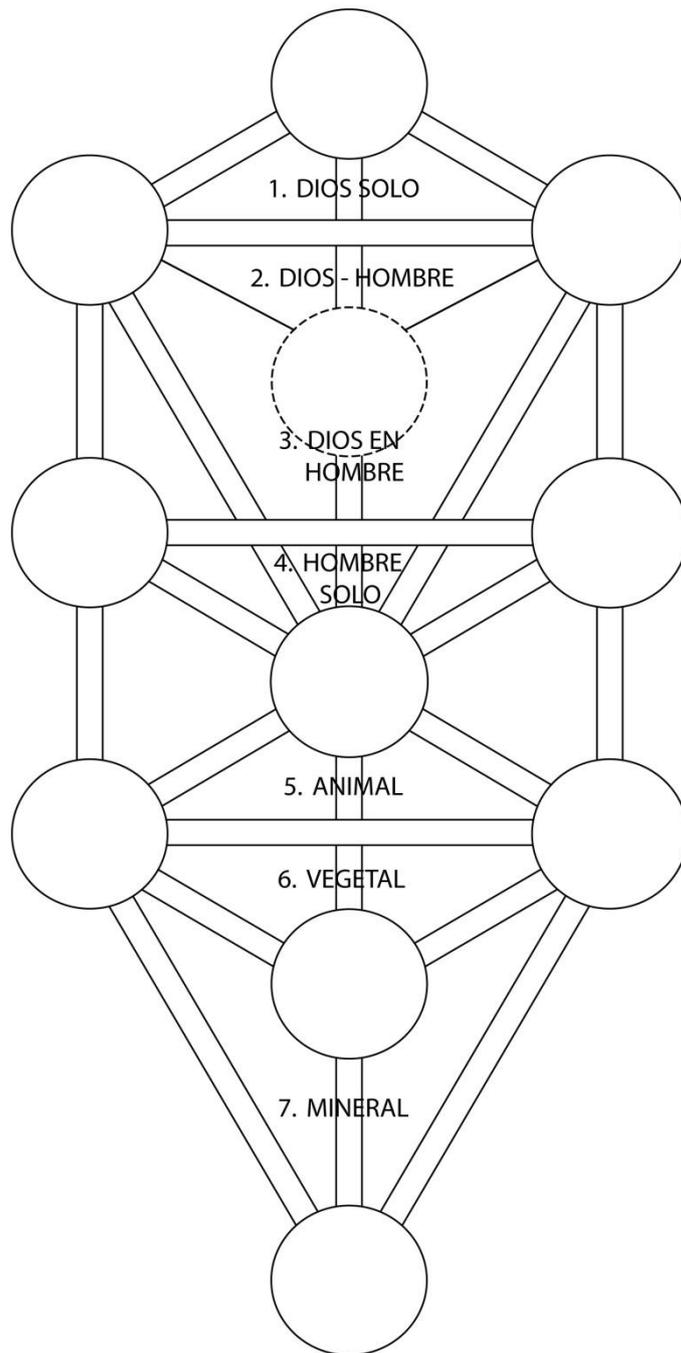
Yesod es el receptáculo de todas las emanaciones del Árbol de la Vida en conjunto. Éstas toman forma en Yesod antes de suceder en Maljút. Y como Yesod es de la naturaleza de la imaginación creativa, si queremos obtener algo en Maljút lo que creamos es una imagen, una forma-pensamiento.

Este mundo consta de Maljút, Yesod, Hod, Nétsaj y Tiféret. En Yesod tenemos la imaginación creativa; en Hod tenemos las ideas. La forma la creamos en Hod y esa forma se energiza en Nétsaj, las emociones. Por eso hay que desear, hay que sentir para obtener algo; si no, no conseguimos nada, las energías son como una nube que se disuelve. Sin embargo, un pensamiento energizado tiende a buscar su expresión en Maljút, porque todo tiende a Maljút ya que es el estado de mínima energía potencial. Es decir, todo tiende a hacerse actual en Maljút que es donde las cosas alcanzan estabilidad. Y en el circuito, el interruptor de la corriente es Tiféret. El que en última instancia dice Sí o No es Tiféret, el arco superior de este mundo, porque él es el que conecta con los planos superiores que son los verdaderamente causales.

El círculo de Asiá corresponde al mundo de la personalidad, también centrado en Yesod, en el ego psicológico, por una parte el centro de nuestras representaciones conscientes y por otra el filtro o mecanismo censor entre las partes consciente y subconsciente. Porque sabemos que la psique yesódica se halla dividida entre ambas, siendo la frontera una membrana permeable en ambos sentidos. Más que de membrana habría que hablar de velo o cortina que puede descorrerse. El trabajo de la personalidad se realiza así desde Yesod y para equilibrar a Yesod necesitamos a Tiféret, porque Yesod es una sefirá inestable.

El mundo de Asiá comprende las tríadas del mundo natural (ver cap I): La tríada animal (Tiféret-Nétsaj-Hod), la tríada vegetal (Nétsaj-Hod-Yesod) y la tríada mineral (Nétsaj-Hod-Maljút). Yesod, centro del instinto y de los procesos automáticos (subconscientes) garantiza su estabilidad con su esquema de organización orgánica. En el ser humano, Yesod es el asiento del Néfesh, el alma vital, sensitiva, que se extiende desde Maljút hasta tocar Tiféret, lo que le da un grado de identidad, siendo Nétsaj y Hod sus polaridades fuerza y forma respectivamente.

La estructura de este mundo es un cuaternario relacionado con los elementos (tiene forma de cruz): Maljút-Tierra, Hod-Aire, Nétsaj-Agua, Tiféret-Fuego y Yesod-Éter. Estamos mirando las sefirot contempladas desde el mundo de Asiá. El éter de Yesod es lo que le da la pauta, la estructura, el significado.



TRÍADAS O TRIÁNGULOS INTERNOS

## LAS TRÍADAS

Sefirot	Tríada	Nivel de conciencia
1. Kéter – Jojmá – Biná:	<b>DIOS SOLO.</b>	DEIDAD
2. Jojmá – Biná – Daát:	<b>DIOS HOMBRE.</b>	CONCIENCIA CÓSMICA
3. Jojmá – Biná – Tiféret:	<b>DIOS EN HOMBRE.</b>	CONCIENCIA ILUMINADA
4. Jésed – Guevurá – Tiféret:	<b>HOMBRE SOLO.</b>	VIGILIA (plenamente despierto)
5. Tiféret – Nétsaj – Hod:	<b>ANIMAL.</b>	DESPERTAR (duermevela)
6. Nétsaj – Hod – Yesod:	<b>VEGETAL.</b>	SOÑAR
7. Nétsaj – Hod – Maljút:	<b>MINERAL.</b>	DORMIR

A cada tríada le corresponde, además, uno de los centros psicofísicos del cuerpo etérico, de la siguiente manera:

1. DIOS SOLO	Cabeza
2. DIOS HOMBRE	Frente
3. DIOS EN HOMBRE	Garganta
4. HOMBRE SOLO	Corazón
5. ANIMAL	Ombliigo
6. VEGETAL	Sacro
7. MINERAL	Base de la columna

Para un ser elemental lo más importante es llegar a su Kéter personal que es Tiféret. Los elementales – evolución no humana del mundo de Asiá – conforman nuestra naturaleza (aire-mente, agua-emoción...). Nosotros nos convertimos en iniciadores e iluminadores de nuestros propios elementales porque podemos llegar a Tiféret y, de ese modo, ellos pueden tomar conciencia de Tiféret; así les construimos un vínculo con el mundo espiritual.

Desde el punto de vista general de los mundos los humanos somos en este momento la evolución superior del planeta Tierra. Nos servimos de él, pero tenemos también una gran responsabilidad más allá de la de asegurar nuestra propia supervivencia como especie. Es el ser humano el que está dirigiendo la evolución de la Tierra bajo la guía arcangélica y la de otros poderes.

Aparte del propio karma individual (Tikún) todos tenemos un karma colectivo (Tikún Olam) que es también ineludible. Esto se refiere a la tarea a realizar tanto en relación de unos seres humanos para con otros, como respecto al resto de las evoluciones que comparten con nosotros este lugar y por extensión el mundo de Asiá. Es nuestra responsabilidad elevar las esferas de este mundo.

### **Yetsirá**

El círculo de este mundo está centrado en Tiféret y consta además de Yesod, Hod, Guevurá, Dáat, Jésed, Nétsaj. No llega, sin embargo, a Maljút por lo que Yetsirá necesita a Yesod para alcanzar a Maljút.

En general, Yetsirá es el mundo de la psique, centrado en el arquetipo self o sí mismo.

Si Asiá es la personalidad a Yetsirá le corresponde la individualidad, el núcleo o esencia de la identidad individual, por un lado, y la totalidad integrada de su ser psicológico, por otro. Ambas, personalidad e individualidad, presentan regiones

comunes y, con frecuencia, difíciles de distinguir o discriminar. Ello está representado por el solape que se da entre la parte inferior de Yetsirá y la superior de Asiá; es decir, tanto la tríada vegetal (Nétsaj-Hod-Yesod) como la animal (Tiféret-Nétsaj-Hod) tienen presencia en ambos mundos. También hay una región de la tríada mineral común. Es el solape entre la mente y el cuerpo que son así dos caras de la misma realidad.

Vemos en el diagrama que Tiféret toca tres mundos. Es el vértice superior de Asiá, el centro de Yetsirá y el vértice inferior del mundo de Briá. Como toca el mundo de Briá participa del puro Ser; por eso en Tiféret se dice que se “es” plenamente. Es decir, la sensación de ser que se tiene en Tiféret es mucho mayor, más auténtica, que la que se tenía antes de alcanzar esa sefirá, porque Tiféret es la entrada al mundo de Briá.

El solape de Yetsirá con el mundo de Briá comprende la tríada Hombre Solo (Jésed-Guevurá-Tiféret) y parte de la tríada Dios en Hombre (Jojmá-Biná-Tiféret). La primera constituye el despliegue de la individualidad, y por tanto la autorrealización del individuo. El fragmento de tríada Dios en Hombre trabaja lo que se llama la construcción de la Merkabá, el carro espiritual yetsirático/briático que se desarrolla para poder cruzar el Abismo a través de la puerta de Dáat, punto más elevado del mundo de Yetsirá.

La estructura de este mundo es una estrella de David, un hexagrama con Tiféret en el centro (seis más el centro). Este es el arquetipo de los distintos septenarios.

## **Briá**

Su centro es Dáat, Conocimiento. Como punto más alto de Yetsirá, constituye el arco superior del conocimiento de uno mismo. Por eso decimos que este punto es la frontera entre la parte personal y la transpersonal. Como siempre, esta frontera no es un límite fijo, sino que tiene como una serie de franjas que participan de Briá y de Yetsirá.

Es interesante comprobar que el centro del mundo del Ser es Dáat, la sefirá invisible, que de hecho no es. Así, en el centro del mundo del Ser está el No Ser. He aquí un alegato a favor de la insustancialidad o realidad relativa. También nos muestra que la esencia de la realidad es conocimiento, que es un hecho de la conciencia.

Es en Dáat donde el ser emerge con la divinidad porque en este punto se abre Atsilút. Y el camino a través del arco inferior de Atsilút es la noche oscura del espíritu, el bitul, el anonadamiento, el negarse a uno mismo, la falta de existencia inherente, el vacío.

La existencia del abismo hace que no haya un sendero desde Guevurá a Jojmá o de Jésed a Biná.

La estructura geométrica de este mundo es también hexagramática, abracando Kéter, Jojmá, Biná, Jésed, Guevurá y Tiféret, solo que, a diferencia del anterior hexagrama tiferético, el centro está abierto.

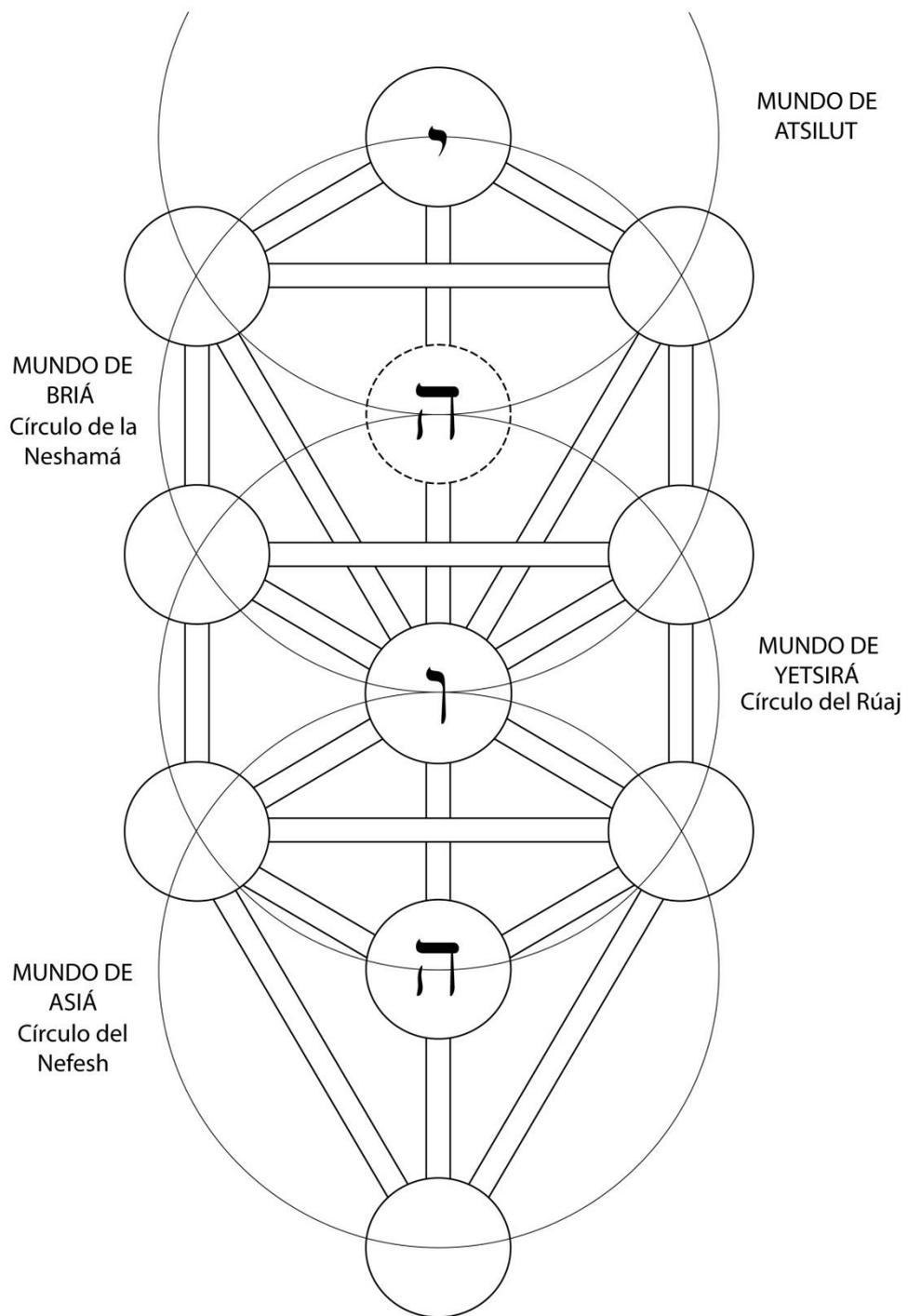
## **Atsilút**

Es el mundo centrado en Kéter compuesto por los tres supremos, Kéter, Jojmá y Biná, y llegando hasta Dáat. Abarca así las Tríadas Dios Solo y Dios Hombre. Sólo la persona que abre Dáat tiene así un contacto directo con la Divinidad.

La estructura de este mundo es triangular, o, también, un triángulo que se desarrolla en un cuadrilátero, según se considere a Dáat. Tenemos así el par Dios y la Creación, sintetizada ésta última en Dáat.

El cuatro es el principio de la manifestación. Como consecuencia de la irradiación constante de Luz Infinita de la Corona/Kéter, la primera dualidad de Fuerza/Joimá y Forma/Biná – el principio de la conciencia/energía (Joimá) y el de su despliegue u organización (Biná) – deviene en una nueva configuración dual: un interior y un exterior, una subjetividad y una objetividad, en principio unificadas en un estado todavía ideal de relativa inconsciencia recíproca de su diferencia.

Ese estado es llamado Dáat, Conocimiento, el fruto que es posteriormente dividido en conocedor (sujeto), conocido (objeto) y el tercer término de interacción: el acto de conocimiento. El proceso de división de esta terna recibe en Cábala el nombre de “La Caída del Hombre” y está alegóricamente descrito en los capítulos dos y tres del Génesis.



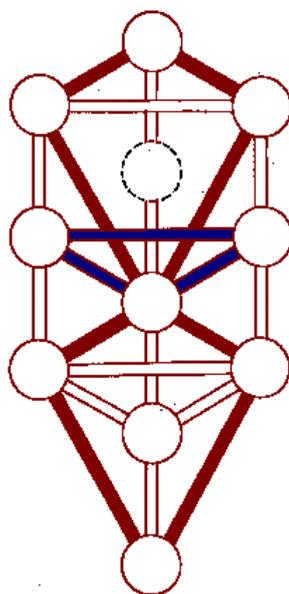
LOS MUNDOS EN EL ÁRBOL

## EL ÁRBOL EN LOS MUNDOS (ÁRBOL EXTENDIDO)

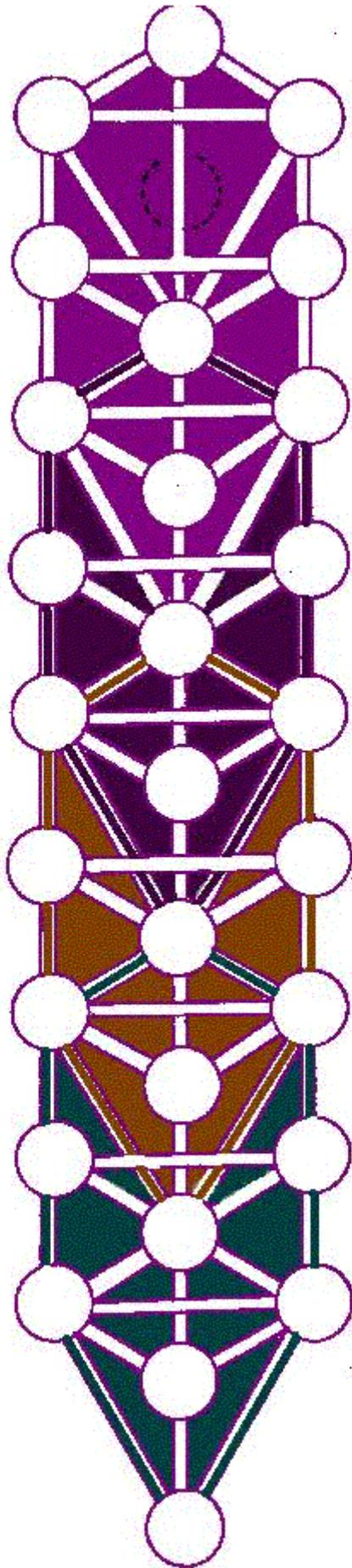
Se trata de un mapa complementario con el anterior (Los mundos en el Árbol) Ahora consideramos que dentro de cada mundo hay un Árbol de la Vida completo. Tenemos así el Árbol de Asiá, de Yetsirá, de Briá y de Atsilút.

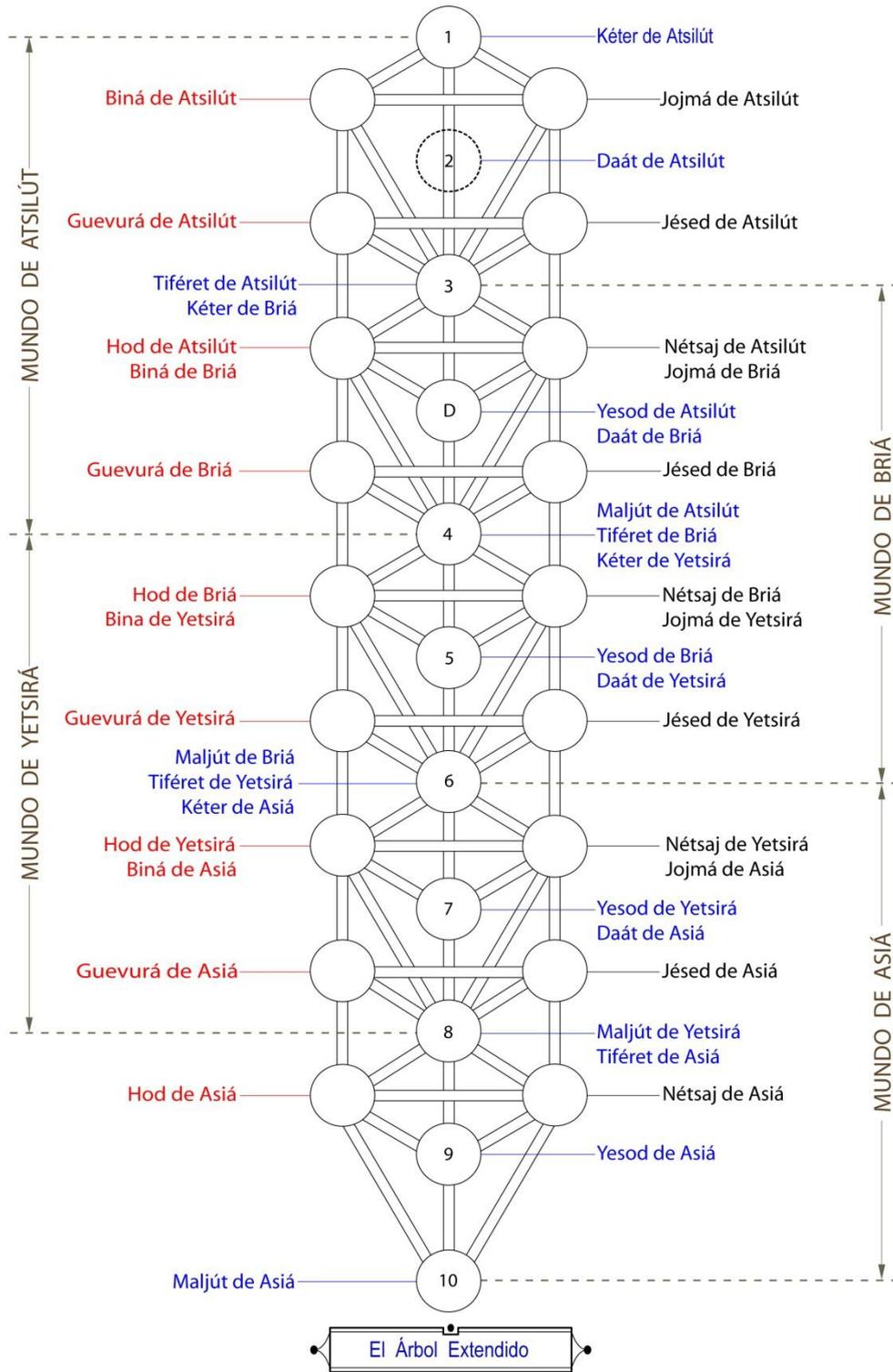
¿Cómo se relacionan entre sí? Interpenetrándose, de modo que la parte superior de un mundo se solapa con la parte inferior del inmediatamente anterior

En general, si nos fijamos en el diseño del Árbol vemos que tiene dos rostros que son asimétricos. La forma semeja a dos cometas añadiendo el triángulo de Hombre Solo (Jésed-Guevurá-Tiféret).



Hablamos, así, de un rostro superior y un rostro inferior (no confundir con los Rostros Divinos o Partsufim en el sentido utilizado antes). En el Árbol extendido lo que hacemos es coincidir el rostro inferior de un mundo con el superior del inmediatamente inferior, con lo que se obtiene el siguiente diagrama:





¿Cómo se dibuja un Árbol extendido?

1. Se dibuja 11 sefirot en el pilar del medio y 9 a cada lado.
2. Se dibujan 5 rostros (tienen forma de cometa). Siempre queda una esfera en medio.
3. Ahora se dibujan las tríadas Jésed-Guevurá-Tiféret (Hombre Solo) de cada mundo.
4. Se dibujan los senderos internos de los rostros. Nétsaj-Hod-Yesod y Tiféret-Yesod-Maljút.
5. Se dibujan los senderos de los pilares laterales.

Además de los cuatro Árboles (1 por cada mundo) se tiene un quinto Árbol constituido por las sefirot del pilar central. Hay en él 11 sefirot que aparecen numeradas en el dibujo: 1-Kéter, 2-Jojmá, 3-Biná, D-Dáat, 4-Jésed, 5-Guevurá, 6-Tiféret, 7-Nétsaj, 8-Hod, 9-Yesod y 10-Maljút.

Y si contamos como sefirot los 3 velos de la existencia negativa (Ayin, En Sof, En Sof Or) tenemos en total 32 sefirot en total:  $11+9+9+3$ .

Se obtiene así un mapa de la conciencia, de la manifestación, etc., que vamos a comprobar que se muestra bastante detallado.

### **Leyes fundamentales:**

Observando los diagramas anteriores deducimos lo siguiente:

#### **1. Dáat de un mundo es Yesod del mundo superior.**

Por eso a Dáat se le llama la puerta de los mundos; es decir, se pasa de un mundo a otro por la puerta de Dáat. Esto significa que el conocimiento (Dáat) en un mundo crea una imagen que constituye el fundamento (Yesod) para entrar y operar en el mundo superior. Hablamos de conocimiento de un mundo en el sentido de experiencia de todas las facetas de ese mundo, y ese conocimiento cristaliza en una imagen que opera como fundamento para el mundo siguiente.

Por ejemplo en Asiá: Cuando tenemos conocimiento de nuestra existencia corporal, éste cristaliza en una imagen de nosotros mismos como corpóreos, la cual es el fundamento sobre el que se construye después el ego para operar en el mundo superior, Yetsirá. La imagen corporal se crea con todas las experiencias que hemos tenido de y con nuestro cuerpo a lo largo de toda nuestra vida (principalmente en la primera infancia).

#### **2. Nétsaj de un mundo es Jojmá del inmediatamente inferior y viceversa: Jojmá de un mundo es Nétsaj del inmediatamente superior. Hod de un mundo es Biná del inmediatamente inferior y viceversa: Biná de un mundo es Hod del inmediatamente superior.**

El Biná de Asiá es entendimiento del mundo material y eso se consigue mediante el Hod de Yetsirá; es decir, el intelecto. Para entender algo en Asiá hay que usar el intelecto, analizar.

Igualmente, en las emociones (Nétsaj) se halla contenida una sabiduría (Jojmá) espontánea, inmediata. Las emociones nos proporcionan una experiencia global, sintética, de las situaciones.

- 3. Tiféret de un mundo es Maljút de uno superior y Kéter de uno inferior. Esta confluencia de tres mundos sucede en dos puntos: Tiféret de Yetsirá=Kéter de Asiá=Maljút de Briá; Tiféret de Briá=Kéter de Yetsirá=Maljút de Atsilút. Confluencia de dos mundos tenemos en: Tiféret de Atsilút=Kéter de Briá y Tiféret de Asiá=Maljút de Yetsirá.**

Maljút de Yetsirá es el cuerpo=Tiféret de Asiá que es el Sistema Nervioso Central. El cerebro y el SNC son el filtro por el que todas las experiencias yetsiráicas pasan al mundo de Asiá. O toda experiencia de Asiá nos viene al mundo de Yetsirá filtrada por los sentidos y por el SNC del individuo.

Tiféret de Yetsirá=Kéter de Asiá=Maljút de Briá. Éste es el punto del self del individuo (número 6 también del quinto árbol central). Como Maljút del mundo de Briá, el self es la parte más densa de ese mundo, el mundo del puro ser. Comprendemos entonces por qué el verdadero ser empieza en el self, un punto en el que, hemos dicho, se siente que se “es” verdaderamente.

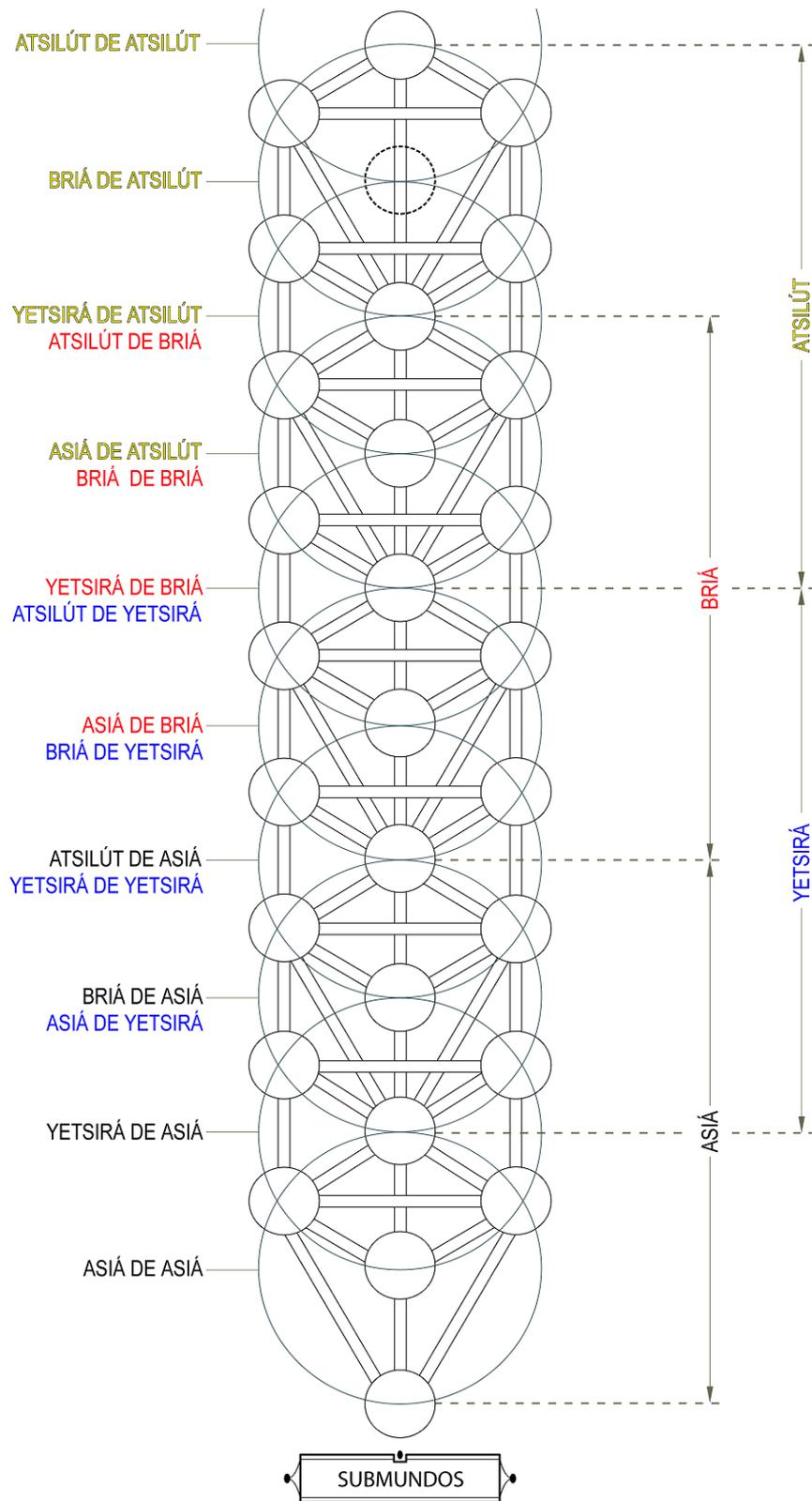
El equivalente analógico del cuerpo en el mundo de Briá es el self, que al mismo tiempo es el centro del mundo de Yetsirá. Y el mundo de Yetsirá es el mundo de todos los contenidos psíquicos del individuo. Entonces el self es el centro real de la psique. Es el centro en medio de las condiciones. El punto de equilibrio. Por eso no es posible llegar a Tiféret si la energía no se extiende por todo el ser interno del individuo, es decir, si no se actualiza en su conciencia la totalidad de sí mismo. Tiféret es la integración.

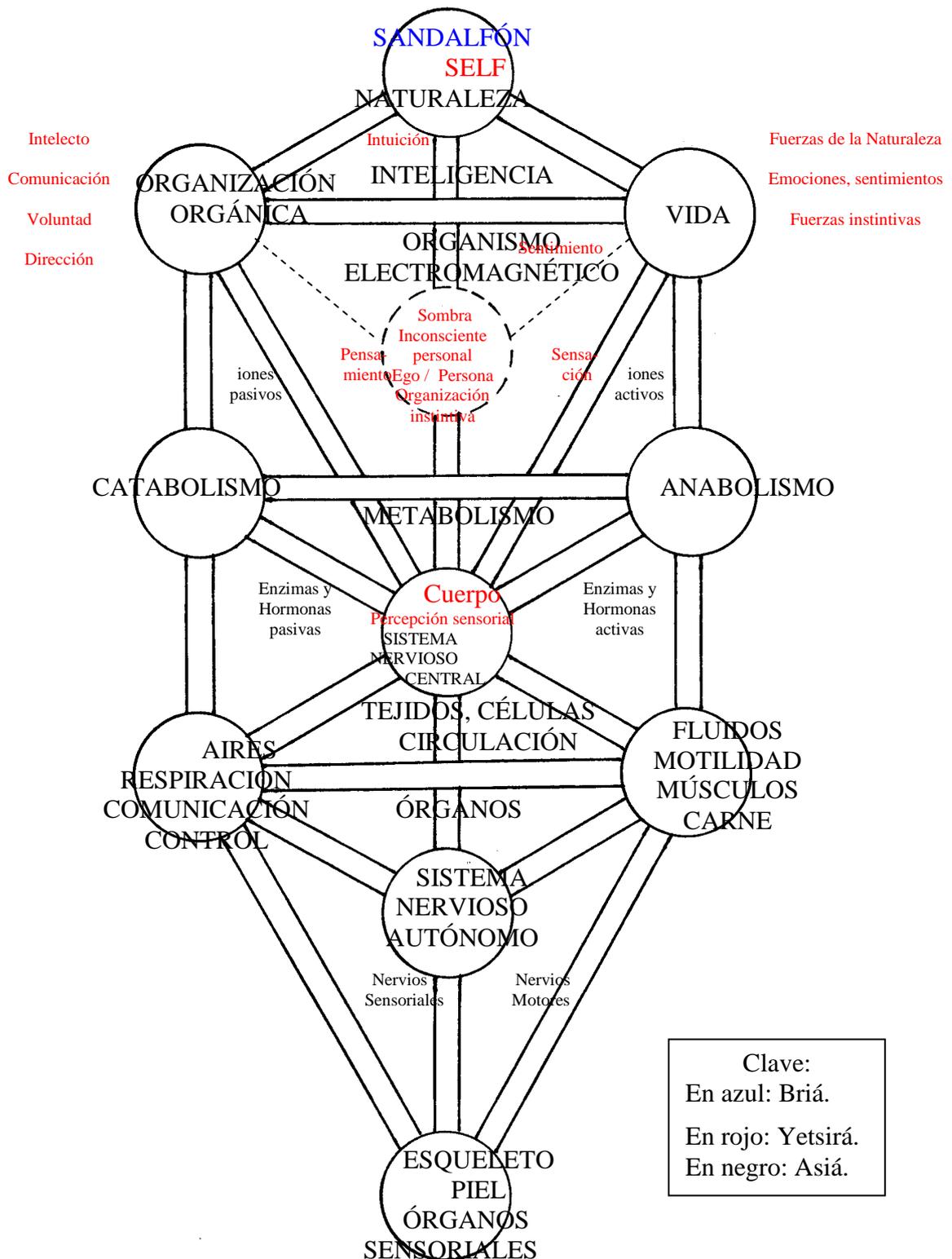
Y el self es también el Kéter del mundo de Asiá porque es el punto en el que verdaderamente se genera la experiencia del mundo. En este punto nos damos cuenta de que empezamos a ser verdaderamente los creadores de nuestro mundo personal.

### **Correspondencias**

Dentro de cada mundo también existen los cuatro mundos. Si juntamos el diagrama del Árbol extendido con el diagrama de los mundos en cada Árbol (Árbol simple), dentro de cada uno de los Árboles podemos considerar a su vez los cuatro mundos como formando SUBMUNDOS dentro de él. (Ver figura).

Veámoslo detalladamente:





ÁRBOL EN ASIÁ.  
 Correspondencias funcionales microcósmicas

## **Asiá**

Asiá de Asiá (el rostro inferior del mundo de Asiá). Centrado en el Yesod (punto 9) del quinto Árbol central. Es la parte más material, corpórea o física del esquema. Así, su correspondencia fundamental es Materia/Elementos/Tierra (planeta). Fuego/Tiféret; Agua/Nétsaj; Aire/Hod; Tierra/Maljút y Éter/Yesod en el centro. En el cuerpo humano, esencialmente se corresponde con los elementos que lo componen y con la forma externa.

Yetsirá de Asiá (el hexagrama planetario en Asiá). Centrado en el Hod (punto 8) del quinto Árbol central. Tenemos, por tanto, las correspondencias planetarias: Luna en Yesod, Mercurio en Hod, Venus en Nétsaj, Sol en Tiféret, Marte en Guevurá, Júpiter en Jésed, Saturno en Dáat.

En el cuerpo humano tenemos la forma corpórea en sí:

1. Tríada Animal=Hod-Nétsaj-Tiféret=Tejidos
2. Tríada Vegetal=Hod-Nétsaj-Yesod=Órganos.
3. Tríada Hombre Solo=Jésed-Guevurá-Tiféret=Metabolismo. El dominio químico de la energética del cuerpo.

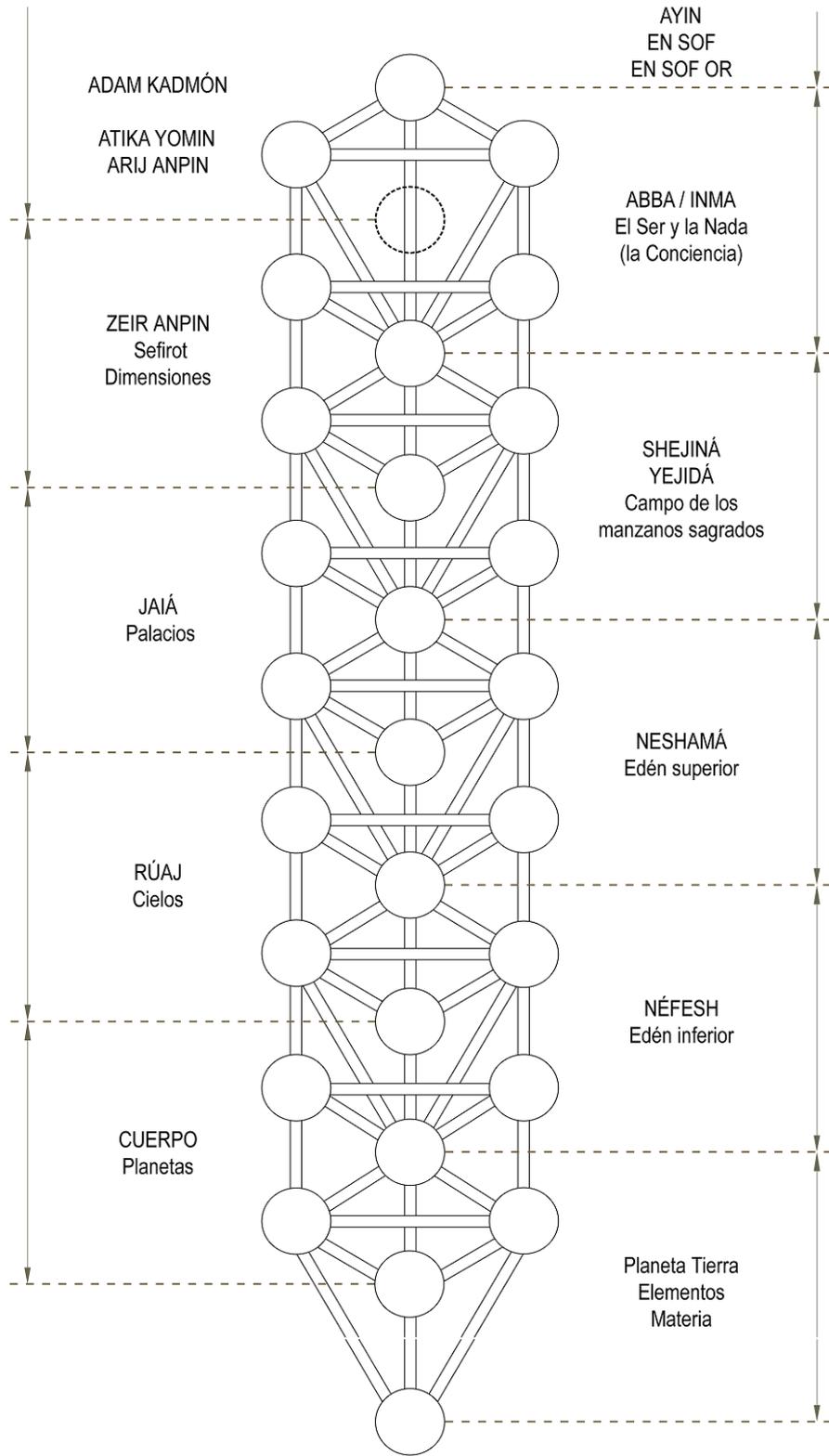
Briá de Asiá=Asiá de Yetsirá. Centrado en el Nétsaj (punto 7) del quinto Árbol central. Macrocósmicamente corresponde a la relación del sistema solar con el Universo, desde la Galaxia y a través del Zodíaco Sideral y de otras formaciones de la esfera celeste en general. Para el ser humano particularmente relevante es la tríada Dios En Hombre = Jojmá-Biná-Dáat = Tríada electromagnética, donde se ubica no sólo la electricidad en sí del organismo físico, sino también el llamado cuerpo sutil. Este submundo contiene también las tríadas Dios Hombre y Dios Solo de Asiá. Cabe decir que en el individuo son el asiento del cuerpo vital, el arco superior del néfesh. Determinan sus campos aurales y su entronque con la vitalidad en general y los principios generales de la naturaleza. Es de notar su solape con el arco inferior del rúaj (la psicología de la personalidad), siendo el néfesh el submundo Asiá de Yetsirá.

Atsilút de Asiá, centrado en el Tiféret (punto 6) del quinto Árbol central, se solapa con Yetsirá de Yetsirá, y se verá desde esa óptica.

Lo fundamental es percibir la Realidad como una continuidad, aunque haya distintos planos de manifestación. Por ejemplo, hacemos corresponder estados mentales con los distintos cielos, que experimentamos en este cuerpo a través de los estados psíquicos o psicofísicos. Cuando morimos o soñamos los vemos como una realidad objetiva y por tanto como un medio ambiente externo. Lo mismo cabe decir de los Palacios de Briá. Todo está interconectado.

Hay una continuidad, por ejemplo, entre el yo psicológico y el yo arquetípico que llamamos el Mesías (masiaj), el ungido, el yo superior, la Shejiná, el Adonai (punto 4=Jésed de nuestro quinto Árbol). Es el Maljút de Atsilút=Kéter de Yetsirá=Tiféret de Briá. Es el yo superior porque es el que proyecta la forma, toda la forma personal (Kéter de Yetsirá), el propio mundo psíquico y todo el mundo interno personal. Y al mismo tiempo es el centro de Briá, el centro real del propio ser.

Y la misma continuidad, a otro nivel, se da con el llamado Rostro Menor de Dios (Zeir Anpin). Es el siguiente Tiféret. Es el punto del Self divino, el Tetragrama, la omnisciencia. Es el equivalente al self briático, pero en el mundo de Atsilút.



SEFIROT					
1. Ayin					Yod
2. En Sof					He
3. Or En Sof					Vav
<b>4. Kéter de Atsilut</b>	Eheieh	Adón = Ain = Aní Omeq Rom = profundidad del Arriba Yod	Ain Eheieh Ejad Hu	Estado último Infinito Unidad de vacío y de forma	He
5. Jojmá de Atsilut	Yah	Yajid = 32 Omeq Reshit = Profundidad del Principio Yod He	Dios oculto vacío Energía Divina Fuente inextinguible Y/YH/YHV/ YHVH		Yod
6. Biná de Atsilut	YHVH Elohim	Amén = 91 = El Mélej Neemán Omeq Ajarit = Profundidad del Fin. Yod He Vav	Dios manifestado Lleno Palacio Mi bara Eleh Elohim		He
<b>7. Dáat de Atsilut</b>	Elión	Yod He Vav YHVH (Omeq Rom = profundidad del Arriba)	Divina Unión	Sustrato final carente de forma	
8. Jésed de Atsilut	El	Omeq Tov = Profundidad del Bien	Amor de Dios		
9. Guevurá de Atsilut	Elohim Guibor	Omeq Ra = Profundidad del Mal	Poder de Dios		
<b>10. Tiféret de Ats/ Kéter de Briá.</b>	YHVH Eloah Vadáat Metatrón	HaShem: YHVH Omeq Darom = Profundidad del Sur. Yod Vav He	YHVH Omnisciencia Atá Voz	Dios final Self Divino Causal superior	Vav
11. Nétsaj de Ats/ Jojmá de Briá.	YHVH Tsebaot Raziel	Omeq Maarab = Profundidad del Oeste Vav He Yod	Victoria de Dios		
12. Hod de Ats./ Biná de Briá	Elohim Tsebaot Tsafquiel	Omeq Mizraj = Profundidad del Este. Vav Yod He	Gloria de Dios		
<b>13. Yesod de Ats./ Dáat de Briá.</b>	Shadai El Jai	Omeq Tajat = Profundidad del Abajo He Yod Vav Heijal Kódesh HaKodashim = Palacio del Santo de los Santos.	Aliento Shadai El Jai Rúaj Elohim Jayim	Yo Divino Chispa Divina Causal inferior	
14. Jésed de Briá	Tsadquiel	Heijal Ahebá = Palacio del Amor	Cosmos Gracia, Inmanencia		
15. Guevurá de Briá.	Kamael	Heijal Zejut = Palacio del Mérito.	Caos Juicio Trascendencia		
<b>16. Maljút de Ats/ Tiféret de Briá/ Kéter de Yetsirá.</b>	Adonai HaÁrets Mijael Jaiot HaKódesh	Omeq Tsafón = Profundidad del Norte. He Vav Yod Heijal Ratsón = Palacio de la Voluntad.	Aní Yo Superior Luz Boca Palabra Shejiná Adonai Ungido	Yo arquetípico transpersonal Neshamá suprema sutil superior	He
17. Nétsaj de Briá/ Jojmá de Yetsirá	Haniel Ofanim	Heijal Nóga = Palacio del Resplandor.	Sabiduría Arquetipos Cósmicos		
18. Hod de Briá/ Biná de Yetsirá.	Rafael Erelim	Heijal Etsem HaShamaim = Palacio de la esencia del Cielo	Entendimiento Ideas matrices		

<b>19. Yesod de Briá/ Dáat de Yetsirá</b>	Gabriel	Heijal Livnat HaSapir = Palacio del Pavimento de Zafiro Arabot	Inconsciente colectivo Rúaj Hakódesh	Yo espiritual simbólico psíquico Self guía sutil inferior	
20. Jésed de Yetsirá.	Jashmalim	Majón	Expansión Deseo dar Energía psíquica positiva		
21. Guevurá de Yetsirá.	Serafim	Ma'ón	Contracción Deseo de Recibir Energía psíquica negativa		
<b>22 Maljút de Briá/ Tiféret de Yets/ Kéter de Asiá.</b>	Sandalfon Uriel Malajim	Zebul	Adam Self Naturaleza	Yo real, existencial Self centauro	
23. Nétsaj de Yetsirá/ Jojmá de Asiá	Elohim	Shejakim	Emociones Vida Fuerzas de la Naturaleza		
24. Hod de Yetsirá/ Biná de Asiá.	Bene Elohim	Raquía	Voluntad intelecto Comunicación Organización orgánica		
<b>25. Yesod de Yetsirá/ Dáat de Asiá.</b>	Kerubim	Vilón Shabatai	Ego Sombra Persona instinto imaginación	Yo mental Ego	
26. Jésed de Asiá.		Tsedeq	Anabolismo		
27. Guevurá de Asiá.		Maadim	Catabolismo		
<b>28. Maljút de Yetsirá/ Tiféret de Asiá.</b>	Ishim	Shemesh	Cuerpo Sistema nervioso central	Yo corpóreo	
29. Nétsaj de Asiá.		Nóga	Motilidad Músculos		
30. Hod de Asiá.		Kojab	Comunicación Control Respiración		
<b>31. Yesod de Asiá.</b>		Lebaná	Sistema nervioso autónomo	Yo tifónico	
<b>32. Maljút de Asiá.</b>		Arets	Piel Esqueleto Órganos sensoriales	Yo urobórico Pleroma	

## Yetsirá

Teniendo en cuenta las correspondencias básicas de Asiá y el solape entre rostros, hay que razonar que los mismos elementos desempeñarán una función análoga o similar, solo que en un mundo diferente. Este es un principio general de interpretación, según el famoso aforismo hermético: Como es abajo es arriba, aunque de otra manera.

El Maljút de Yetsirá es el cuerpo como conjunto, como forma global. Se solapa con el sistema nervioso central de Asiá que es, en ese sentido, la vía de unión entre el ser psíquico y el ser corpóreo. Es en la parte electromagnética (Briá) de Asiá – tríadas Dios en Hombre y superiores de Asiá – que corresponde al submundo Asiá de Yetsirá, en donde buscamos la personalidad del individuo en Yetsirá. Es la provincia de la conciencia egoica, el sentido del yo como ubicado en un lugar, en el espacio y en el tiempo. Así:

Dáat de Asiá = Yesod de Yetsirá = Ego, Consciente/Inconsciente, Imaginación.

Tiféret de Asiá = Maljút de Yetsirá = Conciencia del cuerpo.  
Biná de Asiá = Hod de Yetsirá= Entendimiento – Intelecto.  
Jojmá de Asiá = Nétsaj de Yetsirá = Sabiduría – Emociones.  
Kéter de Asiá = Tiféret de Yetsirá = Self, corona, punto creativo en Asiá.

En cuanto a su estructura, como análogo al rostro inferior de Asiá, este submundo corresponde al círculo elemental en el mundo de Yetsirá:  
Fuego/Tiféret/intuición/self;  
Agua/Nétsaj/emociones;  
Aire/Hod/pensamiento;  
Tierra/Maljút/sensación;  
y en el centro Éter/Yesod/ego/imaginación.

Llamamos a este submundo círculo de la personalidad. Personalidad como vehículo externo de la encarnación del individuo en esta vida. En otro lenguaje se denomina el Néfesh (Asiá de Yetsirá). El vehículo interno, por así decir, de la encarnación recibe el nombre de individualidad. Es el Rúaj (Yetsirá de Yetsirá). Tiene con el Néfesh amplias áreas de solape. En particular, las tríadas vegetal y animal de Yetsirá.

El ego – elemento integrador de este círculo – es el filtro/umbral entre lo que es consciente y subconsciente y corresponde a Yesod. En particular, sobre él impactan los arquetipos de la personalidad que se mueven por la tríada vegetal de Yetsirá: Hod-Nétsaj=ánima/ánimus; Yesod-Hod=persona; Yesod-Nétsaj=sombra; por supuesto, Tiféret=Self.

No quiere decir que todo lo relativo los arquetipos esté exclusivamente en este lugar. Lo dicho se entiende desde el punto de vista del ego yesódico. A un nivel superior, los arquetipos son la plasmación de las polaridades cruzadas del Árbol de la Vida, tal como vienen representadas por el caduceo y añadiendo los senderos horizontales entre los pilares del Árbol.

El ego, con su parte consciente y con su parte subconsciente, con su luz y su sombra, está en medio de las cuatro tríadas laterales que recubren este submundo y que corresponden a las funciones psicológicas de Jung, las funciones de orientación consciente. (Antes las hemos asignado a las cuatro sefirot que rodean a Yesod. En realidad su dinámica global se entiende mejor extendiéndolas en estas tríadas). Así:

- 1.Hod-Yesod-Maljút=función pensamiento.
- 2.Tiféret-Hod-Yesod=intuición.
- 3.Maljút-Yesod-Nétsaj=sensación.
- 4.Tiféret-Nétsaj-Yesod=sentimiento.

Podemos hacer otra correspondencia considerando la Tríada Mineral (Nétsaj-Hod-Maljút). Sabemos que en la primera diferenciación celular tenemos tres tipos de tejidos: ectodermo, mesodermo y endodermo; y que cada uno de estos tejidos diferencian distintos tipos de órganos en general, pero que cada individuo tiene preponderancia de uno que determina su tipología física. De manera que obtenemos los tipos: cerebrotónico, viscerotónico y somatotónico, según predomine: ectodermo-cerebro, mesodermo-músculos, endodermo-vísceras/órganos.

De este modo, tenemos tres tipos corporales en correspondencia con los tres triángulos que recubren a la tríada mineral (como parte más densa de Yetsirá vemos que nos da los tipos corporales esenciales):

- Cerebrotónico-Ectodérmico- Hod-Yesod-Maljút
- Viscerotónico-Endodérmico- Nétsaj-Hod-Yesod
- Somatotónico-Mesodérmico- Maljút-Yesod-Nétsaj.

Sobre la tríada vegetal (Yesod-Hod-Nétsaj) y su relación con los arquetipos ya se ha hablado antes. Pertenece tanto a Asiá de Yetsirá como al propio Yetsirá de Yetsirá. Centrándonos ahora en éste último, su Tiféret corresponde al Self, el sí mismo, sobre lo que ya se ha comentado en relación con su pertenencia a tres mundos. La tríada Hombre Solo (Jésed-Guevurá-Tiféret) tiene correspondencia en Asiá con el metabolismo: anabolismo y catabolismo. La misma polaridad energética se tiene tanto al nivel del organismo psicofísico como al nivel del organismo interno. Esta es así la tríada de la emocionalidad profunda. Esta es la tríada de la ética en general, de la ética del individuo no basada en valores convencionales (la ética de Yesod con su bagaje de costumbres introyectadas), sino en la experiencia del Self y de sus posibilidades energéticas. Éstas son el resultado de la acción de Jésed – arquetipo de expansión, de amor, de búsqueda de experiencias unitivas – y de Guevurá – arquetipo de poder, de rigor, de disciplina, de limitación para conseguir metas –.

La tríada de la ética está sustentada por otras dos tríadas laterales, que corresponden a los complejos emocionales

- Activos: Jésed-Nétsaj-Tiféret
- Pasivos: Guevurá-Hod-Tiféret.

Estas dos tríadas laterales son estructuras emocionales, racimos de experiencias, energías y emociones que están cristalizadas alrededor de un arquetipo, un trauma o unas actitudes fundamentales.

Entonces, los complejos emocionales activos son los que impulsan al individuo, los que le motivan en su búsqueda de las experiencias que necesita para desarrollarse, para realizarse, para hacer lo que realmente quiere hacer. Es la tríada de los deseos.

Los complejos pasivos, la tríada opuesta, son los traumas que paralizan y limitan. Es, en general, la tríada de los miedos.

Así, Hombre Solo es la tríada emocional profunda y, por tanto, es la tríada anímica por excelencia. Aquí utilizamos el término alma en el mismo sentido que expresamos cuando decimos: “esta cosa tiene alma”. Al mismo tiempo y en consecuencia, es la tríada de la conciencia ética basada en el Self del individuo, en su procesamiento de sus energías según los valores que él considera auténticos, verdaderos consigo mismo y con su proyecto de vida, expresando lo que necesita para crecer y de lo que necesita separarse o evitar para no perjudicarse a sí mismo.

En el círculo de la personalidad centrado en Yesod, el ego actúa en una persona individualizada como fiel emisario de su Tiféret; y en la persona no individualizada lo hace como el tirano usurpador que controla o pretende controlar la psique.

Yetsirá de Yetsirá, centrado en Tiféret, es el círculo de la individualidad que cubre la totalidad de la psique. Macrocósmicamente se relaciona con los cielos. Es decir, los 7 cielos tienen una correspondencia con los estados psíquicos del individuo y pueden percibirse en forma subjetiva, estando encarnados, o pueden percibirse en forma objetiva en estados desligados del cuerpo, como la muerte o el sueño. A este nivel, el par Jésed-Guevurá, es en el que se realiza el juicio, el autojuicio sobre la propia vida. En el esquema de las partes del alma estamos al nivel del Rúaj. El individuo que a punto de morir tiene un momento de lucidez y repasa toda su vida está experimentándose como Rúaj, con conciencia pura Rúaj. Después hace su propio juicio que va a determinar los elementos de su próxima encarnación. Esto se realiza, como hemos dicho, al nivel de la tríada Hombre Solo.

Desde aquí ascendemos al Dáat de Yetsirá y podemos entrar al mundo de Briá, otro plano diferente llamado mundo de los Palacios de la Presencia Divina. Es un mundo que ya no tiene forma. Estudiamos el proceso ahora:

El rostro superior de Yetsirá=rostro inferior de Briá. En particular, la tríada Dios en Hombre (Jojmá-Biná-Tiféret) en el mundo de Yetsirá se solapa con la tríada Mineral (Nétsaj-Hod-Maljút), por lo tanto corpórea, en el mundo de Briá, el mundo del Ser. Dicho de otro modo: En la tríada Dios en Hombre de Yetsirá estamos construyendo nuestro cuerpo briático, nuestro asiento en la materia del mundo del Ser. No una materia física ni espaciotemporal, sino espiritual.

A raíz de las experiencias que el individuo tiene en la tríada de la conciencia ética (Hombre Solo), si él mantiene la apertura a los Supremos por el canal central, poco a poco va desarrollando el vehículo para cruzar el abismo de Yetsirá y poder entrar en el mundo de Briá por la puerta de Dáat. Este vehículo se llama la Merkabá, nombre que toma del carro divino de la visión de Ezequiel. La Merkabá o carroza es el cuerpo de luz que el individuo construye de su propia sustancia espiritual, tomando como base su propio esculpido anímico desde las opciones éticas realizadas. Lo cual constituye la base, pero no hay que entender que toda persona puramente ética (en el sentido tiferético que le estamos dando) va a ser capaz de realizar el ascenso. Eso supone otro nivel. Por supuesto que el desarrollo de la tríada Hombre Solo (Jésed-Guevurá-Tiféret) supone un fuerte refinamiento de la personalidad, y también genera un enorme karma positivo. Pero hay que desarrollar otras cualidades que no son puramente éticas (emocionales) sino más bien noéticas (de la mente abstracta) si queremos entrar en el mundo de Briá. Esas cualidades son las que se desarrollan mediante la práctica espiritual, sobre todo mediante la meditación profunda. Estamos hablando de la construcción del cuerpo de luz, para lo cual hay una variedad de técnicas. Y eso es la Merkabá, el carro en el que Elías subió a los cielos.

Hablamos de trabajo personal, aunque en última instancia sea necesaria la gracia. Pero la gracia viene al que está preparado, al que ha desarrollado un recipiente, una merkabá, para que la luz se pueda contener. Y aunque estamos hablando de desarrollar la tríada Dios en Hombre, el trabajo en Hombre Solo es ineludible como soporte para ello. Notamos cómo la parte inferior de Dios en Hombre está de hecho introducida en Hombre Solo. Es decir, Dios en Hombre empieza a abrirse como resultado de un trabajo en Hombre Solo. Notamos también que los rostros superior e inferior del Árbol se solapan en los distintos mundos. Los triángulos internos pertenecen así cada uno a dos mundos. No así Hombre Solo (Jésed-Guevurá-Tiféret) que está como aparte y pertenece propiamente sólo a un mundo. Quiere esto decir que no hay una reconversión directa, por así decir, y por tanto es una tríada que todos tienen que

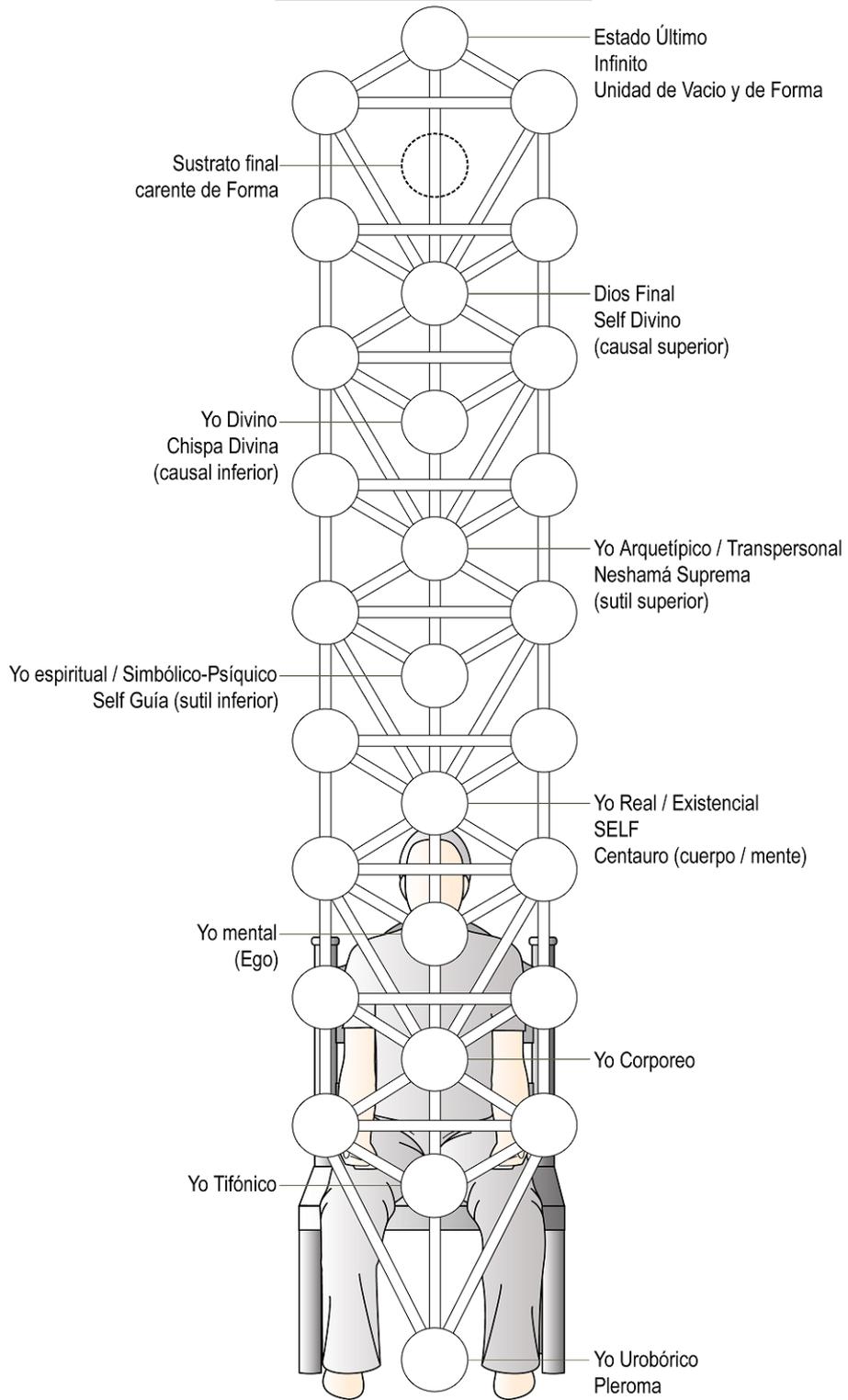
trabajar para alcanzar estabilidad y equilibrio en esos niveles. Y una vez asentados en ella, podemos empezar propiamente a extendernos en la tríada Dios en Hombre

Decimos entonces que el Self, aparte de su desarrollo en horizontal, que es la tríada Hombre Solo, si se mantiene constantemente abierto hacia arriba, empezará seguramente a experimentar la influencia de su Dáat. El Dáat de Yetsirá es lo que en cábala recibe el nombre de Rúaj Hakódesh, el Espíritu Santo. El individuo recibe las inspiraciones de sus propios niveles superiores que, en principio, desde su Yetsirá, experimenta como viniéndole de lo alto, como de otro mundo.

Rúaj significa espíritu/viento/aire y Kódesh significa santo. Hablamos pues del espíritu de santidad que no tiene el mismo sentido en cábala y judaísmo que en el cristianismo. En éste, el Espíritu Santo se considera como una (tercera) persona divina. En cábala se le considera como el espíritu de la inspiración superior y de la iluminación. Es la conexión con los niveles espirituales del individuo, con sus niveles transpersonales, en particular con el Kéter del mundo de Yetsirá (Tiféret de Briá y Maljút de Atsilut) que corresponde a lo que comúnmente se conoce como el Yo superior, un nivel transpersonal.

Así pues, el Espíritu Santo es la recepción en Tiféret de la influencia de los mundos superiores a través de Dáat. La profecía es un estadio superior. Implica una unión con la mente divina, una lectura directa de la mente de Dios.

El Mapa de la Conciencia (Wilber)



Por la importancia de algunos puntos, y al precio de ser reiterativos, recapitulamos y repetimos. Después, continuamos.

En el Self psicológico convergen tres mundos.

El Self es: 1) el Maljút de Briá, de donde le viene al individuo el sentimiento de ser más auténticamente, más intensamente; 2) el centro (Tiféret) de Yetsirá, por tanto el punto de equilibrio verdadero, natural, del mundo interior, psíquico, del individuo; 3) el Kéter de Asiá, por tanto el punto en el que podemos ser verdaderamente creativos en nuestras vidas, desde donde proyectamos nuestra individualidad y nuestra chispa divina encarnada en nuestro mundo circundante, y somos capaces de crear nuestro propio mundo.

Para lo cual, el Self usa la tríada Hombre Solo que, además de Tiféret, consta de:

- Jésed: La libido como energía psíquica positiva, que nos impulsa a crecer y a buscar nuevas experiencias, que nos impulsa a expandirnos, a ir más allá de nuestros límites. Amor.
- Guevurá: Poder. Con su sentido limitador, restrictivo, de control, de autodomínio, de pasos que hay que dar para conseguir metas determinadas. Disciplina. Canalizando la energía en direcciones definidas es como alcanzamos metas concretas, conseguimos poder.

Los deseos (que entroncan con las emociones a través de Jésed) nos impulsan y los miedos paralizan nuestra mente, en Hod.

Hombre Solo es la tríada de la ética (tríada del alma). No se refiere a una ética convencional, centrada en preceptos exteriores, los cuales, por supuesto, podemos asumir siempre que sean conformes con nuestro Self. Los preceptos deben pasar por el filtro de nuestra individualidad, por nuestro punto de ser verdadero, de ser auténtico. Las experiencias positivas y negativas (crisis, fase de dolor) que tenemos, van creando nuestros verdaderos valores internos, morales. Es nuestro esculpido anímico. Lo que refina realmente nuestra estructura emocional profunda.

Lo primero que se hace en Tiféret es reconstruir el propio fundamento de Yesod, crear en nuestra vida las condiciones que permitan la expresión de nuestro Ser auténtico. Para eso es necesaria la tríada Hombre Solo, que es la que realmente nos da el poder y la capacidad para llevar esto a cabo.

Después, desde el Self tenemos la potencialidad de poder mirar hacia arriba de verdad.

Trabajar la tríada Dios en Hombre consiste en crear en nosotros el cuerpo briático, que es la carroza o cuerpo de luz que construimos a base de nuestra propia sustancia espiritual, y que nos va a permitir cruzar el abismo para pasar a los mundos superiores.

Es necesario entender que toda acción puramente humanitaria tiene un potencial espiritual en sí mismo, porque la tríada Hombre Solo contiene un vértice de Dios en Hombre que como germen puede desarrollarse después en esta tríada (Dios en Hombre

de Yetsirá = Mineral de Briá). Nos referimos al pequeño triángulo que se forma por la intersección de los tres senderos: Jojmá-Tiféret/Biná-Tiféret/Jésed-Guevurá, el cual es como una semilla que crece y se desarrolla. Por eso es importante vivir una vida ética, sea del tipo que sea, conforme con nuestra verdadera naturaleza, con nuestro Self. Es fundamental, ya que sólo esto nos da poder para permanecer en Tiféret, sin caer de nuevo al centro yesódico. Por otra parte, nos permite asentarnos lo suficiente como para empezar a desarrollar la tríada Dios en Hombre. El par Jésed-Guevurá es esencial para la energética del alma: Jésed-Guevurá, la misericordia-el rigor; el amor-el poder; nuestras afirmaciones y nuestras negaciones. Ambas siempre equilibradas y armonizadas en Tiféret.

Y si Hombre Solo es la estructura emocional profunda, Dios en Hombre constituye la estructura intelectual profunda, la cual se apoya en dos tríadas laterales: Jojmá-Jésed-Tiféret y Biná-Guevurá-Tiféret.

Llamamos a la primera “estructuras o complejos intelectuales activos”. Contiene las ideas semilla positivas que nos impulsan a crear, a modificar, a aportar soluciones, a buscar nuevos caminos. Por ideas semilla entendemos los núcleos arquetípicos que son como vectores fuerza que generan la acción significativa. También recibe el nombre de “tríada de la innovación”, mediante la cual entra en nuestras vidas todo lo nuevo, todo lo creativo. La sabiduría de Jojmá se une a la energía positiva expansiva de Jésed y desciende a Tiféret, que es donde recibimos las inspiraciones.

A la tríada Biná-Guevurá-Tiféret le corresponden todas las estructuras intelectuales pasivas. Son las estructuras de sostén, de definición. Aquí están, por ejemplo, las tradiciones que nos sustentan a nivel intelectual y de hecho es llamada a veces “tríada de la conservación”.

El Dáat que centra la tríada Dios en Hombre (Jojmá, Biná, Tiféret), que es también el Yesod de Briá, corresponde a la frontera de la conciencia personal, a su vínculo con el inconsciente colectivo que es otro nombre para la supraconciencia. Dijimos antes que a esta tríada le corresponde el Rúaj Hakódes, el Espíritu Santo, que es ese influjo que desde el self tiferético se experimenta como descendiendo de lo alto (trascendiendo la órbita de la conciencia personal del rúaj, que hemos representado como el submundo Yetsirá de Yetsirá) trayendo consigo iluminación, inspiración, comprensión, insight. Es el nivel sutil (inferior) en la terminología de Ken Wilber.

En este Dáat se ubica, pues, la frontera entre la psicología personal y la transpersonal. Y es interesante notar que esta tríada de la estructura intelectual profunda (abstracta) es el análogo al organismo electromagnético en el mundo de Asiá (ver tríada Dios en Hombre en Asiá) y en este mundo de Yetsirá que ahora consideramos tiene su asiento en el llamado cuerpo de luz briático de desarrollo espiritual del individuo.

Si seguimos ascendiendo nos encontramos con el Kéter de Yetsirá = Tiféret de Briá = Maljút de Atsilut, que es el centro del submundo Atsilut de Yetsirá. Este punto no solamente es el centro (Tiféret) del mundo de Briá, y por lo tanto del Ser puro, sino que además es el Maljút de Atsilut y por tanto el límite inferior de descenso de lo Divino. Aquí empieza lo que es la experiencia directa de la Divinidad en la forma del Aní, el Yo Superior (el self briático), el Ungido, la Shejiná, el Dios Interior, Adonai. Ungido es la traducción de la palabra hebrea Mashiaj, es decir, Mesías. En Cábala, damos el nombre de Mashíaj a un estado de conciencia que se alcanza cuando se llega a

este nivel de experiencia directa de lo Divino, el Maljút de Atsilut, un átomo, metafóricamente hablando, del cuerpo de Dios. Y como Kéter de Yetsirá, es nuestro propio átomo semilla, el punto desde donde se proyecta toda nuestra forma interna: nuestro creador y también nuestro redentor de la ilusión de separatividad o de existencia personal inherente.

Este submundo de Atsilut de Yetsirá (Yetsirá de Briá) abarca también a Jojmá y Biná de Yetsirá, esta vez experimentados, por así decir, desde arriba. En Jojmá está la Sabiduría en la forma de los arquetipos cósmicos; en Biná el Entendimiento, las ideas matrices. Hay que tener en cuenta que corresponden, a su vez, a Nétsaj y Hod de Briá.

Y por encima de su Tiféret tenemos el Jésed y el Guevurá de Briá.

Dijimos antes que el sendero Jésed-Guevurá de la tríada Hombre solo (Jésed-Guevurá-Tiféret) de Yetsirá, es el juicio que hacemos sobre nuestra encarnación actual, tanto durante como en una experiencia después de la vida. En el plano siguiente, Jésed-Guevurá de la tríada Hombre Solo de Briá, que gravita directamente sobre lo que llamamos nuestro Yo Superior (Tiféret de Briá), es el juicio que hacemos sobre todas nuestras encarnaciones. Superarlo nos va a permitir el paso pleno al mundo de Atsilut.

Es decir, mediante el Dáat de Yetsirá (Rúaj HaKódesh) nuestro Yo Superior toca o se comunica, por así decir, con nuestra encarnación actual. Pero no se refiere a ella específicamente sino más bien, en su atemporalidad, a nuestro ciclo completo de encarnaciones. Y, entonces, la barrera Jésed – Guevurá es el juicio que se hace de nuestra vasija espiritual sobre su grado de preparación (si el tikún de la neshamá se ha completado) para poder abrir la puerta del Dáat de Briá (Yesod de Atsilut) que nos otorga fundamento en el mundo Divino. Quiere esto decir que nos permite (razonando por analogía) desarrollar el cuerpo puramente divino que sería la tríada mineral (Nétsaj-Hod-Maljút) en el mundo de Atsilut = tríada Dios en Hombre (Jojmá-Biná-Tiféret) en el mundo de Briá.

Entramos en el submundo Asiá de Atsilut. Hablamos entonces de Devekut, unión con Dios, plena integración en la Shejiná. A partir de este punto empezamos con las estructuras de manifestación de lo Divino, sus Partsufim o Rostros (que a nosotros se nos muestran como personificaciones). Así, este submundo Asiá de Atsilut corresponde al Partsuf de la Shejiná, que es el equivalente al Néfesh en el mundo de Atsilut, centrado en el Yesod de Atsilut. La Shejiná, el aspecto femenino de la Deidad, es también llamada el campo de los manzanos sagrados.

Centrado en el Tiféret de Atsilut está el submundo Yetsirá de Atsilut, lo que hemos llamado el Rostro Menor de la Divinidad, Zeir Anpin, Microprosopus, y que es el Dios personal por excelencia (como Tiféret corresponde al Self – la identidad Divina – y el submundo a lo que sería el Rúaj de Dios). Es el Dios del que exotéricamente habla la Biblia. Y en la terminología de Wilber el Yo Divino Único, el Dios Final o Total. Por otra parte, el Tiféret de Atsilut es también el Kéter de Briá, es decir, la Fuente de la Creación. Luego podemos hablar de este Rostro como “el Creador” en un sentido m. La Creación brota del corazón de Dios.

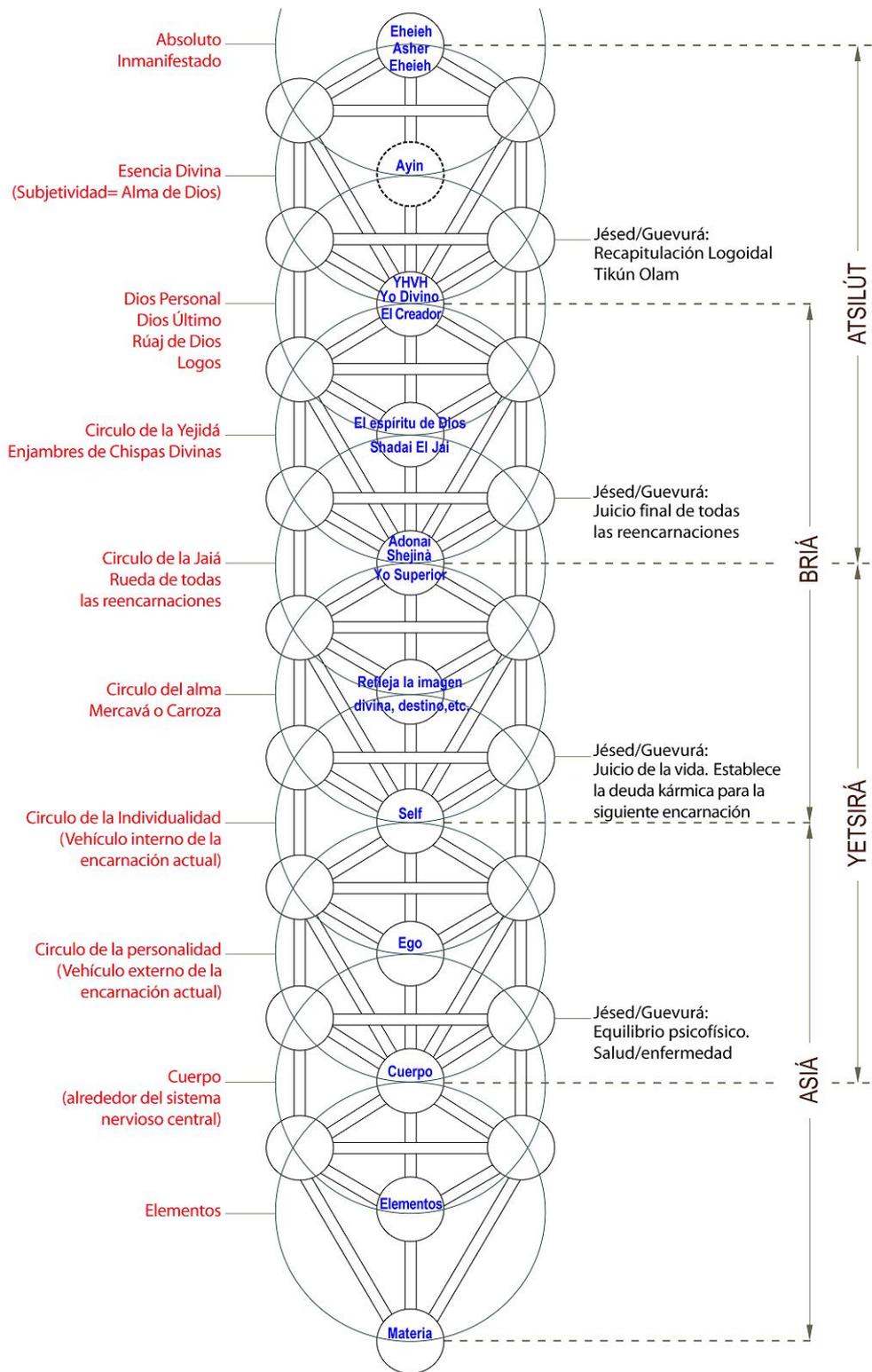
Llamamos al submundo siguiente – Briá de Atsilut – ABBA-IMMA, Padre-Madre, que corresponde por excelencia al Jojmá-Biná del Mundo de Atsilut y, por tanto, al propio intelecto divino, un nivel inalcanzable e impensable para nosotros.

Y por último, centrado en el Kéter de Atsilut tenemos el semicírculo de Atsilut de Atsilut, que es lo que llamamos el Gran Rostro, el Rostro Inmenso de Dios, ARIJ ANPIN; también ATIKA YOMIN, que significa el Anciano de los Días.

Este Rostro es la unidad absoluta, omniabarcante, el punto de manifestación del Inmanifestado: nombrado como el Oculto tras los velos de la existencia negativa: AYIN/Nada, EN SOF/Infinito, EN SOF OR/Luz Infinita, cuya manifestación es ADAM KADMÓN, el Hombre Primordial (que es el conjunto de toda la luz manifestada de EN SOF) y el alma o interior del Nombre YHVH, como está escrito: El es Uno y su Nombre es Uno.

Dijimos antes que además de los cuatro grandes Árboles (1 por cada mundo) se tiene un quinto Árbol constituido por las sefirot del pilar central.

El pilar del medio está siempre abierto. Siempre podemos ascender y descender por él. Por tanto siempre podemos recibir de todos los niveles. Otra cosa es que seamos capaces de experimentarlos en un estado de conciencia de aquí y ahora. Esa es nuestra meta.



## **ESTADOS DE CONCIENCIA**

Hemos afirmado que, en esencia, todo lo que existe es una configuración de la Conciencia, tanto en su aspecto activo como pasivo, de subjetividad y objetividad respectivamente, siendo ambos manifestaciones de la Luz Infinita. Así, puesto que proceden de una realidad última anterior – el Kéter del Mundo Divino, la Unidad Omniabarcante – ambos se dan simultáneamente. Son los dos pilares laterales del Árbol de la Vida que, en el despliegue de los mundos, encuentran estados de equilibrio estable que se desarrollan en modos de ser o estructuras de conciencia. Estas son las sefirot del pilar del medio, la columna central del Árbol de la Vida. Se constituye así la jerarquía ontológica que, en palabras de Ken Wilber, es más bien una holoarquía. Quiere decir que cada nivel, en el proceso descendente de densificación del Rayo de Luz, no desaparece sino que contiene e integra dentro de sí al siguiente, el cual es un tsimtsúm o contracción del anterior.

En esencia, pues, el pilar del medio es el pilar de la conciencia, siendo los pilares laterales funcionales, de energía y de estructuración, fuerza y forma. La conciencia sólo se mueve por el pilar del medio, en sentido ascendente o descendente, estabilizándose en cada fase de desarrollo en una sefirá de esta columna, lo que determina el nivel de conciencia correspondiente. Los niveles de conciencia son así propiamente del pilar del medio, pero sólo se pueden mantener o consolidar mediante los pilares laterales, en particular mediante las dos sefirot que componen la tríada asociada al nivel de conciencia correspondiente.

Precisando un poco más, según Ken Wilber, en cada uno de los distintos niveles, correspondientes a los distintos modos de ser de la realidad, la psique se organiza en estructuras que son como sus modos fundamentales de operación. Cada estructura es más amplia o comprensiva que la anterior la cual se ha integrado en él.

En cada disposición, la conciencia se focaliza de una manera diferente, desarrollándose un tipo de yo o centro de focalización, por ejemplo un yo corpóreo, un yo mental o ego, un yo auténtico, existencial o self, etc.

Si hablamos por ejemplo del yo corpóreo nos estamos refiriendo a la manera de funcionar de un niño antes de que tome una identidad distinta a la de su cuerpo. Por eso a cada estructura, a cada modo de funcionar, le corresponde un nivel de conciencia y un sentido definido de identidad o yo, con nuevas necesidades, nuevas formas de relación, nuevas formas de procesar la experiencia, etc.

Cuando, en el sentido evolutivo, se accede a la estructura siguiente, de alguna manera se niega, se disuelve o se reemplaza el modo de organización anterior. Empezamos a funcionar de otra manera sustituyendo nuestro sentido de identidad por el nuevo. Es decir, experimentamos un nuevo modo de ser uno mismo, con acceso a los poderes y a las energías del nivel de conciencia correspondiente.

Así, por ejemplo, hablamos de un yo físico y de un yo mental, pero hay que tener en cuenta que son uno y el mismo porque en realidad la psique es una, tanto considerada desde el nivel superior de conciencia – el nivel último transpersonal – como desde el inferior, al que damos el nombre de yo urobórico. Como veremos, éste último corresponde al estado de conciencia del feto en el útero, el estado de sentirse inmerso en el pleroma y que se llama conciencia oceánica.

Por supuesto, de todos los niveles podemos tener experiencias en cualquier momento. Es como si la aguja de un aparato de medida eléctrico – un voltímetro o un amperímetro – nos estuviera señalando en cada instante el nivel del yo en el que estamos operando. Según nuestro nivel de conciencia y nuestro nivel evolutivo, estamos funcionando fundamentalmente en uno, pero eso no significa que no podamos tener experiencias más o menos ocasionales de otros. Podemos tener siempre experiencias regresivas, en el sentido descendente de la escala, o experiencias progresivas, en el ascendente. Todos los niveles están presentes en todo momento, pero nosotros experimentamos uno u otro según el nivel de potencial o energía del que seamos capaces, lo cual, por así decir, viene señalado por la aguja del aparato de medida.

Entonces, aunque tengamos experiencias de otros niveles, operamos fundamentalmente en uno: el correspondiente al circuito eléctrico de nuestro sistema. Un potencial más elevado podría dañarnos y destruirnos. Ahora bien, el sentido de la evolución es ascendente, hacia niveles de conciencia más completos, más omniabarcantes. Según nos vamos desarrollando tenemos al menos la potencialidad de acceder a un nivel superior de operatividad e identidad. Pero hay que tener en cuenta que, como hemos dicho, cada nivel no está simplemente por encima del anterior, si no que de alguna manera lo contiene, lo subsume, de manera que, por ejemplo, el yo corpóreo está incluido en el yo mental, éste en el self, y así sucesivamente.

Para hacer el tránsito de un nivel a otro tenemos que de alguna manera desidentificarnos del nivel anterior y eso puede resultar difícil, traumático. De hecho, con frecuencia los distintos tipos de conflictos pueden ser disfunciones que se presentan en el tránsito de un nivel a otro.

Una vez que hemos conseguido acceder a un nivel, podemos, y con frecuencia sucede, regresar al nivel anterior. Es decir, que el tránsito no se realiza de una vez por todas, sino que hay que consolidar el nuevo nivel, ser capaz de permanecer en él e integrarlo en nuestro sistema, lo cual quiere decir ser capaz de funcionar en él como un modo habitual de conciencia.

Pero hay que tener en cuenta que nunca se abandona el nivel anterior. Es decir, no dejamos de tener conciencia del cuerpo porque hayamos pasado al tipo de yo mental, si no que se integra el anterior. A veces hablamos de perder el ego, pero eso es un modo de decir que ése deje de ser nuestro centro fundamental de conciencia. De hecho, no podemos perder el ego como estructura en sentido literal, como no podemos perder el cuerpo. Lo que hacemos es pasar de un nivel de conciencia caracterizado por un sentido de identidad egoico a otro sentido de identidad superior que integra el anterior, que lo subsume dentro de sí mismo de alguna manera, como el propio ego ha subsumido al yo corpóreo y se ha construido sobre él .

Los primeros niveles son muy básicos. Recorriendo el Árbol extendido de abajo arriba, el primero recibe el nombre de yo urobórico o pleromático y corresponde al estado intrauterino. Sería el Maljút de Asía. Es el estado de conciencia que experimentamos en el útero materno, totalmente unificados con la vida, pero a un nivel simple, indiferenciado. El Uroboros es la serpiente que se muerde la cola y representa la materia en el estado más elemental posible capaz de sustentar toda la experiencia psíquica.

El siguiente nivel es el yo tifónico correspondiente a las primeras fases de la vida en el que el recién nacido se expresa como puro instinto y expresión de puras necesidades, de ahí el nombre de Tifón. Éste tiene ya forma humana en la parte superior pero con cola de serpiente. Entonces está apenas desapegado del nivel pleromático y se manifiesta sobre todo como la expresión de potentes emociones. Nosotros lo

entendemos como un predominio del sistema nervioso autónomo, correspondiendo por tanto al Yesod de Asiá, que es su lugar funcional en el Árbol de la Vida.

Ken Wilber, en cuyo modelo estructural-jerárquico estamos basando la exposición, explica cómo una persona puede experimentar bloqueos en el paso de uno a otro nivel, quedándose por así decir entre ambos.

Por ejemplo en el paso del nivel tifónico al siguiente sitúa determinadas formas de autismo. Lo que nos interesa recalcar aquí es que en cada paso el desarrollo se puede frustrar, y eso puede ocurrir incluso en los estados espirituales. Hay patologías de lo espiritual como hay patologías de lo psíquico o de lo psicofísico. Un ejemplo de patología espiritual sería la autoinmolación en aras de un ideal mesiánico desequilibrado.

El siguiente estadio es el del yo corpóreo, correspondiendo al Tiféret de Asiá y el Maljút de Yetsirá. Estamos entonces en el centro del mundo físico, del mundo de la acción. Es el estado infantil, previo a un desarrollo mental, en el que el niño es su cuerpo, íntegramente su cuerpo. El niño no sólo tiene una clara conciencia de lo que es su cuerpo, sino que progresivamente ha aprendido a diferenciarlo del de los demás y del entorno. Es sobre esa conciencia corpórea, Tiféret de Asiá, sobre la que luego se va a edificar el mundo psíquico, de ahí la correspondencia del Maljút de Yetsirá. Esta conciencia corpórea básica no se pierde, si no que después se elabora y estructura sobre ella.

A continuación tenemos el nivel del yo mental, lo que en el lenguaje corriente entendemos por el ego, es decir, la experiencia psíquica que cristaliza alrededor de la sensación de ser yo. Este ego es, por una parte, virtual en el mundo físico (¿dónde se encuentra en el cuerpo?), y por otra es el fundamento sobre el que se construye el edificio de nuestra psique. Estamos, pues, en el Yesod de Yetsirá que es al tiempo el Dáat de Asiá. Por lo que respecta a este último no se manifiesta directamente en el plano de lo físico. En cuanto Yesod de Yetsirá constituye el fundamento de nuestro plano psíquico-astral.

Además de ser el foco central en el estado ordinario, el ego actúa como el mecanismo censor de la conciencia, decidiendo qué es lo que se va a mostrar en ella y qué lo que permanecerá en el inconsciente. Su modo de operar es construir una imagen de sí mismo con la que se identifica. Se trata de una imagen parcial (estamos en Yesod), posiblemente desarrollada a base de condicionamientos, hábitos del pasado, roles sociales, así como del conjunto y valoración de las experiencias acumuladas, pero que excluye partes de uno mismo y, por tanto, no representa al individuo total. La persona aparece dividida en conciencia e inconsciente. La conciencia se organiza alrededor del yo mental. El inconsciente lo hace en estructuras arquetípicas que operan como personoides – nos referimos al arquetipo sombra y a la imagen contrasexual - que no aparecen en la conciencia porque el ego no lo permite, pero que se manifiestan, como figuras del inconsciente, en los sueños y mecanismos similares.

Este es el estadio evolutivo en el que actualmente se encuentra la humanidad promedio. Es el dominio de la racionalidad, del pensamiento verbal dialógico interno, del autocontrol. El individuo disocia su conciencia egoica de la experiencia de su cuerpo. Vive en su mente, proyectando sus objetivos y anticipando el futuro. Rara vez fluye en un presente completo.

Desde un punto de vista cabalístico, se trata de un modo de conciencia restringido que recibe el nombre de Mojín DeKatnut, literalmente mentalidad pequeña, por contraste con lo que se llama el estado de Mojín DeGadlut o mentalidad grande, un modo expandido que precisa la apertura al nivel siguiente.

En general, los distintos tipos de terapia aspiran a superar el nivel egoico, ya sea por reorientación, ya por trascendencia. En el primer caso nos encontramos en el dominio de las psicologías adaptativas, tales como modificación de conducta o el psicoanálisis clásico. El ego, como consecuencia de su misma identificación con una parcialidad de la psique completa, puede encontrarse en conflicto consigo mismo y con el entorno. En este caso, el papel de la terapia es hacer una reconstrucción del fundamento (Yesod) mejorando la autoimagen y desarrollando mecanismos para una mejor relación adaptativa con el mundo.

Por otro lado, las psicologías que son de corte transpersonal, o de tipo místico, enfocan al individuo desde un punto de vista más global, es decir, teniendo en consideración los niveles superiores. Así, por ejemplo, la psicología de Jung, como pionero que fue en este campo, aspira a trascender el nivel egoico, pero no por la adaptación, sino por la integración de todos los factores de la psique. Este trabajo de integración y actualización de la totalidad de uno mismo es lo que él llamó “proceso de individualización” – es decir, de llegar a ser un individuo – y supone el tránsito desde el nivel del “yo mental” al estadio siguiente, que recibe el nombre de “yo existencial”, verdadero yo, self o sí-mismo o, según Wilber, “centauro”, por lo que supone de integración cuerpo-mente. Nosotros preferimos usar el término junguiano de self, para distinguirlo claramente del yo egoico.

Acceder al nivel de self es difícil y en los primeros niveles es en donde se concentra la enseñanza. ¿Por qué? Porque se trata de un punto clave en el que convergen tres mundos. El self es el Tiféret de Yetsirá, el Maljút de Briá y el Kéter de Asiá. Dicho de otro modo: El centro (Tiféret) de la psicología del individuo (Yetsirá), el cuerpo (Maljút) del mundo del ser (Briá) y además el vértice superior (Kéter) del mundo de la acción (Asiá).

Esto significa que cuando accedo a este punto, puesto que me abro al mundo del ser, tengo efectivamente la percepción de “ser” de una forma más real, más intensa: parece como si hubiera despertado y todas mis experiencias anteriores hubieran sido un sueño, tal es la sensación de ser de verdad que experimento. Es de hecho el despertar del que hablan las distintas escuelas. Tiféret es el sol del nacimiento.

Por otra parte, como Tiféret de Yetsirá, el self es el centro de la psique. Para permanecer en él es un requisito la integración de todas las partes de uno mismo, lo que empieza por el “conócete a ti mismo” y el trabajo personal de individuación necesario para alcanzar ese punto de equilibrio y conciencia desapegada en medio de todas las condiciones cambiantes del mundo psíquico.

El nombre que da Wilber a este estado – el centauro – se justifica porque un paso necesario es la integración de la sombra, la cual contiene una buena dosis de las energías emocionales e instintivas con frecuencia rechazadas. El individuo junto con su yo recupera su cuerpo llegando a un nivel de integración y operación conjunta del entonces cuerpo-mente.

Por último, como punto más alto del mundo de la acción, cuando el individuo accede a este punto se da cuenta de que no es una víctima de las circunstancias, sino que está generando todo su mundo, que es causal respecto de él, aunque en los primeros instantes no sabe muy bien cómo lo hace. Progresivamente la persona empieza a ser dueña de sí misma, porque acepta la totalidad de sí misma y se hace responsable de todas sus partes, experimentando lo que “es” realmente, puesto que se trata de una experiencia, no de un concepto. El self se realiza en la acción, de modo que si el individuo no ha experimentado una transformación en su circunstancia vital, y una vez realizada, si no expresa un nivel de verdad e integridad en su vida, podrá quizá haber tenido una experiencia tiferética, pero ésta pronto será un recuerdo.

Una vez llegado a este nivel, lo primero es mantenerse en él, para lo cual es necesario poner en juego las energías de los pilares laterales y abrir la tríada Hombre Solo, que implica aquí a Guevurá y Jésed. Guevurá, para sacar a relucir el poder personal y de esta manera poder expresar la verdadera realidad del individuo al mundo exterior. Como hemos apuntado antes, no puede haber una para él discontinuidad, pues si uno es falso a sí mismo, la presión del mundo exterior y la fuerza del hábito acabarán por sepultar la experiencia tiferética, que quedará como un recuerdo, como una emergencia espiritual sin consolidar.

Y también evidentemente Jésed. Se necesita su energía expansiva para el desarrollo del self que ha nacido como un niño, y la fuerza del amor para establecer un nuevo modelo de relación con el mundo exterior, desarrollando un nuevo sentido de empatía y de pertenencia con todos los seres. Empiezo a estar en contacto con mi centro y éste con el centro de todas las cosas, puesto que todos los centros están relacionados entre sí. Es decir, es la apertura también del centro del corazón que es lo que va a posibilitar el ascenso a los planos superiores de conciencia.

En este punto del desarrollo personal – un punto de llegada relativo – se le ofrecen al sujeto diversas posibilidades: Puede orientarse a extenderse más desde el punto de vista de su self, realizarse más plenamente como individuo en el mundo físico y en la vida – algo que en parte es ineludible para todos si se quiere desarrollar la tríada Hombre Sólo – o bien intentar seguir ascendiendo por el pilar del medio, adentrándose en el mundo del ser. El trabajo es entonces abrir la puerta virtual del Dáat de Yetsirá y empezar a construir un fundamento en el mundo de Briá (Yesod) para llegar a ser un habitante de pleno derecho en él.

Así, el siguiente nivel es el del Dáat de Yetsirá y Yesod de Briá, con una estructura de identidad que llamamos yo espiritual simbólico-psíquico o también self guía. Corresponde a lo que Ken Wilber llama nivel sutil inferior.

Nos empezamos a mover en el rostro superior de Yetsirá, en el que se abren las facultades mentales superiores (Jojmá y Biná), que se solapa con el rostro inferior de Briá, el mundo espiritual. Desde el Yesod de este mundo el individuo empieza a entender la dinámica profunda del universo, a desarrollar un sentido global de la historia y, por supuesto, de sí mismo, no sólo en ésta, sino en sus diversas reencarnaciones.

Este es el primer nivel transpersonal y se encuentra dirigido hacia la abstracción. Hay que tener en cuenta que el nivel del Espíritu no niega el plano anterior sino que lo subsume en una perspectiva más elevada. Uno mismo, las personas y los sucesos forman una unidad estructural más amplia, más omniabarcante. Ya no hablamos de relaciones sino de relaciones entre relaciones, en las que el propio self se halla inextricablemente integrado.

Es decir, el individuo, empieza a hacer abstracción de su yo, a dejar de sentirse cerrado, encapsulado, y esto se realiza fundamentalmente mediante el símbolo. La mentalidad simbólica no niega la lógica, sino que la trasciende, dando el salto a un nivel de racionalidad superior, multiordinal, capaz de abarcar totalidades más amplias e inclusivas.

El camino es desde el concepto al símbolo y de éste al arquetipo. El siguiente nivel será ya puramente arquetípico. Hay que tener en cuenta que los arquetipos no tienen forma, son pura energía, y el símbolo es su vestidura exterior. Por eso llamamos a este nivel yo simbólico-psíquico. El aspecto psíquico viene dado porque en él, al comenzar a trascender los límites del yo personal, algunos individuos pueden empezar a tener experiencias paranormales, o contactos con maestros de la antigüedad o seres angélicos de diversos tipos.

Sin embargo, lo anterior es más o menos circunstancial. Lo realmente importante para el individuo es el despertar de la facultad de la intuición superior, un modo de cognición experiencial directa, tanto de sí mismo como del mundo.

Se trata de una iluminación, de una percepción de la esencia de las cosas, lo que conlleva el despertar de una compasión genuina, un grado de altruismo y también de sobrecogimiento ante la grandeza de la Creación (la visión de la maquinaria del universo) y del Creador.

El nombre clásico de esta experiencia es Rúaj HaKódesh, Espíritu Santo, que es el nombre que se da en cábala a la iluminación. Éste, en realidad, tiene varios niveles de manifestación. En sus aspectos inferiores tiene que ver con la llamada Bat Kol, literalmente Hija de la Voz, que se refiere a la voz interior que todos sentimos en momentos de claridad y calma mental y que nos muestra lo correcto con un peso indiscutible de certeza y verdad. Luego está el Rúaj HaKódesh propiamente dicho que se muestra en inspiraciones e iluminaciones espirituales sobre uno mismo, sobre el mundo, la naturaleza de los mundos superiores y de la propia Deidad. La experiencia culmina en la Nevuá o Profecía, que supone ya una fusión o identificación con la propia Mente Divina, pero que realmente pertenece a los niveles causales superiores.

Posiblemente, salvo quizá por una intervención directa de la Gracia Divina a la que siempre estamos abiertos, el individuo tenga que permanecer mucho tiempo en este nivel, ocupado en construir el fundamento yesódico en el mundo de Briá.

Recordamos la teoría: Para construir el fundamento (Yesod) en un mundo hay que tener un conocimiento (Dáat) completo del mundo anterior. Mediante este conocimiento se construye una “imagen” que actúa como base para operar en el mundo siguiente. Así, la experiencia en el mundo psicológico personal se asienta sobre la imagen de uno mismo fruto del conocimiento completo del propio cuerpo. De la misma manera para entrar en el mundo de los palacios celestiales – las sefirot de Briá – se necesita tener un conocimiento completo de la totalidad de uno mismo al nivel psíquico - mental. Hay que haber enfrentado los propios demonios particulares, rectificado las propias cualidades negativas y alcanzado un estado suficiente de desapego – ecuanimidad o estoicismo en el lenguaje de los antiguos – respecto de las propias características psicológicas.

El siguiente nivel es el llamado yo arquetípico-transpersonal, neshamá suprema o sutil superior.

De nuevo se trata de un punto de intersección de tres mundos. Es el Maljút de Atsilút, el Tiféret de Briá y el Kéter de Yetsirá. Así, es la fuente de la psique (Kéter de Yetsirá), el centro del mundo del Ser (Tiféret de Briá) y forma parte del “cuerpo” de lo Divino (Maljút de Atsilút).

Corona el mundo psíquico-astral (Yetsirá), luego es la fuente de sus contenidos, el que proyecta a la encarnación actual todo el mundo personal, tanto de la esfera de la identidad – del yo – como de las circunstancias aparentemente externas en las que se desenvuelve. El “yo soy yo y mis circunstancias” en un estado de unidad previo a la disociación. Yo y el mundo dejan de ser una dicotomía inescapable.

Por otra parte, siendo el centro del mundo del Ser, su Tiféret, representa, por así decir, el Self del self, la verdadera identidad profunda, el verdadero Ser. Desde nuestro Tiféret de Yetsirá – el self – podemos, en los primeros estadios, percibirlo como una figura, o mejor presencia, exterior a nosotros. Con frecuencia aparece en la experiencia visionaria como el anthropos (el humano) sentado en el trono (como de forma arquetípica se muestra en la visión de Ezequiel). Notamos que en este contexto aparecen una serie de elementos comunes, tales como la manifestación del septenario (arcoiris,

siete rayos) que corresponde a las siete sefirot del submundo Yetsirá (o Zeir Anpin) de Briá, centrado en Tiféret. El propio trono es una imagen global del mundo de Briá.

Briá recibe el nombre de Trono porque sirve de asiento a lo Divino. Es decir, la Deidad se manifiesta en la Creación por medio de las cualidades puras de Briá (el Bien, la Belleza, etc.) Y hay que tener en cuenta que como Maljút, el nivel que estamos considerando participa del mundo de Atsilút. Metafóricamente, sería algo así como un átomo del cuerpo de Dios. Por eso recibe a veces el nombre de “la deidad personal”, el Dios interior, el Hijo de Dios en el simbolismo cristiano, el Atman en el hinduismo, la Neshamá suprema en cábala (para diferenciarla de las chispas de neshamá que sustentan la presente encarnación), el Ángel de YHVH (personificado como Metatrón, el Enoc transfigurado), el Ishtadeva, el Yidam, la Mónada, el Yo Superior, etc.

Téngase en cuenta que éste es un estado que trasciende la mente, que es de hecho anterior a la mente, al yo del self y por supuesto al ego de la personalidad, y ciertamente al cuerpo y al mundo, algo que la mentalidad corriente sin duda llamaría Dios. Como arquetipo supremo de la conciencia es una manifestación directa de la Shejiná (la Presencia Divina). Es la verdadera raíz del yo individual, razón por la cual le llamamos también yo arquetípico o transpersonal.

Puesto que es la Presencia inmanente de Dios en el Yo, en cábala se le llama Aní, אָנִי, que literalmente significa Yo. Es tradicional nombrar al Maljút de Atsilut como Ani/Yo, al Tiféret como אֲתָא, Atá/Tú, y al Kéter como הוּאֵל, Hu/Él.

Como hemos dicho, el Aní es coextensivo con la Shejiná. Quiere decir que cuando realiza el proceso de interiorización total y va más allá de su mente descubre a Dios como su verdadero Yo. Pero no se consigue antes de la reducción a nada de todas sus características personales que son factores no yo “externos” y confunden a la conciencia sobre la percepción del Aní Divino. La conciencia atsilútica es ayin, nada, para el ser creado (y a veces se da el nombre de No-nacido a esta presencia, porque está más allá del tiempo y los acontecimientos). El yo, אָנִי, Aní, debe acceder a su esencia de Ayin, אֵינִי (mismas letras reordenadas. Tengamos en cuenta el cambio de forma de la nun final), que no supone más que un cambio de perspectiva: el darse cuenta de la esencia vacía del yo.

Después, en el Tiféret de Atsilút descubrirá al Dios Total, que se manifestará como Tú, un “otro”, como el verdadero Yo de la Creación (YHVH). Y, por encima, en el Kéter, el Gran Rostro de Dios, Atika Yamin, como Hu, Él.

El trabajo que se hace sobre el Yo arquetípico es doble: primero generamos (o se nos “aparece”) la forma, llena de luz, resplandeciente, rebosante de conciencia. Después nos identificamos con ella. En principio puede parecer que nosotros la estamos proyectando en visualización. Llega un punto en el que la visualización se transforma en visión y contemplamos que en realidad es este centro fulgurante de conciencia el que nos está proyectando, a nosotros y al conjunto de fenómenos que constituyen nuestra circunstancia. Al identificarnos, al sumergirnos plenamente en su irradiación, no perdemos nuestro ser individual, sino que más bien recuperamos nuestro ser más profundo, pues este átomo de conciencia ha sido, es y será el arquetipo de nuestra individualidad.

Si expandimos esta conciencia, vemos que su irradiación abarca todo el universo. Y, sin embargo, éste es también un nivel a trascender.

Continuando con nuestra exploración de la conciencia, seguir adelante implica adentrarse en el mundo de Atsilut, un dominio que trasciende toda mentación, razón por la cual sólo podremos referirnos a él por medio del símbolo, la metáfora y la analogía.

Es la metodología tradicionalmente seguida por el misticismo, según el antiguo aforismo: Como es arriba es abajo, y viceversa. Sin olvidar, por supuesto, la diferencia abismal entre los planos, pues como también se sabe: El mapa no es el territorio.

Así, en nuestro nivel psicológico yetsiráico, el tránsito de Maljút a Yesod es el paso de cuerpo a ego y, posteriormente, de ego (Yesod) a self (Tiféret), y podemos especular con los equivalentes a un Ego y Self Divinos, correspondientes, respectivamente, a las sefirot Yesod y Tiféret de Atsilút. El primero se solapa también con el Dáat de Briá y el segundo con su Kéter.

Hemos interpretado el nivel anterior – el Yo arquetípico transpersonal, la Neshamá suprema – como un átomo del cuerpo de Dios. A partir de ahora utilizaremos el nombre consagrado de Chispa Divina para esta estructura particular de conciencia. La referencia al Cuerpo de Dios viene dictada por ser, además del Tiféret de Briá, una manifestación del Maljút de Atsilút.

Siguiendo con la analogía, el conjunto de Chispas Divinas (que en lenguaje cabalístico clásico recibe el nombre de Kneset Israel, la Asamblea de Israel) sería una configuración fundamental – en la relación de células y/o tejidos a cuerpo – de ese “organismo Divino” al que nos referimos como Presencia Divina o Shejiná y que abarca el todo de lo creado.

Hay que tener en cuenta que nos estamos moviendo al mismo tiempo en varios mundos. La Shejiná es plenamente una realidad atsilútica y, por tanto, de naturaleza Divina. Y en lo Divino no hay partes. La Shejiná está totalmente presente en el enjambre de Chispas Divinas como un todo y al mismo tiempo en cada una de ellas. Es como una Presencia holográfica, pero tengamos en cuenta que los códigos separadores de espacio y tiempo no rigen en este plano. La relación de identidad viene dada por la similitud de fase vibratoria. La parte puede ser el todo y el todo puede ser la parte.

Y si ahora, en nuestro ascenso, perseguimos la analogía un paso más para representarnos el tránsito del Maljút al Yesod de Atsilút, podemos entender la relación existente como equivalente a la que se da entre una célula (átomo vital) y el resto del cuerpo.

De alguna manera toda la información corpórea del individuo se halla presente en la célula en la forma del código genético pero, obviamente, hay una enorme diferencia entre la conciencia de una célula y la del cuerpo como un todo. (Estamos especulando. No tenemos modo de representarnos la relación, y menos a un nivel experiencial.) La separación es abismal entre la conciencia de una célula y la de una configuración, respecto de ella trascendente, tal como el yo. En este caso se da un cambio de mundo, pasando de Asiá a Yetsirá. A lo más que llegamos es a una representación difusa de organizaciones complejas tales como los órganos. La sensación se hace intensa en el caso de un mal funcionamiento o enfermedad, que requieren una acción por parte nuestra.

En el caso general existe una coordinación perfecta, ya que el cuerpo funciona como un todo de forma sincrónica y nosotros lo percibimos de una forma integrada que llamamos “mi cuerpo”. Sobre esta forma construimos la imagen sobre la que el yo se asienta y que fundamenta nuestra presencia en Yetsirá. De alguna forma podemos decir que se da una absorción del nivel de conciencia corpóreo en el ego psicológico.

Y si en los niveles anteriores de Dáat y Kéter de Yetsirá (Tiféret de Briá y Maljút de Atsilut en este último caso) tenía lugar una absorción de la identidad individual (self) en la identidad arquetípica (Dios Interior o Chispa Divina), podemos definir el proceso que ahora nos ocupa como una disolución de esa Divinidad Arquetípica (personal y de todo el enjambre) en el Dios Total, primero al nivel del Yesod de Atsilút y luego de Tiféret, el Dios Final, el Uno y el Único, la Conciencia

Universal, unitiva, trascendente de toda dualidad sujeto/objeto. Es la absorción de todo en la Omnipresencia y Omniconsciencia – Conciencia única – en la que todos los universos son subsumidos.

Descubrimos entonces que esa forma arquetípica que es nuestro Aní profundo no es en el fondo más que una chispa o rayo de Luz de una estructura trascendente que al nivel de Yesod podemos llamar el Espíritu de Dios y al nivel de Tiféret la Suprema Identidad, el Self Divino, la Fuente y Esencia de la Creación (Kéter de Briá).

Yesod de Atsilút es el Dáat de Briá. Éste último es el Conocimiento del Ser, y decir conocimiento es hablar de la resultante de la experiencia completa del nivel de la esencia y las cualidades puras. Es decir, de las sefirot del mundo de Briá, los llamados Hejalot o Palacios del ser, lo que implica, desde el punto de vista del Yo arquetípico, una absorción completa de todo el ciclo personal de encarnaciones. Todo el tikún personal ha sido realizado y asumido. Hasta este punto se puede hablar de iluminación en grados crecientes. A partir de ahora, sin dejar por supuesto lo anterior, el énfasis se centra en la liberación.

Como Atsilút es no ser respecto del ser, la transmutación del Dáat de Briá en Yesod de Atsilút es el paso del ser a la nada. Para lo cual es necesario realizar lo que en cábala se llama Bitul, anonadamiento o aniquilación. Hay dos tipos de bitul: Bitul hanéfish, anulación del néfesh, es decir de toda la esfera del yo, y bitul hayesh, anulación de todo lo que existe. Todo paso por Dáat implica un paso por el vacío. Reconocemos que la verdadera realidad del yo es el vacío, la nada. Es la transformación de Aní en Ayin de la que hablamos antes.

Entonces se experimenta el Espíritu de Dios, el Rúaj Elohim que aleteaba sobre la superficie de las aguas, antes de la separación de éstas (segundo día de la Creación en el Génesis) en las aguas superiores, que es el mundo de Briá, e inferiores, que es el mundo de Asiá. Separación sostenida por el firmamento, Raquía, que es el mundo de Yetsirá.

Porque nos encontramos en el Dáat de Briá, conjunción de Jojmá y Biná y por tanto proyección de las fuerzas que dan lugar a la Creación. Es el abismo de Dáat del que habla el Génesis. Y la efusión del Espíritu que representa el Yesod de Atsilút marca el comienzo del acto creativo. Y siendo un Yesod, constituye el espejo de la Mente Divina, donde Dios entra en conocimiento de y con la Creación. Algo así como la interfase entre Creación y Creador.

Como la conexión con Shaday El Jay – el Dios Vivo y Omnipotente – es el Espíritu de Vida, la verdadera conexión con el Árbol de la Vida. Es el espíritu de Dios que hace resucitar a los huesos en el capítulo 37 del libro de Ezequiel.

Y la manifestación del Espíritu es la Palabra de Dios. La Palabra creativa tal como se muestra en el Génesis, cuando el aletear (o vibrar) del Espíritu sobre la faz de las aguas deviene en: “Vayomer Elohim, y dijo Dios”.

Vayomer Elohim Yehí Or Vayehí Or, Y dijo Dios sea la Luz y la Luz fue. Es decir, la Palabra de Dios es la misma sustancia de la Creación.

Este es también el nivel de la profecía, en el sentido bíblico del término. ¿Qué es la profecía sino una comunicación directa con el Espíritu Divino, como se puede comprobar en el capítulo de Ezequiel citado antes? Los profetas hablan en el Nombre de Adonay YHVH, representando la conjunción de Tiféret y Maljút, que se realiza por medio de Yesod. También en el Nombre YHVH Tsebaot de Nétsaj de Atsilut, el aspecto fuerza del submundo Asiá de Atsilút, centrado en Yesod.

De la manifestación de la Causa a la propia Causa es el paso a dar de Yesod al Tiféret de Atsilút. Como Kéter que también es de Briá este nivel es el Ser del ser, trascendiendo toda manifestación de ser. Podemos representarlo como un resplandor

de conciencia pura, unitiva, no dual; una omniconciencia que es todo lo que existe. Es Dios en sí mismo y para sí mismo y no hay otra cosa. Todo es Dios y los mundos creados son subjetivos para Él. Son el contenido de su Pensamiento, siendo el pensamiento el movimiento de su conciencia, que es la conciencia universal.

Tal como está escrito (Deut 4:35): “A ti se te mostró para que sepas que YHVH es HaElohim y no hay otro (o nada más) a su lado (Ein Od Milevadó)”. Y también: (Isa 45:6): “Aní YHVH VeEin (Ayin) Od. Yo soy YHVH y no hay otro (o no hay nada más)”. Y el versículo continúa: “Formo la Luz y creo la oscuridad”. Es decir, el acto creativo es el de la oscuridad. El realizar un tsimtsúm o contracción (ocultación) de la Luz de su Omniconciencia crea la oscuridad (inconciencia), con lo que la Luz adquiere forma o configuración. Dicho de otra manera, la conciencia adquiere contenidos.

Todo ello es un proceso interno dentro de lo Divino, sin ruptura de continuidad. Porque a pesar de la separación que supone el tsimtsúm, y de la trascendencia (santidad) de Dios respecto de su Creación, también escribe Isaías (6: 3): “Santo, Santo, Santo YHVH Tsebaot, toda la Tierra está llena de su Gloria”. Es por un lado tres veces Santo, es decir, trascendente respecto de los tres mundos creados, y por otro satura con su Luz toda la Tierra (los tres mundos, considerados reunidos en el Maljút de Atsilút).

En resumen, siendo Kéter de Briá, Él es el Creador por antonomasia. Y la Creación brota del Corazón (Tiféret) de Dios, de su darse a Sí Mismo, el Sumo Bien. Pues, ¿cuál puede ser el contenido de su Pensamiento sino el propio fruto de su autoconocimiento, siendo Él el único Ser? Autoconocimiento expresado en el Nombre YHVH, la palabra o fórmula de la Creación.

El nivel anterior – del Espíritu de Dios – representa el proceso activo de Dios en la Creación (Yesod). Pero el Tiféret representa el propio Sí Mismo Divino, su propio sentido de identidad, la Idea de Sí Mismo que es lo que expresa el Nombre (y está escrito: Él y su Nombre son Uno), su propia subjetividad, en suma.

Esto, en términos de “alma”. En términos de Conciencia, este nivel representa el verdadero Yo del Ser y del No Ser, el Self universal, el Sujeto de todos los sujetos, la vastedad de la conciencia sin límites que todo lo impregna, la absorción total del ser en Dios. Citando al Baál Shem Tov, el fundador del movimiento jasídico en el siglo XVIII, “no hay nada en la totalidad del universo sino Dios, el cual llena todo con su Gloria.”

Y sin embargo, este estadio, llamado también el Rostro Menor de la Deidad (Zer Anpin), es algo a trascender. El siguiente nivel corresponde a Dáat de Atsilút, el Conocimiento completo del mundo Divino. No tiene una correspondencia directa con ningún mundo superior salvo que lo consideremos como la puerta de entrada al mundo de Adam Kadmón, la puerta entre la Manifestación y lo Inmanifestado.

Podemos contemplar el proceso en el doble sentido de ascenso y descenso. De abajo arriba, si en el Tiféret de Atsilút llegamos a contemplar toda la Creación como una proyección o forma-pensamiento de la propia autoconciencia Divina que todo lo llena, en el Dáat renunciamos a la conciencia de crear, sostener y reabsorber los mundos creados. Estamos más allá de la Creación. Lo cual implica un paso por la nada absoluta: no hay ni identidad ni ausencia de ella, ni conciencia ni no conciencia, todo revierte a un sustrato final experimentado como absoluta oscuridad, porque nos encontramos ante el misterio de la restricción o tsimtsúm del estado de Absoluto.

Debemos entender que cuando hablamos de la Luz – siendo una – estamos de hecho considerando tres niveles de manifestación: Los llamamos, respectivamente Or En Sof, Or Jojmá y Or Jésed. La primera es la Luz del Inmanifestado (En Sof), focalizada a través de la lente de Adam Kadmón. Esta Luz sufre, por así decir, la primera restricción o tsimsum – que es la que estamos considerando aquí – como la línea o Kav que penetra en el vacío generado por la retirada de En Sof de una “parte” de Sí Mismo. Es la Luz que llena el mundo de Atsilút y que desciende hasta el nivel de Maljút. Ilumina, metafóricamente hablando, la propia subjetividad Divina, su autoconciencia. De Maljút en adelante hablamos de la Luz de la Creación, tras la restricción del nivel del Yesod de Atsilút/Dáat de Briá. Ilumina el contenido de la conciencia Divina como objetivo (objetivo para nosotros) y marca la distancia entre Pensador y Pensamiento. Decimos que es Or Jésed porque el Pensamiento Divino, como hemos dicho varias veces, es el dar el Bien de todas las formas posibles. En el Árbol simple es la Luz de Jésed, por debajo del Abismo de los tres Supremos, la Luz del primer día de la Creación.

El misterio de la restricción de la Conciencia Divina pertenece al Dáat de Atsilut. De una forma incomprensible para nosotros, desde su Voluntad de crear, Dios restringe su Conciencia enfocando su atención en el contenido de su Pensamiento, sumergiéndose en él, por así decir, para hacerse presente Él Mismo en la Manifestación. Operando mediante analogía, es como cuando nosotros mismos nos enfocamos plenamente en una tarea que pasa a ser “figura” (primer plano), mientras que el resto de nuestra conciencia retrocede al “fondo”. Está implícitamente presente, pero de una forma difusa.

Siguiendo con la metáfora, si nosotros escribimos una obra de ficción y nos introducimos como personajes dentro de ella, el resto de los caracteres interacciona con nosotros, pero hay un abismo insalvable entre nuestra imagen en el relato y nosotros como escritores. Toda la obra refleja de algún modo la individualidad del autor, pero, siendo ilusoria, ningún otro personaje puede salir de ella para experimentar directamente su realidad. Tan sólo el propio escritor puede salir de su ensimismamiento – habiéndose incluso olvidado de sí mismo para vivir plenamente la trama – retornando a su conciencia de sí con el placer que le ha proporcionado el acto creativo.

Por eso, tras el paso por la Nada en la que descubrimos que, justamente eso, no hay nada, ni creación, ni destrucción, ni liberación, ni ausencia de ella, pues no hay nadie a quien liberar, la Conciencia Absoluta revierte a su raíz última, el Kéter de Atsilút, el estado que Wilber describe de la siguiente manera:

“Después de haber atravesado completamente el estado de cesación o absorción causal en lo no manifestado, la conciencia despierta finalmente a su morada previa y eterna como Espíritu Absoluto radiante y omnipenetrante, uno y muchos, único y todo, integración e identidad completa entre la Forma manifiesta y lo Sin Forma no manifestado...”

“Estrictamente hablando, el nivel último no es un nivel entre muchos otros sino la misma realidad, condición o esencia de todos los niveles.”<sup>10</sup>

Es el nivel que puede decir con toda propiedad Eheiéh Asher Eheiéh, Yo Soy Quien Yo Soy. En lenguaje budista hablaríamos de la “unidad del vacío y forma”

---

<sup>10</sup> Psicología integral. Pag 26.

porque en este estado final emerge tanto el mundo de la forma (los mundos inferiores) como el de la no forma (los mundos superiores) como siendo uno, único y el mismo

En cábala se dice que Kéter está en Maljút y Maljút en Kéter. Porque hasta ahora hemos contemplado toda la estructura del Árbol como lineal, pero también lo podemos ver circularmente, uniendo el Kéter superior con el Maljút inferior, tal como dice el Séfer Yetsirá: Su fin está en su principio y su principio en su fin, como la llama al carbón que lo sustenta, porque delante del Uno, ¿qué puedes contar? La imagen de la llama y el carbón nos dice que el mundo fenoménico de la llama es exactamente igual que el mundo negro esencial del carbón. Así pues, de una estructura lineal pasamos a una estructura circular, el gran círculo, cuya circunferencia está en todas partes y cuyo centro no está en ninguna, que es como se ha definido a veces al Inmanifestado.

Sólo queda para concluir el tema recalcar que el Árbol de la Vida es una continuidad. Toda separación es ilusoria. En particular, el pilar del medio está siempre abierto y nuestra conciencia personal está permanentemente en unidad con los niveles superiores, aunque no nos demos cuenta de ello. Precisamente la actualización de esa conciencia es nuestro camino de autodescubrimiento. Si en el proceso nuestro sistema sobrevive a la experiencia de su raíz negativamente existente, podemos emerger de la nada a los mundos creados (no necesariamente físicos) como seres individuales, perfectamente realizados y liberados. Hemos alcanzado el estado deiforme, capaces de crear de mundos por el poder Divino transferido, colaboradores como Hijos de Dios en el Divino Plan.

## Capítulo IV: Nombres de Dios

Los Nombres de Dios constituyen uno de los pilares fundamentales de la cabalá. Podríamos decir que tanto al nivel contemplativo como energético son la esencia del conocimiento cabalístico y de su práctica meditativa y devocional. Son como los grandes focos de luz que iluminan el camino de retorno al Uno y a la conciencia superior. Por eso, antes de emprender los ejercicios y meditaciones de la segunda parte – lo cual es la finalidad de la presente obra – es necesario tener un conocimiento cabal de los mismos que nos sirva como fundamento – nuevamente el par Dáat/Yesod – para poder adentrarnos con verdad en los mundos espirituales.

Dios crea mediante la palabra. Cuando pronuncia, por ejemplo, Yehí Or: Que la Luz sea, no es que como consecuencia de decir una fórmula mágica surja de un no-existente la luz como algo exterior. Esas mismas palabras – combinaciones de letras – son la Luz.

Y si consideramos cabalísticamente esta fórmula: יהי אור, Que la Luz sea, vemos que su valor numérico es 232, el mismo que la suma de las cuatro expansiones<sup>11</sup> del Nombre de Dios, יהוה:

יהי ויהי , extensión atsilútica	= 72
יהי ויא יהי , extensión briática	= 63
יהי ויא ויא , extensión yetsirática	= 45
יהי ויה ויה , extensión asiática	= 52
Total	<hr/> 232

¿Qué es la Luz? La extensión del Nombre de Dios.

Lo cual no es tan arbitrario como a primera vista pudiera parecer. Si la Creación es el despliegue del Pensamiento Divino, todas las cosas dimanan de – son de hecho – las Palabras en las que este Pensamiento se vierte, el propio lenguaje divino (Voluntad → Pensamiento → Palabra → Cosa, en un Acto único).

Ahora bien, este Pensamiento es, al mismo tiempo, la formulación del autoconocimiento de Dios, pues no hay otra cosa aparte de Sí Mismo a la que su pensamiento se puede aplicar. La creación consiste en la pronunciación por Dios de su propio Nombre, la expresión de su autoconocimiento. Y, a su vez, la “pronunciación” – el conocimiento – por parte de la creación del Nombre de Dios constituye el acto unitivo del sendero de retorno.

Se dice que Moisés recitaba el salmo 91 cuando ascendía hacia Dios en el monte Sinaí. Tradicionalmente este salmo se usa en general contra las fuerzas negativas que intentan bloquear el progreso espiritual. El versículo 14 dice: “Le colocaré bien alto, porque conoce mi Nombre”. Y Guikatila<sup>12</sup> subraya<sup>13</sup>: “El versículo no dice: ‘Le responderé’ sino ‘le colocaré bien alto’. Además no dice: ‘porque ha pronunciado mi

---

<sup>11</sup> Existen cuatro formas clásicas de extender el Nombre de Dios, YHVH, según combinemos los distintos deletreos posibles de las letras He y Vav.

<sup>12</sup> Rabí José Gikatila, el gran cabalista español del siglo XIII, cuyo libro “Las Puertas de la Luz” sigue siendo el principal estudio sobre la metafísica de los Nombres Divinos y su aparición en la Torá.

<sup>13</sup> Shaaré Orá. Las Puertas de la Luz. Introducción.

Nombre' sino 'porque conoce mi Nombre'". Y concluye Guikatila: "Esto es porque lo principal es el conocimiento".

El texto habla de una elevación real. Conocimiento es unión, tal como está escrito: "Y Adam conoció a Eva".

¿Cómo alcanzamos este nivel de conocimiento unitivo? Mediante la práctica de la meditación (incluyendo la oración meditativa), en particular la meditación con los Nombres de Dios. Está escrito: "En todo lugar donde recuerdes Mi Nombre Me presentaré y te bendeciré" (Ex 20:24)

Y también está escrito: Él y su Nombre son Uno. Él, אֵל, es un apelativo de Kéter (Así como Atá, Tú, lo es de Tiféret y Aní, Yo, de Maljut. Ver capítulo anterior) en sí mismo. Su Nombre, אֵשׁ, de valor numérico 346, suma lo mismo que Ratsón, רָצוֹן, Voluntad, que también representa Kéter en su aspecto de manifestar la Luz Infinita.

El Nombre de Dios – sus Nombres, pues no hay división o partes en el seno de lo Divino, que se encuentra íntegramente presente en todas sus manifestaciones – es el vehículo principal de conexión y canalización de la Luz del Creador.

¿Qué es un Nombre de Dios?

Un Nombre de Dios es una manifestación directa de la Divinidad. Tiene una santidad intrínseca. Podemos contemplarlo – para nuestro entendimiento – como una fórmula metafísica al más alto nivel posible, como una fórmula con operadores – las letras – actuando sobre la Luz Infinita, la sustancia de todo lo que es.

Los Nombres de Dios no son nombres propios en el sentido convencional del término, ni tienen necesariamente un significado conceptual concreto. Son significantes de lo infinito, que desde nuestra perspectiva limitada percibimos bajo diversos aspectos (sefirot o arquetipos de lo Divino). Para nosotros son como interruptores de corriente que nos ponen directamente bajo la acción del potencial (voltaje) divino.

Sobre el efecto, escribe Rabí Moshe Jayim Luzzatto (Siglo XVIII):

"Entre las influencias que Dios decretó que se produzcan al ser utilizados los distintos Nombres, determinó que las mismas otorguen el poder de anular las leyes naturales a quienes los utilicen. Dichos individuos podrán relacionarse con entidades espirituales y adquirirán un conocimiento y una información superior a la del ser humano normal, así como otras ramificaciones que se producen de esta raíz. Esto constituye la inspiración Divina (Rúaj HaKódesh) y la profecía.

Asimismo decretó que la transmisión de la influencia se realice por los medios que citamos, o sea los Nombres relacionados con Dios y sus respectivas influencias. Todo esto se produce al mentalizarlos, pronunciarlos o combinarlos con otras palabras, siempre dentro de las condiciones requeridas."<sup>14</sup>

Cuando usamos Nombres de Dios, incluso en pensamiento, estamos realizando una actividad sagrada. Las condiciones requeridas son el amor y el temor a Dios. Temor en el sentido de pasmo, anonadamiento ante la realidad Divina. Tenemos presente el tercer mandamiento del Decálogo: "No tomarás el Nombre de YHVH tu Dios en vano...". Ya que la trasmisión es directa, si no se realiza por el lado del Jésed, se hará por el de la Guevurá, el Rigor. Siempre bajo el amparo de la Gracia, que fluye por el pilar del medio. Pero el amor es la fuerza que nos impulsa, tal como está escrito: "Bésame con besos de tu boca, porque buenos son tus amores más que el vino... Perfume derramado es tu Nombre" (Cantar de los Cantares, 1:2). Y también: "Sus

---

<sup>14</sup> El Camino de Dios (Derej HaShem) (Sec.3 Cap.2). Edición del Haktav Institute. Jerusalem. 1997.

ascuas [del amor] son ascuas de fuego, la llama misma del Eterno (Yah, יהי)” (Ibíd. 8:6). Es decir, en toda llama de amor arde el fuego de Dios. Es inflamados de amor a Dios y llenos de su temor como debemos emprender las meditaciones y prácticas sobre sus Santos Nombres, no sólo para cumplir con el precepto del tercer mandamiento, sino porque ambos son las fuerzas cósmicas que gobiernan el mundo y nos llevan directos a la Presencia y la Devekut (unión con Dios).

## 1. TETRAGRÁMATON<sup>15</sup>:

יהוה

El Nombre de Dios por excelencia es el Tetragrámaton (Nombre de cuatro letras)<sup>16</sup>. Representa la Totalidad. Por un lado es la vasija de EnSof. Por otro representa todo el Árbol de la Vida. Además cada letra es el arquetipo que se despliega en un mundo y se manifiesta en un Rostro Divino. Por último, está en la raíz de cada una de las sefirot, según sus diferentes vocalizaciones. Como de todo esto se trata en diferentes lugares de la presente obra, aquí nos limitaremos a enunciar las diferentes atribuciones:

YOD: Jojmá. Atsilut. Abba (Padre). El fino trazo superior izquierdo – el punto origen – representa Kéter, el mundo de Adam Kadmón y el Rostro del Anciano de los Días (también en su acepción de Arij Anpin, el Rostro Inmenso).



1ª HE: Biná. Briá. Imma (Madre).

VAV: Las seis sefirot de Jésed a Yesod. Yetsirá. Zer Anpin (el Rostro Menor).

2ª HE: Maljut. Asiá. Shejiná.

La vocalización correspondiente a cada sefirá se verá más adelante.

---

<sup>15</sup> Remitimos al lector al libro El Camino del Árbol de la Vida, capítulo VIII, para un estudio extensivo sobre éste y los Nombres sefiróticos en general.

<sup>16</sup> El Nombre de Dios de cuatro letras, יהוה, YHVH, es usualmente presentado en las traducciones no judías como Jehová o Yavé. Hay que decir que esto es una interpretación errónea. El Nombre en sí no tiene una pronunciación estándar y se usa con vocalizaciones diversas.

Las letras hebreas son consonantes. Las vocales no figuraban en el texto bíblico original y eran aportadas por el lector. Había, sin embargo varias letras – las llamadas semivocales – que si bien eran consonantes también podían funcionar como vocales. Son precisamente las tres letras Yod, He y Vav, constituyentes del Nombre de Dios. Así, la letra Yod era indicativa de la “i” y de la “e”; la He de la “a”; y la Vav de la “o” y de la “u”. El Nombre de Dios, YHVH, era pues un término puramente vocálico – designando al ser activo del Universo, de la misma forma que las vocales son el alma del lenguaje, sin las cuales las consonantes son letra muerta. Cuando se introdujeron las vocales en el texto bíblico (añadiendo puntos y pequeños signos) se empleó para el Tetragrama la vocalización de Adonai (Nombre de Dios en Maljut), lo que devino en la lectura Yehová o Jehová. También podríamos pronunciarlo con la vocalización de Elohim, Yehovih, tal como aparece en el texto bíblico cuando YHVH precede al Nombre Adonai, o con la vocalización de Eheieh, Yevéh. O bien directamente como una progresión de las cinco vocales: IEAOUA. Y de muchas otras formas, como se verá después con las vocalizaciones sefiróticas o en diversos yejudim. Todo según el contexto.

Una breve reseña sobre la significación del Nombre desde el punto de vista lingüístico:

El nombre YHVH, יהוה, es una construcción con el presente del verbo ser, que en hebreo es HOVE, הוה, y el prefijo de la tercera persona del futuro, ך. Se podría interpretar como una representación del Ser (presente), pero considerado como Ser Activo (el futuro en hebreo representa todo tipo de acción no terminada).

