CURSO BÁSICO DE CÁBALA

por Eduardo Madirolas
www.lacabaladelaluz.com
e-madirolas@hotmail.com

Lección 19

SÉFER YETSIRÁ: LA VÍA MÍSTICA DE ABRAHAM ABULAFIA. PRÁCTICA DE TSERUF.

Notas sobre el Séfer Yetsirá (ver también lección 2 sobre las letras hebreas**)**

El Séfer Yetsirá pretende ser una explicación del primer capítulo del Génesis y, en efecto, esta estructura se encuentra codificada en él de la siguiente manera: treinta y dos veces aparece mencionado el nombre Elohim, traducido como Dios. Las diez palabras explícitas de Dios, es decir, las diez veces en que directamente aparece la expresión: "Dijo Dios", y que han sido enumeradas al principio de este artículo, corresponden a las diez sefirot o esferas. Hay siete veces en las que se dice que "Dios vio", lo cual corresponde a las siete letras dobles, tres veces se menciona que "Dios hizo", lo cual alude a las tres madres. Por último, en doce ocasiones se describen otras acciones divinas, en consonancia con las doce letras simples restantes. También en el Árbol de la Vida, en su diseño actual comúnmente aceptado, aparecen siete canales verticales, tres horizontales y doce oblicuos.

¿Cómo debemos interpretar el hecho de que Dios "hable" y que, como resultado de esas palabras, tenga lugar la Creación? El Sefer Yetzirá, nombre que, por cierto, significa "Libro de la Creación "(o, más literalmente, de la Formación), trata de establecer en qué consiste el acto creativo y cuál es la mecánica de la creación. Y esto lo hace analizando el despliegue del Pensamiento Divino, primero en números y letras, y luego en nombres, empezando por el propio Nombre de Dios, que es el arquetipo fundamental, ya que las palabras - los nombres - son la esencia de las cosas y dan lugar a ellas.

"Bereshit Bará Elohim Et HaShamaim VeEt HaAretz."
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 creó a Elohim..."

También el Sefer Yetzirá comienza con operaciones que tienen lugar en el propio seno de la Deidad, como son el acto de "grabar su Nombre", para después

proyectar el mundo; y así, su primer párrafo, con insuperable potencia expresiva, además de con la precisión técnica que requiere su objetivo (el ser un manual de meditación, o, mejor dicho, de conexión, tal como explicaremos luego) hace la siguiente lectura del primer versículo del Génesis:

"En treinta y dos senderos secretos de Sabiduría, <u>grabó</u> YaH, YHVH Tsebaot, Dios de Israel (Elohé Israel), Dios de Vida (Elohim Jayim) y Rey del Universo, Dios Todopoderoso (El Shaddai), clemente y misericordioso, elevado y sublime, habitante eterno del arriba y Santo, <u>su Nombre</u> y <u>creó su Universo</u> con tres sefarim (numeraciones): el número, la letra y la narrativa. Diez Sefirot del vacío (Belimá) y veintidós letras fundamento: tres madres, siete dobles y doce simples."

Hemos añadido los subrayados para enfatizar los dos momentos del despliegue Divino a los que nos referimos antes y que, en lenguaje cabalístico, corresponden a dos mundos o niveles completos de manifestación: el mundo de las emanaciones o Atsilut, en el que Dios graba su Nombre, y el mundo de la Creación propiamente dicha, Briá en hebreo.

Es decir, que por medio de 32 elementos, el principio absoluto, el Infinito e incognoscible, graba su Nombre - proyecta una imagen/forma de Sí mismo, lo que constituye la esencia interna de la Luz y la energía pura de su Pensamiento - y crea su mundo: todo el universo manifestado. Y lo hace mediante tres sefarim o modos de manifestación: 1.Números o Sefirot, que determinan la cantidad o intensidad de la energía (no por disminución, sino por diferenciación); 2.Letras o moldes metafísicos, que determinan la cualidad de la misma, y 3. La combinación de ambas en narrativa o sonido compuesto: palabras moduladas en intensidad por los distintos filtros sefiróticos.

Sefirot:

1-3 "Diez Sefirot de la nada, en el número de los diez dedos: cinco opuestos a cinco, con una única alianza precisamente en el medio en la circuncisión de la lengua y en la circuncisión del miembro."

- El poder creativo es generado mediante la tensión que se establece entre los opuestos.

La segunda parte del párrafo anterior podría haberse traducido como "en la palabra de la lengua y en la palabra de la desnudez." En hebreo, "milá" significa tanto palabra como circuncisión. El poder creativo de la palabra y el poder creativo del sexo son equiparados. Ambos son "consagrados" mediante la circuncisión. Está escrito (2 Sam 23:2): "El Espíritu de Dios habla a través de mí y su palabra (milá) está en mi lengua". Según Kaplan, la circuncisión de la lengua se refiere a la capacidad para usar los misterios de la lengua hebrea.