Suele traducirse como el Eterno, porque también se dice de Dios: “el que era, el que es, y el que será”, palabras que giran sobre la misma raíz lingüística:

היה הוה ויהיה

El que era, El que es y El que será

Por tanto el que está por encima del tiempo, el que define las dimensiones del tiempo. Es el Ser Activo en ese sentido, como implicándose directamente en la creación.

Antes hemos interpretado la expresión creativa, Yehí Or, como un despliegue del Nombre. Si ahora consideramos la frase completa: Yehí Or Vayehí Or, Que la luz sea y la luz era (o hágase la luz y la luz fue), podemos comprobar que su valor numérico es 470 (232 + 6 + 232), justo el de la palabra Et (Ayin Tav) que significa “tiempo”.

Notamos la simetría de la frase: Es la misma expresión repetida Yehí Or, con una Vav entre ellas. El significado de la Vav es cópula, conjunción. Podemos ver dos niveles: el plano de lo eterno y el plano de lo fenoménico, con el Tetragrama definiendo ambos. En cierto modo podemos considerar ambas dimensiones como las dos letras He del Nombre, unidas por la Vav, sólo que en el primer día (Yom Ejad) se hallan unificadas. Es en el segundo día cuando tiene lugar la separación entre las aguas superiores y las aguas inferiores.

**2. Nombres sefiróticos:** Cada una de las sefirot viene además representada por un Nombre Divino específico, lo que constituye la esencia más exaltada de esa sefirá en Atsilut, el mundo Divino. Todo lo dicho arriba sobre la santidad y eficacia de los Nombres es de completa aplicación aquí. Cada Nombre es una llave maestra que llena y satisface todas las vasijas y aspectos relacionados con la sefirá correspondiente. Citando de nuevo a Luzzato<sup>17</sup>:

“De acuerdo al Nombre que se pronuncie y utilice de Dios, se originará la emanación y la influencia correspondiente. Esto significa que el tipo de influencia en cada caso estará relacionada específicamente con el Nombre que Dios, Bendito sea, designó en virtud de los misterios de dicha influencia.

Cuando alguna influencia en particular es transmitida, origina necesariamente el resultado implícito en ella, extendiéndose estos efectos desde el principio hasta el final en la secuencia que ya citáramos [la secuencia de la Creación, es decir, las Sefirot y los mundos].”

Los Nombres sefiróticos son:

### 1. KÉTER

אהיה אשר אהיה

EHEIÉ ASHER EHEIÉ

---

<sup>17</sup> Óp. Cit. Misma sección.

YO SOY QUIEN YO SOY (o YO SERÉ... Traducción alternativa)

Es la identidad suprema, como cabeza del Pilar de la Conciencia: YO SOY

Es la existencia absoluta verdadera frente a la existencia relativa contingente de la manifestación: SOY

Es el UNO y EL UNICO: QUIEN YO SOY.

Yo Seré: Hay aquí una expresión de voluntad de ser, de deseo de manifestarse y ser conocido. Podemos ver en este Nombre la realidad absoluta en su doble dimensión de ser y de devenir o llegar a ser.

También representa el hálito divino, el Espíritu, el espíritu de vida.

Y el estado de conciencia correspondiente es la plenitud, calma, deleite y gozo supremo inherentes a la luz divina.

## 2. JOJMÁ

יה

YAH

Es el nombre de la sabiduría, la sabiduría increada, inexpresable, averbal (sin palabras), de la que brota la creación. Es Dios como padre, como principio positivo o masculino, aformal (la forma empieza en Biná) y por tanto inexpresable, pues toda expresión es una forma.

Yah es el nombre de la trascendencia, y como trascendencia, es potencia salvadora, libertadora, que todo lo puede, que todo lo vence, que borra todo lo que se debe cambiar.

## 3. BINÁ

יהוה אלהים

YHVH ELOHIM

YHVH DIOS

Este es el Nombre completo con las dos polaridades, masculina (YHVH) y femenina (Elohim), explicitadas.

Tenemos por un lado el aspecto Luz, YHVH, y por otro Elohim, que es el aspecto Vasija, el contenedor de la Luz. Elohim es la manifestación de Dios que aparece en el primer capítulo del Génesis. Es el aspecto, por tanto, que crea, que efectúa el acto concreto de creación. Podemos así entender el Nombre como la Luz Infinita llenando a rebosar la Vasija de la Creación.

Elohim es la naturaleza en el aspecto más exaltado posible; no sólo la naturaleza orgánica de la Tierra, sino, tal como la entenderían los griegos, la fisis, la naturaleza global, el Alma de la Creación.

El Nombre Elohim, אלהים, deriva de una raíz femenina, אלה, que tiene que ver con Dios (אל, EL, es otro Nombre de Dios). A esta raíz se añade el plural masculino ם. ELH terminando con el plural masculino IM: Un nombre que es singular, pero que al mismo tiempo es plural. Por eso algunos libros proponen unas traducciones forzadas, como El-los dioses, queriendo incorporar ese matiz.

Hay que entender, por tanto, este Nombre como una unidad femenina conteniendo dentro de sí la pluralidad de las causas activas masculinas. Es la madre de la forma conteniendo en sí a las siete Sefirot de debajo del abismo, que son las causas activas de la creación.

El Mundo Futuro, la reintegración de los mundos en Biná, se lleva a cabo por la unión de estos dos nombres YHVH y Elohim: La misericordia y la severidad, la luz y la

vasija, el espíritu y la naturaleza, la libertad y la necesidad, el interior y el exterior, el mundo visible y el mundo invisible.

Es el estado de la forma perfeccionada, en el que las cosas retienen su identidad relativa, y al mismo tiempo están unidas en el seno de lo divino.

#### 4. JÉSED

אל

EL

DIOS

El es el Nombre de la misericordia divina, de la energía divina en acción, de la realización del bien, de la gracia de Dios, de la experiencia del amor divino, del perdón, de la energía dadora, del abandono y la sumisión a la voluntad divina. Es el atributo Divino al que generalmente rezamos pidiendo mercedes.

#### 5. GUEVURÁ

אלהים גבור

ELOHIM GUIBOR

DIOS FUERTE

El Nombre Elohim Guibor expresa a Guevurá de dos formas: como la fuerza y como la severidad.

Elohim Guibor es Dios que juzga y retribuye con estricta justicia, en base al mérito.

Además es el Dios del poder, el Dios de las batallas, la fuerza incontestable, la fuerza indestructible.

Es la supervisión activa que pone en marcha los mecanismos de ajuste, de corrección, o incluso de destrucción de aquello que ya no cumple una función evolutiva, que ha de ser superado.

También Elohim Guibor es el aspecto divino que nos somete a prueba, para que trascendamos nuestros límites y expresemos la plenitud de nuestro potencial.

#### 6. TIFÉRET

יהוה אלוה ודעת

YHVH ELOAH VADAAT

YHVH DIOS QUE SE HACE CONOCIDO, que se manifiesta.

Es Dios manifestado en el centro de uno mismo, queriendo decir que cuando alcanzamos el punto central de nuestro ser y nuestra conciencia, nos encontramos a la divinidad allí instalada. Eloah Vadaat es el rayo de nuestra chispa divina.

YHVH ELOAH VADAAT, como Tiferet, es el ser de los seres, Dios en el centro, el Dios identidad en el sentido de self, sí mismo, el omnisciente, como el sol de la conciencia. El Dios luz. El Dios éxtasis.

#### 7. NÉTSAJ

יהוה צבאות

YHVH TSEBAOT

DIOS DE LOS EJÉRCITOS O DE LAS MULTITUDES

Representa el poder único detrás de todos los poderes. La Divinidad manifestándose como una multitud de potencias activas.

Es el sello de Dios en la creación; que el arquetipo supremo de todos los seres es YHVH Tsebaot.

## 8. HOD

אלהים צבאות

ELOHIM TSEBAOT

DIOS DE LOS EJÉRCITOS O DE LAS MULTITUDES

Volvemos a encontrar la polaridad masculina y la polaridad femenina al nivel de los poderes cósmicos (YHVH Tsebaot en Nétsaj y Elohim Tsebaot en Hod)

YHVH Tsebaot es la fuerza iluminadora, el relámpago de luz que despierta todo ser a la búsqueda de su arquetipo espiritual. Elohim Tzabaoth nos sostiene e interioriza, creando las condiciones formales que permiten contener esa luz.

Es como el sol, cuyos infinitos rayos luminosos constituyen la matriz de las formas.

## 9. YESOD

שדי אל חי

SHADAI EL JAI

OMNIPOTENTE DIOS VIVO

Representa la potencia de la vida en general, la potencia indestructible de la vida. Es la fuerza de la generación, de la vitalidad, de la creación, de la transmisión de la vida: La génesis de todos los seres.

Shadai es el nombre de la bendición de la Tierra, de la bendición de los frutos, la bendición de los patriarcas, de la multiplicación: “Estableceré una alianza contigo y te multiplicare muy mucho”.

Es también El Jai, es un Dios vivo. No es que sea el Dios sólo de la vida; quiere decir que Dios es una experiencia viviente que es, a su vez, la vida de los mundos y de nuestra propia vida.

## 10. MALJÚT

אדני הארץ

ADONAI HAÁRETZ

MI SEÑOR DE LA TIERRA

Adonai, representa el concepto de soberanía divina sobre el universo. Dios como rey.

Este aspecto de soberanía, del reinado, expresa la concreción final de todos los atributos divinos.

De ADONAI para arriba tenemos el mundo de la unidad. De ADONAI para abajo, el mundo de la multiplicidad. Dios como Rey y Señor es una frontera. Por una parte es trascendente, está separado de la Creación. Pero, por otra es inmanente, es la SHEJINÁ o Presencia Divina, que expresa la presencia constante de Dios en la creación, la Shejiná que llena los mundos a rebosar.

El primer aspecto de Dios que se nos manifiesta es como Rey de la Creación, Mélej, (y al mismo tiempo, inmanente, como Alma de la Tierra, HaÁrets).

אדני מלך

ADONAI MÉLEJ

MI SEÑOR REY

En **DÁAT** tenemos dos Nombres:

Para el llamado Dáat Elión, Conocimiento supremo (cuya ubicación está en la intersección de los senderos Kéter-Tiféret y Jojmá-Biná. Es el modo superior de

integración de los tres Supremos, en sí y para sí) usamos el Nombre אדוני. Fue propuesto por el círculo medieval del Iyyún y está formado por las cuatro letras que

conforman los Nombres יהוה y אלהי. Para Abulafia se trata del verdadero Nombre de Dios, ni siquiera totalmente revelado en la Torá. Su valor numérico es 22. En el Dáat Tajtón, el Conocimiento inferior (la sefirá virtual en medio del abismo<sup>18</sup>) el Nombre a considerar es אלהי, que proviene por Notarikón del primer versículo del Génesis: Bereshit Bará Elohim Et (con Alef) Hashamaim Veet HaÁrets: En principio creó Elohim los Cielos y la Tierra. Su valor numérico es 17, el mismo que el la palabra טוב, Bien, indicando que éste constituye el Pensamiento de la Creación.

### 3. OTROS NOMBRES DE DIOS

Los Nombres de Dios sefiróticos clásicos (bíblicos), no son las únicas palabras que se considera que tienen ese estatus.

Dios es infinito. Cada Nombre es un infinito. En matemáticas sabemos que un infinito numérico puede contener otros conjuntos infinitos como subconjuntos propios. Incluso un número infinito de ellos. Mucho más en el caso que nos ocupa.

Como hemos dicho, un Nombre de Dios es una llamada directa a Dios, una puerta abierta en medio de la manifestación que conduce a las cámaras secretas del Rey, un término con conexión inmediata, una vasija de la Luz Divina al más alto nivel. Evidentemente, todo tiene conexión con Dios, si no simplemente no existiría (de forma radical diríamos que todo es Dios, pero ahora estamos considerando otra perspectiva).

Una forma de actualizar esa relación es mediante el nombre de las cosas, según la línea creativa especificada antes: Luz → Pensamiento → Palabra → Cosa. De esta forma, si se quiere acceder a la raíz divina de algo, ya sea objeto, persona, proceso, etc., podemos buscar por ejemplo un Nombre Divino del mismo valor numérico, ya sea simple o compuesto. Este procedimiento es particularmente útil en curación o para transmutar cualidades, emociones o situaciones negativas. Esto será tratado en otro lugar, al hablar de yejudim.

Lo que ahora nos ocupa es adentrarnos en el luminoso y caleidoscópico mundo de los Nombres de Dios, que es como decir, la infinidad de matices de la Luz Divina. Se puede objetar que para qué necesitamos tanta variedad, si con el Nombre Único tenemos suficiente. Lo cual es cierto, pero también podríamos objetar que la realidad manifestada no consiste sólo en Kéter, sino en todo el Árbol de la Vida, y que Kéter está en Maljút y Maljút en Kéter. Ni siquiera pintamos un lienzo yuxtaponiendo los siete colores puros, sino con la infinidad de sus matices y mezclas.

El objetivo no es puramente exploratorio o descriptivo. Los Nombres derivados se usan extensivamente en meditación y en muchas aplicaciones prácticas, tales como curación, transmutación, etc.

Entre los procedimientos para desvelar y descubrir Nombres de Dios – porque esto se trata en sí mismo de un método de meditación y conexión por la vía del estudio – están: a) los desarrollos de los Nombres tradicionales, el Tetragrámaton o los Nombres sefiróticos mediante extensiones, triangulaciones, permutaciones, temurot (sustituciones), yejudim (unificaciones)...; b) los Nombres obtenidos por notarikón, intervalos iguales o extraídos del Tanáj – Biblia judía – por diversos procedimientos (72 Nombres de los tres versículos del Éxodo, Nombre de 42, etc.) y, c) por supuesto, los

---

<sup>18</sup> Cuando no se hace esta diferencia, ambos יהוה y אלהי, se consideran como simplemente Nombres de Dáat. La distinción tiene importancia a la hora de hacer la práctica del Árbol de la Vida en el aura (ver próximo capítulo).

obtenidos por inspiración, por no decir revelación, vía el Rúaj HaKódesh (Espíritu Santo). Y además están los llamados atributos, tales como El Gadol, El Guibor, El Norá, El Elión, El HaKabod, El Kaná, El Rajúm, etc.

A continuación daremos algunos ejemplos:

### EXTENSIONES:

Por ejemplo, las cuatro extensiones del Tetragrámaton según los cuatro mundos, citadas al principio de este capítulo:

יוד הי ויו הי  
 יוד הי ואו הי  
 יוד הא ואו הא  
 יוד הה וו הה

cuyo valor numérico total es 232, el mismo que las siguientes expresiones:

יְהִי אוֹר, Hágase la Luz

הַבְּרָכָה, HaBerajá, la bendición

בְּמִקוֹמוֹ, mimekomó, desde su lugar, según el versículo de Ezekiel: Barúj kebed YHVH mimekomó, el cual forma parte del canto angélico de la Kedushá. La palabra Makom, Lugar, es también un Nombre Divino en sí misma.

Por supuesto, cada una de las extensiones por separado es susceptible de un sinfín de desarrollos. Así por ejemplo la expansión atsilútica suma 72, un número paradigmático de la Divinidad que aparece por doquier. Esto podría empezar toda una línea de meditación, pero no es el objetivo aquí el ser exhaustivos, sino presentar una panorámica general.

### TRIANGULACIONES:

י  
 ה י  
 ו ה י  
 ה ו ה י

Que también suma 72. Representa el despliegue de la Deidad en Rostros de manifestación:

YOD Kéter y Atika Kadisha,

YOD HE Jojmá y Biná y ABBA e IMMA,

YOD HE VAV, ZEIR ANPIN (seis permutaciones de estas tres letras que sellan las seis caras del cubo místico, seis sefirot de Jésed a Yesod),

YHVH, SHEJINÁ (en el centro del cubo, Maljút) (y las doce permutaciones del Tetragrama – las doce aristas del cubo (o diagonales que unen entre sí los centros de las caras) – son los brazos del mundo, en palabras del Séfer Yetsirá.

## PERMUTACIONES:

Acabamos de hablar de ellas: יהוה has seis permutaciones, יהוה has doce, יהוה has veinticuatro, יהוה has 120, y todas son Nombres Divinos.

En particular, las doce permutaciones del Tetragrámaton rigen las constelaciones zodiacales y los correspondientes meses del calendario judío:

יהוה	Aries
יהוה	Tauro
יהוה	Geminis
יהוה	Cancer
יהוה	Leo
יהוה	Virgo
יהוה	Libra
יהוה	Escorpio
יהוה	Sagitario
יהוה	Capricornio
יהוה	Acuario
יהוה	Piscis

## TEMUROT (SUSTITUCIONES):

Por ejemplo, si consideramos el Nombre de 14 letras (que aparece en el Shemá):

יהוה אלהינו יהוה

(Adonay Eloheinu Adonay)

y sustituimos cada letra por la siguiente en el alfabeto (ABGaD) tenemos:

כוזו במוכסז כוזו

(Kuzu Bamvajsaz Kuzu)

un Nombre particularmente potente para alejar la negatividad.

Ambos Nombres conjuntamente se dice que rigen los 28 tiempos de Kohélet (el Eclesiastés): 14 “positivos” y 14 “negativos”.

También rigen las dos manos (Mano es Yad, YD = 14. Cada mano tiene 14 falanges).

## YEJUDIM (Unificaciones):

Por ejemplo, entrelazando Nombres letra a letra. Así:

YHVH + Adonay, יהוה + אדני = יהוהאדנייהוה, un Nombre Divino en sí mismo, representando la unión de Tiféret y Maljút, el cielo y la Tierra, el Santo Bendito Sea y la Shejiná.

Su valor numérico es 91 (65 + 26).

## NOTARIKÓN (acrósticos):

Por ejemplo: Amen, אָמֵן, notarikón de Adonay Mélej Neemán, Mi Señor Rey Fiel.

Ahora podemos también aplicar otras técnicas, como la guematria:

El valor numérico de Amen es 91, como el yijud anterior: אִמְנֵן.

Otras expresiones con el mismo valor son:

הָאֱלֹהִים, HaElohim, Dios

לְסֵפֶר, de los 72 Nombres (el n° 45), Tiféret de Tiféret.

פְּאֵי, notaricón de Potéaj et Yadeja (Sal 145:16)

פּוֹתֵחַ אֶת־יָדְךָ וּמַשְׁבִּיעַ לְכָל־חַי רְצוֹן: 16  
ratsón jai lejol umasbiá yadeja et Potéaj  
Abres tu mano y satisfaces a todos los vivientes  
con favor

Abres tu yod, tu punto de infinito, la fuente  
de Luz.

אֱמֵן, notarikón de otro versículo bíblico (Sal 31:6): “En tus manos encomiendo mi espíritu-Rúaj. Tu me has redimido YHVH (Padita Otí YHVH), Dios de la Verdad”.

La suma de las tres extensiones de Yah: YH, también suma 91.

י' ה' = 35

א' ה' = 26

ה' ה' = 30

91

\*\*\*\*\*

Sobre todos y cada uno de los desarrollos anteriores se pueden (y se deben) construir meditaciones, según las líneas habituales de visualización (tallado y grabado del Séfer Yetsirá), recepción y canalización de la Luz, devekut y unión con Dios. Ver el capítulo siguiente.

## 4. EL NOMBRE DE 42 LETRAS<sup>19</sup>

Este es uno de los Nombres de Dios más potentes que se usan en cabalá. Consagrado por la tradición, su derivación no es bien conocida. De hecho Rashi afirma que “este Nombre no nos ha sido entregado”.

Es citado en el tratado Kiddushin (71 a) del Talmud, en donde leemos: Dijo Rab Yehuda en nombre de Rav: El Nombre de 42 letras no le debe ser revelado sino a aquel

<sup>19</sup> Mientras que en mis obras anteriores he tratado en profundidad sobre los Nombres Divinos expuestos en los tres apartados anteriores, no así sobre los Nombre de 42 y 72, que a continuación estudiamos en extensión.

que es recatado, humilde, se encuentra en la mitad de sus años, no se deja llevar por la ira, no se emborracha y no es puntilloso con los demás. Y todo aquel que lo sabe y es precavido y lo cuida con pureza, es amado en lo Alto, agradable en lo Bajo, despierta el temor en las criaturas y hereda dos mundos, este mundo y el Mundo Venidero.

Maimónides hace notar que no puede tratarse de un Nombre propio en el sentido convencional del término, sino de un cierto número de Nombres entrelazados estrechamente y unificados para alcanzar un verdadero entendimiento de Dios el Tetragrámaton (que extendido de esta forma: יהוה, es decir, en sus letras “masculinas”, suma 42). Se trata de un único Nombre porque en última instancia significa una única cosa.

Como todo Nombre Divino, el de 42 letras es de alcance infinito. Desde nuestra perspectiva, hay dos líneas fundamentales de aplicación: Por un lado es el Nombre de la Creación, como el Zohar señala en varios lugares y, por otro, es un Nombre de purificación, elevación, transición y ascenso espiritual, tal como se emplea en la tefilá, en los 49 días de la cuenta del Omer, y como queda reflejado en las 42 estaciones de la marcha de los israelitas por el desierto (ver después).

El Nombre de 42 letras es una expresión del Nombre **אלוהי**, Elóah, de ese valor numérico.

Una de las extensiones de Elóah es **אלף למד וו הא**, cuya suma es 203, lo mismo que **ברא**, creó. Estas tres son las primeras letras del Génesis además de tener el significado directo de creación reflejado en la segunda palabra (bereshit bará... En el principio creó).

Según el Zohar (II, 234 a) “el mundo arriba y abajo, el mundo de la unificación [las siete sefirot inferiores de Atsilút] y el mundo de la separación [los mundos por debajo de Atsilút]” fueron creados mediante el Nombre de cuarenta y dos letras.

Y tenemos la tradición (Nejuniá ben Hakaná, Rabenu Tam, Bajia ben Asher y otros) de que el Nombre deriva de las primeras 42 letras del Génesis, desde la Bet de Bereshit hasta la Bet de Bohu (versículo 2), “solo que después de muchas permutaciones” (que lamentablemente no son conocidas).

La letra Bet, en general, representa Sabiduría y Bendición. Podemos decir que el Nombre de 42 representa el despliegue de la semilla primordial de sabiduría y bendición contenida en la primera Bet de Bereshit. Y es interesante notar que otra extensión del Nombre Elóah: **אלף למד וו הי**, suma 222, como la segunda cámara del Aiq Beker, **בכר**, el despliegue del número 2 en las unidades, decenas y centenas. En esta cámara está enraizada la palabra Berajá, **ברכה**, Bendición.

El Nombre Elóah, que hemos atribuido a la sefirá Tiféret, es un desarrollo de la raíz El (Nombre en Jésed) que significa inmanencia divina, gracia y energía expansiva. El es el Nombre del Uno (Alef) en movimiento (Lamed) o de la acción de la tríada Dios Solo (1 + 30) en los mundos de la forma.

Aparece aquí unido a las letras Vav He, la segunda mitad del Tetragrama. Vav es la letra del Zer Anpin y He de la Shejiná, en conjunto las siete sefirot de debajo del Abismo. El proceso creativo está codificado en los siete días de la Creación, empezando por la Luz del primer día, que corresponde a Jésed.

Y vemos que la primera palabra de este proceso creativo es Yehi, “Que sea...”, **יהי**, de valor 25; y la última (“Y vió Elohim que era bueno”) Tov “...bueno”, **טוב**,

igual a 17. Total, 42 de nuevo. También la extensión **אלף למד ור הזה** suma 207, el valor de **אור**, Luz, lo que es creado el primer día.

El Nombre de 42 también está directamente conectado con otros Nombres de Dios. Por ejemplo, es dos veces Eheiéh = 21, como en el Nombre **אהיה אשר אהיה**, Eheiéh Asher Eheiéh, Yo Soy Quien Yo Soy.

Este Nombre representa el doble nudo de lo Infinito, el Ser y el Devenir. El Nombre de 42 une ambos planos de manifestación, de ahí su función de intermediario entre lo eterno y lo fenoménico.

De hecho, representa el desarrollo de la extensión yetsirática del Tetragrámaton, conocida como Mah (= 45 = Adam), que consta de 42 letras:

יהוה  
יוד הא ואו הא  
יוד ואו דלת הא אלף ואו אלף ואו הא אלף

Yetsirá, el mundo de la psique, es un plano intermedio entre el ser puro de Briá (Bará, Creación) y el plano fenoménico de Asiá (Acción). Como veremos después, el Nombre se divide en siete versículos de seis letras cada uno, en correspondencia con las siete sefirot de Jésed a Maljut.

Cada una de las seis letras de cada versículo corresponde a su vez con las seis subsefirot – de Jésed a Yesod – de su sefirá asociada, atribuyendo a Maljut el versículo completo – las seis letras consideradas como unidad –. El Nombre opera, así, la unión entre Yetisrá y Asiá, y energéticamente funciona en ambos sentidos: descendente y ascendente.

El sentido descendente es el de la creación, tanto en el aspecto cosmológico como en el de manifestar fenómenos (mágico).

El sentido ascendente es el de purificación y elevación, tanto de nuestras plegarias y meditaciones como de nuestro nivel de conciencia. Porque el Shabat – el séptimo día – no sólo representa Maljut en sí, sino también la elevación de Maljut a Biná. De ahí que el Nombre de 42 letras encierre no sólo el secreto de la unión del espíritu a la materia, sino igualmente el de la elevación de la materia a los mundos espirituales.

Lo cual viene reflejado en las 42 etapas de la marcha de Israel por el desierto (Num 33: 1-49), desde el plano de Mitsraim (Egipto, el mundo de la materialidad) a la tierra de Canaán (la tierra espiritual de Biná, que mana leche y miel).

No deja de ser significativo que sea el mismo Dios el que ordena a Moisés reflejar por escrito en la Torá los nombres de los 42 campamentos, lo cual es indicativo de su alto potencial espiritual.

Y Rabenu Tsadoq Hakohen (Pri Tsadik) dice al respecto:

“Y es sabido que las 42 marchas y sitios en los que se detuvo el pueblo de Israel al cruzar el desierto son en paralelo con el Nombre de 42 letras. Y cada letra se refiere a un nivel determinado. Y entre cada nivel y nivel hay un viaje que se debe recorrer para alcanzar el nivel superior. Y mientras la persona marcha se encuentra ocupada, y al alcanzar el nivel siguiente, entonces descansa”.

Según el Séfer Yetsirá, el libro de la Creación (Formación), Dios crea el mundo mediante tres elementos: el número (cantidad), las letras (cualidad) y la narrativa (combinación). Los tres aspectos están entrelazados. No sólo las letras (y las palabras)

tienen valor numérico – lo que determina relaciones ontológicas entre ellas – también el propio discurso tiene estructura, es decir, geometría intrínseca (un aspecto de la forma).

La división del Número 42 en un  $6 \times 7$  y la relación subsiguiente con el aspecto formativo de los septenarios simbólicos, forma parte de la geometría del número 42. Y todo conjunto significativo de 42 letras es una manifestación de su potencial energético.

Tenemos así varias versiones del Nombre de 42 letras, o bien, si se quiere, varios Nombres de ese número de letras, cada uno con su significado específico.

La versión más conocida y usada es que se deriva de la oración Aná Bejóaj. La veremos al final y es la que usaremos en las meditaciones prácticas del capítulo siguiente. Pero la metodología que proponemos entonces, se puede aplicar igualmente a cada una de las variantes.

**A. Sefirot.** En primer lugar, comprobamos que el conjunto de los nombres convencionales de las sefirot, incluyendo Dáat, tiene 42 letras<sup>20</sup>:

1. כתר
2. חכמה
3. בינה
0. דעת
4. חסד
5. גבורה
6. תפארת
7. נצח
8. הוד
9. יסוד
10. מלכות

Si unimos todos los nombres obtenemos un Nombre de 42 letras con toda la potencia del Árbol de la Vida.

כתרחכמהבינהדעתחסדגבורהתפארתנצחהודיסודמלכות

Separando en conjuntos de seis letras, y más aún en tripletes, obtendríamos las siguientes configuraciones energéticas:

כתר חכמ  
הבי נהד  
עתח סדג  
בור התפ  
ארת נצח  
הוד יסו  
דמל כות

---

<sup>20</sup> Si excluimos Dáat, pero usamos para Biná el nombre de Tebunah , y para Jésed el nombre de Guedoláh, también se obtienen 42 letras.

**B. Séfer Yetsirá.** Leemos en el primer párrafo:

En (Con) 32 senderos maravillosos de sabiduría  
Grabó Yah  
Yhvh Tsebaot  
Elohe Israel  
Elohim Jayim (Dios de Vida)  
uMelej Olam (Rey del Mundo)  
El Sadai (Dios Omnipotente)  
Rajum VeJanum (Clemente y Misericordioso)  
Ram VeNisha (Elevado y Exaltado)  
Shojen Ad (que habita en la Eternidad)  
VeQadosh Shemo (y Santo su Nombre)

Podemos interpretar que Dios “grabó su Nombre” con 32 senderos, porque el texto continúa: “y creó su mundo con tres sefarim: número, letra y narrativa.

¿Y cuál es su Nombre?

Tenemos en el texto una sucesión de Nombres: Desde Yah hasta Shadai (nombres en sentido propio) hay 42 letras. Desde Yah hasta Qadosh, en donde se añaden cualidades manifestadas, 72 letras.

Este sería el Nombre de 42 del primer versículo del Séfer Yetsirá:

יה יהוה צבאות אלהי ישראל אלהים חיים ומלך עולם אל שדי

El primer paso en la Creación es el grabado del Nombre. Después la creación del mundo. Nuevamente se nos presenta la relación del Nombre de 42 con el acto creativo.

**C. Bereshit.** De hecho, si consideramos en sentido explícito las 42 primeras letras del Génesis, obtenemos otra versión del Nombre. Esto lo hace Rabí Eliezer de Worms (el Rokéaj, S. XII-XIII), aunque introduce algunas modificaciones en las letras que no justifica.

בְּרֵאשִׁית בְּרָא אֱלֹהִים אֶת הַשָּׁמַיִם וְאֶת הָאָרֶץ וְהָאָרֶץ הִיְתָה תְהוֹ וְב

Podemos tomar la sucesión de letras tal como aparece o utilizar la técnica habitual de formación de tripletes: las 14 primeras letras en orden directo; escribir debajo de ellas las 14 siguientes en orden retrógado, es decir, de izquierda a derecha; por último, las 14 restantes debajo, de nuevo en orden directo. Tendríamos:

ב ר א ש י ת ב ר א א ל ה י מ  
צ ר א ה ת א ו מ י מ ש ה ת א  
ו ה א ר צ ה י ת ה ת ה ו ו ב

בצו ררה אאא שחר יתין תאה בוי רמת איה אמת לשה ההו יתו מאב

**D. Liberación.** En el Cántico del Mar (Az Yashir Moshe), que entonan los israelitas tras cruzar el mar de los juncos en seco, hay 42 letras desde la primera Alef hasta la Alef de Le(A)mor (Ex 15:1):

אָז יַשִּׁיר־מֹשֶׁה וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת־הַשִּׁירָה הַזֹּאת לַיהוָה וַיֹּאמְרוּ לְאֹמֶר אֲשִׁירָה לַיהוָה  
כִּי־גָאָה גָאָה סוּס וְרֹכֵבוֹ רָמָה בָּיָם:

Entonces cantó Moisés y los hijos de Israel este cántico a YHVH, y dijeron:  
(Cantaré yo a YHVH, porque se ha magnificado grandemente;  
Ha echado en el mar al caballo y al jinete.)

Las 42 letras:

אָז יַשִּׁיר־מֹשֶׁה וּבְנֵי יִשְׂרָאֵל אֶת־הַשִּׁירָה הַזֹּאת לַיהוָה וַיֹּאמְרוּ לְאֹ

Mediante el procedimiento de tripletes descrito antes:

א ז י ש י ר מ ש ה ו ב נ י י  
א ז ה ה ר י ש ה ת א ל א ר ש  
ת ל י ה ו ה ו י א מ ר ו ל א

אאת זול יהי שהה ירו ריה משו שהי התא ואמ בלר נאו ירל ישא

El Nombre que surge de Bereshit nos sumerge en el mundo de la Bet, el Génesis, la Creación, el descenso y circulación de la energía.

Az Yashir es un cántico de liberación. El Nombre que derivamos de él nos introduce en el mundo de la Alef. Señala el ascenso y el paso desde un mundo inferior a uno superior. Nos marca el sendero de retorno a la unidad.

**E. Marcha por el desierto.** Como hemos dicho antes, el camino de los israelitas por el desierto, prototipo del sendero espiritual, consta de 42 etapas. Aparecen registradas, por mandato de YHVH en Números, capítulo 33, versículos 1 al 49:

<sup>1</sup>Estas son las jornadas de los hijos de Israel, que salieron de la tierra de Egipto por sus ejércitos, bajo el mando de Moisés y Aarón. <sup>2</sup>Moisés escribió sus salidas conforme a sus jornadas por mandato de YHVH.

Después se dan los nombres de los 42 campamentos.

Najmánides afirma que la lectura de esta porción de la Torá tiene valor en sí misma y que su lectura diaria propugna la salvación.

Otra posibilidad es considerar la inicial de los nombres de los lugares y formar así un Nombre de 42 letras. Es un procedimiento análogo al de la lectura completa de la oración Aná Bejóaj (ver después) aunque el Nombre consiste en las iniciales de sus palabras.

Se obtiene así la siguiente sucesión de letras, que se puede dividir después en conjuntos de tres o seis letras:

רסאפמאססדארסקחררלרקשחמתתמחמבניעעקהצפאעדעעמ

רסא פמא ססד ארס קחר רלר קשח מתת מחמ בני עעק הצפ אעד עעמ

**F. Las tres manos.** Mano en hebreo es Yad, יד, que suma 14. Tres veces 14 es 42. De ahí la alusión a las tres manos.

Es una enseñanza de Rabi Najman de Breslov<sup>21</sup> que en el Nombre de 42 hay tres manos con las que el Eterno liberó a Israel de la esclavitud de Egipto. Corresponden a las sefirot Jésed, Guevurá y Tiféret. Son respectivamente: la gran mano (yad hagedolah, Ex 14:31), la mano fuerte (yad hajazaká, Ex 13:9) y la mano exaltada (yad haromá, Ex 14:8).

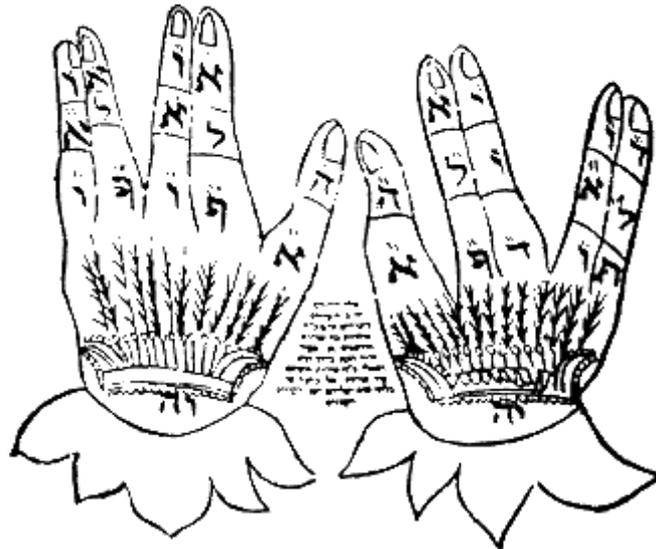
Estos tres conjuntos de Nombres, cada uno de 14 letras, canalizan esa influencia. El Nombre central, que corresponde a Tiféret, no es otro que YHVH Elohenu YHVH, la parte central del Shemá Israel. Los otros dos, el superior correspondiente a Jésed y el inferior a Guevurá, se construyen con las letras anteriores en el primer caso y con las posteriores en el segundo, a las de la expresión YHVH Elohenu YHVH.

טדהד תכדטמה טדהד  
יהוה אלהינו יהוה  
כוזו במוכסו כוזו

En general, hay una conexión tradicional directa del Nombre de 42 con las manos y la imposición de manos, a través de la expansión Mah del Tetragrámaton:

יהוה  
יוד הא ואו הא  
יוד ואו דלת הא אלף ואו אלף ואו הא אלף

El Tetragrama se divide en YH y VH, asignándose una mitad a cada mano. Las 10 letras siguientes corresponden a los diez dedos de la mano y las 28 restantes a las 28 falanges de los dedos (14 en cada mano). Lo cual queda ilustrado en la siguiente imagen:



<sup>21</sup> Likute Moharan, vol 5.

**G. Aná Bejóaj.** Es la versión más conocida y empleada del Nombre de 42 letras y, por ende, la que vamos a utilizar en las meditaciones que siguen. De todas formas, como ya se ha dicho, todas las prácticas son fácilmente generalizables y trasladables a las otras formas del Nombre.

El Nombre está codificado en la oración conocida como el Ána Bejóaj, nombre que deriva de sus dos primeras palabras, y atribuida a Rabí Nejuniá Ben HaKaná, sabio y místico del siglo I, maestro de la Merkavá (ascensión a los Palacios/Hejalot) y supuesto autor del Séfer haBahir, el primer texto cabalístico que vió la luz en la Provenza del siglo XII. Esta oración consta de 42 palabras y el Nombre se forma con las iniciales de cada una.

El texto hebreo es el siguiente:

אנא	בכח	גדולת	ימינך	תתיר	צרורה
Tserurá	Tatir	Yemineja	Guedulat	Bejóaj	Aná
קבל	רנת	עמך	שגבנו	טהרנו	נורא
Norá	Taharenu	Saguevenu	Ameja	Rinat	Kabel
נא	גבור	דורשי	יחודך	כבבת	שמרם
Shomrem	Kebabat	Yijudeja	Dorshé	Guibor	Na
ברכם	טהרם	רחמי	צדקתך	תמיד	גמלם
Gomlem	Tamid	Tsidkateja	Rajamé	Taharem	Barejem
חסין	קדוש	ברוב	שובך	נהל	עדתך
Adateja	Nahel	Tuvjá	Berov	Kadosh	Jasín
יחיד	גאה	לעמך	פנה	זוכרי	קדושתך
Kedushateja	Zojré	Pené	Leamejá	Gueé	Yajid
שועתנו	קבל	ושמע	צעקתנו	יודע	תעלומות
Taalumot	Yodea	Tsakatenu	Ushmá	Kabel	Shavatenu

(En silencio: Baruj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed)

Traducción:

Por favor, por la grandeza de tu diestra libera las cadenas del cautiverio.  
 Recibe el cántico de tu pueblo; exáltanos, purifícanos, oh Dios temible.  
 Oh Todopoderoso, a los que inquietan por tu unidad guárdalos como a la pupila de tus ojos  
 Bendícelos, purifícalos, que tu justa misericordia siempre los recompense,  
 Lleno de piedad, oh Santo, con la abundancia de tu bondad guía a tu congregación  
 Dios único y excelso, atiende a tu pueblo, quienes recuerdan tu Santidad  
 Acepta nuestras súplicas y escucha nuestro clamor, tú que conoces todos los misterios.  
 (En voz baja) Bendito es el Nombre de su majestad gloriosa por siempre jamás.

Considerando las letras iniciales de cada palabra, se obtiene el Nombre de 42 cuya forma usual es la que se muestra:

אבג יתן  
 קרע שטן  
 נגד יכש  
 בטר צתג  
 חקב טנע  
 יגל פזק  
 שקו צית

Como se ve, el Nombre se divide en siete líneas de seis letras cada una, separadas además en dos triletes. Lo cual pone de manifiesto la regencia del Nombre sobre el septenario en general y los distintos septenarios en particular.

Son septenarios relevantes:

- Las seis direcciones más el centro, tanto del cubo del espacio como del cubo místico, tal como aparece definido en el Séfer Yetsirá.

- Las siete sefirot inferiores – de Jésed a Maljut – del Árbol de la Vida.

- Los siete planetas – de Luna a Saturno – de la astrología clásica. A través de las regencias planetarias el Nombre también rige sobre los signos zodiacales.

- Los siete días de la semana.

- Los siete días de la Creación del Génesis.

- Los siete milenios del calendario judío. En el momento de escribir esta obra (2015) nos encontramos en el año 5776 de ese calendario, es decir, en el sexto milenio. El séptimo milenio será el Shabat.

- Los siete centros psicofísicos (chakras) del cuerpo energético.

- Los siete brazos y lámparas de la menorá, el candelabro del Templo de Jerusalem.

- Las siete semanas que transcurren entre las festividades de Pésaj (Pascua) y Shavuot (Pentecostés), correspondientes al tiempo transcurrido entre la salida de Egipto de los israelitas y la entrega de la Torá en el monte Sinaí. Este periodo se conoce como “la cuenta del Ómer”.

Como cada semana tiene siete días, se hacen corresponder las letras del Nombre (de la línea; cada línea es un Nombre) correspondiente con los seis primeros días de la semana – de domingo a viernes – y el Nombre completo (el conjunto de las seis letras) al Shabat. Todo esto se detallará en las meditaciones correspondientes.

- Las siete voces sefiróticas del salmo 29, que se reza en la Recepción del Sábado (Kabalat Shabat), y que marca la transición de los seis días activos de la semana al Shabat. Están en consonancia con los siete apelativos o títulos Divinos que aparecen en la oración del Aná Bejóaj: Norá (Imponente o Tremendo), Guibor (Omnipotente), Jasín (Poderoso), Kadosh (Santo), Yajid (Único), Gueé (Sublime) y Yodéa Taalumot (Conocedor de los misterios).

- También hay una relación de cada Nombre de seis letras con el Maguen David o hexagrama, la estrella de seis puntas. El primer triplete corresponde al triángulo ascendente (con el vértice hacia arriba) y el segundo al triángulo descendente (con el vértice hacia abajo).

- Cada letra del Aná Bejóaj es la inicial de un Nombre Divino específico, así como de un poderoso ángel.

- Y, por supuesto, se da una relación estrecha entre las siete líneas del Nombre y las siete letras dobles del alfabeto hebreo, tal como las define el Séfer Yetsirá.

Sistematizamos algunos de los aspectos anteriores en las siguientes tablas. Pero antes, hemos de aclarar que existen en algunos aspectos dos sistemas de atribuciones: el sistema judío y el sistema hermético, lo cual se refiere sobre todo a la atribución planetaria de los días de la semana.

### Sistema judío:

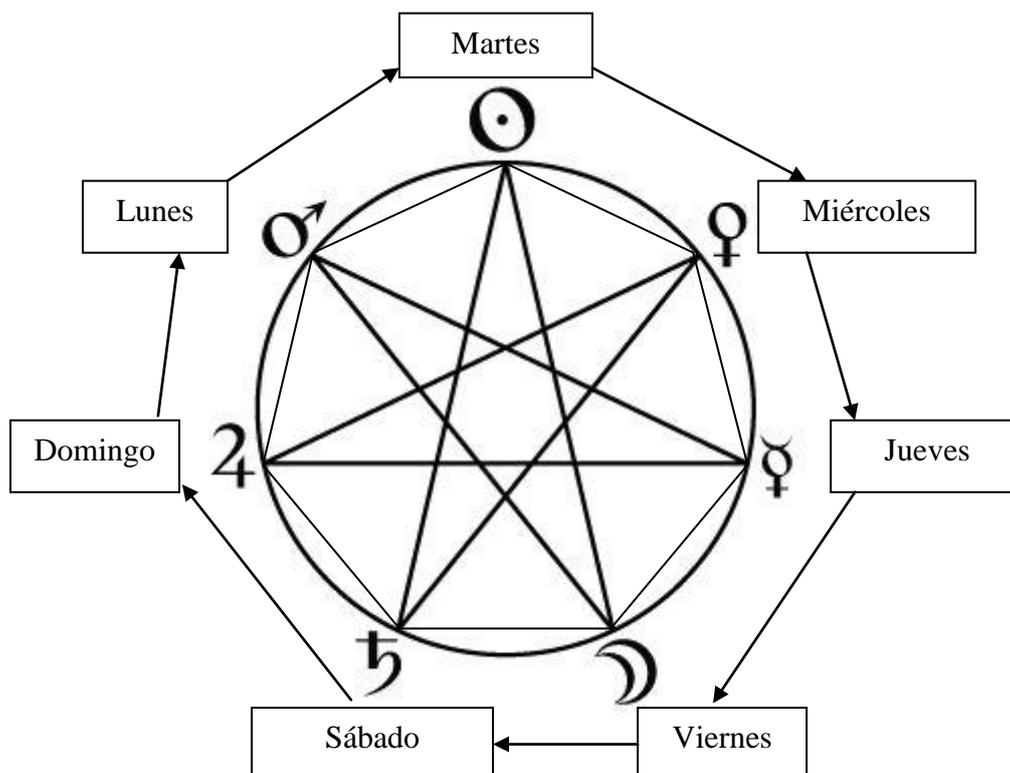
Nombre nº	Letra (doble)	Planeta	Día	Sefirá	Nombre de 42	Tetragrama	N.D. sefirótico
1	Bet; ב	Saturno	Sábado	Maljut/Biná	אבג יתץ	יהוה	יהוה אלהים
2	Guimel ג	Júpiter	Domingo	Jésed	קרע שטן	יהוה	אל
3	Dalet; ד	Marte	Lunes	Guevurá	נגד יכש	יהוה	אלהים גבור
4	Kaf (Jaf); כ	Sol	Martes	Tiféret	בטר צתג	יהוה	יהוה אלוה ודעת
5	Pe (Fe); פ	Venus	Miércoles	Nétsaj	חקב טנע	יהוה	יהוה צבאות
6	Resh; ר	Mercurio	Jueves	Hod	יגל פזק	יהוה	אלהים צבאות
7	Tav; ת	Luna	Viernes	Yesod	שקן צית	יהוה יהוה	שדי אל חי

### Sistema hermético:

Letra (doble)	Planeta	Día	Nombre Divino
Bet; ב	Mercurio	Miércoles	Elohim Tsebaot
Guimel ג	Luna	Lunes	Shadai El Jai
Dalet; ד	Venus	Viernes	YHVH Tsebaot
Kaf (Jaf); כ	Júpiter	Jueves	El

Pe (Fe); ♂	Marte	Martes	Elohim Guibor
Resh; ☉	Sol	Domingo	YHVH Eloah Vadáat
Tav; ♄	Saturno	Sábado	YHVH Elohim

### Conciliación de los sistemas judío y hermético



Alrededor de la circunferencia, en forma de heptagrama o polígono de siete lados, están escritas las correspondencias planetarias del sistema judío. Así, moviéndonos en el sentido de las agujas del reloj, tenemos: Sábado-Saturno (punta inferior izquierda), Domingo-Júpiter, Lunes-Marte, Martes-Sol, Miércoles-Venus, Jueves-Mercurio y Viernes-Luna, cerrando la semana.

Si ahora unimos mediante una línea (una diagonal del heptágono) los planetas según la correspondencia hermética (a la que estamos acostumbrados por el nombre común de los días de la semana): Saturno-Sábado, Sol-Domingo, Luna-Lunes, Marte-Martes, Mercurio-Miércoles, Júpiter-Jueves, Venus-Viernes, y de vuelta al Sábado, vemos que hemos trazado un heptagrama, una estrella de siete puntas.

Ambos sistemas, heptágono y heptagrama, son válidos. Si atendemos a la configuración energética, el primero, el sistema judío, extiende más (y representa mejor el ciclo), mientras que el sistema hermético es más concentrado (y por ello más “mágico”).

Podemos así usar uno u otro o combinar ambos.

La siguiente tabla nos proporciona la relación del Nombre de 42 con los 7 centros psicofísicos del pilar del medio del Árbol de la Vida. En general, hacemos corresponder un Nombre para cada centro en el que brilla un maguén David con una

letra en cada punta del hexagrama. Los detalles se darán después en la meditación asociada.

Letra (doble)	Centro	Nombre de 42	Nombre Divino Tetragramático	Vocalización Tetragrama	Día de la semana
Bet; ב	Corona Parte superior de la cabeza	אבג יתץ	Eheieh, אהיה	יהוה	Domingo
Guimel ג	Frente; entrecejo	קרע שטן	Ehevi, אהוי	יהויהי	Lunes
Dalet; ד	Garganta	נגד יכש	Ehevehe, אהוה	יהוהוהו	Martes
Kaf (Jaf); כ	Corazón	בשר צתג	YHVH, יהוה	יהוה	Miércoles
Pe (Fe); פ	Plexo solar; ombligo	חקב טנע	Agla, אגלא	יהויהי	Jueves
Resh; ר	Genital; sacro	יגל פזק	El Jai, אלחי	יהויהוהו	Viernes
Tav; ת	Raíz ; base de la columna	שקו צית	Adonai, אדני	יהוה	Sábado

## INTERPRETACIÓN DE LAS LETRAS DEL NOMBRE:

Podemos preguntarnos si el Nombre en sí, o alguna de sus partes, significa algo desde el punto de vista lingüístico. Un significado directo sólo lo tiene la segunda línea, que podemos leer “Querá Satán”, “Rompe al Satán (el Adversario)”, lo cual está bien en consonancia con la atribución guevúrica de la línea. También deducimos significados parciales y, por supuesto, de cada una de sus letras aisladas y en combinación, que es lo que determina la conexión fundamental de la línea.

**Primera línea: אבגיתץ.** Pronunciación integrada: Abeg Ytats. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): A Be Gui Yo Ta Tsa. Valor numérico: 506. Corresponde a JÉSED y al domingo (sistema judío). También al centro psicofísico de la Corona (Kéter).

Nos fijamos que tiene la tres primeras letras del alfabeto: empieza con la A, BE, GUI, luego la YOD y luego las 2 últimas, la Tav con valor 400 y la Tzadi final como 900. Alef Bet es Ab, Padre. Es conexión con Jojmá (Bet de Bereshit) a través del sendero Jésed-Jojmá, pero con la Alef de Kéter, el plano de la Unidad, detrás. Guimel Yod es el número 13, lo que indica la influencia del aspecto Padre Divino a través de las 13 medidas de la misericordia. Es el amor incondicional Divino y el modo en que Dios rige el mundo. La letra Tav es la última del alfabeto, expresando la obra completada, pero la Tsadi final, la última letra añadiendo las cinco finales, es la realización final de todo el proceso del mundo, la realización final del Reino de Dios. Este Nombre une, por tanto, el principio con el fin a través de toda la dimensión del tiempo. Conecta con el Amor Divino, con la redención mesiánica (“Por favor, por la grandeza de tu diestra libera las cadenas del cautiverio”), con la Eternidad, con la Luz del primer día de la Creación (Ejad) y con toda la Gracia y Misericordia de Jésed. Nos conecta con Dios al máximo nivel que podamos personalmente concebir y a percibir la inmanencia Divina en todas las áreas de nuestra vida. Pone en acción la protección de la Luz, el escudo de

Abraham (Jésed): Barúj atá Adonay maguen Abraham. Bendito eres tú Eterno escudo de Abraham.

**Segunda línea:** קרעשטן. Pronunciación integrada: Qará Satán. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): Qo Re A Si Te Nu. Valor numérico: 729. Corresponde a GUEVURÁ y al lunes. También al centro psicofísico de la Frente (Jojmá-Biná).

Como hemos dicho antes, este Nombre, leído como Qará Satán, significa aplasta al Satán, cierra las puertas del Satán, destruye a Satán, otro nombre para el Yetser haRa, nuestra inclinación al mal, es decir, el impulso negativo en nosotros.

Como línea de Guevurá, corresponde al segundo día de la Creación, el origen de la separación. En este día las aguas son divididas en aguas superiores (Briáticas, espirituales) y aguas inferiores (Asiáticas, materiales), con el firmamento (Raquía, רַקִּיעַ) separándolas y uniéndolas a un tiempo. Observamos que las letras de Raquía y de Qará son las mismas reordenadas, salvo la Yod semivocálica. Este es el único día en el que no se dice “Y vio Dios que era bueno (טוב, Tov)”. Porque la división en sí misma no es explícitamente “buena”, pero contemplada en conjunto forma parte del esquema general de las cosas; al final Dios ve todo lo que ha hecho que es Tov Meod, muy bueno. Y así, en medio del cambio, representado por Shin Nun (Shin, Shinui) aparece la letra Tet de Tov en el Nombre.

Guevurá en el sendero de ida es la negación de la separación, pero en el sendero de retorno es la negación de la negación, es decir, de la ilusión de separatividad. Negación de la negación de Dios. Que es lo mismo que decir, su afirmación. Qadosh, Qadosh, Qadosh, cantan los Serafim, ángeles de Guevurá.

Por eso se dice que este Nombre cierra las puertas de toda energía que no va hacia Dios; rompe en nosotros las limitaciones de las programaciones neuróticas, de los hábitos limitantes que nos tiene prisioneros, de la tela de araña de circunstancias externas que nos hemos tejido para nosotros; atrae la energía de la kedushá, de la santidad – la energía positiva – a la fragmentación, al caos de nuestras vidas, elevando las aguas inferiores de la materialidad, en lo que tienen de restrictivas y abre el ojo de la verdad en nosotros.

Qabel rinat amejá saguevénu taharénu Norá. Se trata más bien de un himno de júbilo (rinah) cuando nos abrimos a la visión clara (no sólo la letra Ayin, significa Ojo, también la expresión Amejá, עַיִן, suma 130, el valor numérico de la palabra Ayin, Ojo). Entonces saguevenu, exáltanos, elévanos, haz que nos superemos (por encima de nuestros límites); taharénu (con ט), límpianos de toda nuestra impureza, tumá (también con ט); ¡Oh Norá!, es decir, Formidable, pero palabra que también significa luz, Luz Divina.

El estado de muerte es desconexión de la Luz. Por eso, Barúj atá Adonay mejayé hametim, Bendito eres Tú, Adonay, que haces vivir (que resucitas) a los muertos.

**Tercera línea:** נגדיש. Pronunciación integrada: Negued Yakesh. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): Nu Gui Da Yo Ka Shi. Valor numérico: 387. Corresponde a TIFÉRET y al martes. También al centro psicofísico de la Garganta (Dáat).

Negdí, נגדי, significa delante de mí. Kaf Shin, כַּשׁ, puede tomarse como acróstico de Kisé Shejiná, el Trono de la Shejiná, o bien, Kavod Shejiná, la Gloria de la Shejiná (también la Shin puede leerse como Shamayim, Cielos).

“Delante de mí, la Presencia Divina”. Es una toma de conciencia constante que nos sitúa en Tiféret y nos trae una tremenda efusión de Luz. Consagra con ello nuestras actividades ordinarias, pues la Luz de la Shejiná llena los mundos a rebosar. Basta que la llamemos, que nos abramos a ella – está siempre presente, como latente, a la espera – para que colme nuestra vasija hasta el máximo de nuestro deseo.

El Nombre nos trae plenitud, iluminación, guía, sustento, gozo, y nos abre también a la compasión de Tiféret (Rajamim) contemplando el exilio de la Shejiná en las criaturas que se hallan sumidas en la ignorancia de su naturaleza luminosa. A través del centro de la garganta (la puerta del Dáat) se conectan las energías de la cabeza con las del corazón. Y alcanzan su síntesis. Este es el fruto de la meditación sobre este Nombre.

Oh Poderoso, te pedimos enfáticamente que guardes como a la pupila de Tus ojos a los que inquietan o meditan en tu unidad (buscadores espirituales). Na Guibor Dorshé Yejudeja Kebabat Shomrem. Porque está escrito: Ner Elohim Nishmat Adam, el alma del ser humano es la lámpara de Dios. Por un lado, el alma humana es una lámpara que brilla con la Luz de Dios, y por otro, Dios contempla el mundo a través del alma neshamá humana.

La actitud es: Ver a toda persona como una imagen del Dios Vivo, que todo sonido una pronunciación del Nombre, toda situación una manifestación de la Luz de la Presencia.

Entonces toda la realidad manifiesta su carácter deífico y por tanto su santidad inherente: “Atá kadosh veshimjá kadosh ukdoshim bejol yom yehaleluja séla. Tú eres santo y tu Nombre es santo y los santos te alaban todos los días (séla). Baruj atá Adonay haEl hakadosh. Bendito eres Tú Adonay el Dios santo”.

**Cuarta línea:** **בְּטַרְצָתָג**. Pronunciación integrada: Betar Tsatag. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): Be Te Re Tsa Ta Gui. Valor numérico: 704. Corresponde a NÉTSAJ y al miércoles. También al centro psicofísico del corazón (Jésed-Guevurá-Tiféret).

La palabra Ratov, **רַטוֹב**, una permutación de las tres primeras letras, significa húmedo, mojado, indicando las aguas fértiles que riegan el Jardín, el Gan Eden, aludido en la letra Guimel del final del Nombre. La Tsadi y la Tav intermedias son la primera y última letra respectivamente de la expresión Tsadiq Emet, el justo verdadero o Justo de la Verdad. El sentido general es el de nutrir, alimentar, a nuestro jardín interior – el jardín de la conciencia – para que se desarrolle plenamente nuestro verdadero potencial espiritual.

El Tsadiq es el ser humano realizado, que ha sabido realizar e integrar en sí mismo las polaridades, representadas por el emblema de la Yod (Jojmá) y la Nun (Biná) reunidas en el emblema de la Tsadi (en la forma de la letra). En el cuarto día son creadas las dos luminarias (y las estrellas).

Este Nombre nos trae la victoria de lo mejor de nosotros. Y nos da la capacidad para persistir hasta alcanzar nuestro objetivo. Tenemos dos pares de letras en relación con la palabra corona: **טַר** (atará) y **רַג** (Tag, tilde, apóstrofe, comillas). La primera se refiere a la corona de este mundo. La segunda a la del mundo futuro. Las dos letras restantes: **ב** y **צ**, suman 92, valor numérico de YHVH Elohéja, el Eterno tu Dios, que es tanto la corona como quien realmente corona.

El Nombre nos indica las cualidades a desarrollar, cualidades del corazón:  
Berajá, bendición (Barejém)

Tehorá, pureza (Taharém)  
Rajamim, compasión (Rajamé)  
Tsedeq, rectitud (Tsidqateja)  
Temimut, integridad (Tamid, siempre)  
Guemilut, retribución (Gomlem)

**Quinta línea:** אַקבטנע. Pronunciación integrada: Jaqab Tenó. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): Je Qo Be Te Nu A. Valor numérico: 239. Corresponde a HOD y al jueves. También al centro psicofísico del ombligo (Nétsaj-Hod).

Decodificamos algunos aspectos de este Nombre mediante la Guematria. Las tres primeras letras אַקב, suman 110, mismo valor que: אַבק (una permutación) que significa abrazar, abarcar, rodear; אַע, pueblo, nación; אַנ, bandera, estandarte, pero también milagro. Por otro lado, אַנע, suma 129, siendo su permutación – obviamente del mismo valor – אַנע, sembrar, plantar, y también afirmar, establecer.

Estamos en el quinto día, en el que son creados los peces y las aves, representación de los poderes yetsiráticos y briáticos. Estamos al nivel de Hod, la mente concreta, ya sea la Mente Universal o el intelecto humano. Los Poderes son los pensamientos de la Mente Divina y la bandera de estas ideas divinas son los Nombres YHVH Elohim Tsebaot, Dios (en su doble aspecto) de los ejércitos – Nombres Divinos de Nétsaj y Hod, respectivamente –.

También esto viene expresado por las dos últimas letras, siendo la Nun (= 50) las 50 puertas del Entendimiento (Biná) por las que los seres entran y salen en su circuito cósmico; y la Ayin (= 70), símbolo de las 70 naciones, representando la estructuración general del campo de la conciencia.

Las dos letras anteriores, acrónimo de Berov Tuvjá, “con la abundancia de tu bien”, comprende el pensamiento de la Creación, que no es otro que dar a todas las criaturas el máximo de bien. Y este es el pensamiento guía de toda la evolución, que percibiríamos si fuéramos capaces de abrazar la imagen global (uno de los dones de este Nombre). “Con la abundancia de tu bondad, Nael Adateja, guía a tu congregación”; a todos los seres representados por Nun y Ayin, pero también a todas las manifestaciones de nuestra mente.

Y las dos primeras letras אַקב, Jasín Qadosh, Nombres Divinos en sí mismos, juntas representan la palabra Joq, que significa decreto, estatuto. La tradición lo interpreta como aquellas disposiciones que nuestro intelecto no puede comprender. En este contexto aluden al fondo Divino suprarracional de donde brota la racionalidad y en el que se sustenta la mente.

Mediante este Nombre conectamos nuestro intelecto con la Mente Universal. Nos sintonizamos con sus manifestaciones, despertando en nosotros verdadera visión, una intuición profunda de la esencia de las cosas y una mayor capacidad de canalizar esta luz al resto de la Creación. También entramos en contacto con los Poderes delegados que rigen la Creación.

**Sexta línea:** אַלפזק. Pronunciación integrada: Yagal Pazaq. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): Yo Gui La Pe Za Qo. Valor numérico: 230. Corresponde a YESOD y al viernes. También al centro psicofísico del sexo (Yesod).

La expresión Yagal, יגל, de la raíz GLH, significa: Él revelará. Podemos interpretar las tres siguientes letras como acrósticos, según estas dos líneas:

Pidyón Zerá Q'dosha, la redención de la semilla santa

Pisron Z'man Qets, la interpretación del tiempo final

En cualquier caso, comprobamos el contenido mesiánico – de redención, de revelación – de este Nombre, cuyo valor numérico, 230, es el mismo que הכרה, hakaráh, conciencia, conocimiento, discernimiento, percepción.

Estamos en el sexto día de la creación en el que aparecen los animales terrestres y el ser humano. Este es creado a imagen y semejanza divinas, macho y hembra, con autoridad sobre todos los seres vivientes y con el mandato expreso – a él (ellos) y a todos los seres vivientes – de fructificar y multiplicarse (Prú Urbú).

Dios da a la vida la capacidad de desarrollo infinito: extenderse y perpetuarse. Es con la energía vital con la que conecta este Nombre, y mediante la conciencia y el conocimiento el ser humano es capaz de tomar conciencia de la santidad de la vida y sus mecanismos, y de dar la dimensión vertical a una energía que por sí misma se mueve en horizontal.

Dios crea al ser humano a imagen y semejanza suya, como macho y hembra, Zajar uNequeva (= 390 = Shamaim, cielos). El Nombre nos pone en contacto con la sexualidad Divina, la redención de la semilla santa, el estado celestial (יגלה = gozo, regocijo). Lo cual en sentido amplio abarca a toda creatividad.

También el Shalom, la paz, es una armonía de opuestos representados por la Shin, fuego, y la Mem, agua (como en Shamaim, Shim fuego y Maim agua). A través de la meditación en este Nombre la energía del Shalom se vierte sobre nosotros y sobre el mundo.

**Séptima línea:** שקוצית. Pronunciación integrada: Sheqú Tsiat. Pronunciación por sus letras (con la vocal natural de la letra): Shi Qo Va Tsa Yo Ta. Valor numérico: 906. Corresponde a MALJÚT y al sábado. También al centro psicofísico de la base de la columna (Maljút).

Es la línea del Shabat, el séptimo día. El séptimo día es pasivo – receptivo – respecto de los seis días anteriores. El séptimo día Dios descansó y lo santificó. Místicamente visualizamos un cubo con sus seis caras o dimensiones activas – las seis sefirot de Jésed a Yesod – incidiendo sobre el centro inmóvil de Maljut y la Shejiná.

Lo cual viene representado en el Nombre, en el que la Shin significa seis (Shesh, en hebreo), la Yod (= 10) el punto central Divino, y las restantes letras reordenadas componen la palabra Quetsovot: finales, bordes, aristas, dimensiones en suma.

El centro es simplemente un estado de ser – no de hacer, en el sentido creativo – y está santificado, elevándonos a la dimensión de Biná, de modo que se ha definido el mundo venidero (Olam HaBá) como el día que será siempre Shabat.

La meditación en este Nombre nos da el poder de permanecer en el centro, de estar en un no-hacer en medio del hacer, permitiendo la manifestación del aspecto neshamá de nuestra alma, esa alma yeterá (alma adicional) que desciende sobre nosotros en Shabat.

Podemos decodificar los poderes del Nombre mediante sus letras:

Shin: Shejiná, presencia Divina.

Qof: Kedushá, santidad.

Vav: Vadáut, certeza, la conciencia clara que da el contacto con la Luz.

Tsadi: Tsedaká, caridad, dar.

Yod: Yejidáh, unidad, unicidad, toda separación es ilusoria. Nuestra Chispa Divina.

Tav: Torá, nuestro acuerdo con el proceso del mundo al nivel de la sabiduría.

Este Nombre cierra el ciclo. El Shabat termina una semana y empieza la siguiente, que no debe ser una repetición rutinaria de la anterior, sino un tiempo nuevo, con todas sus potencialidades creativas.

La pronunciación termina con la recitación silenciosa, como un susurro, del versículo: BARUJ SHEM KEVOD MALJUTÓ LEOLAM VAED, Bendito sea el nombre de Su glorioso Reino, por siempre jamás. Eso es lo que hace que penetre realmente toda la luz en Maljut, para que descienda la luz de los mundos superiores, para que la emisión espiritual se manifieste en el plano físico. Es además un seguro de que si por alguna razón hemos usado el Nombre impropriamente, la energía presente no va a ser capturada por la negatividad, sino que sólo se va a utilizar para fines positivos.

\*\*\*\*\*

Todo nuestro discurso anterior no es más que una aproximación al Nombre de 42 letras, cuya amplitud –digámoslo una vez más– es infinita. Así, por utilizar una cita del Zohar<sup>22</sup>, para acercarnos un poco más a la grandeza del Nombre:

“R. Judá prosiguió con un discurso sobre el versículo: “el secreto del Señor es para los que Lo temen; y Su ley la hará conocer a ellos”<sup>23</sup>. “El secreto” (sod) —dijo— alude al sublime conocimiento místico que permanece oculto y escondido salvo para quienes continuamente temen al Señor y, así, prueban que son dignos de estos secretos y capaces de guardarlos. Observad que el mundo fue hecho y establecido por un grabado de cuarenta y dos letras, las cuales son todas el adorno del Nombre Divino. Estas letras combinadas y lanzadas hacia arriba y dirigidas hacia abajo forman coronas en las cuatro direcciones del mundo, de modo que él pueda durar. Entonces salieron y crearon el mundo superior y el inferior, el mundo de unificación y el mundo de división. En este último se las llama “montes de separación”<sup>24</sup>, que son irrigados cuando el lado sur empieza a acercárseles. El agua fluye con energía superior y con gozo extático. Mientras el Pensamiento, con gozo exultante, asciende del más Recóndito, vuela de él una chispa: entonces los dos se ponen en contacto entre sí, como ya se explicó en otra parte. De este modo las cuarenta y dos letras constituyen el principio místico superior; por ellas fueron creados los mundos superior e inferior y efectivamente constituyen la base y la significación de todos los mundos. Así se explica el versículo “el secreto del Señor es para los que Lo temen; y Su ley la hará conocer a ellos”. La primera parte alude a las letras grabadas no descubiertas, mientras la segunda parte habla de las reveladas. Ahora bien, está escrito: “y pondrás dentro del pectoral del juicio el Urim y el Tumim”<sup>25</sup>. El término “Urim” (litteralmente, luz, iluminación) significa el espejo luminoso, que consistía en el grabado del Nombre Divino compuesto de cuarenta y dos letras por las que el mundo fue creado; mientras que el Tumirn consistía del no luminoso espejo hecho del Nombre Divino según se manifiesta en las veintidós letras. La combinación de ambos se llama Urim y Tumim. Observad que por el poder de estas letras hundidas, las otras letras, es decir, las letras levantadas formaban los nombres de

---

<sup>22</sup> Zohar 234a-234b

<sup>23</sup> Salmos XXV, 14

<sup>24</sup> Cantar de los Cantares II, 17

<sup>25</sup> Exodo XXVIII, 30

las tribus, ya iluminados, ya oscurecidos. Las letras del Nombre Divino abarcan el misterio de la Torá, y todos los mundos son una proyección del misterio de estas letras. La Torá comienza, con una Bet seguida por una Alef, indicando con esto que el mundo fue creado por el poder de estas letras, simbolizando la Bet el principio femenino y la Alef el principio masculino, y ambas engendran el grupo de veintidós letras. Así leemos, “En el comienzo Dios creó el (et) cielo y la (et) tierra”<sup>26</sup>, donde la partícula et (que consiste de Alef y Tav) es un compendio de las veintidós letras de que la tierra se nutre. Y bien, las mismas letras fueran los instrumentos en la construcción del Tabernáculo. Esta obra la llevó a cabo Betzalel por la razón de que su nombre (que significa en la sombra de Dios) lo implica, él tenía un conocimiento de las variadas permutas de las letras por cuyo poder fueron creados cielo y tierra. Sin tal conocimiento Betzalel no habría efectuado la obra del Tabernáculo; porque, dado que el Tabernáculo celestial fue hecho en todas sus partes por el poder místico de esas letras, el Tabernáculo inferior solamente pudo ser preparado por el poder de las mismas letras. Betzalel era versado en las variadas permutas del Nombre Divino, y para cada una de las varias partes empleó la apropiada permuta de las letras. Pero cuando se llegó a la erección del Tabernáculo, ello excedía a su capacidad, por la razón de que la disposición de esos grupos de letras fue confiada a Moisés solamente y de ahí que fue Moisés quien levantó el Tabernáculo. Así, la Escritura dice: “Y Moisés erigió... y colocó... e introdujo...”<sup>27</sup>, Moisés, y no Betzalel.<sup>28</sup>

Hay otra tradición antigua, transmitida por R. Eleazar de Worms (el Rokéaj) que enseña que cada una de las letras del Nombre de 42 es, de hecho, la inicial de un Nombre Divino. Damos a continuación la lista de los Nombres, que potencian enormemente nuestra meditación sobre las letras de cada línea:

א	אדיררון	Adiraron
ב	בהיררון	Bahiraron
ג	גביררון	Gabiraron
י	יגבחה	Igbahiah
ת	תלמיה	Telamiah
ץ	צפניה	Tsefaniah
ק	קרמיה	Queramiah
ר	רגריה	Regariah
ע	עדריה	Adiriah
ש	שגניה	Sheganiah
ט	טלטיה	Telatiah
ן	נהריה	Nehariah
נ	נשמריה	Nishmariah
ג	געריה	Gueariah
ד	דוהריה	Dohariah
י	יעליה	Yealiah
כ	כסיה	Kesiah

<sup>26</sup> Génesis I, 1

<sup>27</sup> Exodo XL, 18

<sup>28</sup> Zohar. Parashá Pikudé. Vol 4. Editorial Sigal. Buenos Aires

ש	שגיוניה	Shiguioniah
ב	בועליה	Boeliah
ט	טורריה	Toririah
ר	רמיה	Ramiah
צ	צצציה	Tsatsitsiah
ת	תהנהיה	Tehanhiah
ג	גלגליה	Galgaliah
ח	חנניה	Jananiah
ק	קהקיה	Qahequiah
ב	בהוהויה	Bahuhuiah
ט	טבטניה	Tabtaniah
נ	נעניה	Neaniah
ע	עממיה	Amamiah
י	ידלשריה	Yedalsheraiah
ג	גורריה	Goreriah
ל	למימריה	Lemiyimariah
פ	פקורקדיה	Peqveraqdiah
ז	זוהרזרעה	Zoharzeraiah
ק	קווליה	Qavulaiah
ש	שתהורריה	Shathoreraiah
ק	קרושיה	Qaroshiah
ו	והאלאליה	Vehaaliliah
צ	צעיריה	Tseiriah
י	יההריה	Yahharaiah
ת	תמתליה	Temetliah

Como ocurre con tantos Nombres de la época talmúdica, la derivación o el significado concreto – si es que alguna vez lo tuvo – nos son desconocidos. Su potencia, sin embargo, está intacta.

También la tradición hermética ha transmitido (ver Edipus Egyptiacus de Athanasius Kircher) una lista de Nombres ángelicos en relación con el Nombre de 42 letras:

1. Orphaniel      Angelus vultus lucidi;
2. Boel            Angelus in eo Deus;
3. Gabriel        Angelus fortitudinis;
4. Iophiel        Angelus pulchritudinis;
5. Thumiel        Angelus perfectionis;
6. Tsadkiel       Angelus iustitiæ;
7. Kabtsiel       Angelus congregationis;
8. Raphael        Angelus sanationis;
9. Azuziel        Angelus vehementis roboris;
10. Shemschiel   Angelus Solis;

11. Thabiel	Angelus beatitudinis;
12. Nagdiel	Angelus annunciationis;
13. Najliel	Angelus possessionis;
14. Gaboriel	Angelus virium & valoris;
15. Daniel	Angelus iudicij;
16. Iehudiel	Angelus confessionis;
17. Kebaschiel	Angelus subiectionis;
18. Shagnariel	Angelus apertionis portarum;
19. Berachiel	Angelus benedictionis;
20. Tabtabiel	Angelus magnæ beatitudinis;
21. Rajmiel	Angelus miserationum;
22. Tsaphiniel	Angelus reconditorum thesaurorum;
23. Therumiel	Angelus exaltationis;
24. Gedudiel	Angelus castrorum;
25. Jaziel	Angelus visionum;
26. Kumiel	Angelus resurrectionis;
27. Bardkiel	Angelus fulguris seu gladij coruscantis;
28. Tahariel	Angelus purificationis;
29. Nuriel	Angelus ignis;
30. Amiel	Angelus populorum;
31. Isräel	Angelus rectitudinis;
32. Geriel	Angelus peregrinationis;
33. Lehabiel	Angelus flammæ
34. Phaniel	Angelus facierum;
35. Zachariel	Angelus memorialium;
36. Kedoschiel	Angelus sanctificationis;
37. Shalgiel	Angelus candoris niuei;
38. Karbiel	Angelus oblationum;
39. Vauiel	Angelus vncinorum;
40. Tsuriel	Angelus angustiaë
41. Ilphiel	Angelus vlcerum;
42. Thabriel	Angelus fractionis.

## 5. LOS 72 NOMBRES DE DIOS

El conjunto de 72 Nombres de Dios, cada uno de tres letras, es uno de los principales arcanos de la Cábala meditativa y práctica. Se dice que constituyen el código estructural o genético del Universo y también de todo el campo de lo humano, representado simbólicamente por los pueblos y naciones nombrados en la Biblia.

El poder de los 72 Nombres es inconmensurable. Mediante ellos Moisés abrió el mar y Elías resucitó al hijo de la viuda. Tomados en conjunto constituyen un

instrumento completo de iluminación y liberación. Cada uno de ellos individualmente es además particularmente afín con un campo de experiencia y su energía está a nuestra disposición para alcanzar nuestros objetivos de vida.

Los 72 Nombres son conocidos desde la antigüedad y referencias a ellos aparecen en Europa desde el siglo XI. El Séfer HaBahir (libro de la Claridad, o de la Iluminación, S. XII) explica el procedimiento concreto de su derivación, que es el siguiente:

Hay tres versículos seguidos en el Éxodo, Cáp. 14, versículos 19, 20 y 21, con exactamente 72 letras cada uno.

19 וַיִּסַּע מִלְּאֲךָ הָאֱלֹהִים הַהַלֵּךְ לְפָנַי מִחֲנֵה יִשְׂרָאֵל וַיֵּלֶךְ  
מֵאַחֲרֵיהֶם וַיִּסַּע עִמּוֹד הָעַנָּן מִפְּנֵיהֶם וַיַּעֲמֵד מֵאַחֲרֵיהֶם:

20 וַיָּבֹא בֵּין מִחֲנֵה מִצְרַיִם וּבֵין מִחֲנֵה יִשְׂרָאֵל וַיְהִי הָעַנָּן וְהַחֲשָׁךְ  
וַיִּאָּר אֶת־הַלַּיְלָה וְלֹא־קָרַב זֶה אֶל־זֶה כָּל־הַלַּיְלָה:

21 וַיִּט מֹשֶׁה אֶת־יָדוֹ עַל־הַיָּם וַיּוֹלֶךְ יְהוָה אֶת־הַיָּם בְּרוּחַ קָדִים  
עֲזָה כָּל־הַלַּיְלָה וַיִּשָּׂם אֶת־הַיָּם לְחֲרָבָה וַיִּבְקְעוּ הַמַּיִם:

<sup>19</sup>El ángel de Elohim, que iba delante del campamento de Israel, se apartó y se puso detrás de ellos; asimismo la columna de nube que iba delante de ellos se apartó y se puso a sus espaldas, <sup>20</sup>e iba entre el campamento de los egipcios y el campamento de Israel; para aquellos era una nube tenebrosa, pero a Israel lo alumbraba de noche; por eso, en toda aquella noche nunca se acercaron los unos a los otros. <sup>21</sup>Moisés extendió su mano sobre el mar, e hizo YHVH que el mar se retirara por medio de un recio viento oriental que sopló toda aquella noche. Así se secó el mar y las aguas quedaron divididas.

Estos tres versículos se disponen de una forma especial:

El primero se escribe de forma directa (empezando por la derecha, como es usual en hebreo).

El segundo se escribe debajo del anterior, pero de una forma retrógrada, es decir, empezando por la izquierda.

El tercero, debajo de los dos anteriores, se vuelve a escribir de forma directa (es decir, de derecha a izquierda).

Dicho sea de paso, ésta es una forma clásica de tratar con los ternarios (se ha visto en el apartado anterior sobre el Nombre de 42 letras). La Cábala, tal como muestra el Árbol de la Vida, es un sistema de tres columnas. Las sefirot o esferas del Árbol, sus elementos fundamentales, siempre aparecen en conjuntos de tres: activo, pasivo y equilibrante; fuerza, forma y equilibrio; misericordia, severidad y suavidad; dar, recibir y compartir, etc. En nuestro caso, el primer versículo corresponde al pilar de la derecha o de la misericordia; el segundo al de la izquierda: la severidad o el rigor (y si uno es expansivo, el otro es contractivo, por lo que se escribe en sentido contrario); el tercero, lógicamente, corresponde a la columna central, la del equilibrio o de la conciencia, que tiende de forma natural a la derecha.

Tenemos así los tres versículos en línea, cada uno debajo del anterior. Si ahora los leemos en vertical, es decir, en ternas, obtenemos 72 conjuntos de tres letras. Cada uno de estos triplete se interpreta como un Nombre de Dios. Hay así 72 Nombres (ver tabla).

והו	יִלִּי	סִיט	עֵלֶם	מֵהֶשׁ	לִלְהָ	אֲכֹא	כְהַת
הזי	אֵלֶד	לֹאֹ	הֵהֶע	יִזֹל	מִבֵּה	הֵרִי	הֶקֶם
לֹאֹ	כִלִּי	לֹוֹ	פֵהֶל	נִלְךְ	יִי	מִלְהָ	חֵהוּ
נִתָּה	הֵאֵא	יֵרֵת	שֵאֵה	רִיִּי	אֹוֶם	לִכְבֹּ	וִשְׁרִי
יֵחוּ	לֵהֵחַ	כֹּוֶק	מִנֵּד	אֲנִי	חֵעֶם	רֵהֶע	יִיִּז
הֵהֵה	מִיכֹ	וֹוֹל	יֵלֵה	סֵאֵל	עֵרִי	עֵשֵׁל	מִיָּה
והו	דֵנִי	הֵחֵשׁ	עֵמֶם	נֵנֵא	נֵיֵת	מִבֵּה	פֹוֹי
נֵמֶם	יֵיֵל	הֵרֵחַ	מֵצֵר	וִמֵב	יֵהֵה	עֵנֹו	מֵחֵי
דֵמֵב	מֵנֶק	אֵיֵע	חֵבֹו	רֵאֵה	יֵבֵמ	הֵיֵי	מֹוֶם

Cada uno de los 72 Nombres lleva asociado inherentemente un ángel que es, por así decir, la lente que focaliza y canaliza su energía. Sus nombres se obtienen simplemente añadiendo a cada triplete las terminaciones יה (Yah) o אל (El), que son asimismo Nombres de Dios. Por ejemplo, el Nombre número 17, לאו, LAV, con la terminación Yah, se convierte en לאויה, que pronunciamos LAUVIAH, el nombre de su ángel. El siguiente triplete כלי, KLI, con la terminación El, se convierte en el ángel כליאל, KELIEL, etc.

La cabalá judía prefiere usar directamente los Nombres de Dios, mientras que la cábala hermética se centra más en sus 72 ángeles asociados.

### Sobre el número 72:

Setenta y dos es uno de los números paradigmáticos del despliegue o manifestación de la deidad. Vamos a verlo en varios contextos:

a) Si consideramos de nuevo la sucesión de Nombres del primer párrafo del Séfer Yetsirá, tratado antes en relación con el Nombre de 42 letras, obtenemos una sucesión que considerada en conjunto nos da un Nombre de 72 letras:

“En 32 senderos maravillosos de sabiduría grabó  
**Yah**  
**Yhvh Tsebaot (Yhvh de los Ejércitos)**  
**Elohe Israel (Dios de Israel)**  
**Elohim Jayim (Dios de Vida)**  
**uMelej Olam (Rey del Mundo)**  
**El Shadai (Dios Omnipotente)**  
**Rajum VeJanum (Clemente y Misericordioso)**  
**Ram VeNisha (Elevado y Exaltado)**  
**Shojen Ad (que habita en la Eternidad)**  
**VeQadosh (y Santo)**  
 Shemó (su Nombre) y creó su mundo...”

יה יהוה צבאות אלהי ישראל אלהים חיים ומלך עולם אל שדי רחום  
 וחנן רם ונשא שוכן עד וקדוש

b) Por otro lado, también obtenemos un Nombre de 72 letras con los Nombres Divinos sefiróticos:

Maljút אדני הארץ ADONAI HAÁRETZ Mi Señor de la Tierra  
 Yesod אל חי SHADAI EL JAI, el Dios Omnipotente y Vivo  
 Hod אלהים צבאות, ELOHIM TSEBAOT, Dios/a de los Ejércitos  
 Nétsaj יהוה צבאות, YHVH Tsebaot, El Eterno de los Ejércitos  
 Tiféret יהוה אלוה ודעת, YHVH ELÓAH VADÁAT, YHVH Dios que se hace conocido, que se manifiesta

Guevurá אֱלֹהִים גְּבוּרָה, Elohim Guibor, Dios de la Fuerza

Jésed אֵל, El, Dios

Biná יְהוָה אֱלֹהִים, Yehová Elohim (el Nombre completo)

Jojmá יְהִי, YAH (Yod He). Sabiduría omnisciente. Energía Divina. Trascendencia.

Kéter אֶהְיֶה, EHEYEH, Yo soy o Yo seré

אֶהְיֶה יְהִי יְהוָה אֱלֹהִים אֵל אֱלֹהִים גְּבוּרָה יְהוָה אֱלֹהִים וְדַעַת יְהוָה צְבָאוֹת  
אֱלֹהִים צְבָאוֹת שְׂדֵי אֵל חַי אֲדֹנֵי הָאָרֶץ

c) Además, los siguientes desarrollos también suman 72:

- La extensión del Tetragrámaton en Atsilut: יוֹד הֵי וְיָוֵה

- La triangulación de despliegue del Tetragrámaton:

י  
ה י  
ו ה י  
ה ו ה י

- La expresión הָיָה הוּוֹ וְיִהְיֶה, Hayá Hové veYihyé, El que era, es y será, que define la esencia del Tetragrama como el Eterno.

d) Es interesante notar que en el círculo zodiacal hay 72 divisiones de cinco grados, llamadas quinarios ( $360 \div 72 = 5$ ). Cada Nombre rige sobre un quinario.

También podemos considerar una regencia grado a grado dividiendo el Zodíaco en cinco intervalos de 72 grados cada uno. Tendríamos así cinco recorridos de los 72 Nombres a un grado cada Nombre. Cada Nombre rige por tanto sobre cinco grados específicos separados entre sí justamente por 72 grados.

Este es un aspecto que simplemente enunciamos pero que no vamos a trabajar en la presente obra.

Otro aspecto a considerar es el hecho de que todas las letras del alfabeto hebreo aparecen al menos una vez, salvo la Guimel. En realidad, esta letra, por su valor numérico igual a tres, está implícitamente presente en todos los Nombres, que son tripletes. Además, el sendero de la Guimel en el Árbol de la Vida es el que conecta Tiféret con Kéter, el sendero de Devekut (unión con Dios) que conecta con la raíz de todo, y que todos hemos de esforzarnos por recorrer. Es un sendero a través del Abismo de Dáat, cuyo paso es, en cierto sentido, similar al paso por el mar Rojo.

La disposición más corriente de los 72 Nombres (aparte de las relaciones zodiacales esbozadas antes) es la mostrada en el cuadro anterior: una matriz de nueve filas y ocho columnas. La correspondencia es con las subsefirot de cada sefirá.

Sabemos que en cada sefirá hay un Árbol completo, por tanto diez subsefirot dentro de la esfera. Así, hablaríamos, por ejemplo, de Kéter de Jésed, Jojmá de Jésed, Biná de Jésed, etc.

Las filas en el cuadro corresponden a sefirot y las columnas a sus sefirot correspondientes, con las siguientes precisiones:

Maljút no está incluída porque es el marco de actuación de todas las demás esferas. Los 72 Nombres son nombres al nivel de la Shejiná, es decir, Maljút del mundo Divino. Igualmente, empezamos por el Jojmá de cada esfera (la primera columna de la derecha) porque su Kéter viene representado por el Nombre Divino sefirótico.

Si estamos operando con las manifestaciones angélicas, los 72 ángeles son ángeles de la acción de la Shejiná en el mundo, y el kéter corresponde al arcángel sefirótico.

En el estudio individual que sigue se aclararán todos estos aspectos:

## 72 NOMBRES DE DIOS

### 1. Jojmá de Kéter



Vocalización: Véhu (Moshé Cordovéro); Va/He/Va (Abulafia). Valor numérico: 17

Ángel portador del Nombre: וְהוּיָהּ, Vehuyah. Valor numérico: 32

Jojmá de Kéter es la Voluntad Suprema (Kéter) expresándose como Sabiduría (Jojmá). Dicho de otro modo: el Pensamiento de la Creación. El Pensamiento de la Creación es dar a las criaturas el máximo de Bien. El Nombre contiene toda la potencialidad del Origen (volver a la Creación) y toda su potencialidad de Bien. Conecta con la luz del Kabod, כבוד, Gloria, que representa la manifestación completa de la Deidad, tal como aparece en la visión profética. Pero tiene también un sentido figurado de alma (superior; neshamá suprema).

### 2. Biná de Kéter.



Vocalización: Yeli (Moshé Cordovéro); Yo/La/Yo (Abulafia). Valor numérico: 50

Ángel portador del Nombre: יְלִיאֵל, Yeliel. Valor numérico: 81

Biná de Kéter, canaliza la fecundidad creativa de lo espiritual; da al alma la conciencia de su inmersión en el Todo: nos enseña a ser la gota (partícula) pero también el océano (onda). Polaridad en equilibrio. Por eso, se invoca a este ángel para favorecer la relación de pareja: paz conyugal o reconciliación, si ha habido disputa. También equilibrar lo masculino y femenino en nosotros. Compasión y amor por todos los seres.

### 3. Jésed de Kéter.



Vocalización: Seyat (Moshé Cordovéro); Sa/Yo/Te (Abulafia). Valor numérico: 79

Ángel portador del Nombre: סֵיטַאֵל, Sitael. Valor numérico: 110

Jésed de Kéter, el absoluto de misericordia. Es el estado de conciencia de unidad omniabarcante que se manifiesta como plenitud superabundante y dadora. Trasciende toda oposición, polaridad, complementariedad: Dios es la realidad central de nuestra conciencia y vivimos en el milagro. Y podemos alcanzar este nivel a través de la armonía y el profundo equilibrio que este Nombre trasmite. Se habla de karma, de las consecuencias de nuestras acciones, de la ley de causa y efecto, lo cual evidentemente es cierto. Pero la misericordia, bondad, unidad y plenitud de Kéter está por encima de todo nivel de acción (ya que encarna la propia Voluntad Divina) y puede generar cualquier situación, cualquier

transformación, cualquier cambio, de forma que todo puede ser perdonado, borrado, trascendido. Son las trece medidas de la misericordia.

#### 4. Guevurá de Kéter.



Vocalización: Alam (Moshé Cordovéro); A/La/Me (Abulafia). Valor numérico: 140

Ángel portador del Nombre: עֲלַמְיָהּ Alamiah. Valor numérico: 155

Guevurá de Kéter es, por un lado, voluntad espiritual inquebrantable (por ejemplo, para persistir en el camino espiritual) y, por otro, la canalización del aspecto de limpieza, protección y defensa de la Luz. Ésta siempre nos acompaña, aunque a veces no se nos muestre. Alamiah es un guerrero de la Luz que nos abre el canal directo a nuestra naturaleza superior, nos despeja el camino y nos insta a seguirlo y persistir en él. El Nombre es un antídoto para procesar, disolver, liberar, transmutar las estructuras que se han constelado alrededor de experiencias traumáticas e introyecciones autopunitivas: los miedos, complejos, las pautas autodestructivas que generan los pensamientos y estados de ánimo negativos. Por todo ello, el Nombre עֲלַמְיָהּ, se usa para el control del pensamiento – eliminar todo tipo de pensamientos negativos – y como un formidable escudo que rechaza la negatividad. Además, su luz nos protege de los accidentes y concede la paz interior a las personas angustiadas y atormentadas.

#### 5. Tiféret de Kéter.



Vocalización: Mehash (Moshé Cordovéro); Me/He/Shi (Abulafia) Valor numérico: 345

Ángel portador del Nombre: מְהַשִּׁיָּהּ Mahashiah. Valor numérico: 360.

Como energía de Tiferet de Kéter la energía de este Nombre confiere una gran serenidad y equilibrio, armonizando y estableciendo la paz tanto interior como exteriormente. Trae la reconciliación, el perdón, la aceptación y el entendimiento profundo. Su canal es la intuición pura, la percepción directa que emana de la capacidad de estar en el centro y de establecer una comunicación centro a centro. Este Nombre (y su ángel) tiene un gran poder de unificación. En el centro todas las cosas son una. Y en él mora el Yo Soy impersonal y eterno.

מְהַשִּׁיָּהּ enciende en nosotros el fuego de la Chispa Divina. Sobre todo mediante el poder del Nombre de Dios. La conexión con el Dios Interior es curación completa. Es la curación por el espíritu. מְהַשִּׁיָּהּ nos pone en contacto con el corazón de Dios.

#### 6. Nétsaj de Kéter.



Vocalización: Lelah (Moshé Cordovéro); La/La//He (Abulafia). Valor numérico: 65

Ángel portador del Nombre: לֵלְהָאֵל Lelahel. Valor numérico: 96

Como Nétsaj de Kéter, לֵלְהָאֵל canaliza el aspecto espiritual de la luz astral, que es el atributo de la Luz como poder activo: Luz-en-extensión. Es la línea de Luz que une el cielo con la tierra, el océano infinito de luz y amor divinos con todos los seres de la Creación. Realiza en nosotros una alquimia interior, preparando y ensanchando nuestra vasija, haciéndola apta para ser un templo de la Presencia. A través del ángel, Lelahel, podemos entrar en los mundos superiores que conforman el entramado arquetípico de nuestro mundo. Lelahel nos muestra el diseño arquetípico de los acontecimientos, tal como están contenidos en la Luz.

#### 7. Hod de Kéter.



Hod de Kéter: la conciencia mística expresándose a través de la mente. Es la experiencia de la fe, la emuná, de la misma raíz que emet (verdad): traer a la mente la percepción supraconsciente captada a través de la intuición pura. La Verdad es su ética. Esto se aplica tanto al conocimiento propio como de los secretos de la naturaleza. En la visión Divina todo aparece ordenado, en su lugar. Es el código que nos conecta con el programa de ADN del alma, lo que implica la comprensión del propio diseño y destino. Saber cuál es nuestra tarea en la vida. Dar significado espiritual a las experiencias.

## 8. Yesod de Kéter.



Vocalización: Kehat (Moshé Cordovéro); Ka/He/Ta (Abulafia). Valor numérico: 425

Ángel portador del Nombre: כַּהֲתֵאל, Kahetel. Valor numérico: 456

Como canalización de Yesod de Kéter es éste un Nombre de misticismo, sensibilidad, psiquismo. Es el espejo de Dios, reflejando en el astral superior la luz de Kéter. También conecta con el sendero Tiféret – Kéter, regido por la Luna (Yesod), teniendo en cuenta la correspondencia Kéter – Neptuno. De ahí el alto nivel de misticismo que comunica al alma. Es el éter de misericordia que fluye continuamente, pero que tiene también sus mareas, como la luna. Quiere decir que no siempre la luz se manifiesta abiertamente, de forma explícita, aunque invariablemente está guiando, apoyando y protegiendo (carta de la Sacerdotisa).

**KH** Tebarejú et bené Israel. Así pues, las tres letras de este Nombre canalizan la bendición de los Kohanim, de los Sacerdotes, la del triple Tetragrámaton, el Nombre de doce letras.

Kahetel, como Espejo de Dios, refleja su Rostro en todas las facetas de la Conciencia, la Energía, la Creación, el Yo y el Universo, en cualquiera de sus manifestaciones. Nos hace sentir la presencia de Dios en todos los ámbitos del Cosmos. En particular, nos conecta con nuestra propia Divinidad, a su vez reflejo de la Deidad Absoluta.

## 9. Jojmá de Jojmá.



Vocalización: Hazay (Moshé Cordovéro); He/Za/Yo (Abulafia). Valor numérico: 22

Ángel portador del Nombre: הַזַּיִל, Haziél. Valor numérico: 53

He aquí otro Nombre (como el nº 7) de valor numérico 22, cuya referencia inmediata es a las 22 letras del alfabeto (y a los senderos del Árbol). En el Séfer Yetsirá aprendemos que las letras arquetípicas se generan en la segunda sefirá, Jojmá, que este Nombre canaliza de forma superlativa (Jojmá de Jojmá). Las letras son entes espirituales, es decir, formas de conciencia/energía. Son las combinaciones de letras lo que constituye la esencia de los seres angélicos en particular, y de todas las cosas en este Cosmos viviente en general. Incluso los Nombres de Dios se expresan mediante letras. Una aplicación de las letras es dar forma espiritual al propio cuerpo de luz con el que, por ejemplo, poder ascender en meditación a los mundos superiores.

## 10. Biná de Jojmá.



Vocalización: Alad (Moshé Cordovéro); A/La/Da (Abulafia). Valor numérico: 35

Ángel portador del Nombre: אֱלֹדִיהַ, Aladiah. Valor numérico: 50

Canaliza la energía de Biná de Jojmá, es decir, el poder de concebir de la sabiduría. אֱלֹד literalmente, en hebreo, quiere decir “yo engendraré o produciré”, y también “yo concebiré o daré a luz”, lo cual da idea de la capacidad de regeneración que este Nombre canaliza. La luz de este Nombre puede, si estamos abiertos a ello y no nos resistimos al cambio, hacer nacer en nosotros la

conciencia espiritual, la conciencia de la inmanencia divina, la conciencia de nuestra divinidad. **אלדיה** purifica y regenera a todos los niveles. Por eso es también un gran sanador. La curación que este ángel canaliza es de arriba abajo, mediante el espíritu, esencial para neutralizar la depresión y la angustia que provienen esencialmente de un bloqueo de la Luz. Precisamente por la irradiación de su energía positiva el Nombre **אלד** es un magnífico escudo contra el mal y todo tipo de energías negativas. Podemos pedir a Aladiah que nos de la gracia y la fuerza necesarias para experimentar el divino nacimiento y manifestar en nuestras vidas diarias, como benefactores, nuestra divinidad.

### 11. Jésed de Jojmá.



Vocalización: Lav (Moshé Cordovéro); La/A/Va (Abulafia). Valor numérico: 37

Ángel portador del Nombre: **לאיה**, Lauviah. Valor numérico: 52

Jésed de Jojmá: Este Nombre representa la unión de la Sabiduría y el Amor y confiere el poder espiritual basado en ambos. Da por tanto la capacidad de ejercer un liderazgo religioso y político, y pone en una situación de autoridad espiritual y material. En el plano mental, proporciona la conexión con la mente abstracta y los arquetipos del inconsciente colectivo. La grandeza de alma es su sello, la cual va acompañada, si es genuina, de la humildad correspondiente. El individuo, bajo su influencia, se torna un benefactor de la humanidad. Nos ayuda a vencer el orgullo, poniéndonos en contacto con nuestra verdadera identidad. Todo el poder espiritual dimana de nuestra sumisión a la Voluntad Divina en nosotros, tal como es manifestada por nuestro Yo Superior (Yo arquetípico, la neshamá suprema).

### 12. Guevurá de Jojmá.



Vocalización: Haha (Moshé Cordovéro); He/He/A (Abulafia). Valor numérico: 80

Ángel portador del Nombre: **ההעיה**, Hahaiah. Valor numérico: 95

Guevurá de Jojmá es el poder de la sabiduría. Conexión con la carta de la Torre. Este Nombre, que actúa con la energía del rayo y del relámpago, canaliza una potente luz de liberación de todas las ataduras – ataduras que en esencia son mentales, que surgen de la ignorancia de nuestra propia naturaleza, de nuestro apego a nuestras propias concepciones, programaciones, condicionamientos, hábitos – que tomamos como si fueran nuestro verdadero ser. Y nos libera no mediante la batalla, sino con la luz de la sabiduría. La sabiduría nace del desapego. Su poder brota de la conciencia – iluminación pura que penetra hasta los más insignificantes resquicios del vasto universo – Todo lo que somos es un contenido de la conciencia. Es la conciencia la que ha creado nuestro mundo. Y todos los mundos. Percibimos cómo esa conciencia subsiste en todos los estados de la mente. La Sabiduría es el modo de ser de la conciencia pura.

### 13. Tiféret de Jojmá.



Vocalización: Yezal (Moshé Cordovéro); Yo/Za/La (Abulafia). Valor numérico: 47

Ángel portador del Nombre: **יזאל**, Yezalel. Valor numérico: 78

Tiféret de Jojmá: la Belleza (equilibrio, armonía) de la Sabiduría. O también el self de la sabiduría. O la sabiduría como self, es decir, la identidad trascendente, la raíz divina (noética) del alma, su potencia activa. Este Nombre y su ángel encarnan la luz del Mesías, que en Cábala no representa una persona sino un estado de conciencia, que se alcanza precisamente cuando, en un contacto directo con lo Divino, conocemos y somos conocidos (la visión de Dios cara a cara, experiencia espiritual de Jojmá) y la luz de la Sabiduría brilla a través del alma desde su raíz transpersonal. No es un Nombre de revelación y bendición sólo para uno, sino que porta un mensaje de unión, solidaridad, fraternidad (otro aspecto del

cielo en la tierra). La luz de esta Nombre trae consigo el Shalom, la paz, y la plenitud, a todos los niveles. En la sabiduría todos somos uno.

#### 14. Nétsaj de Jojmá.



Vocalización: Maba (Moshé Cordovéro); Me/Be/He (Abulafia). Valor numérico: 47

Ángel portador del Nombre: מַבְהַלֵּל, Mebahel. Valor numérico: 78

Nétsaj de Jojmá, es decir, la sabiduría expresándose a través de las emociones. En su aspecto más exaltado enseña por tanto el camino del amor, del amor auténtico, del amor-dar. Nos trae la victoria sobre las emociones que nos oprimen, la liberación de los sufrimientos afectivos, pasados o presentes; de los sentimientos que no nos aportan felicidad. Nos libera de las cadenas amorosas del pasado que nos mantienen prisioneros, de la concepción restringida que tenemos del amor. También de las dependencias mentales y de las falsas expectativas. La luz del Nombre y la de su ángel, Mebahel, también nos conectan con la sabiduría de la naturaleza. Nos enseñan a escuchar y prestar atención a nuestro instinto, a lo natural en nosotros. Por otra parte, su cualidad uraniana confiere una gran intuición e inspiración. Incluso una transmisión telepática. Mebahel es el ángel de la vibración, del ritmo, del sonido. Aúna la esencia vibratoria de cada ser en un todo bello y armónico de plano en plano, hasta alcanzar la esfera del sonido único creativo que integra en sí todos los sonidos, el mantra de la Creación (codificado en el Aná Bejóaj).

#### 15. Hod de Jojmá.



Vocalización: Heri (Moshé Cordovéro); He/Re/Yo (Abulafia)

Ángel portador del Nombre: הַרְיֵאל, Hariel 246

Hod de Jojmá, la sabiduría como intelecto y voluntad. Cabe esperar un despliegue de posibilidades mentales en el punto semilla en que todas ellas convergen como arte, ciencia y espiritualidad, es decir, en el punto en que razón y emoción se unen en una unidad de tipo superior que las engloba y trasciende, de forma que el conocimiento es tanto amor puro como claridad mental, y además es voluntad que encuentra el camino lógico para expresarse como arte, ciencia o religión. Hariel es un ángel de visión. Se trata de una visión de largo alcance que es además previsión. Gracias a su intuición y a su agudeza mental podemos prever todas las consecuencias de nuestros actos a largo plazo – consecuencias para nosotros y para los demás – el principio de causa y efecto de forma global en acción. Es una guía inmejorable en las prácticas de meditación. Nos enseña a aquietar nuestra mente, a llegar hasta el fondo de nuestro pensamiento, a romper las cáscaras que impiden nuestra visión, a morar en el plano abstracto del silencio hablante. También nos explica el sentido de las visiones. Hariel es también un guardián y un protector. Sobre todo nos protege de la crítica destructiva y de los pensamientos negativos, tanto propios como ajenos.

#### 16. Yesod de Jojmá.



Vocalización: Heqam (Moshé Cordovéro); He/Qo/Me (Abulafia). Valor numérico: 145

Ángel portador del Nombre: הַקְמִיָּה, Haqamiah. Valor numérico: 160

Yesod de Jojmá: es éste un Nombre de sabiduría directa, de intuición y sensibilidad. Es el trasmisor directo de la energía pura de Jojmá a la esfera de lo astral. Representa, pues, el poder de la imaginación, su capacidad de reflejar en imagen a los más altos arquetipos del espíritu. Rige el doble astral. También la transmutación energética que deviene en nuestro cuerpo de luz (simbolizada en la elevación de la serpiente).

Es la vara de Dios, la vara con la que Moisés y Aarón hacían los hechos prodigiosos, la vara que se transformaba en serpiente, el poder del pilar del medio del Árbol de la Vida. Imagen de la serpiente de la Sabiduría ascendiendo por los 22 senderos del Árbol de la Vida (una de las imágenes clásicas del sendero

de retorno). Cuando su cabeza alcanza el centro de Kéter la Luz llena todo nuestro cuerpo y tenemos la verdadera vida.

### 17. Jojmá de Biná.



Vocalización: Leú (Moshé Cordovéro); La/A/Va (Abulafia). Valor numérico: 37

Ángel portador del Nombre: לאויה Lauviah. Valor numérico: 52

Canaliza la energía de Jojmá de Biná. Es, en sentido descendente, revelación y, en sentido ascendente, transcendencia de la forma. La luz de este Nombre nos libera siempre que nos sentimos encerrados, confinados, limitados. En particular, ¿quién nos ata?, ¿quién nos mantiene confinados en una prisión? Es nuestro modo exclusivamente egoico de funcionar y de percibir el mundo. La meditación de este Nombre nos abre a ese espacio de conciencia que es lo que llamamos nuestro self. Desbloqueando el ego mantenemos abierto el canal que nos conecta con nuestro Guía Interior en un camino de revelación creciente.

En general, Lauviah es un inspirador en toda actividad mental creativa. También es un sanador (trascendencia de la forma). En particular actúa en todo lo relativo al cuerpo del sueño (insomnio, pesadillas, terrores nocturnos...) y al exceso de actividad nerviosa y mental.

La meditación del Nombre לאו y del ángel Lauviáh לאויה – cuyo nombre está construido a base de letras de Nombres de Dios: Alef, Lamed, Vav, Yod, He – es la meditación del Nombre de Dios Tetragrama (el versículo del salmo nos invita a ello). El Tetragrama como la forma de nuestro ser interno.

### 18. Biná de Biná.



Vocalización: Kili (Moshé Cordovéro); Ka/La/Yo (Abulafia). Valor numérico: 60

Ángel portador del Nombre: כליאל Kaliel. Valor numérico: 91

Biná de Biná. Canaliza los poderes creativos de la madre: Fertilidad, abundancia, fructificación, procreación. Esto a todos los niveles, tanto si se trata de concebir un bebé (y este Nombre o su ángel se invoca en los problemas de esterilidad), como si se trata de dar a luz nuevas ideas o una nueva manera de enfocar un problema. También para concebir y dar a luz al niño divino en nosotros. Kelí significa literalmente Vasija. Kaliel es la Vasija de Dios. El Nombre KLY y su ángel Kaliel nos ayudan a reparar nuestra vasija (Tikún) y a agrandarla, aumentando nuestra receptividad a la Luz. Ahora bien, reparar nuestra vasija, ensancharla, es esencialmente un trabajo sobre el corazón.

Conecta con el poder del corazón, del alma-Rúaj, que irradia, pero es un corazón conectado con Biná, con el alma-neshamá, con el espíritu. Abre la puerta a la esfera de Biná, la conciencia cósmica.

### 19. Jésed de Biná.



Vocalización: Levu (Moshé Cordovéro); La/Va/Vo (Abulafia) = 42

Ángel portador del Nombre: לוויáh. לווי = 57

Canaliza la acción de la Providencia. Jésed de Biná es inteligencia expansiva. Nos aporta, así buenas experiencias de crecimiento. y nos ayuda a aprovecharlas y no dejarlas pasar. Ahora bien, puesto que las necesidades de nuestra alma espiritual no siempre coinciden con nuestra orientación consciente, algunas de estas experiencias pueden ser duras. El ángel Leuviah nos ayuda a encararlas, comprendiendo su sentido, aceptando su necesidad, evitando caer en la desesperación (Esperando esperé...). En general, nos hace capaces de sacar lo mejor de las situaciones y de las personas. También nos enseña a conservar la alegría incluso en momentos de adversidad.

Esto es importante si queremos permanecer en un estado de conexión constante. Leuviah tiende un puente a través del Abismo. Tiene la conexión abierta con Dios siempre abierta (Lamed Vav Vav). Nos enseña la

lección de que la Luz está siempre presente, siempre llenándonos hasta el máximo de nuestras posibilidades, es decir, la amplitud de nuestra vasija. Basta con que lo queramos, la Luz se hace siempre inmediatamente presente.

## 20. Guevurá de Biná.



Vocalización: Pehil (Moshé Cordovéro); Pe/He/La (Abulafia)

Ángel portador del Nombre: Pahaliah. פהליה suma 130

Canalizando la energía de Guevurá de Biná, que manifiesta los aspectos severos de la Ley, éste es un Nombre de gran poder y fuerza. De hecho, פהל suma 115, el mismo valor numérico que la palabra פזק, Jazáq, que significa precisamente fuerte, poderoso, firme, y que es, en sí mismo, un apelativo para designar a la Deidad y también un Nombre y un mantra. Tiene canalización de por sí.

Representa la acción del poder Divino, salvador y redentor. Este es un Nombre para ejercer rigor sobre uno mismo si queremos vernos libres de nuestras ataduras y adicciones y soltar nuestro espíritu, ya que es de energía espiritual de lo que estamos hablando. Si invocamos el poder del Nombre פהל, tendremos entonces esa energía que nos hará atravesar nuestro particular Mar Rojo y, sin saber cómo, nos encontraremos libres, al otro lado, mientras que las fuerzas psíquicas que nos oprimían se ahogarán en el mar del inconsciente – la matriz universal – para ser recicladas de nuevo. El Nombre, por así decir, opera la purificación espiritual de la columna izquierda del Árbol, el Pilar de la Forma, asiento del deseo de recibir en general.

## 21. Tiféret de Biná.



Vocalización: Nalaj (Moshé Cordovéro); Nu/La/Ja (Abulafia). Valor numérico: 100 (considerando Kaf como no final). 580 (con Kaf final).

Como Nombre de Tiféret de Biná expresa la Belleza de la Ley Cósmica. Belleza en el sentido tiferético conlleva armonía, proporción, equilibrio. La energía del Nombre manifiesta el completo equilibrio de la Ley, que se plasma en todos sus mecanismos de Providencia y de Rectificación (tikún). נלך, además, es la luz que brilla en la oscuridad, confiriendo el entendimiento profundo de la dinámica cósmica, tanto en el aspecto exterior – la ciencia, la matemática, el esoterismo – como en el de los ciclos y el destino del alma. Si apelamos a la energía del Nombre נלך, ésta repara nuestra conexión con la raíz de nuestra alma, nos pone en circuito con la energía de Biná, expandiendo nuestra mente (mojin degadlut – mente grande), aprendiendo a restringir nuestro ego y a escuchar al verdadero yo profundo, inmanente y trascendente a nuestra encarnación. Neljael es, además, un protector formidable que nos da la victoria absoluta sobre las fuerzas del mal.

## 22. Nétsaj de Biná.



Vocalización: Yeyai (Moshé Cordovéro); Yo/Yo/Yo (Abulafia). Valor numérico: 30.

Ángel portador del Nombre: Yeiaiel. ייאל. Valor numérico: 61.

Nétsaj de Biná. Asociaciones literales: Victoria del Entendimiento, o Inteligencia activa, o rayo del Espíritu. Victoria en el sentido de proyección o manifestación de inteligencia activa, creativa (según el diseño contenido en la Yod, letra semilla de Jojmá) como cuando se dice: “Y el Espíritu de Elohim aleteando sobre la superficie de las aguas”. Y a continuación tenemos la proyección del septenario en los siete días de la Creación, siendo el siete el número de Nétsaj. Con este Nombre hay así una transmisión directa de energía creativa de Biná a Maljut.

Este Nombre trae una gran proyección de Luz, una intervención activa de lo divino. Usamos la Yod para poner una semilla espiritual y para energizarla. En el Nombre יי su poder manifestante y creativo es aumentado por las tres yodim en la forma triangular de Biná. Es la bendición de las tres columnas mediante el Nombre de Dios (se considera que la triple repetición del Tetragrama constituye el Nombre de 12 letras, mediante el que, según el Zohar, Elías alcanzó la inmortalidad).

### 23. Hod de Biná.



Vocalización: Melah (Moshé Cordovéro); Me/La/He (Abulafia). Valor numérico: 75.

Ángel portador del Nombre: Melahel. מלחאל. Valor numérico: 106.

Como Hod de Biná, el Nombre מלה canaliza la luz del pensamiento, tanto en su aspecto pasivo de comprensión intelectual y lucidez, como en su aspecto activo de creación mediante la palabra. En el primer caso, la meditación de este Nombre confiere una gran comprensión y lucidez. Activa el entendimiento de las leyes universales, pero no sólo en lo que respecta a la contemplación de los principios, sino también en el aspecto práctico de cuál es nuestro lugar personal en todo ello. Este Nombre y su ángel canalizan un gran poder de curación (según la tradición expresado fundamentalmente mediante todos los métodos de sanación natural). Nos da además el poder de crear nuestro propio mundo. Esto no sólo en el sentido restringido de nuestras circunstancias personales. Mediante el poder de la palabra somos cocreadores en la tarea de llevar a la perfección última el plan divino de la Creación. Podemos modificar no sólo nuestro interior en aras de alcanzar una perfección – entendida como la totalidad del ser – sino también de efectuar cambios en el mundo exterior, material y social.

### 24. Yesod de Biná.



Vocalización: Jahú (Moshé Cordovéro); Je/He/Va (Abulafia). Valor numérico: 19.

Ángel portador del Nombre: Jahuyah. יאהייה. Valor numérico: 34.

Como Yesod de Biná, este Nombre nos conecta con la Fuente de la Vida, reflejando la energía de la Madre. De hecho, podemos considerar que יאה representa el cordón umbilical que nos une a la Madre de la Vida. La meditación del Nombre יאה nos da, entonces, una inyección de vitalidad, y por ende de salud. Todo aquél con problemas en su cuerpo vital, y en general todo aquél que se encuentre bajo de vitalidad, con una salud precaria o disminuida, puede recurrir a la energía de este Nombre para su rectificación. El cuerpo vital es una resultante del cuerpo astral – emocional. Así pues, podemos utilizar la luz de este Nombre como escudo para protegernos de las emociones negativas que los demás pueden proyectar sobre nosotros, y también para vencer las que nosotros mismos generamos.

1 al 5 de Av de 5769: 22 al 26 de Julio de 2009

### 25. Jojmá de Jésed.



Vocalización: Neta (Moshé Cordovéro); Nu/Ta/He (Abulafia). Valor numérico: 455.

Ángel portador del Nombre: Nithaiah. נטהייה. Valor numérico: 470.

Jojmá de Jésed. El Amor de Jésed expresándose como Sabiduría. Para la tradición, este Nombre conecta con la energía del Maestro espiritual, del Guía interno. El maestro es la personificación de la luz de Sabiduría y de la luz de Misericordia, las dos cualidades que el nombre canaliza. El Nombre porta una gran canalización de Luz. Es Luz adaptada a los seres, es decir, la gracia divina expansiva que lleva a cada ser a la medida máxima de lo que es: lo que se llama su Bien. Es la Luz del primer día: “Vayomer Elohim **Yehí Or Vayhí Or**. Y dijo Elohim ‘Sea la Luz y la Luz era’ ”. La expresión en negrita suma 470,

lo mismo que Nithaiah. Y a continuación “Y vio Dios la Luz que era **buena**”. Y todas las cosas se hallaban comprendidas en la **unidad** del Yom Ejad, día uno, porque la Luz es una.

## 26. Biná de Jésed.



Vocalización: Haia (Moshé Cordovéro); He/A/A (Abulafia). Valor numérico: 7.

Ángel portador del Nombre: Haaiah. הַיָּאִיָּהּ. Valor numérico: 22.

Como Biná de Jésed (correspondencia astrológica con Saturno y Júpiter) este Nombre se ha interpretado con frecuencia en relación con la exteriorización de la ley y la aplicación de la justicia, una justicia recta, equitativa y benevolente. En el ámbito personal, la luz del Nombre confiere la capacidad para actuar de acuerdo con las leyes divinas, dándonos la energía para perseguir la realización de los propios deseos y metas legítimos, es decir, en armonía con la Ley. Armonía entre el yo y el proceso del mundo.

Nos da: la armonía entre dos aspectos complementarios de la realidad, simbolizados en la línea y el círculo: lo singular/discontinuo/analítico/racional, etc., y lo global/ continuo/sintético/suprarracional, etc. A veces se simboliza lo primero como masculino y lo segundo como femenino.  $22 \div 7 = 3.14$ , el número  $\pi$ , Shadai y Metatrón.

Su modo de ser es el estado de flujo, en conexión con el Todo. Esa es la Gracia que podemos solicitar de la Luz de אַחַד Acción iluminada, es otro de los significados de este Nombre.

## 27. Jésed de Jésed.



Vocalización: Irat (Moshé Cordovéro); Yo/Re/Ta (Abulafia). Valor numérico: 610.

Ángel portador del Nombre: Yeratel יְרַתֵּל. Valor numérico: 641.

Jésed de Jésed. Este Nombre canaliza la energía de Jésed en toda su pureza, trayendo consigo prosperidad y abundancia, tanto material como espiritual. Es un Nombre de gracia y bendición. Expande todo proyecto. Nos enseña a ver lo positivo de todas las situaciones y llena el alma de optimismo y alegría de vivir. Hay que tener en cuenta que el principio de Jésed es voluntad de dar y no debemos olvidar poner en perspectiva todo lo que recibimos, agradeciéndolo al Creador y poniéndolo en un contexto que trascienda el “yo, mi, mío, para mí”. El pensamiento de Jésed siempre es generoso, altruista, social. Busca la instauración de una sociedad justa y solidaria, en la que haya una circulación y redistribución de la riqueza. Una forma práctica de hacerlo es cultivar el desprendimiento mediante la institución del **מעשר**, maaser, el diezmo (su valor numérico es también 610).

## 28. Guevurá de Jésed.



Vocalización: ShAH (Moshé Cordovéro); Shi/A/He (Abulafia). Valor numérico: 306.

Ángel portador del Nombre: שְׂאֵהִיָּהּ, Sheheiah. Valor numérico: 321.

Guevurá de Jésed: transmite la energía de fuego del Amor Divino. El Amor, es, en primer lugar, entre Rostros Divinos: del Santo Bendito Sea (el Rostro Divino de Tiféret, el aspecto masculino de Dios-implicado-en la-Creación) y la Shejiná (el Rostro Divino de Maljút, el aspecto femenino). Este amor arquetípico en el propio seno de lo Divino se manifiesta en todos los niveles y mundos: en las relaciones entre Dios y la Creación, en la historia humana (por ejemplo en la manifestación histórica de épocas de luz y de ocultación), en el ser humano entre el alma y el espíritu (ánima y ánimus; o alma y Dios en el lenguaje de los místicos del Siglo de Oro) y, por supuesto, en el amor entre el hombre y la mujer, ish e ishá, אִישׁ וְאִשָּׁה. En toda llama de amor arde el Nombre de Dios. Hay que entender el amor como el propio Nombre de “Dios buscándose a Sí mismo”, la fuerza inexorable que nos recuerda nuestro divino origen. El amor es la fuerza cósmica de liberación.

### 29. Tiféret de Jésed.



Vocalización: Reyi (Moshé Cordovéro); Re/Yo/Yo (Abulafia). Valor numérico: 220.

Ángel portador del Nombre: רִיִּאל, Reiyel. Valor numérico: 251.

Tiféret de Jésed. Con su potente irradiación, este Nombre proporciona una gran canalización de Luz. Es la Luz de la Compasión universal. Tiféret de Jésed es el Corazón de la Compasión. Yod Yod es un Nombre Divino en sí mismo. El Nombre רִיִּי puede considerarse como expresando **Rajúm YHVH ADNY** (Compasivo o Misericordioso es YHVH Adonáy). Doble Yod, doble sentido del sendero Jésed/Tiféret. Descendente: el Jésed, el Amor, la Gracia y la Misericordia divinas que se vierten al corazón; ascendente: el corazón que se abre al Jésed. Mediante el dar.

Sabiduría y Amor son dos caras de la misma realidad. El Nombre רִיִּי es también fuente de inspiración. Abre un canal entre la conciencia y los mundos superiores. Conecta con los Planos Internos. Nos pone en contacto con los maestros de Sabiduría. La luz del Nombre רִיִּי y la de su ángel רִיִּאל nos proporcionan, por su sola presencia, por su pureza y la potente irradiación de su ser, una protección infalible contra las fuerzas de la negatividad, contra todas aquellas energías oscuras que pudieran proyectarse sobre nosotros.

### 30. Nétsaj de Jésed.



Vocalización: Avam (Moshé Cordovéro); A/Va/Me (Abulafia). Valor numérico: 47.

Ángel portador del Nombre: אַמְמַאל, Omael. Valor numérico: 78.

Fertilidad y plenitud en todos los sentidos. Energía de felicidad y abundancia material y espiritual. Es el canal de Nétsaj de Jésed y como tal proyecta una enorme efusión de energía creativa a los mundos inferiores. Es la Luz de Jésed del primer día de la Creación expresándose como las luces y luminarias del cuarto día de Nétsaj: cada ser, potencial en la luz, se autoafirma buscando su expresión; la proyección del rayo único de luz blanca difractándose en las siete frecuencias vibratorias manifestadas en los siete rayos/colores, los cuales, en el espacio vacío del útero cósmico, interaccionan entre sí sin fin dando lugar a toda la riqueza cromática del mundo visible: cada ser en su esencia lumínica. . Porque este Nombre contiene a la Madre, Em, אֵם – Alef del Espíritu, del Rúaj Elohim, aleteando sobre la Mem de las aguas – en cuyo seno se gesta la Vav, ו, que representa el fruto, el Hijo. “Y vió Elohim la Luz (en todas sus configuraciones), que era buena, כִּי טוֹב = 47 = אֵם. También se puede usar el Nombre אֵם como lente de focalización para hacer descender la energía creativa sobre una intención concreta (fecundidad, partos, que descienda un alma elevada, etc.). Al mismo tiempo, la luz de este Nombre tiende los puentes y abre los canales que nos conectan con la energía espiritual, con la raíz de nuestra alma en la Mente Divina.

### 31. Hod de Jésed.



Vocalización: Lekab (Moshé Cordovéro); La/Ja/Be (Abulafia). Valor numérico: 52.

Ángel portador del Nombre: לֵכַבְּאֵל, Lekabel. Valor numérico: 83.

Hod de Jésed. Es la conciencia espiritual (Jésed) expresándose a través de la mente (Hod). La luz de este Nombre confiere un entendimiento profundo de las leyes universales como plasmación de la sabiduría. Y lo que es tanto o más importante, la capacidad de actuar de acuerdo con ellas. Porque este es un Nombre de inteligencia práctica, aplicada a la resolución de problemas (para lo cual se recibirán las inspiraciones oportunas), de capacidad mental aplicada a la consecución de objetivos, y también para saber llevar a buen término lo que empezamos. Todo ello de acuerdo siempre con los designios del Espíritu. La luz del Nombre לֵכַבּ y de su ángel לֵכַבְּאֵל, son una ayuda inestimable en la meditación.

Trabaja la unificación de los planos superiores de la mente con la Mente Divina es el nivel de la profecía, prefigurado en el profeta Elías, cuyo Nombre en hebreo אֵלִיהוּ, Eliahu, también suma 52.

### 32. Yesod de Jésed



Vocalización: Veshar (Moshé Cordovéro); Va/Shi/Re (Abulafia). Valor numérico: 506.

Ángel portador del Nombre: וְשָׂרִיָּהּ, Vashariah. Valor numérico: 521.

Yesod de Jésed. Nos conecta con el fundamento (Yesod) de la energía expansiva y constructiva, de la misericordia y el amor, de la rectitud, de la grandeza de Jésed. Una de las permutaciones del Nombre es וְשָׂרִיָּהּ, Toro, el signo de Tauro<sup>29</sup>. Es el símbolo de de la potencia creativa y generativa Divina operando en el Cosmos. Es la manifestación del Poder Divino en el plano astral. Conecta el plano astral con el plano espiritual, superando el glamur, las ilusiones y proyecciones que por un lado nos fascinan y por otro nos tienen encapsulados. Una vez que hemos limpiado el espejo, podemos conectarnos con el banco de memoria grabado y guardado en nuestra naturaleza instintiva. Es también la energía del Tsadik. Está escrito: Tsadik Yesod Olam, el Tsadik es el fundamento del mundo. Es la persona que ha alcanzado la unión o la armonización de las polaridades en sí. Implica el control de todo el aspecto fuerza de nuestra personalidad: instintos, pasiones, impulsos, emociones, sentimientos, en general todos ellos constelados alrededor de lo que se conoce como arquetipos del inconsciente personal, y en particular, la sombra o arquetipo oscuro, pero también el anima/animus, la imagen contrasexual en la psique. Tiene que ver con la elevación de la serpiente: La Vav representa el canal central, Shin es fuego – el fuego de la Shejiná – y Resh es cabeza.

### 33. Jojmá de Guevurá.



Vocalización: Yejú (Moshé Cordovéro); Yo/Je/Va (Abulafia). Valor numérico: 24.

Ángel portador del Nombre: יְהוּיָהּ, Yejuiáh. Valor numérico: 39.

Jojmá de Guevurá. Este es un Nombre de gran fuerza, voluntad y determinación. Se trata de una voluntad puesta al servicio de nuestro Yo Superior. Apoya, por tanto, todas las acciones que tienden a la realización de nuestro tikún, que incluye nuestra pauta de destino. Nos da una gran energía para nuestro progreso espiritual. Y, sobre todo, nos da el poder para encarar las pruebas que nos aguardan en el camino. Y la capacidad de persistir a pesar de los fracasos. Este Nombre יְהוּ y su ángel יְהוּיָהּ efectúan, por así decir, la cirugía del alma, purificando, extirpando nuestros complejos y traumas, reconociendo nuestra parte negativa, rectificando nuestra vasija en base a nuestro karma acumulado, desnudando al yo de todas sus capas, para alcanzar el núcleo, nuestra identidad profunda, y descubrir que “siendo verdadero al ‘yo’ interior una persona empieza a ser verdadera al gran ‘YO SOY’ que es YHVH.”

### 34. Biná de Guevurá.



Vocalización: Lehaj (Moshé Cordovéro); La/He/Je (Abulafia). Valor numérico: 43.

Ángel portador del Nombre: לְהַיָּהּ, Lehajiáh. Valor numérico: 58.

Como Biná de Guevurá, a la luz de este Nombre se manifiesta la comprensión del propósito espiritual (Biná) como voluntad y acción en Guevurá. El ángel Lehajiáh es un guardián y defensor de las leyes divinas. Su influjo nos ayuda a incorporar en nosotros las virtudes del guerrero: coraje, disciplina, lealtad, espíritu de servicio a las causas superiores y, sobre todo, nos enseña a dominar y canalizar nuestra fuerza mediante la ley de la limitación, que es la condición del poder. El Nombre es un antídoto contra la cólera, y también contra la depresión en el otro extremo, según que el individuo tienda a explotar o a implotar (en lo que la depresión tiene de ira dirigida contra uno mismo). Igualmente, la luz de לְהַיָּהּ es un

<sup>29</sup> La Luna está exaltada en Tauro y Júpiter es fuerte en ese signo.

potente escudo de energía a nuestro alrededor. . Una de las lecciones de este Nombre es que la grandeza consiste en hacerse pequeño, en la autoanulación para la trascendencia. El ego y el orgullo son unos enemigos formidables, que aparecen y reaparecen de formas a veces sutiles, y ante los que somos constantemente derrotados. Por eso, el tikún de este Nombre es el olvido de uno mismo, la impecabilidad, la acción desapagada de los resultados, el “hágase Tu Voluntad”, la voluntad al servicio del espíritu.

### 35. Jésed de Guevurá.



Vocalización: KevaQ (Moshé Cordovéro); Ka/Va/Qo (Abulafia). Valor numérico: 126.

Ángel portador del Nombre: כוקי'ה, Kavaquiáh. Valor numérico: 141.

Este Nombre canaliza la energía del Jésed de Guevurá, por un lado, la fuerza o el poder expresándose mediante la misericordia; por otro, energía expansiva al servicio o como motor de la voluntad. El Nombre canaliza, así, en el primer aspecto considerado, la energía del perdón, que es una fuerza o poder en sí mismo. No sólo del perdón en abstracto, sino de la reconciliación, añadiendo ese factor Tiferético de restauración del equilibrio que indica la letra Vav del centro del Nombre. Y cada vez que ponemos en juego la energía del perdón y la reconciliación estamos elevando chispas de Luz. En el segundo aspecto, el dinamismo y la voluntad de Guevurá se expresan de forma expansiva y unitiva. Es la fuerza de la motivación. Nos da la energía necesaria para perseguir y obtener lo que deseamos. En particular, este Nombre rige la energía de la sexualidad, la cual, también, puede llevarnos a las alturas, pues todos los planos de polaridad se encuentran reproducidos en el arquetipo de la pareja, que se convierte así en el instrumento más completo de realización espiritual.

### 36. Guevurá de Guevurá.



Vocalización: Menad (Moshé Cordovéro); Me/Nu/Da (Abulafia). Valor numérico: 94.

Ángel portador del Nombre: מנדאל, Menadel. Valor numérico: 125.

Es el canal de Guevurá de Guevurá, manifestando la esencia de Guevurá, que es negación de la negación de Dios. Las emociones negativas: miedo, ira, depresión, tristeza,... son también una negación de Dios. Es tarea de la luz de este Nombre y de su ángel Menadel la corrección de todo ello, protegiendo a los débiles y oprimidos, impartiendo justicia para restablecer el equilibrio, liberándonos de ataduras, purificándonos de nuestras energías negativas, ayudándonos a superar nuestro miedo, negando, como decimos, la negación, lo cual es una afirmación. El único temor que debemos permitirnos es el Yirat Hashem (y para profundizar en él podemos utilizar la meditación de este Nombre), el Temor de Dios – el pasmo, el sobrecogimiento, el anonadamiento ante la Realidad Divina – el cual, por otro lado, desemboca en el Amor, Ahabat Hashem, y viceversa, siendo ambos dos caras de una misma realidad.

### 37. Tiféret de Guevurá.



Vocalización: Ani (Moshé Cordovéro); A/Nu/Yo (Abulafia). Valor numérico: 61.

Ángel portador del Nombre: אניאל, Aniel. Valor numérico: 92.

Tiféret de Guevurá. . Este es uno de los pocos Nombre con un significado directo, en este caso, Aní = Yo. Considerado desde un punto de vista cabalístico, el Yo – el lugar de la identidad y de la gestión de los contenidos psicomentales del individuo – es una estructura transitoria que va sufriendo transformaciones sucesivas (de estados personales y transpersonales) según se asciende por el Pilar del Medio del Árbol de la Vida. En Yesod tenemos el yo mental, lo que comúnmente entendemos como ego. En Tiféret lo que llamamos el Yo auténtico, la chispa divina encarnada, el Self personal. Los niveles transpersonales de identidad se abren en Daát y lo que, a falta de un nombre mejor, llamaríamos Superself o Yo Divino correspondería a Kéter. La fuente última del Yo está en el Absoluto Inmanifestado, la Deidad en su esencia, oculta tras el velo del Ain, la Nada. Y es un lugar común en Cábala el ver que Ain,

יא, es una permutación de יא, Yo, con el mismo valor numérico ambas que Adón, אדון, Señor. En esta escalera, cuando uno empieza a ser verdadero al 'yo' interior, ese yo verdadero es uno con la Shejiná, el Yo Divino manifestado.

### 38. Nétsaj de Guevurá.



Vocalización: Jam (Moshé Cordovéro); Je/A/Me (Abulafia). Valor numérico: 118.

Ángel portador del Nombre: אַעמיה, Jaamiah. Valor numérico: 133.

Nétsaj de Guevurá. El poder y la fuerza de Guevurá expresándose mediante Nétsaj. Lo cual implica control o manejo de las emociones, de las fuerzas de la naturaleza y, en general, de las energías del plano astral. Esto significa que es un Nombre que limpia, purifica los sentimientos y emociones, poniendo en armonía el cuerpo de deseos con las leyes divinas; nos libera de ataduras, complejos y bloqueos energéticos causados por traumas; protege de las energías negativas proyectadas contra nosotros (conjuros, rituales negativos, elementales artificiales, etc.). Es un Nombre a invocar – o a su Ángel – en la angustia, en la desgracia, en los estados de ansiedad, trayendo paz y serenidad al alma. También es, ciertamente, un Nombre de magia.

### 39. Hod de Guevurá.



Vocalización: Riha (Moshé Cordovéro); Re/He/A (Abulafia). Valor numérico: 275.

Ángel portador del Nombre: רהעאל, Rehael. Valor numérico: 306.

Hod de Guevurá. Indica un análisis preciso (y por tanto capacidad de diagnóstico) y una cirugía del alma. Curación a todos los niveles. La luz de este Nombre nos da el discernimiento necesario para discriminar entre el bien y el mal. Nos enseña las lecciones de la ética a veces mediante la amonestación y la corrección. Nos presenta la verdad sobre nosotros mismos, una verdad desnuda ante la que no caben evasiones; pero no con una intención punitiva, sino para darnos la oportunidad de Teshuvá.

En este Nombre toda energía negativa es transmutada en positiva, y toda situación aparentemente difícil se convierte en una oportunidad de aprendizaje y crecimiento. Y una situación es trasmutada en el momento en que hacemos el cambio, y de operar en base al deseo de recibir solo para nosotros, lo hacemos desde el deseo de dar y de compartir. En otro orden de cosas, éste es un Nombre de disciplina mental en orden a alcanzar un estado de meditación profunda.

### 40. Yesod de Guevurá.



Vocalización: Iyaz (Moshé Cordovéro); Yo/Yo/Za (Abulafia). Valor numérico: 27.

Ángel portador del Nombre: יזאל, Ieiazel. Valor numérico: 58.

Yesod de Guevurá. Tiene que ver con la concreción del cuerpo de deseos en el cuerpo vital (y el trabajo con este Nombre nos enseña sobre la circulación de la energía vital, su movimiento). Da fuerza y robustez, fortaleza física y emocional, energía, capacidad para empujar y alcanzar metas en la vida, con una buena conjunción de imaginación y acción. La acción de Guevurá se nos hace presente en el espejo de la mente (Yesod). En particular aparece nuestra ira como respuesta a la frustración. La reactividad inconsciente es uno de los principales obstáculos que encontramos en el camino. Nos hace equivocarnos una y otra vez. En una situación cualquiera, en el momento justo en que nuestros mecanismos de acción se vayan a poner en marcha, “paramos” durante una fracción de segundo y tomamos conciencia, conectando esa conciencia con su fuente en la Luz Infinita. Después actuamos, pero manteniéndonos en la conciencia. El Nombre también representa la Luz Divina expresándose en el septenario.

#### 41. Jojmá de Tiféret.



Vocalización: Hahah (Moshé Cordovéro); He/He/He (Abulafia). Valor numérico: 15.

Ángel portador del Nombre: **הההאל**, Hahahel. Valor numérico: 46.

Jojmá de Tiféret significa la Sabiduría interior, que fluye de nuestra propia conexión con lo Divino). He es la letra del alma, ya sea el Anima Mundi o el alma humana. Del mismo modo que la Sabiduría de Jojmá sólo es expresable a través del Entendimiento de Biná (la Yod mediante la He, en el Nombre Divino), es mediante la He en el canal Jojmá – Tiféret como le es revelada al alma su raíz divina, en este sendero de revelación y profecía que es, al mismo tiempo de una tremenda oscuridad, porque el ser ha de desprenderse incluso de su propia mente y entendimiento para acceder a la sabiduría pura de Jojmá. En conclusión, este Nombre nos ayuda a trabajar la conexión con nuestro propio núcleo divino, alineando nuestros vehículos internos. Nos ayuda a abrirnos a nuestra sabiduría interior, intuitiva, directa, en lugar de confiar nuestro destino a maestros y gurús, o expertos en cualquier área, capacitándonos para resolver nuestros propios problemas. Fortalece nuestra autoestima, una vez que hemos comprendido profundamente la verdad de nuestra imagen y semejanza con la Deidad, al igual que los demás seres humanos. La Tradición dice que el Nombre formado por las tres He está conectado con la Bendición Sacerdotal (del Templo de Yerusalaím) y con la energía canalizada por los Sumos Sacerdotes, otorgando la capacidad de promover la luz, la curación y el bienestar en todas las áreas de la vida. Esta es la manifestación de nuestra Chispa Divina, cuando permitimos expresar nuestra conexión con la Luz Infinita.

#### 42. Biná de Tiféret



Vocalización: Miyak (Moshé Cordovéro); Me/Yo/Ja (Abulafia). Valor numérico: 70.

Ángel portador del Nombre: **מיכאל**, Mijael. Valor numérico: 101.

Biná de Tiféret. el significado del Nombre Mijael (Mi-K-El) es: ¿Quién como Dios? Entonces viene a la mente el versículo del Éxodo (15:11): *מי כמוך באלם יהוה*, ¿Quién como Tú entre los dioses, Hashem?, que forma parte del cántico que los israelitas entonan tras pasar en seco el mar. Y el notarikón de esta frase es **מכבי**, Makabi, una palabra que aparecía en el escudo de los Jashmoneos en la guerra de liberación contra Antíoco, la cual culminó con la independencia de Israel (razón por la cual los Jashmoneos fueron llamados Macabeos). Su valor numérico es precisamente 72. Nuevamente los 72 Nombres como instrumento de liberación. Y el Nombre **מיכ** de alguna forma nos da toda la conexión de los 72 Nombres – es como un Nombre que los resume –. Así, la meditación en el Nombre **מיכ** (como un resumen de la meditación completa en los 72 Nombres), abre nuestro canal interno, teniendo en cuenta que, como Biná de Tiféret, se proyecta en el sendero que une ambas sefirot: un sendero (Tiféret-Biná) de iluminación, de descenso del Rúaj HaKódesh (el Espíritu Santo, con sus siete rayos o dones), de unión de rúaj y neshamá (nuestras almas racional y espiritual, respectivamente), de conexión de la razón con la fuente superconsciente, y que consiste en una transmisión al self del individuo de la Luz Suprema desde la raíz de los niveles superiores de su alma. Es el canal que abre **מיכ**.

#### 43. Jésed de Tiféret.



Vocalización: Veval (Moshé Cordovéro); Va/Va/La (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 42.

Ángel portador del Nombre: **ווליה**, Veuliáh. Valor numérico: 57.

La letra Vav (v. n. = 6) representa jeroglíficamente el conjunto de las seis dimensiones de la existencia (arriba, abajo, este, sur, oeste y norte). Las dos Vavim del triplete **וול** abarcan tanto las dimensiones internas como externas. La primera Vav, hexagrama de Tiféret. La segunda Vav, hexagrama

de Dáat. La letra Lamed significa equilibrio basado en la justicia (letra de Libra, la Balanza). Dios domina sobre todas las dimensiones con equidad. Además, el valor numérico de ווּל es 42, número que místicamente representa la unión del espíritu y la materia, y cómo mediante el espíritu se trascienden las condiciones aparentemente fijas de la materia. Veuliáh ayuda a liberarse de los aspectos inferiores de la personalidad que encarnan el deseo de recibir egoísta para pasar de la necesidad y el sufrimiento a la abundancia y la felicidad. Paz, alegría, riqueza anímica. Generosidad, compasión, deseo de dar, tsedaqá, apertura del corazón, grandeza de alma. También guía interior, contacto con los maguidim (maestros de los planos internos). Veuliáh nos libera de lo que nos oprime desde el subconsciente (traumas, complejos, etc.), nos sostiene en los momentos difíciles en los que parece que todo se tambalea, orienta nuestro esfuerzo y nuestras luchas, nos ayuda a tomar decisiones difíciles y determinantes en nuestras vidas, propugnando cambios radicales cuando es preciso y ayudándonos a destruir para construir después. Nos protege de todo mal.

#### 44. Guevurá de Tiféret.



Vocalización: Yelah (Moshé Cordovéro); Yo/La/He (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 45.

Ángel portador del Nombre: יְלִדְיָהּ, Yelahiah. Valor numérico: 60.

Guevurá de Tiféret. El poder del self, el poder que dimana de ser uno mismo. No hay poder más grande y todo el universo va a trabajar para ti en eso. Es el poder de expresar la esencia universal (אדם, Adam = ילָה = 45 = יִדְּ הָא וְאֵ הָא = 45) de una forma personal, individual. No hay nada más importante en el universo que conocerse y ser auténticamente uno mismo, porque sólo entonces podemos realizar plenamente la tarea para la cual hemos sido creados. Y es por esto por lo que vamos a ser juzgados (Guevurá de Tiféret). El Nombre indica juicio (Guevurá), pero al nivel de Tiféret, es decir, del self, del corazón. Éste es un juicio dulce para el que se juzga a sí mismo y no juzga a otros. La lección de este Nombre es que por el equilibrio inherente del cosmos, todas nuestras acciones acaban rebotándonos, recayendo sobre nosotros. Si queremos evitar el juicio severo sobre nosotros simplemente debemos suspender nuestro juicio sobre los demás.

#### 45. Tiféret de Tiféret.



Vocalización: Sal (Moshé Cordovéro); Sa/A/La (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 91.

Ángel portador del Nombre: סְאֵלְיָהּ, Sealiah. Valor numérico: 106.

Tiféret de Tiféret. La numerología del triplete סאל es 91 (60 + 1 + 30); representa la conjunción de los Nombres de Dios en Tiféret y en Maljút: יְהוָה (26) y אֲדֹנָי (65), que representan respectivamente los aspectos masculino y femenino de la Deidad actuando en la Creación, la unión de la trascendencia e inmanencia divinas, la unión de los Cielos y la Tierra. Esta unión tiene lugar en el corazón – Tiféret – en particular en esta esencia que representa el Tiféret de Tiféret, que es el poder del centro. Cuando el centro se hace presente, la unidad se manifiesta- Sealiah es el poder del sol y expresa una gran canalización de Luz, siendo la fuente de toda prosperidad, vitalidad, salud, creatividad...Es el trasmisor del fuego solar logoidal, manteniendo siempre el canal abierto de la línea de luz desde En Sof en la que son emanados, creados, formados y hechos los mundos), la Luz que trae tanto la plenitud espiritual como la prosperidad material. Trae consigo una conciencia constante de la Presencia Divina y nos hace ver la acción divina en todas las cosas. Por su esencia solar, Sealiáh, es el ángel de la curación espiritual, trayendo consigo una salud completa tanto de cuerpo como de espíritu (no existe verdadera salud sin la conexión con la Luz Divina). Sealiáh es un guía en nuestras vicisitudes por la Rueda. Nos enseña la gran lección del desapego, manteniendo el equilibrio en todas las situaciones y conectándonos desde el centro con nuestra raíz divina.

#### 46. Nétsaj de Tiféret.



Vocalización: Ari (Moshé Cordovéro); A/Re/Yo (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 280.

Ángel portador del Nombre: עריאל, Ariel. Valor numérico: 311.

Nétsaj de Tiféret. Certeza absoluta contra la duda. Valor numérico = 280. Mismo que Mesupaq, dudar. Duda es Safeq = 240 = Amaleq (Ayin Mem Lamed, Qof), el pueblo que en el simbolismo bíblico representa a la negatividad. En el Éxodo se narra que Amaleq ataca a Israel después de la salida de Egipto justo después de que dudaran (Ex 17:7-16): “¿Está YHVH entre nosotros o no?”. Israel prevalece mientras Moisés mantiene los brazos en alto, es decir, mientras se mantiene la conexión con los Supremos]. Ariel proporciona la conexión arcangélica (Valor numérico de Rafael, Tsadquiél y Sandalfón. Une Briá y Biná con Maljut mediante la mente. También tiene las llaves de la energía cósmica (Alef, Yod, Shin). Es un guía (Roí, mi pastor, 280) como en YHVH es mi pastor (Salmo 23).

#### 47. Hod de Tiféret.



Vocalización: Esal (Moshé Cordovéro); A/Si/La (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 400.

Ángel portador del Nombre: עשליה, Asaliah. Valor numérico: 415.

Hod de Tiféret. Meditación. : Meditación, Contemplación. Nos eleva hasta la Divinidad. Abre un canal directo de comunicación con **Dios**. Da una visión global, de conjunto. Ilumina la mente, disipa los pensamientos negativos y los juicios equivocados, fortalece la memoria.

La Luz de la Verdad de Tiféret expresándose mediante el intelecto de Hod. numérico = 400. También, 400 = שנים Shenim = dientes (cambio - shinui, transformación) = Letra ט, Tav (el Universo, el tiempo). El sentido general es de transformación global, empezando por la transformación personal, un movimiento que empieza por la toma de conciencia y el conocimiento de uno mismo. El sendero Hod-Tiféret corresponde (en nuestro sistema) a la letra Ayin, y a la carta del Tarot del diablo, que representa el conjunto de nuestras programaciones, hábitos, identificaciones, atavismos, dependencias, ídolos particulares ante los que nos inclinamos, etc., y que entonces deben ser vistos a la Luz de la Verdad que este Nombre canaliza, y después transformados en aras de un nuevo equilibrio, basado en una nueva visión, la visión superior, la visión divina.

#### 48. Yesod de Tiféret.



Vocalización: Miah (Moshé Cordovéro); Me/Yo/He (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 55.

Ángel portador del Nombre: מיהאל, Mihael. Valor numérico: 86.

Yesod de Tiféret implica una unión de polaridades. Yesod/Luna/femenino – Tiféret/Sol/masculino. También alude al sendero Yesod-Tiféret que une la personalidad y la individualidad, presidido por el ángel de la Templanza (Tarot). Yesod espejo de Tiféret. Armonía ego – self. La personalidad reflejando el verdadero ser del individuo. El individuo en contacto con su ser interno. También intuición. Presentimientos e inspiraciones secretas sobre lo que ha de ocurrir.

Hay unificación de lo separado pero todo ello manifestado en Maljut, en lo concreto, en lo práctico. Confiere la visión completa, el ser capaz de contemplar todos los lados de una situación o problema. Ver desde todos los puntos de vista (y la capacidad de asumirlos) nos lleva a ser tolerantes. . En lo interno, Mihael promueve la unión de las polaridades masculina y femenina de la psique. En lo externo, favorece en todos los sentidos las relaciones entre la mujer y el hombre. Fundamenta esas relaciones en el amor, la amistad y la fidelidad mutua. Favorece unas relaciones sexuales fecundas. Ayuda en los problemas de pareja, permitiendo una mayor comprensión mutua. Atrae la armonía y la felicidad a nuestro hogar y nuestras familias. Protege contra los impulsos que nos llevan a la desunión. En general, Mihael es el ángel de la fecundidad y la generación.

#### 49. Jojmá de Nétsaj.



Vocalización: Vahu (Moshé Cordovéro); Va/He/Va (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 17.

Ángel portador del Nombre: וְהוּאֵל, Vehuel. Valor numérico: 48.

Jojmá de Nétsaj: Sabiduría de la naturaleza. Sabiduría de las emociones. El ser humano ha sido creado para la felicidad. Tiene los instrumentos para ello. Se lo impiden su propia actitud y sus emociones negativas. Todas ellas son aprendidas, no forman parte de su naturaleza. Todas tienen su raíz en el deseo de recibir para uno mismo, y todas pueden ser transmutadas, liberando la energía encapsulada, cambiando nuestra fase de vibración del deseo de recibir al deseo de dar. Con la actitud correcta de agradecer lo que la vida nos trae de continuo. Dice el Talmud: ¿Quién es sabio? El que se conforma con su parte. Por supuesto que hay sufrimiento, hay tikún, hay karma. Podemos también aceptarlo, sabiendo que es lo mejor – “Gam zu letová. También esto es para bien”, como decía de continuo el sabio talmúdico – y liberándonos del extra de sufrimiento puramente mental que añadimos de continuo. Si nos ponemos en manos de Hashem, todo lo que nos ocurra – “positivo” o “negativo” – será una expresión de la Sabiduría. Así un hombre ha de poner su confianza en Dios y en nada más. El corazón purificado va directo a la meta. La Luz de VHV es nuestra guía en el camino con corazón.

#### 50. Biná de Nétsaj.



Vocalización: Dani (Moshé Cordovéro); Da/Nu/Yo (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 64.

Ángel portador del Nombre: דַּנִּיאֵל, Daniel. Valor numérico: 95.

Biná de Nétsaj: Victoria manifestándose mediante el Entendimiento (intelecto superior; inteligencia activa, creativa). Victoria a través de la comprensión de los problemas, las situaciones. Palabra que brota del entendimiento profundo. Palabra inspirada. דַּנִּי = 64 = Nebuáh = profecía (por ejemplo, el profeta Daniel). Se dice que este Nombre confiere elocuencia y alto poder de convicción, pero hablando con elegancia y belleza. También implica una actitud mental decididamente positiva: nos da la energía y motivación para conseguir plenamente nuestro objetivo, un objetivo que entendemos que necesitamos verdaderamente. Respecto a la Nebuáh, hay que tener en cuenta la luminosidad de este Nombre, representativo de la potencia formativa (Biná) de la luz astral (Nétsaj). Y la profecía de Daniel se expresa fundamentalmente mediante imágenes y visiones. También פִּדְיָהּ, Podé = 95 = Redentor, Libertador. Ninguna situación es definitiva. Todo puede ser perdonado. Porque Daniel literalmente significa el Juicio de Dios. Pero se trata de un juicio cuya esencia es misericordia.

#### 51. Jésed de Nétsaj



Vocalización: Hajash (Moshé Cordovéro); He/Je/Shi (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 313.

Ángel portador del Nombre: הַחֲשִׁיָּהּ, Hajashiah. Valor numérico: 328.

Jésed de Nétsaj expresa el principio de la Victoria o Eternidad (autoafirmación) expresada mediante la Luz de Jésed (la luz de misericordia o del bien del primer día de la Creación). “Ner YHVH nishmat adam. Lámpara de YHVH es el alma del hombre”. O sea, el alma es una luminaria para la Luz de Dios. Actualizarlo, hacer que esa Luz Divina que inflama el alma, brille a través de la oscuridad de nuestras vidas, es el trabajo de este Nombre). La Victoria de la Luz es la Luz que brilla en la Oscuridad. Transformación de la oscuridad en luz: eliminación de negatividad en situaciones, ambientes, personas en nuestra vida. Y la naturaleza de la Luz es Dar. Hajashiah nos ayuda a transmutar el deseo de recibir sólo para nosotros en deseo de dar mediante el compartir. Esto es curación: הַחֲרִיָּהּ: El agente curativo es el fuego del espíritu que sólo quema nuestros apegos, liberando las Chispas de Luz ocultas. Hajashiah va a las causas, no a los síntomas o consecuencias. Esa transmutación de energía es a la vez redención, porque

lo que hacemos es liberar la chispa de luz oculta en la materia. Trabajos: Programa teshuvá, de curación mediante la Luz. asumir la Deidad Interior.

## 52. Guevurá de Nétsaj



Vocalización: Amam (Moshé Cordovéro); A/Me/Me (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 150.

Ángel portador del Nombre: עממיה, Imamah. Valor numérico: 165.

El-Elión (Dios Altísimo – última palabra del versículo 18 del salmo 7) es un Nombre Divino que aparece en la Torá en relación con Malkitsedeq tras la victoria de Abram sobre los cuatro reyes. Alegóricamente es la victoria (Nétsaj) sobre las propias fuerzas negativas. Tradicionalmente un Nombre de Kéter (o de Daát), indica separación de todo y una perspectiva completa. Psicológicamente, separación implica desidentificación y desimplicación. Guevurá de Nétsaj indica energía emocional, pasión. La luz de este Nombre enciende el fuego de la pasión en el corazón y en el alma (también para la oración, meditación, conexión espiritual, para alcanzar ese estado preconizado por la última palabra: Elión). En general, transforma las energías marcianas en la fuerza del amor. Sin pasión no se llega a nada en lo espiritual. La luz del Nombre y de su ángel nos ayuda a relizar el tikún de la ira, su rectificación, a tramsutar su energía en Tsedaqá – justicia, Omets – coraje, Shalvá – calma, y en última instancia a alimentar ese fuego del amor – Ahavá y de la pasión - Jésheq que nos puede llevar a las alturas.

## 53. Tiféret de Nétsaj.



Vocalización: Nina (Moshé Cordovéro); Nu/Nu/A (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 101.

Ángel portador del Nombre: ננאאל, Nanael. Valor numérico: 132.

Tiféret de Nétsaj. Expresión de las verdaderas emociones. Claridad emocional. ¿Qué siento de verdad? ¿Qué quiero de verdad? El Nombre conecta con la energía de la individuación (energía de la Nun). Sacar a relucir el self, el yo auténtico. Energía fundamental para todo tipo de terapia y de proceso de crecimiento personal. Hay que tener en cuenta que el arcano del Tarot que corresponde a Nun es La Muerte y el elemento astrológico Escorpio. Doble Nun significa Muerte a la Muerte, es decir, Vida, la vida plena de la Alef, de la Unidad, más allá de todas las dualidades. Por otro lado, la guematria del Nombre ננא es 101, que es un emblema de la totalidad: 100 sefirot (un árbol completo dentro de cada sefirá) más En Sof, el Infinito. También Mijael, el arcángel, suma 101.

## 54. Nétsaj de Nétsaj.



Vocalización: Niyat (Moshé Cordovéro); Nu/Yo/Ta (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 460.

Ángel portador del Nombre: ניהאל, Nitael. Valor numérico: 491.

Nétsaj de Nétsaj: expresa por antonomasia todo lo relativo a esta sefirá; en particular rige sobre la vida emocional. Representa todo lo que sea sentimiento, afecto, amor, empatía. Nos da inteligencia emocional. Nos ayuda a superar los sufrimientos y frustraciones de la vida afectiva y nos cura de nuestras heridas emocionales y de amor, cicatrizando y regenerando. Sana todas las enfermedades de raíz u origen afectivo. (460 = השפעה, Hashpaáh, abundancia, plenitud). Igualmente rige sobre las artes y todo lo bello. Tiene una particular conexión con las relaciones de pareja. Canaliza un chorro constante de amor que nos sintoniza a esta vibración, elevándonos, acercándonos a la Divinidad, asimilándonos a su esencia y, en última instancia, alcanzando la Devekut, la Unión con Dios que es una unión de amor (esponsales con lo Divino). La Victoria de Nétsaj que trae este Nombre – Nétsaj también significa Eternidad – es la victoria sobre la muerte (a todo los niveles). La energía de este Nombre es la energía de la inmortalidad.

## 55. Hod de Nétsaj.



Vocalización: Mevah (Moshé Cordovéro); Me/Be/He (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 47.

Ángel portador del Nombre: מְבַחֵה, Mebahiah. Valor numérico: 62.

Hod de Nétsaj. Este Nombre actúa en el sentido de llevar al pensamiento a la acción, actualizar el pensamiento y promover la reunión de los mundos superiores e inferiores. Si ahora analizamos el triplete por sus letras, tenemos que la Mem representa las aguas superiores (el plano arquetípico, Briáh y Biná). Bet es berajá, la unión de los mundos superior e inferior (3 Vavim). He es Shejiná, aguas inferiores, el plano de Maljút. Cielo y Tierra unidos. El Nombre confiere la capacidad de unir los planos material y espiritual mediante la mente abstracta. Comprensión de los planos sutiles. Transmite a través de la mente las energías del plano arquetípico, lo cual permite ver cómo se plasma en las circunstancias concretas. Otorga el poder de actualizar el pensamiento, de plasmarlo en la acción. En el mismo sentido, da una captación de la verdad espiritual y la capacidad de transmitirla y propagarla. Es el canal del Amor Divino a través de la palabra y de las formas mentales. Comprensión del Plan Divino y capacidad de ser un agente activo en su realización. El individuo se realiza en sus creaciones, ya sean hijos materiales, discípulos o simplemente obras y proyectos. Dones: claridad mental, lucidez intelectual y comprensión de las situaciones y del lado emocional de las cosas. Por su poder de visión y perspectiva, da asimismo capacidad de desapego. Moverse a través de la dimensión del tiempo.

## 56. Yesod de Nétsaj.



Vocalización: Peví (Moshé Cordovéro); Pe/Va/Yo (Abulafia, vocal natural de cada letra). Valor numérico: 96.

Ángel portador del Nombre: פּוֹיֵאל, Poiel. Valor numérico: 127.

Yesod de Nétsaj. Entramado instintivo y emocional, quizá subconsciente. El Nombre significa sacar a luz lo que está dentro de nosotros, quizá nuestras verdaderas motivaciones; descargar nuestro subconsciente. Todo nuestro psiquismo inconsciente debe hacerse lenguaje consciente, e incluso palabra expresada y exteriorizada. Esta es la base de muchas técnicas de psicoterapia (psicoanálisis, etc.) y también de meditación, como la Hitbodedut de rabí Nájman de Breslov, que consiste en expresar en diálogo interior todo nuestro psiquismo ante Dios. Es necesario pasar por el subconsciente para alcanzar el superconsciente.

Un Nombre Divino de valor 96 es אֵל אֲדֹנָי, El Adonáy, que según la tradición rige sobre el mundo de Asía, el plano físico-etérico. Por eso se dice que la luz del Nombre פּוֹיֵאל, directamente o por la mediación del ángel פּוֹיֵאל, concede todo lo que se le pide. De nuevo, su naturaleza dadora viene reflejada en la carta de la Estrella, del sendero Nétsaj-Yesod. Para transmutar estados negativos, de ira, depresión, ansiedad, descontrol, etc. meditar de la misma forma en el Nombre פּוֹיֵאל y llenarse de su luz, de forma que la negatividad desaparece por su propia incompatibilidad con la luz.

## 57. Jojmá de Hod.



Vocalización: Nemím (Moshé Cordovéro); Nu/me/mé (Abulafia). Valor numérico: 130.

Ángel portador del Nombre: נְמַמִּיָּה, Nemamiah. Valor numérico: 145.

Jojmá de Hod, la sabiduría irrumpiendo en la esfera mental. נמם = 130 = Ayin (Ojo); capacidad de ver, claridad, inteligencia. Ayin también es fuente o manantial. En este caso la fuente de la conciencia. La meditación de este Nombre libera de la prisión intelectual, de la rutina. Nos ayuda a fuentes de la sabiduría. Nos ayuda a alcanzar un estado de silencio interior. Y también a discriminar en nuestra incesante charla interior para diferenciar entre la voz de lo alto (Bat Kol) y el parloteo de la psique fragmentada (ego, subpersonalidades, etc). Aprendemos a escuchar a nuestra alma; a conocer nuestra

misión en la vida. Nos abre al reconocimiento de nuestro plan de vida, en relación con nuestro karma y con nuestra tarea personal. Nos enseña a dejarnos guiar por la Luz. Nos abre a las nuevas experiencias que nos harán crecer y nos permite entender nuestras experiencias pasadas, y por tanto aprender sus lecciones. Nos pone en contacto con los Planos Internos en general. Este es un Nombre de iluminación. Para meditar en este nivel es necesario un estado de calma y silencio internos para no ahogarnos en las aguas agitadas de nuestra propia mente. Inspiración, invención, visión y previsión.

### 58. Biná de Hod.



Vocalización: Yiyál (Moshé Cordovéro); Yo/yo/la (Abulafia). Valor numérico: 50.

Ángel portador del Nombre: יִלְאֵל, Yeyalel. Valor numérico: 81.

Biná de Hod: la mente aplicada a la forma, el dominio de las estructuras mentales. Favorece todo lo que sea construcción y reparación; en particular, promueve la curación de las enfermedades. Pone los recursos disponibles a disposición de la lógica para la solución de problemas. Confiere fortaleza mental y una mente lógica, combatiendo las características negativas del planeta Saturno, tales como la tendencia a la tristeza y la melancolía. La combinación de Mercurio con Saturno confiere una mente analítica y reflexiva en profundidad. Da agudeza mental y claridad interior. Ayuda a la investigación científica y a cualquier actividad que requiera profundidad. ינ = 50 = letra Nun, letra de Biná, representando tradicionalmente a las 50 puertas del Entendimiento. Su energía nos protege contra los que buscan nuestro mal. La tradición relaciona este Nombre el paso del Yam Suf (Mar rojo). El Nombre ינ es notarikón de YHVH Ylajem Lajem (YHVH luchará por vosotros). Sigue el versículo: Veatém tajarishún (y vosotros estad quietos). Ex: 14: 14.

Así, esta energía libera de las estructuras mentales rígidas que nos oprimen: Ayuda a liberarnos de nuestro pasado, de nuestros traumas, de nuestras programaciones inconscientes. Nos enseña a fluir, a dejar ir y a dejarnos ir. Dios nos protege y lucha por nosotros.

Nos salva cuando nos encontramos frente a una situación terrible y no sabemos qué hacer. Nuevamente, Dios lucha por nosotros. Nos ayuda a dar el paso trascendental hacia nuestra verdadera identidad (paso del Mar Rojo, cambio de marcha...).

### 59. Jésed de Hod.



Vocalización: Haraj (Moshé Cordovéro); He/Re/Je (Abulafia). Valor numérico: 213.

Ángel portador del Nombre: הַרְחֵאֵל, Harajel. Valor numérico: 244.

Como Jésed de Hod expresa la irrupción o expresión de la misericordia en la mente, de forma que somos capaces de ponernos en el lugar del otro y, en general, percibimos la acción de la misericordia divina en nosotros y en nuestras vidas. No sólo la reconocemos – percibiendo como pruebas o lecciones muchos de los obstáculos y frustraciones que experimentamos – sino que la aceptamos, aceptamos lo que nos sucede como parte del Divino Plan en nosotros, sintonizamos nuestra voluntad personal (Hod) con la voluntad espiritual (Jésed). Este Nombre trabaja la conexión entre el plano mental y el plano espiritual. Es el **PENSAMIENTO POSITIVO**, que no consiste en la política del avestruz o mirar para otro lado, sino precisamente en abrirse a la luz y adoptar el punto de vista de la luz divina. Este Nombre encierra un gran poder espiritual. De él obtenemos también protección y un fundamento firme, tal como expresa el versículo de los salmos que activa el Nombre.

### 60. Guevurá de Hod.



Vocalización: Metsar (Moshé Cordovéro); Me/Tsa/Re (Abulafia). Valor numérico: 330

Ángel portador del Nombre: מִצְרָאֵל, Mitsrael. Valor numérico: 361.

Guevurá de Hod. La palabra clave de la acción de este Nombre es LIBERTAD, pero a través de penurias, desafíos y pruebas. Y aunque hayamos salido de Egipto, en tanto nos liberamos plenamente de nuestras ataduras internas, nos encontramos con que el camino es un desierto lleno también de pruebas.

No se trata de una liberación parcial, sino de una transformación completa. Mitsrael, nos da la capacidad para salir de cualquier problema. Nos libra de nuestros perseguidores (internos y externos) que son una cristalización de nuestro tikún, de nuestro karma. La meditación del Nombre impulsa un proceso de renovación mental (Guevurá de Hod) para realinear nuestros pensamientos en la dirección de nuestro crecimiento interior. La principal causa de esclavitud es nuestra propia mente. Esta energía nos da capacidad de análisis, inteligencia penetrante, fuerza mental y posibilidad de liberarnos del pensamiento negativo. Nos da también capacidad de decisión. Promueve el alineamiento y el equilibrio entre pensamiento, palabra y acto. Ilumina nuestro camino. Nos lleva a encontrar las experiencias y personas que necesitamos en cada momento.

### 61. Tiféret de Hod.



Vocalización: Vamav (Moshé Cordovéro); Va/Me/Be (Abulafia). Valor numérico: 48

Ángel portador del Nombre: וּמַבְּאֵל, Umabel. Valor numérico: 79.

Tiféret de Hod representa el sol de la verdad brillando a través de la mente. Esta Luz de la Verdad está representada por el Nombre de Dios. El Nombre de Dios elevado por encima de todos los nombres, o ideas, o formas mentales. El Nombre de Dios es la TOE (theory of everything), una metafórmula que es al mismo tiempo la ecuación y la solución de la ecuación.

El Nombre propugna el conocimiento de uno mismo. Estimula la introspección y el autoanálisis. Da claridad mental, siempre mostrando la esencia, el arquetipo, detrás de sus manifestaciones, estableciendo así un vínculo entre las mentes abstracta y concreta, según la pauta de la luz espiritual. Propugna la búsqueda de un conocimiento profundo de la realidad en todos los órdenes. Guematria de este Nombre: וּמַב suma 48, que es también el valor numérico de מוֹאֵי, móaj, que significa cerebro, inteligencia. Tenemos dos cerebros, derecho e izquierdo, como tenemos dos mentes: lógica e imaginal. Este Nombre propugna la unión de ambas mentalidades. . Entonces es cuando brilla el esplendor de la luz a través de la mente.

### 62. Nétsaj de Hod.



Vocalización: Yehah (Moshé Cordovéro); Yo/He/He (Abulafia). Valor numérico: 20

Ángel portador del Nombre: יְהָהֶאֱלֵךְ, Yah-hel. Valor numérico: 51.

Nétsaj de Hod. El Nombre es como una vasija que nos trae berajá y tsedaqá, bendición y rectitud. Es la conexión con la Shejiná, con la Presencia, la que nos ofrece el Nombre יְהָה, conexión que es la fuente de toda prosperidad y bendición. En otro terreno, el Nombre יְהָה, como Nétsaj de Hod, representa la expresión emocional del intelecto. Dicho de otra forma: el impacto emocional de la palabra. A través de él podemos hacer que nuestra palabra sea agradable, diplomática, seductora. También podemos meditar en él para comprender nuestras emociones, para saber expresarlas y, en general, para la expresión. Conecta con la relación entre el pensamiento, la palabra y la respiración. Protege contra toda serie de pensamientos negativos, temores inconscientes, preocupaciones, estados de depresión, ansiedad, conducta compulsiva, reacciones incontroladas, dependencias y adicciones.

### 63. Hod de Hod.



Vocalización: Anú (Moshé Cordovéro); A/Nu/Va (Abulafia). Valor numérico: 126

Ángel portador del Nombre: אָנָוֶאֱלֵךְ, Anavel. Valor numérico: 157.

Hod de Hod. La palabra אָנָו, Anav, significa humilde, manso, y también pobre, desvalido. Nosotros somos pobres, ya que somos en esencia una vasija para recibir la Luz del Creador. Todo lo que tenemos es gratuito, es un regalo Divino, aunque con frecuencia lo damos por garantizado. El ángel de este Nombre – que canaliza el atributo de beneficiencia infinita del Creador – nos enseña a saber

disfrutar con las cosas que tenemos. También nos inculca el sentimiento de gratitud, que es el modo de devolver lo que nos es dado gratuitamente. Nos enseña a saber apreciar y valorar lo pequeño, y no sólo las grandes cuestiones. De ese modo no sólo tenemos, sino que conservamos lo que tenemos. El Nombre canaliza las energías de Hod de Hod, es decir, todo el abanico de poderes mentales. La meditación (contemplación, sintonía) de este Nombre de Dios nos da inspiración, claridad interior, lucidez y lógica. También el manejo de la información. Su esencia es siempre la percepción de la verdad. Promueve la innovación, investigación y descubrimiento en todas las áreas del saber. Su ángel es el mensajero por excelencia: recibe y transmite por inspiración los mensajes de lo alto. Inspira las grandes ideas que desembocan en avances técnicos. También transmite y eleva nuestra meditación y nuestras oraciones. Anael es un sanador. Enseña a conservar la salud mediante la medicina preventiva. Cura sobre todo las enfermedades nerviosas y respiratorias. Mantiene sano el cuerpo mental, enseñando el efecto de los pensamientos negativos sobre la salud. Propugna la actitud mental del éxtasis continuo pero cotidiano: Deléitate. El Nombre ענו nos enseña a ver todos los acontecimientos en Maljút como un despliegue del Nombre de Dios

#### 64. Yesod de Hod.



Vocalización: Mejí (Moshé Cordovéro); Me/Je/Yo (Abulafia). Valor numérico: 58

Ángel portador del Nombre: מַחִיאל, Mejiel. Valor numérico: 89.

Yesod de Hod. Otorga plenitud vital (ח significa vida. ה, gramaticalmente, es la preposición de o desde. Mem es la matriz, el agua de donde surge la vida). Vida intensa, fecunda, abundante de experiencias. Materialización de ideas. Aúna sensibilidad artística y lógica. Inspiración. Capacidad de plasmar en una forma coherente o integrada – dramática, viva – y de presentar ante los demás el material mental: ideas y toda forma de literatura. Yesod de Hod tiene también que ver con el personaje que interpretamos ante los demás: Cómo nos presentamos. Nos enseña a mostrarnos de una forma positiva, a manifestar lo mejor de nosotros mismos. Proporciona, además, una fuerte intuición y percepción psíquica. El ángel canaliza una fuerte intuición y percepción psíquica. Es un Nombre de pura receptividad y silencio interior, de relajación, descanso, sentirse protegido, de estado de gracia, todo fluye. Comunica al alma una sabiduría interior en el silencio de la mente en calma. En este estado se gesta y alumbramos un nuevo ser. Nos ayuda también a liberarnos de las propias alucinaciones mentales. Su ayuda en la meditación es inestimable, tanto para conseguir el estado de serenidad interior como para liberarnos del glamour y la ilusión astral. El ángel conecta los planos astral y mental, consiguiendo que la inspiración interior pueda plasmarse en acciones y logros concretos. Igualmente, protege contra el llamado bajo astral. Sobre todo nos libera de nuestros demonios interiores. Nos protege contra el asalto de las fuerzas instintivas desahoradas y desequilibradas, de nuestras adicciones internas.

#### 65. Jojmá de Yesod.



Vocalización: Demav (Moshé Cordovéro); Da/Me/Be (Abulafia). Valor numérico: 46.

Ángel portador del Nombre: דַמְבִיָה, Damabiah. Valor numérico: 61.

Jojmá de Yesod. Sabiduría en la esfera lunar: Sabiduría, intuición, chispazos de inspiración, genio. Este Nombre conecta la esfera de la sabiduría espiritual con la mente subconsciente y, por tanto, la sabiduría que confiere se expresa más a través profundas intuiciones que mediante pensamientos brillantes. Para recibirlas es preciso estar en el estado adecuado de relajación y meditación, con el espejo mental limpio y en calma. También confiere una gran sensibilidad e incluso la capacidad de tener percepciones extrasensoriales. Entre otras, cualidades proféticas, al ser capaz de captar intuitivamente el plano de los arquetipos. Su rayo es de Amor/Sabiduría. Se trata de un amor altruista, desapegado, capaz de renunciar a sí mismo por los demás. El Nombre דמב es la fuente de la sabiduría del corazón, de las verdaderas emociones, una vez que nos hemos desprendido de la coraza egoica de emociones negativas. Precisamente su elevada espiritualidad hace de él un magnífico escudo en todo lo relativo a las energías del plano astral. Su arma, en ese sentido, es el escudo de Atenea. Tiene también una conexión especial con el arcano del Tarot de la Sacerdotisa, que es la carta de la Luna y del sendero Guimel de Tiféret – Kéter (la Sabiduría femenina).

## 66. Biná de Yesod.



Vocalización: Menaq (Moshé Cordovéro); Me/Nu/Qo (Abulafia). Valor numérico: 190

Ángel portador del Nombre: מַנְקְאֵל, Manaquel. Valor numérico: 221.

Biná de Yesod. Está particularmente relacionado con el sendero 32 (Yesod/Maljút) del Árbol de la Vida, tradicionalmente considerado bajo la regencia de Saturno. Sabemos que todo lo que sucede en Maljút se manifiesta previamente en el entramado yesódico, a su vez reflejo de la acción causal del resto de las sefirot. Nosotros existimos en todos los planos. Esto elimina el azar de nuestras vidas. La luz de este Nombre nos enseña que todo lo que nos sucede, sea “bueno” o “malo”, es el resultado significativo de una cadena que, además, nosotros mismos hemos puesto en movimiento, por nuestros actos en este plano o por nuestras elecciones en otros planos (decisiones de nuestra naturaleza superior). Así pues, lo que cabe es terminar con nuestra mentalidad de víctima – con la autocompasión y el pobrecito de mí – y, en vez de ello, alinearnos con el designio de nuestra naturaleza superior, con el que la energía de este Nombre nos conecta.

Es, pues, muy útil meditar en este Nombre cuando uno se encuentra en dificultades especiales que no entiende, o cuando se ve sometido a ataques de autocompasión, o cuando experimenta un torbellino de emociones negativas, ya sean propias o ajenas, etc. También, en general, para equilibrar y armonizar nuestra naturaleza emocional. Y para dar sentido a nuestras experiencias. Y recuperar la paz interior. La luz del Nombre מַנְק nos libera de nuestra experiencia de lo material como opresivo conduciéndonos de vuelta a la unidad. Este Nombre es un alegato a favor de la conciencia espiritual en medio de lo físico.

## 67. Jésed de Yesod.



Jésed de Yesod. El rayo de Amor/Sabiduría reflejado en la esfera astral. El aspecto expansivo de la luna representado por la fase creciente. Características que confiere: Crecimiento, expansión, construcción. Optimismo, serenidad, alegría de vivir, confianza, incluso en la adversidad. Actitud positiva, sacando lo mejor de todas las circunstancias. Capacidad de transformación, adaptabilidad a los cambios, fluir con las mareas etéricas y astrales. Vitalidad. Gran sensibilidad. Elevada espiritualidad. Filosofía esotérica. Psiquismo. En su rostro negativo, falta de confianza, querer siempre anticiparnos, queremos que el mundo responda a nuestras expectativas, con frecuencia proyección de nuestros deseos egoicos y de su afán de permanencia. La sabiduría que Eyael nos transmite está en vivir el presente, concentrarse en el ahora, en su plenitud. Es esa actitud de deleite la que nos conecta con la divinidad, conexión que es unión, y esa unión trae como consecuencia la realización, el logro verdadero. Es pura causa y efecto. ¿Cuál es la mirada Divina? Es la mirada de la plenitud, el gozo, el deleite, la bienaventuranza. Es imposible en estado de ausencia alcanzar el estado divino. Pero ese estado no es inmediato, no está dado, hay que luchar por él, hay que superar muchas pruebas, es necesario resistir a nuestra negatividad. El resultado alcanzado es la iluminación por el Espíritu Divino y la Sabiduría inmanente.

## 68: Guevurá de Yesod.



Vocalización: Jabú (Moshé Cordovéro); Je/Be/Va (Abulafia). Valor numérico = 16.

Ángel portador del Nombre: חַבְיָהּ Jabuyah. Valor numérico = 31

Guevurá de Yesod. Psicológicamente, inmensa energía y vitalidad. El Nombre JBV nos conecta directamente con el plano de la energía al nivel etérico/astral y en particular con la energía sexual. Es un Nombre que sirve para corregir disfuncionalidades a ese nivel. representa la fase contractiva de la luna (de llena a nueva). Es una luna introspectiva, de meditación e interiorización. También es una luna

magnética, que atrae hacia sí (por ejemplo, almas, como en la carta del Tarot de la Luna). El Nombre controla la entrada al mundo de ultratumba. Domina sobre toda la fenomenología del llamado bajo astral. Sella nuestra aura e impide pérdidas energéticas. Nos defiende contra formas y energías parásitas. Lo mismo contra las diversas formas de ataque y agresión psíquica, de entre las cuales la principal es la sugestión. Para dilucidar y cortar vínculos psíquicos (dependencias) que consideramos negativos, visualizar el Nombre **רה** en el plexo solar. JBV es un escudo de energía.

#### 69: Tiféret de Yesod.



Vocalización: Reh (Moshé Cordovéro); Re/A/He (Abulafia). Valor numérico: 206

Ángel portador del Nombre: **רהאל** Rohel. Valor numérico: 237

Tiféret de Yesod. Intuición. Ver claramente. Percepción directa de la verdad. Tiféret de Yesod es sol y luna, la luz solar reflejada en el espejo lunar. También sendero Tiféret-Yesod, gobernado por el ángel de la templanza: equilibrio de energías, equilibrio Yin-Yang, unión interior. El camino hacia el sí-mismo. Cuando estamos perdidos, confundidos, y no sabemos qué camino tomar, Rohel viene en nuestro auxilio, iluminando el camino a nuestra casa espiritual, a disfrutar de nuestro derecho de nacimiento, la parte de nuestra herencia, como hijos y no como siervos. Nos da la clara visión de la sabiduría: todo es el despliegue del Ser, y el Ser es el Uno, YHVH, en movimiento. Es el sol brillando en la superficie de las aguas. Nuestra propia luna es el espejo de nuestra personalidad. Nuestro sol es nuestro self, nuestro cuerpo causal, cuyo vértice inferior es el plano de la mente abstracta. Rohel nos dice: “No busques tu esencia en tus pensamientos (mente concreta), ni en el mundo emotivo del plano astral; búscala en tu propia luz interior – ¡oh hijo de la Luz, de la estirpe de las estrellas! – deja que brille desde dentro, y una vez encontrada permite que irradie al exterior, que ilumine al mundo. Su resplandor no tiene límites”

#### 70: Nétsaj de Yesod.



Vocalización: Yebam (Moshé Cordovéro); Yo/Be/Me (Abulafia). Valor numérico: 52

Ángel portador del Nombre: **יבמיה** Yabamiah. Valor numérico: 67

Como Nétsaj de Yesod, este Nombre rige los fenómenos naturales, pero desde su interior: es el poder interno de la Naturaleza. De hecho, podemos considerarlo como la expresión del alma de la naturaleza, tal como se manifiesta, por ejemplo, en el sendero Nétsaj/Yesod, representado por la carta de la Estrella. El signo zodiacal del sendero es Acuario - el aguador vertiendo agua - aunque realmente es un símbolo de aire, porque nos encontramos en una zona intermedia. Por una parte encontramos el cielo con su orden eterno, con sus movimientos estelares, debajo la Tierra y en medio encontramos a esta figura que representa el alma del mundo, la Gran Madre, la Naturaleza en general, lo que los griegos llamaron la Physis. El agua se vierte desde dos urnas: una derrama sobre el agua y la otra sobre la tierra, es decir, tanto sobre la parte consciente como sobre la subconsciente. Así pues, este Nombre de Dios, **יבמ**, que expresa la conexión de lo instintivo y lo subconsciente con la naturaleza, rige la autorregulación orgánica de la vida. El poder creativo del Nombre es inmenso, manifestando la eterna e inagotable fecundidad divina.

#### 71. Hod de Yesod.



Vocalización: Hayai (Moshé Cordovéro); He/Yo/Yo (Abulafia). Valor numérico: 25.

Ángel portador del Nombre: **היאל**, Hayayel. Valor numérico: 56.

Hod de Yesod: La luz de este Nombre otorga una gran lucidez en la toma de decisiones y también concede la libertad mental. Nos la inteligencia y capacidad para reconocer los condicionamientos

y programaciones negativas, así como cualquier forma de opresión y esclavitud, y nos libera de ellas. Nos da los instrumentos internos para el combate interior y la reestructuración de nuestra psique. Todas las terapias de corte cognitivo – del ajá y la reprogramación mental – son favorecidas por su influencia. La sensibilidad mental que propugna hace que todo quede registrado en la memoria, que pone a nuestra disposición para la extracción de recursos para la tarea presente: memoria tanto personal como histórica. En la pantalla mental puedo revivir cualquier experiencia pasada, por traumática que haya sido, y reformularla a la luz de mi situación presente. Y lo mismo respecto a mis hábitos y modos de conducta cristalizados, incluso fosilizados. Hayayel nos hará ver que los límites nos los ponemos nosotros mismos. Hayayel propone un diálogo constante con nuestro subconsciente. El trabajo en meditación tiene gran parecido con la autohipnosis, con sus tres elementos básicos: consentimiento (voluntad de cambio), fijación (concentración) y sugestión (introducción del pensamiento positivo). ך״י es también un Nombre de profecía, no en el sentido de que el futuro está escrito y basta con leerlo, sino que somos capaces de crearlo y recrearlo a cada instante. Podemos percibir las numerosas líneas de tiempo entrelazadas o superpuestas en cada instante y elegir con libertad. Conecta la dimensión del tiempo con el plano atemporal arquetípico de la Mente Divina

## 72. Yesod de Yesod.



Vocalización: Mum (Moshé Cordovéro); Me/Va/Me (Abulafia). Valor numérico: 86

Ángel portador del Nombre: מומייה, Mumiah. Valor numérico: 101.

Yesod de Yesod: indica la influencia lunar por excelencia. Canaliza toda la sensibilidad, receptividad, intuición, emocionalidad y psiquismo propios de Yesod. Nos ayuda también a discernir las ilusiones y espejismos del bajo astral, y a limpiar y purificar nuestro espejo mental trabajando sobre nuestra agua interna. También da fundamento y proporciona andamiaje a nuestras vidas, para no ir a la deriva por las mareas astrales. Lleva a tierra las energías sutiles: Concreta y materializa, por lo que es una poderosa ayuda en la realización de cualquier intención. También confiere la vitalidad lunar, por lo que es un Nombre potente para la sanación, en particular para todas las enfermedades que tengan que ver con los fluidos del cuerpo. Tiene una fuerte conexión con la naturaleza (מום = 86 = הטבע = HaTéva, la naturaleza), sobre todo con el elemento agua (agua es מים, cambiando Yod por Vav).

Como Nombre que cierra el ciclo de los setenta y dos rige sobre todo final: Su luz concede realización y éxito, ayuda a terminar las cosas, a completar lo que se ha emprendido, a cerrar adecuadamente los ciclos. Pero todo final lleva en sí la semilla de un nuevo comienzo (Salmo 131:3). מום nos trae la esperanza de que siempre habrá un nuevo comienzo. A veces experimentamos el fin como una muerte. מום nos guía a través de todas las muertes y nos prepara para el nuevo nacimiento. Nos ayuda a regenerarnos y a renacer de nuestras cenizas. El Nombre hace al mismo tiempo un trabajo de limpieza, purificación y neutralización del karma negativo.

## **SEGUNDA PARTE**

### **PRÁCTICA**

## CAPÍTULO V: MEDITACIONES GENERALES

La meditación es un camino de transformación personal. En primer lugar es herramienta para movernos por el pilar del medio del Árbol, que hemos visto que es el pilar de la conciencia. Pero no basta con tener experiencias de otros planos. Es necesario integrar esas experiencias en nuestro ser y en nuestra vida cotidiana.

Abrirnos en conciencia es el primer paso. Después es preciso desarrollar las facultades y capacidades relativas al nuevo nivel de conciencia, para desarrollar su modo de operación específico sobre el que consolidar una estructura de identidad más omniabarcante.

Ese es el camino de evolución, tal como se ha descrito en el capítulo 3: del yo corpóreo al ego; de ahí al self, al yo simbólico-guía, al yo arquetípico o yo superior, etc... O en términos de manifestaciones del alma: néfesh, rúaj, neshamá..., etc.

Si bien pueden darse momentos dramáticos de realización y despertar, estos vendrán sin duda precedidos de una gran cantidad de trabajo personal, en el que aparentemente los progresos son mínimos. La psique también opera a base de saltos cuánticos, como ocurre en el plano físico. Y después viene el trabajo de consolidación, pues no basta con acceder a un nivel, es necesario poder permanecer en él.

Ciertamente, visto en conjunto, el proceso de apertura, desarrollo y consolidación, es lento y gradual, como cualquier esquema de maduración. Y si bien involucra, como hemos dicho, a todo el ser y se manifiesta en todas las áreas de la vida, la práctica espiritual constante, en particular la meditación, es su motor, lo que proporciona el alimento necesario.

Este capítulo tiene como objetivo construir una base suficiente en meditación, que nos permita emprender los vuelos superiores de conciencia. Los planteamientos teóricos sobre el tema, así como las fases preliminares de relajación, concentración y generación del marco meditativo, se suponen ya conocidos y se pueden consultar en toda la literatura sobre el tema. En particular remitimos de nuevo al lector a mis obras anteriores: el Camino del Árbol de la Vida (Vol. 2) y Senderos en el Jardín de la Conciencia. Algunas de las meditaciones propuestas aquí se encuentran en ellos, si bien en este trabajo se encuentran adaptadas al contexto que nos ocupa.

Para una más fácil referencia, vamos a numerar las meditaciones a lo largo de todo el libro, sin que ello suponga ningún orden de prioridad. El practicante podrá decidir cuál es el protocolo que mejor se adapta a sus circunstancias y necesidades personales.

### MEDITACIÓN 1: ÁRBOL DE LA VIDA EN EL AURA I

Para realizar esta meditación necesitamos primero establecer las correspondencias anatómicas corporales simples del Árbol de la Vida:

**Kéter:** Se ubica por encima de la cabeza o rodeándola como una corona. También, el cráneo en general.

**Jojmá:** Hemisferio cerebral izquierdo. Parte izquierda de la cara.

**Biná:** Hemisferio cerebral derecho. Parte derecha de la cara.

**Sendero Jojmá-Biná:** Cuerpo calloso y estructuras intermedias, tálamo, hipotálamo. Centro de la frente (tercer ojo).

**Dáat:** Garganta. Tiroides.

**Jésed:** Hombro, brazo y mano izquierdos.  
**Guevurá:** Hombro, brazo y mano derechos.  
**Tiféret:** Corazón, torso.  
**Pilar del medio** en general: Columna.  
**Sendero Jésed-Guevurá:** Timo, metabolismo.  
**Nétsaj:** Cadera y pierna izquierdas.  
**Hod:** Cadera y pierna derechas.  
**Sendero Nétsaj-Hod:** Plexo solar, centro del ombligo.  
**Yesod:** Órgano sexual. Bajo abdomen.  
**Maljút:** Pies. Base de la columna.

El ser humano está hecho a imagen del Árbol de la Vida, tanto externa como internamente, y tanto anatómica como funcionalmente.

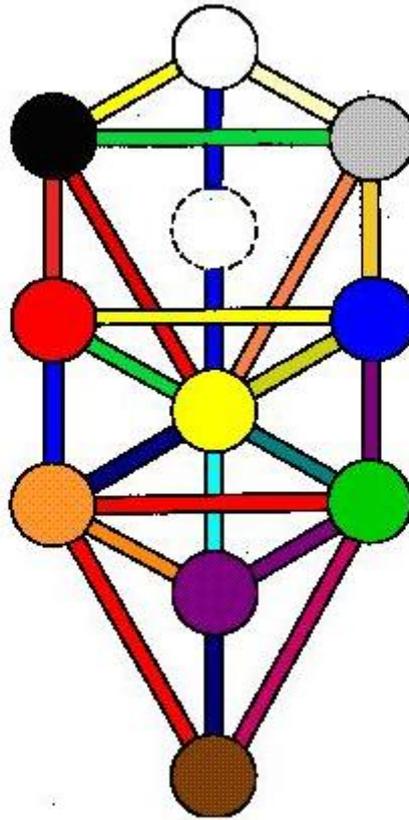
Hay que tener en cuenta que cuando estamos frente al Árbol de la Vida (externo, macrocósmico) el pilar de la fuerza está a nuestra derecha y el pilar de la forma a nuestra izquierda. Pero cuando asumimos el Árbol (microcósmico) es como si nos diéramos la vuelta y miráramos desde él, con lo cual el pilar de la fuerza está ahora a nuestra izquierda y el de la forma a nuestra derecha.

Las **instrucciones** para esta meditación son las siguientes:

Visualizar el Árbol de la Vida sobrepuesto a nuestro cuerpo como un medio de alcanzar el equilibrio. Las sefirot se visualizan luminosas del color correspondiente.

De pie. Visualizamos la esfera de Kéter encima de nuestra cabeza, a unos pocos centímetros. Jojmá y Biná sobre los hemisferios correspondientes. La esfera de Jésed en el hombro izquierdo y la de Guevurá en el derecho. Tiféret en el área del corazón. Nétsaj en la cadera izquierda. Hod en la derecha. Yesod en el área genital. Maljút bajo las plantas de los pies.

Alcanzar una imagen global y permanecer en un estado de ecuanimidad interna durante unos instantes.



A continuación proceder detalladamente con los senderos del Árbol. Los colores correspondientes son:

- 11.- Kéter-Jojmá: Amarillo pálido brillante
- 12.- Jojmá-Biná: Amarillo
- 13.- Kéter-Tiféret: Azul
- 14.- Jojmá-Biná: Verde esmeralda
- 15.- Jojmá-Tiféret: Escarlata
- 16.- Jojmá-Jésed: Rojo anaranjado
- 17.- Biná-Tiféret: Naranja
- 18.- Biná-Guevurá: Ámbar
- 19.- Jésed- Guevurá: Amarillo
- 20.- Jésed-Tiféret: Verde amarillento
- 21.- Jésed-Nétsaj: Violeta
- 22.- Guevurá-Tiféret: Verde esmeralda
- 23.- Guevurá-Hod: Azul
- 24.- Tiféret-Nétsaj: Verde azulado
- 25.- Tiféret-Yesod: Azul
- 26.- Tiféret-Hod: Índigo
- 27.- Nétsaj-Hod: Escarlata
- 28.- Nétsaj-Yesod: Violeta
- 29.- Nétsaj-Maljút: Carmesí
- 30.- Hod-Yesod: Naranja

- 31.- Hod-Maljút: Rojo escarlata  
32.- Yesod-Maljút: Índigo

(Nota: En la figura anterior los colores son sólo aproximados. Seguir siempre la descripción literal de arriba).

Para establecer cada sendero se visualizan las dos sefirot de sus extremos en su color y en su ubicación en el cuerpo. En la inspiración desciende desde la sefirá superior hasta la sefirá inferior (o anterior y posterior en la sucesión numérica en el caso de los pilares laterales) una energía en forma espiral, moviéndose en el sentido de las agujas del reloj. Es recibida en la sefirá de llegada que brilla con más intensidad y poder de irradiación. Esto en la pausa de la respiración. Después, en la espiración, la energía se mueve en sentido inverso, de la sefirá inferior a la superior, también en una espiral que gira en el sentido del reloj (sentido considerado ahora desde la sefirá inferior, o sea, el contrario que en el caso anterior del descenso en la inspiración). Pausa de nuevo en la primera sefirá y se repite el proceso (de tres a cinco veces en una primera aproximación).

El ejercicio termina con una imagen global del Árbol superpuesta al cuerpo (en el aura). La imagen será más o menos detallada, según las posibilidades de cada uno. Hay que considerar siempre que el Árbol aparezca lleno de luz y vitalidad, con una poderosa dinámica interna.

## MEDITACIÓN 2 ÁRBOL DE LA VIDA EN EL AURA II

Esta meditación añade a la anterior en que se emplean el Nombre Divino sefirótico en su centro correspondiente. Todos los Nombres se visualizan en fuego blanco irradiando luz blanca, o bien, cuando se haya dominado lo anterior, en fuego del color complementario de la sefirá irradiando luz de ese color.

Para los Senderos usamos la correspondencia de la letra hebrea. Se construye un Nombre Divino para cada letra añadiendo la terminación Yod He, por ejemplo: אִיָּהּ, אֵיָּהּ, etc. Para la pronunciación se emplea la llamada vocal natural de la letra, es decir, la de la primera sílaba de su nombre. Así, A-lef, Bet, Guimel, etc. Por supuesto, la terminación Yod He es el Nombre Divino Yah – Nombre de Dios en Jojmá, la esfera de donde emanan las letras – con vocal Kamets (A larga)

### **Meditación:**

En el centro de Kéter, **sobre nuestra cabeza**, visualizamos el Nombre אִיָּהּ. En la exhalación, vibramos EHEIÉH.  
Contemplamos la reverberación de la Corona, de la Luz infinita, la Unidad omniabarcante y la Vida incondicionada.

**Hemisferio cerebral izquierdo**, el centro de Jojmá, y allí se dibuja el Nombre אֵיָּהּ. En la exhalación vibramos YAH.

Contemplamos la reverberación de la Luz de Sabiduría, la Conciencia Pura y el Pensamiento de Dios.

**Centro de Biná, en el hemisferio derecho:** יהוה אלהים y **vibramos internamente YHVH (YEHOVÁ) ELOHIM.**

Contemplamos la reverberación de la Luz del Entendimiento, la Inteligencia creativa de Dios y la Energía de la Creación.

Centro de la **frente**, Daát Elión. Nombre אהוי mientras que en la exhalación pronunciamos EHEVÍ.

Contemplamos la reverberación de la Clara Luz de la Conciencia, de la Intuición, de la Verdad directa.

Centro de la **garganta**, Daát Tajatón. Nombre אהוד, pronunciando EHEVÉ.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Espíritu de Dios, de la Palabra, del Sonido de la Creación.

Centro del **corazón**, Tiféret, Nombre יהוה אלוה ודעת. En la exhalación vibramos YOD HE VAV HE (o IEAOUA) ÉLOAH VADÁAT.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Equilibrio y la Armonía, de la Chispa de Luz encarnada, la Luz de la Compasión universal.

Sendero Kéter – Jojmá, del centro de Kéter al hemisferio cerebral izquierdo: איה, **AYaH.** Contemplamos la reverberación de la Luz del Espíritu Uno que fluye a través de este sendero.

Sendero Kéter – Biná, del centro de Kéter al hemisferio cerebral derecho: ביה, **BeYaH.** Contemplamos la reverberación de la Luz de la Creación que fluye a través de este sendero.

Sendero Jojmá - Biná, del hemisferio cerebral izquierdo al derecho, a través del centro del Dáat Elión: דיה, **DaYaH.** Contemplamos la reverberación de la Luz del Conocimiento que fluye a través de este sendero.

Sendero Kéter – Tiféret, del centro de Kéter sobre la cabeza, al centro del corazón, a través del Dáat Elión y del Dáat Tajtón: גיה, **GuiYaH.** Contemplamos la reverberación de la Luz de Devikut y de la Iluminación que fluyen a través de este sendero.

Sendero Jojmá - Tiféret, del hemisferio cerebral izquierdo al centro del corazón: דיה, **HeYaH.** Contemplamos la reverberación de la Luz de la Profecía, de la unificación con la Mente Divina, que fluye a través de este sendero.

Sendero Biná - Tiféret, del hemisferio cerebral derecho al centro del corazón: וי"ד, ZaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz del Espíritu Santo y de la Resurrección, que fluyen a través de este sendero.

**Hombro izquierdo**, centro de Jésed. Nombre אל. En la exhalación vibramos EL. Contemplamos la reverberación del Amor y de la Gracia de Dios. La energía fluye por todo el brazo izquierdo.

**Hombro derecho**, centro de Guevurá, Nombre אלהים גבור. En la exhalación pronunciamos ELOHIM GUIBOR. Contemplamos la reverberación del Poder y la Justicia Divinas. La energía fluye por todo el brazo derecho.

Sendero Jojmá - Jésed, del hemisferio cerebral izquierdo al hombro izquierdo: וי"ד, VaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Sabiduría que fluye a través de este sendero.

Sendero Biná - Guevurá, del hemisferio cerebral derecho al hombro derecho: חידה, JeYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Vida y del Alma, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Jésed - Guevurá, del hombro izquierdo al hombro derecho: טידה, TeYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz del Bien y del Día Uno, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Jésed - Tiféret, del hombro izquierdo al centro del corazón: יידה, YoYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Tsedaká y de la Guía, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Guevurá - Tiféret, del hombro derecho al centro del corazón: לידה, LaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Justicia y la retribución, que fluyen a través de este sendero.

**Cadera izquierda**, centro de Nétsaj. Nombre יהוה צבאות vibrando YHVH (o IEAOUA) TSEBAOT. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Victoria y de las verdaderas emociones. La energía fluye por toda la pierna izquierda.

Centro del **ombbligo**. Nombre **אגלא** pronunciado AGLA. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Energía y la Voluntad.

**Cadera derecha**, centro de Hod. Nombre **אלהים צבאות**, vibrando ELOHIM TSEBAOT

Contemplamos la reverberación de la Luz de la Gloria y de la Verdad. La energía fluye por toda la pierna derecha.

Centro de Yesod, raíz del **órgano sexual**. Nombre **שדי אל חי** vibrando SHADAI EL JAI.

Contemplamos la reverberación de la Luz de la Vitalidad y la Generación.

Sendero Jésed - Nétsaj, del hombro izquierdo a la cadera izquierda: **כיה**, KaYaH.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Deseo y los Ideales, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Guevurá - Hod, del hombro derecho a la cadera derecha: **מיה**, MeYaH.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Centro en medio de todas las condiciones, que fluye a través de este sendero.

Sendero Tiféret - Yesod, del centro del corazón al centro genital a través del centro del ombbligo: **סיה**, SaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz del autoconocimiento y del trabajo espiritual que fluyen a través de este sendero.

Sendero Tiféret - Nétsaj, del centro del corazón a la cadera izquierda: **ניה**, NuYaH.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Flujo y el Desapego que fluyen a través de este sendero.

Sendero Tiféret - Hod, del centro del corazón a la cadera derecha: **עיה**, A`YaH.

Contemplamos la reverberación de la Luz de la Ciencia del Ser que fluye a través de este sendero.

Sendero Nétsaj - Hod, de la cadera izquierda a la cadera derecha: **פיה**, PeYaH.

Contemplamos la reverberación de la Luz de la Energía psíquica y la Liberación que fluyen a través de este sendero.

Sendero Nétsaj - Yesod, de la cadera izquierda al centro genital: **ציה**, TsaYaH.

Contemplamos la reverberación de la Luz Astral y de lo Onírico que fluyen a través de este sendero.

Sendero Hod - Yesod, de la cadera derecha al centro genital: רי"ה, ReYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Razón y del libre albedrío que fluyen a través de este sendero.

Centro de Maljút, en la **base de la columna**; Nombre אדני הארץ, que pronunciamos ADONAI HAÁRETS. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Estabilidad y la Presencia Divina llenando toda la Creación

Sendero Nétsaj - Maljút, de la cadera izquierda al centro de la base de la columna: קי"ה, QoYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Naturaleza y del Instinto que fluyen a través de este sendero.

Sendero Hod - Maljút, de la cadera derecha al centro de la base de la columna: שי"ה, ShiYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz del Movimiento y el Cambio que fluyen a través de este sendero.

Sendero Yesod - Maljut, del centro genital al centro de la base de la columna: תי"ה, TaYaH. Contemplamos la reverberación del Universo y de la Danza de la Creación que fluyen a través de este sendero.

#### Hacemos **circulación de la Luz**:

Con una inspiración asciende la energía desde el centro de Maljút por la parte derecha del cuerpo (pilar de la forma) hasta Kéter, que la recibe y brilla intensamente.

Con la espiración empieza a circular la luz descendiendo por nuestra izquierda (pilar de la fuerza) de nuevo hasta Maljút, en donde descansa y resplandece.

Con la inspiración asciende por la derecha y es recibida en Kéter.

Espiración: desciende por la izquierda y es recogida en Maljút.

Inspiración: asciende por la derecha y es recibida en Kéter.

Y así sucesivamente, sintiendo como la energía circula en ovoide a través de nosotros, de manera que toda nuestra parte izquierda es un flujo descendente de luz y la derecha ascendente. Todo ello sincronizado con la respiración.

Se repite un número de veces.

Una vez estabilizado este flujo repetimos el proceso, pero esta vez la luz asciende por la parte trasera del cuerpo y desciende por la delantera.

Así, a continuación, en la inspiración asciende una banda de luz por detrás, de Maljút a Kéter, en donde es recibida y brilla intensamente, y en la espiración, la banda de luz desciende por delante, de Kéter a Maljút, en donde es recogida y refulge.

En la inspiración asciende de Maljút a Kéter.

En la espiración desciende de Kéter a Maljút.

Repetimos este proceso varias veces hasta que el flujo cristaliza en nuestra aura, de manera que la luz circula por sí sola.

Por último, reforzamos la visualización de todo el pilar del medio, con sus siete centros, y vamos a hacer ascender la luz por él de Maljút a Kéter. Esto puede hacerse en una única inspiración de manera continua, o bien centro a centro, pudiendo incluso dividir la inspiración en siete tomas menores.

Así, en la inspiración asciende por el canal central un rayo de luz de Maljút a Kéter. La luz es retenida en Kéter un breve instante. En la espiración desciende por toda el aura, con un enorme resplandor, como una gran ducha de luz. Unificando y haciendo toda nuestra aura resplandeciente, la luz es recogida de nuevo en Maljút.

En la inspiración asciende por el pilar central.

En la espiración desciende en cascada por nuestra aura.

Varias veces

Imaginamos ahora que estamos en el centro de una esfera, como una estrella pulsante de luz.

Toda la energía que hemos generado, toda la luz, la irradiamos a nuestro entorno.

Compartimos la luz con todos los seres, enviando particularmente a aquéllos que más necesitan de ella.

Nos convertimos así en un foco de luz positiva, haciendo llegar la luz a todos los rincones de la tierra. Podemos ser en esta fase tan detallados como queramos.

Después de haber compartido la luz volvemos a nuestra visualización original del Árbol de la Vida y del aura.

Hacemos varias respiraciones profundas.

Percibimos como la luz se va difuminando, según la vamos absorbiendo en nosotros mismos y en el entorno.

### **MEDITACIÓN 3.**

## **PROTOCOLO GENERAL DE MEDITACIÓN SOBRE LETRAS, NOMBRES Y COMBINACIONES DE NOMBRES**

1) Lo primero es relajarse y seguir los pasos acostumbrados para entrar en el estado de meditación.

2) Visualizar en el firmamento el objeto de la meditación: letra hebrea, Nombre o Nombres Divinos (si se trata de varios, uno a uno en el orden señalado), Yijud, etc. Hacerlo en letras (hebreas) de fuego blanco, emitiendo luz blanca (o de los colores correspondientes). Las letras deben llenar todo el campo de visión. Durante unos instantes concentrarse exclusivamente en ellas.

3) La siguiente fase es de armonización y unificación con la Luz, para lo cual la hacemos recorrer por el Árbol de la Vida psicocorpóreo. Imaginar que un rayo de Luz desciende desde el Nombre a nuestro centro de Kéter, limpiándolo, iluminándolo, energizándolo. Penetra en nosotros por la fontanela. Esta Luz recorre el cuerpo según el Rayo Relampagueante y las correspondencias sefiróticas internas, hasta alcanzar el centro de Maljút bajo las plantas de los pies (o en la base de la columna) donde se estabiliza. Imaginar todos los centros psíquicos sefiróticos luminosos y vibrando en la frecuencia de la Luz Divina. Imaginar todos los órganos y partes del cuerpo bañados en esa Luz que nos limpia por completo y elimina toda forma de negatividad. Nos podemos detener en aquellas regiones aquejadas de algún tipo de dolencia y contemplar cómo la Luz aporta curación, salud y vitalidad. Imaginar que la Luz penetra hasta la médula de los huesos, fortaleciendo el sistema inmunológico. Percibir cómo a través de los miles de capilares y conductos microscópicos, la Luz alcanza a todas las células del cuerpo, y en particular limpia, rectifica y activa las cadenas de ADN del núcleo celular. Podemos ser todo lo detallado que queramos o que la situación requiera (en el contexto de curación, por ejemplo)

Anhelar adherirse fuertemente a Dios a través de su(s) bendito(s) Nombre(s) y sentirse totalmente unificados con la Luz. Después, irradiarla al entorno, para el beneficio de todos los seres o canalizarla hacia una intención concreta (de tipo espiritual, dadora)”.

Como dice Guikatila (cabalista español, S. XIII) en las Puertas de la Luz:

“El que quiera satisfacer sus deseos con el uso de los Nombres de Dios debe primero estudiar con todas sus fuerzas la Torá, para poder captar el significado de cada uno de los Nombres de Dios que en ella se mencionan... Debe saber y entender que cada uno de estos Nombres es como una llave para todas sus necesidades, sean cuales sean.

...

“[Cuando alguien posee tal conocimiento] puede llamar y Dios le responde. Esto significa que si necesita algo y se concentra en el Nombre asociado con su necesidad, recibirá respuesta”.

### **Una meditación guiada siguiendo el protocolo anterior**

1. Preparación (Una vez efectuados los procedimientos personales de apertura):

“Nos sentamos cómodamente.

Vamos a relajarnos, espalda recta pero sin tensión, pies en el suelo, palmas de las manos en los muslos. Hacemos unas respiraciones profundas y vamos entrando en un estado de calma, de relajación. Nos desapegamos de todas nuestras preocupaciones, de problemas; nos desapegamos de nuestro estrés; entramos en la serenidad.

Vamos a ir relajando todas las partes de nuestro cuerpo empezando por los dedos de los pies.

Relajamos cada uno de los dedos de los pies y las plantas de los pies que apenas se apoyan en el suelo, que están como suspendidos sobre el suelo... los empeines, los tobillos... y vamos sintiendo como una ola de relajación va subiendo por las piernas, que están cada vez más y más relajadas... llega a la rodillas, asciende por los muslos, llega a las nalgas, las ingles, el sexo... y va ascendiendo por el abdomen... por el sacro... la parte inferior de la espalda. Relajamos la zona del ombligo y el diafragma... Nuestra respiración es profunda, suave, rítmica... cada vez más lenta. Relajamos la columna y notamos como una onda de relajación asciende por la columna desde el perineo hasta la nuca y los omóplatos. Y relajamos el tórax, los músculos del pecho, los hombros... y la ola de relajación va descendiendo por los brazos, a los codos, antebrazos, muñecas, manos, dedos de las manos, puntas de los dedos de las manos. Y nuestra atención retorna al cuello, que relajamos; la laringe y toda su zona, la nuca, toda la parte de atrás de la cabeza... relajamos la mandíbula y los labios, las mejillas, las fosas nasales, los ojos, todos los músculos que rodean a los ojos... relajamos la frente, comprobamos que no se ha acumulado en ella ninguna tensión... relajamos la parte alta de la cabeza y hacemos que toda la ola de relajación confluya en la coronilla y nos sentimos profundamente relajados, en un estado de perfecta paz profunda.

Nos visualizamos entonces arriba de una escalera que aparece ante nosotros de una forma natural: Tiene 10 peldaños y descende hacia las profundidades, hacia el interior de nosotros mismos. Y nosotros vamos a ir bajando lentamente, peldaño a peldaño, siguiendo la cuenta. Lo hacemos:

10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...Y ante nosotros aparecen las puertas de la imaginación, que abrimos con un suave movimiento, y cruzamos:

Nos visualizamos caminando por una playa, sintiendo la calidez de la arena en las plantas de los pies, en un día soleado y muy tranquilo. Una suave brisa nos acaricia la piel... oímos el canto de los pájaros y contemplamos el paisaje que nos rodea lleno de luz y de armonía.

Sobresale el murmullo de las olas rompiendo suavemente contra la arena de la playa. Vemos el azul del mar y la línea azul del horizonte contra la línea azul del cielo en una sinfonía de azules.

Nos damos la vuelta y miramos hacia el interior, contemplando las rocas, la vegetación de la playa... y empezamos a caminar hacia el interior por un sendero que se adentra en una pequeña arboleda, y vamos poco a poco caminando por él hacia lo que parece que es una elevación sobre el terreno, como un montículo o pequeña colina de luz.

Nos acercamos a la colina y llegamos al pie de la misma. Vemos que hay una escalera que asciende a la cumbre; tiene quince peldaños. Sobre el cielo podemos ver las letras de la palabra ALIÁ, עליה, en fuego blanco, emitiendo luz blanca. Sentimos el poder de atracción de la luz, invitándonos a subir. Vamos a hacerlo vibrando cinco veces ALIÁ, ascendiendo tres peldaños en cada vibración.

Hacemos unas respiraciones profundas....inspiramos para empezar...:

ALIÁ  
ALIÁ  
ALIÁ  
ALIÁ  
ALIÁ

Nos encontramos arriba y un sentimiento de plenitud, de beatitud y de alegría interior nos invade al sentirnos más cerca de la luz, más llenos de ella.

Damos unos pasos y nos dirigimos hacia lo que parece ser nuestro lugar personal – puede ser un círculo de árboles, un templete con columnas de mármol abierto a los cuatro puntos cardinales, un círculo prehistórico de piedras, o simplemente un lugar que nos gusta – un lugar que nos atrae especialmente, que sabemos que es nuestro, en el que podemos abrirnos completamente – ser nosotros mismos sin ningún tipo de expectativa o presión – y allí nos ubicamos en paz.

## 2. Meditación propiamente dicha:

Elevamos la mirada hacia el firmamento y vemos como aparecen escritas en fuego blanco irradiando luz blanca las letras del Nombre (o una sola letra letra, o las letras del Yijud, según los casos): ..... Las letras se expanden hasta llenar todo nuestro campo de visión. Vemos estas letras, irradiando una luz blanca purísima, ardiendo con un fuego interior que percibimos como blanca brillantez, aunque sabemos que está más allá de todo blanco.

Durante unos instantes nos concentramos exclusivamente en las letras de este Nombre.

Después, contemplamos cómo de este Nombre desciende sobre nosotros un rayo de luz que penetra por nuestro Kéter y que desciende por todos los canales de nuestro organismo psíquico, llenando de luz, de positividad todas las partes de nuestro cuerpo. La luz pasa a nuestro hemisferio cerebral izquierdo, luego a nuestro hemisferio derecho. Y empieza a descender por la garganta, por el hombro y el brazo izquierdo, por el hombro y el brazo derecho, el corazón, el centro del ombligo, la cadera izquierda y la pierna izquierda, la cadera derecha y la pierna derecha, el centro del sexo, el centro de Maljút. (Podemos ser tan detallados como queramos)

Sentimos cómo la luz nos va bañando interiormente, iluminándonos, transformándonos... eliminando toda la negatividad...

Nos sentimos llenos completamente de luz y con todos nuestros centros energizados, sintiendo la positividad de esta luz que nos llena de vitalidad. Esta luz es curativa, es completa. Trae perfección y plenitud a cada uno de nuestros órganos. Podemos sentirla, particularmente concentrada en aquella parte de nuestro cuerpo que sintamos que, por alguna razón, necesita una atención especial. Porque nos duela, porque esté tensa, por la razón que sea. Sentimos cómo esta luz penetra hasta la médula de nuestros huesos y cómo la impregna de vitalidad, fortaleciendo nuestro sistema inmunológico, que nos hace resistentes a todas las enfermedades tanto físicas como psíquicas.

Entramos en contemplación. Estamos así durante unos minutos, en la calma, en la serenidad de ser simplemente, sin querer nada, sin analizar, en unidad con la luz que es nuestra verdadera esencia. Nos abandonamos a donde la luz quiera llevarnos...

Volvemos a la conciencia plena de nosotros mismos y percibimos cómo esa luz particularmente se focaliza en nuestro corazón, que es el centro tiferético, y desde allí va a empezar a irradiar hacia fuera, porque no podemos recibir luz sin compartirla, sin darla otra vez.

Sentimos que empezamos a irradiar luz a nuestro entorno... estamos en el centro de una esfera de luz que está irradiando a nuestro entorno próximo, y se va creando un aura de luz que se va expandiendo cada vez más.

Y vamos a compartir esta luz con nuestros seres más queridos, más cercanos; les abrazamos en la luz, y les llenamos también de ella; y a nuestros familiares, a nuestros amigos... todos unidos en esta luz radiante, gozosa, luminosa, viva... a nuestros

compañeros, a las personas de cualquier faceta de nuestra vida que compartan algo con nosotros.

Irradiamos esta luz también a todas las personas que de alguna manera consideramos enemistados con nosotros - nuestros enemigos -, y permitimos que esta luz nos una y disuelva las diferencias; perdonamos porque también somos perdonados: en la luz comprendemos, somos capaces de ponernos en el lugar de otras personas, de tener empatía con ellas, de sentir lo que sienten ellas como seres que son, individuales, independientemente de nuestras expectativas, o de nuestras proyecciones.

Seguimos irradiando la luz a todos los habitantes de esta población, a todos los habitantes de la región, del país, de toda la tierra: que alcance especialmente a todas las personas que sufren... que sufren por hambre...que sufren por guerras, violencia, persecución, enfermedades; vamos a irradiar paz, cordura; que la energía de violencia y de explotación se transforme en energía de solidaridad, de comprensión, de tolerancia.

Y vamos a irradiar esta luz a todos los seres de la tierra - de nuestra maltratada tierra - de los distintos reinos: animal, vegetal, mineral, elementales, y a todos los habitantes del cosmos...

(Es el momento de formular nuestra intención, si tenemos alguna en relación con el significado del Nombre, la letra, etc. Elevamos nuestra petición o pregunta hacia el Nombre y esperamos a que en la Luz se manifieste una respuesta. Lo ideal es visualizar la intención realizada, pero aceptamos lo que la luz nos comunique o conceda, aunque a nuestra mente limitada nos parezca que nada. Damos las gracias.)

Agradecemos la experiencia. Poco a poco vamos absorbiendo la luz, y ésta también se va absorbiendo en el entorno.

Nos dirigimos de vuelta hacia la escalera de la colina y siguiendo la cuenta vamos descendiendo cada uno de los peldaños: quince, catorce, trece.....dos, uno.

Y ya estamos en el suelo, caminamos hacia la playa; notamos la arena en las plantas de los pies, sentimos todas las sensaciones, los olores, colores, el tacto de la suave brisa, el rumor de las olas que rompen suavemente sobre la arena, los pájaros...

Vamos así poco a poco caminando, tranquila y relajadamente, hasta que nos encontramos de nuevo con las puertas de la imaginación, que cruzamos en sentido inverso. Cerramos tal como las abrimos antes.

Y vamos a ascender por la escalera que nos va a llevar de vuelta a nuestro estado habitual de conciencia, lentamente, siguiendo la cuenta:

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10... ya estamos arriba de nuevo.

Nos centramos en el aquí y el ahora, plenamente de vuelta; hacemos varias respiraciones profundas; movemos ligeramente los dedos de las manos y los pies; frotamos las palmas de las manos para generar calor; cabeceamos suavemente; nos desperezamos; y cuando queramos podemos abrir los ojos.

### EJEMPLO: MEDITACIÓN EJAD

Primero siempre hacemos un estudio del marco teórico del Nombre o letra que vayamos a utilizar:

		
		
Dálet	Jet	Álef

El valor numérico de la palabra Ejad es 13 (Alef = 1; Jet = 8; Dalet = 4) el mismo que Ahavá, אהבא, Amor (Alef = 1; He = 5; Bet = 2; He = 5), lo que indica que el amor es la fuerza de la unidad y viceversa (ver capítulo I sobre guematria). En Cábala clásica se dice que trece son también los canales por los que se vierte la influencia del Jésed superior que emana de Kéter (la Misericordia sin traza alguna de Severidad) el cual borra toda ilusión de discontinuidad, separación o diferencia, colmando la medida de todo ser con la plenitud del Amor Divino.

Ejad es, pues un poderoso mantra que nos conecta con la esencia de la luz, con su carácter dador, la marca de ese Amor Divino. Por eso, cuando la luz se manifiesta en el primer día de la Creación, según el Génesis, no se dice al final “Y fue tarde y fue mañana, día primero (Yom Rishón)” sino “día uno” (Yom Ejad) indicando que en la luz todas las cosas son una<sup>30</sup>. Y esta Luz de Unidad, que es Amor, es la expresión más elevada de la esencia Divina, tal como es proclamado en el Shemá Israel, quizá la “oración” principal del judaísmo:

Shemá Israel, YHVH Elohenu YHVH Ejad.

Escucha Israel YHVH-nuestro Dios YHVH es Ejad.

Maljút Tiféret Biná Jojmá Kéter

Podemos contemplar Ejad en sus letras: La letra Alef se ha descrito como el propio anagrama de la Unidad omniabarcante; representa a Kéter. La letra Jet tiene como valor numérico el ocho y simboliza la acción de las ocho sefirot intermedias entre Kéter y Maljút (de Jojmá a Yesod). Es una letra de movimiento y representa el descenso y ascenso de la luz a través de estas sefirot. Por último, la letra Dálet está en el lugar de Maljút.

Ejad, por tanto, une todos los niveles, en particular el plano de la Unidad (Kéter) y el plano de la máxima multiplicidad aparente (Maljút). Esta unificación es dinámica, en un ir y venir (proyección y reabsorción de mundos), tal como se dice de las Jaiot – expresión de la Jet – que “corrían y regresaban”, indicando el movimiento del Espíritu. Las Jaiot son las Santas Criaturas que tiran del Carro Divino en la visión de Ezequiel.

### **Meditación guiada:**

“Nos sentamos cómodamente.

Vamos a relajarnos, espalda recta pero sin tensión, pies en el suelo, palmas de las manos en los muslos. Hacemos unas respiraciones profundas y vamos entrando en un estado de calma, de relajación. Nos desapegamos de todas nuestras preocupaciones, de problemas; nos desapegamos de nuestro estrés; entramos en la serenidad.

Vamos a ir relajando todas las partes de nuestro cuerpo empezando por los dedos de los pies.

Relajamos cada uno de los dedos de los pies y las plantas de los pies que apenas se apoyan en el suelo, que están como suspendidos sobre el suelo... los empeines, los tobillos... y vamos sintiendo como una ola de relajación va subiendo por las piernas, que están cada vez más y más relajadas... llega a la rodillas, asciende por los muslos, llega a las nalgas, las ingles, el sexo... y va ascendiendo por el abdomen... por el

---

<sup>30</sup> Después, ya se usan los números ordinales: día segundo, tercero, etc.

sacro... la parte inferior de la espalda. Relajamos la zona del ombligo y el diafragma... Nuestra respiración es profunda, suave, rítmica... cada vez más lenta. Relajamos la columna y notamos como una onda de relajación asciende por la columna desde el perineo hasta la nuca y los omóplatos. Y relajamos el tórax, los músculos del pecho, los hombros... y la ola de relajación va descendiendo por los brazos, a los codos, antebrazos, muñecas, manos, dedos de las manos, puntas de los dedos de las manos. Y nuestra atención retorna al cuello, que relajamos; la laringe y toda su zona, la nuca, toda la parte de atrás de la cabeza... relajamos la mandíbula y los labios, las mejillas, las fosas nasales, los ojos, todos los músculos que rodean a los ojos... relajamos la frente, comprobamos que no se ha acumulado en ella ninguna tensión... relajamos la parte alta de la cabeza y hacemos que toda la ola de relajación confluya en la coronilla y nos sentimos profundamente relajados, en un estado de perfecta paz profunda.

Nos visualizamos entonces arriba de una escalera que aparece ante nosotros de una forma natural: Tiene 10 peldaños y desciende hacia las profundidades, hacia el interior de nosotros mismos. Y nosotros vamos a ir bajando lentamente, peldaño a peldaño, siguiendo la cuenta. Lo hacemos:

10, 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1...Y ante nosotros aparecen las puertas de la imaginación<sup>31</sup>, que abrimos con un suave movimiento, y cruzamos:

Nos visualizamos caminando por una playa, sintiendo la calidez de la arena en las plantas de los pies, en un día soleado y muy tranquilo. Una suave brisa nos acaricia la piel... oímos el canto de los pájaros y contemplamos el paisaje que nos rodea lleno de luz y de armonía.

Sobresale el murmullo de las olas rompiendo suavemente contra la arena de la playa. Vemos el azul del mar y la línea azul del horizonte contra la línea azul del cielo en una sinfonía de azules.

Nos damos la vuelta y miramos hacia el interior, contemplando las rocas, la vegetación de la playa... y empezamos a caminar hacia el interior por un sendero que se adentra en una pequeña arboleda, y vamos poco a poco caminando por él hacia lo que parece que es una elevación sobre el terreno, como un montículo o pequeña colina de luz.

Nos acercamos a la colina y llegamos al pie de la misma. Vemos que hay una escalera que asciende a la cumbre; tiene quince peldaños. Sobre el cielo podemos ver las letras de la palabra ALIÁ, עליה, en fuego blanco, emitiendo luz blanca. Sentimos el poder de atracción de la luz, invitándonos a subir. Vamos a hacerlo vibrando cinco veces ALIÁ, ascendiendo tres peldaños en cada vibración.

Hacemos unas respiraciones profundas....inspiramos para empezar...:

ALIÁ  
ALIÁ  
ALIÁ  
ALIÁ  
ALIÁ

Nos encontramos arriba y un sentimiento de plenitud, de beatitud y de alegría interior nos invade al sentirnos más cerca de la luz, más llenos de ella.

Damos unos pasos y nos dirigimos hacia lo que parece ser nuestro lugar personal – puede ser un círculo de árboles, un templete con columnas de mármol abierto a los cuatro puntos cardinales, un círculo prehistórico de piedras, o simplemente un lugar que

---

<sup>31</sup> Que cada uno verá de una forma particular.

nos gusta – un lugar que nos atrae especialmente, que sabemos que es nuestro, en el que podemos abrirnos completamente – ser nosotros mismos sin ningún tipo de expectativa o presión – y allí nos ubicamos en paz.

Elevamos la mirada hacia el firmamento y vemos como aparecen escritas en fuego blanco irradiando luz blanca las letras de EJAD,



Durante unos instantes nos concentramos exclusivamente en las letras, permitiendo que llenen todo nuestro campo de visión. (Podemos visualizar sólo las tres consonantes o también incluir las vocales, indicadas por los signos o puntos debajo o alrededor de las letras).

La luz de Ejad desciende y nos envuelve por completo. Es una luz viva, una luz serena de una claridad insuperable que nos llena de éxtasis, que va penetrando dentro de nosotros con cada inspiración, por las fosas nasales, por todos los poros de nuestra piel, por todas las puertas de los centros psíquicos (o chakras)... En particular, un rayo directo más concentrado entra por nuestro Kéter, en la coronilla, en donde se hace aún más brillante y desciende por el hemisferio izquierdo del cerebro que baña y limpia por completo y después el derecho. Ilumina nuestro centro de la frente y luego desciende a la garganta.

Desde allí va a nuestro hombro izquierdo y desciende por todo el brazo izquierdo hasta la mano, circulando por todos los dedos. Y va a nuestro hombro derecho y desciende por nuestro brazo derecho hasta la mano y la punta de los dedos.

Luego desciende al corazón e irradia con un sentimiento de armonía y compasión universales. Y desciende al centro del ombligo desde donde baña a todos nuestros órganos. Va a la cadera izquierda y desciende por la pierna izquierda hasta la planta del pie y hasta la punta de los dedos. Y va a la cadera derecha y desciende por la pierna derecha hasta la planta del pie y hasta la punta de los dedos.

Y desciende al centro de Yesod y a nuestro órgano sexual, y lo baña de luz por completo. Y desciende al centro de Maljut en la base de la columna, en el perineo, y lo llena de luz, fuerza, y estabilidad. Y esta luz penetra en nuestros huesos hasta la médula y fortalece nuestro sistema inmunológico, haciéndonos resistentes a toda negatividad, tanto física como psíquica.

Imaginamos todos nuestros centros psíquicos sefiróticos luminosos y vibrando en la frecuencia de la luz de Ejad. Imaginamos todos nuestros órganos y partes del cuerpo bañados en esa luz que nos limpia por completo y elimina toda forma de negatividad y fragmentación. Podemos detenernos en aquellas regiones aquejadas de algún tipo de dolencia y contemplamos cómo la Luz aporta curación, salud y vitalidad. Percibimos cómo a través de los miles de capilares y conductos microscópicos, la Luz alcanza a todas las células del cuerpo, y en particular limpia, rectifica y activa las cadenas de ADN del núcleo celular. Podemos ser todo lo detallado que queramos o que la situación requiera (en el contexto de curación, por ejemplo)

Continuamos de esta forma, armonizándonos con la luz, hasta sentir nuestro cuerpo como una unidad. Pasamos entonces a nuestra naturaleza emocional,

unificándola con nuestra corporeidad, eliminando de nosotros toda traza de emociones negativas – temores, preocupaciones, depresión, tristeza, ira... – que son barreras que nos contraen, nos aíslan, nos refuerzan en nuestro deseo de recibir, nos alejan de la unidad.

También limpiamos el flujo de nuestra mente, eliminando todo pensamiento egocéntrico, toda traza de duda o escepticismo, toda la maraña de ideas preconcebidas que nos impiden ver las cosas en su unidad esencial.

Nos vaciamos de todo deseo salvo el de unificación con la luz, y nos volvemos hacia nuestra naturaleza espiritual, nuestra neshamá. Ponemos nuestros vehículos inferiores a su servicio. Nos abrimos a la contemplación de nuestra Chispa Divina y a la irradiación del deseo de dar en nosotros, que es lo que nos hace vibrar en la fase de la luz y por tanto nos lleva a unificarnos con ella.

Pasamos entonces a compartir la luz. La irradiamos a nuestro entorno. Abrazamos en la luz de la unidad a nuestros seres queridos y les llenamos de luz. Hacemos lo mismo con todos nuestros familiares, amigos, conocidos, con todas las personas que de un modo u otro han compartido con nosotros algún aspecto de nuestras vidas. Es importante perdonar y pedir perdón si nos encontramos en nuestro camino expansivo con alguna persona que nos pueda haber ofendido o a la que podamos haber ofendido o causado algún tipo de mal. Entendemos las lecciones que podemos aprender de ello, viendo cómo nuestros “enemigos” son un reflejo de nuestra propia parte negativa y es necesario reconocerlo y unificarlo todo en la Luz. Seamos detallados en este proceso, tomándonos todo el tiempo que sea necesario.

Seguimos ampliando el círculo de la luz hasta que nos sentimos en unidad con todos los seres humanos – vibrando al unísono en el alma común de la humanidad – y también con todos los seres vivos del planeta y en última instancia del cosmos, bañado todo en la Luz de la Presencia Divina.

Para terminar, volvemos a visualizar las letras de Ejad brillando en el firmamento, encima de nuestras cabezas. Agradecemos, despedimos. Poco a poco vamos absorbiendo la luz que permanece como una segunda naturaleza, un fondo implícito siempre presente.

Nos dirigimos de vuelta hacia la escalera de la colina y siguiendo la cuenta vamos descendiendo cada uno de los peldaños: quince, catorce, trece.....dos, uno.

Y ya estamos en el suelo, caminamos hacia la playa; notamos la arena en las plantas de los pies, sentimos todas las sensaciones, los olores, colores, el tacto de la suave brisa, el rumor de las olas que rompen suavemente sobre la arena, los pájaros...

Vamos así poco a poco caminando, tranquila y relajadamente, hasta que nos encontramos de nuevo con las puertas de la imaginación, que cruzamos en sentido inverso. Cerramos tal como las abrimos antes.

Y vamos a ascender por la escalera que nos va a llevar de vuelta a nuestro estado habitual de conciencia, lentamente, siguiendo la cuenta:

1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10... ya estamos arriba de nuevo.

Nos centramos en el aquí y el ahora, plenamente de vuelta; hacemos varias respiraciones profundas; movemos ligeramente los dedos de las manos y los pies; frotamos las palmas de las manos para generar calor; cabeceamos suavemente; nos desperezamos; y cuando queramos podemos abrir los ojos.

## MEDITACIÓN 4.

### MEDITACIÓN EN UN NOMBRE DIVINO SEFIRÓTICO

En el libro Senderos en el Jardín de la Conciencia seguimos un procedimiento general de meditación sefirótica:

En ensueño creativo nos trasladamos a un Templo de la sefirá en cuestión, que construimos usando las correspondencias. Vemos un altar en el centro sobre el que arde una llama del color adecuado. Sobre la punta de la llama se destaca una pequeña esfera con el poder concentrado del Nombre Divino que aparece escrito en su centro. La esfera se expande, envolviéndonos con su luz. Esta luz nos penetra, nos llena y nos identificamos con ella, abandonándonos a la meditación.

Vamos ahora a seguir el mismo proceso con una pequeña ampliación al final. Lo haremos con una sefirá como ejemplo, pero el proceso será fácilmente generalizable. Para más detalles remitimos al lector a la obra citada.

#### Meditación sobre un Nombre de Dios sefirótico

En el programa personal diario de meditaciones se puede incluir durante un periodo de tiempo una **meditación diaria sefirótica**. Se puede seguir la progresión de la semana – cada día de la semana la sefirá regente – según el orden judío o el orden hermético (consagrado en los nombres occidentales de los días de la semana). El orden judío es el del rayo relampagueante, tomando el sábado como Biná (el principio de la semana en la concepción judía. Así: sábado Dáat/Biná; domingo/Jésed; lunes/Guevurá; martes/Tiféret; miércoles/Nétsaj; jueves/Hod; viernes/Yesod. El orden hermético es: domingo/sol-Tiféret; lunes/luna-Yesod; martes/marte-Gevurá; miércoles/Hod; jueves/Jésed; viernes/Nétsaj; sábado/saturno-Biná.

No quiere esto decir que no se pueda meditar en Jojmá o Kéter según estas líneas. Por supuesto, se puede meditar en un Nombre siempre que la situación lo requiera, según la necesidad o inspiración personales o para ayudar a otras personas. Y puede hacerse durante un largo periodo de tiempo el mismo Nombre por razones de devekut, camino personal, como ofrenda, alabanza, o porque la intención buscada lo precise.

#### Ejemplo: GUEVURÁ

Sea un Nombre sefirótico, por ejemplo, Elohim Guibor, Nombre de Dios en Guevurá.

Además de por razones generales como las anteriormente expuestas, la aproximación a la Deidad bajo esta advocación sefirótica está especialmente indicada para aquellos que:

1. Tienen un Marte difícil o negativo en su carta natal (mal aspectado, en carencia, etc.)
2. Tienen bloqueos energéticos en forma de traumas, complejos, rigideces, etc.

3. Quieren recuperar su poder personal que tienen cedido o proyectado.
4. Pasan por situaciones difíciles que requieren coraje, determinación, etc.
5. Atraviesan o son testigos de situaciones de opresión, injusticia, etc.

Acompañando a este trabajo pueden desarrollarse una serie de actitudes tales como:

1. Establecer relaciones devocionales con Dios bajo la advocación de Guevurá (por ejemplo, rezar algunos salmos, como el 18 o el 118, haciendo las traducciones cognitivas correspondientes).

2. Practicar el auto examen, general o específico. Por ejemplo (general): “¿Qué tan impecable eres en tus acciones?..... ¿Para qué consideras que has nacido? ..... ¿Qué has hecho y estás haciendo para realizar tu propósito?..... ¿Has vivido o vives tu propia vida, has sido o eres tú mismo?..... ¿Qué has hecho y estás haciendo para ayudar a los demás?..... ¿Qué predomina en ti, el deseo de recibir o el deseo de dar?..... ¿Buscas satisfacer la vanidad de tu ego o encontrar y expresar tu verdadero ser interno?..... ¿Te consideras una víctima o eres consciente de que eres el hacedor de tu vida, que tus experiencias son efectos de causas que tu mismo has puesto en juego?..... ¿Cómo ves tu vida desde tu perspectiva actual?.....”. El auto examen específico se refiere al modo en que desplegamos las cualidades positivas de la esfera y trabajamos por rectificar en nosotros sus cualidades negativas.

3. Tener la intención firme de desarrollar las cualidades guevúricas positivas, las virtudes del guerrero. Por ejemplo: Coraje, decisión, acción justa, disciplina, purificación, etc. (Y de transmutar las negativas).

## Práctica

1. **Fase de preparación.** Además del trabajo personal anterior, es conveniente estar imbuido de las cualidades del Nombre y de la sefirá. Para ello, hay una fase de estudio de las características generales de la esfera y sus correspondencias.

2. **Meditación propiamente dicha** (se da a continuación en forma de pathworking o meditación guiada. Cada cual puede hacer sus adaptaciones):

*Podemos seguir el procedimiento empleado en Senderos en el Jardín de la Conciencia:*

“Nos visualizamos en nuestro lugar personal de meditación y nos sentimos rodeados de luz. Nos sentimos llenos de gozo y felicidad, de alegría interior por estar de nuevo en este lugar y con la sensación de plenitud que nos da siempre la Luz Espiritual.

Entonces vemos cómo nos empieza a envolver una niebla que es naranja por dentro y rojo por fuera. Casi imperceptiblemente, tenuemente al principio, se va espesando progresivamente hasta que no nos permite ver nada a través de ella. En un momento dado experimentamos un clic interior y sentimos que nos hemos abierto a otra dimensión de conciencia.

Y efectivamente es así, porque cuando esta niebla empieza a disiparse de nuevo, nos encontramos en el interior de un Templo de Guevurá, y sentimos inmediatamente una sensación de poder y de reverencia.”

*Una vez en el Templo:*

Observamos su arquitectura. El suelo es de pura llama que nosotros, seres de luz, podemos pisar a salvo. La planta es pentagonal y hay dibujado en el suelo un pentagrama de luz. Hay cinco columnas de base roja moteada de negro, de fuste color escarlata brillante y lo mismo los capiteles de rojo escarlata retratando serpientes de fuego. La cúpula semiesférica es de color naranja brillante, y en ella está escrito el nombre divino: Elohim Guibor, אֱלֹהִים גַּיְבוֹר – alef, lamed, hei, yod, mem final (Elohim), guimel, bet, vav, resh (Guibor), el Dios de la Fuerza, del Poder, – en letras de fuego blanco, irradiando luz blanca. Adoramos a la Presencia Divina y absorbemos la luz del Nombre. En el centro del Templo hay un altar tallado en piedra de rubí. Sobre él una afilada espada de acero brillante, que despide fuego y rayos de luz y una llama naranja y roja que arde con todo el poder del fuego cósmico. Al otro lado del altar está el Arcángel Kamael.

*Vemos al Arcángel Kamael en su forma de guerrero de Dios. Con su rostro anguloso, de facciones marcadas, nos dirige una mirada penetrante, capaz de ver la verdad profunda. Su cabello es rojizo, con mechones y rizos que semejan llamas de fuego. Sobre una túnica blanca corta lleva puesto un pectoral de armadura reluciente. Todas sus extremidades están cubiertas de cota de malla. Lleva una capa de color rojo escarlata y un casco rematado con un penacho de plumas de colores rojo y blanco. Un rubí de puro esplendor se halla sobre su frente, proyectando la energía del Nombre de Dios, Elohim Guibor, que se halla justo sobre su cabeza, en letras de luz naranja. Con la mano derecha porta una espada de hoja de llama, con la izquierda el látigo de la disciplina.*

Con su estilo breve y cortante nos dice: Lo que es ganado es dado. Bienvenidos.

Nos indica que tomemos la espada y nos advierte que sólo la usemos cuando estemos completamente seguros de que es por una causa justa. La espada no entiende de preferencias personales, nos dice. Una vez puesta en juego actuará.

Pensamos nosotros: Si sólo supiéramos cuándo actuar y cuándo abstenernos de hacerlo, sin conocer el miedo, salvo el temor de Dios, que es el principio de la Sabiduría.

Contestamos a Kamael: ¡Así lo haremos por nuestro honor!

Por un momento empuñamos la espada y sentimos la irrupción del poder dentro de nosotros. Queremos canalizar este poder para el desarrollo en nosotros de una voluntad espiritual inquebrantable. Elevamos la espada en señal de dedicación a lo divino y sentimos cómo del Nombre Elohim Guibor parece que surgiera un rayo de luz que tocara la hoja de la espada.

La volvemos a dejar sobre el altar.

Contemplamos ahora la llama que arde sobre el altar – pura cristalización de luz – que brilla con una luz rojo y naranja brillantes y cuya irradiación se extiende a todo el Templo.

Es el fuego que arde en el centro de la creación. Es el fuego de la Verdad absoluta. Y notamos que la luz de esta llama, su potente irradiación naranja, fulgurando de rojo, empieza a penetrar en nosotros a través de todos los poros de nuestra piel. Con cada inspiración penetra más y más; penetra en todos los rincones, en todas las células y va por nuestras cadenas de ADN y va por todo nuestro fluido nervioso, diseminada por

toda la sangre que la lleva todos los rincones del cuerpo. En esta Luz nos sentimos completamente renovados, revitalizados, renacidos, limpios.

Ahora tenemos la oportunidad de limpiar todo nuestro KARMA. Limpiémonos del resultado negativo de nuestras acciones. Liberémonos con el Fuego de Guevurá, transmutemos en este fuego todas las energías, consumiendo la parte negativa, liberando la parte positiva y realizar esta alquimia interior. *(Si queremos transmutar algo concreto, representarlo en la mente y visualizar sobre él el Nombre Elohim Guibor, dejando que actúe.)*

Y contemplamos la llama de nuevo. Y nos concentramos en la punta que se expande y expande... y en ella se forma una esfera de color naranja en la que aparece dibujada las letras del Nombre ELOHIM GUIBOR, ardiendo con una vida interna que se manifiesta como fuego blanco. Las letras irradian mucha luz.



Al contemplar la esfera vibramos repetidamente el Nombre de Dios en Guevurá. Vamos a vibrarlo cinco veces y en cada vibración veremos como la esfera se va expandiendo, aumentando progresivamente de tamaño hasta llenar por completo el

templo. Al mismo tiempo se va cargando de más y más luz, hasta que se transforma todo en luz, nos envuelve y nosotros nos identificamos con ella.

Vamos a vibrar cinco veces:

Hacemos una inspiración para empezar:

- 1- ELOHIM GUIBOR
- 2- ELOHIM GUIBOR
- 3- ELOHIM GUIBOR
- 4- ELOHIM GUIBOR
- 5- ELOHIM GUIBOR

La Luz que despide nos rodea por completo y nos sentimos totalmente embebidos en su brillantez vital. Sentimos que la vamos absorbiendo en nosotros. Que la luz penetra en nuestro interior por todos los poros del cuerpo y en particular por las puertas de los centros psíquicos: Entra por nuestro Kéter mientras pronunciamos internamente el Nombre ELOHIM GUIBOR, אֱלֹהִים גִּבּוֹר, (visualizamos el Nombre en letras de fuego blanco irradiando luz blanca en el centro del chakra de la corona), lo limpia por completo, lo hace vibrar, sentimos cómo se extiende su vibración por todo nuestro cuerpo, sentimos el centro saturado de un néctar blanco brillante, el néctar de la Presencia Divina, que nos sacia por completo y nos llena de poder. Sentimos cómo nuestra verdadera voluntad espiritual despierta y se hace viva, activa. Luego la luz desciende a nuestro hemisferio cerebral izquierdo y lo satura de la vibración del Nombre (*en cada centro visualizar*), limpiándolo por completo y llenándolo con el poder de la sabiduría; pasa al hemisferio derecho y lo satura de la vibración del Nombre ELOHIM GUIBOR, limpiándolo por completo y llenándolo con el poder del Entendimiento omniabarcante; va al centro de la frente, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo del poder del conocimiento intuitivo directo; desciende hasta el centro de la garganta, lo satura de la vibración del Nombre ELOHIM GUIBOR, sentimos cómo una oleada de luz se extiende por todo nuestro sistema energético, limpiándolo por completo y llenándolo con el poder del espíritu de la creación, el poder vibratorio de la palabra; la luz va al hombro izquierdo, donde se ubica el centro de Jésed, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo con la energía de la Gracia Divina; pasa y recorre todo el brazo izquierdo y llega hasta la punta de los dedos; luego va al al hombro derecho donde se ubica el centro de Guevurá, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo con la energía del Poder Divino; pasa y recorre todo el brazo derecho y llega hasta la punta de los dedos; y desciende al centro del corazón que se llena e irradia con su luz, inundándolo con la vibración del Nombre ELOHIM GUIBOR; sentimos cómo se extiende su vibración por toda la extensión de nuestra conciencia, nuestro ser esencial, unido a todos los seres; el centro tiferético queda saturado con el poder lumínico de la compasión y la empatía universales, en armonía con toda la creación; y desciende al centro del ombligo, lo satura de la vibración del Nombre ELOHIM GUIBOR, limpiándolo por completo e irradiando a todos los órganos del cuerpo, que quedan bañados de luz, de calidad de vida y energía; todo nuestro cuerpo vital se siente así reforzado y rejuvenecido. Y la luz va a la cadera izquierda, donde se ubica el centro de Nétsaj, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo con el poder energizante de la emoción positiva; y desciende hasta la planta del pie izquierdo y llega a la punta de los dedos; y va a la cadera derecha donde se ubica el centro de Hod, lo satura de la vibración del Nombre,

limpiándolo por completo y llenándolo con el poder plasmante del pensamiento positivo; y desciende hasta la planta del pie derecho y llega hasta la punta de los dedos; y desciende después al centro de Yesod, en la raíz del órgano sexual, que se llena e irradia con su luz, inundándolo con la vibración del Nombre ELOHIM GUIBOR; sentimos cómo se extiende su vibración por toda la extensión de nuestra vitalidad y cómo queda saturado del poder de la Generación Divina; y de allí desciende hasta el centro de Maljút, en la base de la columna, en el perineo; que se llena e irradia con su luz, inundándolo con la vibración del Nombre ELOHIM GUIBOR y saturándolo con la energía del Shabat, el descanso divino en la conciencia de la Presencia constante de Dios en el mundo.

La luz entra así en todos nuestros canales, en nuestra linfa, en nuestra sangre, en nuestras células, en nuestros huesos. Somos un cuerpo de luz. Todo lo negativo, enfermedad, neurosis, debilidades, temores... es expulsado y percibimos cómo sale en forma de humo negro, que es trasmutado de inmediato. Nos contemplamos a nosotros mismos durante unos instantes como cuerpos de luz...

A continuación tomamos conciencia de nuevo de la ESFERA DE LUZ con el Nombre ELOHIM GUIBOR delante de nosotros y vemos cómo se va haciendo más y más pequeña, sin perder un ápice de su belleza y poder. La ESFERA se ha concentrado hasta parecer un pequeño granito muy brillante que se ubica sobre nuestras cabezas. Penetra entonces por nuestras fontanelas y desciende por el canal central hasta ubicarse en el centro de conciencia pura en el chakra del corazón, y allí vuelve a aumentar de tamaño hasta ocupar todo nuestro centro tiferético.

Pronunciamos varias veces el mantra: “Or Shejinát Guevurá Elohim Guibor Kamael Serafim Maadim, Bo Eláy, Nozel Zorem Eláy, Taír Otí, Potéaj Et Yadéja Umashbía Lejol Jai Ratsón. Luz de la Presencia Divina de Guevurá Elohim Guibor Kamael Serafim Maadim ven a mí, fluye y canaliza a través de mí, ilumíname; abres tu mano y sacias a todo ser hasta el máximo de su deseo”.

Las letras del Nombre de Dios ELOHIM GUIBOR, אֱלֹהִים גִּבּוֹר, rodean a la imagen y giran, emitiendo luz que llena todo el universo. Vemos que la Luz, portando la ofrenda de lo mejor de nosotros mismos, asciende por los mundos directa hasta el Palacio Briático de Guevurá, el Hejal Zejút, el Palacio del Mérito. Vemos que satura de Luz este Palacio. Vemos que es recibida por sus legiones de ángeles y por todos los maestros iluminados de esa esfera. Vemos que es recogida por el arcángel Kamael y presentada ante el Trono Divino, la Presencia de Dios en el centro del Palacio. Y vemos cómo en respuesta desciende sobre nosotros Luz guevúrica que nos concede los dones de la fortaleza divina y las iluminaciones del juicio verdadero. Nos sentimos completamente bañados por esta luz de Kedushá (santidad), luz de Verdad.

Las letras del Nombre siguen despidiendo luz que va a parar ahora a todos los seres de la creación. Enviemos esta luz a nuestro entorno para ayudar a nuestros semejantes, para confrontar y liberar toda situación de injusticia, de opresión, de violencia. Enviemos esta luz a nuestros seres queridos, a nuestros amigos, a nuestros compañeros, a todos los seres de nuestra población y de esta Comunidad y de este país y de este continente y de esta Tierra. A todos los seres vivos que la pueblan, de todos los reinos y evoluciones. Enviemos esta luz a todos los seres sufrientes de todos los mundos y planos, a todos los seres de la rueda de la existencia contingente, llevándoles iluminación, paz, trasmutación...

Limpiemos y purifiquemos y empecemos un mundo nuevo, liberándonos de nuestras ataduras interiores, de nuestros apegos, de todo aquello que a nosotros impide la manifestación de nuestra luz interior...

Cuando hemos terminado, la esfera de luz crece dentro de nosotros hasta ocupar todo nuestro espacio interno, hasta ser nosotros mismos. Nosotros nos identificamos con ella y nos abandonaremos a un estado de meditación sin pensamientos, permitiendo que surja lo que la luz quiera dentro de nosotros.

Pronunciamos el mantra: “ANÍ OR GUEVURÁ SHEJINÁ BELIMÁ. Yo soy la Luz de GUEVURÁ de la Presencia Divina Intangible (o de la Nada)”. Somos uno con la LUZ Divina. Identificamos nuestra conciencia con la suya. Estamos en Devekut, firmemente unidos a la Deidad única en su aspecto de Guevurá. Entramos en contemplación.

Nuevamente pronunciamos el Nombre Elohim Guibor. El Nombre y nuestra conciencia unida a él aumentan más y más de tamaño hasta ocuparlo todo, todo el universo, todos los planos, todos los mundos. Vemos como en la luz de la verdad desaparece toda forma de dualidad y fragmentación. Vemos como todo el universo se purifica y perfecciona en la luz de Elohim Guibor (*Aní Or En Sof Elohim Guibor → Elohim Guibor Or En Sof Ain*).

Esta Luz es infinita. Estamos en un océano infinito de luz.

Después, esta luz se concentra en un punto de infinito y se disuelve en la Nada (Ain), en el vacío de la plenitud Divina. Permanecemos en contemplación...

Y de este vacío, la esencia última de todo, emerge como una joya el punto de infinito que deviene en el océano de luz, resplandeciente, en el que todos los mundos han sido, son y serán, en su estado de superabundancia, gozo, plenitud y beneficencia perfectos...

Y tomamos conciencia de nosotros mismos en identificación con la luz...

Y vemos cómo el Nombre aparece de nuevo en letras de fuego blanco en nuestro centro del corazón...

Y a continuación vemos la esfera de luz en la que está el Nombre de Dios de nuevo sobre la llama sobre el altar. Vemos que va desdibujándose poco a poco hasta dejar simplemente la potente aura de luz que lo rodeaba. Y estamos plenamente de vuelta en el Templo de Guevurá, en el centro del pentagrama, frente al altar. Un olor a ascuas ardientes impregna el Templo. Todo el aire está cargado de un silencio expectante, percibido como pura alerta interior.

Agradecemos y adoramos a la Presencia Divina en el Nombre Elohim Guibor. (*Nos despedimos de Kamael*).

*Vemos cómo se va formando una tenue niebla, rojo por fuera, naranja por dentro, a nuestro alrededor, y cómo esta niebla se va espesando más y más hasta que se hace opaca del todo. En un momento dado experimentamos un clic interior y sabemos que hemos retornado a nuestro estado de conciencia habitual. Y efectivamente es así, porque cuando se disipa la niebla nos encontramos en nuestro lugar personal con nuevas fuerzas a nuestra disposición y con un sentido de plenitud que nos va a acompañar siempre.*

*Estamos de vuelta en nosotros mismos.*

*Hacemos unas respiraciones profundas... vamos respirando profundamente, moviendo los dedos de los pies, los dedos de las manos, frotamos las palmas,*

*levantamos un poco los hombros, movemos los brazos, ligeramente el cuello, nos desperezamos y cuando queramos abrimos los ojos.*

## **MEDITACIONES SOBRE EL TETRAGRÁMATON I**

### **MEDITACIÓN 5 LA PRÁCTICA DE LA PRESENCIA**

Se trata de uno de los yogas principales en cualquier tradición, y no sólo desde un punto de vista devocional, puesto que puede abordarse de varios modos.

Como hemos visto ya en diversos lugares, en cabalá consideramos que la Deidad se manifiesta en diversos Rostros o Partsufim, adaptándose a los diferentes niveles de recepción de la vasija:

EnSof, Infinito, en la otra cara de lo que llamaríamos la Manifestación positiva (en la existencia negativa, como a veces se dice – ¡pero “existencia” ya tiene una connotación positiva! –). Cualquier cosa que digamos, no es.

Arij Anpin o Rostro Inmenso (Hu, “El”, impersonal en el sentido en que entendemos el término, aunque más correcto sería decir supratransomnipersonal. Unidad absoluta – también de manifestación y no manifestación, de ser y no ser, existencia y no existencia, el estado último, fundamental).

Abba e Imma, Padre y Madre, los polos positivo y negativo de la Mente Divina, Conciencia/Energía y capacidad inherente de concebir y crear, incluso a Sí Mismo/a

Zer Anpin, Rostro Menor: la deidad que se manifiesta como Identidad, Atá – Tú, el Ser activo de la Manifestación, el Dios personal – exotéricamente el Dios Bíblico – el Hijo, el Rey, simbólicamente los Cielos, etc.

La Shejiná, o Presencia Divina, Aní – Yo (el nivel que se encuentra en el fondo de uno mismo como yo verdadero, arquetípico), Inmanencia llenando todos los niveles de la Creación, incluso apantallada o en exilio, el principio femenino – el Ser pasivo de la Manifestación – la Hija, la Reina, simbólicamente la Tierra, etc.

También hemos visto que el Nombre de Dios, el Tetragrámaton, YHVH, abarca en su realidad todos los rostros anteriores, y será el foco principal de nuestra meditación. En cualquier caso, la caracterización teológica, sea la que sea, no influye en el procedimiento más que para ayudarnos a ponernos en el nivel de conciencia adecuado.

La práctica de la Presencia es el establecimiento de una conexión constante entre mi ser y esa Realidad Fundamental uno de cuyos Nombres es Dios. La clave, por supuesto, está en la conciencia. Simplemente, es traer a la Deidad al foco de la conciencia y mantenerla, es decir, tener continuidad de conciencia en lo Divino.

Continuidad de conciencia no significa sólo en periodos específicos destinados a la meditación o a la oración – que también – sino en medio de todas las actividades cotidianas y de las relaciones.

Es necesario poner en juego los tres pilares del Árbol de la Vida:

El pilar de la forma, que incluye el pensamiento y la técnica, si imagen (tanto formal como conceptual), Nombre Divino, mantra, espontaneidad mental, etc.

El pilar del medio, que es específicamente la conciencia y su desplazamiento progresivo o repentino. Un principio cabalístico establece que el pilar del medio está siempre abierto, desde arriba hasta abajo.

El pilar de la fuerza que es sentimiento, emoción, pasión.

El foco meditativo – en este caso el Nombre de Dios – actúa como un imán que me proyecta a la Realidad representada o en principio construida en mi mente y en mi ser (“El y su Nombre son uno”). La práctica en sí es transformadora, estableciendo en mi ser total las relaciones correctas entre sus partes y funciones.

Se dice, así, que la devoción libera. Para empezar, abre la cáscara del ego y nos coloca en nuestro Tiféret, desde cuyo centro podemos seguir integrando y progresando hasta alcanzar la iluminación y la liberación.

Se tienen, pues, tres fases, que no son sucesivas: La primera es la toma de conciencia, el despertar a la conciencia de lo Divino. La segunda es la generación, activa o pasiva, que es la práctica en sí. La tercera es la devekut, literalmente unión con Dios, el estado alcanzado.

Las posibilidades son infinitas:

Visualización constante, principalmente del Nombre YHVH; repetición mántrica (Zajor, ¡recuerda!, en hebreo) de un Nombre (como Eheieh Asher Eheieh), un versículo (como YHVH roí lo ejsar, YHVH es mi pastor, nada me faltará; o el Shemá Israel; etc.), una combinación de letras o nombres (yejudim o unificaciones, etc); visualizarse en la forma del Yotser (Nombre de Dios en vertical) o como el Árbol de la Vida en meditaciones tipo Merkavá; oración constante ya sea espontánea en forma de diálogo, ya sea estructurada (Aní tefiláh – yo soy oración); la práctica del aquí y ahora o del vacío (En aní yajid YHVH: no hay yo sólo YHVH), tal como enseñaba el Baal Shem Tov: “El hombre debe contemplar que nada hay en la totalidad del universo sino el propio Dios, el cual llena todo el mundo con su Gloria. La parte esencial de esta meditación es que el hombre se piense como absolutamente nada, pues él es realmente sólo el alma dentro de sí, la cual es una parte de lo divino mismo. Así, toda la realidad es sólo Dios, el Único (Yajid)”.

Para no dispersarse o moverse en varias direcciones al tiempo, recomendamos enfáticamente practicar la primera, la visualización constante del Tetragramaton, tal como es recomendada por grandes cabalistas, como Isaac de Acco o el Ari, siendo la verdadera aplicación práctica del versículo (Sal 16:8): “Shiviti YHVH LeNegdi Tamid; He puesto a YHVH delante de mí siempre”.

Así, dice Rabí Yitsjak de Acco:

“Debes mantener de continuo las letras del Nombre único en la mente como si estuvieran enfrente de ti, escritas en un libro con escritura de la Torá (Ashurí) Cada letra debe aparecer infinitamente grande ... El ojo de tu mente debe mirarlas y al mismo tiempo tu corazón debe dirigirse hacia el Ser Infinito (En Sof). Tu mirada y tu pensamiento deben ser como uno...

“[Si eres capaz de hacer esto] ningún mal te acaecerá y no serás víctima de accidentes. Mientras que estés adherido a Dios, estarás por encima de accidentes y en control de las situaciones...

“Se puede preguntar por qué hay que ligar los pensamientos al Tetragramaton más que a cualquier otro Nombre. La razón es que este Nombre es la causa de las causas y la fuente de todas las fuentes. En él están incluidas todas las cosas, desde Kéter, la sefirá suprema, hasta la más insignificante polilla. Bendito sea el Nombre de la gloria de su reino por siempre y siempre.”



### Meditación 5b

Realizar la meditación anterior repitiendo como mantra el versículo:

שְׁוִיתִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד

Shiviti Adonay Lenegdi Tamid

Pongo (he puesto, estoy poniendo) al Eterno delante de mí siempre

### MEDITACIÓN 6 ARMONIZACIÓN CON LA LUZ DIVINA

Una vez alcanzado el estado de meditación (relajación, etc), según el protocolo general, miramos entonces hacia el firmamento y vemos que aparece escrito en él el Nombre יהוה en letras de fuego blanco emitiendo luz blanca. Vemos cada letra grande como una casa, claramente delineada, resplandeciente de luz, llenando todo nuestro campo de visión. Durante unos instantes nos concentraremos exclusivamente en las letras del Nombre, vaciando nuestra mente de todo pensamiento.

Vemos entonces cómo un rayo de Luz desciende desde el Nombre y penetra en nosotros por la zona de la coronilla (el centro microcósmico correspondiente a Kéter). Esta Luz recorre nuestro cuerpo Sefirá a Sefirá según el Rayo Relampagueante y las correspondencias sefiróticas internas (*como se ha hecho en meditaciones anteriores*), hasta alcanzar el centro de Maljút, en la base de la columna o bajo las plantas de los pies, donde se estabiliza. Poco a poco la Luz nos va llenando, limpiándonos y llenándonos de positividad y energía, hasta que nos sentimos completamente luminosos y radiantes.

Contemplamos todos nuestros centros psíquicos sefiróticos luminosos y vibrando en la frecuencia de la Luz Divina. Imaginamos todos nuestros órganos y partes del cuerpo bañados en esa Luz que nos limpia por completo y elimina toda forma de negatividad. Nos podemos detener en aquellas regiones aquejadas de algún tipo de dolencia y contemplar cómo la Luz aporta curación, salud y vitalidad. Sentimos que la Luz penetra hasta la médula de los huesos, fortaleciendo su sistema inmunológico. Percibimos cómo a través de los miles de capilares y conductos microscópicos la Luz alcanza a todas las células de su cuerpo y, en particular, limpia, rectifica y activa las cadenas de ADN del núcleo celular. Podemos ser todo lo detallado que deseemos o que la situación requiera (en el contexto de curación, por ejemplo).

Anhelamos adherirnos fuertemente a Dios a través de su bendito Nombre y sentirnos totalmente unificados con su Luz. Pasamos entonces a la siguiente fase de interiorización sincronizando la contemplación de las letras individuales con nuestra respiración.

Para lo cual, volvemos a tomar conciencia de nuestra respiración, profunda y rítmica y durante unos instantes atendemos a su flujo regular de inspiración y espiración. Cuando nos sintamos preparados empezamos con el siguiente proceso: Hacemos una inhalación y meditamos en la letra Yod, atrayendo su luz e introduciéndola en nosotros. En la exhalación meditamos en la letra He, permitiendo que su luz nos permee e irradie a través de nosotros. En la siguiente inhalación meditamos en la letra Vav como una luz pura, llena de fuerza y vitalidad y, por último, en la exhalación subsiguiente, meditamos en la segunda He, sintiendo cómo la Presencia Divina nos llena de gozo y alegría a rebosar. En total dos respiraciones completas.

Es decir, en la primera inhalación, contemplamos la Yod como una luz blanca, cegadora, radiante, cálida, gozosa. Esta luz penetra por tu nariz y llena y permea todo tu cuerpo, llenándote de Sabiduría.

En la primera exhalación, espiramos por la nariz y sentimos la He radiando a través de todo nuestro ser, como una madre que nos rodea y abraza. Al exhalar expulsamos todas las impurezas de nuestro sistema espiritual.

En la segunda inhalación sentimos cómo la Vav llena nuestro cuerpo, nos energiza, nos llena de fuerza y vigor, dándonos un corazón limpio, íntegro, verdadero con nuestro self, completo, maduro, equilibrado. Mantenemos la imagen de la Vav en luz blanca como la Yod, cristalizada en nuestra mente como un corazón radiante.

Y en la segunda exhalación sentimos que todo nuestro organismo físico es limpiado y recargado con el poder de la He final. Sentimos su luz refrescante, rodeándonos e irradiando.

Podemos repetir el ciclo completo el número de veces que queramos. Una posibilidad es hacerlo 26 veces, el número del Tetragrama, concentrándonos no sólo en la imagen sino también en el sonido de cada letra. Haríamos así en total 52 respiraciones, pero cualquier número es válido. Después permanecemos un buen rato en contemplación interior, en paz, alegría y plenitud.

## MEDITACIÓN 7 UNIFICACIÓN DEL SANTO Y LA SHEJINÁ

En particular, Tiféret – que como centro de Yetsirá de Atsilút representa el Partzuf de Zeir Anpin, el Santo, Bendito sea – es la Vav del Tetragrámaton, pero está también representada en otro nivel por el Nombre completo Yod He Vav He. La He final del Tetragrama, como centro de Asiá de Atsilút – y específicamente la sefirá Maljút, es la Shejiná o Presencia Divina, y está representada en otro nivel por el Nombre Adonay.

Todas nuestras acciones, oraciones, meditaciones y esfuerzo espiritual se realizan en aras de la unión del Santo, Bendito sea y de la Shejiná, que se halla en estado de exilio entre las criaturas. Esta es la Santa Unión – del cielo y la tierra, lo alto y lo bajo, lo subjetivo y lo objetivo, lo masculino y lo femenino, Tiféret y Maljút

–.

Se puede trabajar mediante el siguiente Yijud:

La primera fase es la visualización de Tetragrámaton:

יְהוָה

Después se expande la segunda He, que es la Shejiná, cuyo Nombre es Adonai, el cual se escribe en su lugar adecuado:

יְהוָה אֲדֹנָי

La Shejiná se encuentra entonces perfectamente unida a su consorte, lo cual se expresa entrelazando las letras, una a una, nivel a nivel:

יְהוָה אֲדֹנָי

Para ponernos en el nivel de conciencia adecuado, quizá resulte útil realizar la siguiente contemplación:

Visualizamos cómo de la luz que irradia esta unificación todos los seres de todos los mundos reciben bendición, paz, plenitud, realización.

Este Yijud es tan importante que en algunos Sidurim (libros de oraciones) sustituye por completo al Nombre de Dios, apareciendo éste siempre en la forma anterior, es decir, con la He expandida conteniendo al Nombre Adonai y a continuación las ocho letras entrelazadas. Así, en todas las oraciones, cada vez que leemos el Nombre de Dios YHVH y pronunciamos Adonai, estamos de hecho actualizando la unificación. De este modo hacemos nuestra pequeña contribución a la realización del Reino de Dios en la Tierra.

Para la meditación en concreto, seguimos el protocolo general (meditación 3). Podemos visualizar sucesivamente las tres fases y luego canalizar siguiendo el Árbol personal, o bien alternar: visualización primera fase (el Nombre) con su canalización; luego segunda con su canalización; por último el trenzado de ambos Nombres con su canalización. En cada fase dejar tiempo suficiente de contemplación.

## MEDITACIÓN 8 ÁRBOL DE LA VIDA EN EL AURA CON TETRAGRÁMATON

Dicho de una forma muy simplificada, en hebreo las cinco vocales – a, u, i, e, o – pueden ser largas, cortas o muy cortas. Su nombre, escritura y pronunciación (como es costumbre se escriben con la letra Alef que es muda) es como sigue:

Vocales cortas:	Patáj:	א	a
	Kubúts	ו	u
	Jirík jaser	י	i
	Segól	ה	e
	Kamats katán	א	o
Vocales largas:	Jolám malé	ו	o
	Jolám jasér	א	o
	Shurúk	ו	u
	Jirík malé	י	i
	Tseré malé	ה	e
	Tseré jasér	א	e
	Kamats gadol	א	a
Semivocales:	Shevá na'	א	muda o “e” muy breve
	Jatáf patáj	א	a muy breve
	Jatáf segól	א	e muy breve
	Jatáf kamáts	א	o muy breve

Cada sefirá tiene, por así decir, dos Nombres de Dios: un Nombre “madre”, que es el tradicional sefirótico, y un Nombre “padre”, que es el Tetragrama con una vocalización específica. Se tiene así que las sefirot son las vocales y los senderos las consonantes. Las correspondencias principales son:

1. Kéter. Kamats: א (“a” larga)      אהוה (Ya’Ha’Va’Ha’)
2. Jojmá. Pataj: א (“a” corta)      אהוה (YaHaVaHa)
3. Biná. Tseré jaser: ה (“e” larga)      אהוה (Ye’He’Ve’He’)
4. Jésed. Segol: א (“e” corta)      אהוה (YeHeVeHe)
5. Guevurá. Shevá na’: א (Muda o “e” muy breve) אהוה (YeHeVeHe)

- |                                                   |                                   |
|---------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 6. Tiféret. Jolam jaser: <sup>·</sup> (“o” larga) | יְהוָה (Yo’Ho’Vo’Ho’)             |
| 7. Nétsaj. Jirik jaser: □ (“i” corta)             | יְהִי־וִי־הִי (YiHiViHi)          |
| 8. Hod. Kubuts: □ (“u” breve)                     | יְהֻי־וּ־הֻי (YuHuVuHu)           |
| 9. Yesod. Shuruk: ׀ (“u” larga)                   | יְהוּהוּ־וּ־וּ־הוּ (Yu’Hu’Vu’Hu’) |
| 10. Maljút. Sin vocal.                            | יְהוּהֶ־וּ־וּ־הֶ (Yod He Vav He)  |

En Daát se tienen varias posibilidades vocálicas. Cuando esta sefirá invisible se considera como un todo, se asigna a cada letra del Tetragrama su vocal llamada natural, es decir, aquélla con la que se pronuncia el nombre de la letra: Para Yod es “o”, para He es “e” y para Vav es “a”. Se tiene entonces la pronunciación יְהוּהֶ־וּ־וּ־הֶ (Yo’He’Va’He’).

Cuando Daát se considera como conjunción de Jojmá y Biná intersección sendero Kéter-Tiféret (Daát Elión; centro de la frente, tercer ojo, etc.) entonces la vocal asociada es Tseré malé (e larga, escrita con Yodim): יְהֵהֶ־וּ־וּ־הֵהֶ (Ye’He’Ve’He’).

Daát del Abismo, mediador y vínculo entre las tres sefirot supremas y las siete inferiores (Daát Tajatón; centro de la garganta) toma la vocal Jolam malé: יְהוּהוּ־וּ־וּ־הוּ (Yo’Ho’Vo’Ho’).

Por otra parte, la conjunción Nétsaj-Hod intersección sendero Tiféret-Yesod (Centro del ombligo) asume la vocalización Jirik malé: יְהִי־וִי־הִי (Yi’Hi’Vi’Hi’)

El uso de las restantes vocales se aclarará cuando se explique la práctica.

יְהוָה  
אֱלֹהֵי

יְהוָה  
יְהוָה אֱלֹהִים

יְהוָה  
אֱלֹהֵי

יְהוָה  
יְהוָה

יְהוָה  
יְהוָה  
אֱלֹהֵי

יְהוָה  
אֱלֹהִים  
גִּבּוֹר

יְהוָה  
אֱלֹהֵי

יְהוָה  
יְהוָה אֱלֹהֵי  
וְדַעַת

יְהוָה  
אֱלֹהִים  
צְבָאוֹת

יְהוָה  
אֱלֹהֵי

יְהוָה  
יְהוָה  
צְבָאוֹת

יְהוָה  
שְׂדֵי אֶלֶּי חַי

יְהוָה  
אֲדֹנָי  
הָאָרֶץ

Esta meditación es la misma que la meditación 2, el Árbol de la Vida en el aura, pero utilizando las diversas vocalizaciones del Tetragrama en vez de los Nombres sefiróticos. Podemos actualizar simplemente las sefirot o utilizar los senderos mediante la letra hebrea, según el mismo procedimiento anterior.

Centro de Kéter, **sobre nuestra cabeza**, el Nombre YHVH con la vocal Kamats (“a” larga):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ . En la exhalación, vibramos Ya’Ha’Va’Ha’.

**Hemisferio cerebral izquierdo**, el centro de Jojmá, y allí se dibuja un Tetragrama con la vocal Pataj (“a” corta):  $\underline{\text{י}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ה}}$ . En la exhalación vibramos YaHaVaHa.

Centro de Biná, en el **hemisferio derecho**: YHVH con Tseré jaser (“e” larga):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ , y vibramos internamente Ye’He’Ve’He’.

Centro de la **frente**, Daát Elión. YHVH con Tseré malé (e larga, escrita con Yodim):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ , mientras que en la exhalación pronunciamos Ye’He’Ve’He’.

Centro de la **garganta**, Daát Tajatón. Tetragrama con Jolam malé (“o” larga):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ , pronunciando Yo’Ho’Vo’Ho’.