	S. Y.: 1ª exposición	Árbol de la Vida	Algunos opuestos
Una dim. temporal	principio/fin	jojmá/biná	Conciencia/contenido Eternidad/temporalidad
Una dim. energética	bien/mal	jésed/guevurá	Expansión/contracción construcción/destrucción
	arriba/abajo	kéter(dáat)/yesod	El espectro de la conciencia espíritu/materia
Tres dim. espaciales	este/oeste	hod/nétsaj	masculino/femenino pensamiento/sentimiento
	sur/norte	tiféret/maljút	subjetivo/objetivo intuición/sensación

S.Y.: 2ª exposición	Árbol de la Vida		
espíritu	kéter		
aire	jojmá		
agua	biná		
fuego	jésed	1er día	luz/oscuridad
arriba	guevurá	2º día	separación aguas superiores/inferiores. Firmamento
abajo	tiféret	3er día	Reunión aguas inferiores: lo seco. Hierba y árboles
este	nétsaj	4º día	Luminarias
oeste	hod	5º día	Aves y peces
sur	yesod	6º día	Animales terrestres Ser humano
norte	maljut	7º día	Shabat

El Sefer Yetzirá, en la segunda relación, describe las sefirot de la siguiente manera:

La primera, el dominio de la Unidad, es el Espíritu del Dios Vivo (Rúaj Elohim Jayim) del que se dice que es la Vida de los mundos, la Voz, el Aliento y la Palabra, y que éste es el Espíritu Santo.

La segunda, que procede de la primera, es el aire espiritual, en el que son grabadas y cinceladas las veintidós letras como concreción del hálito divino, es decir, de la propia fuerza creativa de la Deidad. Las letras no son nada sin ese hálito único que las anima: el Rúaj haKódesh o Espíritu Santo. O, por decirlo aún de otra forma, las letras son los moldes metafísicos o vasijas que contienen y expresan la energía viva (Luz) del Espíritu Divino.

Podemos preguntarnos si hay alguna indicación (esotérica) en el primer versículo del Génesis sobre esta formación de las letras. La encontramos en la cuarta palabra, Et, que aparece también en sexto lugar: “Bereshit Bará Elohim **Et** haShamaim ve**Et** haAretz”.

Esta palabra, Alef Tav, que desde el punto de vista gramatical es puramente indicativa del objeto directo, es interpretada como representando a todo el alfabeto: Alef

es la primera letra y Tav la última, algo así como decir en griego el alfa y el omega. Se nos dice entonces que hay una doble creación: las letras celestes (Et haShamaim) y las letras terrestres (Et haAretz). Dios ha dado el poder (mental) al hombre - y ésta es la clave de la aplicación mística del Séfer Yetzirá - de operar en las letras de arriba actuando sobre las letras de abajo. Sobre esto se hablará después.

La tercera Sefirá es el agua que procede del aire, es decir, el continuo sustancial que dará lugar a los mundos de la forma y la materia ("Y la tierra era Tóhu y Bóhu..." Gen: 1:2). Para poder actuar las letras deben fijarse sobre algo. Este algo es el agua, que es como la tinta fluída que se adapta a la forma de las letras (las vasijas).

A continuación viene el fuego - cuarta Sefirá - en el que Dios funda su morada: el Trono de Gloria y las huestes angélicas o formas espirituales. El Trono es una representación colectiva del mundo del Ser en el que las potencialidades inherentes a la materia prima del agua se expresan en su diferencia (aunque no se separan todavía). En física moderna, el agua primordial sería como el vacío mecánico-cuántico que es el máximo de energía potencial. Al hablar de fuego damos el salto (Gran Explosión) a energías concretas, actuales.

En el segundo versículo del Génesis, esta Sefirá aparece oculta en la expresión Rúaj Elohim (el Aliento de Dios que se cernía sobre el rostro de las aguas). Si consideramos el valor numérico de estas dos palabras (R+V+J = 200+6+8 = 214 y A+L+H+Y+M = 1+30+5+10+40 = 86; Total = 300) obtenemos el resultado de 300, que es, a su vez, el número de la letra Shin. Esta letra corresponde al fuego y dice posteriormente el Séfer Yetsirá que con ella fueron creados los cielos.

Este Rúaj Elohim (fuego/energía primordial) se concreta en el habla Divina ("Y dijo Dios: Hágase la Luz...) lo que da lugar al primer día de la creación

Las seis Sefirot, de la cuarta a la novena, corresponden a los seis días de la Creación (ver el primer capítulo del Génesis). Son presentadas en el Séfer Yetsirá como las seis caras de un cubo que es sellado mediante las seis permutaciones de las tres primeras letras del Nombre (YHV). Cinco breves notas sobre ello:

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.

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. 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 da una formidable técnica de meditación con letras: la de permutación o tseruf (ver después).

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 (2º capítulo del Génesis).

5. El cubo metafísico también prefigura la interpretación de las letras: la tridimensionalidad del espacio, uniendo entre sí las caras opuestas, corresponde a las tres letras madres. También podemos representarlas como circunscribiendo al cubo mediante tres círculos máximos (ecuador más dos meridianos perpendiculares entre sí).

Las seis caras más el centro corresponden a las siete dobles. Y las doce aristas, a las doce letras simples. Con el principio espiritual de cada una de las letras el Creador conforma un poder específico sobre el cual regirá la letra. Este poder es macrocósmico (planetas y signos del zodíaco), temporal (la energía interna que despliega cada día de la semana y cada mes solilunar del calendario hebreo) y microcósmico (en el nefesh o cuerpo vital del hombre: la contraparte astral de los órganos físicos), con lo que la Creación queda completada. De todo ello trata ampliamente la segunda parte del Séfer Yetsirá.

6. 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).

7. 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.

Algunas técnicas de meditación:

1-4 Diez Sefirot de la nada, diez y no nueve, diez y no once. Discierne con Sabiduría y penetra con Inteligencia. Examina con ellas y escruta desde ellas. Haz que cada cosa se yerga sobre su esencia y haz que el Creador se siente en Su base.