**Hombro izquierdo**, centro de Jésed. Tetragrama vocalizado con Segol (“e” corta):  $\underline{\text{י}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ה}}$ . En la exhalación vibramos YeHeVeHe.

**Hombro derecho**, centro de Guevurá, Tetragrama vocalizado con Shevá na’:  $\underline{\text{י}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ה}}$ . Así, en la exhalación pronunciamos Y<sup>e</sup>H<sup>e</sup>V<sup>e</sup>H<sup>e</sup>.

Centro del **corazón**, Tiféret, Tetragrama vocalizado con Jolam jaser:  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ . En la exhalación vibramos Yo’Ho’Vo’Ho’.

**Cadera izquierda**, centro de Nétsaj. Tetragrámaton vocalizado con Jirik jaser (“i” corta):  $\underline{\text{י}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ה}}$ , vibrando YiHiViHi.

**Cadera derecha**, centro de Hod. Tetragrámaton vocalizado con Kubuts (“u” corta):  $\underline{\text{י}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ו}}\underline{\text{ה}}$ , pronunciando YuHuVuHu.

Centro del **ombbligo**. Tetragrámaton con Jirik malé (“i” larga):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ , pronunciado Yi’Hi’Vi’Hi’.

Centro de Yesod, raíz del **órgano sexual**. Tetragrama vocalizado con Shuruk (“u” larga):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ה}}$ , vibrando Yu’Hu’Vu’Hu’.

Centro de Maljút, en la **base de la columna**; Tetragrama sin vocales: יהוה, que pronunciamos por sus letras **Yod He Vav He**.

## MEDITACIÓN 9 EL NOMBRE DE 12 LETRAS

El Nombre de doce letras, con el que según el Zohar el profeta Elías alcanzó la inmortalidad, es, de hecho, la triple repetición del Tetragrámaton: YHVH YHVH YHVH:

יהוה יהוה יהוה

Estos tres Nombres corresponden a los tres Tetragrámaton de la expresión, ampliamente utilizada en el rezo judío:

YHVH Mélej YHVH Malaj Yimloj YHVH leolám vaed.  
YHVH reina, YHVH reinó, YHVH reinará por siempre jamás.

Vemos que, de nuevo, enfatiza la soberanía Divina sobre la dimensión del tiempo, tal como aparecía en la expresión:

היה והיה ויהיה

El que era, El que es y El que será

Hay que tener en cuenta que el valor numérico de este Nombre es 78 ( $26 \times 3$ ), lo que nos trae diversas asociaciones:

78 es el valor numérico de la palabra Mazla (מזל) que significa (en arameo) destino, suerte, fortuna y también estrella, en el sentido de influencia planetaria. En hebreo sería Mazal (מזל = 77). Podemos considerar igualmente esta expresión añadiendo una unidad por el kolel. Según el Zohar (escrito en arameo), Mazla es la influencia que desciende desde Kéter (la primera sefirá). Es decir, mazla es la influencia astrológica como canal para el flujo de Luz Divina y Fuerza Vital mediante el cual Dios gobierna el mundo.

Si por un lado en el propio mazal se encuentran los factores preordenados en nuestras vidas – teniendo en cuenta que no son ni fatídicos ni irreversibles; se trata de tendencias energéticas – también es cierto que, por otro, el mazal es la fuente de las tendencias más profundas enraizadas en nuestra neshamá, lo cual incluye nuestros talentos innatos y la naturaleza de nuestro tikún. Es nuestro mazal la clave para encontrar nuestro propósito único en la vida.

Mediante el Nombre de 12 letras cabalgamos, por así decir, sobre nuestro mazal.

También 78 es el valor numérico de la palabra Léjem, לחם, pan, que se refiere al sustento en general, tanto material como espiritual. En este sentido, el triple Tetragrámaton es el Nombre de la Berajá, de la bendición sacerdotal, tal como está escrito:

Yevarejejá Yod He Vav He beyishmerejá. Que **YHVH** te bendiga y te guarde

Yaer Yod He Vav He panav eleja vijuneká. Ilumine **YHVH** su Rostro sobre ti y te de gracia.

Yisá Yod He Vav He panav elejá veyashem lejá shalom. Eleve **YHVH** su Rostro hacia ti y te conceda la paz.

“Y pondrán mi Nombre sobre los hijos de Israel y yo los bendeciré” (Números, 6:24-26)

Hacemos, pues, dos meditaciones sobre el Nombre de doce letras, dos maneras de poner el Nombre sobre nosotros. En la primera enfatizamos el aspecto de cuerpo de luz y en la segunda el de recibir y transmitir bendición.

### MEDITACIÓN 9 I

En Kéter ubicamos el Nombre completo y en cada uno de los siguientes lugares del Árbol ponemos una letra, de la siguiente manera:

Kéter	יהוה יהוה יהוה
Jojmá (hemisferio izquierdo)	י
Biná (hemisferio derecho)	ה
Dáat Elión (frente)	ו
Dáat Tajtón (garganta)	ה
Jésed (hombro izquierdo)	י
Guevurá (hombro derecho)	ה
Tiféret (corazón)	ו
Yesod Elión (ombligo)	ה
Nétsaj (cadera izquierda)	י
Hod (cadera derecha)	ה
Yesod Tajtón (Sexo)	ו
Maljut (base de la columna)	ה

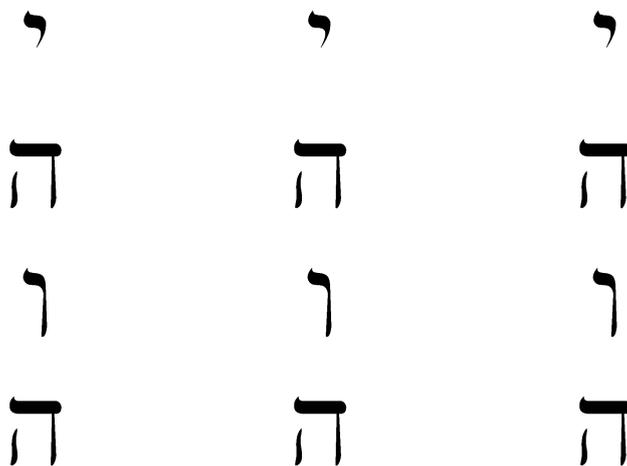
### MEDITACIÓN 9 II

Recreamos en nosotros las tres columnas:

Yevarejejá Yod He Vav He beyishmerejá. Y en la columna de nube a nuestra izquierda aparece el Tetragrama en fuego blanco, escrito verticalmente en ella: Yod – Jojmá; He – Jésed; Vav – Nétsaj; He – Maljút.

Yaer Yod He Vav He panav eleja vijuneká. Y en la columna de fuego a la derecha aparece el Tetragrama escrito en vertical, en letras de fuego de color rojo: Yod – Biná; He – Guevurá; Vav – Hod; He – Maljút.

Yisá Yod He Vav He panav elejá veyashem lejá shalom. Aparece a través de nosotros la columna central de pura luz, uniendo el Cielo con la Tierra, con el Nombre de Dios en vertical en pura luminosidad: Yod – Kéter; He – Tiféret; Vav – Yesod; He – Maljút.



Extendemos los brazos y las manos y enviamos berajá a toda la Creación.

### **PRÁCTICA con el Nombre de 42 letras.**

El programa propuesto de meditaciones en este contexto de las meditaciones generales es el siguiente:

Meditación 10. Meditación diaria de un versículo siguiendo los días de la semana.

Meditación 11. Meditación de un versículo con una intención concreta.

Meditación 12. Creación y/o materialización.

Otras meditaciones que se verán en los siguientes capítulos son:  
Encendido de la Menorá. Meditación sobre los centros del pilar del medio.  
Meditación con movimientos de cabeza.

## **MEDITACIÓN 10**

### **MEDITACIÓN DEL VERSÍCULO DIARIO**

La práctica de la semana, centrada en el shabat, es un mandamiento de la Torá. Aunque otras religiones hayan desplazado la festividad del sábado a diferentes días de

la semana, no es menos cierto que la fórmula del septenario se ha universalizado y determina la manera de organizar el tiempo en prácticamente toda la humanidad.

Acostumbrados no tanto a vivir el tiempo, como la medida del tiempo – nuestra obsesión por los horarios – no nos damos cuenta de que en cada día fluyen poderosas fuerza espirituales, actualización de los arquetipos sefiróticos que estructuran la Creación.

Sobreponiéndonos a la rutina y a las fuerzas del hábito, debemos vivir cada día como único e irreplicable, ofreciéndonos oportunidades de crecimiento y acción creativa conducentes a nuestra realización personal y del tikún general.

Meditando sobre el Nombre del Aná Bejóaj correspondiente, nos sintonizamos con sus energías para realizar las tareas específicas del día bajo la guía y la protección de la Luz.

En general, la mejor hora para hacer esta meditación es temprano por la mañana. Hay que tener en cuenta, sin embargo, que, puesto que nuestro modelo es el de la Creación, en el relato del Génesis cada día comienza en la tarde del anterior: la noche precede al día; de forma que si hacemos una meditación nocturna es el nombre del día siguiente (según el modo convencional en el que el día empieza a las 0:00 h.) el que debemos utilizar.

La metodología es esencialmente la misma que se explicó la meditación 3. Recordamos las fases:

- 1) Relajación.
- 2) Creación del marco meditativo (Ensueño creativo. Subida a la colina de luz. Ascensión al Kótel, etc.)
- 3) Construcción del Nombre (Visualización en el firmamento. En letras de fuego blanco, irradiando Luz blanca o de algún color sefirótico adecuado)
- 4) Concentración completa en las letras.
- 5) Atracción de la Luz y canalización hasta la plenitud. Esto puede hacerse por varios procedimientos. Armonización de la Luz con la propia energía. Contemplación.
- 6) Proyección al entorno. Fase de compartir.
- 7) Intención concreta (si la hubiere).
- 8) Agradecimiento. Retorno. Cierre.

Este es el marco general que puede sufrir adaptaciones y variaciones.

Así, en la fase 3), previamente a la visualización del Nombre del día, debemos hacer un recorrido completo por todo el texto del Ána Bejóaj, ya sea recitada o cantada<sup>32</sup>. Se debe hacer en actitud de oración, con sentimiento, involucrándose.

Es posible que algunas personas tengan dificultad en la visualización de las seis letras. Pueden proceder una a una, o bien pueden contemplar durante un tiempo las letras escritas y después cerrar los ojos, proyectando la imagen. O incluso proceder todo el tiempo con los ojos abiertos delante de la imagen, dejando que las letras irradien, hasta alcanzar el estado de contemplación (unificación en lo universal del meditador y lo meditado).

La canalización de la Luz puede hacerse de varias formas: O bien del Nombre descende la Luz que circula por nuestros centros sefiróticos o/y órganos y partes del cuerpo hasta sentirse internamente totalmente bañados en luz, o bien también

---

<sup>32</sup> En YouTube se pueden escuchar muchas versiones de este tema.

descienden las letras y vamos visualizando el Nombre en cada una de las sefirot del ser interno.

Una vez completada esta fase permanecemos un tiempo en meditación en vacío, abandonándonos a la experiencia y contemplación de la luz. Podemos expandirnos infinitamente, en unificación (devekut) con la esencia de la sefirá que es una manifestación infinita del Infinito.

Desde el máximo nivel que seamos capaces de alcanzar, enviamos luz y bendiciones sobre todas las criaturas, visualizando como todas son liberadas de los velos de la ilusión y forman parte del Reino de Dios.

A continuación proyectamos nuestro día desde el punto de vista de la Luz, visualizándonos a nosotros y a todas las situaciones previstas en positivo.

Terminamos como siempre en agradecimiento a la Luz y retornando en paz a nuestro estado de conciencia habitual.

En fases más avanzadas incluimos en la meditación los Nombres Divinos y angélicos de sus letras.

### Domingo

**אבגיתין**

אדירירון בהירירון גבירירון יגבהיה תלמיה צפניה  
אורפניאל בואל גבריאל יופיאל תומיאל צדקיאל

### Lunes

**קרעשטין**

קרמיה רגריה עדריה שגניה תלטיה נהריה  
קבציאל רפאל אזויאל שמשיאל טביאל נגדיאל

### Martes

**נגדיכש**

נשמריה געריה דוהריה יעליה כסיה שגיוניה  
נחליאל גבוריאל הניאל יהודיאל כבשיאל שגנריאל

Miércoles

## בטרצתג

בועליה טורריה רמיה צצציה תהנהיה גלגליה  
ברכאיל טבטביאל רחמיאל צפניאל תרומיאל גדודיאל

Jueves

## חקבטנע

חנניה קהקיה בהוהויה טבטניה נעניה עממיה  
חזיאל קומיאל ברדקיאל טהריאל נוריאל עמיאל

Viernes

## יגלפזק

ידלשריה גורריה למימריה פקורקדיה זוהרזרעיה קווליה  
ישראל גריאל להביאל פניאל זכריאל קדשיאל

Sábado

## שקוצית

שתהורריה קרושיה והאלאליה צעיריה יההריה תמתליה  
שלגניאל קרביאל וויאל צוריאל ילפיאל תבריאל

## MEDITACIÓN 11

### MEDITACIÓN DE UN VERSÍCULO PARA TRABAJO DE INTENCIONES

Se trata de utilizar el versículo sefirótico que corresponda con la intención que queramos alcanzar. Esta puede ser personal o referirse a otros, siempre para ayudar positivamente a otras personas. La intención tampoco tiene por qué referirse a algo material. Puede tratarse de un trabajo interno, de tikún, de crecimiento personal, de protección, guía, conexión espiritual, etc.

En realidad, todas estas intenciones están contenidas de manera genérica en la meditación diaria propuesta antes, pero en un momento dado podemos singularizar algo para necesidades específicas.

El primer paso es determinar a qué sefirá pertenece la intención a trabajar. Para lo cual es necesario un buen conocimiento del Árbol de la Vida. En las páginas anteriores se han dado características relativas a cada versículo. Se remite también al lector al capítulo 1 para una visión general de las cualidades sefiróticas.

El procedimiento a seguir es el mismo que en la meditación anterior (nº 10). Únicamente en el punto 7) incidimos en la intención que nos motiva, pero hemos realizado previamente todos los pasos anteriores.

Un buen procedimiento es diseñar una representación esquemática o simbólica de la intención y visualizarla en el interior de un hexagrama con las seis letras del versículo en sus vértices (y los seis Nombres de Dios y/o angélicos asociados). Esta representación puede ser una palabra clave o incluso una breve frase en hebreo o en la lengua materna. La luz del Nombre incide en la intención y la realiza.

Si por ejemplo quiero encontrar una casa que me ofrezca las máximas posibilidades de desarrollo personal, visualizaría mi casa ideal y utilizaría el séptimo versículo: Shequ Tsiat. Si lo que quiero es liberarme de la ira, utilizaría el segundo Nombre: Qará Satán. En el centro del hexagrama escribiría simplemente eso: “Quiero liberarme de la ira” o en hebreo (con los traductores de internet no debe haber problema en ello): אני רוצה להיפטר מכעס

En el proceso de meditación el hexagrama actúa como un espejo. Veo en su interior reflejadas situaciones en las que me dejo llevar por la ira y como esas situaciones son limpiadas y transmutadas por la luz del Nombre que incide hacia el interior.

Debe quedar claro que tengo la verdadera intención de querer superar mi ira. En una situación en la que normalmente reacciono con ella, voy a tener ayuda de la luz, pero el trabajo – poner la voluntad en el instante anterior a que se dispare, que es cuando realmente tengo elección – es realmente mío.



De la contemplación del diseño anterior debe quedar claro que esa imagen, además de un objeto de meditación, es una figura talismánica.

El sentido de recorrido es siempre el de las agujas del reloj. El primer triplete está en el triángulo que apunta hacia arriba, con la primera letra en el vértice superior. El segundo triplete empieza con el vértice inferior y sigue el mismo recorrido en el triángulo que apunta hacia abajo.

## MEDITACIÓN 12.

### CREACIÓN Y/O MATERIALIZACIÓN

En cierto modo, podemos considerar esta meditación como una extensión de la anterior, solo que en un contexto más amplio, más global.

Toda intención supone un cambio, ya sea interno o externo. Este cambio es el fruto de innumerables causas concurrentes. Estamos acostumbrados a considerar sólo las causas materiales y no vemos que éstas son el último eslabón de un proceso de causalidad vertical con origen en la Voluntad Suprema, la esfera del Infinito.

Según Aristóteles todo movimiento – y el cambio es una forma de movimiento – es un tránsito de la potencia al acto. La esfera de la potencia – la pura potencialidad inherente – es el pleroma divino o, dicho de otro modo, la manifestación de la Voluntad Divina. Y el trayecto por el que desciende para ser actualizada en el plano fenoménico es el Rayo Relampagueante del Árbol de la Vida.

Ese es el proceso codificado en el Génesis – un proceso arquetípico – que no se refiere sólo al hecho, digamos, cosmológico, sino a toda forma de creación, la cual incluye tanto la aparición de lo nuevo, como el sostenimiento de lo ya existente.

Porque la creación no es algo que tuvo lugar en cierta ocasión en el tiempo. Está sucediendo constantemente en el tiempo – creación continua – y fuera del tiempo, en el

dominio de lo eterno. Mediante el Nombre de 42 letras trazamos un puente entre ambos planos. De ahí la insistencia en que éste es el Nombre de la Creación, moldeado a partir de las primeras 42 letras (de Bet a Bet) de la Torá.

El ser humano está llamado a ser co-creador; al menos a crear las condiciones de su propia vida. R. Aryeh Kaplan, en su extraordinario comentario al Séfer Yetsirá, insiste en que el texto puede ser leído no como una acción pasada en tercera persona: grabó... creó; sino como una instrucción positiva (imperativo) en segunda persona: graba tú... crea tú..., etc. Ello se debe a la coincidencia de la forma verbal del tiempo imperfecto en tercera persona con el imperativo singular en segunda.

Pero es directa la generalización al primer capítulo del Génesis: En principio (Con Sabiduría) crea tú a Elohim (según la interpretación cabalística de que este Nombre es objeto directo del verbo crear en vez de sujeto), los cielos (Et Hashamaim) y la Tierra (VeEt HaÁrets).

¿Cómo? Mediante las letras (Et, Alef Tav, todo el alfabeto), las letras de los cielos y las letras de la tierra; en particular mediante las letras del Nombre de 42, que son las que introducen la información (la Bet de Bohu, última del Nombre. El Bahir interpreta esta palabra como “En él”) en el estado caótico original de Tohu (“Y la Tierra era Tohu VaBohu...).

No hay límite, salvo el de la propia mente, a la profundidad de este proceso. La fórmula creativa se aplica tanto a la creación del cosmos como a la realización de un proyecto concreto, a la creación artística, a la fabricación de algo material, etc. Primero vestimos nuestra voluntad personal con la Voluntad Divina – es decir, nos sometemos a ella –. Si vivimos nuestra vida de acuerdo con este principio de hacer la voluntad de Dios, Él Mismo viste su Voluntad con la nuestra – es decir, realiza nuestra voluntad –.

Vamos a ver con un ejemplo cómo se desarrollaría la meditación con una intención concreta, suficientemente abstracta, aunque el procedimiento se puede seguir igualmente como una meditación de iluminación y sintonía con las fuerzas sefiróticas.

1. Empezamos visualizándonos frente a un gran Árbol de la Vida. Frente a nosotros la esfera de Maljut. La esfera circunscribe un hexagrama o maguén David con las letras del séptimo Nombre, como se ha descrito en la meditación anterior. En este caso:

	ש	
,		ת
ו		ק
	צ	

También podemos simplemente visualizar las letras en círculo alrededor, en cuyo caso seguiríamos el orden natural del Nombre, sin saltar:

	ש	
ק		ת
ו		,
	צ	

2. Este es el marco meditativo inicial. En el interior del círculo o del hexagrama planteamos la cuestión tal como la vemos ahora, siendo todo lo detallados que queramos. Dejamos que surjan las situaciones o imágenes tal como fluyen, en un estado de espontaneidad deliberada. Mientras lo hacemos podemos ir repitiendo el versículo a modo de mantra: shavaténu qabél ushmá tsaqaaténu yodéa taalumót. Al final hacemos una síntesis lo más ajustada posible; si somos capaces de focalizar todo en un símbolo único mucho mejor.

Con este proceso estamos poniendo nuestra intención en manos de la Shejiná. Quizá baste con que hagamos una oración espontánea al respecto, pidiendo gracia y bendiciones para nuestro trabajo.

3. Ahora, mediante algún recurso personal, elevamos el Maljut a Biná. Mantenemos la visualización de las letras, mantenemos la recitación mántrica, mantenemos la intención focalizada en el interior. Ahora bien, la vemos rodeada de luz, pulsando al unísono con la Luz Divina. Es aquí donde empezamos a ver nuestra intención con los ojos de la neshamá, contemplada bajo el prisma de los arquetipos del espíritu. En el regazo de la Madre nuestra intención es recreada, reformulada, aunque todavía a un nivel muy abstracto, pero causal. Empieza entonces el descenso siguiendo el rayo relampagueante.

4. Al alcanzar Jésed, visualizamos esta esfera con sus letras correspondientes: A Be Gui Yo Ta Tsa, en hexagrama o en círculo. Pronunciamos el versículo como mantra: aná bejóaj guedulát yemineja tatir tserurá; mientras que vemos cómo se reformula la intención, que sigue focalizada en el centro, a la luz de Jésed. Observamos qué tipo de rapport recibimos. Qué indicaciones se nos transmiten. Cargamos la intención con la energía de amor de Jésed, con su expansividad, positividad. Meditamos.

5. Repetimos el mismo proceso en cada sefirá: Guevurá, Tiféret, Nétsaj, Hod, y Yesod. En alguna esfera permaneceremos menos tiempo. En otras más. Es mucho lo que podemos aprender sobre nosotros y sobre la intención. Qué la bloquea, cuáles son los obstáculos, qué hemos de cambiar, etc. Es importante que la luz descienda, que nuestra intención se cargue con la energía de cada sefirot, que adquiera momentum hacia su manifestación en Maljut como realizada. En Yesod debemos recibir algún tipo de feedback al respecto, de que la forma energética está en lo astral y buscará su camino de realización en Maljút.

6. Cuando alcanzamos Maljút de nuevo, visualizando el hexagrama de letras del principio, simplemente descansamos y lo dejamos estar. Hacemos, por así decir, el shabat de la intención, que ya está consagrada y santificada. Aceptamos y agradecemos lo que la luz quiera o haya querido darnos y permanecemos en paz, olvidándonos del asunto.

Esto termina la meditación. Si está bien hecha, no es necesario repetir ni reforzar la intención, por lo menos durante un tiempo suficiente. Si no sucede lo que esperamos, puede que no sea voluntad Divina, o que no esté en consonancia con nuestro tikún, o simplemente que todavía no es el momento apropiado. Nos hemos sometido a la voluntad del Cielo y sabemos que Gam Zu LeTová: ¡También esto es para bien!

## MEDITACIONES CON LOS 72 NOMBRES DE DIOS

### MEDITACIÓN 13

#### Meditación sobre uno de los 72 Nombres.

La metodología sigue el protocolo general descrito en la meditación 3. Por su importancia, nuevamente repetimos las fases:

- 1) Relajación.
- 2) Creación del marco meditativo (Ensueño creativo. Subida a la colina de luz. Ascensión al Kótel, etc.)
- 3) Construcción del Nombre (Visualización en el firmamento. En letras de fuego blanco, irradiando Luz blanca o de algún color sefirótico adecuado. En este caso se puede visualizar el Nombre en el color de la subsefirá sobre un fondo de color de la sefirá de la cual forma parte).
- 4) Concentración completa en las letras.
- 5) Atracción de la Luz y canalización hasta la plenitud. Esto puede hacerse por varios procedimientos (ver antes). Armonización de la Luz con la propia energía. Contemplación.
- 6) Proyección al entorno. Fase de compartir.
- 7) Intención específica. La intención preside la meditación desde el principio, pero en este punto se reformula, concreta y proyecta.
- 8) Agradecimiento. Retorno. Cierre.

#### **Ejemplo: Nombre Mem He Shin. Tiféret de Kéter.**

Lo primero es el estudio del Nombre. El primer paso en el proceso de pensamiento creativo – y en la meditación sucede otro tanto – es alimentar al máximo nuestra mente para que se involucre plenamente en el tema. Después dejar que toda la información se procese en el subconsciente, en donde no hay espacio ni tiempo y se establecen las relaciones superiores. Es la fase de incubación. En el caso de la meditación estas relaciones se establecen a un nivel supramental, en el dominio de la superconciencia. El último paso es el de afloración de los contenidos con la matrix energética y significativa atraída desde lo universal, lo cual sucede en el proceso de meditación formal o en cualquier otro momento de receptividad personal.

En el capítulo IV se ha dado una breve sinopsis de cada uno de los 72 Nombres que puede tomarse como punto de partida. Es evidente que la interpretación puede expandirse enormemente. Recomendamos al lector que consulte otras fuentes aunque tengan una aproximación diferente. Estamos hablando de Nombres de Dios y como tales son infinitos.

A continuación ampliamos lo dicho en el capítulo anterior sobre el Nombre que nos ocupa. La información – de éste y de los demás Nombres – puede encontrarse en mi página web: [www.lacabaladelaluz.com](http://www.lacabaladelaluz.com)



Vocalización: Mehash (Moshé Cordovéro); Me/He/Shi (Abulafia) Valor numérico: 345

Ángel portador del Nombre: מַהְשִׁיָּהּ Mahashiah. Valor numérico: 360.

Como energía de Tiferet de Kéter la energía de este Nombre confiere una gran serenidad y equilibrio, armonizando y estableciendo la paz tanto interior como exteriormente. Trae la reconciliación, el perdón, la aceptación y el entendimiento profundo. Su canal es la intuición pura, la percepción directa que emana de la capacidad de estar en el centro y de establecer una comunicación centro a centro. Este Nombre (y su ángel) tiene un gran poder de unificación. En el centro todas las cosas son una. Y en él mora el Yo Soy impersonal y eterno.

מַהְשִׁיָּהּ enciende en nosotros el fuego de la Chispa Divina. Sobre todo mediante el poder del Nombre de Dios. Una permutación del triplete es HaShem, הַשֵּׁם, que significa “el Nombre” y que es una forma tradicional de referirse a Dios. Lo mismo cabe decir de שְׁמָהּ, que se lee como Shem Havayá (el Nombre de la Existencia), הַשֵּׁם הַיְהוָה, ya que la He es la manera de referirse al Tetragrama mediante una sola letra. También se tiene la permutación מוֹשֶׁה, Moshé, a quien fue revelado y reveló el Nombre. Por otra parte, el valor numérico de esta combinación de letras es 345, que es el del Nombre de Dios אֱלֹהֵי שַׁדַּי, El Shadai. Es notable que leído al revés, 543, se obtenga el valor numérico de אֱהִיֶּה אֲשֶׁר אֱהִיֶּה, Eheié Asher Eheié, YO SOY QUIEN YO SOY, nombre revelado a Moisés en el Éxodo 3:14, siendo 314 el número de Shadai.

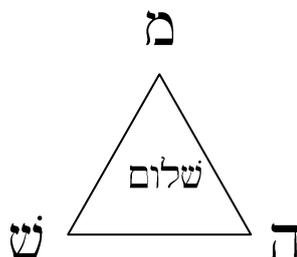
La conexión con el Dios Interior es curación completa. Este Nombre encierra un gran poder de limpieza, de purificación (por el fuego, el agua, el aliento: Shin, Mem, He), de regeneración. Es la curación por el espíritu. Curación a todos los niveles: físico, anímico, de una relación, de una situación. Pero para ello es necesario alcanzar la plena responsabilidad por las propias acciones que son la causa del conflicto o desequilibrio que origina la enfermedad. Borrarnos así todo karma, toda huella negativa del pasado. Cesan los conflictos y luchas interiores. Cesan los temores y se alcanza la serenidad, el Shalom, la paz. La verdadera curación es sinónimo de totalidad, de completitud (360 es la medida de toda la circunferencia). La acción de este Nombre está descrita en el versículo 3:20 del profeta Malaquías: “Pero se alzaré para vosotros temerosos de mi Nombre el Sol de la Justicia (Tsedaká) con curación en sus alas”.

מַהְשִׁיָּהּ nos pone en contacto con el corazón de Dios. Su energía es paz, amor desinteresado, irradiación de vida. Nos pide que nos convirtamos en receptáculos y canales de esta irradiación positiva. Por medio de su rayo de Amor-Sabiduría podemos alcanzar un conocimiento íntimo y profundo de Dios. Y desde ahí canalizar la bendición y la curación, pues curándonos a nosotros mismos curamos también al mundo.

#### **Notas a la meditación en sí:**

Podemos pues meditar sobre el Nombre enfatizando como intención alguno de los aspectos desarrollados, por ejemplo para conseguir un estado de paz tanto interior como exterior, para curación personal o de otros, para conectar con nuestra Chispa Divina, para salir de nuestro estado de fragmentación interna y alcanzar un nivel de integración y unificación en nuestro verdadero centro, para desarrollar la intuición espiritual, etc.

Una posibilidad podría ser visualizar la palabra que concreta nuestra intención (mejor en hebreo, pero si no en nuestra lengua materna) en el interior de un triángulo en cuyos vértices están las tres letras del Nombre. Por ejemplo, Shalom, Paz:



Toda esta configuración, como siempre, en fuego blanco irradiando luz blanca. Integramos la intención en nuestro sistema energético por medio de la canalización a través de nuestros centros sefiróticos según el procedimiento usual. También podemos proyectarla hacia el exterior visualizándonos en el interior del triángulo en estado (o estados concretos) de paz como una intención realizada. Evidentemente este es un momento de creatividad personal.

En la visualización del Nombre en el firmamento de luz (fase 3) podemos entrelazarlo con el Tetragrama alcanzando un estado de potenciación superior. Así:

ימדהושה

Después se sigue con el protocolo habitual.

Una meditación general con todos los 72 Nombres se verá en el próximo capítulo en el contexto del Tseruf.

## Capítulo VI. Dáat de Yetsirá. La práctica del Tseruf.

Las meditaciones con letras hebreas constituyen un método probado y potente para abrir el centro del Dáat de Yetsirá que es también el Yesod de Briá. Quiere esto decir que además de abrirnos al flujo constante de luz e influencia Divinas – el Shéfa – nos permite trabajar en la construcción de un fundamento en el mundo de Briá para poder operar en ese mundo. Con las letras hebreas podemos en verdad trascender el nivel del yo de la personalidad y proyectarnos en los dominios espirituales de las cualidades puras y del ser.

El campo es de una extensión inmensa. Podemos considerar cada letra en sí misma (como una fuerza específica); combinándose con otras para formar palabras y Nombres; realizando Yejudim o unificaciones de Nombres, es decir, trabajando con sus energías arquetípicas; yendo más allá de la lógica, del lenguaje y de la mente mediante combinaciones y permutaciones de letras (tseruf).

Procedimientos de meditación sobre letras hebreas, así como el uso de Yejudim y también de tefilá meditativa (en las oraciones y rezos rituales) han sido desarrollados en el capítulo anterior y/o en mi libro *El Camino del Árbol de la Vida*. En este capítulo vamos a centrarnos en los procedimientos de Tseruf, las combinaciones, sustituciones y permutaciones de letras; una metodología que practicada sistemáticamente lleva – con el concurso de la Gracia Divina – al objetivo buscado de abrir el Dáat de Yetsirá, la puerta de entrada a la conciencia espiritual briática. El Tseruf es el núcleo práctico de lo que constituye la llamada cábala profética (o también cábala extática).

Por cábala profética entendemos la metodología desarrollada por el cabalista español del siglo XIII, Rabí Abraham Abulafia, y su escuela (principalmente Shem Tov de Burgos y Yehudá Albotini). Estudios en profundidad de Abulafia y seguidores han sido realizados, entre otros, por los eminentes Guershom Sholem y Moshé Idel. Se recomienda enfáticamente la lectura del capítulo dedicado a Abulafia en el gran libro *Las grandes corrientes de la mística judía* (ed. Siruela en castellano) de G. Sholem, así como el estudio de los libros de Idel: *The mystical experience in Abraham Abulafia* y *Studies in Ecstatic Kabbalah* (ambos en SUNY series in Judaica. State University of New York Press). Asimismo Rabí Aryeh Kaplan, en su libro *Meditación y Cábala*, comenta y traduce textos de Abulafia y otros, y también en su traducción y comentario del Séfer Yetsirá explica algunas de sus técnicas (ambos publicados por Equipo Difusor del Libro).

Abulafia sostenía que sus métodos de descifrado de la Torá y sus técnicas de meditación (con Nombres de Dios) constituían la verdadera tradición de los profetas de Israel. En cualquier caso, sostenía que con sus técnicas – él hablaba de la Cábala de los Nombres – se alcanzaban estados de conciencia afines al éxtasis profético, con las iluminaciones concomitantes.

La palabra Tseruf, de la raíz Tsadi Resh Peh, tiene varios significados que arrojan luz tanto sobre el objetivo como sobre el procedimiento meditativo en sí. Por una parte significa unir y combinar; también cambiar y agregar. Por otra, limpiar, purificar y refinar (por ejemplo la plata). Y por último tiene la connotación de poner a prueba y ensayar.

Podemos considerar, para el tema que nos ocupa, que el denominador común de los distintos significados es un movimiento hacia la abstracción, el pasar a otro plano prediferenciado en el que las cosas no están separadas y, por tanto, pueden cambiarse, sustituirse unas por otras, etc. De hecho, la expresión majshavá tserufá significa en hebreo pensamiento abstracto. Mediante la práctica del tseruf – sustituir, permutar,

combinar – buscamos purificar y refinar la mente para deshacer los nudos que atan nuestro pensamiento al plano de lo concreto, de los sentidos, de los hechos y objetos definidos.

Se trata de un camino sistemático y gradual, de refinado continuo, que exige probar y ensayar. El camino es interiorización, paso del pensamiento concreto a la mente abstracta, y de ahí apertura completa al mundo del espíritu.

En breve volvemos sobre ello, pero antes es conveniente recalcar que si bien es un instrumento, no se trata de un simple juego mental arbitrario. Leemos en Sal 12:7,

אַמְרוֹת יְהוָה אַמְרוֹת טְהוֹרוֹת כְּסֵף צְרוּפָה בַּעֲלִיל לְאָרֶץ מְזַקֵּק שִׁבְעַתָּיִם

Las palabras de YHVH (son) palabras puras, plata<sup>33</sup> **refinada** en horno de tierra, purificada siete veces.

En Sal 18:31

הָאֵל תָּמִים דְּרָכָיו אֲמַרְתָּ יְהוָה צְרוּפָה מִגֵּן הוּא לְכֹל הַחַסִּים בּוֹ

(En cuanto a) Dios, perfecto es su camino, **acrisolada** (¡permutada!, según Abulafia) la palabra de YHVH, escudo es a todos los que en él esperan.

Es decir, la misma palabra de Dios es permutada (mezclada, combinada). Lo cual nos lleva al núcleo del Séfer Yetsirá y, por ende, del Bereshit: La Creación por la Palabra. La Creación se realiza por la combinación y permutación de las letras, que son las vasijas metafísicas de la Luz Divina. Recordemos que, según relata el libro del Éxodo, Betsalel fue elegido para la construcción del Tabernáculo (Templo) en el desierto, a su vez una recreación de la obra de la Creación o Bereshit. Y el Talmud señala que Betsalel sabía cómo permutar las letras con las Cielo y Tierra fueron creados.

Podemos tratar de entenderlo mediante el modelo conceptual de la mecánica cuántica:

Hasta el momento de la observación (mediante un experimento) los valores de las variables que definen el estado de un sistema físico (por ejemplo, una partícula elemental) no están definidas, no tienen un valor concreto. La función de onda que lo define se describe, de hecho, como una superposición de todos los estados posibles del sistema. Cuando hacemos una observación (interacción con la conciencia), la función de onda colapsa a un estado definido (uno de entre todos los estados superpuestos). Podemos entonces decir que la partícula está aquí o allá, tiene una determinada velocidad (siempre dentro de lo permitido por el principio de indeterminación). Hasta entonces sólo podemos hablar de probabilidades.

Del mismo modo, si tenemos un conjunto de letras que definen un estado, por ejemplo Yesod, Yod Sámej Vav Dálet, las veinticuatro permutaciones de esas cuatro letras nos determinan en superposición todas las posibilidades energéticas asociadas a esa sefirá, de las cuales la configuración que conocemos como YSVD (en vez de, digamos, SDVY) es una posibilidad colapsada a una realidad específica determinada por la conciencia. El recitar (o vibrar, cantar, en cualquier caso meditar) todas las permutaciones nos sitúa en el estado fundamental previo, abriendo nuestra mente a todas sus posibilidades energéticas. En ese estado es posible salir del marco cerrado y

---

<sup>33</sup> Késef, plata, suma 160, lo mismo que Ets, árbol, y Tsélem, forma imagen.

limitado en que nos encontramos (la realidad es mental), acceder a estados superiores de conciencia y efectuar las reprogramaciones convenientes.

Antes de entrar en detalles de cada una de las prácticas, son necesarias una serie de consideraciones previas que atañen a todas ellas.

En primer lugar sobre los requisitos para emprender un programa meditativo de esta envergadura:

Hay que tener en cuenta que la mente se va a abrir, que se van a aflojar las barreras entre las mentes consciente y subconsciente y, si el individuo no está preparado, puede aflorar una riada descontrolada de contenidos mentales que puede resultar tremendamente perturbadora y destructiva (el fuego oscuro de la tercera klipá de la visión de Ezequiel).

En términos del Árbol de la Vida, antes de abrir el Dáat, es necesario estar firmemente establecido en Tiféret y en la tríada Hombre Solo en general (Jésed y Guevurá). Ello implica, por un lado, un alto grado de individuación psicológica – el individuo debe estar centrado en su self – así como de realización personal en la vida. Por otro lado tiene que tener una conciencia ética muy desarrollada.

Jayim Vital, el gran cabalista de Safed y principal discípulo del Ari, en su libro Shaaré Kedushá, Las Puertas de la Santidad, establece las condiciones para la recepción del espíritu de la profecía a lo que dedica las tres primeras partes del libro. (La cuarta parte, relativa a las técnicas, fue censurada en su día y, que sepamos, sólo ha sido publicada recientemente en hebreo). Todo lo que dice Vital, hechas las traducciones y adaptaciones pertinentes, es totalmente relevante a nuestro contexto. Arieh Kaplan, en su Meditación y Cábala, ha traducido lo que podríamos considerar el núcleo esencial de los requerimientos (Equipo Difusor del Libro, pag. 213, la Octava Puerta: Métodos de Santificación).

Resumiendo, Jayim Vital habla de cuatro purificaciones:

La primera se refiere a la ética: la negación de las cualidades negativas y el desarrollo de las positivas.

La segunda implica un compromiso decidido con el camino espiritual, cultivando de forma regular las prácticas correspondientes.

La tercera es hacer de la meditación una circunstancia especial, dándole la importancia y preparación que merece. Jayim propone vestir de blanco y la inmersión purificadora en el baño ritual.

La cuarta se refiere ya a la meditación en sí. Vital explica aquí la técnica general para entrar en meditación: aislamiento, introversión, desapego de toda sensación o pensamiento mundano, ascensión (imaginarse presente en los mundos superiores), visualización del firmamento superior como una inmensa y brillante cortina blanca sobre la que se van a visualizar las letras, realización del trabajo en sí: yejudim, combinación de letras y/o nombres, repetición mántrica (por ejemplo de una mishná) o práctica del Tseruf.

Y dice Jayim Vital: “Medita en pensamiento por un corto tiempo (hitboded) y trata de sentir si el Espíritu ha descansado sobre ti.” Precisamente este descenso del Espíritu Santo o Rúaj Hakódesh es lo que llamamos en este contexto apertura del Dáat de Yetsirá (o Yesod de Briá), el objetivo que nos ocupa.

Nosotros, el método que vamos a proponer aquí está más basado en Abulafia, tal como, por ejemplo, expone en La Vida del Mundo Futuro (Jayé Olam Habá). Este es el primer nivel de Tseruf. Aryeh Kaplan, en la obra citada: Meditación y Cábala, lo expone en la página 109 de la edición española.

Tras las preparaciones oportunas de lugar, hora, luces y vestimenta, Abulafia escribe:

“Toma en la mano una tablilla y un poco de tinta. Serán tus testigos de que vienes a servir a Dios con alegría y buen corazón.

Empieza entonces a permutar algunas letras. Puedes utilizar sólo unas pocas o muchas. Transponlas y permútalas con rapidez, hasta que tu corazón esté caliente como consecuencia de esas permutaciones, sus movimientos y lo que deriva de ellas.

Como resultado de las permutaciones, tu corazón se tornará extremadamente cálido. De ellas obtendrás nuevos conocimientos, nunca aprendidos de tradiciones humanas, ni derivadas del análisis intelectual. Cuando experimentes todo esto, te hallarás preparado para recibir el influjo (Shéfa, שֵׁפָע).

Se te concederá éste y te suscitará muchas palabras, una tras otra.

Prepara entonces tus pensamientos para representarte a Dios y a sus más elevados ángeles. Dibújalos en tu corazón como si fueran seres humanos, sentados o de pie alrededor de ti. Tú estás en medio, como un mensajero a quien el Rey y sus sirvientes quieren enviar en una misión. Tú estás preparado para oír las palabras del mensaje, ya del Rey, ya de alguno de sus sirvientes; de Su boca o de la boca de cualquiera de ellos.

Tras haberte representado todo esto, prepara mente y corazón para que tus pensamientos entiendan las muchas cosas que vendrán a ti a través de las letras que tu corazón imagina. Etc.”

Merece la pena que el lector interesado lea el texto completo, tanto en este nivel como en el aspecto posterior de meditación en los 72 Nombres, para lo cual referimos al libro citado. La visualización descrita y el tipo de experiencia obtenida, del descenso del Shéfa o del Espíritu, como se quiera, son típicos del plano del Dáat de Yetsirá. Una vez consolidada esta fase, la meditación de los 72 Nombres nos lleva al siguiente nivel del Keter de Yetsirá o Maljút de Atsilút. Sobre ello se hablará más adelante.

Por otro lado, el uso de combinaciones y construcciones de letras, tal como lo realiza Abulafia, exige un alto conocimiento de la lengua hebrea. Por lo cual, como éste libro pretende ser un manual práctico para todo buscador sincero que quiera seguir esta vía, vamos a exponer a continuación un procedimiento equivalente de meditación mediante tserufim (permutaciones). Este procedimiento nos abre completamente a la configuración energética de la palabra (la realidad tras la palabra) que estamos utilizando (ver la explicación anterior) y nos hace entrar en estados profundos de meditación que nos disponen para recibir el Shéfa, ya por contemplación directa, ya utilizando procedimientos de imaginación creativa como propone Abulafia.

Lo primero es construir las permutaciones de la palabra a meditar. Ésta, en principio, puede ser cualquiera, de acuerdo con la intención pretendida. También puede tratarse de una combinación de letras sin significado como palabra, por constituir una fuerza espiritual específica con la que queramos trabajar. Se supone que previamente a esta fase se ha realizado un estudio profundo de las letras hebreas, sus significados y correspondencias, incluso puede haberse realizado una meditación específica con cada una de ellas.

Puesto que para que el procedimiento de sus frutos ha de ser sistemático, nosotros proponemos un trabajo con los nombres de las sefirot, por ejemplo una sefirá cada día o en el periodo temporal que establezcamos. Después podemos pasar a Nombres Divinos, si procede.

Una combinación de tres letras tiene seis permutaciones. Así, por ejemplo, Kéter, כֵּתֵר, da lugar a las siguientes:

כתר  
כרת  
תכר  
תרך (תרכ)  
רכת  
רתך (רתכ)

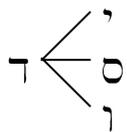
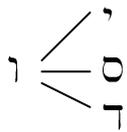
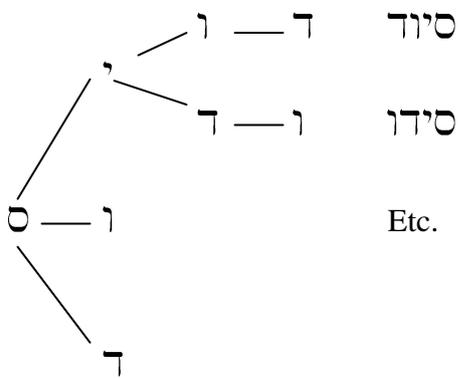
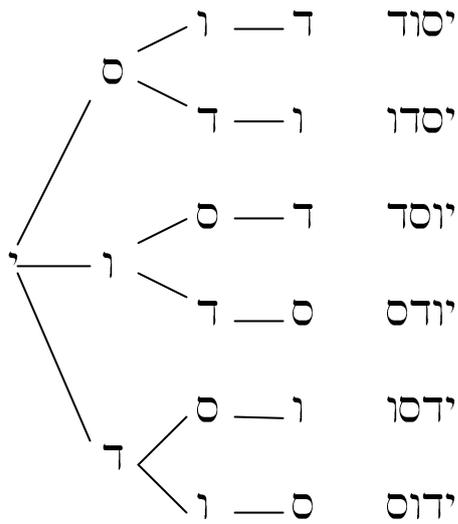
Sobre su vocalización se hablará después. Ahora queremos insistir en que no es relevante el que algunas de ellas tengan significado y otras no. En este caso sólo las dos primeras tienen un significado directo<sup>34</sup>, de gran importancia mística, por cierto.

El número de permutaciones de una palabra depende, como es lógico, del número de letras. Tres letras dan lugar a seis permutaciones ( $3 \times 2 \times 1$ ). Cuatro dan lugar a veinticuatro ( $4 \times 3 \times 2 \times 1 = 24$ ). Cinco a ciento veinte ( $5 \times 4 \times 3 \times 2 \times 1 = 120$ ). Y así sucesivamente.

Para construir todas las permutaciones de una palabra hacemos un diagrama en árbol. Supongamos que queremos permutar la palabra Yesod, יסוד, Fundamento.

---

<sup>34</sup> Karet, significa “corte”, “cercenamiento”, y simbólicamente corresponde al corte del alma de su raíz espiritual: “Será extirpado del medio de su pueblo”, en el lenguaje bíblico, como por ejemplo en Ex 31:14.



Si el lector ha comprendido la mecánica del árbol de permutaciones, podrá completar el esquema anterior y construir las permutaciones de cualquier palabra (en particular de los nombres de las Sefirot, pero no sólo). A continuación se dan en forma de tabla las veinticuatro permutaciones de Yesod junto con su vocalización (leída de derecha a izquierda), que pasaremos a explicar seguidamente.

DA	VA	SO	YE	ד	ו	ס	י
VA	DA	SO	YE	ו	ד	ס	י
DA	SO	VA	YE	ד	ס	ו	י
SO	DA	VA	YE	ס	ד	ו	י
VA	SO	DA	YE	ו	ס	ד	י
SO	VA	DA	YE	ס	ו	ד	י
DA	VA	YE	SO	ד	ו	י	ס
VA	DA	YE	SO	ו	ד	י	ס
DA	YE	VA	SO	ד	י	ו	ס
YE	DA	VA	SO	י	ד	ו	ס
VA	YE	DA	SO	ו	י	ד	ס
YE	VA	DA	SO	י	ו	ד	ס
DA	SO	YE	VA	ד	ס	י	ו
SO	DA	YE	VA	ס	ד	י	ו
DA	YE	SO	VA	ד	י	ס	ו
YE	DA	SO	VA	י	ד	ס	ו
SO	YE	DA	VA	ס	י	ד	ו
YE	SO	DA	VA	י	ס	ד	ו
VA	SO	YE	DA	ו	ס	י	ד
SO	VA	YE	DA	ס	ו	י	ד
VA	YE	SO	DA	ו	י	ס	ד
YE	VA	SO	DA	י	ו	ס	ד
SO	YE	VA	DA	ס	י	ו	ד
YE	SO	VA	DA	י	ס	ו	ד

Como sabemos, el hebreo escrito es un idioma consonántico. Las veintidós letras del alfabeto son de hecho consonantes. Las vocales se empezaron a indicar en una época muy posterior (los primeros siglos de nuestra era) en forma de puntos y pequeñas marcas normalmente debajo de la letra, salvo en dos ocasiones: la “o” y la “u” largas, que se especifican, la primera con un punto a la izquierda de la consonante pero en la parte alta del renglón, y la segunda también como un punto, pero en el centro en el interior de una letra Vav. A veces, la o larga se pone sobre una letra Vav, tal como se muestra en la tabla.

En hebreo las cinco vocales – a, u, i, e, o – pueden ser largas, cortas o muy cortas. Su nombre, escritura y pronunciación (como es costumbre se escriben con la letra Alef que es muda) es como sigue:

Vocales cortas:	Patáj:		a
	Kubúts		u
	Jirík jaser		i
	Segól		e
	Kamats katán		o
Vocales largas:	Jolám malé		o
	Jolám jasér		o
	Shurúk		u
	Jirík malé		i
	Tseré malé		e
	Tseré jasér		e
	Kamats gadol		a
Semivocales:	Shevá na’ breve		muda o “e” muy
	Jatáf patáj		a muy breve
	Jatáf segól		e muy breve
	Jatáf kamáts		o muy breve

En realidad hay tres letras que pueden considerarse como semivocales (que son matres lectionis): a veces tienen carácter vocálico y otras consonántico. Son la Yod (i,e), la He (a,e) y la Vav (o,u). A veces también se considera la Alef como “a”. No deja de ser interesante que éstas sean las letras implicadas en el Nombre de Dios, que es así un nombre esencialmente vocálico.

Esta discusión es relevante para la vocalización de las permutaciones que, en general, sigue las siguientes reglas (las ejemplificaremos con la palabra Yesod, cuya grafía con vocales es: **יֹסֶד**):

1. Si en la palabra original una consonante está vocalizada, conserva esa vocal en la pronunciación de todas las permutaciones. En nuestro ejemplo, Yod va con Shevát (e muy breve), con lo que Y siempre se pronunciará YE. En este contexto no distinguimos entre vocales largas, breves o muy breves, sino que utilizamos indistintamente según corresponda los cinco sonidos básicos a, e, i, o, u. Por otro lado, Sámej va con jolam malé (o larga), con lo que siempre pronunciaremos S como SO.

2. Si una letra no está vocalizada la pronunciamos con su vocal natural. Vocal natural es la que acompaña a la letra en la pronunciación de la palabra que la designa. Así, Dalet en Yesod no está vocalizada. El nombre de la letra es precisamente DALET, con lo que su vocal natural es la A de DA. Siempre pronunciaremos D como DA.

Puesto que entendemos que un lector sin un buen conocimiento del idioma hebreo tendrá dificultades en generar las pronunciaciones por sí mismo, hemos incluido en la meditación 14, que sigue, las permutaciones de los nombres de las diez sefirot, para que puedan usarse directamente en meditación.

Hemos considerado, sin embargo, que era necesario conocer el procedimiento puesto que esta metodología es universal (a continuación explicaremos el modo concreto de operar en meditación).

Así, por ejemplo, si uno quiere contactar con un maestro de los planos internos usando este método, meditaría sobre las permutaciones de la palabra Maguid, nombre que tradicionalmente se da en Cábala a los guías y maestros. En el próximo capítulo se da una meditación guiada sobre este tema.

### **Procedimiento de meditación:**

Recordamos las fases principales definidas por Jayim Vital: aislamiento, introversión, desapego de toda sensación o pensamiento mundano, ascensión (imaginarse presente en los mundos superiores), visualización del firmamento superior como una inmensa y brillante cortina blanca sobre la que se van a visualizar las letras, realización del trabajo en sí.

Nosotros para las primeras fases preferimos utilizar un procedimiento estándar que empieza por lo que llamamos apertura del templo, de las puertas (internas), seguido de una serie de pasos – relajación, ensueño creativo, etc. – que culminan en la visualización del firmamento de luz que propone Vital. Evidentemente, estas fases pueden profundizarse tanto como se quiera. Recomendamos en particular una práctica suficiente de la meditación Yo no Soy, propuesta en el capítulo V, como una forma del desapego requerido para alcanzar estados profundos de meditación.

El procedimiento general está descrito en el Apéndice II. Si se incorpora la meditación Yo no Soy puede hacerse en la primera colina de luz. Hay que tener en cuenta que cada uno de los pasos representa a su vez un escalón de ascenso en el aspecto de conciencia que representa el pilar del medio del Árbol extendido. Así, en la

primera colina estamos simbólicamente en el Yesod de Yetsirá. En la segunda, en donde se ubica el Kotel, accedemos al Tiféret de Yetsirá. Y encima de nosotros tenemos el firmamento de luz que representa el Dáat de Yetsirá, el marco en el que vamos a visualizar las letras objeto de la meditación.

Partimos, pues, de este punto. En el firmamento, en letras de fuego blanco irradiando luz blanca, van a ir apareciendo cada una de las permutaciones según las vamos articulando.

Hemos de pronunciar todas, vibrándolas de una forma sincronizada con la respiración mientras se visualizan en el firmamento, como decimos, en fuego blanco emitiendo luz blanca.

Hay que decir, sin embargo, que las combinaciones también se pueden visualizar delante de uno, a una cierta distancia y con los mismos elementos de luz. En este sentido es como si nuestra conciencia se hubiera elevado a ese firmamento. A algunas personas les resultará más fácil este segundo procedimiento.

En cualquier caso, damos comienzo a la pronunciación con una respiración profunda. Exhalamos. En la siguiente inspiración mentalizamos la primera permutación (YE-SO-VA-DA, si estamos, por ejemplo, trabajando con Yesod). La vibramos con la exhalación. A continuación hacemos una respiración completa en vacío (es decir, silenciosa). En la siguiente inspiración mentalizamos la segunda permutación (YE-SO-DA-VA) y en la espiración la vibramos. Luego una inspiración y espiración en vacío. Y así sucesivamente con la tabla completa (las veinticuatro permutaciones en el caso de Yesod).

Quizá sea conveniente practicar previamente la técnica de la vibración. Esta puede aprenderse de la siguiente manera:

En primer lugar la respiración ha de ser profunda y diafragmática. Una vez asumida, se hace con la exhalación un murmullo en voz alta pero con la boca cerrada, sin forzar la garganta ni los músculos de la cara, con el aire saliendo de forma natural desde el fondo del abdomen. Se hace vibrar este murmullo (Mmmm...) y se busca la altura en cuanto al tono en el que uno se siente cómodo. Seguramente la nota será más grave que la que se usaría en caso de cantar o entonar.

Después se abre bien la boca y se vibra la vocal "a" (Aaaa...). Hay que controlar la exhalación de modo que el sonido emitido sea uniforme y uno no se quede sin aire en ningún momento. Nada debe resultar forzado en el proceso. Se debe practicar con ésta y con las demás vocales hasta que la parte física del ejercicio esté más o menos automatizada.

Se puede pasar a continuación a vibrar palabras completas, procurando abrir bien la boca y vocalizar correctamente. Hay consonantes que se prestan más que otras a la vibración pero se deben pronunciar todas de forma clara. También la duración de cada sílaba ha de ser la misma, sin alargar excesivamente ni la primera ni la última. Para practicar conviene utilizar al principio palabras corrientes, en vez de Nombres de Dios o palabras de poder. La vibración es algo que se siente y uno sabe cuando la ha realizado correctamente.

Una vez completadas las permutaciones se entra en estado de meditación contemplativa. Caben las siguientes posibilidades:

a) Puesto que se ha entrado en un estado profundo (compruébese por propia experiencia) podemos simplemente soltar todo y dejarnos llevar a donde la meditación quiera conducirnos. Somos conscientes de todo nuestro campo interno, sin expectativas,

juicios o evaluaciones. Es de esperar que las representaciones que se nos aparezcan estén conectadas con la realidad tras la palabra que hemos permutado, así como con nuestra conexión con ella, de una forma muy profunda y sutil. Mantenemos la contemplación en tanto sentimos que la meditación está viva, por así decir.

b) Tenemos una representación genérica global en el firmamento de todas las permutaciones. La realidad espiritual (digamos sefirótica, si estamos trabajando en ello) de la cual constituyen la vestidura opera a través de ellas. En un momento dado el firmamento se abre y desciende un rayo de luz sobre nosotros, que entra por nuestro Kéter y recorre todo nuestro árbol sefirótico corpóreo, limpiándonos, purificándonos, llenándonos de luz, armonizando nuestra energía con la de la realidad sobre la que meditamos. Después canalizamos a nuestro entorno en esferas de luz cada vez más amplias hasta abarcar a todos los seres del Cosmos.

c) Empezamos como en el punto anterior con una representación en el firmamento de las permutaciones. Las letras grandes como montañas, siempre en fuego blanco irradiando luz blanca, ocupando todo nuestro campo de conciencia.

Sentimos nuestra identidad en el centro de la cabeza, el Kéter. Estamos así en un estado de focalización luminosa en nuestro centro de la cabeza. Nos percibimos como un poco fuera de nosotros mismos. Sentimos que la luz de las letras nos atrae. Es como un imán que jala de nosotros. Ascendemos en espíritu y, en un momento dado, penetramos en el firmamento de luz por la puerta de las letras que se ha abierto. Nos abrimos a la experiencia, ya sea en forma de visión, pensamiento, percepción aformal,, etc.

Como guía podemos citar las instrucciones de Jayim Vital: “Medita en pensamiento por un corto tiempo (hitboded) y trata de sentir si el Espíritu (Santo) ha descansado sobre ti.”

O también las de Abulafia: “Prepara entonces tus pensamientos para representarte a Dios y a sus más elevados ángeles. Dibújalos en tu corazón como si fueran seres humanos, sentados o de pie alrededor de ti. Tú estás en medio, como un mensajero a quien el Rey y sus sirvientes quieren enviar en una misión. Tú estás preparado para oír las palabras del mensaje, ya del Rey, ya de alguno de sus sirvientes; de Su boca o de la boca de cualquiera de ellos.

Tras haberte representado todo esto, prepara mente y corazón para que tus pensamientos entiendan las muchas cosas que vendrán a ti a través de las letras que tu corazón imagina.”

Siempre podemos hacer preguntas y presentar intenciones (evidentemente en armonía con la sefirá con la que estemos trabajando). Si hemos permutado Maguid es muy posible que en ese momento experimentemos un contacto de algún modo con un maestro, sabio, jasid o tsadiq.

Hay que decir que no todo tiene un efecto instantáneo. Puede que en la meditación simplemente hayamos experimentado un estado de vacío, paz y plenitud interior. Es perfecto. Dejamos estar, sin forzar. A lo mejor, en otro momento, o quizás en un sueño, tenemos una inspiración como consecuencia. O puede que ocurra algún suceso en la dirección abierta.

El camino de la meditación es individual y cada cual, con práctica, encontrará su propia vía. Es necesario, sin embargo ser sistemático, disciplinado y persistente. Nada ocurre de inmediato. Al principio los contenidos de la meditación serán triviales y fugaces. Pero si los rechazamos quizá estemos cerrando la puerta a algo más profundo que se abrirá después. Y durante mucho tiempo nos sobrevendrá la duda de si nos lo estamos imaginando todo, lo cual es lógico, ya que el mundo espiritual es aformal y por

tanto habla a través de nuestra propia mente concreta, es decir, de nuestro pensamientos y sentimientos.

Lo que no es muy útil es probar un tipo de meditación, cambiar luego a otro tipo, y así sucesivamente. Si se ha decidido emprender el camino de las permutaciones es necesario, como mínimo, hacer una vez todo el ciclo sefirótico. Posiblemente varias veces. En las sefirot cuyo nombre tiene tres letras (Kéter, Jésed, Nétsaj y Hod), es conveniente repetir en una sesión las seis permutaciones al menos cuatro veces (para hacer un total de veinticuatro).

Como siempre, después de la meditación en sí es necesario algún tipo de cierre. Hacemos de una forma breve los pasos y movimientos inversos a los que hiciéramos en la preparación. Si se ha seguido un procedimiento ceremonial de apertura, tal como el descrito en el Apéndice II, hacemos el correspondiente cierre, también explicado allí. En todo proyecto meditativo es conveniente llevar un registro o diario de lo hecho y lo conseguido. Es posible que hayamos tenido muchas experiencias pero, como ocurre con los sueños, si no se escriben pronto no tardan en olvidarse.

## MEDITACIÓN 14 PERMUTACIONES SEFIRÓTICAS

Seguimos el procedimiento expuesto. Las tablas se leen de derecha a izquierda. En aquellas sefirot de tres letras, como sólo hay tres permutaciones, se aconseja repetir el ciclo un número de veces, por ejemplo cuatro (24 vibraciones).

### KÉTER:

RE	TE	KE	ך	ת	ר
TE	RE	KE	ך	ר	ת
RE	KE	TE	ך	ת	ר
KE	RE	TE	ך	ר	ת
TE	KE	RE	ך	ר	ת
KE	TE	RE	ך	ת	ר

### JOJMÁ:

HE	MA	JA	JO	ח	כ	מ	ה
MA	HE	JA	JO	ח	כ	ה	מ
HE	JA	MA	JO	ח	מ	כ	ה
JA	HE	MA	JO	ח	מ	ה	כ
MA	JA	HE	JO	ח	ה	כ	מ
JA	MA	HE	JO	ח	ה	מ	כ

HE	MA	JO	JA	ה	מ	ח	כ
MA	HE	JO	JA	מ	ה	ח	כ
HE	JO	MA	JA	ה	ח	מ	כ
JO	HE	MA	JA	ח	ה	מ	כ
MA	JO	HE	JA	מ	ח	ה	כ
JO	MA	HE	JA	ח	מ	ה	כ
HE	JA	JO	MA	ה	כ	ח	מ
JA	HE	JO	MA	כ	ה	ח	מ
HE	JO	JA	MA	ה	ח	כ	מ
JO	HE	JA	MA	ח	ה	כ	מ
JA	JO	HE	MA	כ	ח	ה	מ
JO	JA	HE	MA	ח	כ	ה	מ
MA	JA	JO	HE	מ	כ	ח	ה
JA	MA	JO	HE	כ	מ	ח	ה
MA	JO	JA	HE	מ	ח	כ	ה
JO	MA	JA	HE	ח	מ	כ	ה
JA	JO	MA	HE	כ	ח	מ	ה
JO	JA	MA	HE	ח	כ	מ	ה

**BINÁ:**

HE	NA	YO	BI	ה	נ	י	ב
NA	HE	YO	BI	נ	ה	י	ב
HE	YO	NA	BI	ה	י	נ	ב
YO	HE	NA	BI	י	ה	נ	ב
NA	YO	HE	BI	נ	י	ה	ב
YO	NA	HE	BI	י	נ	ה	ב
HE	NA	BI	YO	ה	נ	ב	י
NA	HE	BI	YO	נ	ה	ב	י

HE	BI	NA	YO	ה	ב	נ	י
BI	HE	NA	YO	ב	ה	נ	י
NA	BI	HE	YO	נ	ב	ה	י
BI	NA	HE	YO	ב	נ	ה	י
HE	YO	BI	NA	ה	י	ב	נ
YO	HE	BI	NA	י	ה	ב	נ
HE	BI	YO	NA	ה	ב	י	נ
BI	HE	YO	NA	ב	ה	י	נ
YO	BI	HE	NA	י	ב	ה	נ
BI	YO	HE	NA	ב	י	ה	נ
NA	YO	BI	HE	נ	י	ב	ה
YO	NA	BI	HE	י	נ	ב	ה
NA	BI	YO	HE	נ	ב	י	ה
BI	NA	YO	HE	ב	נ	י	ה
YO	BI	NA	HE	י	ב	נ	ה
BI	YO	NA	HE	ב	י	נ	ה

**JÉSED:**

DA	SE	JE	ח	ס	ד
SE	DA	JE	ס	ד	ח
DA	JE	SE	ד	ח	ס
JE	DA	SE	ח	ד	ס
SE	JE	DA	ס	ח	ד
JE	SE	DA	ח	ס	ד

**GUEVURÁ:**

HE	RA	U	BE	GUE	ה	ר	ו	ב	ג
RA	HE	U	BE	GUE	ר	ה	ו	ב	ג

HE	U	RA	BE	GUE	ה	ו	ר	ב	ג
U	HE	RA	BE	GUE	ו	ה	ר	ב	ג
RA	U	HE	BE	GUE	ר	ו	ה	ב	ג
U	RA	HE	BE	GUE	ו	ר	ה	ב	ג
HE	RA	BE	U	GUE	ה	ר	ב	ו	ג
RA	HE	BE	U	GUE	ר	ה	ב	ו	ג
HE	BE	RA	U	GUE	ה	ב	ר	ו	ג
BE	HE	RA	U	GUE	ב	ה	ר	ו	ג
RA	BE	HE	U	GUE	ר	ב	ה	ו	ג
BE	RA	HE	U	GUE	ב	ר	ה	ו	ג
HE	U	BE	RA	GUE	ה	ו	ב	ר	ג
U	HE	BE	RA	GUE	ו	ה	ב	ר	ג
HE	BE	U	RA	GUE	ה	ב	ו	ר	ג
BE	HE	U	RA	GUE	ב	ה	ו	ר	ג
U	BE	HE	RA	GUE	ו	ב	ה	ר	ג
BE	U	HE	RA	GUE	ב	ו	ה	ר	ג
RA	U	BE	HE	GUE	ר	ו	ב	ה	ג
U	RA	BE	HE	GUE	ו	ר	ב	ה	ג
RA	BE	U	HE	GUE	ר	ב	ו	ה	ג
BE	RA	U	HE	GUE	ב	ר	ו	ה	ג
U	BE	RA	HE	GUE	ו	ב	ר	ה	ג
BE	U	RA	HE	GUE	ב	ו	ר	ה	ג
HE	RA	U	GUE	BE	ה	ר	ו	ג	ב
RA	HE	U	GUE	BE	ר	ה	ו	ג	ב
HE	U	RA	GUE	BE	ה	ו	ר	ג	ב
U	HE	RA	GUE	BE	ו	ה	ר	ג	ב
RA	U	HE	GUE	BE	ר	ו	ה	ג	ב
U	RA	HE	GUE	BE	ו	ר	ה	ג	ב

HE	RA	GUE	U	BE	ה	ר	ג	ו	ב
RA	HE	GUE	U	BE	ר	ה	ג	ו	ב
HE	GUE	RA	U	BE	ה	ג	ר	ו	ב
GUE	HE	RA	U	BE	ג	ה	ר	ו	ב
RA	GUE	HE	U	BE	ר	ג	ה	ו	ב
GUE	RA	HE	U	BE	ג	ר	ה	ו	ב
HE	U	GUE	RA	BE	ה	ו	ג	ר	ב
U	HE	GUE	RA	BE	ו	ה	ג	ר	ב
HE	GUE	U	RA	BE	ה	ג	ו	ר	ב
GUE	HE	U	RA	BE	ג	ה	ו	ר	ב
U	GUE	HE	RA	BE	ו	ג	ה	ר	ב
GUE	U	HE	RA	BE	ג	ו	ה	ר	ב
RA	U	GUE	HE	BE	ר	ו	ג	ה	ב
U	RA	GUE	HE	BE	ו	ר	ג	ה	ב
RA	GUE	U	HE	BE	ר	ג	ו	ה	ב
GUE	RA	U	HE	BE	ג	ר	ו	ה	ב
U	GUE	RA	HE	BE	ו	ג	ר	ה	ב
GUE	U	RA	HE	BE	ג	ו	ר	ה	ב
HE	RA	BE	GUE	U	ה	ר	ב	ג	ו
RA	HE	BE	GUE	U	ר	ה	ב	ג	ו
HE	BE	RA	GUE	U	ה	ב	ר	ג	ו
BE	HE	RA	GUE	U	ב	ה	ר	ג	ו
RA	BE	HE	GUE	U	ר	ב	ה	ג	ו
BE	RA	HE	GUE	U	ב	ר	ה	ג	ו
HE	RA	GUE	BE	U	ה	ר	ג	ב	ו
RA	HE	GUE	BE	U	ר	ה	ג	ב	ו
HE	GUE	RA	BE	U	ה	ג	ר	ב	ו
GUE	HE	RA	BE	U	ג	ה	ר	ב	ו

RA	GUE	HE	BE	U	ו	ב	ה	ג	ר
GUE	HE	RA	BE	U	ו	ב	ה	ר	ג
HE	BE	GUE	RA	U	ו	ר	ג	ב	ה
BE	HE	GUE	RA	U	ו	ר	ג	ה	ב
HE	GUE	BE	RA	U	ו	ר	ב	ג	ה
GUE	HE	BE	RA	U	ו	ר	ב	ה	ג
BE	GUE	HE	RA	U	ו	ר	ה	ג	ב
GUE	BE	HE	RA	U	ו	ר	ה	ב	ג
RA	BE	GUE	HE	U	ו	ה	ג	ב	ר
BE	RA	GUE	HE	U	ו	ה	ג	ר	ב
RA	GUE	BE	HE	U	ו	ה	ב	ג	ר
GUE	RA	BE	HE	U	ו	ה	ב	ר	ג
BE	GUE	RA	HE	U	ו	ה	ר	ג	ב
GUE	BE	RA	HE	U	ו	ה	ר	ב	ג
HE	U	BE	GUE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
U	HE	BE	GUE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
HE	BE	U	GUE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
BE	HE	U	GUE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
U	BE	HE	GUE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
BE	U	HE	GUE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
HE	U	GUE	BE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
U	HE	GUE	BE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
HE	GUE	U	BE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
GUE	HE	U	BE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
U	GUE	HE	BE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
GUE	U	HE	BE	RA	ו	ר	ג	ב	ה
HE	BE	GUE	U	RA	ו	ר	ג	ב	ה
BE	HE	GUE	U	RA	ו	ר	ג	ב	ה

HE	GUE	BE	U	RA	ה	ג	ב	ו	ר
GUE	HE	BE	U	RA	ג	ה	ב	ו	ר
BE	GUE	HE	U	RA	ב	ג	ה	ו	ר
GUE	BE	HE	U	RA	ג	ב	ה	ו	ר
U	BE	GUE	HE	RA	ו	ב	ג	ה	ר
BE	U	GUE	HE	RA	ב	ו	ג	ה	ר
U	GUE	BE	HE	RA	ו	ג	ב	ה	ר
GUE	U	BE	HE	RA	ג	ו	ב	ה	ר
BE	GUE	U	HE	RA	ב	ג	ו	ה	ר
GUE	BE	U	HE	RA	ג	ב	ו	ה	ר
RA	U	BE	GUE	HE	ר	ו	ב	ג	ה
U	RA	BE	GUE	HE	ו	ר	ב	ג	ה
RA	BE	U	GUE	HE	ר	ב	ו	ג	ה
BE	RA	U	GUE	HE	ב	ר	ו	ג	ה
U	BE	RA	GUE	HE	ו	ב	ר	ג	ה
BE	U	RA	GUE	HE	ב	ו	ר	ג	ה
RA	U	GUE	BE	HE	ר	ו	ג	ב	ה
U	RA	GUE	BE	HE	ו	ר	ג	ב	ה
RA	GUE	U	BE	HE	ר	ג	ו	ב	ה
GUE	RA	U	BE	HE	ג	ר	ו	ב	ה
U	GUE	RA	BE	HE	ו	ג	ר	ב	ה
GUE	U	RA	BE	HE	ג	ו	ר	ב	ה
RA	BE	GUE	U	HE	ר	ב	ג	ו	ה
BE	RA	GUE	U	HE	ב	ר	ג	ו	ה
RA	GUE	BE	U	HE	ר	ג	ב	ו	ה
GUE	RA	BE	U	HE	ג	ר	ב	ו	ה
BE	GUE	RA	U	HE	ב	ג	ר	ו	ה
GUE	BE	RA	U	HE	ג	ב	ר	ו	ה

U	BE	GUE	RA	HE	ו	ב	ג	ר	ה
BE	U	GUE	RA	HE	ב	ו	ג	ר	ה
U	GUE	BE	RA	HE	ו	ג	ב	ר	ה
GUE	U	BE	RA	HE	ג	ו	ב	ר	ה
BE	GUE	U	RA	HE	ב	ג	ו	ר	ה
GUE	BE	U	RA	HE	ג	ב	ו	ר	ה

**TIFÉRET:**

TA	RE	E	FE	TI	ת	ר	א	פ	ת
RE	TA	E	FE	TI	ר	ת	א	פ	ת
TA	E	RE	FE	TI	ת	א	ר	פ	ת
E	TA	RE	FE	TI	א	ת	ר	פ	ת
RE	E	TA	FE	TI	ר	א	ת	פ	ת
E	RE	TA	FE	TI	א	ר	ת	פ	ת
TA	RE	FE	E	TI	ת	ר	פ	א	ת
RE	TA	FE	E	TI	ר	ת	פ	א	ת
TA	FE	RE	E	TI	ת	פ	ר	א	ת
FE	TA	RE	E	TI	פ	ת	ר	א	ת
RE	FE	TA	E	TI	ר	פ	ת	א	ת
FE	RE	TA	E	TI	פ	ר	ת	א	ת
TA	E	FE	RE	TI	ת	א	פ	ר	ת
E	TA	FE	RE	TI	א	ת	פ	ר	ת
TA	FE	E	RE	TI	ת	פ	א	ר	ת
FE	TA	E	RE	TI	פ	ת	א	ר	ת
E	FE	TA	RE	TI	א	פ	ת	ר	ת
FE	E	TA	RE	TI	פ	א	ת	ר	ת
RE	E	FE	TA	TI	ר	א	פ	ת	ת
E	RE	FE	TA	TI	א	ר	פ	ת	ת

RE	FE	E	TA	TI	ר	פ	א	ת	ת
FE	RE	E	TA	TI	פ	ר	א	ת	ת
E	FE	RE	TA	TI	א	פ	ר	ת	ת
FE	E	RE	TA	TI	פ	א	ר	ת	ת
TA	RE	E	TI	FE	ת	ר	א	ת	פ
RE	TA	E	TI	FE	ר	ת	א	ת	פ
TA	E	RE	TI	FE	ת	א	ר	ת	פ
E	TA	RE	TI	FE	א	ת	ר	ת	פ
RE	E	TA	TI	FE	ר	א	ת	ת	פ
E	RE	TA	TI	FE	א	ר	ת	ת	פ
TA	RE	TI	E	FE	ת	ר	ת	א	פ
RE	TA	TI	E	FE	ר	ת	ת	א	פ
TA	TI	RE	E	FE	ת	ת	ר	א	פ
TI	TA	RE	E	FE	ת	ת	ר	א	פ
RE	TI	TA	E	FE	ר	ת	ת	א	פ
TI	RE	TA	E	FE	ת	ר	ת	א	פ
TA	E	TI	RE	FE	ת	א	ת	ר	פ
E	TA	TI	RE	FE	א	ת	ת	ר	פ
TA	TI	E	RE	FE	ת	ת	א	ר	פ
TI	TA	E	RE	FE	ת	ת	א	ר	פ
E	TI	TA	RE	FE	א	ת	ת	ר	פ
TI	E	TA	RE	FE	ת	א	ת	ר	פ
RE	E	TI	TA	FE	ר	א	ת	ת	פ
E	RE	TI	TA	FE	א	ר	ת	ת	פ
RE	TI	E	TA	FE	ר	ת	א	ת	פ
TI	RE	E	TA	FE	ת	ר	א	ת	פ
E	TI	RE	TA	FE	א	ת	ר	ת	פ
TI	E	RE	TA	FE	ת	א	ר	ת	פ

TA	RE	FE	TI	E	ת	ר	פ	ת	א
RE	TA	FE	TI	E	ר	ת	פ	ת	א
TA	FE	RE	TI	E	ת	פ	ר	ת	א
FE	TA	RE	TI	E	פ	ת	ר	ת	א
RE	FE	TA	TI	E	ר	פ	ת	ת	א
FE	RE	TA	TI	E	פ	ר	ת	ת	א
TA	RE	TI	FE	E	ת	ר	ת	פ	א
RE	TA	TI	FE	E	ר	ת	ת	פ	א
TA	TI	RE	FE	E	ת	ת	ר	פ	א
TI	TA	RE	FE	E	ת	ת	ר	פ	א
RE	TI	TA	FE	E	ר	ת	ת	פ	א
TI	TA	RE	FE	E	ת	ר	ת	פ	א
TA	FE	TI	RE	E	ת	פ	ת	ר	א
FE	TA	TI	RE	E	פ	ת	ת	ר	א
TA	TI	FE	RE	E	ת	ת	פ	ר	א
TI	TA	FE	RE	E	ת	ת	פ	ר	א
FE	TI	TA	RE	E	פ	ת	ת	ר	א
TI	FE	TA	RE	E	ת	פ	ת	ר	א
RE	FE	TI	TA	E	ר	פ	ת	ת	א
FE	RE	TI	TA	E	פ	ר	ת	ת	א
RE	TI	FE	TA	E	ר	ת	פ	ת	א
TI	RE	FE	TA	E	ת	ר	פ	ת	א
FE	TI	RE	TA	E	פ	ת	ר	ת	א
TI	FE	RE	TA	E	ת	פ	ר	ת	א
TA	E	FE	TI	RE	ת	א	פ	ת	ר
E	TA	FE	TI	RE	א	ת	פ	ת	ר
TA	FE	E	TI	RE	ת	פ	א	ת	ר
FE	TA	E	TI	RE	פ	ת	א	ת	ר

E	FE	TA	TI	RE	א	פ	ת	ת	ר
FE	E	TA	TI	RE	פ	א	ת	ת	ר
TA	E	TI	FE	RE	ת	א	ת	פ	ר
E	TA	TI	FE	RE	א	ת	ת	פ	ר
TA	TI	E	FE	RE	ת	ת	א	פ	ר
TI	TA	E	FE	RE	ת	ת	א	פ	ר
E	TI	TA	FE	RE	א	ת	ת	פ	ר
TI	E	TA	FE	RE	ת	א	ת	פ	ר
TA	FE	TI	E	RE	ת	פ	ת	א	ר
FE	TA	TI	E	RE	פ	ת	ת	א	ר
TA	TI	FE	E	RE	ת	ת	פ	א	ר
TI	TA	FE	E	RE	ת	ת	פ	א	ר
FE	TI	TA	E	RE	פ	ת	ת	א	ר
TI	FE	TA	E	RE	ת	פ	ת	א	ר
E	FE	TI	TA	RE	א	פ	ת	ת	ר
FE	E	TI	TA	RE	פ	א	ת	ת	ר
E	TI	FE	TA	RE	א	ת	פ	ת	ר
TI	E	FE	TA	RE	ת	א	פ	ת	ר
FE	TI	E	TA	RE	פ	ת	א	ת	ר
TI	FE	E	TA	RE	ת	פ	א	ת	ר
RE	E	FE	TI	TA	ר	א	פ	ת	ת
E	RE	FE	TI	TA	א	ר	פ	ת	ת
RE	FE	E	TI	TA	ר	פ	א	ת	ת
FE	RE	E	TI	TA	פ	ר	א	ת	ת
E	FE	RE	TI	TA	א	פ	ר	ת	ת
FE	E	RE	TI	TA	פ	א	ר	ת	ת
RE	E	TI	FE	TA	ר	א	ת	פ	ת
E	RE	TI	FE	TA	א	ר	ת	פ	ת

RE	TI	E	FE	TA	ת	א	ר	ת	פ
TI	RE	E	FE	TA	ת	ר	א	פ	ת
E	TI	RE	FE	TA	א	ת	ר	פ	ת
TI	E	RE	FE	TA	ת	א	ר	פ	ת
RE	FE	TI	E	TA	ר	פ	ת	א	ת
FE	RE	TI	E	TA	פ	ר	ת	א	ת
RE	TI	FE	E	TA	ר	ת	פ	א	ת
TI	RE	FE	E	TA	ת	ר	פ	א	ת
FE	TI	RE	E	TA	פ	ת	ר	א	ת
TI	FE	RE	E	TA	ת	פ	ר	א	ת
E	FE	TI	RE	TA	א	פ	ת	ר	ת
FE	E	TI	RE	TA	פ	א	ת	ר	ת
E	TI	FE	RE	TA	א	ת	פ	ר	ת
TI	E	FE	RE	TA	ת	א	פ	ר	ת
FE	TI	E	RE	TA	פ	ת	א	ר	ת
TI	FE	E	RE	TA	ת	פ	א	ר	ת

**NÉTSAJ:**

JE	TsA	NE	ח	צ	נ
TsA	JE	NE	צ	ח	נ
JE	NE	TsA	ח	נ	צ
NE	JE	TsA	נ	ח	צ
TsA	NE	JE	צ	נ	ח
NE	TsA	JE	נ	צ	ח

**HOD:**

O	DA	HE	ד	ו	ה
DA	O	HE	ו	ד	ה

O	HE	DA		ו	ה	ד
HE	O	DA		ו	ד	ה
DA	HE	O		ד	ה	ו
HE	DA	O		ד	ו	ה

**YESOD:**

DA	O	SA	YE	י	ס	ו	ד
O	DA	SA	YE	י	ס	ד	ו
DA	SA	O	YE	י	ו	ס	ד
SA	DA	O	YE	י	ו	ד	ס
O	SA	DA	YE	י	ד	ס	ו
SA	O	DA	YE	י	ד	ו	ס
DA	O	YE	SA	ס	י	ו	ד
O	DA	YE	SA	ס	י	ד	ו
DA	YE	O	SA	ס	ו	י	ד
YE	DA	O	SA	ס	ו	ד	י
O	YE	DA	SA	ס	ד	י	ו
YE	O	DA	SA	ס	ד	ו	י
DA	SA	YE	O	ו	י	ס	ד
SA	DA	YE	O	ו	י	ד	ס
DA	YE	SA	O	ו	ס	י	ד
YE	DA	SA	O	ו	ס	ד	י
SA	YE	DA	O	ו	ד	י	ס
YE	SA	DA	O	ו	ד	ס	י
O	SA	YE	DA	ד	י	ס	ו
SA	O	YE	DA	ד	י	ו	ס
O	YE	SA	DA	ד	ס	י	ו
YE	O	SA	DA	ד	ס	ו	י

SA	YE	O	DA	ד	ו	י	ס
YE	SA	O	DA	ד	ו	ס	י

**MALJUT:**

U	TA	JA	LA	MA	מ	ל	כ	ו	ת
TA	U	JA	LA	MA	מ	ל	כ	ת	ו
U	JA	TA	LA	MA	מ	ל	ו	כ	ת
JA	U	TA	LA	MA	מ	ל	ו	ת	כ
TA	JA	U	LA	MA	מ	ל	ת	כ	ו
JA	TA	U	LA	MA	מ	ל	ת	ו	כ
U	TA	LA	JA	MA	מ	כ	ל	ו	ת
TA	U	LA	JA	MA	מ	כ	ל	ת	ו
U	LA	TA	JA	MA	מ	כ	ו	ל	ת
LA	U	TA	JA	MA	מ	כ	ו	ל	ת
TA	LA	U	JA	MA	מ	כ	ל	ת	ו
LA	TA	U	JA	MA	מ	כ	ל	ת	ו
U	JA	LA	TA	MA	מ	ו	ל	כ	ת
JA	U	LA	TA	MA	מ	ו	ל	כ	ת
U	LA	JA	TA	MA	מ	ו	כ	ל	ת
LA	U	JA	TA	MA	מ	ו	כ	ל	ת
JA	LA	U	TA	MA	מ	ו	ל	כ	ת
LA	JA	U	TA	MA	מ	ו	ל	כ	ת
TA	JA	LA	U	MA	מ	ת	ל	כ	ו
JA	TA	LA	U	MA	מ	ת	ל	כ	ו
TA	LA	JA	U	MA	מ	ת	כ	ל	ו
LA	TA	JA	U	MA	מ	ת	כ	ל	ו
JA	LA	TA	U	MA	מ	ת	כ	ל	ו
LA	JA	TA	U	MA	מ	ת	כ	ל	ו

U	TA	JA	MA	LA	ל	מ	כ	ו	ת
TA	U	JA	MA	LA	ל	מ	כ	ת	ו
U	JA	TA	MA	LA	ל	מ	ו	כ	ת
JA	U	TA	MA	LA	ל	מ	ו	ת	כ
TA	JA	U	MA	LA	ל	מ	ת	כ	ו
JA	TA	U	MA	LA	ל	מ	ת	ו	כ
U	TA	MA	JA	LA	ל	כ	מ	ו	ת
TA	U	MA	JA	LA	ל	כ	מ	ת	ו
U	MA	TA	JA	LA	ל	כ	ו	מ	ת
MA	U	TA	JA	LA	ל	כ	ו	ת	מ
TA	MA	U	JA	LA	ל	כ	ת	מ	ו
MA	TA	U	JA	LA	ל	כ	ת	ו	מ
U	JA	MA	TA	LA	ל	ו	מ	כ	ת
JA	U	MA	TA	LA	ל	ו	מ	כ	ת
U	MA	JA	TA	LA	ל	ו	כ	מ	ת
MA	U	JA	TA	LA	ל	ו	כ	מ	ת
JA	MA	U	TA	LA	ל	ו	ת	מ	כ
MA	JA	U	TA	LA	ל	ו	ת	כ	מ
TA	JA	MA	U	LA	ל	ת	מ	כ	ו
JA	TA	MA	U	LA	ל	ת	מ	כ	ו
TA	MA	JA	U	LA	ל	ת	כ	מ	ו
MA	TA	JA	U	LA	ל	ת	כ	מ	ו
JA	MA	TA	U	LA	ל	ת	כ	מ	ו
MA	JA	TA	U	LA	ל	ת	כ	מ	ו
U	TA	LA	MA	JA	כ	מ	ל	ו	ת
TA	U	LA	MA	JA	כ	מ	ל	ת	ו
U	LA	TA	MA	JA	כ	מ	ו	ל	ת
LA	U	TA	MA	JA	כ	מ	ו	ל	ת

TA	LA	U	MA	JA	ו	ל	ת	מ	כ
LA	TA	U	MA	JA	ל	ו	ת	מ	כ
U	TA	MA	LA	JA	ת	ו	מ	ל	כ
TA	U	MA	LA	JA	ו	ת	מ	ל	כ
U	MA	TA	LA	JA	ת	מ	ו	ל	כ
MA	U	TA	LA	JA	מ	ת	ו	ל	כ
TA	MA	U	LA	JA	ו	מ	ת	ל	כ
MA	U	TA	LA	JA	מ	ו	ת	ל	כ
U	LA	MA	TA	JA	ת	ל	מ	ו	כ
LA	U	MA	TA	JA	ל	ת	מ	ו	כ
U	MA	LA	TA	JA	ת	מ	ל	ו	כ
MA	U	LA	TA	JA	מ	ת	ל	ו	כ
LA	MA	U	TA	JA	ל	מ	ת	ו	כ
MA	LA	U	TA	JA	מ	ל	ת	ו	כ
TA	LA	MA	U	JA	ו	ל	מ	ת	כ
LA	TA	MA	U	JA	ל	ו	מ	ת	כ
TA	MA	LA	U	JA	ו	מ	ל	ת	כ
MA	TA	LA	U	JA	מ	ו	ל	ת	כ
LA	MA	TA	U	JA	ל	מ	ו	ת	כ
MA	LA	TA	U	JA	מ	ל	ו	ת	כ
U	JA	LA	MA	TA	ת	כ	ל	מ	ו
JA	U	LA	MA	TA	כ	ת	ל	מ	ו
U	LA	JA	MA	TA	ת	ל	כ	מ	ו
LA	U	JA	MA	TA	ל	ת	כ	מ	ו
JA	LA	U	MA	TA	כ	ל	ת	מ	ו
LA	JA	U	MA	TA	ל	כ	ת	מ	ו
U	JA	MA	LA	TA	ת	כ	מ	ל	ו
JA	U	MA	LA	TA	כ	ת	מ	ל	ו

U	MA	JA	LA	TA	ו	ל	מ	ת
MA	U	JA	LA	TA	ו	ל	מ	ת
JA	MA	U	LA	TA	ו	ל	מ	ת
MA	JA	U	LA	TA	ו	ל	מ	ת
U	LA	MA	JA	TA	ו	ל	מ	ת
LA	U	MA	JA	TA	ו	ל	מ	ת
U	MA	LA	JA	TA	ו	ל	מ	ת
MA	U	LA	JA	TA	ו	ל	מ	ת
LA	MA	U	JA	TA	ו	ל	מ	ת
MA	LA	U	JA	TA	ו	ל	מ	ת
JA	LA	MA	U	TA	ו	ל	מ	ת
LA	JA	MA	U	TA	ו	ל	מ	ת
JA	MA	LA	U	TA	ו	ל	מ	ת
MA	JA	LA	U	TA	ו	ל	מ	ת
LA	MA	JA	U	TA	ו	ל	מ	ת
MA	LA	JA	U	TA	ו	ל	מ	ת
TA	JA	LA	MA	U	ו	ל	מ	ת
JA	TA	LA	MA	U	ו	ל	מ	ת
TA	LA	JA	MA	U	ו	ל	מ	ת
LA	TA	JA	MA	U	ו	ל	מ	ת
JA	LA	TA	MA	U	ו	ל	מ	ת
LA	JA	TA	MA	U	ו	ל	מ	ת
TA	JA	MA	LA	U	ו	ל	מ	ת
JA	TA	MA	LA	U	ו	ל	מ	ת
TA	MA	JA	LA	U	ו	ל	מ	ת
MA	TA	JA	LA	U	ו	ל	מ	ת
JA	MA	TA	LA	U	ו	ל	מ	ת

MA	JA	TA	LA	U	ת	ל	ו	כ	מ
TA	LA	MA	JA	U	ת	כ	מ	ל	ו
LA	TA	MA	JA	U	ת	כ	מ	ו	ל
TA	MA	LA	JA	U	ת	כ	ל	מ	ו
MA	TA	LA	JA	U	ת	כ	ל	ו	מ
LA	MA	TA	JA	U	ת	כ	ו	מ	ל
MA	LA	TA	JA	U	ת	כ	ו	ל	מ
JA	LA	MA	TA	U	ת	ו	מ	ל	כ
LA	JA	MA	TA	U	ת	ו	מ	כ	ל
JA	MA	LA	TA	U	ת	ו	ל	מ	כ
MA	JA	LA	TA	U	ת	ו	ל	כ	מ
LA	MA	JA	TA	U	ת	ו	כ	מ	ל
MA	LA	JA	TA	U	ת	ו	כ	ל	מ

**MEDITACIÓN 15**  
**PERMUTACIÓN DE CUALIDADES**

Una vez completado el ciclo sefirótico, se puede pasar a permutar otras palabras que designen cualidades positivas de las que deseamos imbuirnos o transmitir y canalizar. Por ejemplo Shalom, Paz, שלום. Esta sería la tabla:

ME	VA	LO	ShA	ש	ל	ו	ם
VA	ME	LO	ShA	ש	ל	מ	ו
ME	LO	VA	ShA	ש	ו	ל	ם
LO	ME	VA	ShA	ש	ו	מ	ל
VA	LO	ME	ShA	ש	מ	ל	ו
LO	VA	ME	ShA	ש	מ	ו	ל
ME	VA	ShA	LO	ש	ו	ם	ל
VA	ME	ShA	LO	ש	מ	ו	ל
ME	ShA	VA	LO	ש	ו	ם	ל
ShA	ME	VA	LO	ש	מ	ו	ל
VA	ShA	ME	LO	ש	מ	ו	ל

ShA	VA	ME	LO	ל	מ	ו	ש
ME	LO	ShA	VA	ו	ש	ל	ם
LO	ME	ShA	VA	ו	ש	מ	ל
ME	ShA	LO	VA	ו	ש	ל	ם
ShA	ME	LO	VA	ו	ל	מ	ש
LO	ShA	ME	VA	ו	מ	ש	ל
ShA	LO	ME	VA	ו	מ	ל	ש
VA	LO	ShA	ME	מ	ש	ל	ו
LO	VA	ShA	ME	מ	ש	ו	ל
VA	ShA	LO	ME	מ	ל	ש	ו
ShA	VA	LO	ME	מ	ל	ו	ש
LO	ShA	VA	ME	מ	ו	ש	ל
ShA	LO	VA	ME	מ	ו	ל	ש

### MEDITACIÓN 16: Meditación con ABGaD

Agbad es un procedimiento de Temuráh, es decir de sustitución de unas letras por otras según un procedimiento sistemático, lo que arroja nuevos significados por ejemplo de una palabra sobre la que se realizó la transformación de todas sus letras.

Hay muchos métodos de hacer temurot, los cuales son designados de forma nemotécnica por sus primeras transformaciones. Los tres más usados son: Albam, atbash y abgad.

El código Albam (AL-BM) se obtiene dividiendo el alfabeto en dos mitades iguales y colocando las once primeras letras encima de las once restantes:

א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ
ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת

Las letras resultan así emparejadas y se sustituye cada una por su par. De esta manera expresamos relaciones de complementariedad entre las letras. Por este sistema el Tetragrama, יהוה, se transforma en otro Nombre de Dios, a saber, שעפע.

En Atbash también divide el alfabeto en dos mitades, colocando la segunda bajo la primera en orden inverso:

א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ
ת	ש	ר	ק	צ	פ	ע	ס	נ	מ	ל

Luego se hace la sustitución pertinente de la misma forma que antes. En este caso las relaciones expresan polaridad. El Tetragrama se transforma en el Nombre **מצפץ**. Sobre estos Nombres, que son Nombres de Dios, así generados se hace después un trabajo tanto especulativo como práctico, pero no es éste el lugar para tratar el tema en profundidad.

El código ABGaD, el que nos ocupa aquí, sigue otra lógica. Simplemente cada letra se transforma en la que le sigue en el alfabeto: Alef en Bet; Bet en Guimel; Guimel en Dalet; etc. El proceso es de generación o sucesión. Cada letra se expresa mediante la siguiente, que constituye, por así decir, su marco de actuación.

La representación del código Abgad sería la siguiente:

א ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת  
 ב ג ד ה ו ז ח ט י כ ל מ נ ס ע פ צ ק ר ש ת א

Las sustituciones se hacen en vertical, como siempre. Así el Nombre יהוה se transforma en כוון, sobre el que la tradición ha elaborado abundantemente.

Lo que hace de Abgad un sistema meditativo es que el proceso puede ser iterado. Es decir, sobre la nueva palabra se puede hacer de nuevo Abgad, obteniendo otra, y así sucesivamente hasta volver a la palabra original, generando una rueda de veintidós términos. Así, sobre el Nombre Kuzu, כוון, en un siguiente paso obtendríamos לזחז. Después מוחטח. Y así sucesivamente. La última sería טדהר, que en el paso siguiente revertiría de nuevo en יהוה.

Como cada palabra es una configuración específica de letras, es decir, de energías espirituales, hemos generado con el procedimiento un inmenso vórtice de energía metafísica que nos conecta directamente con la realidad profunda de la palabra que trabajamos. De alguna forma hemos recorrido también los veintidós senderos del Árbol de la Vida del concepto en cuestión, es decir, su manifestación completa.

El tratamiento meditativo que hacemos de la rueda es el mismo que presentamos en el caso de las permutaciones. Primero construir los veintidós vocablos relacionados. Después vibrarlos en el contexto apropiado, tal como el descrito antes. Por último meditar y contemplar según las líneas explicadas.

Para construir las transformaciones utilizamos una tabla como la siguiente:

א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת
ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א
ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב
ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג
ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד
ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה
ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו
ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז
ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח
י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט
כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י
ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ
מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל
נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ
ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ
ע	פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס
פ	צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע
צ	ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ
ק	ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ
ר	ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק
ש	ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר
ת	א	ב	ג	ד	ה	ו	ז	ח	ט	י	כ	ל	מ	נ	ס	ע	פ	צ	ק	ר	ש

Vamos a verlo en un ejemplo:

### ABGaD de DÁAT

Puesto que lo que pretendemos es abrir el Dáat de Yetsirá, podemos meditar sobre la propia palabra Dáat. En la tabla anterior consideramos las letras de דעת en la primera fila. Y después nos vamos moviendo en vertical, fila a fila. Pronunciamos con la vocal natural de cada letra. El procedimiento es el mismo que en las meditaciones anteriores.

דעת	DaATa
הפא	HeFeA
וצב	VaTsaBe
זקג	ZaQoGui
חרד	JeReDa
טשה	TeShiHe
יתו	YoTaVa
כאז	KaAZa
לבח	LaBeJe
מגט	MeGuiTe
נדי	NuDaYo
סהך	SaHeJa
עול	AVaLa
פזם	PeZaMe
צחן	TsaJeNu
קטס	QoTeSa
ריע	ReYoA
שכף	ShiJaFe
תלין	TaLaTsa
אמק	AMeQo
בנר	BeNuRe
גסש	GuiSaShi

En esta técnica pueden utilizarse también los movimientos de cabeza que se explicarán después.

## Rotaciones vocálicas

Otra forma de tseruf, o permutación de letras, es mediante las rotaciones vocálicas. Pero antes de explicarlo es necesario hacer algunas aclaraciones sobre el papel de las vocales en Cábala.

Las vocales son el alma del lenguaje. Las consonantes su cuerpo. O quizá podríamos decir que las consonantes son el esqueleto y las vocales la carne. Las consonantes sin las vocales están muertas. Son inanimadas.

Un texto con sólo consonantes es perfectamente entendible (quizá con alguna indicación extra, como la aportada por las madres lectionis), pero es impronunciado sin las vocales. Sabemos que las veintidós letras del alfabeto hebreo son consonantes y que corresponden a los veintidós senderos del Árbol de la Vida. Los senderos nos proporcionan el esqueleto del Árbol, pero lo que le da vida son las sefirot, que corresponden a las vocales.

Para empezar, recordemos que el Tetragrámaton, el Nombre de Dios por excelencia, es un nombre vocálico. Sus tres letras Yod He Vav son, por supuesto, consonantes, pero también asumen carácter vocálico. Tal como dijimos, Yod representa “i” y “e”, He es “a” y “e” y Vav corresponde a “o” y “u”. De forma que el Nombre de Dios podría pronunciarse IEAOUA.

Por otro lado, sabemos que el Tetragrámaton es todo el Árbol de la Vida, tanto de manera global, como en la forma de Partsufim, en cada una de las sefirot y en el esquema de los cuatro mundos.

En la tradición del Ari, las correspondencias sefiróticas son las siguientes:

1. Kéter. Kamats: □ (“a” larga)	יְהוָה (Ya’Ha’Va’Ha’)
2. Jojmá. Pataj: □ (“a” corta)	יְהוּה (YaHaVaHa)
3. Biná. Tseré jaser: .. (“e” larga)	יְהוֹה (Ye’He’Ve’He’)
4. Jésed. Segol: □ (“e” corta)	יְהוֶה (YeHeVeHe)
5. Guevurá. Shevá na’: . (Muda o “e” muy breve)	יְהוֵה (YeHeVeHe)
6. Tiféret. Jolam jaser: ’ (“o” larga)	יְהוֹה (Yo’Ho’Vo’Ho’)
7. Nétsaj. Jirik jaser: □ (“i” corta)	יְהוּה (YiHiViHi)
8. Hod. Kubuts: □ (“u” corta)	יְהוּה (YuHuVuHu)
9. Yesod. Shuruk: ׀ (“u” larga)	יְהוּוֹה (Yu’Hu’Vu’Hu’)
10. Maljút. Sin vocal.	יְהוּה (Yod He Vav He)

En cada sefirá el Nombre de Dios se vocaliza con la vocal correspondiente. Cada sefirá tiene, por así decir, dos Nombres de Dios: un Nombre “madre”, que es el tradicional sefirótico (El, Elohim, etc.), y un Nombre “padre”, que es el Tetragrama con una vocalización específica.

En Daát se tienen varias posibilidades vocálicas. Cuando esta sefirá invisible se considera como un todo, se asigna a cada letra del Tetragrama su vocal llamada natural, es decir, aquélla con la que se pronuncia el nombre de la letra: Para Yod es “o”, para He es “e” y para Vav es “a”. Se tiene entonces la pronunciación יְהוֹה (Yo’He’Va’He’).

Cuando Daát se considera como conjunción de Jojmá y Biná intersección sendero Kéter-Tiféret (Daát Elión; centro de la frente, tercer ojo, etc.) entonces la vocal asociada es Tseré malé (e larga, escrita con Yodim): םה׳וה׳וה׳ה׳ (Ye’He’Ve’He’).

Daát del Abismo, mediador y vínculo entre las tres sefirot supremas y las siete inferiores (Daát Tajatón; centro de la garganta) toma la vocal Jolam malé: םה׳וה׳וה׳ה׳ (Yo’Ho’Vo’Ho’).

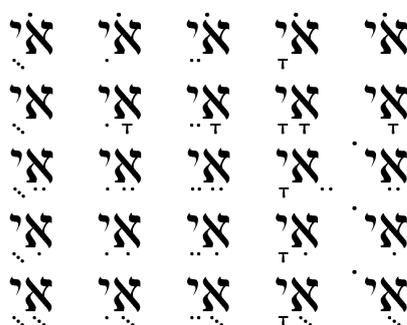
Por otra parte, la conjunción Nétsaj-Hod intersección sendero Tiféret-Yesod (Centro del ombligo) asume la vocalización Jirík malé: םה׳וה׳וה׳ה׳ (Yi’Hi’Vi’Hi’)

Este sistema se usará más adelante, en el apartado de meditaciones sobre el cuerpo de luz. En lo que sigue vamos a emplear el método de Abulafia que sigue una lógica diferente. En él, sólo se consideran los cinco sonidos vocálicos básicos: o, a, e, i, u, independientemente de su duración. Las correspondencias de estas vocales primarias con las direcciones en el espacio y los Rostros de Dios se darán después, cuando se expliquen los movimientos de cabeza asociados a ellas. Ahora vamos a explicar las rotaciones vocálicas en sí.

Supongamos que vamos a permutar dos letras, por ejemplo Alef y Yod. Primero en orden directo, Alef Yod, y luego en orden inverso, Yod Alef.

Para el orden directo, vamos a disponerlas juntas en pareja, Alef Yod, veinticinco veces en una cuadrícula cinco por cinco. En cada fila, la vocal de la primera letra es fija y la segunda va rotando según el orden propuesto antes: o, a, e, i, u (jolam, kamats, tseré, jirik, kubuts). Ese es también el orden que sigue la vocal de la primera letra, que se mantiene fija en toda la fila.

(Lectura de derecha a izquierda)



(lectura de izquierda a derecha)

O YO, O YA, O YE, O YI, O YU  
 A YO, A YA, A YE, A YI, A YU  
 E YO, E YA, E YE, E YI, E YU  
 I YO, I YA, I YE, I YI, I YU  
 U YO, U YA, U YE, U YI, U YU

A continuación haríamos las rotaciones inversas, es decir, Yod Alef:





YO O, YO A, YO E, YO I, YO U

YA O, YA A, YA E, YA I, YA U

YE O, YE A, YE E, YE I, YE U

YI O, YI A, YI E, YI I, YI U

YU O, YU A, YU E, YU I, YU U

Vemos, entonces, que dos letras dan lugar a 50 pares, 25 en sentido directo y 25 en sentido inverso.

En la práctica, si no se están usando movimientos de cabeza (ver después), cada par es una recitación (vibración). Y entre dos pares consecutivos hacemos una respiración completa (inspiración y espiración).

Así, tras una respiración profunda, empezaríamos:

Inhalación

Exhalación: O YO, prolongando la O de Alef y la O de Yod a continuación: OooooYoooo. Medimos para que la vibración dure toda la exhalación.

Inhalación

Exhalación (silencio)

Inhalación

Exhalación: O YA

Etc.

En principio, podemos utilizar este procedimiento – las 50 recitaciones vocálicas – para cualquier par de letras, tal como se indica en el Séfer Yetsirá (Cap. II secciones 3ª y 4ª)

“Veintidós Letras Fundamento: Las fijó en un círculo como si fuese una rueda con 231 puertas y giró la rueda hacia delante y hacia atrás. Un signo lo muestra: No hay nada en el bien superior al deleite (ענג) y no hay nada en el mal peor que la plaga (נגע).

¿De qué modo las permutó, las pesó y las transformó? Aleph con todas y todas con Alef. Beth con todas y todas con Beth. Se repiten en un ciclo y existen en 231 puertas. Resulta que todo lo que ha sido formado y todo lo que ha sido dicho emana de Un Nombre.”

Así, podemos proceder con Alef Bet y luego con Bet Alef. A continuación Alef con Guimel y Guimel con Alef. Y así sucesivamente hasta llegar a Shin con Tav y Tav con Shin. Si hiciéramos el ciclo completo tendríamos 11550 recitaciones.

Podemos trabajar sólo con un par de letras con una intención concreta, por ejemplo Resh con Peh para curación. Pero no es nuestro objetivo desarrollar este tema aquí.

En realidad, y esta es la enseñanza de los grandes maestros cabalistas, el final del segundo párrafo del Séfer Yetsirá citado: Todo lo que ha sido formado (es decir, toda la creación) y todo lo que ha sido dicho (es decir, toda la revelación) emana de Un Nombre (Shem Ejad), se interpreta como que toda letra debe combinarse con cada una de las letras del Tetragrámaton.

Así, la puerta Alef Bet daría lugar a: 50 combinaciones Alef Yod, 50 Alef 1ª He, 50 Alef Vav y 50 Alef 2ª He. Total 200 recitaciones. Del mismo modo otras 200 para la combinación de Bet con cada una de las letras del Tetragrámaton. Un sencillo cálculo: 231×400, nos da un total de 92400 recitaciones para la totalidad de las 231 combinaciones de las 22 letras tomadas de dos en dos.

Esto no es tan irrealizable como puede parecer a simple vista si se hace por fases, por ejemplo una puerta por día en un programa de poco más de siete meses de duración.

La meditación que nosotros proponemos, con intención puramente mística, es decir, de cabalá profética, es sefirótica. En el apartado anterior se propuso hacer tseruf (permutaciones) con los nombres de las sefirot de una forma sistemática. Aquí hacemos lo propio con las rotaciones vocálicas combinadas con el Tetragrámaton de las letras de cada sefirá.

### MEDITACIÓN 17 ROTACIONES VOCÁLICAS SEFIRÓTICAS KÉTER

Si, por ejemplo, estamos trabajando en Kéter, consideramos esta palabra en hebreo que consta de tres letras: Kaf, Tav y Resh. Empezamos haciendo las combinaciones vocálicas de la Kaf con las cuatro letras Yod He Vav He, después hacemos lo propio con la Tav y, por último, con la Resh. Todo ello en una sesión. En total son 600 recitaciones. (Con las demás sefirot se procede igual, aumentando el número de vibraciones según el número de letras).

Para ello, empezaríamos escribiendo las combinaciones o bien las traeríamos preparadas de antemano. Luego haríamos las vibraciones. Por último, meditaríamos en silencio según las líneas expuestas en el apartado de tseruf.

A continuación se dan las combinaciones en este caso. Recordamos que jolam, el punto arriba a la izquierda de la letra, se pronuncia como “o”; kamats, la pequeña t debajo de la letra, se pronuncia como “a”; tseré, dos puntos en horizontal debajo de la letra, se pronuncia como “e”; jirik, un punto debajo de la letra, se pronuncia como “i”; por último, kubuts, tres puntos en escalera debajo de la letra, se pronuncia como “u”.

←

יְ	יֶ	יֵ	יִ	יּ
יְ	יֶ	יֵ	יִ	יּ
יְ	יֶ	יֵ	יִ	יּ
יְ	יֶ	יֵ	יִ	יּ
יְ	יֶ	יֵ	יִ	יּ

תִּי תִי תִי תִי תִי  
תִּי תִי תִי תִי תִי

הִכּ הִכּ הִכּ הִכּ הִכּ  
הִכּ הִכּ הִכּ הִכּ הִכּ

כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה  
כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה

וְכ וְכ וְכ וְכ וְכ  
וְכ וְכ וְכ וְכ וְכ

טו טו טו טו טו  
טו טו טו טו טו

כוּ כוּ כוּ כוּ כוּ  
כוּ כוּ כוּ כוּ כוּ

הֵכ הֵכ הֵכ הֵכ הֵכ  
הֵכ הֵכ הֵכ הֵכ הֵכ

כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה  
כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה כֹּה

יֵת יֵת יֵת יֵת יֵת  
יֵת יֵת יֵת יֵת יֵת

תִּי תִי תִי תִי תִי  
תִי תִי תִי תִי תִי

הֵת הֵת הֵת הֵת הֵת



תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה  
תִּהְיֶה

יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ  
יִרְאוּ

רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי  
רִיבֵי

הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה  
הִרְבֵּה

רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה  
רָבִיבָה

רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ  
רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ

וּרְוּרְוּרְוּרְוּרְוּ  
וּרְוּרְוּרְוּרְוּרְוּ  
וּרְוּרְוּרְוּרְוּרְוּ  
וּרְוּרְוּרְוּרְוּרְוּ

לוּלוּלוּלוּלוּלוּלוּ  
לוּלוּלוּלוּלוּלוּלוּ  
לוּלוּלוּלוּלוּלוּלוּ  
לוּלוּלוּלוּלוּלוּלוּ

חֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹ  
חֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹ  
חֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹ  
חֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹ  
חֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹרְחֹ

רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ  
רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ  
רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ  
רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ  
רָהַרְהַרְהַרְהַרְהַ

## Movimientos de cabeza

En el sistema de cabalá profética de Abulafia, la pronunciación de las vocales va asociada a movimientos específicos de cabeza. Se trata de giros del cuello (no se mueven los hombros ni el tronco) a derecha o izquierda, arriba o abajo, o incluso hacia el frente y ligeramente hacia atrás, según la vocal que estemos vibrando. Todo ello sincronizado con la respiración y con la concentración adecuada. El objetivo es abrir el centro de Dáat – el Dáat inferior, shaar hashamaim, la puerta del cielo – que corresponde al chakra de la garganta.

El movimiento de cabeza sigue la forma de escribir la vocal en hebreo, incluyendo su posición en la línea de escritura.

Partimos del centro. La espalda está recta sin tensión, la mirada es hacia el frente (ojos abiertos o cerrados) metiendo ligeramente la barbilla (para que la línea de la mirada sea efectivamente horizontal).

La vocal “o”, jolam, se escribe como un punto en la parte superior de la letra, con lo que la cabeza gira hacia arriba, como a mirar al cielo, y luego retorna al centro de forma sincronizada al terminar la vibración.

La vocal “a”, kamats, es un trazo horizontal, con una cierta prolongación en T en la parte media, y se escribe debajo de la consonante. Su movimiento es un giro en horizontal hacia la derecha. Como antes, se gira bien la cabeza hacia la derecha y se retorna al centro al acabar la vibración.

La vocal “e”, tseré, se escribe como dos puntos en horizontal debajo de la consonante. El movimiento de cabeza es giro hacia la izquierda, simétrico al anterior.

La vocal “i”, jirik, es un punto debajo de la letra, luego su movimiento acompañante es hacia abajo, como para mirar al suelo.

Por último, la vocal “u”, kubuts, se escribe como tres puntos en escalera hacia la derecha. Se considera su valor central. Hay que tener en cuenta que si hubiéramos elegido la shuruk, la u larga, ésta se escribe en el centro, en el interior de una vav. El movimiento, por tanto es hacia el frente en horizontal, procurando no mover la cabeza ni arriba ni abajo.

Rabbi Yehudah Albotini (S. XV-XVI) en su libro Sulam HAliah – la escalera de ascenso – hace alguna pequeña variación sobre los movimientos de cabeza. Puesto que se trata de uno de los grandes maestros de cabalá profética (fue además nombrado rabino principal de la academia de Jerusalén, lo que indica que este tipo de práctica era aceptada y respetada en la época), merece la pena reseñar su técnica. Simplemente, en la u, en el movimiento de retorno pasa por el centro llevando la cabeza ligeramente hacia atrás, para luego retornar al centro. Igualmente, tanto en kamats como en tseré, no empieza el movimiento justo en el centro, sino que en kamats lo hace desde la izquierda hacia la derecha, y en tseré desde la derecha hasta la izquierda. Es decir, justo antes de empezar a pronunciar una letra con “a”, gira suavemente la cabeza a la izquierda y con la vibración hace el recorrido hasta la derecha, para terminar en el centro (no en la izquierda de nuevo). Incluso llega a inclinar en el centro un poquito la cabeza hacia abajo para reproducir la forma en t de la kamats. Con tseré hace lo propio desde la derecha hasta la izquierda, esta vez sin inclinar la cabeza en el centro.

Albotini da movimientos de cabeza para el resto de las vocales, cortas o largas, pero luego no las emplea en su libro, con lo que no las reproduciremos aquí.

En cualquier caso, sigamos una u otra metodología, las correspondencias de las vocales naturales son:

Jolam, “o”, Kéter, Arij Anpin, el Gran Rostro de Dios.

Kamats, “a”, Jojmá, Abba, el Padre.  
 Tseré, “e”, Biná, Imma, la Madre.  
 Jirik, “i”, Zer Anpin, el Pequeño Rostro de Dios, sefirot de Jésed a Yesod  
 Kubuts “u”, Maljut, Shejiná, la Presencia Divina.

Hay que tener en cuenta que desde el punto de vista de Dáat, la garganta, Kéter está arriba y Tiféret debajo. Por otro lado, el sitio de Maljut antes de la Caída es precisamente Dáat.

Abulafia insiste mucho en que no se trata de una repetición puramente mecánica, ni unos movimientos de autómatas. Con cada movimiento hay que coronar a la Presencia Divina en cada una de las direcciones.

Pasamos entonces a meditaciones concretas. Puesto que la intención es mística y de devekut, vamos a basar las meditaciones en el Tetragrámaton y otras formas del Nombre de Dios (42, 72).

### MEDITACIÓN 18

**Meditación sobre las letras del Nombre de Dios** (propuesta por Rabbi David A. Cooper en su libro Ecstatic Kabbalah):

El procedimiento general ya ha sido explicado:

Inspiración.

Espiración vibrando la letra con su o vocal y con el movimiento de cabeza apropiado (y la kavaná o meditación).

Una respiración completa (inspiración y expiración en silencio)

Inspiración

Espiración con la siguiente letra.

Respiración de descanso.

Y así sucesivamente.

Al terminar el ciclo, meditar según las líneas expuestas en el apartado de Tseruf.

ׁ	ׂ	׃	ׄ	ׅ	
YO	YA	YE	YI	YU	
↑	→	←	↓	↕	(esta doble flecha indica moviendo al frente y ligeramente atrás)

׆	ׇ	׈	׉	׊	
HO	HA	HE	HI	HU	
↑	→	←	↓	↕	

׋	׌	׍	׎	׏	
VO	VA	VE	VI	VU	
↑	→	←	↓	↕	

א	ב	ג	ד	ה	
HO	HA	HE	HI	HU	
↑	→	←	↓	↕	

י	ה	ו	ה
YO	HO	VO	HO
↑	↑	↑	↑

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YA	HA	VA	HA
→	→	→	→

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YE	HE	VE	HE
←	←	←	←

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YI	HI	VI	HI
↓	↓	↓	↓

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YU	HU	VU	HU
↕	↕	↕	↕

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YO	HA	VE	HI
↑	→	←	↓

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YU	HO	VA	HE
↕	↑	→	←

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YI	HU	VO	HA
↓	↕	↑	→

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YE	HI	VU	HO
←	↓	↕	↑

י	ה	ו	ה
י	ה	ו	ה
YA	HE	VI	HU
→	←	↓	↕

## MEDITACIÓN 19

**Meditación sobre el Tetragrámaton** (propuesta por Albotini en Sulam HaAliá)

Se agrupan las cuatro letras en dos pares: Yod/He y Vav/He. Sobre cada par se medita haciendo rotaciones vocálicas tal como se explica en el apartado anterior. Ahora bien, Albotini hace también rotación de la vocal con la que se empieza cada línea, tal como se verá a continuación.

Como siempre, hay una respiración en vacío entre cada par. Se puede descansar dos respiraciones al completar cada línea y hasta cinco al completar un cuadrado, o bien se puede seguir con el ritmo de una sola respiración como entre par y par. Con la práctica, cada uno encontrará su propia vía y sus tiempos adecuados, que no tienen por qué ser estrictamente los aquí descritos. Sí son importantes el ritmo y la sincronización con la respiración.

יה יה יה יה יה  
יה־ יה־ יה־ יה־ יה־  
יה־ יה־ יה־ יה־ יה־  
יה־ יה־ יה־ יה־ יה־  
יה־ יה־ יה־ יה־ יה־

הי הי הי הי הי  
הי־ הי־ הי־ הי־ הי־  
הי־ הי־ הי־ הי־ הי־  
הי־ הי־ הי־ הי־ הי־  
הי־ הי־ הי־ הי־ הי־

וה וה וה וה וה  
וה וה וה וה וה

הו הו הו הו הו  
הו־ הו־ הו־ הו־ הו־  
הו־ הו־ הו־ הו־ הו־  
הו־ הו־ הו־ הו־ הו־



El ritmo en este caso sería:

Inspiración

Espiración: Vibrar YO ↑ coronando a Dios como Rey en lo alto

Una respiración completa (inspiración y expiración en silencio)

Inspiración

Espiración: Vibrar HO ↑

Inspiración

Espiración (silencio)

Inspiración

Espiración: Vibrar YO ↑

Inspiración

Espiración (silencio)

Inspiración

Espiración: Vibrar HA →

Y así sucesivamente.

Merece la pena transcribir algunos extractos del libro de Albotini<sup>35</sup>, capítulo X, junto con algunos comentarios y explicaciones, para de nuevo situar la meditación en su contexto adecuado:

Las primeras consideraciones se refieren al modo de vida, tanto de simplificación y purificación de deseos y necesidades, como de transmutación de cualidades negativas y vida ética. Por vida ética entendemos acción desde el propio Tiféret, en integridad y responsabilidad. Esta es una condición básica en todo camino meditativo. Si los niveles inferiores del Árbol de la Vida no están individualizados e integrados, se corre el riesgo no sólo de posible ineficacia, sino también de regresión y colapso psíquico. Supuesto entonces un grado suficiente de desarrollo personal y realización en la vida, en el sentido de la tríada Hombre Solo, podemos pasar a las instrucciones concretas para la meditación.

Albotini empieza exponiendo las condiciones del lugar (suficientemente aislado), vestimenta (por ejemplo, de blanco), con las almas vegetativa y vital pacificadas (esto último mediante una decoración vegetal, olores agradables, cántico de salmos, y encendido de numerosas velas) y con el grado de concentración suficiente. Porque, como dice:

*“Todo esto es necesario para separar el alma, para limpiarla de todas las formas y cosas materiales que antes eran parte de ella, y para hacerse uno mismo simple (con respecto) a ellas, de modo de poder dirigir el corazón y los pensamientos, el intelecto y el alma, a la imagen representada<sup>36</sup>, o al conocimiento, o a la pregunta que uno formula o desea saber de Él, bendito sea.”*

<sup>35</sup> Tomado de Understanding Jewish Mysticism. A source Reader. Vol II. de David R. Blumenthal, Ktav Publishig House Inc., New York, un libro de estudio muy recomendado.

<sup>36</sup> Intellected, intelectualizada, en el original.

Es decir, este procedimiento puede realizarse con intención mística, de devekut (unión con Dios), o para obtener conocimiento en general, o en particular respecto a alguna cuestión concreta. Se deduce más adelante en el texto que también puede hacerse con una intención concreta, como un tipo de acto mágico espiritual.

Albotini prosigue describiendo esa imagen representada<sup>37</sup>:

*“Una vez hecho esto, él debe preparar sus verdaderos pensamientos para construir una imagen en su corazón y en su intelecto como si estuviera sentado arriba en el cielo de los cielos delante del Santo, bendito sea, , en medio de la brillantez y radiación y majestad de su Presencia; y como si pudiera ver que el Santo, bendito sea, está sentado como un rey, exaltado y elevado, , y todas las multitudes de los cielos, y los mensajeros, y los kerubs y los ángeles de fuego, y él (i.e., el iniciado) también está de pie en medio de ellos y espera, como un mensajero, que el Rey y sus sirvientes deseen enviarle; y él está preparado para oír el mensaje de quienquiera que lo escuche, sea del Rey o de alguno de sus sirvientes. Y entonces, en esa situación, debe cerrar los ojos firmemente y debe apretarlos con gran fuerza, y temblor y agitación. Todo su cuerpo temblará violentamente, “sus rodillas castañearon” (Dan 5:6), y prolongará su respiración tanto como pueda hasta que sus miembros estén casi postrados, los externos y los internos. Él ascenderá, unirá y hará que su alma y sus pensamientos se adhieran paso a paso estas materias espirituales tanto como sea posible de acuerdo a su fortaleza en adhesión y en ascensión desde el mundo de las esferas al mundo de las Inteligencias separadas y hasta el mundo oculto de la Emanación suprema, de forma que, en ese momento, casi estará como si fuera intelecto actualizado. No albergará entonces ningún sentimiento hacia ninguna cosa material, porque ha dejado el dominio el dominio de la humanidad y entrado en el dominio de lo divino. Es entonces que, si él lo ordena, su voluntad es hecha.”*

Después de esta primera fase de formación de la imagen mental y de ascenso, Albotini señala que es el momento de pronunciar los Nombres, de acuerdo con las instrucciones anteriores y proponer, si procede, la cuestión relevante. Con ello:

*“...su intelecto su intelecto estará (completamente) actualizado de ese modo y él caerá a tierra, como si estuviera muerto, y yacerá y entrará en un profundo sueño”*

Téngase presente que esto no es una condición necesaria, es decir, no tiene por qué suceder tal como lo relata Albotini, entrando en un estado de trance profundo. Depende de la persona y su estatus espiritual. El éxtasis que sigue puede ser asumido conscientemente. Pero es interesante tener en cuenta todos los posibles escenarios para estar preparado.

El escrito continúa describiendo algunos posibles signos de su aceptación y descenso de abundancia de lo alto:

*“Entonces, si él es digno y adecuado para su Creador, Él liberará sobre él un espíritu del cielo y le vendrá abundancia del Señor, bendito sea, y Él le hará conocer la respuesta a sus cuestiones, ya sea en palabras, o con un versículo o con una instrucción. Podría escuchar una voz que le habla o Él podría aparecersele con una forma y una visión que pudiera contemplar. Además, en el tiempo del descenso de la*

---

<sup>37</sup> Sigue con ello la misma línea de Abulafia que ya citamos al principio de este capítulo.

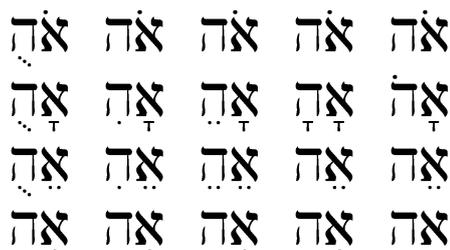
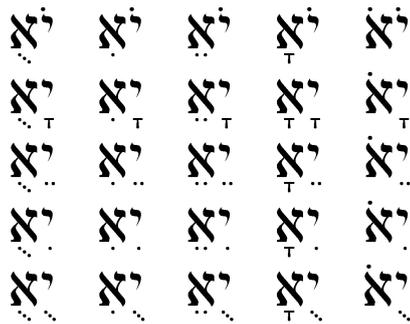
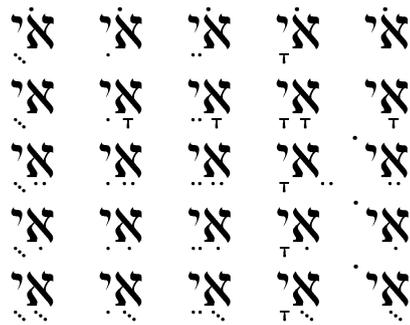
abundancia sobre él, le parecería como si hubiera sido ungido con el “aceite de unción” desde la cabeza a los pies.

...  
 “En ese periodo su alma se ha hecho simple y disfruta de su adhesión (hitdabekut) a la Raíz de la Fuente de la que fue tallado.”

## MEDITACIÓN 20 La transformación del Tetragrámaton

Se trata de una meditación que Albotini propone junto a la anterior, en la línea de Or HaShekel, La Luz del Intelecto, de Abraham Abulafia. Consiste directamente en la combinación de la letra Alef con las cuatro letras del Nombre de Dios, tanto en forma directa como inversa, expresadas con sus rotaciones vocálicas. Albotini señala que si bien Alef no forma parte del Nombre tetragramático, su importancia radica en que apunta al secreto de la verdadera unidad.

La combinación de Alef con Yod nos sirvió, al principio de este apartado, de modelo para las rotaciones vocálicas. Ahora expondremos el cuadro completo para su uso práctico (el desarrollo es según Abulafia; recordemos que Albotini también hace rotar las vocales de la segunda letra en cada línea. Ver antes).



אה אה אה אה אה

הא הא הא הא הא  
הא הא הא הא הא

אנ אנ אנ אנ אנ  
אנ אנ אנ אנ אנ

נא נא נא נא נא  
נא נא נא נא נא

אה אה אה אה אה  
אה אה אה אה אה

הא הא הא הא הא  
הא הא הא הא הא



**MEDITACIÓN 21**  
**ANA BEJÓAJ con movimientos de cabeza**

אבג יתין	Abeg Ytats
קרע שטן	Quera Satan
נגד יכש	Negued Yakesh
בטר צתג	Betar Tsetag
חקב טנע	Jaqav Teno
יגל פזק	Yagal Pazaq
שקו צית	Shequ Tsiat

Sobre el Nombre de 42 letras ver el capítulo IV. La meditación se hace como sigue (cada letra con su vocal natural):

A→, BE←, GUI↓, YO↑, TA→, TZA→

QO↑, RE←, A→, SHI↓, TE←, NU↑

NU↑, GUI↓, DA→, YO↑, KA→, SHI↓

BE←, TE←, RE←, TSA→, TA→, GUI↓

JE←, QO↑, BE←, TE←, NU↑, A→

YO↑, GUI↓, LA→, PE←, ZA→, QO↑

SHI↓, QO↑, VA→, TSA→, YO↑, TA→

Decir al final:

Barúj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed

## MEDITACIÓN 22

**Meditación sobre los 72 Nombres de Dios** (propuesta por Rabí Abraham Abulafia en Jayé Olam HaBa, La Vida del Mundo Futuro):

כהת Ka He Ta	אכא A Ja A	ללה La La He	מהש Me He Shi	עלם A La Me	סיט Sa Yo Te	ילי Yo La Yo	והו Va He Va
הקם He Qo Me	הרי He Re Yo	מבה Me Be He	יזל Yo Za La	ההע He He A	לאו La A Va	אלד A La Da	הזי He Za Yo
חהו Je He Va	מלה Me La He	ייי Yo Yo Yo	נלך Nu La Ja	פהל Pe He La	לוו La Va Va	כלי Ka La Yo	לאו La A Va
ושר Va Shi Re	לכב La Ja Be	אום A Va Me	ריי Re Yo Yo	שאה Shi A He	ירת Yo Re Ta	האא He A A	נתה Nu Ta He
יין Yo Yo Za	רהע Re He A	חעם Je A Me	אני A Nu Yo	מנד Me Nu Da	כוק Ka Va Qo	להח La He Je	יחו Yo Je Va
מיה Me Yo He	עשל A Shi La	ערי A Re Yo	סאל Sa A La	ילה Yo La He	וול Va Va La	מיכ Me Yo Ja	ההה He He He
פוי Pe Va Yo	מבה Me Be He	נית Nu Yo Ta	ננא Nu Nu A	עמם A Me Me	החש He Je Shi	דני Da Nu Yo	והו Va He Va
מחי Me Je Yo	ענו A Nu Va	יהה Yo He He	ומב Va Me Be	מצר Me Tsa Re	הרח He Re Je	ייל Yo Yo La	נמם Nu Me Me
מום Me Va Me	היי He Yo Yo	יבמ Yo Be Me	ראה Re A He	חבו Je Be Va	איע A Yo A	מנק Me Nu Qo	דמב Da Me Be

(Nota: En el cuadro, el Nombre en hebreo está escrito, como es usual, de derecha a izquierda, pero la transliteración al castellano está de izquierda a derecha)

Es Abulafia, en el libro Jayé Olam HaBa, quien explica cómo usar los 72 Nombres en meditación. El método que propone es el mismo descrito antes, pronunciando cada letra con su vocal natural y haciendo el movimiento de cabeza correspondiente a esa vocal. Entre cada letra podemos hacer una respiración en vacío, y entre cada Nombre dos. O también, dependiendo de nuestra disposición temporal, podemos hacer la pronunciación de las letras de un Nombre en tres respiraciones seguidas y descansar una respiración entre cada dos Nombres.

No olvidemos que los Nombres empiezan en la esquina superior derecha del cuadro, y la lectura se mueve por filas de derecha a izquierda.

Hacemos, pues, un total de 216 pronunciaciones (72 × 3). Y es interesante notar que 72 es el valor numérico de la palabra Jésed y 216 el de la palabra Guevurá. El conjunto de los Nombres como tal estaría en Tiféret.

Por otro lado, como ya comentamos, todas las consonantes aparecen en los Nombres salvo una, que es la Guimel. Puesto que su valor numérico es tres, podemos pensar que se presenta de una forma implícita, como el principio estructurante de los Nombres en ternarios.

Pero más revelador es considerar que esta letra corresponde al sendero Tiféret-Kéter, que es el sendero a través de Dáat que queremos abrir y que justamente los tres versículos del Éxodo narran la apertura del mar Rojo.

Así pues, lo que el pasaje del libro del Éxodo nos está diciendo que las letras que dan lugar a los 72 Nombres, son el medio o la tecnología de la liberación, de hacer que, de repente, demos un salto cuántico – el paso del Mar Rojo – y nos encontremos en un nuevo estado de conciencia, despiertos a un mundo nuevo, de forma que nuestras programaciones anteriores – Egipto – sean sólo un recuerdo.

### **Meditación sobre las 231 puertas:**

Las llamadas 231 puertas son un potente instrumento de meditación, y aún más que eso, ya que nos ponen directamente en contacto con las fuerzas Divinas creativas.

Leemos en el Séfer Yetsirá (Cap. II):

4. Veintidós Letras Fundamento: Las fijó en una rueda como si fuese un muro con 231 puertas y giró la rueda adelante y atrás. Un signo lo muestra: No hay nada en el bien superior al deleite (Oneg ענג) ; no hay nada en el mal peor que la plaga (נגע).

5. ¿De qué modo? Él las permutó, las pesó y las transformó. Aleph con todas y todas con Aleph. Beth con todas y todas con Beth. Se repiten en un ciclo y existen en 231 puertas. Resulta que todo lo que ha sido formado y todo lo que ha sido dicho emana de un Nombre Único (Shem Ejad; un Nombre UNO).

6. Formó la sustancia a partir del caos (Tohu) e hizo al no-ser ser y grabó grandes pilares de aire intangible. Aquí está la señal: Aleph con todas y todas con Aleph. Él contempló, transformó y fabricó todo lo que ha sido formado y todo lo que ha sido dicho de un Nombre (del Nombre UNO). Un signo de esto veintidós objetos en el cuerpo de Alef.

Así pues, el Séfer Yetsirá explica que el mecanismo de la Creación son las 231 puertas. El número 231 se obtiene considerando las combinaciones de las 22 letras tomadas de dos en dos. Se supone que no hay repetición, es decir que las dos letras de cada par son distintas, y que tampoco interviene el orden en que se consideran estas dos letras. Así, la combinación Alef-Bet y la Bet-Alef son la misma.

El modo clásico de representar las 231 puertas es dibujando un círculo y representando las 22 letras del alfabeto hebreo alrededor de la circunferencia. Se unen entonces las letras dos a dos (los lados y las diagonales del polígono de 22 vértices inscrito en el círculo), es decir, se traza una línea de Alef a Bet, luego de Alef a Guimel, después a Dalet, y así sucesivamente con todas las letras del alfabeto. Las 231 líneas dibujadas representan las puertas.