1-8 Diez Sefirot de la nada. Refrena tu boca de hablar, y tu corazón de pensar. Y si tu corazón corre, regresa al lugar. Por eso está escrito: "Las Jayot corrían y regresaban". Respecto a esto se hizo una alianza.

"Discierne con Sabiduría y penetra con Inteligencia". O "Instrúyete con sabiduría y sé sabio con entendimiento".

Es una instrucción para oscilar con la conciencia de lo formal a lo aformal, sucesivamente, cambiando de hemisferio cerebral.

Es el secreto del Jashmal – shin/mem – silencio/palabra.

Y de las Jaiot, corriendo y regresando.

Se puede hacer un ejercicio vibrando sucesivamente shin y mem, acompañando a la vibración del movimiento de cabeza de izquierda a derecha y de derecha a izquierda respectivamente, o se puede hacer con el aliento (alef que equilibra ambas letras) sincronizando la inspiración con silencio y la espiración con palabra (habla subvocal).
Jojmá y Biná son una pareja de amantes que nunca se separan.

"Examina con ellas y escruta desde ellas".

Es decir, "interioriza el Árbol de la Vida de forma que constituya el filtro de tu experiencia". Es el método tradicional de enseñanza mediante las correspondencias. Se entiende que el estudio es meditativo, no meramente intelectual.

En general a los 32 elementos del Árbol se ligan una serie de significados o correspondencias, como si se tratara de las distintas facetas de un cristal tallado. Por ejemplo: Nombres Divinos; ciclos temporales (meses, días, estaciones del año); las direcciones del espacio; signos del zodíaco, planetas, elementos; las partes del cuerpo; el ser interno del hombre; su psicología; elementos de mitología egipcia, griega, babilónica; letras hebreas; cartas del Tarot, etc.

Sobre el Árbol, se ponen sistemas místicos, visionarios, extáticos, contemplativos; características psicológicas, teorías del desarrollo personal; estados de conciencia; datos científicos modernos; sistemas mágicos con sus correspondencias de sonidos, color, olores, perfumes, cristales, joyas, etc.

También cosmología esotérica; los datos del cuerpo sutil, como chakras o centros sicofísicos; los cielos; los palacios celestiales; los estados de después de la muerte, etc.

Se obtiene así una gran organización de la conciencia, y no estamos hablando sólo a nivel intelectual. La conciencia se puede expresar mediante el pensamiento, pero también mediante la emoción, mediante cualquier tipo de experiencia interna.

El Árbol de la Vida funciona en cierto modo como una serie de carpetas de archivos, cada uno con multitud de links e hipervínculos. Como consecuencia:

1º se organizan los contenidos de la mente.

2º se unifican prácticamente todos los sistemas de cualquier tipo con lo que se lleva a una reducción del conocimiento a la unidad, por supuesto no como una experiencia teórica, sino práctica y transformadora.

Es fundamental llegar a un conocimiento interiorizado del Árbol de la Vida, es decir, no simplemente aprendiéndose unas correspondencias de forma intelectual, sino energizándolas al tiempo mediante la meditación, el ritual y, por supuesto, la práctica en la vida cotidiana. Si no se llevan a la práctica es un conocimiento inútil.

Como dice un cabalista hermético moderno, Charles S. Jones (Frater Achad):

"Respecto del Árbol de la Vida es de primordial importancia que los detalles del plan sean memorizados. Esta es posiblemente la razón principal por lo que a los primeros tiempos la cábala era transmitida de boca a boca y no por escrito, pues sólo da fruto en la medida en que arraiga en nuestras mentes. Podemos hablar de ella, estudiar en una cierta medida, hacer juegos con ella en un papel, etc. Pero hasta que la mente no asuma en sí misma la imagen del Árbol y podamos ir de rama en rama, de correspondencia en correspondencia, visualizando el proceso y convirtiéndolo de esa forma en un Árbol vivo, no veremos la luz de la verdad descender sobre nosotros. Habiéndolo conseguido habremos triunfado en germinar un retoño sobre la tierra, como en el caso de un árbol joven, y así nos hallaremos en un nuevo mundo, mientras nuestras raíces estarán firmemente implantadas en nuestro elemento natural."

"Haz que cada cosa se yerga sobre su esencia y haz que el Creador se siente en Su base". O bien, levanta (o establece) cada cosa (dabar, que significa también palabra) en su esencia y restablece al Formador sobre su lugar.

Las sefirot son los arquetipos fundamentales del ser. La esencia de cada cosa es su raíz en el Árbol de la Vida, con su particular composición de sefirot y letras. Por eso es necesario el tipo de estudio meditativo referido antes. Eso es Maasé Bereshit, la llamada cábala especulativa o teosófica. Hacer que el Yotser se siente en su base es Maasé Merkabá, la obra del Carro.

¿Quién es el Formador? El hecho de que el texto use la expresión Majón (base) en vez de Kisé (trono) nos da una pista.

El trono es una representación global del mundo de Briá, que constituye el asiento de la Deidad. Majón es el nombre tradicional del sexto cielo de Yetsirá, que corresponde a Jésed.