Lo que el Séfer afirma es que el paso a la Creación se realiza mediante las combinaciones de letras, las letras Divinas, que son principios metafísicos y fuerzas espirituales. El primer paso son las 231 puertas, y después las combinaciones y permutaciones subsiguientes, tal como el propio Séfer Yetsirá afirma (a propósito de las siete letras dobles):

IV. 6: Dos piedras construyen dos casas. Tres piedras construyen seis casas. Cuatro piedras construyen veinticuatro casas. Cinco piedras construyen ciento veinte casas. Seis piedras construyen setecientos veinte casas. Siete piedras construyen cinco mil cuarenta casas. A partir de aquí sal y piensa en lo que la boca no puede expresar y que el oído no puede oír.

Hay una enseñanza que afirma que las 231 puertas están conectadas con el residuo (reshimu) que la Luz Infinita deja tras su retirada en la contracción (tsimsum)

original. Cuando en la Voluntad de Dios surge el crear los mundos, Él determina o mide en la Luz Infinita la potencialidad de lo que será actual en la Creación. Cuando en el tsimsum retira la Luz, este aspecto de medida permanece en el vacío como residuo, y es lo que constituye las 231 puertas que establecen la pauta subyacente de todo lo que es determinado como vasija de la Luz, incluyendo las sefirot.

Las 231 puertas son denominadas en hebreo ReLA Shearim. Una interpretación clásica del nombre Israel (YShRAL) se basa en la descomposición YeSh RLA, es decir, hay 231. Esta es la explicación del Midrash que dice que “al principio de la Creación Israel surgió en el Pensamiento”.

Incluso podemos afirmar que esta expresión contiene todo el poder de la Torá, ya que su primera palabra es Bereshit, en o con principio, y la última palabra es Israel, hay 231 (puertas). Quiere decir que todo el potencial creativo de Bereshit – palabra que en su contexto no tiene referente alguno más que la pura creatividad de la sabiduría – se manifiesta en las 231 puertas.

La meditación en las 231 puertas canaliza y hace descender todo el flujo creativo de la Luz Divina, razón por la cual constituye la parte “mágica” esencial en la técnica de creación del Golem, el homúnculo fabricado de arcilla que el cabalista anima y da vida, a imagen y semejanza de la formación de Adam en el segundo capítulo del Génesis.

Para nosotros el Golem es una metáfora del cuerpo de luz, el cuerpo Briático o cuerpo de inmortalidad construido de sustancia espiritual. Ahora estamos tratando de las meditaciones encaminadas a abrir el Dáat de Yetsirá, que se corresponde con el Yesod de Briá. Y si bien lo estamos haciendo desde el punto de vista de la apertura de conciencia, también es cierto que es en este Yesod en donde construimos el fundamento para operar en el mundo espiritual de Briá. Es a este vehículo briático a lo damos el nombre de cuerpo de luz, o también clásicamente la merkavá, la carroza.

El método más simple de meditación en las 231 puertas consiste en la recreación mental de su proceso de gestación, tal como se ha explicado antes. Nos ubicamos en el centro de un círculo con las 22 letras alrededor de la circunferencia y las vamos uniendo dos a dos de forma ordenada, construyendo un a modo de techo sobre nuestras cabezas.

Seguimos con ello el flujo creativo, tal como aparece descrito en el Séfer Yetsirá en la génesis de las Sefirot (Cap. I):

9. Diez Sephiroth de la nada. Uno es el Aliento del Dios Vivo, bendito y bendecido sea el Nombre de la vida de los mundos. Voz, aliento y palabra, y él es el Espíritu Santo.

10. Dos: Aire del Aliento. Grabó y talló 22 Letras Fundamento, tres madres, siete dobles y doce simples. Y un solo Aliento procede de ellas.

*(Nota. Grabar y tallar se refiere a visualizar claramente una letra con exclusión de todo lo demás)*

11. Tres: "Agua del Aliento". Con ellas (las veintidós letras fundamento) grabó y talló el caos y el vacío, el cieno y el barro. Las grabó como una especie de parterre, las talló parecidas a un muro, las cubrió como con un tipo de techo. Vertió encima nieve y se convirtió en polvo, pues está escrito: "Porque dijo a la nieve: ¡Sé tú tierra! (Job 37:6)"

*(Nota. Esta es la especificación del proceso de meditación descrito antes.)*

El orden a seguir viene especificado en el siguiente diseño:

אב אג אד אה או אז אה אט אי אך אל אם אנ אס אע אף איך אק אר אש את  
 בג בד בה בו בז בח בט בי בכ בל במ בן בס בע בף ביץ בק בר בש בת  
 גד גה גו גז גח גט גי גך גל גם גן גס גע גף גיץ גק גר גש גת  
 דה דו דז דח דט די דך דל דם דן דס דע דף דיץ דק דר דש דת  
 הו הז הח הט הי הך הל הם הן הס הע הף היץ חק חר חש חת  
 וז וח וט וי וך ול ומ ון וס וע וף ויץ וק ור וש ות  
 זח זט זי זך זל זם זן זס זע זף זיץ זק זר זש זת  
 חט חי חך חל חם חן חס חע חף חיץ חק חר חש חת  
 טי טך טל טם טן טס טע טף טיץ טק טר טש טת  
 יך יל ים ין יס יע יף ייץ יק יר יש ית  
 כל כם כן כס כע כף כיץ כק כר כש כת  
 לם לן לס לע לף ליץ לק לר לש לת  
 מן מס מע מף מיץ מק מר מש מת  
 נס נע נף ניץ נק נר נש נת  
 סע סף סיץ סק סר סש סת  
 עף עיץ עק ער עש עת  
 פיץ פק פר פש פת  
 צק צר צש צת  
 קר קש קת  
 רש רת  
 תש

La pronunciación (vibración, cántico) de cada letra puede hacerse mediante su vocal natural. Así, tendríamos: A Be, A Gui, A Da, A He, etc. Luego Be Gui, Be Da, Be He, Be Va..., y así sucesivamente hasta completar las 231 puertas (ver después). Después se permanece en contemplación o se medita según las líneas descritas anteriormente (ascensión y/o recepción del Rúaj HaKódesh), o bien continuamos con el proceso creativo descrito en el Séfer Yetsirá, recreando el mundo y recreándonos a nosotros mismos en el centro del cubo metafísico.

Se entiende que previamente a todo el proceso hemos meditado en términos abstractos en el Rúaj Elohim Jayim (el Aliento del Dios Vivo), como se describe en el

párrafo 9 anterior del Séfer: Voz, Aliento y Palabra; Energía, Movimiento y Sustancia, como concreción del Pensamiento Divino.

Después de la meditación, con el movimiento de las letras configuramos los mundos espirituales:

12 Cuatro: "Fuego del Agua". Con ella grabó y talló el Trono de Gloria, Seraphim, Ophanim, las Hayot ha-Qodesh (las Santas Criaturas Vivientes) y ángeles ministros. Sobre estas tres (*aire, agua y fuego, después representadas por las tres letras madres*) estableció su morada, como está escrito: "Hace a sus ángeles de alientos, a sus ministros de fuego llameante."

*(El salmo 104, de donde procede la cita anterior, dice:*

*2 El que se cubre de luz como de vestidura, que extiende los cielos como una cortina,*

*3 Que establece sus aposentos entre las aguas, el que pone las nubes por su carroza, el que anda sobre las alas del viento;*

*4 El que hace a los vientos sus mensajeros, y a sus ministros de fuego llameante.*

*5 El fundó la tierra sobre sus cimientos; no será jamás removida.)*

13. De entre las simples escogió tres letras (*Yod, He, Vav*), según el misterio de las tres madres: Aleph, Mem y Shin. Las fijó en su Gran Nombre y con ellas selló las seis extremidades

Cinco: Selló lo alto y encaró hacia arriba. Lo selló con Yod He Vav.

Seis: Selló lo bajo y encaró hacia abajo. Lo selló con He Yod Vav.

Siete: Selló el Este y encaró hacia delante. Lo selló con Vav Yod He.

Ocho: Selló el Oeste y encaró hacia atrás. Lo selló con Vav He Yod.

Nueve: Selló el Sur y encaró a la derecha. Lo selló con Yod Vav He.

Diez: Selló el Norte y encaró a la izquierda. Lo selló con He Vav Yod.

14. Éstas son las Diez Sephiroth de la nada: el Aliento del Dios Vivo, Aire del Aliento, Agua del Aire, Fuego del Agua, arriba y abajo, este oeste, norte y sur.

Hacemos las siguientes observaciones:

1. El valor numérico de cada una de estas permutaciones es 21 (Y=10, H=5, V=6). Este es el valor también del Nombre Divino Eheié (A=1, H=5, Y=10, H=5), que significa Yo soy (o Yo seré) y que Dios revela en la zarza ardiente delante de Moisés. Así, cada fase de la Creación está escrita con el Nombre de Dios que es una imagen de Sí mismo. Estamos siguiendo el rayo relampagueante el sendero de la Creación. Las cuatro primeras fases son, precisamente, el Espíritu de Dios, el Aire, el Agua y el Fuego.

2. Estas tres letras, Y, H y V, se dice que encierran el secreto de las tres madres, las cuales, a su vez, corresponden a las tres fases anteriores de aire, agua y fuego. Ya que estamos permutando, lo que varía es, entonces, la preponderancia de uno u otro factor.

3. Precisamente el movimiento del Espíritu Divino (1ª Sefirá, a la que tradicionalmente corresponde el Nombre Divino Eheié) es lo que se plasma en las combinaciones y permutaciones de letras, con lo cual se nos está explicando la esencia del acto creativo. De paso se nos explica la técnica de meditación con letras de permutación o Tseruf.

4. El movimiento del Espíritu alcanza un punto de descanso en el centro del cubo, que corresponde a la cuarta letra del Nombre (2ª Hé) y que es, obviamente, el

Shabbat o séptimo día, en el que Dios descansó (y santificó ligándolo a su Nombre). Esta última fase recoge todas las influencias de las anteriores e inicia el nuevo ciclo.

5. Sellar un espacio es determinar un centro. Sólo por referencia a un punto que actúa como centro del sistema de coordenadas podemos hablar de polaridades y dimensiones. También podemos inferir que las seis direcciones están definiendo las dimensiones que especifican la conciencia de Yo soy. Si en términos muy generales hablamos de Yod, He y Vav como padre, madre y unión, la cual puede manifestarse como fruto o descendencia, o también activo, pasivo y equilibrante (en general las ternas metafísicas son aplicables) en el arriba – sellado con YHV – es el deseo de dar el que proyecta sobre el deseo de recibir para crear, mientras que en el abajo es el deseo de recibir el que atrae, por así decir, sobre el deseo de dar para producir, y el resultado es la dimensión de lo espiritual/material según predomine el aspecto luz o el aspecto vasija. La dimensión este/oeste es la dimensión de consciente/subconsciente (delante y detrás. También pasado y futuro). Este es VYH, indicando que algo nuevo se va a manifestar con un nuevo impulso en la conciencia que habrá que trabajar posteriormente (amanecer). Oeste, VHY, una semilla se deposita que será procesada en las profundidades. Sur y norte son masculino y femenino, o mejor yang y yin, para quitar connotaciones culturalmente determinadas. Aquí podríamos hablar de Gran yang-pequeño yin en la máxima manifestación de luz solar que se produce en el sur (YVH) y Gran yin-pequeño yang en la fase opuesta de oscuridad nocturna (HVY). La letra Vav, que indica cópula y conjunción es como la línea ondulada del Tai Chi, estableciendo el equilibrio de la balanza (y su dinamismo).

6. En realidad, podemos superponer el ternario de las letras en cualquiera de las tríadas sefiróticas del Árbol de la Vida, dando lugar a diversos circuitos dinámicos. Por ejemplo, al nivel de Jésed/Guevurá/Tiféret que podemos leer como misericordia expansión y amor (Jésed y letra Yod), severidad, juicio, limitación y poder (Guevurá y letra He) y, por último, self, identidad e integración (Tiféret y letra Vav), tendríamos que YHV es (camino del rayo relampagueante) expansión impulso, seguido de una limitación, o sea, una circunscripción, produciendo un algo autoorganizado y estable (Vav); por ejemplo, una identidad. YVH: expansión amor sobre uno mismo, el self; Una nueva fuerza o un nuevo recurso incide sobre el individuo (le es dada una autoridad, accede a un puesto) lo cual provoca un dinamismo. El individuo ha de desarrollar una estrategia (He), poner en marcha algún control, determinar qué va a hacer con ello. HVY: de la severidad a la misericordia. Se piensa que hay demasiado y hay que restringir. El individuo Vav lo sufre o se reorganiza y adapta. HVY: Severidad sobre uno mismo, autolimitación, disciplina, generando energía para construir (tipo Jésed). VYH: El individuo pide. Obtiene según el mérito (He). Si obtuviera sin límite desarrollaría un sentimiento de pan de la vergüenza. VHY: El individuo se esfuerza y consigue. Es el sendero evolutivo, el inverso del Rayo relampagueante.

7. Las combinaciones de letras pueden considerarse como ecuaciones energéticas de un nivel abstracto que se aplican a cualquier proceso en cualquier dominio (por algo llevan el sello de lo divino). Esto sería un buen resumen de lo anterior.

## MEDITACIÓN 23

### Vibración, pronunciación o cántico de las 231 puertas

#### a) Método directo:

Es el que se ha explicado antes. Cada letra se pronuncia con su vocal natural, que es la que a continuación se indica:

A (con Alef), Be, Gui, Da, He, Va, Za, Je, Te, Yo, Ka o Ja (según inicie o sea la segunda letra de la combinación), La, Me, Nu, Sa, `A (con Ayin), Pe o Fe (según inicie o sea la segunda letra de la combinación), Tsa, Qo, Re, Shi, Ta.

Nos visualizamos (o nos ubicamos realmente) en el centro de un círculo con las 22 letras a nuestro alrededor (podemos tener imágenes concretas de las letras, tales como cartas diseñadas, para ayudarnos). En nuestra representación mental vemos las letras en vertical, como escritas en un muro que nos rodea. Podemos imaginar el círculo tan grande como queramos, incluso tan grande como todo el espacio. En la vibración de cada pareja, unimos ambas letras con un rayo de luz. Seguimos la cadencia de inspiración, vibración en la exhalación, una respiración completa en silencio, nueva inspiración y en la espiración vibramos el siguiente par, y así sucesivamente. Al final estamos en el centro de un polígono de 22 lados con todas sus diagonales trazadas. Entramos en contemplación profunda, integrando en nuestro cuerpo de luz toda la energía generada y proyectándonos por las dimensiones espirituales hasta la Fuente.

La siguiente cita procede del llamado círculo del Iyyún, un grupo místico que mantuvo el anonimato y posiblemente se desarrolló en Toledo hacia la mitad del siglo XIII. Procede del libro Maayán Hajojmá y en ella habla de las 231 puertas como una vía mística de ascenso:

*“Encontrarás todo en este Nombre (el Tetragrámaton). Cuando quieras, lo alcanzarás y profundizarás en sus cuatro letras de las que salen las 231 puertas. A partir de ellas te elevarás hasta la acción, desde la acción a la experiencia, desde la experiencia a la visión, de la visión a la investigación, de la investigación a la gnosis, de la gnosis a la altura y de la altura al espíritu sereno yisub da’at... Y a partir de ahí profundizarás en los grados del nivel superior... hasta que alcances la voluntad completa y tu espíritu esté sereno para habitar en el pensamiento supremo que reside en el éter por encima del cual no hay grados más elevados.”*

**Pronunciación de las 231 puertas** (el sentido de lectura es de derecha a izquierda):

←

`AA SaA NuA MeA LaA JaA YoA TeA JeA ZaA VaA HeA DaA GuiA BeA  
TaA ShiA ReA QoA TsaA FeA

SaBe NuBe MeBe LaBe JaBe YoBe TeBe JeBe ZaBe VaBe HeBe DaBe GuiBe  
TaBe ShiBe ReBe QoBe TsaBe FeBe `ABe

NuGui MeGui LaGui JaGui YoGui TeGui JeGui ZaGui VaGui HeGui DaGui  
TaGui ShiGui ReGui QoGui TsaGui FeGui `AGui SaGui

FeDa `ADa SaDa NuDa MeDa LaDa JaDa YoDa TeDa JeDa ZaDa VaDa

TaDa ShiDa ReDa QoDa TsaDa

TsaVa FeVa `AVa SaVa NuVa MeVa LaVa JaVa YoVa TeVa JeVa ZaVa  
TaVa ShiVa ReVa QoVa

ReZa QoZa TsaZa FeZa `AZa SaZa NuZa MeZa LaZa JaZa YoZa TeZa JeZa  
TaZa ShiZa

TaJe ShiJe ReJe QoJe TsaJe FeJe `AJe SaJe NuJe MeJe LaJe JaJe YoJe TeJe

TaTe ShiTe ReTe QoTe TsaTe FeTe `ATE SaTe NuTe MeTe LaTe JaTe YoTe

TaYo ShiYo ReYo QoYo TsaYo FeYo `AYo SaYo NuYo MeYo LaYo JaYo

TaKa ShiKa ReKa QoKa TsaKa FeKa `AKa SaKa NuKa MeKa LaKa

TaLa ShiLa ReLa QoLa TsaLa FeLa `ALa SaLa NuLa MeLa

TaMe ShiMe ReMe QoMe TsaMe FeMe `AME SaMe NuMe

TaNu ShiNu ReNu QoNu TsaNu FeNu `ANu SaNu

TaSa ShiSa ReSa QoSa TsaSa FeSa `ASa

Ta`A Shi`A Re`A Qo`A Tsa`A Fe`A

TaPe ShiPe RePe QoPe TsaPe

TaTsa ShiTsa ReTsa QoTsa

TaQo ShiQo ReQo

TaRe ShiRe

TaShi

**b) Método extendido:**

5. *¿De qué modo? Él las permutó, las pesó y las transformó. Aleph con todas y todas con Aleph. Beth con todas y todas con Beth. Se repiten en un ciclo y existen en 231 puertas. Resulta que todo lo que ha sido formado y todo lo que ha sido dicho emana de un Nombre Único (Shem Ejad; un Nombre UNO). (Séfer Yetsirá, Cap II.5)*

Los cabalistas entienden la cita anterior en el sentido de que es necesario combinar cada una de las letras de las 231 puertas (es decir, 462 letras) con las cuatro letras del Tetragrámaton. De hecho, éste es el procedimiento explícito para el ritual de creación del Golem. También es probable que sea el procedimiento aludido en la cita anterior del círculo del Iyyún.

El **método largo** consiste en considerar cada una de las letras y combinarla con las cuatro letras del Tetragrama según se ha explicado antes, es decir, mediante las 200 rotaciones vocálicas. Una puerta, Alef Bet, por ejemplo, da lugar a 400 dobles: Alef con Yod, 25, y Yod con Alef, otras 25. Alef con He, 25 y He con Alef otras 25. Lo mismo con Alef Vav y Alef con la segunda He. A continuación, se procede con la letra bet, combinándola con las cuatro del Tetragramaton. El método se ha explicado antes en el apartado sobre rotaciones vocálicas. La pronunciación puede hacerse con un doblete con cada respiración (OYo, OYa; etc) o con una letra con cada respiración, con o sin movimientos de cabeza.

Puede parecer una hazaña sobrehumana el realizar todo el ejercicio completo (92.400 dobles). Ciertamente exige una gran capacidad de meditación. La situación recuerda a la de esos monjes budistas que a lo mejor recitan cien mil veces un mismo mantra.

Ciertamente existen procedimientos resumidos. Uno de ellos es no hacer rotar las vocales sino repetir la vocalización de la letra con la del Tetragramaton. Así:



Es decir, consideramos sólo las diagonales principales de los cuadrados respectivos. Hemos reducido de 50 a 10.

A continuación haríamos la recitación correspondiente a Alef con He, luego con Vav y por último con la segunda He. Después realizamos el ciclo completo con la letra Bet, con lo que completamos la primera puerta. En total son ochenta pares por cada puerta.

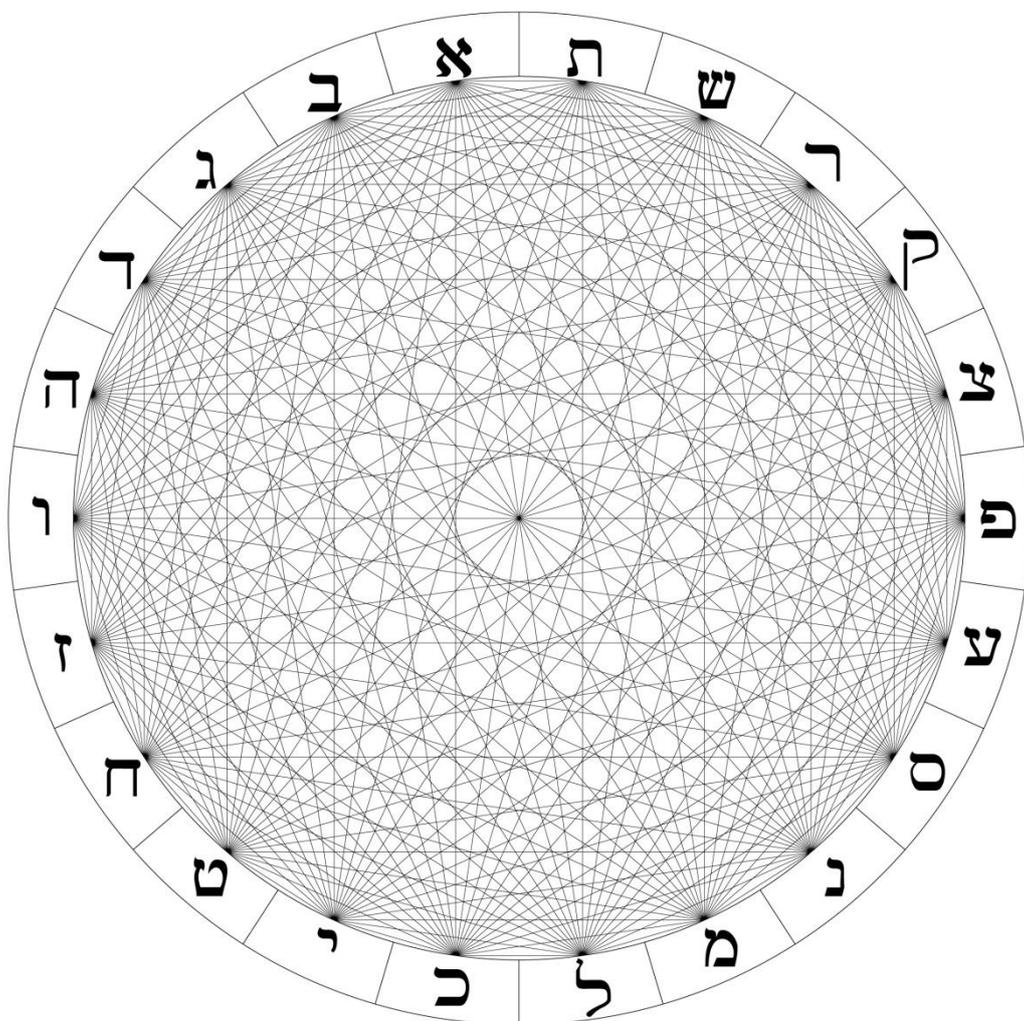
Este sería lo que podríamos llamar un método intermedio. Todavía podemos considerar un **método corto**<sup>38</sup>, no por ello carente de efectividad. Parte de la siguiente premisa:

Al fin y al cabo, como se ha dicho en otro lugar, el Tetragramaton es un nombre vocálico. Sus tres letras, Yod, He y Vav, son las llamadas semivocales y en el texto bíblico pueden aparecer como vocales o como consonantes. Podemos, pues, considerar en esta meditación, la Yod como I, la He como A y la Vav como O, y vocalizar con cada una de ellas las letras de cada puerta. Así, con Alef Bet tendríamos:

אִבּוֹ אֶהָבָה אִבּוֹ , IBI ABA OBO. No repetimos en este caso la A, lo que sería redundante. Es decir, estamos trabajando en el marco del Séfer Yetsirá, en el que se dice que el Creador escogió tres letras simples, Yod He Vav, que encierran el secreto de las tres madres, Alef, Mem, Shin.

Hacemos así tres pronunciaciones por cada puerta – total, 693 pronunciaciones – lo cual está dentro del alcance de una sesión de meditación ordinaria. Este sería el esquema completo:

<sup>38</sup> Propuesto por Salomo Baal-Shem en el libro Qabbalistic Magic, Destiny Books.



אב IBI ABA OBO	בך BIJI BAJA BOJO	גש GISHi GASHA GOSH0
אג IGI AGA OGO	בל BILI BALA BOLO	גת GITI GATA GOTO
אד IDI ADA ODO	בם BIMI BAMA BOMO	דה DIHI DAHA DOHO
אה IHI AHA OHO	בן BINI BANA BONO	דו DIVI DAVA DOVO
או IVI AVA OVO	בס BISI BASA BOSO	דז DIZI DAZA DOZO
אז IZI AZA OZO	בע BI`I BA`A BO`O	דח DIJI DAJA DOJO
אח IJI AJA OJO	בף BIFI BAFA BOFO	דט DITI DATA DOTO
אט ITI ATA OTO	ביץ BITsI BATsA BOTsO	די DIYI DAYA DOYO
אי IYI AYA OYO	בק BIQI BAQA BOQO	דך DIJI DAJA DOJO
אך IJI AJA OJO	בר BIRI BARA BORO	דל DILI DALA DOLO
אל ILI ALA OLO	בש BISHi BASHA BOSHO	דמ DIMI DAMA DOMO
אם IMI AMA OMO	בת BITI BATA BOTO	דן DINI DANA DONO
אנ INI ANA ONO	גד GIDI GADA GODO	דס DISI DASA DOSO
אס ISI ASA OSO	גה GIHI GAHA GOHO	דע DI`I DA`A DO`O
אע I`I A`A O`O	גו GIVI GAVA GOBO	דף DIFI DAFA DOFO
אף IFI AFA OFO	גז GIZI GAZA GOZO	דץ DITsI DATsA DOTsO
אץ ITsI ATsA OTsO	גח GIJI GAJA GOJO	דק DIQI DAQA DOQO
אק IQI AQA OQO	גת GITI GATA GOTO	דר DIRI DARA DORO
אר IRI ARA ORO	גי GIYI GAYA GOYO	דש DISH i DASHA DOSHO
אש ISH i ASHA OSHO	גך GIJI GAJA GOJO	דת DITI DATA DOTO
את ITI ATA OTO	גל GILI GALA GOLO	הו HIVI HAVA HOVO
אג BIGI BADA BODO	גם GIMI GAMA GOMO	הז HIZI HAZA HOZO
אד BIDI BADA BODO	גן GINI GANA GONO	הח HIJI HAJA HOJO
אה BIHI BAHA BOHO	גס GISI GAS A GOSO	הט HITI HATA HOTO
או BIVI BAVA BOVO	גע GI`I GA`A GO`O	הי HIYI HAYA HOYO
אז BIZI BAZA BOZO	גף GIF I GAFA GOFO	הך HIJI HAJA HOJO
אח BIJI BAJA BOJO	גיץ GITsI GATsA GOTsO	הל HILI HALA HOLO
אט BITI BATA BOTO	גק GIQI GAQA GOQO	הם HIMI HAMA HOMO
אי BIYI BAYA BOYO	גר GIRI GARA GORO	הן HINI HANA HONO

הס HISI HASA HOSO	זם ZIMI ZAMA ZOMO	טס TISI TASA TOSO
הע HI'I HA`A HO`O	זן ZINI ZANA ZONO	טע TI'I TA`A TO`O
הף HIFI HAFA HOFO	זס ZISI ZASA ZOSO	טף TIFI TAFA TOFO
הץ HITsI HATsA HOTsO	זע ZI'I ZA`A ZO`O	טיץ TITsI TATsA TOTsO
הק HIQI HAQA HOQO	זף ZIFI ZAFA ZOFO	טיק TIQI TAQA TOQO
הר HIRI HARA HORO	זין ZITsI ZATsA ZOTsO	טיר TIRI TARA TORO
הש HISHi HASHa HOSHo	זק ZIQI ZAQA ZOQO	טיש TISHi TASHa TOSHo
הת HITI HATA HOTO	זר ZIRI ZARA ZORO	טית TITI TATA TOTO
וז VIZI VAZA VOZO	זש ZISHi ZASHa ZOSHo	יך YIJI YAJA YOJO
וה VIJI VAJA VOJO	זת ZITI ZATA ZOTO	יל YILI YALA YOLO
וט VITI VATA VOTO	זח JITI JATA JOTO	ים YIMI YAMA YOMO
וי VIYI VAYA VOYO	זי JIYI JAYA JOYO	ין YINI YANA YONO
וך VIJI VAJA VOJO	זך JIJI JAJA JOJO	יס YISI YASA YOSO
ול VILI VALA VOLO	זל JILI JALA JOLO	יע YI'I YA`A YO`O
ומ VIMI VAMA VOMO	זם JIMI JAMA JOMO	יף YIFI YAFA YOFO
ונ VINI VANA VONO	זן JINI JANA JONO	יץ YITsI YATsA Yotao
וס VISI VASA VOSO	זס JISI JASA JOSO	יך YIQI YAQA YOQO
וע VI'I VA`A VO`O	זע JI'I JA`A JO`O	יר YIRI YARA YORO
וף VIFI VAFA VOFO	זף JIFI JAFA JOFO	יש YISHi YASHa YOSHo
וץ VITsI VATsA VOTsO	זין JITsI JATsA JOTsO	ית YITI YATA YOTO
וק VIQI VAQA VOQO	זק JIQI JAQA JOQO	כל KILI KALA KOLO
ור VIRI VARA VORO	זר JIRI JARA JORO	כם KIMI KAMA KOMO
וש VISHi VASHa VOSHo	זש JISHi JASHa JOShO	כן KINI KANA KONO
ות VITI VATA VOTO	זת JITI JATA JOTO	כס KISI KASA KOSO
זח ZIJI ZAJA ZOJO	זי TIYI TAYA TOYO	כע KI'I KA`A KO`O
זת ZITI ZATA ZOTO	זך TIJI TAJA TOJO	כף KIFI KAFA KOFO
זי ZIYI ZAYA ZOYO	זל TILI TALA TOLO	כץ KITsI KATsA KOTsO
זך ZIJI ZAJA ZOJO	זם TIMI TAMA TOMO	כק KIQI KAQA KOQO
זל ZILI ZALA ZOLO	זן TINI TANA TONO	כר KIRI KARA KORO

כש KIShI KAShA KOShO	סע S'I SA`A SO`O
כת KITI KATA KOTO	סף SIFI SAFA SOFO
לם LIMI LAMA LOMO	סץ SITsI SATsA SOTsO
לן LINI LANA LONO	סק SIQI SAQA SOQO
לס LISI LASA LOSO	סר SIRI SARA SORO
לע L'I LA`A LO`O	סש SISHI SAShA SOShO
לף LIFI LAFA LOFO	סת SITI SATA SOTO
לץ LITsI LATsA LOTsO	עף 'IFI `AFA 'OFO
לק LIQI LAQA LOQO	עץ 'ITsI `A TsA 'O TsO
לר LIRI LARA LORO	עק 'IQI `AQA 'OQO
לש LIShI LAShA LOShO	ער 'IRI `ARA 'ORO
לת LITI LATA LOTO	עש `ISHI `AShA `OShO
מן MINI MANA MONO	עת 'ITI `ATA 'OTO
מס MISI MASA MOSO	פץ PITsI PATsA POTsO
מע M'I MA`A MO`O	פק PIQI PAQA POQO
מף MIFI MAFA MOFO	פר PIRI PARA PORO
מץ MITsI MATsA MOTsO	פש PISHI PASHA POShO
מק MIQI MAQA MOQO	פת PITI PATA POTO
מר MIRI MARA MORO	צק TsIQI TsAQA TsOQO
מש MISHI MAShA MOShO	צר TsIRI TsARA TsORO
מת MITI MATA MOTO	צש TsISHI TsAShA TsOShO
נס NISI NASA NOSO	צת TsITI TsATA TsOTO
נע N'I NA`A NO`O	קר QIRI QARA QORO
נף NIFI NAFA NOFO	קש QISHI QAShA QOShO
נץ NITsI NATsA NOTsO	קת QITI QATA QOTO
נק NIQI NAQA NOQO	רש RISHI RAShA ROShO
נר NIRI NARA NORO	רת RITI RATA ROTO
נש NISHI NAShA NOShO	רשית ShITI ShATA ShOTO
נת NITI NATA NOTO	

Para cerrar el tema, reproduzco a continuación una larga cita de mi libro El Camino del Árbol de la Vida, Vol. 2, pag. 336, que aunque escrita en el contexto de la tefilá (oración), se aplica a toda meditación sobre las letras hebreas.

#### **“IV. Tefilá de las letras:**

El modo de oración considerado en los apartados anteriores propugna un tipo de contemplación intelectual y de absorción anímica que se consigue mediante la concentración, ya en los conceptos propios del texto de la tefilá, ya en la recreación mental de diversas partes del sistema cabalístico (sefirot, mundos, Nombres, Yejudim...), lo que hemos encuadrado bajo el término genérico de kavanot.

Existe un método más simple que consiste fundamentalmente en la concentración pura en las letras de la tefilá, con exclusión de todo lo demás. Esto se aplica tanto al propio servicio de oraciones como a la lectura de Salmos y otros textos devocionales. Podría utilizarse también en la lectura de la Torá, en público y en privado.

En realidad, si las letras hebreas son representaciones de realidades metafísicas – vasijas de la Luz Divina e instrumentos de su poder creativo – la focalización intensa en ellas actualiza ese poder. Y eso en una doble vía: en sentido ascendente, como instrumentos de conexión que permiten al cabalista ascender por la escalera de los mundos; y en sentido descendente, como instrumentos de canalización del flujo divino, creativo y unitivo. Con ello, el cabalista participa en el gozo de la consumación, es decir, de la unificación de todos los mundos en el seno de lo Divino.

Es importante notar que el significado concreto de las palabras de la oración pasa a un segundo plano. Su función es colocar al orante/meditador en el estado de conciencia adecuado. Lo fundamental es el proceso de transformación y unificación que las letras encarnan, primero individualmente y luego en sus agrupaciones para formar palabras.

“Al rezar, hay que poner toda la intensidad en las palabras, yendo de letra en letra hasta olvidarse por completo del cuerpo. Pensando cómo las letras se permutan entre sí se obtendrá un gran deleite. Y si esto es un gran placer físico, con mayor razón será un gran deleite espiritual.

“Nos encontramos entonces en el universo de Yetsirá, [el mundo de las palabras].

“Entonces las letras entran en los pensamientos y ni siquiera escuchas las palabras que estás pronunciando. Este es el universo de Briá, [el mundo del Pensamiento].

“Se llega entonces al nivel de la Nada, en el que [todos los sentidos y] facultades físicas están anuladas. Este es el Universo de Atsilút, [que es el paralelo de] el atributo de Jojmá-Sabiduría”.<sup>39</sup>

Como hemos comentado en otro lugar, el atributo de la Nada, Ayin, es la puerta de entrada a lo Divino. Desde un punto de vista lógico hay una aparente contradicción: Por una parte decimos que “toda la Tierra está llena de su Gloria”, o que no hay

---

<sup>39</sup> Maggid Devarav LeYaacov # 97. Citado de Meditación y Cábala. Kaplan. Pag 323.

“lugar vacío de Él”. De donde se deduce que, en un sentido, toda la realidad es Divina<sup>40</sup>.

Por otra parte, afirmamos que la esencia de Dios es Nada, en el sentido de que es absolutamente trascendente e incognoscible por cualquier atributo que podamos considerar existente, que sea un “algo”.

¿Cómo compaginar ambos términos de ser y nada? Una solución nos la da la propia conciencia humana, o mejor dicho, la autoconciencia. De un lado tenemos la realidad y el ego (el complejo ‘yo soy en la realidad’), HaAní, אָנִי. Del otro la Realidad Divina que es HaAyin, אֵינִי. Este es el paso que ha de dar el individuo en conciencia (pues la conciencia participa de ambas: sujeto o trans-sujeto y objeto o representación se reúnen en el acto de ‘ser consciente de’): del אָנִי al אֵינִי, para franquear la barrera ilusoria de la ignorancia erigida por el deseo separador de recibir solo para uno. Este salto es Bitul, aniquilación, pérdida de la conciencia de sí (Aní) para llenarse de la conciencia de Dios (Ayin), que es otra forma de expresar la Devekut o unión con Dios.

Como dice Rabí Leví Yitsjak de Berdichov:

“Lo más importante es el conocimiento de que Dios ha creado todo y que Él es todo.

“La influencia de Dios nunca cesa. Él da, en cada instante, existencia a su creación, a todos los universos, a los palacios celestiales, a todos los ángeles...”

“Por tanto decimos [en la primera bendición antes del Shemá]: ‘Él forma la Luz y crea la oscuridad’ [en el tiempo presente], y no: ‘Él formó la Luz y creó la oscuridad’ [en pasado]. Decimos Dios crea, en presente, porque en cada instante Él crea y da existencia a todo lo que es.

...

“Cuando una persona llega al nivel de la Nada, se da cuenta que él no es nada y que Dios le está dando existencia. Puede entonces decir que Dios ‘crea’ – en presente –. Esto significa que Dios está creando, incluso en ese mismo momento. Cuando la persona se mira a sí misma y no a la Nada, se encuentra en el nivel de ‘algo’ [una existencia independiente]. Entonces dice que Dios ‘creó’ – en pasado –. Esto significa que Dios le creó antes [pero que él ahora tiene una existencia independiente].

...

“En el nivel de la Nada todo está por encima de las leyes de la naturaleza. Por otra parte, en el nivel de ‘algo’, todas las cosas están atadas por la naturaleza.”<sup>41</sup>

El Bitul se alcanza por la concentración de la mente – en las letras de la oración – y la inflamación del alma, que debe arder, literalmente, en amor de Dios. Es el deseo ardiente del corazón el que eleva las palabras y letras de la oración – y la conciencia del orante con ellas – hasta la Presencia de Dios.

<sup>40</sup> Lo que, por supuesto, no es lo mismo que decir que Dios es igual a toda la realidad. “Él es el sitio del mundo, pero el mundo no es su sitio”.

<sup>41</sup> Kedushat Leví, Bereshit, p. 1. Citado de Kaplan. Meditación y Cábala. Pag. 325-326.

Dios es la única realidad existente, y la única presente en la mente. Ningún pensamiento sobre sí puede ser albergado. Ninguna conciencia de sí. Sólo entonces puede rasgar el tenue velo que le separa de la verdadera vida. La consecución de este estado de adhesión total a lo divino es descrito como un supremo deleite y una iluminación repentina que no tiene parangón.<sup>42</sup> El ser se descubre como supremo gozo y la nada como pura iluminación: ambos unidos en el eterno abrazo de la Unión Divina.”

---

<sup>42</sup> Maggid de Mezritch. Or HaEmet, fol 12b y 70 a.

## Capítulo VII. Dáat de Yetsirá. El nivel sutil/visionario de la Psique

Hemos definido el Dáat de Yetsirá como la puerta de entrada en el mundo espiritual, el nivel que Ken Wilber denomina “mente psíquica” o “nivel sutil inferior”, con una estructura de conciencia paralela que recibe el nombre de “yo espiritual”, “yo simbólico/psíquico”, o también “self guía” (ver capítulo III).

En Cábala utilizamos para este nivel el nombre de Rúaj haKódesh, Espíritu Santo, como una iluminación que desciende de lo alto y puede manifestarse en la conciencia de diversas maneras: como revelaciones, intuición o *insight*; como ideas inspiradas acerca de uno mismo, del mundo o de la estructura de los planos internos; como conocimiento espiritual no obtenido por la vía del aprendizaje ordinario; como sueños proféticos o con alto contenido arquetípico, etc.

El procedimiento de obtención puede ser directo, es decir, recibimos en los niveles concretos de la mente contenidos que sabemos proceden de los niveles supraformales o abstractos (idealmente una iluminación directa pura de la Shejiná), o bien mediante alguna experiencia visionaria a modo de intermediario: contactos con figuras angélicas, por ejemplo el Santo Ángel de la Guarda, o con guías personales, los llamados “Maguidím”, maestros no encarnados de otros planos (el propio profeta Elías es un ejemplo clásico); o bien directamente a través de la propia neshamá suprema del individuo (Maljút de Atsilut/Kéter de Briá), que es el proyector en última instancia.

Centrándonos en el tema de los maestros – jajamím (sabios), tsadiquim (justos), jasidim (piadosos o devotos), santos en general – diremos que la palabra maguid significa literalmente portavoz, del verbo lehaquid, hablar. Maguid es, pues, el que habla en representación de los mundos espirituales, y es el nombre genérico que se da en Cábala a los contactos de los planos internos<sup>43</sup>.

Es notorio, por ejemplo, el maguid de Yosef Caro, el codificador de la Ley Judía del siglo XVI (nacido en Toledo, abandonó Sefarad siendo un niño, estableciéndose en Safed). La técnica usada en los círculos de Safed era la repetición de una mishná<sup>44</sup> determinada a modo de mantra. Esa mishná está atribuida a un sabio concreto, y mediante la repetición conectaban con el espíritu de ese sabio que entonces respondía a sus preguntas y les daba enseñanzas.

Este método, usando una mishná, un versículo bíblico o un mantra específico para ese fin, sigue por supuesto plenamente vigente. También tenemos la posibilidad de utilizar los procedimientos del tseruf expuestos en el capítulo anterior. O incluso una combinación de todas las técnicas.

Por tradición, el Nombre que rige el mundo de Yetsirá es EL YHVH, אֱלֹהִים יְהוָה, del mismo modo que El Shadai, אֱלֹהֵי שַׁדַּי, gobierna Briá, y El Adonai, אֱלֹהֵי אֲדֹנָי, el mundo de Asiá

El valor numérico de El YHVH es 57 (26 + 31), el mismo que la palabra Maguid, מַגִּיד (40 + 3 + 10 + 4). Podemos, pues, construir una meditación basada en el

---

<sup>43</sup> Usamos en lo que sigue el género masculino, pero es evidente que un guía puede ser tanto masculino como femenino, o incluso carecer de género, tratándose de una entidad de tipo espiritual. Hay que distinguir entre esencia, naturaleza y forma de presentación, siendo esta última relativa al contexto.

<sup>44</sup> La Mishná es el núcleo legislativo del Talmud.

Nombre El YHVH como foco de la meditación, o utilizar un mantra como el siguiente: EL YHVH (pronunciado Adonay) HU MAGUID: EL YHVH es Maguid. En hebreo: אל יהוה הוא מגיד. Alternativamente, podemos trabajar sobre las permutaciones (24) de la palabra Maguid, que se dan a continuación. Si queremos contactar con un jajám en particular, por ejemplo, con un sabio de la época talmúdica, podemos recitar repetidamente, como se ha dicho antes, una mishná (párrafo, fragmento) de la cual sea origen. O bien podemos vibrar las permutaciones de su nombre. O entrelazarlo con el Nombre Divino, EL YHVH, anterior.

Esta sería la tabla de permutaciones de la palabra Maguid (recordamos de nuevo que el sentido de lectura es derecha a izquierda):

DA	YO	GUI	MA	ד	י	ג	מ
YO	DA	GUI	MA	י	ד	ג	מ
DA	GUI	YO	MA	ד	ג	י	מ
GUI	DA	YO	MA	ג	ד	י	מ
YO	GUI	DA	MA	י	ג	ד	מ
GUI	YO	DA	MA	ג	י	ד	מ
DA	YO	MA	GUI	ד	י	מ	ג
YO	DA	MA	GUI	י	ד	מ	ג
DA	MA	YO	GUI	ד	מ	י	ג
MA	DA	YO	GUI	מ	ד	י	ג
YO	MA	DA	GUI	י	מ	ד	ג
MA	YO	DA	GUI	מ	י	ד	ג
DA	GUI	MA	YO	ד	ג	מ	י
GUI	DA	MA	YO	ג	ד	מ	י
DA	MA	GUI	YO	ד	מ	ג	י
MA	DA	GUI	YO	מ	ד	ג	י
GUI	MA	DA	YO	ג	מ	ד	י
MA	GUI	DA	YO	מ	ג	ד	י
YO	GUI	MA	DA	י	ג	מ	ד
GUI	YO	MA	DA	ג	י	מ	ד
YO	MA	GUI	DA	י	מ	ג	ד

MA	YO	GUI	DA	ד	ג	י	מ
GUI	MA	YO	DA	ד	י	מ	ג
MA	GUI	YO	DA	ד	י	ג	מ

Un contacto favorito de los cabalistas es el profeta Elías, אֵלִיָּהוּ. La literatura sobre este tema – apariciones e intervenciones directas e indirectas – es inmensa, y no es este el lugar para tratarla aquí. Baste decir que su disponibilidad es completa, como en general la de todos los maestros, siempre dentro de las verdaderas necesidades del alma de los discípulos y del desarrollo del tikún, tanto personal como del mundo. Es decir, no es algo que esté dentro del control del individuo, mucho menos de su ego. Lo cual no quiere decir que con espíritu abierto y persistencia no se consiga. Eso sí, un maestro como Eliyau hanabí, exigirá una serie de requisitos, como pureza de intención y comportamiento ético.

A continuación se exponen las 120 permutaciones de su nombre:

U	HE	YA	LI	E	ו	ה	י	ל	א
HE	U	YA	LI	E	ה	ו	י	ל	א
U	YA	HE	LI	E	ו	י	ה	ל	א
YA	U	HE	LI	E	י	ו	ה	ל	א
HE	YA	U	LI	E	ה	י	ו	ל	א
YA	HE	U	LI	E	י	ה	ו	ל	א
U	HE	LI	YA	E	ו	ה	ל	י	א
HE	U	LI	YA	E	ה	ו	ל	י	א
U	LI	HE	YA	E	ו	ל	ה	י	א
LI	U	HE	YA	E	ל	ו	ה	י	א
HE	LI	U	YA	E	ה	ל	ו	י	א
LI	HE	U	YA	E	ל	ה	ו	י	א
U	YA	LI	HE	E	ו	י	ל	ה	א
YA	U	LI	HE	E	י	ו	ל	ה	א
U	LI	YA	HE	E	ו	ל	י	ה	א
LI	U	YA	HE	E	ל	ו	י	ה	א
YA	LI	U	HE	E	י	ל	ו	ה	א

LI	YA	U	HE	E	ל	י	ו	ה	א
HE	YA	LI	U	E	ה	י	ל	ו	א
YA	HE	LI	U	E	י	ה	ל	ו	א
HE	LI	YA	U	E	ה	ל	י	ו	א
LI	HE	YA	U	E	ל	ה	י	ו	א
YA	LI	HE	U	E	י	ל	ה	ו	א
LI	YA	HE	U	E	ל	י	ה	ו	א
U	HE	YA	E	LI	ו	ה	י	א	ל
HE	U	YA	E	LI	ה	ו	י	א	ל
U	YA	HE	E	LI	ו	י	ה	א	ל
YA	U	HE	E	LI	י	ו	ה	א	ל
HE	YA	U	E	LI	ה	י	ו	א	ל
YA	HE	U	E	LI	י	ה	ו	א	ל
U	HE	E	YA	LI	ו	ה	א	י	ל
HE	U	E	YA	LI	ה	ו	א	י	ל
U	E	HE	YA	LI	ו	א	ה	י	ל
E	U	HE	YA	LI	א	ו	ה	י	ל
HE	E	U	YA	LI	ה	א	ו	י	ל
E	HE	U	YA	LI	א	ה	ו	י	ל
U	YA	E	HE	LI	ו	י	א	ה	ל
YA	U	E	HE	LI	י	ו	א	ה	ל
U	E	YA	HE	LI	ו	א	י	ה	ל
E	U	YA	HE	LI	א	ו	י	ה	ל
YA	E	U	HE	LI	י	א	ו	ה	ל
E	YA	U	HE	LI	א	י	ו	ה	ל
HE	YA	E	U	LI	ה	י	א	ו	ל
YA	HE	E	U	LI	י	ה	א	ו	ל
HE	E	YA	U	LI	ה	א	י	ו	ל

E	HE	YA	U	LI	א	ה	י	ו	ל
YA	E	HE	U	LI	י	א	ה	ו	ל
E	YA	HE	U	LI	א	י	ה	ו	ל
U	HE	LI	E	YA	ו	ה	ל	א	י
HE	U	LI	E	YA	ה	ו	ל	א	י
U	LI	HE	E	YA	ו	ל	ה	א	י
LI	U	HE	E	YA	ל	ו	ה	א	י
HE	LI	U	E	YA	ה	ל	ו	א	י
LI	HE	U	E	YA	ל	ה	ו	א	י
U	HE	E	LI	YA	ו	ה	א	ל	י
HE	U	E	LI	YA	ה	ו	א	ל	י
U	E	HE	LI	YA	ו	א	ה	ל	י
E	U	HE	LI	YA	א	ו	ה	ל	י
HE	E	U	LI	YA	ה	א	ו	ל	י
E	U	HE	LI	YA	א	ה	ו	ל	י
U	LI	E	HE	YA	ו	ל	א	ה	י
LI	U	E	HE	YA	ל	ו	א	ה	י
U	E	LI	HE	YA	ו	א	ל	ה	י
E	U	LI	HE	YA	א	ו	ל	ה	י
LI	E	U	HE	YA	ל	א	ו	ה	י
E	LI	U	HE	YA	א	ל	ו	ה	י
HE	LI	E	U	YA	ה	ל	א	ו	י
LI	HE	E	U	YA	ל	ה	א	ו	י
HE	E	LI	U	YA	ה	א	ל	ו	י
E	HE	LI	U	YA	א	ה	ל	ו	י
LI	E	HE	U	YA	ל	א	ה	ו	י
E	LI	HE	U	YA	א	ל	ה	ו	י
U	YA	LI	E	HE	ו	י	ל	א	ה

YA	U	LI	E	HE	י	ו	ל	א	ה
U	LI	YA	E	HE	ו	ל	י	א	ה
LI	U	YA	E	HE	ל	ו	י	א	ה
YA	LI	U	E	HE	י	ל	ו	א	ה
LI	YA	U	E	HE	ל	י	ו	א	ה
U	YA	E	LI	HE	ו	י	א	ל	ה
YA	U	E	LI	HE	י	ו	א	ל	ה
U	E	YA	LI	HE	ו	א	י	ל	ה
E	U	YA	LI	HE	א	ו	י	ל	ה
YA	E	U	LI	HE	י	א	ו	ל	ה
E	YA	U	LI	HE	א	י	ו	ל	ה
U	LI	E	YA	HE	ו	ל	א	י	ה
LI	U	E	YA	HE	ל	ו	א	י	ה
U	E	LI	YA	HE	ו	א	ל	י	ה
E	U	LI	YA	HE	א	ו	ל	י	ה
LI	E	U	YA	HE	ל	א	ו	י	ה
E	LI	U	YA	HE	א	ל	ו	י	ה
YA	LI	E	U	HE	י	ל	א	ו	ה
LI	YA	E	U	HE	ל	י	א	ו	ה
YA	E	LI	U	HE	י	א	ל	ו	ה
E	YA	LI	U	HE	א	י	ל	ו	ה
LI	E	YA	U	HE	ל	א	י	ו	ה
E	LI	YA	U	HE	א	ל	י	ו	ה
HE	YA	LI	E	U	ה	י	ל	א	ו
YA	HE	LI	E	U	י	ה	ל	א	ו
HE	LI	YA	E	U	ה	ל	י	א	ו
LI	HE	YA	E	U	ל	ה	י	א	ו
YA	LI	HE	E	U	י	ל	ה	א	ו

LI	YA	HE	E	U	ל	י	ה	א	ו
HE	YA	E	LI	U	ה	י	א	ל	ו
YA	HE	E	LI	U	י	ה	א	ל	ו
HE	E	YA	LI	U	ה	א	י	ל	ו
E	HE	YA	LI	U	א	ה	י	ל	ו
YA	E	HE	LI	U	י	א	ה	ל	ו
E	YA	HE	LI	U	א	י	ה	ל	ו
HE	LI	E	YA	U	ה	ל	א	י	ו
LI	HE	E	YA	U	ל	ה	א	י	ו
HE	E	LI	YA	U	ה	א	ל	י	ו
E	HE	LI	YA	U	א	ה	ל	י	ו
LI	E	HE	YA	U	ל	א	ה	י	ו
E	LI	HE	YA	U	א	ל	ה	י	ו
YA	LI	E	HE	U	י	ל	א	ה	ו
LI	YA	E	HE	U	ל	י	א	ה	ו
YA	E	LI	HE	U	י	א	ל	ה	ו
E	YA	LI	HE	U	א	י	ל	ה	ו
LI	E	YA	HE	U	ל	א	י	ה	ו
E	LI	YA	HE	U	א	ל	י	ה	ו

Antes de entrar directamente en la meditación, unas palabras más sobre el tema de los maguidim en general.

Un maguid, un guía interno, puede presentarse de diversas formas: Puede tratarse de un maestro conocido o desconocido, con nombre o sin nombre, como el propio Ángel Guardián, como el propio Yo Superior, la propia Neshamá Suprema etc. Como hemos dicho antes, no es algo que se pueda controlar desde el punto de vista del ego.

Es lícito y correcto, incluso necesario, poner al maguid a prueba. Primero porque hay muchos tipos de entidades y no todas positivas. Éstas podrían presentarse bajo un disfraz de aparente bondad y santidad, no siempre fácil de discernir. Para discriminar es necesario recurrir al contenido del mensaje. Su calidad es determinante para dilucidar si proviene del lado de la kedushá o de la tumá, santidad e impureza respectivamente, por utilizar el lenguaje del Zohar. Una entidad espiritual nunca ordena u obliga, respetando

la libertad personal por encima de todo. Tampoco sugiere nada que viole la ética personal u objetiva. Su influencia es siempre positiva, guiando, apoyando, inspirando, resolviendo cuestiones, dictando enseñanzas. Su posible recriminación es como la de un padre o madre amorosos.

Siempre es posible, en caso de duda sobre la experiencia, utilizar algún procedimiento mágico-visionario, como por ejemplo trazar un pentagrama a su alrededor y proyectar un Nombre Divino. El sistema energético de una entidad negativa no soportará esto, quedando desenmascarado. Tampoco podrá permanecer ante la presencia de la Luz.

Además de lo anterior, puede ocurrir también que la fuente del presunto maguid sea una parte de uno mismo más o menos disociada. Sucede, por ejemplo, con frecuencia que el origen de los mensajes sea el propio superego del individuo en el sentido freudiano del término. Por eso no se deben emprender este tipo de prácticas hasta haber alcanzado un nivel razonable de individuación e integración. Si no, tan sólo conseguiremos engañarnos a nosotros mismos y perpetuar el estado neurótico de la psique.

Hay que tener también un alto grado de concentración. Lo difícil no es tanto contactar como sostener la experiencia en la conciencia y filtrarla a través de la mente. En general, el procedimiento de transmisión es a través de los niveles superiores de la mente. Es decir, el contacto es de mente abstracta (digamos que este es el plano más bajo al que desciende o se suele manifestar un maguid) a mente abstracta (la propia del sujeto). El practicante procesa la información recibida a través de los niveles de su propia mente concreta, pudiendo parecer que, en realidad, se trata de sus propios pensamientos – lo cual es cierto – y eso puede hacerle creer que todo procede de su propia invención. Igual sucede respecto de la imaginación utilizada, ya que la experiencia es filtrada a través del Yesod del individuo, con sus condicionantes personales y culturales.

Los principios suelen ser lentos. El centro de Dáat se desarrolla poco a poco. No hay que esperar, por tanto, resultados espectaculares en una primera fase. Lo importante es no bloquear la experiencia con escepticismo o crítica mientras está teniendo lugar el ejercicio. El análisis, tanto de la forma como del contenido debe realizarse después.

La técnica utilizada aquí, puramente meditativa, es segura y accesible a todos con práctica. Existen otros métodos, como por ejemplo usando proyección astral, pero de ello no vamos a tratar aquí.

## **MEDITACIÓN de MAGUIDIM**

El procedimiento que vamos a seguir es:

1. Asumir el marco meditativo: relajación, etc. Ascender en el pensamiento al Kotel Maaraví (el muro de Jerusalén) en el mundo de Briá.
2. Visualizar las letras del Tetragrama y canalizarlas con la respiración. Conexión con la luz del Tetragrama con espíritu de total apertura y sumisión, abriéndonos completamente a la Gracia.
3. Procedimiento meditativo de apertura del Dáat de Yetsirá/Yesod de Briá según alguna de las líneas expuestas en el capítulo anterior. Por ejemplo:
  - Permutaciones de la palabra Maguid o bien del nombre de Eliahu hanabí.

- Vocalizaciones del Tetragrámaton según alguna de las formas explicadas.

- Recitación de un mantra, tal como:

אל יהוה הוא מגיד

4. Experiencia.

## MEDITACIÓN 24 MAGUIDIM

### MEDITACIÓN GUIADA.

Estamos sentados cómodamente, con la espalda recta, sin tensión; cabeza mirando al frente con el mentón ligeramente hacia adentro; pies algo separados, plantas apoyadas en el suelo, manos sobre los muslos; y vamos entrando en una respiración profunda mientras nos vamos relajando; respiración profunda: silenciosa, suave, sin forzar, desde el fondo del abdomen; que el vientre sea como un émbolo que funciona por sí mismo, cuando asciende entra el aire, y cuando desciende expulsamos el dióxido de carbono.

Vamos así entrando en un estado de calma, de claridad mental, serenando nuestros pensamientos, serenando nuestras emociones, relajando nuestro cuerpo... nos relajamos un poco más... nos damos la instrucción de relajarnos un poco más... y un poco más... hasta llegar a la paz profunda... perfecta paz profunda.

Nos encontramos así en nuestro lugar personal, hemos conectado con la percepción sutil... notamos el aire que nos rodea cargado de shefa, prana, corpúsculos de vitalidad... sentimos como penetran en nosotros con la respiración... por las fosas nasales y por todos los poros del cuerpo. También penetran por todos nuestros centros psicofísicos. Todo esto ha aumentado nuestra sensación de bienestar, plenitud, paz interior.

Vemos entonces como delante de nosotros tenemos una escala sefirótica dividida en 7 tramos. Miramos hacia arriba y vemos que conduce a una segunda colina de luz, luz más potente, más intensa si cabe, una luz que nos llama, que nos invita a subir. Vamos a hacerlo siguiendo la cuenta: 1 Yesod, 2 Hod, 3 Nétsaj, 4 Tiféret, 5 Guevurá, 6 Jésed y 7 Biná. Y nos encontramos en el muro occidental del templo de Jerusalén, de la Jerusalén celeste. No estamos delante de piedras físicas. Se trata de piedras energéticas, piedras de luz. Nos sentimos rodeados – abrazados – por la luz de la Shejiná. Miramos al firmamento de luz y vemos como en él se dibujan las 4 letras del Tetragrámaton en fuego blanco emitiendo luz blanca

YOD HE VAV HE יהוה

llenándolo todo con su resplandor: letras grandes, ocupando todo nuestro campo de visión, todo nuestro campo mental... Durante unos instantes nos concentramos exclusivamente en las letras, dejamos que su luz llene todo el campo de nuestra conciencia, dejamos que abran un vacío dentro de nosotros para ser llenado por la luz del Nombre, que desciende desde Ketér y recorre nuestro canal central hasta Maljut. Vemos el canal central totalmente lleno de luz que se extiende desde Ketér por todo nuestro ser en el sentido del rayo relampagueante. Va al hemisferio cerebral izquierdo, luego al derecho, hombros, brazos, baña todos nuestros órganos internos, caderas, piernas, pies, visualizamos nuestro árbol de la vida con todos los senderos completamente llenos de luz... armonizamos nuestra energía, nuestra mente,

pensamiento, percepción... nuestra conciencia en esta luz en la que reconocemos nuestra verdadera esencia...

Durante unos instantes atraemos la luz del Tetragrámaton sincronizando con la respiración y conectamos más profundamente:

YOD: Abba, Atzilút, Jojmá, el Padre.

HE: Imma, Briá, Biná, la Madre.

VAV: Zer Anpin (el Rostro menor), Tiféret y las seis sefirot de Jésed a Yesod, el Hijo, el Rey, el Santo bendito sea, el Yo central del Universo

HE: Maljút, Assiá, la Shejiná, la Hija, toda la tierra está llena de su gloria.

En la inspiración nos llenamos de la luz de la letra YOD, que irradiamos, saturándonos por completo de sabiduría divina, de conciencia/energía que va a la raíz más profunda de nuestra alma. En la espiración atraemos y canalizamos la energía de la letra HE, la energía de la madre, abarcando a todo el mundo, todo el universo, a todos los mundos. En la siguiente inspiración la letra VAV, la identidad profunda, omnisciente, el todo conciencia de la providencia. En la expiración la letra HE, la Shejiná, creando todos los mundos, todos los planos, todos los átomos, todas las células, toda la materia.

INSPIRACIÓN: YOD

ESPIRACIÓN: HE

INSPIRACIÓN: VAV

ESPIRACIÓN. HE.

(Lo hacemos durante algunos ciclos de respiración, por ejemplo 26 ciclos completos de dos respiraciones, aunque el número no es determinante).

Adoramos a la Presencia Divina, la Shejiná, en todas las dimensiones, abriéndonos por completo al descenso de la gracia, pidiendo a la luz que nos guíe, que nos muestre el camino, que nos acerque más a la esencia de nuestro verdadero YO si esa es la voluntad Divina sobre nosotros, en un espíritu de apertura, de sumisión a esta voluntad divina que llena todo.

Y así en ese estado de unificación y de luz, vamos a cantar delante del Eterno las permutaciones de la palabra MAGUID (o de ELÍAS, o de cualquiera de las combinaciones literales con el Tetragrámaton, con o sin movimientos de cabeza; ver capítulo anterior).

(Lo hacemos...)

Miramos hacia el firmamento de luz, vamos a invocar el Rúaj Ha Kodesh:

Ezequiel 37:9

<sup>9</sup> וַיֹּאמֶר אֵלַי הַנְּבִיא אֶל־הַרוּחַ הַנְּבִיא בֶן־אָדָם וְאָמַרְתָּ אֶל־הַרוּחַ  
כֹּה־אָמַר אֲדֹנָי יְהוִה מֵאַרְבַּע רוּחֹת בְּאֵי הַרוּחַ וּפָחִי בְּתֵרוֹנֵיהֶם הָאֵלֶּה  
וַיְחִי

<sup>9</sup>Y me dijo: Profetiza al espíritu, profetiza, hijo de hombre, y di al espíritu: Así ha dicho Adonay YHVH:  
Espíritu, ven de los cuatro vientos, y sopla sobre estos muertos, y vivirán.

Vayómer Elái Hinavé El HaRúaj Hinavé Ben Adam Veamarta El Harúaj Koh Amar Adonay YHVH  
Mearbá Rujót Boí HaRúaj Ufejí Baharuguím Haéleh Veyijyú.

מֵאַרְבַּע רוּחֹת בְּאֵי הַרוּחַ

Espíritu, ven de los cuatro vientos

Mearbá Rujót Boí HaRúaj,

Vetaír otí, e ilumíneme

Vamos a repetir durante varios minutos el mantra EL ADONAY HU MAGUID,  
אל יהוה הוא מגיד

Y luego veremos cómo se abre el firmamento y recibiremos la presencia y guía de un maguid en cualquier forma que aparezca personalmente a cada uno (puede ser masculino, femenino, una presencia luminosa, angélica, etc.). O bien sale de detrás del Kótel atravesando las piedras energéticas. O bien, simplemente está a nuestro lado.

Meditamos....

(Tras las presentaciones, entablamos un diálogo – o cualquier otra forma de interacción – planteando las preguntas que tenemos planteadas de antemano, como:

¿Quién eres?

¿Cuál es la razón de este nombre?

¿En qué sentido puedo decir que eres un guía para mí? ¿Cómo me puedes ayudar?

¿Cuál es el paso que tengo que dar?

¿Y cuál es la tarea que entonces tengo que hacer en esta vida?

¿Cómo puedo contribuir a la Gran Obra?

... (Plantear cuantas cuestiones personales sean necesarias. También se deben hacer preguntas de conocimiento)...

¿Hay algo más que quieras decir que no haya preguntado?

Amén, muchas gracias, bendiciones.

Puede ocurrir que el maguid nos lleve a algún sitio, o nos lleve a ascender por los planos, etc. Puede que nos entregue algún objeto mágico. Nos dejamos llevar.

Esperamos a que el maguid nos despida. Nos bendice y le deseamos bendición. Para acabar agradecemos. Dedicamos todo el mérito por la unión del Santo Bendito sea y la Shejiná, en amor y reverencia, en reverencia y amor, para unir la YOD HE con la VAV HE, en perfecta unión en el nombre de todo Israel.

Nos visualizamos de nuevo frente al Kótel, el Kótel Maariv (el muro del templo de Jerusalén), piedras energéticas, piedras de luz, piedras de la Shejiná, con el nombre de Dios, el Tetragrama en el firmamento, de luz, fuego blanco sobre nuestras cabezas y desde allí, desde esta posición enviamos berajá, bendición a todos los mundos, a todos los planos, a todos los seres para ayudarles en su camino de liberación que es la nuestra. Así dando gracias a la luz nos disponemos a bajar por la escala sefirótica de 7 peldaños, siguiendo la cuenta: 1 Jésed, 2 Guevurá, 3 Tiféret, 4 Nétsaj, 5 Hod, 6 Yesod y 7 Maljút, estamos de vuelta plenamente de vuelta en nosotros, en nuestro aquí y ahora, centrados, hacemos unas respiraciones profundas, movemos ligeramente dedos de manos y pies, frotamos las manos para generar calor, cabeceamos, nos estiramos y cuando queramos abrimos los ojos.

## **MEDITACIÓN 25** **MAGUIDIM. ESCRITURA AUTOMÁTICA**

Es una variación de la meditación anterior que puede resultar más efectiva a algunas personas. Cuando contactamos con algún guía interno, en lugar de simplemente dialogar con él en nuestra mente, nos ponemos a escribir. Es lo que en algunos contextos se llama “escritura automática”.

Desde el principio tenemos a mano instrumentos de escritura. El ejercicio consiste en lo siguiente:

1º - Dejar la mano suelta, sin mover la mano.

2º - Realizada la conexión, no pensar y ponerse a escribir sin ningún tipo de censura ni filtro lógico. No importa la caligrafía, ni los signos de puntuación, ni la presentación, etc. Se deja que la mano escriba por sí misma.

Por lo demás, la meditación sigue las mismas líneas anteriores.

## MEDITACIÓN GUIADA

Nos vamos a sentar, tenemos a mano el instrumento para escribir y vamos adoptando el estado de meditación. Primero la postura física, estamos sentados cómodamente, con la espalda recta, sin tensiones, con la cabeza mirando hacia el frente, mentón ligeramente hundido, pies apoyados en el suelo, manos sobre los muslos.

Y en este estado nos concentramos en la respiración. Vamos tomando conciencia como nuestra respiración se va haciendo más profunda, más suave, más relajada, más silenciosa, más lenta cada vez.

Estamos en nuestro lugar personal encima de la colina de luz. Ahí podemos abrirnos internamente en paz, sin temor, llenándonos de la luz que nos rodea, introduciéndola en nosotros con cada inspiración, este prana luminoso, vital, positivo, para que nos nutra internamente. Sentimos como entra en cada una de nuestras células y como circula por nuestro torrente sanguíneo y se distribuye por todo el cuerpo, como llega a todos los lugares.

Y así en este estado, hemos traspasado el umbral de meditación, hemos entrado en esa dimensión de serenidad, calma profunda.

Vemos como frente a nosotros ha aparecido una escala sefirótica dividida en 7 tramos, y vamos a subir por esta escalera que conduce a una segunda colina de luz, lentamente, siguiendo la cuenta, empezamos a ascender: 1-Yesod, 2-Hod, 3-Nétsaj, 4-Tiféret, 5-Guevurá, 6-Jésed, y 7-Biná.

Estamos en esta segunda colina, todo alrededor es de una luz más intensa si cabe, inspiramos esa luz dentro de nosotros, entrando por cada uno de nuestros poros, las fosas nasales, por cada uno de nuestros centros psíquicos. Nos encontramos en el muro occidental del templo de Jerusalén, de la Jerusalén celeste. No estamos delante de piedras físicas. Se trata de piedras energéticas, piedras de luz. Nos sentimos rodeados – abrazados – por la luz de la Shejiná.

En este momento, en letras de fuego blanco emitiendo luz blanca vemos en el firmamento la palabra MAGUID, Mem, Guimel, Yod, Dalet. Y este nombre nos va a poner en contacto con la palabra creativa, con la voz del espíritu, de nuestro espíritu.

Y encima de la palabra MAGUID, el Nombre de Dios compuesto EL YHVH, Alef-Lamed, Yod-He-Vav-He, que tiene el mismo valor numérico y por tanto es su esencia, en letras de fuego blanco, emitiendo luz blanca.

Vemos como la luz que emite el Nombre Divino llena de luz todas las letras de la palabra MAGUID, como desciende esa luz a nosotros, penetrando por nuestro Kéter, limpiando todo nuestro ser, llenándolo. De Kéter pasa a nuestro hemisferio izquierdo, luego al derecho, el centro de la frente y sentimos toda la cabeza llena de esa luz. Pasa al centro de la garganta, el hombro izquierdo, nuestro Jésed, y luego desciende por todo

el brazo. El hombro derecho, nuestro Guevurá, luego desciende por todo el brazo. Y desciende a nuestro corazón, nuestro centro Tiferético, cuya luz irradia por todo el tórax. Y desciende la luz al centro del ombligo y la luz irradia todo nuestro abdomen. Pasa a nuestra cadera izquierda, nuestro Nétsaj, y desciende por nuestra pierna izquierda hasta el pie. Luego a nuestra cadera derecha, nuestro Hod, y desciende por nuestra pierna derecha hasta el pie. Y va a nuestro centro de Yesod e irradia en todo el bajo vientre y pasa al centro de Maljút, en la base de la columna, y conecta con la tierra, uniendo así el cielo con la tierra. Y entre la luz el Nombre EL YHVH – MAGUID – Maestro, la guía interior.

Hacemos una oración personal, pidiendo cada uno con nuestras propias palabras que se nos conceda la visión y la experiencia de un Guía Espiritual para nosotros, para nuestro Templo y para las personas que conocemos.

Y vemos que se nos acerca una figura especial, una presencia, para cada cual tendrá una forma personal. Nosotros simplemente nos sentamos, va a hablar, y nosotros vamos a transmitir lo que recibamos (Si ello no nos perturba, podemos imaginar que el propio guía toma nuestro brazo y es quien escribe, o incluso que nuestro ego se hace a un lado y es el guía el que asume nuestra forma).

Cogemos el papel, el lápiz y empezamos directamente a escribir, sin pensar.

-----  
(Tiempo necesario para escritura)  
-----

Seguimos frente al Kótel. Y despedimos a nuestro Guía, le damos las gracias, le bendecimos en el Nombre de Dios, él nos bendice a nosotros.

Y cuando se ha ido adoramos a la Presencia Divina, hacemos una oración personal de acción de gracias y nos disponemos a retornar, disponiéndonos a bajar por la escala sefirótica.

Vamos a ir descendiendo, siguiendo la cuenta. Empezamos: 1-Jésed, 2-Guevurá, 3-Tiféret, 4-Nétsaj, 5-Hod, 6-Yesod y 7-Maljút.

Y estamos ahora en la primera colina, en nuestro lugar personal. Estamos respirando, haciendo respiraciones profundas mientras vamos volviendo a nuestro estado de conciencia habitual, a nuestro cuerpo, a nuestro aquí y ahora.

Hacemos respiraciones profundas. Movemos ligeramente los dedos de las manos y de los pies, frotamos las manos para generar calor, cabreamos ligeramente, nos desperezamos y cuando queramos podemos abrir los ojos.

## **MEDITACIÓN 26** **MEDITACIÓN JERARQUÍAS**

He aquí un tipo de meditación que recorre el Árbol de la Vida en los cuatro mundos, para incrementar nuestro grado de afinidad y conexión con todos los Poderes e ir estableciendo un fundamento firme en el Yesod de Briá, el nivel del espejo de la conciencia espiritual.

## MEDITACIÓN GUIADA

Nos sentamos cómodamente con la espalda recta sin tensión, la mirada hacia el frente y con el mentón ligeramente hundido, manos en los muslos, vamos asumiendo la respiración profunda, hacemos unas respiraciones profundas desde el fondo del diafragma.... Dejamos que el aire entre bien hasta el fondo, bien dentro de nosotros. Nos llenamos de aire, con cada inspiración, y dejamos que salga también hasta el fondo de una forma fluida, sin tensión, sin forzar. Vamos así entrando en un estado de relajación, vamos a dejar a un lado de momento todos los problemas que tengamos, todas las tensiones, todas las preocupaciones..... no merece la pena que les demos más vueltas en este momento, más bien vamos a vaciar y abrir nuestra mente, dejando que se llene de calma, de serenidad, centrándonos en nuestro Ser, en nuestro centro de equilibrio, en nuestro Tiféret. Y mientras sentimos que nuestra respiración se va haciendo más profunda, suave..... Nos vamos sintiendo en un estado de plenitud y paz profunda, paz profunda, perfecta paz profunda.

En este sentado nos visualizamos en nuestro lugar personal encima de la colina de luz y estamos tranquilos, relajados, percibiendo toda la luminosidad que nos rodea que vamos absorbiendo poco a poco en nuestro interior, por nuestras fosas nasales, por los centros psíquicos, por nuestra piel; inspiramos luz, plenitud, paz, miramos hacia el firmamento, vemos escrito en letras de fuego blanco emitiendo luz blanca una palabra HEJAL que significa templo, vemos la letra HE, vemos la letra YOD, la letra KAF y la letra LAMED, lo vemos resplandeciente en luz; sentimos como la luz que despiden las letras nos atrae, nos está empezando a impulsar hacia arriba, nos está invitando a subir, a ascender, entonces vemos como delante de nosotros se está formando una escala sefirótica de 7 tramos que vamos a ir ascendiendo, peldaño a peldaño, tramo a tramo, siguiendo la cuenta: 1 Yesod, 2 Hod, 3 Nétsaj, 4 Tiféret, 5 Guevurá, 6 Jésed y 7 Biná; nos encontramos en una segunda colina de luz, rodeados de una luz más brillante, más resplandeciente si cabe que incrementa nuestro sentido de gozo interior.

Y nos encontramos frente al Kótel, el muro occidental del templo de Jerusalén, de la Jerusalén celeste. No estamos delante de piedras físicas. Se trata de piedras energéticas, piedras de luz. Nos sentimos rodeados – abrazados – por la luz de la Shejiná.

Miramos al firmamento y vemos que aparece en fuego blanco, emitiendo luz blanca la palabra ADONAI cuyo valor numérico es 65, el mismo que HEJAL (Templo), visualizamos la ALEF, visualizamos la DALET, visualizamos la NUN, visualizamos la YOD: ADONAI, en fuego blanco emitiendo luz blanca; de repente las letras aumentan de tamaño, llenan todo el firmamento, ocupan todo nuestro campo de visión, todo nuestro campo de conciencia, todo nuestro campo de atención – ADONAY - y vemos como un rayo de luz desciende de estas letras y entra en nosotros por nuestro Ketér, sentimos la acometida de la luz y como empieza el rayo a descender, siguiendo el rayo relampagueante, descender y descender, llenándonos de su luz, alimentando nuestro ser interno, bañándonos todos nuestros órganos, transformándonos en seres luminosos, brillantes, durante unos instante contemplamos.....

Atravesamos el muro del Templo sin problema – son piedras energéticas – y nos encontramos en el gran atrio acompañados de una sensación de divinidad creciente.

Sentimos a nuestro alrededor como nos rodean presencias amigas, guías y maestros que nos han percibido y que están aquí para ayudarnos en nuestro camino espiritual (cada uno puede acudir a cualquier guía que quiera que para él o ella tenga relevancia).

En particular sentimos la presencia de los maestros de la Cábala, de los maestros españoles de la edad media (dedicar un tiempo a cada uno hasta tener la impresión de contacto): saludamos a Yosef Guikatila, Moshe de León, Abraham Abulafia, saludamos a los cabalistas de Safed: Moshé Cordovero, Isaac Luria el Ari, Jayim Vital; y a los maestros jasídicos: Israel ben Eliezer - el Baal Shem Tov, el gran magid Dov Baer, Rabí Isaac de Berdichev (dedicar tiempo suficiente a cada uno hasta sentir la conexión);

Sentimos su presencia, sentimos como nos están apoyando, iluminando nuestra mente de grupo, empujándonos en el camino del autoconocimiento, de la búsqueda de Dios y de la verdad.

Saludamos a los grandes maestros del pasado, Simón Bar Yojai y a su maestro Rabi Akiba...

Saludamos a la línea de profetas, Ezequiel, Jabaquc, Elías, Ajiyá el shilonita...

y a los 7 huéspedes de honor: el Rey David, el arquetipo de Maljut, José el Justo, arquetipo de Yesod, Aarón el gran sacerdote con todo su dominio de los nombres, los versículos y los mantras sagrados, arquetipo de Hod, y a Moshé Ravenu, arquetipo de Nétsaj, dominando todas las fuerzas de la naturaleza y poniéndolas al servicio del espíritu, y a Jacob de Tiféret, encarnación del Logos solar, irradiando los 12 rayos de raíces de almas, y a Isaac, arquetipo de Guevurá, con su disciplina y meditación, Isaac que aceptó el sacrificio de sí mismo y Abraham, arquetipo de Jésed, Amud Jésed, el pilar de la Misericordia, abierto a los 4 puntos cardinales.

Saludamos en la esfera de Dáat al gran Manú Melquisedeq, sacerdote de El Elión, Dios altísimo...

Enoc en Biná, arquetipo del hombre realizado que trasciende, que sube a los cielos, hombre inmortal, transformado en arcángel.

Nos abrimos a la luz del alma del Mesías en Jojmá, toda la luz redentora que se ha manifestado a lo largo de la historia y se manifiesta en cada uno de nosotros y que se manifestará,

Y a Adam el hombre superior en Ketér, imagen viviente del Logos,

Todos ellos y muchos otros, todas las líneas, todas las religiones, todos los caminos son nuestro linaje, son nuestros parientes espirituales y todos están para ayudarnos, para inspirarnos, para apoyarnos.

(Dando tiempo suficiente a cada uno:)

Y saludamos a todas las jerarquías del cielo, y nos sentimos rodeados por los Ishím, los ángeles de Maljút, las Almas de Fuego, que animan, que dan vida a la materia. Y por los Kerubím, los ángeles de Yesod, los Guardianes de las Puertas, los regentes de los elementos. Y por los Bené Elohim, los maestros de la mente, que nos enseñan todas las ciencias, artes, técnicas. Y por los Elohim, las fuerzas de la naturaleza, que nos dan vida y nos dan alegría. Y por los Malajím, los ángeles solares, que sustentan nuestra individualidad, que construyen nuestro self. Y por los Serafím, los ángeles de Guevurá, con su juicio y también con su corrección, su purificación, enviándonos también las pruebas. Y con los Jasmalím, los Brillantes, que nos llenan con su energía positiva, que nos impulsan hacia delante con su optimismo, con su expansividad, y que inspiran en nosotros las palabras divinas. Y con los Erelím, los ángeles del karma, que conocen la pauta de nuestro destino y saben las lecciones que debemos aprender y lo que es mejor para nosotros, dándonos en cada momento lo que necesitamos. Y por los Ofaním, las Ruedas de todos los ciclos, que nos hacen tener esa

visión del conjunto, la trascendencia y que nos inspiran toda la sabiduría. Y con las Jayot HaKodesh, los ángeles de Kéter, que nos llevan directamente a la presencia de la divinidad en nosotros.

Y sentimos el apoyo de los Arcángeles. Sandalfón, el alma de la Tierra, que guía a todos los seres y criaturas hacia la realización del Divino Plan. Gabriel, el ángel de nuestra visión interior, que nos llena de vitalidad y nos conduce hacia el esplendor, prometiéndonos siempre la recepción de vida plena. Y Rafael, el maestro de la mente y de la curación, que está ahí siempre para sanar nuestras heridas y para inspirarnos, para mostrarnos el camino y llenarnos de su alegría. Y Haniel, arcángel de Nétsaj, que nos llena con su toque mágico en la belleza, y nos hace sentir todo el afecto, todo el amor. Y Mijael, el arcángel de Tiféret, que siempre está pendiente de nosotros, siempre está aumentando y haciendo crecer en nosotros la chispa de nuestro verdadero ser, la chispa de nuestra divinidad interior. Y a Kamael, el arcángel de Guevurá, que nos protege de todo, que nos impide caer en tantas cosas y que a veces nos corrige con dureza cual es el camino que necesitamos, pero que nos da la voluntad, la fuerza y el coraje para seguir adelante. Y Tsadquiel, siempre apoyándonos, siempre llenándonos de energía positiva, siempre abriendo y dilatando nuestro camino delante de nosotros, siempre defendiendo nuestra causa ante el Tribunal Celeste. Y Tsafquiel, como madre, que nos provee de todas nuestras necesidades, que nos cuida en todos nuestros cuerpos, en todos nuestros vehículos, y que pone en nosotros ese ideal al cual debemos tender, esa idea superior de nosotros mismos, que es nuestro fin, que es nuestra meta, que es nuestro guía en los momentos de oscuridad. Y Raziel, el ángel de la Sabiduría, que nos inspira todas las grandes ideas, todos los pensamientos positivos, y que está aconsejándonos siempre en cada decisión, para que tomemos el camino más sabio. Y Metatrón, el Hombre Celeste, Enoc transfigurado, el arquetipo de nuestro Ser arcangélico, el arquetipo de lo que llegaremos a ser. Enoc es el Ángel de la Presencia, el ángel que ha transmitido la cábala a los seres humanos, el ángel que va siempre delante de nosotros y nos conduce a la presencia de lo divino.

Y hacemos la ofrenda de nosotros mismos al poder del Nombre Adonai en Maljút, con toda la fuerza de la corporeidad. Shadai el Jai en Yesod, de la cual nuestra vitalidad y nuestra libido y nuestra capacidad de crecer es una manifestación. Y Elohím Tsebaot, de la cual, nuestro intelecto, nuestras ideas, nuestros pensamientos son una manifestación. YHVH Tsebaot, del cual todas nuestras energías, potencias, cualidades, son también una manifestación. YHVH Elóah Vadáat, el Dios interior, el omnisciente en todos nosotros, la chispa divina que construye nuestro ser mas interno, Dios manifestado en el hondón más profundo, más profundo de nosotros mismos. Y Elohím Guivor, la fuerza incontestable, que se manifiesta en nuestra voluntad y en nuestro poder personal. Y El, energía positiva, todo nuestro bien, todo el bien que hemos recibido a raudales, toda la gracia, todo el amor divino. El, la fuerza del Amor Divino, del perdón, de la gracia, que lleva a todos los seres en su esencia que es su bien, que es su vasija, llena a rebosar. YHVH Elohím en Biná, nuestra conexión con la totalidad, nuestra conciencia cósmica, nuestra unidad con el todo, la Gran Madre que contiene en su ser todo lo que existe. Yod-He, Yah, la luz de la conciencia pura. Y Ehey Asher Ehey, Yo Soy Quien Yo Soy, la Luz de la realidad última, de la unidad, luz infinita, el que Es.

Y toda esta jerarquía que hemos recorrido de abajo arriba, todo este Árbol extendido a través de los Mundos no es más que la letra Nun final en el Ain: Alef, Yod, Nun, la plenitud absoluta, el todo. El Ain, la Nada, el Aní, el Yo.

En esta conciencia del Ain descansamos por fin totalmente.

(Meditación en silencio. Después)

Meditación Ain Sof:

אין סוף

Alef: Absoluto, Adam Kadmon, Arij Anpin, Kéter

Yod: Kéter, Jojmá, Abba.

Nun: Imma, El pilar del medio de todo el Árbol extendido.

La unión de ambos es , el estado final de realización completa. Se alcanza con la unión de Alef y Tsadi, que es 91= unión del Santo, bendito sea, y la Shejiná, que es  $13 \times 7$ , la unidad brillando a través del septenario (de Jésed a Maljút inclusive).

Samej: Círculo del espíritu, la totalidad. Vav: La línea de luz (divide y unifica).  
Pe final: la inclusión en el infinito de toda forma y energía (como palabra plenamente realizada).

Visualizamos y vibramos en el centro de Ketér encima de nuestras cabezas, escrito en fuego blanco emitiendo luz blanca, el nombre de dios EHEIE, en el hemisferio cerebral izquierdo de color azul claro el nombre de Dios en Jojmá, YAH, en nuestro hemisferio cerebral derecho en la esfera de Biná, el letras de color carmesí el nombre de Dios YEHOVA ELOHIM, y en nuestro hombro izquierdo en letras de color púrpura, el nombre de Dios en Jésed, EL, y en nuestro hombro derecho, la esfera de Guevurá, en letras de fuego naranja emitiendo luz naranja en nombre de Dios, ELOHIM GUIBOR, y en nuestro centro del corazón en la esfera de Tiféret, el letras de fuego rosa, emitiendo luz rosa, el nombre YHVH ELOHA VADAATH, y en nuestra cadera izquierda la esfera de Nétsaj el nombre de Dios en letras de fuego ámbar, emitiendo luz ámbar YHVH TSEBAOT y en nuestra cadera derecha en letras de fuego púrpura oscuro el nombre en la esfera de Hod, ELOHIM TSEBAOT, y en nuestro centro de Yesod, en letras de fuego índigo emitiendo luz de este color el nombre de Dios SHADAI EL JAI y en nuestro centro de Maljút emitiendo luz amarilla el nombre de Dios ADONAI HAÁRETS y somos así el árbol de la vida, el árbol de nuestro verdadero ser interno, divino, en toda su completitud, en todos los senderos, senderos brillantes resplandeciente. Y vemos como el néctar y la energía, la luz, desciende y circula por todas las sefirot y canales.

Establecemos firmemente nuestros pilares, el pilar de la izquierda, lo sentimos, Jojmá, Jésed, Nétsaj, hemisferio cerebral izquierdo, hombro izquierdo, cadera izquierda, conectados y el pilar de la derecha, Biná, Guevurá, Hod, hemisferio cerebral derecho, hombro derecho, cadera derecha, los pilares laterales como una batería de energía y el pilar central equilibrando, Ketér, Daát, Tiféret, Yesod, Maljut, el pilar del equilibrio. Somos así una imagen de la totalidad, irradiando energía, irradiando luz, mientras irradiamos luz a nuestro entorno, a todos los seres que conocemos, a nuestros seres queridos, contemplándolos en la luz, llenándolos de luz, a nuestros amigos, conocidos, todas las personas que tengan relación con nosotros, positiva o negativa, somos uno con

ellos en la luz, llenándolos de luz y a todos los seres de la tierra, paz, luz, bendición que irradiamos a toda la tierra, a todos los seres que la pueblan, humanos, no humanos, vegetales, animales, minerales, a todas las evoluciones. Irradiamos luz a todo el Cosmos, impartir luz es lo que nos hace realmente divinos, si solo damos un poquito nuestra vasija será siempre pequeña, si damos mucho nuestra vasija se agrandará, constantemente llenándote y constantemente impartiendo, eso es lo que crea nuestra afinidad con el creador.

Notamos que alguien nos toca el hombro y es nuestro ángel guardián, nos sonrío y nos dice, es la hora de volver, ¡vuelve!

Tomamos conciencia de que estamos en el atrio del templo. Atravesamos el muro de nuevo para ubicarnos frente al Kótel. Damos las gracias por la experiencia y nos preparamos para descender por la escala sefirótica, siguiendo la cuenta, empezamos, 1 Jésed, 2 Guevurá, seguimos bajando, e Tiféret, 4 Nétsaj, 5 Hod, 6 Yesod y por último 7 Maljut, estamos en la colina de luz, en nuestro lugar personal. Ya estamos de vuelta, hacemos respiraciones profundas, movemos los dedos de manos y pies, frotamos las palmas de las manos para generar calor, cabeceamos, nos estiramos y cuando queramos abrimos los ojos.

## MEDITACIÓN 27

### ASCENSIÓN a las DIMENSIONES de BRIÁ: PALACIOS

Hemos expresado en varias ocasiones que el Dáat de Yetsirá es la puerta de entrada al mundo de Briá (su Yesod). Las dimensiones sefiróticas de Briá reciben el nombre de Palacios de la Presencia y en la merkavá clásica constituyen las etapas de ascenso a la contemplación de la Gloria Divina (el Hombre Divino de Atsilut)

Después describiremos el viaje del alma según se detalla en los Hejalot (Palacios) de la época talmúdica y post-talmúdica. Ahora presentamos una versión simplificada utilizando una metodología adaptada pero en esencia similar.

Evidentemente, las descripciones que se hacen aquí no deben tomarse ni en sentido dogmático ni excluyente. El objetivo es simplemente trabajar en una apertura mental que permita al aspirante tener sus propias experiencias.

Como hemos afirmado en el capítulo I, estamos convencidos del principio de continuidad en el Árbol de la Vida. Las barreras son esencialmente mentales, y el mundo de Briá – el plano de nuestra alma espiritual o neshamá – constituye nuestra herencia de nacimiento como humanos.

Ciertamente hemos de ganarnos su acceso. Hemos de generar el mérito que nos permita, en el sendero de retorno a la Fuente, dar ese paso a la conciencia espiritual, la primera He del Tetragrama, que es nuestro lugar natural.

Pero es para eso para lo que hemos descendido al Maljut, la segunda He, vaciándonos de nuestra luz. Para regresar con el mérito de haberla ganado por nosotros mismos con nuestro esfuerzo. Y actualizar mediante la experiencia todas las potencialidades inherentes a nuestra naturaleza, que no son otras que las que nos confiere nuestro estatus divino.

Con este espíritu emprendemos las meditaciones de ascenso, guiados por el amor a nuestro camino, por el deseo ferviente de unión con Dios, conscientes de que es el deseo Divino que nos acerquemos a Él lo más posible, confiados en su Gracia y sin olvidar tampoco el único temor que debemos permitirnos: el temor de Dios que es el principio de la Sabiduría.

## MEDITACIÓN GUIADA

Vamos a hacer un ascenso vibratorio por el Pilar del Medio con la respiración séptuple, es decir: inspiramos, retenemos el aliento brevemente en la nuca, enviamos al centro correspondiente y vibramos su Nombre Divino.

Empezamos: hacemos una respiración profunda de introducción, inspiramos, retenemos brevemente en la nuca, enviamos el aire al centro de Maljut en la base de la columna, en donde visualizamos el Nombre ADONAY – en fuego blanco irradiando luz blanca – y lo vibramos al espirar. El centro queda energizado y sintonizado a la vibración del Nombre.

Hacemos secuencialmente lo mismo con los demás centros:

Genital con SHADAY EL JAI, ombligo con YHVH ELOHIM TSEBAOT, corazón con YHVH ELÓAH VADÁAT, garganta con YEHOVA ELOHIM, frente con YAH y corona con EHEIEH.

Visualizamos el centro de KETER de pura luz brillante, y en su punto interior de luz localizamos nuestra conciencia y nuestra identidad, de forma que somos la estrella de luz en el interior de la esfera de KETER.

Visualizamos un tubo de luz que une este centro de Maljut del mundo de Briáh (el Kéter de nuestro Asiá) con su Yesod en Dáat de Yetsirah y tenemos la visión del Hexagrama Celeste del mundo de Briáh sobre nuestra cabeza, desde Yesod hasta Dáat.

Sentimos que la luz nos invita a ascender por este tubo; sentimos como pequeños empujones hacia arriba, como si estuviera intentando jalarnos. Al principio nos resistimos, pero luego nos dejamos llevar y empezamos a ascender.

Y nos encontramos frente a una puerta del Palacio Briático de Yesod llamado **Livnat HaSapir**, “Pavimento de Zafiro”. Vemos puertas flanqueadas de nubes con dos columnas, una a cada lado, veteadas de lapislázuli, en la que dos seres angélicos están guardando la puerta. Nos preguntan ¿Quiénes sois? Y ¿Qué hacéis aquí? Contestamos con nuestras palabras: “venimos en busca de conocimiento y sabiduría, en busca de la verdad, para servir mejor.

Nos preguntan ¿Cuáles son los Nombres? Al ángel de la izquierda le damos el nombre de Gabriel y al de la derecha el nombre de Dios Shaday El Jai; las puertas se abren y pasamos al otro lado.

Al principio solo vemos luminosidad; no distinguimos nada, sólo esta luz. Hacemos una petición para que se desarrolle en una visión clara y nítida.

Entonces vemos una extensión, con un suelo como de nubes, con fognazos a modo de pequeños relámpagos aquí y allá. Más allá de las nubes distinguimos un paisaje terrestre debajo de nosotros; hay sin embargo como un suelo translúcido que nos impide caer. No es un suelo estático, es el Livnah HaSapir, el Pavimento de Zafiro; es un suelo vivo, en el que se dibujan signos y símbolos, que se iluminan como fuego ardiente y proyectan su energía codificada sobre la tierra.

Vemos que en las cuatro esquinas, sosteniendo este cielo, hay cuatro grandes ángeles, que son como grandes pilares, que canalizan hacia las cuatro esencias elementales que dominan Maljut, que son los filtros de sus energías.

Por encima el firmamento está abierto. Vemos un gran túnel de luz hacia los palacios superiores. Vemos que a través de él, este palacio está conectado con todos

ellos. A través de él desciende un gran torrente de luz que irradia en todas direcciones. Miríadas de miríadas de ángeles reciben y se alimentan de esta luz. Es una luz significativa. Sus millones de rayos se difractan en acontecimientos terrestres. Cada rayo está codificado y el ángel que lo recibe lo entiende y pronuncia el decreto en alta voz. Luego parte hacia su misión.

Un ángel nos acompaña, guiándonos por este espacio. Nos dice que es un lugar entre los mundos, de la sustancia de los sueños, y que concentrándonos en su luz podemos ver que se transforma en cualquier cosa; podemos crear así mundos imaginarios a nuestro alrededor, porque su sustancia etérica es totalmente receptiva.

Vemos al ángel del Éter, ITURIEL, יהוראל, con un gran espejo en las manos que recibe la luz de todas las esferas superiores; todas se manifiestan e influyen de alguna forma en este plano y ello queda reflejado en el espejo. Nos invita a mirar en él. Podemos quizá ver tendencias o acontecimientos que tendrán lugar en el futuro. Nuestro ángel guía nos dice que nuestro subconsciente está ligado al espejo. De una forma global sabemos lo que nos va a ocurrir, aunque la conciencia de vigilia no lo sepa. Podemos percibirlo en nuestros sueños, inspiraciones, o en momentos de percepción y revelación directa. Estamos en el dominio del éter, éter pasivo y reflector de la luz llamada Levaná, y también éter activo, luminoso, generador de la luz Sapir, la luz de Zafiro.

Contemplamos cómo la inteligencia de este palacio y señor de su luz es el arcángel Gabriel, maestro de las visiones y revelaciones, y también de las corrientes vitales. Podemos ver así a los ríos de almas que ascienden para su viaje celeste después de subir encarnadas y otras que descienden hacia su propia encarnación, conducidas por ángeles a su lugar adecuado.

Gabriel nos lleva más profundo en este plano, hasta su centro, en donde rigiendo su manifestación humana, podemos contemplar al patriarca Yosef, acompañado de tsadiquim, maestros de su cuerpo vital energético, y también de videntes y profetas. Durante unos instantes permaneces en contemplación, alimentándonos de la luz de este cielo, recibiendo, quizá enseñanzas o revelaciones, o contemplando el despliegue de la maquinaria del universo, en el modo que nos es dado abarcarla.

Pero no es éste nuestro destino final de hoy. Sólo se nos ha permitido un breve vislumbre de todos los cielos. Continuamos así con nuestra ascensión. Nuestro ángel guía del plano de Yesod nos acompaña hasta las puertas del siguiente palacio: Hejal **Etzem HaShamayim**, “El Palacio de la Esencia del Cielo”.

Nos encontramos frente a las puertas de Hod, de bronce, doradas. Están guardadas por una pareja de ángeles: andróginos, con el caduceo en la mano, cabello de fuego, mirada de suma inteligencia. Nos preguntan ¿Quiénes sois? ¿Qué venís a hacer aquí? Y ¿cuáles son los Nombres? Al de la izquierda le damos el nombre de Rafael y al de la derecha el nombre de Dios Elohim Tsebaot.

Se abren las puertas; pasamos a éste cielo de sabiduría lleno de luz Zohar, en el que brilla el esplendor de la verdad. Vemos a la izquierda un ángel. Percibimos que está escribiendo una ficha de datos sobre nosotros. Empieza a hacernos preguntas sobre nuestra vida; nos hace recordar, revivir situaciones. Durante unos instantes escuchamos sus preguntas y dejamos que surjan las respuestas (pausa).

Se nos presenta un ángel guía que nos que nos va a hacer captar algún vislumbre de ese cielo, de esta expansión en la que nuestro lugar es todo el cielo, en el que podemos contemplar visiones de la creación; no sólo en su aspecto material, sino también en el de las inteligencias que lo constituyen. Escuchamos pues las vibraciones, las palabras, los mantras sagrados creativos y la vibración sonora de la que fluye la

materia y la energía. Asistimos al espectáculo del logos solar, estableciendo en la gran aglomeración de materia de la nebulosa planetaria original los cúmulos de los distintos planetas, cada uno como un cono de fuerza y conciencia. Este cono no es sólo tridimensional, sino que se presenta en esferas de cuatro y cinco dimensiones.

Podemos captar todos los movimientos cósmicos como sonido, como música, como la voz de los Hijos de Dios entonando la canción del Eterno, el cántico de los Nombres de Dios. Y vemos que la esencia de la luz de este cielo es el pensamiento, y que los pensamientos son las cosas; que los pensamientos son las entidades de este plano; que donde pensamos que estamos ahí nos encontramos y comprobar desde este lugar que podemos mirar hacia abajo y ver que eso también nos ocurre en nuestra vida cotidiana: Que cada pensamiento, cada palabra que emitimos crea un ángel positivo o negativo, que tenderá a buscar su propia realización y autoexpresión. Vemos entonces la importancia del pensamiento en este cielo de Hod, cómo la idea es la esencia de las cosas, como nuestro propio pensamiento es creador.

Sabemos que el arcángel Rafael es el maestro de este plano y se nos permite un vislumbre de este prodigioso ser. Vemos cómo su irradiación sostiene a la mente universal. Nos muestra cómo rodeando este cielo están las 231 puertas irradiando la esencia energética de las combinaciones de letras a través de las cuales brilla la luz Zohar; y cómo miríadas de sus ángeles conforman con ellas la esencia formal – mental – de todas las cosas. Vemos así el nombre como la fórmula secreta de cada ser y por tanto la fórmula de su curación.

Nuestro ángel guía nos conduce a una gran biblioteca, en donde se guarda todo el conocimiento. También en sus archivos se guarda un registro de todos los acontecimientos mundanos. Vemos maestros del conocimiento y de toda ciencia, en comunicación directa con Rafael, que es la inteligencia del plano.

Luego nos conduce al atrio de un gran templo. Podemos ver en él al sacerdote arquetípico, Aarón, con sus vestiduras, sus Urim y sus Tummim. Está acompañado de maestros de los diversos linajes espirituales y de la magia ritual: sacerdotes, monjes, magos, maestros de las artes herméticas, etc. Pedimos enseñanza, pedimos lecciones.

Nuestro guía ángel nos despide: no es este nuestro destino final, sino que debemos seguir adelante. Ascendemos hacia el **Hejal Nógah**, palacio de la luz Bahir, la luz de la Eternidad, la luz Clara. Nos encontramos frente las puertas de Nétsaj, guardadas por unos ángeles de gran belleza, una belleza que transforma nuestras almas. Vemos las columnas de las puertas de mármol, veteadas de rosa y verde. Estos ángeles preguntan quiénes somos y qué venimos a buscar. También por los Nombres.

Al ángel de la izquierda le damos el nombre de Haniel y al de la derecha el nombre de Dios YHVH Tsebaot. Las puertas se abren; entramos y nos encontramos con la visión de una luz intensa que despide los siete rayos. No se trata puramente de luz, si no que sus colores son conciencia; son formas de energía, son modos de vibración. Interactúan entre sí con un movimiento fractal que da lugar a formas. En cada uno de estos rayos vemos a sus jerarquías angélicas y a los maestros de ese rayo. Vemos también como ángeles de luz a las inteligencias de las letras y de los signos estelares, conformando las ruedas de los ciclos y de los tiempos.

Estamos contemplando también los poderes internos de la naturaleza. Si miramos hacia abajo por el sendero de la luna, vemos poderes elementales, las jerarquías de devas y Elohim de la Naturaleza, con todos sus reinos, sus almas grupales, sus inteligencias. Todo bajo la luz de Dios de los Ejercitos, YHVH Tsebaot, y la presidencia de Haniel, que se nos muestra ahora como un ser de bellaza insuperable.

Nos presenta a las jerarquías de este Palacio. Vemos a su figura central, Moshé Rabenu, Moisés nuestro maestro, y con él todos los maestros de la Torá viviente. Él es la manifestación del Ser Humano arquetípico en este plano. Vemos también a todos los que han alcanzado maestría sobre las fuerzas de la naturaleza, a los señores del rayo verde. Vemos a todos los que han dado a la luz formas de belleza, artistas y músicos en cuyas obras se ha asomado el rayo de lo eterno.

En el firmamento de este cielo brillan el sol y la luna. Ambos vierten su luz sobre nosotros y sentimos que hemos recuperado la totalidad de nuestras almas. Somos masculinos y femeninos al tiempo. Dos figuras angélicas se nos acercan y nos ofrecen una copa. Entendemos el poder de la copa de dar forma para recibir la luz Nogah, blanca y multicolor a un tiempo, que es como el maná, que da a cada uno su alimento adecuado. Tomamos esta copa de puro néctar y bebemos. Tenemos una experiencia interior que nos transforma en puro gozo. Una gota blanca de néctar aparece sobre nuestra cabeza. Es soma, néctar, pura luz divina. Se derrite y empieza a descender por nuestro canal central. En cada centro, punto, sensación física, pensamiento o emoción, experimentamos gozo, placer, como un orgasmo experimentado en cada parte del organismo psicofísico.

Estamos en los campos del descanso, como en el salmo 23: “en praderas de verde hierba me hará yacer, hacia aguas tranquilas me conducirá”. Podemos absorber, empaparnos de la luz de este cielo, descansar, recuperarnos.

Allí podemos encontrar a nuestros seres queridos, podemos experimentar la profundidad de nuestra emoción, sin ningún tipo de inhibiciones, sentir la plenitud de la belleza, la sexualidad espiritual, la sacudida del alma, la conmoción del éxtasis, la felicidad perfecta basada en la plenitud. No hay ausencia. No hay carencia. Durante un instante dejamos que nuestra alma inhale esta luz, este maná que satisface totalmente la plenitud de nuestro deseo.

Al fin, nuestro ángel guía nos despide, debemos seguir adelante. Nos conduce hasta el siguiente palacio: el **Hejal Ratsón**, el Palacio de la Voluntad, en el que brilla Or Jaim, la luz de la vida.

Estamos frente a unas puertas de oro, con dos ángeles uno a cada lado. Nos preguntan quiénes somos y qué queremos; nos piden los Nombres. Al de la izquierda le damos el nombre de Mijael y al de la derecha el nombre de Dios YHVH Elóah VaDáat. Entramos; nuestro ángel guardián nos recibe. Vemos multitudes que se dirigen caminando hacia un lugar central, luminoso, radiante, todo luz. Van con vestiduras blancas, portando diversos objetos: ramas de plantas como hojas de palmera, quizás símbolos personales, signos de la dedicación o de la esencia de cada uno. Seguimos a esta multitud, algunos rostros nos son conocidos, pero los vemos de belleza deslumbrante, expresando armonía, plenitud, paz de espíritu.

El centro de este cielo aparece a cada uno de una forma personal, como una esfera de luz, como una ciudad con varias puertas al modo de la Jerusalén Celestial, o como el mismo templo de Jerusalén.

Una vez que hemos entrado, nos encontramos solos frente al arcángel Mijael, el sacerdote del Templo. Mijael nos invita a situarnos sobre el altar de fuego en donde se ofrece nuestro sentido de identidad separada. Lo hacemos. A la indicación de su espada descendiendo del cielo el fuego de la Shejiná, fuego divino que nos consume sin quemarnos.

Nos abandonamos a la experiencia, desapegándonos, dejando ir todo lo que somos, en pensamiento, en sentimiento, en conciencia, las memorias de esta vida y de

todas nuestras vidas. Dejamos que este fuego transmute cada uno de los aspectos de nuestra alma en luz divina.

Cuando emergemos lo hacemos como neshamá suprema, como hijos de Dios. No es que neguemos nuestro self anterior. Es que de alguna manera lo abarcamos, lo subsumimos. Sentimos que en el fondo nuestro Yo, ahora trasmutado, es una manifestación de Dios, una pura luz de su Shejiná, de su presencia en el ser. Desde esta perspectiva vemos a nuestro entorno, a todo y a todos directamente, en su esencia resplandeciente, como encarnaciones de la verdad, de la belleza, del bien, de las cualidades espirituales puras; De una forma misteriosa nos sentimos unidos a ellos. Reina en este lugar una paz y armonía perfectas.

Rodeados de la luz Jaim, testificamos un mundo de maravilla. Tenemos en nuestras manos un arpa dorada que hacemos sonar. Emerge una música deliciosa que se materializa a nuestro alrededor en formas y colores. Cuando tañimos un acorde, los cielos responden con música, con la música de las esferas. Y tenemos una visión del Pilar Central del gran Árbol de la Vida atravesando este cielo. Por él desciende la gracia que llena tanto este lugar como todos los mundos inferiores, que a su vez están comunicados con él. Y contemplamos como esta gracia es mediada por Yaaqob/Israel, y cómo se halla rodeado de todo el enjambre de Chispas Divinas que constituyen el cuerpo de manifestación de la Shejiná.

Y percibimos una amistad profunda entre los humanos y los ángeles y espíritus. Percibimos cómo todos formamos una gran fraternidad de luz. Y vemos cómo todas las diferencias entre los seres y colectivos humanos se armonizan. Todos, sin excepciones de razas, credos o culturas, todos nos complementamos y necesitamos. Todos formamos un cuerpo único y armonioso, y este cuerpo es la morada de la Shejiná, la Luz de la Presencia Divina.

Pero debemos seguir adelante – nos dicen –. Ahora sólo nos es dado contemplar una fugaz visión. Y nuestro ángel nos acompaña hasta el fin de este palacio y nos conduce al siguiente, el **Hejal Zekut**, el Palacio del Mérito, en el que brilla la luz de la verdad, Or Emet. Sus puertas son de hierro y llamas. Están guardadas por ángeles de fuego que toman las formas de serpientes aladas y a veces forma humana. Nos preguntan quiénes somos y qué venimos a buscar allí. Respondemos que venimos en busca de la verdad sobre nosotros, para mejorar y perfeccionarnos; para completar el trabajo de nuestra santificación. Nos piden los nombres, al de la izquierda le damos el nombre de Kamael, al de la derecha el nombre de Dios Elohim Guibor. Se abren las puertas y pasamos.

Tenemos la visión del Libro de Daniel: “Seguí mirando hasta que fueron puestos tronos, y sentose (un hombre) anciano de días, cuyo vestido era blanco como la nieve y cuyos cabellos eran como lana purísima. Llamas de fuego salían de su trono, y este tenía ruedas de fuego abrasador. Un río de fuego salía de delante de él. Millares de millares le servían, y diez mil veces diez mil estaban de pie ante él. Inicióse el juicio y abriéronse los libros.”

Es el momento del juicio. Todo karma debe ser consumido. Un ángel me acerca el libro de mi vida que ahora puedo contemplar con los ojos del espíritu. Paso a paso, momento a momento, memoria a memoria, voy desgranando todos los instantes de mi vida presente.

La luz circundante es absolutamente penetrante y certera. Es la luz de la verdad. No hay elaboraciones mentales. No hay evasiones. La luz de la conciencia es la luz de la presencia. Me preparo para realizar mi propio descenso a los infiernos, para confrontar

mis propios demonios personales. ¿Qué se hace presente en mí o ante mí de mí mismo como verdad?

¿De qué me arrepiento? ¿Cómo y cuando ha predominado en mí la luz del ego, es decir, el deseo de recibir para mí mismo?

No sólo lo que he hecho, sino lo que he dejado de hacer, el amor que he dejado de dar, lo que he dejado de hacer por cobardía, miedo, comodidad, inercia, pereza,..., o simplemente por adicción a mis emociones, porque he construido mi identidad sobre estas emociones primarias.

Es el juicio de mi vida y está realizado ante los ojos divinos. Es tal como me ve mi neshamá, mi alma espiritual.

Dejo que me pregunten las inteligencias angélicas y/o el propio arcángel Kamael.

¿Cuál es la sentencia? ¿Reencarnación con karma o tikún?

¿Qué decisiones tomo para mi vida actual?

Solo me puedo liberar del apego, del deseo, sufriendo las consecuencias de mis acciones.

Pedimos a los Serafim que nos enseñen a manejar nuestro fuego interior y a generar el mérito.

Aceptamos la purificación por el fuego para completar la obra que iniciamos en el anterior Palacio. Nos ofrecen la copa de fuego que bebemos, hasta que la llama consume el propio deseo, hasta alcanzar el desapego. Es la copa de fuego purificador. Separar la mena de la ganga, la conciencia de sus identificaciones. Somos consumidos por el fuego. ¿Qué queda de nosotros?

Sólo así podemos ser santos, separados, entonar con los seres angélicos el canto de la Kedushá, la santificación del Eterno.

Contemplamos al patriarca Isaac como manifestación del Ser Humano arquetípico en este Palacio. Isaac que aceptó el sacrificio de sí mismo, su propia inmolación. Le vemos rodeado de todos los celosos por Dios, de todos los héroes en la lucha contra el mal, contra la opresión, contra la esclavitud. Y podemos ver la operación de la providencia, ver cómo se realiza el gobierno del mundo y como se emiten los decretos, dando a cada cual lo que le corresponde, según la ley del esfuerzo y el mérito, la ley del Tikún.

Pero debemos seguir adelante. Tampoco nuestro ascenso termina aquí. Un ángel nos acompaña hasta las Puertas del siguiente palacio, el **Hejal Ahavah**, el “Palacio del Amor”, de Jésed, en el que brilla Or Tov, la luz del Bien.

Nos encontramos ante las puertas de Jésed, amplias como el cielo, con una sensación de flotar, a la espera. En un momento dado se dibuja una línea de azul, que se conforma en una puerta en forma de ovoide y a su lado aparecen unas columnas de luz azul plateada, un azul maravilloso, espectacular. Dentro de ellas se divisan rostros; son los Jashmalim. Nos preguntan quiénes somos y qué venimos a buscar. Nos piden los nombres, a la de la izquierda le damos el nombre de Tsadquiel y al de la derecha el nombre de Dios El. Las puertas se abren, pasamos.

Nos encontramos frente a un estanque, como una piscina de agua. Nos introducimos, son las aguas del Perdón, la Misericordia y la Gracia. Somos ahora purificados y limpiados hasta la médula, hasta la parte más íntima de nuestro ser. Sentimos que todas nuestras deudas son condonadas. Nos sentimos completamente limpios, libres, por obra de la Gracia de Dios, gratuita, por puro amor Divino. Salimos de esta piscina, imbuidos de una sensación de paz, plenitud y amor.

Somos bienvenidos a la asamblea de maestros, a las academias celestiales, presididas por Abraham abinu, nuestro padre Abraham, padre de multitudes; y por el arcángel Tsadquiél, rodeado por la asamblea de los príncipes que rigen las naciones y los pueblos, los arquetipos de las razas, lenguas, culturas y civilizaciones. Vemos como están prefigurados por los 72 ángeles cuyas letras componen el Nombre de Dios. Y vemos las miríadas y miríadas de Chispas Divinas, el enjambre de chispas divinas humanas, constituyendo entre todos el gran mandala global del Nombre de Dios. Y como detrás del gran círculo Arcangélico y zodiacal está el constituido por las 600.000 raíces de almas, cada una engranando una letra de la Torá celeste, el gran Nombre de Dios, la Torá mística.

Vemos a las almas que han completado su ciclo y forman el conjunto de los tsadikim, jasadim, sabios y maestros.

Vemos ahora también los que están en la rueda evolutiva de las reencarnaciones, y a los que aguardan todavía su primera encarnación. Todas las almas bañadas en las aguas de la Sabiduría y del Amor Divino, que constituye su energía.

Y buscamos en este mandala cuál es nuestro lugar. Por afinidades, con qué grupo nos identificamos, con qué rayo. Hablamos del rayo del alma, de la neshamá. Dejamos que sea el arcángel Tsadquiél quien nos guíe. Vemos que nos da una piedra de color, significativa de nuestro rayo. ¿Cuál es nuestro color? Rojo, el rayo de Guevurá, de la voluntad y el poder, o azul de Jésed, el rayo del amor y la sabiduría ¿con cuál vibramos? Con el rayo índigo de la inteligencia activa práctica; o con el rayo verde de la naturaleza, del arte, de la armonía resultante del conflicto; o con el rayo naranja del conocimiento y de la ciencia. O bien con el rayo amarillo de la autoexpresión, y de la devoción e idealismo; o con el rayo púrpura de la organización, de la jerarquía, de la magia ceremonial.

Nos dejamos guiar hacia el lugar de nuestras almas y nos presentamos a los sabios del pasado afines a nuestra raíz alma. Dejamos que aparezcan, hay instructores generales, por familias, por grupos de almas.

Vemos amigos y conocidos, familiares, seres queridos. Amigos quizá fallecidos, otros quizá encarnados en este momento. Celebramos nuestra unión de alma.

Preguntamos cuál es el destino de la raza, de los tiempos que vivimos, el momento próximo... cómo se rigen desde dentro los acontecimientos y sucesos...

Nos encontramos ante el rey del mundo que focaliza las chispas del enjambre, la conciencia del enjambre. La conciencia global es el próximo Avatar de la humanidad, es el hombre ideal arquetípico, del cual cada uno de nosotros somos una chispa.

Nos dejamos empapar de la luz de amor de este cielo, dejamos experimentar en nosotros ese amor como la energía que mueve el mundo.

Y así seguimos ascendiendo, hasta el siguiente palacio, el **Hejal Kodesh Hakedoshim** “el Santo de los Santos”. No hay puertas. Sólo un gran silencio en el que hemos de penetrar. Perforamos este silencio para estar en la Presencia.

Nos sentimos como la gota y a la vez el océano, en el mar de la existencia, bañados en el espíritu Divino, en el Espíritu Santo.

Y aquí entramos en relación directa personal con Dios, hablamos con Él directamente y Él con nosotros y durante unos instantes tenemos esta experiencia.

Nos sentimos objetos del amor infinito de Dios y como una chispa de luz Divina inflamada. Nuestro corazón es una vasija del Amor Divino. Es un corazón que me une en el centro a todos los seres en todos los planos. Corazón que comprende que el amor es la fuerza universal que mueve al mundo, a las galaxias, a los soles, a los astros y que es el motor último de las acciones humanas. Desde este punto enviamos bendición

Divina, canalizamos la Bendición Divina a toda la Creación (pausa). Somos canales de la bendición de Dios y dejamos que esta “berajá” fluya a través de nosotros. Sentimos nuestro corazón en todos los seres, en todos los cielos y en todos los mundos. Tenemos una visión de todo el pilar central, que une el punto más alto de presencia Divina con el punto más bajo de manifestación material de manera que siempre que abramos nuestro corazón a esta fuerza del amor Divino, podemos entrar en contacto directo con la Divinidad.

Es el momento de volver, y lo vamos haciendo descendiendo desde este cielo por el pilar del medio hasta Tiferet, que es donde tenemos todo el hexagrama del plano Briático; y dejamos que esta experiencia quede profundamente estampada en nuestro corazón. Descendemos por el pilar del medio al cielo de Yesod y de ahí por el tubo de luz regresamos a nuestro propio centro de Kéter, sobre nuestra cabeza, donde brilla nuestra estrella de Ser. Dejamos que esta luz se expanda en todo nuestro ser y poco a poco entramos plenamente a nuestra forma actual, nuestro aquí y ahora, nos sentimos plenamente de vuelta, agradecemos la experiencia, dedicando el mérito al desarrollo espiritual del cosmos. Hacemos respiraciones profundas, movemos los dedos de las manos y pies, frotamos las manos para generar calor y cuando queramos abrimos los ojos.

## MEDITACIÓN 28

### **EL ASCENSO DE LOS YORDÉ MERKAVÁ (los que descienden a la Carroza).**

Se trata de la merkavá clásica (época pre y talmúdica) tal como ha sido descrita en la literatura de los Hejalot<sup>45</sup>.

Para empezar, el texto previene los peligros inherentes a una práctica sin la preparación suficiente. En primer lugar se dan unos requisitos de índole moral. Así, en la mishna 2 del capítulo 15, dice Rabí Ishmael:

“¿A qué se parece (conocer el secreto de la merkavá)? Es como tener una escalera en la propia casa (y ser capaz de ascender y descender a voluntad. Esto es posible) para cualquiera que esté purificado y libre de idolatría, ofensas sexuales, derramamiento de sangre, calumnia, jurar en vano, profanación del Nombre, impertinencia e injustificada enemistad; y que guarda todos los mandamientos positivos y negativos”.

Además, es necesario someterse a procesos de purificación específicos, tales como oración, ayuno, inmersión en el Mikvé (piscina ritual), etc., y esto durante los días previos (por ejemplo, una semana o diez días).

---

<sup>45</sup> Conjunto de textos que componen lo que sería la mística judía temprana. Los principales son los Grandes Palacios (Hejalot Rabati), los Pequeños Palacios (Hejalot Zutarti), Maasé Merkavá, Merkavá Raba y el tercer libro de Enok (el hebreo).

En nuestro desarrollo nos inspiramos en:

- la traducción de los Hejalot Rabbati por Morton Smith (editado por Don Karr), que se encuentra disponible en internet.

-La versión meditativa que se propone en el libro Qabbalistic Magic de Salomo Baal-Shem, Destiny Books.

-Los extractos epublicados por R. Aryeh Kaplan en su Meditación y Cábala, Equipo difusor del libro.

El ascenso místico es peligroso. Todo debe realizarse escrupulosamente, ya que los Nombres son fuerzas creativas. Un error puede resultar caótico. Además, los dominios celestiales son de gran pureza y no pueden tomarse a la ligera.

Esto no significa que se deba desistir, sino simplemente esforzarse más.

El Bahir afirma (párrafo 150) que es imposible dedicarse a la merkavá sin cometer errores, pero que sin embargo hay que buscarla y persistir, ya que conduce al camino de la vida”:

“150. Rabí Rahumai dijo:

¿Qué significa el versículo (*Proverbios 6,23*): “Y las reprimendas de la instrucción son el camino de la vida?”

Esto nos enseña que cuando una persona se acostumbra al estudio del Misterio de la Creación y del Misterio de la Carroza, es imposible que no tropiece. Está, pues, escrito (*Isaías 3,6*): “Que este escollo esté bajo tu mano”. Esto se refiere a las cosas que una persona no puede comprender a menos que le hagan tropezar.

La Torah lo llama “las reprimendas de la instrucción”, pero realmente le hacen a uno merecedor del “camino de la vida”. El que desee ser merecedor del “camino de la vida” debe soportar por tanto “las reprimendas de la instrucción”.

Por otro lado, Hejalot Rabati (Capítulo 16) establece explícitamente que Dios anhela, espera y se alegra por los que descienden a la merkavá:

“¿Cuándo descenderá el que desciende a la merkavá?

¿Cuándo verá el orgullo de las alturas?

¿Cuándo oirá sobre el final de la salvación?

¿Cuándo verá lo que ningún ojo ha visto?

¿Cuándo volverá a ascender para proclamar (esto a) la semilla de Abraham, su amado?”

Puede parecer curioso que se hable de “descender” a la carroza y no de “ascender”. Citando a Kaplan (op. citada pág. 33):

“Los sabios nos enseñaron que hubo cuatro que entraron en el Huerto (Pardés). En los Hejalot Grandes y Pequeños se explica que realizaron ciertas prácticas, pronunciaron oraciones con pureza e “hicieron uso de la Corona<sup>46</sup>”. Entonces pudieron mirar en los Palacios.

Esto no significa que subieran de hecho a lo alto, sino que miraron y vieron en los Palacios de su corazón, como algo visto claramente con los ojos. Ellos oyen, ven y hablan con un ojo que contempla con Rúaj Hakodesh (Espíritu Santo). Esta es la explicación de Rav Jai Gaón.”

Como dice Kaplan (pág. 51):

“El ascenso a través de los Palacios parece ser un tipo de proyección espiritual<sup>47</sup>. Se crea para uno mismo un “cuerpo” espiritual, y con las manos de este cuerpo se sostienen los Sellos que hay que mostrar a los ángeles que guardan cada puerta para que permitan la entrada<sup>48</sup>. Puesto que el iniciado asciende más mental que físicamente, los Sellos deben ser también imágenes mentales de los Nombres en cuestión.”

---

<sup>46</sup> Se refiere al uso de Nombres Divinos.

<sup>47</sup> Lo cual no es nuevo para nosotros, habiéndolo puesto en práctica en diversas partes de esta obra.

<sup>48</sup> Ver más adelante en la meditación.

El procedimiento prescrito es el siguiente:

Se asume la llamada postura profética: Sentado en el suelo, cabeza entre las rodillas. Se repite un mantra compuesto por Nombres Divinos 112 veces. Se entra en un trance místico que permite la entrada en los Palacios siguiendo las instrucciones. Se procede de un palacio al siguiente.

Como sabemos hay siete Palacios que hemos recorrido en la meditación anterior (usando la metodología de los Hejalot muy simplificada en cuanto a Nombres). En la versión original en cada puerta hay ocho guardianes angélicos cuyos nombres deben conocerse de memoria. Como hay siete palacios, tenemos 56 nombres en el ascenso y 56 en el descenso, en total 112. Esta es una de las razones por las que este número se usa en la invocación mántrica inicial, en la que se pide protección y ayuda al Príncipe del Rostro (Metatrón), como veremos a continuación.

El objetivo en este caso no es la exploración de los Palacios, que son atravesados con rapidez. Se trata de llegar hasta el Trono Divino, a contemplar al Rey en su Gloria. Se adquiere con ello, en el retorno, un alto grado de santidad y de poder espiritual. Aunque no es eso lo que se pretende, es un resultado natural de tan gran experiencia mística como es la conexión directa con el Creador.

La meditación empieza con la invocación de Suriyah (o Suriá), Príncipe del Rostro (Sar HaPanim), que es uno de los Nombres de Metatrón. En realidad, en el texto se nombra a este arcángel de Kéter por varios de sus Nombres (72 o 76, según las fuentes). Así, leemos (Kaplan pág. 55):

“Rabbí Nejuniá ben Hakaná<sup>49</sup> se sentó y explicó todo lo referente a la merkavá. Describió su descenso y ascenso, cómo el que desciende debe descender y cómo el que asciende debe ascender.

Cuando alguien quiere descender a la merkavá debe invocar a Suriyáh, el Príncipe del Rostro. Debe entonces atarle<sup>50</sup> con un conjuro 112 veces en el Nombre de TOTRUSIYAY YHVH, que es llamado:

TOTRUSIYAY TSORTAQ  
TOTRAVIEL TUGGAR  
ASHARUYLIAY ZAVUDIEL  
ve-ZAHARARIEL TANDIEL  
SHAQADHUZIAY  
DAHIVIRON ve-ADIRIRON  
YOD HE VAV HE ELOHE ISRAEL

No se debe añadir nada a esas 112 veces, ni tampoco sustraer de ellas. Porque si alguien añade o sustrae, su sangre está sobre su cabeza. Pero la boca debe pronunciar los Nombres mientras con los dedos se cuenta hasta 112. La persona desciende de inmediato y tiene autoridad sobre la merkavá.”

Algunas observaciones:

Puesto que en el hebreo y arameo antiguos no se escribían las vocales, la verdadera pronunciación no se conoce. La que aquí se da es tentativa, con el objetivo de

---

<sup>49</sup> El gran maestro de la merkavá. Es quien enseña el procedimiento a los sabios de la generación. El Séfer Habahir le atribuye ese texto.

<sup>50</sup> Para protegerle.

poder poner los Nombres en práctica. No todas las versiones coinciden además exactamente en los Nombres. Nosotros seguimos la que aporta Kaplan en la obra citada.

Es difícil establecer de una forma conclusiva la génesis de los Nombres Divinos usados. *TOTRUSIYAY* parece ser un compuesto de dos palabras griegas: *Tetra*, referido a las cuatro letras del Nombre de Dios, y *usion*, “ser” o “esencia”. El significado sería algo así como la esencia del Tetragramaton. Igualmente *ZAHARARIEL* está compuesto de la palabra hebrea *Zohar* y el Nombre de Dios *EL*. En otros casos la derivación no resulta tan evidente y es puramente especulativa.

En su explicación R. Nejuníá ben Hakaná no especifica el tipo de invocación a realizar. No está claro si se trata sólo de repetir 112 veces el conjunto de Nombres de Dios, o si hay que realizar algún tipo de petición explícita. Nosotros optamos por esta segunda posibilidad.

Respecto del número 112, es interesante notar (además de que es el doble de 56 en relación con el número de ángeles de las puertas, como se ha dicho antes) que es la guematria de אֲדֹנַי יְהוִה אֱלֹהִים, Eheié YHVH Adonay, los tres Nombres de Kéter, Tiféret (Zer Anpin) y Maljut, es decir, que recorren todo el pilar del medio.

También es la guematria de יְהוָה אֱלֹהִים, Nombre que integra las dos polaridades de las columnas laterales.

Por último, es el valor numérico de la palabra יַבֹּק, Yabok, el arroyo en donde tiene lugar el episodio de la lucha de Jacob con el ángel y que representa la unificación de la inmanencia y la trascendencia.

Vemos, pues, que 112 es un número de integración y completitud.

Puesto que se trata de un procedimiento avanzado, y por tradición peligroso, es conveniente hacer una apertura potente antes de emprender lo que constituye el viaje en sí. Utilizamos una compuesta por salmos y que ya ha sido especificada en otro lugar<sup>51</sup>.

A partir de este punto seguimos en la forma de una meditación guiada.

## MEDITACIÓN

### 1. Apertura con Salmos:

Mirando al Este (o yendo al este del recinto y mirando al Este):

### ESTE. SALMO 19.

1 19 לַמְנַצֵּחַ מְזִמּוֹר לְדָוִד:  
2 הַשָּׁמַיִם מִסְפָּרִים כְּבוֹד־אֵל וּמַעֲשֵׂה יָדָיו מַגִּיד הַרְקִיעַ:  
3 יוֹם לְיוֹם יָבִיעַ אָמַר וּלְיָלָה לְלַיְלָה יַחְוֶה־דַּעַת:  
4 אֵין־אָמַר וְאֵין דְּבָרִים בְּלִי נִשְׁמָע קוֹלָם:  
5 בְּכָל־הָאָרֶץ יֵצֵא קוֹם וּבְקִצָּה תִּבֵּל מְלִיָּהֶם לְשִׁמְשׁ שָׁם־אֶהָל בָּהֶם  
6 וְהוּא כִּחְתָּן יֵצֵא מִחֻפְתּוֹ יֵשִׁשׁ כְּגִבּוֹר לְרוּץ אֶרֶח:

<sup>51</sup> Senderos en el jardín de la conciencia. Autor. Meditación sobre el Nombre.

7 מְקַצֵּה הַשָּׁמַיִם מוֹצְאוֹ וּתְקוּפָתוֹ עַל־קְצוֹתָם וְאֵין נִסְתָּר מִחֲמַתּוֹ  
8 תּוֹרַת יְהוָה תְּמִימָה מְשִׁיבַת נֶפֶשׁ עֲדוּת יְהוָה נֶאֱמָנָה מִחֲכִימַת  
פֶּתִי:

9 פִּקּוּדֵי יְהוָה יִשְׁרִים מְשֻׁמְחֵי־לֵב מִצְּנוֹת יְהוָה בְּרָה מְאִירַת עֵינָיִם  
10 יִרְאֵת יְהוָה טְהוֹרָה עוֹמֶדֶת לְעַד מְשֻׁפְּטֵי־יְהוָה אֱמֶת צְדָקוֹ יַחֲדוּ  
11 הַנְּחַמְדִּים מִזָּהָב וּמִפֶּזֶז רָב וּמִתּוֹקִים מִדְּבַשׁ וְנֹפֶת צוּפִים  
12 גַּם־עֲבָדָיךָ נִזְהָר בָּהֶם בְּשֹׁמְרָם עֲקֹב רָב:  
13 שְׂגִיאוֹת מִי־יָבִין מִנִּסְתָּרוֹת נִקְנִי:  
14 גַּם מִזֵּדִים חֲשֵׁךְ עֲבָדָיךָ אֶל־יִמְשְׁלוּ־בִי אֲזִ אֵיתָם וְנִקְיִתִי  
מִפֶּשַׁע רָב:

15 יְהִיו לְרָצוֹן אִמְרֵי־פִי וְהִגִּיוֹן לִבִּי לְפָנֶיךָ יְהוָה צוּרִי וְגֹאֲלִי

1. Lamnatséaj mizmor leDavid. 2. Hashamáyim mesaperím kebed El, umaasé yadáv maguíd haraquía 3. Yom leyom yabía ómer, veláyla leláyla yejavé dáat. 4. En ómer veén debarím, belí nishmá qolám. 5. Bejól haárets yatsá qavám ubiktsé tebél milehém, lashésh sam óhel váhame. 6. Vehú kejatán yotsé mejupató, yasis keguibór larúts óraj. 7. Miqtsé hashamáyim motazo utqufató al quetsotám, veén nistár mejamató. 8. Torát Adonáy temimá meshibát náfesh, edút Adonáy neemaná majkímat péti. 9. Piqudé Adonáy yesharím mesaméje leb, mitsvát Adonáy bará meirát enáym. 10. Yirát Adonáy tehorá omédet laád, mishpeté Adonáy emét, tsadeqú yajdáv. 11. Hanejmadím mizaháb umipáz rab, umtuquím midebásh venófet tsufím. 12. Gam abdejá nizhár bahém, beshomrá m équeb rab. 13. Sheguiót mi yabín, ministarót naquéni. 14. Gam mizedím jasój abdejá al ymshelu bí az etám veniquéti mipésha rab 15. Yhyú leratsón imre fí vehegyón libí lefanéja Adonáy tsurí vegoalí.

Salmos 19:1-14

1 Para el director. Salmo de David.  
2 Los cielos cuentan la gloria de Dios,  
Y el firmamento anuncia la obra de sus manos.  
3 Un día emite palabra a otro día,  
Y una noche a otra noche declara sabiduría.  
4 No hay lenguaje, ni palabras,  
Ni es oída su voz.  
5 Por toda la tierra salió su voz,  
Y hasta el extremo del mundo sus palabras.  
En ellos puso tabernáculo para el sol;  
6 Y éste, como esposo que sale de su tálamo,  
Se alegra cual gigante para correr el camino.  
7 De un extremo de los cielos es su salida,  
Y su curso hasta el término de ellos;  
Y nada hay que se esconda de su calor.  
8 La ley de YHVH es perfecta, que convierte el alma;  
El testimonio de YHVH es fiel, que hace sabio al sencillo.

9 Los mandamientos de YHVH son rectos, que alegran el corazón;  
 El precepto de YHVH es puro, que alumbra los ojos.  
 10 El temor de YHVH es limpio, que permanece para siempre;  
 Los juicios de YHVH son verdad, todos justos.  
 11 Deseables son más que el oro, y más que mucho oro afinado;  
 Y dulces más que miel, y que la que destila del panal.  
 12 Tu siervo es además amonestado con ellos;  
 En guardarlos hay grande galardón.  
 13 ¿Quién podrá entender sus propios errores?  
 Líbrame de los que me son ocultos.  
 14 Preserva también a tu siervo de las soberbias;  
 Que no se enseñoreen de mí;  
 Entonces seré íntegro, y estaré limpio de gran rebelión.  
 15 Sean gratos los dichos de mi boca y la meditación de mi corazón delante de ti,  
 Oh YHVH, roca mía, y redentor mío.

En el Sur:

**SUR. SALMO 11.**

1 לְמִנְצֵחַ לְדָוִד בֵּיהוָה חֲסִיתִי אֵיךְ תֹּאמְרוּ לְנַפְשִׁי נוֹדִי  
 הֲרַכֶּם צְפוֹר:  
 2 כִּי הִנֵּה הַרְשָׁעִים יִדְרֹכּוּן קִשֶׁת כּוֹנְנֵי חֶצֶם עַל־יָתֵר לִירוֹת  
 בְּמוֹ-אֶפֶל לְיִשְׂרָאֵל:  
 3 כִּי הַשָּׂתוֹת יִהְרָסוּן צַדִּיק מִהַפָּעֵל:  
 4 יְהוָה בְּהִיכַל קִדְשׁוֹ יְהוָה בְּשָׁמַיִם כִּסְאוֹ עֵינָיו יַחֲזוּ עֹפְעָפִי  
 יִבְחֲנוּ בְּנֵי אָדָם:  
 5 יְהוָה צַדִּיק יִבְחֵן וְרָשָׁע וְאֶהֱב חֶמֶס שָׁנְאָה נַפְשׁוֹ:  
 6 יִמְטֵר עַל־רְשָׁעִים פַּחִים אֵשׁ וְגַפְרִית וְרוּחַ זֶלְעָפוֹת מִנֵּת כּוֹסֵם  
 7 כִּי־צַדִּיק יְהוָה צְדָקוֹת אֶהֱב יִשָּׂר יַחֲזוּ פְּנֵימוֹ:

1. Lamnatséaj leDavid, BAdonáy jasíti, ej tomerú lenafshí, núdi harjém tsipór. 2. Ki hiné harshaím ydrejún quéshet konénu jetsam al yéter, lirót bémo ófel leyshré leb. 3. Ki hashatót yeharesún, tsadíq ma paál. 4. Adonáy behejál qodshó, Adonáy bashamáym kisó, enáv yejezú, afapáv ybjanú bené adám. 5. Adonáy tsadíq ybján, verashá veohéb jamás, saneá nafshó. 6. Yamtér hal reshaím pajím, esh vegofrít verúaj zilafót menát kosám. 7. Ki tsadíq Adonáy tsedaqót ahéb, yashár yejezú fanémo.

1 Para el director. De David.  
 En YHVH he confiado;  
 ¿Cómo decís a mi alma,  
 Que escape al monte cual ave?  
 2 Porque he aquí, los malos tienden el arco,  
 Disponen sus saetas sobre la cuerda,  
 Para asaetear en oculto a los rectos de corazón.

3 Si fueren destruidos los fundamentos,  
 ¿Qué ha de hacer el justo?  
 4 YHVH está en su santo templo;  
 YHVH tiene en el cielo su trono;  
 Sus ojos ven, sus párpados examinan a los hijos de los hombres.  
 5 YHVH prueba al justo;  
 Pero al malo y al que ama la violencia, su alma los aborrece.  
 6 Sobre los malos hará llover calamidades;  
 Fuego, azufre y viento abrasador será la porción del cáliz de ellos.  
 7 Porque YHVH es justo, y ama la justicia;  
 El hombre recto mirará su rostro.

En el Oeste:

**OESTE. SALMO 15.**

1 מִזְמוֹר לְדָוִד יְהוָה מִי־יִגוֹר בְּאַהֲלֵךְ מִי־יִשְׁכֵּן בְּהַר קְדֹשִׁים:  
 2 הוֹלֵךְ תָּמִים וּפְעֵל צֶדֶק וְדֹבֵר אֱמֶת בְּלִבָּבוֹ  
 3 לֹא־רָגַל עַל־לְשׁוֹנוֹ לֹא־עָשָׂה לְרַעְיוֹנוֹ רָעָה דְיוֹחֲרֵפָה לֹא־נָשָׂא עַל־  
 קַרְבּוֹ:  
 4 נִבְזֶה בְּעֵינָיו נִמְאָס דְּיוֹאֲת־יִרְאֵי יְהוָה דִּי־כִבֵּד נִשְׁבַּע לְהַרְע  
 דְּוֹלָא יָמַר:  
 5 כִּסְפוֹ לֹא־נָתַן בְּנִשְׁפָּה וְשָׁחַד עַל־נַפְשׁוֹ לֹא לָקַח עֲשֵׂה־אֱלֹהִים לֹא  
 יִמוּט לְעוֹלָם:

1. Mizmór leDavid, Adonáy mi yagúr beaholéja, mi yshkón behár qodshéja. 2. Holéj tamím ufoél tsédeq, vedobér emét bilbabó. 3. Lo ragál al leshonó lo asá lereéu raá, vejerpá lo nasá al querobó. 4. Nibzé beenáv nimás veét yré Adonáy yejabéd, nishbá lehará veló yamír. 5. Kaspó lo natán benéshej veshójad al naquí lo laqáj, osé éle lo ymót leolám.

1 Salmo de David. YHVH, ¿quién habitará en tu tabernáculo?  
 ¿Quién morará en tu monte santo?  
 2 El que anda en integridad y hace justicia,  
 Y habla verdad en su corazón.  
 3 El que no calumnia con su lengua,  
 Ni hace mal a su prójimo,  
 Ni admite reproche alguno contra su vecino.  
 4 Aquel a cuyos ojos el vil es menospreciado,  
 Pero honra a los que temen a YHVH.  
 El que aun jurando en daño suyo, no por eso cambia;  
 5 Quien su dinero no dio a usura,  
 Ni contra el inocente admitió cohecho.  
 El que hace estas cosas, no resbalará jamás.

En el Norte:

NORTE. SALMO 8.

- 1 לְמַנְצִיחַ עַל־הַגִּתִּית מִזְמוֹר לְדָוִד:  
2 יְהוָה אֲדִינֵנוּ מִה־אֲדִיר שִׁמְךָ בְּכָל־הָאָרֶץ אֲשֶׁר תֵּנָה הוֹדֶךָ עַל־  
הַשָּׁמַיִם:  
3 מִפִּי עוֹלָלִים וְיֻנְקִים יִסְדַּף עוֹז לְמַעַן צוֹרְרֶיךָ לְהַשְׁבִּית אוֹיֵב  
וּמִתְנַקֵּם:  
4 כִּי־אֲרָאָה שָׁמַיךָ מַעֲשֵׂי אֲצַבְעֹתֶיךָ יָרַח וְכּוֹכָבִים אֲשֶׁר כּוֹנְנֹתָהּ  
5 מִה־אֲנוֹשׁ כִּי־תִזְכְּרֵנוּ וּבֶן־אָדָם כִּי תִפְקְדֵנוּ:  
6 וּתְחַסְרֶהוּ מְעַט מֵאֱלֹהִים הִוְכַבֹּד הַיּוֹהָדָר תִּעֲטְרֶהוּ:  
7 תַּמְשִׁילֶהוּ בְּמַעֲשֵׂי יָדֶיךָ כֹּל שֵׁתָה תַחַת־רַגְלָיו:  
8 צִנְהָ וְאֲלָפִים כָּלָם הָיוּגַם בַּהֲמוֹת שָׂדֵי:  
9 צְפוֹר שָׁמַיִם וּדְגֵי הַיָּם עֲבַר אֲרָחוֹת יַמִּים:  
10 יְהוָה אֲדִינֵנוּ מִה־אֲדִיר שִׁמְךָ בְּכָל־הָאָרֶץ:

1. Lamnatséaj al haguitít mizmór leDavid.
2. Adonáy Adonénu ma adír shimjá bejol haárets asher tená hodejá al hashamáim.
3. Mipí olelím veyonequím isadtá oz, lemaán tsoreréja lehashbít oyéb umitnaquém.
4. Ki eré shaméja maasé etsbeotéja, yaréaj vejobabím ashér konánta.
5. Ma enósh ki tizkerénu ubén adám ki tifquedénu.
6. Vatejareséhu meta meElohím vejabód vehadár teateréhu.
7. Tamshiléhu bemaasé yadéja, kol sháta taját ragláv.
8. Tsoné vaalafím kulám, vegám bahamót sadáy.
9. Tspóp shamáim udgué hayám, obér orjót yamím.
10. Adonáy Adonénu ma adír shimjá bejol haárets.

- 1 Al director; sobre Guitit. Salmo de David
2. ¡Oh YHVH, Señor nuestro,  
Cuán glorioso es tu nombre en toda la tierra!  
Has puesto tu gloria sobre los cielos;
- 3 De la boca de los niños y de los que maman, fundaste la fortaleza,  
A causa de tus enemigos,  
Para hacer callar al enemigo y al vengativo.
- 4 Cuando veo tus cielos, obra de tus dedos,  
La luna y las estrellas que tú formaste,
- 5 Digo: ¿Qué es el hombre, para que tengas de él memoria,  
Y el hijo del hombre, para que lo visites?
- 6 Le has hecho poco menor que los ángeles,  
Y lo coronaste de gloria y de honra.
- 7 Le hiciste señorear sobre las obras de tus manos;  
Todo lo pusiste debajo de sus pies:
- 8 Ovejas y bueyes, todo ello,

Y asimismo las bestias del campo,  
 9 Las aves de los cielos y los peces del mar;  
 Todo cuanto pasa por los senderos del mar.  
 10 ¡Oh YHVH, Señor nuestro,  
 Cuán grande es tu nombre en toda la tierra!

En el Centro:

**CENTRO. SALMO 30.**

1 מִזְמוֹר שִׁיר־חֲנֻכַּת הַבַּיִת לְדָוִד:  
 2 אֲרוֹמִינְךָ יְהוָה כִּי דִלִיתָנִי וְיֹלֵא־שְׂמֵחַת אִיבֵי לִי:  
 3 יְהוָה לֵהִי שׁוֹעֵתִי אֵלֶיךָ וּתְרַפְּאֵנִי:  
 4 יְהוָה הֶעֱלִיתָ מִן־שָׂאוֹל נַפְשִׁי חַיִּיתָנִי מִיָּרְדֵי־ כַּמְיֹרְדֵי־כְבוֹד:  
 5 זָמְרוּ לִיהוָה חֲסִידָיו וְהוֹדוּ לְזִכָּר קִדְשׁוֹ:  
 6 כִּי רָגַע בְּאִפּוֹ חַיִּים בְּרִצּוֹנוֹ בְּעָרֵב יִלֵּן בְּכִי וְיֹלֵבֶקֶר רִנָּה  
 7 וַאֲנִי אָמַרְתִּי בְּשִׁלְוִי בַל־אֲמוּט לְעוֹלָם:  
 8 יְהוָה בְּרִצּוֹנְךָ הֶעֱמַדְתָּה לְהַרְרִי עַז הַסִּתְרָתָּ פָּנֶיךָ הָיִיתִי  
 נִבְהָל:  
 9 אֵלֶיךָ יְהוָה אֶקְרָא וְאֵל־אֲדַנִּי אֶתְחַנֵּן:  
 10 מִהֶבְצַע בְּדַמִּי בְּרִדְתִּי אֶל־שָׁחַת הַיּוֹדֶךָ עָפָר הִיגִיד אֲמַת  
 11 שְׁמַע־יְהוָה דְּיוֹחֲנֵנִי יְהוָה הִיָּה־עֶזְר לִי:  
 12 הַפִּכֶת מִסִּפְדֵי לְמַחֹל לִי פִתַּחְתָּ שִׁקִּי וּתְאֹזְרֵנִי שְׂמֵחָה  
 13 לְמַעַן דִּינְזַמְּרֶךָ כְּבוֹד יְהוָה יֹלֵא יָדָם יְהוָה לֵהִי לְעוֹלָם אֲוֹרְךָ:

1. Mizmor shir janukat habáyit leDavid. 2. Arominjá Adonáy ki dilitáni, veló simájta oyebay li. 3. Adonáy Eloháy shiváti eléja vatirpaéni 4. Adonáy heelíta min sheól nafshí, jiytáni miyaredí bor. 5. Zamerú lAdonáy jasadáv, vehodú lezéjer qodshó. 6. Ki réga beapó jaím birtsonó, baéreb yalín béji velabóquer riná 7. Vaaní amárti beshalví, bal emót leolám. 8. Adonáy birtsonejá heemáda leharerí oz, histárta fanéja haíti nibhal. 9. Eléja Adonáy eqrá, veel Adonáy etjanán. 10. Ma bétsa bedamí beridítí el shájat, hayodejá afár hayaguíd amitéja. 11. Shemá Adonáy vejonéni, Adonáy heyé ozér li. 12. Hafájta mispedí lemajól li, pitájta saquí, veteazeréni simjá. 13. Lemáan yezamerjá jabób velo ydóm, Adonáy Eloháy leolám odéka.

1 Salmo. Canción por la inauguración de la Casa. De David.  
 2 Te glorificaré, oh YHVH, porque me has exaltado,  
 Y no permitiste que mis enemigos se alegraran de mí.  
 3 YHVH Dios mío,  
 A ti clamé, y me sanaste.  
 4 Oh YHVH, hiciste subir mi alma del Seol;  
 Me diste vida, para que no descendiese a la sepultura.

5 Cantad a YHVH, vosotros sus santos,  
 Y celebrad la memoria de su santidad.  
 6 Porque un momento será su ira,  
 Pero su favor dura toda la vida.  
 Por la noche durará el lloro,  
 Y a la mañana vendrá la alegría.  
 7 En mi prosperidad dije yo:  
 No seré jamás conmovido,  
 8 Porque tú, YHVH, con tu favor me afirmaste como monte fuerte.  
 Escondiste tu rostro, fui turbado.  
 9 A ti, oh YHVH, clamaré,  
 Y al Señor suplicaré.  
 10 ¿Qué provecho hay en mi muerte cuando descienda a la sepultura?  
 ¿Te alabará el polvo? ¿Anunciará tu verdad?  
 11 Oye, oh YHVH, y ten misericordia de mí;  
 YHVH, sé tú mi ayudador.  
 12 Has cambiado mi lamento en baile;  
 Desataste mi saco de duelo, y me ceñiste de alegría.  
 13 Por tanto, a ti cantaré, gloria mía, y no estaré callado.  
 YHVH Dios mío, te alabaré para siempre.

## 2. Oraciones:

Acudimos al Poder, la Bendición y la Guía del Santo Nombre de Dios en el secreto de:

הוא אחד ושמו אחד,  
 Hú Ejad UShmó Ejad,  
 Él es Uno y su Nombre es Uno,

y en el secreto de:

אָתָּה הָרֵאָתָּ לְדַעַת כִּי יְהוָה הוּא הָאֱלֹהִים אֵין עוֹד מִלְבָּדוֹ  
 Atá Hareta LaDaát Ki Adonai Hu HaElohim En Od Milebadó.

A ti te fue mostrado para conocer que YHVH Él es HaElohim no hay otro junto a Él,

y en el secreto de

אֲנֹכִי אֲנֹכִי יְהוָה וְאֵין מִבְּלַעַדֵי מוֹשִׁיעַ:  
 Anojí Anojí Adonai VeEn Mibaladai Moshía  
 Yo yo YHVH y no hay aparte de mí quien salve.

LeShem Yijud Kudshá Berij Hu UShjintea [*Visualizar y unir Nombres de Dios en Tiféret y Maljút: יֵאָהֲדוּנָה*] BiDjilú URjimú [*Visualizar y unir Nombres de Dios en Jojmá y Biná: יֵאָהֲדוּיָה*] URjimú BiDjilú [*Visualizar y unir Nombres de Dios en Biná y Jojmá: אֵיֵהֲדוּיָה*] LeYajda Shem Yud He BeVav He BYjudá Shelim [יְהוָה] BeShem Kol Israel.

Hacemos esta meditación:

Por la unidad del Santo, Bendito sea, y su Shejiná (*Tiféret-Zeir Anpin y Maljút-Nukva*), en temor y amor (*Jojmá y Biná*), en amor y temor (*Biná y Jojmá*),

para unir el Nombre Yod He con Vav He (*por la energía de En Sof que vivifica y une las letras*) en perfecta unidad (*Kéter*), en el nombre de todo Israel (*el alma espiritual arquetípica de la humanidad*).

Oración de Shem Tov de Burgos:

“Señor del Universo (Ribón Shel Olam), he entrado en este lugar tan sólo por el amor del Cielo, como tu Gloria sabe. ¿Cuál es mi pecado y cuál mi trasgresión? He entrado sólo para conocerte, porque ¿no había ya mandado David a Salomón: ‘Conoce al Dios de tu padre y sírvele’? Y nuestro maestro Moisés, que la paz sea con él, nos reveló eso mismo en la Torá diciendo: ‘Muéstrame ahora tu camino para que yo pueda conocerte, para que yo pueda hallar gracia a tus ojos’.”

- 1 91 יֵשֵׁב בְּסֵתֶר עֲלִיּוֹן בְּצֵל שְׁדֵי יִתְלוֹנָן:
- 2 אָמַר לַיהוָה מַחְסֵי וּמִצֻּדֹתַי אֱלֹהֵי אֲבֹתַי:
- 3 כִּי הוּא יִצְיִלֵךְ מִפֶּחַ יְקוּשׁ מִדְּבַר הַוּוֹת:
- 4 בְּאַבְרָתוֹ יִסֹּךְ לָךְ וְתַחַת־כַּנְפָיו תַּחֲסֶה צְנָה וְסַחֲרָה אָמְתוֹ
- 5 לֹא־תִירָא מִפֶּחַד לַיְלָה מִחֵץ יְעוֹף יוֹמָם:
- 6 מִדְּבַר בְּאֶפֶל יִהְיֶה מִקְטָב יִשׁוּד צְהָרִים:
- 7 יִפֹּל מִצִּדֶּךָ אֶלֶף וּרְבֹבָה מִיְמִינֶךָ אֵלֶיךָ לֹא יָגֵשׁ:
- 8 רַק בְּעֵינֶיךָ תְּבִיט וְשִׁלְמַת רְשָׁעִים תִּרְאֶה:
- 9 כִּי־אַתָּה יְהוָה מַחְסֵי עֲלִיּוֹן שְׁמַת מְעוֹנֶךָ:
- 10 לֹא־תֵאָנֶה אֵלֶיךָ רָעָה וְנִגְעַ לֹא־יִקְרַב בְּאַהֲלֶךָ:
- 11 כִּי מִלְּאֲכָיו יִצְוֶה־לָךְ לְשִׁמְרָךְ בְּכָל־דַּרְכֶיךָ:
- 12 עַל־כַּפַּיִם יִשְׁאוּנֶךָ פֶּן־תִּגַּף בְּאֶבֶן רִגְלֶךָ:
- 13 עַל־שַׁחַל וּפְתָן תִּדְרֹךְ תִּרְמָס כְּפִיר וְתַנִּין:
- 14 כִּי בִי חָשַׁק וְאַפְלִטָהוּ אֲשַׁנְּבֵהוּ כִּי־יָדַע שְׁמִי:
- 15 יִקְרָאנִי וְאַעֲנֶהוּ עֲמוּ־אֲנֹכִי בְּצָרָה אַחֲלֶצְהוּ וְאַכְבְּדֵהוּ:
- 16 אֲרֹךְ יָמִים אֲשַׁבֵּיעֵהוּ וְאַרְאֶהוּ בִישׁוּעָתִי:

91. 1. Yoshéb beséter Elyón betsél Shadáí yitlonán. 2. Omár LAdonáy majshí umtsudatí Eloháy ébtaj bo. 3. Ki hu yatsilejá mipáj yaqúsh midéber havót. 4. Beebrató yásej laj vetájat kenafáv tejshe tsiná vesojerá amitó. 5. Lo tirá mipájad láyla mejéts yaúf yomám. 6. Midéber baófel yahalój mi quéteb yashúd tsojoráim. 7. Yipól mitsidejá élef urbabá miminéja eléja lo yigásh. 8. Raq beenéja tabita veshilumát reshaím tir'é. 9. Ki atá Adonáy majshí Elyón sámta meonéja. 10. Lo teuné eléja raá venéga lo yiqráb beaholéja. 11. Ki malajáv yésave laj lishmorjá bejól derajéja. 12. Al kapáim yisaúnja pen tigóf baében ragléja. 13. Al Shájal vaféten tidrój tirmos kéfir vetanín. 14. Ki bi jasháq vaafaletéhu asaguebéhu ki yadá shemí. 15. Iqraéni veenéhu imó anojí betsará ajaletséhu vaajabedéhu 16. Órej yamím asbiéhu vear'éhu bishuatí.

1 El que habita al abrigo del Altísimo  
 Morará bajo la sombra del Omnipotente.  
 2 Diré yo a YHVH: Esperanza mía, y castillo mío;  
 Mi Dios, en quien confiaré.  
 3 El te libraré del lazo del cazador,  
 De la peste destructora.  
 4 Con sus plumas te cubrirá,  
 Y debajo de sus alas estarás seguro;  
 Escudo y adarga es su verdad.  
 5 No temerás el terror nocturno,  
 Ni saeta que vuele de día,  
 6 Ni pestilencia que ande en oscuridad,  
 Ni mortandad que en medio del día destruya.  
 7 Caerán a tu lado mil,  
 Y diez mil a tu diestra;  
 Mas a ti no llegará.  
 8 Ciertamente con tus ojos mirarás  
 Y verás la recompensa de los impíos.  
 9 Porque has puesto a YHVH, que es mi esperanza,  
 Al Altísimo por tu habitación,  
 10 No te sobrevendrá mal,  
 Ni plaga tocará tu morada.  
 11 Pues a sus ángeles mandará acerca de ti,  
 Que te guarden en todos tus caminos.  
 12 En las manos te llevarán,  
 Para que tu pie no tropiece en piedra.  
 13 Sobre el león y el áspid pisarás;  
 Hollarás al cachorro del león y al dragón.  
 14 Por cuanto en mí ha puesto su amor, yo también lo libraré;  
 Le pondré en alto, por cuanto ha conocido mi nombre.  
 15 Me invocará, y yo le responderé;  
 Con él estaré yo en la angustia;  
 Lo libraré y le glorificaré.  
 16 Lo saciaré de larga vida,  
 Y le mostraré mi salvación.

### 3. Invocación de Suriyah.

Una vez asumido el estado de meditación repetir 112 veces:

Yo te invoco סוריה

סר הפנים

para que me guíes y me protejas

בשם

טוטרואי יהוה

que es llamado

טוטרואי צורטק טוטרבאל

טופגר אשרויליא זבודיאל  
וזהרריאל טנדיאל ושקדהוויאי  
דהיבירון ואדירירון  
יהוה אלהי ישראל

Yo te invoco SURIYAH  
Sar haPanim (príncipe del rostro)  
para que me guíes y me protejas  
en el Nombre de TOTRUSIYAY YOD HE VAV HE  
que es llamado  
TOTRUSIYAY TSORTAQ  
TOTRAVIEL TUGGAR  
ASHARUYLIAY ZAVUDIEL  
ve-ZAHARARIEL TANDIEL  
ve-SHAQADHUZIAY  
DAHIVIRON ve-ADIRIRON  
YOD HE VAV HE ELOHE ISRAEL

Tenemos entonces una visión de Suriyah (Metatrón) sobre nosotros invitándonos a seguirle. Nos dice:

En pie, Ben Adam (Hijo de Hombre)

Es el momento de proyectarse. En el centro de Tiféret hay una pequeña esfera de luz sobre la que focalizamos nuestra identidad y nuestro ser. En luz empezamos a ascender por el canal central siguiendo a Metatrón.

Nos conduce en un tránsito rápido a través de los siete cielos yetsiráuticos.

(Vamos a seguir el mapa del Árbol de la Vida extendido, de modo que se da el solape entre los mundos. Empezamos a movernos por el rostro inferior de Yetsirá que se solapa con el superior de Asiá. El primer cielo macrocósmico corresponde al Yesod de Yetsirá (Dáat de Asiá) que en el microcosmos es el centro de la garganta. Después seguimos el esquema sefirótico. Nuestro ascenso es rápido, ya que no es nuestro objetivo permanecer en estas regiones, sino ascender a espacios de conciencia más elevados).

Atravesamos el cielo de Vilon, el Velo, la frontera o interfase entre consciente y subconsciente. Entramos en el espacio onírico de los sueños.

El segundo cielo es llamado Raquíá, Firmamento, y es la esfera de las Inteligencias y Espíritus planetarios. En este lugar de pensamiento atravesamos como en un flash la memoria de nuestra vida.

El tercer cielo es Shejakim, lugar donde es procesado el maná, el sustento espiritual que, en este contexto es sinónimo de la luz astral. Son los cielos astrales de las distintas religiones y podemos tener experiencia arquetípicas de corte mitológico.

El cuarto cielo es Zebul, morada, el lugar de la Jerusalem celestial. Corresponde a Tiféret de Yetsirá, el lugar del self, y en el altar del Templo es sacrificada la egoicidad y el predominio del néfesh, en este punto que es el arco superior del submundo Asiá de Yetsirá. Zebul es el corazón de los cielos y el punto del equilibrio de lo físico, lo psíquico y lo espiritual.

El quinto cielo es Ma'on, el cielo de Guevurá, lugar de discriminación y juicio, donde tiene lugar la rectificación de la propia vasija y nuestra negatividad debe ser transmutada. Somos aquí sometidos a prueba por los ardientes Serafím para ver si podemos o no seguir adelante.

El sexto cielo es Majón, lugar de recuperación y descanso, donde somos alimentados por la luz de Jésed. Aquí recibimos instrucción y recibimos la vestidura de luz que nos prepara para el siguiente tránsito.

El séptimo cielo es Arabot, el lugar de impactación y penetración de lo espiritual en los mundos de la forma. Como Dáat de Yetsirá es la puerta de entrada al Yesod de Briá, el espejo de la conciencia espiritual y el primer Hejal o Palacio, ante cuya puerta estamos ahora.

### **Primer Hejal (Yesod):**

Puertas guardadas por los Shomré haSaf: los guardianes del umbral, 8 fuertes y poderosos ángeles, 4 a cada lado, con largas y brillantes lanzas de oro<sup>52</sup>.

DAHAVIEL  
QASHRIEL  
GAHURIEL  
ZAKUTIEL  
TOFJIEL  
DAHARIEL  
MATQIEL  
SHAVIEL

Muestras sello a los de la derecha de

TOTRUSIYAY YOD HE VAV HE שׁוֹמְרֵי יְהוָה

y a los de la izquierda de

SURIYAH Sar haPanim סוּרְיָה

Dahaviel (guardián principal y supervisor del primer hejal) que está a la derecha y Tofhiel, a la izquierda, te toman inmediatamente – uno a cada lado – y te llevan a través del primer Hejal hasta la puerta del segundo.

En el trayecto, ves innumerables ángeles de llama y carrozas de fuego, que entonan la kedushá: Kadosh, Kadosh, Kadosh, Adonay Tsebaot, toda la Tierra está llena de su Gloria, meló jol haárets kevodó.

Al final del palacio está el río de fuego y humo cruzado por un gran puente.

### **Segundo Hejal (Hod):**

Los ángeles que te acompañan informan a Tigriel a la derecha y a Mitpiel a la izquierda y los tornan pacíficos.

En las puertas del segundo hejal hay ocho ángeles (Shomré haSaf) con largas y brillantes lanzas plateadas. Sus nombres son:

TIGRIEL  
MITPIEL

---

<sup>52</sup> Los nombres de los ángeles no coinciden en las distintas versiones. Las pronunciaciones son siempre especulativas.

SAHARIEL  
ORPIEL  
SHAHARARIEL  
SITRIEL  
RAGAIEL  
SAHIVIEL

Muestras sello a los de la derecha de

ADIRIRON YOD HE VAV HE אדירירון יהוה

y a los de la izquierda de

OZAYAH Sar haPanim אוןזיה

Tigriel, que está a la derecha, y Mitpiel, a la izquierda, te toman de inmediato – uno a cada lado – y te conducen a través del segundo Hejal hasta la puerta del tercero.

Dos veces más ángeles de llama y carrozas de fuego. Cántico angélico: Bendita sea la Gloria de Adonay desde su lugar. Barúj Kevod Adonay mimeqomó

Al final del palacio está el gran río de fuego cruzado por un puente.

#### **Tercer Hejal (Nétsaj):**

Los ángeles que te acompañan informan a Shaburiel a la derecha y a Ratsutsiel a la izquierda y los tornan pacíficos.

En las puertas del tercer hejal hay ocho ángeles (Shomré haSaf) con grandes hachas dobles. Sus nombres son:

SHABURIEL  
RATSUTSIEL  
SHALMIEL  
SABLIEL  
ZAHZAHIEL  
HADARIEL  
BORIEL  
PALTRIEL

Muestras sello a los de la derecha de

TSORTAQ YOD HE VAV HE צורטק יהוה

y a los de la izquierda de

DAHIVIRON Sar haPanim דהיבירון

Shaburiel, que está a la derecha, y Ratsutsiel, a la izquierda, te toman de inmediato – uno a cada lado – y te conducen a través del tercer Hejal hasta la puerta del cuarto.

Dos veces más ángeles de llama y carrozas de fuego. Cántico angélico: Baruj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed MiBait Shejinató (desde la casa de su Shejináh).

Al final del palacio está el gran río de fuego y humo, mayor y más ardiente que el precedente y un gran puente conduce a la puerta del siguiente Palacio.

#### **Cuarto Hejal (Guevurá):**

Los ángeles que te acompañan informan a Pajadiel a la derecha, el príncipe que es el principal guardián del cuarto Palacio, y a Guevuratiel a la izquierda, y los tornan pacíficos.

En las puertas del cuarto hejal hay ocho grandes y poderosos ángeles (Shomré haSaf) armados con arcos y flechas preparados para ser usados. Sus nombres son:

PAJADIEL  
GUEVURATIEL  
KAZVIEL  
SHEJINAEEL  
SHATAQIEL  
ARAVIEL  
KAPIEL  
ANPIEL

Muestras sello a los de la derecha de

ZAVUDIEL YOD HE VAV HE זבודיאל יהודה

y a los de la izquierda de

MARGIVIEL Sar haPanim מרגיויאל

Pajadiel, que está a la derecha, y Guevuratiel, a la izquierda, te toman de inmediato – uno a cada lado – y te conducen a través del cuarto Hejal hasta la puerta del quinto.

Dos veces más ángeles de llama y carrozas de fuego. Cántico angélico: Baruj Adonai Jai veQayam por siempre y de eternidad en eternidad poderoso sobre toda la merkaváh.

Al final del palacio está el gran río de fuego y humo, mayor y más ardiente que el precedente y un gran puente conduce a la puerta del siguiente Palacio.

#### **Quinto Hejal (Jésed):**

Los ángeles que te acompañan informan a TEJLIEL a la derecha, el príncipe que es el principal guardián del quinto Palacio, y a OZIEL a la izquierda, y los tornan pacíficos.

En las puertas del QUINTO hejal hay ocho grandes y poderosos ángeles (Shomré haSaf) armados con largas y afiladas espadas desenvainadas. Sus nombres son:

TEJLIEL  
OZIEL  
GETIEL  
GETAHUEL  
SAAFRUEL  
NARPIEL  
GERIEL  
DARIEL

Muestras sello a los de la derecha de

TOTRAVIEL YOD HE VAV HE מוטרביאל יהודה

y a los de la izquierda de

ZAHAFNIRIAY Sar haPanim זהפניריאי

Tejliel, que está a la derecha, y Oziel, a la izquierda, te toman de inmediato – uno a cada lado – y te conducen a través del quinto Hejal hasta la puerta del sexto.

Dos veces más ángeles de llama y carrozas de fuego. Cántico angélico: Bendita sea la santidad de su reino desde el lugar de la casa de su Shejináh.

Al final del palacio está el gran río de fuego y humo, mayor y más ardiente que el precedente y un gran puente conduce a la puerta del siguiente Palacio.

Tus guías te dejan a la puerta del sexto hejal.

### **Sexto Hejal (Tiféret):**

En las puertas ocho grandes y poderosos ángeles armados con incontables hachas de acero, prestas a ser lanzadas.

Sus nombres son:

DUMIEL  
QATSPIEL  
GAHGAHIEL  
ARSBARSABIEL  
AGROMIEL  
PARTSIEL  
MAJAQIEL  
TOFRIEL

Muestras dos sellos a Qatspiel, cuya espada está desenvainada y emite relámpagos y grita “aniquilación”. Está a la derecha.

Muestras un sello a Dumiel, también llamado Avir Gahidriham, que ahora está a la izquierda, ya que fue desplazado de la derecha por Qatspiel. A pesar de ello, no siente ningún tipo de enemistad, odio envidia o rivalidad por Qatspiel. Dice: Es para su honra (haber podido desplazarme) y es para mi honra (haber podido asumirlo).

Sellos a Qatspiel:

ZAHARARIEL זְהַרְרִיאֵל

PAALE PAALAV פְּעֵלִי פְּעֵלִיו

Sello a Dumiel:

BRONIYAH בְּרוֹנִיָּה

Dumiel está sentado en un banco de puro diamante. Te pide que te sientes a su derecha y te previene de no descender a la merkavá a menos de ser un experto en Tanaj, Talmud y Halajá y haber cumplido todas las mitsvot de la Torá.

(Dumiel entenderá si has hecho lo máximo de tu parte. Más que erudición se pone a prueba la integridad del corazón. Estamos en el Tiféret de Briá, que es también el Maljut de Atsilut).

Contesta a Dumiel, el príncipe, si cumples o no los requisitos. No puedes mentir. Qatspiel atacará a todo el que no es digno de seguir. Si Dumiel considera tus actos aceptables se unirá con Gabriel, el escriba, el cual con tinta roja en pergamino escribirá tu nombre, lo que has aprendido, tus actos y que quieres entrar delante del trono de Gloria.

Qatspiel arma su arco y lo dispara. Trae un viento de tormenta (rúaj shaará – símbolo de Rúaj HaQódesch, manifestación del séptimo palacio, en el Dáat de Yetsirá / Yesod de Atsilut) y te pone en una carroza de brillantez (Qaron shel Nogah – símbolo del cuerpo de luz) que te guía por el sexto hejal. Dumiel cuelga el pergamino en la carroza y va

delante. Gabriel se une a ti. Delante de ti los ángeles soplan ocho mil millones de trompas, treinta mil millones de shofarim y cuarenta mil millones de trompetas.

Hay dos veces más ángeles de llama y carrozas de fuego que en el quinto Palacio, cantando: Bendito sea Yod He Vav He Adon kol ha Guevurá que gobierna sobre toda la merkavá.

En el extremo del palacio está el gran río de fuego y humo, más ancho y ardiente que todos los demás juntos. Está lleno de peligrosas llamas, poderosas y mortales. Es el Rigiyón, el más horrible de los ríos de fuego. Y de nuevo, un gran puente cruza este río hasta la puerta del séptimo Palacio.

Avanzando por el sexto palacio puede que veas la apariencia del Jashmal (no el Jashmal en sí que pertenece al séptimo palacio). El Jashmal es el ángel brillante de habla de fuego que es el jefe de los Jashmalim. Él es puro y selecciona entre los yordé mercavá quién es digno y quién no. Si eres digno, los ángeles te dirán: "Puedes entrar". Si no lo haces y te dicen de nuevo "puedes entrar", entonces entras inmediatamente, te alaban y dicen: "Ciertamente es uno de los yordé mercavá, digno de ver al Rey en su Belleza".

Si no eres digno, te dirán: "No puedes entrar". Si lo intentas, te asesinan y arrojan al Rigiyón.

En el sexto palacio parece como si cientos de miles y cientos de miles de billones de billones de ondas de agua estuvieran fluyendo hacia ti, pero no hay ni una sola gota de agua. Tan sólo el resplandor etéreo de las piedras de puro mármol construidas en el Palacio.

Si dices: "¿Cuál es el propósito de esta agua?", los ángeles correrán detrás de ti para apedrearte y te dirán: "Inútil, de ahora en adelante ya no verás con tus ojos. Probablemente eres un descendiente de los que besaron al becerro de oro. No eres digno de ver al Rey en su Trono".

Se oye una voz desde el séptimo cielo, suena la trompeta del heraldo y corrobora. No escaparás hasta que hayan machacado tu cabeza arrojándote incontables hachas de acero.

[Las aguas son ilusiones. Son sólo formas-pensamiento. Son formas de vibración que nuestro yesod procesa como ondas de agua. No confundir las visiones con la verdad detrás de ellas]

### **Séptimo Hejal (Dáat):**

En la puerta del séptimo palacio están los Guiborim: terroríficos, poderosos y robustos, tremendos y horribles, más altos que montañas y más afilados que rocas. Arcos tendidos, espadas afiladas. Rayos salen de sus ojos, ríos de fuego de sus narices, carbones ardientes de sus bocas. Llevan casco y armaduras. A su lado cuelgan lanzas y picas. Junto a los ocho guardianes hay ocho caballos. Son caballos de oscuridad, de sombra mortal, de tiniebla, de fuego, de sangre, de granizo, de hierro, de niebla. Sus bocas son suficientemente grandes como para tragar a un hombre. Comen carbones ardientes.

El nombre de los guardianes a la ida es:

ZAH PANURIYAY YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado y amado

AVIRZAH IYAY YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado e imponente

ATRIGIEL YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible

NAGARNIEL YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado, imponente, terrible y precioso

NURPANEL YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado, imponente, terrible, precioso y magnífico.

NAADURIEL YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado, imponente, terrible, precioso, magnífico y poderoso.

SASTITIEL YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado, imponente, terrible, precioso, magnífico, poderoso y majestuoso.

ANFIEL YOD HE VAV HE, el príncipe, honrado, amado, imponente, terrible, precioso, magnífico, poderoso, majestuoso y potente y recto y fuerte, cuyo nombre ha sido alabado delante del Trono de Gloria desde el día en que el mundo fue creado hasta ahora. ¿Por qué? Porque le fue dado en su mano el anillo con el sello del Cielo y de la Tierra. ¿Por qué es su nombre Anafiel (Rama de Dios)? A causa de la rama de la Corona de las Coronas puesta en su cabeza. Esta corona rodea y cubre su cabeza igual que el Creador rodea y cubre todos los Palacios del Séptimo Cielo. Como está escrito: “Su Esplendor cubre los Cielos” (Hab 3:3).

El nombre de los guardianes en el regreso es:

DALQUQIEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible que es llamado LEVKAPIEL YOD HE VAV HE

NURPIEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible que es llamado AVIRZAHYAY YOD HE VAV HE

YAQRUEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible que es llamado ATRIGIEL YOD HE VAV HE

YASHISHIEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible que es llamado BANAAEL YOD HE VAV HE

NURPANEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible que es llamado SHAQADYAHIEL YOD HE VAV HE

NAADURIEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible que es llamado ZUHALIEL YOD HE VAV HE

ANAFIEL YOD HE VAV HE el príncipe, honrado, amado, imponente y terrible y precioso y magnífico y poderoso y majestuoso y potente y recto y fuerte que es llamado TUFRIEL YOD HE VAV HE

Dumiel, Qatspiel y Gabriel les pacifican.

Para pasar hay que mostrar a los guardianes el Gran Sello y la Corona Excelente:

Gran Sello:

Trazar hacia ellos en el aire el hexagrama, recorriendo ambos triángulos en el sentido del reloj, empezando por el vértice superior y el segundo triángulo por el inferior, con un Nombre en cada trazo:

TSORTAQ

DRAGINAT

ARAJ

NAZIR

SHURATIN

YADYAZIYAH

Decir la oración:

“El Emet (Dios de la Verdad)

alabado por toda la eternidad  
que has creado el cielo con entendimiento y fundado la tierra con sabiduría;  
en el palacio de silencio has fundado tu trono y el escabel de tus pies está en el globo de la Tierra;  
las estrellas y planetas se inclinan ante ti,  
Tú has fijado el sol y la luna en los cielos,  
has fijado el cielo y la Tierra en el abismo de las aguas,  
con el sello del anillo de tus manos has marcado cielo y tierra.  
Todas las multitudes de lo alto responden con ello:  
Alabado seas Elohenu (nuestro Dios)  
Alabado seas Malkenu (nuestro Rey)  
Alabado seas Yotserenu (nuestro Creador)  
con todos los cánticos y alabanzas por la multitud de grandeza que has dado a todos los hijos de la carne.  
Alabado sea el que Es,  
alabado por la boca de toda alma”.

Corona Excelente:

Visualiza en tu cabeza una corona de oro puro con cuatro diamantes. Estos representan las cuatro letras del Tetragrama y las cuatro direcciones. Con cada entonación de un Nombre un diamante empieza a brillar con resplandeciente luz blanca. Se dice:

“Así coloco sobre mi cabeza la corona de las coronas:

AZBOGAH  
AVAGDEHU  
ZAHUZIYAH  
ZOTHZIYAH

Esta es la corona excelente con la que todos los príncipes de la sabiduría son adjurados”

Decir la oración:

“Atá Hu haEl haGadol haGuibor vebaNorá  
(Tú eres el Dios grande, Fuerte y Terrible)  
Mélej maljé hamelajim HaKadosh Barúj Hu  
(Rey de reyes, el Santo Bendito Sea)  
Tu Corona es más grande y más querida que todas las coronas  
Tu Poder es más poderoso que todos los poderes  
¿Quién es como nuestro Rey?  
¿Quién es como nuestro Dios?  
¿Quién es como nuestro Creador?  
Mélej haOlamim  
Santificado arriba  
glorificado abajo  
alabado arriba  
exaltado abajo  
adornado entre los adornados  
honrado entre los Serafim  
cuyas grandes obras están más allá de toda explicación  
y hace milagros sin número.

Alabado seas Adonai  
más fuerte que los grandes  
alabado por los leales.”

Anafiel abre la puerta y te guía por el séptimo palacio. Hay tantos ángeles de llama y carrozas de fuego como en todos los demás palacios juntos. Cantan:

“Bendito sea el Rey de Reyes YOD HE VAV HE Adon kol haGuevuráh.  
Bendito sea el Nombre de la Gloria de su Reino por siempre y en la eternidad desde la casa de su Shejináh.”

[¿Quién puede decir lo que el yordé mercavá va a experimentar a partir de este punto? Es posible que la visión de las Jaiot o de otros órdenes angélicos superiores. Es posible que la Cortina de Dios (Pargod shel Maqóm) en la que están grabadas las generaciones del mundo y desde la que se puede profetizar. O la propia visión de la mercavá, el Trono de Gloria y quizá al Rey en su Gloria.

El texto continúa (Cap. 24):

“Cada una de las Santas Jaiot que están enfrente de la puerta del séptimo palacio tiene doscientos cincuenta y seis rostros. Por tanto, esos grandes ángeles tienen cada uno quinientos doce ojos.

Enfrente de la puerta del séptimo palacio hay cuatro Jaiot. cada una tiene el rostro de un hombre, el rostro de un león, el rostro de un buey y el rostro de un águila. Asu vez, cada uno de los cuatro tiene dieciséis rostros.

Cuando alguien quiere descender a la merkavá el ángel Anpiel (Anafiel) le abre la puerta del palacio. El individuo permanece entonces en el umbral de la puerta del séptimo palacio. Las Santas Jaiot levantan sus quinientos doce ojos para mirarle y cada ojo de las Jaiot es como una inmensa vasija. La mirada de esos ojos es como un rayo relampagueante. Todo esto además de los ojos de los poderosos Kerubim y Ofanim de la Divina Presencia, que son como llamas centelleantes y como el fuego de brillantes carbones.

El individuo entonces tiembla, se estremece y tiene escalofríos, es alcanzado y se debilita, y cae de espaldas. Entonces el ángel Anpiel le sostiene, y con él los otros sesenta y tres guardianes de las siete puertas de los palacios. Todos ellos le sostienen y le dicen:”No temas, ¡oh hijo de la amada semilla! Entra y mira al Rey en su Gloria. No serás destruido. No resultarás quemado.”

Él tiene entonces que entonar un himno:

Mélej Avir (Rey fuerte)  
Mélej Adir (Rey glorioso)  
Mélej Adon (Señor Rey)  
Mélej Baruj (Rey bendito)  
Mélej Bajur (Rey escogido)  
Mélej Baruq (Rey brillante)  
Mélej Gadol (Rey grande)  
Mélej Guibor (Rey poderoso)  
Mélej Gaavah (Rey sublime)  
Mélej Daat (Rey omnisciente)  
Mélej Dagul (Rey distinguido)  
Mélej Drush (Rey exigente)  
Mélej Hadur (Rey elegante)

Mélej Hod (Rey esplendoroso)  
Mélej Hon (Rey afortunado)  
Mélej VaAd (Rey eterno)  
Mélej Vatiq (Rey antiguo)  
Mélej Vadai (Rey seguro)  
Mélej Zahur (Rey memorable)  
Mélej Zakai (Rey inocente)  
Mélej Zohar (Rey brillante)  
Mélej Jai (Rey viviente)  
Mélej Janun (Rey compasivo)  
Mélej Jasid (Rey piadoso)  
Mélej Tov (Rey bueno)  
Mélej Tahor (Rey puro)  
Mélej Tamir (Rey oculto)  
Mélej Yashar (Rey recto)  
Mélej Yaqar (Rey precioso)  
Mélej Yeshua (Rey salvador)  
Mélej Kabir (Rey tremendo)  
Mélej Keter (Rey coronado)  
Mélej Kavod (Rey glorioso)  
Mélej Lev (Rey del corazón)  
Mélej Leqijah (Rey que toma)  
Mélej Lohet (Rey ardiente)  
Mélej Mevin (Rey que entiende)  
Mélej Morish (Rey poseedor)  
Mélej Maashir (Rey próspero)  
Mélej Naeh (Rey agradable)  
Mélej Neeman (rey confiable)  
Mélej Netsaj (Rey eterno)  
Mélej Sod (Rey secreto)  
Mélej Somej (Rey sustentador)  
Mélej Soléaj (Rey perdonador)  
Mélej Alum (Rey incógnito)  
Mélej Ozer (Rey que ayuda)  
Mélej Anav (Rey humilde)  
Mélej Peer (Rey bello)  
Mélej Palat (Rey separado)  
Mélej Pudah (Rey redentor)  
Mélej Tsadiq (Rey justo)  
Mélej Tsahalalah (Rey gozoso)  
Mélej Tsaj (Rey sin tacha)  
Mélej Qadosh (Rey santo)  
Mélej Qaruv (Rey cercano)  
Mélej Qalus (Rey alabado)  
Mélej Rinah (Rey de la alegría)  
Mélej Rajum (Rey compasivo)  
Mélej Raj (Rey tierno)  
Mélej Shomea (Rey que escucha)  
Mélej Shoquet (Rey silencioso)  
Mélej Shaanan (Rey sereno)

Mélej Taar (Rey que moldea)  
Mélej Tam (Rey perfecto)  
Mélej Tomej (Rey que apoya)  
Baruj Hu (Bendito sea)

(En cualquier caso, el individuo puede simplemente expresar los sentimientos profundos que brotan de su corazón. Está escrito que Dios nunca rechaza la plegaria de un corazón roto)

El texto sigue:

“Los ángeles fortalecen a este individuo. Entonces, de inmediato suena un cuerno por encima de él, desde el firmamento que está por encima de las Jaiot. Las Santas Jaiot se cubren el rostro. Lo Kerubim y los Ofanim vuelven sus rostros hacia los lados. El individuo se encuentra sólo delante del Trono de la Gloria de Dios”.

A partir de este momento uno está completamente en manos de Dios. Hejalot Rabati continúa exponiendo himnos de alabanza. El individuo puede seguir en esta línea con himnos estructurados o espontáneos de su corazón. Puede incluso recitar la Amidah, del ritual judío de oraciones que, en el esquema de ascenso a través de los mundos propuesto en el rezo de la mañana, corresponde al nivel de Atsilut y es una plegaria en la que se está directamente frente a Dios, sin ningún tipo de intermediación. La ventaja es que los practicantes la conocen de memoria.

Es posible que se tenga una conversación personal con Dios, o que se le permita al individuo formular preguntas. Es posible que surjan profundas revelaciones y que se abran puertas de sabiduría y bendición. Lo que se reciba es decisión Divina y lo aceptamos con humildad y profundo agradecimiento.

Cuando sintamos que la experiencia ha terminado, o se nos diga de algún modo que es el momento de retornar, emprendemos el camino de retorno en sentido inverso al de ida, pasando por todos los palacios y puertas (recordemos que los ángeles de la séptima puerta son distintos en el regreso). No es necesario en este caso mostrar ningún sello. Pedimos ayuda a Suriyah (Metatrón) para que traiga de vuelta en paz y plenitud a nuestro aquí y ahora. Le damos las gracias y despedimos.

Una vez asegurados de que nos hallamos en equilibrio, es el momento de cerrar. Para ello, recitamos los siguientes salmos:

Salmo 65:

1 65 לְמִנְצַחַ מְזִמּוֹר לְדָוִד שִׁיר:  
2 לֵךְ דְּמִיָּה תְהַלֵּךְ אֱלֹהִים בְּצִיּוֹן וְלֵךְ יִשְׁלַם-נְדָר:  
3 שְׁמַעַ הַפִּלָּה עֲדִיף כָּל-בָּשָׂר יְבֹאוּ:  
4 דְבַרֵי עֲוֹנֹת גָּבְרוּ מִנִּי פִשְׁעֵינוּ אַתָּה תִכְפְּרֵם:  
5 אֲשֶׁרִי תִבְחַר וּתְקַרֵב יִשְׁכֵן חֲצֵרֶיךָ נִשְׁבְּעָה בְטוֹב בֵּיתֶךָ

קֹדֶשׁ הַיְכָלָךְ:  
 6 נֹרְאוֹת בְּצַדִּיק תַּעֲנֶנּוּ אֱלֹהֵי יִשְׁעֵנוּ מִבְּטַח כָּל־קְצוּי־אֲרֶץ וְ  
 יָם רְחֻקִים:  
 7 מִכִּין הָרִים בְּכַחוֹ נֶאֱזַר בְּגִבוֹרָה:  
 8 מִשְׁבִּיחַ שְׁאוֹן יָמִים שְׁאוֹן גְּלִיָּהֶם וְהַמּוֹן לְאֲמִים:  
 9 וַיִּירָאוּ יֹשְׁבֵי קְצוֹת מֵאוֹת־תִּיךָ מוֹצֵאֵי־בִקְרָה וְעֶרְבַת תְּרַנִּין:  
 10 פָּקְדוֹת הָאֲרֶץ וְהַשְׁקָקָה רַבַּת תַּעֲשֶׂרְנָה פֶּלֶג אֱלֹהִים מֵלֵא  
 מִים תִּכְיֶן הַגַּנֹּם כִּי־כֵן תִּכְיֶנָּה:  
 11 תִּלְמִיָּה רַוִּיהַ נַחַת גְּדוּדֶיךָ בְּרִבִּיבִים תִּמְגַּנְנָה צְמֻחָה תִּבְרַךְ  
 12 עֲטַרְתֵּךְ שְׁנַת טוֹבֶתְךָ וּמַעֲגָלֶיךָ יִרְעֶפוּן הַשֶּׁן:  
 13 יִרְעֶפוּ נְאוֹת מִדְּבַר וְגִיל גְּבָעוֹת תַּחֲגַרְנָה:  
 14 לְבִשׁוּ כָרִים הַצֵּאן וְעַמֻּקִּים יַעֲטֹפוּ־בָר יִתְרוֹעֲעוּ אַף־יִשְׁירוּ

1. Lamnatséaj mizmór leDavid shir. 2. Lejá dumiyá tehilá Elohím beTsiyón, uljá yeshulam néder. 3. Shoméa tefilá, adéja kol basár yabóu. 4. Dibré avonót gábru méni, peshaeú atá tejaperém 5. Ashré tibjár utqaréb yshkón jatsereja, nisbeá betúb betéja, quedósh hejaléja. 6. Noraót betsedeq taanenu Elohé yshenu, mibtáj kol qatsve érets veyám rejoquím. 7. Mejín harím bejojó, nezár bigburá. 8. Mashbíaj sheón yamím sheón galehém vahamón leumím. 9. Vayreú yoshebé quetsavót meototéja, motsaé bóquer vaéreb tarnín. 10. Pakádda haárets vateshoquequéha rabát tasheréna péleg Elohím malé máym, tajín deganán ki jen tejinéha. 11. Telaméha ravé najét guedudéha, birbibím temogueguéna tsimjáh tebaréj. 12. Itárta shenát tobatéja, umagaléja yrafún dáshen. 13. Yrafú neót midbár, veguíl guebaót tajgórna. 14. Labeshú jarím hatsón vaamaquím yaatfu bár, ytroáu af yashíru.

- 1 Para el director. Salmo de David. Canción.
- 2 Tuya es la alabanza en Sión, oh Dios,  
Y a ti se pagarán los votos.
- 3 Tú oyes la oración;  
A ti vendrá toda carne.
- 4 Las iniquidades prevalecen contra mí;  
Mas nuestras rebeliones tú las perdonarás.
- 5 Bienaventurado el que tú escogieres y atrajeres a ti,  
Para que habite en tus atrios;  
Seremos saciados del bien de tu casa,  
De tu santo templo.
- 6 Con tremendas cosas nos responderás tú en justicia,  
Oh Dios de nuestra salvación,  
Esperanza de todos los términos de la tierra,  
Y de los más remotos confines del mar.
- 7 Tú, el que afirma los montes con su poder,  
Ceñido de valentía;
- 8 El que sosiega el estruendo de los mares, el estruendo de sus ondas,  
Y el alboroto de las naciones.
- 9 Por tanto, los habitantes de los fines de la tierra temen de tus maravillas.

Tú haces alegrar las salidas de la mañana y de la tarde.

10 Visitas la tierra, y la riegas;

En gran manera la enriqueces;

Con el río de Dios, lleno de aguas,

Preparas el grano de ellos, cuando así la dispones.

11 Haces que se empapen sus surcos,

Haces descender sus canales;

La ablandas con lluvias,

Bendices sus renuevos.

12 Tú coronas el año con tus bienes,

Y tus nubes destilan grosura.

13 Destilan sobre los pastizales del desierto,

Y los collados se ciñen de alegría.

14 Se visten de manadas los llanos,

Y los valles se cubren de grano;

Dan voces de júbilo, y aun cantan.

### Salmo 121:

121 1 שִׁיר לַמַּעְלוֹת אֲשָׁא עֵינַי אֶל־הַהָרִים מֵאֵין יָבֵא עֶזְרִי:  
2 עֶזְרִי מֵעַם יְהוָה עֲשֵׂה שָׁמַיִם וָאָרֶץ:  
3 אֶל־יָתֵן לַמּוֹט רַגְלִיךָ אֶל־יָנוּם שְׁמֹרֶךָ:  
4 הִנֵּה לֹא־יָנוּם וְלֹא יִישָׁן שׁוֹמֵר יִשְׂרָאֵל:  
5 יְהוָה שְׁמֹרֶךָ יְהוָה צִלְּךָ עַל־יַד יְמִינֶךָ:  
6 יוֹמָם הַשֶּׁמֶשׁ לֹא־יַכְכָּה וַיָּרֶחַ בַּלַּיְלָה:  
7 יְהוָה יִשְׁמְרֶךָ מִכָּל־רָע יִשְׁמַר אֶת־נַפְשֶׁךָ:  
8 יְהוָה יִשְׁמַר־צִאתֶךָ וּבֹאֶךָ מֵעַתָּה וְעַד־עוֹלָם:

1. Shir lamaalót, esá enáy el heharím, meáyn yabó ezrí. 2. Ezrí meím Adonáy, osé shamáyym vaárets. 3. Al ytén lamót ragléja, al yanúm shomeréja. 4. Hiné lo yanúm veló yshán, shomér Ysraél. 5. Adonáy shomeréja, Adonáy tsilejá al yád yeminéja. 6. Yomám hashémesh lo yakéka veyaréaj valáyla. 7. Adonáy yshmorjá mikol rá, yshmor et nafshéja. 8. Adonáy yshmor tsetejá uboéja, meatá vead olám.

1 Cántico de las subidas. Alzaré mis ojos a los montes;

¿De dónde vendrá mi socorro?

2 Mi socorro viene de YHVH,

Que hizo los cielos y la tierra.

3 No dará tu pie al resbaladero,

Ni se dormirá el que te guarda.

4 He aquí, no se adormecerá ni dormirá

El que guarda a Israel.

5 YHVH es tu guardador;

YHVH es tu sombra a tu mano derecha.

6 El sol no te fatigará de día,

Ni la luna de noche.

7 YHVH te guardará de todo mal;  
El guardará tu alma.  
8 YHVH guardará tu salida y tu entrada  
Desde ahora y para siempre.

Salmo 150:

1 150 הַלְלוּ יְהוָה הַלְלוּ־אֵל בְּקִדְשׁוֹ הַלְלוּהוּ בְּרָקִיעַ עֶזְוֹ:  
2 הַלְלוּהוּ בְּגִבּוֹרֹתָיו הַלְלוּהוּ כְּרֹב גְּדָלוֹ:  
3 הַלְלוּהוּ בְּתִקְעַ שׁוֹפָר הַלְלוּהוּ בְּנֹבֵל וְכִנּוֹר:  
4 הַלְלוּהוּ בְּתֶף וּמְחֹל הַלְלוּהוּ בְּמִנִּים וְעֹגָב:  
5 הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי־שִׁמֶעַ הַלְלוּהוּ בְּצִלְצְלֵי תְרוּעָה:  
6 כֹּל הַנְּשָׁמָה תְהַלֵּל יְהוָה הַלְלוּ־יְהוָה:

1. Haleluyáh halelú El beqodshó halelúhu birquía uzó. 2. Halelúhu bigburotáv, halelúhu kerób gudló. 3. Halelúhu betéqa shofár, halelúhu benébel vejínór. 4. Halelúhu betóf umajól, halelúhu beminím veugáb 5. Halelúhu betsiltsele sháma, halelúhu betsiltsele teruá. 6. Kol haneshamá tehalél Yah haleluyáh.

1 Haleluyah. Alabad a Dios en su santuario;  
Alabadle en la magnificencia de su firmamento.  
2 Alabadle por sus proezas;  
Alabadle conforme a la muchedumbre de su grandeza.  
3 Alabadle a son de bocina;  
Alabadle con salterio y arpa.  
4 Alabadle con pandero y danza;  
Alabadle con cuerdas y flautas.  
5 Alabadle con címbalos resonantes;  
Alabadle con címbalos de júbilo.  
6 Todo lo que respira alabe a YAH.

## Capítulo VIII. Meditaciones del cuerpo de Luz

La cabalá se divide en dos grandes ramas: la cabalá teórica, filosófica y teosófica, llamada Maasé Bereshit por el primer capítulo del Génesis, e incluye toda la especulación sobre el Infinito, la Creación, los mundos, las almas, etc.; y la cabalá práctica, que trata de las técnicas de amplificación y elevación de la conciencia, así como de la construcción del cuerpo de luz. Recibe el nombre de Maasé Mercavá, por la visión del Carro Divino expuesta en el primer capítulo del libro de Ezequiel.

Si bien en el capítulo I del libro de Ezequiel no aparece explícitamente este nombre, se designa como Mercavá (de la raíz Rajab que significa cabalgar y en general vehículo) el Carro Divino que contempló el profeta en su visión y que manifiesta la acción del Espíritu de Dios en el mundo: Proyección y reabsorción – inspiración y espiración del Halito Divino – tal como dice el texto: “Y las Santas Criaturas Vivientes iban y venían”. Y el Séfer Yetsirá añade: “En esto está basada la Alianza”

En la Cábala práctica entendemos por Mercavá personal el vehículo que el individuo construye a base de su propia energía espiritual y que le permitirá cruzar la puerta de Dáat – la puerta del abismo que separa lo Divino de lo humano – para acceder a los Mundos Superiores. Es, pues, otro nombre para el cuerpo de luz (el cuerpo adámico antes de la caída).

El punto de partida es ciertamente Tiféret. Para desarrollar una mercavá es necesario primero alcanzar un alto grado de integración personal y, segundo, vivir una vida auténtica basada en la ética del corazón. Esto nos sitúa en el Tiféret de Yetsirá, la esfera del self personal. El Dáat que nos ocupa es el del mundo de Yetsirá, que corresponde al Yesod de Briá y es la puerta que nos introduce directamente en ese mundo del ser y de las cualidades puras.

Para poder acceder y traspasar esa puerta necesitamos desarrollar unas prácticas noéticas de meditación y transmutación interior para desarrollar el cuerpo de luz como vehículo de la conciencia. Pues no se trata de simplemente tener algunas experiencias, lo que se conoce como emergencias espirituales, sino consolidar un estado de conciencia de forma estable. Con la práctica persistente el cuerpo de luz cristaliza en una vasija que puede hacerse autónoma respecto de la psique, llegando a ser así nuestro vehículo de inmortalidad. Somos por derecho de nacimiento habitantes del mundo de Briá, y es nuestra tarea recuperar ese nivel que podemos decir es natural al ser humano, el estado edénico.

En el esquema del Árbol de la Vida, lo que hacemos es desarrollar la tríada Dios en Hombre en el mundo de Yetsirá, que contiene al Dáat en su interior. Hemos dicho en otros lugares que – contemplada desde abajo, desde el Tiféret – esta tríada corresponde a la acción del Espíritu Santo, el Rúaj HaKódesh, con su inspiración, su iluminación.

Pero, al mismo tiempo, se solapa con la tríada mineral del mundo de Briá, es decir, la tríada corpórea en ese mundo. Por eso hablamos de desarrollar la merkavá, el cuerpo de luz. Y del mismo modo que en el mundo de Asiá<sup>53</sup> la tríada vegetal, que se corresponde con los diversos órganos y sistemas del cuerpo físico, está contenida en la tríada mineral, cabe establecer un paralelismo – según el principio como es arriba es abajo – con el mundo de Briá, y hablar así, al nivel de la neshamá, de un cuerpo espiritual con la contraparte briática de los órganos físicos.

---

<sup>53</sup> Hacemos la correspondencia Asiá – Briá, mundos que corresponden a las dos letras He del Tetragrámaton. Son las letras de conciencia objetiva, mientras que la Vav y la Yod corresponden a fases de la conciencia subjetiva.

El objetivo del cabalista es así desarrollar su propia merkavá, el vehículo de sustancia espiritual – la carroza de fuego y luz – que le permitirá no sólo cruzar el abismo que separa la conciencia humana de la conciencia divina – haciéndole presente y activo en las dimensiones briáticas del ser – sino además manifestar esa divinidad en la Tierra, tal como está escrito: Los Patriarcas son la Mercavá. Por añadidura, su cuerpo de luz le capacitará para atravesar el tenue velo que separa la vida de la muerte, proyectándole en las dimensiones de la inmortalidad.

Leemos en la Torá que Enok (Janoj) desapareció (no murió) porque Dios se lo llevó (Gen 5: 21-24)

<sup>21</sup>Vivió Enoc sesenta y cinco años, y engendró a Matusalén. <sup>22</sup>Después que engendró a Matusalén, caminó Enoc con HaElohim trescientos años, y engendró hijos e hijas. <sup>23</sup>Así, todos los días de Enoc fueron trescientos sesenta y cinco años. <sup>24</sup>Caminó, pues, Enoc con HaElohim, y desapareció, porque lo llevó Elohim.

21 וַיְחִי חֲנוֹךְ חֲמִשׁ וְשָׁשִׁים שָׁנָה וַיֹּלְדֵת אֶת־מֵתוֹשֶׁלַח:

22 וַיִּתְהַלֵּךְ חֲנוֹךְ אֶת־הָאֱלֹהִים אַחֲרָיו הַלֵּידוֹ אֶת־מֵתוֹשֶׁלַח שְׁלֹשׁ מֵאוֹת שָׁנָה וַיֹּלְדֵת בָּנִים וּבָנוֹת:

23 וַיְהִי כָל־יְמֵי חֲנוֹךְ חֲמִשׁ וְשָׁשִׁים שָׁנָה וּשְׁלֹשׁ מֵאוֹת שָׁנָה:

24 וַיִּתְהַלֵּךְ חֲנוֹךְ אֶת־הָאֱלֹהִים וְאֵינָנוּ כִּי־לָקַח אֹתוֹ אֱלֹהִים:

En II Reyes 2: 11-12, leemos cómo Elías ascendió al cielo en un carro de fuego.

<sup>11</sup>Aconteció que mientras ellos iban caminando y hablando, un carro de fuego, con caballos de fuego, los apartó a los dos, y Elías subió al cielo en un torbellino <sup>12</sup>Al ver esto, Eliseo clamó: «¡Padre mío, padre mío<sup>54</sup>! ¡Carro de Israel<sup>55</sup> y su auriga!<sup>56</sup>». Y nunca más lo vio.

11 וַיְהִי הֵמָּה הַלְכִים הָלוֹךְ וְדַבֵּר וְהִנֵּה רֶכֶב־אֵשׁ וְסוּסֵי אֵשׁ וַיִּפְרְדּוּ בֵּין שְׁנֵיהֶם וַיַּעֲלֵ אֶלְיָהוּ בַסַּעֲרָה הַשָּׁמַיִם:

12 וַיֶּאֱלִישֶׁע רָאָה וְהוּא מְצַעֵק אָבִי אָבִי רֶכֶב יִשְׂרָאֵל וּפְרָשָׁיו וְלֹא רָאָהוּ עוֹד וַיִּחַזַּק בַּבְּגָדָיו וַיִּקְרַעֵם לְשָׁנָיִם קָרְעִים:

No sabemos nada de la muerte de Moisés, salvo que se separó del pueblo y ascendió al monte Nebo. Ambos, Moisés y Elías, sobre todo este último, realizan a lo largo de la historia diversas apariciones e intervenciones. En los Evangelios se lee que Jesús, tras tres días de enterramiento, resucita en un cuerpo especial reconstruido y asciende a los cielos. Todo esto dentro exclusivamente de la tradición occidental, ya que las tradiciones orientales están llenas de relatos y testimonios en términos equiparables.

<sup>54</sup> La expresión Abi suma 13. Repetida suma 26, el número del Tetragrama.  
<sup>55</sup> Réjeb Israel, de la misma raíz que Merkabá.  
<sup>56</sup> La misma expresión aparece en 2 R: 13.14, en la muerte del profeta Eliseo.

Ahora bien, la pregunta es: ¿Está este hecho reservado a unos personajes ciertamente excepcionales, o es algo inherente a la naturaleza humana, al alcance de todo ser humano, aunque sea en un grado mucho menor?

La exclamación de Eliseo: “Carro de Israel y su auriga”, parece indicar que se trata de una opción abierta al estado de conciencia de Israel<sup>57</sup>. Notamos que antes de ser arrebatado a los cielos Eliseo le pide a su maestro Elías el tener dos partes de su espíritu. La respuesta de Elías es: “Pides una cosa difícil; si alcanzas a verme cuando sea llevado de tu lado lo tendrás; si no, no lo tendrás”. Es decir, lo tendrás si has alcanzado el nivel de conciencia suficiente. Recordamos que la misma expresión se repite en la muerte de Eliseo, indicando que se trata efectivamente de un tránsito al otro lado del abismo. Eliseo muere, pero sus huesos conservan la potestad de devolver la vida. Así, un cadáver que es arrojado a su fosa en una situación de emergencia, al tocar sus huesos resucita.

Por otra parte, tanto la tradición judía como la cristiana reconocen lo que denominan “resurrección de los muertos”, que tendrá lugar ya sea después de la era mesiánica en la primera o al final de los tiempos en la segunda.

¿Qué sentido tiene esto, puesto que sabemos que con la muerte física nuestros restos se descomponen y reciclan, pasando incluso a formar parte de otros cuerpos?

Pero, por otra parte, ¿no dice explícitamente el Génesis que si el ser humano (ADAM) comiera del Árbol de la Vida viviría para siempre, razón por la cual es expulsado del Edén?

Lo cual suscita otra pregunta de orden metodológico: ¿Por qué la práctica cabalística se centra en el trabajo con el llamado Árbol de la Vida? ¿Se trata del mismo Árbol del Génesis (es decir, con su práctica alcanzamos con ello un retorno al estado edénico), o eso es algo puramente metafórico?

Para contestar a estas preguntas hemos de hacer un recorrido por el espacio arquetípico del Génesis.

Primero, tengamos en cuenta que en él se narran dos creaciones distintas del ser humano.

En el capítulo primero leemos:

וַיֹּאמֶר אֱלֹהִים נַעֲשֶׂה אָדָם בְּצַלְמֵנוּ כִּדְמוּתֵנוּ וַיְרִדוּ בְדִגְתַּי הַיָּם וּבְעוֹף הַשָּׁמַיִם  
וּבְבְהֵמָה וּבְכָל־הָאָרֶץ וּבְכָל־הָרֶמֶשׂ הָרֹמֵשׂ עַל־הָאָרֶץ:

וַיִּבְרָא אֱלֹהִים אֶת־הָאָדָם בְּצַלְמוֹ בְּצַלְמֵ אֱלֹהִים בָּרָא אֹתוֹ זָכָר וּנְקֵבָה בָּרָא אֹתָם:

<sup>26</sup>Y dijo Elohim: «Hagamos hombre (Adam) en nuestra imagen (BeTsalmenu) como nuestra semejanza (Kidmotenu); y tengan (*en plural*) potestad sobre los peces del mar, las aves de los cielos y las bestias, sobre toda la tierra y sobre todo animal que se arrastra sobre la tierra».

---

<sup>57</sup> Lo cual también nos aporta una clave de orden práctico. Es sabido que el nombre Israel se interpreta como YeSh (IS = Hay) ReLA (valor numérico 231), es decir, hay 231, aludiendo a las 231 puertas del Séfer Yetsirá (combinaciones de las 22 letras del alfabeto hebreo tomadas de dos en dos). Quiere decir que el trabajo meditativo con las 231 puertas son el método para desarrollar la carroza de la ascensión. Además, la referencia al valor numérico del Nombre de Dios (ABY ABY = 26) indica dos cosas: primera, que todo ello ha de hacerse en relación con las letras del Nombre, como el Séfer Yetsirá especifica y comentaremos después; y segunda, que el proceso implica la asunción de la forma del Yotser (Nombre de Dios en forma vertical como prototipo humano), tal como el Séfer Yetsirá también propone.

<sup>27</sup>Y **creó** Elohim al hombre a su imagen (BeTsalmó), a imagen de Elohim (BeTselem Elohim) lo creó; varón y hembra los creó<sup>58</sup>.

Y en el capítulo segundo:

וַיִּצָר יְהוָה אֱלֹהִים אֶת־הָאָדָם עָפָר מִן־הָאֲדָמָה וַיִּפַּח בְּאַפָּיו נְשָׁמַת חַיִּים וַיְהִי הָאָדָם לְנֶפֶשׁ חַיָּה:<sup>7</sup>

<sup>7</sup>Entonces YHVH Elohim **formó** al hombre del polvo de la tierra, sopló en su nariz aliento de vida (Nishmat Jayim) y fue el hombre un alma viviente (Néfesh Jaiah).

Aunque estos versículos merecen un análisis en profundidad, no constituye el tema que nos ocupa en estos momentos. Ahora nos interesa recalcar que se refieren a distintos mundos: el primer capítulo habla de la creación de Adam (Briá) y el segundo de su formación (Yetsirá). En el segundo capítulo la acción formativa se narra como una operación nueva, sin referencia directa al plano creativo del primer capítulo. Lo que nos hace pensar que lo que se está relatando es la configuración de los distintos vehículos o partes del alma del ser humano, neshamá briática en el primer caso y rúaj-néfesh (aún no diferenciados, lo cual ocurre con la división en Adam y Javá) en el segundo. Es a estos últimos a los que corresponde “la Caída”, que sobre todo es un proceso de limitación o colapso de la conciencia.

Desde el punto de vista de la conciencia rúaj, la neshamá permanece aparte, como una posibilidad latente. La neshamá es nuestro cuerpo espiritual – nuestro cuerpo de luz – del mismo modo que el néfesh es nuestro cuerpo vital. El rúaj es la conciencia subjetiva embebida en el néfesh, al igual que la Jaiá es la raíz divina de la conciencia transpersonal embebida en la neshamá. Estamos hablando de la fórmula Tetragramaton, YHVH, que también conforma los niveles del alma humana, tal como está escrito: imagen y semejanza.

En el esquema del Eden (el jardín de la conciencia) los niveles superiores del alma, como Jaiá y Neshamá, están representados por el Nombre YHVH Elohim, que mantienen una conexión constante con el Rúaj-Néfesh, representados por Adam-Javá. Esta conexión se rompe con la caída, que marca el inicio del exilio de la conciencia, representado por la corporeidad material o túnicas de piel en lenguaje bíblico. Es el tránsito de Yetsirá a Asiá.

(Gen 3:21): “E hizo YHVH Elohim para Adam y su mujer túnicas de **piel** y los vistió”.

En hebreo ambas palabras, luz, אור, y piel, עור, se pronuncian como Or, variando sólo la primera letra, que pasa de ser Alef – el llamado espíritu suave – a Ayin – el espíritu áspero –. De alguna manera, Ayin es una densificación de Alef, y lo mismo cabe deducir de la piel respecto de la luz.

La raíz Or, con Ayin, tiene también el sentido de cegar, es decir, apantallar la luz. Pero, y esto es un punto clave, la pantalla no es discontinua con la luz, sino que es luz en un estado de densificación; cristalización, si se quiere. El trabajo será, por consiguiente, retornar al estado de luz reconvirtiendo la envoltura a su condición original, tal como está escrito en Job: “Desde mi carne veré a Dios”.

Job 19:25-27

---

<sup>58</sup> Betsalmó se puede leer como en la forma de la Vav (Tiféret, Zer Anpin). Betsalem Elohim podría interpretarse como en la forma de la Shejiná (Maljut). Tselem suma 160, el mismo valor que la palabra Ets, que significa Árbol.

וְאֲנִי יָדַעְתִּי גְּאֻלִּי חַי וְאַחֲרָיון עַל-עֶפֶר יָקוּם:  
 וְאַחַר עוֹרִי נִקְפּוּזֹאת וּמִבְּשָׂרִי אֶחְזָה אֱלֹהִים:  
 אֲשֶׁר אֲנִי אֶחְזָה-לִּי וְעֵינַי רְאוּ וְלֹא-נָרַךְ כָּלִי כִּי בָחֲקִי:

- <sup>25</sup> Pero yo sé que mi Redentor vive, y que al fin se levantará sobre el polvo,  
<sup>26</sup> y que después de deshecha esta mi piel, desde mi carne veré a Dios.  
<sup>27</sup> Lo veré por mí mismo; mis ojos lo verán, no los de otro. Desfallecen mis riñones en mi seno.

Por piel entendemos toda la corporeidad, la envoltura. La carne representa la sustancia, la esencia. Trabajamos en la correspondencia néfesh – neshamá (cuerpo vital – cuerpo espiritual) según la fórmula He – He del Tetragrama (aguas inferiores y aguas superiores en el primer capítulo del Génesis). Lo cual fundamenta los ejercicios del cuerpo de luz, en particular el de asumir el Nombre de Dios sobre las distintas partes y órganos del cuerpo. La hipótesis básica, tal como el Séfer Yetsirá afirma, es la existencia de una correspondencia literal entre la estructura del cuerpo del ser humano y la configuración de fuerzas divinas que sustentan la Creación (otra manifestación de la fórmula He – He).

Este (Job 19:25-27) es otro texto que merece una profunda investigación. De momento resaltamos las cinco palabras que unen los versículos 26 y 27:

אֶחְזָה אֱלֹהִים אֲשֶׁר אֲנִי אֶחְזָה

La palabra Ejezé, אֶחְזָה (Yo veré), suma lo mismo (= 21) que el Nombre de Dios Eheieh, אֶהְיֶה (Yo Seré). Nótese la simetría: Ejezé Asher Ejezé (primera, tercera y quinta palabra) con el Nombre dado a Moisés en la zarza ardiente: Eheieh Asher Eheieh (Yo Soy Quien Yo Soy, o Yo Seré quien Yo Seré). Esto indica que Eheieh Asher Eheieh (que usaremos después como mantra en diversas ocasiones) es el nombre de la redención. Tenemos Eheieh (Nombre de Dios en Kéter) Elóah (Nombre de Dios en Tiféret) y Aní (Yo, referido a Job transformado): Yo Soy (o seré) en tanto que tú seas. O bien, Yo veré en tanto que tú veas.

“Yo sé que mi redentor (o libertador) vive (Jai)”: La neshamá suprema (que incluye la Jaiá y la Yejidá, o Chispa Divina). “Lo veré por mí mismo, mis ojos lo verán, no los de otro.”

Estamos convencidos de que éste es el sentido de la evolución humana en general y de cada uno de nosotros en particular: el asumir nuestro ser-divino-en nuestro cuerpo espiritual y manifestar la luz en formas crecientes de pureza y perfección. Alcanzar una realización completa en estos temas es una tarea ardua, de toda una vida (“al final se levantará sobre el polvo”). Todo lo que hagamos en ese sentido, puesto que por un lado nos pone en contacto con la esencia, y por otro moviliza el conjunto de fuerzas de la Creación en el microcosmos que somos, redundará en nuestra integración y realización personal en todas las áreas de nuestra vida. Cuando la luz inunda nuestra vasija y es armonizada con nuestra energía personal, el resultado es felicidad duradera.

Para alcanzar este objetivo usamos todo el conjunto de técnicas y recursos que la tradición cabalística pone a nuestra disposición y que podemos formalizar en tres grandes apartados:

- Shiur Komá, un antiguo tratado que literalmente trata sobre las medidas del cuerpo de Dios. Para ello emplea unas combinaciones de letras altamente crípticas y difíciles de interpretar. Nosotros usaremos la misma metodología pero con otro principio de adscripción de letras.
- Séfer Yetsirá, el libro de la creación (o formación) con las correspondencias entre las letras hebreas y las diversas partes del cuerpo. En el texto están delineadas las técnicas básicas de meditación. Es conocido su uso práctico en la creación del Golem, el homúnculo hecho de arcilla al que se da vida mediante las permutaciones de letras propuestas en el libro. El número del Golem es 73, el valor numérico de la palabra Jojmá, Sabiduría. En nuestro contexto, el Golem es una metáfora del cuerpo de luz.
- El uso de Yejudím o unificaciones mediante Nombres Divinos. Según el Zohar, Elías alcanzó la inmortalidad con el Nombre de doce letras, en esencia el uso triple del Tetragrámaton. Este tercer método es el más accesible a la generalidad, con múltiples aplicaciones en otros campos, tales como la curación en general.

Vamos así en este capítulo a proponer un conjunto completo de técnicas basadas en el Árbol de la Vida, las combinaciones de letras hebreas y los Nombres de Dios específicos. Como ya hemos recalado en otros capítulos, queda entendido que el objetivo no se alcanza sólo por la aplicación de unas técnicas de meditación, por muy elevadas que sean. Es necesario además asumir una actitud y un modo de vida apropiados. Se hace inevitable un trabajo personal de transformación o tikún que no podemos obviar.

Hemos hablado antes de desarrollar la tríada Dios en Hombre en Yetsirá que se solapa con la tríada Mineral en Briá como nuestro primer objetivo. Pero esta tríada, cuyo vértice está en Tiféret, tiene un área de coincidencia con Hombre Solo en Yetsirá, que es la tríada ética por excelencia.

Más aún, ese pequeño triángulo de solape es realmente la semilla desde la que crece Dios en Hombre, de modo que la ética del corazón, que es lo que realmente desarrollamos en Hombre Solo, es esencial para el proceso que estamos considerando. No es sólo cuestión de abrirse a las energías de Jésed y Guevurá. Es necesario establecerse firmemente en ellas, así como en el propio Tiféret, el self personal. El trabajo es de tallado anímico y refinamiento de la personalidad, como parte del tikún.

Por tikún entendemos la rectificación de nuestros cuerpos o vasijas sutiles, tanto a nivel emocional, como mental, como espiritual. Distinguimos así un tikún hanéfish referido a nuestras cualidades y energías negativas, un tikún harúaj, para liberarnos de nuestros apegos, nuestras concepciones y programaciones mentales erróneas, y un tikún hanesamá, cuyo objetivo es incrementar nuestra conciencia constante de Presencia Divina en estado de conexión y devekut.

Conviene que desarrollemos este tema un poco más, si bien lo haremos en forma de esquema en relación con el Árbol de la Vida. Nos centramos en las cualidades positivas a desarrollar, ya que resultan menos evidentes que las negativas, que ya se han tratado en otros lugares.

## **TIKÚN HANÉFESH**

Cualidades positivas a desarrollar

Kéter:	Apertura a lo espiritual
Jojmá:	Confianza
Biná:	Seguridad en el objetivo espiritual y en la realización del tikún. Aceptación
Jésed:	Generosidad, tsedaká, obediencia
Guevurá:	Autocontrol, dominio de emociones negativas
Tiféret:	Apertura al otro, humildad (negación del ego), compasión
Nétsaj:	Empatía, sensibilidad
Hod:	Honestidad, veracidad
Yesod:	Diligencia, constancia, suspensión del juicio, control de los instintos
Maljut:	Desprendimiento, templanza, progreso

## **TIKÚN HARÚAJ**

Cualidades positivas a desarrollar

Kéter:	Kedushá, consagración
Jojmá:	Buscar cumplir la voluntad de Dios, búsqueda de la afinidad con el Creador
Biná:	Teshuvá (arrepentimiento y retorno) idealismo espiritual
Jésed:	Amor, entusiasmo, voluntad de dar, tefilá (oración)
Guevurá:	Disciplina, coraje, control de la voluntad de recibir, lealtad hacia el trabajo espiritual
Tiféret:	Integridad (temimut), corazón roto
Nétsaj:	Positividad, compartir, responsabilidad
Hod:	Veracidad, concentración, aprendizaje, buen humor.
Yesod:	Independencia, creatividad, sociabilidad.
Maljut:	Discriminación, sensibilidad espiritual, trabajo espiritual

## **TIKÚN HANESHAMÁ**

Cualidades positivas a desarrollar

Kéter:	Devekut (unión)
Jojmá:	Anonadamiento (Yirat Hashem, temor de Dios), hitbonenut (contemplación)
Biná:	Emuná (fe), hitbodedut (meditación)
Jésed:	Amor de Dios
Guevurá:	Temor al mal. Hishtavut (estoicismo)
Tiféret:	Mesirut (devoción y abnegación)
Nétsaj:	Shimjá (alegría y plenitud). Victoria sobre emociones negativas.
Hod:	Estudio, pensamiento positivo
Yesod:	Kedushá (santidad)
Maljut:	Tehorá (pureza)

## MODELOS DE MERKAVÁ

### I. La fórmula Enok-Metrón

Metatrón es el arcángel de Kéter. Es conocido por muchos nombres, entre otros Sarpanim, el Príncipe del Rostro (Divino). El nombre de Metatrón posiblemente provenga del griego Metatronos, que significa delante del Trono, porque es el que está delante de Dios constantemente. Es el que lleva a la contemplación del Rostro de Dios, a la Presencia de Dios. Otros Nombres de Metatrón son Ajtariel (el que porta la Corona de Dios, como arcángel de Kéter) y el pequeño YHVH, porque aparece en el texto bíblico como “el Ángel de YHVH”. Así, por ejemplo, cuando en el episodio de la zarza ardiente se utiliza la expresión: “Y habló el ángel de YHVH”, se está refiriendo a la manifestación de Dios por medio del ángel Metatrón (la lente que focaliza la Shejiná).

Su mensaje es claramente divino. Dios mismo le dice a Moisés (Ex. 23:20-21): “He aquí que yo envío un Ángel delante de ti para guardarte por el camino y para conducirte al lugar que he preparado. Se circunspecto en su presencia y escucha su voz; no te reveles contra él, pues no perdonará vuestra infidelidad, ya que mi Nombre está en él”. (Una interpretación de esta última frase es que el valor numérico de Metatrón es 314, el mismo que el del Nombre Divino Shadai).

Así, Metatrón es el arcángel principal, en el sentido de cabeza de la jerarquía angélica. Es el que reveló – y revela – los misterios o secretos más elevados de la divinidad. Igualmente el que transmitió la Cábala a los seres humanos.

Dice la tradición que Metatrón es Enok transfigurado cuando asciende al cielo.

El patriarca Enok, el séptimo en la descendencia de Adam, es el único de quien no se dice que muriera. De hecho, él y el profeta Elías son los únicos personajes del Antiguo Testamento que ascienden “corporalmente” a los cielos.

Enok, como figura arquetípica, prefigura al ser humano que desciende a la tierra (es hijo de Yéred, que significa descenso: yarad), que se encarna y que después, tras completar su trabajo, asciende de nuevo y es transformado en un ser espiritual de estatus casi divino. Tal como está escrito (Gen 5): <sup>21</sup>Vivió Enok sesenta y cinco años, y engendró a Matusalén. <sup>22</sup>Después que engendró a Matusalén, caminó Enok con HaElohim trescientos años, y engendró hijos e hijas. <sup>23</sup>Así, todos los días de Enok fueron trescientos sesenta y cinco años. <sup>24</sup>Caminó, pues, Enok con HaElohim, y desapareció (Enenu, no fue), porque lo llevó Elohim.

Leemos que Enok vive 365 años, que es el número de días del año solar<sup>59</sup>. Se recalca así su carácter arquetípico, representando el ciclo completo de humanidad. Este número se divide en dos:

65 que es valor numérico de Adonai, Nombre de Dios en Maljút.

300 es el número de la letra Shin, a su vez la suma de la expresión Rúaj Elohim, el Espíritu de Dios, que representa a Dáat/Biná.

---

<sup>59</sup> Observamos que en la expresión Enénu, אֲנִי־נִי, una permutación de las cuatro últimas letras nos da la palabra Yinón, que es un nombre mesiánico. Así está escrito en el Salmo 72:17: “Sea su nombre por siempre, delante del Sol Yinón es su nombre, y se bendigan en él todas las naciones, llámenlo dichoso”.

Se recalca así el proceso arquetípico de transformación enokiano.

Vemos así que en su ciclo vital Enok une las sefirot Maljut (la Tierra inferior, HaOlam HaZé, este mundo) y Biná (la Tierra superior, HaOlam HaBá, el mundo futuro).

Lo hace porque camina con HaElohim, Nombre de valor numérico 91, a su vez la conjunción de los Nombres YHVH (26) y Adonay (65). Esta conjunción, 'אדודיה', es la unión de Tiféret y Maljut, El Santo Bendito Sea y la Shejiná, el Cielo y la Tierra, etc. y a unión del cielo con la tierra, conciencia subjetiva y conciencia objetiva, self y mundo, etc. Esto queda reflejado en una tradición que afirma que Enok era de profesión zapatero<sup>60</sup>, y que en cada puntada para unir suela a horma, unía también el Cielo con la Tierra. Al final, Elohim, Nombre de Dios en Biná, lo llevó. Es la culminación del proceso.

Enok-Metatrón representa así el camino espiritual del ser humano, del alma que desciende a la Tierra desde su morada celestial y, tras desarrollar las potencialidades inherentes a su naturaleza divina, asciende de nuevo para asumir su propia forma arquetípica como Hijo de Dios (tal como está explícitamente reseñado en el texto apocalíptico del Libro de I Enok):

“Allí vi a alguien que tenía una “cabeza de días” y su cabeza era como de lana blanca; y con él otro cuya figura tenía la apariencia de un hombre, y su figura era llena de gracia, como uno de los ángeles santos.

Interrogué al ángel que iba conmigo, y que me hacía conocer todos los secretos respecto a este Hijo del hombre: ¿Quién es él, de dónde viene, por qué va con él la cabeza de los días?

El me respondió y me dijo: “Este es el Hijo del hombre que posee la justicia y con el que habita la justicia, que revelará todos los tesoros de los secretos, porque el Señor de los Espíritus lo ha escogido, y su sino ha vencido por el derecho ante el Señor de los espíritus por la eternidad” (I Enok 46)

Más adelante (Cap. 70 y 71):

“(Después de la ascensión): Caí sobre mi rostro y todo mi cuerpo se fundió y mi alma fue cambiada, y grité en alta voz con un soplo poderoso y bendije y alabé y exalté (al Señor)”

“Y esta Cabeza de los días vino con Miguel y Gabriel, y Rafael y Fanuel, y miles y miríadas de ángeles innumerables.

Y ella vino a mí y me saludó con la voz y me dijo: **Tú** eres el hijo del hombre que ha sido engendrado por la justicia, y la justicia permanece sobre ti, y la justicia de la Cabeza de los días no te abandonará...”

Es difícil establecer con precisión la fecha en la que I Enok fue escrito, probablemente en los primeros siglos anteriores a nuestra era. Quizá sea más antiguo y date de la misma época que Ezequiel y Daniel. El libro de éste último sí que es canónico y en él encontramos la misma escenografía espiritual (Dan 7):

<sup>9</sup> »Estuve mirando

---

<sup>60</sup> Como dice el texto, caminó con HaElohim, es decir, Et HaElohim. Et, Alef Tav, primera y última letra del alfabeto hebreo, representa a todo él y puede ser indicativo de que la técnica usada por Enok es la manipulación de letras.

hasta que fueron puestos unos tronos  
y se sentó un Anciano de días.  
Su vestido era blanco como la nieve;  
el pelo de su cabeza, como lana limpia;  
su trono, llama de fuego,  
y fuego ardiente las ruedas del mismo.  
<sup>10</sup> Un río de fuego procedía y salía de delante de él;  
miles de miles lo servían,  
y millones de millones estaban delante de él.  
El Juez se sentó  
y los libros fueron abiertos.

<sup>13</sup> »Miraba yo en la visión de la noche,  
y vi que con las nubes del cielo  
venía uno como un hijo de hombre;  
vino hasta el Anciano de días,  
y lo hicieron acercarse delante de él.

<sup>14</sup> Y le fue dado dominio, gloria y reino,  
para que todos los pueblos,  
naciones y lenguas lo sirvieran;  
su dominio es dominio eterno,  
que nunca pasará;  
y su reino es uno que nunca será destruido.

<sup>26</sup> Pero se sentará el Juez, y le quitarán su dominio,  
para que sea destruido y arruinado hasta el fin,  
<sup>27</sup> y que el reino, el dominio y la majestad de los reinos  
debajo de todo el cielo sean dados al pueblo de los santos del Altísimo.

Algunas precisiones al respecto:

Nuestro punto de vista es el carácter arquetípico – universal por tanto – de todo el proceso. Si bien el hijo del hombre, a quien se le otorga dominio y reino, aparece como una figura individual, se trata de hecho de un ente colectivo, ya que el mismo dominio y reino se da después al pueblo de los santos del Altísimo. En el mismo sentido aparecen los tronos en Apocalipsis 20:4.

Estamos interpretando todo en términos de estatus espiritual y estados de conciencia. En el Árbol de la Vida extendido en los mundos estamos considerando el nivel del Maljut de Atsilut, que se superpone con el Tiféret de Briá y con el Kéter de Yetsirá. Este último nos sitúa al nivel angélico de las Jaiot HaKódesh de la visión de Ezequiel, por encima de las cuales está el firmamento resplandeciente cristalino (Yesod de Atsilut) sobre el que se halla la figura del Adam (Tiféret de Atsilut/Kéter de Briá. Es el nivel del Zeir Anpin en Atsilut y del arcángel Metatrón en Briá).

En términos humanos, al nivel del Tiféret de Yetsirá le llamamos hijo del hombre. Al nivel del Kéter de Yetsirá/Tiféret de Briá le llamamos hijo de Dios. Y al nivel del Kéter de Briá/Tiféret de Atsilut, le llamamos Metatrón. Que se produce una ascensión entre los niveles lo tenemos en que el hijo del hombre es conducido a la presencia del Anciano y se le da una corona. Es de suponer que se sienta junto al Anciano. De hecho, en el Talmud (Jaguigá), Elishá ben Avuyá (que en el episodio de

los cuatro sabios que entran en el Pardes es el corta las plantas y es referido a partir de entonces como Ajer) ve a Metatrón sentado en un trono y, aparentemente incapaz de superar una mentalidad dualista, se pregunta si quizá hay dos autoridades en el cielo.

Hay una discusión en el Talmud (Jaguigá 14 a) sobre los tronos referidos en el libro de Daniel, en uno de los cuales se sienta el Anciano de los Días. Según R. Aquivá el segundo es para el Rey David (Maljut de Briá, como figura mesiánica, es decir, el nivel que hemos llamado hijo del hombre), por lo cual es reprendido por R. Yosef Hagalilí, quien afirma que los tronos son uno para la gracia y el otro para el juicio. Interviene Elazar ben Azariá puntualizando que uno es el trono en sí y el otro escabel para sus pies (Maljut de nuevo). Es evidente que para la ortodoxia la afirmación de dos tronos al nivel del Kéter de Briá es muy arriesgada. No olvidemos, sin embargo, que R. Aquivá es quien realmente alcanza la contemplación divina en el aludido episodio talmúdico de los cuatro rabinos que entran en el Pardés.

Que Metatrón es el prototipo del iniciado que sigue un camino espiritual viene aludido en el versículo de Proverbios (22:6): “Instruye al muchacho respecto a su camino, ni aun cuando hubiere envejecido se apartará de él”. La palabra “instruye” es Janoj (nombre de Enok en hebreo). Tiene un valor numérico de 84. “Su camino” se dice Darkó, que suma 230. El valor total es  $84 + 230 = 314$ , el número de Metatrón (y de Shadai). Es de notar que en III Enok, Metatrón es llamado el joven o el muchacho, ya que, aunque ha alcanzado el estatus de ángel principal, su estado es relativamente reciente en comparación con el resto de las jerarquías angélicas.

La transformación de Enok en Metatrón prefigura la ascunción del cuerpo de luz por el iniciado. Está descrita en el Séfer Hejalot con las siguientes palabras:

“El sabio y virtuoso Enok subió también al cielo, donde se convirtió en el principal consejero de Dios, y desde entonces se le llamó Metatrón. Dios puso su corona sobre la cabeza de Enok y le dio 72 alas así como numerosos ojos. Su carne se transformó en una llama, sus nervios en fuego, sus huesos en ascuas, sus ojos en antorchas y su cabello en rayos de luz, y le rodearon la tormenta, el torbellino, el trueno y el rayo”. (Séfer Hejalot 170 – 176)

Metatrón es, entonces, la imagen personificada del Divino Maestro, proyección de esa potencia espiritual superior que los griegos llamaban “nous” y la filosofía medieval “Intelecto agente”, otro nombre para nosotros del cuerpo de luz. La transformación de Enok en Metatrón prefigura la transformación del alma en el Intelecto agente, el vínculo con el propio Intelecto Divino. Y como dice el gran cabalista Rabbí Isaac de Acco: “Si has merecido y te has adherido al Intelecto Divino, feliz tú, porque has vuelto a tu fuente y raíz, que es llamada literalmente el Intelecto Divino. Y esa persona es llamada Ish Elohi, hombre divino, creador de mundos.”

## **II. Abraham**

Abraham constituye el prototipo del maestro, iniciador del linaje sagrado que está en el origen – y así es reconocido por ellas – de las tres grandes religiones monoteístas de la actualidad. La tradición señala a Abraham como el autor del Séfer Yetsirá, el llamado Libro de la Creación, el primer tratado cabalístico conocido, un texto de meditación basado en la correspondencia entre las letras hebreas como vasijas metafísicas y las fuerzas tanto del macrocosmos como del ser humano (microcosmos).

Su objetivo es funcional: Mediante la comprensión, clasificación y descripción de las energías divinas prefiguradas en las sefirot y letras (que constituyen el modelo, arquetipo o paradigma de todo lo que es, y que están representadas globalmente en el Árbol de la Vida), el cabalista deviene en co-creador, pudiendo modificar no sólo su interior en aras de alcanzar una perfección – entendida como la totalidad de su ser – sino también de efectuar cambios en el mundo exterior, material y social.

El texto bíblico guarda silencio sobre Abraham hasta que aparece bien entrado en años respondiendo al mandato divino. Como ocurre con tantos personajes de la Biblia, parece que su vocación es algo gratuito, ya que toda referencia a un trabajo personal queda convenientemente suprimida. Sin embargo, el midrash considera que Abram (tal era su nombre antes de que Dios introdujera en él la letra H del Nombre Divino YHVH) tuvo que superar diez pruebas iniciáticas en correspondencia con las diez sefirot del Árbol de la Vida. Todo ello aparece vestido en el texto con el ropaje de historias corrientes, mas como muy adecuadamente recuerda el Zohar (el gran libro de interpretación cabalística de la Torá – el Pentateuco – publicado en la España del siglo XIII):

*“¡Ay del hombre que dice que la Torá presenta meros relatos y palabras corrientes, porque, si este fuera el caso, nosotros mismos en la actualidad podríamos componer una torá y hacerlo aún mejor!”* Así se lamenta el autor por boca de Rabí Shimón Bar Yojai<sup>61</sup>. Y continúa explicando que la Torá tiene un cuerpo, que son los preceptos, el cual aparece cubierto con los ropajes de las narraciones de este mundo. Es de necios mirar sólo a los vestidos, porque su valor reside en el cuerpo, y el de éste a su vez en el alma: *“Los que saben algo más miran al cuerpo debajo de la ropa. Pero los sabios, los [auténticos] servidores del Rey Supremo, los que estuvieron en el monte Sinaí, miran sólo al alma, que es el fundamento de todo, la verdadera Torá. [Pero todavía hay un más allá] y en la vida futura están destinados a contemplar el alma del alma de la Torá.”*

De hecho son cuatro los niveles de interpretación de la Torá (la Biblia): el significado literal, el alegórico, el metafísico y, por último, el significado místico, llamado también Sod, secreto, simplemente porque es incomunicable por esencia. Cada uno de estos significados está en correspondencia con uno de los cuatro mundos o niveles de existencia – o modos de conciencia, diríamos en un lenguaje más actual – en que la Cabalá considera que se estructura la Realidad. El mundo supremo – el nivel del sod – es el plano también llamado Divino, y es el objeto último de toda la búsqueda y especulación cabalística.

La tradición señala a Abraham como el autor del Séfer Yetsirá, el llamado Libro de la Creación. En el Séfer Yetsirá, el primer tratado cabalístico conocido, aparecen ya los elementos fundamentales de lo que después van a ser la teoría y práctica de la Cabalá: los Nombres de Dios, las sefirot o dimensiones de lo real, las letras y su proyección creativa, las correspondencias con el macrocosmos, el tiempo y el cuerpo vital humano, las técnicas de meditación, etc. Se ha dicho que si todos los libros de Cabalá desaparecieran salvo una copia del Séfer Yetsirá, todo podría ser reconstruido.

Abram había salido de Ur Kasdim, la luz de los caldeos (Ur, en hebreo, tiene exactamente las mismas letras que Or, luz). La tradición dice que Abram era astrólogo (conocimiento caldeo) y sabía por las estrellas que no podía tener hijos: “¿Qué me darás si yo ando sin hijo...?” (Gen 15:2). “Y le sacó (Dios) afuera y le dijo: Mira ahora a los cielos y cuenta las estrellas...” ¿Adónde le sacó para que hiciera algo tan trivial como contar los pocos miles de estrellas que se ven a simple vista? En realidad, le sacó afuera

---

<sup>61</sup> Un sabio del siglo II a quien el texto presenta como el verdadero autor del libro. Zohar III, 152 a.

de la bóveda celeste para contemplar las estrellas desde arriba. Es decir, le sacó de la influencia de la necesidad, de la ley natural representada por las influencias astrales, para anunciarle algo imposible según ellas: su descendencia.

Quizá no se ha pensado lo suficiente en que cronológicamente Abraham era contemporáneo de la Torre de Babel y que conservó, por tanto, el conocimiento de la lengua original, la lengua sagrada (el simbolismo universal codificado en el alfabeto hebreo), esa lengua de la que Dios dijo: “He aquí un pueblo y una lengua... nada será imposible para ellos”.

Que Abraham era un maestro en estas técnicas queda explicitado en el último párrafo del Séfer Yetsirá, que dice: “Y cuando Abraham, nuestro padre, que descansa en paz, miró, vio, entendió, escrutó, grabó, talló [técnicas meditativas de manipulación de letras] tuvo éxito en la creación [es decir, las dominó con resultados concretos] tal y como está escrito: Y las almas que había hecho en Jarán...”.

Esta última cita del Génesis se aplica a la emigración de Abraham desde Jarán a Canaán y se interpreta comúnmente como que Abraham llevó consigo a los conversos a la religión del Dios único que había conseguido en Jarán. Cabalísticamente, sin embargo, el texto se refiere a que mediante las técnicas aludidas antes había creado un golem, una metáfora del cuerpo de luz o de sabiduría (ya que el valor numérico de la palabra golem – según la técnica de la guematria – es 73, el mismo que el de Jojmá, Sabiduría). De hecho, en el texto se usa la palabra alma, néfesh (alma), en singular (en vez de nefashot, plural), aunque se traduce de forma colectiva como gente, o almas.

¿Qué otro sentido pueden tener las correspondencias de las letras hebreas propuestas en el Séfer Yetsirá con los distintos órganos y partes del cuerpo (de hecho con su componente astral) sino el de – en correspondencia con las fuerzas cósmicas, establecidas según las correspondencias estelares de las letras – autogenerarse meditativamente como el Adam (hombre/mujer) celeste arquetípico, tal como está escrito en el texto: “y haz que el Creador (Formador) se siente en su base (o lugar: Vehashab Yotser al mejonó)”?

Se considera que la visión profética del Trono Divino con el Hombre sentado en él<sup>62</sup> – el llamado Kabod, la Gloria o Presencia Divina – es la culminación de la maasé merkavá. Y cuando los cabalistas medievales – siguiendo precisamente las técnicas de meditación con las letras – accedían a este estado descubrían que el rostro que veían en el hombre sentado en el trono era el suyo propio, es decir, eran capaces de realizar la naturaleza divina de su Yo superior.

Mas no es simplemente una visión o experiencia lo que se pretende, sino más bien la profunda transformación interior que surge de la dedicación a la tarea de actualizar esa forma divina que constituye nuestra esencia, es decir, asumir nuestro propio cuerpo de luz y manifestarlo en la tierra. Esa es la conexión luminosa que Abraham Abinu (nuestro padre) transmitió para todo el género humano, tal como está escrito, los patriarcas son la merkavá.

Y es que no hay Cabalá sin compromiso: puesto que tanto el mundo como el propio ser humano – y por supuesto el yo – están contenidos y creados por ese lenguaje sagrado (que procesa el campo unificado de conciencia/energía llamado En Sof Or, la Luz infinita), el utilizarlo es por necesidad actuar sobre sí mismo y el mundo.

La meta es la devekut, la adhesión a la Fuente Divina. La devekut es un mandamiento de la Torá: “A Él te adherirás” (Deut 10:20). En realidad, la traducción clásica de la palabra devekut como adhesión es semánticamente un poco débil. Más bien

---

<sup>62</sup> Ezequiel 1:26

se trata de una verdadera unión, un pegado permanente de forma que ambas partes se tornan inseparables.

Los que alcanzan este grado, aun estando vivos gozan de la vida eterna, pues se han hecho morada de la Presencia. Y, sin embargo, esta es la verdadera vocación del ser humano, su herencia, la Tierra Prometida arquetípica, que Dios juró a Abraham que daría a su descendencia espiritual, es decir, a nosotros, a cualquiera que se esfuerce verdaderamente por alcanzarla.

### III. Ezequiel

No es lógico pensar que no se haya dado un esoterismo en el Templo de Jerusalén – un complicado entramado en el que todo está medido y reglamentado – ligado al número, a la geometría sagrada, a los sonidos, a los armónicos y, por supuesto, a la letra hebrea y a la pronunciación de Nombres. Y la base profunda de ese esoterismo es la misma que ya viéramos prefigurada en el complejo Enok-Metrón: la transformación del ser humano en su arquetipo divino (Yo superior) representado mediante el anthropos (el árbol sefirótico), también llamado el Hijo (el hijo del hombre, Ben Adam). Y esto individual y colectivamente (“Así dice YHVH: Israel es mi hijo, mi primogénito” Ex 4:22), mediante el sacrificio de la parte animal (como ya hiciera Abraham en el sacrificio sustitutorio de Isaac) que después era consumido parcialmente (una vez efectuada la santificación o transformación de la carne en espíritu), así como mediante las técnicas específicas de elevación espiritual e inducción al éxtasis y, en última instancia, de *devekut* o unión con lo divino.

Que ambos modelos confluyen y apuntan al mismo objetivo queda comprobado con la sustitución del ya superado entramado sacrificial por la *tefilá* o ritual de oraciones, considerados como equivalentes desde la época talmúdica. Y que en el Templo se daba una tradición de meditación y otras técnicas visionarias queda comprobado, entre otras cosas, por la visión del profeta Ezequiel, un miembro del sacerdocio, en el exilio babilónico (Ver Ezequiel, Capítulo I). Hay que decir que la visión de Ezequiel de la *Merkavá*, el Carro Divino, es tradicionalmente considerada el prototipo de la parte de la *Cabalá* que trata de las técnicas internas, *maasé merkavá*. Y el climax de la experiencia de Ezequiel (Ez 1:26) es la visión del anthropos: “sobre el firmamento que estaba encima de sus cabezas [de las *Jaiot HaKodesh* o Santas criaturas vivientes] algo así como un trono... y sobre esa apariencia de trono una apariencia de la semejanza de un Hombre (Adam) que estaba sobre él”. Como hemos dicho, esta apariencia humana es una representación del propio Yo Superior.

Cuando Ezequiel tiene su visión se halla en el plano del alma (su self, su *Tiferet*). Al principio (1<sup>er</sup> versículo) se hallaba en el lugar del ego: “yo estaba entre los cautivos en el río *Kebar*<sup>63</sup> (mirando en meditación sobre las aguas de *Yesod*) y los cielos fueron abiertos y vi visiones de *Elohim*”. En el versículo 3 ha realizado ya el tránsito, y entonces: “vino la palabra de YHVH expresamente a Ezequiel<sup>64</sup>... y la mano (*yad* o letra *yod* de *Jojmá*) de YHVH fue sobre él.”

En el versículo cuatro su meditación atraviesa en sucesión las barreras de la *Klipá* (los velos de negatividad u oscuridad que bloquean al alma y la impiden acceder

---

<sup>63</sup> Y las letras que designan el nombre del río – por otra parte una metáfora del transcurrir del tiempo en el plano mundano – son (Kaf, Bet, Resh) una permutación de las letras que designan la Carroza, la *Merkavah*, (Resh, Kaf, Bet) siendo la He una desinencia y la Mem inicial una forma de sustantivación a partir de la raíz verbal *Rakhab*, que significa montar, cabalgar. ¿Es esto un indicio de las técnicas tipo *Tseruf* o permutación que podía estar practicando Ezequiel?

<sup>64</sup> Cambia de primera a tercera persona.

directamente a su naturaleza superior divina: el rúaj seará o viento tormentoso – o sea, la agitación de la mente – el anan gadol o gran nube – la opacidad mental/emocional – el esh mitlakajat o fuego refulgente – la energía del deseo – y, por último, nóga o el resplandor – el brillo de la conciencia –). Una vez traspasado el jashmal (el silencio hablante<sup>65</sup>, la voz del silencio – equivalente a la kol demamá o voz silenciosa del profeta Elías en el monte Joreb – el abismo que separa la conciencia humana de la conciencia divina) empieza la visión propiamente dicha. Visión que tiene lugar en el plano imaginal (Yesod). De ahí la expresión “apariencia de la semejanza de un hombre”. Hombre se refiere al mundo atsilútico o divino. Semejanza a su proyección en el mundo de briá o del ser. Apariencia al mundo de yetsirá o de la formación. Ezequiel mismo, como forma corpórea, se encuentra en asíá, el mundo de la acción, el plano físico.

Cuando Ezequiel escucha a la voz que hablaba es llamado Ben Adam, Hijo de Hombre, un apelativo que hemos identificado antes como correspondiente al Kéter de Asíá/Tiferet de Yetsirá/Maljut de Briá. La visión de la Gloria Divina, del Tiferet de Briá como Anthropos Divino, se halla rodeada de la visión del jashmal, como fuego todo alrededor, de sus lomos hacia arriba, y de sus lomos hacia abajo, como fuego y nóga (resplandor) como el arco iris.

Hay que decir que en el esoterismo judío, o sea en la Cabalá, la persona que alcanza el nivel de conciencia prefigurado por la visión de Ezequiel – es decir, la persona que actualiza su yo superior o divino, lo que constituye la esencia de la Tradición – es llamada Mashíaj, es decir, Ungido. Así pues, en Cábala, la palabra mesías significa un estado de conciencia, concretamente, el estatus de Tiferet de Briá que es el Maljut de Atsilut. Por ser un Tiferet aparece en la visión sentada en un trono acompañado de una manifestación del septenario (arcoiris en Ezequiel, siete lámparas o estrellas en la revelación de Juan). Es un Maljut porque es claramente divino (en Ezequiel, a pesar de contemplar, como se ha dicho, la apariencia de la semejanza, no se duda en ningún momento que el mensaje recibido mediante la Voz sea divino). Podríamos decir que la Chispa Divina es un átomo del Cuerpo de Dios, es decir, de la Shejiná. Digamos también que el Tiferet de Briá es llamado Hijo de Dios, mientras que el Tiferet de Yetsirá – el self psicológico – es llamado Hijo del Hombre<sup>66</sup>. Tiferet de Atsilut es el sitio de YHVH, el Santo Bendito Sea, así como del arcángel Metatrón, según se ha visto antes.

El ascenso visionario a través de los siete Palacios para alcanzar la contemplación de la Gloria o Presencia Divina – el Hombre<sup>67</sup> atsilútico sentado en el Trono de Briá – es el leiv motiv de la mística judía durante los primeros siglos. En este caso tenemos textos escritos – los Hejalot o Palacios – que nos detallan las técnicas empleadas y los pasos a dar: se recita un complicado mantra de Nombres Divinos 112 veces en una determinada postura de meditación. En la ascensión propiamente dicha se dan los nombres de los ángeles guardianes de las puertas de cada uno de los Palacios, etc. Por supuesto, hay una serie de requisitos previos, tales como una vida de kedushá (santidad) y otras purificaciones específicas para poder ser digno de “descender” a la carroza (merkavá) y afrontar los peligros subsiguientes. Es decir, estamos ya hablando de un círculo muy restringido de lo que podríamos llamar grandes iniciados.

La parte más recóndita de este esoterismo viene expresada por lo que se conoce como Shiur Komá, la medida del cuerpo. En esencia, consiste en una descripción y

---

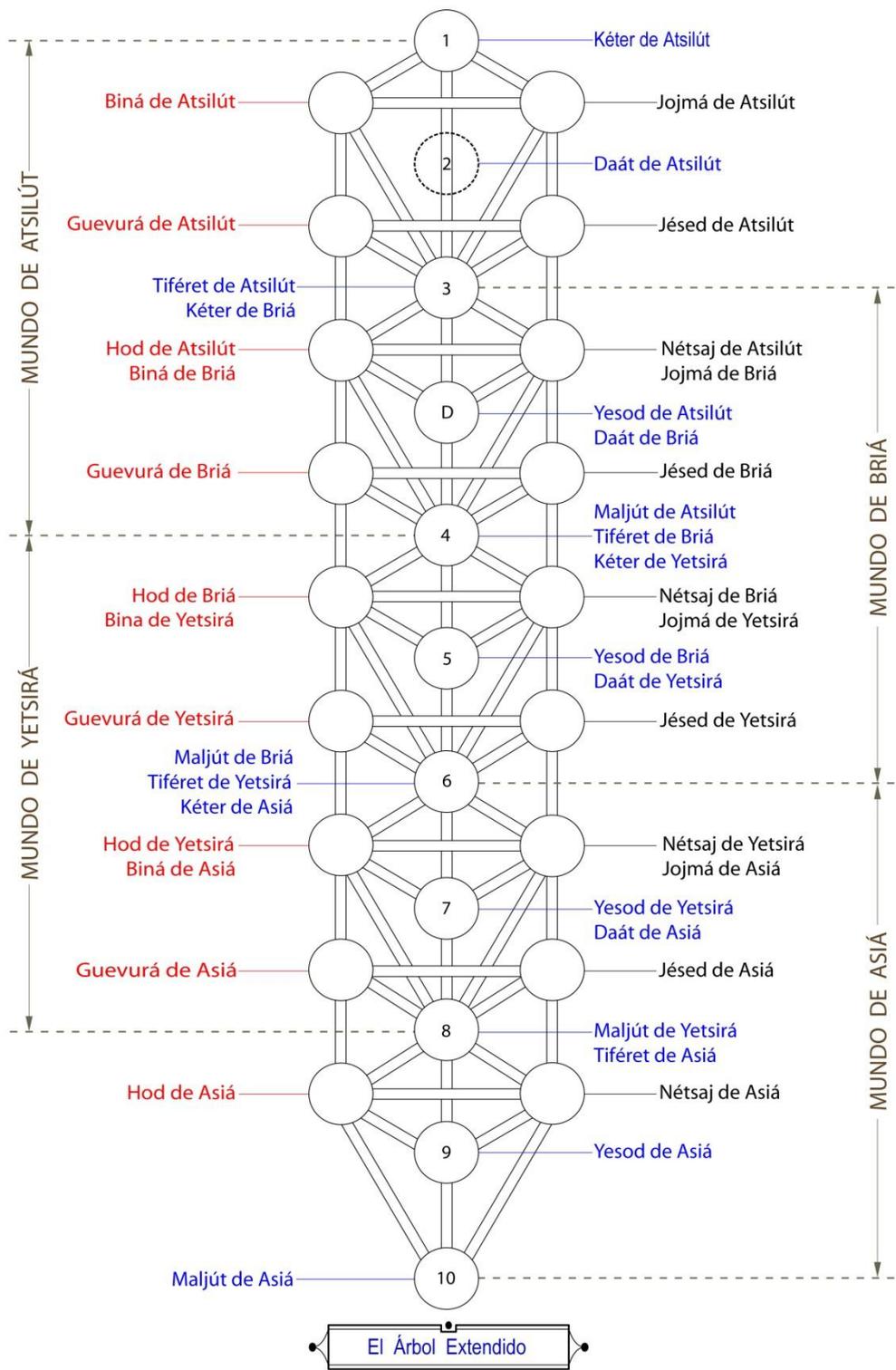
<sup>65</sup> De Hesh, silencio, y mal, palabra.

<sup>66</sup> Hombre, Adam, suma 45, lo mismo que el Tetragrama extendido en Yetsirá. El Tetragrama en Asíá suma 52, lo mismo que Behemá (bestia, animal cuadrúpedo). También lo mismo que Ben, hijo.

<sup>67</sup> El Kabod, de valor numérico 32, es decir, el anthropos representado por el Árbol de la Vida.

medidas de los miembros de la gigantesca forma física atribuida a la Gloria (Presencia) de Dios, en su forma de Hombre Celeste. Se transmiten los nombres secretos de estos miembros, formados por complejas combinaciones de letras. En realidad, esta literatura siempre ha confundido a los eruditos que la han considerado como un burdo antropocentrismo o un gran enigma. Para el cabalista, sin embargo, se trata de un conjunto de técnicas y focos de meditación al objeto de autogenerarse como la Deidad, es decir, actualizar la propia Chispa de Luz que holográficamente es el reflejo o la estampa de la Shejiná.

Según la historia académica, el momento siguiente de la mística cabalística – seguimos hablando de los primeros siglos de nuestra era – es la redacción del Séfer Yetsirá, del que ya se ha hablado. Calificado en principio como un libro de especulación místico – cosmológica, es considerado modernamente (y también en muchas escuelas antiguas) más bien como un compendio de técnicas de meditación. Ya se ha dicho que la autoría mítica corresponde al patriarca Abraham. Y también se ha señalado antes la relación histórica de estas técnicas con la creación del golem que, independientemente de la posibilidad de emular el acto creativo divino infundiendo en un cuerpo de arcilla un alma viviente, se ha interpretado como la transmutación del cuerpo vital o néfesh en un cuerpo de luz. Se ha hablado también de una influencia neopitagórica sobre este texto por el papel creativo y esencial del número, pero es muy posible que ese concepto estuviera ya presente en el complejo del Templo de Jerusalén y formara, de hecho, parte de su esoterismo.



## MEDITACIÓN 29

### MEDITACIÓN DE LA MERKAVÁ I

#### ÁRBOL DE LA VIDA EN EL AURA

En el capítulo V, meditación 8, se ha desarrollado la construcción del Árbol de la Vida en el aura con las diferentes vocalizaciones del Tetragrama. En el contexto que nos ocupa, repetimos ahora esa meditación añadiendo los senderos del Árbol con su letra hebrea, como ya se hizo en la meditación 2.

Como siempre, se debe proceder lenta y relajadamente, visualizando y pronunciando (o en pronunciación silenciosa, puramente interna) el Nombre con la vocalización adecuada, de forma sincronizada con la respiración rítmica. Sobre todo hay que sentir cómo las letras (en fuego blanco brillando con luz blanca o con tonalidades del color sefirótico correspondiente) y los sonidos internos reverberan y permean con su divino influjo la parte del cuerpo asociada, conectándola y conectándonos con su fuente sefirótica. Hay que sentir cómo YHVH nos llena con su Corona, su Sabiduría, su Entendimiento, etc.

El proceso a seguir será el siguiente:

En el centro de Kéter, **sobre nuestra cabeza**, el Nombre YHVH con la vocal Kamats

(“a” larga):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}$ . En la exhalación, vibramos Ya’Ha’Va’Ha’.

Contemplamos la reverberación de la Corona, de la Luz infinita, la Unidad omniabarcante y la Vida incondicionada.

En el **hemisferio cerebral izquierdo**, el centro de Jojmá, y allí se dibuja un Tetragrama

con la vocal Pataj (“a” corta):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{י}}$ . En la exhalación vibramos YaHaVaHa.

Contemplamos la reverberación de la Luz de Sabiduría, la Conciencia Pura y el Pensamiento de Dios.

El centro de Biná, en el **hemisferio derecho**: YHVH con Tseré jaser (“e” larga):

$\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{י}}$ , y vibramos internamente Ye’He’Ve’He’.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Entendimiento, la Inteligencia creativa de Dios y la Energía de la Creación.

En el centro de la **frente**, Daát Elión, YHVH con Tseré malé (e larga, escrita con

Yodim):  $\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{י}}$ , mientras que en la exhalación pronunciamos Ye’He’Ve’He’.

Contemplamos la reverberación de la Clara Luz de la Conciencia, de la Intuición, de la Verdad directa.

Centro de la **garganta**, Daát Tajatón. Tetragrama con Jolam malé (“o” larga):

$\overline{\text{י}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{ו}}\overline{\text{י}}$ , pronunciando Yo’Ho’Vo’Ho’.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Espíritu de Dios, de la Palabra, del Sonido de la Creación.

Centro del **corazón**, Tiféret, Tetragrama vocalizado con Jolam jaser: יהוה. En la exhalación vibramos Yo'Ho'Vo'Ho'.

Contemplamos la reverberación de la Luz del Equilibrio y la Armonía, de la Chispa de Luz encarnada, la Luz de la Compasión universal.

Sendero Kéter – Jojmá, del centro de Kéter al hemisferio cerebral izquierdo: איה, **AYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz del Espíritu Uno que fluye a través de este sendero.

Sendero Kéter – Biná, del centro de Kéter al hemisferio cerebral derecho: ביה, **BeYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Creación que fluye a través de este sendero.

Sendero Jojmá - Biná, del hemisferio cerebral izquierdo al derecho, a través del centro del Dáat Elión: דיה, **DaYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz del Conocimiento que fluye a través de este sendero.

Sendero Kéter – Tiféret, del centro de Kéter sobre la cabeza, al centro del corazón, a través del Dáat Elión y del Dáat Tajtón: גיה, **GuiYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz de Devikut y de la Iluminación que fluyen a través de este sendero.

Sendero Jojmá - Tiféret, del hemisferio cerebral izquierdo al centro del corazón: היה, **HeYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Profecía, de la unificación con la Mente Divina, que fluye a través de este sendero.

Sendero Biná - Tiféret, del hemisferio cerebral derecho al centro del corazón: ויה, **ZaYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz del Espíritu Santo y de la Resurrección, que fluyen a través de este sendero.

**Hombro izquierdo**, centro de Jésed. Tetragrama vocalizado con Segol (“e” corta):

יהוה. En la exhalación vibramos YeHeVeHe.

Contemplamos la reverberación del Amor y de la Gracia de Dios. La energía fluye por todo el brazo izquierdo.

**Hombro derecho**, centro de Guevurá, Tetragrama vocalizado con Shevá na’:

יהוה. Así, en la exhalación pronunciamos Y<sup>e</sup>H<sup>e</sup>V<sup>e</sup>H<sup>e</sup>

Contemplamos la reverberación del Poder y la Justicia Divinas. La energía fluye por todo el brazo derecho.

Sendero Jojmá - Jésed, del hemisferio cerebral izquierdo al hombro izquierdo: םייה, VaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Sabiduría que fluye a través de este sendero.

Sendero Biná - Guevurá, del hemisferio cerebral derecho al hombro derecho: םייה, JeYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Vida y del Alma, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Jésed - Guevurá, del hombro izquierdo al hombro derecho: םייה, TeYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz del Bien y del Día Uno, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Jésed - Tiféret, del hombro izquierdo al centro del corazón: םייה, YoYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Tsedaká y de la Guía, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Guevurá - Tiféret, del hombro derecho al centro del corazón: םייה, LaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Justicia y la retribución, que fluyen a través de este sendero.

**Cadera izquierda**, centro de Nétsaj. Tetragrámaton vocalizado con Jirik jaser (“i” corta): םייה׳, vibrando YiHiViHi. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Victoria y de las verdaderas emociones. La energía fluye por toda la pierna izquierda.

Centro del **ombbligo**. Tetragrámaton con Jirik malé (“i” larga): םייה׳׳, pronunciado Yi’Hi’Vi’Hi’. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Energía y la Voluntad.

**Cadera derecha**, centro de Hod. Tetragrámaton vocalizado con Kubuts (“u” corta): םייה׳, pronunciando YuHuVuHu. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Gloria y de la Verdad. La energía fluye por toda la pierna derecha.

Centro de Yesod, raíz del **órgano sexual**. Tetragrama vocalizado con Shuruk (“u” larga): םייה׳׳׳, vibrando Yu’Hu’Vu’Hu’. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Vitalidad y la Generación.

Sendero Jésed - Nétsaj, del hombro izquierdo a la cadera izquierda: **כיה**, KaYaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz del Deseo y los Ideales, que fluyen a través de este sendero.

Sendero Guevurá - Hod, del hombro derecho a la cadera derecha: **מיה**, MeYaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz del Centro en medio de todas las condiciones, que fluye a través de este sendero.

Sendero Tiféret - Yesod, del centro del corazón al centro genital a través del centro del ombligo: **סיה**, SaYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz del autoconocimiento y del trabajo espiritual que fluyen a través de este sendero.

Sendero Tiféret - Nétsaj, del centro del corazón a la cadera izquierda: **ניה**, NuYaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz del Flujo y el Desapego que fluyen a través de este sendero.

Sendero Tiféret - Hod, del centro del corazón a la cadera derecha: **עיה**, A`YaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz de la Ciencia del Ser que fluye a través de este sendero.

Sendero Nétsaj - Hod, de la cadera izquierda a la cadera derecha: **פיה**, PeYaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz de la Energía psíquica y la Liberación que fluyen a través de este sendero.

Sendero Nétsaj - Yesod, de la cadera izquierda al centro genital: **ציה**, TsaYaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz Astral y de lo Onírico que fluyen a través de este sendero.

Sendero Hod - Yesod, de la cadera derecha al centro genital: **ריה**, ReYaH.  
Contemplamos la reverberación de la Luz de la Razón y del libre albedrío que fluyen a través de este sendero.

Centro de Maljút, en la **base de la columna**; Tetragrama sin vocales: **יהוה**, que pronunciamos por sus letras **Yod He Vav He**.  
Contemplamos la reverberación de la Luz de la Estabilidad y la Presencia Divina llenando toda la Creación

Sendero Nétsaj - Maljút, de la cadera izquierda al centro de la base de la columna: **קיה**, QoYaH. Contemplamos la reverberación de la Luz de la Naturaleza y del Instinto que fluyen a través de este sendero.

Sendero Hod - Maljút, de la cadera derecha al centro de la base de la columna: **שיד**,  
**ShiYaH**. Contemplamos la reverberación de la Luz del Movimiento y el Cambio que fluyen a través de este sendero.

Sendero Yesod - Maljut, del centro genital al centro de la base de la columna: **תיד**,  
**TaYaH**. Contemplamos la reverberación del Universo y de la Danza de la Creación que fluyen a través de este sendero.

Hacemos circulación de la Luz (Ver meditación 2 del capítulo V).

### **MEDITACIÓN 30**

#### **RECREACIÓN, MERKAVÁ:**

Lo que sigue puede considerarse como una ampliación de la meditación anterior o como un trabajo independiente.

La conexión que vamos a establecer aquí es más profunda y detallada. Partimos del mismo esquema sefirótico, pero desarrollamos en profundidad los centros psicofísicos y otras partes relevantes del organismo humano.

La metodología es esencialmente la misma. Nos basamos en las correspondencias sefiróticas de los miembros del cuerpo y la puntuación con que se vocaliza el Tetragrámaton en cada esfera. Vibramos el Nombre o la combinación de Nombres, que habremos visualizado previamente en fuego blanco irradiando luz blanca, y llenamos de luz el centro o área correspondiente. Permitimos que la luz realice su alquimia de transformación y transmutación que asimila el centro a su raíz en el mundo sefirótico de Atsilut. Hay que tener siempre en cuenta que, si bien la luz está tamizada por su filtro sefirótico, es en esencia infinita. Es el modelo del Adam Qadmón el que estamos recreando en nosotros<sup>68</sup>.

Estamos preparados para empezar: Asumimos conscientemente una respiración rítmica.

En la inspiración, visualizamos en nuestro centro de Kéter, sobre nuestra cabeza, el Nombre YHVH con la vocal Kamats (“a” larga): **יְיָיָיָיָ**. En la exhalación, vibramos Ya’Ha’Va’Ha’.

Podemos repetir tantas veces como queramos reforzando la percepción de esencia divina en nuestro centro de la cabeza.

Vemos ahora como el Nombre, por así decir, se abre y se forma el desarrollo completo del Nombre Eheiéh en el centro de Kéter:

Visualizamos en este centro un triángulo apuntando hacia arriba cuyos tres lados son las expansiones del Nombre:

---

<sup>68</sup> En lo que sigue parafraseamos extensivamente el trabajo equivalente propuesto en mi obra: Senderos en el Jardín de la Conciencia, capítulo XL, Meditación sobre el Nombre, pags. 461 y ss. En este libro hemos añadido imágenes y algunos desarrollos,.

אלף הי יוד הי  
 אלף הא יוד הא  
 אלף הה יוד הה

En su interior, siempre en letras de fuego blanco emitiendo luz blanca, la triangulación del Nombre:

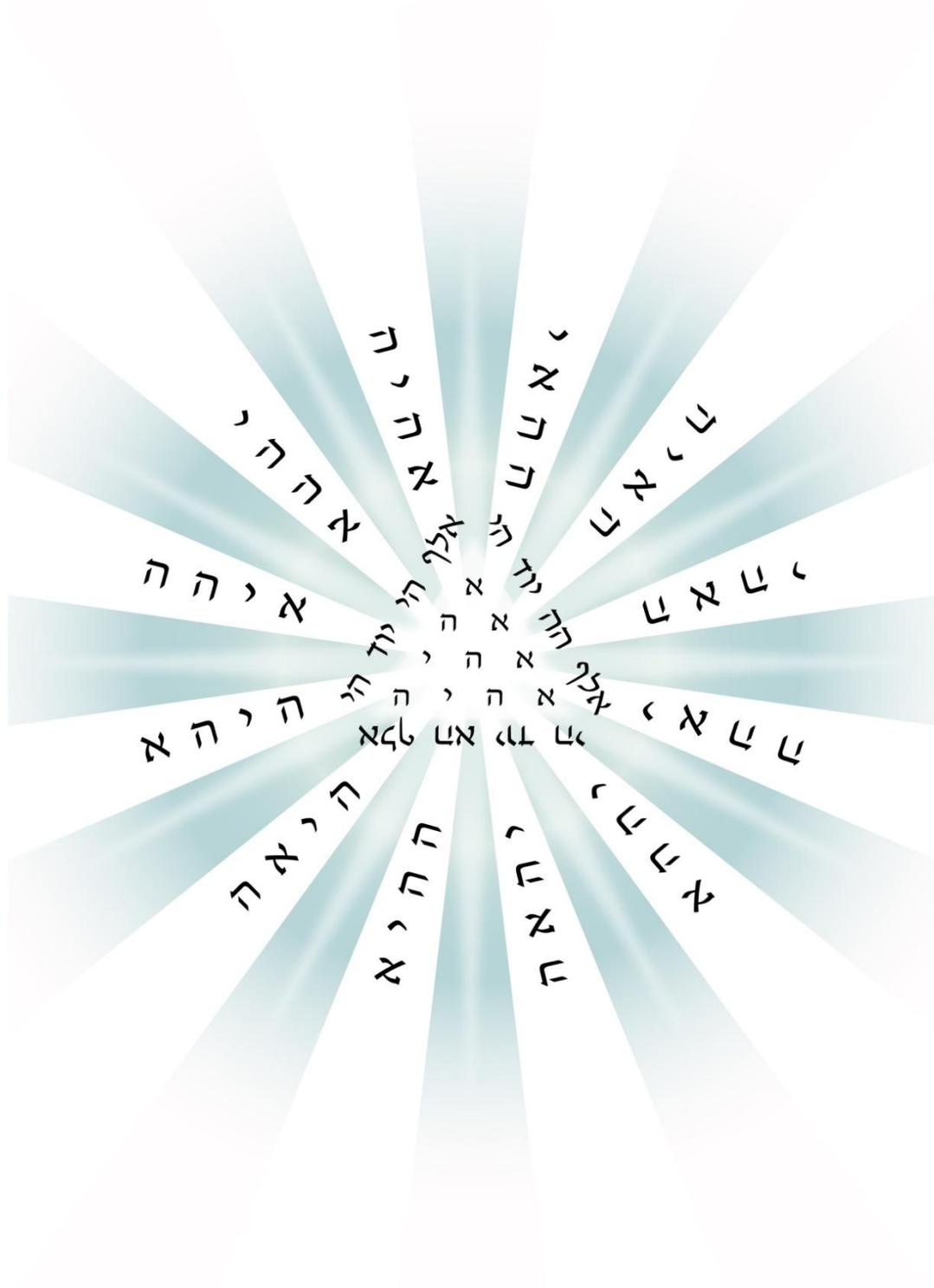
א  
 א ה  
 א ה י  
 א ה י ה

Doce purísimos rayos de luz blanca parten de la circunferencia. Son las doce permutaciones del Nombre Eheiéh:

אהיה  
 אההי  
 איהה  
 היהא  
 היאה  
 ההיא  
 יהאה  
 יההא  
 יאהה  
 האהי  
 האיה  
 ההאי

Cada rayo irradia un concepto deífico, según el siguiente esquema (mismo orden que arriba):

Aries	Justicia
Tauro	Creación
Geminis	Ideación
Cancer	Unidad
Leo	Jerarquía
Virgo	Providencia
Libra	Aliento
Escorpio	Sentido
Sagitario	Voluntad
Capricornio	Fundación
Acuario	Libertad
Piscis	Amor



Contemplamos que el valor numérico de todo este desarrollo es 751, que es HaMakóm, הַמָּקוֹם, contando la Mem como final. HaMakóm significa el lugar, y es un Nombre Divino en sí mismo. Como está escrito: Él es el lugar del mundo y el mundo no es su lugar. Este es el esfuerzo de interiorización – como si hubiéramos de darnos la vuelta hacia dentro – que se nos pide realizar en el centro de Kéter.