Si lo consideramos en el Árbol extendido, este Jésed de Yetsirá es la polaridad fuerza de la tríada Hombre Solo que pivota sobre el self tiferético, a su vez solapado con el Kéter de Asiá. Podemos entender al yotser de un modo "personal" (evidentemente no egoico), como el Kéter de Yetsirá, el lugar de la neshamá suprema, yo superior, o chispa divina del propio ser. Restablecer al formador sobre su lugar es tomar conciencia de esa identidad trascendente y manifestarla en la propia psique y en la vida, como Tiféret/self o chispa divina encarnada. Y eso se hace interiorizando el Árbol de la Vida y asumiéndolo en la propia forma, cuerpo vital o néfesh, que es así la base de manifestación.

Esta es la forma tradicional del Yotser:

1-8 Diez Sefirot de la nada. Refrena tu boca de hablar, y tu corazón de pensar. Y si tu corazón corre, regresa al lugar. Por eso está escrito: "Las Jayot corrían y regresaban". Respecto a esto se hizo una alianza.

Literalmente, el texto dice: “Y sobre esta palabra (dabar) se hizo una alianza (pacto, brit).

En este caso, la palabra usada para lugar es Maqóm, un Nombre de Dios en sí misma. Dios se dice que es HaMaqóm, el Lugar (Él es el sitio del mundo y el mundo no es su sitio). El valor numérico de Maqóm es 186 (Mem Qof Vav Mem). Es también la suma de los cuadrados de las letras del Tetragrámaton, YHVH ($10^2 + 5^2 + 6^2 + 5^2$).

En el libro de Ezequiel, las Jayot exclaman: Barúj Kebod YHVH mimeqomó, bendita sea la Gloria de Dios desde su lugar. La palabra Mimeqomó (desde su lugar) suma 232 (Mem Mem Qof Vav Mem Vav), que el número suma de las cuatro expansiones del Tetragrama.

La palabra es el Nombre de Dios, que es el foco fundamental de la meditación. Es normal salirse del estado de vacío de la meditación, pero hay que volver al foco que es el Nombre de Dios.

Pero maqóm también tiene un significado mundano, de toma de tierra, tal como especifica el tercer día de la Creación: reúnanse las aguas en un lugar (maqóm) y aparezca lo seco.

Como dice el séfer, las Jaiot, como potencias psíquicas, pueden ir hasta la contemplación de la Presencia y regresar a salvo, pues hay un pacto sobre ir y volver.

2-2 Veintidós Letras Fundamento: Él las grabó, las talló, permutó, pesó y transformó. Y con ellas dibujó todo lo que formó y todo lo que formaría.

Estas cinco expresiones corresponden a las técnicas de manipulación de letras:
Grabar es delinear las letras en el pensamiento (visualizar, representar, etc.)
Tallar es aislarlas todo otro contenido mental.

Permutarlas (tseruf) es considerarlas en todas sus potencialidades energéticas. Ver después.

Pesar es operar con sus valores numéricos (peso ontológico)

Transformar incluye todas las operaciones de combinación, sustitución, etc. Es decir, considerarlas como elementos de una matriz global de energías y significados.

Todas son técnicas de meditación, guías hacia la conciencia superior.

Tseruf: Extracto de mi libro sobre La Cábala de la Mercavá:

Los métodos de Tseruf, las combinaciones, sustituciones y permutaciones, constituyen el núcleo 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 Guershom Sholem y Moshé Idel. Se recomienda enfáticamente la lectura del capítulo dedicado a Abulafia en el 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 desencriptado 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 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,

אִמְרוֹת יְהוָה אֲמָרוֹת טְהֹרוֹת כֶּסֶף **צָרוּף** בַּעֲלִיל לָאָרֶץ מְזֻקָּק שִׁבְעָתָיִם

Las palabras de YHVH (son) palabras puras, plata[1] **refinada** en horno de tierra, purificada siete veces.

En Sal 18:31

הָאֵל תָּמִים דַּרְכּוֹ אִמְרַת־יְהוָה **צְרוּפָה** מָגֵן הוּא לְכֹל הַחֹסִים 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 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).

[1] Késef, plata, suma 160, lo mismo que Ets, árbol, y Tsélem, forma imagen.

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, שפע).

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 comprometido 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.

Ejemplo: Permutaciones de Tiféret.

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	ד	פ	א
TI	TA	RE	FE	E		ת	ר	ד	פ	א
TA	FE	TI	RE	E		ת	פ	ד	ר	א
FE	TA	TI	RE	E		פ	ת	ד	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	ד	ר	א
TI	FE	TA	RE	E		ת	פ	ד	ר	א
RE	FE	TI	TA	E		ר	פ	ד	ת	א
FE	RE	TI	TA	E		פ	ר	ד	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	ד	פ	ר
E	TA	TI	FE	RE		א	ת	ד	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	ד	פ	ר
TI	E	TA	FE	RE		ת	א	ד	פ	ר
TA	FE	TI	E	RE		ת	פ	ד	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		ר	ת	א	פ	ת
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

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, שׁלום. Esta sería la tabla:

ME	VA	LO	ShA		ם	ו	ל	שׁ
VA	ME	LO	ShA		ו	מ	ל	שׁ
ME	LO	VA	ShA		ם	ל	ו	שׁ
LO	ME	VA	ShA		ל	מ	ו	שׁ
VA	LO	ME	ShA		ו	ל	מ	שׁ
LO	VA	ME	ShA		ל	ו	מ	שׁ
ME	VA	ShA	LO		ם	ו	שׁ	ל
VA	ME	ShA	LO		ו	מ	שׁ	ל
ME	ShA	VA	LO		ם	שׁ	ו	ל
ShA	ME	VA	LO		שׁ	מ	ו	ל
VA	ShA	ME	LO		ו	שׁ	מ	ל
ShA	VA	ME	LO		שׁ	ו	מ	ל
ME	LO	ShA	VA		ם	ל	שׁ	ו
LO	ME	ShA	VA		ל	מ	שׁ	ו
ME	ShA	LO	VA		ם	שׁ	ל	ו
ShA	ME	LO	VA		שׁ	מ	ל	ו

LO	ShA	ME	VA		ל	ש	מ	ו
ShA	LO	ME	VA		ש	ל	מ	ו
VA	LO	ShA	ME		ו	ל	ש	מ
LO	VA	ShA	ME		ל	ו	ש	מ
VA	ShA	LO	ME		ו	ש	ל	מ
ShA	VA	LO	ME		ש	ו	ל	מ
LO	ShA	VA	ME		ל	ש	ו	מ
ShA	LO	VA	ME		ש	ל	ו	מ

La puerta de las vocales: Rotaciones.

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 matres lectionis), pero es impronunciable 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) יָהָוָה (Ya'Ha'Va'Ha')
2. Jojmá. Pataj: ◌ַ("a" corta) יַהַוַה (YaHaVaHa)
3. Biná. Tseré jaser: ◌ֵ ("e" larga) יֵהֵוֵה (Ye'He'Ve'He')
4. Jésed. Segol: ◌ֶ("e" corta) יֶהֶוֶה (YeHeVeHe)
5. Guevurá. Shevá na': ◌ְ (Muda o "e" muy breve)
   יְהְוְה (YeHeVeHe)
6. Tiféret. Jolam jaser: ◌ֹ ("o" larga) יֹהֹוֹה (Yo'Ho'Vo'Ho')

7. Nétsaj. Jirik jaser: ◻(“i” corta) יְהִוִהְ (YiHiViHi)
8. Hod. Kubuts: ◻(“u” corta) יְהֻוֻהְ (YuHuVuHu)
9. Yesod. Shuruk: וּ (“u” larga) יהוּוּהוּ (Yu’Hu’Vu’Hu’)
10. Maljút. Sin vocal. יהוה (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 יְהֶוָהֵ (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): יֵהֵיוֵיהֵי (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: יוֹהוֹוֹוהוֹ (Yo’Ho’Vo’Ho’).

Por otra parte, la conjunción Nétsaj-Hod intersección sendero Tiféret-Yesod (Centro del ombligo) asume la vocalización Jiríkmalé: יִהִיוִיהִי (Yi’Hi’Vi’Hi’)

Este sistema se usará en otro contexto, 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.

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.

Estas son las correspondencias estándar de las vocales:

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.

Tabla de las vocales

Vocales			Familias fonéticas		Finales	Sefirot	
Jolam	אֹ	O	Linguales	דטלנת	ך	Keter	Consciencia
Kamatz	אָ	A	Dentales	זסשרצ	ם	Jojmá	Tiempo
Tseré	אֵ	E	Palatales	ניכק	ן	Biná	Espacio
Jirik	אִ	I	Guturales	אהחע	ף	Los 6 siguientes: de Jésed a Yesod	Dimensiones
Kubutz (Shuruk)	אֻ	U	Labiales	בומפ	ץ	Maljut	Forma

PRÁCTICAS:

. **1. Meditación sobre las letras del Nombre de Dios** (propuesta por Rabbi David A. Cooper en su libro Ecstatic Kabbalah):

יִ יָ יֶ יִ יֻ
YO YA YE YI YU
↑ → ← ↓ ↕ (esta doble flecha indica moviendo al frente y ligeramente atrás)