Si ahora contemplamos un rayo de luz que brota de la punta superior del triángulo y vemos en él grabado el Tetragrámaton, יְהוָה, habremos alcanzado el valor 777 (751 + 26), que es un número de totalidad en la unidad. En efecto:

777 es 21 (el número de Eheieh) × 37 (Yejidáh, unicidad, la Chispa Divina). Durante un tiempo contemplamos nuestra inclusión en la Unidad a través de nuestra propia divinidad.

777 es el Rayo Relampagueante, porque es la suma de las letras de los senderos que lo componen, considerando Guimel como la unión a través del Abismo de Biná con Jésed: Alef, Dalet, Guimel, Tet, Lamed, Nun, Pe, Resh, Tav. Contemplamos cómo nuestro centro de Kéter es el receptáculo de las fuerzas arquetípicas del Árbol de la Vida.

777 es el valor de la expresión: Aját Rúaj Elohim Jayím – Uno es el Espíritu del Dios Vivo. La Luz de nuestro Kéter es la Luz del Espíritu Santo, tal como el Séfer Yetsirá – el libro de la Formación – dice a propósito de la primera sefirá: Aját Rúaj Elohim Jayím Barúj uMeboraj shemó shel Jai haOlamim Kol veRúaj veDabar veHu Rúaj Hakódesch – Uno es el Espíritu del Dios Vivo Bendito y Bendecido sea el Nombre de la Vida de los Mundos Voz y Aliento y Palabra y él es el Espíritu Santo.

Durante unos instantes meditamos en nuestra conexión con el Espíritu Divino que arde como una llama en nuestro centro de Kéter.

A continuación, en la inspiración, contemplamos cómo desde el centro de Kéter surge un rayo de luz que va a nuestro hemisferio cerebral izquierdo, el centro de Jojmá, y allí se dibuja un Tetragrama con la vocal Pataj (“a” corta): אָאָאָ. En la exhalación vibramos YaHaVaHa. Percibimos el cerebro izquierdo rebosante de Sabiduría.

Ahora, el rayo de luz se dirige desde Jojmá al centro de Biná, en el hemisferio derecho, al tiempo que también le alcanza otro rayo proveniente de Kéter. Visualizamos YHVH con Tseré jaser (“e” larga): אֵהֵהֵ, y vibramos internamente Ye’He’Ve’He’. Sintonzamos nuestro hemisferio derecho plenamente a la esfera de Biná.

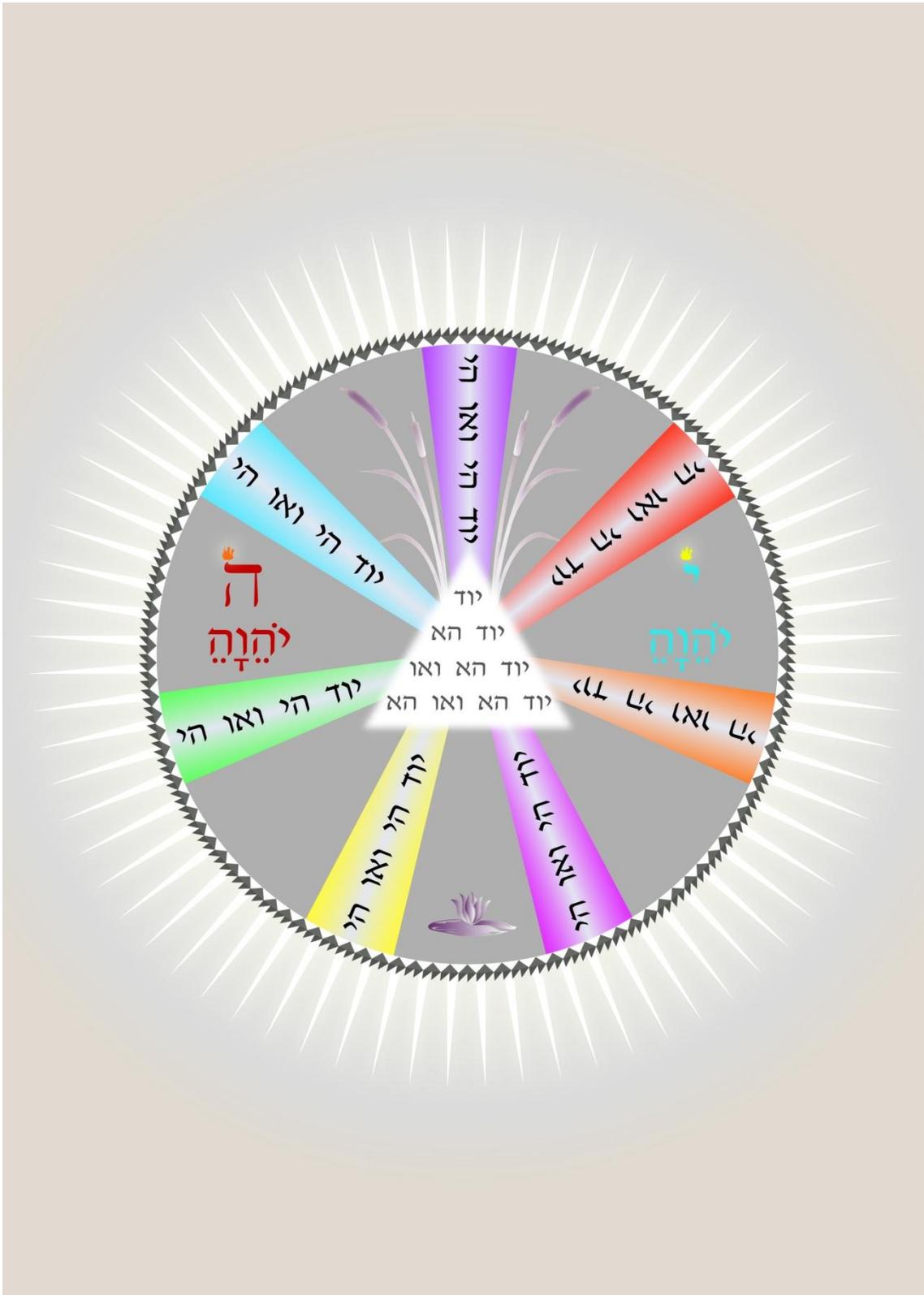
Pasamos a continuación al centro de la frente, en la intersección de los senderos Kéter- Tiféret y Jojmá-Biná. Es la ubicación de Daát, del Daát Elión. Su lugar es el cerebro medio, en la zona de la glándula pituitaria, más o menos entre los oídos, detrás de los ojos, un poco por encima de la nariz. (Dejamos que aparezca de forma natural). Allí contemplamos YHVH con Tseré malé (e larga, escrita con Yodim): אֵהֵהֵי, mientras que en la exhalación pronunciamos Ye’He’Ve’He’.

Nos detenemos en este punto: El Daát Elión emana de las siete sefirot inferiores del propio Árbol de Biná (los siete dones del Espíritu). Visualizamos el Tetragrama anterior dentro de un triángulo de luz del cual surgen siete rayos, cada uno representado entonces por un Tetragrama expandido como Sag: יוֹד הֵי וָאוּ הֵי. Un rayo emana hacia arriba y dos de cada lado del triángulo. Para cada Tetragrama la pronunciación es Yod He Vav He. Podemos contemplar los siete rayos mientras recitamos el versículo del profeta Isaías (11.2):

“Y descenderá sobre él 1. el Espíritu de YHVH (Rúaj YHVH). 2 y3. Espíritu de Sabiduría y de Entendimiento (Rúaj Jojmá UBiná). 4 y 5. Espíritu de Consejo y de Fuerza (Rúaj ‘Etsá UGuevurá). 6 y 7. Espíritu de Conocimiento y de Temor de YHVH (Rúaj Daát VeYirat YHVH).”

יוֹד הֵי וָאוּ הֵי  
יוֹד הֵי וָאוּ הֵי      יוֹד הֵי וָאוּ הֵי  
יוֹד הֵי וָאוּ הֵי      יוֹד הֵי וָאוּ הֵי  
יוֹד הֵי וָאוּ הֵי      יוֹד הֵי וָאוּ הֵי

Contemplamos que siete veces Sag (63) es el número de Emet (441), la Verdad, el sello de YHVH.



Recapitulamos todo lo anterior y vamos a visualizar ahora un punto de intensa luz en medio de las tres sefirot supremas, detrás y un poco por encima del centro de la frente, en el lugar de la glándula pineal. Corresponde a Kéter dentro de la

manifestación. Allí por tanto visualizamos el Tetragrama con Kamats, pero Kamats Katán, es decir pronunciado como “o corta”: יהוה, vibrando YoHoVoHo. Sentimos particularmente esta luz irradiando a todo el cerebro, y en particular conectando con el Kéter arriba, a través del cráneo y con el centro de la frente, que rige la glándula pituitaria. También con Jojmá y Biná. Este es un punto de reposo, en el que podemos descansar en paz antes de seguir adelante.

La luz pasa ahora al centro de la garganta, Daát del Abismo, Daát Tajatón (inferior). Visualizamos un Tetragrama con Jolam malé (“o” larga): יהוהוהו, pronunciando Yo’Ho’Vo’Ho’. Vemos que, en su luz, alrededor del Tetragrama se dibuja un triángulo apuntando hacia abajo con el Nombre Elohim en cada lado.

אלהים אלהים אלהים

Contemplamos que tres veces el Nombre Elohim es  $86 \times 3 = 258$ . Podemos añadir una unidad por el conjunto de los tres Nombres, lo que iguala el valor de la palabra Garón, que es garganta en hebreo (גרון = 259).

En este centro el pensamiento se hace palabra. Es, por tanto el centro de la Creación. Y la palabra creativa por excelencia es Yehí Or, יהי אור, Sea la Luz. Contemplamos que el valor numérico de esta expresión es 232, el mismo que el de las cuatro expansiones del Tetragrámaton:

יוד הי ויו הי  
 יוד הי ואו הי  
 יוד הא ואו הא  
 יוד הה וו הה

Añadiendo 26 por el Tetragrama en el centro (no contamos las Vavim vocálicas) y permitiendo una unidad más por el conjunto de todo obtenemos de nuevo 259.

Visualizamos entonces el Daát en la garganta del siguiente modo:

En el centro el Tetragrama con la vocalización anterior. A su alrededor un triángulo formado por tres Nombres Elohim. De esta conformación surgen 16 rayos de luz, cada uno portando uno de los 16 conjuntos de letras de las cuatro expansiones del Tetragrama.

Contemplamos.



A continuación percibimos nuestro oído izquierdo como un Tetragrámaton expandido como Sag, pero quitando la He final, de la siguiente manera:

יוד הי ואו י

La razón es que esta Heh pasa a la nariz como aliento. La expansión Sag tiene un valor numérico de 63, pero sin la He que vale cinco queda 58. Este es el valor numérico de Ozen, **אזן**, Oído.

La Yod última, que vale 10, se divide en dos letras He (5 + 5), de forma que el Nombre a meditar es:

יוד הי ואו הה

Cada uno de los cuatro grupos de letras corresponde a la expansión del Tetragrama en un mundo: Atsilút, Briá, Yetsirá y Asiá.

Meditamos en que nuestro oído izquierdo es esa combinación particular de letras que vemos en letras de fuego blanco. Eso es el oído externo.

Para el oído interno la meditación es: **אל יהוה** (cuyo valor numérico es 57, más una unidad por el conjunto igual a 58).

Hacemos exactamente igual para el oído derecho a continuación.

De este modo se puede llegar a ser digno de que nuestro oído escuche alguna santidad superior en la contemplación interior.

El ojo espiritual equivale a cinco Tetragrámaton. Ojo es Ayin, **עין**, de valor numérico 130. Esto es  $26 \times 5$ . En cada ojo – primero el izquierdo, luego el derecho – visualizamos cinco veces YHVH de la siguiente manera:

יהוה  
יהוה יהוה יהוה  
יהוה

Meditando de este modo puede que lleguemos a ser dignos de ver alguna santidad en el mundo superior.

También en el caso de la nariz distinguimos entre nariz externa e interna. Para la primera meditamos en dos expansiones Sag, una en cada orificio y conducto exterior:

יוד הי ואו הי יוד הי ואו הי

La razón es que Jotém, nariz, tiene también un valor numérico de 63.

Luego meditamos en tres Nombres Eheiéh en cada conducto interno, siendo **אהיה** igual a 21; por tres, 63:

אהיה אהיה אהיה אהיה אהיה אהיה

Sentimos el aire entrando – luminoso – por cada uno de los orificios y canales, llenándonos de luz y energía positiva. Luego respiramos por los dos orificios al tiempo – o podemos percibir que estamos respirando por el canal central en vez de por los dos laterales – mientras visualizamos

## אהיה יהוה אהיה

En este caso, esta combinación suma 68, el valor de Jayím, Vida. Nos sentimos así llenos de vitalidad, mientras respiramos ese Nombre compuesto. Quizá así podamos merecer aspirar los perfumes celestiales.

En la boca también meditamos en el Nombre יוד הי וואו הי, la expansión de YHVH en Briá. Este Nombre controla los aires espirituales del ser humano. Tanto oídos, como nariz y boca están comunicados internamente y este aire espiritual se mueve a través de ellos. Boca, en hebreo es Pe, פה, de valor 85. Es el resultado de sumar a la expansión Sag (63) el número 22 de letras del alfabeto hebreo, que lógicamente están en la boca. Se medita, así, de la siguiente manera:

Visualizamos el Nombre expandido en Briá, יוד הי וואו הי, pronunciado como siempre Yod He Vav He, y a continuación en las 22 letras hebreas divididas en grupos según su categoría: Guturales, palatales, linguales, dentales y labiales. Es decir, en la garganta se medita en אהה'ע ; en el paladar: גיכ'ק ; en la lengua: דנלנ'ת ; en los dientes: וסשצ'ר ; y en los labios: בור'פ. El procedimiento es pronunciar un grupo de letras en cada respiración (cada letra con su vocal natural), o bien una letra por cada exhalación. Así, vibramos sucesivamente: Yod He Vav He, A He Je Agh , Gui Yo Ka Qo, Da Te La Nu Ta, Be Va Me Pe.

Se medita a continuación para unificar todo lo anterior en la expansión Sag, como antes, más el Nombre Divino Eheié: יוד הי וואו הי אהיה. El valor numérico de esa combinación es 84. Si añadimos una unidad por el conjunto obtenemos de nuevo 85, boca. Tenemos así la expresión del aliento creativo que se concreta en la palabra como una expresión del hálito santo, que mana en última instancia de Kéter en el Nombre Eheiéh.

Una vez que hemos completado la contemplación anterior, que se refiere a la boca externa, meditamos en las tres primeras líneas de la expansión Mah del Tetragrama, de la siguiente manera:

יוד  
יוד הא  
יוד הא וואו

El valor numérico de esta expresión es también 85 y representa la boca interna, de donde brota la Voz.

Recordamos la definición del Séfer Yetsirá a propósito de la primera Sefirá (en el mundo de Briá): Aját Rúaj Elohim Jayím Barúj UMeboráj Shemó Shel Jai HaOlamim Qol VeRúaj VeDibúr VeHu Rúaj HaQodesh; Uno es el Espíritu del Dios Vivo bendito y bendecido sea su Nombre de la vida de los mundos voz y aliento y palabra y él es el Espíritu Santo.

Meditamos en que la voz es la energía de expresión del pensamiento inarticulado. La voz, Qol, es YHVH. El aliento, Rúaj, la lleva en su seno. Y cuando es reflejada en las distintas partes de la boca, donde se ubican las letras, se formula en palabra. Palabra es Adonai. Meditamos entonces en la unión de Voz y Palabra uniendo ambos Nombres en la boca:

## יאהדונהי

A continuación, meditamos en la Palabra (Dibur, דבור, de valor numérico 212, representada por la siguiente combinación: Tetragrama, Tetragrama expandido como Mah, triangulación de Mah:

יהוה  
יוד הא ואו הא  
יוד  
יוד הא  
יוד הא ואו  
יוד הא ואו הא

Meditamos en que la combinación anterior representa la expansión de la Palabra creativa. Su valor total es 201. Hay que sumar diez por las diez letras de Mah y una unidad más por el conjunto.

Con esto terminamos el ciclo de la cabeza. Volvemos al centro de la garganta. Este centro rige la Palabra y, por tanto, la autoexpresión creativa, haciendo de conexión entre los poderes intelectuales de Jojmá y Biná y el dominio de la emoción profunda representado por Jésed y Guevurá. Por eso, en esta ocasión visualizamos en este centro – en la parte baja de este centro – dos Tetragramaton con la vocal natural de cada letra, representando la unión en Daát de los poderes de la Misericordia y la Severidad.

יְהוָה יְהוָה  
(Yo'He'Va'He', dos veces).

La luz va entonces al hombro izquierdo, en donde se ilumina el centro de Jésed. En él aparece el Tetragrama vocalizado con Segol (“e” corta): יְהוָה. En la exhalación vibramos YeHeVeHe. Sentimos toda la zona del hombro izquierdo inundada con la luz de la bondad de Jésed. También todo el pulmón izquierdo. Sentimos cómo descende la luz por el brazo izquierdo hasta la palma de la mano y la punta de los dedos:

Contemplamos cómo la mano izquierda en conjunto es la combinación de 14 letras:

יהוה אלהינו יהוה  
YHVH Elohenu YHVH

Mano, Yad, es 14. También hablamos de las catorce falanges de los dedos de la mano.

Luego la luz va al hombro derecho. En él se ubica el centro de Guevurá, con el Tetragrama vocalizado con Shevá na' (que es muda o una “e” muy breve): יְהוָה. Así, en la exhalación pronunciamos Y<sup>e</sup>H<sup>e</sup>V<sup>e</sup>H<sup>e</sup>. Sentimos toda la zona del hombro derecho inundada con la luz de la fortaleza de Guevurá. También todo el pulmón derecho. Sentimos cómo descende la luz por el brazo derecho hasta la palma de la mano y la punta de los dedos:

Contemplamos cómo la mano derecha en conjunto es la combinación de 14 letras:

כוזו במוכסז כוזו  
Kuzu Bamvagsaz Kuzu

Estas son las catorce letras siguientes en el alfabeto hebreo a las anteriores (método de ABGaD). También representan las catorce falanges de la mano derecha.

Catorce más catorce es veintiocho, el valor de la palabra Kóaj, כַּחַד, que significa poder. Veintiocho son también los tiempos de Eclesiastés (Qohelet): 14 positivos y 14 negativos.

Seguimos la indicación del Séfer Yetsirá: Diez sefirot belimá en el número de los diez dedos. Visualizamos un Tetragrámaton en cada dedo, de la siguiente manera:

Kéter	Pulgar mano izquierda	יהוה
Jojmá	Índice mano izquierda	יהוה
Jésed	Medio mano izquierda	יהוה
Tiféret	Anular mano izquierda	יהוה
Nétsaj	Meñique mano izquierda	יהוה
Biná	Pulgar mano derecha	יהוה
Guevurá	Índice mano derecha	יהוה
Hod	Medio mano derecha	יהוה
Yesod	Anular mano derecha	יהוהויהו
Maljút	Meñique mano derecha	יהוה

Ésta es la generación del poder: cinco frente a cinco.

Visualizamos el sendero que une Jésed con Guevurá<sup>69</sup>. Hay en él tres puntos sensibles que corresponden a la intersección de este sendero respectivamente con los senderos Jojmá-Tiféret, Kéter-Tiféret y Biná-Tiféret. En cada uno de ellos hay un Tetragrama vocalizado con una Shevá Jatáf:

En la intersección de los senderos Jésed-Guevurá y Jojmá-Tiféret, Jatáf Patáj:

יהוה (Y<sup>a</sup>H<sup>a</sup>V<sup>a</sup>H<sup>a</sup>)

En la intersección de los senderos Jésed-Guevurá y Kéter-Tiféret, Jatáf Kamáts:

יהוה (Y<sup>o</sup>H<sup>o</sup>V<sup>o</sup>H<sup>o</sup>)

En la intersección de los senderos Jésed-Guevurá y Biná-Tiféret, Jatáf Segól:

יהוה (Y<sup>e</sup>H<sup>e</sup>V<sup>e</sup>H<sup>e</sup>)

Estos tres Nombres corresponden a los tres Tetragrámaton de la expresión:

YHVH Mélej YHVH Malaj YHVH Yimloj leolám Vaed.

YHVH reina, YHVH reinó, YHVH reinará por siempre jamás.

En conjunto corresponden al Nombre de 12 letras.

Una vez que hemos afirmado la soberanía Divina estamos preparados para entrar en el centro del corazón. Allí hay un Tetragrama en fuego blanco irradiando luz blanca vocalizado con Jolam jaser (“o” larga): יהוה. En la exhalación vibramos Yo’Ho’Vo’Ho’.

Sentimos este centro particularmente brillante, irradiando a todo el entorno la luz vital del equilibrio y la empatía. Nos sentimos perneados del Amor Divino.

<sup>69</sup> Para los que usan el Tarot, la carta de la Fuerza.

Percibimos que el Nombre יהוה está en el centro de un hexagrama de luz, en cuyos vértices aparecen las seis permutaciones del Nombre יהו – las tres letras del Tetragrámaton – como siempre en fuego blanco irradiando luz blanca. De cada uno de los Nombres emana una esencia o rayo en consonancia con los senderos que unen Tiféret con las sefirot vecinas. En el vértice central superior יהו, Yod He Vav, emanando la esencia Shamayim, Cielos. En el vértice central inferior הו, He Yod Vav, emanando la esencia Arets, Tierra. En el vértice superior izquierdo וה, Vav He Yod, emanando la esencia Ahabá, Amor. En el superior derecho הו, He Vav Yod, emanando la esencia Torá, Ley. En el vértice inferior izquierdo וה, Vav Yod He, emanando la esencia Jayím, Vida. Y en el inferior derecho וה, Yod Vav He, emanando la esencia Or, Luz.

El centro y el hexagrama resplandecen de luz, como un sol espiritual, y de ellos surgen doce rayos que corresponden a las doce permutaciones de YHVH, que ya hemos usado antes:

El centro y el hexagrama resplandecen de luz, como un sol espiritual, y de ellos surgen doce rayos que corresponden a las doce permutaciones de YHVH:

יהוה	Aries	Yo soy
יהו	Tauro	Yo tengo
יהה	Geminis	Yo pienso
הוה	Cancer	Yo siento
הוה	Leo	Yo quiero
הוה	Virgo	Yo discrimino
והה	Libra	Yo equilibrio
והה	Escorpio	Yo deseo
והה	Sagitario	Yo veo
הוה	Capricornio	Yo uso
הוה	Acuario	Yo sé
הוה	Piscis	Yo creo

Después, a su alrededor los 72 Nombres.



Tras la contemplación correspondiente, vemos cómo la luz pasa a la cadera izquierda, donde está el centro de Nétsaj. Allí se ilumina el Tetragrámton vocalizado con Jirik jaser (“i” corta): יְהוֹהִי, vibrando YiHiViHi. Sentimos cómo la luz del

Tetragrama inunda toda el área circundante, con sus huesos y órganos, y cómo desciende por toda la pierna izquierda, hasta la planta del pie y la punta de los dedos. Sentimos que nuestro pie – רגל, Reguel en hebreo, de valor 233 – es la conjunción de los Nombres YHVH y Eheiéh, ambos expandidos en Atsilút y entrelazados, de la siguiente manera:

יוד אֵלֶּף הֵי הֵי וְיִי יוֹד הֵי הֵי

El valor numérico de esta combinación es también 233.

Después la luz va a la cadera derecha, el centro de Hod. Allí se ilumina el Tetragrámaton vocalizado con Kubuts (“u” corta): יְהוּוּהּ, pronunciando YuHuVuHu. Sentimos cómo la luz del Tetragrama inunda toda el área circundante, con sus huesos y órganos, y cómo desciende por toda la pierna izquierda, hasta la planta del pie y la punta de los dedos. Visualizamos en el pie el mismo Yijud anterior:

יוד אֵלֶּף הֵי הֵי וְיִי יוֹד הֵי הֵי

Entonces contemplamos el canal Nétsaj-Hod en su intersección con el canal Tiféret-Yesod. El vórtice energético de luz que se forma constituye el centro del ombligo. En él aparece el Tetragrámaton con Jirik malé (“i” larga): יִיְהִיִּיְהִי, pronunciado Yi’Hi’Vi’Hi’. En este centro, intersección de los senderos de la Pe-Marte y Sámej-Sagitario, experimentamos una fuerte concentración de poder y calidez que irradia a todos los órganos circundantes.

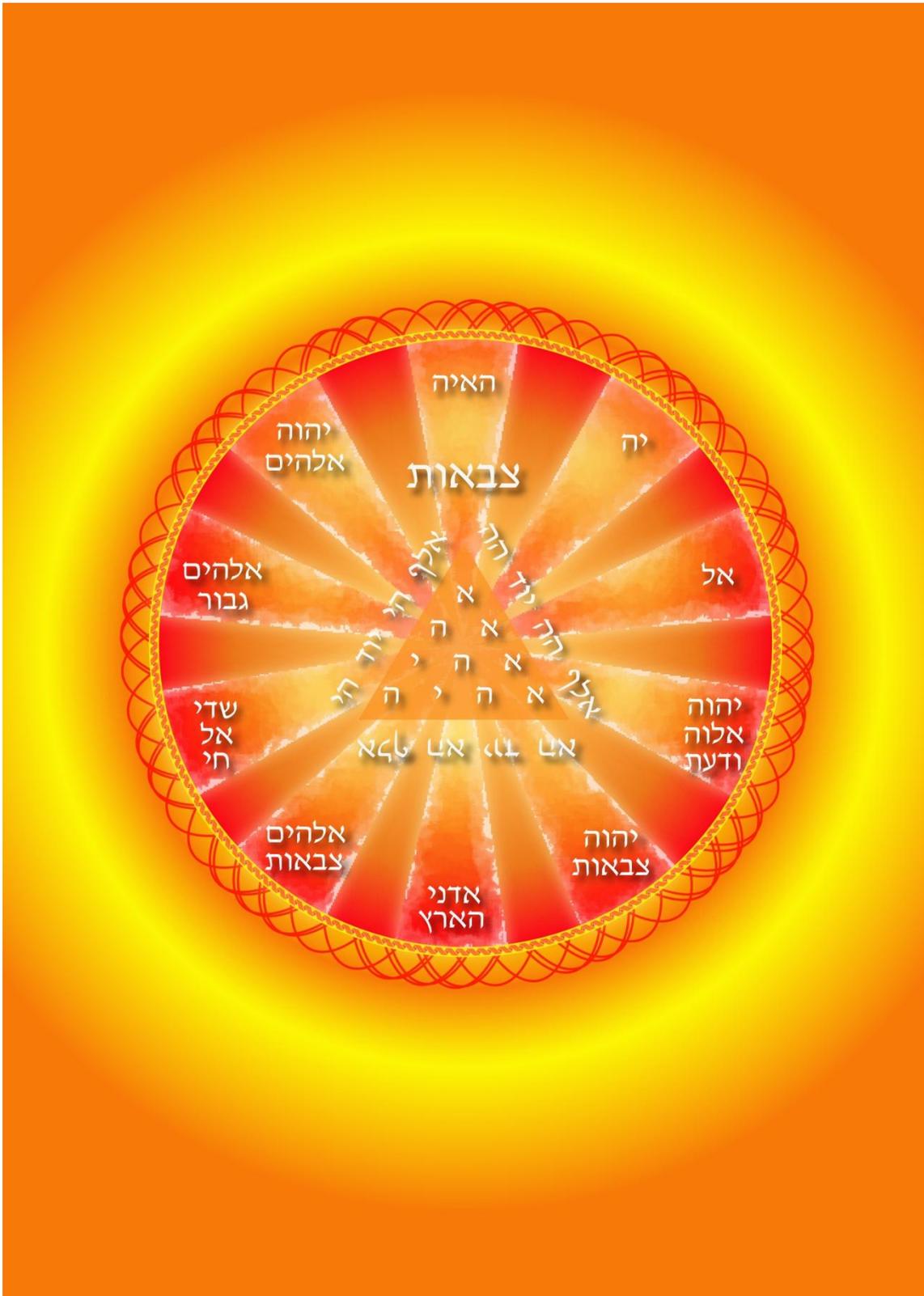
Este es el centro de los Poderes del Eterno, regido por el Nombre: YHVH Elohim Tsebaot, צבאות, יהוה אלהים, YHVH Dios de los Ejércitos.

Contemplamos que el valor numérico de Tsebaot, Ejércitos es, 499, y que este número corresponde a las tres expansiones de Eheiéh junto con su triangulación, es decir, todas las formas en que se expresa Yo soy.

א  
 א ה  
 א ה י  
 א ה י ה  
 אֵלֶּף הֵי יוֹד הֵי  
 אֵלֶּף הֵא יוֹד הֵא  
 אֵלֶּף הֵה יוֹד הֵה

Visualizamos un triángulo apuntando hacia arriba. En su interior, Eheiéh triangulado. En cada lado una expansión de Eheiéh. De este triángulo de luz irradian diez rayos, correspondiendo a las diez sefirot. Visualizamos en Nombre de Dios de cada sefirá en su rayo correspondiente (lo hacemos por orden):

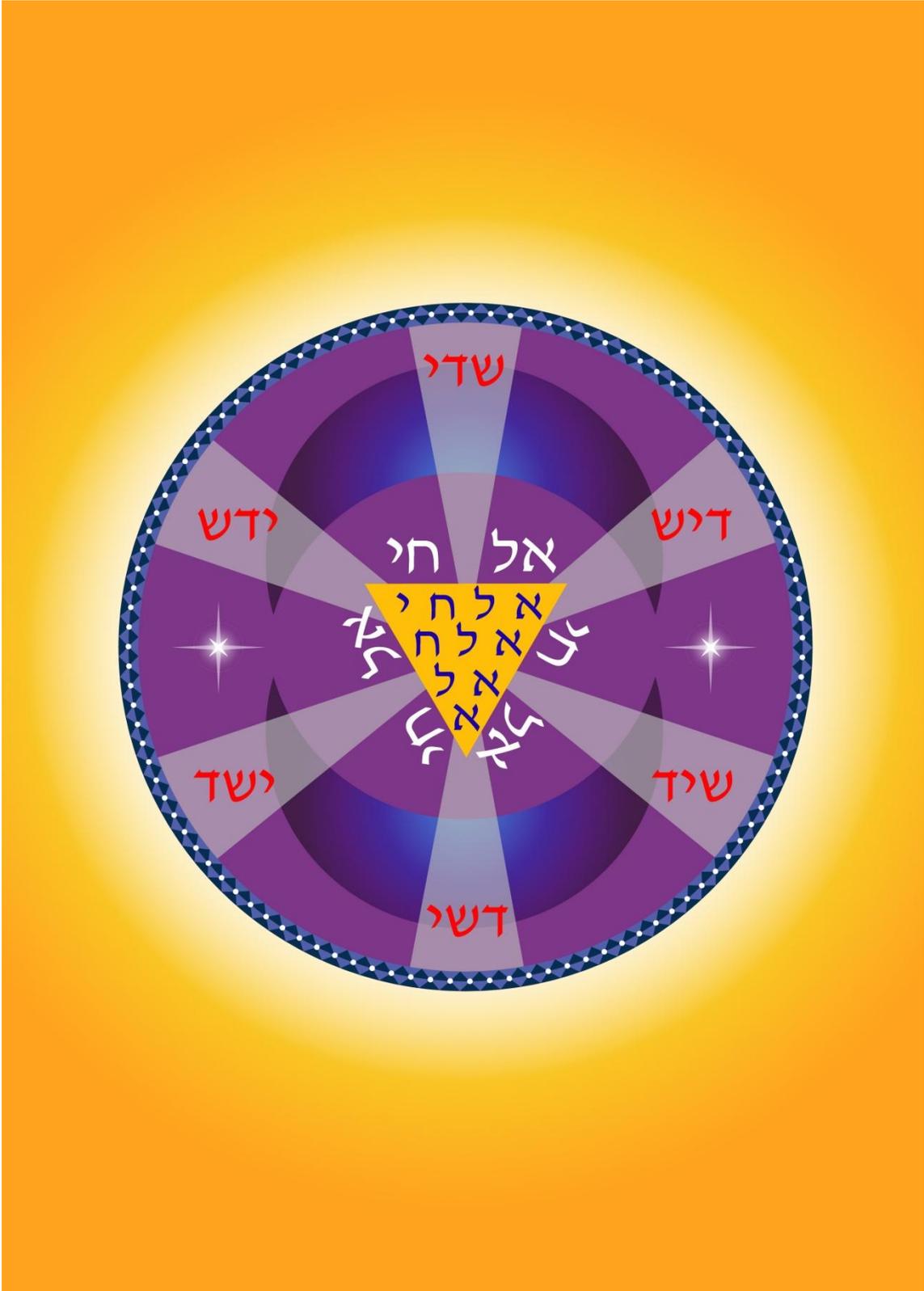
אלהים צבאות, יהוה אלוה ודעת, אלהים גבור, אל, יהוה אלהים, יה, אהיה, אלהים צבאות, אדני הארץ, שדי אל חי, יהוה צבאות. (Total 72 letras)



La luz pasa entonces al centro de Yesod, en el sacro o en la raíz del órgano sexual. En este centro vemos el Tetragrama vocalizado con Shuruk (“u” larga): יהוהויהו, vibrando Yu’Hu’Vu’Hu’. Contemplamos las letras escritas en fuego blanco brillando con luz blanca mientras experimentamos el gran flujo de energía vital.

Contemplamos desarrollado triangularmente el Nombre que rige la fuerza vital: אל חי, El Jai, Dios Vivo; y lo visualizamos debajo del Tetragrama, en el centro de Yesod. Visualizamos este centro como una superficie reflectora resplandeciente saturada de sustancia etérica. De ella emanan seis rayos: dos – hacia arriba y hacia abajo – corresponden a las dos polaridades del éter: éter positivo y éter negativo, que determinan las mareas y los ciclos que sigue la vida. Los otros cuatro son los puntos de unión del éter o quintaesencia con cada uno de los cuatro elementos que se manifiestan en el plano físico. En cada uno de los rayos aparece escrita una permutación del Nombre Shadai, שדי:



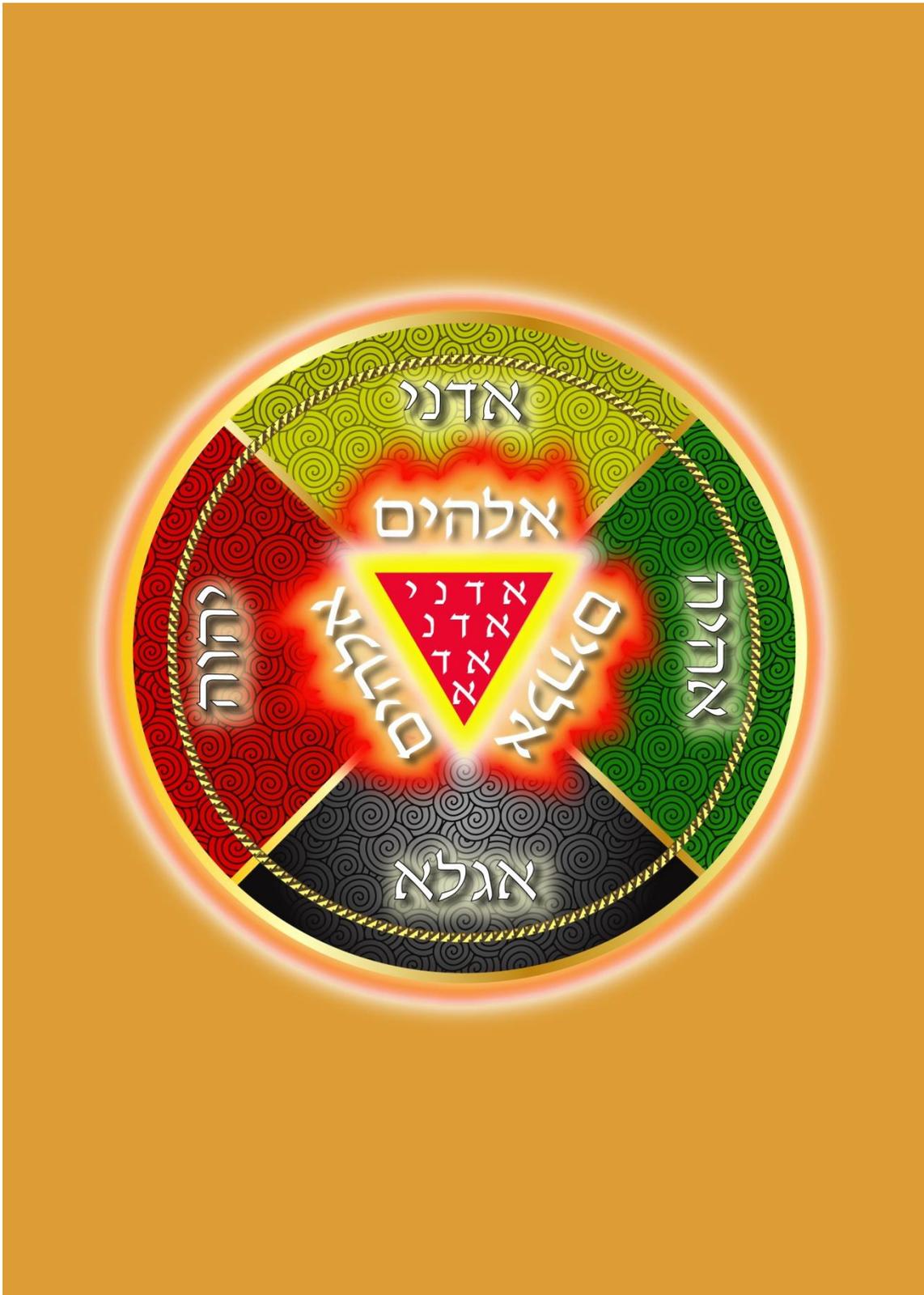


Del centro del sexo la luz desciende al centro de Maljút, en la base de la columna (o debajo de las plantas de los pies) y allí vemos en letras de fuego blanco el

Tetragrama sin vocales: יהוה, que pronunciamos por sus letras Yod He Vav He. Contemplamos.

El Tetragrámaton se halla en el interior de un círculo-cruz (con la cruz en aspa), ya que la estructura de este centro es cuádruple. Vemos el Nombre יהוה claramente dibujado en letras de fuego blanco a medio camino entre el centro del círculo-cruz y el límite superior. En cada cuadrante vemos escrito un Nombre tetragramático. En el cuadrante de la izquierda, de color verde oliva אהיה. En el que se abre hacia arriba, de color amarillo limón, אדני. En el cuadrante de la derecha, de color rojo bermejo, יהוה. Por último, en el cuadrante que se abre hacia abajo, de color negro, אגל (notaricón de Atá Guibor LeOlam Adonay). En el centro mismo lo que observamos es un triángulo apuntando hacia abajo. Cada uno de sus lados es un Nombre אלהים – tres en total – y en el interior tenemos la triangulación en sentido descendente del Nombre: Adonai, Adón, Ad, A.

אלהים אלהים אלהים  
 א ד נ י  
 א ד נ  
 א ד  
 א



Si calculáramos la guematria de este conjunto veríamos que su valor total es 384. Añadiendo uno por la unidad del conjunto (Kolel) tendríamos 385 = שכניה, la Presencia Divina en Maljút (385 es también el valor numérico de Asiá, עשיה, el mundo de la acción) la Reina, la Hija, la consorte de Zer Anpin (Tiféret).

Es necesario elevar la Shejiná de vuelta a la Unidad, y lo hacemos de nuevo mediante el Shemá Israel.

שמע ישראל יהוה אלהינו יהוה אחד

Escucha Israel YHVH nuestro Dios YHVH es uno.  
Shemá Israel YHVH Elohenu YHVH Ejad.

Después de descender hasta el fondo y rodear el nadir de la materialidad, elevamos la energía de nuevo de vuelta a su fuente. Vamos a recitar el Shemá haciendo varios yejudim o unificaciones.

Vibramos **Shemá** en el centro de Maljút, que es el despertar.

A continuación **Israel**, y visualizamos cómo un rayo de luz de color amarillo-rosáceo asciende al centro de Tiféret, en el área del corazón. En este centro visualizamos la conjunción de YHVH y Adonai, entrelazando sus letras: **יאהדונהי**.

El rayo de luz asciende al centro de la garganta, mientras pronunciamos **YHVH Elohenu** y entrelazamos sus letras, de la siguiente manera: **יאהדהיינהו**.<sup>70</sup>

Por último, mientras pronunciamos **YHVH Ejad**, el rayo asciende al centro de la cabeza – al Kéter – y allí hacemos la unificación de los Nombres YHVH y Eheié, de la siguiente manera: **יאהדהייקה**.

Mientras pronunciamos: Barúj Shem Kebod Maljutó Leolam Vaed – Bendito sea el Nombre de la Gloria de su Reino por siempre jamás – volvemos nuestra atención al centro de Maljút y hacemos circulación de la luz, como en el ejercicio del Pilar del Medio:

Con una inspiración asciende la energía desde el centro de Maljút por la parte derecha del cuerpo (pilar de la forma) hasta Kéter, que la recibe y brilla intensamente.

Con la espiración empieza a circular la luz descendiendo por nuestra izquierda (pilar de la fuerza) de nuevo hasta Maljút, en donde descansa y resplandece.

Con la inspiración asciende por la derecha y es recibida en Kéter.

Espiración: desciende por la izquierda y es recogida en Maljút.

Inspiración: asciende por la derecha y es recibida en Kéter.

Y así sucesivamente, sintiendo como la energía circula en ovoide a través de nosotros, de manera que toda nuestra parte izquierda es un flujo descendente de luz y la derecha ascendente. Todo ello sincronizado con la respiración.

Se repite un número de veces.

Una vez estabilizado este flujo repetimos el proceso, pero esta vez la luz asciende por la parte trasera del cuerpo y desciende por la delantera.

Así, a continuación, en la inspiración asciende una banda de luz por detrás, de Maljút a Kéter, en donde es recibida y brilla intensamente, y en la espiración, la banda de luz desciende por delante, de Kéter a Maljút, en donde es recogida y refulge.

---

<sup>70</sup> Recordamos que la suma de las cuatro expansiones del Nombre YHVH y las tres de Elohim suman en total 1186, lo mismo que todo el versículo del Shemá Israel que estamos considerando ahora.

En la inspiración asciende de Maljút a Kéter.

En la espiración desciende de Kéter a Maljút.

Repetimos este proceso varias veces hasta que el flujo cristaliza en nuestra aura, de manera que la luz circula por sí sola.

Por último, reforzamos la visualización de todo el pilar del medio, con sus siete centros, y vamos a hacer ascender la luz por él de Maljút a Kéter. Esto puede hacerse en una única inspiración de manera continua, o bien centro a centro, pudiendo incluso dividir la inspiración en siete tomas menores.

Así, en la inspiración asciende por el canal central un rayo de luz de Maljút a Kéter. La luz es retenida en Kéter un breve instante. En la espiración desciende por toda el aura, con un enorme resplandor, como una gran ducha de luz. Unificando y haciendo toda nuestra aura resplandeciente, la luz es recogida de nuevo en Maljút.

En la inspiración asciende por el pilar central.

En la espiración desciende en cascada por nuestra aura y por todos los senderos del Árbol llenándonos de luz.

Repetimos varias veces.

## MEDITACIÓN 31

### ÓRGANOS Y PARTES DEL CUERPO I:

El proceso que detalla a continuación – un proceso alquímico de transformación en luz de miembros y órganos – sigue otro principio y puede ser meditado después del anterior o como un trabajo independiente. De hecho, debe ser aprendido e integrado por partes y en fases sucesivas, pudiendo dedicar a cada fragmento el tiempo necesario.

Está basado en el antiguo tratado del Shiur Komá, en el que se proponen las medidas del cuerpo de Dios asignando a cada uno de sus elementos una combinación de letras. Si bien el texto se desarrolla de un modo aparentemente descriptivo, se trata de una técnica encubierta de meditación en la que el practicante, mediante el conjunto de letras propuesto, asimila el órgano correspondiente a su contraparte arquetípica divina (por supuesto aformal y sin rastro alguno de antropomorfismo). De ahí las gigantescas medidas asignadas a cada parte, en el sentido de que el órgano transformado en luz es de hecho infinito.

El problema es que no tenemos una tradición respecto a la génesis de las combinaciones usadas de letras, de un alto contenido críptico. Si alguna vez existió ese conocimiento – es lógico suponer que sí – hoy en día se desconoce. Posiblemente se trate de diversos pesukim o versículos transformados mediante cualquiera de los procedimientos semánticos del alfabeto hebreo pero, en cualquier caso, su desciframiento actual es una tarea ardua si no imposible.

El método que seguimos en la presente obra es más simple. En cada elemento corpóreo utilizamos un Nombre de Dios o una combinación de Nombres del mismo valor numérico que la palabra que designa ese miembro u órgano. Hay que partir de la base del valor ontológico de la lengua hebrea, en el sentido de la palabra designa la esencia de la cosa. Entonces, mediante los Nombres de Dios, ligamos esa esencia a su

raíz divina, haciendo que vibre en la fase de la luz infinita e integrándose en la plenitud divina.

Así pues, el procedimiento práctico será, en la meditación, superponer el o los Nombres sobre la percepción o conciencia de la parte del cuerpo que estemos considerando, e identificar lo segundo a lo primero. Las letras se visualizaan en fuego blanco irradiando luz blanca. Pueden ser también vibradas interiormente o en voz alta, y todo se expande y se lleva al estado de infinito. Como siempre, la experiencia debe culminar en un estado de contemplación al máximo nivel.

Hacemos en primer lugar un recorrido anatómico para después considerar los principales órganos internos:

#### CABEZA

ראש = 501 Rosh

אל יהוה אב אמת  
EL YOD HE VAV HE AB EMET

#### CUELLO

צוואר = 297 Tsavar

אלהים גבור  
ELOHIM GUIBOR

#### TRONCO

חיק = 118 Jeq

א אל אלהים  
ALEF EL ELOHIM

#### ABDOMEN

בטן = Beten = 61

יה יהוה  
YOD YOD YOD HE YOD HE VAV HE

#### BRAZO

זרוע = ZEROA = 283

י  
יה  
יהוה

יוד הי ויו הי  
יוד הי ואו הי  
יוד הא ואו הא  
יוד הה וו הה

YOD YOD HE YOD HE VAV HE YOD HE VAV HE (4 VECES)

**MANO**

יָד = YAD = 14

יָד

YOD DALET

**CADERA**

יָרֵךְ = YAREJ = 230

יגל פזק

YO GUI LA PE ZA QO

**PIERNA**

שׁוֹק = SHOQ = 406

אל אדני

אלף למד הי יוד מים

EL ADONAI ALEF LAMED HE YOD MEM

**PIE**

רֵגֶל = REGUEL = 233

יוד אלף הי הי ויו יוד הי הי

YOD ALEF HE HE VAV YOD HE HE

**HUESO**

עֲצָם = ETSEM = 200

א

אל

אלה

אליהי

אלהים

ALEF EL ELE ELOHAI ELOHIM

**CARNE**

בשר = BASAR = 502

אהיה  
יה  
יהוה אלהים  
אל  
יהוה אדני  
יוד הי ויו הי  
יוד הי ואו הי  
יוד הא ואו הא  
יוד הה וו הה

EHEYEH YAH YOD HE VAV HE ELOHIM EL YOD HE VAV HE ADONAI YOD  
HE VAV HE (4 VECES)

**PIEL**

עור = OR = 276

א  
א ה  
א ה י  
א ה י ה  
יוד הי ויו הי  
יוד הי ואו הי  
יוד הא ואו הא  
יוד הה וו הה

ALEF ALEF HE ALEF HE YOD ALEF HE YOD HE YOD HE VAV HE (4 VECES)

**CEREBRO**

מוח = MÓAJ = 48

א אהיה יהוה  
ALEF EHEIEH YOD HE VAV HE

**LARINGE**

גרון = GARÓN = 259

א

יהוה

יוד הי ויו הי

יוד הי ואו הי

יוד הא ואו הא

יוד הה וו הה

**PULMÓN**

ראה = REAH = 206

הוא יהוה

אהיה אהיה

אהיה אהיה

אהיה אהיה

אהיה אהיה

HU YOD HE VAV HE EHEIEH (8 VECES)

**CORAZÓN**

לב = LEB = 32

אהיהוה

EHEYOHEVAHE

**HÍGADO**

כבד = KABED = 26

יהוה

YOD HE VAV HE

**VESÍCULA BILIAR**

כיס המרה = KIS HAMARÁH = 340

יד יהוה מצפץ

YAD YOD HE VAV HE MATSPATS

**ESTÓMAGO**

קבה = QUEBAH = 107

יהו אלהים

YOD HE VAV ELOHIM

**PÁNCREAS**

לבלב = LEBLAB = 64

א אל אהיהוה

ALEF EL EHEYOHEVAHE

**BAZO**

טחול = TEJOL = 53

יוד הה ואו הה

YOD HE VAV HE

**INTESTINO DELGADO**

מע' דק = MEI DAQ = 224

אהיה יהוה אלהים יהוה אדני

EHEIEH YOD HE VAV HE ELOHIM YOD HE VAV HE ADONAI

**INTESTINO GRUESO**

מע' גס = MEI GAS = 183

יוד הי ואו הי א אל אלה אלחי

YOD HE VAV HE ALEF EL ELEJ ELJAI

**RIÑÓN**

כליה = KILIAH = 65

אדני

ADONAI

**VEJIGA**

כ'ס ה תן = KIS HASÉTEN = 845

יהוה אלהיך אל רופא רחמן ונאמן

YOD HE VAV HE ELOHÉJA EL ROFÉ RAJMÁN VENEEMÁN

## ÚTERO

רחם = RÉJEM = 248

אל אל אל אל  
אל אל אל אל

EL (8 VECES)

## OVARIO

שחלה = SHAJALAH = 343

אלהים נורא

ELOHIM NORÁ

## TESTÍCULO

אשך = ESHEK = 321

אהיה מצפין

EHEIEH MATSPATS

## MEDITACIÓN 32 ÓRGANOS Y PARTES DEL CUERPO II:

Este es un procedimiento alternativo basado en las correspondencias del Séfer Yetsirá.

Como sabemos, el Séfer Yetsirá clasifica las letras hebreas en tres conjuntos: Hay tres madres, siete dobles y doce simples. Total: 22 letras.

Tres letras madres: א מ ש

Siete Dobles: ת ר פ כ ד ג ב

Doce simples: ק צ ע ס נ ל י ט ח ז ו ה

En el tema que nos ocupa, las tres letras madres se corresponden tradicionalmente con las tres grandes divisiones del cuerpo humano: cabeza, tronco y abdomen; incorporando los brazos al tronco y las piernas al abdomen. También, energéticamente, con las tres columnas del Árbol de la Vida y los tres canales principales del cuerpo sutil.

Hay que tener en cuenta que no existe un acuerdo en las atribuciones concretas presentadas en las distintas versiones del Séfer Yetsirá. Nosotros las hemos adaptado a nuestra propia concepción de la anatomía interna y a nuestras necesidades prácticas.

Así, hacemos corresponder las siete letras dobles a los siete centros psicofísicos del canal central, tal como especificamos en nuestra práctica del pilar del medio. Por otro lado, en las atribuciones de las doce letras simples, puesto que cada una de ellas es la contraparte espiritual de un signo del zodiaco, seguimos las correspondencias

corporales de la astrología occidental. Estas constituyen un conjunto completo y están ampliamente probadas por la experiencia.

En las siguientes tablas se exponen las atribuciones básicas junto con los Nombres Divinos correspondientes, tal como se emplean en el trabajo meditativo.

Letra (madre)	Elemento	Nombre Divino	Anatomía	Canal
א	Aire	YHVH	Tronco, brazos	canal central
ב	Agua, Tierra	El	Abdomen, piernas	canal izquierdo
ג	Fuego	Elohim	Cabeza, cuello	canal derecho

Letra (doble)	Centro	Nombre Divino	Nombre de 42
Bet; ב	Corona Parte superior de la cabeza	Eheieh	אבג יתן
Guimel ג	Frente; entrecejo	Yah	קרע שטן
Dalet; ד	Garganta	Yehova Elohim	נגד יכש
Kaf (Jaf); כ	Corazón	YHVH Elóah Vadáat	בטר צתג
Pe (Fe); פ	Plexo solar; ombigo	YHVH Elohim Tsebaot	חקב טנע
Resh; ר	Genital; sacro	Shadai El Jai	חגל פזק
Tav; ת	Raíz ; base de la columna	Adonai Haárets	שקו צית

Letra (simple)	Permutación	Parte del cuerpo	Mes (calendario judío)	Signo zodiacal
ה	יהוה	Cabeza, cerebro	Nisan	Aries
ו	יההו	Garganta	Iyar	Tauro
ז	יוהה	Hombros, brazos, manos, pulmones	Sivan	Géminis
ח	הוהי	Senos, estómago	Tammuz	Cáncer
ט	הויה	Corazón, médula	Av	Leo
י	ההוי	Intestinos	Elul	Virgo
ל	והיה	Riñones, glándulas	Tishré	Libra
נ	וההי	Genitales, ano	Jeshván	Escorpio
ס	ויהה	Caderas, hígado, muslos, músculos	Kislev	Sagitario
ע	היהו	Rodillas, huesos, piel, vesícula biliar.	Tevet	Capricornio

ז	היה	Pantorrillas, circulación sanguínea, páncreas	Shevat	Acuario
ק	ההיר	Pies, bazo, ganglios, linfa.	Adar	Piscis

### Práctica

#### Tres madres:

Leemos en el Séfer Yetsirá (Cap. 3, Mishna 7): “Hizo reinar a la letra Alef en el Rúaj (aire, soplo, viento), le ató una corona (kéter), las combinó la una con la otra y con ellas formó el aire en el mundo, lo templado en el año y el torso en el néfesh (alma vital), macho con Alef, Mem, Shin y hembra con Alef, Shin, Mem.”

En nuestra meditación vamos a visualizar estas permutaciones respectivamente en los hombros izquierdo y derecho, correspondientes a Jésed y Guevurá, los dos pilares laterales al nivel del rúaj del néfesh, correspondiente al torso.

En las mishnaot siguientes se procede de forma análoga con las letras Mem-ventre y Shin-cabeza, correspondientes a Nétsaj-Hod y Jojmá-Biná respectivamente.

Así pues, en la meditación procederemos de la siguiente manera:

1. Establecemos el marco meditativo, como ya se ha hecho otras veces. Por ejemplo nos visualizamos frente al kótel maaraví (el muro occidental) de la Jerusalem arquetípica.
2. Establecemos la conexión con la luz infinita que si bien está por doquier, se halla particularmente focalizada en el firmamento de nubes de luz sobre nuestras cabezas.
3. Visualizamos en el firmamento, en forma de triángulo, las tres letras madres en fuego blanco resplandeciendo de luz blanca.

א

ש      מ

4. Una vez establecida la concentración plena en las letras, vemos cómo de cada una de ellas descende un rayo de luz, de modo que se forma una letra Shin en nuestro centro de Kéter, sobre nuestra cabeza, una letra Alef en nuestro centro Tiferético, en el área del corazón, y una letra Mem en el centro del ombligo, cuatro dedos por debajo de éste (Yesod Elión). Podemos ver la Shin de color rojo brillante, la Alef de color amarillo y la Mem de color azul.

Sentimos, experimentamos, contemplamos.

5. De cada uno de estos centros parten seis rayos de luz, dirigidos a cada una de las sefirot de los pilares (canales) laterales. Se tienen entonces las siguientes configuraciones:

Hemisferio izquierdo, Jojmá: מ א ש

Hemisferio derecho, Biná: א מ ש

Hombro izquierdo, Jésed: ש מ א

Hombro derecho, Guevurá: מ ש א

Cadera izquierda, Nétsaj: ׀ ׀ ׀

Cadera derecha, Hod: ׀ ׀ ׀

Sentimos, experimentamos, contemplamos.

6. Establecemos la siguiente circulación de luz: Del centro de la Mem surge un chorro de luz que desciende hasta el Maljút, en la base de la columna (perineo). Allí se divide en dos corrientes que ascienden por los canales laterales a través de las seis sefirot con sus permutaciones literales a confluir en la Shin del Kéter. Las dos corrientes de luz se unen de nuevo y descienden por el canal central, a través de la Alef, hasta el centro de la Mem, repitiéndose el proceso hasta que cristaliza de algún modo ese flujo de luz.

Todo ello se realiza en sincronía con la respiración. Las fases de ascenso se desarrollan durante la inspiración y las de descenso durante la espiración.

7. Se pone en marcha el mismo proceso, pero esta vez en sentido contrario. De la Mem asciende por el pilar del medio y desciende desde el Kéter por los pilares laterales al Maljút, ascendiendo hasta el centro del ombligo. Y así sucesivamente. Igualmente en sincronía con la respiración.

Este ejercicio limpia, abre y sintoniza los tres canales, con la apertura subsiguiente de nuestro sistema energético.

### **Siete dobles:**

Con las letras dobles energizamos los siete centros del canal central, visualizando un maguen David en cada uno, con la letra correspondiente en el centro y las letras de cada uno de los versículos del Nombre de 42 (Ána Bejóaj). El orden que seguimos es el de la presentación de las letras en el alfabeto, de arriba abajo, empezando por la Bet en el centro de Kéter (ver la tabla anterior).

En la figura siguiente se muestra la dinámica. Únicamente notar que en esta imagen en el centro de cada hexagrama aparece la permutación del Tetragrammaton correspondiente al centro que hemos usado en la meditación de la merkavá (meditaciones 29 y 30). Si bien puede hacerse de esa manera, en este contexto, sin embargo, preferimos ceñirnos a las letras dobles como vasijas metafísicas de luz espiritual.

Procedemos de la siguiente manera:

1. En el marco meditativo del kótel, bajo la luz infinita que llena el firmamento, desciende un rayo de luz a nuestro centro de Kéter, sobre nuestra cabeza. Allí se forma un hexagrama, en cuyo centro está la letra Bet, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca (toda la meditación se puede hacer con luz blanca) o bien de color amarillo irradiando luz de este mismo color. Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: ׀׀, BAM. La letra Mem potencia y extiende la vibración en oleadas sucesivas, llenando el centro. Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del primer versículo del Ána Bejóaj. Vibramos:

**ANA BEJÓAJ GUEDULÁT YEMINEJA TATIR TSERURÁ.**

ALEF ׀ en la punta superior

BET ׀ en la punta inferior derecha

GUIMEL ך en la punta inferior derecha

Vibramos A BE GUI, pronunciando cada letra con su vocal natural.

YOD ם en la punta inferior del triángulo que apunta hacia abajo.

TAV ן en la punta superior izquierda del triángulo

TSADI ץ en la punta superior derecha del triángulo

Vibramos YO TA TSA.

Vibramos las letras varias veces:

A----- BE----- GUI-----YO-----TA-----TZA-----  
 A----- BE----- GUI-----YO-----TA-----TZA-----  
 A----- BE----- GUI-----YO-----TA-----TZA-----

Contemplamos durante unos instantes el conjunto.

2. Del centro de Kéter la luz desciende a nuestro centro de la frente. Allí se forma un hexagrama, en cuyo centro está la letra Guimel, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca o bien de color azul irradiando luz de este mismo color. Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: ךׁ, GAM. Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del segundo versículo del Ána Bejóaj. El sentido de recorrido en los dos triángulos es el mismo expresado en el apartado anterior: empezando por los vértices superior primero e inferior después, nos movemos en el sentido de las agujas del reloj. Vibramos:

**KABÉL RINÁT AMEJÁ SAGUEVÉNU TAHARÉNU NORÁ,** vibramos ahora varias veces las letras:

ק ר ע ש ט ן  
 QO----- RE----- A----- SHI----- TE-----NU-----  
 QO----- RE----- A----- SHI----- TE-----NU-----  
 QO----- RE----- A----- SHI----- TE----- NU-----

Contemplamos en centro de la frente irradiando.

3. Bajamos al centro de la garganta. Allí se forma un hexagrama, en cuyo centro está la letra Dalet, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca o bien de color verde irradiando luz de este mismo color. Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: ךׁ, DAM. Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del tercer versículo del Ána Bejóaj. El sentido de recorrido en los dos triángulos es el mismo expresado en el apartado anterior: empezando por los vértices superior primero e inferior después, nos movemos en el sentido de las agujas del reloj. Vibramos:

**NA GUIVOR DORSÉ YEJUDÉJA KEBABAT SOMREM.**

Vibramos ahora varias veces las letras:

ן ג ד ם שׁ  
 NU -----GUI----- DA----- YO----- JA----- SHI-----

NU----- GUI----- DA-----YO----- JA----- SHI-----  
 NU----- GUI----- DA-----YO----- JA----- SHI-----

4. La luz desciende al centro del corazón y allí en el centro de Tiféret se forma un hexagrama, en cuyo centro está la letra Kaf, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca o bien de color púrpura irradiando luz de este mismo color.

Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: **קא**, KAM (o JAM). Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del cuarto versículo del Ána Bejóaj. Seguimos el mismo procedimiento anterior en la forma de ubicar las letras. Vibramos:

**BAREJÉM TAHARÉM RAJAMÉ TSIDKATÉJA TAMÍD GOMLÉM**

**ב ט ר ז ת ג**  
 BE----- TE-----RE-----TZA----- TE----- GUI-----  
 BE----- TE-----RE-----TZA----- TE----- GUI-----  
 BE----- TE-----RE-----TZA----- TE----- GUI-----

5. La luz desciende al centro del ombligo y allí está el hexagrama, en cuyo centro está la letra Pe, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca o bien de color rojo irradiando luz de este mismo color. Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: **פא**, PAM (o FAM). Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del quinto versículo del Ána Bejóaj. Seguimos el mismo procedimiento anterior en la forma de ubicar las letras. Vibramos:

**JASÍN KADÓSH BERÓV TUBEJÁ NAÉL ADATÉJA**

**ת ק ב ט נ ע**  
 JE----- KO----- BE-----TE----- NU----- A-----  
 JE----- KO----- BE-----TE----- NU----- A-----  
 JE----- KO----- BE-----TE----- NU----- A-----

6. Y ahora la luz desciende al centro de Yesod y allí está el hexagrama, en cuyo centro está la letra Resh, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca o bien de color naranja irradiando luz de este mismo color. Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: **רא**, RAM. Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del sexto versículo del Ána Bejóaj. Seguimos el mismo procedimiento anterior en la forma de ubicar las letras. Vibramos:

**YAJÍD GUEÉ LEAMEJÁ PENÉ ZOJRÉ QUEDUSATÉJA**

**י ג ל פ ז ק**  
 YO----- GUI----- LA----- PE-----ZA-----QO-----  
 YO----- GUI----- LA----- PE-----ZA-----QO-----  
 YO----- GUI----- LA----- PE-----ZA-----QO-----

7. Del centro de Yesod, sale un rayo de luz que desciende al centro de Maljut, en la base de la columna, allí está el hexagrama, en cuyo centro está la letra Tav, que podemos visualizar en fuego blanco irradiando luz blanca o bien de color índigo irradiando luz de este mismo color. Vibramos la letra con la vocal A y la terminación M: **תא**, TAM. Repetimos varias veces como mantra.

Nos fijamos en las puntas del hexagrama que rodea la letra y superponemos sobre sus vértices las seis letras del sexto versículo del Ana Bejóaj. Seguimos el mismo procedimiento anterior en la forma de ubicar las letras. Vibramos:

**SHABATÉNU KABÉL USHMÁ TSAAKATÉNU YODÉA TAALUMÓT**

ש	ק	ו	צ	י	ת
SHI-----	QO-----	VA-----	TSA-----	YO-----	TA-----
SHI-----	QO-----	VA-----	TSA-----	YO-----	TA-----
SHI-----	QO-----	VA-----	TSA-----	YO-----	TA-----

Ahora en voz baja decimos la última línea:  
**BARUJ SHEM KEVOD MALJUTÓ LEOLAM VAED.**

8. Vamos a recitar ahora toda la oración, primero en el sentido descendente, de Kéter a Maljút, y luego en el sentido ascendente, elevando la energía desde nuestro centro de Maljut al centro de Kéter.

**ANA BEJÓAJ GUEDULÁT YEMINEJA TATIR TSERURÁ  
 KABÉL RINÁT AMEJÁ SAGUEVÉNU TAHARÉNU NORÁ  
 NA GUIVOR DORSÉ YEJUDÉJA KEBABAT SOMREM  
 BAREJÉM TAHARÉM RAJAMÉ TSIDKATÉJA TAMÍD GOMLÉM  
 JASÍN KADÓSH BERÓV TUBJÁ NAÉL ADATÉJA  
 YAJÍD GUEÉ LEAMEJÁ PENÉ ZOJRÉ QUEDUSATÉJA  
 SHABATÉNU KABÉL USHMÁ TSAAKATÉNU YODÉA TAALUMÓT**

En voz baja: **BARUJ SHEM KEVOD MALJUTÓ LEOLAM VAED.**

Repetimos en sentido ascendente:  
**SHABATÉNU KABÉL USHMÁ TSAAKATÉNU YODÉA TAALUMÓT  
 YAJÍD GUEÉ LEAMEJÁ PENÉ ZOJRÉ QUEDUSATÉJA  
 JASÍN KADÓSH BERÓV TUBJÁ NAÉL ADATÉJA  
 BAREJÉM TAHARÉM RAJAMÉ TSIDKATÉJA TAMÍD GOMLÉM  
 NA GUIVOR DORSÉ YEJUDÉJA KEBABAT SOMREM  
 KABÉL RINÁT AMEJÁ SAGUEVÉNU TAHARÉNU NORÁ  
 ANA BEJÓAJ GUEDULÁT YEMINEJA TATIR TSERURÁ**

Cuando llegamos a Kéter percibimos cómo nuestra esencia energética es liberada y sentimos nuestro cuerpo como energía pura. Y a esta conciencia de la energía le acompaña una gran sensación de gozo, de alegría, de éxtasis.

Vemos cómo esa energía se torna luminosa, cómo una lengua de fuego brota de nuestro chacra inferior y asciende por nuestro pilar del medio, arremolinándose en cada centro, energizándolo, limpiándolo, purificando todas las obstrucciones. Y cuando llega a nuestro centro coronario es como si se encendiera una lámpara de magnesio. Una lengua de fuego, como una pequeña llama, brilla sobre nuestra cabeza. Aumenta el éxtasis y el gozo.

¡Por favor! Con el poder de la grandeza de Tu Mano, libera a la que está encadenada.



אנא בכח גדולת ימינך תתיר צרורה  
TSERURÁ TATIR YEMINEJA GUEDULÁT BEJÓAJ ANA

Recibe el cántico exaltado de Tu Pueblo, exáltanos, purifícanos, Oh Dios Tremendísimo.



קבל רנת עמך שגבנו טהרנו נורא  
NORÁ TAHARÉNU SAGUEVÉNU AMEJA RINÁT KABÉL

¡Por favor! Dios Fuerte, a los que buscan Tu Unidad, guárdalos como a la pupila de Tus ojos.



נא גבור דורשי יחודך כבבת שמרם  
SOMREM KEBABAT YEJUDÉJA DORSÉ GUIVOR NA

Bendícelos, Purifícalos, con Tu Justa Misericordia siempre Recompénsalos.



ברכם טהרם רחמי צדקתך תמיד גמלם  
GOMLÉM TAMÍD TSIDKATÉJA RAJAMÉ TAHARÉM BAREJÉM

Lleno de Piedad, Santo, con la Abundancia de Tu Bondad, Guía a Tu Congregación.



חסין קדוש ברוב טובך נהל עדתך  
ADATÉJA NAÉL TUBÉJA BERÓV KADÓSH JASÍN

Único, Excelso, Atiende a Tu Pueblo, a los que recuerdan Tu Santidad.



יחיד גאה לעמך פנה זוכרי קדושתך  
QUEDUSATÉJA ZOJRE PENÉ LEAMÉJA GUEÉ YAJÍD

Nuestras súplicas recibe, escucha nuestro clamor, Tú que conoces todas las cosas ocultas.



שועתנו קבל ושמע צעקתנו יודע תעלומות  
TAALUMÓT YODÉA TSAAKATÉNU USHMÁ KABÉL SHABATÉNU

Bendito sea el Nombre de Su glorioso Reino, por siempre jamás.



Baruj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed

## Doce simples:

Seguimos el proceso según la tabla propuesta antes que ahora reproducimos:

Letra (simple)	Permutación	Parte del cuerpo	Mes (calendario judío)	Signo zodiacal
ה	יהוה	Cabeza, cerebro, nervios sensoriales	Nisan	Aries
ו	יהוהו	Garganta, laringe, faringe	Iyar	Tauro
ז	יוהה	Hombros, brazos, manos, pulmones	Sivan	Géminis
ח	הוהי	Senos, esófago, estómago	Tammuz	Cáncer
ט	הויה	Corazón, médula	Av	Leo
י	ההוי	Intestinos, delgado y grueso.	Elul	Virgo
ל	והיה	Riñones, glándulas	Tishré	Libra
נ	וההי	Genitales, vesícula, ano	Jeshván	Escorpio
ס	ויהה	Caderas, hígado, muslos, músculos locomotores	Kislev	Sagitario
ע	היהו	Rodillas, huesos, piel, vesícula biliar.	Tevet	Capricornio
צ	הויה	Pantorrillas, circulación sanguínea, páncreas	Shevat	Acuario
ק	ההיו	Pies, bazo, ganglios, linfa.	Adar	Piscis

1. En sucesión, visualizamos en primer lugar sobre cada elemento físico propuesto en la tabla la letra hebrea correspondiente irradiando luz. Podemos hacerlo en fuego blanco o del color del signo zodiacal siguiendo el siguiente código:

ה: rojo escarlata

ו: rojo anaranjado

ז: naranja

ח: ámbar

ט: amarillo

ו: verde amarillento

ז: verde esmeralda

ח: verde azulado

ט: azul

י: índigo

יא: púrpura

יב: carmesí

2. Vibramos la letra añadiéndola la terminación Yah (Nombre Divino) como hicimos en la meditación 29.

Así, ויהי, Heyah; וייהי Vayah; etc.

3. La vibración de la letra nos conecta con el órgano, lo energiza, lo limpia, lo torna brillante.

4. Entonces visualizamos la permutación correspondiente del Tetragrama, en luz blanca irradiando luz blanca, que eleva el órgano a su raíz divina y lo transforma en luz. Lo hacemos mediante la vibración de las letras con su vocal natural.

Así: ויהוה, YoHeVaHe; ויהוהו, YoHeHeVa, etc.

5. Por ejemplo:

Empezamos por la cabeza considerada como un todo. Sobre ella visualizamos una letra He radiante en color rojo escarlata y vibramos Heyah varias veces, mientras esa vibración se expande y llena toda la cabeza, que ahora percibimos que es una letra He. Vemos que la fuente de luz de la letra He es la permutación del Tetragrama YOD HE VAV HE, que visualizamos en luz blanca, irradiando luz blanca y vibramos: YoHeVaHe varias veces. Nuestra cabeza es una pura luz.

Después hacemos lo mismo específicamente con el encéfalo: cerebro, cerebelo y bulbo, repitiendo todo el proceso. Al final todo el sistema de la cabeza es una luz que expandimos infinitamente.

Pasamos al cuello con sus códigos específicos.

Y así sucesivamente.

En los órganos duales, como por ejemplo, los brazos o los pulmones, lo hacemos uno a uno: primero el brazo izquierdo, luego el derecho, etc.

6. Hay que proceder lentamente, sobre todo en los primeros estadios. Conectar con el órgano, sentirlo... Podemos incluso hablar con él, preguntándole por sus necesidades. Después visualizamos la letra, que lo sana, lo nutre, lo limpia, lo energiza. Luego el Nombre de Dios lo transmuta. El proceso culmina con un infinito de luz.

## MEDITACIÓN 33

### ÓRGANOS Y PARTES DEL CUERPO III

Se trata de una modificación de la meditación anterior en la que consideramos igualmente cada letra, pero combinándola con las cuatro letras del Tetragrama con el conjunto de sus combinaciones vocálicas. La luz generada se proyecta igualmente sobre las partes del cuerpo dependientes de la letra.

El orden seguido sería el mismo: Empezamos por las tres letras madres, luego las siete dobles y por último las doce simples.

La vocalización puede hacerse por el método corto, en el que pronunciamos las dos letras de cada sílaba (el par formado por la letra con la que estamos trabajando y la del Tetragrama) con la misma vocal; o por el método largo, en el que hacemos la rotación vocálica completa.

Así, por ejemplo, con la letra Bet, por el método corto tendríamos para la combinación con Yod:

בִּי בִּי בִּי בִּי בִּי  
יֵב יֵב יֵב יֵב יֵב

Y lo mismo para las demás letras del Tetragrama.

En el método largo tendríamos para la Yod:

בִּי בִּי בִּי בִּי בִּי  
יֵב יֵב יֵב יֵב יֵב  
יֵב יֵב יֵב יֵב יֵב

Y lo mismo para las demás letras del Tetragrama.

Hemos afirmado en varios lugares que lo que se conoce como Golem es una metáfora del cuerpo de luz. En este capítulo hemos expuesto métodos completos que, con disciplina, son accesibles para los practicantes comprometidos.

El método tradicional, con las 22 configuraciones o tablas, cada una de 231 pares de letras, se delinea en el libro de Aryeh Kaplan: Séfer Yetsirá. El libro de la Creación (Ed. Mirach), al cual remitimos a las personas interesadas.

## Capítulo IX. Neshamá suprema.

El camino espiritual es un sendero de retorno. De forma gradual, en cada nivel reintegramos alguna de las dualidades básicas a su unidad original. He aquí algunas de estas dualidades, al nivel psicológico o metafísico:

Ego-persona/sombra

Singularidad individual/arquetipo contrasexual (anima/animus en psicología junguiana)

Personalidad/individualidad (self; cuerpo causal)

Yo/Mundo

Dios/Creación

Lo Uno/lo Múltiple.

El Ser/la Nada.

Conciencia/Inconsciencia

La neshamá suprema (que también llamamos Jaiá, Vida) se manifiesta cuando se sana la dicotomía Yo/Mundo (subjetivo-objetivo), integrándose ambos en una unidad de orden superior. En otro lenguaje, es el estado previo al colapso de la función de onda global en ser personal y mundo. En su estadio previo, conlleva una superposición ondulatoria de todas las posibilidades existenciales del individuo-en-el-mundo, las cuales se han podido manifestar en diversas reencarnaciones.

Estamos trascendiendo el nivel del Dáat de Yetsirá o Yesod de Briá, en donde hemos construido un fundamento de identidad – ego briático – que en otro lugar llamamos Yo simbólico-psíquico.

La distancia desde este nivel al siguiente es la que separa el símbolo del arquetipo. Si bien el símbolo es una manifestación formal del arquetipo, éste lo trasciende por completo, siendo su núcleo energético aformal.

Como todo nivel del Pilar del Medio, el Kéter de Yetsirá/Tiféret de Briá/Maljút de Atsilut – esa es su caracterización en el mapa del Árbol extendido – constituye una organización de conciencia con una estructura de identidad. La llamamos Yo arquetípico, y es, respecto de la anterior, lo que el self respecto del ego psicológico.

En la experiencia, esta estructura de conciencia – el Yo arquetípico – se manifiesta generalmente como una deidad, si bien una deidad personal, aunque no del tipo que, digamos, pertenezca al sujeto (o controle el sujeto), pues emana, como nivel transpersonal, del inconsciente colectivo.

Cuando hablamos de Jesús, Krishna, Vajrasattva, etc., es a este nivel al que nos estamos refiriendo. Lo mismo al hablar de Hijo de Dios, Yo Superior, Mónada, etc.

En la conciencia se manifiesta como una revelación que puede ser beatífica o dramática (por ejemplo, como una teofanía – ver experiencia de Ezequiel, Isaías, Jabakuk... –) aunque en meditación podemos generar, y de hecho generamos este complejo como presencia o imagen, sabiendo que aunque trascienda nuestro yo (ego/self) es de hecho el arquetipo supremo de nuestro ser personal.

Nosotros somos el contenido de ese arquetipo, en esta y en el conjunto de todas nuestras vidas. Es desde este punto de vista el creador – nuestro creador – y es al mismo tiempo una manifestación directa, como holográfica, de la Deidad.

Es el Yo Soy de nuestro “quien yo soy”. Contiene toda la información sobre nosotros, nuestra vida, nuestra pauta de destino, etc. Es su actualización el sentido de nuestra vida.

Remitimos al lector a los capítulos 2 y 3 de la presente obra para un análisis de este nivel de conciencia en el contexto del Árbol extendido. También al capítulo X: El mapa de la conciencia, de mi obra El Camino del Árbol de la Vida (Vol. 2).

Baste recordar aquí que cada sefirá del pilar del medio del Árbol extendido es el centro de un submundo particular (o de dos, al considerar el solape entre rostros del Árbol extendido. (Ver fig. pag. 86). En el caso que nos ocupa (Ver fig. pag. 89) la neshamá suprema es el centro del submundo Yetsirá de Briá, el aspecto formativo del mundo del ser, su Zer Anpin o Rostro menor, al cual hemos dado el nombre tradicional de Jaiá. También es el centro del Atsilut de Yetsirá, por tanto el Gran Rostro o Arij Anpin de la psique yetsirática.

Desde abajo, desde el self tiferético (yetsirático), la neshamá suprema es experimentada como una figura externa, de carácter divino, aunque es el arquetipo de la propia conciencia<sup>71</sup>. No somos nosotros quienes la estamos proyectando, sino más bien al revés, es ella la que nos proyecta en nuestras circunstancias, o mejor dicho, emite un rayo de sí misma que porta nuestro verdadero sentido de identidad.

En la cábala extática o profética se habla simplemente de ver al propio ser delante de sí. Incluyo una cita del libro de Aryeh Kaplan, Meditación y Cábala<sup>72</sup>, a su vez presentando extractos del Séfer Shosham Sodot, La Rosa de los Misterios, de R. Moshe ben Yaakov de Kiev:

“«El poder de los profetas de asemejar una forma a su Creador» es un misterio muy grande... Encontré una antigua enseñanza que lo explica y que voy a transcribir aquí... Estas son las palabras del autor:

Lo siguiente me fue dicho por el sabio iluminado Rabbí Nathan<sup>73</sup> de bendita memoria:

Cuando un individuo entra completamente en el misterio de la profecía, ve de repente su propia imagen estando delante de él. El se torna completamente inconsciente de su propia esencia, como si ésta fuera ocultada. Entonces ve a su propia imagen estando delante de él, hablándole y diciéndole sobre el futuro. Sobre este misterio nuestros sabios dicen: «Grande es el poder de los profetas, puesto que asemejan una forma a su creador<sup>74</sup>»”.

Y Kaplan continúa comentando sobre este tema:

“Rabbí [Abraham] ibn Ezra (1029-1164) igualmente enseñaba: «El que escucha es un hombre y el que habla es un hombre»

Y más adelante, Kaplan continúa:

“Todavía otro sabio escribe:

---

<sup>71</sup> Notamos que este centro, como Tiféret de Briá, se ubica bajo la figura del Hijo (respecto de Abba/Imma, Jojmá/Biná). Como corresponde al Maljút de Atsilut, asiento de la Shejiná, el aspecto femenino de la Deidad atsilútica manifestada, tenemos la imagen del nacimiento virginal (o mejor de la doncella, betolá), porque la luz permanece siempre intocada, igual a sí misma, independientemente de sus manifestaciones.

<sup>72</sup> Equipo Difusor del Libro, pag 123 y ss.

<sup>73</sup> Muy probablemente Nathan ben Saadia Jarar de Mesina. (Nota de Arie Kaplan)

<sup>74</sup> Bereshit Rabbah 27:1

Soy consciente de lo insignificante que soy y sé que no soy ciertamente un profeta ni discípulo de profetas. No he conseguido nunca el *Rúaj HaKódesh* (el Espíritu Santo), ni he hecho uso de la voz celeste (*Bat Kol*). De tales cosas no he sido digno, porque no me he desvestido de mi «túnica» ni «he lavado mis pies». Pero pongo al cielo y a la tierra por testigos de que lo que voy a decir es verdad.

Un día estaba yo sentado escribiendo misterios a la manera de la Verdad. De repente, fue como si hubiera dejado de existir. Vi entonces a mi propia imagen estando delante de mí. Como resultado de ello me vi forzado a dejar de escribir”.

Aunque se trata de un nivel abstracto, no imaginal, es captado generalmente – o procesado por nuestra mente – como una figura más o menos definida, o como una presencia, o como simplemente luz. Profundizando suficientemente, es reconocida a la larga como el núcleo más interno de nuestro verdadero ser; el self del self, por así decir.

La asociación personal de la figura viene dado por tratarse del Kéter de Yetsirá, el vértice superior del Árbol de nuestra psique. El carácter de self (yo arquetípico) por ser un Tiféret, el Tiféret de Briá. El carácter divino se lo confiere el solaparse con el Maljút de Atsilut (el ser, metafóricamente hablando, un átomo del Cuerpo de Dios). Por eso, es perfectamente lícito tanto el usar una aproximación de corte psicológico más personal como emplear imágenes arquetípicas consagradas por las tradiciones.

Nosotros, primero en el trabajo de toma de conciencia – siquiera vislumbrar – y después en el trabajo de actualización de este nivel seguimos dos caminos:

Debemos continuar de forma sistemática con nuestras prácticas generales de meditación del Dáat de Yetsirá (tipo tseruf, por ejemplo, tal como se detallan en el capítulo VI), consolidando con ello nuestro fundamento yesódico en el mundo de Briá. Este Yesod, como receptáculo de todas las emanaciones, como espejo de la conciencia espiritual, recibe directamente la influencia del Tiféret justo por encima de él y la experiencia de conexión (el salto cuántico) se puede producir espontáneamente en cualquier momento como un acto de Gracia.

También podemos generar conscientemente la experiencia con la visualización y la kavaná correspondientes, como en un trabajo de laboratorio (y el apoyo necesario de la Gracia). Al fin y al cabo estamos trabajando en nosotros mismos.

En este capítulo vamos a abordar la segunda metodología y lo haremos en dos fases: primero generar la figura de la neshamá suprema como una representación externa. Después asumirla como propia, identificando nuestra conciencia con la suya. Desde allí podemos seguir adelante tratando de extender la experiencia.

## MEDITACIÓN 34

### **Meditación I de la neshamá suprema (guiada)**

Asumimos la postura de meditación con la espalda recta, sin tensión. Empezamos haciendo respiraciones profundas, desde el fondo del abdomen. Vamos a comprobar nuestro estado de relajación. Nos relajamos un poco más y seguimos profundizamos en la relajación. Mientras respiramos profundamente vamos entrando en un espacio de centración interior, de calma, buscando un punto de equilibrio, un centro sobre el que posar nuestra conciencia, un centro puro de conciencia desde el que, con ecuanimidad, observamos todas las circunstancias de nuestra psique, sin identificarnos con ellas. Y desde este centro de pura serenidad, experimentamos una perfecta paz profunda... profunda... profunda...

Y así estamos en nuestro lugar personal respirando, inspirando la luz que nos rodea. Contemplamos cómo la luz empieza a llenarnos, penetrando con la inspiración por todos los poros del cuerpo. vemos cómo baña todos nuestros órganos, todo nuestro ser interno. Visualizamos como sale un humo negro por la negatividad que llevamos dentro en forma de miedos, tensiones, estrés... asuntos sin terminar que nos provocan ansiedad y todo ello lo expulsamos de nosotros. Nos vamos llenando por completo de esta luz serena, positiva, radiante, que nos colma de plenitud .....

En este estado vemos como delante de nosotros ha aparecido una escalera sefirótica de luz, dividida en 7 tramos. Vamos a ir ascendiendo a regiones cada vez más sutiles, desprendiéndonos de parte de nosotros mismos, desapegándonos de esferas de conciencia. Así, empezamos a ascender: 1 Yesod (dejamos nuestro ser físico), Hod (dejamos a nuestro personaje), 3 Netsaj (lo que significa nuestro pensamiento), 4 Tiféret (nos separamos de nuestros sentimientos), 5 Guevurá (nos separamos de nuestra identidad), 6 Jesed (nos separamos de todas nuestras pautas, hábitos y programaciones), 7 Biná (nos separamos de toda nuestra energía psíquica).

En un estado de conciencia puro nos encontramos frente al Kotel Maaraví (el muro occidental del templo de Jerusalén), en un estado de puro ser, de conciencia testigo, en este estado que nos abre al mundo de Briá. Contemplamos en el firmamento – el pavimento de zafiro, el firmamento de luz, el espejo de la conciencia espiritual – que aparecen escritas las 4 letras del Tetragrama, YHVH, como puras presencias de luz, ardiendo con fuego cósmico – fuego blanco, fuego divino – irradiando luz blanca; la YOD, la HE, la VAV, la segunda HE.



Durante unos instantes nos concentramos exclusivamente en las letras y dejamos que su contemplación llene todo nuestro espacio, nuestro campo de conciencia. Vamos a atraer la energía de las letras con nuestra respiración, en un movimiento de dos respiraciones, sincronizando cada fase con una letra: En la primera inspiración atraemos la energía de la YOD, dejando que nos llene por completo; en la espiración hacemos lo mismo con la letra HE; en la segunda inspiración atraemos la luz de la VAV y por último, espirando de nuevo, la energía de la segunda HE. Sentimos la energía de cada letra específica y al mismo tiempo una misma: la energía de ABBA, Padre; IMMA, Madre; de Zer Anpín, el Rostro Menor de Dios; la Shejiná, su Presencia Divina que todo lo llena con su Gloria. Inspiración YOD, espiración HE, inspiración VAV, espiración HE y repetimos el ciclo un buen número de veces (por ejemplo 26, el número del Tetragrama).....

Nos sentimos internamente saturados de la luz del Nombre de Dios, somos el Tetragrama. Nuestra cabeza es la YOD, la línea de los hombros y los brazos la HE, nuestro tronco es la VAV, nuestras caderas y piernas la segunda HE. ANI YHVH, Yo Soy YHVH, que repetimos como mantra. Acudimos a esta realidad en nosotros sin forzar, dejando que espontáneamente la luz conforme estas letras en nosotros y asimilando nuestra forma a esta luz.....

**ANOJÍ ADONAI ELOHEJA ASHER HOTSETIJA MEERETS MITSRAIM MIBET ABADIM.**

ANOJI, YO SOY YHVH, tu Dios, el que te saca de la tierra de Egipto de la casa de la esclavitud.....

Ahora vamos a alcanzar un estado más profundo de conexión con la luz infinita del Tetragrama – letra a letra, sefirá a sefirá – mediante el Nombre de 12 letras, que consiste en tres Tetragramas.

## יהוה יהוה יהוה

Así en Jojmá, en el hemisferio izquierdo, una YOD; sentimos, dejamos que nos llene todo el vacío de la sabiduría.

HE en el hemisferio derecho, Biná, dejamos que nos llene la luz del Todo.

VAV en el centro de la frente, el centro de la conciencia intuitiva.

HE en el centro de la garganta, la luz de la palabra de la creación.

Tenemos así el primer Tetragrama: YOD en el hemisferio izquierdo, HE en el hemisferio derecho, VAV en el centro de la frente, el Daát Elión, HE en el centro de la garganta, el Daát inferior.

Segundo Tetragrama: YOD en el hombro izquierdo, Jesed, Ahavá, Amor;

HE en el hombro derecho, Guevurá, Fuerza, Poder;

VAV en el centro del corazón Tiféret, Equilibrio, Compasión;

HE en el centro del ombligo, Energía, Asimilación.

YOD hombro izquierdo, HE hombro derecho, VAV corazón, HE ombligo.

Y el tercer Tetragrama: YOD, Nétsaj, cadera izquierda, Victoria, la victoria sobre la realidad, sobre nuestro mundo – la victoria de la luz –;

HE cadera derecha, Hod, Gloria, el esplendor de la verdad;

VAV, Yesod, centro genital, energía de la vida;

HE Maljut base de la columna, el perineo, energía de realización.

YOD cadera izquierda, HE cadera derecha, VAV centro genital, HE base de la columna.

Tenemos así a nuestra izquierda el pilar de la misericordia, 3 yodim, una en el hemisferio izquierdo, otra en el hombro izquierdo y otra en la cadera izquierda. YOD, YOD, YOD.

Y visualizamos el pilar de la derecha: 3 letras HE, Biná, Guevurá y Hod. HE, HE, HE.

Visualizamos todo el pilar del medio, alternando VAV, HE, VAV, HE VAV, HE. En la frente VAV, HE en la garganta, VAV en el corazón, HE en el ombligo, VAV en el centro genital, HE en la base de la columna.

En Ketér el triple Nombre completo; y éste es el nombre de 12 letras que le fue dado a Elías en el Carmelo con el que alcanzó su cuerpo de luz, su cuerpo de inmortalidad.

Ya estamos preparados para el ascenso vibratorio.

Focalizamos nuestra conciencia y nuestro ser en el Kéter, el centro de la cabeza.

Vemos el firmamento de luz sobre nuestras cabezas, el Daát – Yesod.

Vemos que se abre, y en lo alto, a una altura sin altura, la esfera de Tiféret, rebosante de luz, y en ella, la visión de nuestra neshamá suprema, de nuestro yo superior, la chispa divina de Dios.

Cada uno la percibirá de una forma personal: como una Luz, como una pura presencia rebosante de ser y de conciencia, como una figura que tanto puede ser masculina como femenina...

Podemos verlo bajo una imagen tradicional: sentado en un trono de oro, cabellos de intensa blancura, ojos de fuego, de su boca brota una espada de llama, vestido con una túnica blanca resplandeciente, ceñido con un cinto de oro, los pies también de luz, en la mano derecha las 7 estrellas y en la mano izquierda un libro, el libro de nuestras vidas. En el corazón la serpiente con la letra Alef en el centro en fuego blanco. “El corazón rodeado por la serpiente”, es uno de sus nombres.

Vemos cómo desciende un rayo de luz que llena nuestro centro de Ketér; la luz nos jala hacia arriba... de alguna manera sentimos que ascendemos hasta encontrarnos

frente a la imagen... dejamos que nos hable, prestando atención a sus indicaciones...  
(*Varios minutos*).

*(\*En este punto podemos pasar a la meditación II)*

Y en un momento dado la forma penetra en nosotros y nosotros penetramos en él o en ella, porque es nuestra esencia, es nuestro yo superior; identificamos nuestra forma con la suya, nos dejamos poseer totalmente... Vamos a ayudarnos del mantra YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY, EHEIE ASHER EHEIE ASHER EHEIE...

Y desde esta conciencia contemplamos a nuestro mundo, miramos a nuestro yo encarnado con la visión divina de los ojos de fuego. Contemplamos este plano de ilusión en el que moramos desde el nivel arquetípico, el plano de lo eterno. Somos conscientes de los cambios o ajustes que hemos de hacer en nuestras vidas para alinearnos con la voluntad del espíritu supremo que nuestro yo superior encarna...  
(*Varios minutos*).

Llenos de la luz del espíritu vemos ahora cómo nuestra forma se expande llenando toda la galaxia; cómo abarcamos todo el espacio cósmico que ahora se transforma en un océano infinito de luz. Somos nosotros un océano infinito de luz...  
(*Varios minutos*).

Y pronunciamos el mantra LO, NO. Penetramos en la casa del espíritu, abandonando todo en la plenitud vacía, en la casa de Dios, AIN (nada)... (*Varios minutos*).

Emergemos del Ain como un punto de luz infinita... que se expande en un océano infinito de luz... y de él emergemos en la forma de nuestro yo Superior, YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY...

Y del corazón de esta imagen de nuestro yo superior surge un rayo descendente de luz por el que emergemos y descendemos... Nos situamos de nuevo en nuestro centro de Ketér sobre nuestras cabezas; volvemos a centrarnos claramente en nosotros mismos y nos introducimos asumiendo nuestra forma mental y corpórea...

Vemos de nuevo en el firmamento el nombre de Dios YHVH, alguno de cuyos misterios hemos percibido hoy... Tomamos así conciencia de nosotros frente al Kotel y de allí irradiamos luz y bendiciones a toda la creación, a todos los seres del cosmos... y dando las gracias vamos a empezar a descender por la escala sefirótica asumiendo claramente nuestro aquí y ahora; empezamos: 1 Jesed, 2 Guevurá, 3 Tiféret, 4 Netsaj, 5 Hod, 6 Yesod, 7 Maljut... y estamos plenamente de vuelta. Vamos a hacer unas respiraciones profundas, movemos dedos de manos y pies, frotamos las manos para generar calor, nos estiramos, cabeceamos y cuando queramos podemos abrir los ojos.

## **MEDITACIÓN 35**

### **Meditación II de la neshamá suprema (guiada)**

*(Llegamos hasta el asterisco de la meditación anterior y seguimos aquí)*

Estamos frente a la imagen de nuestra neshamá suprema...

La Luz que despierta nos rodea por completo y nos encontramos totalmente embebidos en su brillantez vital. Sentimos que la vamos absorbiendo en nosotros. Que la luz penetra en nuestro interior por todos los poros del cuerpo y en particular por las puertas de los centros psíquicos:

Entra por nuestro Kéter mientras pronunciamos internamente el Nombre ADONAY MÉLEJ, (visualizamos el Nombre, אֲדֹנָי מֵלֵךְ, en letras de fuego blanco irradiando luz blanca en el centro del chakra de la corona), lo limpia por completo, sentimos cómo se extiende su vibración por todo nuestro cuerpo, sentimos el centro saturado de un néctar blanco brillante, el néctar de la Presencia Divina, que nos sacia por completo. Luego la luz desciende a nuestro hemisferio cerebral izquierdo y lo satura de la vibración del Nombre (en cada centro visualizar), limpiándolo por completo y llenándolo del néctar de la sabiduría; pasa al hemisferio derecho y lo satura de la vibración del Nombre ADONAY MÉLEJ, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar del Entendimiento omniabarcante; va al centro de la frente, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar del conocimiento intuitivo directo; desciende hasta el centro de la garganta, lo satura de la vibración del Nombre ADONAY MÉLEJ, sentimos cómo una oleada de luz se extiende por todo nuestro sistema energético, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar del espíritu de la creación; la luz va al hombro izquierdo, donde se ubica el centro de Jésed, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar de la Gracia Divina; pasa y recorre todo el brazo izquierdo y llega hasta la punta de los dedos; luego va al al hombro derecho donde se ubica el centro de Guevurá, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar del Poder Divino; pasa y recorre todo el brazo derecho y llega hasta la punta de los dedos; y desciende al centro del corazón que se llena e irradia con su luz, inundándolo con la vibración del Nombre, ADONAY MÉLEJ; sentimos cómo se extiende su vibración por toda la extensión de nuestra conciencia, nuestro ser esencial, unido a todos los seres; el centro tiferético queda saturado con el néctar lumínico de la compasión y la empatía universales, en armonía con toda la creación; y desciende al centro del ombligo, lo satura de la vibración del Nombre ADONAY MÉLEJ, limpiándolo por completo e irradiando a todos los órganos del cuerpo, que quedan bañados de luz, de calidad de vida y energía; todo nuestro cuerpo vital se siente así reforzado y rejuvenecido. Y la luz va a la cadera izquierda, donde se ubica el centro de Nétsaj, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar de la emoción positiva; y desciende hasta la planta del pie izquierdo y llega a la punta de los dedos; y va a la cadera derecha donde se ubica el centro de Hod, lo satura de la vibración del Nombre, limpiándolo por completo y llenándolo del néctar del pensamiento positivo; y desciende hasta la planta del pie derecho y llega hasta la punta de los dedos; y desciende después al centro de Yesod, en la raíz del órgano sexual, que se llena e irradia con su luz, inundándolo con la vibración del Nombre ADONAY MÉLEJ; sentimos cómo se extiende su vibración por toda la extensión de nuestra vitalidad y cómo queda saturado del néctar de la Generación Divina; y de allí desciende hasta el centro de Maljút, en la base de la columna, en el perineo; que se llena e irradia con su luz, inundándolo con la vibración del Nombre ADONAY MÉLEJ y saturándolo con el néctar del Shabat, el descanso divino en la conciencia de la Presencia constante de Dios en el mundo.

La luz entra así en todos nuestros canales, en nuestra linfa, en nuestra sangre, en nuestras células, en nuestros huesos. Somos un cuerpo de luz. Todo lo negativo, enfermedad, neurosis, debilidades, temores... es expulsado y percibimos cómo sale en

forma de humo negro. Nos contemplamos a nosotros mismos durante unos instantes como cuerpos de luz...

A continuación tomamos conciencia de nuevo de la Imagen Divina delante de nosotros y vemos cómo se va haciendo más y más pequeña, sin perder un ápice de su brillantez, belleza y poder. La imagen se ha concentrado hasta parecer un pequeño granito muy brillante que se ubica sobre nuestras cabezas. Penetra entonces por nuestras fontanelas y desciende por el canal central hasta ubicarse en el punto central de conciencia pura en el chakra del corazón, y allí vuelve a aumentar de tamaño hasta ocupar todo nuestro centro tifético.

Pronunciamos el mantra: “Or Shejinát El, Adonay Mélej, Bo Eláy, Nozel Zorem Eláy, Taír Otí, Potéaj Et Yadéja Umashbí Lejol Jai Ratsón. Luz de la Presencia Divina, ADONAY MÉLEJ, ven a mí, fluye y canaliza a través de mí, ilumíname; abres tu mano y sacias a todo ser hasta el máximo de su deseo”...

Las letras del Nombre de Dios ADONAY MÉLEJ, אֲדֹנָי מֶלֶךְ, rodean a la imagen y giran, emitiendo luz que llena todo el universo, asciende por todos los mundos, llega a todos los ángeles y arcángeles... a todos los seres iluminados, jajamim, tsadiquim, jasidim... llega hasta el trono de Dios, portando nuestra ofrenda de lo mejor de nosotros mismos. Vemos todos los mundos superiores brillando con más intensidad, si cabe.

Se produce un flujo de respuesta y desciende luz, gozo, berajot, iluminación, éxtasis, poderes espirituales, etc., sobre nosotros y sobre todos los seres de la creación. Podemos ver cómo la luz alcanza a nuestros seres queridos, a nuestros conocidos, amigos... y así hasta llegar a todos los seres sufrientes de todos los mundos y planos, llevándoles iluminación, paz, transmutación, liberación... Toda la Creación manifiesta la Luz de la Presencia Divina.

Cuando hemos terminado, la imagen divina crece dentro de nosotros hasta ser nosotros mismos. Pronunciamos el mantra: “ANÍ OR NESHAMÁ ELIONÁ SHEJINÁ BELIMÁ. Yo soy la Luz de la Neshamá suprema de la Presencia Divina Intangible (o de la Nada)”. Somos uno con la Forma Divina. Nos identificamos con ella. Identificamos nuestra conciencia con la suya. Entramos en contemplación.

Vemos ahora cómo la forma divina que somos nosotros se expande llenando toda la galaxia; cómo abarca todo el espacio cósmico que ahora se transforma en un océano infinito de luz. Somos un océano infinito de luz... (*Varios minutos*).

Y pronunciamos el mantra LO, NO.

Penetramos en la casa del espíritu, abandonando todo en la plenitud vacía, en la casa de Dios, AIN (nada)... (*Varios minutos*).

Emergemos del Ain como un punto de luz infinita... que se expande en un océano infinito de luz... y de él emergemos en la forma de nuestro yo Superior, YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY...

Y del corazón de esta imagen de nuestro yo superior surge un rayo descendente de luz por el que emergemos y descendemos... Nos situamos de nuevo en nuestro

centro de Ketér sobre nuestras cabezas; volvemos a centrarnos claramente en nosotros mismos y nos introducimos asumiendo nuestra forma mental y corpórea...

Hacemos la siguiente afirmación:

“Que la siempre viva y fecunda llama de la neshamá suprema ilumine nuestros pasos y que su reverberación en todos los planos resuene en nuestras almas, concediéndonos de forma creciente los dones de la Presencia Divina y la iluminación de la verdadera Sabiduría. Amén.”

Vemos en el firmamento como al principio el nombre de Dios YHVH... Vemos cómo las letras son absorbidas en la luz del firmamento, quedando como larentes...

Tomamos así conciencia de nosotros frente al Kótel... y dando las gracias vamos a empezar a descender por la escala sefirótica asumiendo claramente nuestro aquí y ahora; empezamos: 1 Jesed, 2 Guevurá, 3 Tiféret, 4 Netsaj, 5 Hod, 6 Yesod, 7 Maljut... y estamos plenamente de vuelta. Vamos a hacer unas respiraciones profundas, movemos dedos de manos y pies, frotamos las manos para generar calor, nos estiramos, cabeceamos y cuando queramos podemos abrir los ojos.

## MEDITACIÓN 36

### La rueda de las reencarnaciones.

Se trata de una extensión de las meditaciones anteriores.

Empieza una vez que nos encontramos frente a la forma de nuestro yo superior y hemos realizado la identificación... YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY, EHEIE ASHER EHEIE ASHER EHEIE...

Estamos en el centro de un inmenso círculo de existencia y existencias. Nos ubicamos en nuestra encarnación actual en algún punto de la circunferencia. Desde la conciencia central divina de nuestro yo superior contemplamos nuestro mundo actual como desde fuera y a nosotros – a nuestro ego presente – en él...

Tenemos una visión global de nuestra vida, desde el nacimiento a la muerte, o podemos ser tan detallados como queramos. Desde el libro de nuestra(s) vida(s) que porta la neshamá suprema, podemos programar cambios o situaciones futuras en nuestra vida (sabiendo que esto no es realizable desde nuestro nivel egoico y para satisfacer sus pequeñas demandas, sino desde el punto de vista de nuestras verdaderas necesidades espirituales y nuestro tikún).

También podemos movernos hacia atrás en el tiempo siguiendo la rueda. Nos vemos en el aquí y ahora y le ponemos fecha. Empezamos a ir hacia el pasado siguiendo en sentido retrógrado el reloj temporal. Nos detenemos donde lo estimemos conveniente. Llegamos a nuestra temprana infancia... vivimos el instante de nuestro nacimiento... experimentamos el estado intrauterino... seguimos más allá percibiéndonos en un estado intervidas...

Saltamos a una encarnación anterior de la que empezamos a recibir información... procuramos fijar los detalles, cuanto más, más real... nos movemos adelante y atrás...

El proceso puede repetirse tantas veces como queramos o seamos capaces de permanecer en el estado meditativo adecuado. No sólo somos conscientes de distintas vidas, sino también de los periodos entre ellas, dónde nos encontramos, estados de

transición experimentados, asimilación de experiencias, ayuda de otros seres angélicos o de guías, etc.

Antes de salir de la meditación es fundamental absorber el mandala en nosotros, preferentemente en nuestro centro Tiferético... volver a visualizarnos en la forma de nuestro yo superior y retornar del modo descrito antes.

Si siempre es conveniente, en este caso es necesario dedicar un tiempo suficiente a procesar la información. Es el momento de ser críticos y escépticos. ¿Qué he aprendido? ¿Qué utilidad puede tener para mi vida actual? Etc.

## MEDITACIÓN 37

### Génesis.

Esta es una meditación de creación y/o recreación de nosotros mismos. Exige un esfuerzo de imaginación, pues vamos a representar unos niveles absolutamente por encima de nuestra mente, de modo que sólo mediante la técnica del ensueño creativo podemos captar algo de su perfume. Todas las sefirot se reflejan en Yesod, el receptáculo de las emanaciones. Es como – según la imagen del Zohar – un cielo de nubes que se abrieran fugazmente y permitieran el paso de un rayo del sol resplandeciente, cerrándose de nuevo antes de ser completamente deslumbrados por él.

Podemos figurarnos el proceso de emanación y creación según las líneas clásicas de Maasé Bereshit. Dejamos que todas las realidades que vamos enumerando resuenen en nuestra mente. Nuestra meditación empieza en el nivel del Zer Anpin, del Creador frente a su Creación. Es el Tiféret de Atsilut, del Logos creador.

Nosotros estamos al nivel del Maljut de Atsilut, el nivel del Mashájaj; estamos ungidos. Somos Hijos/as de Dios.

Desde nuestra mónada somos conscientes de los distintos planos, todos manifestación del Espíritu de Dios, el Rúaj Elohim aleteando sobre la superficie de las aguas, fragmentando en la agitación vibratoria el reflejo del inmenso Sol Logoidal – la imagen del Adam atsilútico – y dando lugar a un enjambre holográfico de reflejos o chispas de luz, cada una un rayo del esplendor del Dios Único.

Cada chispa de luz – nuestra chispa de luz – es una manifestación de la esencia Divina reflejada en sus Nombres. Podemos contemplar la esfera de Biná – la cantera de las almas – en el Nombre completo YHVH Elohim, יהוה אלהים. Vemos que el valor numérico de este Nombre es 112.

Percibimos las chispas de luz reflejadas como en forma triangular siendo cada uno de sus lados la extensión de un Nombre de Dios: Eheieh, YHVH, Adonai, אלהי, אלהי, conjunto que también suma 112.

Las extensiones son: אֱלֹהֵי הַיְיּוּדִים  
יְיּוּדֵי הָאֱלֹהִים  
אֱלֹהֵי דְלֵת נוּן יְיּוּדִים

Las letras en fuego blanco irradiando luz blanca.

En el centro del triángulo, también en fuego blanco irradiando luz blanca, el Nombre de Dios en Jojmá: םׁׁ, asimismo extendido: םׁׁ ׁׁׁ, cuyo valor numérico es 26 (valor numérico del Tetragrama)

Los Nombres de los lados representan respectivamente los niveles briático, yetsirático y asiático, de neshamá, rúaj y néfesh. El Nombre central, el nivel atsilútico de la Jaiá.

Un rayo de luz desciende desde la Fuente Divina, y a través de este triángulo reflejado penetra en el mar de la existencia con sus planos y niveles.

Somos un rayo de luz del inmenso sol logoidal irradiando millones y millones de rayos. Cada uno de nosotros es un rayo de luz que al descender por los distintos planos de sustancia, su vibración en ellos genera sus cuerpos de manifestación, nuestras vasijas.

Y vemos cómo este rayo abstracto, sin forma, se difracta primero en su triple manifestación de Jésed, Guevurá y Tiféret:

El plano briático de Jésed es un nivel de espíritu abstracto, de pura luz, de plenitud, de amor y sabiduría, del uno y el todo, reflejando el impulso divino creativo representado por el Nombre, a su vez la imagen del Dios Vivo: Yehí Or, hágase la Luz. Sintamos nuestra presencia en ese plano con nuestro cuerpo resplandeciente de luz que podemos experimentar como una esfera resplandeciente de luz divina embebida – apenas diferenciada – en la luz del primer día de la creación. En este plano nos sentimos completamente iluminados, participando de la Vida Divina, como ideas vivientes en la Mente de Dios.

Guevurá es el plano de la voluntad, del poder, de la necesidad (causa y efecto), de la discriminación, del juicio, del mérito, de la afirmación de la verdad. En Guevurá está el diseño nuestro tikún, de la razón de nuestra encarnación, del despliegue de nuestra potencialidad, de la tarea a realizar en la vida, de qué lecciones hemos de aprender, del juicio sobre nuestra trayectoria espiritual. Visualizamos nuestra capa guevúrica como una esfera abstracta de información en forma de decretos y pautas energéticas de realización: qué pruebas hemos de afrontar, qué obstáculos superar, qué límites trascender en aras de la educación y desarrollo de nuestra verdadera voluntad espiritual. Esta es una esfera de energía espiritual, de kedushá – esa energía que es llamada “santidad” – que nos hace trascender el plano de lo contingente, de lo personal relativo, de la ilusión de separatividad. El cuerpo guevúrico es el cuerpo de la verdad.

La esfera briática de Tiféret es el plano del ser de las cosas, de la esencia, de las cualidades puras. Todas las chispas de luz se reflejan aquí en forma de átomos semilla, todavía al nivel ideal, con las potencialidades adquiridas en los dos planos anteriores. Esta vasija conforma nuestra identidad personal, no como ego condicionado, sino como self, nuestro verdadero ser que resplandece en belleza y armonía. Todas las cosas en este plano – nosotros mismos en nuestra esencia solar – destilan esa cualidad de belleza anímica, sintiéndose completas, perfectas en su ser, en unidad unas con otras dentro de su pluralidad. Percibimos rodeándonos un aura de luz resplandeciente en el que todos los seres se reflejan. Captamos todas las cosas por intuición, por cognición directa. Estamos en empatía con todos los seres. Estamos en comunicación con nuestra naturaleza divina, en conexión con la Deidad como Padre/Madre. Brillamos y sabemos que brillamos en su Luz.

Y penetrando más profundamente en las aguas de la manifestación la vibración del rayo de luz genera la vasija de nuestras emociones, de nuestra mente, de nuestro cuerpo vital etérico, cada una un aura luminosa rodeando nuestro cuerpo, todo integrado

en el sentido de identidad que llamamos nuestro ego, el centro de nuestra personalidad, lo que responde a nuestro nombre y apellidos.

Y todas nuestras vasijas, nuestros cuerpos físico/etérico, emocional, mental, arquetípico, causal, unitivo-espiritual son configuraciones del rayo único de luz que somos. Nuestros cuerpos son vasijas, pero el ser está en la luz. Esa luz es divina, es la irradiación de Dios. Es Shejináh.

Tomamos conciencia de todo el enjambre de chispas divinas que forma parte del cuerpo de la Shejiná, la amada de Dios. “Bésame con los besos de tu boca, pues son más dulces que el vino. Perfume derramado es tu Nombre. Con razón te aman las doncellas.” Meditamos en que la dispersión en chispas divinas es holográfica, que cada una de ellas contiene – refleja – a toda la Shejiná; no hay división al nivel de lo Divino.

Así, podemos sentir el beso de Dios y unirnos en amor y temor, pues somos todo y somos nada delante de Dios. Nos abandonamos a la devekut. Simplemente experimentamos.

Cuando lo sintamos apropiado, volvemos a tomar conciencia en nuestra neshamá suprema y en el rayo de luz que constituye nuestros cuerpos. Podemos ascender y descender por él a voluntad, y así ir en nuestro retorno ir integrando las distintas experiencias de nuestras envolturas, llevando luz y plenitud a cada una de ellas.

La meditación termina cuando nos sentimos plenamente en el aquí y ahora de nuestro estado habitual, con la conciencia simultánea de que este aquí y ahora es plenamente Presencia Divina.

## Capítulo X. Devekut

En cierto modo, todo el trabajo espiritual tiene que ver con desarrollar estados crecientes de unificación. En realidad, la palabra cabalá, que significa recibir, es un proceso constante de profundización en una conexión personal con la Luz Divina, de modo que somos continuamente conscientes de la Presencia de Dios, dentro y fuera de nosotros. La Luz es una, integradora, sanando todo estado de fragmentación, tanto al nivel psicológico como de todas las dicotomías y dualismos metafísicos de la conciencia.

El proceso culmina en la unión con Dios, en última instancia una rendición última de la mente individual a la Mente Divina, haciéndonos uno con el Espíritu de Dios que aleteaba sobre la superficie de las aguas (Yesod de Atsilut), lo que lleva al estado de profecía (Dáat de Briá). De este modo realizamos la unión de lo de arriba y de lo abajo, del Santo Bendito Sea y la Shejiná, de forma que la Presencia Divina se actualiza en todas las cosas y se percibe la obra de la Providencia hasta en los más ínfimos detalles de la vida cotidiana.

Hay que tener en cuenta que la cabalá es acción; no sólo es recepción, también canalización de la Luz, de modo que uno se transforma en vehículo (merkavá) de su acción en la tierra, en trabajador (עֹבֵד, Obed) al servicio de la Voluntad Divina.

La unión con Dios, en la medida que nos es dado hablar de ella, es el tema del presente capítulo.

La palabra hebrea para designar dicha unión es Devekut. Podemos definirla de una forma suave o de una forma radical. En el primer caso, la palabra se traduce como “adhesión”. En el segundo, ateniéndonos al significado literal de la raíz DBQ (pegar con cola), hablamos de una unión permanente; en este contexto, de una verdadera fusión.

El Talmud se pregunta cómo podemos “adherirnos” a Dios si éste es un fuego ardiente, y concluye que mediante una imitación de sus cualidades y atributos: “Así como Él es misericordioso, tú has de ser misericordioso, etc.” Eso desarrolla una afinidad con lo Divino; nos hace entrar en fase con Ello. Hay devekut – un nivel de resonancia – pero un grado de dualismo esencial siempre permanece.

La pregunta es: Si en los planos espirituales identidad de fase es identidad de ser – no existe el elemento separador de lo físico espacio temporal – ¿cómo podemos vibrar en la misma onda, con la misma frecuencia que el Creador, y no ser inmediatamente asimilados a Él?

Y si no estamos vibrando en la misma onda lo hacemos en una opuesta y entonces estamos mundos aparte, porque, de nuevo, en los planos espirituales los opuestos no pueden coexistir.

Podemos aventurar como respuesta que mientras que tengamos un cuerpo y operemos mediante un ego, no podemos ir más allá de determinado punto, porque ambas estructuras son de la naturaleza del deseo de recibir, mientras que el Creador es puro dar. Es lo que dijo Dios a Moisés: “No puedes ver mi rostro y vivir”.

El punto de vista anterior está expresado desde el realismo filosófico, que además es esencialmente dualista: Mi cuerpo es real, yo soy real, Dios tal como lo concibo es real, y en este realismo la materia está en oposición con el espíritu. Es una forma de dualismo cartesiano.

Sin embargo, desde la perspectiva de los niveles de conciencia – el pilar del medio del Árbol de la Vida – podemos considerar cada estado como ilusorio respecto

del siguiente que es más abarcante. En última instancia, cuerpo, ego, etc., incluso Dios, son hechos de la conciencia; de la Conciencia, con mayúsculas.

Ya hemos establecido en la introducción el postulado de unidad y su corolario de continuidad. Y hemos señalado que cada nivel del pilar del medio comportaba una estructura energética que contenía – sin negarlas – a las anteriores e implicaba un nuevo sentido de identidad más amplio.

Y este pilar del medio es al mismo tiempo una escalera, de modo que desde los niveles “inferiores” aspiramos y nos esforzamos por alcanzar estados más exaltados. Podemos decir: “El nivel en el que me encuentro parece real, pero sé que desde una perspectiva superior lo percibiré como ilusorio – un sueño – o por lo menos como relativo, carente de existencia propia inherente”. Claro que desde el nivel supremo – de En Sof, infinito – estas afirmaciones se aplicarán a toda la Manifestación, incluso a los propios niveles manifestados de la Deidad (que serán percibidos como eso: caretas o máscaras).

Así pues, aspiramos a lo que visto desde la perspectiva relativa llamamos devekut, pero es necesario hacer dos precisiones:

La primera es que, desde el punto de vista superior, es decir, Divino, no se trata de adquirir algo que no tuviéramos previamente, sino de recuperar algo que ya tenemos, solo que en la fase de relativamente dormidos no nos damos cuenta. Se trata más bien del recordarse de Dios a Sí Mismo a través de nosotros (que es una versión de Él Mismo).

De ese modo empezamos a desarrollar las condiciones para un despertar. Esta aclaración es pertinente porque – como los maestros de cábala y de otras vías afirman – la ansiedad de la búsqueda puede bloquear el resultado. Dicho de otro modo, desde los niveles personales no se puede forzar una entrada en los absolutamente transpersonales.

La segunda precisión está en línea con lo anterior. Desde nuestra mente lineal dualista tendemos a juzgar – pues de un juicio de valor se trata – los niveles superiores del Árbol como cuanto más elevados más espirituales. Eso es un prejuicio. En Sof está en todo, alimenta todo de forma absoluta y desde cualquier punto del Árbol podemos penetrar hasta el nivel de lo inmanifestado.

Ciertamente nos esforzamos por ascender por la escalera del Ser, porque esa es la naturaleza de las cosas, del plan de manifestación, por así decir. La paradoja es que cada punto del camino es ya el punto de llegada. Y al mismo tiempo sigue siendo un punto del camino. Tal como se expresa en el primer capítulo del Génesis, respecto del tercer día: “Produzca la tierra... árbol fruto que dé fruto...”. El árbol en sí es fruto – en el plano de lo uno, atemporal, arquetípico, eterno – y al mismo tiempo da fruto – es “proceso” en el plano de lo temporal, contingente, relativo –. En Sof habita igualmente ambos planos.

La Torá es también un instrumento que une los dos. Y hay que tener en cuenta que la devekut es un mandamiento de la Torá:

Deuteronomio 10.20

אֶת־יְהוָה אֱלֹהֶיךָ תִירָא אֹתוֹ תַעֲבֹד וּבוֹ תִדְבָּק וּבְשֵׁמוֹ תִשָּׁבַע:

A YHVH Elohéja temerás, a él solo servirás, a él te adherirás (pegarás), y por su nombre jurarás.

Deuteronomio 11:22

כִּי אִם־שָׁמַר תִּשְׁמְרוּן אֶת־כָּל־הַמִּצְוֹת הַזֹּאת אֲשֶׁר אָנֹכִי מְצַוֶּה אֶתְכֶם לַעֲשׂוֹתָהּ לְאַהֲבָה אֶת־יְהוָה אֱלֹהֵיכֶם לְלַקֵּת בְּכָל־דְּרָכָיו וּלְדַבְּקָהּ־בוֹ:

Porque si guardareis cuidadosamente todos estos mandamientos que yo os prescribo para que los cumpláis, y si amareis a YHVH Elohéja, andando en todos sus caminos, y pegándoos (uniéndoos en devekut) a él...

Deuteronomio 13:5

אַחֲרַי יִהְיֶה אֱלֹהֵיכֶם תִּלְכוּ וְאַתּוֹ תִירָאוּ וְאֶת־מִצְוֹתָיו תִּשְׁמְרוּ וּבְקִלּוֹ  
תִּשְׁמְעוּ וְאֶתּוֹ תַעֲבְדוּ וּבוֹ תִדְבְּקוּן:

En pos de YHVH Elohéja andaréis; a él temeréis, guardaréis sus mandamientos y escucharéis su voz, a él serviréis, y a él os adheriréis.

Deuteronomio 30:20

לְאַהֲבָה אֶת־יְהוָה אֱלֹהֶיךָ לְשִׁמְעַ בְּקִלּוֹ וּלְדְבֹקָה־בוֹ כִּי הוּא חַיִּיךָ וְאַרְךָ  
יָמֶיךָ לְשֵׁבֶת עַל־הָאָרֶץ אֲשֶׁר נִשְׁבַּע יְהוָה לְאַבְרָהָם לְאַבְרָהָם לְיִצְחָק  
וּלְיַעֲקֹב לְתֵת לָהֶם

(<sup>19</sup>A los cielos y a la tierra llamo por testigos hoy contra vosotros, que os he puesto delante la vida y la muerte, la bendición y la maldición; escoge, pues, la vida, para que vivas tú y tu descendencia;) <sup>20</sup>amando a YHVH Elohéja, atendiendo a su voz, y pegándote a él; porque él es vida para ti, y prolongación de tus días; a fin de que habites sobre la tierra que juró YHVH a tus padres, Abraham, Isaac y Jacob, que les había de dar.

Luego se trata de un precepto universal, válido para todos, algo que se puede – se debe – practicar, y no sólo la provincia de una élite.

Como siempre, el propio precepto es una ecuación que contiene su solución: temor de Dios, amor a Dios, andar en sus caminos manifestados en la Torá (preceptos; modo de vida), escuchar su voz (práctica de interiorización y/o meditación completas hasta el nivel de lo Divino) y pegado o unión con Él (lo que exige el bitul – anonadamiento o autoaniquilación de las características personales y de todo lo que no es Él)

Siguiendo con nuestro itinerario de la presente obra, desde un punto de vista más técnico, según el modelo del Árbol extendido, en el capítulo anterior hemos tratado diversos aspectos del Tiféret de Briá/Maljut de Atsilut/Kéter de Yetsirá focalizados en la experiencia de la neshamá suprema.

El siguiente nivel es el Dáat de Briá /Yesod de Atsilut, es decir, de plena entrada en el mundo Divino. Y volvemos de nuevo que el conocimiento, Dáat, es también un precepto de la Torá: “Conoce hoy, y considera en tu corazón...” (Deut. 4:39); “A ti te fue mostrado para que conozcas...” (Deut. 4:35). Y veremos, como también sucede con los preceptos de devekut, que no sólo se hace una prescripción, sino también se abre un camino: ki YHVH hu HaElohim, en od milebadó, continúa el versículo 35; que YHVH es Dios y no hay otro a su lado (Él es la única realidad)

El paso de Briá a Atsilut es el paso del Yesh al Ayin, del Ser a la Nada. El ser es “algo” y por eso Briá, el mundo de la Creación, es llamado Yesh MeAyin, algo de nada, el Ser de la Nada. En Yetsirá, las cualidades puras de Briá, el Ser en el sentido platónico, toman forma, y por eso este mundo es Yesh MiYesh, Ser a partir del Ser.

Todo es un hecho de la Conciencia. En Atsilut hablamos de conciencia pura, que es nada. En Briá tenemos mente como pensamiento puro. En Yetsirá el pensamiento se

expresa como contenidos mentales o pensamientos, un paso más en la objetivización de la mente Briática. Así es la densificación de la mente, la mente expresada como cosas (y en hebreo el mismo término, Dabar, designa tanto “palabra” como “cosa”), en el contexto de fenómenos espacio-temporales y yoes separados que los experimentan. Pero Atsilut trasciende la mente. Por eso le designamos como Nada, un término que le hace más justicia que el igualmente válido de “Superser”.

Y sin embargo, el término Atsilut significa cercanía, proximidad. Atsló significa “A su lado”. Es en este nivel donde Dios se encuentra cercano, donde estamos a su lado. Y, si como se ha establecido al principio, proximidad equivale a vibración en fase – y similitud es identidad –, ¿Cómo puede acceder a la Nada quien previamente no se ha hecho Nada?

Aunque con la mente no podemos figurarnos directamente el nivel de la No Mente, si podemos utilizar la mente de forma específica y dejar que el otro nivel surja espontáneamente por sí mismo. Hay pues una vía afirmativa por la puerta del Ser basada fundamentalmente en el Nombre de Dios, ya que su Nombre significa no sólo Ser de todas las formas posibles, sino también No Ser, según el aforismo: Él (Ayin, En Sof, En Sof Or) y su Nombre (la Vasija, la Manifestación) son Uno. Y, por supuesto, podemos seguir desde el principio la vía negativa que se recorre por el borrado de todo contenido mental (es decir, vaciado).

En cualquier caso, las dos pasan por el Bitul, que significa anonadamiento o anulación. Aunque ambos confluyen, hablamos de un Bitul HaNéfesh y un Bitul HaYesh: anulación del yo, de toda ilusión de identidad separada, y anulación de todo lo que existe. Todos los mundos son como Nada ante Él. Es necesario reducir todas las cosas a Nada y entonces: “ante Él”.

Cualquiera de los métodos debe culminar en eso, en la Nada – la puerta de entrada a lo Divino – y de ahí ir directos a la Devekut.

El proceso – aunque esencialmente un ascenso por el pilar del medio – involucra a todo el Árbol de la Vida. Empieza por una interiorización de la mente, al nivel de intelecto y emoción, Hod y Nétsaj, las bases de los pilares laterales. Esto lo hacemos mediante la meditación, la oración extática, la contemplación y/o el sin fin de técnicas a nuestra disposición.

Pero es necesario además involucrar el alma, poner pasión, abrir el corazón, y eso lo hacemos mediante el amor y el temor, Jésed y Guevurá.

Ambas cualidades se generan mutuamente:

ה   א / ר   י  
 ה   ב / ה   א

Entendemos el Temor, יראתה, Yirá, como el medirnos a nosotros mismos frente a la grandeza y poder del Creador, lo que conduce al sobrecojimiento y la autoanulación. El amor, אהבה, Ahabá, es la fuerza que nos impulsa a salvar las distancias, por muy abismales que parezcan, en aras de la unión.

El temor lleva al amor y viceversa. Podemos leer las dos líneas anteriores del cuadro en horizontal, como dos cosas diferentes, o podemos leerlas interrelacionadas, y así comprobar que las dos primeras letras de ambas filas leen Yirá, temor, mientras que las dos últimas de cada fila forman Ahabá, amor.

Hod y Nétsaj nos sostienen. Guevurá y Jésed nos dan el poder de ir más allá, preparándonos para dar el salto del Dáat.

Después de atravesar esta puerta del Dáat abrimos las facultades cognitivas superiores de Biná y Jojmá. Biná mediante la contemplación directa de las realidades espirituales (Nombre de Dios). Jojmá trascendiendo toda forma (ilusoria; Ayin).

Estamos entonces frente al misterio y nos rendimos a él. En el fondo es un acto de voluntad, de querer abrazar y ser abrazado. No es que Dios ame, Dios es el Amor. No es que Dios exista, Dios es la existencia. Es la Conciencia, es el Todo, y mucho más. Por otra parte es Nada que podamos agarrar o entender. Devekut es una práctica progresiva. Es una escalera.

## PRÁCTICAS

Antes de emprender el ascenso por esa escalera, es necesario recalcar que cualquier práctica orientada en este sentido es válida, incluso la práctica que es no-práctica. No es sólo una cuestión de técnica. Es fundamental una actitud de apertura y desapego y una firme voluntad de persistir, de seguir adelante.

Lo que estamos haciendo es un tikún haneshamá, una rectificación del alma espiritual. Es fácil entender lo que es un tikún hanéfesh, de rectificación de las cualidades llamadas negativas. Y también el tikún harúaj, de reorientación de la voluntad hacia el camino espiritual y de liberación de apegos y dependencias. El tikún haneshamá es más profundo ya que pasa por superar la ilusión de las creencias y renunciar a la erótica de lo espiritual.

Y puesto que hay que atravesar muchos desiertos es necesario ir ligeros de equipaje, tener fe en el resultado y una voluntad de superar todos los obstáculos que sobrevengan en el camino.

## MEDITACIÓN 38

### CONTEMPLACIÓN DE LA PALABRA DEVEKUT

No es necesario volver a repetir la justificación que ya se ha dado en otros lugares. La concentración en la palabra – por la virtud de las letras y la resonancia con el plano arquetípico – genera la cualidad.

Seguimos el protocolo general de meditación sobre nombres (Med. 3; Cap. V):

Vamos a meditar en:



Podemos objetar que no se trata de un Nombre Divino, sino de un concepto.

Es un concepto al nivel del plano mental, pero en su raíz espiritual, de la que emana la anterior, es un proceso Divino de manifestación, una expresión de su Existencia. Por tanto un Nombre de Dios. De la mente concreta vamos a la mente abstracta y de ahí al Espíritu.

Toda palabra en lengua sagrada puede ser leída al modo de Nombres Divinos. Por ejemplo mediante la igualdad de valores numéricos (guematria) que expresa identidad ontológica.

En este caso, la palabra devekut suma 512. El Nombre EL DEOT, אֵל דְּעוֹת, Dios de todo Conocimiento, que aparece en la oración de Jana (I Samuel 2:3; Ki El Deot YHVH), suma 511. Sabemos que podemos añadir una unidad por el Kolel. Pero además, el Nombre es completamente relevante pues estamos hablando de pasar la puerta del Dáat de Briá.

Como también es relevante una de las muchas descomposiciones del número  $512 = 112 + 368 + 32$ .

YHVH Elohim, Nombre de Dios en Biná, es 112

Rúaj Elohim Jayim, el Espíritu del Dios Vivo, cuya acción hemos hecho corresponder con el Yesod de Atsilut/Dáat de Briá es 368.

Además de señalar a los 32 elementos del Árbol de la Vida, el número 32 significa Leb, corazón, pero sobre todo es un resumen de toda la Torá, representada por su primera letra B y su última L. La Torá es precisamente la marca del Espíritu.

Los pasos a seguir son los siguientes:

1) Apertura: Relajación, construcción del marco meditativo y entrada en el estado de meditación.

2) Visualización en el firmamento del objeto de la meditación: דְּבִקּוּת. Hacerlo en letras de fuego blanco, emitiendo luz blanca. Las letras deben llenar todo el campo de visión. Durante unos instantes concentrarse exclusivamente en ellas, una a una y en conjunto. Conectar con la raíz espiritual de las letras.

3) La siguiente fase es de armonización y unificación con la Luz, para lo cual la hacemos recorrer por el Árbol de la Vida psicocorpóreo.

Imaginar que un rayo de Luz desciende desde el Nombre a nuestro centro de Kéter, limpiándolo, iluminándolo, energizándolo. Penetra en nosotros por la fontanela. Esta Luz recorre el cuerpo según el Rayo Relampagueante y las correspondencias sefiróticas internas, hasta alcanzar el centro de Maljút bajo las plantas de los pies (o en la base de la columna) donde se estabiliza. Imaginar todos los centros psíquicos sefiróticos luminosos y vibrando en la frecuencia de la Luz Divina. Imaginar todos los órganos y partes del cuerpo bañados en esa Luz que nos limpia por completo y elimina toda forma de negatividad. Percibir cómo a través de los miles de capilares y conductos microscópicos, la Luz alcanza a todas las células del cuerpo, y en particular limpia, rectifica y activa las cadenas de ADN del núcleo celular. Anhelamos adherirnos fuertemente a Dios y sentirnos totalmente unificados con su Luz. Experimentamos la alquimia de la luz que transforma cada elemento de nuestro ser y lo une con su raíz divina en el mundo de Atsilut. Hacemos así la devekut del órgano. Podemos ser todo lo detallados que queramos.

4) Alternativamente al paso anterior o después de él podemos utilizar otro recurso: Con la visualización del Nombre empezar a pronunciarlo como mantra, vibrarlo o cantarlo literalmente o a modo de ningún improvisado. Es utilizar el Nombre como un vector de ascenso, tratando de ir más allá de él, atravesarlo o penetrarlo. Incluso lo podemos hacer imaginándolo como una puerta que se abre y cruzar.

Nos dejamos exaltar emocionalmente mientras cantamos; nos inflamamos de amor a Dios; anhelamos fuertemente la devekut; vamos rectos hacia Él. Ese es otro significado de la palabra Israel: Yashar El, recto hacia Dios.

No es difícil improvisar una cadencia de tres notas. Basta con pronunciar la primera sílaba en una nota, la segunda dos tonos por encima y la tercera en el tono intermedio. Pero cada cual debe hacerlo como lo sienta.

5) Desde 3) o desde 4) entrar en contemplación, permaneciendo en la Nada y sintiendo la proximidad de Dios. Este es el foco de la meditación. Paz y silencio. Nada sucede. No procesamos mental o emocionalmente. Pero somos agudamente presentes de la Presencia. Ser sin devenir. Sostenemos este estado tanto como podamos.

6) Retornamos según los pasos acostumbrados, principalmente mediante respiraciones profundas.

Antes de volver a sumir las actividades cotidianas, dedicamos un tiempo a procesar e integrar la experiencia. Con práctica y persistencia veremos que el nivel de la Nada Divina nos cambia profundamente.

Es evidente que la meditación anterior se puede hacer con cualquier Nombre Divino, versículo de Salmos o de la Torá,..., etc.

Otra posibilidad de conectar con la raíz divina del concepto, saliendo del cascarón de nuestro ego, es mediante la técnica del tseruf que ya especificamos en el capítulo VI.

Como establecimos entonces, el conjunto de las permutaciones de una palabra o Nombre nos conecta con el vórtice de todas sus posibilidades energéticas. En meditación, nos hace entrar en estados muy profundos de silencio y autoanulación, desde los cuales es más inmediata la entrada en el estado de devekut.