הֹ הָ הֶ הִ הֻ
HO HA HE HI HU
↑ → ← ↓ ↕

וֹ וָ וֶ וִ וֻ
VO VA VE VI VU
↑ → ← ↓ ↕

הֹ הָ הֶ הִ הֻ
HO HA HE HI HU
↑ → ← ↓ ↕

יֹ הֹ וֹ הֹ
YO HO VO HO
↑ ↑ ↑ ↑

יָ הָ וָ הָ
YA HA VA HA

→ → → →

יְ הָ וְ הָ

YE HE VE HE

← ← ← ←

יִ הָ וְ הָ

YI HI VI HI

↓ ↓ ↓ ↓

יֻ הָ וְ הָ

YU HU VU HU

↕ ↕ ↕ ↕

יַ הָ וְ הָ

YO HA VE HI

↑ → ← ↓

יֻ הָ וְ הָ

YU HO VA HE

↕ ↑ → ←

יִ הָ וֹ הָ

YI HU VO HA

↓ ↕ ↑ →

יְ הִ וֻ הֹ

YE HI VU HO

← ↓ ↕ ↑

יַ הֵ וִ הֻ

YA HE VI HU

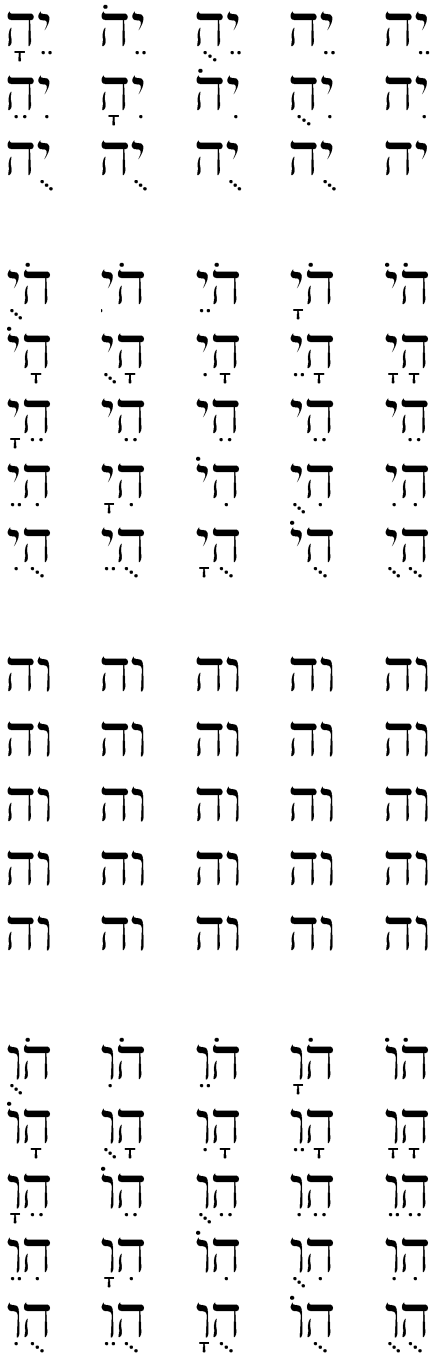
→ ← ↓ ↕

2. **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.

יֹהָ יֹהָ יֹהָ יֹהָ יֹהָ

יַהָ יֻהָ יִהָ יֵהָ יַהָ



Merece la pena transcribir algunos extractos del libro de Albotini[2], 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

[2] Tomado de Understanding Jewish Mysticism. A source Reader. Vol II. de David R. Blumenthal, Ktav Publishig House Inc., New York, un libro de studio muy recomendado.

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[3]*, o al conocimiento, o a la pregunta que uno formula o desea saber de Él, bendito sea."*

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[4]:

"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"

[3] Intellected, intelectualizada, en el original.
[4] Siguecon ello la misma línea de Abulafia.

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 aparecérsele con una forma y una visión que pudiera contemplar. Además, en el tiempo del descenso de la 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."

3. Meditación sobre los 72 Nombres de Dios (propuesta por Rabí Abraham Abulafia en Jayé Olam HaBa, La Vida del Mundo Futuro):

El procedimiento está completamente descrito en la traducción de un largo extracto del libro citado de Abulafia que Aryeh Kaplan incluye en su Meditación y Cábala.

כהת Ka He Ta	אכא A Ja A	ללה La La He	מהש Me He Shi	לם 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	יוי 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	לחח 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	החה 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

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.

4. Las 231 puertas

2- 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 עֹנֶג) ; no hay nada en el mal peor que la plaga (Nega נֶגַע).

2-5. ¿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).

2-6. 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):

4-6: Dos piedras construyen dos casas. Tres piedras construyen seis casas. Cuatro piedras construyen veinticuatro casas. Cinco piedras construyen ciento veinte casas. Seis piedras construyen setecientas 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 oir.

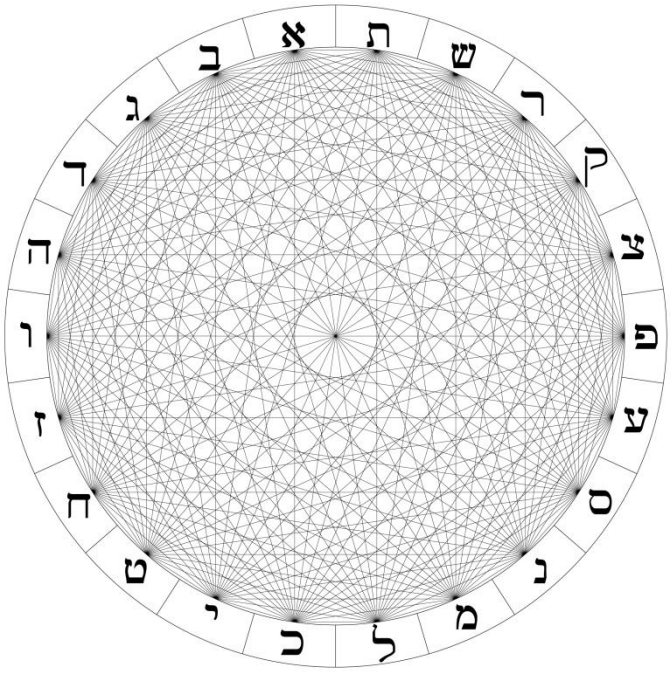
Hay una enseñanza que afirma que las 231 puertas están conectadas con el residuo (reshimu) que la Luz Infinita deja tras su retirada en la contracción (tsimtsum) original. Cuando en la Voluntad de Dios surge el crear los mundos, Él determina o mide en la Luz Infinita la potencialidad de lo que será actual en la Creación. Cuando en el tsimtsum 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.



אב אג אד אה או אז אח אט אי אך אל אם אן אס אע אף אץ אק אר אש את

בג בד בה בו בז בח בט בי בך בל בם בן בס בע בף בץ בק בר בש בת

גד גה גו גז גח גט גי גך גל גם גן גס גע גף גץ גק גר גש גת

דה דו דז דח דט די דך דל דם דן דס דע דף דץ דק דר דש דת

הו הז הח הט הי הך הל הם הן הס הע הף הץ הק הר הש הת

וז וח וט וי וך ול ום ון וס וע וף וץ וק ור וש ות

זח זט זי זך זל זם זן זס זע זף זץ זק זר זש זת

חט חי חך חל חם חן חס חע חף חץ חק חר חש חת

טי טך טל טם טן טס טע טף טץ טק טר טש טת

יך יל ים ין יס יע יף יץ יק יר יש ית

כל כם כן כס כע כף כץ כק כר כש כת

לם לן לס לע לף לץ לק לר לש לת

מן מס מע מף מץ מק מר מש מת

נס נע נף נץ נק נר נש נת

סע סף סץ סק סר סש סת

עף עץ עק ער עש עת

פץ פק פר פש פת

צק צר צש צת

קר קש קת

רש רת

שת

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.

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

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.

2-5. ¿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).

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** de recitación consiste en considerar cada una de las letras y combinarla con las cuatro letras del Tetragrama mediante sus 200 rotaciones vocálicas. Una puerta, Alef Bet, por ejemplo, da lugar a 400 dobletes: 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 Tetragrámaton. 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 dobletes). 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.

También podemos trabajar sólo con un par de letras (una de las puertas) con una intención concreta, por ejemplo Resh con Peh para curación.

Si hacemos las rotaciones vocálicas correspondientes, tendríamos la siguiente tabla:

RoFo	RoFa	RoFe	RoFi	RoFu		רֹ פֻ	רֹ פֹ	רֹ פֵ	רֹ פָ	רֹ פַ
FoRo	FoRa	FoRe	FoRi	FoRu		פֹ רֻ	פֹ רֹ	פֹ רֵ	פֹ רָ	פֹ רַ
RaFo	RaFa	RaFe	RaFi	RaFu		רָ פֻ	רָ פֹ	רָ פֵ	רָ פָ	רָ פַ
FaRo	FaRa	FaRe	FaRi	FaRu		פָ רֻ	פָ רֹ	פָ רֵ	פָ רָ	פָ רַ
ReFo	ReFa	ReFe	ReFi	ReFu		רֵ פֻ	רֵ פֹ	רֵ פֵ	רֵ פָ	רֵ פַ
FeRo	FeRa	FeRe	FeRi	FeRu		פֵ רֻ	פֵ רֹ	פֵ רֵ	פֵ רָ	פֵ רַ
RiFo	RiFa	RiFe	RiFi	RiFu		רִ פֻ	רִ פֹ	רִ פֵ	רִ פָ	רִ פַ
FiRo	FiRa	FiRe	FiRi	FiRu		פִ רֻ	פִ רֹ	פִ רֵ	פִ רָ	פִ רַ
RuFo	RuFa	RuFe	RuFi	RuFu		רֻ פֻ	רֻ פֹ	רֻ פֵ	רֻ פָ	רֻ פַ
FuRo	FuRa	FuRe	FuRi	FuRu		פֻ רֻ	פֻ רֹ	פֻ רֵ	פֻ רָ	פֻ רַ

Para estudiar sobre el sentido de los pares de letras se recomiendan los libros:

La lengua hebraica restituida. Vol I. Fabre-D´Olivet. Ed. Humanitas

Kabbale et Destinee. Georges Lahy (Virya). Edición electrónica.

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".[5]

Como hemos comentado en otro lugar (Meditación VII), 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 "lugar vacío de Él". De donde se deduce que, en un sentido, toda la realidad es Divina[6].

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, הָאנִי. Del otro la Realidad Divina que es HaAyin, הָאַיִן. 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 אנִי al אַיִן, para franquear la

[5] Maggid Devarav LeYaacov # 97. Citado de Meditación y Cábala. Kaplan. Pag 323.
[6] 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".

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."[7]

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.

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.[8] El ser se descubre como supremo gozo y la nada como pura iluminación: ambos unidos en el eterno abrazo de la Unión Divina."

[7] Kedushat Leví, Bereshit, p. 1. Citado de Kaplan. Meditación y Cábala. Pag. 325-326.
[8] Maggid de Mezritch. Or HaEmet, fol 12b y 70 a.

Correspondencias de las letras del alfabeto hebreo

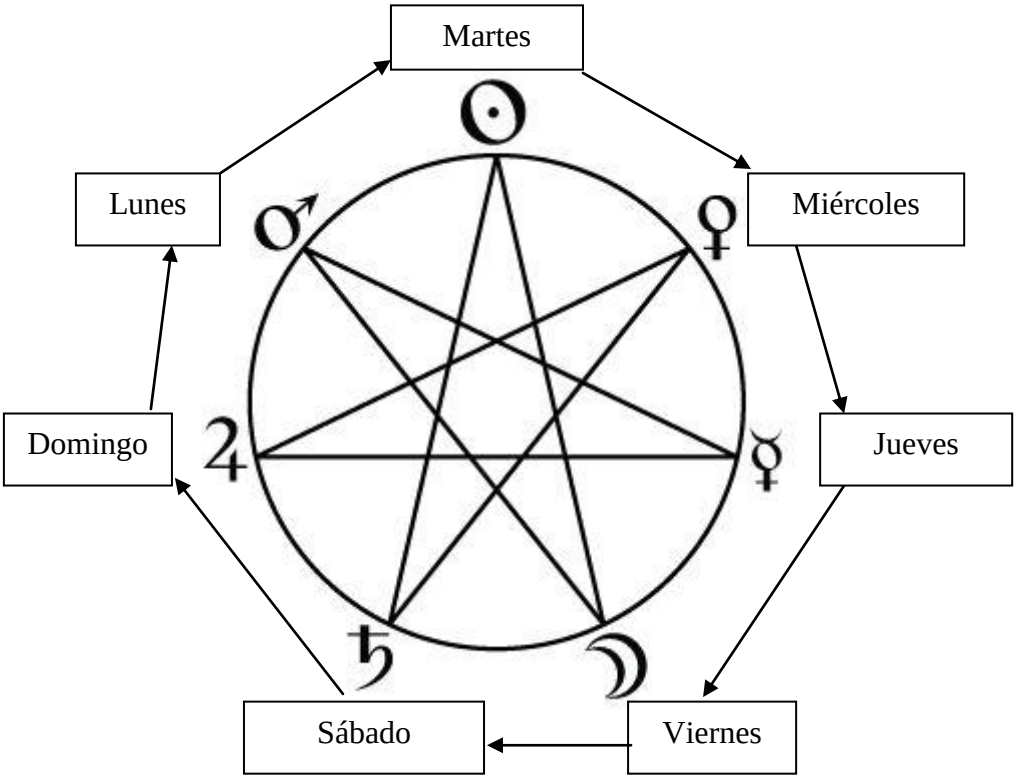
Letra (madre)	Elemento	Nombre Divino	Anatomía	Canal	Planeta	N.D.
א	Aire	YHVH	Tronco, brazos	canal central	Urano	Yah
מ	Agua, Tierra	El	Abdomen, piernas	canal izquierdo	Neptuno	Eheieh
ש	Fuego	Elohim	Cabeza, cuello	canal derecho	Plutón	Agla