Siguiendo el protocolo de la meditación anterior, podemos intercalar la práctica del tseruf antes o después de la fase 3 y proceder a continuación con 5 o equivalente. Las instrucciones están en el capítulo VI. Este sería el desarrollo de las permutaciones:

TA	VA	QO	BE	DA	ד	ב	ק	ו	ת
VA	TA	QO	BE	DA	ד	ב	ק	ת	ו
TA	QO	VA	BE	DA	ד	ב	ו	ק	ת
QO	TA	VA	BE	DA	ד	ב	ו	ת	ק
VA	QO	TA	BE	DA	ד	ב	ת	ק	ו
QO	VA	TA	BE	DA	ד	ב	ת	ו	ק
TA	VA	BE	QO	DA	ד	ק	ב	ו	ת
VA	TA	BE	QO	DA	ד	ק	ב	ת	ו
TA	BE	VA	QO	DA	ד	ק	ו	ב	ת
BE	TA	VA	QO	DA	ד	ק	ו	ת	ב
VA	BE	TA	QO	DA	ד	ק	ת	ב	ו
BE	VA	TA	QO	DA	ד	ק	ת	ו	ב
TA	QO	BE	VA	DA	ד	ו	ב	ק	ת

QO	TA	BE	VA	DA	ד	ו	ב	ת	ק
TA	BE	QO	VA	DA	ד	ו	ק	ב	ת
BE	TA	QO	VA	DA	ד	ו	ק	ת	ב
QO	BE	TA	VA	DA	ד	ו	ת	ב	ק
BE	QO	TA	VA	DA	ד	ו	ת	ק	ב
VA	QO	BE	TA	DA	ד	ת	ב	ק	ו
QO	VA	BE	TA	DA	ד	ת	ב	ו	ק
VA	BE	QO	TA	DA	ד	ת	ק	ב	ו
BE	VA	QO	TA	DA	ד	ת	ק	ו	ב
QO	BE	VA	TA	DA	ד	ת	ו	ב	ק
BE	QO	VA	TA	DA	ד	ת	ו	ק	ב
TA	VA	QO	DA	BE	ב	ד	ק	ו	ת
VA	TA	QO	DA	BE	ב	ד	ק	ת	ו
TA	QO	VA	DA	BE	ב	ד	ו	ק	ת
QO	TA	VA	DA	BE	ב	ד	ו	ת	ק
VA	QO	TA	DA	BE	ב	ד	ת	ו	ק
QO	VA	TA	DA	BE	ב	ד	ת	ו	ק
TA	VA	DA	QO	BE	ב	ק	ד	ו	ת
VA	TA	DA	QO	BE	ב	ק	ד	ת	ו
TA	DA	VA	QO	BE	ב	ק	ו	ד	ת
DA	TA	VA	QO	BE	ב	ק	ו	ת	ד
VA	DA	TA	QO	BE	ב	ק	ת	ד	ו
DA	VA	TA	QO	BE	ב	ק	ת	ו	ד
TA	QO	DA	VA	BE	ב	ו	ד	ק	ת
QO	TA	DA	VA	BE	ב	ו	ד	ק	ת
TA	DA	QO	VA	BE	ב	ו	ק	ד	ת
DA	TA	QO	VA	BE	ב	ו	ק	ת	ד
QO	DA	TA	VA	BE	ב	ו	ת	ד	ק

DA	QO	TA	VA	BE	ב	ו	ת	ק	ד
VA	QO	DA	TA	BE	ב	ת	ד	ק	ו
QO	VA	DA	TA	BE	ב	ת	ד	ו	ק
VA	DA	QO	TA	BE	ב	ת	ק	ד	ו
DA	VA	QO	TA	BE	ב	ת	ק	ו	ד
QO	DA	VA	TA	BE	ב	ת	ו	ד	ק
DA	QO	VA	TA	BE	ב	ת	ו	ק	ד
TA	VA	BE	DA	QO	ק	ד	ב	ו	ת
VA	TA	BE	DA	QO	ק	ד	ב	ת	ו
TA	BE	VA	DA	QO	ק	ד	ו	ב	ת
BE	TA	VA	DA	QO	ק	ד	ו	ב	ת
VA	BE	TA	DA	QO	ק	ד	ת	ב	ו
BE	VA	TA	DA	QO	ק	ד	ת	ו	ב
TA	VA	DA	BE	QO	ק	ב	ד	ו	ת
VA	TA	DA	BE	QO	ק	ב	ד	ו	ת
TA	DA	VA	BE	QO	ק	ב	ד	ו	ת
DA	TA	VA	BE	QO	ק	ב	ד	ו	ת
VA	DA	TA	BE	QO	ק	ב	ד	ו	ת
DA	TA	VA	BE	QO	ק	ב	ד	ו	ת
TA	BE	DA	VA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
BE	TA	DA	VA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
TA	DA	BE	VA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
DA	TA	BE	VA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
BE	DA	TA	VA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
DA	BE	TA	VA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
VA	BE	DA	TA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
BE	VA	DA	TA	QO	ק	ו	ד	ב	ת
VA	DA	BE	TA	QO	ק	ו	ד	ב	ת

DA	VA	BE	TA	QO	ק	ו	ב	ת	ד
BE	DA	VA	TA	QO	ב	ד	ו	ת	ק
DA	BE	VA	TA	QO	ד	ב	ו	ת	ק
TA	QO	BE	DA	VA	ת	ק	ב	ד	ו
QO	TA	BE	DA	VA	ק	ת	ב	ד	ו
TA	BE	QO	DA	VA	ת	ב	ק	ד	ו
BE	TA	QO	DA	VA	ב	ת	ק	ד	ו
QO	BE	TA	DA	VA	ק	ב	ת	ד	ו
BE	QO	TA	DA	VA	ב	ק	ת	ד	ו
TA	QO	DA	BE	VA	ת	ק	ד	ב	ו
QO	TA	DA	BE	VA	ק	ת	ד	ב	ו
TA	DA	QO	BE	VA	ת	ד	ק	ב	ו
DA	TA	QO	BE	VA	ד	ת	ק	ב	ו
QO	DA	TA	BE	VA	ק	ד	ת	ב	ו
DA	QO	TA	BE	VA	ד	ק	ת	ב	ו
TA	BE	DA	QO	VA	ת	ב	ד	ק	ו
BE	TA	DA	QO	VA	ב	ת	ד	ק	ו
TA	DA	BE	QO	VA	ת	ד	ב	ק	ו
DA	TA	BE	QO	VA	ד	ת	ב	ק	ו
BE	DA	TA	QO	VA	ב	ד	ת	ק	ו
DA	BE	TA	QO	VA	ד	ב	ת	ק	ו
QO	BE	DA	TA	VA	ק	ב	ד	ת	ו
BE	QO	DA	TA	VA	ב	ק	ד	ת	ו
QO	DA	BE	TA	VA	ק	ד	ב	ת	ו
DA	QO	BE	TA	VA	ד	ק	ב	ת	ו
BE	DA	QO	TA	VA	ב	ד	ק	ת	ו
DA	BE	QO	TA	VA	ד	ב	ק	ת	ו
VA	QO	BE	DA	TA	ו	ק	ב	ד	ת

QO	VA	BE	DA	TA	ת	ד	ב	ו	ק
VA	BE	QO	DA	TA	ת	ד	ק	ב	ו
BE	VA	QO	DA	TA	ת	ד	ו	ק	ב
QO	BE	VA	DA	TA	ת	ד	ו	ב	ק
BE	QO	VA	DA	TA	ת	ד	ו	ק	ב
VA	QO	DA	BE	TA	ת	ב	ד	ק	ו
QO	VA	DA	BE	TA	ת	ב	ד	ו	ק
VA	DA	QO	BE	TA	ת	ב	ק	ד	ו
DA	VA	QO	BE	TA	ת	ב	ק	ו	ד
QO	DA	VA	BE	TA	ת	ב	ו	ד	ק
DA	QO	VA	BE	TA	ת	ב	ו	ד	ק
VA	BE	DA	QO	TA	ת	ק	ד	ב	ו
BE	VA	DA	QO	TA	ת	ק	ד	ו	ב
VA	DA	BE	QO	TA	ת	ק	ב	ד	ו
DA	VA	BE	QO	TA	ת	ק	ב	ו	ד
BE	DA	VA	QO	TA	ת	ק	ד	ו	ב
DA	BE	VA	QO	TA	ת	ק	ו	ב	ד
QO	BE	DA	VA	TA	ת	ו	ד	ב	ק
BE	QO	DA	VA	TA	ת	ו	ד	ק	ב
QO	DA	BE	VA	TA	ת	ו	ב	ד	ק
DA	QO	BE	VA	TA	ת	ו	ב	ק	ד
BE	DA	QO	VA	TA	ת	ו	ק	ד	ב
DA	BE	QO	VA	TA	ת	ו	ק	ב	ד

Una variante que sustituye a la anterior es hacer el ABGaD de la raíz trilateral  $\text{ד*ב*ק}$ , tal como se explicó en el capítulo VI. Esto se hace con los movimientos de cabeza correspondientes a la vocal natural de cada letra. Así:

דבק	DaBeQo
הגר	HeGuiRe
ודש	VaDaShi
זהת	ZaHeTa
חוא	JeVaA
טזב	TeZaBe
יחג	YoJeGui
כטד	KaTe Da
ליה	LaYoHe
מכו	MeKaVa
נלו	NuLaZa
סמח	SaMeJe
ענט	ANuTe
פסי	PeSaYo
צעד	TsaAJa
קפל	QoPeLa
רצם	ReTsaMe
שקן	ShiQoNu
תרס	TaReSa
אשע	AShiA
בתף	BeTaFe
גאיץ	GuiATsa

Después proceder como en 5 (ver antes) o dejarse ir completamente, soltándolo todo.

### MEDITACIONES CON MANTRAS

Usamos el término consagrado de mantra para la repetición meditativa, si bien la técnica es universal y ha estado presente en la cabalá desde el principio.

Así, en los Hejalot, el texto de la época talmúdica sobre la ascensión al Trono Divino a través de los Palacios, el meditador (yordé merkavá) tenía que repetir 112 veces una serie de Nombres Divinos (ver cap. VII39 Por otra parte, la repetición constante de una Mishná era una técnica usada (por ejemplo por Rabí Yosef Caro, el autor del Shulján Arúj, la codificación de la halajá o ley judía) para contactar internamente con el maestro tanaíta (sabio talmúdico) autor de esa Mishná concreta (evocación de Maguidim).

¿Qué es un mantra?

Los mantras – sílabas, palabras, frases – son símbolos fonéticos, verbales y conceptuales utilizados para acceder a los niveles arquetípicos de la mente y de más allá de la mente. Su potencia radica en la estructura vibratoria de la psique y, por ende, de toda la realidad. Como hemos establecido antes, en los planos espirituales dos cosas que vibran en la misma fase (o frecuencia) son la misma cosa. Por el principio de resonancia, nos ponemos en contacto con las fuerzas esenciales que el mantra representa – contacto que vamos profundizando cada vez más con la práctica constante – hasta que alcanzamos el nivel de unificación con las mismas. Somos uno con el mantra. Entramos en contemplación.

El principio viene expresado por el siguiente versículo – un mantra en sí mismo – relativo al poder del Nombre de Dios, el Tetragrama: Hu Ejad UShmó Ejad, Él es Uno y su Nombre es Uno; Él y su Nombre son Uno; Él y su Nombre son la misma realidad.

Pero desde el punto de vista de las raíces – el nivel del lenguaje que conecta con la Mente Universal – ese principio es universalmente válido. Cualquier palabra o frase de significado positivo puede servir como mantra, siendo la intención el abstraer al meditador del flujo normal de su conciencia y reintegrarlo a la matriz luminosa causal (Shejiná) que es la fuente del mantra y de la propia actividad psíquica del practicante.

En cierto modo es como arrojar una piedra en un estanque profundo. La piedra se va sumergiendo cada vez más, lenta pero constantemente, hasta que toca fondo (el nivel de lo Divino).

Tenemos, entonces, cuatro niveles de significación: en primer lugar el del sonido puro (el valor intrínseco de la vibración); en segundo lugar el imaginal – las letras se visualizan como energías de fuego blanco emitiendo luz blanca (o del color correspondiente a la fuerza) –; en tercer lugar el conceptual, propio de las letras, palabras e ideas utilizadas; y en cuarto lugar el propio nivel de devekut, en el que se ha desnudado al mantra de todo ropaje conceptual y entramos en contemplación un ítica con la realidad Divina a que apunta.

La técnica es muy sencilla: Repetición constante, pero repetición con kavaná, con intención consciente, no una mera articulación de sonidos.

El mantra puede ser pronunciado de varias formas: recitación, canto, etc. Hay en ello también tres niveles de pronunciación: en voz alta, interiormente y en estado de unificación (el mantra simplemente es; ¿quién lo está pronunciando?)

Para meditar, una vez alcanzado el estado de relajación y concentración adecuados, se repite el mantra en voz alta o interiormente durante un periodo de tiempo suficiente. Cada vez que surja un pensamiento o distracción lo dejamos estar y simplemente volvemos con suavidad a concentrarnos en el mantra. Lo importante es penetrar en él, o que él nos penetre a nosotros. Es decir, que haya la unificación contemplativa.

Es necesario persistir durante largos periodos de tiempo (cuarenta días) para que el mantra cristalice y se logren efectos permanentes. Lo cual no quiere decir que los frutos de la meditación no se experimenten prácticamente desde el principio.

La meditación con mantras se ha demostrado particularmente efectiva en el nivel que estamos considerando. Es algo que podemos practicar no sólo en periodos de tiempo específicos destinados a ello, sino continuamente, en la vida cotidiana. Buscamos integrar nuestra práctica con la vida. Ver y vivir la vida desde la mente iluminada es el camino de la cabalá.

### MEDITACIÓN 39.

En Aní Yajid YHVH

אֵין אֲנִי יְחִיד יְהוָה

En Aní Yajid YHVH  
No Hay Yo Sólo YHVH

Vamos a analizar palabra a palabra este mantra:

En. אֵין, Ayin. Nada.

Ya se ha hablado antes sobre este término, el velo de negación puesto delante del Absoluto. Ayin es la verdadera realidad, la realidad total. Es negativo para nosotros, pero es absolutamente positivo, como el vacío cuántico que constituye el máximo de energía potencial. Todo parte del vacío y retorna a él.

Si analizamos la palabra por sus letras: Alef, Yod, Nun final, podemos decir que Alef, el número 1, representa el Infinito Inmanifestado; Yod el número 10, el Infinito Manifestado (mejor dicho el manifestador, en la forma del punto de infinito primordial); Nun final, el número 700, representa el infinito de posibilidades cósmicas, actualizadas y por actualizar. La forma alargada de la Nun final sugiere la imagen del Árbol de la Vida extendido, o sea, representa a toda la Manifestación.

Aní, אֲנִי, yo.

Es una permutación de la palabra anterior. Indica que la raíz de la identidad está en el vacío, en el Ayn, en la Nada. Es una palabra para hacer bitul hanéfish, es decir, anulación del yo.

El valor numérico de ambas expresiones, Aní y Ayin – lógicamente, pues tienen las mismas letras – es 61, el mismo que la palabra Adón, אֲדֹנָי, Señor. El principio de identidad es un rayo de luz infinita irradiado del Ayin que se dota de diferentes estructuras de identidad con las que se identifica según desciende por el Árbol de la Vida. Esta es la llamada descomposición espectral (como en el caso del átomo) de la Conciencia a lo largo de la columna central del Árbol. En cierto punto de este descenso, según el plan Divino, el Uno deviene en muchos desarrollando la ilusión de existencia independiente e inherente. No hay un ego con existencia real separada. ¿Quién es el Señor? En última instancia En Sof, el Infinito, cuyo valor numérico, 207, es el mismo que el de expresión Adón Olam, Señor del Mundo, y también que la palabra Or, Luz.

**Yajid, יייד**, único, solo, solitario. Enfatiza el postulado de continuidad, que es lo que expresa el que se represente toda la Manifestación bajo la imagen de un Árbol, un todo orgánico cuyas raíces están en Ayin, y recorrido por una sabia única que es la Luz Infinita.

Todo lo que existe es una configuración de esta Or En Sof, o Luz Infinita. Precisamente el valor numérico de la palabra Yajid es 32, el número de elementos del Árbol de la Vida, con sus diez sefirot y 22 canales. Yajid comparte raíz con Ejad, Uno, de valor 13, igual que Ahabá, Amor. Nos está indicando cuál es la esencia de la Manifestación, el Amor del Creador, con su dar absoluto. También 32 es Leb, corazón, indicando que la creación es un brotar del Corazón de Dios.

**YOD HE VAV HE, יהוה**. Expresamos el Nombre del Innombrable mediante las cuatro letras que constituyen la Palabra de la Creación, representando por un lado el Ser Activo del Universo (la raíz de presente del verbo ser, Hovéh, con el prefijo de la tercera persona de futuro, Yod) y por otro el despliegue de los 4 mundos en sus cuatro letras, más el quinto mundo de En Sof en el ápice superior de la letra Yod. El Nombre es así la Realidad Total, la vasija de manifestación del Ayin, por así decir, para el cual todos los mundos son subjetivos a su Pensamiento.

Tras el bitul hayesh, la anulación de la existencia, es el momento de Devekut, de unificación en Yejidah, palabra traducida generalmente como Chispa Divina, aunque, según hemos visto en la palabra anterior, el significado es de única, unicidad. Una manera de trabajar esta unificación es mediante lo que se conoce como la forma del Yotser, del Creador (Formador), que se obtiene colocando las cuatro letras en vertical, de modo que asumimos el Nombre en nosotros de la siguiente manera: La Yod es la cabeza; en la primera He el trazo horizontal es la línea de los hombros y los dos trazos verticales los dos brazos; la Vav es el tronco; en la segunda He el trazo horizontal es la línea de las caderas y los dos trazos verticales las dos piernas. Es la forma del Ser Humano, tal como está escrito (Gen 1:26): Hagamos Adam a nuestra imagen y semejanza. (O como aparece también en el versículo 26 del primer capítulo de Ezequiel. 26 es el valor numérico del Nombre יהוה ). Y según hemos visto ya varias veces, en los planos espirituales no hay separación de tiempo ni espacio: dos cosas que vibran en la misma fase son la misma.

Actualizamos así el versículo de Job (cap. 19, versículo 26): Desde mi carne veré a Dios.

Y citando al Baal Shem Tov:

“El Besht [Baal Shem Tov: Rabbi Israel ben Eliezer, S.XVIII] enseñaba que el hombre debe creer con fe perfecta que sus hechos, palabras y hasta el menor de sus movimientos, todo ello es Dios mismo. Pues Dios gobierna al hombre y limita Su divina presencia dentro de él. Al comprender esto, el hombre no buscará ninguna clase de retribución por sus hechos, ya que Dios mismo, y no el hombre, es el que actúa”

Una buena forma de practicar este mantra podría ser la siguiente:

El ciclo es de 40 minutos, divididos aproximadamente en cuatro periodos de diez:

En los primeros diez la kavaná se dirige principalmente hacia la anulación del yo (**Aní meAyin**, el yo de la nada, otro mantra en sí mismo), designando el yo sobre la nada. En los siguientes, meditar principalmente en Yajid YHVH, sólo existe lo Divino. En la tercera parte asumimos la forma del Yotser como se ha explicado antes. En los últimos diez minutos soltamos todo y nos dejamos ir.

Esto es sólo una sugerencia. Cada cual debe encontrar su propia vía. Si alguien piensa que es mucho tiempo, que reduzca los periodos a la mitad. Como decimos con frecuencia, la única meditación que no funciona es la que no se hace.

## MEDITACIÓN 40.

### Aní YHVH (I)

Esta meditación empieza con la meditación 6 del capítulo V (Meditaciones generales), es decir, visualización del Tetragrama en el firmamento, que recibimos, armonización con su Luz mediante la respiración del Nombre, e identificación con la Luz Divina a un nivel más profundo asumiendo el Árbol en nosotros mediante las distintas vocalizaciones en las sefirot (Meditación 8).

Una vez completada esta fase, asumimos el Nombre en la forma del Yotser como en la meditación anterior: La Yod es la cabeza; en la primera He el trazo horizontal es la línea de los hombros y los dos trazos verticales los dos brazos; la Vav es el tronco; en la segunda He el trazo horizontal es la línea de las caderas y los dos trazos verticales las dos piernas.

Es el momento de recitar el mantra: **Aní YHVH**



Es evidente que si estamos identificados con la Luz – si somos Luz – no tenemos forma. Permitimos que nuestro ser se expanda infinitamente. Podemos hacerlo progresivamente, mientras repetimos el mantra) integrando todo como luz en nuestro ser:

“Santo eres tú, que estás en todas las cosas y en quien todas las cosas están. Si escalo los cielos, Tú estás allí, y si descendo a los infiernos, allí estás Tú también. Y si tomo las alas de la Mañana y vuelo hasta los confines del mar, incluso allí tu mano me conducirá y tu mano derecha me sostendrá. Si yo digo, por ventura que la oscuridad me cubrirá, incluso la noche será para Ti como el día.” (Salmo 138)

O bien podemos hacerlo de golpe.

Somos un océano infinito de luz, sólo luz blanca, purísima, resplandeciente; y esta luz es una pura Presencia, y esta luz es pura Conciencia, que es la luz en el acto de iluminar.

Reducimos pues todas las cosas a luz, a conciencia, y este espacio vacío infinito de luz es el Kéter, la luz de la que nunca hemos estado separados. Vemos que toda separación es ilusoria. Si no hay separación, tampoco hay unificación. Tan sólo iluminación. En la seidad absoluta de la conciencia, en calma y beatitud completas, en gozo divino, estamos en paz.

Desde esta posición enviamos berajá a toda la Creación: luz, plenitud, shalom,...

Para retornar, nos visualizamos de nuevo en la forma del yotser, delineamos de nuevo las letras en nosotros y permitimos que su Luz sea absorbida e integrada en nuestro sistema energético.

Siempre debemos dedicar el mérito, simbolizado en la fórmula LeShem Yijud:

LeShem Yijud Kudshá Berij Hu UShjinte [Visualizar y unir Nombres de Dios en Tiféret y Maljút: י"א הוה ויהוה] BiDjilú URjimú [Visualizar y unir Nombres de Dios en Jojmá y Biná: י"א הוה ויהוה] URjimú UDjilú [Visualizar y unir Nombres de Dios en Biná y Jojmá: י"א הוה ויהוה] LeYajda Shem Yud He BeVav He BYjudá Shelim [יהוה] BeShem Kol Israel.

Por la unidad del Santo, Bendito sea, y su Shejiná (Tiféret-Zeir Anpin y Maljút-Nukva), en temor y amor (Jojmá y Biná), en amor y temor (Biná y Jojmá), para unir el Nombre Yod He con Vav He (por la energía de En Sof que vivifica y une las letras) en perfecta unidad (Kéter), en el nombre de todo Israel (el alma espiritual arquetípica de la humanidad).

## MEDITACIÓN 41.

### ANÍ YHVH (II)

Se trata de una meditación similar a la anterior, solo que en este caso vamos a reconstruir el proceso de génesis y absorción de mundos a través de las letras del Nombre Divino.

Previamente habremos conectado directamente con las letras del Nombre con una de las meditaciones tipo tseruf sobre el Nombre de Dios como las que se describen en el capítulo VI.

Estamos en un estado profundo de interiorización y vacío. En la inmensidad del Ain, que todo permea, pero que figuramos gravitando sobre nuestras cabezas a una distancia inconmensurable, contemplamos un punto infinito de luz, sin dimensiones, prendido en el vacío.

Y este punto está como bullendo, como a presión, y desborda de luz, y se extiende y forma una letra que es la letra Yod, minúscula e infinita al tiempo, resplandeciente, la semilla de la manifestación, conteniendo la esencia potencial de todo lo que es, el pensamiento de la creación de dar a las criaturas la abundancia y beneficencia infinitas.

Y contemplamos esta Yod perfecta, resplandeciente, de puro fuego blanco y brillantez interior, y sigue irradiando y desborda en su superabundancia dadora, y forma otra letra, una letra He debajo de ella, y la llena a rebosar de luz.

Y en esta letra He el pensamiento de la creación se extiende, se desarrolla, y deviene la esencia ideal, arquetípica de todas las cosas en su existencia perfecta, realizada, y que en su unidad aparecen como plurales, como todas las formas posibles de recibir el Bien Divino.

Y la letra He también se desborda de luz y resplandece y forma otra letra debajo de ella, una Vav, que es como una Yod alargada, que desciende y aparece una forma de conciencia subjetiva, como si la letra Yod se hubiera quedado prendada de la letra He y se hubiera hecho consciente de sí.

Y la Vav, el rayo de conciencia subjetiva, resplandece y se desborda y forma y llena de luz otra letra He debajo de ella, la conciencia objetiva, que refleja como un espejo el reflejo del Yo, y es la madre del mundo, proyectando las miríadas de todos los

seres y de todas las formas de conciencia en todos los mundos que han sido, que son y que serán, en el espacio infinito de la Deidad.

Y contemplamos las cuatro letras del nombre, la Yod, la He, la Vav, la He, en vertical, encima de nosotros, como a una distancia sobre nuestra cabeza.

Y la He también desborda y resplandece, y forma en el ápice de nuestra cabeza un centro de luz, nuestro Kéter. Un centro de luz infinita.

Y este centro forma también una letra Yod que es nuestra cabeza. Contemplamos nuestra cabeza como una letra Yod de luz blanca, resplandeciente, luz que se desborda y forma una letra He: El trazo horizontal forma nuestros hombros, y los trazos que descienden nuestros brazos. Y esta letra también se desborda de luz y forma una Vav que es nuestro tronco. Y esta Vav también se desborda de luz y forma la segunda He que es nuestras piernas.

Y estamos así en contacto con nuestro ser más interno, la forma e imagen del Nombre Divino.

Y todo nuestro organismo empieza a asimilar esta luz de estas cuatro letras, y empieza a asimilarse a la luz de estas cuatro letras, y a transformarse en un cuerpo de luz, brillante, traslúcido, que su resplandor se extiende infinitamente por todas las dimensiones del cosmos manifestado, y cuyo vértice superior, la punta superior de la Yod, se abre al abismo infinito de la Deidad.

En esta forma pronunciamos el mantra



Aní YHVH  
Yo Soy YHVH

Y vemos ahora como la letra He de nuestras piernas empieza a vaciarse de luz, de abajo arriba. Primero los dos palos verticales, luego el palo horizontal, luego la pequeña antenita que surge del extremo, y toda su luz es absorbida por la letra Vav que forma nuestro tronco y que empieza también a vaciarse de luz, de abajo arriba. Primero todo el palo vertical, luego la cabeza de la Vav, y comunica toda la luz a la letra He de nuestros brazos.

Con el vaciado de las letras también se vacía nuestra esencia interna hasta alcanzar un estado de bitul, anulación. La He de nuestros hombros y brazos también empiezan a vaciarse, empezando por los palos verticales y luego el horizontal y la pequeña antenita y su punta superior. Y toda su luz es absorbida por la letra Yod de la cabeza que también empieza a vaciarse de abajo arriba, hasta llegar al ápice superior, a la punta superior de la Yod.

Toda la luz retorna a la letra He del Nombre que está por encima de nuestra cabeza, que también se vacía y absorbe su luz en la Vav, que también se vacía y absorbe su luz en la He, que también se vacía y absorbe su luz en la Yod, y la letra Yod se vacía, y por un instante resplandece, con un esplendor inigualable en la punta superior, hasta que es absorbida en el vacío...

Permanecemos en ese estado un tiempo sin tiempo...

Y de este vacío, la esencia última de todo, emerge como una joya el punto de luz, el océano de luz infinito, resplandeciente, en el que todos los mundos han sido, son y serán, en su estado de superabundancia, gozo, plenitud y beneficencia perfectos.

Y este punto de luz deviene en la letra Yod, repitiéndose el proceso de génesis hasta encontrarnos asumiendo la forma del Yotser.

Delineamos claramente las letras del Nombre de Dios en nosotros y permitimos que su Luz sea absorbida e integrada en nuestro sistema energético.

Dedicamos el mérito mediante la fórmula LeShem Yijud:

LeShem Yijud Kudshá Berij Hu UShjinte [Visualizar y unir Nombres de Dios en Tiféret y Maljút: י'אֵהוּוֹנְהוּ] BiDjilú URjimú [Visualizar y unir Nombres de Dios en Jojmá y Biná: י'אֵהוּוֹי'הוּה] URjimú UDjilú [Visualizar y unir Nombres de Dios en Biná y Jojmá: א'י'הוּוֹי'הוּה] LeYajda Shem Yud He BeVav He BYjudá Shelim [י'הוּה] BeShem Kol Israel.

Por la unidad del Santo, Bendito sea, y su Shejiná (Tiféret-Zeir Anpin y Maljút-Nukva), en temor y amor (Jojmá y Biná), en amor y temor (Biná y Jojmá), para unir el Nombre Yod He con Vav He (por la energía de En Sof que vivifica y une las letras) en perfecta unidad (Kéter), en el nombre de todo Israel (el alma espiritual arquetípica de la humanidad).

## MEDITACIÓN 42.

### SHEMÁ ISRAEL (I)

שמע ישראל יהוה אלהינו יהוה אחד

Escucha Israel YHVH nuestro Dios YHVH es uno.

Shemá Israel YHVH Elohenu YHVH Ejad.

(Barúj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed.)

(Bendito sea el Nombre de la Gloria de su Reino por siempre jamás)

El versículo del Deuteronomio (6:4) es ampliamente conocido y ha sido objeto de profundos estudios. Nosotros mismos lo utilizamos en diferentes contextos en la presente obra. Dada su gran riqueza, el versículo es ampliamente usado en muchas meditaciones. La que se da aquí es una de las varias posibles:

Tras una repetición mántrica suficiente del versículo, nos encontramos como en la meditación 6, en un estado profundo de interiorización y vacío. En la inmensidad del Ain, que todo permea, pero que figuramos gravitando sobre nuestras cabezas a una distancia inconmensurable, contemplamos un punto infinito de luz, sin dimensiones, prendido en el vacío.

Y este punto está como bullendo, como a presión, y desborda de luz, y se extiende y forma una letra que es la letra Yod, minúscula e infinita al tiempo.

Y contemplamos esta Yod perfecta, resplandeciente, de puro fuego blanco y brillantez interior, y sigue irradiando y desborda en su superabundancia dadora, y forma otra letra, una letra He debajo de ella, y la llena a rebosar de luz.

Y la letra He también se desborda de luz y resplandece y forma otra letra debajo de ella, una Vav, que es como una Yod elongada.

Y la Vav, resplandece y se desborda y forma y llena de luz otra letra He debajo de ella.

Y contemplamos las cuatro letras del nombre, la Yod, la He, la Vav, la He, en vertical, encima de nosotros, como a una distancia sobre nuestra cabeza.

Vibramos prolongadamente cada palabra mientras actualizamos las siguientes kavanot:

**Shemá:** Maljút de Atsilut. Adonai. La conciencia del universo. La luz de la Presencia. Formamos parte del enjambre de Chispas Divinas, la Asamblea de Israel (Kneset Israel, identificada con la Shejiná) y nos preparamos para la unión con el arquetipo supremo el Dios Único. Contemplamos la letra ך̄...

Vemos cómo se va vaciando y cómo su Luz se absorbe en la Vav mientras pronunciamos...

**Israel:** Dice el Zohar: El Santo, bendito sea, Israel y la Torá son uno. Tiféret de Atsilút. La conciencia pura de Dios en el centro de la Manifestación. El Yo Soy o Ser activo de la Creación. Contemplamos la letra ך̄.

Su Luz se absorbe en la He mientras pronunciamos...

**YHVH Eloheinu:** Es Biná de Atsilut. El aspecto “lleno” de la Manifestación. Toda la Creación brotando y siendo reabsorbida en la unidad de la Mente de Dios. El polo negativo de la Luz. Contemplamos la letra ך̄.

Su Luz se absorbe en la Yod mientras pronunciamos...

**YHVH:** Jojmá de Atsilut. El aspecto “vacío” de la Manifestación. La trascendencia absoluta de la Esencia Divina. El polo positivo de la Luz. Contemplamos la letra ך̄.

Su Luz se absorbe en el ápice superior de la Yod mientras pronunciamos...

**Ejad:** Kéter. La unidad omniabarcante; una sola realidad. Todos los aspectos de la Manifestación unidos en la plenitud superabundante de En Sof.

Contemplamos el ápice superior de la ך̄ como un punto infinito de Luz... Vemos cómo es absorbido en el Ain, ך̄ן.

Contemplamos la Alef, el número 1, como el Infinito Inmanifestado; Yod es el número 10, el punto de Infinito; Nun final, el número 700, representa el infinito de posibilidades cósmicas. La forma alargada de la Nun final sugiere la imagen del Árbol

Seguimos repitiendo el versículo como mantra uniendo en un único lazo la plenitud vacía del Ayin con la plenitud multiforme del universo manifestado, mientras sentimos la presencia absoluta de la Deidad.

Todo es Uno.

## MEDITACIÓN 43.

### SHEMÁ ISRAEL (II)

שמע ישראל יהוה אלהינו יהוה אחד

Escucha Israel YHVH nuestro Dios YHVH es uno.  
Shemá Israel YHVH Elohenu YHVH Ejad.

(Barúj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed.)

(Bendito sea el Nombre de la Gloria de su Reino por siempre jamás)

Es una variante de la meditación anterior sobre el marco del Árbol extendido. Previamente habremos realizado un ejercicio de actualización del árbol psicocorpóreo en nosotros, con circulación final de la luz, tal como se detalla en el capítulo 5. Tenemos nuestro ser y nuestra identidad focalizada en el centro de Kéter, sobre nuestra cabeza y, según vamos recitando el Shemá, vamos realizando la ascensión.

**Shemá:** Meditamos en que el valor numérico de esta palabra, שמע, es 410, que es también Kadosh, קדוש, santo, separado. Nuestra identidad personal está fuertemente focalizada en nuestro Kéter, nuestro Tiferet de Yetsirá. Shemá, ¡escucha!, es un movimiento de desidentificación y elevación; de profunda apertura a Dios; de transferencia de rúaj a neshamá, en suma. En el Árbol extendido corresponde a abrir el Daát de Yetsirá.

**Israel:** Israel significa: “Hombre que lucha con Elohim y con hombres y vence”, expresando la posibilidad de unir los estados humano y divino. Israel también significa Yashar El, recto hacia Dios. Al vibrar Israel entramos en fase con nuestra Neshamá Suprema, el Yo Superior, el Sacerdote del Altísimo. Meditamos en que el Israel en cada uno de nosotros es la chispa del alma superior que anhela trascender los límites de lo físico y realizar su estado espiritual, en unidad con la Luz Divina. Al meditar sobre ‘Israel’ debemos contemplar e identificarnos con la parte más interna de nuestro ser briático, el punto más alto de nuestra psique: Kéter de Yetsirá, que es, a su vez, el Tiferet de Briá y el Maljut de Atsilut. Formamos así parte del enjambre de Chispas Divinas, la Asamblea de Israel (Kneset Israel, identificada con la Shejiná) y nos preparamos para la unión con el arquetipo supremo del Dios Único.

Nos tomamos el tiempo necesario en cada palabra para penetrar su esencia o, mejor dicho, para que su esencia nos penetre a nosotros y seamos capaces de recrear su realidad en nuestra conciencia.

Seguimos ascendiendo y meditamos

**YHVH:** Tiferet de Atsilut. La conciencia pura de Dios en el centro de la Manifestación. El Yo Soy o Ser activo de la Creación.

**Elohenu:** Es Biná de Atsilut. El aspecto “lleno” de la Manifestación. Toda la Creación brotando y siendo reabsorbida en la unidad de la Mente de Dios. El polo negativo de la Luz.

**YHVH:** Jojmá de Atsilut. El aspecto “vacío” de la Manifestación. La trascendencia absoluta de la Esencia Divina. El polo positivo de la Luz.

**Ejad:** Kéter. La unidad omniabarcante; una sola realidad. Todos los aspectos de la Manifestación unidos en la plenitud superabundante de En Sof.

Entramos en el vacío.

[La meditación se propone alcanzar la “percepción” del Ayin directamente. Partiendo de que nada está separado ni un milímetro de ese estado (Mundo de la Proximidad), se trata por tanto de actualizarlo en la conciencia. Para ello es necesario un vaciado progresivo de sus contenidos. El foco de la meditación – no dirigida – es que cualquier cosa que “sea” no es.]

## MEDITACIÓN 44.

### SHEMÁ ISRAEL (III)

שמע ישראל יהוה אלהינו יהוה אחד

Escucha Israel YHVH nuestro Dios YHVH es uno.

Shemá Israel YHVH Elohenu YHVH Ejad.

(Barúj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed.)

(Bendito sea el Nombre de la Gloria de su Reino por siempre jamás)

En este ejercicio actualizamos el Shemá Israel sobre nuestra aura, para lo cual empezamos imaginando que nuestra forma corpórea se expande hasta alcanzar dimensiones cósmicas. La Tierra es una pequeña esfera bajo nuestros pies. Nuestra cabeza sobrepasa la esfera de las galaxias. Sobre nosotros la Luz Infinita.

Cuando pronunciamos Shemá visualizamos en el centro de Maljut en la base de la columna el Nombre Adonay, אֲדֹנָי, en fuego blanco irradiando luz blanca.

Con el Nombre Israel, יִשְׂרָאֵל, visualizamos el Tetragrama יְהוָה en el centro de Tiféret.

Elevamos el Nombre Adonay de Maljút a Tiféret y lo entrelazamos con el Tetragrama:

יְהוָה אֲדֹנָי

Pronunciamos el Nombre YHVH (lo pronunciamos como Adonay) y lo visualizamos en el centro de Jojmá en el hemisferio izquierdo, יְהוָה.

Pronunciamos el Nombre Elohenu, אֱלֹהֵינוּ, y lo visualizamos en el centro de Biná, en el hemisferio izquierdo.

Entrelazamos ambos Nombres en el centro de la frente, el Dáat Elión:

יְהוָה אֱלֹהֵינוּ

Visualizamos el Nombre EHEIEH, אֵהִיָּה, en el centro de Kéter, sobre la cabeza. Pronunciamos el Nombre YHVH (Adonay) en Kéter y lo entrelazamos con el anterior:

אֵהִיָּה יְהוָה

Cuando pronunciamos Ejad, אָחַד, alargando suficientemente la sílaba “jaaaa...” unimos mediante el rayo relampagueante el Kéter al Maljut (que alcanzamos con la letra d). Se produce un estallido de luz, como una explosión nuclear, y la luz se extiende hasta llenar todas las dimensiones del universo manifestado.

Esta palabra, aparte de por su significado conceptual, por su estructura tiene la cualidad de unificación de todos los planos: la Alef (el Uno) representa Kéter; la letra

Jet (el número 8) enlaza las ocho sefirot de Jojmá a Yesod; la Dalet (la provincia del cuaternario) corresponde a Maljút.

Hay que tener en cuenta que cada sefirá contiene, por así decir, a la siguiente. Cuando vamos descendiendo, no perdemos la conciencia de las sefirot que dejamos atrás, de modo que todo está presente.

Todo es Presencia, Conciencia. Todo es Infinito. Todo es Uno.

## MEDITACIÓN 45.

### SHIVITI

שְׁוִיטִי יְהוָה לְנֶגְדִי תָמִיד

Shiviti Adonay Lenegdi Tamid

Pongo (he puesto, estoy poniendo) al Eterno delante de mí siempre

Hemos comentado sobre la práctica constante de la Presencia en el capítulo V (meditación 5). Todo lo dicho es perfectamente aplicable aquí en el contexto de Devekut.

La práctica es la visualización constante del Nombre de Dios, ya sea en el centro de la frente, ya sea delante de uno a una cierta distancia que se plantea por sí misma, tal como literalmente dice el versículo.

El mantra es recordatorio. Es una invitación a ver todas las cosas a través de la lente del Nombre de Dios. Contemplamos todo desde el Nombre en cualquier contexto, en cualquier situación, frente a cualquier persona, etc.

Todo es Dios. En Od milvadó: no hay nadie a su lado (Deut 4:39). En sentido radical el versículo no es meramente una defensa del monoteísmo. Los místicos lo han interpretado siempre como que YHVH es la única realidad. No hay nada más.

Proyectando el Nombre de Dios estamos actualizando la unidad esencial de todo y haciendo presentes en cualquier punto o instante todas las dimensiones del Cosmos.

Es el poema de William Blake (Augurios de inocencia):

“Para ver un mundo en un grano de arena,  
Y un Cielo en una flor silvestre,  
abarca el infinito en la palma de la mano  
Y la eternidad en una hora.”

El Baal Shem Tov añade un matiz a la comprensión del versículo: La palabra shiviti, además de interpretarse como “he puesto”, tiene el significado de “soy estoico” (estoy desapegado, separado), con lo que la lectura podría ser la siguiente: “Soy estoico, en consecuencia YHVH está constantemente delante de mí”.

Es decir, no se trata sólo de una contemplación mental. El trabajo emocional es igualmente importante. La actitud de desimplicación, y la serenidad resultante, son básicas para alcanzar la superación del ego.

## MEDITACIÓN 46.

### EHEIEH ASHER EHEIEH (I)

**אהיה אשר אהיה**

YO SOY QUIEN YO SOY

(Yo seré quien yo seré)

El Nombre de Dios revelado a Moisés, Eheieh asher Eheieh, expresa la esencia Divina en Kéter. Es la revelación de Sí Mismo como el Ser (Soy) en Devenir (Siendo, Seré) y como Identidad (Primera persona: Yo).

Interpretamos el primer Eheieh como directamente Kéter. Asher, palabra que también significa bendición y felicidad, es Jojmá, y representa el gozo y plenitud inherentes al estado de conciencia divino. El segundo Eheieh corresponde a Biná, que concibe todos los mundos manifestados como un reflejo holográfico de la suprema identidad.

Cuando en el Sefer Yetsirá son establecidas las dimensiones infinitas de lo real: arriba y abajo, derecha e izquierda (sur y norte), delante y detrás (este y oeste), son selladas con una permutación de las tres letras Yod He Vav, יהו, del mismo valor numérico, 21, que Eheieh. Es decir, son selladas con “Yo Soy”.

Y las tres extensiones de este Nombre atsilútico, la primera, con yodim, corresponde a Briá, la segunda, con alefim, corresponde a Yetsirá, la tercera, con hehim a Assiá. Así, tenemos:

אלף הי יוד הי = 161

אלף הא יוד הא = 143

אלף הה יוד הה = 151

Total 455

Y 455 es también el valor numérico de la expresión Meló Kol HaÁrets Kevodó, Toda la Tierra está llena de su Gloria, מלא כל הארץ כבודו.

“Toda la Tierra está llena de su Gloria”, porque todo es uno; todos los mundos, planos y seres son las distintas manifestaciones del Único: Yo Soy Quien Yo Soy.

Empezamos la meditación visualizando la imagen de Kéter, el Arij Anpin o Rostro Inmenso, propuesta por el Zohar:

Visualizamos ante nosotros una forma sin forma y que es todas las formas. Visualizamos ante nosotros un rostro inmenso cuyo cráneo tiene una circunferencia que está en todas partes y que contiene un cerebro de sabiduría saturada de luz infinita, cuya membrana de éter traslúcido es tan transparente como mirar a través de un perfecto cristal. Imaginamos que de cada uno de sus millones de blancos e inmaculados cabellos pende un cúmulo de universos que llena la inmensidad del espacio-tiempo. Imaginamos el ojo único de la conciencia absoluta, siempre abierto, que se asoma en todas las miradas; y si ese ojo se cerrara, toda la manifestación cesaría al instante. Imaginamos la frente, de puro gozo y beatitud, proyectando la voluntad de bien que constituye el pensamiento de la creación. Imaginamos el hálito de vida que es respirado por sus fosas

nasales - inspiración y expiración - flujo y reflujo, proyección y reabsorción de mundos, ser puro y devenir unidos en el sello único del infinito; y todo lo que tiene vida respira este aliento, pronuncia su Nombre, EHEYÉ ASHER EHEYÉ, “YO SOY QUIEN YO SOY”, “EHEYÉ ASHER EHEYÉ ASHER EHEYÉ ASHER EHEYÉ...”, “YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY...”.

Y este Rostro Inmenso es el rostro detrás de cada rostro y también está en nosotros y nosotros estamos en él, y es lo que de verdad puede decir en nosotros, “YO SOY QUIEN YO SOY”.

Permaneciendo en esta contemplación, seguimos repitiendo el mantra, que llena por completo nuestra conciencia



YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN

YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN  
YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN

### MEDITACIÓN 47.

#### EHEIEH ASHER EHEIEH (II)

Repetición seguida del mantra, como en la meditación anterior, pero esta vez lo utilizamos en un doble sentido:

- Como un medio de profundización en nuestra verdadera naturaleza a distintos niveles, asumiendo, integrando, despejando ilusiones.
- Como una escalera de ascenso por los niveles de conciencia, según el mapa del árbol extendido.

Es la meditación Yo Soy con que finalizábamos el capítulo IV, cuyas instrucciones repetimos en este nuevo contexto:

Primer nivel: Tiféret de Yetsirá/Kéter de Asiá/Maljút de Briá. Es nuestro self. Lo que buscamos en este momento es trascender el nivel de nuestro ego yesódico.

Visualizamos las dos columnas laterales externas a nosotros, a ambos lados, el pilar de la fuerza (de color blanco) a nuestra izquierda y el de la forma (de color negro) a nuestra derecha. Nosotros somos ahora la columna central. La altura de los pilares coincide más o menos con la nuestra, hasta el nivel de las sienes. Tenemos los brazos abiertos y las manos se apoyan en los pilares laterales. Percibimos ambas columnas como formando una batería de fuerza, polo positivo el blanco y negativo el negro.

Nos visualizamos de una forma ideal, como expresando el potencial total de lo que somos. Llevamos puesta una corona, o bien una aureola de luz rodea nuestra cabeza. Sin pensamientos, pronunciamos continuamente el mantra YO SOY QUIEN YO SOY de una forma entrelazada: “Yo soy quien yo soy quien yo soy quien yo soy...”

Aceptamos cualquier imagen, memoria o contenido que se nos presente en nuestra mente. No juzgamos. Simplemente permitimos que se integre a la luz del Nombre. Estamos pronunciando un Nombre de Dios que actúa por sí mismo. Tomamos conciencia pero volvemos al mantra una y otra vez. Después de la meditación ya haremos las reflexiones que resulten pertinentes. Quizá sea entonces el momento de la toma de decisiones.

Segundo nivel: Es necesario repetir la práctica del primer nivel durante un tiempo suficiente – lo ideal es un ciclo de 40 días, pero al menos un mínimo de siete – antes de pensar en pasar al siguiente. El criterio es la percepción de que se ha hecho un trabajo interior y se ha producido verdaderamente una apertura de conciencia.

El segundo nivel corresponde al Dáat de Yetsirá/Yesod de Briá. Le hemos dado el nombre de Yo simbólico/psíquico. Nos visualizamos como una figura angélica fuera de nuestro cuerpo, como en el firmamento, entre los cielos. Es lo que en lenguaje corriente se entiende por “el alma”. Proyectamos completamente nuestra identidad sobre esa figura.

Nos seguimos ubicando entre los pilares. Sobre nuestra cabeza un símbolo del Rúaj Hakódesh, el Espíritu Santo. Puede ser una pequeña llama de fuego, una yod resplandeciente o simplemente un halo de luz.

Desde el principio estamos pronunciando el mantra “EHEYÉ ASHER EHEYÉ ASHER EHEYÉ ASHER EHEYÉ”, o bien en castellano “YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY QUIEN YO SOY...”, y lo mantenemos durante toda la meditación. Nos dejamos llevar y procedemos como en el nivel anterior.

Se aplica lo dicho antes. Es necesario tener la sensación de que se ha consolidado este nivel antes de pasar al siguiente.

Tercer nivel: Si hemos realizado las meditaciones del capítulo anterior de la neshamá suprema tenemos ya una idea clara de este plano. Es el Tiféret de Briá/Maljút de Atsilut/Kéter de Yetsirá, el lugar de nuestro Yo arquetípico o Yo superior, no-nacido, proyectando y trascendiendo todas nuestras encarnaciones.

Desde el nivel anterior vemos que se abre en lo alto, a una altura sin altura, la esfera de Tiféret, rebosante de luz, y en ella, la visión de nuestra neshamá suprema.

Cada uno la percibirá de una forma personal: como una Luz, como una pura presencia rebosante de ser y de conciencia, como una figura que tanto puede ser masculina como femenina...

Podemos verla bajo una imagen tradicional: sentado en un trono de oro, cabellos de intensa blanca, ojos de fuego, de su boca brota una espada de llama, vestido con una túnica blanca resplandeciente, ceñido con un cinto de oro, los pies también de luz, en la mano derecha las 7 estrellas y en la mano izquierda un libro, el libro de nuestras vidas. En el corazón la serpiente con la letra Alef en el centro en fuego blanco. “El corazón rodeado por la serpiente”, es uno de sus nombres.

Visualizamos la figura como el punto central dentro de una letra He.



Es la segunda He del Tetragrámaton, ya que estamos completamente rodeados por la Luz de la Shejiná, somos una manifestación holográfica directa de la Presencia Divina – un átomo metafórico del Cuerpo de Dios – como hemos definido en otro lugar. Proyectamos completamente nuestra identidad sobre esa figura en el punto central de luz rodados por la He o por la inmensa aura de la luz de la Shejiná, mientras pronunciamos el mantra Yo Soy quien Yo Soy quien Yo Soy quien Yo Soy... Nos abrimos, expandimos, experimentamos...

Cuarto nivel: Es el Yesod de Atsilut/Dáat de Briá. Aquí el autoborrado debe ser completo. El paso a dar es hacia una identidad causal transpersonal divina. Contiene en sí todas las identidades parciales ilusorias en el sentido de ser autónomas e independientes, con existencia propia inherente. Esto no sólo por lo que se refiere a la

parte de la Conciencia universal que se manifiesta como “mi yo” o “mis yos” en los planos inferiores, sino el de todos los “seres” en un estado creativo prediferenciado.

Es el despliegue del proceso del mundo en una función de onda global, antes del colapso que destaca una versión diferenciada coherente, lo que entendemos por Creación. Es el proyecto de plan divino en ejecución o, dicho de otro modo, el Espíritu de Dios vibrando (o empollando) sobre la superficie de las aguas.

En cabalá este proyecto de mundo, que incluye a la propia autoimagen Divina – el equivalente a una personalidad Divina manifestada como Dios y Creador de una Creación – es la Torá, la Torá arquetípica, como sabiduría, como Jojmá. Toda la Torá es un Nombre de Dios.

En sentido místico todo está contenido en ella, incluso nosotros como ideas vivientes en la Mente Divina. Hay una enseñanza que afirma que de las seiscientas mil letras de la Torá celeste (en realidad sólo hay algo más de trescientas mil en el texto. El resto se afirma que corresponde a los espacios en blanco o a las vocales o a las notas) brotan las seiscientas mil raíces de almas que constituyen el enjambre de chispas divinas de la humanidad. Son también los seiscientos mil varones censados de la revelación del Sinaí. Están expresados en la letra Mem (de valor 600 como final) del Adam arquetípico, **אדם**, que representa la conciencia global del enjambre.

En este nivel somos Torá. Hay una letra que constituye nuestra raíz de alma, nuestro entronque directo con el Espíritu de Dios. Debemos entender esta letra como Palabra Divina, en el sentido del Séfer Yetsirá: Una Rúaj Elohím Jayim (el Espíritu del Dios Vivo). Bendito y bendecido sea su Nombre de la Vida de los Mundos. Voz, aliento y palabra, y él es el Espíritu Santo.

No se trata en este momento de singularizar como juego egoico cuál es nuestra letra – dejemos que eso surja por revelación –. Más bien queremos identificarnos con el Espíritu que anima la Torá, toda ella. Una manera de hacerlo es mediante la letra Shin.

La Shin es la inicial de Shadai, el Nombre de Dios en este nivel de Yesod de Atsilut. Por otro lado, su valor numérico es 300, el mismo que la expresión Rúaj Elohim, **רוח אלהים**, el Espíritu de Dios. Y si consideramos la primera letra de cada uno de los 5 libros que constituyen la Torá: **ב** de Bereshit, **ש** de Shemot, **ו** de Vayikrá, **ב** de Bamidbar y **ד** de Devarim, vemos que su suma es 314, el valor del Nombre Shadai, **שדי**.

Así, sobre nuestra ubicación anterior – el nivel de nuestra neshamá suprema en la letra He de la Shejiná – visualizamos una Shin en escritura ashurí:



Damos, metafóricamente hablando, un salto cuántico y nos proyectamos – nuestra identidad, nuestra conciencia, nuestro ser – a la letra Shin, identificándonos plenamente con ella, con toda la letra. Somos la Shin como Espíritu de Dios, cuyo movimiento – la actividad del Espíritu – es la pronunciación del mantra: Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh...

En la realización puede ayudar la construcción siguiente basada en su guematria que nos radiografía, por así decir, a la letra Shin, a su vez el Rúaj Elohim.

Tenemos los tres Nombres de Dios de los tres Supremos:

אֱהִיָּה  
יְהוָה אֱהִיָּה

Y las cuatro expansiones del Tetragrama

יְוָד הִי וִיו הִי  
יְוָד הִי וְאוֹ הִי  
יְוָד הִיא וְאוֹ הִיא  
יְוָד הִיה וִו הִיה

El valor numérico del conjunto es precisamente 300.

Sabemos que las cuatro expansiones, que suman 232, son la palabra de la Creación: Yehí Or, יְהִי אֹר, Que sea la Luz, la primera expresión del Rúaj Elohim tras su paso por Dáat.

También la Shin es YHVH en el background, por así decir. Utilizando la sustitución de letras por Atbash, יְהוָה deviene en מְצַפֵּי de valor 300.

Y es interesante ver que la palabra conciencia, matspún, en hebreo tiene como raíz מְצַפֵּי.

Quinto nivel: En cabalá hay un misticismo del Gran Rostro y un misticismo del Pequeño Rostro.

Este quinto nivel, correspondiente al Tiféret de Atsilut, sintetiza la inmersión (devekut) en la conciencia del Pequeño Rostro, el Zer Anpin, el poder Divino de proyectar, conservar y reabsorber un Universo creado (es el Kéter de Briá). Es además, como Tiféret, el lugar del “Corazón de Dios”, la fuente de la Compasión Infinita.

Es Dios como Identidad, el Omnisciente, el Ser Activo de la Creación, implicado pero separado (trascendente), todo Luz, todo Conciencia, de hecho el único ser que existe.

Es la conciencia única, pura, informe, omnisciente. Es la suprema identidad, el Creador. Todos los mundos manifestados son subjetivos para ella, el contenido de su pensamiento. Crea los mundos como fulguraciones de su Amor desbordante y los absorbe en sí misma. Nosotros le llamamos HaKadosh, Barúj Hu, el Santo, Bendito sea, y es la manifestación central del Nombre YHVH, יְהוָה. En particular, en el conjunto de los Partsufim o Rostros de Dios, es representado por la Vav, ך, del Gran Nombre.

Parece que este nivel sería inaccesible – y lo es, de hecho, en el nivel de lo personal – salvo que el fondo de nuestra conciencia, despojada de todo contenido, incluso más allá de lo transpersonal, es una Chispa de la Gran Luz.

Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh... O bien, Yo Soy Quien Yo Soy Quien Yo Soy Quien Yo Soy Quien Yo Soy...

Es el momento de arrojarse en devekut en los brazos del Amado/a hasta desaparecer por completo, hasta despertar a nuestra verdadera naturaleza y darnos cuenta de que somos y hemos sido siempre – no sólo nosotros sino todos los seres – el

Rostro que mira, el Pequeño Rostro. El Es/Yo Soy la fuente de todo lo que existe que es su imagen mental de Sí Mismo.

Hay reencuentro, reconocimiento, despertar, iluminación, liberación... Es lo que llamamos pequeña liberación, frente a la gran liberación del Gran Rostro.



El significado de la palabra Vav, que da nombre a la letra, es “clavo, gancho”. Podemos visualizar la letra Vav del Nombre como el nudo – clavo, gancho – que ata a todas cosas en la unidad de la conciencia del Rostro Menor, punto infinito de Luz (Yod) eternamente activo en proyección (Vav).

Un universo – la Creación – es Dios soñándose a Sí mismo. Yo soy quien Yo soy es el despertar.

Sexto nivel: Dáat de Atsilut, Ayin, Nada.

Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh...

Yo Soy Quien Yo Soy Quien Yo Soy Quien Yo Soy Quien Yo Soy...

¿Mi, ם, Quién? La Yod, ך, del Gran Nombre. Cualquier cosa que aparezca en la conciencia, incluso la propia conciencia de la conciencia, pertenece al Mah, ם, al Qué, la He del Gran Nombre. En este punto debe ser negada.

Nada, nada, nada.

Nada y nadie.

La dualidad Dios/Mundo integrada; Conciencia pura como sujeto (Sabiduría, Padre) y objeto (Entendimiento, Madre) eternamente unidas e inconscientes de su diferencia. Inmanencia y trascendencia.



¿Dónde? En el cerebro saturado del Anciano de los Días. Ninguna parte.

Séptimo nivel: Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh Asher Eheieh... Kéter.

El sustrato, la base.

El espacio vacío de todo como imagen del infinito: sin puntos, líneas, figuras. Pero base de todo diseño geométrico.

No podemos añadir espacio al espacio. Está completo.

Es indiferenciado e impersonal, pero subyace a toda diferenciación y personalidad.

Ni vivo, ni no vivo, pero de él surge la vida;

Ni luminoso, ni oscuro, pero es la fuente de la luz;

Ser y no ser: dos rostros que se miran.

No ser siendo.

Amor puro, porque da todo;

Nada se procesa, reposamos en la Quietud;

Yo soy quien yo soy quien yo soy quien yo soy...

Misterio de los misterios.

Recreación:



Alef: En Sof, Infinito inmanifestado. La base. Kéter  
Yod: Infinito manifestado. Conciencia pura. Sabiduría. Jojmá  
Nun final: Totalidad de la manifestación. Contenido de la Conciencia. 50 puertas del Entendimiento. Biná.



י י = י י

א ין

Tsadi = 90; Alef Tsadi = 91 = YHVH + Adonai

י אהדונה י

Reordenando las letras:

יוד הדה

אני

## MEDITACIÓN 48.

ANÍ ATÁ HU (o ANÍ AT HI, en femenino)

אני אתה הוא o אני את היא

Este mantra implica y unifica a tres sefirot tiferéticas en sucesión. La traducción literal es YO TÚ ÉL, o bien YO TÚ ELLA en femenino. Se refiere a tal como se experimentan desde la sefirá inferior las dos superiores. Se practica de la siguiente manera:

Primera pronunciación:

Aní: Tiféret de Assiá, la identidad corpórea.

Atá: Tiféret de Yetsirá, el self

Hu: Tiféret de Briá, la neshamá suprema o yo superior

Segunda pronunciación:

Aní: Tiféret de Yetsirá, el self

Atá: Tiféret de Briá, la neshamá suprema o yo superior

Hu: Tiféret de Atsilut, Zer Anpin, Dios Creador

Tercera pronunciación:

Aní: Tiféret de Briá, la neshamá suprema o yo superior. La Shejiná

Atá: Tiféret de Atsilut, Zer Anpin, Dios Creador. HaKadósh Barúj Hu

Hu: Kéter (Tiféret de En Sof). Arij Anpin. Gran Rostro.

Cuarta pronunciación:

Aní: Tiféret de Atsilut, Zer Anpin, Dios Creador. HaKadósh Barúj Hu

Atá: Kéter (Tiféret de En Sof). Arij Anpin. Gran Rostro.

Hu: Nivel del Ayin. Tiféret detrás de todos los Tiféret.

## MEDITACIÓN 49.

LO

ל

Significa NO. Es el Nombre de Dios אל, EL, invertido. Este Nombre representa el despliegue de la Energía Divina positiva. Para llegar a Dios recorreremos el sentido inverso, de negación, de Bitul. A todo contenido de la conciencia decimos LO,

no es. Así hasta alcanzar la KOL DEMAMÁ, la voz del silencio, como Elías en el monte Joreb. Entonces, al igual que él, salimos fuera, es decir, damos el salto a lo inmanifestado.

El mantra se puede practicar directamente o bien hacer lo siguiente:

Primero nos exaltamos en pensamiento, sentimiento y autoconciencia tanto como queramos. Entonces LO, lo negamos, nos separamos, damos el salto al sustrato vacío de todo. Sentimos la Presencia absoluta de la Deidad.

En el próximo capítulo se verán otros mantras en relación con las sefirot del pilar del medio.

## **Capítulo XI: Mantras y versículos del Pilar del Medio del Árbol extendido.**

A lo largo de esta obra hemos comprobado la excelencia como mapa de la conciencia del Árbol de la Vida extendido. En los capítulos anteriores hemos presentado meditaciones específicas para distintos aspectos del mismo. Se trata ahora de proponer una práctica completa que las unifique y que sirva como marco de referencia para el trabajo diario. Sólo la persistencia en la práctica conduce a la maestría.

Aunque desde cualquier punto podemos llegar al infinito que todo lo permea, desde nuestra mente lineal necesitamos procesos definidos de desarrollo. La gran metáfora evolutiva cabalística es el ascenso por el Árbol de la Vida, en particular por su columna vertebral, el pilar de la conciencia. Ascender para después descender, integrando los frutos de la meditación en la vida cotidiana.

Como ya hemos propuesto en otros lugares (ver Meditación sobre el Nombre en el libro Senderos en el Jardín de la Conciencia), un marco meditativo ideal es una progresión por el Templo – el Templo de Jerusalem – como prototipo del ser interno, energético y espiritual, del ser humano. Partimos de la base de que el edificio, la estructura y la organización en partes del Templo se adaptan a la metafórmula del Árbol de la Vida, imagen y semejanza tanto del ser de Dios como de todas las dimensiones del Cosmos creado.

Tal como está escrito en el libro del Éxodo, en la instrucción dada a Moisés: “Veasú li miqdash veshajanti betojam. Hazme un santuario y yo moraré en ellos”. En ellos, es decir, en los individuos. Hablamos de personas, no de edificios. Y puesto que en el Templo hay un recorrido a estados crecientes de Presencia y Santidad (hemos desarrollado este punto en el capítulo I, 5. Torá, al cual se remite), la progresión meditativa a través del mismo lo recrea. Es equivalente al referido ascenso por el Árbol y conduce a estados de conciencia crecientes de iluminación y devekut.

Para un procedimiento detallado en forma de meditación guiada remitimos al lector a la obra citada Senderos en el Jardín de la Conciencia: “Meditación sobre el Nombre”. En el presente capítulo vamos a continuar con la metodología empleada en el anterior, es decir, hacer un uso intensivo de mantras de meditación. Continúa después de Yo No soy

### **MEDITACIÓN 50**

#### **Meditación previa general: YO NO SOY**

Se da en este lugar como preparación a la recitación de cualquier mantra, pero es una meditación completa en sí misma que se puede realizar en otros contextos.

Nuestro punto de partida será el Tiféret de Yetsirá, el nivel del self, que es la llave maestra que abre las puertas del mundo interno. Sabemos que en el Árbol extendido este punto se solapa con el mundo de Briá, siendo su Maljut. Es precisamente por el rostro inferior de Briá, que recubre el rostro superior de Yetsirá, por donde queremos empezar a movernos, para lo cual necesitamos un asiento firme en ese Maljut de Briá que es nuestro self. Es importante tener un instrumento que nos permita con claridad afianzarnos en él, que no es otra cosa que nuestro propio ser.

Para ello proponemos una meditación de desidentificación de los contenidos que estructuran nuestro nivel egoico, para alcanzar ese punto de quietud, de centro en medio de todas las condiciones de nuestra vida. Esta meditación, que llamamos YO NO SOY,

es un trabajo completo en sí mismo, y puede utilizarse independientemente de lo siguiente y con grandes resultados, porque cada nivel tiferético del pilar del medio es un punto de estabilidad en el que podemos permanecer. De hecho, aconsejamos repetir la meditación el número suficiente de veces hasta conseguir un grado mínimo de maestría.

### **Meditación (guiada) de desidentificación (YO NO SOY)**

Empezamos desarrollando nuestro propio marco meditativo particular de relajación e interiorización.

Comenzamos tomando conciencia de nuestro cuerpo, precisamente como eso, como un estado de conciencia. No como una cosa en sí, no como algo con existencia propia, sino tal como se nos presenta realmente a nuestra percepción interna, como un hecho de la conciencia.

Vamos a sentirlo, no a pensarlo, no es la imagen conceptual de una mano o de un brazo lo que importa ahora, queremos percibirlos en sí, experimentarlos... Buscamos una sensación puramente física, observamos atentamente y examinamos si hay alguna parte de nuestro cuerpo que sobresale de algún modo, quizá me duele, o ¿sentimos algún picor, cosquilleo, etc.?; y prestamos atención al dolor o al picor y no hacemos nada, lo dejamos estar, sólo somos conscientes.

¿Estamos notando la presión de mis nalgas sobre la silla? ¿La espalda contra el respaldo? ¿La sensación de tener los pies apoyados en el suelo? ¿La ropa sobre la piel? Sólo percepción, no hacemos nada, permanecemos conscientes.

Empezamos a hacer un recorrido sistemático comenzando por nuestros pies, percibiéndolos, sintiéndolos, dejando en suspensión las consideraciones de evaluación, de juicio, de pensamientos, emociones, imágenes.

Vamos a atender a lo que son las puras sensaciones corpóreas en sí, en este caso de los pies, en particular los dedos. Sentimos cada uno de los dedos como diferentes, y durante unos instantes vemos qué recibimos de cada uno de ellos.

Después movemos nuestra atención en sentido ascendente: el empeine, los tobillos, las rodillas, los muslos, y así hasta el nivel de las caderas, dedicando en cada caso el tiempo necesario para ello.

Prestamos atención a la zona del perineo, después a la parte genital, a todo el bajo abdomen y la parte inferior de la espalda, el hueso sacro y la base de la columna.

Seguimos ascendiendo y recibiendo sensaciones – propiocepciones – de nuestro cuerpo: el vientre, el área del ombligo.

Estamos en la zona del estómago. ¿Qué sensaciones nos producen los distintos órganos: intestinos, páncreas, hígado, riñones, estómago? Y en la espalda, ¿cómo sentimos la columna y, según vamos ascendiendo, los huesos y músculos?

En el tórax experimentamos las costillas, los pulmones, el corazón...

Y en la espalda los omóplatos, las clavículas, los hombros.

Y permitimos ahora que nuestra atención descienda por los brazos, percibiendo toda su armadura ósea y muscular. Así, pasamos por los codos, muñecas, manos... con toda su sensibilidad. ¿Qué sensaciones nos producen las palmas de las manos, los dedos, cada uno de los dedos...?

Ahora retornamos a los hombros, y vamos al cuello:

Sentimos esa zona vital que une la cabeza con el resto del cuerpo, los vasos sanguíneos que lo atraviesan, la faringe y laringe, los músculos y vértebras, en particular las vértebras cervicales uniendo la columna con la masa encefálica.

Nos concentramos en la percepción del rostro: las mandíbulas, los labios, la boca, la nariz, los ojos... con los párpados, los músculos que lo circunscriben, las cejas...

Sentimos las orejas, los oídos, el oído interno, y después todo el sistema de nervios sensoriales: olfativo, visual, auditivo, convergiendo en el cerebro.

Sentimos la zona del bulbo raquídeo, el cerebelo, el cerebro, con ambos hemisferios: izquierdo, derecho...

Atendemos a la zona de la frente. Especialmente nos focalizamos en el entrecejo, una zona en la que se concentra mucha tensión. Luego las sienes, los músculos del cráneo y culminamos en la cúspide de la cabeza.

Tenemos así una percepción general del cuerpo que ahora experimentamos en síntesis. Vemos los pies, las piernas, el abdomen, el pecho, toda la espalda, los brazos, la cabeza, la frente...

Es el cuerpo como estado de conciencia, como condensación de conciencia-energía.

Nos preguntamos: ¿Quién es consciente de mi cuerpo? ¿Quién es consciente?

Reconocemos a nuestro cuerpo como un maravilloso instrumento al servicio de nuestro verdadero ser. Y lo apreciamos, le damos las gracias.

Y ahora nos damos cuenta de que este cuerpo que sentimos es una composición de elementos, y percibimos una sensación de densidad, del concepto de peso, y tenemos una sensación física del concepto de ocupar un espacio y nos damos cuenta de que tiene una forma definida ante nuestra visión y nos damos cuenta de que podemos contraerla o expandirla a voluntad, porque de hecho ahora no está en ninguna parte más que en nuestra mente.

Y si nuestro cuerpo es una construcción mental podemos separarnos de ella, podemos desligarnos de ella, podemos salir de ella, podemos integrar en una esfera de sensaciones físicas toda nuestra conciencia corpórea, como una esfera de sensaciones físicas que nos rodea, la visualizamos...; y ahora.... salimos.... de esa esfera, damos un paso hacia atrás y vemos a nuestra conciencia corpórea delante de nosotros.

Afirmamos: “Este es mi cuerpo, no soy yo. Yo soy”.

Y prestamos ahora atención a nuestros sentimientos. ¿Qué sentimos en estos momentos? Son los sentimientos los que captan nuestra atención. No tenemos sentimientos; “sentimos” los sentimientos; estamos alegres, estamos a disgusto, estamos tristes o sentimos ira, pero sentimos las emociones, no el concepto mental de tener esas emociones... indagamos lo que experimentamos emocionalmente en estos momentos y nos sumergimos en ello. Vivamos la emoción pura, sin el filtro de la verbalización, ni del juicio, permitiéndonos emocionarnos hasta el fondo, dejando que surja todo ese mar de sentimentalidad que a veces aflora desde más allá del umbral de nuestra conciencia.

Notemos que son un continuo, que tienen crestas y valles, momentos de intensidad en los que brotan impetuosos y otros de aparente descanso, como inactivos, pero siempre presentes. Siempre estamos sintiendo algo. Vemos cómo se suceden unos a otros y se modifican constantemente. Cómo podemos sentirnos tristes en un momento y felices en el siguiente. Para ayudarnos podemos concentrarnos unos instantes en los músculos de la cara - podemos entrar y salir de nuestra conciencia corporal a voluntad - y percibir su estado cambiante; y cada uno de los pequeños cambios corresponde un matiz de sentimiento.

Usamos la memoria, recordamos algún momento de nuestra vida, algún episodio en la que sentimos una fuerte emoción, positiva o negativa, alegría o tristeza, afecto o de cualquier otro tipo; revivimos plenamente en nosotros esa emoción, la recorremos en toda su extensión, sin juzgar, sin quedarnos en la idea...

Ahora vamos a otra experiencia similar en otro momento de nuestra vida y hacemos lo mismo...

¿Somos conscientes de estar siempre sintiendo en este mundo cambiante de las emociones? Somos conscientes de que podemos generar en nosotros una emoción a voluntad – imaginamos, por ejemplo que estamos alegres y sentimos la alegría, imaginamos que estamos tristes y sentimos la tristeza,..... y si puedo construir las emociones significa que yo no soy mis emociones. Imaginamos una esfera de conciencia emocional. Todo lo que sentimos emocionalmente está en esa esfera.

Reconozcamos nuestras emociones, apreciémoslas. Damos las gracias por el maravilloso instrumento que es nuestra conciencia afectiva y nos preguntamos: ¿Quién es consciente de mis sentimientos? Vemos cómo nos rodea esa esfera de conciencia emotiva, nuestra conciencia de ser en el centro... y ahora.... damos un paso hacia atrás y nos separamos de esa esfera, la contemplamos y decimos: Yo no soy mis emociones. Yo soy.

Ahora prestamos atención a nuestros pensamientos, ¿en qué estamos pensando en este preciso momento? Sea lo que sea, tomamos nota de los pensamientos que acuden a nuestra conciencia y los observamos mientras pasan y se alejan como ráfagas de viento suave. Los dejamos ser sin censura, pero sin implicarnos personalmente, sin dejarnos atrapar por ellos.

¿Quién está pensando?, ¿quién está pensando? No contestemos con un pensamiento, ¿quién está pensando ese pensamiento? Observamos los pensamientos como surgen y los dejamos estar, sin implicarnos. Observamos cómo nuestros pensamientos van y vienen como si fueran independientes de nosotros. Durante unos instantes nos mantenemos tan conscientes de ellos como seamos capaces y reconocemos la actividad de nuestra mente, sacando a la luz todo ese fondo de pensamiento inconsciente que constantemente nos asalta.

Podemos utilizar la técnica ya descrita de escuchar nuestros pensamientos y asignarles cualidades de voz, y ver así con qué voz o voces pensamos, si aguda, grave, chillona, melancólica, llorona, victimista, asertiva, alegre... Seguramente habrá un poco de todo, y durante un tiempo nos concentramos en esa escucha interior. Si tenemos dificultades, podemos recitar internamente alguna estrofa de un poema que nos sepamos de memoria, o algo similar, y ver con qué voz lo recitamos.

Ahora pensamos en lo que queramos, lo que se nos ocurra. Pensamos en algo, real o imaginario... pensamos en nosotros mismos, cómo somos..., pensémonos, cómo nos vemos: si gordos o delgados, guapos o feos, altos o bajos... pensémonos, imaginémonos a nosotros mismos,... ¿cuántas cosas de las que decimos ser nosotros son simplemente nuestros pensamientos sobre nosotros mismos?

Construyamos pues una esfera con nuestros pensamientos, una esfera de pensamientos para nuestra conciencia intelectual. Apreciamos el magnífico instrumento que constituye nuestro intelecto. Le damos las gracias. Y ponemos la esfera en silencio total... los pensamientos, todos ellos están ahí pero en silencio, percibimos ese silencio, y ahora... damos un paso atrás, salimos de esa esfera mental que ahora tenemos delante de nosotros, separándonos de nuestros pensamientos, y decimos: “Estos son mis pensamientos, no soy yo. Yo soy”.

¿Quién soy yo? ¿Quién es el que vive esa conciencia corporal, esos sentimientos, esos pensamientos? ¿Es el ego de nuestra personalidad, de nuestro nombre y apellidos?

Podemos tomar conciencia de que eso es una imagen, podemos tomar conciencia de la imagen de nosotros mismos, de nuestra sensación de identidad que vestimos con la personalidad y los personajes de nuestro ego, creyéndonoslos, identificándonos con

ellos, asumiendo que nosotros somos eso... ¿Qué personajes representamos en las distintas áreas de nuestra vida: familia, vida laboral, amistades, etc.? ¿Cuánto de nuestro pensamiento, de nuestro sentimiento tiene como punto de referencia nuestro yo y la satisfacción de sus necesidades, de su vanidad, de su autoimportancia, de su victimismo, de su propio sentido de la justicia, considerando todo lo que se le debe entre comillas...

También tomemos conciencia de que hay una frontera entre nuestra parte consciente, regida por el ego, y nuestra parte inconsciente, manifestándose en sueños, ensoñaciones, actos fallidos, estados alterados de conciencia.

Mientras que estamos identificados con nuestro ego y sus personajes, ¿tenemos conciencia de toda una serie de subpersonalidades pululando de forma más o menos autónoma por nuestro subconsciente?

Para poder ascender a nuestra verdadera identidad, nos distanciamos de este mundo mental que consideramos como propio; miramos a nuestro yo como desde afuera, nos elevamos un escalón hacia arriba, entramos en el dominio de nuestro ser, de nuestro verdadero ser, sin cualificar. Podemos verlo como una pura luz de conciencia, sin personalidad, sin pensamiento, sin emoción, sin cuerpo,... los cuales, por supuesto, son su expresión y su reflejo, pero permaneciendo separados de ellas, pues no sólo estamos en el Tiféret de Yetsirá – el mundo de la psique –, sino también en el Maljút del mundo de Briá – el mundo del ser –, que es nuestra naturaleza espiritual encarnada; el cuerpo, por así decir, de nuestro ser espiritual

Para poder experimentar este estado es necesario que nos diferenciamos tanto de los estados corpóreos – como si estuviéramos en otro plano, viendo nuestro cuerpo desde arriba – como de nuestros estados mentales: intelectivos, emocionales, imaginativos; incluso de nuestra propia yoidad, teniendo en cuenta que el yo es simplemente un reflejo de esa identidad superior en el plano de la personalidad, en el plano de la psique inferior y del cuerpo. Lo hacemos ahora, dando un salto hacia arriba...

Es necesario que descansemos unos instantes y contemplemos ese estado de conciencia, de ser puro, independientemente de sus manifestaciones.

Entramos en esa conciencia pura, en ese ser puro ser, en ese ser nada y nadie, y nos experimentamos a nosotros mismos en la pura conciencia de ser, YO SOY QUIEN YO SOY quien yo soy quien yo soy..., entramos dentro de ese yo soy quien yo soy..... (Un buen rato) Nos contemplamos en el centro, somos plenamente ese centro. Desde el centro de toda la esfera de nuestra experiencia, podemos entrar a voluntad en nuestros pensamientos, en nuestros sentimientos, en nuestro cuerpo, podemos asumir nuestro ego... y podemos pensar pero no somos nuestros pensamientos, podemos sentir pero no somos nuestros sentimientos, podemos experimentar nuestro cuerpo pero no somos nuestro cuerpo... Estamos en el centro consciente, somos pura conciencia y desde aquí cualquier cosa que digamos que somos no somos, porque eso pertenece al qué... no al quiénes somos. Moramos en el vacío de conciencia, y saboreamos esta conciencia, como luz, como gozo, como éxtasis; reímos por dentro, desdramatizamos nuestra vida – un rasgo egoico -, nos unimos al gran juego, a la gran alegría cósmica y disfrutamos en el puro gozo de ser...

[Si nuestra meditación termina aquí, continuamos con lo siguiente. Si no, enlazamos con el siguiente tema de meditación:

*Y cuando lo consideremos conveniente retornamos, retornamos a nuestra mente, retornamos a nuestros sentimientos, retornamos a nuestro cuerpo...ya conocemos el camino... podemos volver cuando queramos, seguir el camino de la conciencia, el camino que lleva al corazón de uno mismo.*

*Retornamos pues al aquí y ahora, respiramos, respiramos, sentimos el gozo de respirar sin pedir nada a la respiración, simplemente respiramos, y nos vamos abriendo poco a poco a nuestra conciencia habitual, pero con la otra conciencia de nuestro centro siempre presente, y vamos moviendo las manos, los brazos, las piernas, el cuello, la cabeza... Nos desperezamos y cuando queramos estamos plenamente de vuelta.]*

Continuación con mantras:

## MEDITACIÓN 51

**Recorrido por el Árbol simple. Mundo de Asía. Los siete centros del canal central.**

Cada centro debe ser visualizado como un círculo de luz que el canal central atraviesa. En este círculo aparece la construcción correspondiente que puede ser alguna de las siguientes o bien una combinación:

- a) La letra hebrea doble del centro.
- b) El Nombre Divino, ya sea el Nombre sefirótico o el Tetragrama con la vocalización oportuna.
- c) El diseño elaborado propuesto en la meditación de la merkavá (ver cap VIII sobre el cuerpo de luz)
- d) El Nombre del versículo del Ána Bejóaj, ya sea en escritura directa o en la forma del hexagrama (ver caps. VII y VIII ).

El versículo del salmo o mantra rodea al círculo con letras de fuego blanco irradiando mucha luz blanca. Puede contemplarse estático o bien girando cada vez más rápido creando un gran vórtice de luz que se extiende hacia dentro y hacia fuera en todas direcciones.

Hay que tener en cuenta que, aunque hagamos diversos desarrollos conceptuales y literales, los mantras y versículos no derivan su poder exclusivamente de su significado, sino directamente de las letras hebreas que los constituyen con sus combinaciones específicas. Los análisis que hacemos sirven fundamentalmente para elevar nuestro estado vibratorio y nuestro nivel de conciencia al plano en el que podemos conectar con su luz y su energía.

### **7. Centro de la base de la columna (y Maljút en general):**

Isa 6:3

**מלא כל הארץ כבודו**

Meló jol haÁrets kevodó

Toda la tierra está llena de su Gloria

Este versículo forma parte de la kedushá, la santificación del Nombre. Es el canto de los Serafím de la visión de Isaías: Qadosh, Qadosh, Qadosh, YHVH Tsebaot,

meló jol haárets kevodó. Santo, Santo, Santo, YHVH Tsebaot<sup>75</sup>, toda la tierra está llena de su Gloria.

El valor numérico de esta expresión (meló = 71; jol = 50; haárets = 296; kevodó = 38) es 455. Es el mismo que la suma de las tres extensiones del Nombre Eheiéh,

אהיה.

אלף הי יוד הי = 161

אלף הא יוד הא = 143 Total = 455

אלף הה יוד הה = 151

Eheiéh, YO SOY (Seré), es el Nombre de Dios en Kéter. Las tres extensiones constituyen el despliegue de la Suprema Identidad en los tres mundos creados. Todo es Shejiná, Presencia Divina; todo está lleno de la Luz Divina a rebosar.

Como dice el aforismo: Kéter está en Maljut y Maljut está en Kéter. Dios es Kadosh, Santo (separado) en los tres mundos, pero al mismo tiempo los llena con su Gloria.

Leit atar panui mineha, no hay ningún lugar vacío de Dios, como afirman los Tikuné Zohar. Frase que traducida al hebreo (el original está en arameo) podría escribirse:

אין מקום ריק של אלהים

Sin embargo, en nuestro estado actual, esta plenitud divina no se muestra abiertamente. La Luz Divina está apantallada en Maljut. También la expresión ונעלם טמיר, Tamir veNeelam, oculto y escondido, como a veces se designa a Dios, suma 455.

En la época mesiánica se manifestará (en la conciencia, pues en el ser ya está manifestado) el Reino de Dios, de forma que la materia será transparente a la Luz Divina. Mesías en hebreo es משיח, de valor numérico 358. Serpiente, נחש, nájash, es también 358.

En el gan Eden la serpiente estaba enroscada en el Árbol de la Vida y podía ascender y descender. Como consecuencia de la caída es conminada a arrastrarse sobre la tierra. Queda latente en Maljut. Para liberar su poder de conciencia (mesiánico) es necesario elevarla de nuevo, tal como está escrito en la Torá:

Num 21:8

<sup>8</sup> וַיֹּאמֶר יְהוָה אֶל־מֹשֶׁה עֲשֵׂה לְךָ שָׂרָף וְשִׂים אֹתוֹ עַל־נֵס וְהָיָה כָּל־הַנְּשׂוּף וְרָאָה אֹתוֹ וְחָי

Vayómer Adonai el Moshé: Asé lejá saráf (serpiente de fuego) vesim otó al nes vehayá kol hanashúj veraá otó vajai.

Lejá: para ti. Haz para ti una serpiente de fuego y elévala por el canal central y todo el que la mire (trabaje sobre ella), Jai, vivirá.

<sup>75</sup> YHVH Tsebaot es 525 (499 + 26), igual que el de la expresión פני שכינה, Pené Shejiná, el Rostro de la Shejiná o Presencia Divina.

Un principio hermenéutico de la Torá: En cada lugar hay un nombre para actualizar lo que en él se dice.

En este caso, considerando las iniciales de “Asé lejá saráf vesim otó al nes, haz para ti una serpiente ardiente y levántala sobre una pértiga”, obtenemos la combinación: ayin lamed sin vav alef ayin nun, sobre la que podemos meditar.

על־שואען

El número 455, “toda la tierra está llena de su gloria”, es el secreto de la Shejiná, Sod Shejiná, שִׁכִּינָה סוֹד (385 + 70). Para elevar la serpiente, 358, nos hace falta el número 97 (455 – 358 = 97). Este número se alcanza con alguna de las tres combinaciones:

כבוד אדני, la Gloria de Adonai

יוד הא ואו הא יוד הה וו הה, conjunción del Tetragrama en Yetsirá (Zer

Anpin) y Assiá (Shejiná)

אל יהוה גואל, El YHVH Redentor.

Podemos, por ejemplo, utilizar el mantra:

אל יהוה גואל משיח

El Adonai goel mashíaj

La shejiná es el fuego divino אש יה, Esh Yah, de valor numérico 316. Si a este número añadimos el propio de la Shejiná, 385, obtenemos 701. Y añadiendo 1 por la unificación obtenemos el número del Shabat, 702, la manifestación de la Shejiná en la Tierra.

אש יה שכינה

ש

י

ת

אל יהוה גואל משיח

ת

מלא כל־הארץ כבודו

ו

ק

צ

Salmos: 24:1

De YHVH es la tierra y su plenitud; el mundo, y los que en él habitan.

לַיהוָה הָאָרֶץ וּמְלוֹאָהּ תִּבֶל וַיֹּשְׁבֵי בָהּ

lAdonay haáretz umloáh, tébel veióshbe bah

Sal 104:24

מִהֲרַבּוֹ מַעֲשֵׂיךָ יְהוָה כָּל־כָּמָּה עָשִׂיתָ מְלֵאָה הָאָרֶץ קִינִינָהּ

Ma rabú maaseja Adonai. Kulam bejojmá asíta. Maleá haárets kinyaneja.

Cuán grandes son tus obras Adonai, todas las has hecho con sabiduría, llena está la Tierra de tus beneficios.

### 6. Centro del sexo (y Yesod en general):

צָדִיק יְסוּד עוֹלָם

Tsadiq Yesod Olam

El justo es el fundamento del mundo (Prov 10:25)

El valor numérico de este versículo es 430 (Tsadiq = 204; Yesod = 80; Olam = 146). Es el mismo que el de la palabra Néfesh, נֶפֶשׁ, palabra que designa el alma vital. Como Yesod en el Árbol simple éste es el centro de control del néfesh. También es el centro del mundo de Assiá, la esfera de la personalidad egoica en general.

¿Quién es el Tsadiq? El individuo realizado, la persona que ha realizado en sí misma la unión de las polaridades, tanto al nivel vertical como horizontal. Recordamos lo expresado en otro lugar sobre la letra Tsadi como unificación de Yod y Nun:



Yod representa el principio masculino y Jojmá. Nun, el principio femenino y Biná (50 puertas). Es la expresión del Nombre completo יהוה אלהים = 112. Este número es también la suma de los tres Nombres: אֱהִיָּה יְהוָה אֲדֹנָי, Adonai YHVH Eheieh, que representa la unificación del pilar central.

Hay que tener en cuenta que la unión de Tsadi con Alef (la conexión con el Kéter representada por el Nombre Eheieh anterior) nos da el número 91, que es, a su vez, la unión del Tetragrámaton (YHVH = 26) con Adonai (65).

La tradición enseña que la tarea del Tsadiq es elevar las chispas de luz caídas. Dicho de otra forma, elevar la energía de Maljut a Yesod.

Tsadiq es la letra Tsadi extendida más la letra Qof, de la cual se dice que representa la realidad de las chispas caídas. La letra Qof, ק, es la única cuyo trazo desciende por debajo del reglón de escritura, lo que representa la conexión de la Qlipá,

las fuerzas negativas, con la luz (porque si no se alimentaran de luz simplemente no existirían). Pero la Qof es también la inicial de Qedushá (santidad) y qabalá. De hecho puede considerarse constituida por una kaf y una vav, lo que suma 26, el valor del Tetragrama.

El tsadiq es quien realiza la transmutación. Por eso es el fundamento del mundo. Sin su presencia todo se sumiría en el caos y la fragmentación.

De dos personas dice la Torá que eran tsadiquim: José y Noé.

José, יוסף, suma 156. Es por un lado 146 – Olam, mundo – más Yod: La Yod de Yesod sobre el mundo. Por otro lado 156 es Tsión, ציון, en donde tenemos la nun y la yod unidas por la vav (que representa cópula) dando lugar a la tsadi inicial.

Noé, Nój, נח, es 58. Este número es la media de las cuatro extensiones del Tetragrámaton ( $232 \div 4 = 58$ ), indicando presencia en los cuatro mundos. Su permutación, Jen, ךן, es Gracia. Y también el notarikón (acróstico) de Jojmá Nishtorá, la sabiduría oculta, uno de los nombres de la Qabalá.

Otro versículo:

Salmos 92:13

**צַדִּיק כַּתְּמַר יִפְרַח כְּאַרְזֵי בְּלִבְנוֹן יִשְׁגֶּה**

Tsadiq KaTamar Yifraj; KeÉrez BaLebanón Yisgué

El justo florecerá como la palmera; crecerá como cedro en el Líbano.

Unificación de los dos centros inferiores:

Num 14:21

**וְאוֹלָם חַי-אֲנִי וְיִמְלֵא כְבוֹד-יְהוָה אֶת-כָּל-הָאָרֶץ**

Mas ciertamente como vivo yo y la Gloria de YHVH llena toda la tierra

Veulám jai aní veymalé Kevod Adonai et kol haárets

### 5. Centro del ombligo: senderos Nétsaj – Hod y Tiféret – Yesod:

Lev 6:6:

**אֵשׁ תָּמִיד תֹּקֵד עַל-הַמִּזְבֵּחַ לֹא תִכָּבֵּה**

Esh Tamid Tucad Al HaMizbeaj Lo Tijvé

El fuego arderá continuamente en el altar; no se apagará.

El centro del ombligo es el asiento del fuego. Arquetípicamente corresponde al altar de los sacrificios animales en el Templo de Jerusalem. Las ofrendas eran consumidas por el fuego, pero se trataba de un fuego que descendía del cielo, lo cual se dice de la Shejiná: YHVH Eloheja, el Eterno tu Dios, es un fuego abrasador (Deut 4:24).

**כִּי יִהְיֶה אֵלֶיךָ אֵשׁ אֹכֶלֶת הוּא אֵל קָנָא**

O bien: Y la apariencia de la Gloria de YHVH era como un fuego abrasador” (Ex 24:17).

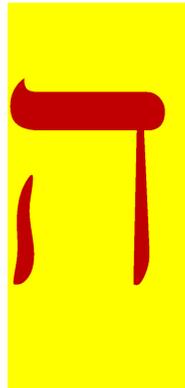
**וּמִרְאֵה כְבוֹד יְהוָה כְּאֵשׁ אֹכֶלֶת בְּרֹאשׁ הָהָר לְעֵינֵי בְּנֵי יִשְׂרָאֵל**

O relativo a Elías en el Carmel con el fuego de Dios que desciende del cielo y consume la ofrenda (I Reyes 18:38).

וַתִּפֹּל אִשׁ-יְהוָה וַתֹּאכַל אֶת-הָעֹלָה וְאֶת-הָעֵצִים וְאֶת-הָאֲבָנִים וְאֶת-הָעֶפְרָר  
וְאֶת-הַמַּיִם אֲשֶׁר-בַּתְּעֹלָה לְחֹקֶה

La ofrenda siempre es de nosotros mismos. Comenta el Zohar (sobre Sal 36:7): “Adam uvhemá, al hombre y a la bestia, preservas, porque uno está contenido bajo el significado general del otro”. Hay que tener en cuenta que YHVH desarrollado con alefim (yetsirá), וַאֲדָה, suma lo mismo que Adam, אָדָם = 45; y YHVH desarrollado con H y V (assíá), וַוְהָה, suma lo mismo que Behemá, bestia, בְּהֵמָה = 52. Igualmente, está escrito: “Adam que traiga **de entre vosotros** ofrenda para YHVH, min **habehemá, del ganado...**” (Lev 1:2). (El énfasis es, por supuesto, mío).

El sacrificio animal es la ofrenda del néfesh, el cuerpo vital, que es transmutado por el fuego a un cuerpo de luz. El fuego Divino consume o transmuta según el estado de pureza y la intención del corazón. Hay que tener en cuenta que Mizbéaj, מִזְבֵּחַ, altar, suma lo mismo que Bitul, בִּטּוּל, la autoaniquilación, el proceso interno de anonadamiento que es la puerta de entrada a lo Divino. Y está escrito: “Holocausto ígneo fragancia grata a YHVH”. La palabra ígneo, אִשָּׁה, ishé, significa también mujer, ishá. Se refiere al néfesh, representado simbólicamente por la mujer – Javá – así como el varón es representativo del Rúaj – Adam –. Y de nuevo, אִשָּׁה puede interpretarse como אִשׁ הֵ, el fuego de la He, es decir, de la Shejiná.



אִשׁ תָּמִיד תּוֹקֵד עַל-הַמִּזְבֵּחַ לֹא תִכָּבֵּד׃

En este centro visualizamos una letra He de color rojo ardiendo con el fuego de la Shejiná mientras recitamos el versículo. Este rodea a la He (sólo está ligeramente indicado en el dibujo) y sus letras también son de fuego.

El conjunto arde con gran viveza, despidiendo mucho brillo y calor; no un calor físico, sino un calor interior, puramente espiritual, transmutador. El fuego circula por

nuestros canales y por un instante nos sentimos rodeados por él. Sentimos ardiendo nuestro cuerpo vital y nuestro néfesh, quemándose todas sus impurezas.

El trabajo a realizar es el tikún hanéfesh, la rectificación de nuestro néfesh. Debemos purificarnos de todas nuestras emociones negativas; liberarnos de nuestra ira, de nuestro odio, de nuestra codicia, de nuestro orgullo, de nuestra gula, de nuestra lujuria, de nuestra habla negativa, etc.

Mientras que repetimos el mantra y mantenemos la visualización permitimos en nuestra mente que afloren memorias, imágenes, estados emocionales, etc., en los que han predominado o predominan esos estados negativos y los trasmutamos mediante el fuego de la He, consumiendo el aspecto de deseo de recibir para uno mismo y liberando el aspecto de deseo de dar, que es la chispa de santidad encerrada.

En última instancia hacemos la ofrenda de nuestros órganos, nuestros huesos, toda nuestra corporeidad. Holocausto es Olá, עלה, de la raíz que indica ascensión, indicando lo que asciende por completo.

#### 4. Centro del corazón (y Tiféret en general):

Este fuego debe luego ascender por el canal central del centro del ombligo al centro del corazón, el lugar de trasmutación de las energías del rúaj. El proceso viene simbolizado por la ofrenda del incienso en el altar de oro del Santo. Y en el Templo de Jerusalem el fuego era llevado al Santo desde el altar de los sacrificios animales.

El fuego se transforma aquí en amor y pasión por lo divino, cesando todo sentido de apego y dependencia. El trabajo a realizar es el tikún harúaj. Nuestros rasgos personales, nuestras relaciones, nuestros deseos, todos deben arder y elevarse como incienso de perfume agradable a la Deidad. Debemos en ello ser sistemáticos, permitiendo que afloren, sin forzar, los contenidos psíquicos relativos, repasando nuestros rasgos psíquicos, nuestras relaciones, etc.

El mantra a trabajar es:

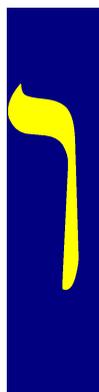
(Salmos 51:12)

לב טהור ברא לי אלהים ורוח נכון חדש בקרבי

Lev Tahor Berá Li Elohim VeRúaj Najón Jadesh BeKirbi

Crea en mí, oh Dios, un corazón puro, y renueva un espíritu recto dentro de mí.

Y el fuego debe encender una letra Vav de color amarillo – color oro – en el centro de un hexagrama (maguén David) también de oro.



Como está escrito:

Sal 84:12

**כִּי שֶׁמֶשׁ וַיִּמָּן יְהוָה אֱלֹהִים**

Ki shémesh umaguén YHVH Elohim  
Porque sol y escudo es YHVH Elohim

Dios es nuestra Luz – el Sol interior – y nuestro protector, nuestro escudo.

Dice Jaqob – Yaaqov – el arquetipo de Tiféret:

Gen 28:16

**אָכֵן יֵשׁ יְהוָה בַּמָּקוֹם הַזֶּה וְאֲנֹכִי לֹא יָדַעְתִּי**

Ajén yesh YHVH bamaqóm hazé veanojí lo yadáti  
Ciertamente YHVH está en este lugar, y yo no lo sabía.

Dios está en nuestro corazón, en el hondón de nuestra mente, como el Nombre YHVH Elóah Vadáat significa.

En realidad, la palabra anojí – yo – es redundante en el texto, porque en hebreo el pronombre personal está incluido en la forma verbal del imperfecto. Yadáti en sí significa “yo no sabía (o supe)”, porque incluye el sufijo (yod) de primera persona. Lo que está diciendo el versículo es que es necesaria una negación del yo – que viene expresado por anojí lo, YO NO – como condición previa a la manifestación de YHVH en este lugar, el corazón. Entonces, Yadáti, yo sabía.

Observamos además que la forma usada, anojí en vez de aní – ambas significando yo – incluye una letra Kaf, que en la sucesión de las siete letras dobles es la correspondiente a Tiféret. Ese es el lugar, Makóm, de valor 186, la suma de los cuadrados de las letras del Tetragrama:  $10^2 + 5^2 + 6^2 + 5^2$ . En el corazón, la energía del Tetragrama se multiplica, se amplifica, irradia en plenitud.

Con la autonegación nos abrimos a la vida del alma, que es la vida de todo:

Neh 9:6

**וְאַתָּה מְחַיֶּה אֶת-כָּל־כֶּלֶם**

Veatá mejayé et kulam  
Y tú vivificas todas las cosas

Todos estos versículos son mantras del corazón y deben ser objeto de meditación continuada.

### 3. Centro de la garganta (Dáat tajtón, Dáat inferior):

En el templo de Jerusalem el centro de la garganta se corresponde simbólicamente con el velo o cortina, Parojet, que separaba el Santo (el centro del corazón) del recinto del Santo de los Santos (el centro de la frente). En él estaban bordadas imágenes de Kerubim, que son los ángeles de Yesod. Tradicionalmente son los guardianes de las puertas que separan este mundo de los mundos invisibles, en particular del mundo de Yetsirá. Esta es la posición en la que nos encontramos, ya que

el Dáat del mundo de Assiá se corresponde con el Yesod de Yetsirá. Recordamos que Dáat en general es considerado la puerta entre los mundos, como hemos visto en el capítulo sobre el Árbol extendido.

Este velo sólo era cruzado una vez al año, el día de Yom Kipur, por el Kohen Gadol, el Sumo Sacerdote. Lo cual da una idea del estado de santidad requerido para el contacto directo con la Shejiná en el Santo de los Santos.

En la organización del pueblo, los israelitas en sí representan el néfesh, los levitas el rúaj y los sacerdotes o kohanim la neshamá, el aspecto de Biná. El Kohen Gadol representa a la neshamá de la neshamá, es decir, a la Jaiá, la envoltura anímica completamente transpersonal que trasciende toda forma en correspondencia con Jojmá.

El primer mantra que utilizamos es el canto angélico de la kedushá, la santificación del Nombre:

Kadosh Kadosh Kadosh YHVH Tsebaot, meló jol haárets kevodó

**קדוש קדוש קדוש יהוה צבאות מלא כל הארץ כבודו**

Santo Santo Santo YHVH Tsebaot, toda la Tierra está llena de su Gloria

Ya hemos comentado sobre este versículo en relación con el centro de la base de la columna. Toda la Tierra está llena de su Gloria, su Shejiná, su Presencia inmanente que todo colma, y es kadosh, santo, es decir, separado, totalmente trascendente a todos los mundos creados.

Es el aspecto de Memalé kol almin usovev kol almin

**ממלא כל עלמין וסובב כל עלמין**

Llena todos los mundos y rodea todos los mundos

Por un lado, nada existe, sino Dios:

**אני יהוה ואין עוד**

(Isa 45:5) Yo soy YHVH y no hay otro

Por otro lado, “Toda la Tierra está llena de su Gloria”.

**מלא כל הארץ כבודו**

Y en el Nombre de Dios están unificados los dos aspectos: La segunda He es la inmanencia de la Shejiná, la Vav la trascendencia de HaKadosh Baruj Hu, Con la primera He y la Yod, Imma y Abba, entramos en el misterio de los mecanismos de la propia Mente Divina, y todo es uno.

Kadosh, קדוש, es 410, igual que la palabra Shemá, escucha, שמע. Es una meditación clásica la unificación del Nombre que realiza el Shemá Israel.

**שמע ישראל יהוה אלהינו יהוה אחד**

Escucha Israel YHVH nuestro Dios YHVH es uno.

Shemá Israel YHVH Elohenú YHVH Ejad.

(Barúj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed.)

(Bendito sea el Nombre de la Gloria de su Reino por siempre jamás)

**Shemá:** Maljút de Atsilut. Adonay. La conciencia del universo. La luz de la Presencia. Formamos parte del enjambre de Chispas Divinas, la Asamblea de Israel (Kneset Israel, identificada con la Shejiná) y nos preparamos para la unión con el arquetipo supremo el Dios Único.

**Israel:** Dice el Zohar: El Santo, bendito sea, Israel y la Torá son uno. Tiféret de Atsilút. La conciencia pura de Dios en el centro de la Manifestación. El Yo Soy o Ser activo de la Creación.

**YHVH Elohehu:** Es Biná de Atsilut. El aspecto “lleno” de la Manifestación. Toda la Creación brotando y siendo reabsorbida en la unidad de la Mente de Dios. El polo negativo de la Luz.

**YHVH:** Jojmá de Atsilut. El aspecto “vacío” de la Manifestación. La trascendencia absoluta de la Esencia Divina. El polo positivo de la Luz.

**Ejad:** Kéter. La unidad omniabarcante; una sola realidad. Todos los aspectos de la Manifestación unidos en la plenitud superabundante de En Sof.

Barúj Shem Kevod Maljutó Leolam Vaed.

Por otro lado, en su valor numérico, el Shemá Israel comprende la unión de YHVH y Elohim, el Nombre completo con las dos polaridades, masculina (YHVH) y femenina (Elohim), explicitadas, tradicionalmente asociado a Biná, pero también al Dáat de la garganta:

שמע ישראל יהוה אלהינו יהוה אחד

$$13 + 26 + 102 + 26 + 541 + 410 = 1118$$

$$\text{יוד הי ויו הי} = 72$$

$$\text{יוד הי ואו הי} = 63$$

$$\text{יוד הא ואו הא} = 45$$

$$\text{יוד הה וו הה} = 52$$

$$\text{Total} = 232$$

$$\text{אלף למד הי יוד מם} = 300$$

$$\text{אלף למד הא יוד מם} = 291$$

$$\text{אלף למד הה יוד מם} = 295$$

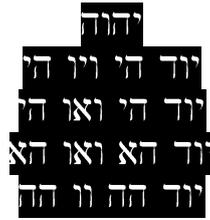
$$\text{Total} = 886$$

$$\text{SUMA TOTAL} = 1118$$

Hay que considerar que tres veces Elohim: אלהים אלהים אלהים es  $86 \times 3 = 258$ . Añadiendo 1 por la unificación se tiene 259.

Garganta en hebreo es Garón, גרון, que también suma 259.

Por otro lado, 232, de las cuatro expansiones del Tetragrama, más 26 del propio Nombre de Dios, da también 258. Añadiendo una unidad llegamos de nuevo al 259 de la garganta.



Tenemos también el segundo canto angélico de la kedushá (Ez 3:12):

Barúj Kebod YHVH mimekomó.

Bendita sea la Gloria de YHVH desde su lugar.

**ברוך כבוד יהוה ממקומו**

¿Cuál es su lugar? **במקומו**, mimekomó, desde su lugar, suma justo 232, el valor de las cuatro expansiones del Tetragrama.

Este es también el valor de la expresión:

**יהי אור**

Yehi Or

Hágase la Luz

Que es la Palabra de la Creación.

Todos los versículos propuestos son mantras del centro de la garganta.

Hay además que considerar otro aspecto:

Este centro rige la autoexpresión creativa, haciendo de conexión entre los poderes intelectuales de Jojmá y Biná y el dominio de la emoción profunda representado por Jésed y Guevurá. Se trata de un lugar en donde se acumulan muchas tensiones y cristalizan muchos bloqueos.

El mantra siguiente rompe los bloqueos en general y resulta específico para el centro de la garganta en particular:

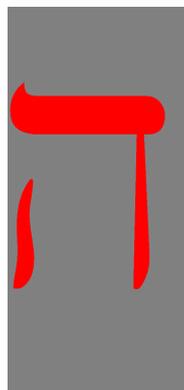
(Salmos 107:16)

**כִּי־שָׁבַר דַּלְתוֹת נְחֹשֶׁת וּבְרִיחֵי בְרֹזֶל גִּדְעָה**

Porque quebrantó las puertas de bronce, y desmenuzó los cerrojos de hierro.

Ki Shivar Daltot Nejoshet Uvrijé Barzel Guidéa.

Mientras recitamos este versículo, elevamos el fuego santo hasta el centro de la garganta. Allí se empieza a prender una letra He, ה, de color rojo brillante en el centro de un pentagrama. Es la primera He del Tetragrama.



Abrimos el centro de la garganta. Entramos en el vacío. Visualizamos la letra He ardiendo e iluminando la profundidad del espacio y el tiempo, mientras pronunciamos el Yehi Or, hágase la Luz, que contiene a todos los seres. Dejamos que brote de este centro la voz del Espíritu, tal como está escrito (Isa 59:21):

“Mi Espíritu que está sobre ti, y mis palabras que he puesto en tu boca, no faltarán de tu boca, ni de la boca de tus hijos, dice YHVH, ni de la boca de los hijos de tus hijos, desde ahora y para siempre”.

## 2. Centro de la frente (Dáat elión, Dáat superior):

Simbólicamente entramos en el Kódesh haKodashím, el Santo de los Santos.

El recinto, de forma cúbica, albergaba el Arca de la Alianza. En su interior había un recipiente con maná, símbolo de la Luz Infinita, la vara de Aarón, símbolo del pilar del medio y el manuscrito de la Torá, la plasmación del Pensamiento Divino.

Sobre la cubierta del Arca estaban los dos Kerubím, frente a frente, representando los dos hemisferios cerebrales y las dos formas de mentación: conciencia tipo Jojmá – aformal – y conciencia tipo Biná – formal –. Y entre ambos se revelaba la Shejiná, la Presencia Divina, como está escrito: “Y te hablaré de sobre el propiciatorio de entre los dos Kerubim que están sobre el arca del testimonio<sup>76</sup>”.

En el Santo de los Santos sólo entraba el Kohen Gadol una vez al año: el día de Yom Kippur. Hemos dicho que, simbólicamente, el Sumo Sacerdote representa la Jaiá, la parte del alma correspondiente a Atsilut y a Jojmá. Es este estado el que debemos alcanzar en este punto de la meditación.

Para ello, meditamos en el siguiente versículo del profeta Habaquq (3:2):

יְהוָה שָׁמַעְתִּי שְׁמֵעָה יְרֵאתִי יְהוָה פְּעֻלָּה בְּקִרְבִּי שְׁנִים טִיִּיהוּ בְּקִרְבִּי  
שְׁנִים תוֹדִיעַ בְּרָגוֹ רַחֵם תִּזְכּוֹר

YHVH shamáti shimajá yareti YHVH paaléja bequéreb shanim jayéu bequéreb shanim todía beróguez rajem tiskor

Oh YHVH, he oído tu palabra, y temí. Oh YHVH, aviva tu obra en medio de los tiempos, En medio de los tiempos hazla conocer; En la ira acuérdate de la misericordia.

Porque queremos escuchar la voz silenciosa del profeta Elías en la cueva del Joreb. Para lo cual, nos desvestimos de todo rasgo personal y función de la mente y entramos en el vacío

La Voz Divina es la voz del silencio. Los tiempos o días son las siete sefirot inferiores del Árbol. El profeta tiene miedo porque teme ser absorbido en la trascendencia absoluta, en la Nada de la Deidad.

Sin embargo, es el punto acausal desde el que podemos rectificar todo. Como nos enseña Moisés después del episodio del becerro de oro (Ex 32:32)

וְעַתָּה אִם־תִּשָּׂא חַטָּאתָם וְאִם־אֵין מְחִנִּי נֹא מִסְפְּרֶךָ אֲשֶׁר כָּתַבְתָּ:

Veatá im tisá hatatam veim AYIN mejéni na misifréja asher katávta que perdones ahora su pecado, y si no, ráeme ahora de tu libro que has escrito.

<sup>76</sup> Testimonio es Edút, עֵדוּת, de la misma raíz que Dáat, דַּעַת Conocimiento .

Moisés alcanzó el nivel del Ayin y entonces fue capaz de atar todas las cosas.

Como Elías, en nuestro tránsito meditativo podemos pasar por varias fases, simbolizadas en su meditación por el viento tempestuoso, el terremoto y el fuego. Pero YHVH no estaba en ninguno de ellos. Cuando Elías escuchó la voz del silencio, la kol demamá, salió de la cueva (del recinto, por así decir, de su conciencia personal) y se postró.

El hilo conductor que nos permitirá atravesar todo el dominio de las qlipot (el viento, el terremoto, el fuego) es el Nombre de Dios, el Tetragrama, al cual debemos aferrarnos y no soltarlo nunca. Para lo cual utilizamos el mantra (salmos 16:8):

**שִׁוִּיתִי יְהוָה לְנִגְדֵי תָמִיד**

Shiviti Adonai Lenegdi Tamid

He puesto a HaShem siempre delante de mí.

Ya hemos hablado de este versículo en el capítulo X sobre Devekut. Todas las meditaciones propuestas en relación con el Tetragrama pueden aplicarse aquí. En realidad, cualquier Nombre Divino puede visualizarse en este centro, que es una ventana abierta a lo espiritual. Es el asiento de lo que se conoce clásicamente como tercer ojo, el foco de la percepción espiritual.

En particular, se tiene la regencia desde Biná de las siete sefirot inferiores. Esto se corresponde con las siete aspersiones de la sangre de los sacrificios que hacía el Sumo Sacerdote en el Kodesh haKodashim. De esa forma hacía la expiación de las siete dimensiones de los mundos de la forma, representadas por las siete sefirot de Jésed a Maljút.

En realidad hacía ocho aspersiones, pero la primera era la correspondiente a Biná (el número ocho trascendiendo a las fuerzas del septenario). Así, iba siguiendo la cuenta: uno, uno y uno, uno y dos, y así hasta uno y siete, subrayando la ligazón de cada dimensión con la unidad.

Hay un Nombre específico de siete letras que precisamente enfatiza este aspecto, y es ARARITA.

**אֲרָרִיתָא**

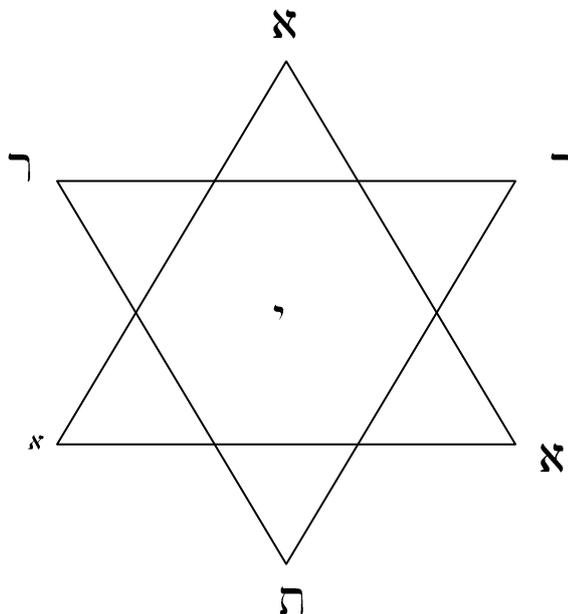
La primera referencia de este Nombre proviene de lo que se conoce como círculo del Iyyun, una escuela cabalística de principios del siglo XIII, aunque es probable que a su vez fuera tomado de los jasidim de Askenaz. Se trata de un acróstico de la siguiente expresión:

**אחד ראש אחדותו ראש יחודותו תמורתו אחד**

Ejad Rosh Ejdotó Rosh Yejdató Temurató Ejad

Uno es su principio, una su individualidad, su permutación una.

El Nombre se da a veces en la forma del hexagrama, y así puede visualizarse:



Es interesante notar que el valor numérico de este Nombre es 813, el mismo que el del versículo completo: Vayómer Elohim Yehi Or Vayehí Or, y dijo Dios sea la luz y la luz fue, que inaugura el proceso de los siete días de la Creación. Es el Yom Ejad, día Uno.

### 1. Centro de la corona (Kéter en general):

En este centro radiante de Luz Infinita conectamos directamente con la Deidad desde donde desciende a nuestro centro del corazón para reinar en él.

Meditamos en el siguiente desarrollo del despliegue de lo Divino:

א  
אין  
אין סוף  
אין סוף אור  
אין סוף אור הוא

Tenemos en total 31 letras, según el valor numérico del Nombre אל, El, Dios.

Meditamos en la letra Alef, א, como una Vav y dos Yodim: ׀׀, es decir, Tetragrama implícito, de valor 26.

Meditamos en el versículo/mantra (Sal 31:6):

**בְּיָדְךָ אֶפְקִיד רוּחִי פְּדִיתָהּ אוֹתִי יְהוָה אֱלֹהֵי אֱמֶת**

BeYadjá Afkid Rují Padita Otí Adonai El Emet

En tu mano encomiendo mi espíritu; Tú me has redimido, Adonai, Dios de verdad.

Meditamos en las tres palabras: Tú me has redimido, Adonai; Padita Otí Adonai, y contemplamos las letras de sus iniciales:

**פא**

Tomamos conciencia de que el valor numérico de esta expresión es 91, cuyos desarrollos, ya tratados en otros lugares, resumimos aquí:

Es el valor de la suma: YHVH + Adonay, אֲדֹנָי + יְהוָה = 'יאהדונהי', unión de Tiféret y Maljút, el cielo y la Tierra, el Santo bendito sea y la Shejiná.

Es el valor de HaElohim, הָאֱלֹהִים, Nombre que representa tanto Maljut como Biná, porque cuando se realiza la unión del Santo Bendito Sea y la Shejiná inmediatamente estamos al nivel de los tres Supremos.

Es Amen, אָמֵן, notarikón de Adonay Mélej Neemán, Adonay Rey Fiel, que expresa nuestra confianza absoluta en la Deidad.

Es maná, מָנָא, el sustento espiritual; el rocío que destila del cerebro del Anciano de los Días, mediante el cual los muertos resucitarán en el mundo futuro. (Zohar)

Es סאל, uno de los 72 Nombres de Dios (el número 45), correspondiente a Tiféret de Tiféret.

Es el resultado de  $13 \times 7$ . Trece es el valor numérico de Ejad, Uno. Tenemos así la unidad manifestada en el septenario de la forma.

También es la suma de las tres extensiones del Nombre Yah, יָה, Nombre de Dios en Jojmá:

$$\text{יֹד הֵי} = 35$$

$$\text{יֹד הָא} = 26$$

$$\text{יֹד הָה} = 30$$

$$91$$

Por último, es notaricón de Potéaj et Yadeja (Sal 145:16).

**פּוֹתַח אֶת־יָדְךָ וּמַשְׁבִּיעַ לְכָל־חַי רָצוֹן**

ratsón jai lejol umasbiá yadeja et Potéaj

Abres tu mano y satisfaces a todos los vivientes con favor

Mano, Yad, es un eufemismo para la letra Yod. De donde el versículo se leería:

Abres tu Yod, tu punto de infinito, la fuente de Luz, la primera letra del Nombre de Dios, representando Jojmá y Atsilut, la energía del Edén Superior;

Y satisfaces a todos los seres hasta el máximo de su deseo, llenando a rebosar sus vasijas.

Elevamos el fuego de la letra He del centro de la garganta hasta el Kéter, y allí prende una letra Yod que arde con un fuego blanco purísimo, irradiando luz blanca luz blanca, pura brillantez. Su irradiación llena todo el universo. Contemplamos.



Vemos cómo un rayo de su luz desciende por todo el pilar central, uniendo entre sí a las cuatro letras del Nombre – visualizamos a las cuatro letras en sus centros correspondientes – según está escrito:

“Mas YHVH está en su santo Templo<sup>77</sup>; guarde silencio delante de él toda la tierra.” (Habakuk 2:20)

וַיִּהְיֶה בְּהִיכַל קְדֹשׁוֹ הַסּ מִפְּנֵי כָּל־הָאָרֶץ



Contemplamos entonces cómo la letra Yod se abre y desborda un néctar luminoso - el maná - que desciende por todo el canal central hasta el centro de Maljut, de la base de la columna y nos llena de gozo centro a centro: Abres tu mano y satisfaces a todos los vivientes a su placer.

פֹּתַח אֶת־יָדְךָ וּמִשְׁבִּיעַ לְכָל־חַי רָצוֹן  
Potéaj et yadeja umasbia lejol jai ratsón

<sup>77</sup> Habacuc 2:20. Templo = HEIJAL = 65 = ADONAI = HES = Guardar silencio. Así, YHVH + ADNI = 91 = AMN = Maná (MNA)



Abres tu Yod y llenas a todo viviente hasta el máximo de su deseo. El versículo tiene siete palabras y podemos irlas pronunciando, una por centro, según descende el néctar luminoso por el pilar del medio.

Cuando esta esencia ha llegado al fondo, la elevamos de nuevo centro a centro, experimentando nuevo gozo y éxtasis, hasta el Kéter de nuevo y desde allí irradia a toda la creación.

Contemplamos.

Y, por supuesto, es un mantra de Kéter (y de todo el pilar del medio en general) el Nombre de Dios, Eheiéh Asher Eheiéh, que ya hemos comentado en el capítulo X de Devekut.

**אהיה אשר אהיה**

YO SOY QUIEN YO SOY

(Yo seré quien yo seré)

## MEDITACIÓN 52

### EL PILAR DEL MEDIO DEL ÁRBOL EXTENDIDO

La práctica de los siete centros, expuesta hasta aquí en el contexto del Árbol de la Vida simple, es completa e iluminadora en sí misma. Pero podemos desarrollarla en el marco del pilar del medio del Árbol extendido. Será entonces una práctica que, a su vez, vertebrará los estados de conciencia cartografiados por el pilar del medio.

Resumiendo así en un solo versículo por centro el recorrido por el pilar de medio del Árbol Asiático, tendríamos:

#### Centro de la base de la columna (Maljút):

Sal 104:24

**מהִרְבּוֹ מַעֲשֵׂיךָ יְהוָה כָּל־מַלְאָה הָאָרֶץ קִינְיָנָה**

Ma rabú maaseja Adonai. Kulam bejojmá asíta. Maleá haárets kinyaneja.

Cuán grandes son tus obras Adonai, todas las has hecho con sabiduría, llena está la Tierra de tus beneficios.

#### Centro del sexo (Yesod):

Salmos 92:13

**צַדִּיק כַּתְּמַר יִפְרַח כַּאֲרֵז בְּלִבְנוֹן יִשְׁגֶּה:**

Tsadiq KaTamar Yifraj; KeÉrez BaLebanón Yisgué

El justo florecerá como la palmera; crecerá como cedro en el Líbano.

#### Centro del ombligo (Nétsaj-Hod):

Lev 6:6

אֵשׁ תָּמִיד תּוֹקֵד עַל־הַמִּזְבֵּחַ לֹא תִכָּבֵּה

Esh Tamid Tucad Al HaMizbeaj Lo Tijvé  
El fuego arderá continuamente en el altar; no se apagará.

**Centro del corazón** (Tiféret de Assiá/Maljut de Yetsirá):

Salmos 51:12

לֵב טָהוֹר בְּרָאֲלֵי אֱלֹהִים וְרוּחַ נְכוֹן חָדֵשׁ בְּקִרְבִּי

Lev Tahor Berá Li Elohim VeRúaj Najón Jadesh BeKirbi  
Crea en mí, oh Dios, un corazón limpio, y renueva un espíritu recto dentro de mí.

**Centro de la garganta** (Daát de Assiá/Yesod de Yetsirá):

Salmos 107:16

כִּי־שִׁבַר דַּלְתוֹת נְהַשֵּׁת וּבְרִיחַי בְּרִזְלִי גִדְעוּ

Ki Shivar Daltot Nejoshet Uvrijé Barzel Guidéa.  
Porque quebrantó las puertas de bronce, y desmenuzó los cerrojos de hierro.

**Centro de la frente** (Jojmá-Biná):

Salmos 16:8

שְׁוִיתִי יְהוָה לְנֶגְדֵי תָמִיד

Shiviti Adonay lenegdi Tamid  
He puesto a Adonai delante de mí siempre

**Centro de la cabeza** (Kéter de Assiá/Tiféret de Yetsirá/Maljut de Briá)

Salmos 31:6

בְּיָדְךָ אֶפְקִיד רוּחִי פָדִיתָ אוֹתִי יְהוָה אֵל אֱמֶת

BeYadjá Afkid Rují Padita Otí Adonai El Emet  
En tu mano encomiendo mi espíritu; Tú me has redimido, Adonai, Dios de la verdad.

A partir de este punto seguimos ascendiendo:

**Daát de Yetsirá/ Yesod de Briá:** Abrir este centro es hacerse receptivo a la influencia del Rúaj HaKódesh, el Espíritu Santo.

Proponemos estos dos versículos:

Isaías 11:2

וְנָחָה עָלָיו רוּחַ יְהוָה רוּחַ חֵכְמָה וּבִינָה רוּחַ עֲצָה וּגְבוּרָה רוּחַ דַּעַת  
וְיִרְאַת יְהוָה

Venájah alav Rúaj YHVH Rúaj Jojmá uBiná Rúaj Etsá uGuevurá Rúaj Dáat veYiráat YHVH

Y reposará sobre él el Espíritu de YHVH; espíritu de sabiduría y de inteligencia, espíritu de consejo y de poder, espíritu de conocimiento y de temor de YHVH.

Los siete dones del Espíritu corresponden a las siete sefirot del Rostro Superior de Yetsirá:

Rúaj YHVH es el Kéter

Rúaj Jojmá uBiná son las sefirot del mismo nombre

Rúaj Etsá uGuevurá son Jésed y Guevurá

Rúaj Dáat es esa misma sefirá como centro del hexagrama que forman las otras seis sefirot.

Rúaj Yirat Adonai es Tiféret y es el resultado del despertar de iluminación en esa sefirá.

Ezequiel 37:9

וַיֹּאמֶר אֵלַי הַנְּבִיא אֶל־הַרוּחַ הַנְּבִיא בֶן־אָדָם וַאֲמַרְתָּ אֶל־הַרוּחַ  
כֹּה־אָמַר אֲדַנְי יְהוָה יְהוּה מֵאַרְבַּע רוּחוֹת בְּאֵי הַרוּחַ וּפָחִי בְּהַרוּגִים הָאֵלֶּה  
וַיַּחֲיֵן

Y me dijo: Profetiza al espíritu, profetiza, hijo de hombre, y di al espíritu: Así ha dicho Adonay YHVH: Espíritu, ven de los cuatro vientos, y sopla sobre estos muertos, y vivirán.

Vayómer Elái Hinavé El HaRúaj Hinavé Ben Adam Veamarta El Harúaj Koh Amar Adonay YHVH Mearbá Rujót Boí HaRúaj Ufejí Baharuguím Haéleh Veyijyú.

**Tiféret de Briá/Kéter de Yetsirá/Maljút de Atsilut:** Es el centro de la Neshamá Suprema.

Ez 1:26

וּמִמַּעַל לָרִקִיעַ אֲשֶׁר עַל־רֵאשֵׁים כְּמֵרָאָה אֶבֶן־סַפִּיר דְּמוּת כֶּסֶף  
וְעַל דְּמוּת כֶּסֶף דְּמוּת כְּמֵרָאָה אָדָם עָלָיו מִלְמַעְלָה

Y sobre la expansión que había sobre sus cabezas se veía la figura de un trono que parecía de piedra de zafiro; y sobre la figura del trono había una semejanza que parecía de hombre sentado sobre él.

Umimaál la raquía asher al rosham kemaré eben sapir demút kisé veal demút hakisé demút kemaré adam alav milemalá.

Sal 2:7

אֲסַפְּרָה אֵל חֶק יְהוָה אָמַר אֵלַי בְּנֵי אֶתְּהָ אֲנִי הַיּוֹם יִלְדֵתִיךָ

Yo publicaré el decreto; YHVH me ha dicho: Mi hijo eres tú; Yo te engendré hoy. Asaperá el Joq YHVH amar elái bení atá aní hayom yelidtíja.

Sal 90:1

הַפֹּלֶה לְמֹשֶׁה אִישׁ־הָאֱלֹהִים אֲדַנְי מֵעוֹן אֶתְּהָ הָיִיתָ לָנוּ בְּדָר וְדָר

Oración de Moisés, varón de Dios. Adonay, tú nos has sido refugio de generación en generación (reencarnaciones).

Tefilá leMoshé Ish Elohim Adonay Maón atá Hayíta lánú bedor vador.

**Yesod Atsilút/Dáat de Briá:** Como Dáat de Yetsirá, es el Espíritu de Dios aleteando sobre la superficie de las aguas.

Séfer Yetsirá 9:1

אחת רוח אלהים חיים ברוך ומבורך שמו של חי העולמים קוד  
ורוח ודבור והוא רוח הקודש

Aját Rúaj Elohim Jayím Barúj uMeboráj shemó shel Jai Haolámím Kol veRúaj veDibur  
VeHú Rúaj Ha Qódes.

Uno es el Espíritu del Dios Vivo bendito y bendecido sea el Nombre de la Vida de los  
Mundos. Voz, Aliento y palabra y Él es el Espíritu Santo.

De la Amidá (Ritual judío de oraciones):

אתה קדוש ושמך קדוש וקדושים בכל יום יהללוך סלה

Atá Kadosh veShimjá Kadosh ukdoshím bejol yom yehalelúja séla.

Tú eres Santo y tu Nombre es Santo y los Santos te alaban todos los días. Séla

**Tiféret Atsilút/ Kéter Briá:** Es el nivel del Zer Anpin, el Rostro menor de la Deidad

Ex 20:2-3

אֲנֹכִי יְהוָה אֱלֹהֶיךָ אֲשֶׁר הוֹצֵאתִיךָ מֵאֶרֶץ מִצְרַיִם מִבֵּית עַבְדִּים  
לֹא יִהְיֶה-לְךָ אֱלֹהִים אֲחֵרִים עַל-פָּנָי:

Anojí Adonai Elohéja asher hotsetíja meérets Mitsrayim mibet abadim.

Lo yiyeh elohim ajerim al Panai.

Yo soy YHVH tu Dios, que te saqué de la tierra de Egipto, de casa de servidumbre.

No tendrás otros dioses delante de mí.

Deut 4:35

אָמַתְּ הָרֵאָתָ לְדַעַת כִּי יְהוָה הוּא הָאֱלֹהִים אֵין עוֹד מִלְּבָדוֹ

Atá haretá ladáat ki Adonai hu HaElohim en od milevadó

A ti te fue mostrado, para que supieses que YHVH es HaElohim, y no hay otro a su  
lado

Isa 45:5

אֲנִי יְהוָה וְאֵין עוֹד

Aní Adonai veEn Od

Yo soy YHVH y no hay otro

(Yo soy YHVH y el Ayin Conciencia)

**Dáat de Atsilút:** El paso por el Ayin Divino

Job 28:12

וְהִתְכַמָּה מֵאֵין תִּמְצָא וְאֵי זֶה מְקוֹם בִּינָה

VehaJojmá meÁyin timatsé veé ze makóm Biná

Mas ¿dónde se hallará la sabiduría? ¿Dónde está el lugar de la inteligencia?

(La Sabiduría viene del Ayin)

Ex 32:32

**וְעַתָּה אִם-תְּשָׂא תְּטַאחֶם וְאִם-אֵין מְחַנִּי נָא מִסִּפְרֶךָ אֲשֶׁר כָּתַבְתָּ:**

Veatá im tisá hatatam veimayin mejéni na misifréja asher katávta.

Que perdones ahora su pecado, y si no, ráeme ahora de tu libro que has escrito.

Habaquq 3:2

**יְהוָה שָׁמַעְתִּי שְׁמַעְךָ יְרֵאתִי יְהוָה פְּעַלְךָ בְּקִרְבִּי שָׁנִים חַיִּיהוּ בְּקִרְבִּי  
שָׁנִים תוֹדִיעַ בְּרִגְזֵי רַחֵם תִּזְכּוֹר**

YHVH shamáti shimaja yareti YHVH paaléja bequéréb shanim jayéu bequéréb shanim  
todía beróguez rajem tiskor

Oh YHVH, he oído tu palabra, y temí. Oh YHVH, aviva tu obra en medio de los  
tiempos, En medio de los tiempos hazla conocer; En la ira acuérdate de la misericordia.

**Kéter de Atsilút:** El estado último de conciencia. Arij Anpin

**אהיה אשר אהיה**

Eheié Asher Eheié

YO SOY QUIEN YO SOY

(Yo seré quien yo seré)

De Sal 139

**אָנָה אֵלֶךְ מְרוֹחֶךָ וְאָנָה מִפְּנֵיךָ אֶכְרַח:**<sup>7</sup>

**אִם-אֶסַּק שָׁמַיִם שָׁם אָתָּה וְאֶצִּיעָה שְׂאוֹל הַנֶּבֶל:**<sup>8</sup>

**אֲשָׂא כְנָפַי-שָׁחַר אֲשַׁכְנֶה בְּאַחֲרֵית יָם:**<sup>9</sup>

**גַּם-שָׁם יָדֶךָ תִּנְחַנֵּי וְתִאחַזְנֵי יְמִינֶךָ:**<sup>10</sup>

**וְאָמַר אֶךְ-חֲשֹׁךְ יִשׁוּפְנֵי וְלִילָה אֹר בְּעֵדְנֵי:**<sup>11</sup>

**גַּם-חֲשֹׁךְ לֹא-יִחַשֵׁךְ מִמֶּךָ וְלִילָה כִּיּוֹם יֵאִיר בְּחֻשִׁיכָה כְּאוֹרָה**<sup>12</sup>

<sup>7</sup> ¿A dónde me iré de tu Espíritu?

¿Y a dónde huiré de tu presencia?

<sup>8</sup> Si subiere a los cielos, allí estás tú;

Y si en el Seol hiciere mi estrado, he aquí, allí tú estás.

<sup>9</sup> Si tomare las alas del alba

Y habitare en el extremo del mar,

<sup>10</sup> Aun allí me guiará tu mano,

Y me asirá tu diestra.

<sup>11</sup> Si dijere: Ciertamente las tinieblas me encubrirán;

Aun la noche resplandecerá alrededor de mí.

<sup>12</sup> Aun las tinieblas no encubren de ti,

Y la noche resplandece como el día;

Lo mismo te son las tinieblas que la luz.

**אני אין אחד וכל**

Aní Ayin Ejad veKol  
Yo Soy Nada Uno y Todo

Gen 1:31

**וַיֵּרָא אֱלֹהִים אֶת־כָּל־אֲשֶׁר עָשָׂה וְהִנֵּה־טוֹב מְאֹד**

Vayar Elohim et-kol-asher asah vehineh-tov me'od  
Y vio Dios todo lo que hizo, y he aquí que era bueno en gran manera

LeShem Yijud Kudshá Berij Hu UShjintea [*Visualizar y unir Nombres de Dios en Tiféret y Maljút: י'אהדונהי*] BiDjilú URjimú [*Visualizar y unir Nombres de Dios en Jojmá y Biná: י'אהדהויהה*] URjimú BiDjilú [*Visualizar y unir Nombres de Dios en Biná y Jojmá: א'יההויהה*] LeYajda Shem Yud He BeVav He BYjudá Shelim [*יהודה*] BeShem Kol Israel.

Por la unidad del Santo, Bendito sea, y su Shejiná (*Tiféret-Zeir Anpin y Maljút-Nukva*), en temor y amor (*Jojmá y Biná*), en amor y temor (*Biná y Jojmá*), para unir el Nombre Yod He con Vav He (*por la energía de En Sof que vivifica y une las letras*) en perfecta unidad (*Kéter*), en el nombre de todo Israel (*el alma espiritual arquetípica de la humanidad*).

(Joel 3:1-2)

<sup>1</sup> וְהָיָה אַחֲרֵי־כֵן אֲשַׁפּוּךְ אֶת־רוּחִי עַל־כָּל־בָּשָׂר וְנִבְּאוּ בְּנֵיכֶם וּבָנוּתֵיכֶם  
זְקֵנֵיכֶם חֲלֹמוֹת יַחֲלֹמוּן בְּחֻזְרֵיכֶם חֲזִינּוֹת יִרְאוּ:

<sup>2</sup> וְגַם עַל־הָעֲבָדִים וְעַל־הַשִּׁפְחוֹת בְּיָמֵים הַהֵמָּה אֲשַׁפּוּךְ אֶת־רוּחִי:

Y después de esto derramaré mi Espíritu sobre toda carne, y profetizarán vuestros hijos y vuestras hijas; vuestros ancianos soñarán sueños, y vuestros jóvenes verán visiones. Y también sobre los siervos y sobre las siervas derramaré mi Espíritu en aquellos días.