Letra (doble)	Planeta (Sist judío)	Día (Sist. judío)	Nombre de 42 Sist. judío	Tetragrama
Bet; ב	Saturno	Sábado	אבג יתץ	יְהֹוָה
Guimel ג	Júpiter	Domingo	קרע שטן	יְהֹוָה
Dalet; ד	Marte	Lunes	נגד יכש	יְהֹוָה
Kaf (Jaf); כ	Sol	Martes	בטר צתג	יְהֹוָה
Pe (Fe); פ	Venus	Miércoles	חקב טנע	יְהֹוָה
Resh; ר	Mercurio	Jueves	חגל פזק	יְהֹוָה
Tav; ת	Luna	Viernes	שקו צית	יוּהוּוּהוּ

Letra (doble)	Planeta Sist hermético	Día Sist. hermético	Nombre Divino sist. hermético
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); פ	Marte	Martes	Elohim Guibor
Resh; ר	Sol	Domingo	YHVH Eloah Vadáat
Tav; ת	Saturno	Sábado	YHVH Elohim

Letra (doble)	Centro	Nombre Divino	Nombre de 42
Bet; ב	Corona Parte superior de la cabeza	Eheieh	אבג יתץ
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; ombligo	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

Conciliación sistemas judío y hermético



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	הההי	Intestinos	Elul	Virgo
ל	והיה	Riñones, glándulas	Tishré	Libra
נ	וההי	Vejiga, genitales, ano	Jeshván	Escorpio
ס	ויהה	Caderas, hígado, muslos, músculos	Kislev	Sagitario
ע	היהו	Rodillas, huesos, piel, vesícula biliar.	Tevet	Capricornio
צ	היוה	Pantorrillas, circulación sanguínea, páncreas	Shevat	Acuario
ק	ההיו	Pies, bazo, ganglios, linfa.	Adar	Piscis

MEDITACIÓN DIARIA

	DOMINGO: Sol[9]/Jésed[10] יהוה אלוה ודעת יְהֹוָה ----[11] ---- [12] ----[13] אבגיתץ[14]	
VIERNES: Venus/Yesod יהוה צבאות יְהֹוָה ---- ---- ---- יגלפזק	SÁBADO: Saturno/Maljút/Biná יהוה אלהים יְהֹוָה ---- ---- ---- שקוצית	LUNES: Luna/Guevurá שדי אל חי יוהוויהוי ---- ---- ---- קרעשטן
JUEVES: Júpiter/Hod אל יְהֹוָה ---- ---- ---- חקבטנע		MARTES: Marte/Tiféret אלהים גבור יְהֹוָה ---- ---- ---- נגדיכש
	MIÉRCOLES: Mercurio/Nétsaj אלהים צבאות יְהֹוָה ---- ---- ---- בטרצתג	

[9] Correspondencia según el sistema occidental aceptado.
[10] Correspondencia según la tradición judía
[11] Permutación zodiacal del mes.
[12] Nombre de 72 del grado donde se encuentra el Sol.
[13] Nombre de 72 del quinario en el que se encuentra el Sol.
[14] Versículo del Aná Bejóaj según la tradición judía.

Sintonía con las energías del mes:

"Barúj atá YHVH (Adonáy) Elohénu mélej haolám osé maasé bereshít"
Bendito eres Tú, Eterno nuestro Dios, Rey del Mundo, Hacedor de la obra de la Creación.

ברוך אתה יהוה אלהינו מלך העולם עושה מעשה בראשית

Se trata de sustituir en la berajá el Tetragrama por la permutación correspondiente.
Luego, meditar durante el mes (judío o zodiacal) en las permutaciones de los Nombres Divinos propuestos en la rueda. Se puede añadir una meditación en las letras del signo y del regente

Ejemplo: Tauro (Iyar)

שדי

יההו

אניד אנדי

ד (regente Venus) ו (signo Tauro)

Letra según sistema hermético

La meditación en las dos letras puede hacerse según el sistema de las 231 puertas descrito antes.